



国学精粹珍藏版

黄帝内经

卷四

主编 / 李志敏



原文·注释·解读

积淀文化 陶冶情操
滋养心灵 启迪智慧

读传世典籍 赢智慧人生



民主与建设出版社

【国学精粹珍藏版】

李志敏◎主编

卷四

黄帝内经



◎ 尽览中国古典文化的博大精深
◎ 读传世典籍，赢智慧人生

—— 受益终生的传世经典



五乱篇



黄帝曰：经脉十二者，别为五行，分为四时，何失而乱，何得而治？岐伯曰：五行有序，四时有分，相顺则治，相逆则乱。

黄帝曰：何谓相顺？岐伯曰：经脉十二者，以应十二月；十二月者，分为四时；四时者，春秋冬夏。其气各异，营卫相随，阴阳已和，清浊不相干，如是则顺之而治。

黄帝曰：何谓逆而乱？岐伯曰：清气在阴，浊气在阳，营气顺脉，卫气逆行，清浊相干，乱于胸中，是谓大惋。故气乱于心，则烦心密嘿，俯首静伏；乱于肺，则俯仰喘喝，接手以呼；乱于肠胃，则为霍乱；乱于臂胫，则为四厥；乱于头，则为厥逆，头重眩仆。

黄帝曰：五乱者，刺之有道乎？岐伯曰：有道以来，有道以去，审知其道，是谓身宝。

黄帝曰：善。愿闻其道。岐伯曰：气在于心者，取之手少阴、心主之输。气在于肺者，取之手太阴荥、足少阴输。气在于肠胃者，取之足太阴，阳明（不）下者，取之三里。气在于头者，取之天柱、大杼、不知，取足太阳荥输。气在于臂足，取之先去血脉，后取其阳明、少阳之荥输。

黄帝曰：补泻奈何？岐伯曰：徐入徐出，谓之导气；补泻无形，谓之同精。是非有余不足也，乱气之相逆也。黄帝曰：允乎哉道，明乎哉论，请著之玉版，命曰治乱也。

【译文】

黄帝说：人体的十二经脉分别属于五行，而且与四时季节的变化有着密切关系，怎样会出现失调而导致功能紊乱的情况呢？岐伯说：木、火、土、金、水五行的相生相克有一定秩序，春夏秋冬这四季的变化也是有规律的。如果经脉气血的运行活动与四时，五行的变化相应，经脉气血就会发挥正常作用；如



果相逆反了，就会使经脉的功能发生紊乱。

黄帝说：什么叫做相顺而治？岐伯说：人体的十二经脉，与一年的十二个月份相对应。每年分为春、夏、秋、冬四个季节，且气候各不相同，营卫之气按正常规律内外上下一相随行，阴阳相互协调，清升浊降，互不相扰，就叫做相顺而治。

黄帝说：什么叫相逆而乱？岐伯说：清阳之气不上升却反而下扰于阴，浊气不下降却反而上扰于阳。营气顺行于脉中，而卫气却偏离正常循行，以致清浊相干扰，乱于胸中，称为人。愧所以气乱于心，则心神烦躁，沉默寡言，俯首静卧；气乱于肺，则前俯后仰、气喘急促；气乱于肠胃，则上吐下泻，发为霍乱；气乱于手臂、胫部，则四肢厥冷；气乱于头，就会引起气逆上冲，头重脚轻，眩晕仆倒的病症。

黄帝说：在针刺治疗五乱的病症时也有一定的规律吗？岐伯说：五乱病症的产生有一定规律，故治疗时也有一定的规律可循，只有探明病症发生及治疗的规律，才是强身防病的重要法宝。

黄帝说：讲得好，我想听听其中的道理。岐伯说：气乱于心的，针刺时应取手少阴心经的输穴神门及手厥阴心包经的输穴大陵二穴；气乱于肺的，针刺时应取手太阴肺经的荣穴鱼际和足少阴肾经的输穴太溪；气乱于肠胃的，针刺时应取足太阴脾经输穴太白和足阳明胃经输穴陷谷，如不愈的，可再针刺足阳明胃经的足三里穴；气乱于头的，针刺时应取足太阳膀胱经的天柱穴和大杼穴，如不愈可再刺足太阳膀胱经的荣穴通谷和输穴束骨；气乱于手臂胫足的，先针刺局部的血脉，泻去瘀血，然后再针刺手阳明大肠经的荣穴二间、输穴三间及手少阳三焦经的荣穴液门、输穴中渚，若病在下肢，则针刺足阳明胃经的荣穴内庭、输穴陷谷及足少阳胆经的荣穴侠溪、输穴临泣。

