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



中華書局



ISBN 978-7-101-07254-9



定价：80.00元（全二册）

中华经典名著
全本全注全译丛书

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
五癃津液别第三十六 …… 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
忧恚无言第六十九 …… 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、荥、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，渤海郡鄚人。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(chì)：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、荥、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，自髫迄壮[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髫(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、锲针、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、胁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？追而济之，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:针刺时要紧固有力。

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

气胜的用攻邪法。《大要》说：慢进针而快出针，急按针孔的为补法，快进针而慢出针，不按针孔的为泻法。说到针下有气感为实，针下无气感为虚，因为气本无形，所以似有似无。根据疾病的缓急及气的虚实来决定补泻的先后次序，根据气之虚实，而决定是否留针及留针的久暂。总的说来，如掌握得法，就能达到补虚泻实的目的，使患者感到补之若有所得，泻之若有所失。补虚泻实的要点，在于巧妙地使用九针。或补或泻，用针刺手法来解决。泻法的要领是：持针纳入，得气后，摇大针孔，转而出针，这可使邪气随针外泄。假如出针随即按闭针孔，会使邪气蕴郁于内，淤血不散，邪气不得外泄。补法的要领是：顺随经脉循行的方向进针，好像漫不经心地轻轻刺入。在行针引气，按穴下针时，像蚊虫叮咬一样似留似去的感觉，得气以后，急速出针像箭离弓弦一样快。右手出针，左手急闭针孔，经气因而留止，针孔已闭，中气就会充实了。如有皮下出血，应该速予除去。持针的准则，以手下坚牢有力最可贵。对准腧穴，端正直刺，针不偏左偏右，行针者的精神要集中在针端，注意观察病人，仔细看其血脉，进针时避开它，这样，就不会发生危险了。要进针的时候，一定要注意病人的精神状态及卫气、脾气的状况，而针者也须聚精会神，毫不疏忽，从而测知病气的存亡。血脉之所在，横布在腧穴周围，看起来显得很清楚，用手去摸按也会感到坚实。

九针之名，各不同形：一曰镵针[①]，长一寸六分；二曰员针，长一寸六分；三曰锟针[②]，长三寸半；四曰锋针，长一寸六分；五曰铍针[③]，长四寸，广二分半；六曰员利针，长一寸六分；七曰毫针，长三寸六分；八曰长针，长七寸；九曰大针，长四寸。镵针者，头大末锐，去泻阳气；员针者，针如卵形，揩摩分间，不得伤肌肉，以泻分气；锟针者，锋如黍粟之锐，主按脉勿陷，以致其气；锋针者，刃三隅，以发痼疾；铍针者，末

如剑锋，以取大脓；员利针者，尖如氂[4]，且员且锐，中身微大，以取暴气；毫针者，尖如蚊虻喙，静以徐往，微以久留之而养，以取痛痹；长针者，锋利身长，可以取远痹；大针者，尖如梃[5]，其锋微员，以泻机关之水也。九针毕矣。

【注释】

①镵(chán)针：因其针形尖锐，故名“镵针”。镵，锐。

②鍉(dī)针：因其针形似箭而得名。

③铍(pī)针：因其针锋如剑而得名。铍，两刃小刀。

④氂(máo)：牦牛尾，也指马尾。

⑤尖如梃：大针尖如折竹之锐。梃，专折竹梃。

【译文】

九针的名称不同，形状也各异：第一种叫镵针，长一寸六分；第二种叫员针，长一寸六分；第三种叫鍉针，长三寸五分；第四种叫锋针，长一寸六分；第五种叫铍针，长四寸，宽二分半；第六种叫员利针，长一寸六分；第七种叫毫针，长三寸六分；第八种叫长针，长七寸；第九种叫大针，长四寸。镵针，针头大而针尖锐利，适于浅刺以泻皮肤之热；员针，针形如卵，用于按摩分肉之间，既不会损伤肌肉，又能够疏泄分肉的邪气；鍉针，针尖像小米粒的微圆，用于按摩经脉，流通气血，但不能深陷肌肉之内，否则反伤正气；锋针，三面有刃，用以治疗积久难治之病；铍针，针尖像剑锋一样锐利，用以刺痈排脓；员利针、针尖像马尾，圆而锐利，针身稍粗，用于治疗急证；毫针，针尖像蚊虻的嘴，轻缓的刺入皮内，留针养神，可以治疗痛痹；长针，针锋锐利，针身薄而略长，可以治疗久痹证；大针，针尖如折竹，其锋稍圆，可用以泻去关节积水。所有九针的情况，大致如此而已。

夫气之在脉也，邪气在上[①]；浊气在中[②]，清气在下[③]，故针陷脉则邪气出[④]，针中脉则浊气出[⑤]，针太深则邪气反沉[⑥]，病益。故曰：皮肉筋脉，各有所处，病各有所宜，各不同形，各以任其所宜。无实无虚，损不足而益有余，是谓甚病，病益甚。取五脉者死[⑦]，取三脉者恇[⑧]。夺阴者死，夺阳者狂。针害毕矣。刺之而气不至，无问其数；刺之而气至，乃去之，勿复针。针各有所宜，各不同形，各任其所为。刺之要，气至而有效，效之信，若风之吹云，明乎若见苍天。刺之道毕矣。

【注释】

①邪气在上：风热阳邪侵犯人体上部。

②浊气在中：寒温不适，饮食不节，浊气留于肠胃。浊气，饮食积滞之气。

③清气在下：清冷寒湿之邪，侵入人体必从足部开始。

④针陷脉则邪气出：各经腧穴多在人体凹陷部位，驱寒邪，需刺各经陷脉，经气行，则邪气出，所以取阳邪在上部。

⑤针中脉则浊气出：针三里可排除肠胃浊气。中脉，中部阳明之合穴，即足三里穴。

⑥“针太深”句：应浅刺之病，深刺反会引邪深入。

⑦五脉：五脏腧穴。

⑧取三脉者恇(kuāng)：泻手足三阳经穴，致形气虚弱。三脉，手足三阳脉。

【译文】

邪气在人体经脉之内，风热之气常在上部；饮食积滞之气常停中部，寒湿之气常留下部，因而针刺部位也就不同了，刺上部各经腧穴可

使风热之气外出；刺阳明之脉，可以排除胃肠积滞；病在浅表而针刺太深了，能够引邪入里，加重病势。因此说：皮肉筋脉各有它的部位，病证各有它的适应孔穴，情况不同，就应该随着病情慎重施针。不能实证用补法，虚证用泻法，这就是损不足而益有余，会加重病情。精气虚的病人，误泻五脏腧穴，会致人于死；阳气不足的病人，误泻三阳经的腧穴，可以致正气怯弱，神志错乱。总之，误泻阴经，耗伤了脏气，会致死；误泻阳经，损伤了阳气，会发狂证。用针不当的害处大致如此。针刺时，需要候气，如刺后尚未得气，不应拘泥手法次数的多少，必须等待经气到来；如果针已得气，就可去针不再刺了。九针各有不同适用证，针形也不一样，在使用时，要根据病情分别选用。总之，针刺的关键，是要得气，针下得气，必有疗效，疗效显著的，就像风吹云散，可以看到明朗的天空那样。这些都是针刺的道理。

黄帝曰：愿闻五脏六腑所出之处[①]。

岐伯曰：五脏五腧，五五二十五腧[②]；六腑六腧，六六三十六腧[③]。经脉十二，络脉十五[④]。凡二十七气，以上下。所出为井[⑤]，所溜为荥[⑥]，所注为输[⑦]，所行为经[⑧]，所入为合[⑨]。二十七气所行，皆在五腧也。节之交，三百六十五会[⑩]。知其要者，一言而终；不知其要，流散无穷。所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。

【注释】

①五脏六腑所出之处：脏腑各自联属的经脉脉气所出之处。

②二十五腧：每脏有井、荥、输、经、合之五腧穴，五脏共二十五穴。

③三十六腧：每腑有井、荥、输、原、经、合六腧，六腑共三十六腧穴。

④络脉十五：十二经各有一络脉，加任、督及脾之大络，共十五络。

⑤所出为井：古代以泉源出水之处为井。人之血气，出于四肢，故脉出处，为井。

⑥所溜为荥(xíng)：形容脉气流过的地方，像刚从泉源流出的小水流。《说文·水部》"荥，绝小水也"。

⑦所注为输：形容脉气流注到此后又灌注到彼。注，灌注。输，运输。脉注于此而输于彼，其气渐盛。

⑧所行为经：脉气由此通过。经，通。

⑨所入为合：形容脉气汇合处。

⑩"节之交"两句：节之交，人体关节等部交接处的间隙。这些间隙共有三百六十五个，为经脉中气血渗灌各部的汇合点。

【译文】

黄帝说：我希望听到脏腑脉气所出之处的情况。

岐伯说：五脏经脉，各有井、荥、输、经、合五个腧穴，五五共二十五个腧穴；六腑经脉，各有井、荥、输、原、经、合六个腧穴，六六共三十六个腧穴，人体有十二经脉，每经各有一络，加上任督之脉各一络和脾之大络，共十五络，这二十七脉之气循行周身。脉气所出之处叫"井"，脉气流过之处叫"荥"，脉气灌注运输之处叫"输"，脉气通过之处叫"经"，脉气汇聚之处叫"合"。这二十七气出入于上下手足之间，它的脉气由始微而趋向正盛，最后入合于内。这二十七气流注运行都在这五腧之中，昼夜不息。人体关节等相交部位的间隙，共有三百六十五个会合处。知道这些要妙所在，就可以一言以蔽之，否则就漫无边际了。这里所说的"节"，都是血气游行出入和络脉渗灌诸节的地方，不是指皮肉筋骨说的。

睹其色，察其目，知其散复；一其形，听其动静，知其邪正。右主推之①，左持而御之②，气至而去之③。凡将用针，必先诊脉，视气之剧易，乃可以治也。五脏之气已绝于内，

而用针者反实其外，是谓重竭。重竭必死，其死也静。治之者辄反其气，取腋与膺。五脏之气已绝于外，而用针者反实其内，是谓逆厥。逆厥则必死，其死也躁。治之者反取四末。刺之害，中而不去，则精泄；不中而去，则致气。精泄则病益甚而惿，致气则生为痈疡。

【注释】

①右主推之：指右手进针。张景岳："右主推之，所以入针也。"

②左持而御之：指用左手护持针身。张景岳："左持而御之，所以护持也。"

③气至而去之：得气之后即起针。张景岳："邪气去而谷气至，然后可以出针。"

【译文】

在针刺时，注意察看患者的面色和眼神，可以了解血气的耗散与还复；从病人形态动静、声音变化，可以了解邪正虚实。然后右手推而进针，左手护持针身，等到针下得气，就可出针了。凡用针的时候，必先诊察脉象以了解脏气的和与不和，然后治疗。如五脏之气已绝于内，属阴虚，而用针反补在外的阳经，会使阳愈盛而阴愈虚，这叫"重竭"。重竭必死，死时安静。这是因为医生每违反经气补泻原则，误取腋和胸的腧穴，使脏气虚竭所致。五脏之气已虚于外，属阳虚，而用针反补在内阴经，阴愈盛而阳愈虚，引起四肢厥冷，这叫"逆厥"。逆厥必死，死时烦躁。这是误取四肢末端穴位，使阳气愈竭而致。针刺的要害，刺已中病而不出针就会耗伤精气；不中病而出针，会使邪气留滞不散。伤经气会加重病情而使人虚弱，气滞很容易发生痈疡。

五脏有六腑，六腑有十二原，十二原出于四关[①]，四关主

治五脏。五脏有疾，当取之十二原。十二原者，五脏之所以禀三百六十五节之会也。五脏有疾也，应出十二原，而原各有所出，明知其原，睹其应，而知五脏之害矣。

【注释】

①四关：即两肘两膝之四个关节。

【译文】

五脏联系在外的六腑，六腑之外有十二原联属，十二原穴出于四肢关节，四关原穴主治五脏病变。所以五脏有病，就应该取十二原穴。因为十二原穴，是五脏聚三百六十五节经气而集中的地方。因此五脏有了病变，就反应到十二原，而十二原也各有所属之内脏，了解原穴的性质，观察它的反应，就可知五脏的病情。

阳中之少阴，肺也，其原出于太渊，太渊二。阳中之太阳，心也，其原出于大陵，大陵二。阴中之少阳，肝也，其原出于太冲，大冲二。阴中之至阴，脾也，其原出于太白，太白二。阴中之太阴，肾也，其原出于太溪，太溪二。膏之原，出于鸠尾，鸠尾一。肓之原，出于脖胦[①]，脖胦一。凡此十二原者，主治五脏六腑之有疾者也。胀取三阳，飧泄取三阴。

【注释】

①脖胦(yāng)：任脉的气海穴。

【译文】

肺属阳中之少阴，它的原穴是太渊，太渊左右共二穴。心属阳中之太阳，它的原穴是大陵，大陵左右共二穴。肝属阴中之少阳，它的原穴是太冲，太冲左右共二穴。脾属阴中之至阴，它的原穴是太白，太白左

右共二穴。肾属阴中之太阴，它的原穴是太溪，太溪左右共二穴。膏的原穴，是任脉的鸠尾，鸠尾一穴。肓的原穴，是脐下的气海，气海一穴。以上五脏的原穴各有二穴，加膏、肓两原穴，共计十二原穴，以通脏腑表里之气，所以能治五脏六腑之病。大凡腹胀病，可取足三阳经的腧穴；飧泄病，可取足三阴经的腧穴治疗。

今夫五脏之有疾也，譬犹刺也，犹污也，犹结也，犹闭也。刺虽久，犹可拔也；污虽久，犹可雪也；结虽久，犹可解也；闭虽久，犹可决也。或言久疾之不可取者，非其说也。夫善用针者，取其疾也，犹拔刺也，犹雪污也，犹解结也，犹决闭也。疾虽久，犹可毕也。言不可治者，未得其术也。

【译文】

现在五脏有病，好比肌肉扎刺，物体被污染，绳索打了结，河水淤塞一样。但是，扎了刺虽然日子长，还可以拔掉；污染日子虽久，还可以洗净；结拴了好久，还可以解开；河道淤塞时间虽然长些，还可以疏通。有人认为久病就不能治愈，这样说不对。善于用针的医生治疗疾病，就像拔刺、涤污、解扣、疏淤一样。疾病的时间虽然很长，还可以达到治愈效果。说久病不能治，是因为未掌握针刺技术。

刺诸热者，如以手探汤[①]；刺寒清者，如人不欲行[②]。阴有阳疾者[③]，取之下陵三里[④]。正往无殆，气下乃止，不下复始也。疾高而内者[⑤]，取之阴之陵泉；疾高而外者[⑥]，取之阳之陵泉也。

【注释】

①如以手探汤：形容针刺诸热病时，针法宜轻而浅，像用手探汤一样，一触即起。张景岳："如以手探汤者，用在轻扬。热属阳，阳主于外，故治宜如此。"汤，热水。

②如人不欲行：留针。张景岳："如人不欲行者，有留恋之意也。阴寒凝滞，得气不易，故宜留针如此。"

③阴有阳疾者：热在阴分。

④下陵三里：即足三里穴。《本输》云："下陵膝下三寸。"

⑤疾高而内者：指病位在上而病本属于脏。张景岳："疾高者，在上者也，当下取之。然高而内者属脏，故当取足太阴之阴陵泉。"

⑥疾高而外者：是指病位在上而病本属于腑。张景岳："高而外者属腑，故当取之足少阳之阳陵泉也。"

【译文】

针刺热病，应当浅刺快刺，像用手探试沸腾的热水一样，一触即起；针刺寒冷病，应当深刺留针，像行人恋恋不愿离开一样。阴分有热病的，取阳明经的足三里穴。用针要正确，不能懈怠，邪气消退即出针，如邪气不退，还可再刺。如病位在上而病本属于脏，取足太阴经的合穴阴陵泉；病位在上而病本属于腑，取足少阳经的合穴阳陵泉。

本输第二　法地

【题解】

本篇着重论述了四肢肘膝关节以下的五脏五腧（井、荥、输、经、合），六腑六腧（井、荥、输、原、经、合）等重要穴位，以及颈项一周有手足三阳经与任督二脉的腧穴；腋下有手太阴、心主的腧穴等。本，动词，探求本源。本输，推本穷源，腧穴是经络血气的转输之处，故以《本输》名篇。

黄帝问于岐伯曰：凡刺之道，必通十二经络之所终始[①]，络脉之所别处[②]，五输之所留[③]，六腑之所与合[④]，四时之所出入[⑤]，五脏之所溜处[⑥]，阔数之度[⑦]，浅深之状[⑧]，高下所至[⑨]。愿闻其解。

【注释】

①十二经络之所终始：从十二经之整体来说，手之三阴，从胸走手；手之三阳，从手走头；足之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹（胸）。逐经相传，始于肺而终于肝，再注于肺。从每一经由浅入深的起止来说，十二经的经气皆出于指（趾）端，从四肢末端逐渐深入脏腑。

②络脉之所别处：《经脉》篇载有十五别络，从十四经别出，如手太阴经别络列缺，手阳明经别络偏历等。

③五输之所留：五输穴各有一定的部位。五输，指井、荥、输、经、合五输穴。留，留止。

④六腑之所与合：六腑所属之阳经，同样有井、荥、输、经、合穴，与五脏所属的阴经五腧，阴阳相配，表里相合。

⑤四时之所出入：人体血气的运行出入，因四时气候的推移，而有生长收藏的不同变化。

⑥五脏之所溜处：张志聪："五脏之血气，溜于皮肤经脉之外内者也。"溜，流，淌。

⑦阔数：即宽窄。张志聪："经脉宽大，孙脉窄小。"

⑧浅深之状：张志聪："络浅而经深也。"

⑨高下所至：血气循行，通及上下。

【译文】

黄帝问岐伯说：大凡针治的道理，必须通晓十二经脉循行的起止点，络脉从经脉别行的通路，井、荥、输、经、合五输穴的所在部位，六腑阳经与五脏阴经的表里相合处，随着四时的变化，血气出入流行的变化，五脏血气通过经脉流注于体表的部位，经络的宽窄度数和部位深浅，血气循行通及上下各处。希望听到对于这些问题的讲解。

岐伯曰：请言其次也。肺出于少商，少商者，手大指端内侧也，为井木[①]；溜于鱼际[②]，鱼际者，手鱼也，为荥；注于太渊，太渊，鱼后一寸陷者中也，为腧；行于经渠，经渠，寸口中也，动而不居，为经；入于尺泽，尺泽，肘中之动脉也，为合。手太阴经也。

【注释】

①井木：五腧之井、荥、输、经、合，配五行，在阴经为木、火、土、金、水。本篇仅指出井穴的属性，根据《难经》，阴经以井属木，荥属火，输属土，经属金，合属水。

②鱼际：穴名。际，边缘。鱼，指手鱼，即手大指本节后有肌肉隆起处，状如鱼腹，故名。穴在手鱼的边缘，故名“鱼际”。

【译文】

岐伯说：请让我依次说明。肺经的血气，从少商穴发出，少商在手大指端内侧，为井穴，属木；流行到鱼际穴，鱼际在手鱼的边缘，为荥穴；灌注到太渊穴，太渊在手鱼后一寸的凹陷中，为腧穴；运行到经渠穴，经渠在腕后寸口之中，脉动而不停之处，为经穴；汇入到尺泽穴，尺泽在肘中动脉处，为合穴。这是手太阴经的五输穴。

心出于中冲，中冲，手中指之端也，为井木；溜于劳宫，劳宫，掌中中指本节之内间也①，为荥；注于大陵，大陵，掌后两骨之间方下者也②，为腧；行于间使，间使之道，两筋之间，三寸之中也，有过则至，无过则止③，为经；入于曲泽，曲泽，肘内廉下陷者之中也④，屈而得之，为合。手少阴也。

【注释】

①本节：凡指骨接于掌骨或趾骨接于蹠骨之第一节，均称“本节”。

②方下：张景岳：“正当两骨之下也。”

③有过则至，无过则止：马元台：“有过者有病也，有病则其脉至，无病则其脉止。”

④廉：边缘。

【译文】

心经的血气，从中冲穴发出，中冲在中指之端，为井穴，属木；流行到劳宫穴，劳宫在中指本节后手掌中间，为荥穴；灌注到大陵穴，大陵在掌后腕与臂两骨之间的凹陷中，为输穴；运行到间使穴，间使在掌后三寸两筋之间，当本经有病时，这一部位会出现反应，无病时就无反应，为经穴；汇入到曲泽穴，曲泽在肘内侧，屈肘时的凹陷处才能取得，为合穴。这是手少阴经的五输穴。

肝出于大敦，大敦者，足大指之端及三毛之中也①，为井木；溜于行间，行间，足大指间也，为荥；注于太冲，太冲，行间上二寸陷者之中也，为腧；行于中封，中封，内踝之前一寸半②，陷者之中，使逆则宛，使和则通③，摇足而得之，为经；入于曲泉，曲泉，辅骨之下④，大筋之上也，屈膝而得之，为合。足厥阴也。

【注释】

①指：脚趾。三毛：在足大趾第一节后横纹之前。

②踝：在胫骨之下、跗骨之上的骨突，在内侧的为内踝，在外侧的为外踝。又手腕处外突之骨也称“踝”。

③“使逆则宛”两句：意即使其足尖逆而上举，则此凹陷宛宛有形，再令患者将足听其自如，则进针可通。

④辅骨：指膝傍由股骨下端的内外上髁和胫骨上端的内外侧髁组成的骨突。此处专指内侧的“内辅骨”。

【译文】

肝经的血气，从大敦穴发出，大敦在足大趾尖端及三毛之中，为井穴，属木；流行到行间穴，行间在足大趾次趾之间，为荥穴；灌注到太冲

穴，太冲在行间穴上二寸凹陷之中，为输穴；运行到中封穴，中封在内踝前一寸半凹陷之中，令患者足尖逆而上举，可见有宛宛陷窝，再令患者将足恢复自如，则进针可通，或令患者将足微摇而取得，为经穴；汇入到曲泉穴，曲泉在内辅骨之下，大筋之上，屈膝取之即得，为合穴。这是足厥阴经的五腧穴。

脾出于隐白，隐白者，足大指之端内侧也，为井木；溜于大都，大都，本节之后，下陷者之中也，为荥；注于太白，太白，腕骨之下也[①]，为输；行于商丘，商丘，内踝之下，陷者之中也，为经；入于阴之陵泉，阴之陵泉，辅骨之下，陷者之中也，伸而得之，为合。足太阴也。

【注释】

①腕骨：在此指第一跖趾关节骨突，又称“核骨”。《太素》、《甲乙》、《千金翼方》“腕”并作“核”，是。丹波元简：“腕骨当作核骨，诸家不议及者，误。”

【译文】

脾经的血气，从隐白穴发出，隐白在足大趾端内侧，为井穴，属木；流行到大都穴，大都在本节之后的凹陷中，为荥穴；灌注到太白穴，太白在本节后核骨之下，为输穴；运行于商丘穴，商丘在内踝之下凹陷中，为经穴；汇入到阴陵泉穴，阴陵泉在内辅骨之下的凹陷中，伸足取之即得，为合穴。这是足太阴经的五输穴。

肾出于涌泉，涌泉者，足心也，为井木；溜于然谷[①]，然谷，然骨之下者也，为荥；注于太溪，太溪，内踝之后，跟骨之上，陷中者也，为输；行于复留，复留，上内踝二寸，动而不

休[2]，为经；入于阴谷，阴谷，辅骨之后，大筋之下，小筋之上也，按之应手，屈膝而得之，为合。足少阴经也。

【注释】

①然谷：即内踝前然谷穴上之大骨。又为然谷穴的别名。

②动而不休：复溜穴。在诸书记载以及实际用手切之，并无动脉。疑指太溪，错简于此。

【译文】

肾经的血气，从涌泉穴发出，涌泉在足底心，为井穴，属木；流行到然谷穴，然谷在足内踝前大骨下陷中，为荥穴；灌注到太溪穴，太溪在内踝骨后，跟骨之上凹陷中，跳动不止，为输穴；运行到复溜穴，复溜在内踝上二寸，为经穴；汇入到阴谷穴，阴谷在内辅骨之后，大筋之下，小筋之上，按之应手，屈膝取之即得，为合穴。这是足少阴经的五输穴。

膀胱出于至阴，至阴者，足小指之端也，为井金[1]；溜于通谷，通谷，本节之前外侧也，为荥；注于束骨[2]，束骨，本节之后，陷中者也，为腧；过于京骨，京骨，足外侧大骨之下，为原；行于昆仑，昆仑，在外踝之后，跟骨之上，为经；入于委中，委中，腘中央[3]，为合；委而取之[4]。足太阳也。

【注释】

①井金：阳经的井穴属金，阴经的井穴属木，五行相制而为用。本篇仅指出井穴的属性，根据《难经》、《甲乙经》，六阳经的井、荥、输、经、合穴，按五行相生的次序而配为：井属金，荥属水，输属木，经属火，合属土。

②束骨：在足小趾外侧，本节后，赤白肉际陷者中。

③腘：膝弯。

④委：曲，屈。

【译文】

膀胱经的血气，从至阴穴发出，至阴在足小趾端外侧，为井穴，属金；流行到通谷穴，通谷在小趾本节之前外侧，为荥穴；灌注到束骨穴，束骨在本节之后的凹陷中，为输穴；过于京骨穴，京骨在足外侧大骨之下，为原穴；运行到昆仑穴，昆仑在足外踝之后，跟骨之上，为经穴；汇入到委中穴，委中在膝弯中央，为合穴；可以屈而取之。这是足太阳经脉的五腧穴。

胆出于窍阴①，窍阴者，足小指次指之端也，为井金；溜于侠溪②，侠溪，足小指次指之间也③，为荥；注于临泣④，临泣，上行一寸半陷者中也⑤，为腧；过于丘墟，丘墟，外踝之前，下陷者中也，为原；行于阳辅，阳辅，外踝之上，辅骨之前⑥，及绝骨之端也⑦，为经；入于阳之陵泉，阳之陵泉，在膝外陷者中也，为合，伸而得之。足少阳也。

【注释】

①窍阴：穴名。此指足窍阴穴。另，本经在头部完骨之上，有穴亦名“窍阴”，通常称“头窍阴”。

②侠：通“夹”。《内经》“挟”多作“夹”。

③足小指次指之端：即足小趾侧次趾之端，就是第四趾端。

④临泣：穴名。此指足临泣。另，本经在头部有穴亦名“临泣”，通常称“头临泣”。

⑤上行一寸半陷者中：即指临泣穴在侠溪穴上一寸半的凹陷中。

⑥辅骨：侠膝之骨。

⑦绝骨：在足外踝上三寸许之凹陷处。又该处有穴亦名“绝骨”，一名“悬锺”。

【译文】

胆经的血气，从窍阴穴发出，窍阴在足小趾侧的次趾尖端，为井穴，属金；流行到夹溪穴，夹溪在足小趾与次趾之间，为荥穴；流注到临泣穴，临泣由夹溪再向上行一寸半处凹陷中，为输穴；过于丘墟穴，丘墟在外踝骨前之下凹陷中，为原穴；运行到阳辅穴，阳辅在外踝之上四寸余，辅骨的前方，绝骨的上端，为经穴；汇入到阳陵泉穴，阳陵泉在膝外侧凹陷中，为合穴，伸足取之而得。这是足少阳经的五腧穴。

胃出于厉兑，厉兑者，足大指内次指之端也①，为井金；溜于内庭，内庭，次指外间也，为荥；注于陷谷，陷谷者，上中指内间上行二寸陷者中也，为腧；过于冲阳，冲阳，足跗上五寸陷者中也②，为原；摇足而得之，行于解溪，解溪，上冲阳一寸半陷者中也，为经；入于下陵③，下陵，膝下三寸，胫骨外三里也④，为合；复下三里三寸为巨虚上廉⑤，复下上廉三寸为巨虚下廉也；大肠属上，小肠属下⑥，足阳明胃脉也。大肠小肠，皆属于胃⑦。是足阳明也。

【注释】

①足大指内次指之端：足大趾侧的次趾尖端，也是第二趾尖端。

②足跗(fū)：足背，又称“足面”。

③下陵：三里穴之别名，位于膝下正中的高骨下，因而称为“下陵”。

④胫(héng)骨：即骭骨，小腿胫、腓骨之统称。三里：即下陵穴。又手阳明经亦有三里穴，所以上文用“下陵”二字以示区别。通常称此穴为“足三里”或“膝三里”。

⑤巨虚上廉：与下文的“巨虚下廉”，《甲乙经》：“巨虚上廉，足阳明与大肠合，在三里下三寸。巨虚下廉，足阳明与小肠合，在上廉下三寸。”因臂部亦有上廉与下廉穴，故称此二穴为“足上廉”、“足下廉”，或“上巨虚”、“下巨虚”。

⑥大肠属上，小肠属下：大肠的经气以及病理反应，寄属于上巨虚穴，小肠的经气以及病理反应，寄属于下巨虚穴，因此，大小肠有病，可以分别取胃经的上下巨虚穴治疗。

⑦大肠小肠，皆属于胃：胃为六腑之长，而大肠、小肠都与胃相连属，胃腑受纳之水谷，依次传入小肠和大肠，而大小肠之经气，寄属于足阳明胃经的上下巨虚穴。

【译文】

胃经的血气，从厉兑穴发出，厉兑在足大趾侧的次趾尖端，为井穴，属金；流行到内庭穴，内庭在次趾外侧与中趾之间，为荥穴；灌注到陷谷穴，陷谷在中趾的内侧上行二寸的凹陷中，为输穴；过于冲阳穴，冲阳在足背上自趾缝向上约五寸的凹陷中，为原穴，摇足而取得之；运行到解溪穴，解溪在冲阳之上一寸半的凹陷中，为经穴；汇入到下陵穴，下陵就是在膝下三寸，胫骨外缘的三里穴，为合穴，再从三里下三寸，是上巨虚穴，大肠属之；自上巨虚再下三寸，为下巨虚穴，小肠属之。由于大肠小肠，在体内连属于胃腑之下，因而在经脉上也有连属足阳明胃脉之处。这是足阳明经的五腧穴。

三焦者，上合手少阳[①]，出于关冲，关冲者，手小指次指之端也，为井金；溜于液门，液门，小指次指之间也，为荥；注于中渚，中渚，本节之后陷者中也，为腧；过于阳池，阳池，在腕上陷者之中也，为原；行于支沟，支沟，上腕三寸，两骨之间陷者中也，为经；入于天井，天井，在肘外大骨之上陷者中

也，为合，屈肘乃得之；三焦下腧[2]，在于足大指之前[3]，少阳之后，出于胭中外廉，名曰委阳，是太阳络也，手少阳经也。三焦者，足少阳、太阳之所将[4]，太阳之别也，上踝五寸，别入贯腨肠[5]，出于委阳，并太阳之正[6]，入络膀胱，约下焦。实则闭癃，虚则遗溺；遗溺则补之，闭癃则泻之。

【注释】

①上合手少阳：三焦之气游行于人体上中下三部，下腧出于足太阳之经的委阳，上出于手少阳之经，所以称“上合手少阳”。

②下腧：手三阳经上行于手而下合于足，故将合于足经的输穴称为“下腧”，以示区别。

③足大指之前：据本书《邪气藏府病形》篇及《甲乙经》、《黄帝内经太素》，应作“足太阳之前”。

④足少阳、太阳之所将：意谓三焦经是由足少阳、太阳二经的气血所输给的。将，输送供给。

⑤贯：通过。腨(shuàn)肠：即腿肚。

⑥太阳之正：足太阳经脉的主干部分。

【译文】

三焦，上合手少阳经脉，其血气从关冲穴发出，关冲在无名指之端，为井穴，属金；流行到液门穴，液门在小指与无名指之间，为荥穴；灌注到中渚穴，中渚在无名指本节后之凹陷中，为输穴；过于阳池穴，阳池在腕上凹陷中，为原穴；运行到支沟穴，支沟在腕后三寸的两骨间凹陷中，为经穴；汇入到天井穴，天井在肘外大骨上的凹陷中，为合穴，屈肘取之即得；三焦之气输于下部者，在足太阳经之前，足少阳经之后，出于膝胭窝外缘，名叫委阳，是足太阳经的大络，又是手少阳的经脉。三焦虽属手少阳经，在下则有足少阳、太阳二经为之输给。所以又自足太阳经别

出在外踝上五寸处，别入通过腿肚，出于委阳，与足太阳经的正脉相并，入腹内联络膀胱，约束着下焦。其气实则为小便不通，气虚则为遗尿；遗尿当用补法，小便不通当用泻法。

小肠者，上合手太阳，出于少泽，少泽，小指之端也，为井金；溜于前谷，前谷，在手外廉本节前陷者中也，为荥；注于后溪，后溪者，在手外侧本节之后也，为腧；过于腕骨，腕骨在手外侧腕骨之前，为原；行于阳谷，阳谷，在锐骨之下陷者中也[①]，为经；入于小海，小海，在肘内大骨之外，去端半寸陷者中也，伸臂而得之，为合。手太阳经也。

【注释】

①锐骨：腕后小指侧的高骨。

【译文】

小肠，上合手太阳经脉，其血气从少泽穴发出，少泽在手小指外侧端，为井穴，属金；流行到前谷穴，前谷在手外侧本节前的凹陷中，为荥穴；灌注到后溪穴，后溪在手外侧小指本节的后方，为输穴；过于腕骨穴，腕骨在手外侧腕骨之前，为原穴；运行到阳谷穴，阳谷在腕后锐骨前下方的凹陷中，为经穴；汇入到小海穴，小海在肘内侧大骨之外，距离骨尖半寸处的凹陷中，伸臂取之即得，为合穴。这是手太阳经的五腧穴。

大肠上合手阳明，出于商阳，商阳，大指次指之端也[①]，为井金；溜于本节之前二间，为荥；注于本节之后三间，为腧；过于合谷，合谷，在大指歧骨之间[②]，为原；行于阳溪，阳溪，在两筋间陷者中也，为经；入于曲池，在肘外辅骨陷者中也[③]，屈臂而得之，为合。手阳明也。

是谓五脏六腑之腧，五五二十五腧，六六三十六腧也。六腑皆出足之三阳，上合于手者也④。

【注释】

①大指次指：即食指。

②歧骨：此指大指与次指本节后两骨分歧之处，即第一、二掌骨之间。

③肘外辅骨：指挠骨头与肱骨外上髁接合处。

④“六腑皆出”两句：六腑的经脉，均以足三阳经为根本。如大肠、小肠连属于胃，故其经又下合于足之上下廉；三焦的下焦与膀胱同主水液，故其下合在委阳。但是它们的经脉本体，主要分布于上肢，所以称“上合于手”。

【译文】

大肠，上合手阳明经脉，其血气从商阳穴发出，商阳在食指内侧端，为井穴，属金；流行到二间穴，二间在食指本节之前，为荥穴；灌注到三间穴，三间在本节之后，为输穴；过于合谷穴，合谷在大指次指歧骨之间，为原穴；运行到阳溪穴，阳溪在大指本节后，腕上两筋之间的凹陷中，为经穴；汇入到曲池穴，曲池在肘外侧辅骨的凹陷处，屈臂取之即得，为合穴。这是手阳明经的五腧穴。

以上所述，就是五脏六腑的腧穴，五脏阴经五五二十五个要穴，六腑阳经六六三十六个要穴。而六腑的血气，都从足三阳经脉出行，又上合于手三阳经脉。

缺盆之中，任脉也，名曰天突；一次任脉侧之动脉①，足阳明也，名曰人迎；二次脉，手阳明也，名曰扶突；三次脉，手太阳也，名曰天窗；四次脉，足少阳也，名曰天容②；五次脉，

手少阳也，名曰天牖；六次脉，足太阳也，名曰天柱；七次脉，颈中央之脉③，督脉也，名曰风府。腋内动脉，手太阴也，名曰天府；腋下三寸，手心主也，名曰天池。

【注释】

①一次任脉侧之动脉：任脉之外侧的第一行动脉。张介宾："次者，次于中脉一行，足阳明也。"次，依次。在此是由内向外的次序。以下"二次脉"至"七次脉"意思都是指从任脉数"第二"至"第七行动脉"。

②天容：马元台："按天容系手太阳经，非足少阳经，疑是'天冲穴'。"

③颈：应作"项"。

【译文】

左右两缺盆的中央，是任脉所行之处，有穴名天突；次于任脉后第一行的动脉，是足阳明经脉所行之处，有穴名人迎；第二行是手阳明经脉所行之处，有穴名扶突；第三行是手太阳经脉所行之处，有穴名天窗；第四行是足少阳经脉所行之处，有穴名天容；第五行是手少阳经脉所行之处，有穴名天牖；第六行是足太阳经脉所行之处，有穴名天柱；第七行在项中央，是督脉所行之处，有穴名风府。在腋下上臂内侧的动脉，是手太阴经脉所行之处，有穴名天府；在侧胸部当腋下三寸，是手厥阴心包经脉所行之处，有穴名天池。

刺上关者，呿不能欠①；刺下关者，欠不能呿。刺犊鼻者，屈不能伸；刺两关者②，伸不能屈。

【注释】

①呿(qù)：张口。欠：呵欠时张口复合。

②两关：前臂的内关、外关穴。

【译文】

刺上关穴，应张口而不能合口；刺下关穴，应合口而不能张口。刺犊鼻穴，应屈膝而不能伸足；刺内关与外关穴，要应伸手而不能弯屈。

足阳明，挟喉之动脉也，其腧在膺中[①]。手阳明，次在其腧外[②]，不至曲颊一寸[③]。手太阳，当曲颊[④]。足少阳，在耳下曲颊之后。手少阳，出耳后，上加完骨之上[⑤]。足太阳，挟项大筋之中发际。阴尺动脉[⑥]，在五里，五腧之禁也[⑦]。

【注释】

①膺(yīng)：胸之两旁。

②次在其腧外：手阳明扶突穴，在足阳明动腧之外。

③不至：即相差或距离之意。曲颊：指颊部，即面之两旁。因面颊之骨，曲如环形，故称“曲颊”。

④手太阳，当曲颊：手太阳天窗穴在曲颊下。

⑤完骨：又名“寿台骨”。指颞骨的乳突，在两耳廓中部向后之处。又为该处穴名。

⑥阴尺动脉：手太阴经由尺泽穴向上三寸处的动脉，即肘上三寸向里的五里穴，属手阳明经。

⑦五腧之禁：手五里穴，禁忌屡刺。

【译文】

足阳明经挟喉而行的动脉，其腧穴分布在胸之两旁膺部。手阳明经的腧穴，在它的外侧，距离曲颊一寸。手太阳经的腧穴，在曲颊处。足少阳经的腧穴，在耳下曲颊之后。手少阳经的腧穴，在耳后完骨之上。足太阳经的腧穴，在项后，挟大筋两旁发际下的凹陷中。阴尺动脉

处，是手阳明的五里穴，不能屡刺，以防五腧穴所内通的血气竭尽。

肺合大肠，大肠者，传道之腑[①]。心合小肠，小肠者，受盛之腑。肝合胆，胆者，中精之腑[②]。脾合胃，胃者，五谷之腑[③]。肾合膀胱，膀胱者，津液之腑也。少阳属肾，肾上连肺，故将两脏[④]。三焦者，中渎之腑也[⑤]，水道出焉，属膀胱，是孤之腑也[⑥]。是六腑之所与合者。

【注释】

①传道：输送。道，传导。

②中精：居中受精汁。《难经》称“胆”为“清净之府”。与其他各腑转输浊物不同。

③五谷：疑当为“水谷”。“水”讹为“五”。

④故将两脏：张景岳：“三焦为中渎之府，膀胱为津液之府，肾以水脏而领水府，理之当然，故肾得兼将两脏。将，领也。两脏，府亦可以言脏也。”将，统率。两脏，指三焦与膀胱。

⑤渎：行水之小渠。

⑥孤：单独。肝、心、脾、肺、肾，同胆、小肠、胃、大肠、膀胱，都是一脏一腑相配，独有三焦亦主水道，而所行之水输于膀胱，故称“属膀胱，是孤之腑也”。

【译文】

肺合大肠，大肠是输送小肠已经消化之物的器官。心合小肠，小肠是受盛由胃而来之腐熟的水谷的器官。肝合胆，胆是居中接受精汁的器官。脾合胃，胃是消化水谷的器官。肾合膀胱，膀胱是贮存小便的器官。手少阳也属肾，肾又上连于肺，所以能统率三焦和膀胱两脏器。三焦，是像沟渎一样行水的器官，水道由此而出，属于膀胱，这是一个单独

的器官。这就是六腑与五脏配合的情况。

春取络脉诸荥大经分肉之间[①]，甚者深取之，间者浅取之。夏取诸腧孙络肌肉皮肤之上[②]。秋取诸合[③]，余如春法。冬取诸井诸腧之分[④]，欲深而留之。此四时之序，气之所处，病之所舍，藏之所宜。转筋者，立而取之，可令遂已。痿厥者，张而刺之，可令立快也。

【注释】

①络脉：十五络穴。参考《经脉》篇。诸荥：各经的荥穴。大经：经脉。

②诸腧：各经的输穴。孙络：从络脉再分出的细小支络。

③诸合：各经的合穴。

④诸井：各经的井穴。

【译文】

春天治疗，取络穴、荥穴和经脉分肉之间，病重的应深取，病轻的应浅取。夏天治疗，取输穴、孙络，孙络在肌肉皮肤上。秋天治疗，除取合穴外，其他参照春天的刺法。冬天治疗，取井穴或输穴，应深刺，且留针。这是根据四时气候变化的规律，血气运行的深浅，病邪停留的部位，以及时令、经络皮肉等与脏腑的关系，来确定四时的刺法。治疗转筋，让病人站立而取穴施针，可使痉挛马上消除。治疗痿厥，让病人舒张四肢而取穴施针，可使病人马上感到轻快。

小针解第三　法人

【题解】

本篇对《九针十二原》篇内论“九针之要”几节内容隐奥的经文作出了较为明了的解释，故名《小针解》。

所谓易陈者，易言也[①]。难入者，难著于人也[②]。粗守形者[③]，守刺法也。上守神者，守人之血气，有余不足，可补泻也。神客者，正邪共会也[④]。神者，正气也，客者，邪气也。在门者，邪循正气之所出入也。未睹其疾者，先知邪正，何经之疾也。恶知其原者，先知何经之病，所取之处也。

【注释】

①所谓……者，……也：《内经》解说经文的句式。“所谓……者”中间是被解释的内容。“……也”，“也”之前是对经文的解释。

②难著于人：一般人难以明白。著，明白。

③粗守形：技术低下的医生只知道遵守具体针刺的规矩。

④正邪共会：正气与邪气共留于血脉之中。

【译文】

所谓“易陈”，就是说起来容易。“难入”，是说它的精微之处，一般人难以掌握。“粗守形”是指粗浅的医生，只懂得机械地拘守刺法。“上守神”，是指高明的医生，能辨明病人血气虚实，作为补泻的根据。“神客”，是正气与邪气互相交争。“神”是人体的正气，“客”是致病的邪气。“在门”，是说邪气随着正气在腠理出入。“未睹其疾”，是说应先了解邪气、正气的盛衰，以及疾病属哪一经。“恶知其原”是说应先了解疾病在哪一经，及所应取的穴位。

刺之微，在数迟者，徐疾之意也。粗守关者[①]，守四肢而不知血气正邪之往来也。上守机者，知守气也。机之动，不离其空中者，知气之虚实，用针之徐疾也。空中之机，清净以微者，针以得气，密意守气勿失也[②]。其来不可逢者，气盛不可补也。其往不可追者，气虚不可泻也。不可挂以发者，言气易失也。扣之不发者，言不知补泻之意也，血气已尽而气不下也。

【注释】

①关：两肘、两膝。

②密意：周密无所不至。

【译文】

“刺之微，在数迟”，是说针刺手法的微妙在于快慢的技巧。“粗守关”，是说粗浅的医生，只局限于四肢的腧穴，而不懂血气虚实与正邪的进退。“上守机”，是说高明的医生懂得气机的变化。“机之动，不离其空中”，是说要知道气机的虚实变化和用针的快慢。“空中之机，清净以微”，是说要了解用针的关键在于得气，应仔细注意和掌握气机变化，不

可失去时机。“其来不可逢”，是说邪气正盛时不能用补法。“其往不可追”，是说正气已虚不能用泻法。“不可挂以发”，是说得气的时机容易失去。“扣之不发”，是说不知补泻的意义，使病人血气耗尽，而邪气未能祛除。

知其往来者，知气之逆顺盛虚也。要与之期者[①]，知气之可取之时也。粗之暗者，冥冥不知气之微密也[②]。妙哉！工独有之者，尽知针意也。往者为逆者，言气之虚而小，小者，逆也。来者为顺者，言形气之平，平者，顺也。明知逆顺，正行无问者，言知所取之处也。迎而夺之者，泻也；追而济之者，补也。

【注释】

①要与之期：要等待适当的时机。与，等待。

②冥冥：昏暗的样子。

【译文】

“知其往来”，是说知道气方来为顺为盛，气如已往为逆为虚。“要与之期”，是说要知道懂得候气，等待适当的针刺时机。“粗之暗”，是说粗浅的医生，昏昧无知，不懂得气的精微细密作用。“妙哉！工独有之”，是说高明的医生，完全掌握用针的意义。“往者为逆”，是说邪气已去时其人气虚而小，小就是逆。“来者为顺”，是说正气来时形气和平，平就是顺。“明知逆顺，正行无问”，是说要知道所取腧穴的确切部位。“迎而夺之”，是泻法；“追而济之”是补法。

所谓虚则实之者，气口虚而当补之也。满则泄之者，气口盛而当泻之也。宛陈则除之者[①]，去血脉也。邪胜则虚之

者，言诸经有盛者，皆泻其邪也。徐而疾则实者，言徐内而疾出也。疾而徐则虚者，言疾内而徐出也。言实与虚，若有若无者，言实者有气，虚者无气也。察后与先，若亡若存者，言气之虚实，补泻之先后也，察其气之已下，与常存也。为虚与实，若得若失者，言补者俙然若有得也②，泻则怳然若有失也③。

【注释】

①宛陈：积久的淤血。宛，通“蕴”。

②俙(bì)然：满足的样子。

③怳(huǎng)然：失意貌。

【译文】

所谓“虚则实之”，是说气口脉虚而当补。“满则泄之”，是说气口脉盛而当泻。“宛陈则除之”，是说去除脉中的淤血。“邪胜则虚之”，是说诸经有邪盛的应当泻其邪气。“徐而疾则实”，是进针慢而出针快，为补法。“疾而徐则虚”，是进针快而出针慢，为泻法。“言实与虚，若有若无”，是说用补法使正气恢复，用泻法使邪气消退。“察后与先，若亡若存”，是说了解气的虚实来决定补泻的先后，从此可以辨别邪气是已去还是存留。“为虚与实，若得若失”，是说用补法要使病人有饱满的感觉，好像有所得一般，用泻法要使病人有空虚的感觉，好像有所失一般。

夫气之在脉也，邪气在上者，言邪气之中人也高，故邪气在上。浊气在中者，言水谷皆入于胃，其精气上注于肺，浊溜于肠胃，若寒温不适，饮食不节，而病生于肠胃，故命曰浊气在中也。清气在下者，言清湿地气之中人也，必从足始，故曰清气在下也。针陷脉，则邪气出者，取之上。针中

脉，则浊气出者，取之阳明合也。针太深，则邪气反沉者，言浅浮之病，不欲深刺也，深则邪气从之入，故曰反沉也。皮肉筋脉，各有所处者，言经络各有所主也。取五脉者死，言病在中，气不足，但用针尽大泻其诸阴之脉也。取三脉者恇[①]，言尽泻三阳之气，令病人恇然不复也。夺阴者死，言取尺之五里五往者也[②]。夺阳者狂，正言也[③]。

【注释】

①恇：怯弱。

②尺之五里：尺泽后的五里穴。五往：杨上善："五往者，五泻也。"

③正言：周学海："'正'疑当作'狂'。"

【译文】

所谓"气之在脉也，邪气在上"，是说邪气侵入经脉后，风邪多伤人的头部，所以说"邪气在上"。"浊气在中"，是说水谷入于胃后，它的精微之气上注于肺，它的浓浊部分留于肠胃，如果寒温不适宜，饮食不节制，那么肠胃中就会发病，所以说"浊气在中"。"清气在下"，是说清冷潮湿之气，使人发病，必从足部开始，所以说"清气在下"。"针陷脉，则邪气出"是说风邪伤人上部，要取头部的腧穴治疗。"针中脉，则浊气出"，是说肠胃的浊气发病，要取胃经的合穴足三里治疗。"针太深，则邪气反沉"，是说邪气浅浮之病，不能用深刺的针法，如误用了，反会使邪气随之深入，所以说"反沉"。"皮肉筋脉，各有所处"，是说皮肉筋脉各有一定的部位，也就是经络各有主治的所在。"取五脉者死"，是说病在内脏而元气不足的，仅用针竭力大泻五脏的腧穴，会造成死亡。"取三脉者恇"，是说竭力泻六腑腧穴之气，就会使病人精神怯弱，不易复元。"夺阴者死"，是说刺尺泽后的五里穴如果泻到五次，则必会泻尽脏阴之气而死。"夺阳者狂"，是说大泻三阳经脉之气，会使病人精神变化

而成狂证。

睹其色，察其目，知其散复，一其形，听其动静者，言上工知相五色于目，有知调尺寸小大缓急滑涩，以言所病也。知其邪正者，知论虚邪与正邪之风也①。右主推之，左持而御之者，言持针而出入也。气至而去之者，言补泻气调而去之也。调气在于终始一者，持心也。节之交三百六十五会者，络脉之渗灌诸节者也。

【注释】

①虚邪与正邪：都是致病邪气。古人认为正常气候太过，为实风，或称正邪。不正常的气候，为贼风，或称虚邪。如夏季气候当热，如过热，就称为“正邪”。如不热而反寒，就称为“虚邪”。

【译文】

“睹其色、察其目，知其散复，一其形，听其动静”，是说高明的医生，懂得观察患者颜面，和眼睛的色泽变化，又能够细察尺肤和寸口部位所表现出的小大、缓急、滑涩等脉象，从而说明患者所以发病的原因。“知其邪正”，是说知道患者所感受的是虚邪，还是正邪。“右主推之，左持而御之”，是说进针和出针的两种不同动作。“气至而去之者”，是说运用补泻手法，等到气机调和，就应该停针。“调气在于终始一者”，是说医生在运针调气时要专心致志，聚精会神，使神不外驰。“节之交三百六十五会”，是说周身三百六十五穴，乃是脉络中的气血渗灌各部的通会之处。

所谓五脏之气，已绝于内者，脉口气，内绝不至①，反取其外之病处，与阳经之合，有留针以致阳气②，阳气至，则内

重竭，重竭则死矣；其死也，无气以动，故静。所谓五脏之气，已绝于外者，脉口气，外绝不至③，反取其四末之输，有留针以致其阴气，阴气至，则阳气反入，入则逆，逆则死矣；其死也，阴气有余，故躁。所以察其目者，五脏使五色循明，循明则声章④。声章者，言声与平生异也。

【注释】

①内绝不至：张介宾："脉口浮虚，按之则无，是谓内绝不至，脏气之虚也。"

②有：同"又"。

③外绝不至：张介宾："脉口沉微，轻取则无，是谓外绝不至，阳之虚也。"

④循：当作"脩"。形近而误。脩，"修"的异体字。章：彰显。

【译文】

所谓"五脏之气，已绝于内"，是说脉口所主内部之气，已经断绝不至，反而取其表现在外表的病所与阳经的合穴，又用留针法以补益阳气，使阳气亢盛致使内脏阴气更加衰竭，阴气衰竭就要死亡；临死时，气口之脉没有气血鼓动，所以"安静"。所谓"五脏之气，已绝于外"，是说脉口所主外部之气，已经断绝不至，反而取其四肢之腧穴，又用留针法以补益阴气，阴气盛致使阳气内陷，阳气内陷是逆证，所以会死亡；临死时，由于阴气偏盛而暴露于外，所以"躁动"。所以要观察患者眼睛，是因为脏腑的精气，都输注于目，而使五色鲜明。脏腑的精气充足，五色鲜明，声音就高亢清晰；但患者的声音高亢清晰，与正常人是有区别的。

邪气脏腑病形第四　法时

【题解】

本篇主要论述了邪气中人的不同原因和部位，以及中阴中阳的区别；阐述了察色、按脉、问病、诊尺肤等诊法在诊断上的重要性，以及色与脉、脉与尺肤的相应情况；列举了五脏病变的缓、急、大、小、滑、涩六脉及其症状和针刺治疗原则；列举了六腑病变的症状和取穴法与针刺法。是论述邪气与脏腑及疾病症状关系的重要篇章。本篇的关键词是"邪气"，疾病的病因；"脏腑"，疾病伤及的部位；"病形"，疾病的表现症状。因此以《邪气脏腑病形》名篇。本篇名言："形寒寒饮则伤肺"。感受寒凉和饮用冷水易伤肺致咳，为千古不变之真理，提示我们在养生当中应注意保暖，不饮冷水，免伤阳气。

黄帝问于岐伯曰：邪气之中人也，奈何？

岐伯答曰：邪气之中人高也。

黄帝曰：高下有度乎？

岐伯曰：身半已上者，邪中之也；身半已下者，湿中之也。故曰：邪之中人也，无有常。中于阴则溜于腑，中于阳则溜于经[①]。

【注释】

①溜：流，淌。

【译文】

黄帝问岐伯说：外邪伤人的情况怎样呢？

岐伯回答说：邪气伤人会在人体的上下部。

黄帝又问说：部位的上下，有一定的常规吗？

岐伯说：上半身发病的，是受了风寒外邪所致；下半身发病的，是受了湿邪所致。因此说：外邪侵犯人体，没有固定部位。外邪侵犯阴经，会流传到六腑，外邪侵犯阳经，也可能流传在本经的通路而发病。

黄帝曰：阴之与阳也，异名同类①，上下相会，经络之相贯，如环无端。邪之中人，或中于阴，或中于阳，上下左右，无有恒常，其故何也？

岐伯曰：诸阳之会，皆在于面。中人也，方乘虚时，及新用力，若饮食汗出，腠理开，而中于邪。中于面则下阳明，中于项则下太阳，中于颊则下少阳，中于膺背两胁亦中其经。

【注释】

①异名同类：人体三阴三阳之脉名虽然不同，但都由气血流行所贯通。

【译文】

黄帝问：经脉的阴和阳，名称虽然不同，其实同属于经络系统，上下互相会合，经络之间彼此联贯，如圆环没有开端。外邪伤人，有的侵入阴经，有的侵入阳经，或上、或下、或左、或右，没有固定部位，是什么道理呢？

岐伯说：手足的三阳经，都聚合到头面部。邪气伤人，往往趁着体

虚之时，以及刚劳累用力后，或热饮热食出了汗，腠理开泄，而被邪气侵袭。邪气侵入面部，就会下行至足阳明胃经；邪气侵入项部，就会下行至足太阳膀胱经；邪气侵入颊部，就会下行至足少阳胆经；如果邪气侵入胸膺、脊背、两胁，也会分别下行它所属的阳明经、太阳经、少阳经。

黄帝曰：其中于阴，奈何？

岐伯曰：中于阴者，常从臂胻始[①]。夫臂与胻，其阴皮薄，其肉淖泽[②]，故俱受于风，独伤其阴。

【注释】

①胻(héng)：足胫。

②淖(nào)泽：润泽。在此作“柔软”解。

【译文】

黄帝问道：邪气侵入阴经，怎么样呢？

岐伯回答说：邪气侵入阴经，往往是从手臂或足胫开始的。因为手臂和足胫内侧的皮肤较薄，肌肉柔润，所以身体各部同样受了风邪，而这些部位最易受伤。

黄帝曰：此故伤脏乎？

岐伯答曰：身之中于风也，不必动脏。故邪入于阴经，则其脏气实，邪气入而不能客，故还之于腑。故中阳则溜于经，中阴则溜于腑。

【译文】

黄帝又问道：这邪气也会伤及五脏吗？

岐伯回答说：人身感受风邪，不一定会伤及五脏。假若外邪侵入了

阴经，而脏气充实，就是邪气入里也留不住，必定还归六腑。因此阳经受了邪，就流注于本经而发病；阴经受了邪，就会流注于六腑而发病。

黄帝曰：邪之中人脏，奈何？

岐伯曰：愁忧恐惧则伤心，形寒寒饮则伤肺①。以其两寒相感，中外皆伤，故气逆而上行。有所堕坠，恶血留内，若有所大怒，气上而不下，积于胁下则伤肝。有所击仆，若醉入房，汗出当风则伤脾。有所用力举重，若入房过度，汗出浴水则伤肾。

黄帝曰：五脏之中风，奈何？

岐伯曰：阴阳俱感，邪气乃往。

黄帝曰：善哉。

【注释】

①形寒寒饮则伤肺：喻昌说："肺气外达皮毛，内行水道。形寒则外寒，从皮毛而入；饮冷则水冷从肺上溢，遏抑肺气，不令外扬下达，其治节不行，周身之气，无所禀仰而肺病矣。"

【译文】

黄帝问：邪气伤及五脏是怎样的？

岐伯说：愁忧恐惧会使心脏受伤，形体受寒，又喝了冷水，就会使肺脏受伤。因为两种寒邪交感，内外受伤，就会发生肺气上逆的病变。如从高处跌坠，淤血留滞体内，又因大怒刺激，气上冲而不下，郁结胁下，就会伤肝。被人打击跌倒，或醉后行房，出汗冒风，就会伤脾。如用力举重，或房事过度，或出汗以后，浴于水中，就会伤肾。

黄帝又问：五脏为风邪所伤，为什么呢？

岐伯说：一定是内脏先伤再感受外邪，内外之邪结合，风邪才能侵

入内脏。

黄帝说：说得真好。

黄帝问于岐伯曰：首面与身形也，属骨连筋，同血合于气耳。天寒则裂地凌冰，其卒寒，或手足懈惰，然而其面不衣，何也？

岐伯答曰：十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍，其精阳气上走于目而为睛，其别气走于耳而为听，其宗气上出于鼻而为臭，其浊气出于胃走唇舌而为味。其气之津液皆上熏于面，而皮又厚，其肉坚，故热甚，寒不能胜之也。

【译文】

黄帝问岐伯说：人的头面和全身形体，都是由筋骨支撑的，由气血滋养。当天寒地裂，滴水成冰的时候，如突然感受寒气，手足就会瑟缩不伸，麻木不灵，可是面部却不用衣服御寒，这是什么缘故？

岐伯回答说：周身十二经脉和三百六十五络，所有血气都上行达到头面部，分别流入各个孔窍，那精阳之气上注于目，使眼睛能看；那旁行的经气上达于耳，使耳能听；那宗气上出于鼻，使鼻能嗅；那由胃生出来的谷气，上走唇舌，使唇舌有味觉。所有这些气和津液，都上行熏蒸于面部，面部的皮又厚，肌肉坚实，因此面上的阳热已极，就是天气极寒冷也能适应。

黄帝曰：邪之中人，其病形何如？

岐伯曰：虚邪之中身也[①]，洒淅动形；正邪之中人也微[②]，先见于色，不知于身，若有若无，若亡若存，有形无形，莫知

其情。

黄帝曰：善哉。

【注释】

①虚邪：四时反常的邪风，即虚邪贼风。

②正邪：四时正常的风气，也能乘人之虚，侵袭人体而引起疾病。

【译文】

黄帝问：外邪侵犯人体，发病的症状是怎样的呢？

岐伯说：虚邪伤了人，病人会战栗恶寒；正邪伤人发病比较轻微，先看到气色方面有点变异，身上没有什么感觉，像有病又像没有病，似有症状又似没有症状，不容易知道它的病情。

黄帝说：讲得好。

黄帝问于岐伯曰：余闻之，见其色，知其病，命曰明；按其脉，知其病，命曰神；问其病，知其处，命曰工。余愿见而知之，按而得之，问而极之，为之奈何？

岐伯答曰：夫色脉与尺之相应也，如桴鼓影响之相应也[①]，不得相失也。此亦本末根叶之殊候也，故根死则叶枯矣。色脉形肉不得相失也，故知一则为工，知二则为神，知三则神且明矣。

【注释】

①桴(fú)鼓：比喻事物相应，就像用鼓槌击鼓而有声一样。桴，鼓槌。

【译文】

黄帝问岐伯说：我听说医生看病人气色，就知道病情的叫“明”；按

病人脉象，就知道病情的叫“神”；问病情，就知道病情的叫“工”。我希望听一下，闻声、望色就能知道病情，切脉就能得到病况，问病就可彻底了解病苦的所在，怎么做才能有如此水平呢？

岐伯回答说：病人的气色、脉象、尺肤都与疾病有相应关系，如响随鼓、如影随形，不会有差错。这也像树木的根本和枝末一样，根衰败，枝叶必然枯槁。人的面色，脉象与皮肉外形的表现是不会不一致的。知其一为工，知其二为神，知其三就是神医了。

黄帝曰：愿卒闻之。

岐伯答曰：色青者，其脉弦也①；赤者，其脉钩也②；黄者，其脉代也③；白者，其脉毛也④；黑者，其脉石⑤。见其色而不得其脉，反得其相胜之脉则死矣⑥；得其相生之脉则病已矣⑦。

【注释】

①弦：弦脉端直以长，如张弓弦，为肝脉。

②钩：钩脉来盛去衰，为心脉。

③代：此处为脾之平脉，有更代的意思。

④毛：毛脉轻虚而浮，为肺脉。

⑤石：石脉沉濡而滑，为肾脉。

⑥相胜之脉：相胜就是相克，如肝病见肺之毛脉，是金克木，这就是相胜之脉。

⑦相生之脉：如肝病见肾之石脉，是水生木，即为相生之脉。

【译文】

黄帝说：希望听你详尽解释。

岐伯回答说：面色青的，脉象应弦；面色红的，脉象应钩；面色黄的，脉象应代；面色白的，脉象应毛；面色黑的，脉象应石。如果看到面色与脉象不

合，反而诊得相克脉象，就会死亡；若能诊得相生脉象，疾病就会痊愈。

黄帝问于岐伯曰：五脏之所生，变化之病形，何如？

岐伯答曰：先定其五色五脉之应，其病乃可别也。

黄帝曰：色脉已定，别之奈何？

岐伯曰：调其脉之缓急、小大、滑涩，而病变定矣。

【译文】

黄帝问岐伯说：五脏所生疾病的变化和表现是怎样的？

岐伯回答说：必先确定五色和五脉的相应关系，疾病就可以区别。

黄帝又问：气色和脉象已经确定了，怎么区别病情呢？

岐伯说：只要诊察出脉的缓急、小大、滑涩，病变就确定了。

黄帝曰：调之奈何？

岐伯答曰：脉急者，尺之皮肤亦急；脉缓者，尺之皮肤亦缓；脉小者，尺之皮肤亦减而少；脉大者，尺之皮肤亦贲而起[①]；脉滑者，尺之皮肤亦滑；脉涩者，尺之皮肤亦涩。凡此变者，有微有甚，故善调尺者，不待于寸；善调脉者，不待于色。能参合而行之者，可以为上工，上工十全九；行二者为中工，中工十全七；行一者为下工，下工十全六。

【注释】

①贲（fén）：大。

【译文】

黄帝问：诊察的方法如何呢？

岐伯回答说：脉急促的，尺肤的皮肤也紧急；脉徐缓的，尺肤的皮肤也弛缓；脉象小的，尺肤的皮肤也瘦小；脉象大的，尺肤的皮肤也大而突起；脉象滑的，尺肤的皮肤也滑润；脉象涩的，尺肤的皮肤也涩滞。以上六种变化，有轻有重，所以善于诊察尺肤的，不必等诊寸口脉；善于诊察脉象的，不必等望色。能够察色、辨脉、观察尺肤三者配合起来而进行诊断的，称为上工，上工治愈十分之九；能够运用两种方法诊察的，称为中工，中工治愈十分之七；仅能运用一种方法进行诊察的，称为下工，下工治愈十分之六。

黄帝曰：请问脉之缓急、小大、滑涩之病形，何如？

岐伯曰：臣请言五脏之病变也。心脉急甚者，为瘛疭[①]；微急，为心痛引背，食不下。缓甚，为狂笑；微缓，为伏梁[②]，在心下，上下行，时唾血。大甚，为喉吩[③]；微大，为心痹引背，善泪出。小甚，为善哕；微小，为消瘅。滑甚，为善渴；微滑，为心疝引脐，小腹鸣。涩甚，为瘖；微涩，为血溢，维厥[④]，耳鸣，巅疾。

【注释】

①瘛疭(chìzòng)：俗称“抽搐”。瘛，筋脉拘急而缩。疭，筋脉缓疭而伸。

②伏梁：病名。为心之积，在心下。杨上善：“心脉微缓，即知心下热聚，以为伏梁之病，大如人臂，从齐上至于心，伏在心下，下至于齐，如彼桥梁，故曰伏梁。”可见，伏梁之名是从病证的形态来命名的。

③喉吩(jiè)：喉间如有物梗阻。

④维厥：四肢厥逆。维，四维，即四肢。

【译文】

黄帝问：请问缓急、小大、滑涩的脉象，所主的病状是怎样的呢？

岐伯说：请让我谈谈五脏的病变。心脉急甚为手足抽搐；微急为心痛牵引脊背，饮食不下。心脉缓甚为神志失常的狂笑；微缓为久积之伏梁病，其症状是：在心下即上腹部，上下移动，常有唾血。心脉大甚为喉中如有物梗阻；微大为心痹，疼痛牵引肩背，时时流泪。心脉小甚为呃逆；微小为消谷善饥的消渴病。心脉滑甚为消渴；微滑为心疝，疼痛牵引脐部，小腹鸣响。心脉涩甚为瘖哑不能言；微涩为出血，四肢厥逆，耳鸣，头部疾病。

肺脉急甚，为癫疾；微急，为肺寒热，怠惰、咳唾血、引腰背胸，若鼻息肉不通。缓甚，为多汗；微缓，为痿瘘、偏风[①]，头以下汗出，不可止。大甚，为胫肿；微大，为肺痹，引胸背，起恶日光。小甚，为泄；微小，为消瘅。滑甚，为息贲上气[②]；微滑，为上下出血。涩甚，为呕血；微涩，为鼠瘘，在颈支腋之间，下不胜其上，其应善痿矣。

【注释】

①瘘：肺瘘、瘘蹙等。瘘：鼠瘘等。

②息贲：病名。肺之积。因肺气郁结，证见喘息上奔，故称“息贲”。贲，意同“奔”。

【译文】

肺脉急甚为癫疾；微急为肺有寒热：懈怠乏力，咳嗽咳血，疼痛牵引胸部和腰背部，或鼻中息肉阻塞，呼吸不畅。肺脉缓甚为多汗；微缓为痿瘘，半身不遂，头部以下汗出不止。肺脉大甚为足胫肿；微大为肺痹，牵引胸背胀痛，怕见日光。肺脉小甚为泄泻；微小为消瘅。肺脉滑甚为息贲，咳喘气逆；微滑在上为吐、衄血，在下为便血，肺脉涩甚为呕血；微涩为鼠瘘，发于颈项与腋下，下肢软弱，难以支撑躯体，四肢酸楚难耐。

肝脉急甚，为恶言；微急，为肥气[①]，在胁下，若覆杯。缓甚，为善呕；微缓，为水瘕痹也[②]。大甚，为内痈，善呕，衄；微大，为肝痹，阴缩，咳引小腹。小甚，为多饮；微小，为消瘅。滑甚，为癀疝[③]；微滑，为遗溺。涩甚，为溢饮；微涩，为瘛挛筋痹。

【注释】

①肥气：病名。肝之积，在胁下，如覆杯，突出如肉，故名“肥气”。

②水瘕痹：就是水结在胸胁下，结聚成形，小便不通。水瘕，即因积水而假聚成形。瘕，是瘕聚一类的病，假物成形，聚散无常，故名“瘕”。痹，闭阻。

③癀疝：疝气之一。阴囊肿大，叫做“癀”。

【译文】

肝脉急甚为恶言恶语；微急为肥气病，位于胁下，状如覆杯。肝脉缓甚为呕吐；微缓为水积胸胁，小便不通。肝脉大甚为内有痈肿，常呕吐、衄血；微大为肝痹，阴器收缩，咳嗽牵引小腹作痛；肝脉小甚为多饮，微小为消谷善饥的消瘅病。肝脉滑甚为阴囊肿大的癀疝；微滑为遗尿病。肝脉涩甚为溢饮水肿；微涩为筋脉拘挛不舒的筋痹。

脾脉急甚，为瘛疭；微急，为膈中[①]，食饮入而还出，后沃沫[②]。缓甚，为痿厥；微缓，为风痿，四肢不用，心慧然若无病。大甚，为击仆；微大，为疝气[③]，腹里大脓血，在肠胃之外。小甚，为寒热；微小，为消瘅。滑甚，为癀瘕。微滑，为虫毒蛔蝎[④]，腹热。涩甚，为肠癀[⑤]；微涩，为内癀，多下脓血。

【注释】

①膈中：食入即吐。

②后沃沫：大便多泡沫。

③疝气：应作“痞气”。《难经·五十六难》：“脾之积，名曰痞气，在胃脘，覆大如盘。”

④虫毒蛔(huí)蝎：泛指各种胃肠寄生虫病。蛔，同“蛕”。

⑤肠癀(tuí)：广肠脱出的病。杨上善：“脉涩，气少血多而寒，故冷气冲下，广肠脱出，名曰肠癀。”

【译文】

脾脉急甚为四肢抽搐；微急为食入而吐的膈中病，大便多泡沫。脾脉缓甚为四肢痿软无力，四肢厥冷；微缓为风痿病，四肢痿废不用，但神志清楚如无病之人。脾脉大甚为突然仆倒的厥病；微大为痞气病，腹中多脓血，聚在肠胃之外。脾脉小甚为寒热病；微小为内热消瘅。脾脉滑甚为阴囊肿大的癀疝和小便不通的癃闭。微滑为肠中有蛔虫等寄生虫病，腹中发热。脾脉涩甚为广肠脱出的肠癀病；微涩是肠内溃脓，大便下脓血。

肾脉急甚，为骨癫疾①；微急，为沉厥②，奔豚③，足不收，不得前后。缓甚，为折脊；微缓，为洞，洞者，食不化，下嗌还出。大甚，为阴痿；微大，为石水④，起脐已下至小腹，腫腫然⑤，上至胃脘，死不治。小甚，为洞泄；微小，为消瘅。滑甚，为癃癀；微滑，为骨痿，坐不能起，起则目无所见；涩甚，为大痈；微涩，为不月，沉痔⑥。

【注释】

①骨癫疾：癫疾重证，病深至骨，脾肾两败。

②沉厥：下肢沉重厥冷。

③奔豚：病名。肾之积。发自少腹，上至胸咽，若豚之奔突，故名。

④石水：病名。水肿病的一种。以腹水、腹部胀满为主症。

⑤腫腫(chuí)然：小腹胀满下坠。

⑥沉痔：日久不愈的痔疾。

【译文】

肾脉急甚为邪深至骨的骨癫疾；微急为下肢沉重逆冷，发为奔豚，两足伸不能屈，大小便不通。肾脉缓甚为腰脊痛如折；微缓为洞泄病，洞泄的症状是饮食不化，食入之后即从大便排出。肾脉大甚为阴痿不起；微大为石水病，从脐以下至小腹部胀满下坠，上至胃脘不适，预后不良。肾脉小甚为洞泄病；微小为消瘅。肾脉滑甚为小便不通，或为癃疝；微滑为骨痿病，可坐而不能站起，站起则视物不清；肾脉涩甚为大的痈肿；微涩为月经不行，或痔疾日久不愈。

黄帝曰：病之六变，刺之奈何？

岐伯答曰：诸急者多寒[①]，缓者多热，大者多气少血，小者血气皆少，滑者阳气盛、微有热，涩者多血少气、微有寒。是故刺急者，深内而久留之[②]；刺缓者，浅内而疾发针[③]，以去其热；刺大者，微泻其气，无出其血；刺滑者，疾发针而浅内之，以泻其阳气而去其热；刺涩者，必中其脉，随其逆顺而久留之，必先按而循之，已发针，疾按其痏[④]，无令其血出，以和其脉；诸小者，阴阳形气俱不足，勿取以针，而调以甘药也。

【注释】

①急：紧脉。

②深内：深刺。内，同“纳”，指进针。

③浅内：浅刺。

④痏(wěi)：泛指针孔。

【译文】

黄帝问道：疾病出现六种脉象变化，怎样针刺呢？

岐伯回答说：凡是脉象紧的多属寒，脉象缓的多属热，脉象大的多属气有余而血不足，脉象小的多属气血都不足，脉象滑的属阳气盛而微有热，脉象涩的血少气少而微有寒。因此，在针刺急脉的病变，进针要深，留针时间要长；针刺缓脉的病变，进针应该浅，出针要快，以散其热；针刺大脉的病变，略微泻其气，不能出血；针刺滑脉的病变，应快出针，浅刺，以泻阳气，排除热邪；针刺涩脉的病变，必须刺中经脉，随着气行的逆顺方向行针，留针时间要长，还要先按摩经脉，使脉气舒缓，出针以后，赶快按住针孔，不使出血，以调和经脉；凡是脉象小的，阴阳形气都虚弱，不宜用针刺，而用缓和之药调治。

黄帝曰：余闻五脏六腑之气，荥输所入为合，令何道从入，入安连过？愿闻其故。

岐伯答曰：此阳脉之别入于内，属于腑者也。

黄帝曰：荥输与合，各有名乎？

岐伯答曰：荥输治外经，合治内腑。

【译文】

黄帝说：我听说五脏六腑的脉气，都出于井穴，从荥、输而进入合穴。这是从哪条经脉进入合穴的？进入后又和哪些脏腑经脉有联系呢？希望听听其中的缘故。

岐伯回答说：这就是手足阳经，由别络进入内部而又属于六腑的。

黄帝问：荥、输与合穴，在治疗上各有一定的作用吗？

岐伯说：荥、输的脉气浮浅，可以治外经的病，合的脉气深入，可以治疗内腑的病。

黄帝曰：治内腑奈何？

岐伯曰：取之于合。

黄帝曰：合各有名乎？

岐伯答曰：胃合于三里，大肠合入于巨虚上廉，小肠合入于巨虚下廉，三焦合入于委阳，膀胱合入于委中央，胆合入于阳陵泉。

【译文】

黄帝问：治疗体内的腑病，怎样取穴呢？

岐伯说：应取合穴。

黄帝问：合穴各有名称吗？

岐伯回答说：胃的合穴在三里，大肠的合穴在巨虚上廉，小肠的合穴在巨虚下廉，三焦的合穴在委阳，膀胱的合穴在委中，胆的合穴在阳陵泉。

黄帝曰：取之奈何？

岐伯答曰：取之三里者，低跗取之[①]；巨虚者，举足取之；委阳者，屈伸而索之；委中者，屈而取之；阳陵泉者，正竖膝，予之齐[②]，下至委阳之阳取之；取诸外经者，揄申而从之[③]。

【注释】

①低跗：马莳说："取三里者，将足之跗面低下著地而取之，不使之举足。"跗，足背部。

②正竖膝，予之齐：即正身蹲坐，竖起膝部，使两膝齐平。

③揄(yáo)申而从之:周学海说:"《骨空论》注云:揄,摇也。谓或摇或伸而寻之。"

【译文】

黄帝说:怎样取合穴呢?

岐伯回答说:取三里穴,应足背低平;取巨虚穴,应举足;委阳穴,应先屈后伸下肢取穴;委中穴,应屈膝取穴;阳陵泉穴,应正立竖膝使两膝齐平,至委中的外侧取穴;凡取治在外经脉的病变,应该用或摇或伸的方式取穴。

黄帝曰:愿闻六腑之病。

岐伯答曰:面热者,足阳明病;鱼络血者[①],手阳明病;两跗之上脉竖陷者,足阳明病。此胃脉也。

【注释】

①鱼络血者:是说手鱼的部位血脉郁滞或有淤斑。

【译文】

黄帝说:希望听一下六腑的病变。

岐伯回答说:面部发热是足阳明的病变;手鱼部出现郁滞的血斑是手阳明的病变;足背的冲阳脉出现坚实而极隐伏的现象,也是足阳明的病变。这是胃的经脉。

大肠病者,肠中切痛而鸣濯濯[①],冬日重感于寒即泄,当脐而痛,不能久立。与胃同候,取巨虚上廉。

【注释】

①濯濯(zhuó):肠鸣的声音。

【译文】

大肠病，肠中痛如刀割，阵阵肠鸣，冬天再感受寒邪，就会泄泻，当脐部疼痛，痛时不能久立。肠与胃有密切联系，可取胃经的上巨虚穴治疗。

胃病者，腹胀，胃脘当心而痛，上支两胁，膈咽不通，食饮不下，取之三里也。

【译文】

胃病，会出现腹胀满，胃脘当心部位疼痛，支撑两胁，胸膈和咽喉间不通，饮食不下，可取足三里穴治疗。

小肠病者，小腹痛，腰脊控睾而痛，时窘之后[①]，当耳前热，若寒甚，若独肩上热甚，及手小指次指之间热，若脉陷者，此其候也。手太阳病也，取之巨虚下廉。

【注释】

①时窘之后：痛甚窘急，而欲大便。后，大便的避讳语。

【译文】

小肠病，少腹作痛，腰背牵引睾丸疼痛，大便窘急，觉得耳前发热，或发冷，或只是肩上很热，以及手小指与无名指间发热，若络脉虚陷不起，这就是手太阳小肠经病变的症候。手太阳小肠病变，可取下巨虚穴治疗。

三焦病者，腹气满，小腹尤坚，不得小便，窘急，溢则水，留即为胀。候在足太阳之外大络，大络在太阳少阳之间，亦见于脉，取委阳。

【译文】

三焦病，腹部胀满，小腹胀得尤甚，小便不通，感到窘迫难受，水溢于皮下成为水肿，留在腹部为胀病。三焦病候也会呈现在足太阳外侧的大络上，这络脉在太阳经和少阳经之间，三焦有病，此处脉现异常，取委阳治疗。

膀胱病者，小腹偏肿而痛[①]，以手按之，即欲小便而不得，肩上热若脉陷，及足小指外廉及胫踝后皆热。若脉陷，取委中央。

【注释】

①小腹偏肿：是说小腹部肿。中医以脐下三寸以下为小腹。

【译文】

膀胱病，小腹部偏肿而痛，用手按揉痛处，就要小便，又尿不出来，肩部发热，或脉陷不起，以及足小趾外侧，胫骨和足踝后都显有热象。若络脉虚陷不起，可取委中穴治疗。

胆病者，善太息，口苦，呕宿汁，心下澹澹恐人将捕之[①]，嗌中吩吩然[②]，数唾。在足少阳之本末，亦视其脉之陷下者灸之，其寒热者取阳陵泉。

【注释】

①澹澹(dàn)：水波动貌。这里指心慌心跳。

②嗌中吩吩(jiè)然：咽喉中如有物作梗，咯吐不舒。

【译文】

胆病，经常叹气，口苦，呕出苦水，心跳不安，好像怕人逮捕他一样，

咽喉里如物梗塞，频频咳嗽、吐唾沫。在足少阳经起点至终点的循行通路上，也可以出现络脉陷下的情况，可以用灸法治疗；如胆病而有寒热现象的，可取足少阳经的合穴阳陵泉刺治。

黄帝曰：刺之有道乎？

岐伯答曰：刺此者，必中气穴[①]，无中肉节[②]。中气穴则针游于巷[③]，中肉节即皮肤痛。补泻反则病益笃，中筋则筋缓，邪气不出，与其真相搏，乱而不去，反还内著。用针不审，以顺为逆也。

【注释】

①气穴：即腧穴。腧穴和经气相通，故称气穴。

②肉节：肌肉之间的节界。张景岳："肉有节界，是谓肉节。"

③针游于巷：即刺中穴位后，即沿着经脉循行路线出现针感。张景岳："巷，道也。中其气穴，则针着脉道而经络通。"

【译文】

黄帝问：针刺有一定的规律吗？

岐伯回答说：针刺这些穴位，一定要刺中气穴，不可刺中肉或刺中节。因为刺中气穴，则经气运行于脉道之内，经脉就通了；如果误中肉节，只能损伤好肉，使皮肤疼痛。如果补泻手法用反了，就会加重病情；如果误刺中筋，筋就会弛缓，邪气也出不去，与真气相争，由于邪气扰乱不去，反回到内里为病。这都是用针不审慎，反顺为逆的恶果。

卷 二

根结第五 法音

【题解】

经脉自肢端走向头身的起始处为“根”，盘旋收束与终止处为“结”。篇中主要叙述了三阳三阴经分司着表里关、阖、枢的作用，以及各经根结的部位与穴名。文中着重论述经络的根结本末与治疗的关系，所以篇名《根结》。

岐伯曰：天地相感[①]，寒暖相移，阴阳之道，孰少孰多？阴道偶，阳道奇。发于春夏，阴气少，阳气多，阴阳不调，何补何泻？发于秋冬，阳气少，阴气多，阴气盛而阳气衰，故茎叶枯槁，湿雨下归，阴阳相移，何泻何补？[②]

【注释】

①天地相感：天气下降，地气上升而交感。

②按：本篇开篇恐有脱简。无“黄帝问”，直接是“岐伯曰”，且“发于春夏”与“发于秋冬”句相较，前句短，而意不完整，显然有脱漏。

【译文】

岐伯说：天地之气互相交感，气候的寒暖相互转换，阴阳变化的规律，究竟谁多谁少？阴是双数，阳是单数。如果疾病发生在春夏，则阴气

少而阳气多，阴阳之气不协调，补哪一经？泻哪一经？病发生在秋冬，则阳气少而阴气多。自然界阴气盛而阳气衰，所以植物茎叶枯槁，雨水湿气下归于根部，在疾病上表现为阴阳之气相移，补哪一经？泻哪一经？

奇邪离经①，不可胜数，不知根结②，五脏六腑，折关败枢，开阖而走③，阴阳大失，不可复取。九针之玄，要在终始。故能知终始④，一言而毕⑤，不知终始，针道咸绝。

【注释】

①离：同“罹”。

②根结：即“终始”之意。盖经气之始生终止，有如树木之根结，始为根，终为结。结，即有节生之意，又兼有结集之意。

③折关败枢，开阖而走：关，繁体作“関”，本意为闭门之横木即门闩；枢，门轴；阖，门扇。可见，关、枢、阖都是门的一个部分，而门的功能是一方面让主人能进入，同时又关闭而护卫其安全。折关，门闩折断；败枢，门轴败坏；开阖，门扇开裂。总之，折、败、开是关、枢、阖的损坏、破坏。《内经》以太阳、阳明、少阳为在表之三阳，太阴、厥阴、少阴为在里之三阴。如果按照由表向里排列，则太阳为人体护卫的第一层，少阳为第二层，阳明为第三层、太阴为第四层、少阴为第五层、厥阴为第六层。其中，太阳为阳之表，少阳为半表半里，阳明为阳之里，太阴为阴之表，少阴为阴之半表半里，厥阴为阴之里。三阳三阴经脉的功能是护卫人体的。所以古人以门的关、枢、阖来比喻之。太阳、太阴为关，少阳、少阴为枢，阳明、厥阴为阖。所谓“折关败枢，开阖而走”是说因内外之邪的干扰，破坏了六经正常的关、枢、阖的机能，以致精气走泄。杨上善：“邪离经脉，折太阳骨节关，亦败少阳筋骨维枢，及开阳明之阖，胃及太阳，气有失泄也。”

④终始：杨上善：“终始，根结也。”

⑤一言而毕：孙鼎宜："针道必以经脉为本，故能知终始，一言而毕。"

【译文】

异常的邪气，侵入经脉，所致病变不能尽数。针刺时，如果不懂得经脉的起始与终止，及五脏六腑的相互关系，就会导致六经的关守折损、枢纽败坏，以至开合不当，真气走泄，阴阳之气大量损耗，用针刺治也不能起作用了。因此，运用九针的奥妙，关键在于懂得经脉的起止。能懂得经脉起止的，一句话就能说完，不懂得经脉的起止，针治的道理就完全无从谈起了。

太阳根于至阴，结于命门①。命门者，目也。阳明根于厉兑，结于颡大者②。颡大者，钳耳也③。少阳根于窍阴，结于窗笼④。窗笼者，耳中也。太阳为开⑤，阳明为阖，少阳为枢。故开折，则肉节渎，而暴病起矣。故暴病者，取之太阳，视有余不足。渎者，皮肉宛膲而弱也⑥。阖折，则气无所止息，而痿疾起矣。故痿疾者，取之阳明，视有余不足。无所止息者，真气稽留，邪气居之。枢折，即骨繇而不安于地⑦。故骨繇者，取之少阳，视有余不足，骨繇者，节缓而不收。所谓骨繇者，摇故也。当穷其本也。

【注释】

①命门：这里指眼睛，穴为睛明。张志聪："命门者，太阳为水火生命之原，目窍乃经气所出之门也。"

②颡大：指头维穴。楼英："颡大谓额角入发际，头维二穴也。"

③钳耳：因头维穴钳束于耳上，故称。钳，钳束。

④窗笼：指听宫穴。为手足少阳太阳之会穴。窗笼，快读为"聪"，是聪的反切。聪，为耳的功能，即听力，所以窗笼指听宫穴。

⑤开：为“关”之误。繁体字“開”、“関”形近而误。“开”为敞开，而六经的机能是护卫人体，不应用“开”来比喻，且上文言，“折关、败枢、开阖”，“开”恐蒙上而误。另外，《太素》卷五《阴阳和》、卷十《经脉根结》、《素问·阴阳离合论》新校正引《九墟》均作“关”。下文之“开”皆为“关”之误。

⑥“渎者”两句：张景岳：“渎者，其皮肉宛腯而弱，即消瘦干枯之谓。”

⑦骨繇(yáo)：骨动摇。繇，通“摇”。

【译文】

足太阳经脉，起始于至阴穴，终结于命门。“命门”就是眼睛的睛明穴。足阳明经脉，起始于厉兑，终结于颡大。“颡大”就是指额之大角，钳束于耳上之头维穴。足少阳经脉，起始于足窍阴穴，终结于窗笼。“窗笼”就是耳中的听宫穴。三阳经中太阳为关，阳明为阖，少阳为枢。如果“关”的作用失常，则肌肉关节异常而生暴病。所以暴病可取足太阳经脉，根据虚实来治疗。“渎”是指皮肉消瘦干枯。如果“阖”的作用失常，则精气无处止息而发生痿疾，所以痿疾可取足阳明经脉，根据虚实来治疗。“无所止息”是指真气留滞，邪气盘踞于内，而发为痿疾。如果“枢”的作用失常，则骨动摇而不便行走站立，所以“骨繇”可取足少阳经脉，根据虚实来治疗。“骨繇”是骨节弛缓而失去约束。所以叫作骨繇，就是因为骨节摇动的缘故。以上各病，都必须彻底弄清它的病因，才能正确治疗。

太阴根于隐白，结于太仓[①]。少阴根于涌泉，结于廉泉[②]。厥阴根于大敦，结于玉英[③]，络于膻中[④]。太阴为开，厥阴为阖，少阴为枢。故开折，则仓廪无所输，膈洞[⑤]，膈洞者，取之太阴，视有余不足。故开折者，气不足而生病也。

阖折，即气绝而喜悲，悲者，取之厥阴，视有余不足。枢折，则脉有所结而不通，不通者，取之少阴，视有余不足。有结者，皆取之。

【注释】

①太仓：任脉在胃脘处的中脘穴之别名。《甲乙经》："中脘一名太仓，胃募也。"

②廉泉：任脉在结喉上的穴名。

③玉英：任脉在胸部的玉堂穴之别名。

④膻(dàn)中：两乳之间，任脉在该处的穴名。

⑤膈洞：病名。上为膈塞，下为泄泻。

【译文】

足太阴经，起始于隐白穴，终结于中脘穴。足少阴经脉，起始于涌泉穴，终结于廉泉穴。足厥阴经，起始于大敦穴，终结于玉堂穴，且有支脉连络膻中。三阴经中太阴为关，厥阴为阖，少阴为枢。如果"关"的作用失常，则仓廪不能运化而病膈洞，膈洞，当取足太阴经脉，根据虚实来治疗。所谓"关折"，是由脾胃气虚不能运化水谷而致。如果"阖"的作用失常，则气机不畅而易生悲哀之感，悲哀的，当取足厥阴经脉，根据虚实来治疗。如果"枢"的作用失常，则脉道淤结不通，淤结不通的，当取足少阴经脉，根据虚实来治疗。凡脉道淤结的都可取治。

足太阳根于至阴，溜于京骨，注于昆仑，入于天柱、飞扬也[①]。

足少阳根于窍阴，溜于丘墟，注于阳辅，入于天容、光明也[②]。

足阳明根于厉兑，溜于冲阳，注于下陵[③]，入于人迎、丰

隆也。

手太阳根于少泽，溜于阳谷，注于少海④，入于天窗、支正也。

手少阳根于关冲，溜于阳池，注于支沟，入于天牖、外关也。

手阳明根于商阳，溜于合谷，注于阳谿，入于扶突、偏历也。

此所谓十二经者，盛络皆当取之。

【注释】

①根、溜、注、入：指手足三阳经脉循行道路上，根于肢末的井穴，流行于原穴或经穴，输注于经穴或合穴。在上者入于颈项而出于头面，在四肢者入于络穴而交阴经。溜，流，淌。

②天容：马元台："当作天冲穴。"

③下陵：马元台："当作解谿穴。"

④少海：马元台："注于小海之合。"

【译文】

足太阳经脉，起始于至阴穴，流行到京骨穴，灌注到昆仑穴，上入项后之天柱穴而走头部，下入下肢之飞扬穴而交足少阴经。

足少阳经脉，起始于足窍阴穴，流行到丘墟穴，灌注到阳辅穴，上入颈部之天冲穴而走头部，下入下肢之光明穴而交足厥阴经。

足阳明经脉，起始于厉兑穴，流行到冲阳穴，灌注到解谿穴，上入颈部之人迎穴而走面部，下入丰隆穴而交足太阴经。

手太阳经脉，起始于少泽穴，流行到阳谷穴，灌注到小海穴，上入颈部之天窗穴而走头部，下入下肢之支正穴而交手少阴经。

手少阳经脉，起始于关冲穴，流行到阳池穴，灌注到支沟穴，上入项

部之天牖穴而走头部，下入上肢之外关穴而交手厥阴经。

手阳明经脉，起始于商阳穴，流行到合谷穴，灌注到阳谿穴，上入颈部之扶突穴而走面部，下入上肢的偏历穴而交手太阴经。

这就是十二经脉的根流注入的穴位，凡因邪气侵入而经络盛满的，都可泻治这些穴位。

一日一夜五十营[①]，以营五脏之精，不应数者[②]，名曰狂生[③]。所谓五十营者，五脏皆受气。持其脉口，数其至也。五十动而不一代者[④]，五脏皆受气。四十动一代者，一脏无气[⑤]；三十动一代者，二脏无气；二十动一代者，三脏无气；十动一代者，四脏无气；不满十动一代者，五脏无气。予之短期[⑥]，要在《终始》。所谓五十动而不一代者，以为常，以知五脏之期。予之短期者，乍数乍疏也[⑦]。

【注释】

①营：环周运行。张景岳："营，运也。人之经脉，运行于身者，一日一夜，凡五十周，以营五藏之精气。"参见《五十营》等篇。

②不应数：不合五十周之数。

③狂生：犹云生病。

④代：止，停止。张景岳："代，更代之义。"

⑤无气：脏气亏虚。

⑥短期：近于死期。短，近，接近。

⑦乍数乍疏：或快或慢。数，通"速"，快。疏，慢。

【译文】

人体经脉血气，一昼夜共循环五十周次，以运营五脏精气，如果不符合此数，就会生病。所谓"五十营"，是五脏都受到血气的灌注营养。

这可以从诊察寸口的脉搏，计数搏动次数而测知脏气盛衰。如脉跳五十次，没有一次停止的，是五脏精气都充足。在四十跳中有一次停止的，就有一脏气衰；在三十跳中有一次停止的，就是两脏气衰；在二十跳中有一次停止的，就是三脏气衰；在十跳中有一次停止的，就是四脏气衰；如不满十跳而有一次停止的，是五脏之气都已亏虚。据此，可以判断死期。其主要内容，已见《终始》篇中。所谓脉五十跳没有一次停止的，就是正常脉象，由此可测知五脏经气的状况。如果脉跳忽快忽慢，可以预测临近死期了。

黄帝曰：逆顺五体者[①]，言人骨节之小大，肉之坚脆，皮之厚薄，血之清浊，气之滑涩，脉之长短，血之多少，经络之数。余已知之矣，此皆布衣匹夫之士也。夫王公大人，血食之君，身体柔脆，肌肉软弱，血气慓悍滑利。其刺之徐疾，浅深多少，可得同之乎？

岐伯答曰：膏粱菽藿之味[②]，何可同也。气滑即出疾，其气涩则出迟，气悍则针小而入浅，气涩则针大而入深，深则欲留，浅则欲疾。以此观之，刺布衣者深以留之，刺大人者微以徐之，此皆因气慓悍滑利也。

【注释】

①逆顺五体：孙鼎宜："疑逆顺五体，是古经篇名。"《灵枢》有《逆顺肥瘦》篇。从下文内容看，其主要内容是对人的五体或逆或顺的研究。五体，据《素问》指筋、骨、脉、肌、皮。本文提到了骨节（骨）、肉（肌）、皮、未提到筋，而提到气血、经络。内容上是有一定联系的。

②膏粱菽（shū）藿（huò）：统指蔬菜。膏，肥肉。粱，细粮。菽，豆类。藿，豆叶。

【译文】

黄帝说："逆顺五体"，是讲骨节有大有小，肌肉有坚有脆，皮肤有厚有薄，血液有清有浊，气的运行有滑有涩，经脉有长有短，营血有多有少，以及经络的数目。我已经懂得了，这些都是一般百姓的情况。至于王公大人，肉食者，身体柔脆，肌肉软弱，血气运行疾速滑利。给他们针刺的快慢、浅深、多少，与百姓是否相同呢？

岐伯说：饮食肥甘厚味的王公大人和吃粗粮的百姓，怎么能相同呢！气行滑利的出针应快，气行涩滞的出针应慢，气轻浮的用小针而进针宜浅，气涩滞的用大针而进针宜深，深刺应留针，浅刺应出针快。由此看来，刺百姓时，应深而留针；刺大人时，应轻而慢，这是因为这些人气行滑利。

黄帝曰：形气之逆顺，奈何？

岐伯曰：形气不足，病气有余，是邪胜也，急泻之。形气有余，病气不足，急补之。形气不足，病气不足，此阴阳气俱不足也[①]。不可刺之。刺之，则重不足，重不足则阴阳俱竭，血气皆尽，五脏空虚，筋骨髓枯，老者绝灭，壮者不复矣。形气有余，病气有余，此谓阴阳俱有余也，急泻其邪，调其虚实。故曰有余者泻之，不足者补之，此之谓也。

【注释】

①阴阳：这里的阴阳指正与邪。阴为邪，阳为正。

【译文】

黄帝问：人体形与气的顺逆情况如何？

岐伯说：外形气息不足，而病气有余的，是邪偏胜，应该急泻邪气。外形气息有余，而病气不足的，应该急补正气。形体气息不足，病气也

不足，这是正邪都不足。不能用针刺。如用针治，则加重衰弱，加重衰弱则阴阳表里的血气都将枯竭，五脏空虚，筋骨精髓枯槁，老年人会死亡，壮年人也难康复。形体正气充足，病气也有余，这是阴阳表里都有余，可先泻去邪气，而后根据虚实进行治疗。所谓“有余者泻之，不足者补之”，说的就是这个道理。

故曰：刺不知逆顺，真邪相搏。满而补之，则阴阳四溢，肠胃充郭[①]，肝肺内膜，阴阳相错。虚而泻之，则经脉空虚，血气竭枯，肠胃聂辟[②]，皮肤薄著[③]，毛腠夭膲，予之死期。故曰：用针之要，在于知调阴与阳，调阴与阳。精气乃光，合形与气，使神内藏。故曰：上工平气，中工乱脉，下工绝气危生。故曰：下工不可不慎也。必审五脏变化之病，五脉之应，经络之实虚，皮之柔粗，而后取之也。

【注释】

①充郭：充实扩张。郭，扩大。

②聂辟：皱叠。《素问·调经论》：“虚者，聂辟气不足。”王冰注：“聂，谓聂皱。辟，谓辟叠也。”

③薄著：肌肉消瘦而致皮包骨。

【译文】

所以说：针治不懂得经脉循行的逆顺，真气与邪气斗争的情况。实证用补法，会使阴阳表里之邪气弥漫，充满肠胃，肝肺内胀，则阴阳表里的气血逆乱。虚证用泻法，会使经脉空虚，血气枯竭，肠胃皱叠，瘦得皮包骨，毫毛腠理枯折憔悴，就离死期不远了。因此说：用针治病的关键，在于懂得调节阴阳。调节阴阳，则精气充足，形体与内气的活动合一，使神气内藏而不外散。所以说：高明的医生，能平调阴阳之气；一般的

医生，会扰乱经脉之气血运行；低劣的医生，会危及生命。所以说：对低劣的医生，病人不能不特别小心。运用针治，必须仔细审察五脏病情的变化，四时五脏脉象的相应变化，以及经络的虚实，皮肉的柔脆或坚实，然后才能治疗。

寿夭刚柔第六　法律

【题解】

本篇主要论述人的体质有刚柔的不同，而“刚”和“柔”可以从形体的缓急、正气的盛衰、骨骼的大小、肌肉的坚脆、皮肤的厚薄等方面进行分辨。体质刚柔不但与发病和治疗密切相关，而且与人的寿命长短有着直接联系，因此观察形气是否相称也可以预测寿命的长短。由于文中内容以“寿夭刚柔”为主，故以此名篇。本篇特别详尽地论述了“形”与“气”的关系。形、气是中医学及中国哲学的一对重要范畴。中医和中国哲学认为事物包含“形”、“气”两方面。“形”为事物的载体，“气”为事物生存的动力，形气应该和谐相称。在两者之中，气是事物的本质，决定事物的性质和状态以及存亡。因此，中医学极为重视形气的相称、和谐，特别看重气对人体生命的意义，强调气对治疗和养生的意义。本篇的名言是：“形与气相任则寿，不相任则夭；皮与肉相裹则寿，不相裹则夭；血气经络胜形则寿，不胜形则夭。”

黄帝问于少师曰[①]：余闻人之生也，有刚有柔，有弱有强，有短有长，有阴有阳，愿闻其方。

少师答曰：阴中有阴，阳中有阳，审知阴阳，刺之有方，得病所始，刺之有理，谨度病端[②]，与时相应。内合于五脏六

腑，外合于筋骨皮肤，是故内有阴阳，外亦有阴阳。在内者，五脏为阴，六腑为阳；在外者，筋骨为阴，皮肤为阳。故曰病在阴之阴者③，刺阴之荥输；病在阳之阳者④，刺阳之合；病在阳之阴者⑤，刺阴之经；病在阴之阳者⑥，刺络脉。故曰病在阳者命曰风，病在阴者命曰痹，阴阳俱病命曰风痹。病有形而不痛者，阳之类也；无形而痛者，阴之类也。无形而痛者，其阳完而阴伤之也，急治其阴，无攻其阳；有形而不痛者，其阴完而阳伤之也，急治其阳，无攻其阴。阴阳俱动，乍有形，乍无形，加以烦心，命曰阴胜其阳，此谓不表不里，其形不久⑦。

【注释】

①少师：相传为黄帝之臣。

②谨度(duó)病端：意谓慎重地推测疾病发生的原因。度，推测，衡量。端，有“本”、“始”的含义。

③病在阴之阴者：指病变部位在脏。内为阴，五脏为阴中之阴。

④病在阳之阳者：病变部位在皮肤。外为阳，皮肤为外之阳，故云“阳之阳”。

⑤病在阳之阴者：病变部位在筋骨。外为阳，筋骨为外之阴。

⑥病在阴之阳者：病变部位在腑。内为阴，六腑为阴中之阳。

⑦其形不久：即预后不良。

【译文】

黄帝问少师说：我听说人的先天禀赋，有刚柔、强弱、长短、阴阳的区别，希望听一下其中的道理。

少师回答说：就人体阴阳来说，阴当中还有阴，阳当中还有阳，只有了解阴阳的规律，才能很好的运用针刺方法，了解疾病发生的情况，才

能在针刺时做出适当的手法，同时要认真地揣度发病的经过与四时变化的相应关系。人体的阴阳，在内合于五脏六腑，在外合于筋骨皮肤，所以人体内有阴阳，体外也有阴阳。在体内的，五脏为阴，六腑为阳；在体外的，筋骨为阴，皮肤为阳。因此，病在阴中之阴的，当刺阴经的荥输；病在阳中之阳的，当刺阳经的合穴；病在阳中之阴的，当刺阴经的经穴；病在阴中之阳的，当刺阳经的络穴。这是根据阴阳内外与疾病的关系，而选取针刺穴位的基本法则。阴阳也可以作为疾病的分类准则，病在阳经的叫风，病在阴经的叫痹，阴阳两经都有病的叫风痹。病有形态变化而不疼痛的，属于阳经一类；病无形态变化而疼痛的，属于阴经一类。没有形态变化而感到疼痛的，是阳经未受侵害，只是阴经有病，赶快在阴经取穴治疗，不要攻治阳经；有形态变化而不感觉疼痛的，是阴经未受侵害，只是阳经有病，赶快在阳经取穴治疗，不要攻治阴经。阴阳表里都有病，忽然有形态变化，忽然又没了，更加上心烦，叫阴病重于阳，这是所谓的不表不里，预后不能良。

黄帝问于伯高曰[①]：余闻形气，病之先后、外内之应，奈何？

伯高答曰：风寒伤形，忧恐忿怒伤气。气伤脏，乃病脏。寒伤形，乃应形。风伤筋脉，筋脉乃应。此形气外内之相应也。

【注释】

①伯高：相传为黄帝之臣。

【译文】

黄帝问伯高说：我听说形气与发病有先后内外的相应关系，是什么道理？

伯高回答说：风寒外袭，先伤形体，忧恐忿怒的精神刺激，先伤内气。气逆伤了五脏之和，就会使五脏有病。寒邪侵袭形体，就会使肌表皮肤发病。风邪伤了筋脉，就会使筋脉发病。这就是形气与疾病外内相应的关系。

黄帝曰：刺之奈何？

伯高答曰：病九日者，三刺而已；病一月者，十刺而已。多少远近，以此衰之[①]。久痹不去身者[②]，视其血络，尽出其血。

黄帝曰：外内之病，难易之治，奈何？

伯高答曰：形先病而未入脏者，刺之半其日；脏先病而形乃应者，刺之倍其日。此外内难易之应也。

【注释】

①以此衰之：意谓按比数递减。马元台："人之感病不同，日数各有多少远近，以此大略，病三日而刺一次者之法，等而杀之。"衰之，在此有"减少"的含义。

②久痹不去身：病邪内闭，经久不愈。

【译文】

黄帝问：怎样针刺治疗呢？

伯高回答说：病九天的，刺三次可以好；病一个月的，刺十次可以好。病程时日的多少远近，都可以根据三日一刺的标准来计算。经久不愈的痹证，根据血络变化，尽力去掉淤血。

黄帝又问：人体在内在外的疾病，针刺难易的情况怎样呢？

伯高回答说：形体先有病还未传入内脏的，针刺的次数，可以根据已病的日数减半计算；内脏先有病而形体也有反应的，针刺的日数就要

加倍。这就是疾病有内外、针治有难易的对应关系。

黄帝问于伯高曰：余闻形有缓急，气有盛衰，骨有大小，肉有坚脆，皮有厚薄，其以立寿夭，奈何？

伯高答曰：形与气相任则寿[①]，不相任则夭；皮与肉相裹则寿，不相裹则夭；血气经络胜形则寿[②]，不胜形则夭。

【注释】

①相任：相当，相称。

②胜形：血气经络不但与外形相称，而且要更为强盛才能长寿。

【译文】

黄帝问伯高说：我听说人的外形有缓有急，正气有盛有衰，骨胳有大有小，肌肉有坚有脆，皮肤有厚有薄，从这些怎样来确定人的寿夭呢？

伯高回答说：外形与正气相称的多长寿，不相称的多夭亡；皮肤与肌肉结合紧密的多长寿，不紧密的多夭亡；血气经络充盛胜过外形的多长寿，血气经络衰弱不能胜过外形的多夭亡。

黄帝曰：何谓形之缓急？

伯高答曰：形充而皮肤缓者则寿，形充而皮肤急者则夭。形充而脉坚大者顺也，形充而脉小以弱者气衰，衰则危矣。若形充而颧不起者骨小，骨小则夭矣。形充而大肉胭坚而有分者肉坚[①]，肉坚则寿矣；形充而大肉无分理不坚者肉脆，肉脆则夭矣。此天之生命，所以立形定气而视寿夭者。必明乎此立形定气，而后以临病人，决死生。

【注释】

①腘(jùn)：肌肉突起处。

【译文】

黄帝问：什么叫做形体的缓急？

伯高回答说：形体充实而皮肤柔软的人，多长寿；形体充实而皮肤坚紧的人，多短命。形体充实而脉气坚大的为顺；形体充实而脉气弱小的属于气衰，气衰是危险的。如果形体充实而面部颧骨不突起的人，骨胳必小，骨胳小的多短命。形体充实而臂腿臀部肌肉突起坚实而有肤纹的，称为肉坚，肉坚的人多长寿；形体充实而臂腿臀部肌肉没有肤纹的，称为肉脆，肉脆的人多短寿。这是自然界赋予人生命所形成的形体与生气的自然状态，可据此来判断人的寿命长短。医者，必须了解形体与生气的状态，然后可以临床治病，判断死生。

黄帝曰：余闻寿夭，无以度之。

伯高答曰：墙基卑，高不及其地者①，不满三十而死；其有因加疾者，不及二十而死也。

黄帝曰：形气之相胜，以立寿夭奈何？

伯高答曰：平人而气胜形者寿；病而形肉脱，气胜形者死，形胜气者危矣。

【注释】

①“墙基卑”两句：这是以比喻的方法来说明面部形态。墙基，在此指耳边下部。地，指耳前肌肉。大意是说面部肌肉陷下，四周骨骼显露。

【译文】

黄帝说：我听说人有寿夭，但无法推测。

伯高回答说：衡量人的寿夭，凡是面部肌肉陷下，而四周的骨胳显露，不满三十岁就会死的；再加上疾病影响，不到二十岁，就可能死亡。

黄帝问：从形与气的相胜，怎样用它去确定寿命长短呢？

伯高回答说：健康人，正气胜过形体的可以长寿；有病的人，形体肌肉很消瘦，即使其气胜过形体，也是要死的；即使形体尚可，但元气已衰，也很危险。

黄帝曰：余闻刺有三变，何谓三变？

伯高答曰：有刺营者，有刺卫者，有刺寒痹之留经者。

黄帝曰：刺三变者，奈何？

伯高答曰：刺营者，出血；刺卫者，出气；刺寒痹者，内热[①]。

黄帝曰：营卫寒痹之为病，奈何？

伯高答曰：营之生病也，寒热少气，血上下行。卫之生病也，气痛时来时去，怫忾贲响[②]，风寒客于肠胃之中。寒痹之为病也，留而不去，时痛而皮不仁。

黄帝曰：刺寒痹内热，奈何？

伯高答曰：刺布衣者，以火焠之[③]。刺大人者，以药熨之[④]。

【注释】

①内热：指温其经脉，使热气内入，血脉流通。内，同“纳”。

②怫(fú)忾贲响：气郁满闷而窜动作响。怫，郁闷不舒。忾，气满。贲，通“奔”

③焠(cuì)：烧，即烧针法。

④药熨(wèi)：把药物烘热敷患处。

【译文】

黄帝问：我听说刺法有三种变化，什么叫三种变化呢？

伯高回答说：有刺营分，刺卫分和刺寒痹稽留经络三种。

黄帝问：怎样刺三种变化？

伯高回答说：刺营分时要刺出恶血；刺卫分时要祛除邪气；刺寒痹时要使热气入内。

黄帝问：营分、卫分、寒痹的症状，是怎样的？

伯高回答说：营分病证见寒热往来，呼吸少气，血上下妄行。卫分病证见痛无定时，胸腹满闷或者窜动作响，这是风寒侵入肠胃所致。寒痹多由病邪久留而不解，因此时常感到筋骨作痛，甚至皮肤麻木不仁。

黄帝问：怎样刺寒痹才能使体内有热感？

伯高回答说：一般百姓，可用烧红的火针刺治。而王公大人，多用药熨。

黄帝曰：药熨奈何？

伯高答曰：用淳酒二十斤[①]，蜀椒一斤，干姜一斤，桂心一斤，凡四种，皆咬咀[②]，渍酒中[③]。用绵絮一斤，细白布四丈，并内酒中。置酒马矢煴中[④]，盖封涂，勿使泄。五日五夜，出布绵絮，曝干之，干复渍，以尽其汁。每渍必晬其日[⑤]，乃出干。干，并用滓与绵絮，复布为复巾[⑥]，长六七尺，为六七巾。则用之生桑炭炙巾[⑦]，以熨寒痹所刺之处，令热入至于病所，寒复炙巾以熨之，三十遍而止。汗出以巾拭身，亦三十遍而止。起步内中[⑧]，无见风。每刺必熨，如此病已矣。此所谓内热也。

