

倪海厦《人纪》系列 02

《黄帝内经篇》视频同步文稿

“岐黄圣贤智慧”学子校勘

倪海厦《人纪》系列同步视频文稿

黄帝

内经篇

倪海厦 ◎ 授

倪海厦(the last hope、梵宇龙)

- ◎ 1954年生于中国台湾 祖籍浙江瑞安
- ◎ 美国中医师
- ◎ 在美国创办汉唐中医诊所
- ◎ 美国加州中医药大学博士指导教师
- ◎ 美国汉唐中医学院院长

我，心中有个梦，千年的
回首望一望，我
把火。雨打在我身上
響，千年以來從未從

多經過了淬煉，那是我心中一
目為我要，我要它雷隆隆的作
多經過了淬煉，那是我心中一
擺脫的桎梏。風吹亂我的頭髮，

◎ 岐黄圣贤智慧公益学习平台印制
◎ 公益学习 禁止转售

这套书如何使用？

这套书是倪海厦老师讲解五部中医经典系列的视频同步文稿，也就是根据老师在视频里说的话整理而成的，内容有所删减，比如重复的话、词语会有删减。

倪海厦老师的人纪课程，这是一套非常系统的中医自学课程，首先应当以看教学视频为主，视频同步文稿为辅。咱们平台的热心的志愿者为大家打印这套文稿，是为了节约大家做笔记的时间，直接在书上划重点。视频比较有趣，有板书、有演示，非文稿可以替代的。如果您不看视频学习，直接看这套资料，会漏掉很多内容，而且文字容易引起误解的地方也不少。

- 1、倪师全套人纪教学视频请扫描以下左边的二维码，进入微信公众号获取
- 2、全套电子版视频同步文稿、倪师注解四部中医经典，请扫描右边二维码下载。针灸大成，倪师没有注解，但是咱们有倪师授课用的电子版（已转换成简体字、横排）。

如发现哪个公众号用不了，请扫码用另一个。



微信公众号：岐黄圣贤智慧 微信公众号：岐黄传承道法自然 网址：www.qhsxzh.com

- 3、人纪视频学习顺序：针灸、黄帝内经、神农本草经、伤寒论、金匮要略。

建议学完两遍人纪视频后，再学习仲景心法系列视频。刚开始学习时，肯定会有很多疑问，很多不懂的地方，没有关系，继续往下学，随着学习的深入，自然就有答案。抱着一门深入，长期坚持的学习精神，加上实践，必定学有所成。

- 4、本套书籍中出现的视频同步文稿第几页，视频第几集，请参考上边第2项的版本。如果不是此版本，则可能因后期勘误而页码不吻合，只要是咱们岐黄圣贤智慧公益平台的电子文档，这一页找不到的话，往下翻几页肯定能找到。有任何疑问，请关注微信公众号或网址，询问平台志愿者同学。如果您不会下载电子文稿，想打印文稿，也可以请求平台的志愿者帮忙。

- 5、这些文稿，经过一批一批的前辈志愿者们不断的整理和校对，尤其感恩早期整理、校对的志愿者们，希望大家努力学习、积极传播！版权永远归敬爱的倪师所有！请不要拿此去牟利，严禁贩卖倪师的视频、文稿挣钱。

- 6、如果您感觉自己自学有困难、难坚持，那就请看下文，加入咱们的中医师承公益体系吧，那里有上千位中医师，上万名中医爱好者，相信您会有回家的感觉，但是群规很严格，谢绝小广告，乱发链接。

岐黄圣贤智慧公益平台简介及师承体系公益课程报名步骤

岐黄圣贤智慧公益平台成立于 2020 年疫情爆发后，当时武汉封城，全国人民响应号召，春节禁足、居家隔离，我们平台率先报道倪海厦先生弟子们联合国内医院诊治新冠肺炎，取得了非常好的效果，陆续分享了预防方案和整体诊治方案，而后引起国家中医药管理局重视，先后人民日报、央视做了报道。无数处于恐慌的同胞，关注到咱们的公众号，很多人在后台询问如何学习中医，于是我们和倪海厦老师的高徒商量在网上办学，引导大家学习正统中医，迄今为止，平台已有上万名学员，五百多位志愿者，还有德艺双馨的中医师、传统文化老师担任顾问。

平台中医公益课程简介

第一阶段（线上）：在线公益学习倪海厦老师人纪视频课程（包含针灸大成、黄帝内经、神农本草经、伤寒论、金匱要略），并且在线打卡。目前有打卡总数已达 100 万次，这里有很多真正热爱中医、想系统学习中医的中医师、西医师、中医爱好者、养生行业从业者、医学院在读生。

第二阶段（线下）：参加 7-10 天的线下公益课程，免学费，免食宿费，费用均由爱心企业家捐赠。主要学习疾病产生的原因有哪些疾病产生与发展的规律？情绪与疾病的关系？学习一些简单易学的养生方法，身心恢复健康的方法。

第三阶段（线下）：通过前期考核后，有机会参加德艺双馨的中医老师的线下集中学习和临床跟诊，两个月的时间。老师大爱，不收取学费，食宿自理（如果有企业家赞助，就会统一安排），旨在培养正统中医的接班人!!! 零基础课程，您想加入吗？

报名步骤

1、扫描下方二维码填写报名表，填完报名表主动扫描二维码添加中医志愿者老师的企业微信，老师是不会主动加你的。通过测试、考核后（避免打广告的人进群，保持学习群的纯净），将会邀请您进学习群。



报名表 二维码

2、关注平台两个微信公众号：岐黄圣贤智慧、岐黄传承道法自然

视频中提及的教材，是指倪师注解中医四部经典（黄帝内经、神农本草经、伤寒论、金匱要略），可以自行打印。也可以请平台志愿者帮忙打印和快递。四本含快递费不超过 60 元（成本价，公益结缘，只为弘扬正统中医）。西北、新疆、西藏运费略高。

学习资料下载、打印步骤指引

报名加入岐黄圣贤智慧公益学习平台后，志愿者邀请您进群前，会提供志愿者团队校对整理的全套电子文稿，有条件的可以自己打印出来，不方便打印的，可以请咱们开打印店的志愿者帮忙打印，快递过来。接待您进群的志愿者会提供打印付款链接，成本价，不挣钱，只为弘扬中华优秀传统文化。

3、整套教材洋洋洒洒近百万字，都是咱们的众多志愿者同仁一个字一个字敲出来的，难免有错误、疏漏之处，如果您发现了，欢迎您微信扫描下方二维码打开勘误表，反馈给我们，我们将定期组织志愿者核对、修改。



勘误表 二维码

倪海厦先生和《人纪》系列课程

倪海厦（the last hope、梵字龙），1954 年生于中国台湾省，祖籍浙江瑞安，美国中医师，在美国创办汉唐中医诊所，曾任美国加州中医药大学博士指导教授与美国汉唐中医学院院长。

中文名： 倪海厦

别名： the last hope

国籍： 美国

职业： 医师

性别： 男

代表作品：《人纪》，《天纪》，（《地纪》暂时未出版）

主要成就： 被喻为五术兼备之旷世奇人

经历

自称年少时梦想做摇滚吉他手，一次偶然的机遇，根据《医宗金鉴》将姐姐妇科疾病治愈而与中医结缘。早年在台北开业，但并未拥有中国台湾省的合格中医师执照。1980 年随家人移民美国佛罗里达州，随后开设汉唐中医学院与汉唐中医诊所，于其个人网站上自述治好许多西医所谓不治之证，被许多人称为“最后的希望”。1992 年在美国佛罗里达州开业并创立汉唐中医诊所，并在 1995 年创办汉唐中医学院。

倪海厦医师毕生致力于传承与发扬中医经方，运用网页诊疗日志与文章、开授人纪班、撰写人纪书籍与出版 DVD、师徒制美国佛州临床跟诊、定期举办现职医师在职教育研讨课程，并到各地开课演讲，期望能让全世界更多人认识与学习经方。人纪分别为针灸篇、内经篇、神农本草经篇、伤寒篇、金匮篇共五篇。

倪海厦医师于 2000 年到 2003 年受美国佛州州长任命，担任佛州针灸委员会委员及副主席，并大力协助内布拉斯加州通过针灸法案，荣获中国台湾省侨委会颁发海外优秀华人奖。2009 年 10 月于上海中医药大学扶阳论坛担任主要讲者，引起不少中医界的回响。2010 年 9 月应斯坦福大学教授学者孟怀萦及李宗恩的邀请到硅谷演讲，并由台湾大学校友会及中国工程师学会协办，吸引一千两百多位听众参加，受到中文媒体的大力关注，中国台湾省远见杂志于 2010 年 10 月刊登“硅谷高科技华人迷中医”一文。

师承

在《人纪》针灸篇 DVD 及 2009.12.26《中国之声国学堂》广播节目〈中国文化太美〉系列，倪海厦与梁冬的对话中谈及，其早年师承周左宇医师与徐济民医师。倪海厦年少时即由家人带领下，拜周左宇医师为师。但周左宇医师的台北易经学会针灸班学生名册并未列有倪海厦。倪海厦弟子指出，早年倪海厦跟周左宇医师学习中医时，周医师尚未在台北易经学会开班，因而大多数周左宇医师台北易经学会针灸班的学生并不知道倪海厦为周左宇医师的学生。但是有硅谷工程师来台时拜见周左宇医师时，周医师特地问起美国倪海厦医师，并当场称赞倪海厦为他早年的高徒。

教学

倪海厦医师于 1990 年代初期，在中国台湾省台北开始从事《人纪》中医教学及《天纪》命理风水教学，早年的学生包括律师、商人等非中医人士，《天纪》DVD 即为此段时间拍摄的。2000 年代初期，倪海厦医师开始第二次的《人纪》中医教学，每隔几个月从美国飞回中国台湾省台北，当面授课，并拍摄成《人纪》DVD，分成针灸、黄帝内经、神农本草经、伤寒论、金匱五个部分。《人纪》DVD 开始贩售后，凡购买整套《人纪》DVD 的人，可以提出申请到倪海厦医师诊所跟诊，倪海厦医师审核的标准不详，每次只有少数 20~30 个申请人被接受，每次跟诊时间不等，从一星期到一个月，有少数学生长期跟诊。

倪海厦医师学生众多遍及世界各地，包括许多中西医、科技人、文化人、中科院院士、美国国家学院院士等等，较为人知的如美国工程学院院士孟怀紫教授、斯坦福大学学者李宗恩博士等。

先生运用独到中医医术，从感冒治到癌症，以计万民利，谋黎庶安为己任，致力于培养中医人才，实为传承中华中医文化的大德，以一个从海外回来的中医的角度评判中医的科学性，面对西药的药害、美国医疗系统失败的教训，期望民众意识觉醒。以家国民族未来为己任，以培养训练正统中医，拯救黎民为大业。

倪海厦先生，毕生致力于传承与发扬中医经方，期望能让全世界更多人认识与学习经方。《人纪》分为《针灸篇》、《黄帝内经篇》、《神农本草经篇》、《伤寒论篇》、《金匱要略篇》共五篇，请按照顺序学习，不求学习进度有多快，不要死记硬背，坚持一门深入，每天学习就好！

目录

前言	1
第一篇 上古天真论	1
第二篇 四气调神大论	9
第三篇 生气通天论	13
第四篇 金匱真言论	21
第五篇 阴阳应象大论	27
第六篇 阴阳离合论	38
第七篇 阴阳别论	39
第八篇 灵兰秘典论	49
第九篇 六节藏象论	51
第十篇 五脏生成	57
第十一篇 五脏别论	66
第十二篇 异法方宜论	68
第十三篇 移精变气论	70
第十四篇 汤液醪醴论	72
第十五篇 玉版论要	74
第十六篇 诊要经终论	77
第十七篇 脉要精微论	83
第十八篇 平人气象论	100
第十九篇 玉机真藏论	108
第二十篇 三部九候论	118
第二十一篇 经脉别论	121
第二十二篇 脏气法时论	124
第二十三篇 宣明五气篇	129
第二十四篇 血气形志论	133
第二十五篇 宝命全形论	134
第二十六篇 八正神明论	136
第二十七篇 离合真邪论	139
第二十八篇 通评虚实论	142
第二十九篇 太阴阳明论	148
第三十篇 阳明脉解	150
第三十一篇 热论	152
第三十二篇 刺热论	155
第三十三篇 评热病论	158
第三十四篇 逆调论	161
第三十五篇 疟论	164
第三十六篇 刺疟论	169
第三十七篇 气厥论	173
第三十八篇 咳论	175

第三十九篇 举痛论	177
第四十篇 腹中论.....	183
第四十一篇 刺腰论	187
第四十二篇 风论.....	190
第四十三篇 痺论.....	194
第四十四篇 痿论.....	198
第四十五篇 厥论.....	203
第四十六篇 病能论	209
第四十七篇 奇病论	213
第四十八篇 大奇论	218
第四十九篇 脉解篇	223
第五十篇 刺要论.....	230
第五十一篇 刺齐论	231
第五十二篇 刺禁论	231
第五十三篇 刺志论	232
第五十四篇 针解.....	233
第五十五篇 长刺节论	234
第五十六篇 皮部论	237
第五十七篇 经络论	239
第五十八篇 气穴论	240
第五十九篇 气腑论	242
第六十篇 骨空论.....	242
第六十一篇 水热穴论	245
第六十二篇 调经论	249
第六十三篇 缪刺论	256
第六十四篇 四时刺逆从论	261
第六十五篇 标本病论	264
第七十五篇 著至教论（一）	266
第七十六篇 示从容论	268
第七十七篇 疏五过论	270
第七十八篇 征四失论	273
第七十九篇 阴阳类论	275
第八十篇 方盛衰论	277
第八十一篇 解经微论	279
第七十二篇 刺法论	281
第七十五篇 著至教论（二）	287

前言

讲《黄帝内经》时，有很多无关重要的生理学、病理学方面的，就好像讲《论语》、《孟子》、《大学》、《中庸》一样，很快地带过去。一些对话、重点的事会特别讲。

《黄帝内经》的前言、来源，书上都都有。怎么来的、怎么样子、中间过程、散失了什么，都在前言里面都有。这里开始讲的就是 DVD 的内容，就是把《黄帝内经》所有有关系到人体的，我都尽量做，尽可能地详细解释，让你们能够完全了解。

第一篇 上古天真论

今天第一堂课讲第一篇就是上古天真论。首先，把人下了一个定义，人应该活几岁？现在人的寿命没有古人那么长，因为环境，各方面的改变。有时文明很方便，可是文明不见得对人很有利。比如到哪里去都有冷气，那以前，如果从新竹到台北来，可能要骑马，要跑，走路，现在车一坐就到，还有冷气，汗也没有透发。诸如此类的，可能人就没有象古人那么长命，这是第一个。

第二个，因为以前的人，人在地球上生活的不多，不象现在人，那么多人，几十亿的人口在地球上。那要解决饮食问题，就必须要有食物去改良或怎么样，才会量产，大家才能够吃得好。那以前的粗食，它的体积比较大，它没有经过改良过的东西，可是如果按照粗食的方式，可能人类不够吃，所以会有些改良。还有些农药，那改良了以后就没有，就有的连农药都省掉了，比如玉米，现在玉米，美国的玉米都不能吃，为什么？因为大家都不喜欢农药，他就把这个蜘蛛的基因，种植一个在玉米上，那病虫害来了之后，蜘蛛是专门吃蝗虫啊，这种东西，那蝗虫来一看，我们看到是玉米，它一看是蜘蛛，逃走了，它就不吃了。那你吃这个到肚子里面去，到底是玉米还是蜘蛛？那这是一个。

第三个，经过改良以后的东西，它的体积都会比较小，直径会细，但现在到了纳米，纳米更细了，那越细的被人吃到身体里面去时，会产生成瘾性，就是你会一天要想去吃它，那我们以前吃糖，糖都是蔗糖。



长按识别小程序 立即加入

（平台有机农产品购买入口）

那蔗糖体积就很大，你吃了不会想到一直要去吃它，可是现在改成人工糖，精炼糖了以后，它体积很小，越吃越多越吃越多，最后成瘾性，象吃海洛因、吗啡一样，一定要去吃它，因为它的体积太小。所以现代人的寿命，跟以前的人的寿命不能比，这是第三个，是饮食的。

第四个，生活上的习惯，以前的生活很简单，没有电，日出而作，日落而息，都是农村，没有什么欲望野心，也没有什么名牌，大家去追寻，很简单的生活。人的欲望，贪恋，都会减到最低，生活就比较简单，都是让人长寿。按中医的定义，是定义在一百

岁，上古天真论谈得就是百岁之人，所以超过一百岁才是对的。那现在，实际上真正的寿命是往下降，可是，政府发布的都是我们寿命长寿，总是让老百姓知道政府做这些事情。实际上，人一直在减寿，你们可以看到很多人，很年轻就死掉，这个死掉不是说车祸和意外横死，而是就生个病就走人了。那现在的死亡率一定不是对的，已经不是正确的死亡率。

这一篇，上古天真论一开始，就是说黄帝，我们叫岐黄，中医叫岐黄之术，就是从内经开始的，黄帝跟岐伯之间的对话，叫岐黄之术。黄帝就问岐伯，为什么上古人动作，上百岁都不会衰，现在人半百，五十岁以后就衰弱了。

第一节 道之解析

第一节讲的就是我们如何知“道”？岐伯说如何知道“道”，【法于阴阳，和于术数】。为什么叫做“道”？“道”是非常不好解释的一个东西，我用一些原理原则，让诸位了解到什么叫做道，慢慢后面会提出来很多，很多的东西，有的比较形而上，那我尽量想办法解释让你们能够了解。

如果我们说，一个人的形，开宗明义讲，就是道。中医从头到尾，如果我们把它简化，就是阴阳两个字，那把阴阳再复杂了，就是很多东西就出来了，简到后来就是阴阳，我们从阴阳入手，那越来越复杂，然后回归结束时，还是阴阳。那阴和阳，合分，我们讨论阴阳的物性，阴阳的关联，这些都是所谓的道的所在。那人，有最简单的方式，辨阴阳的方式，比如我手伸出来，看到我的手掌，皮肤手的颜色，血管，手指头几根，看得到的形都是属于阴，那有一样看不到，但是它是存在的，就是这多大的力量你不知道，你知道有力量，可能十磅，可能五磅，可能二十磅，四十磅，这个力量就是阳。所以我们看形，就是看到这个外形，看它的神就是看它的力量，看它的经，我们里面的经络啊，看皮肤的颜色，掌纹，这些都可以看到我们的神。那死人的手跟我们生人的手放在一起一定不一样。如果学中医，那个死人的手跟活人的手你没办法分出来的，这个不用学了，因为很基本的。那当然病的手，那就要学了，但是死人的手一看，因为什么？没有神，只有形。所谓没有神就是，没有力气了，肌肉那个血管都看不到了，颜色也看不到了，看不到生人的气。最简单的解释就是这样，当我们慢慢慢慢深入时，会讲得更详细。

第2页，【形与神俱，而尽终】能够享尽天年。所以不单单是长寿的，我们要注意形，还要注意神，那这个神，不单单是说我们的理想，而是我们的精神，所有精神就是说，要没有欲望，能够平常保持开心，世界上长寿的人，都是开心的人。那短命的人，都是不开心的人。所以看很多谐星（喜剧明星）怎么样？谐星都比较长寿，演悲剧的比较短命。所以人要保持心情的开朗，很多事情不用去争。第2页第一段下方的，现代的人以酒为浆，酒喝得多，一些妄念，一些贪求，这个习以为常，这个平常就做这些事情。喝醉了又行房，这种动作都会耗散人的真元。所以中医的观念认为，人要持满，就是说保持永远充满的，而不是说想办法，想办法把它耗掉，那这种都是长寿的要诀，上古天真论讲的就是这些。第三行，如果不知道持满，只知道消耗，也不知道如何御神，御神就是如何调整你的心情，让你心情非常平稳，非常安逸，【务快其心，逆于生乐，起居无节】，所以人会半百而衰。所以超过五十岁后开始容易衰老的人，就是不知道节制，中医的观点是这样。

第二节 难经第十难-五邪

第四段，【上古圣人之教下，皆谓之虚邪贼风】，解释《难经》里第十难，就把贼邪、虚邪，分成五邪。

举例，以心脏为主。针灸跟诸位诸位介绍过了，五行的理论，木生火，火生土，土生金，金生水。火指的是心脏；木指的是肝脏；土指的是脾脏；金指的是肺脏；水指的是肾脏。以心脏为主，其他以此类推。当心本经有病时，本就有病，称为“正邪”，就是心脏出问题了，就是心脏本身发病，称为“正邪”。如果是肝脏影响到，肝脏有问题了，

产生心脏的问题，这时就定个名词，称为“虚邪”。所以肝是木，木能够生火，所以肝脏生病时，害到心脏，这是虚。如果是脾脏有问题，反过来影响了心脏时，就定义为“实邪”。本身心脏，火是克金的，五行相生相克，诸位都有个概念，木生火，火生土，土生金，金生水，水生木，这是五行相生，相克：木克土，火克金，土克水，水克火，金又去克木。这种相克相生的情形，后面还会再介绍，我们现在讲的，现在提到贼邪跟虚邪。

本来是火来克金的，这是正常，常态的火来制金，两边就很相安无事。现在肺有问题了，比如得了肺炎，或是肺气肿，或是任何病，肺脏有了问题时，结果这个肺脏的问题，因为肺脏的问题而影响了心脏，这本来这个力量从心脏过去的，现在是回逆回来，这个就成为微邪，微啊，一点点，稍微一点。因为肺脏有问题影响了心脏，很轻微，如果是水，肾脏出问题时，当肾脏有问题了，影响到心脏，这个力量就大了，本来肾脏就是去控制火，不要让火太大了，那个心脏的火太大了，容易出问题。那现在肾脏有问题了，影响了心脏，称之为“贼邪”。这是微邪。所以五邪，原理就是这样来的。但五邪这样的事，脾脏有问题时，会影响到心脏，称为实邪，所以当心有实邪时，针灸里面下了治疗的法则，“实则泻其子”，就是这样来的。

我们在讲针灸时，我没法讲那么多，因为《黄帝内经》，我们还要再讲，要按照原则这样做。那肝脏来时，虚邪，当心脏，肝脏时，影响到，肝脏生病时，影响到心脏，这时是心脏是虚的状态之下，称为虚邪，那治虚，我们要“补其母”，针灸的原则就是这么来的。这两个大家都知道，关于虚实，我们在治症上面，除了“实则泻其子，虚则补其母”之外，还有“子能令母实，母能令子虚”。什么意思？举例，肝病，有的人是肝病的，如果肝脏里面长东西，或是硬化掉了，或怎么样，它是一个实证，我们想办法让实变成虚，那如何能够让它的实变成虚？“母能令子虚”，补肾，就让子虚掉，那当补肾时，因为肝本身已经受病了，已经受病很实的状态之下，已经没有东西比它更强了。这时一补水时，它的木头就要丢出来，肝是主木，木都要丢出来，因为补水时，水会去克火，心脏的火会下去，心脏火一下去时，那水一旺，水的量一大起来时，心火会下降，心火会下降，人体会自救，这时候肝脏就丢很多木头下去，就把火升大一点，这一段就是很少人知道了。所以平常没事补补肾，弄得肝也没问题。

过去为什么肝有发病要先去强土，木会克土，先去强土也是对的，但到原则到后来，我们会“子能令母实，母能令子虚”，这是治疗的法则，以后我们慢慢慢慢带诸位深入时，诸位就看到我们治症。在《黄帝内经》时，所有后面的《神农本草》，伤寒金匱，所有的全部来自《黄帝内经》，所以内经的观念一定要很清楚。这时处方一下去就到了，不会错。《神农本草》药比较少，如果讲《本草纲目》我讲三天也讲不完，那么多，不必要！人的大便都拿来，我才不吃呢，不需要，我死也不吃，不需要的药，我们把它删掉，中医就是这样，几千年的东西，我们要去芜存菁，讲点精华的东西下来最好。原来的东西本来就很简单，就后来因为朝代演变，越变越复杂，弄复杂了，所以中医不好学就是各家名家太多了，都是各立山头，弄了半天，我是补土派，我是滋阴派，结果大家都搞迷糊了。

所以学中医，我个人的看法，是两种方式入手，一个是，我们由浅入深，从很简单的《笔花医镜》，那都没有关系，那很简单的书，慢慢慢慢，然后到中医的重心，再进入《伤寒》、《黄帝内经》，《神农本草经》，这样进入。那这个不容易学，为什么？因为会花很大的时间去读了很多不必要，这是一种入手的方式。

第二种入手的方式就是我现在带诸位入手的方式，就是由深入浅，我把中医的经典的著作都讲完了，这时，你有中心观念，你有整个概念在脑筋里面，这时，你再去看书时，不会被书所迷惑。那书上有的是一大本书写下来，有的人写的书很厚，表示他很有知识，这样的话能传世，他以为会传世，实际上打开来看，只有一个方子有用。可是你买那本书可能就是为那个方子也不错啊，可是不懂的人就被书迷惑了，那个药找不到，非要那个药不可，脑筋就很死，就不会找方子去取代它。所以如果真的能够掌握到重心，

我现在带诸位，我们把五套东西讲完，这个重心抓到了之后，你会把中医简化。所以，等到你的《黄帝内经》讲完以后，讲了《神农本草经》以后，再去打开伤寒金匮的书，一看，这个处方是我开的，自然会天成，应该是要这样。

所以我带诸位走，顺着张仲景的思路去看，你读《伤寒金匮》时，你回头看，张仲景怎么想到的，张仲景就是看的《黄帝内经》跟《神农本草经》，才写出来这个东西。那诸位之后，等到《神农本草经》讲完了之后，伤寒金匮变得很简单才对，如果打开来，还是不了解的话，我再解释给你听，这是我简单稍微先介绍一下，因为讲到虚邪，贼邪，实际上有五邪。

第五行讲【恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来。】主要的原则就是，风很大时，不要神经病到外面站到风口上，没有人会笨，站外面风口上吹，所以我们不赞成直接对着身上吹，夏天开电风扇我怎么样？对着墙壁吹，让它回风，不要直接对着吹。

心情要保持安逸，自己心情要愉快，不要去受到外面的影响，看我每天都很愉快，很开心的，随便人家怎么讲都没有关系，开心。【志闲而少欲，】欲望要少。【心安而不惧，】一个人不能惧，恐惧。

后面我们会介绍得更详细，比如，我们讲恐惧，怒，发脾气，脾气暴烈，常常乱发脾气的人怒而伤肝。反过来酒喝得很多，伤到肝，那肝要伤到，肝脏受伤后，就更容易生气，那越生气就越伤到肝，越伤到肝脏就越去喝酒，喝酒越多，肝脏越受伤，越容易发脾气。那只好让我们中医赚钱了，你一定要生病，所以怒能伤肝。所有的情志，喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，都可以有，但是不能太过，现在读图给你。我常常说读内经要读图，什么读图？所以诸位，那研究《黄帝内经》和研究中医，绝对不可说，就是看中医的书，不要那么死板板的，《二十四史》、《史记》、《战国策》、《春秋》、《左传》都可以看，会看到有一本看完就想睡觉，那就是安眠药，那以后就把它当安眠药，绝对不可以吃安眠药。如果涉猎很多，这样思路就会很灵活，很活泼，不读古书就是读的死书。

比如我们知道惧，为什么要无惧？因为恐惧很严重时，会伤到肾脏，那至于肾脏什么，后面我们五脏里面介绍会，《黄帝内经》介绍得非常详细，我们这里先粗浅地跟诸位先讲一讲，我读图给你看。如果有个人跑出来，很恐惧，害怕，那是刚刚有人要威胁你，杀你，你在跑，那临时发生，这很正常，这是很正常的事。如果是一直是，每天都很恐惧的，这个不是好人，作奸犯科，还有就是，注意看啊，读图给你看，五行之中，唯有土可以胜水，所以土能够制水，能够控制它，思，所以思念（脾土），可以战胜恐惧（肾水）。这边如果一个人，他老伴儿过世了，他一直在怕，这个人不是好人，为什么？你是思念啊，你恐惧什么，下个就是我。你思念，如果是怀念你老伴儿，感念她一生对你的功劳，你不会恐惧的，有什么好恐惧的。这就是读图，其他的以此类推。

所以这里上古天真论里有三个，【志闲而少欲，】不要随时去，欲望很多。【心安而无惧，形劳而不倦。】所谓【形劳而不倦】，我们要做事，要劳动，比如我们搬东西这种劳动，还有练功夫，这种运动，那这三个原则掌握到都是长寿的原因。那短命的就一天到晚我要怎么怎么样，我要怎么怎么样就短命。害怕，又胖，然后又不肯做劳力的事情。

所以后面讲到，【故美其食，任其服，乐其俗，高下不相慕。】人都有高下低贱，不互相去羡慕人家，开心，就每个人都是一样的，每个人都是一样的。那都去当医生，我们看到，有医生一身本领在身上，看到真的很贫穷的人，很主动就会想去帮助他，很自然，我相信中西医都是一样，不单单是我们中医，西医也会这样做，因为懂，就是帮助别人一下。这是很自然的一种形。所以不要去羡慕人家怎么样，把自己顾好，要尽量俭朴。后面有翻译的这些，象《论语》、《孟子》这种，我就不解释了。如果人能做到无欲无惧，能够多劳动，多运动，那超过百岁，动作不衰，都是很正常。

第三节 走路与健康

整本《黄帝内经》从头到尾，并没有赞成人跑步，都是走路是最好的运动，所以我常常跟病人说，你们不要去做其他运动，走路最好，因为我们在诊所看病时，不可能都说，一票人，每一个人我都教他一套《易筋经》，哪有那时间啊叫他走路就好了，走路，慢慢走，慢慢走就好了。因为跟他讲《黄帝内经》他也不懂，不见得都是美国人，中国人也不见得懂，就跟他讲，人是两只脚的，上帝设计两只脚就是给你走路的，如果给你四只脚就是让你跑。所以你看，猫和狗，老虎都跑得很快，人不要跑，走路就好，当然，有人追你啊，杀你啊，你当然要跑啊，那么傻，那是临时的。所以很多运动员，长跑的，到后来关节都有问题，生病的很多，运动员身体都出问题，就是这样太过了。

第四节 女性成长关键期表征

第3页第一段，就下的定义，黄帝问，年老而无子，一般的常人，还有人体的极限到什么程度？

所以《黄帝内经》非常细腻，西医说我们的身体，讲了一大堆，中医只有一本《黄帝内经》那么一点点，实际上，定义讲得非常好。人生子，生小孩的年龄极限到什么程度？这一段就说，岐伯说，七岁，女子是七，男子是八，就我们以七数和八数来下定义，二七，天癸至。七岁时，我们最早七岁，肾气开始，中医的观念认为，肾主骨，全身的骨头是肾脏在管，牙为骨之余，中国文字的妙，看牙为骨之余，这个字，没有其他字可以取代，骨头多余的地方就是牙，所以肾脏在管，到七岁时，女人的牙齿要开始换，这是原来的，应该有的定义，那齿更发长。

【倪师内经 02 视频同步文稿】

肾脏，其华在发。所谓肾脏好不好，看头发，肾主骨，牙为骨之余。所以7岁时，头发开始长，牙齿开始更换。到二七14岁时，二乘七，14岁时，天癸至月经来了，女人的月经来了。这时任脉通，任脉开始通畅。诸位通过针灸就知道了，“任脉三八起会阴，曲骨、中极、关元、石门、阴交、气海”，任脉开始通畅。这时太冲脉盛，月事以时下，所以故能有子。女人跟男人有差异。在《黄帝内经》的标准是7岁和14岁是一个女人生长的过程。现代不是这样，现代人因为物质生活太好了，小时喂完母乳不行，母乳断奶了孩子照样喝奶，还有多种一大堆营养剂，就把她太补了，有的5岁、6岁就开始换牙齿了，11岁月经就来了，很多美国10岁就来了，我都看过。这就不对了。那你提前，你会提前到10岁来月经来或提前到5岁、6岁开始换牙，这就是寿命减短了，是不是寿命加快了。所以我们要记得中医的定义，以后不要忘了，这才是定义，怎么知道小孩子很好？很简单，小孩子几岁换牙？7岁，带得非常好。如果5岁换牙就揠苗助长，就不对了。所以不要乱吃补，我现在50几岁了可以吃补，小孩不要乱吃补。

14岁是最标准的月经来的时候。女人的月经为什么叫太冲脉盛？太冲脉在肝经上，脚上有三个脉：第一个脉在太冲，肝经的第三个穴道，太冲穴；胃经有冲阳，冲阳脉，这是胃经，是我们诊断胃气的地方；肾经有太溪脉，太溪这个穴道是管肾经的。所以脚上有三个脉，太溪穴在脚的内踝，还有大筋的正中间的，这个穴叫太溪，手去按它，它有脉动在里面。另外一个就是太冲脉。有脉的地方下针要注意，要把脉避开下，就是用指甲把它避开，推开一点再下针。不要一针就扎到脉上，下针不扎到血脉上，尽量避开血脉，那会扎到血脉很容易，比如手上的肺经，经渠、列缺，都很容易扎到。我会再告诉诸位怎么避开。象冲阳脉在脚的上方，冲阳脉是动脉的地方，动脉的地方扎针扎到，过去所有的医书上面写，都是血出则死，为什么会血出则死？因为第一个它是动脉，第二以前的针很粗，墙壁上看那个针是过去的针，那个针那么粗，扎进去时，血流不止，我们现在的针很细，现在细针扎进去，即使碰到了血管，止血都很快，因为针孔很小，以前的针象火柴棒很粗，那会扎到动脉，那不得了。所以才会有这些书上记载的一些禁忌。你们不用看到那些禁忌就吓一跳，以前冶金的技术没有现在那么先进，都是纯金和纯银的针。那银的针，银比较脆，针扎进去会断掉，如果做太细的话，所以针要做粗一点。金针太软，做太细也会软掉，那就只好做粗一点。现在都是合金，就钢针的，做得

很细，不会有这些问题。

第五节 女性经期与脾脏

太冲脉盛时，我画人体的剖面图。乳房的乳头通到内部，正下方直接络到肝脏，正络到肝脏那里。所以肝经，太冲脉盛时，肝气一旺时，肝是木，木出来能够生火，推动到心脏，心脏就加速。月事以时下，一次正常的周期是 28 天，为什么？是 7 的倍数，女人都是 7 的倍数，四个 7 天 28 天是一个周期。那当周期到了时候，中医的观念里面认为，女人的奶水就是女人的月经。这两个（奶水、月经）是一样的东西。平常的奶水是肺白，来自白色的，但是最早出奶时，初乳时，女人的初乳是黄色的。所以这个奶水本源来自脾脏。那脾脏受了五味，比如我们饮食入味，吃了东西后产生的，食物有味道，这个味道产生脾脏，脾脏再输送到肺脏后，出来就是白色的。那白色的东西，再受心脏的影响，金和火是相刑的，互相制衡的。如果这个奶水从肺脏里面到了胸脏，到了乳房里面去后，没有心脏制衡的话，这个奶水不会进去，会停留在肺脏里面。所以女人的，我们去治疗女人的月经或是奶水或乳房，女人的妇人的病，我们一定是强心为主，因为金和火是相刑的。

第六节 五脏平衡

我们五脏里面，这个相生的图大家都知道，互相之间相克和相生，就是因为有相生和相克，所以它互相之间是制衡的状态之下，谁也不过，一过时，它就把你推回来，所以五脏一定要平衡。正常的人，我们相尽办法，让他的五脏平衡。当医生我们去治病，治病时我们就找什么地方不平衡，让他平衡。所以我们作为医生，最基本的一定要知道什么叫做正常？何谓正常。那东方医学和西方医学的正常不一样，西方医学认为验血报告出来，指数如果好了，你就回家了。可是很多病人痛得要死，但是验血还正常啊。那不能按照那作为标准。正常的中医，五脏之间的平衡，生和克之间互相力量，拉扯的力量是一样的。所以当我们有心脏的火在制衡肺经时，把肺里面的所有的营养都集中在乳房上面。这时，28 天以后，顺着阳明经整个往下走，一直到卵巢，到子宫里面去，才会生成月经。

心脏跟小肠，心脏中医认为心脏是火，因为心脏不断地搏动，这个搏动产生的热就是火。那正常人，这个上面的肺，肺好象天一样在上面，心脏在这边，正常的心脏的热，要进入小肠，当乳房的奶水是白色的，下降到子宫卵巢里面去后，这个子宫卵巢是贴着，跟小肠连在一起的，小肠是火。所以小肠正常的人，这个火一蒸化，一煮，象烤肉一样的，烤熟了，排出来就是经血，看起来是红色的。当你知道这个正常的身体状况之下时，如果有一个人告诉，月经怎么很淡？小肠火不够了，没煮熟；月经怎么那么黑？太热了。就讲完了，寒热就看完了。一个寒，小肠热不够就是寒；那太热了就黑，颜色很深，就知道了，已经看完了。中医，我们所谓八纲辨证，就是在《黄帝内经》整个里面，从头到尾讲的就是阴阳、表里、虚实、寒热。那我们知道阴要知道阳，要知道表里的话，寒热就已经结束了。脉都不用摸，听两句话就结束了，这就是《黄帝内经》里面。所以小肠在控制这个月经的量，月经的颜色。

第七节 水的重要性

到了女人三七 21 岁时【肾气平均，真牙生而长极】，所以女孩子要增高 21 岁以前，21 岁牙齿长到顶了，骨头也长到顶点了，因为肾，以肾气在生长。

中医认为肾是水，世界上所有的东西没有水不能生存。所以这个肾脏，我们讲月经，讲人的成长，都是以肾脏作为标准的。从这一段，岐伯说女子 7 岁，我们再回到之前，就是刚开始怀孕受孕时，一开始怀孕受孕，西医的观点里面认为，人体第一个内脏是心脏，那中医说不对！这个不对！不对！心脏是之后，第一个内脏是肾，刚开始在母体里面是生水，有这个真水在里面，阴阳交合时，才会生木出来，就是肝。那肝主的是全身的筋，筋有了以后，产生的两个礼拜就是两周。再来这两周，水两周以后生肝，肝两周

以后才会生心，所以筋膜，后面产生的一个跳动的东西就是心。那西方医学认为，我只相信我看到的，那问他空气里面看到什么呢？他说看不到啊。

不能这样相信你看到的！很多事情你看不到啊。他没看到来自水，所以我们中医从头到尾非常注重这个水，中医的观点是这样的。那西方医学的观点会破坏这个水，他不晓得他去破坏，那认为他不需要。所以西方医学就是验血报告，你看到验水报告吗？没有，都是验血报告。他不管水，可是不晓得水最重要，是生存所有东西的来源。所以你看到这个化学，你们念化学都知道，不用说你是专家，你看到化学很多这个物质加上这个物质，产生一个新的物质，然后最后到后面，最后大部分都 H₂O（水），什么意思呢？就是把水释放出来了。那你是需要把水释放出来吗？！而中医想办法去把水生出来。你（西医）就把好的水释放掉，当然会伤害到其他的内脏。所以我们不赞成用化学的东西，因为会把水释放掉。这是我们再回到之前，我们可以这样看。

女人到了 28 岁时，筋骨都非常得坚硬。那发，头发长到最长，身体壮盛，这都是开始，女人月经开始后就可以受孕了。如果太早生的和太晚生的，实际上中医真的没有定义，是早生好还是晚生好？中医是并没有下这个定义的，没有这样定义的。这段讲的是人的生长的过程。

女人 35 岁时，阳明脉衰，脸开始焦了，焦黄了，变黄脸婆了，头发开始坠落，所以为什么你现在看懂了，在阳明经时，当然没有那么丑的女人了。从头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎，阳明经在走了脸上这个地方，35 岁以后，阳明气就衰了，阳明经就比较弱了，人就开始老化了。所以我才跟诸位说，要去灸足三里，灸足三里不是说灸了以后脚可以走三里那么好，就是青春，胃气不会衰败。那就是阳明经，35 岁时开始阳明气衰。

那六七，到 42 岁，三阳脉衰于上，这个脸整个就焦黄了，头发开始白。三阳脉就讲太阳脉，大家都知道，足太阳，足少阳，太阳起于睛明，少阳起于瞳子髎就是太阳穴，就在眼袋这个附近。所以很多女孩子到后来要去拉眼袋，这些动作就出现了，拉皮这种。当然年轻不需要，到 35 岁，到 42 岁。

那到七七 49 岁时，任脉虚，就是人的成长的过程，任脉开始虚脱了，开始虚弱了。这时【太冲脉衰少】，天癸就竭，月经就减少了。

第八节 子宫肌瘤与月经

【地道不通，形坏而无子。】地道就讲的女人妇科的器官，49 岁。这个会不会有受到影响？会有。如果子宫卵巢里面有长些肌瘤、肿瘤，常常长得很大一个，有的人长得象鹅蛋那么大，都有啊，橘子那么大很多，长了肌瘤以后，子宫里面长东西时，因为里面有长东西，一直在长。长了东西，反而天癸，月经会延后，到了 54 岁，55 岁，月经还是每个月准时来。那你说有好处，有什么好处吗？坏处、好处，这很难讲，见仁见智。等到以后她慢慢慢慢萎缩，等到她天癸绝了后，子宫卵巢慢慢萎缩掉了，肿瘤也跟着萎缩掉了。当然这是无害的。所以有时怎么看，有的人到了 55 岁，56 岁，月经还是有，还很准时的。

在介绍针灸时，跟诸位讲过，心脏在管奶水，当心脏出现问题时，奶水就没法完全百分百集中在乳房里面，就会产生很多种可能。有位太太在 72 岁，有一天她突然 22 年没有月经了，突然月经来了，月经来了一检查，她检查妇科，妇科都很没有问题，都很正常，怎么月经来了？很奇怪，找不出原因来，就去扫描，一看是脑瘤，脑部长瘤。这就是心脏没有护得很好。所以诸位如果结婚了，尽量对太太好一点，让她心脏好一点，免得她出问题。一般会有乳房有硬块，长乳癌或脑瘤的都是常年情志，不够安逸，担忧的事情很多，不够开心，都会生病。

第九节 男性成长关键期表征

男人是 8 岁，男人比较慢一点，8 岁时肾气最实，所以开始长真正的头发，胎毛开始掉了，乳毛开始退了，牙齿开始生长时，男人是以 8 岁为主。那二八 16 岁，肾气最盛了，男人也有天癸，就是精子，精气溢泄，这时如果男女交合的话，他就会生子。如果男人标准是 8 岁和 16 岁，如果到了小朋友 6 岁开始换牙，那还是发育太早，发育太早其实不是人体的问题，当初人体没有问题，就是饮食太补了，给小孩子吃太多了。尤其喝牛奶，喝牛奶是非常不好的，人是人，人奶断掉就不要喝了，人奶断了还是喝牛奶，腿跟牛一样的，很多小姐跑出来那个腿跟牛一样的，就是牛奶喝了，跑出来象牛，就是喝牛奶喝的。豆浆就很好。牛奶太补了，太过了。



长按识别小程序 立即加入

(平台有机农产品购买入口)

三八 24 岁，肾气平均，筋骨强，这叫生而长极，所以男人要长高，24 岁以前要完成这个动作，如果长不高的话，可以打球，运动啊，或吃一些补肾的药，让他长高一点。那西洋人发明一个生长激素，那你生长激素很难控制，要吃太多了长太高了，或吃得有的人不长，横着长，我就碰到了，横着长。本来是长不高，因为长不高去吃生长激素，一吃时横着长，真得长的跟个牛一样，发牛病，就是发癫痫发出来牛的声音，你听过牛叫，就是这个声音，他发癫痫，本来好好的，那只是长不高而已。所以你说生长激素，控制他往上很好，不能控制他往旁边走，所以它没有目标，吃下去没有目标，就让你长，还是不长就往旁边长，就更麻烦了。

到了四八 32 岁，肌肉满壮，这是筋骨最强盛。到五八，肾气衰，40 岁时肾气开始衰，男人 40 岁以后在《黄帝内经》的定义开始牙齿也松，头发也开始掉。这是在一般人，但是你每天很开心，心情保持得很好，打坐心平气和很安逸，也没有什么，比如你有一百万，我有一万块，我们吃的汉堡还是一样，吃的卤肉饭还是一样，不要去羡慕人家。无欲则刚，那心情也不会有担忧受怕。如果男人正常发展到六八 48 岁，阳气皆于上，男人开始头发变白了，脸皮开始长皱纹。56 岁时开始肝气衰，精不能动，天癸竭则精少。中医的观念一直在强调，人要保养身体，除了情志外，可以用一些药物来保养没有问题，这些药物来保养，我们有很多金石类的药物，有很多草木类的药物。那为什么说我们要去吃金石类的药物？很多道家修炼炼丹都用金石的药物，因为基本的观念简单讲就是这样，你看黄金活多久啊？千年也不坏，金石类的可以长寿。树木可以长多久？百年千年的大树很多啊，吃草药，草木类的药当然会长寿，我们就用这样来调整，中国的来源就是这样，简单说就是这样。那西药就做一个药出来，他没法跟中国比，我们中国人吃草木，跟草木同寿。那这个是一般的常人，一般人的定义。

八八 64 岁，那头发也掉了，牙齿也没了，【肾者主水，受五脏六腑之精而藏之，故五脏盛乃能泻。】所以这里就提出来，肾脏在决定一个人的寿命长短，因为它是水。因为肾脏开始衰下去了，造成五脏都开始衰弱，筋骨都会解堕，天癸尽矣，精竭了，不会生小孩。所以我们随时要保持肾脏功能的完整。后面会介绍春夏秋冬，生长收藏，我们如何去藏和不泄，我们如何去保养肾脏。如果肾脏保养好的人都是长寿的，但是这是形，就是内脏还要神，神就是神志要很好，心情要很好，不要受人家影响，人家想办法让你短命，就是想办法攻击你，骂你，让你短命。那你很开心，影响不了你。所以人就会长寿。

第十节 圣人与贤人

第5页，有的人过了年龄，我们的标准还是会生小孩。黄帝问岐伯，岐伯说这是【天数过度】，就是有的人天赋异禀，【气脉常通，而肾气有余】。但是就算有小孩，男人到八八64岁，64岁以前，到头来就算再过度，到了极限64就没有了，女人不过进七七49岁就不会生小孩。这时天地的精气从我们体内，现在是讲的一般的人。这是它的定义。第6页，黄帝说，得道的人都是上百岁的人，能不能有孩子？岐伯就说得道人就例外了，就算再老，他的形不会改变，到了七八十岁看起来可能还很年轻的。虽然到了七老八十了，照样可以生小孩的，这是真正得道的，得道高人，等于是返老还童。有没有这种人存在？有，有这种存在。第6页的最后一段，黄帝说上古有真人者，真人就是真的有得道的高僧，他真能够了解天地之间的道理，能够把握阴阳。所谓的呼吸精气，独立守神。这是一个观想的一种方式。比如这里有草，那牛吃草，牛是长得很壮，现在读图给你看。

那人就吃牛，很累啊，那干脆就吃草算了，吃素的就出现了，那草为什么长得很好？因为空气，真气，它叫食气。前阵子电视新闻上有一个印度男孩子很年轻，在那边打坐，现在已经把他打坐的那菩提树周边围起来，半年不吃东西，大小便就坐在那边，就是食气，这种就是天生的，就是属于真人。那他其实半年每天都有人看他没吃东西，没看他上厕所，就坐在那个地方，这就是能够掌握天地之间的阴阳，能够直接跳过牛，跳过草，直接去食气。这在中纪的里面就有，就是这个地方。那独立守神，他必须，这种状态，这种食气时必须要打坐，完全没有杂念在那边坐才有办法，一动念，人一动念，一有杂念出现时，就会需要一些营养才行，就要去吃东西，就会吃东西。

从这里，我们当然说不必练到气食，那人生很乏味。那东西都很好吃，怎么办呢？就是从这里我们可以找到，食不过饱，吃东西不要吃太饱，感觉不饿就可以了。那至于吃是什么味，我们后面会介绍，最基本的，不要吃太过。所以他能【寿弊天地，无有终时】，很长寿，这所谓上古之人。

那中古之人，个人修养的德性，还有能够按照四季，春夏秋冬的改变能够调和身体，《黄帝内经》非常多章，一章一章都慢慢详细介绍如何去调理身体，如何怎么样自保，如何去诊断都有的。那我们去世离俗，跟世间都不来往，没有太太，小孩，都不管，他一个人，全部全神都集中在一个专心在阴阳，天地之间，顺从天地之间的节气的改变来生活。那这种人也都是非常非常得长寿。

这一段提出来有所谓的真人，有所谓的圣人，也有所谓的贤人，刚刚讲的都是真人。再来就是所谓的圣人，就是第7页第二行下方开始，所谓【圣人处天地之和，从八风之理】。那有些欲望适可而止，不是没有欲望，是有些欲望，不会说容易发脾气，不会太过地发脾气。那仍然在处于世间，仍然入世，象刚刚的真人是出世的。如果我们真的以《黄帝内经》的定义来说的话，如何知道这个人是不是真得道高僧，他真正闭关时什么样？他真的什么都不吃了，这样还能够生活，这种属于真正的得道；那还是在那边吃素，还是在那边吃，还没有得道。

【倪师内经 03 视频同步文稿】

这一段，一样是【被服章】，穿的很好的衣服，那这个不受到世俗的一些礼法和观念的影响，也不会过于操劳，也不会过于思虑，过于担忧事情，过于恐惧，永远保持心情的愉快。那今天有一块烧饼，或得到一个馒头，他都很开心，很知足的人，这种都是属于圣人，这都是长命百岁的。再来叫贤人，再来就是贤人。这三种人，真人、圣人、贤人，都是属于长寿的。

当然我们不能说，一定要做到真人、圣人、贤人，但我们尽量从上古天真论里面找出一个健康长寿的方法很重要。所以你们可以看到，综合这整个章节，你们都知道，一定要保持开心，所以我常常跟大家讲，开心就好，不要去计较很多事情，人都会有大限的一天，但是能够开开心心的过，这已经是很难能可贵，没法做到真人。真人的话，真的与天地，他与天地同寿。

过去我就碰到很多，这些人可以看到，看到这些，在所谓的四度空间，这些真人还在，会常常耳边讲话，有的人就遇到这种事情。那到底怎么样子，我也不敢讲。我们听人家说，比如我在诊所里面，有时老外啊，这个老外没有看过中医，什么中医的书，《黄帝内经》什么，他根本都不知道中国人的东西，讲的都是英文，那他看到一些东西在我诊所里面，把我也吓一跳。那真人会在旁边，我就知道了，只是说出这种事情。那可能很多地方，你们都会遇到，那这种事情，姑且听之，姑且信之。不管怎样，心情愉快最重要。都是长寿的诀窍。

第二篇 四气调神大论

第9页，就是所谓的四气调神大论篇第二。四气，讲的就是春夏秋冬这四个季节，跟农民种稻，五谷收成，它是一起的，一起在走的。春天就是生，夏天就是长，秋天是收，冬天是藏。这个我们要去了解它的性，了解它的性。

第一节 四季之作息

春三月，叫做【发陈】，【天地俱生，万物以荣。】发陈时，“陈”就是过去的那种东西，陈年往事，过去发陈就把去年的东西重新开始，开始成长。这时，我们如何去掌握春天，春季如何让我们的身形形体跟着季节走，如何去调的，因为季节转化，我们的身体也要跟着调整，这样能够合于节气，这种都不会生病，所以这是预防医学的开始。

春三月时，基本上的原则，【夜卧早起】，就是要晚睡，晚点睡，早点起来，睡觉时间很短，这是春天时。起来以后，【广步于庭】，就是慢慢的走路，不要跑，所谓【被发缓形】，因为中国以前都留长头发，用发可以绑起来，全身松掉，衣服不要穿得很绷紧，在庭院里面慢慢地走，同时保持心情稳定，不要动怒，什么都不要想，心情很平静。这时，【生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚】，就是施与的地方，任何人找你谈事情，同意同意，很好很好，不要随便去攻击人家，因为是春天，春天都是很好，我们在生长，不要去斩杀他，人家小孩子要跟你要五块钱，不行，你再发脾气，你正在【广步于庭】时，你儿子跑来跟你要五块钱，你说不行，那你没有符合春天的保养之道，可能你就为这五块钱不给他，结果你命就比较短，会生着病，不好，划不来。所以同意，就是很好很好，这是应春天的节气的，春之应，这都是养生之道。这都是预防医学，所以春天时，绝对不要发脾气，要赏而勿罚，不要去处罚人。如果反逆，春，主肝脏，逆之，伤肝，肝脏，那为了一点钱，肝脏受伤了，划不来。这是春三月，我们如何保养自己。

如果肝脏伤到，在夏天时就会看到，夏天本来是热的，可是如果春天受伤，你没有按照发陈之道，生的这个性，生的这个性来保养自己身体时，肝脏，肝气受伤，到夏天时，就会得到寒的症状，因寒发生的那个症状。

夏三月，称为【蕃秀】，这个秀气，蕃秀就是成长，成长之道，夏天时，天地正在相交，气在交流很厉害，很热，【万物华实】，这时也是【夜卧早起】，晚睡早起，这是养生之道，春天、夏天都是要晚睡早起。【无厌于日】，外面太阳很大，我不要太阳，我要躲起来，夏天不好。即使很热，你在流汗，要把它当成享受，流汗，开心，【使志无怒】，夏天一定会得汗，那汗的话，因为身体里面太热，人身体里面的气血，阴阳气血的循环是随着四季在走的，夏天时，我们身体会调试成为夏天的状态，这时我们的汗，津液让它透发。那你说要流汗了，就跑到冷风间里面去，这都不是养生之道。所以水冷气可以用，但是，平常时要去外面，要流汗，流汗时，要等它透发后再回到冷风间里面去，而不能说，在汗没有透发时，跑到冷风间里，这就会受到伤害，那夏天一定要出点汗。

所谓浊气才能够得泄，因为太热了，太热的话，身上会产生燥热，那汗能够流出来

时，这个燥热的气就会散掉，这是夏气之应，夏天时我们的养生之道。如果没有做到，你讨厌太阳，也不发汗，反逆，就会伤害到心脏，心脏受伤后，当时不会发，当时不会发，到秋天时，就会产生痲疹的现象，比如一些往来寒热，一些咳嗽。到冬天时，因为冬天是肾脏，肾脏是水，冬天和心脏是相克的，病就会加重。这就是预防医学，同时提出来，如何养生。

秋三月，称为容平，这是收的时节。这时天气非常的急，所谓天气急就是，因为秋天属于金，金气主肃杀，非常干燥，非常劲急。这时，人早睡早起，早点去睡，早点起来，鸡就是早睡早起，和鸡同步走。那同时【使志安宁】，不管哪个节气，一年四季人都要，人的想法情绪上面都要非常安宁，这样才能够把秋天的肃杀的，金气的肃杀能够降下来，这时就不会受到伤害，这时【收敛神气，使秋气平。】这个方法就是应秋天的道，就是容平之道，主收藏。如果秋天你反逆，不知道收藏，还是很晚睡，很早起，然后也不知道如何收藏，然后情绪也不常常动啊，常常这个过喜过忧都不过恐都不好，没有了解所谓收敛的那种精神，这时受到伤害，伤害到肺时，当时不会有问题，秋天不会有问题，但是到冬天时，就会产生下痢，这种现象。

冬三月，养生之道叫闭藏。这个如何去闭藏？按照《黄帝内经》，冬天时，外面是冰天雪地，这个书在中国上北方写的，所以你在台湾省说不对啊，不要在这个地方去计较。冬天时，我们要早睡晚起，睡觉的时间要比它多，因为收藏，把自己藏起来，入夜了以后要早点去睡，早上太阳亮起来时再去起床最利于你的意志，情志方面，尽量收敛，如果有失意就不好，要尽量收敛起来，无欲无求。那我们随时要保持身体上的温度，这时，不适合出大汗。所以很多人冬天去跑步啊怎么样，冬天跑步出汗，这都不是养生之道，那还有人冬天跳到冰水里，冰河里面去，冰河打个洞，跳下去游泳，很多人在哈尔滨，长春都那样，那种好不好？不是好啊，因为你跳下去以后，中医认为寒极生热，寒极生热，如果到极限时，会产生热，正常人可以。现在我想说正常人不可以。冬天时我们尽量不要出汗，因为如果跳到冰水里面出来会生大热，会冒大汗的。但是真正有心脏病的人啊，反而适合去洗冷水，中医认为，心喜冷喜寒。为什么？冬天寒冷的是水，水能够克火，当遇强水时，遇强寒水时，这叫做“母能令子虚”，木头，就很多的木头进入火脏，那个心脏会加强起来，所以我们治疗心脏病，心脏肥大时，洗冷水澡，早上洗了之后，中午胃口就大开，要吃东西了。为什么？就是因为寒。

所以，如果有一个人洗冷水澡太痛苦了，冬天洗冷水澡不是折磨吗？用冷水去冲脚就可以了，因为脚是离心脏最远的地方。那我们用寒水，冷水，不要用那种冰水，真的去，一般的水龙头打开就冷水去冲你的脚，那寒极能够生热，刚开始冲一两分钟时很冰，刚开始几秒钟最冰的，越冲是越热，还是同样的冷水，温度没有变，冲冲冲不冷了，然后脚开始热起来，心脏阳就会回头，这是我们治疗心脏病时，平常要注意的事情。我们可以利用这种养藏之道。所以中医的所谓的养生之道，同时也是可以拿来治病的，同时可以保养身体的。所以如果一年四季脚都是冰冷的，你不愿意吃中药，就用冷水去冲冲脚，一冲冲到，大概一分钟就开始热了，同样是冰的，你手去摸手，你以为是热水跑来，不是，你一摸，水还是冰的，可是你脚就热起来了，寒极会生热。

所以冬天时，尽量不让他出汗，所以冬天运动、跑步流汗不是很好。如果反逆，冬天不干汗，你流汗了，反而会伤到肾脏，肾脏伤到的话，就会肌肉萎缩，就会有精神不振的现象，绝对是精神不振。

第11页，四气调神大论里面这一段其实讲的就是，我们要跟着二十四个节气走，随时看到自然界的节气怎么走，人要顺着节气走，而不能逆着节气走。所以天气清净时，光明者也。【藏德不止，故不下也。天明则日月不明，邪害空窍。】比如以今天为例，今天一看，白天应该要出太阳的，结果是阴天，这叫【日月不明】，日月不明，白天看着好象是晚上，日月不明。所谓的养生之道，就要把自己的身体保护不要受到风寒，不要受到风寒，因为日月不明，要把身体顾好。这个在日月不明白的状态之下时，最容易生病。

就邪害空窍，所谓的空窍，身上有很多的俞穴在背后上，讲针灸时，很多的俞穴都是所谓的，如果哪一个脏腑不是很强时，在天气不明朗时，阴天雨天时，最容易受到伤害，天气之间的这种不正的气，就会利用这个时候，伤害到人体空虚的地方。

举例，你一直在担忧，忧，儿子或女儿婚姻不好或怎么样，一再忧忧忧，忧能伤肺，伤到肺部后，结果天气不是很好，象今天的阴雨绵绵或怎样，这时你没有把肺窍管好，比如肺的俞穴，肺俞、云门穴没有管好，在肩背这面没有戴围巾，照顾好时。那同样的情形，一个人他心情很他没有什么忧虑的事情，你有忧虑的事情，你就会产生空窍，就会得病，是这个意思。

这些可以看一下，【上应白露不下。交通不表，万物命故不施，不施则名木多死。恶气不发，风雨不节，】这些讲的都是天地不明时产生，比如暴风，刮风下雨时，产生这些问题时，要特别要注意。那最后一行，可以看到，【唯圣人从之，故身无奇病。】所以意思就是讲，如果随时保持你情志，心情非常的好，不会有这一些过喜过怒过忧过悲过恐的情形，那今天节气再怎么改变，气候变化的再无常，你完全不受影响，所以人的情志很重要。

第二节 四气调神-肝、心、肺、肾

最后，11页最后一行最下段，如果【逆春气，则少阳不生，肝气内变。逆夏气，则太阳不长，心气内洞。逆秋气，则太阴不收，肺气焦满。逆冬气，则少阴不藏，肾气独沉。】这一段讲的就是春夏秋冬，春天讲的是肝脏，夏天讲的是心脏，秋天讲的是肺脏，冬天肾脏。如果按照春夏秋冬节气，按照养生之道来保养自己，肝、心、肺、肾都不会有问题，逆之者产生问题。那节气在交换时，这个两个节气在交换时，中间产生的，比如春三月、夏三月，这个交接的地方，前一个礼拜，后一周，最好就是一周，过去有十八天，来回九天，一共十八天。一般一周，前后一周，这是节气交接时，所以有一个礼拜占到夏天，一个礼拜占到春天，这两个礼拜是从春天变成夏天的节气，这一段时间中间，就是定义的长夏，长夏的定义。那长夏是介于这节气的中间，中央，所以我们如果把它换成图，春夏秋冬，中间，长夏就放在中间。因为有长夏在中间，所以春天是慢慢慢慢转换成夏天，夏天，经过长夏慢慢慢慢转换成秋天，秋天的话，慢慢慢慢转换成冬天。就好象中国台湾省的台风，那台风都在秋天时候，夏天时候，夏秋交接时，夏天要转换成秋天很热，突然变成比较冷的，所以气节转换时，天气就开始有台风，所以台风过后，气温就开始下降。那中间这个过程就是长夏。没有说，今天还是夏天，明天就变秋天了，没有那么快，中间的改变两个礼拜的时间，把它定义成长夏，定义成长夏时，在我们身体里面，就是所谓的脾脏，脾脏的所在。

西方医学里面认为脾脏没什么功能，所以如果车祸意外，脾脏拿掉，就把脾脏拿掉，脾脏拿掉后发觉这个人很没有力气啊，没有关系，吃类固醇类的，就是这样控制。那中医的脾脏解释很多，《黄帝内经》里面尤其讲，脾脏讲得非常多，由于脾脏，所以节气在转换时，不会瞬间改变，瞬间变化太大，没有人受得了的。所以如果今天坐飞机，现在有飞机，以前没有飞机，那现在有飞机，从佛罗里达很热，一坐到底特律，一下来冰天雪地，刚刚前面两个小时还是很热，后面两个小时突然变得很冷，这时就要注意了，要保养身体。

因为在夏天时，人的毛孔是开到的，突然换到很冷的地方，毛孔还是没有收敛那么快，因为两个小时气温就改变了，因为飞机的关系，所以一定要把身体顾好。不能坐在那边，心里面在想毛孔闭起来，毛孔闭起来，没有那么厉害啊，又不是真人。所以要外在的一些厚夹克或怎样，把自己身体保护好。真人可以做到，真人他一天，春夏秋冬管什么季节，他就是穿得很简单跑出来，他也不会冷，形神都不变，他看起来象二三十岁，可能五六十岁了，或七八十岁了，他再怎么改变，也不会感冒受伤。这种人不多，很少。

第三节 阴阳调和论

这一段讲的就是，如果不按照节气走，就会受到哪些问题。12 页的第二行开始，【夫四时阴阳者，万物之根本也。所以圣人春夏养阳，秋冬养阴。】这个阳和阴，这两个所谓阳，这两个所谓阴，我们如果用阴阳来看，正常人，正常的阴和阳之间的关系是，阳，如果没有阴来制它，没有压住它时，阳会往外走，阳是，阳性质很浮动的，就变成孤阳，没有阴；那同样的，阴在里面时，人身体，我们把它当成一个球形好了，这是阴在里面，因为有阴，所以阳可以在外面，把它固表，固住。这个我们把它解释成表，阳在外面，它主要的功能就是能够固表，阳能够固表，是因为里面有阴在里面支撑它，所以阴提供了阳的能源，所以阳才能有这个能力去固表，这是相辅相成的。如果阴虚了，里面虚掉了，当里面虚掉的话，阳没有牵制，没有东西牵制它，阳就开始外浮，所以如果阴一虚掉的话，阳就无限的外浮，就会造成阳太过剩的状态之下，这是一种情形。

还有一种情形，表面的阳，如果虚掉了，比如举个例子，毛孔打开，汗一直流，流不止，一直在汗流不止，这个流出来的汗水就是阴在上，因为阳本来是固表，现在不能固表，那阴原来是正常的，阴有阳在固到，所以阴就不会散失掉。那现在如果表阳虚掉时，这里面的阴就会往外散。所以阳虚也不好，阴虚也不好，这是我们对阴阳的定义。那在春夏这两个节气时我们要养阳，就是要表，那养阳的方式，就是要让他汗能够透发。那到秋冬时养阴，不适合出汗，养阴，这是一般的最简单的解释的方法。

所以，【万物沉浮于生长之门。逆其根，则伐其本，坏其真。故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也。】我们要随时顺从阴阳四时的关系，春夏秋冬的节气的关系，这时，顺【从阴阳则生，逆之则死。】

第四节 难经第 3 难-阴阳脉诊

这里提到，这一段第 12 页第六行，【反顺为逆，是谓内格。故圣人不治已病，治未病；不治已乱，治未乱。】这里我稍微跟诸位提一个《难经》里第三难，我们这个手掌，以左手这样看，这个到这边有一个高骨，画个高骨出来，高骨叫做关，就是关上为寸，关下为尺，这都是大家知道的，我们要下定义了。我们如果关把它画成一条线，所谓寸的定义，这个上面，我们就定义为阳，这个下面我们定义为阴，但是它有限度，有的表，阳乱跑，到底有多长，所谓寸就是九分，尺从这边开始算，是一寸的距离，这是九分的距离，这个是阴和阳的极限。所以如果我们手去摸这个脉，一摸上去时，食指到处，这是阳，这是阴，这是中间的地方，那这一段距离应该只有九分，只有九分而已，九分，所以九分的寸，比如我们一手，这是同生寸，九分一点点，那后面是一寸的距离，所以脉，应该从关脉下来，这边有一寸的地方，到后面就没有脉了，一寸，最长只能到一寸。太长了就是过，就称为阴太过了。

【倪师内经 04 视频同步文稿】

如果是正常，太少了阳不及，太过了阳太盛，从脉也可以找出阴阳的平衡点。如果我们从这个角度来看时，当阴脉太盛时，阴太多了太盛时，会顶到阳，阳会往外散，阳会往外散，本来只有 9 分，现在超过了手腕横纹头，超过 1 寸都要往上走，当然超过了称为溢，就是太满了，溢出来了，溢出来的原因是因为阴太盛，把阳往外，就是我刚刚讲的，阴太盛时，阳被虚掉，溢脉。

还有一种情形是阴虚，阴如果太虚时，这个脉会加长，所以如果我们摸到尺脉超过 1 寸，哇，怎么那么长，那么长，到此，这个往下走，超过 1 寸的距离以上时，称为覆脉。所谓溢脉往上走，覆脉往下走，这就是阴阳所谓的相格，这里讲过，反顺为逆都是内格，两个都会分开来的现象。那不管是摸到溢脉或是摸到覆脉，都是过去称为胃气已经没有了的脉，胃气没有的脉。

这是所谓的脉诊来看阴阳。在中医的观念认为，人能够吸入，就是因为肝肾，就是阴。吐出是阳，这是心肺，所以寸脉的地方是阳，所以心肺的位置我们查寸都是上焦，上面的地方；那尺的部位都是指下焦的、阴的地方；那呼和吸之间就是脾，脾胃属土，

所以中间的这个部位是讲脾胃胃气的地方，能够容纳五谷肠胃的地方，呼吸之间，所以一个是呼，一个是吸。介绍到这里时，只要心里有这观念就好，慢慢慢慢我们再深入时会再细谈这些观念，那这是诊脉，脉诊在阴阳上面摸时，一模就摸到了。所谓这根阳脉没了，阴脉没了，你现在知道怎么摸了，那我们后面的浮、沉、滑、涩，我们来决定它，到时候我们要介绍到这边时，我会告诉各位怎么叫浮，怎么叫沉，怎么叫滑，怎么叫涩。如果春夏养阳，秋冬养阴时，从脉上就可以摸得出来，过犹不及，溢脉、覆脉都是过，太过的脉。那这里我就是跟诸位讲，什么叫做格，格就是溢和覆，超过了。

第三篇 生气通天论

生气通天论第三章。第一段所谓人的生之本，就本生于阴阳，天地阴阳之间是“六合”，所谓中国人会去讲“六合”，就是天地上下左右四方“六合”。所有的五脏六腑的经络所有的都跟天气都相通到，中医的观念里面很简单，就是认为人和自然就是相通的，所以我们一定要顺乎自然。西方医学就不管这些，他都是看形，看人就是看验血报告。中医不认为是这样的，中医认为一定要跟自然界相通，【其生五，其气三，数犯此者，则邪气伤人】，这个邪气伤人都是决定如何人长寿短命，长命短命的地方，基本上原则就是我们这样讲，为什么说通天气？嘴唇、下巴、眼睛、脑袋瓜后脑，脖子，人吸气中医的观念，顺着督脉从后方，这是脊椎骨，脊椎骨顺着这个气脉一路往下走，用黄色的来表示，一直下及到命门的地方，命门我们现在都知道在第14椎的位置是命门，命门到关元中间，把它假想成一条线，当然这个经过小肠，经过肾脏经过小肠，假想成一条线，这是吸。吐时回头走任脉出去，不管是鼻子也好，嘴巴也好，就是从任脉出去，这是吐。所以人的一个周期，吸气时要吸到这边，吐气时从这边出来，所以一直在是小腹在振动的，小腹在振动。由于这天阳进来时，在身体里面产生会产生热，就是如果以西洋人来说，就是氧气，会产生这个热。这是肾脏是先天之本，那也意味着跟天气相通，讲了个生气通天就在这里。为什么说生气通天？生气了，人生命之本，跟天地的气是相通的。中医认为是这样。那西方（医学）没有，就是肺在那边呼吸，呼吸就是肺，他就没有想到是这样过程，所以西医治不好肺病，当然治不好肺病了，因为只知道肺，没有管其它的脏腑，所以你永远是控制，治不好的。这就是生气通天论。

第一节 阳气论

第15页介绍阳气，这一章这一段落，什么叫阳气？阳气听上好象天空和太阳的一样，如果失了阳气，人会折寿，所以【天运当以日光明。是故阳因而上，卫外者也。】怎么解释？这是神阙，肚脐的位置。中医的观念是这样，小肠的募穴是关元，当食物进入胃里面，到胃里面咀嚼了后再进入小肠，小肠因为里面非常多的火，小肠的火是来自心脏，心跟小肠是相通的，心之火能够下沉到小肠，是因为有肺在管它，所以肺象一个鼓风机一样，把这个热往下挤，挤到小肠里面去。小肠里面非常热时，当食物的残渣跟水分进入大肠后，火在下面烧，食物的残渣跟水在这里走，这个水因为遇到火了就气化了，就好象滚，所以吐气时是蒸汽，这个水会从大肠里面再回到肺里面去，当然回到肺里面去时，这个是肺里面的气之所在。

中医的观念，肺主皮毛，所以全身上下的皮肤里面的津液是来自肺，肺里面的气是来自大肠，大肠的津液里的水是来自食物的水。我们平常的喝的水，比如吃饭吃餐点，这边在喝水，那这个水跟食物的水不一样，人体非常精密，当喝水下去这个水到了胃里面去以后就消化掉了，蒸化掉了，因为胃在小肠跟心脏的中间，非常热，下去就散发掉了。食物里面很多水，吃的蔬菜里面水，肉里面、米里面都有水分，如果没有水就咬不下去的，很硬的，但是这些水分，就混在食物，因为它混在食物里面，蒸煮就没那么快，一定要到小肠里面去，消化到大肠里面才把它，所以食物里面的水会进入，从大肠里面回到肺里面去，回到肺里面去。这时的阳气它就会走表，【阳因而上】，因而阳，所以能够卫外。

如果【因于寒，欲如运枢。起居如惊，神气乃浮。】如果阳气失掉，温度很寒冷时，当里寒时很盛时，这时所谓里寒，吸纳小肠的火温度不够，称之为里寒，里寒很盛时，阳气就不会那么走表，也不会上来，也不能卫外，【起居如惊，神气乃浮】，这时因为阳气不能够固表，不能够定在身体里面，这时候神气就会很浮动，这是第一个情形。

如果太热，刚刚是因为冷，太热，我们有寒热，如果是太热津液伤到了，汗烦则喘喝，肺里面的津液不够了，这时讲话就话比较多，话很多，这就是所谓的【体若燔炭，汗出而散】，在中医讲就是阳明证，伤寒论就是从这里出来，阳明证。因为津液受伤里面的热，所以这时病人出现的是什么？纯热证，纯热证的病都在阳明上，阳明就是大肠是阳明，胃是阳明，两个是阳明的地方。津液丧失掉以后，呈现的就是胃跟大肠纯热的现象，因为津液没有了，这是因于热。要知道它的起因是因于热，这时我们把这个干燥的，因为它没有水了，太热了，我们把干燥的食物全清掉后，津液它自己就会回来，自己就会回头，但我们这里只是讲原则，张仲景从这边领悟到阳明证怎么治，病怎么发的。

这一段里面很重要，把【因于寒】上面写个1，第一个原因正常的阳是卫外的，第一个伤到阳的是【因于寒】。

第二个伤到阳的是【因于暑】，就是太热了。

第三个伤到阳气的，就是【因于湿】，如果湿受伤，久坐湿地，湿非常盛时，伤到阳气时，阳是诸阳会，所以头好象戴帽子一样，象东西挡到一样，病人会来讲，象头上有个人绑到绳子一样，头顶上箍子绑到，病人发这种病，这就是阳气受到湿伤，湿太盛是伤到头面，阳气受到湿伤时就会有这种现象。当然以后我们会会有很多处方治症，但是你要知道这个病源从这里来的，最早的《黄帝内经》里面就有解释到，我们知道它里面湿伤，把湿因去掉，阳气就回头了，就好了。然后【湿热不攘，大筋縲短，小筋弛长】就会造成这个人有这种症状，我们书上有解释的尽量看书就可以了。【縲短为拘，弛长为痿，】拘挛，肌肉都萎缩掉了，因为主经正经很长的，在主位上面，它很多的脉络都停留在肌肉里面，所以肌肉会萎缩掉，那大筋会缩短，这个是湿伤。

第四个会伤到阳气的，因于气，伤到阳气，这时病人会产生肿的现象，所谓我们有气伤跟形伤。我们的脉，所有经脉，我们讲脉，所有经脉里面，脉有脉气，气伤到时，我们还有形。脉的气受伤时，就是气就循行的速度如果受伤，这时人就形会改变，形就会变肿，所以当看到一个人形，外形变了，本来这个人的形状是这样，然后突然变了，变得臃肿了，我们知道他气伤到了。那有的人是形受伤以后，伤到气，什么叫形受伤伤到气？一撞到，撞了，好痛呀，形受伤了，伤到气了，过一下再肿起来，这就是先痛后肿，就是形先受伤；那有的人是气伤到了，肿起来了，比如他也没有什么撞击受伤，全身就开始肿，阳气就不行了，那我们要开一些阳气的药发散掉他的水分，蒸发掉。这个基本上的观念要有。

第二节 阳气精绝症状、湿热与疣

第16页这一段解释，讲的就是阳气如果受到损害时，它的主要症状。【阳气者，烦劳则张，精绝，辟积于夏，使人煎厥。】就是阳气本身，行的速度会很快的，它不会停留在一个地方的，一直在循环，一直循环不断的动，不断的动，如果过于操劳，阳气不够时，阳气会耗损掉，因为耗损太多过剩，这时人对阳气就累积，在身体里面没有动能了，比如我们这样讲，一个循环是个圆形的，人是一个圆形不断的循环。那你有一段受伤了，前后不能够相契时，它会停滞下来，停滞下来时，就会使人煎厥、昏厥啊，病人就出汗了，这个眼睛就看不到了，比如看我眼睛，可以看到我的瞳孔，看到里面的，里面一些白色的还有一些褐色的，可是你看不到我的视力如何，所以有阳气我们才能够有视力。那阳气一散掉一煎厥时，眼睛就看不清楚，所以诸位在诊断时记得，所有官能上五官上面，我们的耳朵能够听，嘴巴能够尝味道，鼻子能够闻香臭，眼睛能够看得清楚，都是因为阳在里面才能够有这个作为。如果阳受伤的话，阳气不行时，比如这个人耳朵听

不到，我们知道耳朵肾脏在管，阳不行了，我们就要把肾阳补过来；眼睛看不清楚，原来眼睛很好呀，突然瞬间失明了，那么阳气短暂的受伤。有的人不是说要等到很老了，变成白内障，有时车祸或意外怎么样，突然眼睛失明，我们知道眼睛的功能都没问题，去查他眼睛都很好，可是他视力看不到，这就是阳气煎厥在里面，被阻绝掉，我们如何让他阳气恢复，视力就会恢复。

第二行【阳气者，大怒则形气绝，而血菀于上，使人薄厥】，一生气时，人生气需要很多的能量才能生气，这时阳气整个往上冲，冲到整个冲到头面上来时，眼睛也红了，整个头整个脸都变红了，很生气，这时就会产生昏厥的现象。很多人就是一动怒一发脾气当场就中风啊，当场就发心脏病。那有的人阳气，有的人阳气不足时伤到经络，造成我们的筋，筋骨的筋，如果阳气不够时，我们就没法控制它，手就在抖，没法控制它，它不听话，这就是所谓阳，所以中医的观念就是能够指挥它能够有运动，那都是神，不是形，看到的手是形，但不能动，他的阳有问题。简单讲就是这样。

这个里面有一点很好玩，【汗出偏沮，使人偏枯】当阳气受损时，汗不断流出来，肌肉会萎缩，那个萎缩病的人，得了萎缩病，肌肉都是萎缩掉了人，那汗一直回流不止，不容易止汗。

接下面一句话就是解释了一个很简单的病【汗出见湿，乃生痲痹】就是痲。当出汗时，皮肤上身上都是痲，痲哪里来的？就是流汗出来时，又遇到湿气，比如现在外面是阴雨蒙蒙，那你在跑步流汗，外面就接触到湿气，那这个湿气跟你的汗停留在皮肤表面上，一段时间以后产生的就是痲，当然了痲不是什么重病，大的问题，但是中医的定义是这样的，痲这么来的。当然西医说这是滤过性病毒样子。所以一定要记得，当汗流出来时，要拿毛巾擦干，所以如果运动或怎样，带个毛巾，汗流出来马上把它擦干，不要在皮肤上停太久，当汗水流出来时，遇到外面的空气里面的湿气，那比如我们到溪头，溪头晚上露营，早上起来时阴雨蒙蒙很漂亮，在山里面走又流汗，又接触到外面的雾气湿气，产生就是痲，中医的定义是这样。

【高粱之变，足生大丁】，就是吃太好的食物，吃太营养的，脚就会生疔疮。【受如持虚，劳汗当风，寒薄为皴，郁乃痲】。这种皮肤病都是属于流汗时遇到湿气或遇到寒气，遇到湿气生的痲，遇到寒气的话前面皮疱，皮肤上一些红疹好象青春痘一样这种疱，化脓。举例，比如有的人这个屁股上都生疮，生那个痘子，生很大的痘子，因为他平常坐那面坐很久，那坐汗很多呀，流汗，他坐的地方又比较潮湿，就开始生。所以你们如果坐在那边时，常常要站起来，坐一个小时呀站起来走一走，不要坐很久，如果坐很久会出汗，出汗再遇到如果的环境里面比较潮湿，这是痲。还有一种太冷，一出汗又遇到冷也会，这里面有受湿有受寒都有。

第三节 阳气之开合

第17页，阳气者，这一段提出来，早上做运动，晚上不要做运动，晚上在那边运动那边打易筋经不好，所以少林寺的和尚都是清晨起来在练易筋经，没有人晚上在练。如果把阳气练得很纯净，就会有神。【柔则养筋】，阳气很柔和时，筋都会很柔和，而不会抽筋，【开合不得，寒气从之，】如果阳气该开时不开，该合时不合，【寒气从之，乃生大倮】就是会得佝偻，就是人弯过来，这就是阳气开合不好，寒气趁阳虚时跑到身体里面。

所谓【陷脉为痿，留连肉腠，俞气化薄，传为善畏，及为惊骇】，都是当阳气不守时，邪气传到身体里面去，如果传到脏里面去时，传为善畏及惊骇，情志上面有问题。我刚刚讲过，过喜过怒过忧过悲过恐，这些都是内脏在管，如果善畏和惊骇，就是内脏脏器受伤了，脏器受了伤。阳气还有一个“营”气，阳也可以称为“卫”，因为在《黄帝内经》里面常常用“营卫”这两个字，卫讲的就是气，营讲的就是血，讲的就是血这两个，那气和血这两个平衡的状态之下。如果我们摸脉，诊脉，当要去摸他的血时，是摸他的脉，这个脉很粗一个，摸上去时是感觉他的脉里面的东西，这是摸他的血。

脉外是气，脉的外面是气，脉内是血，所谓脉外就感觉它的动能，它的强度，它的弹性，柔和最好，刚强都不行，柔和代表阳气很顺，阴阳很调和时才会这个脉。那里面如果按一下这个脉，这个脉象菜市场的葱，葱的绿的地方中间是空的，那是中空的脉，如果脉的葱白的部分，摸到葱白的部分那中间是实，摸摸葱就可以虚实辨证出来，就可以知道脉里面的情形如何，里面如果摸不出来没关系，抓把葱来，眼睛闭起来，摸到葱的叶子跟摸到葱白的地方，都分不出来那这是没有办法。人的脉就跟那个一模一样，一模，这个是实的葱，那个是虚的葱，那就是葱的叶子的地方。

所有身上的肌肉里面产生的痈疽，比如产生的脓疮，化脓一块，包括褥疮，病人躺在那边躺很久，中风的病人躺在那边两个礼拜，忘掉给他翻身，医院里面常常会这样，因为医院里面只有号码，没有人啊，忘了那个人是中风的躺在那边不动，那个人也不懂，就一直面朝上躺在那边，躺了两个礼拜后，后面就生个大疮出来，得褥疮了，褥疮大到可以开门一样打开，打开里面都烂掉，然后再换药，褥疮呀，为什么会这样？就是阳气不行，因为躺在那边，阳气不行，阳气不行的话阴就会累积在那边，阴跟阳是平行的，当阳气不动时，阴就会累积在那边，累积久后，里面的湿就很多，化脓了，这个生病变。

【倪师内经 05 视频同步文稿】

第四节 神(心)、魂(肝)、魄(肺)

这里中医讲的魄，就是讲的肺，中医认为：肺藏魄，肝藏魂，心藏神，这三个稍有不同。如果我们把魂和魄实际上都是以神在管，神管魂和魄，因为心是最大的，心在管魂和魄。那魂和魄如果我们硬要下定义时，我们读《黄帝内经》读中国的文字时，去读图，白天看到鬼就是魄，因为白天好好的，看到东西就魄散掉了，就吓到了，平时晚上吓也就罢了，白天还吓，就是肺已经出问题了，魄就是不守，魄汗讲的就是肺里面的汗。该流汗没流尽时，形弱而气烁，气烁就是很干燥很燥的意思，【魄汗未尽，形弱而气烁。穴俞以闭，发为风疰。】所有的背后的俞穴，膀胱经的俞穴，是肺、心，心俞，肝胆脾胃三焦肾这些俞穴，都是阳气走的地方，前面的募穴是阴气走的地方，所以阴和阳两个本身是连贯的，互相制衡的。

如果阳气，这个俞穴的气，阳气不行时，【发为风疰】，所谓风疰就是因为阳本身要发散出来，那毛孔闭塞住了，阳气不能行，风就是动，本身风是动，所以看那个人抖抖抖那就是风，抖就是动，本来应该不动了，他现在为什么动？那就是风的症状。那中医是用一个字来形容一个症状，那为什么要这样？因为我们有的是去风的药，要开去风的药，所以这有助于我们以后选择用药会采取。所以发为风疰，中医认为【风为百病之始】，风为百病之始的话，最早是来自外面的，所有整套的伤寒金匮的观念认为，风就是百病之始，所有的病来自伤风，来自外在的，所以我们在治病时，如果一开始时就治好，不会生后面的病，这是一个解释。倒过来解释，当我们治脏病或治腑病时，知道后来怎么出现风疰，这个风不见得光是动，比如一个表证的现象，在很表面的很表很浮表时，在皮肤表面上时，代表病要退，就是病慢慢完全好了。我们常常治症治到后来，唉，就变成最表的症状，代表病快要痊愈的意思，因为它是病之始也是病之终。人如果清静，保持心情安和宁静时，肉腠闭都能够封闭起来，就是节气再怎么改变都不能害到你，这是按照时序来动的。

如果身体里病久【故病久则传化，上下不并，良医弗为。】病在身体里面待太久了，再好的医生也是没有办法的，就是这个意思，我们当然医生不能说这个病太久了我没办法了，你就可以回家了，也不可以这样讲，所以我们要想尽办法把他治好。【阳畜积病死，阳气当隔】，隔就是受到阻碍。阳气跟阴气的定义是这样，我们身上里面有很多的腑，所谓的腑，还有脏，腑是宣泄，脏是收藏，所以叫收藏，藏就是脏，这个泻和藏都是靠阳气，阳气要行，它能够生养收藏，能够宣泄该宣泄的宣泄，该排掉的排掉，该收藏的收藏，人如果阳气很正时，浊物都能排掉，好的营养都会收藏起来，这是正常人。

当阳不行时，管你好坏都累积起来，因为阳是一个动能，没有动能推动它时，身体上会累积很多东西，就算你现在是新鲜的食物吃下去，那按照中医的认为，24小时是一个周天循环，应该要离开你的身体里面，当阳气受阻时，它没有离开来，变成36小时、48小时、72小时，还有人一个礼拜上一次厕所，那本来第24个小时之内时，这个食物的营养是好的东西，那在身体里面待太久了以后就变成浊了，所以五脏六腑要宣泄，能够泄出来，每天正常的大便都是阳气在走，那好的营养食物的精华被内脏收藏去的都是因为阳气在那边，所以它能够收藏。如果是阳没法不行时，东西累积在里面，肿瘤呀一些病变就这样来的，所以我们要行阳很重要，让阳气能够行，它就不会有累积。我们把一个定义“积”，就是阴积，阳是无形的，阴才会累积。那阴会累积是因为阳不行，所以我们要让阳气一行走，阴就不会累积，不会累积，这是一个。不单单是我们诊断，我们治疗也是这个法则。

【隔则当写】，当受到阻隔时，要赶快把它泻出来，不马上去治疗时，就会出问题。所以阳气这24小时一天的变化。【一日而主外】，就是白天不能讲一天，这里的意思就是白天它主外，平旦时清晨时阳气开始升，到了日中当中时，阳气最旺时，当太阳开始西下时，阳气开始衰，如果我们以一天中午时，这个是中正当中时，阳气最旺，阳最盛时，同时在这个地方时，阴也开始升，因为阴和阳是相通的，当阳到极时开始升阴，阴就开始慢慢走，那我们如果把它画成一个圆形时，阴开始，中间一个点，阴开始慢慢升，这就变黑了，慢慢升，如果阴开始慢慢升时，到了日薄西山时，阳气都没了，阳气就衰掉了，阴开始稍微升一点时，稍微有一点阴的，如果阴很多，你看中间整个都是阴的，这个区域整个都是阴，你把它心里面假想，都是阴的，那到了半夜时，阴的极，夕阳西下到了半夜啦，阴的极限时，当我们到阴的极时，阳又开始升了，阳开始一点点升起来，这一点点阳升起来，有一点点阳出来，然后到这边时，到了卯时时，阳开始盛，这全部都是阳。

那过去道家就把它变成，这个叫“四象”，那个中间一点，是两仪，太极生两仪生四象。那我们在讲“着至教论”时，黄帝就说要上知天文下知地理中知人事，这医道可以长久，在我们介绍“着至教论”时，我们把天纪跟人纪，听听看，看你们觉得如何。那这是一天。如果我们顺着这一天的24小时这种运作，知道阴阳的生长的情形时，所以你知道阴阳不会说瞬间，现在这个时间是阳，下面马上变阴，没有了，慢慢慢慢慢慢开始转变，人体就这样慢慢慢慢慢慢开始转变，这样完成24小时的一个，人体一个循环。

第五节 四象-阴阳与时辰之关系

生气通天论第19页，我们刚刚讲的都是阳。阴定义是什么？【岐伯曰，阴者藏精而起亟也，阳者卫外而为固也。】这是阴阳，【阴不胜其阳，则脉流薄疾并乃狂。】阴所谓不胜阳，阳不胜阴，阴和阳是平衡的，阴如果很低时，阴不胜阳的意思就是阴没法去控制阳，没法去掌握阳了，我们以夫妻之间来讲好了，那太太管不了先生了，这个阴不胜及阳，这个先生就发狂了，没法控制了。【阳不胜其阴，则五脏气争，九窍不通。】阴就是讲五脏了，如果先生没法让太太很安心很开心，那五脏气争，太太就开始跟你争了，我们五脏，肝心脾肺肾都开始作乱，这个，所以【圣人陈阴阳，筋脉和同，骨髓坚固，气血皆从。】所以我们真正的养生之道要把阴阳能够平衡，我们可以把它解释到夫妻之间的关系，也可以把它解释到我们个人之间的，那脏和腑之间一定是互相非常协调的，一定是互相非常协调，那如果不协调，我们要去做医生的就要去看哪里，哪个地方出问题，哪个地方出问题。举例，先给个观念。

比如这是肝脏，这是大肠，大家知道肝是木，肝是木，大肠是金，这两个本来是应该互相去制衡的，互相制衡就是互相不干扰，我们两个和平共处，互相合作的意思。那有一个病人大便不通了，便秘了，那我们光是腑有问题，这是阳啊，我们中医认为所有的腑都是阳，脏就是阴呀，当阳有问题时，阳气不通了，那很多原因造成便秘呀。这个人比如肝脏，晚上1-3点，凌晨时，醒来，我们知道，原来是肝脏就是木和金之间它不

和，你要找出原因来，如果他是便秘，睡得很好呀，但是他是3-5点，5点钟我们知道这个便秘是跟肺有关系，所以这只是一个基本上是大约，让你去看，当然以后我们会讲得很详细，包括处方我们怎么用怎么用都有，一个大原则。所以我们当在表面上看到一个症状时，这个整篇讲的阴阳就是说当你看到一个症状时，你看到是腑的症状，但是这个腑和脏是相连的，阴和阳是相连的，所以我们用腑来可以看里面，知道他里面发生什么问题，所以中医的主要就是我们如何站到外面看到里面藏什么。那重要保养自己之道就是当你稍微不正常时，先想尽办法先让它正常，不管用药物或什么，想办法先让他正常，然后把心情要保持很不要随便发脾气呀这样。

第19页的后一段，【风客淫气，精乃亡，邪伤肝也。】中医把天地之间的风定义成，肝是风脏，肝是象木，树木一样，风在吹时，树木就会受到影响，所以树木会去动，本来树木在那边百年都不会动，树木会动就是受到风，这两个，肝是风脏合并在一起。邪伤肝也。还有如果吃太饱，吃太饱那经脉力量就不够，经脉输送的力量就不够，就容易生痔疮。如果又因为大饮，喝太多了气逆，所以我们平常酒喝太多时短气，呼吸会比较短一点。如果抬不动的东西，硬要把它抬起来，强力运作时，人出力去抬东西时是靠肾脏，所以我们背上有大杼穴，大杼是骨会大杼，脚上有承山穴，还有绝骨穴，髓会绝骨，那承山就是能够承座一座山，为什么能够承座山？因为肩膀上有大杼，骨会大杼，所以我们去抬重物时，是用骨的力量去抬的，而不是肌肉的力量，这是完全是出力出在肾脏上。那你强力硬要去抬，肾气乃伤。这个“高骨”定义在这里，这个脊椎骨下来一直到腰椎的骨头，颈椎最大，我故意画大一点，这里大，称为高骨，腰椎的地方。

这个阴阳的重点，你看整个这边都在讲阴阳。如果两者不和时，就好像只有春天没有秋天，象有冬天没有夏天一样，这个阴阳在这里又更加仔细的再分析一下，它定义下来就是阳强，阳的强，强到什么程度？要密，就是阳能够强到密度把阴不会耗掉，不会耗损掉，这是阳的强度。有的人阳很强，但是不够密，还是会耗阴，那阴气乃绝。【阴平阳秘，精神乃治，阴阳离决，精气乃绝。】阴和阳在我们身上是互相牵制的，缺一不可，如果阴伤到了，会影响到阳，阳就无法走路，阳伤到的话阴会耗散掉，如果阴阳离决，阴走阴的，阳走阳的，两个人不搭气了，象离婚了一样或什么，不搭气了，这种都是很危险的状态之下。

第六节 伤寒论

人会生于寒热，比如会忽冷，有寒热的病，中国人的观念【因于露风】，就是身体暴露在风吹之下，节气的改变才会产生寒热，所以这种病是外来的。【春伤于风，邪气留连，乃为洞泄。夏伤于暑，秋为痲症。】春天是风的节气，夏伤于暑，秋天人得痲症。秋天【秋伤于湿，上逆而咳，发为痿厥。冬伤于寒，春必温病。】后面这句话就是千古以来的争议在这里面，冬伤于寒，春必温病。温病派，就是春必温病，他就是开始温病了，这个温病的定义是什么？是因为冬伤于寒，所以冬天时伤到寒，春天才会有温病，也就是说温病本身不存在，一定要冬天伤到寒才会存在温病。所以我们常常看到是什么，最多的是小孩子，因为小孩子他出去玩，那个小孩子不玩是有病的，小孩子好动，小孩子越皮越聪明，正常，他冬天在那边跑呀跑呀玩，就出一身汗，出一身汗后，汗后当中天气很冷呀，冬伤于寒，到了春天时一发，发的就是温病。那温病派一看温病，就开一些寒凉的药，寒凉解毒的药下去，温热。那还有人说南方无伤寒，那都不对的。因为伤寒跟你那个没有关系，不能说这个这个看到的是寒热，表面上是热证就开寒凉的药，是不对的，**表面上的热证是因为里面有寒，是冬天伤到寒**，所以上面那句话没了解。中国台湾省即使是亚热带地区，中国台湾省冬天还是很冷的，还是会伤到寒。

有两种寒：一种寒是从里面发出来的，那从里面发出来，大部分人就是饮食不节，吃坏东西或什么发生了问题，比如你根本没有伤于寒，可是你又喝酒喝酒里伤于寒。那还有就是外面的，外面会伤于寒，夏天不会，夏天都伤于暑呀，冬天才会伤于寒。所以这个我们看到小孩子最多，原因就是在这里面，你们临床上就知道，这个看起来表面

上是温热的病，实际上都是寒证，都是寒证。那如果开一些寒凉的药下去，当场会那些发烧会解决掉，可是两三天以后又来了，不会断根，因为里面寒没有去掉，所以冬天时不要出汗。那你自己懂了，你现在懂了，可是你小时不懂呀，管都管不住，到处跑，到处跑，一定会伤到（寒），所以会很难，那我们会治伤寒就好了，伤寒论懂这个都不是问题。早就出现在这边（黄帝内经）。当然后来争议了几千年就是为了这个。

第七节 五味与五脏气色

第 21 页【四时之气，更伤五藏。阴之所生，本在五味。阴之五宫，伤在五味。是故味过于酸，肝气以津，脾气乃绝。】我们来分，酸味，苦味，甘味，辛味，咸味。我们在饮食上面都会有酸苦甘辛咸，不能太过，中医认为过与不及都不好，太过不行，如果过食酸味，产生的问题在这边就写了，【肝气以津，脾气乃绝】，因为过食酸味的话，津液会增加太多，会伤到木会克到土，会伤到脾脏。如果吃太咸味太重时，口味太重，大骨伤，【气劳短肌】，会伤到骨骼，因为为什么讲气劳？就是我们讲肝肾在阻心路。所以肾水伤到的话，咸味太盛的话，会影响到心脏，所以这边心气会抑到，受到压抑。

味过于甘，心气抑。【味过于甘，心气喘满，色黑，肾气不衡。】如果吃太甜的，太甜的，当吃太甜时，甜太盛了会伤到肾脏，肾脏伤到时看到黑色，人五脏里面肝心脾肺肾配合着五脏的原色是青赤黄白黑，常人这些色原来是应该存在脏里面，青色的存在肝脏里面，红色的存在心脏里面，黄色的存在脾脏里面，白色的存在肺脏里面，黑色的存在肾脏里面，当肾脏一受到影响时，这个黑色的营养呆不住了，往外渗，看到气色就是黑色。那个病色跟黑人不一样，黑人我看多了，美国到处是黑人，看过去那个黑人光亮亮的，那没有病的，不要把他抓来你肾脏有问题，不行的。可是你在路边吃饭时，台北一看，明明是我们中国台湾省人黄种人，脸却那么黑，肾脏出问题了。那你还是不懂，到洗肾中心台北很多洗肾医院去看，一票都是黑的，为什么？因为肾脏功能受损了，真正的人体的营养要进入肾脏的进不了，它只有反逆出来了，反逆出来，一望眼睛一看就知道，但是他们那种黑色黑得没有亮，就是黑得好象炭，没有光亮，木炭。正常的黑人是黑得发亮，那个不是病，不要跟他说病。那每个人见到黑人都有病。这个人也很好玩，我们遇到黑人，因为我的外甥就是牙医，黑人的牙齿特别长特别硬，拔牙都不好拔，那个肾气多旺，真是人有颜色的，那白人那我家族黄人，我们一票人在一起，我们象联合国一样，那个所以真的是不一样，黑人的牙齿特别硬，骨头特别壮，特别大，跟白人不太一样。跟我们不一样，我们更强啦，可是我们黄种人克黑人，克他，听我们的，所以他有力，我们要脑筋。

如果吃东西过于苦味【味过于苦，脾气不濡，胃气乃厚。】而胃气乃厚，胃过于辛味。所以这里主要讲的就是吃东西味道要调和，不能太辣、太咸、太酸、太苦、太甘都不都不行，那平均最好，象苦味的比如我们很多蔬菜，如果蔬菜不加佐味料，蔬菜原味是苦味，原味是苦味，当然那是微苦了。中药里面我们有大苦的药，当然我们是拿来入药的，平常那来煮菜谁受得了？我如果拿中国的苦药来开个餐厅，一个客人都没有，那个苦谁吃呀，要生病才会吃。我们食物有两种，平常的饮食，这种就味道比较淡，我们用药物时是需要，病人生病时药物味道就很厚，很厚重，那就是所谓的要治病。

如果我们调和这五个味道，人身体就不会有病变。举例，这是东海、南海，这是中国台湾省，在中国东南沿海这一带，人们嗜食酸，喜欢吃酸的，所以江浙菜醋白了很多，米醋，比如一天吃了两瓶醋都呀，一家很会吃醋的。因为嗜食酸，而酸是肝，所以在东南沿海这一带的人，都没发现人家生胆结石，都没胆结石的病，为什么？吃酸的。那过食，清得很干净，那也就是反过来，不吃酸的，不吃醋，胆结石。西方大部分是西边，因为是苦寒，很冷，又没有靠近海边吃海盐，吃青海内陆湖的盐，所以住在青海周围这一群人吃不到海盐，吃的都是青盐，这一带比如苦寒，天气很冷，喜欢味厚，厚味的人吃的盐巴就很重，所以住在青海这一带吃内陆盐的人都没有一个人得到肾结石。那商人一看这很好呀这是读图从上面往下看，把醋拿到这里来卖，盐拿到这里来，就结束了。

所以我们要不想得到胆结石，都吃酸的，不想得到肾结石，要吃青盐，青盐最好，海盐还不能预防肾结石，所以东南沿海的人。因为海盐，那没有人得胆结石，当然这是以后我们提《金匱》留下来的伏笔。

【倪师内经 06 视频同步文稿】

举一个例子，中国的很多地方的都可以用这种来分析，研究历史有个好处就是我们可以知道发病的原因是什么？知道那个肠痈，阳气不行，我刚刚不是讲，那在肌肉里面就会发，得褥疮啊发些脓疮的。过去南边还有一个，中国台湾省在这边，我们海南岛，海南岛最高的是五指山，五指山上面种水果的果农，水果要长在山上比较好，海边的沿岸怎么种？那海边人就是打鱼去，是正常。当水果的季节丰盛时，果农就拿了很多水果下来，渔民就抓了很多海鲜上来，两边就开始交易了，那果农好久没有吃到海鲜了，狠狠的吃一顿，渔民好久没有吃到水果了，狠狠的吃一顿，所以吃时饥不择食，什么都吃下去了，结果第二天一票人跑到医院去急诊，全部都是盲肠炎，急性盲肠炎，拿出来一看，看到都是果实，从渔民身上都是瓜子的，橘子的籽，果农的身上开出来很多螃蟹的壳，虾子的壳，鱼的骨头。

所以不能过食，过食都不好，可以从这些案例一看，读图就读完了，所以吃东西要咬细点，不要太急，不要暴饮暴食。狠狠吃一顿，这都不好，马上得盲肠炎，当然我们有治症，只是告诉怎么来的。因为太急，吃太多了，太饱了，阳气就不行了，累积起来了。并不是吃完后马上跑步，因为吃太饱了，阳气压抑到了，没法清走。

第四篇 金匱真言论

第一节 五风与八风-四季易发之病

《黄帝内经》第四篇，北方是腰股，这称脾痹，这是指四肢。金匱真言论里面讲的就是这个。黄帝问【天有八风，经有五风】，八风如果我们去把它细分，可以知道就好了，不需要去背，没有那么严重。八风的解释这个东来讲是弱风，南方是大弱风，西方是刚风，西南角是谋风，西边刚风，西北角是折风，北方的风是比较严重就是大刚风伤人的，东北角的风是凶风，东北风吹来的是凶风，正东风吹来所谓的婴儿风，这是我们在古书能够找到的，叫做八风的八个方位。

天地之间有八风，经里面有五风，所以风吹五脏产生的这五风在这边。

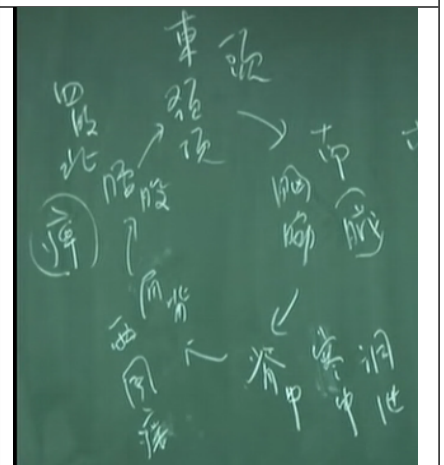
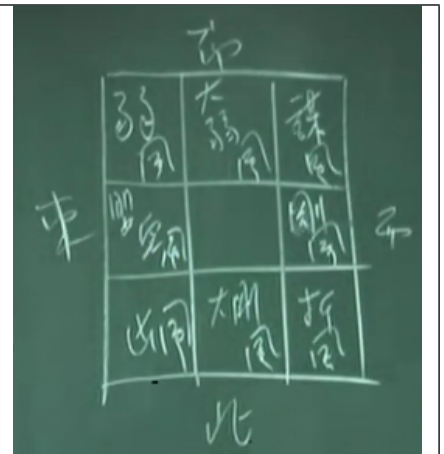
如果东风，第三行，岐伯对曰【东风生于春】，春天生于春风，病在肝，俞穴在颈项这个地方，所以在春天时，我们要特别把脖子项上保护好，不要受于风。

南风生于夏，病在心，在胸胁，如果南边的风吹来时，要把胸胁的部位护南方是管着心脏。

【西风生于秋，病在肺，俞在背肩。】肩背叫肺俞的地方。

北风生于冬，冬天吹北风，受到这伤害，因为肾脏管冬天，病就在肾脏。除了这些症状就是在腰股，骨缝之间，还有四肢关节中间都是属于肾脏。

中央是土，中央得到风时，病在脾脏，这俞穴在脊



上，都是按照人身体的部位去区分这个风伤于人的现象。

从 23 页倒数过来第四行中间上方，所以【春气者，病在头】当春天时受到风寒时，病都在头上，很多人头痛很强，春伤于风，就马上就知道了。夏天气伤在病在脏，夏天为什么那么深入？就因为夏天本来就是热，多汗的季节，所以一受风时，风进入内脏都很深的，那病在脏。【秋季者，病在肩背】肩背痛，大部分人秋天时伤于风。【冬气者，病在四支】所以四肢关节的酸痛大都是冬天受于风。

所以春天容易得到病流鼻血，【仲夏善病胸胁，长夏善病洞泄寒中】因为脾主湿，湿受伤时，人身上有很多的湿的津液，如果脾脏受到伤害，这个湿就会从小肠大肠排出来。我画个图。中医的观念，脾主少腹，所以少腹的问题，腹部有问题，都是在脾脏，脾中央生湿，因为脾是主土，土里面有很多的湿液，它能够生万物，湿是正常，所以这个下面很多的津液，很多的湿气在下面。当受到风寒时，这个湿，阳没法去固它，任何东西一定要有阳来固，它才不会溜走，阳不固时，洞泄，大肠小肠就排出来了。所以阳不足，湿就没法去潜入在身体里面，会洞泄的现象。如果【长夏善病洞泄寒中，秋善病风疟，冬善病痹厥。】就是如果四肢没有保养好，按照节气能够发的病，所以倒数第二段第二行中间，就是冬天不按跷，就是冬天不要做太多的运动，这时没有受到风寒时，春天就不会有鼻子的问题，鼻病。春不病，春如果没有病颈项，仲夏就不会病胸邪，所以它都是一系列下来的，人如果一旦一个节气受伤，比如冬天受伤，会影响到春夏，长夏，秋冬，如果夏天受伤，会影响到后面，再理解下来就是长夏再到秋天到冬天。

我们要知道这个干嘛？知道这个病的原因在哪里，只是要知道病的原因在哪里而已。我们真正在治病时，大部分的原则来自《黄帝内经》，但是我们在治病时很简单，因为理论是一样的，所以能够抓到一个观念时，那治起来很快。可是有的人很会治病，他不见得能够知道病的源头。《黄帝内经》讲的就是病的源头，包括小到一个疣怎么来的，汗出当湿，就马上就知道了。如果是坐在那边，或是穿了衣袖，流汗了，流汗时，本来汗是发生掉，为什么碰到干燥的空气会干，可是衣服在外面，这个汗水跟衣服碰在一起，造成湿，衣服是湿的，汗再继续流，这个湿汗都是自己造成的，就容易生疣。所以一出汗赶快衣服要换掉，湿的衣服要换掉，换干的，妈妈都是对的，不听话的小孩子就会长疣。一看疣，不听你妈的话！所以小孩子一天给他换个三四件衣服很正常的，他皮。

25 页，我们讲精，人的精，身之本也，人有个精在这边，这个精要不能做狭义的做精子，不是，人的精神所在，人的精华的所在，生命的本，身体的根本所在。【故藏于精者】，能够知道收藏的，冬天知道收藏精的，春不病温。夏天如果不出汗，躲在冷气间里面，不出汗，不好，秋天就会成为风疟，这个所以称为阴阳中间，【阴中有阴，阳中有阳。平旦至日中，天之阳，阳中之阳也。】这个我们刚刚前面有介绍过，这里不再重复讲。

第二节 人身阴阳

从 26 页第三行下方，人的阴阳，外为阳，内为阴；人身的阴阳，背为阳，腹为阴。男女是不一样的，千万不能搞混，男人是胸为阴，背为阳；女人胸为阳，背是阴。这两个是反的，那么怎么记？我教你怎么记，很简单，颜色淡的都都属于阳，颜色深的都都属于阴。女人的奶水从胸部排出来，白色的，所以女人胸是阳，用这个方法记，背后是阴。男人胸是阴，因为男人胸没有奶水，所以这个是阴，背后是阳。所以人如果看尸体时，面朝上的就是女的，老是看头发就好了，错了，你没有经验，那是泡了烂的你知道男女，分不出来，尸体都胖肥大，整个肌肉都烂掉了。朝上的，浮在水面上朝上的都是女的，背朝上的全部是男的，那个浮尸一看就知道，这是人来分阴阳。

第三节 脏之阴阳隔分

人体里面的阴阳，脏腑中的阴阳，脏者为阴，腑者为阳，这我们后面，肝心脾肺肾都是阴，这个是脏，阴。那胆小肠大肠膀胱六腑为阳，这个大家都知道了。那早我们讲那个，我们前面在介绍针灸时，我们讲脏为阴，腑为阳，就是出自早的源头在《黄帝内

经》这里面，这是源头的所在。

27 页，【所以欲知阴中之阴，阳中之阳者何也？为冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳，皆视其所在，为施针石也。故背为阳，阳中之阳，心也。背为阳，阳中之阴，肺也。】这里注意看阳中之阴，腹中之阴，阴中之阴而肾，如何去区隔它，就是你们看医书《黄帝内经》上写，不要这样去想，只要记得，我们把人分成这样，心、肺，上焦就是阳，不管脏腑，上焦就是阳。肝、脾，还有肾，下面都是阴，这样区分就好了，那为什么要把它区分成这样？因为中间有个膈，中医对膈的观念，除了讲三焦以外，重要的是这个部分是阴，这个部分是阳，阴和阳，阳是清，阴是浊，所以记得从头《黄帝内经》我们在介绍，整本中医的观念就是一定要知道什么是正常的人，而不是西医去学病，他研究病，正常人什么样都忘掉了，正常人的定义是什么？这个横膈膜是分清浊的地方，所有身上的浊物，常人的浊气只能到这里为止，不能上去了，这是正常。如果超过这个界限，就是反常，就是要去治疗了。所以这里讲的就主要是脏也分阴阳的意思，所以这个是阳，这个是阴，这样。

这个阴阳要能够协调，这个膈就很重要。一般西洋医学认为，吸气横膈膜就下降，肺的容量增加了，吐气就要横膈膜要上升，实际上不知道这个膈的重要的功能就是分清浊。如果清浊不分，浊能够上去，浊在上，清在下的话，人的病态就产生了，所以一定要知道什么叫常态，那你就知道，现在有病态，把他治好了后他变成常态，知道正常了，要不然我们没有验血报告，我们又怎么知道他正常了。

举例，比如这个下面是浊的地方，大肠，如果大肠的浊气，阳明还有胃，本来这个肠里面的浊物浊气其实只能到膈膜，挡到了上不去，那现在这个浊气太燥热，这个浊气冲，冲上去，那顺着阳明经往上冲时，冲过了胃经到上面去时，本来我们的头面，胃经头维、承泣、四白、巨髎、下关、颊车，这边是不是应该在这个位置上？这个横膈在这边来，浊气应该在下面，不能往上升的。那现在浊气太盛，往上升，冲上来，它不会待在经络上面，跑到这里，跑到两个眉的中间来了，比如印堂，这是阳太过的地方，所以我们说阳明头痛，会去扎中脘穴，就是让它浊气下去，让清浊能够分出来。如果没有过，不会头痛，应该是只到这边。太过了，冲上去了。

第四节 阴中之阴，阳中之阳

上一节有个地方我要稍微修正一些，因为上一节讲得稍微快一点。如果我们把它分成春夏秋冬，中间就是所谓长夏，长夏就是节气交换时，节气交换时是长夏。那应该是这个所谓冬病，所谓寒证在这时出现，所谓阴证。

现在看《黄帝内经》第 27 页这一段，【所以预知阴中之阴，阳中之阳为者，何也？】冬春病都在阴，夏秋病是在阳，这是区分阴和阳受病的时间。中间有个横膈在这个地方，在《黄帝内经》上说，背为阳，腹为阴，这样容易搞混，记得横膈以上称为阳，横膈以下称为阴。横膈以上只有两个脏，一个是心脏，一个是肺脏。横膈以下，当然肝有一半在横膈上面，肝、脾、肾，都在横膈以下，这就是所谓的阴，（心肺）这是所谓的阳，也就是心和肺。所以刚好是夏和秋，是受病的时间，这是阳，那春和冬是阴是在底下，是在横膈之下。所以心，这是在五脏，这段落讲的就是由五脏里分阴阳，阴阳可以无限的切无限的切，一直切。皮表为阳，皮里为阴，一直切一直切越切越细，这一段讲的就是脏分为阴阳，就可以这样区分，所以阴中之阴，阳中之阳的意思就在这里。心就是阳中之阳，肺就是阳中之阴，因为这是上焦，整个胸腔都是阳的位置。腹部就是所谓的阴，阴中之阴就是肾，腹为阴，阴中之阳就是肝，肝里面有一点阳，阴中之至阴就是所谓的脾脏，这是阴阳表里。

我们为什么要这样区分？因为跟我们的脉也有关系。如果手拿来时，手掌在上面，这是手掌横纹，大指上去到横纹下来时，这个是经渠，这是太渊的地方，现在讲的是左手。这个上面是寸，经渠这里是关，关下就是列缺的地方。以关来区分时，关就是关膈，

正好在这个地方，关膈以上是阳脉，所谓的阳脉；关膈以下就是所谓的阴脉。所以我在介绍时，阳脉，我说阳气没了，阴脉阴气没了怎么办？马上就知道是在这个位置上。阴脉和阳脉之间就产生了一个中间交界的地方，所以阴和阳中间交界的地方是什么？长夏，长夏就是讲的是脾脏，所以节气在转换时，不会说今天是夏天，明天就变秋天，没有那么快，慢慢转换，这一段讲的就是用五脏来应天阳，天阳的关系。因为阴和阳由统筹由中央来控制，所以阴，如果拼音，阴阳，央，所以中央这个央就是阴央阳，阴央阳，所以好象就是拼音一样，所以央字的来源就是阴阳两个字合在一起读一个音就变成央，中央就是长夏。

第五节 五脏对应形色气味

注意看第 28 页，这一段过去一般在教书时大家都，一般讲《黄帝内经》就是按照字面解释，那我们分段。首先岐伯说，这一段是根据黄帝问的一句话，黄帝说五脏应四时、四季，各有收受，什么季节中间的，五脏跟四时的节气，生长收藏有什么关系？岐伯就开始讲，东方的青色，【入通于肝，开窍于目】，我们先看肝脏，肝脏开窍于眼睛，【藏精于肝，其病发惊骇。其味酸，其类草木，其畜鸡，其谷麦，其应四时，上为岁星。】岁星就是木星，【是以春气在头。其音角，其数八】，所以我们知道病是在筋，味道是臊味。

现在开始讲五行，先把人区分成这样，比如你看地图，中国台湾省在这边，中国台湾省的东边是东海，北方在这边，南方在这边，所以在地图上时东南西北是这样走的。人在这边，那手臂要伸出来，身体如果是直立站在这边，这里是东边，南，西，北，我们用这样来区分。东方应肝，肝脏，那它的颜色是青色；南方赤色，定为心脏；西方是肺，因为白色；北方是肾，它是黑色；正中央就是脾，土是黄色。我们从东方开始，大家都知道过去在学针灸时，肝、心、脾、肺、肾，五脏对应的五色，五种颜色，青、赤、黄，都是大家耳熟能详的。

【倪师内经 07 视频同步文稿】

我们这里延伸，青赤黄白黑这五个就是出自《黄帝内经》，所有的中医的理论全部是来自《黄帝内经》，这是最早的源头。如果肝是青色，心是赤色，脾是黄色，肺是白色，肾是黑色就讲完了，人家也不知道你讲什么，先注意听。相生，人的相生就是吉，代表很好；如果是逆的，是不是就凶？那把这两个放在一起一对照时，今天有一个人来看病，脸是发青的，一看肝病，望就知道了，而且这个人很痛，青黑为痛，赤黄为热，白色为寒，望诊，中医的望诊。那你帮他开始治疗，开始治疗以后，过一个礼拜两个礼拜颜色变红色，是不是顺着生？相生的颜色，代表治好了，快好了，代表的方向是对的，方向对，方向不要改变，继续用那个药。那一开始他是青色的来找你，被你治成黑色的，那就是你错了，是医之过。用这种想法去想，所以如果是黑色的来找你，肾脏病，知道他肾脏病，帮他治，治得他脸色发青，太好了！治得他的脸色发白，完了！用这种观念想，当用这种想法时，不用去记，马上就一通百通。所以要知道什么叫做正常，那就知道什么叫不正常，这是第一个。

第二个五色青赤黄白黑，我们的望，到菜场去一看，所有的绿色的蔬菜青色的，全部都入肝，那上面的菜叶是青色的，菜心是白色的，青白中间的东西，那个黄瓜是黄色的，那香菇是黑色的，诸如此类，红色的很多：番茄是红色。所有的蔬果类，味淡，味道淡的全部入气分。所谓气分跟血分不一样，气是行水，水气，三焦都是属于气，那血味厚的，味比较厚的都入血分，就是味道比较重的，肉类的味道都比较重，中药类也是一样，中药的味道很重。慢慢的《黄帝内经》里面我们可以知道中药怎么来，不必抓来一个尝百草那么累，万一尝到毒药怎么办，望就可以知道，从它的形色气味，相和数，最难懂的就是象和数，这次本草经我都尽量把它的东西讲出来。这就是你看到，青赤黄白黑。东方是青色，正色的青色，春天时，人脸上带一点点青色，这是好的现象。春天时看到白色就不好，现在只要知道不好就好了，那怎么个不好，我慢慢会告诉，当令的节气一定要看到当令的颜色，这是正常。那相生的，比如春天看到红色，因为颜色是相

生，虽不好，但是一样，因为是相生的颜色。那相克的颜色，诸位在念中医时，这个“克”跟“克八字”不一样，那个“克”走了，这个“克”不是这个意思，“克”是制衡的意思，制衡，什么叫制衡？比如肝脏，我们知道肺金是要克木的，要去制衡它，如果金没有去制衡它，肝脏就出现问题了，这五脏之间是互相制衡的，拉力很平均，它能够很相安无事的生存。如果不平均，就产生问题。那不平均产生问题时，这是病的因，那我们又把它变成正常，就是治的方法，治疗的法则，这是人身体的纪律，慢慢慢慢我会带诸位深入进去。

刚才讲这是肝脏青色，它们的畜是鸡，那肝主筋，那换句话说抽筋时，去吃鸡肉，鸡除了被人脖子斩断会抽筋外，其它鸡不会抽筋的，它是木的动物，这是鸡。肝开窍于眼睛，为什么开窍于眼睛？因为肝经直接络到眼睛的后方，【病发惊骇】，因为肝藏魂，发病时我们所谓有人的神志，那惊骇一吓很容易受到惊吓，肝脏都有问题。味道是酸的，酸的味是肝脏。到菜市场去看柠檬，表面上是绿色的，切开了里面很酸，摆明了就告诉我就是肝，还要化验？我们不需要化验的，中医没有拿药去化验，化验是形，知道我的意思吧，化验那个水出来， H_2O ， H_2O 没有用啊。中药有激流水，就是在瀑布拿了水，那个水是往下；化验那个水是 H_2O ，可是我们吃风湿关节炎时用激流水拿来，用那个来煮药，一下就冲到脚上去了；肠胃要吃坏肚子的，我们要到河里面去拿个水，到井里面拿个水，河里面见太阳的叫阳水，井里面拿个水叫阴水，把阴阳水放在一起，一喝下去马上不消化的食物或食物中毒的食物都吐掉了，因为正常去喝两种水也吐掉，那是吐法，应急用的。以前我们为什么这些很多好的方法出来，为什么？因为要想想看我们中国是农业社会，5千年呀，那怎么办，吃坏肚子怎么办？总是要救命呀，那总比那个食物坏了烂在肚子来得好。

所以方法很多，所以学中医要应变很快，必须要做到什么，什么东西都没有，发生事情，你一样可以很快，旁边都是你的武器，要做到这样啊，那跟西医不太一样，西医要把医院整个TEAM带来。中医不需要，两只手就可以了。所以如果是比试时很好玩了，在那边准备一下，你等一下，机器全部搬来；我们已经准备好了，就是这样的，中医要把你训练成这样，5千年来的经验。当找到酸味的东西，进入肝时，到底是补它还是滋润它还是怎样？是滋润它还是同时排泄它排除它？所以我们没事时拿柠檬，切片放在水里面泡一泡，搓一搓，让津液出来，连皮，因为皮是青色的，最好就这样喝，当这样泡水这样喝时，一点都不酸，保养。那我们从来没有听过人家吃柠檬水死掉呀，这样想，要保养自己，所以随时随地都可以保养好自己。

其谷之麦，这个麦是肝脏的谷类，所以我们疏肝时肝象木头，树木长得太茂盛了，太密了，一定要把它残渣切掉，不切的话树木死掉闷死。这时肝一定要疏。疏肝的东西，就是我们要一些酸类的东西进去疏肝，所谓的酸类就是天然的酸，就是吃的自然而然产生的酸，那这种都是很对肝脏非常好的东西。

这个角，上次我们有介绍，针灸有介绍过就不讲了。肝的数是8，这里《易经》跟《内经》有一定的关联的地方，河图跟洛书，在河图上面怎么写，“天一生水，地六成之，天二生火，地七成之，天三生木，地八成之，天四生金，地九成之，五十就是为土。”河图数字都有它的意义在里面，每一个数字都有代表的意义，都有它的五行的属性，比如八角，第八是木，已经结束了。我们有很多是用数字来命名的，五香、八角，三棱都是三，三七，很多中药以后都会用到这些数来，当看到数时，就知道它的五行是哪一个，马上就知道这要怎么用。那肝木，这个为什么讲天和地？就是有这个天和这个地，有这个数才生成这个木，这是它的最早的来源，所以说它的数是8，8数是阴的极数，阴就是双数，2468。单数13579，所以9是阳的极数，8是阴的极数，阴之极，所以人的阴到顶，底边，所以人体最深的极限的一个脏就是肝脏。肝主筋，全身的筋，木头有曲有直，所以自然界长得有曲有直的这个象就是筋，都是属于肝脏，都是属于肝脏。

肝脏我中间给补充一个进去，肝脏它的果实，春天的果是李，所以东方肝之果，肝

的果是李，所以我们李用了很多在治疗肝上面，比如李根白皮，李树的根叫李根白皮，还有一个我们治肝叫郁李仁，都是用李，因为这个李是肝的谷类，这是诸位看到这个这一段所得到的，基本上要知道的一些东西。

为什么说肝它的味道是臊味？诸位去看野生动物吃那个草木类的，去闻闻暗臊，就是臊味，这就是臊，由于它吃草木的，产生的臊。这是第一段。

南方赤色入痛于心，开窍于耳。南方的赤色在这边，赤色为什么讲开窍于耳，其实肾脏才开窍于耳，这里讲开窍于耳，是天气，天和地的气的从这边通到心脏，从耳朵通到心脏去，通到心脏。藏筋于心，所以开口那个通道在耳朵上面，从天气，入通于心，就是从耳朵进来，到了藏心，在心脏，所以心脏有病时会影响到五个脏，因为五个脏里面都有血。心的味道是苦味，心内火，东西煮熟过以后全部是苦味。其畜是羊，羊肉对心脏就是有滋补的力量。它的谷类象刚刚讲，肝脏的谷类是麦，心脏的谷类是黍，这个黍过去有红米，就是红黄的红，红色的米。上为荧惑星。心脏有问题时，我们在脉，脉上面，血脉上面。音“征”，其数是7，味道是焦味。心脏的数是7，为什么？因为天地之间，从天上是火的象，到地才成为人的形状，它是7数。这个（指肝）发角 jue 音，角的音就是很柔和，拉得很长，就是角的音；（心发）“征”的音柔和它很美，但是发这个音是舌头顶着牙齿，所以叫“征”的音。味道都是焦臭的，煮熟过的东西都是焦臭的，闻起来是臭味的，烧焦的味道。