黄帝说：补泻的方法又是怎样的呢？岐伯说：进针和出针都应缓慢，以扶助正气，同时引邪外出，称为导气。在针刺补泻手法不明显的时候扶正祛邪的调整作用将显示出来，称为同精。这主要是五乱病症既非邪气有余所致；也非正气不足所致，而是气机逆乱的缘故。黄帝说：你这些论述的确很精辟，其分析也清楚详尽，请记录在玉版上，给其命名为“治乱”吧！





胀论篇



黄帝曰：脉之应于寸口，如何而胀？岐伯曰：其脉大坚以涩者，胀也。黄帝曰：何以知脏腑之胀也？岐伯曰：阴为脏，阳为腑。

黄帝曰：夫气之令人胀也，在于血脉之中耶，脏腑之内乎？岐伯曰：三（一云二字）者皆存焉，然非胀之舍也。黄帝曰：愿闻胀之舍。岐伯曰：夫胀者，皆在于脏腑之外，排脏腑而郭胸胁，胀皮肤，故命曰胀。

黄帝曰：脏腑之在胸胁腹裏之内也，若匣匮之藏禁器也，各有次舍，异名而同处。一域之中，其气各异，愿闻其故。岐伯曰：夫胸腹，脏腑之郭也；膻中者，心主之宫城也；胃者，太仓也；咽喉小肠者，传送也；胃之五窍者，闾里门户也；廉泉、玉英者，津液之道也。故五脏六腑者，各有畔界，其病各有形状。营气循脉，卫气逆为脉胀，卫气并脉循分为肤胀。三里而泻，近者一下，远者三下。无问虚实，工在疾泻。

黄帝曰：愿闻胀形。岐伯曰：夫心胀者，烦心短气，卧不安。肺胀者，虚满而喘咳。肝胀者，胁不满而痛引小腹。脾胀者，善哕，四肢烦惋，体重不能胜衣，卧不安。肾胀者，腹满引背央央然，腰骶痛。六腑胀：胃胀者，腹满，胃脘痛，鼻闻焦臭，妨于食，大便难。大肠胀者，肠鸣而痛濯濯，冬日重感于寒，则飧泄不化。小肠胀者，少腹膜胀，引腰而痛。膀胱胀者，少腹满而气癃。三焦胀者，气满于皮肤中，轻轻然而不坚。胆胀者，胁下痛胀，口中苦，善太息。凡此诸胀者，其道在一，明知逆顺，针数不失。泻虚补实，神去其室，致邪失正，真不可定，粗之所败，谓之夭命。补虚泻实，神归其室，久塞其空，谓之良工。

黄帝曰：胀者焉生？何因而有？岐伯曰：卫气之在身也，常然并脉循分内，行为逆顺，阴阳相随，乃得天和，五脏更始，四时循序，五谷乃化。然后厥气在下，营卫留止，寒气逆上，真邪相攻，两气相搏，乃合为胀也。黄帝



曰：善。何以解惑？岐伯曰：合之于真，三合而得。帝曰：善。

黄帝问于岐伯曰：胀论言无问虚实，工在疾泻，近者一下，远者三下，今有其三而不下者，其过焉在？岐伯对曰：此言陷于肉育，而中气穴者也。不中气穴，则气内闭。针不陷育，则气不行。上越中肉，则卫气相乱，阴阳相逐。其于胀也，当泻不泻，气故不下。三而不下，必更其道，气下乃止。不下复始，可以万全，乌有殆者乎？其于胀也，必审其脉，当泻则泻，当补则补，如鼓应桴，恶有不下者乎？

【译文】

黄帝说：寸口脉出现什么样的脉象就表明为胀病呢？岐伯说：脉洪盛坚实而滞涩的，就说明患有胀病。黄帝说：五脏六腑胀病的区别在哪里？岐伯说：阴脉胀在脏，阳脉则胀在腑。

黄帝说：气机异常可使人患胀病，那么胀病是在血脉之中呢？还是在脏腑之内呢？岐伯说：血脉、脏、腑三者都有不正常的气，但并不是说它们就是胀病产生的部位。黄帝说：我想了解一下胀病产生的部位。岐伯说：胀病都在脏腑的外面产生，向内压迫脏腑，向外扩张胸胁，使皮肤发胀，所以叫做胀病。

