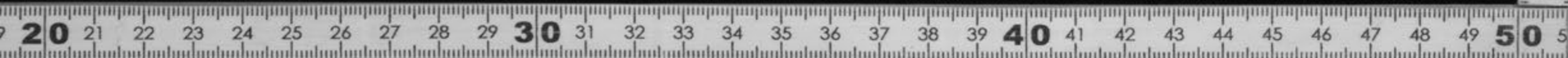
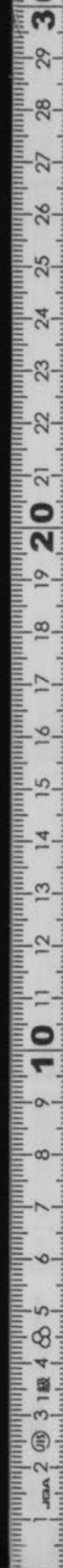


黃帝內經大素

二·五

Kitasato Memorial Medical Library



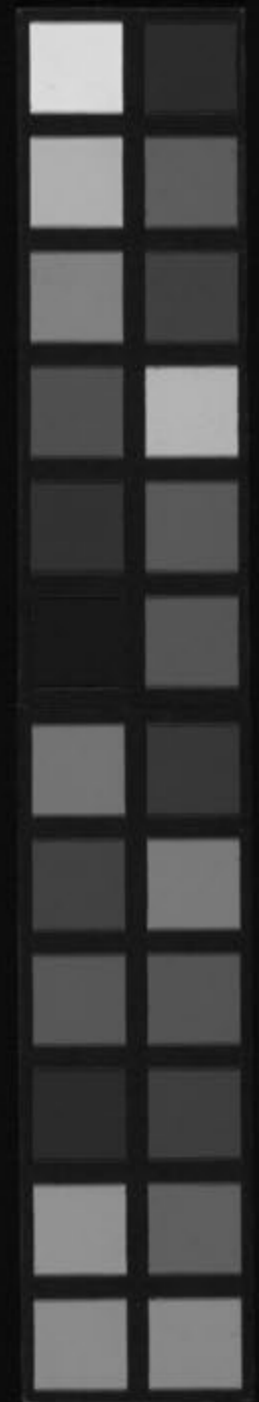
黃帝內經大素卷第二



✕
k189

F 1
コ-38

Kitasato Memorial Medical Library



黄帝内经大素卷第二

九氣

六氣

順養

道直即守太子文學臣楊上善

黄帝内经大素卷第二

北里家藏本

一俟見在廿三冊

2冊

490.9

Ko-24

1

No. 2822

12 K189



富士川文庫

1679

黃帝內經太素卷第二



北里家藏本

一册

Kitasato Memorial Medical Library

心經

黃帝內經太素卷第二 構生之二



通直郎守太子文學臣楊上善奉 勅撰注

順養下心 欲清心 意氣 太素 卷第二

富士川家藏本

六氣 氣者 人之 常 也 天 之 六 氣 也 曰 陰 風 陽 風 大 風 小 風 心 風 肝 風 脾 風 肺 風 腎 風

九氣 氣者 人之 常 也 天 之 六 氣 也 曰 陰 風 陽 風 大 風 小 風 心 風 肝 風 脾 風 肺 風 腎 風

調食 食者 人之 常 也 天 之 六 氣 也 曰 陰 風 陽 風 大 風 小 風 心 風 肝 風 脾 風 肺 風 腎 風

壽限 壽者 人之 常 也 天 之 六 氣 也 曰 陰 風 陽 風 大 風 小 風 心 風 肝 風 脾 風 肺 風 腎 風

本據本及朱書 和撰

壽限 不可定是以前之有者也故曰黃

順養

黃帝曰余聞先師有所心藏弗着於方

余願聞而藏之則而行之

上下和親德澤下流

傳於後世無有終時可得聞乎

彼與治此小與治大治國與治家

未有逆而能治者也夫唯順而已矣

人之與已彼此小大

美須順道德陰陽物理

乃通順者非獨陰陽脉

論氣之逆順也

百姓人民皆欲順其志也

順百姓之情皆不可逆

聖人無帝心以百姓為心也

靈樞經傳

道篇輪篇

言也有教存臣不能

而老輪

曰不可傳也法也教法

小上靈樞經

帝曰順之奈何岐伯曰入國問俗入家

問諱上堂問禮臨病人問所便夫為國為家者身之道各

有其理不備其理而欲正之身者未之有也所以並須問者欲各知其理而順之也俗諱禮使人

之理也陰陽四時天地之理也存生之道闕一不可故常問之也使宜也謂問病人寒熱等

病量其所宜隨順調之故問所便者也黃帝曰便病人

奈何言何方而知其所便也岐伯曰夫人中熱消

瘴則便寒中之屬則便熱中腸胃中也腸胃中熱多消飲

食即消瘴病也瘴熱也音丹熱中宜以寒調寒中宜以熱調解其便也胃中熱則消

穀令人懸心善飢齋以上皮熱自此以下廣言熱中寒中之狀

胃中熱以消穀虛以喜飢胃在膈上胃中食氣上薰故皮熱也腸中熱則出

黃如糜齋以下皮寒陽上陰下胃熱腸冷自是常理今胃中雜

熱不可過熱非非常腸中雜冷不可和則多熱出黃腸冷多熱不通故齋下皮寒也

胃中寒則腹脹腸中寒則腸鳴吟洩

