

中华中医药史话丛书

黄帝内经史话

张焱 著

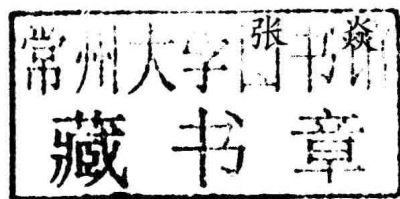


中医古籍出版社



中华中医药史话丛书

黄帝内经史话



著

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

黄帝内经史话/张焱著. - 北京: 中医古籍出版社, 2013. 2
(中华中医药史话丛书)

ISBN 978 - 7 - 5152 - 0341 - 6

I. ①黄… II. ①张… III. ①《内经》 - 医学史
IV. ①R221 - 09

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 014124 号

黄帝内经史话

张 焱 著

责任编辑 张 磊

封面设计 陈 娟

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷 北京金信诺印刷有限公司

开 本 850mm × 1168mm 1/32

印 张 5.75

字 数 100 千字

版 次 2013 年 2 月第 1 版 2013 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5152 - 0341 - 6

定 价 12.00 元

作者简介

张焱，女，1963 年出生，吉林省梨树县人。医学硕士。现任长春中医药大学基础医学院内经教研室主任，副教授，中医基础理论学科硕士研究生导师。研究方向：《内经》理论运用与发展的研究，《内经》养生思想研究。

自幼继承家学，1981 年考入长春中医药大学，毕业后留校任教。先后师从全国著名中医学大家胡永盛教授、阎洪臣教授，受两位老师及中医家学的影响，重视对经典著作的研究与运用，多年来一直致力于《黄帝内经》、中医各家学说、中医运气学等方面的教学研究及中医临床医疗工作。对《内经》中的医学理论及历代各家的医学思想有深入的探讨和研究，具有较丰富的中医临床经验，对中医治疗学、养生学，均有独到认识。临床擅长内科杂病及妇、儿科常见病的诊治，以及调整亚健康状态，指导养生等。

先后讲授本科生、留学生、硕士研究生的《内经》、中医各家学说、中医运气学、《内经》研究进展、中医

各家学说研究进展等不同层次的不同学科课程。所主讲的《内经》课程于2006年被评为国家级精品课程，所在的中医基础学科被评为吉林省中医药管理局重点学科。在教学实践中，注重理论联系实际，积极参与医疗实践工作（每周出门诊两天），用“大医精诚”严格要求自己，赢得患者好评。教学中注重对学生进行专业思想教育，注重引导学生掌握学习中医的正确方法，不断改进教学方法，丰富教学手段，尤其注重培养学生自学能力和专业素质，多次当选为校级优秀教师。

先后公开发表学术论文20余篇，参编著作12部，主持及参研的科研项目共计12项。

目 录

第一章 《黄帝内经》成书前的社会背景	(1)
一、哲学思想的深刻影响	(2)
(一)《黄帝内经》与《周易》	(2)
(二)诸子学说对《黄帝内经》的影响	(7)
二、科学技术和科学思想发展的影响	(21)
(一)天文学	(22)
(二)数学	(26)
(三)历法	(27)
(四)物候学	(28)
(五)冶金技术	(29)
(六)《黄帝内经》中引用的古代科技成果	(29)
三、医疗实践经验的积累	(31)
(一)《黄帝内经》所引用的医学基本理论书籍	(32)

(二)《黄帝内经》所引用的诊法治法方面专书	(36)
第二章 《黄帝内经》的成书过程	(38)
一、《黄帝内经》的成书年代和作者	(38)
(一)成书于黄帝时代	(38)
(二)成书于春秋战国时期	(41)
(三)成书于西汉时期	(41)
(四)成书于东汉时期	(43)
(五)非一时一人之作	(43)
二、书名的由来	(45)
(一)《黄帝内经》	(45)
(二)《素问》	(47)
(三)《灵枢》	(48)
三、《黄帝内经》的沿革	(48)
第三章 《黄帝内经》的主要内容	(51)
一、《黄帝内经》是一部什么书	(51)
(一)《黄帝内经》是一部医学基础理论书	(51)
(二)《黄帝内经》又是一部临床医书	(52)