黄帝说：五脏六腑深居在胸腔、腹腔之内，就像是珍品被深藏在匣柜中一样，并各自按照一定的次序居守，虽然名字不同，但共同居守于一定的领域。我想知道它们的功能不相同的原因。岐伯说：胸廓、腹廓是脏腑的外卫；膻中是心脏的宫城；胃是容纳水谷的仓库；咽喉和小肠，是传送饮食的道路；消化道的咽门、贲门、幽门、阑门、魄门五个窍门，就像闾巷邻里的门户一样，廉泉、玉英，是津液运行的通路。所以说五脏六腑都有固定的位置界限，并且它们所表现出的症状也各不相同，如营气在脉中正常循行，而卫气运行紊乱，就会引起脉胀；如卫气并入脉中，循行于分肉之间，就会引起肤胀。用针刺治疗时就应取足阳明胃经的足三里穴，且用泻法。若胀的部位离足三里穴较近，针泻一次就可以了；若胀的部位离足三里穴较远，就应针泻三次。不论虚实，胀病初起时都应赶快施行泻法，以治其标。

黄帝说：我想听你讲一下胀病所表现的症状。岐伯说：五脏中心患胀病的表现为：心烦短气，睡卧不安；肺患胀病表现为：胸中虚满，喘息咳嗽；肝患





胀病表现为胁下胀满疼痛牵引小腹；脾患胀病表现为：呃逆呕吐，四肢闷胀不舒，肢体沉重，不能胜衣，而且睡卧不安；肾患胀病表现为：腹胀满，牵引背部闭闷不畅，腰髀部疼痛。六腑中胃患胀病表现为：腹部胀满，胃脘疼痛，鼻中常常闻到焦臭的气味，不思饮食，大便困难；大肠患胀病表现为肠中濯濯鸣响而作痛，若冬季再受寒邪侵犯，就会导致完谷不化的飧泄；小肠患胀病表现为：小腹胀满，牵引腰部疼痛；膀胱患胀病表现为：小腹胀满，小便不通；三焦患胀病，表现为：气充塞皮肤，轻浮空虚，松弛；胆患胀病，表现为：胁下疼痛胀满，口中发苦，经常叹息。以上这些脏腑的胀病，在产生和治疗原则上都有相同的规律，只有明确营卫气血运行逆顺的情况，并运用恰当的针刺方法，才能治愈疾病。如果患虚症用泻法，患实症用补法，就会使神气不能内守，正气不能安定，真气动摇，易至人夭折。如果患虚症用补法，患实症是泻法，就能使神气内守，经脉、肌腠充实，只有这样做的人我们才称其为高明的医生。

黄帝说：胀病的产生和根源是什么？岐伯说：人体内的卫气，在正常情况下，常常伴随着血脉循行于分肉之间，其循行有逆顺的不同，且昼行于阳，夜行于阴，与脉中的营气相随而行，与自然界的规律相适应。营气行于脏腑的经脉，周而复始，也是顺应自然界四季的次第变化，使水谷得以正常地化生精微。如果阴阳不相随，气厥于下，使营卫不能正常循行而凝滞，寒气上逆，邪气与正气相搏集结，就会形成胀病。黄帝说：很好！你如何才能将这个问题讲述得更清楚浅显呢？岐伯说：邪气趁营卫循行紊乱时侵入，与真气相合便互相搏结，以致有的存在于血脉内，有的存在于五脏中，有的存在于六腑内，从而形成胀病。

黄帝说：讲得真好！

黄帝问岐伯道：前面讲过，胀病初起之时，不论虚实，一律应该采用泻法针刺，离病位较近的针刺一次，离病位较远的针刺三次。而有的针刺三次后胀病仍不见减轻，是什么原因呢？岐伯回答说：这是指针刺时深入到肌肉的空隙，刺中了气血输注的穴位，故针刺一次或三次胀病即愈。如果针刺时没有深入到肌肉的空隙并刺中穴位，就会使经脉之气不能畅行，邪气闭留在内。如果



妄中皮肉，则使卫气更加逆乱。阴阳营卫之气相互排斥。对于胀病而言，当用针刺泻法而不用，所以上逆之气不能下行。针刺三次后气仍不下行的，就必须调换其他的穴位，使上逆之气得以下行，这样胀病就可消除。如果胀病还没消除，可再换穴位针刺，直至治愈疾病，不再有什么危险。对那些慢性胀病，一定要认真审察其症状，当泻的就用泻法，当补的就用补法，如同以槌击鼓必有响声，胀病怎能不消退呢？

