



中医非物质文化遗产
临床经典读本



外经微言

清·陈士铎著

中国医药科技出版社

· 中医非物质文化遗产临床经典读本

外经微言

清·陈士铎 著
柳



中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

外经微言/ (清) 陈士铎著; 柳璇, 宋白杨校注. —北京:
中国医药科技出版社, 2011. 1

(中医非物质文化遗产临床经典读本)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 4677 - 9

I. ①外… II. ①陈… ②柳… ③宋… III. ①医经
IV. ①R22

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 096995 号

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1020mm ¹/₁₆

印张 6

字数 66 千字

版次 2011 年 1 月第 1 版

印次 2011 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市腾飞印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 4677 - 9

定价 12.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

《中医非物质文化遗产临床经典读本》

编委会

学术顾问 (按姓氏笔画排序)

马继兴 王永炎 王新陆 邓铁涛 史常永
朱良春 李今庸 何任 余瀛鳌 张伯礼
张灿理 周仲瑛 郭子光 路志正

名誉主编 王文章

总主编 柳长华 吴少楨

副总主编 王应泉 许军 赵燕宜

编委 (按姓氏笔画排序)

丁侃 于恒 孔长征 王平 王玉
王体 王朔 王宏利 王雅丽 古求知
田思胜 田翠时 申玮红 白极 艾青华
刘洋 刘光华 刘建青 刘燕君 吕文红
吕文瑞 孙洪生 成莉 朱定华 何永
余新华 宋白杨 张文平 张永鹏 张丽君
张秀琴 张春晖 李刚 李君 李尊
李燕 李永民 李玉清 李仲平 李怀之
李海波 杨洁 步瑞兰 谷建军 邵东梅
陈婷 陈雪梅 周琦 国华 罗琼
范志霞 金芬芳 侯如艳 柳璇 郭华
顾漫 曹璞 曹金虎 黄娟 靳国印
翟春涛 穆俊霞

秘书 赵燕宜 (兼)



中华医学源远流长，博大精深。早在西汉时期，中医就具备了系统的理论与实践，这种系统性主要体现在中医学自身的完整性及其赖以存续环境的不可分割性。在《史记·扁鹊仓公列传》中就明确记载了理论指导实践的重要作用。在中医学的发展过程中，累积起来的每一类知识如医经、方剂、本草、针灸、养生等都是自成系统的。其延续与发展也必须依赖特定的社会人文、生态环境等，特殊的人文文化与生态环境正是构成中医学地域性特征的内在因素，这点突出体现在运用“天人合一”、“阴阳五行”解释生命与疾病现象。

但是，随着经济全球化趋势的加强和现代化进程的加快，我国的文化生态发生了巨大变化，中国的传统医学同许多传统文化一样，受到了严重冲击。许多传统疗法濒临消亡，大量有历史、文化价值的珍贵医药文物与文献资料由于维护、保管不善，遭到损毁或流失。同时，对传统医药知识随意滥用、过度开发、不当占有的现象时有发生，形势日益严峻。我国政府充分意识到了这种全球化对本民族文化造成的冲击，积极推动非物质文化遗产保护。2005年《国务院办公厅关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》指出：“我国非物质文化遗产所蕴含的中华民族特有的精神价值、思维方式、想象力和文化意识，是维护我国文化身份和文化主权的基本依据。”

中医药是中华民族优秀传统文化的代表，是国家非物质文化遗产保护的重要内容。中医古籍是中医非物质文化遗产最主要的载体。杨牧之先生在《新中国古籍整理出版工作的回顾与展望》一文中说：“古代典籍是一个民族历史文化的重要载体，传世古籍历经劫难而卓然不灭，必定是文献典籍所蕴含精神足以自传。……我们不能将古籍整理出版事业仅仅局限于一个文化产业的位置，要将它放到继承祖国优秀文化传统、弘扬中华民族精神、建设有中国特色的社会主义的高度来认识，从中华民族的文化传统和社会主义精神文明建设的矛盾统一关系中去理解。”《保护非物质文化遗产公约》指出要“采取措施，确保非物质文化遗产的生命力，包括这种遗

产各个方面的确认、立档、研究、保存、保护、宣传、承传和振兴”。因此，立足于非物质文化遗产的保护，确立和展示中医非物质文化遗产博大精深的内容，使之得到更好的保护、传承和利用，对中医古籍进行整理出版是十分必要的。