(三)《黄帝内经》还是一部百科全书	(53)
二、《黄帝内经》理论体系的主要内容	(54)
(一)养生	(54)
(二)阴阳五行	(68)
(三)藏象	(82)
(四)血气精神	(87)
(五)经络	(89)
(六)病因病机	(97)
(七)病证	(99)
(八)诊法	(101)
(九)论治	(114)
(十)运气	(122)
第四章 《黄帝内经》对中医药学发展的贡献 ...	(125)
一、奠定了中医药学独特的理论体系	(125)
(一)中医药学理论体系的构建及特点	(126)
(二)在中医药学发展过程中所起的重要作用	(127)
二、确立了“天地人三才”医学模式	(133)
三、《黄帝内经》在世界医学史上的地位	(135)

第五章 《黄帝内经》对人类未来的影响	(139)
一、《黄帝内经》与我们每一个人的生命密切相关	(139)
(一) 中医药的源头至少已有170万年之久	(140)
(二) 《黄帝内经》中所载人类医学发展的历程	(143)
(三) 《黄帝内经》中关于人类健康的标准	(145)
二、《黄帝内经》中的养生学思想是人类健康的 保护神	(147)
(一) 尊重自然规律, 顺时养生	(149)
(二) 主张运动健身, 内外双修	(153)
(三) 倡导科学饮食, 吃出健康	(157)
三、中医学是世界医学未来的发展方向	(163)
(一) 中医学在医疗保健事业中的优势 ...	(163)
(二) 中医学在防治重大疾病中的作用 ...	(169)
参考书目	(172)

第一章 《黄帝内经》成书前的社会背景

《黄帝内经》（简称《内经》），是我国现存最早的一部医学经典著作，它集中反映了我国古代的医学成就，奠定了中医学的发展基础，是中国医学发展史上影响最大的医学典籍。它的成编，确立了中医学的理论体系，为中国数千年来的医学发展奠定了坚实的基础，所以被后世医家尊为“医家之宗”。这样一部医学巨著的诞生，决不是偶然的，而是先秦医学发展的必然结果。在《内经》成书之前，曾有过更为古老的医药文献。据统计，《内经》所引用的古代医书多达 21 种^①。这说明当时的医学已经发展到了一定的高度。而医学并不是孤立发展的，它是中国古代学术中的一部分，与同一时期社会各方面的学术理论、技术水平、哲学思想，以及对自然的认识论、方法论等，有着密切的关系。虽然医学理论的形成，必须以医疗实践作为基础，但是也离不开当时先进的哲学、自然科学及中国古代所特有的形式逻辑。

^① 龙伯坚：《黄帝内经概论》[M]．上海：上海科学技术出版社，1980：79-80。

辑、思维方法和思辨能力。因此，《内经》在成书之前，就已经具备了丰富的诞生条件和深厚的社会背景。

一、哲学思想的深刻影响

任何一门学科的发展，都离不开哲学思想的指导。中国古代的医学也是探索人类生命现象的学科，自然会受到当时流行的哲学观点和方法论的深刻影响。古代的医学家们就是运用当时的某些哲学理论，密切结合从临床实践中获取的医疗经验，不断升华、提炼，从而形成了独特的中医学理论体系。

（一）《黄帝内经》与《周易》

《周易》包括《易经》和《易传》，对整个中国古代自然科学产生过深刻的影响。《易经》成书于西周末期，《易传》成书于战国末期，而《黄帝内经》成书于西汉初年，所以，《周易》对《黄帝内经》不可能不产生一定的影响。

