

中华文化与中医学丛书



赵朴初题

总主编 陈可冀

道家文化与中医学

江幼李 原撰
宋天彬 新订

贰

(典藏版)



道家

全国百佳图书出版单位

中国中医药出版社

中华文化与中医学丛书



赵朴初题

· 总主编 陈可冀

道家文化与中医学

江幼李 原撰 宋天彬 新订

贰

中国中医药出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

道家文化与中医学 / 江幼李原撰; 宋天彬新订. —北京: 中国中医药出版社, 2017.7

(中华文化与中医学丛书)

ISBN 978-7-5132-4182-3

I. ①道… II. ①江… ②宋… III. ①中医学—医学史—研究
②道家—文化—研究 IV. ①R-092 ②B223.05

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 098168 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

三河同力彩印有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 880×1230 1/32 印张 15 字数 428 千字

2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-4182-3

定价 220.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>



陈可冀（1930—），中国科学院院士，国医大师，教授，第七、八、九届全国政协委员。曾受聘任世界卫生组织传统医学顾问（1978—2009）。现任中国中医科学院首席研究员及终身研究员，国家卫生计生委科技创新战略顾问，中央保健委员会专家顾问委员会成员，国家中医药管理局专家咨询委员会委员，世界中医药学会联合会高级专家顾问委员会主席，中国科学技术协会荣誉委员，国家心血管病中心专家委员会资深委员，国家神经系统疾病临床医学研究中心专家委员会委员，北京大学衰老研究中心学术委员会主任委员，中国中西医结合学会名誉会长。为中国文化书院导师，中国非物质文化遗产传统医药项目代表性传承人。在心血管病医疗研究、老年医学及清代宫廷原始医药档案研究等方面做出了系列贡献，先后获爱因斯担世界科学奖、立夫中医药学术奖、国家科技进步奖一等奖等奖项。

《中华文化与中医学丛书》编委会

总主编

陈可冀（中国科学院院士 国医大师 中国中医科学院教授）

副主编

李良松（北京中医药大学教授 博士生导师）

林 殷（北京中医药大学教授 博士生导师）

编 委（以姓氏笔画为序）

王致谱（中国中医科学院研究员）

李良松（北京中医药大学教授）

李金田（甘肃中医药大学教授）

宋天彬（北京中医药大学教授）

张介眉（武汉市中西医结合医院主任医师）

张铁忠（中日友好医院主任医师）

陈可冀（中国科学院院士）

陈庆元（福建师范大学教授）

林 殷（北京中医药大学教授）

孟庆云（中国中医科学院研究员）

耿引循（中国中医科学院西苑医院主任医师）

耿刘同（中国紫禁城学会副会长）

高春媛（北京中医药大学教授）

陶广正（中国中医科学院研究员）

戴恩来（甘肃中医药大学教授）



中医学与天文学、算学和农学，是中国先人独自创造的科学技术体系中的四大核心学科（卢嘉锡，路甬祥《中国古代科学史纲·序》），但作为一门与生命、健康相关的自然学科，又有极深厚的文化底蕴。

“文”字原指笔画或色彩交杂（《说文解字注·文部》），后指事物之间的错综关系，所谓“物相杂，故曰文”（《周易·系辞上》）。《周易·贲（bì）卦》有“观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下”之论，此处的人文与天文相对，指诗书礼乐等技艺及修养。圣人通过观察天象能了解四季时序的变化，通过礼仪规范教育以感化民众的手段治理天下。可见“文化”在古汉语中曾是“人文化成”一语的缩写。作为名词，“文化”二字连用最早见于西汉经学家刘向（约前77—前6）的《说苑·指武》：“圣人之治天下也，先文德而后武力。凡武之兴，为不服也；文化不改，然后加诛。”此时的“文化”，有“文治加教化”之意。现代所谓的“文化”，内容较宽泛，指人类从原始进化到文明所取得的科学、艺术、宗教、道德、法律、风俗、习惯等诸多方面的成就，当是人类社会历史发展过程中所创造的全部物质财富和精神财富的总和。本丛书所指的中华文化既包括传统概念，也涵盖现代意蕴。

中医学是一门临床实践性极强的学科，它既源于历代的医疗实践，也和数千年中华文化血脉相连。古人有“上医医国”（《国语·晋语》）和“不为宰相，则为良医”（《宋史·崔与之传》）之说。在浩如烟海的文史典籍中，包含了大量的中医药文明成果；在卷帙浩繁的中医药文献中，蕴藏了丰厚的中华文化精髓。如《周易·乾卦》中的“天行健，君子以自强不息”和《周易·既济·象》中的“君子以思患而豫防之”等，在中医药学中则体现了生