腹吐薛反張起也食音孫謂食不消下洩如水和飯也冷氣不下故多脹腸中冷而氣轉故腸

也鳴胃中寒腸中熱則脹且洩以上腸胃俱

胃寒腸熱俱時也脹是胃寒洩是腸熱腸中胃

中熱腸中寒則疾飢少腹痛此胃熱

時胃熱故疾飢黃帝曰胃欲寒飲腸欲

熱飲兩者相逆便之奈何且夫王

公大人血食之君驕恣從欲輕人而

無能禁之則逆其志順之則

其病便之奈何治之何先胃中常熱

而飲腸中恒冷故欲灼而食寒熱乖和

則損於性命若從欲則加病逆志則生怨二

者不兼故以岐伯曰人之情莫不惡死而

樂生告之以其馭語之以其道示

以其所便開之以其所苦雖有無

道之人惡有不聽令者乎正可逆志

樂不可順欲而致其所苦黃帝曰治之奈

故以道語之無理不聽也

本意括字極
道作善示作道
之字又示示
前後文字下脫
字

本則字實極
道云從微則知病

何岐伯曰春夏先治其標後治其本

秋冬先治其本後治其標本謂根與本也

標者也方昭反謂枝與葉也春夏之時萬物之氣上昇在標秋冬之時萬物之氣下流在

本候病所在以行療法故黃帝曰便其相

逆者奈何謂適於口則害於體者奈何

岐伯曰便此者食飲衣服亦欲適寒

溫寒無淒暑無出汗食飲者熱毋灼

寒毋滄滄者寒也音食寒無淒等謂調衣服也熱無灼等謂調食飲

也皆逆其寒溫中適故氣將持乃不致

耶僻五藏之中和適則其真氣久視傷血

夫為勞者必內有所損然後血等有所傷及心注目於色久則傷心主於血故久視傷血

久卧傷氣人卧則肺氣出難故久坐傷

肉人久靜坐則不動不使久立傷骨

久立則骨腎勞損腎久行傷筋此久所病也

春三月風調種
大論

人之久行則肝膽勞也言春三月此謂養陳

安養益父記

損肝傷則筋傷也也言春三月草木舊根也天地俱生萬物以榮天之

安養益父記

降之以德地之母也資之以氣德之與也夜卧蚤起也

春之三月主瞻肝之府是少陽用事陰消陽息故也養陽者至夜即卧順陰消也蚤起也古早且而起

息也也廣步於途被髮緩形也以使志生也唐步

勞以使志也也被髮緩形逸以使志也勞逸也生而勿

安養益父記

致茅而勿奪賞而勿罰此春氣之應也

也養生之道也牛與賞者順少陽也致棄也罰者也

內外和順春之應也斯之也逆則傷於肝夏為

寒為變奉生長者少也肝氣左春故晚卧也形晚

者皆過少陽也故其為身者逆即傷肝也夏為傷寒

熱病變也其為國為也霜電也風寒災害變也春

時內外傷者奉夏也夏三月此謂蕃秀也蕃代元

滋茂秀增長者也也天地氣交萬物莫實也陰陽

故物英華也晚卧蚤起也夏之三月主少陽心之府乎

而盛實也也大陽用事陰虛陽盈故養

陽者多起少卧也晚卧以順陰無厭於日使志無

虛早起以順陽盈實也怒者為陽故不可厭之怒使英成秀使氣得

淺使物華皆得秀長使若所愛在外此夏氣

之應也養生之道也內者為陰外者為陽諸

行者應太陽之氣養生之道也逆之則傷心秋為瘖瘧則

奉收者少冬至重病早卧晚起厭日生怒

皆迷太陽氣也故夏為逆者則傷乎心秋為瘖瘧

秋三月此謂容平長夏氣成長至秋也不盛不

天氣以急地氣以明天氣急者風清氣涼也

蚤卧蚤起與雞俱興秋之三月主肺藏乎大

陰者與雞俱卧順陰息使志安寧以緩秋形

也與雞俱起順陽消也收斂神氣使秋氣

平夏之日之時神氣洪散故收無外其志使肺

氣精此秋氣之應也養生之道也備志

陰者與雞俱卧

皆迷太陽氣也

