

難經

第四十九難-正經自病，五邪所傷

原文

有正經自病，有五邪所傷，何以別之？然：

憂愁思慮則傷心；

形寒飲冷則傷肺；

恚怒氣逆，上而不下則傷肝；

飲食勞倦則傷脾；

久坐濕地，強力入水則傷腎。

是正經之自病也。

何謂五邪？然：有中風，有傷暑，有飲食勞倦，有傷寒，有中濕，此之謂五邪。

假令心病，何以知中風得之？然：其色當赤。何以言之？肝主色，自入為青，入心為赤，入脾為黃，入肺為白，入腎為黑，肝為心邪，故知當赤色。其病身熱，脅下滿痛，其脈浮大而弦。

何以知傷暑得之？然：當惡臭。何以言之？心主臭，自入為焦臭，入脾為香臭，入肝為臊臭，入腎為腐臭，入肺為腥臭，故知心病傷暑得之當惡臭。其病身熱而煩，心痛，其

脈浮大而散。

何以知飲食勞倦得之？然：當喜苦味也，虛為不欲食，實為欲食。何以言之？脾主味，入肝為酸，入心為苦，入肺為辛，入腎為鹵，自入為甘，故知脾邪入心，為喜苦味也。其病身熱而體重嗜臥，四肢不收，其脈浮大而緩。

何以知傷寒得之？然：當譫言妄語。何以言之？肺主聲，入肝為呼，入心為言，入脾為歌，入腎為呻，自入為哭，故肺邪入心為譫言妄語也。其病身熱，洒洒惡寒，甚則喘咳，其脈浮大而濇。

何以知中濕得之？然：當喜汗出不可止。何以言之？腎主濕，入肝為泣，入心為汗，入脾為涎，入肺為涕，自入為唾，故知腎邪入心為汗出不可止也。其病身熱而小腹痛，足脛寒而逆，其脈沉濡而大。此五邪之法也。

註釋

心主思慮，君主之官也，故憂愁思慮則傷心。

肺主皮毛，而在上，是為嫩藏，故形寒飲冷則傷肺。

肝主怒，怒則傷肝。

脾主飲食及四肢，故飲食勞倦則傷脾。

腎主骨而屬水，故用力作強，坐濕入水則傷腎。

凡此蓋憂思恚怒，飲食動作之過，而致然也。夫憂思恚怒，飲食動作，人之所不能無者，發而中節，烏能為害，過則傷人必矣，故善養生者，去泰去甚適其中而已，昧者拘焉，乃欲一切拒絕之，豈理也哉？

此與靈樞第四篇文大同小異，但傷脾一節，作「若醉入房，汗出當風，則傷脾」不同爾。

謝氏曰：「飲食勞倦，自是二事，飲食得者，飢飽失時，勞倦者，勞形力而致倦怠也。此本經自病者，病由內作，非外邪之干，所謂內傷者也。或曰：坐濕入水，亦從外得之也，何為正經自病？曰：此非天之六淫也。」

風，木也，喜傷肝。暑，火也，喜傷心。土爰稼穡，脾主四肢，故飲食勞倦，喜傷脾。寒，金氣也，喜傷肺，左氏傳狐突出「金寒」是也。濕，水也，喜傷腎，霧雨蒸氣之類也，此五者，邪由外至，所謂外傷者也。

謝氏曰：「脾胃正經之病，得之勞倦；五邪之傷，得之飲食。」

此以心經一部設假令而發其例也。

肝主色，肝為心邪，故色赤身熱。脈浮大，心也。脅痛脈弦，肝也。

心主臭，心傷暑而自病，故惡臭，而證狀脈診，皆屬乎心也。

脾主味，脾為心邪，故喜苦味。身熱，脈浮大，心也。體重嗜臥，四肢不收，脈緩，脾也。

虛為不欲食，實為欲食二句，於上下文無所發，疑錯簡衍文也。

肺主聲，肺為心邪，故譫言妄語。身熱脈浮大，心也。惡寒喘咳，脈濇，肺也。

腎主濕，濕化五液，腎為心邪，故汗出不可止。身熱脈大，心也。小腹痛，足脛寒，脈沈濡，腎也。

凡陰陽府藏經絡之氣，虛實相等，正也；偏虛偏實，失其正也，失其正則為邪矣。此篇越人蓋言陰陽藏府經絡之偏虛偏實者也，由偏實也，故內邪得而生，由偏虛也，故外邪得而入。