

【刘静远 编著】

ZHONGYI MINGYAN CHANSHI

中医名谚阐释

三月三 养阳重草木

大蒜是个宝 常吃身体好

吃米常点糠 老少身体壮

吃了药 莫忘 到老病少患

冬吃萝卜夏吃姜 神强力壮病不生

吃了萝卜菜 啥病都不害

管仲防风不防风 三伏生毒一指虫

夏天无病绿豆汤 防暑解毒保平安

自汗火 内生痰 煮菜豆腐保平安



四川出版集团 · 四川科学技术出版社

中医名

藏

江苏工业学院图书馆

藏书章

四川出版集团·四川科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

中医名谚阐释/刘静远编著. - 成都:四川科学技术出版社,2009.8

ISBN 978 - 7 - 5364 - 6882 - 5

I. 中… II. 刘… III. 中医学 - 谚语 - 基本知识 IV. R2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 152931 号

中医名谚阐释

编 著 刘静远
责任编辑 戴 林
封面设计 韩建勇
版式设计 康永光
责任出版 周红君
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都市三洞桥路 12 号 邮政编码 610031
成品尺寸 210mm × 146mm
印张 13.625 字数 350 千
印 刷 成都蜀通印务有限责任公司
版 次 2009 年 8 月成都第一版
印 次 2009 年 8 月成都第一次印刷
定 价 32.00 元

ISBN 978 - 7 - 5364 - 6882 - 5

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路 12 号 电话/(028)87734035

邮政编码/610031 网址:www.sckjs.com

作者简介

刘静远,字文轩,1945年9月生于四川叙永,1962年毕业于原泸州医学专科学校。退休前供职于兴文县医院,历任该院中医科副主任、中医技术顾问,1995年晋升为副主任中医师,2000年被评选为宜宾市(首届)市级名中医,20世纪80年代中期担任“成都中医药大学函授学院兴文辅导站”《医古文》《伤寒论》等多学科教辅任务,得到各方面好评。退休前担任兴文县医学会中医学组长,县医学论文评审组成员,职称初评委,医疗事故鉴定委员会成员。为政协兴文县第一、二、三、四、五届委员,政协宜宾市第一、二、三届委员。从医四十余年,以医德医技享誉远近,深得病家称道及同行认可。虽有微名,毋忘奋进,学术上博采众家,特重经典,于历代医论医案亦是悉心研读。所学以经典为绳墨,藉诸家启灵性。取众家之长以为己用,理论实践并重,笔记盈篋,有多篇论文参加市、县学术交流及在省级医刊发表。

内容提要

祖国医学,源远流长,医经典籍,汗牛充栋。在这浩如烟海的医学文献中蕴藏着无以穷计的名言、警句、箴言、妙语,本书统以“中医名谚”称之。这些名谚寓涵着极强的理论底蕴、沉淀着古代医家丰富的经验,很有认真发掘、深度整理的必要。本书作者精选其较为熟悉且个人较为常用者数十条,予以阐释。首先是溯其源,落实该谚最早出处,然后以祖国医学传统理论予以详尽的阐释,旁征博引,每条医谚的阐释选用了古今医籍的相关论述,再加上作者的认识见解,在每谚条下还附以古今名家的临床实例。这样有理论有实践,理论实践有机地紧密结合,更有利于对“名谚”的确切理解和在临床的实际运用。

“十五”期间,国家中医药管理局推出了“乡村医生中医专业学业教育”等项目,其目的意义就在于提高基层中医药人员的基础理论知识和专业技术水平,发挥基层中医药人员的雄厚优势,尽快造就一批可用、能用的中医药专业队伍,更好地为继承和发扬祖国医学遗产再创辉煌,更好地为基层人民的健康服务。