五癃津液别篇



黄帝问于岐伯曰：水谷入于口，输于肠胃，其液别为五，天寒衣薄则为溺与气；天热衣厚则为汗；悲哀气并则为泣；中热胃缓则唾。邪气内逆，则气为之闭塞而不行，不行则为水胀，余知其然也，不知其何由生，愿闻其道。岐伯曰：水谷皆入于口，其味有五。各注其海，津液各走其道。故三焦出气，以温肌肉，充皮肤，为其津；其流而不行者，为液。天暑衣厚则腠理开，故汗出。寒留于分肉之间，聚沫则为痛。天寒则腠理闭，气湿不行，水下留膀胱，则为溺与气。五脏六腑，心为之主，耳为之听，目为之候，肺为之相，肝为之将，脾为之卫，肾为之外。故五脏六腑之津液，尽上渗于目。心悲气并则心系急，心系急则肺举，肺举则液上溢。夫心系与肺，不能常举，乍上乍下，故咳而泣出矣。中热则胃中消谷，消谷则虫上下作，肠胃充郭故胃缓，胃缓则气逆，故唾出。

五谷之津液和合而为膏者，内渗入于骨空，补益脑髓，而下流于阴股。阴阳不和，则使液溢而下流于阴，髓液皆减而下。下过度则虚，虚故腰背痛而胫酸。阴阳气道不通，四海闭塞，三焦不泻，津液不化，水谷并行肠胃之中，别于回肠，留于下焦，不得渗膀胱，则下焦胀，水溢则为水胀。此津液五别之逆顺也。

【译文】

黄帝问岐伯说：水谷进入口中，再转输到肠胃，其中的液体就可分为五



种。天气寒冷，衣服单薄时，就化为尿与气，天气炎热，衣服过厚时，就化为汗；情绪悲哀，气并于上时，就变为泪，中焦有热而胃弛缓时，就化为唾。邪气内阻，以致阳气闭塞，水气不行，就会成为水胀病。我虽知道这些情况，但不知其中的缘由，请讲解一下。

岐伯说：水谷都是从口进入体内，有酸苦甘辛咸五味，分别注入相应的脏器及四海。饮食所化的津液，各有一定的分布范围。由三焦输出其气，来温养肌肉，充实皮肤，就为津；其留而不行的就为液。热天穿衣过厚，腠理就会开疏，所以汗就容易出，寒邪留滞于分肉之间，津液凝聚为沫，就会产生疼痛。天气寒冷，腠理闭密，气湿不能外泄，水液下注于膀胱，就成为尿与气。

五脏六腑中，心为主宰，耳主听觉，眼司视觉，肺主辅助，肝主谋虑决断，脾主护卫，肾主骨。所以五脏六腑的津液，都上渗于目。人情绪悲哀时，五脏六腑之气都上并于心，使心脏的脉络变得紧张。心脏脉络紧张，则肺叶上举，水液随气上逆。如心脏脉络与肺不能经常上举，时上时下，就会引起咳嗽而涕泪俱出的症状。中焦有热，胃中的食物就消化得快，肠中的寄生虫会上下扰动，扩张胃肠，使胃弛缓，胃弛缓则气上逆，由五谷的津液化合而成膏状的，所以唾液出。内渗于骨髓之中，向上补益脑髓，向下流于阴中。如阴阳失调，就会使精液下溢，且体液也随之向下而减少，下泄过度则成真阴虚，从而出现腰背作疼、足胫酸楚的症状。当阴阳气道阻塞不通，四海闭塞不行，三焦不能输泄，津液不能化生，食物并聚于肠胃中，另出于回肠，滞留于下焦，不能渗入膀胱时，就会使下焦胀满，水液四溢而成水肿。这是津液分为五路而后运行的正常与反常的一般情况。

五阅五使篇



黄帝问于岐伯曰：余闻刺有五官五阅，以观五气。五气者，五脏之使也，五时之副也，愿闻其五使当安出？岐伯曰：五官者，五脏之阅也。



黄帝曰：愿闻其所出，令可为常。岐伯曰：脉出于气口，色见于明堂，五



色更出，以应五时，各如其常。经气入脏，必当治理。帝曰：善。五色独决于明堂乎？岐伯曰：五官已辨，阙庭必张，乃立明堂。明堂广大，蕃蔽见外，方壁高基，引垂居外，五色乃治，平博广大，寿中百岁。见此者，刺之必已。如是之人者，血气有余，肌肉坚致，故可苦以针。