長夏氣成長至秋也不盛不

天氣急者風清氣涼也

秋之三月主肺藏乎大

陰用事陽消陰息故養

收斂神氣使秋氣

無外其志使肺

備志

使肺氣之無雜此應逆之則傷肺冬為冷洩

秋氣養陰之道也晚卧晚起志不寧者秋時

則奉養者少以逆太陰氣秋即傷肺至

冬食洩奉冬養冬三月此謂氣閉藏外閉

之道少也之陽氣水冰地坼初白反毋擾于陽言居陰分故

蚤卧晚起冬之三月主腎藏足少陰用事陽

順陽虛晚起必待日光使志若伏也伏暄靜

陰分使志靜也若有私意若已有德去寒就温

言十一月陰去陽來故養陰者凡有私意諸

有所得与陰俱去順陽而來無相擾也

毋洩皮膚使氣不極此冬氣之應也

養藏之道也閉諸滕理使氣不洩極也斯之

逆之則傷腎春為痿厥則奉生少也

早起晚卧不待日光志氣外洩冬為逆者傷腎

痿厥奉春養生之道少也痿厥不能行也一日偏

枯也危反也天氣清靜光明者也天道之氣清

靜不可為故得三光七耀光明者藏德不上

也玄元皇帝曰虛靜者天之明也

通鑑曰太上元
帝創道也

故不下 天設日月列星辰張四時調陰陽日以曝
之夜以息之風以乾之雨露濡之其生物

也莫見其所養而物長其所然也莫見其所育
而物亡此謂天道藏德不上故不下者也聖人

象之其起福也不見其所以而福起其除禍也
不見其所由而禍除則聖人藏德不上故不下

也玄元皇帝曰上德不德
是以有德即其事也 上下則日月不明

君上情在於己有私情德遂不為德玄元皇帝曰下
德不失德是以无德君之無德則令日月薄蝕三光

不明 耶宮空竅 空竅謂三百六十五穴也君不
隋德和陽氣者則此為賊風

入人空竅 陽氣閉塞地氣冒明 陽氣失和故
令陰氣冒覆

三 雲露不精則上應甘露不下交通

廣曰恐白誤素
問曰甘露故云爾

陰氣失和致令雲露無潤澤之精無德應天遂
使甘露不降陰陽不和也言曰露者恐後代字

誤不表萬物命故不施 陰陽不得交通
則一中分命無

由布表生於万物德澤
不施故曰不施也 不施則名木多死

惡氣殺風雨不節甘露不下則荒

槁不榮賊風數至暴雨數起

天地四時不相保乃道相失則未失

淮南子百病
莫莫注荒
病也
蓋乃蓋問作與
右伏元起注
案時者君也

莊子廣成子
居崑崙之丘
上倍而下
治天下
雲氣不待
而雨草
木不待
黃也

絕滅 盜夸君之德不施布禍及昆蟲災延草木
其有八種一者名木多死謂者好草木不黃

而落二者惡氣殺謂毒氣疵癘流行於國三者風
雨不節謂風不時而起雲不發而雨四者甘露不

下謂和液元施苑橋當為完橋完瘞死橋枯也於橋
阮反陳根畜枝死不榮茂五者賊風數至謂風

從衝上來破屋折木先有虛者被剝而死六者
暴雨數起謂驟疾之雨傷諸苗稼七者天地

時不相保謂陰陽乖繆寒暑无節八者失道未
失絕滅未失者久也言盜夸之君絕滅方久也

唯聖人順之故身無奇疾萬物

不失生氣不竭 有唯聖人順天截德不止故
有三德一者身无奇疾奇

異耶氣不及於身也二者萬物不失澤及蝦蟇
息需草木各得生長也三者生氣不竭生氣和

露精潤甘露時降也 逆春氣則少陽不

生而肝氣內變 少陽足少陽膽府脈為外也
肝藏為陰在內也故府氣不

變也 逆夏氣則大陽不長心氣內

洞 大陽手大陽中腸府脈在外也心藏為陰居
洞內也故府氣不生藏氣內洞一疾流洩也

逆秋氣則太陰不收肺氣焦漏 大陰手
大陰肺

之脈也滕理豪毛受耶入於經略則脈不收