【中央黄色，入通于脾，开窍于口，藏精于脾，故病在舌本。脾开窍于口，病在舌本】，这怎么解释？嘴巴里面的津液，会有津液，因为脾是开窍在口，舌头根本，比如我策划，这个一个嘴巴，这个是嘴唇这样，舌头伸展很长，舌根部位是脾，心开窍于舌，所以舌头是心脏，但它的根是脾，因为火生土，根是脾，这个指的它的舌本。那味道是甘味甜味。有时在临床上如果碰到病人，病人会来找为什么嘴巴里面是甜甜的？常常有很甜的东西在里面，就是脾脏，我们所有的味，厚味的，我刚刚讲过，所有的味都是属于的阴，味比较厚味。这个阴本身应该是收藏的，学中医一定要记得什么叫做正常，所以甜味本来是酸苦甘辛咸，我们说肝脏是酸味，心脏是苦味，脾脏是甜味甘味，正常人甜的味道应该在脾脏里面，中医讲的脾脏包含了西医的胰脏在内，甜味应该是藏在里面。所谓五脏，为什么叫做脏？脏就是收藏的意思，脏就是藏，人家那个脏写这个脏，跟这个边很类似，就是所谓的藏，这两个是一样，所以脏是收藏的意思，也就是说甜味应该是存在脾脏里面不出来，那现在反逆出来代表脾脏出问题了。

任何的脏刚刚才介绍过，脏都有阳在里面控制的，所以如果有阳把它包着的话，阴就会躲在里面不会出来，所以阴阳是平衡的，如果阳比较虚时，阴就会往外走。【其畜是牛，其谷稷。】稷就是小米，我们吃小米粥，那小米就是稷。牛肉本身就是入土味。【应四时，上为镇星】，就是土星，我们知道病是在肉，因为是土。这个土在中医的观念认为，中医是这样把人跟天地比在一起，天在上面，地下面是岩石，中间很多的泥土，泥土就是地球的肉，肉就是泥土，脾脏就是土，所以脾主肌肉，中医把它叫做天地之间的合并在一起。声音是宫音，宫象牛在叫，公的，你听过牛在叫吧，《梁山伯与祝英台》那个大笨牛那个牛在叫那个声音就是，那你们小时都没有做过牧童，没有听过牛，看看电影吧。它的数是5，味道是香味，这是肌肉，所以烤那个猪肉好香，因为是肉，香，味道很香。

【西方白色，入通于肺，开窍于鼻，藏精于肺，故病在背。其味辛，其类金，其畜马，其谷稻】，它的谷类，五谷里面属于稻子是入肺的，所以如果我们要去治肺或怎么样，白色白的入肺，白色的，色白的入肺，而稻一般的米饭就是对肺很好。那你不能去吃马肉呀，牛肉、羊肉、鸡肉还好，它的畜类是马，不能去吃马肉，找也找不到。肺主皮毛，全身的皮肤毛孔都是肺脏在管，正常看到白色有两种：一种是苍白，那个白得象枯骨，骨头枯掉没有颜色；还有一种是白的很光亮光鲜，到路上，如果看很漂亮白白的，跟她说，这个是肺白，她这个是身体不是的，人家是那个很白呀，光鲜的。只要有光亮的，

都有神，所有神就是有气在。无神的就是气没有了。可以从脸上就可以看到很光亮。还有一种方法，看人这个气，有气时看头发，晚上睡不着，早上起来头发很油，或一天到晚要去洗头，头发的油，头发上的油就是人的气。当那个人要走掉时，突然在那个礼拜头发蓬起来，完全干干的没有油，那气已经没有了，神已经离开了，这是我们马上就可以看到。音是商，商音，商音是嘴巴张开叫是商音。它的数是9，为什么？9是“天四生金，地九成之。”味道是腥臭，鱼类就是属于肺，鱼类的腥臭，腥味。

【北方黑色，入通于肾，开窍于二阴，藏精于肾】，在最早《黄帝内经》出来就在这里，肾主大小便。我常常在看病时很简单，有时那个病人电话来，看不到他，怎么知道他是肾阳虚还是阴虚？我们有两种，六味地黄丸，大便好不好？下痢，阳虚，就讲完了，很快，为什么？因为他阳不够，阳不够拉肚子，一天好几次一直在拉，马上就出来的，阴阳马上就分出来。因为肾管大小便。所以大小便有问题，不单单是小便，一般人的观念就是小便，其实大便也是肾脏在管。有的人肾脏病很严重，很严重时，整个大便也排不出来，小便也排不出来，这时人整个是黑色的，因为毒素存在身体里面排不出去，我们后面都有处方，特别的处方。

【藏精于肾，病在关节】，溪就是在关节的缝隙中间，它的味道是咸味的，【其类水】，所以如果咸味的东西，味道是咸的，都是入肾。但是当初《黄帝内经》时，并没有想到现在还有人工盐。所以咸味指的是内陆的盐跟海盐，那是最好的盐。但现在的盐把它换掉了，把它换掉是什么？人工盐呀，那都不是很好，那都不对。中医在治病时，我们治肝病，会对病人说要吃点酸的，但是我们叫他吃酸的，不是大量吃酸，任何东西太过都不好，而所谓吃酸的一定要找天然的酸，而不是要找什么配出来的果酸什么，那不好。我们在治疗肾脏病时，要给他一点肾，因为咸味入肾，咸味入肾的话把我们的药物倒入肾脏里面去，所以肾需要盐巴。可是现在看西方医学说，知道不能吃盐巴，为什么？因为他用的是精炼盐，那个盐吃起来味道是咸，可是物性不对，所以如果吃人工制造的盐吃了会积水，越吃积水越大，由于那个人工的，我讲过人工的东西因为会做得很细，因为太细了身体吸收很强，吸到很深的地方去，这时身体会对它会产生那种怎么样？成瘾性，成瘾性，所以看老外吃那个牛排，在美国都知道，小孩子那都是撒一点，到中年人撒很多，老头子整罐都要撒上去，越吃越多，为什么？就是受不了了，因为他是盐，吃到两个脚都肿到，水肿。但是如果吃海盐不会越吃越多，不会成瘾性，谁没事拿了盐在那边吃。可是如果吃人工提炼的东西，不行，会成瘾，为什么？粒子太小，太深入到身体里面去，就会产生那种欲望，想要去吃。

它的畜是彘，就是黑猪，黑的猪。它的谷物是豆类，所有的豆类出来，每一个都象肾脏一样。谷类是豆类。那五脏的果：肝脏是李子；心的果是杏，杏仁的杏；肺脏的果是梨，水梨；脾脏的果是枣类的，红枣，所以我们常常会用红枣，用枣类的东西去，因为它的果不一样；肾脏的果坚果，都是所有的坚果，比如象栗子，我们吃的炒栗子，栗子就是肾的果实。我们就把天地之间万物，它的五色，它的五种颜色，它的几种味道，都把它归纳成人身体的五脏。

所以【故善为脉者，谨察五藏六府，一逆一从，阴阳表里，雌雄之纪，藏之心意，合心于精。非其人勿教，非其真勿授，是谓得道】所以中医过去不是每一个人都要教，第二个就是要确定要教的是对的，不要教错了。这里面看起来好象是固定的东西，实际上真正在临床时非常好用，一看就知道，比如，冬天脸上有点暗暗的，冬天是肾，黑，北方是有点暗暗的。那突然跑出一个人脸很红，心脏病，已经看完了，是不是速度很快？不用去考虑，去摸他的脉，一看心脏病就结束了。等到你们学完《神农本草经》，伤寒金匱，眼睛一看完，处方已经开完了，他已经回家了，就这么快呀。可是病人认为你还不知道他呢，你还得在那边坐着耐心听他讲，讲了半天还是一样的方子，到这个阶段，所以脾气不太好。

第五篇 阴阳应象大论

第 31 页，阳应象大论。这一章对应的相不好懂，就是对阴阳的一个很顶级的一篇，这一篇是对阴阳非常的比较深一点的。中医一定要懂阴阳，不懂阴阳没法看病，黄帝就说了，【阴阳者，天地之道也。万物之纲纪，变换之父母，生杀之本始，神明之府】，治病一定要求本，【积阳为天，积阴为地。】

【倪师内经 08 视频同步文稿】

阴和阳本身，慢慢我们会很多一套书这个整本《黄帝内经》从头到尾就在讨论阴阳。天阳，有个想法，比如在煮水，这个水很脏，你在煮水，想喝干净的水，那这个水很脏，那你煮滚时，蒸汽就往上跑，清阳就往上升，所以清阳在上，浊阴在下，是个常态，正常的。所以我们刚刚讲人体，人体如果横膈来说，这是人的上焦，横膈上面就是肺，心，这两个脏是属于清阳的地方，清阳之上升。横膈膜在这边能够分清浊，所以膈的功能最主要把清和浊分开来，所以浊气的位置最多只能到这里，这是横膈膜的功能。那下就是所谓地，所谓阴在这个地方，所谓阴，那上面是清阳的位置。如果哪一天人病得反过来，浊阴在上，清阳在下，这就是病态。以后你们会看到很多，各种不同的病态。那基础理论基础医学要强，疾病再怎么改变，或哪天碰到一个从来没有，找遍医书找不到的病，你也可以把它解决掉，因为你的原则是一样的，世界上什么怪人都有，得什么怪病都有。那常态【积阳为天，积阴为地。阴静阳躁，阳生阴长，阳杀阴藏。】这就是阴阳之间的互动的关系，【阳化气，阴成形】。这个讲的就是阴阳要平衡，如果有一个不平衡，就会影响到另外一个，马上影响到，简单讲就是这样。

第三行下方开始，寒和热，【寒极生热，热极生寒。寒气生浊，热气生清。】如果反过来，【清气在下，则生飧泄，浊气在上，则生腹胀】，用一个简单的例子，【阴极生阳。阳极生阴】。人这个脚，脚后跟，心脏在上面，离胸腔清阳最远的地方从心脏一直达到脚跟，这个脚跟的地方和手指头是一个末梢的地方，就是我们的阴经和阳经交汇点，所以阴经和阳经的井穴都在四肢的末梢。那阳经下来时，阳经在表面上，阳侧，阴经都在内侧，那阳经到底时，就会转成阴经，阴和阳，阴经到极时也会生阳，阴经下来，手太阴肺经到了鱼际，少商再回头，是阴到极点了，过不去了，回头就会生阳，这是本身阴阳的性。

人一样，寒到了极点一样会生燥，现在诸位学到了有阴阳还有寒热。如果我们夏天站在台北市，热死了，为什么？很热，在地下，如果往上走，热极什么生阴，热极生寒了，寒上面是很冷的，所以寒热之间的现象，到了极限了以后都会回逆回来，热到了极限也会生寒，寒到了极限也会生热。在最到极点时，当发展到极点时，我们下手时，就是因为我们会，比如我为什么讲这个话？举例，比如我们现在，中医的过去的原则我们一般的原则就是看到热病寒药，看到寒证热药，这种正常谁都会。那有的人热病，用寒药下去，越用寒药他越热，因为他是热到极了，这时下重手下热药，那病人一热，老师你还要热？没有，一吃他就变成产生寒证。

美国临床有个太太，那么大，快接近 400 磅，很胖，嘴巴拿起来就冰的，加了一大堆冰块的水，喝下去，胃口大，一直很强，怎么吃都没法，减肥。我们用石膏八两、十两、十二两、一斤，越用是胃口越大，越渴，火大了，生附子一剂下去，吃完第二天打电话来怎么那么冷啊？因为夏天了，全部人都在吹冷气，她一个人还抱着穿厚夹克坐在里面受不了，太冷了，那谁敢用？只有我敢用。她是因为是热极，会生寒，那其实中医有这个原则，学了这些很清楚呀，可是很多中医不敢用，吓死了。人是一个圆形的，所以方剂其实不可怕，可怕的是医生不敢用，怕在这里，最后本来目的要减肥，她人很胖，我们一直用寒凉的药下去，越吃越胖，胃口就越大，她还问我说你开错药，老外不懂呀，我生附子下去她一吃，你开对了，冷呀，从此她的胃口也减了，人一直瘦一直瘦一直瘦下来，寒的人比较瘦，热的人都形比较胖，结果她是里边是寒的，外面是胖的，真寒假热，这种情形都有。以后会举很多例子来告诉诸位，寒极生热，热极生寒。

寒气待在身上太久就会生浊，所以人体里面如果有寒气出现时，有寒气的东西才会生浊，才会生累积，寒生浊。所以所有的肿瘤癌症都是寒。热，看那个水放那边，不煮滚，水在那边不动；一煮滚，水就开始循环，所以热它会有动能会动，它不会累积在一个地方。只有寒会累积。这里就是寒气生浊，热气生清，寒热就出来了。

所以今天如果看一个重病的，个肿瘤癌症，开寒凉的药下去，病人就死得很快，因为病人本来就冷，开了寒凉，那肿瘤就越来越大，那脸上由青色变成黑色再变白色，然后走掉。那我们动手治的话，这个变成白色的，这个病人变成黑色，变成青色，变成红色，了回家了，不一样。这就是治症的原则，看它几个字讲的，全部中医的治症都在这里。

清气在下，我刚刚讲我正常人应该清气在上，清的气在上面，上就是讲横膈以上，横膈以上。现在【清气在下，则生飧泄，浊气在上，则生膜胀，此阴阳反作，病之逆从也】。所以这是清阳为天，这是正常的人，浊阴为地，地气往上走，讲自然界的也是一样，当地气往上走时就是云，天气一下来就是雨，雨出于地气，云出于天气。

比如人身上流汗，流汗人的汗，天地之间的雨就是人身上的汗是一样的东西。所以正常人清阳出上窍，浊阴要出下窍，所以上窍，眼泪出来，清的，你看过眼泪出来，一个痰很少，都是清的，那哭的都是清水，因为【清阳出上窍，浊阴出下窍】，小便出来大便出来都是浊，所以不能接近，很臭。【清阳发腠理，浊阴走五脏】，因为清阳的性本身就是往外走的，阴会往五脏里面走，腠理就是肌肉。【清阳实四支，浊阴归六腑】（注：古文“四支”通“四肢”），这就是我们后来讨论的，四肢为阳，身体里面为阴，身体为阴。如果阴阳来区分时，四肢就是阳，身体就是阴；以脏腑来区分的话，消化系统就是阳，这个内脏就是阴，所以阴阳随时可以在区分的。

水是阴，火是阳，【阳为气，阴为味。】所以比如闻到烤肉，一闻，哎呀，好香的烤肉！这是阳。把它拿起来吃，哇，味道真好！阴。【味归形，形归气。气归精，精归化。精食气，形食味。】比如蔬菜跟肉类，吃蔬菜是食气，因为蔬菜味淡属于气，肉类属于味厚，属于形，人的精神要吃淡味的东西，那形体要炼得很壮，要吃厚味的东西，所以日本的摔跤选手，吃火锅，吃得味很厚，吃得很大一个，因为他要那个形。【阴味出下窍，阳气出上窍。味厚者为阴，薄为阴之阳。气厚者为阳，薄为阳之阴。味厚则泄，薄则通。】味厚味薄以后我们的本草都在用这些来做取舍，取药。所以以后介绍哪一个多，这个药气很厚，那个药气很薄，那个药味很厚，那个药味比较薄。

【气薄则发泄，厚则发热。】一般发汗发表的药，都是气比较薄。【壮火之气衰，少火之气壮】。人如果身上里面火很多，就是比较热，太热的人会伤到气，所以【热伤气，寒伤血。】热太盛会伤到气，寒会伤到血。当然了这是指长年累月在一个环境里面才会受伤。如果跑到三温暖里面进去，在那边烤了半天，再烤 20 分钟，这不会伤气的了。厨师常年在火旁边烧就伤气，所以你们不要想那么多，三温暖烤一下热一下再出来，跳到冷水里面，不是气血就伤了？不会的，那（时间）短不会，跟常年，屠夫在冰库里工作，杀了放进去一直在里进出，一两次没有关系，一两天没有关系，经年累月这样就有问题了，一定要一段时间。人体非常精密，就是因为人体很精密，不会瞬间发生问题，这就给西药有可乘之机，因为西药的剂量很小，就慢慢慢慢进去你就感觉不出来，这就可以蒙骗很多人。可是蒙骗不了中医，为什么蒙骗不了中医？很简单，因为我们知道什么叫正常人，今天我吃药之前身体手脚是热的，越吃药手脚越冷，这就是吃错药呀，本来很好睡但吃了药就不好睡了，马上就知道。

少火则气壮，所以这个火就是里面的热。【壮火食气，气食少火】，也就是如果平常身体比较热，比较壮热的人，吃清淡一点的。气比较少的，可以吃味比较厚的，这是一个大原则，这是我刚刚用经络来介绍，还有我们可以用气来讲。

比如这是肺，这是心脏，心脏是阳中之阳，是火，很热。肺是阳中之阴，胸是阳，

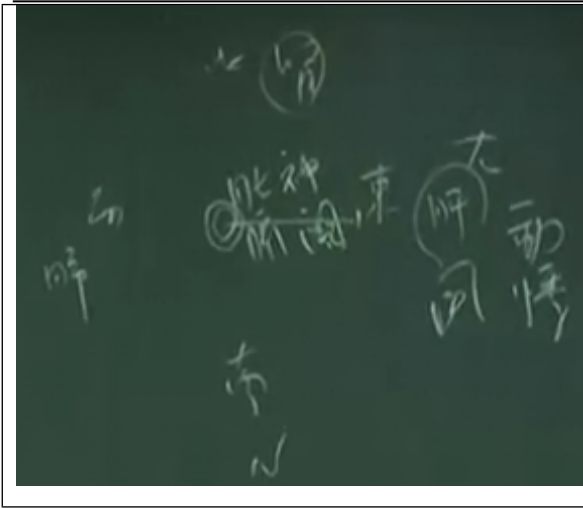
里面的阴，所以肺法向天，象天上的天幕一样，所以当心火产生，心脏不断搏动产生的热后，这就被定义成火，心脏的搏动。因为天阳在上，上面很冷，所以它会把热气往下，进入小肠。那当我们的水在膀胱里面时，这个是人体的极限，我们不要讲四肢，讲身体的底部，阴之极在这里，我们不讲阴极生阳。那男人下面是摄护腺，女人刚好阴部这边，前面是膀胱。当膀胱里面的水累积到一个阶段后，因为膀胱的水跟小肠的火是靠在一起的，所以这个水被气化，气化以后膀胱的水就进入肝脏，所以水会去生木。那肝脏有水进去清理它，洗厕所都要去水去清的，清完以后残渣从这边（指肝）出来，这是一个阴极会生阳的一种现象，阳就是气。

昨天我们介绍了大肠的津液食物残渣从那边走时，往上升，大肠会回到肺里面去，所以肺跟大肠会成为表里，这是简单再跟诸位讲一下阴极生阳。33页，这里就是讲，最初我们本草的药性出自这里，33页最后一行所谓气味，我们在讲草药类时，气味还有形色，所以是我们是以形色气味为主，那这里讲的是气味，辛甘发散为阳，辛味和甘味的这两个放在一起时，这就是阳气，就会产生阳。酸味的药和苦味的药这就涌泄，为阴，所以阴药，阴和阳，我们说【辛甘发散为阳，酸苦涌泄为阴】，这就是以气和味来决定药的阴阳的使用。阴和阳应该平衡的，当阴太过太盛时，阳就会生病。比如现在讲了，酸苦涌泄为阴，辛甘甜的什么都不吃，辣的也不吃，专门吃酸的吃苦的，就伤到阴，阴太盛了，知道我的意思吧，阴会太盛。那你就是不吃酸苦，就是喜欢吃辣的跟甜的，也会伤，所以【阴胜则阳病，阳胜则阴病】。

【倪师内经 09 视频同步文稿】

【阳胜则热】，33页后一个字，然后翻过来34页，【阴胜则阳病，阳胜则阴病。阳胜则热，阴胜则寒。重寒则热，重热则寒。】所谓重就是很严重到了极限时，反而会产寒证，它会回头的，不会无限量一直到底的，那无限量到底时，人寒证，到时去看那个病人时，全身结满冰时，没有这种事情的，不会全身都是冰块这样，那是当然被冻到了，那是在野外才会，那个在山里面才会，否则的话不会，重到阴，到极限时就会产生热证。【重热则寒】寒，太冷了会伤到形，所以这个形有两种，一种是极瘦的人，一种是极胖的人，胖子多数是热证，但也有寒证，因为太胖了。【热伤气，气伤痛】，气受到伤时，就会产生痛症，所以如果有痛，就是气通不过去。那形受到伤，所谓气和形，形受到伤时，病人就会肿起来，比如运动脚扭伤了，脚踝肿起来就是形伤了，那又肿又痛就是形气都伤。那气会痛，如果扎针，扎完针他痛去掉了，代表气通了，可是形还肿在那边，要两三天才会消。所以人如果先痛后肿者的，就是气先伤，后来伤到形，气伤到，伤到形了。如果先肿而后痛者，是形伤到气。那至于气伤形，形伤气，我们治症没有区分那么多，因为《黄帝内经》要解释得很详细，这个病因怎么来的。

所有的风症，风太过时，就会产生动症。【热胜则肿】，人会肿起来都是热太盛，【燥胜则干】，太燥了，【寒胜则浮】，浮就是颜色很淡，清淡，表面上看起来颜色就很淡黄，很淡，这个是寒，清清淡淡的，【湿胜则濡泻】，湿太盛的话大便就会有洞泻的现象。这里有一个【风胜则动】。刚刚我们讲的东南西北，如果把一个人形状放在这边，东南西北，



如果我们把它缩小，所以天地可以缩到很小，六合给它变得很小，就变得很大，如果这是肚脐，叫做神阙，如果肚脐在这边，肚脐的左边有动悸，我们就知道是肝风，肚脐的下方有动悸就是心脏，肚脐的右边有动悸就是肺脏，肚脐的上方有动悸就是肾脏。大小随意，所以念中医不可以很死，我们介绍到这个病，脐下而动悸，脐下，因为心已经讲完了，知道我的意思吧，人可以把他的放大，也可以把他缩小，跟自然界都是脱离不了关系。产生动时，我们就知道，只要一看到动，不

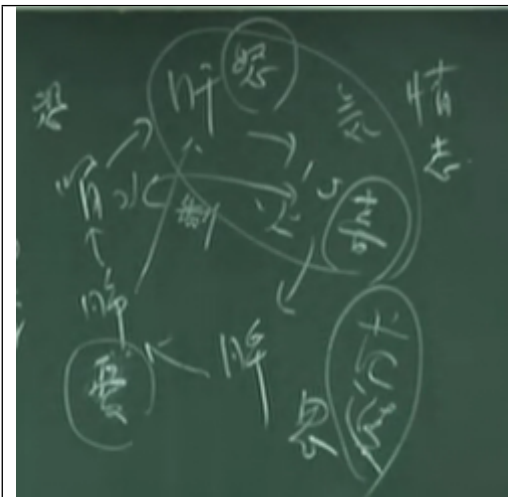
管被定的形，形就是命名可能是帕金森，反正他动来动去的，只要看到动症，有的人晃头，有的人很好玩，这里面看眼睛在动，就是眼珠子在动，他不是刻意要动，刻意要动还没办法，就很自然的在飘动，而且有时飘动时一个眼睛在飘。当然两个眼睛在飘动那不是好人了，小人眼睛会飘。那一个眼睛在飘我们知道他是动症，那眼睛是肝，就是肝风内动，当晓得病因时，处方就出来了，因为我们到时候介绍药物时，这些是去风的药，这些是入肝经的药，这样分开来。

所以这一段中间，【风胜则动】，我们有去风的药；【热胜是肿，燥胜是干】，我们有润燥的药，有去热的药；【寒胜则浮】，我们有去寒的药；湿症，湿热会有泄痢的现象，我们有去湿的药，这些都是药物的取舍。

第一节 五脏化五气-情志

第34页后一段，【天有四时五行】，天有春夏秋冬有四季，阴阳五行，还有木火土金水来管生长、收藏，春生夏长，秋收冬藏，这时【以生寒暑燥湿风】，就是寒就是冬天，暑就是夏天，秋天是燥，湿就是长夏，季节交换时，春天就是风，这五个对上去。【人有五脏，化五气】，五脏来化五气时，也是一样，还是用肝、心、脾、肺、肾，这五脏化五气我们讲的就是情志。

中医的观念认为，我们两个地方会致病，造成一个人生病，外面的风寒暑湿燥热，天的五个气。身体里面的情志：怒、喜、思、忧、恐，那这种情志我们都会有的，当然上古的真人、圣人、贤人可以把他的情志丢掉。那我们都会有这种现象，当产生这种现象时，千万不要太过，过才会伤，不过就好。当你发现到比如你动怒了，你生气了，然后我们知道金可以制木，可以控制它的木，让你忧，这里就平怒了。



以前有个人称为范进，这个范进有一天突然考上了，考了很久，考到状元了，中举了，考到举人了他好乐，一乐太过喜了，就发疯了，发疯了没办法，那就找一个范进惧怕的女人，那个女的大叫一声范进，范进一下子醒过来了，因为恐能胜喜，水能克火，一下就醒过来了。所以还是要有一个怕的人比较好，免得过喜时无人可节制你。所以老天爷安排得很好，有阴有阳，哪天你娶个老婆很凶悍，然后一叫你就醒过来了，焉知非福，总比发疯好。所以【喜怒伤气，寒暑伤形，暴怒伤阴，暴喜伤阳，厥气上行，满脉去形。】这些讲的就是很过。

当你过时，太过时就会伤到一些地方，有些是伤了气，有些是伤了形，有的是伤到阴，有的是伤到阳。心脏是阳，阳中之阳，所以太喜了会伤到阳。太怒了，(伤)阴，肝脏是

阴。【厥气上行，满脉去形】，这个厥气就是浊气，阴气应该在横膈以下，不可以往上走的，情志上面也会影响到让浊气往上走。【喜怒不节，寒暑过度，生乃不固】，所以一个人情是不稳定，常常动怒呀喜怒这个，这个情是变化很大，然后再加上寒暑，然后又不知道避寒，也不知道避暑，这个生命就会受到影响，就不会那么长命的意思。所以【重阴必阳，重阳必阴。故曰冬伤于寒，春必温病。】温病学派就是只读了后面，春得温病，他也不晓得必就是一定，那春天一定会得到温病的话，有之前那个前提，“冬伤于寒”，所以如果冬天没有伤于寒，春天是没有温病的。说在热带的地方你得到温病，并不是说因为热带得了温病，而是因为冬天时伤到寒证，受伤于寒才会有温病的现象，所以我们伤寒家温病，那伤寒之后《黄帝内经》写得很清楚。可是温病派还是说不行，南方没有伤寒。那佛罗里达很热，比中国台湾省还热有些地方，我开的那个，从来不开寒凉的药，我都开热药，大热天那个胖子在那边喝冰水，喝的要死，热，全身大汗，坐在冷气间还热，我开的是生附子，当场吃下去他就发冷，从此也不口渴了，人也瘦掉，好开心，那以前是他最热，现在大家穿短袖，她穿着夹克来，如果我错了病人为什么好了？所以这个温病调病这种不行的。【春伤于风，夏生飧泄】，所以一定有病因跟发病的。夏天会有飧泄的现象，因为春天伤于风。如果夏天伤于暑，暑是很热，伤于热时，【秋必咳疟】，因为暑热会造成身上津液丧失掉。肺里面津液很多，肺象天上的云一样，天上的很多有水气，很重。那津液伤到的话，肺里面的津液不够，就会有咳疟的现象。秋天伤于湿，冬生咳嗽。秋天应该也是比较干燥的，如果有湿气，久坐湿地这种，冬天就会有问题。所以他春天有问题是因为冬天，夏天有问题是因为春天，秋天有问题是因为夏天，冬天有问题是因为秋天。这是有病因，有病的源头。

35 页，脏腑的【论理人形，列别藏府，端络经脉，会通六合，各从其经，气穴所发】，每一个地方它都有名称，【溪谷属骨，皆有所起。分部逆从】，都有分表里，这里开始讲。我们前面已经介绍了阴阳、寒热，表里，八纲辨证，八纲辨证都是从《黄帝内经》来的，黄帝就问岐伯说，经络那么多，内脏那么多，它有分表里我们可不可以相信它？岐伯就开始讲了，【东方生风，风生木，木生酸，酸生肝】，一路下来，这个字是相连的，【东方生风，风生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心。】【在人为道，在地为化】，这个化在这里就是解毒制化的意思。【化生五味】因为有肝脏，【道生智】，然后智慧就产生，【玄生神】，天为玄就是广大无边，我们中国都是称为广大无边。【神在天为风，在地为木】，所以风和木，就是自然界的東西我们把它放到身体上来，中医的观念里面就是人会活在地球上，适合生存在这里，就是因为这个环境长得就象人，人就是所以活在这里面，如果是你长得象月球，你就住在月球里面，那长得跟地球的循环有一些很象，我们就比较适合住在地球上。【在体为筋，在藏为肝，在色为苍】，苍色就是青色，真正的正青色就是青中青带一点点黄，带一点点黄，就是正青色。【在音为角，在声为呼，在变动为握】，因为肝主筋，所以我们是握的动作，【在窍为目，在味为酸，在志为怒。怒伤肝，】这个都是固定的形式，我们这里不用花时间解释，书上都有。举例，现在有个人肝病，不管是肝硬化或怎么样，叫他握手，他就握不起来，没有力气了，因为肝主筋，肝主握，所以一个人能够握，代表肝脏还好。他危险时握不起来。

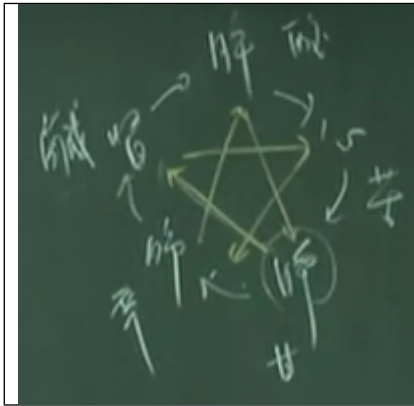
第二节 治病法则-阴阳平衡

37 页，讲南方，这一节跟前面那一节也是非常多的地方是雷同的，只是包括它的一些情志上面，比如【喜伤心，恐胜喜】，这是人的情志上，注意看 38 页，有些书上可以解释的，大家看书就可以了。

【中央生湿，湿生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺。脾主口】，口中的湿液津液就是脾脏在管，【在天为湿，在地为土，在色为黄，在音为宫，在声为歌，在变动为哕】，哕发音“yue”，就是打嗝，嗝气，产生哕原因是什么？因为这人胃和脾里面本来就有陈寒，所谓陈寒就是很积年的，长久，本来就是脾胃比较寒冷一点，当寒冷的这个寒再加上这个新的食物，吃的东西，那新的食物食谷类的东西进去，那脾胃里面太冷了，没法消化，这两个碰在一起时，就会产生哕，一个是去新食，一个是要胃寒去掉。去新

食时，我们要很注意，以后我们讲伤寒金匱时会告诉怎么去，不能说去新食，我们用很强的药把它去掉，一去掉这个病人已经很危险了，因为中医认为，为什么这里会提出来？中医认为，脾是后天之本，肾脏是先天之本。如果后天之本丧失掉了以后，脾胃的气没了时，就会产生啰症。

第 40 页第一段第一行下方，【思胜恐，寒伤血】，如果太过热会伤到气，太过寒会伤血，【燥能胜寒，咸伤血，甘胜咸，】在五脏里面，脾是甘味，肝是酸味，肾是咸味，这



中间是相克的味道。当有咸时，我们咸会过盛时，我们用甘味来制它，这是五味互相制衡的状态之下。比如酸辣汤，辛就是辣，酸很多会伤到肝，所以我们把辣的放进去，要金来制木，就不会伤肝了，这是一个观念。

中医《黄帝内经》一开始理论上就告诉，热本身伤气，寒伤血，我们伤寒家经方家都是在开很多的热药，我们知道寒伤血，《黄帝内经》就告诉寒伤血。今天有人如果贫血，我们知道是寒证，还是开寒凉药，贫血都治不好，要把寒去掉，血才有机会恢复。很多地方都告诉

诸位，温病派是不对的，经方也有寒凉的药，我们用大凉的大寒的药，我们当然也有，但是我们不是全部都是寒凉的药。天地之间万物的上下，天地万物都在天和地中间，世界上所有的东西都在天和地的中间，所谓【阴阳者，血气之男女，左右者，阴阳之道也，水火者，阴阳之征兆，阴阳者，万物之始也。】所以【阴在内，阳之守。阳在外，阴之使】。这里都是讲阴阳，阴在里面，是因为有阳固在外面，所以阴就不会丧失掉。那阳能够固在外面，阳那么听话的固在外面，是因为里面有阴在指使它，在指导它，这两个是互相制衡的。

黄帝说如何把阴阳奈何？阴阳的消长和变化是怎么样？岐伯就回答了，从这一段开始有一些治疗的法则就出现了。岐伯说阳胜，阳里面太盛，身会热，这时如果腠理闭，所谓腠理就是肌肉跟毛孔是闭到时，【喘麤为之俛仰】就是呼吸非常短促，要利用身体的肢身动作弯曲，这种往后仰想办法呼吸。【汗不出而热】，因为汗流不出来，这就齿干。如果继续发展下去的话，因为热太盛，牙齿都干掉。嘴巴里面很多的津液，脾脏的津液，牙齿里面的津液都是脾脏，还有肾脏，肾主骨，牙为骨之余，这时【以烦冤满死】，如果阳热太盛，阳热胜没有关系，如果皮肤毛孔可以发汗，这个阳热就散掉，就没有问题。如果皮肤毛孔不发汗，里面又很热的，怎么办？当遇到【能冬不能夏】，就是天气很冷的地方没有问题，因为天气冷的地方本来就不容易出汗的，不容易出汗，那这个就不会有什么危险。如果是夏天又不出汗，这如果在过去是无法想象，现在就看到很多人是这样，为什么？他从小到大都在冷气间长大，也不喜欢流汗，他认为流汗身上会有汗臭，就不喜欢流汗，他不晓得流汗是必要的。我们按照天地的法则，人如果能够顺应四时来生养之道时，到夏天时一定要流汗，流汗能够把身上的热散掉，新的津液会去取代旧的津液，所以流汗是一种常态，正常的人要流汗。那他从小到大都不流汗，就到了 20 几岁很累，呼吸呀呼不过来，一运动全身燥热，很难呼吸，为什么？因为我们是用 3 万 6 千个毛孔再加上两个孔，3 万 6 千零两个在呼吸，他是两个（在呼吸），那当然不够呀，虽然是两个比较大的，可是还是不够。这时要发表的药。发表的药我们有中药解表的药，吃下去以后流汗，发掉了。在这里定下了“汗解法”。

如果没有药在身边，我们刚刚介绍过阳极生阴，阴极会生阳，燥热的状态之下如果没有发表的药，或是吃了发表的药他还照样不流汗，这时候怎么办？用洗冷水，因为冷，寒极，会生热，会产生大热，病人会得到汗解。这是阳热胜的话就是生热，如果是阴胜的话身体里面就是感觉会寒冷的，【阴胜则身寒】。那生寒时，汗出来都是很清澈的汗，代表里寒，【数栗而寒，寒则厥，】厥就是昏迷，【厥则腹满死。能夏不能冬，】因为里寒很胜，我们讲里寒很胜，里寒很胜时如果外在的环境是热的，还可以活，如果是到了这个冬天，外面的天气之间，天地之间也是寒，里面又是寒，这就很危险了，这是阴阳跟

病的形态，阴阳的变更的状态。这是一个最早出现岐伯提出来，要如何让阴阳平衡的一种方法。

第三节 阴阳调和

第 42 页，如何调整阴阳？岐伯说【能知七损八益，则二者可调，不知用此，则早衰之节也】。所谓七损，女人的七字为主，一七，二七，三七，四七，五七，男人是八字为主，一八，二八，三八，要知道人生长收藏这个状态之下，能够了解这个状态，按照这个状态来调理身体，就会很就能够长寿。如果不知道，就容易提早就是老化得很快，【年四十而阴气自半】，这就是早的《黄帝内经》下的定义，40 岁开始，【年四十而阴气自半也，起居衰矣】开始衰弱了，超过 50 时，【年五十，体重，耳目不聪明矣。】阳就慢慢衰下去了，阴就慢慢胜起来，到【年六十，阴痿气大衰，】阳气大衰了，这时阴阳都不利，【九窍不利，下虚上实，涕泣俱出矣。】人一定要下面实，上面是虚的。所以我们在望，如果这个病人走过来，或在路上看到有一个人走路象在飘，感觉到好象是快要倒了不倒，快要倒了那个样子，都是这是上实下虚，这不好，人走路不能飘，飘就会出问题。

【知之则强，不知则老，】所以我们一定要了解阴阳消长，男女的这种状况，现在到了这个年龄，要赶快开始吃一些补肾的药，因为补肾年龄大了以后，50 岁以后，肾气开始衰竭，我们前面都讲了，肾，五八，六八，七八，这个八字后面都是讲肾脏，所以肾脏在管一个人的寿命有多长，所以补肾很重要。由于年龄的层次不一样，会产生不同的名称，表面上名称不同，但是同是一个地方出来。

【智者察同，愚者察异】，中医的观念同症同治就是从这里出来的，只要症状相同，不管内症是什么，不管里面的症状是什么，比如我们有些处方，这个处方看起来就是治风湿关节炎的，现在有个病人他不是关节痛，他就是关节痛，就开处方他就好了，结果实际上他是骨癌，不用去管他是骨癌，一想到骨癌你不会开方了，就把他当成关节痛来治，中医就是同症同治。以后我们在介绍伤寒金匮时，我们开处方就是查他的症状相同的，我们就开，不管他里面的译名名字病的名称是什么，我们不管它。聪明的察同，愚者察异，这个不是我要骂人的，《黄帝内经》在骂西医，他的名词很多，一大票，结果没有一个治好，看起来都很象，名字都不一样。【愚者不足，智者有余。有余则耳目聪明，身体轻强，老者复壮，壮者益治。是以圣人为无为之事，】最主要讲的怎么样？平常我们要保持平常心，恬淡、无欲、开心、愉快，这时都会有长寿的道理，长寿之道在这里面，绝对不可以去遇到我要怎么样怎么样，每天在争，这样就会短命。

如果我们把刚刚那个图，那个人在这边，东南西北，嘴巴在这边，43 页这一段，【天不足西北，所以西北方阴也。】造成的人的右耳没有象左耳那么敏感，因为右边是阴左边就是阳，所以阳在这边，阳就指敏锐，动力，它的能量，所以左边的阳比较强，听力左耳会比右耳好。【地不满东南】东南在这边，东南就比较平窄，有海呀什么，有很多湖泊，河流。【地不满东南】，所以一般人左手不如右手强，当然右撇子就有例外。

【倪师内经 10 视频同步文稿】

第 44 页，黄帝问人为什么会这样？岐伯就说【东方阳也，阳者，其精并于上，并于上则上明而下虚，故使耳目聪明而手足不便也。】当你在专心注意在做事情时或读书时，手脚就不灵活了，因为精气在上面。【西方阴也，阴者，其精并于下，并于下则下盛而上虚】，当你手足很强时，耳目会不便。如果人会感于邪，一般右比较弱的地方容易受到病的侵害，侵犯人体，所以在上面右边较容易生病；在下体的话，就是在左边的地方较容易受到病毒，这是阴阳不能两全的，不能全。

第 45 页，阴阳大论这个地方讲的【惟贤人上配天以养头，下象地以养足，中傍人事以养五脏】，我们说的真人，比如我们前面介绍过了，印度现在一个人坐菩提树下面，他在食气，所谓食气，他坐在这个树，这个树的根象个板子一样，他坐在这中间，人坐在中间，靠在这个地方，靠在这个地方能坐到，盘坐在那边。其实大家观想它就是树，看

到树的始终也看不到，他就坐在那边就象树一样，所以地气在养他，天气可以养他，他靠在树上面，这一个食气的动作，他自己观想着是树就好了，就没有耗掉很多能量，而且他不需要吃东西呀。

人就靠天地之间的气在生养。【天气通于肺】，天上的气跟肺是相通的，【地气通于嗌】，嗌就是喉咙，咽喉的地方。【风气通于肝，雷气通于心，谷气通于脾，雨气通于肾。六经为川，肠胃为海，】这一节就是把人体跟自然界放在一起，人有九窍，耳朵两个，眼睛两个，鼻孔两个，嘴巴一个，七个，所以上面有七窍，大便、小便的地方加起来，九窍。这是水注的地方，所谓水注的地方满就会溢出来，所以我们常常有流鼻水，流口水，有时晚上睡觉睡很深，流口水呀，大便、小便，满就会溢出来。【以天地为之阴阳，阳之汗，以天地之雨名之，】以天地之雨为名字，天地之间下的雨其实就是我们人身的汗一样，这就把人跟天以并在一起，阳的气，象天地的疾风。【暴气象雷，逆气象阳。】这都是这个人跟天地之间的关系。

第四节 天之纪、地之道

第 46 页，这里开始又进入很重要的地方，读《黄帝内经》如果天地之间阴阳了解了，只要了解就好了，真的运用时就在现在这个章节里面。所以，因为人跟天地之间是相通的，所以治的方法，任何的医学，《黄帝内经》下定义了，如果治疗的方法不按照天之纪，不用地的道理，天有四季的节气，有风寒暑湿燥热，地有五味：酸苦甘辛咸。如果不按照这个方法来做灾害就来了，现在西药厂就不按照这个做，他还管你，所以做出来人工合成绝大部分都是酸味的，阿司匹林，阿什么都是酸味的，酸的都是肝，伤到那边。所以一定按照这个方法来做，如果疾如风雨，那病来时疾如风雨，速度很快，故善治者，最好的医生，病一开始就治在皮毛上面，如果他只是皮毛的病，这个怎么讲皮毛，我们开始用前面的观念来慢慢推理，刚才说皮毛是肺，肺在人的上方，这是心脏，这是肺，人的上方这边都是阳，手上的脉，这是手腕关节的地方，太渊在这里，这是寸，这中间是关，下面是尺在这个地方，上面是阳脉，下面是阴脉。那我们就知道，皮毛，肺，阳在这边，已经讲完了，已经推理过来了，在皮毛时很简单，你手，这个是皮肤，这是肌肉，医生的手指根本没有压到皮肤下面，就是碰到皮肤而已，轻轻地碰在皮肤上面，就摸到脉了，病就在皮毛。就是这样来的，一路过来，所以如果《黄帝内经》很熟，一摸脉就知道，病在皮毛，在表，我们就给它定义，定义就是在最表面的地方，那自一开始时病在皮毛，我们用针灸时怎么做？不用真的下针下去，拿个针在皮毛下面刮一下，他的大汗就冒出来了，吓也吓死了，因为治皮毛不需要真针，不要太过，治法恰到好处，这一刀下去把衣服割破，不把皮肤割破，超级的高手，那拿针皮毛上刮一下就好了，汗就出来了，尤其小孩子，都给吓出来了，不用真的下进去，比如在肺上，在尺泽上面也可以，外关上面也可以，合谷上面也可以，轻轻刮刮他就流汗了，因为病在皮毛上面。

如果病在肌肉，我们就治肌肉，针就下在肌肉里面，如果是筋脉上面，我们就下在筋上面，再次我们治六腑，其再次治五脏，当我们病从表、肌肉一直到了五脏了以后，按照《黄帝内经》来说半死半生，救活来一半，一半的几率，就是病进入到肝心脾肺肾时半死半生，那这个半死半生是很宽松的标准，那个很简单做到了，不可以，要是十个要九生，才是上工。《黄帝内经》五生，我要想办法让你至少八生，不要五生，半死半生不行，不够标准。

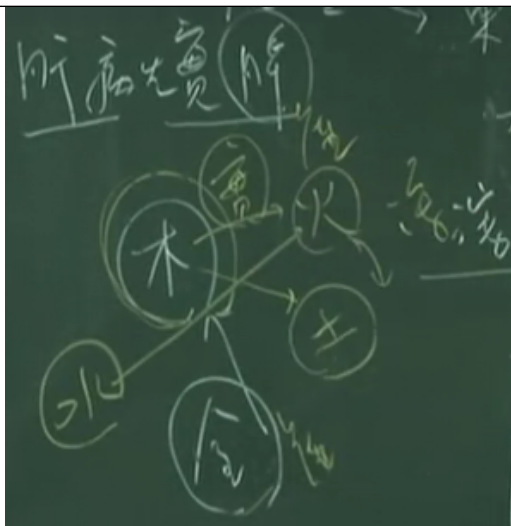
所以【天之邪气，感则害人五脏】，这是我们讲传染病，因为【天之邪气，害人五脏。水谷之寒热，感则害于六腑，】吃坏东西了，喝了不干净的水了，吃坏的不干净的食物了，伤害到六腑：小肠、胃、大肠、膀胱。【地之湿气，感则害皮肉筋脉，】地的湿气，如果湿气受伤的话，人受制于受，这个邪来自湿气太深的话，害得我们皮肉经脉，所以天外的，就是自然界存在的东西，我们知道传染病时会害五脏，那湿气会害到我们皮肉、肌肉、筋骨。所以【故善用针者，从阴引阳，从阳引阴。以右治左，以左治右。以我知彼，以表知里。以观过与不及之理】，这里《黄帝内经》讲的很清楚，左病右治，右病左治，

我们针灸学过，这个我们叫什么？巨刺，对称，左病右治，右病左治，《黄帝内经》里面这样讲，《针灸大成》也这样讲。到文革以后中国上就是左病左边扎，右病右边扎，哪里痛扎哪里，所以从孙思邈弄了阿是穴后，是不是这是痛，“啊啊啊，是是是，”这一针就下这里，这是他们的，就是一个孙思邈把阿是穴一研发出来以后，不用学了，阿是穴就可以了，这是不对的。左病右治，右病左治，这就由阴引阳，由阳引阴。

这段讲的就是过和不及都不好，要恰到好处，善诊者，最会诊断的【察色按脉，先别阴阳】，我们先看它的阴阳，先别它的阴阳，这个是，看它的颜色也知道，先别阴阳，然后看清浊而知部分，知道在哪个地方。举例，这个肺，我刚刚讲过，肺是清阳所在。那现在有一个人吐痰，吐痰是浊痰，黄浊的痰，我知道病在肺，因为肺是正常是清，现在是浊，病就在肺。如果摸脉，一摸到肺脉浮起来的在皮肤表面上的，就可以知道是肺的问题。【视喘息，听音声，】就是中医的望闻问切，望闻问切都要会，听，耳朵去闻，眼睛看，耳朵闻，这是中医的诊断的方式，然后我们就可以知道，判断这个人的病在什么地方，【观权衡规矩，而知病所主。按尺寸、观浮沉滑涩，而知病所生以治。】如果他在治好。浮和滑这是阳脉，这个涩字念 se，沉涩为阴，所以当手摸上去脉时摸到阳脉，浮和滑，这就属于阳脉，你摸到尺脉是沉和涩，涩也有这个意思。湿，那力量不大，常常也会有时摸不到，哎呀，感觉好象有又好象没有，涩，对不对，阴的脉是这样的，那如果现在摸到寸脉，阳脉很沉，阳不足了。如果摸到阴脉，阴脉怎么搞的，又变得又浮又大，阴太盛了，阴和阳必须要平衡，要制衡，太过不行，不及也不行。寸脉，这里为什么叫寸，实际上因为从这里到鱼际是寸，实际上真正的脉它只有 9 分，不到一寸，从这个关下来一寸的距离才是正常脉的范围，超过一寸就代表过了，太过了，要往尺去了，太过了，这是阴阳辨证。我们看它的浮脉、沉脉、滑脉，脉的滑，流行，脉里流行，还有涩，我们就知道病在哪个地方。

第五节 77 难与 75 难经：肝癌治疗

在《难经》里面 77 难，说上工治未病，我们有上工、中工、下工，比如肝有病，肝有病时我们先去实脾，肝有病时我们要先治未病，因为我们知道肝脏生病会传到脾脏去，所以我们先去治脾，这叫实脾，这叫上工治未病。第 75 难讲得非常好，听得懂的话，你就会治一个很重的病。第 75 难说东方实，会西方虚，东方是木，西方是金，治疗泄南补北“板书：金平木也~~金平木也~~”。原文上面“金不平木”，实际上这个“不”字可以删掉，这个“不”就害死了不少人！真正我们讲内经里面说：有一个脏不平衡时，一个脏不平衡，要用所胜的脏来平它。比如肝脏，肝木有问题时，金是胜木的，金是克木的，所以用金来平木。如果是金来平木时，现在肝木很胜，现在东方是实，这里主要讲到一个地方就是什么？这两句话，“母能令子虚，子能令母实”。如果肝有问题，肝有大实，重病时，因为金很虚，所以金就没法去制衡肝木，这时肝木就一直严重起来，越来越严重，越来越实，如果我们去平壮土，肝有问题时就补土，补土的这一个好处是什么？土生金，



可是土再怎么生金，因为肝太实了，力量绝对不够。所以在 75 难时就提出来了，我们要泄南补北。为什么要泄南补北？北方是水，南方是火，五行里水是克火的，水是制火的。如果把火一泄，泄南方了，一泄火，一泄火时，肝自然而然会去救火，就多给它点木头，肝就会由实变虚。那水一旺起来时，水去生木，肝本来就已经很大了，肝是王，最大的，那是严重的，这时一去壮肾，因为那时肝是王，最大时我们去壮，不会让它（肝木）更大，为什么？已经是极限了，这时“母能令子虚”，它的肝木会往肺（注：应该为心）脏走，往火里面走，当肝的木进入火时，不断燃烧，

肝就会虚。那对金和水来说，水是子，金是母，“子能令母实”，所以一个动作一补水时，肝的木疏解掉了，金的气旺起来了，金旺起来以后去制木，所以我们会去补水来泄火。当去一泄火时，因为火过来，那个水过来把火灭了，火变得很小，肝木自然在里面能够接收它，这是一个治症的原则。因为五行，我们有肝，现在心脏，这个火有问题了，土有问题了，金有问题了，水有问题了，治法是一样的，所以难经 75 难时就提出来要泄南补北，当泄南补北出现时，这句话就改变了，“子能令母实”，这是病因，“母能令子虚”，这是治疗的法则。

所以当我们去补水时是一举两得，所以如果现在有一个人肝癌肝病，肝肿得很大了，如果只是实土实脾，只能实脾的话，就算那个肿的很大了，把脾变得很小了，再实脾有限，肝的病还在那边。只有一个好处就是土生金，土生金都很弱了，因为太强了，至于能不能治好病，很难！所以 75 难才会提出来泄南补北。当遇到东方实，西方虚时，泄南补北，就是这个意思。泄南补北的原因就是希望金能够去平木，这个五行的观念就起来了，慢慢就接近起来了，这就是为什么可以治好肝癌的原因。在这里提出来的原因是在后面这边。

47 页，【无过以诊则不失矣。故曰，病之始起也，可刺而已，】刚开始时我们可以刺，可以去治，如果病很盛时我们要等它衰落下来，不可以去与病争，等它衰落下来要等时机。所以如果时机到了时候下重手，病衰下去，吃下去以后胃口开了，赶快追击。

如果是【轻而扬之】，轻的话我们有宣扬的发法，比如发表发汗；【重而减之】，病重时我们就减少，采用固守的方式。所以治病象作战一样，病在大战时病很盛，很旺时，这时候我们固守，固它的元气，然后等到固了元气，病比较衰弱时我们就要去进击，这里就提出来这个方法。所以我们处方常常会在变动，比如我们利用土的王时，我们治个肝病，东方实，正好在夏秋中间，夏季的末，秋季的初，交接的地方，前后两个礼拜，这是脾脏的王时，这时脾气是旺，脾气当旺时就不要去动它，因为天地之间都养着脾脏，这时候下手时不用去管脾脏，脾脏不会受伤，这两个礼拜给你的窗户打开来了，治病的时机来了，狠狠的治，清除一遍，窗户快关起来时赶快收手，绝对不会伤到它的脾胃。所以治病时机很重要。

当王时不开，不进入王时的时候，我们就利用固守，看他的病是很盛时我们就停，很盛就是说这个病人很严重，没有胃口，大小便不通，那我们就想办法给他开点胃口的药，然后大便出来了，就不要去动它，等到时机到了开始下手，病人吃了药，胃口开始好了，好了之后我们开始下手，如果要攻时，一次攻一次，不要攻太多，这是我们临证上也会面临的问题。这一段讲了半天，47 页讲的就是这个。

第六节 病于表-汗法

【形不足者，温之以气。精不足者，补之以味。其高者，因而越之，】所以我们会有一些开厚味的药，开一些温热的药，如果病在高的地方，所谓高在靠近喉咙这边，靠上焦的地方，我们采用汗法、吐法。

第 47 页，【形不足者，温之以气。精不足者，补之以味，】所以我们有温的药，灸也是一种温的，补药我们用，厚味的药来补药，因为他精不够，精气不够，当然我们要看精不够在哪个地方，好来治它。病在高的地方，我们要采汗法和吐法。两种方式，一种是本身开的就是吐药，这个药一吃下去就会吐，那你喝肥皂水也会吐呀，很多都可以吐，这是一种，这是形。什么叫神？开处方很对症时，它这个病上中下都有，当很对症时上面的该吐的吐了，下面的该走了就走了，上吐下泻一起来，就结束了，这是神。

【倪师内经 11 视频同步文稿】

吐不见得一定用吐的药，而是吃的药反应出来会有一种吐的现象，如果病在【下者，

引而竭之，】我们要攻下，比如攻下的药，这里开始黄帝内经下了治疗的法则，所以有汗法、吐法、下法都从这里出来。【中满者，写之于内，】如果是中满，肚子满了，我们要攻下，攻下时有时会从大便排出来，从小便排出来，就是水利，都会有这种现象。【其有邪者，渍形以为汗。其在皮者，汗而发之。】在表，阴阳表里的表，病在表时我们采汗法，当然了，张仲景在用汗法时有些禁忌，这里我们还没讲到《伤寒论》，基本上这个都是张仲景当初看到，要发汗，怎么个发汗，用什么药去发汗，就看《神农本草经》。那张仲景那时还没有《本草纲目》，《本草纲目》是明朝李时珍，张仲景死了好一段很长时间才出的《本草纲目》，所以他都没看过，所以你们要不要去考证？他的处方绝对不是按照《本草纲目》里面的药性开的，同不同意？他是按照《神农本草经》药性开的。

如果【其慄悍者，按而收之】，所谓彪悍就是有巨痛，病来的速度很快，巨痛，比如痛风，按而收之，就是采按摩推拿的方式，那我们针刺的方法有，针下去，比如脚踝整个痛，痛风痛到手掌上，整个手掌肿起来，我们针下进去以后，轻轻在手掌上按摩，轻轻地按摩，比如他这个手掌这边痛，针从这边下进去以后，按摩按摩按到这边来，把针拿起来，针拿起来以后再下，再按摩，连续几次痛就去掉了，这就是所谓的按而收之。实者的痛是巨痛，而且是持续的痛。【散而泻之】，要把这个气散掉，用散法，所谓散法就是按也是一种散，下子穴也是散。实的和虚痛不一样，虚痛是隐隐作痛，有时痛有时不痛；实证的话管你的，24小时都在痛，那就是实证的痛，因为它长在那个地方有个东西在那里，当然会持续的痛。然后我们【审其阴阳，以别刚柔】，这个柔和刚看他的阴阳，【阳病治阴，阴病治阳】。

为什么讲阳病治阴，当阳有病时，我们一发现了阳病，比如我们现在知道大肠这个人便秘了，一看他便秘我们马上先去治阴，为什么？因为如果不治好，这个便秘会影响到阴，所以阳有问题会影响到阴，所以我们先去固阴，这样病就在阳，就不会进来。同样的，阴有病会影响到阳，我们先去固阳，阴就不会再，病就不会再进来。比如肝病，肝病的人便秘，大便就不好，这时先上调他的大便，还没有去治肝，先调他的大便，那病就结束了，它就不会再进。肝病到后来，大便都没了，小便也都没了，这时再去通大便，通小便，太慢了，所以一开始治病时就让他大小便通，先把阳固好，这时再去慢慢退他的阴，那病就不会再往前走，就很好治，这是《黄帝内经》里的原则，所以【阳病治阴，阴病治阳】。

【定其血气，各守其乡。血实宜决之，气虚宜引之】，我们看到很多，比如那人裤子一拉起来腿上，手臂上很多的青筋淤血，血实可以看到，实际上我们真的做针灸是这样，看到血实时，有淤血、青筋都给放掉，可是实在是没有时间呀，临床上真的没有时间，再弄的多，一个一个在那边放，一个人就占掉了，那个人腿一票青筋怎么办？找大的放。就是这样的，那有的人，今天刚好病人不多，给他都放掉，再用药速度会很快，因为把淤血大部分都放掉了，药物下去就很快。如果根本没有放，光药物下去攻，那时间就要比较长。气虚，牵引他，用针灸，气不足的人用针灸来导引，所以才会针灸里面才会有“虚则补其母”，经过上面的气血时，用母穴来做，用补的手法来治，这是导引，使气血恢复到平衡，这就是这篇介绍阴阳应象大论。

第六篇 阴阳离合论

第一节 三阳三阴之离合

下一个章节就是阴阳离合论第六，到现在前六章了，还在讨论阴阳，黄帝问，他听说了，其实听说就是你说，【天为阳，地为阴。日为阳，月为阴。大小月三百六十日成一岁，人亦应之。今三阴三阳，不应阴阳，其故何也？】为什么这样？岐伯说【阴阳者，数之可十，推之可百，数之可千，推之可万。万之大，不可胜数，然其要一也。】就是阴阳区分时可以分分分，分得很细，无限这样的分，没有一个范围的，但是，一个大原则

就是【未出地者】，在地底下的都是属于阴处，【名曰阴中之阴。则出地者，命曰阴中之阳，】比如人体，这个人体好不好玩，所以中医不能研究，一研究的人就着迷了。如果中间这个横膈我们把它当成地表，那这个（膈下）就是地下了，（膈上）这是地上，地上和地下，所以肝脏在这边，脾脏在这边，肾脏这是在底下，两个种子埋在土底下。水生木，这是土，水就生木，木就是长着很多根筋，筋膜就出来了，然后筋就生个心脏，开始循环起来了。如果是把这个横膈当成一个地的界限，这是阳，这是阴，一个界限，未出地者应为阴处，所以人，所以身上里面所有东西生长，会生长都是因为春天，春季的关系，【长因夏，收因秋，】长高因为夏天，【收因秋，藏因冬，失常则天地四塞。阴阳之变，故在人者，亦数之可数。】就是因为有生长收藏，所以在人体里面我们可以算到他的数，因为有生长收藏的可以记下他的数。

三阴三阳之离合，这里张仲景的《伤寒论》，他的章节，太阳篇，少阳篇，阳明篇，从这章来的，从这章来的。岐伯说【圣人南面而立，前曰广明，后曰太冲。太冲之地，名曰少阴。少阴之上，名曰太阳】。如果我们这样看，人的正面是广明，后面是太冲，那后面的肾脏这两个在我们的背后面，肾脏的上面称为太阳，太阳的经就在足太阳膀胱经，井穴是至阴，经气一直往下走，横膈以下都是地以下，所以阳经一样，从地下开始生，【太阳根起于至阴，结于命门，名曰阴中之阳。中身而上，名曰广明。广明之下，名曰太阴。】太阴就是脾，太阴之前，脾在前面，阳明，阳明就是胃，【阳明根起于厉兑，名曰阴中之阳。】井穴是厉兑，所以你们学过针灸看《黄帝内经》就很简单了，不然，什么厉兑？还以为是《易经》里面的兑卦。【名曰阴中之阳。厥阴之表，名曰少阳。】厥阴肝经。【少阳根起于窍阴，】三条阳经过都得井穴，都在脚上面上来的，【名曰阴中之少阳。是故三阳之离合也。太阳为开，阳明为合，少阳为枢。】这是阳的部分。【三经者，不得相失也。搏而勿浮，命曰一阳。】如果三阳：太阳、少阳、阳明，三个是互相中的相辅相成时，就统称为一阳，太阳管大门，开合，少阳管门栓东西，所以阳明是主收合。它的意义怎么延伸？因为太阳是主开，开的话就是人身体里面跟自然界中间的开的门户，太阳；那少阳是门枢，门枢就是门的枢纽了，讲的运输，所以人身体里面的阳气，阴阳在运行时因为有少阳它才有开合，能够运输；阳明是主合，合就是到此为止，收合。比如这三个字，早上起来眼睛一打开，太阳开了，眼睛就开了，那太阳开；开始刷牙漱口，开始动作，少阳；忙了一天到晚上回家眼睛一闭起来，合。那你阳明有问题时那不能睡觉了，用这种想法来想，这一天很快，几句话讲完了，这是阳。那这三个要互相搭配得很好，这个把它统称为一阳，就一个动作。

再下一段黄帝说，三阴是什么？岐伯说【外者为阳，内者为阴。然则中为阴。其冲在下，名曰太阴。】横膈膜以下称为太阴，太阴就是脾经，【太阴根起于隐白，名曰阴中之阴，】太阴的。少阴是肾经取涌泉，肾经是阴中之少阴。【少阴之前，名曰厥阴。厥阴根起于大敦，】肝经的井穴大敦，【阴之绝阳】，【太阴为开，厥阴为合，少阴为枢，】大敦肝经是阴之绝阳，阴里面阳到了极限的地方，【名曰阴之绝阴。是故三阴之离合也，】三阴之间的互相，是分开来又合在一起，三条不同的经络，但是合在一起的一个功能，互相制衡，所以叫离合，离就是不同的东西，但是放在一起叫合作的，【太阴为开，厥阴为合，少阴为枢，】少阴的传导输送，那到了厥阴的话就是在最底线，在最里面，只能合住。跟阳明经一样，【三经者，不得相失也，搏而勿沉。命曰一阴。阴阳往来，】字念zhong，中国的中，是气的往来，气的往来叫做。【积传为一周。气里形表，而为相成也。】我们看到皮肤表面会怎么样，看到表面，气在里面，气跟着皮表在里面走，都互为相相辅相成，这所谓搏，阳和阴都是一样，都是【搏而勿沉】，绝对不可以有东西沉积在里面，这是重要的一句话。

中药里面吃后在身体里面不会累积，西药不一样，吃一个抗生素在肝脏里可能待27年，还没排出来。中药很快就排掉了，尤其我们有些毒药在处方时，一剂下去3个小时身上就找不到了，因为毒药跟病一起出来了。那我们不要没事，正常的给他吃毒药，我们会用毒，但是需要时才会用，绝对不能让身体里面累积任何东西。所以因为【搏而勿

沉】，不沉积东西。所有自然界的東西，比如橘子，橘子有橘子皮，有很多纖維，有水在里面，吃橘子时不会一吸，刚好水吸走了，纖維吃不下去，设计者当初设计橘子的人就不是这样的想法。一吃进去营养也吃进去了，纖維也吃进去了，水也吃进去了，所以自然界在天地六合之内没有一样东西是纯营养的，自然界不产生纯营养，因为纯营养会累积。所谓新陈代谢，新的去换旧的。维他命不能吃，为什么？因为它是纯营养的东西，吃下去纯营养的东西没有东西去取代它，比如我们吃个橘子，纖維能够帮助排泄，所以不单单是维他命，其实在里面还有纖維，还有谁帮排泄掉。那吃个维他命片就不一样了，里面没有纖維，没有水，就会累积在身体里面。这就是中医不赞成吃营养剂的，就是为什么。会沉，会累积在身边里面，那有多沉？吃完以后两个小时小便出来就已经黄了，所以吃维他命第一个就是小便很黄，第二个它会累积到身体里面，慢慢去滋养病毒，不是很好。所以我们要吃天然的东西比较好，就是在《黄帝内经》里面就已经下过定义。

第七篇 阴阳别论

第一节 男女正常脉

阴阳别论第七，黄帝问，人有四经、十二从，这个什么意思？下面这一章阴阳别论就是专门在讲脉诊。脉分阴阳，如果我们一般来解释这种名词来讲脉时，大家比较容易心领神会，如果我们用《易经》的方式给一个基本的概念，要了解什么叫做常脉，常是正常，比如我们去摸一个人的脉，《易经》有两个卦一个叫做坎，阳在两个阴的中间，这个是一个阳，两个阴的中间。那还有两个阳包着一个阴，这是离卦，离就是火，中虚；砍这个脉象，这一种的脉象，阳在两个阴的中间，这个是常脉。那所谓摸到皮肤下，脉在下面，脉就成了隐藏在中间。阳不在乎多，阳要潜，所谓潜就是要潜伏在里面才能为人体受用。如果阳往外走时，人的元气就没有了，力气就没有了，形还在里面，形是阴，但人的体力，力量是阳。所以正常的阴和阳中间的关系应该是阴把阳包住，潜在里面，所以平常你不会出力，看不出来，突然出力时力量就很大，这就是阳是潜在阴里面。所以在我们介绍之前，先给各位一个基本的概念。

岐伯就回答四经、十二从，为什么讲四经？讲的就是除了脾经以外，心肝肺肾，应四时、应春夏秋冬，脾是长夏，就在季节的交接时出现。十二经络，络十二个月，这十二个月是十二条经脉，这个脉本身有分阴阳，【知阳者知阴，知阴者知阳】。

第三难，我们把脉上面分阴阳时，这手掌的横纹，这是大拇指，我们这样讲左手，以关的位置来说，我们就是为什么称之为关，就是因为上面是我们找阳脉，阳气的地方，下边找阴的地方，这个关就是阴和阳交接的地方，称之为关，所以一般我们讲，诊脉时寸关尺，寸讲的就是阳，尺讲的就是阴，关就在中间。那以人的体型来说，这是喉咙，这是脖子，肩膀，然后到胸腔，肚子，少腹。胸膈这边在肋间之间就是横膈所在，这个横膈所在就是我们的关的位置，那上面就是我们讲的寸的位置，下面就是我们讲的尺的位置，你把它类比你的身上来，用这种观念来想它。这个脉又分气和血，一般左手的脉管的是血脉，右手的脉管的是气脉，这是左右来区分的。诊脉时我们有时会两只手去按，同时按病人的左右手里做比较，我们慢慢深入，左手代表病人的血，右手代表病人的气。女人跟男人不一样，因为女人主血，所以女人是以血为主，当她的肺气很旺时产生的奶水是白色的，这是阳气，因为女人是主血，所以阳气会化生成血，血就比较重，比较沉重，所以往下沉，变成月经来了。男人主的是气，跟女人是反过来的，气比较轻，所以是往上升，是往上升，那刚好相反，所以如果是我们去诊一个女人的脉时，常脉就是女人的左手要比右手要大一点，因为女人主血；那男人应该是右手的脉比左手要稍微大一点，因为男人主气，男女要分开来的。

所谓知阳者知阴，阳比较表比较刚，所以上面是君，下面是臣，皇帝在上面，下面是臣，所以那么上面的寸脉的脉的形状、力量应该会比尺脉来的大一点，这是一个常脉，

那这个寸脉，不能过这个尺的这条线，只能到这一段，后边这是一寸，一寸的长度，这是尺的脉，这是九分的长度，如果超过这个上面的话就到喉部去了，所以如果在诊脉病人时，一摸他的寸脉，这个脉怎么老是这个脉好长，穿过这个横纹，到了手掌里面去了，这是溢出去了，当这个（寸脉）溢出去时我们知道这个病人喉咙出问题了，上面就会出问题。那如果这边长肿块，肿瘤越长越大时这个脉不会直着走，因为应该这个溢脉给挡住了，这个脉气就会往左边或往右边弯曲，摸他的脉时就变得L形。为什么要知道这样？因为在治病时，你治他，他吃一个礼拜药后，这个脉越来越弯越来越弯，代表说你错了，慢慢回来慢慢缩回来就代表病人在恢复中。这就是我们看这个脉来决定病人的病是往好的方面发展，还是病严重了，所以知阴者知阳。

我们知道这个阴在这个位置上，我们也知道阳的大小，那一般阳要比阴稍微大一点点，那我刚刚讲过，女人的脉左手就变成阴，右手是阳，女人的脉是左手的阴脉会比右手的大，这就是【知阴者知阳。凡阳有五，五五二十五阳。所谓阴者，真脏也。见则为败，败必死也。所谓阳者，胃脘之阳也。别于阳者，知病处也。】这里下一个定义出来，右手的脉这是横纹，这是大拇指这边，右手又有一个关，关就是横膈的地方，横膈的地方刚好是胃脘的地方，也就是说这个地方是中间，胃里阳的所在，脉诊时我们要先建立一个标准，以它为准来丈量其他的东西，所以摸病人的右手的关脉时摸的是胃脉，那以这个胃脉来作主，来做比较，来看哪一个跟它相靠，就知道病在哪个脏，它这个意思，那你在摸胃脉时基本的一个胃脉，这个胃脉的标准的脉怎么算？我们吸入为阴，吐出为阳，所以一吸，我们在一吸一吐，一吸一吐中间就是阴阳在交换，这（吸）是肝肾，吐出是心肺，那在呼和吐中间就出现脾，所以在这个中间的地方就是脾胃的胃阳的所在。所以如果我们一呼一吸，呼吸之间脉息就四至，呼脉跳两下，吐脉跳两下，那不可能人呼吸的中间没有间断，所以就一呼一吸时中间会有间断，那个就是增加一个脉，所以正常的脉一个呼吸的话是跳五下是标准。

我们前面讲的河图，五之数就是河图的数，就是脾胃的数，这是最标准的，土能生万物，那以这个为主以后你去摸脾脏的脉，比如摸胃的脉，你一手会摸到心脏的脉，怎么知道这个心脏有没有接受到胃气的滋润？因为胃是五谷之海，我们吃的所有的食物进来以后，消化掉以后为我们的内脏所受用，那怎么知道这个内脏有没有接收到胃气的受用，受用到胃气？受用才是正常，不受用是不正常，你摸，那你以胃脉为主时摸到心的脉，心的脉跟胃脉速度是一样的，一样有力，那心的脉在上，比较阳，就比较浮一点点，比较浮一点点，这是常脉。如果摸到胃脉很正常，可是摸到心脏脉，心脏变得很小一点点，那心是阳脉，怎么可以，凡是脉很深，很沉，都属于阴脉。脉很浮，很表，很快，都是属于阳脉。胸为阳，心脏和肺脏在胸腔，胸腔是阳的位置，心肺都是处于阳的位置，那阳的脉应该比较大，反而脉变小，就知道心脏有问题了，依此类推。比如尺脉，尺是下焦主阴，正常的阴脉是不是会比较沉一点点？那胃脉在跳动时，阴脉应该是沉下去。这个阴脉跳动比胃脉还大，那就是肾脏跟脾胃告急了，“你要救救我！你吃的东西我没有收到。”就是从以这个胃脉做标准时，其他的脉就可以测出来了，可以诊测出来了。

【所谓阳者，胃脘之阳也。别于阳者，知病处也。】跟阳脉有差别的，有误差的，我们就可以知道病的所在。【别于阴者，知死生之期。】这个阴跟刚刚介绍的这个真脏脉，先讲真脏脉，这样你们就很清楚了。一个常脉，我们有两种脉，溢脉跟覆脉，这两种脉溢（超越），溢脉跟覆脉就是所谓的真脏脉。一般摸到真脏脉这个人死定了。怎么看？这个（寸脉）正常是九分，这（尺脉）是一寸，如果这个九分的（寸脉），哇，脉一直冲，往上冲冲到尺部去了，这个是阳脉冲出去了，阳脉为什么冲出去？因为阴在下面顶到它了。所以当阴太盛时，阳就会顶往，阳会逼着往外走，这时要称为溢脉，所以整个脉变得一条一直冲，冲到上面去，这就是溢脉，这就是真脏脉。

【倪师内经 12 视频同步文稿】

还有一种是覆脉，也是真脏脉，覆脉从上面，这是阳的位置，如果这个是尺的位置，

如果这个脉。阳的位置一直穿过一直到尺，往下冲，本来尺这个位置只允许一寸的长度，现在阴真的很长，从阳盖过来，覆盖下来，就称为覆脉，简单的说就是当摸上脉时，发觉这个尺脉非常大，一直很长，超过尺脉本来是应该只有一寸正常的范围，很长，这就是覆脉；如果脉往上超，超过了寸脉，到鱼际里面，而且是直直的，硬邦邦的，这就是所谓溢脉。这就是所谓真脏脉。一般真脏脉现时，都是阴和阳分格了，因为这个关已经没有作用了，这是很危险的脉。我们知道这真脏脉出现时，可以知道他什么时候死。

【三阳在头，三阴在手，所谓一也。】这个所谓一是不管是三阴、三阳理论就是一个，就是我们刚刚讲的，理论只有一个，就是我们以手掌的脉这个为主。【别于阳者，知病忌时。别于阴者，知死生之期。谨熟阴阳，无与众谋】，当你阴阳很熟时，不需要很多医生跟你一起去参考，你自己就可以决定了。【所谓阴阳者，去者为阴，至者为阳。】去就是你心里想一个人离开你，是不是离开你看到影子越来越小，当你摸到脉搏怎么越摸越小，会感觉到这样，那脉你摸他越来越大，越来越大，然后你去刺激它，它受到刺激时它会越来越大，称为阳脉。静者，脉很静，很慢，很缓。【静者为阴，动者为阳。迟者为阴，数者为阳。】那有时脉，我们呼吸正常的一呼的话是二至，吸气是二至，一共是四至。如果变成一至，这个人太慢了；有时八至九至，一个呼吸跳了八、九次，速度太快了。这个是【数者为阳，迟者为阴。凡持真脉之脏脉者，肝至悬绝急，十八日死。心至悬绝，九日死。】心是九天，一般如果遇到这种情形时，要不要记这个数字？见仁见智，因为不可能刚好他第一天是真脏脉就被你摸到，你可能一个礼拜后才去摸到是真脏脉，所以你不会那么凑巧，但是只要知道这个数字，都是死脉，只是早晚而已。

第二节 三阳之病

56 页，在介绍之前我先跟各位一个简单的概念，上一章阴阳离合论时我们有介绍到太阳，少阳的概念，太阳主开，少阳主枢，阳明主合。所以比如治疗脸部中风，治疗半天都好了，就眼睛合不起来，阳明合不起来，这是阳明经常做就可以，因为阳明，只有阳明管合，不能合就是阳明经气还不够。眼睛可以这样眨眨眨，就是少阳很好。那女孩子给你抛媚眼眨一下就是少阳很好。如果遇到一个人是太阳有病，眼睛一看闭不起来了，睁在那边，因为太阳主开，太阳在那边，合不起来，那有一个人合在那边打不开了，眼睛左眼打不开，太阳证，这是一个，我们可以看眼睛。

同样，依此类推，把它推到皮肤，太阳主外，所以所有的皮肤毛孔，毛孔就是会开，会合，打开就是太阳，能够合起来就是阳明。当病邪在表时，感到外在的风邪一进来时，一定是在太阳，所以在皮肤表面时一定在太阳。全身最大的太阳经从脚一路整个到背，从脚的至阴一路到眼睛的睛明穴，那么大一条经络就在这上面。所以太阳受病时一定在后背上部的地方。那由于它是在表，在最表的地方，那人身上会去（抵）抗，这个病邪怎么可以进来！会去抗，在抗争时我们的体力跟外在的病邪抗争时，就会产生有寒有热的现象，这是太阳的病在表。

如果病没治好，病进入身体有两个选择，一个就进入少阳，一个会进入阳明，如果进到阳明时病就停了，不会再进了，到此为止。阳明是热证，就是不现寒证，所以看到的都是热证。那你们在看时，哎呀，太阳有发热，阳明也有发热，可是太阳有寒热，阳明没有寒热，只见热证，只见热证在阳明，所以很多人他说了那个太太 55 岁了，问她大便好不好？便秘。多久了？从小到大都如此。所以阳明病可以很久都不会有事，因为它不会传经，到此为止，这是一条路。那第二条路，如果不幸没有进入阳明，跑到少阳里面，少阳是枢纽，开门啊，结果开门进去往右转到阳明，左转进去就会进入阴经，就会有阴证的出现，这就是基本上一个概念。

【二阳之病发心脾，有不得隐曲，女子不月。】第二个阳，阳明，发在心脾，心脾都是主血，有不得隐曲，就是有的得到这个病不好讲，比如男人精子比较少了，女人的月经停滞不前，这是贫血的一种现象，因为二阳讲的是阳明，阳明讲胃呀，肠胃，结果肠胃消化了食物以后，没法把食物消化成血，这时病人会有血虚的现象。如果再传，传经

时，这个人的因为这个血不够，就会风消，人就会日益消瘦下来，再传为息贲，就是呼吸要用脖子。我们平常呼吸很简单，吸气吐气。他没有办法，他要很用力的去吸，吸，脖子还有肩膀去帮助呼一口气，息贲，这种就是很危险的，贫血到后来就是这个样子。

三阳为病，这个三阳第三个阳，外面的阳，就是太阳。太阳【为病发寒热，下为痈肿】，为什么说会有痈肿？因为太阳经本身是在体外，摸人的身上背上都是寒的，所以叫太阳寒水。肾脏在这边，这个是督脉，这中间是第14椎在这个地方，肾在这边。当肾脏，这是小肠，肾脏在小肠的后方，小肠是火，小肠是很热的，小肠的火是来自心脏。那火在下面烧，肾脏的水在上面煮。这个肾里面的水源头是来自肺，肺是肾之母，是金，金主燥，这个肺里面的水一直往下漏，进入肾脏，金生水，到了我们肺里面以后，从肺里面到了肾脏以后再气化，蒸化起来以后，干净的水会进入我们后面的膀胱经，一路上去到脑部去，营养养分会进入骨髓，进到脑部里面去，来滋润我们的脑筋，增长我们的记忆，那津液会进入我们的经脉。那残渣的水再从肾脏再进入我们的膀胱，所以从肾脏到膀胱时其实已经气化过一次了。跟酿造制酒厂也是一样，第一次蒸馏出来的酒是最好的，再第二次就二锅头了，就没有第一锅头好，第一次蒸馏的最好。第二次在这边，到了膀胱以后，我们老天爷说人体是精密的，再来一次，不能浪费，所以膀胱里面的尿液，因为膀胱靠着小肠，再气化一次，气化出来的好的蒸汽的水回到肝脏，用水去生木，膀胱是水，去生肝脏的木，再去帮跟着去清理一下，这个残渣再从小便排出来。

因为这个是气化的状态之下，所以膀胱象气球一样，热气就往上升，热气就往上升。膀胱里面有400CC的巨量在里面，就足够晚上睡下去一觉到第二天早上不用起来上厕所，这个量是400CC。如果年老气衰，一个晚上睡八个小时上八次厕所，每小时起来上厕所。膀胱本来是400CC怎么变就变成40CC了，为什么？就是因为没有气化。气化它会膨胀成热气球一样，热气球气往上升，这是很简单的一个观点。当热气在里面时喷射的力量就很大，所以小便力量很大。老头子晚上起来去小便的声音，听那个声音滴滴滴，就象滴水一样，因为不够力，那你不会很笨，手试看看那个尿是冷的还是热的？不用那么傻，听就知道。

我们不要做聪明的人，要做听明，听跟聪很接近，看这个听（聽），这个聪（聰），这两个不一样，听这边下边耳朵加个王；那耳朵当王，耳朵听，所以听明，聪明不要听明，一听就知道了。所以我不太喜欢大家到我面前讲，因为一讲我太明白了，一听我就知道，所以干脆不要听，比较好。聪明要有，但是我们要听明，以后望闻，闻听，用耳朵去听，那这个脉诊即使你摸脉摸半天还是形而上，比较形而上，因为你没有跟我到那边去，如果跟我到那边去，我在摸脉时，我一摸脉马上告诉你这个怎么样怎么样，那同时是三个病人都不样，我马上告诉你这个是谁，这是太阳表，这是阳明，里面马上出来，这是少阴证，为什么？摸脉就晓得了。然后我夏天一摸这个脉我说你冬天会得冻疮，他说你怎么知道？那就告诉你，那你不会摸就要这样学。如果还是摸不出来，我们望闻问都可以解决。

因为中医听起来好象很简单，我们有四诊，望闻问切，实际上一诊就够了，如果身体解剖学很了解，身体的结构很了解，一诊就够了。所以那个老先生来说晚上八次厕所。小肠冷，下焦寒，结束了，那我们就开热药吃下去，这是秉天之纪地之理，天地也是叫什么？你就拿个气球会不会往上升？不会的，必须要烧热气它才会往上升，世界上的那个气球比赛是不是都是热气球？用冷气球那个笨蛋，跑去给人家笑死了，都要烧热气才会往上升。所以观念很重要，那就是天之纪，地之理，这是中医。那西医不管，西医没有什么天之纪，地之理，一看，这个膀胱肌，膀胱括约肌松弛，开刀。开了刀还是很冷啊，开刀跟寒热没有关系的。不要开刀，灸还要好一点，艾草烧一烧很好。

所以膀胱经如果有病变，膀胱经里面是寒水，这寒水平常是等在那边的，保持我们身体的温度，外面是冷的，里面是热的，这样的话我们才能够保持体温，不然这个体温就丧失掉了。那寒水如果是遇到病邪时，这寒水没办法透发，停在皮肤底下时，水比较

重，就沉在下面，所以下腿会出问题，脚会出问题。我们为什么说常人脚是热的？因为这个腿下来以后，这是委中到小腿，后跟到脚，到脚前面，从至阳这边上来之后，人的膀胱经上来。如果人的水是热水，是气化时上去很快。如果是冷水，这个寒水在这边时，我们平常怎么样，运动时太阳主开，运动那个水排出来，新的水马上补位，一直在交换，不会停在那里不动。那现在表如果一受伤，遇到外面的病邪一来时，如果一受伤，太阳本来是开，就是不开了，不开了以后水堵在里面，汗水出不来，停滞久后就会长化脓疮，或脚生疮这种，肌肉会有抽筋这种现象。

【其传为索泽】，就是皮肤变得很粗糙。女孩子说皮肤要很细腻如何？要常常保持汗出来，要新的汗去换旧的汗。如果不要（出汗），要汗在里面就不出去，那皮肤越来越粗，因为没有新陈代谢，汗水没有了。真正的要清到毛孔最里面，而不是从外面清进去，而是从里面清出来，从里面清出来时，要流汗它才会清出来。可是流汗有时节呀，不能冬天一直在流汗。而夏天时流汗最好，要按照四时的节气来流汗。现在是冬天，不看时节就跑出去流汗，自找苦吃呀，汗一流出来，“冬伤于寒，春必温病，”春天时发热病，发热病时去找温病派，吃药没有用，因为你的温病是因为冬天你有寒，里面有寒，因为你毛孔在开，冬天时你毛孔打开了，寒就跑在很里面。一定要把它寒散掉，它才会完全根治，不然的话你吃温病派的药，吃寒凉的药，当时一两天很好，第三天又来了。所以如果我们看起来是发烧怎么样，你吃了半天，每次吃中药为什么吃当天很好，第二天烧又慢慢回来了，第三天烧又回到原状，这就是里寒没有去。这样诸位就会看得比较清楚，皮肤会很粗糙，因为膀胱经的募穴在中极，腹部耻骨上一寸是中极，中极上一寸关元，所以中极在关元的下方，有中极穴在这边时肠子顶在上面，当膀胱经出问题时，经脉的力量不大时，肠子就会下坠，就疝气，肠疝都有。

一阳发病，一阳就是讲少阳，【少气，善咳，善泄。其传为心掣，其传为隔】。中医对生理学的观念是这样的，胆是络到胃在这边，酸的入肝，多吃酸的，但是也不要吃太多，从早到晚就在吃酸的，太多了，太多酸的话酸都会木会克到土，会影响到脾胃。那这个胆汁流出来，胆汁里面的水分源头来自膀胱。膀胱里面的水分之所以会进入肝脏，是因为小肠很热，所以回去，然后把肝脏清理出来之后胆汁就出来了，所以胆汁等于是肝脏的代谢物。那心脏在这边，心脏产生搏动，产生的热是进入小肠。

还有一个东西少掉了，我们有一个心包，心包好象是心脏的外膜，把心脏包住了，这个心包还有心脏的中间有很多这个水，清的水，真水在这个地方，能够让心脏，因为跳跳跳，不要过热。那心脏在搏动时产生的动能，就会影响到心包，心包跟胆汁连到了，一条经络连到，所以为什么胆汁会喷射出来，跑到十二指肠那边。如果可以看见胆的话，胆汁出来是喷射的，心脏扑通一声，那个胆汁就出来一下，所以胆汁出来是这个速度，胆汁的速度出来跟着心脏的速度是一样的。所以如果他们切胆时，把这个切了，这个切了，这个切了，三刀了，切两刀拔不出来，还有一个经络连到，把这个切了，这个就连带到心包。

少阳一阳发病，少气，善咳，善泄，因为胆汁排泄的过多或多少就会影响到泻，其传，如果影响到其他地方第一个影响到心脏，因为心跟它是连到的，也会回应到心脏去。

第三节 治胆石、鼓阳钩脉

【其传为隔】，少阳问题如肿大时，吞不下东西了，所以胆结石在里面的堵到了，吞不下去东西，那你了解这个过程，深化了过程以后，那去胆结石就很简单了，一个是我們如何找一个药进入少阳，把这个胆打开来，能够疏解开来；第二个加强心脏的，喷射出来，就好象一个香水瓶，香水瓶头堵住了，香水瓶是不是喷的？喷水出来，喷香水，一压就喷出来。那现在有东西堵在那个头那边了，如果是香水瓶是肝，那香水瓶的头是胆。现在堵到了，你到西医，西医看，要把它修好，把头砍掉，把它封起来，西医就是这样，那香水是不是就不能用了？中医不是，很简单，多压两下就喷掉了，问题是谁在压？心包。所以我们如果把胆汁打开来，加强心脏的搏动力量，再加一下化石的药，那

个胆汁就排出来了，所以以后处方是天成的。还没讲到伤寒金匱，我没讲神农本草经，你就会开处方了。是传为隔。

二阳一阴发病，二阳主的是阳明，一阴主的是厥阴，厥阴是在胃和肝中间这个地方，那发病肝脏本身就主惊骇，肾脏是恐，发病时就是，所谓怒伤肝，发怒气伤了肝脏，而本身肝脏发病时不是发怒，而是发惊骇的，肝有病的人，那个肝有病的人不是一天到晚在发脾气，那个肝有病不是，而是发脾气容易伤到肝，不是肝受伤才去发脾气，不是的。所以男人结婚跟太太好，这样肝就很好。肝脏好一定要掌握到这个大原则。【背痛善噫善欠】，这是一些外面的表证，叫做风厥，因为肝是风脏。

二阴一阳，就是少阴跟少阳同时发病时，病人善胀，比较容易肚子胀，因为少阴是肾脏跟心，少阳就是胆、三焦。腹胀，然后心满。只要跟胆有关系，大部分都会影响到心脏，会吐气，会善气。

三阳三阴发病，太阳和太阴合病时，就是太阳证，太阳还有太阴这两个地方，造成病人会有半身瘫痪，半身肌肉萎缩的现象，四肢不举。中医认为四肢属阳，如果我们身体分阴阳时，四肢是属阳，身体是阴，四肢属阳，露在外面的。这四肢在内脏在来说脾脏在管，脾管四肢，因为肢，记得肢肢肢，这个是树枝的枝，这个是人体的枝，枝跟肢是相同的。那脾是土，那树枝就是土生，中医的观点就是这样，把它不要想得很复杂。脾主肌肉，四肢它很多肌肉。那现在有问题了，肌肉就萎缩掉了，四肢就不举，没有力量了，我们讲四肢不举，不是五指呀，男人的不举跟这个不举没有关系，不可以误解，有时可以顾名思义，有时不可以顾名思义。

【鼓一阳曰钩】，什么叫做鼓？这个就很多人不了解了，要亲自摸过你就知道，观念很重要。如果这个手上的脉搏，左手这是大拇指，这是关，寸、尺，寸这边是阳。什么叫鼓？就是本来这（寸脉）是九分，本来九分。那现在不是，是可能两分、三分，就是一个圆圆的鼓在这边，然后一摸上去那个东西顶上来，这样鼓在上面，脉象就是鼓到的。平常摸手上的脉时脉是这样是横的。鼓脉就是摸上去这样顶到就是鼓。鼓一阳是钩脉，是心脏的脉，钩脉。所谓的钩脉就是摸到一个鼓脉，钩脉是心脏的脉。【鼓一阴曰毛】，如果只有一个，这个在寸部的阳线，称为毛脉，还有钩脉，这个就是一个是肺，一个是心脏。

【鼓阳胜急曰弦。鼓阳至而绝曰石】，这种都是所谓非常危险的脉，比较重的脉。钩脉代表心脏的正脉，心脏的正脉时本来是洪脉，钩时代表说心脏出问题了，出了大问题了，这个第一个鼓一阳和鼓一阴都是在寸的位置，寸阳的位置可以摸到。所以如果摸到一个很大，一个鼓的，或摸到一个细细，象根毛一样的，很细的，毛是浮在表面上，很轻微的，可以摸上去，比如鸡的羽毛，这个鸡的羽毛长这样，旁边是平的，一摸上去中间那一条旁边是平的，那就是毛脉，知道毛就是摸到中间，可以摸到旁边，但是中间一条硬硬的在正中间，那就是毛脉。

【倪师内经 13 视频同步文稿】

第四节 阴阳相过、阴争

毛脉是肺脉，如果【鼓阳胜急曰弦，】很急时，象吉他弦一样，就是肝脏（的脉）。【鼓阳至而绝曰石】，就是脉挺在那边，一直挺在那边，不动，象石头一样，这是肾脏的脉，什么叫做阴阳相过？这个是阳，关上为阴，关上为阳，那这个阳在上，阴在下，这个脉有时跑上下这样晃来晃去，有时摸脉时可以感觉到，还可以常常是忽大忽小，有时在阳的位置忽大忽小，有时在阴的位置忽大忽小，就是阴阳相过，就是溜，什么溜来溜去，跨过了脾脏的位置，就是溜脉，溜脉就是脾脉。所以钩为心，毛为肺，弦为肝，石脉象石头一样的为肾脉，如果摸到时大时小，上下阳跟阴这样走时就是脾脏的脉。

【阴争于内，阳扰于外。】正常人这个阳被阴，阴和阳是这样，皮肤最表面时阳在表，

但是因为阳在表，所以阳可以把皮毛孔合到，但是阳会那么听话把毛孔合到，是因为阴在里面，两个互相的，所以阴和阳在身体里面是互相帮助，互相支持的。如果阴在里面互相相争，五脏之间不平衡，叫阴争，阴会争，本来应该肝生心，心生脾，脾生肺，肺生肾，肾生肝，结果肝木克脾，而心火去克肺，相争了，这样拉来拉去的，克的争。相争时，这个阳本来是在外面，受阴的节制，那现在不是，现在在里面在争，不晓得帮谁，阳就不稳定，这是阳扰于外。

这时【魄汗未藏】，魄就是肺，津液就会往外散。四逆，手脚会冰冷，因为津液丧失掉了，肺里面会干燥，这时就造成喘鸣，这时就病变，有病变时产生的一种现象。正常的人心脏的火是搏动，因为肺在这边，火因为金的关系，火克金，这两个是相互的关系，当这两个很平衡时，心脏的火是下来直接进入小肠，那肺里面的津液，如果里面有运动，这个津液会从肺里面进回到肾脏那边，金生水，所以上焦的阳不管是心脏的热还是肺里面的津液都是往下沉的，这是正常。

阴都是往上升的，所以肺里面的津液是来自大肠，大肠因为围绕着小肠，小肠是火，把大肠里面的水分气化后，那个水才会回到肺里，变成肺的津液。那肝脏是木生火，心脏里面的血源头来自肝脏，所以就是生成的样子，这里跟诸位讲一个，当了解这个以后，用推理，我常常去推理，我推理出来书上都没有，这样看病速度变得很快。

第五节 手之正常色

举个例子，看每一个人的手，手拿出来，什么叫做正常？正常都是粉红的，白色跟红色混在一起是粉红色，那我们是在黄帝内经讲过的，肺是什么？肺是西方金，是白；心脏是赤色。那心脏很小，肺很大，所以白的很多，红很少，所以到手上时，这个上焦，到了手上手掌时，上面是阳，阳中有阴，阴中有阳，见阳知阴，手掌就是阴，那可以看到白，一点点红混在一起的颜色，就叫正常。那有一天提供者肝脏出问题，本来正常的肝脏把很好的血送给心脏，木生火，那就这一滴血就很漂亮，很赤色，就变成粉红色。肝脏有一天一大块被占领掉了，被占领掉了可能是肝硬化或肝癌，那血还是同样要回去，回到肝里面时发觉到，已经被人家占领掉了，这个血根本还没有，肝不是要化，还没有那个解毒时，就一大堆血一就冲到心脏里面，那心脏本来是一滴血的。那现在不是了，现在是一箩筐的血，那红的太多了，太多了，那白的是不是变少了？那跑到手上手掌变红了，那个红的越来越暗，越来越暗，红。常人的红看起来鲜红，越来越变成暗红，所以肝有问题的手掌一看都是暗红，是这样来的，推理就知道。

所以我们在摸脉时，平常每次摸脉时就在看手掌，那以前算命时就看这个生命线、天柱纹，看了会不会有几个小孩呀。看病是不是就看他的手上就肝病，其实手还没有摸，看肝病，脉已经不用摸了，就不用摸了。那在家吃了一个来礼拜药，越吃他越红越暗，完了，完了，方向错了。越吃粉红色越出现颜色越淡，就病在退，越来越进步。中间这就看出来，所以我们着重在望诊，很多地方都可以找到蛛丝马迹。

第六节 正常之阴、阴盛阳虚

第 57 页，【阴之所生，和本曰和。】正常的阴，阴是在五脏，化身上的血都是阴，阴要和，很和平，不要有风浪，这是阴。如果这个阴越和，如果有一天阴太盛，太壮大，为什么？有阳，所以阴会出问题，就是阴盛阳虚，阴和阳，阴之所以会和是因为有阳在里面，比如这是水，证明这个阳在里面，这是阴和阳，它混合，它不会有问题。

万物都是来自于水，没有水没有任何东西可以生存。就这个大原则，没有水没有东西可以生存，中西医最大的不一样的地方，就是西医只看血，中医要看水，大家都知道身体里面有 70%以上是水，只有 25%是血，那不可以拿 25%的资料来做个判断，那会错的。最好象这个陪审团，证据不足，看到两个证据有罪，不是害死人吗？要全部看清楚才能判，所以常常误诊。

【刚与刚，阳气破散，阴气乃消亡。】阴气过盛时会造成阳虚，太盛时阳会虚掉，这个地方就会把阳气打散掉，阳气一散的话没有地方去制阴时，那完了，阴就散掉了，阴散的方式很多，可能是太阳开了，不断流汗流汗，津液就散了，还有大小便失禁，大小便能够合不起来，合不起来就是失禁，合不起来也是。阴盛，往外走，阳虚掉了，阳虚掉了合不住，收不起来。【淖则刚，柔不和，经气乃绝。】这就是因为阳虚会造成阴盛。

第七节 腑脏之满实、死阴

【死阴之属，不过三日而死。】所谓死阴之属，待我们会讲到，【生阳之属，不过四日而已。所谓生阳死阴者，肝之心，谓之生阳。心之肺，谓之死阴。】肝如果阴盛时，脏，还有腑，不太一样，脏本身收藏可以满，不可以实；腑可实，不可满，为什么？举例，比如这是胃，那你吃了很多东西，实就是东西，吃了很多东西，可以实，没有关系，这是胃。因为一消化后它就跑到小肠去了，跑到小肠里去时变小肠是实，而这胃就是空的。

所以腑可以实，但是不可以满，什么叫做满？便秘七天没有大便，都堵了，堵到这边了，已经满到这边了，还在吃，不是过满，这个不可以满。脏不一样，脏充满了很多阴的津液，很多阳在里面，它可以满，但是不可以实。实就是长东西了，实跟满的定义不一样，满只是充满而已，而实是有实实在在的东西在里面，这是基本的原则。那肝如果有实的现象时，木生火，会让心脏的速度会变得很快，所以肝阳很亢时，因为里面有实，阳，肝的里面的阳，没法待在里面，就往外走，那肝木一出来时就遇到这是火，那心脏跳得非常快，到八九一息，一息就是一呼一吸，有时正常是五下，他到八九下，十下就快死掉了。

中医跟《易经》有关系，我们讲的象跟数，一到十的数，正中间就是五，五数是最标准的，太过或不及都不行，越靠近二、一时越危险，越靠近九、十时越危险。如果原来是七，帮他治到变成五；原来是三，治到五，都是高手。本来是五，本来是六，给他治到十，就是方向大错，搞错方向了。这个脉的速度也可以摸出来。本来是肝生心是生，相生，所以它为之生阳，但是这个生阳是阳亢，亢太多了，心和肺为之死阴，那心脏和肺互相制衡，两个相克，这个是死阴。

肺之肾谓之重阴，就是肾本身是受纳来自肺的营养，肺的津液，那现在肾有病了，那肺还是不管了，不顾一切的提供肾很多的营养，很多的津液，就是加重它的压力，这是为之重阴。

肾和脾，这个观念很重要了，脾脏是土，肾脏是水，正常人的土是来克水的，我讲过，用克的话你们好象容易误解，我们算命给它克比较好，但是土是制水。有两种解释，一般书面上，字面上的解释大家都知道，有积水有问题，我们要去强脾，把水慢慢排出去，这其实这是最基本的想法，真正的传神的想法就不是这样了，传神的想法，肾的本身有阳在里面，所以叫肾阳，就是动力，因为有阳在里面，所以我们有力量，可以举重物，可以有智慧，可以有记忆，那阳要固守在里面就要靠土。所以我们刚刚讲阳不怕多，阳要能够潜在下面，要潜在里面，躲在里面。

所以肾是寒水，这个阳躲在水里面，乖乖地躲在里面要靠谁？靠脾脏，因为脾能制水。最后我们开处方说，哎呀，这个肾阳不固。记得阳是主开合。今天行房，它会挺起来会胖，那个会分泌津液出去时就开合，就阳，肾阳。那阳没有了，不能开合了，那我们就有一些人就用一些固精的药，北派的经方家，脾脏一加强，小便也不失精，精不遗了，为什么？脾土可以治水，这才是根本，所以经方时我们很少用到本草里面很多药，我们用不到，因为这本来是黄帝内经的。所以你们如果在学校里面问一般的中医和教授，水，这个脾来制水，有水肿时我们要去治脾，这是大家都知道的。但肾阳不固时要去治脾就不了解了，就是这个道理，土能够制水。这个死阴，为什么讲心和肺？心和肺本身是金和火，这个金里面的津液不够，肺里面的津液不够时，火一直在增化，肺里面就出

问题了，肺象汽车的水箱，心脏象汽车的引擎，那水箱里面水不够了，汽车过热，那烧坏掉了，死阴。

第八节 结阳/结阴、搏脉

第 58 页，这里讲结阴和结阳，所谓结阳就是阳气被封到了，受到阻力了，那个绳子绑住了，结住了，阳气受到阻力，所以阳结到的话走四肢，人的四肢是阳，身体是阴。如果阳结到时，四肢肿起来了，因为阳不行的话，阴就会盛，这时四肢水肿。如果是结阴的，阴被结到了，比如肝、心、肺、脾、肾，肾在下面，这是所谓的阴，如果有个脏被结到了，就让绳子绑到了，封掉了，这个血进不到脾脏里面，血要送进去呀，因为阴藏血，阴脏里面都是血，进不去了，这个血要回逆，回逆流出来。那逆流出来时，怎么知道它是脏结到了？黄帝内经就下定义了，【便血一升，再结二升，三结三升。】就是有一个脏因结住了，血出来是一升，大概 40CC 的量。如果排血才排出来是 80CC 的量，两升的量时就代表两个脏结到了，三升的量的话三个脏结到了。这个排血有可能从大便排，有可能从小便排，有时吐出来。如果【阴阳结斜，多阴少阳，】阴阳同时如果被受阻到了，这时如果呈现出来是阴盛阳弱时称之为石水，石水最主要的症状就是小腹胀在那边，就是这个阴阳结住了。为什么你们要，在《黄帝内经》里讲这个是在少腹在这边，因为以后的处方，就是针对这个一剂去掉，一剂已，处方就是这样来的，以后讲处方时就简单了。那阴阳结住，多阴少阳就会变成这样。

【二阳结，谓之消。】二阳是胃气，胃气被结到时，这个胃气如果被结掉了它没法往下散，胃气在这边一直往上升，上升时为什么叫消？因为常人饮水入胃时，在胃就直接散发掉，被身体吸收掉的，饮的水并不会进入小肠，再进入大肠。如果饮的水进入小肠或进入大肠的话这个人就是下利的，因为太冷了才进得去。这食物的水混在食物里面可以下来，进到小肠里面去，所以食物里面的水跟我们喝的水不太一样。如果胃的阳结住了，这个热气没法往下走，这个热气往上升，造成里面阳非常热，里面胃非常热。那你喝水，水一喝下去就没了，一喝下去就气化掉了，一喝下去就气化掉了，这是消，消渴。比如糖尿病就是类似这样的。

三阳结就是讲太阳结到，太阳我们指小肠跟膀胱，小肠跟膀胱结到时，【谓之隔】小便就没了，小便就不出来了，太热了，小便就没有了。

如果是三阴结到，谓之水，这个因为阴是寒水，正常人身上非常多的气，你站在那边吐一口气，看到热气，这个气就会动，这个气我们不叫水。但是如果是阴结，就是里寒，寒结到时，这个气就没有那么热，气本来就来自水，气体就会换化成为水。正常人的气是，这个到了小肠里面去了以后，小肠因为下，小肠在最底下，小肠是火，很大的火，所以火在下面烧，上面这个心脏也在烧，下面的小肠也在烧，全身的水是气化的状态之下，这是正常。但是如果寒结在里面时水气化了，原来气化的水就转变成冷水，就在身体里面叠着，这一段就这意思，在身体里面堵到，谓之水。三阴结，三阴就是指太阴脾脏还有肺脏。

如果是一阴一阳，两个结到的话，一阴讲的是肝，厥阴经，一个阳讲的是少阳，这时产生喉痹，这个喉咙会有问题。【阴搏阳别】阴，这里讲的就是脉，这是内经里面教我们诊断，这个手掌的脉这是关，这是寸，这是尺，如果这个阳在这边，这是阴，如果摸上那个脉时，阴的脉非常大，搏，一直跳动很强，阳别，什么叫做别？就是本来是一条脉，那现在分成两条，怎么变两条了，它跳来跳去，左跳右跳，就是分两条，这就怀疑有子了，有小孩子，有子了，当然中国人很好玩，男左女右，如果能摸到左手的脉是男孩子，如果能摸到右手的脉女孩子，右手的脉，这就是孕脉。实际上手少阴心经，神门旁边有一个大经，这边有条经，在这个是心包经的两条经中间，神门的大经在这边，神门在内侧这里，在这个内侧这里还有个脉，这是少阴，就是讲少阴的脉，这个就是小孩子的心脉，在这个地方。

阴阳虚，尺脉，寸脉，寸脉是这个阳，然后尺脉是阴，阴脉跟阳脉都是虚证时，当它出现虚证时病人同时有下痢，肠痹，下痢不止，这是很危险的，为什么？阴阳本身就虚的，那虚到什么程度？阴还在下痢，下痢不止，这就代表人已经虚到极限了，因为阳才能够控制它，那阳就没有了，阴一直往外散，摸到脉又是虚的，代表阳不会回头了，这就是很危险，都是死症。那我们当医生的不可说医书上写到死症那就死了，这个不是，我们要放手一搏，那我常常就去搏，我们搏时，只有经方有办法搏。

如果是阳加于阴，也就是说寸脉的阳脉，如果是跑到阴脉上面时，摸到，这就代表病人在出汗，流汗，汗流不止，因为阳，阴脉往外走，这个尺脉，正常的阴脉是沉，缓在下面。那下面阴脉跑上来变阳脉，那就代表里面的阴，阴就是津液，看得到的都是阴，跑出来就代表病人在盗汗，在流汗，汗不止。正常人都要流汗，但是流汗是有动作的，运动以后才流汗，而不是随时坐那不动，或晚上睡觉也去流汗，这就太过了。

如果是尺脉是虚的，寸阳脉是搏到的，这是谓之崩，病人大量出血，所以虚脉就是说，虚时轻轻摸它可以摸到脉，按到骨边就没有脉了，正常的阴脉尺脉是到骨边的，人一虚时阴脉会浮起来，浮起来摸到有点一点点脉，可是按下去时完全脉就不见了，这就是阴，阴脉是虚脉，虚脉时，阳脉是寸脉力量很大，代表阳一直往外走，就是血崩的现象，血崩大量的出血。

三阴俱搏，这里的三阴讲的是太阴，太阴包含了两个脏，一个脾脏，一个是肺脏，这两个都是搏，20天以后的夜半死。就是脾脏和肺脏土和金，那在这个晚上半夜时，因为木，半夜是木气，木气当旺所以它是相克的。一般节气都有相克，为什么要去研究它克，就是我们可以知道生死。如果夏天夏季，夏天本来是夏天是心脏，肝是春天，照理说春天是肝脏的王时是最好，应该本身不受病，可是有肝病的人在春天，在这个节气来说出事的几率会比较少，不是不会出事，还是会出事，因为现在出事的原因很多。那个做肝血管栓塞，做化疗，肝癌开刀，我到下边没有听过有开刀好的，然后结果我们在做时，我们在治时，一看，本来药劲就会到，他做那化疗后，前面挡着一堵墙，阴阳被隔掉了，我们药到了那个墙被打回来，被化疗打回来，我常常遇到种情形，那人会很懊恼，他本来不该死的，就死掉了。如果是按照《黄帝内经》的解释就是，心里要想是好几千年的东西，完全没有西医的介入，是这个样子的，原来这个样子，所以你心里要了解人体原来是这个样子的，本来不该春天死于肝病，现在春天死于肝病，谁搞出来的？你知道吧，谁闯出来的祸。这是半夜死，所以我们不但节气可以算，连一天的日子，一天的好时间也可以算。还有看黄历，黄历每一天都有一个干支，那个支也可以计算他生死。

如果是二阴俱搏，就是心，二阴讲的是少阴，少阴就是心还有肾。【夕时死】夕阳西下时，13天以后的夕阳西下时死。

一阴俱搏，一阴就是厥阴，肝还有心包，10天就死掉了。所以阴脉，正常的阴脉要沉，要隐，要缓，不能够太搏太强，搏就是太强。

如果【三阳巨搏且鼓】，三阳讲太阳，膀胱、小肠。这是不但速度很快，而且硬的象骨头，象鼓一样挺起来了，挺着，摸上去是这样的感觉，就是一个东西顶到的感觉，而摸脉不是，他的脉不是一条，而是鼓着的状态之下，这种三天就死掉了，这种都是很危险的。

【三阴三阳俱搏且鼓】，讲的是太阴还有太阳俱搏，造成腹满，五日死。脾脏本身管四肢，管阳，少腹也脾脏在管。

【二阳俱搏】就是阳明如果脉非常搏速度很快，这是阴没有了，一点没有了，而是其病温，温就是温热的病，也是死不治，不超过十天就死掉。当年黄帝跟岐伯对话时，病温会死掉。张仲景解决了。温病不可能死人的，到了介绍伤寒金匮时就知道了，一剂就足够了。

第八篇 灵兰秘典论

第一节 十二脏象

第八章就是所谓的灵兰秘典，黄帝就问，十二脏之相使贵贱如何？也就是说把十二个脏腑的功能放到我们宫廷里来，看看我们这个看谁是谁，看谁是可以对应成谁？岐伯当时很巴结皇上，他说【心者，君主之官，神明出焉。】心脏的神，看起来好象没什么，听过去就算了，大概了解一下那个功能，实际上有它的意思在里面。心脏的神明，心是火，为什么说是火？你看蜡烛在这边，一个蜡烛，蜡烛芯在这边，这个芯在上，那个火焰在烧时，是不是蜡烛是火焰象这样的象，中间是空的，你们去看那个火焰，如果没看过，你们现在都是手电筒，灯光，很少去看火焰，你点个蜡烛看，中间是空的，火的中心是空的，里面中空，中间的空的为什么？因为有真水隐藏在中间。所以从这个地方可以看到。

当然我们在人事上面，人事上面中空，就是中虚，中间是虚的为明，要做个明，很明明白白的人。当时给你讲，你说老师我怎么常常给人家骗，网络诈骗，电话诈骗很多，怎么会给他骗？两种人不被骗，聋子跟瞎子。聋子因为他耳朵听不到别人讲话，他听不到所以怎么骗他也不行，他根本没听到声音，他只好用眼睛去看你怎么做事情；瞎子他眼睛看不到人的眉头，他只好用耳朵去听，用心去听，那最后就不会受骗上当。所以看到法院被骗的，都是眼睛好好的耳朵好好的。所以我们要中虚，当然我们的眼睛好耳朵好没有关系，中虚，什么都不要什么，把身体当成一个空白一片，这时候听，你中虚为明，这是人的人事上的明的性，这个性。

心藏神，这个神里面是真水，所以真正的水是来自什么？肾脏，所以心脏里面的神源头是来自肾脏，一开始我在讲，这个西医认为人身上第一个造成的组织是什么？器官是心脏。中医说不对！不对！是水，有水以后，再生筋膜，再生心脏，所以怀孕以后刚开始没有心跳，两个礼拜后才查到心跳，那这两个礼拜形成不是人啊，那是因为筋膜，心脏还没有生出来，那还没有生出来，这个筋膜之前全部是水呀，还是有生命的，所以中医还要在推往前，这是心脏的神，神明出焉。

【肺者，相傅之官，治节出焉】身上所有的节制，该做什么？脾脏该做什么？心脏，胆该做什么？肝该做什么？肾脏该做什么？这是肺脏在管，因为肺在最上面，肺象天幕，肺在上面，这是肺。所以肺是君主的老师，在上面，治节出焉。这个肺就是岐伯，黄帝就是君主。

【肝者，将军之官，谋虑出焉；】肝脏就好象将军，能够打仗，能够出谋略。

【胆者，中正之官，决断出焉】胆很正常时人有胆识，有胆气，胆气不够时就没法做决断。肝脏在这边，胆在这边，这两个都是木，肝是阴，阴木，胆是阳木，你们学过针灸以后这个就很简单了，中医认为肝主目，所以眼睛视力是不是肝脏在管的，因为肝主目。如果今天视力有问题，有两种问题，一种就是眼睛看不清楚，只是模糊，看不清楚，模糊看不清楚的话它不见得肝脏、胆脏有问题，比如我们戴近视眼镜，因为小时候喜欢躺在床上看《左传》，躲在那看武侠小说，看看看眼睛都坏掉了。现在小朋友近视比如看电脑，电动玩具打得近视眼，打得近视眼，这不是内脏的病。肝这里有问题时眼睛会退化掉，就肝脏有问题，或是里面有重影出现，或是看到蚊子出现，飞蚊出现，我们都要从肝脏下手。既然肝管眼睛，胆也要管，当然胆管理了，胆有几种管法，一种是本来象个袋子一样，如果这个袋子是这样的，很正常，那袋子如果被，因为有时小孩子吐得很厉害，吃东西就要吐，因为爸爸妈妈不知道，中间有水隔在那边，猛给他灌奶，他一直在吐，一直在吐，吐太严重时胆反过去了，这个袋子反过去了，这时b就会看到d，

所以胆出问题视物都会（左右）反过来的，所以当初奇怪，视觉怎么看成反的，P 就看成这个 q，反的？这个症怎么治，治胆，这个是两种事物视力上的问题，视觉上的问题。

膻中，就是心包的地方，是【臣使之官，喜乐出焉；】这个臣使之官讲的是太监了，还有宫廷里面的艺歌妓的，唱歌的。【脾胃者，仓廩之官，五味出焉；】专门管，农业局，这个管农业的，五味出焉。【大肠者，传导之官，变化出焉；小肠者，受盛之官，化物出焉；肾者，作强之官，伎巧出焉；】就是有技，我们有做师傅，做雕刻的师傅呀什么的工艺很强的，画画这种的。

【三焦者，决渎之官，水道出焉；膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出矣。】膀胱气化者出焉，因为膀胱贴到小肠，气化了，所以出小便就排出来了，排出来之前还有很好的水要到肝脏去，所以正常人应该不会浪费一滴水才对。【三焦者，决渎之官，水道出焉。】三焦最早源自于肾脏的地方，肾脏的中间，第十三椎是三焦，肾脏的中间到关元，最早的焦原，源头在这一带。三焦如果往上走，进入横膈膜时，这个大的位置。横膈以上叫做上焦，横膈到肚脐的中间叫中焦，肚脐以下到少腹的地方称为下焦，那这个“焦”就好象这个“焦”，这个焦有肉月，也就是说脏腑之间有很多有油网连联系到，那这个油网联系到这就是三焦，为什么要这个油网？这里面有油在里面，油那水才会跑得快，代谢的快，有水才会，这个有油这个水才会跑的快。三焦里面的油就来自脾脏，所以三焦跟脾脏也是紧密相连的，实际上三焦跟所有的脏都有关系的。这个里面的油是来自脾脏，也就是说脾脏有问题时油就没了，油就没了的话那水就会总在三焦里面了，所以三焦是决渎之官，为什么？因为里面除了有肾阳的热以外，还有就是脾脏的油，它水在身上跑得很快，这是决渎之官，水道出焉。这里先简单的介绍一下三焦。

第二节 君主之官-心脏

第 61 页，【凡此十二官者，不得相失也。故主明则下安，】这讲的心脏的重要，心脏是君主之官，本来心脏是不受病的。所以听过肝癌、肺癌、胰脏癌、脾脏癌，什么皮肤癌，什么癌都有，就是没听过心脏癌，心脏没有癌，为什么？因为心是君主之官，本来不受病的，原因是什么？因为心脏热，心脏不断的跳动，心脏象火，为什么说心脏是火，因为心脏不断的跳动。如果今天晚上没事干，你那个手掌一直这样握着，你没事在那边握，看看你有多热，哇，是越来越热，那是你刻意去制造的，你的心脏不用刻意，它一辈子在跳啊，一直都要跳，跳一辈子，想想看它热不热？所以心脏就象火。

所有的病毒、癌细胞怎么样的，经过血，在血液循环里面一定会经过心脏，所以当它穿过心脏时好象飞蛾扑火一样，所以癌细胞一经过火化时全部杀掉，所以当有癌症出现的，重症出现时，都是里寒的。如果让全身象心脏一样热的话癌细胞就杀掉了，所以我们不需要去制造什么一些毒药去杀害癌细胞。怎么能杀的那么准，只杀坏的，不杀好的，那个毒药不会那么听话。所以如果是做化学治疗就好象，有四个劫匪绑架了一个学校一百多个小学生，就是要勒索，结果特种部队进去，除了这四个以外一百多个小学生全部干掉了，那这个特种部队训练它干吗，你们会同意说怎么训练这种部队，那我也会，谁都会，不需要特种部队，那这是西药。

中药不是这样的，中药环境一改变，这个心脏在身体里面非常的热，我们有很多细胞，很多组织，心脏是管五脏在里面，君主之官，所以所有的血管都到了全身上下，能够到身体的极限，到手指头、脚指头旁边都是热的，这时心脏好。那内脏里面有很多的血管，这个热度如果很强的话怎么会有癌症？正常的细胞本来就是在你心脏里面，在你身体里面是活得好好的，已经习惯于你的热。那你现在癌细胞进去就想说，病毒就是这样，要把这个环境改变，能够让病毒能够生存，正常细胞不能生存，这是病毒的想法。所以用这种想法去想的话，那个怎么会，化疗会好？

所以这就是【主明则下安，以此养生则寿，殁世不殆。】所以我们要把心脏固好。心

常喜，所以平常保持心情开朗，愉快，不要太动怒，生气。心主神，神情要安逸，不要野心太大。比如要去竞选总统，怎么好好的人不干，偏要跑去竞选总统，那不是自找麻烦吗？开始晚上睡不着觉了，心脏就出问题了，因为去做那根本做不到的事情，神经病一样。

心要清主要明，以为天下则大昌。如果主不明，就是心脏出问题的话，就会影响到其他十二个脏腑，【使道闭塞而不通。形乃大伤，】如果伤到心脏时，用这种方式来养生的话就会灾祸会很多，这个地方就是我们不赞成西药的地方，非常多的西药都能够伤到心脏的组织，那有些西药会伤到心脏的神，比如失眠，我们知道心脏会引起失眠，神不守会引起失眠。如果用安眠药去控制它，那神并没有回来，只是强力的让它睡眠，那会造成神的更丧失，更严重，会影响到其他的脏腑，这是打个比方，那很多的西药本身都会伤到心脏，所以很多止痛药都会伤到心脏以后再把它下架，象以前的美国很有名的酚酚，那个减肥药，还有以前的 XXX 就是专门治疗风湿关节的止痛药，现在都下架了，为什么？就是心脏受伤。【以为天下者，其宗大危，戒之戒之。】我们中医的观念一定要把心脏一定要固好，固好心脏一个是节令，四季的节气春夏秋冬，生长收藏，还有就是情志上要保持心情愉快，不要太郁闷。

【恍惚之数，生于毫厘。毫厘之数，起于度量。千之万之，可以益大。推之大之，其形乃制。】这个地方讲的就是生于毫厘之间，任何的理论，任何的医学，在进入它的领域时，刚开始的根基很重要。所以你第一步踏出去时错了，后面就一直错下去，一直错下去，那中医如果是学的是对的，就一开始就一直正确，一直正确下去，就不会浪费很多时间在不必要的地方，所以刚开始的重要性这一段。

第九篇 六节藏象论

第一节 天干与地支气

第 64 页就是第九篇六节藏象论。黄帝就问岐伯，如果【天以六六之节，以成一岁，地以九九制会。计人亦有三百六十五节，以为天地久矣。不知其所谓也。】这什么意思？岐伯说，这个六六之节和九九制会，这是天的度数，一个是气的度数，【天度者，所以制日月之行也；气数者，以纪化生之用也。】所谓天的六六之数，第二段，前面这个没有什么，第二段这边就在讲天，岐伯说【天以六六为节，地以九九制会，天有十日，日六竟而周甲。】就是我们讲的十个天干：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，那这个以六个甲，就是出现六次甲乙丙丁一直壬癸，然后连续六个甲，六个天干的话成为六十天，这是一个六甲，那为什么要以六甲？因为天干是十，地支十二，这个十跟十二的最小公倍数就是六十，干是十，这是六，六的倍数，六乘十就是六十，这个六的数字就是这样来的。所以就叫六甲，那这是讲的是天时，天的度数，【甲六复而终岁】，三百六十就是六乘六，六再乘六，360 就是一个岁，一年，那一年是 300 多天，多余的天数四年把它混在一起，就变成闰月出来。

【自古通天者，生之本，本于阴阳】，人身上的气，气数，天数还有气数，九州九窍，皆通乎天气，人和天地之间交接的地方称为九窍，脸上有七窍，还有大小便二窍，总之还在天地之间，不可能小个便跑到宇宙去，没有那么大的力量，所以人和天之间交接的地方作为气数，都是通乎天气的。所以【其生五，其气三。】所谓生气是五数就是阴阳五行木火土金水，这个生数。那气有三个气数，所谓三个气数有表，还有半表半里，还有里，这是三个，人身上一定经过这三个关。如果住在寒带的地方，大部分的寒带的地方，或美国的北美的地方，到餐厅吃饭你有知道了，奇怪，这餐厅盖得很奇怪呀，那个餐厅大家从门进来，门进来的话，南方没有，北方有，做了一个玄关，就是从门这边进来开着门，再进来还要开第二个门才会走进来，这不是神经病，为什么这么麻烦？这是半表半里，这是表，这是里，这样外面的寒气才不会进来，最多只到这里。一开这个门寒气

到这边，然后从这边再开门进来时这个门就挡到了，这里面跟，里外之间有个半表半里，这就是气，是三气。【三而成天，三而成地，三而成人，三而三之，合则为九，九分为九野，九野为九藏。】天地中间有八个方位，加上中间的就是九个位置，所以【形藏四，神藏五，合为九藏以应之也。】所谓形，外形，看过去时头、手、足、身体四个，这是形，外形有四个；神藏五，内脏，里面有五个，木火土金水合为九脏，来应天地的九个方位。

第二节 节气、五行之气

第 67 页，六节藏象篇，黄帝说知道六六九九的意思了，【夫子言，积气盈闰，愿闻何谓气？】岐伯就说【此上帝所秘，先师传之也。】这个怎么秘密，第 68 页，岐伯说五天谓之一候，三候谓之一气。五，三就是十五，十五天，所以十五天为一个气。所以我们黄历上把一年 365 天，分成 24 个节气，一个节气就两周，两周是一个节气，这就是十五天的一个气，有节气，节气就是有属性的，就是有气。比如春分，小满，芒种，这种都是属于节气的名称。【六气谓之时】一个气是两周，等于十五天。那六乘十五是九十天，是一个季，所以六个气为一个季节。这里“时”讲的是季节，就是三个月。四个季节就成为一岁，一年。那这个四个节气各从其主治，肝、心、脾、肺、肾，那由于【五运相袭，而皆治之。终期之日，周而复始。】到了一年节气最后一天又开始循环，这个就是【如环无端】，一直这样循环下来，所以如果不知道节气之盛衰，四季的盛衰，虚实之所起，不可以当医生的。所以我们常常在治病时随时要注意节气的改变，现在是春天了，夏天了，秋天了，我们摸到脉整个都要跟着变更的，不能一年不管什么节气就是以一个个季节的脉为主，这个不对的。

黄帝问五运，就是木火土金水这五个运，如环无端，如果太过或不及怎么办？岐伯说这五行之气本身是并存的，【五气更立，各有所胜。】各司其职，如果虚盛，有时常常有一些过或不及的现象，这一定会有，这是一个必然的现象，所以常常台北有台风呀什么的，就是过了，这个现象。黄帝就问，平气，什么叫做正常呀？岐伯说得很简单，没有过就是正常。黄帝就问，太过与不及怎么处理？岐伯说，我说过了，不讲了，在经也有了，这个常常是这种效果，我常常说讲过了，不回答了。这个经在哪边？在《黄帝内经》，黄帝内经第 19 篇“玉机真藏论”里面就有讲，节气太过的话怎么回事，黄帝说那好吧，什么叫所胜？五行所胜是什么意思？岐伯说【春胜长夏，长夏胜冬，冬胜夏，夏胜秋，秋胜春。所谓得五行时之胜，各以气命其藏。】这听起来好象没什么，我解释给你。

春、夏、长夏、秋、冬，这个土是我故意把脾放在中间，让你看脾是主中，这个中意思就是说节气交换的中间都是属于脾，我们在五行图上看时，这个就不好弄，要把它改成这样，这个是春，夏，长夏，秋，冬，那这是木了，这是火，这是土，金，水，所谓春胜长夏就是土，木克土的意思就是春胜长夏，如果是我们订立治疗法则时，这个除了讲病因以外，还有治疗法则在里面。如果我们治一脏不平，如果脾脏有问题了，去治所胜，所胜之脏，如果脾脏有问题了，我们知道木胜土，春胜长夏，所以我们去治肝脏。一脏不平，我们去强调所胜的就可以让它一脏平，这是它的意义。另外一个意义在里面，表面上的意义就是说肝气太旺了，会害到脾脏，反过来说，如果是脾脏有问题时我们就可以去治肝的意思。这是【得五行时之胜，各以气命其藏。】71，黄帝何以知道它胜？岐伯说【求其至也。】这个等到看它的气到了就知道了，我们才知道什么叫做胜，从开始的，春天开始至而至称之为太过。

【倪师内经 15 视频同步文稿】

立春，立春完了以后是雨水，立春的开始到雨水，从雨水开始，阳开始生长，就是春天了。立春到，从立春到雨水这两个礼拜，一个节气。这个节气因为在交换，还是比较冷。雨水以后，开始要开始春天了，要热。【未至而至】，也应该是到雨水以后才开始走春天。结果还在冬天时就行春令，冬天本来应该很冷，等到冬天，今年冬天很热，冬行春令，这就是未至而至，这就是所谓的太过。【则薄所不胜，而乘所胜也】，就会产生

木气过旺，木就会去克土，木去克土就是造成它所不胜，【乘所胜也】，本来金是克木，它就会反逆到金，就会害到金，也就是说太过的气时，那个节气的气时，称为气淫。这个是不分，邪僻内生，工不能禁。】这种太过的现象，我们当医生的如果是没法查到，到时候来会没法控制，这是我们要注意气太过。所以当我们做医生当中做诊断时，做诊断的。天地之间也是这样，比如，水在地球是固定的，水量就那么多，今年这边是干旱，水在那边，今年这边是水灾，那边就是干旱，反正水就是那么多。