命观——积极主动、防范未然。《道德经》第二十五章中的“人法地，地法天，天法道，道法自然”，在中医药学中体现为自然观——天人相应、顺势而为。《孟子·公孙丑上》中的“夫志，气之帅也；气，体之充也……善养吾浩然之气”，在中医药学中体现为正气观——立命修身、调养正气。《礼记·中庸》中的“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之”，在中医药学中体现为治学观——博学审问、慎思笃行。“胸次岂无医国策，囊中幸有活人方”（陆游《小疾偶书》）及“万金不换囊中术，上医元自能医国”（辛弃疾《菩萨蛮·赠张医道服为别，且令馈河豚》）的著名诗句，表达了儒医相通的人生观——精忠报国、利济众生。另如贾谊《新书·胎教》之论孕期卫生，《礼记·月令》及《汉书·王莽传》关于尸解之阐述，《左传·僖公二十三年》“男女同姓（指同族婚配），其生不蕃”之谈优生，《逸周书·王会解》及《汉书·平帝纪》关于医疗设施之草创，《诗经》及《山海经》关于本草药石之认识，均可印证中华传统文化与中医学间之种种关联。当然，中医学吸取了传统文化中的基因但并非全盘接受，而是有所扬弃和发挥，前者如对割股疗亲的批析，后者如医家五行生克理论中的补（肾）火生（脾）土的应用。类似的生动实例还可列举出很多。

1992年，陈可冀教授主编了国内外首套《中华文化与中医学丛书》，对从儒学、道学、佛学、甲骨文、周易、文物考古、兵学、古典文学、民俗学、饮食医养和象数等文化视角来诠释和探讨中医药的理论与实践之奥秘，做出了积极的尝试，在学术界和社会上产生了积极影响，得到汤一介先生等的赞赏，成为在这一方面研究的系列著作。时隔20余年，回首再看这套丛书，感觉仍有其学术价值和现实意义。为此，我们萌生了将本套丛书修订后再版的愿望。几经周折，在中国中医药出版社的大力支持下，此愿望终于得以实现。

此次修订包括两个方面，一是对已出版的11个分册在内容上加以增订或改写，由于部分原作者已过世、老迈和生病等诸种原因无法承担修订工作，因此增邀了部分作者；二是将原丛书扩充至15个分册，增加了敦煌文

化、古典艺术、典籍文化、武术等4个方面的论述，基本囊括了中华文化的各个方面。我们希望通过从不同角度探隐溯源中华文化与中医药学之间的联系，力争在整理中发展，在继承中创新。希望通过这套丛书的出版，能够让大家更深刻地理解中华文化与中医药学的内在关系，较全面地认识中华文化对中医药学发展的重大影响。

新修订的《中华文化与中医学丛书》共分为《儒家文化与中医学》《道家文化与中医学》《佛学与中医学》《甲骨文化与中医学》《周易文化与中医学》《文物考古与中医学》《民俗文化与中医学》《饮食文化与中医学》《古典文学与中医学》《象数与中医学》《兵学与中医学》《敦煌文化与中医学》《古典艺术与中医学》《典籍文化与中医学》《武术与中医学》等15个分册。本套丛书既独立成册，又相互包容，在各自表达中医药与中华文化的一个方向或主题的基础上，通过中华文化这条主线，将各分册中的主题思想有机地联系在一起。如《易经》虽独具体系，但与儒学、道学和象数的关系也很密切。又如甲骨文、敦煌文化虽独立成书，但也与文物、典籍等有较大的关联性。

当年，为使本丛书臻于完善，特请著名社会学家费孝通教授、著名宗教学家赵朴初教授、著名中国文化学家汤一介教授及著名中医学家董建华、袁沛然、耿鉴庭、邓铁涛和俞长荣教授俯任顾问，赵朴初先生还特为本丛书题写了书名。此次修订和增补过程中，也较广泛征求了多位名家意见，以期不断提升书稿的编写质量。

大国之兴，文化先行，国家强则中医药学盛。我们衷心希望，通过本套丛书的续编和再版，能够起到推陈致新和继往开来的作用，对开创中华文化与中医学研究的新局面发挥积极的作用。是以有序。