【注释】

①淳酒：即醇酒，味厚的烈酒。

②呕(fǔ)咀：古代加工药物有用牙齿嚼碎的方法，后世改用刀剉，仍通称“呕咀”。

③渍(zì)：沤，浸泡。

④马矢煴(yūn)：用干马粪点燃煴之。煴，没有火苗的火堆。

⑤晬(zuì)其日：一整天。晬，婴儿满百日或满周岁。

⑥复巾：用双层布做成的夹袋。

⑦生桑炭：新鲜的桑木烧成的炭。

⑧起步内中：起身在房间内行走。

【译文】

黄帝问：怎样药熨呢？

伯高回答说：用醇酒二十升，蜀椒一升，干姜、桂心各一斤，共四种药，都剉碎，浸泡酒中。再用丝绵一斤、细白布四丈，一齐放入酒中。把酒器加上盖，放在燃着的干马粪内煨，并用泥封固，不使泄气。经过五天五夜，将细布与丝绵取出晒干，干后再浸入酒内，如此反复地将药酒浸干为度。每次要浸泡一整天，然后拿出来再晒干。等酒浸干后，将布做成每个长六七尺的夹袋，共做六七个，将药渣与丝绵装入袋内。用时取生桑炭火，将夹袋放在上面烘热，熨敷于寒痹所刺的地方，使热气能深透病处。夹袋凉了再将其烘热，如此熨敷三十次，每次都使患者出汗。出汗后用手巾揩身，也要三十遍。并让患者在室内行走，但不能见风。按照这样的方法，每次针治时，再加用熨法，病就会好了。这就是“内热”的方法。

官针第七　法星

【题解】

本篇篇题的“官”如《官能》之官，是动词，旧注以官针为法定之针，与意不合。《荀子》云：“天地官而万物役。”（《天论》）“经纬天地而材官万物。”（《解蔽》）这里的“官”皆为动词。《荀子》又云：“量能而授官。”（《儒效》）所以官者，管也，以己能而分管职事。所谓“官针”即根据九针的不同性能，针对不同病情而选用适宜的针具。本篇首先论述正确使用九针的重要性，及九针具有不同的性能及其适应证。其次，详尽地论述了与“九变”、“十二经”、“五脏”相应的九刺（输刺、远道刺、经刺、络刺、分刺、大泻刺、毛刺、巨刺、焠刺）、十二节（偶刺、报刺、恢刺、齐刺、扬刺、直针刺、输刺、短刺、浮刺、阴刺、傍针刺、赞刺）、五刺（半刺、豹纹刺、关刺、合谷刺、输刺）的具体刺法和治疗病证。从内容上看，“九刺”、“十二节”、“五刺”有重叠之处，这是古人依据不同的理论作出的总结，以指导不同疾病的治疗。这些基本理论，都是后世针灸临床上不断发展的施针法、配针法的渊源。

凡刺之要，官针最妙。九针之宜，各有所为；长短大小，各有所施也。不得其用，病弗能移。疾浅针深，内伤良肉，皮肤为痈[①]。病深针浅，病气不泻，支为大脓[②]。病小针大，

气泻太甚，疾必为害；病大针小，气不泄泻，亦复为败。失针之宜，大者泻，小者不移。已言其过，请言其所施。

【注释】

①痈：疮痈。

②支：分支。引申为漫延、扩散。

【译文】

针刺的要领，以选用适当的针具为最妙。九种针具各有不同的作用，长短大小不同的针，各有不同的使用方法。假如使用不当，病患就不能除去。如果病浅而针刺深，就会损伤体内的好肉，以致表皮发生痈肿。病深而针刺浅，病邪就不能排除，扩散而酿成大的脓肿。病重而用大针，泻气太过，就会加重病情；病重而用小针，邪气不能外泻，也能使治疗失败。总之，针刺失当在于过度用针则泻伤正气，用针不足则邪气不除。已经说明了用针的过失，请让我再谈正确的用针方法。

病在皮肤无常处者，取以镵针于病所，肤白勿取[①]。病在分肉间，取以员针于病所。病在经络痼痹者，取以锋针。病在脉气少，当补之者，取以锟针，于井荥分输[②]。病为大脓者，取以铍针。病痹气暴发者，取以员利针。病痹气痛而不去者，取以毫针。病在中者，取以长针。病水肿不能通关节者，取以大针。病在五脏固居者[③]，取以锋针。泻于井荥分输，取以四时[④]。

【注释】

①肤白勿取：患处肤色苍白，为气血不足之征，不可再用针伤气血。

②井荥分输：井荥，这里是井、荥、输、经、原、合的简称。分输，指

各经。

③固居：久留不去。

④取以四时：病在五脏，取五腧穴，要按照四时不同的取法，参见《本输》等篇。

【译文】

病在皮肤而游移无定的，可用镵针刺患处，但病患处皮肤发白的不能用。病在分肉之间的，可用员针。病在经络痹阻已久的，可用锋针。病在脉，脉气不足，当用补法，可用锟针，按摩各经的“井、荥、输、原、经、合”穴。病患为大的脓肿，可用铍针。病患为突发性的痹证，可用员利针。痹证疼痛日久不解的，可用毫针。病在体内的，可用长针。病属关节间水肿，可用大针。病在五脏，久而不愈，可用锋针。在各经的“井、荥、输、原、经、合”穴用泻法，并且要根据四时不同而取穴。

凡刺有九，以应九变。一曰输刺。输刺者，刺诸经荥输脏腧也①。二曰远道刺。远道刺者，病在上，取之下，刺腑腧也②。三曰经刺。经刺者，刺大经之结络经分也③。四曰络刺。络刺者，刺小络之血脉也④。五曰分刺。分刺者，刺分肉之间也。六曰大泻刺。大泻刺者，刺大脓以铍针也。七曰毛刺。毛刺者⑤，刺浮痹皮肤也⑥。八曰巨刺。巨刺者，左取右，右取左。九曰焠刺。焠刺者，刺燔针则取痹也⑦。

【注释】

①荥输：四肢的井、荥、输、经、合穴。脏腧：指五脏六腑在背部的腧穴。

②腑腧：足太阳膀胱经、足阳明胃经、足少阳胆经的腧穴。

③大经：深部经脉。结络经分：体表能触摸到的一些硬结、压痛等。

④小络：指浅表静脉，刺之可泻淤血。

⑤毛刺：浅刺。毛，皮毛，指浅表。

⑥浮痹：浅表的痹证。

⑦燔(fán)针：即火针。

【译文】

针刺有九种方法，适用于九种病变。第一种叫输刺。输刺是刺各经的井、荥、输、经、合穴，以及在足太阳经上的五脏六腑之背腧穴。第二种叫远道刺。远道刺是病在上部取刺下部，以刺属六腑的足三阳经的腧穴为多。第三种叫经刺。经刺是刺深部大经出现于浅表的硬结或压痛。第四种叫络刺。络刺是刺浅表的小络，泻出淤血。第五种叫分刺。分刺是刺各经分肉之间。第六种叫大泻刺。大泻刺是用铍针刺大的脓肿。第七种叫毛刺。毛刺是刺皮肤间浮浅的痹证。第八种叫巨刺。巨刺是左病取右，右病取左。第九种叫焠刺。焠刺是将针烧热来治疗寒痹。

凡刺有十二节，以应十二经①。一曰偶刺②。偶刺者，以手直心若背③，直痛所，一刺前，一刺后，以治心痹。刺此者，傍针之也。二曰报刺④。报刺者，刺痛无常处也，上下行者；直内，无拔针，以左手随病所，按之，乃出针，复刺之也。三曰恢刺⑤。恢刺者，直刺傍之，举之前后⑥，恢筋急，以治筋痹也。四曰齐刺⑦。齐刺者，直入一，傍入二；以治寒气小深者。或曰三刺。三刺者，治痹气小深者也。五曰扬刺⑧。扬刺者，正内一，傍内四，而浮之；以治寒气之博大者也。六曰直针刺。直针刺者，引皮乃刺之；以治寒气之浅者也。七曰输刺⑨。输刺者，直入直出，稀发针而深之；以治气盛而热者也。八曰短刺⑩。短刺者，刺骨痹，稍摇而深之，致针骨所，

以上下摩骨也。九曰浮刺。浮刺者，傍入而浮之；以治肌急而寒者也。十曰阴刺⑪。阴刺者，左右率刺之⑫，以治寒厥，中寒厥，足踝后少阴也。十一曰傍针刺⑬。傍针刺者，直刺傍刺各一，以治留痹，久居者也。十二曰赞刺⑭。赞刺者，直入直出，数发针而浅之，出血，是谓治痈肿也。

【注释】

①“凡刺”两句：张志聪：“节，制也。言针有十二节制，以应十二经也。”

②偶刺：偶为双数，是指前胸后背相对的配穴法。马元台：“前后各用一针，有阴阳配合之义，故曰偶刺。”

③以手直心若背：以手当心口及背部比量。张景岳。“直，当也。以手直心若背。谓前心后背，当其痛所。”若，及也。

④报刺：随痛之所在，重复施针。报，复，重复。张景岳：“重刺也。”

⑤恢刺：张志聪：“恢，大之也。前后恢荡其筋之急。”恢，扩大。

⑥“直刺傍之”两句：提针于皮下，向前后两旁斜刺。张景岳：“不刺筋而刺其傍，必数举其针，或前或后，以恢其气，则筋痹可舒也。”

⑦齐刺：直一旁二，三针齐下的针法。也叫“三刺”。

⑧扬刺：当中一针，旁加四针，仅浮刺于表，故曰“阳刺”。扬，“阳”之误。

⑨输刺：张景岳：“输，委输也。言能输泻其邪，非上文荥输之谓。”

⑩短刺：逐步进针。可能即后世三部行针法的起源，从天部至地部引气深入。张景岳：“短者，入之渐也。”

⑪阴刺：阴股内侧，左右皆刺。

⑫左右率刺之：左右皆刺。张景岳：“率，统也。”

⑬傍针刺：除直刺外再旁刺一针。张景岳：“正者刺其经，傍者刺

其络。”

⑭赞刺：张志聪：“助痈肿之外散也。”赞，佐助。

【译文】

刺法有十二种，以适应十二经的病证。第一种叫偶刺。偶刺用手当其前胸及后背的痛处寻摸一下，然后进针，一针前胸，一针后背，用来治疗心痹证。治这种病，应当从旁斜刺以免刺伤内脏。第二种叫报刺。报刺是刺痛无定处，上下游走的；直刺，留针不拔，再以左手寻痛处揉按，然后将针拔出，重新再刺。第三种叫恢刺。恢刺是直刺筋的四旁，或前或后地提插，来扩大针孔，解除筋脉拘急，治疗筋痹证。第四种叫齐刺。齐刺是直刺一针，左右两旁再各刺一针；治疗寒气稽留稍深的痹证。因为这是三针并用，所以又叫“三刺”。三刺，是治疗寒痹稍深的疾病。第五种叫阳刺。阳刺是在病位正中刺一针，周围刺四针，用浅刺法；可以治疗寒气稽留范围较大的病证。第六种叫直针刺。直针刺是先把皮肤提起，然后将针沿皮刺入；用来治疗寒气稽留部位较浅的病证。第七种叫输刺。输刺是针刺时直出直入，用针少而针入深；治疗气盛而有热的病证。第八种叫短刺。短刺适于治疗骨痹，进针时轻轻摇针，深入，使针尖达到骨处，上下提插摩骨。第九种叫浮刺。浮刺是从旁斜刺而入于浮浅的肌表；治疗肌肉拘急而属寒的病证。第十种叫阴刺。阴刺是左右都针刺，用以治疗受寒厥冷的病证，刺中寒厥取足踝后少阴经穴。第十一种叫傍针刺。傍针刺是直刺一针、傍刺一针，治疗痹痛久而不去的病证。第十二种叫赞刺。赞刺是直入直出，多下针而浅刺，使患部出血，用来治疗痈肿。

脉之所居，深不见者，刺之；微内针，而久留之，以致其空脉气也。脉下浅者，勿刺；按绝其脉[①]，乃刺之；无令精出，独出其邪气耳。所谓三刺则谷气出者[②]，先浅刺绝皮[③]，以出阳邪；再刺则阴邪出者，少益深，绝皮致肌肉，未入分肉间

也；已入分肉之间，则谷气出。故《刺法》曰：始刺浅之，以逐邪气，而来血气；后刺深之，以致阴气之邪；最后刺极深之，以下谷气。此之谓也。故用针者，不知年之所加④，气之盛衰，虚实之所起，不可以为工也。

【注释】

①按绝其脉：以手切按，避开脉管。

②三刺：《终始》篇说："一刺，则阳邪出；再刺，则阴邪出；三刺，则谷气至。"

③绝皮：透过皮肤的浅刺。绝，透过。

④年之所加：每年的风寒暑湿燥热六气加临的情况。

【译文】

经脉深居体内不显露于外的，可刺；刺时应轻轻进针而长时间留针，引导孔穴中的脉气运行。脉在皮下浅表的，不能直刺其脉；先用指切按住，避开脉管，然后再进针；不要使精气外泄，仅将邪气祛除。所谓"三刺则谷气出"的刺法，是先浅刺皮部，疏泄在表之阳邪；所谓"再刺则疏泄阴分之邪"，是进针较皮部稍深，至肌肉而未到分肉间；最后刺到分肉间，则谷气出而产生疲胀感。所以《刺法》上说：开始浅刺，以驱除邪气，流通血气；稍后刺略深，以疏泄阴分之邪；最后刺极深，可以通导谷气。说的就是这种刺法。因此，运用针刺法的人，不懂得每年气候加临于人体的情况、正气的盛衰、虚实证的形成，就不能称为医工。

凡刺有五，以应五脏。一曰半刺①。半刺者，浅内而疾发针，无针伤肉，如拔毛状；以取皮气，此肺之应也。二曰豹文刺②。豹文刺者，左右前后，针之中脉为故；以取经络之血者，此心之应也。三曰关刺③。关刺者，直刺左右，尽筋上④；

以取筋痹，慎无出血，此肝之应也。或曰渊刺，一曰岂刺。四曰合谷刺。合谷刺者，左右鸡足⑤，针于分肉之间；以取肌痹，此脾之应也。五曰输刺。输刺者，直入直出，深内之至骨；以取骨痹，此肾之应也。

【注释】

①半刺：只浅刺皮肤，不伤肌肉。

②豹文刺：形容针刺取穴较多，形如豹皮的斑纹之点。张景岳："豹文者，言其多也。主取血脉，所以应心。"

③关刺：四肢关节附近针刺，故称关刺。关，关节。

④尽筋：筋之尽头，即关节。张景岳："尽筋，即关节之处也。"

⑤"合谷刺"两句：针刺直入以后，复提至皮部再左右分歧斜刺，如鸡足之分叉。拇指与食指掌骨之间有穴名合谷，因其在两掌骨分歧之间，故名。这里以"合谷"喻如鸡足分叉刺法。

【译文】

凡刺法有五种，可用于五脏病证。第一种叫半刺。半刺是进针浅而出针快，针刺不能伤肌肉，好像拔毫毛一样，使皮肤感受一下轻微的刺激；合谷刺与肺气相应。第二种叫豹文刺。豹文刺是左右前后都进针，像豹的斑纹，以刺中络脉出血为目的，这种刺法与心气相应。第三种叫关刺。关刺是在四肢的关节附近，筋的尽端处进针，用来治疗筋痹，但刺时要谨慎，不能出血，这种刺法与肝气相应。此法又叫"渊刺"或"岂刺"。第四种叫合谷刺。合谷刺是直刺进针到分肉间以后，复将针提到皮下向左右分肉间各斜刺一针，如鸡足分叉；用以治疗肌痹，这种刺法与脾气相应。第五种叫输刺。输刺是进针时直入直出，深刺至骨的附近；用以治疗骨痹，这种刺法与肾气相应。

本神第八　法风

【题解】

本，这里是动词，探究本原、本质的意思。神，一般指精神活动，是心的主要功能，并主宰着整个人体的生命活动。广义的神，还包括肝、肺、脾、肾等脏所主的魂、魄、意、志，以及思、虑、智、忆等精神思维活动在内。本篇对于精神活动的产生、变化，与五脏的关系，以及发病后的症状表现等，都一一作了阐述，特别提出“凡刺之法，先必本于神”的论点，故以《本神》名篇。神是中国文化和哲学的重要范畴之一。《周易》认为“阴阳不测之谓神”，神既是天地阴阳之道变化的内在动力，又是其外在的极致表现。中国哲学注重对宇宙变化之神的探求。中医学重视人身之神，在养生上强调“养神”；在治疗上强调“治神”；医学上的最高成就者称为“神医”。中国的文学、艺术强调“神韵”，艺术上追求“出神入化”。总之，“神”是把握中国文化和中医学的关键范畴之一。《内经》的很多篇章都有指示，读者宜深玩。

黄帝问于岐伯曰：凡刺之法，先必本于神[①]。血、脉、营、气、精、神，此五脏之所藏也。至其淫泆离脏则精失[②]，魂魄飞扬[③]，志意恍乱[④]，智虑去身者，何因而然乎？天之罪与？人之过乎？何谓德、气、生、精、神、魂、魄、心、意、志、思、智、

虑[5]？请问其故。

岐伯答曰：天之在我者，德也；地之在我者，气也。德流气薄而生者也[6]。故生之来谓之精，两精相搏谓之神[7]，随神往来者谓之魂，并精而出入者谓之魄，所以任物者谓之心[8]，心之所忆谓之意，意之所存谓之志，因志而存变谓之思，因思而远慕谓之虑，因虑而处物谓之智。

【注释】

①神：这是广义的神，概括了人体整个生命活动现象。包括下文所讲"血、脉、营、气、精、神"等生理活动的内容。

②淫泆(yì)：指七情过度，任性恣纵。泆，恣纵。

③魂魄：魂，是精神活动之一。魄，是先天的本能，如感觉、运动等。《左传·昭公七年》孔颖达疏："形气既殊，魂魄各异，附形之灵为魄，附气之神为魂也。附形之灵者，谓初生之时，耳目心识，手足运动，啼呼为声，此则魄之灵也；附气之神者，谓精神性识，渐有所知，此则附气之神也。"

④志意恍乱：思想混乱，茫然无主。

⑤德、气：古代哲人认为万物由天之气、地之形和合化生。《管子·内业》："凡人之生也，天出其精，地出其形，合此以为人。"有时天气也称为"天德"，包括上文所提到的精、神、魂、魄等。人死后，精神魂魄又回到了天上，所以古人祭祀祖先，是相信祖先的灵魂在天上存在。现在的很多注家把德理解为四时气候以及日光、雨露等自然界的正常变化。这样理解虽然有其合理性，但与古人原意并不符合。

⑥德流气薄：在天之气下流与在地之气结合。薄，迫近，附着。

⑦两精相搏：张景岳："两精者，阴阳之精也。搏，交结也。"即男女

交媾，两精结合。

⑧任：负担，主持。

【译文】

黄帝问岐伯说：针刺的法则，必须先研究病人的精神状态。因为血、脉、营、气、精、神，这都是五脏所藏的。至其失了正常，离开所藏之脏，五脏精气走失，魂魄也飞扬了，志意也烦乱了，智慧和思考能力离开了自身，为什么会这样呢？是上天的惩罚呢，还是人为的过失呢？什么叫德、气、生、精、神、魂、魄、心、意、志、思、智、虑？希望听到其中的道理。

岐伯回答说：天赋予我们人类的是德，地赋予我们人类的是气，由于天德下流与地气上交，阴阳相结合，使万物化生成形，人才能生存。所以，人体生命的原始物质，叫精；阴阳两精相结合产生的生命活动，叫神；随着神的往来活动而出现的知觉机能，叫魂；跟精气一起出入而产生的运动机能，叫魄；可以支配外来事物的，叫心；心里有所忆念而留下的印象，叫意；意念所在，形成了认识，叫志；根据认识而反复研究事物的变化，叫思；因思考而有远的推想，叫虑；因思虑而能定出相应的处理事物方法，叫智。

故智者之养生也，必顺四时而适寒暑，和喜怒而安居处，节阴阳而调刚柔，如是则僻邪不至，长生久视[①]。

【注释】

①长生久视：是寿命延长，不易衰老之意。《吕氏春秋》有“莫不欲长生久视”，注云：“视，活也。”《老子·五十九章》有“是谓深根固柢，长生久视之道”。

【译文】

因此，智者养生必定顺着四时来适应寒暑的气候，调和喜怒而安定

起居，节制房事，调和刚柔。这样，虚邪贼风就不能侵袭人体，自然可以延寿，不易衰老了。

是故怵惕思虑者则伤神[①]，神伤则恐惧，流淫而不止[②]。因悲哀动中者，竭绝而失生[③]。喜乐者，神惮散而不藏[④]。愁忧者，气闭塞而不行。盛怒者，迷惑而不治[⑤]。恐惧者，神荡惮而不收[⑥]。

【注释】

①怵(chù)惕：恐惧的样子。怵，恐惧。惕，敬畏。

②流淫而不止：张景岳："流淫谓流泄淫溢。如下文所云恐惧而不解则伤精，精时自下者是也。"

③竭绝而失生：张景岳："悲则气消，悲哀太甚则胞络绝，故至失生。竭者绝之渐，绝则尽绝无余矣。"

④神惮(dàn)散而不藏：张景岳："喜发于心，乐散在外，暴喜伤阳，故神气惮散而不藏。惮，惊惕也。"意谓神气耗散而不能归藏于心。

⑤迷惑而不治：张景岳："怒则气逆，甚者心乱，故至昏迷惶惑而不治。不治，乱也。"

⑥荡惮而不收：张景岳："恐惧则神志惊散，故荡惮而不收。上文言喜乐者，神惮散而不藏，与此稍同。但彼云不藏者，神不能持而流荡也；此云不收者，神为恐惧而散失也。所当详辨。"

【译文】

所以过分的恐惧忧思，就会损伤心神，损伤心神就恐惧，使阴精流失不止。悲哀过度伤了内脏，会使气机竭绝，丧失生命。喜乐过度，会致喜极气散不能收藏。愁忧过度，就会使气机闭塞，不能流畅。大怒，

就会使神志昏迷，失去常态。恐惧过度，就会由于精神动荡而精气不能收敛。

心，怵惕思虑则伤神，神伤则恐惧自失，破胭脱肉，毛悴色夭，死于冬。

【译文】

心过度恐惧忧思，就会伤神，神伤，就会时时恐惧不能自控，时间久了，肌肉消瘦，毛发憔悴，面色异常，死在冬季。

脾，愁忧不解则伤意，意伤则悗乱[①]，四肢不举，毛悴色夭，死于春。

【注释】

①悗(mán)：闷也。胸膈苦闷。乱：烦乱。

【译文】

脾过度忧愁不能解除，就会伤意，意伤，就会苦闷烦乱，手足乏力，不能抬起来，进而毛发憔悴，面色异常，死在春季。

肝悲哀动中则伤魂，魂伤则狂忘不精，不精则不正，当人阴缩而挛筋，两胁骨不举，毛悴色夭，死于秋。

【译文】

肝过度悲哀影响内脏，就会伤魂，魂伤，会出现精神紊乱症状，导致肝脏失去藏血作用，使人阴器萎缩，筋脉挛急，两胁不能舒张，进而毛发憔悴，面色异常，死在秋季。

肺喜乐无极则伤魄，魄伤则狂，狂者意不存人，皮革焦，毛悴色夭，死于夏。

【译文】

肺过度喜乐，就会伤魄，魄伤，会形成狂病，狂者思维混乱，不识旧人，皮肤枯槁，进而毛发憔悴，面色异常，死在夏季。

肾盛怒而不止则伤志，志伤则喜忘其前言，腰脊不可以俯仰屈伸，毛悴色夭，死于季夏。

【译文】

肾大怒不能遏止，就会伤志，志伤，就容易忘记自己说过的话，腰脊不能随意俯仰，进而毛发憔悴，面色异常，死在季夏。

恐惧而不解则伤精，精伤则骨痠痿厥，精时自下。是故五脏主藏精者也，不可伤，伤则失守而阴虚，阴虚则无气，无气则死矣。是故用针者，察观病人之态，以知精神魂魄之存亡，得失之意，五者以伤，针不可以治之也。

【译文】

过度恐惧而解除不了，就会伤精，精伤，就会发生骨节酸痛和痿厥，并常有遗精。所以五脏是主藏精气的，不可被损伤；伤了，就会使精气失守，形成阴虚，阴虚则阳气的化源断绝，离死就不远了。所以运用针刺的人，必定要观察病人的形态，以了解他的精、神、魂、魄等精神活动的旺盛或衰亡，如果五脏精气已经损伤，就不能用针刺治疗了。

肝藏血，血舍魂[①]。肝气虚则恐，实则怒。脾藏营，营舍意。脾气虚则四肢不用，五脏不安，实则腹胀，经溲不利[②]。心藏脉，脉舍神。心气虚则悲，实则笑不休。肺藏气，气舍魄。肺气虚，则鼻塞不利，少气；实则喘喝，胸盈仰息。肾藏精，精舍志，肾气虚则厥，实则胀，五脏不安。必审五脏之病形，以知其气之虚实，谨而调之也。

【注释】

①血舍魂：意即魂的功能凭依于血。舍，有住宿、寄居的含义。

②经溲不利：大小便不利。经，《甲乙经》作“泾”(jīng)。《素问·调经论》王冰注：“经，大便；溲，小便也。”

【译文】

肝贮藏血，魂依附血液。肝气虚，会恐惧；肝气盛，容易发怒。脾贮藏营气，意念依附营气。脾气虚，会使四肢运用不灵，五脏不能调和；脾气壅实，会使腹部胀满，大小便不利。心藏神，神寄附在血脉中。心气虚，会悲伤；心气太盛，会笑而不止。肺藏气，魄依附在肺气中。肺气虚，会感到鼻塞，呼吸不便，气短；肺气壅实，会大喘，胸满，甚至仰面而喘。肾藏精，意志依附精气。肾气虚，会手足厥冷，肾有实邪，会腹胀，并连及五脏不能安和。因此说：治病必须审察五脏病的症状，以了解元气虚实，从而谨慎地加以调治。

终始第九　法野

【题解】

终始，是中国古代哲学的重要范畴。中国哲学关注的是包括人类在内的天地万物的生生化化，是关乎生命的学问。中国的医学与哲学一样也是关乎生命的科学而不仅仅是治病祛疾之术。生命是在时间中展开的过程，对于时间的关注，成为中国哲学和医学的根本特征。古人认为生命是在阳变阴合的大化流行中永不停息，循环往复的过程。标志这一循环往复过程的范畴就是终始。生命活动以及生命活动过程中正常和异常的变化都有这种终而复始的规律。抓住了终始范畴就掌握了事物发展变化的关键。正如《大学》所说："物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣。""终始"范畴见于《内经》的诸多篇章，是贯穿于《内经》中的重要思想线索之一。本篇以《终始》名篇，来组织有关材料，对临床医家有重要的提示作用。本篇的中心内容，是从脉口、人迎的脉象对比，来诊察十二经气血阴阳的变化；根据病证情况，以确定针刺治疗的原则和方法。篇首以"明知终始，五脏为纪"开端，篇末以六经终绝的症状结尾，前后呼应，层次分明，以示读者掌握这些自始至终的规律，所以篇名《终始》。本篇名言："散气可收，聚气可布。""深居静处，占神往来。"

凡刺之道，毕于《终始》。明知终始，五脏为纪[①]，阴阳定矣。阴者主脏，阳者主腑。阳受气于四末，阴受气于五脏[②]。故泻者迎之，补者随之。知迎知随，气可令和。和气之方，必通阴阳。五脏为阴，六腑为阳。传之后世，以血为盟[③]。敬之者昌，慢之者亡。无道行私，必得夭殃[④]。

【注释】

①五脏为纪：意谓"终始"的内容，以五脏为纲领。纪，总要。

②"阳受气"两句：马元台："阳在外，受气于四肢；阴在内，受气于五脏。"四末，即四肢。

③以血为盟：是古人盟誓时一种极其郑重的仪式。即宰杀牲畜取血，由参加订盟的人共同吸饮或涂于口旁，以此表示决不背信弃约。

④无道行私，必得夭殃：张景岳："不明至道，而强不知以为知，即无道行私也。"夭殃，夭折死亡的祸害。

【译文】

大凡针刺的法则，全在《终始》篇里。明确了解终始的意义，就必须以五脏为纲纪，可以确定阴经阳经的关系。阴经是与五脏相通，阳经是与六腑相通。阳经承受四肢的脉气，阴经承受五脏的脉气。所以泻法是迎而夺之，补法是随而济之。知道迎随补泻的方法，可以使脉气调和。而调和脉气的关键，必定要明白阴阳的规律。五脏在内为阴，六腑在外为阳。要将刺法流传于后世，必须严肃认真地对待，如同"以血为盟"一样。重视此法会使它发扬光大，忽视此法能使其散失消亡。如果不懂装懂，一定会危害人的生命。

谨奉天道，请言终始！终始者，经脉为纪。持其脉口人

迎，以知阴阳，有余不足，平与不平。天道毕矣。所谓平人者不病。不病者，脉口人迎应四时也，上下相应而俱往来也，六经之脉不结动也，本末之寒温之相守司也，形肉血气必相称也。是谓平人。少气者，脉口人迎俱少而不称尺寸也。如是者，则阴阳俱不足。补阳则阴竭，泻阴则阳脱。如是者，可将以甘药，不可饮以至剂。如是者，弗灸。不已者，因而泻之，则五脏气坏矣。

【译文】

慎重地遵循天地阴阳变化规律，让我谈谈针刺的终始意义吧！所谓终始，是以十二经脉为纲纪，从脉口、人迎两部的脉象了解阴经阳经的脉象是实是虚，上下之脉是相应平衡还是不平衡。这样，阴阳变化就大致掌握了。所谓平人，就是没有病的人，无病人的脉口和人迎的脉象是和四时相应的；脉口，人迎互相呼应，往来不息；六经之脉搏动不止；人体上下内外，在寒温不同的环境里能够保持平衡；形肉和血气也能够协调一致。这就是没有病的人。气虚的人，脉口、人迎的脉象细小，而尺肤和脉象不相称。像这样，就是阴阳都不足的病证。补阳就会使阴气衰竭，泻阴就会使阳气亡脱。这样的病人，只可以用缓剂补养，不能用峻猛的药物攻泻。这种病证也不能用灸法。因为病未愈，而用泻法，那就会败坏五脏真气。

人迎一盛[①]，病在足少阳；一盛而躁，病在手少阳。人迎二盛，病在足太阳；二盛而躁，病在手太阳。人迎三盛，病在足阳明；三盛而躁，病在手阳明。人迎四盛，且大且数，名曰溢阳[②]，溢阳为外格[③]。脉口一盛，病在足厥阴；一盛而躁，在手心主。脉口二盛，病在足少阴；二盛而躁，在手少阴。脉

口三盛，病在足太阴；三盛而躁，在手太阴。脉口四盛，且大且数者，名曰溢阴④，溢阴为内关。内关不通，死不治。人迎与太阴脉口俱盛四倍以上，命名关格⑤。关格者，与之短期。

【注释】

①人迎一盛：人迎之脉大于寸口一倍。下文二盛、三盛、四盛，就是大二倍、三倍、四倍。“脉口一盛、二盛、三盛、四盛”，与上同义。

②溢阳：六阳偏盛而盈溢于外。溢，盈满。

③外格：张景岳：“人迎盛至四倍，且大且数者，乃六阳偏盛之极，盈溢于府，格拒六阴，是为外格。”格，格拒。

④溢阴：张景岳：“脉口四盛，且大且数者，乃六阴偏盛，盈溢于脏，表里隔绝，是为内关，主死不治。”

⑤关格：六阴与六阳两相脱节。张景岳：“人迎主阳，脉口主阴，若俱盛至四倍以上，则各盛其盛，阴阳不交，故曰关格，可与言死期也。”

【译文】

人迎脉象大于寸口一倍，病在足少阳胆经；大一倍而躁动，病在手少阳三焦经。人迎脉象大于寸口二倍，病在足太阳膀胱经；大二倍而躁动，病在手太阳小肠经。人迎脉象大于寸口三倍，病在足阳明胃经；大三倍而躁动，病在手阳明大肠经。人迎脉象大于寸口四倍，大而且速，名叫“溢阳”，溢阳是六阳偏盛，格拒六阴在外，所以叫“外格”。寸口脉象大于人迎一倍，病在足厥阴肝经；大一倍而躁动，病在手厥阴心包络经。寸口脉象大于人迎二倍，病在足少阴肾经；大二倍而躁动，病在手少阴心经。寸口脉象大于人迎三倍，病在足太阴脾经；大三倍而躁动，病在手太阴肺经。寸口脉象大于人迎四倍而且速的，名叫“溢阴”。溢阴是六阴经偏盛至极而泛滥于内，称为“内关”。内关闭塞不通，是不治的死证。如果人迎与寸口的脉象，都大四倍以上，名叫“关格”。关格预测必死。

人迎一盛，泻足少阳而补足厥阴，二泻一补，日一取之，必切而验之，疏取之上[①]，气和乃止。人迎二盛，泻足太阳，补足少阴，二泻一补，二日一取之，必切而验之，疏取之上，气和乃止。人迎三盛，泻足阳明而补足太阴，二泻一补，日二取之，必切而验之，疏取之上，气和乃止。脉口一盛，泻足厥阴而补足少阳，二补一泻，日一取之，必切而验之，疏而取之上，气和乃止。脉口二盛，泻足少阴而补足太阳，二补一泻，二日一取之，必切而验之，疏取之上，气和乃止。脉口三盛，泻足太阴而补足阳明，二补一泻，日二取之，必切而验之，疏而取之上，气和乃止。所以日二取之者，太阴主胃，大富于谷气，故可日二取之也。人迎与脉口俱盛三倍以上，命曰阴阳俱溢，如是者不开，则血脉闭塞，气无所行，流淫于中，五脏内伤。如此者，因而灸之，则变易而为他病矣。

【注释】

①疏取之上：马元台："疏而取穴于胆肝二经之上，盖彼此之穴相间之谓疏也。"

【译文】

人迎脉大于寸口一倍，泻足少阳胆经，而补足厥阴肝经，二分泻一分补，每天治一次，必须切脉以验其偏盛的情况，疏取肝胆两经上之穴，脉气平和为止。人迎脉大于寸口两倍，泻足太阳膀胱经，而补足少阴肾经，二分泻一分补，每两天治一次，必须切脉以验其偏盛的情况，疏取肾与膀胱两经上之穴，脉气平和为止。人迎脉大于寸口三倍，泻足阳明胃经，而补足太阴脾经，二分泻一分补，每天治两次，必须切脉以验其偏盛的情况，疏取脾胃两经上之穴，脉气平和为止。寸口脉大于人迎一倍，泻足厥阴肝经，而补足少阳胆经，二分补一分泻，每天治一次，必须切脉

以验其偏盛的情况，疏取肝胆两经上之穴，脉气平和为止。寸口脉大于人迎两倍，泻足少阴肾经，而补足太阳膀胱经，二分补一分泻，每两天治一次，必须切脉以验其偏盛的情况，疏取肾与膀胱两经上之穴，脉气平和为止。寸口脉大于人迎三倍，当泻足太阴脾经，而补足阳明胃经，二分补一分泻，每天可治两次，必须切脉以验其偏盛的情况，疏取脾胃两经上之穴，脉气平和为止。之所以每天治两次，是因为足太阴脾与足阳明胃相表里，谷气最丰富，因此可以每天针治两次。人迎与寸口的脉象，都大三倍以上，叫做“阴阳俱溢”，这样就不能开通，血脉闭塞而脉气无法通行，淫溢于中而五脏内伤。像这样，若使用灸法，更伤其阴，就可能变成其他病证。

凡刺之道，气调而止。补阴泻阳，音气益彰，耳目聪明。反此者，血气不行。

【译文】

大凡针刺的原则，阴阳之气调和了，就要停针。要注意阴阳补泻，这样才会有语音清朗，耳聪目明的效果。相反，血气就不能正常运行。

所谓气至而有效者[①]，泻则益虚。虚者，脉大如其故而不坚也。坚如其故者，适虽言快，病未去也。补则益实。实者，脉大如其故而益坚也。夫如其故而不坚者，适虽言快，病未去也。故补则实，泻则虚。痛虽不随针，病必衰去。必先通十二经脉之所生病，而后可得传于终始矣。故阴阳不相移，虚实不相倾，取之其经。

【注释】

①气至而有效：中医以针刺治病取效的关键在于得气，即“气至”。人体生命活动的关键在于气血的畅通周流，疾病之所以发生就是因为气血出了问题，治疗时也是以调动和恢复气血的功能为目标。所以只有“气至”，即有了酸麻胀痛及循经感传的现象，才会有疗效。

【译文】

所谓针下气至而获得疗效，是说实证用了泻法，就会由实转虚。这虚的脉象仍旧大，却不坚实。如果脉象坚实照旧，虽说一时觉得舒服，其实病情并没有减轻。虚证用了补法，就会由虚转实。这实的情况，是脉象仍旧大些，并且更坚实了。如果脉象大虽照旧而并不坚实，虽说一时觉得舒服，其实病情并没有减轻。所以准确地运用补法，会使正气充实；准确地运用泻法，会使病邪衰退。即使病不随着针立即除去，但病势必定减轻。必须先明白十二经脉与各种疾病的关系，然后才可以做到有始有终。阴经和阳经是不会互相改变的，虚证和实证也是不会相反的，所以针治疾病，就要取其所属的经脉。

凡刺之属，三刺至谷气①。邪僻妄合②，阴阳易居。逆顺相反，沉浮异处③。四时不得④，稽留淫泆。须针而去。故一刺则阳邪出，再刺则阴邪出，三刺则谷气至，谷气至而止。所谓谷气至者，已补而实，已泻而虚，故以知谷气至也。邪气独去者，阴与阳未能调，而病知愈也。故曰补则实，泻则虚。痛虽不随针，病必衰去矣。

【注释】

①三刺：指针刺皮肤、肌肉、分肉三种深浅不同的刺法。

②邪僻妄合：指不正之气即邪气与血气混合。

③沉浮异处：脉气当沉而反沉之在里，当浮而反沉之在里。杨上善："春脉或沉，冬脉或浮，故曰异处。"

④四时不得：脉气不能与四时顺应。张志聪："四时不得者，不得其升降浮沉也。"

【译文】

大凡针刺所应该注意的是采用三刺法使正气徐徐而来。那邪僻不正之气与血气混合，使阴阳失其常位而逆乱。气血运行的逆顺颠倒，脉象沉浮异常。脉气与四时不相应合，患者或血气留滞，或血气妄行。所有这许多病变，都有待用针刺去排除。因此要注意三刺法：初刺能使阳分的病邪排出，再刺会使阴分的病邪排出，三刺就会使正气徐徐而来，这时就应该出针了。所谓谷气至，是说已经用了补法，就觉得气充实些；已经用了泻法，就觉得病邪衰退些。从这些表现就知道谷气已至。起初，仅是邪气排除了，阴与阳之间的血气还没有调和，但是已能知道病要痊愈了。所以说用补法而能使正气充实，用泻法而能使邪气衰退。病痛虽未能随针立即消除，但病势必会减轻。

阴盛而阳虚，先补其阳，后泻其阴而和之。阴虚而阳盛，先补其阴，后泻其阳而和之。

【译文】

阴经邪气盛，阳经正气虚，先补阳经正气，后泻阴经邪气，从而调和有余和不足。阴经正气虚，阳经邪气盛，先补阴经正气，后泻阳经邪气，从而调和有余和不足。

三脉动于足大指之间[①]，必审其实虚。虚而泻之，是谓

重虚。重虚，病益甚。凡刺此者，以指按之。脉动而实且疾者则泻之，虚而徐者则补之。反此者，病益甚。其动也，阳明在上，厥阴在中，少阴在下。膺腧中膺，背腧中背。肩膊虚者，取之上②。重舌③，刺舌柱以铍针也④。手屈而不伸者，其病在筋；伸而不屈者，其病在骨。在骨守骨，在筋守筋。

【注释】

①三脉：指足阳明、足厥阴、足少阴三脉。马元台："阳明动于大指次指之间，凡厉兑、陷谷、冲阳、解溪，皆在足跗上也。厥阴动于大指次指之间，正以大敦、行间、太冲、中封，在足跗内也。少阴则动于足心，其穴涌泉，乃足跗之下也。"

②"膺腧(shù)"四句：张景岳："凡肩膊之虚软而痛者，病有阴经阳经之异。阴经在膺，故治阴病者，当取膺腧而必中其膺；阳经在背，故治阳病者，当取背腧而必中其背。病在手经，故取之上。上者，手也。如手太阴之中府、云门，手厥阴之天池，皆膺腧也。手少阳之肩髃、天髎，手太阳之天宗、曲垣、肩外俞，皆背腧也。咸主肩膊虚痛等病。"

③重舌：舌下的血脉胀起，形如小舌，似为两舌相重，故称"重舌"。

④舌柱：即舌下的筋，像柱一样，故称"舌柱"。

【译文】

足阳明经、足厥阴经、足少阴经三条经脉，都有动脉散布于足大指之间，在针刺时，必须审察它是属于虚证，或是属于实证。假如虚证误用了泻法，这叫重虚。虚而更虚，病就更厉害了。大凡针刺这些病证时，先用手指去按动脉，脉的搏动实而快的就用泻法，脉的搏动虚而缓的就用补法。如所用的补泻之法，与此相反，那么病就会更加重。至于

动脉的所在，足阳明经在足跗之上，足厥阴经在足跗之内，足少阴经在足跗之下。取胸部腧穴必中其胸。取背部腧穴必中其背。肩膊出现酸胀麻木的虚证，应取上肢经脉的腧穴。对于重舌的患者，应该用铍针，刺舌下根柱，使之出血。手指弯曲而不能够伸直，那病在筋上；伸直了而不能够弯曲，那病在骨上。病在骨，应该求之于主骨的各个穴位去治疗；病在筋，应该求之于主筋的各个穴位去治疗。

泻一方实，深取之，稀按其痏[①]，以极出其邪气；补一方虚，浅刺之，以养其脉，疾按其痏[②]，无使邪气得入。邪气来也紧而疾，谷气来也徐而和。脉实者，深刺之，以泄其气；脉虚者，浅刺之，使精气无得出，以养其脉，独出其邪气。刺诸痛者，其脉皆实。

【注释】

①稀按其痏(wěi)：杨上善："希，迟也。迟按针伤之处，使气泄也。"痏，针孔。

②疾按其痏：杨上善："按针伤之处，急关其门，使邪气不入，正气不出也。"

【译文】

泻的大法，在于泻的时候要注意脉气之实，深刺，出针后，缓按针孔，以尽量泄去邪气；补的时候要注意脉气之虚，浅刺，以保养所取的经脉，出针后，急按针孔，不叫邪气侵入。邪气来了，针下会感到拘急；谷气来了，针下会感到徐和。脉气盛实的，深刺，使邪气外泄；脉气虚弱的，浅刺，使精气不外泄，以养其经脉，而仅让邪气排出。对于各种疼痛的病证，要一律深刺，因为疼证的脉象都是实的。

故曰：从腰以上者，手太阴阳明皆主之；从腰以下者，足太阴阳明皆主之。病在上者下取之，病在下者高取之，病在头者取之足，病在足者取之胭。病生于头者头重，生于手者臂重，生于足者足重。治病者先刺其病所以生者也。

【译文】

所以说：腰以上的病，都在手太阴肺经，手阳明大肠经的主治范围；腰以下的病，都在足太阴脾经、足阳明胃经的主治范围。病在上部的，可以取下部的穴位；病在下部的，可以取上部的穴位；病在头部的，可取足部的穴位；病在腰部的，可取胭部的穴位。病患于头部的，头必觉得重；病患于手部的，臂必觉得重；病生于足部的，足必觉得重。治疗这些病证，应当先针刺疾病开始发生的部位。

春，气在毛；夏，气在皮肤；秋，气在分肉；冬，气在筋骨。刺此病者各以其时为齐[①]。故刺肥人者，以秋冬之齐；刺瘦人者，以春夏之齐。病痛者，阴也。痛而以手按之不得者，阴也，深刺之[②]。痒者，阳也，浅刺之[③]。病在上者，阳也；病在下者，阴也。

【注释】

①齐：同“剂”。在此可理解为“标准”。

②“病痛者”五句：张景岳：“凡病痛者，多由寒邪滞逆于经，及深居筋骨之间，凝聚不散，故病痛者为阴也。按之不得者，隐藏深处也，是为阴邪，故刺亦宜深。然则痛在浮浅者，由属阳邪可知也。但诸痛属阴者多耳。”

③痒者，阳也，浅刺之：张景岳：“痒者，散动于肤腠，故为阳。”

【译文】

春天，邪气在毫毛；夏天，邪气在皮肤；秋天，邪气在分肉；冬天，邪气在筋骨。治疗这些与时令有关的病证，针刺的浅深，应该根据季节而变化。所以刺胖人，要用适于秋冬的深刺法；刺瘦人，就用适于春夏的浅刺法。感到疼痛的病人，多属阴证。疼痛时用手按压，不能缓解的，也是属于阴证，要深刺。患者身上发痒，是病邪在外属阳，要浅刺。病在上部的属阳，病在下部的属阴。

病先起阴者，先治其阴而后治其阳；病先起阳者，先治其阳而后治其阴。刺热厥者，留针，反为寒；刺寒厥者，留针，反为热。刺热厥者，二阴一阳；刺寒厥者，二阳一阴。所谓二阴者，二刺阴也；一阳者，一刺阳也。久病者，邪气入深。刺此病者，深内而久留之，间日而复刺之。必先调其左右，去其血脉。刺道毕矣。

【译文】

病先起于阴经的，应该先治疗阴经，然后再治疗阳经；病先起于阳经的，应该先治疗阳经，然后再治疗阴经。针刺热厥，留针可以由热转寒；针刺寒厥，留针可以由寒转热。针刺热厥，当刺阴经二次，刺阳经一次；针刺寒厥，当刺阳经二次，阴经一次。所谓二阴的意思，就是在阴经针刺二次，一阳的意思，就是在阳经针刺一次。患病的时间长了，病邪深入脏腑。针治这类宿疾，应该深刺并且长时间地留针，每隔一日，再继续针刺。还要首先察明病邪在左在右的偏盛现象，去掉血脉中的淤滞。针刺的原则无非就是这些。

凡刺之法，必察其形气。形肉未脱，少气而脉又躁，躁

疾者，必为缪刺之。散气可收，聚气可布[①]。深居静处，占神往来；闭户塞牖，魂魄不散。专意一神，精气之分，毋闻人声，以收其精，必一其神，令志在针。浅而留之，微而浮之，以移其神，气至乃休。男内女外，坚拒勿出。谨守勿内，是谓得气。

【注释】

①散气可收，聚气可布：杨上善："缪刺之益，正气散而收聚，邪气聚而可散也。"

【译文】

大凡针刺的法则，必须诊察患者的形气。形肉虽然不显消瘦，但是气短，脉又躁动而快，出现了躁动而且快的脉象，就应当采用缪刺法。使耗散的真气可以收住，积聚的邪气可以散去。在针刺时，医生就好像深居静处，只与神往来；又像闭户塞窗，意识不乱。念头单纯，心神一贯，精气不分，听不到旁人的声音，从而使精神内守，专一地集中在针刺上。浅刺留针，或微捻提针，以转移病人的精神紧张，直到针下得气为止。针刺之时，男子浅刺候气于外，女子深刺候气于内，坚拒正气不使之出。严防邪气不使之入，这叫做得气。

凡刺之禁：新内勿刺，新刺勿内。已醉勿刺，已刺勿醉。新怒勿刺，已刺勿怒。新劳勿刺，已刺勿劳。已饱勿刺，已刺勿饱。已饥匆刺，已刺勿饥。已渴勿刺，已刺勿渴。大惊大怒，必定其气，乃刺之。乘车来者，卧而休之，如食顷乃刺之。出行来者，坐而休之，如行十里顷乃刺之。

【译文】

大凡针刺禁忌：行房不久的不能刺，针刺不久的不能行房。酒醉的不能刺，针刺不久的不能醉酒。刚发怒的不能刺，刚针刺的不能动怒。疲劳的不能刺，刚针刺的不能过劳。刚吃饱的不能刺，刚针刺的不能饱餐。饥饿的不能刺，刚针刺的不能饥饿。口渴的不能刺，刚针刺的不能口渴。大惊大恐的，必先安定神气，再行针刺。乘车从远来的，要安卧休息约一顿饭的工夫，再行针刺。步行来的，要坐下来休息，大约走十里路的时间，再行刺针。

凡此十二禁者，其脉乱气散，逆其营卫，经气不次。因而刺之，则阳病入于阴，阴病出为阳，则邪气复生。粗工勿察，是谓伐身。形体淫泆，乃消脑髓，津液不化，脱其五味，是谓失气也。

【译文】

以上总计十二种针刺禁忌，都是因为血脉运行紊乱，正气耗散，营卫失调，经气不能依次循行。在此情形下针刺，则使阳分病深入到阴分，阴分病外出波及到阳分，以致邪气更盛而加重病情。低劣的医生不能体察这些，而妄用针刺，这叫做摧残人的身体。结果病者正气耗损，体力衰弱，甚至脑髓消耗，不能化生津液，五味营养脱失，这叫做真气丧失。

太阳之脉，其终也，戴眼、反折、瘛疭[①]，其色白，绝皮乃绝汗[②]，绝汗，则终矣。少阳终者，耳聋，百节尽纵，目系绝[③]，目系绝，一日半则死矣。其死也，色青白，乃死。阳明终者，口目动作[④]，喜惊，妄言，色黄，其上下之经盛而不行，则终矣。少阴终者，面黑，齿长而垢[⑤]，腹胀闭塞，上下不通，而终

矣。厥阴终者，中热嗌干，喜溺心烦，甚则舌卷，卵上缩⑥，而终矣。太阴终者，腹胀闭，不得息，气噫，善呕，呕则逆，逆则面赤，不逆则上下不通，上下不通，则面黑皮毛燋，而终矣。

【注释】

①戴眼：两目上视，不能转动。反折：即角弓反张。人体头与两足向后折，胸腹向前挺出的症状。

②绝汗：汗出如油，著身不流。是病人在临死前出的汗，故称“绝汗”。按：《素问·诊要经终论》论“经终”的内容与此大致相同。可参读。

③目系：眼球后连于脑的脉络。

④口目动作：口眼牵引歪斜。

⑤齿长：牙龈萎缩，外露的牙齿变长。垢：指牙齿污垢而无光泽。

⑥卵上缩：阴囊与睾丸上缩。

【译文】

太阳经脉血气将绝的症候是：病者两目上视而不转动，角弓反张，手足抽搐，面色苍白，皮肤绝无血色，乃至绝汗，汗出如珠，绝汗一出，便要死亡了。少阳经脉血气将绝的症候是：病者耳聋，周身骨节松弛，眼球后连于脑的脉络气血断绝，见到目系绝的现象，约一天半就要死亡。死时，面色青白，那就要死亡了。阳明经脉血气将绝的症候是：病者口眼抽动，易于惊惕，胡言乱语，面色发黄，手足阳明经脉循行的部位上脉躁动而盛，血气不行，就要死亡了。少阴经脉血气将绝的症候是：病者面色黎黑，齿龈萎缩而牙齿变长，并且污垢不泽，脘腹胀满，气机滞塞，上下不通，就要死亡了。厥阴经脉血气将绝的症候是：病者内热，喉咙干渴，尿失禁，心中烦乱，甚至舌卷曲，阴囊与睾丸上缩，就要死亡了。太阴经脉血气将绝的症候是：病者腹胀，大便不通，呼吸不利，嗳气，常常呕吐，呕时气就上逆，气上逆就面部发红，如气不上逆，就上下不通而面色发黑，皮毛憔悴而死亡了。

卷 三

经脉第十

【题解】

本篇详细叙述了十二经脉的起止点、循行部位、发病症候及治疗原则，并分别说明十二络脉的循行和病候，五阴经气绝所出现的特征和预后。因篇中重点是论述十二经脉，篇首即着重指出经脉在决死生、处百病、调虚实等方面的重要作用，故以《经脉》名篇，是中医经络学说的重要文献。本篇名言："经脉者，所以能决死生，处百病，调虚实，不可不通。"

雷公问于黄帝曰：《禁服》之言，凡刺之理，经脉为始。营其所行，制其度量。内次五脏，外别六腑。愿尽闻其道。

黄帝曰：人始生，先成精，精成而脑髓生；骨为干，脉为营，筋为刚，肉为墙；皮肤坚而毛发长。谷入于胃，脉道以通，血气乃行。

雷公曰：愿卒闻经脉之始生。

黄帝曰：经脉者，所以能决死生，处百病，调虚实，不可不通。

【译文】

雷公问黄帝说：《禁服》篇说过，针刺的道理，从研究经脉开始。揣度它的运行，知道它的长短，向内联系五脏，在外联系六腑。希望详细地听听其中的道理。

黄帝说：人最初生成，首先形成精，由精发育而生脑髓；此后就逐渐形成人体。以骨为支柱，以经脉作为营运气血的通道，以坚劲的筋来约束骨骼，肌肉像墙一样卫护机体；到皮肤坚韧、毛发生长，人形即成。出生以后，水谷入胃，化生精微，脉道内外贯通，血气即可在脉中运行不止。

雷公说：我希望听到经脉最初发生的情况。

黄帝说：经脉的作用，可以决断死生，处理百病，察明虚实，作为医生，不可不明白。

肺手太阴之脉，起于中焦①，下络大肠②，还循胃口③，上膈属肺④。从肺系横出腋下⑤，下循臑内⑥，行少阴心主之前，下肘中，循臂内，上骨下廉⑦，入寸口，上鱼⑧，循鱼际⑨，出大指之端；其支者，从腕后直出次指内廉，出其端。

【注释】

①中焦：指中脘部位。

②络：联络。凡萦绕于与本经相表里的脏腑均称“络”。

③还：指经脉循行去而复回。循：沿着。胃口：指胃上口贲门与下口幽门。

④属：隶属。凡经脉连于其本经的脏腑均称“属”。

⑤肺系：指与肺连接的气管、喉咙等组织。

⑥臑(nào)：上臂。

⑦廉：边缘。

⑧鱼：手大指本节后掌侧肌肉隆起处，形状如鱼，故名。

⑨鱼际："鱼"的边缘为鱼际。

【译文】

肺手太阴的经脉，从中焦腹部起始，下绕大肠，返回循着胃的上口，上膈膜，属于肺。再从气管横走而出腋下，沿着上臂内侧，行在手少阴与手厥阴两经的前面，下至肘内，沿着臂的内侧和掌后高骨下缘，入寸口，沿着鱼际，出拇指尖端；它的支脉，从手腕后，直出食指尖端内侧，与手阳明大肠经相接。

是动则病肺胀满①，膨膨而喘咳②，缺盆中痛，甚则交两手而瞀③，此为臂厥④。是主肺所生病者，咳，上气喘渴，烦心胸满，臑臂内前廉痛厥，掌中热。气盛有余，则肩背痛，风寒，汗出中风，小便数而欠。气虚，则肩背痛寒，少气不足以息，溺色变。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者寸口大三倍于人迎，虚者则寸口反小于人迎也。

【注释】

①是动：动，变动。由外因影响经脉而发生的疾病，称为"是动病"。张志聪："夫是动者，病因于外。"下文"是主……所生病"，指与本经相连属的脏腑并影响经脉所发生的疾病。"是动"与"是主"所论角度不同，二者相辅相成，不可强分。十二经都有"是动"和"是主所生病"。

②膨膨：气郁不畅。

③瞀(mào)：烦乱。视物模糊不清，精神昏乱。

④臂厥：病名。臂部经气厥逆，两手交叉于胸部而视物不清。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是肺部膨膨胀满，咳嗽气喘，缺盆疼痛，重则可见两手交叉按于胸前，视物模糊不清，这是臂厥病。本经所主的肺脏发生病变，可见咳嗽，呼吸急迫，心烦胸闷，臑臂部内侧前缘疼痛厥冷，或掌心发热。气盛有余，则肩背疼痛，畏风寒，汗出中风，小便频数而量少。气虚，则肩背疼痛发凉，气短，小便颜色改变。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大三倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

大肠手阳明之脉，起于大指次指之端，循指上廉，出合谷两骨之间①，上入两筋之中②，循臂上廉，入肘外廉，上臑外前廉，上肩，出髃骨之前廉③，上出于柱骨之会上④，下入缺盆络肺⑤，下膈属大肠；其支者，从缺盆上颈贯颊，入下齿中，还出挟口，交人中，左之右，右之左，上挟鼻孔。

【注释】

①两骨之间：即第一、二掌骨之间，俗名“虎口”，又名“合谷”。

②两筋之中：指手腕背侧，拇长伸肌腱与拇短伸肌腱两筋间陷中，有穴名叫“阳溪”。

③髃(yú)骨：为肩胛骨与锁骨相连接的地方，即肩髃穴处。

④柱骨之会上：肩胛骨上，颈骨隆起处，即大椎穴处。因诸阳脉会于大椎，故称“会上”。

⑤缺盆：即锁骨窝。

【译文】

大肠手阳明的经脉，起始于食指尖端，沿食指上侧，出合谷穴拇指、食指歧骨之间，上入腕上两筋凹陷处，沿前臂上方，入肘外侧，再沿上臂外侧前缘，上肩，出肩端的前缘，上出于肩胛上，与诸阳经会合于大椎，向下入缺盆络肺，下贯膈膜，会属于大肠；它的支脉，从缺盆上走颈部，通过颊部，下入齿缝中，回转过来绕至上唇，左右两脉交会于人中，左脉向右，右脉向左，上行挟于鼻孔两侧，与足阳明胃经相接。

是动则病齿痛颈肿。是主津液所生病者，目黄，口干，鼽衄[①]，喉痹，肩前臑痛，大指次指痛不用。气有余，则当脉所过者热肿；虚，则寒栗不复[②]。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者人迎大三倍于寸口，虚者人迎反小于寸口也。

【注释】

①鼽(qiú)：鼻流清涕。衄(nǜ)：鼻出血。

②寒栗：发寒战抖。不复：不易恢复温暖。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是牙齿疼痛，颈部肿大。本腑所主的津液发生病变，可出现眼睛发黄，口中发干，鼻流清涕或出血，喉中肿痛，肩前及上臂作痛，食指疼痛，不能运动。气有余的实证是，在本经脉循行所过的部位上发热而肿；气不足的虚证是，恶寒战栗，且难以回复温暖。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大三倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

胃足阳明之脉，起于鼻之交頞中[①]，旁纳太阳之脉，下循鼻外，入上齿中，还出挟口，环唇，下交承浆，却循颐后下廉[②]，出大迎，循颊车，上耳前，过客主人，循发际，至额颅[③]；其支者，从大迎前下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈，属胃，络脾；其直者，从缺盆下乳内廉，下挟脐，入气街中[④]；其支者，起于胃口，下循腹里，下至气街中而合，以下髀关，抵伏兔，下膝膑中，下循胫外廉，下足跗，入中指内间；其支者，下廉三寸而别，下入中指外间；其支者，别跗上，入大指间，出其端。

【注释】

①頞(è)：鼻梁。

②颐：在口角的外下方，腮的前下方。

③额颅：即前额骨部，在发下眉上处。

④气街：又叫“气冲”。在少腹下方，毛际两旁。

【译文】

胃足阳明的经脉，起于鼻孔两旁的迎香穴，旁入足太阳的经脉，下沿鼻外侧，入上齿缝中，回来环绕口唇，下交于承浆穴处，再沿腮下后方，出大迎穴，沿颊车穴，上至耳前，通过客主人穴，沿发际，至额颅部；它的支脉，从大迎穴的前面，向下至人迎穴，沿喉咙入缺盆，下贯膈膜，会于胃腑，与脾脏联系；它另有一支直行经脉，从缺盆下至乳房的内侧，再向下挟脐，入毛际两旁气街部；另一支脉，起胃下口，下循腹里，至气街前与直行的经脉相合，循髀关穴，至伏兔部，下至膝盖，沿胫骨前外侧，下至足背，入中指内侧；另一支脉，从膝下三寸处别行，下至足中指外侧；它另一支脉，从足背面，进入足大指，直出大指尖端，与足太阴脾经相接。

是动则病洒洒振寒[①]，善伸，数欠，颜黑，病至则恶人与火，闻木声则惕然而惊，心欲动，独闭户塞牖而处，甚则欲上高而歌，弃衣而定，贲响腹胀[②]，是为骭厥[③]。是主血所生病者，狂癫，温淫汗出[④]，鼽衄，口喎，唇胗，颈肿，喉痹，大腹水肿，膝膑肿痛，循膺、乳、气街、股、伏兔、骭外廉、足跗上皆痛，中指不用。气盛，则身以前皆热，其有余于胃，则消谷善饥，溺色黄。气不足，则身以前皆寒栗，胃中寒则胀满。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，人迎大三倍于寸口；虚者，人迎反小于寸口也。

【注释】

①洒洒(xiǎn)：寒栗貌。

②贲响：腹胀肠鸣，如水沸起有声。

③骭(gàn)厥：贲响腹胀。古人认为是足胫部之气上逆所致，故称“骭厥”。骭，胫骨。

④温淫汗出：热气淫泆而致汗出。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证有发寒战抖，频频伸腰呵欠，额部黧黑，发病时厌恶见人和火光，听到木器声响就会害怕，心跳不安，喜欢关闭门窗独居内室等症状，甚至会登高歌唱，脱衣而跑，且有肠鸣腹胀，这叫“骭厥”。本经主血，所发病变，有因高热以致发狂抽搐，温病，汗自出，鼻流清涕或出血，口唇生疮疹，颈肿，喉肿闭塞；因水停而腹肿大，膝盖部肿痛，沿胸侧、乳部、气街、股、伏兔、足胫外缘、足背上均有痛感，足中趾不能屈伸。气盛见，胸腹部都发热；胃热盛则消谷而易饥，小便色黄。气不足见胸腹部寒凉，如胃中有寒气，可发胀满。治疗这些病证，

实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大三倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

脾足太阴之脉，起于大指之端，循指内侧白肉际[①]，过核骨后[②]，上内踝前廉，上踹内[③]，循胫骨后，交出厥阴之前，上膝股内前廉，入腹属脾络胃，上膈，挟咽，连舌本[④]，散舌下；其支者，复从胃，别上膈，注心中。

【注释】

①白肉际：又称赤白肉际，是手足两侧阴阳界面的分界处。阳面赤色，阴面白色。

②核骨：是足大趾本节后内侧凸出的圆骨。形如果核，故名。

③踹(chuài)：小腿肚。

④舌本：舌根。

【译文】

脾足太阴的经脉，起于足大指尖端，沿着大指内侧白肉处，经过核骨，上行至内踝前面，再上小腿肚，沿胫骨后方，与厥阴肝经交叉出于其前，上行膝股内侧前缘，入腹，属脾、络胃，上过膈膜，挟行咽喉部，连于舌根，并散布于舌下；它的支脉，又从胃腑分出，别出上走膈，注入心中，与手少阴心经相接。

是动则病舌本强，食则呕，胃脘痛，腹胀善噫，得后与气[①]，则快然如衰，身体皆重。是主脾所生病者，舌本痛，体不能动摇，食不下，烦心，心下急痛，溏、瘕泄、水闭[②]，黄疸，不能卧，强立，股膝内肿、厥，足大指不用。为此诸病，盛则

泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，寸口大三倍于人迎；虚者，寸口反小于人迎也。

【注释】

①后：大便的避讳语。气：矢气，俗称放屁。

②溏(táng)：大便稀薄。瘕泄：痢疾。

【译文】

外邪侵犯本经发生的病证是舌根发硬不柔和，食后就呕吐，胃脘疼痛，腹胀，嗳气，大便或矢气后，感到轻松如病去一样，周身沉重。本经所主的脾脏发生病变，会出现舌根疼痛，身体不能活动，饮食不下，心烦，心下牵引疼痛，大便稀薄或下痢，或小便不通，黄疸，不能安卧，勉强站立时，则大腿、膝内侧肿痛厥冷，足大趾不能活动。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大三倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

心手少阴之脉，起于心中，出属心系①，下膈络小肠；其支者，从心系上挟咽，系目系②；其直者，复从心系却上肺，下出腋下，下循臑内后廉，行手太阴心主之后，下肘内，循臂内后廉，抵掌后锐骨之端③，入掌内后廉，循小指之内出其端。

【注释】

①心系：指心脏与其他脏器相联系的脉络。张景岳："心当五椎之下，其系有五，上系连肺，肺下系心，心下三条，连脾肝肾，故心通五脏之气而为之主也。"

②目系：眼球内连于脑的脉络。

③锐骨：指掌后小指侧的高骨。

【译文】

心手少阴的经脉，起于心脏里，出属于心的脉络，下贯膈膜，联络小肠；它的支脉，从心系的脉络上行，挟于咽喉，关联到目珠连于脑的脉络；它另有直行的经脉，又从心脏的脉络上行于肺部，向下横出腋下，再向下沿上臂内侧的后缘，行于手太阴肺经和手厥阴心包络经的后面，下行肘内，沿着前臂内侧的后缘，到掌后小指侧高骨的尖端，入掌内后侧，沿着小指的内侧至指端。

是动则病嗌干心痛，渴而欲饮，是为臂厥。是主心所生病者，目黄胁痛，臑臂内后廉痛厥，掌中热痛。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，寸口大再倍于人迎；虚者，寸口反小于人迎也。

【译文】

外邪侵犯本经发生的病证是咽喉干燥，心痛，渴欲饮水，这是臂间经气厥逆的臂厥。本经所主的心脏发生病变会出现眼睛发黄，两胁疼痛，上臂膊和小臂内侧后缘疼痛、厥冷，掌心热痛。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大两倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

小肠手太阳之脉，起于小指之端，循手外侧上腕，出踝中[①]，直上循臂骨下廉，出肘内侧两筋之间，上循臑外后廉，

出肩解[②]，绕肩胛，交肩上，入缺盆络心，循咽下膈，抵胃属小肠；其支者，从缺盆循颈上颊，至目锐眦[③]，却入耳中；其支者，别颊上颇抵鼻[④]，至目内眦[⑤]，斜络于颧。

【注释】

①踝：此处指手腕后方小指侧的高骨。

②肩解：即肩后骨缝。

③目锐眦(zì)：眼外角。

④颇(zhuō)：眼眶的下方，包括颧骨内连及上牙床的部位。

⑤目内眦：眼内角。

【译文】

小肠手太阳的经脉，起于手小指尖端，循行手外侧，上入腕部，出小指侧的高骨，直上沿前臂骨的下缘，出肘内侧两筋之间，再向上沿上臂外侧后缘，出肩后骨缝，绕行肩胛部，交于肩上，入缺盆，联络心脏。再沿咽部下穿横膈膜，至胃，再向下属于小肠；它的支脉，从缺盆沿头颈上抵颊部，至眼外角，回入耳中；另有支脉，从颊部上眼眶下，至鼻，再至眼内角。斜行络于颧骨部，与足太阳经相接。

是动则病嗌痛颔肿[①]，不可以顾，肩似拔，臑似折。是主液所生病者，耳聋、目黄、颊肿，颈、颔、肩、臑、肘、臂外后廉痛。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，人迎大再倍于寸口；虚者，人迎反小于寸口也。

【注释】

①颔(hàn)：颈的前上方，相当于颏部的下方，结喉的上方柔软处。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是咽喉疼痛，颌部肿，不能回头，肩痛如拔，臂痛如折。本经所主的液发生的病变，会出现耳聋，眼睛发黄，颊肿，颈、颌、肩、臑、肘、臂后缘疼痛。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，人迎脉比寸口脉大两倍；气虚，人迎脉反小于寸口脉。

膀胱足太阳之脉，起于目内眦，上额交巅[①]；其支者，从巅至耳上角[②]；其直者，从巅入络脑，还出别下项，循肩髃内[③]，挟脊抵腰中，入循膂[④]，络肾属膀胱；其支者，从腰中下挟脊贯臀，入腘中；其支者，从髆内左右，别下，贯胛，挟脊内，过髀枢[⑤]，循髀外，从后廉下合腘中，以下贯踹内，出外踝之后，循京骨[⑥]，至小指外侧。

【注释】

①巅：指头顶正中最高点，当百会穴处。

②耳上角：即耳壳的上部。

③肩髃(bó)：即肩胛骨。

④膂(lǚ)：挟脊两旁的肌肉。

⑤髀(bì)枢：指股骨上端的关节，即环跳穴处。为髀骨所嵌入的地方，有转枢作用，故称“髀枢”。

⑥京骨：足外侧小趾本节后突出的半圆骨，又穴名。京，本意为高地、高处。

【译文】

膀胱足太阳的经脉，起于眼内角，向上过额部，会于头顶之上；它的

支脉，从头顶至耳上角；它的直行经脉，从头顶入络于脑，还出，另下行过项，沿肩胛骨内侧，夹脊椎两旁，直至腰部，沿脊肉深入，联系肾脏，会于膀胱；它另有支脉，从腰中，会于后阴，通过臀部，直入膝胭窝中；它又有直脉，从左右肩胛骨内侧，另向下行，贯穿肩胛，挟行脊内，过髀枢部，沿大腿外侧后缘，向下行合于膝弯内，又向下通过小腿肚，出外踝骨的后边，沿着京骨，至小指外侧尖端，与足少阴肾经相接。

是动则病冲头痛，目似脱，项似拔，脊痛，腰似折，髀不可以曲，胭如结，踹如裂，是为踝厥。是主筋所生病者，痔、痓、狂、癫疾，头颃项痛，目黄、泪出、鼽衄，项、背、腰、尻、胭、踹、脚皆痛，小指不用。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，人迎大再倍于寸口；虚者，人迎反小于寸口也。

【译文】

外邪侵犯本经发生的病证，为气上冲而头痛，眼球疼得像脱出一样，项部疼痛似拔，脊背疼痛，腰痛似折，大腿不能屈伸，胭窝如结扎，小腿肚疼痛如裂，这叫踝厥。本经所主的筋发生病变，会出现痔疮、痓疾、狂病、癫疾，囟门及颈项疼痛，眼睛发黄，流泪，鼻流清涕或出血，项、背、腰、尻、胭、踹及脚都疼痛，足小趾不能活动。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大两倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

肾足少阴之脉，起于小指之下，邪走足心[①]，出于然谷之下，循内踝之后，别入跟中，以上踹内，出胭内廉，上股内后

廉，贯脊，属肾，络膀胱；其直者，从肾上贯肝膈，入肺中，循喉咙，挟舌本；其支者，从肺出络心，注胸中。

【注释】

①邪：偏斜。

【译文】

肾足少阴的经脉，起于足小指之下，斜向足掌心，出于然谷穴之下，沿着内踝骨的后方，另入足跟，上小腿肚内侧，出腘内侧，上行股部内侧后缘，穿过肾脏，与膀胱联系；其直行的经脉，从肾脏向上经过肝和横膈膜，进入肺脏，沿着喉咙，归结于舌根；它的支脉，从肺联系心脏，注于胸中，与手厥阴心包经相接。

是动则病饥不欲食，面如漆柴[①]，咳唾则有血，喝喝而喘，坐而欲起，目眩眩[②]，如无所见，心如悬，若饥状；气不足则善恐，心惕惕，如人将捕之，是为骨厥。是主肾所生病者，口热舌干，咽肿上气，嗌干及痛，烦心，心痛，黄疸，肠澼，脊股内后廉痛，痿厥嗜卧，足下热而痛。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。灸则强食生肉[③]，缓带披发[④]，大杖重履而步[⑤]。盛者，寸口大再倍于人迎；虚者，寸口反小于人迎者。

【注释】

①面如漆柴：面黑无光。漆柴，霉烂的黑色木材。漆，黑色。

②眩眩(huāng)：视物不清。

③灸则强食生肉：杨上善："豕肉温肾补虚，人有患脚风气，食生猪肉，得食者众，故灸肾病，须食助之。"

④缓带：杨上善："带若急，则肾气不适，故须缓带，令腰肾通畅，火气宣行。"披发：杨上善："足太阳脉，从顶下腰至脚。今灸肾病，须开顶被发，阳气上通，火气宣流。"

⑤大杖：杨上善："足太阳脉循于肩髆，下络于肾。今疗肾病，可策大杖而行，牵引肩髆，火气通流。"重履：杨上善："燃磁石，疗肾气，重履引腰脚。故为履重者，可用磁石，分著履中，上弛其带令重，履之而行。以为轻者，可渐加之令重，用助火气。若得病愈，宜渐去之，此为古之疗肾要法。"

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是虽有饥饿感却不想进食，面色黑无光，咳吐带血，喘息有声，刚坐下就想起来，两目视物模糊，好像什么都看不见，心慌如悬，如饥饿状；气虚就容易恐惧，心中惊悸，好像有人要来捕捉他一样，这是骨厥。本经脉所主的肾脏发生病变，会出现口热，舌干，咽部肿，气上逆，喉咙发干疼痛，心烦心痛，黄疸，痢疾，脊背、大腿内侧后缘疼痛，足部痿软厥冷，嗜睡，足心发热而痛。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。如果使用灸法，就该勉强吃生肉，松缓衣带，放开头发，扶着大杖，穿着重履，缓步而走。本经气盛，寸口脉比人迎脉大两倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

心主手厥阴心包络之脉，起于胸中，出属心包络，下膈，历络三焦[①]；其支者，循胸出胁，下腋三寸，上抵腋，下循臑内[②]，行太阴少阴之间，入肘中，下臂行两筋之间，入掌中，循中指出其端；其支者，别掌中，循小指次指出其端。

【注释】

①历络三焦：自胸至腹依次联络上中下三焦。

②臑(nào)：上臂。

【译文】

心主手厥阴心包络的经脉，起于胸中，出属于心包络，下穿膈膜，依次地联系胸腹的上中下三焦；它的支脉，循行胸中横出胁下，当腋缝下三寸处，又向上行至腋部，沿着上臂内侧，行于手太阴肺经与手少阴心经的中间，入肘中，下循臂，行掌后两筋之间，进入掌中，循中指，至指端；它另有支脉，从掌内分出，沿无名指直达指端，与手少阳三焦经相接。

是动则病手心热，臂肘挛急，腋肿，甚则胸胁支满，心中澹澹大动[①]，面赤目黄，喜笑不休。是主脉所生病者，烦心心痛，掌中热。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，寸口大一倍于人迎；虚者，寸口反小于人迎也。

【注释】

①澹澹(dàn)：心中动摇不安。澹，水动貌。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是手心发热，臂肘部拘挛，腋部肿，甚至胸胁胀满，心中动摇不安，面赤，眼黄，喜笑不止。本经所主的脉发生病变，会出现心烦心痛，掌心发热。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大一倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

三焦手少阳之脉，走于小指次指之端，上出两指之间，循手表腕[①]，出臂外两骨之间，上贯肘，循臑外，上肩，而交出足少阳之后，入缺盆，布膻中，散络心包，下膈，循属三焦；其支者，从膻中上出缺盆，上项，系耳后直上，出耳上角，以屈下颊至颇；其支者，从耳后入耳中，出走耳前，过客主人前，交颊，至目锐眦。

【注释】

①手表腕：指手与腕的背面。

【译文】

三焦手少阳的经脉，起于无名指尖端，上出小指与无名指之间，沿着手背，出前臂外侧两骨的中间，向上穿过肘，沿上臂外侧，上肩，而交出于足少阳胆经之后，入缺盆，分布于膻中，散布络于心包，下过膈膜，依次会属于上中下三焦；它的支脉，从膻中上出缺盆，上颈项，夹耳后，直上出耳上角，由此屈而下行额部，至眼眶下；它另有支脉，从耳后进入耳中，再出走耳前，通过客主人穴的前方，与前支脉会于颊部，而至眼外角，与足少阳胆经相接。

是动则病耳聋浑浑焞焞[①]，嗌肿喉痹。是主气所生病者，汗出，目锐眦痛，颊痛，耳后肩臑肘臂外皆痛，小指次指不用。为此诸病，盛则泻之，虚者补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，人迎大一倍于寸口；虚者，人迎反小于寸口也。

【注释】

①浑浑焞焞(tūn)：形容听觉模糊不清，耳内出现轰轰的响声。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是耳聋，听不清楚，咽肿，喉痹。本经所主的气发生病变，出现自汗出，外眼角痛，颊痛，耳后、肩、臑、肘、臂外侧都疼痛，无名指不能运动。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，人迎脉比寸口脉大一倍；气虚，人迎脉反小于寸口脉。

胆足少阳之脉，起于目锐眦，上抵头角，下耳后，循颈行手少阳之前，至肩上，却交出手少阳之后，入缺盆；其支者，从耳后入耳中，出走耳前，至目锐眦后；其支者，别锐眦，下大迎，合于手少阳，抵于颔，下加颊车，下颈合缺盆，以下胸中，贯膈络肝属胆，循胁里，出气街，绕毛际[①]，横入髀厌中[②]；其直者，从缺盆下腋，循胸过季胁，下合髀厌中，以下循髀阳[③]，出膝外廉，下外辅骨之前[④]，直下抵绝骨之端[⑤]，下出外踝之前，循足跗上，入小指次指之间；其支者，别跗上，入大指之间，循大指歧骨内出其端，还贯爪甲，出三毛[⑥]。

【注释】

①毛际：耻骨部生阴毛之处。

②髀(bì)厌：就是髀枢，即环跳部。

③髀阳：大腿的外侧。髀，大腿部。阳，指外侧。

④外辅骨：即腓骨。小腿骨有胫骨、腓骨两支，胫骨为主，腓骨为辅，且在外侧，故称“外辅骨”。

⑤绝骨：在外踝直上三寸许腓骨的凹陷处。腓骨至此似乎绝断，故称“绝骨”。

⑥三毛：足大趾爪甲后生毛处。

【译文】

胆足少阳的经脉，起于眼外角，上至额角，向下绕至耳后，沿颈部，行于手少阳三焦经的前面，至肩上，又交叉到手少阳三焦经的后面，而进入缺盆；它的支脉，另从眼外角，下行至大迎穴附近，与手少阳三焦经相合，至眼眶下，向颊车，下颈，与前入缺盆的支脉相合，然后下行胸中，贯膈，络肝，属胆，沿着胁内，出少腹两侧的气街，绕过阴毛际，横入环跳部；它的直行经脉，从缺盆下走腋，沿胸部过季胁，与前支脉合于环跳部，再下沿髀部外侧，出阳陵泉，下行于腓骨之前，直下抵阳辅穴，下出外踝之前，沿着足背，出足小趾与第四趾之间；它的另一支脉，由足背走向足大趾间，沿着大趾的骨缝，到它的尖端，又返回穿入爪甲，出三毛与足厥阴肝经相接。

是动则病口苦，善太息，心胁痛，不能转侧，甚则面微有尘[①]，体无膏泽，足外反热，是为阳厥[②]。是主骨所生病者，头痛颔痛，目锐眦痛，缺盆中肿痛，腋下肿，马刀侠瘿[③]，汗出振寒，疟，胸、胁、肋、髀、膝外至胫绝骨外踝前及诸节皆痛，小指次指不用。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，人迎大一倍于寸口；虚者，人迎反小于寸口也。

【注释】

①面微有尘：面色灰暗，如蒙上一层尘土。

②阳厥：足少阳之气厥逆为病。

③马刀侠瘿：瘰疬。生于腋下的叫“马刀”；生于颈部的叫“侠瘿”。

【译文】

外邪侵犯本经所发生的病证是口苦，时常叹气，胸胁部疼痛，不能

翻身，病重的面色晦暗无光，全身皮肤枯槁不泽，足外侧发热，这叫阳厥。本经所主的骨发生病变，会出现头痛，下颌及外眼角疼痛，缺盆肿痛，腋下肿，腋下或颈旁生瘰疬，自汗出而发冷，疟疾，胸、胁、肋、大腿、膝外侧直至胫骨、绝骨、外踝前以及诸关节皆痛，足第四趾不能运动。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，人迎脉比寸口脉大一倍；气虚，人迎脉反小于寸口脉。

肝足厥阴之脉，起于大趾丛毛之际①，上循足跗上廉，去内踝一寸，上踝八寸，交出太阴之后，上腘内廉，循股阴入毛中，过阴器，抵小腹，挟胃属肝络胆，上贯膈，布胁肋，循喉咙之后，上入颃颡，连目系，上出额，与督脉会于巅；其支者，从目系下颊里，环唇内；其支者，复从肝别贯膈，上注肺。

【注释】

①丛毛：即上文“三毛”。

【译文】

肝足厥阴的经脉，起于足大趾丛毛上的大敦穴，沿着足背上侧，至内踝前一寸处，向上至踝骨上八寸处，交叉于足太阴脾经的后方，上腘内缘，沿阴股，入阴毛中，环绕阴器一周，至小腹，夹行于胃的两旁，属肝，络胆，上通膈膜，散布于胁腹部，沿喉咙的后侧，入喉咙的上孔，联系眼球深处的脉络，与督脉会合于巅顶的百会，它的支脉，从眼球深处脉络，向下行于颊部内侧，环绕口唇之内；它另有一支脉，又从肝脏通过膈膜，上注于肺脏与手太阴肺经相接。

是动则病腰痛不可俯仰，丈夫癀疝①，妇人少腹肿，甚则

嗌干，面尘脱色。是主肝所生病者，胸满呕逆，飧泄狐疝②，遗溺闭癃。为此诸病，盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之。盛者，寸口大一倍于人迎；虚者，寸口反小于人迎也。

【注释】

①癀疝：疝气之一，证见睾丸肿痛下坠。

②狐疝：疝气之一，证见阴囊胀痛，时大时小，时上时下。

【译文】

外邪侵犯本经而发生的病证是腰痛不能俯仰，男子患癀疝，妇女患少腹肿胀，病重的咽喉发干，面色晦暗无光。本经所主的肝脏发生病变，会出现胸中满闷，呕吐气逆，腹泻完谷不化，狐疝，遗尿或小便不通。治疗这些病证，实证用泻法，虚证用补法，热证用速刺法，寒证用留针法，络脉虚陷的用灸法，不实不虚的从本经取治。本经气盛，寸口脉比人迎脉大一倍；气虚，寸口脉反小于人迎脉。

手太阴气绝，则皮毛焦。太阴行气，温于皮毛者也。故气不荣，则皮毛焦；皮毛焦，则津液去皮节；津液去皮节者，则爪枯毛折；毛折者，则毛先死。丙笃丁死，火胜金也。

【译文】

手太阴肺经脉气衰竭，皮毛就会憔悴枯槁。手太阴肺，能运行精气，以温润皮毛。所以肺虚而不能营养皮毛，皮毛就憔悴枯槁；皮毛憔悴枯槁，是因为皮肤关节失去了津液的滋养；皮肤关节失去了津液的滋养，就会爪甲枯槁，毫毛折断脱落；毫毛折断脱落，是肺经精气先衰竭的征象。这种病证，逢丙日危重，逢丁日死亡，这是由于火胜金的缘故。

手少阴气绝，则脉不通。少阴者，心脉也；心者，脉之合也。脉不通，则血不流；血不流，则髦色不泽[①]。故其面黑如漆柴者，血先死。壬笃癸死，水胜火也。

【注释】

①髦(máo)：头发。

【译文】

手少阴心经的脉气衰竭，则脉道不通。手少阴经是心脏的经脉；心与血脉相配合。如脉道不通，血流就不畅；血流不畅，面色就无光润。所以面色暗黑无光泽是血脉先枯竭的征象。这种病证，逢壬日危重，逢癸日死亡，这是因为水胜火的缘故。

足太阴气绝者，则脉不荣肌肉。唇舌者，肌肉之本也。脉不荣，则肌肉软；肌肉软，则舌萎，人中满；人中满，则唇反；唇反者，肉先死。甲笃乙死，木胜土也。

【译文】

足太阴脾经脉气衰竭，经脉就不能营养肌肉。唇舌是肌肉之本。经脉不能输布营养，就会使肌肉松软；肌肉松软则舌体萎缩，人中肿满；人中肿满，口唇就外翻；口唇外翻，是肌肉先死的征象。这种病证，逢甲日危重，逢乙日死亡，这是由于木胜土的缘故。

足少阴气绝，则骨枯。少阴者，冬脉也，伏行而濡骨髓者也。故骨不濡，则肉不能著也；骨肉不相亲，则肉软却；肉软却，故齿长而垢，发无泽；发无泽者，骨先死。戊笃己死，土胜水也。

【译文】

足少阴肾经脉气衰竭，就会使骨枯槁。足少阴肾与冬天相应，其脉伏行在深部而濡养骨髓。如果骨髓得不到肾气濡养，肌肉就不能附着于骨；骨肉不能亲合而分离，肌肉就软弱萎缩；肌肉软缩，就显得齿长而多垢，头发失去光泽；头发不光泽，是骨气先死的征象。这种病证，逢戊日危重，逢己日死亡，这是由于土胜水的缘故。

足厥阴气绝，则筋绝。厥阴者，肝脉也；肝者，筋之合也；筋者，聚于阴器，而脉络于舌本也。故脉弗荣，则筋急；筋急，则引舌与卵。故唇青、舌卷、卵缩，则筋先死。庚笃辛死，金胜木也。

【译文】

足厥阴肝经脉气衰竭，筋的功能就断绝。足厥阴属于肝脏的经脉；肝脉的外合是筋；经筋聚合在阴器，向上联络舌根。如果肝脉不能养筋，则筋缩拘急；筋急牵引阴囊和舌根。所以出现口唇发青、舌卷、阴囊抽缩，是筋先死的征象。这种病证，逢庚日危重，逢辛日死亡，这是由于金胜木的缘故。

五阴气俱绝，则目系转，转则目运。目运者，为志先死。志先死，则远一日半死矣。六阳气绝，则阴与阳相离，离则腠理发泄，绝汗乃出。故旦占夕死[①]，夕占旦死。

【注释】

①占：预测。

【译文】

五脏阴经的精气都衰竭会出现目系转动；目系转动则眼晕；眼晕为神志先死；神志既丧，最长一天半就要死亡。六腑阳经的精气衰败，阴气与阳气互相分离；阴阳分离则腠理开张，精气外泄，出现绝汗，汗出如珠不止。所以早晨出现这种危象，预计晚上必定死亡，夜间出现危象，预计明天早晨必定死亡。

经脉十二者，伏行分肉之间，深而不见；其常见者，足太阴过于外踝之上[①]，无所隐故也。诸脉之浮而常见者，皆络脉也。六经络手阳明少阳之大络，起于五指间，上合肘中。饮酒者，卫气先行皮肤，先充络脉，络脉先盛，故卫气已平，营气乃满，而经脉大盛。脉之卒然动者，皆邪气居之，留于本末，不动则热。不坚则陷且空，不与众同，是以知其何脉之动也。

【注释】

①“足太阴”句：张景岳：“足太阴当作手太阴，经脉深而直行，故手足十二经脉，皆伏行分肉之间，不可得见。其有见者，惟手太阴一经，过于手外踝之上，因其骨露皮浅，故不能隐。下文云：‘经脉者，常不可见也，其虚实也，以气口知之’，正谓此耳。”张氏之说可从。

【译文】

十二经脉，隐伏在体内而行于分肉之间，其深不能看到；经常可以见到的，只是手太阴肺经在经过手外踝之上气口部分，这是由于该处骨露皮浅无所隐蔽的缘故。其他各脉在浅表而经常可见到的，都是络脉。在手足六经络脉中，手阳明大肠经，手少阳三焦经的大络，分别起于手

五指之间，上合于肘中。饮酒的人，它的酒气随着卫气行于皮肤，充溢络脉，首先使络脉满盛。就会使卫气均平，营气满盛，那经脉也就很充盛了。人的经脉突然充盛，这都是邪气侵袭于内，留在脏腑经脉里，聚而不动，可以化热。如浮络不现坚实，就是病邪深入，经气虚空，不与一般相同，所以知道哪条经脉发病了。

雷公曰：何以知经脉之与络脉异也？

黄帝曰：经脉者常不可见也，其虚实也，以气口知之。脉之见者，皆络脉也。

雷公曰：细子无以明其然也。

黄帝曰：诸络脉皆不能经大节之间，必行绝道而出[①]，入复合于皮中，其会皆见于外。故诸刺络脉者，必刺其结上[②]。甚血者虽无结，急取之以泻其邪而出其血，留之发为痹也。凡诊络脉，脉色青则寒且痛，赤则有热。胃中寒，手鱼之络多青矣；胃中有热，鱼际络赤。其暴黑者，留久痹也；其有赤有黑有青者，寒热气也；其青短者，少气也。凡刺寒热者皆多血络。必间日而一取之，血尽而止，乃调其虚实。其小而短者少气，甚泻之则闷，闷甚则仆，不得言。闷则急坐之也。

【注释】

①绝道：指经脉不到的间道（偏僻的小路）。

②结上：络脉有血液淤结之处。

【译文】

雷公问：怎样能够知道经脉和络脉的不同呢？

黄帝说：经脉在平常是看不到的，它的虚实从气口切脉可知。显露在外的脉，都是络脉。

雷公说：我不明白这种区别。

黄帝说：所有络脉，都不能经过大关节之间，而行于经脉所不到之处，出入流注，再结合皮部的浮络，共同会合而显现在外面。所以针刺所有络脉的病变，必须刺其聚结之处。若血聚过多，虽然没有显现淤结之络，也应该急刺，泻去病邪，放出淤血。如果淤血留内，会发为痹证。凡是察看络脉：脉现青色，是寒邪凝滞并有疼痛；脉现赤色，是有热。胃里有寒，手鱼部的络脉多现青色；胃里有热，鱼际的络脉会出现赤色。鱼际络脉出现黑色的，是日久不愈的痹病。如兼有赤、黑、青三色出现的，是寒热错杂的病变。如青色而短，属于气弱。凡是针刺胃里或寒或热的病证，都是多刺血络。必须间日一刺，把淤血泻完为止。然后察明病证的虚实，如脉现青色而短，是气衰的病人，过用泻法，就会使病人感到心里烦乱，烦乱极了，就会跌倒，不能说话。对于这种烦乱的病人，赶快扶他坐下，施行急救。

手太阴之别[①]，名曰列缺。起于腕上分间，并太阴之经直入掌中，散入于鱼际。其病实，则手锐掌热[②]；虚，则欠欠，小便遗数。取之，去腕半寸。别走阳明也。

【注释】

①别：与“络”义同，又称“别络”。马元台：“夫不曰络而曰别者，以此穴由本经而别走邻经也。”

②手锐：手的锐骨部，即手掌后小指侧的高骨。

【译文】

手太阴经的别出络脉叫列缺。起于腕上的分肉之间，与手太阴经经脉并行，直入手掌中，散布于鱼际处。本络脉发病，邪实的见腕后高骨及手掌发热；正虚的见张口呵欠，小便不禁或频数。治疗这些病证，取腕后一寸半的列缺穴。本络由此别走手阳明经脉。

手少阴之别，名曰通里。去腕一寸半，别而上行，循经入于咽中，系舌本，属目系。其实则支隔[①]，虚则不能言。取之掌后一寸。别走太阳也。

【注释】

①支隔：胸膈间支撑不舒。

【译文】

手少阴经的别出络脉名叫通里。它起于腕上一寸半处，别出上行，循本经入于咽中，联系舌根，联属目系。本络脉发病，邪实的出现胸膈间有支撑不舒之感；正虚的出现不能言语。治疗这些病证，取掌后一寸的通里穴。本络由此别走手太阳经脉。

手心主之别，名曰内关。去腕二寸，出于两筋之间，别走少阳。循经以上，系于心，包络心系。实则心痛，虚则为烦心。取之两筋间也。

【译文】

手厥阴心包经的别出络脉名叫内关。起于腕上二寸处的两筋之间，由此别走手少阳经。并循本经上行，系于心包，联络心系。本络脉发病，邪气实的见心痛；正气虚的见心中烦乱。治疗这些病证，取腕上二寸两筋间的内关穴。

手太地阳之别，名曰支正。上腕五寸，内注少阴；其别者，上走肘，络肩髃。实则节弛肘废，虚则生肬[①]，小者如指痂疥[②]。取之所别也。

【注释】

①肬:“疣”的异体字,赘肉。

②小者如指痂疥:丹波元简:“此谓肬之多生,如指间痂疥之状。”

【译文】

手太阳经的别出络脉名叫支正。起于腕上五寸,向内注于手少阴心经;其别出的向上过肘,向上络于肩髃穴。本络脉发病,邪实的见骨节弛缓,肘关节萎废不用;正虚的会长赘肉,小的赘肉多如指间痂疥那样。治疗这些病证,取本经别出的络穴支正。

手阳明之别,名曰偏历。去腕三寸,别入太阴;其别者,上循臂,乘肩髃,上曲颊偏齿;其别者,入耳,合于宗脉[①]。实则龋齿耳聋,虚则齿寒痹隔[②]。取之所别也。

【注释】

①宗脉:分布在耳、眼等器官的,由很多经脉汇聚而成的大脉。

②痹隔:膈间闭塞不通。

【译文】

手阳明经的别出络脉名叫偏历。起于腕上三寸处,别行走入手太阴经;其别而上行的沿臂上肩髃,再上行过颈到曲颊,偏络于齿根;另一别出的络脉,上入耳中,合于该部的主脉。本络脉发病,邪实的见龋齿,耳聋;正虚的见齿寒,膈间闭塞不通。治疗这些病证,取本经别出的络穴偏历。

手少阳之别,名曰外关。去腕二寸,外绕臂,注胸中,合心主。病实则肘挛,虚则不收。取之所别也。

【译文】

手少阳经的别出络脉名叫外关。起始于腕上二寸处，向外绕行于臂部，注入胸中与手厥阴心包经相会合。本络脉发病，邪实的见肘关节拘挛；正虚的见肘部弛缓不收。治疗这些病证，取本经别出的络穴外关。

足太阳之别，名曰飞阳。去踝七寸，别走少阴。实则鼽窒，头背痛；虚则鼽衄。取之所别也。

【译文】

太阳经的别出络脉名叫飞阳。起于外踝上七寸处，别行走入足少阴经。本络脉发病，邪实的出现鼻流清涕、阻塞不通，头背疼痛；正虚的出现鼻流清涕或出血。治疗这些病证，取本经别出的络穴飞阳。

足少阳之别，名曰光明。去踝五寸，别走厥阴，下络足跗。实则厥，虚则痿躄[①]，坐不能起。取之所别也。

【注释】

①痿躄(bì)：下肢痿软无力，不能行走。

【译文】

足少阳经的别出络脉名叫光明。起于外踝上五寸，别行走入足厥阴经，向下络于足背。本络脉发病，邪实的见四肢厥冷；正虚的见下肢痿软无力，不能行走，坐而不能起立。治疗这些病证，取本经别出的络穴光明。

足阳明之别，名曰丰隆。去踝八寸，别走太阴；其别者，

循胫骨外廉，上络头项，合诸经之气，下络喉嗌。其病气逆则喉痹瘁瘖[①]。实则狂癫，虚则足不收，胫枯。取之所别也。

【注释】

①瘁瘖(yīn)：突然失音。马元台："瘁，当作猝。"

【译文】

足阳明经的别出络脉名叫丰隆。它起于外踝上八寸，别行走入足太阴经；其别出而上行的，沿着胫骨的外缘，向上络于头项，与其他各经经气会合，向下绕络于喉咽。本络脉发病，其病气上逆，出现喉痹和突然失音。邪实则神志失常而癫狂；正虚则两足弛缓不收，小腿肌肉萎缩。治疗这些病证，取本经别出的络穴丰隆。

足太阴之别，名曰公孙。去本节之后一寸，别走阳明；其别者，入络肠胃。厥气上逆则霍乱[①]。实则肠中切痛，虚则鼓胀。取之所别也。

【注释】

①厥气上逆则霍乱：张介宾："厥气者，脾气失调而或寒或热，皆为厥气。逆而上行则为霍乱，本经入腹属脾络胃，故其所病如此。"

【译文】

足太阴经的别出络脉名叫公孙。起于足大趾本节后一寸，别行走入足阳明经；其别出而上行的，入腹络于肠胃。本络脉发病，其厥气上逆则发为霍乱。邪气实则肠中痛如刀割；正气虚则腹胀如鼓。治疗这些病证，取本经别出的络穴公孙。

足少阴之别，名曰大钟。当踝后绕跟，别走太阳；其别

者，并经上走于心包，下贯腰脊。其病气逆则烦闷，实则闭癃，虚则腰痛。取之所别者也。

【译文】

足少阴经的别出络脉名叫大钟。起于足内踝的后面，环绕足跟，别行走入足太阳经；别出而行的络脉与本经经脉相并上行，走入心包络，向下贯穿腰脊。本络脉发病，其病气上逆则心烦闷乱，邪气实则小便不通，正气虚则腰痛。治疗这些病证，取本经别出的络穴大钟。

足厥阴之别，名曰蠡沟。去内踝五寸，别走少阳；其别者，经股上睾，结于茎。其病气逆则睾肿卒疝。实则挺长，虚则暴痒。取之所别也。

【译文】

足厥阴经的别出络脉名叫蠡沟。起于内踝上五寸，别行走入足少阳经；别出而上行的络脉，沿小腿向上到达睾丸，聚于阴茎。其病气上逆则睾丸肿大，突然疝气。邪气实则阳强不倒；正气虚则阴部暴痒。治疗这些病证，取本经别出的络穴蠡沟。

任脉之别，名曰尾翳[①]。下鸠尾，散于腹。实则腹皮痛，虚则痒搔。取之所别也。

【注释】

①尾翳(yì)：即鸠尾穴。杨上善："尾则鸠尾，一名尾翳，是心之蔽骨。"

【译文】

任脉经的别出络脉名叫尾翳。由此别出下行，散布于腹部。本络

脉发病，邪气实则腹部皮肤痛；正气虚则腹部皮肤作痒。治疗这些病证，取本经别出的络穴尾翳。

督脉之别，名曰长强。挟脊上项，散头上，下当肩胛左右，别走太阳，入贯膂。实则脊强，虚则头重。高摇之，挟脊之有过者。取之所别也。

【译文】

督脉经的别出络脉名叫长强。由此别出挟脊膂上行到项部，散布于头上，再向下行于肩胛两旁，别行走入足太阳膀胱经，深入贯穿脊膂内。本络脉发病，邪气实则脊柱强直，正气虚则头部沉重。检查时，摇动患者的头项部，可以发现挟脊之脉有病变。取本经别出的络穴长强治疗。

脾之大络，名曰大包。出渊腋下三寸，布胸胁。实则身尽痛，虚则百节尽皆纵。此脉若罗络之血者[①]，皆取之脾之大络脉也。

【注释】

①罗络之血者：张景岳："言此大络，包罗诸络之血。"

【译文】

足太阴脾经别出的最大络脉名叫大包。从渊腋下三寸，散布于胸胁部。本络脉发病，邪气实则全身疼痛；正气虚则周身骨节弛纵无力。因这一络脉包罗诸络之血，治疗这些病症取本络脉的大包穴。

凡此十五络者，实则必见，虚则必下。视之不见。求之

上下。人经不同，络脉异所别也。

【译文】

以上十五络脉，邪气实则血满脉中而明显可见，正气虚则脉络陷下而不易看见。如果在外表看不见，可在络脉的上下寻求。由于每个人的经脉不同，络脉也有差异。

经别第十一

【题解】

本篇以五脏六腑为例，说明“天人相应”的道理，指出十二经脉在医学上的重要作用。主要介绍了十二经别的循行路线以及阴阳表里经别之间离合出入的配合关系，所以篇名《经别》。

黄帝问于岐伯曰：余闻人之合于天道也，内有五脏，以应五音、五色、五时、五味、五位也；外有六腑，以应六律[①]，六律建阴阳诸经，而合之十二月、十二辰、十二节、十二经水、十二时、十二经脉者[②]，此五脏六腑之所以应天道。夫十二经脉者，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起。学之所始，工之所止也[③]。粗之所易，上之所难也。请问其离合出入[④]，奈何？

岐伯稽首再拜曰：明乎哉问也！此粗之所过，上之所息也[⑤]，请卒言之。

【注释】

①六律：古代音乐的律制。相传黄帝时，截竹为筒，每筒长度不同，

声音也有清浊高下之异，以此校定各乐器的音调。竹筒共十二个，分六阳律、六阴律，叫“十二律”。阳律是黄钟、太簇、姑洗、蕤宾、夷则、无射，此为“六律”；阴律是大吕、夹钟、仲吕、林钟、南吕、应钟，此为“六吕”。六律六吕，简称“律吕”。

②十二辰：子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥。十二节：一年二十四个节气中，有十二节和十二气。十二节：指立春、惊蛰、清明、立夏、芒种、小暑、立秋、白露、寒露、立冬、大雪、小寒。十二经水：指清、渭、海、湖、汝、滹、淮、漯、江、河、济、漳十二大河流，这里比喻经脉在人身上流通。十二时：古人以十二地支纪日，把一昼夜划分为十二时辰：夜半子时，鸡鸣丑时，平旦寅时，日出卯时，食时辰时，隅中巳时，日中午时，日昳未时，晡时申时，日入酉时，黄昏戌时，人定亥时。

③止：停止。但在中国古代文化中有着极重要的含义。《大学》：“大学之道……在止于至善。”《大学》的传文对“止”的含义作了详尽阐发。其后荀子也强调“止”，“学至于行之而止”。明代医家张介宾在《医易义》中也大谈“止”的重要意义。所谓“止”是说找到了终生努力的目标，不应再游移不定，而应奋斗终生。读者当细心领会。

④离合出入：离、出是经别从经脉分出，合、入是指阳经经别最后归于本经，阴经经别最后与阳经相合。

⑤息：生息。引申为学习研究。

【译文】

黄帝问岐伯说：我听说人与自然天道是相应合的，在内属阴的五脏，与五音、五色、五时、五味、五位相应合；在外属阳的六腑，与六律相应合，六律分六阴律六阳律，而与十二月、十二辰、十二节、十二经水、十二时、十二经脉相应合。这是五脏六腑与自然天道相应合的情况。十二经脉是人体之所以能生存，疾病之所以能形成，人体之所以能维持健

康，疾病之所以能治愈的根源。是学习医学的起始，是医生应当终生全力用功学习的，却为粗工所轻视，而高明的医生认为掌握它是很困难的。请你谈谈经脉在人体是怎样离合出入的情况？

岐伯恭敬地行礼回答说：问得很高明！这是粗工容易忽略的问题，只有高明的医生才会认真地钻研它。请让我详细地说明。

足太阳之正[①]，别入于腘中[②]；其一道，下尻五寸，别入于肛，属于膀胱，散之肾，循膂，当心入散；直者，从膂，上出于项，复属于太阳。此为一经也。足少阴之正，至腘中，别走太阳而合，上至肾，当十四椎，出属带脉；直者，系舌本，复出于项，合于太阳。此为一合。或以诸阴之别，皆为正也。

【注释】

①正：正经。

②别：分道而行。指经别是十二经脉循行路线之外，别道而行的部分，虽与本经循行路线不同，但仍属正经，并非支络。

【译文】

足太阳经脉别出而行的正经，分道而入于腘窝中；另一道至尻下五寸处，别行入于肛门，向内属于膀胱本腑，再散行至肾脏，沿脊内上行，当心部而分散；其直行的，从脊上出于项部，再入属于足太阳本经经脉。这是足太阳别行的一经。足少阴经脉别出而行的正经至腘窝中，别出一脉与太阳经相会合，上行至肾，当十四椎处，外出属于带脉；其直行的经脉，上行系于舌根，复出于项部，与足太阳经相合。这是足太阳与足少阴表里相配的第一合。或以诸阴经的经别与诸阳经的经别相互配合，都称为正经。

足少阳之正，绕髀入毛际，合于厥阴；别者，入季胁之间，循胸里属胆，散之肝，上贯心，以上挟咽，出颐颔中，散于面，系目系，合少阳于外眦也。足厥阴之正，别跗上，上至毛际，合于少阳，与别俱行。此为二合也。

【译文】

足少阳经脉别出而行的正经，上行绕于髀部而入阴毛处，与足厥阴经脉会合；其别出一脉入季胁间，沿胸里，入内属于本经胆腑，散行于肝，向上贯穿心部，上行挟咽喉两旁，出于腮部及颌中，散于面部，系于目系，与足少阳本经会合于外眼角。足厥阴经脉别出而行的正经，从足背别行，上行至阴毛处，与足少阳别行的正经相合，向上偕行。这是阴阳表里相配的第二合。

足阳明之正，上至髀，入于腹里，属胃，散之脾，上通于心，上循咽，出于口，上频颥，还系目系，合于阳明也。足太阴之正，上至髀，合于阳明，与别俱行，上络于咽，贯舌中。此为三合也。

【译文】

足阳明经脉别出而行的正经，上行髀部，进入腹内，入内属于本经胃腑，散行至脾脏，上通于心，上行沿咽部，出于口，再上行至鼻梁及眼眶下方，联系目系，与足阳明本经会合。足太阴经脉别出而行的正经，别而上行至髀部，与足阳明经别行的正经会合而向上偕行，上络于咽部，贯入舌中。这是阴阳表里相配的第三合。

手太阳之正，指地[①]，别于肩解，入腋走心，系小肠也。

手少阴之正，别入于渊腋两筋之间，属于心，上走喉咙，出于面，合目内眦。此为四合也。

【注释】

①指地：张景岳："指地者，地属阴，居天之内，手太阳内行之脉，别于肩解，入腋走心，系于小肠，皆自上而下，自外而内，故曰指地。"

【译文】

手太阳经脉别出而行的正经，自下而上行，从肩后骨缝别行入于腋下，走入心脏，系于小肠本腑。手少阴经脉别出而行的正经，走入腋下三寸足少阳经渊腋穴处两筋之间，入内属于心脏，上走喉咙，出于面部，与手太阳经的一条支脉会合于眼内角。这是阴阳表里相配的第四合。

手少阳之正，指天[①]，别于巅，入缺盆，下走三焦，散于胸中也。手心主之正，别下渊腋三寸，入胸中，别属三焦，出循喉咙，出耳后，合少阳完骨之下，此为五合也。

【注释】

①指天：张景岳："指天者，天属阳，运于地之外。手少阳之正，上别于巅，入缺盆，下走三焦，散于胸中，包罗脏腑之外，故曰指天。"

【译文】

手少阳经脉别出而行的正经，是从上而下的，从巅顶，别行入于缺盆，下走三焦本腑，散于胸中。手厥阴心包经脉别出而行的正经，别出渊腋下三寸处，入于胸中，别行联属三焦本腑，外出上行，沿喉咙，出耳后，与手少阳三焦经会合于完骨的下方。这是阴阳表里相配的第五合。

手阳明之正，从手循膺乳，别于肩髃，入柱骨，下走大肠，属于肺，上循喉咙，出缺盆，合于阳明也。手太阴之正，别入渊腋少阴之前，入走肺，散之大肠，上出缺盆，循喉咙，复合阳明。此六合也。

【译文】

手阳明经脉别出而行的正经，从手上行至侧胸、乳之间，别行出于肩髃穴，入于柱骨，而后向下走入大肠本腑，向上联属肺脏，再向上沿喉咙出缺盆，与手阳明本经会合。手太阴经脉别出而行的正经，别出入于渊腋部手少阴经之前，入肺本脏，散行于大肠，上行出缺盆，沿喉咙，再与手阳明经相合。这是阴阳表里相配的第六合。

经水第十二

【题解】

本篇以《经水》名篇，用取象比类的方法，说明人体十二经脉气血的运行就像十二经水之川流不息，体现了天人相应的整体观念。自然界的十二经水有大小、深浅、广狭、远近之异，因而十二经脉也有深浅、长短、气血多少之不同，因此在运用针灸时必须注意“经脉之大小，肤之厚薄，肉之坚脆，刺之深浅，灸之壮数”等。“取其中度”，这是应该经常揣摩，切实掌握的。体现了中国文化中庸、中和的价值观。在中国古代文献中出现“解剖”一词，恐怕以该篇为最早，说明古人曾通过对人体皮肉的度量及其死后的解剖观察，来研究人体的结构和功能。

黄帝问于岐伯曰：经脉十二者，外合于十二经水，而内属于五脏六腑。夫十二经水者[①]，其有大小、深浅、广狭、远近各不同，五脏六腑之高下、大小，受谷之多少，亦不等，相应奈何？夫经水者，受水而行之，五脏者，合神气魂魄而藏之；六腑者，受谷而行之，受气而扬之；经脉者，受血而营之。合而以治，奈何？刺之深浅，灸之壮数，可得闻乎？

【注释】

①十二经水：地上的十二大河流，包括清、渭、海、湖、汝、滍、淮、漯、江、河、济、漳等十二水。张景岳："经水者，受水而行于地也。人之五脏者，所以藏精神魂魄者也。六腑者，所以受水谷，化其精微之气，而布扬于内外者也。经脉犹如江河也，血犹水也，江河受水而经营于天下，经脉受血而运行于周身，合经水之道以施治，则其源流远近，固自不同，而刺之浅深，灸之壮数，亦当有所辨也。"

【译文】

黄帝问岐伯说：人体的十二经脉，在外与地上的十二条河流相应合，在内则连属五脏六腑。十二条河流，有或大或小、或深或浅、或宽或窄、或远或近的不同；五脏六腑也有或在上或在下、或大或小和容纳饮食多少的不同，两者是怎样相应的呢？经水是受纳地上的水而流行到各地；五脏是聚合神、气、魂、魄而藏储于内；六腑是受纳运输水谷，并将分别出的水谷精气，输送布散到全身；经脉是受纳血液，营运于周身。把这些内容配合地来，运用于治疗，该怎样做呢？还有针刺的深浅，施灸壮数的多少，能说给我听吗？