如果冬天，冬天本来是很寒冷的，寒冷时水汽都在这个在上面，在天空上面，突然冬天行春令，开始温暖下雨了，所以冬天变得雨水很多，那雨水很多的话，会影响到夏天，夏天的雨水就不多了，所以如果冬天有行春令时，夏天就会比较干旱。反过来如果不及，不及就是，进入春天了，还是很冷，冬天还在里面，现在已经明明是立春了，然后到了雨水了，早应该是春天了，可是还是冬天很寒冷，这就是不及。该至而不至称为不及。那成了春行冬令，春天时怎么还在行冬令？那夏天的水就会很大，下雨，大水，夏天就会有水。过去的中国很多天官，就以节气的过与不及，刚好预计明年春天夏天会怎么样，赶快预做准备。这就是过与不及产生的问题。后面讲的，至而不至，春天该到了，结果还不到还是冬天就为不及，就会所胜而妄行，那木所胜就是金能够胜木，就会害到肺。那金，那木，春天的木生火，所生就是火，心脏就会受病。【所不胜则薄之。】这是土，因为木是克土的，这是不胜吗，薄之就是比较浅，病比较浅，比较轻的意思，【命曰气迫。】所以一定要看过还有不及，过与不及来做诊断。

72页，黄帝说天地五运的气，就是木火土金水，春、夏、长夏、秋、冬，如果不应，不应的这个环节来直接循环的？岐伯说【苍天之气，不得无常。气之不袭，是谓非常，非常则变矣。】比如现在是冬天，变成夏天那么热，秋天变成春天，这是无常，没有按照正常的这种春夏秋冬走，一定会生到大变。黄帝说，这个变化，这个非常变的话，会怎么样？岐伯说【变至则病，所胜则微。所不胜则甚。】我们前面有介绍过，所谓正邪，比如我们以心脏为主，心脏本身生病了叫做正邪；心脏所生的这个土，就成为实邪；心脏的母就称为虚邪，就是木了；如果是水过来，水本来是克心脏的，本来是克，那再克进来心脏有问题时，水来就更大，就是贼邪；火能克金，说到金，火本来是克金的，心脏有问题时金会影响到金（微邪），肺是只有一点点毛病的，所以是有心脏病的人肺的问题不是很大。

第三节 天文-五之数

第74页，在介绍之前，有些天文上的知识介绍一下，这五之数，木火土金水这五之数。我们常常说寒，这几天好冷，寒不过五，到第六天会转了，因为五气数值只有五，木火土金水，第六天就会转。热也不过五，夏天时有一天突然，天气突然连续好几天很热，连续五天，五的极数，到极数，五再过去了，到第六天的话一定会下雨，下雨那个天气会比较凉快一点。不过现在整个夏天都很热，就是非常数。这个五之数很有意思，以后注意观察，大家就会看到真的很妙。同样的，比如这个数在变，摘个苹果下来，或水果下来，从树上刚刚摘下来时，木的味道还有，木是酸味。如果放在那边，不过五天，再吃变成甜味了，因为它一直在转，它的气会改变。

第四节 药材之五色与五味

第74页，黄帝说，【气合而有形，因变以正名。天地之运，阴阳之化，其于万物，孰少孰多，可得闻乎？】岐伯回答说【天至广不可度，地至大不可量。大神灵问，请陈其方。】这个开始讲一些药性出来了，草生五种颜色，植物分成五中颜色，有青赤黄白黑，这个五色的变化，我们很不容易去分别，不可胜视。植物颜色以外，青赤黄白黑以外，又分成五种味道，就是酸苦甘辛咸五味，【五味之美，不可胜极。】这个没法一一去尝。所以人的所见和所尝是有差异的，【嗜欲不同，各有所通。天食人以五气，地食人以五味。】就是人能够存在天地之间，因为我们食到五气，节气在变化，春夏秋冬，生长收藏节气的变化。还有人吃着五味，五谷杂粮，我们吃的食物里面有五种味道。【五气入鼻，

藏之于心肺。】天地之间的气入鼻在心肺。气在心肺中可以【上使五色修明】，看的很清楚，【音声能彰】，能够听，能够发声。【五味入口】，我们的吃的饮食既入口，五味都是地来的，地气来的，地在生长，人在吃地还有吃地。五味入口，这些所有味道的食物藏在肠胃里面，【味有所藏，以养五气，气和而生，津液相成，神乃自生。】所以中医的观念认为，人就是禀天气和地气两个合在一起，光有地气食之五味没有天气也不行，没有呼吸吗？有吸气也不行，一定要有地气，互相配合，当然也有很多例外，上古的真人他也不用吃什么，他就每天坐在那里就可以了，那也人生很乏味都没有朋友，那我们如果同代，走在那里就算了，那只有你还活到，两百年你还活到，都是你都人都不认识，也晓得怎么样跟他们沟通，很没意思，个人的看法。

第五节 脏象-心、肺、肝、肾、脾

75页，讲脏象。黄帝问脏象如何？岐伯说【心者，生之本，神之变也；其华在面，其充在血脉。为阳中之太阳，通于夏气。】现在开始一个一个分开。心是夏气，夏天的气息。这个脸上的气色心脏，心脏的气色，脸颊这边，到这是头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎，这是胃气的所在。这边是胃气的所在，胃气而下在。那心脏是在正中间这个地方，心气之所在。【其华在面，其充在血脉。为阳中之太阳，通于夏气。】我们身上的血脉，也可以看到这个血脉在这边，你看到血脉这个有皮肤，这个血脉是正常，如果看到腿上很多青筋、瘀筋，好象静脉曲张或一些小血管这都是不正常的。那么我们所有的这个“缪刺法”，再就是一种刺络、络病和经络或是孙络，孙络上面的病，我们除了在井穴上面扎刺放血的话，缪刺法就在有瘀血的地方轻轻给他放血，把血放掉，让他血能够流畅。那就是血脉有问题时，讲的都是心脏。所以如果看到病人静脉曲张或是血液有外流我们都开心脏的药。通于夏气，夏天时，为什么叫通于夏气？就是心脏的气跟夏天的气是相通的，代表心脏是受节气的保护，那是在夏天时心脏是王时，本身不受病的，所以应该正常在夏天不会有人心脏病发作死掉才对。那我们看这个地方的中医，我是站在外面看里面，中医先下了定义，心脏通夏气。所以如果台北市，夏天全部没有人根本急诊是没有人发心脏病死掉，代表台北市的医学是对的，那么我就问问看台北市发了什么医学对不对？如果还有，夏天还是有人得心脏病也死掉，这个医学错了，因为不治也可以，《黄帝内经》并没有讲治，按照天，人的身体纪律和天是相通的，这不应该会有人发心脏病死掉。去调查一下，看看夏天心脏病死多少人就知道这个（医学）对还是错。

【肺者，气之本，魄之处也；其华在毛，其充在皮，为阳中之太阴，通于秋气。】这个魄，我们这里就讲阴阳，心，是神之本，心是阳，神藏在里这个阳里面，这个神是阴；肺是天阳，胸部都是阳，魄是阴，所以阴阳是交合的，魄藏在肺的里面，魄脏讲的就是肺。【其华在毛，其充在皮，】所以皮肤毛孔都是肺脏在管。肺和心脏的关系都是在上焦，肺主气、心主血，为什么说肺是主皮毛？到皮肤时都是肺，这个皮肤，这是肌肉，突然长个毛出来，这怎么会长个毛出来？因为肺和心，心在这边，肺在这边，肺主皮毛，心是藏血，所以血毛，所有的毛都是血的多余的地方，血之余。好象牙齿，肾脏管全身的骨头，那牙齿是跟着骨头连在一起的，这牙齿就是骨头多余的地方，牙为骨之余，就是这样来的。那毛就是血之余，因为有血，心脏的血到这边来后，遇到了肺气，血气化以后就变成毛发生出来，毛发就是这样。那反过来，要把毛没有了就是，反过来做就好了。

通于秋气，秋天时通于肺，这是肺当令，主肃杀，所以如果秋天时，出去一看，哇，大自然就一夜之间树叶变黄了，在山上看得很清楚，在北美看得很清楚，春夏秋冬四季很分明的。如果是用人的力量，人为的力量把一棵树给烤黄，要花多少人力？天气之间一变，一夜之间整个树叶变掉了，就这么快，这个天气之间的力量是无可比拟的。为什么？因为肺主燥，燥金。肺本身喜燥，喜欢比较干燥一点，肺主燥，金是主肃杀，所以它的气非常锐利，金克木，所以一夜之间树木都变颜色。

第六节 肾之功能：发色与骨髓 肝

【肾者，主蛰封藏之本，精之处】所以肾要收藏，【其华在发，其充在骨，为阴中之

少阴，通于冬气。】横膈膜，肾脏在下方，肾脏好象是还在土里面，这个横膈是地面，肾脏好象两个根，树根种在地下，所以肾脏是黑色的。冬天时都是收藏，所有动植物很多都是冬眠了，然后藏在地下，种子都藏在底下，所以冬天就是肾脏的性。人的肌肉、皮肤、筋，皮肉筋，血脉，里面最里面是什么？骨，这个骨在最底下，跟肾脏的性是一样，所以骨有问题时，我们都是治肾脏。那肾脏本身为什么管骨？因为肾能够生髓，髓生出来以后，这个髓是肾脏的阴津，非常好的营养液，那髓在生成骨出来，骨头是来自髓，那髓是来自肾脏。过程是这样的。那我们的脑，为什么肾藏志？

这个志有两种解释，一个就是要当总统，志向很大、野心很大；还有一个志解释就是管记忆，所以肾藏记忆。脑为髓海，髓集中到上升到头部去以后，累积在里面，变成一个海洋一样，也是跟肾脏有关系。肾其华在发，那往上走时，这个除了脑部以外还有头发，头发也是肾脏在管。其实肾脏管的头发，是发的色，发的颜色，所以是黑色。发的生长成长是水生木，是肝脏在管，肝脏木头，要开始长了，长了很多须须出来，原来只是种子而已，种子先发芽然后须须出来，所以肾脏在管发的品质、色泽，肝脏在管头发的生长。所以如果做给癌症的病人做化疗时，一做完化疗当场头发就掉，在把肝脏伤到了。如果不相信我讲话，到医院去看，癌症病人第一次做化疗，躺三个四个小时不能动，但两个小时以后一拉头发就下来。那个给敌人去就好了，自己不要去。那通于冬气，所以冬天是肾脏的旺时，是肾气当旺时。也不单单是这样，而且冬天的性，就是肾脏的功能，我们可以看肾，这就是肾脏功能，所以冬天的人，动物都收藏起来了，肾脏就叫收藏。

【肝者，罢极之本，魂之居也】肝是阴，阴脏，所以魂是阳魂，阴和阳两个是相辅相成的，就是肝是阴，所以魂是居在肝脏里面，【其华在爪，其充在筋，】我们的筋从肝脏生出来，肝生出筋很多，筋到了四肢末梢以后，筋之余为爪，这个爪，指甲就是筋的外侧，最外侧的地方，所以因为它开的指甲上面，指甲的症状就可以判断肝脏问题，【以生血气，其味酸，其色苍。】苍是青色的，这个苍实际上是正色，健康的青色，是青中带一点点微黄，正常的。那我们为什么去看他这个颜色，所以冬天是黑色的，秋天是白色，夏天是红色的，春天是青色也就是说到春天时，这个人脸上带一点点青的，一点点黄，不是很青很黄，那就是人有病，一点点青、一点点黄，都是常色正常人有的颜色。冬天时，人的气色要暗一点、黑一点，因为人身体要收藏，跟农人忙完以后，把稻米赶快收起来要藏在谷仓里面，一样的意思，要收藏起来，精气要内敛。（肝）就是阳中之少阳，通于春气。

第七节 五脏之五味关格

脾，还有胃、大肠、小肠，到达膀胱，为消化系统，都是消化食物的地方，累积的地方是【仓廩之本，营之居也。】就是血，我们讲营卫，营就是讲的是血，血的来源，是实际上来自什么？五谷杂粮来自食物，这些是食物储存的器皿就是脾、胃、大肠、小肠膀胱、三焦，这个器皿在时，就【能化糟粕，转味而入出者也。】就可以把食物的残渣排出来，把食物的精华囤积下来。【其华在唇四白】，唇的口边，唇口周围，都是脾脏在管。那脾脏的功能好不好，看肌肉强不强壮。脾脏的味道是味甘，颜色是黄，这是脾脏的正色。脾脏的阴类【至阴之类，通于土气】。

所以肝通于木气，肾通于水气，脾脏通于土气，心通于火气，这些都是一些不一样的地方。那我们有酸苦甘辛咸，酸味、苦味、甘味、辛味，这是咸味，五个味直接进入五脏，过和不及都不好，吃太多也不好，吃太少也不好，适中时能够对肝脏很好，如果太多的酸，不是会害到肝脏，而是肝里面酸太多的话会影响到脾脏，因为木克土，会影响到土气。所以土里面如果太酸的话也不行。肾脏里面，咸味的入肾，我们加点海盐，青盐，咸味的入肾，但吃太咸的东西，太咸也会伤到肾脏，也会伤到骨头，那最早是伤到什么？心脏，因为咸味能够，我们血里面的水分是肾脏在管，那这个水分会变少，这时血就会比较粘稠，血液会影响到。如果苦味很多，适中时对心脏很好，太多时它会

影响到肺脏。那同样的，吃辛辣如果吃太多时，吃正常时是对的，说明肺很好，比如肺是白色的，比方吃大蒜，大蒜是白色，略带辛辣，刚好就是肺的果。我们现在一看就知道，那吃几颗没有关系，吃太多了，就会伤到肝脏，太过伤到肝脏。如果以食物来说，真的没什么，一个是大蒜，水饺吃 20 个，一个水饺一个大蒜伤害不了多少，因为这是食物。但是如果象四川人浓熬后熬得浓，一大堆腊肉熬尽出来，吃下那个才是过。生食不可能吃那么多，生的吃辣椒能吃多少？但是把一票朝天椒煮成一小锅那真的是太过了，就会影响到被克的脏腑。但是我们又不能没有，一定要与五味都调均匀。

【阳中之少阳，通于春气。】通于筋，脾胃通于筋。【凡十一脏，取决于胆也。】我们的肝心脾肺肾，对应上胆、小肠、胃、大肠、膀胱，都是这个有胆，取决于胆，所以【人迎一盛，病在少阳，二盛病在太阳，三盛病在阳明，四盛已上为格阳。寸口一盛，病在厥阴，二盛病在少阴，三盛病在太阴，四盛已上为关阴。人迎与寸口俱盛四倍以上为关格。关格之脉羸。】这就要过四了。人迎脉在胃经的人迎穴这边，右边的人迎脉候的是腑，消化系统，也就是胃、小肠、大肠、膀胱胆囊；左边的人迎脉候的是脏，肝心脾肺肾五脏，正常的人迎脉是右边的脉比左边的脉大一点点。如果是大一盛，病在少阳；如果是二盛就是大于正常的两倍以上的，病在太阳了；如果是大于三倍以上，就病在阳明；如果四倍以上成为格阳。

诸位可以看《难经》的第三难，这一章就讲到关格，我们就特别讲的，寸关尺这个地方，（寸）这个是阳，（尺）这个是阴。如果是溢脉，（寸）这个脉是太过了，溢脉，溢脉的话，这个是外关内格，外关内格是因为溢，冲上去了，这个就是阴太盛，阴乘阳位。这个阴不应该跑到阳，阳就是胸阳，肺、心。举例，有一个人，这个肺喜燥，那心脏又是火，有一个人突然冷水跑进去，这个水是阴寒之物，应该在地底下才有水，地下水，这个肾脏之前没有水都没有关系，而这个水跑到肺里面去，累积在里面，阴乘阳位，这个就不好了，溢脉。如果是覆脉就是反过来，就是内关外格，就是我们前面介绍的，如果覆脉就是阳脉往下走一直往下撑，覆盖到阴脉上面来，称为覆脉，覆脉就是内关外格，阳乘阴位。本来阳在这边，阳不往下走阳跑到阴的位置上，这是阴内部关掉了，外面回拒阳位进来，阳不能进来。【倪师内经 16 视频同步文稿】

那阳要进来，阳又不能进来，在脉上呈现这种覆脉的现象。举例，大肠里面，这个尺（脉）实际是下焦，（关）这个是横膈，（寸是）心肺。肺本来是燥，小肠里面本来是火，但因为脾在中间，（心）这是火，（小肠）这是火，两个火来对一个土，所以火可以能够去跟土来取得平衡。那土不能太过，就要靠木来克土，木来制衡这个土，如果是火在这边生土，木又来制土，这个脾主湿，津液。那湿很重，就会累积在小肠里面，所以小肠里面很多的津液、很多的湿液在里面，这是正常，阴。结果阳来了，阳来格，让小肠干掉了，津液没了，变成非常干燥，食物到了小肠里面排不出来了，堵在小肠里面了，就是内关外格，是覆脉。如果脉覆的现象很厉害，都要超过四倍以上，比如正常脉是一息四到五下，五下最标准，到了九下。六（下）就是一倍，七（下）就是两倍，八（下）就是三倍，九（下）就是四倍，这是关格的象，与阴阳两个格隔的非常厉害，很快就会死掉。所以如果摸病人那脉跳得很数，速度很快，然后你心里想，那不是病人的呼吸，病人可能短气喘，要以你的呼吸为主，要慢慢调息，你的一呼一吸，他跳了九下、十下那么脉就很快了，那这人差不多了。

第十篇 五脏生成

第一节 五味之所伤

78 页，五脏生成篇第十。五脏到底生什么东西？【心之合，脉也。其荣色也，其主肾也。肺之合，皮也，其荣毛也，其主心也。肝之合，筋也，其荣爪也，其主肺也。脾之合，肉也，其荣唇也，其主肝也。肾之合，骨也，其荣发也，其主脾也。】五脏生成，

不容易懂的地方就是，为什么心其主肾也？意思能够抑制心脏的就是肾脏，所以我们去治疗心脏时，我们常常会用肾脏的药下去。比如心生血，如果血不够时，有贫血，血不够了，我们会加一些熟地，这种补肾的药下去而去补他的血，因为这个水是在制，控制心脏的，还有心脏跑太快了，跳太快了，动悸很厉害，也是被肾脏在管。其主肾就是由肾脏在管它的。那肺主心也，肺的问题也是心脏在管，因为火克金。肝的问题，其主肺也，所以肝是由肺脏在控制。脾脏好坏也有肝脏在控制。这是第一节是这个意思。

第二段，就是因为是这样，所以如果多食咸，吃太咸的东西，水就会去克火，就是脉血脉就会凝泣而变色，人就会比如暗色。如果多食苦，吃的苦味太多时，火会克金，金管皮肤毛孔，就是皮槁和毛拔，毛就脱落了。如果这个女孩子体毛长太多了，除毛，多吃点苦，苦味的东西。那当然不是叫去做劳力工作，然后喂很多苦味的药喝下去。多食辛，吃辣的太多了，筋急，金会克到木，【筋急而爪枯】，指甲、筋都是肝脏在管，因为金克木。吃酸的太多，会克到土，土管肌肉，脾管肌肉，而唇揭就是嘴巴会往上翘。当然有的人，他没有吃酸嘴巴还是往上翘这个，这个就不是，不要说这个酸吃太多了，不是。多食甘，吃甜的吃太多时，【则骨痛而发落】。这就是很多男人秃头，男人为什么秃头？偷偷躲到没有人的地方在吃甜的，那女孩子就比较好了，就当着脸吃，当着面吃就不会吃多，一点点蛋糕什么的，男的当着面不好意思吃，就躲在后面吃，没有人看到，吃的很多，头发就掉了，所以秃头的人，根本就是吃甜的。所以病人来问我，秃头长头发要怎么办？很简单，我先给你一个条件，你要遵循它，这个不可妥协的条件，什么？甜要停掉！不行。那你继续掉头发吧，无解。他说为什么？我就解释给他听，我一讲他就马上就承认了。所以甜吃太多，骨痛而发落。

五味之所伤，反过来，为什么要知道这个？当然要知道这个，除了顺应天地的五气地的五味来养自己以外，同时治病上帮助，病人已经告诉骨痛很难过，你是说肾主骨，给他补肾，把它骨头拿回来，没有叫他甜的不要吃，他还是一直吃，就好象我刚刚讲了，他还是回去吃甜。那记得破坏的力量跟生长的力量谁大？破坏的力量大，如果不同意，想想看美国的911事件那两个大楼盖了多久？要毁掉很快的。所以破坏的力量永远大于建设的力量。破坏不需要用什么脑筋，所以如果是开刀或把东西切掉，破坏的东西不需要脑筋。把车子打坏掉，给他榔头谁都可以打坏掉；要去设计创造车子他就不简单了。中医就是创造。

第二节 药物/食物之选择

第79页，因为前段是这样的，所以【心欲苦，肺欲辛，肝欲酸，脾欲甘，肾欲咸。此五味之所合也】。比如木克土，肝木是克土的。肝主筋，肝的畜是鸡，抽筋时吃鸡肉也可以。还有因为木克土，如果把土围墙起来，吃甜的，可以让筋也缓和下来，因为太强了会影响到土，一强土时，肝就会克不了脾土时就会去生火，这时要实脾，我们叫实脾。如果我们食甘，筋急时，所谓筋急，食甘，甜味可以缓它。如果我们想要去实脾，木才不会去克土，那实脾时，怎么去实它的脾？子能令母实，脾的子是谁？肺，那我们从食物里面去找，所有肺白，白色的就是肺，那可以吃辛辣了，所以我们很多的朋友，什么杏仁、杏，比如莲子很多都是白色的，所以看到市场上卖的药，中药也会看到白色的，都能够入肺。入肺就能够实脾，因为子能令母实。

第三节 望诊-眼辨五脏健康状态

五脏的气，五味所合。五脏之气，因为里面有味道在里面，人能够受到地的味道，地的五味，所以才会看到颜色，所以【见色青如草兹者死，黄如枳实者死】。你们没有学过中药的没有看过枳实，枳实就是枯黄的样子。黑如黑炭一样，烧焦的黑炭一样。赤如衄血，就是坏血，那个颜色很暗的红。淡而无光，白如枯骨，白得没有光线，这个都是死症。我们望色时，眼睛看过去时，病人如果气色是有青赤黄白黑，但是有青赤黄白黑的死色，也有青赤黄白黑的正色。青色的更总是青色，发紫发青总是暗青色的，一看就是不正常的青。那正常的青也有，青如翠羽，象鸟的羽毛一样，青绿、碧绿色很亮、光

亮；红色象鸡冠的颜色红色；黄象螃蟹里面的蟹黄；白如猪油；黑如乌羽。【五色之见生也】。所以同样的青赤黄白黑，一定要看到暗而无光的都是死的，颜色很暗跟深的都是死的，颜色很光鲜的都是生，这是望诊。为什么我们要去看色？因为我们后面会介绍到所谓的色脉，诊断很高端的色脉，眼睛在看，摸他的脉，同时也可以去做很好的诊断，所以我们要知道这些颜色的改变。

第80页，第一段讲的就是，正常的望诊，眼睛望过去的颜色。生于心是红色，这个红色，正常的心象用白色的绢裹住一些红色的朱砂在里面。生于肺，就好象白绢包罗浅红色的东西，反正都要有一点光鲜的亮色在里面，所以脾脏象白色就包着栝蒌实，可以看到亮，不是看到暗黄，而是黄中带一点白，黄中带润黄的。生于肾的精气会出现象白绢包着紫色一样的。这个五脏所生，五脏是正常的，当五脏运转的很正常时，表面上生出来的颜色就是这个样子。

80页的第二段，就是有关系到药物的选择取用，跟实物的选择都要对五脏的影响。【色味当五脏。白当肺、辛。赤当心、苦。青当肝、酸。黄当脾、甘。黑当肾、咸。故白当皮。赤当脉。】因为肺主皮，心主血脉、赤色，肝青色主筋，黄主肉，黑主骨。所以【诸脉者，皆属于目。】眼睛从这个地方，后来中医研发出来一种看眼睛的诊断。去看不管是老外老中，或西班牙的欧洲人、什么人都不管，有黑人，青赤黄白黑，也有红人，印第安人，还有绿人青人，青色就是主在非洲里面的跑出来是绿色，住在丛林里面，人会变色。黄种人、白种人，美国还有黑人，不管他是什么人，眼睛张开看时，不要给他拉开来那么大，让他自然的睁开来，会看到正中间的瞳孔不管他的眼睛，眼睛里面是什么颜色，瞳孔是黑色的。早就给你讲过了，黑色是主肾，读中医的书要灵活，只要看到黑色的都是肾脏。瞳孔不管他是眼白色，我看过爱尔兰碧绿色，就看到是碧，那个绿都很漂亮，象个碧玉一样，真是很羡慕，可是瞳孔还是黑色的。

所以我们看瞳孔是看肾脏。还有第二圈，肾脏谁在制肾，谁在控制肾脏？脾土，土在控制肾脏，不然肾脏就乱走了，肾水就乱跑了，没有人去截住肾脏，因为第二圈是什么？脾脏，就是所谓的，我们看胰脏的地方。第三圈，就是谁在控制脾脏？肝，如果没有肝脏，肝木去克土的话，土就乱，里面没有津液了，土也会流失，大水也在土里流失的，所以那个土石流，为什么土石流？木被破坏掉了，木原来在那里被破坏掉就是被改变种植，本来是大树生的树根很深，结果变成种成槟榔树，就是土石流，所以木能够制土。所以我们看眼睛时，看正中间黑的就是肾脏，第二圈是脾脏、胰脏是土，第三圈是肝脏。那眼白的地方是肺，肺是白，不管是青赤黄白黑哪一种人，都有眼白，只是多少、多寡而已，眼白越多的越笨，眼白越少的越聪明。所以看过去都看不到眼白，黑珠子在那儿骨碌骨碌那个最聪明。那眼白怎么露那么多，那就是短命或是，比如眼睛这样，这个眼瞳，瞳孔这里面，上白上三白，还有眼睛，还有下三白，还有四白，这个眼珠在作为四白，这都是凶恶的相，都是不得善终的。眼珠子要越大，越白的在旁边越小越好，我故意画的就小一点，因为我看到大家的眼睛都是这样。那我们怎么知道他有病？眼袋的地方，阳明经在这里，承泣、四白在这里面，所以这就是脾，脾胃的地方。那常人这个有组织的，脾土，土比较密，土是很扎实的，它的结构是这个样子，比较很密，密密麻麻的样子。那肝脏肝木，木纹比较宽松点，木纹就比较疏松一点。中间就是肾脏，肾是阴脏，肾是阴，阴和阳本身就是相通的。所以阳可以去叫阴，去敲门一样，所以我们常常以前是拿着蜡烛了，现在拿手电筒一照瞳孔马上缩小了，代表阳在里面。那西方医学也知道，他瞳孔变这么大，拿那个手电筒照照没有反应，肾阳没了，这个心脏就差不多了，所以看这个人死了没有，看他瞳孔扩大了死掉了，这是肾。

这里有一个比例在里面的，就好象一个山上，树太多也不好，不能没有树，树太少了土会流失，树太多了也不行。我们有三、一，脾脏的位置在三分之一，肝脏的位置占三分之二比较大一点，肝比脾大一点。瞳孔要小，瞳孔越小了，智慧越高，因为他越集中，越能够收藏，肾是主藏。瞳孔很大就不能收藏。那要让瞳孔变小，要让肾脏能够长寿，潜藏阳时，知道去用脾脏？脾第二圈把它缩小就可以了，这是就是治症和诊断。一

定要会看这些望诊，万一来个病人手也断了，脉也摸不到，没有两只手，又是哑巴。很累，这个老师怎么看他？问他，他也不会讲，脉又没有，两个手又没有，怎么办？中医是有很多种方法，你都要会一点比较不会错。

心脏从眼睛内眦，血脉这边都是心脏内，睛明这边都是心脏，看心脏这边的地方，所以五脏可以从眼睛上也可以看到。所以【诸脉者，皆属于目。诸髓者，皆属于脑。】所有骨里面的髓都是脑部，因为脑部在管。【诸筋者，皆属于节。】筋都长在关节的旁边，筋皆属于节。【诸血者，】血都在脉里面，通过都是【属于心；诸气者，皆属于肺。此四支八溪之朝夕。】这里为什么要讲这些？就是要知道，筋和骨是相连道的，血脉有问题时我们要治心脏，当气脉有问题的我们要去治肺脏，就是这个观念了。如果今天是诸脉都是入眼睛，这是正常人。那今天一看，这个人好奇怪，两个手没法摸脉，只好看他眼珠子了，一个哑巴，他的眼睛是这样。瞳孔小，很聪明。他这个脾区怎么那么大，肝区好小，肝区很少，脾区好大一个，土太旺，土旺时按照《黄帝内经》说反侮到木去，土旺，可是土旺时反侮到木，那土本身有病时，那个被克的话，就是木来克它的，是微邪，很微，我们不用去管肝脏，是微邪。那土旺时是脾脏的吗？？胰脏、脾脏，糖尿病，消渴，马上就看出来。如果这个人进来，手电筒去照，近照、远照不照他都是不动的，肾阳没了，阳没了，阳跟阳同气相求，阳跟阳就没了，肾阳不足了，反正摸的人基本上每个人双手都有，就是这个人有个人的情形。知道了这个后。

第四节 八风八邪

最后讲【四支八溪之朝夕】。我们手脚，手上面有八个风，这象山谷一样，这是中间，这八个风；脚上有八邪，（注：此处口误，应该手上八邪，脚上八风）。为什么我们会用它？因为正是四肢的末梢，病的初始的地方。所以当人一肿起来，或有虫咬在这边或是狗咬到或是蛇咬到，或是扭伤，或是得到破伤风感染到，从八风八邪手肿起来，包括痛风在内，在末梢上气血不通时，吃药要到那边很远，在八风八邪上可以直接疏通，这就是阴阳交汇的地方。所以阴经阳经到指头的末梢就是井穴了。这是针刺直接扎进去，两个骨峰的中间加进去，没有什么穴道，就按照这样下进去。如果是扭伤肿的很大，你说这个下的气还不够，再给他里面在骨节这边再下一个针也可以。这一下去以后，第二天早上起来肿整个消掉了，脚扭伤脚肿也消掉了，形没有了，形好了，但是还有痛代表气息还没有通。

所以气是管痛，形是管肿。形受伤是肿胀，气受伤是痛。所谓形比如里面有内出血，里面有什么东西，那骨头折掉了，形就是你看得到的，看得到骨折了，骨头脱白了，肌肉拉伤看到肿起来，内出血都是形。气看不到在里面，气堵塞时形没有变里面很痛。这些我们都可以用，如果是在脚上面，我们就在脚指头缝中下针。你放心，那么弄很痛吗？不会的，他已经肿痛了，下针他一点都不痛，针一下去他就感到，好舒服，一直有东西在动，为什么？气马上开始开通了，因为这是气的所在。天文上、地理上面也有这个结穴的地方，在这里面盖房子冬暖夏凉，气所在的地方。

【倪师内经 17 视频同步文稿】

第五节 肝厥阴(睡眠与视力)

第 81 页，人睡觉时【故人卧，血归于肝，肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄。】【摄】念摄影的摄，我们总是【摄】东西。【卧出而风吹之，血凝于肤者为痹。凝于脉者为泣。凝于足者为厥（冰冷）。此三者，血行而不得反其空，故为痹厥也】。很多人，他有这个所谓燥热，并不是西医的躁抑症，就是中医讲我们讲阳明证，阳明证就是很热，如果没有治好，晚上睡觉因为很热，盖着被子不能睡，那很多人是不但不盖被子，还要电风扇打开来，还要冷气吹，还嫌热。那有的病人，这个夫妻两个人，太太有阳明燥热，这个很热。这个先生没有病，结果，那先生说那你晚上我们两个温度不一样，我到别的房间去睡，不行，你不爱我了。又要跟她在一起睡。但是临床上就常

常看到那些人跟我说，他的被子盖的躲起来这样，只露个眼睛这样，夏天，太太就是躺在那里，那这种情形你说因为燥热他还在吹风，吹风的话，肝主风。那如果这晚上睡觉时，人能够睡着，睡眠，因为合，这个肝，是厥阴，厥阴，是主合，也就是我们书上写这个字閤。所以人能够睡觉是因为我们的血晚上回到肝脏里面去，在一点到三点时，这两个小时，肝脏在最忙碌时，这时候人在深眠时，那肝，因为藏魂，肝藏魂，那魂是属于阳，所以阳代表力量。那这个晚上时，魂就回到肝脏去，这时人，合，你能够睡眠，把眼睛闭上你就能够睡觉，所以常态应该我们晚上都要睡觉的，这个部分跟西医是一样的，西医也是认为晚上肝脏在很忙，在帮着我们代谢一些毒素，中医。一开始就这样认为，我们最早黄帝内经，黄帝内经已经就这样讲了。那么到血归肝，血液归到肝脏里面去以后，魂跟着归到肝，这时就可以睡觉了。反之，如果血没法归肝，还有，造成魂就不能归肝当然就会失眠。如果血不能归肝就会有两种情形，一种是肝脏里面长东西了，对不对？实证，长东西就是实，所以血液就没办法回去，回去以后因为有已经东西占在里面了，占有在里面了，就是他回去时就会反逆出来，这人就会醒过来。还有一种，虚证，虚证，这个那个血回流的力量不够，这时这个也会造成人要会失眠，也不好睡。所以失眠，我们睡眠从这章开始，可以慢慢进入这个，让大家慢慢了解什么是睡眠。

肝开窍在目，因为肝经络在眼睛的后面，所以肝血到了眼睛那儿，所以我们才能够看东西。所以视力的问题，我们要从肝脏下手。那视力问题也有阴和阳，阴就是视力模糊了、眼睛退化了，阴吗。阳，就是代表本身力量没有问题，并没有退化，但是看东西只不过会反过来的，总之是，或是我们中医都认为左边是血，右边是气，所以我们的左眼看出去时血是平的，因为血很重，这是下沉，象水一样平的。我们血，是来自于水，水能够进心脏所以才会生血，心之所以能够产生生血的原因是因为肾水来控制它，所以肾水在制心脏。由水来济火了以后这火才能生成，如果是没有水来济火的话，火就一直烧就烧完了。那由水来控制他时，这个心脏的动能，可以持续一生一世，他都不会有问题，上百年都可以用。所以心脏，真正的心脏的周围，心脏这边，它的周围，所谓的心包，心包和心脏中间都是层清水，是一层清水，保护到他，这是水在外面，所以火就不会过头、过热，很温驯的这种温度。那当我们的血在管左边时，他管出去的是横的角度，右边是气，气是升，往上升是那个升阳，所以气走的是这个角度，因此如果把左眼跟右眼并在一起时，就变成三维空间，所以我们看着就有前后。那你眼睛闭起来一个眼睛的话就变成平面，平面的，就好象那个傻瓜相机就是平面的，如果那个单眼相机的话就可以看到，深度比较深，道理是一样的如果有一个人，他说医生，我这个病很奇怪，他说什么病很奇怪，我看东西是斜的，所以我走路必须要这样协调才是正，我就知道了，这是斜过来的吗。有的人是水，这个气，水化为气，有的人是因为血不平衡，也会造成，视力的模糊不平整吗。如果是气的话，这是一个角度不动，如果是血的话，这边会晃动，晃动时你看东西要晃来晃去，人就要一直在调整姿势。了解了病因以后，你就知道怎么下手了吗，这是我们的视力。所以你没有晃动或是眼睛看东西斜过来这种问题，那都是属于阴，都是属于阴。

【脚受血而能步】，这个血，我刚才给诸位介绍过，他是力量的来源，所以如果晚上睡觉时，因为肝是主风，肝是最恶风，风吹，肝不喜欢风的，肝是风物吗，本身是恶风的，所以如果晚上睡觉时，血归肝了以后，阳气也会回到肾脏里面去，这时正常人，应该把身体盖身体要盖好，那脚可以露在外面，脚可以露在外面，为什么？因为心，本身是恶热，心本喜寒，比较喜欢冷。所以我们如果治心脏时，一定要病人保持稍微冷一点，所以冬天也是心脏病的，人家说你心脏不衣服多穿一点保暖，其实你是错的。我们治疗肺的问题时我们要去保暖，心恶热，太热了心脏不喜欢。所以心喜寒，脚露在外面时，因为那个脚是离心脏最远的地方。所以我们让他受一点寒时，让寒来刺激他强固我们的心脏，那棉被，就盖到脚踝裸着的地方，盖到脚踝裸的地方。脖子露出来，脖子为什么露出来？因为头上是，头是六阳之首，所以我们的太阳经、胆经，胃经、膀胱经、三焦经、小肠经这些全部是阳经全部在头上面。阴经到脖子这儿就结束了，所以阴经没有上头，所以头是纯阳的。这时你象天气再冷，衣服穿很多，头露在外面，头不觉得冷。对

不对？当然是天气大寒时，很冷时你的耳朵都受不了，你要戴起来把耳朵遮起来对不对？但是头因为没有阴经上来。当然因为有阴经的支络上来，正经没有上来，所谓正经就是大的河川，那小的络川就是小溪流，这种感受不到，那真正的大的经络六条经络到头上去是最热的，最能够耐寒的地方。所以也不会感觉到这个冷。

如果，晚上睡觉时，血归到肝脏里面去了，那你阳也回头了，那你衣服盖到，被子盖到的话，这个就不会受寒，但是如果不盖被，不盖被让身子露出来，风就会伤会伤到你的经脉，因为阳气和血都回来，那就伤到你的经脉。很多太太小姐们，以为是因为我站到工作的关系，所以这脚有静脉曲张，静脉那个瘀血很多，实际上就是因为有，本身有热，热时你晚上睡觉时吹风，所以我们中医是认为，晚上睡觉就算你夏天，很热，你也要盖着单薄的，那个被单比较薄一点，盖在身上，就是脚露在外面，如果常年保持这样的话，脚，腿一定是美腿，你还是美腿，你就不会有青筋出现，静脉曲张的现象出现。

【掌受血而能握】，这个血能带来力量，能够握，所以因为筋跟骨是连到的，肝主筋，所以握的力量是在肝脏上面。肝脏出问题，病人会发现握的力量没有了，所以眼睛看，脚能够走路，有没有力走路，手掌力量握东西，这都是属于肝脏。指受，手指头尖，能够受血，所以我们能够去抓东西。那人【卧出而风吹之】睡觉时吹到风，【血凝于肤者】如果是停在，这个风能够停在皮肤表面上时，造成血液的循环不是很好，这时就成为皮疹、皮肤麻木的现象。如果【凝于脉者】如果风进入脉，血停滞，象凝固在血脉里面时，就会泣。如果【凝于足者为厥】脚就是冰冷的。这三个，痹气还有厥，这三个都是血行受到风的影响，这就统称为痹厥。所以我们中医，在用针灸时，我们用合谷跟太冲来开四关，太冲就是什么？肝经，在肝经上面。这是血穴。这就是为什么会选太冲来做这个事。

第82页，他说人有大谷十二分，小溪，这个就可以念【溪】，也可以念【七】，一二三四五六七的七。小溪三百五十四，少十二俞，就是我们12个俞穴，他们的12分就有12个俞穴，我们有肝胆脾胃三焦肾大肠小肠膀胱，心包，这一共有12个。这个全身的穴道加起来366个穴道，这个都是我们卫气会停留的地方，就是我们的阳气会停留的地方，也是病，外面的风寒暑湿燥热这种外感的风邪，热邪他会停留在所在的地方。以我们常常在病人会抱怨说哪个穴道痛，或怎么样，实际上就是在表，在表面，这个是我们用针灸就可以帮他治好，看他在哪个位置上。就我们怎么样取这个穴道，穴道就是这样来的。所以这个，针对这个治症一些病因、病史我们都得看黄帝内经才行，都在黄帝内经里面。

第六节 五决气脉

第82页最后一行，【诊病之始，五决为纪。欲知其始，先建其母】。所谓五决者，就是五个脉，五脉，也就是五脏的气脉。后面还会介绍，比如有一章节，《诊要经终论》它全部在讲脉，会详细的分析给大家。这里讲五决的五脉，就是肝、心、脾、肺、肾，这里，这一段要知道就是，肝是弦脉、心脉是洪脉、脾脉是缓脉、肺脉是浮脉、肾脉是沉脉。原因是什么？因为肝是木，所以摸到肝的脉好象树枝一样，一根树枝一样的，细细的枝一样，就好象吉他的弦一样，称为弦。心脏是洪脉，摸上去比较粗大一点，比较有力一点。脾脏是缓脉非常的柔缓，柔缓柔和。肺脏的浮脉，因为肺走皮毛，皮肤毛孔，所以浮脉就是你手指头轻轻碰到皮肤，刚刚接触到你皮肤，压都没有压下去，就可以摸到脉这就是浮脉。稍微重按一下脉就沉下去了，就好象一个树木，一块木头漂在水上面，这样轻轻摸它还在，一按它就沉下去了，这是常脉，正常脉。如果摸的是浮脉的，按还在，按着脉还没有沉下去，还是在那边，就是病在皮毛，以后我们会慢慢的越来越深入。那沉，肾是水，五行里属水，所以要按到骨边才能够按得到脉，这是肾脉，这是常脉，正常的脉搏。

第七节 癩痢、头痛

83页，如果头痛，【是以头痛巅疾，下虚上实。过在足少阴、巨阳，甚则入肾。】我

们看一个人的头痛，巅疾发起来时，它是实证，我们知道因为人是阴阳和平衡的，是虚实是平衡的，现在还发实证下面是虚，意思是所以上实下虚，病在上，治症在下，上面是实证是因为下面是虚的，一般所谓实证的头痛都是很强烈的头痛，所以我们的巅疾都是实证，还有刚痉柔痉也都是实证。这个病因是处在肾经跟太阳经的上面，因为这个都络头。严重的话会入肾，光是在经络上上实的，发在经络上还不够，这时上实还会再往深入时就会到内脏去，看实的程度到什么程度。

第二个就是【徇蒙招尤，目冥耳聋】耳朵听不到，眼睛，昏昏沉沉看不清楚，视力不好。这时属于虚证，头面上的虚证，象头痛巅疾，是属于头痛，头皮上的实证。虚证，就是现在介绍，那也是下实，上面会虚掉是因为下面是实证，原因就出在【足少阳、厥阴】胆经跟肝经上面。如果上虚的状况再严重时，他就会进入肝脏，从经络再进入脏腑。

第三个【腹满胀，支鬲胁肋，下厥上冒。过在足太阴、阳明。】肚子胀满、少腹胀满，胸膈，胸肋苦满，肚子怎么胀满，这问题就出在足太阴脾跟胃经上面。脾经，脾是这样，脾主腹，主少腹，所以肚子这个地方是脾在管。这个是神阙、肋间，横膈在这个地方，我们用横膈在表示。脾脏在这里，小肠在这里。小肠，受盛之官，那小肠是火，火会去生土，土就是什么？脾脏。所以整个少腹这个地方区域，肚子是胃，这个东西是胃的，胃在这边都是属于脾在管他。所以如果有个人肚子鼓胀或怎么样子，整个肚胀到脾脏，马上就看出来，如果这个肚子没有胀，是四肢在胀手脚这边肿胀，这是阳，四肢是阳吗对不对？阳不足才会胀，不能把它水气化掉才会这样。为什么会要去讲这些？就会有说，我们来，有些我们以后介绍药时，会有一些行阳的药，会有一些壮阳的药，行气的药，就可以把它水肿去掉。如果一个人肚子也肿胀、手脚也肿胀，那你就一起，一起做。那一般腹胀时、鼓胀时出现时，都是实证。实证指看到的形状还是整个鼓硬梆梆的，硬硬的，实证，那脾过实时，就会有这种现象。过实时，前面《难经》我有提“泻南补北”第75难。我们要怎么样子？“子能令母实，母能令子虚”这种方式去治。

第八节 肺法象天幕

【咳嗽上气，厥在胸中。过在手阳明、太阴。】手阳明大肠，太阴肺，为什么咳嗽上去，厥就是寒气在胸中？中医的观念里，肺法象天幕，天把地球整个罩住，这就是肺，肺高是冷的，可是这个是冷的没错，可是正常的肺是因为心火在下面，心火在这边，那肺把心火包到，所以这个火不断的去争这个肺，造成肺本身是非常的温和的，很柔和的一个温度在这边。如果肺太冷了，肺太冷的时候，病人就会咳嗽，因为肺本身，不喜寒，喜热。那病人会有【咳嗽上气，厥在胸中】。【心烦头痛，病在膈中。过在手巨阳、少阴。】手巨阳就是手太阳，这个是属于小肠。那个还有少阴是心经，那心烦头痛，为什么会这样？心脏还有小肠，本身，两个都是火，心脏产生的动能、产生了热以后，因为肺上面，跟肺本是冷的，心脏是热的，这两个交起来就是温和是常态，温是常态，是正常的肺是温，那由于肺在上面把它（心火）逼下去，所以心火是往下走，当心火下达了到小肠了以后，在小肠里面堵到，所以造成心脏和小肠中间这两个是有一定的速度、一定的温度，有一定的压力在这边。有一定的速度时，造成小肠会蠕动、会消化食物，小肠有热度在这边，能够把食物蒸发掉。现在，结果心火下来时过不去，回逆，因为心的下方就是膈吗，往上走，所以就造成热气往上冲，造成人会有头痛，心烦。心本来是温和，应该心火往下走，那你心火往上走，心脏就会烦闷。病在膈中，就是出在中膈的地方。在临症看，《诊要经终论》会把五脏讲的很详细，除了五脏的病以外，这个病出在脏腑之间时，我们就知道它是属于三焦。有横膈、纵膈慢慢慢慢会跟诸位介绍。

第九节 脉诊要领：滑浮涩沉

第84页【脉之小、大、滑、涩、浮、沉，可以指别；五藏之象，可以类推；五藏相音，可以意识；五色微诊，可以目察。能合脉色，脉色能够吻合，可以万全。】这是，这一句话就是诊断的一个要领。我们诊断的要领。重画一个。这是上焦心、肺、肝、脾、肾，这是下，这是上，这是阳。这是阴。我们所谓的滑脉、涩脉还有浮脉、沉脉，中间，

滑还有浮，这两个，属于阳脉。如果是涩脉，还有沉脉。这两个，都属于我们的阴脉。所以你用这四个字，滑浮为阳，这个涩还有沉是阴，这个我们可以区分阴阳。整个中医的系统里面就是在跟阴阳而已，说了半天，他还是在讲阴阳。所以因为我们的上，那个胸腔里面，肺跟心是属于上，上面是阳，下面是阴，所以我们脉诊时，关上面就是阳，关以下就是阴。那正中间有胃在这个地方。我们正中间不是长了一个胃吗？没有人胃跑到这个里来了，没有那么低对不对？只有胃在这个地方。那有胃下垂也是低一点点而已，胃没有差那么多。所以因为中央是脾土，我讲这个央，阴阳央，我们说那个，阴阳央，这个央就是阴和阳交合的地方，阴气、阳气交汇的地方，阴阳，合为央。所以中央是胃气的所在，所以我们会中央，做中央是土，那我们所有的脏腑的正常的脉，当你去摸脉时，脉的形状，比如你摸到肝脉是弦，你摸到肝脉是弦，他的形是弦，但是他的脉的气，它的速度和力量都是很柔和的，一定要有胃气。

第十节 色脉合、长短脉

所以我们一定要色脉能够合，色脉，这里的岐伯提出来，所谓的色脉合，我们帮病人诊断时，眼睛看到病人，看他的气色，手在摸他的脉，同时要知道现在的节气是什么，当然你不用说去那么细的，那个现在是小寒、大寒，不用那么细对不对？不用分那24个节气，但至少春夏秋冬要知道。冬天时，心里想，今天现在是冬天所有的常脉应该所有的脉都比较沉一点，是常脉对不对？那颜色比较暗一点。病人还没来时你就心里想颜色要比较暗一点，深就是隐藏的气色，颜色比较暗一点是正常。那现在比如跑进来一个人，他脸是红的，你一摸他的脉很大一个浮对不对？就知道心脏有问题了。那同样的病，那夏天，那天气很热，这种跑进来脸是红的，脉很浮大了，是不是，它的色脉跟节气是合的，会做出不同的诊断。所以做个好医生，能合色脉，脉最主要的诸位抓到的就是滑浮就是阳脉，涩沉是阴脉，这个比较重要。

第十一节 气色与灾色

84页第二段，【赤，脉之至也】，这个把它分开来，因为以前的黄帝内经没有标点符号。赤不是赤脉，赤是一个就是红色，这个脸红的脉，脸红的人，脉来时，比较洪大。那病人喘而坚，坚，脉的形状很坚硬，这个诊曰：积气在中，时害于食，名曰心痹。得之，外疾思虑而心虚，故邪从之。这一段诊断心脏。按照书本上，遇到这种情形，脸色是赤，脉是洪的，病人出现这种，脉很洪而且很坚，很坚硬的，病人有喘的现象，代表这个吃东西饮食太过了，也是一个，名曰心痹。那饮食太过的原因就是有两种：一种是你吃的东西吃太多了，可是你很开心，也是会有这种现象。还有一种，你吃东西时，一直在没有专心吃吗，一天到晚想很多事情，很多忧愁烦恼的事情一直在困扰你，造成了你在吃东西时心脏力量不是很好，因为你还要花别的心思，你不是专心在吃，还要花别的心思去，去忧思，担忧一些事情。这时病邪就来了，因为你食物没法消化掉，变成好象是吃太多东西一样。这个症状就是，面赤。我刚刚就是在这个地方，如果心脏，如果胃没有问题时，消化都很好，心脏的红不是露出来的，我们脸上的气色是胃气在管，现在你食物堵在里面，堵到那个心阳下不来，往上走脸上就反映出来红色，会看到红色。【白，脉之至也】，白就是脸色苍白的，这个脉来时，是浮脉，喘而浮，病人的脉是喘而浮，那我们知道脸色上面是白色的，是肺的颜色，肺的色是白色的，叫这个病人上虚下实。

【倪师内经18视频同步文稿】

我们前面讲的五色，青赤黄白黑，这是肝，心，脾、肺、肾，这五色在外面只是看到一点光泽这是正常，当你内脏出问题时，颜色变得很强烈时，就是所谓的病色，简单讲就是这样。所以如果看到脸太红了，一点点红很好，太红了心脏有问题。太白了，白皮肤女人都喜欢，那个脸变成惨白，变的象枯骨一样，象盐巴一样就不行了。白要透，亮光，那人可以黑啊，很黑，象油漆涂得很黑的亮，这是很好的。那个黑的象黑炭一样的，不会发光，肾脏不行，有问题。那脸色是发青的，那个青色，没有反光的，肝脏差

不多了。同样是黄色的，黄色出来要鲜黄的，很亮丽的，那个暗黄很枯黄，这是脾脏病，基本上概念是这样。那原因，就是因为本来肝脏，人身上吃的食物以后，从小肠生化，化生成五种营养，我们跟西方的医学不一样，就是维他命、高蛋白，我们不谈这些，分成五种颜色的营养，青色、红色、白色、黄色、黑色，那这五种营养分别受纳于五脏。那你那一脏出问题了，这个白色的营养，该进去肺的进不去对不对，那没办法跑，营养还在那边，肺又不收，要给肺肺又不要，只好上浮到脸上来了。脸上是胃气的所在，所以会看到肺的原色。并且，出现这种情况时，【上虚下实，惊有积气在胸中，喘而虚。名曰肺痹，寒热。得之醉而使内也。】这种病得到，是醉后喝酒以后，强力行房，造成这样。如果要真了解这里面的东西，你再了解一样东西，正常的肺气是主肃降，也就是说气主肃降。所以肺里面的营养到头来，用完以后会进入我们的肾脏，金生水，就是正常的肃降，如果不能肃降时，他会停在上焦里面，就造成喘。本来应该气要往下走的，下不去，一吸气就会喘，一吸气就会喘。所以是上虚下实。

青，脸上是发青的，【青，脉之至也，长而左右弹】，这个脉是左右的弹，脸色就发青。那个脉形非常得长，长什么的定义叫做长？我随时提醒你们，一讲到长短的脉时，你要想到一个概念，这是我们手的纹头，这是关，这是寸，这是尺。寸我讲过，就是九分，从关上往上算九分，从关往下长一点点，就是一寸所以正常脉的长度是一寸九分，应该是一寸九分，这个长度是正常的脉。那现在太长了，就长脉。知道不知道，就是这个意思。那有的人太短，很短，脉太短了，有的人脉太长了，长脉跟短脉就在这里。你没有一个标准的话，你如何去判断它对不对？那这个寸就讲的是同身寸，同身寸知道吗，学过针灸就知道了，我们讲同身寸。如果是左右弹代表有积气在心下，心下就是胃的地方，【支脉（就是肋肋），名曰肝痹。得之寒湿，与疝同法】，会造成这个腰痛脚冰冷，头也痛。从《黄帝内经》还有伤寒金匱，诸位每次看到心下，这个心下讲的就是胃。要把它下降一个位置，再看伤寒金匱就很简单了，心下痞，有泻心汤，附子泻心汤，半夏泻心汤，一大堆泻心汤，三黄泻心汤，怎么样。心下就是胃，当初不知道为什么写个心下，误导人看不懂。

黄色的脸色气色是黄色的，脉到时，如果是大而虚，正常的脾脏的脉，我刚刚擦掉了。正常的脾脏的脉是缓脉，是缓脉才对。现在脉是大，脉大而且是虚脉，虚脉就是你摸脉就知道了，摸脉没有力量，完全是没有力量的。这个是有积气在腹中，黄色主的是脾胃，主的是少腹，代表肚子里面堵住到的东西，有厥气，有寒气在肚子里面。我们正常刚才讲过，小肠这个位置应该是热，肠，正常是热，现在有厥气，如果有寒气在里面，当然有痛的现象产生，痛的现象产生，这名曰厥疝，就是寒疝，要知道这个位置要知道寒热，老师为什么要讲寒热，这是寒。因为我们有的中药是要祛寒的药，有的中药是祛热的药，所以你要知道这里面正常是什么，你才知道怎么样做取舍，什么时候选取它做寒药，什么时候选取它做热药。那【女子同法，得之疾使四支，汗出当风】。那女孩子也是这种问题，也是腹冷，女孩子如果腹冷的话，除了肠、肚子疼以外，腹部太寒的话，不会怀孕的，不会受孕的。那我们这个现代医学，我们用人工授精什么样的，一直用这种人工的方式来做，你再怎么做，里面寒还是寒，寒热并没有改变，做了半天很痛苦，钱花了很长，还是不成功。那我们中医很简单，让他热起来就怀孕了。那老师热的方法很多啊，我们前面讲过针灸，针灸也可以灸关元、灸中极，对不对，一灸热起来就好了。所以简单一个寒字，就把问题解决掉了。那由于太简单了，所以没法要价很高。那西医师器材很多，人家可以说你看多贵，所以我们中医再怎么都做不了大钱的，太便宜了。

这个中间有一句话，84页啊，最后一行，上面里面，他说四个字汗出当风，我们最忌讳就是汗出当风。你要记得，太阳主开。汗在表，当你一流汗时，开了，这是不是太阳在管。因为太阳主开，对不对，那这个阳明主合，那能够开合，很顺利的，是少阳在管。对不对，少阳主枢，象门栓一样的。那你不断在流汗时，你又吹风，一直往这吹风进来，他风吹到里面就风邪就容易进到身体里面来。刚开始的话就在经络上面，一直没有才会慢慢从经络到内脏去。

黑，脉之至也，脸色是暗色的。如果摸到脉【上坚而大。有积气在小腹与阴，名曰肾痹。肾脉是下腹，常脉是沉脉。现在脉浮上来，肾脏有问题。真正最好的、最深入、最明白的解释，不在这一章节，在《诊要经终论》才能够最清楚。那为什么会有肾痹，痹就是麻木、风寒湿痹，造成有阻塞，气血不流畅，这是痹。【得之沐浴清水而卧】，洗完冷水澡，躺下又睡觉。

【凡相五色之奇脉，面黄目青，目赤，面黄目白，面黄目黑者，皆不死也】为什么？因为我们的脸上的气色是胃在管，当有黄色时，这个黄色当然不是指暗黄啦，有一点点黄色，在脸上，在脸上有一点点黄，面上面，眼睛、鼻子、嘴巴，脸上基本上是黄色的，就看眼睛周围，眼袋周围，如果是青色的、黑色的、白色的或怎么样，就不是指眼睛里边了，眼睛哪有那么多颜色，会吓死人了，眼袋周围，所以本身脸色，气色黄的，胃气在里边，其他再怎么变，不会死，病都不会死。基本上这里这一段的观点就是胃气足，病人不会有致命的危险。所以我们中医在治症时，象我们处方下去，如果是病在表，就是在阳，在腑，胆，小肠、大肠、膀胱，或是感冒发烧这种，病人回来时，都是中午时，正中午时回来，就是大白天，太阳当旺时，是阳，这时胃气恢复，代表肚子饿了，吃东西。这是脏病时，肝心脾肺肾时，一般内科病时，病人是半夜两点多胃气才会回来，胃气回来把脏病，内脏的功能回来了。所以我们不管治肝病也治肺病什么的，都在那时，半夜时肚子很饿，饿回来了。那你治了半天，半夜胃气还是没有恢复，就方法不对，或药物不够，就赶快去检讨。胃气恢复很快的，很快的。

如果是面青目赤，面赤目白，就是胃气颜色没了，脸色是青色的，整个脸是青色的，肝就出问题了。如果是面是赤色的，心脏出问题了，沿眼睛周围是白的，如果脸是青色的，眼睛是黑的，眼周围是黑的，还有脸是黑色的，眼睛周围是白色的，或脸是赤色的，目是青色的，都是死。你这个不用去记，因为你要记正常就好了，我要记正常，当你看到青色知道是肝，黑色知道是肾脏，已经结束了。这是望，眼睛看过来就知道了。

还有一种是灾色。这个人跑进来时，脸是青色的，你问他，他是陪病人来的，陪病人来时，坐在那边，病人在那边喘气啊，那个病人家属陪他来的，就你一看他，比如病人是妈妈，陪她的是儿子，儿子脸色发青，可是你看她儿子好好的，儿子也不是你的病人啊，吃喝拉撒睡都很正常啊，这就有大灾了。人要死有两种，一种是病死，一种是意外横死，死之前会看到气色。一看就知道了，所以我每次上飞机时，我就先看一下，因为自己看不到自己，站在镜子前面，自己总是偏袒自己一点，不够公正，看一看，大家气色很没事，就找安稳。如果气色不好，打死也不出去了，等一下没有关系，命重要。所以先望。所以会看到灾色，千万不要把灾色给它弄到一起，灾色很简单，同样是气色，这个人气色不对，同样是颜色，但是，你要问他，大小便通常吃喝拉撒睡都很正常，如果找不出毛病来，那个气色就是灾色。一般灾色出现时，是以节气来说，比如一个节气是两周，对不对，两周。比如我们是从春分，两周以后是小雨，那你，如果正好是春分那天看到对不对，那就是两周，这人就会出事。如果中间一周了，你知道这位置了，哪能凑巧啊，就是你在那个节气周期时看到，所以我们说两周是一个概略的数，有时一周五天就发生了。你看今天气温比较回温一点，为什么，前几天连续冷，冷不过五，热不过五，这是常态。如果都不回温，一直在冷，一直在冷，岐伯说这就不能住人了，你闪开一点，离远一点，我们可以有春夏秋冬，四季分明，美国有很多州，中国也有很多地方，四季分明的。但是他冷也不过五天，第六天要回温，如果冷到十几天开始冷，这个地方不适合住人了，对身体不好。所以最后这一段的就是胃气，有没有胃气而已。所以我们在治病时，诊断时，再重的病，我们要先去查胃气，有胃气一定生，没有问题。没有胃气，就死，很严重。当然我们不会让他死的，医生告诉很危险的，要小心。

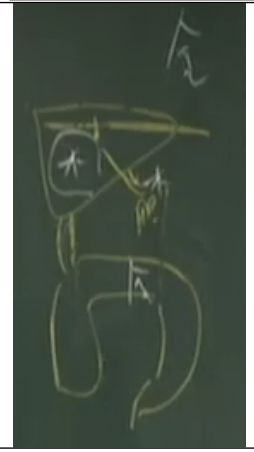
第十一篇 五脏别论

第一节 男女水肿之别、奇恒之府

第 87 页，五藏别论第十一，黄帝问岐伯说，我听说这个方士啊，有的人脑髓为脏，有的人肠胃为脏，会以为腑，敢问方士，每个人讲的都不一样，大家都说就是这样，黄帝没错，那到底谁说得是对。脏腑的定义，有人说脑髓是脏腑，岐伯就回答了，把它定义统一下来，因为过去方士很多。岐伯说，【脑、髓、骨、脉、胆、女子胞，此六者，地气之所生也，所谓地气之所生，皆藏于阴而象于地，故藏而不泻，名曰奇恒之府】。不单单是我们给它下了定义，岐伯下了定义，我们知道它是地气所生，是阴，也是藏而不泻，才是正常，藏而不泻，这叫奇恒之府。这个里面就包含了，我们诊断，包含治疗方法。如果它藏而泻，或是不藏都有问题。比如脑袋里面，脑里长东西了，长脑瘤了，它就不藏，因为营养输不进去了，那这个营养该进去脑部进不去以后就变成脑积水了，里面长东西了。

所以它一句话下来，我们临症就很明显了，它代表它的意义是什么？意义就是说本来是脑要用来收藏的，那现在里面长东西了，不藏了，就出血了。所以很多人出意外，就车祸一撞，撞到脑袋，撞到脑袋以后，整个头肿起来的，里面有瘀血，瘀血就是实证，就是里面有积水在里面。那男人女人是反的，女人，如果撞了头肿起来，这个非常非常危险，男人撞到头，头肿起来，萎气，不容易死，救得回来。但女人脚肿，因为男人女人是反的，女人，脚肿很好，头肿不行，男人，头肿没有关系，脚肿不行，反的，阴阳正好是相反的。大家先有一个基本的概念，我们慢慢会介绍，你看很多太太们，将来大家当医生时，临症你看她的脚水肿，你问她肿多长时间了，她说 40 多年，40 年都肿在那边了，还活得好好的，女人。男人脚肿不行，男人脚一肿起来，危险了，大限要到了，活不过六个月怎样的，很危险的。所以我们就看脑积水，脑部受伤，一看是男的，这个很好治；看到那个女的，老师你在哪。当了解以后，以后会有些药，药也分阴阳，中药分阴阳，哪些是阳药，哪些是阴药，那我们用阳药去攻它，要知道这个病是在阴还是在阳吗，所以这个奇恒之府，同属于阴。阴的本性是收藏而不宣泻的才对。

夫胃、大肠、小肠、三焦、膀胱，此五者，天气之所生也，其气象天，故泻而不藏。就是消化系统，宣泻而不收藏，如果是这个不泻，这个就是便秘了。所以一个人小便不好，怎么不好，两天没小便，那吓死人，两天没小便很危险的对不对。便秘，我一个礼拜都不上厕所对不对，腑应该泻而不藏，现在藏在里面了，要命的，跟藏的性正好相反的。这个【此受五藏浊气，名曰传化之府。此不能久留，输泻者也】。食物消化以后，还包括脏腑里面的浊气，都会累积到肠胃里面去排掉。所以肠胃里面的东西，不单单是食物的残渣，还有五脏里面的东西也会从这个肠胃来排。比如这是中膈、横膈，这是肺，我们大家都知道了，现在都了解了，因为针灸都很熟了。肺跟大肠是表里，表里，大肠是阳，是腑，是阳，所以大肠主的是表，肺主的是里，是表里的关系。所以当你肺里面有，脏里面本身是藏而不泻是不是，那现在有东西在里面了，不管是有水还是有痰什么东西。我们就攻它时它会进入大肠，它会进入腑的系统，宣泻出去，就好象我们攻肝脏，肝脏是木，大肠是金，金和木之间的关系是这样的，这是横膈，金，木土在这边，这是大肠是这样。除了说，一个胆，肝脏代谢物经过胆，经过十二指肠到小肠帮助消化之外。肝脏的下方跟大肠还有一个血管是连到的，全身上下这个血管没有少阳，没有少阳就是没有枢，没有那个瓣膜。我们的血管都有瓣膜，那个血过来就不给你回来了。所以血不会逆走，只能往前走，不可以退回来，正常是这样，而这个没法。所以它允许，当肺吸气时，肺气下降时，金来克木，一压，肝那边的血就从这血管



进入大肠，在大肠周围。那大肠得到这个血，有力量啊，手得到血有办法握，脚得到血有办法走路。那大肠得到肝脏的血就有力量排大便了，这是两个金，中间一个木，上面一个金，下面一个金，这边一个木，被两边夹到了。这是金和木间互相牵制的关系。在这个条件之下，肝脏里面的浊物，我们可以利用大肠清出来。所以中医我们治症，我们治肝，一定会去治大肠。大肠不治的话，肝里边的浊没法代谢出来，没法代谢出来，这个浊物会往心脏跑。正常，清肝，就是肝要保证提供心脏非常好品质的血和适量的血，这是清。那血很脏，很浊，又大量下去，心脏受不了了，就会出问题。这是一个基本的概念。我们对脏腑的泻和藏的观念。

第二节 脏腑排泄/满实

不能久留，疏泻者。魄门，就是肛门。【魄门亦为五藏使，水谷不得久藏】不可以藏在肛门里面，都是五脏中的大使一样，能够宣泻到这个地方。所以我们治脏病时，我们常常病人会有宣泻，就从大便排，这是宣泻的管道，把脏里累积的屎，累积的东西清掉。脏是精气，藏精的所脏，五脏的精气所在，是满而不能实。实，为什么要这样？精就是完美无缺，纯营养，纯好的东西，就是越纯好、完美无缺，不需要再过滤了，所以精可以藏而不泻，就藏在里也不会坏，就是精髓的精。那藏精而不泻，所以内脏是满而不能实，如果精里面有浊物在里面时，浊物不管是毒素还是什么停在里面，就会造成实，“所以精是满不能实”。满和实定义不一样的，如果摸他的脉，一摸他是满的脉，就好象水管里面充水一样，很饱，摸摸，摁，很饱，就水很多。那个你把同样水管里面的水同样地挤，你放到冰冻里面，那个水管冰起来硬梆梆的，那就是实。所以我们脏可以满不可以实，因为脏是藏精气之所在。那腑，反过来，是浊物之所在，很多脏东西都在腑里面，绝对是可以实，脏东西可以实，可以由浊物在里面，但是不能满，意思就是说随时要宣泻掉，新的东西要取代旧的东西要排泄掉，不可以藏在里面，这是常态，脏和腑的。所以通过这段就可以了解到，所谓的奇恒之府，在内经的定义里面，被列为阴，是藏而不泻，所谓阴藏而不泻，就是精气之所在，不能有浊物在里面的，那你想有浊物，我们怎么去清他吗，就是这样的。所以水谷入口，到肠胃时，停在胃里面胃是实，肠里面没有东西，还在胃里面咀嚼，等它咀嚼完了以后，食物到小肠里面之后，变成肠是实的，胃是虚的，这是腑的关系，所以实而不满，满而不实。这是对脏腑下的定义，还有奇恒之府所下的定义。

第三节 气口、胃

第 89 页，黄帝就问岐伯，气口何以独为五藏？为什么我们手上的这个脉，气口，可以侦测五藏。岐伯就开始回答了【胃者，水谷之海，六府之大源也。五味入口，藏于胃，以养五藏气，气口亦太阴也。是以五藏六府之气味皆出于胃，变见于气口】这怎么解释？手上的脉在这个地方，在我们念针灸时，它是不是属于手太阴肺经的地方，那手太阴肺经，是金经，金的经。那我们是脾胃，是土，土是不是生金，由于土能够生金，所以土的那个金气在肺上面时，就会表现在肺的气脉上面。这是肺的气脉，所以肺的气脉在这个地方，由于它是由脾土，胃气化生而来的。所以它可以代表五脏的脏气的所在，这是岐伯的解释。那从这个地方，我们从光是你手上的脉，我们就可以诊断五脏的气脉的兴衰。

第 89 页，黄帝说为什么气口独为五藏。从气口一个脉，可以查到五脏，岐伯就说，胃者，水谷之海，六府之大源也，五味入口。我们讲气和味，气就是阳，味讲的就是阴，讲五味就是酸苦甘辛咸，酸苦甘辛咸五味。那五味入口以后藏在胃里面，来养五藏，五藏的脏气从这里来。那气口也就是太阴。所以五脏六腑的气味皆出于胃，源头来自于胃，变见于气口。五气入鼻，我们天的五气入鼻，这个天气的这个春夏秋冬这种节气的，也

藏于心肺中间。所以心肺有病，而鼻为之不利。所以鼻子，可以管，从这里可以知道，肺管鼻子，鼻子有问题在肺上面。所以岐伯说凡治病必察其下。我们要看他的大小便其形如何，再看他的脉其形如何，然后再仔细观察病人的情志，病人容易动怒，病人容易神怯，有时很怕，很担心，很忧。这时就可以查到他病的所在。如果这个病人拘于鬼神者，不可与言至德，就是感觉有神鬼怎么样的。

【倪师内经 19 视频同步文稿】

还有怕针，怕针灸的，也不可以跟他说中医有多好、多巧，还有病不许你治，这种就不要治了，岐伯这样讲的，不是我们这样说。常常有遇到病人很好玩，老太太来吃药，她说不能煮药，邻居闻到药味会反抗，其实就是她不想吃，故意说邻居闻不了药味。“那你不要吃汤药，开丸给你。”她说不行，药丸吞不下去。那开胶囊，胶囊更吞不下去。那药粉好了，药粉太苦了。那扎针好了，不喜欢针灸。“那我来干嘛？！”都有（这种人）。真的会遇到，她想想“对啊，我来干嘛？”那个病人来就是让医生宠宠他们，老太太来看看医生，她觉得安心，至少看了一下医生，这都有，什么人都有。由于中国的古书，千年传下来太久了，所以很多时候有的断简残篇，有的失落了，前面突然讲到气口五脉，然后又讲到病人跟因病间的关系，有点不太搭嘎，没法，因为传下来就是这样的，因为中间散失了一些。

第十二篇 异法方宜论

第一节 热中方位与治病

第 91 页，异法方宜论，这一篇的第 12 篇，为什么叫异法方宜论，黄帝问了，医生治病，同样的病，有各种不同的治法，都可以治好，那为什么，为什么可以治好？岐伯就说了，地势使然也，因为地方地域不一样，所以东方之域，天地之所始生，出生的地方，是鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸，喜欢吃鱼喜欢吃咸味的。皆安其处，美其食。鱼者使人热中，盐者，吃盐太多，就会胜血。所谓热中是什么？热中的定义，就叫做阴不足，阳有余。所以如果吃鱼的话，鱼的性就是阴不足，阳有余。那反过来，如果有一个，阴太盛了，阳不足，让他多吃鱼，知道为什么，因为鱼的性，就是吃了会热中。那盐巴吃太多了，海盐吃太多了，咸味能够胜血，血里面舔舔味道是咸的，那你吃一定要是盐，但是不能太过，不能大把撒下去，这样不太咸也不行。所以在东方住的人，他都是在海边，黑色疏理，皮肤比较黑。所以得到痈疡的病。就是发脓化脓，因为热中，热中就是湿热比较盛，大部分人得这种病。那这种病，我们治疗用针灸来做，所以砭石就是从东方来的。所以这个章节，就讨论，不同地方的人，我们会使用不同的方法来治疗。

第 92 页，西方者，金玉之城，因为他是沙石的地方，产金啊，象新疆的和田玉，黄金啊，那个金山都在我们的西边。天地之所收引也。其民陵居而多风，就是住在山林高山的，风雨比较多，这个水土很刚强。这些居民就是不穿我们平时穿的衣服，就是穿的皮毛的衣服，住在山上。那华食，就是吃那种很丰富，很丰盛的食物，吃肉类很多，脂肥，所以邪不能伤其形体，其病生于内。因为气候的关系，所以他的表非常强，生病都从内发，内发的病要治宜毒药。所以毒药者也从西方来。现代的毒药真地从西方来，岐伯厉害啊，他当年就知道了，几千年就知道了。那我们毒药有两种，我们在本草里面有很多毒药，那种毒药中医界用得最凶得就是我，我很会用毒物。我为什么会用毒药，因为中药的毒和西药的毒不一样，因为我太了解西药的毒，所以我就改用中药的毒。有一次我们必须要用毒药，因为内病，表病没有，所以我们治发表的病都没有用毒药，但是治内病一定要用毒药，毒药的技巧剂量就很重要。现代中医遇到最大问题就是剂量还有时机的问题。我们用毒药是一剂，一付药马上要恰到好处，把那个浊排掉，精神就会恢复很快。所以内科病一定会用到毒药的。但是西药的毒不一样，西药这个毒非常得毒，

所以它很小一颗，很小一颗时这个毒要进到身体里面破坏力很大。他没有目标啊，表面上的目标可能是我降什么胆固醇，降什么血糖，表面上的目标是这样，可是它不晓得，它还会造成其他的后遗症，所以它是漫无目的的目标。以后诸位学到本草，学伤寒金匮时，诸位看我们用药，我们要这个药到哪边，它就到哪边，很听话的。不象西药，下去控制不了，比如类固醇你吃了，本来这类固醇很多脾脏拿掉吃类固醇，气喘也是类固醇，反正没有药吃了就是类固醇，叫美国仙丹，什么病，没法治了就是类固醇。那吃了类固醇，每一个人月亮脸，脸都变得很肥大，那你为什么要把脸变得很肥大，那脸是阳的地方啊。六阳的交汇的地方，阳都破坏掉了。所以他是漫无目的的，看起来很精细，实际上非常得粗糙。等我们开始慢慢介绍后来时，你就会知道中医非常得简单而且非常得精细，就是因为非常精细，非常了解内脏，所以我们用药变得非常简单，治病也变得非常简单。

北方者，天地所闭藏之域也。其地高陵居，住在高山上面，风寒冰冽，非常得冷，人民乐野处而乳食，吃乳肉的制品很多，居住在荒郊野外的地方，那脏就比较寒，生满病，其治宜用灸治，都从北方来。用热治，因为里边是寒吗，所以灸，我们在用针灸的灸时，寒证是最好。那这个热证我们用针比用灸，可能来得好。

南方者，天地所长养，就是所谓等于夏天，我们讲东西南北就配合着春夏秋冬，配合着生长收藏，南方是长养的所在。长阳，阳之所盛处也。地下，水土弱，雾露之所聚也。所以南方很多地方起雾露，那人们，比较吃酸，比较喜欢吃酸，还有一些腑类的，就是食物发酵过的东西。所以人民，住在这个地方的人民，皮肤的纹理都比较细腻，也比较红色，因为南方是阳热，太阳比较多。一般这种人，容易发生比较多的就是痉挛和麻痹的病，这时用微针，所以九针也是从南方传进来的。所以我们如果在佛罗里达，在中国台湾省，我们针灸会用得很久，在热带地方针灸用得很多，那北方很冷，那个针拿起来都是冰的，很冷啊，衣服脱下来更冷，所以用灸比较好。

第93页，最后一行，他说中央者，其地平以湿，天地所以生万物也众。各种的产物都有，其民杂食而不劳，不劳的原因是什么，因为取得食物太容易了，因为到处什么东西都长，在中央土什么都长，土生万物，所以取得食物太容易，他的劳动工作就不象住在东方西方南方北方的人那么多，这种人，病得比较多痿厥寒热。因为你没有劳动，没有充足的劳动，运动不多的意思。那治宜导引按跷，就是练工夫运动啊，所以导引按跷者，亦从中央出来。所以我们比如中央的河南嵩山少林什么，很多都是练武功的东西都是从中央出来。所以圣人不单是指圣人，就是真地很好的医生，杂合以治，各得其所宜，看情形再治疗。所以今天如果，你这诊所是开在北方，如果不开在佛罗里达，我开在北美或加拿大，我们会用灸比针用得更多，一定这样，因为天气冷，因为灸用得多了，房子里面味道很重啊，屋顶会装天窗，装抽风机把烟抽出去。不然受不了的，艾蒿烧起来，跟大麻的味道完全一样，连警察都分辨错误。所以要按照地方的不一样，使用的方法不一样，而得的病都会好。这是我们要作为医生，要知道因时因地能够制宜。

第十三篇 移精变气论

第一节 论良医、辨色脉

95页《黄帝内经》第13篇，叫移精变气论，黄帝就问他，问岐伯说，我们古代的人治病，惟其移精变气，可祝由而已。祝由就是祭祀的那个法师，很多都有祝由，象埃及有法师，那个很多古老的帝国都有法师，我们中国也有，印第安人也有那个祝由。过去祝由是火神，如果这个火神这种法师就在那边念符，可以把病治好。那现代的病，毒药治其内，针石治其外，有的治好了，有的还治不为什么上古和现代人不一样。所以上古人那个根本不用针药，念念符咒，在你面前就好了。为什么这样？黄帝问他为什么，岐伯就说因为过去古人啊，住在野兽之间，现在我们住在水泥森林之间对不对，以前住在

隔壁老虎会跑进来对不对，老虎来吃东西，狐狸来吃东西，就是住在禽兽之间，动作以避寒，阴居以避暑，因为天气冷了，他们没有暖气啊，就要开始运动，动起来，能够增加热度，那夏天太热了，就躲在树荫底下，躲到山洞里面去，来避暑。内无眷暮之累，外无伸宦之形，心里面没有什么野心啊，没有什么贪念啊，我要买那个LV的，我要买什么，根本没有这种东西。那在山里面，没有说要当大官，当副总统不好，这都没有这种野心欲望。这是恬淡，就是人非常得恬淡，淡泊名利，这种由于淡泊名利，心里面没有喜怒忧思悲恐人很恬淡，不会要求什么，邪不能深入到身体里面去。上古的人是这样，邪不会深入，所以故毒药不能治其内，针石不能治其外，可移精祝由而已。就是说这时，如果身上一点点病，你只要稍微精神上安慰一下就好了，有的病人就要精神上安慰，所以我们有时开安慰药，跟病人，药太苦了怎么办，没有关系，那你就拿这个回去，比如我们拿点那个糖，盐巴，合在一起，你拿这个回去，这个一点都不好吃，泡在水里化掉，吃着你就会很好受，病人不知道，就回去了。那我们有时，下针我们不用下，病人怕针啊，就摸那个脉，脉是浮脉，病得很浅对不对，也不用吃药了，发汗很简单，让他躺在病床说，那个针拿起来，拿那个针头在皮肤上刮，那个根本没有扎进去，只让皮肤感觉到说我要下针了，你拿那个针在皮肤上刮一下你会受惊，一受惊时，阳气一起来，一发汗，马上就掉掉了，很简单的东西，就好象祝由一样，他念那个符，念什么东西，就是让病人感觉到说，替我做了一些事情，一安心病就好了。最主要就是这种环境之下，他没有欲望，都是很恬淡，保持心情的愉快。所以病都非常浅。那现世，就不行了，忧患缘其内，苦形伤其外，大家工作赚钱劳力又担忧，家里面小孩子没有照顾怎么样的，又失四时之从。因为你必须出去挣钱啊，你没法按照春生夏长秋收冬藏来保养自己，所以贼风数至，虚邪朝夕，内至五脏骨髓，外伤空窍肌肤，所以小病必甚，大病必死。这时祝由的力量就不够了，因为情志。

第二节 观生死之法

96页，黄帝说好啊，现在我想亲自去看病，亲临病人，观死生，决嫌疑，我现在要看病人，怎么样把病看好了。欲知其要，如日月光，可得闻乎？就是说你看岐伯我现在学到第12章了，13章开始了，我现在要去看病人可不可以，怎么样做到日月光，怎么病都逃不过我的眼睛。意思就是说如何我们做一个好医生。97页岐伯就说了，岐伯一开始也不好意思讲可不可以，岐伯说，色脉者，上帝之所贵也，你要当个好医生，一定要会分辨色脉，先师之所传也。当然这里的上帝不是那个现在宗教的上帝，而是说上天天地之间的东西。我们最重要的看的是色脉，上古使僦贷季，传说是岐伯的老师，理色脉而通神明，他就能够了解色还有脉，色讲的就是望诊，脉是脉诊，望和脉诊，非常了解，然后配合金木水火土，五行的，五运、四时、八风、六合，春夏秋冬，东南西北西南西北东北，上下前后左右是六合，都按照常的道理来看，正常的道理来看。变化相移，以观其妙，我们了解什么叫正常，就知道什么是不正常就是我常常跟大家说，我们当一个医生，一定要知道什么叫做常人，你不知道常人时，你开始治病，当你治好了都不知道，治好了都不晓得。所以我们以知其要，最主要就是两个字就是色脉。那颜色以应日，脉以应月，常求其要，则其要也。我们抓到这两个色脉，意思就是说岐伯跟黄帝说，你现在学了12章吗，从第1章到12章法，后面还没有学到，那你就看色脉就可以了，祝由都不要学，就专门看色脉，就不会错了。这颜色的变化，来对应四时的脉，这是上帝之所贵，以合于神明。所以我们在讲色脉时，肝、心、脾、肺、肾，青赤黄白黑，脉来讲的话，弦，洪，缓，浮，沉。基本上大原则，这个青脉，青色配合上弦脉，这是属于肝。我们看到克脉，比如金是克木，金会去克木，叫做贼邪，就是比较重的邪。五脏之间互相生克的，就拉扯到了，力量是很平均的。那金如果就克木时，贼邪就比较严重了，也就是说我们肝的地方，肝的脉，我们手上摸着肝的脉时，居然脉到了肺的脉，简单讲就是这个意思。那春天时我们看到脸上应该带一点青色的，这个是惨白的，就是脉和色，跟节气不符，跟四季的节气不符。所以他说，合之金木水火土，四时、八风，简单讲就这意思。那后面会解释得很每一个都分开来，所以你们不用担心，每一个都分开来。那你从这里就依此类推，那比如我们看到心脉，心脏正常脸上是赤色的，脉是洪脉，结果

你在心脏的脉的地方，居然摸着弦脉，那是不是由母生子，这个是相生的状态之下。还有心脏本身的病，还有脾脏的病，比如心脏本身你摸着洪脉，洪太大了，我们就是正。那脾脏本身，它是黄色的，它的脉是缓散的，就是你在摸心脉时，夏天，仲夏，本来夏天应该是脸比较红，你发现病人是黄色的，然后你再摸心脏脉的地方，心脏脉夏天是正脉，你摸的是缓脉，代表脾来影响到心脏，反侮到心脏。对不对，诸如此类的，这是实邪，这是虚邪，我们前面讲的五邪，举例给你简单这个观念，后面我们还会再细分它。那基本上岐伯回答黄帝的就是，你只要知道色脉就可以了，就可以看病了，已经可以做很好的医生，已经不会诊断错误了。

98页，【中古之治病，至而治之，汤液十日，以去八风五痹之病】就是中古时我们治病是等到病来了以后发病了以后我们再开始下手，那给他吃十天的汤药，可以去八风五痹之病。如果十天不好的，十天疗程不能治疗，我们可以用那个一些象草类、根茎类、果实类的这种。过去我们用汤剂，慢慢给一个观点，汤剂我们有外洗，有内服，这两种，外洗和内服。我们会用到外洗有几种状况，第一个病就在皮肤上面，就是外洗，比如皮肤病、瘙痒等等，还有一种汤药不入，你不能入口了，喝不下去了，我们过去用药物煮滚了之后，那个药气直上，用鼻子呼吸进去，希望他的药气由毛孔透进去，我们都会用到外洗。还有就是伤口，割伤了，我们用外洗。还有内服也是用汤药来配合这两种来做。所以先吃汤药十天，没好的话我们再吃汤药跟外洗一起来。

【暮世之病也，则不然】近代治病就不是按照这个方法来做，他治病不按照四季的生长收藏的定律，也不管日月的盈亏，阴阳盈亏，也不细察病人的生活起居状况，那病情一再延误。这时你仍然在用针灸在体外，用药去攻里面，这个会造成后果会更严重。所以我们中医在治病时一定是很确定，不会说随便去攻他，要把病人的问诊，望闻问切弄的很清楚了以后我们再下手。现在不依四季生长收藏的季节来治病，不管阴阳的盈亏，也不察病人的生活起居状况，大部分都是西医，西医一早上看一百号人，一个人一分钟对不对，还要问你的生活状况，不会。那我常常会问病人，病人很忧虑跑进来，我说你这个便秘怎么样？我先看他结婚没，先生有没有陪你来，【不要提那个死鬼了！】就知道这个怒忧。便秘就很好治的。诸如此类的，稍微问一下，问也要有技巧，不能问人家说，我来看病，你问我婚姻干对不对。问要有技巧，待会儿后面还会提到。

黄帝说，你能不能告诉我更正确的治病的方法。99页，岐伯说，【治之要极，无失色脉。用之不惑，治之大则。逆从到行，标本不得，亡神失国。去故就新，乃得真人】这就是治法的大要。绝对不要为病情，病人跟你讲了很多病情，你忘掉色脉，不可以。讲了半天你还是要看他的色，看他的脉，不能说因为病人一直在讲一直在讲，结果你把病情记得很清楚，把色脉忘了看。所以要去故就新，乃得真人，我们要把不正确的医学删掉，留下好的。黄帝问岐伯，要观察病人的生死之法，老师说不出色脉，是不是能更简要地说明。岐伯说，极于一，一个是一就好了，什么叫一，就是看病人的神，我们在望时，眼睛看过去，病人有神无神，有神病很好治，无神病就不好治。眼睛神一看就知道了，有的人是常人啊，正常人，没有病两个眼睛无神，那不是病，那是愚笨。愚笨你看那个眼睛，两眼无神，看起来好象没有精神，这是愚蠢，这不是病。你说老师他是病。不是，那是愚蠢。所以我们有灾色和病色，你们要分清楚。

黄帝问他，如何望神？岐伯就说，看病时，跟病人带到病房里面，门窗都关起来，就是你和病人，不要受其他的影响。【闭户塞牖，系之病者，数问其情，以从其意。得神者昌，失神者亡】意思就是说，你保护病人隐私，因为病人有时话不好意思给他听到啊，那你说不能在这里面看病，我正在看他，一票人坐在旁边，他一定不会跟你讲实话了，看不好病的。一定要到有一个小房间里去，从古就下这个定义出来。那现在我们到医院去看病不一样，旁边还有护士很多人在那，一个主治大夫后面还一票学生对不对，那怎么问啊，你在那边看泌尿科，你跟医生讲，你怎么讲。这个你跟医生在一个房间里才能讲，他是这个意思。要得神，得神的话，除了望神以外，得神的意思，你要真正知道病情的发展，一定要让病人有机会一五一十地告诉你，才能够帮他治病。当然有的情

形，你们要有一些技巧，病人，他是学医，你要了解病人的心理，老太太，因为她子女先生都不在旁边，她先生过世了，一个人在家里很无聊，一天都讲不到话，她来看病坐下来，你看她只是一个太太，又不知道她的情形，你就问她大便好不好？“这个问题太好了，我今年 85 岁。我记得从 20 岁第一次结婚时，我结完婚就便秘，以前都很好。一离婚时就下利了。”体现在是 85 岁，和我讲 65 年前的事情，又不好意思讲她，又没有人在，她就聊。“你告诉我，你昨天没有，今天也没有。”便秘，就结束了。有时病人讲不到重点，那当医生临症要有耐心，有时实在没法控制会发火，病人会跟我说：“我的医生说，我的医生。”说了半天我都没听懂病人说啊，我要听他说：“你告诉我，你感觉如何？”我再问他口渴不渴？“我的医生说我怎么怎么样”，我问他第二个问题还在说，第三个，我就火大了，“你不要说你医生告诉我怎么说。”还要讲我的医生说，我说：“你的医生是混蛋！”那只有这样，那怎么办？要制止她，不可能说要制止她时，千万记住一定不要有第三者，这就是岐伯的意思，怎么骂她怎么样没关系，关着门没人看得到，你们以后有机会跟我到医院之后，我不会当着人多人面这样骂，我会门关起来骂。这是岐伯说，这样才能够得到神。

第十四篇 汤液醪醴论

第一节 易经之象数

第 102 页，汤液醪醴，就是劳动的劳同音，醪醴论篇十四，黄帝问岐伯，说为五谷汤液及醪醴，奈何？就是做酒啦，做酒，黄帝问如何用麻、麦、米、薯、大豆、五谷来制作药用的汤液跟酿酒，酿酒做哪一个更好。岐伯说我们以稻米，炊之稻薪，稻米者完，稻薪者坚。这里稻米讲的是粳米，这个字我们念粳，粳米。那实际上就是我们的糯米，比较甜，糯米，酿酒的话，糯米最好。那用火来烧时，取材料时用稻梗，稻梗最好，因为糯米的味道最完整。黄帝问他说，为什么挑这种米？岐伯说它这种米能得到天地之和，高下之宜，故能至完。非常的完整，伐取得时，故能至坚也。因为稻米这个东西，就是春生夏长秋收冬藏，完全按照季节走。你们注意看，这个象，《易经》里面最难懂的就是象和数，如果我们用象去看实物，不用看形色气味，我们一般中药就挑，按照形色气味去挑中药，选择中药，如果以象，稻米稻穗，毛就那么长，麦，麦子的毛你知道有多长，麦子的毛很长啊，东方人吃稻，毛比较短，西方人全身衣服脱下来一看全身黑猩猩一样的，我曾经找委中，那个膏肓放血，一脱下来在哪在哪，然后找。

【倪师内经 20 视频同步文稿】

火罐都吸不上去，因为都是毛啊，就是吃麦吃太多了。这一定是不知道怎么解释对不对，怎么毛那么长。所以过去我们用水去熬药，有人用酒去熬药。那酒不能拿红酒什么的，要拿米酒，糯米酒酿的那个小米酒，都很好。那上古圣人，103 页黄帝问，作汤液醪醴，为何做了放在那边不用？上古圣人他就放在那边不用，只是备用而已。岐伯说因为从古代的人，做这些汤液醪醴，有准备的，以为备耳，并不是要去作用的。这个做了并没有吃。中古之世，道德稍衰，邪气时至，服之万全。我们就需要说用一些这种汤，用这个酒啊，跟药放在一起煮。这主要是上古人的情志很恬淡，不需要这些汤药，也不需要这些酒类的，他就可以不会生病。黄帝就说那今世，现代人服用汤药，并不是所有人都能够很好的，都能够治好的，为什么？岐伯说当今之世，必齐毒药攻其中，镵石针艾治其外。要内外，里面要攻药，外面要艾灸才行。一定必须要这样，为什么？因为人心乱了，我们有空气污染了，还有我们劳动会比较少，因为到哪里都坐车，然后那个取得食物也很便宜，我们现在不需要早上出去种菜，然后去上班，种了菜之后再去上班对不对。我们就去买就很方便了。所以我们会没有那么多的劳动，运动会少，环境也污染。所以我们会用针药还有汤药一起用。

104 页最后一行，帝曰：形弊血尽而功不应者何？我们用强烈的猛药的意思，很强的

药去攻病时，而病邪没有退，造成病人气血，血虚行衰，病人反而伤到了。用强药去攻，这是为什么？以后你们都会遇到的，为什么会这样。岐伯说，神不使也。因为病人，病人他不相信。所以你病人本身不相信，你开药给他，没有用的，因为他不相信，他不相信时，他即使得了这个症状，他认为是坏的，实际上是好的症状。比如我们这个人的颈部、颞部、下腹部，肚脐在这边，这是颈。那病，如果胸腔这个地方，这个肺在这里，如果我们把肺切两半，上肺还有下肺，如果我们药下去时，病在上，如果痰水太高了，病人会吐啊，得吐。那病在下，他会往下，大便会排出去。结果，你看是这样，你开处方，处方开很病人吃下去，病人根本就不相信中药、中医，他吃下去，吐和泻，这医生什么烂药，我不吃了。然后回家躺下就睡，然后你问他，他回来躺着就睡，他之前找你是不能躺下就睡，结果你药一下去，又吐又泻，他当天晚上躺下就睡，白天跟你吵一架，说你这个烂医生，晚上回家躺下就睡觉。他就忘掉了，他不知道是中药弄好的，他本身就不信，神不使然，所以不信中药的，不要给他治，真的不要给他治，不是你慈悲心怎么样，他不会好。

第二节 缪刺法

黄帝说为什么神不使？岐伯说，针石，道也。精神不进，志意不治，故病不可愈。今精坏神去，荣卫不可复收。何者？嗜欲无穷，而忧患不止，精气弛坏，营泣卫除，故神去之而病不愈。一方面不相信，一方面就是他本身的情志上面影响很大。所以你的力量达不到那个阶段。

106 页帝曰：病之始生也，刚开始生病时，都极微极精，一定刚开始入结于皮肤。现在的良工，好的医生，都是曰病成，名曰逆，现在好的医生，都是等到病生成了，有病了再去说生病了，开始讲这个病名是什么，讲了一大堆，病在初始时没有察觉到。前面那个章节讲过，五脏六腑有 12 个俞穴，跟 354 个其他的穴道，总共是 366 个。病一开始都是在这些表面上的穴道，表面上的地方，你有一些酸痛怎么样的。马上用针灸去治，这时没有不是病，那是邪的初始。这是上工。可是现在不是，现在人病很深入了，等到病已经成病了，给你一个病名，你看岐伯那时就知道西医了。曰病成，名曰逆，则针石不能治，良药不能及也。今良工皆得其法，守其数，亲戚兄弟远近音声日闻于耳，五色日见于目，而病不愈者，亦何暇不早乎？就是你周围的亲人，那么多人对不对，他每天都可以看到他的气色，结果你帮他，你也不能预防于先，也没法把他的病治为什么？岐伯说，病是本，医生是标，标和本必须相符合，才是资深的医师。如果医术和病疾不合，病邪不愈。如果自己的亲人还不见得相信中医，他宁可去相信西医，那你怎么处理？你每天看到他就看到他衰败下去，他不相信你真是没法，这是岐伯的意思。还有一个意思就是，医生的程度不够，没法把病情掌握得很好，即使在你身边的人，你每天看他你还是治不好。

中间那一段，107 页，帝曰：其有不从毫毛而生，五脏阳以竭也，有的病不是从皮毛进来的，有的是因为五脏里面阳气衰弱而产生的。我们读这个《黄帝内经》，一定是一句话要正反两面，五脏阳气不足，才会生病，阳气衰弱才会生病。那换句话说，我们随时要保持五脏的阳气很旺就不会生病了对不对，阳气很旺。如果【津液充郭，其魄独居，孤精于内，气耗于外，形不可与衣相保。此四极急而动中，是气拒于内，而形施于外。治之奈何？】他讲的是一个症状，我们常人，肺气，全身象一个气球一样，肺气是主肃降，肺气正常是下降的。如果里面的津液很多，少腹，这是肚子，这是肺中膈，肚脐，少腹。当我们少腹中间的津液很多，肺气那边堵塞掉，没法下降时，肺气会回逆，到四肢上面，原因是因为中间的湿，中间的津液太多，津液充郭，肺就独居，肺是魄，我们只要看到魄，魄就是肺，魄户是肛门。所以魄，那个肛门跟肺都有关系的。所以造成孤精于内，气耗于外，形不可与衣相保。意思就是说，衣服日渐宽松，人会一直消瘦下去。这个原因是气聚于内，表面上我们可以看到，如何去治它？这就是讲治症。岐伯说，【平治于权衡，去宛陈莖。微动四极，温衣缪刺其处，以复其形。开鬼门，洁净府，精以时服。五阳已布，踈涤五藏，故精自生，形自盛，骨肉相保，巨气乃平。】这个是一个藏病

的治则。

由于肺主皮毛，我们的谋略的谋，缪刺法，这个缪刺，是在身上所有的井穴放血，放一滴。形体比较大的，放两滴就够了，这是井穴。就是说我们在四肢关节的末梢，井血上面放几滴血，还有在四肢末梢在腿或手臂，小腿的部分，看到有青筋，就是有血脉了，这个静脉曲张，这个静脉看到了。这个静脉会有曲张的现象，弯曲的现象。我们在静脉的地方，点刺放一点血，还有井穴放血，这样做的原因是什么。他能够开鬼门，鬼门就是我们的毛孔，皮肤毛孔都打开来。洁净府，能够让肠胃膀胱能够通畅，这个要造成阳气全身分布，自己自行来清理五脏，所以【故精自生，形自盛，骨肉相保，巨气乃平】。这则，讲求的是什么，为什么会这样？我们五脏的气，肺在上方，肺是相傅之官，它主气。脏器有不平衡时，人就会一直会瘦掉，一直会瘦弱下去。你说他哪一个脏有问题，他并没有真正有问题。那临床上我们真的这样做时，我们治了很多的病人，有忧郁症，有失眠，这种内脏没有问题，他忧郁或燥郁、忧虑都可以用这种方法，让他脏器，五脏能够平。所以五脏能够平衡，让他脏器能够平衡的方法，就是缪刺法。缪刺法再讲一遍，就是 12 经的井穴放血，还有在四肢上面看到有瘀青的地方，尤其腿上面很多，你放一点血，这个缪刺就能够把鬼门打开来，把我们皮肤毛孔打开来，让肠胃非常的干净。这种，只治精神方面的，阴阳隔距的病。内脏有问题，肝病怎么样的，缪刺没有用的，一定是精神方面的。

第十五篇 玉版论要

第一节 天度、建月、短脉

第 109 页黄帝问，听说揆度、奇恒，所指不同，用之奈何？揆度和奇恒是两本书，玉版论里面谈这个。揆度、奇恒，岐伯就说【揆度者，度病之浅深也。奇恒者，言奇病也。请言道之至数，五色脉变，揆度奇恒，道在于一。神转不回，回则不转，乃失其机。至数之要，迫近以微，著之玉版，命曰合玉机。】我们如果拿罗盘，我们看风水时罗盘，你打开罗盘看的那个有 28 个宿，我们有 360 个度在里面，我们讲天度讲的就是罗经，黄帝之所以在这里提到这个揆度的原因，就是怎么讲。你们都没有天文地理的基础，我们这样讲。如果粗分，生长收藏，春夏秋冬四季，如果我们细分时，分为揆度时，我们可以从进寅月到建月，从农历的一月开始，都是属于寅月，你回去翻开黄历，翻开来农历的一月都是寅月。天度，进入一月，那建月是从寅时开始，人身上气血刚开始走，就是走太阴肺经，所以我们在介绍针灸时，我们介绍 12 经络时，我们从肺经开始介绍，因为它是天地之始，刚开始的地方，所以一年的初始也是寅，身体的初始也是肺，都是寅。所以我们从这里开始，那 12 个月，走寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥、子、丑，循环回来，落在我们的 12 个经络，简单讲就是这个意思，把它分得更细。

第 110 页，【容色见上下左右，各在其要】人体异常变化都在脸上显现出来不同的色泽，这是一定固定的。这个脸，肚脐，这是下面。天地之间，四季的我们把它放在脸上面来时，放在人身上，对照人身上时是肝心脾肺肾，如果，我们把这个天地之间的气放在人的脸上来的话，肝心脾肺肾，一样可以放进来。肚脐来说的话，肝心，脾在中间，也可以，绕着神阙走，也是一样。脸上的气色，也是，它的相生的气色是这样。其色见浅者，颜色看到不对时，很浅，汤液主治，十日就可以治好。颜色看到比较深时，我们治它二十一天。这个并没有说一定从哪一天，我们刚好是今天来，立春开始算十天，不是，就是当天开始治病的时间，浅色就会这是我们治疗时间来定，十天应该就会如果颜色见到比较深的话，要 21 天。见大深者，这时一定要用酒去煮汤药，还要治百日以上。如果是颜色脱掉了，颜色整个是失掉了，整个尽失了，面色也脱掉了，就是非常得危险，已经随时会这个死亡。所谓的面脱就是油光都没了，看病人整个油都跑出来，油光都散落。那好象脸上很多灰尘在上面，还没洗脸一样的感觉。我们有两种情形，我们医生去看病人时，脸上是灰灰的，暗暗的，象灰尘一样，这是面色气色脱掉了。如果当法官坐

在那边看时，那个人脸色黑的，刚从牢里出来。在牢里面出来，牢狱之灾，那脸都是黑的，灰灰，象没洗脸一样。这两个不太一样。一定是在牢里面出来，他是灰，但是那个面色还在，那就是整个颜色脱掉了，病人很危险。最明显脱色时，脸上气色脱掉以后，你就看到头发整个蓬起来，整个蓬起来，干掉，象木头一样完全干干的，没有油，很稀疏。我们头发一天不洗头发黏黏的，那就是油，油都没了整个蓬起来的，气就脱掉了，因为这是最顶上，阳气就脱掉了，整个阳气脱掉了时，大概就在隔天了，你今天看到，可能明天就死掉了，很快，已经尽时日了。那一般面色都脱了的话，百日里面就死掉了。

脉短气绝，死，这里面讲到了短脉，这是关脉、寸脉，尺脉是一寸，这是九分，短脉的意思，那变得很短，一点点，这是一点点短脉，没有那么长了，短脉，超过这个就是所谓的长脉，长脉短脉的区分。那这里讲，如果是脉短气绝，死，我们怎么解释这个。阳脉，一定是长，阴脉一定比较短。所以你看阴脉的位置，看起来是长，但是你摸他，比这短一点点。我说明的短气，怎么讲气短啊，我们摸到，如果以形来说，阳脉是九分，那你形看到是九分，你摸他时，阳脉是比较浮的，这就是气，气比较长。如果摸要阴脉，他形是比较长的，但是你摸到皮肤表面上，摸下去摸不到脉。气比较短，这是正常的脉，如果今天的脉摸下去，你重按下去时，阳脉在底下变得很短，阴脉，浮上来，阳脉应该浮在上面，我们这个脉如果是这样放的，手臂是这样，手掌是这样的，看到手横在这个地方。这个阳脉和阴脉应该是这样，中间是关在这个地方，摸上去是这个形状是对的。现在如果是反过来，是斜的，阴脉浮起来，阳脉下去了，这阴阳就反过来了，这就是凶脉，他是这个意思。

如果阴阳是反逆的，气绝死，气没有了，就是气脉反过来就死。病温虚甚，死，温就是病人显现的症状是燥，燥热，口渴，但是病人燥热口渴，他又不想吃东西，也就是说我现在很燥热，很口渴，我自然会去喝水，病人很口渴，他也不去喝水。脉这个症状完全是不合的现象。简单我们归纳起来的话，脉症如果是合的，比如我们摸到他的脉，皮肤是表面上，脉是浮在那边的。病人，跟你陈述的，就是我这个皮肤痛，我这个脖子痛，项强肩膀痛，都是脉症合好治，脉症不合，都是比较难治。病人的脉摸下去明明是很深，就出现表证，或是病人是很浮的脉，很凶大的脉，你一看摸上是浮脉，脉那么大浮在表面上，你就问他，你感冒发烧，我没有啊，就是内脏的阳气往外浮。所以我们真脏脉摸时，不管是肝脉、心脉、脾脉、肺脉、肾脉，当摸到真脏脉时，不管是溢脉还是覆脉时，都是浮大洪大的，那个脉跳得很大的，那你说这是表证的脉，不是，脉症不符。如果是表证的脉，病人一定会有表证，比如表示在皮肤上面，比如皮肤痒，皮肤痛啊，肌肉关节痛，发烧啊，项强啊，脖子硬头痛。那就是脉症是符到的，脉症如果不符的话，都是死症，很危险的症状，简单讲就是这个意思。色见上下左右，各在其要。上为逆，下为从。脸上的气色，这个脸上的气色，不管他是肝心脾肺肾，我们之所以定出来这个位置，就是因为春夏秋冬，东西南北定出来位置，如果整个脸上的气色，我们是以胃气来说。如果胃气的方向是从下往上走，由下一直往上走，比如我们现在看到心脏的颜色一直往上走，脾脏的颜色一直往上走，肾脏也是原来，肾原来在这里，这是黑，气色一直往上走，越来越扩散，往上扩散时就是凶。因为头是阳的极，阳之极，没有再超过头了。阳极的话，会生阴。所以头面，身体是冷的。正常的气是往下降下来的，往上走是逆气，代表是凶。所以病侧如果是由上往下发展的话，是良性，就是病情在越来越好治。女人跟男人相好反的，女子右为逆，左为从；男子左为逆，右为从。男女刚好是一正一反。

第二节 阴阳循环平衡

继续开始讲 110 页讲的奇恒还有揆度，主要讲的就是天地之间的阴阳平衡。那我们有 24 个节气，分成 12 个月，人身上有 12 个经络，对应 12 个月。那从春夏秋冬一路，春生长收藏，节气这样走时，一直在循环，阴和阳平衡，阴和阳的平衡，才会造成循环的现象。到了极点时，到了冬至，到了阴的极时，开始要生阳了，再回头又走。所以阴阳本身是一直循环，成为一个大周天一样，象宇宙一样。所以我们再看罗经时，我们打

开来看天上的天干地支都在这个里面，有 360 度在里面转，我们实际上就是找他阴阳的平衡，跟人身体上也是一样。头面本身是阳，阳到极时，阳到顶时会生阴，往下走，这是常，常就是正常。现在人的气色，由下往上走，这是逆，反逆，就是凶。所以气色你看你原来比如这个人来找你看是肾脏病，刚开始时是黑的，底下是黑的，因为水克火，你在火的位置上，怎么看到水的颜色，水的颜色就是黑的。那你看他治了一个礼拜，一个礼拜之后鼻子变黑了，糟糕，就是这个不对了，对不对。如果有人来找你时，脸整个都是黑的了，开始治时，头上这个慢慢褪下来了，慢慢往下褪了，褪到这边，下巴这里是黑的，代表你的方向是对的，简单讲就是这个意思。讲这个阴阳平衡。【倪师内经 21 视频同步文稿】

第三节 女性面颊观阴阳

脸上，女人的左边是阴，右边是阳。看气色时，这个肝这边是肝青，这个青色一直往右边去，一直往右边去。那阳一直往上加，就是重阳，阳上加阳。如果是从右边往左边走，我刚才讲这个上下，横着走，如果是由右边往这边走，这个是肺，越来越白，一直往阴这边靠，就是重阴，阴上加阴，阳上加阳，都是逆症，都是不好。所以阴和阳要平衡，不能阳了再阳，那一直往外走。观念的想法是这样，比如我们讲这个肝脏，肝里面有阳，有阴，那这个阴阳是平衡的状态之下，如果是阳外走，肝里面没有阳时，阴就会累积在里面，累积久了以后变成实，就是阴实，变成阴实，这是危险的。所以阴和阳要平衡，举例，人身上的肥肉和瘦肉，肥肉是阴，瘦肉是阳。所以人身上的肥肉是高过瘦肉，外面还有一层皮是阳，所以阴阳阴阳阴阳，一直包在一起。所以才会形成一层一层，阴阳阴阳，举例。这就是平衡的状态之下。所以平衡才能形成这样。所以讲奇恒跟揆度讲的就是阴阳而已。那只是举例。

第四节 虚实脉、孤脉

第 111 页，【搏脉痹痿，寒热之交。脉孤为消气，虚泄为夺血。孤为逆，虚为从。行奇恒之法，以太阴始。行所不胜曰逆，逆则死。行所胜曰从，从则活。】这个我们怎么解释，就是从又回到脉了，回到我们这个脉。关脉这边，这是寸脉，这是尺脉，关脉是阳，尺脉是阴，这是基本观念。关脉比较大，侧面看时，侧面手掌，这是手掌的位置。那里面的脉形，应该走向是这样的，摸上面中间是关脉。皮肤底下的脉动是这样，上面一点。因为前面是阳，阳是不是比较浮起来一点，后面是阴，阴自然而然会比较稍下一点。这是九分，这是一寸的长，剖面看时，摸脉应该是这种感觉才对。如果这阴脉变得越来越小，越来越小，阳脉变得越来越大，抵到皮肤表面上来了。这就是阳要出来了。本来就有阳，那后面的阳跟着，内脏里面的阳要往外走，阳就是动能，他的能量，他的生命力一直往外走，这是搏脉，搏脉是寒热之交，如果孤为消气。我们的脉搏动作很大时，身体会发生，因为这个阳是主四肢，主关节四肢，会造成手足不随，会形成这个样子的。就是我们所谓的表，阴阳表里的表，当人受到外在的邪来侵犯我们身体时，我们的内脏的阳会出来跟它相抗的。如果是很健康的阳，本来我们皮肤外面就已经有阳了，这个阳就已经足够对抗环境的改变，外来的病毒时，这是没有病时。那你表面的阳没法对抗外来的病邪时，你身体里面的阳会自动出来，跟它对抗的。对抗时就产生寒热交合相争的状态之下，就是你赢了就是热，输了就是寒。

脉独盛于寸口，如果这个寸口摸到脉，那个后面的尺脉没有了，就是独盛于寸口，这种情形的话，这表示阴气已经消解了。如果反过来，脉独盛于尺表示阳气衰了，因为阴脉太大了，这个脉反过来，独盛，阴脉过大，这叫做孤脉。脉形，如果是中空没有力，血不够了，这个血不足时，人很好玩，得到是反的，你认为血不足的话脉会变小，你错了，不足时脉会变大，刚好是反过来的，脉会变大，因为里面是空的，空时脉变大，压时好象空的一样，葱身一样中间是空的。当然了，我们后面会讲到芤脉，芤脉就是中空的脉，失血，血不够，人血不够时，脉形会变得很大。那我们常常看手臂尺内，如果在尺内，阴的这一段，从这个关到尺，这一段，尺内看到的青筋很多，这就是贫血。那你

看气色，气色时，脸上本来胃气是带一点黄，脸上都比较暗，胃气都看不到，代表胃，我们五味入口，到了胃里面，还没法化生成血。这时都会有血不足的现象。这就是脉孤为消气，虚泄为夺血，血不够了。那孤为逆，虚为从。行奇恒之法，以太阴始。孤脉，不管是孤阴之脉或是孤阳之脉，这是危险。虚脉很好治，虚脉，简单讲虚实，如果是孤阳的脉，阴没有了，孤阴的脉阳没有了，都是不好治的病，比较重的病。如果只是摸到虚脉，虚脉很好治，为什么？虚就是没有，里面什么都没有长，就叫虚脉。摸到实脉比较不好，所以摸到虚脉的话，这个就是实脉，阳实或阴实。如果是虚脉的话代表里面没有长东西，所以我们如果病人摸，摸他的脉本来是实脉，本来是重病的，结果你把一个病人从实脉治成虚脉，非常好。病人在从生病回到正常之前，都是纯虚证，纯虚证。这是我们过去，我们不管是理论上《黄帝内经》讲的，我们我们在临症上面看时，都会呈现到虚证的现象。这时也就是说，人体就这样，你把病去掉以后，人是很虚的，这时你给他滋补一下就好了。这是很正常的现象，就好象你车子原来不你把它故障修好了对不对，修好以后，车子还不会跑啊，因为汽油还没加啊，机油还没灌对不对，水箱还没加水，然后给它滋补一下就开始动了。所以，人体，就按照阴阳平衡的道理来走，跟我们的那个奇恒跟揆度是一样的，专门讲的天地的阴阳平衡，完全是要相合相通的。这是这个章节讲的东西。

第十六篇 诊要经终论

第一节 十二节气与气血变化

第 113 页叫诊要经终论，诊要经终论又把前面 12 章又重新复习一遍，为什么？讲的更细了，为什么？你有一个基本的概念。所以在前面 12 章讲时给你一个概念，现在慢慢讲分细了。黄帝问，诊断和治疗的重点在哪里，要领，怎么样抓到它的关键？

岐伯说，正月、二月，天气始方，地气始发，人气在肝。一月份时，这个就是我们讲寅月，这个农历一月份时，二月份时，刚开始天气开始走，地气始发，这个人气在肝。三月、四月，天气正方，地气定发，人气在脾。就是气，天阳慢慢升起来了，所以天气主要讲的是天阳，地气主要讲的是地阴。

到了刚开始一月份时、二月份时，阳气开始动了，地的阴气开始往上升。这时是肝脏，这是讲的就是肝脏。那三月四月时，天阳开始运转了，正方时开始运转了，地气，由下慢慢往上升，这时人的气应该跟着时节走，人的气一定要跟着这个节气走。这时人的气就聚在脾脏，脾脏上面。五月六月，天气非常得盛，地气就升的非常得高，这时人身上最高的地方就在什么，头部，所以人气在头。七月、八月，阴气始杀，也就是这个开始受损的意思。这时人气在肺。九月十月，阴天开始变冷，天气开始变冷，冷时，那个地气就慢慢往下走。这时人体，人体的气就在心脏。十一月、十二月时，寒冷的气和地气合并，就是阴寒的地方，就是在肾脏。因为合并，所以很多动物，象熊、蛇，很多去冬眠。因为很寒冷，然后就冬眠，尽量少消耗掉身体里面的这个能量，要冬眠起来，这都是按照天地之间，动物的性，这个自然间，动物的本性，一定要相信动物的本性，它会按照节气走，只有人不按照节气走，所有的动物都按照节气走，它很聪明的，它觉得不对，它开始躲起来，开始冬眠什么样子，他不吃东西，躲在那边睡觉，挖个地方睡觉，能够活下去。结果动物也没有豪宅，也没有暖气，就冬天也没有死在冻疮。人还会死在冻疮，还会冻死。所以很丢脸。那学熊、学蛇这种东西。前面讲的是 12 个月的节气，阴阳的变化。

第二节 四季下针法

岐伯说是因为这样，所以春天时【故春刺散俞，及与分理血出而止】。因为春季得病时是刚开始，天气和地气在变动时，这时候病在皮肤，都在皮肤上面，肌肉交接的地方，你浅刺出血就好了。当严重时，春天时，一二月时，一二月时如果是严重了，会传到内

脏里面去。一二月的话就是肝脏了，三四月就是脾脏，诸如此类的。

夏天时，夏天得病时，我们刺这个络俞穴，刺它更细的地方，是孙络，很细微，四肢末梢的地方，放一点出血就好了，病邪就会去。为什么？因为它气当旺，当旺时人的气跟天地的气是一样当旺，这时，病邪都不容易进身体，都在皮肤表面。诊断的意思就是告诉你，我们治病或诊断，不要太过，也不要太不及，病得很浅我们就很浅得治，病得很深我们就给他治得很深。所以下针灸时，春天时，春夏，这个针比较浅，那秋冬时，针会比较深。因为季节的变化，因为春夏时慢慢走了，到了夏天更浅，走到皮表了。秋天时，从皮表慢慢走到骨边，所以天气冷时，我们下针可以下得深，下得骨头旁边。

秋天时，秋刺皮肤，循理，顺着皮肤腠理的空隙刺下去，那等到病人气色，神色变为正常，就可以起针。任何病在表时我们可以用，真正内脏病这个力量不够的，这是讲病邪刚入身体时，我们治之在初，上工就是一开始病邪进来就开始做，这一段讲就是秋天时病邪进来我们怎么扎，夏天时、春天时、冬天时，病邪一进来我们怎么做。冬天时因为寒气比较重，所以病会比较深，那时候我们下针都下在背后俞穴和腹穴上面，我们背的俞穴为主。病是重者，下针一定要深，并且下针就是我们的治疗的原则。

你看第二段接着前面那一段，春夏秋冬，各有所刺，法其所在。春刺夏分。如果春天应该刺在春的位置上。那你刺到夏分，就会造成这个不及，而伤到元气。夏天时，病在最表，在皮肤最表。那春天时，我们这个骨，这样讲，我图个画你就懂了。这个骨是冬天，骨头旁边有筋，筋就是春天，夏天就是血脉，脉搏，这是筋，脉搏在这里面，脉搏。如果春天时，我们针下在筋上面，如果下在这个春天针下在脉搏上面，没有下到筋，不够深，不及，如果力量不够，病不但不能好，而且气会乱。因为你动到气了，我们针一下去，病人气就会开始动。那你下到不及时，第一个影响到正气，因为你伤到正气了，病气也没有去掉，气会乱。气一乱，病邪就会趁乱而入。这就是他下的定义，会造成人不想吃东西，而且呼吸很短，少气。春刺秋分，春天，就是你刺他秋分，秋分上面，秋分的刺法，我们应该是这个秋天跟冬天，应该是针要下到骨边，这个秋天，在秋冬时正常是下到骨边。你现在春天，你把针下得太深，太过，会造成这个样子。让人受到惊吓，而且容易哭。春刺冬分，也是太深，到了深达到骨边去了，邪气着藏，令人胀，病不愈，又且欲言语。

这个里面讲了很多的这个症状，大家会不容易搞清楚，有一个最简单的方法给你辨证就是，过和不及，不及时产生的症状都是静，太过产生的是动。比如人不讲话，少言、懒言，不太想讲话，继续坐在那边，这个症状不及，你会产生的这个动或这个静，太过了会产生动，会动到内在的气。本来情志很平稳的，结果情志变得很高，很高亢，然后讲话会变得很多。那这个是《黄帝内经》非常讲究这个东西，临床时，我们这种区别，有一点点而已，真正我们下针时，我们不会计较说春夏秋冬，象它计较那么细。以前计较得很细，针粗，现在针很细，即使你春天、夏天，你把它下得很浅，我们春夏浅刺，秋冬深刺，这是我们下针的原则，你那个针很细，即使春夏你下深一点，病人不会气乱的。所以我们针都30号以上，都很细，那个针一号、二号都很大了，号码越小了针越粗，号码越大了针越细。那我们这个针因为都有细针、毫针。所以我们没有真正在临床上，并没有那么讲究，当然以前那个针，因为冶金技术没有那么那个针要下得很粗，那诸位要特别小心，那个针会伤到。现在针我们倒是没有说，真正那么斤斤计较，那只有记得大原则，就是春夏我们下得浅，秋冬下得深。就是说我们如果真正来翻译它时，比如115页，我们讲说夏至春分，夏天时，你应该是在夏的位置上，肌肉里面。那个血脉旁边，肌肉中间，如果刺的是春分，很浅的，力量不够到，病不会好。因为你的针比较粗，比较粗，那你下时不及，下的力量不够，不及，针孔就很大，这样人正气就会伤到。因为病气在底下，你针下没有到病气，病还在那边，病还没有走，你针孔开得很大，又伤到正气，这个意思，那个针比较大。如果用细针来解释就不一样，细针，针下去拿上来都不见血的。以前那个针象火柴棒那么粗，下去拉上来都是血，对不对。结果那个病在比较深，你针下得太浅，就是浅时，那个人的阳气在这边，你把正气伤到了，邪气还没走。

简单讲就是这个意思。所以不及和太过都不好，象夏刺秋分，病不愈，就是不够、不及，令人心中欲无言。

心，藏神，神分阴阳。我们为什么要阴阳，就是处方药有阳有阴，所谓分到阴去了就是讲魄，分到阳去了就是讲魂，所以神魂魄三者是一样的东西，但是都是出于神。那魄带病时，魄主静，魂主动，这两个不太一样。小孩子晚上睡觉起来梦游，动，对不对，还有你会发现小孩子奇怪，大白天他不喜欢在外面跑跟小孩子玩，他喜欢躲在衣橱里面。那衣橱门关起来，喜欢见暗，那主静，看到肺，知道这意思，这就是我们为什么要区分这个。我们知道这个动静，这个一个是动一个是静，我们知道病在魂在魄，我们晓得用阴药还是用阳药，他的症状在阴阳哪边。所有的辨证那么复杂，最主要就是辨阴阳。那我们一个人话讲的很多是阳，一个人不想讲话，是阴，一个人很亢奋一直动，动，没法停下来。一个人少言，他根本不想做事情，完全没有斗志，那就是阴。简单区分就是这样，这些其实讲的东西重点是在这里。那你们看一看就好了，真正我们临床用不会这样，不会那么小心的，不会。那这个夏刺冬分，这些都是太过，病也不会好。病不愈，令人少气，时欲怒。秋刺春分，病也不会好，你看他讲的很复杂，什么春至夏分，怎么怎么样，最主要是春天你知道按照春刺，夏天按照夏刺，秋天按照秋。一般就是我现在讲的，秋冬针要深，春夏针要浅，这就够了。那其他的发生什么问题，诸位可以看看书上的翻译就可以了。

第三节 避刺五脏短刺(注：下节课更正为偶刺)针法

116页，我们看凡刺胸腹者，我们针，要下到胸部，要下在背部、腹部，一定要避开五脏，你不要去表演，说老师你看我下得真准，一针就下到心脏，这都不对，肺脏一定要避开来。所以我们才会有斜刺，不会直刺的。如果扎到心脏，一天就死掉了。如果扎到脾脏，五天就死掉了，那你现在的针我们讲过，现在的针很细，你真正碰到脾脏还会不会怎么，碰到心脏不行啊，那以前的针很粗啊，根本刀子一样刺进去的对不对，当然会死，所以不要乱扎，就算是细针也不要扎到内脏。那中脾者五天死，中肾者七天死，中肺者五天死。中膈者，皆为伤中，其病虽愈，病就算好了，也是一岁必死。所以我们扎针时一定要避开脏腑。那我们扎背针时都斜刺，我已经跟你讲过，我们都是斜刺，我们不会扎直刺的。但到了肚脐，到了第14椎以下，我们才是直刺。因为已经避开脏了，它直刺没有问题。上面我们都尽量左右斜刺，不要扎得太深，就不会扎到，绝对不要扎到脏腑。那膈者，横膈的地方，那要刺避开五脏者，如果能避开了五脏，就是知道它的逆所从。

所谓从者，膈和脾胃之处，不知者反之。下针的度量的方法，在胸腔下来肚脐，到少腹，心蔽骨的地方，膈在这个位置上，所以有一些在心蔽骨的下面，有一些在肋骨的上面，膈在这个地方。那这个膈之上，和膈之下，这个是我们那个心脏和肺脏、肝脏、脾脏区分开来的地方，它的意思是讲以这个来做标准。避刺五脏者，所谓从者，膈与脾肾之处。这是我们的丈量的标准，用这个来看，比如我们扎心脏，心脏在这个上方，你的上方有心的蔽骨保护住，一定要从肋骨旁边的缝隙中间扎进去。人家保护得很你从这边给扎到心脏去，这不好。那我们真的有直刺背后是有，有一种刺法，称之为短刺（偶刺），也是在内经里面。比如心脏痛，心脏痛痛到哪里，痛到这里，那过去的古人是手去丈量，在这个地方，心里面假想，这个后面正对着后面，正后方一个位置上，这两个前后是相对的。然后正面下一针，后面下一针，这一针下去，痛就去掉了，就这么快。我是这里痛，你就手顶在这里，然后后面找个跟他相对称的位置扎下去，这边扎一针，后面扎一针，那针不是很深扎进去，扎到肋骨，那一般我们是不穿过肋骨的，你穿过肋骨，肋骨不会碰到内脏的，你穿过肋骨很深，刺过肋骨才会碰到肺脏，才会碰到心脏。那就是前后的针法，叫短刺（偶刺），不要刺太深。那如果丈量不精准，过去有些人，用骑竹马，骑着竹竿在上面拉，拉深两个挂在那面，就想帮他找这个点，不会找错点。现在拿两个镭射的笔放在旁边，然后两个对让线刚好碰到线，然后那个人站在中间，我哪里痛，这里痛，后面就出现了。是不是很好的方法对不对，你买越便宜越那个只是光线而已。

不要真正到那边照辐射，光线能够找到那个点，这种胸痹很快，针一下去就好了。但是不能扎到内脏，我们为什么叫短刺（偶刺）？就是很短的针刺下去就好了。这两个阴阳，因为背后是阳经，一插上去马上阴阳就通了。我不是讲过吗，中医就是在阴阳平衡。