裏深入至藏故肺氣焦漏焦熱也漏洩也 逆冬

素問
卷之
二

以守衍

氣則少陰不藏腎氣濁沉少陰是少陰腎之脈也

陰受邪不藏能靜深入至藏故腎氣濁沉不能營也失四時陰陽者

失萬物之根也陰陽四時萬物之本也人君違其本故萬物失其根

是以聖人春夏養陽秋冬養陰以

以順其根故與萬物沉浮於生長之

門聖人与万物俱浮即春夏養陽也與万物俱沉即秋冬養陰也與万物沉浮以為養

者志在生逆其根則伐其本壞其真四逆長之門也

時之根者則伐陰陽之本也壞至真之道也故陰陽四時者萬物

之終始也死生之本也逆之則災害生

順之則奇疾不起是謂得道陰為萬物終死之本也陽

為萬物始生之源也逆之則災害生入於死道者聖

人行之愚者佩之聖人得道之言行之於身寶之於心府也愚者

得道之章佩之於衣蒙寶之於名利也順陰陽則生逆之則

死順之則治逆之則乱生死在身理乱在國反順為

素問奇作

逆是謂內格不順四時之養身是故聖人不

治已病治未病不治已亂治未亂此之

謂也夫病已成形而後藥之亂成而後

治之譬猶渴而穿井闕而鑄兵亦不晚

乎身病國亂未有豪傑而行道者古之聖人也

病亂已發而散之者賢人之道也病亂已成而後理之者衆人之失也理之無益故以穿井鑄兵無救之失以譬之也

六氣

黃帝曰余聞人有精氣津液血脈余意以

為一氣耳今乃辨為六名余不知其所以

願聞何謂精一氣者真氣也真氣在人分岐

伯曰兩神相薄合而成形常先身生是

謂精但精及津液與氣異名同類故皆稱氣耳雄雌二靈之別故曰兩神陰陽二神相得

故謂之薄和為一質故曰成何謂氣下照如瀆謂之津液

形此先於身生謂之為精也岐伯曰上照開發

中照如霧為衛稱氣未知所由

宣五穀味熏膚薰肉死身澤毛若霧

露之溉是謂氣上蒸開蒸宣揚五穀之味薰於膚肉死身澤毛若霧露

之溉萬物故謂之氣即衛氣也何謂津岐伯曰腠理致洩

汗出腠理是謂津腠理所洩之汗稱之為津何謂液岐

伯曰穀氣滿淖澤注於骨屬屈伸充

澤補益腦髓皮膚潤澤是謂液淖也阜通反濡也

而言之小便汗等皆稱津液今別骨節中汁為液故餘名津也青穀之精膏注於諸骨節中其汁

淖澤因屈伸之動流汁上補於腦下補諸髓傍益皮膚令其潤澤稱之為液何謂血

岐伯曰中焦受血於汁變化而赤是謂

血五穀精汁在於中焦注手太陰脈中變化而循脈而行以奉生身謂之為血也何

謂脈岐伯曰壅遏營氣令母所避是謂

脈壅遏營血之氣日夜營身五黃帝曰六

氣者有餘不足氣之多少腦髓之虛

實血脈之清濁何以知之六氣之中有餘不足為問

也腦髓等別問
岐伯曰精脫者耳聾

耳聾氣脫者目不明
津脫者

膝理開汗大洩
液脫者骨屬屈伸不利色

腦髓消筋瘦耳數鳴
血脫者色白

髮然不澤其脈空虚此其候也

黃帝曰六氣者

其貴賤善惡可為常主然五穀與為

大海
九氣

黃帝曰余聞百病生於氣也怒則氣上

黃帝曰余聞百病生於氣也怒則氣上

黃帝曰余聞百病生於氣也怒則氣上

系問舉痛論

喜則氣緩悲則氣消恐則氣下寒
則氣收聚靈則滕理開氣洩憂則氣亂
勞則氣耗思則氣結九氣不同何病之生

靈昏狂熱也人之生病莫不內因怒喜思憂恐等
五志外因陰陽寒暑以衰於氣而生百病所以善
攝生者內除喜怒外避寒暑故元道友逆得長生
久視者也若縱志放情怒以氣上傷魂傷肝
傷也若喜氣緩傷神之傷心傷也若憂悲氣消
亦傷於魂傷肝傷也恐以氣下則傷志傷腎