岐伯答曰：善哉问也！天至高，不可度；地至广，不可量。此之谓也。且夫人生于天地之间，六合之内①，此天之高、地之广也，非人力之所能度量而至也。若夫八尺之士②，皮肉在此，外可度量切循而得之，其死可解剖而视之。其脏之坚脆，腑之大小，谷之多少，脉之长短，血之清浊，气之多少，十二经之多血少气，与其少血多气，与其皆多血气，与其皆少血气，皆有大数。其治以针艾，各调其经气，固其常有合乎③。

【注释】

①六合：指上下前后左右六方。

②八尺之士：是泛指人体长度而言。八尺为古代普通人体的长度。丹波元简："据本经《骨度》篇，人长其实七尺五寸，而泛言其修，或云七尺，或云八尺，举其大概耳。"

③合：应。引申为规律。

【译文】

岐伯回答说：你问得很好！天极高，不能测；地极广，不能量。说的就是这个道理。人生活在天地之间，六合之内，这天高地广，不是用人力所能测量的。但是人的身体，皮肉俱在，从外部可计算测量，用手指切按而获得各部的情况；死了以后，可以通过解剖来观察内在的情况。人体五脏的坚脆，六腑的大小，受谷的多少，脉道的长短，血液的清浊，气的多少，以及十二经是多血少气，少血多气，气血都多，还是气血都少等情况，都有一定的规律。运用针刺艾灸治病，调节各经的经气，也都有一定规律。

黄帝曰：余闻之，快于耳，不解于心①，愿卒闻之。

岐伯答曰：此人之所以参天地而应阴阳也，不可不察。足太阳外合清水，内属膀胱，而通水道焉；足少阳外合于渭水，内属于胆；足阳明外合于海水，内属于胃；足太阴外合于湖水，内属于脾；足少阴外合于汝水，内属于肾；足厥阴外合于浑水，内属于肝；手太阳外合于淮水，内属于小肠，而水道出焉；手少阳外合于漯水，内属于三焦；手阳明外合于江水，内属于大肠；手太阴外合于河水，内属于肺。手少阴外合于济水，内属于心；手心主外合于漳水，内属于心包。凡此五脏六腑十二经水者，外有源泉，而内有所禀，此皆内外相贯，

如环无端，人经亦然。故天为阳，地为阴，腰以上为天，腰以下为地。故海以北者，为阴；湖以北者，为阴中之阴；漳以南者，为阳；河以北至漳者，为阳中之阴；漯以南至江者，为阳中之太阳。此一隅之阴阳也，所以人与天地相参也。

【注释】

①快于耳，不解于心：杨上善："快于耳，浅知也。解于心，深识也。"

【译文】

黄帝说：我听了你说的这些道理，听起来很清楚，但心里还不能深刻理解，希望你能详尽地讲给我听。

岐伯说：这是人与天地阴阳相参相合的大道理，不可不详细体察。足太阳经在外与清水相合，在内联属膀胱腑，主要功能是通利水道；足少阳经在外与渭水相合，在内联属胆腑；足阳明经在外与海水相合，在内联属胃腑；足太阴经在外与湖水相合，在内联属脾脏；足少阴经在外与汝水相合，在内联属肾脏；足厥阴经在外与浍水相合，在内联属肝脏；手太阳经在外与淮水相合，在内联属小肠，水道由此而出；手少阳经在外与漯水相合，在内联属三焦；手阳明经在外与江水相合，在内联属大肠；手太阴经在外与河水相合，在内联属肺脏；手少阴经在外与济水相合，在内联属心脏；手厥阴经在外与漳水相合，在内联属心包络。以上所说的五脏六腑和十二经水，在外的十二经水各有源泉，在内的五脏六腑各有自然禀赋，这都是内外相互贯通，如圆环一样周而复始没有尽头，人的经脉循行也是如此。天气轻清属阳，地气重浊属阴；人体腰部以上象天属阳，腰部以下象地属阴。以十二经水分阴阳，海水以北属阴；湖水以北，属阴中之阴；漳水以南属阳；河水以北至漳水之间，属阳中之阴；漯水以南至江水之间，属阳中之太阳。这是举大地一部分区域河流的阴阳属性，来说明人与天地阴阳的相应情况。

黄帝曰：夫经水之应经脉也，其远近浅深，水血之多少，各不同，合而以刺之，奈何？

岐伯答曰：足阳明，五脏六腑之海也，其脉大血多，气盛热壮；刺此者，不深弗散，不留不泻也。足阳明，刺深六分，留十呼[①]；足太阳，深五分，留七呼。足少阳，深四分，留五呼；足太阴，深三分，留四呼；足少阴，深二分，留三呼。足厥阴，深一分，留二呼。手之阴阳，其受气之道近，其气之来疾，其刺深者，皆无过二分；其留，皆无过一呼。其少长大小肥瘦，以心撩之[②]，命曰法天之常。灸之亦然。灸而过此者得恶火，则骨枯脉涩；刺而过此者，则脱气。

【注释】

①留十呼：留针呼吸十次的时间。下同。

②以心撩之：医者针刺治病时，应该心中有数，因人而施。撩，揣度，估量。

【译文】

黄帝问：十二经水与十二经脉相应合，它们的远近、深浅以及水血的多少各不相同，把两者结合起来，用于指导针刺是怎样的呢？

岐伯回答说：足阳明胃是五脏六腑的“海”，其经脉最大而气血最多，发病时出现大热；所以针刺这一经时，不深刺则邪不能散，不留针则邪不能泻。足阳明经，针刺六分深，留针呼吸十次的时间；足太阳经，针刺五分深，留针呼吸七次的时间；足少阳经，针刺四分深，留针呼吸五次的时间；足太阴经，针刺三分深，留针呼吸四次的时间；足少阴经，针刺二分深，留针呼吸三次的时间；足厥阴经，针刺一分深，留针呼吸两次的时间。手三阴三阳经脉，因其均循行于人体上半身，接受心肺气血的距离较近，气来得迅速，针刺深度一般不超过二分，留针时间一般不超过

一次呼吸。至于年龄有老少，身材有大小，身形有胖瘦的不同，医者必须心中有数，因人施治，这叫做顺从天道的常规。灸法也是如此。如果施灸过度，变成“恶火”，就会骨髓枯槁，血脉凝涩；针刺过度，会发生正气虚脱。

黄帝曰：夫经脉之小大，血之多少，肤之厚薄，肉之坚脆，及胭之大小，可为量度乎？

岐伯答曰：其可为度量者，取其中度也①，不甚脱肉而血气不衰也。若夫度之人，痟瘦而形肉脱者②，恶可以度量刺乎。审切循扪按，视其寒温盛衰而调之，是谓因适而为之真也③。

【注释】

①中度：杨上善：“中度者，非唯取七尺五寸以为中度，亦取肥瘦寒温盛衰，处其适者，以为中度。”

②痟(xiāo)瘦：消瘦，身体变瘦。

③真：谨慎。《韩非子·解老》：“真者，慎之固也。”

【译文】

黄帝问：经脉的大小，血的多少，皮肤的厚薄，肌肉的坚脆，以及胭肉的大小，都可以计量吗？

岐伯回答说：可以计量的，要选择中等身材以肌肉不甚消瘦，血气不甚衰弱的人为标准。如果计量的人形体消瘦，以致肌肉尽脱，怎么可以计量以作针刺的标准呢？所以必须通过切、循、扪、按等方法检查，根据病证的寒热虚实来进行调治，这叫做各适其宜而慎重地运用针刺治疗。

卷 四

经筋第十三

【题解】

十二经筋是附属于十二经脉的筋膜系统，它起爪甲，结于四肢关节，终于头面，形成有规律的循行通路。总司周身运动。如果经筋有病，就会发生掣引、疼痛、转筋以及十二个月的痹证。篇内就根据这样的特点，讨论了十二经筋的循行、病候和治疗方法等问题。经筋是十二经在经脉、经别之外的另一部分，但经筋是隶属于十二经脉的，而着重在筋肉方面的联系，所以命名为《经筋》。

足太阳之筋[①]，起于足小指，上结于踝，邪上结于膝，其下循足外踝，结于踵，上循跟，结于腘，其别者，结于踹外[②]，上腘中内廉，与腘中并上结于臀，上挟脊，上项[③]；其支者[④]，别入结于舌本；其直者，结于枕骨[⑤]，上头下颜，结于鼻；其支者，为目上网[⑥]，下结于烦[⑦]；其支者，从腋后外廉，结于肩髃；其支者，入腋下，上出缺盆，上结于完骨[⑧]；其支者，出缺盆，邪上出于颃。其病小指支跟肿痛，腘挛，脊反折，项筋急，肩不举，腋支，缺盆中纽痛，不可左右摇。治在燔针劫刺[⑨]，以知为数[⑩]，以痛为输[⑪]。各曰仲春痹也[⑫]。

【注释】

①足太阳之筋：张介宾："经筋联缀百骸，故维络周身，各有定位，虽经筋所行之部，多与经脉相同，然其所结所盛之处，则惟四肢谿谷之间为最，以筋会于节也。十二经筋皆起于四肢指爪之间，而后盛于辅骨，结于肘腕，系于膝关，联于肌肉，上于颈项，终于头面，此人身经筋之大略也。筋有刚柔，刚者所以束骨，柔者所以相维，故手足项背直行附骨之筋皆坚大，而胸腹头面支别横络之筋皆柔细也。"

②踹："腨"(shuàn)之误。腨，小腿肚。

③上挟脊，上项：张介宾："夹脊背，分左右上项，会于督脉之陶道、大椎，此皆附脊之刚筋也。"

④其支者：张介宾："其支者，自项别入内行，与手少阳之筋结于舌本，散于舌下。自此以上，皆柔软之筋而散于头面。"

⑤结：杨上善："筋行回曲之处谓之结。"枕骨：在头顶部的后方。

⑥为目上网：张志聪："网当作纲。纲维二字多并用，在少阳曰目外维，在太阳当为目上纲。"目上纲，指睫上的细筋，纲维目窠者。

⑦颅(kuí)：颧骨。

⑧完骨：耳后高骨。

⑨燔针劫刺：张志聪："燔针，烧针也。劫刺者，如劫夺之势，刺之即去，无迎随出入之法。"

⑩知：病见效。《广雅·释诂一》："知，劫也。"

⑪以痛为输：杨上善："输谓孔穴，以筋之所痛之处，即为孔穴，不必要须依诸输也。"以病处的痛点为腧穴，即后世所称的"阿是穴"或"天应穴"。

⑫仲春痹：古人以十二经分属于一年的十二个月，一年又分为春夏秋冬四季，每季三个月又分别以孟、仲、季命名。各个月发生的痹证，就以月份的名称而命名，故二月份的痹证称为"仲春痹"。

仲春，农历二月。痹，张志聪："病在阴者名曰痹。痹者，血气留闭而为痛也。"

【译文】

足太阳膀胱经的筋，起于足小趾，上结于足外踝，斜上再结于膝，在下面的沿足外侧，结于踵部，由踵部沿足跟上行结于膝腘窝；别行的另一支，结于腿肚外侧，上行至膝腘内缘，与前在腘中的一支并行，上结于臀部，再向上挟脊柱两侧至项部；由此又分出一支，别行入内结于舌根；自项部直行的那支，结于枕骨，上行头顶，下至颜面，结于鼻部；由此分出一支，是上眼皮的纲维，下行结于颧骨部；又分出一支，从腋窝后方外缘，结于肩髃穴；又有一分支，入腋下方，再上出于缺盆部，上行结于耳后的完骨部；又有一分支，自缺盆部，斜上出于颧骨部。本经筋发生的病证，为足小趾牵引着足跟部肿痛，膝腘拘挛，脊柱反张，项部拘急，肩臂不能上举，腋部引及缺盆部纠结作痛，不能左右摇动。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病处的痛点为腧穴。这种病叫仲春痹。

足少阳之筋，起于小指次指，上结外踝，上循胫外廉，结于膝外廉；其支者①，别起外辅骨②，上走髀，前者结于伏兔之上③，后者结于尻；其直者，上乘胁季胁，上走腋前廉，系于膺乳，结于缺盆；直者，上出腋，贯缺盆，出太阳之前，循耳后，上额角，交巅上，下走颔，上结于烦；支者，结于目眦，为外维④。其病小指次指支转筋，引膝外转筋，膝不可屈伸，腘筋急，前引髀，后引尻，即上乘胁季胁痛，上引缺盆膺乳颈，维筋急⑤，从左之右，右目不开，上过右角，并跻脉而行，左络于右，故伤左角，右足不用，命曰维筋相交⑥。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。名曰孟春痹也。

【注释】

①其支者：这条支筋，前面结于伏兔，后面结于尻前。

②辅骨：即腓骨。张介宾："膝下两旁突出之骨曰辅骨。"

③伏兔：伸腿时大腿前部肌肉最高隆起部形如伏兔，故名。

④外维：杨上善："太阳为目上纲，阳明为目下纲，少阳为目外维。"张介宾："此支者，从颧上斜趋，结于目外眦，而为目之外维，凡人能左右盼视者，正以此筋为之伸缩也。"

⑤维筋急：马元台："颈维之筋皆急。"张志聪："维筋，左右之交维也。"

⑥"从左之右"八句：张景岳："从左之右，则右目不开，是右病由左也。然则左目不开者，病由于右，可知矣。角，额角也。并跻脉而行者，阴跻阳跻，阴阳相交，阳入阴，阴出阳，交于目锐眦，故左络于右，伤左角之筋而右足不用，则其从右之左者，亦然。盖筋之维络相交如此也。"

【译文】

足少阳经的筋，起于足的第四趾，上结于外踝，上沿胫骨外缘，结于膝外缘的阳陵泉；由此分出一支，自外辅骨处别行，上走髀部，前支结于伏兔部，分支结于尻部；直行的上行至季胁下空软处，再向上走腋部的前缘，系于侧胸与乳部，上结于缺盆部；又一支直行的上出于腋部，通过缺盆，出太阳经筋之前，沿耳后，绕上额角，交会于巅顶，再向下走下巴颏，上结于颧骨部；另一分支结于眼外角，为眼之外维。本经筋发生的病证，为足第四趾抽筋，牵引膝外侧抽筋，膝关节屈伸不利，膝胭的筋拘急，前方牵引髀部，后方牵引尻部，并且上乘季胁下空软处与季胁部疼痛，向上牵引缺盆、侧胸、乳、颈等部所维系的筋都拘急，左右相交，向上至面部，从左向右的筋拘急则右目不能张开，上至右额角与跻脉并行，因阴阳跻脉在此互相交叉，左边的筋与右部相联络，如果左角处的筋受伤，会引起右足不能活动，这种情况，叫做维筋相交。治疗用火针，用快

速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病处的痛点为腧穴。这种病叫孟春痹。

足阳明之筋，起于中三指[①]，结于跗上，邪外上加于辅骨。上结于膝外廉，直上结于髀枢[②]，上循胁，属脊；其直者，上循骭[③]，结于膝，其支者，结于外辅骨，合少阳，其直者，上循伏兔，上结于髀，聚于阴器，上腹而布，至缺盆而结，上颈，上挟口，合于颃，下结于鼻，上合于太阳，太阳为目上网，阳明为目下网；其支者，从颊结于耳前。其病足中指支，胫转筋，脚跳坚[④]，伏兔转筋，髀前肿，癀疝，腹筋急，引缺盆及颊，卒口僻[⑤]，急者目不合[⑥]，热则筋纵，目不开[⑦]。颊筋有寒，则急引颊移口，有热则筋弛纵缓，不胜收，故僻。治之以马膏[⑧]，膏其急者，以白酒和桂[⑨]，以涂其缓者，以桑钩钩之[⑩]，即以生桑灰置之坎中[⑪]，高下以坐等，以膏熨急颊，且饮美酒，啖美炙肉[⑫]，不饮酒者，自强也，为之三拊而已[⑬]。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。名曰季春痹也。

【注释】

①中三指：指足次趾、中趾。马元台："厉兑起于次趾，而其筋自次趾以连三趾。"

②髀枢：俗称大转子。杨上善："髋骨如臼，髀骨如枢，髀转于中，故曰髀枢。"

③骭(gàn)：足胫骨。

④脚跳坚：张景岳："跳者，跳动。坚者，坚强也。"

⑤卒口僻：突然口歪。

⑥急者目不合：杨上善："寒则目纲上下拘急，故开不得合也。"

⑦目不开：杨上善："热则上下缓纵，故合不得开。"

⑧马膏：即马脂。其性味甘平柔润，能养筋治痹，故可以"膏其急者"。

⑨桂：即肉桂。其性味辛温，能通经络，活血脉，故可以"涂其缓者"。

⑩以桑钩钩之：张介宾："桑之性平，能利关节，除风寒湿痹诸痛，故以桑钩钩之者，钩正其口也。"

⑪坎：酒樽名。形如壶。《尔雅·释器》："小罍谓之坎。"

⑫啖(dàn)："啖"的异体字，吃。

⑬拊：拊摩患处。

【译文】

足阳明经的筋，起于足次趾与中趾，结于足背，斜行于外侧上方，加于辅骨。上结于膝外侧，直上结于髀枢部，上沿胁肋，入内联属于脊；其直行的，从足背向上沿胫骨，结于膝部；分出的一支，结于外辅骨，合足少阳经的筋；其直行的，上沿大腿前肌肉隆起部，向上结于髀部，聚于阴器，再向上行而散布于腹部，到缺盆处集结，上颈部，挟口两旁，合于颧骨，在下的结于鼻，在上的合于太阳经的筋，太阳经的筋网维于上眼皮，阳明经的筋网维于下眼皮；分出一支，从颊部结于耳前。本经筋发生的病证，为足中趾牵引到胫部抽筋，脚部筋肉跳动而坚硬，大腿前方伏兔部抽筋，髀前部肿，癀疝，腹筋拘急，引及缺盆与颊部，突然口角歪斜，拘急的一方，眼不能闭合，如有热则筋弛纵，而眼不能开；颊部的筋有寒则拘急，牵引颊部使口角移动，有热则筋弛纵而不能收束，所以口角就会歪斜。治疗方法是采用马膏，贴在拘急的一侧，用白酒调肉桂末，涂在松弛的一侧，并用桑钩钩于口角，另用桑柴的炭火，置于小壶中，高低位置以病人坐着可得到暖气为准。一面用马膏熨于拘急一侧的颊部，同时喝一些酒，多吃一些熏肉之类的美味，不能喝酒的人，也要勉强喝一

些，并在患处再三抚摩，这样就能愈病。其他的疾患，可用火针，取快速的手法，以病愈为针刺次数的限度，以病部的痛点为腧穴。这种病叫季春痹。

足太阴之筋，起于大指之端内侧，上结于内踝；其直者，络于膝内辅骨[①]，上循阴股，结于髀，聚于阴器，上腹，结于脐，循腹里，结于肋，散于胸中；其内者，著于脊。其病足大指支内踝痛，转筋痛，膝内辅骨痛，阴股引髀而痛，阴器纽痛，下引脐两胁痛，引膺中脊内痛。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。命曰孟秋痹也。

【注释】

①内辅骨：杨上善："膝内下小骨辅大骨者，长三寸半，名为内辅骨也。"

【译文】

足太阴经的筋，起于足大趾的内侧端，向上结于内踝；直行的络于膝内侧辅骨，上沿大腿内侧结于髀部，聚会于阴器，然后上行至腹，结于脐部，再沿腹里，结于肋部，散于胸中；在内部深层的，附着于脊内。本经筋发生的病证，为足大趾牵引内踝作痛，转筋疼痛，膝内辅骨疼痛，大腿内侧引髀部作痛，阴器纽痛，由下向上牵引脐腹与两胁肋作痛，并牵引到胸部与脊内疼痛。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部的痛点为腧穴。这种病叫孟秋痹。

足少阴之筋，起于小指之下，并足太阴之筋，邪走内踝之下，结于踵，与太阳之筋合，而上结于内辅之下，并太阴之筋而上循阴股，结于阴器，循脊内挟膂，上至项，结于枕骨，

与足太阳之筋合。其病足下转筋，及所过而结者皆痛及转筋。病在此者，主痫瘛及痉，在外者不能俯，在内者不能仰。故阳病者腰反折不能俯，阴病者不能仰。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输，在内者熨引饮药。发数甚者，死不治。名曰仲秋痹也。

【译文】

足少阴经的筋，起于足小趾的下方，与足太阳经筋并行，斜走内踝骨下方，结于足后跟，与足太阳经筋相合，而上结于内辅骨之下，再与足太阴经筋并行，而向上沿大腿内侧，结于阴器，沿脊内，挟脊肉上行至项，结于脑后的枕骨，与足太阳经筋相合。本经筋发生的病证，为足下抽筋，以及其经过的部位与结聚处，都疼痛及抽筋。在本经筋的病证，主要有癫痫、拘挛证、痉证，在背部外侧的不能前俯，在胸腹内侧的不能后仰。所以阳病的腰向后反折不能前俯，阴病的不能后仰。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部的痛点为腧穴，病在内的并可用药物熨贴患处，按摩导引，饮服汤药。如多次发作而剧烈的，是不治的死证。这种病叫仲秋痹。

足厥阴之筋，起于大指之上，上结于内踝之前，上循胫，上结内辅之下，上循阴股，结于阴器，络诸筋。其病足大指支内踝之前痛，内辅痛，阴股痛转筋，阴器不用，伤于内则不起[①]，伤于寒则阴缩入，伤于热则纵挺不收。治在行水，清阴气[②]。其病转筋者，治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。命曰季秋痹也。

【注释】

①伤于内：房事过度。

②清阴气：清理足厥阴经之经气。张景岳："清，理也。此言当以药治之，在通行水脏而调阴气，盖水则肝之母也。"

【译文】

足厥阴经的筋，起于足大趾之上，上行结于内踝骨之前，再向上沿胫骨，结于膝内辅骨之下，向上沿大腿内侧，结于阴器，联络其他各经筋。本经筋发生的病证，为足大趾牵引内踝骨前疼痛，膝内辅骨痛，大腿内侧疼痛抽筋，阳萎不用，如伤于房事过度，则阳萎不举，如伤于寒则阴器缩入，如伤于热则阴器弛纵挺长不收。治疗应疏通肾脏而清理本经的经气。对于转筋一类的病证，治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部痛点为腧穴。这种病叫季秋痹。

手太阳之筋，起于小指之上，结于腕，上循臂内廉，结于肘内锐骨之后①，弹之应小指之上②，入结于腋下；其支者，后走腋后廉，上绕肩胛，循颈，出走太阳之前，结于耳后完骨；其支者，入耳中；直者，出耳上，下结于颔，上属目外眦。其病小指支肘内锐骨后廉痛，循臂阴③，入腋下，腋下痛，腋后廉痛，绕肩胛引颈而痛，应耳中鸣痛，引颔，目瞑良久，乃得视，颈筋急，则为筋瘘颈肿④。寒热在颈者，治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。其为肿者，复而锐之⑤。本支者，上曲牙，循耳前，属目外眦，上颔，结于角。其痛当所过者，支转筋。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输⑥。名曰仲夏痹也。

【注释】

①肘内锐骨：肘内骨突之处。

②弹之应小指之上：张介宾："于肘尖下两骨罅中，以指捺其筋，则酸麻应于小指之上。"

③臂阴：臂内侧。

④筋瘘颈肿：张景岳："筋瘘颈肿，即鼠瘰之属。"

⑤复而锐之：张介宾："刺而肿不退者，复刺之，当用锐针，即镵针也。"

⑥"本支者"十一句：《甲乙经》无此四十一字。此文与下节手少阳经筋之文重，当删。

【译文】

手太阳经的筋，起于手小指上，上结于腕部，上沿前臂内缘，结于肘部内侧锐骨后方，医生用手指弹之，则疲麻感可传导到小指尖，向上行，入内侧结于腋下；其分支，走腋窝后缘，上行绕于肩胛，沿颈部出走足太阳经筋的前方，结于耳后的完骨；另一分支，走入耳中；直行的分支，出耳上，再下行结于颔部，又上行联属于眼外角。本经筋发生的病证，为小指牵引肘内锐骨后缘疼痛，沿上臂内侧入腋下而见腋下疼痛，腋后缘疼痛，绕肩胛牵引颈部疼痛，并有耳鸣作痛，更牵及颔部疼痛，必须闭目很久才能睁眼看清东西，如果颈部的筋拘急，可能形成鼠瘰颈肿，颈部有寒热。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部痛点为腧穴。如有肿大，当再用锐针刺治。这种病叫仲夏痹。

手少阳之筋，起于小指次指之端，结于腕，中循臂，结于肘，上绕臑外廉，上肩走颈，合手太阳；其支者，当曲颊，入系舌本；其支者，上曲牙[①]，循耳前，属目外眦，上乘颔，结于角[②]。其病当所过者即支转筋，舌卷。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为腧。名曰季夏痹也。

【注释】

①曲牙：又称“曲颊”，相当于下颌骨角。又，曲牙为颊车穴的别名。

②上乘颔，结于角：张景岳：“颔，当作额。盖此筋自耳前行目外眦，与三阳交会，上出两额之左右，以结于额之上角也。”

【译文】

手少阳经的筋，起于手小指侧的无名指之端，结于腕部，向上沿前臂两骨之间，结于肘部，再绕至臑外缘，上行肩部，至颈部与手太阳经筋相合；其分支，从曲颊部深入连系舌根；又一分支，上行曲牙部，沿耳前，联属于眼外角，上乘额部结于额角。本经筋发生的病证，在它循行的部位上，见牵引抽筋，舌体卷缩。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部痛点为腧穴。这种病叫季夏痹。

手阳明之筋，起于大指次指之端，结于腕，上循臂，上结于肘外，上臑，结于髃；其支者，绕肩胛，挟脊，直者，从肩髃上颈；其支者，上颊，结于頄，直者，上出手太阳之前，上左角，络头，下右颔。其病当所过者，支痛及转筋，肩不举，颈不可左右视[①]。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输，名曰孟夏痹也。

【注释】

①颈不可左右视：杨上善：“其筋左右交络，故不得左右顾视。”

【译文】

手阳明经的筋，起于拇指侧的食指之端，结于腕部，上沿前臂，上结于肘外，上行臑部，结于肩髃；其分支绕于肩胛部，挟脊两侧；直行的分支，从肩髃上行至颈；又一分支，上行颊部，结于颧骨部；直行的上出于手太阳经筋之前，上左额角，络于头部，下行到右侧颌部。本经筋发生

的病证，在其循行的部位上，牵引疼痛抽筋，肩不能上举，颈部旋转不利，不能左右环视。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部痛点为腧穴。这种病叫孟夏痹。

手太阴之筋，起于大指之上，循指上行，结于鱼后[①]，行寸口外侧，上循臂，结肘中，上臑内廉，入腋下，出缺盆，结肩前髃，上结缺盆，下结胸里，散贯贲[②]，合贲下，抵季胁。其病当所过者，支转筋，痛甚成息贲，胁急吐血。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。名曰仲冬痹也。

【注释】

①鱼后：鱼际。

②散贯贲：散贯于胃之上口贲门处。

【译文】

手太阴经的筋，起于手拇指之上，沿指上行，结于鱼际之后，循行寸口外侧，上沿臂，结于肘中，上臑部内侧，入腋下，出于缺盆，结于肩前方，再上结于缺盆，下结于胸里，散贯于胃之上口贲门部，再集合于贲门而下抵软肋部。本经筋发生的病证，是在其循行部位上牵引抽筋，痛甚会成为息贲证，胁肋拘急而吐血。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部的痛点为腧穴。这种病叫仲冬痹。

手心主之筋，起于中指，与太阴之筋并行，结于肘内廉，上臂阴，结腋下，下散前后挟胁；其支者，入腋，散胸中，结于贲。其病当所过者，支转筋，前及胸痛，息贲。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。名曰孟冬痹也。

【译文】

手厥阴经的筋，起于手中指，与手太阴经筋并行，结于肘部内侧，上行上臂内侧，结于腋下，下行分散为前后而挟于胁肋；其分支入于腋部，散于胸中，结于贲门。本经筋发生的病证，是在其循行的部位，牵引抽筋，向前方连及胸部疼痛，成为息贲证。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病部的痛点为腧穴。这种病叫孟冬痹。

手少阴之筋，起于小指之内侧，结于锐骨，上结肘内廉，上入腋，交太阴，挟乳里，结于胸中，循贲，下系于脐。其病内急，心承伏梁，下为肘网。其病当所过者，支转筋，筋痛。治在燔针劫刺，以知为数，以痛为输。其成伏梁唾血脓者，死不治。经筋之病，寒则反折筋急，热则筋弛纵不收，阴痿不用。阳急则反折，阴急则俯不伸①。焠刺者，刺寒急也，热则筋纵不收，无用燔针。名曰季冬痹也。

足之阳明，手之太阳，筋急则口目为噼，眦急不能卒视，治皆如右方也。

【注释】

①“阳急”两句：马元台：“寒急有阴阳之分，背为阳，阳急则反折；腹为阴，阴急则俯不伸。”阳，指背；阴，指腹。

【译文】

手少阴经的筋，起始于手小指内侧，结于掌后小指侧的锐骨；上行结于肘部内侧，再上行入腋下，与手太阴之筋交叉，挟行于乳内，结于胸中，沿贲部下系于脐部。本经筋发生的病证，在内的拘急时会承于心下而成伏梁证；在上肢的如罗网牵急肘部，在循行的部位上，都牵引抽筋疼痛。治疗用火针，用快速的手法，以病见效为针刺次数的限度，以病

部的痛点为腧穴。如果已成伏梁证，见吐脓血，是不治的死证。大凡经筋的病，因寒的就曲折而拘挛，因热的就松弛而不收，阴痿而不举，背部的筋拘急就会向后反张，腹部的筋拘急就会向前俯屈而不能伸直。焠刺的方法是用于因寒而拘急的病证，如因热而筋弛缓不收的，不能用燔针。这种病叫季冬痹。

足阳明、手太阳经筋拘急，则为口眼歪斜，眼角拘急不能猝然视物。治疗都可采用以上各种方法。

骨度第十四

【题解】

人身的骨骼，长短大小各不相同，为了计算经脉的长度，首先必须对其进行测量，制定出一般的标准，便于实际运用。本篇就是有关人体骨骼长度的专论，故以《骨度》名篇。本篇具体记述了人体各部骨骼的长短尺寸。说明经脉的长度是以骨度为依据的。认为外形大小与内在脏器有关。如胸部与肺，上腹部与胃，下腹部与肠等，其大小、长短都是密切相关的。

黄帝问于伯高曰：《脉度》言经脉之长短[①]，何以立之？

伯高曰：先度其骨节之大小、广狭、长短，而脉度定矣。

黄帝曰：愿闻众人之度[②]，人长七尺五寸者，其骨节之大小长短，各几何？

伯高曰：头之大骨围二尺六寸[③]，胸围四尺五寸[④]，腰围四尺二寸[⑤]。发所覆者，颅至项尺二寸[⑥]，发以下至颐长一尺。君子终折[⑦]。

【注释】

①《脉度》：篇名。张志聪："此言经脉之长短，从骨节之大小、广狭、长短而定其度数，故曰骨为干，脉为营，如藤蔓之营附于木干也。"

②众人：指成年人。

③头之大骨：指整个颅骨。以两耳尖平行，前齐颊，后齐枕骨，为横围的标准。

④胸围：平两乳向后横量为标准。

⑤腰围：前平脐，后平十四椎，横量为标准。

⑥颅至项：由额上前发际，向项后的发际纵量为标准。

⑦君子终折："终"据《太素》作"参"，是。《素问·三部九候论》王注："参谓参校。"本句是说上述数据，明达的君子还要根据人的肥瘦高矮的不同，参校计算。

【译文】

黄帝问伯高说：《脉度》篇中说经脉的长短，是怎样确定的呢？

伯高说：应该先测量骨节的大小、宽窄、长短，从而就可以测定经脉的长度。

黄帝又问道：想听听普通人的骨度，成人身长以七尺五寸长计算，其骨节的大小、长短各是多少呢？

伯高说：头颅大骨周围二尺六寸，胸围四尺五寸，腰围四尺二寸。头发所覆盖的部位，颅至项为一尺二寸，前发际以下至颐长一尺，后发际至颐共二尺二寸。明达的君子还要参校计算。

结喉以下至缺盆中长四寸，缺盆以下至髃骨长九寸，过则肺大，不满肺小。髃骨以下至天枢长八寸[①]，过则胃大，不及则胃小。天枢以下至横骨长六寸半[②]，过则回肠广长，不

满则狭短。横骨长六寸半，横骨上廉以下至内辅之上廉长一尺八寸[3]，内辅之上廉以下至下廉长三寸半，内辅下廉下至内踝长一尺三寸，内踝以下至地长三寸，膝胭以下至跗属长一尺六寸，跗属以下至地长三寸[4]。故骨围大则太过，小则不及。

【注释】

①髑骬(héyú)：即鸠尖，一称胸骨剑突。天枢：穴名。与脐平，旁开二寸，足阳明经穴。此处指平脐中心的横线。《素问·至真要大论》："半，所谓天枢也。"王冰："身之半，正谓脐中也。"

②横骨：指耻骨。又穴名，即在耻骨的中央上方旁开五分。

③内辅：膝内辅骨。

④跗属：指两足踝前后胫骨与蹠骨所交之处，皆为跗之所属。

【译文】

喉结以下至缺盆中央长四寸，缺盆以下至胸骨剑突长九寸，超过九寸的是肺大，不满九寸的是肺小。胸骨剑突以下至天枢长八寸，超过八寸的是胃大，不满八寸的是胃小。天枢向下至耻骨长六寸半，超过六寸半的是回肠宽而长，不满六寸半的是回肠狭而短。耻骨横长为六寸半，横骨的上缘向下至膝内辅骨的上缘长一尺八寸，内辅骨上缘向下至内辅骨下缘长三寸半，内辅骨下缘向下至内踝骨尖长一尺三寸，内踝骨尖至足底长三寸，膝胭窝向下至足跗两踝之周围所属长一尺六寸，跗属向下至足底长三寸。以上这些骨的尺寸数字，头骨围粗大的会超过，头骨围细小的会不及。

角以下至柱骨长一尺[1]，行腋中不见者长四寸。腋以下至季胁长一尺二寸，季胁以下至髀枢长六寸，髀枢以下至膝

中长一尺九寸，膝以下至外踝长一尺六寸，外踝以下至京骨长三寸，京骨以下至地长一寸。

【注释】

①角：额角，在头侧耳上的高角。柱骨：指肩骨之上，颈项的根部，以平大椎为标准。

【译文】

两侧头角向下至柱骨长一尺，肩骨至腋中尽处长四寸，腋部向下至软肋长一尺二寸，软肋向下至髀枢长六寸，髀枢向下至膝盖中央长一尺九寸，膝向下至外踝骨尖长一尺六寸，外踝骨尖向下至小趾侧后的京骨长三寸，京骨向下至足底长一寸。

耳后当完骨者广九寸①，耳前当耳门者广一尺三寸②，两颧之间相去七寸，两乳之间广九寸半，两髀之间广六寸半。足长一尺二寸，广四寸半。肩至肘长一尺七寸，肘至腕长一尺二寸半，腕至中指本节长四寸，本节至其末长四寸半。

【注释】

①完骨：耳后高骨。

②耳门：指耳前部位，约当听宫穴处。又穴名，在听宫穴上部。

【译文】

耳后当完骨部之间宽九寸，耳前当两耳门之间宽一尺三寸，两颧骨之间宽七寸，两乳之间宽九寸半，两髀之间宽六寸半。足长一尺二寸，宽四寸半。肩峰至肘尖节长一尺七寸，肘至腕关节长一尺二寸半，腕至中指本节长四寸，中指本节至中指端长四寸半。

项发以下至背骨长二寸半[①]，膂骨以下至尾骶二十一节长三尺[②]，上节长一寸四分分之一，奇分在下[③]，故上七节至于膂骨，九寸八分分之七。此众人骨之度也，所以立经脉之长短也。是故视其经脉之在于身也，其见浮而坚，其见明而大者，多血，细而沉者，多气也。

【注释】

①背骨：项骨颈椎之下，以第一节大的椎骨为标准。

②膂骨：脊椎骨。尾骶(dǐ)：尾，指尾闾骨。骶，即尾闾骨上四节椎骨，左右相通，如覆瓦形。

③奇分：指有余不尽的奇零分数。下：指七椎以下。

【译文】

项后发际向下至背骨第一节的大椎处长二寸半，大椎骨向下至尾骶骨共二十一节长三尺，上面的七节每节长一寸四分一厘，零数在下，所以上七节共长九寸八分七厘。以上所述是普通人骨的长度，根据这个标准，然后来确定经脉的长短。所以说经脉在人体中，其浮于表面，坚实明显而粗大的多血，细小而隐于内的多气。

五十营第十五

【题解】

本篇一方面用太阳周行于二十八宿之间的情况，来比喻二十八脉中营气运行的周流往复；另一方面以铜壶滴漏的方法和经脉长度，来计算昼夜间的气行度数。总的是：一昼夜水下百刻，日行一千零八分，人一万三千五百息，气行八百一十丈，合为五十周。所以用《五十营》名篇。

黄帝曰：余愿闻五十营[①]，奈何？

岐伯答曰：天周二十八宿[②]，宿三十六分，人气行一周，千八分。日行二十八宿[③]，人经脉上下、左右、前后二十八脉[④]，周身十六丈二尺，以应二十八宿。

【注释】

①五十营：张介宾："即营气运行之数，昼夜凡五十度也。"

②二十八宿：古代天文学星名。周天四方各有七宿，即，东方苍龙七宿：角、亢、氐、房、心、尾、箕。北方玄武七宿：斗、牛、女、虚、危、室、壁。西方白虎七宿：奎、娄、胃、昴、毕、觜、参。南方朱雀七宿：井、鬼、柳、星、张、翼、轸。

③日行：地球绕日运转。

④二十八脉：马元台："十二经有十二脉，而左右相同，则为二十四脉，加以阳跻、阴跻、督脉、任脉，共计二十八脉。"按：阴跻、阳跻左右有四，而本文仅作两脉来算，此《脉度》篇所谓"男子数其阳，女子数其阴，当数者为经，其不当数者为络也"。

【译文】

黄帝说：我想听听五十营是如何计算的？

岐伯回答说：天空一周有恒星二十八宿，每宿距离三十六分，一昼夜运行五十周，共计一千零八分。在一昼夜中日行周历了二十八宿，人体的经脉分布在上下、左右、前后，共二十八脉，脉气在全身运转一周共十六丈二尺，恰好相应于二十八宿。

漏水下百刻①，以分昼夜。故人一呼，脉再动，气行三寸；一吸，脉亦再动，气行三寸。呼吸定息，气行六寸②；十息，气行六尺，日行二分；二百七十息，气行十六丈二尺，气行交通于中，一周于身，下水二刻，日行二十五分。五百四十息，气行再周于身，下水四刻，日行四十分。二千七百息，气行十周于身，下水二十刻，日行五宿二十分③；一万三千五百息④，气行五十营于身，水下百刻，日行二十八宿，漏水皆尽，脉终矣。所谓交通者，并行一数也⑤。故五十营备，得尽天地之寿矣，凡行八百一十丈也。

【注释】

①漏水下百刻：《说文·水部》："漏，以铜受水，刻节，昼夜百节。"段注："《文选》注引司马彪曰：'孔壶为漏，浮剑为刻，下漏数刻，以考中星，昏明星焉。'按昼夜百刻，每刻为六小刻，每小刻又十分

之，故昼夜六千分，每大刻六十分也。其散于十二辰，每辰八大刻，二小刻，共得五百分，此是古法。”

②呼吸定息，气行六寸：张介宾：“天之宗气，积于胸中，以行呼吸而通经脉，凡一呼一吸是为一息，脉气行六寸。”

③日行五宿二十分：按：此指气行十周之日行分数。每宿三十六分，五宿一百八十分，加上二十分，共计二百分，但气行十周，日行分数为二百零一分六厘，合五宿二十一分六厘。故《甲乙》云：“有奇焉。”

④一万三千五百息：气行一周，呼吸二百七十息，五十周计呼吸总数为一万三千五百息。

⑤“所谓”两句：杨上善：“谓二手足脉气并行，而以一数之，即气行三寸，两气各三寸也。而二气之行相交于中，故曰交通，上有‘交通’之文，故云所谓也。”

【译文】

铜壶滴漏以一百刻计算，来分白天和黑夜。人一呼，脉搏动两次，营气在脉中运行三寸；一吸，脉也搏动两次，营气也运行三寸。一呼一吸，称为“息”，营气运行六寸；十息，营气行六尺，日行二分；二百七十息，营气运行十六丈二尺，气行交通于中，脉气行遍周身，此时漏水降下二刻，日在星宿之间移行二十五分。人呼吸五百四十息时，营气就再运行全身一周，此时漏水降下四刻，日在星宿之间移行四十分有零。人呼吸二千七百息时，营气已周行于全身十次，此时漏水降下二十刻，日在星宿之间移行五宿又二十分有零；人呼吸一万三千五百息的时间，脉气就营运周身五十次，此时漏水降下百刻，日遍行二十八宿，漏水已尽，而人体的经脉之气也运行周遍了。所谓“交通”，是营气并二十八脉通行一周之数。因此，每日营气运行五十周次，不失其常，共计八百一十丈，则能保持健康，尽其天年。

营气第十六

【题解】

营气源于饮食，为人体的主要营养物质。饮食入胃，经脾化生为精微之气以后，上传于肺，通过经脉，营运于周身，终而复始，构成了经脉的整体循环。本篇重点说明了营气在十四经脉中的循行概况，所以称为《营气》。正如马元台说："此篇论营气运行，故名篇。"本篇名言："营气之道，内谷为宝。"

黄帝曰：营气之道，内谷为宝[①]。谷入于胃，乃传之肺，流溢于中，布散于外。精专者行于经隧[②]，常营无已，终而复始，是谓天地之纪[③]。故气从太阴出注手阳明[④]，上行注足阳明，下行至跗上，注大指间，与太阴合[⑤]，上行抵髀。从脾注心中，循手少阴，出腋下臂，注小指，合手太阳，上行乘腋出项内，注目内眦，上巅下项，合足太阳，循脊下尻，下行注小指之端，循足心注足少阴，上行注肾，从肾注心，外散于胸中；循心主脉，出腋下臂，出两筋之间，入掌中，出中指之端，还注小指次指之端，合手少阳；上行注膻中，散于三焦，从三焦注胆，出胁注足少阳，下行至跗上，复出跗，注大指间，合

足厥阴，上行至肝，从肝上注肺，上循喉咙，入颃颡之窍⑥，究于畜门⑦。其支别者，上额循巅下项中，循脊入骶，是督脉也。络阴器，上过毛中，入脐中，上循腹里，入缺盆，下注肺中，复出太阴。此营气之所行也，逆顺之常也。

【注释】

①内谷为宝：张景岳："营气之行，由于谷气之化，谷不入则营气衰，故云：'内谷为宝。'"内谷，进食。内，同"纳"。

②精专者：饮食中纯而精微的部分。经隧：经脉。

③天地之纪：自然规律。

④注：传注、流注、转输之意。

⑤合：本篇对阴阳表里手足上下之经交接处，都称为"合"。

⑥颃(háng)颡(sǎng)：上腭内二孔，又称鼻之内窍。

⑦畜门：在颃颡之上，为通脑之门。

【译文】

黄帝说：营气运行周身，以受纳饮食谷物为最可贵。水谷入胃，它化生的精微，传到肺脏，流溢于内营养脏腑，布散于外滋养形体。其精华部分流行于经脉之中，常常营运而不休止，终而复始，这是自然的规律。营气首先从手太阴肺经出发，流注于手阳明大肠经，上行流注于足阳明胃经，下行到足背，流注足大指间，与足太阴脾经相合；上行抵达脾经，从脾的支脉，上注于心中，由此沿着手少阴心经，出腋窝，下沿臂内侧后缘，流注到手小指之端，与手太阳小肠经相合，由此上行越过腋外，出于眼眶下的内侧，流注到眼内角，然后再上至巅顶，下行于颈项，与足太阳膀胱经相合，又沿脊柱向下经尻部，下行流注于足小趾之端，再沿着足心，流注到足少阴肾经，循经上行而注入肾脏，从肾注于心包络，外散于胸中；再沿心包络脉，出腋窝，下行前臂，入两筋的中间，入掌中，直出手中指之端，再转回来流注到无名指的尖端，与手少阳三焦经相合；

由此上行注于膻中，散布于上中下三焦，再从三焦流注到胆腑，出胁部，注于足少阳胆经，下行到足背，又从足背流注到足大指间，与足厥阴肝经相合，循肝经上行至肝脏，再从肝脏上注于肺中，向上沿喉咙后面，入上颚之窍，深入于鼻内通脑之处。其分支别行的，上行额部，沿头顶中央，下行项中，沿脊柱，入骶骨部，这是督脉。由此再通过任脉，络绕阴器，上过毛际，入于脐中，向上沿腹内，入缺盆，复向下流注到肺中，又从手太阴肺经开始循环周流。这就是营气运行的径路，无论上行下行，都循此常道而不变。

脉度第十七

【题解】

本篇重点是讨论二十八脉的长度。经脉分布于头身四肢，既纵横交叉又相互衔接，而且各有起止点和循行线路，因此，手足六阴六阳与任、督、跻脉等二十八脉，都有一定的长度，其中以足之六阳经为最长，手之六阴经为最短，合计总长十六丈二尺。因篇中重在具体说明经脉的长度，即以《脉度》名篇。在讨论脉度的基础上，进一步说明经脉在人体中的重要作用，“阴脉荣其脏，阳脉荣其腑”，是其中的主要论点。尤其值得注意的是指出跻脉的起止点与其通路，以及男子以阳跻为经，阴跻为络，女子以阴跻为经，阳跻为络的道理。

黄帝曰：愿闻脉度。

岐伯答曰：手之六阳[①]，从手至头，长五尺，五六三丈。手之六阴，从手至胸中，三尺五寸，三六一丈八尺，五六三尺，合二丈一尺。足之六阳，从足上至头，八尺，六八四丈八尺。足之六阴，从足至胸中，六尺五寸，六六三丈六尺，五六三尺，合三丈九尺。跻脉从足至目，七尺五寸，二七一丈四尺，二五一尺，合一丈五尺。督脉任脉各四尺五寸，二四八

尺，二五一尺，合九尺。凡都合一十六丈二尺，此气之大经隧也。经脉为里，支而横者为络，络之别者为孙。盛而血者，疾诛之。盛者泻之，虚者饮药以补之。

【注释】

①手之六阳：张景岳："手有三阳，以左右言之，则为六阳。凡后六阴及足之六阴、六阳，皆仿此。"

【译文】

黄帝说：我希望听听经脉的长度。

岐伯回答说：手的六阳经脉，从手至头部，每脉长五尺，五六共三丈。手的六阴经脉，从手至胸中，每脉长三尺五寸，三六一丈八尺，五六三尺，合计二丈一尺。足的六阳经脉，从足上行至头部，每脉长八尺，六八共四丈八尺。足的六阴经脉，从足至胸中，每脉长六尺五寸，六六三丈六尺，五六三尺，合计三丈九尺。跻脉从足至眼部，每脉长七尺五寸，二七一丈四尺，二五一尺，左右合计一丈五尺。督脉和任脉，各长四尺五寸，二四八尺，二五一尺，合计九尺。以上二十八脉，共长十六丈二尺，这是营气运行的大经脉的情况。经脉循行体内，由经脉分支而横向循行的是络脉，由络脉再分出的是孙络。如果气盛而有淤血，应速行针刺出血。总之，邪气盛的用泻法，正气虚的饮汤药来补益。

五脏常内阅于上七窍也[①]。故肺气通于鼻肺，肺和，则鼻能知臭香矣。心气通于舌，心和，则舌能知五味矣。肝气通于目，肝和，则目能辨五色矣。脾气通于口，脾和，则口能知五谷矣。肾气通于耳，肾和，则耳能闻五音矣。五脏不和，则七窍不通；六腑不和，则留为痈。故邪在腑，则阳脉不和，阳脉不和，则气留之，气留之，则阳气盛矣。阳气太盛，

则阴脉不利，阴脉不利，则血留之，血留之，则阴气盛矣。阴气太盛，则阳气不能荣也，故曰关；阳气太盛，则阴气弗能荣也，故曰格；阴阳俱盛，不得相荣，故曰关格。关格者，不得尽期而死也。

【注释】

①阅：经历，通过。五脏藏于内，其精气经历所属经脉而通于七窍。

【译文】

五脏的精气，经常从体内而上通于七窍。肺气通于鼻，肺气调和，则鼻能辨别香臭。心气通于舌，心气调和，则舌能辨别五味。肝气通于目，肝气调和，则目能辨别五色。脾气通于口，脾气调和，饮食就有滋味。肾气通于耳，肾气调和，则耳能听五音。如果五脏不调和，则七窍就不畅通。六腑不调和，则气滞血淤而外生痈疡。因此，邪气滞留六腑，则阳脉不和，阳脉不和，则气稽留，气稽留，则阳气偏盛。邪气滞留五脏，则阴脉不和，阴脉不和则血稽留，血稽留，则阴气偏盛。阴气太盛，则阳气不能营运于内，所以称为“关”；阳气太盛，则阴气不能营运于外，所以称为“格”；阴阳之气都盛，不能互相营运，则叫做“关格”。出现“关格”，就不能寿终正寝了。

黄帝曰：跻脉安起安止？何气荣也[①]？

岐伯答曰：跻脉者，少阴之别[②]，起于然骨之后，上内踝之上，直上循阴股入阴，上循胸里入缺盆，上出人迎之前，入烦，属目内眦，合于太阳、阳跻而上行，气并相还，则为濡目[③]，气不荣则目不合。

【注释】

①何气荣也：是说跻脉借何经之气而营运不休。

②“跻(qiāo)脉者”两句：指阴跻从足少阴经别出。

③濡目：濡养、滋润眼睛。

【译文】

黄帝问：跻脉从哪里起始，到哪里终止？是借助哪条经脉之气而运行的呢？

岐伯回答说：跻脉是从足少阴肾经分别而出，起于内踝前的然骨之后，向上经过内踝上部，直上沿股内侧进入前阴，上沿胸腹内部，进入缺盆，再上行至人迎之前，入颅骨部，至眼内角，与足太阳经脉、阳跻脉会合而上行，三经之气合并，还而下行，濡养两眼，如果阴跻脉气不能上营，眼睛就不能闭合。

黄帝曰：气独行五脏，不荣六腑，何也？

岐伯答曰：气之不得无行也，如水之流行不休。故阴脉荣其脏，阳脉荣其腑，如环之无端，莫知其纪，终而复始。其流溢之气，内溉脏腑，外濡腠理。

【译文】

黄帝问：阴跻经脉之气独运行于五脏而不营养六腑，为什么呢？

岐伯回答说：气的运行不能停止，就像水的流动不息一样。所以阴跻脉营养五脏，阳跻脉营养六腑。它们的运行如圆环一样没有开端，无法知道它的开始，只是终而复始的循环着。它们输送流溢的精气，在内灌溉脏腑，在外濡养腠理。

黄帝曰：跻脉有阴阳，何脉当其数？

岐伯答曰：男子数其阳，女子数其阴，当数者为经，其不当数者为络也。

【译文】

黄帝问：跻脉有阴跻、阳跻的不同，究竟依据哪一条脉来计算呢？

岐伯回答说：男子以阳跻计算，女子以阴跻计算，凡作为计数的就是经脉，不作为计数的就是络脉。

营卫生会第十八

【题解】

营卫来源于水谷，生成于脾胃，分为两条道路：清纯的为营气，行于脉中；慓悍的为卫气，行于脉外。一昼夜之间，两者各行于阳二十五周次，行于阴亦二十五周次，当黎明与日落的时候，交相出入，至半夜大会于手太阴。由于本篇主要论述营卫的生成和会合，故命名《营卫生会》。本篇名言："血之与气，异名同类"，"人生有两死，而无两生"，"上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎"。

黄帝问于岐伯曰：人焉受气？阴阳焉会？何气为营？何气为卫？营安从生？卫于焉会？老壮不同气，阴阳异位，愿闻其会。

岐伯答曰：人受气于谷。谷入于胃，以传于肺，五脏六腑，皆以受气。其清者为营，浊者为卫[①]。营在脉中，卫在脉外。营周不休，五十而复大会。阴阳相贯，如环无端。卫气行于阴二十五度，行于阳二十五度，分为昼夜。故气至阳而起，至阴而止。故曰：日中而阳陇为重阳，夜半而阴陇为重阴。故太阴主内，太阳主外。各行二十五度，分为昼夜。夜

半为阴陇，夜半后而为阴衰，平旦阴尽，而阳受气矣。日中为阳陇②，日西而阳衰。日入阳尽，而阴受气矣。夜半而大会，万民皆卧，命曰合阴。平旦阴尽而阳受气。如是无已，与天地同纪。

【注释】

①清者为营，浊者为卫：张景岳："谷气出于胃，而气有清浊之分。清者，水谷之精气也；浊者，水谷之悍气也。诸家以上下焦言清浊者皆非。清者属阴，其性精专，故化生血脉，而周行于经隧之中，是为营气；浊者属阳，其性慓疾滑利，故不循经络，而直达肌表，充实于皮毛分肉之间，是为卫气。"

②陇：隆盛的意思。

【译文】

黄帝问岐伯说：人的精气来自哪里？阴和阳在哪里会合？什么叫做营气？什么叫做卫气？营卫之气是从哪里产生的？卫营之气在哪里会合？老年人和壮年人气的盛衰不同，昼夜气行的位置各异，我希望听听会合的道理。

岐伯回答说：人的精气，来源于饮食物。当饮食入胃，它的精微就传给了肺脏，五脏六腑都因此接受了营养。其中清的称为营气，浊的称为卫气。营气运行于脉中，卫气运行于脉外。在周身运行不休，营卫各运行五十周次又会合。阴阳相互贯通，如环周一样没有开头。卫气行于阴分二十五周次，又行于阳分二十五周次，昼夜各半。所以卫气的循行，从属阳的头部起始，到手足阴经为止。所以说：卫气行于阳经，中午阳气最盛，称为重阳；夜半行于阴经，阴气最盛，称为重阴，太阴主管人体内部，太阳主管人体外部，营卫在其中各运行二十五周次，都是以昼夜来划分的。半夜是阴气最盛的时候，夜半以后阴气渐衰，黎明阴气衰退而阳气继起。中午阳气最盛，日落而阳气衰退。当日入黄昏，阳气已

尽而阴气继起。到夜半，营卫之气始相会合，这时人们都入睡，这叫合阴。到黎明阴气衰尽，而阳气又继起了。如此循行不止，和自然界日月运行的道理一致。

黄帝曰：老人之不夜瞑者，何气使然？少壮之人不昼瞑者，何气使然？

岐伯答曰：壮者之气血盛，其肌肉滑，气道通，营卫之行，不失其常，故昼精而夜瞑[①]。老者之气血衰，其肌肉枯，气道涩，五脏之气相搏，其营气衰少而卫气内伐[②]，故昼不精，夜不瞑。

【注释】

①精：此指神清气爽，精神饱满。

②伐：衰败。

【译文】

黄帝问：老人往往夜里入睡困难，是什么气使他这样呢？青壮人白天往往不睡觉，是什么气使他这样呢？

岐伯回答说：壮年人的气血充盛，肌肉滑润，气道通畅，营气卫气的运行不失常规，所以白天神气清爽，夜里睡得香。老人的气血衰退，肌肉消瘦，气道涩滞，五脏之气损耗，营气衰少，卫气内乏，所以白天神不清爽，夜里也不易入睡。

黄帝曰：愿闻营卫之所行，皆何道从来？

岐伯答曰：营出于中焦，卫出于下焦[①]。

黄帝曰：愿闻三焦之所出。

岐伯答曰：上焦出于胃上口，并咽以上，贯膈而布胸中，

走腋，循太阴之分而行，还至阳明，上至舌，下足阳明。常与营俱行于阳二十五度，行于阴亦二十五度，一周也。故五十度而复大会于手太阴矣②。

黄帝曰：人有热，饮食下胃，其气未定，汗则出，或出于面，或出于背，或出于身半，其不循卫气之道而出，何也？

岐伯曰：此外伤于风，内开腠理，毛蒸理泄，卫气走之，固不得循其道。此气慓悍滑疾，见开而出，故不得从其道，故命曰漏泄。

【注释】

①“营出”两句：张景岳：“营气者，由谷入于胃，中焦受气取汁，化其精微，而上注于肺，乃自手太阴始，周行于经隧之中，故营气出于中焦。卫气者，出其悍气之慓疾，而先行于四末分肉皮肤之间，不入于脉，故于平旦阴尽，阳气出于目，循头项下行，始于足太阳膀胱经，而行于阳分，日西阳尽，则始于足少阴肾经，而行于阴分，其气自膀胱与肾由下而出，故卫气出于下焦。”

②大会于手太阴：张景岳：“上焦之气，常与营气俱行于阳二十五度，阴亦二十五度。阳阴者，言昼夜也。昼夜周行五十度，至次日寅时，复会于手太阴肺经，是为一周，然则营气虽出于中焦，而施化则由于上焦也。”

【译文】

黄帝问：我希望听到营、卫二气的运行，都是从哪里发出来的？

岐伯回答说：营气发于中焦，卫气发于上焦。

黄帝说：希望听一下发于上焦的情况。

岐伯回答说：上焦之气从胃上口发出，并食道上行，穿过膈膜，散布胸中，横走腋下，沿手太阴肺经范围下行，返回到手阳明大肠经，上行至

舌，又下流注于足阳明胃经，卫气与营气一样都是运行于阳分二十五周，运行于阴分二十五周，这就是昼夜一周的大循环。所以卫气五十周次行遍全身，再与营气大会于手太阴肺经。

黄帝说：人在有热时，就会饮食刚入胃，其精微之气还未化成，汗就先出来了。或出于面，或出于背，或出于半身，并不沿着卫气运行的道路而出，是什么道理呢？

岐伯说：这是为风邪所伤，以致腠理舒张，皮毛为风热所蒸，腠理开泄，卫气行至肌表疏松的地方，就不沿着它的流行道路走了。卫气的性质慓悍滑利，见到开泄的地方就走，所以不能从它正常运行之道而出，这叫漏泄。

黄帝曰：愿闻中焦之所出。

岐伯答曰：中焦亦并胃中，出上焦之后。此所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺脉，乃化而为血。以奉生身，莫贵于此。故独得行于经隧，命曰营气。

黄帝曰：夫血之与气，异名同类，何谓也？

岐伯答曰：营卫者，精气也；血者，神气也。故血之与气，异名同类焉。故夺血者无汗，夺汗者无血。故人生有两死，而无两生[①]。

【注释】

①人生有两死，而无两生：人体夺血会致死亡，夺汗也会致死亡，所以说“有两死”。血与汗两者缺一则不能生，所以说“无两生”。

【译文】

黄帝说：希望听到中焦的出处？

岐伯回答说：中焦的部位与胃并列，在上焦之后。这里主化生水谷

之味，泌去糟粕，蒸腾津液，化生精微，向上传注于肺脉，再化生而为血液。用它奉养周身，没有比它更宝贵的了。所以独能行于经脉之内，叫做营。

黄帝说：血和气，名称虽不一样，而其实却是同类，这是为什么？

岐伯回答说：营和卫都是水谷精气化成；血是精气化生的最宝贵的物质，称为"神气"。因此血和气，名虽不同，却属于同类。凡失血过多的人，其汗也少；出汗过多的人，其血亦少。所以说人体夺血或夺汗均可死亡，而血与汗缺一则不能生存。

黄帝曰：愿闻下焦之所出。

岐伯答曰：下焦者，别回肠，注于膀胱，而渗入焉。故水谷者，常并居于胃中，成糟粕而俱下于大肠，而成下焦。渗而俱下，济泌别汁，循下焦而渗入膀胱焉。

黄帝曰：人饮酒，酒亦入胃，谷未熟而小便独先下，何也？

岐伯答曰：酒者，熟谷之液也，其气悍以清，故后谷而入，先谷而出焉。

黄帝曰：善。余闻上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎，此之谓也。

【译文】

黄帝说：我希望听到下焦的出处。

岐伯回答说：下焦可另将糟粕输送到回肠，又将水液渗透注入膀胱。所以水谷一类，常并存在胃中，经过消化，形成了糟粕，向下输送到大肠，成为下焦的主要功能。至于水液，也都是向下渗灌，排去其水，保留清液，其中浊秽部分，就沿着下焦而渗入膀胱。

黄帝说：人喝酒，酒入胃中，谷物还未腐熟，而酒液先从小便排泄，这是什么缘故？

岐伯回答说：酒是谷类发酵而酿成的液体，其气慓悍清纯，所以比食物后入，反比食物先从小便排出。

黄帝说：很对。我听说，三焦的功能，上焦像雾一样，中焦像沤物池一样，下焦像水沟一样，就是这样。

四时气第十九

【题解】

本篇着重论述一年四季之中，自然气候的变化有寒热温凉的不同，因而邪气伤人所产生的病变也随之而异。所以针刺治疗的原则，虽皆以掌握气穴为主，但必须根据时令气候的不同，以及病变的特点，而选用适当的穴位，采取不同的刺法。因以《四时气》名篇。本篇与《本输》所述的内容，虽有小异之处，但其基本精神是一致的。另《素问·水热穴论》中有一节，可视为本文的解释，可互相参证。

黄帝问于岐伯曰：夫四时之气，各不同形。百病之起，皆有所生。灸刺之道，何者为定[①]？

岐伯答曰：四时之气，各有所在，灸刺之道，得气穴为定。故春取经、血脉、分肉之间[②]，甚者深刺之，间者浅刺之。夏取盛经孙络[③]，取分间[④]，绝皮肤[⑤]；秋取经腧，邪在腑，取之合[⑥]。冬取井荥，必深以留之[⑦]。

【注释】

①何者为定：杨上善："一则四时不同，二则病生有异，灸刺总而要

之，何者为贵。”

②春取经、血脉、分肉之间：《本输》：“取大经分肉之间。”但马元台认为依《素问·水热穴论》：“春者，取络脉分肉之间”，“经，当作络”。可参。

③盛经：手足六阳经的经穴。张志聪：“阳盛于外，故曰盛经。”

④分间：指分肉间的经脉。

⑤绝皮肤：指透过皮肤的浅刺法。

⑥合：手足阳明经的合穴。

⑦必深以留之：张志聪：“谓人气之藏于内，此人气之出入，应天地之四时。”

【译文】

黄帝问岐伯说：四时的气候变化，性质各不相同，百病的起始，都受气候影响而发生。针灸治疗的原则，怎样来决定呢？

岐伯回答说：四时的邪气侵入人体，各有一定的部位，针灸治疗的原则，以掌握四时气候与腧穴的关系而定。所以春季可取大经、血脉、分肉的穴位，病重的可用深刺法，病轻的可用刺浅法。夏季可取气盛的六阳经脉或孙络的穴位，或刺分肉之间，以及透过皮肤的浅刺法；秋季可取“经穴”及“输穴”，如邪在六腑，可取“合穴”。冬季可取“井穴”及“荥穴”，一定要深刺而且留针。

温疟，汗不出，为五十九痏[①]。风痒肤胀[②]，为五十七痏[③]。取皮肤之血者，尽取之。飧泄，补三阴之上[④]，补阴陵泉，皆久留之，热行乃止。转筋于阳，治其阳；转筋于阴，治其阴，皆卒刺之[⑤]。

【注释】

①五十九痏(wěi):治疗热病的五十九个腧穴。参见本书《热病》的"五十九刺"。

②风疝(shuì)肤胀:水肿病。张志聪:"此外因之邪,病在于皮肤也。疝,水病也。因汗出遇风,风水之邪留于皮肤而为肿胀也。"后世通作"风水"。

③五十七痏:治疗水病的五十七个腧穴。据《素问·水热穴论》王冰注为:脊中、悬枢、命门、腰俞、长强各一穴;大肠俞、小肠俞、膀胱俞、中胆俞、白环俞、胃仓、肓门、志室、胞肓、秩边、中注、四满、气穴、大赫、横骨、外陵、大巨、水道、归来、气街、太冲、复溜、阴谷、照海、交信、筑宾各二穴。

④三阴之上:三阴交穴。

⑤"转筋于阳"五句:阳、阴,这里指四肢的外侧(阳)、内侧(阴)。卒刺,应作"焠刺",即指火针。

【译文】

患温疟不出汗的,治疗有热病五十九个腧穴。患风水皮肤浮肿,治疗有水肿病五十七个腧穴。若皮下有血络,都应当刺出其血。患飧泄证,可取三阴交、阴陵泉,用补法,并且都要长期间留针,必等到患者觉得针下有热感为止。四肢外侧转筋,应治阳经;四肢内侧转筋,应治阴经;都可用火针焠刺。

徒疝[①],先取环谷下三寸[②],以铍针针之,已刺而筩之,而内之,入而复之,以尽其疝,必坚。来缓则烦悗,来急则安静。间日一刺之,疝尽乃止。饮闭药[③],方刺之时,徒饮之。方饮无食,方食无饮,无食无他食,百三十五日。

【注释】

①徒疝：单纯的水病，与上文的“风疝”不同。

②环谷下三寸：马元台：“按各经无环谷穴，止足少阳胆经有环跳穴，今曰下三寸，意者风市穴乎？理亦甚的。”而杨上善认为：“环谷当是脐中也，脐下三寸，关元之穴也。”可互参。

③饮闭药：服用通闭的药物。马元台：“必饮通闭之药，以利其水，防其再肿。”

【译文】

单纯的水肿病，先取环跳之下三寸的风市穴，用铍针刺，针后在针孔处插入竹筒，吸收水液，反复进行，将水放尽，必使肌肉恢复坚实。在针刺时，必急刺，刺的慢病人会感到烦闷，刺得快则安静。隔一天刺一次，直到水肿退尽为止。可以内服开闭利水的药，在初刺时就可饮服。但要注意刚饮药不能进食，刚进食不能饮药，除了正常的饮食以外，禁食其他食物一百三十五天。

著痹不去，久寒不已，卒取其三里。肠中不便，取三里，盛泻之，虚补之。疠风者①，素刺其肿上②，已刺，以锐针针其处，按出其恶气，肿尽乃止。常食方食③，无食他食。

【注释】

①疠风：今称麻风。

②素：《甲乙》、《太素》作“索”。义长。

③方：宜，适宜。

【译文】

患著痹经久不愈，常觉寒冷不解，可用火针刺三里穴。大小肠功能失常，都可取足三里穴，实证用泻法，虚证用补法。麻风病可针刺肿起的部位，刺后再用锐利的针刺其患处，用手按压，出其恶气，肿消尽停

止。常吃普通的食物，不可吃其他对病不利的食物。

腹中常鸣，气上冲胸，不能久立，邪在大肠，刺肓之原、巨虚上廉、三里[①]。小腹控睾，引腰脊，上冲心，邪在小肠者，连睾系，属于脊，贯肝肺，络心系。气盛则厥逆，上冲肠胃，熏肝，散于肓，结于脐。故取之肓原以散之，刺太阴以予之，取厥阴以下之，取巨虚下廉以去之，按其所过之经以调之。

【注释】

①肓(huāng)之原：即气海穴。

【译文】

腹内时常鸣响，气上逆而冲胸部，不能久站，这是病邪在大肠，可刺气海、上巨虚、足三里穴。小腹部控引睾丸，连及腰脊作痛，向上冲及心胸，是邪在小肠，小肠连及睾丸的系脉，附属于脊椎，上贯于肝肺，绕络于心系。因此，邪气盛的则厥气上逆，上逆冲及肠胃，熏灼肝脏，散于肓膜，聚结于脐部。所以取气海穴以散其结气，再刺手太阴肺经的腧穴来补虚，取足厥阴肝经的腧穴来泻实，取小肠经的合穴下巨虚以去其邪气，按出现症状的经脉进行调治。

善呕，呕有苦，长太息，心中憺憺，恐人将捕之，邪在胆，逆在胃，胆液泄则口苦，胃气逆则呕苦，故曰呕胆。取三里以下胃气逆，刺少阳血络以闭胆逆，却调其虚实，以去其邪。饮食不下，膈塞不通，邪在胃脘。在上脘则刺抑而下之，在下脘则散而去之。

【译文】

病人时常呕吐，呕出苦水，长叹气，心中恐惧，害怕有人来抓他，这是病邪在胆，而邪气横逆于胃，胆汁外泄则口苦，胃气上逆则呕苦，所以叫“呕胆”。治疗应取足三里穴，以降下胃气之逆，刺足少阳胆经的血络，以止上逆之胆气，再根据虚实属性，以去除病邪。饮食不下，膈间闭塞不通，这是邪在胃脘。如果上脘不通，可用针刺降其上逆之气，如果下脘不通，可用针刺疏散其病邪。

小腹痛肿，不得小便，邪在三焦约①，取之太阳大络②，视其络脉与厥阴小络结而血者③，肿上及胃脘，取三里。

【注释】

①邪在三焦约：张志聪：“三焦下俞，出于委阳，并太阳之正，入络膀胱，约下焦，实则闭癃，虚则遗溺，小腹肿痛，不得小便，邪在三焦约也。”

②大络：指经脉，太阳大络，是委阳穴。

③视其络脉与厥阴小络结而血者：张志聪：“小络，孙络也。足太阳、厥阴之络，交络于跗腘之间，视其结而血者去之。盖肝主疏泄，结在厥阴之络，亦不得小便矣。”

【译文】

小腹肿痛，不能小便，这是邪在三焦，约束而不行，可取太阳经的大络委阳，看它的络脉与厥阴经的小络交结而有淤血之处，若是肿胀上至胃脘部，并取足三里穴。

睹其色，察其目，知其散复者，视其目色，以知病之存亡也。一其形，听其动静者，持气口人迎，以视其脉。坚且盛

且滑者，病日进；脉软者，病将下；诸经实者，病三日已。气口候阴，人迎候阳也。

【译文】

所谓的“睹其色，察其目，知其散复者”，就是察看病人眼睛的五色，来判断病邪的存留与消失的情况。所谓的“一其形，听其动静者”，是说持诊气口与人迎之脉，察看他的脉象。如脉象强盛而滑利的，病情会日渐加重；脉象虚软的，病邪将要减退；各经脉气尚充实的，三天后病就会好。这就是所谓气口是候阴分的，人迎是候阳分的。

卷 五

五邪第二十

【题解】

本篇接上篇关于四时之邪伤及形体的证治之后，进一步论述了邪伤五脏的证治。文中具体叙述了邪气在五脏中所引发的病变和针刺方法，故以《五邪》名篇。

邪在肺，则病皮肤痛，寒热，上气喘，汗出，咳动肩背。取之膺中外腧[①]，背三节五脏之傍[②]。以手疾按之，快然[③]，乃刺之；取之缺盆中，以越之[④]。

【注释】

①膺中：侧胸部。外腧：马元台："云门、中府等穴。"

②背三节五脏之傍：肺腧穴。

③以手疾按之，快然：这是取穴的方法。即以手急按其处，自觉爽快的，就是穴之所在。

④取之缺盆中，以越之：取缺盆穴，可以引肺邪从上而出。越，从上而出。

【译文】

病邪在肺脏，会发生皮肤疼痛，恶寒发热，气上逆而喘，汗出，咳嗽

牵引肩背疼痛。治疗取侧胸上部的中府、云门穴，及背部第三椎骨旁的肺腧穴。进针时，先用手速按其处，病者觉得舒适，就在该处进针；同时可取缺盆穴，使肺中邪气向上越出。

邪在肝，则两胁中痛，寒中，恶血在内，行善掣节[①]，时脚肿。取之行间，以引胁下；补三里，以温胃中；取血脉，以散恶血；取耳间青脉[②]，以去其掣。

【注释】

①掣节：关节牵掣不利。

②耳间青脉：耳轮后青络上的瘛脉穴。

【译文】

病邪在肝脏，会发生两胁疼痛，寒气留中，恶血淤留在内，走路时经常关节牵引作痛，并且时有脚肿症状。治疗取行间穴，以引胁肋间的郁结之气下行；并补足三里穴以温其胃中；对淤血的络脉，针刺散其恶血；再取耳轮后青络上的瘛脉穴，以除去掣痛。

邪在脾胃，则病肌肉痛。阳气有余，阴气不足，则热中善饥；阳气不足，阴气有余，则寒中肠鸣腹痛；阴阳俱有余，若俱不足，则有寒有热。皆调于三里。

【译文】

病邪在脾胃，会发生肌肉疼痛。如果阳气有余，阴气不足，则热邪在中而易饥；阳气不足，阴气有余，则寒邪在中而肠鸣、腹痛；若阴阳均有余或均不足，则有寒有热。这些病证，都可取三里穴来治疗。

邪在肾，则病骨痛，阴痹。阴痹者，按之而不得，腹胀腰痛，大便难，肩背颈项痛，时眩。取之涌泉、昆仑，视有血者，尽取之。

【译文】

病邪在肾脏，会发生骨痛、阴痹。所谓阴痹，在形体表面触按不到，证见腹胀、腰痛，大便难，肩、背、颈、项疼痛，时常目眩。治疗取涌泉、昆仑穴，凡有淤血的，尽刺出其血。

邪在心，则病心痛，喜悲，时眩仆。视有余不足而调之其输也。

【译文】

病邪在心脏，会发生心痛，易悲伤，时时目眩跌仆。治疗时先要分析其虚实属性，而后调治本经的输穴。

寒热病第二十一

【题解】

本篇虽名《寒热病》，但其内容不仅限于此，它还论述了寒厥、热厥多种杂病的症状和针刺方法，介绍了天牖五部腧穴的位置与不同主治，和四时取穴原则。由于先从皮寒热、肌寒热、骨寒热三病的证治谈起，所以篇名《寒热病》。

皮寒热者，不可附席，毛发焦，鼻槁腊[①]，不得汗。取三阳之络[②]，以补手太阴。

肌寒热者，肌痛，毛发焦而唇槁腊，不得汗。取三阳于下，以去其血者，补足太阴以出其汗。

骨寒热者，病无所安，汗注不休。齿未槁，取其少阴于阴股之络[③]；齿已槁，死不治。骨厥亦然。

骨痹，举节不用而痛[④]，汗注烦心。取三阴之经，补之。

【注释】

①槁腊：干枯。腊，干肉。引申为干。

②三阳之络：三阳，指太阳。三阳之络，指足太阳膀胱经的络穴

飞扬。

③少阴于阴股之络：足少阴经的络穴大钟。

④举节：所有的关节。举，全。

【译文】

邪在皮肤而发生寒热病，不能着席而卧，毛发憔悴，鼻子干枯，不得出汗。治疗可取足太阳膀胱经的络穴飞扬，并补手太阴肺经的穴位。

邪在肌肉而发生寒热病，肌肉疼痛，毛发憔悴，口唇干枯，不得出汗。治疗可取足太阳膀胱经在下肢的络穴飞扬，以祛除淤血，并补足太阴脾经的穴位，以出其汗。

邪在骨而发生寒热病，病人烦躁不安，汗出如流。如牙齿尚未枯槁，可取足少阴经的络穴大钟；如牙齿已经枯槁的，是不治的死证。对骨厥的诊治，也是如此。

骨痹证，周身关节活动不便而疼痛，汗出如流，心烦。治疗可取三阴经的穴位，用补法。

身有所伤，血出多，及中风寒，若有所堕坠，四支懈惰不收，名曰体惰。取其小腹脐下三结交。三结交者[①]，阳明，太阴也，脐下三寸，关元也。

厥痹者，厥气上及腹。取阴阳之络，视主病也。泻阳补阴经也[②]。

【注释】

①三结交：马元台："盖本经为任脉，而足阳明胃、足太阴脾经之穴亦结于此，故谓之三结交也。"

②"厥痹者"五句：张景岳："厥必起于四肢，厥而兼痹，其气上及于腹者，当取足太阴经之络穴公孙、足阳明经之络穴丰隆，以腹与

四肢，治在脾胃也。然必视其主病者，或阴或阳而取之。”

【译文】

因外伤出血过多，又受了风寒，或从高处坠伤，以致四肢怠惰，不能运动，名叫“体惰”。治疗取小腹脐下的三结交。所谓“三结交”，是足阳明、足太阴与任脉三经交结之处，在脐下三寸，名叫关元。

厥痹证，有厥气上及于腹部，治疗可取阴经或阳经的络穴，但必须诊察以何经之病为主。总的原则是泻阳经，补阴经。

颈侧之动脉人迎，人迎，足阳明也，在婴筋之前①。婴筋之后，手阳明也，名曰扶突。次脉，足少阳脉也，名曰天牖。次脉，足太阳也，名曰天柱。腋下动脉，臂太阴也②，名曰天府。

阳迎头痛③，胸满不得息，取之人迎。暴瘖气鞕④，取扶突与舌本出血。暴聋气蒙⑤，耳目不明，取天牖。暴挛痫眩，足不任身，取天柱。暴瘅内逆⑥，肝肺相搏，血溢鼻口，取天府。此为天牖五部。

【注释】

①婴筋：指颈侧的筋。以颈部饰物类比而得名。《说文》：“婴，颈饰也。”

②臂太阴：即手太阴。

③阳迎：阳邪上逆。迎，逆。

④气鞕(yìng)：此指舌强硬。鞕，强硬。

⑤暴聋气蒙：张景岳：“经气蒙蔽，而耳目暴有不明者。”手足少阳之脉入耳中至目锐眦，少阳之气厥逆于下，则上之经脉不通，使耳目不聪不明。

⑥暴瘅：张志聪："瘅，消瘅。暴瘅，暴渴也。"

【译文】

颈间结喉两侧的动脉处的腧穴，名叫人迎，属于足阳明经，在"婴筋"的前方。在"婴筋"后方的是手阳明经脉的腧穴，名叫扶突。向后次一行的经脉是足少阳的腧穴，名叫天牖。向后再次一行的经脉是足太阳的腧穴，名叫天柱。腋窝下方的动脉是手太阴经脉，其腧穴，名叫天府。

如阳邪上逆头痛，胸中满闷，呼吸不利，可取人迎穴。如突然音哑，舌强，可取扶突穴，并刺舌根出血。如突然耳聋，经气蒙蔽不通，耳不聪，目不明，可取天牖穴。如突然拘挛癫痫，头目眩晕，两足站立不稳，可取天柱穴。如突然患消瘅，内脏气机逆乱，肝肺两经邪火相争，血往上溢，口鼻出血，可取天府穴。这是天牖五部穴位的所在及其主治的病证。

臂阳明有入颃遍齿者[①]，名曰大迎，下齿龋取之。臂恶寒补之，不恶寒泻之。足太阳，有入颃遍齿者，名曰角孙[②]，上齿龋取之，在鼻与颃前。方病之时，其脉盛，盛则泻之，虚则补之。一曰取之出鼻外[③]。

【注释】

①臂阳明：即手阳明。

②角孙：穴名。角孙在耳轮上，其处为足太阳与手少阳相通。

③一曰取之出鼻外：马元台："即本经之禾髎、迎香等穴也。"

【译文】

手阳明经脉，有走入颧骨下，遍络于齿龈的，其腧穴，名叫大迎，下齿龋痛时，可以取大迎穴治疗。臂部恶寒的用补法，臂部不恶寒的用泻

法。足太阳经脉，也有走入颧骨，遍络齿龈的，其腧穴，名叫角孙，上齿龋痛时，可以取足太阳经在鼻与颧骨前的穴位治疗。初病的时候，如脉气盛，盛的可用泻法，如脉虚的可用补法。另一说，上齿痛可取鼻外侧的禾髎、迎香等穴治疗。

足阳明有挟鼻入于面者，名曰悬颅[①]，属口，对入系目本，视有过者取之。损有余，益不足，反者益甚。足太阳有通项入于脑者[②]，正属目本，名曰眼系[③]。头目苦痛取之，在项中两筋间，入脑乃别。阴跃阳跃，阴阳相交，阳入阴，阴出阳，交于目锐眦[④]。阳气盛则瞋目[⑤]，阴气盛则瞑目。

【注释】

①悬颅：穴名。在耳上角发际内，其处为足阳明与足少阳相通。

②有通项入于脑者：马元台："此言头目痛者，当取玉枕。"

③眼系：即目系。参《终始》篇。

④"阴跃阳跃"五句：张景岳："此云锐眦者，当作内眦也。"目内眦有睛明穴。

⑤瞋(chēn)目：瞪大眼睛。

【译文】

足阳明经脉，有夹行于鼻两侧而走面部的，其腧穴名叫悬颅，这条脉下行的属口，上行的对着口角而走入眼睛深部，根据病情，可取悬颅穴。实泻虚补，如果治法相反，就会加重疾病。足太阳经脉有通于项后而走入脑部的，联系到眼睛深部，叫做目系。如见头目疼痛，可以取项中两筋之间的玉枕穴，此脉入脑后才分道而行。阳跃和阴跃是阴阳相交的，阳入于阴，阴出于阳，相交于目内眦。如阳气偏盛眼睛就瞪大，阴气偏盛眼睛就常闭。

热厥取足太阴、少阳，皆留之。寒厥取足阳明、少阴于足，皆留之。

舌纵涎下，烦悗，取足少阴。振寒洒洒，鼓颔[1]，不得汗出，腹胀烦悗，取手太阴。刺虚者，刺其去也；刺实者，刺其来也。

【注释】

①鼓颔：两颌鼓动颤抖，俗称牙齿打战。

【译文】

热厥证，取足太阴经与足少阳经的腧穴，都留针。寒厥证，取足阳明经与足少阴经的腧穴，都留针。

舌纵缓不收，口涎自下，心中烦闷，取足少阴经的腧穴。洒洒恶寒，甚至两颌颤抖，汗不得出，腹胀，烦闷，取手太阴经的腧穴。总的原则是刺虚证用补法，应顺着脉气去的方向转针；刺实证用泻法，应迎着脉气来的方向转针。

春取络脉[1]，夏取分腠[2]，秋取气口[3]，冬取经输[4]。凡此四时，各以时为齐[5]。络脉治皮肤，分腠治肌肉，气口治筋脉，经输治骨髓、五脏。

【注释】

①春取络脉：络脉浮而浅，春气将升未升，其气在中，故当取络脉。

②夏取分腠：夏令阳浮于外，气在盛经孙络之间，故治在阳分，当取分腠。分腠，指肌肉皮肤。

③秋取气口：杨上善："秋时肺气将敛，阳气在合，阴气初胜，湿气及体，阴气未盛，故取气口，以疗筋脉之病。气口即合也。"气口，手

太阴肺脉。

④冬取经输：丹波元简："经输者，总言经穴，非诸经之经穴俞穴。盖《水热穴论》以五输言，故云秋取经俞，冬取井荥。此以内外言，故云：络脉治皮肤，经输治骨髓也。"

⑤各以时为齐(jì)：此是谓四时取穴各有范围。齐，界限，范围。

【译文】

在春季针刺时，可取络脉间的穴位；夏季针刺时，可取肌肉与皮肤间的穴位；秋季针刺时，可取气口部的穴位；冬季针刺时，可取经穴。大凡四季刺法，各有取穴范围。取络脉可治皮肤病，取肌肉可治肌肉病，取气口可治筋脉病，取经脉可治骨髓和五脏病。

身有五部：伏兔一[①]；腓二[②]，腓者，腨也；背三[③]；五脏之腧四[④]；项五[⑤]。此五部有痈疽者，死。

【注释】

①伏兔一：大腿前方肌肉隆起的伏兔部，是体表的重要部位之一。

②腓二：小腿肚叫腓，是体表的重要部位之二。

③背三：背中行的督脉，是体表的重要部位之三。

④五脏之腧四：背部中行两侧的五脏腧，是体表的重要部位之四。

⑤项五：项间督脉的穴位，是体表的重要部位之五。

【译文】

体表的重要部位有五处：一是大腿前方的伏兔部；二是腓，腓是小腿肚部；三是背部中行的督脉部；四是背部的五脏腧部；五是项间的督脉经部。这五个部位如发生痈疽，多死亡。

病始手臂者，先取手阳明，太阴而汗出。病始头首者，

先取项太阳而汗出，病始足胫者，先取足阳明而汗出。臂太阴可汗出，足阳明可汗出。故取阴而汗出甚者，止之于阳；取阳而汗出甚者，止之于阴[①]。

凡刺之害：中而不去则精泄，不中而去则致气。精泄则病甚而恇，致气则生为痈疽也[②]。

【注释】

①“病始手臂者”十三句：丹波元简：“此言臂太阴者，即鱼际、太渊二穴，然则足阳明者，亦当取之荥输，则内庭、陷谷是也。补太阴而汗出甚者，阴之胜也，当补阳明，可以止之；泻太阴而汗出甚者，阳之胜也，当泻阳明，可以止之。盖以阴阳平而汗自止也。取阳而汗出甚者，其止法亦然。”

②“凡刺之害”五句：又见《九针十二原》。

【译文】

疾病起于手部臂部的，取手阳明经与手太阴经的穴位使其出汗。疾病起于头部的，取项间足太阳经的穴位使其出汗；疾病起于足部胫部的，取足阳明经的穴位使其出汗。刺手太阴经可以发汗，刺足阳明经也可以发汗。如果取阴经的穴位而汗出过多时，可取阳经的穴位来止汗；取阳经的穴位而汗出过多时，可取阴经的穴位来止汗。

大凡误用针刺法的害处：当刺已中病而不出针，则易使精气外泄；尚未刺中病而即出针，则可使邪气内留。精气外泄则会使病加重而患者更衰弱，如邪气内留则易变生痈疽外证。

癫狂第二十二

【题解】

癫和狂，都是神志失常的疾病。本篇着重论述了癫狂的发病原因、各种类型的症状以及针灸治疗的方法等，所以篇名《癫狂》。此外，本篇还论及了风逆、厥逆、内闭及少气四种病的脉证治疗。

目眦外决于面者[①]，为锐眦。在内近鼻者，为内眦。上为外眦，下为内眦。[②]

【注释】

①决(quē)：通“缺”，凹陷。

②按：本节专解释目眦，与本篇癫狂关系不大，或为衍文。

【译文】

眼角向外凹陷于面颊一侧的，叫目锐眦。在眼的内侧靠近鼻梁的，叫目内眦。上眼胞属目外眦，下眼胞属目内眦。

癫疾始生，先不乐，头重痛，视举目赤，甚作极，已而烦心，候之于颜。取手太阳、阳明、太阴[①]，血变而止。

癫疾始作，而引口啼呼者，候之手阳明、太阳。左强者，攻其右；右强者，攻其左②，血变而止。癫疾始作，先反僵，因而脊痛，候之足太阳、阳明、太阴、手太阳③，血变而止。

【注释】

①手太阳、阳明、太阴：张景岳："当取手太阳支正、小海，手阳明偏历、温溜，手太阴太渊、列缺等穴。"

②"左强者"四句：左右牵引，病多在络，所以应用缪刺法。马元台："凡症候脉体，左强、右强，俱不病也。其不强者为病，故左强攻右，右强攻左。"

③足太阳、阳明、太阴、手太阳：张景岳："足太阳之委阳、飞扬、仆参、金门，足阳明三里、解溪，足太阴隐白、公孙皆主之。手太阳脉经穴同前。"

【译文】

癫病开始发作，病人先闷闷不乐，头重痛，两眼上视而发红，发作严重时，出现心中烦乱，可通过颜面部的色泽、表情来候察。治疗可取手太阳、手阳明、手太阴三经的一些腧穴，等到面部的血色转为正常时就停针。

癫病开始发作，口角抽搐歪斜，发出啼叫声，应诊察手阳明、手太阳两经。根据病情而施治，凡左侧正常的，应刺右侧；右侧正常的，应刺左侧。患者面部的血色转为正常时停针。癫病开始发作时，先见腰脊反张僵硬，接着觉得脊柱作痛，候察其病变所在，可取足太阳、足阳明、足太阴、手太阳经的一些腧穴，等到患者面部的血色转为正常时停针。

治癫疾者，常与之居，察其所当取之处。病至，视之有过者泻之，置其血于瓠壶之中①，至其发时，血独动矣；不动，

灸穷骨二十壮。穷骨者，骶骨也[2]。

【注释】

①瓠壶：即葫芦。

②骶骨：马元台："骶骨穴名长强。"

【译文】

治疗癫病时，医生应常和病者一起居住，观察所应取刺的腧穴。病发时，根据其有病的经脉，使用泻法出血，将泻出的血放在葫芦内，等到再复发时，其血就会动；如果不动，可灸穷骨二十壮。穷骨就是骶骨。

骨癫疾者[1]，颇齿诸腧、分肉皆满而骨居[2]，汗出烦悗；呕多沃沫，气下泄，不治。

筋癫疾者，身倦挛急脉大[3]，刺项大经之大杼脉[4]；呕多沃沫，气下泄，不治。

脉癫疾者，暴仆，四肢之脉皆胀而纵。脉满，尽刺之出血，不满，灸之挟项太阳，灸带脉于腰，相去三寸，诸分肉本输。呕多沃沫，气下泄，不治。

癫疾者，疾发如狂者，死不治。

【注释】

①骨癫疾：张景岳："骨癫疾者，病深在骨也。"

②颇(kǎn)齿诸腧、分肉皆满而骨居：腮齿诸腧分肉皆胀满，而骨骼僵直。张志聪："骨居者，骨肉不相亲也。"

③身倦：身曲不伸。倦，通"卷"。蜷，曲。

④大杼脉：足太阳膀胱经的大杼穴。

【译文】

病深入骨的骨癫疾，腮齿诸腧分肉皆胀满，而骨骼僵直，常出汗，胸中烦闷；倘呕吐多白沫，肾气下泄，就是死证。

病深入筋的筋癫疾，身体蹉缩，筋脉拘急，脉大。宜刺项后足太阳膀胱经的大杼穴；倘呕吐多白沫，肾气下泄，就是死证。

病深入脉的脉癫疾，发病时突然仆倒，四肢的脉都胀满弛纵。在脉满处，都可以针刺出血；如脉不满，宜灸挟行于项后两侧的足太阳经的腧穴，并灸带脉穴于腰相距三寸许的地方，及诸经的分肉之间与四肢的腧穴；倘呕吐多白沫，及气下泄的，就是死证。

癫疾病，如发作时像狂证一样，就是不治的死证。

狂始生，先自悲也，喜忘、苦怒、善恐者，得之忧饥[①]。治之取手太阴、阳明[②]，血变而止，及取足太阴、阳明[③]。狂始发，少卧不饥，自高贤也[④]，自辩智也[⑤]，自尊贵也[⑥]，善骂詈，日夜不休。治之取手阳明、太阳、太阴、舌下、少阴[⑦]。视之盛者，皆取之，不盛，释之也。

【注释】

①得之忧饥：杨上善："人之狂病，先因忧结之甚，不能去解于心，又由饥虚，遂神志失守，则自悲、喜忘喜怒。"

②手太阴、阳明：指手太阴经的太渊、列缺穴，手阳明经的偏历、温溜穴。

③足太阴、阳明：指足太阴经的隐白、公孙穴，足阳明经的三里、解溪穴。

④自高贤也：自认为高洁、贤良优于他人。

⑤自辩智也：自认为能言有才，胜于他人。

⑥自尊贵也：自认为名高望重，过于他人。

⑦手阳明、太阳、太阴、舌下、少阴：手阳明与手太阴经的穴位同注②。手太阳指该经的支正，小海穴，舌下指任脉经的廉泉穴，手少阴指神门、少冲穴。

【译文】

狂证开始发作，先有悲伤之情，健忘易怒，时常恐惧，这是因为过度忧愁与饥饿所致。治疗取手太阴经、手阳明经的腧穴，等到面部的血色转为正常时停针，并取足太阴经、足阳明经的一些腧穴。狂证开始发作，少睡眠，不饥饿，自以为最伟大，自以为最聪明，自以为最尊贵，好骂人，日夜吵闹不休。治疗取手阳明、手太阳、手太阴、手少阴经的腧穴及舌下的廉泉穴。但要注意只有血脉盛的才可施针，血脉不盛的不能用。

狂言、惊、善笑、好歌乐，妄行不休者，得之大恐。治之取手阳明、太阳、太阴。狂，目妄见、耳妄闻，善呼者，少气之所生也。治之取手太阳、太阴、阳明、足太阴、头、两颇。狂者多食，善见鬼神，善笑而不发于外者，得之有所大喜。治之取足太阴、太阳、阳明，后取手太阴、太阳、阳明。狂而新发，未应如此者，先取曲泉左右动脉，及盛者见血，有顷已；不已，以法取之，灸骨骶二十壮。

【译文】

患者语言狂妄，易惊好笑，喜欢歌唱，行为反常而不停止，这是大恐所致。治疗取手阳明、手太阳、手太阴经的腧穴。狂证发作时，幻视幻听，大喊大叫，这是神气衰少所致。治疗可取手太阳、手太阴、手阳明、足太阴经的腧穴，以及头部和两颇的腧穴。发狂的病人，多食而不饱，时常看到神鬼，窃笑而不表现于外，这是喜乐过度所致。治疗先取足太阴、足太阳、

足阳明的腧穴，后再取手太阴、手太阳、手阳明的腧穴。如狂初起，还没有出现以上严重症状时，先取左右曲泉，以及血脉盛处，用针泻血，不久就可痊愈了；如果还没有治愈，再按上述治法治疗，并灸骨骶二十壮。

风逆暴四肢肿[①]，身漯漯[②]，唏然时寒[③]，饥则烦，饱则善变。取手太阴表里，足少阴、阳明之经。肉清[④]，取荥，骨清，取井、经也。

厥逆为病也，足暴清，胸若将裂，肠若将以刀切之，烦而不能食，脉大小皆涩。暖取足少阴[⑤]，清取足阳明[⑥]。清则补之，温则泻之。厥逆腹胀满，肠鸣，胸满不得息，取之下胸二胁，咳而动手者[⑦]，与背腧[⑧]，以手按之，立快者，是也。

内闭不得溲，刺足少阴、太阳与骶上[⑨]，以长针。气逆则取其太阴、阳明、厥阴，甚取少阴、阳明动者之经也[⑩]。

少气，身漯漯也，言吸吸也[⑪]，骨痿体重，懈惰不能动，补足少阴。短气，息短不属，动作气索[⑫]，补足少阴，去血络也。

【注释】

①风逆：外感风邪，厥气内逆。

②漯漯(tà)：汗出貌。漯，湿，水。

③唏然时寒：形容寒栗时发出的一种唏嘘声。

④清：寒冷感。

⑤足少阴：指足少阴经的涌泉、然谷穴。

⑥足阳明：指足阳明经的厉兑、内庭、解溪、丰隆等穴。

⑦下胸二胁，咳而动手者：即胸下两胁之间，指章门、期门穴。

⑧背腧：指肺俞与膈俞之间的腧穴。

⑨足少阴、太阳与骶上：指涌泉、筑宾、委阳、飞扬、仆参、金门及长

强等穴。

⑩太阴、阳明、厥阴，甚取少阴、阳明动者之经：指隐白、公孙、三里、解溪、章门、期门等穴，以及足少阴、足阳明发生变动的某经腧穴。

⑪吸吸：气少，言语不能接续。

⑫气索：正气消索，即正气衰弱。

【译文】

外感风邪，厥气内逆，突然四肢疼痛，身体出汗，时常因寒冷而发出唏嘘声，饥饿时心中烦乱，吃饱后又多动而不安。治疗可取手太阴与手阳明表里两经，以及足少阴、足阳明经的腧穴。如果肌肉寒冷的，取荥穴；骨骼寒冷的，取井穴与经穴。

厥逆病的症状，两足突然发冷，胸痛如裂，肠痛如刀割，心中烦乱而不能进食，脉无论大小都兼涩象。如身体温暖的，取足少阴经的腧穴；如身体发冷的，取足阳明经的腧穴。身体寒冷的用补法，身体温热的用泻法。厥逆病见腹胀肠鸣，胸中满闷，呼吸不利，取胸下两胁肋间，咳嗽则脉动应手的腧穴，再取背腧穴，用手按压感觉轻快，就是应刺的穴位。

内气闭阻而小便不通，取足少阴与足太阳两经的腧穴与骶骨的长强穴，用长针刺之。气机上逆，取足太阴、足阳明、足厥阴经的腧穴，严重的，取足少阴与足阳明经发生变动的腧穴。

少气的病人，身体出汗，言语不相连续，骨节发酸，身体沉重，身体懈惰无力而不能动作，取足少阴经的腧穴用补法。气息短促，呼吸不能连续，活动就感到气虚疲乏，补足少阴经的腧穴，其脉有淤血时，应刺之出血。

热病第二十三

【题解】

本篇主要论述热病的证候、诊断、治疗以及预后，所以篇名《热病》。说明了偏枯与痱的鉴别点和治疗原则。指出热病禁忌针刺的九种证候。介绍了治疗热病的五十九个穴位。此外，简介了喉痹、癃等病证的治法。

偏枯[①]，身偏不用而痛，言不变，志不乱，病在分腠之间，巨针取之[②]。益其不足，损其有余，乃可复也。痱之为病也[③]，身无痛者，四肢不收，智乱不甚，其言微知，可治；甚则不能言，不可治也。病先起于阳，后入于阴者[④]，先取其阳，后取其阴，浮而取之。

【注释】

①偏枯：病名。相当于今之脑血管病。张志聪："是风寒之邪，偏中于形身，则身偏不用而痛。夫心主言，肾藏志。言不变，志不乱，此病在于分腠之间，而不伤于内也。"

②巨针：即大针。

③痱(fēi):风病之一种。楼英:“痱,废也。痱即偏枯之邪气深者。痱与偏枯是二疾,以其半身无气营运,故名偏枯;以其手足废而不收,故名痱或偏废,或全废,皆曰痱也。”

④先起于阳,后入于阴:阳指分腠经络,阴指内脏,脏腑之间又以腑为阳,脏为阴。张景岳:“此下不言先起于阴者,病始于阴,直中脏也,多不可治,故不复言之。”

【译文】

偏枯病的症状,半身不遂而疼痛,但言语如常,神志清楚,这是病在分肉腠理之间,应当用大针治疗。补益正气祛除邪气,才能恢复正常。痱病的症状,身体并不疼痛,但四肢弛缓而不收,意志错乱而不甚,讲话略微还能听明白的,尚可治疗;病重不能讲话的,就无法治愈了。这种病如果先从阳分开始,后转入阴分的,应当先治阳分,然后再治阴分,用浅刺的方法。

热病三日,而气口静、人迎躁者①,取之诸阳,五十九刺②,以泻其热而出其汗,实其阴以补其不足者。身热甚,阴阳皆静者,勿刺也。其可刺者,急取之,不汗出则泄③。所谓勿刺者,有死征也。

【注释】

①气口静、人迎躁者:气口主阴,人迎主阳。气口静而人迎躁,是邪在阳分而未入阴分。

②五十九刺:即治疗热病的五十九个腧穴。

③不汗出则泄:可刺之证当急治,虽不得汗,邪热亦可从此处外泄。

【译文】

热病已经三天,气口脉象平静而人迎脉象躁动不宁,应取治各阳

经，治疗热病的五十九个腧穴，以泻其热邪，发汗，并充实三阴经，以补阴分的不足。如果身热很重，但人迎、气口的脉象却平静，不可用针刺。如果还可针刺的，应立即施治，即使不得汗出，邪气也会外泄。所以“勿刺”的缘故，是有死亡的征象。

热病七日、八日，脉口动，喘而眩者，急刺之，汗且自出，浅刺手大指间①。

热病七日、八日，脉微小，病者溲血，口中干，一日半而死。脉代者，一日死。热病已得汗出，而脉尚躁，喘且复热，勿刺肤②，喘甚者，死。热病七日、八日，脉不躁，躁不散数，后三日中有汗。三日不汗，四日死，未曾汗者，勿腠刺之③。

【注释】

①手大指间：少商穴。

②勿刺肤：身热脉躁的现象不能随汗而解，如果再刺肤表，徒伤其气，所以说“勿刺肤”。

③勿腠(còu)刺之：不要刺分腠。张志聪：“热病七八日，脉不躁者，外已解也。脉即躁而不散数，此邪热虽未去，而正气不伤。后三日，乃再经之十一日，此复传于里阴，必得阴液之汗而解，故未曾汗者，勿腠刺之，当取汗于阴也。若三日不汗，乃阳热盛而阴气已绝，故至四日而死。”

【译文】

热病七八天，寸口脉象躁动，气喘头眩，应赶快针刺，汗将自出，浅刺手大指间的少商穴。

热病七八天，脉象微小，病人尿血，口中干燥，一天半就可能死亡。再出现代脉，一天就会死亡。热病已出汗，而脉象仍然躁动，气喘，又见

发热，不宜再浅刺皮肤以重伤正气，如气喘严重的就会死亡。热病七八天，脉象并不躁动，或虽有躁动而并无“散”、“数”之象，三天之内可能出汗。如果三天还不出汗，第四日就会死亡；未曾得汗的患者，也不可再浅刺其腠理以发汗解表。

热病先肤痛，窒鼻充面，取之皮，以第一针[①]，五十九。苛轸鼻[②]，索皮于肺[③]，不得索之火[④]。火者，心也。

【注释】

①第一针：根据九针排序，第一针是镵针。下文第六针等，其取义均同。

②苛轸鼻：鼻部生小疹。苛，细小。轸，通“疹”。

③索皮于肺：肺主皮毛，治皮病当取肺经。下文“索脉于心”等，其取义均同。

④不得索之火：杨上善：“此皮毛病，求之肺俞，不得求之心俞，以其心火克肺金也。”下文“不得索之水”等，其取义均同。

【译文】

热病先见皮肤疼痛，鼻孔阻塞，面部肿胀，当取治于皮，用九针中的第一针镵针，选用热病五十九腧。如鼻部有小疹，取肺经腧穴，以治皮肤之病，不可取治于“火”。所谓“火”，就是心经。

热病先身涩[①]，倚而热[②]，烦悗，干唇，口嗌，取之皮，以第一针，五十九；肤胀，口干，寒汗出，索脉于心，不得索之水。水者，肾也。

【注释】

①身涩：不爽。

②倚：无力。张景岳："涩，燥涩也。倚，无力也。"

【译文】

热病先见皮肤粗涩不爽，无力而热，烦闷，口唇咽喉干燥，治疗当取治于肺，用九针的第一针鑱针，选用热病五十九腧；如果肌肤胀满，口干，出冷汗，应取心经腧穴治疗脉的病，不可取治于"水"。所谓"水"，就是肾经。

热病，嗌干多饮，善惊，卧不能安，取之肤肉，以第六针，五十九；目眦青，索肉于脾，不得索之木。木者，肝也。

【译文】

热病见咽喉干燥，饮水多，易惊，卧床不起，应取治肤肉，用九针中的第六针员利针，选用热病五十九输穴；如见眼角发青，因为脾主肌肉，应当取脾经的输穴以治疗肌肉的病，不可取治于"木"。所谓"木"，就是肝经。

热病面青脑痛，手足躁，取之筋间，以第四针，于四逆①；筋蹙②，目浸③，索筋于肝，不得索之金。金者，肺也。

【注释】

①四逆：四肢厥逆。

②筋蹙：肝主筋，筋蹙则足不能行。张景岳："筋蹙者，足不能行也。"

③目浸：眼泪汪汪，浸淫不收。张景岳："目浸者，泪出不收也。"

【译文】

热病见面色青，脑部疼痛，手足躁动不安，应当取治于筋间，用九针中的第四针锋针，针其四肢厥逆；如筋蹙足不能行，泪出不收，应取肝经腧穴治疗筋病，不可取治于“金”。所谓“金”就是肺经。

热病数惊，瘛疭而狂，取之脉，以第四针，急泻有余者。癫疾毛发去，索血于心，不得索之水。水者，肾也。

【译文】

热病屡发惊痫，手足抽搐而狂躁，应取治于脉，用九针中的第四针锋针，急泻其热邪。癫疾而毛发脱落的，应取心经腧穴治疗血病，不可取治于“水”。所谓“水”，就是肾经。

热病身重骨痛，耳聋而好瞑，取之骨，以第四针，五十九，刺骨；病不食，啮齿，耳青，索骨于肾，不得索之土。土者，脾也。

【译文】

热病身体沉重，骨节疼痛，耳聋，嗜睡，应当取治于骨，用九针的第四针锋针，选用热病五十九腧穴；如患者不思饮食，咬牙，耳色青，因为肾主骨，应取肾经腧穴治疗骨病，不可取治于“土”。所谓“土”，就是脾经。

热病不知所痛，耳聋，不能自收，口干，阳热甚，阴颇有寒者[①]，热在髓，死不可治。

【注释】

①阴颇有寒者：张志聪："阳热甚而颇有寒者，在内之热，交争于外也。"

【译文】

热病不能自知其痛处，耳聋失聪，四肢懈惰不能自主运动，口干，阳热已极而阴分仅有寒意，这是热在骨髓的征象，为不治的死证。

热病头痛，颞颥目瘛脉痛[①]，善衄，厥热病也。取之以第三针，视其有余不足。

【注释】

①颞颥(nièrú)目瘛(chì)脉痛：颞颥牵引目之脉络抽掣作痛。颞颥，鬓骨，在头侧面，耳前上方，眉后方。瘛，通"瘈"。

【译文】

热病见头痛，颞颥部连及眼睛的脉络抽掣作痛，鼻易出血，这是厥热病。用九针中的第三针鍉针，根据疾病的虚实，用不同的手法进行补泻。

热病体重，肠中热，取之以第四针，于其腧及下诸指间[①]，索气于胃络[②]，得气也。

【注释】

①于其腧及下诸指间：指脾胃二经的"输穴"太白、陷谷，以及足五趾间的腧穴左右共八穴。

②胃络：丰隆穴。

【译文】

热病身体沉重，肠中有热，用九针中的第四针锋针，取脾胃二经的

“输穴”太白、陷谷，以及诸足趾间之腧穴，并可取胃经的络穴丰隆导引经气，而后才能得气。

热病挟脐急痛，胸胁满，取之涌泉与阴陵泉，取以第四针，针嗌里[①]。

【注释】

①嗌(yì)里：廉泉穴。

【译文】

热病见挟脐两侧拘急疼痛，胸胁胀满，取涌泉与阴陵泉穴，用九针中的第四针锋针，针咽喉的廉泉穴。

热病而汗且出，及脉顺可汗者，取之鱼际、太渊、大都、太白，泻之则热去，补之则汗出，汗出太甚，取内踝上横脉[①]，以止之。

【注释】

①内踝上横脉：即三阴交穴。

【译文】

热病，汗将出，脉象为顺，可以用针取汗时，当取鱼际、太渊、大都、太白穴，用泻法则热邪可去，用补法则能出汗，如果汗出太多的，可取内踝上横脉处的三阴交穴来制止。

热病已得汗而脉尚躁盛，此阴脉之极也，死；其得汗而脉静者，生。热病者脉尚盛躁而不得汗者，此阳脉之极也，死；脉盛躁得汗静者，生。

【译文】

热病已出汗而脉尚躁动盛大的，这是阴脉衰极的征象，为死证；汗出后脉象平缓的，可生。热病脉象尚躁动盛大，不得汗出的，是阳脉亢盛至极的症象，为死证；如脉象虽盛大躁动，汗出后而脉象平静的，可生。

热病不可刺者，有九：一曰：汗不出，大颧发赤，哕者，死；二曰：泄而腹满甚者，死；三曰：目不明，热不已者，死；四曰：老人婴儿，热而腹满者，死；五曰：汗不出，呕下血者死；六曰：舌本烂，热不已者，死；七曰：咳而衄，汗不出，出不至足者，死；八曰：髓热者，死；九曰：热而痉者，死。腰折，瘛疭，齿噤龂也[①]。凡此九者，不可刺也。

【注释】

①龂(xiè)：牙齿相互摩切。

【译文】

热病有九种死证，不可针刺：一是汗不得出，两颧骨发红而呃逆的，是死证；二是泄泻而腹胀满严重的，是死证；三是目视不明，热势不退的，是死证；四是老年人与婴儿，发热而腹胀满的，是死证；五是汗不得出，呕血便血的，是死证；六是舌根溃烂，热势不退的，是死证；七是咳嗽而鼻出血，汗不得出，或虽汗出而不到脚的，是死证；八是热邪已深入骨髓的，是死证；九是热极而发痉的，是死证。所谓“热而痉”的症状是腰脊反张、手足抽搐、口噤咬牙等。凡是以上九种征象，都不宜使用针刺。

所谓五十九刺者[①]，两手外内侧各三，凡十二痏；五指间各一，凡八痏，足亦如是；头入发一寸傍三分各三，凡六痏；

更入发三寸边五，凡十痏；耳前后口下者各一，项中一，凡六痏；巅上一，囟会一，发际一，廉泉一，风池二，天柱二。

【注释】

①五十九刺：指适应于治疗热病的五十九个腧穴，即两手外侧的少泽、关冲、商阳；内侧的少商、中冲、少冲，共十二穴。手五指间的后溪、中渚、三间、少府，左右共八穴。足五趾间的束骨、临泣、陷谷、太白，左右共八穴。头部的五处、承光、通天、临泣、目窗、正营、承灵、脑空，共十六穴。耳前的听会二穴。耳后的完骨二穴。口下的承浆一穴。项中的瘖门一穴。又百会、囟会、神庭、风府、廉泉各一穴，风池、天柱各二穴。合计五十九穴。

【译文】

所谓治疗热病的五十九穴，就是两手外侧与内侧各有三穴，共计十二穴；手五指间各一穴，共计八穴，足五趾间也是这样；头部入发际一寸，中行旁开有三处，每侧各三穴，左右共六穴；再从入发际的中行向后三寸，每侧各五穴，左右共十穴；耳前后各一穴，口下一穴，项中一穴，共计六穴；巅顶上一穴，囟会一穴，前发际一穴，后发际一穴，廉泉一穴，左右风池共两穴，左右天柱共两穴。