本着对祖国医学的深挚感情,作者凭借数十年的理论探讨和临床工作经验,利用退休后的数年时间,整理旧稿,重加撰述,几经论证,反复审察,数易其稿,编著而成。本书以医谚为脉络,融入了作者数十年从理论到实践的体验和感悟。通过对中医学名谚的整理、阐释,以期达到对中医学基础理论的发掘、认识和提高;同时,还附以临床实际案例,使之更能了解灵活运用“名谚”于临床实践的法度。本书理论与实践相结合,理论发掘与临床运用并重,继承整理与发扬提高并举,力求言之有据,论之有理,读之有益,验之可证,文字通俗平易,容易接受。在中医专业素质水平和临床工作能力的提高上,将会起到积极的促进作用。同时对中医职称晋升的论文撰写和论文答辩都将有积极的辅助和参考、启迪意义。实在是值得向中医药院校学生、中医临床者推荐的一本好书。

六十初度

——调寄西江月

本是一场春梦，历经几多秋凉。
得失穷通视寻常，奚能沮丧惆怅。
俯仰无愧天地，春秋尽赋岐黄。
但得青史留名姓，任君指笑痴妄。

2005年9月

重游成都青羊宫百花潭

七 律

廿五年前居停此，
而今重游老且痴。
漫步先觅息脚处，
过街唯恐避让迟。
园林风景仍无异，
危楼宽街犹对峙。
回首岁月悠然逝，
夕照余辉映秋池。

2007年10月

汪 序

中国医药学,源远流长,经典著作,浩如烟海。可以说:祖国医学肇岐黄,道经千载更辉光;历代名医传精妙,诸家著作寓宝藏;整体观念为基核,辨证论治是特长;必须努力勤发掘,整理提高大发扬。这是我长期以来对中医药学的认识和向往。

戊子年仲春月,春暖花开之际,收阅了得意门生刘静远编著的《中医名谚阐释》一书,令我非常高兴!本书将中医学历代典籍中的名言、警句、箴言、妙语,统称为“中医名谚”,共收录了名谚六十余条。对每条谚语的阐释,都较详尽,首先指出谚语出自何书,然后引用前人医籍的有关资料对该谚语进行理论阐释,并附以前人典型临床案例,旁征博引,每条谚语的阐释采用了古今医籍相关论述达十余种之多,再加上著者个人的认识体会,确实起到了“言之有据,论之有理,读之有益,验之可证”的作用。读后令人有“博览群书”之感,亦有“读经典做临床”之意味。

刘静远于1962年在泸州医学院首届中医专科班毕业后,即分配去叙永、兴文人民医院,从事中医临床工作。由于他医德良好,医术较精,服务态度好,治病疗效佳,深受病人喜爱,在世纪之交即被评为宜宾市首届名中医。由于他热爱中医事业,在临床工作之余,还不断刻苦学习中医经典的基本理论和历代中医名家的临床经验,几十年如一日,积累了大量资料。退休后,带病坚持将这些资料整理编写成《中医名谚阐释》一书。这种热爱中医事业的精神,令人钦佩!

本书行将付梓,它将对振兴中医事业、发展中医学术起到积极作用。是为序。

泸州医学院 原中医系主任、教授

八十五叟 汪新象

2008年4月于泸医忠山宿舍

前 言

20 世纪 60 年代的第一个秋天,未届 15 岁的我,还戴着红领巾便考进了“泸州医专”(现“泸州医学院”),从此将整个人生贡献给了中医药事业。弱冠之年,临床应诊,迄今已四十余年矣。其间曾先后参加过“宜宾市中医师资进修班”、成都中医学院举办的“全国中医经典著作理论重点提高班”学习。深知祖国医学源远流长,博大精深,虽穷毕生,难臻至善。历数十载,从理论到临床,始终孜孜汲汲,唯真唯实,唯博唯深以求。虽能锲