傷也若多寒則氣收聚內傷於肺也若多熱
理開洩內傷於心也憂則氣亂傷魂傷肝傷肺

傷也若多勞氣耗則傷於腎以氣結傷意
傷則脾傷也五藏既傷各互不勝時則致死
也皆由九耶生於九氣所生之病也岐伯曰怒則氣逆甚則歐

血及食而逆氣逆上也曰外氣而上故氣逆則致

歐血及食氣逆上也喜則氣和志達營衛行通

利故氣緩焉喜則氣和志達營衛行利故氣緩為病也悲則心

系急肺布葉舉兩眦不通營衛不散

熱氣在中故氣消肝脈上入頰頰連曰系支者從肝別貫膈上注肺

主悲中上兩焦在於心肺悲氣聚於肺榮舉心象
急營衛之氣在心肺聚而不散神歸不移所以熱
而氣消 虛也 恐則精却則上焦閉則氣還

則下焦脹故氣不行雖命門藏精通名為腎脈起腎上貫肝膈

入肺中支者從肺絡心注胃中故人驚恐其精却
縮上焦起胃口上上焦既閉不通則氣不得上還

於下焦不得行也 熱則腠理開營衛通故汗大

洩氣不得行或曰熱而腠理開營衛外通汗大洩也 寒則腠理閉氣

不行故氣收聚曰營衛不通過寒則腠理閉塞則氣聚為病也

憂則心無所寄神無所歸慮無所定

故氣亂心神之用人之憂也忘於眾事雖有心

必歸之今既憂繁氣聚不行故神無歸也慮

亦神用也所以憂也不能遠慮於事以氣無主

守故氣 勞則喘喝汗出内外皆越故氣耗

人乏用力勞之則氣并喘喝皮腠及內藏府

皆汗以汗即是氣故汗出内外氣衰耗也 思則
身心有所存神有所止氣留而不行故氣
結矣專思一事則心氣駐一物所以神務一物之

靈樞五味

調食

黃帝曰願聞穀氣有五味其入五藏分

別奈何穀氣津液味有五種各伯高曰胃

者五藏六府之海也水穀皆入於胃五

藏六府皆稟於胃受水穀變化以滋五藏六府

也稟音奉下皆同五味各走其所喜穀味酸先走肝

穀味苦先走心穀味甘先走脾穀味辛

先走肺穀味鹹先走腎五味所喜謂液津變

性有五行故各喜走同性之藏穀氣津液已行營衛大通

乃化精粕以次傳下水穀化為津液清氣猶

牛批之志外無所滯礙故曰大道其澄濁者名為精粕黃

帝曰營衛之行奈何目前營衛大通之伯高曰

穀始入於胃其精微者先出於胃之兩

焦以既五藏別出兩行於營衛之道精微津液

靈樞既作

靈樞既作

也津液資五藏已衛氣出胃上口營
氣出於中脘之後故曰兩行道也 其大氣之搏

而不行者積於胃中命曰氣海出於肺

脩喉嚨故呼則出吸則入搏諸各反聚也穀
化為氣計有四道

精微營衛以為二道化為糟粕及濁氣并尿其與
精下傳復為一道搏而不行積於胃中名氣海

以為呼吸復為一天之精氣其大數常出
道合為四道也

三入一故穀不入半日則氣衰一日則氣

少矣天之精氣則氣海中氣也氣海之中穀
之精氣隨呼吸出入也人之呼也穀之

精氣三分出已及其吸也一分還入即溲資食死

其腸胃之虛以接不還之氣若半日不食則腸胃

漸虛穀氣衰也一日不食腸胃大虛穀氣少也
七日不食腸胃虛竭穀氣皆盡遂命終也 黃帝

曰穀之五味可得聞乎伯高曰請盡言

之死虛接氣內穀為實
故曰其問請盡言之 五穀五穀五畜五菓五菜
用之能飢則謂之食

以其際病則謂之藥是以脾病宜食稷米即其藥也

用充飢虛即為食也故但是入口資身之物例皆

若是此穀畜菓菜等物乃是五行五性之味藏
府血氣之本也充虛接氣莫大於茲奉性養生不
可斯須離也黃帝並依五行相配相剋相生各入藏府
以為和性之道也紫神農及名醫本草左右不同各

