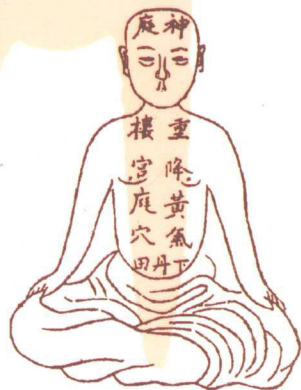


【一目了然学中医丛书】

一目了然学难经

让你轻松学习中医精华的入门书

◎林政宏博士 编著



广东省出版集团
广东科技出版社
全国优秀出版社

【一目了然学中医丛书】

一目了然学难经

林政宏博士 编著

广东省出版集团
广东科技出版社
· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

一目了然学难经 / 林政宏编著. —广州: 广东科技出版社, 2010. 1

(一目了然学中医丛书)

ISBN 978-7-5359-5157-1

I. 一… II. 林… III. 难经—研究 IV. R221.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第130828号

责任编辑: 李鹏 黄铸

封面设计: 李康道

责任校对: 罗美玲

责任技编: 任建强

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21. cn. com

<http://www.gdstp.com.cn>

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮码: 528225)

规 格: 889mm×1194mm 1/32 印张5.5 字数110千

版 次: 2010年1月第1版

2010年1月第1次印刷

印 数: 1~5 000册

定 价: 28.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

序

《难经》原名为《黄帝八十一难经》，书名前冠上“黄帝”的尊号，只是作者借用黄帝的名称而已，并非由黄帝所撰。本书以阐明《黄帝内经》中艰深而不容易理解的内容为主，并且以问答的形式记载下来，因此称为《难经》。

《难经》究竟何时或是由何人所编纂，至今仍然没有明确的结论。根据大多数专家的考证，《难经》成书在《黄帝内经》之后，应该是东汉张仲景之前的医学家根据当时的医学资料编纂而成。

《难经》全书包括八十一节问答，针对《黄帝内经》中的脉学、经络、藏象、疾病、穴位、针法等内容作了较深入的阐述与分析。由于《难经》对中医理论的形成与发展具有深远而重要的影响，它的地位足以与《黄帝内经》并驾齐驱。历代以来，每位学医者都必然学习《难经》。

然而，我们须留意到书中的某些内容有些牵强附会，这是古人在著述时偶尔会犯的毛病，即由于古人太过于强调医学理论的重要性，以至于造成与临床实际病证脱节的缘故。

比如，第十九难认为“一般来说，男子的脉象，寸部偏盛，女子的脉象，尺部偏盛。男子的尺脉通常比较偏弱，女子的尺脉通常比较偏盛，这是男女脉象的一般规律。”这样的看法完全是根据阴阳学说的理论推测而来，并不符合人体疾病的实际情况。在临床病证中，男子与女子之所以会出现脉象的差异，通常是受到更多其他因素的影响，比如体质的强弱、年龄的大小、饮食的营养与居处的环境等，而不只是受到性别差异的影响。

第三十三难探讨肺脏与肝脏的特质，认为“这种现象，就好像是指当人死亡之后，必须回归原来的本质一般，辛金当从庚金，肺

脏就归于原本金的属性而下沉；乙木当从甲木，肝脏就归于原本木的属性而上浮。因此，当肺脏变为纯金时就会下沉，当肝脏变为纯木时就会上浮”。笔者认为，这种看法只是在学理上作文章，这种观点究竟是对是错，完全无科学根据，临床治疗上并不具有实际意义。

又如，第四十六难认为“营气和卫气运行失常，因此白天精神不佳，夜间睡眠时比较难以入睡”，这样的看法也太过于片面，引起老人失眠的原因有很多，并不只是营气和卫气运行失常所引起。《难经》只记载了诸多原因的某一项，这种论述的方式往往会造成许多初学者的误解，拼命以“填鸭”的方式来死记，反而阻碍了中医诊治疾病的辨证思维的发展。

