

四庫全書

子部

欽定四庫全書

子部

圖書編卷六十八

九

詳校官中書<sub>臣</sub>孫衡

主事<sub>臣</sub>祁韻士覆勘

總校官進士<sub>臣</sub>朱鈐

校對官主事<sub>臣</sub>陳墉

謄錄監生<sub>臣</sub>翟元登

繪圖監生<sub>臣</sub>董椿

欽定四庫全書

圖書編卷六十八

明 章潢 撰

人道總叙

大哉天乎統元氣也廣哉地乎統元形也人以渺然  
之身處覆載間不啻大倉一稊米耳易乃以天地人  
並列為三才而謂易簡理得成位乎其中焉乾九五  
文言謂大人與天地合德日月合明四時合序鬼神

合吉凶先天弗違後天奉天時人之大也一至此哉  
非意之也立天立地立人其道一也道本大而人自  
小之耳大人特自盡其立人之道非於道有所加也  
不獨大人為然孔子謂人者天地之心夫心在人身  
形氣之中而耳目視聽手足持行百體各從其令一  
由心以為之宰也人在天地中而為之心焉豈徒五  
行之秀萬物之靈典禮文物之中焉已耶天即人之  
高明也地即人之博厚也日月人之照臨也雨露人

之潤澤也雷霆人之震動也風雲人之變態也陰陽  
人之卷舒也山嶽人之融結也江河人之流行也鬼  
神人之屈伸也古今人之晝夜也歷世帝王聖賢才  
智人之過影也舉宇宙間成象成形飛潛動植一人  
之生生化化而不息也故人以天地萬物為一體一  
物失所痛癢切身其心自有大不忍者人道本如是  
也所以宇宙內事皆分內事凡裁成輔相範圍曲成  
劑量調變參贊位育皆人之自盡其心以為天地心

而人道庶乎其無愧耳蓋稽之康節與橫渠之言乎  
邵子謂其能以心代天意口代天言手代天工身代  
天事謂其能上識天時下盡地理中盡物情旁通人  
事又謂其能彌綸天地出入造化進退古今表裏人  
物張子謂其為天地立心為生民立命為往聖繼絕  
學為萬世開太平真見人道之大有不能自諉者歟  
但道不遠人人能弘道自一身以達之家國天下人  
倫物理及國朝典制禮樂何一非人道之所當究心

者故為人道編

人身心總叙

人之所以為人者形與性而已矣天地之塞吾其體  
天地之帥吾其性形性豈二之哉孔子曰仁者人也  
孟子曰形色天性也所以大學一言以蔽之曰一是  
皆以修身為本則是身也本之為心意知而非有也  
達之家國天下而非無也具之為骨髓臟腑而非顯  
也宰之為精神魂魄而非隱也呼吸與天地相通氣

脉與寒暑晝夜相運旋所以謂人身小天地而知修身為本即知之至也孔門無踰顏曾顏之四勿曾之三省舍視聽言動容貌辭氣性安在哉信乎養德養身非二事良醫良相非二道奈何人人具此七尺之軀卑之則為衆欲所攻高之又以四大為幻欲通天下國家為一身而于一身之骨骸血脉且莫之辨一身之寒暑燥濕且莫之調攝也又烏在其為不朽而與天地參乎



# 人肖天圖



禮運故人者其天地之德陰陽之交鬼神之會五行之秀氣也

故人者天地之心也五行之端也食味別聲被色而生者也故聖人作則必以天地為本以陰陽為端以四時為柄以日星為紀月以為量鬼神以為徒五行以為質禮義以為器人情以為田四靈以為畜

邵子曰天有四時地有四方人有四支是以指節可以觀天掌文可以察地天地之理具乎指掌矣可不

貴之哉

神統於心氣統於腎形統於首形以氣交而神主乎  
中三才之道也日為心月為膽星為脾辰為腎藏也  
石為肺土為肝火為胃水為膀胱府也何者謂之人  
邵子曰目耳鼻口心膽脾腎之氣全謂之人心之靈  
曰魄脾之靈曰魄腎之靈曰精心之神發乎目則謂  
之視腎之精發乎耳則謂之聽脾之魂發乎鼻則謂  
之臭膽之魂發乎口則謂之言八者具備然後謂之

人夫人者天地萬物之秀氣也然而亦有不中者各求其類也若全得人類則謂之曰全人之人

勉齋黃氏曰夫人之生惟精與氣為毛骨肉血者精也為呼吸冷熱者氣也然人為萬物之靈非木石故其精其氣莫不各有神焉精之神謂之魄氣之神謂之魂耳目之所以視聽者魄為之也此心之所以能思慮者魂為之也合魂與魄乃陰陽之神而理實具乎其中惟其魂魄之中有理具焉是以靜則為仁義

禮智之性動則為惻隱羞惡恭敬是非之情昏此焉  
出也人須如此分作四節看方體認得著實或問朱  
文公但將理與氣對看今先生分作四節何也曰理  
與氣對是自天地生物而言今之說是自人稟受而  
言若但言氣大易何以謂精氣為物但言理橫渠何  
以謂合性與知覺而名心耶此意玩味當自知之若  
以語人徒起紛紛也

因論虛靈知覺曰人只有箇魂與魄人記事自然記

得底是魄如會恁地搜索思量底這是魂魄日長一  
日魄是稟得來合下恁地如月之光彩是魂無光彩  
處是魄魄亦有光但是藏在裏面又曰氣之呼吸為  
魂耳目之精明是光藏在裏面如今人聽得事何嘗  
是去聽他乃是他自己入耳裏面來因透諸心便記得  
此是魄魄主受納魂主經營故魄屬陰魂屬陽陰凝  
靜陽發散

易云精氣為物精是精血氣是煖氣有這兩件方始

成得箇好物出來如人在胞胎中即是這兩箇物骨肉肌體是精血一路做出會呼吸活動是煖氣一路做出然而精血煖氣則自有箇虛靈知覺在裏面精血之虛靈知覺便是魄煖氣之虛靈知覺便是魂這虛靈知覺又不是一箇虛浮底物裏面却又是許多道理故木神曰仁是虛靈知覺人受木之氣其虛靈知覺則具仁之理木便是氣血神便是魂仁便是箇道理如此看方是按人身即小天地也人之氣即天

地之氣人之五臟六腑十二絡猶五岳四鎮十二州  
人之七竅猶天之七曜凡人之臟腑十二絡有病則  
面色異而變常猶岳鎮十二州有災則天象隨之而  
變異惟心臟之病面色易形故以養心為要孟子曰  
養心莫善於寡欲程張所謂心皆指其虛靈之氣而  
言氣本寓理為性理從氣發為情而心能主宰者亦  
氣也

人之面脣耳目鼻舌猶天之五行也腹脩肝肺脾



腎心猶地之五行也耳鼻縱而孔竅凹靜而陰也目口橫而睛凸動而陽也腎屬耳肺屬鼻反動而為陽肝屬目脾屬口反靜而為陰心舌居動靜之間而心聲形於舌舌音發於心是心舌者又一身之主也然項圓而頰方天地定位也鼻岳聳而口淵深山澤通氣也眼外耀而舌下津水火不相射也喉出響而耳收聲雷風相薄皆與天地造化相肖也

養德養生二而無全學也矧天大德曰生今以養德

屬儒曰正道養生屬仙曰異端誤矣身亡而德安在  
哉故孔子慎疾曰父母唯其疾之憂教人存仁致中  
和孟子曰養氣持志集義勿忘勿助是故立教以醫  
世酌人情而制方周末文靡則偽故存仁戰國氣暴  
則盪故集義存仁完心也志定而氣從集義順心也  
氣生而志固致中和也勿忘助也疾安由作故曰養  
德養生一也無二術也

夫地即血天即氣天包地氣載血今人骨肉臟腑皆

血也魄也神靈運用皆氣也魂也人死乃魂去魄存  
氣散血尚聚也是以貴養氣世降氣轉耗也朱丹溪  
乃曰氣有餘血不足藥專補血夫氣有餘邪氣也正  
氣何嘗有餘岐伯曰人以胃氣為主甚矣貴養氣也  
人身之天為首而一身之氣自流行貫通脈絡相連  
如耳目口鼻為氣之出入皆在于首而其為氣必自  
下而上故目如日月而五臟皆屬之豈非自地而起  
乎

天包地地之上下皆天天之氣循環轉旋無一息之  
停止如人身自腹以上為天腹之下為地人身之氣  
自足之湧泉而起至於頭頂又降而下循環不窮然  
謂之陰陽者亦以其上下言之耳天之氣在地下者  
為陰在地上者為陽其為形雖有陰陽之殊其為氣  
則一也