象,这不能不引起业内人士的深刻反思。我认为:责任首先应该在我们中医自己,仍然是一个推广普及和自身素质提高的问题。作为业内一员,虽已退休,难卸其责,有责任用明畅易晓、准确扼要的文字,把中医理论推向人民大众,深厚其感情联络,增强其理解,加强其信任和使用。本书首先就有这样一个目的。其次,如能通过本书对专业者在认识上和自身素质的提高上有所帮助,此私心之所望也。再者,亦有抛砖引玉之意,希望方家学者也有兴来做一做这项工作。惟其马齿徒增,更兼诸恙缠扰,虽有补牢之心,不乏亡羊之忧;空怀成钢之望,徒具炼铁之恨;位卑言轻,欲效填海精卫;振翼乏力,每多望洋之叹。然师友激励,敢不勉为其力欤!于是终有本书《中医名谚阐释》之问世。本书既是中医理论的探讨,亦是个人的一点体悟、心得。

立意固属至善,思路似亦宏博,然真正动起笔来,却是困难重重。首先是身体状态,每况愈下,繁重的诊务之余,劳心耗神,多感精力难继;加之学识尚浅,临床局限,诸多问题,似未透彻;再者,地处川南边陲,资料匮乏,个人藏书,毕竟有限。凡此种种,几欲搁笔,承师友殷殷督促、鞭策,历时数载,反复寻隙而作,反复挑剔所为,终能如愿得以息笔掩卷。以我粗见,与同道交流,更求就教于大方之家。

书成之日,感慨良多,仅以本书,感谢诸多师友的鼓励、鞭策、关心、支持。尤其是恩师泸州医学院汪新象教授,以耄耋高龄,在繁重的科研、教学、临床之余暇,通审全稿,详加批正,欣然赐序;书法名家侯开嘉先生赐题书名;挚友张正和先生设计封面,均我感谢之至也!

刘静远

2008年3月



凡 例

● 历经几千年历史长河,浩瀚如海的医经典籍留下了无以穷计的中医名谚,能对其潜心钻研,索心体会,深刻认识,对我们在理论的研讨和实践的运用中都将起到提高、促进、升华的作用,很有必要发掘、整理和探讨学习。然中医名谚何止千万,本书仅择个人常思常悟、稍心得者数十条而为,与同道交流,希望能对大家有一点益处。

● 名谚的产生,往往是前人所立,后人在理论上辗转引证,在实践中反复运用,不断体会、发扬、深化,其间难免间或有与原义不尽相符合之处。欲求本义,需究语源,本书首先就是尽可能地落实名谚最早出处。资料缺乏,张冠李戴者,容或有之,无须谅解,但求能就正于高明。

● 对名谚的阐释,立足于中医基础理论,旨在对名谚的正确理解和灵活运用,尽量注意语言通俗简练,形象易懂,间有引文艰涩生僻者则以“(按:……)”夹注形式示之。力求做到言之有据,论之成理,读之有益,验之可证。有这样的希望,是否能如斯,则又当别论。

● “实践是检验真理的唯一标准。”“中医名谚”既然是医理之浓缩,经验之沉淀,因此,探究其至理之所在并用以指导临床实践当为其亮点。先哲章太炎曾说:“中医之成绩,医案最著,欲求前人之经验心得,医案最有线索可寻。循此钻研,事半功倍。”医案是前人医疗实践的真实记录,从中我们可以体味得到医谚的科学性、针对性、实用性及其具体运用于临床的灵活性。因此在对医谚作了相应阐释之后,又皆采撷前人典型案例附录



以证,以期作为实践运用之范例。

● 读前人医案,实如名师在侧。凡前人医案皆能诲我以灵活,示我以圆通。读医案需当调动读者的既有知识和临证经验。尤其是案后之评析、按语更是不能草草读过。以其或提示要点,或阐明新见,或论其辨证精要、立法原则、遣药法度,可使读者探知要领,开阔视野,拓展思路,提高认识,增强理解,易于师法。因此,对所录医案,均精心审慎以行筛选。对所录者,时无分古今,地无求区域,不论流派,不计名望,不别科目,不究短长,要求公开发表,旨在真实可靠(个人临床体悟,夹叙于阐释、综述之中。另附“名谚运用实例”以证实实际指导之意义)。所选案例,特别是对案、按俱佳,能对医谚的理解及临床的灵活运用足资启迪者,尤属首选。