气满胸中喘息，取足太阴大指之端，去爪甲如薤叶[①]。寒则留之，热则疾之，气下乃止。

【注释】

①薤(xiè)叶：薤，植物名。俗名小蒜。薤叶，宽约一分，在此指隐白穴的距离。

【译文】

气逆壅满胸中，喘息急促，可取足太阴经脉在足大趾端距离爪甲约薤叶宽处的隐白穴。寒证留针，热证快出针，待逆气下降而不喘，就停止。

心疝暴痛，取足太阴、厥阴，尽刺去其血络。

【译文】

心疝病，突然疼痛，可取足太阴、足厥阴二经，针刺放尽络脉的淤血。

喉痹，舌卷，口中干，烦心心痛，臂内廉痛，不可及头，取手小指次指爪甲下，去端如韭叶[1]。

【注释】

①韭叶：韭菜叶，宽约一分左右，在此指无名指爪甲下关冲穴。

【译文】

喉痹，舌卷，口干，心烦，心痛，臂部内侧疼痛，不能上举至头，可取无名指爪甲端距离如韭菜叶宽处的关冲穴。

目中赤痛，从内眦始，取之阴跻[1]。风痓身反折，先取足太阳及腘中及血络出血[2]；中有寒，取三里。

【注释】

①阴跻：照海穴。

②腘（guó）中：委中穴。

【译文】

眼睛红肿疼痛，从内眼角开始的，取阴跻脉的照海穴。因风而致痉挛，角弓反张，先取足太阳经及膝胭中的委中穴，以及浮浅的络脉，刺出其血；中焦有寒，取足三里穴。

癃，取之阴跻及三毛上及血络出血[①]。

【注释】

①三毛上：指大敦穴。

【译文】

小便不通，取阴跻脉的照海穴和足大趾三毛处的大敦穴，以及浮浅的络脉，刺出其血。

男子如蛊[①]，女子如怚[②]，身体腰脊如解，不欲饮食，先取涌泉见血，视跗上盛者，尽见血也。

【注释】

①蛊：形容男子的胀病，如犯蛊毒。

②怚：《甲乙经》作“阻”。这里当作“阻”，指女子的郁病。

【译文】

男子腹胀如蛊，女子郁阻之病，身体腰脊如散解，不思饮食，先取涌泉穴出血，再看足背上有血盛的络脉，同样刺出其血。

厥病第二十四

【题解】

所谓“厥”，即气逆不顺。病邪袭于经脉，经气逆乱，逆犯于头则为厥头痛，逆犯于胸脘则为厥心痛。本篇详细论述了厥头痛与厥心痛的证候与针刺治疗方法；简要说明真头痛与真心痛的症状特征与不良预后；叙述了虫瘕和蛟蛔等肠寄生虫病的症状和针刺方法；简述了耳鸣、耳聋的针刺方法；最后，指出风痹经久不愈的症状和预后。因以论述厥头痛、厥心痛为主，故以《厥病》名篇。

厥头痛[①]，面若肿起而烦心，取之足阳明、太阴。

厥头痛，头脉痛[②]，心悲善泣，视头动，脉反盛者，刺尽去血，后调足厥阴。

厥头痛，贞贞头重而痛[③]，泻头上五行，行五[④]，先取手少阴，后取足少阴。

厥头痛，意善忘[⑤]，按之不得，取头面左右动脉[⑥]，后取足太阴。

厥头痛，项先痛，腰脊为应，先取天柱，后取足太阳。

厥头痛，头痛甚，耳前后脉涌有热，泻出其血，后取足

少阳。

【注释】

①厥头痛：张景岳："厥，逆也。邪逆于经，上干头脑而为痛者，曰厥头痛也。"

②头脉痛：头部沿一定的经脉循行处疼痛。

③贞贞：不移动。贞，固定。

④头上五行，行五：头部五条经脉线路，每条经脉上各有五个穴位。即正中督脉的上星、囟会、前顶、百会、后顶；两旁足太阳经的五处、承光、通天、络却、玉枕；又两旁足少阳经的临泣、目窗、正营、承灵、脑空。共二十五穴。

⑤意：通"噫"，叹气。

⑥头面左右动脉：指足阳明脉。

【译文】

厥头痛，面部浮肿，心中烦躁的，可取足阳明与足太阴经的腧穴。

厥头痛，头部脉络疼痛，心中悲伤，好哭，可以诊察到头部颤动，络脉充盛，用针刺出血，然后取足厥阴经的腧穴。

厥头痛，痛有定处，并有沉重感，治疗用泻法，取头部正中督脉与两旁的足太阳、足少阳经，共计五行，每行五穴，合计二十五穴；先取手少阴经，后取足少阴经的腧穴。

厥头痛，长叹气、健忘，触摸不到疼痛部位，先取在头面部左右的动脉，然后再取足太阴经的腧穴。

厥头痛，从项部先痛，腰脊部也相应疼痛，先取天柱穴，后取足太阳经的腧穴。

厥头痛，痛得很厉害，耳前耳后的脉络都怒胀有热，先泻出其血，后取足少阳经的腧穴。

真头痛[①]，头痛甚，脑尽痛，手足寒至节[②]，死不治。

【注释】

①真头痛：《难经·六十难》："入连在脑者，名真头痛。"

②手足寒至节：虞庶："头脑中痛甚而手足冷至肘膝者，名真头痛。其寒气入深故也。风寒之气，循风府入于脑。"

【译文】

真头痛，疼痛剧烈，如果整头疼痛，手足发凉至关节的，这是不治的死证。

头痛不可取于腧者，有所击堕，恶血在于内，若肉伤，痛未已，可则刺，不可远取也。

头痛不可刺者，大痹为恶[①]，日作者，可令少愈，不可已。

头半寒痛，先取手少阳、阳明，后取足少阳、阳明。

【注释】

①大痹：张介宾："痹之甚者，谓之大痹，其证则风寒湿三气杂至，合成恶患，令人头痛。"为恶：犹为害。

【译文】

头痛，有的不能取腧穴治疗，如被击伤或从高处跌落，淤血留阻于内或肌肉受伤而疼痛不止，可在受伤的局部针刺，不能用远处的腧穴。

头痛不能仅用针刺，是由大痹为患，每天发作，用针刺可使痛势减轻，但不能根治。

头一侧发冷疼痛，先取手少阳、手阳明经的腧穴，后取足少阳、足阳明经的腧穴。

厥心痛[①]，与背相控，如从后触其心，伛偻者，肾心痛也，先取京骨、昆仑，发针不已，取然谷。

厥心痛，腹胀胸满，心尤痛甚，胃心痛也，取之大都、太白。

厥心痛，痛如以锥针刺其心，心痛甚者，脾心痛也，取之然谷，太溪。

厥心痛，色苍苍如死状，终日不得休息，肝心痛也，取之行间、太冲。

厥心痛，卧若从居[②]，心痛间，动作痛益甚，色不变，肺心痛也，取之鱼际、太渊。

【注释】

①厥心痛：五脏气机逆乱而致的心痛。《难经·第六十难》："其五脏气相干，名厥心痛。"古人所谓的心痛，有些不是今天理解的心脏病所致的疼痛，而是胃脘部的疼痛。

②若：或。从居：闲居，休息。

【译文】

厥心痛，牵引至背部，好像从背后触动心脏一样，以致病人不敢伸直腰板，这是肾气厥逆的心痛，先取京骨、昆仑穴，出针后疼痛立止，如不止，再取然谷穴。

厥心痛，胸腹胀满，心口疼痛剧烈，这是胃气厥逆的心痛，可取大都、太白穴。

厥心痛，痛如以锥刺心，心口疼痛剧烈，这是脾气厥逆的心痛，可取然谷、太溪穴。

厥心痛，面色青苍如死人，整天疼痛不止，这是肝气厥逆的心痛，可取行间、太冲穴。

厥心痛，当安卧或从容闲居时，疼痛缓解，活动时加重，但面色不变，这是肺气厥逆的心痛，可取鱼际、太渊穴。

真心痛[①]，手足清至节，心痛甚，旦发夕死，夕发旦死。

【注释】

①真心痛：是邪气直犯心脏的一种心痛病。相当现在的较严重的心脏病，如心绞痛发作或心肌梗死等病。

【译文】

邪气在心的真心痛，手足寒冷至肘膝关节，心胸痛势剧烈，早上发作到晚上就会死亡，晚上发作到次日早上就会死亡。

心痛不可刺者，中有盛聚，不可取于腧。

肠中有虫瘕及蛟蛔[①]，皆不可取以小针。

腹中痛，发作肿聚，往来上下行，痛有休止，腹热，喜涎出者，是蛟蛔也。以手聚按而坚，持之，无令得移，以大针刺之，久持之，虫不动，乃出针也。

【注释】

①虫瘕(jiǎ)：由寄生虫结聚于肠中形成的瘕病。蛟蛔(huí)：泛指蛔虫等肠寄生虫。蛔，同“蛔”。

【译文】

心痛不能用刺法治疗的，是因为内有积聚或淤血，所以不能取穴治疗。

肠内有虫积或蛔虫，都不适宜用小针治疗。

腹部疼痛，发作时有肿块聚起，上下游走不定，时痛时止，腹部热，

易流口涎，这是有蛔虫的征象。手指并拢，按紧肿块，不让它移动，然后用大针刺之，长时按住，等虫不动，才出针。

耳聋无闻，取耳中[①]。

耳鸣，取耳前动脉[②]。

耳痛不可刺者，耳中有脓，若有干耵聍[③]，耳无闻也。

耳聋，取手足小指次指爪甲上与肉交者[④]，先取手，后取足。耳鸣，取手中指爪甲上[⑤]，左取右，右取左，先取手，后取足[⑥]。

【注释】

①耳中：听宫穴。

②耳前动脉：耳门穴。

③耵聍(dīngníng)：即耳垢、耳屎。

④小指次指爪甲上与肉交者：指无名指的关冲穴与足第四趾的窍阴穴。

⑤手中指爪甲上：指中冲穴。

⑥足：指大敦穴。

【译文】

耳聋听不到声音，取耳中的听宫穴。

耳鸣，取耳前动脉处的耳门穴。

耳内疼痛，不能针刺的是指耳中有脓，或有干耳垢，以致听觉失常。

治疗耳聋，先取无名指爪甲上的关冲穴，后取足第四趾的窍阴穴。治疗耳鸣，可取手中指爪甲上端的中冲穴，左耳鸣取右穴，右耳鸣取左穴，先取手上的腧穴，再取足部的大敦穴。

髀不可举，侧而取之，在枢合中，以员利针，大针不可刺。

【译文】

大腿抬不起来，治疗时，让病人侧卧，在髀枢中的环跳穴，用员利针刺之，大针不能用。

病注下血，取曲泉。

【译文】

下血如水注，取曲泉穴。

风痹淫病不可已者，足如履冰，时如入汤中。股胫淫泺[1]，烦心头痛，时呕时悗，眩已汗出，久则目眩，悲以喜恐[2]，短气不乐，不出三年，死也。

【注释】

①淫泺(luò)：王冰："谓淫泺，似酸疼而无力也。"

②悲以喜恐：悲伤止住，又生恐惧。以，通"已"。

【译文】

风痹病久不愈，两足时如履冰之感，时如入汤之热。大小腿部因邪气蔓延而疲痛无力，并见心烦，头痛，时呕吐或饱闷，目眩稍停就出虚汗，停一会又目眩，悲伤过后又生恐惧，呼吸短促，闷闷不乐，有这些症状三年内可能死亡。

病本第二十五

【题解】

本篇以多种病证为例，说明在临证时，必须首先分清标本，才能决定治疗的主次先后。要做到这一点，医生必须对病因、病位、病态等进行全面地综合，分析其病机，找到疾病的根本所在，然后方可获得正确的诊断和治疗。所以，找到了疾病的根本所在，才是治疗疾病的根本之道。故以《病本》名篇。本篇与《素问·标本病传论》前半部分关于"标本"的内容基本一致。只是《素问》在该段经文前对标本的意义和临床运用价值的论述尤精，读者可以互参。

先病而后逆者[①]，治其本；先逆而后病者，治其本。先寒而后生病者，治其本；先病而后生寒者，治其本；先热而后生病者，治其本；先泄而后生他病者，治其本。必且调之，乃治其他病。先病而后生中满者，治其标；先中满而后烦心者，治其本。有客气[②]，有同气[③]。大小便不利，治其标；大小便利，治其本。

病发而有余[④]，本而标之，先治其本，后治其标。病发而不足，标而本之，先治其标，后治其本。谨详察间甚[⑤]，以意

调之，间者并行⑥，甚者独行⑦。先小大便不利而后生病者，治其本也。

【注释】

①逆：指气血不和。

②客气：即所受的邪气。

③同气：与客气相对，指正气。

④有余：指邪气有余。

⑤间：病轻浅。甚：病深重。《素问·标本病传论》、《甲乙》"谨"下无"详"，是。

⑥并行：标本兼治。

⑦独行：单独用治标或治本的一种方法。

【译文】

先患某种病而后气血不和的，应当先治其本；先有气血不和而后患病的，先治气血不和的本病。先感受寒邪而后发生其他病变的，应当先治其本；先患病而后生寒变的，也当先治其本病。先患热病而后发生其他病变的，应当治其本病；先患泄泻而后又生其他病的，当先治疗泄泻。一定得先把泄泻治好，才可治疗其他病证。先患病而后发生中满的，应当先治它的标病；先患胸腹胀满证，而后又增加了心烦不舒的，应当治其本病。有邪气，也有真气。大小便不利的，应当先治其标病；大小便通利的，应当先治其本病。

若发病表现为有余的实证，应当用本而标之的治法，即先治其本，后治其标；若发病表现为不足的虚证，应当用标而本之的治法，即先治其标，后治其本。要谨慎地观察病情的轻重，根据具体病情而进行治疗。病轻的可以标本兼治，病重的就要根据病情，或治本或治标。先大小便不通利，而后并发其他疾病的，应当先治其本病。

杂病第二十六

【题解】

本篇介绍了多种疾病的症状和治法，虽名为《杂病》，但内容杂而不乱。篇中着重论证了病因同而病证不同、主证同而兼证不同者，都应分经取治。充分体现了处理杂病，必须掌握辨证论治的原则。本篇内容包括：一、指出经气厥逆所致病证的病位不同，应分经取治。二、论述了喉痹、疟疾、齿痛、耳聋、衄血、腰痛、项痛、心痛等病，因兼证不同，应分经取治。三、介绍了颠痛、腹满、腹痛、痿、厥、呃等病证的症状和治疗方法。

厥，挟脊而痛者，至顶，头沉沉然，目眩眩然[①]，腰脊强，取足太阳腘中血络。

厥，胸满面肿，唇累累然[②]，暴言难，甚则不能言，取足阳明。

厥，气走喉而不能言，手足清，大便不利，取足少阴。

厥，而腹响响然[③]，多寒气，腹中穀穀[④]，便溲难，取足太阴。

【注释】

①眩眩(huāng):看不清东西,目不明。

②累累然:重积的样子。这里指唇肿而厚。

③响响:腹部膨胀,弹之有声。

④穀穀(gǔ):象声词,流水声。喻腹中肠鸣。

【译文】

经气厥逆,挟脊两旁疼痛,放散至头顶,头昏沉重,视物不清,腰脊强直,取足太阳经在腘中的委中穴处的络脉刺血。

经气厥逆,胸中气满,面目浮肿,口唇肿厚,突然语言难出,甚至不能言语,取足阳明经的腧穴治疗。

经气厥逆,上及喉部以致不能言语,手足寒冷,大便不利,取足少阴经的腧穴治疗。

经气厥逆,腹部膨胀,弹之有声,寒气滞留,腹中有水声,二便不利,取足太阴经的腧穴治疗。

嗌干,口中热如胶,取足少阴。

膝中痛,取犊鼻[①],以员利针,发而间之。针大如麻,刺膝无疑。

【注释】

①犊鼻:穴名。属足阳明胃经,位于膝膑下。膝膑部形如牛犊之鼻,故以名穴。

【译文】

咽喉干燥,口中热而唾液如胶,取足少阴经的腧穴治疗。

膝关节疼痛,取犊鼻穴,用员利针刺之,出针后隔些时候还可再刺。这种针身大如牛尾的长毛,用刺膝部最为适宜。

喉痹不能言，取足阳明；能言，取手阳明。

疟不渴，间日而作，取足阳明；渴而日作，取手阳明。

齿痛，不恶清饮，取足阳明；恶清饮，取手阳明。

聋而不痛者，取足少阳；聋而痛者，取手阳明。

衄而不止，衃血流[①]，取足太阳；衃血，取手太阳；不已，刺腕骨下；不已，刺腘中出血。

【注释】

①衃（pēi）血：凝积的死血。王冰："衃血，败恶凝聚之血，色赤黑也。"

【译文】

喉痹肿痛，不能说话的，取足阳明经的腧穴治疗；还能说话的，取手阳明经的腧穴治疗。

疟疾口不渴，隔日发作一次的，可取足阳明经的腧穴治疗；口渴，每日发作的，取手阳明经的腧穴治疗。

牙齿疼痛，不怕冷饮的，取足阳明经的腧穴治疗；怕冷饮的，取手阳明经的腧穴治疗。

耳聋不疼的，取足少阳经的腧穴治疗；耳聋兼见疼痛的，取手阳明经的腧穴治疗。

鼻出血不止，且有黑血流出的，取足太阳经的腧穴治疗；如淤血结滞，取手太阳经的腧穴治疗；不愈，刺腕骨下的腕骨穴治疗；再不愈，可刺委中出血。

腰痛，痛上寒，取足太阳、阳明；痛上热，取足厥阴；不可以俯仰，取足少阳；中热而喘，取足少阴、腘中血络。

喜怒而不欲食，言益少，刺足太阴；怒而多言，刺足

少阳。

颇痛，刺手阳明与颇之盛脉[①]，出血。

项病，不可俯仰，刺足太阳；不可以顾，刺手太阳也。

小腹满大，上走胃至心，淅淅身时寒热[②]，小便不利，取足厥阴。

腹满，大便不利，腹大，亦上走胸嗌，喘息喝喝然[③]，取足少阴。

腹满食不化，腹响响然，不能大便，取足太阴。

【注释】

①颇(kǎn)之盛脉：足阳明胃经的颊车穴。颇，下巴。

②淅淅：意同“洒淅”，恶寒战栗貌。

③喝喝(hè)：大声呼喊。在此形容气喘的声音。

【译文】

腰痛，痛处发凉的，取足太阳、足阳明两经的腧穴治疗；痛处发热的，取足厥阴经的腧穴治疗；腰痛不能俯仰的，取足少阳经的腧穴治疗；内有热而气喘的，可取足少阴经的腧穴与委中处络脉刺血。

易发怒，不思饮食，讲话少的，刺足太阴经的腧穴；易怒而言语特别多的，可刺足少阳经的腧穴。

下巴疼痛，取手阳明经的腧穴与足阳明经的颊车穴泻血。

颈项疼痛，不能俯仰的，刺足太阳经的腧穴；不能左右盼顾的，刺手太阳经的腧穴。

小腹胀满膨大，向上波及胃脘及心胸，恶寒战栗，时常寒热，小便不利，取足厥阴经的腧穴治疗。

腹部胀满，大便不利，腹膨大，向上影响到胸部与喉咙，气喘有声，取足少阴经的腧穴治疗。

腹中胀满，食物积滞不化，腹中鸣响，大便不通，取足太阴经的腧穴治疗。

心痛引腰脊，欲呕，取足少阴。

心痛，腹胀。啬啬然[①]，大便不利，取足太阴。

心痛引背不得息，刺足少阴；不已，取手少阳。

心痛引小腹满，上下无常处，便溲难，刺足厥阴。

心痛，但短气，不足以息，刺手太阴。

心痛，当九节刺之[②]，按，已刺按之，立已；不已，上下求之，得之立已。

【注释】

①啬啬然：阻塞。这里形容肠中阻滞不通。

②九节：第九胸椎棘突下的筋缩穴。

【译文】

心痛牵引腰脊疼痛，恶心欲吐，取足少阴的腧穴治疗。

心痛，腹中胀满。肠中涩滞不通，大便不利，取足太阴经的腧穴治疗。

心痛牵引背部疼痛，呼吸不利，刺足少阴经的腧穴；不愈，取手少阴经的腧穴治疗。

心痛牵引小腹胀满，上下走窜，痛无定处，二便不利，刺足厥阴经的腧穴。

心痛，只见气短，呼吸困难，刺手太阴经的腧穴。

心痛，可在第九胸椎棘突下的筋缩穴针刺，先在穴位上按揉，刺后再继续按揉，可以立即止痛；痛还不止，再在该处上下寻求痛点刺治，就可立即止痛。

颇痛，刺足阳明曲周动脉见血[①]，立已；不已，按人迎于经，立已。

气逆上，刺膺中陷者与下胸动脉。

腹痛，刺脐左右动脉，已刺按之，立已；不已，刺气街，已刺按之，立已。

痿厥为四末束悗[②]，乃疾解之，日二，不仁者，十日而知，无休，病已，止。

哕，以草刺鼻，嚏，嚏而已；无息，而疾迎引之，立已；大惊之，亦可已。

【注释】

①曲周动脉：动脉环绕一周，称为“曲周”。当耳下曲颊之端，此处有颊车穴。

②四末束悗(mán)：束缚患者的四肢，使其觉得满闷，然后解开，可以帮助气血的流通。这是古代的导引疗法。

【译文】

下巴痛，刺足阳明经在曲周部的颊车穴处出血，可以立即止痛；如果痛还不止，再按摩人迎部，就可立即止痛。

气逆上冲，可刺胸膺中凹陷处的膺窗穴，以及胸前下方的动脉处。

腹中疼痛，可刺脐左右动脉处的天枢穴，刺后再按摩该处，可以立即止痛；如痛还未止，可刺气冲穴，刺后再按摩，就可立即止痛。

痿与厥病，可将四肢束缚起来，待病者感觉气闷，就立即解开，每天两次，不知痛痒的，治疗十天就可恢复感觉，但不可中止，需继续至病愈为止。

呃逆证，可用草茎刺入鼻孔，使之喷嚏，打了喷嚏就能好；或者屏住呼吸，很快的将上逆之气引而下行，呃逆即止；或者使之突然受到惊吓，也可以立愈。

周痹第二十七

【题解】

“周痹”是由于风寒湿三气杂至，停留经脉分肉之中，使气血不能正常运行，而其病邪可以随经脉上下流动的一种痹证。而“众痹”的病因和病机虽然与周痹相同，但它能左右相应，时发时止，又与周痹不同。篇中以周痹内容为主，故篇名《周痹》。本篇主要内容：一、提出了周痹与众痹两病的鉴别点。周痹随脉上下，遍及全身；众痹左右相应，时发时止。二、痹证的病因，是由于风、寒、湿三邪的侵袭，但因所聚的部位有深浅以及所在经络之异，所以发病后的症状也就各有不同。三、痹证的治疗，除应根据痛处的上下分先后进行施治外，还要注意六经的虚实，经络的血结、陷下等情况，采用热熨、运动等辅助疗法。

黄帝问于岐伯曰：周痹之在身也，上下移徙[①]，随其脉上下，左右相应，间不容空，愿闻此痛，在血脉之中邪[②]？将在分肉之间乎？何以致是？其痛之移也，间不及下针，其慓痛之时[③]，不及定治，而痛已止矣，何道使然？愿闻其故。

岐伯答曰：此众痹也，非周痹也。

【注释】

①徙(xǐ):迁移。

②邪:在此与"耶"音义通。为疑问词。

③慉(xù)痛:积聚而痛,形容疼痛集中在一处。慉,积聚,蓄积。

【译文】

黄帝问岐伯说:周痹在人体,邪气随着经脉上下移动,上下左右相应疼痛,疼痛交替,几乎没有一点点空隙,请问这种疼痛,是在血脉之中呢?还是在分肉之间?是怎么形成的?疼痛转移很快,而来不及下针;邪气聚积疼痛时,还未及下针,而疼痛已停止了,这是什么道理?希望听听其中的缘故。

岐伯答道:这是众痹,而不是周痹。

黄帝曰:愿闻众痹。

岐伯对曰:此各在其处,更发更止,更居更起,以右应左,以左应右,非能周也,更发更休也。

黄帝曰:善。刺之奈何?

岐伯对曰:刺此者,痛虽已止,必刺其处,勿令复起。

【译文】

黄帝说:希望听听众痹的情况?

岐伯答道:众痹的疼痛各有一定部位,交互发作和停止,交互留居和复起,右对应左,左对应右,左右相应,但不能周遍全身,而是交互发作和停止的。

黄帝说:好。怎样针刺这种病呢?

岐伯说:针刺这种痹证,疼痛虽然已经停止,但还要在病处刺治,不让它复发。

帝曰：善。愿闻周痹何如？

岐伯对曰：周痹者，在于血脉之中，随脉以上，随脉以下，不能左右，各当其所。

黄帝曰：刺之奈何？

岐伯对曰：痛从上下者，先刺其下以遏之，后刺其上以脱之；痛从下上者，先刺其上以遏之，后刺其下以脱之。

【译文】

黄帝说：讲得好。希望再听听周痹的情况怎样？

岐伯答道：周痹的病邪留居血脉之中，所以能随着经脉上下移动，但是不能左右交互发作，而固定在一定的部位。

黄帝问：怎么针刺这种病呢？

岐伯答道：疼痛由上向下移动的，先刺其下部以遏止病邪，然后再刺其上部尽除病根；疼痛由下向上移动的，先刺其上部以遏止病邪，然后再刺其下部以尽除病根。

黄帝曰：善。此痛安生？何因而有名？

岐伯对曰：风寒湿气，客于外分肉之间，迫切而为沫[①]，沫得寒则聚，聚则排分肉而分裂也，分裂则痛，痛则神归之[②]，神归之则热，热则痛解，痛解则厥，厥则他痹发，发则如是。此内不在脏，而外未发于皮，独居分肉之间，真气不能周，故命曰周痹。故刺痹者，必先切循其上下之六经，视其虚实，及大络之血结而不通，及虚而脉陷空者而调之，熨而通之，其瘛坚，转引而行之。

黄帝曰：善。余已得其意矣，亦得其事也。

【注释】

①沫：津液被邪气所逼迫而产生的异物。

②神归：就是卫气灌注于患处之意。马元台："神归即气归也。"神，在此指卫气。

【译文】

黄帝说：很好。这种痛疼是怎样产生的？又是根据什么定名的呢？

岐伯答道：风、寒、湿三气，侵袭到体表分肉之间，逼迫该部津液形成汗沫，汗沫遇到寒气而凝聚，汗沫凝聚处的分肉被排挤而分裂，分肉裂开则产生疼痛，痛时卫气就贯注到局部而发热，痛遇热就能缓解，痛势缓解后，就会厥气上逆，厥气上逆到其他部位，其他部位的痹痛又发作，发作时的情况也是这样。这种病既不在内脏，又不在外表的皮肤，仅仅留居分肉之间，使人身的真气不能正常周行，所以命名为"周痹"。针刺这种痹证时，必先要依次切循检查痹疼在上下六经的哪一经，并分析其虚实属性，以及大络之间有无淤血凝结不通，或虚弱而脉下陷，然后再调治，并可采用熨法，疏通经脉，如果拘急坚硬的，可以牵引运动病人肢体，帮助血气的运行。

黄帝说：很好。我已懂得了其中的道理，也懂得怎样治疗的方法。

口问第二十八

【题解】

本篇主要论述十二种奇邪上走孔窍所致十二种病证的病机和治法。这些内容，在古医经上没有记载，是岐伯在与先师的问答中，从先师口授而得来的一些医学知识，故以《口问》名篇。本篇主要内容：一、概述了疾病的原因，包括外感六淫、内伤七情和生活规律失常等三方面。二、叙述了欠、哕、唏、振寒、噫、嚏、躄、泣涕、太息、涎下、耳鸣、啮舌十二种病证的病因病机和治疗方法。这十二种病证中有的在今天看来大多属于生理现象或生理异常，而古人却将其看成疾病并讨论了其形成的机理和治疗的方法。事实上，生理与病理并没有截然的区别，生理性的现象也会影响人的生活，也是需要治疗的。可见古人对疾病研究的细致深入和对人的关爱之深。

黄帝闲居，辟左右而问于岐伯[①]，曰：余已闻九针之经，论阴阳逆顺，六经已毕，愿得口问。

岐伯避席再拜曰：善乎哉问也！此先师之所口传也。

黄帝曰：愿闻口传。

岐伯答曰：夫百病之始生也，皆生于风雨寒暑，阴阳喜

怒，饮食居处，大惊卒恐。则血气分离，阴阳破败，经络厥绝，脉道不通，阴阳相逆，卫气稽留，经脉虚空，血气不次，乃失其常。论不在经者，请道其方。

【注释】

①辟：退避。

【译文】

黄帝闲居，避开左右的人，对岐伯说：我已经知道九针在医经上所论述的阴阳经的逆顺走向和手足六经的道理，我还希望听听从问答口授中得到医学知识。

岐伯离开座席，拜了两拜，说：您问得好啊！这些知识都是先师口传给我的。

黄帝说：我希望听听这些口传的医学知识。

岐伯回答说：大凡疾病的发生，都是因为风雨寒暑，房事过度，喜怒不节，饮食不调，居处不适，大惊猝恐等。导致了血气分离，阴阳衰败，经络闭绝，脉道不通，阴阳逆乱，卫气滞留，经脉空虚，气血紊乱，人体失去正常状态。这些内容古代医经上没有记载，请让我说明这些方法。

黄帝曰：人之欠者，何气使然？

岐伯答曰：卫气昼日行于阳，夜半则行于阴。阴者主夜，夜者卧。阳者主上，阴者主下。故阴气积于下，阳气未尽，阳引而上，阴引而下，阴阳相引，故数欠。阳气尽，阴气盛，则目瞑；阴气尽而阳气盛，则寤矣。泻足少阴，补足太阳。

【译文】

黄帝问：人打呵欠，是什么气所致？

岐伯回答说：卫气白天循行阳分，夜间循行阴分。阴气主夜，入夜则睡眠。阳气升发而主上，阴气沉降而主下。所以人在夜间将睡之时，阴气聚集于下部，阳气还未全入阴分，阳仍有引气上升的作用；而同时，阴气开始引阳气向下降，阴阳上下相引，于是连连呵欠。等到阳气都入阴分，阴气大盛时，就能闭目安眠；等到阴气尽而阳气盛，就醒了。这样的症状，泻足少阴经，补足太阳膀胱经。

黄帝曰：人之哕者，何气使然？

岐伯曰：谷入于胃，胃气上注于肺。今有故寒气与新谷气俱还入于胃，新故相乱，真邪相攻，气并相逆，复出于胃，故为哕。补手太阴，泻足少阴。

【译文】

黄帝问：人发生呃逆，是什么气所致？

岐伯说：正常情况下，饮食物进入胃中，经过脾胃的腐熟运化，把精微上注到肺。如果中焦先感受寒邪，又新进饮食，寒邪与食物都存留胃中，新进的饮食与原有的寒邪互相扰乱，邪正相争，邪气与胃气相攻相逆，再从胃中出，而上入胸膈，所以发生呃逆。这样的症状，补手太阴肺经，泻足少阴肾经。

黄帝曰：人之唏者[①]，何气使然？

岐伯曰：此阴气盛而阳气虚，阴气疾而阳气徐，阴气盛而阳气绝，故为唏。补足太阳，泻足少阴[②]。

【注释】

①唏(xī)：悲泣后的哽咽之声。

②“补足太阳”句：张景岳：“补太阳之申脉，阳跻所出也；泻少阴之照海，阴跻所出也。”

【译文】

黄帝问：人发生哽咽，是什么气所致？

岐伯说：这是由于阴气盛而阳气虚，阴气运行快，阳气运行慢，甚至阴气过盛，阳气衰绝，所以造成哽咽。这样的症状，应补足太阳经，泻足少阴经。

黄帝曰：人之振寒者，何气使然？

岐伯曰：寒气客于皮肤，阴气盛，阳气虚，故为振寒寒栗。补诸阳[①]。

【注释】

①补诸阳：杨上善：“以阳虚阴盛，阳虚故皮肤虚，阴盛故寒客皮肤，故振寒寒栗，宜补三阳之脉。”

【译文】

黄帝问：人发冷打战，是什么气所致？

岐伯说：寒邪侵入皮肤，寒邪偏盛，体表阳气偏虚，所以出现发冷、战抖的症状。这样的症状，当采用温补各阳经的方法。

黄帝曰：人之噫者[①]，何气使然？

岐伯曰：寒气客于胃，厥逆从下上散，复出于胃，故为噫。补足太阴、阳明。

【注释】

①噫(ài)：嗳气。

【译文】

黄帝问：人发生嗳气，是什么气所致？

岐伯回答说：寒邪侵入胃中，厥逆之气从下向上扩散，再从胃中出，所以出现嗳气。这样的症状，应该补足太阴脾经和足阳明胃经。

黄帝曰：人之噫者，何气使然？

岐伯曰：阳气和利，满于心[①]，出于鼻，故为噫。补足太阳荣、眉本[②]。

【注释】

①心：孙鼎宜："'心'当作'胸'，字误。"

②荣：通"荥"。杨上善："太阳荥在通谷，足指外侧本节前陷中。"眉本：指攒竹穴。

【译文】

黄帝问：人打喷嚏，是什么气所致？

岐伯说：阳气和利，布满于心胸而上出于鼻，就会打喷嚏。这样的症状，应补足太阳荥穴通谷，以及眉根部的攒竹穴。

黄帝曰：人之躀者，何气使然？

岐伯曰：胃不实则诸脉虚，诸脉虚则筋脉懈惰，筋脉懈惰则行阴用力，气不能复，故为躀[①]。因其所在，补分肉间。

【注释】

①躀(duǒ)：下垂貌。指肢体疲困，全身懈惰无力的状态。

【译文】

黄帝问：人发生全身无力、疲困懈惰，是什么气所致？

岐伯说：胃气虚，以致各经脉皆虚；各经脉的虚衰就导致筋脉懈惰无力；筋脉懈惰无力，再勉强行房，则元气不能恢复，于是出现懈惰无力的肿证。这样的症状，应根据病变发生部位，在分肉间施用补法。

黄帝曰：人之哀而泣涕出者，何气使然？

岐伯曰：心者，五脏六腑之主也；目者，宗脉之所聚也，上液之道也[①]；鼻者，气之门户也。故悲哀愁忧则心动，心动则五脏六腑皆摇，摇则宗脉感，宗脉感则液道开，液道开故泣涕出焉。液者，所以灌精濡空窍者也，故上液之道开则泣，泣不止则液竭，液竭则精不灌，精不灌则目无所见矣，故命曰夺精。补天柱经俠颈。

【注释】

①“目者”三句：杨上善：“手足六阳及手少阴、足厥阴等诸脉凑目，故曰宗脉所聚。大小便为下液之道，涕泣以为上液之道。”

【译文】

黄帝问：人因哀伤而涕泪俱出，是什么气所致？

岐伯答道：心是五脏六腑的主宰；眼睛是诸多经脉聚会的地方，也是津液在上部外泄的道路；口鼻是气出入的门户。大凡悲哀忧愁等情志变化，就会扰动心神，心神扰动不安则五脏六腑受到影响不安，脏腑不安进而触动各经脉，经脉被触动，从而使眼及口鼻的液道开张，液道开张涕泪就由此出来了。人体之液是渗灌精气濡养孔窍的，所以上液之道开张就流泪，而流泪不止则精液耗竭，精液耗竭不能渗灌精气而濡养孔窍，所以眼目看不见东西，这叫作“夺精”。这样的症状，应补足太阳经在项部的天柱穴。

黄帝曰：人之太息者[①]，何气使然？

岐伯曰：忧思则心系急，心系急则气道约，约则不利，故太息以伸出之。补手少阴、心主、足少阳，留之也。

【注释】

①太息：长出气，即叹气。

【译文】

黄帝问：人的叹气，是什么气所致？

岐伯说：忧愁思虑则心系急迫，心系急迫则约束气道，气道约则呼吸不利，所以不时长出气，以伸展其气。这样的症状，应补手少阴经、手厥阴经、足少阳经，用留针的方法。

黄帝曰：人之涎下者，何气使然？

岐伯曰：饮食者皆入于胃，胃中有热则虫动，虫动则胃缓，胃缓则廉泉开[①]，故涎下。补足少阴。

【注释】

①廉泉：杨上善："廉泉，舌下孔，通涎道也。人神守，则其道不开，若为好味所感，神者失守，则其孔开涎出也；亦因胃热虫动，故廉泉开，涎因出也。"

【译文】

黄帝问：人流口涎，是什么气所致？

岐伯说：饮食都入胃中，若胃中有热，寄生虫因热而蠕动，虫动会使胃气弛缓，胃缓则舌下廉泉开张而流涎。这样的症状，应补足少阴肾经。

黄帝曰：人之耳中鸣者，何气使然？

岐伯曰：耳者，宗脉之所聚也。故胃中空则宗脉虚，虚则下，溜脉有所竭者[①]，故耳鸣。补客主人[②]，手大指爪甲上与肉交者也。

【注释】

①溜脉：即流行的经脉，在此指流行过耳的经脉。溜，流。杨上善："溜脉，入耳之脉，溜行之者也。有竭不通，虚故耳鸣也。"

②客主人：即足少阳胆经之上关穴，为手少阳三焦经、足少阳胆经及足阳明胃经的会穴，位于耳前，耳病常取之。

【译文】

黄帝问：人发生耳鸣，是什么气所致？

岐伯答道：耳部是宗脉聚集的地方。若胃中空虚，水谷精气供给不足，则宗脉必虚，宗脉虚则阳气下陷不升，精微不能上入耳部的经脉，致气血不充而耗竭，所以耳鸣。这样的症状，应在足少阳胆经的客主人穴，以及位于手大指爪甲角的手太阴肺经的少商穴施以补法。

黄帝曰：人之自啮舌者，何气使然？

岐伯曰：此厥逆走上，脉气辈至也[①]。少阴气至则啮舌，少阳气至则啮颊，阳明气至则啮唇矣。视主病者，则补之。

【注释】

①"此厥逆"两句：张景岳："厥逆走上则血涌气腾，至生奇疾，所至之处，各有其部。如少阴之脉行舌本，少阳之脉循耳颊，阳明之脉环唇口，故或为肿胀，或为怪痒，各因其处，随而啮之，不独止于舌也。"

【译文】

黄帝问：人有时自己咬舌，是什么气所致？

岐伯说：这是由于厥逆之气上行，影响到各经脉之气分别上逆而致。如少阴脉气上逆，就会咬舌；少阳脉气上逆，就会咬颊部；阳明脉气上逆，就会咬唇。这样的症状，应诊根据发病部位，确定属于何经，而施以补法。

凡此十二邪者，皆奇邪之走空窍者也[①]。故邪之所在，皆为不足。故上气不足，脑为之不满，耳为之苦鸣，头为之苦倾，目为之眩；中气不足，溲便为之变，肠为之苦鸣；下气不足，则乃为痿厥心悗。补足外踝下，留之。

【注释】

①奇邪：指以上十二种邪气侵害人体的部位和发病方式有异于一般病邪。奇，异常。

【译文】

大凡这十二种病邪，都是奇邪侵入孔窍形成的。所以邪气侵害的部位，都是因为正气不足。所以上气不足，则脑髓不满，症见耳鸣、头倾、目眩；中气不足，症见二便失常、肠中鸣响；下气不足，两足痿弱无力、厥冷，心胸窒闷。治疗时，补足太阳经位于足外踝后部的昆仑穴，并用留针法。

黄帝曰：治之奈何？

岐伯曰：肾主为欠，取足少阴。肺主为哕，取手太阴、足少阴。唏者，阴盛阳绝，故补足太阳，泻足少阴。振寒者，补诸阳。噫者，补足太阴、阳明。嚏者，补足太阳、眉本。龂[①]，

因其所在，补分肉间。泣出，补天柱经侠颈，侠颈者，头中分也。太息，补手少阴、心主、足少阳，留之。涎下，补足少阴。耳鸣，补客主人，手大指爪甲上与肉交者。自啮舌，视主病者则补之。目眩头倾，补足外踝下留之。痿厥心悗，刺足大指间上二寸留之，一曰足外踝下，留之。

【注释】

①鞕：下垂貌。指肢体疲困，全身懈惰无力。

【译文】

黄帝问：以上各病，怎样治疗呢？

岐伯说：肾主呵欠，故呵欠应取足少阴肾经。肺主呃逆，故呃逆应取手太阴肺经以及足少阴肾经。哽咽是由于阴盛阳衰，所以要补足太阳膀胱经、泻足少阴肾经。发冷打战，要补各阳经。嗳气，应补足太阴脾经和足阳明胃经。喷嚏，当补足太阳膀胱经的攒竹穴。肢体懈惰无力，根据发病部位，补分肉间。哭泣流泪不止，当补位于项后中行两旁的足太阳经的天柱穴。叹气，当补手少阴心经、手厥阴心包经和足少阳胆经，用留针法。流口涎，补足少阴肾经。耳鸣，补足少阳胆经的客主人穴，以及位于手大指爪甲角部的手太阴肺经的少商穴。自咬舌颊等部位，应据发病部位的所属经脉分别施用补法。目眩、头倾，补足外踝后的昆仑穴，用留针法。肢痿无力而厥冷、心胸窒闷的，刺足大趾本节后二寸处，用留针法，一说可针刺足外踝后的昆仑穴，并用留针法。

卷 六

师传第二十九

【题解】

本篇首先强调了医生临床思维方法的重要性，提出了“顺”与“便”两个对临证具有一般指导意义的范畴。认为无论治国与治家，还是治身都必须以“顺”为最高的原则。这一思想是老子“道法自然”、“无为而无不为”思想在医学上的发挥。老子认为依道而生的自然万物包括人类，都依照道的法则自然生化发展，人类作为有智慧的存在，虽然有自由行动的能力，但人类的行动必须因顺道的自然法则，才能成功，否则必然失败。这就是“无为而无不为”。“无为”不是无所作为，而是不以人的私意妄为，因外物变化之道而为。在医学上就要求医家认真研究病人的人情和疾病的自然规律，顺之而为，以获十全之功。所谓“顺者，非独阴阳脉论气之逆顺也，百姓人民皆欲顺其志也”。“临病人问所便”，“便”为病人人情所喜爱，或“相宜”于疾病之情，是“顺”这一原则的具体体现。“便”有三种具体的运用。对病情，既有“便寒”、“便热”之常，又有“便其相逆”之变；在人情上，还有王公大人、血食之君，“禁之则逆其志，顺之则加其病”这种难以应对的情况。都必须予以妥善的处理才能取得理想的疗效。可见，作者对“顺”和“便”的认识是非常全面深刻而富于辩证精神的。作者认为，这些知识和智慧，来源于前人的经验积累，因此必须从临床实践中，接受先师传授下来的宝贵经验，故以《师

传》名篇。最后叙述了“从外知内”的诊断机理，即根据肢体、五官的形态及功能改变，来测候内脏的大小、强弱和预后吉凶等，以说明望诊的重要性。

黄帝曰：余闻先师，有所心藏，弗著于方[①]。余愿闻而藏之，则而行之。上以治民，下以治身，使百姓无病。上下和亲，德泽下流。子孙无忧，传于后世。无有终时，可得闻乎？

岐伯曰：远乎哉问也！夫治民与自治，治彼与治此，治小与治大，治国与治家，未有逆而能治之也，夫惟顺而已矣。顺者，非独阴阳脉论气之逆顺也，百姓人民皆欲顺其志也。

【注释】

①方：方版，古代书写用的木板。

【译文】

黄帝说：我听说先师有许多心得，没记载在书籍中。我希望听听这些心得而珍藏起来，作为准则推行，上以治民，下以治身，使百姓无病。上下和美亲善，恩德教泽在民间流行。子孙无病可虑，传于后代，永无终止。所有这些，可以让我听到吗？

岐伯说：您问得深远啊！治民和治己，治彼和治此，治小和治大，治国和治家，从来没有用逆行的方法而能治理好的，只有采取顺行的方法。但所说的顺，不仅是指阴阳经脉营卫的逆顺，对待人民百姓，也要顺着他们的意愿。

黄帝曰：顺之奈何？

岐伯曰：入国问俗，入家问讳，上堂问礼，临病人问所便[①]。

黄帝曰：便病人奈何？

岐伯曰：夫中热消瘅则便寒，寒中之属则便热。胃中热则消谷，令人悬心善饥。脐以上皮热，肠中热，则出黄如糜。脐以下皮寒，肠中寒，则肠鸣飧泄。胃中寒，肠中热，则胀而且泄。胃中热，肠中寒，则疾饥，小腹痛胀。

【注释】

①便：可理解为病者“喜爱”或“相宜”的意思。张景岳：“便者，相宜也。有居处之宜否，有动静之宜否，有阴阳之宜否，有寒热之宜否，有性情之宜否，有味气之宜否。临病人而失其宜，施治必相左矣。故必问病人之所便，是皆取顺之道也。”

【译文】

黄帝问：顺之怎样去做呢？

岐伯说：进入一个国家，要问明当地的风俗，进入人家，要问明他家的忌讳，登堂更要问明人家的礼节，医生临证也要问病人怎样觉得舒适。

黄帝问：怎样使病人觉得舒适呢？

岐伯说：人内热患了消瘅病，适宜于寒治法；寒中病适于热治法。胃中有热，谷物消化得就快，人心如悬，总有饿感。脐以上的皮肤发热，是肠中有热，排出的粪便黄如糜粥。脐以下的皮肤觉寒，是肠中有寒，会肠鸣飧泄。胃中有寒，肠中有热，会出现腹胀腹泻。胃中有热，肠中有寒，出现易饿，小腹胀痛。

黄帝曰：胃欲寒饮，肠欲热饮，两者相逆，便之奈何？且夫王公大人血食之君，骄恣从欲，轻人，而无能禁之，禁之则逆其志，顺之则加其病，便之奈何？治之何先？

岐伯曰：人之情，莫不恶死而乐生。告之以其败，语之以其善，导之以其所便，开之以其所苦。虽有无道之人，恶有不听者乎？

【译文】

黄帝问：胃热宜于寒饮，肠寒宜于热饮，二者寒热相反，应该怎样治疗呢？尤其像王公大人，肉食之君，都骄傲纵欲，轻视别人，无法劝阻他们，劝阻就违背他们的意志，如顺着他们的意志，就会加重病情。像这样，如何治疗？先从哪里着手呢？

岐伯说：人之常情，没有不怕死而喜爱活着的。告诉他哪些对人有害处，哪些对人有好处，用适宜的指导他，解开他心中的苦痛。就是不太懂理的人，怎么会不听劝告呢？

黄帝曰：治之奈何？

岐伯曰：春夏先治其标，后治其本；秋冬先治其本，后治其标。

【译文】

黄帝问：怎样治疗呢？

岐伯说：春夏，先治在外的标病，后治在内的本病；秋冬，先治在内的本病，后治在外的标病。

黄帝曰：便其相逆者奈何[①]？

岐伯曰：便此者，食饮衣服，亦欲适寒温。寒无凄怆[②]，暑无出汗。食饮者，热无灼灼[③]，寒无沧沧[④]，寒温中适。故气将持。乃不致邪僻也。

【注释】

①便其相逆：张景岳："谓于不可顺之中，而复有不得不委曲，以便其情者也。"

②凄怆：形容寒冷重。

③灼灼：形容食物过热。灼，烧。

④沧沧：形容食物过凉。沧，寒冷。

【译文】

黄帝问：怎样从病人的喜爱来适应其病情呢？

岐伯说：顺应这样的病人，在饮食衣服方面，应注意使他寒温适中。天寒时，多加衣服，不要着凉；天热时，要少穿，不要热得出汗。在饮食上不要过热过凉，应寒温合适。这样，真气就能内守，外邪就不能侵入体内。

黄帝曰：《本脏》以身形支节胭肉①，候五脏六腑之小大焉。今夫王公大人，临朝即位之君而问焉，谁可扪循之而后答乎？

岐伯曰：身形支节者，脏腑之盖也②，非面部之阅也③。

【注释】

①《本脏》：指本书《本脏》篇。

②脏腑之盖：躯壳是覆盖脏腑的。盖，覆盖。

③阅：看到。阅，作"省视"解。

【译文】

黄帝说：《本脏》篇根据人体的外形与肢节胭肉情况，来测候五脏六腑的大小。现在见到王公大人和临朝即位的君主，如果他们问这个问题时，有谁敢在他们的身上抚摸探测，然后再作答复呢？

岐伯说：形体肢节，覆盖着脏腑，生理上与脏腑相通，因而五脏六腑之精气可以外显于形体肢节，故察其外，可知其内，而不只是依靠诊察面部。

黄帝曰：五脏之气，阅于面者，余已知之矣，以肢节而阅之奈何？

岐伯曰：五脏六腑者，肺为之盖，巨肩陷咽，候见其外①。

黄帝曰：善。

岐伯曰：五脏六腑，心为之主，缺盆为之道，骱骨有余②，以候髑骴。

黄帝曰：善。

岐伯曰：肝主为将，使之候外，欲知坚固，视目小大。

黄帝曰：善。

岐伯曰：脾主为卫，使之迎粮③，视唇舌好恶，以知吉凶。

黄帝曰：善。

岐伯曰：肾主为外，使之远听，视耳好恶，以知其性。

【注释】

①“巨肩”两句：张景岳：“肩高胸突，其喉必缩，是为陷咽。”马元台：“凡巨肩陷咽者，肺之小大高下、坚脆偏正可候矣。”

②骱（guā）：肩端骨。

③使之迎粮：接受饮食物。

【译文】

黄帝说：五脏之精气显现于面部，从面部诊察五脏精气的方法，我已经懂得了，但根据肢节形体来了解内脏的变化，又是怎样的呢？

岐伯说：五脏六腑，肺的部位最高而称为“盖”，可从肩骨及咽喉的

高突与陷下外形来测候。

黄帝说：对。

岐伯说：五脏六腑，以心为主宰，缺盆作为通路，肩骨两端距离较大，可以测候缺盆骨的部位，从而了解心脏的大小。

黄帝说：对。

岐伯说：肝的功能像将军，有勇有谋，有防御外侮的能力，要了解它坚固与否，可从眼睛的大小来测候。

黄帝说：对。

岐伯说：脾是主捍卫全身的，用它来接受水谷精微，运输周身，观察唇舌色泽及对食物的嗜好，可以测候脾病的吉凶。

黄帝说：对。

岐伯说：肾气通于耳而主外，用它远听声音，从听力的好坏，可以测候肾的功能。

黄帝曰：善。愿闻六腑之候。

岐伯曰：六腑者，胃为之海，广骸、大颈、张胸[①]，五谷乃容；鼻隧以长，以候大肠；唇厚、人中长，以候小肠；目下果大[②]，其胆乃横；鼻孔在外，膀胱漏泄[③]，鼻柱中央起，三焦乃约。此所以候六腑者也。上下三等[④]，脏安且良矣。

【注释】

①广骸：形容骨胳宽大。骸，骨骸，骨骼。

②目下果：下眼泡。果，通“裹”。

③“鼻孔”两句：谓鼻孔偏向外翻，则膀胱失于内固而小便滴漏。

④上下三等：指身形的上、中、下三部相称。

【译文】

黄帝说：对。请问怎么从外在形体以测候六腑情况呢？

岐伯说：六腑以胃为水谷之海，骸骨宽阔、颈围粗壮、胸廓舒张的人，容纳五谷就多；鼻窍的隧道长短，可以测候大肠的情况；唇厚，人中沟长，可以测候小肠的情况；下眼泡大，则胆姿横；鼻孔外翻，是膀胱不固而小便滴漏，鼻柱中央隆起，三焦固密。这就是测候六腑的方法。总之，外形的上、中、下三部相称，内脏一定安定而健康。

决气第三十

【题解】

“决”的本意是打开缺口，引导水流，这里是分析、辨别的意思。本篇以“一气”分为精、气、津、液、血、脉六气，并从它们各自的生理功能和病变特征进行论述，故以《决气》名篇。最后所说“五谷与胃为大海”是说水谷精微与脾胃消化吸收，乃是六气化生的源泉。

黄帝曰：余闻人有精、气、津、液、血、脉，余意以为一气耳，乃辨为六名，余不知其所以然。

岐伯曰：两神相搏[①]，合而成形，常先身生，是谓精。

何谓气？

岐伯曰：上焦开发，宣五谷味[②]，熏肤，充身、泽毛，若雾露之溉，是谓气。

何谓津？

岐伯曰：腠理发泄，汗出溱溱[③]，是谓津。

何谓液？

岐伯曰：谷入气满，淖泽注于骨，骨属屈伸。泄泽[④]，补益脑髓，皮肤润泽，是谓液。

何谓血？

岐伯曰：中焦受气取汁，变化而赤，是谓血。

何谓脉？

岐伯曰：雍遏营气⑤，令无所避，是谓脉。

【注释】

①两神相搏：张景岳："两神，阴阳也。搏，交也。"指男女交媾。

②宣五谷味：将五谷所化生的精微布散到周身。宣，布散。

③溱溱(zhēn)：汗出貌。

④泽：渗出而滋润。

⑤雍遏：张景岳："雍遏者，堤防之谓，犹道路之有封疆，江河之有涯岸。俾营气无所回避，而必行其中者，是谓脉。"

【译文】

黄帝问：我听说人身有精、气、津、液、血、脉，我本来以为它是一气，现在却分为六种名称，我不知道为什么要这样分？

岐伯说：男女交媾，合和而结成新的形体，这种产生形体的物质在形体之先，叫精。

什么叫做气呢？

岐伯说：从上焦开发，发散五谷精微，温和皮肤，充实形体，润泽毛发，像雾露滋润草木一样，叫气。

什么叫津呢？

岐伯说：腠理发泄，出的汗很多，叫津。

什么叫做液呢？

岐伯说：谷物入胃，气充满全身，湿润的汁液渗到骨髓，使骨骼关节屈伸自如。渗出的部分，在内补益脑髓，在外润泽皮肤，叫液。

什么叫血呢？

岐伯说：中焦脾胃纳受食物，吸收汁液的精微，经过变化而成红色

的液质，叫血。

什么叫脉呢？

岐伯说：像设堤防一样限制着气血，使它无所回避和妄行，叫脉。

黄帝曰：六气者，有余不足，气之多少，脑髓之虚实，血脉之清浊，何以知之？

岐伯曰：精脱者，耳聋[①]；气脱者，目不明[②]；津脱者，腠理开，汗大泄[③]；液脱者，骨属屈伸不利，色夭，脑髓消，胫酸，耳数鸣；血脱者，色白，夭然不泽；脉脱者，其脉空虚。此其候也。

【注释】

①精脱者，耳聋：肾藏精，开窍于耳，所以精脱则耳聋。

②气脱者，目不明：张志聪："目之精明五色，气之华也，故气脱者目不明。"

③津脱者，腠理开，汗大泄：汗为阳津，腠理疏泄而不能固密，则大汗不止。

【译文】

黄帝问：六气在人体的有余不足，如精气的多少，津液的虚实，血脉的清浊，怎样才知道呢？

岐伯说：精虚的，会耳聋；气虚的，会目不明；津虚的，会腠理开，大量出汗；液虚的，会骨节屈伸不利，面色无华，脑髓不充，小腿发酸，常耳鸣；血虚的，肤色苍白，晦暗无光；脉虚的，脉象空虚无神。这就是六气有余不足的主要表现。

黄帝曰：六气者，贵贱何如？

岐伯曰：六气者，各有部主也[①]，其贵贱善恶，可为常主，然五谷与胃为大海也。

【注释】

①各有部主：张景岳："部主，谓各部所主也。如肾主精，肺主气，脾主津液，肝主血，心主脉也。"

【译文】

黄帝问道：六气的主次是怎样的呢？

岐伯说：六气各有它所主的脏器，其主次主要是从它们发挥的作用来划分的，但六气的来源都是以五谷和胃作为资生的源泉。

肠胃第三十一

【题解】

本篇列述肠胃的大小、长短和容量等，包括自口唇起至直肠止的整个消化道，这是古代解剖知识的记载。在饮食物的消化吸收过程中，古人认为是以肠胃为主体的，因即以《肠胃》名篇。本篇所述消化道各器官的大小、长度，据近代学者研究，认为古代的度量衡与现代不同，如按胃肠之间的比例折合，基本上与现代解剖学记载相符合，可见古人对人体解剖是很重视的，并作了详细观察和研究。另外，《难经·四十二难》有与本篇内容类似的记述，读者可以互参。

黄帝问于伯高曰：余愿闻六腑传谷者，肠胃之小大长短，受谷之多少，奈何？

伯高曰：请尽言之。谷所从出入浅深远近长短之度：唇至齿长九分，口广二寸半。齿以后至会厌[①]，深三寸半，大容五合。舌重十两，长七寸，广二寸半。咽门重十两，广一寸半，至胃长一尺六寸。胃纡曲屈，伸之，长二尺六寸，大一尺五寸，径五寸，大容三斗五升。小肠后附脊，左环回周迭积，其注于回肠者，外附于脐上[②]，回运环十六曲，大二寸半，径

八分分之少半[3]，长三丈二尺。回肠当脐，左环，回周叶积而下[4]，回运环反十六曲，大四寸，径一寸寸之少半，长二丈一尺。广肠傅脊[5]，以受回肠，左环叶积，上下辟，大八寸，径二寸寸之大半，长二尺八寸。肠胃所入至所出，长六丈四寸四分，回曲环反，三十二曲也。

【注释】

①会厌：在气管和食管交会之处，是掩盖气管的器官，故名“会厌”。会，气管与食管的交会。厌，掩盖。

②“其注”两句：张景岳：“其下口注于回肠者，外附近于脐上一寸，当水分穴处是也。”回肠，指大肠上段和小肠下段的一部分。

③少半：俗称“小半”。

④叶(xié)积：迭积。叶，“协”的古文。

⑤广肠：指乙状结肠和直肠部分。傅脊：附着于脊柱。

【译文】

黄帝问伯高说：我希望听听消化谷物的六腑的状况，肠胃的大小长短，受纳水谷的多少，情况是怎样的？

伯高说：让我全部讲给您听。水谷的出入以及浅深、远近、长短的度数是：口唇到牙齿距离九分，两口角之间宽度是二寸半。牙齿向后到会厌部，深三寸半，大小能容水谷五合。舌重十两，长七寸，宽二寸半。咽门重十两，宽一寸半，由咽门到胃的长度是一尺六寸。胃的形态是纡屈曲折的，伸直长二尺六寸，周长一尺五寸，直径是五寸，大小能容水谷三斗五升。小肠在腹腔，后系附于脊柱之前，从左向右环行，而后周回重迭于腹内，下口注于回肠，在外侧附着于脐上，回行环转共有十六个弯曲，周长二寸半，直径八分又三分之一，长三丈二尺。回肠当脐处向左回环，迭积向下，回行环绕也有十六

个弯曲，周长四寸，直径一寸又三分之一，共长二丈一尺。广肠附着于脊前，接受回肠所传下的糟粕，向左回环迭积在脊椎之前，由上向下而逐渐宽大，最宽处周长八寸，直径二寸又三分之二，长二尺八寸。肠胃运化水谷的过程，从口唇至肛门总长六丈零四寸四分，共有三十二个回环弯曲。

平人绝谷第三十二

【题解】

本篇对正常人体的肠胃的长度与容量等作了详细的测量和说明。在此基础上重点论述了正常人断绝饮食后死亡的日期及其机理，故以《平人绝谷》名篇。该篇反映了古代医家尊重事实的科学实践精神。其中关于平人七日不食而死的计算依据是胃中容纳的水谷总量为三斗五升，常人每日排出便尿五升，七天彻底排空，故得出“不食水谷七日死”的结论。此说只可作为参考。其总的精神在于说明饮食营养对人体的重要性，所以原文最后说：“故平人不食饮七日而死者，水谷精气津液皆尽故也。”

黄帝曰：愿闻人之不食，七日而死，何也？

伯高曰：臣请言其故。胃大一尺五寸，径五寸，长二尺六寸，横屈受水谷三斗五升。其中之谷常留二斗，水一斗五升而满。上焦泄气，出其精微，慓悍滑疾，下焦下溉诸肠。小肠大二寸半，径八分分之少半，长三丈二尺，受谷二斗四升，水六升三合合之大半。回肠大四寸，径一寸寸之少半，长二丈一尺。受谷一斗，水七升半。广肠大八寸，径二寸寸

之大半，长二尺八寸，受谷九升三合八分合之一。肠胃之长，凡五丈八尺四寸，受水谷九斗二升一合合之大半，此肠胃所受水谷之数也。

【译文】

黄帝说：希望听听人不饮食七天而死的道理？

伯高说：让我说明它的缘故。胃的周长一尺五寸，直径五寸，长二尺六寸，纡曲屈伸的容量，可以受纳水谷三斗五升，其中经常留着食物二斗，水液一斗五升，而充满胃中。通过上焦的宣发作用，输出食物的精微，随着慄悍滑疾之气营养全身，在下焦下面，起着清涤作用，泄于小肠。小肠大二寸半，直径八分又一分的三分之一，长三丈二尺，它的容量能受纳食物二斗四升，水液六升三合又一合的三分之二。回肠周长四寸，直径一寸又三分之一，长二丈一尺。它的容量能受纳食物一斗，水液七升半。广肠周长八寸，直径二寸又三分之二，长二尺八寸，受纳水谷的糟粕九升三合八分又一合的八分之一。肠胃的长度，总共五丈八尺四寸，可以受纳水谷九斗二升一合又一合的三分之二，这是肠胃装满水谷容量的总数。

平人则不然，胃满则肠虚，肠满则胃虚。更虚更满，故气得上下，五脏安定，血脉和利，精神乃居。故神者，水谷之精气也。故肠胃之中，当留谷二斗，水一斗五升。故平人日再后[①]，后二升半，一日中五升，七日五七三斗五升，而留水谷尽矣。故平人不食饮七日而死者，水谷精气津液皆尽故也。

【注释】

①日再后：一日两次大便。

【译文】

平人就不这样，因为胃里充满食物，肠中是空的；肠中充满来自胃中的食物，胃里就已空虚。肠胃只有更虚更满，体内气机才能升降正常，五脏安定，血脉和利，精神安宁。所以说人的神气，主要由水谷精气所化生。因此肠胃里，经常存留谷物二斗，水液一斗五升。所以平人每天排便两次，每次排便二升半，一天里排便五升，七天五七三斗五升，所有留存于肠胃中的水谷就会竭尽的。所以平人不吃不喝七天而死，是因为水谷津液都已竭尽。

海论第三十三

【题解】

古人在人身小宇宙，宇宙大人体，天人相应哲学观念指引下，认为人与自然界无论是在结构形态还是在生理功能上都有着相通相应的关系，可以用自然界的形态功能来比拟说明人体的形态结构和功能。由此而导出了“取类比象”或曰“取象比类”的基本方法。自然界有十二经水，人体有十二经脉与之相应。自然界的十二经水，有东、西、南、北四海为之调节。人体十二经脉中营卫气血的生成和运行，同样有四海作为汇聚之所。本篇详论髓海（脑）、血海（冲脉）、气海（膻中）、水谷之海（胃）的生理，以及有余不足的病理，因而以《海论》名篇。

黄帝问于岐伯曰：余闻刺法于夫子，夫子之所言，不离于营卫血气。夫十二经脉，内属于腑脏，外络于肢节，夫子乃合之于四海乎？

岐伯答曰：人亦有四海、十二经水[①]。经水者，皆注于海，海有东西南北，命曰四海。

黄帝曰：以人应之奈何？

岐伯曰：人有髓海，有血海，有气海，有水谷之海，凡此

四者，以应四海也。

【注释】

①四海：古人认为海为江河之水汇聚之处，海有四。人身髓、气、血以及饮食物也有其所汇聚之处，故比称为“四海”。

【译文】

黄帝问岐伯说：我听夫子您讲过刺法，您所讲的离不开营卫气血。十二经脉，在内连属于五脏六腑，在外网络于四肢关节，怎么把它和四海相配合呢？

岐伯回答说：人体也有四海、十二经水。十二经水的流行，都从四方会合注入大海，海有东西南北，所以叫四海。

黄帝问：人体怎样和四海相应呢？

岐伯说：人体有髓海，有血海，有气海，有水谷之海，以上四者，所以和四海相应。

黄帝曰：远乎哉！夫子之合人天地四海也。愿闻应之奈何？

岐伯答曰：必先明知阴阳表里荥输所在[①]，四海定矣。

【注释】

①荥输：在此作流转、输注解。

【译文】

黄帝说：讲得真深远啊！先生把人体和天地四海配合起来了。希望再听听它们是怎样相应的？

岐伯说：必先明确知道经脉的阴阳表里荥输的部位，就可以确定髓、血、气、水谷这四海了。

黄帝曰:定之奈何?

岐伯曰:胃者,水谷之海[①],其输上在气街,下至三里;冲脉者,为十二经之海[②],其输上在于大抒,下出于巨虚之上下廉;膻中者,为气之海[③],其输上在于柱骨之上下[④],前在于人迎;脑为髓之海[⑤],其输上在于其盖[⑥],下在风府。

【注释】

①"胃者"两句:胃能容纳饮食物,故称"水谷之海"。水谷为五脏六腑所需营养物质的根本来源,因此《灵枢·动输》及《素问·太阴阳明论》、《素问·痿论》等,又称胃(阳明)为五脏六腑之海。

②"冲脉者"两句:即上文所说的"血海"。张景岳:"此即血海也。冲脉起于胞中,其前行者,并少阴之经,侠脐上行,至胸中而散,其后行者,上循背里,为经络之海,其上行者出于颃颡,下行者出于足,故其输上在于足太阳之大杼,下在于足阳明之巨虚上下廉。"

③"膻中者"两句:膻中,在此系指胸中部位。张景岳:"膻中,胸中也,肺之所居。诸气者,皆属于肺,是为真气,亦曰宗气。宗气积于胸中,出于喉咙,以贯心脉,而行呼吸,故膻中为之气海。"

④柱骨之上下:指项后的哑门与大椎二穴。柱骨,亦称"天柱骨",系指全部颈椎。

⑤脑为髓之海:张景岳:"凡骨之有髓,惟脑为最巨,故诸髓皆属于脑,而脑为髓之海。"

⑥盖:指脑盖骨。张景岳:"盖,脑盖骨也。即督脉之囟会、风府,亦督脉穴,此皆髓海之上下前后输也。"

【译文】

黄帝问:究竟是怎样确定呢?

岐伯说:胃是水谷之海,它的输注要穴,上在气冲,下在三里穴;冲

脉是十二经之海，也就是血海，它的输注要穴，上在大杼，下在上巨虚和下巨虚穴；膻中是气海，它的输注要穴，在柱骨上的瘖门、柱骨下的大椎，前在人迎穴；脑是髓海，它的输注要穴，上在百会，下在风府穴。

黄帝曰：凡此四海者，何利何害？何生何败？

岐伯曰：得顺者生，得逆者败；知调者利，不知调者害。

【译文】

黄帝说：关于人身的四海，怎样会有益？怎样会有害？怎样会生机旺盛？怎样会衰退？

岐伯说：人身的四海顺乎生理规律的就生机旺盛，反之就会衰退；懂得调养四海的就有益于身体，否则就有害。

黄帝曰：四海之逆顺奈何[①]？

岐伯曰：气海有余者，气满胸中，悗息面赤；气海不足，则气少不足以言。血海有余，则常想其身大，怫然不知其所病[②]；血海不足，亦常想其身小，狭然不知其所病[③]。水谷之海有余，则腹满；水谷之海不足，则饥不受谷食。髓海有余，则轻劲多力，自过其度[④]；髓海不足，则脑转耳鸣，胫痠眩冒，目无所见，懈怠安卧。

【注释】

①逆顺：保持正常，或虽有病而趋向好转者为顺；发生病变，甚至逐渐恶化的为逆。

②怫（fú）然：郁闷貌。不知其所病：形容病势进展缓慢，自己不觉得有病。

③狭然：狭小貌。张景岳："狭，隘狭也，索然不广之貌。"

④自过其度：超过常人一般的水平。四海之有余不足共八条，惟有"髓海有余"而见"轻劲有力，自过其度"一条，诸家都认为是无病之象。

【译文】

黄帝问：四海的逆顺情况怎样呢？

岐伯说：气海有余，是邪气盛，就会气满胸中，呼吸急促，面赤；气海不足，就会气短，说话无力。血海有余，因为血多脉盛，就会想象身体似大起来，虽然心情怫郁，而说不出病来；血海不足，就会经常感觉身体轻小，虽然心情不舒，也说不出病来。水谷之海有余，就会腹部胀满；水谷之海不足，就会觉得饥饿而不想吃东西。髓海有余，就会使身体轻劲多力，耐劳超过常度；髓海不足，就会脑似旋转，耳鸣，小腿发痠，眩晕，眼睛看不见东西，懈怠，嗜睡。

黄帝曰：余已闻逆顺，调之奈何？

岐伯曰：审守其输[①]，而调其虚实，无犯其害。顺者得复，逆者必败。

黄帝曰：善。

【注释】

①审守其输：审察和掌握四海所流注部位的输穴。

【译文】

黄帝问：我已听到逆顺的情况，怎样调治呢？

岐伯说：精确掌握那些与四海相通的上下输穴，来调治，依据虚则补之，实则泻之的法则，不犯虚虚实实的错误。能这样做，病人就会安康；否则，病人就会衰败。

黄帝说：说得好。

五乱第三十四

【题解】

正常人经脉中的营卫之气，与四时五行的变化相适应，而且其活动相互联系，并有一定的顺序。如果违背了这个顺序，便会发生气机逆乱，出现“气乱于心”，“乱于肺”，“乱于肠胃”，“乱于臂胫”，“乱于头”之五种乱证，呈现出种种不同的征象。本篇就是分述此五乱的症状和治法，因以《五乱》名篇。指出其病因是由于经气逆乱，阴阳相乘，卫气逆行，升降失调所致。正如张景岳说：“言一时血气之错乱，非宿疾有因之谓，气本五行，故曰五乱。”

黄帝曰：经脉十二者，别为五行，分为四时，何失而乱？何得而治[①]？

岐伯曰：五行有序，四时有分，相顺则治，相逆则乱。

【注释】

①治：安定，正常。本义为治水，其结果是水行正常。

【译文】

黄帝问：人身十二经脉，分别与五行配合，又分别属于四时，因为什么失调而引起气行的逆乱？又是依靠什么保证脉气的正常运行？

岐伯说：五行的交替有一定秩序，四时气候的变化有季节的分别，经脉运行与四时五行的规律相适应，就能保持正常的活动，违反了这个规律，就会运行逆乱。

黄帝曰：何谓相顺？

岐伯曰：经脉十二者，以应十二月。十二月者，分为四时。四时者，春秋冬夏，其气各异。营卫相随，阴阳已和，清浊不相干，如是则顺之而治。

【译文】

黄帝问：什么叫相顺呢？

岐伯说：十二经脉和十二个月相应。十二个月分为四时。四时就是春、夏、秋、冬，其气候各不相同。人体营气与卫气是内外相随，阴阳调和的，清气与浊气不互相影响，这样就能顺应四时而保持健康。

黄帝曰：何谓逆而乱？

岐伯曰：清气在阴，浊气在阳，营气顺脉，卫气逆行。清浊相干，乱于胸中，是谓大悗。故气乱于心，则烦心密嘿[①]，俯首静伏，乱于肺，则俯仰喘喝，接手以呼[②]；乱于肠胃，则为霍乱；乱于臂胫，则为四厥；乱于头，则为厥逆，头重眩仆。

【注释】

①密嘿：沉默，寂静。嘿，同“默”。

②接手以呼：两手相接，按在胸前而呼吸。

【译文】

黄帝问：什么叫相逆而乱呢？

岐伯说：属营的清气本在阴分，属浊的卫气本在阳分，营气在脉内与脉顺行，卫气在脉外与脉逆行。如果清浊之气受邪气干扰而乱于胸中，就叫“大悗”。所以气乱于心，可见心中烦扰，沉默不言，低头静伏；气乱于肺，可见俯仰不安，喘息喝喝有声，两手按在胸前而呼吸；气乱于肠胃，则发生霍乱；气乱于手臂与足胫，可见四肢厥冷；气乱于头，可见厥气上逆，头重眩晕，甚则跌倒。

黄帝曰：五乱者，刺之有道乎？

岐伯曰：有道以来，有道以去，审知其道，是谓身宝[①]。

黄帝曰：善。愿闻其道。

岐伯曰：气在于心者，取之手少阴心主之输。气在于肺者，取之手太阴荥、足少阴输。气在于肠胃者，取之足太阴，阳明；不下者，取之三里。气在于头者，取之天柱、大杼，不知，取足太阳荥输。气在于臂足，取之先去血脉，后取其阳明，少阳之荥输。

【注释】

①身宝：养生之宝。

【译文】

黄帝问：这五种乱证，针刺有原则吗？

岐伯说：营卫之气运行，都有一定的往来规律，能掌握这种往来规律，实在是养生的要领。

黄帝道：对。希望听听针刺原则。

岐伯说：气乱于心，取手少阴心经与手厥阴心包络经的输穴神门、大陵。气乱于肺，取手太阴经的荥穴鱼际和足少阴经的输穴太溪。气乱于肠胃，取足太阴、足阳明的经穴太白、陷谷；如果无效的，可取足三

里穴。气乱于头，取天柱、大杼二穴；如果病仍不见轻，再取足太阳经的荥穴通谷与输穴束骨。气乱于手臂与足胫，应先刺淤结不通的血脉，然后再取阳明、少阳两经的荥穴与输穴。

黄帝曰：补泻奈何？

岐伯曰：徐入徐出，谓之导气①。补泻无形，谓之同精②。是非有余不足也，乱气之相逆也。

黄帝曰：允乎哉道！明乎哉论！请著之玉版，命曰治乱也。

【注释】

①“徐入”两句：即慢慢地进针和出针，以引导经气。张景岳：“凡行针补泻，皆贵和缓，故当徐入徐出，在导气复元而已。”

②同精：张景岳：“然补者导其正气，泻者导其邪气，总在保其精气耳。故曰‘补泻无形，谓之同精’。”

【译文】

黄帝问：补泻的手法如何呢？

岐伯说：慢慢地进针，慢慢地出针，这叫“导气”。补泻手法轻巧无形，目的在于调和精气。这些病证，并不是有余的实证和不足的虚证，而仅是气机一时逆乱所致。

黄帝问：道理讲得很恰当！论证也很明白！让我把它刻在珍贵的玉版上，命名为“治乱”。

胀论第三十五

【题解】

本篇专论胀病，比较详细地叙述了五脏六腑胀的证治，故即以《胀论》名篇。本篇所论的五脏六腑胀，是综述胀病的证治，并以五脏六腑来分类。之所以称为某脏胀或某腑胀，是因胀病影响到某脏或某腑，兼见该脏或腑的发病症状。如肺胀见有咳喘，膀胱胀见有小便不利等。所以在治疗时，应先泻其致胀的邪气，然后再按各个脏腑的虚实进行调治，当泻则泻，当补则补，从而达到邪去正复的目的。

黄帝曰：脉之应于寸口，如何而胀？

岐伯曰：其脉大坚以涩者，胀也。

黄帝曰：何以知脏腑之胀也？

岐伯曰：阴为脏，阳为腑。

【译文】

黄帝问：脉象反应在寸口，什么样的脉是胀病？

岐伯说：脉象大而坚劲兼带涩滞的，就是胀病。

黄帝问：如何鉴别脏胀与腑胀呢？

岐伯说：病在阴分属于脏胀，病在阳分属于腑胀。

黄帝曰：夫气之令人胀也，在于血脉之中耶，脏腑之内乎？

岐伯曰：三者皆存焉，然非胀之舍也[①]。

黄帝曰：愿闻胀之舍。

岐伯曰：夫胀者，皆在于脏腑之外，排脏腑而郭胸胁[②]，胀皮肤，故命曰胀。

【注释】

①舍：处所，病所。

②郭胸胁：充斥、扩张于胸胁之间。郭，扩张。

【译文】

黄帝问：气机运行不畅使人发胀，其病所是在血脉之中呢，还是在脏腑之内？

岐伯说：胀病与血脉、脏、腑三者都有关系，但都不是胀的病所。

黄帝道：希望听听胀的病所。

岐伯说：胀病，都是在脏腑之外，排挤脏腑而充斥胸胁，使皮肤胀满，所以叫“胀”。

黄帝曰：脏腑之在胸胁腹里之内也，若匣匮之藏禁器也[①]，各有次舍，异名而同处，一域之中，其气各异，愿闻其故。

岐伯曰：夫胸腹，脏腑之郭也[②]。膻中者，心主之宫城也[③]。胃者，太仓也[④]。咽喉小肠者，传送也[⑤]。胃之五窍者[⑥]，间里门户也[⑦]。廉泉、玉英者[⑧]，津液之道也。故五脏六腑者，各有畔界[⑨]，其病各有形状。营气循脉，卫气逆，为

脉胀；卫气并脉循分，为肤胀。三里而泻，近者一下，远者三下⑩，无问虚实，工在疾泻。

【注释】

①禁器：丹波元简："禁秘之器。"即不能轻易示人的秘密物件。

②郭：外城为"郭"。这里以"郭"比喻胸廓、腹腔，说明胸腹是脏腑的外围。

③"膻中"两句：张介宾："膻中，胸中也。肺覆于上，膈膜障于下，为清虚周密之宫，心主之所居也，故曰宫城。"

④胃者，太仓也：《释名·释宫室》："仓，藏也，藏谷物也。"胃为水谷之海，故曰太仓。太仓，即大仓。

⑤"咽喉"两句：杨上善："咽传水谷而入，小肠传之而出，喉传气之出入，故为传道也。"

⑥胃之五窍：指胃气所行上下，包括食道、胃肠道在内的五个孔窍门户，即咽门、贲门、幽门、阑门、魄门。

⑦间里：民户聚居处。古代二十五户为闾，五十户为里。这里比喻胃肠中聚留的饮食物。

⑧廉泉、玉英：张介宾："二穴俱属任脉。玉英即玉堂。"

⑨畔(pàn)界：这里比喻五脏六腑之间各有界限。畔，田界。界，地域的界限。

⑩"近者"两句：张景岳："一下三下，谓一次再次三次也，盖邪有远近，故泻有难易耳。"

【译文】

黄帝说：五脏六腑居于胸胁和腹腔之内，就像禁物藏在柜匣中一样，各有固定位置，不同名称的脏器，虽然同处在一个区域之中，但功能各不相同，希望听听其中的道理。

岐伯说：胸腹好比是五脏六腑的外郭。胸中好比是心脏君主的宫

城。胃容纳食物好比是仓库。咽喉至小肠是传送饮食物的道路。咽门、贲门、幽门、阑门、魄门五窍，是胃肠道的门户。廉泉至玉英，是津液运行的道路。所以五脏六腑各有界限，发病后也各有不同的症状。营气本来循行脉中，如果卫气逆行于脉中则为脉胀；如果卫气并经脉同行于分肉之间，则成为肤胀。治疗时取足三里穴，用泻法，病邪近而轻的可刺泻一次，病邪远而重的可刺泻三次，不论虚证或实证，关键在于急用泻法以祛其邪。

黄帝曰：愿闻胀形。

岐伯曰：夫心胀者，烦心短气，卧不安。肺胀者，虚满而喘咳。肝胀者，胁下满而痛引小腹。脾胀者，善哕，四肢烦悗，体重不能胜衣[①]，卧不安。肾胀者，腹满引背央央然[②]，腰髀痛。

六腑胀：胃胀者，腹满，胃脘痛，鼻闻焦臭[③]，妨于食，大便难。大肠胀者，肠鸣而痛濯濯，冬日重感于寒，则飧泄不化。小肠胀者，少腹膜胀，引腰而痛。膀胱胀者，少腹满而气癃[④]。三焦胀者，气满于皮肤中，轻轻然而不坚[⑤]。胆胀者，胁下痛胀，口中苦，善太息。凡此诸胀者，其道在一，明知逆顺，针数不失。泻虚补实，神去其室，致邪失正，真不可定，粗之所败，谓之夭命。补虚泻实，神归其室，久塞其空[⑥]，谓之良工。

【注释】

①“体重”句：形容肌胀身重，穿衣困难并且嫌重而不能胜任。胜，胜任。

②央央然：黄元御："不快之意。"

③臭(xiù)：气味之总名。

④气癃(lóng)：张介宾："气癃，膀胱气闭，小水不通也。"

⑤轻轻然：浮而不实貌。

⑥久塞其空：逐步地充实其不足之处。

【译文】

黄帝道：希望听听胀病的各种症状。

岐伯说：心胀的症状，心中烦乱，气息短促，睡眠不安。肺胀的症状，胸中气胀而虚满，气喘咳嗽。肝胀的症状，胁下胀满，疼痛牵引小腹。脾胀的症状，呃逆，四肢烦扰闷胀，身体沉重而不能胜衣，睡眠不安。肾胀的症状，腹中胀满，连及背部不舒，腰髀部疼痛。

六腑胀：胃胀的症状，腹部胀满，胃脘疼痛，鼻中如闻焦臭，妨碍饮食，大便困难。大肠胀的症状，肠鸣疼痛，濯濯有声，如在冬天再感受寒邪，就会发生飧泻而完谷不化。小肠胀的症状，少腹膜胀，引及腰部作痛。膀胱胀的症状，少腹胀满，小便不利。三焦胀的症状，气充满于皮肤而肿起，用手按之浮而不实。胆胀的症状，胁下胀痛，口苦，经常叹息。以上各种胀病，其治疗的道理都是一样的，只要懂得气血运行的逆顺，针治次数就不会失误。如果虚证而用泻法，实证而用补法，神气离其所藏之处，引致邪气内入，正气散失，真气不能安定，这是因为粗工误治败坏而成，这叫折人寿命。如果虚证用补法，实证用泻法，神气能归藏其所，再逐步地补益其不足，这才叫做良工。

黄帝曰：胀者焉生？何因而有？

岐伯曰：卫气之在身也，常并脉循分肉，行有逆顺，阴阳相随，乃得天和，五脏更始，四时循序，五谷乃化。然后厥气在下，营卫留止，寒气逆上，真邪相攻，两气相搏，乃合为

胀也。

黄帝曰：善。何以解惑？

岐伯曰：合之于真，三合而得[1]。

帝曰：善。

【注释】

①三合而得：即将血脉、脏、腑三者所反映的症状相互对照，就可以了解病变情况。张景岳："不得其真，所以生惑，胀虽由于卫气，然有合于血脉之中者，在经脉也。有合于脏者，在阴分也。有合于腑者，在阳分也。三合既明，得其真矣。"

【译文】

黄帝问：胀病是从何而生？因为什么原因有了胀的名称？

岐伯说：卫气在身体运行，经常与经脉相并循行于分肉之间，运行时虽有上下逆顺的不同，但总是阴阳内外相随相和，这样才是天然的和谐，五脏之气更相主时，四时气候遵循一定次序转移，这样五谷才能化生精微。如果病气从下上逆，导致营卫之气运行不畅而稽留，加之寒气上逆，真气与邪气相互攻击，两气互相搏结，纠合起来就成为胀病。

黄帝说：对。疑惑的问题怎样才能解决呢？

岐伯说：结合人体的真气，从血脉、脏、腑三方面反映的症状，互相参照就可知道了。

黄帝道：对。

黄帝问于岐伯曰：《胀论》言无问虚实，工在疾泻，近者一下，远者三下。今有其三而不下者[1]，其过焉在？

岐伯对曰：此言陷于肉肓[2]，而中气穴者也。不中气穴，则气内闭，针不陷肓，则气不行；上越中肉[3]，则卫气相乱，阴

阳相逐。其于胀也，当泻不泻，气故不下。三而不下，必更其道，气下乃止。不下复始，可以万全，乌有殆者乎？其于胀也，必审其诊，当泻则泻，当补则补，如鼓应桴，恶有不下者乎？

【注释】

①三而不下：经过针治三次后，胀病还未痊愈。

②肓：张景岳："凡腔腹肉理之间，上下空隙之处，皆谓之肓。"

③上越：指针入皮，而未陷肓。中肉：指针不中气穴，误中分肉之间。

【译文】

黄帝问岐伯说：以上《胀论》所说胀病的治疗，不论虚实，关键在于急用泻法，病邪近而轻的一次，病邪远而重的三次。现有已刺三次而胀病仍未痊愈，失误在哪里呢？

岐伯答道：这是说针治时要将针刺到分肉的空隙之间，中于气穴之内。如果刺不中气穴，则病气仍然郁阻于内，针不到分肉空隙，则经气仍然不能运行；仅刺入皮肤而未陷肓，或刺不中气穴，误中分肉之间，就会扰乱卫气的正常活动而乱行，阴阳之气互相争逐而不能相随。对于胀病，当泻而不泻，以致病气不能下泄。如果已刺三次而病气还未下泄，必须更换刺治的穴位，直到病气下泄为止。如果病气还不下泄，还应从头开始刺治，这样一定能够治愈的，哪里会有危险呢？对于胀病，必须仔细诊察其脉象，当泻则泻，当补则补，就会像桴鼓相应一样，病邪哪里还有不去的道理呢？

五癃津液别第三十六

【题解】

本篇专论津液之分别为五的生理作用与病理变化，故以《五癃津液别》名篇。饮食物经过消化吸收，其中液体部分在滋养人体之后，向体外排泄时，因气候、情绪等因素的影响，生理上产生了适应性的调节，所以在排出的方式上有所不同。本篇将津液别为汗、溺、泪、唾液、髓五种。天寒则为溺和气，天热则为汗等，由此可以认识到人与天地相应的道理。本篇对津与液作了严格区分，最后指出，阴阳不和，三焦气化失常，会产生腰痛胫酸与水胀病。

黄帝问于岐伯曰：水谷入于口，输于肠胃，其液别为五，天寒衣薄则为溺与气，天热衣厚则为汗，悲哀气并则为泣[①]，中热胃缓则唾，邪气内逆，则气为之闭塞而不行，不行则为水胀。余知其然也，不知其何由生？愿闻其道。

【注释】

①并：并合。泣：眼泪。

【译文】

黄帝问岐伯说：水谷从口进入，输送到肠胃，它化生的津液分别为

五种，当天气寒冷时，或衣服穿得薄时，就变为小便与哈气；当天气炎热时，或衣服穿得厚时，就成为汗液；遇悲伤哀痛时，气合于心，则为眼泪；当中焦有热，胃功能弛缓时，就化为唾液；当邪气内阻，阳气闭塞不行，阳气不行则水液潴留而为水胀。我知道这些情况，但不知道是怎样发生的，希望听听其中的道理。

岐伯曰：水谷皆入于口，其味有五，各注其海，津液各走其道。故三焦出气，以温肌肉，充皮肤，为其津；其留而不行者，为液。

【译文】

岐伯说：水谷都从口进入人体，它有五种味道，分别注入其所喜的五脏，津液亦随其所喜而各走其道。所以从三焦输出其气，来温养肌肉，充实皮肤，这就叫做“津”；其留而不行的叫做“液”。

天暑衣厚则腠理开，故汗出；寒留于分肉之间，聚沫则为痛。天寒则腠理闭，气湿不行，水下于膀胱，则为溺与气。

【译文】

天气炎热，衣服穿得过厚，则腠理开张，所以出汗；如果寒气停留于分肉之间，使津液凝聚为沫汁则发生疼痛。天气寒冷时腠理闭密，气湿不能从汗孔排泄，向下流于膀胱，就为小便与气。

五脏六腑，心为之主，耳为之听，目为之侯，肺为之相，肝为之将，脾为之卫，肾为之外。故五脏六腑之津液，尽上渗于目。心悲气并则心系急，心系急则肺举，肺举则液上

溢。夫心系与肺，不能常举，乍上乍下，故咳而泣出矣。

【译文】

五脏六腑，以心为主宰，耳主远听，眼主瞭望，肺像宰相，肝像将军，脾像护卫，肾脏主骨而支撑形体。所以五脏六腑的津液，都向上渗灌到眼睛。当心中悲哀，气并于心时，心系就会引急，心系引急则肺叶上举，肺叶上举使津液向上溢出。但心系与肺叶不能经常上举，气行忽上忽下，所以咳嗽与流泪。

中热则胃中消谷，消谷则虫上下作，肠胃充郭故胃缓，胃缓则气逆，故唾出。

【译文】

中焦有热，胃中容易消化食物，容易消化食物则肠中寄生虫上下活动，水谷与寄生虫使肠胃胀满，则胃的活动弛缓，胃弛缓则气上逆，所以唾液随之而出。

五谷之津液和合而为膏者，内渗入于骨空，补益脑髓，而下流于阴股。阴阳不和，则使液溢而下流于阴，髓液皆减而下，下过度则虚，虚故腰背痛而胫痠。

【译文】

五谷的津液，和合而成为脂膏，向内渗灌到骨孔，向上补益脑髓，向下流注到生殖器。如果阴阳不调和，则使液从阴窍流泄，髓液也同时减少，流泄过度使真阴虚损，真阴虚损则出现腰背疼痛、足胫酸软。

阴阳气道不通，四海闭塞，三焦不泻，津液不化，水谷并行肠胃之中，别于回肠，留于下焦，不得渗膀胱，则下焦胀，水溢则为水胀。此津液五别之逆顺也。

【译文】

如果阴阳气道不通，则四海闭塞，三焦不能输泻，津液不能化生，水谷聚集在肠胃之中，最后从回肠别出，停留在下焦，不能将水分渗入膀胱，则下焦胀满，水液充溢而为水胀。这就是津液分别为五的正常与反常情况。

五阅五使第三十七

【题解】

五官分属于五脏，在生理上两者有着密切的联系，因此当患病以后，从五官的气色变化可以测知内脏病变情况。所谓“阅”，《说文》云：“察也。”本篇主要叙述从五官以观察五气的变化，而五气又是属五脏所使。正如马元台说：“内有五阅以观五气，及五气为五脏之使，故名。”

黄帝问于岐伯曰：余闻刺有五官五阅[①]，以观五气[②]。五气者，五脏之使也[③]，五时之副也[④]。愿闻其五使当安出？

岐伯曰：五官者，五脏之阅也。

黄帝曰：愿闻其所出，令可为常[⑤]。

岐伯曰：脉出于气口，色见于明堂[⑥]。五色更出，以应五时，各如其常。经气入脏[⑦]，必当治理。

【注释】

①五官：指目、鼻、口、舌、耳。它们各有一定的功能职守，故称“官”。张景岳：“官者，职守之谓，所以司呼吸、辨颜色、纳水谷、别滋味、听声音也。”五阅：指观察到的五脏的内在变化。张景

岳："阅，外候也，五脏主于中，五官见于外，内外相应，故为五脏之阅。"

②五气：肝青、心赤、脾黄、肺白、肾黑五种气色。

③五脏之使：是说面部五官的气色属于五脏所使出。使，奉令出行叫"使"。

④副：在此有配合、相应的含义。

⑤令可为常：意谓使它成为常行的方法。

⑥明堂：古时朝廷讲明政教之所叫"明堂"，位于四围正中。而鼻居面部中央，故借"明堂"以喻鼻。

⑦经气：在此指经脉中的邪气。马元台："外经邪气入藏，必当从里以治之。"

【译文】

黄帝问岐伯说：我听说刺法里有通过五官反映的五脏之气的外在表现的"五阅"，来观察五种气色。五气是五脏功能的外在表现，是与五时相配合的。希望听听五使从哪里反映出来呢？

岐伯说：五官是五脏的外候。

黄帝说：希望听到五官表现五脏变化的情况，以作为察病的常规。

岐伯说：五脏的脉色可从气口反映出来，气色可从鼻部反映出来。五色交替出现，和五时相应，各如常规。如果邪气从经脉传入内脏，就要治内。

帝曰：善。五色独决于明堂乎？

岐伯曰：五官已辨，阙庭必张[①]，乃立明堂。明堂广大，蕃蔽见外[②]，方壁高基[③]，引垂居外。五色乃治，平博广大，寿中百岁。见此者，刺之必已，如是之人者，血气有余，肌肉坚致，故可苦以针。

【注释】

①阙庭：《灵枢·五色》："阙者，眉间也"，"庭者，颜也"。古代宫庙及墓门所立双柱叫"阙"，以此喻面部的两眉之间。庭，即庭院，以此喻人的面部。

②蕃蔽：有屏障之义。颊侧、耳门为面部之保护，故喻称为"蕃蔽"。《灵枢·五色》："蕃者，颊侧也。蔽者，耳门也。"蕃，本意为草木茂盛。茂盛之草木可成为人的屏障保护。蔽，遮蔽，隐蔽。

③方壁高基：马元台："耳四周之壁既方，地角之基又高。"

【译文】

黄帝说：说得好。观察五色仅是取决于鼻吗？

岐伯说：五官之色，已经分明，天庭的部位必定明显，才可决定明堂的测候。明堂广大，颊侧和耳门部位显露于外，面部方正、丰厚，齿龈的本肉在外护着牙齿。五色正常，五官的位置平正开阔，这样的人，其寿命应活到百岁。见到这样的人，针刺一定能治好病。因为这样的人，血气有余，肌肉坚实，可以急用针刺治疗。

黄帝曰：愿闻五官。

岐伯曰：鼻者，肺之官也；目者，肝之官也；口唇者，脾之官也；舌者，心之官也；耳者，肾之官也。

【译文】

黄帝说：希望听听五官的职能。

岐伯说：鼻是肺之官；目是肝之官；口唇是脾之官；舌是心之官；耳是肾之官。

黄帝曰：以官何候？

岐伯曰：以候五脏。故肺病者，喘息鼻张；肝病者，眦青；脾病者，唇黄；心病者，舌卷短，颧赤；肾病者，颧与颜黑。

【译文】

黄帝问：从五官诊察什么呢？

岐伯说：可以诊察五脏。所以肺脏有了病，可见喘息急促，鼻孔扇动；肝脏有了病，可见眼角发青；脾脏有了病，可见口唇发黄；心脏有了病，可见舌短，两颧发红；肾脏有了病，可见两颧和额部色黑。

黄帝曰：五脉安出，五色安见，其常色殆者如何？

岐伯曰：五官不辨，阙庭不张，小其明堂，蕃蔽不见，又埤其墙[①]，墙下无基，垂角去外。如是者，虽平常殆，况加疾哉。

【注释】

①埤(bēi)：低矮，低小。

【译文】

黄帝问：有人五脉正常，五色也正常，其气色与常人一样，而一旦有病就危险极了，这是什么道理呢？

岐伯说：五官分野不清，天庭不开阔，鼻子很小，颊侧和耳门瘦削不饱满，耳周及耳下的肌肉不厚，耳垂和下颏像削去了一部分。这种人，虽在平时无病，但已有短寿的征象，何况再加上疾病呢？

黄帝曰：五色之见于明堂，以观五脏之气，左右高下，各有形乎？

岐伯曰：腑脏之在中也，各以次舍，左右上下，各如其度也。

【译文】

黄帝问：五色表现在鼻部，可以观察五脏之气，其中左右高下，各有一定形象吗？

岐伯说：五脏在胸腹腔之内，各有位置，它反映在面部的五色，左右上下也各有常度。

逆顺肥瘦第三十八

【题解】

逆顺是中国哲学和中国医学的重要范畴。所谓“逆”即与自然之势相逆反，顺即与自然之势相顺应。《易传》说：“数往者顺，知来者逆。”逆顺成为中国古代哲人考察自然之道的重要范畴之一。《内经》以“逆顺”名篇者就有《素问·四时刺逆从论》(逆从即逆顺)、《灵枢·逆顺》和本篇。逆顺作为医学和中国哲学的范畴更是贯穿于《内经》的主要思想线索之一。逆顺运用于疾病预后，指顺证、逆证。所谓“顺证”，指预后良好的疾病，而逆症则是预后较差或可能死亡的病证。就本篇来说，逆顺指十二经脉走向与气血运行的逆顺规律。此外，本篇探讨了针刺的深浅、快慢、次数，必须根据人体的胖瘦以及年龄大小、皮肤黑白、体质强弱等来酌量决定。因以《逆顺肥瘦》名篇。

黄帝问于岐伯曰：余闻针道于夫子，众多毕悉矣。夫子之道应若失，而据未有坚然者也[①]。夫子之问学熟乎，将审察于物而心生之乎？

岐伯曰：圣人之为道者，上合于天，下合于地，中合于人事。必有明法，以起度数、法式检押[②]，乃后可传焉。故匠人

不能释尺寸而意短长，废绳墨而起平木也；工人不能置规而为圆，去矩而为方。知用此者，固自然之物，易用之教，逆顺之常也。

【注释】

①坚然：形容病证顽固。

②法式：方式，方法。检押：规则。

【译文】

黄帝问岐伯说：我听夫子讲针道，知道很多了。根据夫子的理论针刺，常常手到病除，从没有坚不可除的病证。先生是向前辈的先生询问继承的呢？还是从审察事物中而发明的呢？

岐伯说：圣人所作针刺的道理，对上合于天文，对下合于地理，对中合于社会人事。一定有明确的法则，以立尺度长短，模式规矩，然后才可传于后世。所以匠人不能丢掉尺寸而妄揣短长，放弃绳墨而求平直；工人不能丢开规而去画圆，去了矩而去画方。知道运用这一法则的，是顺应了自然的物理，是便于应用的教法，也就是衡量逆顺的常规。

黄帝曰：愿闻自然奈何。

岐伯曰：临深决水，不用功力，而水可竭也；循掘决冲[①]，而经可通也[②]。此言气之滑涩，血之清浊，行之逆顺也。

【注释】

①循掘决冲：沿着窟处来开要塞之意。掘，通“窟”，洞穴。

②经：路径。

【译文】

黄帝问：希望听听自然之道是怎样的。

岐伯说：到深河那里放水，不用多大功力，就可以把水放完；从洞穴里开地道，则直行的大道很容易通开。这是说人身的气有滑有涩，血有清有浊，气血的远行有逆有顺。治疗时应该顺应其自然。

黄帝曰：愿闻人之白黑肥瘦少长，各有数乎？

岐伯曰：年质壮大，血气充盈，肤革坚固，因加以邪。刺此者，深而留之，此肥人也。广肩腋项，肉薄厚皮而黑色，唇临临然[①]，其血黑以浊，其气涩以迟。其为人也，贪于取与。刺此者，深而留之，多益其数也。

【注释】

①唇临临然：形容口唇肥厚下垂。《广雅·释诂》："临，大也。"大，引申有厚意。

【译文】

黄帝说：我希望听听人的白黑肥瘦少长，在针刺时，是否有不同呢？

岐伯说：壮年而体质强壮的人，血气充足旺盛，皮肤坚密，在感受病邪时，针刺这种人，应该深刺、留针，这是刺肥壮人的标准。另有一种人，肩腋很开阔，颈项肉薄、皮厚、色黑，唇厚，血色黑浊，气行涩迟。这种人，贪图便宜，追求利益。针刺是应该深刺，留针，多增加针刺的次数。

黄帝曰：刺瘦人奈何？

岐伯曰：瘦人者，皮薄色少，肉廉廉然[①]，薄唇轻言。其血清气滑，易脱于气，易损于血。刺此者，浅而疾之。

【注释】

①廉廉然：形容肌肉瘦薄。

【译文】

黄帝问：针刺瘦人用什么针法呢？

岐伯说：瘦人皮薄颜色淡，肌肉消瘦，唇薄，语声低。他的血清稀而气滑利，像这样，气、血都容易虚脱、损耗。针刺时应该浅刺、急速出针。

黄帝曰：刺常人奈何？

岐伯曰：视其白黑，各为调之。其端正敦厚者，其血气和调，刺此者，无失常数也。

【译文】

黄帝问：针刺普通人用什么针法呢？

岐伯说：观察他的肤色白黑，分别配合针刺深浅的标准。属于端正纯厚的人，它的血气和调，针刺时依据正常的针法标准。

黄帝曰：刺壮士真骨者奈何？

岐伯曰：刺壮士真骨①，坚肉缓节监监然②。此人重则气涩血浊，刺此者，深而留之，多益其数。劲则气滑血清，刺此者，浅而疾之。

【注释】

①真骨：坚固的骨骼。

②坚肉：结实的肌肉。缓节：筋骨坚强，关节舒缓。监监然：形容坚强有力。

【译文】

黄帝问：针刺壮士用什么针法呢？

岐伯说：壮士骨骼坚固，肌肉丰厚，关节坚大。这样的人，性情稳重

的，气涩血浊，针刺就当深刺、留针，并且增加针刺次数。而性情好动的，气滑血清，针刺就当浅刺而急速出针。

黄帝曰：刺婴儿奈何？

岐伯曰：婴儿者，其肉脆血少气弱，刺此者，以毫针，浅刺而疾发针，日再可也。

【译文】

黄帝问：针刺婴儿用什么针法呢？

岐伯说：婴儿肉软、血少、气弱，针刺时用毫针，浅刺进针要快，一天针刺两次就够了。

黄帝曰：临深决水，奈何？

岐伯曰：血清气浊，疾泻之，则气竭焉。

黄帝曰：循掘决冲，奈何？

岐伯曰：血浊气涩，疾泻之，则经可通也。

【译文】

黄帝问：临深决水，运用于针刺上是怎样的？

岐伯说：血清气浊的人，用疾泻的针法，就会使真气衰竭。

黄帝问：循掘决冲，运用于针刺上是怎样的？

岐伯答说：血浊气涩的人，用疾泻的针法，会使真气通畅。

黄帝曰：脉行之逆顺[①]，奈何？

岐伯曰：手之三阴，从脏走手；手之三阳，从手走头；足

之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹。

【注释】

①“脉行”句：杨上善：“脉从身出向四肢为顺，从四肢上身为逆也。”

【译文】

黄帝问：经脉循行的逆顺情况怎样？

岐伯说：手三阴经脉，从内脏走向手部；手三阳经脉，从手部走向头部；足三阳经脉，从头部走向足部；足三阴经脉，从足部走向腹部。

黄帝曰：少阴之脉独下行，何也？

岐伯曰：不然。夫冲脉者，五脏六腑之海也，五脏六腑皆禀焉。其上者，出于颃颡，渗诸阳，灌诸精；其下者，注少阴之大络，出于气街，循阴股内廉，入腘中，伏行骭骨内，下至内踝之后属而别；其下者，并于少阴之经，渗三阴；其前者，伏行出跗属，下循跗入大指间，渗诸络而温肌肉。故别络结则跗上不动，不动则厥，厥则寒矣。

【译文】

黄帝问：只有足少阴经脉下行，为什么？

岐伯说：不是这样的。冲脉是五脏六腑气血汇聚之处，五脏六腑都从它那禀受气血以濡养。它上行的部分，出于鼻道上窍，渗入阳经，灌注精气；下行的部分，输注到足少阴经的大络，从气街出行，沿大腿内侧，下入膝腘窝中，伏行于胫骨之内，再下至内踝后跟骨上缘而别行；下行的又一支脉，与足少阴经相并而行，渗入三阴经；行于其前面的，从内踝后的深部出于跟骨结节上缘，下沿足背走入足大趾内，渗入诸络脉而温养肌肉。所以该脉的别络淤结时，在足背上的脉就不跳动，不跳动则

经气厥逆，经气厥逆而下肢寒冷。

黄帝曰：何以明之？

岐伯曰：以言导之，切而验之，其非必动，然后乃可明逆顺之行也。

黄帝曰：窘乎哉！圣人之为道也，明于日月，微于毫厘，其非夫子，孰能道之也。

【译文】

黄帝问：用什么方法查明冲脉和少阴经气的逆顺呢？

岐伯说：开导病人，问明症状，用手切足背动脉，验其是否跳动，如果不是厥逆，必定有脉跳动，然后就可辨明经脉循行的逆顺情况。

黄帝说：这个问题真重要呀！圣人所作的针道，比日月还光明，比毫厘还细微，若不是夫子，有谁能讲明白呢！

血络论第三十九

【题解】

本篇内容，详细讨论奇邪在络的病变，使用针刺放血时所发生的几种不良反应，以及这些异常现象产生的原因，说明了刺针后肉著的原理。故名《血络论》。

黄帝曰：愿闻奇邪而不在经者[①]。

岐伯曰：血络是也[②]。

【注释】

①奇邪：张景岳："即《缪刺论》所论奇病也。在络不在经，行无常处，故曰奇邪。"

②血络：张志聪："血络者，外之络脉、孙脉，见于皮肤之间，血气有所留积，则失其外内出入之机。"

【译文】

黄帝说：希望听听由奇邪所致，但不在经脉中的病变的情况。

岐伯说：这是一种在络脉之中的病变。

黄帝曰：刺血络而仆者，何也？血出而射者，何也？血

出黑而浊者，何也？血出清而半为汁者，何也？发针而肿者，何也？血出若多若少而面色苍苍者，何也？发针而面色不变而烦悗者，何也？多出血而不动摇者，何也？愿闻其故。

【译文】

黄帝说：刺血络放血，病人就昏倒了，是什么原因？刺后血向外射出，是什么原因？血出色黑稠浊的，是什么原因？血出清稀，一半是汁液，是什么原因？出针后而皮肤肿起，是什么原因？血出或多或少而面色苍白，是什么原因？出针后面色虽然不变而心中烦闷，是什么原因？血出虽多而不觉痛苦，是什么原因？希望听听上述情况的道理。

岐伯曰：脉气盛而血虚者，刺之则脱气，脱气则仆。血气俱盛而阴气多者，其血滑，刺之则射。阳气畜积，久留而不泻者，其血黑以浊，故不能射。新饮而液渗于络，而未合和于血也，故血出而汁别焉。其不新饮者，身中有水，久则为肿。阴气积于阳，其气因于络，故刺之血未出而气先行，故肿。阴阳之气其新相得而未和合，因而泻之，则阴阳俱脱，表里相离，故脱色而苍苍然。刺之血出多，色不变而烦悗者，刺络而虚经；虚经之属于阴者，阴脱，故烦悗。阴阳相得而合为痹者，此为内溢于经，外注于络，如是者，阴阳俱有余，虽多出血而弗能虚也。

【译文】

岐伯说：脉中气偏盛而血偏虚，针刺时容易脱气，气脱就会仆倒。

血气虽然都盛而阴气更多的，血行滑疾，针刺时血向外喷射。阳气积蓄于络脉之内，停留已久，不能外泄，致使血色变黑而稠浊，所以不能远射。刚刚喝了汤水，水液渗入络脉，还没有和血液融和，所以刺出的血中有水液夹杂。如果不是刚饮汤水，而病者体内原有水液停留，久之会形成水肿。阴气积蓄在阳分，已经渗入到络脉，因此当刺治时，血还未出而气已先行，故使局部肿起。阴气与阳气刚刚接触，还没有融合调和，此时用针刺行泻法，阴阳两气同时脱失，表里分离，以致色脱而面色苍白。刺时血出过多，虽然面色没有变化，而胸中烦闷，是因为刺络血出过多，使经脉也空虚了；若属于阴经空虚，就会因阴脱而产生烦闷。阴分阳分邪气相结合而形成痹证，是因为在内泛滥于经脉，在外渗注于络脉，这样，阴分与阳分都是邪气有余，虽然多出一些血，也不会致虚。

黄帝曰：相之奈何[①]？

岐伯曰：血脉者，盛坚横以赤，上下无常处，小者如针，大者如筋，刺而泻之，万全也。故无失数矣，失数而反，各如其度。

黄帝曰：针入而肉著者，何也？

岐伯曰：热气因于针则针热，热则肉著于针，故坚焉[②]。

【注释】

①相：观察。

②“热则”两句：张景岳：“肉著者，吸著于针也。针入而热，肉必附之，故紧涩难转，而坚不可拔也。”

【译文】

黄帝问：怎样观察呢？

岐伯说：血脉盛的，坚硬充满而皮下发红，上下没有固定的部位，小

的像针，大的像筋，针刺用泻法，是非常安全的。所以不能违背刺络的原则，违背原则，非但无效，反会加重病情。

黄帝问：针入后，常见肌肉胶着针身，这是什么原因？

岐伯说：人体热气使针身发热，热则致肌肉胶着针体，所以坚涩难以转动。

阴阳清浊第四十

【题解】

本篇从所受饮食物“质”的区别，分析其所化生的精气有清有浊，并根据经脉的属性，说明阴经中是清气，阳经中是浊气。但进一步分析，清中还有清浊，浊中也有清浊。如果清浊混淆，上下异位，便会形成乱气致病。篇中以阴阳经与清浊气为主题，故名为《阴阳清浊》。