当然，以上只是《难经》的不足之处，综观《难经》的内容仍然算得上是瑕不掩瑜，《难经》的内容相较于《黄帝内经》明显更为简明且实用，因此，可以把《难经》看成是《黄帝内经》的精华版。并且，从这些简明的内容中，我们更容易一窥古人如何运用中医医术诊治疾病的全貌。

此外，《难经》最为宝贵之处在于提出了许多独特的观点，不仅弥补了《黄帝内经》的不足，更是由于其某些观点与《黄帝内经》截然不同，导致后代的医家们为了阐述各自的观点而不断创新并且争论不休，从而发展出更为多元丰富的医学理论。

总之，《难经》属于二千年前古老的医学著作，不可避免地存在与时代脱节的糟粕。当我们在学习《难经》时，必须随时秉持着“取其精华、弃其糟粕”的心态，一方面欣赏古人阐述学理、分析病证的智慧，一方面以此来训练自己掌握医学理论的逻辑思维，千万不能食古不化，照单全收。否则，就算是把《难经》背得滚瓜烂熟，也是一无所获！

林政宏博士

目 录

第一章 脉象解说篇 / 1

第一难 / 2

寸口的脉象。

第二难 / 4

寸口诊脉法之阴病与阳病。

第三难 / 6

脉象搏动的太过与不及。

第四难 / 9

脉象的阴阳属性。

第五难 / 12

寸口脉象的力度描述与指力的轻重差异，分为肺脉、心脉、脾脉、肝脉、肾脉。

第六难 / 14

阴盛阳虚证与阳盛阴虚证的切诊。

第七难 / 16

人体脉象会随着不同节气的变化而不同。

第八难 / 19

肾中元气衰竭的切诊。

第九难 / 21

根据脉象的迟、数来判断五脏六腑的病变。

第十难 / 22

五脏六腑之间会互相影响而出现不同的病证。

第十一难 / 25

脉象突然出现歇止的原因。

第十二难 / 26

由于不明白气血阴阳的变化与脏腑虚实的病证，最终造成患

者死亡的情况。

第十三难 / 28

面色是否与脉象相克或是相生的情况。

第十四难 / 31

至脉与损脉的病证特点与治疗方法。

第十五难 / 36

人体在春、夏、秋、冬不同节气中，所出现的正常脉象与反常脉象的特征。

第十六难 / 41

要分辨脉象，必须同时兼顾脉象与症状。如果患者的脉象与症状可以互相对应，就能确定脉象。

第十七难 / 45

当人生病之后，可以通过观察患者的症状与脉象，来判断病情的变化。

第十八难 / 48

可以从寸、关、尺三部的脉象，来判断是与哪些病证相对应。

第十九难 / 52

男女的脉象各有不同。

第二十难 / 54

阴阳可以互相转化的原则与阴脉乘袭阳位的病证。

第二十一难 / 56

当人体生病时，患者所出现的脉象与病情的好坏有十分重要的关系。

第二十二难 / 57

“是动病”与“所生病”的区别。

第二章 经络解说篇 / 59

第二十三难 / 60

手足三阴经与手足三阳经(十二经脉)，阴、阳跷脉，任脉，督脉的起止长度与经脉循行的顺序。

第二十四难 / 64

手足三阴经与手足三阳经的经气枯竭时，将会出现的症状表现与病情的预后好坏。

第二十五难 / 68

心包经三焦经具有表里相互络属的关系。

第二十六难 / 69

阳跷脉，阴跷脉与脾的大络，这三条络脉并没有十二经脉相互对应。

第二十七难 / 70

奇经八脉的作用，主要是用来疏通十二条正经和十五条络脉满溢之后的气血。

第二十八难 / 72

奇经八脉循行的路线，以及病邪侵袭奇经八脉后，将会引起肿热的病变与治疗方法。

第二十九难 / 73

