

中 | 华 | 经 | 典 | 名 | 著
全本全注全译丛书

黄帝内经

姚春鹏 译注

【下】

灵 枢



中华书局

全本全注全译丛书

中华
经典
名著



姚春鹏◎译注


黄帝内经 下

灵枢

中华书局

中华经典名著
全本全注全译丛书
(已出书目)

孟子
庄子
韩非子
楚辞
黄帝内经
史记



黄帝内经下

灵枢目录

叙 845

卷 一

九针十二原第一 法天 849

本输第二 法地 863

小针解第三 法人 879

邪气脏腑病形第四 法时 886

卷 二

根结第五 法音 905

寿夭刚柔第六 法律 916

官针第七 法星 925

本神第八 法风 933

终始第九 法野 940

卷 三

经脉第十 955

经别第十一 988

经水第十二 994

卷 四

经筋第十三 1000

骨度第十四 1014

五十营第十五 1019

营气第十六 1022

脉度第十七 1025

营卫生会第十八 1030

四时气第十九 1037

卷 五

五邪第二十 1044

寒热病第二十一 1047

癫狂第二十二 1055

热病第二十三 1062

厥病第二十四 1074

病本第二十五 1081

杂病第二十六 1083

周痹第二十七 1089

口问第二十八 1093

卷 六

师传第二十九 1103

决气第三十 1111

肠胃第三十一 1115

平人绝谷第三十二	1118
海论第三十三	1121
五乱第三十四	1126
胀论第三十五	1130
五癯津液别第三十六	1137
五阅五使第三十七	1141
逆顺肥瘦第三十八	1146
血络论第三十九	1153
阴阳清浊第四十	1157

卷 七

阴阳系日月第四十一	1161
病传第四十二	1166
淫邪发梦第四十三	1172
顺气一日分为四时第四十四	1176
外揣第四十五	1183
五变第四十六	1187
本脏第四十七	1195

卷 八

禁服第四十八	1209
五色第四十九	1217
论勇第五十	1228
背腧第五十一	1234
卫气第五十二	1236
论痛第五十三	1242
天年第五十四	1245

逆顺第五十五	1250
五味第五十六	1253

卷 九

水胀第五十七	1258
贼风第五十八	1262
卫气失常第五十九	1265
玉版第六十	1273
五禁第六十一	1282
动输第六十二	1286
五味论第六十三	1292
阴阳二十五人第六十四	1296

卷 十

五音五味第六十五	1312
百病始生第六十六	1320
行针第六十七	1328
上膈第六十八	1332
忧患无言第六十九	1336
寒热第七十	1340
邪客第七十一	1343
通天第七十二	1357

卷十一

官能第七十三	1367
论疾诊尺第七十四	1377

刺节真邪第七十五	1384
卫气行第七十六	1403
九宫八风第七十七	1413

卷十二

九针论第七十八	1423
岁露论第七十九	1442
大惑论第八十	1453
痈疽第八十一	1460



叙

昔黄帝作《内经》十八卷，《灵枢》九卷，《素问》九卷，迺其数焉^①。世所奉行唯《素问》耳。越人得其一二而述《难经》^②，皇甫谧次而为《甲乙》^③。诸家之说，悉自此始。其间或有得失，未可为后世法。则谓如《南阳活人书》称“咳逆者，哕也”^④。谨按《灵枢》经曰：“新谷气入于胃，与故寒气相争，故曰哕。”举而并之，则理可断矣。又如《难经》第六十五篇，是越人标指《灵枢·本输》之大略，世或以为流注。谨按《灵枢》经曰：“所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。”又曰：“神气者，正气也。神气之所游行出入者，流注也。井、荣、输、经、合者，本输也。”举而并之，则知相去不啻天壤之异^⑤。但恨《灵枢》不传久矣，世莫能究。

【注释】

- ①迺(nǎi)：“乃”的异体字。
- ②越人：战国名医姓秦，名越人，渤海郡鄆人。传说是《难经》的作者。《难经》：中医四大经典之一，其内容主要是就《内经》而提出的八十一个难题，故名《难经》。
- ③皇甫谧(mì)：姓皇甫，名谧，字士安。晋朝安定朝那人。次：动词，编次，排列。《甲乙》：皇甫谧将《内经》中有关针灸学的内容，