《周易》的基本要素是象、数、理、占，而贯穿于其中的宇宙观、方法论和哲学思想，则是其深层蕴意和内涵。

1. 太极衍化生成万物的宇宙观

《周易》的宇宙生成观具有“分化”的特征。《易传·系辞上》：“是故易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦。八卦定吉凶，吉凶生大业。”太极是一团混沌元气，元气分化阴阳、天地两仪，两仪分化春夏秋冬四象和象征世间万物的八卦。这种太极衍化理论力图探索宇宙的起源，解释宇宙万物衍生的进程，因为立论恢宏，玄思幽远，几乎影响了整个中国古代的学术界，《黄帝内经》也不例外。《黄帝内经素问·天元纪大论》指出：“太虚寥廓，肇基化元，万物资始，五运终天。布气真灵，揔统坤元，九星悬朗，七曜周旋；曰阴曰阳，曰柔曰刚；幽显既位，寒暑弛张；生生化化，品物咸章。”此处的“太虚”即“太极”空虚之境，其间充满太虚元气，是宇宙天地、阴阳四时、自然万物产生的本原。历代医学家也多用乾坤两卦彖辞解释太虚生化万物的过程。《周易》把太极看成世间万物的本原，认为自然界中的万物都是由太极分化而成的。世间万物是一个整体，整体包括许多部分，各部分之间密切联系，构成整体。如果想要了解部分（即个体），必须了解整体。把整体分解为部分，那么这分化后的部分既不能说明整体，也不再是原来意义上的整体了。由此可

见，太极衍化理论赋予了《黄帝内经》理论体系整体观的特色，并贯穿于解释人体生理、病理、诊断、治疗、养生、预防等各个方面。因此，中医学诊治疾病，从整体观念出发，着重于功能、行为及其关系方面的理解，就是《黄帝内经》理论——“略于形迹，详于气化”的认识根源。

2. 意象思维的方法论

意象思维方式，亦称为象征，是用某种具体的物象、符号来说明某种抽象的观念或原则的思维活动，是一种由具体到抽象的飞跃。意象思维是中华民族传统思维的基本形式，优点是富于灵感，带有跳跃性和创造性。它发源于《易经》，在《易传·系辞上》中有：“古者包牺氏之王天下也，仰则观象于天，俯则观法于地，观鸟兽之文与地之宜，近取诸身，远取诸物，于是始作八卦，以通神明之德，以类万物之情”。并通过八卦的形成和作用，对意象思维进行了具体的说明。意象思维能够“托物以明义，用小以喻大”，主要有观象、体悟意象、类推意象三个步骤。这为《黄帝内经》中所运用的“取象比类思维模式”和“运数比类思维模式”奠定了重要的理论基础。

《黄帝内经》中的取象比类是以对意象的体悟，使

人们能够理解抽象的涵义，如《黄帝内经素问·生气通天论》中论述阳气的重要作用，并没有对阳气做出确切的定义，而是采用“阳气者，若天与日，失其所则折寿而不彰”的形象比喻来进行表述。“天与日”纯粹是由直观得到的事实，但是已经失去了作为一种纯粹自然物的独立性，取得了与其本身的某种特性相结合但实际却丰富得多的内容。《黄帝内经》中用以说明抽象道理的物象，是极其广泛的，有天象、地象、气象、色象、物象、生物象、社会象、生活经验象等内容。这些并不是对事物情理的简单象征与表达，而是蕴涵着创作者对物象的理解、把握、经验与感受，这其中包涵着观象、体悟意象和类推意象三个过程，是典型的意象思维方式。

运数比类思维模式，是借助于河图、洛书为主的易数实现对事物情理的象征与表达，并以此推衍对人体生理、病理的认识。易数是对事物情理的数字抽象，《黄帝内经》中用“七”、“八”表示人体阶段发育的时间起点，以“女子七岁”、“丈夫八岁”论述人体阶段发育的过程。这是因为少女属兑卦得七数，少男属艮卦得数为八，所以，人体的生长发育节律，在女子以七为基数，而在男子则以八为基数来计算。而对于人体与天地之间相应整体观的表述，则进行了数学抽象，《黄帝内经》中援引“其数八”、“其数七”、“其数五”、“其数