宇宙不曾隔人人自限隔宇宙

上是天下是地人居其間須是做得人方不枉

人與天地同體四時以行百物以生若滯在一處豈能為萬化之主耶古之善學者常令此心在無物處便運用得轉耳學以自然為宗可以著意理會乎神理為天地萬物主長在不滅人不知此虛生浪死與草木一耳

我之所以為身豈五臟六腑四肢百骸之謂哉身非身也其所主者心也心非心也其所具者性也性非性也其所原者天也天之所以為天我之所以為身

也然則我之身非人也天也

道無形體萬象皆其形體道無顯晦人所見有顯晦以形體言天地一物也以顯晦言人心其機也所謂心即理者以其充塞氤氳謂之氣以其脈絡分明謂之理以其流行賦畀謂之命以其稟受一定謂之性以其物無不由謂之道以其妙用不測謂之神以其凝聚謂之精以其主宰謂之心以其無妄謂之誠以其無所倚著謂之中以其無物可加謂之極以其屈

伸消息往來謂之易其實則一而已今夫茫茫堪輿  
蒼然隤然其氣之最麗者歟稍精則為日月星宿風  
雨山川又稍精則為雷電鬼怪草木之彙又精而為  
鳥獸魚鼈昆蟲之屬至精而為人至靈至明而為心  
故無萬象則無天地無吾心則無萬象矣故萬象者  
吾心之所為也天地者萬象之所為也天地萬象吾  
心之糟粕也要其極致乃見天地無心而人為之心  
心失其正則吾亦萬象而已心得其正乃謂之人此

所以為天地立心為生民立命惟在于吾心此可見  
心外無理心外無物所謂心者非今一團血肉之具  
乃指其至靈至明能作能知此所謂良知也然而無  
聲無臭無方無體此所謂道心惟微也此大人之學  
所以與天地萬物一體也一物有外便是吾心未盡  
處不足謂之學

夫人知四肢百體之為我也知浩浩天地為吾軀殼  
而天地間品物萬形之皆吾四肢百體也乎而知推



而上六萬四千八百年推而下六萬四千八百年之  
為吾一息也乎而能因睹吾是心上覆皇天下載后  
土日月不足為明而宇宙不足為大也乎如其未也  
則是猶未睹于道也

夫自一氣動靜而天地生焉天地交而萬物生焉萬  
物物也天地亦物也天地物之大者也自夫萬物之  
形質而觀之穹然而在上者吾謂之天塊然而在下  
者吾謂之地煥然而代明者吾謂之日月淵然而停

浩然而流者吾謂之江河屹然而峙者吾謂之山岳蔚然而秀者吾謂之草木翼而飛鬣而馳者吾謂之禽獸是其體蓋不能以不異也亦不容以強一也非惟吾不能一雖天地之大固不能使萬物之合而為一也嗚呼孰知萬物之不能相一者其形體也萬物之相通而無間者實混合而為一也歟今夫萬物備而成天地衆體備而成一身天地一身之大者也一身天地之小者也試以身喻之人之一身外則有耳

目口鼻四肢毛髮焉內則有五臟六腑焉自其異而  
觀之視者吾謂之目聽者吾謂之耳食者吾謂之口  
嗅者吾謂之鼻持而行者吾謂之四肢雖耳目口鼻  
四肢固已不能相一也而況於不可勝窮者乎自其  
合者而觀之塊然太虛為耳目口鼻為四肢為毛髮  
為五臟為六腑耳目口鼻四肢毛髮之形雖異而其  
塊然太虛者實融乎其相通也五臟六腑之形雖異  
而其塊然太虛者實混乎其無間也故觀乎一身則

知天地萬物之為一體矣觀乎天地則知吾身之備乎天地萬物矣是故仰觀乎天吾身之蓋也俯察乎地吾身之載也日月吾之明江河吾之流山岳吾之峙草木禽獸吾之文推而大之一元之闔闢吾身之動靜也推而細之一晝一夜之運吾身之呼吸也範圍天地之化而不過範圍吾身之化也曲成萬物而不遺曲成吾身之萬物也嗚呼知此者可與論仁矣夫仁者以天地萬物為一體固也然不幾於無分與

夫既謂之一體則萬物之有親疎也猶夫吾身之有  
貴賤也吾耳目口鼻吾四肢毛髮吾五臟六腑其大  
小之分貴賤之等截乎其不容易也天地萬物固可  
混然而無別是故乾稱父坤稱母民曰同胞物曰吾  
與是故身修而後家齊家齊而後國治國治而後天  
下平是故盡己之性斯盡人之性盡人之性斯盡物  
之性是故親親而仁民仁民而愛物其合而一者仁  
也其不容混者人之分也嗚呼仁之為德其大固如

是哉故竊嘗論之吾身之與天地萬物物也吾心其則也失其心則物非其物矣儒者之論蓋曰心者一身之主宰嗚呼豈獨為一身之主宰實天地萬物之樞紐歟故曰明明德於天下致中和天地位而萬物育焉

吾人與天地並立而為三才非形骸可聞人只為形骸間隔便執著有我殊不知此心之靈通天徹地無有限際天只是積氣地只是積形中間為天地的靈

明主宰只有此心伏羲立象上一畫以象天下一畫以象地中一畫是天地的靈竅強名曰人人即是天地之心若認著我少為私意所隔便是不與天地立心便是三極不立

吾人與萬物混處於天地之中為天地萬物之宰者非吾身乎其能以宰乎天地萬物者非吾心乎心何以能宰天地萬物也天地萬物有聲矣而為之辨其聲者誰歟天地萬物有色矣而為之辨其色者誰歟

天地萬物有味矣而為之辨其味者誰歟天地萬物  
有變化矣而神明其變化者誰歟天地萬物之聲非  
聲也由吾心聽斯有聲也天地萬物之色非色也由  
吾心視斯有色也天地萬物之味非味也由吾心嘗  
斯有味也天地萬物之變化非變化也由吾心神明  
之斯有變化也然則天地也萬物也非吾心則弗靈  
矣吾心之靈毀則聲色味變化不得而見矣聲色味  
變化不可見則天地萬物亦幾乎息矣故曰人者天



地之心萬物之靈也所以主宰乎天地萬物者也

吾心為天地萬物之靈者非吾能靈之也吾一人之  
視其色若是矣凡天下之有目者同其明也一人之  
聽其聲若是矣凡天下之有耳者同是聰也一人之  
嘗其味若是矣凡天下之有口者同是嗜也一人之  
思慮其變化若是矣凡天下之有心知者同是神明  
也匪徒天下為然也凡前乎千百世已上其耳目同  
其口同其心知同亦無弗同也然則明非吾之目也

天視之也聰非吾之耳也天聽之也嗜非吾之口也  
天嘗之也變化非吾之心知也天神明之也故目以  
天視則盡乎明矣耳以天聽則竭乎聰矣口以天嘗  
則不爽乎嗜矣思慮以天動則通乎神明矣天作之  
天成之不參以人是之謂天能是之謂天地萬物之

靈

吾心為天地萬物之靈惟聖人為能全之非聖人能  
全之也夫人之所同也聖人之視色與吾目同矣而

目能不引於色者率天視也聖人之聽聲與吾耳同  
矣而耳能不蔽於聲者率天聽也聖人之嗜味與吾  
口同矣而口能不爽於味者率天嘗也聖人之思慮  
與吾心同矣而心之不亂於思慮者通神明也吾目  
不引於色以全吾明焉與聖人同其視也吾耳不蔽  
於聲以全吾聽焉與聖人同其聰也吾口不爽於味  
以全吾嗜焉與聖人同其嘗也吾心知不亂於思慮  
以全吾神明焉與聖人同其變化也故曰聖人可學

而至謂吾心之靈與聖人同也然則非聖學也能自率吾天也

吾心之靈與聖人同聖人能全之學者求全焉然則何以為功耶有要焉不可以支求也吾目蔽於色矣而後求去焉非所以全明也吾耳蔽於聲矣而後求克焉非所以全聰也吾口爽於味矣而後求復焉非所以全嗜也吾心之知亂於思慮矣而後求止焉非所以全神明也靈也者心之本體也性之德也百體

之會也徹動靜通物我亘古今無時乎弗靈無時乎  
或間者也或生而知之或學而知之或困而知之皆  
自率是靈以通百物勿使間於欲焉已矣其功雖不  
同其靈未嘗不一也吾率吾靈而發之於目焉自辨  
乎色而不引乎色所以全明也發之於耳焉自辨乎  
聲而不蔽乎聲所以全聰也發之於口焉自辨乎味  
而不爽乎味所以全嗜也發之於思慮焉萬感萬應  
不動聲臭而其靈常寂大者立而百體通所以全神