重新排列整理而成的书，全名《针灸甲乙经》。

④《南阳活人书》：又称《类证活人书》，二十二卷。宋代朱肱撰。

⑤不啻(chi)：不止，不仅。

【译文】

从前黄帝创作了《内经》共计十八卷，其中《灵枢》九卷，《素问》九卷，就是其总数。但是世上所遵行流传的只有《素问》。秦越人取其中的十分之一二，而发挥成《难经》，皇甫谧重新编纂排列为《针灸甲乙经》。各家学说，都是从此开始的。这其中或有得有失，不能成为后世的准则。比如《南阳活人书》中说“咳逆，就是哕证”。我谨慎地考察了《灵枢》经，其中说：“刚刚食用的五谷之气进入胃中，与胃中旧有的寒气相争，所以发生哕证。”列举并排于此，哪个更合乎道理就可以判断了。又比如《难经》的第五十六篇是秦越人标示《灵枢·本输》篇的内容大要，世上有人认为是讲“流注”的。我谨慎地考察了《灵枢》经，其中说：“所说的节是神气运行出入之所，不是指皮肉筋骨。”又说：“神气，就是正气。神气的运行出入，是流注。井、荣、输、经、合是经脉输注的关键所在。”列举并排于此，就可以知道所讲的道理相距不仅是天壤之别。只是遗憾《灵枢》不传于世，已经很久了，世人不能探究清楚。

夫为医者，在读医书耳。读而不能为医者，有矣；未有不读，而能为医者也。不读医书，又非世业，杀人尤毒于梃刃^①。是故古人有言曰：为人子而不读医书，犹为不孝也。

【注释】

①梃刃：这里泛指兵器。梃，棍棒。刃，刀刃。

【译文】

行医治病，关键在于研读医书。读了医书，不能做个良医，有这种

情况；没有不读医书，而能做个好医生的。不研读医书，又不是世代以医为业，那样害人就比刀枪棍棒厉害得多了。所以古人曾说过：作为人子，而不读医书，还不能算是孝子。

仆本庸昧，自髻迄壮^①，潜心斯道，颇涉其理。辄不自揣，参对诸书，再行校正家藏旧本《灵枢》九卷，共八十一篇，增修音释，附于卷末，勒为二十四卷^②。庶使好生之人，开卷易明，了无差别。除已具状经所属申明外，准使府指挥依条申转运司^③，选官详定，具书送秘书省国子监^④。今崧专访请名医，更乞参详，免误将来，利益无穷，功实有自。

时宋绍兴乙亥仲夏望日锦官史崧题^⑤

【注释】

①髻(tiáo)：古时儿童头发下垂。引申指儿童。

②勒：刻，雕刻，出版。

③转运司：古时官署名称。

④秘书省：古时掌管图书的官署。国子监：亦称国学。古时国家设立的学校。

⑤绍兴：宋高宗年号。乙亥：指绍兴二十五年，即公元1155年。仲夏：夏历五月。望日：即十五日。

【译文】

我本来平庸愚昧，从幼年至壮年，潜心研究医道，较深入地探究了其中的道理。于是不揣愚陋，参考核对各种书籍，再校正家藏旧本的《灵枢》九卷，共计八十一篇，增加修订了注音和释词附在卷末，刻成二十四卷。或许能使爱护生命的人，打开书卷，很容易明白，不会有差错。除了已经陈述情况向所属部门说明外，还恳请府里的指挥依据条例申

请转运司,指定官员详细审定,全部誊写清楚送秘书省和国子监。现在我又专门访问和聘请名医,进一步请他们审慎详尽地参订,以免贻误今后的读者,给后世带来无穷的利益,医学的功效有所来源。