如果不知道从膈来丈量，刺胸腹者就危险了。那我们如果针刺在胸和腹，那一般来从单布上刺，这是因为，这个天气太冷了，天气太冷的话我们扎针，不要让他衣服脱开来，脱开来，身上以布盖到，过去一般是隔着布就扎进去了。这是讲隔着布上刺，没有效再刺。这个现代人你千万不要隔着衣服扎针啊，我们在美国给他隔着衣服扎针要告你。所以宁可房间开暖气，因为现在我们有这些工具，有这些器具很可以改变一下环境，这样的话我们这个病人在天气冷时，不会身体暴露在冷风之下。我们天气冷要保温对不对，结果为了扎针衣服要拉开来，就在冷气的状态下，这个冷天的状态之下，我们要开暖气的话我们再下针比较还是可以下。不用说按照以前，以前根本想都想不到还有暖气。而且北方非常得冷，所以你千万不要按照这里说，隔着布就刺下去啊。那么我们针刺时一定要严肃，不能嬉皮笑脸的，嬉皮笑脸的那个针扎不准，手在那边抖。

第四节 摇针：治肿病

这种摇针，如果遇到肿胀，比如我手肿起来了，肿得很大，扭到了对不对，那针扎到我们的八风上面时，针出来要摇针，摇针是泄气，把针泄出来，摇针，尤其我们用细针去摇。象我们以前墙上那种九针，拿个很粗的针进去摇，那一定大出血，那就过了，一个很细的针下去。摇针是在肿病时用的。那经刺勿摇，那刺到经络上的穴道时，不可以摇，这是刺法的大要。所以我们刺在肿的地方，我现在讲，一个是形肿，如果手肿起来，我们针这样下进去，摇大针口。

【倪师内经 22 视频同步文稿】

脚踝如果关节肿起来，我们商丘透过去时，摇大针孔，这都可以的。这个脚，这是膝盖的内侧，内侧腿，内侧，那我们这个里边的骨头在这边，另外一根骨头在这边，我们在学针灸时我们学过三皇，这是阴陵泉，再下三寸地机，然后内踝裸上三寸这是三阴交，合为天人地三皇。这是水道，因为脾通水，水道的位置上，病人脚水肿时，你针扎进去摇一摇出来，肿症都可以用摇针的，摇完出来以后，因为你扎的是水道上面，不会出血，会出水，水在那边滴，就给它漏没有关系，摇针以后出来让他水，压力就会释放掉，病人那个胀痛的现象就会疏解掉，不单单可以倒水出来，针下去以后病人小便量就会增加。这是刺肿摇针。那除了这个，我们在经络上去下针时就不要去乱摇它了，不要乱摇它，这是刺的道理。所以整本《黄帝内经》跟针灸是不是完全是密合的。

第五节 经脉断绝

第 117 页这一段讲的，黄帝问，十二经脉之气终奈何？就是意思就是说 12 条经脉我们有肺经、大肠经、胃经呀，脾经，经脉的脉气完全断绝时产生的症状是什么？是终，就结束了，这个经脉完蛋了，气整个没了，病人会产生哪些现象？下面这一段讲的是这些。所以以后如果问他，看到这个病人这个样子，我们就知道他哪一条经脉脉气没有了，脉气绝掉了。岐伯说，太阳的脉，膀胱经的脉，膀胱经我们最大了，从背后一路上来到头部，到睛明这个地方，整个后项环绕着在督脉旁开一寸半的地方，一路上来，如果太阳的脉整个脉气整个断绝掉了，这个气整个丧失掉了，病人会出现【戴眼，反折瘦癯，其色白，绝汗乃出，出则死矣】。什么叫做戴眼？就是眼睛往上翻，眼白，眼睛往上翻，叫戴眼。眼睛是这样的，这是正常人，带眼就是眼珠子往上，眼珠子往上，那反白了，带眼。因为经气膀胱经的经气到睛明，经气丧失时就会呈现这种现象。那反折，反折就是我们整个人弯过去，本来人是这样往前弯很好弯，他不是，整个反折过去，督脉本来我们往前，他整个后翻过来，后翻过来，因为经气绝，经气一绝没有经气时，他就没有那种松紧的力量，整个缩紧下来，一缩紧下来整个人反过来，反过来，所以我们叫角弓反张也是一样，就是这个意思。

其色白，绝汗乃出，出则死矣。这个病人这个色白就是面色非常的苍白，面色苍白，这个人的头是六阳之汇，阳气很重，阳气的来源是什么，来自脾胃，那整个色苍白掉了，代表胃气、脾气，脾脏的胃气都没有了，那病人会有色苍的现象。如果他说绝汗乃出，这里的绝汗就是油，脸上会出油，人身上有油，你每天早上起来时，你摸摸鼻子上那都是油，有人说老师我鼻子的油怎么那么多，那都是气，绝汗等到油进出了，你摸上去以后油灯尽枯，你摸都摸不到油了，整个皮肤干干的摸不到油了，你气都没有了，太阳的经脉气绝时会出现这种现象，一出就死掉，经脉没有气了。

少阳终者，耳聋，百节皆纵，目眵绝系，绝系一日半死，绝系者一日半就死掉了，死时色先青白，乃死矣。我们的人会有耳聋的现象，耳聋很多，耳聋，我们有两种，一种是外来的，如果听那个音乐刚好演唱会，你刚好你好死不死坐在那个喇叭旁边，喇叭，很大一个喇叭 50 寸的那么大的，平常我们 25 寸已经很大，那种 50 寸，你还刚好就坐到旁边，傻傻的也不会跑开，音放时那耳朵聋掉了，这是实证，这跟少阳没有关系，不要弄错。还有你在射击，你知道我们在射击在美国射击时，我们有音兜，就是室内在射击时，我们戴那个耳罩，把它戴起来，不然的话耳朵会耳鸣呀，那回音很大，那这都是实证，跟胆没有关系。这里讲的耳聋是由内发，虚证而发的耳聋。

所谓同气相求，因为音响造成的哪个音造成的，那个那你要治这种实证很简单，你要回到现场去，然后慢慢慢慢离开来，所以你一旦当场耳朵受伤时，千万要慢慢慢慢移开，比如你是在室内射击，你一打，你忘掉戴耳机，一开枪那个声音很大，当时耳朵听不清楚，那个耳膜会振得很厉害，这时你把耳机戴上，露一点点出来再开一枪，用同样的枪同样的子弹，光子弹那个很多种不同的子弹，有爆发的有一般的教练弹有什么，铅弹，那个声音都不一样的，那同样一把枪，子弹你要找同样的子弹，然后慢慢耳机戴起来，让他习惯，耳聋就好了，同样的喇叭，你在这个喇叭受伤，放同样的音乐，然后慢慢慢慢移开移开，慢慢隔开，离他远，让耳朵慢慢习惯他，同气相求，耳聋就治好了。那内脏的虚弱时经脉虚时造成的耳聋。

所以足少阳胆经，胆经经脉要绝时耳聋，百节皆纵，目眵绝系，绝系一日半死。因为肝胆是表里，所有的关节的地方都有经脉络到，全身都肝主握，全部松开来，没法，因为经气没了。目眵绝系，眼睛没法转动，两眼直视，眼睛看得傻傻的，肝病出现时到后来，我们看很多肝硬化肝癌的发病时，到后来就两个眼睛是直的，不会动了，因为经脉气没了，然后手你去握着他，掉下来，然后手，握拳也没办法握，这种软的，你让他把脚抬起来就掉下去了，眼睛也不会动，两个眼睛直直待在那边，这是目眵绝系，这都是真的是临床上也可以这样看到的，这种一天半就要死了。他死时，颜色先看到青白，在死之前，岐伯，每一个人不同的病死，他就在看一下，在那边旁边等在那边记录，一个一个写下来，一定是这样，不然他怎么知道。这个青白实际上青色是因为肝胆里面的真正的脏，脏有阴有阳，脏的阴就是脏的生命，最后闪现一下就死掉了。

阳明终者，口目动作，善惊，妄言，色黄。其上下经盛，不仁，则终矣。这个阳明经气尽时，我们的阳明经都有承泣四白，对不对，眼睛也络到一直到头维下关颊车承泣四白巨髎地仓，这种都会，都是阳明经的地方，那病人口眼就乱动了，这个同时容易受到惊吓，胡言乱语，面色发黄，在脉气将尽时会出现一时的盛大。我们在脉气走时就好像蜡烛，这个蜡烛要火要灭掉，就是烧烧烧烧烧…你这个油要烧，烧到这个桌子，蜡烛的油快光了，只剩一个芯在这边时，这个都不会，到了剩下一点点时，它会突然变大一下，然后噌没有了。这就是那个回光返照，这就是，人身体也是这个现象，突然会发一下。会出现一时盛大的状态之象，那等到手足麻时死亡降临，手脚就是阳明在管，阳明的气在管，因为脾胃。

再来是少阴经，少阴乃气绝时，因为少阴是肾脏，那管黑色，黑色要跑到皮肤表面上来，原来的黑色应该是存在肾脏里面，它存在肾的经络里面可以，这都是正常的营养要正常的脏正常的经上面，那现在经气绝了，黑就会往外散，面黑齿长，牙齿变得很长，

牙齿变得很长为什么？是因为牙龈缩回去了，腹胀闭，上下不通而终。因为肾前面一节讲过，肾主大小便，大小便就会不通。

太阴终者，腹胀闭不得息，善噫善呕，也是一样会腹部胀满，呼吸不畅，常常发噫气，发呕吐，那呕吐严重时造成气会往上升，病人会出现赤色的现象，也会发生赤色的现象，面则赤。如果是呕吐，这个东西吐了半天，结果那个食物这些还是浊物还是留在身体里面，一样造成大小便不通，最后产生面色黧黑无光，这种也是这个会死的，也是会死的。

所以从这里我们可以知道，我们所谓的汗、吐、下法，这一个汗法，一个是吐法，一个是下法，如果是下小便不通，我们想办法把它攻通，然后如果病在上，太高了，不管是头面的、鼻子的、喉咙的，肺上方的，我们都用吐，如果在皮肤表面时，我们都汗法，如果是在内脏脏腑之间或是经络之间，或是肌肉和经络之间时，我们采的是和解的方式，这些地方都是替我们将来定下治病的法则，因为你病因在这里面，我们有一些治病的法则出现。如果当我们知道这个人便秘不通，我们一看他脸是黑色的，如果是黑色的，我们发现到他是肾脏功能衰落了以后，大便排不出来，这时你要把肾脏功能恢复，让他大便自己排出来，而不能说把他大便攻出来，帮他攻出来，那肾脏会更弱，所以我们要找他的病因在哪里，来决定。如果是这个肾脏很好，那只是大肠的便秘，里面太干燥了，那病人不会黑色的，这个脸都是很鲜红很亮，很光亮，因为阳明经逆流呀，应该往下走，结果往上走，很鲜红很光亮。那这种情形都会造成这个病人会有便秘的现象，所以便秘你一定要找到便秘的原因再下手，不要看到便秘就去攻它。

厥阴肝经，肝经的脉气终结时，病人会中焦发热，喉咙苦干，多逆而心情烦躁，舌卷，严重时舌会上卷，睾丸会上缩，这是十二经脉之所败气的，经气败绝时会出现的一种现象，那诸位可以先看一个大概有个概念，大概有个概念。那你真正在临床上看过一次你就记得了，否则如果没有看过真正，它只是心中念给你听，就好像你跟北极人说香蕉长什么样子，那你相不相信，十个人去讲，我们就国语去讲，他也听得懂国语，那十个人就有不同的用词会解释香蕉长什么样子，讲了半天，北极人还是掐脖子，那最好的方式是带一根香蕉给他看，所以临床经验很重要对不对，临床经验看多了一看就知道了。我是看过很多人生老病死，看过很多生老病死，那就是因为看得多，所以我们看到时马上就可以判断出来，所以诸位如果回去你记不起来，你也不用记没有关系，因为那个想象的，当然我们学生里面很多医生，你们会看到那以后慢慢累积多了，你会统一起来就会有一个概念，一看就知道了，基本上你只要记得，记得这个青、赤、黄、白、黑，跟肝主筋，那个心主血脉，这个脾主肌肉，肺主皮毛，肾主骨，然后这些青赤黄白黑呀，脉的浮沉，这些你都可以判断出来，都可以判断出来这个人怎么回事。象他刚刚讲，我们肝经，厥阴经脉气要绝时，睾丸会上缩，因为只有肝经络过睾丸，那脉气绝的话，这个会收缩而不是放纵，会收缩，就好像膀胱经的经气绝时会往后仰，经气绝，那我们要想办法让经气回来，是要救他的，那只有肝经路过睾丸，那睾丸的经脉的气要没有了，就往上缩，所以你肉切开来是新鲜的肉很大，你把它一风干了以后变得很小，所以经气绝时都会缩，都会收缩的现象。

这个是介绍十二经脉气绝的症状。下一次我们就要介绍这个脉要精微论，这个脉要精微论把脉简化了，包括我们的这些浮涩滑沉各种的脉，还有弦浮缓洪，如何去诊断它，如何从脉知道脏病在哪里，如何从脉知道腑病在哪里，也可以知道病的源头，那甚至可以我们一个指头一个指头去摸，不用说三个指头去摸，没有规定说一定要三个指头去摸，一个指头也可以去摸。

第六节 更正-短刺法

我们继续下去介绍这个《黄帝内经》之前，我有个地方要做个修正，上堂课有个更正。因为那时候我的脑筋在长脉跟短脉时，寸脉尺脉在讲时，我讲错一件事情就是我们在《针灸素难要旨》里面，这本书里面所有的看 DVD 不管是同学们大家去买回来看，

这个它有分三卷，卷二分上篇和下篇，这个针灸理论它的原则这一篇里面，里面有一个我们叫十二刺法，第一个刺法称之为偶刺，这个偶刺就是我们昨天谈的，心脾，专门治疗心痹，心痛，所以正面一针背面一针叫偶刺，那偶刺我们把它讲为短刺，我们本来就有短刺，在第九刺称为短刺，短刺是治骨痹，这个 12 刺我们就用得很多，所以我说我们在那个大家都买这本书来看，那短刺是骨痹，骨病，比如我们风湿关节炎，骨头的病，就是那个骨头痛，那我们针，因为为什么叫短刺，因为骨边很浅，你一扎就扎到骨头了，在痛点上面在骨头上面磨搓，这叫做短刺。中国上有一种针法，这个称之为刀针，这个刀针很粗，象把刀子一样进去就是在做短刺，可是很痛，那个我个人认为太过容易伤到，伤到经络，伤到筋，因为骨边就是筋，我们很容易伤到这个筋，那诸位做这个短刺时，用细针、毫针我们就可以了，那做毫针时我们针下去时，也是直进直出，在骨头上面，他哪一点痛就在那个骨头上面下针，这个就是我们有 12 种刺的方法，所以我稍微做个更正。

第七节 短刺、偶刺、刀针刺法

《黄帝内经》这本经书因为流传太久，也中间失传掉很多，零散掉很多，因为战乱，所以常常会读这一篇时常常突然蹦出来一条跟它完全没有关系的，这叫正常，如果是很有系统的写下来那就是现代人写的，古代传下来的都会有断简残篇，那中间段落我们就没法了，我们没法去追寻它，我们也不愿意自己去放一篇进去，也不所以只有说从临床上看时我们得到一些心得，所以在有散落在这种地方时，在临床上我们治症时，我们把一些很特殊的方法找出来，然后让病人得到很好的效果，我们再补给诸位，比如我们上课时讲道，我们怎么这个哪个地方还没有说到，但是我们临床上怎么做，因为你只要，中医你即使散落都没有关系，你能够辩阴阳，阴和阳能够分辨，就是可以治好病的医生。从头第一章开始到现在，讲的全都是阴阳，分那么多不同的章节，都是阴阳，那到时候都了解以后，我会跟诸位慢慢用一些很简单的方式让你了解什么叫做阴阳？

比如这是一个皮肤，这是外面，这是皮，这是肌肉，如果病生在外面就是阳，阳就在外对不对，阴在内，所以如果长的肿块，一个青春痘，一个什么脓肿，阳好治。凹进去，阴的，就不好治，阴病难治，阳病很好治。

第十七篇 脉要精微论

第一节 阴阳调和：六味地黄丸

第 120 页，脉要精微论，这一篇讲了很多脉的诊断方式，手部的太阴的脉动诊断的方式。黄帝问，脉的诊断方法是什么？岐伯说【常以平旦，阴气未动，阳气未散，饮食未进，经脉未盛，络脉调匀，气血未乱，】这时没有乱，还没乱时，可以【察五色，观五脏，有余不足，六腑强弱，形之盛衰，以此参伍，决死生之分。】这个你一天只能看一个病人，做不到，应该是要这样，理论是这样，可是你们想想看谁可以做得到，一个早晨我坐飞机好了，跑到好几个家去摸那个脉，就为了清晨去看，很难做到，只有我们自己的亲人，周围的人可以看到，还有教你的病人，你回去明天早上给我看，那病人不会摸脉，就让他看气色或怎样跟你讲。

但是这一段延伸出来一个非常好的保养的方式，清晨时在中医的理论里，阴气未动，阳气未散，阴气还没有动，阳气都还没散，这时饮食都没有进，中医的观念里面什么意思？人睡觉时这个阳气会散到四肢，阳在四肢，内部身体里面阴非常盛，这个四肢都是阳，所以我们说头手脚可以都都在外面，身体要用被子盖住，这是常态。那有的人天生的早上起来，他早上起来第一件事就要拿一杯水喝，拿一杯冷水喝，觉得喝得很舒服，也不晓得为什么，就拿一杯冷水喝，喝完开始刷牙漱口做事情，这个是对的，为什么？因为一喝冷水下去后，这个阴，冷水是寒的，当然不可能去弄个冰水，冷水性是寒的，一个寒阴下去时，四肢的阳“怎么有冷的会进来？”这个阳马上就回头，瞬间就回头，因为人体是非常敏感的，一个接触马上就有反应。如果走在路上针搓了那个人没有反应，

这个人差不多了。一定会有反应，人反应很快，所以一下子寒冷进来时，四肢的阳瞬间就回到胃里面，因为水喝下去到胃里面，（阳）马上回到胃里面，在胃里面蠕动。所以千年以来，只要早上起来喝杯冷水的，永远没有胃病，永远没有胃病的。那反过来这个人胃很好，自然而然会有那种天生的那种动作，那这是阴阳的观念。有一个人如果胃病，就问他早上起来喝不喝水？不喝呀，喝水有什么意思，他就是胃病，不想喝水。

如果早上用六味地黄丸，六味地黄丸有淮山、山茱萸、熟地、泽泻，三补三泻，茯苓、丹皮，六味地黄丸是一个很温和的补泻方，在介绍《金匱》时我会再细讲。这个药如果早上起来时，床头旁边放一杯冷水，热水晚上放下去都没关系，早上就变凉了，用盖子盖住，不要给蟑螂跑进去，因为早上起来昏昏沉沉的，不晓得里面什么，拿起来一喝蟑螂也喝下去了，盖子盖起来。早上起来大概 30 颗 40 颗六味地黄丸就放到旁边，然后盐里面用手去抓一点点盐，不需要一勺，太多了，盐巴吃太多会让血凝，会伤血，就是手捏一点海盐，撒在冷水里，被子盖起来睡觉。然后早上眼睛一张开，不要动，因为身体还阴，阳还在手脚，躺在那边，把盖子打开，然后坐起来，坐起来时要赶快吃，不要阳回来再吃，那太慢，所以用冷水一下去，把六味地黄丸放到嘴巴里面，用冷水一冲下去，到胃里面去，冷水可以进胃里面让你胃一直在蠕动，阳会按摩，阳气回头在里面按摩，这时一按摩，消化掉的就是最好的东西，养生的，当医生一定要保养自己，当医生不能自己黑脸色发黑，当医生气色一定要很好，保持心情愉快。

从这点可以知道阴阳，我们如何来调理它，一般只要有这个习惯，就常年不生胃病，很简单一个动作，很好用。当然如果不吃六味地黄丸，喝水也可以，至少对胃很好。

第二节 五脏五色

第 121 页，诊脉的脉是血之府，这表面上的，浮就是表，【长则气治，短则气病，数则烦心，大则病进。上盛则气高，下盛则气胀。】这个开始我们进入脉诊了。我画两个脉，一个是从上面看，这样看，这是关、寸、尺，上面是阳，下面是阴，记得上面是 9 分，下面是 1 寸。每天看我这样写，我保证你不用去记，自然就反应出来了。这是平面的位置，手臂的位置伸出来，病人手在脉诊上时，男人的手越肥，财禄越多，女人不可以胖手。那手上的脉剖面看时，脉是这样的，这是关，这是寸，这是尺，也就是说阳脉的地方它比较表面，阴脉的地方比较沉一点，这是常脉。要先知道什么叫正常，这是比较，所以脉是这样斜下来的，这是皮，这是正常。

脉长讲的就是，刚刚好就是 1 寸 9 分这个长度，最好计算的方式就是高骨，高骨在这边，高骨在手掌的横纹的头没有，脉没有到这边，稍微下来一点点，这不就是 9 分，从高骨正中央往上算，那算到这个 9 分以后，以这一段和这个横纹头为 9 分，然后把它长度反下来，稍微多一点点就是 1 寸，心里面就是这样想，那每一个人的寸都不一样，有矮子，高的有矮的小孩子都不一样，基本上就是这样算，心里面假想，当然不用尺去量，每一个人画画不需要。脉长则气治，这个是脉，标准的长度代表五脏气非常平。

【倪师内经 23 视频同步文稿】

脉本来那么长，这边是 9 分，我用黄（色画）得更清楚，这是横纹头，横纹头就在这边，如果是从这边算它是 9 分，脉到这边就没有了，脉到后边，抱歉，这个是我们有一根斜的，故意这样写比较从这边切下来，这是 9 分，这是 1 寸，到这里就是进入肌肉了，摸不到了。如果这个脉是这样是长则气治。太短了，脉整个缩短，三个指头一摸上去，这个脉怎么那么短？就是短脉。先分长短，短则气病。如果脉跳得太数了，数的定义，一呼二至，一息二至，这个一呼一吸中间会有一停，会有一停的，这一停就是因为脾，脾土，这一停就是 2+2+1 等于 5，所以人的一个呼吸脉动 5 下，这是正常的脉动。超过 5 下就叫做数，太快了。【数则烦心，大则病进，】这个脉摸上去时，什么叫做大？大要跟人成比例，就是一个瘦子好了，一摸他的脉那么大，大脉。脉跟人要成比例，摸个胖子，摸着脉那么细呀，也就是这样同时看两个病人，在这个病房看时，摸着个瘦子，

脉那么大；摸那个胖子，其实那个胖子应该比瘦子脉大，结果胖子的脉反而比刚刚那个瘦子小，瘦子就是脉大。胖子，气少脉细。数则烦心，大则病进，当脉变大时，病在越来越严重，就是脉会变大。【上盛则气高，下盛则气胀。】讲上就是讲阳的部分，阳的脉很大，浮到表面上了，这是阳是胸，这一段代表胸，胸部，这一段代表腹，关部正好是中间横膈的地方，用这样来区分，所以你一摸上去大概就知道了，大概就知道。那下盛则气胀，下面的脉盛就是太盛了往上浮了。如果代则气衰，这个代脉怎么讲？就是更代，变更，比如摸这个脉平常摸上去时，脉就是持续的一样的，就算是坏脉也是一样，不动，就算是坏脉或是细脉也是一息五至，它是很稳定的跳动。那摸这个脉会变动，会变更，有时脉变大，有时脉变小，会换来换去，这就是代则气衰，病人的气会衰败下去。脉如果太细则气少。脉如果是涩则心痛，涩脉就是它很停滞，感觉没有力量。比如我们摸这个脉，我们摸一下脉，脉会给我们反应，会弹回来。摸下去它就不弹回来了，然后放开它又回来，摸它又弹不回来，然后过一下你一摸它又往旁边跑，没有力量，这是涩脉，主心痛。

【浑浑革至如涌泉，病进而色弊。】革也是讲更革、变革。脉如果是很雄厚很大，病况是象泉水一样，摸上去就一直冲出来一直冲出来，这种病人代表越来越沉重，为什么我们可以这样诊断？因为脉是气之所在。气最好的气是要敛，收敛，收敛在身体里面。那你身体里面出问题，阳气没法进去，一直往回逆，这时脉就变得很大，那都是非常危险的，病进就是越来越严重。色弊也就是失掉他的原来的气色。如果【绵绵其出如弦绝死，】一般脉如果变成一个象一条弦一样绷紧的，那就快死了，快死了这种脉。那反过来，如果从这个一息是五至是正常，那他数，数到8、9，那很危险了。那你开始动手治疗时，它就慢慢慢慢变成6、7，然后变成6，然后变成5，是病人一直在恢复中间。如果是小于它的，比如4、3、2、1，当医生的一呼一吸，病人是4、3、2，很小，那你从2开始治疗时，他变成3，变成4，就代表病是在复原的中间，我们要设立这个标准就是除了你可以知道病越来越坏，你也要知道反过来就是病在复原的中间。一般将来到你诊所你面对病人时，他不是正常的脉，他生病才会来找你，所以你摸不到正常的脉，所以平常看看哪个人正常你摸他。

第三节 红斑性狼疮、气色、克色

第121页，【精明五色者，气之华也。】人脸上的颜色气色这是代表这个气足的表现，气的容华的地方。那下面就是跟诸位提到了，红色要怎么样？红里面要带一点白，如果是白色，要带一点光亮，不要象盐巴一样，它是形容，也只有形容，不然它怎么，以前没有那个照相机或怎样，也只有形容。如果青的变蓝，没有反光了，都是有问题了。那五脏论五色，肝脏是青色，心脏是红色，脾脏是黄色，肺脏是白色，肾脏是黑色。当一个脏出问题时，那个脏色就会跑到脸上来，所以看到脸上很青，青的没有光亮，这是肝脏有问题了，但这是病态。那看到脸上很红，那种红的很鲜红，象红斑性狼疮，整个中间是个狼疮一样，象一个狼的脸一样，象蝴蝶一样大蝴蝶一样那个红红的，那个都是心脏。我画个图给你看，比如这个狼疮就是这样，脸上那个红的象个蝴蝶一样，这个周围就红起来，这种红红得很暗红，很亮，皮肤都褪掉了，颜色，这个皮肤干掉了，褪皮了。那女孩子很爱漂亮呀，用化妆品猛擦，猛擦还是照褪没有用，因为那个是从里面发出来的，心脏有问题。所以你看红色，那看到黄色，很黄，那种黄就是个别，一看就知道是不正常的黄，看到白色苍白的，看到黑色的那是暗黑色的完全没有光亮的，这都是病色，这就是望诊。

常色，正常的颜色我们前面就介绍过了，春天来时，应该看到他气色很好，但是他带一点点青色在中间，尤其青在左边最好。我画了个图，左边是东方，肝心脾肺肾，这样自己记，可以把它放到肚脐上，可以把它放到身上，身上也是这样的。

第122页，如果看到颜色变了，比如我们有克色。如果是春天，我们看到一点青色，是正常。结果是金来克木时，春天不看到青色看到白色，就叫做克色，克就是凶，因为

是贼邪，就是比较强，贼。所以如果肝脏不好的人一定要肺脏要很好，肺脏要出问题，肝脏就会有问题。这是举例。第122页第一行最下方，精明者就是眼神，眼睛的神，眼睛本来就是看万物的，能够分别黑白的。如果把长的看成短的，以黑为白，就是已经混淆不清了，眼睛出问题时，这时精衰。所以眼睛我们看眼神，如果病人眼神没了，也是很危险的现象。临床上没有看到病人时，先听，里面只有旁边的病人的家属的声音，病人是没有声音，这已经不是很好了。再走进去一看那个病人，看他眼神，眼神非常好，身体瘦弱了，神在，他的形失掉了，很好治，神还在。最怕的神没有了，即使那个人没有瘦，身体都很好。眼神没有了，这就不行，这就是我们中医的望诊。所以中医从一开始，我们从接触病人开始就是耳朵在听的。所以有的人是癌症死掉，有的人就自然死亡了，那你说自然死亡，怎么他没有病他死掉了？神没了。

所以人常常要保持情志要很安逸，要无惧，不怕。有的人是完完全全被吓死的，那被吓到时，神失掉了，一样会死亡的，不是一定要生病才会死亡。所以我们在看病时，我常常跟病人说，不要怕，病人先安，不怕。那我们再动手，他如果不怕，我只要治身体上就好了；他如果怕，我还要治他心理上，那很累呀。遇到这样病人很累，他每小时打电话给你，家里的电话千万不能给他知道，深更半夜给你打来，这种都是有的，害我要常常换电话。

122页最后一段，【五脏者，中之守也。】脏就是要收藏的“藏”，收藏在里面，元精要守住，我们第一个脏的性，要能够守，如果精华吸收进来不能够守，跑掉了。还有要强，要能够很强，这两个原则掌握到，脏就不会有问题。所以我们在下处方时，或是针灸时，我们有固守的药，有增强的药，两个稍微不一样。【五脏者，中之守也。中盛藏满，气盛伤恐者，】不要吃太饱，如果饮食吃太饱，食物不消化，会让脏气会满，中焦会比较湿热，气太盛了，太过头了会伤。这时发声就很沉闷，声音很浅。我们平常讲话的声音都是从丹田讲出来的，丹田能够讲话就是你中气很顺，从腹部讲。那有的人讲话很浅，从喉咙讲出来，它在胃里面堵到了，那气下不去，他只能从这边发音，所以声音变得很浅，声如从室中言。如果这个人讲话声音很浅，声音不够洪亮，不够沉，没有内发的力量出来，那你问他吃饱没有？没有啊，肚子很饿还没吃，这个是小人，因为小人大部分发声很浅，从上面发，他不会从下面发，因为他心不正，心不正时气没法沉到丹田。所以你们要分辨，不要随便说这个人气很浅，这个人是中满，没有，他肚子饿了。

【言而微，终日乃复言者。】就是讲话声音很小，每天一直在重复讲不同的话，现在老年人遇到很多，他重复讲话，重复讲话，尤其是吃到安眠药的人，到了忧郁症，他就常常讲同样的话，他会忘掉，一直在讲重复的话，这种是气被夺了。夺气者，这都很不好的。【衣被不敛，言语善恶，】就是衣服被子也不盖了，衣服也脱了，人不管了，讲话就随便乱骂人。不避亲疏者，神明之乱，那我们在症状症上看时都会有，比如有人大肠堵到了，燥气很多，燥气应该是。人的胸膈在这边，肚脐在这边，横膈在这边，中医认为膈是分清浊的所在。如果大肠的燥气往上跑过去，超过横膈了，冲到脑部去了，人就开始神昏，就乱骂人，有的人跑到墙上去唱歌，他也不知道，他昏头了。一看浊气上升，这个都有处方治法的，一付药就好了，很快。【仓廩不藏者，是门户不要也。】所谓不藏就是本来是脾胃是仓廩，胃跟小肠都是仓廩，是受盛之官。东西吃下去以后吐掉了，它不受纳，第二个吃下去以后大肠吃完马上就大便了，排掉了，这都是吐掉或是不藏都是不好的。一般吃完就吐掉，代表胃里面有东西堵到。吃东西下去后，小肠是受盛之官，小肠本身是火，很热。东西吃下去应该是小肠消化掉，结果没有消化掉，直接出去，代表小肠它冷，这马上可以辨出寒热来。那我们为什么要去辨寒热？因为处方有时遇到热证我们要开寒药，遇到寒证我们要开热药，所以我们才需要去辨寒热。所以【水泉不止者，是膀胱不藏也。得守者生，失守者死。】水泉不止者是膀胱，这里我延伸一下它的意义。首先要有个概念，膀胱小便的水怎么来的？先要有这种概念，如果有了这个概念后辨证就很快了，处方也很快，也不会错了，包括剂量都可以拿得很准。现在中医最大的问题就是，辨证他不够准，辨证不够准时，下手时会不敢说这个药对不对，就开一大票

药，一大票药就乱枪去打鸟，总希望几味打中了，可是你不晓得你开时会把力量分散掉。

第四节 汗尿同源

我们叫做汗尿本身是同源，正常人这是肺，肺管皮肤毛孔，皮毛，如果到小肠，小肠是很大的，我故意画小一点，因为上面我还要画个大肠，我们饮水入胃，平常喝水喝到胃里面马上就散，消化掉，停掉，我们经过三焦系统分布在全身。饮食，吃东西进去以后，食物咀嚼到了小肠后，小肠把它热化后，食物变成残渣进入大肠，所以这个里面只有残渣跟水。那小肠是很热，就围绕在小肠中间周围的是大肠，但大肠里的水因为小肠热，火在下面烧，水在上面走，这个水就气化回头进入肺，这是来源。因为中间是横膈，所以浊气上不去，只有清气能够上去。当你在运动出汗，呼吸很强烈时，流下来的汗是白色的，肺汗。所以我们平常流汗时都是很清的。你流出来的是尿味，那是有病的，那是尿毒的人。现在讲都是正常人。

如果没有流汗，这个水还是在肺里面，你还是不断吃东西，那这个水会从肺，肺是金，中医认为金生水，所以肺脏收了干净的水以后，再下达，不用掉，你没有发汗发表，没有发汗流掉，它就会流到肾里面去，到肾里面去以后，肾跟小肠再接触一次，这个肾里面的水再烧过一次后，第一次蒸馏出来的从骨髓进入脑部，那进入脑部因为这个水很热，刚刚烧完很热，象蒸汽一样从骨髓上去，就是因为太热了，所以中间要有一根冷却管，所以脖子，上帝就制造出个脖子，这样脖子就比较凉一点，这样水进去就很温，不会很热的水跑到脑部去了，所以脖子是管好象冷却系统一样。冬天时把脖子缩一下，身上就比较不会冷，因为不希望体热散出去。第二次的水再到膀胱里面，聚集到一起，然后小肠把它气化以后，好的水进入肝脏，浊的水排出来。

膀胱的水跟肺的水是同源。夏天你运动很多，流汗流掉了，一天不小便，今天怎么都没小便？因为汗流掉了，然后小便出来比较黄，一点点，这个是正常。冬天没有流汗，中医的养生之道冬天不要汗，要收藏，衣服穿厚一点。那也不要你躲起来，也不需要那么严重，躲起来，出门时衣服穿厚一点，把身体饱暖一点，因为你没有流汗，小便次数会比较多，量会比较多，是常态。

现在是水泉不止，一个是发汗流汗不停，一个是小便没办法控制住，这都是危险的症状，这都是不常的症状。所以能够守住小便，能够守住汗，汗就是固表，因为人有阳气，这个阳固在皮肤表面上，因为有阳在固它，所以汗不外泻。换句话说如果阳虚时，这个汗就出来了，汗是肺的津液，这是所谓的阴津就会露出来。所以光以皮表来说也分阴阳，因为有阳所以固到，不会随便流汗；阳虚才会流汗出来。所以有的病人没有运动，躺在那边，一直汗流不止，这就是我们以后讲的，专有名词就叫做“表阳虚”，这就是名词就来了，你们要慢慢接受一些名词，以后讲名词，以后就说这个药是专门治表阳虚的，能够固表的，这个药是能够固小便的，那药怎么样，就这样出来了。

第五节 脏气强弱、关格之病

123页，【夫五脏者，身之强也。】前面那一段讲的是“守”的重要性，脏性要守，现在是脏要强，身之强，强不强壮要看五脏，太弱也是死，不守也是死。这一段我们可以用中医的望诊，其实讲的就是中医的望诊，我们从看一个人的头、背、腰、膝和骨头可以看出来，这个人的脏气的强弱。先说头，【头者精明之府，头倾视深，精神将夺矣。】这个都是很危险了，我们在针灸学针灸时，头在这边，这是耳朵，这是后脑，背部，脊椎骨，督脉从这边下来，在头骨和脊椎骨交接这两边，两个穴道称为天柱穴，在膀胱经上，天柱穴就是天的支柱，这个头是天，这两个撑着。有一天头都歪下去了，天柱倾，所以当看到天柱倾讲的就是这个意思。精神将夺矣，这个人神要离开了。头倾视深，头歪过来，头撑不起来，没有力量了，你看他时非常深邃，但是知道他不认识你，当你看到你的亲人，他应该认识父母亲或谁，应该认识。视深的意思就是他不认识人了，包括他自己小孩子都不认识了。当然不认识有时可以装，分财产时稍微不认识一下，当然那

个是人之常情，跟这个不一样，他不认识我了，那可能分财产，那个人身体很好。这个人就有问题。

【背者胸中之府，背曲肩随，府将坏矣。】背弯曲了，“肩随”就是呼吸时要动肩，因为脏气太弱了，不动肩没法做一个完整的呼吸。我们平常脏气很强，不需要利用姿势来呼吸，很正常就呼吸。他没有办法，这是【府将坏】了，“府”就是消化系统，因为背是阳，消化系统讲的就是胃、胆、小肠、大肠、膀胱。【腰者肾之府，转摇不能，肾将惫矣。】什么叫做转摇不能？就是要他转身，他怎么转回来，他不能动。这个背是腰的，腰是肾之府，肾里面有阳有阴，有阳有阴所以它才会很柔软。如果现在不能动了，硬邦邦的在那边，为什么？没有阳，阳是动能。那我们就知道肾有出问题了。

膝盖如果是筋之府，没法伸曲，要弯着身体，佝偻，筋将疲矣。所以有个人病了，脚不能伸直，筋痹。所以膝盖旁边是筋会阳陵，阳陵穴就在膝盖的旁边，所以我们说筋会阳陵泉。看头顶的天柱穴，诸位都可以看到。为什么要知道这些？一听就知道是筋病，肝主筋，想办法要让肝脏的功能恢复。腰为肾之府，肾脏出问题了，要想办法让他腰变柔软，把阳补回去，诸如此类的。

【骨者髓之府，不能久立，行则振掉，骨将惫矣。】就是走路会晃动，那也不能久立，站站不住，两个脚没有力量，脚没有力量是骨有问题，骨头有问题。【得强则生，失强则死。】那我们要去补骨，全身就是肾主骨，肾脏在管骨骼。内脏得强者生，太弱了，失强者死，内脏一定要强。那我们的强有很多种方法，比如我们练功夫，也是要强身的，强身的，练功夫打坐，为什么要打坐？就是能够让我们的喜怒忧思悲恐这种情志的变化能够降到最低，让自己心情平稳，这是打坐，我们要控制我们精神方面的东西，练功夫就是我们生理上的，器官的东西要让脏让它变得很强。这个就是我们养生之道。所以前面讲的望诊这些都可以，除了看病以外你们也知道自己要怎么样保养，所以走路是最好的运动。

第124页，岐伯说【反四时者，有余为精，不足为消。应太过，不足为精；应不足，有余为消。阴阳不相应，病名曰关格。】如果一个人脸上的气色跟脉都很正确，都当季，春天就是春脉，有点弦，然后脸上有点青，弦稍微强一点，那个脉力很有力，脸上的青也很有光泽的青，就是经气很强，比一般人超强一点，这种都是很好的。那不足就是消，不足刚好为相反，出现不足者，这一段主要强调什么？就是稍微强一点是正常，当不足时，出现色和脉要合，色和脉不合是危险。举例，比如这个人来找你，这个脸上是很红润的，一看现在夏天，脸上很红润非常好，一摸他的脉，夏天的脉应该是洪脉，稍微洪一点点。待会儿我们会把它区分开来，心脉在哪里，肾脉在哪里，现在还没接触到。一摸他的心脉，一摸这个不是心脉呀，它是一个很沉的一个肾脉，心和肾是相克的，这个人就已经有问题了。那到底什么问题，比如我们摸了肾脉，他是冬天会发病，现在很可能冬天他会过不去什么样，这个我们后面会谈论，这个就我们讲色脉不合，色脉不合的话都会不好。那关格之脉，内关外格跟外关内格，上次我们前面就有介绍过，关格它是怎么样子情形，凡是出现内关外格或外关内格，都是属于真脏脉，真脏脉摸到这个人就是死，都是死。

【倪师内经 24 视频同步文稿】

我们有几种处理的方式，如果摸了真脏脉，跟他说真脏脉你要死了，有什么遗言交代一下。看讲话，这个要看个人临场，我们没有固定，岐伯也没有教我们说怎么跟快死的人说话，岐伯只教如何看他死，那你知道他死了，要怎么讲话很重要呀，讲话很重要，起码不能乱讲话那时。

124页最后一段，帝曰，【脉其四时动奈何？知病之所在奈何？知病之所变奈何？知病乍在内奈何？知病乍在外奈何？请问此五者，可得闻乎？】黄帝说脉依四季春夏秋冬不同产生的变化，我们如何去看它？那如何从四季的脉的变化如何测试病的所在，怎么

知道这个病是由内而出的，怎么知道这个病由外而内的？

我们在讲针灸时，三焦经的属性，从冬至开始到夏至，这一段时间因为比较冷，由寒慢慢变热，所以三焦经的属性是水。由夏至开始由热到冬至，到当年的冬至，从热慢慢慢慢变成冷，它的属性是火。所以三焦经如果出现它的实证虚证时，子穴母穴每半年要换动一次。那人为什么我刚才提到三焦经，就是因为我们有三焦系统，三焦系统联络所有脏和腑，脏和脏、腑和腑之间的联络的网，网状的系统分布在全身，这个就是所谓的三焦。因为有三焦在，这个三焦系统很正常时，人的气脉就跟着这个节气走，初分就是四个节气，春夏秋冬，再分细一点，五分法，春，长夏，夏，长夏，秋，长夏，冬，长夏，春，它是五个。那再细分，被人分成12个月，再给它细分变成24个节气，可以分得很细，甚至奇恒揆度。如果这样每一个节气，两个礼拜一个节气这样，这的确是相当复杂。这里讲的就是如果按照节气走，如何去配合，我们如何知道脏腑的情形。所以岐伯说，要知道这些病由内而发，由外而入的，这个病之所在的话，一定要知道这些，天的运转，【万物之外，六合之内，天地之变，阴阳之应。】其实回头还是讲阴阳。

第六节 节气与阴阳变化

【彼春之暖，为夏之暑，】夏天会热就是因为春天比较暖，所以节气在变时是慢慢改变的，不是马上变化的。【秋之忿，为冬之怒。】就是从肃杀变成收藏。【四变之动，脉与之上下，以春应中规，夏应中矩，秋应中衡，冬应中权。】春脉在你的脉下面，摸到皮肤表面时候稍微按下去一点点，就可以摸到春脉，因为春脉是刚刚好万物发生时。所以我们可以用甲和乙，如下看这个是甲乙，这个没有什么意义，但是如果把这个田，在田底下有个根在那边，那就是甲了。乙时，这个根不直了，要弯曲了就开始长了，所以这是春。丙这个根往上露个头出来，看丙象不象一个地？那个根在下面，上面两片叶子长出来。丁就是表面上的叶子越来越大。所以干支都有一个滞留，它的性在里面。

所以这24个节气。比如按照天干也可以看出来，春天是它的气发，所以脉气也是跟着春天来走的，到了夏天时浮出表面时，所以摸他的脉，轻轻摸到皮肤表面上，就可以摸到他脉很强，夏天的脉。它是【冬至四十五日，阳气微上，阴气微下。夏至四十五日，阴气微上，阳气微下。】这个阴阳就是讲阳和阴，阴阳的变动，这个是已经分得非常详细，非常细。所以冬至冬天这时一阳生起来，阳气慢慢上升，阴气原来至阴的气，到了冬至，从之前一直到了冬至以后是阴，到了冬至开始阴气开始下降，阳气开始慢慢上升。那夏至再变回来，阴气慢慢上升，阳气慢慢下降，这两个节气是阴阳在交换时的节气。所以黄帝问时，岐伯就说以这两个节气来做标准。说阴阳有时，从冬至后阳气开始慢慢发散，慢慢慢慢的，到第二年的立春，春分，那阳气就慢慢上来，慢慢上来的意思，那你的脉的上下好象翘翘板一样的，你可以自己调整，以节气变化为主。

如果【阴阳有时，与脉为期。期而相失，知脉所分。分之有期，故知死时。】所有的脉都是从阴阳开始，我们就看阴阳。怎么知道它的死时？很简单，如果今天发这个病，春天时得到了这个相克的脉，比如木是克土，在春天时得到的是长夏的脉，脾土的脉，那危险时就在长夏就会发生，在节气交换时就会发生。但是这个讲的是病态的脉。如果是正常的脉，不会说在这个夏天会发生的，比如这个春天的脉，春天的脉本来就是一点弦，那稍微洪大一点，或是这个阳气比较旺一点，或阳气比较衰一点，可是你的脉是一息四至五至很标准，不是很快，或是很慢，这个没有什么关系的。

所以我们看脉时，这一段刚刚讲的就是以节气为主，当阴阳，当阳越多时，阳脉要越高；阴越多时，阴脉要越稍微上来一点，浮一点，所以阴阳相交时就这样走，阴升阳就下降，然后阳升阴就下降。所以我们如果把它简化，比如冬至开始阴阳生，那冬至你以平，如果慢慢慢慢开始上去了，到了夏至时到顶了，夏至一过开始慢慢慢慢回来，回来回来，就是这个意思。那怎么从脉上可以知道病从哪里来？我们后面会介绍到肝心脾肺肾的位置，当一摸到你才知道病是从那个脏来的。

第126页，他说【补泻勿失，与天地如一。得一之情，以知死生。】实则要泻，虚则要补，这是常态，天地也是这样，一个湖水满了，满了它就溢出来了，所以水坝盖起来，上面留了门，就是快满了把水排掉。天地之间的物性本来就是这样，满则就要溢。那不足就要想办法补，补它。就是一个道理，乃知生死。

第七节 梦知阴阳：灾色

所以【声合五音，色合五行，脉合阴阳。是知阴盛则梦涉大水恐惧，阳盛则梦大火燔灼。】我们如何知道他阴盛？我们可以从梦里面可以看到，这一段讲的是梦。这个也是天度，讲天度里面的奇恒跟揆度，阴盛则梦涉大水，吓死了，看到阴，象大水，好象要被水淹死了；那阳盛，晚上睡觉时大火在烧房子一样。阴阳俱盛，两个人在那边相杀，阴阳都盛，从梦来解。【上盛则梦飞，下盛则梦堕。】年轻时象10几岁时，常常做梦从楼上掉下来，或从山顶上掉到很深，那时人在长，因为下盛，你的经气，2*8，16岁，2*7，14岁天癸至，2*8，16岁男人的天癸水来，这时你会堕，那这是常态。吃太饱的话梦施予，太饥的话梦拿取，取人家的东西。【肝气盛则梦怒，肺气盛则梦哭。】这个跟人的情志都有关系。【短虫多则梦聚众。】身里面有虫，就是小的蛔虫很细的，长虫，虫比较长的，梦相击毁伤，这个相击也是两个人打架，有受伤的，打架但是不会相杀，但是会相冲突。中医的诊断，虫，蛔虫，有非常多诊断方式，这里是《黄帝内经》，等到我们介绍打虫药时会跟诸位详细介绍。这里强调一个梦，这个奇恒和揆度，我这次《黄帝内经》会教你们。

如果看到一个人脸色很黑，可是吃喝拉撒睡都很好，人很正常，知道有灾了。那有灾发生时，这个灾出现时，一天有12个时辰，时辰是相对的，如果是9到11点，是巳时。那原来他的病灾是截止到11点钟会发生，我们如何把它调整过来？调整到晚上9点到11点，他要睡觉了在家里面，做梦梦到灾会过去，这是我这次教怎么做？这是天机，我讲课不保留，就是讲奇恒跟揆度，这也是梦，我们可以利用这个梦把本来白天发生的事情让它在晚上发生，所以人是一个周，一个循环的，一个周天循环的。那也可以调整，如果不会调整，就该发生就发生了。那调整回来以后跟他说，晚上不能出去了，不然他本来在这边，那晚上照样出事，还是没有逃掉，晚上就不能出门了，中医可以到这种阶段。所以我们除了治病以外，还有就是受伤了，我们可以把连受伤的灾都可以避掉，上工治未病，来没发病我们可以治，还有准备发生的灾也可以避掉，那你要知道如何去调整它，我在讲“着至教论”时会讲得很详细。所以黄帝问岐伯，医道可不可以长久？岐伯说当然可以长久，我们要上知天文，下知地理，中知人事，那医道就可以长久。所以我们医不单单是医病，还医人的心，还有人的外在的东西都可以医掉。

比如我们看到梦大火，如果没有梦，那个人白天时你一去他家一看，怎么每一个人脸上都红的，那么多心脏病，怎么祖孙三代的人脸都红的，火灾了，马上就知道了，不然每一个人脸为什么都红的，那心脏病一个人就够了，祖孙三代都有心脏病，同样的病，很少机会，那就是灾，那都是灾。所以这个梦，中医也认为这个梦很有道理，可以提醒我们很多事情的。哪天你的朋友，你现在看到这个以后，你可能用不到，可是哪天突然你的朋友打电话给你，奇怪了我梦怎么每天，我们一大堆去开party，一大堆人去聚会，肚子里有虫子了。那太太跟你说，梦很多的梦虫，你就跟她说，太太你有虫了，那先生说叫你不要吃生鱼片，你要吃生鱼片，那都是虫。那我们还有诊断方式，你一望一看，你虫更多，先生虫可能更多，那不见得会做梦，所以我们有很多诊断的方式，都可以帮助我们做诊断，所以应该内经还是很灵活的东西，但是很枯燥，非常枯燥。

【倪师内经 25 视频同步文稿】

第十八难三部四经图

《难经》的第十八难“三部四经”里面就有，这个定义是根据《黄帝内经》下出来的，诊脉时要注意了，只要记得是阴阳，什么叫做阴阳？我把脏都写在外面，腑都写在

里面，中间是个大筋，心包经的地方，大陵，内关都在这里。摸脉时手摸上去，比如三个指头摸他的脉，这个脉比较靠近外面这一侧的骨头，这边就是心脏的脉，比较靠近筋的就是小肠的脉。

第一节 肝、脾、肾、胃之脉象

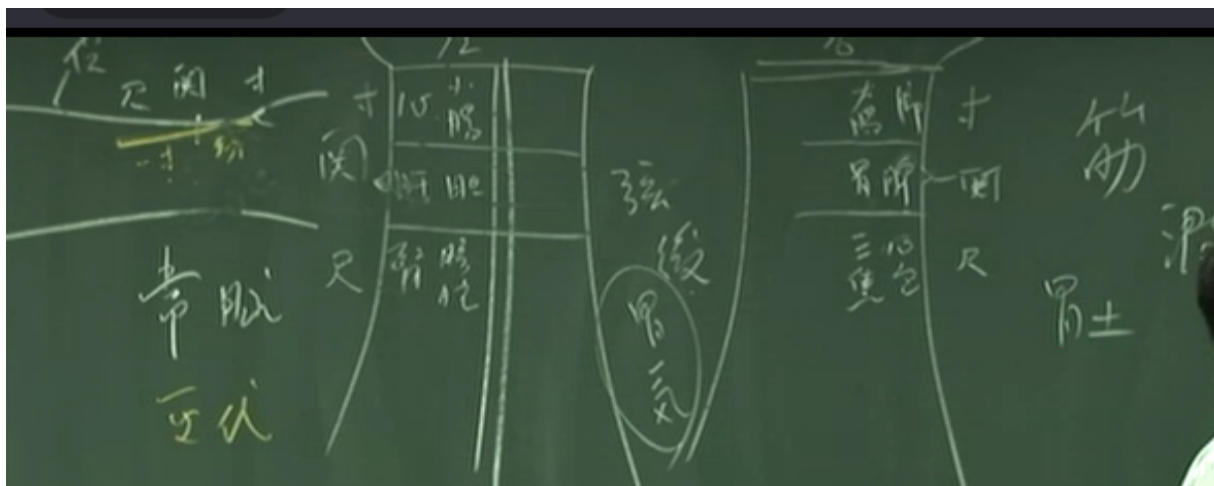
所以一摸上去，哎呦，心脉没有了，这个脉跑到筋旁边就是小肠的脉，比较外面的照理说外面是阳，我不是讲过，阴和阳刚好是相辅相成的，所以要查脏病时，都是脉的外侧看脏病，脉的内侧，靠近筋的地方是查腑病的地方。

所以我们这一段就要参考第十八难，【三部四经】的图，【持脉之道，虚静为保】。一定要很定下心来，心里面没有什么杂念，专心的，这是最好。春日时，脉是浮，【如鱼之游在波】。夏日在皮肤，秋天在下肤，皮肤以下。冬日要重按到骨头旁边去，这个我们在书上都有解释，好象那个蛰虫冬天到了要冬眠。知内者按而纪之就是，在【知外者终而始之】。所谓【按而纪之】我们要知内就是重按，按到骨边，那知外者，要知道表证如何，皮肤表面上感冒或怎么样，要轻轻地浮在皮肤表面上。那要知道内脏如何，按到骨边去丈量。这是【持脉之大法。】大法，就这六个大法：春夏秋冬，还有深浅。

心脉，搏坚而长，当病舌卷不能言。心脉讲的是这个地方，常脉从这边开始算是九分。那心脉变得很大又长，代表心阳很亢，阳会上亢。那我们舌头，本来就是心之表，舌头，舌为心表。所以如果【坚而长】，舌头卷缩起来，不能讲话，那心脉太过。

如果心脉，心脉变得软而散，当消渴自己。就是说是消渴，就是现在象糖尿病，类似糖尿病一样。病人胃口大，吃了半天还是瘦。所以我们一个指头，摸到心脏脉，就可以查到糖尿病，就可以查到消渴的症状。

如果是肺脉，肺的脉，右手的肺脉，寸的外侧这个肺脉，如果【搏坚而长】，非常大，而且盛，病人就会吐血，这是实证在里面，吐血。如果是【软而散】，这个病流汗不止，所谓灌汗，大量的汗水流失，这讲的就是虚实。



所以脉如果是大，大脉，又长，所谓长，就是从这边，关到位置到这边是九分，长出去了，超过了关的，超过寸，超过寸脉的横纹，到了往鱼际的方向走，脉过长，就是太过的脉。太过的脉，肺里面有淤积在里面，淤积在里面都是实证，病人有咳血，吐血，可能里证，可能是肺癌或什么。如果是肺脉软而散，是不及，肺虚掉。肺主皮毛，表就虚掉，这时病人流汗不止。【至今不复散发】就是已经到无汗可以发了，没有汗可以发了。当病人我们知道他表虚时，流汗流了很多，这时里面虚掉了。如果再重发汗，如果开发汗的药下去了之后，病人津液没了，这个筋要润，要有润筋，所以筋的津液会很多，那已经发汗，流汗不止的话，肌肉里面的汗都流掉了。那筋还有一点汗在里面，还有一点筋液在里面，还没有关系，如果再发汗时，把那个筋里面的汗也都发掉了，开始抽筋，病人就会抽筋，痉挛。也就是因为这样，所以汗药，发汗的药，解表的药，有攻下的药，

那一般的医生不敢用汗药，发汗的药，所以麻黄、桂枝都不敢乱用，实际上就是诊断不清楚。实质上非常好用。

如果【肝脉搏坚而长，色不青。】从这边看肝的脉，往上是九，往下是一寸。当摸到肝脏脉时，也是冲上去，也是往下冲，就是【肝脉搏坚而长】。如果气色上面出现青色，代表肝病。气色上没有青色，代表内脏没有问题，中医就是这样，要去消化。肝，青色，所有的青色的营养，是要正常的肝脏，它会停在肝脏里面的，所以它不会外溢出来，不会外露出来。如果里面长了硬块，长了肿瘤，长了什么东西，肝硬化了，它的青色没法停在里面了，所以才跑出来，所以看到颜色出现时，代表脏有问题了。如果遇到这种，怎么肝有问题？奇怪，这个人气色很好啊，没有肝病，不是肝病，受伤，马踢到啊，或是撞上车子撞到都是这样。那我们还有摸脉，你象脉到，你一个看他脸色对不对？如果这个女孩子很漂亮，你看脸色把脉忘掉，看不到，不要看她脸，看她手，手很红，是肝病；手粉红色不是肝病，那是伤磕，受伤。

这种坠伤摔落受伤，人从高处往下坠时，不管是脚着地或怎么样，一定伤到胸膈，为什么？因为肋骨在里面，下面是骨盘，中间这一个脊椎骨撑到，肋骨下面就是横膈膜的地方，一振动时，伤，大都是胸腔这边出血。因为血在肋下，令人喘逆。为什么要知道这个？以后就会教到，有些活血的药，有的是化淤的药，把活血和化淤的放在一起，它不会那么听话啊，光光它就停在肋肩，要药到肋肩去，要其他的药来辅助，把它带到这个地方去，所以我们就君臣佐使，配合其他的药，就可以把它消解掉。不然的话，开了药，我们知道它的淤血是存在胸膈的地方，结果你开了是去静脉流的药，他吃了半天，胸膈还是有淤血，腿是越来越漂亮，可是胸膈淤血还在那边，这个病人这样，所以辨证一定要准。

如果肝脉【软而散】，刚刚是实，现在是虚，而水，看到【色泽者，当病溢饮。】这种是溢饮，什么叫溢饮？我们以后也会讲到溢饮、弦饮什么，很多的不同的饮。溢饮，就是溢，满溢出来的。【渴暴多饮】口渴时喝水喝太快，这个水容易渗入肌肤，伤到病人，本来水应该在肠胃里面的，那水都溢出来了，跑到肠胃之外，堵在那边，这是溢饮。那这个可以看到水色。肝脉，因为什么我们在这边肝脉可以看到溢饮？因为肝本身是中膈，你就记得，这个肝胆这边，这是膈，中间的膈，那一散开，水就在这个附近，这边就可以摸到肝脉。正常的肝脉应该是弦，弦中带一点缓，缓而有力。这个缓，讲的就是胃气，后面专门有个章节在讲脉，胃气的脉。弦里面带一点缓，这是常脉。那现在不是弦，很软，而且散掉了，这段这个意思。当然如果摸摸脉比较弦，听病人陈述，也知道是溢饮，听就知道了，病人会告诉一些症状，当然我们现在讲会扯太远，主题会扯太远，以后我们讲到溢饮这一条，怎么样，用什么处方时，会跟诸位讲，这里讲的是脉诊。

如果胃脉【搏坚而长，其色赤，当病折脾。】那痛非常的痛，痛得好象骨折一样，颜色赤，因为痛，所以他会发生这种现象。所谓的胃脉长，就是从关这边的脉，非常的延伸上去下来的，延伸上去，长。【软而散者，当病食痹。】胃本身是土，如果是实证时，土会反逆到火，火是赤色的，所以颜色会往上，跑到脸上去，这是实证。摸脉从这个地方来判断就可以，所以他会有【其色赤】。如果是胃脉是【软而散】，胃脉照理常脉，应该是缓而有力的，缓有力的，这个缓就是很柔和，摸到的脉很柔和，不会快不会慢，很温和，觉得很舒服，很柔和，这个就是缓，但是有力。有力就是重按，它又回来，按多重，它就有多重的力量弹回来的意思。无力，就是按到它，稍微重一点它就跑走了，没有脉了，这是无力的脉。【脉软而散者】，食痹就是消化不好，胃的消化有问题。

你们现在知道了，每天早上喝一杯冷水，那再好一点加点盐巴，再好一点吃个六味地黄丸，一颗没有用，要吃三十颗，我们中药不是提炼过的，所以变得小小一颗，要一票。所以我常常跟人家说，我们开处方给老外吃时很好玩，我说要吃三十颗，他说“你说什么？”我就知道他听错了，因为他误解，因为他拿到药都是小小一颗，所以他们只吃，那个很毒的药，浓缩只吃小小一颗。所以我要他吃三时颗，他无法想象。想想看怎

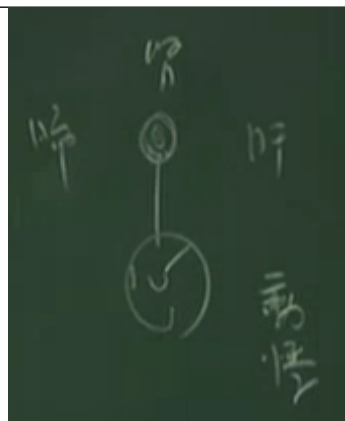
么解释，我说很简单，中医药，如果中医认为吃一个橘子，你一定会到市场找个大橘子最好的，我让才会你吃掉，所以量很大，我不会给橘子片吃，那一片橘子片，那橘子片是毒药！他就懂了，他才晓得，不知道怎么跟他解释。很累，因为已经很累，还在跟他解释中药，很麻烦的。

脾的脉【搏坚而长，其色黄，当病少气；软而散者，色不泽。】只要是【搏坚而长】都是实脉，颜色是黄的，平常脸上带一点黄，光亮的黄，鲜黄，鲜黄大都是热证；暗黄的都是阴证，身体里面有重病的。如果是脾脏的脉是软而虚，【软而散】就是虚脉，颜色不泽者，一般病人在脚的内侧肿胀，为什么？脾经经过的地方，脾经经过这边。

左尺是肾脉的内侧，如果【肾脉搏坚而长，其色黄而赤者，当病折腰。】这个人很强大的腰痛，因为非常的痛，所以他的脉气非常大，而且脉气会回逆，脸上看到就会看到脾胃，因为土克水，水会反克到土上。如果脉是【软而散者】，这是虚脉，病人少血，至今不复，就是贫血的现象。

所以从这里可以看到，中医常常在治症时，遇到贫血时，我们并不是说光开补血的药，他不会好，因为土能治水，所以开补血的药，大部分会补到土上面去，我们开补肾的药，血的成因，是因为水来济火。心脏这边，心主血，《黄帝内经》认为心主血，心之所以能够主血，能够管这个血，是因为有水来管，所以中医认为，这个水，会上升到，水在心的上方，所以上面是水，离中虚下面是火，这是水火既济卦，水和火碰到一起就会相济。中国台湾省有个关西，水火同源，很多地方水火同源，那个地下的水冒出来时，美国的黄石公园，热水冲上来，水火同源的地方。地下水就好象人身上的血管一样，还是很热，所以没有水来济这个血，血会发散掉，因为太热会发散掉。验血时，实际上有很多的水在里面。可是西洋人不认为水是病，就去验血，实际上由水来济火。真正的，我们身上的有75%是水，25%才是血。水来济火称为既济卦。如果水不够了，火就上亢，心火就会上亢，贫血。所以常用补肾的药来治疗贫血，原因就在这个地方。有血有问题时，不能吃太咸，太咸会让血涩，所以我们有些药吃处方下去时，有时要炮制过，比如原来的味，已经炮制过的味道就比较淡掉了。所以滋补药大都炮制过，味道会比较淡一点。但是厚味，气会比较厚，但是那个咸味会去掉很多。

129页黄帝就问，【诊得心脉而急，此为何病？】不单单是心脉，任何两个脉的地方，摸到急脉时，所谓急脉就是很强很数，按到骨边还在那边，遇到急脉，都是内有积，里面有积到了，都有堵到东西的，称为积，是脉急。岐伯就回答，如果是心的脉，跳得很快，【病名心疝，少腹当有形也。】因为心跟小肠是表里，少腹一定有形。只要看肚脐时，我画一下，因为肚脐没有一个人是圆圆的，很多纹在这边，肝、心、脾、肺、肾，肝在左边，心在下边，肺在右边，肾在上面。所以以肚脐为中心的话，肚脐以下，这就是心动悸的地方，是心。【少腹当有形】，讲的小腹是关元的位置。为什么是这样？岐伯曰，心为牡藏，小肠为之使，故曰少腹当有形也。所以心跟小肠是什么啊？是在同一个位置，寸的位置。



黄帝说，如果【诊得胃脉，病形如何？】那胃脉如果是实，所谓实，摸到胃的脉，强而有力就是实，这是强而有力，那就是胀；【虚则泄】，胃脉如果是虚，就是脉来无力，重按到它，脉就没有，按到骨边脉就没有了，这是虚，病人会下泄。所谓的实，可能里面是宿食挡在里面。比如，常人永远有1/5的食物停在胃的下方，1/5的食物。一餐吃下去，里面有1/5的食物会停在这里面，4/5的都下去了。第二餐再吃时，新鲜的食物又下去，那第二餐新鲜食物里面的1/5，会把这个推掉，另外的4/5跟着前一餐的1/5往下走，所以食物一直在更新的，也就是因为有个小袋子在这边，所以身体容

许七天不吃食物，光喝水也可以活。当然这是标准，有的人不吃 63 天，就是报纸上地震，有人活埋 63 天，那老太太正好活回来。这很厉害。以后你们如果出这个事，意外发生在身上，一定要想到《黄帝内经》说，真人怎么办？要食气。所以你困住时，千万不要乱动，要心平气和坐在那边，心里想，开心啊，现在没有人吵，然后大家还想办法救我，我很重要啊，平常都没有人保护我，现在一大堆人来救我，然后你要心平气和，慢慢做，不要讲话，不要多语，讲话讲过了伤气，然后慢慢的静下来，打坐，用意念慢慢呼吸，把地气和空气，配合到身体里面去，让天地交在身上。象那个人住在，那个有印度的人坐在树下，有半年多没有吃，不吃不喝不拉，就这样坐在那边，一样可以活，当然可以活。所以 63 天还能够存活，这人很厉害，老太太很厉害。这种叫置之死地而后生。当时她在那个地下一定想，算了，随便啦，正要死，得道了。她不怕死，随便吧，放松了。那如果会死的人都很紧张，糟糕，困在这里面，外面黑黑的，什么都看不到很慌很慌，一直在呼吸着，一直紧张，吓死在里面。所以《黄帝内经》很好，读了《黄帝内经》你还会紧张，还会吓，你是读到形，没有读到神。

第二节 糖尿病（瘵）之由来

胃脉，病势已成，如果里面实而胀，或是虚泄。如果传变，如果没有去，病得传变其实是怎么样？岐伯就说了风，得到风的病，就是外来的风吹到【成为寒热】，病人会感觉到有寒，有时有热，有的人是怕冷。

如果是【瘵成为消中】，瘵就是本身有内热，胸腔里面本来就湿热很甚，日久就会成为消中，成为糖尿病。瘵怎么来的？瘵是湿热，湿且热，在中，湿热在中焦这边很甚。中医认为晚以后，不要吃东西。如果吃宵夜，吃完宵夜后，胃里很多东西，跑去睡觉，睡下去了，肠胃也会睡下去的，这时肠胃的速度就缓下来，缓下来后，食物等于闷在肠胃里面。那试试看，食物咀嚼后，不管食物本身是酸甜苦辣，嚼过后放到嘴巴里不要动，等五分钟，它都会变成甜味出来。吃完宵夜，不管吃是什么，都堵在胃里，那日久就成了瘵了，那再日久就是消中，糖尿病，所以糖尿病的人，过去称为富贵病。

那很多人，就是有钱人，现在有钱人得了糖尿病，但是为什么说是有钱人得了糖尿病？因为他在年轻时做工厂，很忙啊，每天都要早出晚归，跟小朋友，家里都没有碰面，等他回到家里面时已经九点十点了，忙一天回来了。然后，肚子很饿要吃东西，把小孩子都叫起来，看看你们功课问题啊，跟小孩子，看看小孩子，很正常，这居家生活，很正常，然后吃完以后，大家一票都回去睡觉。那结果，一段时间以后，等他赚到钱了，结果他糖尿病，糖尿病，反而不能享受了。那结果小朋友，已经习惯了，反正每天晚上九点、十点，我都要吃点东西，习惯了，跟爸爸在一起十几、二十年，等到结婚出嫁了，然后娶了太太以后，习惯还在那边，就是他也发糖尿病。那西方医学，他认为是遗传，遗个屁传啊，不会遗传的，是生活习惯上的遗传，怎么会是遗传？什么病他不知道，他就讲遗传，我很恨这种动作，你知道为什么？哪有全家都是糖尿病，哪有那么倒霉的啊？

那西方医学把糖尿病分成第一型和第二型，第一型他认为是胰岛素依赖型，你必须一辈子注胰岛素。第二型就是后天的，后天再发生的，这个不一定要胰岛素，你是可以控制的什么，他们是这样讲，可是前面也没讲出来，我们哪有人那么倒霉，生下来就，胰脏就出问题，就是打那个疫苗，打下去胰脏死掉，那不是说，每一个人打同样的疫苗都发胰脏病，有些人特殊的人就会，一百个人里面就中一个，或两个这样。那个药厂很坏啊，他专门报好的，坏的他就不报，他把资料，就是数据也是他做得好，调查都是他调查的，这个是非常要不得的。所以一型糖尿病是从小开始发病的，有的人注射疫苗以后变成脑瘤，变成血癌最多还人得了第一类型糖尿病，这个一类型糖尿病在中医的历史上，是自古到今没有发生过啊，我们有二型有，那这个病，瘵，晚上躲在那边偷偷吃东西啊，对吧？他吃出来都是病啊，热中，那个，太监伺候皇帝，对不对？皇帝吃他不能吃，他就在旁边看啊，那那个员外吃东西，旁边家丁在旁边伺候，仆人在伺候，等到大家都，酒席都散了，他开始吃了，吃完以后就去睡，因为第二天早上还要很早起来去挑

水要，要去洗马桶啊，要去洗衣服啊，主人的衣服，对不对？病在痒，这生活习惯的遗传。所以你治疗以后糖尿病会怎样？要让他生活习惯改变，晚餐吃完后，宵夜不能吃，第二餐要到早上才去吃。

还有【厥成为巅疾】，如果手脚长年是冰冷的，寒证时，如果不治这个热下不去，热会反逆，反逆就会到头上，就会产生巅疾。如果久风，如果风症没有去掉，或一直停在身体里面，日久会产生问题。久风是常常受风吹，一直在受风吹的环境里面，迟早就变成下泄。【脉风成为疠。】如果风成为寒热，一直没有祛，这个风停在身上里面，停很久时，就成为疠病。疠病就是皮肤会变得很粗糙，还要化脓。所以病变，【病之变化，不可胜数】，就无止境，岐伯也没法把它讲完全。

一定要记得，阴阳跟五行，还有虚实表里，虚实，在外还是在内，就是表里，还有寒热能够抓住，这就是中医的【八纲】。这样治病，这样做诊断，永远不会错。所以岐伯讲的就是这八个原则，怎么样去分辨得更细更细，如果真要分的细的话，不可胜数。

第132页黄帝问了，所有【痛肿筋挛骨痛，此皆安生？】这些病是从何而来的？岐伯说，这是【寒气之肿，八风之变。】都是属于寒气，久居不去，还有由于四季风向的异常变化而引起的。所以南方的温病派是不对的，为什么不对？光是用痛肿，痉挛，抽筋，骨头痛，还在用寒凉的药。他本来就是寒气引起的，要开药把他寒气去掉，那我们很多炮附子，很多药是很热的药，才能把它去掉。（炮附子）不行，那怎么治疗这些病？没有一个病会好。所以那个痛肿，痛很深，病痛很深，南派的一看到，就是用一些解毒，寒凉的药去治他，不会好！那经方用两个药，用炮附子，用白术，白术祛湿，炮附子就是热药一下，整个伤口就收掉了，再深都推出来了，再深都给它抵出来了。那可是南派的就不知道用热药。《黄帝内经》这里有个证明。

【倪师内经 26 视频同步文稿】

第三节 四时之痛（例：关节痛、过敏）

前面就跟诸位讲过，冬伤于寒，春必温病，所以温病是因为前一年的冬天你伤于寒，才会有温病，也就是说你冬天没有伤于寒的，你隔年的春天不发温病的，所以我就不知道他们书是怎么念的，就算《黄帝内经》是断简残篇也好，可是你不应该误导到这种程度。还有一些庸医，方无伤寒。什么是南方无伤寒？！是不对的，完全没有根据的，千万不要去听这些。这种寒气的病黄帝问治之奈何？四时之病，以其胜治之。什么叫以其胜来治之？举例你就懂了，比如现在有一个人关节痛，关节炎，这个关节痛发了，很痛，我们知道，然后这个关节炎他说平常都不痛呀，冬天来时一定发病，膝盖发病，这就是现在讲的四时的病，春夏秋冬不痛，专痛冬天，那要以所胜，就是什么？冬天是水，什么东西胜水？土胜水，土能胜水，所以要去强土治土，这个病才会好，这是他的意思，就是按照季节来发的。有的人是春天一定打喷嚏，感冒什么然后这个打喷嚏等等，发在春天，那西方医学就是说这个花粉呀怎么样，过敏敏感花粉、树木、灰尘什么，那为什么不发我身上？我春天到北美去时，满地花粉，那个严重到什么程度，车子停下来，车上，第二天早上醒来，车上都是花粉，那打喷嚏呀全身皮肤痒呀花粉什么，那为什么我没有你有？对不对，然后西医不知道，过敏，过什么敏，那为什么我不过敏？好的医生应该去查，你有过敏，你跟我有什么不同，我们把不同的地方找出来，那把他治好。而不是说你们过敏，吃抗过敏的药，不是这样的。那这个病是发在春天，春天是什么？是木，那什么东西能够胜木？金，所以我们治花粉打喷嚏要治什么？治肺，那怎么会去治这个光治鼻子吗？了解我的意思吧，当然不会好呀。

所以《黄帝内经》你越读就会发觉，中医越了解的就会发觉西医越笨。现在很麻烦就是很优秀的分子都在西医那边，他很厉害，他真的是心好，很真的是要去就救人才去做的，进去以后发觉到跑不出来了，跑不出来。这就是四时之病，以其胜治之以愈。

第四节 色脉辨久病/新病

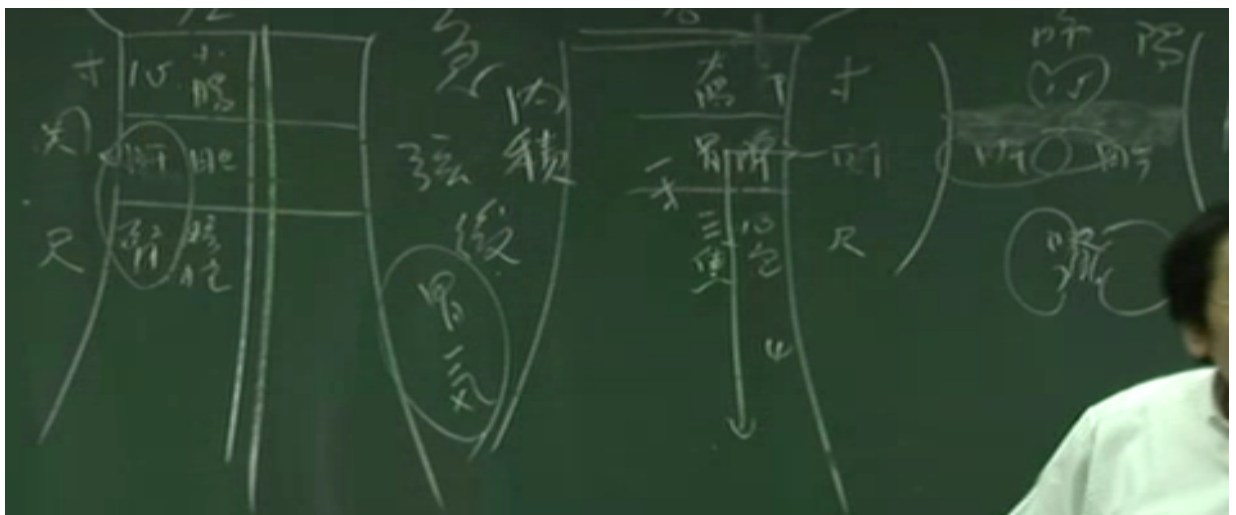
133 页，帝曰是故病就是久病，病很久，和新病，五藏，这一段讲的是久病和新病的区分，色脉怎么样区分，久病五脏发动，因伤脉色。怎么知道是久病还是新病？岐伯就说，征其脉小色不夺者，新病也。简单讲就是我们回归到色脉，这个颜色，所有新病，刚得到的病色都不会变的，病一直在身体里面没有去，久病，色才会改变，这是一个大原则，所以色不夺者，新病也。这个新病的脉都比较小。如果征其脉不夺，其色夺者，颜色被夺了，脉没有改变，颜色改变了，都是久病。如果他的脉和五色俱夺，也就是说这个色脉都失掉，这个都是久病。

如果是脉与五色俱不夺，都是新病，这个五就是青赤黄白黑五色，【肝和肾脉并至】，摸那个肝脏和肾脏的脉，讲的是肝脉还有肾脉，如果是并至，表面上脸上的颜色苍赤，当病毁伤，不见血，这里讲的就是内出血。所谓脉并至的意思就是摸脉时，正常的肝脉应该是弦，肾脉应该比较深一点点，所以手摸上去关和尺时，这两个关尺，比如现在这个是脉，这是关这是尺，摸到关尺，常脉应该尺下去一点，关比较高一点，所谓并至就是两个脉是一样的高度一样的大小，而且很强，并至。看脸色，就青色和红色，当病毁伤，不见血。就是身体里面有内伤。外面看不到。那如果已见血，湿若中水也。这个我们平常受到伤，不管是外伤，内伤，非常忌讳洗冷水，绝对不要洗冷水。要洗热水澡，要洗澡也是用热水，那最好是不要洗澡，因为洗澡时风会吹到，因为有伤在里面，这时用热毛巾把身上擦一擦就可以了。千万不要去这个洗冷水，洗冷水以后，如果本身受伤里面有瘀血，再加上寒时，哇，那更严重，更不容易清掉。

【尺内两傍，则季胁也。尺外以候肾，尺里以候腹，】就是讲这个地方，尺的地方。【中附上，左外以候肝，内以候膈，右外以候胃，内以候脾。】讲的就是这个图，讲了半天就是这个图的位置，我把这个图已经放上去，所以现在这边讲的就是这个图的意思。外以候肺，上面的从关上的外面是候肺，内以候胸中。

第五节 脉象假想图

我们两张图，一张是难经里面出来的，一张是内经里面，内经里面这个是讲的这里，内以候胸中，胸中就跟肺是一样的，那在难经里面时又把它分成，因为它是有表里化，所以才会有大肠和胃，实际上这两个我们都在用，都在通用。基本上记得上面都是胸腔，所以这个寸关尺跟人的胸膈是正对，永远要看到，摸脉时永远心里假想一个图，图在这边，我就把它画在这里给你看。中膈就是横膈，膈的地方，上面心还有肺，这就是所谓的阳，膈以下肝、脾、肾，都在这个地方，都在下方，这样看上下就可以看得到了，胃也在中间呀，这样来上下看，这样来比较，诸位就可以知道了。所以如果去推演，如果脉一路往上，寸脉还要超过手腕，一直往鱼际走，就是病一直往上走，到了喉咙，病越来越高了，病如果是往下，脉本来是从关脉这边到尺的部位是 1 寸，结果到了 4 寸很长，就到了脚，膝盖，到脚去了，以此来类推，就是这一段 134 页讲的东西。



第六节 热中与恶风

135页第一个字羸，三个鹿，就是三个鹿一起跳，跳得很高，讲粗大，超远，跳得很远，念“cu”，【羸大者，阴不足，阳有余，为热中也。】脉如果是粗，脉形很大，这个代表阴不足阳有余，所谓脉形很大，摸这个脉已经皮肤表面上，每一个脉都来得很大，但是中医这里认为，阳有余阴不足，那当然这个脉不是超过这个9分到了鱼际去，或是超过下面到尺泽去，还是在1寸9份以内，脉变得很大，这就是热中。如果是上下都很大，然后鱼际，超过尺，那就是真脏脉了，就是真脏脉的范围，它还是在这个范围里面，称之为热中。所以热中的定义称之为阴不足阳有余，称为热中。

【来疾去徐】这个脉来时比较快，去时很慢，所谓来的快，去的慢，按它就是来的脉，按应该很强，一松开脉就没有了，是以你为主。什么叫来去？来就是按它，要查它来，按它脉来得很快就来，速度很快，放开来时脉变得很小，所以按下去跟放开来脉形完全感觉不一样，这就是来疾去徐。病人【上实下虚，为厥巅疾，】头部会有问题。如果一摸脉，这个寸脉的脉非常大，冲上去，冲到上面，下面是很正常，也是病在上，病在上。这个是上实下虚。

第七节 便血、涩脉、滑脉

如果重按他的脉时，脉变得很小，放开来时脉跳得很快，可以说寸比较弱，尺比较强，那病人是上虚下实，就是寸脉较弱，尺脉较强，这是胸阳不足，一般都是恶风。

因为虚脉，上焦是虚脉时，胸是管肺，肺是管胸阳，管全身皮肤毛孔，病人较怕风，因为受了伤害，怕风，所谓恶风就是风吹他很难过，一定要闪开来，不喜欢风直接对着吹，这是恶风。那要知道人家恶风，在美国有很多，中国台湾省人比较少，开那个敞篷车，一开那时把那个车受不了，风吹得难过，就是恶风，或是走到海边去，走到海边风吹时，应该是很逍遥很美的，不喜欢那风，风吹得很大，很难过，恶风。故中恶风者阳气受也，所以如果怕恶风怕表风的，都是表示阳气受到损害。

如果是有【脉俱沉细数者，少阴厥也。】这个是常常会摸到的，摸到脉非常的细沉在骨边，当脉到骨边时记得，骨就是肾，细数，非常的小，都是在骨边，是少阴问题。但是如果是这个数脉而且重按下去时，还有一种特殊的脉，就是摸到骨边时脉很数，重按指头跟骨头贴在一起压下去时，居然脉还在那边，这里面有积，这有个特别的名词，称之为附骨脉，这个脉是附骨，附在骨头旁边的，附骨脉，附骨脉都是里面长肿瘤长什么东西，这是附骨的脉，如果肝脉一摸下去摸骨边还在那边就是肝里面长肿瘤了，马上就可以知道了。

所以脉如果我们把它简单讲，只辨证虚实的话，虚脉就是重按到骨边没有了，实脉按到骨边它还在，就是虚实，但是辨阴阳，按照上下寸和尺来比较，就是辨阴阳，简单就可以这样做。

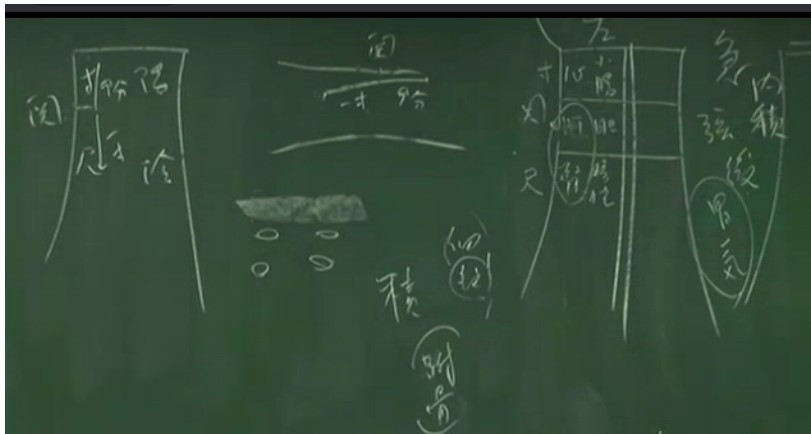
如果脉细数而且散者，它不会固定在一个地方，是寒热，浮而散者，阳浮到表面上。正常的阳应该和阴是搭配在一起，所以常脉，正常的人手臂的皮肤，在这是关位，正常人的脉是斜下来的上面是9分，下面是1寸，这是标准的脉。

这里的脉他说【浮而散者】，如果脉浮起来，代表阴胜了，阳衰掉了，散掉了，那阳这个往上冲时，阳要散掉，往上冲浮上来了，造成人昏眩，容易晕倒。所以晕眩我们在临床上就看到病人，有个病人很好玩，他来还说，西医也查不出他什么病，我说那什么症状告诉我，他说就在那边好好的，没事就昏倒了，那昏倒了之后去查，一醒过来又是好的，找不到问题在哪里。这就是阳往上浮。阳之所以会往上浮，是因为阴不能去固阳，所以阴阳两个会分开。阳往上浮，那我们处方下去，阴阳一平衡，症状就去掉了。知道效果有多好？那个病人是48岁，吃完一付药第二天就说，从高中毕业到现在没那么好过30年没有那么好过，中医的厉害！这种昏眩的症状，昏倒就是阳不守。

所有的脉浮，如果是脉都是浮不躁，什么称为躁？一息本来是二至，一吐气，吸气脉跳两下，吐气脉跳两下，现在吸气脉跳三下，吐气脉跳三下，再加上中间停一下，一共是一呼一吸是七下，就是躁脉，躁进了，躁脉。脉浮不躁，这是阳，病在阳，都是热，如果浮而躁者病在手，有躁脉病在手上面。那所有【诸细者，诸细而沉者，皆在阴，则为骨痛，其有静者在足，】脉细而沉的都是在脚上面，所以手是阳，脚是阴，如果来区分时，脚就是阴，这时看到所有的细而沉的脉，都是在骨边，所谓静就是脉比较缓。

【数动一代者，病在阳之脉也】如果是脉搏跳动的，正常脉就是摸上去一直以很稳定的速度在跳动，突然有一下变更一下，并不一定为停代。有一种是停下来的，跟这个不一样，稍微变更一下，本来是脉在跳动，稍微变快一下，或变慢一下，稍微会有点变更的现象出现时，就是病在阳之脉，因为以速度来论，速度是论气。【泄及便脓血。诸过者切之。】为什么会便脓血？我治过这种病治很多，人身上，在血的位置上血管里面，那所有的脏腑，大肠小肠都有血管，那今天会便血出来，血会遗漏出来，不管是里面是动脉血管堵塞或是剥离也或是大肠发炎，病人什么炎症都没有，大便就是血排出来来；还有一个变成小便排尿，血出来我们前面介绍过了，如果血跑出来时，血是一升一个脏结，两升就是两个脏结，三升就三个脏结，不会去量，没有那么多时间，还要叫病人回去量，这是所谓的一升就是一天的量，如果一天是三升的血，就三个脏结住了。

中医的观念是这样，血在归经时，血在经络里面在血脉里面走时不应该会溢出来，这时就是为阴阳能够合。如果阴阳不合时，血会离经叛道。所谓的守，固守都是阳在固守，阴就在里面，当阳不能守时，阳虚时，阴就往外盛，这是两个相对的，那跟夫妻相处之道也是一样，有时对太太很爬到你头上来，稍微推一下，两个平衡一下，这个夫妻、君臣都是这样。这个不是我说的，《黄帝内经》也说，黄帝问的问题太烦了，他说我讲过了，岐伯，以前跟皇帝讲话一言不和就杀头，岐伯都敢讲我前面都讲过，你看那个就好了，对不得，所以不能太过。所以阳我们要守，任何东西守住要靠阳，阳不守的话就便脓血，所以数动一代者，病在阳之脉。



涩脉是标准的阴不足，所以阴气不足阳气就是有余，涩脉摸到脉时它不流畅。摸到脉的速度，脉的形状，软弱度，它的力量都是气，摸到脉里面的血的速度，血在脉的里面，它的血的流速是涩，就是摸到它按下去也按到骨边，会发现到脉在左右转动，有时在这边，有时在这边，比如我们这样摸脉下

去，这是涩脉常常摸到，一条，指的一条，一摸就是一条，涩脉一摸下去时不是一条，奇怪，脉在这边在这边乱跑，不一定的地方，乱跑，会动在不一样的地方，同一个手指一摸下去，那个脉左右，象怎么样？好象一个水管里面，一个很软的那个塑胶管，里面有水，但是水又不够，一摸下去时水还在里面就轱辘轱辘在旁边跑来跑去那种感觉，这是涩脉气血不够，所谓的阴不足。阴不足就会造成阳气有余，阳气会过多。

滑脉是阴气有余，阴气有余的脉，那滑脉是什么？摸上去那个脉来的速度很快，可以感觉到血管里面的非常有力，气血流得非常的顺畅，滑脉。摸脉时永远记得，寸脉比较高，尺脉是阴脉，比较低，所以摸上去时，因为有斜度，有一个斜度在那里，不是平的，有一个斜度在那边，就可以感觉到脉的流畅，所以摸脉这个观念一定要有，没有这个标准，没有一个基准，什么叫正常，那怎么知道不正常，以后从这个角度，摸脉时就可以摸到了。

第八节 望闻问切之道

当然内经里面也提出来，【望而知之为之神，闻而知之为之圣，问而知之为之工，切而知之为之巧。】巧匠是列于最后的，但是我们不能说因为巧匠不去学它，在临症上看时，我们会去问很多问题。望，眼睛看他，问了问题以后我们心里面大概有数了，真正在切脉摸脉时就是确定我们的诊断对与错，当然我们发现望闻问时，我们也很确定了，脉跟望闻问不对时，不合时要取症，脉要舍掉。因为这个脉跟情志很有关系，他刚好在找你看病之前，跟老婆大吵一架，或是正在看病之前他接到个电话，儿子被警察关起来了，气的火大，摸他的脉，这个脉不对，所以脉会随着情志来走，就是因为这样所以岐伯说，诊脉最准的要早上天亮时，那个人躺在那边时，我刚才不讲做不到，除非去帮你儿子帮你先生帮你太太帮你家人才有可能，否则谁那么神经病，世界上有那么好的医生，要不然一天看一个病人就好了，不可能做到的，所以脉当有不和时，我们要把脉舍掉。这里讲的是涩脉还有滑脉。

阳气有余时，因为涩脉是阴气不足，阳气有余；滑脉是阴气有余，会造成阳不足，这时阳气有余，身热无汗，要这样反过来看，阳有余，一定阴不足，所谓阴阳率就是阴阳的之间的率，阴升阳就降，阳升阴就降。所以看到这个人阴很高，要把阴降下来时，用阳药把它，阳一升上来阴就降下去了。那阴升阳会降，阳一升上去，阴自然而然就降下来，这是一个观念。有补土派、滋阴派，阴很盛我们就把它降下来，阳起不来。所以我们在调整阴阳时，开处方出去时，开的是阳药，阴升阳降，那阳升阴会降下去，那最好是阴阳是平衡的。那你开阴的药，不会把阳降下来的，因为阴的药在这边，开阴的药还在阴的这个地方，那阴升阳会降，那我们开的阳药，把阴阳平衡过来，所以我们大部分很多用的都是阳的药，会有用到阴的药，会有用到滋阴的药，但是看他的状况我们用得不多，看他的状况。中医的观念里面，经方，从《黄帝内经》、《本草》到《伤寒金匮》我们掌握了一个大原则就是把阳固护住时，阴让它自动回头来，这是痊愈的一个标准，而不是硬把阴补起来，所以让它阴自己回来，所以阴脏有问题时，都是晚上半夜，我们治好他半夜肚子会饿，让他阴自己回来。

第九节 阳有余

阳气有余，为身热无汗。因为阴气有余，为多汗身寒。因为阳有余时，皮肤表会固得非常的强，太过了，所以毛孔就是鬼门，闭锁在那边，它不会透发，发热但是没有汗。那阴气有余时代表阳不足，阳不足时毛孔就是玄府，就是扩散。中医讲毛孔用了很多名词，因为文笔要写得漂亮，有人叫玄府，有人叫鬼门都很多名词，没有关系，毛孔就是简单的，毛孔打开了，病人就有汗湿掉了，因为阳不足身寒，恶寒，病人会怕冷，因为阴阳两个都有余，都有多余者，无汗，无汗代表阳，而寒就是代表阴，两个都有余的现象。当然这里讲到张仲景当年读到这篇时，他的处方就出来了，我们介绍伤寒时就有。

【推而外之，内而不外，有心腹积也。】什么叫推而外？就是如果摸到这个脉，手指把脉往外推往内推，这是内外意思，脉摸上去还有可以往前后推的。如果是推而外之，内而不外，有心腹积也。意思是如果这个脉把它往外拉，拉了半天它还停在那边不能动，代表里面有积了。如果是推而内之，脉还是停留在外面，不往内走，不听你的话，就是生有热，所以我们再回到前面，推而外之，把脉往外推，但是脉还是停在内，它不会跟着外走，不会被你手指头牵动，脉在内而不外。那到下面这段就是变成推而上之，上而不下，腰足清也，这个怎么解释？

【倪师内经 27 视频同步文稿】

以中指为准，中指按到脉，按到脉时脉跑上去了，中间没有了，脉在上面，还有按到中指时，上面脉没了，脉在下面，讲的就是这个。中指按到关脉的地方，脉上而不下，脉在寸，尺脉也有了，是这个意思。这个代表着腰足清也。因为这是下半身，因为尺脉没了，这个就是阴阳在调整，一按它，按到中间这个关的地方，管这个交接时，弦，这

个枢的地方，脉只有在上面可以摸到脉，下面摸不到脉，就下焦会寒。如果推了脉，就按到关脉，只有按下去以后，尺脉，在下面，也可以摸到，寸脉摸不到，代表头项痛也，头上会痛。如果按到骨头边，脉气少者，腰脊痛，而身有痹也，这就是脉诊上面，一些延伸，基本上的原则，诊脉，我们是以诊气为主，脉气少时，我们全身的阳都是在督脉在管，学过针灸都知道，督脉是诸阳之汇。所有的阳是气，那气脉少了，当然会有督脉的问题，腰背痛，身有痹。那四肢有痹症出现，麻木不仁的现象，都是阳不足。那阳都是，全身的阳，都是督脉在管，所以会有腰椎痛。

为什么要去了解这些诊断？因为有些处方，我们可以用阳的药，可以有这个阳的药，很多有阳的药本身可以把督脉的阳气壮起来，有的阳药不壮督脉，壮四肢，壮关节上的阳，不一样，所以我就可以知道，如何做这种取舍。

第十八篇 平人气象论

第一节 脉之五动、常人之气

第十八篇平人气象论。黄帝说，正常人的脉是什么？岐伯说，一个人，一呼脉再动，就是脉再就是两次，跳两次，一息脉亦再动，跳两次，那呼吸定息中间，呼吸中间有一段息是停掉的，这所以一呼一吸，脉是五动。【闰以太息，命曰平人。平人者，不病也。】就无过与不及，超过，一呼一吸超过五次是过；不及，少于五次是不及的脉。【常以不病调病人】，这个医生不病，【故为病人平息以调之为法。】这里都有解释，就是以正常人的，你们平常练习脉时，去摸正常人的，他没有什么病，摸他的脉，那这个呼吸，是以医生的呼吸为主。当脉不正常时，用药物，或针灸，把脉调理回正常，这就是治病的法则。

人一呼脉一动，一吸脉一动，就是少气，脉太弱了，等于是一呼一吸等于三次，脉就少气。如果人一呼脉三动，一吸脉三动，这就是躁脉，而躁，就是比较焦躁，速度比较快。如果是尺脉，尺热曰病温，尺不热，脉滑曰病风。我们讲尺脉时，这边是膀胱，那太阳经，太阳是整个在头，从睛明穴，一路到整个背后，一路下去，到脚上去，全身最大的经络。

如果脉气有加速时，摸他的，轻轻一摸，尺脉浮起来了，就知道感冒了，病之在，马上就可以知道了，这里有解说，尺不热，脉滑，病风。脉涩是痹，就是我前面讲过的涩脉，人一呼吸，一个呼脉跳四次，就是死症了，等于是说，呼四次，吐四次，加上中间一次，定息时是九次，叫做是死症。【脉绝不至曰死】，都是死症。【乍疏乍数】时常跳得很快，时常又没有了，这几个脉都是死症，极端的不正常，都是死症。我曾经治过，这种病脉跳了九下，我们处方下去从九下跳回到六下、七下，这中药还是可以救回来的，内经上面说死，因为内经不讲治症，完全讲的是诊断，辨证，就是非常危险的意思。脉已死，不管他也不行，医者父母心，想尽办法把他救回来。那有时我们看到病人，我们知道他会死，那如果遇到病人不相信你，不相信中医的，你干脆走掉，岐伯也是没法治好他，这时如果善心，你发了药，送他吃也没有用了，所以要做医者，或做什么，是很难的，想帮助别人很难，常常会因忠获罪。

138页【平人之常气禀于胃。】正常人所有的气源生于胃，【胃者平人之常气也。】这里讲胃气了，我们用胃气的有无来诊断生死。那胃气的脉怎么看？这就讲了。人如果没有胃气，脉里面没有胃气，这是逆，逆者死。【春胃微弦曰平】，就是春天正常的是弦脉，里面带一点胃气，胃气是缓，一息四至的意思，一息四至，加上那个速度，就讲的是胃气。如果是【弦多胃少曰肝病】，脉非常的弦细，如果【但弦无胃】，就是弦脉，不管是只有弦脉摸到，有时他的脉不跳，一根这样，一摸上去就是一根，一条，证明【但弦无胃】，胃气就是缓有力，速度很好，这都是胃气。春天时，胃气的脉带一点点弦，是正常。

如果是胃脉而有毛，这是秋天的病，毛甚曰今病。藏真散于肝，肝藏筋膜之气也。

这怎么解释？先把这一段，从平人之常气到胃，禀于胃，胃者平人之常气，一直到【肝藏筋膜之气】，这是一个段落。我们延伸的话，怎么延伸？春天的脉，摸到他脉时，正常人是一息四至，然后脉带一点点弦，这是正常人。如果春天的脉，摸到秋天的脉，我们就知道，这个人现在没病，因为是春天，但到秋天会发病。如果是春天的脉摸到冬天的脉那就冬天会发病，摸到夏天的脉到夏天会发病，简单就这个意思。这就是从脉的胃气有无，可以诊知到，他什么时候会病态，现在是很好，但可以预测他什么时候会发病。

【胃而有毛曰秋病，毛甚曰今病。】为什么？原因是什么？因为肝里面都有筋膜，所有身上的筋源于肝。在骨边的筋，看得最清楚，所以吃鸡腿啊吃什么，有筋在里面，那个是来自肝脏。那肝生筋，所有内脏里面都有很多筋，如果吃内脏的肉，可以看到筋膜在里面，那都源自于肝脏，就是因为五脏六腑里面都有筋，所以摸肝气时，摸到那时，因为它有通到肾脏，通到脾脏，通到肺脏，通到心脏，都有筋，因为是肝藏筋膜，所以在肝脉，春天时，可以查到五脏六腑的脉的意思，非常的合理，因为它有筋膜在里边。

从【夏胃微钩曰平】，这一直下去到【心藏血脉之气也】这一段，讲的就是夏天。夏天的，正常的脉，就是胃脉带一点点钩，所谓钩，就是手上摸下去时，脉是有点凸起来的，平常的脉是一条，上下动，钩脉就是脉会有点凸起来，凸起来的感觉，摸下去，这有点凸起来。这个钩脉常常见的，很常见的。那夏天时，稍微有一点钩，这是代表有胃气，因为钩是心脉，这个钩。【钩多胃少】这是心病，钩太大了，胃气太少了，胃气我刚才一再讲，速度是一息是五至最标准，然后力量是缓而有力，不是很强硬的。如果钩比较多，胃气比较少，心脏就有病，夏天能摸到钩脉，这个心脏有病。但是【但钩无胃】，就是死了，夏天本来就是应该是心脏当旺的节气，最旺的节气，结果发现这已经没有胃气了，我们知道心脏会有问题。摸到胃脉，【胃而有石曰冬病】，就是在夏天时，摸到是冬天的脉，冬天的脉是沉在骨边的，夏天的脉应该比较洪，结果现在摸到冬天的脉，这现在很好，但是冬天他就会发病。为什么？【藏真通于心，心藏血脉之气也。】因为所有的内脏，不管是肾脏、肝脏、脾脏、胰脏、肺脏，不是只有心脏有血，所有的脏都有血，因为血脉都连到的，都有血管在里面，所以从心脏的脉，也可以侦测到其他内脏的问题。

长夏的脉，胃微软弱，这是正常。长夏的脉【弱多胃少】，如果脉太弱了，这是脾脏有问题。【但代无胃】，这是死脉，所谓代就是不稳定，时快时慢，非常的不稳定，时大时小，常常都在变更的意思。软弱有石曰冬，就是比较深，冬天会生病。弱很严重的，就是现在当即就有病。

【藏真濡于脾，脾藏肌肉。】就是因脾管肌肉，肌肉除了外在四肢上的，身体上的肌肉以外，所有的内脏，肺脏和心脏，心有心脏的肌肉，肝有肝脏的肌肉，脾有脾脏的肉，肾有肾脏的肉，因为脾藏肌肉，所以长夏也可以诊断到。

【秋胃】秋天有胃脉带一点毛，平脉。记得，所谓的毛脉，就是毛，羽毛，比如这个鸡毛是这样，摸上去这个旁边有一点薄薄的，中间有个骨头，一个硬的骨头，这叫做毛脉，而不是一根毛，摸的脉实际是这样的，这个毛脉。毛脉多胃脉少，我讲过，胃脉就讲的四至，加上定息是五至，那胃气如果是少，胃脉如果是七下或是三下、四下，胃气是不够的，这种是肺有病。但只摸到毛脉，完全没有胃脉，完全没有胃脉就可能到九下、十下，或是一下，两下一下，脉跳，一呼一吸才一下两下，速度太慢，这个就是死脉。【毛而有弦】，就是春天会生病，秋天摸到这种脉，隔年的春天会生病。如果是【弦甚】，弦就指春天，很严重的话，代表现在就有病。【藏真高于肺，以行荣卫阴阳也。】为什么肺脉我们可以诊到，就是肺是最高的脏，相傅之官，总统所有的气血和阴阳，所以可以查到。

冬天的脉，稍微一点石，石就是象石头沉在水底一样，摸下去会摸到，摸到石头会沉在，脉沉在下面，同时脉的速度也是一息五至，很稳定跳，没有什么变来变去，也是有力的。但只要重按下去，脉还是没有，正常是这样，要这样去想，这个形状，这是皮肤，这是骨头，脉在中间，任何都是一样，不管是弦洪脉都在中间，如果脉跑到上面去，

或脉跑到骨边，中间没有脉，这都是病脉，不用管这是什么，坎水啊，离中虚啊，先不要去管，先这样去想。比如这个脉，这个是长夏的脉，冬天的脉时，这个脉会比较下来，骨头在这边，这就是石脉，沉在底下。但是石脉就按它的骨边还是没有，这是对的，按到骨边应该没有了。如果按到骨边脉还在那边，就是附骨脉。石脉而有钩是夏病，如果摸了这个脉就在骨边，就是摸上去时，发觉到它不是一条，它是这样顶起来的一块，钩脉。就是代表这个石脉而有钩脉，夏天会生病，钩脉是夏天心脏，如果钩很严重，就是现在就有病，为什么？为什么可以诊到，就是【藏真下于肾，肾藏骨髓之气。】骨髓，就里面的气，因为藏在肾脏里面，所以所有的内脏，它都会影响到，都会受到影响。

所以这一段最主要讲的是什么？只要摸到脉，有胃气则生，没有胃气就是死。那病人没有胃气，把他胃气救回来，摸脉也可以知道。白天都是阳，晚上都是阴，所以把内脏，肝肺脾心肾，都丢到晚上去；小肠胃肠和膀胱，都丢到白天来，白天是阳，阳是腑，晚上就是脏，最简单的区分阴阳就这样。

在治症时，治疗腑症，或是表证，都在中午时胃气会回来，代表他胃口开了，要吃东西了；治脏病时，半夜肚子饿醒过，要吃东西，这是基本的一个大原则。

第二节 虚里、脉横、脉宗气

141页，【胃之大络，名曰虚里。贯膈络肺，出于左乳下，其动应衣，脉宗气也。】这个涉及到虚里，在肾经的步廊的位置，现在刚好是冬天，你们可以试试自己摸摸自己，我不能帮你们摸，因为男女有别，自己摸自己，宗气所在很奇怪，这是乳房，这是膻中的位置，呈一个三角形下来，摸摸这个肋骨中间，手伸进去有动脉，跳得很快，摸摸看，如果隔着衣服，不容易摸到，隔着皮，脉动的很快，摸到，那个脉在跳？一定在左边，隔在衣服不好摸的，要伸进去，晚上回家自己摸一摸，洗澡时摸一摸。我为什么让你摸这边，这个很奇怪，左边才跳，右边完全不跳，这是【宗气之所在】，宗气。那在运动时，跑步时，汗散在表面上时，跑步气很旺盛，会看到那个衣服会呼吸在动，左边在动，只有左边有，右边没有。女孩子也是一样，自己回去摸摸看，那如果胸部比较大，自己想想办法去摸摸，自己去找找看位置，但是高的位置是在肾经的步廊的位置。【其动应衣】，是脉的宗气所在，宗气就是胃的气根所在。

如果一个病人【盛喘】，喘得很厉害，喘得好几次昏厥，【病在中，结则横，有积矣。】所有的气脉，都是上下走，所以横逆着走时，都是凶。包括上节介绍的，女人的左边的气往右边走，这是从阳，右边的气往左边走是从阴，这样横逆的走，全部是凶，所以常人的气都是直行，一直循环，一直这样循环，而不是这样（横逆）走，这样走是逆气。所有的人生病，就是气之反逆的，顺着走，都是正常人。如果是宗气的脉【绝不至】，都是死脉。【乳之下，其动应衣。】宗气泄出来。没有运动时，看不到它是应衣的，跑步，运动，剧烈过后，就会看到动出来，宗气会泄出来。所以我一再跟诸位讲，现在所有超过一百岁的人，身体健康的都是，你问他每天做什么运动？都没有听到人家跑，所以人跟那个某市长讲一下，不要乱跑，不要跑，跑了会短命，要走路，走路就好了。太过，那跑完以后，你动脉，那个脉动在这边，宗气在往外泄，太过。为什么要去摸这个脉？当我们发现了，就第二行讲的，【盛喘数绝者】，病人很危险，喘得很厉害怎么样，我们知道病在中，任何的内脏里面的东西，不管是肝心脾肺肾，或是怎么样子，我们去摸它宗气的脉，宗气脉在，都没有问题，宗气脉不见了，差不多了。

要想知道寸口，寸口的脉，太过和不及，【寸口脉中手短者，为头痛。】我们这里面讲，一再回头，就是寸口的脉，这边指的是上焦，上焦应该是九分。如果是脉太短了，寸脉是阳，代表阳不足，头是诸阳之汇，这个阳不足了，阴就会上来，阳降，阴就会升上来，产生头痛。【寸口脉中手长者，是足胫痛。】为什么？寸口脉是阳脉，如果太长了，超过九分，到一寸以上了，下面不管了，这个超过一寸以上，代表阳气有余，阳气有余的话，那阴气上不来，就停滞在下面，脚会生问题，脚会足胫痛。人正常是这样，阳气上到头顶以后，要下来，比如那个头维下关胃经就是气往下走，气就是往下走。那到了

督脉时，督脉的气上来，人呼吸就是这样，呼吸，吸气上去，顺着督脉，督脉之前有个气管，一直下，下到肾脏，然后再从肾脏那边进入关元，心里假想，第十四椎跟关元中有条斜线，在打坐时，心里面就在假想，吸气，把那条斜线，那条往上拉，吐气时，那条斜线往下沉，沉到会阴的地方，鼠蹊部会阴穴。所以吸气时往上拉，那个气就会进去，到关元的地方。那阳气很盛时，阳气在上面下不来了，脚会有问题，足胫痛。因为四肢都是阳，手脚全都是阳，身体是阴。如果我们外形来区分时，是这样的。

【寸口脉中手促上击者，曰肩背病。】这个手往上，摸他脉时，非常的浮，非常的强，代表肩背痛，这是阳要出来，出不来的一种症状，肩背痛。讲到寸口脉就是阳脉。【沉而坚者】，深在底下，很坚硬，就代表阳气在底下，它不出来，这都是讲阳气不出来，【病在中】。身体里面有问题，病在中。

【寸口脉浮而盛者，病在外。】阳气【寸口脉沉而弱，曰寒热及疝瘕，少腹痛。】这是腹部里面胀闷，因为阳不够就会堵在这个地方。一个很好的案例，如果摸心脏的脉，就是刚刚讲，【软而弱】，或是几乎没了，心脏脉没有了，肝脉很强，心脉没有脉。这时，再去摸心，心的下方是不是脾胃？一摸，这个脉好大，脉很大，心脏在这边，胃在这边，如果心的阳不足了，阳不够了，那胃里面的火，胃里面本来是很热的，胃是在心和小肠中间的，所以胃能力咀嚼食物，靠心和小肠的热在蒸化它，能够有热在里面，能够蠕动。

实际上，所谓的胃气，与现代医学的观点，与我的观察是这样，一吸，胃两下，胃蠕动时，它不是整个胃这样蠕动，而是一挤，这边挤下去，这边凸起来，然后这个下去了，后面凸起来，是这样蠕动，不是整个的蠕动。那一呼一吸，一吸时，蠕动两下，一呼时蠕动两下，所以一呼一吸，胃的蠕动是四下，是正常的胃气的脉，那胃气的脉。当阳不够时，胃气往下，胃本来在这边，胃就变成这样，低下去一层，胃会下降，下降的话胃胀，中医叫胃寒，因为热不够，胃会胀，就是寒，很多人胃下垂就是这样，胃下垂。我们有时可以类推的，小腹胀。

【寸口脉沉而横，肋下有积，腹中有积。】寸口的脉本来是直的，现在脉横过来，横过来的脉，摸上去这个脉居然不是直着走，是横着，横向的都是有累积的东西。比如在这个地方脉是变成横的，如果走上去后，脉变成横的，出去代表喉，寸上寸，往上就是喉部，代表东西有堵到，堵到以后，脉就往这样斜着走，不往直着走，这是喉部，如果是在这边，脉变成转过来了横着走，代表寸脉寸口脉有沉而且是横，代表【肋下有积，腹中有积痛。】因为寸口脉就是讲阳的部位，阳的部位，阳，在刚刚讲，就是肋骨，肋骨以上的地方就是肋下，因为【肋下有积】，所以阳气下不去，会横着走。【寸口脉沉而喘】，喘就是时小时大，常常会小大小，这是病人有寒热。脉盛滑而且坚硬，【病在外】，就是浮在表，摸上去脉很大，轻轻摸到皮肤上就摸到，就是病在外。【脉小实而坚者，病在内。】所以脉的原则现在出来了，只要是沉的，只要是小的，都病在里面，只要是浮在皮肤表面上，一摸就摸到脉的，大都病在表。当然诊断癌症里面的肝癌或是肺癌，或什么问题时，摸到它也会浮大，为什么？因为里面是阴积，所有的阴，前面讲过阴就是脏，是可以允许满，充满了营养，但是不可以实，如果是实时，就是生病了，病态。阴很实的，阳就往（外）。本来脏里面的阳，阳是藏在脏里面，它主功能、力量。那现在阴实，它的功能没了，阳就往外走，外走时，脉就浮得很大，到了皮肤表面上，摸上去时，以为是表证，不是，它是里面有实！所以阳浮出来，那怎么知道？按下去就知道。如果是表证，只是伤寒、感冒、发烧，都是表证，脉也是浮，按下去里面空空的，按到底下没有脉；如果轻按脉也大，重按脉也大，（有阴实），就危险了，简单的原则就是这样。

如果【脉小弱以强】，就是寸脉很小弱，时强时弱，不稳定，这是久病。久病之人阳一定虚，现在讲都是寸脉、阳脉，这个整个都在讲阳脉，久病必虚，人会虚，一般就是阳虚，阳就是动能、功能、力量。那肠胃消化，消化力很强的人就阳很足，消化不掉就阳不足，所以阳是看不到的，但是它存在，它是它的力量，它的功能所在。【脉急者】脉跳得非常快，一般都是有痛症在身体里面，有痛在里面。脉如果滑是风脉。脉如果是涩

就是痹脉，气血阻塞不通。【缓而滑者为热中，盛而紧者为胀。】那讲的寸的位置。【脉从阴阳，病易；脉逆阴阳，病难已。】所有的脉，都要看它的阴阳，如果阴阳很顺，病都好治的。

【倪师内经 28 视频同步文稿】

所谓从阴阳，也就是说，如果摸到他的脉，心脏的脉，很小没有力，用推理的，看他讲话也没有力量，脸色也比较苍白，脉症是合到了，阴阳是合的。那如果摸的脉很大，象弓一样很大，然后看他又没有力，脸色苍白，就是心脏都快完蛋了，所以阴如果到了极限要丧失时，阳一定会浮出来来，因为阴和阳是相对称的，就好像蜡烛要烧干时，最后那一刹那是火光很亮，回光返照，病人病了好久了都不吃东西，有一天晚上突然很想吃东西，气色恢复了，那就快死了。

所以【脉得四时之顺，曰病无他，】没有病，【脉反四时，及不间藏，曰难已。】就是这个是反和正。【手臂多青脉，曰脱血，】手臂拿出来一看，上面青脉很多，看内侧不要看外侧，看内侧，就是病人有失血，血不够的现象。

现在讲尺脉，尺脉本身是阴脉，如果是在底下，【尺脉缓涩，谓之解体，】疲劳，人非常的疲劳倦怠，这是阴。人有精神、体力好，是因为阴和阳能够平衡，如果阴虚了，这就讲阴虚，阴虚掉了，阴本身是看得到的，肌肉呀，看得到的那个营养，现在阴虚掉营养不够了，那就病人就没有力量。如果一个人平躺在那边，安卧，不动作，没有动作，脉怎么那么盛，就好像，脉盛就象跑完步的脉跳得很快，结果这个人没有动，躺到那边一摸好象刚跑完步那种脉，【安卧脉盛，谓之脱血，】人的阴，血是阴，当一失血时就是阴虚掉了，阴虚掉了阳就亢起来，阳就旺起来了。

【尺涩脉滑，谓之多汗，】因为尺主肾主膀胱主水。【尺寒脉细，】这个后泄，就是下痢不止，脉非常的细。如果是【尺脉羸常热者，谓之热中，】中焦就会比较热，所以尺脉应该在正在下方。如果是比较大脉时收下来，阴和阳会交接在中焦的地方。其实热中很好诊断，看这个人肚子比较大，舌头黄，热中，就讲完了，当然了《黄帝内经》我们不能那样讲，要按照书上讲，不然的话临证好象不听你的。

第三节 五脏之节气对应死亡

第 144 页，只要讲到干支，天干地支，就是我们讲的奇恒跟揆度，天干是天气，地支是地气，有记忆的日子，如果肝见庚辛日，庚辛是金，肝脉，肝有问题的人，到了庚辛日都是大凶的，因为节气的关系，庚辛日是那个日子的气，天地之间的气是属于金，就是刑克的日，所以肝病的人大部分遇到庚日或辛日都在那一段死掉。心脏，心有病的人遇到壬癸的日子容易死，就是大都在这个日子死亡，所以可以看黄历，如果遇到真脏脉，现在比如代表黄历，这个真脏脉，或脉气快，一吸，你的一呼一吸才来一至两至或来讲九至十至，口袋里黄历拿出来一看，就知道这个是肝病，一看庚辛日，庚辛日哪一天哪一天，隔天就是庚辛日，完了只有一天，如果是还有三天是庚辛日，还有三天，就这样来的，所以这个不是算命，这是《黄帝内经》来的。脾见甲乙日，甲乙是木，都是相克的日，记住就是相克的日子。肺见丙丁日，丙丁是火，肺遇到火日是凶，火克金。肾见戊己日，是土，土克水，这是为真藏，遇到都会死亡。

第四节 面部望诊：眼袋

颈脉动喘疾咳，胸里面有水，颈脉讲的就是人迎脉，如果是很快，动得很快，这就是胸腔里面有积水。目里微肿，就是眼袋肿起来，成卧蚕状就是水，所以这里提到望诊。眼袋是指眼睛的下方这个地方，眼袋象卧蚕，看到的就是水，白白的，隔着皮肤就看到水，水肿。我这样讲好象听得很玄，临床看时真的就是这样，那有的人眼袋很光亮很光鲜，两个眼袋都很好，这代表子息非常好，这就是跟那个病就没有关系了，那年龄大都会有眼袋，都会看到没有办法，人老了，如果左边没有，只有右边，代表这个人没有儿

子，生下来都是女儿，如果只有右边没有眼袋，左边眼袋很鲜亮，就是生的儿子没有女儿，如果有黑黑的在这边出现，儿子夭折，白发人送黑发人，光是个眼袋中医就研究的，哇，那这里只有一点点，那一点点你都记不得，我也没办法，所以我们眼睛看到有卧蚕，就知道这个人有水病。

如果小便是溺黄赤。小便是黄而且红，这个人又睡得很好，那就是胆出问题，如果是小便很黄赤，但是这个人不能睡，肝出问题，因为晚上睡觉为什么讲安卧？安卧就是晚上是藏，那这个人不能安卧，藏有问题；虽然是黄，但是可以睡觉，胆有问题。看藏看阴阳就知道，随时不要忘了阴阳，如果把白天，太阳出来把它当成阴，我真是没法教你，所以你要想一下，白天就阳，晚上就是阴。

第五节 消渴三症

如果是吃完饭以后又饿了，就是我们所谓的糖尿病，一直吃。消渴我们分三种：一种就是渴，口渴，怎么喝水喝了半天还是不能止渴；还有是吃东西，吃了一百碗饭，吃完肚子还是饿；还有就是性功能没有了。

面肿曰风，常常有的病人会讲，为什么早上起来脸肿肿胀胀的，这就是风症。知道他是风，开得去风的药，中药里面有些是去风的药，然后跟他说晚上冷气不要开了，美国人很喜欢装到天花板那个风扇在吹，冷气对着吹，他不懂，你就把那个都关掉，晚上睡觉时不要着风了，就不会再发。他说不行，不吹风睡不着，那教了他，他还是不听，那样反着来做，冷气或是电风扇对到脸上吹，才会得了这个病的，晚上睡觉吹到风，早上起来就肿的。不要关没关系，你肿了继续来治，我赚钱，他打死就不来了，就把那个电风扇关掉了，好好跟他讲不听，人很奇怪。

面肿曰风，足胫肿曰水，如果脸也肿脚也肿就是风水，那为什么要知道这个？因为开处方时，有去风的药，有排水的药，那怎么知道什么时候用排水的药？这个人脸肿，是风，因为水很多时，水是很重的，怎么能跑到脸上来？水都在脚上面。这个正常到脸上的水是气才会到脸上，所以吐气时是很热的热气，那气没有了变成水的话沉在脚上面，所以脚是肿的。

眼睛黄的是黄疸，眼白的地方是黄的。妇人手少阴脉动甚妊子也，就是怀孕了，手少阴脉动就是我那天讲的，心经在这边摸，就是这有一个动脉，动脉很快，很大，就是怀孕了，现在你们学了两种孕脉，那种尺脉盛，尺脉阴脉很盛，然后阳脉分两道，脉会分开来，一摸，翻开来两个，小孩子的心跳，再一摸少阴经的脉动，因为这里有个脉，就是因为这里有个脉，所以我们下针时，如果下这边非常容易碰到脉，下神门穴，往那边（手掌）走，不往这边（肘）走，逆着走，当然我们有时下针，可以顺着这边走，当然因为心经做补泻时可以顺着走，只是怕碰到动脉而已，因为那个脉是阴经的地方，阴经的脉是阴，藏阴的地方，伤到阴时比较不好，伤到阳了无所谓，因为阳可以固，那个淤血消得很快，那个阴伤到了，里面阳就比较少，所以称之为阴，叫少而阴，里面有一点点阳，所以不容易恢复，所以我都尽量避开来。

第六节 逆四频率症不合

【脉有逆从四时，未有藏形，春夏脉瘦，秋冬脉浮大，命曰逆四时也。】刚好是反的，脉要顺从四时，春夏时脉应较浮较大，因为春天，阳气刚刚发起来，比较浮，那夏天时脉要比较大，那结果现在反过来了，秋冬时应该是沉脉，这个脉变得浮大，春夏的脉反而变成很细小，也就是说春夏摸到秋冬的脉，秋冬季节摸到夏天的脉，这是逆四时，跟四时不能搭配，这个是不好，反正就是凶，逆四时都是凶。【风热而脉静，泄而脱血，】这个脉是病在，所谓风热，一般得到风热病，脉应该是速度很快，风就是表面上，结果现在摸到这个风，病人看起来是风热，但是脉是静下来，反而在里面，这都是逆时的，都是不正确的。如果一个病人泄而脱血，照理说下痢又脱血，血又跟着出来，照理说这个人虚证的，脉是不是应该比较这个虚。反了，脉变成实证，变得非常强而有力，结

果病病人的病在中焦。最后摸脉时脉是虚的脉，病在外脉，象这种就是病在外，脉应该在外面，外面而且比较浮，不对，他的脉是比较涩比较坚沉底下，这种都是脉和症不符的，这种比较难治，要反四时也，逆四时跟反四时，简单讲归类起来就是说这个脉症不符，跟他的症状不符，比如我们现在很简单看，比如现在有个人便秘，七天不大便，就知道他是实脉了，一摸居然脉很小很细没有力，就是脉和症不符，应该脉很大，堵到应该很大，摸上去脉很大，再来脉更强才对呀，脉很虚这就不好治。这就是所谓的逆四时，一个是节气的，一个是症状的，症状反逆时叫反四时，节气春夏秋冬，刚好春夏摸到秋冬的脉，秋冬季节摸到春夏的脉，都是逆四时，这都是难治，难治就是比较难治而已，不是不治，那这个都是可以治的，只是时间的长短而已。

第七节 胃气之脉

145 页，这一段就讲胃气的脉还有三阳脉的关系，胃本身【人以水谷为本，故人绝水谷则死】，胃气的脉就是按照吃的五谷杂粮进来，所以胃气是才会有生，所以胃气是来自外，来自食物。如果一个人没有吃，不吃，断水，也不喝水也不吃五谷杂粮，这都会死，也就是脉没有胃气了也会死。【所谓无胃气者，但得真脏脉，不得胃气，】所以无胃气就是真脏脉，真脏脉就是没有胃气的意思，所谓【脉不得胃气者，肝不弦，肾不石也。太阳脉至，洪大以长，少阳脉至，乍数乍疏，乍短乍长】，这里就讲到太阳、少阳，还有阳明。所谓脉不得胃气，肝就是整个全部都是弦的，全部是弦的而且脉大；肾脏全部是石。阴阳脉都是死脉，已经没有胃气了，这都是真脏脉。那这里提到了【太阳脉至洪大以长，少阳脉至，乍数乍疏，乍短乍长，阳明脉至，浮大而短。】

张仲景就是从这个地方开始定下了三阳的治证，太阳篇、少阳篇跟阳明篇，所谓太阳脉就是太阳就是最表面，皮肤最表面的，那病如果在皮肤表面时，摸他的脉时，是洪大而长，轻轻摸上去，一摸摸到皮肤，皮就在这里面，这是骨，这是皮，手指头皮肤都没有按下去，轻轻一碰上去就摸到脉，这是洪大以长。如果是少阳的脉，时大时小，有时快有时慢，因为少阳主开合，主门户的开，那就代表病已经进入少阳了，时常乍短乍长。阳明的脉至浮大而短，长短就是 9 分和 1 寸，超过它为长，比它短就是为短脉，阳明经短而盛大，阳明脉。太阳脉比较洪大，而且比较长一点点。

这些虽然是看起来太阳脉是洪大而长，但不是真脏脉，为什么？它只是表不准，它的胃气还在那里。那胃气没有时，整个脉形没有变，而且很大很数，超过寸超过尺非常的长的脉，而且完全没有胃气，了解我的意思吧？千万不要弄混了，所以有时感冒一摸上去就知道感冒，那有时一摸上去是真脏脉，两个都是浮在表面上，但真脏脉是透尺透寸，很长，而且脉形不变，很硬。那感冒的脉，轻轻按就摸到脉，一重下去脉就没有了，所以只是一时得到一个表证。太阳、少阳、阳明在最早出现在这边，前面开始介绍，现在开始讲症状，脉形的症状，那以后就会有有什么，太阳证有很多的处方，少阳证有很多的处方，阳明证也有很多的处方，所以张仲景其实对《黄帝内经》非常熟的，他把《黄帝内经》延伸出去，所以能成为医圣。

第八节 脉诊-以胃气为本

146 页，这一段是一样在平人气象论，就是讲什么叫正常人？当然会跟很不正常的人，做个比较，当然这一段讲的都是脉诊，这些都是以脉为诊。【平心脉来】，正常的心脏的脉来，【累累如连珠，如循琅玕，】这个一个个珠，那也就是跳起来很有顺序，摸它跳起来有点就象珠子一样，这个是心平，心脏正常的脉。夏以胃气为本，其实春夏秋冬的脉，就是要以胃气为本，胃气为本就是不管你摸他的脉是心脉、肝、肺脉、肾脉，一定要有胃气，所谓胃气就是不管怎样，他的脉一定是缓而有力，这是胃气，而且速度一息五至左右，到了八至，到了二至四至六至都是没有胃气了，胃气要准备丧失了，所以这是基本的概念。