明也人一能之已百之人十能之已千之必率是靈而無間於欲焉是天作之人復之是之謂天成是之謂致知之學

何謂天人之原曰古人說配天配命合德合明以此合彼尚猶二之此皆為自小其心者說耳其實人與天地一也吾心靈明為天地主宰天地無吾心則地不見其博厚矣天不見其高明矣古今不見其悠久矣而天地亦幾乎息矣故曰天視自我民視天聽自

我民聽謂民視聽即天之視聽無有二也諸君自盡  
求誠之功絕去外馳收斂精神以歸于一必求此心  
無愧無作是參天兩地成位於其中矣又何疑於配  
天配地乎

目之視耳之聽心之思手足之持行者孰為之曰仁  
也不寧惟是爪之生髮之長筋之轉脉之搖者孰為  
之曰仁也然則通吾身無一而非仁也天地大矣於  
我相關接乎萬物夥矣於我相連屬乎曰不相為關

接連屬者非仁也然則通天地萬物無一而非身也  
乃有隔形骸分爾我同氣同胞仇讐視之者彼獨何  
心歟曰忍也所謂不仁者也目之明也有瞽耳之聰  
也有聾手足之利便也有痿痺則病也所謂不仁者  
也曰昔之人有以愛言仁者有以公言仁者又有以  
覺言仁者孰為近曰皆用也覺其近之矣然亦非至  
也朱子曰仁者必覺而覺不可以名仁理最盡也嗟  
夫知仁之必覺也又知覺之不足以名仁也斯其可



與言仁也已明道先生曰學者須先識仁此知本教也大學先知本程門先識仁一也知本焉斯識仁矣天地一陰陽也人身一陰陽也人身之陰陽不外乎天地之陰陽天地之陰陽亦豈外乎人身之陰陽哉天地一人也人身一天地也人身之動靜天地之動靜也分而言之動自動也靜自靜也合而言之動根於靜靜由乎動也一呼一吸一息也而天行八十餘里人一晝一夜三萬三千六百餘息天則行九十餘

萬里人息與天行齊四體于是乎順百病于是乎消  
一有愆焉始為衆病之所襲矣是故君子貴修身以  
俟天也然則天之所以行人之所以息孰從而宰之  
曰太極太極陰陽之本也天地之心也動靜之主也  
嗚呼善事天者當洗心而密察焉

總論人身陰陽合體

吾人之生原陰陽兩端合體而成其一則父母精氣  
妙疑有質所謂精氣為物者也其一則宿世靈魂知

識變化所謂游魂為變者也精氣之質涵靈魂而能運動是則吾人之身也顯現易見而屬之於陽游魂之靈依精氣而露知識是則吾人之心也晦藏難見而屬之於陰交媾之時一齊俱到胎完十月出生世間其赤子之初則陽盛而陰微心思雖不無而專以形用也故常欣笑而若陽和亦常開爽而同朝日又常活潑而類輕風此陽之一端見於有生之後者然也及年少長則陰盛而陽微雖形體如故而運用則

專心思矣故愁感而欣笑漸減迷蒙而開爽益稀滯  
泥而活潑非舊此陰之一端見於有生之後者然也  
人能以吾之形體而妙用其心知簡淡而詳明流動  
而中適則接應在於現前感通得諸當下生也而可  
望以入聖歿也而可望以還虛其人將與造化為徒  
焉已矣若人以己之心思而展轉於軀殼想度而遲  
疑曉了而虛泛則理每從於見得幾多涉于力為生  
也而難望以入聖歿也而難冀以還虛其人將與凡

塵為徒焉已矣或曰如君之論是以身為陽而在所  
先以心為陰而在所後乃古聖賢則謂身止是形心  
乃是神形不可與神並況可以先之乎日子惡知所  
謂神哉夫神也者妙萬物而為言者也亦超萬物而  
為言者也陰之與陽是曰兩端兩端即兩物也精氣  
載心而為身是身也固身也固耳目口鼻四肢百骸  
而具備焉者也靈知宰身而為心是心也亦身也亦  
耳目口鼻四肢百骸而具備焉者也精氣之身顯于

晝之所為心知之身形於夜之所夢然夢中之身即日中之身但以屬陰故其氣弱其象微雖弱且微而較之日中之舉止毫髮則無殊也日中之身即夢中之身但以屬陽故其氣健其體充雖健且充而較之夢中舉止毫髮亦無殊也是分之固陰陽互異合之則一神所為所以屬陰者則曰陰神屬陽者則曰陽神是神也者渾融于陰陽之內交際于身心之間而充溢瀰漫乎宇宙乾坤之外所謂無在而無不在者

也惟聖人與之合德故身不徒身而心以靈乎其身心不徒心而身以妙乎其心是謂陰陽不測而為聖不可知之神人矣或者憬然悟曰孔夫子之從心所欲不踰矩孟夫子之存心養性以事天是誠陰陽合德而神之乎其為心也哉亦神之乎其為身也哉

欽定四庫全書

圖書編  
卷六十八

二十三



先天乾上坤下圖



後天離南坎北圖



易曰乾為首坤為腹

邵子曰神者人之主將寐在脾熟寐在腎將寤在肝

又言  
在膽正寤在心

又曰天之神棲于日人之神發于目寤則棲心寐則  
棲腎所以象晝夜之道也

愚謂人之一身首乾腹坤而心居其中其位猶三才  
也氣統於腎形統於首一上一下本不相交所以使  
之者神交也神運乎中則上下渾融與天地同流此

非三才之道歟夫神守於腎則靜而藏伏坤之道也  
守於首則動而運行乾之道也藏伏則妙合而凝之  
行則周流不息妙合而凝周流不息者乾坤合德也  
以身外比大空以心腎比天地以氣液比陰陽以子  
午比冬夏子時乃曰坎卦腎中氣生午時乃曰離卦  
氣到心腎氣與心氣相合而太極生液所以生液者  
以氣自腎中來氣中有真水真水無形離卦到心氣  
則太極生液如此離卦心中液生坎卦液到腎液與

腎水相合而太極復生于氣所以生氣者以液自心  
中来液中有真氣真氣無形坎卦到腎接著水則太  
極而生氣如此可以比陰陽升降至太極而相生所  
生蓋陽中藏水陰中藏氣也

易曰至哉坤元萬物資生乃順承天契云恒順地理  
承天布宣謂人之元氣藏于腹猶萬物于坤神入地  
中猶天氣降而至於地氣與神合猶地道之承天  
地以此而生物吾身以此而運用太玄經云藏心于

淵美厥靈根於此同旨邵康節曰神統於心氣統於腎形統於首形氣交而神主乎其中三才之道也

按素問曰丈夫八歲腎氣實髮長齒更二八腎氣盛天癸至精氣溢寫陰陽和故能有子三八腎氣平均筋骨致強故真牙生而長極四八筋骨隆盛肌肉滿壯五八腎氣衰髮墮齒槁六八陽氣衰竭於上面焦髮鬢頰白七八肝氣衰筋不能動天癸竭精少腎藏衰形體皆極八八則齒髮去又云上古之人其知道

者法于陰陽和於術數食飲有節起居有常不妄作  
勞故能形與神俱而盡終其年度百歲乃去今時之  
人不然也以酒為漿以妄為常用道得終謂之常醉  
以入房以欲竭其精以耗散其真不知持滿不時御  
神務快其心溺於生樂起居無節故半百而衰也愚  
謂人至于老則多忘神昏故也動則疲倦氣衰故也  
養身之道以神氣為本神昏氣衰則以何者為本哉



腦者髓之海諸髓皆屬於腦故上至腦下至尾骶髓則腎主之也由脊骨中相貫

膻中名氣海在兩乳之間為氣之海也氣所居焉能分佈陰陽是氣者生之源乃命之主故為人父母不可損也

隔膜在心肺之下與脊腸腹周圍相著如幕不漏以遮蔽濁氣使不上薰於心肺與脊係上貫于心下通于腎心腎水火相感而精氣溢泄乃化血取精之系



也

闡門神闕津液滲入膀胱濁穢流入大腸

總言藏之要害

岐伯曰藏有要害不可不察肝生于左肺藏于右心

部于表腎治于裏脾謂之使胃謂之市

水穀所歸脾味皆入也

鬲育之中上有父母

氣海為人  
之父母也

七節之旁中有小心

小心謂神  
靈之舍

從之有福逆之有害



# 人身明堂五臟之圖

腦者髓之海諸髓皆屬於腦故上腦下至尾骶髓則腎主之也

人之五臟六腑百骸九竅脈絡盡皆貫通節節相續無有間斷今粗畫其大畧使觀者便云

膈中名氣海在兩乳之間為氣之海也氣所居為能分布陰陽氣者生源乃命之至為人父母不可損也

膈膜在心之下與脊骨腹間相著如膜下漏以遮蔽濁氣使不上薰蒸心肺

津液滲入膀胱津液流入大腸



七節之旁中有小心

五臟六腑

喉嚨已下言六臟為手足三陰咽喉已下言六腑為手足三陽蓋為諸臟屬陰為裏諸腑屬陽為表以臟者藏也藏諸神而精神通流也腑者庫也府主出納水穀糟粕轉輸之謂也

喉嚨自喉嚨已下六臟喉應天氣乃肺之系也以肺屬金乾為天乾金也故天氣通于肺而肺應天上運會厭會厭者五臟聲音之門戶肺屬金音聲應金石

也九墟云咽喉喘息之道其中空長可以通氣息揚  
玄操云喉嚨與咽並行其實兩異而人多惑之蓋喉  
中為息通咽中下水穀其喉嚨下接肺兩葉之間與  
今所繪者同若吳簡序宋景所畫希範喉中三竅者  
非果喉中具三竅則水穀與氣各從一竅而俱下肺  
中肺下無竅何由傳道水穀入於下焦 肺手太陰  
經黃帝書云肺為諸藏之上蓋藏真高於肺以行榮  
衛陰陽也肺之形似人肩二大葉中有二十四空行