时间是有宋绍兴二十五年五月十五日锦官史崧题

卷 一

九针十二原第一 法天

【题解】

九针,古代用来针治的九种针具,即鑱针、员针、鍉针、锋针、铍针、员利针、毫针、长针、大针。针具何以为九种,这与古人的数字崇拜有关。古人在生产生活的实践中发现客观世界存在着数量关系,这种数量关系似乎是世界的本质,决定着万物的存在方式。数,不仅是单纯的计算工具,而且是自然规律的反映。于是产生了数理哲学,来指导人类的社会实践。《素问·三部九候论》云:“天地之至数,始于一,终于九焉。”“九”为数之极,所以针具也有九种。十二原,指十二原穴。具体指五脏各二原穴,合膏之原、肓之原各一,共十二穴。“原”即源,本源之义。所以篇中云:“五脏有疾,应出十二原”,五脏之病在十二原穴上有反映,因此“五脏有疾,当取之十二原”。本篇主要内容有三部分,首先论述了针刺中经气的微妙变化及针刺的疾、徐、迎、随、开、阖等手法和补泻作用。其次,详论了九针之形制及各自适宜的主治病证。最后叙述了分布在肘、膝、胸、脐等处的十二个原穴及脏腑疾病分别取用十二原穴的道理。取其论述所及内容“九针”和“十二原”而名篇。

黄帝问于岐伯曰:余子万民^①,养百姓^②,而收其租税。余哀其不给,而属有疾病^③。余欲勿使被毒药^④,无用砭石,

欲以微针通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会。令可传于后世，必明为之法。令终而不灭，久而不绝，易用难忘，为之经纪^⑤。异其章，别其表里，为之终始，令各有形，先立《针经》。愿闻其情。

【注释】

①子万民：爱万民。

②百姓：百官。

③属(zhǔ)：连续。

④被：受。毒药：治病药物。古人以药能治病，谓之毒药。

⑤经纪：条理。

【译文】

黄帝问岐伯说：我养万民、养百官，而征收他们的租税。很怜悯他们不能终尽天年，还接连不断地生病。我想叫他们不服药，也不用砭石，只用细针，刺入肌肤，就能疏通经脉，调和气血，使气血运行，在经脉中逆来顺往出入会合。使这种疗法，可以传到后世，就必须明确地制定出针经大法。为使针法永远不会磨灭，历久相传而不断绝，在学习中，容易运用，难以忘记，这又必须制定出微针使用的准则。另外，更要辨章析句，辨别表里，讲明用针的终始之道，把九针的形状写清楚，首先编成一部《针经》。我希望听到实际内容。

岐伯答曰：臣请推而次之，令有纲纪，始于一，终于九焉。请言其道。小针之要^①，易陈而难入^②。粗守形，上守神^③。神乎神，客在门^④。未睹其疾，恶知其原？刺之微，在速迟。粗守关，上守机^⑤。机之动，不离其空^⑥。空中之机，清静而微。其来不可逢，其往不可追^⑦。知机之道者，不可挂以发^⑧；不知机道，叩

之不发。知其往来，要与之期。粗之暗乎，妙哉！工独有之。往者为逆，来者为顺^⑨，明知逆顺，正行无问。逆而夺之，恶得无虚？迫而济之，恶得无实？迎之随之，以意和之，针道毕矣。

【注释】

- ①小针：也叫“微针”，即今之毫针。
- ②易陈而难入：简单的容易操作，精微的难以掌握。
- ③粗守形，上守神：技术低下的医生拘泥于有形的刺法，而高明的医生却能够把握气血变化和精神而施针。
- ④神乎神，客在门：人身气血精神的运行通道，也是客邪侵入人体的门户。
- ⑤粗守关，上守机：粗率的医生仅知道守着四肢关节附近的穴位施针，高明的医生等待经气的到来而施以补泻手法。
- ⑥不离其空(kǒng)：经气的往来离不开腧穴。空，中医用语，这里指腧穴。
- ⑦“其来”两句：当邪气正盛时，不可迎而补之；当邪气衰，正气未复时，不可用泻法。
- ⑧不可挂以发：此处以发射弓弩的技术比喻针刺。“不可挂以发”诸家解释都认为是指针刺技术精深之义。但对其本意未有确解。“不可挂以发”与“叩之不发”意正相反。后者意为虽箭在弦上却不能射出。窃以为“不可挂以发”，意指不将箭与弦挂得过紧，则可较容易地把箭发出。
- ⑨“往者”两句：往，指经气去；来，指经气至。去者为逆，来者为顺。

【译文】

岐伯答道：我愿意把所知道的按着次序来谈，这样才有条理，从一到九，终始不乱。先谈谈针刺治疗的一般道理。小针的关键所在，说起来容易，可是达到精微的境界却很难啊！粗率的医生拘守形体，仅知在