正常夏天是心脏，如果生病，心脏的脉来的是怎么样的？【夏以胃气为本。病心脉

来，喘喘连属，其中微曲，曰心病，】就是心脏的脉在我们的左寸，左边寸口的地方，这是手掌，寸、关、尺，在左侧的地方心脏脉在这边，来的是形容钩，一种钩法，还有一种钩法这样，看他左心右心不一样，还有一种钩法，就是由侧面来看时，心脉是这样，象谷一样挺起来，也就是钩，因为它不一样的情形，不一样的病态。那这个是心脏有问题了，为曲，脉会弯过来或弯过去。还有一种我曾经摸过的脉，他是这样，S形，有一点曲过来，也是这个心脏病。【心死脉来，前曲后佞，】如果心脏快要停掉了，前面是曲的，后面是佞的，弯曲的，【如操带钩】这是纯钩脉，已经没有胃气了，纯钩脉都是没有胃气，脉都很强硬，非常的硬，硬邦邦的，就是心死，心脏已经完了。

正常人的【肺脉来，厌厌聂聂，如落榆荚，曰肺平。】过去古人的文字写得很好了，形容较虚，比较空，比较虚无不容易摸到，那就是我讲的，只要记得象羽毛一样，羽毛中间有埂子，摸上去中间一条细细的，旁边有脉，这个脉是这样形状，但是可以摸到中间一条比较高一点点，而且肺主皮毛，所以轻轻摸就可以摸到了，这是正常。那摸到脉时，肺脉是在右寸，右手的寸这边，脉一息五至，而且缓而有力，这都是胃气的脉，都是常脉。

如果是肺有病了，【脉不上不下，如循鸡羽，】鸡的羽毛，就是这个有时浮起来，有时沉下去，有时浮起来有时沉下去，不稳定的意思，肺生病，就是病脉。如果是肺死脉，已经完蛋了，肺功能没有了，【如物之浮，如风吹毛，】想想看风吹毛什么样子，浮物是什么样子，很难形容，很简单就是你摸他脉已经没有胃气了，这时脉不是一下两下，就是九下十下，一息跳九下十下这种，不知道出问题了。

平肝，肝脉正常的脉，软弱，象钓鱼竿的后面，记得，树枝细细的分支最细的，肝脉，肝脉就是好象干木，象树枝一样，所谓肝平就是摸到肝脉，肝脉在左边关位的地方称为肝脉，摸上去细软，软就是一息也是四至、五至，然后有力。那病肝的，肝生病时，脉来时，这种脉一变实，实就是有力，速度比较快，而且滑，摸上去感觉血液在跑动，速度很快，就好像摸到一个水管，那个水管水正在流动，摸上去的感觉就是那个滑，这就是肝生病了。【肝死，急益劲，如新张弓弦，】弓弦拉得绷得紧紧的，摸上去那个速度快到等于是根本没有感觉到是一条线，根本没有沉，都是浮的在那边，肝脏已经死掉了，这都是无治。

正常的脾脏，【如鸡践地，】形容得很好玩，就轻轻的踩在地上，鸡不会脚踏得很重，脚踩得很重是女儿跟你撒娇，那鸡踩地时是轻轻踩上去的，摸上去的很柔软，很稳定。脾脏出问题时，【锐坚如鸟之啄，】尖一直往上顶，象鸟的距，鸟之距就是鸟的脚很细，如屋之漏，屋子漏水一样，如水之流，只是形容脾死。

正常的肾脉，【喘喘累累如钩，肾平，】肾是沉脉，沉在骨边，就是左边的尺是肾脉。看手脉时，手掌在这边，侧面来看石脉，应该这是关位，摸上去正常的肾脉，【喘喘累累如钩，肾平，】肾是沉脉，沉在骨边，就是左边的尺是石脉是应该是这样的，上面是阳，还比较高一点点，后面是阴，比较低一点点，长后面是1寸，前面是9分，那肾脉来时是沉在旁边，很接近骨头的旁边，重按按到骨边可以摸到脉，重按一下脉就没有了，脉的跳动速度有胃气的脉都是一息五至。肾脉生病时，越按弹得越强，速度加快了。如果是肾死之脉，辟辟如弹石，真的摸上去好象是弹石头一样，石头非常的硬，都是死掉了，肾功能没了。

第十九篇 玉机真藏论

第一节 常脉与病脉

平脉和病脉、死脉。149页，玉机真藏论《黄帝内经》第19篇讲的是常脉和病脉，黄帝问，春脉如弦，何如之弦？为什么春天是弦脉？岐伯就说【春脉是肝，东方木，万

物之刚出生时，所以其气软弱，轻虚而滑，端直以长，故曰弦。】跟它相反就是生病，因为春天是应肝。中医的观念认为，当个医生诊断时，一定要看到四季的春夏秋冬，生长收藏，同时把它大自然的象包含进去，这才能天和地同时，才能够真正能把病治好，同时真正可以诊断得很好。

这就是从天地来看，他说为什么肝是弦脉，就是因为春天的关系，万物百物社，万物开始出生时，黄帝就说什么反脉？【其气来实而强，此谓太过。病在外。其气来不实而微，此谓不及，病在中。是不及，病在中，】表示身体里面有病，所以一个是太过，一个是不及。黄帝就继续问，春脉太过与不及病的症状是什么？岐伯就回答，如果肝脉太过，春天时速度太快太强，【令人善忘，忽忽冒而巅疾，】为什么是这样？稍微一点理解就可以记得，因为头顶眼睛在这边，因为肝直接络眼睛，络脑的头顶百会，从里面一直会络到头顶的百会。所以如果太过，肝气太旺时，冲到脑部去，肝本来这个阳应该是固守于肝里面，那现在往外走，那造成人就是善忘，常头昏，发晕厥这种病。不及会造成胸痛引背，下则两胁胀满。

我们治症，太过而不及，这里讲的太过的症状，症状会这样，因为肝经络上面，直接冲上去。太过的治则叫泄南补北的方式，母能令子虚，太过就是实，所以要去看看他的肾。不及的话子能令母实，不及的话，有的人会有疑问，前面讲实则而泻其子，虚则以补其母，怎么讲？如果肝实太实时，这个实跟肾稍微不太一样，这个不及是虚，如果是实时，要泻其子，肝的子是心，所以要用泻心火的药，泻心火的药跟补心火的药同样是入心，功能不太一样。所以如果去补心火，是补了肝不及，用了补心火的药，因为用滋补的药；如果用泻心火的药，就能实则泻其子，所以肝家的实证去泻心脏的实，这叫实则泻其子，这样不一样的意义，补心跟泻心不一样，很多人知道天王补心丹那个补心，还有泻心，很多的泻心汤，处方不一样，所以功能不一样，所以不要误解。

【倪师内经 29 视频同步文稿】

我们治症，临症，治症的药，【实则泻其子，虚则补其母。子能令母实，母能令子虚。】这是治症的大原则，从《难经》里面来的。

肝经在胁肋立，胁肋的地方，所以一虚时，肝脏虚时，会有两胁胸肋苦满的现象，会有胸痛，侧背，因为胸是阳，人的胸是阳位，阳居于胸。肝一虚时，阳就会不足，从而产生痛，胸痛侧背。

第二节 五脏若五脉

黄帝再问【夏脉如钩，何如而钩？】夏天为什么是产生钩脉是常脉？岐伯就说，【夏脉者心也，南方火。】南方是热的，【万物之所以盛长】，长得很大，树木都很多的地方。所以【气来盛去衰，故曰钩。】这是钩，夏天为什么会得到钩脉，实际上钩脉，就是洪脉。

五脏若五脉：肝若弦脉，就弓弦的弦；心若洪，洪脉；脾是缓，缓脉；肺是浮脉；肾是沉脉。叫弦浮缓洪沉。这五个脉是相对的，这里不用洪，它用钩字来形容，实际上讲的一样的。

反过来就是生病。黄帝就问，什么叫反？来盛去亦盛，摸摸心脉，是洪，但是来得快走得也快，脉很大，这是太过，病在外。【气来不盛】不及，病在中。脉比较微弱时。

所谓太过，比如刚刚才讲过，心脏，任何的脉一定要带胃气，胃气摸到是洪脉，但是跳的是五下，跳了六七下就太过。按照这种法则，我们就不重复介绍。

【夏脉太过与不及】，它的症状怎么样？如果心脉太过，【令人身热而肤痛】，皮肤就会痛，为什么？因为里面很热，造成皮肤里面好象火在里面烧一样，从里面烧出来，皮肤上非常痛，为浸淫疮，这时皮肤容易化脓，红肿，化脓。如果不及，【则令人烦心，上见咳唾，下为气泄。】

如果太过时，母能令子虚，所以治肝时，就可以把心脏的实，太过的烫，太烫的，降下来，它能够降下来；如果是不及，子能令母实，所以一个人如果看到心烦，咳唾吐口水，咳嗽，痰水很多，【下为气泄】，还有些人下痢，或是下血，大便带血，心气不足时，【子能令母实】，所以去治他的肠胃，把肠胃调好了，心脏就好了，所以有时我们开出来治心脏病的药，根本就是治肠胃的药，就好了，因为是心脏虚。

第 153 页，秋脉为什么是浮的？岐伯说，秋脉配合到肺，肺跟秋脉是一样，是西方金。【万物之所以收成】，因为收成，所以它气是【轻虚以浮，来急去散】，浮，实际上讲的是肃杀，因为肺主皮毛，所以都在皮肤表面毛孔的地方。所以秋天时气一到，所有的树叶马上变颜色，到这边台北市看到不多，可能要高山会看到。在美国，北美时，真的很美，一夜间，第二天早上起来看整个是黄，黄的，很美啊，红色，真的是美。

这个与它相反的脉，如果【毛而中央坚，两傍虚】，毛脉中间那一个羽毛，都有那个硬的骨头，摸上去非常的扎实，旁边是虚，这是太过，病就在外面。比如鼻子，肺主鼻子，主皮肤，所以是外面。如果是【毛而微】，很轻微的脉，就【不及，病在中。】中间，身体在内部，在身体的内脏里面。如果【秋脉太过与不及】，它的症状是什么？岐伯就说，太过时，【令人逆气而背痛，愠愠然】。为什么背痛？因为背是阳，阳气的所在，肺本身它就是诸阳之汇，肺主华盖，能够通百脉，所以阳太过的话，会造成背痛。

【愠愠然】就是人不舒服，而且想吐，为什么？因为正常人肺气要肃降，要下降，正常气要往下走。阳太过了，阳冲在上面，当然会有这种不舒服，且想吐，背痛的现象。如果肺气不及，脉比较虚弱的，肺气不及，不及的脉都是比较，比如一息三至，三至，就是不及，肺气不够时，会呈现喘，【呼吸少气而咳，上气见血，下闻病音。】就是咳嗽会带血出来；如果气往下走，病人会气喘休休，气下不去，因为肺气虚。中医对血的观念，什么叫做常人？阳能够守，阴才会归经，血才在经脉里面，不会逆流。如果阳不守，经脉就开始逆流了，所以阳一定要有。

现在肺阳虚了，阳虚能让肺里面的血管，当时阳没有去固守它，没有力量，一咳就破裂，血就吐出来。那大肠带血，很多都是虚证。中医的观念里，咳血、吐血，血无止法。不要心里想去止血，不需要，把阳一调回来，血就自然就停止了。所以出血时，千万不是要去止血，尤其内脏出血。那要让阳回头，血就停掉了。现在有一个病，腹部这边，有个西医讲的一个主动脉，突然破掉了，破掉以后，血就成血块，就象大气泡一样，腹膜会把它包住，对西医来说，这个是大手术，好发于 55 到 60 岁中间。那破掉了，不要动！不要乱动，要等着整个仪器来，比如发生，把他送到仁爱医院，仁爱医院是二级医院不是一级医院，没有医生开这个刀，病人不能动，要从别的医院找医生过来，就在仁爱医院开刀，怕，因为再扩散不得了，人就死掉了。西医就把这个血管切掉，然后换个塑胶血管上去。那病人知道中间是塑胶血管，吓死了，弯也不敢弯，后仰也不敢仰，生怕脱开来。为什么破裂？西医不知道，就是破裂了。

寒，在北方冬天时，晚上水管用完，忘了把水管里面的水放掉，隔个晚上，水管就破掉，要去买新的，整个爆裂开来，寒，里面寒，水管都爆裂掉，只有寒会让血管破裂掉。所以要把里寒要去掉，所以有很多药是把里寒去掉，能够让里面热起来的药。那你说老师热起来的话，血会流得更多，那你错了，反而会止血，这就是南派温病派的想法，出血了，赶快用寒凉的药去止血，就错了，根本止不了血。

冬天的脉，何如而营？沉脉，岐伯说冬天的脉之所以会沉脉，是因为冬天是主肾脏，是肾脏管北方的水，万物收藏的地方，所以【气来，沉以搏】，搏就是说有力，沉在骨边，但是很有力，一息四至五至，有力可以，但是不能有石，象石头一样不行，太硬。

黄帝问，肾脏脉如果太过，相反的脉是什么脉？如果得了病脉，岐伯说只要中间是正常的，过与不及都是病。如果太过，【气来如弹石者，病在外，如去数者；病在中，不及】，所谓去数，就是脉非常的细，细细小小的，叫少阴证。以后介绍伤寒会讲到，少阴

证出现时，脉非常的细小，一摸，处方已经开完了，那病人还没有讲，还没讲啊，我说好就听，我就少讲很多话。那实际上还是要让病人讲完，不然他以为你不知道他怎么回事，你得慢慢听，所以当医生一定要有耐心，所以我不适合当医生，把病人骂。

黄帝问【冬脉太过与不及】，它的病的症状如何？太过，令人倦怠没有力，一直感觉到疲劳，督脉【脊脉痛而少气，不欲言】，背脊的痛很严重，且病人不太喜欢讲话。【其不及，则令人心悬如病饥】，有种症状就是心好象空空的，悬在空中一样，感觉到象是饿，可是又不是饿的感觉，腰部会寒冷了，脊椎都会酸痛，【少腹满，小便淋沥不畅。】

比如现在了解这个原则，肺太实时太过了，前面讲过，肺太过怎么治？用这个原则，母能令子虚，母就是肺，太过的脉降下来，我们治在肺。一样如果不及，心悬，我们治在肝，子能令母实，那象这种腰脊的冷，脊椎骨痛，肚子少腹胀满，小便淋沥不止，象这种讲的是尿毒，肾脏衰竭掉了，就是现在的名词叫尿毒，那尿毒时要怎么样？子能令母实，强肝血，强化肝脏，子能令母实。当然这是个大原则，还可以开些温肾的药，一定需要，子能令母实，只是一个动作而已，不是说这个动作就结束了，光靠这个药力量不够，还要去土来治水，还怕肾水去克到心脏，因为肾衰竭以后，后面心脏就衰竭，还得先去固心脏，诸如此类的，原则是这样。

第 157 页，黄帝问四时春夏秋冬，出现不同的正常的脉和病脉，那四个脏讲了，脾脏呢？岐伯说【脾脉者土，孤藏以灌四傍者也。】脾是中央土，为四脏为中央，所以对四个，其他四个脏都能够灌注胃气。黄帝问脾的状况可以查得出来？岐伯说，正常的脾脏脉摸不到，它存在任何地方，能摸到缓脉，缓脉就是脾脏，有胃气是脾脉，正常人不可见，要生病的才看得到，不是恶人才看得到，所以中国的文字很好玩，不是坏人才看得到，坏人哪那么好命啊。只有生病时才看到。黄帝就问岐伯，那什么是病？病脉。岐伯说，【其来如水之流，此谓太过，病在外；如鸟之喙者，此谓不及，病在中。】那这个好象比较玄，要去意会一下。

黄帝说，脾是孤藏，【中央土以灌四傍，其太过与不及，病如何？】光是这一句话就可以知道，脾主四肢，主肌肉，主少腹，肚子这边，都是脾脏在管，那它是孤藏，土在中央灌四旁，太过与不及，太过【令人四支不举】，不及【令人九窍不通，则曰重强。】九窍不通，比如大小便堵塞啊，病人讲话也没有声音啊，因为脾是中间的脏，其他的脏都会影响到，会影响到大小便的功能，闭塞不通。重强这个字很有意思，基本上的概念，肝心脾肺肾，脾平时放到这边，而真正摆位置，并且摆在中间，脾是中央，这五脏相辅相成是正常，互相有拉力，互相有牵制才能够和平相处，如果脾一虚时，四个脏一起压下来，因为脾是土，好象水坝一样，突然崩堤时，四个脏就会一起压下来，这时九窍不通，这是重强，好几重压力加在一起，叫重强。

150 页，黄帝听得很开心，【天下至数】就是五色脉，包括天地之间的春夏秋冬，【揆度奇恒，道在于一，神转不回，回则不转，乃失其机。】这一句话很重要，五行的定义就是，木生火，火生土，土生金，金生水，一直相生，一直循环，循环的方向，是身体一生一世生长收藏，不断长新的东西出来，不断把旧的东西代谢掉，这个情况是一直是这个方向在走，生生不息，永远不停的，不但不能停下来，还不能回头，比如现在几岁了？我现在是小 20 岁，回头到 20 岁去，不可能啊，外面穿 20 岁的衣服，还是个老头子，变不了。所以人只管往前，不会往后的，如果一逆就会出问题，所以叫【神转不回，回则不转】，一回的话，一个东西停掉，就会影响到其他的问题，【乃失其机】。

第三节 节气之逆行

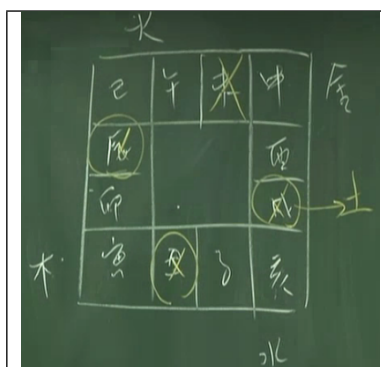
160 页【五藏受气于其所生，传之于其所胜，气舍于其所生，死于其所不胜。病之且死，必先传行至其所不胜，病乃死。】这是讲气的逆走，什么意思？比如心是火，火去生土，土去生金，这是常，平人，正常人。如果心火，回逆到肝脏上面去，反逆了，逆着走，再回到肾脏时。肾脏本身是水，水是克火，所以心脏发生问题时，遇到水时，是最

危险时，因为它是逆气而走，所以如果反侮到肝脏时，回到这边时，我们就知道，后一步就是肾。我前面跟诸位讲过，比如我们治症，青，赤，脾是黄色，肺是白色，肾是黑色。有一个人来看病时，脸是青色的，然后把他治时，慢慢变成红色，红色再变成黄色，慢慢转黄白之间，这种就好了。结果，去治他青色，就是这个一个礼拜后来变黑色，再一个礼拜变成白色，死掉了，为什么？因为肺克，金克木，这就是治症，所以望，也可以知道，循环就是这个意思。所以颜色不可以倒着走，一年四季都是往前走的，气色都是这样循环的，如果逆着就不行了。所以冬天一看到红光满面的就是有问题。

死于其所不胜，心脏就是死于其所不胜，就是肾脏的，冬天时死于心脏病的人最多。**【病之且死，必先传行至其所不胜，病乃死】**，气的逆行就是这个意思，看到文字很多，实际上就是这意思。**【肝受气于心，传之于脾】**，这是常态，但是如果气反逆，气舍于肾，气再逆到肺去，肺是金，金克木，肝是木，那就是死了。心**【受气于脾，传之于肺】**，火生土，土生金，如果心的气，气舍，反舍，回头舍于肝，再传到肾，就死掉了，水火不容。

第四节 五分法、天干、地支

【脾受气于肺，传之于肾，气舍于心】，脾传于肺，传之于肾都是正常，那脾脏的气如果回逆到心里，再回到肝脏，要木克土，就死掉了。这一段讲的就是这个意思。



最后一段，**【一日一夜五分之，此所以占死生之早暮也。】**这里有五分，一天十二个时辰，怎么五分？分也分不出来，除也除不尽啊。学中医时还是要干支的观念。如果画个图，这是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥，在十二地支上面，把辰、戌、丑、未，四个是土，寅卯是木，巳和午是火，申和酉是金，亥和子是水。长夏，介于四个季的中间，地支也这样摆，一天十二个时辰，木火土金水的走向是这样，为什么要知道这个？断生死啊。

可以逆一下，我这样教你，断生死，上面都写了。但是一定要有种概念这是地支。天干就很简单了，甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，木、火、土、金、水，这是干，天干的五行。地支就是我们来算，十二个时辰就需要用地支。这是五分，把所有地支分成五份，分为木火土金水。什么叫长夏？实际上两个节气交接的地方就是夏，就是因为脾脏在中间，它能控制四个脏，四个脏都不吵架，所以每一个脏在交换工作时，它都要介入一下，所以春天，要转换成夏天时，中间的脾脏进来，缓和一下，然后再变成盛夏，不能春天之间变夏天，这个时令就不对了，时令就不好了。后面会介绍，这里先提一点。他说会占，这个人，心脏病是早晨、中午、晚上，白天死，什么时候死都有，《黄帝内经》讲得很详细。

第五节 五行相克

161 页，黄帝说，**【五藏相通，移皆有次，五藏有病，则各传其所胜。不治，法三月若六月，若三日若六日，传五藏而当死，是顺传所胜之次。故曰：别于阳者，知病从来；别于阴者，知死生之期。】**什么意思？正常人是相生，是要这样走的，病态相克，肝克脾，脾脏克到土，土再克水，水再克到火，火再克到金，金再回克到肝，然后就死掉，就这意思。所以相克出现时，如果肝有问题，先健脾，先实脾，这时病就不会再传了，为什么？就是因为五行相克的关系。如果脾来不及守住了，等我们看到病人时，脾已经被肝做掉了，那我们只好去健肾，实肾。如果碰到肾脏没办法了，就赶快去健心，那心还没有，只剩一口气了，那碰到我们了，那就很累，已经四个没了，只剩一个，我们常常会碰到，到这时，只有一次机会，处方一次机会，错了就没了，一条命就没了。所以病人赶快，早点找我们看，既然现在相信我，为什么当初不相信我？所以刚开始生病了，治好就很简单。那相传到五脏的话，五脏都传，就是五脏传完了，相克，那就死掉了。所

以【别于阳者，知病从来。】就是查阳，阳气的变化，就可以知道，病从何而生，查阴气的【别于阴者】，阴的变化时，可以【知死生之期】，死跟生，什么时候会死，什么时候会生。所以是【言至其所困而死。】就是因为我们知道他内脏，他的病所克的时间，就知道他什么时候出问题，什么时候会走人，这是相克的。那病传，有的人三个月，有的人传六个月，有的人传三天、六天都不一样的，后面会慢慢分析细分下来，《黄帝内经》就是这样，前面先给一个大原则，后面就慢慢细调了。

【倪师内经 30 视频同步文稿】

刚刚讲的是五分法，五分到底有什么用还没讲，后面还会有，我现在讲的了后面就不用看了。《黄帝内经》就是这样由浅入深，一个一个进去，带大家进入到中心点，所以一开始是【故风者百病之长】。春天时，受于风最大，第一个伤到就是肝脏，它是百病之首，病的源头。所谓病的源头中医认为有三种：第一个是外来的，第一个就是风；第二个是内发的，喜怒忧思悲恐，一天到晚害怕，越怕死死得越快，因为会伤到神，人的精神会损；还有一个是外伤。

第六节 风寒、太阳证

【风寒客于人】，就是刚开始风寒进来时，一定在皮肤表证，这里张仲景就看了，这就是太阳证。【使人毫毛毕直】，发毛都立正起来，为什么？因为感受风寒，汗毛都立起来的。【皮肤闭而为热】，有的人说，刚受到表风时，不管是风还是寒，一下毛孔都闭塞起来了，因为人的阳很敏感，这个东西不该进入身体，一感受到这个风寒时，毛孔马上就闭起来，毛孔闭起来实际上是一种自保的一种，但是闭起来，身体上的热会发不出去，所以会出现热，身体会产生热的现象，所以热不是说身体已经感冒了，就是自然而然爆发的一种抵抗的动作。

第七节 汗解法

【当是之时，可汗而发也。】所以中医的汗解法源自这里。岐伯说，可以汗解。那我们用药时，汗药吃下去就会发汗，我们不用蒙汗药，不要混在一起，武侠小说看太多，这是发表的药，那发表药要用在什么时候？太阳证，风寒刚刚好到皮肤表面时，汗毛立正了，毛孔缩起来，里面热，这都是很好，汗解，一剂就去掉。【可汗而发之。】如果有人麻痹不仁，四肢的肌肉麻痹肿痛，【当是之时，可汤熨及火灸】，也就是说病情不在表面，跑到肌肉里面去了，跑到肌肉里面去，那时要用些药汤，中汉方煮起来外洗，把它风寒去掉，或是用针灸，火烧的方式，或是针刺去它。如果病人都没有治好，在肌肉上面都没有治好，跑入内脏了，病跑到肺里面去时，【名曰肺痹。】其实这个字标准的念法，辞海是念 bi，也可以念 bei，这两个都是，麻木不仁的意思，病到了肺里面去时，肺感受这个风寒，就是【发咳上气。】【弗治】就是没有治好，还没有治好的话，肺就会传到肝脏去，病就会传到肝脏，进到肝脏后，就叫肝 bei 或肝 bi，肝痹。厥就是寒，就是冷，反逆，逆过来的意思。这时【胁痛出食】，就双肋骨会痛，呕吐，食物会吐出来。这时可以用按跷，按摩，或针刺的方式。为什么都没讲到药？因为这是上古，黄帝那时人没有什么欲望，也没有什么，你家到我家开车子可以到，一定要走路，所以运动会比较多，也没有冷气，跟自然界比较接近，所以有病都是按跷，按摩一下，就可以好。那更老的话，画个符，念个咒，祝由就可以好。【弗治】如果没治好，传到肝，那肝如果没治好，传到脾，【病名脾风，】脾脏受风。所以它就相传，由表入，因为肺是表，所以最早是进入皮表，然后到肌肉，再到肺，到了肺以后，没治好就会到肝，到了肝没好，一路相克，金克木，木克土，接下来克到土，如果到了脾，脾风【发瘧，腹中热，】就是全身发黄，【烦心出黄，】这时可按摩，可以药外洗，也可用浴，也可内服汤剂。如果还没好，脾就会传到肾，传到肾就叫疝瘕 jia，瘕按照字源辞海的意思，肚子腹中有积，称为瘕。瘕就是发黄。疝瘕的症状是【少腹冤热而痛】，小腹肚子会痛，【出白】。出白就是流出来的汗都是白色，小便也是白浊的，白浊的津液。

第八节 女子胞、男精

男人的精跟女人子脏，我们讲女子胞，这个女子胞，或是子脏，现代人话就是女人的子宫卵巢，中医过去不讲子宫、卵巢，讲女子胞。膀胱后面是小肠，如果剖面图时，这是膀胱，这是小肠。膀胱和小肠正中间，夹了一个胞膜，一个室，这是三焦的一个胞膜。因为它是一个膜，中间一个缝而已，两片膜在一起，那这才是人生精的地方，男人生精的地方。那男人在这边生精，在这个阶段时，是纯血，纯的血，非常精纯的血，完全没有杂质的血。那经过小肠的火加热气化后，再出来，才会变成白色的精。女人子宫卵巢在，跟膀胱和小肠间，刚好女人的子宫、卵巢的位置，就是男人的精胞，精宫的位置，在这个位置，西医解剖人时，一切一看，因为人死掉了，看不到这个薄膜，也没想到那就是精的地方，那只有在睾丸里面找到一些精子，（以为）那就是睾丸生精。那我们太监已经切了，明显睾丸生精，那西医讲不知道，中国人太监都没有睾丸，太监都还是有精的，所以，外国人讲什么，就没法骗我们中国人，因为我们中国人就有这种没有睾丸的。我们中国人什么都有。

这个白津出，就是小便白浊，【一名蛊】，这个也叫做蛊，当病在肾脏时，可以按摩，推拿。所谓的按穴道，推拿，或吃药。如果还是治不好，从肾传到心脏去了（注：此处口误更正），【病筋脉相引而急，病名曰癰。】癰念 xi，这时【可灸可药。】如果不治，满十天，没有治，就死掉，因为已经到底了。从肺，金克到木，肝木再克到脾土，脾土再克到肾水，肾水再回克到心脏，有十天的机会。所以我们治疗，前面有提过十天，就可以晓得。那好命还是歹命，就这时出现了，好命跟歹命。如果我们现在治症比较好，时间或是天地气要开交，交接时，在十天以内，天地气正要开接时，他就是阳不够了，没有阳了，那我们这时候处方一下去，正好配合，那个药力跟天地正好要进入冬至，正好碰到，那是好命啊。那一年有几个十天，刚好在那个节气上面？所以人还有好命跟歹命，所以大家多做些好事，帮助一些人。那这种医学坏人不传。【肾因传心，心即复反传而行之肺。】所以当心已经走到底了，没有东西再传了，回到刚开始入的第一个脏时，进入肺脏时，【发寒热】这是发寒热就是人的元，最后的精神要离开身体了。如果这种病发的话，最多三年死掉。所以有的传精时，有的人三天，有的人是三个月，有的是六个月，有人三年。如果从表证开始一直没治，一直到里证去，再传经的话，一般就是三年会传完。

当然了我们会很多，在皮肤表面上时，在肌肉里面时怎么办，在肺里面时怎么办，这个都有一系列的处方。中医是非常完整的一个身体解剖学，病理学，还有治疗，治症的学问都有。

64页我们得到病，还有一种是【卒发者】，就是瞬间发的，这个不是病，比如我们开车突然撞车，车祸，撞伤了，或是走在建筑工人的钢筋掉下来，正好就插到身上。或是歹徒在开枪，恶夜枪声，结果正好那边走道倒霉被打到，这种人看气色就可以避掉，这个可以不用发声的。

【不必治】因为它不传，瞬间发的，不必去治它的传。还有一个就是急性病，什么叫急性病？比如今天出去吃结婚喜筵，结果吃坏肚子了，本来就很好，吃坏肚子了，回到家里面上吐下泻，这个急性病，就不用去治它传，什么脾传到肾，肾传到心，心传到肺，不必去治它的传，因为这个病是外来的，不用去治它的传。那其他治症时，我们要去治它的传，先去治它的传，可以预防它的病再恶化下去。

【有不以次，不以次入者，忧恐】，有的人发急性病时，比如吃坏肚子了，在厕所里面上吐下泻，突然接到电话，儿子吸毒被抓，一气，这时病就会进来，病进去是因为情志的关系，这一段讲的就是这个。如果吃坏肚子了，不管是什么状况之下，今天儿子吸毒被抓，那很好啊，很开心，先挂掉再说，等到上吐下泻好了再生气。那可不可以等到春天再生气也可以，那很麻烦。我一定要找时间，包含在《黄帝内经》里面，把天地之间的位置安置好，那样这种纠纷就会减到最低。

所以人有大病，病会传经，就是情志也会影响，情志也会影响。所以这种本来是没有病，结果因为外来的造成身体上的病变，然后配合上情绪的喜怒忧思悲恐，因而生病。【因而喜大虚，则肾气乘矣。】喜对心脏很好，开心对心脏很好，但是每天那边神经病在笑，有的人还躺在地上笑成这样，太过了，心气会伤到，五行本来力量是相通的，那心气发散太过，木水就进来占位置，这五个力量是拉扯得很好的，很平均的才对，那这个（火）太过了，这个（水）就乘位，乘它的位置。

如果怒气【怒则肝气乘。】生气就会伤到。【悲则肺气乘】，所以这（太过）情志都不好，【恐则脾气乘，忧则心气乘】，这是它的道理。所以病有五种，【五五二十五变，及其传化。传，乘之名也。】一个脏有五种变化，因为受到其他的克，五个脏，五五就二十五种，就是其他，喜怒忧思悲恐，这个受到这个影响。

【大骨枯槁，大肉陷下。】这什么意思？只要想一个字，我们前面讲过的，这个人形伤，如果今天这个病人体重瞬间降了二十几公斤，形伤，不用去记，什么【大骨枯槁】，看看他的骨头怎么样，看看他的肉有没有陷了，他少了二十几磅，或一瞬间，一个礼拜少掉了。【大肉陷下，胸中气满，喘息不便。】胸中气满时，这个气伤到。讲胸中时，就是阳气之位，阳在胸中，阳气之位，阳在胸中。胸满胀气，气伤到。一个是形伤，一个是气伤，造成【喘息不便，其气动形。】怎么样？六个月就死，六个月就死掉了。所以形伤气在就没关系，如果气伤形在都好，形气两伤寿命就不长了，因为人讲的就是阴阳，人的形就是阴，你的外形就是你的阴，你的动能就是你的阳。那形伤掉了，阴伤到了，那胸又满，阳气又伤到，阴阳两伤这都很危险的。如果【真脏脉见】，那时间更快了。如果同样是形伤，但是【胸中气满】，也是一样啊，【喘息不便，内痛引肩项】，这一个月就死掉，痛到肩项这边，就阳气伤得越来越严重时，他就会开始痛，那死的会更快，一个月就死掉。如果是再见到真脏脉，就算日子就可以算出来他几岁死。还有人形伤，也是【大骨枯槁，大肉陷下】，都是形伤，【胸中气满】，也是阳气伤，【喘息不便，内痛引肩项，身热，脱肉破】，肌肉也消失掉了，【真脏脉见，十月之内死。】这个怎么看起来比前面的比较严重一点，寿命还比较长一点，这就是有疑问的地方，你们没有错，如果这样想完全没有错，因为《黄帝内经》当初的原文就是很讨厌，所以要记得，如果是阴阳两伤时，就可以算月了，真脏脉一见，就可以数日子，数到哪一天，后面还会讲，黄历拿出来一看哪一天就知道，速度就那么快，哪天是金日他就死，金克木，那个刚好肝有问题就死在金日，那金日里面还有一个，这个金克木，那金日的金时就死掉，诸如此类的，速度很快的，我们马上可以推算出来。

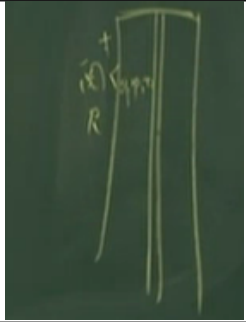
164页，中间那边，【大骨枯槁，大肉陷下，肩髓内消，动作益衰，真藏来见，期一岁死。】这个内消骨髓，【动作益衰】，如果骨髓内消时，已经看到这个人，皮跟骨是相连的，几乎根本没有肉，看见一个骷髅，全身就跟骷髅一样。【动作益衰】，【真藏来见，期一岁】，绝对不是一岁那么久，刚刚讲过，《黄帝内经》太久了，有些编辑上有问题，实际上可能就几天就死掉了。

【见其真藏，乃予之期日。】真脏脉现就可以看日子了，一个病人形伤，再加上【胸中气满，腹内痛，心中不便，肩项身热，破困脱肉，目匡下陷。】这目眶就是胃气，要过胃经的地方，目眶下陷了，胃气也没了，【真脏脉见，目不见人。】就是眼睛已经不视人了，认不得人，认不得亲人，不视亲疏，就是阴阳都衰弱了，神又离开了，这个马上就死掉了。如果还有视人的能力，但是阴阳都已经失掉了，就好象皮包骨，这也是会死的，就算是能够看到人，也是会死的。那样死时，一般在地支生克的时间，待会儿再介绍。

如果是【急虚身中卒至，五藏绝闭，脉道不通，气不往来。】比如掉到水里，或从高处坠下，发生这种事情，五脏一下就闭掉，本来没有病的，突然发生了意外，造成脉道不通，五藏闭绝。意外的伤害造成了，如果是脉都不来，摸到脉也没有。如果【一息五六至，形肉不脱，真藏虽不见】，也是一样会死掉。意外横祸发生时，如果是脉道不通，五藏绝闭时，就算他的脉来或不来，或是形跟肉，还是会死掉。所以意外伤害，西医还

可以，为什么？因为西医是看形，看骨伤怎样，那是受伤，不是真正的病，西医急救这方面做得相当不错。

哪一天哪一个时辰会死，就是根据这来的。比如肝病的人，在金的时辰易出事，哪个日子一天的十二个时辰，也有木火土金水相克的时间，就是从这个图上面来的，我们说五分法。166页，【真肝脉至】，就是真脏脉，【中外急】，什么叫中外急？



手脉的关、寸、尺，如果是这个脉，这是筋，里面两条筋，这是中，这是外，这是内，这个脉在这地方跳，这外面在中间在内，外中内，如果是【中外皆急，如循，如刀刃】，刀刃面很硬，象按到琴弦一样那么硬，然后病人的气色青色带白色，又没有光泽，白色是金，金木相克，相克的颜色在脸上，【毛折，乃死。】为什么现在讲这个毛？毛是气之余，身上的体毛是气的之余，发为血之余，毛为气之余。如果毛折，毛弯曲过来，是阳绝，阳气完全丧失掉了的征兆，

就看他的毛，整个折过来就死，这个人就死定了。【真心脉至】，就是讲真脏脉，【坚而搏】，象薏仁一样，苡子一样，硬硬的一颗一颗。真脏脉出现，心脏的脉出现，又看到赤色和黑色在一起，水火相克的颜色，同时发生在脸上，而且没有光泽，也是【毛折，乃死。】就看皮肤毛，毛就是阳的末梢，就是阳气要绝了。毛一折，人就死掉了。【真肺脉至，大而虚，如以毛羽中人肤，色白赤不泽，】都是【毛折，乃死。】这是肺的真脏脉，大且虚的。【真肾脉至，搏而绝，如指弹石辟辟然】，硬梆梆的，沉在底下，颜色【黑黄不泽】，（土克水），相克的颜色跟脏的本色都在上面，这都是阴绝，这时再碰到阳绝，阳气就绝了，毛折。【真脾脉至，弱而乍数乍疏】，时常快，一下又慢掉，【黄青不泽，毛折，乃死。】所以这一段讲的就是，所有真脏脉见，真藏的脉出现时，都是不治。真脏脉在长时，一定是超过寸的九分，尺一寸，真脏脉一定是会超过这个长度，比原来的脉长很多，而且非常的大，这是真脏脉。

所谓真脏脉，所有的五脏受气于胃，才会有胃气，才会有脉走缓象。现在阴阳分隔了，阳气没有了，只剩那个脉的脉气了，就看到就是真脏脉。这是不治，死定了。

167页，【见真藏曰死】，为什么？岐伯就讲，五藏的脉气来自于胃，【胃者，五藏之本藏气者，不能致于手太阴，必因于胃气。】如果把一个字删改一下，中国的文字，光看这样，还不能够深入，还可以更深入的解读这一段，那中国的文字就是很好玩，举个例，如果有一个人跑来找，倪先生我哥哥几年都没有消息，人在哪里都不知道，怎么找他，我们中医当然也要会这个，那写个字来吧，正好是春节，就看到春满乾坤福满园，一写，福很好，这种很好了。你哥哥在牢里！为什么在牢里？看这个字衤的衤是同个边，加个点就是衣服的衣，大家穿着同样的衣服，那口在中间，吃饭前面就铁门，后面就是铁窗，牢，坐在牢里。

胃，所以田下有肉月，有肉月，所以我们移一下，耕田时是胃，真正在生长，收藏时，生养时是小肠。把《黄帝内经》里面的胃指的就是小肠，那心下，心脏之下就有东西就是胃了，所以真正讲胃的地方，古代的经书讲胃的地方，讲的是心下，那真正讲胃时讲的是小肠，从这个角度，回头再看这个又不一样了，所以读伤寒经，心下痞，痞什么东西？就是胃，胃不舒服，讲胃就是讲小肠。

第九节 阴阳与神

【五藏者，皆禀气于小肠，小肠者，五藏之本。】小肠是所谓的受盛之官，胃里面咀嚼食物之后到了小肠，小肠把它消化掉，所以小肠的募穴是什么？关元，关元又名什么？丹田。道家练气时，形在丹田，不在中脘，在丹田，那把气在丹田上鼓胀，象鼓风一样，加热，所以小肠这个地方才是人的生命的中枢。当把它改成这样时，小肠是五脏的本，所以，现代人有的人胃有问题，把它切掉三分之二，或三分之一，或有的人整个胃拿掉，还没有死，还可以活一段时间，当然是不用拿。那小肠就不能拿，所以你听过人家切胃，

很少听过人家拿小肠，小肠不能拿，拿了就死。胀气者，不能治，至于手太阴，五藏的气，它自己不会跑到手太阴肺经那边去的，【必因于胃气，乃至于手太阴，】因为有胃气，才会到手太阴，为什么胃气，小肠的气？就是我前面已经介绍过的，小肠，这是大肠。食物消化过以后，食物里面的水进入大肠时，这个水，因为小肠在下面，火在烧，大肠是金，火克金，里面的水就回到肺里面去，这个从大肠里面的水，因为小肠的蒸化以后，进入肺，这个水会直接进入血液里面，血液系统里面去，血管的系统里面去。人喝水，喝柠檬汁，喝白开水下去到，真正的胃里面去时，脾胃是土，喝完吸收掉了，吸收掉以后就到全身肌肉去了，所以如果是运动跑步，流了很多汗，汗是脾胃的津液，这时就要去喝水来补充。那如果吃东西吃太多，晚上睡觉前吃太多，那食物里面水很多，糖也很多，结果这些营养跑到血里面去，所以吃宵夜后，早上起来血糖都很高，如果饭后量血糖比饭前高，就是因为饭后，血糖里面的水和血，糖的营养都是来自饭后才会有的，但食物里面很多的水分，还有营养。

所以因为小肠在支持它肺里面的津液，所以它才会胃气，才会跑到手太阴，五藏之受气于手太阴，所以【五藏各以其时，自为而至于手太阴也。邪气胜，则精气衰。病甚者，胃气不能与之】，同时到他手上面去，所以就可以看到真藏的脉。当那个脏生病时，胃气阻绝了，它没法去供应它，藏脉出现，就在手上看到。所以真脏脉会死，就是胃气没有了，小肠不接纳了。

所以现在开始，从这一段下面读古书，把胃当肠子，心下当成胃，再去看就更深入。

第十节 逆四时之脉

168页，黄帝说【凡治病】要【察其形气色泽】，病人的外形，他的气够不够，他的脉，颜色，脉的盛衰，我们可以知道，这个是新病，【于之此之新故，】是新病还是旧病，我们来治。所以我们可以察，这个是老病，陈年老病，还是刚发的病，我们从形色气脉，气泽都可以看到。【无后其时。形气相得，谓之可治。】就是不要失掉时机。这个新病还是旧病，有治的方法的法则，看到新病赶快就下手，就不会成为重病。【色泽以浮】，一般皮肤上，病脉的颜色浮在皮肤比较浅，这种是最好治的，这个很表面，【脉从四时】，病人生病了，可是脉是顺从四时的，比如春天得到夏天的脉，或春天得到冬天的脉，是顺脉，这种病都是很好治的。

【倪师内经 31 视频同步文稿】

什么叫胃气的脉？【脉弱以滑】，很缓，弱不是说完全没有力，有很柔，一息四至到五至，只要有胃气的脉都是好治的。如果是形气相失，外形丧失的，不管是过胖，有时跑来了一个胖子，根本不是水肿；有的是太瘦，形气就伤掉了，再加上气没有了，呼吸很短，因为胸阳，胸是胸阳的地方，判断他阳气够不够，看他喘气、咳嗽就知道了。如果是颜色失掉了，不光泽，就是比较难治的，难治不是说不治，很多地方说不治，真是不治。难治是还可以治，比较难就是了。【脉实已坚，谓之益甚。】脉太实了，太坚强了，如果脉反逆四时，都是不可治，不好治。【必察四难而明告之。】就要跟病人查到后，摸到病人在夏天就摸到冬天的脉，就是相克的脉，要告诉他，要跟病人讲，心脏不好了，要跟病人讲清楚，一定要告诉病人的家属。

【所谓逆四时者，春得肺脉，夏得肾脉，秋得心脉，冬得脾脉，其至皆悬绝沉涩者，命曰逆四时。】不管这里面就把它归类简化了，不要去记，只要记得，没有胃气的脉，比如太弦了，脉很涩，很小很弱，而且不按照四时来的，都是重病，都是逆四时。如果这个脏，如果是春天、夏天脉应该是浮，春天比较浮，夏天的脉比较大。结果春天、夏天的脉比较沉涩，秋天的脉是浮大，那就是逆四时的脉。还有一种症状，病人是显现热证，那热证应该是动，很慌、很动、很亢奋、很紧张，但是病人很静的，不单单人变得很静，脉也变得很静，脉很细、很慢、很少，病人的外面显现了热证。【泄而脉大，脱血而脉实，】这种都是很难治的症状。

人脱水时，应该是虚，用正常的想法，好象气球里没气了，好象就软掉了。哎，他的脉是大的。如果一个人在下痢，大拉肚子，一天二三十次，脉应该是很气弱，结果脉反而是大了，这是症和脉不合，脉症不合，都是不好治的。如果病在中，脉实坚，病在外，脉不实坚者，兼难治。一般病在中，脉就比较缓了，病在外，脉就比较坚实。结果，现在病在外，脉不坚实，这就是脉症不合，都是难治的。所以从这里归类到，脉和症是符合，人虚就是虚脉，实就是实脉。便秘摸到脉就很大，这都是很好治。下痢呀这种。色脉来说，颜色丧失了，脉还在那边，还可以治，只是难治一点。色、脉都没了，那就凶了，简单讲就是这样。

新病和久病，新病气色一定在那边，脉象有问题，气色一定在。久病的人，气色就跑掉了。所以气色没有了，就一定是久病，新病一定是气色都在那边的，这是新病和旧病的区分。

第十一节 五实五虚

169页，黄帝问，用虚实来决生死，详细讲讲看。岐伯说，五实死，五虚也死。五种实证也死，五种虚证也死，叫五实五虚。黄帝请他细讲了，岐伯就分了五个。脉盛，非常的洪大，越来越大，不止。第二个，皮热，身体摸上去是热的，肚子鼓胀、腹胀，大小便不通，闷瞀，瞀就是眼睛看不清楚，眼睛不视人，这是五实死症。脉细、皮寒，摸到皮是冰冷的，脉又很细，气又很少，呼吸很短，不太讲话。

泄利前后，且大小便失禁，饮食又进不去。如果大小便失禁，吃东西还是吃不进去，这就是五虚。所以我们常常会问人家的胃口，大小便，“我一直在下痢呀，医生。”听那个电话，那个病人讲得很大声，“我一直下痢怎么办？”这是没有问题。如果讲话很小声：“我一直下痢”，那就很危险了。所以要听，要看，看多就会了，五实五虚，这个是危险的症候。黄帝说有人会生存下来呀，岐伯就说了，【浆粥入胃，泄注止，则虚者活。】虚证，但是稀饭米面最好消化，能够进到胃里面去，一吃到东西下痢停止了，活了。原来是不吃东西下痢。【身汗得后利，则实者活，止其喉也。】如果五实的症状，皮肤毛孔赋住了，如果发汗，汗一解掉，病人就精神恢复，大小便都通畅。原来是实住，大小便都不通，前后不通，一发汗后大小便就通了，叫实者都会存活，这是它的症候，这种就会有存活的机会。

第二十篇 三部九候论

第一节 三部九候之脉

第172页《黄帝内经》第二十篇三部九候论。岐伯教他九针，他问重要的道理，他希望能够藏起来，【不敢妄泄。歃血而受，】不敢妄泄就是绝对诚心跟你学，绝对不妄泄，不随便给匪人学去。那他就问天地的数，就认为人生理里面一定要吻合天地的道理，上要对应日月星辰，下面要符合春夏秋冬四季的变化，还有阴阳五行的变化，这个变化就很大了，这是最大的道理。岐伯说天地之至数，黄帝当然就想知道了。【天地之至数，合于人形血气，通决死生，为之奈何。天地之至数，始于一，终于九。】一、二、三、四、五、六、七、八、九，【一者天、二者地、三者人，因而三知，三三得九。所以人有三部，部有三候，以决死生。】就用三部的脉症。人身上有三部九候的脉。174页，为什么有三部九候的脉？这就是天地有四季，我们有方位，那方位？天分九野，九野就是有八个方位，人站在中间，有东、东南、西南、正南、西南、西、西北、正北、东北、中间，天地之间有九个方向，所以人有九个脉的地方，所以人也有分九脉。

177页第二行，他说上部是天，在两额的动脉，就是在胆经的悬厘和曲鬓这地方，靠近额角有一个动脉在这边，这是少阳脉气发力的地方。那这是天部。上部的地部？在人迎脉，人迎脉在喉咙的两边，这是胃气，胃脉的所行之处。上部的人部？在耳朵前面，

摸耳朵前面有一个脉在动，那是少阳的脉，三焦的脉气。头有三部，有三个脉。一个是少阳，就是胆经的，一个是胃经的，还有一个是三焦的脉，三焦的脉在耳朵旁边。那人的中部？身体的中部也分为天、地、人。天部是在肺经的经渠的位置上，是在肺气的所在。中部也有一个地部的位置，就是在合谷穴的位置，大肠的脉气所在；中部的人部就是手少阴，在心经的神门位置。所以人分上、中、下三部，上部有三部、中部有三部，下部它也有三部。下部的三部在肝经的太冲，肾经的太溪，还有脾经的箕门穴，还有胃经的冲阳穴。

中部的脉是干什么的？岐伯说天部的，头上的三个脉，天以候肺，地候以候中，中的气，人以候心，这是天、地、人三才的位置上就区分开来。那三部查什么？额角的气，天部候额头，额角的气；地部候口齿；人部候耳目之气，人部在耳朵旁边，大家可以知道耳目的气。如果有耳聋、耳鸣，聋掉了这个脉就没有脉气了。这个脉很大，就是实证；这个脉很小，就是虚证。如果治疗耳聋，摸它的脉就知道了。就是针灸的穴位，耳门、听宫、听会。不用张开来摸，这样就可以摸到，轻轻摸就可以摸到脉在动，这是天部的上部的天部。

头脚之气，可以候到脑部去，一般他的脉也是一息四至或五至，如果跳得很快，代表里面的阳很亢，癫疾，发癫疾的人都是动脉跳得很快。给他吃药，不管是用空灵丹还是用扎针，灸申脉、照海，或是下针百会，那个脉会越来越小，缓下来，缓到一息五至时代表它好了。所以头面上的人的精气都在这四个位置上面，都可以查到。就是因为头上有天人部，管人的脏气，如果五脏衰败时，脸上的气色就会凶，为什么？因为脉气没有了，这三个脉气没有了。

黄帝问知道这三部九候的目的是干嘛？三部九候那么多的脉，目的是做什么？岐伯说一定要看他的胖瘦来调理他气血的虚实，【实则泻之，虚则补之。必先去其血脉，而后调之。无问其病，以平为期。】象这种情形，不需要问他里面的病是什么，把他血脉调均匀就好了。哪个地方有淤血，就把它放出来。看它的虚实，看外面的，有三部九候这些脉气的所在，知道这些脉气的所在，可以按照经脉，比如这是三焦经，这是胃经，如果人迎脉很大，那就是胃很实。那会去干什么？扎内庭，诸如此类的。曲鬓，胆经脉气的地方，实证扎阳辅穴；虚证扎侠溪穴，调他的脉气。如果是胃经人迎脉，胃经下来到脚上足三里、上巨虚、下巨虚、条口、丰隆、解溪，有青筋看到有淤脉，放掉就可以了。

然后调他的气脉，不需要调里面的内脏，不需要问他的病，把他的脉气一顺，内脏的病就好了。如果五脏败掉了，脸上的气色一定是凶，五脏败掉了，这时一定是死候。

178页，如果决生死？如何辩生死？岐伯说，所谓生和死，只要是生，顺的，死就是逆，相克的。第一个【形神脉细】，体格很高大，很壮，结果摸到脉是细细小小的，这是形和脉不合，这是危险的，短气。所以形大脉要大，形小脉要小。那有一个人瘦瘦干干的，形瘦结果脉很大。【胸中多阳，多气则死，】这都是脉症不合。讲到胸，就是阳的位置。形气，外形跟气脉是相同的、相生的，都是好的征兆。如果是不相通，不协调的，那就是有病。所以三部九候，人分天部、地、人三部，每一个部又有三个脉，所以有九个脉都相失，都不调和，这是非常的危险。不但不调和，有的脉都没有了，冲阳脉没了，太溪脉没了，人迎脉没了，经渠脉没了，这些都是危险的。如果【上下左右相失不可数者，死】，有时数不出来，有时这边快、那边慢，比如摸人迎脉比较快，摸少阳脉比较慢，摸到三焦脉比较快，它都不调和，也是死，找不出规则来。找不出规则来也是一个症，摸了半天老是没有规则，这是症呀，很危险时，有的地方快，有的地方慢，因为不协调。这里有一个很重要的，凡是目眶内陷的都是死症，因为胃气没了，整个眼眶是胃在管。

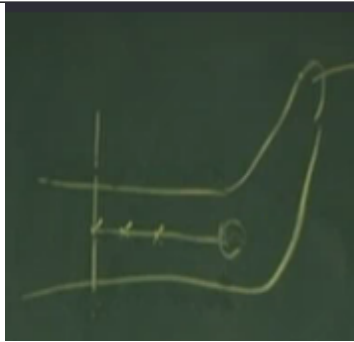
第二节 三部九候之死

178页最重要讲的是什？三部九候的脉必须要均匀，相同，才是正脉。如果它的脉过小、过大，不均匀的话，都是有病。所以如果摸人迎脉，同时去摸少阳脉，还有三焦

的脉，速度都是相同的，这就是好。如果三焦脉比较快，人迎脉比较慢，或是比较快，快慢不均匀的，都是生病。所以【独大者病，独疾者病，】这一个脉疾，我们有九个脉，它一个脉很疾，独大，或是一个脉跳得很疾，一个脉跳得很迟都是病，一个独热，一个独寒，一个陷下者都是病。

第三节 案例：脚外踝骨判疾病

这一段很好玩，【以左手足上去踝五寸按之，以右手足当踝而弹之，其应过五寸以上，蠕蠕然者，不病；其应疾中手浑浑然者，病；中手徐徐然者，病；其应上不能至五寸，弹之不应者，死。】没有反应就死。看病人不晓得可不可以救他，去抓他的脚。有人说老师，不是抓他的脉吗？不是，先抓他的脚，内经诊断的方式。我画给你们看。不能讲给病人听，讲给病人听要吓死的。



这是脚的小指，外踝骨上五寸，我们知道三寸是绝骨，四寸是阳辅，第五寸的地方，就是这地方，你的手就把他的膝盖压住，这个指头拿起来弹，一弹马上就感应到，一弹就会有反应，超过这边都是正常，常人、正常人。你弹这边，这边没有感觉。试试看就知道，当然你的这个手要把所有的皮肤抓住，一弹力量很大，气脉在这个地方很大。弹弹弹没有反应，慢慢往下移动，移到这里没有反应，就快死掉了，到这里还没有反应就走掉了，这是诊断健康和病危

的方式。所谓弹之不应者，左手握在这边，右手在弹外踝时，一弹这边有感应，这就是应。弹得不应的，越弹脸色就变了，心想就完了，就是这个意思。正常人弹弹看，一般人都会弹到马上有反应，很强。就是三部九候的诊断方式。如果用右手弹他的外踝，他反应得过五寸以上，就是没有病。如果是昏昏然，这个就是真病了，不能至五寸，都是病，弹之，完全没有反应的，就是死症。【应过五寸以上蠕蠕然者，不病；其应疾中手浑浑然者，病；中手徐徐然者，病。】摸到这边的脉，一弹马上有反应就是昏昏然，就是正常。没有反应，往前移，那就是真病。这是死症。

如果病人中部的脉忽快忽慢，中部的脉就是肺经、心经还有大肠经的合谷穴脉动，时快时慢，这都是死症。如果是中部的脉有代而匀着，代就是原来跳快慢，一下又变成勾状，这就证明在络脉，代就是变更的意思。三部九候就是互相呼应。如果摸三部九候的脉，简单的说，如果是摸冲阳的脉，冲阳的脉是在脚上，这边摸冲阳的脉，再摸人迎脉，因为两个都是胃脉，摸这两个，一个头，一个尾，可以知道胃经气如何。那这边很大、这边没有脉，那就是阳气往上走了，里面阴实掉了，或胃癌或什么东西的，阳气没了，就结束了。

所以，查脉头脉尾，就可以知道整条脉的气脉顺不顺利，常人应该是头尾速度是一样的，有快与慢的，在经脉上面。原则定下来了，如果是上下若一不得相失，那这就是正常。一候相失了，那就是生病了；二个候，三部九候的脉，两个脉好相失，这是病甚；三个候都有问题的了，就是病危了。所谓后者，没有反应了，察其脏腑以知生死。我们查他的经脉，知道他的病脉在哪个地方，要查他的脏腑才知道他什么时候会死。

【真脏脉见者，胜死，足太阳气绝者，其足不可屈伸，死必戴眼。】突然跑出讲足太阳，《黄帝内经》就是这样。足太阳脉气绝时，脚不可伸，因为脉气一直到脚上面去，上面到睛明穴，是眼睛往上翻。中医的书就这样，最好的方式，不要动，保持原装，一动更乱。

第四节 寒热病、水病、七诊

180页，什么叫做冬阴夏阳？刚刚讲的【足太阳气绝者，其足不可屈伸，死必戴眼。】很多的太太们说脚没办法弯曲，脚是拱着的，脚本来平常是这样的，但是脚拱起来，不能踩到地上不能走路，就是太阳经的脉气要绝，稍微眼睛往上翻一点，就是快要绝了。

要是眼睛全部往上翻了，那就是气绝了，死时眼睛都是往上翻的。所以，我们做中医也做个法医也没关系，中国化学我们知道了，以前中医没有那么精。我讲的化学毒，中药的毒我们是知道的。岐伯解释冬阴夏阳，三部九候，人迎脉，额头的脉、手部的脉，九候的脉全部显现出来，都是沉细而且悬绝，又细而且又小，纯阴脉。当九候的脉，讲九候的脉，就是全身上下都摸光了，所有的脉，筋脉，所有的内脏都查了，全部是悬细时，这就是叫做阴脉，阴脉就是纯寒的脉，那主冬，冬天。一般阴证半夜死。如果纯热，【盛燥喘数者为阳，主夏，】夏天是白天中午时死亡。如果是寒热病，一下寒，一下热，就是半夜跟中午的折中了，就是早上了，【平旦死。热中及热病，】都是中焦温热的病，正中午时会走人。病风，因为风而得病的，日夕而死。风就是肝脏，到了黄昏时走人。如果是病水者，水肿的病人，就是半夜死。他的脉，如果是时快时慢，这是脾脏的脉，时迟时疾，辰戌丑未，就是一天的四个时辰中间，叫做【日乘四季死】，这四个时辰开脾脏的时间。

一个病人如果是形肉已脱，身体瘦掉了，肉也没了，皮包骨了，三部九候的脉即使是调，还是死。【七诊虽见，九候皆从者，不死】，七诊也是突然跑出来一段，我们这里要把它解释成七种的脉，叫七诊。以前从来没有，以前是五实五虚，很多都是五恶，突然跑出一个七诊，这个是前后比较不对的。那一般就象刚刚前面讲的，形肉已失时，九候脉在的话还是会死，如果形肉不失，我们反过来讲简单一点，形肉都在，那即使是重病，但是形没有失，并没有皮包骨，阴阳都还在，重病，这时九候的脉都还顺也不会死，所以形肉很重要。一个人形伤、神伤就没有救了。【所言不死者】，要是得了一些风时之症，一些表证，或是女人的月经来时，这种病似病非病。比如一个女子好好的，突然开始每天恶心呀，你说是少阳证，因为恶心，其实她是怀孕。所以孕妇是正常的，但是她会显现一些症状出来，不能把它当成病。【倪师内经 32 视频同步文稿】

色、脉都有问题时，两个都丧失掉时，这都是死。死之前，噫念 yue，人如果藏气没了，脾胃的胃气消失了，噫就是打嗝。打嗝的方式有很多，不断的，不停，这是死症。那我们看病诊断，一定要问他，刚开始是怎么回事？现在的病是怎么样？要把前病，后面的病都要考虑进去。再去切他的脉，看看他的经络的浮沉，看他的上下逆从。

【其脉疾者不病，其脉迟者病，脉不往来者死，皮肤著者死，】这都是断简残篇，这里讲出来，跟主题没有关系。最主要是皮肤上，会有阳在身上，皮肤上出一点点油，尤其是脸上，因为脸是阳之会，胸阳是会往上冲的。所以脸上出油是正常的。哪天你不出油了或是手上摸到皮肤很干涩，那就是死症，阳要绝了。这种病怎么治疗？就是前面讲的，三部九候的冬阴夏阳怎么治理？岐伯说【经病者治其经】，十二经络出问题的话，在经上面治，在孙络上面放血。有经，再有络，再有孙络，孙络就是更细的。如果变成是【血病身有痛者，治其经络。】什么叫血病？血液循环出故障大部分是外伤，或是一些跌打损伤，要治经络，让经络气很顺，就会好。

第五节 缪刺法

【其病者在奇邪，奇邪之脉则缪刺。】身体里面的病邪停在奇邪之脉，我后面翻译是错误的，因为当初不晓得为什么叫这个。缪刺就是在十二经的井穴上，扎针放一点点血出来，这是第一个。扎完以后四肢，尤其是脚上腿上青筋，看到青筋的地方都放一点血出来。这个刺法就是缪刺。那缪刺法的用途，就是病在表面上，但不在经络上面。现在是胃经实证，扎内庭，虚证扎解溪就结束了。结果有个人跑出来，说即不是胃经又不是胆经，也不是脾经，不在经，也不在络，也不在孙络，它就是在那边，到底怎么办？就是缪刺法。瘦子的人，病不易动，同样的病在那边，我们适当的用刺法。这个意思是说形瘦，但是病在那边，一直不会进。问他多久了？十年都是这样的，病都是这样的，没有改变，停在那边。虽然这个人形瘦，就按照正

经的方法来治。【上实下虚，切而从之，】就是沿着经络摸，找到了压痛点，揉搓一下或下针，古代针灸都是这样子。【索其结络脉，刺出其血，以见通之。】痛的地方可以刺出血。一般这都是在经络上面的病。

【瞳子高者，太阳脉不足，】就是眼床往上翻了。太阳脉不足，刚刚是指瘦子，瘦子是人瘦形不够。现在是太阳脉不够，眼睛往上翻，眼睛看不到了，往上翻，太阳脉已绝，这个方法都是看死生之要。这个很麻烦就是这样，如果我们有一天，比如要找到《黄帝内经》的全本，或是找到《外经》的话，那真是不得了，就看缘份了，在真人的手上，真人还活着，到处跑，在山里面去看看。我们有真人在的吗，真人还在的话，跑出来裸奔，不受寒暑日节气，也不吃东西。美国叫裸奔，中国台湾省叫遛鸟。这种失落的東西，全部毀掉，我想不可能，一定在某个地方，可能在某人的坟墓里，很难讲，几千年的东西，非常可惜。

第二十一篇 经脉别论

经脉别论是《黄帝内经》第二十一篇，一个人的情志，如果一个人的动静、勇怯胆子很大，胆子很小，这种脉会不会改变？会不会生病？会不会影响到脉？当然会。岐伯说，人的个性，【凡人之惊恐恚 hui 劳动静，皆为变也，】会惊恐，发怒皆是改变。所以人不要惊、不要恐，不要发怒，不要随便的乱动乱静，变化太大都不好。【是以夜行则喘出于肾】，行房也是夜行，晚上的动作，小偷是夜行人了。晚上夜行很紧张呀，很紧张就喘，【出于肾，淫气病肺】，这时候就伤到肺气。

【有所堕恐，】从高处坠下来，或是受到恐吓，或是吓到、怕到了，喘，会出的气喘，这个是喘出于肝脏，肝脏受伤就会害到脾脏，因为木克土。如果又受惊恐，又随时很害怕，随时一个动静就吓得在那边气喘，喘出于肺，肺气受伤。那肺气一离开，精神一离开这个肺时就会伤到心脏，因为心脏会赌气，一离开肺就虚掉了，火就会补位，就会伤到心气。本来心脏好好的，被一吓，被影响了，因为火克金。有的人被水淹到了，或是摔倒了，瞬间摔倒了，这也是喘，【出于肾和骨】，不管是因为惊恐，还是意外发生，掉在水里边去，从高处坠下，突然摔倒，发生时，勇者气行，自己就好了。所以胆子要大，胆识也要大，不要怕，勇者气行就好了。本身天生就胆小的人就会受病了。有一个人身体就很好，有一天他家里突然进了一个小偷，从那天开始生病，这就是胆小鬼了，胆小的人。有的人进了小偷，去追呀，他这个人胆子就比较大。所以开心无惧，不要怕！西医看到我会怕，我说你们西医看到我不敢惹我，敢惹我？怕，因为他生病怎么办？要死呀，要找我。那一定要勇，不要怕。所以诊病之道，要看这个人胆大胆小。【骨肉、皮肤，能知其情，以为诊法。】一般胆大的人，骨肉比较粗壮，皮肤也比较坚实。胆小的人就比较脆弱，皮比较软，肉比较软。

人吃饱了汗出于胃，吃饭时流汗，那个汗是胃来的，把胃改成小肠就通了。饮水入胃，喝水、流汗，那是胃，心下。饮食饱食入胃，就是进入肠子，汗出于小肠，小肠的汗就是大肠化生到肺里面去。如果人受惊，受了惊吓，精神丧失时，惊吓冒出来的冷汗，那个冷汗是出于心脏。所以同样的汗它发在不一样的原因。持重远行，杠重物在那边跑，以前的樵夫抬东西呀，汗出于肾，因为持重。疾走恐惧，有人要杀你，你在那边跑，又担心，那时流汗出来就是发源于肝。这里就可以提到，胆叫中正之官，胆要大的，要好胆量就从这里出来，胆气很旺的人不惧。所以要一个人无惧，只要温胆，让他的胆弄好一点，他就会比较不怕。摇体劳苦，汗出于脾，比如艺妓、歌妓，跳舞、唱歌的，还有在工作的工人，那跟举物，杠着重物走不一样。杠着重物走，因为肩膀有大杼穴，骨会大杼，脚有绝骨穴，腿肚上面有承山穴能出力，所以能杠重物走，因为肾主骨。如果是劳力，是农人或是工人在那边锄田，禾田，锄地，这种动作就是摇体劳苦，还有歌妓跳舞，国剧的翻滚身体，过度了，都会汗出于脾。所以各种不同的动作，流下的汗是来自不同的地方。中医可以分那么细，西医就说汗就是汗，不会想到那边多，水有什么

了不起，不一样。

第一节 气血

185 页，接上一段，【春夏秋冬，四时阴阳，生病起于过用，】人会生病，什么病？就是这里了。用太过，不用它又不行，比如两个腿膝盖，走路用的，每天在那边跑，用它太过，会生病。我们要用，但是不能过用。【食气入胃，散精于肝】，把胃改成小肠，食气入小肠，善筋于肝，淫气于精。精要改成筋，因为肝主筋。如果食气入小肠，【浊气归心，淫精于脉】，浊气就是血气，看到是深色的血气，吃东西吃到小肠里面去以后，小肠里面化成食物，再化成血，血再回到心里面去，心血就会照顾全身的血脉。【脉气流经，经气归于肺，肺朝百脉，输精于皮毛。毛脉合精，行气于府。府精神明，留于四脏，气归于权衡，权衡以平。】这一段，人气跟血是相辅相成的，血是来自饮食进入小肠，消化以后变成血，进入了心脏。我们有气，气也是来自于饮水，也是跟食物有关系，但是来自饮水，还有来自平常的食物的精华。进入肺部的都是气，进入心脏的都是血。那也就是说，因为这两个关系。所以人身上到处都有血脉，血会到身上所有的地方。

肺象皮毛象华盖，把全身包主。所以气和血就是心和肺两个都是阳在上。我们可以利用心和肺，利用胸阳来判定一个人的生死。【饮入于胃】喝水跑到胃里面去，这个胃不要改，喝水跑到胃里面去，【游溢精气，上输于脾】，食物到小肠，喝水到胃里面去。【上注于脾，脾气散精，上归于肺，】脾是土，【上归于肺，】土生金。这时脾脏【通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行】这是正常的。脾脏是土，制水，管水，除了制水外，同时还象水利局一样治水，有脾脏在就不会有这种现象。

【倪师内经 33 视频同步文稿】

【饮入于胃，游溢精气，上输于脾。脾气散精，上归于肺。通调水道，下输膀胱】，主要有一个重点，中间横膈是到这个地方，这个膈就是我们中医认为是分清浊的地方。所以，清气会上升，进入肺，浊气会下来，五谷杂粮吃的浊物都从下面排，大小便会排掉，清气会上升到肺里面去。所以我们流出来的汗是清的，不能流出来是大便，不会，这是横膈的功能是在这边。所以水道、排水的系统是它来管。前面有介绍过，三焦是决渎之官，这个决渎之官就是管水，脾脏、三焦跟脾脏源于脾脏，因为脾脏有很多油脂的东西，所以，它从脾脏生出来之后，长了全身的内脏之间，脏腑、肠胃之间，都有层油网联到。夜市买的油炸那些东西，有猪油网，包起来才去炸，那个油网就是三焦。三焦就是水道，里面有油，就是因为有油在里面，所以它能够利水，所以水能够跑得很快。象地上如果洒了油，就会滑倒，水一下子就过去了，就利于输送水分，下面可以输到膀胱。【水精四布，五经并行。合于四时五脏，阴阳揆度，以为常也。】这是正常人应该要的，脾脏在管水道。所以记得，凡是出现水的问题，都要用去治脾脏。水在身上走时应该是热气，不应该是冷水。如果是冷水时，我们就要想办法把这个冷水化成气，或是排掉，这是治水的方法。那在《伤寒》里面就很多处方在排水。

第二节 三焦、三阳三阴

187 页，【太阳藏独至。】人体里的太阳经脉气独行，造成病人的手脚冰冷，厥就是手足逆冷，【喘虚气逆】上而呼吸，就是短促。这个症状是阴不足，阳有余，太阳是阳脉，非常旺，阳气非常旺。阳气很轻，阳气走到四肢上，阳气旺时就独盛，独盛于上，就跑到头上，四肢会比较冰冷。【表里当俱泻，取之下俞】，通谷，膀胱经的荣穴，就讲表里了。【阳明藏独至。是阳气重并也。】有两个阳并在一起，叫重阳明。这时当泄阳补阴，因为阳很盛，要把阳泄掉，同时要补一点阴，也可以取它的陷谷，足阳明的俞穴。【少阳藏独至，是厥气也，】气是反逆的，【跷前卒大，取之下俞。】为什么讲这个跷？因为阳跷脉跟胆经是并在一起的。所以少阳经脉气出问题，气会逆行，造成阳跷脉全部肿胀，胆经的腓穴就是临泣。这里又提到，太阳、阳明跟少阳，在三阳传遍时，我们上次介绍过，刚开始是太阳证时，有两种可能，一种是传入少阳，一种是进入阳明，进入阳明就

到此为止，就不会再进了，因为阳明是纯阳，停在那边。那有的进入少阴，少阴进入半表半里中间时，所谓半表半里，就是有机会还会停留在表上，还会入里，所以纯阳明就不会入里了，半表半里才有机会入里，因为少阴，贼先进来时，跑到内脏去了，这是基本的观点。

第三节 六经辨证

所以人身上的经络的俞穴可以治藏气过旺，阳气过旺的，可取它的俞穴。少阳是一阳，一阳之过；阳明就是二阳，太阳就是三阳。

【太阴藏搏者，用心省真五脉气少，胃气不平，】太阴脉就是三阴之脉，三阴节的。脾胃是相表里，治它的俞穴。因为阴很盛，要补阳泄阴。【一阳独嘯，少阳厥也，少阳反逆。】这个字应该更正，是少阴。【一阴独嘯，少阴厥也，】要泄阳补阴。这个地方都打错很多，原文可能有错，我们把它改一下。少阳是一阳，少阴是一阴。【一阴独嘯，少阴厥也，阴并于上，四脉争张，气归于肾，宜治其经络，泻阳补阴】，如果是二阴，【厥阴之治也，真虚痛心，】真气，肝气虚弱时，二阴至的话，三阴至，一阴是少阴，字改一下。【厥气留薄，】寒气，停在身体里面时，在厥阴经时，肝是母，母会生子，木会生火，寒气就会进入心脏。进入心脏时，病人很冷，一股冷气会进入心脏。这时发为白汗，因为是寒证，外面发冷汗，这时要【调食和药，治在下俞】，象肝经的太冲穴。所以一脏受寒，这里就有讲到脏受寒的现象。

内经这段落可以看到，太阳、少阳、阳明，太阴、少阴、厥阴，到厥阴时，就是病的极限。临床上我们看时，中医叫六经辨证，不是用气血营卫。所谓的“六经辨证”就是来自《黄帝内经》，出自这里“六经辨证”辨证法。从太阳、少阳、阳明，阳明在这里时病就止掉了，第一个止。第二个，少阳会进入太阴，太阴没好就进入少阴，少阴没好就进入厥阴，厥阴是阴之尽，尾端，所以肝脏是人身上最后的脏。实务上很好玩，我们有很多病友有症时，西医都不称为病，但是病人很不舒服，查出来没有问题，一定要过了厥阴下来才是病了。所以西医病时，都是很严重了。中西医不同的地方，从“六经辨证”就看得非常明确。西医认为病在下面，上面是正常，所以西医去检查，今天可能没有心脏病，明天就有心脏病，因为它中间没有症，所以，正常。中医不是，中医认为太阳上面就是平常人，正常人上面，经过六经以后才会生病。所以在六经传变，在中间就把病治好时，根本就没有病出现，临床上看就是这样的。诸位当医生，在临床上，真的就是这样的。很多人发了病，查不到原因，就给阿司匹林，或是维他命C，安慰剂给吃吃，一定要给它发病，有心脏病，有肝病，这个动作就太慢了。所以西医是治病，中医是治症，把症治好，治症是同症同治，中医认为智者察同。同样的症状，我们就出手去治，愚昧的人会去察异，病了上百上千个病，没有一个治得好，这就很麻烦。所以我们在治理时，讲到同症同治时，这个是治骨节酸痛，看起来好象是风湿关节，实际上骨癌一样的能治，长骨瘤，照样是同样的方子。这样讲完了，你们就会治癌症了。所以，要念中医，不能被西医的病名锁住，看症相同就开始治，就开处方。

第四节 三阳三阴之脉象

黄帝后面再问，太阳的脏象如何？意思是太阳经的经脉的显象。太阳是三阳之最，最表，所以是浮脉，脉是浮的。浮脉搏就是轻轻一按到皮肤表面就有。这是张仲景的《伤寒论》就是从这里开始的。那少阳的脏象如何？少阳只有一阳，【一阳者藏，滑而不实。】因为只有一阳，因为阳不盛，所以只有一个阳，所以是滑而不实。阳明的脏象如何？阳明的脏象脉是大而浮。因为阳明是纯热证，阳明等于但热不寒。太阳证时还有寒，少阳证时，往来寒热，还有寒。到阳明时，就看不到寒证了，全部是热证，用这种方式来区分三阳就出来了。所以，阳明是但热不寒，脉是大而且是浮。那太阴藏搏，搏就是脉搏时大时小，好象是伏鼓一样。二阴就是肾脏，就是讲少阴的脉气。那我们讲太阳、少阳，太阴、少阴，太阴讲的是左手的脉，另外讲的是脾脏右手的关脉。所以，太阴的脉跟少阴的脉两个不一样，少阴的脉比较沉，在身体里面，沉而不浮。到了厥阴时，因为是阴

的极限，它会阴极会生阳，会反弹。所以摸到厥阴时，有时会大，有时会小，时大时小。

第二十二篇 脏气法时论

第一节 五味之药性

191 页《黄帝内经》第 22 篇脏气法时论，黄帝问，【合人形以法四时五行而治，何如从？何如逆？得失之意，愿闻其事】。把人体身体里面的构造和天地四时配合起来，然后如何做可以顺天，如何做可以逆天，逆天理，得失如何？岐伯说五行，【木火土金水，更贵更贱，】一样过亢，一样过弱，一样太过了，一样太弱了，都可以知道死生来决成败。所以，【定五脏之气，间甚之时，死生之期也。】

192 页，开始讲气。岐伯说【肝主春，足厥阴少阳主治。其日甲乙，】甲乙就是什么？阳。肝主春天，少阳是管春天的，它的日子是甲，遇到甲日跟乙日。每天都有日干跟日支，甲日跟乙日都是属于木。【肝苦急】，如果抽筋，【急食甘以缓之。】这第一段就下了定义，甘能缓。以后再介绍本草时，甘味的药能缓，这个缓的意思非常妙，只要记得，任何东西急，都用缓，要缓就要挑甘味的药，甜味的药。有人说糖就可以了，这么笨，糖不是那个草。药味里面，本草，前面一开始讲过，吃金石，彩色的陨石，一些钟乳石，吃黄金，这种金石类的，硫黄，这是金石类的药，道家提炼金就是提炼成丹，他认为黄金可以永远不坏，就吃黄金，金刚不坏。草药，本草的，木头、草木就是百年不坏，所以我们要吃本草，讲的这个味都是以本草为主。所有金石类的药比较强，味道更强。

【心主夏，手少阴、太阳主治。】丙丁日是属于火。心苦缓，就是心脏不喜欢缓。它缓下来，心脏跳下来太慢了，怎么办？急食酸以收之。讲本草时，酸性的药，都是能收。那比如有一个人晚上睡觉梦游去了，很多人梦游，魄跑掉了，我们要收就要用酸的药来收。还有人睡觉梦很多，神不守，或是睡觉时，人卧血应该是归肝，结果血没有归肝，失眠了，就是收。反正要收，记得，都用酸味的药。那精子滴漏不止，收！只要记得，收的就用酸味的药，都是主收。我们会有很多酸味的药，酸的比柠檬还酸。

戊、己日，脾主长夏，足太阴、阳明主土。脾不喜欢湿，湿太盛时会造成脾脏的压力，这时苦能燥之。选择苦味的药目的是干什么？就是太湿了，希望它能燥。湿太盛了，就让它燥一点，就好象湿气很盛，就放点干燥剂，这就是燥，苦味的药很燥。

肺主秋，秋天手太阴、手阳明大肠经，两个都是庚辛。如果是气上逆，肺受不了气上逆，气应该下降才是正常，气反逆，急食苦以泄之。所以苦味的药能燥、能泄，能泄气让气往下沉。

【肾主冬，足少阴、太阳主之，其日壬癸。】肾不喜欢燥，因为肾水很多，是水脏不喜欢燥。那太燥了怎么办？急食辛以润之。辛味的药，辛能润燥。所有中药咸味的药，咸能软坚，坚就是坚硬的坚。所有的肿瘤、硬块，咸能软坚。所以，坚硬的东西，这个东西不该长在这边又长在这边了，坚硬的东西，要用咸味的药来软它，来化解它。所以，有的病人喝我的药，说药怎么那么咸？我说又没给盐巴，说那么咸！药味本身就是咸的。慢慢进入，我们如何取舍。张仲景这里就很熟，太阳、少阴很熟，他对本草也很熟，于是就开出处方来了，就记住这个药性。那肾苦燥，急食以辛润之，当有坚硬的东西要使咸来软之。

这就是五种，酸、苦、甘、辛、咸，用药的目的，取药的原因在这里。前面讲过辛、甘生阳，酸、苦为阴。所以把酸味的药和苦味的药，两个加在一起就是阴药。那要生阳，就是辛、甘合在一起，就会生阳。辛就是辣味的，好辣就是辛。

第二节 病于四时之变化

193 页，这一段讲的是病随四时的变化，相生的时节则愈，相克的时间则凶，这个很

重要，我常常用这个，就是这个地方。如果一个人病在肝，肝病，会在夏天痊愈，相生的季节痊愈。夏天如果没好，在秋天时会严重。为什么？因为金克木。如果是秋天没死，冬天的病情不会延伸，就停在那。很好玩，中医好棒，我们的老祖宗实在是厉害！

肝病起于春，所以肝病的人绝对不可以当风。如果的仇人是肝病的，拿个电风扇对着他吹，这个人就死得很快，不可以这样做的。所以治肝病的人要尽量少吹风，不能让他到海边去散步，带着女朋友去散步，不好，风吹到了不好，要安居于室内，不要被风吹。【肝病者，愈在丙丁。丙丁不愈，加于庚辛。】丙丁是火，跟夏天是相同的，所以这样相推，肝到夏天就会好，所以治肝病时，如果冬天在治肝病，入了春天开始治，吃药到夏天应该就会好。在吃药的过程中，一边打电话问，原来脸色青色的，现在居然变成黑色！那赶快停药，给另外的药。如果是青色变成红色呢？脉都不用摸，听就知道了。看《黄帝内经》很乱，但是真正的临症，我把几个案例一讲，就总结起来了。现在知道了为什么了！所以再细看，夏天就好了，夏季有三个月，是哪一天？黄历拿起来看，不要去翻今天利搬迁，利嫁娶什么的，上面的干支是什么，要多一个会看的東西，我还会教的，看得更多。愈在丙丁，丙丁是火日，甚至是跟夏天一样的意思。所以丙日、丁日会痊愈，如果丙丁不好，该好时不好，金日会跟肝相冲，病情就会加重。庚辛要是没有死？壬癸日持平，不会变化，病情就比较稳定。所以当医生，新手遇到治肝病时，遇到壬癸日持平就想一下，怎么治理他，缓冲一下，这个病人还不会死，因为活过秋天了，不会死，持平在那边。那想想看，有两天的时间可以想。【起于甲乙，持于壬癸。】起于甲乙就是说是回到甲乙日，病情又会恶化，因为病起在那边。一天，刚刚是讲了每天，一日。【肝病者，平旦慧，】早上、清晨时会看得很清楚，他的病症清楚。为什么？因为平旦是寅跟卯，寅、卯是木。病起于木，肝病的人起于木，寅卯。那肝脏到了下午严重了，半夜安静了。为什么？半夜是什么？水，亥子是水，持平了。【急食辛以散之。】所以，一天可以用木火土金水，比如肝病的，黄昏时，酉时、申时是金，是凶时，金时没有死掉，水时持平了。这四个小时可以想想，怎么梳理它。明天早上一大清早，天刚亮时跑去摸脉准了，没办法了，就他一个人，为了去摸脉，想救他，可能他是你的岳父或谁，你救他。你要告诉他，这个时间要小心。可是讲也没有用呀，他病还是要发，小心也没有用，所以不能当风，也不能吹风。所以当医生，医术不能随便乱传，西医可以传没有关系，因为他不了解，那中医不行，万一他教一个学生很坏，贪图岳父的钱，拿着电风扇去吹，岳父就不行了，不好了。所以匪人勿传。中医不但可以预知他什么时候死，还可以知道他什么时候【活】，病可以治好，中医可以做到这样。还可以做到更好，这个是初级的，还可以做到更好。

194页，要记得12个地支的图，一天的时间，病在心，心脏病的治法、判断法和禁忌，【病在心，痊愈在长夏。】一天的12个小时，只有这4个是长夏。所以长夏是季节交换时，这就解决了长夏，不然硬要春夏秋冬你要长夏到哪里去？挤不进去的。所以大家就不要吵了，长夏就是季节交换时，吵了好几千年。长夏不愈，心逢土，相生的，火生土，土是好的日子，因为在长夏会好。如果在长夏没好，在冬天就会加重。如果冬天没死，心脏病度过冬天了，春天会持平。所以不会好，也不会坏，就停在那边。那夏天又要发一次周期，要发一次心脏病了。心脏病的人，【忌温食热衣。】所以不要吃热的食物，吃冷一点的，衣服少穿一点，保持冷一点。那你很酷，今天非要他好不可，每天早上起来不管是冬天还是夏天用冷水洗，冷水洗澡的没有心脏病。就讲完了。为什么？自然界的力量是大的，人要禀天地之间的气，心脏是很热的，那热极会生寒，寒极会生热，你心脏有问题时，你用寒来调它，外在的寒来刺激它，心脏会硬被调整过来。所以，我们治疗心脏肥大，一般的心脏肥大的话都没有治的，西医根本就是没有治的，就准备走人了。我们用表面上，衣服穿得少，冬天衣服穿得少，让他寒冷一点，他不会感冒的。很好玩，心脏病的人不会感冒，给他衣服穿多了会感冒，心脏还会停止。给他穿少了，心脏不会感冒，叫他洗澡，每天中午大吃啊，怎么样？冬天时胃口大开，中午一直在吃。我还没有教药，光是这个动作，心脏病就好了很多了。所以一定要知道这个地盘图。

【倪师内经 34 视频同步文稿】

我们讲天纪时，我把它融合在一起，看看这有多深。心病者，心脏病的人愈在戊、己，戊、己是土，戊、己是干支，天干的干，支是地支。干支，干就是天，就是甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，支就是十二地支。如果土日没有好，壬癸日碰到时会加重。如果壬癸日没有死，在甲乙日，因为木生火，在相生的节气会持平。在丙丁日？刚刚讲的是节气，春夏秋冬四季，现在是讲天。丙丁日，又会重新再发心脏病，又重来一次。重来一次，就要经过什么？壬癸的危险。心脏病在中午时看得清楚，因为心脏的火。半夜和晚上，亥时和子时是水，水是相克的，发心脏病是严重时。那平旦，早上清晨，寅、卯是木生火，心脏是火，这时它是平静的，就是持平的。【心欲软，疾食咸以软之，用咸补之，甘泄之。】因为水克火的关系，心太紧了，要软坚。盐巴放一点，现在西医说不能吃盐，他也没错。因为他没讲清楚而已，我们给他留点面子，他话没讲清楚，他说盐不能吃，是精炼盐。实际上海盐，我们从小吃海盐，海盐最好，就不要买成工业盐吃，这个商人很坏。可以到这边海南一个盐乡，干脆买海盐回来，一次性买好几个袋，那个粗盐好。这就是讲心脏，就是《黄帝内经》这一段，越讲会越细腻，所以藏气、法时，这个是非常的重要。

病在脾，195 页，土会在秋天痊愈。秋天如果没有好，春天时加重。春天没有死，活过去了，夏天持平。依此类推，只要一个原则抓到，不用记，依此类推下去。那再到了长夏又要开始循环了。脾脏病治时，禁温食、饱食，不要吃太饱，不要吃热食，吃一点凉食，吃一点凉拌面，稀饭冷着吃。湿的衣服和地势太低洼的地方，湿气太重的地方，都是要避开。如果是以日子来算，脾脏有病，庚辛日。庚辛是金，所以是相生的日子。如果庚辛没好，到了甲乙日时，木克土，会加重。甲乙没死，活过来了，在丙丁日，火生土，丙丁日的节气，相生的五行会持平。到了戊己又开始来了，又发了。脾有病的，未时下午时看得清楚，长夏中间的土未。日出，早上时为严重，因为木克土，清晨时严重；下晡时，到了黄昏是土生金，安静下来了。【脾欲缓，急食甘以缓之，苦泄之，甘补之。】所以，苦味的药可以泄脾，甘味的药可以补脾。

195 页后一段。病在肺，肺有病时，冬天应该是痊愈会全好。冬天没好，在夏天会严重。夏天如果幸运逃过去没死，在长夏会持平，因为土生金，相生就是持平。起于秋，再回到秋天的季节时，又开始发作，严重。【禁寒饮食寒衣，】肺病的人，要吃热饮，绝对不可以吃寒凉的。生菜沙拉、凉面、凉拌面都不能吃。衣服穿得太单薄也不行，所以，一定要热饮热食，身体要保温。【肺病者，愈在壬癸。】因为水日会痊愈，金生水。如果水日没有好，丙丁会加重，丙丁是火，火克金。丙丁没死，在戊己会持平。肺病发起在庚辛日，又会发病，庚辛日就是金。【肺病者，下晡，】到了黄昏时看得清楚，因为金，这是发病时，黄昏时。中午是火克金，严重。所以，你是肺病的病人，就是在中午时，巳时跟午时严重。半夜是水，金生水，是相生的节气，所以半夜如果知道这个时间，肺病的病人，可以在酉时时盯着他，过了酉时没死，可以睡个觉，自己会调时间。这里面有决定人的死、生，用阴阳五行来决定，还有包括用药。肺欲收，肺喜欢收，肺气象一个气球一样，喜欢收，收敛，【急食酸以收之】。肺气肿，打个洞呀，把肺气整个都散掉了，用酸收，用酸来补它，用辛来泄它。肺经本来就是辛，同样属性的辛能泄它。酸是金克木，金。酸会来收敛肺，因为肺是气。所以以后挑药时，就会回头讲到这里。

肾脏病，春天会好，春天不愈，甚于长夏，会加重。如果长夏没有死，土克水，秋天会持平，在冬天会再起。忌讳吃太过热的食物，烧烤很热的，滚烫滚烫的火锅，对肾脏不好，要吃温，等它温下来。绝对不可以用火烤过的衣服，现在很少了，都是烘干或是晒，以前是用火烤衣服的。我最近一个病人就是这样，原来治得很好，因为是在秋天，到了冬天，最近肾脏又开始不稳定了。那他又回来找我，我又不在，吓到，恐伤肾。吓死他了，只是这个形势，不会死了。水火相克，土日，要节气交换，就是冬天跟春天节气交换时，在立春前一个礼拜，我在那边没有关系，我说你放心了，不会死。他听到我的声音就比较安心一点，不然就被吓死了。原来这个病人要去洗肾了，已经准备好了，

动脉血管和静脉血管都接好了，洗肾前一个礼拜人家跟他讲我，他当然不愿意洗肾了，就跑来找我，一直吃药。西医说不用洗肾了，就把他赶走了，他已经接好了，而且是冬天，所以会比较重一点。【肾病者，愈在甲乙。甲乙不愈，甚于戊己。戊己不死，持于庚辛。起于壬癸，】遇到冷天又开始发。【肾病者，夜半慧，】半夜时最清楚，半夜亥时、子时是水，肾当旺时，就是肾有病，症状明显了。【四季甚】就是辰戌丑未，就是交界时，病情会很严重。到了日落黄昏时是属金，金生水。相生的节气时，还会趋于稳定。肾喜欢坚，【急食苦以坚之。用苦补之，咸泄之】。苦味能清肾脏里面的东西，咸味能强化肾脏的功能。所以一定要吃一点点盐，不是大量，吃太多，盐巴撒一点，海盐撒一点，对肾脏都很好。但吃过咸，太咸会伤了血，血就会变得很浓稠。苦能补之，所以如果我们遇到尿毒的病人，尿毒跑到血里面去了，水就会克火了，苦味入心。所以本草的黄连解毒，解什么毒？就是解尿毒，这个速度就很快，尿毒，每个药都加点黄连，就算它肾脏功能衰竭，尿毒也伤不了他，因为苦味在里面了，把尿毒解掉了。所以黄连解毒，解什么毒？脸上的青春痘，热毒，不是啊，尿毒。

197页中间这一段，【夫邪气之客于身也，以胜相加，至其所生而愈，至其所不生而甚，至于所生而持。】比如春天，肝病在冬天是持平的。【自得其位而起。必先定五脏之脉，乃可言间甚之时，死生之期也。】这是人纪，这是天纪之所在，慢慢进入《黄帝内经》的中心了，所以只要知道脏在那边，知道节气的变化，同时知道一天的地支的12个时辰，在黄历上面，日子叫干支，就可以知道什么时候好，什么时候死。当然还可以看气色也知道。气色能够吻合在一起，配合在一起。有的人没有那么严重，他根本不会死，你在那边紧张，因为他色很浅。你再担心他的肾脏，再担心他那个夏天，不好，不用担心。

第三节 五脏疾病之症状

198页，五脏主的病症，五脏生病主要的症状有哪些？肝病，肝病的人一定会【两胁下痛，引少腹。】肋肋是肝经过地方，所以两胁疼痛，痛引到少腹，到肚子，到睾丸的位置来，就是肝经会牵引到这个地方来。病人善怒，非常容易发脾气，情绪不好。肝脏有分虚实，虚证让人家眼睛看不清楚，因为肝看起来是眼睛，虚实很好辨。眼睛看不清楚，血不够了，脏藏血，血没来润目，这就是虚证，就虚掉了。【耳无所闻，】因为胆气，肝胆是表里，胆气入耳，耳朵就听不到了，就是肝虚了，胆气就进不到耳朵。【善恐，如人将捕之，】就是很害怕，象人要抓他一样。所以人常常病危紧张了，看到有人来抓他，这就是肝脏的问题。选择足厥阴肝经，足少阳胆经的穴道，治疗虚证。肝气如果上逆，头疼，肝开窍到眼睛，所以病人常常说头疼。到底是哪里疼？是眼睛后面疼，肝气上逆。头顶疼、百会疼，肝气上来了。【耳聋不聪，颊肿，取血者。】意识不清，两颊肿胀，这时郁结的血脉要来放血，因为他是肝热实证，要放血。

心脏病主要的症状，胸中痛。心脏，胸中是阳气的地方。胸不痛是正常，因为阳气在运转。当胸有痛，阳气就不能运转。那我为什么非常不赞成人家开刀或是做什么？举例比如这个病人，按照这个胸，上面是肺、心脏，肺里有积水，积很多水在肺的下方，西医把它打个洞抽掉，我们中医有药把它清掉。可是，他吃中药之前是清掉，清掉之后这边会有一些伤口，有人抽了两三次，抽了血出来，因为肺里面很多的血。所以，我们就开始动手时，把肺气，胃气一恢复，一恢复的话，照理说病人就好了，可是很痛，为什么？伤口，伤口在痛。所以，我们在治疗时很累，以为这样好了，病人都好很多了，可是气还是堵在那边，还是感觉到很闷，这就是什么？开刀的后遗症。肺象气泡一样的，在这边打两个洞，象天幕，天上打两个洞，我变成女娲去补天！本来是很简单的事情，就变得麻烦了。当然还是可以治好了，就是麻烦。【心病者，胸中痛，肋支满，肋下痛，】心脏病也会有肋下痛。【膺背肩甲间痛，两臂内痛，胸前痛，痛到背后，】就是属于心脏。【虚则胸腹大，肋下，与腰相引而痛。】痛会从两肋，一直痛到腰部去。我们治疗取它的经络，手少阴，或是手太阳，或是舌下下面有金津和玉液两个穴位，扎几个洞，放血出来。还有变化可以刺它的郄中，阴郄、养老，这些穴都是可以放血，中指、无名指尖都可以放血，这是讲心脏病。

脾脏有病时，【身重，善肌，】因为脾主肌肉，脾主湿，脾脏有病时，感觉带了很多黄金在身上，然后肌肉会萎缩，身体会觉得沉重。病人讲到沉重，方子就出来了，讲《伤寒》的经过就是这样。脾脏也是在肋肋的位置上，所以它也会有胸肋、肋肋的痛。肌肉会消瘦、会萎缩，【足不收行】，没法控制脚的行走，脚没办法控制，脚软，走东走西，左转右转，没办法控制。【善瘦】就是容易抽筋，脚的下部会疼痛，脚的小腿的肚都会疼痛。脾气如果是虚证，脾虚者腹满，肚子会满，肠鸣而且下痢，吃东西不易消化，因为脾胃是表里的。这时取脾经和阳明经上面的穴道，同时可以在肾经少阴经上面找血瘀的地方放血，因为土克水，我们可以在肾经上面放血。脾胃会有问题，第一个会影响肾脏，这是经络上面的治疗。当然，我们有药物，这里只讲针灸。《黄帝内经》从头到尾都是讲的针灸，还没有提药，提了几味药，我们会结识到。但是它讲的药的性，都是味，酸、苦、咸，并没有提出哪一味药是怎么样。

199页，【肺病者，喘咳逆气，】气应该是往下沉，现在气是逆的。【肩背痛，】肩后项背痛，阳不足。这个案例，这个人一直在睡，15个小时都不醒过来，要有人叫他，起来时，吃东西时脖子没有力量，脖子的两个是天柱，后项肩疼痛，就是没有力量，就是阳气不足了，胸阳不够了。那流汗出来时，阴部和屁股这个地方都会有流汗，同时，还会有痛。象大腿、小腿、膝盖、足根，这地方都会有痛。那痛的地方很多，因为阳气往上逆走，下面的阳不足就会有痛。虚证【少气不能报息。】肺气虚弱的话，呼吸非常的浅短，不能做深呼吸的。同时，也兼带有耳聋、喉咙干燥这种问题。一般来取它的经，除了足太阳经、脾经之外，厥阴经也可以，在肝经上面找瘀血放血都可以。

五脏相生相克时，跟着地支来走时，这时可以下定义，比如有一个人说一天都很好，中午很不舒服，心脏病。知道我意思吧，互相延伸的，中医的观念就很好用。那有一个人说，奇怪了，每天晚上到亥时、子时时，晚上11点到1点，1点到3点，这个时间就很不舒服，这是水，水发起于水，同一个节点，发起于水。那个人不舒服，他只是讲不舒服，并没有讲醒过来，如果是失眠醒过来了，那就是肝病。如果是不舒服，可以知道是这个问题，马上就诊断出来，听就知道了。所以，诸位看到现在知道，我们在经络上面可以治症，如果针灸用得很好，就不需要用药，内科病一样是可以治。这是古人，因为喜怒忧思悲恐，同时没有那么多，同时他也没有那么多的欲望，也没有汽车、飞机，没有冷气，所以，他跟自然界很接近，天气热时，就躲在树阴的地方，山阴的地方，天气冷时，就躲在洞里面，或是在家里面生活，随着自然的节气走。所以他的病比较轻，一般的针灸就可以了，现代人就要针药并施了。

200页，【肾病者，腹大胫肿，】主症是腹大胫肿。【喘咳身重】为什么？因为肾主纳气，肺吸气时，吸气要下降，就进入肾脏，金就生水。那金没办法生水，这时就会喘咳，肾脏主水，就会水肿。睡觉时出虚汗，盗汗，而且讨厌风吹。肾气虚时，一定会胸中疼痛，下腹、上腹都会疼痛，肾脏病四肢冰冷，这是肾脏的问题，情志郁闷不乐。那治疗可以取肾经和足太阳的位置，还有一些瘀血堵塞到经络里都可以放血方式。所以我们如果针灸在做时，除了子母补泄，俞募治疗，原络治疗，还有很多的方法，还有经络上面看到有瘀血放掉，加速恢复。一定是看到青筋再去放，不要找一个动脉就戳下去。看到青筋，青筋都可以放掉。

第四节 药之形、色、气、味、象、数

再下一段食物怎么挑？我们知道酸、苦、甘、辛、咸五味，饮食怎么挑？200页。【肝色青】，肝的颜色是青色的，【宜食甘】吃甜味的最好。象芹菜、冬葵，青色的，芹菜、红枣、牛肉、糯米都是对肝脏好。心色赤，就是比较适合吃酸的，酸是主收敛，小豆、狗肉、李和韭菜。也可以不吃狗肉，就算得心脏病也不吃，那不怪你，这是饮食，我们有很多方式治好。你吃素的，我也可以用素的把你治好，我们不要那么死脑筋，在这里给你建议。换句话说，黄帝那时就有人吃狗肉。【肺色白，】肺的颜色是白的，【宜食苦，】因为火能刑金。就是小麦、羊肉、杏仁、薤菜是苦味，都可以吃。脾色黄，吃咸的好，而大豆、猪肉、栗子，这些都是咸的。肾色黑，食辛辣。红薯、鸡肉、桃子、葱属

于辛味，对肾很好。

201页，辛药的形、色、气味，以后我们介绍药时，从四个方面下手，药的形、药的色、药的气、药的味，这是我们讲一般本草时会用到。我会加上，药的象，药的数。比如八角，它的数是八，八是木的乘数，所以入肝。把八角拿起来吃，辛辣的，入肺，所以，八角是在肝和肺之间的东西。肺就是感冒，感冒都是肺，《黄帝内经》前面讲过，肺没有治好，就跑到肝脏上了，肝没好就跑到脾脏，脾脏没好就跑到肾脏了，肾脏没好就跑到心脏去，跑到心脏去再跑回肾（肺）脏去，五脏克一圈就死了。八角很好，但是光吃八角不够，只是一味药而已，这个是讲的象和数。所有的中国文，古典的哲学里面，最难懂《易经》，难懂就是象和数。我刚刚讲的这个福，就是象，用象来看它的。小橘子一切开来，哎呀，一颗一颗方方的，好象是心脏。那要怎么有绿色的橘子？很绿很绿，很酸，那个是柠檬，不一样的，但是形是一样的，那个是酸味，酸味入肝胆同时是入心。熟了以后很快，到一个地方找不到中药行，到菜市场去找，即使不认得也没关系，抓起来看看颜色，就结束了。速度比较快，葱抓起来。所以到处都是武器，森林里面也可以。山林里面，我们在介绍本草时，怎么知道这个有毒没毒？可以马上查到。这篇要开始讲草，专门讲形色气味。

辛味主酸，【辛散、酸收、甘缓、苦坚、咸能软坚。毒药攻邪，五谷为养】所以五谷为养，五谷杂粮要吃，善用毒药，一定要用毒药来攻邪。五果为助，我们有水果类来帮助他，五畜为益，肉类的东西能够益形，吃素的，瘦瘦的，皮包骨，要多吃点肉，要让他补起来。【五菜为充。气味合而服之，以补精益气。此五者，有辛酸甘苦咸，各有所利。或散或收，或缓或急，或坚或爽，四时五藏，病随五味所宜也。】所以学中医一定要知道五味如何吃，要告诉病人肝病要吃什么，胃病要吃什么。刚刚就很清楚了，心脏病怎么治理，要配合吃什么。

第二十三篇 宣明五气篇

第一节 五味均衡、五脏五病

第二十三篇宣明五气篇，在明确的分析五种气的变化。第一段食物的选择，所谓【五味所入：酸入肝、辛入肺、苦入心、咸入肾、甘入脾，】五个味对五脏时，要适量，不及不可以，太过不可以，平均的吸收。不能从早到晚都在吃酸的，从早到晚都在吃甜的，每天都在吃甜的，什么都不吃，就吃甜的，这是不行的，太过了都不好，要合并、均匀的摄取。中医的观念认为七八分饱就好了，不要吃得太撑，太过的话会产生热中，中焦会湿热盛。

【倪师内经 35 视频同步文稿】

五脏气有病时，【五气所病，心为噫，肺为咳，肝为语，脾为吞，肾为欠、为嚏，】噫意思就是病人会讲嗯，常常会发出这个声音。语就是会自言自语，就是重复讲话。病人有吞的动作，吞口水，吞东西的动作。肾气有问题时，就是欠，有嚏。那腑象胃为气逆，为哕，会打嗝，会恐惧，眼睛会瞪得很大。一个人恐惧时，眼神就可以看得出来，眼睛瞪得很大。大小肠气出现问题时，就会下痢拉肚子。下焦气，满溢时为水，因为三焦是水道，三焦就是气所行的所在。脏气跟腑气能够交接，就是靠三焦系统来交接，三焦系统里面都是中气、热气。如果是气出现问题时，就会有积水的现象。【膀胱不利为癃，不约为遗溺，】不利就是堵住了，排不出来。所以堵到了可能有结石，有石头在里面堵到了。还有小便无法控制，就是虚证了，就是寒证了，就会遗尿。胆气出现问题时，病人会发怒，这个是脏的气有病时。

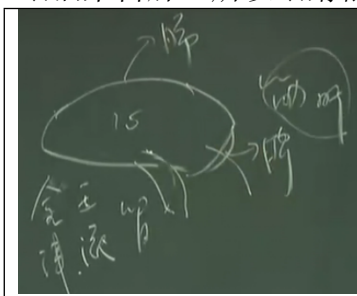
所谓【五精所并】，中医的认为，如果五个脏气，木火土金水、肝心脾肺肾，有一个脏气虚，一虚时，其它的脏气就过去，因为它正常是均衡的状态之下，很平衡的生存在

这边。一个脏气一虚，其它的脏气就会并过去，叫做精气会并过去。所以，【五精所并，精气并于心则喜，】如果心气虚，这时其它所有的气都会并到心脏，就会出现过喜的现象。【并于肺则悲】，肺气虚时，其它的脏气并到肺气里面去时，就会产生悲。【并于肝则忧】。主要是一个脏气所虚，病人呈现的症状，病人有一个症状，就知道他是哪一个脏气虚了，治好那个脏就好了。比如肾气虚，其它的四个脏气都往肾上去集中，产生了恐惧的症状，这就是五并，因为虚而相并。

第二节 五脏喜恶

【五脏所恶，】刚刚五虚所并时，协助我们诊断，判断病在哪个地方。【五脏所恶，心恶热，肺恶寒。】恶就是讨厌，心很不喜欢。所以心脏有问题时，给他加热，盖被子，用火去烤，会加速心脏的损坏，应该寒一点比较好。【心恶热】反过来就喜寒。【肺恶寒】反过来就是喜热。【肝恶风】，燥热可以胜风，有时天气热时，觉得一点风都没有。因为热可以胜风。【脾恶湿】，燥胜湿。脾本身就是湿脏，所有身上肌肉里面的津液都是脾脏在管，如果太湿就不好。【肾恶燥】肾本身的津液也有很多在里面，肾是水，如果是太燥，对肾造会造成伤害。这是五脏之所恶。所以到一个地方去这个气候太干燥了，会伤害到肾脏，自己心里就知道了。一个地方风很大，把人都可以吹倒，比如在云南，它那边有一个风花雪月，站在那个地方就是伤肝。

五脏化液，我们身上的津液排出来时，可以代表五脏。心为汗，这是大致的说，普遍的说，流汗时因为惊恐，人家杀你，跑时就出现了汗，这不是心脏，是肾脏的汗。一般流汗出来，身上发汗就是从心脏来的，所以汗药，大部分都是入心脏的药。【肺为涕】，眼泪来自肝。所以眼睛很干，眼泪都没有，那就肝。



【脾为涎、肾为唾，】涎跟唾不一样，唾就是唾液和口水。舌头下面的金津和玉液，就是肾。舌头的剖面图：舌面上舌苔的部分，称之为肺，舌头本身是心，舌根是脾，舌头的底下，肾经络在底下分两条，一条进入金津，一条进入玉液，这两个都是肾脏，左右两边各一个。舌里面的筋就是肝。所以，任何脏、任何一个组织，一个结构在里面，都有五脏互相平均来生成。

心藏舌，虽然心里面有脾、有肾、有肝，但是，主力是心脏在控制它。为什么心主舌？因为心脏有问题时，舌头就不能言语了，就讲话出问题，舌头翻转有问题。

第三节 五味禁忌五病所发

【五味所禁】，这是治病的禁忌，药物的选择也会有禁忌。辛，前面说过辛是发散，辛辣的功能是散。如果是气有病时，气本来就是发散的，有病的，再给他吃辛辣的。比如开辛辣的药，或是给他吃辣牛肉面，吃大蒜，那就会让气走得更快。所以，气喘，我们说这是气病，不管它的症状是什么，西医可能说是肺气肿，或是支气管炎，不管怎么样，气有问题时，少吃一点辛辣的。血伤时，比如一个人有意外撞伤，有淤血或是贫血时，咸的不可吃太多。苦走骨，苦味的会伤到骨头。所以骨病时，苦味少吃。比如第一个，我们有两种，一个是外科治症，骨折，手断掉。第二个，关节脱臼，有的人喜欢打棒球，一直用他的右手在甩，使用过度就脱臼。还有一种是骨病，那骨病时，按照中医的理论，任何病有它初始的地方，骨病之初一定环跳痛。因为环跳是骨之始，所以骨有病时，比如是骨癌。现在临床上看到，有骨癌的病人一开始就是在环跳痛。所以无缘无故突然环跳痛，这是骨有病了。骨病不可以多吃太多苦味的，这个苦味不单单是苦瓜比较苦，但是蔬菜里面的苦味是淡味，味道淡的会入气分，不会入血分。那心脏是血，我们讲苦味，中药里面有很苦的，我拿一个苦的，保证哑巴都会大叫起来，所以叫禁忌。

【甘走肉】，吃甜太多会伤肉，走肉有两种解释：一种是吃甜的，是不是太胖？还有一种太瘦，肉消除掉了。凡是肉病，肌肉出现问题时，甜的少吃。【酸走筋】，因为筋病了。怎么知道他筋病了？脚不能伸屈，《黄帝内经》里面都有讲，脚不能伸屈，膝盖怎么不能

伸屈？筋出现问题了，筋会阳陵，阳陵就在膝盖的边上，筋的会穴。这个是五种禁忌。可以吃，但是不能多，没有说绝对不能吃。

【五病所发】病发在哪里？中医一定要懂阴阳，凡是发到骨上面都是阴病，发到血上面都是阳病，血症都是阳病。阴病发于肉，为什么？阴阳，阴跟阳是交接的，骨头是阴，血脉就是阳；肌肉是阴，皮肤表面就是阳。这一层一层，阴阳、阴阳是相交接的，互相参差在一起的，互相相辅相成的。【阳病发于冬】，为什么？冬天的定义就是阳要潜藏，当阳潜藏时，就说是冬。夏，就是阳发出来。阴在内，阳在外。所以，冬天发病时，阳跑出来了，阳不潜藏才是病态的。所以冬天发病了，是属于阳病。夏天发病了，阳在外，阴在内。这时夏天发病时，阴在内，所谓的病就是从里面出来，就是阴。用阴阳来区分夏天和冬天，我们可以看。如何看表面上的病症，我们就可以知道是阴还是阳，一定要知道阴阳。我们有一句话，阳要潜藏，阳不怕多，我们有很多阳药，起阳，壮阳的药，阳不怕多，阳要潜。如何让它潜？这个我们以后会教的，如何让它潜进去。

205页，【五邪所乱】，造成的现象，症状是什么？如果【邪入于阳则狂】，本来阳就是亢奋的，邪再进入阳时则狂，头部是六阳之首，阴经只是在颈部。络会进去，但主要的大经是在颈部，没有路可走。所以脸上没有肾经的穴道，只到颈部。脾经、肝经，都到身上，但都没有进入头。所以头是六阳之首。邪在进入阳时，会产生阳亢，会出现发狂的现象。【邪入于阴则痹】，麻痹，阴就是在里面，身上出现麻痹。所以从表面的症状，变成发狂，阳都是动的，阴都是静的。麻木不仁的，里面就是阴病了。在那边亢，在那边狂，那就是属于阳病。阳亢，头是诸阳，本来就有阳气在上面，再加上病阳，两个碰到一起，阳亢就会癫病。【搏阴则为瘖】，突然声音没有了。以后讲药物时很好玩，所谓的岳母药，跟岳母住在一起，结果岳母很唠叨，很吵，就在做菜时放一点生半夏，生半夏下去讲话就没了。不是说跟这个搏阴，不是啊，而是这个药本身会造成声音哑掉。很多人说生半夏是毒，不敢吃，因为造成声音没有，用生姜去解它的毒。那跟岳母住了两个礼拜在离开之前，菜里多加一点生姜给她吃，她的声音就回来了，这样就好了。所以，药控制得很好的话，可以控制很多事情。所以匪人勿传。所以从一个人话讲不出来，只要电话说怎么办，我爸爸声音没有了，我们就知道，搏阴就是阴相搏，阳相搏就是发狂，发癫；阴相搏声音没有了。【阳入阴则静】，正常都是阳入阴，【阴出于阳则怒】就是发病，发怒，这是五中乱相。我们可以看到的望相，这都是教诸位望诊、闻诊，听知道了，没有讲脉。中医标准的治诊，望闻问切，当我们望闻问时，到切脉到后来只是想确定前面诊断有没有错。如果望闻问都不看病人的气色，你不要看了，很多诊所就是这样，手伸进来，眼睛都没看到，很多都是这种医师，处方开出来一付药里面70-80味药，甚至是90味药都有，都治不好病的。

【五邪所见】，阳入阴是正常，什么叫阴出于阳？就是春天得到秋天的脉，因为春天是木，结果得到秋天的脉，是金克木，阴出于阳了；夏天得到冬脉是水克火；长夏得到春脉，长夏有长夏的脉，结果这时得到克时期的脉，这是木克土；秋天时是金，结果得到夏天的脉，就是火来克金。一般出现相克之症的脉时，就称之为阴出于阳。如果阴出于阳现象出现，病人善怒，这个病不治，就没法治好。一般病到后来，到厥阴经时为什么会善怒？因为肝气虚掉了，肝气虚掉了以后，所有的脏气就并到肝脏里面去了，爆发出来是怒，最后时。所以人很可怜，生下来时被打哭，我们是哭着出来，没有一个小孩子生下来是笑的，笑的都是怪胎。那在走之前还要大怒一下，同命死不治。那你知道他是死不治，也不能跟他说死不治，也不要说不要治了，还是要想尽办法救他，救他一定是要他相信我们的状态之下。岐伯说了，不信者不要治，这是没有办法，谁都是一样，即使是亲人也救不回来，他们好象知道以后有西医，很奇怪。

第四节 五脏所藏、所主、所伤

206页中间，【五脏所藏：心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、肾藏志。】为什么要知道五藏？就知道病从何来。正常的这五种情治应该是收藏在藏里面，藏是主藏，满而不

实。现在不能藏在里面了，跑出来了，我们就知道这个病是来自这个脏。那神？正常的神是在心里面，神昏，心智不稳定或是烦心，这种都是神不守。那魂不守，魂不守夜，前面讲过，人卧时血会归肝，魂是藏在血里面的。应该归到肝脏，晚上肝脏不守了，魂跑出来了，就会梦游这种现象。肺藏魄，魄主静。现在这个人怎么好动，跑来跑去，好象过动儿一样跑来跑去，魄不守，诸如此类的。我们要知道他的意念，他的心态，所以中医，精神方面我们都会注意到，脾藏意一个意念，比如我们做事情的专一，还有记忆以外，我们的志向、野心，要做什么什么之类的，野心，就是脾脏很好。记忆很强的，肾脏。

【五脏所主：心主脉、肺主皮、肝主筋、脾主肉、肾主骨。】为什么要五主？为什么要知道五脏所主？皮病要去治肺；如果血脉有问题静脉曲张，要去治心脏；如果骨头有问题，要去治骨头；肌肉有问题，要去治脾脏。这个主的意思就是在这里。所以，看一个人筋有病，脚不能伸屈，关节很紧，不能伸屈，筋有病，治肝，已经结束了，速度就这么快，脉都还没有摸。所以，我们要知道这些脏所主，五脏所藏，就是帮助大家以后辨证用的。

【五劳所伤】为什么知道五劳所伤？比如久视伤血，每天在网上，网咖，上网喝咖啡，三天三夜都在那边打电动玩具，久视伤血。以前近视是因为看书，灯光不好，小时候家庭环境不是很好，灯光不好，造成眼睛不好。现在是看电脑伤到眼睛近视。人卧太久伤气。反过来，一个人不能卧，就是肺有问题，气有问题。正常人如果是肺没有问题，就是可以卧的。所以，读中医的书一定要正反两面看，不能说久卧伤气，久卧伤气已经讲完了，不行。气伤到了不能卧，所以肺肿气，不能平躺的意思。坐太久了，又伤肉。所以，不能坐在那边不动，坐太久不单单是伤肉了，还会长痔疮。所以，司机有很多都有得痔疮的职业病，那要起来走走。现在的父母，很多都会得痔疮，为什么？因为西医让你生小孩时躺着，这是不对的。正常应该是蹲着生，肝经到脚趾的大拇指，大拇指的两条经脉肝经和脾经会上去，一个主肌肉，一个是主筋。第二是阳明经。所以，脚蹲下去的力量是最大，所以应该是蹲到生是正常的。以前妇女是蹲到，产婆在下面接，先生在后面把太太的肩膀抬着。蹲到时，抬着出来。所以，上大号应该是蹲着上，不要坐在马桶上，那个马桶当时科技是舒服了，但是不符合人体。所以，人体真正被设计为蹲姿。所以我们蹲马步，都是蹲姿，应该是这样的。坐太久了不行。久立伤骨，站太久了，骨头伤到了。中医的观念是这样的。有一个太太静脉曲张，工作就是站柜台一天8个小时，要请职业伤害，要请健保局的国家伤害赔偿。错！中医认为久立伤骨，不伤血，只有久视才会伤血。所以，站久了跟静脉曲张没有关系。伤了骨头，第一个地方就是环跳痛。这样推理起来就很快，走太久了就伤筋，走太多了也不好。五劳所伤，五种劳动的伤害。肉是脾脏，骨头是肾脏，筋是肝脏。

【五脉应象】，就是正常的脉，肝脉弦，心脉钩，脾脉代，肺脉毛，肾脉石。

第二十四篇 血气形志论

第一节 气血比值、十二经气

血气形志论就是早在《黄帝内经》里面出现的六经辨证。人的常数，正常人是这样的，不要去记，看就好了，在教针灸时都教过了。人体中气血正常的比值，太阳，只要看到多气的，【太阳经是多血少气的，少阳是少血多气，阳明是多气多血】，三条阳经时，只有少阳跟阳明是多气的，就是因为多气，所以三部九候，上面的三部，耳前是胆经，人迎是胃经，还有脉气在那边。太阳经本身是多血少气的，所以足太阳经上面找不到气脉，所以三部九候就少了足太阳的原因就在这里。这是要知道的。那三个阴经：少阴经是多气的，太阴经是多气的。所以在少阴上可以摸到太溪穴，神门旁边孕妇的脉，心脉。太阴是肺经的气脉。脚上的厥阴经，因为厥阴是阴的极限，阳回头的地方。所以，厥阴

经上会看到有太冲脉，这是三部九候。阳明经有合谷穴，足阳明的冲阳穴，这两个都是人的气脉，阳明还有一个天部的脉，就是人迎穴。所以，三部九候有气脉的来源，就是因为它该经的经络多气，才可以摸到脉。所以去摸脉时是看气，在三部九候的大原则，就是去摸他的脉气时，一定要确定他上下是一致的。摸到上面的脉很小，下面的脉很大，或是上面的脉很大，下面的脉很小都不对。我们会去摸脉气，就要确定这一条经脉没有问题，气血很流畅没有问题。

209页，这一段【手足阴阳所苦，凡治病必先去其血，乃去其所苦。】我过去推荐给大家看的唐容川，我受唐容川的影响很大，他是经方大师，他写了一本《血症论》。我们治病先去血，一定要把淤血去掉，去血的方法有很多，我们在针灸时有讲过，这个是立竿见影。泄有余补不足，读医书时千万不能误解。过去，针灸家就懂针灸而已，开处方的就是开处方的，这是两家的。开处方的是伤寒和温病两派。所以，开处方的不懂针灸，开温病的不懂开伤寒，开伤寒的不管温病，两人吵。然后针灸家说你们都不行，我这里行，都是各门各派就这样出来了。所以要有一个概念，我们在治经脉时，在做十二经气时，我们就有实则泻其子。所以，这里讲的是实证出现时，我们扎该经的子穴，所以，是讲经脉的气。虚则补其母，当我讲五脏气，有出现问题时，才有补南泻北，子能令母实，母能令子虚，不要误解了。人生病了，就是经脉，十二经脉，奇经八脉，五脏六腑就是这个样子。那十二经脉也病了，腑也病了，脏也病了，那就死掉了。那下面，我们已经不用了，以前可以，现在女子怎么量？每一个都不一样，还有上怎么量？所以不要量那个，所以找穴位的方法，针灸的方法一定是正确的。

第二节 易经概述

210页，【形乐志苦，病生于脉，治之以灸刺】，一个表和里。先给个概念，不用去读《易经》，我告诉你《易经》。易很简单，易是教你简单呀，禅指示我们简单。形、表。三个连，比如连在一起，如果是我们讲一个乾，乾是三个阳，连在一起。如果讲一个坎，坎是水。因为以前象水在流，所以是水。阳存在阴里面，所以才有生气，水里面有气，如果这个水里面没有阳气，鱼放下去，鱼就死掉了。鱼在水里面游，因为水里面有阳气。那如果用两个字来代表，天行健君子以自强不息，乾就是刚健的意思，坎是危险，因为行水，水灾来全部都毁掉了，水是险的意思。如果有一个人形乐志苦，形就是外，外面很健，刚健，里面是很危险。把外面乾放在上面，里面水是很危险的，天水就得出讼。所以一个人会有诉讼，将来会有诉讼是否时，之前就是外面说这个不是我偷的，心里很怕，外面是很刚健，里面很心虚。就是形乐志苦！病生于脉，血脉会出现问题。治之以灸刺，我们用灸，针都可以。如果一个形乐，自乐，外健、内健，都是很刚健，从头到外，外面里面都很乐，那就太过。【病生于肉，治之以针石。】针石就是过去的针灸是拿石头，不是拿石头砸进去，而是将石头烤热，烤热之后拿石头去熨，去烫，在上面摩擦。不能烤太烫，不能在石头上烤东西，温就好了。那即使没有温，用手把石头握着，把一根长石头握住，会让石头去加温。

【倪师内经 36 视频同步文稿】

【形苦志乐】，外形是险，心里面很乐，水天需，外面是险的，里面是刚健的。很多人这样，就是好苦没有钱，其实很多钱，外面装穷，穿的破破烂烂的，这种人也有。这种病生于筋，筋会有病。如果这个人这只脚不能伸曲，帮他治完病，他说能不能便宜一点？不行，我们没有这个规矩，走。【治之于熨引】就是用药煮熟以后，煮滚后用棉布包起来在上面烫，有外热。【形苦志苦，病生于咽嗑】。外面是水，里面是水，从坎从险，这两层的险，二重险在那边，喉咙就会出问题。所以一个人如果担惊受怕逃难或是中间被通缉，很苦，没有东西吃，喉咙都会有问题。【治之以百药】，没有一个药名叫百药，就是各种的药。【形数惊恐，经络不通。病生于不仁，治之以按摩醪药。】一般如果常常受到这种问题，除了按摩，按摩穴道，用酒去熬药，然后煮中药，酒去熬药，是让药力更深入，发生更快更强，这是五形，称为【五形志】，五种形和志产生的病态。后面后一

段，多血的经可以放出血，少血的经尽量不要出血。所以要知道，阳明经本身多血多气，出气血都无所谓。太阳经是多血少气，出血，但是绝对不可出气。所谓气的意思是怎样？叫捫针，就是针拔起来，等一下再去按，过一下再去按就是让气出来，马上按就是捫针，就是不让气泄出来。扎针下去，心里想那是气血，扎下去是气血。所以中医连一个针孔都很小心，一个针孔都那么小心，西医一刀下去，就完蛋了。

第二十五篇 宝命全形论

第一节 九野九宫、补泻之道五实五虚

212 页，宝命全形篇。如何维持生命，保养身体，如何去查病之初？也是介绍了很多。刚开始黄帝就问岐伯，天地之间人都是生在天地之间，秉四季生长收藏。但有时这个病发起来不知道，完全看不到它在表面上，它只是病慢慢在身体里发出来。等他知道病时太慢了，太慢了我们就治来不及了，病人就死掉了，这好象在讲西医。所以当年他们一定知道几千年以后有西医出现，一定要等到病出生才去治，来不及了。岐伯就回答了，这就是一个望和闻诊，如果拿一杯咸水放到那边过一下子，看那个水气会脱到杯子外面，什么意思？就是当人有病变时，就可以看到已经有病变了。比如躺那边没事流着汗，盗汗，或坐那边没事儿一直在流汗，汗发不止。还有刚开始我们知道这个人气血出来了，表气，里面有生病才会气血。弦绝者，有病时，象有时有病，声音就变掉了。哪天你听我的声音不一样，老师生病了，声音就变掉了。所以我们弹琴的弦快断时会听到杂音，所以这个弹琴人清楚。岐伯说人也是一样，当里面有一点病时，已经可以从声音可以听到了。