列以分布諸臟清濁之氣而為氣管乃相輔之官也  
在喉嚨氣系之下 心手少陰經黃帝書云心形如  
未敷蓮花中有九孔以道天真之氣神之宇也其藏  
真通于心心藏血脈之氣也而為身之君以肺為上  
蓋故心在肺之下 心包手厥陰經靈樞經曰手心  
主脈起于心中出屬心包下膈九樞云十二原以大  
陵為心之原即心包穴也明真心不受邪故手心主  
則心包也類纂曰手厥陰心包之經所謂一陰也一

名手心主其經與手陽三焦為表裏今以藏象校之  
在心下橫膈膜之上腎斜膈膜之下與橫膜相粘其  
處黃脂漫包者心也其漫脂之外有細筋如絲與心  
肺相連者此包絡也 脾足太陰經黃帝書云脾形  
似馬蹄內包胃腕象土形也經經之氣交歸於中以  
營連真靈之氣意之舍也又云脾為陰藏位處中焦  
主養四藏故呼吸以受穀氣以其上有心肺下有腎  
肝故曰在中而藏真濡於脾脾藏肌血之氣也為諫

議大夫又曰倉廩之官 肝足厥陰經黃帝書云肝  
有二十大葉一小葉如木甲拆之象各有支絡血脉於  
中以宣發陽和之氣魄之官也故藏真散於肝肝藏  
筋膜之氣也為將軍之官其治在左然以今之藏象  
校之則肝在右脅右腎之前並胃而胃與小腸之右  
外 腎足少陰經黃帝書云腎藏有二形如豇豆相  
並而曲附於膂筋其外有脂裏裏白外黑主藏精故  
藏真下於腎腎藏骨髓之氣也腎者作疆之官伎巧



出焉其位下連於脇今以見圖藏象按之則在膈下  
粘脊膂脂膜中有系二道上則系心下則連二腎之  
系相通已上六臟也 咽門自咽門已下六腑咽應  
地氣為胃之系也以胃屬土坤為地坤土也故應地  
咽之下者胃脘水穀之道凡咽門承受水穀自胃脘  
而入於胃中咽嚥也言可嚥物也又謂之噍言扼要  
之處黃帝書曰地氣通于噍噍咽也以今藏象咽在  
喉之後合古書為是于歐本則非

胃足陽明經黃帝書云胃者倉廩之官布養四藏故  
謂五藏皆稟氣于胃胃者五藏之本故食氣入胃散  
精于肝淫氣于筋食氣入胃濁氣歸心淫精于脉脉  
氣流經經氣歸肺肺朝百脉輸精于皮毛毛脉合精  
氣行於腑腑精神明留於四臟氣歸權衡以平氣口  
成寸以決死生又飲于胃遊溢精氣上輸于脾胃氣  
散精上歸于肺通諸水道下輸膀胱水精四布五經  
並行合于四時五藏陰陽揆度以為常也此水穀氣

味奉生之理也

膽足少陽經黃帝書云膽者中正之官決斷出焉而  
為清淨之府 小腸手太陽經黃帝書云小腸者受  
盛之官化物出焉凡胃中腐熟水穀其滓穢自胃之  
下口傳入于小腸上口自小腸下口泌別而水入膀  
胱上口其滓穢傳入大腸上口與今所繪藏象同

大腸手陽明經一名回腸以其回屈而受小腸之穀  
因以名之乃肺之府也黃帝書曰大腸者傳導之官

變化出焉 廣腸又曰肛門言其處似車軋形故曰  
肛門即廣腸也一名直腸一名魄門黃帝書曰臄腸  
者廣腸也一名洞腸受大腸之穀而道出焉故魄門  
亦為五藏使水穀不得久藏 膀胱足太陽經又名  
胞胞鞞也鞞虛空也以虛承水液焉而為津液之府  
類纂云膀胱者胞之室也黃帝書曰膀胱為州都之  
官津液藏焉氣化則能出焉位當孤府故膀胱不利  
為癃不約為遺溺又水泉不止膀胱不藏得守者生

無守者死 三焦手少陽扁鵲曰膻原也為水穀之  
道路氣之所終始也上膻者在心下下膻在胃上口  
主內而不出其始在膈中玉堂下一寸六分直兩乳  
間陷者是也中膻者在胃中脘不上不下主腐熟水  
穀下膻者在臍下當膀胱上口主分別清濁出而不  
內以傳道也故上膻主出陽氣溫于脾胃分肉之間  
若霧露之溉焉中膻主變化水穀之味出血以榮五  
藏六腑及身體也又下膻主通利溲便以時傳下故

曰出而不內凡藏府俱五者手心主非藏三焦非府也  
也以藏府俱六者合手心主及三焦也又曰藏惟有  
五府獨有六者何也所以府有六者謂三焦也有原  
氣之所別焉主持諸氣有名而無形其經屬手少陽  
此外府也故言府有六焉黃帝書曰上焦如霧中焦  
如漚下焦如瀆而為決瀆之官水道出焉九墟云中  
焦亦並於胃口出上焦之後此所受氣泌別糟粕成  
津液化其精微主注于肺脉乃化而為血以奉生身

故得獨行於經隧命曰榮氣故言中焦如漚也仲景曰下焦不和清溲重下大便數難臍腹築痛故三焦者寄於胸膈

肺側

肺已下右側可見心系系於脊髓下通於腎其心之系有二一則上與肺相通一則自心入於肺兩大葉之間曲折向後並脊脊經絡相連貫通脊髓而與腎系相通其下則見於第四圖中其系從肺兩大葉穿

向後附脊處正當七節之間黃帝所謂七節之旁中  
有小心也

心氣

五臟系通於心心通五臟系心之系與五臟之系相  
連輸其血氣滲灌骨髓故五臟有病先干於心其系  
上系於肺其別者自肺兩葉之中向後通脊與腎自  
腎而之於膀胱與膀胱膜絡並行而之於溲溺處也  
肺之系者上通喉嚨其中與心相通脾之系者自膈



正中微近左脇居胃之上並胃胞絡及胃腕相連貫  
膈與心肺相通膈膜相綴也肝之系者自膈下著右  
脇肋上貫膈入肺中與膈膜相連也腎之系者貼脊  
膂脂膜中兩腎二系相通而下行其上則與心系通  
為一

氣海膈膜

黃帝云膻中者神使之官喜樂出焉膻中在兩乳間  
為氣之海也以氣布陰陽氣和志達則喜樂由生又

云膈膜之上中有父母膈膜之上者氣海居焉氣者生之原乃命之主故氣海為人之父母膈膜謂心肺之間也其膈膜自心肺之下與脊脇腹周圍相著如幕不漏以遮蔽濁氣不上薰於心肺也

脾胃包絡

黃帝云脾之藏其府胃也脾與胃膈相連而脾處胃之上又云胃之大絡名曰虛里貫膜絡肺出于左乳之下其動應衣宗氣也故胃為之市水穀所歸五味

所入如市之雜也大素云胃者太倉也胃之五竅

里門戶也

咽胃大腸小腸  
膀胱為五竅

脾之有大絡其系自膈下

正中微左脇於胃之上與胃包絡相附矣其胃之包  
在脾之上與胃相並結絡周圍漫脂遍布上下有二

系上者貫膈入肺中與肺系相並而在肺系之後其

上即咽門也咽下胃脘也胃脘下即胃上口也其處

謂之賁門者也水穀自此而入胃以胃出穀氣傳之

於肺肺在膈上因曰賁門其門膈膜相貼之間亦漫

脂相包也若胃中水穀腐熟則自幽門而傳入於小腸故言太倉之下口為幽門其門幽隱因名曰幽門

大腸小腸會門

扁鵲曰大腸小腸會門燕為闌處隔言闌約水穀從其泌別也其水穀自小腸承受於闌門以分別也其水則滲灌入於膀胱上口而為溲便若穀之滓穢則自闌門而傳道於大腸故曰下焦者在膀胱上口主分別有清濁也