奇经八脉发生病变的病机与症状。

第三章 脏腑解说篇 / 77**第三十难 / 78**

人体内生成营气与卫气的机理，以及营气与卫气在人体内循行的路线。

第三十一难 / 79

三焦的生理功能与发生病变时的治疗方法。

第三十二难 / 81

为什么心、肺二脏位居于胸膈之上的原因。

第三十三难 / 82

肺脏与肝脏的生理特性。

第三十四难 / 84

五脏分别所主的的声音、颜色、气味和味道与藏神，分别为：肝藏魂，肺藏魄，心藏神，脾藏意和智，肾藏精与志。

第三十五难 / 86

为什么心、肺与小肠、大肠之间的距离会这么远？

第三十六难 / 87

肾脏可以分为左右两个，左边的肾脏具有肾脏的生理功能；右边的肾脏则称为命门。

第三十七难 / 88

当病邪侵犯六腑或是五脏之后，将会引起阴阳学不同形态的病证。

第三十八难 / 91

三焦的生理功能。

第三十九难 / 91

脏有六个的原因与腑只有五个的原因。

第四十难 / 92

说明了鼻能辨气味、耳能辨别声音的原因。

第四十一难 / 93

为什么肝脏有两叶？

第四十二难 / 94

五脏六腑的长度、大小、重量、容量等解剖形态。

第四十三难 / 96

为什么人七天不进饮食，就会死亡？

第四十四难 / 97

消化系统中七个重要的出入口，又称为七冲门。

第四十五难 / 97

脏、腑、筋、髓、血、骨、脉、气汇聚的八会穴。

第四十六难 / 99

为什么老年人比较难以入睡，而少壮年比较不容易醒？

第四十七难 / 100

为什么人体的面部特别能够承受寒冷的侵袭？

第四章 病证解说篇 / 101

第四十八难 / 102

为什么人体的病证可以分为三虚与三实的不同类型？

第四十九难 / 103

当人体生病时，可以分为本经自病的病证与因五邪所引起的病证两种类型。

第五十难 / 108

心脏(火)发生病变时，可以根据病邪的属性区分为虚邪、正邪、实邪、微邪、贼邪。

第五十一难 / 110

如何根据症状表现来判断是否属于脏病或腑病。

第五十二难 / 112

当人体生病时，如何判断是属于脏病还是腑病。

第五十三难 / 113

病证的传变，可以分为七传与间脏两种类型。

第五十四难 / 116

脏病比较难治而腑病容易治疗的原因。

第五十五难 / 117

如何根据病变的部位与形态，来区别积病与聚病。

第五十六难 / 119

如何根据患者的症状表现与病变的部位，来分辨五脏所形成的积病。

第五十七难 / 124

泄泻可以分为胃泄，脾泄，大肠泄，小肠泄，大瘕泄五种类型。

第五十八难 / 126

中风，伤寒，湿温，热病，温病的脉象差异与治法。

第五十九难 / 129

如何根据患者的症状表现，来分辨狂病或癫病。

第六十难 / 130

如何根据头痛与心痛出现疼痛的程度与部位，来分辨是否属于厥痛或是真痛。

第六十一难 / 131

医术是否高明，可以根据其如何运用望诊、闻诊、问诊或是切诊的技术来判断。

第五章 穴位解说篇 / 133

第六十二难 / 134

为什么太阳、少阳、阳明的经脉在井、荣、输、经、合五输穴的基础上，比太阴、少阴、厥阴的经脉多了一个原穴？

第六十三难 / 135

为什么五输穴都是以井穴作为起始的穴位？

第六十四难 / 136

为什么阴经与阳经上的五输穴分别具有不同的五行属性？

第六十五难 / 137