陈可冀 李良松 林 殷

2017年3月6日于北京



本书作者江幼李先生，博览群书，学识渊博，对中国道家文化情有独钟；在中医领域师从名医，中医基础理论功底深厚，临床经验丰富。江幼李先生对该书的编写不遗余力，充分发挥了自身优势，使该书内容丰富，思想深邃。本书以中医学术为主线，涉及史前文明、神话传说、史书记载、考古发现，对道家文化和中医学术的发展史做了系统的梳理。其学风严谨，立论中肯，广征博引，论据充足，使中华民族传统文化与现代科学逐步接轨，既发扬传统文化，又能与时俱进。因此，该书是广大传统文化和中医养生爱好者、中华民族寻根者、中医同仁、宗教同道的良师益友，是不可多得的一部好书。

道教与中医诞生于同一个东方传统文化的土壤中，可谓同源异流。他们都探讨人生面临的重大问题，特别是对人类的健康长寿更为关注。虽然在世界历史上科学与宗教曾经势不两立，但中医与道教却有着共同的思想文化背景，即都以“气论”“道论”“太极阴阳”等哲学思想为理论基础，许多医家都受过道教文化的熏陶，有些道教学者又是有名的中医，因此清代医家沈金鳌说：“医道通仙道。”以内丹术为核心的中国气功学，是医家和道家共同创造的文化遗产，现代科学已经初步证实其科学价值，证实其对人类的健康长寿做出巨大的贡献。

本书就是从道家文化和中医药学的关系方面入手，通过考证一些重要的历史文献，介绍一些著名医家和道家及其代表著作，重点阐明一些经过实践检验的，符合科学原理的实用医疗养生方法，以利于人类的保健事业。书中有部分符篆、禁咒等内容虽涉及封建迷信，但也与心理疗法有关，本书收录仅为了诠释道教的文化及发展源流，另有部分内容如气功存想、丹药丹方等

未免有夸大之词，我们应该以批判的态度取其精华，弃其糟粕。

此次修订是在江幼李先生撰写的基础上，除了对文字错简进行了校正和部分修改外，又本着与时俱进的精神，增加了部分内容。其中第一章第二节“哲人、巫术和方士”中巫术、方士与中医学的关系部分，第一章第三节“道教的起源与形成”，第一章第四节“道术”中有关丹药丹方的医学用途部分，引自我和胡卫国编写的《道教与中医》一书；第二章第三节“五运阴阳天地之道”中“阴阳五行是关于自然、社会、人生的简化模型”部分，由我编写；第一章第四节“道术”中的“绝谷食气”“服饵”，第二章第四节“藏象学说的演进”中“藏象学说是用‘黑箱方法’建立的人体解剖生理模型”，第三章“道教内丹术与医学气功”，第四章第二节“房中要术”中道教及中医对房中术的认识和“葛洪、陶弘景、孙思邈论房中”“《类修要诀》房中术”“以性科学解读房中术”部分，第四章第三节“气功与道医的导引行气”中“《圣济总录》的神仙导引法”“天竺国按摩法”“老子按摩法”“气功调息与道家吐纳法”“气功调心与道家存想法”部分也由我编写；第五章第五节补充了胡卫国编写的部分内容。

人类的文化是多元的，这就形成了东、西方各自不同的文明。正是这种差异甚至冲突，共同创造了人类文化与科学的灿烂辉煌。江幼李先生认为，“当前，中华文化以它独具的魅力和睿智震撼着世界”。在这种文化交融中，中医学作为中华民族的瑰宝倍受世人瞩目，除了中医学有它独特的医学理论和很高的医疗水平外，一个重要原因就在于它植根于传统中华文化土壤之中。

江幼李先生说：“在中华优秀传统文化中，我比较偏爱道家，赞成道家文化主干说。”本书以胜于雄辩的事实，证明了道家文化对中医学的影响，我们应当继承发扬这份宝贵的文化遗产，使中医学走向世界，为全人类的养生保健事业服务。

北京中医药大学教授 宋天彬

2017年1月16日

目 录

第一章 道——中医文化之根柢	001
第一节 道文化与中医学的关联	003
一、道家思想	003
二、道教文化	007
第二节 道家——哲人、巫术与方士	010
第三节 道教的起源与形成	022
一、自然崇拜、鬼神崇拜与巫	022
二、先秦方士的神仙方术	023
三、黄老学、道家思想与黄老道	025
四、道教的形成和演变	026
第四节 道术	029
一、道术之一——符篆	030
二、道术之二——气	034
三、道术之三——药	037
四、道术之四——绝谷食气	041
五、道术之五——服饵	049