依其本具錄注之真
其學者量而取用也
粳米飯甘
味甘平無毒

麻酸
胡麻味甘平
麻子味甘平
大豆酸
大豆黃卷味甘平
無毒生大豆味甘平

麦苦
大麦味甘酸温
微寒無毒似糖麦無皮糖麦

黄黍辛
丹黍米味甘苦
微温無毒黍米味甘温無毒
五稟来甘
大

李酸
味甘平致為頭
無毒實味甘平
栗酸
味甘平
無毒

杏苦
核味甘苦温
花味苦無毒實味一酸
桃辛
核味甘苦平
無毒實味酸

五畜牛甘
肉味甘平無毒
犬酸
肉味甘平無毒
猪酸
肉味甘平無毒

羊苦
味甘大熱無毒
鷄辛
丹雉鷄味甘微温
微寒無毒白雉雞肉微温
烏雉雞肉

温五菜葵甘
冬葵子味甘寒無毒
黃芩為之使葵根味甘寒無毒
菜為百菜主心

傷人韭酸
味辛酸温無毒
藿酸
紫別錄小豆菜為藿
薤苦
味辛苦温無毒

葱辛
葱實味辛温無毒
根主傷寒頭痛汁平
五色黃色宜甘青色

宜酸黑色宜鹹赤色宜苦白色宜辛
養生

各供五味之外也
以其味益之也
凡此五者各有所宜所言宜

者脾病者宜食粳米飯牛肉黍葵
脾病食甘素問

生據注各重
樞肝當作肺

甘味補苦
味為寫
心病者宜食麥羊肉杏薤心病食苦
素問鹹味

補甘味
為寫
腎病者宜食大豆黃卷猪肉粟藿

腎病食鹹素問鹹味寫苦味
為補也黃卷以大豆為之
肝病者宜食麻

犬肉李韭肝病食酸素問酸
味補辛味為寫
肝病者宜食黃

黍雞肉桃葱肺病食辛素問辛
味寫酸味為補
五禁肝病

禁辛心病禁鹹脾病禁酸腎病禁甘

肺病禁苦五味所列之歲有病
宜禁其能尅之味
肝色青宜

食甘粳米飯牛肉黍皆甘肝者木也甘者土
也宜食甘者木尅

於庚以所
尅資所也
心色赤宜食酸犬肉李皆酸心者
火也

酸者木也木生心
也以母資子也
脾色黃宜食鹹大豆豕肉

粟皆鹹脾者土也鹹者水也土尅於水
味鹹也故食鹹以資於脾也
肺色

白宜食苦麥羊肉杏皆苦肺者金也
苦者火也

火尅於金也以
能尅為資也
腎色黑宜食辛黃粟雞肉桃

皆辛腎者水也辛者金也
金生於水以母資子
辛散肝酸性收欲
得散者食辛

論
素問藏氣論

以酸收 肺辛性散欲得收 甘緩 脾甘性緩欲得

散者食酸以收之 者食鹹以濡也 鹹濡 腎鹹性濡欲得堅

之 苦堅 心苦性堅欲得濡 者食苦以堅之

毒藥攻耶 前慈言五味有補養之功今說毒

者也毒藥具有五味故次言之 五穀為養 五穀五味為養生之主也 五菓

為助 五菓五味助穀之資 五畜為益 五畜五味益穀之資 五菜為

堦 五菜五味堦穀之資 氣味合而服之以養精益氣

穀之氣味入身養人五精益人五氣也 此五味者有辛酸甘

苦鹹各有所利或散或收或緩或堅

或濡 五味各有所利之五藏也散收後堅濡等調五藏也 四時五藏病五

味所宜 於四時中五藏有 黃帝問少俞曰五

味之入於口也各有所走各有所病酸走

筋多食之令人癢 力中及淋也 鹹走血多食

之令人渴辛走氣多食之令人洞心 大

反心氣 苦走骨多食之令人變嘔甘走

流洩疾

肉多食之令人心急余知其然也不知其

何由願聞其故五味各走五藏所主益其筋血氣骨肉等不足皆有

所少有餘並招於病其理是要故請聞之少俞對曰酸入胃其氣

清以收上之兩焦弗能出入也清所劫反不滑也酸味性

為清收故上行兩焦不能與營俱出而行復不能自反還入於胃也不出則留