# 命門

藏各有一腎獨有兩左者為腎屬水右者為命門屬火亦猶北方之蟲則有龜有蛇龜陰物者蛇微陽也所謂陽生於子火實藏之命門者原氣之所繫男子以藏精女子以繫胞其氣與腎通脉經云左手赤中為腎脉右手赤中為神門脉又曰右腎為命門其腑則胞門子戶女子胞者地氣之所生也藏於陰而象地名曰竒恒之府今視藏象則所謂男子藏精女子

繫胞者其原始自心之下系貫七節之傍者其系曲  
屈下行接兩腎之系下尾間附臍腸之右通二陰之  
間前與膀胱下口於溲溺之處相並而出乃是精氣  
所泄之道也若女子則子戶胞門亦自臍腸之右膀  
胱下口相並而受胎故精氣血脉腦皆五臟之真以  
是當知精血來有自矣

大小腸膀胱系

甲乙經凡手少陰心之經絡小腸手太陽小腸之經

屬小腸手太陰肺之經下絡大腸手陽明大腸之經  
屬大腸足少陰之經絡膀胱足太陽經屬膀胱其大  
小腸之系則自膈之下與脊齊連心腎膀胱相系脂  
膜經絡散布包裹然各分紋理羅絡大小腸與膀胱  
其細脉之中氣血精液流走之道

### 髓

黃帝云諸髓皆屬於腦又云腎生髓髓生肝九墟云  
人有四海腦為髓之海足太陽經入絡於腦故五穀

之精津和合而為膏者肉滲入於骨孔補益於腦髓  
今視藏象其脊骨中髓上至於腦下至於尾骶其兩  
傍附筋骨每接兩向皆有細絡一道內連腹中與心  
肺系及五臟相通

總十二臟

黃帝問曰願聞十二臟之相使貴賤如何岐伯對曰  
悉乎哉問也請遂言之心者君主之官也神明出焉  
肺者相傳之官治節出焉肝者將軍之官謀慮出焉



膽者中正之官決斷出焉臙中者臣使之官喜樂出  
焉脾胃者倉廩之官五味出焉大腸者傳道之官變  
化出焉小腸者受盛之官化物出焉腎者作強之官  
伎巧出焉三焦者決瀆之官水道出焉膀胱者州都  
之官津液藏焉氣化則能出焉凡此十二官者不得  
相失也故主明則下安以此養生則壽歿世不殆以  
此為天下則大昌主不明則十二官危使道門塞而  
不通形乃大傷以此養生則殃以為天下者其宗大

危戒之戒之即此觀之信乎心為一身之主宰萬化之根本故曰欲修其身者先正其心

形氣總論

夫人之有生也稟天地之陰陽假父母之精血交感凝結以為胞胎也乾道成男坤道成女始自襁褓以至髫鬢迨其成童與夫壯年豈易然哉故一月之孕有白露之稱二月之胚有桃花之譬及其三月先生右臂則為男陰包陽也先生左臂則為女陽包陰也

其次腎生脾脾生肝肝生肺肺生心以生其勝已者  
腎屬水故五臟由是為陰其次心生小腸小腸生大  
腸大腸生膽膽生胃胃生膀胱膀胱生三焦以生其  
已勝者小腸屬火六腑由是為陽其次三焦生八脉  
八脉生十二經十二經生十二絡十二絡生一百八  
十系絡系絡生一百八十纏絡纏絡生三萬四千孫  
絡孫絡生三百六十五骨節骨節生三百六十五大  
穴大穴生八萬四千毛竅則耳目口鼻四肢百骸之身

皆備矣所謂四月形像具五月筋骨成六月毛髮生正謂此也至七月則遊其魄而能動左手八月遊其魄而能動右手九月三轉身十月滿足母子分解其中有過月生者必生貴子不足日月生者必主貧薄之人誕生之后有變蒸之熱長其精神壯其骨髓生其意智三十二日一變蒸生腎氣焉六十四日二變蒸生膀胱之氣焉腎與膀胱屬水其數一也九十六日三變蒸生心氣焉一百二十八日四變蒸生小腸之

氣馬心與小腸屬火其數二也一百六十日五變蒸  
生肝氣馬一百九十二日六變蒸生膽氣馬肝與膽  
屬木其數三也二百二十四日七變蒸生肺氣馬二  
百五十六日八變蒸生大腸之氣馬肺與大腸屬金  
其數四也二百八十八日九變蒸生脾氣馬三百二  
十日十變蒸生胃氣馬脾與胃屬土其數五也變蒸  
已畢一期歲焉齒生髮長神智有異於前也八歲腎  
氣實髮長齒更二八腎氣盛大天癸至精氣溢瀉陰

陽和故能有子三八腎氣均平筋骨堅強故真牙生而長極四八筋骨隆肌肉滿壯五八腎氣衰髮墮齒稿六八陽氣衰竭于上面焦髮頽白七八肝氣衰筋不能動精少腎藏衰形體皆極八八則齒髮去五臟皆衰筋骨解墮天癸盡矣故髮白身重行步不正而無子故曰齒者骨之餘也髮者血之餘也爪者筋之餘也神者氣之餘也吁人身之難得也如此哉方其幼也有如水面之泡草頭之露氣血未定易寒易熱

腸胃綿脆易飢易飽為母者調攝不得其宜必不能免乎吐瀉驚疳之病矣及其長也嗜欲既開不能修養是以六氣迭侵於其外七情交戰於其中百憂累其心萬事勞其形一蝸之氣安能無病焉小兒之瘡疹大人之傷寒尤其甚也是故聖人不治已病治未病不治已亂治未亂夫病已成而後藥之亂已成而後治之譬猶渴而穿井鬪而鑄兵不亦晚乎

臟腑全圖說

宗寧五年梁少保知大名府有羣盜起內一強寇楊  
宗以計擒之案首惡論死臨刑命醫官并畫工畫之  
適徐州歐希範作惡當刑三十人亦送來刑命畫工  
于法場割開諸人胸腹詳視畫之見喉嚨中排三竅  
曰水曰食曰氣相推惟水食同一竅走胞中入胃上  
口一竅通肺循腹抵脊脊轉臍下兩腎與任衝督三  
脉會丹田者氣海也胃管下有肺兩葉為華蓋諸臟  
腑肺下有心外有黃脂裹之其色赤黃割開視之其



心箇箇不同有竅無竅有毛無毛尖者長者心下有  
羅膈羅膈下有胃積曲可容一斗之物外有黃脂如  
旗燄左有肝一二三四五葉者亦各各不同內歐患  
眼肝有白黑子兩張氣喘而且嗽其肺皺而且黑此  
所謂表裏相應也其肝短葉上有膽右胃左脾與胃  
同膜狀如馬肝赤紫下有小腸盤十六曲極瑩淨化  
物通行右有大腸亦十六曲內有所出糟粕之路外  
有黃脂粘作一塊下有膀胱居臍亦瑩淨外無所入

穴全借施行津液入胞為尿此君子小人之體各異  
見成性氣緩急五臟六腑皆造化所成也

欽定四庫全書

圖書編卷六十九

心臟之圖



明 章潢 撰

心有餘為熱  
不足為寒盛  
則生熱虛熱  
收內

心臟歌

心臟身之精小腸為弟兄象離隨夏旺屬火向南生  
任物無纖巨多謀最有靈內行於血海外應舌將榮  
七孔多聰慧三毛上智英反時憂不解順候脉洪驚  
液汗通皮潤聲言爽氣清伏梁秋得積如臂在臍紫  
順視雞冠色凶看淤血凝診時須審委細察有叮嚀  
實夢憂驚在虛翻烟火明秤之十二兩大小無常平

心臟圖說

心火宮也居肺下肝上對鳩尾下一寸丈夫六十心  
氣衰多錯忘也心為五臟之主明運用生開竅于舌  
在形為脉出於中衝心者生之本神之處也汗者心  
之液腎邪入心則多汗小腸為心之府舌為心之苗  
心氣通則舌知五味心病則舌焦卷而短不知五味  
矣合于脉其紫色也心之合也血脉虛少而不繫于  
臟腑者心先死也口乾舌強或咽喉中痛噤唾不便  
口内生瘡忘前失後心氣衰也或因怒氣傷肝或因