为什么经气所出的地方称为井穴？经气所入的地方称为合穴？

第六十六难 / 138

古人将其五输穴中的输穴作为原穴；当五脏六腑发生病变时，可以取原穴来治疗。

第六十七难 / 141

输穴、募穴的重要性。

第六十八难 / 142

五输穴所形成的机理以及主治的病证。

第六章 针法解说篇 / 145

第六十九难 / 146

治疗虚证、实证、不虚不实病证的原则。

第七十难 / 148

在春夏与秋冬的季节进行针刺治疗时，必须采用的方法与

治疗原则。

第七十一难 / 149

针刺营卫病变的手法。

第七十二难 / 150

迎随补泻的针刺方法。

第七十三难 / 152

井穴施行补泻的手法。

第七十四难 / 153

当五脏发生病变时，可以根据发病当时的季节与所表现出来的症状，来判断病情的预后以及应当针刺的穴位。

第七十五难 / 154

治疗肝气偏盛，肺气偏虚的患者的针刺疗法，称为“泻南补北法”。

第七十六难 / 156

针刺补泻的重要原则。

第七十七难 / 157

医术高明的医生能预防尚未形成的疾病。

第七十八难 / 159

善于用针的医生，必须配合左手来压按穴位，然后根据针下的针感进行补泻的手法。

第七十九难 / 161

迎而夺之的泻法与随而济之的补法。针刺补法的感觉为针下紧牢充实；针刺泻法的感觉为针下软弱空虚。

第八十难 / 163

针刺时，必须根据左手是否感觉经气的到达，来决定进针与出针的时机。

第八十一难 / 163

“损不足而补有余”，将会对人体造成更大的伤害。

第一章 脉象解说篇

《难经》特别重视脉学的阐述，从第一难至第二十一难，《难经》用了近1/4篇幅的文章来论述脉学方面的经验，这些知识都是初学者学习脉学所应具备的基本知识。本书将其内容分为主要的三大重点：

(1)《难经》根据前人的经验，首创独取寸口脉来诊断疾病的方式，这种诊断方式一直延续至今。《难经》将寸口脉细分为寸、关、尺三部，并且详细说明切脉时浮、中、沉三种指力的运用，以及三部九候的诊脉原则，强调寸口脉与人体的五脏六腑、十二经脉具有密切的关系。此外，《难经》还详细阐述“脉贵有根”的理论和“脉以胃气为本”的原理。

(2)《难经》认为人体生病后虽然会出现不同的脉象，但是可以总结为浮脉、沉脉、长脉、短脉、滑脉、涩脉六种基本脉象，也就是所谓的“六纲脉”。《难经》认为其中的浮脉、长脉、滑脉的属性为阳，属于阳脉；沉脉、短脉、涩脉的属性为阴，属于阴脉。

此外，《难经》还特别说明覆溢脉、伏匿脉和重叠脉，大脉与小脉，迟脉与数脉，代脉、损脉、至脉、死脉等脉象与病证之间的关系，当患者出现上述脉象时，都具有一定的临床意义，读者可以从这些内容了解当时的诊脉技术。

(3)《难经》认为在临床诊断时，必须结合患者所出现的脉象与症状、肤色、声音、气味等因素来综合分析，才能做出客观正确的判断。

在判断病证的过程中，如果患者的脉象能够与真实的病证相互印证，表示这类病情比较单纯，通常预后较佳；相反，如果患者的脉象不能够与真实的病证相互印证，表示这类病情比较复杂，通常预后较差。

第一难



第一难概要：

为什么只要切诊寸口的脉象，就可以诊断五脏六腑的病证呢？

因为寸口位于手太阴肺经的动脉上，可以切诊肺脏所发生的病变，同时因为人体内的营气和卫气都汇聚于手太阴经脉的动脉处，因此，《难经》认为，可以独取寸口的脉象来诊断五脏六腑的病证。