於胃中胃中和溫即下注膀胱膀胱

之肥薄以濡得酸即縮卷約而不通水

道不通故瘕既不能出胃且胃氣熱下流膀胱之中膀胱皮薄而又更故得酸則縮

約不通所以成病為瘕淋也肥苞盛尿也陰者積筋之所終也

故酸入走筋人陰器一身諸筋終聚之處故酸入走於此陰器

黃帝曰鹹走血多食之令人渴何也少俞

曰鹹入於胃其氣上走中焦注於脈則

血氣走之血與鹹相得則血淡則胃

汁注之則胃中竭則咽路焦故舌乾善

渴腎主於骨鹹味走骨言走血者以血為水也鹹味之氣走於中焦血脉之中以鹹與血相得即

渴而不中胃汁注之曰即胃中枯竭咽焦舌乾所以渴也咽為下食又通於涎故為路也淡音侯水厓水

義當凝也血脉者中焦之道也故鹹入而走血矣

血脉從中焦而起以通而氣故胃之鹹味走於血也黃帝曰辛走氣多

食之令人洞心何也少俞曰辛入於胃其

氣走於上焦上焦者受氣而營諸陽者

也洞通洩也辛氣慄悍走於上焦上焦衛氣行於脈外營腠理諸陽薑韭

之氣薰之營衛之氣不時受之久留

心下故洞心以薑韭之氣辛薰營衛之氣非時受之則辛氣久留心下故令心氣洞

也辛者與氣俱行故辛入而與汗俱出矣

辛走衛氣即營衛氣俱行故辛入胃即與衛氣汗俱出也黃帝曰苦

走骨多食之令人變歐何也少俞曰

苦入於胃五穀之氣皆不能勝苦入下

管三焦之道皆閉而不通故變歐苦是火味

計其走血以取資骨令堅故苦走骨也苦味堅
強五穀之氣不能勝之故入三焦則營衛不通
下應復約所以食之
還出名曰變歐也 齒者骨之所終也故苦

入而走骨 齒為骨餘以楊枝苦物資 故入而

復出知其走骨 人食苦物入咽還出故知

黃帝曰甘走肉多食之令人心急何也少

俞曰甘入於胃其氣弱少不能上於上焦而

與穀留於胃中甘者令人藥潤者也胃

藥則緩則虫動虫動則令人心急 甘味氣

上於上焦 令藥潤胃氣緩而虫動者 其氣

外通於肉故曰甘入走肉矣 脾以主肉甘通於

五味所入酸入肝辛入肺苦入心甘入脾鹹

入腎淡入胃是謂五味 五味各入其藏甘味二種甘

味未成曰淡屬其在於胃 五走酸走筋辛走氣

苦走血鹹走骨甘走肉是謂五走 九卷一文

苦走骨藏走血九卷此文言苦走血
臟走骨皆左右異具釋於前也 五裁病在筋

毋食酸病在氣无食辛病在骨无食鹹

病在五無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裁禁也筋

氣骨肉五等乃是五味所資以理食之有益於身從心多食致招諸病故須裁之

壽限 切胡簡反

黃帝曰人之友壽各不同或友或壽或

卒死或病久顛聞其道 問有四意友 岐伯曰

谷中谷其得壽餘 五藏堅固 謂五藏形堅而不虛固而不變得壽一也

五脉和調 謂血常和脉常 肌肉解利 謂外肌肉肉各有分利得

三壽 皮膚緻密 緻大利及謂皮膚膜閉密 營衛之行

不失其常 謂營衛氣一日一夜各循其通行五十周營衛其身而死錯失得

五壽 呼吸徐 謂吐納氣徐之不疾得壽六 氣以度行

呼吸定息氣行六寸以循 六府化穀 胃受五穀小腸感受大腸

傳導膽為中精決三焦司決瀆膀胱津液布揚
主津液苦化五穀以奉生身得壽八
所謂泣汗涎涕唾等
布揚諸竅得壽九也
各如其常故能久長上
九種營身之事各元失守常不
已故得壽命長生久視之也
黃帝曰人之壽