而且，中医要发展创新，增强其生命力，提高临床疗效是关键。而提高临床疗效的捷径，就是继承前人宝贵的医学理论和丰富的临床经验。在中医学中，经典之所以不朽是因其经过了千百年临床实践的证明。经典所阐述的医学原理和诊疗原则，已成为后世医学的常规和典范，也是学习和研究医学的必由门径，通过熟读经典可以启迪和拓宽治疗疾病的思路，提高临床治疗的效果。纵观古今，大凡著名的临床家，无不是在熟读古籍，继承前人理论和经验的基础上成为一代宗师的。因此，“读经典做临床”具有重要的现实意义。

意识到此种危机与责任，我社于2008年始，组织全国中医权威专家与中医文献研究的权威机构推荐论证，按照“中医非物质文化遗产”分类原则组织整理了本套丛书。本套丛书包括《中医非物质文化遗产临床经典读本》（70种）与《中医非物质文化遗产临床经典名著》（30种）两个系列，共100个品种。其所选书目精当，涵盖了大量为历代医家推崇、尊为必读的经典著作，也包括近年来越来越受关注的，对临床具有很好指导价值的近代经典作品。

本次整理突出了以下特点：①力求准确；每种医籍均由专家遴选精善底本，加以严谨校勘，为读者提供准确的原文。②服务于临床，在书目选择上重点选取了历代对临床具有重要指导价值的作品。③紧密围绕中医非物质文化遗产这一主题，选取和挖掘了很多记载中医独特疗法的作品，尽量保持原文风貌，使读者能够读到原汁原味的中医经典医籍。

期望本套丛书的出版，能够真正起到构筑基础、指导临床的作用，并为中国乃至世界，留下广泛认同，可供交流，便于查阅利用的中医经典文化。

本套丛书在整理过程中，得到了作为本书学术顾问的各位专家学者的指导和帮助，在此表示衷心的感谢。本次整理历经数年，几经修改，然疏漏之处在所难免，敬请指正。

中国医药科技出版社

2010年12月

校注说明

《外经微言》，国内孤本，今所存者，仅一种清抄本，现藏天津市图书馆。全书九卷，卷首题“岐伯天师传 山阴陈士铎号远公又号朱华子述”，书末有“嘉庆二十年静乐堂书”的题记。从该抄本的纸张墨色等看，当是嘉庆年间之原物，信可宝也。本次整理，即以此作为底本，并参考《黄帝内经》等以为校对资料。

底本中的脱误衍倒等，均据他书予以校正，并出校记说明。凡缺文无从补入者，均以“□”标示。原书无标点，今采用国家颁布的《中华人民共和国国家标准标点符号用法》进行标点。

校注者

2009年10月



目录

外經
微音

目
录

一卷.....	1
阴阳颠倒篇	1
顺逆探原篇	2
回天生育篇	3
天人寿夭篇	4
命根养生篇	4
救母篇	5
红铅损益篇	7
初生激论篇	8
骨阴篇	8
二卷	10
媿精受妊篇	10
社生篇	11
天厌火衰篇	12
经脉相行篇	12
经脉终始篇	14
经气本标篇	14
脏腑阐激篇	15
考订经脉篇	16
包络配腑篇	24

三卷	26
胆腑命名篇	26
任督死生篇	27
阴阳二趺篇	28
奇恒篇	28
小络篇	29
肺金篇	29
肝木篇	31
肾水篇	32
心火篇	33
四卷	35
脾土篇	35
胃土篇	36
包络火篇	37
三焦火篇	38
胆木篇	39
膀胱水篇	39
大肠金篇	40
小肠火篇	41
命门真火篇	42
五卷	44
命门经主篇	44
五行生克篇	45
小心真主篇	47
水不克火篇	48



三关升降篇	48
表激篇	49
呼吸篇	50
脉动篇	50
瞳子散大篇	51
六卷	53
诊原篇	53
精气引血篇	53
天人一气篇	54
地气合人篇	55
三才并论篇	56
五运六气离合篇	57
六气分门篇	58
六气独胜篇	58
三合篇	59
七卷	62
四时六气异同篇	62
司天在泉分合篇	62
从化篇	63
冬夏火热篇	64
暑火二气篇	64
阴阳上下篇	65
营卫交重篇	65
五脏互根篇	66
八风固本篇	67