驚氣入膽母能令子虛而心血為之不足又遇事繁冗  
思想無窮則心君為不寧故神明不安而怔忡驚悸  
之證作矣

心病證

膈上有動氣按之牢苦痛心苦煩掌中熱也

吐納法

心病用呵法呵為瀉吸為補須正身端坐先調氣和  
勻以鼻微長引氣然後細細呵之令耳不得聞大略

以三十六遍為則能去心部一切煩熱疾愈則止過則損

導引法

正坐以兩手作拳用力左右互相築各六度又可正坐以手按腕上一手向下拓空如重石又以兩手作人以腳踏手中各六度能去心胸中風邪諸疾關炁為之畢散良久三咽三叩齒而止

心部食忌

四月勿食大蒜令人髮白及墮齒五月勿食礶損心  
并勿食各物心腎令人心痛宜食大小麥去霍禁鹹  
味

養心法言

心者身之主宰萬事由之應酬而病否之所繫也故  
相思一病神仙難醫正心之人鬼神亦憚養與不養  
故也未事不可先迎既事不可留滯忿憤恐懼好樂  
憂患皆得其正此養心之法也



治心要法

心臟之病必先調肝腎兩臟蓋腎者心之鬼肝者火之母也故心病者先求乎肝清其源也五臟受病必傳其所勝水能制火則腎之受邪必傳于心故先治腎逐其邪也若診脉肝腎俱和而心自生病然後察其心象之虛實而調治之斯得之矣

欽定四庫全書

目錄  
卷六十九

# 肝臟之圖



肝有餘則聚聚則  
 宜通肝不足則燥  
 燥則宜潤實則瀉  
 虛則補驚則鎮

肝臟歌

肝臟應春陽連枝膽共房色青形象木位列在東方  
含血榮於目牽筋爪運將逆時生恚怒順候脉弦長泣下  
為之液聲呼是木鄉味酸宜所納麻穀應隨糧積因肥  
氣得杯覆脇隅傍翠羽身將吉顏同枯草殃四斤餘  
四兩七葉兩分行

肝臟圖說

肝木宮也居心下少近左三葉丈夫六十肝氣衰減

葉薄膽目不明也肝者凝血之本魂之變也肝脉出于  
大敦發竅于目左目甲右目乙淚者肝之液腎邪入  
肝則多淚膽為肝之腑膽與肝合眼為膽之官肝氣  
通則眼分明肝實則眼赤肝合于筋其榮爪肝之合  
也筋緩而不能收持者肝先死也故人之肝虧則筋  
急人之皮枯者肝中熱也人之肌肉斑點肝風也人  
之色青者肝盛也人之好食酸物者肝不足也人之  
髮枯者肝傷也人之手足多汗者肝無疾也肺邪入

肝則多哭肝病急食甘以緩之欲散則食苦以散之  
用鹹補之用辛瀉之禁當風肝惡風也

相肝病法

肝熱者左目赤肝病者目睫兩脇下痛引小腹令人  
喜怒肝虛則恐如人將捕之肝實則怒虛則寒陰氣  
壯壯則夢山樹園苑生草肝氣痛頭痛耳聾頰風腫  
惡風診在目其色青肝病主青足厥陰與足少陽為  
表裏主治其日甲乙

吐納法

肝病用噓法同前去肝家虛熱亦除四肢壯氣與夫  
眼赤一切熱疾噓後仍向東三吸之嚥津叩齒而止

導引法

正坐以手兩相重按脇胘下徐緩身左右各三五度  
又向正坐兩手拽相又翻覆向胸三五度能去肝家  
積聚風邪毒氣為之畢良久閉目三咽三叩齒而止

肝部食忌

正月勿食葱二三月勿食蒜子蓼子及百藥心勿食  
諸物肝肺宜食麻子巨勝子李子禁辛味

養肝法言

肝屬木藏血魂所居焉人之七情惟怒惟甚怒則傷  
肝故血枯而魂散也善養肝臟者莫切于戒暴怒

膽臟圖說

膽膊著肝膽者筋之應也六腑之精也膽合于膀胱  
上主毛髮故人之髮枯者膽竭也人之爪乾者膽虧



也人之髮燥膽有風也人之毛焦膽熱也人之目無  
光有淚者亦膽熱也好食苦味膽不足也顏色青或  
光白膽無病也夫心主火膽主水火得水而滅水得  
火而煎陰陽交爭水勝火故淚從目出也膽與肝同  
道有病用肝臟方

相膽病法

膽有病太息口苦嘔宿汗口淡恐人將捕之眉傾也  
膽若實傷熱熱則精神不守臥起無定若虛則傷寒

寒則恐畏頭眩不能獨臥虛損則爪枯髮燥目中淚  
出膀胱連腰小腹俱痛

吐納法

膽病用嘻法如前數膽病并腎臟除一切冷陰汗盜  
汗面無顏色小腹脹滿臍下冷痛口乾舌苦嘻之則  
病愈

導引法

可平坐合兩脚掌昂頭以兩手挽脚腕起搖動三五

度亦可大坐以兩手拓地舉身弩腰脊三五度能去  
風毒邪氣畢則閉目三咽三叩齒而止也





腎臟歌

腎臟對分之膀胱共合宜  
旺冬身屬水位北定無欺  
兩耳通為竅三焦附在斯  
味鹹歸藿豆精志自相隨  
沉滑當時本浮灘厄在脾  
色同烏羽吉形似炭煤危  
冷即多成唾焦煩水易虧  
奔豚臍下積究竟骨將痿  
實夢腰難解虛行涉水湄  
一斤餘二兩脅下對相垂

腎臟圖說

腎水宮也左腎右腎前對臍  
膊著于脊丈夫六十腎

氣衰髮墮齒氣衰焦脛脉空虚人之有腎猶樹之有根也腎開竅於二陰左為壬右為癸在形為骨久立損骨腎脉出于湧泉腎者臟之本精之處也經於上焦榮於中焦衛於下焦腎之餘氣通於兩竅為液為唾和氣入腎則多唾膀胱為腎腑耳為腎官腎氣通則聞五音腎病則耳聾骨痿也腎合于骨其榮髮也腎之合也骨萎不能起牀者腎氣先死也上主齒齒痛者腎傷也又主耳耳不聞聲者腎虧也人之骨痛

者腎虛也人之齒多齟者腎弱也人之齒齟者腎有風也人之耳痛者腎氣壅也人之多呵吹者腎邪也人之腰不伸者腎水枯也人之色黃黑者腎衰也人之容色光紫者腎無病也人之骨鳴者腎羸也肺邪入腎多伸病燥食辛以潤之腎堅食苦以弱之又用苦以瀉之鹹以補之禁無犯熱食溫衣腎畏燥也

相腎病法

臍下有動氣按之苦牢病苦腹食不消體重肢節痛



嗜臥

吐納法

腎病用吹法同前數能去腎家一切冷氣腰痛膝沉重久立不得陽道衰弱耳中蟬鳴及口中有瘡一切腎部煩熱之疾疾愈即止

導引法

正坐以兩手上從耳左右引脇三五度亦可以足前後踰左右各十數度能去腰腎膀胱間風邪積聚為

之畢良久閉目三咽三叩齒而止

腎臟食忌

十月勿食椒令人口乾成赤白痢十一月十二月勿食鱗甲鮮物并勿食諸物脾腎宜食大豆黃卷粟

養腎法言

腎於諸臟為最下屬水藏精蓋天一生水乃夫人生身之本立命之根也天地間凡有血氣者莫不有牝壯之欲故天與水違行欲情一動精即離原而生身

者亦所以戕身者也君子學易玩損之大象而窒慾如防水之源塞水之漏損之又損以至於無焉是欲固壽命之原莫先于色慾之戒也

治腎要法

五臟惟腎之一臟母勝而子反受邪肺與腎是也肺主氣氣之輕浮能上而不能下腎主精精之沉重能下而不能上若肺勝則熱作氣得熱上蒸則不能下生腎水而腎之邪生矣須急食涼劑以解之此腎病

必先求諸肺是也或肺臟安和而腎忽受病則當察  
其本臟而治之斯得之矣

# 肺臟之圖



肺有餘為寒不足為熱實則宜泄虛則宜補

肺臟歌

肺臟最居先大腸通道宣  
兌為八卦地金屬五行牽  
皮與毛相應魂與魄共連  
鼻聞香氣辨壅塞氣相煎  
語過多成嗽瘡浮酒灌穿  
猪脂凝者吉枯骨命難全  
本積息賁患乘春右脇邊  
順時浮瀆短反即大洪弦  
寶夢兵戈競虛行涉水田  
三斤三兩重六葉散分懸