病位上针刺，高明的医工却懂得根据病人的神气变化针治疾病。神啊！神啊！气血循行经脉，出入有一定的门户，病邪可从门户侵入体内，医生看不出是什么病，哪能了解病变的原因呢？针刺的巧妙，在于如何运用疾徐手法。粗率的医生拘守四肢关节的穴位治疗，高明的医工却能观察经气。经气的循行，离不开腧穴。邪气随着经气而流动，腧穴所体现的经气虚实变化是清静微妙的，必须仔细体验。当邪气盛时，不可迎而补之，在邪气衰时，不可追而泻之。懂得气机变化的道理，就不会有毫发的差失；不懂得气机变化的道理，就像箭扣弦上，不能射出一样。所以针刺必须掌握气的往来顺逆盛衰之机，才能确有疗效。粗率的医生对此昏昧无知，这种妙处，只有高明的医工才能有。什么是逆顺呢？正气去叫做“逆”，正气来复叫做“顺”，明白逆顺之理，就可以放胆直刺，无须四顾询问了。那正气已虚，反而用泻法，怎么不会更虚呢？邪气正盛，反而用补法，怎么不会更实呢？必须迎其邪而泻，随其去而补，对于补泻手法，能用心体察，那么针刺之道，也就尽在其中了。

凡用针者，虚则实之，满则泄之，宛陈则除之^①，邪胜则虚之。《大要》曰：徐而疾则实^②，疾而徐则虚^③。言实与虚，若有若无^④。察后与先^⑤，若存若亡^⑥。为虚与实，若得若失^⑦。虚实之要，九针最妙。补泻之时，以针为之。泻曰：必持内之，放而出之^⑧，排阳得针^⑨，邪气得泄。按而引针，是谓内温^⑩，血不得散，气不得出也。补曰：随之，意若妄之^⑪，若行若按^⑫，如蚊虻止，如留如还，去如弦绝。令左属右^⑬，其气故止，外门以闭，中气乃实。必无留血，急取诛之。持针之道，坚者为宝^⑭，正指直刺，无针左右，神在秋毫，属意病者，审视血脉，刺之无殆。方刺之时，必在悬阳^⑮，及与两卫^⑯，神属勿去，知病存亡。血脉者，在腧横居，视之独澄^⑰，切之独坚。

【注释】

- ①宛(yù)陈则除之:血气淤滞日久,当排除之。宛,通“蕴”,积聚。
- ②徐而疾则实:进针慢,出针快,出针后急按针孔的刺法,属补法。
- ③疾而徐则虚:进针快,出针慢,出针后不闭针孔的刺法,属泻法。
- ④“言实”两句:针下有气为实,无气为虚。有气指针刺后在刺穴周围产生的酸麻胀痛之感,甚至沿经脉传导,在医生手下有紧滞感。无气则为针刺后没有感觉,医生下针如刺豆腐。气本无形,故云若有若无。
- ⑤察后与先:审察疾病的缓急,决定治疗先后的次序。
- ⑥若存若亡:根据气之虚实,而决定是否留针及留针的久暂。
- ⑦“为虚”两句:形容针刺补泻手法的作用。实证,泻而取之,使患者若有所失;虚证,补而实之,使患者若有所得。
- ⑧放而出之:摇大针孔,使邪气得出。
- ⑨排阳得针:有三说。一、阳指皮肤浅表部位,排开浅表部位,使邪气随针外泄。二、阳指表阳,排开表阳,以去邪气。三、排阳,推扬,转针。
- ⑩内温:气血内蕴。温,通“蕴”。
- ⑪意若妄之:随意而为,好像漫不经心。
- ⑫行:行针导气。按:按压孔穴以下针。
- ⑬令左属右:右手出针,令左手急按针孔。
- ⑭坚者为宝:针刺时要坚固有力。
- ⑮悬阳:凡刺时必举阳气为主,故曰“悬阳”。悬,举。阳,神气。
- ⑯两卫:卫气在阳,肌表之卫。脾气在阴,脏腑之卫。二者皆神气所居,不可伤犯。凡用针首宜顾此。
- ⑰视之独澄:看得很清楚。

【译文】

凡是针刺时,正气虚用补法,邪气实用泻法,有淤血的用破除法,邪