【木敷者，其叶发。】如果树枝生长的太密，这个树会死，所以木要疏，常去剪枝，插花都剪枝，让所有都呼吸到氧气。人的四肢手脚就象树枝这样长出来一样，一定要看得非常润泽，头面光鲜润泽才对，这是指正常，常人应该看到。所以岐伯意思，实际上人身上会提供很多症状，但是要好的医生才看得到。身体一有病变，马上就会有症状出现。那病比较深的，其声就啾，就是打嗝了。如果流汗流不止，声音又败掉了，又打嗝，这是坏的，胃气就绝了，毒药无治，这时病人已经没治了。这时如果给他吃药，给他针灸，只是伤到皮肉伤血而已，血气伤得更严重而已，就没法治。【血气争黑】，如肝病时，他本来身体是青色的，一边是暗黄，木克土，非常暗黄。给他治治治，后来变成黑色出现了，气逆行，肝到后来整个是黑色，嘴巴里和脸都是黑色的，气逆着走。所以这治不好。

213 页，黄帝说了，黄帝好象是一般的医生，看到这个病这样很危险，心中会乱，看到病情愈演愈烈，认为不是好人，怎么办？岐伯回答，实际上就是讲的什么？人生病会死，都是病人本身违反天地正常的道理，逆天地而行才会出现，跟医生没有关系，所以不要去难过，后面讲的就是这个。岐伯说，【知万物者，谓之天子。天有阴阳，人有十二节，人不失四时，知十二节之理者，圣智不能欺也。】身体会很好。只有不按照节气，不按照春夏秋冬节气走的才会有问题。所谓知万物者，我们中药，中医就是这样，它知道万物，知道人性，人身在天地之间。所以天地之间本来就存在，按照天地之间的春生、夏长、秋收、冬藏走，身体没有病的。有病了，就是没有按照节气走，生病了以后自然就有很多药物，那个药物跟我们形成人时一起形成的。所以东西都在那边，就是我们研究拿出来就好，不需要再制造出来东西。东西都已经有了，制造出来的话问题就更大。这一段讲的是这些。

第 214 页的后一段，【人生有形】永远不离开阴阳。中医讲的本来就是阴阳，【天地合气，别为九野，分为四时。】九野称之为九宫，加一个中宫，旁边有东、南、西、北，东南、西南、西北、东北，9 个九野。后面这段讲【虚实哇吟，敢问其方？】就是说明（补泻）的道理是什么。岐伯就讲了，【木得金而伐，】砍树木，是不是拿斧头去砍？所

以木太旺时，一定要金去砍它的木头。如果火太大了，是用水去救火，不会去把木头堆到火里面去。如果土太盛了，要木来克土，木来克土为什么要树木？如果土没有树木，土会流失掉，所以有树木才能把土收藏住，所以互得其利，【土得木而达】土能够停在那边，而不会被冲掉。【金得火而缺】火太盛伤到金。【水得土而绝】水遇到土就停止了，停止就不会，所以中医治水会去强土。所以【万物尽然，不可胜竭，】这是讲补泻，只要知道基本的道理，怎么变化都在这里。

所以悬布天下针治的方法有五种，【黔首共余食，莫知之也。】就变化很多，不容易真的去了解。针治的方式，第一治神，第二知养身，第三【知毒要为真，四曰制砭石大小，五曰知腑脏血气之诊，五法俱立，各有所先。】现在人的针刺法，都是虚者实之，满者泻之，这是大家都知道的。【若夫法天则地，随应而动，道无鬼神，独来独往。】下针时，不单单就是虚者补，实则泻，那么简单。要治神，知养身，前面提了非常多的养生之道，知毒药，知道如何选取毒药等等。所谓治神的就是不单单，一般的针灸家能够懂的。

《黄帝内经》真的少掉很多，到第66章以后就缺失掉了，到第74章这段时间就没有了。这次的《黄帝内经》我把原文拷贝起来，夹在《黄帝内经》里面。这原文是从宋朝的版本来的，一般我们都不认为它是属于《黄帝内经》的，所以市面上买到的书，都不把它列入，因为太复杂了，讲的天上28天罡星怎样，跟《黄帝内经》脱节，语言前后不相连，所以很多的学者说这是因为《黄帝内经》的原文丧失掉了，所以就把这个补进来，补了那么多篇在里面。这次我把这原来的经文，就是大家认为不对的，我也不认为它是对的，但我还是跟在书里面放进去给你们。这几篇失落的东西，很多就是治神。我教诸位一套，我们把它补进去。

有多神，而且知养身。知毒药后边会讲本草治神，治神养身怎么做，我有这个方法的。不单单治神养身，还趋吉避凶，车祸都把它避掉。大家读《黄帝内经》以后就知道，年代太久了，丧失了很多，要靠我们后代，你们将来可以补进去的说不定比我更多，我这次补进去的。一般治神养生，我们教百姓如何养神正神不会生病，很难的，跟他讲他听了有道理，回家一看到儿子被关了坐牢吸毒，一气又没了。所以真的很难，但是我们有方法让他会变回来。

黄帝问，刺的精神，道理是什么？岐伯说【刺之真，必先治神，五脏已定，九候已备，后乃存针。】一般针灸时，一定是让病人平心静气躺下来，不要动，放松，再下针。病人在那边动来动去怎么下针？当然不会。让病人平心静气下来之后，包括医生本身施针的人也要心平气和，神要到，这是刺时注意的事情。

217页，【人有虚实，五虚勿近，五实勿远。】前面玉机真脏论，讲五实五虚，五实五虚都死掉了。远离他，让他死，我们也不可以这样做。前面我们复习一下五虚，比如这个人的东西吃不下去，下痢，如果给他米汤下去，他是虚止掉了，这种人会救回来了。五实也吃不下东西，大小便也没了，唯一的方法就是汗法。诸位想这样，我拿一根吸管放到水里面去，手按那个吸管，一拉起来，吸管里面的水的这边。那只能让水出来，所以一汗表，大小便就出来了，这个人就有救了。如果一汗还是没救就走掉了，所以会死，试看看。不能说勿近，勿远。

治病时，【间不容瞬，手动若务，针耀而匀，静意视义。】下针时，静如兔子，动如脱兔，要掌握契机，气来时我们往下下针。举例，比如病人肩膀痛，肩膀痛，赶快下针，今天这个病人来了，他左肩疼，疼在大肠经上面，还没有传，尽量帮他下针，这已经是时机的。没关系，太忙，不要下针，先回去，隔两天再来。隔两天，别的经开始痛了。所以不可能发现到病人刚好就是这样，有人已经是两条经痛了，有人三条经痛。就是只要看到病人开始痛，知道针灸可以治，就帮他做。只能这样做而已，否则这个怎么讲。扎针时，手法要准，穴道要准，要掌握时机，能够掌握到虚实补泻，简单的讲就是这样。

第二节 导引术

【何如而虚？】怎么叫做虚？怎么做实？218页，这几个字讲的就是导引术，我们针灸认为善针者善导引，导引就是由阴引到阳，由阳引到阴。导引术怎么实施？就是在这里，这一段《黄帝内经》讲，岐伯说【刺虚者须其实，刺实者须其虚。】如果病人是虚证，刺他时，一定要让他到实证为止，经气回来为止。如果是实证时，要想办法下针，让他经气虚掉。等到经气到时，【慎守勿失】，深浅由你自己决定，在你的想法。【远近若一】，针灸扎针时导引术是什么？近取穴一针，远取穴一针。那近一针，远一针，扎针时两手一起握。我现在举例，这是导引，大家都有针灸的基础了，所以如果没有学过针灸，我建议不要买《黄帝内经》，也不要看，没有用。但是学过针灸就可以告诉你们，比如现在有一个人肩膀痛，沿着手阳明大肠经下来，一看大肠经，问他三天，二间穴一下，静待那个气散掉他就好了。扎完针留个十分二十分钟，还有一点就在这一点痛，这一点上面痛。如何散它？拿起针来，针堵在这个地方，刚好关节，这个是少阳，只要记得开合，关合都是少阳。他开合有问题，气埂在这个地方，下一针在这个上边，然后二间穴道还有一针在上面。这时一手捻针在肩髃穴，痛点，一手在二间穴上做泻，这就是【远近若一，手如握虎，神无营于众物】。外面叫都听不到，什么都听不到，还在捻针。真的导引术要做很好很简单，不是病人，是你，你的心神一到导引就出来了。自然而然你会感觉到，心神一专一时一触，好象阴阳碰上去，以后诸位扎针就会有这种感觉，好象阴阳接触，倘若我们充电一样，那一碰到时你在做捻转时，就知道了气在动了，那你一定心神要专一。当心神一定一专时，病人就感觉到你的气升上去了。我们所谓气在治病，皮肤就是气，因为皮肤是肺在管。钢针，金针是气，金是肺，所以你手抓到它在通电，它就在通气。这时在二间上面做泻的手法，捻转法比较好，因为二间很痛。当然如果是敌人，狠狠的插他一针。但是你的亲人或是你太太，最好捻转，这边在做泻，这边在平补平泻。平补平泻意思就是，我告诉这个点在这边。你一定心做时，别人就会感受到。因为一左一右，这个是天应的地方，那个是对称的地方，这是导引术。这样做时，病人会告诉他的感觉，气在走气在走这样，一直在走。这边通了，好了，就拿下来。所以做导引术是两针齐动的，一起动。

第二十六篇 八正神明论

第一节 针灸法则、脏虚、月满、乱经

下一章《八正神明论》不象前面，这章稍微多一点。黄帝问，用针，用针术，用针灸，一定有它的法则在。当然有法则了，不能乱刺。结果说【法天则地，合以天光】，配合天地阴阳，配合日月星辰。黄帝说都说给我听听看。那这一段诸位自己回去看，我这里我告诉原则。当天地之间，诸位的观念是这样，气实时，气血很足时，这个不是治病的时机。比如现在的我们要扎针，肺气很实，病气很实时强时，正气一定虚的。如果肺气很强时你在泻它，结果实泻不掉，会把正气泻掉。所以我们会找时机，原因在这里面。因为等气衰掉了，气衰下去时，正气回来时，这时就去泻，这就是我们讲治病的时机。下面举几个。比如当月满时，220页第三行下方，第二方下方，【月郭满，血气实，肌肉坚。】月郭空时，没有满月时，【肌肉减，经络虚，卫气去，形独居。】因为天时而调气血，所以原则就出来的。天寒地冻时，不要下针，因为太冷。天温没有问题，随时下针，天气温时下针好。月生无泻，月满无补。月刚初升时，气刚开始走，这时千万不要去泻它，可以补它。满月时，因为气是实时，这时禁用补法，不要用补的方法，所以得时而调。所以我们真的在治病时，白天天气热时，温热时下针，天气冷并不适合下针。晚上也要看月亮走向。这是很讲究，真的是很讲究。如果不是适合下针的时机，处方也可以，开药也可以。这里提到几个名词，是谓藏虚跟重实，还有乱经。

什么叫做藏虚？在太阳月亮刚升时，气刚开始动时，结果去泻它，这不可以泻，气没有饱时不可以泻，叫做藏虚。所以如果人身体，这个延伸到怎么样？当知道这个脏气

虚时，一开始有查到他有虚证时，不要用泻法，或让他加倍的虚。那月满，当血气很洋溢时，一直在那边补它，会造成淤血，那个病情实证会更盛。比如便秘时他已经很秘了，在那边补它，更秘了，排不出来，重实。月郭空时是乱经。所以在时间不对时，下针都不好，就会经气比较乱。原则上就是这样，针刺的原则是遇到虚证不泻，遇到实证不补。虚就是没有力，实就是有阳亢的现象，或是大便不出，小便不出，或长东西都是实。实证产生的痛都是拒按，很痛，实证。隐隐作痛，都是虚证。所以病人痛，有酸，酸比较多，痛比较少，那是虚多实少，先补后泻，更细的这样区分。主要讲的就是不要乱补，不要乱泻，要确定以后再做，补错了就是这个结果。所以阴阳相错，如果搞错了，该补时不补，该泻时不泻，就会乱经，病气会变动的，会作乱，在里面更深，停滞不前。

第二节 九宫释九风

221 页后一段讲的是天地之间本身，我现在慢慢给诸位这个图的观念，到时候我们会两个图，这是九宫图，中宫，天地有夏天，东风，南风，东南风，西风，西南风，西北风，西北风，北风，东北风，这种天地之风，按照四季春夏秋冬来的风都是正风，就是正常的，都不会有问题。突然春夏交接时，吹西北风和东北风不正的风，这时人会受病。当节气风向不对时，风向改变时，唳风暴风这种会让人身上生病。这时当医生的就要注意，这种不按照正常来时吹的风，一入身体的话，直接就入脏。所以医生一开始我们就知道病会很深，如果平常夏天天气很热，中暑，刮台风不一样，病就会比较深。这时赶快去把他病清出去，这是治病开始时，我们可以是上工，很好的医生，这个叫天地的节气的忌讳，要注意。黄帝又说了，看到星辰日月的改变，我懂了，看这个往古，我们如何效仿古人的针灸？岐伯说，要效仿古人，一定要先知针经，我们要先懂针灸，中医一定要先懂针灸。那我们要知道有四个，第一个太阳白天日的寒温、还有月的盈虚，四时就春夏秋冬四季的浮沉，互相参合而调制这四个，这时能够查到病的初为刚开始变动的地方，到结果若神仿佛，就是一点点改变时我们就查到。

【倪师内经 37 视频同步文稿】

这个怎么讲？诸位要用个简单的观念去想。寒时得到是寒证，热时得到热证，这是常态，一开始就看到了这个寒热。如果反过来就病会比较重。比如现在热证，热天，天很热，居然得了寒证，或是天很冷，居然得了热证，这都是不合时节的，跟天日的气不一样，这时病都会比较重。这个讲的比如还有月的虚盛，月的盈亏。当然《黄帝内经》一直在强调人受天地之间影响，真的在治病时需不需要知道这个？倒不需要，不要去想它外面。比如现在有一个人来看病，现在是夏天，知道今天是夏天，热的要死，一进办公室，冷气打开坐下来，病人来了，夏天，一摸他这个脉怎么是冬天的脉？病态！冬天的脉；一摸摸到是秋天的脉，我们就知道他生病，简单讲就是这样。不会去真的知道忌讳这些东西。冬天时，一摸就是冬天的脉，这是常脉，正常。一摸怎么夏天的脉，那么洪大，就是病态。所以要去注意外面的节气。我们能够摸脉看诊，注意到春夏秋冬就已经足够了，真的很够，就已经是四时节气了，就足够了。不要跑出去白天看太阳，晚上看月亮，月亮看时太太看月圆，真的不需要那么细腻。但是基本上我刚刚讲的要知道，你们以后有机会跟我临床时，在我后面看我一摸，现在是夏天，那么热，他的脉是冬天的脉，他的病症就可以知道了，这是四季注意的。

第三节 虚邪与正邪、下工案例

224 页，虚邪和正邪。八正之虚邪就是外来的邪气，本身发的病，从里面发出来的病，虚邪是外来的，本身如果用力出汗，劳力出汗以后中风，也是非常轻微。

上工救其萌芽，一开始发病时，下工救其已成。可是诸位要有个概念，这个是《黄帝内经》的原则，病人不懂，病人说没有什么钱，一直到他有点病不要花钱，但受不了他才来看。那你就骂这个病人，害我做下工，这也不行。他不懂，那就要告诉他有小毛病马上来，很便宜。象我还立一个规矩，一感冒来，平常看个诊还没有开处方收一笔钱，

可是感冒十块。为什么？鼓励他，一感冒就来找我。有的没有钱，他知道我那个原则，带着小孩子来，我一样帮忙。所以我们当医生一定要有这种父母心，曾经有一个念博士的，中国来的，礼拜六带着小孩子来了，感冒，小孩子发烧。他说倪大夫，我没有钱，我在念书在打工没有钱，发烧怎么办？治不治？当然治！处方大青龙下去好了。治病不是说一定要收钱，这是病之初，你们要有这种好心。现在他拿了博士，现在工作很好。他到处跟人说永远记得我救他的工作。可是我从来没有想到说他要怎么帮忙我，他开口我就相信。不能怪病人害你成下工，这不公平。所以即使病入里，你说不要治了，害我做下工，不治，也不行。这只是一个定义而已，不要那么死板，就相信书，要做上工，病发不治，不好。

225 页，当然这句话我们可以怎么解释？西医就是下工，等到发病再去治，太慢了。刚开始有症状时，西医不认为有病，因为查很好。那过去有发生这种案例，心脏病，一个 39 岁，一个 41 岁，这两个博士，高科技的物理博士，在太空中心研发太空物理，他们有三个人，第三个人来找我，吓死了来找我，因为这两个都死掉了，不到一个月都死掉了。这个 39 岁有一天早上觉得心脏很闷痛，就跑到医院里面去跟医生说我相信有心脏病。医生看看他，真是神经病，既然说了，就帮检查，反正赚钱。结果查了了半天，“你心脏很好，回家。”他就开车回家了，到当天晚上，痛加强，而且痛是持续的痛。这时候再开车回急诊室，他说“我真的有心脏病。”因为美国打个电话叫救护车 1500 块，就怕你乱叫。没事叫救护车，中国台湾省没有，他自己开车去。一直看他脸色都变了，赶快把他放在那个机器上面台子转在那边测，的确发心脏病了，那个病人躺在上面。“我早就告诉你了，我心脏病。”死掉，当场在医生面前断气。这个死掉了，不到一个月，这三个是非常好的朋友，这个也是一样发生同样的事情，也死掉了。这个吓的跑来找我，再也不敢去医院了。他们下工下到什么程度？连发病时还看不到，一定要等到真正快要生死抉择时才看到，那已经死掉了。所以中医急诊，即使发病时，我们先帮把痛去掉，你自己去照，都没有关系。需不需要照？不需要，那个机器没有用。

225 页，黄帝问我听这个补泄的方法，但是都不了解它真正补泄的精髓是什么。岐伯就说了，【写必用方，方者，以气方盛也】（注：古文“写”通“泻”）。就当时机气很盛时，我们来泄，以月亮来说是正在满月时，以日来说时正温时，以身来说时当病人身体静下来不动气定神闲时，这时用【息方吸而内针】。病人开始吸气下针，因为吸气时，气充大，针下去。等到吸气时，同样在对方吸气时，再去捻针，所谓转针就是在做泄的手法。等的他在吐气时，针再出来。所谓泄，要泄他的气。所以他在吸气时，针下去就在泄气，因为他吸气膨胀，扎个洞往外走，我们就希望他泄气，所以吸时进针，吸时捻针。吐气时，气是往外散，这时把针顺着吐气拔出来，让气出来更多。这是一个针刺的手法，能够泄到最强的程度。不要挖个洞，不好。我们有些加强的，苍龙摆尾，把针孔摇大，慢慢慢慢出来，摇方出来都可以，摇大针孔，这种都是强泄的手法。所以看《黄帝内经》要懂针灸，如果前面没有学过针灸，真的不知道我在讲什么。所以泄必用方一定要等到时机，其气而行之。那要知道什么时候是泄，所以最简单的病症，我们知道实证才要去泄，所有的痛，巨痛，强烈的痛都是实证。

【补必用员，员者行，】就是行气，行者要移动，刺他必中其荣。这时本来是止血，不要补他时，专门扎他血管，不是这个意思。就是针血脉旁边，下深，血在比较深的地方，针要下的比较深。吸气时进针。【故员与方，非针也。故养神者，必知形之肥瘦。】平常扎针时是这样。过去没有针管，都一根针拿在手上面，做补时，很好玩，皮肤拉起来，这皮拉起来，然后先进皮层，扎进去。拉起来气被捏到，啪，很轻的尖，扎进皮层，在病人吐气时，再推针进去。皮一定下拉起来再扎，当然有的地方不好拉，但是我们还是去拉皮扎进去，那个比较痛。现在因为我们有针管，一拍进去，针管拉起来针管在拍就只好拍了，针管就不用这种手法了。但是补和泄正好是相反，泄，吸气时进针，吐气时出针。补，吐气时，因为气正在往外散，吐气时扎针进去，气不会跑出来，反正是要吐气，然后吸气时来做插提。等做完补的手法以后，吸气时把针泄，吸气时往身体里面

走，这时把针拔出来，捫针，按住它。泄时，就让针拔出来后等几秒钟再按针孔。

第四节 补泻手法、三部九候

226 页，黄帝了解了，他就问形和神，【何谓形？何谓神？岐伯曰：目冥冥，问其所病，索之于经，慧然在前，按之不得，不知其情，故曰形。】所谓的形神，形和神是完全不一样，看病，如果根本不问病人什么，也不看病人脸色已经黑了。你还在那边，不看病人摸脉，只有形没有神。神一定要色脉同诊，看，治要看一下。有的医生是摸脉就好了，这个都不对，只有形没有神。这里讲的就这个意思，一定要看病人。何为神？岐伯曰【神乎神，耳不闻，目明心开而志先，慧然独悟】。就是当用神在看病时，就让你专注。专注时，这时太太叫吃饭，一样什么都听不到，专心的摸脉。一叫就分神了，等一下，就神失掉了。所以一定要先跟太太讲清楚，太太最好不要在诊所里。一定要专神，这是用神。我们后面还会讲形和神，我会把它分析的很透彻，让你们学到形神，一定能够掌握它的重心，你不会，我也会把你教会。这个很难吗？看也看不到，摸也摸不到，中医本来就是哲学。哲学是形而上的，形而上的东西不是仪器可以看到的，所以要让大家能够体悟较难一点。

三部九候为之源，九针之论，不必存也。如果能够掌握到治病的神，能很专注的听病人讲话，问诊知道抓重点。有的医生摸脉看病人，病人告诉这情形，总不会说兄弟有几个，鸡同鸭讲，就可以知道医生有没有神。看病的好医生摸脉问病人陈述时，两三句话病就结束了，用神很简单。医生问病人的问题越少，这个医生越高明；问的问题词不达意，风马牛不相干，都是不好的医生。

第二十七篇 离合真邪论

第一节 肝病案例、泻/补手法

第 228 页《离合真邪论篇》，《黄帝内经》第二十七篇，这篇也是很好的一篇。第一段讲邪气从人外面进入身体里面的状况。【经言，气之盛衰，左右倾移，以上调下，以左调右，有余不足，补泻于荣输】。邪气在经上面，会产生哪些征兆？如何治疗？一般病在经络十二经脉上，大部分都是表证，外面进来的，也就是扭伤伤到经络，伤寒感冒发烧到经络都是外络的。经有病时，岐伯回答这一段就是专门讲天地中间的邪进入身体时，邪就是病。以前很多人西医在研究中医时，说中医用个“邪”症很讨厌，说这个邪让人不相信的地方。你错了，真正读通时，还只有用这个字比较好。为什么？因为把病立名后，显微镜去看各种病毒后，反而不好，看太细了。有没有必要看那么细？没有必要，反而更坏事，因为它存在在那边。我们一个“邪”就代表生病，不舒服，不舒服直到舒服，里边即使有一些病毒在也不会有关系，它不会作孽的。我们治病，比如一个人 50 岁了，得了肝癌，我们把他治好的。可是他做扫描，说肝还有一个小肿瘤，这个可能是癌症，他就紧张了，开始动。有没有想过这个小肿块可能 50 年、100 年都不会困扰你？无害的，为什么要去把它找出来？所以西医把它挤出个病来，他不相信，他设定世界上没有健康的人，硬要挤个病出来。所以他的观念是这样，人都没有健康的，如果没有吃药，觉得很奇怪。等到查出来非要说时，一定有问题，一定要治时，给吃的什么？吃阿司匹林，没有药，想尽办法把你搞死掉。所以如果喜欢被屠宰，到医院去被屠宰。

229 页，天地之间有 28 个宿度，地上有山川河流，人有经脉。经脉，经就是大河，比如长江黄河这种是大经，小的河川。【天地温和，则经水安静；天寒地冻，则经水凝泣。】冷时，经里面的气会凝固住，寒就是造成瘀血。人家担心瘀血块流回心脏，造成心脏病，瘀血块进入脑袋，会造成脑血管栓塞。就没有想到这个血块就是天寒地冻经脉太冷，就吃一些让血液变稀的药。那你想让血液变稀的药，有没有想到它的后遗症？血液不能太稀，血管就会破裂。结果的确是没有堵塞，可是血管破裂掉，血溢出来，脑溢血，这个不好。这就是讲的很清楚。【天暑地热，经水沸溢，】太热了，溢出来，如果太热满

则溢。【卒风暴起，则经水波涌而陇起。】大风来之前，大水一定会这样。【夫邪之入于脉】，病邪入到经脉里，【寒则血凝泣】，这就是寒热。这就关系到诊断、处方，处方里面有很多热的药。【暑则气淖泽，】热气往上升，暑，太热。虚邪，这时因为寒，因为太暑太热，造成病邪会跑到身体里面，就好象外面山川河流有风一样，经的动脉，也是一样，就受到这些，当我们有过寒或过热时，这些机会都是天外的邪进入人身体里面，侵犯人体身体时会产生。有时可从寸口脉看出来，时大时小。当脉太大，代表邪来了，病来了，人体去抗它。脉小就是平，身体好，就恢复健康。如果一个人脉大，给他治，吃完药后脉就平缓下来。那速度变得很快，再用经方时，脉瞬间就变掉了，有时三个小时，有时隔夜就变了。如果用温病派的方子脉不会变。有时方子吃下去的确很好，表面上很好，实际上病根没有去掉。

这一段的后面，【吸则内针，】吸时针插到身体里面去，不伤到气，【静以久留，无令邪布，吸则转针，以得气为故，】这是泄的手法，等到呼时再引针出，把针拔出来。还讲补泄，230页，不足者补之。病人有经脉不足的现象，麻木，酸，隐隐作痛，病很久了，痛很久了，久病为虚，都要用补的手法，虚实辨证，就是这样来的，补之。岐伯【先扞而循之，切而散之，推而按之，弹而怒之。】先去揉揉那个要下针的地方，遇到血管把它切开来，把它用指头推开来。抓而下之，就是抓把皮肤，把皮捏起来，针扎进去。我刚刚跟诸位讲，现在不用了。呼尽，等到病人吐光气时，针下进去，【静以久留，以气至为故。】为什么要久留？就是要等他的气，气到时，皮肤可以看到，变得粉红色，一块粉红色。气来的越大，粉红色块越大，气来的越小，粉红色块越小。健康人比较强壮的人，气都很大。针扎进去，针了半天没有什么气，只有针孔周围一点点气，那身体很虚了。扎进去是这样，20分钟起针还是那样子，那气都虚掉了，极虚。所以一般帮病人扎针时，那个背上或手脚的针孔旁边一圈粉红色就是气至，气至可以看到了。扎进去是青色的，那是扎到血管，里面瘀血，那不是气至，（粉红色一圈）那是血至。要气至，不可以血至，是扎错了。气至时，象贵人到你家来好好招待。所谓不知日暮，不要管时间，其气以至。等到气到了以后，气平了，这时，等病人吸气时，把针拔出来，让气不漏出来。这时推合恩其门，令神气存，大气留止，这是补的手法。所以补和泄在这里，很简单，呼气时，吐气时进针，吸气时出针，这就是补，反过来就是泄。

第二节 候气（头痛案例）

黄帝问候气，等那个气什么意思？岐伯就开始下定义了，血本身离开络，跑到经脉里面去时，当携带血脉里面时，因为直来直去，它不常常待在这边，有时还会回到肉里面，有时回到筋里面去。在扎针时，针灸时，是在方起来时下针。举例，不要说针灸，药都是一样。这病人说肩膀痛，我说现在痛不痛？不痛，不扎。我让你早点看病不扎针，现在病气没到。下次痛时来找我，不管时间，直接走进来就好，头痛也是一样，以前刚开始不了解这个意思，反正头痛，现在不痛我们也是扎了，看他在胆经上面我们就下针了，效果并不是很好。结果我们后来反一个方法，等到痛时来找我，我们就碰到这种案例，这个太太头痛25年，痛了吃止痛药，止不住还头去撞墙。一天吃25颗止痛药，这个止痛药不是25颗，而是吃这个药会伤到肝，再吃另外一个药固肝，免得伤到肝。吃到固肝的药，这个药会伤到肾。那吃这个药去补救肾，免得伤到。那吃这个补救肾的药会伤到脾脏，又要吃另外一个药，所以全身好象打补丁一样，真的只吃一颗，可是后遗症很多。吃了20几年，那怎么办？头痛20几年。早上来时，不痛，赶出去，现在不痛，来时吃的止痛药。记得痛时来找我。这病人就回去了。当天下午就冲进来了，我说躺到床上，就是时之治也，等到了。

发病时就代表需要治疗时，针一下去，痛就跑掉了。我说明天不要来了，等到痛时再来。结果三天以后痛又来了，她说这个痛来了，但是只有20%。20几年的头痛，去掉80%，只有20%。我再帮她针一次，从此头痛就好了，没有来过了，就是待病气到时下针。内科病也是一样，看这个人胃溃疡，胃病，心下痞，泻心汤很简单，开个处方，一定对症的，她吃了不会好，吃了一个礼拜还不好，不对，火大了。我们知道方子，怎么查还

是这个方子，没有错，拿一包粉放到口袋里，胃痛时吃，不痛代表身体不需要了，她就这样一剂就好了。真的很奇怪，我们少赚很多钱，但是医有德，不是为了赚钱，一次就好。她平常三餐按照时间吃，偏偏这个时间不痛，结果那个人吃时，刚好晚上时睡觉还痛，一剂下去，从此就不痛了。所以方子绝对是对，还要对准时机，时机要对。所以以后大家做经方，做伤寒家，钱没办法赚的很多，没办法，因为病好的太快了。但是你会很多，为什么？因为更新速度很快。比如老是看一个病人，看了两年还是他来看，也不好，要常常有新病人进来，这就是我们要等病到时。

第三节 治症时机、补泻攻邪

232 中间，书上有翻译的，我们就不介绍了，看书就可以了。232 页第一行，【若先若后者，气血已尽，其病不可下】就是如果过早或是太晚去帮他治时，时机跑掉了。【知机道者不可挂已发，不知机者扣之不发】好象拉了弓弦不发。我们知道时机的，在瞬间发生时去治。比如我刚刚讲胃病这个病人，我们知道他要这个方子，我不可能拿个方子等他发病，他如果 8 小时不发就跟他 8 小时，你老婆保证跟你离婚，为什么要跟那个病人在一起？药带在身边，告诉他做就好了。有病人只要一痛，想医师讲这个话。所以方法很多，不要太死，看病时不可以太死板板的。针灸也是一样，用药也是一样。

233 页，那补泄的目的是干什么？还是想补泄，结果是攻邪，我们要去邪。这个去邪就是我们要做补泄，补泄就是实则泄其子，虚则补其母。如果血症，就是瘀血堵到，把血要放掉，瘀血不单单是指点在膏肓，腿上在身上受伤，脚踝受伤扭伤有瘀血，都用火罐抽掉。血要先去，瘀血要去。如果瘀血在四肢上面，脚踝有瘀血，拿火罐把那个血拔掉，绝对比吃药来的快，开药吃苦得要死。但是瘀血如果在内脏，不可能去拔，开处方吃，看血在哪个地方。那以后我们讲血症会看到哪些可以知道身体里面有瘀血，哪些症状我们可以看到。

第四节 常人之辨别

黄帝在后面问：如果病邪，人的元气在经脉里面，脉气没有发生变化，这怎么看？这里再提出，什么叫做常人？一定要知道正常。男子，左边是血，右边是气。男子右大于左，女子左大于右，这是常态。如果真气相搏时，居于经脉里面，脉息不发生变化，从这里我们就可以察到。岐伯说，如果这个手上的脉察不到时，察三部九候的脉，三部九候，悬厘、角孙、耳前这是少阳阳明，三部九候的脉，头面上的脉跟手脚上的脉速度要一样。那速度有不一样时，有忽大忽小就知道这条经络出问题了，有时手上脉诊不到的。【不知三部者，阴阳不别，天地不分。】

【倪师内经 38 视频同步文稿】

如果虚实反了，【用实为虚，以邪为真，用针无义，反为气贼。】就是把实证当成虚证在治，虚证当成实证在治。有时这个实，实际上是真气，你把它当成病气，把它治错了，就会乱，成为大祸，医生没有弄清楚，所以这里讲的是三部九候的重要。临症上不见得每个人都会三部九候，我才立下健康的法则，后面会慢慢出来健康的法则，也是从《黄帝内经》来的。我们没有那个时间说每一个都来摸三部九候，有人隔了州，在外地怎么处理，他的阴脉摸不到，三部九候只是个原则而已，有非常多的方法可以知道病之初，病发生时，马上就可以察到。所以做个好医生要察微知末，就是轻微的变化我们就开始动手。我在临床上时，我都是初症，很简单时，收很便宜的钱，就是让他来看病，如果将来全世界的医学大家开的都是很简单的，第一个很简单比如桂枝汤，开了，好了，全世界没有病人，那是最好，天道，人就符合天地之道，那是最简单的，最便宜的。

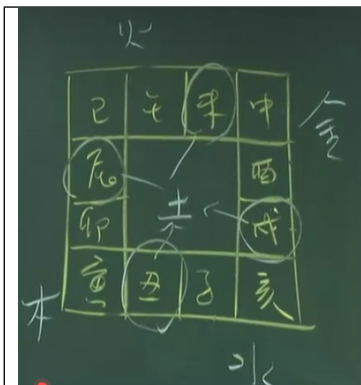
第二十八篇 通评虚实论

第一节 足寒论虚

《通评虚实论》第二十八篇。这一篇就是专门讨论虚实，虚是怎么样？虚实怎么解释？邪气很盛时，病势来的很凶称为实；精气被夺，称为虚。不是病弱了叫虚，而是人的精气受了伤害，这个称为虚，这是真正的虚实的定义。简单比如一个人便秘，一天没有排便，这个没有什么，七天都不来，大便堵在里面，还不断地吃，这时邪气很实，正气会伤到。正气伤到，就说精气被夺了，这个是虚，病人是由实邪造成的，这是虚实的定义。虚实的状况，如果气虚，就是肺虚时是气逆，足寒，脚是冷的。【非其时则生，当其时则死，余脏皆如此。】虚实通评论里讲，肺虚足寒，所以常人脚是热的，脚背，我们脚前面这个指甲，我画的看。脚面上面，因为阳经，有膀胱经、胆经、胃经，足三阳在正面，三阴在内侧脾经、肝经，还有脚底的肾经，三阴的位置。阴和阳，正常人阳是潜在阴里面，阳是潜于阴。所以脚面上面，常人，正常人是冷的，平人。阴，肾经在底下，阴经，阳在阴里面，所以脚部足底是热的。所以正常人的脚，上面是冷的，脚底是热的，这是常人。为什么？就是肺气，因为这个肺气在这边，心脏在中间。肺气是主肃降，所以天阳的气一直降降，降到脚上面去，而天是寒。所以人，应该是表寒里热，外面是冰的，里面是热的，这就是常人肺气主肃降。当肺气虚掉时，热气没法下达，脚就冷掉了。我们为什么要去看脚？很简单，这是阴阳交汇的极处，极处也就是身体的最末梢的地方。当身体里边一有病时，最敏感的地方是什么？末梢先开始，这是病，所以我们可以知道，病之初始。所以小朋友一感冒脚就冷掉了，一生病脚就冷了，一有病脚就冷掉了。这个还是初症，只要不再冷，冷的冰冰到骨头里面，冰就越来越重，到后来肾脏病的病人会怎么样？感觉到那个冷从骨头里面冷出来，摄护腺肥大，都是从骨头里面冷出来，都是在末梢的地方开始。这个冷不断往上走，走到身上就死掉了。足寒就是从这里来的，论虚。

第二节 天干地支算生死

【非其时则生，当其时则死，】就是春、夏、长夏、秋、冬，当肝【春】有问题时，遇到（相生其所生）【心、夏】，则是痊愈的时机。来治时，这是病，我们先讲本身，肝的时节春天是病起，病发起来时。相生由水生木时是持平时，就是肝病的人在冬天应该是稳定状态的。到秋天相克的时节，金克木时，就是病加重。所以我们治肝病的人，到了夏天应该是病人痊愈的时机，在冬天应该持平，我们为什么要知道这个原则？其他以此类推，很简单，如果今天手上一肝病，不管中医还是西医，只要对病人有利的都可以做，我都赞成。那你先看病，给西医去治，现在是冬天，应该是持平的。结果治了一年，脸原来是青色变成黑色，买单了，医之过。也就是说这个病人不动，放在那边反而不会死。从这里就可以判断，现在知道我的意思了吧。但到克的时节，秋时，金克木，就是死的时节，这是一年四季。那日子可不可以分？当然可以。月、日、时，日子我们有干，有支。天干是 10 个，地支是 12 个。重新循环开始就是甲乙，一直在循环。从第一天开始甲子，60 天以后，这个 60 天，因为上面是 10，下面是 12，10 和 12 的最小公倍数是什么？60。所以延伸一下到第 60 时又出现什么？甲子。知道后，这 12 个地支图，



在计算地支时，把这 4 个时间辰戌丑未拿出来，称为土；亥子这两个就是什么？水；寅卯这两个就是木；巳午这两个就是火；申酉这两个就是什么？金。所以，地支辰戌丑未是土，其他是木火金水。

天干，甲乙是木，丙丁是火，戊己是土，庚辛是金，壬癸是水。为什么要知道这个？很简单，当甲是木，甲碰到甲日乙日，天干是甲乙，地支是寅卯时，就是纯木的日子。甲寅乙寅，甲卯乙卯，这个甲会跟 12 个地支每个碰到一次，循环。甲乙再碰到寅卯，地支是寅卯，是纯木的日子。

如果有肝病，在起木，木的日子时病会起来，会看到病势会比较盛，开始动手治疗时，到那个地支是巳午，是火，那日子再碰到丙丁是火日，纯火日时，这两个结合在一起，就是火日，在火日时会痊愈，这就是诊断日子的生死。如果到了火日，找

到了，这个天干是丙丁，地支刚好是巳午时，火日的那一天里面，看火时就是肝经肝脏恢复正常时，这样推它的生。反过来推死也是一样，肝病时，金是死，如果的金日，黄历天干是庚辛，庚或辛日，地支刚好又碰到申和酉，这是纯金日，再碰到金的时间，那就是死时，这就是【非其时则生，当其时则死。】

237页，【何谓重实】两个加在一起。岐伯说【大热病，气热脉满，】这是重实。就是所谓本来经脉上就已经有热病了，再加上表证进来是热，两个相加在一起，重实，实就很重。如果经络都实，经脉都充满实证，症状是什么？治法又如何？【经络皆实】，岐伯就下定义了。诸位记得，人的表就是阳，身体里面就是阴，所以经络，十二经络如果是纯实证出现时，【寸脉急而尺缓】，诸位有没有忘掉我讲的寸脉？人的手，手腕，左手放上来，大拇指，在中间高骨关，关上为寸，关下为尺。这个是阳，这是阴。那如果病是在经脉上面，经脉都是阳，在表，所以寸脉急，尺脉缓，这是推理推出来的。中医掌握一个原则，阴阳的原则，可以推理，经外是表。比如为什么讲足阳明胃经是表，脾就是里，讲完了。我们治疗时都很好治。如果是滑则从，就是脉症相合，滑的意思。手太阴肺经，是中府→云门→天府→侠白→尺泽→孔最→列缺→经渠→太渊→鱼际→少商，11穴道，经脉是这样走，所以摸上他的脉时，可以感到气血往手掌的方向流。就好象摸到水，水往哪边流应该知道，那就是滑脉。如果水是逆着流是凶，涩则逆，这个水会逆流。虚实者，皆从其物类始，故五藏骨肉滑利，可以长久，就可以从其他来类推它都一样。反正滑利的都是正常，摸到皮肤滑滑的都是正常，病重人摸上去都是涩的，病的越久越没有气，皮肤都涩掉了。络气不足，刚刚是经络皆有表证。

经气有余【脉口热而尺寒，】比较难意会。有的人解释，说尺脉的皮肤比较冷，这很难，短短距离去分，不要。脉分寒热，热脉比较大，寒脉比较小，用脉来分寒热，并不是皮肤上。所以脉口热而尺寒，脉口的脉比较大，尺部比较寒，沉而细，这个病就是络气不足，经气有余。所以我们现在知道了，如果以经络跟内脏来说，经络是阳，内脏是阴，所以寸是阳，尺是阴。如果是以经和络再区分时，寸脉部分是经，尺脉部分就是络，所以这是经的位置，这是络的位置。所以我们知道，这个经气有余，脉络不足，尺脉就会变得比较小，寸脉会比较大一点。

第三节 经虚络满、阴实脉

如果【经虚络满】，反过来，就是脉口比较涩，比较小，尺脉比较大，比较危险。因为大经为主，经气足时，络不足，这很好治。当经气不足，络强时是怎么样？人身上有阳气，寸脉的阳气。阳气，人要危险要出事时，阳一定会外出，阳外出时，从脏开始走到经再走到络。那经虚掉了，络满时，代表已经走到末端了，是阳脉出的现象。所以当摸到阳涩小，阴脉很大时，我们知道阳要绝了，往外出了，这跟我们前面的脉诊是相合的。所以即使你不知道，忘掉经络，用阴阳也可以分出来。所以我侧面看，手臂这是关，寸，尺的位置，这看肌肉时，脉应该是这样，斜下来的，这是阳，这是阴，这是正常。反过来阳下去阴上来时，阳要绝了。这时如果我们遇到络满经虚，比较危险了。这时该怎么做？岐伯说【灸阴刺阳，】为什么要灸阴？就是要固他的阴，灸有强固的作用，用针刺阳，让他守阳，让阳不要再往外走。如果【经满络虚，刺阴灸阳，】就是能够倒阳，把阳倒到阴里面去。我们要针灸里面，把阳倒到阴里面去，就是在阴经上面下针，阳经上面灸法，这阳入阴的手法。

何为重虚？虚上加虚。就是寸脉和尺脉，阴阳两个脉都虚，就是重虚，加重的虚。如何区别？就是望诊和闻诊，听他的声音，一个人的气虚，这时讲话无常，就是前后不搭，突然讲这个，又讲下那个，气虚掉了。如果是尺虚的人，尺脉很虚的人，下阳虚，尺脉指下焦，身体的下部。胸部，寸脉指的是胸，胸腔以上，尺脉指的是腹腔以下，脚。脚步步履蹒跚，不能够好好的走路，下阳虚，下面的阳虚的。脉虚者，这种阳虚的人不象阴也，脉虚的人都是阳虚。【如此者，滑则生，涩则死。】脉很涩时，逆流时是死，滑脉时是生。特别提到，岐伯说【脉虚者不象阴也，】就是说所谓的阳虚，阳虚时，为什么

要去强调阳虚，我们要去补阳，而不是滋阴。我们补阳，阴自己会回来，不要去滋阴。因为阳虚时，阴已经很盛了，阳是虚掉阴就会盛，那你还在那边滋阴滋阴滋阴，阳更虚了。所以我们经方非常多的地方用了阳药，滋阴的药用的很少。张仲景看到，大虚时才会用一下，否则不会。而且是确定他阳还在，如果阳虚都不用，要补阳的药。所以我们治贫血时跟温病派的处方就不太一样。这是由望，听声音、走路的动作，知道他阳虚了。阳就是一个人的力量，一个人的专注，一个人的规矩，讲话有顺序。这个人讲话没有顺序，阳虚，心里面漫无目的，讲话东一下西一下，有时突然爆一句话跟刚刚主题完全没关系。

黄帝说【寒气暴上，脉满而实。】寒气由四肢头走向，反逆到头部胸面。【实而滑则生，实而逆则死。】所谓实而滑，脉很滑顺时，滑顺就是脉顺着肺气的脉而走，这是阳气还在。逆则死，这就是逆着肺脉而走。这边手上的脉气的方向，尺这边是一寸，寸的这边是9分的长度，这是所谓正常的脉上，方向是由下往上，由身体上往手掌的方向走，这是滑。涩，停滞不前，这就是所谓涩或逆着走，都是危险。涩脉一般就阳绝了，阳气没了，才会停住。242页这一段，稍微比较难懂一点。黄帝说【脉实满，手脚冷，头热。】摸脉是摸阴阳，结果又大又实，还硬，很实。如果是很硬很实，常人，正常人手脚是热的，头面身体是冷的。现在不是，手脚是冰冷的，上是热的，和阴阳是反的。为什么？人上身是阳，下身是阴。阳中有阴，所以上面身体是感觉冷的，下身感觉是热的，这是正常人。现在反过来了，手脚是冷的，上面是热，这种脉又是实满，这就称之为阴实，这个阴实出现在什么地方？阴我们指的就是脏，脏可满，脏是收藏，可以藏很多营养，可以满，谷仓满满的。但是不可以实，就结块。比如我现在藏了很多，我这个谷仓藏很多面粉，面粉都干的很好。里边的受潮结块了那就是实。

第四节 阴实:死症

242页，这段很重要。因为中医的辨证里面，如果出现阴实的症几乎都是死症。比如肝脏，肝本身是阴，阴可满不可实。如果是实时，就好像我刚刚讲的，该面粉在仓库里面是正常，现在遇到潮湿，受潮了一块一块硬梆梆的。当脏一实时，心的阳，正常的心阳产生了热能以后要往下进入小肠，下不来了，就往上走。所以下肢整个冰冷的，这个往上走，上面是热的，同时会有亢进的现象，所谓亢进的现象就是病人坐在那边没法平躺了，就坐在那边，24小时不睡觉。前面还可以吃点东西，到后来胃气没有了，就开始打嗝，走掉，阴实都是死症。脉大时不要紧张，阴实，不要急，我们常常看这样，一个手摸他的手，一个手摸病人的额头，额头是凉的，手是热的，这个是便秘，不要弄错了，不要紧张，不能太紧张。老师，阴实。我一摸，阳实，还阴实。

岐伯说，春秋则生，为什么？因为春和秋，阳，阳气比较旺盛，所以春秋和肝和肺。冬夏则死，夏季阳气正当盛时，就下不去，一直往上冲。冬天，阳是灭绝的，阳是潜藏在里面的，阳气最弱和最强都是危险的。那一般脉浮而涩，涩而身有热者死，就是阳脱了。我们一般摸到涩脉，脉气机不顺，这个有逆行现象，不是顺，是逆的现象，平常都是所谓的血虚。身有热，就阳脱了，阳往外时，阳气要脱出去，这都是死症。

黄帝又问了，一个人如果身形外形肿满，怎么治？是怎么样子，状况如何？岐伯说，如果一个人的【形尽满，脉急大坚，尺涩而不应也，如是者，故从则生，逆则死。】也就是说脉盛大，我们讲一个人水肿，整个肿起来，但是简单讲，形胖很大，肿大时，只要手脚温热的都是生，手脚冷的都是死，这是一个大原则。那手脚是四肢的末梢，讲的就是死，所以他才会讲尺脉涩而不硬。如果尺脉很硬，回来不会涩，手脚是温热的。如果是涩而不硬，这就是逆。我们要摸四肢的末梢，就是摸尺脉。黄帝说，【何谓从则生，逆则死？岐伯说，所谓从者，首手足温也，逆者手足寒也】。所以我们常常问这个手冷脚冷，手热脚热就是这样来的，我们就要判断。如果长得很大，全身水肿，脚是冰冷的，心都凉了，这个很危险。心凉了不能不下手，下手时我们有很好的药可以把他救回来。

【倪师内经 39 视频同步文稿】

第五节 儿科病症、血便、下痢、脓血、癫痫、消渴

243 页讲小儿科，黄帝问还没有断奶的小孩叫乳子，得了热病，结果，小孩子还没有断奶，发烧了，【脉悬小，】脉本来应该是洪大的，结果现在变得很悬小。所谓脉证合，现在发烧，脉就很大，就是脉证合，只要是脉证合，都好治。看那脸色很红润，发烧，脉又很大，都很好治的。那脸色发青，脉很洪大，又发烧，这是不好治，因为脉色不合，所以用观想的就好了。岐伯讲【手足温则生，寒则死，】摸摸他的手脚就知道了。如果还在喂奶中的小孩子，【中风发热，喘鸣肩息者，】肩息，以后你们会看到因为肺气闭守住了，他靠动肩膀的动作才能够吸饱气，这叫肩息，这个脉状如何？如果是脉实大者，脉很缓，他虽然实大，但是脉的速度很好。如果脉太急，还是实证，没有胃气。摸小孩子的脉，不是三个指头去摸，小孩子手很小，我们摸是一个手指头这样压，一个指头压上去，小孩子脉就摸到了。所以一个指头按到这个脉，就可以查出来。所以脉喜欢慢慢地缓，而不喜欢很急。黄帝又问了，如果下痢带大便有血怎么办？岐伯说，【身热则死，寒则生。】怎么去记？很简单，这个人又下痢又带血，一定是寒的，如果身体发热，是逆症，就阳要绝了。【身热则死，寒则生。】人在失血时，本来就是会冷，冷是相生的。如果下痢又白泡沫，里寒很盛。脉沉则生，脉浮则死。下痢带脓血时，跟下痢带白沫，这个是不一样的。【沉脉则生】，所谓带白沫，就是阴虚掉了。阴虚掉时，脉是沉的。反过来，得了浮脉，浮脉是阳脉，阴虚的人得了浮脉。

246 页，一般只要下痢脓血的，【悬涩者死，滑大者生。】滑大就代表，正常滑脉代表气血还有，所以脓血不会致命的，这是从脉上面来看。【下痢身不热，脉不悬绝。】所有的下痢症，滑大就是有胃脉，有胃气则生；悬涩就是脉很悬但很涩，这个脉没力量，而且停滞不前，这种都是死症。按照真脏脉来判定他的死期。

得了癫痫这种脑病怎么看？这里就很重要了。【脉博大滑，】不要去治，一段时间就会好了。脉如果【小坚急，死不治。】癫痫时，阳亢在上，才会发生癫痫。那脉就是阳亢，脉很博大，阳脉非常搏大。如果是变得很小很急，一般这都是长肿瘤在里面。如果看癫痫，脑部的问题，虚实如何看？岐伯说只要是虚证都可以治，实证则死。我前面跟诸位讲，虚证没有东西，实证就是长东西了，里面长东西了。

黄帝问，消渴、黄瘴，这种虚实如何？糖尿病的消渴三阳结，阳结的全热证就是所谓的糖尿病，消中，就是常常病人口渴喝水喝了不能止渴，吃东西吃得好，不能止饥，一直在饿，一直在吃东西。那这种病，因为是阳结住了，非常热。如果【脉实大，】脉症是相合的，病久再久都可以治。如果脉【悬小】，都是病久不可治。脉悬小的话阳已经绝了，如果脉还是大的，他是消渴，还是可以治好。

第 249 页黄帝说，我们治疗的方法，它的标则治病的法则，有的以外形为准，有骨头为准，有脉为准，有的筋为准，怎么知道它的标准？这一段讲的就是治疗痈疽，还有一些突发病急性的病症，这些治症的方法。一般正常的冬天时，阳气入内，皮肤是闭锁的。因为天气冷，我们用药比较多，用针灸比较少。他为什么讲这句话？就是痈疽，身上化脓块，有些化脓的地方，这是例外的，还是要用针灸。【痈疽不得顷时回。痈不知所，按之不应手，乍来乍已，刺手太阴傍三瘡与纓脉各二。】怎么知道痈疽在深处的地方？这个手摸不知道。正常摸时，如果里面化脓，摸到皮肤上面有哪几种情形：任何的里面有化脓时，第一个比如四肢上摸他皮肤、手臂，摸到他旁边都是冷的，摸到中间这一块是热的，我们就知道这底下已经化脓了，肚子上也会有。比如胆堵到了，没有去治疗，也没法去排它，也没有治疗。结果胆破裂掉了，一破裂掉后，胆汁会留在这个地方，这是产生腹膜炎。还有阑尾，比如大肠头这边发炎了，结果肿很大，破掉了，破掉后，这一块也就是摸到皮肤上时，是非常热，旁边都是冷的。手一摸上去就知道，所以旁边都是冰的，中间这块是热的，那是很清楚可以感觉到，这里面化脓了。化脓时，我们还是可以用针灸，冬天用针灸来做。针刺的手法，如果在针刺时，当然有很好的药可以把它去掉，这里讲的是针灸。针灸的手法，可以扎手太阴经上，什么叫傍三瘡，还有纓脉？纓

脉讲的是胃经上面。在肺经上面找压痛点。

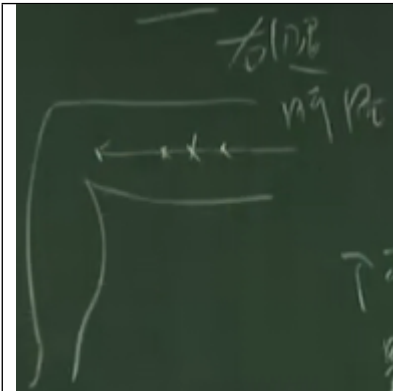
第六节 阿是穴之形与神

我们一般为什么说过去唐朝的孙思邈他说这个阿是穴，阿是穴的形，一般现在中医很多就用形，这里肩膀痛，就扎那里就是阿是，这个是形，不是神。神是什么？比如有肠痛，为什么会去皮肤下游，有化脓，为什么会去找肺经？因为肺主皮毛。从肺上可以查到底下的东西，我们在肺经上面按，侠白→尺泽→孔最→列缺→经渠→太渊→鱼际→少商压痛点下针，这个叫做阿是。压痛点，“啊！是是是是。这里，很痛。”就告诉在那里下针。这个穴没有一定的，有时可能在孔最下两寸，一寸，不在穴上面，在经上面，就按照那个痛点扎针就可以。胃经也是一样在胃经上找，手不过肘，足不过膝，膝盖以下，比如肠痛，在足三里下可以找到那个点。阳明经上找两个，肺经上找三个，这是从《黄帝内经》里面出来的。一定要下定义，手不过肘，足不过膝。不能说里面发炎了，那个胆或肠胃发炎腹膜炎破掉，在那边找胸部，不会有压痛点的，胃经刚好在这边，是在膝盖以下，都是远取穴。【掖痈大热，】腋下这边长个痈疽，这是少阳的地方。按刺足少阳，如果热不止再扎手心，手上心经，是因为这个在心经上面，极泉的地方，少阳经上面找，都是一样。膝盖以下，这是治症。

黄帝问：【如何知其度？】这个度就是找压痛点，没有一定的点在哪个地方。因为有的人痈疽在这边，不一定，所以就按照经路上去找。所以这个心经刺三个地方，三个穴道。再加上手太阴的经络。一般痈疽，任何的化脓脓疮都可以在肺经上面治。大骨之会就是骨会大杼，也可以各找三个穴道。为什么要找骨会大杼这个周围。因为里面化脓时，脓越走表，往皮肤表面走，往四肢末梢去，都是吉的。如果是下沉，到骨头里面去，或往身上走，都是凶的现象。所以在骨会大杼穴道旁边找，先下针就预防痈疽化脓的地方感染到骨头上，所以才会有这种治法。

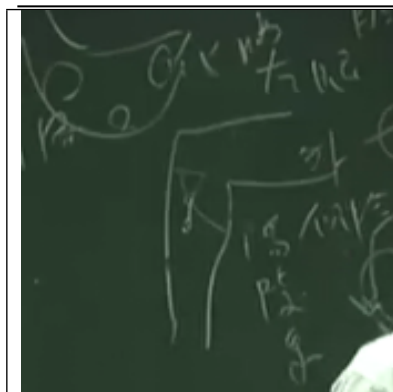
如果【暴痈筋】就是突发的病，瞬间发的，【随分而痛】很痛。【魄汗不尽】就流冷汗不止。【胞气不足】就是小便不利，小便出不来。治在当经的俞穴上。【少腹暴满】，小腹这边取手太阳小肠经的络者，胃之募也，小腹这边。【少阴俞去脊椎三寸傍五，用员利针，】都是治症的方式，都是治腹暴满时，腹胀满。为什么会取到少阴的俞穴？因为腹暴满时，有时可能是便秘，有时可能是水积在里面，不一定的，都是随症取穴。

这里的大原则，举例，很多可以推理出来，有一个针灸家叫做董景昌，他大字不识，中医书没看懂，他只认得一个字，叫一，一就是扁担，他只知道这个。可是这个人他奇



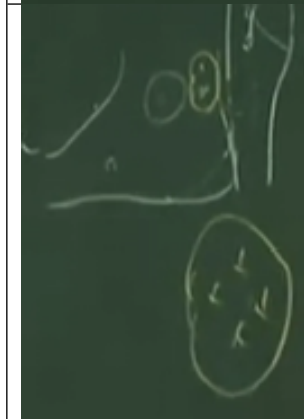
穴很多，家传的，他本身不识字。他父亲教他时，就是抓他手就这样扎，就到中国台湾省，董氏奇穴。这些奇穴就从这里来的，举例。

如果遇到一个肝病的人，这是腿的内侧，这是右腿，病人是侧躺，右腿这样看的。肝经走内侧，在肝经上压，会压到中间一个点，这前后正好三个点。所以临床上肝硬化、肝癌或是肝病时，在肝经上找压痛点，没有穴道，这就是奇穴的来源。这里讲的就是如何找奇穴？所以穴道常常因时因地制宜。



针灸 12 经络，下的原络治疗、俞募治疗、祖孙治疗、五门十变，都是一个固定的原则。在临床上要活用，同时不能固定。

比如现在看左腿，左腿外侧，找到这两个高骨下，三角形的，这是阳陵泉。筋会阳陵。现在有个病人是胆结石，那我们知道胆石点的奇穴在阳泉下一寸，可是书上说阳泉一寸那只一个大概。如果胆在里面时，胆是这样，石头在这边在这边在这边，它可能就会造成上下不一样。所以要在上下按按，找到痛点扎针进去。



最明显表现在肾结石的点，在太溪穴的周围，比如脚内踝，这脚后跟，内踝，这是然谷穴，这是太溪穴，太溪穴上来时，这边心里假想有一个肾脏在这边，去用指头按，有时指头比较大，用一个筷子，头是比较圆的，比较方的。不要拿个很尖的，按每个地方都痛。拿个圆头，有痛点在这边。因为肾脏是这样时，很难讲说石头在这边在这边，哪能凑巧都在同一个地方，就按照痛点下针。什么病都可以，所以一看到腹满时，肚子胀满，病人可能是水，肾经上找；可能是大便，大肠经上找，或在胃经上找，大肠经上也可以找，这一段讲的就是这个。

治霍乱，过去霍乱，《黄帝内经》就有霍乱，指的就是上吐下泻。【刺俞傍五，足阳明及上傍三。】如果是痛症在胃上，脾胃上面周围找，阳明经络上找。【刺痫惊脉五】这种是发癫痫或是精神病乱时，针灸可治疗精神病患，癫痫。【针手太阴各五，】手不过肘，在尺泽以下找五个穴道。刺太阳也是五，象阳谷、京骨，【刺手少阴经络】，象通里穴就是络穴旁边，找到压痛点下针。所以针灸在肺，在太阳经上，小肠经上，在肺经上，还有足阳明上找一个。【踝上解溪上五寸连刺三针。】只要记得经络，在经络上连续找压痛点都可以，癫痫精神病都可以针灸治疗。这个有没有固定的穴位？没有，完全以病人身体上感受到的压痛点来决定。

第 251 页，岐伯说，治三消的病，就消瘴，或是瞬间突然昏倒，病人突然昏倒，会有偏枯、会有痿厥，【气满发逆，甘肥贵人，】这种都是，一般会有发生这种消渴，或突然昏倒，或是半身瘫痪掉，或是肌肉痿厥掉，手脚冰冷，呼吸不过来，都是肥的贵人有钱人，膏粱之疾。因为他吃得太好，内发的病。病人【隔塞闭绝，上下不通。】比如饮食不入，或是大便不出，这都是【暴忧之病】心里面担忧，个性比较喜欢操劳，但过忧的人都会得这种病。如果病人突然冷厥，四肢冰冷，耳朵突然聋掉，或是人鼻塞或小便不通，这种都是所谓内部发生的病。所以可以分成有外来的，还有内发，这一段讲的通都是内发，有钱的人吃太好了，或是忧的人都会发病的。

下面最后一个，【蹠跛，寒风湿之病。】手脚关节上面肿痛，造成走路不行，都是寒风湿。为什么这里岐伯要下寒风湿？因为我们用药，这个药是去寒的，这个药是去风的，这个药是去湿的。把去寒去风去湿混在一起，就是治疗他的病。所以要会辨证寒风湿。一般关节肿大，风湿关节炎都是风寒湿，都是这样。原文是寒风湿比较不顺口，我都是讲风寒湿，反正无所谓，去风、去寒、去湿就结束了。

如果现在下定义，象那个全身发黄，突然爆发了疼痛，突然发癫痫，突然发狂，发狂奔走，这种都是久病，气逆，气不顺畅一直逆才会产生的，不会瞬间发的。如果五脏，肝心脾肺肾五脏中间不平衡时，【六腑闭塞之所生也，】就是六腑，胃到膀胱三焦，六腑阻塞不通时，腑有问题时会影响到脏，因为脏和腑中间相通就是靠三焦，这两个是相辅相成的。所以脏有不平，一定是来自腑有闭塞。所以治脏，常常会去治腑。如果我们从《黄帝内经》读到现在，得到一个基本的概念，一个人随时保持大小便通畅，胃口很均匀，不要吃太多，大小便通畅，能够睡觉。那腑并没有问题，就没有脏病。所以我们常

常有人说你便秘多久了，便秘三四年。他三四年没事，可是他腑一直不通，迟早会影响到脏病的。三四年不长，有的人便秘一辈子，70年、60年都有。一般我们看到病人有头痛、耳鸣、九窍不利，眼睛鼻孔、耳朵、大便小便的地方都是肠胃所生。所以我们常常在治疗头痛时，下胃经的中脘穴，为什么？因为它胃气往上升，胃气只能到眼睛承泣的地方，冲到上面来，一直冲到这边来，我们会下中脘穴原因就在这里面。所以刚刚那段讲脏，讲一些病变的来源。

第二十九篇 太阴阳明论

《太阴阳明论》第二九篇，现在开始慢慢进入分经、分类，六经里面就有个太阴经。在张仲景他的《伤寒论》就是把六经分得很详细，里面所有的治症所有的处方都有，他就是研究这个《黄帝内经》来的。什么叫做《太阴阳明论》？太阴和阳明是表里，这你们都知道，足太阴和足阳明是表里，是脾胃脉。同样是表里，但是生病为什么不一样？当然不一样，一个是表里，一个是里面。岐伯说，阴阳的不同，【更虚更实，或从内，或从外】，症状当然不一样，脏病和腑病。什么叫阳？【阳是天气，主外，阴者是地气，主内。阳道实，】阳的本性是实，阴的本性是虚。【如故犯贼风虚邪者阳受之，】如果外来的病阳先受，主外；如果是饮食不节，三餐不按时吃，或是过饱过饥，或吃得很多，或不吃，都不好。起居不按时，白天睡觉，晚上通宵打电动玩具或看书看武侠小说。我们以前没有电动玩具，就看武侠小说，我们看通宵，金庸的《天龙八部》。就反过来了，阴受之，内脏会受到病。【阳受之则入六腑，】外来的风寒进来会伤到六腑，【阴受之则入五脏。】所以阴就是饮食入胃，吃东西吃坏了，暴饮暴食或饮食没有按照节气走，没有节制的就会入到脏里面去。这里讲的是太阴的脾和胃。【入六腑则身热不时卧，上为喘呼，入五脏则瞋满闭塞，下为飧泄，久为肠澼。】因为讲的是阴，太阴和阳明时热，简单的讲法，阳明就是指腑，分有二，一个是经热，一个是腑热，这是岐伯下的阳明的定义。阳明证都是但热不寒，只看到了热证没有看到寒证。为什么？阳明是二阳并，两个阳并在一起才为阳明。那经热时和腑热，这两个显现的症状都不一样，都有高烧，也会口渴。腑，就是大肠，胃伤到了，便秘，所以我们后面还有承气汤。经热大便很好，可是病人发烧高热，所以白虎是治经，张仲景处方时这两个就分开来。但是阳明证但热不见寒证，这是纯阳明热证。那阳明跟太阴是表里，太阴是因为饮食进来而得到，阳明是表邪进来。饮食进来得到时，现在看到了，阴受之则入五脏，阳受之入六腑。入六腑则身热不时卧，身体是燥热的，不能睡觉。入五脏，瞋满闭塞，肚子很胀，因为阴脏伤到脾，脾脏主少腹，脾主腹肚子肚脐这边，整个腹部这边是少腹，这是脾脏在管。所以很多太太说帮减肥，肚子胖。饮食入胃，第一个帮减肥可以，从此不要喝下午茶，女孩子喜欢喝下午茶坐那边八卦，不好。是这样来的，要从那里开始改。所以要告诉她，少吃甘的，甜的不能吃，湿过盛；鱼也少吃，热中，多吃一些清淡的，把湿去掉。处方就来了，去湿的药，看看去热，她是热证去湿去热就加在一起了，便秘，再加点通便的药，处方就这样来的。张仲景的处方就这样来的。但是如果环境不改变，我帮治好了，你还是回去每天下午茶坐下边，从下午一直吃到晚上9点钟还在那边聊天，肚子还是大，这没治。如果【下为飧泄，久为肠澼】，为什么久为肠澼？因为脾主腹。

【倪师内经 40 视频同步文稿】

湿很盛时怎么办？身体代谢不出来，湿又盛的话，很重，所以它会下行，下痢了，肚子胀。所以【喉主天气，咽主地气，所故以阳受风气，阴受湿气。】这个天气，喉咙就是讲吸气，讲气管；咽，就是吞食，所以吞东西进入食道跟气管不太一样，两个分开来的，中间有个膜挡到。这个食物跑到气管里面去，就想什么问题？少阳，因为少阳主开合，开合有问题是少阳，太阳主开，阳明主合，那中间的枢纽是什么？少阳，所以所有瓣膜有问题时，都是什么？少阳。《黄帝内经》就把它简化了。所以【阳气受风气，阴受湿气，】所以阳明胃经受风病，阴受地下湿气从地上，从脚上往身上走，阳明从头上往下

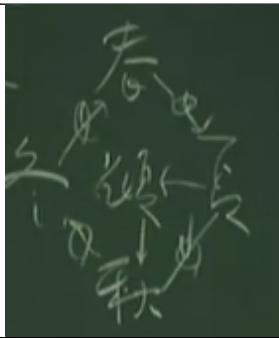
走，所以足太阴脾经，隐白、大都、太白、公孙，一路上来。胃经从头上，头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎，一路往下走，所以上面是受风气，下面是受湿气，这两个不太一样，就是讲脾和胃。所以【伤于风者，上先受；伤于湿者，下先受，】讲的就是脾。

第一节 阳明之脉象脾病与四肢

255 页，黄帝说【脾病而四支不用】（注：古文“四支”通“四肢”）。脾有病时，四肢没法用，我们讲过脾主四肢，除了主腹以外，四肢是脾脏在管。脾有问题，四肢为什么不能用？就回答了，理论就在这边了。【四支皆禀气于胃，而不得至经】，如果是，这个【必因于脾，乃得禀也。】因为我们四肢禀气于胃，可是如果没有脾脏，吃的东西到了小肠里面去，把胃变成小肠，如果光看胃看不懂，如果把这边的胃，把它变成【四支气于小肠】，吃的食物到胃里面摩擦，磨碎了以后，进入小肠里面开始受盛，开始消化，少腹是脾脏在管，所以脾，小肠因为有脾脏，才能把食物的营养，灌送到四肢上面去，四肢才会有力啊。所以没有脾脏，营养没法传达到四肢上面去。所以到【必因于脾，乃得禀也。】就是【今脾病】，脾有病了，不能替小肠行津液，知道【四支不得禀水谷之气】，到头来就是四肢就没有力量。所以脾主少腹，少腹这边脾在管，少腹里面是什么？小肠，这都是相连的。所以脾在帮小肠行津液。

第二节 长夏之疑释

256 页就把长夏的问题解决了，大家都在吵长夏是什么时候，有一定的节气，这个问题解决了。黄帝说，【脾不主时，】没有主四时，春夏秋冬，脾不主时，不是有长夏，现在说不主时，为什么？岐伯说【脾者土也，治中央。】所以春夏秋冬节气在转变时，都经过土治在中间，才有办法转换。【以四时长四脏，】春夏秋冬来养我们的肝心肺肾。【各十八日寄治，不得独主于时也。】这讲十八日，比如立冬，就要开始冬天了，立冬前九天，立冬后九天，这两个加起来是十八天，是十八天，内经里面是这样讲的。我们为了稳定，常常在算命时，是以二周作为一个节气，一个节气是两个周，就是两个礼拜，所以如果是前期、后期加在一起时，这一个节气，按照天地定位时，二十四个节气来说，是两个礼拜最标准。那这三天，不是，不是很好，所以我们以这两周做长夏的时间是最好，更稳定。那以《黄帝内经》说，前九后九，节气在转换时，前面九天，后面九天，这个加起来，十八天，那每一个，四季加在一起，每个中间都有十八天，并为长夏，如果把它缩短变成十四天，两周的话，这才是绝对长夏，所以为什么要知道长夏？



因为治病的时机。脾有病，在长夏时，病会起，长夏过后，节气换掉后，长夏后面是什么？就是下个节气，它会痊愈的。那并没有说长夏一定要去到秋天，一定要到冬天，没有，因为春和秋，春夏秋冬，四个节气中间，四个四季中间是长夏。所以节气，春，夏，长夏，这样走，那实际上节气时，我们在春夏交接时，秋冬交接时，春秋交接时，夏秋交接时，这四个角，都是我们的长夏的地方。在我们下手时，很重要。

第三节 长夏治病时机、案例：肝癌

举例，比如一个肝癌的病人，肝肿，肝硬化，那我们在开始时，我们知道，他是在春，春天时会病起，在夏天时是病愈的阶段，冬天时是持平，秋天时是凶，是死的时节。那不能预定说，这个肝病的人，一定刚好什么时候来看，哪儿那么凑巧啊，就是跑到这个冬天什么，很好的时节，不一定的，这时候要看时节了，如果是秋天来时，我们知道很凶，节气不对，当邪很盛时，这时要守，因为邪气很盛，正气，真气，人的元气很虚，这时一攻元气会没了，稍等一下，固它的本，所谓固它本是什么？固它的脾胃，实脾，让他脾脏强起来，等到长夏季节到时，可以加重处方，到冬天时，是持平，冬天持平也就是说，因正气和邪气在相平衡时，这时可以下手，因为持平，如果一下手时发现他胃

口有没了，身体有坏，那赶快停掉，因为还是冬天，知道我的意思吗？然后到了春夏交接时，脾很实时，这是长夏的季节，脾气很壮盛时，我们就不需要去实脾了，因为当气就是脾脏的季节，这时去攻它。所以治病就是象作战一样，时节开了，那个天窗开了下手，那闭起来时，我们就住手，治重病时是要这样的。这个是讲重病了，所谓的阴实，那样如果是表实？如果是表面的实证，不管什么时候，一剂下去就好了，一付药管他已经好了，那这一付药，比如发表，吃下去就会发汗了，那夏天发汗了，那冬天时吃下去没有发汗，小便排一样，汗、尿是同源的，吃下去小便很多，冬天正常，夏天吃中药，病人就发汗。所以如果冬天发烧，吃药下去，他烧退掉了，你会奇怪，吃完之后没有发汗，不行，再吃，太过了，你知道，他没有发汗，冬天不会发汗，小便排是正常，所以要注意他的尿，有的看不懂啊，这个不行，这个是伤寒，要给他发汗，冬天不好发汗啊，结果就给他发汗，汗发不出来，可恶，再发，本来冬天是闭藏是正常的，一把它打开来，这个风寒就进来更多，然后春疫，温病，冬伤于寒，本来是伤于寒了，更伤于寒，所以一吃解表的药，这个病人小便正常的。

所以我就以节气为主，因为黄历上面，中国历代都是用节气来算，节气比较好。以后不要吵了，长夏，我不知道他怎么加进来的。【帝曰：脾和胃以膜相连，】三焦油网相连，所以【而能为之行其津液】，为什么？所谓足太阴，太阴就是三阴聚，太阳是三阳聚，太阴是三阴聚在这边，【其脉贯胃属脾络噤】，络到咽喉这边，所以他认为【行气于三阴。】因为三阴汇在太阴，都在汇。阳明者，是表，就是腑了，五脏六腑也为行气于三阳。【藏府各因其经】，因为有经，经络联到，所以【受气于阳明】，所以替胃行津液。这里讲的就是脾脏，因为有筋膜跟它相连，所以小肠收了营养以后，消化营养以后，有筋膜跟它连到，把它灌输到全身，四肢跟五脏六腑去才有办法，所以两个是相辅相成的。这就是火生土，所以小肠吸收了东西以后。一般《黄帝内经》写胃时，就想成胃就不好，就不容易懂了，把胃下向小肠，看到心下，心下就是胃，这样就懂了，所以小肠吸收了营养以后，又交给脾脏，脾脏总统阴阳，所以它就去脾之大络大包，它总统阴阳，它就把它分散到内脏，五脏六腑去，四肢末梢去，分到肌肉里面去。

第三十篇 阳明脉解

阳明脉解篇第三十，很简短。258页，阳明的脉出现时，脉有病时，有经病跟腑病，所谓脉病就是经病，看到人很讨厌，看到火也讨厌，因为他很热，太热了，看到这些不喜欢，看到火也更火，因为火是热，【闻木音则惕然而惊】，就是木头一打，木克土，他会受了惊吓，敲钟鼓他都不怕，为什么？因为土生金，所以他不怕，他听到木音，反而会吓，所以如果看到这个人恶人恶火，这要确定他是不是阳明病很简单，木头一敲吓一跳，不要敲，这就是阳明经。那如果敲了他也不会怕，他不是阳明经，所以很多种方法，病人不讲话，有时问小孩子不讲话，热不热？不讲，不告诉你，那小孩子很皮啊，不说，就不告诉你，让我看看舌头，不给，就这样，他就不给，怎么办？象这种都是，敲个声音就知道了，都可以晓得，这很多种东西，就看你，所以当个好医生，周围的东西都可以用，常常利用音来辨证。黄帝问为什么？因为阳明是胃脉，【胃者，土也。】木克土，所以会有这种现象。黄帝问，为什么看到火会讨厌？因为【阳明主肉】，脾主肉，【其脉血气盛，邪客之则热】，本身就很热了，阳明是纯热证，但热不寒，结果还要看到火，火上加油，所以他恶火。看到热，火就讨厌。那为什么看到人讨厌？因为阳明，气血上逆，上逆时，【则喘而惋】，闷热，气闷，看到热就讨厌，有阳明证时，升上来时，看到太太都讨厌，所以如果太太是阳明证，你闪远一点，看到你就讨厌。死鬼！刚刚回来，那个阳明证！那你结婚了，所以我们有同学不结婚也是对的，结婚了，太太发脾气，你还不能离开家，在家里面躲在一个角落里面，让她能找得到你，她的气才会平下去，如果逃走了，火上加油，非找到你不可，那更严重。所以太太阳明证时，赶快准备药，快一点给她好，免得很惨。讲天文地理时，我会讲诸位如何应用位置的关系，不但可以让家里面非常的和睦，兄友弟恭，父慈子孝，夫妻相敬如宾，同时避灾，把梦移动，比如这个

灾是白天来的，把它移到晚上，睡觉时发生，《黄帝内经》都有，结果散失掉了，找不回来，我就给它添加一下，偷偷加进去。那找回来时，不一定是对的，大家不同意那个是对的，那我自己加点进去，所以礼拜天会讲到这边。

【喘而死者，或喘而生者】，为什么？阳明证喘而死者，【厥逆连脏】，如果是喘连到脏，寒跟脏连到时，病人就很危险，阳明过热，太热时，里寒出不来了，就死掉。如果是连到经络，只是连到经络上面，连到腑上，脏和腑相连时，就是实证，如果是腑和经络相连时是生。黄帝说为什么阳明病弃衣，衣服一脱就跑掉了，登高而歌，或是几天不吃东西，还跳到屋顶上，跑得很快，在那边高歌，这为什么？平常他做不到，发病时做得到，为什么？岐伯说：【四支是诸阳之本，阳盛则四支实，实能登高】。就阳是实证，那怎么解释？为什么会这样？这是腑热，腑热造成的，正常人肚脐，腹部，这是胸膈，横膈的功能最主要是分清浊，所以上焦肺和心的地方是清，下焦是浊，横膈以下是浊，这是正常人应该这样。那现在有个人便秘，大便堵到，大肠这样横过来，肚脐在这边，小肠在这边，结果便秘堵了很多，燥气本来只能到膈停掉，那就很正常，如果是只到膈停掉，完完全全的，20年便秘也没有发狂奔走。那有一天，突然阳明燥热就冲过去了，所以，如果是纯阳亢在头上，是发癫痫；如果浊往上冲，就不是发癫痫了，就是这样登高而走唱歌，墙很高一下就爬上去了，象猫一样，平常做不到，跑上去，一看阳明证。知道我的意思吧？纯热证才会看到，一般是大承气汤证，我们讲到承气汤后面再讲，然后讲到伤寒论。最早《黄帝内经》在这边就讲过，比张仲景早，张仲景是看了用同样的名字写下来。为什么弃衣而走？衣服一丢，裸奔，遛鸟。岐伯就说了，【热盛在身】，因为太热了，浊气就上来，神志都昏了，太热了，衣服就脱了，管他，就脱了逃，太热了。记得一定是浊气，所以浊气上来跟阳汇到，才会这种神志失常，如果是浊气没有上来，只是阳往上冲，阳亢时是癫痫，癲症。如果他乱骂，看到人就骂，【不避亲疏而歌】，在那高歌。【阳盛则使人妄言骂詈，不避亲疏而不欲食，不欲食，故妄走也。】因为大肠堵到了，当然不吃东西，这时大便的沼气往上冲，产生的这种现象，这个是阳明证，有个特别的名称称为阳明腑热，而且实，阳明的腑热。阳明的经热和阳明的腑热不一样，那阳明腑热，燥热时，全身很热，所以他把衣服一脱就跑掉，然后发狂高歌，在那边唱歌，不分亲疏，就是浊气入脑，就是浊气，就大便的沼气冲过这个横膈，跑到脑部去了，就会发神昏，神志昏迷的现象，就是不视亲疏了。所以看到，四味药就给解决了。

一般的温病派的不会用承气汤，不会用大承气，大黄，说不可以用，完了，那个人继续在奔，每天日晡黄昏时，阳明经热发的最厉害，每天黄昏，就看一个人跑出来，村子里面跑出来，跑到屋顶上，在那边高歌，在那边丢着衣服，在那里裸奔，那一年两年都没人治好，就代表此地无伤寒家。那我们一看到，大承气汤一剂，从此他就好了。

我带着诸位就是走张仲景当初的路子，张仲景当初怎么来的，后来处方怎么来的，看《神农本草经》，看他的处方，原来为什么大承气汤用枳实、厚朴、大黄、芒硝？剂量的问题，这就结束了，然后等到讲伤寒金匮时，处方就自然天成，等到《神农本草经》完时，就会挑这个药。然后失落的部分，伤寒金匮有失落，或写错的部分，失落的部分就给补回去，也不会错。

【倪师内经 41 视频同步文稿】

第三十一篇 热论

第一节 伤寒基础论

第 263 页，热论篇，《黄帝内经》第三十一篇。黄帝说所有的热病，【皆伤寒之类也】，有时好，有的会恢复，有的会死，那死的大部分在六七日之间，好的比较慢，要到十日以上，为什么？也就是说，如果自己会痊愈的比较慢，如果是死还比较快。岐伯就说了，所谓巨阳就是太阳，巨阳就是三阳汇，并，三阳并在一起，【诸阳之属，脉连于风府】，

所有的【诸阳主气，人之伤于寒也，则为病热，热虽甚不死；其两感于寒而病者，必不免于死。】所以所有的热证刚开始都是伤于寒，这就是温病，温病就是热，就开始治，他不晓得最初是伤于寒，所以《黄帝内经》一路下来讲的都是伤于寒，有伤寒以后才有温病，那他们都是温病派，就开始治，就不会用热药。那两感于寒的意思比如，一个人皮肤外中医称之为表，那表伤到寒了，没有治好，如果你体格很好，或是没有乱喝酒，没有乱搞去玩女人啊，或什么样子，你身体很好，然后你适当的保持心情平静，开心，不斤斤计较，不要有野心，这时，那你又知道调理五味，慢慢就恢复了。如果本身伤于寒了，可是你不知道如何去保护自己，这时，还会再往前走，他有时间的，后面会介绍多少时间，当寒进入我们身体里以后，比如进入，有两种可能，第一个是少阳，第二个是阳明，当进入少阳时，它就会有可能会传变到阴，比如太阴、少阴、厥阴，到阳明时，停止了，最多就是发狂奔走，登高而歌，傍晚去遛鸟，弃衣而行，最多就是这样。进入少阳，就会再深，当寒进入里面后，又受到了寒，叫两感于寒，比较危险。

第264页，黄帝就问再详细的解说一下，这一段，就是整个伤寒论的基础原则，理论就来自这里，这岐伯说，【伤寒一日】，这里的一日，因为中国的文字，【利侯一日，】定义都不一样，这里讲的一日，应该是六天，现在来说的话是六天，因为传变是五，一二三四五，到第五天时，节气会换，人体会换，到第六天会改变。伤寒一个周期，六天，刚开始是太阳受，所以太阳经，足太阳膀胱经一路从头面一直到背后，一直到后腿去，所以【头项痛】，腰脊会比较强硬，因为寒在里面。太阳称为寒水，为什么叫做寒水？摸皮肤，背上，都冰的，冰的是对的。摸到热的，滚烫的，太阳晒太多了，第二天发烧了，冰的是对的，所以一流汗时，整个汗出来是冰的，太阳是寒水。那本身是寒水，它是水是冷的，所以才会保护我们自己，外面跟环境有一个绝缘的东西，否则没有这个绝缘的东西，我们水，身体，马上随着环境改变，就没法去适应它。那已经是寒水了，正常是有一点寒水在里面，再感于寒就会造成象冰块一样，很硬，造成项强。

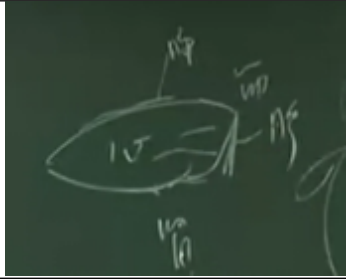
第二个周期，如果六天没有好，差不多六天、七天，一个礼拜，阳明就会受之，如果病进入阳明了，【阳明主肉，其脉侠鼻络于目】，承泣、四白、巨髎讲的就是这些。所以会有【身热，目疼而鼻干，不得卧。】人不能躺下去睡觉，跟肠胃很有关系，肠胃因为阳明的气，阳明气是由上往下，怎么记？和简单，因为开始讲穴道时，就是头维、下关、颊车、承泣、四白穴，就按照气脉的流行讲，所以我们讲手阳明大肠经时，穴起商阳，二间三间合谷，阳溪偏历温溜，下廉上廉手三里，曲池肘髎五里近。这就是讲气走的方向，所以我们是按照气的方向来讲的，那就是气行的方向，所以在介绍针灸时，讲穴道时，就是讲气行，那到了阳明经，由头往下走，这是正常。那现在病进入阳明了，一进入阳明时，阳明气本来是往下走，现在不往下走，回逆，一回逆时，阳明是燥热的，所以鼻子也干，眼睛也痛，身会热，不能睡觉，因为有气会逆上来，不能卧。

三日，所以就知道了，哪有那么多，今天是一日，明天是二日，后天是三日，不可能这样！这是一个转换，有一个转换，【三日少阳受之，少阳主胆，】少阳，称为半表半里。别人到你家来，进来先要敲门，那门这是半表半里，主开合，就是半表半里，所以门的地方就是半表半里，那打开来以后，客人进来，才进入里，在外面敲门时还是表，这个进入少阳，半表半里，而少阳主胆，大家都练过，足少阳胆经，胆脉循着胸胁络，一直跑到耳朵上面，我们前面介绍过，耳朵旁边有三条经：三焦、胆、小肠，这个汇为耳门、听宫、听会。所以【胸胁痛而耳聋】，因为气被风寒堵塞住，就会产生耳聋。【三阳经络，皆受其病，而未入于藏者】，只有病在三阳，如果面部胀，我们都可以汗解，所谓可以汗解就是，当病人大小便很正常时，可以用汗解，在阳明证时，不见得都可以汗解，有两种，阳明腑热，就是进入肠胃里面，足阳明跟手阳明大肠，进入肠胃腑热时，大便干燥，有便秘，便秘的人只发表发汗的话，便秘会越来越燥；如果是经热，在阳明经上，这病只在经，没有进入腑时，吃白虎汤，一下去会怎么样，一下去汗解，一样会得汗得解。所以如果是阳明经便秘。台北市提倡跑步，跟市长去跑，早上跑时，汗发更多，津液会伤到，刚刚跑一两天没关系，再加上便秘，跑了一个礼拜以后，

津液伤了，燥气上身，早上跟着马市长跑步，下午一个人跑步去遛鸟，弃衣而行，跑到很高的地方，因为燥气会反逆，这个（跑步）不对，走路就好了，津液要补回来。那不能发表，看到病人便秘，再给他发表，这秘上加秘，千万不要用，如果对你岳母用一下，这辈子就恨死你了，大便燥在里面，不可以的。所以可汗是三种，阳明的腑热不可汗。

四日，就是第四个周期，过了 21 天以后，病还没有好，病会进入太阴，伤寒会进入太阴，太阴就是脾胃，脾脏，我们讲阴就是脾了，脾胃分布于胃中，小肠周围，胃周围都是脾脉，络于咽，咽嗑的地方，所以【腹满而嗑干。】因为脾脏受到寒，就会造成肚子会胀满。

五日，第五个周期，35 天，五七三十五天，少阴的脉贯肾，本身少阴脉，本身贯肾，



再进入肺，这就是肺跟肾是相连贯的，金生水，络于肺，再系舌本，诸位记得我那天画了一个图吗？一个舌头出来，舌苔是肺，舌本身的舌质是心脏，舌的根是脾，舌下金津玉液，这两个地方就是肾，舌里面有筋，舌里面的筋，就是肝，所以一个舌头，也看到五脏的情形。那舌头抽筋，一样是属于肝，肝络在这边。所以少阴脉在舌下，肾主唾液。

如果病没有好，寒证进入肾，造成口燥舌干而渴。

六日，六七四十二天后，进入厥阴，厥阴脉本身是按照这个经络走得时候，唯一贯穿阴器，络于肝，所以会造成【烦满而囊缩。】阴囊往里面缩。这个是男的，女的怎么办？当病在厥阴时，不单这个囊会缩，最重要的就是胸胁会胀满，胀满的很难过，会烦闷，人会烦躁，情绪容易动怒，胸胁会非常的闷，因为肝经络在这边。但是有病人如果告诉阴囊往上缩小，一感冒就是上缩，就要知道是厥阴，寒已经入厥阴了。

【三阴三阳，五藏六府皆受病】如果感冒，三阴三阳都受病了，【荣卫不行】，气血不能巡回时，也受到堵塞，五脏间没法相通、相制衡时，这是死症。当出现死症时，还是要尽量放手一搏，不能说这个死了，不好，我们尽量做。【其不两感于寒者】，如果是不感，没有两感于寒，就是前面已经有寒了，后面还有在外面还在进来，在推波助澜时，一般七日就是六天后，第七天开始【巨阳病衰，头痛少愈】，就是病在太阳，第六天后，第七天开始不传经了，不传少阳了，它就慢慢解掉了，这是不感于，不两感于寒者。如果是到第八日，这个周天时，【阳明病衰，身热少愈；九日少阳病衰，耳聋微闻】，耳朵是聋了，但是可以听到声音了。

十天的话【太阴病衰】，腹减，就慢慢减下来了，回到原来的状况，就开始想吃东西。十一日【少阴病衰】，这个症状慢慢退掉了，病就好了。所以，一个就是病进，演进的过程越来越严重，一个是病退，慢慢出来，如果是在治病时，比如他还在少阳，一剂下去，结果它变成太阴证，代表说药力不对，这是第一个。第二个，就是他进入少阴时，开处方，他回家没有立刻煮，没有马上煮，结果去忙别的事情，到了两天以后再去煮，病在少阴，结果药一下去，是少阳的处方，不对，所以中间发生原因会很多，所以一定要问清楚。那有时要跟病人说，进来这个症状你几天，你一个礼拜，赶快吃，马上回家煮了就吃，不要等到明天，要跟他讲清楚。

黄帝问如何去治它？岐伯说【治之各通其脏脉】，要治他的脏跟治他的脉，经脉，十二经脉。【病日衰已矣。其未三日】，三日就是三侯，二十一天，在阳上都可以汗解，满三日，入里时，可以宣泄，有利小便，有时利大便，诸如此类，那这里就定下来一个法则。所以在讲伤寒论时就有很多汗法。

黄帝问，有的人病好了，结果过几天热又回来了，发烧治好了，过几天热又回来，为什么？岐伯就说了，第 267 页，会有遗热，这个热会回来的，尾端的热，就是因为【热甚而强食】，在发高烧时吃东西，勉强自己吃东西，【故有所遗热。】所以【若此者，皆病已衰，而热有所藏，因其谷气相薄，两热相合，有所遗也。】所以一般我们在治表证，治

病时，告诉他，即使饿，吃一点很清淡的，甚至能不吃就不要吃没有关系，人七天不吃不会死掉的，那等到病好了再去吃，否则热退掉了，过几天又回来。这时病人想感冒了，生病了，应该吃得更多一点，就造成胃里面热很多。

268页，这就禁忌，黄帝说，如果病热，有发热病时禁忌是什么？热病刚开始慢慢恢复时，一定要不可以吃肉类，肉类会造成遗热，这个热会停在里面，没法完全的散发出来，【多食则遗】，这是禁忌。所以如果吃米面谷类这种最好，吃稀饭，配一点这个酱瓜，就可以了，配肉的就不好了，要吃一点青菜，水煮的青菜，这样可以。

黄帝再问【两感于寒者，其脉应与其病形何如？】岐伯就回答，解释什么叫做【两感于寒】，就我刚刚说过的，病一刚开始时，这个两感于寒就因为前面一个寒证已经进入阴证了，结果进入时，后面还有一个进来，就变成病人第一个周期看到太阳和少阴并病，就是讲两感于寒，就是有阴证有阳证同时出现时，这就是两感于寒。少阴和太阳俱病时，病人就会有太阳和少阴证，两个症同时出现，【头痛口干而烦满】，口干烦满是少阴证，头痛是太阳证。这个人太阳证，怎么还有少阴证，这就是两感于寒。

如果二日，在一个周期，阳明和太阴俱病时，病人腹满身热，腹满，是太阴证，身热是阳明证，【不欲食，谵言】，就不想吃东西，话又讲得很多，这个跟那个讲那个谗言，小人在那边讲那个不太一样，就阳明证，里面有胡言乱语，讲话不经过大脑，已经神昏。

如果三日，第三个周期后，少阳和厥阴碰在一起，两个俱病时，这就少阴也感于寒，厥阴也感于寒，【耳聋囊缩】，耳聋就是少阳的寒，囊缩是厥阴的寒，这个厥就手脚不入，手脚是冰冷的，这时【水浆不入，不知人，六日死。】六日就是六天里面死掉，所以这个日是讲一个周期，一个候，一个候就是讲一天。

有五实和五虚，遇到这种情形时，没法处方时，那他这个六日死，我们就给他算看看准不准，死掉了，真准，我们当医生不能这样。那想想看，如何让他好，那你说药，中药的，药又不能入，这时要下手，可以用针灸，想办法救逆，四逆去救逆，还让他下一些米汤，热的米汤下去，让他能够一吃到胃里面受到胃气，同时吸收了米粥，因为这个米汤这种是天地中间的精华，稻，为什么稻类很好？因为稻类就按照春生、夏长、秋收、冬藏，因为稻谷本身就按照四季的节气走，所以它是天地之间的精华，所以我希望大家不要很死板的读书，那个好学生学不好中医的，要皮啊。这样想，那个稻米做起来是不是一粒粒小小的？没有看过那么大一粒的稻米，没有，都是小小一粒的，为什么？人年龄到了到了90岁，牙齿都没了，没有西方的那个植牙的手术，稻米吃下去，不用咬，吞下去就可以吃，所以稻米要做得小小的，有没有道理？真是妙，光是看稻米，一颗米，你看到的形，我看到的是神，不一样。所以如果稻米做那么大，绝对有问题，把它做那么小，非常有智慧的。

第二节 阳明腑热经热、遗热、热病禁忌；暑病、温病

269页黄帝说，【五藏已伤，六腑不通，荣卫不行，如是之后，三日乃死】，为什么？这个很惨，五脏都伤到，六腑又不通，气血又不行，那怎么办？三日，为什么三天就死掉了？岐伯说阳明是胃气，【十二经脉之长】，最大的，十二经脉，胃气就是阳明是多气多血的经脉，血气太盛时，阳明经本来是应该由头上往脚下走，所以，阳明经走到脚下时，是脚的历兑穴，从头上一路往下走。如果逆盛时，把阳明经气都往回收时，因为阳明经是多血多气的经络，冲上来时会不知人。那三天，因为不能吃东西，五脏又受伤，怎么样？阳明经气最多维持三天。

269页最后一段，岐伯说，【凡是病伤于寒，冬伤于寒，春天发病，先夏至日者为病温，后夏至日者为病暑】，这里把温病跟暑病切开来了，所以如果冬伤于寒，人到春天时温病，不一定的，是以夏至日为主，夏至日之前得到的温热病，那是属于冬天伤于寒，是来自寒的；夏至后得到的温病，跟冬寒没有关系，是中暑。天气太热，那暑病怎么解？汗解，当汗者解。这都是替汗法下了注解。所谓汗，汗是阳，那汗出来，阳湿时，我们

用汗解，当阳到极时，阴自己会回头，所以我们处方，伤寒经方跟温病派处方不一样，温病派一看，滋阴滋阴滋阴，滋阴对我们来说就是会有余热，余热在里面，那肉类的都是阴，吃肥肉，肥肉是阳，瘦肉是阴，吃肉类都是瘦肉，吃肥肉都是阳，所以肥肉包瘦肉，阳包阴，那如果去滋阴它，余热在里面，刚开始会很好啊，烧退了，可是过几天又来了，没有叫病人停止吃肉，热还是会来的。那我们处方时，会用一些发散的药，一发散时，它阴液它自己会回头，所以我们开处方时，除了发表的药，我们会放一些，滋阴，滋润的药在里面，是同时放在里面的，同时让病人肉类不能吃，只能吃些谷类，蔬菜类就可以。

第三十二篇 刺热论

第一节 热病（肝、心、脾、肺、肾）

第三十二篇刺热论，专门讲如何刺热，遇到热病时，针刺的手法。271页，第一段，肝热病，如果热在肝，【小便先黄，腹痛多卧身热】，就是讲肝炎，急性肝炎一样，很类似这样，第一个可以看到小便马上是黄的，小便是黄的，因为肝经络阴器，所以一热时小便黄，我们常常问小便，问便秘，问他几天没大便？一个礼拜没大便，那有祛寒实的药，我们药有，中药有分寒热，有分祛实的药，所以光便秘，便秘就是实，我们用阴阳表里虚实寒热定了八纲来辨证，如果病人是便秘，我们知道是实，如果下痢是虚，现在是实，实分热实跟寒实，那寒实时，我们有开中药，这个药是祛实的，这个药是祛寒的。那个药是祛实的，这个实会共同，都一样的，那个药是祛热的药。所以当同样遇到便秘时，处方就分两道，两种不同的处方。怎么知道他是寒是热？问小便，小便出来清白的都是寒，小便出来是黄的是热，讲完了，因为有时病人是隔着电话，也看不到。眼睛一看脸色苍白，不要问小便了，就讲完了，摸脉细细小小。实证应该脉很大，怎么细细小小，就代表寒，寒就是小肠、大肠都没有蠕动了，没有蠕动了，停在那边，因为它没有蠕动，所以他不得痛，也不会痛。热实就不一样，很痛，排不出来，肠子在里面搅，大便干得排不出来，肚子就会痛。所以看小便可以知道寒热，那腹痛多卧，如果寒证肚子不痛了，热证肚子还要痛。生病当然多卧，身热，【热争，则狂言及惊】，易受到惊吓，嘴巴乱讲话，【胁满痛】，因为肝在胁的地方，胸胁，两个胁的地方，就是肝脏的地方。【手足躁，不得安卧】，这是肝经的症状，因为肝主怒，如果受热时，情绪会非常不好，手足会燥劳，没法好好的睡觉，【庚辛甚，甲乙大汗】，甲乙丙丁戊己庚辛，甲乙是木，丙丁是火，戊己是土，庚辛是金，壬癸是水。那肝病时遇到庚辛日，金木相刑，就是最不好时；那遇到甲乙日，肝是甲，甲乙，肝是木，遇到甲乙是病要起，是会大汗，如果气逆，气逆是人脚是冰冷的。遇到气逆时，庚辛日是死日，所以要看，糟糕，这个人气逆肝病，看黄历，再几天就庚辛日了，那要看看《黄帝内经》对与错，就等他死掉，这真是正确。【刺足厥阴少阳。】这时就刺，针灸可以做，刺足厥阴肝经跟足少阳胆经上。如果气逆时头痛，一阵一阵的头痛，【员员】阵阵的头痛，脉冲脉引，脉气冲到头面上，冲上去头面时，是一阵一阵，如果用刺法，到底是用子穴，还是母穴？不要，找原穴，原穴是管本穴，管虚实，都治疗，叫虚实皆拔，虚证实证都可以治好，所以我们讲肝经的原穴，跟胆经的原穴。阴经没有原穴，用俞来代表，所以肝经是太冲穴。

五脏的热，肝脏发炎，肝脏怎么治疗？用针灸。当然我们后面治病的手法很多，针灸只是一种，我们还有处方，张仲景他留下很多处方。271页，如果是心热，这个炎症的热证在心脏，刚开始，不乐，因为心主喜，心脏好的人很开心，你们看我就知道心脏很好。【数日乃热】，刚开始就不乐了，几天以后热开始发了，【热争则卒心痛】，因为心本来就是火，本来就是热，热跟火怎么区分？很简单，天上照下来的天阳是热，所以外面一感觉到是，怎么那么热，这就是热，这就是热。火就是看到火，火在烧，这两个不一样，这热跟火中医里面是不一样的定义。所以我们有祛热的药，有降火的药，这是两回事，不一样的。心本来就是象火，那现在又热，【热争则心痛，卒心痛，烦闷善呕，头痛

面赤】，这时心脏受到伤害，所以整个心里的阳都往外跑，那心主得是什么？红色。变得【无汗】，心主汗液，心受伤时，太燥热了，汗没有了。遇到壬癸，壬癸是水，壬癸日会危险，为什么？因为心是火，遇水克火，遇到丙丁，丙丁是火日，丙丁是大汗，就是病起，会看到起。这时气逆，脚冰冷，【则壬癸死】，这时候针刺的手法，【刺手少阴太阳】，手太阳。一般在四肢上取穴时，都是以原络穴，就是主客治疗，原络治疗。

272 页，脾上热时，头先重，因为脾主湿，人没有痛，就感觉到身体很沉重，头也重，只要病人讲很沉重，就讲脾脏，因为脾主湿，湿很重的，如提一桶水很重，非常的沉重，两颊痛，烦心，这时颜青，脸会发青，为什么？因为脾热，热就是太过了，土会反侮到肝，肝脏的青色会被表现在脸上，欲呕，脾脏有问题，一定恶心吃不下东西，因为脾主湿。那湿时，从胸膈的这边，脾脏在这个地方很大，如果湿很甚会顶到胃，就脾脏肿大了，顶到胃，那胃里面受到压迫，呕，恶心，就会吐。

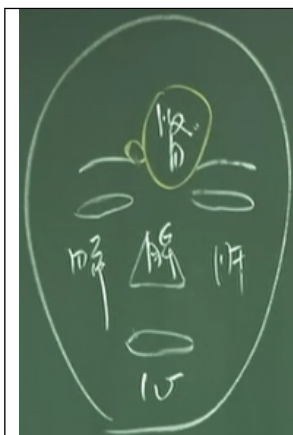
【倪师内经 42 视频同步文稿】

这种热证都会有身热的现象，【热争则腰痛不可用俛仰】，热太甚为什么会腰痛？很简单因为脾主肚脐（以下），这个肚脐在这边，少腹是脾脏在管，那脾湿很盛时，下面湿很盛，热争时，腰在把肚子拉到，如果湿太甚时，肚子会往下坠，这时病人会有腰痛，牵扯到了痛。那腹满，这是脾脏的，【两颌痛】，遇到甲乙时，甲乙是木日，木克土，戊己时是本真，属于跟它相同的，是大汗，【气逆则甲乙日死】，这个气逆，为什么讲手，这个脚冷，因为我们讲会死的都是阳绝了，阳气要绝了，阳气绝时手脚，尤其脚，手的末梢都是阴阳交汇的地方，那阳绝时，阳开始绝时，脚开始冷的，从末梢开始往身上冷，末梢往身上冷，当然会出现死症。【刺足太阴阳明】，太阴阳明的穴道，也可以选穴，三阴交、足三里都可以，无所谓补泄。

【肺热病者，先淅然厥起毫毛】，皮肤先感觉有一点点冷冷，因为肺主皮毛，汗毛就立正起来。【恶风寒】，风吹到很难过，只要中医一讲到风，脑袋里第一个就跳出来，就阳，风就是阳，所以，肺是上焦，心肺的地方，胸是阳的地方，所以感受，皮毛，恶风寒，很讨厌风吹。【舌上黄】，肺在管舌苔，所以肺一热时，舌苔就黄了。【身热】，五脏热都会有身热的现象，【热争则喘咳，痛走胸膺背】，就是走胸背，从胸部这样环绕一圈到背后，这是奇经阳维脉的地方，如果病人没有维脉痛，可是没有身热，没有肺热，这是维脉痛的痛，下针外关痛就去掉了。那病人有肺热，也会引起阳维痛，不能喘息，没法深呼吸，不得太息是没法做深呼吸。头痛很重，因为阳受损，一直往上冲，头会非常痛，【汗出而寒】，肺主皮毛，肺一热时，毛孔就张开了，毛孔一张开，汗不断的流，会感受到外面的寒，因为阳热一直往外走。【丙丁甚，庚辛大汗，气逆则丙丁死。】这时可以针手太阴跟阳明。【出血如大豆】，如果要出血，大多就在井穴上放血，诸位记得，凡是热证，井主心下满，井穴主心下满，荣穴主身热，这是针灸大成里面五俞穴，荣穴可以下针，荣穴非常好，那也可以在四肢末梢，这种祛热的方法很多，四肢末梢经脉的地方有青筋冒出来的，有淤血冒出来，青脉冒出来，都可以放血，一放热就退掉了。

273 页，肾脏有热，这就肾发炎，急性肺炎，刚才好象肺炎一样，现在是肾发炎，有热的话，刚开始腰痛，脘 hang 就是足胫的地方，脚颈的地方，过去脘是牛的背。如果摸摸脚颈就象牛背一样，胫骨那边酸痛，非常的渴，一直喝水，身热，因为肾主金津玉液，金津玉液是指唾液，所以肾脏有问题时，嘴巴有点燥渴，病人每天晚上起来，嘴巴很干燥，我们一看就是肾脏，因为津液没有了，因为肾主唾液，唾液没了，肾脏有问题。现在不是，想想看，中午在外面吃了味精，味精吃了就整个口干了，吃味精伤肾，所以就不要吃味精。【热争则项强】，因为太阳膀胱经跟肾经是表里经，可以看到项寒，脚的胫骨那边是冰冷的，病人脚是冰冷的。【足下热，不欲言，其逆则项痛】，足下热是什么意思？正常应该是脚底的地方是热的，脚背是冷的，脚底跟脚背都热起来，就不对了，太热了。肾热的话，戊己日甚，土日会严重。所以最后一句话，【诸汗者】，所有会发汗的，【至其所胜日汗出】，克的日子就象壬癸会有汗的现象。

274 页，我们把人身上的图背上去以后，在中医的内经理论，左边是肝，下边是心脏，中间是脾脏，右边是肺脏，肾脏在上面，这是木火土金水，五个脏的位置。如果肝有热时，【左颊先赤】，左边的颊先会看到赤色，心热时，这个颜是指额头，不在下面，这时水火是相反的，就象《易经》里面到后面时，这个是水火，火水未济卦，倒过来就是水火既济卦。遇到水和火时会相反，相反过来，火气会往上冲，造成上面是，额头前面是红色的，正中央的地方是红色的，当然如果看到这中间很好，只有眼角上方这边，攒竹



上面一点点红了，那是痔疮，不要说这个心热，在正中间那边是红，这个角就不是了，我们很多望诊，一看就知道。

脾热的话，【鼻先赤】，因为热就是红，赤色。肺热的话，右颊先赤；肾热病的话，颐就是下巴红起来，所以看到下巴红，老师是心，没有，心本来就是红色，这是肾脏，然后刚好这两个心肾是反过来，是未济。病还没有开始发，你看到脸色，知道他要发热病了，先赤，这是治未病。

所以看到颜色时，还没有发热病的，还没有发炎时，赶快先吃啊，就不发了，这是上工治未病，望诊可以看到的。热病从这个部位看到时，看到时，【至期而已】，【刺之反者，三周而已】，

意思就是如果刺的方法不对，刺错了，也变成三期，三个周期才好，正常时，应该是到期，到最旺的就会好了，可是如果刺错了，还是会好，但是时间会拉得比较长。如果严重的逆刺，刺的方法不对，病人会死。所有当汗者，【至其所胜日，汗大出也。】这就是前面都介绍过，什么时候大出，【诸治热病】，我们在治疗所有的热病时，我们下针之前，让病人喝冷水，大量喝水，喝完以后下针，然后衣服要穿得薄一点，住得地方要冷一点，不要太热，这是治热病的方式。

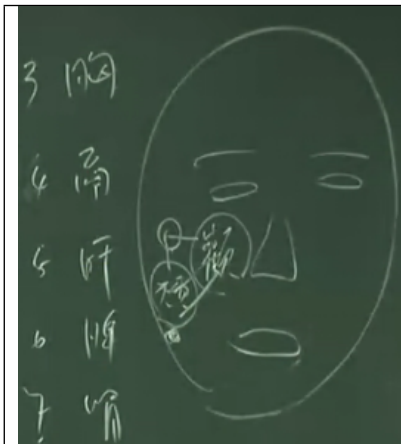
第二节 五十九刺、热病气穴

后面这一段讲五十九刺，《黄帝内经》第六十一篇水热穴论，讲的就是五十九刺。前面的热病，如果胸，刚开始这个发热，从胸胁开始时，【刺足少阳，补足太阴】。如果是从手臂开始，始手臂痛，如果热病，刚开始手臂开始痛时，刺手阳明跟太阴，胸胁痛是肝和胆的地方。如果是热痛始于头顶的这边，头顶就是太阳，就刺是太阳汗出。如果始于足胫，足阳明胃经是连着足胫的走，刺足阳明。【热病先身重、骨痛、耳聋、好瞑，刺足少阴】。身重代表太阴，可以在太阴上做，但是后面的骨痛跟耳聋，还有眼睛会发黑，这种都是少阴证，刺足少阴。病严重是五十九刺，后面会介绍。

276 页还是在讲热病，太阳的脉，我们如何知道是热病？如果是太阳的脉，颧骨那边是颜色很浓，很鲜，很光亮，这都是热病，热病会在脸上看出来，这是【荣未交】，就是血还没有交接过来，这种完全是阳热，这时【今且得汗】，凡是热病在表，都是汗解，太阳经都是汗解。如果【与厥阴脉争见者，死期不过三日。】平常太阳脉是阳，所以寸脉应该比较浮一点，寸脉是阳脉比较浮一点，头，寸主上半身，比较浮一点。现在和厥阴脉相碰到在一起，厥阴脉相争，【死期不过三日】。如果病已经连到肾的话，少阳的脉色。太阳有时连到肝，因为太阳是木之子（太阳寒水），也会连到肾，因为膀胱经跟肾经是表里经，这些都是在经脉上面。如果是血未交时，都是得汗。如果太阳脉和少阳争见时，死期不过三日，不是三天，象这种脉表上时，都二十一天，没有那么严重。都是汗解。

这里热病的气穴，比较重要。【三椎下主胸中热，四椎下主高中热，五椎下主肝热，六椎下主脾热，七椎下主肾热】，这个穴在骶骨那边，骶骨是背后的，尾椎骨这一带。为什么？前面不是讲肺是在第三椎，第四椎是厥阴俞，第五椎是心俞，第六椎是督俞，第七椎是膈俞。现在怎么都往上走了？原来肝在第九椎，现在跑到第五椎，脾在十一椎现在跑到上面，肝胆脾三焦肾，那现在跑到上，脾热跑到第六椎了，肾热本来第十四椎，现在跑到第七椎，为什么？因为太阳受病时，如果这个病结在背上，太阳经跟督脉是连到的，它进入督脉时，一热起来时，热得本性就是往上冲，所以在头面上就可以看到颜

色，这督脉上，原来肾气在下面，都会往上升，所以不能按照督脉这第几椎第几椎，它是往上升，要往上调这意思。这热病的气穴，所以在遇到热病时，再按三四五六七（椎）时，得到的结果是不一样的。这是热病有气穴的位置，那这个气穴的位置，可不可以下针？当然可以下针，除了帮诊断以外，都可以下针的，所以如果不记得，但在背后按，督脉有压痛点，在督脉的旁边、两边都可以下针，在它的俞穴上下针，甚至这个督脉都可以直接下针，直接下针不要想尽办法钻到骨头里面去，那么麻烦，就扎到碰到骨头就可以了。记得散热时，起针时不要扞针，不要把针口按到，针直接拿出来，让气漏一点出来比较好。【颊下逆颧为大瘕】，大瘕就是腹里肚子里面长东西。



我画个图，这是颧，颧的位置，这是颊的位置，这两个位置刚好，角是这样的，位置找到以后，如果是颊下逆，这个颜色由颊往上逆，赤色的往上逆，这就是腹中有硬块，一般子宫肿瘤都可以看到，肚子里面有硬块；如果此色在下颊侧，就颊车的穴道，就是腹满，肚子胀满；如果是在颧后，颊的上方这个地方，看到赤红色，膈上，这个位置是胸膈的位置，热在这一段，这是正面可以看到，背后，就是刚刚讨论的，从第三椎到第七椎，讲的是胸膈肝、脾、肾。所以胸膈就是膈膜，中间的横膈膜，然后肝脾肾，对应背椎三四五六七可以找到，知道这热性病，这个热从哪

里来，我们可以断，所以这个热其实就讲炎症，简单讲就是现在西医炎症，肝炎，肾炎，肺炎，胰脏发炎，脾脏发炎。

第三十三篇 评热病论

第一节 五脏化液、劳风

第三十三篇专门讲热，现在还在热上面。黄帝就问岐伯【有病温者，汗出辄复热而脉躁疾，不为汗衰，狂言不能食】，这是什么意思？一般热证，发表的药一开，汗一解，热就没有了，就好了。现在不是这样的，一发表时，病人更烦躁，不但烧没退，烧会更烧，脉会跳得更快，病人更烦躁，病情不会因为用汗解而好，而更严重，反而造成了，【狂言不能食】，就是津液整个伤到了，这是为什么？岐伯说这病叫【阴阳交，交者死也。】也就是因为这一条，造成温病派不能吃汗药！不能吃汗药！吃汗药吃得人死掉！怎么能，很多药，我们需要汗药，岐伯也讲了，不用啊，一律不用。所以温病派，当你来念《黄帝内经》时，就你知道，几千年下来，到温病派时候，就是怕，担心，怕。结果病人治疗的时机跑掉了，滋阴的药下去，不敢开汗药时，发汗的药，病人会病更深。只要确定，怎么会失手？我到现在没有说，开汗药，人家那面发躁，手脚抽筋啊什么，没有这种事情的！一定要辨证准确！病人这种现象，就特别一个名称，叫【阴阳交，交者死也。】黄帝说，讲详细一点听听看。第379页，就是讲南派，南派的医生，温病派的看到这个，就是看到这个，不敢用了，不敢用汗药了，不能发汗，不能发汗就来了。

岐伯开始下定义了，【人所以汗出，皆生于谷，谷生于精】。天地的精华产生了五谷杂粮，人的汗的来源，就是来自于谷，谷味的精，现在，病邪气交争在骨肉之间，而得汗者，交争在四肢表面，在身体的表面时，还没有到内脏，会得汗的【是邪却】，病要退了，精要胜的现象。所以汗，流汗，汗的源头是这样，病还在骨骼经络之间，当然要用汗解，那是邪却，因为邪还没有进入脏。如果【精胜则当能食而不复热】，人体的精气回来了，【复热者】代表邪气在。如果汗解了，结果病人烧没有退，热又加重了，这时【汗者精气也；今汗出而辄复热者，是邪盛也】，病邪盛，【不能食】，【精无俾】就是精不够，精不足了。如果留者，如果这个病持续呆在里面时，会影响到寿命。热论专门说【汗出而脉尚躁盛者死】发汗了以后，病人会脉躁，速度非常快，这是死症。现在脉不与汗相

应，就代表发汗不能够把病去掉，死很明显。【狂言者是失志，失志者死。】都是死症。【今见三死，不见一生，虽愈必死。】

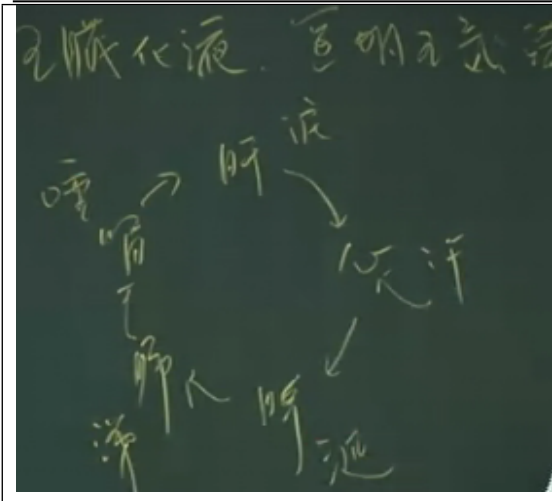
这一段提出三个死症：第一个，汗出时，发汗了，热又回来了；第二个死症，脉非常的急躁，又躁，快速又急；第三个就是狂言不能吃东西。当用汗解时，病人出现这三个症状，代表阴阳交。代表津液，身体的正常的精没法胜过病。也就是因为这样，他们南派的医生，不敢，就开始什么，这个连翘、银花，就是很温和的药，浮萍，很温和的药，就出现了，就不敢大汗解。

诸位在用汗解时，记得一个大原则，只要津液在，都可以汗解。我们在刺热论里面讲得很清楚，当我们要用针灸去刺热时，我就跟病人说，大量的喝冷水。那有时遇到一些症状，比如，这个是灵机，当知道这个原则以后，举些案例，比如过去中国人舟车劳顿，坐船，坐车，在船上夏天，就在晚上在船上聊天，白天摇桨划船在黄河、长江上很热，天气很热，那因为那个划船的，身上的汗流得很多，这时，阳明燥热，燥热时晚上，因为以前船就是长成这个样子，客人就在里面，船夫就在旁边就睡了，第二天再继续摇。晚上江上河面上冷风，因为是水，冷风。白天，是大汗出，晚上那边冷风吹，伤于寒，结果你一看病人，糟糕，燥热，口干，里面津液都没有了，再一看他表寒，冷得要死。你心里想，这个是麻黄汤证，我要用回阳汤，麻黄汤又叫回阳汤，下麻黄汤，一下不行啊，下了他津液没了不很危险吗？那给他喝大量冷水，或吃水梨，水梨是肺的果，因为汗发出来时，是从肺走到皮肤表面上去，这种都是临床上辅助的，你不能说，看到说，老师这个人津竭的，可是又要汗，又要汗发，就不要治了，麻烦了，又没有津液，发汗又死，不要干这个事，有很多方法在下手给病人汗，发汗的药之前，先把津液给补一下，都可以，我们处方的剂量都很有技巧。

第 280 页，【有病身热，汗出烦满，烦满不为汗解】，为什么？烦满比如足厥阴肝经，很多都会有这种烦满的现象。【汗出而身热者，曰风】，汗流出来后，这是风厥，【汗出而烦满不解者，厥也，病名曰风厥。】所以一般热病得汗则解，如果得汗没有解，身热，风才会热，风热。那这个热，再详细说一点，281 页，岐伯再做解释，【巨阳主气】，就是太阳先受气在表证，肌肉，在我们的项背，背的地方，先受气时，先受邪时，因为少阴和太阳是表里，读过针灸现在很了解，动作就很快，足太阳膀胱经跟足少阴肾经是表里。当【得热则上从之】，肾经的津液会往上，就会下肢冰冷，而造成逆冷的现象，那遇到这等于是太阳跟少阴并病，太阳跟少阴同时合并，那如何治它？表里都可以刺，我们开点汤药给他喝。

刚刚前面是讲风厥就是发汗，病后发汗，得了汗还热，诸位不用担心，我们在讲伤寒论时，这就是风热的处方，我就这样讲完了，张仲景已经帮开好了，所以会很简单，如果在汉朝之前学的话很累，汉朝以后学就很简单了，他已经解决了大部分，那少部分没有解决，那我也把它补足进去了，不是没有解决，一定是他的徒弟很粗心大意，没事拿着师傅的竹筒出去，过门槛摔倒，竹筒散了，收回来就乱摆。我再重新把它摆回去。所以风厥，这就用处方了，风热一剂就好了。

劳风，什么叫劳风？就劳动以后得到的风，那工人就很多得，工人，砍材的樵夫，划船的，摇橹的，这都会有劳风，建筑工地的工人，都会有这种现象。【劳风法在肺下】，肺下是什么？就是肾，肺是金生水，就是肾，【其为病也，使人强上冥视】，肾主唾液。



唾出若涕，唾不从嘴巴出，从鼻子出，因为是肺，这个水反逆到津上面。所以原来的唾应该是从口出，现在是从鼻出。【恶风而振寒，此为劳风】，劳风的人，都是在做劳力的工作时流汗当风，劳动叫劳风。还有行房事也是劳，很辛苦啊，行房事结果冷气开着对着吹，劳风。治很简单。

五脏化液，出于《宣明五气论》，在前面我们介绍过的，讲到，肝、心、脾、肺、肾，五脏，这（肝）是流眼泪，心是发汗，汗是心之液，心上的液，脾是涎，肺是涕，喷嚏的水，肾是唾液。所以有时病人会流涎，比如中风，口水往下流，有时睡得很深，会把枕边弄脏了，就是涎。

【内经 43 视频同步文稿】

涎是脾脏，这是五脏化五液。如果有个病人眼泪那么多，肝，就讲完了；嘴巴怎么那么渴，肾；流汗不止，心；汗不流，也是心，要正反两面看，中医就是这样。如果是劳风，因为劳动，中间受到，感受到风寒，怎么治？

第 283 页，岐伯说，【以救俛仰】。怎么叫以救俛仰？就是站到，不需要药了，站到，深呼吸，吸气，身体挺起来，吐气，身体弯下去。吸气，身体挺起来，吐气弯下去，就这样，引天阳气会进入肾脏。所以做深呼吸，同时弯曲身体就可以了。太阳，【巨阳引，精者三日，中年者五日，不精者七日】，就是年轻的人，如果是那个俛仰这个动作，深呼吸，弯下去吐气，起来时吸气，年轻人三天就好了，中年者五天，不精者就是已经没有精子了，那要七天，要一个礼拜，就是老年人，老年人体力比较差。

如果出现症状【咳出青黄涕】，咳出来的浓涕，痰深黄色，深青色，深黄，象脓非常浓稠，【大如弹丸】，这有从口，嘴巴出来，有从鼻出来，所以不一定。如果不出浓涕，就会伤到肺，【伤肺则死也】。所以当有劳风时，想办法，要把肺里面痰吐掉，吐掉就没有问题，那吐的方法，这是一个岐伯的方法，在介绍针灸的方法，是发“四”肺，“四”可以把肺里面的痰吐掉，那我们有很多处方，可以把肺里面痰攻掉。

黄帝【有病肾风者】，就是脸都肿起来了，这个造成语言都讲不清楚了，这个可不可以用针灸？岐伯这里替针灸下了定义，【虚不当刺，不当刺而刺】，如果不当刺而刺，五天以后，这个病又再发。所以一般针灸，遇到虚证时，能不刺就不刺，太虚时不刺，用药物。

第二节 风水病、卧蚕

284 页就是，如果这个病气又再复发，怎么办？状况如何？到时候那个再复发的病，岐伯就说了，呼吸会非常短，因为津液不够了，津液伤到了。有时热会从胸背上至头，为什么从胸背上至头？胸是胸阳，阳应该往下沉，阴往上升，这是常态，而现在是肾风，肾受到风寒了，这个阳下不去，它就往上走，所以从胸背一直到头上，【汗出手热】，这是津液伤到，肾主唾，津液伤到，造成【口干苦渴】，非常的渴，【小便黄】，眼袋下面是肿的，眼袋肿的象卧蚕一样，很大，一个象蚕，蚕宝宝一样在这边，非常光泽，这是水肿，有积水的现象，就会有这种事。那腹中，肚子里面有肠鸣，肠鸣的现象，这个是积水，全身都沉重，那女子月经就没有了，【烦而不能食】，不能正躺，正躺就咳嗽，这个病名风水，治，这个风水，诸位记得，常人，所以一定要记得什么叫常态，肺是在胸阳的，这个胸阳这是阳中之阳，往下沉，下沉是吉，是正常人是吉。当下面是寒湿时，肺阳没法下降，它就会回逆，下面整个是冰冷的，寒的。那一样，奶水下来，到这边冷，停住了，冲脉，任脉就不通，这是回逆，回逆这时，下面是冷的，所以月经就没有了，月经没有，我们中医认为，月经就是奶水，奶水没有下来，月经当然就没有了。西医不一样，一看，打发女性荷尔蒙，打黄体素之类的，逼月经来，不晓得是因为里寒造成的。

不能正躺，因为阳气正在回逆时，一正躺，气冲上去，冲到肺里面去，咳得更厉害，所以要侧边来，因为气很轻，侧躺的话，气就浮过来，就不会正冲肺，从旁边走，就侧躺可以，正躺没法。

285页，岐伯说，【邪之所凑，其气必虚】，当邪气聚集在一个地方以后，正气一定是虚的。所以人身上没有空间，没有所谓空的地方，正常的人里面是正气在这边，邪气来时，正气就虚掉，一定是，不会说，有的地方空了，正邪都没有，没有这种事，所以邪盛的地方，正气一定是虚的，这是一个基本的概念。从这个概念来看时，如果一个人阴虚了，【阳必凑之】。比如这个阴指的是血，指的是脏，如果血不够了，就是阴虚，那阳会凑进来，阳会挤进来，所以表面上看到是阳证，会有【少气时热而汗出也。】这个对照前面的那一段，就是284页，岐伯说，如果病气再回来时，一定会少气，同时会发热，就是这个意思。因为津液伤到了，阴经伤到的话，阳气会补进来，这时呼吸会非常的短，见到热而流汗。阴阳如果协调，在肺里面时，只有运动才会出汗，否则阴和阳在肺里非常的祥和，应该不会没动就会流汗的现象。