肺臟圖說

肺金宮也為臟之華蓋居上對胃六葉丈夫八十肺

氣衰魄漸散也肺脉出于少商開竅于鼻左孔為庚  
右孔為辛肺者臟之長氣之本也是以諸氣屬焉久  
臥則傷氣涕者肺之液腎邪入肺則作涕肺在形為  
皮毛故肺合於脾其榮毛也肺之合也皮緩而毛落  
者肺氣先死也肺合于大腸大腸為肺之府上主鼻  
鼻為肺之官故人肺傷風則鼻塞人之容色枯者肺  
乾也人之鼻痒者肺有蟲也人之多怖者肺魄離于  
外也人之體薰者肺氣癥也人之多聲者肺之盛也

人之不耐寒者肺衰也人之好食辛味者肺氣不足也人之腸鳴者肺壅也人之顏色鮮白者肺無病也肺病食酸以收之辛以補之苦以瀉之禁勿寒肺惡寒也

相肺病法

肺病熱則右顴赤肺病者色白而毛聚喘咳逆氣胸背四肢煩痛或夢美女相依肺虛則少氣不能報息鼻燥喉乾肺風則多汗畏風時欲咳嗽如氣盡日則



止暮則甚診在眉上其色白肺主秋手太陰陽明主  
治其日庚辛

又肺病證

臍右有動氣按之若痛苦咳嗽熱也

吐納法

肺病用呬呬為瀉吸為補先調氣令和以鼻微長引  
氣然後呬之令自耳不聞呬聲聞則瀉之大過也大  
呬三十六遍細呬十二遍能去肺家勞熱凡一切逆

氣咳嗽皮膚瘡瘍四肢煩疼鼻塞胸背痛皆宜數咽  
之疾愈則止過度則損矣大凡咽噓呵吹呼俱宜向  
西北徐向東南三吸生氣以補之

導引法

可正坐以兩手據地縮身曲脊向上三舉能去肺家  
風熱積勞亦可反拳槌脊上左右各三五度去胸臆  
間風毒閉氣為之良久瞑目嚥液三叩齒而止

肺部食忌

七月勿食茱萸成血痢八月九月勿食薑并諸物肝  
心肺肺病宜食黍禁苦味

養肺法言

肺最在諸臟之上而諸臟之氣咸由之以吐納也惟  
氣得所養則鼻息調勻肺嘗滋潤故魄與之俱凝而  
晬然見於面盎於背皆於肺氣驗之也是故善養肺  
臟者莫要於養氣

治肺要法

凡肺之得病必先觀心脾二臟之虛實蓋心火尅肺  
脾土生金子母鬼賊之義也診其脉心脾既和然後  
察肺家之虛實以調治焉



脾臟歌

脾臟象中坤安和對胃門旺時隨四季自與土為根  
磨穀能消食榮身命本溫應唇通口氣連肉潤肌髻  
形扁纔三五膏凝散半斤順時脉緩慢失則氣連吞  
實夢歌懽樂虛爭飲食分濕多成五泄腸走若雷奔  
痞氣冬為積皮黃四體昏二斤十四兩三斗五升存

脾臟圖說

脾土宮也揜大倉在臍上三寸丈夫七十脾氣虛而

皮膚枯瘦也脾者肉之本意之處也涎者脾之液腎  
邪入脾則多涎胃與脾合為穀府口為脾之官脾氣  
通則口知五味脾病則口乾不能食不知五味脾合  
于肉則榮肉也脾之合也肌肉消瘦而不能肥脾先  
死也脾之於胃如轉磨也化其生而為熟也食不消  
脾不轉也食堅物者脾磨不盡化則為食患故諸臟  
不調則傷質傷質則損神此傷人之速也故不欲食  
堅物者養身之妙道也人之欲不食者脾中有不化

之食也人多惑者脾臟不安也人之多食脾虛也人之食不下者脾寒也人之無顏色者脾傷也人之好食甘味者脾不足也人之明潤鮮白脾無病也肝邪入脾則多歌脾病濕宜食苦以燥之欲緩食甘以緩之甘則補之苦則瀉之禁燥

相脾病法

脾熱者鼻赤色黃而濡脾病者體上遊風習習遍體悶疼身重善飢肉萎足不能行喜聲脚下痛脾虛腹



吐脹鳴成溇痢食多不化脾寒之疾多汗惡風身體  
怠惰四肢無力不用癥黃不嗜飲食診在鼻其色黃  
旺于季夏足太陰陽明主治其日戊己

又脾病證

當臍有動氣按之牢苦痛逆氣小腸急痛洩不定重  
脛寒

吐納法

脾病用呼法同前數能去脾家一切冷氣發熱霍亂

宿食不化偏頑痺腹內結塊疾愈則止

導引法

可大坐伸一脚屈一脚以兩手向後反掣三五度亦可跪坐以兩手拒地回顧用力更視各三五度能去脾臟間風邪喜食為之畢良久閉目三嚙津三叩齒而止

脾部食忌

六月勿食茱萸令人患赤白痢四季勿食諸物脾肝

羊血宜食粳米棗葵禁酸

養脾法言

脾居五臟之中出納穀氣以輸貫四肢百骸者也欲  
養脾者須節爽口之物慎無邪之思則外不傷乎飲  
食內不傷乎思慮而脾可永安矣

治脾要法

凡脾之得病必先察肝心之虛實而調治之其義同

前

總論五臟時調攝法

肝主春足厥陰少陽主治其日甲乙肝苦急急食甘  
以緩之心主夏手少陰太陽主治其日丙丁心苦緩  
急食酸以收之脾主長夏足太陰陽明主治其日戊  
己脾苦濕急食苦以燥之肺主秋手太陰陽明主治  
其日庚辛肺苦氣上逆急食苦以泄之腎主冬足少  
陰太陽主治其日壬癸腎苦燥急食辛以潤之開腠  
理致津液通氣

# 藏五府六之圖



藏惟有五府獨有六者何也然所以府有六者謂三焦也有原氣之別焉主持諸氣有名而無形其經屬手少陽此少府也故言府有六焉

經又言府有五藏有六者何也六府者止有五府也然五藏亦有六藏者謂腎有兩藏也其左為腎右為命門命門者謂精神之所舍也男子以藏精女子以繫胞其氣與腎通故言藏有六也

論三焦三隧

三焦固為六府之一而水穀入胃其糟粕精液實之  
為三隧也夫宗氣者真氣也真氣受于天與穀并充  
于身宗氣搏而不行積于胸中命曰氣海行于上焦  
出于肺循喉嚨以貫心脉而行呼吸焉呼則出吸則  
入其大數常出三八一營氣水穀之精氣也出于中  
焦泌糟粕蒸津液化其精微上注之于脉以應刻數  
調和于五藏灑陳于六府乃化而為血以榮四末奉  
生身貴莫貴于此得獨行于經隧中常榮無已衛氣

者水穀之悍氣也其氣慄疾滑利不能入于脉行于  
四末循分肉皮膚之間熏于膏膜散于胸腹而不休  
宗氣行于上焦營氣出于中焦衛氣出于下焦是三  
隧分于三焦各一其行也

論三焦有形

蘇黃門龍川志云彭山有隱者通古醫術與世諸醫  
用法不同人莫之知單驤從之學盡得其術遂以醫  
名于世治平中予與驤遇于廣都論古今術同異驤



既言其略復歎曰古今論五臟六腑其說有謬者而相承不察今欲以告人人誰信者古說左腎其府膀胱右腎命門其府三焦丈夫以藏精女子以繫胞以理主之三焦當如膀胱有形質可見而王叔和言三焦有臟無形不亦大謬乎蓋三焦有形如膀胱故可以藏有所繫若其無形尚可以藏繫哉且其所以謂之三焦者何也三焦分布人體中有上中下之異方人心湛寂慾念不起則精氣散在三焦榮華百體及

其慾念一起心火熾然翁撮三焦精氣入命門之府  
輸瀉而去故號此府為焦耳世承叔和之謬而不悟  
可為長太息也予甚異其說後為齊州從事有一舉  
子徐遁者石守道之壻也少嘗學醫于衛州聞高敏  
之遺說療病有精思予為道驤之言遁喜曰齊嘗大  
饑羣凶相鬻割而食有一人皮肉盡而骨脉全者遁  
以學醫故往視之其五臟見右腎下有脂膜如手大  
者正與膀胱相對有二白脉自其中出夾脊而上貫

腦意此即導引家所謂夾脊雙關者而不悟脂膜如  
手大者之為三焦也單君之言與所見懸合可以正  
古人之謬矣今醫家者流皆執叔和三焦無狀空有  
名以自信不聞有此說故錄之

按叔和言三焦有名無狀容窻所錄則言脂膜如手  
大與膀胱相對是有形狀之可觀矣然黃帝書云上  
焦如霧中焦如漚下焦如瀆又扁鵲曰焦原也為水  
穀之道路氣之所終始也上焦在心下下膈在胃口