黄帝曰：愿闻五官。岐伯曰：鼻者，肺之官也；目者，肝之官也；口唇者，脾之官也；舌者，心之官也；耳者，肾之官也。

黄帝曰：以官何候？岐伯曰：以候五脏。故肺病者，喘息鼻胀；肝病者，眦青；脾病者，唇黄；心病者，舌卷短，颧赤；肾病者，颧与颜黑。

黄帝曰：五脉安出，五色安见，其常色殆者，如何？岐伯曰：五官不辨，阙庭不张，小其明堂，蕃蔽不见，又埤其墙，墙下无基，垂角去外，如是者，虽平常殆，况加疾哉。

黄帝曰：五色之见于明堂，以观五脏之气，左右高下，各有形乎？岐伯曰：腑脏之在中也，各以次舍，左右上下，各如其度也。

【译文】

黄帝向岐伯问道：我听说在施行针刺疗法的时候，是将面部的五官当作查阅五脏情况的依据，来观察五脏外现于面部的色泽变化。面部五官的青、赤、黄、白、黑五种色泽，乃是五脏精气在面部五官显露的征象，同时也与一年中





五季的气候相互称应。那么，我希望能够了解一下五脏的情况是如何通过面部五官色泽表现出来的。

岐伯回答说：面部的五官，乃是查阅五脏情况的依据。

黄帝说：我希望能够了解它们所反映出来的情况，以便使之成为医生们所奉行的常规方法。

岐伯说：脉象表现于气口，而色泽显露在鼻部。青、赤、黄、白、黑五色交替显现，而与一年中五季的气候相互称应，各个季节也分别有与其相应的正常面色。如果邪气循着经脉内传入脏而导致脏病，虽然病色显现于面部五官，但治疗时却一定要针对内在脏器。

黄帝说：您说得很好。那么，诊察面部的色泽仅仅取决于鼻部吗？

岐伯说：在诊察五官色泽这个方面，首先是面部的五官必须端正清晰，就好比修建明堂，一定要先将阙和庭的位置确定，然后才设立明堂，而鼻部就像是明堂，阙就像是两眉之间，庭就像是前额。如果鼻部像明堂一样宽大而隆起，两侧的颊和耳门分别像篱笆和屏障一样围护于外周，面部的肌肉像墙壁一样丰厚，骨骼像墙基一样隆立，两侧的下颌方正而外向，面部的色泽也显得明润而和谐。总而言之，是面部平正，五官挺秀，具有这种面相的人，能够合于天年之数而寿达百岁。医生若遇到这种病人，用针刺疗法来治疗一定能够奏效。因为像这样的人，一般都是血气充盈而有余，肌肉坚实而致密，所以可以用针刺疗法来治疗。

黄帝说：我希望能够了解一下五脏和五官的关系。

岐伯说：鼻部是肺脏功能外现的官窍，眼睛是肝脏功能外现的官窍，口唇是脾脏功能外现的官窍，舌是心脏功能外现的官窍，耳是肾脏功能外现的官窍。

黄帝问道：那么根据五官的变化来诊察什么病变呢？

岐伯回答说：用来诊察五脏的病变。如果是患肺病的人，可以诊察到气息喘急，鼻腔窒胀；如果是患肝病的人，可以诊察到目眦色青；如果是患脾病的人，可以诊察到口唇色黄；如果是患心病的人，可以诊察到舌头卷曲而短缩，颧部色赤；如果是患肾病的人，可以诊察到颧部和前额颜色发黑。



黄帝问道：有的人五脏之脉安然而至，五脏之色安然而现，他们虽然面色如常，但一旦罹患疾病，情况比较危重，这是怎么一回事呢？

岐伯回答说：如果面部的五官不够端正清晰，两眉之间和前额部拘狭而不够宽朗，鼻部低矮而窄小，两侧的颊和耳门瘦削而不够饱满，以致从正面看不到，而且面部的肌肉瘦削凹陷，骨骼低平，不能隆立于肌肉之下，两侧下颌如削而内收。像这种面相的人，即使是平常无病之时也常常虚弱困苦，更何况罹患疾病呢？