一难曰：十二经中皆有动脉，独取寸口，以决五藏六府死生吉凶之法，何谓也？

【语译】一难问：在人体的十二经脉之中，每一条经脉都有与其相对应的动脉，为什么只单独依据寸口部的脉象来诊断五脏六腑的病证？



然：寸口者，脉之大会，手太阴之脉动也。人一呼脉行三寸，一吸脉行三寸，呼吸定息，脉行六寸。

【语译】答：寸口处是十二条经脉经气汇聚的地方，位于手太阴经的动脉之上。正常人呼吸时，在一次呼气的时间内，经气会循着经

脉运行三寸，在一次吸气的时间内，经气也会循着经脉运行三寸。因此，每呼吸一次，经气总共运行六寸。

人一日一夜，凡一万三千五百息，脉行五十度用于身。漏水下百刻，营（诸本均作荣，下同）卫行阳二十五度，行阴亦二十五度，为一周也，故五十度复会于手太阴。

【语译】人体在一个昼夜内，总共呼吸一万三千五百次，经气在十二条经脉之中，总共运行五十度。换句话说，在一昼夜内，营气和卫气在人体的阳分总共运行二十五度，在阴分也必须运行二十五度，称为一周。当人体内的营气和卫气运行五十度后，十二经脉的经气将会再次汇聚于手太阴经脉的动脉处。

寸口者，五藏六府之所终始，故法取于寸口也。

【语译】由于寸口处属于五脏六腑与十二经的经气彼此互相联系的起止点，因此，可以单独依据寸口的脉象来诊断病证。



第一难补充说明：

在《难经》尚未独取寸口的脉象来诊断病证之前，根据《黄帝内经·素问》的记载，当时诊脉的方法为三部诊脉法，也就是将人体分为头部、手部与足部三个部位，每个部位都分别具有三个不同的动脉，可以用来诊断人体的病变。

但是，三部诊脉法的操作方式比较耗费时间和精力，每个患者的诊脉时间起码要花费十分钟以上，对于一般的轻证患者，这种诊脉的方法显得没有效率，因此，逐渐就被独取寸口的诊脉法所取代。

第二难

第二难概要：



《难经》在首创寸口诊脉法之后，根据阴阳学说的理论，将人体的病证区分为阴病与阳病。

阴病所形成的脉气主要汇聚在人体的内部，可以从尺部来切诊；阳病所形成的脉气主要汇聚在人体的外部，可以从寸部来切诊。

二难曰：脉有尺寸，何谓也？

然：尺寸者，脉之大要会也。从关至尺是尺内，阴之所治也；从关至鱼际是寸口内，阳之所治也。

【语译】二难问：寸口脉分为尺部和寸部，这是什么意思？

答：尺部和寸部，是人体内十二经脉经气汇聚的部位。从关部到尺泽称为尺部，主要用来诊断阴证的疾病；从关部到鱼际称为寸部，主要用来诊断阳证的疾病。



故分寸为尺，分尺为寸。故阴得尺中一寸，阳得寸内九分，尺寸终始一寸九分，故曰尺寸也。

【语译】因此，将寸口寸脉部以外的区域称为尺部，尺部以外的区域称为寸部。尺部用一寸的长度来诊断阴证的疾病，寸部用九分的长度来诊断阳证的疾病，尺部和寸部合计长一寸九分，因此称为尺寸。

第二难补充说明：

《难经》将寸口脉分为寸部、关部和尺部三个切诊的区域，同时根据寸、关、尺三部所出现的脉象变化来诊断人体内五脏六腑的病证。

《难经》认为，凡肺病、心病等属于阳证的病证大多分布在寸部；凡肾病等属于阴证的病证大多分布在尺部；而脾病、肝病等属于阴阳各半的病证大多分布在关部。

我们可以推测，寸口诊脉法的规律主要是古人根据阴阳学说与藏象学说的理论，经过长时间临床实践和累积而形成的。此后，古人在寸口诊脉法的基础上又发展出二十八种脉象变化的理论，即便经过上千年的演变至今，寸口诊脉法仍然是目前最重要的诊脉方法。