上中焦在胃中脘不上不下下焦在臍下當膀胱上口是三焦各有在也雖有形狀而止以一處言之可乎哉或者如仲景所云下焦不和清溲重下此特下焦之一處乎故併存之以俟知者

五臟六腑之位

五臟者心肝脾肺腎也六腑者小腸大腸膽胃膀胱三焦也肺最居上為臟之華蓋六葉兩耳主藏魄心在肺下其體半葉如未開蓮花上有七孔三毛主藏

神心下為鬲鬲下有胃主藏水穀胃左有肝左三葉  
右四葉主藏魂膽在肝之短葉間有精汁三合胃右  
有脾主藏意胃下為腹大腸當臍右迴十六曲小腸  
左迴疊積十六曲主傳溲便二腸之下為臍臍下為  
膀胱主藏溺背脊骨節第七之下有二腎左者為腎  
主藏志右為命門主藏精故曰臟者藏也腑者聚也  
五臟六腑之官

心者君主之官神明出焉肺者相傳之官治節出焉

肝者將軍之官謀慮出焉腎者作強之官技巧出焉  
脾胃者倉廩之官五味出焉膽者中正之官決斷出  
焉膾中者臣使之官喜樂出焉小腸者受盛之官化  
物出焉大腸者傳道之官變化出焉膀胱者州都之  
官津液藏焉氣化則能出矣三焦者決瀆之官水道  
出焉凡此十二官者不得相失也主明則下安以此  
養生則壽沒世不殆以為天下則昌主不明則十二  
官危使道閉塞而不通以此養生則殆以為天下者

其宗大危戒之戒之故曰心者一身之主宰萬事之本根也

五臟之候

目者肝之外候肝氣通於目目和則辨白黑矣鼻者肺之外候肺氣通於鼻鼻和則知香臭矣舌者心之外候心氣通於舌舌和則知五味矣口者脾之外候脾氣通於口口和則知穀味矣耳者腎之外候腎氣通于耳耳和則知五音矣

五臟之竅

東方青色入通於肝開竅于目南方赤色入通於心  
開竅於舌中央黃色入通于脾開竅于口西方白色  
入通於肺開竅于鼻北方黑色入通于腎開竅于耳  
及二陰故清陽出上竅乃氣道呼吸之間濁陰出下  
竅乃便溺傳瀉之所

五臟所入

肺主聲入心為言入肝為呼入脾為歌入腎為呻吟



自入為哭肝主色入肺為白入心為赤入脾為黃入  
腎為黑自入為青心主臭入肝為燥入肺為腥臭入  
脾為香臭入腎為腐臭自入為焦臭脾主味入心為  
苦入肝為酸入肺為辛入腎為鹹自入為甘腎主液  
入心為汗入肝為淚入肺為涕入脾為涎自入為唾

五臟所養

肺養皮毛心養血脈脾養肌肉肝養筋膜腎養骨髓

五臟化液

心為汗肺為涕肝為淚脾為涎腎為唾

五臟所惡

心惡熱肺惡寒肝惡風脾惡濕腎惡燥

五精所并

氣并于心則喜并于肺則悲并于肝則憂并于脾則  
畏并于腎則恐

五勞所傷

久視傷血久臥傷氣久坐傷肉久立傷骨久行傷筋

五臟生成

心之合脉也其榮色也其主腎也肺之合皮也其榮毛也其主心也肝之合筋也其榮爪也其主肺也脾之合肉也其榮唇也其主肝也腎之合骨也其榮髮也其主脾也

五臟應時

帝曰五臟應四時各有收受乎岐伯曰有東方青色入通於肝開竅於目藏精於肝其病發驚駭其味酸

其類草木其畜雞其穀麥其應四時上為歲星是以春氣在頭也其音角其數八是以知病之在筋也其

臭燥

月令作糴

南方赤色入通於心開竅於耳藏精於心

其病在五臟其味苦其類火其畜羊其穀黍其應四時上為熒惑星是以知病之在脉也其音徵其數七其臭焦中央黃色入通於肺開竅于口藏精于脾故病在舌本其味甘其類土其畜牛其穀稷其應四時上為鎮星是以知病之在肉也其音宮其數五其臭

香西方白色入通於肺開竅於鼻藏精於肺故病在  
背其味辛其類金其畜馬其穀稻其應四時上為太  
白星是以知病之在皮毛也其音商其數九其臭腥  
北方黑色入通於腎開竅於二陰藏精於腎故病在  
谿其味鹹其類水其畜豕其穀豆其應四時上為辰  
星是以知病之在骨也其音羽其數六其臭腐故善  
於脉者謹察五臟六腑一逆一順陰陽表裏雌雄之  
紀藏之心意合心於精非其人勿教非其真勿授是

謂得道

五臟所主

肺主身之皮毛心主身之血脉肝主身之筋膜

膜者人皮

下肉上筋膜是也

脾主身之肌肉腎主身之骨髓

五臟所欲

心欲苦

合火故也

肺欲辛

合金故也

肝欲酸

合木故也

脾欲甘

合土故也

腎欲鹹

合水故也

五臟圖文備記

黃帝謂岐伯曰夫人受天地之氣以生氣之凝也謂之精精之邁也謂之靈靈之發也謂之神神之化也謂之魂魂隨神往來謂之識並精出入謂之魄主榮積魂謂之心心有所從謂之情情有有所屬謂之意意有所指謂之志志有所憶謂之思思之有所遠慕謂之慮慮而事成謂之智智者盡此諸見者焉

孫思邈曰髮宜多擲齒宜數叩液宜常咽氣宜常煉精宜常存

大玄經曰喜怒損性哀樂損神性損則害生故養性以全氣保神以安身氣全體平心安神逸全生之訣也

臟腑總論

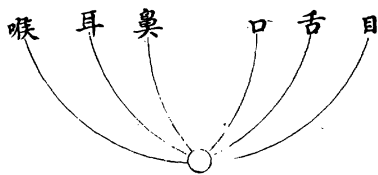
夫天主陽食人以五氣地主陰食人以五味陰陽相成結為五臟之氣藏入四肢十二部三百六十關節引為經脉津液骨髓蘊成六腑三焦十二經通為九竅可見五臟為人形之主一臟損則百病生五臟損



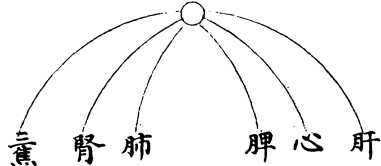
則百形滅故云五臟者神明魂魄志意之所主是以  
心主神肝主魂肺主魄脾主智腎主精發外為五事  
若能存神修養克己勵志其道成矣

--	--	--	--	--	--	--	--	--

五臟上關九竅圖



氣通於



九竅者目  
 二舌一口  
 一鼻孔二  
 耳二喉一  
 是也三焦  
 雖不係五  
 臟之列其  
 原起于腎  
 間而出入  
 五臟者也

五臟之氣於何發起通於何許曰五臟者上關於九竅也故肺氣通於鼻鼻和則知香臭矣肝氣通于目目和則知黑白矣脾氣通于口口和則知穀味矣心氣通于舌舌和則知五味矣腎氣通于耳耳和則知五音矣三焦之氣通于喉喉和則聲鳴矣

五臟藏于中者難知九竅通于外者易見即其通于外以察其藏乎中者亦易易也况口之于味也目之于色也耳之于聲也鼻之于臭也喉舌之于聲音也

尤有易知者在乎雖然五臟九竅合外內之道也惟  
心不在焉則視而不見聽而不聞食而不知其味果  
于此握其養德養生之樞焉則一以貫之何病之有  
人身中毛竅八萬四千氣宮三百八十四毛竅散屬  
氣宮臍中氣宮又為三百八十四官之主降于陽宮  
皆為精心為中田項為上田舌下玄膺目中有銀海  
額之中眉之間口鼻之衝目之畔咽喉之側腰脇中  
皆竅也豈曰人一身止有此九竅哉

--	--	--	--	--	--	--	--

別知臟腑之圖

諸陽也者 爲  
諸陰也者 爲  
諸陽也者 爲  
諸陰也者 爲  
諸陽也者 爲  
諸陰也者 爲  
諸陽也者 爲  
諸陰也者 爲

數者腑也遲者臟也數則為熱遲則為寒諸陽為熱諸陰為寒故以別知臟腑之病也

臟主藏積腑主納物臟實而不滿腑滿而不實是以陽受之則入於六腑陰受之則入於五臟故腑病易治臟病難治也但熱為陽屬腑寒為陰屬臟然矣若寒自外感非陰屬之腑而熱自内生非陽屬之臟乎陰中之陽陽中之陰尤不可不辨

圖書編卷六十九