八卷	68
八风命名篇	68
太乙篇	69
亲阳亲阴篇	70
异传篇	70
伤寒知变篇	71
伤寒同异篇	72
风寒殊异篇	73
阴寒格阳篇	75
春温似疫篇	75
九卷	77
补泻阴阳篇	77
善养篇	78
亡阴亡阳篇	79
昼夜轻重篇	79
解阳解阴篇	80
真假疑似篇	81
从逆窥源篇	82
移寒篇	83
寒热舒肝篇	84



一 卷

岐伯天师传

山阴陈士铎号远公又号朱华子述

外經
卷一

阴阳颠倒篇

黄帝闻广成子窈窈冥冥之旨，叹广成子之谓天矣。退而夜思，尚有未获，遣鬼臾区问于岐伯天师曰：帝问至道于广成子，广成子曰：至道之精，窈窈冥冥，至道之极，昏昏默默。无视无听，抱神以静，形将自正，必静必清，无劳汝形，无摇汝精，无思虑营营，乃可以长生。目无所见，耳无所闻，心无所知，汝神将守汝形，形乃长生。慎汝内，闭汝外，多知为败。我为汝遂于大明之上矣，至彼至阳之原也；为汝入于窈冥之门矣，至彼至阴之原也。天地有官，阴阳有藏，慎守汝身，物将自壮，我守其一，以处其和，故身可以不老也。天师必知厥义，幸明晰之。岐伯稽首奏曰：大哉言乎！非吾圣帝，安克闻至道哉。帝明知故问，岂欲传旨于万祀乎。何心之仁也。臣愚，何足知之。然仁圣明问，敢备述以闻。窈冥者，阴阳之谓也。昏昏者，内外之词也。视听者，耳目之语也。至道无形而有形，有形而实无形，无形藏于有形之中，有形化于无形之内，始能形与神全，精与神合乎。鬼臾区曰：诺。虽然，师言微矣，未及其妙也。岐伯曰：乾坤之道，不外男女，男女之道，不外阴阳，阴阳之道，不外顺逆，顺则生，逆则死也。阴阳之原，即颠倒之术也。世人皆顺生，不知顺之有死；皆逆死，不知逆之有生，故未老先衰矣。广

一
卷

成子之教，示帝行颠倒之术也。鬼臾区赞曰：何言之神乎。虽然，请示其原。岐伯曰：颠倒之术，即探阴阳之原乎。窈冥之中有神也，昏默之中有神也，视听之中有神也。探其原而守神，精不摇矣。探其原而保精，神不驰矣。精固神全，形安能敝乎。鬼臾区复奏帝前，帝曰：俞哉，载之《外经》，传示臣工，使共闻至道，同游于无极之野也。

陈士铎曰：此篇帝问而天师答之，乃首篇之论也。问不止黄帝而答止天师者，帝引天师之论也。帝非不知阴阳颠倒之术，明知故亦欲尽人皆知广成子之教也。

顺逆探原篇

伯高太师问于岐伯曰：天师言颠倒之术，即探阴阳之原也。其旨奈何？岐伯不答。再问曰：唯唯。三问岐伯，叹曰：吾不敢隐矣。夫阴阳之原者，即生克之道也；颠倒之术者，即顺逆之理也。知颠倒之术，即可知阴阳之原矣。伯高曰：阴阳不同也。天之阴阳，地之阴阳，人身之阴阳，男女之阴阳，何以探之哉？岐伯曰：知其原亦何异哉。伯高曰：请显言其原。岐伯曰：五行顺生不生，逆死不死。生而不生者，金生水而克水，水生木而克木，木生火而克火，火生土而克土，土生金而克金，此害生于恩也。死而不死者，金克木而生木，木克土而生土，土克水而生水，水克火而生火，火克金而生金，此仁生于义也。夫五行之顺，相生而相克；五行之逆，不克而不生。逆之至者，顺之至也。伯高曰：美哉言乎！然何以逆而顺之也？岐伯曰：五行之顺，得土而化，五行之逆，得土而神。土以合之，土以成之也。伯高曰：余知之矣。阴中有阳，杀之内以求生乎。阳中有阴，生之内以出死乎。余与帝同游于无极之野也。岐伯曰：逆而顺之，必先顺而逆之。绝欲而毋为邪所侵也，守神而毋为境所移也，练气而毋为物所诱也，保精而毋为妖所耗也。服药饵以生其津，慎