第五节	道微——太极图说	053
第六节	太极图说补	060
第七节	《内经太极图》	065
第二章	道家思想是中医学理论的基石	071
第一节	由道而气	075
第二节	道法自然与“人与天地相参”	086
第三节	五运阴阳天地之道	094
	一、阴阳应象	095
	二、阴阳的起源与一分为三	098
	三、五行体系的建立	108
	四、阴阳五行是关于自然、社会、 人生的简化模型	118
第四节	藏象学说的演进	124
	一、五脏说及其受到的挑战	125
	二、九脏说	129
	三、十一脏与十二脏	131
	四、藏象学说是用“黑箱方法”建立的 人体解剖生理模型	134
第五节	医经多取材于道经	142
	一、《黄帝内经》中的“其民故曰朴”	142
	二、“德全不危”与医经论“德”	144
	三、关于真人、至人、圣人、贤人	147
	四、关于“一者因得之”与“得一”	150
	五、损有余、补不足的论治原则	152
	六、关于治未病的预防医学思想	155
	七、关于周天、清静及其他	157

第三章 道教内丹术与医学气功	163
第一节 神秘的内丹术不神秘	164
第二节 内丹术的科学性与现实意义	168
第三节 内丹三要素与修炼过程	170
第四节 道教内丹术与周天功	174
一、小周天	175
二、大周天	176
三、卯酉周天	176
四、《杂病源流犀烛》中的周天功	177
五、《勿药元诠》中的小周天	180
第五节 女丹法	181
第四章 道门医学的贡献与思考	185
第一节 内炼术与经络学说的起源	187
一、先有经后有穴	189
二、导引行气与经络的发现	191
三、内炼家的奇穴	192
四、《真诰》发现风徊、曲津等灸穴	195
五、道枢四穴	196
第二节 房中要术	198
一、素女房中术	201
二、玄女房中术	209
三、采女房中术	211
四、葛洪、陶弘景论房中	212
五、孙思邈论房中	213

六、《类修要诀》房中术	214
七、以性科学解读房中术	215
第三节 气功与道医的导引行气	219
一、许逊与《灵剑子》	220
二、《圣济总录》的神仙导引法	222
三、天竺国按摩法	227
四、老子按摩法	230
五、气功调息与道家吐纳法	236
六、气功调心与道家存想法	244
第四节 《石药》《禁经》及其他	249
一、《石药尔雅》	250
二、《禁经》	253
三、荧火丸——符即是药	258
四、太素脉说	260
第五章 历史上著名道医述评	263
第一节 上古先秦时期	266
一、巫咸、巫彭	270
二、赤松子	271
三、岐伯	271
四、俞跗、少俞	273
五、伯高	274
六、扁鹊	275
七、九霄君、桐君	278
第二节 秦汉晋南北朝时期	280
一、李少君	281

二、巫炎、八公	283
三、刘安	284
四、淳于意	286
五、张仲景	288
六、壶翁	290
七、左慈	292
八、华佗	293
九、封君达	296
十、皇甫谧	297
十一、葛洪	299
十二、胡洽	301
十三、陶弘景	302
第三节 隋唐宋时期	305
一、苏元朗	308
二、孙思邈	308
三、司马承祯	312
四、王冰	314
五、胡愔	316
六、蔺道人	317
七、陈抟	318
八、王怀隐	321
九、张伯端	322
十、崔嘉彦	325
第四节 元明清时期	326
一、马丹阳	330
二、赵宜真	335

三、朱权	336
四、孙一奎	337
五、赵献可	339
六、喻昌	340
七、韩懋	342
八、傅山	342
九、徐大椿	344
第五节 近现代时期	348
一、陈撷宁	348
二、蒋维乔	350
三、张觉人	353
四、马一浮	355
五、杨践行	357
六、潘雨廷	357
七、王沐	359
八、蒋宗瀚	359
九、唐崇亮	360
十、李永德	361
十一、谢宗信	361
十二、匡常修	362
十三、范高德	362
第六章 《道藏》中的医药成就	363
第一节 《道藏》简述	364
第二节 养生术	368
一、精神修炼——养神	369

二、呼吸胎息——养气	374
三、形体锻炼——养形	383
四、食养食治——服食	395
第三节 内科秘传	403
一、扁鹊方	404
二、淮南方	407
三、华佗方	410
四、肘后方	412
五、《千金方》与《太清丹经要诀》	416
六、四气摄生图方	420
七、其他道门医书医方	423
第四节 外科及其他秘传	430
一、刘涓子鬼遗方	433
二、仙授理伤续断秘方	434
三、仙传外科集验方	437
四、仙传济阴方	438
五、谢道人方	440
第五节 重要的医学道书	442
一、《太平经》	442
二、《周易参同契》	444
三、《太清金液神丹经》	446
四、《黄庭经》	447
五、《太清石壁记》	450
六、《太清玉碑子》	451
七、《五厨经注》	452