黄帝曰：余闻十二经脉，以应十二经水者。其五色各异，清浊不同，人之血气若之，应之奈何？

岐伯曰：人之血气，苟能若一，则天下为一矣，恶有乱者乎。

黄帝曰：余问一人，非问天下之众。

岐伯曰：夫一人者，亦有乱气，天下之众，亦有乱人，其合为一耳。

【译文】

黄帝问：我听说人体的十二经脉，和地上的十二经水相应。那十二

经水五色不同，清浊也不同，而人体的血气如一，说它和十二经水相应，是怎么回事呢？

岐伯说：人体的血气，如果能够如一，那么，天下的一切，就都可以为一，怎么会发生混乱呢？

黄帝说：我问的是一个人的经脉血气，不是问天下众人的事情。

岐伯说：在一个人身体内有乱气，天下的众人，也有乱气，道理是一个。

黄帝曰：愿闻人气之清浊。

岐伯曰：受谷者浊，受气者清[①]。清者注阴，浊者注阳。浊而清者，上出于咽；清而浊者，则下行。清浊相干，命曰乱气。

【注释】

①受谷者浊，受气者清：接受饮食物所化生的稠厚精气称“浊”，稀薄精气称“清”。另外，张景岳认为浊气指谷气，清气指天气。

【译文】

黄帝说：我希望听听人体内的清气和浊气。

岐伯说：人吃的谷物是浊气，吸的空气是清气。清气注入阴，浊气注入阳。由水谷浊气化生的清气，上出于咽喉；在清气内的浊气则下行。若清浊升降失常，互相干扰，就叫乱气。

黄帝曰：夫阴清而阳浊，浊者有清，清者有浊，清浊别之奈何？

岐伯曰：气之大别，清者上注于肺，浊者下走于胃。胃之清气，上出于口，肺之浊气，下注于经，内积于海。

【译文】

黄帝问：阴清阳浊，浊中有清气，清中有浊气，清气、浊气怎样区别呢？

岐伯说：气的大致区别是，清气向上注入肺脏，浊气向下流入胃腑。胃中化生的清气，上出于口；肺中所含的浊气，向下注入经脉，在内积聚在气海中。

黄帝曰：诸阳皆浊，何阳浊甚乎？

岐伯曰：手太阳独受阳之浊，手太阴独受阴之清。其清者上走空窍，其浊者下行诸经。诸阳皆清，足太阴独受其浊。

【译文】

黄帝问：诸阳经都是浊气所在，哪个阳腑浊气最多呢？

岐伯说：手太阳小肠接受的浊气最多，手太阴肺接受的清气最多。清气上走于孔窍，浊气下行于各经脉。五脏受纳的都是清气，只有足太阴脾接受胃中之浊气。

黄帝曰：治之奈何？

岐伯曰：清者其气滑，浊者其气涩，此气之常也。故刺阴者，深而留之；刺阳者，浅而疾之；清浊相干者，以数调之也。

【译文】

黄帝问道：清浊之气，应怎样调治呢？

岐伯说：清气滑利，浊气涩滞，这是气的正常情况。因此，针刺阴脏的病，深刺而留针；针刺阳腑的病，浅刺而快出针；如果清浊之气互相干扰，根据情况，进行调治。

卷 七

阴阳系日月第四十一

【题解】

本篇以天人相应的观点，论述人体的上下、左右，手足经脉，与日月、天干、地支的阴阳配属关系，并据此提出针刺方面的注意事项。由于本篇主要是根据日月相对转移的现象，来说明自然界阴阳盛衰的情况与手足阴阳经脉的活动规律，故以《阴阳系日月》名篇。

黄帝曰：余闻天为阳，地为阴，日为阳，月为阴，其合之于人，奈何？

岐伯曰：腰以上为天，腰以下为地，故天为阳，地为阴。故足之十二经脉，以应十二月①，月生于水，故在下者为阴；手之十指，以应十日，日主火，故在上者为阳。

【注释】

①“故足之”两句：足之十二经脉，指足三阴、三阳经，左右共十二经脉；十二月，即一年中的十二个月份。因两足在腰以下，下为阴；月与日相对，则月属阴。所以把两者联系起来，认为足十二经与十二月相应。

【译文】

黄帝问：我听说天属阳，地属阴，日属阳，月属阴，它们与人体是怎样相应合的？

岐伯说：人体的腰以上属天，腰以下属地，所以腰以上属天为阳，腰以下属地为阴。所以在下的足部的十二条经脉，与十二个月份相应。因为月生于水，属阴，所以在下的属阴；在上的手十指，与十日相应，日主于火，属阳，所以在上的属阳。

黄帝曰：合之于脉，奈何？

岐伯曰：寅者，正月之生阳也[①]，主左足之少阳；未者，六月，主右足之少阳；卯者，二月，主左足之太阳；午者，五月，主右足之太阳。辰者，三月，主左足之阳明；巳者，四月，主右足之阳明。此两阳合明，故曰阳明。申者，七月之生阴也，主右足之少阴；丑者，十二月，主左足之少阴；酉者，八月，主右足之太阴；子者，十一月，主左足之太阴；戌者，九月，主右足之厥阴；亥者，十月，主左足之厥阴。此两阴交尽，故曰厥阴。

【注释】

①“寅者”两句：寅为十二地支之一，古人将十二地支，按先后顺序，从寅开始，配属十二月，叫做“月建”，作为每一个月份的符号。正月寅是古代天文学家从观察北斗星所指的方位定出来的。因北斗由七星组成，其中一至四星名魁，五至七星名杓，又称“斗柄”。斗柄在每年正月的黄昏时指向东北寅位，二月指向东方卯位，三月指向东南辰位，四月指向东南巳位，……十一月指向北方子位，十二月指向东北丑位。以正月为初春，为一年中阳气初生的时候，故曰“正

月之生阳也”。

【译文】

黄帝问：十二月、十日与经脉相配合是怎样的？

岐伯说：正月配寅，称为正月建寅，阳气初生的时候，主左足的少阳经；六月建未，主右足的少阳经；二月建卯，主左足的太阳经；五月建午，主右足的太阳经；三月建辰，主左足的阳明经；四月建巳，主右足的阳明经。因三四两个月夹在两阳的中间，而为两阳合明，所以叫做阳明。七月建申，是阴气渐生之时，主右足的少阴经；十二月建丑，主左足的少阴经；八月建酉，主右足的太阴经；十一月建子，主左足的太阴经；九月建戌，主右足的厥阴经；十月建亥，主左足的厥阴经。因九十两个月夹在两阴的中间，为阴气交会的时间，所以称为厥阴。

甲主左手之少阳，己主右手之少阳。乙主左手之太阳，戊主右手之太阳。丙主左手之阳明，丁主右手之阳明。此两火并合，故为阳明。庚主右手之少阴，癸主左手之少阴。辛主右手之太阴，壬主左手之太阴。

【译文】

甲日主左手的少阳经，己日主右手的少阳经。乙日主左手的太阳经，戊日主右手的太阳经。丙日主左手的阳明经，丁日主右手的阳明经。丙丁都属火，丙、丁日是两火合并，所以称为阳明。庚日主右手的少阴经。癸日主左手的少阴经。辛日主右手的太阴经，壬日主左手的太阴经。

故足之阳者，阴中之少阳也；足之阴者，阴中之太阴也。手之阳者，阳中之太阳也；手之阴者，阳中之少阴也。腰以上者为阳，腰以下者为阴。

【译文】

足在下属阴，所以足的阳经，为阴中的少阳；足的阴经，为阴中的太阴。手在上属阳，所以手的阳经，为阳中的太阳；手的阴经，为阳中的少阴。总之，腰以上属于阳，腰以下属于阴。

其于五藏也，心为阳中之太阳，肺为阳中之少阴，肝为阴中之少阳，脾为阴中之至阴，肾为阴中之太阴。

【译文】

至于五脏方面，心为阳中的太阳，肺为阳中的少阴，肝为阴中的少阳，脾为阴中的至阴，肾为阴中的太阴。

黄帝曰：以治之，奈何？

岐伯曰：正月、二月、三月，人气在左[①]，无刺左足之阳[②]；四月、五月、六月，人气在右，无刺右足之阳；七月、八月、九月，人气在右，无刺右足之阴；十月、十一月、十二月，人气在左，无刺左足之阴。

【注释】

①人气：人体的正气。

②无刺左足之阳：正月不宜刺左足的少阳经，二月不宜刺左足的太阳经，三月不宜刺右足的阳明经。总的是不刺与月建相配合的经脉，以避免伤损正气。其余类推。

【译文】

黄帝问：在治疗上如何运用这些道理呢？

岐伯说：正月、二月、三月分主左足的少阳、太阳、阳明经，此时的人

气偏重在左，所以不宜针刺左足的三阳经；四月、五月、六月分主右足的阳明、太阳、少阳经，此时的人气偏重在右，所以不宜针刺右足的三阳经；七月、八月、九月分主右足的少阴、太阴、厥阴经，此时的人气偏重在右，所以不宜针刺右足的三阴经；十月、十一月、十二月分主左足的厥阴、太阴、少阴经，此时的人气偏重在左，所以不宜针刺左足的三阴经。

黄帝曰：五行以东方为甲乙木王春，春者，苍色，主肝。肝者，足厥阴也。今乃以甲为左手之少阳，不合于数，何也？

岐伯曰：此天地之阴阳也，非四时五行之以次行也。且夫阴阳者，有名而无形，故数之可十，离之可百，散之可千，推之可万，此之谓也。

【译文】

黄帝问：从五行来说，东方为天干中的甲、乙，同属于木气，旺于春季，春季的颜色，为苍色，主肝脏。肝的经脉，是足厥阴。现在把甲配属左手的少阳，与五行配天干的规则不同，为什么呢？

岐伯说：这是根据天地阴阳的规律来说明手足经脉的阴阳属性的，不是按四时配合五行的次序来分阴阳的。而且阴阳是有名无形的抽象概念，所以用阴阳对立统一来说明事物，可以由一推到十，进一步分析，可以由百推到千，推演至万，就是这个意思。

病传第四十二

【题解】

本篇论述疾病由外而内逐步入侵脏腑的情况；说明了脏腑疾病的传变规律以及不同的传变方式对疾病预后的影响。故以《病传》名篇。本篇名言："道，昭乎其如日醒；窘乎其如夜暝。"疾病的发生无声无形如夜暝，而对疾病阴阳变化之道的把握只有昭如日醒，才能获得十全疗效。提示医者，必须深研医理，通晓天地变化之道，才符合医道的要求。

黄帝曰：余受九针于夫子，而私览于诸方。或有导引行气[①]，乔摩、灸、熨、刺、焫、饮药[②]。之一者可独守耶，将尽行之乎？

岐伯曰：诸方者，众人之方也，非一人之所尽行也。

【注释】

①导引行气：凡人自摩自捏，伸缩手足，除劳去烦，名为导引。通过导引，以达到行气活血，养筋壮骨的目的，故曰"导引行气"。

②乔摩：即按摩。乔，《甲乙经》作"按"。乔，即"跻"。

【译文】

黄帝问：我从夫子那里学到了九针知识，自己又看了记载其他疗法

的方书，又有导引行气，按摩、灸、熨、刺、烧、饮药。在治疗时，是只用其中一种方法呢？还是导引等法都综合使用呢？

岐伯说：多样的治疗方法，是适应于众人疾病的，不是某一个人都需要使用的。

黄帝曰：此乃所谓守一勿失，万物毕者也[①]。今余已闻阴阳之要，虚实之理，倾移之过，可治之属。愿闻病之变化，淫传绝败而不可治者，可得闻乎？

岐伯曰：要乎哉问！道，昭乎其如日醒；窘乎其如夜瞑。能被而服之，神与俱成。毕将服之，神自得之。生神之理，可著于竹帛，不可传于子孙。

【注释】

①万物毕者也：马元台："诸方虽行于众病，而医工当知乎守一。守一者，合诸方而尽明之，各守其一而勿失也。庶于万物之病，可以毕治而无误矣。"

【译文】

黄帝问：这就是所谓坚守一个总的原则，而不放弃，就能解决各种复杂病情。现在我已听到阴阳的要领，虚实的道理，腠理不固与正气不足的病变，以及病还有可治的机会等。此外，希望再听一下疾病的变化，淫邪传递，正气绝败，以致不可治疗，可以听听吗？

岐伯说：你问的是非常重要的。道，它的明显就像"日醒"一样，它的迫切就像"夜瞑"一样。能按照去做，时刻不离于身，心领神会，就会与道合一，始终运用它，自然就会得到神妙。这种"生神"的医理，可以刻在竹帛上，传于后世，不可自私地传给子孙。

黄帝曰：何谓日醒？

岐伯曰：明于阴阳，如惑之解，如醉之醒。

黄帝曰：何谓夜瞑？

岐伯曰：瘖乎其无声，漠乎其无形。折毛发理，正气横倾。淫邪泮衍[①]，血脉传溜。大气入藏[②]，腹痛下淫[③]。可以致死，不可以致生。

【注释】

①淫邪：指偏胜的病邪。泮(pàn)衍：扩散，蔓延。

②大气入藏：此谓严重病邪入侵于内脏。张景岳："大气，大邪之气也。"

③下淫：下焦脏气逆乱。淫，乱。

【译文】

黄帝问：什么叫日醒？

岐伯说：明白了阴阳的规律，好像解开疑惑，又像醉酒醒过来一样。

黄帝问：什么叫夜瞑？

岐伯说：外邪侵害身体，既没有声响，也没有形迹。只是在不知不觉中毛发折断，腠理开泄，正气随时耗散，淫邪散溢肌体，邪气传留血脉之中。因之流入内脏，腹部作痛，下焦脏气逆乱。可以致死，而不可以使人再活下去。

黄帝曰：大气入藏，奈何？

岐伯曰：病先发于心，一日而之肺，三日而之肝，五日而之脾。三日不已，死。冬夜半，夏日中。

【译文】

黄帝问：邪气入脏，怎样传变呢？

岐伯说：疾病开始发于心脏的，过了一日，就传到肺脏，过了三日，又传到肝，过了五日，又传到脾脏。如果再过三日，病还不好，就会死的。冬季死在半夜，夏季死在中午。

病先发于肺，三日而之肝，一日而之脾，五日而之胃。十日不已，死。冬日入，夏日出。

【译文】

疾病开始发于肺脏的，过了三日，就传到肝脏，再过一日，就传到脾脏，过了五日，就传到胃腑。如果再过十日，病还不好，就会死的。冬季死在日入的时候，夏季死在日出的时候。

病先发于肝，三日而之脾，五日而之胃，三日而之肾。三日不已，死。冬日入，夏早食。

【译文】

疾病开始发于肝脏的，过了三日，就传到脾脏，过了五日，就会传到胃腑，再过三日，就传到肾脏。如再过三日，还不好，就会死。冬季死在日入的时候，夏季死在早饭的时候。

病先发于脾，一日而之胃，二日而之肾，三日而之膀胱。十日不已，死。冬人定[①]，夏晏食。

【注释】

①人定：指戌时。相当19—21时。

【译文】

疾病开始发生在脾脏的，一日就传到胃腑，过了二日，就传到肾脏，经过三日，就会传到膀胱。如再过十日，还不好，就会死。冬季死在人定的时候，夏季死在晚饭的时候。

病先发于胃，五日而之肾，三日而之膀胱，五日而上之心。二日不已，死。冬夜半，夏日昳[①]。

【注释】

①日昳(dié)：约当未时。未时，相当于13—15时。马元台："夏之日昳在未，土气正衰，故夏死于昳也。"

【译文】

疾病开始发生于胃的，过了五日，就传到肾脏，再过三日，就传到了膀胱，再经过五日，就向上传到心脏。如再过二日，还不好，就会死。冬季死在夜半，夏季死在午后。

病先发于肾，三日而之膀胱，三日而上之心，三日而之小肠。三日不已，死。冬大晨[①]，夏晏晡[②]。

【注释】

①大晨：早晨天光大亮，约当寅末卯初，即早5时左右。马元台："冬之大晨在寅末。"

②晏晡(bū)：晚7—9时。张景岳："晏晡，戌时也。"

【译文】

疾病开始发生于肾的，过了三日，就传到膀胱，再过三日，向上传到心脏，传到小肠。如再过三日，还不好，就会死。冬季死在黎明，夏季死在夜间。

病先发于膀胱，五日而之肾，一日而之小肠，一日而之心。二日不已，死。冬鸡鸣，夏下晡[①]。

【注释】

①下晡：下午1—3时。张景岳："夏之下晡在未。"

【译文】

疾病开始发生在膀胱的，过了五日，就传到肾脏，再过一日，就传到小肠，再过一日，就传到心脏。如再过二日，还不好，就会死。冬季死在夜半后鸡叫时分，夏季死在午后未时。

诸病以次相传，如是者，皆有死期，不可刺也！间一脏及至三四脏者[①]，乃可刺也。

【注释】

①间一脏及至三四脏：间一脏，是间隔一脏相传的意思。间脏传是传其所生。如《难经·五十三难》说："假令心病传脾，……是子母相传。"这是按火、水、土、木、金的顺序，五行配五脏，间一脏便属母子之间相传，如心病传脾，脾病传肺，肺病传肾等，便属传及二、三、四脏了。

【译文】

各种疾病都是按着一定的次序相互传变的。像这样的传变，都可预期死亡，不能用针刺治疗！如果疾病的传变次序是间隔一脏或间隔三脏、四脏的，才可以用针刺治疗。

淫邪发梦第四十三

【题解】

本篇讨论因邪气的干扰及脏腑虚实等原因所引起的不同梦境，提示各种梦境可以丰富诊断疾病的具体方法，并可作为循经取穴的依据。因本篇主要内容是讨论邪气干扰而引起发梦的情况，故以《淫邪发梦》名篇。梦境是至今为止还难以科学把握的人类意识现象，也是古往今来为人们所关注的研究领域，在现代最为人们熟知的就是弗洛伊德的释梦。其实在中国古代，除医家以外的很多学派都对梦境作过研究，如《列子·周穆王》就有关于梦境的记载说明，有兴趣的读者可参看。本篇的特点是从医学的角度，依据阴阳和脏腑学说对梦境形成的机理进行了探讨，并提出了针刺的原则。

黄帝曰：愿闻淫邪泮衍，奈何？

岐伯曰：正邪从外袭内[①]，而未有定舍，反淫于藏，不得定处，与营卫俱行，而与魂魄飞扬，使人卧不安而喜梦。气淫于府，则有余于外，不足于内；气淫于藏则有余于内，不足于外。

【注释】

①正邪：能够影响身心正常活动的各种因素，如情志、饥饱、劳逸等。张景岳："凡阴阳劳逸之感于外，声色嗜欲之动于内，但有干于身心者，皆谓之正邪。"

【译文】

黄帝说：我想听听邪气在体内弥散而引起梦境的情况是怎样的？

岐伯说：正邪从外侵袭体内，没有固定的部位，却流窜到内脏，也没有固定处所，与营卫之气一起流行，随着魂魄一起飞扬，使人睡眠不安而多梦。若邪气扰乱六腑，在外的阳气就有余，在里的阴气就不足；若邪气干扰五脏，在里的阴气就有余，在外的阳气就不足。

黄帝曰：有余不足，有形乎？

岐伯曰：阴气盛，则梦涉大水而恐惧；阳气盛，则梦大火而燔炀；阴阳俱盛则梦相杀。上盛，则梦飞；下盛，则梦堕；甚饥，则梦取；甚饱，则梦予。肝气盛，则梦怒；肺气盛，则梦恐惧、哭泣；心气盛，则梦善笑；脾气盛，则梦歌乐，身体重不举；肾气盛，则梦腰脊两解不属。凡此十二盛者，至而泻之，立已。

【译文】

黄帝问：有余与不足，都有什么表现呢？

岐伯说：阴气盛，就会梦见自己趟渡大水而感到恐惧；阳气盛，就会梦见大火燃烧而感到灼热；阴阳都盛，就会梦见互相击杀。上部邪盛，就会梦见向上飞腾；下部邪盛，就会梦见向下坠堕。过度饥饿，就会梦见向人索要东西；过饱，就会梦见给别人东西。肝气盛，就会梦见愤怒；肺气盛，就会梦见恐惧、哭泣；心气盛，就会梦见喜笑；脾气盛，就会梦见

歌唱娱乐、身体沉重难以抬举；肾气盛，就会梦见腰脊相互分离而不相连属。以上这十二种气盛所致的梦境发生时，针刺时可在相应腧穴使用泻法，就能消除梦境。

厥气客于心，则梦见丘山烟火；客于肺，则梦飞扬，见金铁之奇物；客于肝，则梦山林树木；客于脾，则梦见丘陵大泽，坏屋风雨；客于肾，则梦临渊，没居水中；客于膀胱，则梦游行；客于胃，则梦饮食；客于大肠，则梦田野；客于小肠，则梦聚邑冲衢[①]；客于胆，则梦斗讼自刳[②]；客于阴器，则梦接内；客于项，则梦斩首；客于胫，则梦行走而不能前，及居深地窈苑中[③]；客于股肱，则梦礼节拜起；客于胞脏[④]，则梦溲便。凡此十五不足者，至而补之，立已也。

【注释】

①聚邑：人群聚集之处。冲衢：四通八达的交通要道。

②自刳(kū)：剖腹自杀。刳，剖割。

③窈(jiào)：地窖。苑：豢养禽兽、种植草木之处。

④胞脏(zhí)：胞，膀胱。脏，即直肠。张景岳："胞，溲脬也。脏，大肠也。"

【译文】

邪气侵犯心脏，会梦见山丘烟火弥漫；侵犯肺脏，会梦见飞扬腾越，或看到金铁制成的奇物；侵犯肝脏，会梦见山林树木；侵犯脾脏，会梦见丘陵和大湖，风雨损毁房屋；侵犯肾脏，会梦见面临深渊，或浸没水中；侵犯膀胱，会梦见到处游荡；侵犯到胃，会梦见饮食；侵犯到大肠，会梦见身处广阔的原野；侵犯到小肠，会梦见身居人群熙攘的交通要道；侵犯到胆，会梦见与人打架斗殴、打官司或剖腹自杀；侵犯到生殖器，会梦

中性交；侵犯到项部，就会梦见被杀头；侵犯到足胫，会梦见想行走而不能，以及被困于地窖、苑囿之中；侵犯到大腿和上臂，就会在梦中行跪拜之礼；侵犯到膀胱和直肠，就会梦到小便和大便。以上这十五种正气不足所致的梦境，可根据梦境辨别邪气所居之处，针刺相应的腧穴，施以补法，就能使梦境很快痊愈。

顺气一日分为四时第四十四

【题解】

本篇论述了一日可分为四时，以应春、夏、秋、冬，而疾病有旦慧、昼安、夕加、夜甚的变化及其原理；同时也说明有些疾病不按上述规律发生变化的原因。此外，谈到脏、色、时、音、味等五变的意义，以及五变主病与刺治五输的相应关系。所以称为《顺气一日分为四时》。本篇名言："气合而有形，得脏而有名"。

黄帝曰：夫百病之所始生者，必起于燥湿、寒暑、风雨、阴阳、喜怒、饮食、居处。气合而有形①，得脏而有名②，余知其然也。夫百病者，多以旦慧昼安，夕加夜甚，何也？

岐伯曰：四时之气使然。

【注释】

①气合：指邪气和正气相搏。有形：指发病后有脉证的表现。

②得脏：指邪气入脏。有名：指各种疾病都有一定的名称。

【译文】

黄帝说：百病开始发生，一定起于燥湿寒暑风雨等外感，或是由于男女喜怒饮食居处等内伤。邪气侵入体内，就会有症状表现出来，邪入

内脏，也有不同的病名，这些我已知道了。很多疾病，多是早晨清爽、白天安静，傍晚加重，夜里更重，这是什么缘故呢？

岐伯说：这是因为四时气候使它这样的。

黄帝曰：愿闻四时之气。

岐伯曰：春生夏长，秋收冬藏，是气之常也，人亦应之。以一日分为四时，朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。朝则人气始生，病气衰，故旦慧；日中人气长，长则胜邪，故安；夕则人气始衰，邪气始生，故加；夜半人气入藏，邪气独居于身，故甚也。

【译文】

黄帝说：希望听一下四时之气。

岐伯说：春生、夏长、秋收、冬藏，这是四时气候变化的规律，人体也与此相应。把一天分为四时：早晨是春天，中午是夏天，日落是秋天，半夜是冬天。早晨人体正气，生发如春气，病邪衰退，病者会感觉清爽；中午人体正气盛大如夏气，盛就胜邪，所以病者安静；傍晚人体正气如收敛的秋气，邪气开始生发，所以病势加重；夜半人体正气如闭藏的冬气，邪气独居体内，所以病势更加严重。

黄帝曰：其时有反者[①]，何也？

岐伯曰：是不应四时之气，脏独主其病者，是必以脏气之所不胜时者甚[②]，以其所胜时者起也[③]。

黄帝曰：治之奈何？

岐伯曰：顺天之时[④]，而病可与期。顺者为工，逆者

为粗。

【注释】

①“其时”句：指有些疾病的轻重变化，与上述旦慧、昼安、夕加、夜甚的规律不同。

②“是必”句：指受病的五脏被时日的五行所克。因为五脏分别具有五行属性，时日也分别具有五行属性。凡遇到时日的五行属性克制五脏的五行属性时，病情就要加重。如肝病逢庚辛日或申酉时辰，为金克木，病情就要加重。

③“以其”句：指受病五脏克制所逢时日，病情趋于减轻，如肝病逢戊己日或辰戌丑未的时辰，为木克土，病情减轻。

④顺天之时：治疗时能够根据日、时的五行属性与受病五脏五行属性的关系，施以补泻，以免时日克脏。如脾病则于属木的甲乙日或寅卯时，用补土泻木法；肺病则于属火的丙丁日或巳午时，用补金泻火法等，即为顺天之时。

【译文】

黄帝问：疾病在一天中的轻重变化，有时没有旦慧、昼安、夕加、夜甚的情况，这是什么原因呢？

岐伯说：这是和四时之气不相应，而只由五脏决定病情，这样的病，必定在受病五脏被时日所克的时候就加重，若受病五脏能克制时日的时候病就轻减。

黄帝问：怎么治疗呢？

岐伯说：治疗必须顺应自然天时的变化，就可以预测疾病的好坏。能这样做，就是高明的医生，相反，就是粗率的医生。

黄帝曰：善。余闻刺有五变，以主五输[1]，愿闻其数。

岐伯曰：人有五脏，五脏有五变，五变有五输，故五五二

十五输，以应五时[2]。

【注释】

①五输：井、荥、输、经、合五类输穴。

②五时：春、夏、长夏、秋、冬五季。

【译文】

黄帝说：好。我听说刺法中有五变，以五输穴为主，希望听听其中的规律。

岐伯说：人有五脏，五脏各有相应的色、时、日、音、味的五种变化，每种变化都有井、荥、输、经、合五种腧穴，五五相乘，所以就有二十五个腧穴，与一年中的五季相应。

黄帝曰：愿闻五变。

岐伯曰：肝为牡脏[1]，其色青，其时春，其日甲乙；其音角，其味酸；心为牡脏，其色赤，其时夏，其日丙丁，其音徵，其味苦；脾为牝脏，其色黄，其时长夏，其日戊己，其音宫，其味甘；肺为牝脏，其色白，其时秋，其日庚辛，其音商，其味辛；肾为牝脏，其色黑，其时冬，其日壬癸，其音羽，其味咸。是为五变。

【注释】

①牡(mǔ)脏：与下文的“牝(pìn)脏”，雄性称牡，雌性称牝。五脏中肝、心为牡脏，脾、肺、肾为牝脏。马元台：“肝为阴中之阳，心为阳中之阳，故皆称曰牡脏。脾为阴中之至阴，肺为阳中之阴，肾为阴中之阴，故皆称曰牝脏。”张志聪：“肝属木，心属火，故为牡脏；脾属土，肺属金，肾属水，故为牝脏。”二说俱可参。

【译文】

黄帝说：希望听听五变的情况？

岐伯说：肝为阳脏，在色为青，在时为春，在日为甲乙，在音为角，在味为酸；心为阳脏，在色为赤，在时为夏，在日为丙丁，在音为徵，在味为苦；脾为阴脏，在色为黄，在时为长夏，在日为戊己，在音为宫，在味为甘；肺为阴脏，在色为白，在时为秋，在日为庚辛，在音为商，在味为辛；肾为阴脏，在色为黑，在时为冬，在日为壬癸，在音为羽，在味为咸。这就是与五脏相应的五变。

黄帝曰：以主五输，奈何？

岐伯曰：脏主冬，冬刺井；色主春，春刺荥；时主夏，夏刺输；音主长夏，长夏刺经；味主秋，秋刺合。是谓五变，以主五输[①]。

【注释】

①“是谓”两句：马元台：“五变主于五输者，何也？盖五脏主于冬，故风病在于脏者，必取五脏之井，如肝取大敦，心取少冲之类。色生于春，故凡病在于色者，必取五脏之荥，如肝取行间，心取少府之类。时主于夏，故凡病时间时甚者，必取五脏之输，如肝取太冲，心取神门之类。音主于长夏，故凡病在于音者，必取五脏之经，如肝取中封，心取灵道之类。味主于秋，故凡病在于胃及饮食不节得病者，必取五脏之合，如肝取曲泉，心取少海之类。是之谓五变，以主五输，所谓五五二十五输，以应五时也。”

【译文】

黄帝问：以五变分主五输穴，是什么情况？

岐伯说：五脏主冬，冬季刺井穴；五色主春，春刺荥穴；五时主夏，夏

季刺输穴；五音主长夏，长夏刺经穴；五味主秋，秋季刺合穴。这是五变分主五输的情况。

黄帝曰：诸原安合，以致六输？

峡伯曰：原独不应五时，以经合之[①]，以应其数，故六六三十六输。

【注释】

①以经合之：以经穴来包括原穴，即以经穴代原穴为用。此以五时分配井、荥、输、经、合五输穴，六腑本有六输，其中除上述五输穴之外，尚有原穴，而“原独不应五时”，所以将原穴合在经穴中，此时经穴和原穴具有相同的属性，以与五变相应。

【译文】

黄帝问：六腑的原穴怎样配合，而成为六输呢？

岐伯说：只有原穴不与五时相配，而把它归于经穴中，以应五时六输之数，所以六六三十六个腧穴。

黄帝曰：何谓脏主冬，时主夏，音主长夏，味主收，色主春？愿闻其故。

岐伯曰：病在脏者，取之井；病变于色者，取之荥；病时间时甚者，取之输；病变于音者，取之经；经满而血者，病在胃，及以饮食不节得病者，取之于合，故命曰味主合。是谓五变也。

【译文】

黄帝问：什么叫做脏主冬，时主夏，音主长夏，味主秋，色主春？希

望听听其中的道理。

岐伯说：病在五脏的，治疗时应刺井穴；病变表现于面色的，治疗时应刺荥穴；病情时轻时重的，治疗时应刺输穴；疾病表现在声音方面发生变化的，应刺经穴；经脉盛满而有淤血的，病在胃腑，以及因饮食不节引起的疾病，治疗时都应刺合穴，所以说味主合。这就是五变的针治法则。

外揣第四十五

【题解】

中国文化认为事物的外在形态是其内在本性的表现，而内在本性一定在外部有所表现。用孟子的话说："有诸内，必形诸外。"(《孟子·告子》)所以儒家很早就形成了从人外部的容颜仪表、言行举止来判断人的品性的道德评价方法。同样，中医学也认为人体脏腑经脉气血的生理和病理的变化也会在人的外部表现出来。内外的关系就如同形影声响一样不可分离。正如篇中所云："昭昭之明不可蔽。""若清水明镜之不失其形也。"本篇强调阴阳内外的密切联系与相互影响，说明从外以知内的道理，从而启发人们重视外在客观的临床表现，作为诊断疾病的依据。医生临床时，从病人的声、色等进行揣摩，可以了解病因、病机和病位等概况，故以《外揣》名篇。本篇不是具体论述某种疾病的诊治规律，而是提示给医家临床思维的重要方法。读者宜深思揣摩。

黄帝曰：余闻九针九篇，余亲受其词[①]，颇得其意。夫九针者，始于一而终于九[②]，然未得其要道也。夫九针者，小之则无内，大之则无外，深不可为下，高不可为盖。恍惚无穷，流溢无极。余知其合于天道、人事、四时之变也。然余愿杂之毫毛，浑束为一，可乎？

岐伯曰：明乎哉问也！非独针道焉，夫治国亦然。

【注释】

①亲受其词：亲身接受他的智慧和方略。

②始于一而终于九：指九针的理论和各种针具的名称。因为叙述这些理论以及各种类型针具的使用，都要有条理和次序，所以称为“始于一而终于九”。此文原出《九针十二原》。

【译文】

黄帝说：我听过九针九篇，亲自领略着智慧的理论，深受其益。这九针，是从一到九，道理深刻，可是还没有完全懂得其中的主要道理。九针的道理，精到不能再细，大到不能再大，深到不能再深，高到无盖可盖。它的奥妙恍惚无穷，它的运用流溢不尽。以上种种，我知道它是合于天道、人事、四时变化的，我希望把这像毫毛一样细的东西，归纳成为一个总纲，这可以吗？

岐伯说：你问得高明极了，不仅是针道要有一个总纲，就是治国也是这样的。

黄帝曰：余愿闻针道，非国事也。

岐伯曰：夫治国者，夫惟道焉。非道，何可小大深浅，杂合而为一乎？

【译文】

黄帝说：我希望听的是针道，并不是国事。

岐伯说：治理国事，就是要有一个一以贯之的“道”。没有“道”，怎么能把小大、深浅的许多复杂的事务，综合为一个总纲呢？

黄帝曰：愿卒闻之。

岐伯曰：日与月焉，水与镜焉，鼓与响焉。夫日月之明，不失其影；水镜之察，不失其形；鼓响之应，不后其声。动摇则应和，尽得其情。

【译文】

黄帝说：希望详尽地听一下。

岐伯说：这可用日和月，水和镜，鼓和响来比喻。日月照明，物影立现；水镜之光，容颜不失；击鼓作响，其声紧随。所以形与影，声与响是相互应和的，明白了这些，就能够掌握针刺的法则了。

黄帝曰：窘乎哉！昭昭之明不可蔽。其不可蔽，不失阴阳也。合而察之，切而验之，见而得之，若清水明镜之不失其形也。五音不彰，五色不明，五脏波荡，若是则内外相袭[①]，若鼓之应桴，响之应声，影之似形。故远者司外揣内[②]，近者司内揣外。是谓阴阳之极，天地之盖。请藏之灵兰之室[③]，弗敢使泄也。

【注释】

①相袭：相互影响。

②司外揣内：观察外表，可以推测内脏病变。司，主事为司。揣，推测。

③灵兰之室：传说中黄帝藏书的地方。王冰："灵兰室，黄帝之书府也。"

【译文】

黄帝说：这个问题说起来真困难啊！尽管困难，但深刻的真理之

光，是不可遮蔽的。它所以不可遮蔽，是由于不失去阴阳相对的道理。在临证时，综合病人的情况而观察它，切诊来验证脉象，望诊来得到外部情况，这就像清水明镜之不失真一样。人的声音色泽，是内脏功能的反应，如果五音不响亮，五色不鲜明，五脏动摇，像这样内外相因，就像鼓与槌相和，响与声相应，影与形相类一样。因此说，从远看，观察在外的声音色泽，可以测知内脏的症候；从近看，观察在内的脏腑，可以测知声音色泽的变化。这可说是阴阳变化的极点，天地所包的道理也尽在其中。希望把它藏在灵兰室，不敢使它散失。

五变第四十六

【题解】

本篇主要讨论疾病和体质的关系。文中列举了风、痹、消瘅、寒热、积聚五种病证患者的不同体质类型及其发病机制，并以刀斧伐木的五种变化情况作比喻，来说明内因、外因之间的关系。发病的内因在于“骨节皮肤腠理之不坚固”，因而外邪易于侵入，提示人们积极养生，以使骨节坚固、腠理致密，邪不得入。篇末有“五变之纪”为结束语，实即以“五变”作为论述的纲要，故以《五变》名篇。本篇名言：“犯者得之，避者得无殆。”

黄帝问于少俞曰：余闻百疾之始期也，必生于风雨寒暑，循毫毛而入腠理。或复还，或留止，或为风肿汗出，或为消瘅，或为寒热，或为留痹，或为积聚。奇邪淫溢，不可胜数，愿闻其故。夫同时得病，或病此，或病彼，意者天之为人生风乎，何其异也？

少俞曰：夫天之生风者，非以私百姓也。其行公平正直，犯者得之，避者得无殆，非求人而人自犯之。

【译文】

黄帝问少俞说：我听说各种疾病开始时，必定由风雨寒暑外感引起，邪气沿着毫毛而进入腠理。或传变，或留止，或形成风肿而出汗，或发为消瘅，或寒热往来，或成为久痹，或形成积聚。不正的邪气散漫于体内，以致病证难以尽数，希望听听其中的缘故。至于同时得病，有的生这种病，有的生那种病，我认为是自然界气候对人的影响不同，否则，为什么发生的病变各不相同呢？

少俞说：自然界发生的风，不会偏私某个人，它普遍吹动，公平正直，触犯它，就会得病；避开它，就没有危险。不是风邪找人，是人自己去触犯它，才生病的。

黄帝曰：一时遇风，同时得病，其病各异，愿闻其故。

少俞曰：善乎哉问！请论以比匠人。匠人磨斧斤，砺刀削，斫材木。木之阴阳，尚有坚脆。坚者不入，脆者皮弛。至其交节，而缺斤斧焉。夫一木之中，坚脆不同。坚者则刚，脆者易伤。况其材木之不同，皮之厚薄，汁之多少，而各异耶。夫木之早花先生叶者，遇春霜烈风，则花落而叶萎。久曝大旱，则脆木薄皮者，枝条汁少而叶萎。久阴淫雨，则薄皮多汁者，皮溃而漉。卒风暴起，则刚脆之木，枝折杌伤[①]。秋霜疾风，则刚脆之木，根摇而叶落。凡此五者，各有所伤，况于人乎。

【注释】

①杌(wù)：张景岳："木之无枝者也。"此指树干。

【译文】

黄帝说：同一时候遇到风，又同时得了病，可是病情不一样，希望听

一下其中的原因。

少俞说：问得很好。让我拿匠人来比喻吧。匠人磨斧、磨刀，砍削木材。树木的阴面阳面，有坚硬与脆薄的区别。坚者不易砍入，脆者容易裂开，遇到结节，能够损坏刀斧。就木材说，坚脆不一样，坚硬的就强，脆薄的易折。何况木材种类不同，外皮的厚薄，内含汁液的多少，也各不相同呢！像那早开花先生叶的，遇到春霜烈风，就会花落而叶萎。或久经暴晒，大旱，脆弱皮薄的木材，枝条中含的水分少了，而致树叶枯萎。或久经阴天，阴雨连绵，木材薄皮而多含水分的，就会树皮溃烂渗水。或遭到狂风暴起，就会使刚脆的树木，树枝折断，树干损伤。或遇到秋霜疾风，就会使刚脆的树木，树根摇动，树叶零落。以上这五种木材的情况，分别有不同的伤损，何况人呢？

黄帝曰：以人应木奈何？

少俞答曰：木之所伤也，皆伤其枝。枝之刚脆而坚，未成伤也。人之有常病也，亦因其骨节皮肤腠理之不坚固者，邪之所舍也，故常为病也。

【译文】

黄帝说：将人和树木相比，是怎样的？

少俞回答说：树木所受的损伤，都是树枝受伤。如果树枝刚实坚硬，就未必受到损伤。人经常有病，也是因为它的骨节皮肤腠理不坚固，往往是病邪所留止的地方，所以经常有病。

黄帝曰：人之善病风厥漉汗者[①]，何以候之？

少俞答曰：肉不坚，腠理疏，则善病风。

黄帝曰：何以候肉之不坚也？

少俞答曰：腘肉不坚，而无分理。理者粗理，粗理而皮不致者，腠理踈。此言其浑然者。

【注释】

①漉：汗出貌。

【译文】

黄帝问：人有常患风厥病，汗出不止，应该怎样诊察呢？

少俞回答说：肌肉不坚实，腠理疏松，就会常感受风病。

黄帝问：怎样来诊察肌肉不坚实呢？

少俞回答说：那是肩、肘、髀、膝等处的肌肉不坚实，又没有肤纹的。由于肌肉不坚实，肤粗，皮亦不致密。因此，腠理疏松，就容易感受风邪。这仅说是大致如此吧。

黄帝曰：人之善病消瘅者，何以候之？

少俞答曰：五藏皆柔弱者，善病消瘅。

黄帝曰：何以知五藏之柔弱也？

少俞答曰：夫柔弱者，必有刚强[①]，刚强多怒，柔者易伤也[②]。

黄帝曰：何以候柔弱之与刚强？

少俞答曰：此人薄皮肤而目坚固以深者[③]，长冲直扬[④]，其心刚，刚则多怒，怒则气上逆，胸中蓄积，血气逆留，臆皮充肌[⑤]，血脉不行，转而为热，热则消肌肤，故为消瘅。此言其人暴刚而肌肉弱者也。

【注释】

①“夫柔弱者”两句：丹波元简：“柔弱者必有刚强，谓形质弱而性气刚也。”

②“刚强”两句：此谓测知五脏柔弱，是从性情粗暴、多怒的方面看。柔者容易病消瘅。

③坚固：视物坚定。深：眶骨高耸，眼珠深凹。

④长冲直扬：举目扬眉貌。冲，当为“衡”，指眉毛。

⑤臗(kuān)：身体。

【译文】

黄帝问：人有常患消瘅病，应该怎样诊察呢？

少俞回答说：五脏都很柔弱的人，就容易发生消瘅病。

黄帝问：怎么知道五脏柔弱呢？

少俞回答说：五脏柔弱的人，必定性气刚强，性气刚强则多怒，所以五脏柔弱的人就容易受到损伤。

黄帝问：怎样诊察五脏柔弱与性气刚强呢？

少俞回答说：这种人皮肤薄，但是眼睛坚固深入，眉毛竖起，性气刚暴，性气刚暴就容易发怒，怒则使气向上逆，而积聚胸中，血气停留不畅，肌肉皮肤冲胀，使血脉不得畅流而生郁热，郁热则消烁肌肉皮肤，而成为消瘅。这是指性情刚暴而肌肉脆弱的人啊。

黄帝曰：人之善病寒热者，何以候之？

少俞答曰：小骨弱肉者①，善病寒热。

黄帝曰：何以候骨之小大，肉之坚脆，色之不一也？

少俞答曰：颧骨者，骨之本也②。颧大则骨大，颧小则骨小。皮肤薄而其内无腘，其臂惴惴然③，其地色烊然④，不与其天同色，污然独异⑤，此其候也。然臂薄者，其髓不满，故

善病寒热也。

【注释】

①小骨弱肉：张介宾："骨属肾，肉属脾，皆至阴之所在也。阴不足，则阳邪易以入之，故善病寒热。"

②颧骨者，骨之本也：张介宾："目下颊骨曰颧，周身骨骼大小，可验于此。"张志聪："夫肾主骨。颧者，肾之外候也，故颧骨为骨之本。"

③懦懦然：柔软的样子。

④炲(tái)：黑色。

⑤污然：污垢不洁的样子。

【译文】

黄帝问：人有常患寒热病，应怎样诊察呢？

少俞回答说：骨骼细小，肌肉脆弱的人，容易患寒热病。

黄帝问：怎样诊察骨骼的大小、肌肉的坚脆、气色的不同呢？

少俞回答说：面部颧骨是全身骨骼之本。颧骨大的骨骼也大，颧骨小的骨骼也小。皮肤薄弱，肌肉也不能隆起，臂膊柔弱而无力，下巴的气色晦浊无神，与天庭的气色不一致，像蒙罩着一层污垢，这就是诊候骨、肉、色的方法。同时，如果两臂肌肉薄弱，其骨髓必不充满，所以容易患寒热病。

黄帝曰：何以候人之善病痹者？

少俞答曰：粗理而肉不坚者，善病痹。

黄帝曰：痹之高下有处乎？

少俞答曰：欲知其高下者，各视其部。

【译文】

黄帝问：怎样诊察病人容易患痹证呢？

少俞回答说：腠理粗疏而肌肉不坚实，就容易患痹证。

黄帝问：痹证部位上下有一定的处所吗？

少俞回答说：要知道痹证部位的高下，必须观察五脏的分部位情况。

黄帝曰：人之善病肠中积聚者，何以候之？

少俞答曰：皮肤薄而不泽，肉不坚而淖泽，如此则肠胃恶，恶则邪气留止，积聚乃伤。脾胃之间，寒温不次，邪气稍至，稽积留止，大聚乃起。

【译文】

黄帝问：人有常患肠中积聚的，怎样诊察呢？

少俞回答说：皮肤薄弱，缺乏光泽，肌肉不坚实而缺乏滑泽，这样，可知肠胃功能不好，邪气容易积聚而伤及脾胃的功能。如果在脾胃之间，因寒温不调，邪气渐渐侵入，就会聚集停留，而形成积聚病。

黄帝曰：余闻病形，已知之矣，愿闻其时。

少俞答曰：先立其年，以知其时。时高则起，时下则殆[①]。虽不陷下，当年有冲通[②]，其病必起，是谓因形而生病。五变之纪也。

【注释】

①时高则起，时下则殆(dài)：凡遇生旺之时，疾病可以好转，若遇衰下之时，疾病就会危险。

②冲通：张景岳："虽非衰克陷下之时，而年有所冲，则气有所通，其病亦因而起。"意思是说年运之气与人体不相适应，就会感触而发病。

【译文】

黄帝说：关于疾病的症状，我已经知道了，希望再听听疾病与时令的关系。

少俞回答说：首先要确定一年的气候变化规律，然后再掌握各个时令的气候。凡在气候对疾病有利之时，其病就会好转；气候对疾病不利之时，其病就会恶化。有时虽然某一时令的气候变化并不剧烈，但因该年气候对其人体不适应，也一定引发疾病。这叫因形体素质不同而引发的疾病。这就是五变为病的纲要。

本脏第四十七

【题解】

本，动词，探求本源之意，“本脏”的字面意思就是探求五脏的本源。本篇首先概要指出了血气、精神、卫气、经脉、五脏、六腑的生理功能。其次，从小大、高下、坚脆、端正偏斜、长短、厚薄、结直、缓急方面详论了五脏六腑的形态特点及其与疾病发生的关系。认为脏腑的大小形态位置结构与人体健康与否存在着直接的关系，而且不同形态结构的脏腑在体表对应上有不同的形态结构。由此认为人的素体禀赋的强弱以五脏六腑为本，人体外在组织的强弱，也是源于内在的脏腑。本文认为人体发病与否的关键不在于外邪的侵袭，而在于人的体质的强弱。这是对“邪之所凑，其气必虚”，与“正气存内，邪不可干”的具体说明。基于对生理功能的这种认识，所以在发病时，可以“视其外应，以知其内脏，则知所病矣”。这些成为中医诊断学“有诸内，必形诸外”及“从外以知内”的基本观点的理论来源。可见脏腑是健康与疾病的根本，故以《本脏》名篇。

黄帝问于岐伯曰：人之血气精神者，所以奉生而周于性命者也[①]。经脉者，所以行血气而营阴阳，濡筋骨，利关节者也；卫气者，所以温分肉，充皮肤，肥腠理，司开阖者也[②]；志意者，所以御精神，收魂魄，适寒温，和喜怒者也。是故血和则经脉流行，营复阴阳，筋骨劲强，关节清利矣。卫气和则分肉解利，皮肤调柔，腠理致密矣。志意和则精神专直[③]，魂魄不散，悔怒不起，五脏不受邪矣。寒温和则六腑化谷，风痹不作，经脉通利，肢节得安矣。此人之常平也。五脏者，所以藏精神血气魂魄者也；六腑者，所以化水谷而行津液者也。此人之所以具受于天也，无愚智贤不肖，无以相倚也[④]。然有其独尽天寿，而无邪僻之病，百年不衰，虽犯风雨卒寒大暑，犹有弗能害也；有其不离屏蔽室内[⑤]，无忧惕之恐，然犹不免于病，何也？愿闻其故。

【注释】

①奉生：养生。周：合。

②司开阖：主管皮肤腠理之开合。

③精神专直：精神专一而正。《易传·系辞》："其静也专，其动也直。"

④倚：异，不同。

⑤屏蔽：屏风。

【译文】

黄帝问岐伯说：人体的血气精神，是养生而使性命存续的物质。人的经脉是运行血气，转输清浊之气，濡润筋骨，滑利关节的；人的卫气是温养肌肉，充养皮肤，肥盛腠理，管理皮肤腠理开合的；人的志意是驾驭精神，收聚魂魄，适应寒温变化，调节情绪的。所以血脉调和则经脉流

行，营养周身内外，筋骨强劲，关节滑利。卫气调和则分肉感到舒畅滑利，皮肤和柔，腠理致密。志意和顺则精神专一，魂魄不散漫，悔怒不妄起，五脏不受邪气侵袭。适应气候的寒温变化，则六腑能正常运化水谷，不致发生风痹，经脉畅通，四肢关节活动正常。这些都是人体协调的常态。五脏是储藏精神血气魂魄的；六腑是运化谷物而布散津液的。这些都是人天然的禀受，不论愚智贤不肖，没有不同的。但有的人独享大寿，未发生过什么疾病，直到百岁，身体不衰，虽然遇到了风雨、暴冷、大暑的气候，也不能损害其健康；还有的人从不离开屏风、室内，也没遭到惊恐害怕的事，但仍然免不了生病，这是为什么？希望听一下其中的缘故。

岐伯对曰：窘乎哉问也！五脏者，所以参天地，副阴阳[①]，而连四时，化五节者也[②]。五脏者，固有大小、高下、坚脆、端正、偏倾者；六腑亦有小大、长短、厚薄、结直、缓急。凡此二十五者[③]，各不同，或善或恶，或吉或凶。请言其方。

【注释】

①副：本意为助理，此作配合、符合解。

②化五节：张景岳："化五节者，应五行之节序而为之变化也。"也就是五脏各与五季（春、夏、长夏、秋、冬）的五行变化相应。

③二十五者：指五脏各有大小、坚脆、高下、端正偏倾等不同情况，合为二十五种。

【译文】

岐伯回答说：你问得很难回答啊！五脏，与天地相参，阴阳相配，与四时五季的变化相应。五脏本来有小大、高下、坚脆、端正偏倾等不同；六腑也有小大、长短、厚薄、曲直、缓急等差异。这二十五种变化，各不

相同，或善或恶，或吉或凶，请让我说说它的道理吧。

心小则安，邪弗能伤，易伤以忧；心大则忧不能伤，易伤于邪。心高则满于肺中，悗而善忘，难开以言；心下则脏外[①]，易伤于寒，易恐以言。心坚则脏安守固；心脆则善病消瘅热中。心端正则和利难伤；心偏倾则操持不一，无守司也。

【注释】

①心下则脏外：心脏低则心阳涣散。外，疏。《礼记·大学》："外本内末。"孔疏："外，疏也。"引申为疏散、涣散。

【译文】

心脏小的，则心气安定，外邪不能伤害，但易被内忧所伤；心脏大的，不致被内忧所伤，但易为外邪所伤。心脏位置高，则充满肺部，多烦闷，好忘事，很难用言语开导他；心脏位置低，则脏气不紧密，易为寒邪所伤，又容易用言语去恐吓他。心脏坚实的，则所藏的神气安定，内守固密；心脏脆弱的，则多患消瘅热中。心脏位置端正，则脏气和谐，外邪难以伤害，心脏位置偏倾不正，则操持各种事物不能如一，这是精神不能内守去约束。

肺小则少饮，不病喘喝；肺大则多饮，善病胸痹、喉痹、逆气。肺高上气肩息咳；肺下则居贲迫肺，善胁下痛。肺坚则不病咳上气；肺脆则苦病消瘅易伤。肺端正则和利难伤；肺偏倾则胸偏痛也。

【译文】

肺脏小的，就饮水少，也不患喘喝的病；肺脏大的，就饮水多，容易患胸痹、喉痹、逆气等证。肺脏位置高的，就会气逆向上、肩息、咳嗽等证；肺脏位置低的，就会逼迫胸膈，多胁下痛。肺脏坚实的，就不会患咳嗽、气逆向上的病；肺脏脆弱的，就会患消瘅病，容易感受外邪。肺脏位置端正，则肺气和利，外邪难以伤害；肺脏位置偏倾不正，就会影响胸胁偏痛。

肝小则脏安，无胁下之病；肝大则逼胃迫咽，迫咽则苦膈中，且胁下痛。肝高则上支贲切[①]，且胁悗，为息贲；肝下则逼胃，胁下空，胁下空则易受邪。肝坚则脏安难伤；肝脆则善病消瘅易伤。肝端正则和利难伤；肝偏倾则胁下痛也。

【注释】

①上支贲切：张景岳："上支贲切，谓肝经上行之支脉，贲壅迫切，故胁为悗闷，为息贲喘息也。"

【译文】

肝脏小的，则脏气安定，没有胁下作痛的病；肝脏大的，就会逼近胃部，上迫咽喉，胸中膈塞不通，并且胁下疼痛。肝脏位置高的，就会上支胸膈，并且胁下拘急，发为息贲；肝脏位置低的，则胃部安和，胁下空虚，因为空虚就容易感受外邪。肝脏坚实，则脏气安定，外邪难以伤害；肝脏脆弱，则多患消瘅，而易被外邪所伤。肝脏的位置端正，则肝气和利，不易为外邪伤害；肝脏的位置偏倾的，则胁下也会偏痛的。

脾小则脏安，难伤于邪也；脾大则苦湊胁而痛[①]，不能疾行。脾高则胁引季胁而痛[②]；脾下则下加于大肠，下加于大

肠则脏苦受邪。脾坚则脏安难伤；脾脆则善病消瘅易伤。脾端正则和利难伤，脾偏倾则善满善胀也。

【注释】

①凑：充聚。眇(miǎo)：胁下空软处。

②季胁：相当于侧胸第十一、十二肋软骨处。此处为肋骨之末端，故称季胁。

【译文】

脾脏小的，则脏气安定，外邪难以伤害；脾脏大的，就会经常影响腋下胁上空软部分作痛，走路不快。脾脏位置高的，胁下空软处会牵引季胁作痛；脾脏位置低，就向下加于大肠之上，常受邪气伤害。脾脏坚实的，则脏气安和，难被外邪所伤；脾脏脆弱的，就会患消瘅病，容易为外邪侵害。脾脏位置端正，则脾气和利，不易为外邪伤害；脾脏位置偏倾，就容易发生胀满。

肾小则脏安难伤；肾大则善病腰痛，不可以俯仰，易伤以邪。肾高则苦背膂痛，不可以俯仰；肾下则腰尻痛[①]，不可以俯仰，为狐疝。肾坚则不病腰背痛；肾脆则善病消瘅易伤。肾端正则和利难伤；肾偏倾则苦尻痛也。凡此二十五变者，人之所苦常病。

【注释】

①尻(kāo)：尾骶部的通称。

【译文】

肾脏小的，则脏气安定，外邪难以伤害；肾脏大的，则常患腰痛，不能俯仰，容易为邪所伤。肾脏位置高，经常有脊背疼痛，不能俯仰；肾脏

位置低，就会腰尻部疼痛，不能前后俯仰，且有狐疝。肾脏坚实，就没有腰背痛；肾脏脆弱，就多病消瘅，容易为邪气所伤。肾脏位置端正，则肾气和利，不易为外邪伤害；肾脏位置偏倾，就会经常发生腰尻偏痛。以上这二十五种变化，是人经常发生的疾病。

黄帝曰：何以知其然也？

岐伯曰：赤色小理者心小，粗理者心大。无鬲骭者[①]，心高；鬲骭小、短、举者，心下。鬲骭长者，心下坚；鬲骭弱以薄者，心脆。鬲骭直下不举者，心端正；鬲骭倚一方者，心偏倾也。

【注释】

①鬲骭(héyú)：胸骨下端蔽心之骨，或名“鸠尾”、“蔽骨”，即胸骨剑突。

【译文】

黄帝说：怎样知道五脏的大小、高低、坚脆、端正与偏倾呢？

岐伯说：皮肤红色，纹理细密的，心脏就小，纹理粗疏的，心脏就大。看不见胸骨剑突的，心脏的位置就高；胸骨剑突小，短而鸡胸的，心脏的位置就低。胸骨剑突长的，心脏就坚实；胸骨剑突弱小而较薄的，心脏就脆弱。胸骨剑突直下而不突起的，心脏就端正；胸骨剑突偏在一面的，心脏就偏倾不正。

白色小理者，肺小；粗理者，肺大。巨肩反膺陷喉者[①]，肺高；合腋张胁者[②]，肺下。好肩背厚者，肺坚；肩背薄者，肺脆。背膺厚者，肺端正；胁偏疏者，肺偏倾也。

【注释】

①反膺陷喉：张景岳："胸前两旁为膺，胸突而向外者，是为反膺。肩高胸突，其喉必缩，是为陷喉。"

②合腋张胁：张景岳："合腋张胁者，腋敛胁开也。"指两腋窄紧，胸廓上部敛缩，下部开张。

【译文】

皮肤白色，纹理细密的，肺脏就小；纹理粗疏的，肺脏就大。两肩高大，胸部向外突出，而咽喉内陷的，肺脏的位置就高；两腋收敛，两胁开张的，肺脏的位置就低。肩背部宽厚的，肺脏就坚实；肩背部薄弱的，肺脏就脆弱。背部及胸膺宽厚的，肺脏就端正；胸部偏斜的，肺就偏倾不正。

青色小理者，肝小；粗理者，肝大。广胸反骹者[①]，肝高；合胁兔骹者[②]，肝下。胸胁好者，肝坚；胁骨弱者，肝脆。膺腹好相得者，肝端正；胁骨偏举者，肝偏倾也。

【注释】

①反骹(qiāo)：即偏下的胁骨突起。张景岳："胁下之骨为骹也。反骹者，胁骨高而张也。"骹，偏下的胁骨。

②兔骹：张景岳："兔骹者，胁骨低合如兔也。"

【译文】

皮肤青色，纹理细密的，肝脏就小；纹理粗疏的，肝脏就大。胸部宽阔，胁骨隆起的，肝脏的位置就高；胁部狭窄，胁骨低的，肝脏的位置就低。胸胁健壮的，肝脏就坚实；胁骨柔软的，肝脏就脆弱。胸腹好，比例匀称的，肝脏就端正；胁骨偏斜而高起的，肝脏就偏倾不正。

黄色小理者，脾小；粗理者，脾大。揭唇者[①]，脾高；唇下纵者，脾下。唇坚者，脾坚；唇大而不坚者，脾脆。唇上下好者，脾端正；唇偏举者，脾偏倾也。

【注释】

①揭唇：嘴唇上翻。揭，举起貌。

【译文】

皮肤黄色，纹理细密的，脾脏就小；纹理粗疏的，脾脏就大。嘴唇上翻的，脾脏的位置就高；嘴唇下垂的，脾脏的位置就低。嘴唇坚实的，脾脏就坚实；嘴唇大而不坚实的，脾脏就脆弱。嘴唇上下均匀的，脾脏就端正；嘴唇偏斜的，脾脏就偏倾不正。

黑色小理者，肾小；粗理者，肾大。高耳者，肾高；耳后陷者，肾下。耳坚者，肾坚；耳薄不坚者，肾脆。耳好前居牙车者[①]，肾端正，耳偏高者，肾偏倾也。凡此诸变者，持则安，减则病也。

【注释】

①牙车：即牙床。颊车穴部位。

【译文】

皮肤黑色，纹理细密的，肾脏就小；纹理粗疏的，肾脏就大。两耳高的，肾脏的位置就高；两耳向后陷下的，肾脏的位置就低。耳朵皮肉坚实的，肾脏就坚实；耳薄而皮肉不坚实的，肾脏就脆弱。两耳皮肉丰厚，位于两侧颊车之前的，肾脏就端正；两耳一边偏高的，肾脏就偏倾不正。以上各种变化情况，如能注意调养，就仍能保持正常；如不善调理，有所伤损，就会发生疾病。

帝曰：善。然非余之所问也。愿闻人之有不可病者，至尽天寿，虽有深忧大恐，怵惕之志，犹不能感也[①]，甚寒大热，不能伤也；其有不离屏蔽室内，又无怵惕之恐，然不免于病者，何也？愿闻其故。

岐伯曰：五脏六腑，邪之舍也，请言其故。五脏皆小者，少病，苦燋心[②]，大愁忧；五脏皆大者，缓于事，难使以忧。五脏皆高者，好高举措；五脏皆下者，好出人下。五脏皆坚者，无病；五脏皆脆者，不离于病。五脏皆端正者，和利得人心；五脏皆偏倾者，邪心而善盗，不可以为人，卒反复言语也。

【注释】

①感：与下文“伤”同义。

②燋：通“焦”，焦虑，焦躁。

【译文】

黄帝说：说得好。但这些不是我要问的。我希望听听有的人从不患病，能享大寿。虽然遇到深忧大恐，情绪上极坏，还不能损伤他，酷寒炎暑，都不能损伤他；还有的人，不离开屏风室内，也没有深忧大恐，可仍不免患病，这是什么道理？希望知道其中的缘故。

岐伯说：五脏六腑，是可以被外邪侵入之处，请让我讲讲其中的缘故。五脏都小的，生病就少，但经常要劳心焦虑，免不了忧愁；五脏都大的，做事缓慢，很难使他忧愁。五脏的位置都高，举动措置，好高骛远而不切实际；五脏的位置都低，意志薄弱，情愿居于人下。五脏都坚实的，不会生病；五脏都脆弱的，病患缠身。五脏的位置都端正的，性情和顺而受人喜欢；五脏的位置都偏倾的，居心不正而常为盗窃，不够做人的条件，他的言语竟反复无常。

黄帝曰：愿闻六腑之应。

岐伯答曰：肺合大肠，大肠者，皮其应；心合小肠，小肠者，脉其应。肝合胆，胆者，筋其应；脾合胃，胃者，肉其应；肾合三焦膀胱，三焦膀胱者，腠理毫毛其应。

【译文】

黄帝说：希望听一下六腑与人体组织的相应情况。

岐伯回答说：肺与大肠表里配合，大肠外应于皮肤；心与小肠表里配合，小肠外应于血脉。肝与胆表里配合，胆外应于筋；脾与胃表里配合，胃外应于肉；肾与三焦膀胱表里配合，三焦膀胱外应于毫毛腠理。

黄帝曰：应之奈何？

岐伯曰：肺应皮。皮厚者大肠厚，皮薄者大肠薄。皮缓，腹裹大者大肠大而长①，皮急者大肠急而短。皮滑者大肠直②，皮肉不相离者大肠结③。

【注释】

①腹裹：肚囊。

②大肠直：在此并非指脏器伸而不屈，而是喻大肠的功能畅通，故曰“大肠直”。

③不相离(lì)：即不相附丽，如皮皱脱屑之类。离，通“丽”，附丽、依附的意思。

【译文】

黄帝问：脏腑和各组织的相应关系怎样呢？

岐伯说：肺与皮肤相应，又与大肠相表里。那么皮肤厚的，大肠就厚；皮肤薄的，大肠就薄。皮肤松，肚囊大的，大肠就缓纵而长；皮肤紧，大

肠就紧而短。皮肤滑润的，大肠就滑利；皮肉不相附丽的，大肠就不滑利。

心应脉。皮厚者脉厚，脉厚者小肠厚；皮薄者脉薄，脉薄者小肠薄；皮缓者脉缓，脉缓者小肠大而长；皮薄而脉冲小者[①]，小肠小而短。诸阳经脉皆多纡屈者小肠结。

【注释】

①脉冲小：脉来虚弱。

【译文】

心与血脉相应，又与小肠相表里。脉在皮中，那么皮肤厚的，血脉就厚，血脉厚的，小肠就厚；皮肤薄的，血脉就薄，血脉薄的，小肠就薄；皮肤弛缓的，血脉就弛缓，血脉弛缓的，小肠的形状就大而长；皮肤薄，血脉虚少的，小肠的形状就小而短。各条阳经脉络显现有纡屈现象的，就可知小肠之气也会有所郁结的。

脾应肉。肉胭坚大者胃厚，肉胭幺者胃薄[①]。肉胭小而幺者胃不坚；肉胭不称身者胃下，胃下者下管约不利[②]。肉胭不坚者胃缓，肉胭无小裹累者胃急[③]。肉胭多少裹累者胃结，胃结者上管约不利也[④]。

【注释】

①幺（yāo）：细小。

②下管：胃之下脘幽门。

③小裹累：即小果累，小颗粒累累无数。

④上管：胃之上脘贲门。

【译文】

脾与肉相应，而与胃相表里。脾主肉，那么肉腘坚大的，胃体就厚；肉腘小的，胃体就薄。肉腘小而且薄的，胃就不坚实；肉腘与身体不相称的，胃的位置偏下，而致胃下口被压迫拘束，食物不能顺利通过。肉腘不坚实的，则胃弛缓；肉腘上没有小颗粒累累相连的，则胃体紧敛。肉腘上出现很多小颗粒的，则胃气郁结，这样，则胃上口拘束，就会饮食困难。

肝应爪。爪厚色黄者胆厚，爪薄色红者胆薄。爪坚色青者胆急，爪濡色赤者胆缓。爪直色白无约者胆直，爪恶色黑多纹者胆结也[①]。

【注释】

①爪恶：爪甲畸形。

【译文】

肝与爪甲相应，而与胆相表里。肝主筋，爪甲是筋之余，爪甲厚而色黄的，胆囊就厚；爪甲薄而色红的，胆囊就薄。爪甲坚硬而色青的，胆紧敛；爪甲柔润而色赤的，胆弛缓。爪甲平直无纹而白色的，胆气舒畅和顺；爪甲畸形色黑而多纹的，胆气郁结不舒。

肾应骨，密理厚皮者，三焦膀胱厚[①]，粗理薄皮者，三焦膀胱薄。疏腠理者，三焦膀胱缓，皮急而无毫毛者，三焦膀胱急。毫毛美而粗者，三焦膀胱直，稀毫毛者，三焦膀胱结也。

【注释】

①“密理”两句：倪冲之：“太阳之气主皮毛，三焦之气通腠理，是以视皮肤腠理之厚薄，则内应于三焦、膀胱矣。”

【译文】

肾与骨相应，而肾主骨，内与三焦膀胱相应。纹理密，皮肤厚，则三焦膀胱厚；纹理粗，皮肤薄，则三焦膀胱薄。腠理疏松的，则三焦膀胱之气就和缓，皮肤紧绷，而无毫毛的，则三焦膀胱之气就紧促。毫毛美好而粗的，则三焦膀胱之气就条达；毫毛稀少的，则三焦膀胱之气就郁结不舒了。

黄帝曰：厚薄美恶皆有形，愿闻其所病。

岐伯答曰：视其外应，以知其内脏，则知所病矣。

【译文】

黄帝说：脏腑的厚薄美恶，既然都有形状，希望再听一下它所发生的疾病。

岐伯回答说：观察它在外的相应情况，可以测知内脏变化，也就知道所发生的疾病。

卷 八

禁服第四十八

【题解】

本篇说明针灸治病，道理极其深奥，必须经过长期刻苦努力的学习，通晓经脉理论才行。在针灸学术的传承上，必须选择愿意为大众的健康奉献自己的聪明智慧的道德高尚的人，而对于打算以医道为自己谋取声誉财物的无耻小人则坚决将其排斥在医门之外。由文中我们可以看到古人对医学传授的重视及具体传授仪式的神圣庄严。所谓“禁”即“先师之所禁”，禁传于不适合的人；所谓“服”即“旦暮勤服之”，对医道的学习勤勉努力。故以《禁服》名篇。本篇指出，针刺必须懂得经脉的循行规律及其与卫气的关系。并指出通过人迎、寸口脉象的变化以测知人体经脉脏腑的病变，从而根据疾病虚实寒热性质的不同，确定补泻治则，以施用灸、刺、饮药等不同治疗方法。

雷公问于黄帝曰：细子得受业[①]，通于《九针》六十篇[②]，旦暮勤服之[③]，近者编绝[④]，久者简垢[⑤]，然尚讽诵弗置，未尽解于意矣。《外揣》言浑束为一，未知所谓也。夫大则无外，小则无内，大小无极，高下无度，束之奈何？士之才力，或有厚薄，智虑褊浅[⑥]，不能博大深奥，自强于学若细子，细子恐

其散于后世，绝于子孙，敢问约之奈何？

黄帝曰：善乎哉问也！此先师之所禁，坐私传之也⑦，割臂歃血之盟也⑧，子若欲得之，何不斋乎？

【注释】

①细子：俗称小子，自谦之辞。

②《九针》六十篇：古代有关针刺的医籍名称。张景岳："六十篇，古经数也，今失其传。"

③勤服：孜孜不倦勤奋学习。服，事也。这里是学习的意思。

④编绝：古代在纸产生之前，文字都刻写在竹木简上，用皮条将其连贯起来，称为"编"。编绝，是指用以连贯竹简的皮条断了。"编绝"与下文"简垢"都是形容用功之深。史传孔子读易韦编三绝。可见古人学习之勤奋。

⑤简垢：竹简上有污垢。

⑥褊(biǎn)浅：狭隘肤浅。褊，狭也。浅，肤浅。

⑦坐私传：是告诫医师必须慎重选择传授对象，对那种想不劳而获，专谋私利的人是不能传授的，故上文云"先师之所禁"。坐，罪也。

⑧割臂：在臂膊上用刀割出血。歃(shà)血：盟者以血涂口旁。割臂歃血之盟，是古代最郑重的一种宣誓仪式，表示决不背信弃约。

【译文】

雷公问黄帝说：我自从跟随您接受学业，通读《九针》六十篇，从早到晚勤奋学习，尽管编绝简垢，还不停地阅读背诵，但还不能完全了解其中的精义。如《外揣》篇里说的"浑束为一"，不知是什么意思。既然说九针的道理，大到不可再大，细到不可再精，大到无限大，小到无限小，既然大小高下都是无限的，又怎样将其约束总结呢？况且，人们的智力有高低的不同，有的人浅见薄识，不能领会博大高深的道理，又不

能像我一样的勤奋努力，我担心学术会在后世流散失传，子孙不能继承下去，请问怎样由博返约呢？

黄帝说：你问得很好！这正是先师再三告诫，不能传给那种不劳而获、专谋私利的人，所以要通过割臂歃血的盟誓，才能秘密地传授。你要想得到它，为什么不斋戒呢？

雷公再拜而起曰：请闻命。于是也，乃斋宿二日[①]，而请曰：敢问今日正阳，细子愿以受盟。黄帝乃与俱入斋室，割臂歃血。黄帝亲祝，曰：今日正阳[②]，歃血传方，有敢背此言者，反受其殃。

雷公再拜曰：细子受之。黄帝乃左握其手，右授之书，曰：慎之慎之，吾为子言之。

【注释】

①斋宿：沐浴更衣，素食独宿，止其嗜欲，使心志专一，以示至诚。

②正阳：正午的时间。

【译文】

雷公拜了两拜，说：我愿遵照你说的去做。于是雷公很诚恳地斋戒独宿二天，又来请求说：今天正午时分，我愿受盟传方。黄帝和他一同进入斋室，举行割臂歃血的盟誓。黄帝亲自祝告说：今天正午时分，歃血为盟，传授医方，有敢违背今天誓言的，必遭受祸殃。

雷公再拜说：我愿接受盟戒。黄帝左手握住雷公的手，右手将书授予雷公，并说：慎重啊慎重！我现在给你讲解其中的道理。

凡刺之理，经脉为始，营其所行，知其度量；内刺五藏，外刺六府；审察卫气，为百病母；调其虚实，虚实乃止；泻其

血络，血尽不殆矣。

【译文】

大凡针刺的道理，以掌握经脉为开始，要知道经脉循行的走向，并知道它的长短大小；病在内的，针刺五脏所属的经脉，病在外的，针刺六腑所属的经脉；同时要审察卫气的变化，因为卫气是人体的护卫，卫气失常则外邪易入，百病由此而生；实则泻之，虚则补之，如能调治其虚实，补泻得宜，则虚实病变就会停止；病在血络的，刺络泻血，淤血消除，病情就会好转。

雷公曰：此皆细子之所以通，未知其所约也。

黄帝曰：夫约方者①，犹约囊也②，囊满而弗约，则输泄；方成弗约，则神弗与俱③。

雷公曰：原为下材者，弗满而约之。

黄帝曰：未满而约之以为工，不可为天下师。

【注释】

①约方：把医道中的诊断和治疗方法，提纲挈领，归纳起来，叫“约方”。

②约囊：把袋口扎起来。

③神弗与俱：张景岳：“《易》曰，精义入神，以致用也，不得其精，乌能入神，有方无约，即无神也，故曰神弗与俱。”

【译文】

雷公说：这些道理我是知道的，但还不知如何把它们归纳起来，以掌握其要领。

黄帝说：约方，就像把袋口扎住一样，袋子满了，如果不扎袋口，则

装的东西就会倒出来；学了许多医方，如果不能提纲挈领加以总结归纳，则杂而不精，就不能出神入化，运用自如。

雷公说：愿做下等人材的人，不求学识渊博，就想要归纳精简、提纲挈领。

黄帝说：这样的人只能做个一般的医生，而不能做天下医师的导师。

雷公曰：愿闻为工。

黄帝曰：寸口主中，人迎主外，两者相应，俱往俱来，若引绳大小齐等[①]。春夏人迎微大，秋冬寸口微大，如是者名曰平人。

【注释】

①若引绳大小齐等：形容人迎、寸口脉搏搏动相等。杨上善："二人共引一绳，彼牵而去，其绳并去；此引而来，其绳并来。寸口人迎，因呼吸牵脉往来，其动是同，故曰齐等也。"

【译文】

雷公说：我希望听听如何做个一般医生。

黄帝说：寸口脉是诊察内在的五脏病变，人迎脉是诊察外在的六腑病变，这两个部位的脉象搏动往来不息，大小均等。春夏时节，人迎脉略大一些，秋冬时节，寸口脉略大一些，像这样的就是正常人。

人迎大一倍于寸口，病在足少阳，一倍而躁，在手少阳；人迎二倍，病在足太阳，二倍而躁，病在手太阳；人迎三倍，病在足阳明，三倍而躁，病在手阳明。盛则为热，虚则为寒，紧则为痛痹，代则乍甚乍间。盛则泻之，虚则补之；紧痛则

取之分肉，代则取血络，且饮药；陷下则灸之；不盛不虚，以经取之，名曰经刺。人迎四倍者，且大且数，名曰溢阳，溢阳为格，死不治。必审按其本末，察其寒热，以验其脏腑之病。

【译文】

人迎比寸口的脉大一倍的，病在足少阳经，大一倍而躁疾的，病在手少阳经；人迎脉比寸口大两倍的，病在足太阳经，大二倍而躁疾的，病在手太阳经；人迎脉比寸口大三倍的，病在足阳明经，大三倍而躁疾的，病在手阳明经。人迎脉盛大的为热；虚小的为寒；脉紧的为痛痹；脉结代的病情时轻时重。治疗时，脉盛的实证用泻法，脉虚的虚证用补法；脉紧的痛证，针刺分肉间的腧穴，脉代的取血络放血，并配合服用汤药；经脉陷下的用灸法；不盛不虚的，根据发病经脉取穴，叫做“经刺”。人迎脉比寸口大四倍，大而且数，名叫“溢阳脉”，溢阳是阴气格阳于外的死证。必须详细研究发病的终始本末，辨清寒热属性，以察验脏腑的病变。

寸口大于人迎一倍，病在足厥阴；一倍而躁，在手心主；寸口二倍，病在足少阴；二倍而躁，在手少阴；寸口三倍，病在足太阴；三倍而躁，在手太阴。盛则胀满、寒中、食不化；虚则热中、出糜、少气、溺色变[①]；紧则痛痹；代则乍痛乍止。盛则泻之，虚则补之。紧则先刺而后灸之，代则取血络而后调之。陷下则灸之。陷下者，脉血结于中，中有著血[②]，血寒，故宜灸之。不盛不虚，以经取之。寸口四倍者，名曰内关，内关者，且大且数，死不治。必审察其本末之寒温，以验其藏府之病。

【注释】

①出糜(mí):粪便中有糜烂未化的食物。

②著血:指脉管内有淤血附着。

【译文】

寸口脉大于人迎一倍的,病在足厥阴经;大一倍而躁急的,病在手厥阴经;寸口脉大于人迎二倍的,病在足少阴经;大二倍而躁急的,病在手少阴经;寸口脉大于人迎三倍的,病在足太阴经;大三倍而躁急的,病在手太阴经。寸口脉盛大的,可见胀满、内寒、食不消化等证;寸口脉虚弱的,可见内热、大便如糜、少气、小便色变;寸口脉紧的,出现痛痹;脉代的是血脉不调,或痛或止。脉盛的用泻法,脉虚的用补法。脉紧的先针刺而后用灸,脉代的刺血络泄淤血,然后用药物调治。脉虚陷不起的,用灸法。脉虚陷不起的是因脉中血行凝结,并有淤血附着脉中,血因寒凝,所以宜用灸法。不盛不虚的,取本经腧穴位治疗。寸口脉大于人迎四倍的,叫做"内关",内关的脉象大而且数,是不治的死证。总之,必须详细研究发病的终始本末,辨清寒热属性,以察验脏腑的病变。

通其营输[①],乃可传于大数[②]。大数曰:盛则泻之,虚则补之。紧则灸刺且饮药。陷下则徒灸之。不盛不虚,以经取之。所谓经治者,饮药,亦曰灸刺。脉急则引[③],脉大以弱,则欲安静,用力无劳也。

【注释】

①通其营输:通晓经脉循行和输注的道理。营,营运。输,输注。

②大数:张介宾:"大数,大法也。"

③引:导引法。

【译文】

必须通晓经脉的循行和输注的生理，才能进一步传授针灸治病的大法。大法是：脉象盛大的用泻法，脉象虚小的用补法。脉象紧的可灸、刺、药并用，脉虚陷不起的用灸法。脉不盛不虚的本经自病，取本经腧穴治疗。所谓经治，就是或服药，或灸刺，随其经脉所宜而选用治疗方法。脉急的是邪盛，可兼用导引法，脉大而弱的，宜安心静养，不要过劳或勉强用力。

五色第四十九

【题解】

本篇是《内经》论述五色诊的重要文献，可谓色诊大纲。本文认为，脏腑和肢节的病变反应于面部时，各有其分布的一定位置以及与五色的配合关系。根据面部色泽的变化以判断疾病深浅、新久和疾病的转归、预后等。由于主要内容是以五色分属五脏作为临床诊断的依据，故以《五色》名篇。主要内容包括：一、说明颜面各部的名称，从五色主病、五色部位的移转，来了解病证性质与病邪的传变概况。二、指出黑色出于庭、赤色出两颧，大如拇指，在预后诊断上的价值。三、具体说明首面、咽喉、五脏六腑、四肢关节等在面部的反映区域。四、论述颜面的脏腑分属部位，举例说明其表现气色与疾病的关系；论证了脏部五色对诊断疾病所在的可靠性，更指出五色和五脏以及五脏与外在组织的密切关系。本篇名言："故相气不微，不知是非。属意勿去，乃知新故。"

雷公问于黄帝曰：五色独决于明堂乎？小子未知其所谓也[①]。

黄帝曰：明堂者，鼻也；阙者，眉间也；庭者，颜也；蕃者，颊侧也；蔽者，耳门也。其间欲方大[②]，去之十步，皆见于外。如是者寿，必中百岁。

【注释】

①小子：自谦之词，与《禁服》“细子”义同。张景岳：“诸臣之中，惟雷公独少，故自称小子。”

②方大：端正、宽大、丰隆之意。

【译文】

雷公问黄帝说：观察面部的五色，仅是取决于明堂吗？我还不太了解。

黄帝说：明堂，就是鼻；阙，就是两眉之间；天庭，就是额部；蕃，就是两颊之侧；蔽，就是耳门。这些部位之间，端正丰厚，在十步之外，一望而见。这样的人，一定会享百岁高寿。

雷公曰：五官之辨奈何？

黄帝曰：明堂骨高以起，平以直。五藏次于中央[①]，六府挟其两侧[②]。首面上于阙庭，王宫在于下极[③]。五藏安于胸中，真色以致，病色不见。明堂润泽以清。五官恶得无辨乎。

雷公曰：其不辨者，可得闻乎？

黄帝曰：五色之见也，各出其色部。部骨陷者，必不免于病矣。其色部乘袭者[④]，虽病甚，不死矣。

雷公曰：官五色奈何？

黄帝曰：青黑为痛，黄赤为热，白为寒。是谓五官。

【注释】

①五藏次于中央：五脏反映的部位居于面部的中央。次，次序、位居。

②六府挟其两侧：六腑附在五脏部位的两侧。挟，依附。

③王宫：指心所属的下极（居两目之间）部位。心为君主之官，故心居之所称为王宫。这里指在面部的对应部位。

④乘袭：指乘虚侵袭。张志聪："乘袭者，谓子袭母气也。如心部见黄，肝部见赤，肺部见黑，肾部见青，此子之气色，乘袭于母部。"

【译文】

雷公问：五官各部的病色应怎样辨别呢？

黄帝说：鼻骨高而隆起，正而且直。五脏部位，依次排列在鼻部的中央，六腑挟附在它的两旁。在上的阙中和天庭，主头面；在两目之间的下极，主心之王宫。当胸中五脏安和，相应部位就会出现正常色泽，看不到病色。鼻部的色泽，显得清润。这样，五官的病色，哪会辨别不出来呢？

雷公问：还有不这样辨别的，可以听听吗？

黄帝说：五脏病色都有一定的显现部位，如该部的不正气色，有深陷入骨的征象，必然要患病。如它的部色，有彼此相生的征象，就是病情严重，也不会死亡。

雷公问：五色所主的是什么？

黄帝说：青黑主痛，黄赤主热，白主虚寒。这就是五色所主。

雷公曰：病之益甚，与其方衰，如何？

黄帝曰：外内皆在焉。切其脉口滑小紧以沉者，病益甚，在中；人迎气大紧以浮者，其病益甚，在外。其脉口浮滑者，病日进；人迎沉而滑者，病日损。其脉口滑以沉者，病日进，在内；其人迎脉滑盛以浮者，其病日进，在外。脉之浮沉及人迎与寸口气小大等者，病易已。病之在脏，沉而大者，易已，小为逆；病在腑，浮而大者，其病易已。人迎盛坚者，伤于寒；气口盛坚者，伤于食。

【译文】

雷公问：疾病加重和病邪将衰，怎样去认识呢？

黄帝说：应该色脉结合，全面诊察。按切病人的脉口，出现滑、小、紧、沉的，其病会日趋严重，这是病在五脏；人迎脉气，出现大、紧、浮的，其病情也会日趋严重，这是病在六腑。若脉口部脉现浮滑的，病就日渐加重；人迎脉现沉而滑的，病就日渐轻减。如脉口部脉现滑而沉的，病就日加严重，属于五脏病；如人迎部脉现滑盛而浮的，病也会日加严重，属于六腑病。至于脉象或沉或浮及人迎和脉口部的小大相等的，病就容易好。病在五脏，脉现沉而大的，病就容易好；脉现沉而小的，就是逆象；病在六腑，脉现浮而大的，病就容易好。人迎主表，脉现盛而坚的，是伤于寒；脉口主里，脉现盛而坚的，是伤于食。

雷公曰：以色言病之间甚，奈何？

黄帝曰：其色粗以明[①]，沉夭者为甚[②]。其色上行者，病益甚，其色下行，如云彻散者，病方已。五色各有藏部[③]，有外部，有内部也。色从外部走内部者，其病从外走内；其色从内走外者，其病从内走外。病生于内者，先治其阴，后治其阳。反者益甚。其病生于阳者，先治其外，后治其内。反者益甚。其脉滑大以代而长者，病从外来。目有所见，志有所恶，此阳气之并也，可变而已。

【注释】

①色粗以明：指面色明亮。粗，显。

②沉夭：晦滞。

③藏部：指五色所主的脏腑部位。张志聪："藏部，脏腑之分部也。"

【译文】

雷公问：从面部病色来判断病情轻重，怎样呢？

黄帝说：如病人面部色泽微亮的是病轻，沉滞晦暗的是病重。如病色向上走的，病就加重；如病色向下走，像浮云散去的，病就要好了。五脏的病色，各有脏腑的部位，有属于外部的六腑，有属于内部的五脏。病色从外部走向内部的，是病邪从表入里；病色从内部走向外部的，是病邪从里出表。病生于里的，先治其脏，后治其腑。治反了，病就更加严重。病生于外的，先治其表，后治其里。治反了，病就更加严重。脉象滑大或代或长，是病邪从外而来。目有妄见，神志反常，这是阳盛之病，可以泻阳补阴，病就会好的。

雷公曰：小子闻风者，百病之始也；厥逆者，寒湿之起也。别之奈何？

黄帝曰：常候阙中，薄泽为风①，冲浊为痹②，在地为厥③。此其常也。各以其色言其病。

【注释】

①薄泽：指色浮浅而光泽。

②冲浊：即色深沉而浑浊。冲，深。浊，浑浊不清。

③地：指面的下颏部，又名“地阁”，在巨分、巨屈处（巨分、巨屈，参见下文注释）。

【译文】

雷公问：我听说风邪是百病的起因；厥痹是由于寒湿之气所致。从色泽怎样辨别呢？

黄帝说：这应该观察眉间的气色，色现浮薄光泽的是风病，色现沉滞晦浊的是痹病，病色出现在面的下部是厥病。这是一般规律。总的

说来，要分别根据色泽说明病变。

雷公曰：人不病卒死，何以知之？

黄帝曰：大气入于脏腑者[①]，不病而卒死矣。

雷公曰：病小愈而卒死者，何以知之？

黄帝曰：赤色出两颧，大如母指者[②]，病虽小愈，必卒死。黑色出于庭，大如母指，必不病而卒死。

【注释】

①大气：就是大邪之气，指极厉害的病邪。张景岳："大气，大邪之气也。大邪之入者，未有不由正气大虚而后邪得袭之，故致卒死。"

②大如母指：形容搏聚成块的病色，如拇指样大。母指，即大拇指。

【译文】

雷公问：有的人没有病象而突然死亡，怎样预知呢？

黄帝说：大邪之气侵入脏腑，虽然没有病象，也会突然死亡的。

雷公问：病稍微见好，而突然死亡的，怎样预知呢？

黄帝说：赤色出现在两颧上，如拇指大，病虽稍微好转，还会突然死亡；黑色出现在天庭，如拇指大，虽没有显著病象，也会突然死亡。

雷公再拜曰：善哉！其死有期乎？

黄帝曰：察色以言其时。

雷公曰：善乎！愿卒闻之。

黄帝曰：庭者，首面也；阙上者，咽喉也；阙中者，肺也；下极者[①]，心也；直下者[②]，肝也；肝左者，胆也；下者[③]，脾也；方上者[④]，胃也；中央者[⑤]，大肠也；挟大肠者，肾也；当肾者，

脐也；面王以上者⑥，小肠也；面王以下者，膀胱、子处也；颧者，肩也；颧后者，臂也；臂下者，手也；目内眦上者，膺乳也；挟绳而上者⑦，背也；循牙车以下者⑧，股也；中央者，膝也；膝以下者，胫也；当胫以下者，足也；巨分者⑨，股里也；巨屈者⑩，膝膑也。此五藏六府肢节之部也，各有部分。有部分，用阴和阳，用阳和阴。当明部分，万举万当。能别左右，是谓大道。男女异位，故曰阴阳。审察泽夭，谓之良工。

【注释】

①下极：两目之间。

②直下：张景岳："肝在心之下，故直下应肝。"指鼻柱部位应肝。

③下者：指肝之下。亦即鼻之准头部位应脾。

④方上：鼻准头的两旁处，即迎香穴略上方。张景岳："准头两旁为方上，即迎香之上，鼻隧是也。"

⑤中央：两颧稍下，鼻两旁迎香以外的部位。张景岳："中央者，面之中央，谓迎香之外，颧骨之下，大肠之应也。"

⑥面王：即鼻尖部。王者居中，鼻居面部之中，故称"面王"。

⑦挟绳而上：马元台："挟，近也，故近耳边直上之部分，所以候背之病。"绳，指耳边部位。蒋示吉："绳，耳边也。耳边如绳突起，故曰绳。"

⑧牙车：即牙床，颊车穴部位。

⑨巨分：指上下牙床大分处。巨，大。

⑩巨屈：在颊下的曲骨部。

【译文】

雷公再拜问道：说得好！那猝死的人，能预知死期吗？

黄帝说：观察面部色泽的变化，可以断定死亡的时日。

雷公说：好呀！我希望完全知道。

黄帝说：天庭，主头面病；眉心之上，主咽喉病；眉心，主肺脏病；两目之间，主心脏病；由两目之间直下的鼻柱的部位，主肝脏病；在这部位的左面，主胆病；从鼻柱以下的鼻准之端，主脾脏病；挟鼻准之端而略上，主胃病；面之中央，主大肠病；挟两颊部，主肾脏病；当肾脏所属颊部的下方，主脐部病；在鼻准的上方两侧，主小肠病；在鼻准以下的人中部，主膀胱和子宫病；至于各部所主的四肢疾病，就是颧骨主肩；颧骨的后方主臂；在此之下主手；眼内角的上方，主胸部和乳部；颊的外部以上应背；沿牙车以下之处，主大腿部；两牙床的中央部位，主膝部；膝以下的部位，主胫部；由胫以下，主足部；口角大纹处，主大腿内侧；颊下曲骨的部位，主膝盖骨。以上是五脏六腑肢体分布在面部的情况，各有一定的部位。在治疗时，用阴和阳，用阳和阴。只要审明各部分所表现的色泽，就会诊治不失。能够辨别阳左阴右，就了解阴阳的变化规律。男女病色的顺逆，其位置是不同的，所以说必须了解阴阳的规律。再观察面色的润泽和晦滞，从而诊断出疾病的好坏，这就是高明的医生。

沉浊为内，浮泽为外。黄赤为风，青黑为痛，白为寒。黄而膏润为脓，赤甚者为血。痛甚为挛，寒甚为皮不仁。五色各见其部，察其浮沉，以知浅深。察其泽夭，以观成败。察其散抟[①]，以知远近。视色上下，以知病处。积神于心，以知往今。故相气不微，不知是非。属意勿去，乃知新故。色明不粗，沉夭为甚，不明不泽，其病不甚。其色散，驹驹然[②]，未有聚；其病散而气痛，聚未成也。

【注释】

①抟(tuán)：聚结不散。

②驹驹然：形容病色如驹驰无定，散而不聚之状。驹，幼马。张景岳："稚马曰驹。驹驹然者，如驹无定，散而不聚之谓。故其为病尚散。"

【译文】

面色沉滞晦浊的是在里在脏的病，浅浮光亮的是在表在腑的病。色见黄赤属于热，色见青黑属于痛，色见白属于寒。黄而油亮的是疮疡将要化脓，深红的是有淤血。痛极就会拘挛，受寒重就出现皮肤麻木。五色表现在各部位上，观察它的或浮或沉，可以知道疾病的浅深。观察它的光润和枯滞，可以看出病情的或好或坏。观察它的散在和聚结，可以知道病程的或远或近。观察病色的在上在下，可以知道病变部位。全神贯注，心中了了，可以知道病的过去和现在。因此观察病色，如不仔细，就不知道病的虚实。专心致志，毫不走神，才能了解病情的过去和目前情况。面色光亮而不粗糙，病就不会太重。面色既不明亮，又不润泽，而显得沉滞晦暗的，病就比较严重；若其色散而不聚在固定的地方，则其病势也要消散，仅有气痛，还没成为积聚。

肾乘心，心先病，肾为应。色皆如是。

【译文】

肾的邪气侵犯心脏，是因为心脏先有了病，肾的黑色，相应出现在心所属的部位上。一般说，病色的出现，都像这样。

男子色在于面王，为小腹痛，下为卵痛。其圜直为茎痛[①]。高为本，下为首[②]。狐疝癀阴之属也[③]。

【注释】

①圜(yuán)直：指圆而直的人中沟。李念莪："圜直，指人中水沟穴也。人中有边圜而直者，故人中色见，主阴茎作痛。"圜，同"圆"。

②高为本，下为首：在人中上半部者称高，为阴茎根痛；在人中下半部者为茎头痛。

③癀(tuí)阴：又名"阴癀"，就是阴囊偏大的癫疝病。

【译文】

男子病色出现在鼻准的上方，主小腹疼痛，下引睾丸作痛。若病色出现在圜直的人中沟上，就会发生阴茎作痛。在人中的上半部，主茎根病痛；在人中下半部，主茎头作痛。这是属于狐疝、阴癀一类的病。

女子在于面王，为膀胱、子处之病。散为痛，抟为聚。方员左右，各如其色形。其随而下至胝为淫①。有润如膏状，为暴食不洁。

【注释】

①至胝(zhī)为淫：胝，系"脤"之形误，"唇"之异体字。淫，即白淫。《素问·痿论》："及为白淫。"王冰："白淫，谓白物淫衍，如精之状，女子阴器中绵绵而下也。"

【译文】

女子病色出现在鼻准的上方，主膀胱与子宫病。病色散在的主痛，病色集结的主积聚。积聚或方或圆、或左或右，分别像病色在外面所显现的形状。如其色随着下行至唇部，就会有淫浊疾患。如面色光润如脂的，那是暴食，或是吃了不洁食物的象征。

左为左，右为右。其色有邪，聚散而不端。面色所指者

也。色者，青、黑、赤、白、黄，皆端满有别乡[①]。别乡赤者，其色赤，大如榆荚，在面王为不日。其色上锐，首空上向，下锐下向，在左右如法。以五色命藏，青为肝，赤为心，白为肺，黄为脾，黑为肾。肝合筋，心合脉，肺合皮，脾合肉，肾合骨也。

【注释】

①端满：即端正盈满。张景岳："端谓无邪（按："邪"与"斜"同），满谓充足。"别乡：犹言他乡，即别的部位。

【译文】

病色见于左，是左侧有病；病色见于右，是右侧有病。如面部有病色，或聚或散而不正的，一如面色所指，就可知道发病的脏腑。所谓五色，就是青、黑、赤、白、黄，它的色泽都是端正充润，表现在所属部位。有时也会出现在其他部位上，如心的赤色不出现在心所属的部位，而出现在面王部位上，色深的，大如榆荚，不多天内，病情就会有变化。如果它的病色形状，在上的边缘尖锐，是因为头部气虚，病邪就会向上发展；在下的边缘尖锐，病邪就会向下发展；尖端的在左在右，都可以根据这个原则去测候病邪的发展趋向。以五色与五脏相应的关系来说：青色属肝，赤色属心，白色属肺，黄色属脾，黑色属肾。肝与筋相配合，心与脉相配合，肺与皮相配合，脾与肉相配合，肾与骨相配合。

论勇第五十

【题解】

本篇主要讨论了忍痛与勇怯的产生机理及外在表现。认为忍痛与勇怯之间不存在必然的联系。用今天的观点看，忍痛与否与生理的耐受力有关，属于生理学的范畴，而勇怯则与人的性格和后天的培养锻炼有关，属于心理或精神意识的范畴。但在该篇作者看来，勇怯虽然与生理性的疼痛耐受力不同，但也与人的生理禀赋有关，特别是与肝胆的生理结构和状态关系犹密。人的勇怯虽然不能说与先天的生理禀赋截然无关，但更重要的还是后天环境的影响及本人的自我锻炼。对此不能绝对的理解。在这方面，儒家比医家所持的观点更正确。儒家也很重视“勇”，把“勇”视为人的“三达德”之一。儒家认为勇有两种，一种是血气之勇，即生理性的勇，一种是义理之勇。儒家所倡导和看中的是义理之勇，而不是血气之勇。血气之勇发于人的气禀，其勇不足，且可能用到不当之处；而义理之勇发于道义，为无所不敢往的大勇。由于本篇的主要内容是论勇怯之士，故以《论勇》作为篇名。另外，本篇首段，从人体皮肤，肌肉的厚薄坚脆和色泽的表现，来观察人体对四时虚邪贼风的耐受力。内容上与本篇主旨不合，恐为它篇错简于此。

黄帝问于少俞曰：有人于此，并行并立，其年之长少等

也，衣之厚薄均也，卒然遇烈风暴雨，或病或不病，或皆病，或皆不病，其故何也？

少俞曰：帝问何急[①]？

黄帝曰：愿尽闻之。

少俞曰：春温风，夏阳风[②]，秋凉风，冬寒风。凡此四时之风者，其所病各不同形。

【注释】

①急：先。

②夏阳风：夏季的热风。火为热为阳。

【译文】

黄帝问于少俞说：假使有几个人在这里，同行同立，年龄大小相同，穿的衣服厚薄也相同，突然遭到狂风暴雨，有的生病，有的不生病，或者都生病，或者都不生病，这是什么缘故？

少俞说：你先问哪一个问题呢？

黄帝说：我都想听一听。

少俞说：春季当令的是温风，夏季是热风，秋季是凉风，冬季是寒风。大凡四季之风，性质不同，影响到人体发病的情况也不一样。

黄帝曰：四时之风，病人如何？

少俞曰：黄色薄皮弱肉者，不胜春之虚风[①]；白色薄皮弱肉者，不胜夏之虚风；青色薄皮弱肉，不胜秋之虚风；赤色薄皮弱肉，不胜冬之虚风也。

【注释】

①虚风：虚邪贼风。张景岳："虚风者，虚乡不正之邪风也。"也就是

指反常的邪风。

【译文】

黄帝问：四季之风，使人发病情况如何呢？

少俞说：色黄皮薄而肌肉柔弱的人，经不住春天的虚邪贼风；色白皮薄肌肉柔弱的人，经不住夏天的虚邪贼风；色青皮薄肌肉柔弱的人，经不住秋天的虚邪贼风；色赤皮薄肌肉柔弱的人，经不住冬天的虚邪贼风。

黄帝曰：黑色不病乎？

少俞曰：黑色而皮厚肉坚，固不伤于四时之风。其皮薄而肉不坚，色不一者，长夏至而有虚风者，病矣。其皮厚而肌肉坚者，长夏至而有虚风，不病矣。其皮厚而肌肉坚者，必重感于寒，外内皆然，乃病。

黄帝曰：善。

【译文】

黄帝问：色黑的人不生病吗？

少俞说：色黑皮厚、肉坚的人，就不会被四季虚邪贼风所伤。如果其人皮肤薄弱，肌肉不坚实，肤色不一定，到了长夏的季节，遇到了虚邪贼风就会生病。如果其人色黑皮厚，肌肉坚实，虽遇到长夏季节的虚风，也不会发病。皮厚，肌肉坚实的人必须既感于风，又感于寒，内外都受伤，就不免生病了。

黄帝说：讲得好。

黄帝曰：夫人之忍痛与不忍痛者，非勇怯之分也。夫勇士之不忍痛者，见难则前，见病则止；夫怯士之忍痛者，闻难

则恐，遇痛不动。夫勇士之忍痛者见难不恐，遇痛不动；夫怯士之不忍痛者，见难与痛，目转而眙[①]，恐不能言，失气惊，颜色变化，乍死乍生[②]。余见其然也，不知其何由，愿闻其故。

少俞曰：夫忍痛与不忍痛者，皮肤之薄厚，肌肉之坚脆缓急之分也，非勇怯之谓也。

【注释】

①目转而眙(xì)：目珠转动，怒目而视。目转，眼珠转动。眙，恨视，怒视。

②乍死乍生：疑死疑生。

【译文】

黄帝说：人能够忍受疼痛与否，并不是单从性格的勇敢和怯弱来分得。有些勇敢的人而不能耐受疼痛，而遇到危难却能勇往直前，而当遭到疼痛时，则退缩不前；有些怯弱的人能耐受疼痛，听到有危难的事就恐惧不安，而遇到疼痛时，却能忍受坚持不动。有些勇敢且能忍受疼痛的人，见到危难不恐惧，遭到疼痛能忍受；有些怯弱而又不能忍受疼痛的人，见到危难与疼痛，眼珠转动，怒目而视，但吓得不敢说话，心惊气促，吓得变了面色，疑死疑生。我看到这种情况，不知是什么原因，想听听其中的道理。

少俞说：忍痛与不忍痛，与皮肤的厚薄、肌肉的坚实、脆弱、或松或紧的不同有关，并不是勇敢、怯弱能说明的。

黄帝曰：愿闻勇怯之所由然。

少俞曰：勇士者，目深以固[①]，长衡直扬[②]，三焦理横，其心端直，其肝大以坚，其胆满以傍，怒则气盛而胸张，肝举而

胆横，眦裂而目扬，毛起而面苍，此勇士之由然者也。

【注释】

①目深以固：目光深邃而凝视不动。

②长衡直扬：长眉竖起。眉上曰衡。

【译文】

黄帝说：我希望听听人为什么会有勇敢和怯懦的不同性格。

少俞说：勇敢的人，目光深邃而凝视不动，长眉竖起，肌肉纹理粗横，心脏端正，肝脏大而坚实，胆囊盛满，在发怒时，会气盛而胸张，肝叶上举而胆横，眼眶欲裂，目光四射，毛发竖起，面现青色，这些是勇士性格的内在因素和外在表现。

黄帝曰：愿闻怯士之所由然。

少俞曰：怯士者，目大而不减[①]，阴阳相失[②]，三焦理纵，髑骬短而小，肝系缓，其胆不满而纵，肠胃挺[③]，胁下空[④]。虽方大怒，气不能满其胸，肝肺虽举，气衰复下，故不能久怒，此怯士之所由然者也。

【注释】

①减：孙鼎宜："按'减'当作'瞴(qià)'，字误。《说文》：'瞴，目陷也。'"

②阴阳相失：血气运行失度。

③肠胃挺：肠胃不强健，少曲折而直。挺，直而少弯曲。

④胁下空：肝气不充实。

【译文】

黄帝说：希望听听怯懦人的性格是怎样产生的。

少俞说：怯懦的人两目虽大，但不深固，阴阳不协调，肌肉纹理纵而不横，胸骨剑突短而小，肝脏缓纵，胆汁不满，胆囊松弛，肠胃不强健，少弯曲而挺直，胁下空虚而肝气不能充满。虽正大怒，怒气也不能充满胸中，肝肺之叶虽能上举，但不能持久，怒气消失，又垂下了，所以不能长时间发怒。这些是怯士性格的内在因素和外在表现。

黄帝曰：怯士之得酒，怒不避勇士者[①]，何藏使然？

少俞曰：酒者，水谷之精，熟谷之液也，其气慓悍，其入于胃中，则胃胀，气上逆，满于胸中，肝浮胆横。当是之时，固比于勇士，气衰则悔。与勇士同类，不知避之，名曰酒悖也[②]。

【注释】

①怒不避勇士：怯士酒醉发怒，气壮胆大，与勇士相去无几。避，去也。引申有差别之意。

②酒悖(bèi)：饮酒后发生的狂妄行为。悖，违背。

【译文】

黄帝问：怯懦的人酒后发怒，也和勇士差不多，这是哪一脏的功能使他这样的呢？

少俞说：酒是水谷的精华，熟谷的液汁。其气迅利猛急，酒入胃中，会胃部胀满，气机上逆，充满于胸中，使肝气浮动，胆气恣横。在酒醉时，他的言谈举止，固然和勇士差不多，但酒劲一过，则怯态如故，反而后悔自己的冲动行为。这种酒醉后的言谈举止，看上去好像勇士一样，但不知怎样去做，所以称为酒悖。

背腧第五十一

【题解】

本篇主要说明背部五脏腧穴的部位及灸治的补泻方法。这些腧穴，都内应五脏，在治疗上虽有特殊功效，但都不宜深刺，否则会发生危险。故以《背腧》名篇。

黄帝问于岐伯曰：愿闻五脏之腧，出于背者。

岐伯曰：胸中大腧在杼骨之端[①]，肺腧在三焦之间，心腧在五焦之间，膈腧在七焦之间，肝腧在九焦之间，脾腧在十一焦之间，肾腧在十四焦之间，皆挟脊相去三寸所，则欲得而验之，按其处，应在中而痛解[②]，乃其腧也。灸之则可，刺之则不可。气盛则泻之，虚则补之。以火补者，毋吹其火，须自灭也；以火泻者，疾吹其火，传其艾，须其火灭也。

【注释】

①大腧：大杼穴。在背腧穴里，大杼的穴位高居于五脏六腑各腧穴之上，所以称为“大杼”。杼骨之端：指项后第一椎棘突下两旁，距督脉的大椎穴左右各旁开一寸半。

②应在中而痛解：有两说：一是指用手指按压在穴位上，病人感到酸胀痛的是穴位；一是指原有疼痛的，用手指按压能使疼痛缓解，病人感觉快然的是穴位。

【译文】

黄帝问岐伯说：我想了解五脏出于背部的腧穴。

岐伯说：胸中的大腧是在项后第一椎下，肺腧在第三椎下，心腧在第五椎下，膈腧在第七椎下，肝腧在第九椎下，脾腧在第十一椎下，肾腧在第十四椎下，这些穴位，都在脊骨的两旁，左右穴位相距三寸，要确定这些穴位，检验的方法是：用手按其腧穴部位，病人感到痠麻、胀痛，或者原有疼痛不适，通过按压而缓解，就是穴位所在。这些腧穴，在治疗上以灸法为宜，不可妄用针刺。在用灸时，邪气盛的可用泻法，正气虚的可用补法。用艾火补时，艾火燃着后，不要吹火，让它慢慢燃烧，待其自灭；用艾火泻时，艾火燃着后，迅速吹旺其火，随即加上艾炷再灸，使之急燃而迅速熄灭。

卫气第五十二

【题解】

本篇主要介绍了营气和卫气的生理功能，十二经脉的标本穴位所在，胸、腹、头、胫的气街部位及其主治疾病范围，同时说明了辨别虚实进行补泻的方法。本篇因着重讨论体表肢节部位与各经标本相应的穴位，以及有关应用在诊断治疗上的各种问题，这些都和保卫肌表，防御外邪，调节内外的作用是否健全有着密切的关系，所以用《卫气》名篇。

黄帝曰：五脏者，所以藏精神魂魄者也；六腑者，所以受水谷而行化物者也。其气内于五脏，而外络肢节。其浮气之不循经者[①]，为卫气。其精气之行于经者，为营气。阴阳相随，外内相贯，如环之无端，亭亭淳淳乎[②]，孰能穷之。然其分别阴阳，皆有标本虚实所离之处。能别阴阳十二经者，知病之所生；候虚实之所在者，能得病之高下；知六腑之气街者[③]；能知解结绍于门户[④]。能知虚石之坚软者[⑤]，知补泻之所在；能知六经标本者，可以无惑于天下。

【注释】

①浮气：卫气浮出脉外，循行皮肤分肉之间，故称为“浮气”。

②亭亭淳淳：形容营气和卫气在体内流行长远，无边无际。亭亭，长远。淳淳，流行。

③气街：气行往来的道路。张景岳：“街，犹道也。”

④解结绍于门户：解其结聚，达于腧穴。绍，续也，有连续、通达之意。门户，喻指腧穴。

⑤虚石之坚软：形容虚证和实证在经脉上表现的软硬情况。石，通“实”。虚则软，实则坚。

【译文】

黄帝说：五脏是储藏精神魂魄的；六腑是受纳水谷和运输消化之物的。六腑运输的水谷精微之气，在内进入五脏，在外络于肢节。其中浮于脉外之气，不沿经脉循行的，叫卫气；其中精气循行经脉之中的，叫营气。营卫阴阳相随而行，内外贯通，有如圆环没有开端，如水之源远流长，无有穷尽。但从阴阳属性来说，都有标本、虚实判断的标准。能分别三阴三阳十二经的就可以知道病是怎样产生的；能判断虚实所在，就能找出疾病的上下部位；能知道六腑之气往来的通道，就能知道解开结聚，疏通经穴；能知道虚实的软硬属性，就能知道补虚泻实的关键所在；能知手足六经的标和本，在治疗复杂的疾病时就能应对自如了。

岐伯曰：博哉圣帝之论！臣请尽意悉言之。足太阳之本。在跟以上五寸中①，标在两络命门②。命门者，目也③。足少阳之本，在窍阴之间，标在窗笼之前④。窗笼者，耳也。足少阴之本，在内踝下上三寸，标在背腧与舌下两脉也⑤。足厥阴之本，在行间上五寸所，标在背腧也。足阳明之本，在厉兑，标在人迎颊挟颜颔也⑥。足太阴之本，在中封前上

四寸之中⑦，标在背腧与舌本也⑧。

【注释】

①跟以上五寸中：即跗阳穴。跗阳穴居外踝上三寸。今曰在“跟以上五寸”，系踝下至跟有二寸，而踝上又三寸，则当是跗阳穴。

②两络：指目内眦外的睛明穴，左右各一，故称为“两络”。命门：这里指目。按：这一节内容请参本书《根结第五》的有关论述。

③命门者，目也：杨上善：“肾为命门，上通太阳于目，故目为命门。”

④标在窗笼之前：指听宫穴。杨上善：“足少阳脉为根在窍阴，其末上出天窗，支入耳中，出走耳前，即在窗笼之前也。以耳为身窗舍，故曰窗笼也。”

⑤标在背腧与舌下两脉：杨上善：“末在背第十四椎两箱一寸半肾腧及循喉咙侠舌本也。”张介宾：“舌下两脉，廉泉也。”

⑥颃(háng)颡(sǎng)：咽上上腭与鼻相通的部位。张介宾：“颃颡，即颈中之喉颡。”

⑦在中封前上四寸之中：三阴交穴。

⑧标在背腧与舌本：杨上善：“末在背第十一椎两箱一寸半脾腧及连舌本散在舌下也。”

【译文】

岐伯说：圣帝的议论博大极了！我愿尽我所知的尽量地说出来。足太阳膀胱经之本，在足跟以上五寸中的跗阳穴；标在两目的睛明穴。命门指眼睛。足少阳胆经之本，在足第四趾外侧端的窍阴穴之间；标在窗笼之前，即耳前的听宫穴。足少阴肾经之本，在内踝下三寸的交信穴；标在背部的肾腧穴以及舌下两脉的廉泉穴。足厥阴肝经之本，在行间穴上五寸的中封穴；标在背部的肝腧穴。足阳明胃经之本，在足次趾端的厉兑穴；标在颊下结喉两旁的人迎穴。足太阴脾经之本，在中封穴前上四寸的三阴交穴；标在背部的脾与舌根。