吐纳以添其液，慎劳逸以安其髓，节饮食以益其气，其庶几乎？伯高曰：天师教我以原者全矣。岐伯曰：未也。心死则身生，死心之道，即逆之之功也。心过死则身亦不生，生心之道，又顺之之功也。顺而不顺，始成逆而不逆乎。伯高曰：诤之矣！敢忘秘海哉。

陈士铎曰：伯高之问，亦有为之问也。顺中求逆，逆处求顺，亦死克之门也。今奈何求生于顺乎。于顺处求生，不若于逆处求生之为得也。

回天生育篇

雷公问曰：人生子嗣，天命也，岂尽非人事乎？岐伯曰：天命居半，人事居半也。雷公曰：天可回乎？岐伯曰：天不可回，人事则可尽也。雷公曰：请言人事。岐伯曰：男子不能生子者，病有九，女子不能生子者，病有十也。雷公曰：请晰言之。岐伯曰：男子九病者，精寒也，精薄也，气馁也，痰盛也，精涩也，相火过旺也，精不能射也，气郁也，天厌也。女子十病者，胞胎寒也，脾胃冷也，带脉急也，肝气郁也，痰气盛也，相火旺也，肾水衰也，任督病也，膀胱气化不行也，气血虚而不能摄也。雷公曰：然则治之奈何？岐伯曰：精寒者，温其火乎；精薄者，益其髓乎；气馁者，壮其气乎；痰盛者，消其涎乎；精涩者，顺其水乎；火旺者，补其精乎；精不能射者，助其气乎；气郁者，舒其气乎；天厌者，增其势乎；则男子无子而可以有子矣，不可徒益其相火也。胞胎冷者，温其胞胎乎；脾胃冷者，暖其脾胃乎；带脉急者，缓其带脉乎；肝气郁者，开其肝气乎；痰气盛者，消其痰气乎；相火旺者，平其相火乎；肾水衰者，滋其肾水乎；任督病者，理其任督乎；膀胱气化不行者，助其肾气以益膀胱乎；气血不能摄胎者，益其气血以摄胎乎，则女子无子而可以有子矣，不可徒治其胞胎也。雷公曰：天师之言，真回天之法也。然用天师法，男女仍不生子，奈何？岐伯曰：必夫妇德行交亏也。

修德以宜男，岂虚语哉。

陈士铎曰：男无子有九，女无子有十，似乎女多于男也，谁知男女皆一乎。知不一而一者，大约健其脾胃为主，脾胃健而肾亦健矣，何必分男女哉。

天人寿夭篇

伯高太师问岐伯曰：余闻形有缓急，气有盛衰，骨有大小，肉有坚脆，皮有厚薄，可分寿夭，然乎？岐伯曰：人有形则有气，有气则有骨，有骨则有肉，有肉则有皮。形必与气相合也，皮必与肉相称也，气血经络必与形相配也。形充而皮肤缓者寿，形充而皮肤急者夭。形充而脉坚大者，气血之顺也，顺则寿。形充而脉小弱者，气血之衰也，衰则危。形充而颧不起者，肉胜于骨也，骨大则寿，骨小则夭。形充而大，肉腠坚有分理者，皮胜于肉也，肉疏则夭，肉坚则寿。形充而大，肉无分理者，皮仅包乎肉也，肉厚寿，肉脆夭。此天生人不可强也。故见则定人寿夭，即可测人生死矣。少师问曰：诚若师言，人之寿夭，天定之矣，无豫于人乎？岐伯曰：寿夭定于天，挽回天命者，人也。寿夭听于天，戕贼其形骸，泻泄其精髓，耗散其气血，不必至天数而先夭者，天不任咎也。少师曰：天可回乎？岐伯曰：天不可回，而天可节也。节天之有余，补人之不足，不亦善全其天命乎。伯高太师闻之曰：岐天师真善言天也。世人贼天之不足，乌能留人之有余哉。少师曰：伯高非知在人之夭者乎。在天之夭难回也，在人之夭易延也，吾亦修吾之天，以全天命乎。