九”、“其数六”等，来说明“五藏应四时，各有收受”的相互关系，这正是基于河图数，用以概括人与天地相应理论最抽象的数学描述。运用太过、其数成，不及、其数生，九宫八风之理，阐述运气常与变的规律，通过运数比类，揭示和探索出六十年间自然界的气候、物候以及人体疾病的基本规律。

3. 对立统一恒动的哲学观

《易经》的阴阳概念涵蕴于阴爻和阳爻的演变过程及其关系中，阴爻和阳爻是由数字的奇偶抽象而来，其原始的涵义具有对立的性质。泰卦乾下坤上，乾阳上升，坤阴下降，阴阳交感，始能通泰发展，卦名包涵着阴阳对立交感的哲学内涵。剥卦以阴消乾，以柔变刚；复卦群阴剥阳，一阳来复；剥卦与复卦对偶，具有阴阳消长的枢机。《易传·系辞下》：“刚柔相推，变在其中。”以刚柔的相互作用揭示事物运动变化的原因。《易传·系辞上》：“一阴一阳之谓道。”把阴阳的对立统一看成是事物运动变化的规律。《易传·说卦》：“天地定位，山泽通气，雷风相薄，水火相射。”说明八卦相关两卦，相反相成，具有阴阳对立统一的涵义。并以寒暑交替、盈虚伸缩、物极必反等，揭示了阴阳相互消长的规律和阴阳之间相互转化的必然性。这些重要的哲学观

点，无疑为《黄帝内经》发展运用阴阳对立统一恒动观解释人体生理病理等生命现象，奠定了坚实的理论基础。可以说，《周易》中的阴阳思想，开启了中国古代的哲学、科学、文学、医学、天文学、数学、地理学、农学等各个学科领域的广阔前景。

（二）诸子学说对《黄帝内经》的影响

《黄帝内经》成书于周、秦、汉诸子蜂起，百家争鸣的历史时期，其学术思想乃至文字语言风格等，都不同程度地受到诸子学说的深刻影响。而在诸子百家之中，对医学影响最大的首推道家，其次是儒家。

1. 老庄道家与《黄帝内经》

（1）老子

道家鼻祖老子，将“道”作为哲学的最高范畴，认为道是事物的本源及必须遵守的规则。有了道，才产生了天地自然界及万物，其中就包括人类。所以，老子认为道与天、地、人四者虽然都很重要，但是，道是最基本的，“故道大、天大、地大、人亦大”，而且必须是“人法地，地法天，天法道，道法自然”（《老子·二十五章》），清晰地说明了人与天、地、自然、道之间的关系。这种认识对《黄帝内经》有着深刻的影响，《素

问·宝命全形论》中的“人生于地，悬命于天，天地合气，命之曰人”精辟论述，即基源于此。

当代有学者认为，老子五千言的文字表面上似乎在谈论哲学、养生、军事、历史等方面的内容，而实质上却是在阐述探讨人生的真谛、生命的本然等生命科学。老子论道，就是要告诉人们：在现象世界的背后，存在着一个无形的、永恒的、不变的世界，它虽然不是由有形的物质所构成，却也是“有物混成，先天地生”的，处于一种混然的状态，这就是宇宙产生的本源、生命的真实。这是老子对宇宙物质、客观世界从无形到有形，从微观至宏观产生过程的深刻认识。实质上，是老子以其超人的大智慧者的哲思，发现了自然界中蕴含着一种超物质的力量，这种力量可以产生生命、万物及生机，而这种超物质依然是“物”，只不过是极其微观，是人类尚无法能够见证得到的。因此，《素问·灵兰秘典论》中称其为“至道在微”。现代科学认为世界是物质的，世间万物都是由物质构成的，而构成万物的基本物质，即最微小的粒子是什么，目前尚无法得出结论，即使是中微子，已经很小了，但它依然由比其自身小的多的粒子组成，再微观还会有更细微的物质。当细微的物质不断相互作用、碰撞、结合，就会产生新的有形的物质，而这种新的有形物质在产生之前就已经具备了两种属