手太阳之本，在外踝之后[①]，标在命门之上一寸也[②]。手少阳之本，在小指次指之间上二寸，标在耳后上角下外眦也[③]。手阳明之本，在肘骨中[④]，上至别阳[⑤]，标在颜下合钳上也[⑥]。手太阴之本，在寸口之中，标在腋内动也[⑦]。手少阴之本，在锐骨之端[⑧]，标在背腧也[⑨]。手心主之本，在掌后两筋之间二寸中[⑩]，标在腋下三寸也[⑪]。凡候此者，下虚则厥，下盛则热，上虚则眩，上盛则热痛。故实者绝而止之，虚者引而起之。

【注释】

①在外踝之后：指养老穴。

②命门之上一寸：张介宾："当是睛明穴上一寸。"

③耳后上角下外眦：张介宾："耳后上角，当是角孙穴。下外眦，当是丝竹空也。"

④在肘骨中：马元台："当是曲池穴。"

⑤上至别阳：杨上善："手阳明脉起大指次指之端，循指上廉，至肘外廉骨中，上至背臑。背臑，手阳明络，名曰别阳。"

⑥颜下合钳上：张介宾："颜，额庭也。钳上，即《根结篇》钳耳之义，谓脉由足阳明大迎之次，夹耳之两旁也。"钳耳，指头维穴。

⑦腋内动：指天府穴。

⑧锐骨之端：指神门穴。

⑨标在背腧：杨上善："末在于背第五椎下，两旁一寸半心腧。"

⑩掌后两筋之间：指内关穴。

⑪腋下三寸：指天池穴。

【译文】

手太阳小肠经之本，在手外踝之后的养老穴；标在睛明穴上一寸处。手少阳三焦经之本，在手无名指之间的液门穴，标在耳后上角的角

孙穴与下外眦的丝竹空穴。手阳明大肠经之本，在肘骨中的曲池穴，上至臂臑穴处，标在颊下一寸，人迎之后，扶突之上。手太阴肺经之本，在寸口中的太渊穴；标在腋内动脉，即腋下三寸的天府穴处。手少阴心经之本，在掌后锐骨之端的神门穴，标在背部的心俞穴。手厥阴心包经之本，在掌后两筋之间二寸的内关穴，标在腋下三寸的天池穴处。凡要观察十二经标本上下的病变，一般在下的为本，下虚则发为厥逆，下盛则为热痛；在上者为标，上虚则为眩晕，上盛则为热痛。实证当泻，杜绝邪气，止其发作；虚证当补，助其正气而振其不足。

请言气街[①]：胸气有街，腹气有街，头气有街，胫气有街。故气在头者，止之于脑[②]；气在胸者，止之膺与背俞[③]；气在腹者，止之背俞，与冲脉于脐左右之动脉者[④]。气在胫者，止之于气街[⑤]，与承山踝上以下。取此者用毫针，必先按而在久应于手[⑥]，乃刺而予之[⑦]。所治者，头痛眩仆，腹痛中满暴胀，及有新积。痛可移者，易已也，积不痛，难已也。

【注释】

①气街：杨上善："街、道也。补泻之法，须依血气之道。"

②止之于脑：杨上善："脑为头气之街，故头有气，止百会也。"

③止之膺与背俞：杨上善："膺中肺俞为胸气之街，故胸中有气，取此二俞也。"

④"止之背俞"两句：杨上善："脾俞及脐左右冲脉，以为肺气之街。若腹中有气，取此二穴也。"

⑤止之于气街：张介宾："此云气街，谓足阳明经穴，即气冲也。承山，足太阳经穴，以及踝之上下，亦皆足之气街也。"

⑥必先按而在久：杨上善："刺气街之法，皆须按之良久。"

⑦刺而予之：谓刺而予之补泻。

【译文】

我再谈谈气街吧：胸气有它的道路，腹气有它的道路，头气有它的道路，胫气有它的道路。气在头部的，聚于脑；气在胸部的，聚于胸之两旁的膺部和背腧；气在腹部的，聚于背腧，与腹部冲脉在脐左右的经脉搏动之处；气在胫部的，聚于足阳明经的气街穴及足太阳经的承山穴和足踝部上下等处。凡刺这些穴位都要用毫针，操作时，必须先用手长时间按压穴位，待其气至，然后针刺与之补泻。刺气街能治疗头痛、眩晕、跌仆、腹痛、中满、腹部突然胀满，及新得的积聚。疼痛按之移动的，治之易愈；积证不疼痛的，难愈。

论痛第五十三

【题解】

本篇讨论了病人对于针刺、灸火的痛疼和药物的耐受力。认为耐受力与病人的筋骨、肌肉、皮肤、腠理以及肠胃之厚薄坚脆的生理禀赋有关。不同的患者有耐痛与不耐痛的区别，对于针刺、灸火的痛疼和药物的耐受力也不相同。本篇以疼痛为论述的主题，所以称为《论痛》。本书《论勇第五十》也论及了“忍痛与不忍痛”的问题，可参考阅读。

黄帝问于少俞曰：筋骨之强弱，肌肉之坚脆，皮肤之厚薄，腠理之疏密，各不同，其于针石火熨之痛何如？肠胃之厚薄坚脆亦不等，其于毒药何如？愿尽闻之。

少俞曰：人之骨强、筋弱、肉缓、皮肤厚者耐痛，其于针石之痛，火熨亦然。

黄帝曰：其耐火熨者，何以知之？

少俞答曰：加以黑色而美骨者，耐火熨。

黄帝曰：其不耐针石之痛者，何以知之？

少俞曰：坚肉薄皮者，不耐针石之痛，于火亦熨然。

【译文】

黄帝问少俞说：人体筋骨的强弱，肌肉的坚脆，皮肤的厚薄，腠理的疏松和致密，各不同，他们对于针石和艾火灸灼所致疼痛的耐受性怎样呢？人的肠胃的厚薄、坚脆也不同，他们对药物的耐受性怎样呢？希望都听听。

少俞说：骨强、筋软弱、肌肉舒缓、皮肤厚实的人，能耐受疼痛，这种人对针刺或艾火烧灼所致疼痛的耐受力也一样。

黄帝问：怎样知道有人能耐受艾火的灼痛呢？

少俞回答说：骨强筋弱肉缓皮肤厚，而加上皮肤色黑、骨骼强劲的人，能耐艾火的灼痛。

黄帝问：怎样知道有人不能耐受针刺疼痛呢？

少俞说：肉坚而皮薄的人，不能耐受针刺疼痛，对于艾火疼痛也不能耐受。

黄帝曰：人之病，或同时而伤，或易已，或难已，其故何如？

少俞曰：同时而伤，其身多热者易已，多寒者难已。

黄帝曰：人之胜毒，何以知之？

少俞曰：胃厚、色黑、大骨及肥者，皆胜毒；故其瘦而薄胃者，皆不胜毒也。

【译文】

黄帝问：人们患病，有些是同时为外邪所伤，有的人容易痊愈，有的人不易痊愈，是什么道理呢？

少俞说：同时为外邪所伤，身体多热的，容易痊愈；身体多寒的，就不易痊愈。

黄帝问：怎样知道人对药物耐受力的大小呢？

少俞说：胃厚、皮色黑、骨骼粗及肥壮的人，耐药力较强；身体瘦弱而胃薄的人，耐药力就差。

天年第五十四

【题解】

天年，天赋之年，自然应有的寿命。本篇从父精母血的合和开始，论述了人的生成，在于血气和、营卫通、五脏成以及神气舍心，魂魄毕具。并以十年为一个阶段论述了各个时期人的生理特点。随着气血的盛衰人的生理机能表现出由稚嫩到盛壮再到衰弱的变化规律。详尽地揭示人的形成和生长衰老过程。重点论述了人的寿夭，与血气的盛衰、脏器的强弱、皮肤致密、肌肉解利，以及营卫运行的不失其常等因素有关。因本篇论述了从出生到百岁整个生命过程中生理上、体态上、性格上的变化，从而说明防止衰老以及摄生防病的重要意义。故以《天年》名篇。

黄帝问于岐伯曰：愿闻人之始生，何气筑为基？何立而为楯？何失而死？何得而生？

岐伯曰：以母为基，以父为楯[①]。失神者死，得神者生也。

黄帝曰：何者为神？

岐伯曰：血气已和，荣卫已通，五脏已成，神气舍心[②]，魂

魄毕具，乃成为人。

【注释】

①以母为基，以父为楯(shǔn)：人体胚胎的形成，全赖父母精气的结合而成。根据阴主内、阳主外的功能特性，认为阴血在内为基质，阳气在外为外卫，阴阳互根，从而促成了胚胎的生长发育，故曰以母为基，以父为楯。基，张景岳："基，址也。"就是基础，或基质。楯，就是栏槛。在此比喻捍卫的功能。《说文》段注："栏槛者，今之栏干是也，纵曰槛，横曰楯。"

②神气舍心：即神气舍藏于心。舍，止，藏。

【译文】

黄帝问岐伯说：人在生命开始的时候，是以什么为基础？以什么作为外卫？失去什么就会死亡？得到什么才会生存呢？

岐伯说：以母为基础，以父为外卫。没了神气就会死亡，有了神气才能生存。

黄帝问：什么叫神呢？

岐伯说：血气已经和调，荣卫已经通畅，五脏已经形成，神气潜藏于心，魂魄具备了，就成为人。

黄帝曰：人之寿夭各不同，或夭或寿，或卒死，或病久，愿闻其道。

岐伯曰：五脏坚固，血脉和调。肌肉解利①，皮肤致密。营卫之行，不失其常。呼吸微徐②，气以度行。六腑化谷，津液布扬。各如其常，故能长久。

【注释】

①肌肉解利：就是形容肌肉之间，气行滑顺通利而没有涩滞的现象。解，气行之道开放。

②呼吸微徐：指气息调匀，不粗不疾。

【译文】

黄帝说：人的年岁长短各不相同，有的命短，有的寿长，有的突然死亡，有的患病日久，希望听到其中的道理。

岐伯说：五脏形质坚固，血脉和顺协调。肌肉滑润，皮肤细密。营卫之气的运行，不背离常规。呼吸徐缓，经气循度而行。六腑消化谷物，津液布散周身。以上各方面，都能正常活动，寿命就能长久。

黄帝曰：人之寿百岁而死，何以致之？

岐伯曰：使道隧以长①，基墙高以方②。通调营卫，三部三里起③。骨高肉满，百岁乃得终。

【注释】

①使道隧以长：人中沟深而且长。使道，指人中沟。马元台："使道者，水沟也（俗云人中）"。

②基墙高以方：有三说：一指明堂。基墙高大方正，为长寿的表现。如杨上善："鼻之明堂，墙基高大方正，为寿二也。"二指面之地部为基，即地阁部位，墙是指蕃蔽而言。高以方，是指高厚方正的意思。三指面部而言，骨骼为基，蕃蔽为墙。

③三部三里起：一说指面部的上、中、下三停。起，是高起而不平陷的意思。马元台："面之三里，即三部也，皆已耸起。"三部即上中下三停。二说指身之上、中、下三部，三里指手足阳明之脉，皆起发而平等。张志聪："三部者，形身之上中下；三里者，手阳明之脉，皆起发而平等也。"

【译文】

黄帝问：人怎样才能活到百岁而死呢？

岐伯说：长寿者的人中沟深而长，鼻的部位，高大方正。营卫循行畅通无阻，面部的三停高起而不平陷，骨骼高起，肌肉丰满，这种健壮的形体，是能活到百岁的象征。

黄帝曰：其气之盛衰，以至其死，可得闻乎？

岐伯曰：人生十岁，五脏始定，血气已通，其气在下，故好走①。二十岁，血气始盛，肌肉方长，故好趋②。三十岁，五脏大定，肌肉坚固，血脉盛满，故好步③。四十岁，五脏六腑十二经脉，皆大盛以平定。腠理始疏，荣华颓落，发颇斑白，平盛不摇，故好坐。五十岁，肝气始衰，肝叶始薄，胆汁始减，目始不明。六十岁，心气始衰，苦忧悲，血气懈惰，故好卧。七十岁，脾气虚，皮肤枯。八十岁，肺气衰，魄离，故言善误。九十岁，肾气焦，四脏经脉空虚。百岁，五脏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣。

【注释】

①走：跑跳。

②趋：快走。

③步：行走。

【译文】

黄帝问：人的体气盛衰，从幼年直到死亡，可以听听吗？

岐伯说：人生到十岁，五脏才开始健全，血气已经通畅，这时他的经气，还在下肢，所以喜跑。到了二十岁，血气开始旺盛，肌肉正在发达，所以喜快走。到了三十岁，五脏完全健全，肌肉坚固，血脉盛满，所以喜

欢缓行。到了四十岁，五脏六腑和十二经脉已发育很好，并且稳定。腠理开始稀疏，面部华色开始衰落，发鬓颁白，经气平定盛满至极，精力已不十分充足，所以好坐。到了五十，肝气开始衰退，肝叶薄弱，胆汁逐渐减少，眼睛开始有不明的感觉。到了六十岁，心气开始衰退，经常有忧虑悲伤之苦，血气运行缓慢，所以喜欢躺卧。到了七十岁，脾气虚弱，皮肤干枯。到了八十岁，肺气衰退，魂魄离散，所以言语常常错误。到了九十岁，肾气焦竭，肝、心、脾、肺四脏和经脉都空虚了。到了百岁，五脏就都空了，神气也都没有了，这时，就仅留下形体而死亡了。

黄帝曰：其不能终寿而死者，何如？

岐伯曰：其五脏皆不坚，使道不长。空外以张，喘息暴疾。又卑基墙，薄脉少血，其肉不石。数中风寒，血气虚，脉不通。真邪相攻，乱而相引。故中寿而尽也。

【译文】

黄帝问：有人不能享尽天年就死了，是为什么？

岐伯说：那是五脏都不坚实，人中不长。鼻孔向外张开，呼吸急速。鼻梁骨低，脉小血少，肌肉不坚实。屡受风寒，血气虚弱，经脉不通。正邪相攻，体内血气失常，引邪深入。所以中年就会死。

逆顺第五十五

【题解】

本篇说明人体经脉之气的运行有逆有顺、脉象有盛有衰、针刺有原则大法。针刺时应根据经气的逆顺、脉象的盛衰、疾病的具体情况，把握时机，做到早期诊断、早期治疗，正如篇中所说："上工治未病，不治已病。"不失时机地刺其病之未生、刺其未盛、刺其已衰，才能收到良好的效果。如此者为顺，否则为逆，故以《逆顺》名篇。

黄帝问于伯高曰：余闻气有逆顺，脉有盛衰，刺有大约[①]，可得闻乎？

伯高曰：气之逆顺者，所以应天地阳阳、四时、五行也，脉之盛衰者，所以候血气之虚实有余不足。刺之大约者，必明知病之可刺，与其未可刺，与其已不可刺也。

【注释】

①刺有大约：就是针刺的大法。

【译文】

黄帝问伯高说：我听说气的运行有逆有顺，血脉有盛有衰，针刺有

大法，能听听吗？

伯高说：气行的逆与顺，是和自然界的阴阳、四时、五行相适应的；脉象的盛衰是用以诊察气血的虚实有余不足的。针刺的大法是必须明确掌握疾病可以刺、还是不可以刺、或已经到了不可针刺的程度这三种情况。

黄帝曰：候之奈何？

伯高曰：《兵法》曰：无迎逢逢之气①，无击堂堂之阵②。《刺法》曰：无刺熇熇之热③；无刺漉漉之汗④；无刺浑浑之脉⑤；无刺病与脉相逆者。

【注释】

①逢逢(péng)之气：形容军队来势急疾，气势凶猛。逢逢，形容击鼓之声，引申有盛大之意。

②堂堂之阵：形容军队打仗时阵势盛大整齐。《孙子·军争》："勿击堂堂之阵。"杜佑："堂堂者，盛大之貌也。"

③熇熇(hè)：热盛。王冰："熇熇，盛热也。"

④漉漉(lù)之汗：大汗不止。漉，水流貌。

⑤浑浑之脉：脉象浊乱，无头绪。杨上善："浑浑，浊乱也。凡候脉浊乱者，莫知所病，故不可刺也。"

【译文】

黄帝问：怎样诊察可刺与不可刺呢？

伯高说：《兵法》上曾说：作战时当敌方来势凶猛，气焰正盛时，不可迎击其锐势，面对敌军盛大整齐的阵容，不可冒然出击。《刺法》上说：热势炽盛的，不可刺；大汗淋漓的，不可刺；脉象模糊浊乱时，不可刺；脉象和病情不符的，不可刺。

黄帝曰：候其可刺，奈何？

伯高曰：上工，刺其未生者也；其次，刺其未盛者也；其次，刺其已衰者也。下工，刺其方袭者也，与其形之盛者也，与其病之与脉相逆者也。故曰："方其盛也，勿敢毁伤，刺其已衰，事必大昌。"故曰："上工治未病，不治已病。"此之谓也。

【译文】

黄帝说：怎样诊察可刺的时机呢？

伯高说：高明的医生在疾病未发作之前针刺；其次，在病发，但邪气未盛时针刺；再次，在邪气已衰，正气欲复时针刺。技术低劣的医生，却在邪气正旺时针刺，或刺外形貌似强盛而实则内虚的人，或刺病情与脉象不符的人。所以医经上说："在邪气盛的时候不能针刺，在邪气衰退时针刺，就会取得很好的疗效。"所以《四气调神大论》中说："高明的医生是在未病之前预先防治，并不是已经发病才去治疗的。"就是这个道理。

五味第五十六

【题解】

本篇根据“同气相求”、“同类相动”的理论，说明五行之间属于同一行的事物之间具有较之其他行之间更紧密的联系。如酸味的谷物，与人体的肝脏同属木，故酸味谷物进入体内，先入肝经。以此说明五谷、五菜、五果、五畜中的五种性味，对人体所起的不同作用。以及五味对于五脏疾病的宜忌。这些宜忌，都是药物治疗和饮食疗法，以及病人饮食调补的基本原则，故以《五味》名篇。中医自古有药食同源之说，本篇对于饮食养生具有重要指导意义。读者宜与《五味论》合参细玩。

黄帝曰：愿闻谷气有五味，其入五脏，分别奈何？

伯高曰：胃者，五脏六腑之海也。水谷皆入于胃，五脏六腑皆禀气于胃。五味各走其所喜。谷味酸，先走肝；谷味苦，先走心；谷味甘，先走脾；谷味辛，先走肺；谷味咸，先走肾。谷气津液已行，营卫大通，乃化糟粕，以次传下。

【译文】

黄帝问：希望听一下，谷气五味进入五脏后，是怎样转输的呢？

伯高说：胃像是五脏六腑营养汇聚的大海。水谷都要进入胃中，因此，五脏六腑都从胃接受水谷的精微之气。饮食物的五味，分别进入它所喜爱之脏。味酸的，先进入肝；味苦的，先进入心；味甘的，先进入脾；味辛的，先进入肺；味咸的，先进入肾。谷气化生的津液，已在体内运行，因而营卫通畅，其中废物就化为糟粕，随着二便由上而下地排出体外。

黄帝曰：营卫之行奈何？

伯高曰：谷始入于胃，其精微者，先出于胃之两焦，以溉五脏。别出两行，营卫之道。其大气之抟而不行者①，积于胸中，命曰气海。出于肺，循喉咽，故呼则出，吸则入。天地之精气②，其大数常出三入一③。故谷不入，半日则气衰，一日则气少矣。

【注释】

①大气：指宗气。

②天地之精气：天之阳气，地之精气。地之精气，指水谷精微之气。

③出三入一：历代注家解释不同。马元台、张景岳认为是指谷食之气呼出三分，天地之气吸入一分而言。杨上善则说："气海之中，谷之精气，随呼吸出入也。人之呼也，谷之精气，三分出已；及其吸也，一分还入，即须资食充其肠胃之虚，以接不还之气。"任谷庵："五谷入于胃也，其糟粕津液宗气分为三隧，故其大数常出三入一。盖所入者谷，而所出者，乃化糟粕，以次传下，其津液溉五脏而生营卫，其宗气积于胸中，以司呼吸，其所出有三者之隧道，故谷不入半日则气衰，一日则气少矣。"任氏所解，似得其旨。

【译文】

黄帝问：营卫的运行怎样呢？

伯高说：水谷入胃后，所化生的精微部分，从胃出后至中上二焦，经肺灌溉五脏。它在输布于全身时，分别为两条途径，其清纯部分化为营气，浊厚部分化为卫气，分别从脉内外的两条道路运行于周身。同时所产生的大气，则聚于胸中，称为气海。这种气自肺沿咽喉而出，呼则出，吸则入，保证人体正常呼吸运动。天地的精气，它在体内代谢的大概情况，是宗气、营卫和糟粕三方面输出，但另一方面又要从天地间吸入空气与食入饮食物，以补给全身营养的需要。所以半日不吃饭，就会感到气衰，一天不进饮食，就会感到气少了。

黄帝曰：谷之五味，可得闻乎？

伯高曰：请尽言之。五谷：秔米甘[①]，麻酸[②]，大豆咸，麦苦，黄黍辛[③]。五果：枣甘，李酸，栗咸，杏苦，桃辛。五畜：牛甘，犬酸，猪咸，羊苦，鸡辛。五菜：葵甘[④]，韭酸，藿咸[⑤]，薤苦[⑥]，葱辛。

【注释】

①秔米：粳米。秔，“粳”的异体字。

②麻：芝麻。

③黄黍：即黍米。

④葵：冬葵。

⑤藿(huò)：豆叶。

⑥薤(xiè)：俗名野蒜，可食。

【译文】

黄帝说：谷物的五味，可以听听吗？

伯高说：我愿意详尽地说一下。在五谷里：秔米味甘，芝麻味酸，大豆味咸，小麦味苦，黄黍味辛。在五果里：枣味甘，李味酸，栗味咸，杏味苦，桃味辛。在五畜里：牛肉味甘，犬肉味酸，猪肉味咸，羊肉味苦，鸡肉味辛。在五菜里：葵菜味甘，韭菜味酸，豆叶味咸，薤白味苦，葱味辛。

五色：黄色宜甘，青色宜酸，黑正宜咸，赤色宜苦，白色宜辛。凡此五者，各有所宜。

【译文】

五种病色所宜之味：黄色适宜甜味，青色适宜酸味，黑色适宜咸味，红色适宜苦味，白色适宜辣味。大凡这五种病色各有适宜之味。

五宜：所言五宜者，脾病者，宜食秔米饭，牛肉枣葵；心病者，宜食麦，羊肉杏薤；肾病者，宜食大豆黄卷，猪肉栗藿；肝病者，宜食麻，犬肉李韭；肺病者，宜食黄黍，鸡肉桃葱。

【译文】

五脏病所宜之食：所说的五宜是指脾病宜食粳米饭，大枣和冬葵；心病宜食麦食，羊肉，杏子和薤白；肾病宜食大豆黄卷，猪肉，栗子和藿叶；肝病宜食芝麻，狗肉，李子，韭菜；肺病宜食黄黍，鸡肉，桃子，葱。

五禁：肝病禁辛，心病禁咸，脾病禁酸，肾病禁甘，肺病禁苦。

【译文】

五脏病禁忌：肝病禁忌辣味，心病禁忌咸味，脾病禁忌酸味，肾病禁

忌甜味，肺病禁忌苦味。

肝色青，宜食甘，秔米饭、牛肉、枣、葵，皆甘。
心色赤，宜食酸，犬肉、麻、李、韭，皆酸。
脾色黄，宜食咸，大豆、豕肉、栗、藿，皆咸。
肺色白，宜食苦，麦、羊肉、杏、薤，皆苦。
肾色黑，宜食辛，黄黍、鸡肉、桃、葱，皆辛。

【译文】

肝主青色，宜食甜味，粳米饭，牛肉，大枣，冬葵，都是甜味。
心主红色，宜食酸味，狗肉，芝麻，李子，韭菜，都是酸味。
脾主黄色，宜食咸味，大豆，猪肉，栗子，藿叶，都是咸味。
肺主白色，宜食苦味，麦子，羊肉，杏子，薤白，都是苦味。
肾主黑色，宜食辣味，黄黍，鸡肉，桃子，大葱，都是辣味。

卷 九

水胀第五十七

【题解】

本篇以论述水胀病为主，同时讨论了有类似症状的腹胀、鼓胀、肠覃石瘕等病的病因、症状，以及鉴别诊断和治疗方法，故以《水胀》名篇。文中对肠覃和石瘕症状的描述，以及以月经之有无，为鉴别肠覃与石瘕的关键；对石瘕的治疗提出了“可导而下”的原则，这些在今天的临证中，仍然还有指导意义。

黄帝问于岐伯曰：水与肤胀、鼓胀、肠覃、石瘕、石水[①]，何以别之？

岐伯答曰：水始起也，目窠上微肿[②]，如新卧起之状，其颈脉动[③]，时咳，阴股间寒，足胫瘭，腹乃大，其水已成矣，以手按其腹，随手而起，如裹水之状，此其候也。

【注释】

①肠覃(xùn)：病名。依附肠道而生长的肿块。覃，通“蕈”。《玉篇》：“蕈，地菌也。”肠中积垢渣滓，凝聚而生瘕肉，犹如湿气蒸郁，生蕈于土木，故谓“肠覃”。石瘕(jiǎ)：《说文》：“瘕，女病。”本

为子宫肌瘤之名，引申凡腹中结块也称瘕。石水：病名。本篇对于石水有问无答。《灵枢·邪气脏腑病形》云："肾脉……微大为石水，起脐以下，至小腹，腄腄然，上至胃脘，死不治。"又《素问·阴阳别论》云："阴阳结邪，多阴少阳，名曰石水，小腹肿。"《大奇论》云："肾肝并沉，为石水。"《金匮要略》云："石水，其脉自沉，外证腹满不喘。"均可参阅。

②目窠：目下部位，即下眼睑。马元台："目之下为窠，俗名卧蚕。"

③颈脉：人迎脉。王冰："颈脉，谓耳下及结喉傍人迎脉是也。"

【译文】

黄帝问岐伯说：水胀、肤胀、鼓胀、肠覃、石瘕、石水，怎样区别呢？

岐伯回答说：水胀病开始时，病人下眼睑微肿，好像刚睡醒的样子，他的人迎脉搏动明显，时时咳嗽，大腿内侧有寒凉之感，足胫浮肿，腹部胀大，具备这些症状，水胀病就已经形成了。以手按他的腹部，松手后，随手而起，好像里面裹着水一样。这就是水胀病的证候。

黄帝曰：肤胀，何以候之？

岐伯曰：肤胀者，寒气客于皮肤之间，鼓鼓然不坚①，腹大，身尽肿，皮厚，按其腹窅而不起②，腹色不变。此其候也。

【注释】

①鼓鼓(kōng)：鼓声。鼓鼓，有中空之义。丹波元简："鼓字亦从鼓从空，盖中空之义，诸注为鼓声，岂有不坚而有声之理乎。"

②窅(yǎo)而不起：腹部以手按后深陷不起。窅，陷下。

【译文】

黄帝问：肤胀怎样诊断呢？

岐伯说：肤胀病是因寒邪侵入皮肤之间，表现为腹部胀大，用手叩击如鼓之中空不实，全身肿，皮肤厚，用手按其腹部深陷不能随手而起，

腹部的皮色没变化。这就是肤胀病的证候。

黄帝曰:鼓胀何如?

岐伯曰:腹胀,身皆大,大与肤胀等,色苍黄,腹筋起。此其候也。

【译文】

黄帝问:鼓胀的证候怎样呢?

岐伯说:鼓胀病的腹部胀大,全身肿胀与肤胀病相同,但鼓胀的肤色青黄,腹部青筋暴露。这是鼓胀病的证候。

肠覃何如?

岐伯曰:寒气客于肠外,与卫气相搏,气不得荣,因有所系,瘕而内著①,恶气乃起,瘕肉乃生②。其始生也,大如鸡卵,稍以益大,至其成,如怀子之状,久者离岁③,按之则坚,推之则移,月事以时下,此其候也。

【注释】

①瘕而内著:腹中结块,逐渐显露。

②瘕(xī)肉:赘肉,恶肉。

③离岁:杨上善:"离,历也。"凡病程经过一年以上的叫"离岁"。

【译文】

黄帝问:肠覃病的证候怎样呢?

岐伯说:寒邪侵袭,停留在肠外,和卫气相搏,正气不能正常运行营养周身,因而邪气留滞,血淤不通,附著在肠外,病邪逐渐滋长,瘕肉就产生了。这种病开始时像鸡蛋一样大,逐渐长大,等到最后形成时,像

怀孕似的，病程长的可以经过几年，用手按压，患部很硬，推之能移动，月经仍能按期来潮。这是肠覃的证候。

石瘕何如？

岐伯曰：石瘕生于胞中[①]，寒气客于子门[②]，子门闭塞，气不得通，恶血当泻不泻，衃以留止[③]，日以益大，状如怀子，月事不以时下。皆生于女子。可导而下[④]。

黄帝曰：肤胀、鼓胀，可刺邪？

岐伯曰：先泻其胀之血络，后调其经，刺去血络也。

【注释】

①胞中：子宫内。胞，即子宫。

②子门：子宫口部位。

③衃(pēi)以留止：淤血停留在内。衃，《说文》："衃，凝血也。"张景岳："衃，凝败之血也。"

④可导而下：用活血化淤之剂，导血下行。

【译文】

黄帝问：石瘕的证候怎样呢？

岐伯说：石瘕是长在子宫里，因寒气入侵子门，使子门闭阻，气血不通，恶血不能排泄，以致凝结成块，滞留在胞中，逐渐长大，其形状像怀孕一样，月经不能按期来潮。这种病都发生在妇女。可用通导攻下的方法治疗淤血。

黄帝问：肤胀和鼓胀，可以针刺吗？

岐伯说：首先用针泻淤滞的络脉，然后调理经脉，但必须先刺去血络中的淤血。

贼风第五十八

【题解】

本篇指出疾病的发生是内外二因互相作用的结果，虽然有时所感受的贼风邪气不易察觉，但疾病的发生绝不是因为鬼神所致。本篇还批判了鬼神致病的错误认识。因篇首以“贼风”发问，故以之名篇。随着中国古代哲学气论自然观的诞生，中医学就摒弃了上古以来形成的鬼神致病的传统，鲜明地举起了“百病皆生于气”的旗帜，与鬼神致病论进行了尖锐的斗争。扁鹊就有“信巫不信医，六不治也”之论。《素问·五脏别论》云：“拘于鬼神者，不可与言至德。”《素问·宝命全形论》云：“道无鬼神，独来独往。”《内经》的这一理论立场使得两千年来的中医学能够沿着健康的轨道发展，具有重要的理论和实践意义。

黄帝曰：夫子言贼风邪气之伤人也，令人病焉。今有其不离屏蔽，不出空穴之中，卒然病者，非不离贼风邪气，其故何也？

岐伯曰：此皆尝有所伤于湿气，藏于血脉之中，分肉之间，久留而不去；若有所堕坠，恶血在内而不去。卒然喜怒不节，饮食不适，寒温不时，腠理闭而不通。其开而遇风寒，

则血气凝结，与故邪相袭，则为寒痹。其有热则汗出，汗出则受风。虽不遇贼风邪气，必有因加而发焉。

【译文】

黄帝问：您说过四时不正之气伤害人体，使人生病。可是有人不离开屏风，亦不出屋中，忽然生病，并不是没有避开贼风邪气，这是什么缘故呢？

岐伯说：这都是曾经为湿邪所伤，湿邪蕴藏在血脉和分肉之内，长久留止而不能排除；或者有因堕落，淤血在内未散。忽然喜怒过度，饮食不适宜，寒温不调，致使腠理闭塞，壅滞不通。或在腠理开张之时，遭遇风寒，就会使血气凝聚，以前湿邪和新感风寒相合，就成为寒痹。或有因热出汗，出汗时受了风。以上这些，虽然没有遇到贼风邪气，也会因为原有宿邪加上新感之邪而发病。

黄帝曰：今夫子之所言者，皆病人之所自知也。其毋所遇邪气，又毋怵惕之所志，卒然而病者，其故何也？唯有因鬼神之事乎？

岐伯曰：此亦有故邪留而未发，因而志有所恶，及有所慕，血气内乱，两气相搏。其所从来者微，视之不见，听而不闻，故似鬼神。

【译文】

黄帝问：像夫子您所说的这些，都是病人自己所知道的。那些没有遭到四时不正之气，也没有恐惧等情志刺激，忽然就发病了，是什么缘故？是真有鬼神作祟吗？

岐伯说：这也是先有宿邪留在体内，还没发作，由于思想上有厌烦

的事，或向往的事，不能遂心，以致血气不和，新病与宿邪相搏，所以突然发病。它的病因极为微妙，既看不见，也听不见，所以像有鬼神作祟一样。

黄帝曰：其祝而已者[①]，其故何也？

岐伯曰：先巫者，因知百病之胜，先知其病之所从生者，可祝而已也。

【注释】

①祝而已者：祝，祝由；已，病愈。祝由是古代精神疗法。吴鞠通："按，'祝由'二字，出自《素问》。祝，告也。由，病之所从出也。近时以巫家为祝由科，并列于十三科之中，《内经》谓信巫不信医不治，巫岂可列之医科中哉！吾谓凡治内伤者，必先祝由详告以病之所由来，使病人知之，而不敢再犯，又必细体变风变雅，曲察劳人思妇之隐情，婉言以开导之，安言以振惊之，危言以惊惧之，必使之心悦诚服，而后可以奏效如神。"吴氏明确指出祝由科不得与巫医之流混同起来，并具体指明精神疗法的内容。

【译文】

黄帝问：那些用祝由术而治好的病，道理何在？

岐伯说：前代的巫师，因为懂得各种疾病之间相互制约的关系，首先掌握疾病发生的由来，所以用祝由术能把病治好。

卫气失常第五十九

【题解】

本篇论及生理、病理、诊断、治疗等方面广泛的内容。以其在篇首即论述卫气运行失常，留滞胸腹中引起各种病变，以及刺治的方法，故以《卫气失常》名篇。本篇主要内容有：一、概括说明卫气失常后产生的病变和针刺治法。二、指出在诊断皮、肉、气血、筋、骨等病变时要注意体征。指出脂、膏、肉三种不同体质人的气血多少的差异与体形之不同。

黄帝曰：卫气之留于腹中，稸积不行[①]，菀蕴不得常所[②]，使人支胁胃中满，喘呼逆息者，何以去之？

伯高曰：其气积于胸中者，上取之；积于腹中者，下取之；上下皆满者，傍取之。

【注释】

①稸(xù)积不行：卫气的运行受到阻碍，积聚而不能通畅。稸，同“蓄”。积聚，蓄积。

②菀蕴不得常所：卫气郁结而没有固定位置。菀，通“蕴”，郁结。蕴，积聚。

【译文】

黄帝问：卫气滞留在腹中，蓄积不能正常运行，郁结没有固定部位，使人胁肋支拄，胃部胀满，喘息气逆，怎样除去呢？

伯高说：气蓄积在胸中的，取上部的穴位；蓄积在腹中的，取下部的穴位；如果胸腹上下都胀满的，取上下和附近经脉的穴位。

黄帝曰：取之奈何？

伯高曰：积于上，泻人迎，天突、喉中[①]；积于下者，泻三里与气街；上下皆满者，上下取之，与季胁之下一寸；重者，鸡足取之[②]。诊视其脉，大而弦急，及绝不至者，及腹皮急甚者，不可刺也。

黄帝曰：善。

【注释】

①喉中：即廉泉穴。位于前正中线，喉头结节上方陷中。

②鸡足取之：鸡足是一种针刺的手法，即在针刺到一定深度后，将针提到分肉之间，向左右两侧各针刺一针，像鸡足状，故曰“鸡足取之”。《灵枢·官针》篇：“合谷刺者，左右鸡足，针于分肉之间，以取肌痹。”

【译文】

黄帝问：具体取哪些穴位呢？

伯高说：蓄积在胸中的，取足阳明胃经的人迎穴，及任脉的天突和廉泉穴以泻之；蓄积在腹中的，取足阳明胃经的三里穴和气冲穴以泻之；胸腹部都蓄积的，上下部的穴位都取，并取季胁之下一寸处的章门穴；病重的，采用鸡足针法。若在诊察时，见脉大弦急，或脉绝不至的，以及腹皮绷急的，都不可用针刺。

黄帝说：说得好。

黄帝问于伯高曰：何以知皮肉、气血、筋骨之病也。

伯高曰：色起两眉薄泽者，病在皮。唇色青黄赤白黑者，病在肌肉。营气濡然者，病在血气。目色青黄赤白黑者，病在筋。耳焦枯受尘垢者，病在骨。

【译文】

黄帝问伯高说：怎么诊察皮肉、气血、筋骨的病变呢？

伯高说：病色出现在两眉之间，浮薄光泽的，主病在皮。口唇出现青、黄、赤、白、黑之色的，主病在肌肉。营气濡弱而致皮肤湿润而多汗的，主病在血气。目现青、黄、赤、白、黑之色的，主病在筋。耳轮焦枯如尘垢的，主病在骨。

黄帝曰：病形何如，取之奈何？

伯高曰：夫百病变化，不可胜数，然皮有部[①]，肉有柱[②]，血气有输，骨有属[③]。

黄帝曰：愿闻其故。

伯高曰：皮之部，输于四末；肉之柱，在臂胫诸阳，分肉之间，与足少阴分间；血气之输，输于诸络，气血留居[④]，则盛而起；筋部无阴无阳，无左无右，候病所在；骨之属者，骨空之所以受液，而益脑髓者也[⑤]。

【注释】

①皮有部：皮有其一定的部属。张志聪："卫气行于皮，输于四末，为所主之部。"

②肉有柱：柱，即腘肉。张景岳："柱者，腘之属也。"即在上下肢高

起处的肌肉，因其坚厚隆起，有支柱的作用，故称之曰“柱”。

③属：即两骨相交的关节部位。丹波元简：“属者，跗属之属，两骨相交之处，十二关节皆是。”

④气血留居：气血滞塞。留、居都有“止”的意思。可引申为停滞闭塞。

⑤“骨空”两句：说明益髓就是治骨的道理。张景岳：“病在骨之属者，当治骨空，以益其髓，髓者骨之充也，故益髓即所以治骨也。”

【译文】

黄帝问：疾病的表现怎样，怎么治疗？

伯高说：诸多疾病都是千变万化的，不能完全说清楚，但是皮有分部，肉有突起处，血气有输注的隧道，骨有跗属。

黄帝说：希望听听其中的道理。

伯高说：皮之分部，在于四末；肉之柱，在上臂、下胫的手足六阳经分肉之间，与足少阴经循行通路上的分肉之间；血气之输注，在诸经的络穴，所以气血郁滞，则络脉壅盛而高起；病在筋的，不论其在阴在阳，在左在右，候察发病部位就可以了；病在骨的，当取治于骨之所属，因为骨孔是接受并输注精气而能补益脑髓的。

黄帝曰：取之奈何？

伯高曰：夫病变化，浮沉深浅，不可胜穷，各在其处。病间者浅之，甚者深之，间者小之，甚者众之。随变而调气，故曰上工。

【译文】

黄帝问：怎样取穴治疗呢？

伯高说：疾病变化不一，病位的浮沉，刺治的浅深，难以穷尽，根据

发病的具体部位决定治法。病轻的用浅刺，病重的用深刺，病轻的用针宜少，病重的用针宜多。根据病情的变化而调整气机，这就是高明的医生。

黄帝问于伯高曰：人之肥瘦大小寒温[①]，有老壮少小，别之奈何？

伯高对曰：人年五十已上为老，三十已上为壮，十八已上为少，六岁已上为小。

【注释】

①寒温：人的体质有寒温之异，即体质之有阴阳虚实之不同。

【译文】

黄帝问伯高说：人体的肥瘦、身量的大小、体质的寒温，以及年龄的有老、壮、少、小，怎样区别呢？

伯高说：年龄五十岁以上为老，三十岁以上为壮，十八岁以上为少，六岁以上为小。

黄帝曰：何以度知其肥瘦[①]？

伯高曰：人有肥有膏有肉。

黄帝曰：别此奈何？

伯高曰：腘肉坚，皮满者，肥；腘肉不坚，皮缓者，膏，皮肉不相离者，肉。

黄帝曰：身之寒温，何如？

伯高曰：膏者其肉淖[②]；而粗理者身寒，细理者身热。脂者其肉坚；细理者热，粗理者寒。

【注释】

①度：揆度，度量。

②淖（nào）：柔润。

【译文】

黄帝问：根据什么度量人的肥瘦呢？

伯高说：人有肥、有膏、有肉的不同。

黄帝问：怎样分别这三种类型呢？

伯高说：腘肉坚实，皮下丰满的为肥；腘肉不坚实、皮肤弛缓的为膏；皮肉相连不相分离的为肉。

黄帝问：体质属寒属温的情况怎样呢？

伯高说：属于膏型的人，肌肉柔润；其中，纹理粗疏的，身体多寒，纹理致密的，身体多热。属于脂型的人，肌肉坚厚；其中，纹理致密的，身体多热，纹理粗疏的，身体多寒。

黄帝曰：其肥瘦大小，奈何？

伯高曰：膏者，多气而皮纵缓，故能纵腹垂腴[①]。肉者，身体容大。脂者，其身收小。

【注释】

①纵腹垂腴（yú）：腹部的肌肉宽纵，肥肉下垂。《说文·肉部》："腴，腹下肥也。"

【译文】

黄帝问：人体的肥瘦、大小怎样区别呢？

伯高说：膏型的人，阳气充盛，皮肤宽纵弛缓，所以呈现腹肌宽纵，肥肉下垂的形态。肉型的人，身体宽大。脂型的人，肉坚而身形小。

黄帝曰：三者之气血多少，何如？

伯高曰：膏者多气，多气者热，热者耐寒。肉者多血则充形，充形则平[①]。脂者，其血清，气滑少，故不能大。此别于众人者也。

黄帝曰：众人奈何？

伯高曰：众人皮肉脂膏不能相加也，血与气不能相多，故其形不小不大，各自称其身[②]，命曰众人。

【注释】

①“肉者”两句：肉型人，多血能养形，形体充实，则体质平和。张景岳：“肉者多血，血养形，故形充而气质平也。”

②各自称其身：指一般人与膏、肉、脂三种特殊体质的人不同，皮肉筋骨各称其身，所以身形不大不小。

【译文】

黄帝问：这三种类型人气血的多少怎样呢？

伯高说：膏型的人多气，多气为阳性体质，阳盛的人能耐寒。肉型的人多血，多血则形体充盛，形体充盛则体质平和。脂型的人，其血清，气滑而少，所以身形不大。这是有别于一般人的三种人的气血多少的情况。

黄帝问：一般人的情况怎样呢？

伯高说：一般人的皮、肉、脂、膏不能相加，以及血、气都没有偏多，所以形体不大不小，很匀称，这就是一般人。

黄帝曰：善。治之奈何？

伯高曰：必先别其三形，血之多少，气之清浊，而后调之，治无失常经。是故膏人，纵腹垂腴；肉人者，上下容大；

脂人者，虽脂不能大者。

【译文】

黄帝说：讲得好！怎样治疗呢？

伯高说：首先必须辨别三种不同类型的人，掌握各型人血的多少，气的清浊，然后调治，治疗不能违背常规治法。所以膏人的体型是腹肌宽纵，肥肉下垂；肉人的体型是上下肢体都很宽大；脂型的人，虽脂肪多，体型却不大。

玉版第六十

【题解】

对“积微”的重视是中国古代哲学与文化的独特之处，也是中华民族智慧的体现。《老子》云：“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。”《周易》云：“履霜坚冰至。”“积善之家，必有余庆；积恶之家，必有余殃。”《荀子》云：“圣人也者，人之所积也。”我们的祖先很早就深刻地认识到任何事物都是逐渐发展而成的，这是不以人的意志转移的客观规律。从事物与人的关系来看，无非是利害两种。对于有利于人的事物，应重视其积累，促使其成为现实；而不利于人的事物，则应加以防范和消除，不使其积累成为现实。具体到疾病来说，这是对人而言有害的现实，应防止其发生。与中国古代哲学一样，中医学也非常重视“积微”在发病学上的意义。本篇以痈疽为例说明疾病的形成都是“积微之所生”，因此要早预防、早诊断、早治疗等等。《灵枢·百病始生》甚至用“积”来命名病证。本篇主要内容包括：首先叙述痈疽的成因，刺法的原则和方法；同时指出痈毒内陷，诸病脉证相反、诸病即将死亡等逆象，说明凡见这些逆象，都不宜针刺。其次以兵器作用和针刺作用相比，说明针虽细物可以治病活人，若妄用针刺，就像兵器一样可以置人于死。最后举逆刺五里穴为例，说明逆刺可以造成严重的医疗事故，启示临床时要引起高度的警惕，才不致造成医疗事故。这些宝贵经

验，必须著之玉版，传之后世，所以称为《玉版》。

黄帝曰：余以小针为细物也，夫子乃言上合之于天，下合之于地，中合之于人，余以为过针之意矣，愿闻其故。

岐伯曰：何物大于针乎？夫大于针者，惟五兵者焉[①]。五兵者，死之备也，非生之具也。且夫人者，天地之镇也[②]，其可不参乎[③]？夫治民者，亦惟针焉。夫针之与五兵，其孰小乎？

【注释】

①五兵：指五种兵器。说法不一。杨上善："兵有五者，一弓、二殳、三矛、四戈、五戟。"张景岳："五兵即五刃，刀、剑、矛、戟、矢也。"

②"且夫人者"两句：人是天地万物之中最宝贵最重要的。中国古代认为人与天地并称"三才"。镇，重也。

③其可不参乎：古人认为天地为生化万物的本原，好比万物之父母，人作为天地生化的最高贵的物种，具有智慧，应该参与赞助天地的化育之德。《中庸》："可以赞天地之化育，则可以与天地参矣。"

【译文】

黄帝说：我认为小针是细小之物，先生却说它的作用上合于天，下合于地，中合于人，我认为这是过分夸大了针的意义，希望听听其中的道理。

岐伯说：还有什么东西能够比针更大呢？比针大的，惟有五种兵器。但五种兵器都是准备杀人的，不是活人的工具。而且人是天地间最高贵的，怎么可以不参赞天地的化育之德呢？治疗人民的疾病，只有用小针。针和五兵的作用到底哪个小，不是很清楚了吗？

黄帝曰：病之生时，有喜怒不测，饮食不节，阴气不足，阳气有余，营气不行，乃发为痈疽。阴阳不通，两热相搏，乃化为脓，小针能取之乎？

岐伯曰：圣人不能使化者，为之，邪不可留也。故两军相当[①]，旗帜相望，白刃陈于中野者，此非一日之谋也。能使其民，令行禁止，卒无白刃之难者，非一日之教也，须臾之得也。夫至使身被痈疽之病，脓血之聚者，不亦离道远乎？夫痈疽之生，脓血之成也，不从天下，不从地出，积微之所生也。故圣人自治于未有形也，愚者遭其已成也。

【注释】

①两军相当：两军相敌。当，相对，敌对。

【译文】

黄帝问：疾病的发生，因喜怒无度，饮食无节，阴气不足，阳气有余，以致营气郁滞不行，而发生痈疽。营卫气血阻滞不通，阳热之气与邪热互相搏结，而化为脓，这种病，小针能治疗吗？

岐伯说：圣人不能使邪气消失自化，要及早治疗，因为病邪不可久留体内。譬如两军对敌，旗帜相望，刀光剑影遍于旷野，决不是一天策划的结果。能够使民众，有令必行，有禁必止，最终不致招致断头之祸，这也不是一天教育，顷刻就能实现的。等到身体患上痈疽之病，脓血聚集于身，不也是背离了养生之道的结果吗？痈疽的产生，脓血的形成，既不是从天而降，也不是从地而生，而是邪气侵入人体，逐渐积累而成的。所以圣人自己能够在痈疽没有形成之前，积极预防，不使其发生；而愚者，不知防治，就会遭受疾病形成的痛苦。

黄帝曰：其已形，不予遭，脓已成，不予见，为之奈何？

岐伯曰：脓已成，十死一生，故圣人弗使已成，而明为良方，著之竹帛，使能者踵而传之后世[①]，无有终时者，为其不予遭也。

【注释】

①“使能者”句：使贤能的人继承下来而一代一代传下去。踵，脚后跟。引申为继承。

【译文】

黄帝问：怎么做才能不遭遇痈疽发生，看不到脓血形成呢？

岐伯说：脓血已成，十死一生，所以圣人不让痈疽形成，明确地制定了防止痈疽的良方，记载在竹帛上，使有才能的人能够继承下来，并世代相传，永无终止，为的是不让人们遭受痈疽病的痛苦。

黄帝曰：其已有脓血，不以小针治乎？

岐伯曰：以小治小者，其功小；以大治大者，其功大；以小治大者，多害。故其已成脓血者，其唯砭石铍锋之所取也。

【译文】

黄帝问：已经形成脓血的，不能用小针治疗吗？

岐伯说：用小针治疗小痈疽，功效小；用大针来治疗大痈疽，功效大；用小针治疗大痈疽，多有伤害。所以已形成脓血的痈疽，只有用砭石、铍针、锋针取治脓血，最为适宜。

黄帝曰：多害者，其不可全乎？

岐伯曰：其在逆顺焉。

黄帝曰：愿闻逆顺。

岐伯曰：以为伤者，其白眼青黑眼小，是一逆也；内药而呕者[①]，是二逆也；腹痛渴甚，是三逆也；肩项中不便[②]，是四逆也；音嘶色脱[③]，是五逆也。除此五者，为顺矣。

【注释】

①内药：服药。内，同“纳”。

②肩项中不便：肩属手三阳经所过，项属手足六阳经及督脉经，肩项转动不便说明阳气受伤。

③音嘶色脱：有二说，一种认为心主言，心合脉，其荣色也，音嘶色脱是心伤的表现；另一说，认为音嘶为肺衰的表现，色脱者为五脏伤的表现。

【译文】

黄帝问：因为用针不当，而造成痈疽病的恶化，病人的生命就不能保全了吗？

岐伯说：这要看病证属逆还是属顺了。

黄帝说：希望听听痈疽病的逆顺。

岐伯说：白睛青，黑眼小，是逆证之一；服药而呕吐的，是逆证之二；腹痛而口渴甚的，是逆病之三；肩项转移不便的，是逆证之四；声音嘶哑，面无血色的，是逆证之五。除了这五种逆证之外，就都是顺证了。

黄帝曰：诸病皆有逆顺，可得闻乎？

岐伯曰：腹胀，身热，脉大，是一逆也；腹鸣而满，四肢清，泄，其脉大，是二逆也；衄而不止，脉大，是三逆也；咳且溲血，脱形，其脉小劲，是四逆也；脱形身热，脉小以疾，是谓五逆也。如是者，不过十五日而死矣。

【译文】

黄帝问：各种病都有顺证逆证，可以听听吗？

岐伯说：腹部胀满，身体发热，脉大，是逆证之一；腹满肠鸣，四肢逆冷，腹泻，脉大，是逆证之二；鼻出血不止，脉大，是逆证之三；咳嗽而且尿血，肌肉消瘦，脉小而劲疾，是逆证之四；咳嗽，形体羸弱异常，身体发热，脉小而搏动疾速，是逆证之五。出现以上五逆证，不过十五天就会死亡。

其腹大胀，四末清，脱形，泄甚，是一逆也；腹胀便血，其脉大，时绝，是二逆也；咳溲血，形肉脱，脉搏，是三逆也；呕血，胸满引背，脉小而疾，是四逆也；咳呕腹胀，且飧泄，其脉绝，是五逆也。如是者，不及一时而死矣。工不察此者而刺之，是谓逆治。

【译文】

还有腹大而胀，四肢厥冷，形肉已脱，泄泻不止的，是逆证之一；腹部胀满，大便下血，脉大而时有断绝，是逆证之二；咳嗽而尿血，形肉已脱，脉来搏指散乱，是逆证之三；呕血，胸部胀满牵引背部，脉小而快，是逆证之四；咳嗽呕吐，腹胀，泄泻完谷不化，而脉绝不至，是逆证之五。若出现这些症状的，不过一天就会死。医生对这些逆象，不加以审察而妄行针刺，就是误治。

黄帝曰：夫子之言针甚骏[①]，以配天地，上数天文，下度地纪[②]，内别五脏，外次六腑，经脉二十八会[③]，尽有周纪[④]。能杀生人，不能起死者。子能反之乎？

岐伯曰：能杀生人，不能起死者也。

黄帝曰：余闻之则为不仁，然愿闻其道，弗行于人。

岐伯曰：是明道也，其必然也，其如刀剑之可以杀人，如饮酒使人醉也，虽勿诊，犹可知矣。

【注释】

①骏：大。

②地纪：地理。

③经脉二十八会：指手足十二经脉，左右共二十四脉，加上两跻、督、任，共为二十八脉。

④周纪：指经脉都有一定循行走向交会之处。

【译文】

黄帝问：先生把针刺的作用说得很大，可以与天地相配，上合天文，下合地理，在内则与五脏相联，在外则依次和六腑相通。全身二十八脉经气流注都有一定的规律，所以针刺能疏通经脉，宣畅气血，但针刺搞不好也会把活人治死，而不能让死者复生。您能够改变这种情况吗？

岐伯说：针治搞不好，确能致人于死；但针治得当，也不能起死复生。

黄帝说：我听到针刺不当，致人于死，认为太不仁道了，但还是希望听听其中的道理，不再把错误用于病人。

岐伯说：这是明显的道理，也是必然的结果，好如刀剑可以杀人，饮酒可以醉人，不用诊察，也可以知道。

黄帝曰：愿卒闻之。

岐伯曰：人之所受气者，谷也。谷之所注者，胃也。胃者，水谷气血之海也。海之所行云气者，天下也。胃之所出气血者，经隧也。经隧者，五脏六腑之大络也，迎而夺之而

已矣[①]。

【注释】

①“迎而”句：指误用泻法，会使人胃气竭绝，气血耗尽而死。马元台：“迎其气之来有以夺之，则能杀生人矣。”已，尽。

【译文】

黄帝说：希望全部听听。

岐伯说：人所禀受的精气，来源于水谷。水谷注入的器官，是胃。胃好比是受纳水谷、化生气血的大海。海洋里的水，要上升到天空，化为云气，才能布散运行天下。胃中精微化生的气血，要运行周身，需要有经脉隧道。经隧，就是联络五脏六腑的大络，如果在这些地方用迎而夺之的刺法，就会误泻真气，而置人死地。

黄帝曰：上下有数乎？

岐伯曰：迎之五里[①]，中道而止，五至而已，五往而脏之气尽矣[②]，故五五二十五而竭其输矣，此所谓夺其天气者也，非能绝其命而倾其寿者也。

【注释】

①五里：手阳明大肠经穴位，位于肘上三寸，古今针刺家公认的禁针穴位。

②“五至”两句：张介宾：“一脏之气，大约五至而已。针凡五往以迎之，则一脏之气已尽。若夺至二十五至，则五脏之腧气皆竭，乃杀生人，此所谓夺其天真之气也。”

【译文】

黄帝问：上下手足经脉，有多少穴位不能针刺呢？

岐伯说：误用迎而夺之的泻法，针刺手阳明大肠经的五里穴，致使脏气运行到中途而止，一脏的真气大约是五至而已，所以若连续五次用迎而夺之的泻法，则一脏的真气泻尽，若连续泻二十五次，就会使五脏所输注的精气都竭绝，这就是劫夺了人的天真之气，并非由于他命之自绝而终其寿的。

黄帝曰：愿卒闻之。

岐伯曰：阚门而刺之者，死于家中；入门而刺之者，死于堂上[①]。

黄帝曰：善乎方，明哉道。请著之玉版，以为重宝，传之后世，以为刺禁，令民勿敢犯也。

【注释】

①“阚(kuī)门而刺”四句：张景岳：“门，即《生气通天论》所谓气门之门也。阚门而刺，言犹浅也，浅者害迟，故死于家中；入门而刺，言其深也。深则害速，故死于堂上。”阚，同“窥”。门，是指气血出入的门户。

【译文】

黄帝说：希望全部听听。

岐伯说：在气血出入的要害处妄行针刺，若刺得浅则其害迟，病人回到家中才会死亡；若刺得深则其害速，病者就会死在医者的堂上。

黄帝说：你讲的方法很完善，道理也很明白。请把它刻录在玉版上，作为最宝贵的文献，流传后世，作为针刺的禁忌，使人不敢触犯。

五禁第六十一

【题解】

本篇的中心是论述针刺的宜忌，重点介绍了针刺的五禁、五夺、五过、五逆等禁忌，示人在治疗时知道避忌，所以名曰《五禁》。本篇内容主要包括：说明五禁的内容，指出如果遇到禁日，对相应的部位，应避免针刺。说明五种元气大虚之证，绝对不宜用泻法针刺。指出凡见脉证相反的证候，应慎重处理，不可妄用针刺。

黄帝问于岐伯曰：余闻刺有五禁。

岐伯曰：禁其不可刺也。

黄帝曰：余闻刺有五夺。

岐伯曰：无泻其不可夺者也。

黄帝曰：余闻刺有五过[①]。

岐伯曰：补泻无过其度。

黄帝曰：余闻刺有五逆。

岐伯曰：病与脉相逆，命曰五逆。

黄帝曰：余闻刺有九宜。

岐伯曰：明知九针之论，是谓九宜。

【注释】

①五过：补泻均超出一定限度。张景岳："补之过度，资其邪气；泻之过度，竭其正气，是五过也。"

【译文】

黄帝问岐伯说：我听说刺有五禁。

岐伯说：是指遇到五个禁日，某些部位不可针刺。

黄帝说：我听说针刺的禁忌有五夺。

岐伯说：是指气血衰弱的人，不可用泻法。

黄帝说：我听说针刺的禁忌还有五过。

岐伯说：五过就是针刺补泻不能过其常度。

黄帝说：我听说针刺有五逆之证。

岐伯说：五种病证与脉象相反，就叫五逆。

黄帝说：我听说针刺有九宜。

岐伯说：明确知道九针的理论，就是九宜。

黄帝曰：何谓五禁？愿闻其不可刺之时。

岐伯曰：甲乙日自乘①，无刺头，无发蒙于耳内②。丙丁日自乘，无振埃于肩喉廉泉③。戊己日自乘四季，无刺腹去爪泻水④。庚辛日自乘，无刺关节于股膝。壬癸日自乘，无刺足胫。是谓五禁。

【注释】

①自乘：天干值日。甲、乙、丙、丁……等十个天干，是代表十天的符号，并与人身不同的部位相对应。马元台："天干之应于人身，头为甲乙，肩喉为丙丁，戊己为手足，四肢合辰戌丑未之四季，庚辛应股膝，壬癸应足胫。故凡天干自乘之日，皆无刺之。"故人身

每天都能逢到一个值日的天干，叫做“自乘”。

②发蒙：治疗耳目头面之疾的一种刺法的名称。对于耳聋目昏，在午时刺听宫，叫“发蒙”。发蒙，本意是指启发蒙昧，解除困惑。这是精神领域的问题。这里引申其意，指用针刺解除病理上的耳目昏蒙。

③振埃：治疗阳气逆于胸中，喘咳胸满，肩息上气等病的一种刺法名称。振埃，本意是抖落尘埃，除去灰尘。这里也是引申其意，喘咳胸满之证，好比胸肺为灰尘所蒙，肺气不得通利而致，故治疗好比扫除尘埃。

④去爪：治疗关节脉络四肢病以及阴囊水肿的一种刺法。针刺关节肢络，并以铍针出水，叫“去爪”。

【译文】

黄帝说：什么叫五禁？希望听听不可针刺的忌日。

岐伯说：天干应于人身，甲乙应头，所以逢甲乙日，不要刺头部，也不要用发蒙的针法去刺耳内。丙丁应肩喉，逢丙丁日，不要用振埃法刺肩、喉及廉泉穴。戊己应手足四肢，逢到戊己日，不可刺腹部和用去爪法泻水。庚辛应于股膝，逢庚辛日，不可刺股膝的穴位。壬癸应足胫，逢壬癸日，不可刺足胫的穴位。这就叫五禁。

黄帝曰：何谓五夺？

岐伯曰：形肉已夺，是一夺也；大夺血之后，是二夺也；大汗出之后，是三夺也；大泄之后，是四夺也；新产及大血之后，是五夺也。此皆不可泻。

【译文】

黄帝问：什么叫五夺？

岐伯说：久病形肉瘦削至极，是一夺；大失血之后，是二夺；大汗出之后，是三夺；大泄利之后，是四夺；新产大失血之后，是五夺。五夺证都不可用泻法。

黄帝曰：何谓五逆？

岐伯曰：热病脉静，汗已出，脉盛躁，是一逆也；病泄，脉洪大，是二逆也；著痹不移，胭肉破，身热，脉偏绝，是三逆也；淫而夺形[①]，身热，色夭然白，及后下血衄，血衄笃重，是谓四逆也；寒热夺形，脉坚搏，是谓五逆也。

【注释】

①淫：泛指耗伤阴津的病变。

【译文】

黄帝问：什么叫五逆？

岐伯说：热性病，而脉反沉静，汗出后，而脉反见躁动的，是为逆证之一；泄泻，而脉反洪大，是为逆证之二；肢体麻木沉重，肘、膝等处高起的肌肉破溃，身体发热，而脉现偏绝，是为逆证之三；久病遗、泄、淋、浊、汗等阴血受损之病，致使形体消瘦，若见发热，肤色苍白，或见大便中夹杂紫黑血块，病情极重，是为逆证之四；久患寒热，形体消瘦，脉反见坚硬搏指的，是逆证之五。

动输第六十二

【题解】

动输，从字面上讲就是跳动的输脉。本篇说明在十二经之中，手太阴、足阳明、足少阴三经独动而不休的生理现象，以及它和全身气血输注的关系。同时也说明了营卫循行络绝则径通的生理。故以《动输》名篇。本篇主要内容包括：一、说明手太阴、足阳明、足少阴三条经脉独动不休的生理功能，并特别指出胃为五脏六腑之海，是经脉搏动的物质根源。二、指出四肢是阴阳经脉交会联结之处，四街是营卫二气循行的必经之路，四街具有“络绝则径通”的代偿功能。

黄帝曰：经脉十二，而手太阴、足少阴、阳明独动不休[①]，何也？

岐伯曰：是明胃脉也。胃为五脏六腑之海，其清气上注于肺，肺气从太阴而行之。其行也[②]，以息往来[③]，故人一呼脉再动[④]，一吸脉亦再动，呼吸不已，故动而不止。

【注释】

①“而手太阴”句：张介宾：“手太阴、足少阴、足阳明三经，独多动

脉，而三经之脉，则手太阴之太渊，足少阴之太谿，足阳明上则人迎，下则冲阳，皆动之尤甚者。”

②其行也：杨上善：“其手太阴脉上下行也，要由胸中气海之气，出肺循喉咙，呼出吸入，以息往来，故手太阴脉得上下行。”

③以息往来：呼吸与脉气的往来运行，有着密切的关系。息，指呼吸而言，凡一呼一吸谓之一息。

④脉再动：杨上善：“脉，手太阴也，人受谷气，积于胸中。呼则推于手太阴以为二动，吸则引于手太阴复为二动，命为气海。”

【译文】

黄帝问：十二经脉之中，为什么只有手太阴肺经、足少阴肾经和足阳明胃经三经的经脉搏动不已呢？

岐伯说：这就是足阳明胃脉与脉搏跳动的关系。胃是五脏六腑的营养来源，胃中水谷化生的清气，向上流注肺中，肺气从手太阴肺经开始，运行周身十二经脉。肺气上下运行，呼吸往来，故人一呼脉跳动两次，一吸脉亦跳动两次，呼吸不停，所以寸口脉搏动不止。

黄帝曰：气之过于寸口也，上十焉息，下八焉伏[①]？何道从还？不知其极。

岐伯曰：气之离藏也，卒然如弓弩之发，如水之下岸，上于鱼以反衰[②]，其余气衰散以逆上，故其行微。

【注释】

①上十焉息，下八焉伏：历代注家对此二句的解释分歧较大。马元台：“然脉之过于寸口也，上之从息而行者，可拟十分，下之伏于脏内者，可拟八分，但不知其何道而来，何道而还？……又从肺经而行之一昼一夜，共五十度，但其上鱼之际，十焉在息，下鱼之

后，八焉伏藏，故上鱼即已，则气似反衰。”张景岳：“寸口手太阴脉也，上下言进退之势也；十、八喻盛衰之形也；焉，何也；息，生长也。上十焉息，言脉之进也其气盛，何所来而生也；下八焉伏，言脉之退也其气衰，何所去而伏也。此其往还之道，真若有难穷其极者。”一般多认为张注较为确当。

②上于鱼以反衰：脉气从寸口上鱼际之后，出现由盛而反衰的现象。鱼，鱼际。

【译文】

黄帝说：脉气通过寸口，脉来时其气较盛，脉去时其气较衰，脉气从哪里回到本脉？不知道其所以然。

岐伯说：脉气从内脏向外输注到经脉时，快如离弦之箭，如离岸之洪水，当脉气上达鱼际后，却呈现由盛而转衰，但其衰散之余力还能逆而上行，所以脉气就微弱了。

黄帝曰：足之阳明，何因而动？

岐伯曰：胃气上注于肺，其悍气上冲头者，循咽，上走空窍，循眼系，入络脑，出颜[①]，下客主人，循牙车，合阳明，并下人迎，此胃气别走于阳明者也[②]。故阴阳上下，其动也若一[③]。故阳病而阳脉小者为逆，阴病而阴脉大者为逆。故阴阳俱静，俱动，若引绳相倾者病。

【注释】

①颜(kǎn)：下巴。

②“此胃气”句：人迎脉的搏动是由于胃气上注于肺，悍气上冲头，循咽，入络脑，下客主人，合阳明，并下人迎的缘故。这种由胃气上注肺的循行，与十二经脉的循行略有不同，所以说胃气别走于

阳明。

③“故阴阳”两句：阴，谓寸口，指手太阴肺；阳，谓人迎，指足阳明胃。上，指人迎，人迎在颈，所以为上；下，指寸口，寸口在手，所以为下。人迎与寸口两者的搏动是相应的，一致的，所以说“阴阳上下，其动也若一”。

【译文】

黄帝问：足阳明胃脉是因为什么而搏动的？

岐伯说：胃气上注于肺，其上冲于头的慓悍之气，循咽喉向上走行孔窍，循着眼系，入络于脑，从脑出颠部，向下会于客主人穴，沿着颊车，合于足阳明本经，并向下行到人迎穴，这就是胃气别走而又合于阳明的过程。因此，手太阴寸口脉和足阳明人迎脉搏动一致。所以阳病而阳脉反小的为逆；阴病而阴脉反大的为逆。在正常情况下，寸口和人迎脉是平衡的，静则俱静，动则俱动，像牵引绳索一样均匀，如果上下之脉若引绳不匀而一方偏盛，就是病态。

黄帝曰：足少阴，何因而动？

岐伯曰：冲脉者，十二经之海也，与少阴之大络，起于肾下，出于气街，循阴股内廉，邪入腘中[①]，循胫骨内廉，并少阴之经，下入内踝之后，入足下，其别者，邪入踝，出属跗上，入大指之间[②]，注诸络，以温足胫。此脉之常动者也。

【注释】

①邪：偏斜。

②大指：汪昂：“大指当作小指。”《经脉篇》：“肾足少阴之脉，起于小指之下。”

【译文】

黄帝问：足少阴肾脉是因为什么而搏动呢？

岐伯说：冲脉为十二经脉之海，它和足少阴的络脉，同起源于肾下，出于足阳明胃经的气街，沿大腿内侧，向下斜行入腘中，沿着胫骨内侧，与足少阴经相合而下行入于足内踝之后，入于脚下。它分出的支脉，斜入内踝，出而入于足背上，进入小趾之间，注入诸络脉，来温养足胫部。这就是足少阴经脉常动不休的原因。

黄帝曰：营卫之行也，上下相贯，如环之无端，今有其卒然遇邪气，及逢大寒，手足懈惰，其脉阴阳之道，相输之会，行相失也[①]，气何由还？

岐伯曰：夫四末阴阳之会者，此气之大络也。四街者[②]，气之径路也。故络绝则径通，四末解则气从合，相输如环。

黄帝曰：善。此所谓如环无端，莫知其纪，终而复始，此之谓也。

【注释】

①行：将。

②四街：头、胸、腹、胫四部的气街。

【译文】

黄帝问：营气和卫气的循行，上下互相贯通，如圆环一样没有开端，现在突然遭遇邪气侵袭，以及遇到了严寒天气，手足懈惰无力，经脉阴阳之道，气血相输之会，将运行失常，在这样的情况下，营卫之气是怎样往返循环的呢？

岐伯说：四肢是阴阳会合的地方，也是营卫之气通行的大络。四街是营卫之气运行的必经之路。所以络脉被邪气阻塞后，则四街这些径

路开通，当四肢的邪气解除后，则络脉又复沟通，气又从这里输运会合，如环无端，周而复始。

黄帝说：好！经气运行，如环无端，莫知其纪，周而复始，就是这个道理。

五味论第六十三

【题解】

本篇主要论述五味与人体经络脏腑的关系及五味偏嗜太过所出现病理变化而引起的各种疾病，故名《五味论》。本篇提示我们，饮食五味虽然是人体营养的源泉，但五味偏嗜，失去平衡也是伤生致病之由。因此，在生活中必须注意保持饮食营养的均衡，正如《素问·生气通天论》所云："阴之所生，本在五味，阴之五官，伤在五味。"

黄帝问于少俞曰：五味入于口也，各有所走，各有所病。酸走筋，多食之，令人癃；咸走血，多食之，令人渴；辛走气，多食之，令人洞心；苦走骨，多食之，令人变呕；甘走肉，多食之，令人悗心。余知其然也，不知其何由，愿闻其故。

少俞答曰：酸入于胃，其气涩以收，上之两焦[①]，弗能出入也。不出即留于胃中，胃中和温，则下注膀胱。膀胱之胞薄以懦[②]，得酸则缩绻，约而不通，水道不行，故癃。阴者，积筋之所终也[③]，故酸入而走筋矣。

【注释】

①之：动词，行，走。两焦：即上、中二焦。

②胞：皮。

③“阴者”两句：阴者，指前阴而言。积筋，即诸筋或宗筋。人的前阴，就是人身诸筋终聚之处。杨上善：“人阴器，一身诸筋终聚之处。”张景岳：“阴者，阴气也；积筋者，宗筋之所聚也。”

【译文】

黄帝问少俞说：五味进入口中，各进入所喜的脏器，各有所发生的病变。酸味走筋，多食酸味，会使人小便不通；咸味走血，多食咸味，会使人发渴；辛味走气，多食辛味，会使人心闷；苦味走骨，多食苦味，会使人呕吐；甘味走肉，多食甘味，会使人心闷。我已知道五味食之过度，能发生这些病证，但不理解其中的道理，希望听到其中的缘故。

少俞回答说：酸味入胃以后，因气味涩滞，而有收敛作用，只能行于上、中二焦，不能遽行出入。既然不出，就流于胃里，胃里温和，就向下渗注到膀胱。由于膀胱之皮薄而软，受到酸味，就会缩屈，使膀胱出口处约束不通，以致小便不畅，因此发生癃闭。人体的阴器，是周身诸筋终聚之处，所以酸味入胃而走肝经之筋。

黄帝曰：咸走血，多食之，令人渴，何也？

少俞曰：咸入于胃，其气上走中焦，注于脉，则血气走之。血与咸相得则凝，凝则胃中汁注之。注之则胃中竭，竭则咽路焦[①]，故舌本干而善渴。血脉者，中焦之道也，故咸入而走血矣。

【注释】

①咽路：咽道。

【译文】

黄帝问：咸味走血分，多食咸味，使人口渴，为什么？

少俞说：咸味入胃以后，它所化之气向上走于中焦，再由中焦流注到血脉，与血相和。咸与血相和，脉就要凝涩，脉凝涩则胃的水液也要凝涩，胃的水液凝涩则胃里干竭，由于胃液干竭，咽路感到焦躁，因而舌干多渴。血脉是输送中焦精微于周身的道路，血亦出于中焦，咸味上行于中焦，所以咸入胃后，就走入血分。

黄帝曰：辛走气，多食之，令人洞心，何也？

少俞曰：辛入于胃，其气走于上焦，上焦者，受气而营诸阳者也。姜韭之气熏之，营卫之气不时受之，久留心下，故洞心。辛与气俱行，故辛入而与汗俱出。

【译文】

黄帝问：辛味走气分，多食辛味，使人感觉如烟熏心，为什么？

少俞说：辛味入胃以后，其气走向上焦，上焦有受纳饮食精气以运行腠理而卫外的功能。姜韭之气，熏至营卫，不时受到辛味的刺激，如久留在胃中，所以有如烟熏心的感觉。辛走卫气，与卫气同行，所以辛味入胃以后，就会和汗液发散出来。

黄帝曰：苦走骨，多食之，令人变呕，何也？

少俞曰：苦入于胃，五谷之气，皆不能胜苦。苦入下脘，三焦之道皆闭而不通，故变呕。齿者，骨之所终也，故苦入而走骨，故入而复出，知其走骨也。

【译文】

黄帝问：苦味善走骨，多食令人呕吐，为什么？

少俞说：苦入胃后，五谷之气味都不能胜过苦味。当苦味进入下脘后，三焦的气机阻闭不通，三焦不通，则入胃之水谷，不得通调而散，胃阳受到苦味的影响而功能失常，胃气上逆而变为呕吐。牙齿是属骨的部分，称骨之所终，苦味入胃后，走骨也走齿。因此，如已入胃的苦味而重复吐出，就可以知其已经走骨了。

黄帝曰：甘走肉，多食之，令人悗心，何也？

少俞曰：甘入于胃，其气弱小，不能上至于上焦，而与谷留于胃中者，令人柔润者也。胃柔则缓，缓则虫动，虫动则令人悗心。其气外通于肉，故甘走肉。

【译文】

黄帝问：甘味善走肌肉，多食则令人心中烦闷，为什么？

少俞说：甘味入胃后，甘气柔弱而小，不能上达上焦，与饮食物一同留于胃中，所以胃气也柔润。胃柔则胃功能减弱，胃的功能减弱则肠中寄生虫乘机而动，虫动则使人心中闷乱。另外，由于甘味入脾，脾主肌肉，所以甘味外通于肌肉。

阴阳二十五人第六十四

【题解】

本篇以阴阳五行和五色、五音等学说为理论根据，来探讨人不同的先天禀赋，分别论述二十五种人的特性，指出了他们的肤色、体形、性格以及在适应时令气候上的差异；又根据手足三阳经脉循行于人体各部的气血盛衰以及脏腑内在的变化，说明表现于形色上的特征。并根据二十五种人的不同类型特点而提出不同的治疗原则，因此以《阴阳二十五人》名篇。

黄帝曰：余闻阴阳之人，何如？

伯高曰：天地之间，六合之内[①]，不离于五，人亦应之。故五五二十五人之形而阴阳之人不与焉。其态又不合于众者五，余已知之矣。愿闻二十五人之形，血气之所生，别而以候，从外知内，何如？

岐伯曰：悉乎哉问也！此先师之秘也，虽伯高犹不能明之也。

黄帝避席，遵循而却[②]，曰：余闻之，得其人弗教，是谓重失[③]，得而泄之，天将厌之。余愿得而明之，金柜藏之，不敢

扬之。

岐伯曰：先立五形金木水火土，别其五色，异其五形之人，而二十五人具矣。

黄帝曰：愿卒闻之。

岐伯曰：慎之慎之，臣请言之。

【注释】

①六合之内：宇宙之内，四方和上下为“六合”。

②遵循而却：谦逊而后退。遵循，同“逡巡”，却退貌。

③重失：失而又失，两次损失。

【译文】

黄帝问：我听说人的阴阳属性不同，怎样区别呢？

伯高问：天地之间，四方上下之内，一切事物都离不开“五行”，人也是如此。所以五五二十五人之形，不包括阴阳之人在内。那阴阳之人的五种形态与一般人不同，我已经知道了。我希望听听二十五人的形态，及其血气的生成，分别进行候察，从外部表现来测知内部情况，如何？

岐伯说：你问得真全面啊！这是先师秘而不传的，即使是伯高，也不能明白其中的道理。

黄帝离开座席，后退了几步，很恭谨地说：我听说，遇到可以传授医道的人而不教给他，就是双重损失，得到了医道而随便泄漏，上天也要厌弃他。我希望得到医道并且彻底明白，把它保存在金匮里，不敢随便传扬出去。

岐伯说：先要明确金、木、水、火、土五种类型，辨别五色，区别五种基本形态之人，这样二十五种人的形态就清楚了。

黄帝说：希望详细听听。

岐伯说：慎重啊慎重！请让臣下说明。

木形之人，比于上角①，似于苍帝②。其为人，苍色，小头，长面，大肩背，直身，小手足，好有才，劳心，少力，多忧，劳于事。能春夏不能秋冬，感而病生，足厥阴佗佗然③。大角之人，比于左足少阳④，少阳之上遗遗然⑤。左角之人，比于右足少阳，少阳之下随随然⑥。钦角之人⑦，比于右足少阳，少阳之上推推然⑧。判角之人⑨，比于左足少阳，少阳之下栝栝然⑩。

【注释】

①比于上角：比，比类。张景岳："比，属也。"马元台："比者，拟议之谓，盖以人而拟角，故谓之曰比。"张景岳："上角、阴者，总言木形之全也。后云大角、左角、钦角、判角，少阴者，分言木形详也。兹于上角而分左右，左右而又分上下，正以明阴阳之中，复有阴阳也。"按："角"为五音之一，角音属木。上、大、钦、左、判，是角音之分类。凡得五行一行之气全者，名曰"上"，属于本行之阴经，如上角属于足厥阴，得一行之气偏者，名曰"大"、曰"少"，属于与本行所属阴经相表里之阳经，并根据太、少而分上下，太属上，少属下。其他四音类此。

②似于苍帝：木形的人皮肤现苍色。苍帝，是神话中的上天五帝之一。《周礼·天官·大宰》"祀五帝"疏："五帝者：东方青（一作苍）帝，南方赤帝，中央黄帝，西方白帝，北方黑帝。"此借喻木形之人如生，在东方地区。

③佗佗然：有三义。一说：稳重之义。一说：雍容自得之貌。丹波元简："案《诗经·国风·君子偕老》篇云：委委佗佗，朱注云雍容

自得之貌。”另据《尔雅·释训》:“佗佗,美也。”

④比于左足少阳:张介宾:“其形之见于外者、属于左足少阳之经,如下文所谓足少阳之上,气血盛则通髯美良,以及血气多少等辨,正合此大角之人也。”

⑤遗遗然:自得之貌。

⑥随随然:从顺的样子。这是形容木形之右下者左角之人的特征。

⑦钛(dài)角之人:钛角即少角之右生者,比于右足少阳。大角为左上,此为右上。

⑧推推然:前进。张志聪:“推推,上进之态,如枝叶边上达也。”

⑨判角之人:判角,即大角之下,比于左足少阳。左角为右下,此为左下。

⑩栝栝(tiǎn)然:正直的样子。张志聪:“栝栝,正直之态。如木体之挺直也。”

【译文】

木形的人,属于木音中的上角,好像东方地区的人。这种人皮肤苍色,头小,面长,大肩平背,身直,手足小,有才干,好用心机,体力差,多忧劳事物,能耐受春夏,不能耐受秋冬,易感受病邪而发病,属于足厥阴肝经,其性格特征是雍容自得,柔美安重。秉木气之偏的有左右上下四种类型:左之上方,属于大角一类,可类比左足少阳经之上,其性格特征是自得和蔼。右之下方,属于左角一类,可类比右足少阳经之下,其性格特征是随和顺从。右之上方,属于钛角一类,可类比右足少阳经之上,其性格特征是勇于进取。左之下方,属于判角一类人,可类比左足少阳经之下,其性格特征是刚正不阿。

火形之人,比于上徵[①],似于赤帝。其为人赤色,广胫[②],锐面小头,好肩背髀腹,小手足,行安地,疾行摇,肩背肉满,有气轻财,少信,多虑,见事明,好颜,急心,不寿暴死。能春

夏不能秋冬，秋冬感而病生，手少阴核核然③。质徵之人比于左手太阳，太阳之上肌肌然④。少徵之人，比于右手太阳，太阳之下慆慆然⑤。右徵之人，比于右手太阳，太阳之上皎皎然⑥。质判（一曰质徵）之人，比于左手太阳，太阳之下支支颐颐然⑦。

【注释】

①比于上徵：用“上徵”比作所有上徵、质徵、少徵、右徵、质判为徵音的分类。拟火形之人禀气最全。徵，五音之一，属火。

②广胭（yīn）：指背脊部的肌肉宽广。张景岳：“胭，当脊肉也。”

③核核然：《汉书》：“其文直而其事核。”核核，即真实之意。

④肌肌然：识见肤浅的样子。张景岳：“肌肌，肤浅貌。”

⑤慆慆（tāo）然：多疑的样子。张景岳：“慆慆，不反貌，又多疑也。”

⑥皎皎（jiāo）然：踊跃的样子。马元台：“皎皎者，踊跃之义也。”

⑦支支颐颐然：怡然自得、无忧无虑的样子。张景岳：“支支，枝离貌，颐颐，自得貌。”

【译文】

火形的人，属于火音中的上徵，好像南方地区的人。这种人皮肤色红，脊背宽广，面尖瘦，头小，肩背髀腹发育很好，手足小，步履稳重，走路快而肩摇，背部的肌肉丰满，有气魄，轻视钱财，缺少信心，多忧虑，看事明白，爱漂亮，性情躁急，不能享高寿，多暴死。能耐受春夏的温暖，不能耐受秋冬的寒凉，秋冬时感受外邪，易发病，属于手少阴心经，性格特征是为人真诚。秉火气之偏的有上下左右四种类型：左之上方，属于质徵一类，可类比左手太阳之上，其性格特征是识见浅薄。右之下方，属于少徵一类，可类比右手太阳经之下，其性格特征是猜忌多疑。右之上方，属于右徵一类，可类比右手太阳之上，其性格特征是勇于进取。

左之下方，属于质判一类，可类比左手太阳之下，其性格特征是乐观愉快，怡然自得而无忧无虑。

土形之人，比于上宫，似于上古黄帝。其为人黄色，圆面，大头，美肩背，大腹，美股胫，大手足，多肉，上下相称，行安地，举足浮，安心，好利人，不喜权势，善附人也。能秋冬不能春夏，春夏感而病生，足太阴敦敦然①。太宫之人，比于左足阳明，阳明之上婉婉然②。加宫之人（一曰众之人），比于左足阳明，阳明之下坎坎然③。少宫之人，比于右足阳明，阳明之上枢枢然④。左宫之人（一曰众之人，一曰阳明之上），比于右足阳明，阳明之下兀兀然⑤。

【注释】

①敦敦然：诚恳而忠厚貌。

②婉婉然：和顺貌。

③坎坎然：喜悦貌。《尔雅·释训》："坎坎，喜也。"

④枢枢然：张景岳："枢枢，圆转貌。"

⑤兀兀（wù）然：做事专心致志，不怕困难的样子。韩愈文："恒兀兀以穷年。"兀兀，用心貌。

【译文】

土形的人，属于土音中的上宫，好像中央地区的人。这种人皮肤色黄，圆脸，大头，肩背丰厚健美，腹大，大腿和足胫部都健壮，手足大，肌肉丰满，全身上下各部都很匀称，走路稳重，步伐轻盈，内心安静，喜欢帮助别人，不争逐权势，善于团结人。能耐受秋冬的寒冷，不能耐受春夏的温热，春夏感受外邪容易生病，属于足太阴脾经，性格特征是诚恳忠厚。集土气之偏的有左右上下四种类型：左之上方，属于太宫一类，

可类比于左足阳明经之上，其性格特征是和平柔顺。左之下方，属于加宫一类，可类比于左足阳明经之下，其性格特征是神情怡悦。右之上方，属于少宫一类，可类比于右足阳明经之上，其性格特征是为人圆滑。右之下方，属于左宫一类，可类比于右足阳明之下，其性格特征是专心致志、不怕困难。

金形之人，比于上商，似于白帝。其为人方面，白色，小头，小肩背，小腹，小手足，如骨发踵外，骨轻，身清廉，急心，静悍，善为吏。能秋冬不能春夏，春夏感而病生，手太阴敦敦然①。钦商之人，比于左手阳明，阳明之上廉廉然②。左商之人，比于左手阳明，阳明之下脱脱然③。左商之人，比于右手阳明，阳明之上监监然④。少商之人，比于右手阳明，阳明之下严严然⑤。

【注释】

①敦敦然：《庄子·逍遥游》释文："敦，断也。""断"有"斩绝"之意。金性之人，遇事果断，故性斩绝。此"敦敦"与"足太阴"敦敦之意不同。土形人敦厚，与金形人不同。

②廉廉然：廉洁的样子。形容洁身自好。张志聪："廉廉，如金之洁而不污。"

③脱脱然：潇洒貌。马元台："脱脱然者，无累之义也。"《诗经·野有死麕》："舒而脱脱兮。"

④监监然：明察是非的样子。张志聪："监监，如金之鉴而明察也。"

⑤严严然：严肃庄重的样子。《荀子·儒效》："严严兮其能敬己也。"杨注："严严，有威重之貌。"

【译文】

金形的人，属于金音中的上商，好像西方地区的人。这种人是方脸，皮肤白色，小头，小肩背，小腹，小手足，足跟坚壮，好像骨头长在足踵的外面一样，骨骼轻，身体轻捷，禀性廉洁，性情急躁，能动能静，善于做小吏。能耐受秋冬的寒冷，不能耐受春夏的温热，感受了春夏的邪气易于生病，属于手太阴肺经，性格特征是坚不可屈。禀金气之偏的有上下左右四种类型：左之上方，在金音中属于钦商一类的人，类属于左手阳明经之上，其性格特征是廉洁自守。左之下方，在金音中属于左商一类的人，类属于左手阳明经之下，其性格特征是潇洒而美好。右之上方，在金音中属于左商一类的人，类属于右手阳明经之上，其性格特征是善于明察是非。右之下方，在金音中属于少商一类的人，类属于右手阳明经之下，其性格特征是威严而庄重。

水形之人，比于上羽，似于黑帝。其为人黑色，面不平，大头，廉颐[①]，小肩，大腹，大手足，发行摇身，下尻长，背延延然[②]，不敬畏，善欺给人[③]，戮死。能秋冬不能春夏，春夏感而病生，足少阴汙汙然[④]。大羽之人，比于右足太阳，太阳之上颊颊然[⑤]。少羽之人，比于左足太阳，太阳之下纡纡然[⑥]。众之为人[⑦]。比于右足太阳，太阳之下洁洁然[⑧]。桎之为人[⑨]，比于左足太阳，太阳之上安安然[⑩]。是故五形之人，二十五变者，众之所以相异者是也。

【注释】

①廉颐：形容颐部如棱形。廉，棱形。颐，是口角后腮下部位。

②背延延然：背部长度过于常人。《广雅·释训》："延延，长也。"

③欺给(dài)：欺骗。

④汙汙(wū)然：卑下貌。

⑤颊颊然：快意、得意的样子。颊，与“愜”谐音相通。《说文·心部》：“愜，快心。”张景岳：“颊颊，得色貌。”意近。

⑥纡纡(yū)然：生性屈曲而不直爽貌。纡，曲屈萦绕。

⑦众之为人：即右羽之人。

⑧洁洁然：文静貌。

⑨桎之为人：即左羽之人。

⑩安安然：犹连连、舒徐之意。

【译文】

水形的人，属于水音中的上羽，好像北方地区的人。这种人皮肤黑色，面不平正，大头，腮有棱角，两肩小，腹大，手足大，行路时摇晃身体，下尻较长，脊背也长，这种人既不恭敬又无畏惧，经常欺诈，常被杀戮致死。能耐受秋冬的寒冷，不能耐受春夏的温热，春夏感受外邪容易发病，属于足少阴肾经，性格特征是为人卑下。禀水气之偏的有左右上下四种类型：右之上方，属于大羽一类，可类比于右足太阳经之上，其性格特征是洋洋自得。左之下方，属于少羽一类，可类比于左足太阳经之下，其性格特征是性情纡曲，不直爽。右之下方，属于众羽一类，可类比于右足太阳经之下，其性格特征是文静如水之清澈。左之上方，属于桎羽一类，可类比于左足太阳之上，其性格特征是舒缓徐和。所以金、木、水、火、土五行之人，及其二十五种类型的变化，是与一般人有所不同的。

黄帝曰：得其形[①]，不得其色，何如？

岐伯曰：形胜色，色胜形者[②]，至其胜时年加[③]，感则病行，失则忧矣。形色相得者，富贵大乐。

黄帝曰：其形色相胜之时，年加可知乎？

岐伯曰：凡人之大忌常加九岁。七岁，十六岁，二十五岁，三十四岁，四十三岁，五十二岁，六十一岁，皆人之大忌，不可不自安也，感则病行，失则忧矣。当此之时，无为奸事，是谓年忌。

【注释】

①得其形：形色以相得、相称为贵。张景岳："此言形色当相合，否则为病矣。得其形者，如上文之所谓二十五形矣。"

②"形胜色"两句：根据五行生克理论，木形人见黄色，为木能胜土；火形之人见白色，为火能胜金等，为形胜色。反之，若木形人见白色，为金胜木；火形人见黑色，为水胜火等，为色胜形。

③至其胜时年加：加，当作"忌"。"年忌"是不利于其人的年龄，或有所禁忌的年龄。当形色相胜之时，值有年忌相加，这样的年龄易于患病。马元台："年忌何如？大凡人方七岁是阳之少也，再加九岁，乃十六岁，再加九岁，乃二十五岁，再加九岁，乃三十四岁，再加九岁，乃四十三岁，再加九岁，乃五十二岁，再加九岁，乃六十一岁，盖九为老阳，而阳极必变，故此皆为人之大忌，不可不自安其分也，当此各年之时，毋为奸淫之事，犹可自免，否则形色不相得而相胜，值此年忌加之，斯感则病行，而失则忧矣。"

【译文】

黄帝问：形体是五行之一，但其肤色与五行的类型不符，怎样呢？

岐伯说：形体的五行属性克肤色的五行属性，或肤色的五行属性克形体的五行属性，再遇到年忌相加，感受病邪就会生病，如果失治难免有性命之忧。如果形色相称，就会富贵康乐。

黄帝问：在形色相克时，年忌能够知道吗？

岐伯说：总的说来，年忌的计算方法是，七岁是大忌之年，在此基础上递加九年。则十六岁、二十五岁、三十四岁、四十三岁、五十二岁、六

十一岁，这些年龄，都是大忌之年，不能不安定好自己的身心，否则感受病邪而发生疾病，又有所疏忽，就有性命之忧了。所以，在这些年龄时，不能做奸邪之事。这叫年忌。

黄帝曰：夫子之言，脉之上下，血气之候，以知形气，奈何？

岐伯曰：足阳明之上，血气盛，则髯美长[①]；血少气多，则髯短；故气少血多，则髯少；血气皆少，则无髯，两吻多画[②]。足阳明之下，血气盛，则下毛美长至胸；血多气少，则下毛美短至脐，行则善高举足，足指少肉，足善寒；血少气多，则肉而善瘃[③]；血气皆少，则无毛，有则稀枯悴，善痿厥足痹。

【注释】

①髯(rán)：长在颊部的胡须。

②两吻多画：张景岳："吻，口角也；画，纹也。阳明血气不充两吻，故多纹画。"吻，口角。画，口角的纹理。

③瘃(zhú)：冻疮。《说文·病部》："瘃，中寒肿覈。"段玉裁："肿覈者，肿而肉中鞕，如果中有核也。"

【译文】

黄帝问：夫子所说在手足三阳经脉的上部和下部，候察气血的多少，来了解形气的强弱，是怎样的呢？

岐伯说：足阳明在上部的经脉，如果血气充足，则两颊的胡须美而长；血少气多的，则胡须短；气少血多的，胡须稀少；血气皆少的，则两颊全无胡须，而且口角两旁皱纹多。足阳明在下部的经脉，如果气血充足，阴毛美而长，可上及胸部；血多气少，则阴毛虽美而短，可及脐部，走路时喜欢高抬足，足趾肉少，两足部常寒冷；血少气多的，则易生冻疮；

血气皆不足的，则无阴毛，即便有也很稀少，枯槁憔悴，易患痿厥足痹等病。

足少阳之上，气血盛，则通髯美长[1]；血多气少，则通髯美短；血少气多，则少髯；血气皆少，则无须。感于寒湿，则善痹，骨痛、爪枯也。足少阳之下，血气盛，则胫毛美长，外踝肥；血多气少，则胫毛美短，外踝皮坚而厚；血少气多，则腑毛少[2]，外踝皮薄而软；血气皆少，则无毛，外踝瘦，无肉。

【注释】

①通髯：长在两颊的髯，上连耳旁鬓脚的叫“通髯”。马元台：“所谓通髯者，乃连鬓而生者也。”

②腑(héng)毛：小腿部的毫毛。

【译文】

足少阳在上部的经脉，如果气血充盛，则生于两颊连鬓的胡须美而长；若血多气少，则连鬓的胡须虽美好而短；血少气多的，则胡须少；血气皆少，则不长胡须。感受寒湿，容易患痹证，骨痛、爪甲干枯。足少阳在下部的经脉，如果血气充盛的，则小腿毫毛美长，外踝丰满；血多气少的，则小腿毫毛美短，外踝处皮坚而厚；血少气多的，则小腿的毫毛少，外踝处皮薄而软；血气都少的，则不生毛，外踝处瘦而没有肌肉。

足太阳之上，血气盛，则美眉，眉有毫毛[1]；血多气少，则恶眉[2]，面多小理[3]；血少气多，则面多肉；血气和，则美色。足太阳之下，血气盛，则跟肉满，踵坚；气少血多，则瘦，跟空[4]；血气皆少，则喜转筋，踵下痛。

【注释】

①毫毛：眉毛中的长毛。张志聪："毫毛者，眉中之长毛，因血气盛而生长。"

②恶眉：眉毛焦枯稀疏。张志聪："恶眉青，无华彩而瘁也。"

③面多小理：张志聪："面多小理者，多细小之纹理，盖气少而不能充润皮肤也。"

④跟空：足跟部瘦而少肉。

【译文】

足太阳在上部的经脉，如果血气充足，则眉毛清秀而长，眉中出现长毛；血多气少，则眉毛枯悴，脸部多细小皱纹；血少气多，则面部肌肉丰满；气血平和，则面色秀美。足太阳在下部的经脉，如果气血充盛，则足跟部肌肉丰满，踵坚实；气少血多，则脚后跟瘦而无肉；气血都少的，易发生转筋、脚后跟痛等证。

手阳明之上，血气盛，则髭美[①]；血少气多，则髭恶；血气皆少，则无髭。手阳明之下，血气盛，则腋下毛美，手鱼肉以温[②]；气血皆少，则手瘦以寒。

【注释】

①髭：口上胡须。张景岳："在口上曰髭，在口下曰须。"

②手鱼肉：手大指本节后，掌侧隆起的肌肉。

【译文】

手阳明在上部的经脉，如果气血充盛，则嘴上边的胡须秀美；血少气多的，则嘴上边的胡须粗恶；血与气都少，则嘴上边的不长胡须。手阳明在下部的经脉，如果气血充盛，则腋毛秀美，手鱼部肌肉温暖；若气血皆不足，则手部肌肉瘦削而寒凉。

手少阳之上，血气盛，则眉美以长，耳色美；血气皆少，则耳焦恶色。手少阳之下，血气盛，则手拳多肉以温；血气皆少，则寒以瘦；气少血多，则瘦以多脉[①]。

【注释】

①多脉：因皮肉瘦而脉络显露。

【译文】

手少阳在上部的经脉，如果气血充盛，则眉毛美而长，耳色美好；血气都少，则耳廓焦枯色晦。手少阳在下部的经脉，如果气血充盛，则手拳多肉而温暖；气血都不足的，则手拳消瘦且寒凉；气少血多的，则手拳消瘦，而络脉显见。

手太阳之上，血气盛，则有多须，面多肉以平，血气皆少则面瘦恶色。手太阳之下，血气盛则掌肉充满，血气皆少则掌瘦以寒。

【译文】

手太阳在上部的经脉，如果血气充盛，则须多，面部肌肉丰满而平坦；血气都少，则面部消瘦而颜色晦暗。手太阳在下部的经脉，如果气血充盛，则手掌肌肉丰满；气血都少，则掌部肌肉消瘦而寒凉。

黄帝曰：二十五人者，刺之有约乎[①]？

岐伯曰：美眉者，足太阳之脉，气血多；恶眉者，血气少；其肥而泽者，血气有余；肥而不泽者，气有余，血不足；瘦而无泽者，气血俱不足。审察其形气有余不足而调之，可以知

逆顺矣。

【注释】

①有约：针刺之根据、准则。约，简约，纲领，准则。

【译文】

黄帝说：这二十五种类型的人，针刺有一定的准则吗？

岐伯说：眼眉秀美的，足太阳经脉气血充足；眼眉粗恶的，气血均少；肥胖而光泽的，血气有余；肥胖而无光泽的，气有余，血不足；消瘦而无光泽的，气血均不足。审察形气有余、不足的表现来调治，就可以知道疾病的顺逆了。

黄帝曰：刺其阴阳，奈何？

岐伯曰：按其寸口人迎，以调阴阳①，切循其经络之凝涩，结而不通者，在于身皆为痛痹，甚则不行，故凝涩。凝涩者，致气以温之②，血和乃止。其结者，脉结，血不和，决之乃行。故曰：气有余于上者，导而下之；气不足于上者，推而休之③，其稽留不至者，因而迎之④。必明于经隧，乃能持之。寒与热争者，导而行之，其宛陈血结者，则而予之。必先明知二十五人，则血气之所在，左右上下，刺约毕也。

【注释】

①以调阴阳：张介宾："寸口在手，太阴脉也。人迎在头，阳明脉也。太阴行气于三阴，阳明行气于三阳，故按其寸口人迎，而可以调阴阳也。"

②致气以温之：张介宾："血脉凝涩，气不至也，故当留针以补，而致其气以温之。致，使之至也。"

③推而休之：周学海："'休'字疑误。《官能》曰：'上气不足，推而扬之。'"

④"其稽留"两句：马元台："针已稽留，而气尚未至，必因而迎之，随即有以推之耳。"张介宾："稽留不至，言气至之迟滞者，接之引之，而使其必来也。"

【译文】

黄帝问：怎样针刺手足阴阳经脉的病变呢？

岐伯说：诊察人迎、寸口脉，来审察阴阳盛衰的变化，再沿着经络切按，如见气血凝滞，郁结不通的，在身体上会出现痛痹，严重的气血不能运行，所以气血凝结涩滞。气血凝涩的，用留针补益，以温通气机，气血通和则停止。由于凝结，脉中郁结，血运不畅，可刺出淤血，开决脉络，则气血就可正常运行。所以说：上部邪气亢盛的，应该导之下行；上部正气不足的，用推而扬之的针法，催气上行；若留针已久而气仍未至的，应用多种针法，以迎导其气。必须明白经脉的走行，才能正确使用各种针刺手法。如有寒热交争的，应引导其气血运行；若血脉中郁滞而日久淤血凝结的，根据情况予以治疗。总之，必须先了解二十五种人的不同类型，那么其气血在左右上下的盛衰及病变就清楚了。因而，针刺的准则，也就都包括在其中了。

卷 十

五音五味第六十五

【题解】

本篇在《阴阳二十五人》的基础上，论述五音所属的不同类型的人发病所当调治的手足阴阳经脉，进一步阐述对二十五人的调治方法，从性质和部位上，分别说明它和手足阳经与五脏阴经的密切关系；又列举了五音之人所属的五脏、五谷、五畜、五果、五色、五味、五时及其在调治上的重要意义，故以《五音五味》名篇。本篇主要内容包括：一、以五音、五味之上下左右，来说明手足三阳与五脏阴经的相互关系。同时以五味分五谷、五果、五畜而应五色、五时，以纠正经络之气的偏衰。二、论述须眉和面色与经脉气血的关系。重点指出妇人、宦者、天宦无须的原因。三、指出从观察面色和眉须，可了解人的先天禀赋，气血的盛衰。

右徵与少徵，调右手太阳上。
左商与左徵，调左手阳明上。
少徵与大宫，调左手阳明上。
右角与大角，调右足少阳下。
大徵与少徵，调左手太阳上。
众羽与少羽，调右足太阳下。

少商与右商，调右手太阳下。
桎羽与众羽，调右足太阳下。
少宫与大宫，调右足阳明下。
判角与少角，调右足少阳下。
钛商与上商，调右足阳明下。
钛商与上角，调左足太阳下。

【译文】

属于火音中的右徵和少徵之类的人，应当调治右侧手太阳小肠经的上部。

属于金音中的左商和火音中左徵之类的人，应当调治左侧手阳明大肠经的上部。

属于火音中少徵和土音中大宫之类的人，应当调治左侧手阳明大肠经的上部。

属于木音中的右角和大角之类的人，应当调治右侧足少阳胆经的下部。

属于火音中的大徵和少徵之类的人，应当调治左侧手太阳小肠经的上部。

属于水音中的众羽和少羽之类的人，应当调治右侧足太阳膀胱经的下部。

属于金音中的少商和右商之类的人，应当调治右侧手太阳小肠经的下部。

属于水音中的桎羽和众羽一类的人，应当调治右侧足太阳膀胱经的下部。

属于土音中的少宫和大宫一类的人，应当调治右侧足阳明胃经的下部。

属于木音中的判角和少角一类的人，应当调治右侧足少阳胆经的下部。

属于金音中的钛商和上商一类的人，应当调治右侧足阳明胃经的下部。

属于金音中的钛商和木音中的上角之类的人，应当调治左侧足太阳膀胱经的下部。

上徵与右徵同，谷麦，畜羊，果杏，手少阴，脏心，色赤，味苦，时夏。

上羽与大羽同，谷大豆，畜彘，果栗，足少阴，脏肾，色黑，味咸，时冬。

上宫与大宫同。谷稷，畜牛，果枣，足太阴，脏脾，色黄，味甘，时季夏。

上商与右商同，谷黍，畜鸡，果桃，手太阴，脏肺，色白，味辛，时秋。

上角与大角同，谷麻，畜犬，果李，足厥阴，脏肝，色青，味酸，时春。

【译文】

属火音中上徵与右徵的人，在五谷为麦，五畜为羊，五果为杏，在经脉为手少阴，在脏为心，在色为赤，在五味为苦，在时属夏。

属水音中的上羽与大羽的人，在五谷为大豆，五畜为猪，五果为栗，在经脉为足少阴，在脏为肾，在色为黑，在五味为咸，在时属冬。

属土音中的上宫与大宫的人，在五谷为稷，五畜为牛，五果为枣，在经脉为足太阴，在脏为脾，在色为黄，在五味为甜，在时属长夏。

属金音中的上商与右商的人，在五谷为黍，五畜为鸡，五果为桃，在

经脉为手太阴，在脏为肺，在色为白，在味为辛，在时属秋。

属木音中的上角与大角的人，在五谷为芝麻，五畜为犬，五果为李，在经脉为足厥阴，在脏为肝，在色为青，在五味为酸，在时属春。

大宫与上角，同右足阳明上。
左角与大角，同左足阳明上。
少羽与大羽，同右足太阳下。
左商与右商，同左手阳明上。
加宫与大宫，同左足少阳上。
质判与大宫，同左手太阳下。
判角与大角，同左足少阳下。
大羽与大角，同右足太阳上。
大角与大宫，同右足少阳上。

【译文】

属土音中的大宫和木音中的上角之类的人，都可以调治右侧足阳明胃经的上部。

属木音中的左角与大角之类的人，都可以调治左侧足阳明胃经的上部。

属水音中的少羽与大羽之类的人，都可以调治右侧足太阳膀胱经的下部。

属金音中的左商与右商之类的人，都可以调治左侧手阳明大肠经的上部。

属土音中的加宫与大宫之类的人，都可以调治左侧足少阳胆经的上部。

属火音中的质判与土音中的大宫之类的人，都可以调治左侧手太

阳小肠经的下部。

属木音中的判角与大角之类的人，都可以调治左侧足少阳胆经的下部。

属水音中的大羽与属木音中的大角之类的人，都可以调治右侧足太阳膀胱经的上部。

属木音中的大角与属土音中的大宫之类的人，都可以调治右侧足少阳胆经的上部。

右徵、少徵、质徵、上徵、判徵。
右角、钦角、上角、大角、判角。
右商、少商、钦商、上商、左商。
少宫、上宫、大宫、加宫、左宫。
众羽、桎羽、上羽、大羽、少羽。

【译文】

右徵、少徵、质徵、上徵、判徵五种人，都是属火音中的类型。
右角、钦角、上角、大角、判角五种人，都是属木音中的类型。
右商、少商、钦商、上商、左商五种人，都是属金音中的类型。
少宫、上宫、大宫、加宫、左宫五种人，都是属土音中的类型。
众羽、桎羽、上羽、大羽、少羽五种人，都是属水音中的类型。

黄帝曰：妇人无须者，无血气乎？

岐伯曰：冲脉、任脉，皆起于胞中[①]，上循脊里，为经络之海。其浮而外者，循腹上行，会于咽喉，别而络唇口。气盛则充肤热肉，血独盛则澹渗皮肤，生毫毛。今妇人之生，有余于气，不足于血，以其数脱血也[②]，冲任之脉，不荣口唇[③]，

故须不生焉。

【注释】

①胞中：即子宫。张景岳："胞中者，子宫是也，此男女藏精之所，皆得称为子宫，惟女子于此受孕，因名曰胞。"

②数脱血：指妇女月月行经而言。

③"冲任"两句：张景岳："冲任为血之海，须为血之余。血不足，则冲任之脉不荣于口，而须不生矣。"荣，营养。

【译文】

黄帝问：妇女不长胡须，是没有血气吗？

岐伯说：冲脉和任脉都从胞中起始，向上循行在脊椎里面，是经脉之海。那在体表循行的，沿腹部上行，交会于咽喉部，从咽喉部别出一个分支，循行环绕于口唇的周围。气充盛的人则皮肤温热，若血独盛则渗灌到皮肤，生长毫毛。妇女的生理特点是气有余而血不足，原因是每月排出月经，冲任之脉，不能营养口唇，所以妇女不长胡须。

黄帝曰：士人有伤于阴，阴气绝而不起，阴不用，然其须不去，其故何也？宦者独去[①]，何也？愿闻其故。

岐伯曰：宦者，去其宗筋[②]，伤其冲脉，血泻不复，皮肤内结，唇口不荣，故须不生。

【注释】

①宦者：指皇宫中的太监。

②去其宗筋：宦者在年少时被阉割。宗筋，指男子的阴茎，因为它是许多筋的集合处，故称。

【译文】

黄帝说：有人损伤了阴器，阴器萎废，不能勃起，丧失了性功能，但他的胡须仍然生长，这是什么原因呢？而太监却没有胡须，又是什么原因呢？希望听听其中的道理。

岐伯说：宦官是被割掉阴茎和睾丸后，冲脉受伤，血泻出后不能恢复正常，皮肤被伤后，伤口干结，唇口得不到冲、任脉气血的营养，所以胡须就不能生长了。

黄帝曰：其有天宦者[①]，未尝被伤，不脱于血，然其须不生，其故何也？

岐伯曰：此天之所不足也，其任冲不盛，宗筋不成，有气无血，唇口不荣，故须不生。

【注释】

①天宦：先天生殖器官发育不全的人。

【译文】

黄帝问：有一种人是天宦，其宗筋没有受伤，也不像妇女那样因排月经而伤血，但他不长胡须，是什么原因呢？

岐伯说：这是先天发育不足，他的任、冲二脉不充盛，阴茎和睾丸发育不完全，虽然有气，但血不足，不能营养唇口，所以不长胡须。

黄帝曰：善乎哉！圣人之通万物也，若日月之光影，音声之鼓响，闻其声而知其形，其非夫子，孰能明万物之精。是故圣人视其颜色，黄赤者多热气，青白者少热气，黑色者多血少气。美眉者太阳多血，通髯极须者少阳多血，美须者阳明多血。此其时然也[①]。夫人之常数，太阳常多血少气，

少阳常多气少血，阳明常多血多气，厥阴常多气少血，少阴常多血少气，太阴常多血少气。此天之常数也。

【注释】

①此其时然也：此则常如此也。其，则。时，常。然，如此。

【译文】

黄帝说：说得好极了！圣人能够通晓万事万物的道理，就像日月有光和影，鼓响有音和声一样，如果不是夫子您，谁能明白万物的精微道理呢？所以圣人看到面现黄赤色的，就知体内气血热，出现青白色，就知气血寒，面现黑色，就知多血少气。眉毛秀美的，太阳经多血；通鬓和胡须相连的，少阳经多血；胡须华美的，阳明经多血。这是一般的规律。人体经脉中气血多少的规律：太阳经常多血少气，少阳经常多气少血，阳明经常气血均多，厥阴经常多气少血，少阴经常多血少气，太阴经常多血少气。这是先天获得的生理的正常规律。

百病始生第六十六

【题解】

本篇论述了许多疾病的发生，其主要原因不外风、雨、清、湿、寒、暑，以及喜怒等因素。以开首有“百病之始生也”之语，故以《百病始生》名篇。本篇的主要内容有：一、论述百病发生的原因，有外来致病因素和精神致病因素，而最根本的因素是人体正气的不足，提出了“两虚相得，乃客其形”的论点。二、指出外感致病因素致病的传变次序以及由表传里的各种病变。三、说明精神因素和饮食因素等影响内脏的发病情况。四、提出对内外三部发病的治疗原则，特别是“毋逆天时”的治则。本篇为论疾病发生机理的篇章，宜与《邪气脏腑病形》合参。