小便黄，我们就知道腹中有热。那临症上看时，我们要知道肚子里面有没有热，常常就问小便，小便好不好啊？颜色是什么？这时腹中有热，不能正躺，就是胃中不和。因为中间是寒湿的，躺下去时，胃气往上升，造成不和睦，正躺就咳，那个气会上迫，逆行，本来是肺气应该下行，结果没下行，逆气而行，当然会造成咳嗽。所有身上的水气病，眼袋下面一定是浮肿的，眼袋下面浮肿，就是水气病。这都是望诊，中医叫望而知之谓之神。眼睛看过去，这个眼袋下面是肿的，但是这个黄，而且是光鲜时，这个就不是，不要跟他说，你这个是水肿，不是啊，他是子息很旺，左边眼袋，男左女右，左边的眼袋非常光鲜，代表他出贵子，他对儿子很骄傲，有这个儿子，左边眼袋。右边眼袋下方很光鲜的话是女儿很优秀。如果左边是黑的，可能孩子就，这个没有儿子，或怎么样子。那所谓的水气，就是这个地方，这个眼袋，就好象个水泡一样。那个横的，象卧蚕的水泡，泡泡的，那就是水气。那现在有的人，做脸把眼袋弄掉，照样来，弄掉，弄完照来，他弄不掉。如果一个女的，听这个女的她去拉眼袋，就拉了半天，眼袋还是回来，她就跟医师抱怨，在那边听时，这个是水气病，有水肿。

286页，岐伯说，【水者阴也】，眼睛下面是阴，【腹者至阴之所居】，所以【水在腹者】，一定会目下肿。现在解释的下定义，【真气上逆】，真气应该往下走，现在往逆，就造成【口苦舌干】，卧不得正躺，正躺则咳出清水。诸水，所有的水病者，【不得卧，卧则惊，惊则咳甚。腹中鸣，病本于胃。薄脾则烦】，这时脾比较薄，薄脾，东西吃不下，吃不下，肚子在中间，胃脘中间有寒隔在中间。所以当寒证出现，下面寒时，阳气没法下降时，造成了那么多的症状。这会造成【身重难以行】，因为胃脉在脚在足上。读《黄帝内经》时，有时胃把它当成小肠看，有时胃把它当成就是胃看。这里就下了定义，这就是中医从头开始，会去解释，奶水就是月经，都从《黄帝内经》来的，【月事不来者，胞脉闭】，就是冲任，冲脉、任脉被挡到了，因为寒，下身寒。【胞脉者属心也，而络于胞中】，所以心脏在管月经，当心脏力强时，心胞直接络在胞中，所以任脉，胸腔里面的，肺里面的津液就进入乳房，乳房（奶水）变成白色的，然后顺着冲脉、任脉下降，到子宫卵巢里面去，这是心脏在控制它时会这样做。如果是气逆时，下焦是冷时，气上迫肺，心气不得下通，所以月事就没有了。这里明确的告诉我们，月经就是奶水，出自《黄帝内经》。

第三十四篇 逆调论

288页，这是逆调论篇，《黄帝内经》第三十四篇。黄帝问我们有发生温病，有发生热病，如果热而造成烦满，这怎么解释？岐伯说【阴气少而阳气盛】，阴和阳，这从头到尾《黄帝内经》就在讲阴和阳，当阴的津液不足时，阳气就会过盛，所以看到阳热，表面上都是热证，心烦口渴，都是热证，实际上他是因为阴不足，那阴专门是制阳的，控

制阳，现在阴不足的话，阴没法制阳，阳气就会往上走。

黄帝说，那既然这样是热的话，那有一种热，穿的厚的衣服还是冷，穿了薄的衣服也是冷，穿再厚的衣服还是冷，那这个寒，为什么是这种现象？这个寒是代表体内生的，所以表寒和里寒不一样，里面生的寒跟表面伤的寒，要分清楚，如果是表寒时，我们有表寒的药，里寒我们有里寒的药，这个不一样，这个是寒，现在讲的是寒。

第一节 痹气、骨痹

289 页，他说这类型的人，衣服穿得再多还是冷这种人，多痹，痹气。《黄帝内经》里面有两个字，这个痹 bi，这个痺念 bei，这是因为这个人平常阳气就较少，阴气较多，阴津比较多，所以造成，平常表虚的现象，因为阳不足，阳本身是固表，就是皮肤表面上毛孔能够收缩起来，是因为我们有阳在那边，如果没有阳的话，就汗流不止。所以因为这个人阳不够，阴气较多，平常这个人就是这样的，这种类型的人，本来阳就比较虚的人，再受到风寒，就会感觉到身体的那个冷，从身体里面冷出来，冷出来的现象，这是岐伯给他的解释。

289 页，有的人，黄帝说，有的人，手脚都是热的，遇寒风中表，皮肤象火烤一样，这个讲四肢热，我们讲的定义，手足温热，常人是，手掌和脚掌是热的，手背和脚背是冷的，那现在脚背，四肢热，整手都是热的，手脚都是热的。那，遇到风寒吹时，好象火在烤，这是怎么回事？岐伯就说，这一类型的人，本身是【阴气虚，阳气盛】，本来是阴虚阳盛的，前面刚刚讲感觉冷是，本身是阳虚阴盛的，现在反过来，因为【四支者阳也】，手脚同时属于阳，那本身就阳气盛，那现在感受到风寒，这个感受到风寒，两阳相搏，这个阴气更少，这时，水就不能胜火。那只有独阳，有阳，独阳在那边，所以这个会感觉到手足很热，烫，象火烧一样。那独阳者，不能生长也。这个阳独时，肌肉不会生长，肌肉里面很多，津液很多，所以如果看到一个人跑来，他的肌肉不断的消瘦，没有原因的消瘦，然后手脚又燥热，讲的就是这里，这个阴气虚，阳气盛。那我们要把这个，这个阴阳要调和，调回来。

290 页，黄帝说，有一种人一年四季，他永远觉得都是冷的，那这种冷，把他丢到热水里面去，他还是冷，到烤箱里面去他还是冷，穿很厚的衣服，他还是冷，都不能温，但是他就是不会抖动，道理说冷了会颤栗啊，他不会，那这是什么病？

岐伯就分析，各种不同的人，得了不同的症状。这类型的人，就是平常就是肾气很盛，【以水为事】，他在水里面工作，很多这个在水里面工作的人，脚踩在水里面，或是潜水夫，很多本身在水里面工作的，那这一类型的人，他在工作时，太阳气衰，因为汗流出来，正当在水里面，他流汗，同时身体在水里面，就会造成寒水跑到肾脏里面去。那阴液过多时，肾脏阳就会不够。【一水不能胜两火】，寒气一直进来，两火就是心和小肠的火，这时不能够胜它，那里面的阴寒比较重，所以这时肾，【生于骨，肾不生，则髓不能满】，因为我们中医认为，肾生髓，髓生骨，骨里面有髓，这都是相通的。那太寒时，骨髓里面都是冷的，冷从骨髓里面冷出来，【寒甚至骨】从骨头里面冷出来，【所以不会冻栗】不会颤动，冷时手脚会发抖。为什么？【肝是一阳，心是二阳，肾是孤藏，一水不能胜二火，所以不能冻栗，病名曰骨痹】。

第二节 案例：风湿关节炎

这种人关节都会肿大胀大，这是风湿关节炎的来源。所以风湿关节，举例，比如妈妈，很多太太得了风湿关节炎，为什么？她站在厨房里面，吃完饭她要洗碗，没有洗碗机，以前都用手洗，手都泡到冷水里面，过一下，那边要炒饭，她就跑过去炒饭，那手就是热，过一下这边，又在冷水里面，那一下子热一下子冷，一下子热一下子冷，这寒就会进到骨里面去，因为并不是真正的受寒，所以她不会抖，不会发抖。真的寒都会发抖，现在跑到外面去，衣服穿少一点，那边抖，抖是正常，不抖不正常。因为他里面很寒很盛了，所以这时外感到风寒，他并没有感觉，因为里面本来就是寒了，所以他不会

颤动，就是这个意思。所以我们看到，骨节里面肿大时，知道是寒在里面，我们处方就开去里寒的药就可以。

所以【以水为事，】不单单是指一些在水里面工作的，还包括家庭主妇，手泡在冷水里面，所以很多妈妈们的手，都是手类风湿，那肿起来，关节肿起来，都是这样来的。

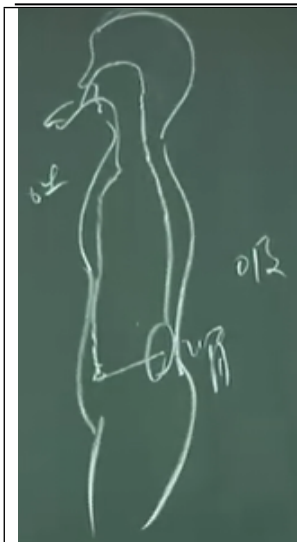
291页，这个人肌肉麻痹的，沉重，有的人即使靠着衣服他还是感觉麻痹的，这种现象是什么？岐伯说，这种现象，【荣气虚，卫气实】，荣讲的是血，卫讲的是气。温病派就用气血荣卫做辨证。伤寒家不是，伤寒家用六经辨证，所以我们辨证非常精准。那你荣和卫时，气跟血，荣就是血，卫就是气，搞了半天还是一样的，光靠这两样完全没法辨证，所以他们辨证的方法不对，下手的处方当然不对，细腻比起来的话，那我们经方，用经方，用的《黄帝内经》做最高指导原则，做生理学，病理学，我们从这个角度下手辨证，几乎十治九愈。

【荣气虚则不仁】，就是血气较不足时，肌肤就会麻木不仁。【卫气虚】，阳气较虚时，卫虚时没法出力，就没法使用它，如果两个都虚，就不仁不用，这个想就知道了。所以有的人看到肌肉都很好，但是他就麻痹沉重，不能使用它。当手脚不听使唤时，病人来或到医院去看病人，把他手拿起来，他手就掉到床上，拿起来就掉下去，讲的就是这个。四肢管的是全身的阳，经方来看，全身的阳，那四肢管的是，肠胃在管四肢，所以吃饭后有力气，现在把他手拿起来，就掉下去，脚拿起来，就掉下去了，这个阳已经没有了，这时动能没了，就是这里讲的。那我们再去看看他的眼神，一看失神，不识人，神志也没有了，这种人死定了。所以，我们用经方时，就会看到，一个人形失了，外形失了，比如肌肉变形了，积水了，累积水了，手也没有力量了，形已经失了，或他肌肉瘦掉了，形失了神存，眼睛终究有神，一下子救回来了。那有的人形存，形很好，肌肉都没萎缩，眼睛没神了，只要神失，病人都危险了。所以神比形重要，这是大原则，那有没有神，你比较难体会，可是碰到病人就知道，这个是神没有了，有时儿子进去，他妈妈都不认识儿子了，这就是神没有了，眼睛瞪得大大的，目光呆滞，神就没有了。

第三节 气喘之吸吐

292页，黄帝问有气逆不得卧，而呼吸声音很大的，那有的不能躺下去，但是没有声音的，也是不能卧，但是呼吸没什么浊音的。那有起居如故而呼吸有声音的，也有的人可以躺下去，走路就喘气的；也有人不得躺下去，也不能走路，而喘的；【有不得卧，卧而喘者】，这是哪个脏造成这样？其实诸位，这个很简单，只要想气不得卧，有声音的。这是因为胃气上逆，造成胸腔里面浊气很多，所以呼吸声音就很大。有的人不能卧，不能躺下去睡觉，声音呼吸很好，代表气没有力，只是一般的失眠。

【有起居如故息有音者，】这是肺正常了，起居很正常，呼吸里面有问题的，肺的络脉。有的人躺下去可以，走路，一走路就会喘，这是肺气不得下降，人在走路时，做深呼吸，正常的人肺气下降，清气一直往下降，逆气就会喘，气下不去就会喘。有的人不得卧而喘，大部分都是肺。他就讲了，就是胃是六腑之海，其气下行，如果阳明逆，阳明胃气反逆时，无法躺下，《下经》说【胃不和则卧不安。】也是治胃。起居如故，一般正常，还有声音的，就络脉。



当出现喘，是吸气吸不进来时，病在肾，肾管吸；吐气吐不出时，是肺。所以治疗一个喘，有吐跟吸。问病人气喘，呼吸很短，请问觉得吸进去比较困难？还是吐出去比较困难？没想过，他的感觉就是这样，吸，他就告诉你，肾脏啊。所以，喘气不是单是肺，肺只管吐气，肾脏要好，才能吸得饱气。

所以吸气，因为中医的观念是，鼻子吸进来以后，沿着气脉，一路直接达到肾脏，这是吸，吐气时，这个气会回到关元，走任脉，一路上来到胸腔，再从鼻子、嘴巴出去，这是吐。吸，从后面下降，吐从前面上升，这是常态。那肾脏有问题了，吸气吸不下来了，吐气有问题了，肺里面有问题，原因就在这里面。所以治气喘时，一定要弄清楚，到底是吸气困难，还是吐气困难。

第三十五篇 疟论

第一节 疟疾、往来寒热

疟论第三十五篇。疟的定义，有的人定义成疟疾，往来寒热，打摆子，定义很多，都没有关系，中医是辨证论治，有症按照症来做。当然整篇介绍的，很象疟疾，那代表古代就有这个病了，不是现代有这种病，这种时疫，就象 SARS，或是禽流感，这种都是时疫。在过去，在二次世界大战时，中国非常多的疟，疟到处横行，用针灸的手法可以完全治好。

黄帝问，所有的疟疾，【皆生于风，发作有时，】有的人是一天发一次，有的是隔天发，有的好几天才发，发作时，有的人是忽冷忽热，有的先发冷再发热，有的先发热再发冷，这个症状那么多，但是都是风，风就是外感，有外面传进来的。【岐伯对曰：疟之始发也，先起于毫毛】，从皮肤毛孔进来，【伸欠】都是在太阳经，病在太阳，本来伸，打哈欠，伸腰，伸懒腰，因为是肾在管【伸欠】，太阳跟肾是表里，所以表证上会看到，【乃作，寒慄鼓颔】，就会有发汗的现象，【腰脊俱痛】，背痛，都是太阳经上痛，【寒去则内外皆热，头痛如破，渴欲冷饮。】发冷发热，一直在交换的现象，这里提到，寒的症状，病人会发抖，一直在抖，牙齿在打颤，牙齿骨颤，骨寒，就是牙齿在打颤。背后腰，都痛。那热时，发热时，头痛，渴，这是寒热发时，不同的症状。黄帝问为什么这样？

第 295 页，岐伯说【阴阳上下交争，虚实更作，阴阳相移。】这是阴和阳在争，虚实在抢，等于是身体的正气跟病邪在相争，相争时产生的现象。如果【阳并于阴，则阴实而阳虚，阳阴虚，则寒慄骨颤。】因为阳明经过牙齿这边，牙齿会打颤，为什么称为阳并于阴？我们阳，每一个阴，所有脏里面，每一个身上的肌肉，都是阴阳。如果我们用脏腑来分，脏：肝心脾肺肾就是阴，当然小肠、胃、大肠、膀胱就是阳；以肌肉来分时，那肥肉就是阳，瘦肉就是阴；那皮骨来说，骨就是阴，皮就是阳。随便怎么分，到处都有阴阳，这阴阳应该是很和谐的，也就是说，夫妻之间是不吵架，阴阳，那吵架打架时，就是相抗争了，相抗争的，就是这意思。如果阳太多，跟阴并在一起，并在阴脏里面，阴脏本来不应该受，就造成阴实阳虚。那阳阴虚，阳明经本来是多血多气的，阳明是很热，阳虚时，造成（寒慄鼓颔）这种现象。巨阳，太阳虚时，太阳经是阳很多，这多血少气的一个经络，如果阳虚时，血在太阳经里就停滞不前，这时就会背痛头痛项强。如果三阳俱虚，这时阴气胜，阴气如果很胜时，阴在骨头上都是阴，最深的地方就是阴，就会骨寒痛。这个疟症在发病时，有时忽冷忽热，疟症的冷，实际上从里面出来的，阴寒是由内生，所以造成【寒生于内】，所以表里外都会很冷。如果阳盛，当阳很盛时，造成外热；阴虚则内热，【内外皆热喘而渴，故欲冷饮。】所以这就讲就是寒，寒热，热时阳盛，冷时阴盛，但是要记得这个重点，阴，这个阴是从里面发出来。所以，那阳盛时，

病人这个津液发散太多，所以想喝东西。

【倪师内经 44 视频同步文稿】

我们就会问病人，发热时口渴不渴？口非常干渴。那发寒时打摆子时怎么样？冷到牙齿在咯咯咯打颤，腰背都痛，就是标准的疟。所以要问，问他就会讲。所以中医不是去摸脉，不要，去问他，那我没有啊，有忽冷忽热，可是嘴巴没打颤，牙齿没打颤，就是热下冷下，然后就是病热，这不是少阳证，半表半里时。太阳证出现时，不是热就是寒，当然有时有寒有热，互相交结着；当少阳证出现时，当病从外邪进入少阳时，在半表半里时，就会有往来寒热的现象。这是少阳证还是太阳证？太阳证也有热多寒少，寒多热少，处方不一样，那在少阳证往来寒热，那这个寒热怎么分？少阳证就多个呕，因为少阳主开合，门枢的地方，所以会影响到胃，因为忽冷忽热、恶心，少阳证。有往来寒热但是没有恶心这是太阳证，那这是病在肌表上，这里的疟不是，从里面发出来的，寒要冷到牙齿都打颤，伤寒论麻黄汤时伤于寒时也没有牙齿打颤，那只是表寒牙齿不会打颤，它是从里面出来，那个牙齿就在打颤了，背很痛；那热时，嘴巴渴得要死，疟，不要弄错了，这是疟症。

【夏伤于暑，热气盛】，就是暑天时很热，结果在外面乱跑，热气很盛，就是热气在身体里面，【藏在皮肤之内，肠胃之外，】本来就是夏天暑天很热时，得到暑证，这个热藏在肌肉、皮肤，肠胃的外面，没有进入肠胃，但是在肠胃和表的中间的地方，这个地方刚刚好就是血气停留的地方，这个热如果一直停在这边不走，平常就造成人们很容易出汗，皮肤容易打开，因为里面很热，但是这个热没有到肠胃，到肠胃热就变成便秘，肠胃的津液就没有了，在皮肤和肠胃中间的地方，这时夏天暑天时太热了。那秋天时又得到金的肃杀的气，汗出遇到风，或洗冷水，【水气舍于皮肤之内，与卫气并居，】正常人阳气白天是走在表面上，晚上是走在阴上面，这个阳气和阴气是交换的，白天阳气在外面阴在里面，晚上睡觉时阳气跑进去阴出来，因为阴在外面所以会比较冷，所以我们晚上要盖被子，这是常态。如果夏天，疟疾好发在夏天，吃坏肚子，打摆子，我们以前的疟蚊蚊子咬了都是好发在夏天。中国台湾省比较少见，如果在美国或在中国或北方，那真的是很厉害，天一变冷时是一只蚊子都找不到，平常夏天蚊子多，一冷天这个蚊子不见了，天气真的厉害。疟蚊这种解释是西洋的学说，中医不讲蚊子，认为夏天太热伤于暑，暑气还没有走，停在身体里面，刚好在皮肤肌肉跟肠胃的中间的地方，这是平常血气走的地方，这是造成里面已经有热了，那里面有热时平常就很容易显现，随便动一下就汗流很多，奇怪怎么那么燥热，这种体质热没有去掉，前面讲暑病来时，暑热一剂汗解就解掉了，那没有碰到经方家，吃温病派的药吃到寒凉的药，还是热，在那个地方，然后秋天了，一秋天时吹到风寒，开始流汗了，因为夏天没有流汗，秋天开始流汗了，一流汗受到风寒，或是洗冷水得到风寒，就是造成【得阳而外出，得阴而内搏，】这就往来寒热的现象，一天发一次。这是日作。

第 296 页，黄帝说，那间日作，隔天发作一次而不是每天发，也有隔日发作。那至于说是不是西洋人说的疟蚊造成疟源虫，在身体里叮到造成这样，其实中医不是认为，中医认为是暑伤，临床上你们自己去决定自己去看。岐伯说他的气，如果是间日，不是每天发，一天发一次寒热，这个就是病气还是较深的，不象前面讲的一天发一次的话病气较浅，当病气接近内脏，【内搏于阴，】刚刚讲的一天发作一次，病气在肠胃，接近肠胃，肠胃的后面就是脏，靠近内脏时【阳气独发，阴邪内著，阴与阳争不得出，】就会隔日发，因为它速度比较慢，病比较深，所以隔日发的跟一日发的不一样，一日发的比较浅，隔日发的病比较深。

297 页，有时发往来寒热打摆子，有时是延期，比如今天是早上发，本来是早上发，后来变成中午、下午发，或有时提前发，那是什么状况造成这样的？岐伯就解释，邪气客在督脉上，在膀胱经上面顺着督脉一路走下去。中医的观念的卫气的观念，一个昼夜都大会于风府。风府，狭义的定义就是脑后面的风府穴，广义的定义就是受风的地方称

为风府，举例，坐在车子里面，冷气一开，这时很热，手放到风口那边吹，受风的地方就是风府，这是广义的风府。今天这地方是风府，气是一天一个周天循环，那不管是哪边开始，反正这边堵到了也是一个周天，这边堵到也是一个周天，一天循环一次，这只是这边受到风是以这边做始点来做终点，以这个地方为主，那这个地方受到风也是以这个地方为主，这是广义的风府，受到风的地方所在。一日一昼夜的循环，一天的循环会于风府，第二天日下一节，这个是讲的是背脊，那病一直没有好，一直往内里深，病慢慢深进去，一天走一节督脉，所以它会延后发，因为病邪伤中到督脉上才会造成这样。

详说的话，一天下一节有 25 天，督脉有 25 节，所以 25 天以后下到骶骨，26 天后回头了，26 天回头从尾椎骨再往上走，走到第九椎，第九椎后再往上行出于缺盆，一椎一椎下来到了第 25 椎，26 天后回到第九椎的地方，第九椎的地方再往上行到缺盆这边出来，第九椎刚刚好是中膈的地方，是肝，肝刚好一部分在膈上一部分在膈下，在第九椎的地方再往上冲到缺盆这边出来，所以如果是提早就每天延后发的话病都是在督脉上面，如果是提前发的气会回头，提前发就是气往上走，所以有的人打摆子时忽冷忽热，也就是每天会提前，代表病已经从这边走到这边回来了，那每天会延后，病还在督脉上面，一天延一段，一天延一段。这就是讲，有的人他是每天提早发，有的人每天延迟发。

第 298 页，风府要广义的定义，不能狭义的定义，【每至于风府，腠理乃发，发则邪气入，入则病作。今卫气日下一节，其气之发也，不当风府，其日作，】这是造成每天稍晚发作，病气没有发在风府穴，因为发在风府穴时后面会项强，会头晕，没有，那也是造成每天稍晚发为什么，这就是我刚刚讲的，风府一定要受风之府，要把它广义的解释，不单单是风府穴，其实如果没事干，手对着那边风吹，这个手就是风府，受风的地方。299 页，【风无常府，】没有藏的地方，那如果今天走出去，现在天气很冷，把脖子围很好，把风池、风府、风门都遮住了，大的围巾然后戴的帽子，然后全身都裹起来，那你说很好，结果下面穿个短裤，一骑摩托车两个膝盖受风，那就是风府。这在中国台湾省很少看到有这种神经病，在美国有这种神经病，他就这样，他旁边没有人能够管你，所以以前想到小时妈说不可以电风扇对着吹，妈妈都是对的，要记得妈妈永远是对的。

第二节 风症与疟症之不同

299 页，上面有翻译的，就不详解了。那风证和疟症有很多类似的地方，【风独常在，】因为有时疟病这样时发时止；风证是一直有，比如受风了一直在里边，现在太阳受风了，项强脖子硬，一直在项强脖子硬。那疟症不是，它发作时发作，忽冷忽热，发完了就好了，这两个这个差异。

300 页，人受病时，受风重时都是固定不移的，那疟气就不一样了，这个疟气随着经络随着深、浅，所以发作时以它的时间会不一样，这是风和疟，所以我刚刚前面讲了，太阳中风，有风啊，也有寒热，忽冷忽热，比如太阳中有风，风热，有风温，这个中于风伤于寒，有温病，有那种寒热，那我们处方时这是风热，但是这个寒热是 24 小时忽冷忽热，跟疟不一样，疟是发完一天发完一次就没有了。如果得到疟，先寒而后热，象在伤寒论里面讲时先寒后热有个处方，先热后寒有个处方。告诉你一个方法永远不会错，为什么？因为寒热的要去记它，哪些是去寒的药，哪些是祛热的药就不会错。但是疟就不一样了，疟是先寒后热，这是怎么来的，先发冷打颤，打摆子一样，然后再发热，岐伯说【夏伤于大暑，】暑热天时伤于津液，【其实汗大出，腠理开，】一定做了很严重劳动，比如划船划得很辛苦，一直在要多赚点钱，以前没有桥，船夫就靠划船带客人赚钱，就象以前带水那八里官渡，那就是夏天时流汗流很多，伤于暑，其汗大出，腠理开。晚上【因遇夏气凄沧之水寒，】在水上面睡觉，藏于腠理皮肤之中，白天流了很多汗，中于暑时，晚上风寒时把它闭住了，里面的暑气出不来，外面冷，闭在里面。到秋天，当时夏天没感觉，到秋天就伤于风，风一出来时皮肤又受了，这时开始发病了，所以夏伤于暑，秋病疟，疟就是这样，所以夏天伤于暑天时就要小心点。

寒者是阴气的，风者是阳气，记得，讲到风就要想到阳，寒就是阴，【先伤于寒而后

伤于风，】所以先寒后热。病以时间来发作，只要一定时间发作的，都称为疟，那因为先伤于寒，就说寒疟，如果另外一种是先发热再发寒，现在我们的西医看到疟用喹啉去治，中医针灸也可以做好，药也可以治好。

岐伯说【先伤于风而后伤于寒，】所以就会有先热，因为风是阳所以先热后寒，叫温疟。【其但热不寒者，阴气先绝阳气独发，】如果只出现我前面讲只有热证那时阴气就没有。【手足热而欲呕瘧 dan】，瘧疟出现时就是一种温热的热证，瘧的意思是因操劳而得到的病。黄帝问【有余者写之，不足者补之，热有余，寒为不足，】所以疟者是寒，【汤火不能温，】那热，冰水放上去又不能去他的热，这就是有余和不足的例子，【当此之时，】为什么要等到气衰时才去治疗？因为我们治疗疟时，发病时不治，要等病退时或是在发病之前去治，其实我们治疟非常简单，后面定律的治疗方法则非常简单。岐伯说大热时不要刺，这里针灸下了定义，针灸什么时候禁刺？当病人出现大热时，还有脉气不好，常常跳跳停停，不准，不定时的跳，还有大汗以后不刺，都不要做针灸，因为这都是病气在最盛时不要治，针灸治病讲时机，这个时机就是在病还没有开始发时去治，还有发完，在发病时不要治，发完后就开始动手治，因为病气发时气很旺，这时去治它，结果病气没有去掉，正气又伤到了，那等它发过了正气慢慢回流时再去治它是最好的时机，我们的定义是这样下的。所以病气很旺时，病逆时不可治，就是病气很旺盛时不可以治它。疟的始发，【阳气并于阴，】当时【阳虚而阴盛，】阳虚掉，阴一定盛，【外无气，先寒栗，】所以阳并于阴时，就是出现了阳虚，阳虚时病人会出现寒颤的现象，【阴气逆极，则复出之阳，阴极生阳，】这时【阳与阴复并于外，则阴虚而阳实，故先热而渴。】

水气+阳气—>寒	简化，水气和阳气合并时出现寒证，因为表；热气跟阴气碰在一起时，阳出来，阴虚在里面，碰到热虚时，产生了热，所以寒热现象
热气+阴气—>热	

是这样。当阴越盛阳越虚，这时病气进来时会产生加热的现象，这个阴就是跑到脏里面去了，这个是在表。简单可以这样下定义，不要弄混。所以只要看到寒，只要看到冷，都是阳虚，因为阳是热。有先疟，【疟气者，并于阳则阳胜，并于阴则阴胜，阴胜则寒，阳胜则热，】会得到疟是因为天地四时，春夏秋冬节气，正常应该按照天地春夏秋冬按照时节的寒热来走，当天地之间的节气该夏天时或怎么样，当不按照正常的节气走时，突然夏天暴雨，很冷，夏天不应该冷突然冷，都易造成病的原因，他就讲风寒之气的不正常，生疟。【病极则复至，病之而发也，如火之热，如风雨不可挡，】都是外来的时节也就是说过暑过热造成这样。【经言曰：方其盛时必毁，因其衰也，事必大昌。此之谓也】。就象病盛时不能去动手治疗，要病衰时再治疗，【夫疟之未发也，】就是还没有发时就是阴和阳相合并在一起，阳和阳应该是相辅相成，是成这样的形状，而不能合在一起的，阴和阳是这样的，所以阳气本来要往上升，有阴在中间把它拉下去，是这样的，阴和阳不能并在一起的，并在一起就阴和阳会相争。那阴气如果没有阳气来正视它的话，阳气跑掉了阴气就上来了，所以阴和阳是并行而不相悖，这是正常，我们基本上的观念要有。所以我们在调阴阳时，【真气得安，邪气乃亡，】治病绝对不能在病发时去治，要在病还未发时去治它，简单的原则就是这样。

第三节 瘧疟、瘧疟疗法

第 304 页，黄帝说，那如何去治疗它，如何去攻击它，治疗的时机是什么，治疗的方法是什么，岐伯治疗的治法、时机的判断还有针治的手法就写在这个地方。任何的疟疾忽冷忽热打摆子这种，一定从四肢的末梢开始，我一再讲四肢的末梢就是阴和阳交汇的地方，虽然还没有介绍到《伤寒论》，我常常叫大家去吃桂枝汤，为什么？因为桂枝汤是从头到尾所有伤寒论就是出自桂枝汤，都是它在里面加减，因为桂枝汤现在是所有古方到现在最能够协调阴阳的处方，所以阴阳不合时用桂枝汤去调它，所以我们一直在跟大家说去吃桂枝汤，到哪里去吃桂枝汤预防感冒，绝对比打什么感冒疫苗有效，那个感冒疫苗骗人的，真的是害死人。那我们知道疟疾发疟时都是从四肢末梢开始，没有发病时知道【阳已伤，阴从之。】都是在四肢末梢，所以在没有发病时，本来平常这样的，这

个病人是早上九点钟开始发病，在他还没有发时八点钟去把他手指头、脚趾头每个指头绑起来，【坚束其处，令邪气不得入，】就停在那边，因为从这里开始发的，从四肢末梢开始发。【邪气不得入，阴气不得出，】这时在【孙络盛】，在孙络在末梢的地方看到有血脉崩张起来的地方，都放血，一个个去放，这是治疟的方法，因为一发一定在阴阳的末梢，及时的发到身体里面去，那把他手脚手指头、脚趾头一个个绑住，注意看他，他要发时到了要发之前就会看到那个血脉会起来，就是病邪的地方，把血放掉，邪气就会去掉。那至于说放掉了疟原虫跑出来或怎么样那我们不管它了，治疗方法是这样。西医说看到显微镜下有疟原虫，无所谓。记得把手脚指头都绑住，在发病时不能绑，因为病已经过去了绑了就看不到了，这是在病发之前预防的针治手法，预防他发病的治的方法。

305 页，如果疟病没有发作时，平常时我们怎么处理？这一段讲的其实重点在后面，病开始发作时，都是阴气阳气最衰时，那阴气阳气在最衰弱时我们就可以看到往来寒热的现象，这段大致讲的就是这个，其实重复它前面讲的，那主要的就是还是回复到一个观念，中医不管病是在表或在里，只要病在阳，阳脉都是燥热的，病在阴，阴脉都是在尺脉的地方，所以我们去诊脉时不管是疟还是在脉诊上在阴阳的部位，简单归纳就是阳病发在阳，阴病发在阴，脉就可以看到，所以病发阳时阳脉会比较急躁，寸脉会快，病发在阴时，阴脉会比较寒，脉会比较静，从脉诊来看。

第四节 寒疟、温疟、瘧疟

306 页，病疟时，发疟疾时症状有时隔两天发，有时隔几天发一次，有时会口渴，有时又不渴，原因是什么？这一篇对疟形容得很细，岐伯说有间日，隔天发的。【邪气与卫气客于六府，而有时相失，不能相得，故休数日乃作也。疟者，阴阳更胜也，或甚或不甚，故或渴或不渴，】就是互相在变更，有时阴盛那就是冷，阳盛就是热，在更盛互相之变。一般如果是数日疟或是间日疟，就表示这个病得比较深，这个疟发时很好玩，不发往来寒热不发打摆子时，疟病都在四肢的末梢，等到开始发时这个疟就开始往身上走了，所以我们在没有发时在四肢末梢就把它解决掉。黄帝说经书说【夏伤于暑，秋必病疟，】有时也未必如此，为什么？岐伯说因为四时春夏秋冬，【其病异形者，反四时也】，一般【夏伤于暑，秋必病疟】是按照四季的节气来走，正常的发生的现象，比如【冬伤于寒，春必温病，】都是按照四时的节气走，那有时反四时，跟这个四时节气不一样，不一定的，那为什么？比如秋天是主肃杀的节气，但是秋天的病时，在秋天时反而特别寒冷，那到冬天时反而没秋天那么冷，因为四季的节气不一样。如果冬天生病的话，如果冬天不是那么冷，稍微伤一点点寒，不是那种大寒时，春天生病只是恶风，而不会有温病的现象出现，夏病就较多汗。

【倪师内经 45 视频同步文稿】

就只是这样而已，因为节气的关系，所以如果没有按照“夏伤于暑，秋必病疟；冬伤于寒，春必温病”，这就是按照节气走因为四时，不按照节气因为四时的节令不对，就会有这种现象，所以要因节气而异。

307 页，这个温疟和寒疟，大部分它各居在何处，属于哪个脏？岐伯就回答，温疟者得之在冬天时中于风寒，这时气本身寒气藏于骨髓里面，因为冬中于寒时很深，一般都是很深，冬天是骨病，肾脏在管，所以如果一中会中到骨，到春天时这阳气大发，因为伤在骨头里面，阳气发生时只是在肌肉皮肤表面上，骨头里面阳气病气还是在骨头里面并没有发出来。这时，那病里面本身的病就在骨头里面，从去年的冬天一直带到春天，带到今年的夏天时，夏天遇到大暑，暑气很旺，燥热时，【脑髓烁、肌肉消，腠理发泄，】这时或有用力，比如做劳动的工作，造成这时邪气和汗一起出来，因为这个病原来藏在肾脏里面，很深，冬天太冷了，这个病气是从里面往外走的，象这样的情形，就会【阴虚而阳盛，阳盛则热，】这是温疟，所以温疟大都是刚开始病的早因是因为冬天太冷了而伤到骨头，阳盛则热。如果衰时这个病气反入，一回来后表阳又虚掉了，阴虚就增寒了，就是温疟，所以就会造成了先发热再发寒，所以看起来先发热再发寒，好象是那个热比

较多，其实这个是温疟是最早是伤于寒，因为寒在里面，所以造成这种看起来是这种现象，先热后寒。

瘧症，就是我们前面介绍的因为劳动太多而造成的，瘧症的人【肺素有热，】一般做劳力工作的人因为他出劳力，一直在动，耕田哪、做土木工，做劳力的水泥工这种，本来这人的肺就比平常人热得多，因为他劳力汗流很多，肺就会较热，肺喜寒，就是在肺里面是因为象天阳一样，肺里面是比较冷一点，现在因为平常工作的关系所以肺里面津液丧失比较多，这造成当生病时，【气盛于身，厥逆上冲，中气实而不外泄，因有所用力，腠理开，风寒受于皮肤在分肉之间，】就是病进来时在皮肤分肉之间，不象中于寒时在骨头，发病时就阳气非常盛，【阳气盛而不衰，则病矣，】其气不及到不了阴的地方，所以【但热而不寒，】都是看到热证看不到寒证，所以有看到寒证时大部分从骨头里面出来，才会打摆子牙齿都打颤，大部分热证都是刚开始起因就是平素肺里面就是较热的，这个就叫做瘧症，瘧症一般就是只看到发热，只看到热但是看不到寒的称为瘧症。

第三十六篇 刺疟论

第一节 三阳三阴治疟法

310 页，第 36 篇刺疟论，刺的方法，针刺的手法如何来治疗疟疾？真正的去治疗时要分经辨证，搞清楚是哪一条经络出现问题，如果是足太阳的疟，会让人【腰痛头重，寒从背起，先寒后热。】按照经络看就好，有针灸的基础按照针灸的经络，足太阳膀胱经怎么走的，就看这个腰从背上开始，我们知道它是足太阳，这时【刺郄中出血】就是委中让它出血，委中放血。

足少阳的疟让人身体疲劳倦怠，但寒和热都不是很盛，因为在少阳，少阳是半表半里之间，不喜欢看到人，这是病在少阳。一般少阳证时，病人都是不想看到人，这是一个症状，可以刺足少阳经的临泣穴，如果初病在一个礼拜以内的病都属于比较实证，可以刺阳辅，阳辅是少阳经的子穴。

阳明病人会有这种偏稍微阵阵的恶寒的现象，日久病久了就看到一直都是热证，刚开始是阵阵寒，但是阳明的寒跟太阳的寒不一样，太阳的寒起来是很冷，因为太阳本身是寒水，那寒上加寒非常得冷，而且在背上，阳明都在正面的地方，感觉一阵一阵寒在前面，倒是不会在背后，那阳明本身是纯阳，是多血多气的，受伤时喜欢见阳，同气将求，所以喜欢看到日光、火光都喜欢，刺阳明的疟时都在正面，【刺阳明跗上，】阳明跗上指的是冲阳脉，冲阳脉是个动脉，过去按照针灸的记载，如果是在冲阳脉血出按照《针灸大成》血出则死，因为以前的针很粗，象火柴棒一样扎进去，那是动脉，一出来就崩出来。那遇到的是糖尿病的人给西医搞了，就脚上本来就不能见血，给他扎个洞在那边，糖尿病又刚好又是疟疾那又怎么办？那要放血，针灸治疗是放血在脚跗上，刚刚这个动脉是个冲阳，我们现在的针即使很细也不是在冲阳脉上放血，而是在到它的旁边的荣穴，比如在内庭和冲阳中间这一带，或是井穴厉兑上，看到瘀血脉把它放掉，千万不要误解，找那个动脉放血，那个都不对的，不可能动脉上放血。

311 页，足太阴，【令人不乐，好太息，不嗜食，】主证就是不嗜食，没有胃口，喜欢叹息，这个都是脾经，【多寒热汗出，病至则善呕，】病发时病人会恶心，因为脾脏跟胃是连在一起，如果脾湿很甚时会压迫到胃，那呕吐停下来时知道病气已衰，这时开始去治疗，我们治疟疾一定是在病气衰或是在病气未发时去治它。那为什么要讲这两个原则，因为当碰到病人时，比如当时的解放前把这些老中医都叫去叫做灭疟大队，用针灸来灭疟疾，这一批老中医家传的中医下来都被招去当军医，那所有的疟疾他们在长江沿岸一带治疗疟疾时，不可能说现在去刚好就是病未发，或是这个人去刚好病发完，有时正在发疟，正在发疟在旁边打摆子打一下，等我去还没有准备发的，都是这样，所以很难确定什么时候，但是要知道我们怎么治。足太阴的疟取在足太阴上，太阴经上面找四肢的

末梢，比如大都、太白这一带，公孙，有青筋有瘀血的脉在这就要放点血。

肾经足少阴的症，如果症在足少阴上面，令人呕吐甚，多寒热。这里诸位要有个概念了，现在我们慢慢进入，那肾为什么，这个会呕吐，呕吐很重，这个是少阴，中医有一句话叫做“胃为肾之关”什么意思？肺在上面，心脏在这边，中间是胃，肾在下面，常人正常人肺气是下降的，都没有问题。当肾脏有问题时，肾气下面是阴寒的，肺气下不来了，寒就堵塞到，这个寒会往回走，一回走时顶到胃，胃里面东西吐掉，所以常常呕吐得很严重时，我们知道这个人肾出问题了，所以临床上看时，这个病人肾衰竭时，肾完全衰竭掉，现在的俗话来说准备洗肾了，之前时病人都是头非常晕眩，还有的呕吐，一吃就吐一吃就吐，根本饮食无法入胃，晕眩很厉害，那人躺在床上都会头昏，倒立过来正反过来怎么睡都是呕吐，因为肾脏快要衰竭掉，所以当知道胃是肾的关，反过来我们在治肾时，这个胃口饮食都很好，一直在恢复中间，那把它延伸出去时，我们知道肾是管冬天，冬天是病起时，在冬天治疗时病会起来较难治，那在下个节气春天时是它所相生的节气，应该痊愈在春天，那注意病人冬天来治，跟他说现在刚好是冬天，你来的时间不是很好，要治就治三个月，三个月以后开始慢慢会回春，那真正开始好转时你会在这个冬至日开始慢慢慢慢的回升，因为冬至时阳气开始升，那到明年的春天你的肾才会好，那这个病人肾脏有病，秋天跑来，那你说要稍微更久一点，这是按照节气来说，可以预测他什么时候会好，但是在处方上使用，处方使用得很好可以提前，就不会受到节气的影响，一般是这样。所以这里呕吐甚。胃是肾之关，少阴【多寒热，热多寒少，】为什么热多寒少？因为肾里面有阳在里面，天阳从肺下来都是肾阳在里面，这个命门火在这个地方，所以肾是一个水火同源，人生命的泉源在这里，里边有很强的阳在里边，那肾受到症，受到病时这个阳会往外散，阳出来很壮，当然会看到热比较多寒比较少。因为肾是阴脏，同气相求，虽然把门关起来，看到病人门关起来躲在衣橱里面，肾症，马上就知道了，找个地方躲起来就是这样。

足厥阴的症，让人【腰痛，少腹满，小便不利如癃状，】癃就是小便排不出来，肚子胀起来好象小便堵在里面，其实不是小便堵在里面，【数便意，恐惧，气不足，】都是属于足厥阴的症，为什么气不足？吸入是肾脏在管，因为吸入我们的气会入肾，入肝，吐出是心和肺，如果我们光以肺和肾来说一个是吸一个是吐，如果把心肺叫做上焦的话就是管吐，肝肾管下焦就是管吸，都会有这种现象产生。就是刺足厥阴肝经，是在五俞穴附近。所以尤其是刺症大都是在脚趾头旁边手指头旁边，然后在手关节，还有足踝以下到脚趾头旁边，这都是刺症的所在，针灸下针时的地方。

第二节 脏腑之症

刚刚是病在经络上面，所以有膀胱经、少阳经、足阳明经经络上面，312页谈的是如果是在肺症在里面，在脏里面，肺本身主寒，肺气是主寒，喜温的，所以治肺病时一般病人要保暖，我一直在强调病人要保暖，因为肺主寒。症跑到肺里面去时会造成让人心寒，上焦畏寒，寒很甚就会热，热间会善惊，如有所见，因为肺藏魄，如有所见就是看到不应该看的东西，比如白天看怎么有个人在那边，实际上没有人，看到不该看的东西是魄不守，那里我们知道他处于肺，所以肺病的人一定会善惊，常常看到异样，这是肺症。这时刺手太阴肺经和阳明经，因为表里。

如果心脏有症，症跑到心脏去时，令人心烦，心脏有问题时一定会烦闷，很烦躁，情绪会不好，【欲得清水，反寒多，不热甚，】刺手少阴，为什么要喜欢得清水，因为心本身是火热的，那现在心中症了，这个热会往外散，就会造成病人想要喝点冷水，这是中到五脏的。

中到肝脏时，令人色青，脸色是青黑色的，【善太息，其状若死者，】刺足厥阴肝经。一个脏记一个症就好了，肝经伤到，症在肝脏时脸色会发青。

脾症者，脾主少腹，也让人寒，令人怕冷，症的冷跟一般伤寒的冷不一样，伤寒的

冷就是皮肤表面很冷，疟的冷会牙齿会打颤，千万不要忘记我讲的，牙齿会打颤，牙齿会响，咯咯咯这样响，这就是疟，在脾疟时，都是寒，脏在里的话，中到里显现都是寒证，腹中痛，这时候刺足太阴经。

肾疟，洒(xi)就是寒证，属于寒证，疟只要跑到脏里面去时显现出来都是寒证。这里中间有一个腰脊痛，诸位都知道肾在腰，【宛转，大便难，目眴眴然，】就是眼睛会转动，手脚冰冷，那中医的观念里面认为，肾主二便，所以小便、大便都是肾脏在管，从这边已经可以找到蛛丝马迹了，一个人说以前都感觉到小便会上厕所，最近小便的便意没有了，不想要去小便了，没有感觉要小便，肚子很胀，知道里面有尿，一点便意都没有，那大便又不出来了，会有这种现象，然后呕吐得要死，这就知道肾脏，看他讲的症状就知道已经目标跑到肾脏去了，所以中医用辨证论治。

胃产生疟者，如果胃里面有疟者，【善饥而不能食，】很饿了但吃不下，一吃东西整个肚子有胀满，这常常会看到，所以说疟是疟原虫什么，基本上我怀疑这个，为什么？因为中医讲的疟是广义的疟，而不是狭义的疟，是讲一种外在的天时发生的一种病，气候改变造成的病。那你说胃疟、肾疟跟疟原虫也没关系，现在看到都是寒证，那胃疟时病人常常就肚子很饿但是不想吃东西，那个病人不是故意找麻烦，他真的就这样，叫做胃疟。问他，为什么肚子饿又不想吃东西？因为每次一吃整个胃就胀满了，胃胀得很难过，所以不吃胃又紧，那吃了胃又胀满，又消化不了，胃疟，这时刺足阳明太阴出血。所以看到这边时，我们读《黄帝内经》到这边时，对疟下了定义，就不见得是什么蚊子带来的疟原虫什么就推翻掉了，现在显现出来是这样。横脉出血就是在阳明经和脾经中间，两条是直的，胃经跟脾经，一个在足的胫骨，一个在外侧，一个在内侧，两经之间有一些横脉的瘀血，放血就好。

313页，疟病在发时，刚开始身体发热时这是治疗的时机。如果刺脚背上面的动脉出血时，一出血马上病人就不热了，开始冷了，速度很快。如果疟准备开始要冷时，知道热过了，要开始要冷时，刺手阳明跟太阴，或足阳明太阴，这就是按照寒热来决定刺哪一边。

如果是疟脉，满大急的就是疟，当脉出现得又满又大又急，胀满时，这时知道是病在背上面，刺背俞穴，一般扎针时背上要出血，诸位不用那个32号针，直接点刺放血就可以。在督脉外开一寸半的地方，象心俞、脾俞放血，会用到背上的腧穴放血，因为背上的俞是背是阳，是内脏五脏六腑跟外面阳相沟通的地方，门户，这个门户是少阳在管，怎么知道这个病在哪个地方？所以用阿是穴，当初孙思邈阿是穴的精神就是按照每一个腧穴去按，哪个痛了，痛的就是病的所在，这是阿是穴的精神。后来不知道中国为什么变成说肩膀痛就扎肩膀，哪里痛就扎哪里。那我就笑他们眼睛痛就扎眼睛，心脏痛扎心脏，舌头痛一针就扎到舌头上，这个是不对的！这是我们在阿是穴时比如在治疟时在背上面可以找到，压压了半天什么地方都没有，就是肝腧穴上或肝俞，第九椎旁边一寸，我们找到，知道是肝疟，在上面放血就好。足太阳膀胱经是少气多血的，放没有关系，但是不要太过，每个地方抽一碗出来，太过了。

如果治疟时，刺背俞，如果是疟脉也就是说如果脉是满大急时，在膀胱经上面背上面可以出血，根据胖瘦来决定出血量，一般不会多了，几滴就好了。如果这脉病人是疟症，而得到了脉居然是又小但是很硬很急，我们知道他在阴上面，如果满、大是在腑上面，这是在脏上面，这时可以在少阴经用灸或刺它的井穴。如果【疟脉满大急，刺背俞，用五腧俞，背俞各一，适行至于血，】瘀血就是压痛点，就是痛的要放血，没痛的不要放。至于按照这种理论来说，一放出来疟原虫就放出来，我不置可否，但是放出来热退了，寒退了，病人恢复就好了。如果摸到病人是疟病，往来寒热，脉是缓大虚，脉缓且出现大虚时，代表气血两虚，他在讲气血两虚的意思，这时气和血都两虚，虚证出现时，脉是大且虚的，虚就是没力量，很大，摸脉是中空的，就象菜市场摸个绿葱叶空空的，虚，我们知道气血两虚。气和血两虚时不适合做针灸，再给他背上放血太过，不需要，我们

是确定他的脉很洪很大，那我们知道病在表这时放血，那病人是气血两虚时我们适合用药，这时他说用药最好，那《伤寒金匮》里面都有药。

第三节 治疟原则

314 页，治疟的原则，【凡治疟，先发如食顷，乃可以治，】早治不是及早治疗，而是病在发之前赶快治疗，这就是掌握到时机，恢复得很快。如果是来不及了，就是知道他的时机了，如果这时治病，所以病在未发时治最好，如果现在碰到了，他在发病了就不要治，那你现在急着跟女朋友约会，不能在那边等他发完了再去给他放血，那你就先出去，第二天早上来先问他今天几点钟发的？九点钟。明天八点钟来，这个可以调整。

所有的疟脉，病人有打摆子、发冷的现象，脉没有，脉看不到，脉都是正常的，这种在十指的中间刺出血，可以在指头四肢末梢，我讲过这个疟都在四肢的末梢上面，看有瘀血、青筋的地方，有那个瘀血血脉把它刺破放血都可以。那过去为什么要把指头绑起来，拿布把它绑起来，在发之前看到血脉绷张起来就看得很清楚，因为那疟本来是想往身上走，结果现在绑到了，进不去，它就开始停起来，想要通过去，这时就看得很清楚，所以一个一个放掉，在放的时间它就开始，本来是寒或热，先寒后热这样，寒证就没有了，或是先热后寒，热证就没有了，这个很厉害的，很简单的。那血去一定会好，如果在病人身上看到很多小小的红的豆子，一粒一粒出来，在上面放也是病灶的所在，就是刚刚重复，就是这个地方是不是疟原虫，这个我不置可否，反正病好就好了。那这十二个疟发的时间都不一样，我们看它的病形看到到底是哪个经脉感受到。这里就介绍了先发时食顷而刺之，瞬间都刺好，【一刺则衰，二刺则知，三刺则已，】如果没有好，再把他舌头翻过来，两个脉去刺，舌下两脉就是廉泉，实际上舌下两脉在这边，廉泉在后面。这个舌头要翻过来那舌头很滑，口水很多，抓了又跑掉了，抓了又跑掉了，病人很紧张，怎么办？一般去抓舌头就戴着手套，拿两个棉花，两个指头夹一个，把他那个舌头用棉花来夹住就不会滑，一翻过来他就逃不掉了。这个我们是舌下两脉放血是这样放的。那比较酷一点的人，我不怕，他舌头就翻过来就这样刺，有的他咬你，抓它它想办法逃，那怎么办？就拿针开始把舌头拿出来，他不能咬，一咬就咬到他舌头了。治他的病也没办法。

如果舌下脉放血没好？这就是一个治疗的，如果按照这样治的话，不需要管他哪条经了，反正抓起来都这样治了，如果没好再刺委中，旁边的周围有青筋有血丝的地方给它放掉，再加上刺夹脊，督脉旁边外开五分的地方，找痛点来放血，扎一点放一点血。

一般还有个原则就是后面 315 页，用针刺针灸来治疟时，一定【问其病之所先发者，先刺之，】哪里先发了？一开始时后项强硬，先治后项，问病人就知道了，如果【先头痛及重者】先去头上就两个额角，比如百会、额角、太阳、瞳子髎。【先项背痛者，先刺之。】先腰背病人说不是头项，是腰背开始痛，开始发打摆子，这时就刺委中，腰背委中求。手臂开始痛时，扎手少阴手阳明的指头尖。脚胫酸就是先刺足阳明。

所谓风疟，风疟时一发病时，汗出恶风，打摆子忽寒忽冷时，身体一直出汗，这个病人风吹得很难过，不喜欢吹风，风疟在三阳经的阳经的背后的俞穴上放血。酸痛甚就是在脚胫骨上面，按都不能按，这叫做附髓病，这时以鑱针针绝骨穴，鑱针比较粗，象刀子一样，刺他的绝骨穴放血，这个都是讲的是一个治法。

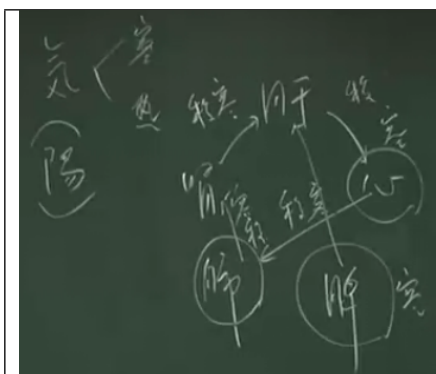
【倪师内经 46 视频同步文稿】

如果病人有往来寒热，身体有小痛，不是大痛，就刺至阴，膀胱经的井穴，【诸阴之井，无出血，间日一刺，】一般在井穴放血治疟时，阴经的井穴不放，大都放阳经的井穴，比如扎涌泉，不会给它放血，因为是阴经，时隔天一三五、二四六，隔天刺。后面这一篇都是刺的法则，如果发疟口不渴，而且隔日而作，可以刺足太阳经；如果渴隔日发作就是少阳；温疟的病人【汗不出，五十九刺。】这里讲的就是《黄帝内经》第六十一篇是水热穴论，中间就五十九刺。

第三十七篇 气厥论

第一节 五脏六腑寒热之转移

气厥论第三十七篇。所谓的气就有分寒热，气统归于阳，阳是什么？看不到，但是它们动能，感觉到它的热，感觉到它的活力，感觉到它的精神都是阳。所以你在看我时两眼有神是阳；神不识人，你是谁，看不懂了，不认识你了，神失了，阳就失了。所以看到是形，也就是阴；生命力就是阳。简单讲，阴都是看得到可以摸得到的。如果光是有阴没有阳，就是完全没有生命的，人死在那边就是阴，没有阳了，那是死人。



因为身上有气所以才有生命力。气厥论，厥是到顶，到极点。黄帝就问，五脏六腑之间寒和热的移转情形是怎么样？第一段前面讲的是寒的移转的现象，第二段讲的热的移转的现象。肾脏的寒会移到肝脏上去，肝脏的寒会移到心脏，心脏有寒时不会进入脾脏，会移到肺里面去，肺里面有寒又回头到肾脏，这个寒会转移的。当脾脏有寒时会移入肝脏。这是寒的移转的路线，那在寒在移转时产生什么症状，就是这篇的意思。

岐伯说【肾移寒于肝，痈肿少气，】当肾脏这段就跟我们治肝病很有关系的，肾脏里面的寒进入肝脏时它里面会化脓，还有会肿，病人会短气，呼吸会很短，这是肾脏移寒于肝，所以肝会很寒在里面。那所以我们前面讲补南泄北，在温肾时，补肾时，强肾时，这时肾的寒会去掉，肝就不受寒，所以母能令子虚，我们要利用这个字，今天如果本身肝是虚证的，或是在强肾会让肝更虚，那并不是这个意思，因为你本身是肝是虚证时我们怎么会去强肾？所以并不是说这个母能令子虚就是一定要去补肾来把肝虚掉，而是遇到肝很实，才会去补肾让肝虚，平常肝虚时不是病，肝实才是病，所以不要把它混为一谈，是因为实在里面很扎实时，肝是五脏都是阴，遇到很实非常实才会想办法让它虚掉，才会这样做了。平常肝没病，又没有实在里面，把肝虚掉干吗？所以如果肝没有实时，放心，补肾时并不会让肝虚，因为它没有病，所以我们中医在治病时要取它平衡，所以肝里面没有积，没有累积东西时，去补肾肝一样很好，不会虚掉的，所以母能令子虚，而是因为子有实时才利用母去让子虚，只此而已。所以子没有病时，在那边补肾很好，一点影响都没有，真的补肾肝没有问题，补肾那肝不会虚掉的，是有实证才会虚掉。

【脾移寒于肝，痈肿筋挛，】就是肝也会肿起来，造成筋会抽动。如果是肝脏里面的寒移到心脏里面时，就是狂，隔中。就会造成发狂神乱，病人会发狂，精神会丧失掉，隔中就是饮食吃不下去了，东西吃不进去了。【心移寒于肺，】肺就会消，阳会消损，因为肺里面有阳，心里面有阳，那现在是讲寒证，寒证如果从心脏里面跑到肺脏里面，肺脏里面阳会消损掉，因为太冷，寒会消损掉，这就是肺消。什么叫做肺消？就是津液进不了肺了，因为里面都是寒掉了，没有阳气在里面。那喝一碗水小两碗，这就是肺脏功能完全没了，死不治。【肺移寒于肾，为涌水，涌水者，按腹不坚，】肚子胀到那边但是不会坚硬，因为【水气客于大肠，】走路很快时肚子好象一个水袋一样，会听到咕噜咕噜水的声音，但是不是坚硬的，是软绵绵的，这是肺寒证时移到肺里面的寒移到肾脏。为什么要去知道是寒？我们有时温肺的药，有时温肾的药，有时温肝的药，有时强心的药，因为药性的选择不一样，所以我们才需要去辨这个症，当我们选择药物时我们知道他症是这样的，就选择这个药物。寒在移转时，有一个很简单的法则，如果摸脉，一摸脉寒的，脉都是又细又小，就知道是寒了。那正常人应该寸是阳，尺是阴。如果现在摸到寸脉是细细小小的，甚至阴寒的，就是心寒，那心脏有寒时，赶快要治好，不治好，寒会进入肺。

第二段讲的是热的移转，319页，脾脏的热会移到肝脏去，会造成惊衄，流鼻血，病

人会受惊。如果是肝移热跑到心脏，就是死症。心如果移热到肺里面，传为膈消，就是消渴，中膈会太热，造成消渴而多饮，喝水喝得很多。肺的热如果移于肾，【传为柔痙】就是筋软没有力的现象。

一般热会走，比如脏本身都是属于寒，但是这个寒因为里面有阳，所以这个寒不会极寒，这里讲的是极寒生病的寒，脏都有阴阳在里面。阴不足才会热，太热时它会移动。那移到哪些地方？会产生哪些现象？最凶的就是【脾移热到肝】，肝热是一进入心脏，心本身就是热，那是火上加油，心会死。还有一个最凶的就是【肾移热于脾】，本来是脾是土是克水的，能够治水，所谓克就是又辅助又牵制，让它不太过，也让它不会不及，如果肾移热到脾里面，水反侮到土，这个太热了，土会丧失掉，土就是胃气，一丧失掉脾脏虚掉了。【肠癖，】脾管少腹，一受伤过热时马上下痢，一下痢胃气就没了，不可治。

所谓的热就是当如果摸到脉时，脉跳得很速很快就是热。胞如果移热于膀胱，我们讲过这是小肠，这个中间是胞，前面是膀胱，所以小肠是火，膀胱是水，当这个正常时，这个小肠的火是正常时，这个水会气化上去，这个胞就是这两个中间，男人有胞是生精的地方，男人的胞是很平面的一个扁扁的一个区块，女子的胞就可以看到就是子宫卵巢，如果胞移热于膀胱，本来正常人是小肠跟膀胱，膀胱的热来自小肠。现在胞的热没法，就是胞的热进入膀胱而不是小肠，代表小肠里面温度不够了，小肠的温度不够时这个里面的胞的热就会跑到膀胱里面，源头是因为小肠的火没了，这时小便会癃，小便排不出来是因为小肠不够热，所以水在那边没法气化，正常的水一气化时膀胱象热气球一样胀起来，就会变得很大，上面有400cc，膀胱的尿液也是在上方，那因为有热气才有喷射的力量，所以我们小便可以挤压出来。现在小肠热没有了，小肠热没有时，这个膀胱里面的热跟这个里面寒闭在里面，这时小便排不出来因为没有热来喷它，那所谓胞移热，就是这个胞宫本来是血的地方，男人在这边时是精血，看不到精子，出来以后，血先集中到这边，经过小肠的这个蒸热了以后才会变成白色来进入睾丸，排出来才是精，所以白色的精之前是血。女人的子宫本来就是血，那如果寒太盛时这个子宫里面的血，男人的精的血都会进入膀胱，就是小便出来就看到血在里面，原因是这样的。

【膀胱移热于小肠，】膀胱如果太冷了，使小肠的温度下降，温度不够，【膈肠不便，】象有人用手指拉到肠子，因为肠子里面热没有了，蠕动缓下来了，就好象有人拉了肠子，想排大便都排不出来这个感觉，【上为口糜】，因为小肠跟大肠里面肠子里面这个沼气，就是大便里面的气，因为大便排不出来，沼气就会往上升，造成口腔就会糜烂的现象。

【小肠移热于大肠，为瘵瘕】正常小肠在这边，大肠在上面，小肠本来是相火，大肠是金，所以金在上面火在下面烧，这是正常来讲。现在小肠冷掉了，这个热进入大肠，造成里面会长硬块长肿瘤。瘵（fū）古字，老虎上面的头，然后下面是必，瘵是潜伏为沉，潜沉在里面，脉是沉在里面。

【大肠热移于胃，】本来是小肠的热，这个胃在这边，那大肠的热如果不在这边，回逆跑到胃里面去，都是里面里寒掉了，病人【善食而瘦入】，怎么吃人还是瘦，【谓之食亦。】胃移热于胆，也叫食亦。【胆移热于脑，辛頰鼻渊，】頰 e，鼻渊，造成鼻子里面，頰就是讲鼻腔，鼻的胫骨这边叫鼻頰，都是热的转移会造成鼻里面涕下，浊涕，鼻涕非常浓，下不止，这种都是热在传变的现象，这个传变时，上面衄，下面那个字念蔑（mie），蔑就是污血，就是鼻子会看到很多的脏血会排出来；瞑目，眼睛会昏眩，看不清楚。

这都是气厥，气厥篇就是正常的气应该木火土金水这样走，现在气逆着走，那气在走时有寒有热，会看到这种情形，这是细分，真的在治症时不用担心，因为《黄帝内经》讲的是中医的所有的生理学、解剖学里面的病理学，临床治症时，只要知道寒热就好，要用辨证法去分辨五脏的寒热，非常简单，这本书上只是要知道他的病早就在这边，现在不知的话会传哪边，可以预测它发生什么事情，主要的目的还要告诉移转的现象，这样可以在辨证上或是在治疗上比较能够掌握到时机，所以让病会移转，怎么移转都是按

照这样的移转，移转的程度是这样的，可以治病之初，可以知道一下可以，比如这个脾脏移到肝，肝一进入心就死，我们知道这个热移，赶快要去制止免得发生危险，可以知道这个病会危险，那个病不会危险，原则上就是很简单，我就讲热进入心，心本来就热，现在火上加油，那心脏就跳得很快，一下就走掉了。诸如此类，这是一种预测的医学，也是一种传变的医学，病在演变的一种现象。这是所谓的气厥论，简单讲就是气逆着走，不按照正常走就是这样。

第二节 补充移热

气厥论《黄帝内经》第三十七篇后面那段所谓移热，只要记得小肠是火，正常小肠里面是热的，这是常态，小肠跟心是表里，心是君主之官，所以小肠控制整个下焦的循环，热气的循环，所以在小肠关元穴可以治疗很多的病症。如果是小肠热在这个里面，外面包了很多的阴，比如水，膀胱里面的尿，大肠里面的食物和水，肾脏里面的水，那下焦因为有这个小肠的热在中间，它就是常态的现象就会出现，那因为下焦水很多，阴和阳的，阴极生阳，阳极生阴，所以我们到脚上阳经到脚背上面时，它是阳经，是阳初起时，但是它摸上去是冰冷的，为什么？因为阴和阳是表里，那底下脚底下是热的，是阴经在脚下，那阳在阴里面，这是正常的阴阳是互相表里互相之源。当有一天脚上的热突然没了，那个气厥论后面讲热就会移动，那热移动，当突然冷掉以后热就会到处乱跑，散乱掉，整段讲的就是这个，稍微补充一下。

第三十八篇 咳论

咳论篇第三十八，专门讲咳。黄帝说咳嗽就是肺了，岐伯说不对，五脏六腑都会让人咳嗽，不单单是肺，有非常多种各种不同的咳嗽的症状。岐伯就解释，【皮毛者，肺之合也，肺主皮毛。】如果是肺咳，【皮毛先受邪气，】邪气再慢慢顺着经络跑到肺里面去，这才是肺咳。如果当这个寒气一种是从表的经上进来会造成咳嗽，还有吃冷的食物下去，这个胃里面的寒气也会顺着脉跑到肺里面去，就会造成肺寒，这也会生咳。所以肺寒，肺常态是这样，所以读《黄帝内经》一定要了解什么叫做常态，就是正常。心是火，肺是金，存在于金和火之间的关系，生克，它两个相克，克就是互相牵制，在平衡的状态之下时，这是心是火，肺如果是寒的，心是热的，这两个才能平衡，寒热才能平衡，如果有一天太冷了，或是太热了，那就是在火上，这个肺里面太热了，心本来就是热，热加上热就是过盛，那寒太寒了，太冷了就会造成肺寒。所以寒进来的状况有从皮肤表面上感到风寒，然后沿着经络跑到肺里面，吃冷的东西，所以经常食物热着吃，吃冷的东西也会造成肺寒，这个是会造成肺咳。当然也有热的咳嗽，但是表面上热它是生于寒，那因为每一个人的身体的体质不一样，就是造成表面都是寒的，但里面有热是里面是寒的，有些人里面是热，不一样。

【五脏各以其时受病，】那平常五脏肝心脾肺肾络上春夏长夏秋冬，这是按照时节来受病。如果不是按照这个时节来受病时，比如春天是肝咳，夏天是心脏咳，秋天是肺咳，冬天是肾脏的咳，结果看到夏天时跑出来肾脏的咳，就不是因为节气转换而造成的病，而是内脏传出来的。【非其时】不是按照四时的节气来，【各传以与之，】就是从别的脏传进来的。所以人和天地互相是相融合的，所以【五脏各以治时，】感于寒就是受病，那轻微的就是咳嗽，严重的就会有下泄甚至有痛的症状出现。那比如秋天时，肺先受邪，春天时肝先受邪，夏天时心受邪，这个乘至阴就是讲太阴脾脏这个脾先受邪，冬天肾受之，那这是按照四时的节令产生的咳嗽，记得按照四时节令产生的咳嗽它就是内脏传来的。黄帝就问怎么区分它？岐伯说用症状可以区分，五脏的咳显现出来各种不同的症状，第一肺咳的症状，咳而喘息有声音的，因为肺本身在上，里面肺叶在伸张，咳会有声音，而且会有喘气，严重时咳出血来，比如咳得很用力时，支气管会破裂会咳出血来，这个严重。

心脏的咳就不一样，心脏的咳了后，咳嗽的同时心脏会痛，同时喉咙里象有东西哽到一样，严重时咽肿喉痹的现象，喉就会有堵塞。

肝脏咳，肝在两胁的部位，胸肋的两肋下痛，严重的不可以转动，身体都不可以转动，转动时两个肋下就会胀满，这是肝脏。我这里简单介绍一下喉咙，喉咙的病，整个喉部的位置，整个颈项的位置，人有四个海，脑部是髓海，后面会再详细介绍。喉部喉咙是气之海，所以十二经络它就象水一样，实际上象大水，汇在这个，水会归于海，终归于海，脖子就是气之海，所以一般气有病时都会影响到喉咙。

脾咳的症状，右肋下痛，痛引肩背，甚而也不可以转动，身体一动咳得越来越严重，脾脏主少腹，脾在肋的下方，有时《黄帝内经》讲的右肋，比如我是病人，对我来说是左肋，脾脏左肋，医生来看是右边，所以常常有左右，那过去有区分，有人写得一样，过去就很多的医学家在研究《黄帝内经》时，就有的人判断说《黄帝内经》不是两个人的对话，没有那么简单，是很多的医生慢慢把它记录下来的，利用两个人的对话来问来把这个医学传承下来，实际上是很多的人心的结晶把它写下来，无论它如何，那我们就不要误解《黄帝内经》就好了，因为我们现在再去追查以前的东西干嘛，现在最主要的是如何用它。所以实际上医生看病人是右边，实际上病人是左边。

肾咳，一咳腰背，腰会引到背痛，严重咳涎，就是一咳痰液很多，津液出来。那这个只是前面简单的介绍，后面还会分得更细，哪些症状还会分得更细。黄帝说那刚刚是讲的五脏的简单区分，症状来区分，那六腑的咳嗽，胆小肠胃大肠膀胱这种咳这种呢？岐伯说，咳时是五脏里面咳很久才会移到腑去，所以是咳是由脏先受，内脏先受，咳很久没治好才会咳到腑上。比如脾咳不已，脾脏咳很久了，胃会受之，胃咳之状，咳就呕吐了，常常提到比如家里有病人说咳得很可怕，咳得饭都吐出来了，这一定是久咳，新咳不会的。久咳才会移转到腑上面，这是《黄帝内经》下定义。那咳得严重时有长虫出，比如胃里面有，那过去我们中国农业社会，也有这种蛔虫这种观念，东西抓了就吃，肠道会有寄生虫，寄生虫在当年农业社会的环境之下是很普遍的，非常普遍，所以过去的医书很多的药都在打虫，孙思邈很会抓虫。【肝咳不已，胆受之，】胆是腑，这时一咳时胆汁都咳出来，腑咳是因为肝咳很久没有治好。

【倪师内经 47 视频同步文稿】

久咳可从表面症状推理到原来是什么样的咳嗽，从哪个脏出来的。【肺咳不已，大肠受之，大肠咳状，】一咳大便出一点点，怎么一咳嗽大便出一点点。小肠咳就是放屁，大肠咳就是出一点大便，为什么这样？以后辨证时诸位可以从这里看，我把所有的病症全部简化了，小肠，这是大肠是围绕着小肠。那我们在辨证时，比如举个观念，便秘，那便秘在大肠里面，便秘在小肠里面，便秘在肠子头，便秘在肠子弯曲的地方，便秘在肠子的尾，这处方都不一样，怎么知道的？很简单，如果是堵在小肠里面代表大肠里面没有东西，一咳屁放出来了，所以小肠咳嗽是放屁。那大肠里面都堵到一咳嗽大便就出来一点点，在大肠。这样先简单这个概念，等到《金匱》时会讲得非常细。基本上概念有，因为《黄帝内经》是所有的病的原因，发生的致病的原因它的中间的过程到死都记载得很详细，真的开始动手治症时，那是所有的症状处方的来源，都依据《黄帝内经》。

【咳而失气】，就是放屁，小肠的咳嗽。如果肾脏的咳一直咳，很久没好，肾脏的咳会移转到腑，就是膀胱，肾和膀胱是表里，那一咳小便就出来，所以有人告诉咳嗽，咳得怎么样？就是只咳嗽，那就是初咳；那奇怪，咳了小便就出来，就已经是久咳了，从腑脏传到腑上面，那久咳不已，咳得很多，有一种状况咳到后来三焦受之，三焦咳的症状，咳而腹满，就是不想吃东西，本身三焦是在脏腑之间，联络脏和腑中间的桥梁都是属于三焦，三焦又通过全身的肌肉、经脉里面去都有三焦，三焦是无处不到的一个地方。咳而腹满就是主症。六腑受气，所有的腑都受气于胃，所以五脏咳因于肺，所以源头在肺上面，那肺再移转出来，那所有的腑气都会聚在胃里面，都是最早咳时是肺咳，所以咳嗽会痰较多，【面浮肿气逆，】呼吸比较短。

后面这一段只是一个解说，注解而已，真正重要的是中间那一篇，比如肾久咳移其为膀胱，一咳就小便，所以听到人家一咳小便一咳小便就出来了，就是原因是肾。为什么要知道这个？因为以后会学到很多处方，有时我说这个处方治咳嗽，吃下去咳就减少了，可是它不会好，为什么？因为没有寻它的症它的根，所以一咳大便出来，会一咳放屁出来一咳小便出来，咳的处方是一样的，但是里面附加的一些东西就是去它的根的所在，这就是我们要去了解《黄帝内经》的原因，否则以后我讲咳，讲《金匱》，一咳嗽就讲完了，那临床治咳时不见得可以把咳嗽完完全全根治。本省话有一句话很好玩，不管中西都很怕治咳嗽，因为咳嗽很难治，但是抓到它的原因咳嗽很好治，不是很难的。这里就是咳嗽要注意的一些地方。

《黄帝内经》跟针灸有 99% 的关系，有处方，待会会介绍到一些处方，但是只有几个处方而已，不够用的，每一章都跟针灸有关系。黄帝就问，咳嗽针灸怎么治？岐伯说治法则，如果咳是脏，还没有传腑，光是脏咳治它的俞穴，这俞穴可以讲五输穴，井、荥、俞、经、合的俞，还有背后的俞穴也可以。如果是治腑，治它的合，就是咳久没有好了，移转到腑上面了，比如一咳小便就漏出来，治膀胱经的合穴就可以。如果有浮肿，代表伤到胃气，这时治它的经，可刺胃经的经穴，这就是论咳。

《黄帝内经》里面都是病理学、生理学，它的病的原因是什么，到现在为止西医对病的原因并搞不清楚，所以我心里很清楚西医怎么回事，每次病人来说医生跟我说是什么什么病。我说那医生有没有跟你讲怎么来的？没有。那你医生错了！我告诉你怎么来的…我常常这样，病人说你那么厉害！我说对啊，我告诉你病怎么来。我讲给他听，就象他这样。那西医都是事后发病时看到了，可是问他病原从哪里来他不知道，所以临床上以后会听到常常跟病人说你的医生不知道病哪里来对不对？对啊。我说知道你病哪里来早就把你治好了，所以他讲了一大堆名称没有用，如果这个名称都是对的，那你就好了！那你讲红斑性狼疮讲了很多，那如果医生真的知道是什么，那就把你治好了，知道病怎么来的对不对？为什么讲这个名字出来，他只要告诉你就是说我懂，你花钱不会白花，终于查到你什么病了，然后治没治啊。我告诉你病怎么来的！我常常跟别人是这样讲。

病一定有因，所以如果《黄帝内经》很熟时，查病因就查到了。这里强调一下为什么我很早从头到尾一直在说，艾滋病不会死人！因为我看过的艾滋病全部症在阳明，阳明无死症，所以不会死，也就是不吃药就会好，可是西医不同意，西医药厂是希望所有人都生病，他才能赚钱啊，所以他硬说会死，最后把病人吃西药搞死掉，以后你们会看到一些案例，基本上我们在讲伤寒金匱时会讲很多的症状出来，辨证法我们治疗的手法，临床时我会介绍一些案例给大家。所以艾滋病人来，我一开个白虎汤他吃下去，当场十几年没那么好过，这就是白虎汤！

第三十九篇 举痛论

第一节 五脏卒痛

326 页，《黄帝内经》第三十九篇举痛论，所有的痛症如何去辨证？所以现在一篇篇分开来，要厥或是咳或是痛，寒、热都有，黄帝问，这段很好玩，专门讲这个天，天的道理【必有验于人】，在人间就讲天地阴阳，在人间会得到验，如果专门以前古代的常常引经据典《史记》怎么说，《战国策》怎么说，一定古代的道理一定会合于今的，所以我们念史书很重要，【善言人者，必有厌于己，】太了解人了，一定会被人恨的。所以很多人很恨我，尤其西医很恨我，因为我太了解西医，那我们不做人身攻击，基本上我一直认为人都是好人，他们出发点心都是善的，那他会去学西医并不是他的错，而是医学理论的问题，那我们现在为什么要去推翻这理论？因为我们学的东西去救人，只此而已。

这段讲得就是明，明白，我们要做个明医，明白的医生，不一定要做这个名医，但

是一定要去做这个明医，心里要很清楚，可以做到什么程度，心里很清楚这个过程，病发生的过程。现在最大的问题就是西医不明，不明才一直在研究，一直在研发很多东西。《黄帝内经》几千年前的东西它就结束了，西医到现在还在研究，还在追寻这种法则。病因病的发展的过程，病的治疗的法则，还有病的结束，《黄帝内经》都写得一清二楚，不需要再去研发新的，代表它是真理。西医一直在研发新的，代表没路走了，中医不需要研发，中医已经结束了，西医还在开始。

这一段讲【言而可知】，就是做诊断时，病人讲话或跟他言谈，听，闻诊或问诊，【视而可见，】眼睛看得到是望诊，【扪而可知，】切脉，望闻问切四诊从这里定义出来，望闻问切最早是来自《黄帝内经》这一段，要眼睛看、耳朵听、嘴巴问、手去摸脉。

岐伯说要知道哪一个道理，你要说问，黄帝就说希望知道内脏五个脏突然发生痛到底是什么原因造成的？岐伯解释【经脉流行不止，】循环不周，这是正常，人的一个常态是不断的循环，只往前不往后的，一直这样循环，只前进不往后，所以我们一直从出生一直到老，不会往后走，个性可能会往后，到了80岁返老还童，个性会往后，但是身体还是会一直老化，那一直是往前走的。如果一逆着走就是病态，气逆就是病态，所以循环不周这是常态，当寒气跑到经络去，造成循环速度减缓。如果是客于脉外，血脉在这边，脉外有两种解释：一种是经脉，一种是血脉。这个是血管，脉外，经脉的外面，如果是寒气进来时造成气血循环的速度减缓，或是停滞不前时，如果是在脉外，在血脉的外面，当血脉的外面时，这个寒会把血管缩小，寒则缩，血管会缩小，所以越冷时这个脉管越来越小越来越小，越来越小让它血就变少了，因为血的速度会变慢。如果是客于脉中，如果这个寒是在里面，不在脉外，是在脉里面。

所以寒分两个，一个是脉外，一个是脉内，脉的里面。如果跑到脉的里面，发痛了，就是瞬间的发痛，卒然而痛就是瞬间的痛，就是本来都很好，突然一阵痛，当发现突然的瞬间发痛时我们就知道寒在脉的里面。黄帝问题很多，实际上就是一种医学的传承，故意提出来，《黄帝内经》象写两个人在对话，好象剧本一样，它不引经据典写得很死板让人不好读。

黄帝就问有的人痛一下突然又停掉了，有的是痛不止一直在持续在痛，有的是痛得不能按，有的是痛得喜欢按，按很舒服，有的人是按了半天按不按都没有用，他还是在痛。【喘动应手者】，就是动悸，《黄帝内经》很好玩这个东西，如果没有临床经验，看《黄帝内经》就是很形而上，临床看后再看《黄帝内经》是这个道理。喘而动者，肚脐在这边，肚脐左边是肝，肚脐下是心，肚脐中间动悸是脾，肚脐右侧是肺，脐上悸时是肾，这是按照东、南、西、北布列得来的，因为人身上人本来就在东南西北八方正中间的地方。小肠是火，所以心是南方，所以我们把东方放到这边来。人体因为是在自然界东南西北、木火土金水的状态之下，所以发生病变也是按照这个动作来的，《黄帝内经》讲的就是病的早因就在这个地方，所以治病一定要去了解天地之间的道理。西方医学不是这样，几个医学化学家坐在研究室里埋头苦干，外面月亮盈亏也不知道，太阳也不知道，东南西北，那做个药出来，结果是什么？我告诉你，比如我们在看病人摄护腺肥大时，他们（西医）代号是 PHA 的值数，我在底特律演讲时那个医学讲座我们在临证，有一个男的摄护腺他的指数是 243，正常是 3 以下 4 以下很低，243 那么高，结果他吃一个女性荷尔蒙一吃第二天就变成 3，你有没有想过他说肿瘤还是那么大！现在人很愚昧，怎么讲愚昧，就是他只要看指数正常他就很开心，实际上那个西药进去只是把血里面的指数淡化掉，身体的病还在那边，根本没有去掉，所以很多人指数都很好，照样发病。相信中医的碰到好的中医长命百岁健康，相信西医的指数就完蛋了，病人本身就知道，他说吃了药第二天指数变 3，可是那个肿瘤还是好大一个，怎么办？看这个（指数）就不准了。所以如果研究化学，光是研究找个东西把这个中和掉有什么难的，那个果汁太浓了加点水就淡掉了，这有什么难，这个不难！难在要把它根去掉在那里。

黄帝就说五脏内发生的疼痛，现在就看到动悸，基本上的观念是这样，那至于怎么

治，我们有治法在后面，不在《黄帝内经》里面讲了，各种不同的痛。238页，岐伯说寒气如果客于血脉外，在脉的外面，脉外受寒时病人会卷缩，寒则缩，病人会卷曲起来，这时脉非常速，也会影响到外面的小络，小的孙络会影响到，就是细脉的地方我会讲到，这时突然就发痛了，那因为它是在脉的外面，而且比较孙络，在四肢周围的地方，比如把他手放到冷冻库里面，或放在冰块里面，冰水很冰，一过下去就很痛，就是寒在脉外。这个痛只要一放到热水里面就好了，烘烤，一烤就会好，这是突然痛，本来不该痛的痛了因为受到寒在脉外。

炅这个字我在辞海都找不到，反正就是加热的意思，所以中国的文字，古代的文字不要去太计较，知道意思就好了，一得到热他就会好。如果【重中于寒，】就是寒气非常严重，比如手放到冰块里放个15分钟很痛，20分钟很痛，放两个小时，一直加冰块下去那就不一样了，很强的寒就不一样了，比如冻疮，冻疮在那个火烤也没有用，因为它冻了一晚上，所以已经整个坏死掉了，当然我们有处方可以治好，冻疮去切个脚趾头那个都不是好的医生，冻疮我们中医都可以慢慢好，当然伤寒家才会治好，伤于寒，温病派南派没有伤寒，冻疮死掉就死掉，就南方一大堆人得到冻疮的。那到时候讲完，我讲的这些病以后，将来对你们来说治病就那么简单，一下就好了，一点都不难。所以痛了很久那就是寒很重，寒气客于经脉的里面，刚刚是脉外，现在是脉内，和热气相搏，这时是脉在里面，本来血脉里面是热的，现在寒跑进去了，寒热这两个在一起相搏时，脉就胀满，满时痛而不可按，拒按，象痛风，不能按，越按越痛，痛风不要说手去按，连衣服碰到都痛，下次遇到这种你们就知道，这个人寒热相搏在血脉里面，这个观念是这样。那你就知道了寒在血脉里面，要开一些入血的药，开一些去寒的药，脉里面是热的就不需要开其他的，那里面去寒了，加点热药它就一下痛就会去掉。为什么陈述这个？就是有助于将来你们开处方，那要知道病因才知道怎么开处方。如果【寒气稽留，炅气从上，脉充大而血气乱，】那时痛甚，更严重了，就是加重了，更不可按，想想看，这边痛痛到不能碰，这是不是很痛苦？那痛了按摩也好，他是痛到不能按。这就是致病的原因。

第二节 寒于五脏

329页，上面一票全部是寒，那我们的处方治症是不是开热药？那温病就不会开热药啊，那寒他们都开的寒凉的药，我叫寒凉派，我叫补土派，滋阴派，越寒越痛就不会好，不会好就是说中医为辅，西医为主，送到西医去，西医更坏，吃的药更寒，最后病人关节痛、痛风、肾衰竭掉，就是这样。

【寒气客于肠胃之间，膜原之下，】《黄帝内经》提出膜原，就是讲三焦的膜，脏腑之间都是油网在联系，【血不得散，小络急引，故痛，按之则血气散，故按之痛止，】就是因为寒只是在肠胃中间，比较浅，所以手是热的，按下去痛就会停。如果的手比他肚子还冰，一按下去他更痛，女孩子很多手脚是冰的，要去把她手脚治好，如果跟太太牵手跟你女朋友牵手手是冷的，赶快治好，不然哪天痛按得她更痛，还不如拿热毛巾敷上去好一点，因为是寒痛。那这是在肠胃表面，所以手按下去可以，千万要找热手，冷手不能按，冷手不见得心是坏的，身体原因没弄好，给西医搞得没弄好。那这个是按之痛止，可以在上面一二三四五六七这样。

第二【寒气客于侠脊之脉，】侠脊是华佗夹脊，在督脉外开半寸，寒就在旁边，这时侠脊脉很深，很深时按都按不到，当然按了没有用，所以当按了半天他也无所谓，反正还是痛在那边，寒气很深，就知道它在侠脊上面。

第三【寒气客于冲脉，冲脉起于关元，随腹直上，】寒气客在冲脉里面，脉不通，【脉不通则气因之，所以揣动应手，】这就我讲这边了，从小肠募关元穴，当寒气进入冲脉时，冲脉是起于关元，这时它的脉气受到寒气的影 响，所以它会搏动，因为冲脉是血脉，这个血的力量很大的脉，那这边受到寒气时这个堵塞到了它就开始动悸，记得左边动悸是影响 了肝脏，下面动悸是心脏，右边是肺，上边是肾，肚脐周围脐周围动悸是脾。动悸，

摸上去就可以摸到咚咚咚在跳，或拉开就看到肉在跳，动悸，在伤寒论里都有介绍，动悸的处方。所以揣动应手就是这个意思，揣动应手并不是病人在那边气喘，不是，摸上去就摸到脉跳得很快，所以好的医生肚子这样抓起来，一摸上去摸肚子摸摸看哪边，这下面，已经诊断结束了，我们叫腹诊，肚子的诊断，腹部的诊断。

第四【寒气客于背俞】，在背后上面的，血脉，泣就是停滞下来，【脉泣则血虚】，血没法过去，血虚的，血虚也会生痛，血虚生痛，因为血都是汇注于心脏在管，心主血，所以会相引得痛。如果象血虚的痛按摩它时，痛就会慢慢慢慢减缓，所以有时老人家生病，帮他按摩，拍拍背他的痛好很多，为什么？他原来是血虚，那你手是热的，所以女孩子手是冷的，泡热水再去按，或拿个热毛巾去按。那我们手是热的，摸上去热气最好，因为人身上热气是固定的，我又不是发烧，人很正常，那你摸上去时身体的热气是相通的，不会过热也不会过寒，不然我怎么活到，所以我的热一定是适合他的热，这是最好的温度。那如果是用人工调温度，有时太高太低，调太热了烫到了，调太冷了又不行，人体的温度最好。当然这个动作只能帮你亲人做，不然每个病人来你都这样按，晚上一直躺下去挂了，因劳耽病，过劳就老，太劳累了，每个病人给他按，那么累啊，这个只有亲人可以做到。那我常常就一看到夫妻俩，太太那个背痛，我就跟他亲人说每晚帮她按摩一个小时再睡觉，她这个痛就会好，他的亲人今天不该来的，帮太太按有什么不对，当然我是这样讲他的，我回去自己没有做。人是这样的。所以这就是我们血脉不够时会有这个背痛，所以常常背痛的按摩一下很舒服就是这个意思。

寒气客于厥阴的脉，厥阴的脉【络阴器】，足厥阴肝经络到阴器上面，系于肝，寒气如果客在脉的里面，脉中不是脉外，这时血泣脉急，因为血通不过去，就会造成胁肋与少腹痛，我们知道寒在血脉中间在肝经上面。寒气如果客于阴股，就在鼠蹊部下面，【寒气上及少腹，血泣在下相引，所以腹痛引阴股，】肚子痛会引到会阴的地方，会牵引到它痛，那么我们知道这个寒气是下焦太寒了。你看都是寒气，有没有看到热气造成痛？没有，都是寒气，那光是一个痛都是寒气，那怎么开寒凉的药？想就知道不会好。那病人来找，他并不是说一定要你开的药很好吃，这个医生开的药很好吃，他不是找那好吃，他病要恢复，那你开的药很难吃，可是他病好了，再苦他都吃，知道我的病人跟我怎么讲？这个药，我现在是肝癌，让我好，叫我吃大便都要吃啊。那在美国的那个中国来的中医不是，因为他的汤药开不好，病人吃不好，可是他就不这样跟我们中国人讲，他说美国人不喜欢吃汤药了，所以我们都不开汤药，实际上他不会开，开不好。我开汤药开多少，每天是成袋的出去，那不是说一包两包，一袋拿出去这样，一袋是 60 磅出去这样。所以他们不会开，不会开就说美国人不喜欢吃，不怪别人说。我们真的当医生尤其学医学，医术问题先要考虑自己对错，所以我对自己的评管很严格，东西看得很清楚，千万不能错，第二个，每次，因为你开处方这个药不对，病人没有反应时，我第一个考虑我处方有没有错，然后考虑处方没错，我就想这个人是不是跟我漏讲哪些东西，我都是这样做。

【寒气客在小肠膜原中间】小肠里面很多的膜原，三焦从这里开始生，联络到后面的命门，所以特别讲小肠的膜原，就不在小肠里面，在小肠外面，小肠外面这膜原直接络在后面的命门的地方，中间穿过小肠，然后直接到关元的地方，关元是冲脉之始，那真正膜原接触的地方是在气海和石门的地方。所以道家这就是产生的疑问，有的人说道家静心在气海，气海是丹田；有的和尚说在关元脐下三寸；有的说脐下一寸半。就是吵这膜原，真的讲三焦的膜原是起在气海，但为什么常常会讲到关元？因为关元是小肠的募穴，它跟心是相表里，太重要了。所以静心于小肠的关元和气海，差不了多少，反正打坐没有手指着气海这样的，没有这种动作，所以心在假想，大概这一块就可以，不要计较。但是要知道气海的是三焦的膜原的地方，小肠是关元的地方，两个都各称为丹田。

【倪师内经 48 视频同步文稿】

第七条讲的就是肿瘤的成因，如果光这一条看不出来，可是我看就知道这是肿瘤的原因。现在世界各国的西医对肿瘤怎么来的都不知道。就在这【寒气客于小肠膜原之间，

络血之中，血泣不得注于大经，血气稽留不得行，所以宿昔而成积矣。】所有的肿瘤，肌瘤也就累积的东西，跟小肠很有关系，所以常常在治症时一直在强小肠，因为那是生命的源头。比如肿瘤癌细胞到处乱跑，那怎么办？西医每次都说症，症是什么？到处看看去哪里？去看哪里有什么用？比如象贼已经全美国到处都是了，怎么抓？就好象在北方我那天讲个故事，夏天是有蚊子，冬天一寒来，蚊子全部死掉。所以不管蚊子在哪里，不管癌细胞在哪里，当环境一改变时，原来这环境很适合它生存，它在里面很爽，又有冷气吹又有好的食物吃，里面很寒又有食物吃，它好爽。那我们中药一进来时，热药一进来，环境改变，又热，又把（肿瘤的）食物断掉，它就走掉，环境一改变，我们不管它在哪里。所以中医比较关心是怎样？全身上下，我们只管全身，全身上下应该没有肿瘤才对，应该没有积。我们不叫肿瘤，叫积，这就我们常常在小肠上面做文章再下手。小肠里面的气血有阻塞时，没法进入大的经脉。所以热的小肠很好。

小肠要热怎么知道呢？脚是热的，脚底板是热的代表小肠是热的，脚底板是冷的代表小肠是冷的！不要真正拿温度计插到小肠里面去，这么量病人就昏厥过去了，不用插进去。脚底热的，脚背是冷的。如果脚底脚背都是热的，小肠太热过热也不行，引擎过热也不行，温度也不够（也不行），一定要温度适中才好，小肠就是这样。小肠温度的源头又来自心脏，所以真正的心为君主之官，这就是为什么你听过肝癌、胃癌、肺癌一大堆，就是没有听到心脏癌，心脏没有癌的，因为心为君主之官本身不受病。那老师不对啊，现在很多人心脏瓣膜不整，那是吃西药搞的，本来没有这个病。那么我给你介绍，等你们看多了中医，中医真是王道！太好的东西，我们要以身为中国人作为荣！

第八条最后一段，【寒气客于五脏，厥逆上泄，】五脏本来是木生火、火生土、土生金、金生水。现在突然寒气跑进去，五脏就乱掉了。这时因为里面寒很重，阴气衰竭，阳气又没法进去，因为脏里面本来阳就不多，阳大部分都呆在腑里面，寒气一进去时里面会更冷，这时阳气又进不去。所以突然痛死，也就是说这个人突然一痛，人就昏厥过去了，痛在五脏里面寒在五脏里面。昏厥过去并没有死掉，过下子阳气回来他又醒过来了。常常看到这种病人，什么病没有，突然一发病，人整个硬梆梆的就昏倒了，昏倒之后大家很急把他送到医院去急诊，急诊一查好好的，这个人什么病都没有。这人每次到急诊室时就醒过来，发病时就在百货公司里面买东西昏倒，那他就不会在急诊室昏倒，这很奇怪。等他昏倒了送到西医急诊室，他醒过来了，这样那怎么办？西医查了半天没有毛病，就是寒入五脏。寒入五脏会造成突然昏厥，因为寒进去把脏锁住了，阳没法进去，所以暂时人会间歇性的昏厥。温病派如果不会用热药，我们热药有热药的血脉里面，有热在经脉上面，有热在皮肤表面上，有热在里面的，都不一样的药。那（温病派）一个都不用，怎么会治得好病？那只有病人昏倒时跟他一起昏倒，是被病人在身后昏倒了吓昏了，病人昏了你也昏过去了，你想完了怎么办？就是这个结果。所以寒温之争一定要结束掉，我希望同学们将来出去，不要用我这种态度，我是在赌气，我们不骂人家。所谓刚重，启蒙之道要刚重。你们想办法说服人家，让人家把温病派的东西舍掉，没有用。温病派的药有时刷牙漱口可以，洗眼睛、洗鼻子可以，治病不行的。以后看我处方就知道了，这几味药就够了。

330页，【寒气客于肠胃】肠胃本来就是阳很多的地方，突然胃里面寒了，病人就会呕吐，胃痛呕吐。《黄帝内经》说是不是寒客于肠胃？南派温病派开的胃药都是寒凉的药。本来就是寒客于肠胃，所以吃了怎么会好？那我们北派开胃痛的药很热的药下去。那温病派的医生一看，病人在吐，里面一定是热，结果开的是寒药下去；我们北派开热药下去。温病派说不行，病人都吐血了还在开热药，吐的血更多。你错了！一剂下去血就止掉了。原因寒气客于肠胃。【寒气客于小肠，小肠不得成聚】，所以后泄，后泄就是大便从肛门出来，下痢腹痛。所以肚子痛、腹痛都是小肠的寒，寒客于这里面。临床上有时，一个病人肚子痛，西医就去看可能是子宫卵巢，查了半天也没有，开刀下去看没有，开完了还是痛。可能在哪里？结果开完刀肚子还是痛，小肠的寒痛造成少腹痛。知道寒在小肠，知道这个病因时，处方是不是解决了？听就知道了。所以很多人肚子痛了好几年，

结果碰到我一剂就好了，前面医生都弄错了，再来看我开的处方可能只有三味药四味药而已，因为我知道他从肠子里面寒来的。只有最后一个，都是寒。

最后出现【热气留于小肠，】肠也会痛，那是过热，小肠本来就是热，现在过热的状态之下，为什么会过热？叫做瘴热，过热的现象产生的腹痛只有久劳，就是这人很辛苦，从早就工作到晚，耕田锄地，从早就一直在锄，一直锄到中间日中出来，到中午了也不休息，一直工作，每天他劳，才会有热中，小肠才会过热，这是瘴热，是久劳。现在这种人很少了，这种人不多，为什么？大家都开耕田机，去锄地都开机器进去，劳动的人很少，以前就有。【瘴热焦渴，坚干不出，】大便很干燥不出，【痛而闭不通】。如果我们要害人，比如这人他本身便秘，叫他劳动出汗，他越出汗大便越干，如果是堵在大肠就是我那天讲的登高而歌，弃衣而走，遛鸟去了。这都很好治的。所以诸位记得，几乎十之八九都是寒，唯一出来热是久劳，我刚才讲现在久劳不多了，所以可以舍掉没有关系，但是要知道，这是唯一的例外。所以在诊所坐诊，看到一个人打赤脚，裤脚卷起来脚底都是泥巴，他说肚子痛，热讲完了，一看便秘了，对！怎么知道便秘？开承气汤就好了。黄帝内经都讲了，望就知道了，那农夫因为脚常常在田里面走，不喜欢穿鞋子，所以脚一脱，一看那脚知道是工人农民。

第三节 望诊

332 页，岐伯说，病人跟你讲话，问就知道，或眼睛看就知道，五脏六腑都有尽头，有一定的部位，看他的五种颜色，如果面色黄赤，这黄赤不单代表脸上，身上出现黄赤就是热证。白为寒，苍白就是寒证。青色黑色都代表里面痛，这是所谓的【视而可见者】。所以望诊青赤黄白黑时，青黑代表痛，红黄是热证，白就是寒证。

黄帝说如何从触摸知道痛？岐伯就说，【视其主病之脉，坚而血及陷下者，皆可扞而得也】。举例，如果这样看我的背后，背面看过来时，这是督脉，这是一条督脉，督脉旁边膀胱经，膀胱经是突起来的，如果把人身体切下来横过来看就是人体这样，督脉在中间，这是督脉脊椎骨，膀胱经的精肉应该是到这边突起来的，再下来的突起来，人体的剖面图，所以膀胱经两个肉是往上翘起来。那这个经脉很旺，在脉上面压压到上面有痛点，这时摸也可以知道这上面有痛点。这就是我常常讲的触诊，阿是穴的处理方法，所有的经脉都可以找到，这就是在经脉上找到痛点，就可以知道他的病所在。这是常态，所以整个手如果摸他背后，一摸上去应该摸不到脊椎骨的，因为骨头沉下去的，脊椎骨是阳，阳是不是往下沉的？刚好两个肌肉膀胱经的肌肉挡到，骨头在下面。那现在有一个人不是，脊椎骨是这样的，一摸他的背后，一摸整个脊椎骨是突起来的，膀胱经的经气已经没有了，这个人病很重，阳气非常的弱，因为阳要浮起来。所以摸到背上脊椎骨突起来的人，都已经阳气大虚的状态之下才会有这种现象。那我们这是讲的膀胱经，十二经络你们也学过了，胆经、大肠经、肺经都可以查到。这是扞而可得，摸到就知道痛在哪里。

第四节 情志

333 页，黄帝说【百病生于气也，怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，寒则气收，灵则气泄，惊则气乱，劳则气耗，思则气结，】这是九气。这种九气各主什么毛病？这种情志方面的问题，岐伯说【怒则气逆，甚则呕血，气之上怒则伤肝】，肝气伤到了，因为肝经直接络到头部，上升到头部，如果是发怒时，血气往上升，会造成这种现象。呕血就是肝气上逆，人体没有空间存在，如果气上逆，往上走时下面就空掉了，所以上面有盛时，下面是虚的，下面就是拉肚子下虚。

334 页，九气，前面讲的是怒。喜是最好的症状，所以诸位一定常常保持幽默风趣开心，【喜则气和】，当然不用太开心太过喜，乐极生悲，一天到晚笑得躺在地上，每天在那边笑都是这样，喜太过也伤到心。就是常常保持平常心，开心一定要有，幽默感一定要有。所以现在世界上，如果以明星来说，喜剧谐星都是长寿的，因为他们开心；演悲

剧的一天到晚很苦的，死得很快，本来他不苦的，演悲剧就死掉了。

【倪师内经 49 视频同步文稿】

悲伤太过。要一个整体的观念就很容易记，肺和心在胸部上面统称为阳，膈以下统称为阴。所以人上面是阳，下面是阴，但这是从上面外面看，里面不是这样，里面是阳往下降，阴往上升的，所以我们头部是冷的，脚是热的，所以阴阳是相互的。我们讲到上面，为什么要叫阳就是寸脉的地方，手上寸脉的地方为阳；阴就是尺脉的地方；关的部位就是中间的膈，膈的病包括了肝、包括了脾、包括了胃，都在关的位置上。【悲则心系急】这很正常，因为心和肺是火和金之间的制衡，一悲就伤到肺，肺一伤到会影响到心，心跳就加快。【肺布叶举】就是肺张开的很大，上焦不通，因为悲那个气就闷在那边。造成【荣卫不散】，积在胸里面的热气散不掉。那热在肺里面时，再加上心又热所以造成气会消掉，严重的悲悲得很久，危险了会出人命。

【恐则精却】，恐就是很恐惧，恐惧的人会造成肾脏会有问题。【却则上焦闭，闭则气还，还则下焦胀，故气不行矣。】恐则伤肾，正常人肾脏在下面，正常的人肺气是下降到肾脏，那现在恐了一伤一害怕，这个恐有几种解释，有一种是要脑筋很活，我们都是乖宝宝，象我是坏宝宝长大。一般恐的人很老实，有人在追杀你就是恐，不对，有的年龄很大的人很怕死也是恐，恐发生很多的状况，或有的人犯法了他也恐，心里面很害怕。还有娶到老婆子狮子、老虎也是恐，那这都是恐。依此类推，不是说只有拿刀杀你才是恐。这个恐日久了伤到肾脏，那肺气就下不来，肺气就会回逆，讲的就是这个。回逆的话，上焦闭了，本来是气往下，现在回逆造成上焦会闭，这就是原因在这里面。【闭则气还】一闭时气还到肺里面，【还则下焦胀】本来是应该气往下走，现在回去了气下不来，那下不来时阴气在这里面会累积，因为没有阳气来推动它，阴就会累积，肚子会胀起来。所以造成气就没法行，那我常常跟诸位讲，就是因为常常用到思胜恐，其他当然我们也多，喜胜忧什么样子都没关系，但是思胜恐用得很多。思胜恐除了劝导病人以外，同时去观察那个人，那个人为什么那么恐惧？就是人心里面没有思念不重感情的人，如果今天你的年龄大了，很怕死，每个人都要死的，可是他怕死。可是他如果思念过去这一生做了很多事情，他觉得很好或是很怀念他太太对他很好或是怎么样，有思时才没有恐惧的感觉，所以要常常用这种方法来帮助病人清除恐惧的感觉，叫他思念一些过去他怀念的人。

【寒则腠理闭，气不行，气收。】皮肤表面腠理本来就是人体和天气沟通的地方，一寒则缩，毛孔就缩起来了，气就收了。【炅则腠理开，荣卫通，汗则大泄，故气泄。】所以热则造成气泄，寒流不止就是气往外泄，没有汗就气收。心惊受到【惊吓，心无所倚，神无所归，虑无所定，所以气乱。】所以一受到惊时，会感到心一直在跳，一直平静不下来。【劳则喘息汗出，内外皆越，故气耗。】所以久劳的人会耗到气，所以劳动是要注意休息。【思则心有所存，神有所归，正气留而不行，故气结。】这是喜怒忧思悲恐寒热造成人身上的一些反常的现象，知道的一些主要的症状会有哪些。

第四十篇 腹中论

第一节 血枯症、癫痫案例、血枯治疗

黄帝内经第四十篇腹中论，专门讲腹。黄帝问有人【病心腹满，旦食而不能暮食，】早上可以吃，晚上没办法进食。岐伯说这病称之为鼓胀，这是最早记载。如何治它？岐伯说【治之以鸡矢醴，一剂知，二剂已。】什么是鸡矢醴？过去土鸡养在户外的土鸡，在郊外在山里面，不是饲料鸡，关在笼子里面的不行。因为这个鸡它找食物，有时小虫子或在泥土里面或在岩石缝里面，它一啄把石头和泥土也吃进去了，鸡的嘴巴就尖尖一根，它不会分，它那个舌头长长的，不会去分，把泥土弄掉、沙子弄掉，去吃那个虫，鸡没有那么聪明。所以鸡在野外的鸡，野生的就是放山鸡，它在吃这种野外食物时，它排出

来的粪便里面一坨中间是白的，这个才有用，你说老师这个鼓胀好讨厌，一剂知二剂多厉害，就跑到鸡场去收集大便，一点用都没有。病人本来就鼓胀了，再喂一大堆鸡大便，这个很惨。不是你不对，是你不知道怎么找这个东西，白的部分就是因为它吃了很多泥土，很多岩石的碎屑吃下去以后经过肠胃出来，白的。记不记得我们讲五种肉类，木、火、土、金、水，在五种肉类里面，鸡是木，所以我们常说呆若木鸡；火是马，土是牛，金是狗肉，水是黑猪肉，五种的肉类对上肝心脾肺肾，对上五脏。鸡是木，它吃的土，吃了土经过消化后，平常人吃吃看，吃了你排不出来，便秘肚子痛，吃太多泥巴泥土了长了蛔虫。鸡不会，鸡吃下去排出来的大便就排掉了，一块白白的，不但不坏，还可以治病。所以把这鸡大便里面白的部分收集起来，怎么收集？拿个镊子或怎么样，黄的部分没有用，把白的部分收集起来备用，把它晒干以后变成粉，因为那个粉实际上是吃泥土岩石经过消化以后排出来的东西。再跟米酒煮在一起，这就是鸡矢醴。鼓胀用这药，一剂就好了，就排掉了。

《黄帝内经》里面一共有好几个方子，第一个方子在这边。记得怎么找它，现在中国台湾省我都不太相信，以后到中国去时我收很多回来，所以我不会去跟他弄鸡大便，开玩笑，那个鸡大便他随便到鸡场挖来给我怎么知道对不对？他烘干过不知道，所以我一定要自己去收，才敢说我手边没有，我知道怎么用，但自己去那个地方收，人家看到怎么这个中国台湾省来的那么傻，什么东西不好吃去收集鸡大便。如果到南部乡下，很多是放山鸡，你说老板，老板以为你要买鸡，你要多少斤的？不，我来收集大便。那很好，鸡大便很好。不要跟他说做什么用的。不是说为了赚钱，当人家知道怎么用，完了，这人性很可怕，马上是水涨船高，所以收拾好闷不吭声的做，有什么好处？可以帮助真正需要帮助的人，所以诸位当医生一定要有良心，有好的心，这时帮助人家没有关系，如果被人家炒作都收不到了，要为了救个人你要花很多的钱，这时可能没有人去买或怎么样子或病人买不起，所以匪人勿传。如果我不讲放山鸡你不知道。醴，一定要用酒煮过。这个为什么？因为鸡是木，肝脏，所以肝病的鼓胀，如果用这个一剂就好了。黄帝说吃完药有的人复发了，再发怎么办？岐伯说，为什么会再发？岐伯就说饮食不节，所以病才会再回来。所以任何的病，包括我们前面你们现在说到了，感冒发烧烧完了余热，老是过两天热又回来了，为什么？因为他吃到肉类，所以我们平常正常人饮食，要保持不要吃太饱太多都不好，生完病要更小心，饮食要有节制。所以我常常在网络上很多地方写时我就跟大家说，我们有钱没钱都没有关系，所以一定要记得你可以花钱买很好的车子开、很好的衣服穿，吃一定要简单。这个事情是不知节制就来了。

337页，黄帝问有的人是胸胁支满的，肋肋胀满，吃东西不能吃下去，发病之前【先闻到腥臭味，出清液，先唾血，吐血出来，四支清。】冷冰冷，目眩就是眼目昏花的样子，时时前后有时大便带血，有时小便带血，这个病名叫什么？岐伯说这就是血枯，这个血枯的病，诸位很好玩，我在治疗癫痫时就碰过这种案例，那个病人跟我讲癫痫发的是什么样，都讲完了，我心里想阳亢对不对？正要准备处方时，他突然最后讲一句话，很奇怪，发病之前我都闻到一股死鱼的味道，死鱼不是腥味吗？那怎么不早讲？我说下次记得第一次见到我时第一句话先讲这个，前面讲的白讲了，好累，病人不知道。突然问我说觉得很奇怪，为什么每次，只要闻到腥味就知道我要发癫痫了。他这句话留到最后讲，最重要的话留到最后讲，病人是很可爱。这种病叫血枯，因为枯竭掉了闻到了腥味，这是少年时有大出血比如出车祸或是古惑仔，现在电影都不好，拍的那个叫英雄那叫什么英雄？最后是狗熊了他是英雄，拿刀杀人叫英雄，这个不对。或是过去有大出血或是喝酒醉以后入房，中医很忌讳，喝酒醉时保持醉不要去行房，如果是醉入房中气会衰竭，因为保持热中，这时阳气就泄掉，阳精就泄掉，就会伤到肝脏。女人的话月经会停滞不来，因为血枯了。黄帝问，那治的方法是什么？用的是什么方法？这是《黄帝内经》的第二个处方，岐伯说用以乌贼的骨头，乌贼打开白白的骨头，海螵蛸，一个是蘼茹就是茜草，茜草是活血化瘀的药，乌贼骨，两个合并起来把它打成粉，加上鸟蛋的卵，麻雀真的不要找麻雀的卵，没关系，鸽子也可以，就是鸟的蛋都可以，这个卵拿出来跟粉和在一起，做成象绿豆大那么大，为后饭。这个中医很好玩，他说为后饭，就是吃完

以后再吃饭的意思，所以饭前。吃这个乌贼骨跟茜草时，要喝鲍鱼汁，鲍鱼煮汤喝。利肠中，可使肠中里面非常清，同时恢复肝脏的功能，因为肝藏血，这种血枯并不代表是瘀血，而是有污血停在里面，因为元气大伤，经血伤了后，血并不是很干净，那停在身体里面，停久了闻到腥味，腥臭的味道。所以才会有瘀血在里面，所以我们才会用茜草，茜草是很有名的活血化瘀的药。临床上癌症也常常用，神农本草时会讲得更多。

第二节 伏梁、伏梁治法

339页，黄帝说有一种病小腹胀起来，一摸上下左右都有根，有根好象这里面，这是什么病？可不可以治？岐伯说这个叫做伏梁的病，伏梁从何而来？这个伏梁的病岐伯说【裹大脓血，居肠胃之外，不可治，治之每切按之致死。】什么叫伏梁？有两个地方会有伏梁，临床看多了一看就懂了。第一个伏梁在这边，胆如果是堵塞了很久，胆子整个膨胀在里面，那西医就把胆拿掉了，如果来不及治时，破掉了，气球一样爆炸了，爆炸以后胆汁外流，一外流时人外面有三焦，这个三焦一包也就把它包住了，就是这个。【裹大脓血】包住了，这是一个地方。还有盲肠这个地方，盲肠堵在这边堵很久了，破掉了，包一块起来，有三焦的油网包住，这个包到里面就是脓血。那现在来说就是腹膜炎，在岐伯那时候说不可治，这都是死。实际上可不可以治？可以治，张仲景解决了。

临床上我再加一个进去，除了肚子按时，这个地方一定是热的，病人出现时，下腹是这样，肚脐在这边，他在痛时，痛到骨头下面这边来，这个地方我们从关元下来一直到足三里，叫气街，它们堵在这个地方，然后就这个地方是热的，其他肚子上都是冷的，就这一块整个是热的。那我有病人痛了十几年，痛了十五年查不到原因，居然查不到。这病人很好玩，首先大肠经在这边，大肠跟肺表里，大肠有破裂有个洞，这个是表这个是里，在生命线这个地方一块褐色的圆圈在这个地方，好象一个痣一样。结果我一直在清她时，这边（褐色斑）一直淡淡掉，这个是经验，我们在摸脉时偷看她手掌，心术不正的看这个病人好漂亮，手掌没看到一个咖啡色褐色的斑在生命线上面。

所以我在摸脉时一直在看病人的气色看她的手掌，我们抓蛛丝马迹，经验多了速度就会很快。下次我讲到金匱时特别还会再提出来，我把那个镜头拍下来了，带回来给你看，我们有肚子拍到胀到人站到这边肚子快到地上了，那么大的肚子鼓胀成这样，还有这个肠炎都可以治好的。他原来是不能动，她先生是理发师，太太在家里。我一直在清，清这东西什么颜色，黑的绿的什么都看到，还有血跑出来，越清她越爽，精神越来越好，清了两个月，大黄芒硝吃了成斤的，人精神越来越好。南派的遇到这种，大黄不能用。我一直在清它，越清所以病人需要时没有什么补泻，他需要这个药这个泻药对他来说是补药，因为对症去用没有关系。岐伯说这种东西死不可治，黄帝说为什么？岐伯说因为【下则因为阴】，阴脏的话一定会下脓血，这个部位是阴，阴本来是主血，现在下了血破开来了，肠子破开了，【上则迫胃脘出膈，侠胃脘内痛，】这是久病很难治。如果痈疽在胃上面肚脐以上比较难治，就是这个部分比较难治，肚脐以下比较好治。这是我们针灸也可以做，当然处方也可以做。

黄帝又问了人的身体里面有髀股，髀就是坐骨还有髌骨，实际上髌骨讲的是外侧这边这个骨头，这是髌骨，髌骨是坐骨的地方尾椎骨的地方。痛还有皆肿，都肿起来，然后环绕着肚脐而痛，这个是什么病？岐伯说这也叫伏梁，这是风根，风之根。因为【气溢于大肠而着于肓，】肓是石门穴道。【肓之原在脐下，】所以就会环脐而痛。这时不可动之，动之为水溺涩之病，就是造成小便排不出来的现象，中医这种症状就是风根。临床上看时，有一种腹腔有个大动脉，这个动脉一破掉时，三焦会把它包住，这个血把它包住，西医一看就是那个动脉血管破裂，那就把它切掉，放个塑料管下去。那中医怎么辨证？这就是一个辨证，所以中医是讲症。肠子破裂或胆破裂还有这个血管破裂都会造成这种症状的都叫伏梁。不可动，岐伯说不要动，让他静静躺着，动的话有时如果摇动的很厉害的话，大小便不出，小便不出来就要死，所以不能动。那西医也是这样，不能动，如果发病送到小医院，小医院医生宁肯从大医院跑过来帮开刀也不会叫你移过去，因为

不能动，一动堵塞了小便的话，这个血会堵塞小便散开来病人就会死。

341 页，黄帝问，【热中、消中，不可服高粱、芳草】石类的药。我们有膏粱的药、金石类的药，那石药能够发痲，芳草发狂。热中消中者都是富贵人。如果这个病比如我们有时叫人家吃食物怎么样子，有的病是很有钱的人，因为他吃的食物很好，品质很好，那这种富贵的人他现在生病了，跟他说这些食物都不能吃，给我吃，吃粗茶淡饭就可以了，那人家会说医生有问题。黄帝这个意思，不合我的心意。那不能吃芳草的药石类的药是不是病不会愈？因为要禁止病人吃，他说解释给我听听看。这种热中消中的人都有忌食的，不可以乱吃。岐伯就说芳草之类的药或是很好的食物，气是非常美的，石药金石类的药气是非常的彪悍，两个碰到一起时，气又急又坚，所以【非缓心和人，不可服此药】。在用很剧烈的药时，用金石类的药时，一定要病人心平气和。

我最常跟病人讲的是什麼？就是现在都跟我讲，身体不舒服就告诉我，回家就爱你的老婆、爱你的孩子顾你的家，身体交给我，你不要去想它，由我来替你烦恼，我最常跟病人讲的就是这个，就是从黄帝内经得到的。让病人忘掉病，病留在你身上，我说你回去想这个病担心这个病，问题不会解决，让我来担心，你花钱找我了，由我来替你担这个烦恼，我来帮你解决这个问题，你什么都不要想，一定要心情要平和。所以如果一个人野心很大，要选总统要什麼也好，这时跟他说要长命，我们有很多很好的药，比如硫磺很多很剧烈的药下去，一下子他本来是野心很大，吃下反而会得到逆症不好，不可以害人，我讲的你不要去做，不可以的。岐伯解释原因，因为热气，很多的热药，药的气是很热的，非常彪悍，那药气也是，这两者热中消中，本身天气明明就很热了，这时再用热的药下去，【恐内伤脾，脾者土也，而恶木，】吃这个药到甲乙日病情就会造成脾脏会有问题，因为伤脾。那这是一个。所以这几问话的意思就是，生病时要吃得简单，不管是有钱没钱，平常吃得很好的东西都停掉，使用药物时也要记得，比较很有钱的人反而不能用很强的药，或是野心欲望很大的，当立法委员当副总统什麼，帮人家治病时，要小心人家有野心欲望，不能乱开。

第三节 四海、厥逆、水谷、十二经

343 页，有的病胸部肿起来，【膺肿，颈痛胸满腹胀，】胸部是阳，脖子是气之海，有四海，第一个脑是为髓海，骨中有髓，髓之海是大脑。第二个有气海，气之海就在脖子上面，喉项，前面的脖子整个脖子一圈就是气的海。我们在治症，上面腧穴是天柱穴，在两个穴的中间，上为天柱，下部气海的位置在人迎穴位上。髓上面的腧穴是百会，下腧是风府穴，风府穴在管。第三个有水谷之海，水谷之海讲的是胃，胃腧穴上腧是在气街的位置，下腧是在足三里的位置，把它区分开来，这样会比较好辨证。气街这一段到足三里，这段叫气街，就是我们讲的关元以下，小肠这个地方，受盛之官。第四个就讲十二经十二条经络，十二经之海就是我们讲的以后人家提到十二经之海你脑筋里面就想到冲脉主血，腧穴上面的腧穴在大杼穴，下腧在巨虚，上巨虚下巨虚还有上廉下廉的地方，这是十二经之海。一共有髓骨的海、十二经络的海、经络聚集在在里面的海，气的海，还有脑髓这个海，这统称为四个海。

【倪师内经 50 视频同步文稿】

所以颈痛就是气海受病，胸满腹满，腹满是阴，胸满是阳。这个是什麼病？怎麼阳部也问题，气部也有问题？肚腹阴的部位阴阳都有问题？岐伯说这就是厥逆。阴阳它相隔，这个胸部的阳，胸本身是阳，阳是下降的，而腹部本身是阴，阴是什麼？上升的，这是常态。那现在阳下不来，阴上不去了，胸就满了，腹就满的，这会影响到十二经的经脉，就会影响到气海，气逆，这统称为厥逆。简单来讲厥逆就是反着走就叫做厥逆。这种如何去治？岐伯说用灸，一灸声音就没了，如果用针石去开它，一定会狂乱，因为它气本身就分割开来的。这时怎么办？

岐伯说只有等它阴阳和时再来慢慢的治。所谓阴阳和本来胸满腹满，现在胸满慢慢

退掉了，也可以等，等它气慢慢下去时再开始治疗。那我们有方子可以让阴阳和，阴阳调和的方子也有，可以有一个方子就是很简单的方子，让它阴阳先调和一下。或是如果没有，我们气很盛时，黄帝内经的原则就是当病气很盛时，如果去攻它，病气还在里面，会让他正气会虚掉。如果这种情形我们可以稍微去，因为胃气是所有五脏六腑皆受气于胃，这时如果用一些白米饭煮些稀饭煮很稀，让他进胃里面去，让胃气强一点，还有五脏六腑所有的气都受制于它，土生万物，很好的一种方法，这个人如果喝稀饭也死掉了不怪你了，有没有听过人家喝稀饭死掉？这是最好消化的东西到胃里面去，可以增加一点胃气在稀饭里面放点生姜，生姜可以发散，让它吸收力更强，这不是药，而是用食物的方式很容易消化的东西。出生的小孩子米汤都消化掉，都有帮助，或静静在那边等，让他气稍微平一点，这时再开始动手。

黄帝说为什么是这样？灸他声音没有了，用针石类的东西他发狂，因为阳气从上，本来上面就是阳，现在阳下不来，本来阳是往下走，最后阳回逆，这时胸腔是重阳，阳加上阳非常重的阳在胸腔里面，这时上面是余。如果灸，一灸他阳气更上，喉咙的声音就没有了。如果用针石类的东西去破它，阳气就虚掉了，上面是阳上面是重阳，一下虚掉就好象气球突然没气了，这时病人会发狂。要等到【气并而治之】，就阴阳合并时气缓一点时再去治。

345页，黄帝问，何以知道她怀子？而且这个孩子会顺利的生产下来？岐伯说【身有病而无邪脉】。摸到脉都正常，本身不舒服，摸她的脉都正常，这就是怀孕了，而且会顺产。因为这篇讲到腹中肚子，肚子里面的问题，所以妈妈怀孕都在肚子里面，它都是一起讲。当然还有很多腹症，但基本原则都出自这一篇。《金匱》时有很多的副症，原则上辨证基础都是从这一篇来的。岐伯说，【病热者阳脉也，以三阳之动也，人迎一盛，少阳二盛，太阳三盛，阳明入阴。】以寸口脉和人迎脉来做比较，人迎是足阳明胃经过的地方，头上有三部，另外两部都是少阳，只有一部是阳明就是人迎脉。它讲的就是人迎一盛就是人迎的脉比寸口的脉大一倍，叫做一盛。人迎一盛，少阳二盛，太阳三盛。太阳就是巨阳，三阳聚在一起是太阳，所以太阳是三重的脉。人迎脉如果大于寸脉的话是少阳，阳明是二阳会叫做阳明，少阳是一阳，所以人迎一盛应该是少阳，少阳二盛应该是阳明，我相信黄帝内经这里有一点错误。按照我们前面讲的，如果按照前面讲的话，少阳是一阳，阳明是二阳并，太阳是三阳并，把它稍微修改一下。

膜(chen)，就是鼓胀的意思，胀起来。如果太阳三盛，阳极，阳会回到阴里面去，阳入于阴，所以病在头和腹中间来，身胀而头痛。肚子腹部，腹中，属于纯阴的地方，平常里面就有阳，但是阳是什么？是太阳，太阳深层下面是小肠，小肠是相火，这是常态。现在这个阳入阴，本来这里面阳只允许一个太阳在这边，所以小肠、还有膀胱是太阳，现在阳在进入阴部，再加进来时，当阳在入阴时，上面阳一走开，阴就会上升，阴和阳永远是互相交接的，阳一走阴就会补位，阴一走阳会补位，一定是这样的情形，所以阴升阳降，阳升阴降。

头痛只要有头痛，诸位知道上面是阳，下面是阴，头一痛不是重阳加倍的阳，就是阳虚了阴上去造成头痛，就是这样。所以阳入阴病在头和腹，头是阳，这是反过来的，肚子会膜胀。所以这是阳极入阴的现象，如果发热，发到头上时，头很痛，结果肚子开始痛，因为阳会回头，肚子也开始痛，这两个同时发。

所以腹痛有几种情形，本来腹中论里面有寒、里面有热，有些实东西堵到，还有生小孩，还有阳极生阴的现象。辨证不是很难。

第四十一篇 刺腰论

第一节 腰痛

347 页，刺腰论，腰痛腰部的问题，足太阳脉从睛明一路下来到背后到尾椎那边。【令人腰痛，引项脊尻背如重状。】尻 kao，尻就是尾椎那个地方。【背如重状，刺其郄中。】就是尾椎那个地方太阳正经出血，春天时不见血。只要记得，只要是太阳经，就找郄中就是尾椎那地方，这是太阳令人腰痛。春天不见血就是因为春天是少阳，一阳初升，一个阳刚开始起升时，一放血会伤到阳气，会让人阳虚，所以尽量春天时不放血的原因在这里面，因为是阳。夏天阳很盛，这个就比春天好一点。

【少阳令人腰痛，针刺皮中，循循然不可以俯仰，】症状是不可以回顾。【刺少阳成骨之端出血的，】是膝的外骨，叫成骨之端出血。阳陵泉的位置，夏无见血，实际上这个地方夏天血比较旺，阳气也比较盛，放点血没有什么大碍的。因为以前的针比较粗，常常会放过头。一般讲放血，并不是扎得很深的地方放血，而是在阳陵泉的血的周围看到皮肤上一些青脉把它放掉，几滴血而已。所以即使是春天夏天倒无伤，没有那么严重，不是放很多。其实临床上，即使是冬天，我还是会放点血，为什么？因为比如病人腰痛，如果是臀部是这样，病人痛到尾椎骨上面，女孩子穿高跟鞋最容易伤到那边，就是下楼梯不小心一坐，尾椎骨正好撞在水泥板上，很痛。这时怎么办？下身这是委中穴，委中不对啊，膀胱经在旁边，在委中下到承山的地方，周围可以看到有青筋的地方。发生在冬天怎么办，春天怎么办？我们照样放，因为痛得要死，这个青筋上放血在皮肤上刺破青脉，血脉上刺破一点，用火罐一吸，痛就消掉很多了，这倒不是那么强烈的说不行。这里讲太阳脉造成的腰痛的症状，少阳脉让人家不能弯腰不能左右回顾，有的病人说奇怪开车时不能看倒车有问题，不能回头看，少阳。那太阳经可以回头看，只有少阳不能回头看，所以看到这个症状以后，病人讲不能回头看后照镜，少阳。阳明证也会人家腰痛，这个不可以顾，为什么？阳明证也是不能回头看，阳明证一回头看眼睛都花掉了，阳明证。【善悲，易哭，刺阳明前三痛，】就是讲足三里的地方，就会让他腰痛好得很快。所以三阳经，太阳就是对在脊椎骨上背痛，少阳不能回头，阳明也不能回头，一回头眼目昏花，简单的记这三个不一样的症状。