黄帝问道：青、赤、黄、白、黑五色显现在鼻部，可以据此诊测五脏中精气的情况，那么，这五色显现位置的左右高低，是否各有相应的部位呢？

岐伯回答说：五脏六腑位居体腔之中，各有其所居的部位，那么，它们的情况反映于面部五官，也是依照其相应的左右高低位置的。

顺逆肥瘦篇



黄帝问于岐伯曰：余闻针道于夫子，众多毕悉矣。夫子之道应若失，而据未有坚然者也，夫子之问学熟乎，将审察于物而心生之乎？岐伯曰：圣人之为道者，上合于天，下合于地，中合于人事，必有明法，以起度数、法式检押，乃后可传焉。故匠人不能释尺寸而意短长，废绳墨而起平木也，工人不能置规而为圆，去矩而为方。知用此者，固自然之物，易用之教，逆顺之常也。

黄帝曰：愿闻自然奈何？岐伯曰：临深决水，不用功力，而水可竭也；循掘决冲，而经可通也。此言气之滑涩，血之清浊，行之逆顺也。

黄帝曰：原闻人之白黑肥瘦小长，各有数乎？岐伯曰：年质壮在，血气充盈，肤革坚固，因加以邪，刺此者，深而留之，此肥人也。广肩腋项，肉薄厚皮而黑色，唇临临然，其血黑以浊，其气涩以迟，其为人也，贪于取也，刺此者，深而留之，多益其数也。

黄帝曰：刺瘦人奈何？岐伯曰：瘦人者，皮薄色少，肉廉廉然，薄唇轻





言，其血清气滑，易脱于气，易损于血，刺此者，浅而疾之。

黄帝曰：刺常人奈何？岐伯曰：视其白黑，各为调之。其端正敦厚者，其血气和调，刺此者，无失常数也。

黄帝曰：刺壮士真骨者奈何？岐伯曰：刺壮士真骨，坚肉缓节监监然，此人重则气涩血浊，刺此者，深而留之，多益其数；劲则气滑血清，刺此者，浅而疾之。

黄帝曰：刺婴儿奈何？岐伯曰：婴儿者，其肉脆血少气弱，刺此者，以毫针，浅刺而疾发针，日再可也。

黄帝曰：临深决水奈何？岐伯曰：血清气浊，疾泻之，则气竭焉。

黄帝曰：循掘决冲奈何？岐伯曰：血浊气涩，疾泻之，则经可通也。

黄帝曰：脉行之逆顺奈何？岐伯曰：手之三阴，从脏走手；手之三阳，从手走头。足之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹。

黄帝曰：少阴之脉独下行，何也？岐伯曰：不然。夫冲脉者，五脏六腑之海也，五脏六腑皆禀焉。其上者，出于颡颥，渗诸阳，灌诸精；其下者，注少阴之大络，出于气街，循阴股内廉，入腠中，伏行胫骨内，下至内踝之后属而别。其下者，并于少阴之经，渗三阴；其前者，伏行出跗属，下循跗入大指间，渗诸络而温肌肉。故别络结则跗上不动，不动则厥，厥则寒矣。黄帝曰：何以明之？岐伯曰：以言导之，切而验之，其非必动，然后乃可明逆顺之行也。

黄帝曰：窘乎哉，圣人之为道也！明于日月，微于毫厘，其非夫子，孰能道之也？

【译文】

黄帝向岐伯问道：我从先生这里了解关于针法的道理，很多的内容都已经明白了。先生的理论和方法，在用于临证的时候取得效验，就像手中失物一样快捷，而且据以治疗病患，没有顽固不愈的。那么，我想请问先生，您是孜孜勤勉地向他人讨教学习呢？还是善于缜密地审察人体与自然而从内心悟出这些道理呢？

岐伯回答说：圣人在研究学习某种理论和方法的时候，必定要向上符合于



天道，向下符合于地理，在中符合于人事，洞达通晓其中的有关规律，并且依据这些规律来创制相应的规则和法度，然后才可以向后世的人们传授。因此说，工匠们不能弃置量度长度的尺子而去主观地臆测长短，扔掉画线用的墨绳而去随意地将木料取直或取平；工人们也不能丢掉圆规去画圆形，扔下方尺去画方形。如果懂得用这种道理去研究学习，那实在是掌握了事物的自然道理，平易实用的法则，以及研判各种情况的常规啊。