百歲而死者何以致之
問其得壽所由
岐伯曰使

道音遊隧以長
謂有四事得壽命長使道謂是鼻使氣之道隧以長出氣不壅為壽一也

基牆高以方
鼻之明堂牆基高大方正為壽二也
通調營衛

三部三里
三部謂三焦部也三里謂是膝下三里胃脈者也三焦三里皆得通

調為壽三起骨高肉滿百歲乃得終也
謂是明堂之骨明堂之骨高大肉滿則骨肉堅實為壽四也由是四事遂得百歲終也
黃帝

曰其不能終壽而死者何如
問其死
岐伯曰

其五藏皆不堅
友者亦四五藏皆虛易受耶傷為友一也
使道不

長空外以張喘息暴疾
使道短使鼻空又大淺氣復多為友二也

又卑基牆
鼻之明堂基牆卑下為友三也
薄脈少血其肉

不實數中風血氣不通真耶相攻亂而

相引脉少皮肉皆虛多中外耶血氣 故中年

而壽盡矣黃帝曰善黃帝問壽友之所 黃帝

曰其氣之盛衰以至其死可得聞乎息

盈虛物化之常故人氣衰時之改變 岐伯曰人

生十歲五藏始定血氣已通其氣在下

故好走廿歲血氣始盛肌肉方長故好趨

卅歲五藏大定肌肉堅固血脉盛滿故好

步卅歲五藏六府十二經脉皆大盛以

平定媵理始踈榮華頽落髮鬢頹白平

盛不搖故好坐血管氣也氣衛氣也 五十歲肝

氣始衰肝葉始薄膽汁始減日始不明

六十歲心氣始衰喜憂悲血氣懈惰故好卧

七十歲脾氣虛皮膚枯八十歲肺氣衰

魄離魄離故言喜誤九十歲腎氣焦藏枯經

脉空虚百歲五歲皆虛神氣皆去形骸

獨居而終矣

肝為木心為火脾為土肺為金腎為水此為五行相生次第故先肝衰

神皆去枯癯獨居稱為死之也黃帝問於岐

伯曰人年左而元子者材力盡耶將天

數然

材力攝養之力也天數天命之數也

岐伯曰女子七歲腎

氣盛更齒髮長

腎主骨髮故腎氣盛更齒髮長

二七而天癸

至任脉通伏衝脉盛月事以時下故有

子

天癸精氣也任衝脉起於胞中下極者也今天癸至故任脉通也伏衝之脉起於氣街又天

癸至故衝脉盛也二脉並營子胞故月事來以有子也三七腎氣平均故

真可生而長極

真可後可也長極身長也

四七筋骨堅

髮長極身體盛

壯身之筋骨體髮元不盛極

五七陽明脉

衰面始焦髮始惰

陽明脉起於面行於頭故陽明衰面與髮始焦落

六七三陽脉衰於上面皆焦髮白

三陽少陽太陽明也三陽

俱在頭故三陽衰面焦髮白七七任脉虛伏衝衰少天癸竭

地道不通故形壞而无子

任衛二脉氣血俱少精氣盡子門閉

子宮壞

故无子 大夫年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勁強故真
可生而長極四八筋骨隆盛肌肉滿五八腎
氣衰髮情齒槁六八陽氣衰於上面焦
鬢髮頽白七八肝氣衰筋不能動天癸

竭精少腎藏衰形體皆極八則齒髮去

齒槁者骨先衰肉不附故令齒枯也

腎者生水受五藏六府之

精而藏之故五藏盛乃寫今五藏皆衰



地道不通故形壞而无子 任衛二脈氣血俱少精氣盡子門閉
子宮冷 夫年八歲腎氣實髮長齒更二
 八腎氣感天癸至精氣溢寫陰陽和故
 能育子三八腎氣平均筋骨勁強故真
 精氣盛則壽長矣夫有子者必以腎氣充而精氣實
 不特如此也
 天保三年十月廿日二夜了實

昭和十五年七月廿六日寫了
 富士川游先生藏本ニヨリ影寫
 北里文太郎
 於東京市目黒区中根町自宅書齋



茲東京市目黒區中野町目黒書齋
 下野文治氏
 藏十三編考古藏本三冊
 昭和十五年六月廿六日
 一

