

# 從出土文獻探討中國古代醫療觀念

林文華<sup>1</sup>

美和科技大學護理系副教授

## 摘要

自二十世紀以來，中國大陸不斷出土許多地下文獻資料，其中有關於古代醫療文獻，例如湖北長沙馬王堆漢墓出土《脈法》、《五十二病方》、《導引圖》、《養生方》、《雜療方》、《胎產書》、《却穀食氣》、《十問》、《合陰陽》等十四種古醫書，以及湖北江陵張家山漢墓出土《脈書》、《引書》等兩部醫書，這些醫書內容包含經脈、疾病與病理、胎產、疾病預防與治療、食療養生、房中術等類別。

由以上出土文獻醫書內容反映，可以了解中國古代的醫療觀念，偏重診脈、針灸、氣血導引呼吸吐納，以及食療、陰陽調和概念，對於疾病的成因，以及早期預防頗有研究，其醫療觀念與傳世文獻《黃帝內經》相近，東漢神醫華佗發明「五禽戲」的導引體術，當源自此觀念，也影響後世之食品預防保健以及舒展筋骨調和氣血之運動與養生觀念。另外，《五十二病方》是迄今發現最早的一部醫方專書，在中國醫學史上有相當重要的研究價值。

**關鍵字：**出土文獻、馬王堆醫書、張家山醫書、中國古代醫療

---

<sup>1</sup> 美和科技大學護理系副教授（聯絡地址：91202 屏東縣內埔鄉美和村屏光路 23 號，聯絡電話：08-7799821 轉 8297，E-mail:x00002091@meiho.edu.tw）。

## 一、前言

自二十世紀以來，中國大陸不斷出土許多地下文獻資料，其中有關於古代醫療文獻，例如湖北長沙馬王堆漢墓出土《脈法》、《五十二病方》、《導引圖》、《養生方》、《雜療方》、《胎產書》、《却穀食氣》、《十問》、《合陰陽》等十四種古醫書，以及湖北江陵張家山漢墓出土《脈書》、《引書》等兩部醫書，這些醫書內容大致為經脈、疾病與病理、胎產、疾病預防與治療、食療養生、房中術等類別。這些出土簡帛資料大部分是戰國至漢初之際的作品，對於我們了解戰國、西漢思想觀念有莫大的助益，本文藉由研究這些出土醫書，探討其中呈現的中國古代醫療觀念。

## 二、文獻探討

本文研究的範圍，主要針對馬王堆漢墓出土的十四種醫書：《脈法》、《五十二病方》、《導引圖》、《養生方》、《雜療方》、《胎產書》、《却穀食氣》、《十問》、《合陰陽》、《足臂十一脈灸經》、《陰陽經》、《陰陽脈死候》、《天下至道談》、《雜禁方》，以及湖北江陵張家山漢墓出土《脈書》、《引書》等兩部醫書為研究對象，因其這些出土文獻成書時代大略為戰國至秦漢時代，與傳世典籍《黃帝內經》相近，因此《黃帝內經》也可作為研究的範圍。

在研究資料選擇上，原出土資料圖文與考釋以《馬王堆漢墓帛書》(1985)及《張家山漢墓竹簡》(2001)為主，相關內容研究亦可參考《馬王堆醫書考注》(1989)、《馬王堆古醫書考釋》(1992)、《張家山漢簡引書研究》(1995)等專書。另外，許多單篇論文研究亦散見於《簡帛》、《古文字研究》、《出土文獻》、《簡帛研究》等期刊以及相關出土文字研究專著，亦可一併參看探究。

## 三、研究方法

採用王國維的「二重證據法」，以地下出土文字資料與傳世典籍互相印證，馬王堆醫

書與張家山醫書的內容可與傳世文獻《黃帝內經》互相印證，也有一些內容是傳世資料所失載的，可以填補文獻資料的空白以及不足之處。

其次，也留意通時代的典籍文獻，所謂「以經證經」，出土醫書可與時代相近的戰國諸子之書聯繫研究，以求廣收證據，運用「歸納法」之研究方法。

另外，對於古代詞例與語法的規律也要掌握，了解考釋出土文獻不是一個個字孤立的研究，而須符合古書詞例與語法規律，而能正確地通貫全文。

## 四、結論

由以上出土文獻醫書內容反映，可以了解中國古代的醫療觀念，偏重診脈、針灸、氣血導引呼吸吐納，以及食療、陰陽調和概念，對於疾病的成因，以及早期預防頗有研究，其醫療觀念與傳世文獻《黃帝內經》相近，東漢神醫華佗發明「五禽戲」的導引體術，當源自此觀念，也影響後世之食品預防保健以及舒展筋骨調和氣血之運動與養生觀念。另外，《五十二病方》是迄今發現最早的一部醫方專書，包含內科、外科、婦產科、兒科、五官科等古醫方 280 餘種，保存藥名 254 種，在中國醫學史上有相當重要的研究價值。

## 五、參考文獻

- 馬王堆漢墓帛書整理小組(1979)。《五十二病方》。北京：文物出版社。
- 馬王堆漢墓帛書整理小組(1985, 3月)。《馬王堆漢墓帛書》。北京：文物出版社。
- 周一謀、蕭佐桃(1989)。《馬王堆醫書考注》。台北：樂群文化事業有限公司。
- 裘錫圭(1992, 8月)。馬王堆醫書釋讀瑣議。《古文字論集》。525-536頁。北京：中華書局。
- 馬繼興(1992)。《馬王堆古醫書考釋》。長沙：湖南科學技術出版社。

- 李零(1993)。《中國方術考》。北京：人民中國出版社。
- 高大倫(1995)。《張家山漢簡引書研究》。成都：巴蜀書社。
- 駢宇騫、段書安(1999)。《本世紀以來出土簡帛概述》。台北：萬卷樓圖書有限公司。
- 李建民(2001)。《死生之域—周秦漢脈學之源流》。台北：中央研究院歷史語言研究所。
- 朱越利(2001, 9月)。馬王堆帛書房中術的內容。《簡帛研究二〇〇一》。桂林：廣西師範大學出版社。
- 張家山 247 號漢墓竹簡整理小組(2001, 11月)。《張家山漢墓竹簡》。北京：文物出版社。
- 山東中醫學院、河北醫學院校釋(2009)。《黃帝內經素問校釋》。人民衛生出版社。