黄帝说：我希望能够了解一下关于事物的自然道理是怎么一回事。

岐伯说：举个例子来说，就像自高处疏导而使水向下流，不必耗用很大的功力，水就可以放尽；或者是顺着洞穴来疏导并破除其中的淤塞，水道就可以畅通。用这样的例子，就可以说明人体之中气机的滑畅或涩滞，血液的清利或黏滞以及气血运行的条顺或逆乱了。

黄帝问道：我希望能够了解一下关于人体皮肤黑白、形体胖瘦、体格高低的情况，根据这些不同情况，在施行针刺疗法时是否各有不同的规矩呢？

岐伯回答说：如果是年值壮盛，体格壮实的人，他的气血必定充盈，肤表必定坚实，当由于邪气侵害而发病的时候，也必定是属于邪气盛实的疾患，那么，在对这类病人施行针刺疗法的时候，就可以深刺而且留针。因为此类病人属于形体肥壮这种情况。他们一般肩部宽阔，腋部和项部的肌肉相对较薄弱，皮肤较厚而且呈现黑色，嘴唇也比较肥厚；就内部气血的情况而言，他们的血液一般颜色较深而且质地黏滞，他们的气机运行也往往艰涩而且迟滞；就他们为人处事的品性而言，一般也多是贪于获取某些好处。因此，在对这类病人施行针刺疗法的时候，就应该深刺而且留针，还要增加针刺的次数。

黄帝问道：那么，用针刺疗法来治疗患病的瘦人是怎样的情况呢？

岐伯回答说：瘦人的皮肤菲薄，颜色浅淡而且润泽不够，肌肉瘦损得就像用刀削过一样，嘴唇较薄，说话时发声轻弱；就内部气血的情况而言，他们的血液一般颜色较浅而且质地清稀，他们的气机运行也往往偏于滑疾流利。像这种体质的人在患病时，既容易出现正气离散，也容易出现血液消损。因此，在对这类病人施行针刺疗法时，就应该浅刺而且即时出针。

黄帝问道：那么，用针刺疗法来治疗患病的体格适中、不胖不瘦的人是怎么



样的情况呢？

岐伯回答说：治疗这类病人时，要首先观察他的皮肤颜色是偏于白，还是偏于黑，然后再根据不同的情况来分别为他们调治。如果是体格端正、肌肉丰厚的人，他们的血气必定宁和而调畅。因此，在对这类病人施行针刺疗法的时候，就不必背离常规的方法。

黄帝问道：那么，用针刺疗法来治疗患病的形体强壮、骨骼坚实的人是怎样的情况呢？

岐伯回答说：在用针刺疗法治疗形体强壮、骨骼坚实的病人时，要考虑到他们一般是肌肉丰厚而有力，骨节舒缓而灵活，总而言之，身体强壮有力。在这类病人中，性格沉稳少动的往往气机艰涩，血液黏滞，那么，在对这类病人施行针刺疗法时，就应该深刺而且留针，还要增加针刺的次数；性格好胜多动的往往气机滑利，血液清稀，那么，在对这类病人施行针刺疗法时，就应该浅刺而且即时出针。

黄帝问道：那么，用针刺疗法来治疗患病的婴儿是怎样的情况呢？

岐伯回答说：婴儿的肌肉柔弱，血气还不够充盈，因此，在对患病的婴儿施行针刺疗法时，就只能用毫针来刺疗，而且要浅入针，快出针，每天刺两次就可以了。

黄帝问道：您用“临深决水”来比喻针刺的方法，那到底是怎样的情况呢？

岐伯回答说：“临深决水”是自高处疏导而使水向下流，就好似病人血液清稀，气机壅滞，医生用针法迅速地予以泻除，那么壅滞的病气就可以消散而尽了。

黄帝问道：您用“循掘决冲”来比喻针刺的方法，那到底是怎样的情况呢？

岐伯回答说：“循掘决冲”是顺着洞穴来疏导并破除其中的淤塞，就好似病人血液黏滞，气机壅塞，医生用针法迅速地予以泻除，那么壅塞的气血就可以畅通无碍了。

黄帝问道：经脉循行的逆顺情况又是怎样的呢？



岐伯回答说：手太阴、手少阴、手厥阴三条手阴经，都是从相应的脏循行到手部；手阳明、手太阳、手少阳三条手阳经，都是从手部循行到头部；足阳明、足太阳、足少阳三条足阳经，都是从头部循行到足部；足太阴、足少阴、足厥阴三条足阴经，都是从足部循行到腹部。