黄帝问于岐伯曰：夫百病之始生也，皆生于风雨寒暑，清湿喜怒。喜怒不节则伤脏，风雨则伤上，清湿则伤下[①]。三部之气，所伤异类，愿闻其会。

岐伯曰：三部之气各不同，或起于阴，或起于阳，请言其方。喜怒不节则伤脏，脏伤则病起于阴也；清湿袭虚，则病起于下；风雨袭虚，则病起于上，是谓三部。至其淫泆，不可胜数。

【注释】

①清湿：指偏于寒凉的湿邪而言。清，凉。

【译文】

黄帝问岐伯说：各种疾病开始发生，都是风雨寒暑，清湿喜怒内外各种因素所致。喜怒没有节制，会伤及内脏；外感风雨，会伤及人体上部；感受寒湿，会伤及人体下部。上中下三部之气伤人，各不相同，希望你讲一下大概的道理。

岐伯说：三部之气各不相同，病或先生于阴分，或先生于阳分，请让我讲一讲大概情况。喜怒没有节制，则病起于内部；清湿乘虚袭人筋骨，则病起于下部；风雨乘虚袭人肌表，则病起于上部。这是邪气侵袭的三个主要部位。待至病邪漫延深入，发生的症状，就不能计数了。

黄帝曰：余固不能数，故问先师，愿卒闻其道。

岐伯曰：风雨寒热，不得虚，邪不能独伤人。卒然逢疾风暴雨而不病者，盖无虚，故邪不能独伤人。此必因虚邪之风，与其身形，两虚相得①，乃客其形。两实相逢②，众人肉坚。其中于虚邪也，因于天时，与其身形，参以虚实，大病乃成。气有定舍，因处为名③，上下中外，分为三员④。

【注释】

①两虚相得：指疾病的发生，由于人体正气虚弱，复遇虚邪的侵袭，故曰“两虚相得”。马元台：“然此诸外感者，不得天之虚邪，则不能伤人，又不得人之本虚，亦不能伤人，此以天之虚，人身形之虚，两虚相得，所以诸邪得以客其形耳。”

②两实相逢：即指天之四时正常气候与人之壮健的身体相遇。杨上善：“风雨寒暑四时正气，为实风也。众人肉坚，为实形也。两

实相逢，无邪客病也。”

③气有定舍，因处为名：邪气侵入人体后，稽留和潜伏在一定的处所。根据其潜伏处所的不同而定其名称，故曰“因处为名”。

④上下中外，分为三员：人体自纵而分，则以上、中、下为三部；自横而言之，则以表、里、半表半里为三部。三员，即三部。

【译文】

黄帝说：我本来对千变万化的病变不能尽数了解，所以请教你，希望告诉我全部的道理。

岐伯说：风雨寒暑，如不得虚邪之气，也不能单独伤人。有人突然遇到疾风暴雨，但没生病，这大多是没有虚邪，因此不能伤人。疾病的发生，必有虚邪贼风，与人身体素虚，两虚相遇，邪气才能侵入人体。若气候正常，体质强健，两实相逢，多数人又皮肉坚实，虚邪不能侵害。为虚邪所伤，那必定是因为四时不正之气以及身体衰弱，体虚邪实，相互结合，才酿成大病。邪气有固定侵袭的部位，根据邪气停留部分，来命名。有上中下或表里半表半里，纵横分为三部。

是故虚邪之中人也，始于皮肤，皮肤缓则腠理开，开则邪从毛发入，入则抵深，深则毛发立。毛发立则淅然，故皮肤痛。留而不去，则传舍于络脉。在络之时，痛于肌肉，其痛之时息，大经乃代[①]。留而不去，传舍于经。在经之时，洒淅喜惊。留而不去，传舍于输。在输之时，六经不通，四肢则肢节痛，腰脊乃强。留而不去，传舍于伏冲之脉[②]。在伏冲之时，体重身痛。留而不去，传舍于肠胃。在肠胃之时，贲响腹胀。多寒则肠鸣飧泄，食不化；多热则溏出麋[③]。留而不去，传舍于肠胃之外，募原之间，留著于脉。稽留而不去，息而成积[④]。或著孙脉，或著络脉，或著经脉，或著输

脉⑤，或著于伏冲之脉，或著于膂筋⑥，或著于肠胃之募原，上连于缓筋⑦，邪气淫泆，不可胜论。

【注释】

①大经乃代：邪气深入，在络脉的邪气，已传入经脉，由经脉代其承受邪气。大经，是经脉，相对络脉而言。

②伏冲之脉：指冲脉之循行靠近脊柱里面者。张景岳："伏冲之脉，即冲脉之在脊者，以其最深，故曰伏冲。"

③溏出麋：泛指泄或痢而言。丹波元简："麋、糜古通用，乃糜烂也。溏出麋，盖谓肠垢赤白滞下之属。"

④息而成积：邪气留着经脉，生长为积，这是积证的由来。息，生长。积，腹中结块。

⑤输脉：足太阳经脉。杨上善："输脉者，足太阳脉，以管五脏六腑之输，故曰输脉。"

⑥膂筋：附于脊膂之筋。杨上善："膂筋，谓肠后脊膂之筋也。"

⑦缓筋：泛指足阳明筋。杨上善："缓筋，谓足阳明筋，以阳明之气主缓。"

【译文】

所以虚邪伤害人体，从皮肤开始，皮肤弛缓则腠理开泄，腠理开泄，则邪气从毛发侵入，到达深部后，会促使毛发竖起。毛发竖起，就会感觉寒栗，皮肤疼痛。邪气留而不除，就会传入络脉。传入络脉，就会肌肉作痛；如疼痛止时，经脉就要代受其邪。滞留不除，就会传入于经脉。邪在经脉，寒栗恶冷，多惊。滞留不除，就会传入于输脉。邪在输脉，手之六经不通，四肢感到疼痛，腰脊不能屈伸。滞留不除，就会传入伏冲之脉，邪在于伏冲之脉，就会体重身痛，滞留不除，就会传入于肠胃。邪在肠胃，会腹胀肠鸣。多寒就要肠鸣泄泻，食物不化；多热就要便溏，赤白相兼。滞留不除，就会传入于肠胃之外，募原之间，留著在募原血脉

之中。滞留不除，就会停在这里成为积块。总之，邪气侵入人体，或留著于孙络，或留著于络脉，或留著于经脉，或留著于输脉，或留著于伏冲之脉，或留著于脊膂之筋，或留著于肠胃之募原，或留著于缓筋，邪气在体内泛滥，变化多端，不能说尽。

黄帝曰：愿尽闻其所由然。

岐伯曰：其著孙络之脉而成积者，其积往来上下。臂手孙络之居也[①]，络浮而缓，不能拘积而止之，故往来移行，肠胃之间。水湊渗注灌，濯濯有音。有寒则腹膜满雷引[②]，故时切痛。其著于阳明之经，则挟脐而居，饱食则益大，饥则益小。其著于缓筋也，似阳明之积，饱食则痛，饥则安。其著于肠胃之募原也，痛而外连于缓筋，饱食则安，饥则痛。其著于伏冲之脉者，揣之应手而动，发手则热气下于两股[③]，如汤沃之状。其著于脊筋，在肠后者，饥则积见，饱则积不见，按之不得。其著于输之脉者，闭塞不通，津液不下，孔窍干壅。此邪气之从外入内，从上下也。

【注释】

①臂手：孙鼎宜："臂读曰辟。"《庄子·庚桑楚》释文引崔注：辟，相著也。《史记·扁鹊仓公列传》索隐："辟犹聚也。居犹处也。言积聚著于孙络之处，是为孙络积也。"

②膜(chēn)满：胸腹胀满。雷引：腹中肠鸣，并牵引而痛。

③发手：举手，抬手。

【译文】

黄帝说：希望听听疾病形成的原由始末。

岐伯说：邪气留着孙络而成为积证，积块能够上下移动。因它聚在

孙络，孙络浮而缓，不能使积块固定，所以它往来移入而慢慢进入肠胃之间。若有水液出现聚渗注灌于内，会发出濯濯的水声。若有寒气，就会腹部胀满雷鸣，相互牵引，经常急痛。如邪气留著于阳明之经，那积块就会夹在脐部周围，饱食后，脉络粗大；饥饿时，脉络细小。如邪气留著于缓筋，就像阳明经的积证一样，饱食后，感觉胀痛；饥饿时，反感觉舒适。如邪气留著肠胃募原之间，疼痛会向外牵连到缓筋，饱食后，感觉舒适；饥饿时，感到疼痛。如邪气留著于伏冲之脉，用手触摸有动感，手离开后，似有热气向两股下行，就像浇了热水一样。如邪气留著于脊筋，饥饿时，则积块可以看清；饱食后，积块不易看清，用手摸不到。如邪气留著于输脉，会使脉道闭塞不通，津液不能布散，致使孔窍干燥壅塞。这都是邪气自外而内，从上而下的一般表现。

黄帝曰：积之始生，至其已成，奈何？

岐伯曰：积之始生，得寒乃生，厥乃成积也。

黄帝曰：其成积奈何？

岐伯曰：厥气生足悗[①]，悗生胫寒，胫寒则血脉凝涩，血脉凝涩则寒气上入于肠胃。入于肠胃则胀满，胀满则肠外之汁沫迫聚不得散，日以成积。卒然多食饮，则肠满，起居不节，用力过度，则络脉伤。阳络伤则血外溢，血外溢则衄血；阴络伤则血内溢，血内溢则后血。肠胃之络伤，则血溢于肠外，肠外有寒，汁沫与血相搏，则并合凝聚不得散，而积成矣。卒然外中于寒，若内伤于忧怒，则气上逆，气上逆则六输不通[②]，温气不行，凝血蕴里而不散，津液涩渗，著而不去，而积皆成矣。

【注释】

①厥气生足悗：寒气从下部侵犯而逆行向上，致使足部痛滞、行动不利。厥气，是指厥逆之气，即从下逆上之气。足悗，足部痛滞、行动不便。

②六输不通：指六经之输脉不通。

【译文】

黄帝问：积证从开始到形成，是怎样的？

岐伯说：积证开始发生，是由于感受了寒气，寒气上逆就形成了积证。

黄帝问：积证的具体形成过程，是怎样的？

岐伯说：感受寒厥之气，使两脚发生疼痛，行动不便，因此引起小腿寒冷，由于小腿寒冷，以致血脉凝涩，血脉凝涩，则寒气自下而上进入肠胃之中。寒气进入肠胃后，引起腹部胀满，胀满则肠胃之外的汁沫，为寒邪所迫，聚留不散，日久就形成积证。或因突然暴食暴饮，肠里充满食物，消化困难，又加上起居无节，用力过度，就会损伤络脉。如阳络伤，血就向外渗溢，血向外渗溢，就会鼻出血；如阴络伤，血就向内渗溢，血向内渗溢，就会便血。如肠胃的络脉伤，血就渗溢出肠外，如果肠外适有寒气，汁沫和溢出的血相搏结，就凝聚在一起散不开了，就成为积证。还有因突然感受寒邪，情绪忧怒，就会使气上逆，气上逆，则六经的经气会壅滞不通，卫气不行，血液凝结，蕴郁于里，不能散开，津液因而凝涩。这样，久留不除，也会形成积证。

黄帝曰：其生于阴者，奈何？

岐伯曰：忧思伤心；重寒伤肺；忿怒伤肝；醉以入房，汗出当风伤脾；用力过度，若入房汗出浴，则伤肾。此内外三部之所生病者也。

【译文】

黄帝问：疾病发生于内脏，又是怎样的？

岐伯说：忧思会伤心；重寒会伤肺；忿怒会伤肝；醉酒行房，出汗之后，当风受凉，会伤脾；用力过多，及房事后，汗出沐浴，会伤肾。这都是身体内外上中下三部所发生的病证。

黄帝曰：善。治之奈何？

岐伯答曰：察其所痛，以知其应。有余不足，当补则补，当泻则泻。毋逆天时，是谓至治。

【译文】

黄帝说：说得好。怎样治疗呢？

岐伯答说：观察它疼痛的部位，了解病变所在。根据邪盛有余和正虚不足，当补的就补，当泻的就泻。不违反四时气候规律，这就是最好的治疗原则。

行针第六十七

【题解】

本篇对针刺后病人出现的六种不同反应问题进行了讨论。指出出现六种不同反应的原因在于各人体质的不同和气血的盛衰。由于人的体质的阴阳盛衰的不同，在针刺时会产生不同的反应，因而临证时就要区别对待，针对不同情况采取不同的针刺手法。本篇特别指出针刺气逆与越刺而病越重与体质无关，完全是医德低下或操作失误造成的。由于本篇重点说明了针刺操作的正确与否，关系到疗效的好坏，故以《行针》名篇。

黄帝问于岐伯曰：余闻九针于夫子，而行之于百姓，百姓之血气各不同形，或神动而气先针行，或气与针相逢，或针已出，气独行，或数刺乃知，或发针而气逆，或数刺病益剧。凡此六者，各不同形，愿闻其方。

【译文】

黄帝问岐伯说：我从夫子那里听到了关于九针的知识，运用针刺技术为百姓治病，百姓的血气盛衰的不同，针下的反应也不同，有的人精神紧张，还没有针刺，生理上就有反应；有的人进针马上就有得气的感

觉；有的人出针后才有反应；有的人针刺几次后，才渐有反应；有的人刚下针，就出现不良反应；有的人针治几次，反而病情加重。这六种情况，表现各不相同，希望听听其中的道理。

岐伯曰：重阳之人，其神易动，其气易往也[①]。

黄帝曰：何谓重阳之人？

岐伯曰：重阳之人，熇熇高高[②]，言语善疾，举足善高，心肺之脏气有余，阳气滑盛而扬[③]，故神动而气先行。

黄帝曰：重阳之人而神不先行者，何也？

岐伯曰：此人颇有阴者也。

黄帝曰：何以知其颇有阴也？

岐伯曰：多阳者多喜，多阴者多怒，数怒者易解，故曰颇有阴，其阴阳之离合难，故其神不能先行也。

【注释】

①往：至。

②熇熇(hè)：火热炽盛。形容有火热般的热情。高高：形容不屈人下。

③扬：散。张志聪："扬字含易散意。"

【译文】

岐伯说：重阳的人，他的心神易动，容易有针感。

黄帝问：什么样是重阳之人呢？

岐伯说：重阳之人，性格像火一样炽热，高傲不屈人下，说话语速快，走路高抬足，心肺二脏之气有余，阳气滑利充盛而激扬发越，所以神易动，容易有针感。

黄帝问：有些重阳之人，他的心神并不易激动，为什么呢？

岐伯说：这种重阳之人，是略有阴气在内。

黄帝问：怎么知道他略有阴气在内呢？

岐伯说：多阳者，常有喜悦之情，多阴者，常易发怒，但气消得也快，所以说是阳中略有阴，这种人的阴阳结合困难，所以其心神气不易激动，神气不能先行。

黄帝曰：其气与针相逢，奈何？

岐伯曰：阴阳和调而血气淖泽滑利，故针入而气出，疾而相逢也。

【译文】

黄帝问：有的人进针后，马上有得气的感觉，为什么呢？

岐伯说：这是由于阴阳协调，气血润泽和畅，所以进针后很快就会得气。

黄帝曰：针已出而气独行者，何气使然？

岐伯曰：其阴气多而阳气少，阴气沉而阳气浮，其气沉者内藏，故针已出，气乃随其后，故独行也。

【译文】

黄帝问：有的人出针后才有反应，这是什么气使他这样的呢？

岐伯说：他的阴气多而阳气少，阴气主沉，阳气主浮，阴气主沉潜敛藏，所以出针后，针感随后才出现，这就是“独行”。

黄帝曰：数刺乃知，何气使然？

岐伯曰：此人之多阴而少阳，其气沉而气往难，故数刺乃知也。

【译文】

黄帝问：几次针刺后才有反应，是什么气使然呢？

岐伯说：这种人阴气多而阳气少，其气沉降而气至难，所以要几次针刺，才出现反应。

黄帝曰：针入而气逆者，何气使然？

岐伯曰：其气逆与其数刺病益甚者，非阴阳之气，浮沉之势也，此皆粗之所败，工之所失，其形气无过焉。

【译文】

黄帝问：有的人刚进针，就出现晕针反应，这是什么气使然呢？

岐伯说：针刺后气逆和多次针刺后病情加重的，绝不是阴阳的盛衰，或经气的浮沉所致，而是医生的草率，治疗失误造成的，而病人的形气体质没有过错。

上膈第六十八

【题解】

本篇首先提出“上膈”和“下膈”的病名，并对其成因和症状作了分析和鉴别。着重阐述了属于下脘虫积成痈的下膈病的病因、症状和疗法。认为其成因是虫积下脘，胃气不能下行。针刺治疗宜用温针以祛其寒，更宜注意治疗与调理的配合，并适当地参用通下之法。本篇论述重在“下膈”病，因文中开始是从“气为上膈”开始论述，所以取“上隔”二字作为篇名，并无他义。古代文献特别是早期文献的命名有的是取篇首的几个字，并不一定代表文章的主旨，如《论语》各篇之名的情况就是如此。当然，《黄帝内经》篇名的命名大多是依据文章的主旨，少数如本篇，《邪客》等是取篇首字命名，可视为传统习惯的遗存。

黄帝曰：气为上膈[①]，上膈者，食入而还出，余已知之矣。虫为下膈[②]，下膈者，食晬时乃出[③]，余未得其意，愿卒闻之。

岐伯曰：喜怒不适，食饮不节，寒温不时，则寒汁流于肠中，流于肠中则虫寒，虫寒则积聚，守于下管[④]，则肠胃充郭，卫气不营[⑤]，邪气居之。人食则虫上食，虫上食则下管虚，下管虚则邪气胜之，积聚以留，留则痈成，痈成则下管约[⑥]。其

痈在管内者，则沉而痛深；其痈在外者，则外而痛浮，痈上皮热。

【注释】

①上膈：食后即吐的噎膈证，俗称“膈食”。膈，本意为分隔胸腔和腹腔的膈肌，这里指膈膜上下壅塞不通。杨上善：“膈，痈也。气之在于上管，痛而不通，食入还即吐出。”

②下膈：食后经一定时间，仍复吐出的病证，属反胃之类。这里指虫痈为主因的一种膈证。

③食晬(zuì)时乃出：饮食一昼夜后仍复吐出。晬，一周时。如一昼夜、一百日、一周年等。

④守于下管：指虫积盘踞在下脘部。管，同“脘”。

⑤卫气不营：张景岳：“卫气，脾气也，脾气不能营运，故邪得聚而居之。”卫气，指脾胃的阳气。

⑥约：拘束。

【译文】

黄帝说：由于气机郁结而形成上膈证，上膈证饮食入胃马上就吐出，我已知道了。因虫积而形成下膈证，进食后一昼夜才吐出，我还不了解其道理，希望详尽听听。

岐伯说：由于喜怒等情志不畅，饮食不节制，寒温不按时调适，损伤胃气，寒湿流注于肠中，肠中寒湿流注，肠寄生虫觉得寒冷，虫得寒则积聚一团，盘踞在下脘，这样肠胃形成壅塞充胀，脾胃阳气不得温通，邪气稽留在此。人饮食时，虫也向上求食，虫上行求食时下方空虚，邪气乘虚侵入，积聚停留在内，稽留日久，就形成内痈，内痈既成，会使拘束不利。痈在下脘之内的，沉而痛深；痈在下脘外面的，浅而痛浮，在痈的部位上，皮肤发热。

黄帝曰：刺之奈何？

岐伯曰：微按其痈，视气所行[①]，先浅刺其傍，稍内益深[②]，还而刺之，毋过三行。察其沉浮[③]，以为深浅。已刺必熨，令热入中，日使热内[④]，邪气益衰，大痈乃溃。参伍以禁，以除其内[⑤]，恬惔无为，乃能行气，后以咸苦，化谷乃下矣[⑥]。

【注释】

①视气所行：通过按诊来观察病气发展的走向。杨上善："以手轻按痈上以候其气，取知痈气所行有三：一欲知其痈气之盛衰；二欲知其痈之浅深；三欲知其刺处之要。故按以视也。"

②内：同"纳"。

③沉浮：深浅。杨上善："沉浮，浅深也。察痈之浅深，以行针也。"

④热内：热入。

⑤"参伍"两句：张景岳："相参为参，相伍为伍。凡食息起居，必参伍宜否，守其禁，以除内之再伤。"参伍，即三五，三次五次，指处理问题时三番五次的斟酌考虑。禁，禁忌。指治疗应与调理互相配合，使饮食起居调养得宜，切勿犯禁忌，以防止致病因素再伤内脏。

⑥"后以"两句：张景岳："咸从水化，可以润下软坚；苦从火化，可以温胃。故皆能下谷也。"

【译文】

黄帝问：怎样针刺治疗呢？

岐伯说：刺治之前，用手轻按患部，以观察病气的走向，先浅刺痈肿周围，进针后稍有感觉，再逐渐深刺，然后照样反复进行刺治，但不能超过三次。观察病位的深浅，来确定针刺的深浅。针刺以后，必须加以热熨法，使热气进入内部，只要阳气日渐温通，邪气就会日趋衰退，内痈自

然溃散。再配合适当的调理，不要触犯禁忌，以消除体内的致病因素，清虚恬惔，无欲无求，元气才能畅达，然后再服用咸苦之味，饮食就能消化而传下，病也就好了。

忧恚无言第六十九

【题解】

本篇详细地说明了各发音器官的功能及其病理。进而论述失音证的病因和针治方法。因为文章开始以“卒然忧恚而言无音者”为论题，故以《忧恚无言》名篇。本篇首先从“卒然忧恚而言无音”，阐明发音的生理是由咽喉、喉咙、颃颡等组织共同形成的；同时论述猝然无音是因寒气客于会厌。其次讨论了猝然无音的刺法，即两泻足少阴之血脉，取之天突。本篇在阐明会厌等生理器官的功能时用房屋建筑的结构功能作了形象生动的类比说明。户是单扇的门，双扇的门叫门，这样，户就是小门。会厌是遮蔽气管防止食物误入的，所以喻称为“户”。扇是竹编的门，较轻易动，引申有扇动之意，音声的形成有赖于上下口唇的活动，故将口唇喻称为“扇”。关（關）是关门的横木即门闩，悬雍垂是遮挡气道的器官，故喻称为“关”。另外，机为弓弩的扳机，是箭射出的关键，舌是发音器官，故喻称为“机”。还有，开（開）是开门，阖是关门。会厌的大小厚薄决定气息的畅通与否，用开阖的利或难来表达，仍然是类比的用法。

黄帝问于少师曰：人之卒然忧恚而言无音者[①]，何道之塞，何气不行，使音不彰？愿闻其方。

少师答曰：咽者，水谷之道也。喉咙者，气之所以上下者也。会厌者[2]，音声之户也，口唇者，音声之扇也[3]。舌者，音声之机也[4]。悬雍垂者，音声之关也[5]。颃颡者，分气之所泄也[6]。横骨者，神气之所使，主发舌者也[7]。故人之鼻洞涕出不收者[8]，颃颡不开，分气失也[9]。是故厌小而薄，则发气疾，其开阖利，其出气易；其厌大而厚，则开阖难，其气出迟，故重言也[10]。人卒然无音者，寒气客于厌，则厌不能发，发不能下至[11]，其开阖不致[12]，故无音。

【注释】

①恚(huì)：怒恨。

②会厌：为软骨组织，位于咽喉交会之处，而覆于气管上口，发声则开，咽食则闭。张景岳："会厌者，喉间之薄膜也，周围会合，上连悬雍，咽喉食息之道得以不乱者，赖以遮厌，故谓之会厌，能开能阖，声由以出，故谓之户。"

③"口唇者"两句：形容口唇的开合，如同门扇，语言音声，从此而出。张志聪："口开阖而后语句清明，故为音声之扇。"

④"舌者"两句：张志聪："舌动而后能发言，故为音声之机。"

⑤"悬雍垂者"两句：悬雍垂，简称"悬雍"，俗称"小舌"。为口腔内软腭游离缘之向下突出者，张口作"啊"音时即可见。张景岳："悬雍垂者，悬而下垂，俗谓之小舌，当气道之冲，为喉间要会，故谓之关。"

⑥"颃颡者"两句：颃颡，即后鼻道。张志聪："颃颡者，腭之上窍，口鼻之气及涕唾从此相通，故为分气之所泄，谓气之从此分出于口鼻者也。"

⑦"横骨者"三句：张志聪："横骨者，在舌本内，心藏神，而开窍于

舌，骨节之交，神气之所游行出入，故为神气之所使，主发舌者也。盖言横骨若弩，舌之发机，神气之所使也。”横骨，附于舌根部的软骨。附于舌根的横骨，受意识所支配，而能控制舌的运动。

⑧鼻洞：即鼻渊。

⑨“颃颡不开”两句：张景岳：“颃颡之窍不开，则清气不行；清气不行，则浊液聚而不出。由于分气之失职也。”

⑩重言：言语蹇涩，俗称“口吃”。

⑪“则厌不能发”两句：张志聪：“厌不能发，谓不能开也。发不能下，谓不能阖也。”

⑫开阖不致：指发声器官开阖失常，不能发挥作用。张景岳：“不致，不能也。寒气客于会厌，则气道不利，既不能发扬而高，又不能低抑而下，开阖俱有不便，故卒然失音。”

【译文】

黄帝问少师说：有的人因突然忧郁或愤怒而失音，是体内哪条气血的道路阻塞？是什么气机不通畅，以致声不响亮呢？希望听听其中的道理。

少师回答说：咽部是胃受纳水谷的必经通路。喉咙是呼吸之气上下出入的要道。会厌好比是音声的门户，口唇好比是音声的门扇。舌好比是音声的机关。悬雍垂好比是音声的关隘。颃颡是气从此分出到口鼻，鼻涕和唾液，从此而出。横骨受神气支配，为控制舌体运动的枢机。所以人患鼻渊，流涕不止，这是颃颡开阖不利，分气失职的原因。所以会厌薄小的人，呼气畅快，开阖流利，他出气容易，所以音声爽利；会厌厚大的，就开阖不利，出气迟缓，所以说话口吃，声音不清。人突然失音的，是因为风寒侵入会厌，以致会厌不能开，或开而不能阖，开阖失利，就形成了失音证。

黄帝曰：刺之奈何？

岐伯曰：足之少阴，上系于舌，络于横骨，终于会厌。两泻其血脉[①]，浊气乃辟。会厌之脉，上络任脉，取之天突[②]，其厌乃发也。

【注释】

①两泻其血脉：两次泻足少阴肾脉的血络。

②天突：穴名。在胸骨上窝正中，属于任脉，也是阴维脉与任脉的会穴，为主治暴喑、咽肿、喉痹等证常用的有效穴。

【译文】

黄帝问：怎样来针刺治疗呢？

岐伯说：足少阴肾的经脉，向上走行，联系到舌根，联络横骨，终止于会厌。针刺治时，两次泻足少阴经上联于会厌的血脉，浊气才能除去。会厌的脉络向上与任脉相联，再针刺任脉的天突穴，会厌就可以恢复开阖而能正常发音了。

寒热第七十

【题解】

本篇论述瘰疬的成因以及诊断、治疗、预后等。认为瘰疬是由于寒热毒气稽留于经脉之间而致，发病时多伴有恶寒发热，故以《寒热》名篇。本篇最后所论的“反其目视之，其中有赤脉，上下贯瞳子”的预测方法，后代医家无此记载，是临证忽视了这一体征，还是古人无稽之谈，读者宜深思。

黄帝问于岐伯曰：寒热瘰疬在于颈腋者[①]，皆何气使生？岐伯曰：此皆鼠瘘寒热之毒气也[②]，留于脉而不去者也。

【注释】

①瘰疬(luǒlì)：一种顽固性的外科疾患，多长于颈部或腋下，状如硬核，推之不动，小者为瘰，大者为疬，可由少增多，由小渐大，溃后即名“鼠瘘”，多伴发寒热。类似于现代的淋巴结核一类的疾病。

②鼠瘘：《说文》：“瘘，颈肿也。”瘰疬溃破后，流脓稀薄，久不收口，即成鼠瘘。张景岳：“瘰疬者，其状累然，而历贯上下也，故于颈腋之间皆能有之，因其形如鼠穴，塞其一，复穿其一，故又名为鼠瘘。”毒气：某些致病因素的统称。古代文献中毒气概念的外延

较现代为宽泛，古人对足以致病的某些邪气，都称为“毒气”，如风毒、寒毒、热毒之类。

【译文】

黄帝问岐伯说：恶寒发热的瘰疬病，生在颈腋之下，是什么气使之发生的？

岐伯说：这都是鼠瘘证，是寒热的毒气稽留在经脉中不能排除而致。

黄帝曰：去之奈何？

岐伯曰：鼠瘘之本，皆在于脏，其末上出于颈腋之间。其浮于脉中，而未内著于肌肉，而外为脓血者，易去也。

【译文】

黄帝问：如何除去呢？

岐伯说：鼠瘘的病根，都在内脏，它出现标末现象即症状，却上出于颈腋之间。如果毒气浅浮，仅在脉中，还没有内伤肌肉，只是外面腐化为脓血的，较容易治愈。

黄帝曰：去之奈何？

岐伯曰：请从其本，引其末[①]，可使衰去，而绝其寒热。审按其道[②]，以予之；徐往徐来[③]，以去之。其小如麦者，一刺知，三刺而已。

【注释】

①从其本，引其末：杨上善：“本，谓脏也。末，谓瘘处也。”“从其本，引其末”，就是从病根着手治疗，以疏导患部毒气，使其消散。

②道：脏腑经脉循行的穴道。

③徐往徐来：指刺治补泻手法，行针出入应缓慢。张景岳："徐往徐来，即补泻之法。"

【译文】

黄帝问：怎样除去呢？

岐伯说：从致病的根源着手来充实五脏正气，以使毒气排出，就可以使邪毒渐渐消退，停止寒热发作。要察明鼠瘘的部位，按照主病的脏腑经脉，给予适当的针刺，用针时应缓入缓出，达到祛除病邪的目的。瘰疬初起，形小如麦粒，一次针刺就有效，针三次就可以治愈。

黄帝曰：决其生死，奈何？

岐伯曰：反其目视之，其中有赤脉，上下贯瞳子。见一脉，一岁死；见一脉半，一岁半死；见二脉，二岁死；见二脉半，二岁半死；见三脉，三岁而死。见赤脉不下贯瞳子，可治也。

【译文】

黄帝问：怎样决断这种病人的生死呢？

岐伯说：翻开眼皮观察，如果眼中有赤脉，从上下贯穿瞳子。出现一条赤脉的，死期在一年；出现一条半赤脉的，死期在一年半；出现两条赤脉的，死期在两年；出现两条半赤脉的，死期在两年半；出现三条赤脉的，死期在三年。没有出现赤脉并下贯瞳子的，可以医治。

邪客第七十一

【题解】

本篇从内容上看，可分为三个相对独立的部分。首先以邪气客人，使人发生不眠证，来说明卫气、营气、宗气的运行及生理作用，并提出了治疗失眠证的有效方剂。其次，用取类比象的方法，把人身形肢节，与日月星辰、山川草木等相互比拟，说明了天人相应的道理。最后论述了手太阴、手厥阴之屈折循行及手少阴无输的道理和持针纵舍及针刺宜忌等。因以“邪气之客人”开篇，故以《邪客》名篇。天人相应是《内经》学术的基本思想之一，本篇第二部分天人类比的论述是《内经》中论天人相应比较集中的部分之一。其内容，在今人看来未免荒诞不经。其实，这里面蕴含着深刻的道理，体现了先哲的聪明智慧。现代哲学认为整个宇宙万物具有统一性，世界是由统一的原始存在演变而来的。整个物质世界从极小的微观领域到极大的宇观领域都具有惊人的相似性和同构性。现代科学已经证明，人体与自然界的统一性，发现人体内许多元素的平均含量与地壳中化学元素的含量有明显的一致性。这似乎可以视为天人相应观的现代科学证明。本篇三部分的内容相对独立说明，该篇非原作而是后人集结而成。

黄帝问于伯高曰：夫邪气之客人也，或令人目不瞑、不

卧出者[①]，何气使然？

伯高曰：五谷入于胃也，其糟粕、津液、宗气分为三隧[②]。故宗气积于胸中[③]，出于喉咙，以贯心脉，而行呼吸焉。营气者，泌其津液，注之于脉，化以为血，以荣四末，内注五脏六腑，以应刻数焉[④]。卫气者，出其悍气之慓疾，而先行于四末分肉皮肤之间，而不休者也。昼行于阳[⑤]，夜行于阴，常从足少阴之分间[⑥]，行于五脏六腑。今厥气客于五脏六腑，则卫气独卫其外，行于阳，不得入于阴。行于阳则阳气盛，阳气盛则阳跻满，不得入于阴，阴虚故目不瞑。

【注释】

①出：疑为衍文。

②三隧：张景岳："隧，道也。糟粕之道，出于下焦，津液之道，出于中焦，宗气之道，出于上焦。故分为三隧。"隧，本意为地下的通道。中医借指人体的各种通道。

③胸中：此指膻中，为上气海。

④以应刻数：古代一昼夜分为一百刻，以计时。从明代以后才有二十四分法，一小时约四刻强。营气循行周身，一昼夜为五十周次，恰与百刻之数相应。参见《五十营》。

⑤昼行于阳：卫气白天行于阳分，从足太阳膀胱经开始。

⑥"夜行"两句：卫气夜行于阴分，以足少阴肾经为起点。参见《卫气行》。

【译文】

黄帝问伯高说：邪气侵犯人体，有时使人不能闭目入睡安卧，是什么气造成的？

伯高说：饮食五谷进入胃中，它的糟粕、津液、宗气分为三条隧道。

宗气积聚在胸中，上出喉咙，贯通心脉，而行呼吸。营气分泌津液，灌注到脉中，化为血液，向外营养四肢，向内灌注五脏六腑，循行于周身与昼夜百刻计数相应。卫气是水谷化生的慓悍之气，首先循行于四肢的分肉、皮肤之间，而不停息。白天出表，夜间入里，常以足少阴肾经为起点，循行于五脏六腑。如有邪气侵入五脏六腑，使得卫气只能行于阳分，而不得入于阴分。卫气只能循行于阳分，则阳气偏盛，阳气偏盛则使阳跻脉气充满，不得入于阴分，而致阴虚，所以不能闭目而眠。

黄帝曰：善。治之奈何？

伯高曰：补其不足，泻其有余[①]，调其虚实，以通其道[②]，而去其邪。饮以半夏汤一剂，阴阳已通，其卧立至。

【注释】

①“补其”两句：指针刺补泻。张景岳：“此针治之补泻也。补其不足，即阴精所出，足少阴之照海也。泻其有余，即阳跻所出，足太阳之申脉也。若阴胜阳而多卧者，自补阳泻阴矣。”

②以通其道：沟通阴阳经脉交会的隧道。

【译文】

黄帝说：好！怎样治疗呢？

伯高说：用针刺补其阴分的不足，泻其阳分的有余，调理虚实，沟通阴阳交会的隧道，从而消除邪气。再饮用半夏汤一剂，使阴阳经气畅通，马上可以安卧入睡。

黄帝曰：善。此所谓决渎壅塞，经络大通，阴阳和得者也。愿闻其方。

伯高曰：其汤方以流水千里以外者八升[①]，扬之万遍[②]，

取其清五升煮之，炊以苇薪火③，沸，置秫米一升④，治半夏五合⑤，徐炊，令竭为一升半，去其滓，饮汁一小杯，日三，稍益，以知为度。故其病新发者，覆杯则卧，汗出则已矣；久者，三饮而已也。

【注释】

①流水千里以外者：后世叫“千里水”或“长流水”。取其源远流长，有疏通下达之意。

②扬之万遍：煮水常流，用杓高扬至千万遍，使水珠翻滚，名“甘澜水”。古人认为以此水煎药，可调和阴阳。

③炊以苇薪：用芦苇做燃料。

④秫米：张景岳：“秫米，糯小米也。即黍米之类，而粒小如黍，可以作酒。北人呼为小黄米。其性味甘粘微凉，能营养补阴。”

⑤治半夏：炮制的半夏。合(gě)：古代计量单位。十合为一升。汉制一升约等于18至30克。

【译文】

黄帝说：讲得好！这种治法，好比是开决水道，疏通淤塞，使经络畅通，阴阳得以调和。希望听听半夏汤方的配制。

伯高说：半夏汤方，是用千里以外的长流水八升，用杓扬之万遍，取其中轻浮在上的清水五升，用苇薪做燃料，用急火煮沸后，放入秫米一升，制半夏五合，接着用苇火慢慢煎熬，煎至药汤浓缩到一升半时，除去药渣，每次饮药汁一小杯，一日服三次，逐渐加量，以见效为度。如果是新发的病，服完药后立即就能安眠，出汗就好了；病程较长久的，要服三剂才能痊愈。

黄帝问于伯高曰：愿闻人之肢节，以应天地奈何？

伯高答曰：天圆地方，人头圆足方以应之。天有日月，人有两目。地有九州[①]，人有九窍。天有风雨，人有喜怒。天有雷电，人有音声。天有四时，人有四肢。天有五音，人有五脏。天有六律[②]，人有六腑。天有冬夏，人有寒热。天有十日[③]，人有手十指。辰有十二，人有足十指、茎、垂以应之[④]，女子不足二节，以抱人形[⑤]。天有阴阳，人有夫妻。岁有三百六十五日，人有三百六十五节。地有高山，人有肩膝。地有深谷，人有腋腘。地有十二经水，人有十二经脉。地有泉脉，人有卫气。地有草蓂[⑥]，人有毫毛。天有昼夜，人有卧起。天有列星，人有牙齿。天有小山，人有小节。地有山石，人有高骨。地有林木，人有募筋。地有聚邑[⑦]，人有腠肉。岁有十二月，人有十二节[⑧]。地有四时不生草，人有无子。此人与天地相应者也。

【注释】

①九州：古代划分区域的总称。如冀、兖、青、徐、扬、梁、雍，为夏制九州。

②六律：古代六种属阳声的音阶。具体是黄钟、太簇、姑洗、蕤宾、夷则、无射。

③十日：即纪日的十天干，叫“十日”。

④茎：男子阴茎。垂：睾丸。

⑤以抱人形：张景岳：“抱者，怀胎之义。”

⑥草蓂(mì)：遍地丛生的野草。

⑦聚邑：人群集聚的地方。古时小城曰“邑”。

⑧十二节：左右腕、肘、臂、股、膝、踝关节的总称。

【译文】

黄帝问伯高说：希望听听人的四肢百节，是怎样和天地相应的？

伯高回答说：天是圆的，地是方的，人的头是圆的，足是方的，与之相应。天上有日月，人有两眼。地下有九州，人身有九窍。天有风雨，人有喜怒。天有雷电，人有声音。天有四季，人有四肢。天有五音，人有五脏。天有六律，人有六腑。天有冬夏，人有寒热。天干有十，人的手指有十。地支有十二，人的十趾加上阴茎、睾丸也是十二，女子缺少两节，但能够怀孕。天有阴阳，人有夫妻。一年有三百六十五天，人有三百六十五个腧穴。地有高山，人有肩、膝。地有深谷，人有腋窝和腘窝；地上有十二大河流，人体有十二条主要经脉。地下有泉脉流通，人体有卫气运行。地上生长丛草，人身长有毫毛。天有昼夜，人有起卧。天上有群星，人口内有牙齿。地上有小山，人体有小关节。地有山石，人有颧肩膝踝等高骨。地上有树林，人体内有筋膜。地上有人群聚集的城镇，人体有肌肉隆起的腘肉。一年有十二个月，人的四肢有十二大关节。大地有四时不生草木的，人也有终生不生育子女的。这些，就是人体和天地相应的具体情况。

黄帝问于岐伯曰：余愿闻持针之数，内针之理，纵舍之意[①]，扦皮开腠理[②]，奈何？脉之屈折，出入之处，焉至而出，焉至而止，焉至而徐，焉至而疾，焉至而入[③]？六腑之腧于身者？余愿尽闻其序。别离之处，离而入阴，别而入阳，此何道而从行？愿尽闻其方。

岐伯曰：帝之所问，针道毕矣。

【注释】

①纵舍：是针刺补泻的手法。张志聪："纵舍者，迎随也。"

②扦皮：用手力以伸展肌肤纹理，并随经取穴，浅刺其皮层，使腠理开泄，刺皮而不伤肉的一种针法。马元台："扦分其皮，以开腠理，而刺入也。"

③"焉至而出"五句：出、止、徐、疾、入，指五脏经脉腧穴流注的情况。杨上善："举其五义，问五脉行处。"

【译文】

黄帝问岐伯说：我希望听听针刺中持针的技巧，进针的道理，纵舍迎随的手法，以及扦分皮肤，开达腠理的刺法，是怎样的？还有经脉的屈折，和出入之处，在脉气流注中，它到哪而出，到哪而止，到哪而慢，到哪而快，到哪而入？六腑的腧穴是怎么流注到全身的？我希望都听听其中的道理。还有经脉的支别离合之处，阳经是怎样从腧穴别出走入阴经，阴经又是怎样由腧穴别出走入阳经？这些都是从哪些条道路来运行沟通的？希望详细听听这些道理。

岐伯说：你所提到的问题，针刺的道理尽在其中了。

黄帝曰：愿卒闻之。

岐伯曰：手太阴之脉，出于大指之端，内屈，循白肉际[①]，至本节之后太渊[②]，留以澹[③]，外屈，上于本节下，内屈，与阴诸络会于鱼际，数脉并注，其气滑利，伏行壅骨之下[④]，外屈，出于寸口而行，上至于肘内廉，入于大筋之下，内屈，上行臑阴[⑤]，入腋下，内屈走肺。此顺行逆数之屈折也[⑥]。

【注释】

①白肉际：肢体内外侧的皮肉有赤白之分，在上肢部内侧为阴面，皮色较白，叫作"白肉际"；外侧为阳面，皮色较深，叫作"赤肉际"。下肢部相同。际，分际，分界。

②本节：手足指和掌相连的关节处。

③留以澹：张景岳："澹，水摇貌。脉至太渊而动，故曰留以澹也。"是说脉气流注至太渊穴处，而出现搏动。

④壅骨：杨上善："壅骨，谓手鱼骨也。"指手大指本节后的起骨。

⑤臑(nào)阴：肩以下、肘部以上部分，即上臂。杨上善："臑阴，谓手三阴脉行于臑中，故曰臑阴。"

⑥"此顺行"句：肺经之脉，从脏走手为顺行，从手走肺为逆行。逆数，逆行的次序。杨上善："其屈折从手向身，故曰逆数也。"

【译文】

黄帝说：希望全部听听。

岐伯说：手太阴的经脉，从手大指的尖端发出，向内屈折，沿着内侧的白肉际，到达大指本节后的太渊穴，经气流注于此，略作停留，而形成寸口动脉，然后向外屈折，上行到达本节之下，又向内屈行，和诸阴络会合在鱼际，由于几条阴经之脉都灌注于此，其脉气流动滑利，伏行于壅骨之下，再由此向外屈折，浮出寸口而循经上行，向上到达肘内侧，进入大筋之下，又向内屈折上行，通过臑部内侧走入腋下，向内屈行走入肺中。这是按照手太阴肺经的顺行和逆行径路的屈折、出入情况。

心主之脉，出于中指之端①，内屈，循中指内廉以上，留于掌中②，伏行两骨之间，外屈，出两筋之间，骨肉之际③，其气滑利，上二寸，外屈，出行两筋之间，上至肘内廉，入于小筋之下，留两骨之会④，上入于胸中，内络于心脉。

【注释】

①中指之端：中冲穴，五输之一，为井。

②掌中：劳宫穴，五输之一，为荥。

③骨肉之际：大陵穴，五输之一，为输。

④两骨之会：曲泽穴，五输之一，为合。

【译文】

手厥阴心主的经脉，从中指尖端发出，由此向内屈折，沿着中指内侧上行，流注到掌中，伏行在两骨之间，向外屈行，出于两筋的中间，骨肉的交界处，它的脉气圆滑流利，上行二寸后，向外屈折，出行于两筋的中间，向上到肘内侧，进入小筋之下，流注到两骨的交会处，再上行进入胸中，向内连络心脉。

黄帝曰：手少阴之脉独无腧[①]，何也？

岐伯曰：少阴，心脉也。心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也，其脏坚固，邪弗能容也。容之则心伤，心伤则神去，神去则死矣。故诸邪之在心者，皆在于心之包络。包络者，心主之脉也[②]，故独无腧焉。

【注释】

①“手少阴”两句：十二经脉各有特定的五输穴。但据《灵枢·本输》记载，心经所取的腧穴，实际是心包络经之所属。所以说“手少阴之脉独无腧”。张景岳：“手少阴，心经也。手厥阴，心包络经也。经虽分二，脏实一原。凡治病者，但治包络之腧，即所以治心也。故少阴一经，所以独无腧焉。”

②心主之脉：心包络为心的外卫，而受心的主宰，所以称“心主之脉”。

【译文】

黄帝问：唯独手少阴经脉，没有自己的腧穴，是什么道理呢？

岐伯说：手少阴经，是心的经脉。心是五脏六腑的主宰，又是精神的聚居地，它的器质坚固，不容许邪气侵入。一旦有邪气侵入，就会损

伤心脏，心脏损伤，精神气就会耗散离去，人就死了。所以各种病邪侵犯心脏的，都在心的包络上。包络，是心主宰的经脉。所以唯独手少阴心经没有腧穴。

黄帝曰：少阴独无腧者，不病乎？

岐伯曰：其外经病而脏不病①，故独取其经于掌后锐骨之端②。其余脉出入屈折，其行之徐疾，皆如手太阴、心主之脉行也。故本腧者，皆因其气之虚实疾徐以取之，是谓因冲而泻③，因衰而补。如是者，邪气得去，真气坚固，是谓因天之序。

【注释】

①“其外经”句：张景岳：“凡脏经络，有是脏则有是经。脏居于内，经行于外，心脏坚固居内，邪弗能容，而经则不能无病。”

②掌后锐骨之端：手少阴心经的“神门穴”。

③冲：盛也，实也。

【译文】

黄帝问：手少阴经没有腧穴，就不会生病了吗？

岐伯说：在外的手少阴经脉会受病，而内在的心脏不会受病，所以在外经有病时，只需取它的经脉在掌后锐骨之端的神门穴。其余经脉的出入屈折，运行的快慢，都与手太阴、心主二脉循行的情况相似。所以本经的输穴神门，都要根据经气的虚实缓急来取治，这就是所谓的因邪气盛而用泻法，因正气虚而用补法。这样，使邪气可以消除，而真气可以坚固，这种治法，叫因顺天然秩序的治法。

黄帝曰：持针纵舍，奈何？

岐伯曰：必先明知十二经脉之本末[①]，皮肤之寒热，脉之盛衰滑涩。其脉滑而盛者，病日进；虚而细者，久以持；大以涩者，为痛痹；阴阳如一者[②]，病难治。其本末尚热者[③]，病尚在，其热已衰者，其病亦去矣。持其尺，察其肉之坚脆、大小、滑涩、寒温、燥湿。因视目之五色，以知五脏而决死生。视其血脉，察其色，以知其寒热痛痹。

【注释】

①本末：杨上善："起处为本，出处为末。"

②阴阳如一：张景岳："表里俱伤，血气皆败者，是为阴阳如一。刺之必反甚，当舍而勿针也。"

③本末：胸腹为本，四肢为末。

【译文】

黄帝问道：持针纵舍的手法是怎样的呢？

岐伯说：首先必须清楚地明白十二经脉的起止循行，以及诊察皮肤的寒热，脉象的盛衰、滑涩。如脉滑而盛大的，是病情日渐严重；脉虚弱而细微的，是迁延不愈的久病；脉大而涩的，是痛痹；表里俱伤，气血皆败的，病难治。凡胸腹和四肢还在发热的，是病邪还在，热势衰减病邪也将离去了。诊尺肤以观察患者肌肉的坚或脆、大或小、滑或涩、寒或温、燥或湿。根据两目的五色变化，以分辨五脏的病变，决断生死。观察血络反映于外部的色泽，以了解寒热痛痹等证。

黄帝曰：持针纵舍，余未得其意也。

岐伯曰：持针之道，欲端以正，安以静，先知虚实，而行疾徐，左手执骨，右手循之，无与肉果[①]。泻欲端以正，补必闭肤，辅针导气，邪得淫泆[②]，真气得居。

【注释】

①无与肉果：针刺时注意不可用力过猛，以防病人反应过度，肌肤急剧收缩，以致针被肉裹，而发生弯针、滞针等不良后果。果，通“裹”。

②淫泆：水满而泛滥外溢。引申指邪气溃散。

【译文】

黄帝说：持针纵舍的具体手法，我还不太理解。

岐伯说：用针的方法在于端正身形，内心安静，先了解疾病的虚实，然后再运用缓急补泻的手法，用左手按定骨骼的位置，右手循穴进针，但不可用力过猛，以防针被肉裹。泻法必须垂直下针，补法出针时，必须闭其针孔，并用辅助行针的手法，以疏导经气，使邪气消散，真气内守。

黄帝曰：扪皮开腠理，奈何？

岐伯曰：因其分肉，左别其肤[①]，微内而徐端之，适神不散，邪气得去。

【注释】

①左别其肤：杨上善：“肤，皮也。以手按得分肉之穴，当穴皮上下针，故曰在别其肤也。”左，《黄帝内经太素》作“在”。

【译文】

黄帝问：扪皮肤，开腠理，怎样操作呢？

岐伯说：顺着病人的分肉，左手扪别开腧穴出的皮肤，然后微微用力进针，针刺方向要端正，不能偏斜，恰好不致神气散乱而又能开泄腠理，病邪可以散去。

黄帝问于岐伯曰：人有八虚[①]，各何以候？

岐伯答曰：以候五脏。

黄帝曰：候之奈何？

岐伯曰：肺心有邪，其气留于两肘[②]；肝有邪，其气留于两腋[③]；脾有邪，其气留于两髀[④]；肾有邪，其气留于两膕[⑤]；凡此八虚者，皆机关之室[⑥]；真气之所过，血络之所游，邪气恶血，固不得住留，住留则伤筋络，骨节机关不得屈伸，故病挛也。

【注释】

①八虚：杨上善："八虚者，两肘、两腋、两髀、两膕。此处虚，故曰八虚。"邪气可乘虚留驻这些部位。

②"肺心有邪"两句：肺与心都属于手经，肺经之尺泽穴，心经之少海穴，都在肘间，故邪气乘虚而聚，多在两肘。

③"肝有邪"两句：肝胆经脉行于胁腋，出于期门、渊液等穴，故邪有所聚，多在两腋。

④"脾有邪"两句：脾的经脉从胫股上出冲门，故邪气留于髀胯之间，病在脾经。

⑤"肾有邪"两句：肾的经脉上行出于腘窝的阴谷等穴，故邪气留于两膕，病在肾经。

⑥机关之室：运动枢纽，气血要会的所在。张景岳："机，枢机也；关，要会处也。"

【译文】

黄帝问岐伯说：人身的八虚，各自用来诊察哪些疾病呢？

岐伯说：用来诊察五脏的病变。

黄帝问：怎样诊察呢？

岐伯说：肺与心两经有了邪气，留住在左右两肘；肝经有了邪气，邪气流注到两腋窝；脾经有了邪气，邪气留住到两髀；肾精有了邪气，邪气留住到两胭。这八个虚弱部位，都是四肢关节屈伸的枢纽，是真气运行所过和血络游行之处，所以邪气恶血不可留住在这些部位，如有邪气恶血留住，就会损伤筋络筋骨，以致关节不能屈伸，所以发生拘挛的症状。

通天第七十二

【题解】

本篇根据人的禀赋不同、阴阳属性差异，划分为太阴、少阴、太阳、少阳、阴阳和平等五种不同类型，并分别描述了他们在意识、性格上的特征，提出了因人施治的法则。篇中认为，人体的素质，有阴阳气血偏多偏少之分，皆出于天然禀赋，所以篇名《通天》。本篇对五种类型的人的意识及性格特点的描述有客观的事实根据，而五种类型的划分却鲜明地体现了中国古代阴阳哲学的文化特征，古希腊伟大医学家希波克拉底关于人的四种气质类型则与古希腊四元素说密切相关，是四元素说在医学上的运用。可见，各民族的医学与其哲学有着密切的联系。阴阳和平这一类型，反映了《黄帝内经》作者对黄老道家价值观的认同与推崇。

黄帝问于少师曰：余尝闻人有阴阳，何谓阴人，何谓阳人？

少师曰：天地之间，六合之内，不离于五，人亦应之，非徒一阴一阳而已也。而略言耳，口弗能遍明也。

黄帝曰：愿略闻其意，有贤人圣人，心能备而行之乎？

少师曰：盖有太阴之人，少阴之人，太阳之人，少阳之人，阴阳和平之人。凡五人者[①]，其态不同，其筋骨气血各不等。

【注释】

①凡五人者：张景岳："太阴、少阴、太阳、少阳者，非如经络之三阴三阳也。盖以天禀之纯阴者太阴，多阴少阳者曰少阴，纯阳者为太阳，多阳少阴者为少阳，并阴阳和平之人，而分为五态也。"

【译文】

黄帝问少师说：我曾经听说人有阴与阳的不同，什么是属阴的人？什么是属阳的人？

少师说：天地之间，四方上下之内，都离不开五行，人也和五行相应，并不是仅有相对的一阴一阳而已。这只是大概一说，至于其复杂情形，用语言难以说清。

黄帝问：希望听到大概的情况，有贤人圣人，他们是否能够达到阴阳平衡呢？

少师说：人大致可以分为太阴、少阴、太阳、少阳、阴阳和平五种类型。这五种类型的人，他们的形态不同，筋骨强弱，气血盛衰，也各不相同。

黄帝曰：其不等者，可得闻乎？

少师曰：太阴之人，贪而不仁，下齐湛湛[①]，好内而恶出[②]，心和而不发[③]，不务于时，动而后之[④]，此太阴之人也。

【注释】

①下齐：是形容谦虚下气，待人周到，假装正经。下，谦下。湛湛：

深貌。这里是形容深藏险恶之心。马元台:“下齐湛湛,内存阴险,外假谦虚,貌似下抑整齐。”

②好内而恶出:就是好得恶失,喜进不喜出。马元台:“内,同纳。好纳而恶出者,有所得则喜,有所费则怒也。”

③心和而不发:指心情和顺,而不外露,即“喜怒不形于色”。

④不务于时,动而后之:即不识时务,而只知利己,看风使舵,行动后发制人。张景岳:“不务于时,知有己也。动而后之,不先发也。”

【译文】

黄帝说:那不同情况,可以让我听听吗?

少师说:属于太阴的人,性情贪婪不仁厚,表面谦虚,假装正经,内心却深藏阴险,好得恶失,喜怒不形于色,不识时务,只知利己,看风使舵,行动上惯用后发制人的手段。具有这些特性的,就是太阴之人。

少阴之人,小贪而贼心,见人有亡[①],常若有得,好伤好害,见人有荣,乃反愠怒,心疾而无恩[②]。此少阴之人也。

【注释】

①亡:泛指损失、不幸之事。

②心疾而无恩:对人心怀妒嫉而忘恩负义。疾,妒忌。

【译文】

属于少阴的人,贪图小利,而有害人之心,看到别人有了损失,就像拣到便宜一样高兴,好伤人,好害人,看到别人光荣,就恼怒,心怀嫉妒,没有同情心。有这些特征的,就是少阴之人。

太阳之人,居处于于[①],好言大事,无能而虚说,志发于

四野[2]，举措不顾是非，为事如常自用[3]，事虽败而常无悔。此太阳之人也。

【注释】

①于于：自满自足。《庄子·盗跖》："卧则居居，起则于于。"疏："于于，自得之貌。"

②志发于四野：形容好高骛远。

③为事如常自用：指常常意气用事，而自以为是。如，通"而"，转接连词。

【译文】

属于太阳的人，平时自鸣得意，好讲大事，无能却空说大话，言过其实，好高骛远。行动不顾是非，做事经常自以为是，做事虽然失败，却没有后悔之心。有这些特征的，就是太阳之人。

少阳之人，谞谛好自贵[1]，有小小官，则高自宜，好为外交而不内附。此少阳之人也。

【注释】

①谞(shì)谛(dì)：审慎。张景岳："谞谛，审而又审也。"即反复考查研究，做事仔细。

【译文】

属于少阳的人，做事审慎，好抬高自己，有了小小的官职，就自以为了不起，向外宣扬，好交际，而不能踏踏实实地工作。有这些特征的就是少阳之人。

阴阳和平之人，居处安静，无为惧惧，无为欣欣，婉然从

物[①]，或与不争，与时变化，尊则谦谦，谭而不治[②]，是谓至治[③]。古人善用针艾者，视人五态乃治之。盛者泻之，虚者补之。

【注释】

①婉然从物：善于顺从和适应事物的发展规律。婉然，和顺貌。

②谭而不治：用说服的方法以德感人，而不是用强力的方法以统治人。谭，同“谈”。

③至治：即最好的治理方法。至，极。

【译文】

属于阴阳和平的人，生活安静，心安无所畏惧，不追求过分喜乐，顺从事物发展的自然规律，遇事不与人争，善于适应形势的变化，地位虽高却很谦虚，以理服人，而不是用压服的手段来治人，具有极好的治理才能。具有这些特性的，就是阴阳和平之人。古代善用针灸疗法的医生，观察五类人的形态，分别给以治疗。气盛的用泻法，气虚的用补法。

黄帝曰：治人之五态奈何？

少师曰：太阴之人，多阴而无阳。其阴血浊，其卫气涩。阴阳不和，缓筋而厚皮。不之疾泻，不能移之。少阴之人，多阴少阳，小胃而大肠[①]，六腑不调。其阳明脉小而太阳脉大，必审调之。其血易脱，其气易败也。

【注释】

①小胃而大肠：即胃小肠大。张景岳：“阳明为五脏六腑之海，小肠为传送之腑，胃小则贮藏少，而气必微，小肠大则传送速而气不畜，阳气既少，而又不畜，则多阴少阳矣。”据此，肠是指小肠

而言。

【译文】

黄帝问：针治五种形态的人，是怎样的？

少师说：属于太阴的人，阴偏多，却无阳。他们的阴血重浊，卫气涩滞。阴阳不调和，形体表现为筋缓皮厚的特征。像这样的人，不用急泻针法，就不能去除他的病。属于少阴的人，阴多阳少，他们的胃小而肠大，六腑的功能不协调。因为他的足阳明经脉气偏小，而手太阳经脉气偏大，一定要审慎调治。因为他的血容易耗损，他的气也容易败伤。

太阳之人，多阳而少阴。必谨调之，无脱其阴，而泻其阳。阳重脱者易狂[①]，阴阳皆脱者，暴死[②]，不知人也。

【注释】

①阳重脱者易狂：虚阳浮越，易发狂躁，为阳气欲脱的先兆。《素问·腹中论》："石之则阳气虚，虚则狂。"

②暴死：有二义，一指突然死亡；一指突然不省人事的假死，急救得当，尚能回生。

【译文】

属于太阳的人，阳多阴少。一定谨慎地进行调治，不能再耗损其阴，只可泻其阳。阳大脱就易发狂躁，如果阴阳都耗损就会突然死亡，或不省人事。

少阳之人，多阳少阴，经小而络大[①]。血在中而气在外，实阴而虚阳，独泻其络脉，则强气脱而疾，中气不足，病不起也。

【注释】

①“多阳”两句：络脉浅，在表属阳；经脉深，在里属阴。多阳，指络脉大。少阴，指经脉小。张景岳：“经脉深而属阴，络脉浅而属阳，故少阳之人，多阳而络大，少阴而经小也。”

【译文】

属于少阳的人，阳多阴少，经脉小而络脉大。血在中而气在外，在治疗时，应当充实阴经而泻其阳络，但是单独过度地泻其阳络，就会迫使阳气很快的耗损，以致中气不足，病也就难以痊愈了。

阴阳和平之人，其阴阳之气和，血脉调。谨诊其阴阳，视其邪正，安容仪。审有余不足。盛则泻之，虚则补之，不盛不虚，以经取之。此所以调阳阳，别五态之人者也。

【译文】

属于阴阳和平的人，他们的阴阳之气和谐，血脉调顺。在治疗时，应当谨慎地观察他的阴阳变化，了解他的邪正盛衰，看明他的容颜表现。然后细审是哪一方面有余，哪一方面不足。邪盛用泻法，正虚用补法，如果不盛不虚，就治疗病证所在的本经。这就是调治阴阳，辨别五种不同形态人的标准。

黄帝曰：夫五态之人者，相与毋故，卒然新会，未知其行也，何以别之？

少师答曰：众人之属①，不如五态之人者，故五五二十五人，而五态之人不与焉。五态之人，尤不合于众者也。

【注释】

①众人：指《灵枢·阴阳二十五人》而言，与五态之人不同。

【译文】

黄帝问：与五种形态的人，素不相识，乍一见面，很难知道他们的作风和性格属于哪一类型的人，应怎样来辨别呢？

少师回答说：一般人不具备这五种人的特性，所以“阴阳二十五人”，不包括在五态人之内。因为五态之人是具有代表性的五种类型，他们和一般人是不相同的。

黄帝曰：别五态之人奈何？

少师曰：太阴之人，其状黮黮然黑色①，念然下意②，临临然长大③，腘然未偻④。此太阴之人也。

【注释】

①黮黮(dǎn)然：形容面色阴沉的样子。黮，黑色。

②念然下意：指故作姿态，谦虚下气。张景岳：“念然下意，意念不扬也。即上文‘下齐’之谓。”

③临临然：《广雅·释诂》：“临，大也。”马元台：“临临然，长大之貌也。”

④腘然未偻：形容假作卑躬屈膝的姿态，并非真有佝偻病。张景岳：“腘然未偻，言膝腘若屈，而实非佝偻之疾也。”

【译文】

黄帝问：怎样分别五种形态的人呢？

少师说：属于太阴的人，面色阴沉黑暗，而假意谦虚，身体本来高大，却卑躬屈膝，故作姿态，而并非真有佝偻病，这就是太阴之人的形态。

少阴之人，其状清然窃然[①]，固以阴贼，立而躁峭，行而似伏。此少阴之人也。

【注释】

①清然窃然：清然，是形容言貌好像清高的样子。窃然，指行动鬼祟，偷偷摸摸，即上文“贼心”的表现。张景岳：“清然者，言似清也。窃然者，行为鼠雀也。”

【译文】

属于少阴的人，外貌好像清高，但是行动鬼祟，偷偷摸摸，深怀阴险害人之贼心，站立时躁动不安，显示出邪恶之象，走路时状似伏身向前。这是少阴之人的形态。

太阳之人，其状轩轩储储[①]，反身折腘[②]。此太阳之人也。

【注释】

①轩轩储储：形容高贵自尊，骄傲自满的样子。张景岳：“轩轩，高大貌，犹俗谓轩昂也。储储，畜积貌，盈盈自得也。”

②反身折腘：是形容仰腰挺胸时，身躯向后反张，膝窝随之曲折的样子。张景岳：“反身折腘，言仰腰挺腹，其腘似折也，是皆妄自尊大之状。”

【译文】

属于太阳的人，外貌表现高傲自满，仰腰挺胸，好像身躯向后反张和两腘曲折那样。这是太阳之人的形态。

少阳之人，其状立则好仰，行则好摇，其两臂两肘则常

出于背。此少阳之人也。

【译文】

属于少阳的人，在站立时惯于把头仰得很高，行走时惯于摇摆身体，常常反挽其手于背后。这是少阳之人的形态。

阴阳和平之人，其状委委然①，随随然②，颙颙然③，愉愉然④，睟睟然⑤，豆豆然⑥，众人皆曰君子。此阴阳和平之人也。

【注释】

①委委然：雍容自得貌。

②随随然：顺从貌，指善于适应环境而言。义同上文“婉然从物”。

③颙颙(yóng)然：态度严正而又温和貌。

④愉愉然：和颜悦色貌。

⑤睟睟(xuán)然：目光慈祥和善貌。

⑥豆豆然：举止有度，处事分明貌。

【译文】

属于阴阳和平的人，外貌从容稳重，举止大方，性格和顺，善于适应环境，态度严肃，品行端正，待人和蔼，目光慈祥，作风光明磊落，举止有度，处事条理分明，众人都说有德行。这是阴阳和平之人的形态。

卷十一

官能第七十三

【题解】

官，动词，任之以官职。能，能力，技能。所谓“官能”即根据个人的实际能力，任之以适当的工作。从内容上看，本篇可分为两部分，第一部分主要讨论运用针灸治病，首先要明确人的生理和疾病的阴、阳、寒、热、虚、实，然后才能确定针灸补泻的治法；还对补泻和针刺方法作了详细的说明。第二部分，论述传授针刺技术，必须根据每个人的能力、性格、爱好等特点，分别传授不同的技术，在技术学成后，担任工作，才能发挥其才能，尽其所用。这两部分从内容上看，有联系，但也有区别。从行文上看，第一部分，对话者为岐伯与黄帝；而第二部分，则换成了黄帝与雷公。所以该篇在写作之初恐为独立的两篇。第二部分内容较少，恐有所亡佚。其后的编纂者，遂合为一篇。并以后半部分的主题名篇。第一部分，以黄帝向岐伯报告学习心得体会的方式，并以琅琅上口的韵文形式，概述了针刺的重要原则，读者宜详细玩味。本篇名言：“得其人乃言，非其人勿传。”

黄帝问于岐伯曰：余闻九针于夫子，众多矣，不可胜数。余推而论之，以为一纪[①]。余司诵之，子听其理。非则语余，请其正道，令可久传，后世无患。得其人乃传，非其人勿言。

岐伯稽首再拜曰：请听圣王之道。

【注释】

①以为一纪：通过归纳整理，使之完整系统，条理分明。古人以理丝缕而使之不乱，叫做“纪”。

【译文】

黄帝问岐伯说：我听你讲解九针之学，已经很多，都不能计数了。我推究其中的道理，经过归纳整理，成为系统的理论。我现在读出来给你听，你听其理论。有错误的地方，就告诉我加以修正，使它永远传给后世，以便学习和运用。当然要传教可靠的人，不能教不可靠的人。

岐伯叩头再拜说：我希望听一下圣王所讲的针道。

黄帝曰：用针之理，必知形气之所在，左右上下[①]，阴阳表里。血气多少，行之逆顺[②]，出入之合，谋伐有过。知解结，知补虚泻实，上下气门，明通于四海，审其所在。寒热淋露，以输异处。审于调气，明于经隧，左右肢络，尽知其会。寒与热争，能合而调之[③]；虚与实邻，知决而通之[④]。左右不调，把而行之。明于逆顺，乃知可治；阴阳不奇[⑤]，故知起时。审于本末，察其寒热，得邪所在，万刺不殆。知官九针，刺道毕矣[⑥]。

【注释】

①左右上下：杨上善：“肝生于左，肺藏于右，心部于表，肾治于里。男左女右，阴阳上下，并得知之。”

②行之逆顺：杨上善：“营气顺脉，卫气逆行。”张景岳：“阴气从足上行，至头而下行循臂；阳气从手上行至头，而下行至足。故阳病者，上行极而下；阴病者，下行极而上。反此者，皆谓之逆。”两义

俱可参。

③能合而调之：杨上善："阴阳之气不和者，皆能和之。"

④知决而通之：杨上善："虚实二气不和，通之使平。"孙鼎宜："此谓虚实疑似之证，当决其是非也。"

⑤阴阳不奇：阴阳不偏之义。《周礼·大祝》杜注："奇，读曰倚。"倚，有"偏"义。

⑥"审于"六句：张景岳："本末，标本也。寒热，阴阳也。所在，三部九候之病脉处也。官，任也。九针不同，各有所宜，能和以上之法而任用之，则刺道毕矣。"

【译文】

黄帝说：用针治病的道理，一定要知道脏腑形气所在，左右上下的部位，阴阳表里的关系，血气的或多或少，以及脉气在全身的逆行和顺行，和由里出表或由表入里的会合处所等等，这样，才能祛除邪气恶血。更要懂得解其结聚，了解补虚泻实，上下气穴；明确知道四海腧穴的部位及其生理病理表现。寒热雨露的不同病因，会侵入人体不同部位。要谨慎地调和脉气，必须搞清十二经脉及周身左右上下的支络的循行交会。若有寒热相争，能参合各种情况进行调治；对于虚实错杂，应能决断而调治。左右不协调，应用左病刺右，右病刺左的手法，只有明确经脉循行的顺逆，才知道怎样治疗；脏腑阴阳调和，就可预知病愈之时。审察清楚疾病的标本、寒热，确定邪气所在部位，针刺治疗就不会错误。再掌握了九针的不同性能，针刺方法就全面了。

明于五输，徐疾所在[①]。屈伸出入，皆有条理[②]。言阴与阳，合于五行。五藏六府，亦有所藏[③]。四时八风，尽有阴阳。各得其位，合于明堂。各处色部，五藏六府。察其所痛，左右上下[④]；知其寒温，何经所在。审皮肤之寒温滑涩，

知其所苦；膈有上下，知其气所在[5]。先得其道，稀而疏之。稍深以留，故能徐入之[6]。大热在上，推而下之。从下上者，引而去之。视前痛者，常先取之。大寒在外，留而补之。入于中者，从合泻之。针所不为，灸之所宜。上气不足，推而扬之。下气不足，积而从之[7]。阴阳皆虚，火自当之[8]。厥而寒甚，骨廉陷下。寒过于膝，下陵三里。阴络所过，得之留止。寒入于中，推而行之[9]。经陷下者，火则当之[10]。结络坚紧，火所治之。不知所苦，两跻之下[11]。男阳女阴，良工所禁[12]。针论毕矣。

【注释】

①“明于”两句：马元台：“五脏有井荥俞经合之五俞，六腑有井荥俞原经合之六俞，然六腑之原并于俞，则皆可称为五俞也。徐疾者，针治也。徐而疾则实，疾而徐则虚，是也。”

②“屈伸”两句：杨上善：“行针之时，须屈须伸，针之入出，条理并具知之。”马元台：“屈伸出入者，经脉往来也。”对于“屈伸”的解释，前者指行针时的体位，后者指经脉运行的方向。

③“五藏”两句：杨上善：“五藏藏五神，六府藏五谷。”

④“察其”两句：杨上善：“察五色，知其痛在五脏六腑，上下左右。”

⑤“膈有”两句：指横膈的上下分布着不同的脏器，应该知其病气的在上在下，以进一步察知何脏的病变。

⑥“稍深”两句：马元台：“先得其经脉之道，然后可以用针。稀者，针之少也；疏者，针之阔也；深者，深入其针也；留者，久留其针也。”

⑦“上气”四句：杨上善：“上气不足，谓膻中气少，可推补令盛。扬，盛也。下气不足，谓肾间动气少者，可补气聚。积，聚也。从，顺

也。”张景岳：“推而扬之，引致其气，以补上也；积而从之，留针随气，以实下也。”

⑧“阴阳”两句：马元台：“阴阳皆虚，而针所难用，则用火以灸之。”

⑨“寒入”两句：张景岳：“寒留于络，而入于经，当用针推散而行之。”

⑩“经陷”两句：杨上善：“火气强盛，能补二虚。”

⑪两跻之下：楼英：“两跻之下，照海、申脉二穴。”

⑫“男阳”两句：张志聪：“不知所苦痛者，当取两跻于踝下也。男子数其阳，女子数其阴，故男取阴而女取阳，此良工之所禁也。”

【译文】

明白五腧穴的主治范围和针刺的徐疾手法。经脉往来的屈伸出入，都有一定的规律。人体的阴阳与五行是相合的。五脏六腑，分别有藏神藏谷的功能。四时八风的变化，全有阴阳的关系。疾病各有其发生的部位，结合面部五色诊，寻求各部显现出的不同色泽，来诊察五脏六腑的疾病。观察疾病的部位，是在左在右还是在上在下；判断疾病的寒温属性，知道病在哪条经脉。审察尺肤的寒温滑涩，知道它的疾病属性；再诊察膈膜上下，可以知道病气所在。首先掌握经脉的通路，取穴要少而精。或如疾病深在则留针，使正气徐徐内入。病人上部大热，当用推而下之的针法。如病邪从下向上发展，就引病邪向下而排除。同时注意病人以前所患之病，应该先治前病，以除宿因。身体寒冷的，采用留针而补之使热的针法。如寒邪深入于里，从合穴泻去寒邪。凡不适应针刺的病，用灸法较适宜。上气不足的病，用推而扬之的方法。下气不足的病，当采用留针随气的针法。若阴阳皆虚的病，可以用火灸法治疗。厥逆而寒象重的，或骨侧的肌肉下陷，或寒冷超过两膝，宜灸三里穴。又如阴络所过之处，寒邪留滞在内，寒邪深入到了内脏，就当用推而行之的针法。经脉陷下的，就用艾灸治疗。络脉结而坚紧的，也用艾灸治疗。有不知确切部位的病痛，当灸阳跻所通的申脉穴和阴跻所

通的照海穴，男子取阳跻，女子取阴跻，若男取阴跻而女取阳跻，就犯了治疗上的错误，这是技术精良的医生所禁忌的。懂得了这些，用针的理法就完备了。

用针之服[①]，必有法则[②]。上视天光，下司八正，以辟奇邪[③]，而观百姓。审于虚实，无犯其邪。是得天之露[④]，遇岁之虚[⑤]。救而不胜，反受其殃。故曰：必知天忌，乃言针意。法于往古，验于来今。观于窈冥[⑥]，通于无穷。粗之所不见，良工之所贵。莫知其形，若神仿佛[⑦]。

【注释】

①服：《素问·八正神明论》王冰注："服，事也。"杨上善："服，学习也。"

②法则：王冰："法，象也。则，准也。"犹言方法和准则。

③以辟奇邪：杨上善曰："学用针法，须上法日月星辰之光，下司八节正风之气，以除奇邪。"辟，除。

④得天之露：张景岳："天之风雨不时者，皆谓之露。"指自然界与时令不符的风雨灾害。

⑤遇岁之虚：指岁气不及所出现的反常气候，如春不温、夏不热等。

⑥观于窈冥：《素问·示从容论》王冰注："窈冥，谓不可见者。"泛指微渺难见的变化。如人体脏腑气血的内在变化。

⑦"莫知"两句：杨上善："法于往古，圣人所行。逆取将来得失之验，亦检当今是非之状，又观窈冥微妙之道，故得通于无穷之理，所得皆当。不似粗工以意，唯瞩其形，不见于道，有同良材神使，独鉴其所贵，仿佛于真。"

【译文】

用针治疗，一定要有法则。上要观察日月星辰之运行规律，下要了解四时八节气的不同，以避免四时不正之气，而提醒百姓知道，使他审察虚实，能够预防，不为邪气侵袭。如天风雨不时，或时令不正。医生救治，没有掌握气候变化的情况，反会使病情趋于危险。所以说：必须知道天时的宜忌，然后才谈得上针法的作用。取法古人的学术，用临床实践来检验。仔细观察那些微妙难见的变化，才能通晓变化无穷的疾病。这是粗率的医工认识不到，而良医认为宝贵的。之所以难知，是由于看不到形迹，好像神灵，若有若无。

邪气之中人也，洒淅动形[①]。正邪之中人也，微先见于色，不知于其身。若有若无，若亡若存。有形无形，莫知其情。是故上工之取气，乃救其萌芽，下工守其已成，因败其形。

是故工之用针也，知气之所在，而守其门户。明于调气，补泻所在，徐疾之意，所取之处。泻必用员[②]，切而转之，其气乃行。疾而徐出，邪气乃出。伸而迎之，摇大其穴[③]，气出乃疾。补必用方[④]，外引其皮，令当其门。左引其枢，右推其肤，微旋而徐推之。必端以正，安以静，坚心无解。欲微以留，气下而疾出之。推其皮，盖其外门，真气乃存。用针之要，无忘其神[⑤]。

【注释】

①洒淅：振寒貌。

②泻必用员：杨上善："员谓之规，法天而动，泻气者也。"员，指圆活流利的针法。

③摇大其穴：出针时的手法。

④补必用方：杨上善："方谓之矩，法地而静，补气者也。"方，指方正、端静而言。

⑤"用针"两句：指用针的主要目的，在于调养神气，推动生机，借以扶正祛邪。杨上善："用针之道，下以疗病，上以养神。其养神者，长生久视。此大圣之大意。"

【译文】

邪气侵入人体后，出现寒栗怕冷的现象。正邪侵入人体，先略微表现在气色上，而身体没有异常感觉。像有病又像无病，像病邪消失，又像病邪还留存。像有病形，又像无病形，不易知道真实的病情。所以上工治病是在病的初期，根据脉气的变化进行治疗；下工不掌握这个方法，到病已形成以后，按常规治疗，这样会使病人的形体受到伤害。

所以医生用针，应该知道脉气的运行所在，按照相应的腧穴治疗。明白如何调气，什么应补，什么应泻，进针或快或慢，该取什么穴位。泻法须用流利圆活的手法，直迫病所而转针，正气就可正常运行。进针快而出针慢，邪气就会随针散出。进针时，屈伸而迎其气之来；出针时，播大针孔，邪气就能很快排出。补法须用端正从容的手法，外引皮肤，使正当其穴。左手持针，右手推针进入皮肤，轻微捻转，缓缓进针。针者一定端正，精神安静，心坚不懈地进行刺治。待气至以后，要略微留针，等到邪气已出，就要赶快出针，随即按压穴位的皮肤，扪住针孔，真气就内存不泄。用针的关键在于千万勿忘"得神"。

雷公问于黄帝曰：《针论》曰"得其人乃传，非其人勿言"，何以知其可传？

黄帝曰：各得其人，任之其能，故能明其事。

雷公曰：愿闻官能奈何[1]？

黄帝曰：明目者，可使视色。聪耳者②，可使听音。捷疾辞语者，可使传论。语徐而安静，手巧而心审谛者③，可使行针艾，理血气而调诸逆顺，察阴阳而兼诸方。缓节柔筋而心和调者，可使导引行气④。疾毒言语轻人者，可使唾痈呪病⑤。爪苦手毒⑥，为事善伤者，可使按积抑痹。各得其能，方乃可行，其名乃彰。不得其人，其功不成，其师无名。故曰"得其人乃传，非其人勿言"，此之谓也。手毒者，可使试按龟，置龟于器下而按其上，五十日而死矣；手甘者，复生如故也。

【注释】

①官能：各守其职叫做官；官能，因有某些特长而分配某种职事。

②聪耳者：杨上善："听病人五音，即知其吉凶，此为第二聪听人也。……为物说道以悟人，此第三智辨人也。"

③"语徐"两句：杨上善："神清性明，故安静也。动合所宜，明手巧者，妙察机微，故审谛也。此为第四静慧人也。"

④"缓节"两句：杨上善："身则缓节柔筋，心则和性调顺，此为第五调柔人也。调柔之人，导引则筋骨易柔，行气则其气易和也。"

⑤"疾毒"两句：杨上善："心嫉毒，言好轻人，有此二恶，物所畏之，故可使之唾祝，此为第六口苦人也。"唾痈咒病，古代祝由治病的方法，为精神疗法之一种。

⑥爪：指甲。苦：指形态粗恶。手毒：手狠的意思。

【译文】

雷公问黄帝说：《针论》所说"得其人乃传，非其人勿言"，怎样知道他是可以传授的人呢？

黄帝说：传授学术要分别选择适当的人材，教他可以胜任的工作，

才能做好事业。

雷公说:希望听一下怎样才能量材取用呢?

黄帝说:目明的,可以使他看色泽。耳聪的,可以使他听声音。口齿流利的,善于言辞的,可以使他传达言论。语言徐缓安静的,手巧,心又仔细,可以使他操作针灸,以疏通血气,调治一切逆顺反常病证,观察阴阳变化而兼用各种治疗方法。手缓筋柔,心性和顺的,可以让他导引行气。嫉妒、刻薄,说话轻视人的,可以使他做唾痈祝病的事。爪甲粗,手下狠,做事爱伤人的,可以使他按揉积聚,治疗痹证。总之,使每个人,各尽其能,各种治疗方法,才可以推行,名声才可以显扬。如果传授的不得其人,不仅没有功效,其师也没有名誉。所以说"得其人乃言,非其人勿传",就是这个意思。检验手毒的方法,可叫人试按乌龟,把乌龟放在器具下面,在上面按压,到五十天乌龟就死了;如果手善的,按压过五十天后,乌龟仍然活着。

论疾诊尺第七十四

【题解】

本篇内容主要包括：论述尺肤诊的范围及诊断价值。说明从尺肤的滑涩、大小、寒热等变化，可以了解病证的虚实，寒热属性，表里、上下部位等。通过观察眼睛五色的变化，以了解病属何脏；从眼中赤脉延伸方向，以了解目痛病属何经；从赤脉出现在瞳子上的多少，以预测疾病死期的长短。最后，简述龋齿、黄疸、妊娠等的诊断方法，以及血脉变化的诊断价值。因本篇中多数是论述尺肤诊病，而且篇首即提出“独调其尺，以言其病”，故以《论疾诊尺》名篇。

黄帝问于岐伯曰：余欲无视色持脉，独调其尺[①]，以言其病，从外知内，为之奈何？

岐伯曰：审其尺之缓急、小大、滑涩，肉之坚脆，而病形定矣。

【注释】

①独调其尺：不用望色、诊脉，单独诊查尺肤，诊断内在病情。调，这里是诊查之意。尺，尺肤，自肘至腕的皮肤。

【译文】

黄帝问岐伯说：我想不使用望色、诊脉，仅靠诊察尺肤，来说明疾病，从外在变化，推测内在病情，怎样做呢？

岐伯说：诊察尺肤的缓或急、小或大、滑或涩，以及肌肉的坚实或脆弱，就可确定病情了。

视人之目窠上，微痈[①]，如新卧起状，其颈脉动，时咳，按其手足上，窅而不起者[②]，风水肤胀也。[③]

【注释】

①痈：用同“雍”，肿。张景岳：“痈，壅也，即新起微肿状。”

②窅(yǎo)：凹下，陷下。

③按：本段论风水肤胀病与诊尺肤内容无直接关系，可能是他篇错简于此。

【译文】

看到病人的眼睑轻微浮肿，好像刚睡醒起来的样子，颈部人迎脉搏动明显，时时咳嗽，按压患者手足，深陷不起的，这是风水肤胀的证候。

尺肤滑以淖泽者[①]，风也。尺肉弱者，解㑊[②]，安卧脱肉者，寒热，不治。尺肤滑而泽脂者，风也。尺肤涩者，风痹也[③]。尺肤粗如枯鱼之鳞者，水泆饮也[④]。尺肤热甚，脉盛躁者，病温也，其脉盛而滑者，病且出也。尺肤寒，其脉小者，泄、少气。尺肤炬然[⑤]，先热后寒者，寒热也。尺肤先寒，久持之而热者，亦寒热也。

【注释】

①淖泽：杨上善："淖泽，光泽也。"

②解㑊(yì)：身体困倦，四肢懈怠无力。解，通"懈"。

③"尺肤涩"两句：张景岳："尺肤涩者血少，血不能营，故为风痹。"

④"尺肤粗"两句：张景岳："如枯鱼之鳞，干涩甚也。以脾土衰而肌肉消，肾水得乘，是为泆饮。"泆，通"溢"。

⑤炬然：高热灼手貌。

【译文】

尺肤滑而光泽的，是风病。尺部肌肉柔弱的，身体困倦，四肢懈怠，喜好睡眠，肌肉瘦削的，是寒热时发的虚痨证，不易治愈。尺肤滑润如膏脂的，是风病。尺肤涩滞不滑的，是风痹病。尺肤粗糙像干枯鱼鳞的，是脾土虚衰，水饮不化的溢饮病。尺肤灼热，脉盛大而躁动的，是温病，若脉象盛大而滑利的，是病邪将去之象。尺肤寒冷而脉小的，是泄泻与气虚的病。尺肤高热灼手，先热后冷的，是寒热病。尺肤先寒冷，久按之后感觉发热的，也是寒热病。

肘所独热者，腰以上热；手所独热者，腰以下热①。肘前独热者，膺前热；肘后独热者，肩背热②。臂中独热者，腰腹热③。肘后廉以下三四寸热者，肠中有虫④。掌中热者，腹中热；掌中寒者，腹中寒⑤。鱼上白肉有青血脉者，胃中有寒⑥。尺炬然热，人迎大者，当夺血。尺紧，人迎脉小甚，少气。悗有加，立死。

【注释】

①"肘所独热"四句：张景岳："肘，臂膊之节也。一曰曲池以上为肘。肘在上，手在下，故肘应腰上，手应腰下也。"

②“肘前独热”四句：张景岳：“肘前，内廉也，手三阴之所行，故应于膺前；肘后，外廉也，手太阳之所行，故应于肩背。”

③“臂中独热”两句：张景岳：“肘下为臂，臂在下，故应腰腹。”

④“肘后廉”两句：张景岳：“肘后以下三四寸，谓三里以下，内关以上之所。此阴分也，阴分有热，故应肠中有虫。”

⑤“掌中热”四句：张景岳：“掌中者，三阴之所聚，故或热或寒皆应于腹中。”

⑥“鱼上白肉”两句：张景岳：“鱼上脉青，胃之寒也。”《经脉》亦曰：“胃中寒，手鱼之脉多青矣。”

【译文】

肘部皮肤单独发热的，主腰以上发热；手部皮肤单独发热的，主腰以下发热。肘前单独发热的，主胸发热；肘后单独发热的，主肩背发热。臂中单独发热的，主腰腹发热。肘后缘以下三四寸发热的，主肠中有虫。手掌发热的，主腹中发热；手掌发凉的，主腹中发凉。手鱼际白肉有青色血脉的，主胃中有寒。尺肤高热炙手，颈部人迎脉盛大的，主失血。尺肤紧，人迎脉小甚的，主气虚。若加有烦闷现象，会立即死亡。

目赤色者病在心，白在肺，青在肝，黄在脾，黑在肾。黄色不可名者，病在胸中。

【译文】

目见赤色的，主病在心；见白色的，主病在肺；见青色的，主病在肝；见黄色的，主病在脾；见黑色的，主病在肾。黄色而夹杂其他颜色而不能辨明的，主病在胸中。

诊目痛，赤脉从上下者，太阳病；从下上者，阳明病；从

外走内者，少阳病。

【译文】

诊察目痛，有红色的络脉从上向下的，属于太阳经的病；从下向上的，属于阳明经的病；从外眼角向内行走的，属于少阳经的病。

诊寒热瘰疬，赤脉上下至瞳子，见一脉，一岁死；见一脉半，一岁半死；见二脉，二岁死；见二脉半，二岁半死；见三脉，三岁死。

【译文】

诊察寒热瘰疬，眼中有赤脉从上向下贯穿瞳子，见一条赤脉，一年死；见一条半赤脉，一年半死；见两条赤脉，两年死；见两条半赤脉，两年半死；见三条赤脉，三年死。

诊龋齿痛，按其阳明之来，有过者独热，在左左热，在右右热，在上上热，在下下热。

【译文】

诊察龋齿痛，按压阳明之脉，有病变的部位必单独发热，病在左侧的左侧热，病在右侧的右侧热，病在上的上热，病在下的下热。

诊血脉者，多赤多热，多青多痛，多黑为久痹，多赤、多黑、多青皆见者，寒热。

【译文】

诊察络脉时，皮肤多赤色络脉的，多属热证；多青色的，多属痛证；多黑色的，是久痹；多赤、多黑、多青皆见的，为寒热病。

身痛而色微黄，齿垢黄，爪甲上黄，黄疸也。安卧，小便黄赤，脉小而涩者，不嗜食①。

【注释】

①“安卧”四句：杨上善：“安卧，小便黄赤，脉小涩，脾病，故不嗜食也。”

【译文】

身体疼痛，面色微黄，牙齿垢黄，指甲上也现黄色，是黄疸病。好安卧，小便黄赤，脉小而涩的，不嗜饮食。

人病，其寸口之脉与人迎之脉小大等，浮沉等者，病难已也。

【译文】

有病的人，他的寸口脉和人迎脉搏动的小大以及浮沉相等的，属难治之病。

女子手少阴脉动甚者，妊子。

【译文】

妇女手少阴心脉动甚的，主怀孕。

婴儿病，其头毛皆逆上者，必死。耳间青脉起者，掣痛。

大便青瓣[①]，飧泄，脉小者，手足寒，难已；飧泄，脉少，手足温，泄易已[②]。

【注释】

①大便青瓣：排出物形如瓣状，属于消化不良的泄泻。

②泄：《脉经》、《甲乙》并无，是。

【译文】

婴儿有病，头发都向上竖起的，必定死亡。耳部络脉色青而隆起的，主抽搐腹痛。

大便绿色有乳瓣，泄下完谷不化，脉小弱，手足寒冷的，其病难治；若泄泻脉小，手足温暖的，易治。

四时之变，寒暑之胜，重阴必阳，重阳必阴，故阴主寒，阳主热，故寒甚则热，热甚则寒。故曰：寒生热，热生寒，此阴阳之变也。故曰：冬伤于寒，春生瘅热；春伤于风，夏生飧泄肠澼；夏伤于暑，秋生痎疟；秋伤于湿，冬生咳嗽。是谓四时之序也。

【译文】

四季的气候变化，寒暑往复，阴盛至极则转变为阳，阳盛至极则转变为阴，阴性主寒，阳性主热。所以寒到极点就会变热，热到极点就会变寒。所以说寒能生热，热能生寒，这是阴阳变化的道理。所以说：冬天感受寒邪，到了春天就发生温热病；春天感受了风邪，到了夏天就发生泄泻、痢疾病；夏天感受暑邪，到了秋天就容易发生疟疾；秋天感受了湿邪，到了冬天就发生咳嗽病。这是因为四季气候不同，因而生病的规律。

刺节真邪第七十五

【题解】

本篇内容较多，包括：一、论述针法中刺五节（振埃、发蒙、去爪、彻衣、解惑）的取穴及其治疗作用。二、具体说明刺五节所治的病候和主要穴位。三、介绍了刺五邪（持痈、容大、狭小、寒、热）的作用和刺法。四、说明铍针、锋针、员利针、镵针等各种针具使用的适应证。五、详述了真气的来源与功能；对正气、邪气与疾病的关系进行了分析；列举正不胜邪，经脉受病，可产生的疼痛、痈、骨疽、肉疽等十五个病证和致病原因。因为本篇介绍了刺法中的五节及针刺五邪的作用和方法，又重点地讨论了真气和邪气的关系，故以《刺节真邪》名篇。

黄帝问于岐伯曰：余闻刺有五节，奈何？

岐伯曰：固有五节：一曰振埃，二曰发蒙，三曰去爪，四曰彻衣，五曰解惑[①]。

黄帝曰：夫子言五节，余未知其意。

岐伯曰：振埃者，刺外经[②]，去阳病也。发蒙者，刺腑输，去腑病也。去爪者，刺关节之支络也。彻衣者，尽刺诸阳之奇输也。解惑者，尽知调阴阳，补泻有余不足，相倾移也[③]。

【注释】

①“一曰振埃”五句：刺“五节”的针法。振埃，犹振落尘埃。埃，是微尘。发蒙，开发蒙昧。蒙，蒙昧，幼稚。去爪，脱去余爪。彻衣，脱去衣服。解惑，解除迷惑。

②外经：循行于四肢及浅表的经脉。杨上善：“外经者，十二经脉入腑脏者，以为内经；行于四肢及皮肤者，以为外经也。”

③相倾移：相互之间反复变化。倾，反复。

【译文】

黄帝问岐伯说：我听说刺法有五节之说，具体是怎样的呢？

岐伯说：刺法确实有五节：一是振埃，二是发蒙，三是去爪，四是彻衣，五是解惑。

黄帝说：夫子您说的五节，我还不知道它的意义。

岐伯说：振埃的刺法，是刺外经，治疗阳病。发蒙的刺法，是针六腑的输穴，治疗腑病。去爪的刺法，是刺关节的支络。彻衣的刺法，是遍刺六腑的别络。解惑的刺法，是完全知道阴阳的变化，据之以补不足，泻有余，相互之间反复发生变化。

黄帝曰：刺节言振埃，夫子乃言刺外经，去阳病，余不知其所谓也，愿卒闻之。

岐伯曰：振埃者，阳气大逆，上满于胸中，愤膜肩息[①]，大气逆上，喘喝坐伏，病恶埃烟，噎不得息[②]，请言振埃，尚疾于振埃[③]。

黄帝曰：善。取之何如？

岐伯曰：取之天容。

黄帝曰：其咳上气，穷诎胸痛者[④]，取之奈何？

岐伯曰：取之廉泉。

黄帝曰：取之有数乎？

岐伯曰：取天容者，无过一里⑤，取廉泉者，血变而止。

帝曰：善哉。

【注释】

①愤膜肩息：胸部气满发胀，呼吸抬肩。马元台："气愤而胀，竦肩而息。"

②噎不得息：咽部堵塞，呼吸不利。

③尚疾于振埃：杨上善："刺之去病，疾于振埃，故曰振埃也。"

④穷诎(qū)胸痛：胸中气机不伸，而致胸部疼痛。穷，尽。诎，屈。

⑤无过一里：不要超过一寸。里，寸。杨上善："一里，一寸也。故《明堂》刺天容入一寸也。"

【译文】

黄帝说：刺节中的振埃，夫子说是刺外经，治阳病，我不理解其中的道理，希望详尽地听听。

岐伯说，振埃的针法，是治疗阳气逆上，充满胸中，胸部胀满，呼吸抬肩，或胸中大气上逆而致喝喝气喘，坐伏不安，害怕尘埃和烟熏，咽部噎塞，呼吸不畅，请让我解释振埃的命名，是比喻针刺治疗这类病，疗效比振落尘埃还要快。

黄帝说：很好。取什么腧穴呢？

岐伯说：取天容穴。

黄帝问：如果咳嗽气逆，气机不伸，而胸痛的，取什么穴呢？

岐伯说：取廉泉穴。

黄帝问：取穴时针刺深浅有规律吗？

岐伯说：取天容穴时，下针不要超过一寸，取廉泉穴时，血络通了就止针。

黄帝说：很好。

黄帝曰：刺节言发蒙，余不得其意。夫发蒙者，耳无所闻，目无所见。夫子乃言刺腑输，去腑病，何输使然？愿闻其故。

岐伯曰：妙呼哉问也！此刺之大约，针之极也，神明之类也，口说书卷，犹不能及也，请言发蒙耳，尚疾于发蒙也。

黄帝曰：善。愿卒闻之。

岐伯曰：刺此者，必于日中，刺其听宫，中其眸子[①]，声闻于耳，此其输也。

黄帝曰：善。何谓声闻于耳？

岐伯曰：刺邪以手坚按其两鼻窍而疾偃，其声必应于针也。

黄帝曰：善。此所谓弗见为之，而无目视，见而取之，神明相得者也。

【注释】

①中其眸子：形容针刺的效果可以反应到瞳子。眸子，即目中瞳子。因听宫穴之气与眸子相通。杨上善："手太阳脉支者至目锐眦，却入耳中；手足少阳脉支者，从耳后，入耳中，出走耳前，至目锐眦。故此三脉，皆会耳目听宫，俱连目中瞳子。"

【译文】

黄帝说：刺节中所说的发蒙针法，我还不理解其中的意义。本来发蒙的针法，是治疗两耳无闻、两眼不见之证的，夫子却说针刺腑输，除去腑病，哪个输穴能有这种作用呢？我希望听听其中的道理。

岐伯说：问得太好了！这是针刺的关键要领，也是针法奥妙的极致，属于神明之类，口中说的和书上记载的，还不能完全表达出来。所谓的发蒙，是说其奏效比开发蒙瞶还要快。

黄帝说：好。希望详细听听。

岐伯说：针刺这种病，必须在中午时分，刺听宫穴，针刺感应达到瞳子，并使耳中听到声响，这就是针刺的输穴。

黄帝说：好。什么叫“声闻于耳”呢？

岐伯说：就是在针刺听宫时，让病人用手紧捏住两鼻孔，赶快仰卧，必然有声音应针而响。

黄帝说：好。这真是所谓的用眼睛看不见内里怎样的作为，可见的是医生的取穴针刺，却有得心应手，出神入化的神奇疗效。

黄帝曰：刺节言去爪，夫子乃言刺关节之支络，愿卒闻之。

岐伯曰：腰脊者，身之大关节也。肢胫者，人之所以趋翔也[①]。茎垂者，身中之机[②]，阴精之候，津液之道也。故饮食不节，喜怒不时，津液内溢，乃下留于睾，水道不通，日大不休，俯仰不便，趋翔不能，此病荥然有水，不上不下[③]，铍石所取，形不可匿，裳不得蔽，故命曰去爪。

帝曰：善。

【注释】

①趋翔：形容人走路时肢胫活动，有如鸟翼之飞翔。

②“茎垂者”两句：茎垂，是阴茎、阴囊。因它具有生殖功能，故为身中之机。杨上善：“阴茎在腰，故中身；阴茎垂动有造化，故曰机也。”

③“此病”两句：水蓄在内，上焦不通，下焦不泄。杨上善：“荥然，水聚也。不上者，上气不通。不下者，小便及气不下泄也。”

【译文】

黄帝说：刺节所说的去爪针法，夫子说是刺关节的支络，希望详尽听听。

岐伯说：腰脊是身体最大的关节。肢和胫是行走的器官。阴茎、睾丸为身中机，阴精由此排泄，小便由此排出。如果饮食不节制，喜怒过度，使津液内溢，下行聚集于睾丸，水道不通，阴囊日渐肿大，俯仰困难，行走受限。这种病是由于水液蓄积，上下水道不通，取用铍针放水，阴囊水肿之形不能藏匿，下裳不能遮蔽，治疗这种病，就好像修剪掉多余的指甲一样，所以叫去爪。

黄帝说：好！

黄帝曰：刺节言彻衣，夫子乃言尽刺诸阳之奇输，未有常处也，愿卒闻之。

岐伯曰：是阳气有余而阴气不足。阴气不足则内热，阳气有余则外热，两热相搏，热于怀炭，外畏绵帛，衣不可近身，又不可近席。腠理闭塞，则汗不出，舌焦唇槁，腊干嗌燥[①]，饮食不让美恶[②]。

黄帝曰：善。取之奈何？

岐伯曰：取之于其天府、大杼三痏，又刺中膂，以去其热，补足手太阴以去其汗，热去汗稀，疾于彻衣。

黄帝曰：善。

【注释】

①腊干：此指肌肉干枯。腊，盐渍鱼肉称为“腊”。

②让：辞。

【译文】

黄帝说：刺节中所说的彻衣针法，夫子却说遍刺诸阳经之奇穴，没有固定部位，希望详尽听听。

岐伯说：这种刺法是治疗阳气有余而阴气不足的病。阴气不足则生内热，阳气有余则生外热，两热相搏结，则热甚于怀抱炭火，外怕靠近绵帛之物，衣服也不能贴近身体，身热不敢靠近坐席。腠理闭塞，不得出汗，舌焦、唇槁、肌肉枯瘦、咽喉干燥，饮食无味，不分好坏。

黄帝说：好。怎样治疗呢？

岐伯说：治疗这种病取天府、大杼穴各刺三次，再刺中膂腧，以泻热，再补手、足太阴经，使发汗，待热退汗少时，病就痊愈了，取效比脱掉衣服还要快。

黄帝说：好。

黄帝曰：刺节言解惑，夫子乃言尽知调阴阳，补泻有余不足，相倾移也，惑何以解之？

岐伯曰：大风在身[①]，血脉偏虚，虚者不足，实者有余，轻重不得，倾侧宛伏[②]，不知东西，不知南北，乍上乍下，乍反乍复，颠倒无常[③]，甚于迷惑。

黄帝曰：善。取之奈何？

岐伯曰：泻其有余，补其不足，阴阳平复，用针若此，疾于解惑。

黄帝曰：善。请藏之灵兰之室，不敢妄出也。

【注释】

①大风：中风偏枯一类疾病。杨上善："大风，谓是痱风等病也。"

②倾侧宛伏：半身不遂的病人，身体不能倾斜反侧，不能宛转俯伏。

杨上善:“手足及身不能倾侧也。宛,谓宛转也。”

③颠倒无常:起止不定。颠倒,指起止言。

【译文】

黄帝问:刺节中所说的解惑针法,夫子却说要完全懂得调整阴阳和运用补泻,使虚实相互改变,怎样解除迷惑呢?

岐伯说:大风侵入人体,血气必有偏虚之处,虚是正气不足,实是邪气有余,这样身体左右轻重不相称,身体不能倾斜反侧,也不能宛转俯伏,甚至不能辨别东西南北,症状忽上忽下,反复多变,颠倒无常,比一般神志迷惑的病要严重。

黄帝说:好。怎样治疗呢?

岐伯说:泻除有余的邪气,补益不足的正气,使阴阳平衡。像这样用针,取效就比突然解除迷惑、豁然开朗还快。

黄帝说:很好。请让我把这些针刺理论知识,储藏在灵兰之室,不敢随便拿出示人。

黄帝曰:余闻刺有五邪,何谓五邪?

岐伯曰:病有持痈者,有容大者①,有狭小者②,有热者,有寒者,是谓五邪。

黄帝曰:刺五邪,奈何?