陈远公曰：天之夭难延，人之夭易延，亦训世延人之夭也。伯高之论因天师之教而推广之，不可轻天师而重伯高也。

命根养生篇

伯高太师复问岐伯曰：养生之道，可得闻乎？岐伯曰：愚何



足以知之。伯高再问。岐伯曰：人生天地之中，不能与天地并久者，不体天地之道也。天锡人以长生之命，地锡人以长生之根。天地锡人以命根者，父母予之也。合父母之精以生人之身，则精即人之命根也。魂魄藏于精之中，魂属阳，魄属阴。魂趋生，魄趋死。夫魂魄皆神也，凡人皆有。神内存则生，外游则死。魂最善游，由于心之不寂也。广成子谓抱神以静者，正抱心而同寂也。伯高曰：夫精者，非肾中之水乎？水性主动，心之不寂者，不由于肾之不静乎？岐伯曰：肾水之中有真火在焉，水欲下而火欲升，此精之所以不静也，精一动而心摇摇矣。然而制精之不动，仍在心之寂也。伯高曰：吾心寂矣。肾之精欲动，奈何？岐伯曰：水火原相须也，无火则水不安，无水则火亦不安。制心而精动者，由于肾水之润也，补先天之水以济心，则精不动而心易寂矣。

陈远公曰：精出于水，亦出于水中之火也。精动由于火动，火不动则精安能摇乎？可见精动由于心动也。心动之极，则水火俱动矣，故安心为利精之法也。

救母篇

容成问于岐伯曰：天癸之水，男女皆有之，何以妇人经水谓为天癸乎？岐伯曰：天癸水，壬癸之水也。壬水属阳，癸水属阴。二水者，先天之水也。男为阳，女为阴，故妇人经水以天癸名之，其实壬癸未尝不合也。容成曰：男子之精不以天癸名者，又何故欤？岐伯曰：精者，合水火名之，水中有火，始成其精。呼精而壬癸之义已包于内，故不以天癸名之。容成曰：精与经同一水也，何必两名之？岐伯曰：同中有异也。男之精守而不溢，女之经满而必泄也。癸水者，海水也，上应月，下应潮。月有盈亏，潮有往来，女子之经水应之，故潮汐月有信，经水亦月有期也。以天癸名之，别其水为癸水，随天运为转移耳。容成曰：其色赤者何也？岐伯曰：男之精，阳中之阴也，其色白。女之经，

阴中之阳也，其色赤。况流于任脉，通于血海，血与经合而成浊流矣。容成曰：男之精亏而不溢者又何也？岐伯曰：女子阴有余，阳不足，故满而必泄。男子阳有余，阴不足，故守而不溢也。容成曰：味咸者何也？岐伯曰：壬癸之水，海水也，海水味咸，故天癸之味应之。容成曰：女子二七经行，稚女不行经何也？岐伯曰：女未二七，则任冲未盛，阴气未动，女犹纯阳也，故不行经耳。容成曰：女过二七，不行经而怀孕者又何也？岐伯曰：女之变者也，名为暗经，非无经也。无不足，无有余，乃女中最贵者。终身不字，行调息之功，必长生也。容成问曰：妇女经水上应月，下应潮，宜月无愆期矣，何以有至有不至乎？岐伯曰：人事之乖违也。天癸之水，生于先天，亦长于后天也。妇女纵欲伤任督之脉，则经水不应月矣。怀抱忧郁以伤肝胆，则经水闭而不流矣。容成曰：其故何也？岐伯曰：人非水火不生，火乃肾中之真火，水乃肾中之真水也。水火盛则经盛，水火衰则经衰。任督脉通于肾，伤任督未有不伤肾者。交接时纵欲泄精，精伤，任督之脉亦伤矣。任督脉伤，不能行其气于腰脐，则带脉亦伤，经水有至有不至矣。夫经水者，火中之水也。水衰不能制火，则火炎水降，经水必先期至矣。火衰不能生水，则水寒火冷，经水必后期至矣。经水之愆期，因水火之盛衰也。容成曰：肝胆伤而经闭者，谓何？岐伯曰：肝藏血者也。然又最喜疏泄，胆与肝为表里也。胆木气郁，肝木之气亦郁矣。木郁不达，任冲血海皆抑塞不通，久则血枯矣。容成曰：木郁何以使水之闭也？岐伯曰：心肾无晷不交者也。心肾之交接，责在胞胎，亦责在肝胆也。肝胆气郁，胞胎上交肝胆，不上交于心，则肾之气亦不交于心矣。心肾之气不交，各脏腑之气抑塞不通，肝克脾，胆克胃，脾胃受克，失其生化之司，何能资于心肾乎？水火未济，肝胆之气愈郁矣。肝胆久郁，反现假旺之象，外若盛，内实虚。肾因子虚，转去相济润水，而郁火焚之，木安有余波以下泻乎？此木郁所以水闭也。鬼臾区问曰：气郁则血闭，血即经乎？岐伯