黄帝问道：那么，只有足少阴经向下循行，又是什么道理呢？

岐伯回答说：那向下循行的并不是足少阴经，而是冲脉。冲脉既是五脏六腑气血的汇聚之处，而五脏六腑又都是从冲脉中禀受气血。冲脉上行的部分，从上腭与鼻相通的孔窍处行出，渗注气血于各条阳经，充养脉中的精气。而冲脉下行的部分，就注入足少阴经的大络，从气街分出，然后沿着大腿的内侧面下行，进入窝之中，又伏行于胫骨之内，向下到达踝关节内侧偏后的位置，就又分支为两条。这两条分支中下行的一条与足少阴经并行，渗注气血于足三阴经；伏而前行的一支离开踝关节，向下沿着足背走到足大趾，渗注气血于各条络脉，从而温养肌肉。因此说，冲脉的别行支脉若淤结不通，足背上的脉气便凝止不动，而脉气凝止不动便是厥逆不通，厥逆不通就会表现为足胫冰冷。

黄帝问道：那么，用什么方法来察辨这些病变呢？

岐伯回答说：一方面要用语言来导问病人的症状，一方面要用切按的方法来察验局部的情况。如果不是冲脉别络的气血凝阻，那么足背之上必定有脉气搏动。然后据此类推，就可以察明全部经脉运行的顺逆情况了。

黄帝说：这真是疑难而让人费解的问题啊！圣人创制医学的法则，比日月还要明晰清楚，比毫厘还要精审入微。看来，要不是先生您的话，又有谁能辨明这些道理呢？

血络论篇



黄帝曰：愿闻其奇邪而不在经者。岐伯曰：血络是也。

黄帝曰：刺血络而仆者，何也？血出而射者，何也？血少黑而浊者，何





也？血出清而半为汁者，何也？发针而肿者，何也？血出若多若少而面色苍苍者，何也？发针而面色不变而烦惋者，何也？多出血而不动摇者，何也？愿闻其故。岐伯曰：脉气盛而血虚者，刺之则脱气，脱气则仆。血气俱盛而阴气多者，其血滑，刺之则射。阳气畜积，久留而不泻者，其血黑以浊，故不能射。新饮而液渗于络，而未合和于血也，故血出而汁别焉；其不新饮者，身中有水，久则为肿。阴气积于阳，其气因于络，故刺之，血未出而气先行，故肿。阴阳之气，其新相得而未和合，因而泻之，则阴阳俱脱，表里相离，故脱色而苍苍然。刺之血出多，色不变而烦惋者，刺络而虚经；虚经之属于阴者，阴脱，故烦惋。阴阳相得而合为痹者，此为内溢于经，外注于络，如是者，阴阳俱有余，虽多出血而弗能虚也。

黄帝曰：相之奈何？岐伯曰：血脉者，盛坚横以赤，上下无常处，小者如针，大者如筋，刺而泻之万全也，故无失数矣。失数而反，各如其度。

黄帝曰：针入而肉著者，何也？岐伯曰：热气因于针则针热，热则肉著于针，故坚焉。

【译文】

黄帝说：希望听你讲解一下由奇邪所导致的，但不在经脉中的病变情况。岐伯回答说：这是一种在络脉之中的病变。

黄帝说：刺血络放血时病人昏倒，是什么原因？针刺后血液喷射而出。是什么原因？放出的血色黑浓厚，又是什么原因？放出的血清稀，有一半像水汁。是什么原因？出针后局部皮肤肿起，是什么原因？放出的血或多或少，面色苍白。是什么原因？面色无变化。但心胸烦闷，是什么原因？出血虽多但无痛苦。是什么原因？岐伯回答说：脉气盛但血虚的人，针刺时就会脱气，气脱人就会昏倒；血气虽然俱盛但经脉中阴气较多，所以它的血行滑利，刺络放血时就会血出如喷；阳气蓄积于血络之中，长时间不能外泄，所以血色黑浓厚，不能喷射而出；刚刚喝过水，水液渗入络脉，尚未与血混合时，针刺出的血便清稀；如果不是刚饮过水，那就说明病人体内积有水气，日久便会形成水肿。阴气积蓄于阳分，困滞在络脉，故针刺时血未出而气先行，阴气闭于肉腠则使皮肤发肿。阴阳二气刚刚相合而尚未协调，此时用泻法针刺，就会使阴阳耗