● 所录医案,均转引自诸多书刊。①参考文献中已列出,不再在文中注释。②忠实于原作,保持原貌,对其案、按均不作任何增删改动(间有明显为排版校审错误者,为避免读者产生混淆,则径予纠正。如“上工治未病”条下所录焦树德“治刘××上腹部剧痛案·分析”之“乌梅丸”,当为乌梅丸,径正之。又如“金实不鸣,金破不鸣”条下所录宋鹭冰“治失音案”,其二诊方用细辛10克,虽有所疑,不敢擅动,仅予提示)。③因无法一一与原作者取得联系,未予事前协商,敬请原谅。

● 个人的认识、见解和体会,已隐然概括蕴涵在对医谚的阐释和对案例的选用之中,不另加陈述。间有概括之语,未竟之言,于每条末列“综述”一项为之。为避繁冗,该项力求简约。

● 对学术上至今尚有争议者,一律以“中医学院试用教材(全国中医教材会议审定)”为准。见仁见智,容或读者思考自悟,尚祈见谅。



目 录

二阳之病发心脾·····	1
上工治未病·····	5
上燥治气,下燥治血·····	10
凡十一脏,取决于胆也·····	14



风寒湿三气杂至,合而为痹·····	99
六腑以通为用·····	106
心主血脉·····	110
甘温除大热·····	116
平治于权衡,去宛陈莖;开鬼门,洁净府·····	122
出入废则神机化灭,升降息则气立孤危·····	128
有故无殒,亦无殒也·····	136
有胃气则生,无胃气则死·····	140
夺血者无汗,夺汗者无血·····	147
至实有羸状,至虚有盛候·····	150
邪气内陷,当逆流挽舟·····	158
年长则求之于府·····	162
行血则便脓自愈,调气则后重自除·····	173
阳气尽则卧,阴气尽则寤·····	180
阳加于阴谓之汗·····	185
阳络伤则血外溢,阴络伤则血内溢·····	192
阳道实,阴道虚·····	197
妇人百病皆心生·····	201
但满而不痛者,此为痞·····	207
肝主疏泄·····	213
肝常有余,脾常不足·····	219



间者并行,甚者独行	224
补肾不如补脾,补脾不如补肾	228
肾主水液	234
肾者胃之关也	239
知标本者,万举万当;不知标本,是谓妄行	245
乖处藏奸	251
金实不鸣,金破不鸣	256
肺主治节	260
肥人多痰	267
怪病多痰	271
治上焦如羽,非轻不举;治中焦如衡,非平不安;	
治下焦如权,非重不沉	278
治风先治血,血行风自灭	285
治病必求于本	290
治痿者独取阳明	299
宜行血不宜止血,宜补肝不宜伐肝,宜降气不宜降火	
.....	304
胃不和则卧不安	310
急则治标,缓则治本	317
津枯肠燥,宜增水行舟	322
留得一分津液,便有一分生理	326
病痰饮者,当以温药和之	334



通则不痛,痛则不通	340
通阳不在温,而在利小便	347
救阴不在血,而在津与汗	352
虚则补其母,实则泻其子	358
脾主运化.....	363
微者逆之,甚者从之	371
魄门亦为五脏使,水谷不得久藏	378
癥瘕尽而营卫昌	391
附:医谚运用实例	398
百姓口碑盈闾里——名中医刘静远印象记(钱正杰)	
.....	414
参考文献.....	418



二 阳 之 病 发 心 脾

语出《素问·阴阳别论》。原句为：“二阳之病发心脾，有不得隐曲，女子不月；其传为风消，其传为息贲者，死不治。”二阳，指手、足阳明，即足阳明胃与手阳明大肠。风消，如风邪摧残销蚀物体。心脾之病，心病则血为之不和，脾病则运化不行，营卫气血缺乏生化来源，渐而精血虚衰，虚风内生，身体羸瘦，如风之消物，故名风消。息贲，呼吸喘促气逆。