岐伯曰:凡刺五邪之方,不过五章③。瘅热消灭;肿聚散亡;寒痹益温;小者益阳,大者必去。请道其方。

【注释】

①容大:邪气盛大,即实邪。

②狭小:邪气弱小,即虚邪。

③五章:张景岳:“五章,五条也。”章,条。

【译文】

黄帝问：我听说有刺五邪的方法，什么叫五邪呢？

岐伯说：有痈邪，有实邪，有虚邪，有热邪，有寒邪，这叫五邪。

黄帝说：怎样刺治五邪之病呢？

岐伯说：大凡刺治五邪的方法，不过五条。对痺热的病应消灭热邪；肿聚不散的应当使其消散；寒邪痹病应益气温阳；虚弱者补益阳气，邪实有余的必须驱除邪气。请让我说明具体的针刺方法。

凡刺痈邪无迎陇[①]，易俗移性不得脓[②]。诡道更行去其乡[③]，不安处所乃散亡。诸阴阳过痈者，取之其输泻之。

【注释】

①无迎陇：不可迎着痈邪的旺盛之气以泻其锐势。陇，隆盛，旺盛。马元台："陇、隆同。……此承上文而言，肿聚散亡之法也。凡刺痈邪，无迎其气之来隆，所谓避其来锐者是也。"按：自本节以下论五邪刺法应是五首七言诗，因年代久远传写错误，遂致诸家莫辨，并误作句读解说。

②易俗移性：指改变治疗方法，耐心地从缓调治。杨上善："易其常行法度之俗，移其先有寒温之性。"马元台："如易风俗，如移性情相似，须缓以待之。"

③诡道更行：另采用不同的方法进行治疗。去其乡：离开固定处所。

【译文】

大凡刺痈邪，不可迎着痈邪的锐势妄用针刺或排脓，应和缓地像移风易俗，移情易性一样，耐心地进行调治，这样痈疽就不会化脓而治愈。若已化脓就采用其他方法治疗，离开脓之所在，使脓毒不能留聚，脓液排出，邪毒就消亡了。所以不论是阳经或阴经生痈者，都要循本经取穴

以泻之。

凡刺大邪日以小，泄其有余乃益虚。剽其通[1]，针（去）其邪肌肉亲[2]，视之毋有反其真[3]。刺诸阳分肉间[4]。

【注释】

①剽其通：指针刺病邪所在宜猛，以使气血流通。张景岳："剽，砭刺也。通病气所由之道也。"剽，猛急。按：此句可能是注文误入经文。无此句正是四句七言诗。

②肌肉亲：邪气祛除后，肌肉之间就无邪阻滞，而肌肉亲附致密。杨上善："以针干邪，使邪气得去。肌肉相附也。亲，附也。"此句"去"字原无，注者以意加。

③"视之毋有"句：杨上善："视邪气无有，反其真气乃止也。"

④刺诸阳分肉间：大实之邪多在三阳，故宜刺三阳经之分肉间。此句应是注文。

【译文】

大凡针刺大邪之病，是使邪气减小。用泄法，泄去有余的邪气，则邪气日渐虚衰。用砭刺使正气运行的道路开通。用针刺祛除其邪气，则肌肉自然亲附致密。观察邪气已经祛除，真气恢复乃停针。盛大的实邪，多在三阳，故宜针刺诸阳经分肉间的穴位。

凡刺小邪日以大，补其不足乃无害。视其所在迎之界[1]，远近尽至不得外，侵而行之乃自费[2]。刺分肉间。

【注释】

①界：边际。杨上善："界，畔际也。"

②费：耗损。杨上善："费，损也。"

【译文】

大凡针刺虚邪致病的方法，是使正气日渐盛大，补其正气的不足，邪气就不能为害了。审察邪气所在，迎而夺之，使远近的正气尽至而不外泄，若外邪入侵在体内泛滥流行，正气就会损耗。刺虚邪之法，当取分肉间的穴位。

凡刺热邪越而沧[①]，出游不归乃无病[②]。为开通乎辟门户，使邪得出病乃已。

【注释】

①越而沧：针刺热邪，将邪气发散于外而热退身凉。越，发散。沧，寒凉。

②出游不归：病邪被排出，不再回归作祟。指热退之后，不再发热。张景岳："出游，行散也。归，还也。凡刺邪热者，贵于速散，散而不复，乃无病矣。"

【译文】

大凡针刺热邪，将邪气发散于外，使其外出不再回返，身体不发热就没病了。在针刺时应当为邪气疏通道路，开辟门户，使邪热得以外泄，病就痊愈了。

凡刺寒邪日以温，徐往疾去致其神[①]。门户已闭气不分，虚实得调真气存。

【注释】

①徐往疾去致其神：用徐进疾出的补法，使神气恢复。

【译文】

大凡针刺寒邪，应逐日温养正气，用徐进疾出的补法，使神气恢复正常。出针后揉按闭合针孔，正气不散，虚实调和，真气就密固内存了。

黄帝曰：官针奈何[①]？

岐伯曰：刺痈者用铍针，刺大者用锋针，刺小者用员利针，刺热者用镵针，刺寒者用毫针也。

【注释】

①官针：用针。官针之意，详见本书《官针》题解。

【译文】

黄帝说：用什么针刺治五邪呢？

岐伯说：刺痈疡用铍针，刺实邪用锋针，刺虚邪用员利针，刺热邪用镵针，刺寒邪用毫针。

请言解论。与天地相应，与四时相副，人参天地，故可为解。下有渐泊[①]，上生苇蒲，此所以知形气之多少也。阴阳者，寒暑也。热则滋而在上，根荄少汁[②]。人气在外，皮肤缓，腠理开，血气减，汗大泄，肉淖泽。寒则地冻水冰，人气在中，皮肤致，腠理闭，汗不出，血气强，肉坚涩。当是之时，善行水者，不能往冰；善穿地者，不能凿冻；善用针者，亦不能取四厥，血脉凝结，坚搏不往来者，亦未可即柔。故行水者，必待天温冰释冻解而水可行，地可穿也。人脉犹是也。治厥者，必先熨调和其经，掌与腋、肘与脚、项与脊以调之，火气已通，血脉乃行，然后视其病，脉淖泽者，刺而平之；坚

紧者，破而散之，气下乃止，此所以解结者也。

【注释】

①渐洳(rù)：水湿的地方或低湿的地带。渐，湿。洳，下湿之地。

②根荄(gāi)：草根。木株曰根，草根曰荄。

【译文】

请让我谈谈解结的理论。人与天地相适应，与四季相符合，因为人与天地相参，所以才可以谈到解结。比如在下面有水湿的地方，在上面才能生长蒲苇，根据这个道理，从人体外形的变化，就可以测知内在气血的多少了。阴阳的变化，可以用寒暑的变化来比喻。炎热时，地面的水分被蒸发成云，草木根荄就缺少水分。人体受热气熏蒸，阳气浮越在外，所以皮肤弛缓，腠理开张，血气衰减，汗液大泄，肌肉润泽。寒冷时，土地上冻，流水结冰，人的阳气也潜藏在内，所以皮肤致密，腠理闭合，汗不出，血气强，肌肉坚涩。这个时候，善于行水的人不能在冰上行船；善于穿地的人，也不能凿开冻土；善于用针的人，也不能治疗四肢厥逆的病证。血脉因寒凝结，坚聚不能流畅往来，是不能立即使它柔软的。所以行水的人，必须等到气候转暖，冰冻化解后才能在水上行舟；穿地的人，也必须等到大地解冻才能穿地。人体的血脉，也是如此。治疗厥逆病，必先用温熨，以调和经脉，在两掌、两腋、两肘、两脚，以及项、脊等关节交会之处，实行温熨，待温热之气通达，血脉就恢复正常运行了。然后再观察病情，如脉气滑润流畅的，用针刺使其平复；如脉象坚紧的，用破坚散结法，使厥逆之气下行而止针。这些都是用来解结的具体方法。

用针之类①，在于调气。气积于胃，以通营卫，各行其道。宗气留于海，其下者注于气街，其上者走于息道。故厥

在于足，宗气不下，脉中之血，凝而留止，弗之火调，弗能取之。

【注释】

①类：法则。

【译文】

大凡用针刺治病的法则，主要在于调整经气。水谷精气先积于胃中，化生的营气和卫气，各循行于自己的道路。宗气，积聚胸中而为气海，其下行的灌注于气街穴处；其上行的走向呼吸之道。所以足部发生厥逆时，宗气就不能下行，脉中之血也凝滞留止，若不先用火灸温熨来通调气血，就不能取穴针刺。

用针者，必先察其经络之实虚，切而循之，按而弹之，视其应动者，乃后取之而下之。六经调者，谓之不病，虽病，谓之自已也。一经上实下虚而不通者，此必有横络盛加于大经，令之不通，视而泻之。此所谓解结也。

【译文】

用针刺治病，必须首先察看经络的虚实，用手切循经脉，按揉并弹动经脉，看到应指而动的部位，然后取穴，下针。手足六经经脉调和的，是无病的征象，就是有轻微的病，也可以不治自愈。如果一经出现上实下虚而不通的，这必定是横络的亢盛之气加于正经，使其不通，根据疾病的所在而用泻法。这也就是所说的解结的方法。

上寒下热，先刺其项太阳①，久留之，已刺则熨项与肩胛，令热下合乃止。此所谓推而上之者也。

【注释】

①“上寒下热”两句：指腰以上有寒，腰以下有热，治疗时先针刺足太阳经的大杼、天柱等穴。所谓上下，以腰为界来划分的，腰至头为上，腰至足为下。杨上善：“上寒，腰以上寒；下热，腰以下热。”项太阳，指循行于项间的足太阳膀胱经。

【译文】

腰以上寒冷，腰以下发热的，当先刺项间足太阳经的穴位，长时间留针，针刺以后，还要温熨项部及肩胛部，使热气上下相合，才可止针。这就是所谓推而上之的方法。

上热下寒，视其虚脉而陷之于经络者取之，气下乃止。此所谓引而下之者也。

【译文】

腰以上发热，腰以下发冷，察看哪条虚脉陷于经络，取适当的穴位，使阳气下行后止针。这就是所谓引而下之的方法。

大热遍身，狂而妄见、妄闻、妄言，视足阳明及大络取之，虚者补之，血而实者泻之①。因其偃卧，居其头前，以两手四指挟按颈动脉②，久持之，卷而切推，下至缺盆中，而复止如前，热去乃止。此所谓推而散之者也。

【注释】

①“虚者”两句：杨上善：“足阳明上实下虚为狂等病，补下虚经也。上之血络盛而实者，可刺去血以泻之。”

②“以两手”句：马元台：“以两手各用大指、食指共四指，挟其颈之

动脉而按之，即人迎、大迎处也。”

【译文】

周身高热，热极发狂，且有妄见、妄闻、妄言的，察看足阳明经及其大的络脉，取穴刺治，虚的用补法，有血淤而属实的用泻法。让病人仰卧，医者在病人头前，用两手拇指、食指，挟按患者颈部的动脉，要长时间挟持，并用卷而按切的手法，向下推按至缺盆，再重复上述动作，身热退去才休止。这就是所谓推而散之的方法。

黄帝曰：有一脉生数十病者，或痛、或痈、或热、或寒，或痒、或痹、或不仁，变化无穷，其故何也？

岐伯曰：此皆邪气之所生也。

黄帝曰：余闻气者，有真气[①]，有正气，有邪气，何谓真气？

岐伯曰：真气者，所受于天，与谷气并而充身也。正气者[②]，正风也[③]。从一方来，非实风，又非虚风也[④]。邪气者，虚风之贼伤人也，其中人也深，不能自去。正风者，其中人也浅，合而自去，其气来柔弱，不能胜真气，故自去。

【注释】

①真气：由先天的元气与后天的谷气相合而成，能充养全身。

②正气：四时正常的气候。

③正风：适时而至的风，如春季的东风、夏季的南风等。

④虚风：指非当令所来的风，即失时之风，如春季的南风、夏季的东风等。

【译文】

黄帝问：有在一脉之中发生几十种病证的，或疼痛，或成痈，或发

热，或恶寒，或作痒，或为痹痛，或麻木不仁，变化无穷，是什么原因呢？

岐伯说：这都是邪气所造成的。

黄帝说：我听说气有真气，有正气，有邪气的不同，什么叫真气呢？

岐伯说：所谓真气，由先天的元气与后天的谷气合并而成，并充养全身。所谓正气，即正风，它是从与四季相符合的方位而来，不是实风，也不是虚风。所谓邪气，就是能够戕贼伤害人体的虚邪贼风，它侵入人体，部位比较深，不能自行消散。正风，侵入人体，部位表浅，与体内真气接触后，能自行散去，因为正风来势柔弱，不能战胜体内真气，所以能自行离去。

虚邪之中人也，洒淅动形，起毫毛而发腠理。其入深，内搏于骨，则为骨痹。搏于筋，则为筋挛。搏于脉中，则为血闭不通，则为痈。搏于肉，与卫气相搏。阳胜者则为热；阴胜者，则为寒。寒则真气去，去则虚，虚则寒。搏于皮肤之间，其气外发，腠理开，毫毛摇，气往来行，则为痒。留而不去，则痹。卫气不行，则为不仁。

【译文】

虚邪贼风侵入人体，扰动形体，出现寒栗怕冷，毫毛竖起，腠理开泄。若邪气深入而搏结于骨的，就发为骨痹。搏结于筋的，就出现筋挛。搏结于脉中，就出现血脉闭塞不通或成为痈。搏结于肌肉的，与卫气相搏。如果阳邪偏胜，就为热证；阴邪偏胜，就为寒证。寒邪偏盛，则真气离去，真气离去则虚衰，虚衰则畏寒。邪气搏结于皮肤之间，会向外发泄，腠理开疏，毫毛动摇脱落，致邪气在皮腠间轻微地往来流行，所以皮肤发痒。若邪气留滞不去，则痹阻不通。如果卫气不能畅行，则为麻木不仁。

虚邪偏客于身半，其入深，内居荣卫，荣卫稍衰，则真气去，邪气独留，发为偏枯。其邪气浅者，脉偏痛。

【译文】

虚邪贼风侵犯半侧身体，入犯深部，在体内居留于营卫之中，使营卫的功能渐渐减弱，所以真气离去，邪气单独存留，就发生半身不遂。如果邪气留在表浅部位，会发生半身经脉偏痛。

虚邪之入于身也深，寒与热相搏，久留而内著，寒胜其热，则骨疼肉枯；热胜其寒，则烂肉腐肌为脓，内伤骨，内伤骨为骨蚀[①]。有所结，筋屈不得伸，邪气居其间而不反，发为筋溜[②]。有所结，气归之，卫气留之，不得反，津液久留，合而为肠溜，久者数岁乃成，以手按之，柔。已有所结，气归之，津液留之，邪气中之，凝结日以益甚，连以聚居，为昔瘤[③]，以手按之，坚。有所结，深中骨，气因于骨，骨与气并，日以益大，则为骨疽。有所结，中于肉，宗气归之，邪留而不去，有热则化而为脓，无热则为肉疽。凡此数气者，其发无常处，而有常名也。

【注释】

①骨蚀：骨被侵蚀。张景岳："其最深者，内伤于骨，是为骨蚀，谓侵蚀及骨也。"

②溜：通"瘤"。

③昔瘤：《说文·日部》："昔，干肉也。""昔"与"腊"同。肉干则坚。本节之瘤，称"昔瘤"即谓其瘤坚硬，与下文"按之坚"义合。

【译文】

虚邪侵入人体，部位较深，寒与热相互搏结，久留不去而停着于内，如果寒胜过热，会引起骨节疼痛，肌肉枯萎；如果热胜过寒，会发生肌肉腐烂化脓，进一步向内伤到骨，伤骨便成为“骨蚀”。邪气结聚，中于筋，筋屈而不伸，邪气久留其间而不消，可发为筋瘤。邪气结聚于内，气郁于内，因而卫气也停留而不能正常循行，以致津液久留肠胃与邪气相合成为肠瘤，发展缓慢的要数年才能形成，用手按摸感到柔软。邪气结聚而气郁于内，津液停留不行，又感受邪气，凝结不散，日益加重，接连积聚起来，便成为昔瘤，用手按摸感到坚硬。邪气结聚，伤及深层的骨部，骨与邪气并合，一天天地增大，则形成骨疽。邪气结聚，伤及肌肉而宗气归于内，邪气留着不去，如有内热可化为脓，如无热可成为肉疽。上述这几种邪气，发病没有固定的部位，但都有一定的名称。

卫气行第七十六

【题解】

本篇主要介绍了卫气在人体循行的过程以及与针刺的关系。故以《卫气行》名篇。主要内容包括：一、说明卫气在体内昼夜运行的过程和循行于经脉的顺序。二、指出针刺治疗掌握卫气运行规律的重要性，提出了“谨候其气之所在而刺之”的针刺原则。三、具体说明人气在一日一夜漏水下注百刻的时间内，卫气在人体三阳经和三阴经的循行过程。

黄帝问于岐伯曰：愿闻卫气之行，出入之合，何如？

岐伯曰：岁有十二月，日有十二辰，子午为经，卯酉为纬[①]。天周二十八宿，而一面七星[②]，四七二十八星。房昴为纬，虚张为经[③]。是故房至毕为阳，昴至心为阴[④]。阳主昼，阴主夜，故卫气之行，一日一夜五十周于身，昼日行于阳二十五周，夜行于阴二十五周，周于五脏[⑤]。

【注释】

①“子午”两句：在十二地支与方位的配属中，子居北位，午居南位，卯居东位，酉居西位。经是直线，纬是横线，子午为南北直线，卯

酉为东西横线。张景岳:“天象定者为经,动者为纬。子午当南北二极,居其所而不移,故为经;卯酉常东升西降,列宿周旋无已,故为纬。”

②“天周”两句:张介宾:“天分四面,东西南北。一面七星,如角亢氐房心尾箕,东方七宿也。斗牛女虚危室壁,北方七宿也。奎娄胃昴毕觜参,西方七宿也。井鬼柳星张翼轸,南方七宿也。”

③“房昴(mǎo)”两句:房星在东方,昴星在西方,从房星到昴星称为“纬”。虚星在北,张星在南方,从虚星到张星称为“经”。

④“是故”两句:张介宾:“自房至毕,其位在卯辰巳午未申,故属阳而主昼。自昴至尾,其位在酉戌亥子丑寅,故属阴而主夜。”二十八宿,分为阴阳两类,各十四宿。从房星至毕星,其中有毕、觜、参、井、鬼、柳、星、张、翼、轸、角、亢、氐、房十四星,其经过是从早晨至傍晚之时,故称“阳”。从昴星至心星,也各十四宿,其中有心、尾、箕、斗、牛、女、虚、危、室、壁、奎、娄、胃、昴十四星,其经过是从黄昏至黎明之时,故称“阴”。

⑤“昼日行”三句:杨上善:“昼行于足三阳终而复始二十五周,夜行五脏终而复始二十五周也。”

【译文】

黄帝问岐伯说:希望听听卫气是怎样运行,出入于阴阳表里,又是怎样会合的?

岐伯说:一年有十二个月,一天有十二个时辰,子午位居南北,为经;卯酉位居东西,为纬。天体循行一周有二十八个星宿,每一方各有七个星宿,东南西北四方共有二十八个星宿。房宿居东方,昴宿居西方,所以房昴为纬;虚宿居北方,张宿居南方,所以虚张为经。从东方的房宿到西方的毕宿属阳,从西方的昴宿到东方的心宿属阴。阳主白天,阴主夜间,卫气的运行,在一日一夜之中,要循行于全身五十周次,白天行于阳二十五周次,夜间行于阴二十五周次,环周行于五脏之间。

是故平旦阴气尽，阳气出于目[①]，目张，则气上行于头，循项下足太阳，循背下至小指之端。其散者[②]，别于目锐眦，下手太阳，下至手小指外侧。其散者，别于目锐眦，下足少阳，注小指次指之间。以上循手少阳之分，下至小指之间。别者以上至耳前，合于颔脉，注足阳明，以下行至跗上，入五指之间。其散者，从耳下下手阳明，入大指之间，入掌中。其至于足也，入足心，出内踝下，行阴分，复合于目，故为一周。

【注释】

①阳气出于目：卫气在黎明时分，行阴分已尽，开始从足太阳经起点的睛明穴，周行于手足三阳经。阳气，指卫气。目，指目内眦的睛明穴。张景岳："太阳始于睛明，故出于目。"

②其散者：卫气的运行，并不按十二经脉先后承接的顺序相传，而是从头部起始，分向各经散行。散，散行。

【译文】

卫气昼行于阳，夜行于阴，所以到黎明时分，阴气已尽，阳气浮出于目，眼睛张开，卫气上行于头，沿项后下行足太阳经，再沿着背部向下到足小趾外侧端。其散行的，从目锐眦别出，向下沿手太阳经，下行至手小指外侧端。另一条散行的，也从目锐眦别出，沿着足少阳经下行，注入足小趾、第四趾之间。再向上循手少阳经之分，下行到小指、无名指之间。从手少阳别行的上行至耳前，合于颔部经脉，注入足阳明经，向下行至足背，入五趾间。又一条散行的，从耳下向下，沿手阳明经，入手大指次指端，再络入掌中。卫气抵达足部，进入足心，出内踝，行于阴分，向上行复合于目内眦，这就是卫气运行一周的顺序。

是故日行一舍[①]，人气行于身一周与十分身之八[②]；日行二舍，人气行于身三周与十分身之六[③]；日行三舍，人气行于身五周与十分身之四[④]；日行四舍，人气行于身七周与十分身之二[⑤]；日行五舍，人气行于身九周[⑥]；日行六舍，人气行于身十周与十分身之八[⑦]；日行七舍，人气行于身十二周与十分身之六[⑧]；日行十四舍[⑨]，人气行二十五周于身有奇分与十分身之二[⑩]，阳尽而阴受气矣。其始入于阴，常从足少阴注于肾，肾注于心[⑪]，心注于肺[⑫]，肺注于肝[⑬]，肝注于脾[⑭]，脾复注于肾为一周[⑮]。是故夜行一舍，人气行于阴脏一周与十分脏之八，亦如阳行之二十五周，而复合于目[⑯]。阴阳一日一夜，合有奇分十分身之二，与十分藏之二[⑰]，是故人之所以卧起之时有早晏者，奇分不尽故也。

【注释】

①日行一舍：日行，古人指太阳运转为日行。古人认为天空中均匀地环绕分布着二十八个星宿，并以地面为中心观察二十八宿的运行。一舍，即一宿，也就是转过一个星宿。日行一舍，指白昼转过一个星宿。因古人确定，太阳每昼夜转过二十八宿周天，而同时每昼夜卫气行身五十周，所以每转过一个星宿（即一舍），则卫气行身的周数为二十八分之五十，计为 1.785 周有余，四舍五入，概定为 1.8 周，日行二舍，则再加 1.8 周，成 3.6 周。余类推。

②“人气行于身一周”句：张介宾：“天周二十八舍，人之卫气，昼夜凡行五十周。以五十周为实，而用二十八归除之，则日行一舍，卫气当行一周与十分身之七分八厘正毫有奇为正数。此言‘一周与十分身之八’者，亦如天行过日一度，而犹有奇分也。”

③“人气行于身三周”句：张介宾：“日行二合，人气当行三周于身与

十分身之五分七厘一毫有奇为正数。云'十分身之六'者，有奇分也。后仿此。"

④"人气行于身五周"句：张介宾："人气当行五周与十分身之三分五厘七毫有奇为正数，余者为奇分。"

⑤"人气行于身七周"句：张介宾："人气当行七周与十分身之一分四厘二毫有奇为正数，余者为奇分。"

⑥人气行于身九周：张介宾："人气当行八周与十分身之九分二厘八毫为正数，余者为奇分。"

⑦"人气行于身十周"句：张介宾："人气当行十周与十分身之七分一厘四毫有奇为正数，余者为奇分。"

⑧"人气行于身十二周"句：张介宾："人气当行十二周与十分身之四分九厘有奇为正数，余者为奇分，此一面七星之宿也。"

⑨日行十四舍：为周天之半，卫气当行身二十五周，因每舍将实际周数的1.785消余概为1.8，即略有增加，若以每舍以1.8周计算，至十四舍则超出二十五周而成14×1.8=25.2周，所以这里说，日行十四舍，人气二十五周于身，有奇分与十分身之二。奇分，即余数。这里多余的十分之二周，本来是因为使用四舍五入的概算法而造成的误差，但古人却以此作为实际的运行周数，严格地说，是不对的。

⑩"人气行二十五周"句：张介宾："日行七舍为半日，行十四舍则自房至毕为一昼，人气当行二十五周为正数。今凡日行一舍，人气行一周与十分身之八，则每舍当余一厘四毫有奇为奇分。合十四舍而计之，共得十分身之二，是为一昼夜之奇分也。"

⑪肾注于心：杨上善："肾脉支者，从肺出络心，故为气循之，注心者也。卫气夜行五脏，皆从能克注于所克之脏，以为次也。"

⑫心注于肺：杨上善："心脉直者手少阴，复从心系却上肺，故卫气循心注肺者也。"

⑬肺注于肝：杨上善："肺脉支者，复从肝别贯膈，上注肺，故卫气循肺注肝者也。"

⑭肝注于脾：杨上善："肝脉侠胃，胃脉络脾，故得肝脉注于脾也。"

⑮脾复注于肾为一周：杨上善："脾脉足太阴从下入少腹，气生于肾，故卫气循之注肾者也。"张介宾："此言卫气夜行阴分，以相克为序。故肾心肺肝脾，相传为一周，而复注于肾也。"

⑯复合于目：张介宾："卫气行于阴分，二十五周则夜尽，夜尽则阴尽，阴尽则人气复出于目之睛明穴而行于阳分，是为昼夜五十周之度。"

⑰"阴阳"三句：杨上善："行阳奇分十分身之二，行阴奇分亦十分脏之二，其数同也。"奇分，指有余或不能除尽的余数。

【译文】

因此，在白昼当太阳运行一宿时，卫气行身一又十分之八周；运行二宿时，卫气行身三又十分之六周；运行三宿时，卫气行身五又十分之四周；运行四宿时，卫气行身七又十分之二周；运行五宿时，卫气行身九周；运行六宿时，卫气行身十又十分之八周；运行七宿时，卫气行身十二又十分之六周；运行十四宿时，卫气行身二十五又十分之二周，这时卫气在白昼行于阳的过程就结束了，而阴分开始承受卫气。卫气开始进入阴分时，通常是由足少阴肾经传注于肾脏，由肾脏注入心脏，由心脏注入肺脏，由肺脏注入肝脏，由肝脏注入脾脏，由脾脏再传到肾脏，为一周。因此，夜间运行一宿的时间，卫气行于阴分也是一又十分之八周，也和行于阳分的二十五周一样，在眼部会合。阴分阳分一日一夜本应运行五十周，可是按每宿卫气运行一又十分之八周来计算，行于阳分的多出十分之二周，行于阴分的也多出十分之二周，所以人睡和醒的时间，有或早或晚的不同，就是这些余数造成的。

黄帝曰：卫气之在于身也，上下往来不以期，候气而刺

之，奈何？

伯高曰：分有多少[①]，至有长短，春秋冬夏，各有分理[②]，然后常以平旦为纪，以夜尽为始。是故一日一夜，水下百刻[③]，二十五刻者，半日之度也[④]，常如是毋已，日入而止，随日之长短，各以为纪而刺之[⑤]。谨候其时，病可与期[⑥]；失时反候者，百病不治。故曰：刺实者，刺其来也；刺虚者，刺其去也。此言气存亡之时，以候虚实而刺之[⑦]。是故谨候其气之所在而刺之，是谓逢时。病在于三阳，必候其气在于阳而刺之；病在于三阴，必候其气在于阴分而刺之。

【注释】

①分：指天的阴分阳分，也即昼夜之分。多少：昼夜阴阳的多少不等。

②各有分理：四季各按一定的节气而有昼夜长短变化的规律，春分、秋分日，昼夜相等，夏至日昼最长，冬至日昼最短。分理，指节气划分的规律。

③水下百刻：张介宾："一昼一夜凡百刻，司天者纪以漏水，故曰水下百刻。"古代以铜壶滴漏计时，每昼夜水下百刻。

④"二十五刻"两句：一日一百刻，昼夜各为五十刻，半个白天，即为二十五刻。

⑤各以为纪而刺之：张介宾："分一日为二，则为昼夜；分一日为四时，则朝为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。故当以平旦为阳始，日入为阳止，各随日之长短，以察其阴阳之纪而刺之也。"

⑥病可与期：可以预测病将愈之时。与，通"预"。

⑦"此言"两句：指邪气退去或存留。本书《小针解》："察后与先，若存若亡者，言气之虚实，补泻之先后也，察其气之已下与常

存也。”

【译文】

黄帝问：卫气在人体内的循行，或上或下或往或来，时间不固定，怎样候气而针刺呢？

伯高说：昼夜阴阳的多少不同，就有天长天短差异，春夏秋冬四季，各有不同的节气，因而昼夜长短都有一定的规律，一般根据太阳初出的时候为准，以夜尽为卫气行于阳分的开始。因此，一昼夜之中，计时的水漏下百刻，二十五刻正好是半天的度数，总是这样环周不已，到日入时白昼结束，随着日出日入的长短，分别作为标准进行针刺。针刺时，要候其气至再下针，疾病才可痊愈；若失去时机，违反了候气的原则，则任何疾病都不能治愈。所以说：针刺实证，是迎其气之来而刺；针刺虚证，是随其气之去而刺。这是说根据邪气的盛衰留去，诊候虚实而针刺。所以，谨慎地候察邪气的所在而针刺，就叫做逢时。病在三阳经，必候气在阳分时针刺；病在三阴经，必候气在阴分时针刺。

水下一刻，人气在太阳[①]；水下二刻，人气在少阳；水下三刻，人气在阳明；水下四刻，人气在阴分[②]。水下五刻，人气在太阳；水下六刻，人气在少阳；水下七刻，人气在阳明；水下八刻，人气在阴分。水下九刻，人气在太阳；水下十刻，人气在少阳；水下十一刻，人气在阳明；水下十二刻，人气在阴分。水下十三刻，人气在太阳；水下十四刻，人气在少阳，水下十五刻，人气在阳明；水下十六刻，人气在阴分。水下十七刻，人气在太阳；水下十八刻，人气在少阳；水下十九刻，人气在阳明；水下二十刻，人气在阴分。水下二十一刻，人气在太阳；水下二十二刻，人气在少阳；水下二十三刻，人气在阳明；水下二十四刻，人气在阴分。水下二十五刻，人

气在太阳，此半日之度也。从房至毕一十四舍，水下五十刻，日行半度，回行一舍，水下三刻与七分刻之四③。《大要》曰：常以日之加于宿上也，人气在太阳。是故日行一舍，人气行三阳行与阴分，常如是无已，天与地同纪，纷纷盼盼④，终而复始，一日一夜，水下百刻而尽矣。

【注释】

①“水下一刻”两句：刻，为古代计时单位。古代无时钟，以铜壶滴水，漏下的水面刻度作计时标志，每昼夜滴水百刻，相当于二十四小时。一刻合十四分二十四秒。人气，即卫气。太阳，指手足太阳经。

②阴分：足少阴肾经。

③“回行一舍”两句：天体运行每昼夜二十八舍，每舍运行时间为一百刻除以二十八，即三刻与七分刻之四。

④纷纷盼盼（pā）：纷乱之中而有条理。纷，乱。盼，整齐，有条理。张景岳：“纷纷盼盼，言于纷乱丛杂之中而条理不乱也，故终而复始，昼夜循环，无穷尽矣。”

【译文】

漏水下注一刻，卫气行于手足太阳经；漏水下注二刻，卫气行于手足少阳经；漏水下注三刻，卫气行于手足阳明经；漏水下注四刻，卫气行于足少阴肾经。漏水下注五刻，卫气行于手足太阳经；漏水下注六刻，卫气行于手足少阳经；漏水下注七刻，卫气行于手足阳明经；漏水下注八刻，卫气行于足少阴肾经。漏水下注九刻，卫气行于手足太阳经；漏水下注十刻，卫气行于手足少阳经；漏水下注十一刻，卫气行于手足阳明经；漏水下注十二刻，卫气行于足少阴肾经。漏水下注十三刻，卫气行于手足太阳经；漏水下注十四刻，卫气行于手足少阳经；漏水下注十

五刻，卫气行于手足阳明经；漏水下注十六刻，卫气行于足少阴肾经。漏水下注十七刻，卫气行于手足太阳经；漏水下注十八刻，卫气行于手足少阳经；漏水下注十九刻，卫气行于手足阳明经；漏水下注二十刻，卫气行于足少阴肾经。漏水下注二十一刻，卫气行于手足太阳经；漏水下注二十二刻，卫气行于手足少阳经；漏水下注二十三刻，卫气行于手足阳明经；漏水下注二十四刻，卫气行于足少阴肾经。漏水下注二十五刻，卫气行于手足太阳经，这是半日中卫气运行的度数。从房宿到毕宿运转一十四舍，经过整个白昼，漏水下注五十刻，日行半个周天，每当日行周列一宿，需时漏水下注三刻又七分之四刻。《大要》说：通常是以日行环周二十八宿的每一宿之时，卫气也恰恰运行在手足太阳经。所以日行一宿的过程，卫气也恰恰运行过三阳经与阴分，经常这样周行不已，与天地的变化规律相同，卫气在体内的运行，虽然纷繁，却有条不紊，终而复始，一日一夜，漏水下注百刻，卫气在体内完成了五十周的运行。

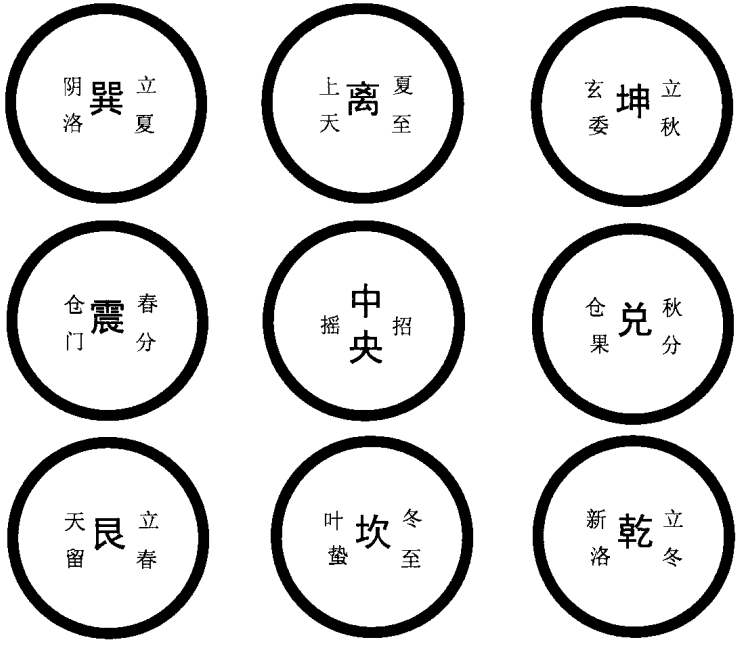
九宫八风第七十七

【题解】

本篇是以天人相应观念为指导，根据天体运行规律，建立了九宫八风的数术预测体系，是反映古代科学理论特点的重要文献。所谓“九宫”是指四方（东、南、西、北四个方位）、四隅（东北、东南、西南、西北）和中央九个方位。八风是从四方、四隅八方来的风。《内经》惟有本篇附有一九宫图。九宫图的中央一宫（中宫），是周围八宫的核心。古人观察天象，认为北极星（古称太一）位置恒居北方，是测定方位的唯一标准。确定了北方，其对面就是南方，然后左东右西，以及四隅，自然形成四面八方。所以九宫图以北极星（太一）为中宫。中宫以北斗星围绕北极星旋转运行的规律，作为测定方向的指针，根据“斗柄”旋指的八宫方位就能测定“四立”、“二分”、“二至”八个节气循序交替的日期，从而推知来自八方气候的变化，正常或异常，及其对人体的不同影响，示人预防疾病有所依据。由于立九宫而后知八方的风向，所以名《九宫八风》。本篇主要内容有：一、论述太一在一年中，从中央到八方的九宫方位，依次游行，每一方各配三个节气，约 46 天弱，八方共为全年的二十四节气，365 天强。二、论述节气交换之日，据当天和前后几天的气象变化，可预测是否风调雨顺或发生水旱灾害，以及可能流行的疾病。三、说明了八风有符合季节时令，主长养万物的实风和与季节时令相反，主收杀

万物的虚风之分。四、指出虚人逢虚年，遭虚风，三虚相搏为害的严重性；强调避免虚风的侵袭，提出“圣人避风，如避矢石”的预防学思想。

合八风虚实邪正



立夏	四	阴洛东南方	夏至	九	上天南方	立秋	二	玄委西南方
春分	三	仓门东方	招摇	五	中央	秋分	七	仓果西方
立春	八	天留东北方	冬至	一	叶蛰北方	立冬	六	新洛西北方

太一常以冬至之日，居叶蛰之宫四十六日[①]，明日居天留四十六日[②]，明日居仓门四十六日[③]，明日居阴洛四十五

日④，明日居天宫四十六日⑤，明日居玄委四十六日⑥，明日居仓果四十六日⑦，明日居新洛四十五日⑧，明日复居叶蛰之宫，曰冬至矣。

【注释】

①“太一常”两句：张景岳：“太一，北辰也。按《西志》曰：中宫，天极星，其一明者，太一之常居也。盖太者，至尊之称，一者，万数之始，为天元之主宰，故曰太一，即北极也。北极居中不动而斗运于外，斗有七星，附者一星，自一至四为魁，自五至七为杓，斗杓旋指十二辰，以建时节，而北极统之，故曰北辰。……斗杓所指之辰谓之月建，即气令所旺之方。如冬至节，月建在正北，故云太一居叶蛰之宫。叶蛰，坎宫也。惟周岁日数，分属八宫，则每宫得四十六日，惟乾巽天门、地户两宫，止四十五日，共计三百六十六日，以尽一岁之数。后仿此。坎宫四十六日，主冬至、小寒、大寒三节。”太一，北极星。坎宫之所以称为“叶(xié)蛰”，因为冬令主蛰封藏，至一阳初动的冬至节，蛰虫始振，故名“叶蛰”。

②明日居天留四十六日：张景岳：“明日，即上文四十六日之次日，谓起于四十七日也。后仿此。天留，艮宫也，主立春、雨水、惊蛰三节，……连前共九十二日而止。”艮宫之所以称为“天留”，是因为艮为山，止而不动，故名“天留”。

③明日居仓门四十六日：张景岳：“仓门，震宫也，自九十三日起，当春分、清明、谷雨三节，共四十六日，至一百三十八日而止。”震宫称为“仓门”。天地万物之气收藏，至东方春令而始振动开辟，故名“仓门”。

④明日居阴洛四十五日：张景岳：“阴洛，巽宫也，自一百三十九日起，主立夏、小满、芒种三节，共四十五日，至一百八十三日而止。”巽宫称为阴洛，是因为在洛书中以二四为肩，巽宫位居东

南，主四月，故名。

⑤明日居天宫四十六日：张景岳："天宫，离宫也，主夏至、小暑、大暑三节，共四十六日，至二百二十九日而止。"离宫称为天宫即上天，是因为日月丽天，主离明在上之象，故名。

⑥明日居玄委四十六日：张景岳："玄委，坤宫也，主立秋、处暑、白露三节，共四十六日，至二百七十五日而止。"坤宫称为玄委，是因为坤为地，玄，幽远也；委，随顺也；地道幽远柔顺，故名。

⑦明日居仓果四十六日：张景岳："仓果，兑宫也，主秋分、寒露、霜降三节，共四十六日，至三百二十一日而止。"兑宫称为仓果，是因为万物至秋而收藏成实，故名。

⑧明日居新洛四十五日：张景岳："新洛，乾宫也，主立冬、小雪、大雪三节，共四十五日，至三百六十六日，周一岁之全数而止。"乾宫称为新洛，是因为洛书中有"戴九履一"之说，"一"乃"乾"之始，故名。

【译文】

北极星太一常从冬至日开始，居于正北方叶蛰宫四十六天；期满的下一天，就移居东北方天留宫四十六天；期满的下一天，就移居正东方仓门宫四十六天；期满的下一天，就移居东南方阴洛宫四十五天；期满的下一天，就移居正南方上天宫四十六天；期满的下一天，就移居西南方玄委宫四十六天；期满的下一天，就移居正西方仓果宫四十六天；期满的下一天，就移居西北方新洛宫四十五天；期满后的下一天，重居叶蛰宫，就又到了冬至日。

太一日游，以冬至之日，居叶蛰之宫，数所在，日从一处，至九日，复反于一[①]，常如是无已，终而复始。

【注释】

①"至九日"两句：张景岳："此结上文而总其义也。太一始于坎，终

于乾，乃八宫之日也，八尽而九，则复反于一，而循环无已矣。”

【译文】

太一游宫的日子，开始于冬至日，居于正北叶蛰宫，以此为起点，来推算其所在之处，到第九天，重又回到坎位，经常这样循环不休，终而复始地运转着。

太一移日[①]，天必应之以风雨。以其日风雨则吉，岁美民安少病矣。先之则多雨，后之则多旱[②]。

【注释】

①太一移日：太一从一宫转向下一宫的第一天，即换节气的日子。张景岳：“移日，交节过宫日也。”

②“先之”两句：张景岳：“风雨先期而至，其气有余，故多雨；风雨后期而至，其气不足，故多旱。”

【译文】

太一每逢交节的日子，必有风雨出现。如果当天风调雨顺，则年景好，民众安居，很少生病。假若交节之前有风雨，这一年就会多雨；交节之后出现风雨，这一年就会多旱。

太一在冬至之日有变[①]，占在君；太一在春分之日有变，占有相；太一在中宫之日有变[②]，占在吏；太一在秋分之日有变，占在将；太一在夏至之日有变，占在百姓。所谓有变者，太一居五宫之日[③]，病风折树木，扬沙石。各以其所在占贵贱。

【注释】

①有变：气候剧变。

②太一在中宫之日：中宫属于土气，寄位于四隅，故四隅当令之时，即是“太一在中宫之日”。张景岳：“中宫属土，旺在四维。”

③太一居五宫之日：张景岳：“太一居五宫之日，言所重者，在子、午、卯、酉四正之节，及中宫之应，即四季土旺用事之日者是也。”

【译文】

太一在冬至那一天，气候剧变，预测应在君；太一在春分那一天，气候剧变，预测应在相；太一在中宫那一天，气候剧变，预测应在吏；太一在秋分那一天，气候剧变，预测应在将；太一在夏至那一天，气候剧变，预测应在百姓。所谓气候剧变，是指太一分别居于五宫的那一天，气候突变，折断树木，飞沙走石。分别从太一所主的方位来占验病者的贵贱。

因视风所从来而占之。风从其所居之乡来为实风①，主生长，养万物；从其冲后来为虚风②，伤人者也，主杀主害者。谨候虚风而避之，故圣人曰：避虚邪之道，如避矢石然，邪弗能害，此之谓也。

【注释】

①所居之乡来为实风：张景岳：“所居者，太一所居之乡也，如月建居子，风从北方来，冬气之正也；月建居卯，风从东方来，春气之正也；月建居午，风从南方来，夏气之正也；月建居酉，风从西方来，秋气之正也。四隅十二建，其气皆然，气得其正者，正气王也，故曰实风。”实风，有利于万物生长的正常气候。

②从其冲后来为虚风：张最岳：“冲者，对冲也。后者，言其来之远，远则气盛也。如太一居子，风从南方来，火反胜也；太一居卯，风从西方来，金胜木也；太一居午，风从北方来，水胜火也；太一居酉，风从东方来，木反胜也。气失其正者，正气不足，故曰虚风。”

冲，时令与风向互相冲突。虚风，有害于万物的反常气候。

【译文】

观察风所来的方向，作为预测气象的依据。风来自其所当令的方位与季节相适应的，是实风，主生长，养育万物；若风来自于其所当令相对的方位与季节相抵触的，是虚风，能够伤人致病，主残害万物。谨慎候察虚风的到来而躲避，所以圣人说：防避虚邪贼风的方法，就像躲避箭矢飞石，外邪就不能侵害，说的就是这个道理。

是故太一入徙，立于中宫[①]，乃朝八风，以占吉凶也。

【注释】

①“是故”两句：张景岳：“此正以明太一即北极也。盖中不立，则方隅气候皆不得其正，故太一立于中宫，而斗建其外，然后可以朝八风，占吉凶。”

【译文】

所以北极星太一迁移，位居中宫，才能朝向八风，来推测气象的吉凶。

风从南方来，名曰大弱风。其伤人也，内舍于心，外在于脉，其气主为热。

【译文】

从南方来的风，名叫大弱风。它伤害到人体，内可侵入于心，外在于血脉，其气主热性病。

风从西南方来，名曰谋风。其伤人也，内舍于脾，外在

于肌，其气主为弱。

【译文】

从西南方来的风，名叫谋风。它伤害到人体，内可侵入于脾，外在于肌肉，其气主虚弱病。

风从西方来，名曰刚风。其伤人也，内舍于肺，外在于皮肤，其气主为燥。

【译文】

从西方来的风，名叫刚风。它伤害到人体，内可侵入于肺，外则留于皮肤之间，其气主燥病。

风从西北方来，名曰折风。其伤人也，内舍于小肠，外在于手太阳脉，脉绝则溢，脉闭则结不通，善暴死。

【译文】

从西北方来的风，名叫折风。它伤害到人体，内可侵入小肠，外在于手太阳经脉，若其脉气竭绝，则邪气充满流溢；若其脉气闭塞，则结聚不通，会突然死亡。

风从北方来，名曰大刚风。其伤人也，内舍于肾，外在于骨与肩背之膂筋，其气主为寒也。

【译文】

从北方来的风，名叫大刚风。它伤害到人体，内可侵入于肾，外在

于骨骼和肩背的膂筋，其气主寒性病。

风从东北方来，名曰凶风。其伤人也，内舍于大肠，外在于两胁腋下及肢节。

【译文】

从东北方来的风，名叫凶风。它伤害到人体，内可侵入大肠，外在于两胁腋骨下及上肢关节部。

风从东方来，名曰婴儿风。其伤人也，内舍于肝，外在于筋纽[①]，其气主为湿。

【注释】

①筋纽：筋的相互联结之处。

【译文】

从东方来的风，名叫婴儿风。它伤害到人体，内可侵入于肝，外在于筋的联结之处，其气主为湿病。

风从东南方来，名曰弱风。其伤人也，内舍于胃，外在肌肉，其气主体重。

【译文】

从东南方来的风，名叫弱风。它伤害到人体，内可侵入于胃，外在肌肉，其气主身体沉重的病证。

此八风皆从其虚之乡来，乃能病人。三虚相搏[①]，则为

暴病卒死。两实一虚，病则为淋露寒热②。犯其雨湿之地，则为痿。故圣人避风，如避矢石焉。其有三虚而偏中于邪风，则为击仆偏枯矣③。

【注释】

①三虚：杨上善："三虚，谓年虚、月虚、时虚。"

②淋露：即羸露，疲困。《左传》昭公元年杜注："露，羸也。"淋，古多作"癃"。《汉书》有癃疲之病，可见，淋可通"疲"。

③击仆：骤然仆倒的病证。

【译文】

以上这八风，都是从虚乡来的，才能使人生病。人与自然界是息息相通的，如果是虚人，又遇到年、月、时之三虚，就会暴发疾病，突然死亡。如果三虚之中为两实一虚，则能发生疲困，寒热相杂之证。或在雨湿之地，感受湿气，会发生痿病。所以圣人，避免虚邪贼风如同躲避箭矢飞石。如果逢到三虚，就可能偏中邪风，突然昏仆倒地，以致引起半身不遂一类的病证。

卷十二

九针论第七十八

【题解】

本篇主要以阐述九针的起源、命名、形状，以及九针适应证和禁忌等为主题，所以篇名《九针论》。本篇首先提出“余闻九针于夫子”，是指前面《九针十二原》等篇所说的，所以本篇有关九针方面的内容，应与前面《九针十二原》、《官针》以及《素问·针解》等篇互相参看。本篇后半部分的内容大部分与《素问·宣明五气论》的内容相同，少部分内容与《素问·血气形志》及其他篇相类。总体上说来，后半部分内容与《九针论》篇题无太大关联，应是混入其中的内容。

黄帝曰：余闻九针于夫子，众多博大矣，余犹不能寤[①]，敢问九针焉生？何因而有名？

岐伯曰：九针者，天地之大数也，始于一而终于九[②]。故曰：一以法天，二以法地，三以法人，四以法时，五以法音，六以法律[③]，七以法星[④]，八以法风，九以法野[⑤]。

【注释】

①寤(wù)：醒。引申为觉悟、明白。

②“天地”两句：大数，也称“至数”。古人认为一至九的数是世界的存在的基本结构和规律，“大数”有今天自然规律的意思。大，有普遍性的含义。一，是数字的起始，九，是数字的终止，九加一为十，又变成一数，是新的起点。所以说“始于一而终于九”的数理，是一切事物由少到多的自然发展规律。

③律：六律，即黄钟、太簇、姑洗、蕤宾、夷则、无射。

④星：北斗七星，即天枢、天璇、天玑、天权、天衡、开阳、摇光。

⑤野：九州之分野，即冀、兖、青、徐、荆、扬、豫、梁、雍。

【译文】

黄帝问：我听你讲解九针，内容真是丰富多彩，但有些我还是不明白，请问九针是怎样创造的？根据什么而定名的？

岐伯说：九针的创造是取法于天地大数而来的，天地的数理，从一开始，到九而终止。所以说第一种针具取法于天，第二种针具取法于地，第三种针具取法于人，第四种针具取法于四时，第五种针具取法于五音，第六种针具取法于六律，第七种针具取法于七星，第八种针具取法于八风，第九种针具取法于九野。

黄帝曰：以针应九之数，奈何？

岐伯曰：夫圣人之起天地之数也，一而九之，故以立九野，九而九之，九九八十一，以起黄钟数焉[①]，以针应数也。

【注释】

①黄钟：六律之首，是古代矫正音律的一种乐器，用竹制成，长九寸，每寸恰当九个纵排之黍的长度，九寸合八十一个纵黍的长度。以九针应此数，言其变化很多，能适应多种疾病。古代以上党产的秬黍（黑黍）作为确定分寸的标准，一粒黍的纵向长度定为一分，用九粒黍纵向累加，合为一寸。如以黍的横向长度定为

一分，则十黍相加之长恰好等于纵和九黍之长，为一寸。

【译文】

黄帝问：以针和九数相应，情况怎样呢？

岐伯说：圣人确立了天地的数理，是从一到九，因此把大地划分为九个分野，若九九相乘，等于八十一，从而建立黄钟之数，九针正与此数相应。

一者，天也。天者，阳也。五脏之应天者肺，肺者，五脏六腑之盖也[①]。皮者，肺之合也，人之阳也。故为之治针，必以大其头而锐其末，令无得深入而阳气出。

【注释】

①“肺者”两句：肺位最高，覆盖着五脏六腑，状如伞盖，所以中医把人体的肺喻称“华盖”。盖，又叫“华盖”，是帝王专用的车盖或伞。

【译文】

一之数，取象于天。天属阳。在五脏中，外与天气相应的是肺，肺的位置最高，为五脏六腑的“华盖”。皮毛是肺的外合，皮毛在体表，属人体之阳分。取象于此而制成鑱针，针的式样，必须针头大，针尖锐利，使之不能深刺，而只能浅刺，以防深刺泄伤阳气。

二者，地也。人之所以应土者，肉也。故为之治针，必筩其身而员其末[①]，令无得伤肉分，伤则气竭。

【注释】

①筩其身而员其末：筩其身，指针身圆而直，形如竹管。员其末，指

针尖为卵圆状。张景岳:“员针,如卵形,以利导于分肉间,盖恐过伤肌肉,以竭脾气,故用不在锐,而主治分间之邪气也。”筩,“筒”的异体字。马元台:“筩以竹为之,其体直,故为之筩。”

【译文】

二之数,取象于地。地即土,人体与土相应的是肉。取象于此而制成员针,针的式样是针身圆直如竹管状,针尖呈卵圆形,使之刺治时不得损伤分肉,若过伤肌肉,易使脾气衰竭。

三者,人也。人之所以生成者,血脉也。故为之治针,必大其身而员其末,令可以按脉勿陷,以致其气,令邪气独出。

【译文】

三之数,取象于人。人的生命形成,依赖于血脉输送营养。取象于此而制成鍉针,针的式样是针身大,针尖圆,微尖而钝,可以按摩穴位,疏通血脉,但不能刺入过深,而引邪内陷,以引导正气,则邪气自然外出。

四者,时也。时者,四时八风之客于经络之中,为痼病者也[①]。故为之治针,必筩其身而锋其末,令可以泻热出血,而痼病竭。

【注释】

①痼(gù):积久难治的病。

【译文】

四之数,取象于四时。所谓“时”,就是四时八方的风邪,侵入经络

中，痹阻血脉，气滞血淤，而渐成顽固性的病证。取象于此而制成锋针（即三棱针），针的式样是针身长直、针尖锋利，用来刺络放血，泻其淤热，而根治顽疾。

五者，音也。音者，冬夏之分，分于子午[①]，阴与阳别，寒与热争，两气相搏，合为痈脓者也。故为之治针，必令其末如剑峰，可以取大脓。

【注释】

①“音者”三句：冬至阴极阳生，月建在子；夏至阳极阴生，月建在午。所以说：“冬夏之分，分于子午”。音取“五”数，五位于一到九数的中间。根据九宫数的位置：一为坎宫，位于北方，其时令为冬至，地支在子；九为离宫，位于南方，其时令为夏至，地支在午；五数位居中宫，正当坎、离二宫之间，阴阳由此可分。可参前《九宫八风》。音，指五音。

【译文】

五之数，取象于五音。音为五数，位于一、九两数的中间。一数，代表冬至一阳初生之时，月建在子；九数，代表夏至一阴初生之时，月建在午。而五数正当一到九数的中央，如暑往寒来，阴阳消长的复迁，由此可分。比象人体的寒热不调，两气搏结，形成痈肿化脓之证。取象于此而制成铍针，针的式样是针头锋利如剑，可以刺破痈疽，排出脓血。

六者，律也。律者，调阴阳四时而合十二经脉[①]，虚邪客于经络而为暴痹者也。故为之治针，必令尖如氂[②]，且员且锐，中身微大，以取暴气。

【注释】

①“律者”两句：六律六吕高低有节，阴阳相生而协调，因此以喻十二经脉。

②氂(máo)：氂牛尾，长而有韧性。这里形容针细而有韧性，刺入可以稍深。张景岳：“毛之强者曰氂。取法于氂者，用其细健可稍深也。”

【译文】

六之数，取象于六律。六律调节声音，分为阴阳，应于四时十二辰，比象于人体十二经脉，虚邪贼风，侵入经络，阴阳失调，气血雍闭，会暴发痹证。取象于此而制成圆利针，针的式样是针尖状如氂牛尾，圆而锐利，针身略粗大，适用于刺治急性病。

七者，星也。星者，人之七窍[①]，邪之所客于经，而为痛痹，舍于经络者也。故为之治针，令尖如蚊虻喙，静以徐往，微以久留，正气因之，真邪俱往，出针而养者也。

【注释】

①“星者”两句：北斗有七星，古多据为典例。天有七星比拟人有七窍，其义可引申为天空星辰密布，人的通身孔窍也很多。张景岳：“七以法星，而合于人之七窍，举七窍之大者言，则通身空窍皆所主也。”

【译文】

七之数，取象于七星。七星，比象于人体的七窍，邪从孔穴侵入经络，久留不去，发生痛痹，是因为客舍于经络的缘故。取象于此而制成毫针，针的式样是针尖微细，好像蚊虻嘴那样，刺治时，要静候其气，慢慢进针，轻微地提插，长时间留针，这样正气得到充实，只要邪气消散，真气也就随之恢复，出针以后，还要继续疗养。

八者，风也。风者，人之股肱八节也[①]，八正之虚风[②]，八风伤人，内舍于骨解腰脊节腠理之间，为深痹也。故为之治针，必长其身，锋其末，可以取深邪远痹。

【注释】

①八节：人之手足，各有股、肱关节计八，故称“八节”。这里指通身关节。

②八正：指立春、立夏、立秋、立冬、春分、秋分、夏至、冬至。虚风：四时反常气候。

【译文】

八之数，取象于八风。八风与人的股肱八节相应，如四时气候反常，八方虚风就会伤人，侵入骨缝腰及关节和腠理之间，形成邪深在里的痹证。取象于此而制成长针，针的式样是针身长而针尖锋利，可以治疗邪深病久的痹证。

九者，野也。野者，人之节解皮肤之间也。淫邪流溢于身，如风水之状，而溜不能过于机关大节者也[①]。故为之治针，令尖如梃[②]，其锋微员，以取大气之不能过于关节者也。

【注释】

①溜不能过于机关大节者：张介宾：“凡淫邪流溢于肌体，为风为水，不能过于关节而壅滞为病者，必用大针以利机关之大气。”《官针》：“病水肿，不能通关节者，取以大针。”

②梃：应作“筵”。《离骚》王注：“筵，小破竹也。”

【译文】

九之数，取象于九野。九野与人的周身关节骨缝和皮肤之间相应。

邪气流溢漫延周身，状似风水，水气不能通过大关节，而形成肌肤水肿。取象于此而制成大针，针的式样是尖如破竹，针尖略圆，治疗水气停留，大气不能通过关节的疾病。

黄帝曰：针之长短，有数乎？

岐伯曰：一曰鑱针者，取法于巾针，去末半寸，卒锐之[①]，长一寸六分，主热在头身也。二曰圆针，取法于絮针[②]，筩其身而卵其锋，长一寸六分，主治分间气。三曰锟针，取法于黍粟之锐，长三寸半，主按脉取气，令邪出。四曰锋针，取法于絮针，筩其身，锋其末，长一寸六分，主痈热出血。五曰铍针，取法于剑锋，广二分半，长四寸，主大痈脓，两热争者也。六曰员利针，取法于氂针[③]，微大其末，反小其身，令可深内也，长一寸六分，主取痈痹者也。七曰毫针，取法于毫毛，长一寸六分，主寒热痛痹在络者也。八曰长针，取法于綦针[④]，长七寸，主取深邪远痹者也。九曰大针，取法于锋针，其锋微员，长四寸，主取大气不出关节者也。

针形毕矣，此九针大小长短法也。

【注释】

①卒锐之：指鑱针在相距末端约半寸许，突然尖锐，状如箭头。丹波元简："卒，暴也。此针之制，长寸六分，其去末五分之所暴锐之，其刺浅而泻表阳气也。"按：本段内容与《九针十二原》论"九针之名，各不同形"一段，基本相同，只是本段指出了九针所取法的具体针具。

②絮针：孙鼎宜："絮针，古者缝絮之针也。"

③针：衍文。《九针十二原》："员利针者，大如氂。"

④綦(qí)针：缝纫用的长针。

【译文】

黄帝问：针的长短，有一定度数吗？

岐伯说：第一种叫鑱针，模仿巾针的式样制成，针头大，在距离针尖末端约半寸许，突然尖锐，状如箭头，长度共一寸六分，适用于浅刺，主治热在头身的病证。第二种叫员针，模仿絮针的式样制成，针身圆直如竹管状，针尖呈卵圆形，长一寸六分，主治邪在分肉间的疾病。第三种叫锲针，仿照黍粟的形状，圆而微尖，长三寸半，用来按摩经穴，行气活血，驱邪外出。第四种叫锋针，模仿絮针的式样制成，针身圆直，针尖锋利，长一寸六分，主治痈疡热毒之证，以刺络放血。第五种叫铍针，模仿剑锋的式样制成，针尖锋利如剑，宽二分半，长四寸，主治寒热搏结的痈肿化脓之证。第六种叫员利针，模仿氂牛尾制成，针的形状细长如氂牛尾，针尖稍大，针身反小，用于深刺，长一寸六分，主治痈肿和痹证。第七种叫毫针，其形细如毫毛，长一寸六分，主治邪在于络的寒热和痛痹。第八种叫长针，模仿綦针的式样制成，长七寸，主治邪深病久的痹证。第九种叫大针，针的形状，是模仿锋针制作，针长略圆，长四寸，主治大气不能通利关节，积水成肿的病证。

以上所述，九针的式样已尽在其中了。这也是九针大小长短及其制法的根据。

黄帝曰：愿闻身形应九野[①]，奈何？

岐伯曰：请言身形之应九野也。左足应立春，其日戊寅己丑[②]；左胁应春分，其日乙卯[③]；左手应立夏，其日戊辰己巳[④]；膺喉首头应夏至，其日丙午[⑤]；右手应立秋，其日戊申己未[⑥]；右胁应秋分，其日辛酉[⑦]；右足应立冬，其日戊戌己

亥[8]；腰尻下窍应冬至，其日壬子[9]；六腑膈下三脏应中州[10]，其大禁，大禁太一所在之日及诸戊己[11]。凡此九者[12]，善候八正所在之处[13]，所主左右上下。身体有痈肿者，欲治之，无以其所直之日[14]，溃治之。是谓天忌日也[15]。

【注释】

①九野：张介宾："九野，即八卦九宫之位也。"参见《九宫八风》。

②其日戊寅己丑：张介宾："此左足应艮宫，东北方也。立春后，东北节气也。寅丑二日，东北日辰也。故其气皆应于艮宫。然乾坤艮巽，四隅之宫也；震兑坎离，四正之宫也。土王于四季，故四隅之宫，皆应戊己，而四正之宫，各有所王。"

③"左胁"两句：张介宾："此左胁应震宫也。左胁，正东方也。春分后，正东节气也。乙卯日，东方之正也。故其气皆相应。"

④其日戊辰己巳：张介宾："立夏后，东南节气也。戊辰己巳，东南日辰也。故其气皆相应。"

⑤"膺喉"两句：张介宾："膺喉首头应离宫，正南方也。夏至后，正南节气也。丙午日，南方之正也。故其气皆相应。"

⑥"右手"两句：张介宾："此右手应坤宫，西南方也。立秋后，西南节气也。戊申己未，西南日辰也。故其气皆相应。"

⑦"右胁"两句：张介宾："此右胁应兑宫，正西方也。秋分后，正西节气也。辛酉日，西方之正也。故其气皆相应。"

⑧"右足"两句：张介宾："此右足应乾宫，西北方也。立冬后，西北节气也。戊戌己亥，西北日辰也。故其气皆相应。"

⑨"腰尻"两句：张介宾："此腰尻下窍应坎宫，正北方也。冬至后，正北节气也。壬子日，北方之正也，故其气皆相应。"

⑩"六腑"句：张介宾："此膈下应中宫也，膈下，腹中也。三脏，肝脾肾也。六腑三脏俱在膈下腹中，故应中州。"

⑪“大禁”句：张介宾：“大禁者，在太一所在之日及诸戊己日。盖戊己属土，虽寄王于四季，而实为中宫之长，故其气应。”

⑫九者：指太一在各宫（八宫）及四季之戊己，合为九禁。

⑬“善候”句：张介宾：“正，正风也。八正，即八方正气之所在，太一之谓也。八宫定，则八正之气可候矣。”

⑭直：逢，遇。

⑮天忌日：根据时令节气，不适宜针刺的日期，叫做“天忌日”。

【译文】

黄帝问：我希望听听人的身形和九野相应的情况，是怎样的？

岐伯说：请让我讲讲身形应九野的情况。春夏属阳，阳气从左而升，自下而上，所以人的左足应于艮宫（东北方），在节气应于立春，在日辰正当戊寅、己丑；左胁应于震宫（正东方），在节气应于春分，在日辰正当乙卯；左手应于巽宫（东南方），在节气应于立夏，在日辰正当戊辰、己巳；前胸、咽喉、头面应于离宫（正南方），在节气应于夏至，在日辰正当丙午。秋冬属阴，阴气从右而降，自上而下，所以右手应于坤宫（西南方），在节气应于立秋，在日辰正当戊申、己未；右胁应于兑宫（正西方），在节气应于秋分，在日辰正当辛酉；右足应于乾宫（西北方），在节气应于立冬，在日辰正当戊戌、己亥；腰、尻、下窍应于坎宫（正北方），在节气应于冬至，在日辰正当壬子。六腑和肝、脾、肾三脏，都在膈下腹中的部位，应于中宫，它属于大禁，所谓大禁，是指正交八节（四立、二分、二至）的太一所在之日，以及各个戊、己日。掌握了人体九个部位和九个方位的相应关系，就可以测候八方当令节气的所在，及其相应于形体左右上下的各部位，从而也就明确了刺法上的禁忌日期。身体某个部位发生了痈肿，如果正当“太一所在”及“戊己”所值之日，就不能用溃破法治疗，犯了大禁，因为土气正旺或节气当令之日，是有助于人体正气充实之时，破溃反伤正气。所以不宜针刺的日期，叫做天忌日。

形乐志苦，病生于脉[①]，治之以灸刺。形苦志乐，病生于筋，治之以熨引[②]。形乐志乐，病生于肉[③]，治之以针石[④]。形苦志苦，病生于咽喝[⑤]，治之以甘药[⑥]。形数惊恐，筋脉不通，病生于不仁[⑦]，治之以按摩醪药[⑧]。是谓形[⑨]。

【注释】

①病生于脉：王冰："形乐，谓不甚劳役，志苦，谓结虑深思。不甚劳役，则筋骨平调；结虑深思，则荣卫乖否，气血不顺，故病生于脉焉。"按：《素问·血气形志》有与本段基本相同的内容。

②熨引：王冰："熨，谓药熨。引，谓导引。"

③病生于肉：王冰："筋骨不劳，心神悦怿，则肉理相比，气道满填，卫气怫结，故病生于肉也。"

④针石：王冰："卫气留满，以针泻之，结聚脓血，石而破之。石，谓石针，则砭石也。"石，即石针，通称"砭"。为古代切刺皮肤、排脓放血的手术工具。

⑤咽喝：《素问·血气形志》作"咽嗌"，可从。王冰："修业就役，结虑深思，忧则肝气并于脾，肝与胆合，嗌为之使，故病生于嗌也。"

⑥甘药：《血气形志》作"百药"。

⑦不仁：王冰曰："不仁，谓不应其用，则瘫痹矣。"

⑧醪(láo)药：王冰："谓酒药也。"

⑨是谓形：《血气形志》作"是谓五形志也"，可从。

【译文】

形体安乐，精神苦闷，发病易在经脉，用针刺治疗。形体劳苦，精神愉快，发病易在筋骨，用熨引治疗。形体安乐，精神愉快，治疗肌肉，用针刺和砭石治疗。形体劳苦，精神苦闷，发病易在咽嗌，用甘药治疗。形体屡次遭受惊恐，筋脉运行不畅，发病易出现肢体不仁的症状，用按摩、药酒治疗。这就是所谓五种形志的病。

五藏气[①]：心主噫[②]，肺主咳[③]，肝主语[④]，脾主吞[⑤]，肾主欠[⑥]。

六腑气：胆为怒，胃为气逆、哕[⑦]，大肠小肠为泄[⑧]，膀胱不约为遗溺[⑨]，下焦溢为水[⑩]。

【注释】

①五藏气：杨上善："五藏从口中所出之气，皆是人常气之变也。"

按：本段至"五主"与《素问·宣明五气》内容大体相类，可互参。

②心主噫：王冰："象火炎上，烟随焰出，心不受秽，故噫出之。"

③肺主咳：王冰："象金坚劲，扣之有声，邪击于肺，故为咳也。"

④肝主语，王冰："象木枝条，而形支别，语宣委曲，故出于肝。"

⑤脾主吞：王冰："象土包容，物归于内，翕如皆受，故为吞也。"

⑥肾主欠：王冰："泉水下流，上生云雾，气郁于胃，故欠生焉。"

⑦胃为气逆、哕：王冰："水谷之海，肾与为关，关闭不利，则气逆而上行，以包容水谷，性喜受寒，寒谷相薄，故为哕也。"

⑧大肠小肠为泄：王冰："大肠为传导之腑，小肠为受盛之腑，受盛之气既虚，传导之司不禁，故为泄利也。"

⑨膀胱不约为遗溺：王冰："足三焦脉虚，不约下焦，则遗溺也。"

⑩下焦溢为水：王冰："下焦为分注之所，气窒不泻，则溢而为水。"

【译文】

五脏之气失调，会出现不同症状：心主要是噫气，肺主要是咳嗽，肝主要是多语，脾主要是吞酸，肾主要是呵欠。

六腑之气失调：胆易发怒，胃易哕逆，大肠小肠易为泄泻，膀胱不能约束是遗尿，下焦泛滥，易发水肿。

五味：酸入肝，辛入肺，苦入心，甘入脾，咸入肾，淡入

胃[①]。是谓五味。

【注释】

①淡入胃：甘味极薄为淡，即淡附于甘，同属五行土气。凡五谷皆具淡味，而受纳于胃，所以说“淡入胃”。

【译文】

五味入胃后，按其属性各归其所合的脏腑：酸味属木，入于肝；辛味属金，入于肺；苦味属火，入于心；甘味属土，入于脾胃；咸味属水，入于肾；淡味亦附属于土，先入于胃。这就是五味各有所入。

五并[①]：精气并于肝则忧，并于心则喜，并于肺则悲，并于肾则恐，并于脾则畏。是谓五精之气，并于脏也。

【注释】

①五并：指五脏精气相乘并于一脏，化生实邪为病。并，合并，聚在一处。

【译文】

五脏精气相并之证：精气并于肝则肝气抑郁，而生忧虑；并于心则心气有余，而生喜笑；并于肺则气郁胸窄，而生悲哀；并于肾则水盛火衰，而心悸善恐；并于脾则痰盛中虚，胆怯生畏。这是五脏精气相并，邪气入脏之证。

五恶：肝恶风，心恶热，肺恶寒，肾恶燥，脾恶湿。此五脏气所恶也。

【译文】

五脏各有所厌恶：肝厌恶风，心厌恶热，肺厌恶寒，肾厌恶燥，脾厌恶湿。这是五脏所恶。

五液：心主汗[①]，肝主泣，肺主涕，肾主唾[②]，脾主涎[③]。此五液所出也。

【注释】

①心主汗：津液渗入脉中，转化为血液，归属于心，而血中津液，又可渗出于脉外，其中随卫气外泄的部分，就是汗。

②肾主唾：张景岳："唾生于舌下，足少阴肾脉，循喉咙，挟舌本也。"

③脾主涎：杨上善："脾足太阴脉，通于五谷之液，上出廉泉，故名为涎。"涎，口液。

【译文】

五脏化生五液：心主汗液，肝主泪液，肺主涕液，肾主唾液，脾主涎液。这是五脏主五液。

五劳[①]：久视伤血，久卧伤气，久坐伤肉，久立伤骨，久行伤筋。此五久劳所病也。

【注释】

①五劳：指劳逸过度，积久形成的五种劳伤。

【译文】

五种劳逸过度所致的损伤：久视伤心血，久卧伤肺气，久坐伤肌肉，久立伤骨，久行伤筋。这是五种久劳所伤。

五走：酸走筋，辛走气，苦走血，咸走骨，甘走肉，是谓五走也。

【译文】

五味各有所走：酸味入肝而走筋，辛味入肺而走气，苦味入心而走血，咸味入肾而走骨，甘味入脾而走肉。这叫五走。

五裁[①]：病在筋，无食酸；病在气，无食辛；病在骨，无食咸；病在血，无食苦；病在肉，无食甘。口嗜而欲食之，不可多也，必自裁也。命曰五裁。

【注释】

①裁：节制。

【译文】

饮食的五种节制：酸性收敛，病在筋，不能多食酸味；辛能发散，病在气，不能多食辛味；咸能软坚，病在骨，不宜多食咸味；苦能化燥，病在血，不能多食苦味；甘能壅满助湿，病在肉，不宜多食甘味。即使嗜好欲食，也不可多食，必须自我节制。这叫五裁。

五发：阴病发于骨；阳病发于血；以味发于气[①]；阳病发于冬，阴病发于夏[②]。命曰五发。

【注释】

①以味：日刻本作“阴病”。《素问·宣明五气》：“阴病发于肉”。可以。

②“阳病”两句：肝为阳脏，其病发源于冬；肺为阴脏，其病发源于夏。

【译文】

五脏发病的部位和季节各不相同：肾为阴脏而主骨，发病多在骨骼；心为阳脏而主血脉，发病多在血脉；脾为阴脏，主肌肉，发病多在肌肉。肝阳虚而发病，多发于冬季；肺阳虚而发病，往往发于夏季。这叫五发。

五邪：邪入于阳，则为狂[①]；邪入于阴，则为血痹[②]；邪入于阳，搏则为癫疾[③]；邪入于阴，搏则为瘖[④]；阳入于阴，病静，阴出于阳，病喜怒。

【注释】

①“邪入于阳”两句：杨上善：“热气入于阳脉，重阳故为狂病。”

②“邪入于阴”两句：杨上善：“寒邪入于阴脉，重阴故为血痹。”

③癫疾：头部疾患，如头痛、眩晕，甚至昏仆等证。癫，通“巅”。马元台：“癫，当为巅。正以阳气上升，故顶巅有疾。如头痛、眩晕等证也。”

④“邪入于阴”两句：张介宾：“邪搏于阴，则阴气受伤，故声为音哑。阴者，五脏之阴也。盖心主舌，而手少阴心脉上走喉咙，系舌本；手太阴肺脉，循喉咙；足太阴脾脉，上行结于咽，连舌本，散舌下；足厥阴肝脉，循喉咙之后，上入颃颡，而筋脉络于舌本；足少阴肾脉，循喉咙，系舌本。故皆主病瘖也。”

【译文】

五脏为邪所扰的病变：病邪入于阳分，则为狂；病邪入于阴分，血脉凝涩，发生痹证；病邪入于阳，邪气搏结于上，发生头部疾患；五脏阴经通于喉舌之间，病邪入于阴，搏结不去，伤阴而瘖哑；病邪由阳入阴，病多平静，病邪由阴出阳，病多怒。

五藏：心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏精志也[①]。

【注释】

①肾藏精志：杨上善："肾有二枚，左箱为肾，藏志也，在右为命门，藏精也。"

【译文】

五脏所藏精神活动：心脏藏神，肺脏藏魄，肝脏藏魂，脾脏藏意，肾脏藏精志。

五主：心主脉，肺主皮，肝主筋，脾主肌，肾主骨。

【译文】

五脏各有所主：心主宰血脉，肺主宰皮毛，肝主宰筋膜，脾主宰肌肉，肾主宰骨胳。

阳明多血多气，太阳多血少气，少阳多气少血，太阴多血少气，厥阴多血少气，少阴多气少血。故曰刺阳明出血气，刺太阳出血恶气，刺少阳出气恶血，刺太阴出血恶气，刺厥阴出血恶气，刺少阴出气恶血也。

【译文】

手足各经有气血多少的不同：阳明经多血多气，太阳经多血少气，少阳经多气少血，太阴经多血少气，厥阴经多血少气，少阴经多气少血。所以说，刺阳明经可以出血与气，刺太阳经能出血不能出气，刺少阳经能出气而不能出血，刺太阴经能出血不能出气，刺厥阴经能出血不能出气，刺少阴经能出气而不能出血。

足阳明太阴为表里[①]，少阳厥阴为表里，太阳少阴为表里。是谓足之阴阳也。手阳明太阴为表里，少阳心主为表里，太阳少阴为表里。是谓手之阴阳也。

【注释】

①表里：指内外阴阳的相互联系。凡阳经行于身之外侧，主表；阴经行于身之内侧，主里。

【译文】

足阳明胃经与足太阴脾经相为表里，足少阳胆经与足厥阴肝经为表里，足太阳膀胱经与足少阴肾经为表里。这是足三阳经与足三阴经的表里关系。手阳明大肠经与手太阴肺经为表里，手少阳三焦经与手厥阴心包经为表里，手太阳小肠经与手少阴心经为表里。这是手三阴经与手三阳经的表里关系。

岁露论第七十九

【题解】

本篇论述的内容颇多，从主旨上看可分为两部分，第一部分论述疟疾的内容与《素问·疟论》大致相同，但不如《疟论》详细，可能是后人在编纂时窜入的。另一部分内容，与《九宫八风》关系密切，或许是《九宫八风》的发挥。这部分总的观点认为“风是天之气，雨是天之露”，一年之中，风雨不调，多使人发病；特别指出如果在新年中不是风和日暖，气候调和，而是风雨交加的反常现象，就叫“岁露”。因篇中有：“故诸逢其风而遇其雨者，命曰遇岁露焉”，故以《岁露》名篇。该部分主要论述了贼风邪气伤害人体，以及寒风、暑气能伤形；提出了“三虚”、“三实”概念，对外邪在发病中的作用，作了准确地说明；论述了从正月朔日的各种风向，来预测可能发生的流行性疾病及各种自然灾害。

黄帝问于岐伯曰：经言夏日伤暑，秋病疟。疟之发以时，其故何也？

岐伯对曰：邪客于风府，循脊而下[①]。卫气一日一夜，大会于风府，其明日下一节[②]，故其日作尚晏[③]。此其先客于脊背也。故每至于风府则腠理开，腠理开则邪气入，邪气入则

痛作，此所以日作尚晏也。卫气之行风府，日下一节，二十一日，下至尾底④，二十二日，入脊内，注于伏冲之脉，其行九日，出于缺盆之中⑤，其气上行，故其病稍益早。其内搏于五脏，横连募原⑥，其道远，其气深，其行迟，不能日作，故次日乃稽积而作焉⑦。

【注释】

①脊：张景岳："夹脊两傍之肉曰脊。"按：《素问·疟论》有与本节内容大体相似的论述，可参读。

②节：在此义同"椎"，指脊椎。王冰："节，谓脊骨之节。"

③日作尚晏：疟疾发作时间，每天向后推迟。晏，晚。

④尾底：通称"尾骶骨"，又名"尾闾"或"穷骨"，就是脊骨的最末一节处。脊骨共二十一节，卫气逐日自上向下移一节，所以说"二十一日，下至尾底"。

⑤缺盆之中：左右两缺盆穴的中间，即任脉天突穴的所在。缺盆在天突穴旁开四寸。

⑥募原：指胸腹腔脏腑之间的系膜。丹波元简："膜，本取义于帷幕之幕，膜间薄皮，遮隔浊气者，犹幕之在上，故谓之幕，因从肉作膜，其作募者，幕之讹也。"募，通"膜"。

⑦稽：同"蓄"，积聚。

【译文】

黄帝问岐伯说：医经中说夏天伤了暑邪，到秋天会发生疟疾。疟疾的发作有一定时间，是什么原因呢？

岐伯回答说：邪气侵入风府，沿着脊椎下行。人体卫气循行的规律，是一日一夜在风府穴会合，然后循着脊椎逐日下行一节，这样卫气与邪气相遇，就一天比一天晚了，所以，疟疾的发作时间也就一天天向

后推迟。这是邪气先侵入脊背的原因。每当卫气运行到风府时，则腠理开张，腠理开张则邪气便乘隙侵入，邪气侵入与卫气相搏，病就发作，这是疟疾发作时间常常逐渐推迟的原因。卫气运行至风府，每日下行一节，经二十一日，下行到尾骶骨，至二十二日，又入于脊内，流注于伏冲之脉，再沿经脉上行，到第九日，上出于两缺盆的中间，由于气上行逐日升高，因此发病的时间就一天比一天早了。如果邪气内迫于五脏，横连于膜原，邪气的道路距离体表已远，深藏体内，运行也较迟缓，不能每天发病，所以要积累到第二天才会发作。

黄帝曰：卫气每至于风府，腠理乃发，发则邪入焉。其卫气日下一节，则不当风府，奈何？

岐伯曰：风无常府[①]，卫气之所应，必开其腠理，气之所舍，则其府也。

【注释】

①风无常府：风邪侵入人体没有固定的部位。

【译文】

黄帝问：卫气每到风府时，腠理就张开，张开则邪气乘隙而入，致人发病。但卫气逐日下移一节，有时不在风府处，疟疾为什么也发作呢？

岐伯说：风邪侵入体内并没有固定位置，只是卫气与邪气相搏，就有所反应，必定使腠理开张而发病，所以邪气留滞之处，就是发病的所在。

黄帝曰：善。夫风之与疟也，相与同类，而风常在，而疟特以时休，何也？

岐伯曰：风气留其处，疟气随经络，沉以内搏[①]，故卫气

应乃作也。

帝曰：善。

【注释】

①沉以内搏：形容疟邪从经络而深入，内迫于五脏。沉，深。按：以上论疟疾的各节，内容与《素问·疟论》大致相同，但没有《疟论》全面细致，从内容来看，与本篇主题也不大相关，可能是后人整理时混入本篇的。

【译文】

黄帝说：讲得好。风邪致病和疟疾，相互之间属于同类，但是，风邪为病，常常持续存在，而疟疾的发作却按时休止，为什么呢？

岐伯说：因为风邪常停留在发病部位，而疟邪之气却能随着经络，深入而搏结于内，所以与卫气相遇，发生搏击，引起抗邪反应，就会发作。

黄帝说：讲得好。

黄帝问于少师曰：余闻四时八风之中人也，故有寒暑，寒则皮肤急而腠理闭，暑则皮肤缓而腠理开。贼风邪气，因得以入乎？将必须八正虚邪①，乃能伤人乎？

少师答曰：不然。贼风邪气之中人也，不得以时②，然必因其开也，其入深。其内极也疾，其病人也卒暴。因其闭也，其入浅以留，其病人也徐以迟。

【注释】

①将：表示选择，抑，或。

②“贼风邪气”两句：张景岳：“凡四时乖戾不正之气，是为贼风邪

气。非如太一所居，八正虚邪之有常候。此则发无定期，亦无定位，故曰不得以时也。”

【译文】

黄帝问少师说：我听说四时八风伤害人体，与寒暑气候的不同有关。寒冷时人的皮肤紧急，腠理闭合；暑热时人的皮肤舒缓，腠理开张。贼风邪气是乘人体皮腠开泄而侵入的呢？还是必须遇到八节虚邪，才会伤人呢！

少师回答说：不是这样。有的贼风邪气伤人，没有固定时期，但必须乘人体皮腠开张时，才能侵入。邪气侵入部位深的，病就严重，所以发病也急暴。如果在皮腠闭合时，邪气即使侵入，也只能停留在浅表部位，发病也比较迟缓。

黄帝曰：有寒温和适，腠理不开，然有卒病者，其故何也？

少师答曰：帝弗知邪入乎？虽平居，其腠理开闭缓急，其故常有时也[①]。

黄帝曰：可得闻乎？

少师曰：人与天地相参也，与日月相应也。故月满则海水西盛[②]，人血气积，肌肉充，皮肤致，毛发坚，腠理郄，烟垢著[③]。当是之时，虽遇贼风，其入浅不深。至其月郭空，则海水东盛，人血气虚，其卫气去，形独居，肌肉减，皮肤纵，腠理开，毛发残，腠理薄，烟垢落。当是之时，遇贼风则其入深，其病人也卒暴。

【注释】

①其故常有时：杨上善：“人虽和适而居，腠理开闭，未必因于寒暑，

因于月之满空，人气盛衰，故腠理开闭，有病不病，斯乃人之常也。”

②月满则海水西盛：杨上善：“日为阳也，月为阴也。东海阳也，西海阴也。月有亏盈，海水之身，随月虚实也。月为阴精主水，故月满西海盛也。”这是说海水受日月引力的影响，潮水的涨落，都有一定的时间。下文“海水东盛”道理同此。

③烟垢著：形容体肥表固，致人皮肤易生脂垢。张景岳：“烟垢，垢腻如烟也，血实则体肥，故腻垢着于肌肤，表之固也。血虚则肌瘦，故腻垢剥落，类于风消，表之虚也。此所以关于卫气者也。”

【译文】

黄帝问：有的人能够调和适应寒温变化，腠理也不开张，但突然发病了，是什么缘故？

少师回答说：您不知道邪气侵入吗？即使在人们平时的生活中，腠理的开闭缓急，也都有一定的时间规律。

黄帝问：可以让我听听吗？

少师说：人与天地自然相参，与日月运行相应。所以在满月时，海水西盛。这时人的血气清和，肌肉充实，皮肤致密，毛发坚竖，腠理闭合，皮脂多而表固。在这个时候，即使遇到贼风侵入，也浅不能深。如果到了月缺时，海水东盛。这时人的气血较虚，卫气离开体表，深入于里，外形虽然如常，但肌肉消减，皮肤弛缓，腠理开张，毛发残损，腠理疏薄，皮脂剥落。在这个时候，若遇到贼风，它就能深入内里，使人发病急暴。

黄帝曰：其有卒然暴死暴病者，何也？

少师答曰：得三虚者[①]，其死暴疾也；得三实者，邪不能伤人也。

黄帝曰：愿闻三虚。

少师曰：乘年之衰，逢月之空，失时之和，因为贼风所伤，是谓三虚。故论不知三虚，工反为粗。

帝曰：愿闻三实。

少师曰：逢年之盛，遇月之满，得时之和，虽有贼风邪气，不能危之也，命曰三实。

黄帝曰：善乎哉论！明乎哉道！请藏之金匮，然此一夫之论也[2]。

【注释】

①三虚：即下文“乘年之衰，逢月之空，失时之和”。乘年之衰，指当年的岁气不及。逢月之空，指月缺无光的时候。失时之和，就是四时气候反常，如春不温、夏不热等。张景岳：“三虚在天，又必因人之虚，气有失守，乃易犯之，故为贼风所伤，而致暴死、暴病。使知调摄避忌，则邪不能害，故曰‘乘’、曰‘逢’、曰‘失’者，盖兼人事为言也。”

②一夫之论：张景岳：“一夫之论，以一人之病为言也。”

【译文】

黄帝问：有的人突然死亡，或突然生病，这是什么原因？

少师回答说：遇到三虚的，会出现暴病暴死的情况；遇到三实的，就不会为邪气所伤害了。

黄帝说：希望听听三虚的道理。

少师说：在岁气不及的衰年，又遇到月缺无光的黑夜，四时节令又反常，因而被贼风所伤，这就叫三虚。所以讨论医道，如果不懂得三虚致病的理论，就是学识浅陋的粗工。

黄帝说：希望听听三实。

少师说：逢上岁气旺盛之年，又遇到月光圆满，再有调和的气候，即

使有贼风邪气，也不能危害人体，这就叫三实。

黄帝说：说得好极了！道理也讲得很明白！请把它保存在金匮里，命名为“三实”，不过，这只是指个人发病而说的。

黄帝曰：愿闻岁之所以皆同病者，何因而然？

少师曰：此八正之候也[①]。

黄帝曰：候之奈何？

少师曰：候此者，常以冬至之日，太一立于叶蛰之宫，其至也，天必应之以风者矣。风从南方来者，为虚风，贼伤人者也。其以夜半至也，万民皆卧而弗犯也，故其岁民少病。其以昼至者，万民懈惰，而皆中于虚风，故万民多病。虚邪入客于骨，而不发于外，至其立春，阳气大盛，腠理开，因立春之日，风从西方来，万民又皆中于虚风，此两邪相搏[②]，经气结代者矣[③]。故诸逢其风而遇其雨者，命曰遇岁露焉[④]。因岁之和，而少贼风者，民少病而少死；岁多贼风邪气，寒温不和，则民多病而死矣。

【注释】

①八正：张景岳：“四正、四隅，谓之八正，即八宫也。”

②两邪相搏：指新邪合并伏邪，两相交感而为病。张景岳：“冬至中之，立春又中之，此两邪也。”

③经气结代：经脉之中所受的伏邪，并非当令的邪气，所以叫做“代”。张景岳：“邪留而不去故曰结。当其令而非其气，故曰代。”结，邪气留结。代，代替。

④岁露：一年中风雨兼至，出现反常的气候。杨上善：“露有其二：一曰春露，主生万物者也。二曰秋露，主衰万物者也。今岁有贼

风暴雨以衰于物，比秋风露，故曰岁露焉。”张志聪：“风者，天之气；雨者，天之露。故逢其风而遇其雨者，命曰遇岁露焉。”

【译文】

黄帝问：在一年之内，人们都患同样的病，是什么原因造成的呢？

少师说：这要候察八方气候的变化。

黄帝问：怎样候察呢？

少师说：候察确定这种情况，通常是在冬至日这一天，太一北斗星立于叶蛰之宫的时候去观察，因为太一移行到这一天，必有风出现。风从南方来的，叫作虚风，能够伤害人体。如果风在半夜来，这时人们都已入睡，邪气不能侵犯，所以当年人们很少生病。若风在白天来，由于人们防护松懈，容易被虚风所伤，因此多数人会生病。如果冬季虚邪侵入骨髓，没有发泄于外，到了立春，阳气逐渐旺盛，腠理开张，在立春这天，刮来了西风，人们又会被这种虚风所伤，此时潜伏在体内的伏邪与新感之邪合并，留结在经脉之中，两邪交替而发病。所以凡是遇到风或雨而使人发生疾病，就命名做“遇岁露”。由于一年之中气候调和，很少有贼风，人们患病和死亡的就少；如果一年中多有贼风邪气，气候寒温不调，人们患病和死亡的就多。

黄帝曰：虚邪之风，其所伤贵贱何如[①]？候之奈何？

少师答曰：正月朔日[②]，太一居天留之宫，其日西北风不雨，人多死矣。正月朔日，平旦北风，春，民多死。正月朔日，平旦北风行，民病多者，十有三也。正月朔日，日中北风，夏，民多死。正月朔日，夕时北风，秋，民多死。终日北风，大病死者十有六。正月朔日，风从南方来，命曰旱乡[③]；从西方来，命曰白骨将将[④]，国有殃，人多死亡。正月朔日，风从东方来，发屋，扬沙石，国有大灾也。正月朔日，风从东

南方行，春有死亡。正月朔日，天和温不风，籴贱[5]，民不病；天寒而风，籴贵，民多病。此所谓候岁之风，贼伤人者也。二月丑不风，民多心腹病；三月戌不温，民多寒热；四月巳不暑，民多瘅病；十月申不寒[6]，民多暴死。诸所谓风者，皆发屋，折树木，扬沙石，起毫毛，发腠理者也。

【注释】

①所伤贵贱：虚邪贼风为害程度的轻重。贵贱，轻重。

②朔日：阴历每月初一叫“朔日”。

③旱乡：南方为旱乡。

④白骨将将：白骨堆积。将将，聚集貌。

⑤籴(dí)贱：粮价低廉。指年景好的丰年。籴，买进粮食。下文“籴贵”指年景不好，歉收。

⑥“二月丑”七句：这是从月建上推测气象变化，凡不符合时令的反常气候，都能成为各种疾病流行的因素。张景岳：“二三四月，以阳旺之时，而丑日不风，戌日不温，巳日不暑，阴气胜而阳不达也，故民多病。十月以阴旺之时，而申日不寒，阳气胜而阴不藏也，故民多暴死。”

【译文】

黄帝问：虚邪这种风，它伤人轻重的情况怎样呢？怎么候察呢？

少师回答说：正月初一日，太一移居天留宫，这一天刮西北风而不下雨，人多病死。正月初一日，早晨刮北风，到了春季，患病的人多死。正月初一日，早晨刮北风，患病的人多，约有十分之三。正月初一日。中午刮北风，到了夏季，人多病死。正月初一日，傍晚刮北风，秋天人多病死。整天刮北风，人患大病而死的约有十分之六。正月初一日，风从南方来，叫旱乡；风从西方来，叫白骨堆积，全国会有祸殃流行，人多死

亡。正月初一日，风从东方刮来，掀翻房屋，飞沙走石，国家将有大灾发生。正月初一日，风从东南方来，春天人多病死。正月初一日，天气温和，不刮风，是丰年的先兆，粮价贱，人们也少病；如果天气寒冷刮风，这是荒年的先兆，粮价贵，人们也多病。这就是所说的，在正月初一日观察风向，可以预测虚邪贼风伤人的情况。如果二月的丑日，不起风，人们多患心腹病；三月的戌日，气候不温暖，人们多患寒热病；四月的巳日不热，人们多患黄疸病；十月的申日不冷，人们多暴死。以上所谓的风，都是指能损毁房屋，折断树木，飞沙走石，吹得使人毫毛竖起，腠理开张的大风。

大惑论第八十

【题解】

本篇主要论述了产生“迷惑”的机理。说明眼睛的视觉功能源于五脏六腑之精气，同时又指出了眼睛的各部组织结构与五脏的联系。说明眼睛与脏腑之间存在着内在的联系。最后叙述了健忘、善饥、多卧（嗜睡）、不眠等病的临证表现，发病机理和治疗原则。因为本篇在篇首主要论述登高时发生神志迷惑的异常表现，这些现象，往往一时难以理解，故以《大惑论》名篇。

黄帝问于岐伯曰：余尝上于清泠之台[①]，中阶而顾，葡匐而前，则惑。余私异之，窃内怪之[②]，独瞑独视[③]，安心定气，久而不解，独博独眩，披发长跪，俯而视之，后久之不已也。卒然自止，何气使然？

岐伯对曰：五脏六腑之精气，皆上注于目而为之精[④]。精之窠为眼[⑤]；骨之精为瞳子[⑥]；筋之精为黑眼[⑦]；血之精为其络窠[⑧]；气之精为白眼[⑨]；肌肉之精为约束[⑩]。裹撷筋骨血气之精而与脉并为系[⑪]，上属于脑，后出于项中。故邪中于项，因逢其身之虚，其入深，则随眼系以入于脑，入于脑则脑

转，脑转则引目系急，目系急则目眩以转矣。邪中其精，其精所中不相比也，则精散⑫，精散则视歧，视歧见两物。

目者五脏六腑之精也，营卫魂魄之所常营也，神气之所生也。故神劳则魂魄散，志意乱。是故瞳子黑眼法于阴，白眼赤脉法于阳也，故阴阳合传，而精明也。目者，心使也⑬。心者，神之舍也。故神精乱而不转，卒然见非常处，精神魂魄，散不相得，故曰惑也。

黄帝曰：余疑其然。余每之东苑，未曾不惑，去之则复，余唯独为东苑劳神乎？何其异也？

岐伯曰：不然也。心有所喜，神有所恶，卒然相感，则精气乱，视误，故惑，神移，乃复。是故间者为迷，甚者为惑。

【注释】

①清泠(líng)之台：张景岳："台之高者，其气寒，故曰清泠之台。"清泠，清凉貌。

②异之、怪之：杨上善："小怪曰异之，大异曰怪之。"

③独瞑独视：或闭目，或睁眼。

④为之精：张景岳："为之精，为精明之用也。"精，指眼睛的视觉功能。

⑤精之窠(kē)为眼：内脏精气汇聚于目。张景岳："窠者、窝穴之谓。眼者，目之总称。五脏六腑之精气，皆上注于目，故眼为精之窠，而五色具焉。"

⑥骨之精为瞳子：肾主骨，骨之精即肾之精。瞳子即瞳孔。

⑦筋之精为黑眼：肝主筋，筋之精即肝之精。黑眼指瞳孔周围黑色的部分。

⑧血之精为其络窠：心主血，血之精即心之精。络窠，指眼内外眦

的血络。

⑨气之精为白眼：肺主气，气之精即肺之精。白眼，指眼球的白色部分。

⑩肌肉之精为约束：脾主肌肉，肌肉之精即脾之精。约束，指眼胞，因其能开能合，故名。

⑪裹撷(xié)：把许多东西包罗在一起。张景岳："以衣衽收物谓之撷。脾属土，所以藏物。故裹撷筋骨血气四脏之精，而并为目系。"

⑫"邪中其精"三句：《甲乙经》："邪中之精，则其精所中者不相比，不相比则精散。"比，彼此紧密联系。

⑬目者，心使：眼睛的视物功能，由心所指使。使，指使。

【译文】

黄帝问岐伯说：我曾经在登上清冷台时，走到中间的台阶，回头看了一下，然后匍匐前行，感到神魂迷惑。我心里觉得奇怪，内心感到很诧异。于是就一会儿闭眼，一会儿又睁眼，让自己平心静气，好久还是没有消除。反而看得越远眩得越厉害，于是披散开头发，久跪在台上，低头向下看，之后很久不能停止。后来突然就自动停止了，这是什么气造成的？

岐伯回答说：五脏六腑的精气都向上输送而汇聚到两眼，形成视觉功能。这些精气汇集合并，成为眼目，其中骨之精注入瞳子；筋之精注入黑眼，血之精注入血络；气之精注入白眼；肌肉之精注入眼胞。包裹了筋骨血气等的精气，与脉合并，成为目系，向上行内属于脑，向后出于项中。所以邪气侵入项部，因逢身体虚弱，邪气深入，随着眼系侵入脑部，侵入脑部，就发生脑转，脑转又会牵引目系紧急，目系紧急则两目眩晕而脑转。邪气伤害了精气，精气为邪气所伤则相互之间不能紧密联系，而致精气涣散，精气涣散则视物分歧，视物分歧就是视一为二。

眼目，是五脏六腑的精气和营、卫、魂、魄经常营运的地方，也是产

生神气的部位。所以当精神劳累时，会使魂魄分散，志意混乱。所以瞳孔、黑眼取法于阴气，白眼、赤脉取法于阳气，所以阴阳之精气相互聚合，就能产生眼睛的视觉。眼睛为心所指使。心是神气所居之所，所以神气混乱而使精气不能持聚于目时，突然看到非常的事物，精神魂魄散乱而不相安和，就发生眩惑。

黄帝说：我怀疑你讲的这些道理。我每次去东苑，总是眩惑，离开那里就恢复正常，难到我只因为东苑才消耗神气吗？为什么会出现这种特殊的现象呢？

岐伯说：不是这样。心里虽是喜爱的，但是精神上又厌恶，这样爱憎两种情绪，突然相感，则精气紊乱，视觉产生错误，使人感到眩惑，等精神转移，就恢复正常。所以这种情况，轻的称为“迷”，重的称为“惑”。

黄帝曰：人之善忘者，何气使然？

岐伯曰：上气不足，下气有余，肠胃实而心肺虚。虚则营卫留于下，久之不以时上，故善忘也。

【译文】

黄帝问：有的人常常健忘，是什么气形成的？

岐伯说：由于上部之气不足，下部之气有余，也就是肠胃之气充实而心肺之气虚弱，心肺气虚。心肺气虚则营卫之气稽留在下部，久而不能按时上行，所以容易健忘。

黄帝曰：人之善饥而不嗜食者，何气使然？

岐伯曰：精气并于脾，热气留于胃，胃热则消谷，谷消故善饥。胃气逆上，则胃脘塞，故不嗜食也。

【译文】

黄帝问：有的人容易饥饿但又不想吃东西，这是什么气形成的？

岐伯说：精气积并于脾，热气蕴留于胃，胃热太甚易于消化水谷，水谷易消化所以容易饥饿。由于胃气上逆，胃脘壅塞不通，所以又不想吃东西。

黄帝曰：病而不得卧者，何气使然？

岐伯曰：卫气不得入于阴，常留于阳。留于阳，则阳气满，阳气满，则阳跻盛；不得入于阴，则阴气虚，故目不瞑矣。

【译文】

黄帝问：人患病不能入睡，是什么气形成的？

岐伯说：这是卫气不能入于阴分而经常滞留于阳分的缘故。稽留在阳分则阳气盛满，阳气盛满，使阳跻脉的脉气偏盛；不得入阴分则阴分偏虚，所以不能闭目入睡。

黄帝曰：病目而不得视者，何气使然？

岐伯曰：卫气留于阴，不得行于阳。留于阴，则阴气盛，阴气盛，则阴跻满；不得入于阳，则阳气虚，故目闭也。

【译文】

黄帝问：有的人患两目紧闭而不能视物的病，是什么气造成的？

岐伯说：这是卫气稽留在阴分，而不能运行到阳分的缘故。稽留在阴分则阴气偏盛，阴气偏盛，使阴跻脉盈满；不行于阳分，则阳分气虚，所以闭目而不张。

黄帝曰：人之多卧者，何气使然？

岐伯曰：此人肠胃大而皮肤涩，而分肉不解焉。肠胃大则卫气留久，皮肤涩则分肉不解，其行迟。夫卫气者，昼日常行于阳，夜行于阴。故阳气尽则卧，阴气尽则寤。故肠胃大，则卫气行留久；皮肤涩，分肉不解，则行迟。留于阴也久，其气不清，则欲瞑，故多卧矣。其肠胃小，皮肤滑以缓，分肉解利，卫气之留于阳也久，故少瞑焉。

【译文】

黄帝问：有人时常嗜睡，是什么气造成的？

岐伯说：这种人肠胃宽大，皮肤涩滞，肌肉不滑利。肠胃宽大则使卫气停留的时间长，皮肤涩滞则肌肉不滑利，卫气运行迟缓。卫气白天行于阳分，夜晚行于阴分。所以卫气在阳分行尽就入睡，在阴分行尽就起床。所以肠胃大，卫气运行过久；皮肤涩滞，分肉不滑利而卫气运行缓慢。停留在阴分的时间长，其气不清，则使人欲闭目，所以这种人嗜睡。如果肠胃狭小，皮肤滑利而弛缓，分肉也解利，卫气停留在阳分的时间较长，两眼少闭而不想睡觉。

黄帝曰：其非常经也[①]，卒然多卧者，何气使然？

岐伯曰：邪气留于上焦，上焦闭而不通，已食若饮汤，卫气留久于阴而不行，故卒然多卧焉。

【注释】

①常经：即经常。

【译文】

黄帝问：有的人不是经常好睡，而是突然发生嗜睡，这是什么气造

成的？

岐伯说：邪气留滞在上焦，上焦闭塞不通，如果已吃过饭或喝了汤水，使卫气久留在阴分而不能外行，所以会出现突然嗜睡。

黄帝曰：善。治此诸邪，奈何？

岐伯曰：先其藏府，诛其小过[①]，后调其气，盛者泻之，虚者补之。必先明知其形志之苦乐，定乃取之。

【注释】

①诛：消除。小过：轻微的病变。

【译文】

黄帝说：好。怎么治疗这些疾病呢？

岐伯说：首先明确疾病所属的脏腑，祛除轻微的邪气，然后再调理营卫之气，实证用泻法，虚证用补法。必须首先清除形体和情志的苦乐，决定以后才能治疗。

痈疽第八十一

【题解】

本篇首先以取类比象的方法，说明人体经脉气血的运行概况，指出形成痈肿的病因、病机以及化脓过程。其次，分别叙述了自头至足十八种痈疽的症状、治法及预后。最后，概括说明了痈与疽的鉴别要点。因本篇内容是专论痈疽的，故以《痈疽》名篇。

黄帝曰：余闻肠胃受谷，上焦出气[①]，以温分肉，而养骨节，通腠理。中焦出气如露，上注谿谷，而渗孙脉，津液和调，变化而赤为血。血和则孙脉先满溢，乃注于络脉，皆盈注于经脉。阴阳已张[②]，因息乃行[③]，行有经纪，周有道理，与天合同，不得休止。切而调之，从虚去实，泻则不足。疾则气减，留则先后。从实去虚，补则有余。血气已调，形气乃持。余已知血气之平与不平，未知痈疽之所从生，成败之时，死生之期，有远近，何以度之，可得闻乎？

【注释】

①上焦出气：张景岳："宗气也。宗气出于喉咙而行呼吸，其以温分

肉、养骨节、通腠理者，是卫气化于宗气也。”指卫气，因卫气分属于宗气，宗气在胸中，位属上焦，故曰上焦出气。

②阴阳已张：阴经和阳经都已得到补给。张，满。

③因息乃行：营卫之气随呼吸而运行。息，呼吸。

【译文】

黄帝说：我听说肠胃受纳水谷，至上焦化为卫气，来温煦肌肉，营养骨节，通利腠理。在中焦化为营气，像雾露一样，注入到谿谷，渗入到孙脉，与津液调和后，变成红色的血液。血和则先把孙脉充满，充满则溢入络脉，络脉充满后，再传注到经脉。这样阴经阳经都得到补给，随着呼吸运行于全身的经脉，经脉的运行有规律，环周有其道理。与天地自然的规律相同，运动不休。应专心诊察调治，用泻法驱除实邪，但过泻会伤正气而为不足。针刺时，快速出针，就可以削减邪气，如用留针法就不能泻而病情先后如一，没有变化。用补法可以驱除虚证，但过补会助长余邪。治疗的目的在于达到血气调和，形气之间的机能恢复正常。我已经懂得了血气的平与不平的道理，但不知道痈疽是怎样发生的，以及形成和消散的日期，痊愈或死亡的日期，时间的远近，这些怎样预测呢？可以听听吗？

岐伯曰：经脉流行不止，与天同度，与地合纪。故天宿失度[①]，日月薄蚀，地经失纪，水道流溢，草蓛不成，五谷不殖，径路不通，民不往来，巷聚邑居，则别离异处，血气犹然，请言其故。夫血脉营卫，周流不休，上应星宿，下应经数。寒邪客于经络之中则血泣[②]，血泣则不通，不通则卫气归之，不得复反，故痈肿。寒气化为热，热胜则腐肉，肉腐则为脓，脓不泻则烂筋，筋烂则伤骨，骨伤则髓消，不当骨空[③]，不得泄泻，血枯空虚，则筋骨肌肉不相荣，经脉败漏，熏于五藏，

藏伤故死矣。

【注释】

①天宿失度：天之日月诸星运行失其常度。

②泣：通“涩”。

③骨空：骨之孔隙。

【译文】

岐伯说：经脉运行不止，与天地自然有一样的规则。所以天上的星宿运行失去常度，则有日蚀或月蚀，地上的十二经水流行失去常规，则会漫出水道，泛滥为灾，而致草木涝死不成，五谷不能成长，甚至道路被淹，不能沟通，人们不相往来，或聚集街巷或居住小邑，隔离在不同的地方。血气的运行也是如此，让我谈谈其中的道理。人体的血脉和营卫是循环周流，永不停息的，与在上的二十八宿和在下的十二经水相参相应。如果寒邪侵入经络，血行就会凝涩，凝涩以致不通，不通则卫气运行受到阻碍而停在不通之处，影响它的循环往反，因而形成痈肿。寒邪之气化热，热盛就会腐蚀肌肉，肌肉腐蚀了就会化脓。脓不得排泄就会烂筋，筋烂了就会伤骨，骨伤则骨髓消减，如脓汁不在骨节的缝隙处，就无从排泄，就会引起营血虚亏，这样筋骨肌肉都得不到营养，经脉因之衰败损伤，毒气蔓延五脏，五脏受到严重伤害就会死亡。

黄帝曰：愿尽闻痈疽之形①，与忌、日、名②。

岐伯曰：痈发于嗌中，名曰猛疽③。猛疽不治，化为脓，脓不泻，塞咽，半日死，其化为脓者，泻则合豕膏，冷食，三日而已。

【注释】

①形：病形，即证候。

②忌：禁忌。日：愈期或死期。名：病名。

③猛疽：张志聪："嗌乃呼吸出入之门，发于嗌中，其势甚猛，故名猛疽。"

【译文】

黄帝说：我想全面听听痈疽的形状以及禁忌、预后、名称。

岐伯说：痈发生在咽喉的，叫猛疽。不及时治疗则化脓，脓液不能排出，堵塞咽喉，半天即死。已经化浓的，排出脓液，可配合猪油膏冷服，三天可以痊愈。

发于颈，名曰夭疽[1]。其痈大以赤黑，不急治，则热气下入渊腋[2]，前伤任脉，内熏肝肺，熏肝肺，十余日而死矣。

【注释】

①夭疽：因生于颈部的疽险恶，容易致人夭命，故称"夭疽"。

②渊腋：腋窝深部。

【译文】

发生在颈部的痈，叫夭疽。范围大而颜色紫黑，不及时治疗，热毒之气下移至渊腋部，前伤任脉，向内熏灼肝肺，熏灼肝肺，在十几天内，就会死亡。

阳气大发，消脑留项，名曰脑烁[1]。其色不乐，项痛而如刺以针。烦心者，死，不可治。

【注释】

①“阳气大发”三句：张志聪：“阳气大发者，三阳之气并发也。三阳者，太阳也。太阳经脉入于脑，出于项，故阳气大发，留于项，名曰脑烁。”

【译文】

阳邪亢甚，消烁脑髓，而毒邪留结在项部，形成的痈疽叫脑烁。神色惨淡，项痛有如针刺。如果出现心烦，便是死证，不能治。

发于肩及臑，名曰疵痈[①]。其状赤黑，急治之，此令人汗出至足，不害五藏，痈发四五日，逞熇之[②]。

【注释】

①疵痈：亦称“肩中痈”。张志聪：“此痈生浮浅，如疵之在皮毛，故名疵痈，而不害五脏。”疵，《说文》：“病也。”

②逞：快。熇(ruò)：火灸。

【译文】

发生在肩、臂部的，叫疵痈。颜色紫黑，要赶紧治疗，否则，会使病人汗出至足，但不致伤及五脏，在痈发四五天内，赶快用灸法。

发于腋下赤坚者，名曰米疽[①]。治之以砭石，欲细而长，疏砭之，涂以豕膏，六日已，勿裹之。其痈坚而不溃者，为马刀挟瘿[②]，急治之。

【注释】

①米疽：张志聪：“米者，言其小也。”

②马刀挟瘿：张景岳：“此即瘰疬也。”

【译文】

发生在腋下，红肿坚硬的，叫米疽。用砭石治疗，选用细长的砭石，用稀疏的砭刺法，再涂上猪油膏，六天能痊愈，不需要包扎。如果痈疽坚硬不溃时，是马刀挟瘿，要赶紧治疗。

发于胸，名曰井疽[①]。色青，其状如大豆，三四日起，不早治，下入腹，不治，七日，死矣。

【注释】

①井疽：王肯堂："心窝生疽，初起如黄豆，肉色不变，名曰井疽。"痈疽以井来命名，比喻其病深而恶，发于胸，靠近心脏，应及早治疗。

【译文】

发生在胸部的痈疽叫井疽。颜色发青，形状如大豆，三四天内，不及时治疗，邪毒向下内陷入腹，成为不治之症，到七天就会死。

发于膺，名曰甘疽[①]。色青，其状如谷实瓜蒌[②]，常苦寒热，急治之，去其寒热，十日，死，死后出脓[③]。

【注释】

①甘疽：李念莪："膺，在胸傍高肉处，逼近在乳上也，穴名膺窗，足阳明胃之脉也。土味甘，故曰甘疽。"

②其状如谷实瓜蒌：李念莪："层房累累，状如谷实瓜蒌，软而不溃，中有所蓄，如瓜子。"

③死后出脓：张志聪："死后出脓者，谓至将死之候，然后出脓而死，此即乳岩、石痈之证也。"

【译文】

发生在膺部的痈疽，叫甘疽。皮色发青，形状如谷粒或瓜蒌，常发寒热，赶快治疗，除去寒热，如不及时治疗，十天后会死亡，死证，死的时候才流出脓液。

发于胁，名曰败疵[①]。败疵者，女子之病也。久之，其病大痈脓。治之，其中乃有生肉，大如赤小豆，剉蔆蕪草根各一升[②]，以水一斗六升，煮之，竭为取三升，则强饮厚衣，坐于釜上，令汗出至足，已。

【注释】

①败疵：李念莪："胁者，肝之部也。妇人多郁怒，故患此疮。"

②蔆(líng)蕪(qiáo)草根：李念莪："蔆，菱也。蕪，连翘也。二草之根俱能解毒。"

【译文】

发生于胁部的痈疽，名叫败疵。败疵多发于妇女。迁延日久，可变成大痈脓。治疗后，其中长出新肉，有赤小豆大小，剉碎菱草和连翘的根，各一升，加水一斗六升，煮取三升，乘热勉强喝下，饮后穿厚衣服，坐在热釜上熏蒸，使汗出到脚，便愈。

发于股胫，名曰股胫疽[①]。其状不甚变，而痈脓搏骨，不急治，三十日，死矣。

【注释】

①股胫疽：张景岳："股胫，大股也。状不甚变，言外形不显也。痈脓搏骨，言脓着于骨，即今人之所谓贴骨痈也。毒盛而深，能下

蚀三阴阳明之大经，故不为急治则死矣。”

【译文】

发生在股胫部的痈疽，名叫股胫疽。它的外形没有太大变化，但脓液贴附骨上，不赶紧治疗，三十天内会死。

发于尻，名曰锐疽[①]。其状赤坚大，急治之，不治，三十日，死矣。

【注释】

①锐疽：也称“鹤口疽”。《外科正宗》：“鹤口疽发在尾闾之穴，高骨头尖，初起形如鱼胞，久则突如鹤嘴。”

【译文】

发生在尾骶骨部的痈疽，名叫锐疽。颜色赤，坚硬而肿大，应急治，如果不治，三十天内可以致死。

发于股阴，名曰赤施[①]。不急治，六十日，死。在两股之内，不治，十日而当死。

【注释】

①赤施：张志聪：“股阴者，足三阴之部分也。以火毒而施于阴部，故名曰赤施。”

【译文】

发生在大腿内侧的痈疽，叫赤施。不赶紧治疗，六十天内会死。假使两股同时发生，不急治，当在十天内死亡。

发于膝，名曰疵痈。其状大痈，色不变，寒热，如坚石。

勿石[①]，石之者，死；须其柔，乃石之者，生。

【注释】

①石：砭石。这里用为动词，砭刺。

【译文】

发生在膝部的叫疵痈。痈的外形肿大，患处皮色不变，恶寒发热，坚硬如石。此时不可用砭刺法，如果误用砭刺，会致死亡；必须等它柔软时，再用砭刺，可以复生。

诸痈疽之发于节而相应者[①]，不可治也。发于阳者，百日死；发于阴者，三十日死。

【注释】

①“诸痈疽”句：张景岳：“诸节者，神气之所游行出入也，皆不宜有痈毒之患，若其相应，则发于上而应于下，发于左而应于右，其害尤甚，为不是治。然发于三阳之分者，毒浅在腑，其死稍缓；发于三阴之分者，毒深在脏，不可出一月也。”

【译文】

凡痈疽生在关节上下左右相对的，都是不治之证。生在阳分的一百天死亡；生在阴分的三十天死亡。

发于胫，名曰兔啮[①]。其状赤至骨，急治之，不治害人也。

【注释】

①兔啮(niè)：王肯堂：“足跟生疽何如？曰是名兔啮。以其状如兔

啮，故以为名。”啮，咬。

【译文】

发生在足胫的，叫做兔啮。外形色红而深至骨，赶紧治疗，不抓紧治疗要危及生命。

发于内踝，名曰走缓[①]。其状痈也，色不变，数石其输，而止其寒热，不死。

【注释】

①走缓：张志聪：“痈疽之变，有病因于内而毒气走于外者，有肿见于外而毒气走于内者。此邪留于脉而不行，故名曰走缓。”

【译文】

发生在内踝部的痈疽，名叫走缓。形状像痈而皮色不变，多次用砭石刺其肿处，除去寒热，可以不死。

发于足上下，名曰四淫[①]。其状大痈，急治之，百日死。

【注释】

①四淫：张景岳：“阳受气于四末，而大痈淫于其间，阳毒之极盛也。时气移易，则真阴日败，故逾三月而死。”

【译文】

发生在足部上下的痈疽，名叫四淫。外形如大痈，应赶紧治疗，一百天内会死。

发于足傍，名曰厉痈。其状不大，初如小指发，急治之，去其黑者，不消辄益，不治，百日死。

【译文】

发生在足旁的痈疽，名叫厉痈。外形不大，初发如小指大，要赶紧治疗，把已发黑的部分消除，如果不能消散，很快会加重，如不治疗，一百日内可致死亡。

发于足指[①]，名脱痈。其状赤黑，死不治；不赤黑，不死。不衰，急斩之；不[②]，则死矣。

【注释】

①发于足指：张景岳："六经原输皆在于足，所以痈发于足者，多为凶候。至于足指，又皆六井所出，而痈色赤黑，其毒尤甚。若无衰退之状，则急当斩去其指，庶得保生，否则毒气连脏，必至死矣。"

②不：同"否"。

【译文】

发生在足趾上的痈疽，名叫脱痈。外现紫黑色的，为不治之死证；不见赤黑色的，不死。如病情没有衰退之象，赶快截除，否则，难免死亡。

黄帝曰：夫子言痈疽，何以别之？

岐伯曰：营气稽留于经脉之中，则血泣而不行，不行则卫气从之而不通，壅遏而不得行，故热。大热不止，热胜则肉腐，肉腐则为脓。然不能陷，骨髓不为燋枯，五藏不为伤，故命曰痈。

黄帝曰：何谓疽？

岐伯曰：热气淳盛，下陷肌肤，筋髓枯，内连五脏，血气

竭，当其痈下，筋骨良肉皆无余，故命曰疽。疽者，上之皮夭以坚，上如牛领之皮；痈者，其皮上薄以泽。此其候也。

【译文】

黄帝说：夫子说的痈和疽，怎样区别呢？

岐伯说：营气稽留在经脉之中，则血液凝涩而不行，不行则卫气因之而不能通畅，壅阻而不能运行，所以蕴郁生热。大热不能休止，热毒偏盛则使肌肉腐烂，肌肉腐烂则化为脓。但不会内陷入里，不会使骨髓焦枯，五脏不会被损伤，所以命名为痈。

黄帝说：什么叫疽呢？

岐伯说：热毒之气亢盛，陷入肌肤，使筋髓枯萎，向内连及五脏，气血耗竭，在痈肿部位，筋骨和肌肉全都败坏无余，所以命名为疽。疽证，患部皮色枯暗而且硬如牛颈项的皮；痈证，患部皮薄而且颜色光泽。这就是痈证和疽证的候察要点。

[General Information]
书名=黄帝内经（下）
作者=姚春鹏译注
页数=1471
出版社=中华书局
出版日期=2010
SS号=12785207
DX号=000006972062
url=http://book1.duxiu.com/bookDetail.jsp?dxNumber=000006972062&d=D5E7310152B61BD24F2AAB6355F51D29&fenlei=16050401