对于本谚，历代诸家有颇多不同的见解。大体可归纳为两种：一种认为是由二阳的病发展延及心脾。如唐·王冰：“二阳者，足阳明胃经也。夫人之精血，由胃腑水谷之所滋生，脾主为胃行其津液者也。二阳病，则中焦之汁竭，无以奉心神而化赤，则血虚矣。水谷之精，脾不能输转五脏，则肾无所藏而精虚矣。男子无精，有不得为隐曲之事，在女子无血，则月事不得以时下矣。此病本于二阳而发于心脾也。”他就认为是由阳明胃之病而发展到心脾。王履亦谓：“夫二阳，阳明也，胃与大肠之脉也。肠胃有病，心脾受之。发心脾犹言延及于心脾也。……盖胃为受纳之腑，大肠为传化之腑。食入于胃，浊气归心；饮入于胃，输转于脾者，以胃之能纳，大肠之能化也。肠胃既病，则不能受，不能化，心脾何所资乎？心脾既无所资，则无所运化而生精血矣。故肠胃有病，心脾受之，则男为少精，女为不月矣。心脾当总言男女，不当分说，至隐曲、不月方可分说耳。”另一种见解是疾病本发生在心脾而影响到胃肠。马蒔就说：“此病由心脾所发耳。正如女子有不得隐曲之事，郁之于心，故心不能生血，血不能养脾，始焉胃有所受，脾不能运化，而继则胃渐不能受



纳矣。故知胃病发于心脾也。”沈又彭《沈氏女科辑要》亦谓：“二阳之病发心脾者，阳明为多血之经，血乃水谷之精气，藉心火锻炼而成。忧愁思虑伤心，困及其子，不嗜饮食，血无以资生，阳明病矣。”

归结起来，争议的焦点是胃先发病而后影响波及心脾，还是由心脾先病而后累及到胃的问题。结合经文“有不得隐曲（按：当指男子性无能、阳痿等性事障碍），女子不月（按：当指包括闭经等月经病变）”，笔者宗张景岳《类经》之论而倾向于由心脾发病而后累及肠胃的观点。张景岳说：“二阳，阳明也，为胃与大肠二经。然大肠小肠皆属于胃，故此节所言则独重在胃耳。盖胃与心，母子也，人之情欲本以伤心，母伤则害及其子。胃与脾，表里也，人之劳倦本以伤脾，脏伤则病连于腑。故凡内而伤精，外而伤形，皆能病及于胃，此二阳之病，所以发于心脾也。不得隐曲，阳道病也。夫胃为水谷气血之海，主化营卫而润宗筋。如《厥论》曰：前阴者，宗筋之所聚，太阴阳明之所合也。《痿论》曰：阴阳总宗筋之会，会于气街而阳明为之长。然则精血下行，生化之本，惟阳明为最。今化源既病，则阳道外衰，故为不得隐曲。其在女子，当为不月，亦其候也。”张氏此论是说，心与胃是母子关系，七情六欲过甚则伤心，母病则其害连及其子；脾与胃是脏腑表里关系，思虑过度，劳倦伤脾，脾脏伤其害连及胃腑，可见肠胃二阳的病是由心脾的病而延发所引起。正因为胃是饮食水谷受纳聚集的仓库，是营卫气血化生的物质来源之处，化源既病，则人体精血渐衰而无以下资为肾精、为经血，故在男子则无精而有不得隐曲之事，在女子则无血而患经闭等月经病证。

重温《素问·举痛论》“思则心有所存，神有所归，正气留而不行，故气结矣”，《素问·本病论》“人忧愁思虑即伤心”等经文，参照名家之注，对本谚我们可以作这样的理解：怵惕焦虑、忧愁思虑等精神因素，七情内伤而害及心脾，久而累及胃肠的受纳、腐熟、消化、吸收等功能的正常发挥。胃为水谷之海，五脏六