348 页，【足少阴令人腰痛，】也会让人家腰痛，【腰痛引脊内廉，】引到腹部来，肚子去。但是这时知道它是少阴证时，在内踝上面复溜上面下针。如果是厥阴，在腰里面腰痛绷得很紧，那刺厥阴的脉在太冲的位置附近找压痛点下针，这是厥阴的腰痛。症状病人喜欢讲话讲很多，按照黄帝内经，实际上因为厥阴是肝，肝和心包，一受伤经络受伤时，腰部也会影响到。心包在黄帝内经的定义是什么？把心的火、心的阳给包住，这是心包。简单讲观念就是这样，心脏如果没有心包，这个心神就跑了，乱跑，所以阳就没办法守在身体里面，心包膜的主要的功能来这里面。心包膜本身又络到胆，又络到什么？女子胞，女人的子宫保护的地方心包络到。心脏本身不受病，心包会生病的。由于厥阴是心包和肝，这时病人善言，默默讲到心神方面的情智。所以腰痛时有的人腰痛没什么，还是很开心，有的人腰痛就善悲，有的人腰痛闷闷不乐，还有人腰痛不断地重复讲话，这时可以从这些判断出来。诸位如果记不得这个一点关系都没有，为什么？经络很熟，他痛问他哪里痛他指出出来，就知道已经知道哪条经了，不用去管他善悲或是多言或是闷闷不乐都没有关系，只要知道那个人腰痛痛的很厉害，没有人腰痛了还在很爽，开心，他过来治都很难过。所以经络记得就不会辨证错误。

解脉讲的就是足太阳，让人【腰痛，痛而引肩。】常常会膀胱经小便控制不住。我们针在委中委阳这些地方，足太阳经上面，只要看到横脉，就是膕中正膝盖后面这一条就是横脉，这上面有看到青筋的地方，病人趴着，在这上面找，找到瘀血的地方放掉就可以了。再过来倒数第二行第二段的解脉，这个解脉讲的是带脉病、带脉痛，【腰痛如引带，常如折腰状。】腰折就是病人会告诉你，身体好象变两半，中间一条把它分开两半，上下不沟通，带脉病。我们治带脉时，可以在委中到外膝部，委中到外膝这一带也就看到瘀血在这里放。我们针灸可以在临泣上下针。在黄帝内经里非常多的地方包括疟症疟疾，我们都可以放血来治疗，因为在针灸可以治疗的范围非常广，我们必须确定，只要看到瘀脉时把它放掉，腿上看得很清楚。所以我们在治疗腰痛，几乎每天都有人来跟

我们抱怨腰痛，裤子一拉起来，小腿从委中以下这一段，很多地方都有瘀血，放两滴，多放几滴没有关系，不用管春夏秋冬。其实放掉他腰就很舒服了，然后他说痛在横腰带脉，下临泣；痛在上下，委中，大部分这样做。

【同阴之脉】就是少阳脉让人腰痛，腰痛好象有个小秤砣在中间，【怫然肿】，就是突然就肿起来这种感觉，腰痛的地方。在外部绝骨之端，绝骨这地方就是少阳那个地方。

【为三疔】，疔 wei，就是放一点点的血，不要放太多，抽几滴血就可以了。放血多少怎么拿捏？放血一开始看到是黑色的，看到黑的一直出来不要停，一看到变成红色就停掉了。不能放一直放病人脸色苍白了，太过了，要稍微血变红就可以起来了。所以我常常放血时眼睛在看火罐里面的血，一看它变成很鲜红，知道新鲜的血出来了就停掉，不要太过，把瘀血放掉就可以了。

349 页，阳维的脉，【阳维脉令人腰痛，痛上怫然肿；刺阳维之脉，脉与太阳合踡下间，去地一迟所。】讲的是飞扬穴，实际上阳维脉痛时，阳维脉痛时是横的胸膈这个地方，腰痛也有，但是他不谈腰痛这个痛影响到整个环胸都痛，阳维脉。那也可以扎外关，外关管阳维脉，可以扎飞扬穴。

衡络之脉令人腰痛，不可以俯仰，就是俯身仰身都不可以。这是冲脉的病伤到。冲脉病伤到大部分都是举重，抬重的东西或搬家举重物伤到腰痛造成腰痛，这会有恶血，一般里面都会有瘀血在里面，因为冲脉是主血，里面有瘀血在里面。这时刺在委中这些地方有瘀血时，还有膝盖外侧下方，看到有瘀血的地方大部分都是委中、阳陵泉、外膝关这下面这一些阳经的地方都可以放血。如果身上有瘀血，除了如果把腿这样讲，如果把腿侧看，就是腿这样，这是左腿，从外面这样看，所以就是外侧这个地方胆经这么走。在外侧这一圈一直到后面的委中委阳这一带都可以看到很多瘀血青筋，常常这些人绝大多数都有腰痛。不管是哪一种腰痛在这里放血都有效，所以记哪一边不需要，每一个人的痛不一样，看到有瘀血把它放掉，简单的收尾就是这样。

会阴之脉令人腰痛，是任脉，痛上汗一直流出，汗干让人想喝东西，喝完东西又想再走动，走动还比较不痛，任脉痛得很奇怪，坐在那边痛得很厉害，走动反而不痛，走着流汗流很多，喝完东西他就想走来走去，这时刺直阳之脉上三疔，三个地方放血，【在跷上郄下五寸横居】，这个地方讲的也是外侧膝盖外侧这一带。

飞扬之脉令人腰痛，这是肾和阴维脉，阴维脉跟肾脉两个是连在一起发的病，这个恐就是肾。那我们刺飞扬之脉在内踝上五寸，差不多是在筑宾这一带在阴经这地方，脚的内侧比如脾经的漏谷这一带，就是上下这一带。因为痛的经络，比如带脉痛，有的人带脉痛没有在后面，在前面，带脉是维道，带脉只有三个穴道，带脉是维道在这个地方痛或在后面痛，同样一条经上痛时，在脚上放血时它在不同的位置上是很正常的。就好象一个人的我们知道承山穴在这里，承山穴上面就是尾椎骨，这个人撞到尾椎骨时有时痛可能在这边，有时痛在这边，所以它在不同位置上会产生，有时青筋在这边，有时青筋在那边，不能预测它在哪个地方。那我们就看哪边绷放血就好了。这也是一样，这里面讲的都是放血的治疗方法。

昌阳脉就是督脉，【督脉令人腰痛，痛引胸部，眼目昏花，】甚则痛时人都会反折过来，往后反，舌卷不能言，讲的是肾。所以昌阳之脉这里讲的是肾经和督脉的合并的一种腰痛，舌根舌尾舌的下方金津玉液是络到肾。这时刺内筋两，放两个地方放点血，脚踝内裸大筋上面。有个原则，临床上膝盖以下很多瘀血青筋，病人都会有不同的腰痛，几乎都会有不同的腰痛，给他放血没有关系，跟静脉曲张不一样。静脉曲张时整个血管壁好象蚯蚓一样，很粗壮，不要在这上面放，我们有很好的药物。我们讲的是血脉看到皮肤白白的，突然一条青筋横逆出来，就是血脉，这是可以放的。

345 页还是继续前面的，也是腰痛，这篇讲的就是腰痛，我们如何治疗腰痛。散脉足太阳经别脉细孙脉和络脉的地方，散脉也是令人腰痛而生热，因为不在主经上面。热则

生烦，腰下有如横木，横的木头梗在中间。严重的话小便失禁，也是在委中膝盖这一侧外侧这里找瘀血来放。【肉里之脉，令人腰痛】，也是不可以咳，一咳就筋抽急。我们筋管的是肝脏，肝主筋，这个也是在太阳之外，少阳绝骨之后。都是在这一带看到没有？都在外侧这一带。阴经的阴维脉只有阴维脉在内侧的地方。

中间腰痛第 350 页倒数过来第 6 行第二段，【腰痛上寒，刺足太阳阳明；上热，刺足厥阴。】我们讲寒证时，出现寒证时我们刺阳经，热证时我们就刺阴经，这是阴阳相通的一种现象。所以阳病治阴、阴病治阳，左病治右、右病治左，这都是针灸的原则。所以寒证时刺阳经，热痛时刺阴经。病人会告诉很冷冰冷时，这时要想到寒证就要刺阳经。有的人就是热痛，好象滚水烫着了一样是热痛，这时要刺阴经。同样都可以在委中后面的地方找到。《针灸大成》讲到，腰背委中求，所以腰背的痛大部分都在委中上面，委阳，阴谷这一带这上面找，找瘀血的地方放血。这一段都是讲腰痛。后面刺尻，尻是坐骨的地方，在 352 页，腰的尻位尻交在坐骨交接的地方，在两个髌在肿，髌讲的屁股的骨，肿是夹脊，夹脊的里面，夹在脊椎骨，脊椎骨下来夹脊，夹脊的两侧，这个叫做肿。

【倪师内经 51 视频同步文稿】

什么叫【以月生死为瘡】？瘡在这里就是放几滴血，辞海还有另外一个意思：疮过了以后，会有斑痕，疮有斑痕者，称为瘡。实际上我们在用时，就是放血。【发针立已，左取右，右取左。】我治疗腰痛，没有一个失手，只有一种状况下我会失手，就是开刀，这个病人啊，不管他是怎么样，只要没有开刀，几乎都立竿见影，这个病人督脉在这边，一来时，我说你腰哪里痛，他说这边后腰痛，指着那边，我说那把衣服拉出来看，一看，刀子这边，完了，他这一刀下去，这个督脉，这个阳的地方，一刀下去，我们左病右治，刚好挡到。所以我常常跟大家说，西医很麻烦，治不好病，开完刀，病人还痛，治不好病还阻碍我治疗！他制造一个玻璃围墙在那边，你看我们怎么处理？你治不好就治不好，为什么动了刀也不好？然后我们再出手，没法出手了，不单单是病人，包刮这也是医师，西医的医师，女的，25 年痛，她知道开刀不好，她自己是西医，这个女的，这个太太，一直她是吃止痛药，就不开刀，这实在痛得受不了，她就开刀，一开完刀更痛，她就变成医师没办法干了，就变成无行为能力，领社会救济金，然后领社会救济金才听到我这儿，来找我，伤害已经造成，我只好跟她说，我帮你扎三次，没有改善就不要扎了，那怎么办？可是，我就跟那医生讲啊，如果没有开过刀，你是医生，你不是一般的人，我可以跟你打赌，治不好你免费，我就敢这样做啊。那我们针灸可以做到这种阶段。

所以整个刺腰，我在教诸位针灸时，比如痛在膀胱上面，扎委中，扎阴谷穴，由阴引阳，所以我常常用阴去治阳，我常常形容，开玩笑是说，好象涡轮增压，这个治疗效果，然后再下面找痛点，再一针，痛就去掉了。

如果刺腰论做个总结【腰背委中求】，在委中、阴谷下针，由阴引阳。所以阳证，在阴上。那除了委中以外，我常常在这一带，这是左腿，比如腰在这边，病人有时腰痛在这边，有时这边，有时在外面，有时在这一侧，不一样的地方。那越靠近阴谷内侧的地方，越接近脊椎骨的痛，我们会在这一带找到压痛点，压压很痛，针就下去，这个去掉。那时痛在外面，就压外面一点，那个痛越接近尾椎骨时，我们就越下移，这个地方都可以找到压痛点，实际上这个整篇，我在讲针灸时，就教过这种治症的方式，看到有淤血放掉，没有淤血下针，找压痛点下针，几乎就是立竿见影，没有一个不好，就是开刀不好，我很气。所以开刀后我就叫他吃一些活血化瘀的药，那个药丸比较方便，因为要吃很久，所以我们才会做成药丸，我们的汉唐 30 号就这样来的。就专门给腰腿痛，就开过刀的人用的。

第四十二篇 风论

354 页，《黄帝内经》第四十二篇风论。黄帝问【风之伤人也】，有时看成寒热，有热

有寒，【或为热中，或为寒中，或为痲风，或为偏枯，或为风。】单纯就是风，它的病，都不一样，名都不一样，有时病到了【内至五藏六府】。其实都来自风，那为什么会是这样？其实中医的观点，风为百病之始，岐伯说如果刚受到风时，风在皮肤之间，就是肌肉和皮肤的中间，这时内还进不去，外又挡到，就卡在中间，这时【风气藏于皮肤之间】，造成会痒。那你要试看看，风在皮肤之间是什么感觉，很简单，到外面去跑步，跑得全身很热时，正在出大汗时，跑到7-11（超市）到处都有，中国台湾省也到处，美国也到处都是，一跑进去，瞬间找冷时，那个冷一寒，寒一下来，把皮肤毛孔一缩，这个在瞬间时，里面还是热的，外面突然受了冷风，那很多汗水，停在皮肤表面中间出不去，这就是风啊，风进来，开始痒，他皮肤痒，那有没有皮肤病？没有啊，可是就是痒，这是风在皮肤之间。【风者，善行而数变。腠理开】皮肤打开时，会【洒然寒】，如果皮肤毛孔是闭锁到后，就造成热且闷，就是风有寒热的现象，所以如果毛孔开了，感觉到寒，毛孔闭锁感觉到热，因为身体里面阳出不去，就感觉到热。【其寒也】，寒证啊，饮食就不会很好，因为得了风寒。如果其热，里面很热，摸身上正常应该是冰凉的，现在毛孔束缚了，热散不出去，在身体里面停太久，这个热会把肌肉消之，人就瘦掉，肌肉会萎缩变小，【故使人怵慄而不能食】，怵 tu，就是忽然忘掉。颤栗，就突然好象记忆不是很好，突然很多事情忘掉，人会抖动，东西就吃不下去，这称为寒热，这就是有寒有热。

因为【寒则衰饮食，热则消肌肉，】那寒热证状同时出现，就会【怵慄不能食】的现象，所以风会造成寒热，有寒跟热。如果【风气与阳明入胃】，就是风跑到阳明里面了，它顺着阳明的经脉而跑到目的内眦，眼睛里面，【其人肥】，胖的人，【风气不得外泄】，就会造成【热中而目黄】，眼睛发黄，同时热中是中焦湿热很甚，中焦是肠胃的地方，湿热很甚，热中，造成眼睛是发黄，这个黄是鲜黄，黄的，这是胖子会这样；那人瘦，瘦子风跑到阳明经里面去时，就是【外泄而寒】，汗流很多，造成寒证，【寒中而泣出】，眼泪就一直会流出来。所以胖子跟瘦子不一样，平常一看到胖子，热！看到瘦子，寒！就讲完了，两个人受到风，风寒风热，一般病人就是这样。当然美国人风热比较多，乱吃，他们的食物真的是没有学问。前面我们讲风造成的寒热，胖子热，瘦子寒。

第二个，如果风气进入太阳经，与太阳脉合并在一起，【行诸脉俞】，太阳经后面的腧穴很多，五脏六腑的腧穴都在太阳经上面，太阳是表，和阳气相冲突了，造成太阳经脉不利，肌肉里面常会有胀闷，胀痛，甚至会化脓疡，有人背上生气。背上为什么生那么多青春痘？就是风气和太阳合并。那为什么要知道这个，为什么要知道风热、风寒啊？因为我们开处方时，这是祛风的药，我没有说这个药祛寒祛热，所以祛风的药跟祛寒的药，跟祛热的药，三个是不一样的。看到瘦子，祛风祛寒加在一起，看到胖子祛风祛热加在一起，处方就是这样来，所以我们需要知道这样，这个原因在这里，但你说读了那个有什么用？有用啊，当看到胖子，一看到加了祛风的药，加了祛寒的药，吃完之后很好啊，但是我更胖了，这个都不好，当然让胖子瘦掉可以，再让他热点就瘦掉了。

第一节 痲疯病

风气，下面讲痲病，这个痲病讲痲风病，痲风病也是一种风症，这个痲非常厉害，非常的发热。【有荣气】就是在血气里面，【热腑】，造成血液里面并不是很干净，【气不清】，所以会造成【鼻柱坏而色败】，鼻子梁柱都坏掉了，那么严重，皮肤的疡溃，溃烂掉了。【风客于脉而不去，名曰痲风。风寒客于脉，名曰寒热。】所以痲病，我们治痲风时，风有寒跟热混在一起，这个要注意，这是可以治的，就要辨证，我们开处方，开中药，那开寒的药，祛寒的药跟祛热的药两个是相反的，会不会有冲突？不会有冲突的。很多的，外面很多的中医，就是这个寒热在里面，然后就不晓得要怎么开，到底开寒还是开热？其实两个都开在里面没有关系，当然还有些中医，讲药物，这个药跟那个药是有相违背的，我们不开在一起。比如有人讲肉苁蓉跟菟丝子两个是违背的，那阳起石跟菟丝子也是违背的不开在一起，实际上我们开在一起没有什么影响，所以痲风，这种痲风，都始于风，而且兼有寒热。

第二节 四季风症

再下面我们讲节气，按照节气发生的，以春天来说，【甲乙伤于风者为肝风】，以夏天的丙丁就是火，【伤于风者为心风，季夏戊己伤于邪者为脾风】，这是肺风，再来是肾风。就讲的四季，春夏秋冬长夏造成，吹到风，五脏的不同的风。所谓的偏风，就一侧有问题，一边有问题，风中五藏六府的俞穴时，称为【藏府之风】。【各入其门户所中，则为偏风。】也就是说，五藏六腑本来这个气脉是很均匀的，那现在中了几个在这边，这个气脉不均匀，就是偏的，叫做偏风。那风气顺着风府而上，顺着督脉风府而上，【则为脑风】。【风入系头，则为目风，】叫做眼寒，眼睛寒，泪水会出来，眼睛热，就红肿赤痛，眼寒泪水不断的出来。有位太太讲，奇怪怎么眼睛不断的流眼泪，寒证。如果是喝酒后吹到风，中医称为【漏风】，这些有处方在后面。有的人是行房后流汗，吹到风，称为【内风】。有的人刚洗完澡出来，就吹到风，称为首风。【久风入中】，一直在风的环境里面，在户外工作，就是容易得了久风，风是不断的吹，入中，跑到身体里面去了，【则为肠风】，肠风就是肠鸣下利肚子痛。【外在腠理，则为泄风。】所以泄风是在表面上，流汗不止，在肠风时就下痢。

第三节 风症论治

岐伯说【故风，百病之长。】就是风，【至其变化，乃为他病也，无常方，】但是都是有风气。没有固定的方子，按辨证论治，看症状开处方。风症时，很简单，摸他的脉，正常的脉我画给你，这个手这样看，这个手掌，这位置是关，这是寸，这是尺，当我们摸到脉时，正常人的脉，寸比较高一点，到尺比较低一点，这一段长度是九分，后面是一寸，这是正常。寸是阳，尺是阴，寸是胸，尺是腹，中间关就是膈，横膈的地方，肝脏、脾脏、胃，跟膈连在一起，在这边脉都可以诊到。当遇到风脉时，风行万物，有洞就钻，风是无孔不入的。所以风脉出现时，脉会跑到皮肤表面上，轻轻摸到皮肤上面，这是皮，这是皮肤，这个脉就沿着皮肤走，这时手指头，这个白色的脉就在皮肤上面。这时你的手指头，如果是这样摸，轻轻碰到，不要压着它，轻轻一摸就摸到，这是风脉，感受到风寒了。

第四节 五脏受风症状（肝、心、脾、肺、肾）

357页，五脏脉受到风，症状都不一样，如何做诊断，主要的症状是什么？岐伯说肺风，肺中风，中了风寒，【多汗恶风】，张仲景的伤寒论是从这里出来的，病人如果肺中到风，会发汗，皮肤毛孔松开，怕风吹，风吹的很难过，【色皤然白】，这个字我查不到，意思是颜色比较偏白，常常会咳，常常会短气，白天还比较好一点，到了黄昏严重。【诊在眉上，其色白。】眉毛上面，印堂的地方是白色的。这在哪个位置上？文字没办法表达。这个是眼睛，怎么知道他是肺风？出汗恶风，就是眉的下方都整个是白色的，不是在讲印堂上面，讲眉的这个周围，在这边，看到眉了，白色，眉的上面都是白色的。眉毛是络在肺上，头发的光泽亮丽是肾脏在管，所以发为血余，肾气在上面，头发的生长是肝脏在管。需要头发长得很好，又要黑亮，这肝肾都要去固。如果只固肝，它长的白色还是白色，如果把肝肾都固好，长了变成黑色。所以年龄大的人到了七八十岁，白的，那给他一吃药，或怎样，或他没有吃药，身体很好，到了九十岁突然变成黑色，他一定吃了什么好东西，就偷偷去观察他，他不告诉，去跟踪他，看他吃什么东西，怎么变黑色？

眉毛不是肝肾管，眉毛是肺脏在管，所以把眉毛剃了，不长出来了，头发长出来，眉毛剃了长不出来。所以纹眉，把眉毛剃了再纹眉，不然的话，眉毛就没有了。那我们中国人知道寿眉，长寿，寿眉，眉毛会长得很长，年龄到了七八十岁以后，眉毛开始长，眉毛长长，耳朵里面长毛出来，都是长寿，代表肾气非常旺，因为肾是阳，肾是先天之本，脾胃是后天之本。从这里看出来是，额头，眉毛后面尾巴长得很长，所以它是寿眉，耳朵里面长毛，这都是长寿。那年轻人的耳朵里长毛，这是凶恶之徒，因为他想去杀人啊，肾气很旺，所以他很凶悍，所以耳朵里面长毛，一看通缉犯。【诊得眉上色白】，不是眉毛上面，就是眉毛下一整块压在上面，眉毛的下方是白色的。如果没有看病的经验，

光看《黄帝内经》误解，因为什么误解？没法证明，没法用文字表达，以前岐伯没有相机拍起来。眉是属于肺。

心，受到风寒，【心风之状】，也是【多汗恶风】，跟肺很象啊？但是【焦绝善怒吓，赤色。病甚则言不可快，诊在口，其色赤。】嘴巴颜色，嘴唇的颜色非常光鲜，非常红，非常亮，情志变化很大，也是一样，只要受到风，都是多汗恶风，所以如果病人陈述，奇怪，这个汗常常在流，风吹的很难过，这是一定是风症了。那所以，不管是哪个脏中风，多汗恶风是同样的症状。如果真的不会诊断，很简单，背过来按，第五椎痛心风，诊完了，第三椎痛肺风，为什么要知道这个？心风、肺风处方稍微有一点不一样。

【肝风之状】，也是【多汗恶风】，【善悲，色微苍】，青色，因为肝上本身是木，金克到木，悲，肝脏容易受伤，有病结在里面，这时金会移过来，肝虚掉了，金会移过来，这时会悲的症状出现，那脸色发青色。咽干，就喉咙这边很干燥，而且善怒。【时憎女子】这个可能同性恋，应该不会，这里我不了解为什么讲这个，因为我们看到很少这种现象，岐伯当年这样讲，可能有他的用意，那我没有碰过这种现象，怎么会憎女子？是男人不喜欢女人，这个人一定有问题。常态，正常哪个男人说他不喜欢女人？一定是骗我的。那诊在眼下面，青色，色为青色，眼睛下面。

【脾风之状】，也是【多汗恶风】，【身体怠惰】，疲劳倦怠，脾脏出现问题时，沉重倦怠，这是腹满症状，脾主四肢，四肢都懒得动了，【色薄微黄】，可以看到一点黄色的，皮肤的黄思，因为脾脏主黄，不喜欢吃东西，胃口不好，【诊在鼻】，看鼻子有点黄，这个黄，我们有两种黄：一种黄，就是淡淡的黄，然后汗出恶风。有的人脾脏，鼻子的黄是鲜黄，很亮的黄，其他都不黄，鼻子很光亮的黄，那个中乐透了，所以鼻子一黄，就赶紧去买大乐透，鼻子亮有横财，有人说，先生你要这个脾中风，不是啊，他刚刚中乐透，也是鼻子黄的，稍微有点差异，稍微有点差异。看颜色就是望诊，所以眼睛下面青，我们就知道是肝风，这个鼻子上面黄，太黄了，就是脾风。

肾风，也是一样【多汗恶风】，就脸上起一些青春痘，或浮肿，【脊痛不能正立】，这都是肾有中风，中到风了，【其色奩】，这个字念台，就是中国台湾省的台，奩，我们在火里面，那个灶里面烧，看那个黑色的东西，这个是奩，黑色的，眉是黑色，【隐曲不利】，诊在肌肤上，颜色是黑的，可以看到一些黑色。【隐曲不利】就是隐疾，男人不能行房，女人月经、月水就会停掉，非常不顺利。皮肤就可以看到稍微暗色。

再来是胃风，胃风的症状，脖子汗多恶风，饮食不下，那吃东西吃不下去啊。因为风来时，风一定带寒，有带热，饮食不下，中脘堵塞不通，肚子容易善满，【失衣则膜】膜chen，肿胀，填胀，腹满。失衣就是衣服穿得太少，薄衣。假如更衣，更衣就是上大号去了，以前大号不是马桶，要换个衣服上，不会脏，有专门上大号的衣服，所以上大号要换个衣服，因为以前的厕所跟现在不太一样。吃东西，【食寒则泄】，吃到冷食，就会泄，诊他的，主要的症状，诊他时，【形瘦而腹大。】就是胃风，肚子很胀大，身体很瘦小。诸位知道，瘦就是寒，胖就是热。

【首风之状，头面多汗，恶风】，也是一样【多汗恶风】。【当先风一日则病甚，头痛不可以出内，至其风日，则病少愈。】这讲到干支的节气，如果是首风，是肝风时，我们知道甲乙日，同一个日子出现时，病会起，过了一个日子，比如甲乙日，现在是肝风，那病会起，头痛就会比较严重一点，到了丙丁日时，进入火日时，相生时，病就好了，就减轻。所以也可以看，病人头痛，现在不痛，昨天很痛，今天没有痛。把黄历拿出来，做个小抄，昨天是丙丁，是丁日，今天已经变更成土日了，戊己，知道他是心风，因为日子一交换时，他这个痛会减少，所以以后诊所里面摆灵龟八卦盘，一个黄历，常常去查黄历。

再来漏风，一样多汗恶风，绝对不可以衣服穿戴少，吃东西就流汗，甚则，全身都是汗。所以只要吃东西，一吃东西汗流很多，就是属于漏风，【喘息恶风，衣常濡】，就

是衣服都是湿，常常都是身上贴的湿的衣服，一直穿戴这种湿衣，【口干善渴，不能劳事。】这是个漏风的症状。那以后诸位看到，我们说多汗就是汗流太多了，中药里面就有很多，息风止汗，息风就是去风的药，我们有很多止汗的药，收敛汗的药，这就需要辨证。那西洋人没有讲什么风寒、风热，没有，他就止痛药下去，那止痛药可以止一时，可是它只是麻醉，病人自己知道，它只是钝，钝在里边，人变笨了，实际上痛还在里边。那如果知道开去风的药，确定它是寒，风寒造成的头痛，去风和去寒的药下去，加在里面时候，头痛就去掉了；如果是风热，去风和去热的药加在里面，头痛就可以去掉。这就是我们要知道它的原因。

泄风的状况，一样多汗，汗出在衣服上，这个人【不能劳事，身体尽痛】，就是这种风，都是劳力工作人，本来就是他一直在出劳力，每天在流汗，流汗时容易吹到风，那很多劳力的工作人就那样，一天在户外工作，又没有冷气，出劳力，以前抬砖头，用水泥什么是人工的，身上汗出很多，汗出很多时就赶快休息一下，就跑到树木底下去乘个凉，吹到风，吹到风又跑出去，所以休息一下，一跑出去再做，再做又流汗再回去就吹到风，这种情形。那全身尽痛则寒。

第五节 祛寒之药

我们遇到病人如果痛在头部，或局部的，只要是局部的痛，有痛有分寒，有分热痛。如果是全身尽痛，岐伯说，就这一个字，寒。所以我们处方时，一看他全身痛，我们加祛寒的药在里面，祛寒的药我们要注意，以后会讲到，这个祛寒，有的病人在流汗，我们祛寒的话，我们是有固表，同时可以敛汗，同时把寒祛掉的药；也有，他这寒是汗一点都没有，我们必须发汗，把这寒才能祛掉，这个药下去祛寒的，病人会得汗，这个有点不太一样。但是基本上，只要全身上下都痛，就是寒。我们整个《黄帝内经》是不是一直在讲寒，我们就用热药，祛寒的药用了很多，只有经方在用祛热的药，就是张仲景这一派，温病派的没有用这个祛寒的药，所以我们不知道他怎么治病，也难怪他看不到我们为辅，西医为主。他每次在美国都看不到病啊，把他丢给西医，西医看不到把他丢给我，所以最后丢到我这边来，所以温病派、西医到我身上，这个过程就是这样。每次病人来说，你是最后的希望。我说对啊，我们张仲景的伤寒论，我都是依靠他，这是秘籍啊。

第四十三篇 痺论

第一节 风寒湿痺之不同

专门讲痺，痺论第四十三篇。过去我们中国人一直是把痺跟痺，痺 bei，这两个混合在用在一起，就讲的麻木不仁，肿痛，都是属于痺，这两个混淆了。最早是这痺字，后来这两字混淆了，意思很雷同。

黄帝问痺从哪里来？岐伯就说【风寒湿三气杂至，而合为痺。】为什么要知道风寒湿？因为中药有祛风、有祛湿、有祛寒的药，如果只知道风和湿造成痛，就开那祛风、祛湿的药，病人不会好，为什么？少了祛寒的药。以后诸位读处方时，处方拿出来一看就知道，这里面哪些有祛风的药，有祛湿的药，祛寒的药，这个处方应该开给关节痛，结果一看这个病症，这个病人不是关节痛，这是处方开错了，或是从头看，这个病人是关节痛，一看这个人开了祛风、祛寒，没有祛湿，这病不会好，这就要知道风寒湿三个造成痺痛，合在一起叫杂气，气三个杂在一起。【风气胜者为行痺】，有的人是风比较多，风多了行痺，就是痛会移转，有时今天痛这个关节，明天痛这个关节，后天痛这个关节，我们知道风比较多。那开处方时，祛风的药开多一点，剂量加减。

【倪师内经 52 视频同步文稿】

【寒气胜者为痛痺】，痛得很严重是寒气胜，痛风痛得很厉害，痛风红肿湿热，岐伯

说风寒湿，痛得很严重的是寒证。如果看到红肿你以为是热证，开去寒凉的药没有用。所以我们有附子乌头，附子开了不行，乌头下去就好，乌头比附子还强，那个痛去掉。那你的医生怎么治病？要是连附子也不敢用，那他怎么治病？风湿都治不好。【湿气盛者为着痺】，就是湿气很重停在那边不动，所以病人来说关节痛。关节哪里痛？这关节很奇怪，今天从这里，明天从那里。我们知道风寒湿三气，但是风比较盛，去风药要开大一点。那有的人说痛的很厉害，有时痛到那边就没有了，不是每天发在那边，我们知道是寒盛，寒盛在这边，那去寒的药开重一点。如果他是痛在一个固定关节痛的很厉害，湿盛，去湿的药开的重。所以处方时，处方风药、热药、湿药开在一起。如果知道他的病因是三个气杂合在一起时，处方就很简单了。我知道风湿关节炎，包括张仲景知道风湿关节炎药也不出几味，把它简化掉。从此中风风湿都有治，不管西药讲的类风湿性关节炎，这个病人很可怜。因为这种关节炎痛时，诸位不是病人不了解，非常痛。有的病人就贪方便，止痛药吃下去。跟他说吃止痛药不好，会伤到身体，他说吃中药麻烦，吃药丸比较好，他嫌麻烦，短命，到头来洗肾，洗肾五六年后还是不能洗，洗不出来人就死掉了。嫌麻烦命就没了。所以其实归根结底怎么样？就不相信中医。如果他真正想求生，不相信西医，他吃（中）药，叫他吃5个月也吃。所有的止痛药（吃）下去会让人肾寒，因为西药不分寒热，一下去止痛很奇怪，肾脏就寒掉，因为它没有寒热之分。肾脏一寒，肾脏功能就衰竭掉了。那肾寒，寒从肾还会移转到肝，就变成肝寒，所以吃止痛药很多人会伤到肾、肝，原因就在这里面。不单单是止痛药，很多的（西）药都会伤肾伤肝，因为西医里西药不懂得寒热，制造出来的就是寒药。中药治这个很快。

第二节 四时之痺

身上所有的病，不管内科外科，都跟节气有关系：冬天发（痺）病，称为骨痺；春天（发痺）病为筋痺；夏天（发痺病为）脉痺，长夏节气时遇到（痺病为）肌痺；秋天遇到（痺病）为皮痺，这是不同的症状。但是不管不同症状在哪，都是风寒湿。岐伯说五脏皆有所合，五脏都有合的地方，肺主皮毛，肾主骨，脾主肌肉，肝主筋，这都有所合。【病久而不去者，内舍于其合也。】久病的话，这个病停在与其所合的地方。所以骨痺不已，一直停在那边不动时，再感于邪，就会跑到肾脏去。所以刚开始中了风寒湿，下焦最容易得到湿，所以湿伤一定伤到下肢，关节、膝关节、足踝、髌部，是容易伤到湿的地方，湿伤于下焦。如果骨痺没治好，停很久不去，病会进入内脏。进了内脏，如果是骨头，风寒湿停在骨头上是骨痺，进入内脏时，内脏和它是相通的，第一个伤到就是肾脏。肾脏本来是好好的，突然风寒湿进来。筋痺没治好，结果再感风邪，一推就推进去，跑到肝脏里面去了。脉痺不已，又感于邪，又有风寒进来加重了，因为久病都会跑到内脏，跑到心脏里面去。肌痺跑到脾，皮痺跑到肺。【所谓痺者，各以其时重感于风寒湿之气也。】所以当令节气再受到这个病时，就会加重，基本上都是风寒湿。

第三节 脏腑之痺

后面讲的是症状，当痺在关节上是这样。风寒湿这湿气跑到内脏里时怎么办？会看到哪些症状？就越来越深了。肺里面风寒湿，如果说风湿在肺里面听不懂，西医假如说风湿性心脏病倒蛮接近的，不要给西医那边搞混了。风寒湿进入肺时，病人会【烦满喘而呕】。因为肺本身是气机所在，阳气所在，很活跃，天幕一样把全身盖住，突然风寒湿进去了，当然气会逆，气逆时比如产生烦满喘而呕吐。

【心痺者，脉不通，烦则心下鼓】，心下就讲胃，会鼓起来。【暴上气而喘，啞干善噫，厥气上则为恐】。这是因为心脏受损，水会克火。五脏相生相克，如果心脏有问题，水马上就过来了，所以没有间歇休息时候。正常人要保证五脏之间非常的平衡，但一有问题时马上就进来，马上补位。所以如果心脏一发生问题，首先要注意肾脏。肾脏本身主恐，心发生我们就知道恐进来了。【肝痺者，夜卧则惊，多饮】一直跑厕所小便。【上为引如怀】因为肝经络在横膈的两肋之间，络在阴器的地方，当风寒湿进入肝脏时就会引起这些现象。【肾痺者，善胀，尻以代踵，脊以代头】尻以代踵，脊以代头就是人本来

是脚跟走在走，为什么叫尻以代踵？不能走路，坐下来，下半身肿起来，讲的就是水肿。肾如果风寒湿，身上有积水。

【脾痺者，四支解墮】脾主四肢，【发咳呕汁，上为大塞】，脾是土，当一受灾难时，土湿，本来脾就是湿，所以每一个脏不一样。现在风加寒再加湿，三个进来，本来脾就已经很湿了，再加上风加寒加湿，更甚，把中膈堵到，中膈堵后，食道吃东西下去，这中间都是湿很甚，所以东西下不去。我们要知道这种呕吐，湿很甚时，开处方的药是止呕的，可光止呕，不知道是湿很甚造成的呕，没有开去湿的药，呕还是会在那边的。所以开处方时要知道，恶心是从哪里来？所以我们有很多的处方专门治呕，里边的内容都不一样。诸位从这里读《黄帝内经》后，听我讲伤寒金匮很简单，一看到处方就知道张仲景在想什么，就是想这些。

【肠痺者，数饮而出不得，中气喘争，】如果风寒湿跑到肠子中间去，喝很多水，因为湿很盛，堵塞在那边，小便有时排不出来，有时下痢。前面排不出来，从后面排。【胞痺者，小腹膀胱按之内痛，】女子胞，在小肠跟膀胱中间一个胞腑，男人也有精宫在这边，心包也是络在这边。所以如果看A片或是4 X级的，看后很亢奋，心意会影响到胞，就会产生精，这是一个正常人的反应。为什么说看到跳脱衣舞会很兴奋，就这个原因，因为是心包经络是连到的。按之内痛，有时象热东西，滚热的水浇在上面一样，小便涩，这种都是风寒湿跑到胞中去了，会造成这种情形。上为清涕，上面就会流清涕，下面的小便排不出来，因为风寒湿在胞里面，在女子胞，在男人的精宫中。

【阴气者，静则神藏，】正常人神藏精气很稳，很稳定的坐在那边，神非常稳，这是阴，脏是阴，神内藏就是非常正常的人，就会有这种形象。如果燥，阴就消亡。所以对阴下定义，所以阴主静，一个人坐在那边静静的，能够打坐的人，很稳，神住在那边，阴在那边；如果燥，人的神就会消亡。突然跑一句出来阴气。【饮食自倍，肠胃乃伤】，如果是燥，遇到风寒湿，加倍吃东西，肠胃就会受伤。这时读中医要反过来看，所以真正的养生之道，要节制食欲，不吃太多，让胃气生起来，每吃一餐饭一定要等到肚子很饿再去吃，肚子不饿不要吃。所以如果吃完，晚餐都不饿不要去吃，常常保持一点饿是最好的，因为胃气一直在那边，所谓胃气就是饿。太饿了，吃一点东西下去，不要吃太饱，保持一点点饿就停掉，所以能够控制饮食，都是长寿健康的保养身体之道。

如果痺聚在肺上会有喘息；如果痺聚在心上忧思；如果痺积在肾脏会遗尿；痺聚在肝上全身倦怠无力；如果痺聚在脾上肌肉会没有力量。任何的这种痺症，久痺不去，会影响到内脏，会越来越严重。后边一句话，风气胜者，就是风寒湿三种集合在一起，风气很盛时是最好治。因为病在最浅，不会最深。那刚刚讲了饮食不要吃太多，适当就好，不只是生病，生病还要节食一下。平常就不要吃太多，吃到适中不饿就可以。

365页，痺症如果风寒湿【入脏者死，其留连筋骨间疼久。】如果风寒湿留在皮肤之间，肌肉里面，很快就可以好。所以如果在筋骨中间一样，皮肤、肌肉和血脉筋骨，越深越不容易好，病会越久。入脏就会很危险，就会有生命危险。因为黄帝问有时痺症会死人，有时痛很久没死，为什么？因为深浅不一，所以很忌讳痺入脏。刚刚讲的是五脏。365页，黄帝问，如果痺跑到腑里，到消化系统里呢？岐伯说痺症也跟【食饮居处，为其病本】。六腑：胆、小肠、胃、膀胱都有腧穴。风寒湿气中到胆，中到消化系统的俞穴时，饮食应之。饮食应之就是平常不知节食乱吃，大饱大饥不节食。风寒湿跑到腑俞穴上，这时一样会入腑，因为饮食不知节制。所以不管怎样，随时饮食保持节制，风寒湿都不易进入身体里，就这意思。是在腑里面，进来的话就到消化系统里了。

黄帝说针灸怎么治？膝盖风湿我都教过你们。这里岐伯就说，五脏都有俞穴，五脏中了风寒湿，下针它的俞穴，六腑下针它的合穴。【循脉之分，各有所发，各随其过，则病瘳也。】瘳cou，就是病痊愈的意思。所以在讲针灸时，我就介绍脏病，俞穴专门治疗脏病的，这是背俞穴，肝心脾肺肾都有；身上合穴治疗腑病；其它的经络上按照经络来取穴就可以。黄帝就问，荣卫就是讲气跟血。这种气让人着痺，就是风寒湿会不会进去？

岐伯替荣卫下了定义说，荣者是水谷的精气，吃的饭粒的精气，这是所谓的荣，就是进入血分。

【和调于五脏，洒陈于六腑，乃能入于脉也】，这是血的来源。所以【循脉上下贯五脏，络六腑】这是荣。所以荣之源，是水谷之精。【卫者水谷之悍气，其气慄疾滑利，不能入于脉也】这是气。所以气和血，实际上都来自于水谷。食物里面的谷类，水谷里面的东西，里面的阴就是造血，因为食物都有气，中医讲的气是阳，不会入于脉，是【在皮肤之中，分肉之间，熏于肓膜，】就讲的三焦，三焦是气走的地方。【散于胸腹。逆气则病，从其气则愈】，顺应他的气，荣卫【不与风寒湿气合，故不为痺。】风寒湿的痺症不会入血分，也不会入气分，不会进血，只会在皮肤的肉中间，皮肤的肌肉中间，或在骨筋之间，或在脏里，或在腑里，但是绝对不会跑到血脉里。

黄帝问，痺有痛有不痛，有不仁，就麻麻的，有寒、有热，或有燥有湿，为什么是这样？有那么多种痺状。岐伯下定义【痛者，寒气多，有寒故痛。】所以痛绝大多数是来自寒，当然也有热，热我讲过只有一种就是劳，操劳的人，因寒有痛。所以常常病人腹痛，寒。光开一些活血化瘀的药，他还是痛，没开去寒的药。有的不痛不仁，这种病久入深，就是浅痛，没有怎么痛，这个病很久了，跑到深处的地方去。

【荣卫之行涩】风寒不会进入卫，但会让气血流行阻塞，速度会减缓下来，造成经络不通畅，称为不仁，不仁就是皮肤有麻麻的感觉，没有什么感觉。【寒者，阳气少，阴气多，与病互相益，故寒也。】因为寒气，平常有两种人，一种是素热，比较肥胖的人，喜欢吃膏粱的人是素热。有的人比较瘦弱，饮食清淡的比较瘦，他本身是寒的，因为本身的体质不同。这里讲有的人天生阳气比较少，阴气比较多。但是瘦弱寒的话，寒跟寒会相通，会加重。遇热【阳气多，阴气少，病气胜，阳遭阴，故为痺热。】所以素热的人，遇到风寒一般会出现热证。平常寒比较多的人，才出现这种极痛，寒气会比较多一点。

【多汗而濡者】病人湿盛的，并不见得看到身上流汗很多。我们在诊脉会诊到，一摸脉身上的皮肤，奇怪黏哒哒的，流汗很多，就是痺，就是湿很盛的人，可以摸到，这是病人本身湿太盛。【阳气少，阴气盛，两气相感，故汗出而濡】，那这种天生阳气不足的人，阴气很盛。阴和阳是相对的，阴阳应该平衡，阳少，阴就会盛。那阴盛时，阳少，阳本身是固表，身上的皮肤里边有很多水，水不会丧失掉，为什么？有阳在固它，所以水分不会丧失掉。

阳一虚的话，阴一盛，当然会失掉阴，阴就是津液会跑出来。这种人受到风寒，寒气会加重，因为阳少阴盛。所以是两种不同的人遇到这种情形，会产生的一些症状。中药也分阴阳表里虚实寒热。有的药是走表，有的药是走里，有的药是阴药，有的药是阳药。所以《黄帝内经》不讲药性，只讲阴阳表里虚实寒热，我们的八纲，以后的药，这是表药这是里药，这是阴药这是阳药，这是补虚的药，这是去实的药，诸如此类。寒，有的药是去寒，有的药是去热的药，是因为有这样区分，所以《黄帝内经》为主，后面的本草经，我们去找寻草药时，都是按照药性，按照《黄帝内经》里面的阴阳表里虚实寒热辨证，来选择哪些药来治哪些病。

第 369 页，痺之为病，有的人不痛，完全不痛，为什么？岐伯说，痺在骨则重，身体会感到很沉；痺在脉血凝而不流，血脉会凝住。【在于筋则屈而不伸】脚不能伸直，是筋的问题。如果风寒湿【痺在于肉则不仁】麻木。痺在皮会感觉到寒冷。所以【具此五者，则不痛也，凡痺之类，逢寒则虫】，这里不知道“虫”出来干嘛，其实是聚集，整个抽筋起来，逢热则纵。这“虫”应念 suo，可能象虫一下子缩起来了。热则纵，这两个字刚好是一正一反。比如有人中风，手弯起来（是寒证）；手不能弯起来张开来，纵，就是热证，风热，处方有一点不太一样。五种不痛的，在这个地方。痺论解释到 370 页这一篇讲完，下次讲痿。接下来开始分章，前面讲大原则，越来越细。

第四十四篇 痿论

第一节 骨痿、筋痿、脉痿、胞络绝

痿论在《黄帝内经》第四十四篇。痿就是萎缩，眼睛看过去，这个人脚都萎缩掉了，手臂肌肉萎缩掉了，就是痿。这一篇就是讨论痿从哪里来？如何去治疗痿？如何做诊断判断？前边我们讲咳论，专门讲咳嗽，一开始就讲说，咳首先犯肺，没有犯肺就根本没有咳嗽。咳嗽一直在那边咳，表面上都是肺，咳久了才会传到什么肝咳、脾咳、肾咳、心咳，脏传完了传腑。可是归根结底还是肺，如果治病在初，一开始有咳嗽，一剂下去咳嗽好了就不会传了。痿症发病在热上，通篇是一个热。中医讲的阴阳表里虚实寒热，这篇讨论的热讨论的很多，热也是很特殊的一种方法。临床在治痿症会耗很多的时间，因为痿下去以后，要去把它补回来时，真的要一段时间才有办法。不是不可治，可以治，就非常的耗时了。如果了解痿症的成因，所谓防微杜渐，病一开始时就下手就不会有痿症出现，这篇的重点在这里。

一开始黄帝问岐伯，五脏会让人产生痿症，为什么？岐伯就回答了。肺，首先讲肺，肺主身上的皮毛，心主血脉，肝主筋膜，为什么讲筋膜？皮和毛要分开。我们前边读过，如果毛整个卷曲这是死掉，是气的末梢，气之余为毛，血之余为发。心主血，血跟脉都属于心，中国以前的文言文文字，以前写文言文也有道理，因为以前是刻在竹简上。写一本书刻竹简你刻刻看，当然越简单越好，不象现在打字很快，手写很快，不能怪他，以前用手刻。肝主身筋还有膜，筋，在前边就读过的，筋会阳陵。为什么说筋会阳陵？膝盖这个地方，为什么不会在别的地方？因为筋会阳陵，肝经的精气到这里，所以阴证出现时，阴寒证时，脚怎么冰冷怎么冰冷，一直到膝盖就停掉了，因为再来是筋在管了。待会儿后面会介绍，那筋，因为肝脏有筋，筋生出来之后才制造一个心脏。最初婴儿在妈妈肚子里面是水，又有真水，有水才有那个受精卵会附在水上面才会开始生长，前两个礼拜长块筋，两个礼拜以后筋开始跳，就是心脏。所以水生木，木生火。西方医学是看到，开始跳了，这是有生命的，所以认为第一个内脏是心脏，中医不是，中医认为第一个脏是水，所以肾为先天之本，我们非常注重这个肾的水，就是这个原因。全身的筋是生在肝脏上面，肝脏产生心脏以后，络到全身关节，关节旁边都有筋，所以在肌肉里面，看肌肉如果切开里边有一片白膜，那个白色的膜那就是筋之余，就是膜，也是属于筋。脾脏主身上的肌肉，肌跟肉，这个不一样。我们把肌当成肥肉的话，肉就是瘦肉，白肉瘦肉都属于脾，白肉就是阳，瘦肉就是阴。肾主身上的骨跟髓，骨头是骨头，骨里边才有髓，所以我们是骨跟髓都是归之于肾。由于身上五脏对五合，肺合皮毛，心合血脉，肝合筋膜这些。

所以下边就开始介绍，因为他是先讲相关性的，这时就开始讲治病的原因。所以因为肺主皮毛，当肺热叶焦时，皮毛虚弱。肺里面常态，诸位要看得懂《黄帝内经》，一定要知道什么叫做常态，就是何为正常人？在内经的观念里面，肺法象天，象天幕一样，天幕一样，全身都照盖住，全身都有皮毛，你哪个地方没有皮毛？整个罩盖起来，所以法象天。天上是不是很冷？人这个是天，这个是地球在中间，旁边是大气层，地球在这个地方。地球里边是不是很热？是不是热的象火一样？这是心脏，所以如果我们把肺比作天幕时，心脏在下边，心就是地球里边的热，这时寒跟热两个碰在一起，所以产生正常的温度。就好像我们开车子，如果没有水箱车子会过热，如果水箱太大，或装太多水了，引擎太小，过冷它也不跑，过热也不跑，一定要适当的温度。

【倪师内经 53 视频同步文稿】

常态，冷气都是下降的，热气是不是上升？这是交接在这个地方。如果不了解，在自己家里面煮锅热开水，看热气是不是往上跑？如果家煮的热开水，热气往下跑，那告诉我，去看一下，我去看一下怎么回事，好厉害。怎么知道冷气气血循环？很简单，在煮热气时，热气一直往上冲时，到门的下缝一摸，那个冷气进来，因为里边是热，这个冷就会冲着热来，这是阴阳互相平衡自然界的一个状态。如果肺太热了，常态是冷。现

在肺里面的津液没有了，再加上心脏的热，是不是热上加热？这时皮毛虚弱，因为太燥热。心本身是火，肺里面津液没有了，津竭了。中医认为胸是阳，胸膈以下是阴，这个是常态，阴的来源是从上面下来，阴的来源要从上面下来这是好的阴。如果累积在里面没有经过身体上一个过滤过以后，那这个阴就是阴积，这个会造成生病的。如果这个阴是从上面下来，这是我们身体所容纳的。所以西医讲的这点也对，我们吐气时把二氧化碳吐出来，吸气时把氧气吸进去，这是在代谢，新的阳会停留在身体里面，浊的会出去。所以阴下来都是从上下来，都是带来很多的氧，中医认为带来很多阳下来。当津竭时，肺焦太热了，心火在烧，所以烤焦了，焦的原因就是这样，水烧干了还在烧。这时【则生痿躄】躄 bi，就是跛脚，跛足，走路就一跛一跛的。

如果【心气热，则下脉厥而上，上则下脉虚，虚则生脉痿。枢折挈，胫纵，】胫纵就是提起来，提脚的动作称之为挈，把脚提起来，结果纵而不任地，脚没法踩到地面上去。常态的人就这样。心脏不断的搏动产生的热，心是火，上面遇到冷时，由于肺不断的呼吸，肺主要的功能就把心的热移到小肠里面去。当心的热由中间这个血脉进入小肠了以后，因为心主血脉，心到下焦的地方，有一个大动脉下来，心主血跟脉。那这个脉不单单是血液会下来，同时会把心脏的热也会导下来，导到小肠里面去。这里讲的就是说心脏的热没有下来，如果是心热往回逆，热才会产生痿，全部是热。【心气热，下脉厥，】上热，热一直在往上升，下面自然虚掉了，因为这个热本来应该待在下面的，下面不待在下面往上走，会造成下焦会虚掉。当它虚掉了以后，脉会萎缩，脉会萎缩主要的症状就是脚没法抬起来了，脚抬不起来了，没法重地，因为两个脚的力量，血脉在里面。心脏由于血往下，心热往下走的，一直往下走造成人身上脚的力量很强。那现在脚放不下去了，踩不到地上，没有力量，这是脉萎缩掉了，这是一种痿症。

【肝气热，则胆泄口苦，筋膜干，筋膜干则筋急而挛，发为筋痿。】筋会萎缩，脚筋萎缩是脚没法屈伸，跟心的脉萎缩不一样，心脉萎缩脚没法踏到地上去，一放到地上就软掉了，没法踏。萎缩是膝盖这个地方脚不能弯曲，诸位只要看到膝盖的病，除了风湿关节炎以外，膝盖不利于行时，用针灸做，吃药做，半天膝盖还是不行，这不是风湿，而是筋有问题，肝有问题了，筋萎缩掉了。筋萎缩掉的原因肝气热，胆泄口苦，筋膜干，肝气为什么会热？肝在这个地方，肝本身中医的观念里面认为，肝是藏血，心在这边，这是肝藏血，心脏是生血，生血的地方，脾脏是统血，总统一样，统领这个血，统血怎么走，这个血到哪里去到哪里去，脾脏统血，肝是收藏血。肝不是说藏了血就把它藏在里面不放出来了，那人就死掉了。所以肝是藏血，我们非常不赞成西医在里面动刀子，或做血管栓塞。血管本来这样走，把它栓塞住了。为什么？因为肝本身是藏血，现在有个大仓库，这是一个仓库，要把它收藏很多东西进来，然后从里面出去，进来都是活猪，出去都是香肠。今天这个仓库切掉一块，怎么收藏？当然人体会变动，人体因为太精密了，所以把它切掉一块它慢慢会长回来，切的只一半或1/10，慢慢长回来，6个月就长回来，有这种记录。可是他是正常人，如果肝癌呢？把它切掉，再把它栓塞住了，栓塞住了，身体在更新时，永远这个部分没法更新。血没法更新，永远堵到这边，所以这个栓塞住，造成终身的伤害，我们治就很困难了。所以不要动！中医来下手还好，动了以后中医下手就麻烦，因为肝本身藏血。肝化物出焉，化物按照中医的意思，身上的毒代谢掉，然后新的血会进入心脏，但新的血里本身并没有，肝是绝阳之处，厥阴的地方，阳很少，所以血进来以后，再经过肺的洗涤以后才会变成阳。

所以心才生血，肝藏血，这个血进来是脏的血，经过肝脏出来后是新的血，很好品质的血。到了心脏后，肺里面来润泽它，肺里面主津液，很多的水分，阳就会进入心脏，造成心脏生血，这是它的生化的过程。肝气热，这个肝太热了，太热热会膨胀，那这个胆，跟肝互为表里，这是中医所谓少阳的地方，是个代谢的地方。那少阳进来时就是胆的位置，肝一膨胀一热，一热就膨胀，一膨胀时胆汁出来会反逆，反逆时跑到嘴巴里面，胆的味道很苦。为什么？因为胆汁是一个木生火的地方。木经过火烧了以后，因为胆是阳，经过火烧以后都是很苦的。我们现在知道，胆是苦味，有一个人嘴巴口苦那就是胆，

这已经讲完了。这时因为肝太热了，热了伤津液，津液不够筋膜就干掉了，我们常常在烧烤时，烤那个津液就没有了，就这个意思。筋痿，筋痿的人膝盖不能弯曲，任意弯曲，伸直。

【脾气热，胃干而渴，肌肉不仁，发为肉痿。】脾脏跟胃是表里，脾是土，里面湿很多，这两个很接近，靠在一起。中医认为胃是阳，脾是阴。因为有阴，所以胃里面会有津液胃汁在里面，这是常态。如果脾热，脾气太过热了，一过热了以后，这个津液就没有了，会影响到胃，胃里面会变得很干燥，津液就没有了，一干燥出现了，太过热的现象时，因为脾主肌肉，如果天地和人身上的脾来比较，大地的泥土，土类，就是大地的肌肉，人体的土就是肌肉，脾脏在管。因为脾脏太热了，肌肉里面的津液也没有了，肌肉不仁，发为肉痿，肉就萎缩了。

【肾气太热，腰脊不举，骨枯而髓减，发为骨痿。】骨痿的人没法站得很久。骨有力量，是因为里面有髓，里边如果没有髓，髓不够时，没法站很久，所以很多人血癌、脑瘤或怎么样，或是骨头里面有问题的人都没法站很久，站久要赶快坐下来。所以有个人站很久，骨头都没有问题的。我们现在讲痿症，痿症是热，如果是肾脏太热了，肾主水，所以一定要知道常态。常态的肾，督脉第14椎称之为命门，命门是火，相火，这两边是水。所以第14椎这个地方是人身上的水火同源的地方，两个水在旁边，一个火在中间，这火慢慢的烧，不要烧太快，生命就会很长久。当然我们肾从肺上面得到阴的津来滋润它时，旁边有火在这边时，这个骨髓就会长得很好。如果肾脏太热了，津液伤到了，当然会影响到骨头的骨髓。当骨髓一萎缩时，骨髓力量不够时，就发为骨痿。没有X光我们怎么看？不需要看，没办法久立，一直要坐在那边，骨痿。可以伸脚，膝盖没有问题，就不是筋痿，从这些症状就可以判断。所以中医现在看到这边，《黄帝内经》读了44篇大家都知道了，中医是辨证论治，不需要进去看什么。那如果大题小作进去看，可能就会伤到身体。常常有的病人在医院里面为了检查去照显影机，西洋的机器一照下去以后，结果那个一打进去，还没开始照或正在照时，病人就发作在床上，或是照完一段时间以后他就发生问题了。不需要去这样做，从症状就可以得到。

372页，黄帝问，为什么会这样？肺为什么会很热？岐伯就说【肺者脏之长也，为心之盖也，有所失亡，所求不得，则发肺鸣，鸣则肺热叶焦，故曰：五脏因肺热叶焦，发为痿躄。】真正的痿症是死于什么？肺。咳论时也是，咳一开始是肺受到了咳。一直咳嗽，咳了35天，循环回来了，比如一周循环，从肺咳，比如6天没好，变成肝，肝再移转到脾，到肾到心脏再回到肺，脏没有咳好再到腑。所以病人一咳嗽就小便出来，一定是久咳，久咳才会从脏传到腑，所以咳是发生于脏。痿也是发生于脏，最初的原因就是肺。所以诸位，保持肺很好，五脏因肺。

373页，【悲哀太甚则胞络绝，】胞指的是心包络，所以人不能太悲哀，可是人做到是很难的。【胞络绝】，心包络绝时，阳气内动。画个简单的图，心脏在这边，外边一层包膜，这个是心包络。心包络目的是干吗？因为心是阳，心是火，这个阳一定要有东西控制它，不然的话，我们一再跟诸位讲阳就是能量，是你的力量、你的动能。那如果一个引擎，里面的那个活塞都是很好的，结果你居然没有照着活塞在外边乱跳，乱跑，没有东西给他盖住，热气动能不会藏住。所以心胞，心胞就是把阳锁在里面的意思。心胞和心脏之间，就是有津液，这个津液在中医的观念里边是纯白的清水一样，非常的清，清水一样。这个有包膜还有清水，才能把这个心阳固在里面，心阳不会外散。心阳如果外散，全身开始跳，因为没东西固定它，心脏跳一下，全身就会跳一下，阳外散。所以胞络绝时，也就是心包络的脉气不够时，阳气就会内动，一发，心脏好象跳出来一样，小便就会看到血。本病论说，【大经空虚，发为肌痹，传为脉痿。】因为心脏有问题时，后面会连续影响到下面的脾脏，影响到其他的脏。所以结果脉，血脉，血管，脉，痿掉。痿掉，脚不能任地。【思想无穷，所愿不得，意淫于外，入房太甚。】就是野心太大了，我要买一架飞机，世界上没有几个人可以买得到飞机，野心太大了，做不到。这种【意淫于外，入房太甚，太过于房事。宗筋松弛，发为筋痿，及为白淫。故下经曰：筋痿者，

生于肝，使内也。】中医的观念里面认为，宗筋之府。宗筋之府在哪里？男人在睾丸阴茎这一块区域是宗筋的地方，女人也是在阴道阴部周围中间的地方，宗筋在身体下的地方。女人怀孕十月，耻骨会打开，小孩子通过。因为宗筋在这个地方。如果入房太甚，造成宗筋松弛，宗筋没有力量。【发为筋痿，及为白淫，】白淫就是男人遗精，没有行房可是滴漏出来，这个筋萎缩掉了，宗筋萎缩掉了。【筋痿者生于肝】因为只有肝经络到在这边，所以是筋痿。实际上宗筋是几个组合的，我们后面会介绍到。当然这是一个症，筋痿时膝盖不能弯曲。

【有渐于湿，以水为事，若有所留，居处相湿。】本身是热，肺热，他在水里面工作，种稻的农夫或种蔬菜，或是在水里面这种，水里面工作的人，长期居于湿地，中医认为湿都伤于下。为什么要知道湿伤于下？第一个，帮助辨证，一看下面知道腿、膝盖、髋关节，伤于下，这是湿。我们有去湿的药，怎么样让去湿的药，别的地方不要去，就跑到脚上去，这是药物学，我们《神农本草经》、《金匱》都有。所以我们要知道，就是以后帮助我们开处方，不然你乱开，不然你开错了，你这方子开的不好，药引子把它导到别的地方去了，脾脏主湿，结果你把脾脏的湿都清掉了，清掉造成胃太热了，不好。所以开处方要知道，造成肉痿。脾主湿，脾脏本身主湿，但是这个要湿不是说湿越多越好，而是一定的量。太过也不行，太少也不行，多和少都不行，一定要中间，中间就靠五脏六腑平衡的制衡就很均匀在那边，很均匀停在那边。

【有所远行劳倦，逢大热而渴。】都是本身心肺先受热，现在比较少这种现象，中国台湾省五六十年前，很多渔民翻山越岭跑到台北来，来交换一些东西。天气热时，在山里面跑，很热，流汗，燥渴，【渴则阳气内伐，内伐则热舍于肾，】平常是肺，但是因为工作的关系，久劳，扛运重物做了很久，阳气很深入，跑到肺里面去，热舍于肾，这个劳力工作我们一再跟诸位讲，人人抬物，我们能够扛个扁担站起来，因为我们骨头有力量，肩膀的骨会大杼穴，脚就会有力量，髓会绝骨，大杼在上面，肩膀能扛重物，原因在这里面。所以手有时提不起来，用肩膀扛就扛起来，那是肾发自于先天的力量，肾就可以把它扛起来。肾者水脏也，水不胜火，因为本来就肺是热的，肺的津液应该是生肾，肺在这边，肾在下面，肺的津液正常应该是生肾，结果因为久劳，扛了重物在马路上，在那边跑，在热天底下跑，流汗流很多，肺津液不够了，津液不够了，肾也不够了，肾脏又发汗，扛久了靠肾脏起来，是靠肾脏才能扛久。肾脏津液也不够了，才会造成肾脏热的，原因就是这样的。水不胜火，造成骨枯而髓虚，所以足不任身，就脚没法扛到身体站在那边，就不能久站的意思，【发为骨痿，骨痿者，生于大热，】热才会产生痿，处理痿症时，为什么独取阳明？有原因的，治症在后面。

第二节 判断痿于何脏、气冲、带脉三穴

黄帝就问前面的症状如何做区别和诊断？诊断有很多，有望，眼睛去看什么东西，问得更细，其实前面的诊断就够了，我们看病人问几个问题就知道了。还要再细，岐伯说，【肺热者，色白而毛败，】而色白在哪里？眼眉毛下面是白的。【心热者色赤而络脉溢，】脸上是发赤的，络脉就是手脚边上是络脉，越大主要的大经络都在身上，支络都在四肢的末梢。络脉溢就是手脚肿胀，心热。我们遇到热时，意思就是看到这个赶快要去治，心热不把它治好发为脉痿，脉就萎缩掉了，脚就不能任地了。【肝热色苍】脸色发青，而爪枯。指甲是筋之余，肝主全身的筋，筋之余为爪，血的余是头发，发为血之余，气之余是毛。所以太热会筋缩萎缩，指甲都会干掉，干裂掉。【脾热者色黄而肉蠕动，】黄是脾脏的颜色。脾脏太热了，本来黄色该属于脾脏的营养，要进入脾脏待到里面，脏就是藏，所以黄色的营养应该要藏在脾脏里面，去供应肌肉的能量。现在太热不藏，肉露出来是黄色的，病人脸色的黄色是一种营养，这个营养应该在脾脏里面，现在脾脏有问题，透露在表面，是黄色。脾主肌肉，肉蠕动是为什么？因为你一直在耗一直在烧，火在那边烧，肌肉就会动。肾热者，肾太热了，色黑而齿槁。因为牙为骨之余，看指甲可以知道肝脏，看牙齿可以知道肾脏，头发也知道，也是肾的，发为血余，四肢，露在外面的都可以从这边可以看到一些症状。黄帝就问，为什么治疗痿症独取阳明，道理何在？

岐伯就开始，阳明者，五脏六腑之海，吃的五谷杂粮后，到身上化生成的精气，都在阳明经上。【主润宗筋，宗筋主束骨而利机关也。】宗筋之府，全身的骨关节的地方，会连到筋，筋膜固定住，筋膜是肝，还有宗筋，宗筋也在关节的地方，能够绑束到。如果光是筋络还不行，还有宗筋在中间，才能够蠕动，关节能够活动，而利机关，把关节固定住。

【冲脉者，经脉之海也。主渗灌溪谷，舆阳明合于宗筋。阴阳捣宗筋之会，会于气街。而阳明之长，皆属于带脉，而络于督脉。故阳明虚，则宗筋纵，带脉不引，故足痿不用也。】这里男女都一样，内经是冲脉起自关元，冲脉是血，非常多的血。这到膝盖，这下来，足三里。足阳明胃经从这个地方开始，从足三里开始到腿，到上面这边开始肌肉就挺起来，一直到冲门，气冲，一路胃经上去。这一段这个区块的地方，称之为气街，阳明气最旺盛的地方。

【倪师内经 54 视频同步文稿】

台北市很多街道，夜市就是这一条大街道，主力大街道就也一条。气街是阳明经跟冲脉交合在这，汇于任脉，也汇于督脉，因为有带脉，侧面图中，腹这是大腿，腿部。肚脐在这边，带脉者环腰一圈为之带，从后面命门环到前面，有三个穴道，就是带脉、五枢、维道。这是带脉，人会有带脉，这条脉叫带脉，带脉因为络到阴器这边。所以女人如果会发白带，讲的就是因为有带脉，所以带脉也汇到这边来。督脉的阳气，因为督脉到后面一直从尾椎骨下来，督脉的阳气从命门一直经过命门三焦，一直络到关元的地方。所以这一带就是宗筋之府，就是所有的宗筋大汇于这个地方，宗筋在关节这个地方都有宗筋，都汇于这个地方。在这些经脉、督脉、冲脉、带脉、足阳明，以足阳明为首，因为足阳明最大的气脉在这个地方，以足阳明为首。所以阳明虚，阳明气一虚时会影响到宗筋，因为宗筋到全身的关节，有的人是血脉络了，有的人是肌肉络了，有的人是筋疲的筋痿了，都宗筋在管，所以【治痿症，独取阳明】就因为阳明经络到，这地方阳明在管。

痿症怎么治？治症时很简单，针灸，岐伯说【各补其荣而通其俞，调其虚实，和其逆顺，筋脉骨肉，各以其时受月，则病已矣。】就是针灸时按照比如筋是发在肝是春天，我们知道它是筋痿，这是肉痿，或知道它是脉痿，按照节气来下针调虚实，可以针当经的荣穴，疏通它的俞穴，五脏六腑的俞穴，在背后面都可以，这是用针灸来做的。当了解痿论后，我们知道病在阳明经，我们有些药就是入阳明经的，有些药是去热的。

比如一个人肾脏，一看这个人很辛苦，扛东西扁担，比如在盐田工作，盐田工作在晒海盐时，脚是泡在水里面，盐晒好把盐扛出去，又是久劳，扛着扁担走很远，很辛苦的，所以我们大家要支持他，我们要买海盐，不要买人工盐。他很辛苦，结果来看病，他两担盐，看一个病两担盐卖掉还不够付，所以很辛苦，我们尽量帮他忙，大家多吃海盐。他就伤了，伤了为什么？大热天，你看盐田太阳很大，日照很强很足的地方才能够晒海盐，不然下雨天就毁掉了，所以他外面蒸晒，肺的津液不够了，汗流很多，他一直在扛重物，扛重物时用肾脏，肾脏力量又遇到上面的热，源头又没有，津液伤到，肾热，肾热伤到骨痿，下面又踩到水里面去，又伤又湿，我们怎么治疗他？看到热，我们知道热在那边，赶快把津液补回去，把热去掉。肺太热了，我们开一些药把肺的津液补回去。也吃一些水果可以补津液的，比如水梨可以补津液的。其实物性很奇怪，如果夏天，夏天比如布袋那边晒海盐很有名，在布袋周边那边产生水果，专门补津液的。真正能够治他的就在那旁边，老天爷很好玩的。所以如果当即在夏天晒海盐时，看当季的水果是什么，那就老天爷安排的做一个弥补，弥补作用。所以哈密瓜会生在哈密，多热，那个火焰山，那边多热，哈密瓜，如果喝水，会脱水。但是吃哈密瓜很浓，整个很扎实的水集中在那个水果里面，那个水是经过水果到身体里面去，就会储存在身体里面，你光喝水都没有用。所以哈密瓜这个果性，它能够在那么热的地方生存，吃它就能够生存，当然不能吃骆驼，把骆驼吃了，不能那样，这是我们治症。临床上治效果很好，一定会好，

但是时间会耗很多，因为要补偿回来比较累。

第四十五篇 厥论

第一节 阴脉者

厥论第四十五篇。厥论真正的意思是逆。象足厥阴肝经就是极，极点，到顶了，到最底下，足厥阴肝经就是人身体最里面那个脏，厥就是极限的意思。黄帝说【厥之寒热者何也？】有的人是热厥，有的人是寒厥，这就是阴阳的定义。人常态，人体中膈肚脐，阴升阳降，阴往上升，阳往下降。从胃里面五谷杂粮进来，进入胃，一路到第二个脚趾头，足阳明胃经，所以阳气往下降的。膀胱经穴起睛明，一路下来到脚上至阴穴。胆经也是走到脚上。胃经也是从头上往下的，胆在这边，胃在这边，胆在这边，膀胱的最下面，都在中膈下面的地方，结果精气是，这个腑的位置在下面，结果精的位置在上面往下走，阳气都是往下降的，阴气是往上升的，这是一个常态。所以少阴经涌泉、然谷一路上来，脾经从脚上来，肝经都是从脚上往上走，这是一个常态。现在如果下焦阳气衰了，我讲过人体没有空间的，当阳气一衰掉以后，阴气就会补位，所以有时看到表面上是这样，实际上里面是反的，阴气就补位，所以阳气一衰时，阴气就补了，所以这里就讲了，【阳气衰于下则为寒】，因为阴没有温度是冷冰的，阴气如果衰于下，阳气太旺一直往下走，阴气不够，阳气一直往下走，过热，热厥。所以阴和阳一定要互相平衡，平衡。孤阴不生，独阳不长。孤阳没有阴这个人就走掉了，孤阴没有阳这个人也就走掉了。所以不管是热厥、寒厥，阴阳之间要平衡。所以当看到阴虚时，阴气衰时看到是热，有的人阳气衰时，看到是寒。

第二节 热厥

黄帝问，热厥为什么一定从脚上开始？岐伯就下定义了，【阳气起于足五指之表】脚的表面上面。阴脉从脚的下面，【而聚于足心，】足心就是涌泉的地方，所以【阳气胜则足下热】。上面是表阳，阳中一定要有阴，所以摸（脚）上面是阳，但是是冰的，里面是阳，这是常态。摸到下面是热的，但是这是阴的，这是热的。所以脚掌和手掌，如果这个手掌一手摸到这边，一手摸到这边时，掌心跟掌背做比较时，正常的人掌背应该是冷的，手掌面应该是热的，因为指尖阴阳交接的地方。现在辩寒热很简单，一摸上去，这个热从这边，因为热正常是在极限是不是到这边？那热过头了，一摸，这个人热，因为上面都热了，有的人一摸冷，冷到这边来，冰，整个冰的，因为定义是只能到这边，整个冰的到下面，是不是阴就盛了？有的人一摸上去前面是冰冷的，手掌是热的，前面还是冰冷的，这就有区别了。今天有个人来看病，开完处方后，本来手掌整个是冰的，开完几天回来手掌热了，手指还是冰的，再继续吃。吃了处方（手掌）越冰，本来这是冰就变得寒冰更冷，这（处方）是不对的。我们以这个做标准，所以这个阴阳的标准，代表这是人体的末梢最敏感，所以一查时可以知道他病好了没有，瞬间一摸就知道了。所以我在诊所临床时很简单，病人手抓起来看看，摸摸，已经看完了，病人还没讲话，还没告诉，其实我已经看完了。真的如果我们在看病时，如果病人知道我们是怎样的医生，我一个小时可以看60个病人，真的是这样，处方开完了。可是病人不知道，所以要很有耐心坐在那边听。这个没有办法。《黄帝内经》很熟，诊断速度很快。现在知道了，定义从这边来。

379页黄帝问，【寒厥之为寒，必从五指而上与膝者。】为什么从五个指头，脚的五个指头到膝盖？岐伯就说，【阴气起于五指的里】，下面是阴经。【集起于膝下而聚于膝上，阴气胜，】因气太盛的话，从脚一路到膝上，这段是冰冷的，因为他的寒不是从外面进来的，不是脚放在冰水里面，它是从里面发出来的。直到膝盖为止，寒冷，这个寒冷很奇怪，从脚一直到膝盖为止，就上不去了，为什么？气街在上面，阳明气在上面挡着，所以冷只到膝盖为止，这中医很厉害！

第三节 治症-十枣汤

举例，一个病人，乳腺癌移转到肺癌，但坐不得卧，肺里面积很多水，处方是十枣汤证。比如开5克，中国5克，中国台湾省说1钱。肺是诸阳之汇，华盖，盖到百脉。当肺里边有水时，肺里边正常是气，如果今天痰吐到水里面去，痰是不是浮在水上面？哪个人的痰会沉下去？黄痰再浓还是浮在水上面。所以水上面有痰，痰是在上面，这是常态。那水没有去掉，日久才会生痰，就浮上来，然后水就一直累积。十枣汤下去就要把痰和水一起去掉，不是光去水。痰顶在上面时，连在上面时病人会吐。所以上吐下泻是常态。而这个病人拿了这个药（十枣汤），到了药房去问，这个药很毒不能用。想想看，不能用医生告诉我用，这样好了，用一半，结果减量，减量以后水排掉了，水都排了，大便很多，可以躺下去睡了，痰没有去掉，还是咳嗽。病人会告诉你，这个从生病到现在没有躺平过，现在可以躺平了，可以睡了，但是咳嗽在那边。那奇怪，我妈妈为什么脚从膝盖以下是冷的？如果把废气一攻掉，阳一恢复，胃阳在下面，直接这个气，因为诸阳汇在上面，一剂下去时，经脉就通了，这时再吃一些，也不是叫你每天吃十枣汤，谁那么厉害？吃到脱水。我们在胃里面，后面处方开给他，增加他的津液，把阳气恢复，胃气恢复时，只要一到脚上，病就好了。结果他不敢，吃了一半，吃了一小时脚还是到膝盖还是冷，所以胃气还是气街挡着，这个气街挡着是人先天的力量，每个人与生俱来的，如果药力到时，都通下去是我们药力攻，救回来。如果我们把肺里面的痰和水去掉，胸腔里面的乳腺和肺里面的癌细胞这种阴累积在里面的东西一起排掉，一个礼拜就好了。可是病人的无知，更麻烦，结果病人好一半，他说胸部的痛完全没了，咳嗽还在咳，你看看？本来可以一剂好了，结果更麻烦！所以不要自作主张，我常常说，看这个人很可怜，一定有可恨之处，是不是可恨？求了半天求把我妈治好，我妈快死了，求，求了半天，好了，帮她治他还不听话。就是出于这里，现在知道为什么？为什么脚冷到膝盖？你妈妈胃气还在，还没有那么快死，气街。临床上看的很清楚的。毒药不可能每天吃，如果每天吃，人就死掉了。但是这个毒药要不要用？要用。为什么？一剂就去掉了，一次把它都清除掉以后，开始调理胃就回来了，救回来了，可能没有第二次机会，那怎么办？当然要放手一搏。但是这种药现在很少人会用。你们都会用，以后都会用。有些特殊的症状，看到那个症状就可以用。

380页，黄帝问刚刚讲的是热厥，现在寒厥呢？岐伯说这个真麻烦，问题那么多。岐伯就回答，前阴者，宗筋之所聚太阴阳明之所合也。春夏阳气多，阴气少，这是天阳；秋冬阴气盛而阳气衰，这是常态，所以秋冬时，比如阳气衰要主收敛，顺应天，所以如果很喜欢运动，行房事，那春夏做比较好，秋冬要收敛一点，乖一点。那当医生没有看到，怎么知道他怎么辛苦？看小孩子什么生出来，倒算回去就知道了。所以当医生要有常识。有的人冬天照样，他说身体很好，没有问题。秋冬一直在耗损他的精，这个耗损就不单单只是行房，还有跑步。天气很冷，出去跑，跑什么跑？一个人跑已经跑的很好，为什么带一大堆人跑？不好，这个不好。等下我们讲上知天文下知地理时举例。结果津液耗的很多，这也是耗津液。在我来说，这两个比起来还不如在家里面跟太太在一起比较好一点。下气上争，因为夏天（此处应是冬天）本来是阳要固守，要收藏，结果耗掉了，耗掉以后阳会虚掉了，人的阳气所在。阳一虚掉的话，阴气就会盛，阴阳就是这样，它永远紧密贴在一起。阳没有了阴就出来。就好象夫妻的关系，结婚时太太跟你签约，跟你吵架时可以跑，但是不能离开家，在范围里面，可以躲起来，离开家就阳厥了阴胜，至少可以发顿脾气就算了，这个是很好的协调，这不出范围，我们到此为止，不要跑出去。跑出去，阳失阴就胜起来了，一回来家东西都砸烂掉了。如果不跑出去，还在家里面闪躲也就罢了，不会砸东西的，这不错，夫妻要拉一下，不然太过了。

【精气溢下，邪气因从之而上，气因于中，阳气衰，】不能够滋润经络，【阳气日损，阴气独在，故手足为之寒也】。所以我常常问手脚冷就是这样，阴阳的起源。如果是寒厥时，手脚马上冰冷的。有的人是热血，太过了，跑到手背都是热，所以过和不及都不行，一定要恰到好处，在脚指头旁边，这是中医的定义。现在诸位就看到了，我在网页上这

样写写写，这个从哪里来的？《黄帝内经》解释就在这就可以看到，所以我们脚寒再冷到这边（膝盖），到了气街，都停掉。所以水肿，肿到这边，膝盖上边就没有了。那还好，不会死，胃气还在，知道吧？这是帮助我们辨证。

第四节 寒厥、手足寒之因

这里讲的寒厥，这是古书，止于形方式。现代来说，我们很不赞成吃西药，为什么？西药下去下焦的阳会失掉。如果不相信，吃一颗抗生素，一颗下去 24 小时阳不举，一定不举。那现在在临床上看来，很多人吃降血压药，降血糖药，降胆固醇药，反正什么东西是降的，吃下去那个药后，该高的还是高。有一个东西一定降，就是阳萎。所以威尔刚才会那个盛行，过去这些人很恶劣，美国人还不知道，美国人还不知道我们壮阳。中国人就在骂中医，中医只会壮阳补肾，其他都不会。老外开始卖威而刚他也去吃，老外可以卖我们中国人不能卖，这种中国人很烂，我就让你去吃，吃了心脏病发。威而刚非常不好，你不晓得如何让宗筋之汇起来，因为我们了解宗筋，带脉、督脉、冲脉跟阳明脉汇在一起，加一点点肝经在里面，那个宗筋就回来了，阳就举起来了。你说既然你们很多人，中国人在排斥中医，实际上老外并没有排斥中医，老外想得死，因为他们恨死他们的医学。所以所有的西药都会伤到宗筋，伤到宗筋以后，寒厥，手脚冰冷。所以有些如果交女朋友，手脚冰冷，因为她小时不知道，吃西药或是打了疫苗，造成手脚，不是冬天耗损津液，你不要去误解，因为古代是这样，所以这是一个来源。所以如果冬天耗损津液，跟你每天吃抗生素是一样的，每天吃西药一样，更快。我宁可去跟女人在一起，也不要去吃那个药，那个药真的是坏！

第五节 热厥之因、阳气乱

381 页，热厥如何发生的？一个是寒厥和热厥。岐伯说【酒入于胃，则络脉满而经脉虚。】酒气非常彪悍，非常悍力，一吃下去，马上到手脚边去了，马上就进入络脉了，速度很快，因为发散。我们有很多药，有中药，很多药需要发散，就是说希望把这个药带到络脉去，带到四肢的末梢去，这时主要加一点酒下去，就利用它的酒彪悍的气直接把药送到四肢的末梢去，这时会要求病人放一点酒下去煮。我们张仲景先师用酒去煮，放一点酒下去在那边，都有原因的，就从这里可以看到蛛丝马迹。脾主为胃，本身脾的功能【胃行其津液者也，阴气虚则阳气入，】脾阴不足时，阳气就会跟进来。我讲阴阳是一正一反的，所以一虚阳气马上进来。阳气本来胃就是阳气，现在阳再加进来，阳加上阳，胃就不和。这时津液就衰竭。这个主要原因是什么？因为我们不光喝酒，一定吃很多好的食物。所以又吃肥美的食物，烧烤，一大堆肉，喝酒下去，这两个东西同时到胃里面去，这个蒸化在中间，热上加热。所以我们喝酒就喝酒，浅酌就好，吃东西吃一点，不要吃太饱，不要酒足饭饱，喝太多了会造成胃没法消化，造成精气会衰竭，反而会衰竭，就没法去滋润，补充四肢的营养。所以会有热厥的人，一定是常年以来，不是说一两天，一两天没有关系，偶尔放纵一下自己没有关系，岐伯说一定是日积月累下来。那每天都喝醉，吃很饱，强行入房，行房事，然后酒热之气聚于脾中不得散，酒气和谷气，酒和食物【相薄，热盛于中，热偏于身。】当有内热时小便是红的，赤色的。比如肝病肝炎，小便马上变成茶色，很快，内热。怎么知道内热？当然知道，我们知道就给他开凉的药下去。中医讲热，西医讲炎。中医有去寒凉的药下去，也有用寒凉的药。不是说纯寒凉的药，可以用寒凉的药。所以本身酒非常的气盛彪悍，【肾气有衰，阳气独胜。】胃中中焦太热时，跑到四肢上去了，造成里面太热，过热，身体里面过热，就会伤到阴，伤到阴时变成阳气独胜，这就会造成热厥，这是热厥的来源。所以吃东西一定要简单，少喝酒。

382 页，这个厥，黄帝问了，有时令人腹满，有人令人昏倒不认识人。造成一个人会腹满，肚子一胀满，就是中医所谓的阴虚。一个人突然不认识人，他的亲人他都不认识，阳气盛，太盛了，阳气乱，乱到人神志会不清楚。有时半天，有时一天，过了以后才会慢慢恢复。黄帝问为什么？厥就是反逆，岐伯就说【阴气盛于上则下虚，下虚则腹胀满。】

阴气如果盛于上，下面就会阴虚，本来下面是阴，结果阴跑到上面去了，身上是这样，肚子，这个横膈在中间。本来上面是阳，下面是阴。

【倪师内经 55 视频同步文稿】

盛在上面，下面就虚掉了。在脉上面可以摸到，寸是阳，尺是阴。上盛时，寸脉会变得很大，【上盛则下虚，下虚则腹胀满。阳气如果盛于上，则下气重上。】另外就是阳气在上面，加倍的上盛时，下焦的阳气再往上走，下焦的阳气来自我们的命门，来自我们的小肠，下面是很热，再往上走，阳气，再加上阳气，加重，从上而邪气内耗。【逆则阳气乱，阳气乱则不知人也。】为什么称之为邪气？因为阳气入头有一定的方向。这个是正经，它走旁边进去，造成一个人的气乱，阳盛太过，造成人不识。一般不识人时自己回头，很好治的。有的人不认亲疏，不认人时，神亡时，命就没有的，很危险。

第六节六经脉之厥状

383 页，那刚刚讲的是上下阴阳的厥逆。黄帝现在想听听六个经脉，厥症的症状，六经脉。所谓六经脉就是太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴，就不把它分成 12 经络来讲。岐伯就说了，巨阳，三阳，太阳在厥逆时，脸会肿起来，头会重，脚不能行。一发作时，人就胸仆，人会昏倒，眼睛会发昏。诸位就可以了解，因为你学过针灸，膀胱经的经是从后面走到前面，一直络到眼睛里面去，所以发昏眼睛会昏眩。膀胱经络一直到背后，从背后到脚上，脚就不能行，因为阳气厥逆。所谓阳气厥逆，就是要知道我们在介绍针灸时，膀胱经的气本来就是从头一直往下走，现在逆着走的意思，就这样，那人就会有昏眩、昏倒，脚不能走的现象。

【阳明之厥，则癡疾欲走呼，腹满不得卧，面赤而热，妄见而妄言】，这就是阳明经的精气本来是往下走，现在阳明经往回逆。当然这里讲的阳明经包括手阳明大肠经跟足阳明胃经，阳气应该往下走，现在回逆的。阳气会回逆的原因，大部分都是下面有挡道，胃气就是讲食物的消化系统。下面大肠里面堵到了沼气，这个气会回逆。本来这个沼气只能到胸膈为止，膈就是把它分隔开来，沼气上升就是这样。【腹满不得卧】，就好象登高而歌。

少阳之厥，包括手少阳还有足少阳，胆经一样，会造成耳聋耳鸣听不到，【颊肿而热，胁痛。】只要两胁胸前这里胀满胀痛，少阳，已经讲完了。在《伤寒杂病论》讲的很详细，两胁痛，胸胁苦满，少阳的位置。【骭不可以运】，骭就是脚的胫骨那边，足阳明胃经跟脾经中间，摸下去那个骨头突起来，在胫骨上边，那个就是骭骨，会影响到，走路就比较不顺。

太阴包括肺经，手太阴肺经跟足太阴脾经，因为脾主少腹，肚子那边脾脏在管，【则腹满膜胀，后不利，】大便就不通利了。前就是小便，后就是大便，不想吃东西，脾脏出问题，都是胃口不好，肚子会胀满，大便不是很顺。一吃则呕，因为脾脏肿大在那边，里边累积很多的湿，所以不好躺下去。所以我们常常，为什么要知道这个？有一个人胃口不好了，那他原因，可能西医讲很多原因，不管他。胃口不好时，一查他腹胀满胀满，大便也不是很好，我们知道脾太湿了，脾阳不够，因为阴太盛了，阳不够，我们就开一些健脾阳的药，把脾胃健起来，胃口就开了。

少阴之厥，足少阴肾经，手少阴心经，都属于少阴，因为两个非常的紧密。【少阴之厥，则口干溺赤，腹满心痛，】因为口干，舌头下面的金津玉液，嘴巴里面的唾液源头是来自于肾脏，现在有津液反逆，经气反走，造成口干小便腹满心痛。

厥阴就肝经跟手厥阴心包经。【少腹肿痛，腹胀，泾溲不利，】小便不顺利，好卧屈膝，肾经有问题时，膝盖弯。【阴缩肿】，阴会缩起来。骭内热，就是脚的胫骨里面，胫骨里面有脾经、肾经还有肝经，靠在骭的内侧也是肾经的位置。【盛则泻之，虚则补之，不盛不虚，以经取之。】这是一个治病的法则。因为在肝经上面，虚则补，实则泻，平常

取该经的经穴。

现在讲厥逆了，就比较严重了，刚刚只是讲厥，厥就是反逆一点。厥逆就是很严重了，严重时怎么办？

太阴的厥逆，【骭急挛，心痛引腹，】脚胫骨非常的绷紧，抽筋一样，心腹引痛。怎么治？【治主病者。】就是治生病的那个，我们知道他的位置，看这个是骭挛急，心痛引腹。我们一看到心痛只要引到少腹，我们知道是脾经，主太阴，太阴经，病发生在少腹都是属于太阴，这时候我们治太阴。太阴是脾，那我们治症上面有一个很好玩的，因为看治主病者，是脾以后，脾主少腹，少腹是不是小肠？中医在治脾时，常常同时要去治什么？小肠。因为小肠在少腹这边，湿很多，很多太太小姐说我要减肥，看起来一点都不胖减什么胖？肚子很大，看着不大，束腰绑住，女人希望肚子很平，希望很平，希望上面很高下面很平，原因是什么我不了解，我不是女人。少腹这边整个是脾湿，太阴堵到，要去湿，我们要治他的小肠。所以治脾，一定会兼治到小肠，这个是治主病者，这是主病，脾和小肠。

【少阴厥逆，虚满呕变，下泄清，】大便出来是清，清就是吃的菠菜排出来菠菜，空心菜就是空心菜。少阴有厥逆时，就逆症比较严重，厥逆时。虚满呕变，因为胃是肾之关，肾有问题时，一定可以看到胃的症状，呕吐，所以肾脏在衰竭之前，病人一定很极度的晕眩，还有强烈的呕吐，吐出来很多津液，这是肾要衰竭，会出现呕吐的现象。原因我再跟诸位说一下，肾在这边，肾是主水，水现在太多了，因为肾没法排水了，胃受不了，顶到胃，当然会吐。那它有一个极限，超过这个极限胃开始吐时，已经到了中焦了，肾脏都快没了。刚开始时水是从下面开始，一直到脚肿起来，都没治好，到了严重的阶段。到了人体极限时，功能就没了。我们也治主病者，治肾时，常常会治他的胃。

【厥阴厥逆，腰痛，虚满前闭，谵言，治主病者。】肝病，肝脏跟大肠，所以肝有病时我们什么叫做治主病者？肝有病时我们同时要清大肠，光治肝病不会好的，一定要通大肠。所以我们在治肝病时，一定要保持病人大便排得很好。病人如果大小便一路通，堵到了，来不及了。所以好的医生，并不是说我们下手时要到病人最末梢。而是说一开始我们遇到肝病时就要知道，我们已经在通大便了。只要保持金和木中间，金和木之间的平衡，在治肝时，一直在疏肝，一直在清理大肠，保持大便通畅。当然你说保持他大便通畅，把攻下的药开的很重，那你太过了。只要保持他随时都有大便，肝病自然而然会好起来，因为金会去治木，有金在这边治木，肝也很可怜，上面夹了一个肺在治它，下边一个经在治它，所以肝就好象爸爸，肺好象妈妈，下面是儿子，爸爸一点机会都没有。我们有办法反过来，我会教你们。就是因为两个经在治它，一个阳一个阴在治它，所以肝很乖，很乖在中间，这是常态。哪天生病出问题，这两个下手，来不及了。所以我们要随时保持这两个（金）很好，所以肺会影响到肝是对的，西方医学说抽烟对肝不好，对，中医同意。但是我们要清理大肠，你忘了说便秘对肝不好，所以我们常常保持大便通畅，大便不好，赶快去把它通一下，趁身体有微恙，一点点改变时赶快去治它，治主病者。【前闭】不单单是讲小便，大小便都不通。病人会有谵言。因为厥而且逆，逆的很严重。

【三阴俱逆，不得前后，使人手足寒。】三个阴都厥逆时，手脚一冰冷，大小便没有了，三天就死掉了。这三天死就是发现这个症状没有治疗，三天就死掉。我们当医生当然不会这样，我们救命一定会把他救回来，放手一搏。为什么要研究经方？因为现在所有中药的药典里面，只有经方是力量非常大，一剂下去就中了。你说考虑一下，缓攻，病人急死，急的死掉，你在那边缓攻太慢了，来不及了。所以训练你们，如果伤寒表证，看看表证开一个处方两天没好也就算了，没有关系。可是有时你会面临到只有一次机会。那一次机会，下手时马上就要重，你下手要重时，你要多少功力在里面不能错，不允许有错。那我们药那么多挑出来，张仲景就开好方在，也不用。等到我讲伤寒金匮就知道了。不能拿生命来做实验。但是西医如果报死真的很准，西医如果这个病活一年，真的

活一年死掉了，说只能活几个月，很准；说活 53 天，真的 53 天死掉。为什么？因为他们都死，所以他死的记录都很详细，都不会错的。有人说这个 53 天不死，不对，我们把他救回来了所以常常有病人，西医说他快死了，我们把他救回来以后，本来西医认为他只能活一个月了，救回来了，结果一年以后每年还要回医院复诊，病人不知道，很正常，每年去检查个身体，因为医疗保险，病人坐在那边，医生经过一看，以为看到鬼，吓一跳，开始摸病人，怎么还在，还是眼花了，常常吓到医生！所以我们那边医生对中医很尊重，绝对不会攻击我。攻击我，他不要命了，对不对？

【太阳厥逆，僵仆呕血善衄，治主病者。】膀胱出问题，厥逆，经气逆时，太阳是三阳的经气，因为三个阳都聚，所以发时很强，病人会昏倒，呕血出来，善流鼻血，治主病者。如果以膀胱来说，这是肺，这是膀胱，解剖学常态上，肺象天，天上下雨下来，雨就到肾脏累积起来以后，肾再运送到膀胱。在运送之前第一次蒸化，命门这边还有小肠的火，一蒸化的之后，肾的精，最好的精华，第一次蒸馏出来都是最好的，茅台，再来就是二锅头了。这个好的津液会进入骨头骨髓，来补骨髓补脑；浊的津液，肾脏说不行不要了，丢到膀胱来。丢到膀胱以后再第二次蒸化，因为膀胱后面是小肠，再烧一次，这个二锅头进入肝脏，水生木，肝脏再清洗一遍，浊水再排出来，这是常态。所以肺的水是不是跟膀胱的水是相关的？所以我们治主病者，意思就是膀胱有问题时要治肺，肺有问题时治膀胱，一咳嗽小便出来了。

少阳厥逆时，我刚刚跟诸位讲过，少阳这边胸肋，肋骨这边胀满的，所以机关不利，关节的地方不好。因为关节的地方出问题了，为什么讲关节？记得少阳是开关，就是枢，这个手是不是象枢，象门一样可以打开关起来，这是少阳。腰不可以弯动，只要身上可以弯动的地方，眼皮在张，在动，嘴巴张开动，都跟少阳有关系。反正弯来弯去，象门那样开来开去，都是少阳在管，项都不可以回顾。就是因为这样，所以我们说如果是一看到比如这个人关节机关不利时，首先想到就是少阳。少阳通至的假如说是三焦。胆没有管那么远，三焦在管。腰是三焦的大焦源，汇在腰部，就象命门的地方。【发肠痈不可治，惊者死。】三焦为什么会发肠痈？不是，就是少阳胆，网膜，腹膜炎，胆破裂掉类似这样，不可治。《黄帝内经》说不可治，我们还是要治，我有方法，《黄帝内经》说是死，不治，不好。惊者死，凡是任何的病，诸位有一个概念，中医的基本的概念就是说当病很深影响到生命时，在死之前，神会走。象诸位你看很稳定，神非常好。可是在大病到重病在临终之前一天时或两天时，那个神离开了。神离开一个小动静他就受到很大的惊吓，这就是神要走了，所以都会看到惊，惊则死，神不存了。

【阳明厥逆，喘咳身热，善惊，】流鼻血，吐血出来。所以阳明包括胃跟大肠，那胃里面比如长东西了，胃癌吐血，厥逆，很严重的症状。呕血出来，咳血跟呕血不一样。如果是肺里咳嗽，血跟痰连在一起的。胃里面的血是不一样的，吐的，那个血就喷出来，喷出来时因为胃阳气是血很多的，出来整个床上都是，好发在半夜，每次这种病都发在半夜。吐出来，全部是血，这个很好治。我常常跟大家讲，这个人相信西医的，就在屠宰场死掉了，当然为你的信仰死掉也好，不相信中医，相信西医，为你的信仰死也可以了，我很赞成，反正人是有一个信仰。这个病根本不会死人的。

第七节 太阴太阳之厥、巨阳少阴之厥、气汇腹中

【手太阴厥逆，虚满而咳，】想到手太阴时，诸位就想到肺经。肺经的经气逆着走时，虚满而咳。本来肺气是舒张，为什么开合开合，开合开合的目的是往下走，所以肺好象风箱一样，把那个气往下压。平常道家打坐练气就是想办法把气下降，正常的武功都是气下降到丹田。怎么会厥逆？岐伯说【肺气逆，虚满而咳，善呕沫，】因为肺里面的津液很多，津液应该往下沉到肺，结果都跑出来了。治主病者。治肺病，也会去治什么？治膀胱，治下焦也是一样。

少阴厥逆，手心经【心痛引喉，身热，死。】这很特殊，心脏有问题时，因为心是相火，而且心是极热的阳，心是阳，心是阳中之阳，肺是阳中有阴有津液。当心脏有问题

时，因为太热，阳气是往上升的，它要集中，一个人阳厥，就是阳气要没有时，就好像一个火，蜡烛烧了快没时，很亮一下，然后没有了。心脏也是一样，往上冲到喉咙里面来，这是快要死掉了，没办法治了。

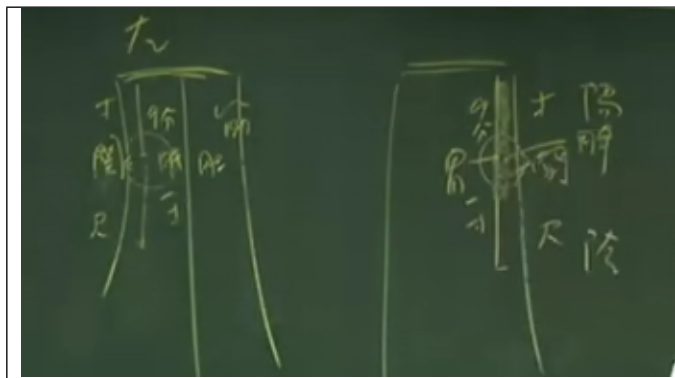
手太阳小肠经厥逆，病人有耳聋的现象，有很多状况会耳聋。手太阳小肠经也会，胆经也会，因为耳朵前面，小肠经、胆经跟三焦经都交会在这边，外感，阳经上面会造成外感的风寒，会造成耳鸣。还有因为肾主耳，所以内部的听力也是肾脏在管，肾虚也会造成耳鸣。这两个有一点不一样，肾脏虚的耳鸣比较深，因为它是内脏来的，会给它压力很大，外面的压力很大。如果是表证的耳鸣嗡嗡在叫，会听到它在叫，压力并不象肾脏虚的压力那么大。【耳聋泣出，项不可以顾，】腰不可以弯，治主病者。治小肠的问题也会去治脾脏，因为脾跟小肠是相通的。

手阳明少阳的厥逆，阳明就是大肠，还有少阳，经气回逆时，【发喉痹】吞不下去的意思，【噎肿，瘞】吞东西有问题，也是治主病者。人的下巴，这是喉咙的地方，这是下焦。两个乳房的中间称之为膻中，气会膻中，是气病治此。本身气的性是上升，往上升。所以气往上升，一上来时是这样过来的，经过一些肾经的位置，往上走。所以喉部这个地方，这整块地方是气所凝聚的地方，所以为气之海，气之海洋在喉部。所以如果今天去治喉咙病，喉咙的病，不管是甲状腺，只要是发在喉咙中间的病都是气有堵塞。所以我们有些药，以后诸位会学到一些行气的药，这些药可以推气，让气跑的快一点的药，要让你知道位置，会知道如何开处方，不会错。我并不赞成把处方背下来，我赞成的是一开出来就那个处方，处方是自然天成在你心里面，这是我想要的，这样你才能做宗师。你不然永远就是张仲景而已，不能够超越过他，将来你们这一代，我们要老了，我们要退了。将来你们这一代会遇到很多特殊的東西，可能过去医术上没有，这就是让你突破的地方。所以你一定要胸有成竹知道伤寒金匱，做到所有的古方为什么这样设计的，将来你可以求新求变，同时要了解这些，才知道如何下处方，那才知道轻重，下处方剂量的轻重，这就是我要诸位了解的地方。

第四十六篇 病能论

第一节 胃脉、不得卧

386 页，第四十六篇病能论，讲病态，病人状态，跟身体有关联。【胃脘痛者】，化脓化臃肿。如何诊断在胃的地方？岐伯说【候胃脉】，胃脉在哪里？在右关。左手脉在这边，寸，关，关位这个地方，到关这边是 9 分，从寸以下到下边是 1 寸，这是脉的长短，标准的长度，超过这个就是长脉，比这个小就是短脉。这个区域，这个是左手的话，关在这边这个区域，外面如果摸到脉在这边，脉的外面一点就是肝脉，这个中间有筋，有筋的地方，靠近筋一点就是胆，就可以摸到胆。



右手的关脉，这个地方，关，上面是寸，也是 9 分，从 9 分，从这边开始，从这个点开始下面，1 寸这是尺脉，寸就是阳，尺就是阴。现在讲的关，岐伯讲的就是这位置。脉气出现时，摸脉，除了摸脉外，感觉到脉的外面是脉气所在，脉的里面是血的所在，我们分气血。脉在这个，如果这条脉在这边，这个脉从外面侦测时讲的是脾，

从里面侦测时是讲的胃，所以阴阳正好是相反。中医的观念里面，阴阳是齐头并进的，所以摸脉是反的。实际上胃是阳，脾是阴。【其脉当沉细，沉细者气逆】，正常的胃脉是缓，这个缓不但要缓，而有力，缓的意思是四到五至，以医生的一呼一吸，病人的脉跳 5

下，这是最标准的速度，还要有力，有力那个力量是温煦的力量，不是很大的力量，会感受到它的力量。如果有痈脓时会摸到脉是沉细，本来是缓有力的，现在脉变得很沉很细，这个沉代表脉往下走，这个缓因为脾胃。

【倪师内经 56 视频同步文稿】

肌肉，所以在皮层，这是里面的骨头，因为它主肌肉，所以一定在肌肉里面的部位摸得到，稍微按下去摸到这个位置是皮位，沉细（脉）就跑到骨边去了，这下去了，这（皮位）是常脉，它现在讲的沉细就是沉，沉到骨边的定义就是沉了，摸外脉下去，这是气逆。【逆者，人迎甚盛，甚盛则热，人迎者，胃脉也。】手摸着人迎脉，人迎脉是胃脉，胃脉大于寸脉，大很多，这是盛脉，就是热脉。胃气又反逆，上面又是盛，这代表热聚于胃口，热停在胃的上方不动，这个胃，停在胃的上方这个地方，不动。大多数人生病会生在胃的下方，所以这里讲胃的下口实际上讲小肠的上口，胃的下方，比如酸过多，胃是土，现在酸太多，反逆时把这个，这是喷门，这是幽门，这是下面的地方，胃大部分发生在下面，如果发生在上面那是因为酸太多，逆把它烧坏掉了。那胃有化脓了怎么看？右关脉这个地方是沉细的，沉细的脉一般是水脉，是肾脉，本来是土的脉摸到水的脉，土跟水是相克的，然后人迎脉很大，我们就知道累积的东西在胃里面。这是岐伯的解释。

为什么会这样？因为正常人胃里边，胃气本来是下降的，不单单胃气是下降，胃里面的东西也是只能往下降，不能回头的，所以应该是下降，那下降时胃其实缓而有力之下降，现在摸到很细，很沉，很细就代表堵到了，已经代表堵到了。黄帝又问，有的人有【卧而不安者，】躺下去睡觉，但是这个心里面不安，一直翻来覆去，岐伯就说【藏有所伤，及精有所之寄则安，】所以人不能学疾病，你生了一个病，脑海里边每天在想你的病，就是这意思，不能学疾病。我们当医生的常常跟病人说：“你不要想了，我来帮你解决就好了。”所以中医看病比西医看病人道，为什么？因为我们即使是知道他是什么病，告诉他：“你别想了，我来帮你治疗就，你回去专心的工作，关心地照顾家里就可以了。”西医不是这样，一看到胃癌，“你现在胃癌，明天你不用上班了。”他才管你做什么，“明天就不用上班了，我们现在就帮你紧急开刀，帮你把胃拿掉，然后把你十二指肠跟食道接到一起，然后做半年的化疗。”他在那边讲很简单，好象念书一样。病人一脸是苍白，本来是胃癌，给吓到神在走失掉，讲完以后，那个病人瘫痪在椅子上了，因为他在讲时不是病人，病人在想：“那糟了，我老婆怎么办？我小孩子怎么办？我小孩子还没长啊，还在念小学，怎么办？”吓都吓死了。所以西医还没有开始动手术时病人已经吓死了，他如果告诉你活多久，再不找中医看的话我保证你还是那个时间死，那个他们最准，很准的。一般我就叫我的敌人开刀开刀，不关我的事，是西医把你扎死的，然后病人死时不会怪西医，我是死的胃癌。黄帝又问，【人之不得偃卧者，】就是正躺，怎么办？因为肺是人体的正上方，肺气盛大时，造成脉大不能卧，因为正常时气就往上冲，人就醒过来，没法躺，因为肺气太盛大。

第二节 四时之脉象

388 页，有个病是厥，气反逆，诊他，先摸他的右脉，右的脉是沉又紧，左手的脉是浮而迟，这是什么病？看到脉为什么复杂，我现在慢慢慢慢帮收起来，让简单的基本观念，以后就变成你的常识，不用背，老师那么多讲脉，讲脉我都，然后你看完如果去看南派的书，还有什么太素，还有濒湖二十八脉，更迷糊，不用，等你把黄帝的一些《神农本草经》，《针灸》《伤寒金匱》读完再看其他书真是废话连篇，讲的没有用，所以你们不会浪费很多时间在念中医的书上面，我讲这些办法帮你们找到正途上。当你现在这种常识去想，沉，什么是沉？冬天时所有的东西都收藏起来了是沉吧，所以沉是主冬，沉是底下，是不是肾脏也是沉？首先基本观念就是这样，所以一看到沉，肾。左脉浮，前面讲到弦、洪、缓、浮、沉、肝是悬，洪是心脏，缓是脾脏，浮是肺脏，沉脉是肾脏，所以浮是秋天，是肺，先这样想。那什么是紧？紧就是代表里边有寒，里边有实叫做紧；

实证，实，长东西了肾结石，寒都是一样，都会得到很紧的脉，这个紧脉时摸上去就感觉就是紧，比如冬天受了伤寒时，寒气一来时皮肤表面收紧，就是一摸到脉就感觉脉不但是浮，而且是很紧的脉，非常地紧，绳子绷得很紧，知道伤于寒，马上就可以知道。那沉在底下又很紧，摸一下那个脉绷得很紧，这是它的简单地意思在这里边。

人的右手管的是天气，管的是人的气，左手管的是人的血脉，基本的概念有了。黄帝问完了，岐伯说如果是冬天，因为讲沉脉，冬天摸他的右脉，当沉紧，本来就应该沉紧的，这应四时，所以要知道常态。左手管的是血，右手管的是气，意思就是天气跟人类交接的地方就在心肺，上焦的地方跟天气是交接的，观念是这样。所以下面是跟地气，就是血气交接的地方，所以天气，用途于右边是主气，左边是主血，所以如果在冬天摸到右手的脉是沉紧，这是应四时，是正常；如果左边的脉也是应该沉紧才对，那现在左边的脉是浮而直，是摸上去是秋天的脉，直是虚脉，脉浮起来。记得浮到皮肤表面上，这是表，人的皮表是阳，底下是阴，所以如果脉浮在皮表上又出现虚脉时，脉很虚弱无比时讲的就是阳虚，这样会推理，所以用这种方法推理就不用去记，阳虚了，所以左脉浮而直，代表左手出问题了，右手没有问题。浮而直，那现在是冬天，就是秋天的脉是虚，左当主病在肾脏，因为是冬天，肾脏，冬天应该摸到，简单讲就是冬天应该摸到冬天的脉，春天摸春天，夏天摸夏天的脉，秋天摸秋天的脉，季节转换时摸到长夏的脉，那现在左手摸到这个不正常，右手摸到是冬天的脉，所以右边没有问题，左边有问题而已。那这个左边应该是肾脉，结果摸到是秋脉，所以我们知道病在肾，什么叫做【颇关在肺，当腰痛也】？脉如果侧面看时，手臂是这样，这是骨头，骨头在这边，寸关尺这样区分时，正常人的脉是这样，寸部脉比较高一点，尺动脉比较低一点，所以摸上去时感觉是这样的，下面是骨头，这是骨头把它涂掉（画黑色），正常人摸到脉的感觉是这样的，这是常脉。那如果这个脉跳起来了，挺起来了，冲上去了，就是下焦的脉冲过上焦的脉，冲过关脉，代表当腰痛，就是实脉，肾家的实证，当有实时气会逆，因为肾在尺部呀，里面有实时，不管是肾结石或是长肿瘤或怎么样，这个脉会硬过关，往回逆，脉会变得很大，这时超过关的位置，这是实脉，为什么这样说？岐伯说【少阴脉贯肾络肺，今得肺脉，肾为之病，故肾为腰痛之病也】，所以腰痛大都跟肾有关系。肾脏这里又提到了，所以我们要把这断简残篇收尾一下给大家看。

肾脉，肾的脉直接络到肺，再通过肺络到喉部喉咙，再到舌头的下面，金津玉液这奇穴的地方，所以肾脉络喉一直到舌下，所以肾经这不是在两边？督脉的两边是肾经，这是气脉在这边。现在摸到肺脉，肾脏应该摸到肾脏脉，摸到肺脉代表气逆上去，我们就知道肾脏出问题。

389页，有人生病了，脖子里面长臃脓，臃肿，脓块，【或石治之，或针灸治之，】皆好，为什么会这样？岐伯说是【同名异等，】如果有化脓在喉头旁边，有化脓用那个，以前的针比较粗，还有一些热针在上面刺，直接在脓上面刺，把它刺破，那石针就是真是石头，是很细的石头，以前没有那种冶金技术，找个细的长石在上面刮，还有脓头把它刺破，把它浓化出来，那要记得这个原则，就是当有脓在里面才要刺破它，没有脓在里面不要去刺破它，有脓时我们可以把它打开来，它就会好，把脓拿掉就会好。这是一个治症的原则，因为气盛，上面是脖子，脖子是气海的地方，气聚在这边，现在气太盛了，气太盛血会聚在里面，我们可以有气但是不能太盛，太盛的话血会聚在这边，血聚在一起散不掉，淤血就会堵在这边，就会化脓的，化脓，化脓后把脓拿掉，去脓的同时气会泄下来，这个病就会好，但是没有化脓时不要弄它，所以有两种方式。怎么知道里面有化脓？一看皮肤表面有脓头，红红的上面一个白的，把它放掉。还有手去摸，如果有肿块在这边，摸上去时旁边皮肤都是冷的，就是那个肿块是热的，就知道里面化脓了，化脓的话会感觉到热气的，一定会诊到热气，侦测到热气。

黄帝问了有病发狂了，狂怒，这种病从哪里出来的，凡是狂症，怒症都是生于阳，黄帝问阳为什么让人狂，阳气不会让人狂，阳气正常的人是精神很好，精气很旺，然后神会很集中，为什么使人狂？因为重阳，就是阳气没有阴来控制，它就常常会发生。391

页，【阳气者，爆折而难决，故善怒也，】这只是一个原因，不是全部的原因，有很多原因让人气怒的。因为突然发生的事情，遭受了重大的挫折，或是让你难决，很多事情无法下决定，那比如现在坐在这边很好，那突然有警察打电话说你儿子贩毒坐牢，把你气的，本来气你儿子，你知道他，这个警察说你儿子贩毒坐牢，你相信你儿子一定是这样，因为你知道你儿子，那你一生气那可能就犯怒了，一气就开始发狂，这样。这个我们都可以改变的，你儿子不好，我们这个天医可以（改）。

医不单单是医人的身体上的病，把一个人的想法都可以改变，逆子我可以把他变成孝子，我们有方法的，天医给你看。今天比如这个阳明燥热，发狂奔走，弃衣奔走，登高而歌，看大便堵到，一清清出来，好了，可是好了，这个男的是同性恋，爸爸妈妈很气呀，他原来是黄昏，3点到5点，5点到7点申酉时发狂奔走，登高而歌，遛鸟，那已经让人担心了。医生把他治好了，治好他每天到了7点，他本来没有治好他时就在黄昏时开始发狂奔走，那奔走完了到7点钟，那个精气过了，下个节气，就缓下来，缓下来了，他跑出去约会，又去跟同性去约会。那（父母）很气呀，人正常时表现的是不正常，人不正常时他又表现的是不正常，怎么弄都不正常。那医生可以把发狂奔走，登高而歌，精神病治好，可是我们到现在没有同性恋汤啊，那个吃下去同性恋就不会爱了，不会爱同性去，就会男人去爱女人，女人去爱男人。还是有解，都可以都帮化解掉。

391页，何以知道三阳经的阳厥？怎么区分三阳经的厥？岐伯说要知道少阳、太阳、阳明的厥症很简单，阳明如果气逆时一定发动，巨阳少阳气逆不会动，【不动而动大疾，此其候也】，指气喉，就是看人动静。阳明气厥时会发动症，还有前面提到风会发动症。如果风再加上阳明气厥，那是动得很厉害。阳明为什么会动病？因为阳明气街，阳明气往下走很旺盛，往下走，脚下有力量，所以脚的力量会大于手的力量，现在阳明气厥了，冲上去了受不了巨大的力量冲上来，就会动，动来动去。

第三节 阳明气逆之治法

这是会治动病。392页，黄帝说如何去治？不用治，不让他吃东西就好了。阳明气逆，不要让他吃东西，阳就收不到气了，源头没了，阳明的气是来自食物，源头没了它就慢慢乖乖地回去了。中医诊断很强时，西洋医学没办法骗你的。我说艾滋病不会死人的，阳明气逆，小问题不治都会好，可是他们要赚钱，非把它当成一个很严重的来治，就象一个干毛巾他想办法把它挤一滴水出来，硬把你搞死掉。

【夫食入于阴】，吃东西下去以后进入血分，长气于阳，食气，食物吃下去后，食物里面产生厚味的东西，就会去滋阴，味淡的东西就会生气，这样清气它会上来。所以我们把食物不给他吃，阴阳都阻绝掉，不就好了，我们知道是阳明，阳明就动症，还在那边动那就不要吃【铁洛为饮。夫生铁洛者，下气疾也，】阳气往上冲时给他吃生铁落，生铁落镇定心神非常的强。生铁落怎么来？就要找南部打铁师傅先打锄头，打镰刀，这种敲下来再打生铁时，再火烧，打时跑出来的就是生铁落。生铁落要自己收集，不然铁烂掉，风化掉以后比如氧化铁一点用都没有，一定要撞击打铁以后那个残渣掉出来，掉到地上是生铁落。所以鸡矢白、生铁落不敢买，要自己去找，有些特殊的药最好自备，去旅行、郊游，收集一些鸡矢白。

【倪师内经 57 视频同步文稿】

第四节 酒风/解酒药

黄帝问【有病身热解憧】，觉得全身发热，身重倦怠，没有力气起来，汗出，象刚洗完澡一样，全身出大汗，恶风，风吹的很难过，呼吸又很短，这是什么病？岐伯说这是酒风。如何治？【以泽泻、朮各十分，糜衔五分，合以三指撮为后饭，】糜衔就是鹿咬到那个草，就是茜草，过去叫鹿蹄草。十分还有五分，就是按比例来二比一，泽泻苍术，从这里可以得到解酒很好的药。加点茜草，煎或用粉剂都可以，饭前服用。

后面这一段突然跑出来，前后不搭配，所以留在书里，因为原书有这一段，我拷贝出来，附带 DVD 书上也有。原来的黄帝内经这些章节，60、66、67、69、70、71，过去所有的医家认为这摆进去很牵强，因为散失了，摆进去非常地牵强，一直没有翻译，所以流传在市面上就没有那些章节，原文有这些章节，我拷贝给你们，不多解释。

第四十七篇 奇病论

第一节 疹、息积之因、伏梁症

第 395 页，奇病论，黄帝内经第四十七篇，专门论奇病。有的人怀孕到九个月突然没有声音了，岐伯说这是胞之络脉绝，【胞络者，系于肾。少阴之脉贯肾，系舌本。故不能言，】当时经过肺再到舌本去，所以不能言，因为怀胎，小孩子在那边压到，造成包络这条脉及络脉受到挤压，所以不能讲话。怎么治？不要治了，小孩生下来就好了，因为那不是病，所以怀胎九月突然没有声音，不要去治，很正常的，不要去动她。【无损不足，益有余，以成其疹，】疹是病情缠绵不去的意思。常看到气血不足，就不下针了，有的病人来了之后软弱无力，瘦干干的在那边气都没了，气不够，不要扎针。那我们嘴巴讲跟他解释很多，很麻烦，跟他讲不清楚，跟他说因为现在的状态身体太虚，扎针也不会好，帮你省一点钱，他说你很好。病人的心态就是这样的。其实是【无损不足者】，他本身气不足，元气不足，病比元气还强时，这时下针病不会走，而元气会跑出来，因为元气抵不过病气，会伤到的。病人如果是有余时，去补他，造成更甚，都不好。这种状况在人元气不足时，无损不足，如果继续再治疗，或争议它有余时，原来是实证，那更实时，这个病就会延绵不去，就会不好。所谓【身羸瘦】，身体很瘦弱的人不用针石，【无益其有余者，腹中有形而泄之，】什么有余？这益有余，肚子里面有硬块在那边，如果去泄它，【泄之而精出】精气在耗损，【而病独擅中】，单独存在里面，会更严重，所以我们常常在用攻坚的药时要小心，不是随时出来就是攻坚的药，绝对不要（认为）老师常常在用攻坚的药，就认为都是攻坚，不是。我们攻坚的药取它的速效，那是有一定的基本的一个环境，病人元气很盛时攻，但体力很好赶快攻下来，一剂就好了，不要让病再绵延。但病人很虚时我们不会去攻它了，去把它滋补它，让他体力恢复到一定程度以后，我们看准时机下手，所以不会乱攻的，不可以乱攻，这如果造成疾病停留在身体里面不走。

397 页，黄帝问，【病胁下满气逆】胸肋骨这边，胸的气非常胀满，两三年都常常有气往上冲，为什么？岐伯说这个病叫做息积，平常有累积东西在里面，是有真正的东西肿瘤肿瘤在里面，有的是气息堵在里面，这个不妨于食，还是可以吃东西的，但积为导引服药，我们开一些药，开始要做内功，练功夫做导引法，把气导出来就好了，原因是这样。我们身上胸肋的地方，统称为少阳，因为胸肋这边是有三焦，很多三焦有网聚在这个地方，所以肋骨它的肋属于三焦系统。那当有病在这个地方时一定会造成胸肋两边胀满，很难过，胸肋胀满，可是它是胀在三焦的系统里面，三焦是在肠胃中间，不是在内脏腑，或是消化系统里面，它在脏腑中间，不在里面，所以造成这样。那这种吃药可以，用导引呼吸吐纳，把气让它散开来，不要囤积在这边，因为没有在胃里面，也没有在脏里面，所以吃东西照样吃的。

另一个奇症，有的人身体的髀股，髀骨，髀就是外侧环跳外面髀骨，髀骨在脚的胫骨的上方，胫骨在胃经脾经中间那个骨头，还有都肿起来了，这个骨头肿痛，还有环脐而痛，绕着肚脐一圈而痛，这个怎么从哪里来的？岐伯说这病称为伏梁，这个风根。过去在中国从古到今小孩生下来时都是给他做个肚兜，如果没看过肚兜去看那个庙，神婆里面那个红孩儿穿个肚兜，他四肢都露在外面，肚子要遮起来，连这个神仙都要肚子遮起来，那手脚露在外面，遛鸟都没有关系，肚脐一定要遮起来。因为肚脐有感知到风寒，肚脐是神阙，任脉从这边，那是阴的地方，那刚好凹下去，凹下去刚好这个风口，受风的地方，所以小孩子再怎么样，天气再怎么热，肚子一定要照顾好，所以不要（以为）那个肚兜是过时的，我们现在都是 BBD，那个什么那个尿布什么的包起来，不要！肚兜最好。

所以那个肚子，肚脐都要稍厚一点，肚脐一定要遮好，小 baby 遛鸟都没关系。我告诉你，但是肚子一定要遮肚兜。如果没有遮，风吹到时【风根也，其气溢于大肠而着于育。】因为肾脏中间是命门，三焦的源起在这边，那跑到前面来了，有的讲石门，有人讲气海，这是差一点点，实际上育膜了很大，碰到这边，也会连接到这边，也会连接到中焦，隔到这边来，都会连接到三焦，这是身上的油网，油膜，里面有黄油在里面，三焦是行气的所在，由于三焦跟肾是靠在一起，所以治肾脏一定会去治三焦。三焦者决渎之官，水道出焉，三焦流往里面的水因为有油里面，所以水跑的速度很快，这个水是热水，跑得很快，这是常态。【育之原】在脐下，在石门，跟气海没有关系，很接近，环脐而痛，所以造成绕肚脐而痛，因为伤到育。【不可动之，动之为水溺涩之病也，】小便就会很艰涩，就得了这病，因为三焦受伤，三焦是什么？热气的地方，风一吹，任何东西也如果东西在那边很热，现在很热，要让它冷掉，风吹它它就冷掉了，所以风可以让东西冷下来，但是风会伤肝，不能拿风对着肝病的人吹，一直吹吹，本来同肝炎吹到肝癌了。当医生的害人的方法一定知道，才不会害到人。所以小便会有问题。

第二节 筋症、寒证头痛

黄帝又问，有的人尺脉数甚，筋急而见，这是什么病？诸位记得，所以要推理的，脑袋里面，一讲到脉时脑袋里面马上就出现，出现什么？寸关尺，这个中医观念，寸为阳，阳是九分，尺是一寸，尺为阴，马上就出现这个东西，然后再回头看，这个尺脉是沉在底下，阴脉是沉在底下的，比较缓，比较慢。现在阴脉不是这样，现在阴脉跳得很快，速，这个是什么病？岐伯回答，这就是所谓的疹筋，疹就是久病，病长久的病。也就伤到筋了，叫做疹筋，肚子会绷紧，如果我们拿人体中间的横膈，阳，寸脉的阳是指的胸，尺指的是下腹的地方，中间的横膈是关的地方，刚好对应身上，这样对应身上，我一讲到哪，你马上对应起来，这样横着对应起来。这人尺脉跳得很快，本来是沉而缓，现在跳得很快数，筋急，问题一定出在下腹部，腹部一见急，如果看到白色、黑色都看到在脸上时，望之色，诸位记不记得，我们看到黄色、红色是热证，看到青色、黑色是痛症，看到白色是寒证，看到白色又看到黑色是不是寒而且痛，黑色是痛，那是不是寒湿，这是寒而且痛，就出来了，所以那我们有，如果我们开处方时，我们有止痛的药，那光开止痛的药不会好，因为它是寒，所以要把寒的，去寒的药跟止痛的药开在一起他才会好，这是要去辨证的地方，这就是我们为什么说要知道寒热呀？知道这个，我们要知道阴阳为什么？那我们为什么要知道这个病在表还是在里？因为表有表药，里有里药啊，我们才不会开错。那这个子分辨就很清楚。

黄帝问，有的人病有头痛，好几年都不好，怎么得到？岐伯说【当有所犯的大寒】，就是很冷天大寒天时阴寒中头，寒去不了，深入跑到骨髓里，一直慢慢慢慢严重了，这个寒一直没去掉，深到骨头上，就会好几年头痛都不会好。脑为髓海，【髓者，以脑为主，脑逆故令头痛，齿亦痛，】因为肾主骨，骨有髓，脑又是髓海，牙齿是骨之余，所以痛一年一直痛到牙齿上，这个是厥逆。当然头痛有很多种，这个讲的是寒痛，有人因为热痛，比如这个寒造成了头痛，那也有热痛，举例前面都跟诸位讲过了，胃里面，有热中胃很热时胃有问题时。（画图）头在这边，眼睛，当骨头很不对称这很危险的人，不然就是很蠢的人，骨头要对称。如果胃有问题，本来胃就是沿着旁边走，到前面走，胃出问题时它直冲上去，直冲冲到脑部，这就是邪气，所谓邪气是逆着经走，造成前额痛，所以前额痛在胃上（中脘）下一针。

头痛有很多种。那基本上岐伯讲的是大原则，大部分都是寒痛，那有的人告诉流鼻水，一直擤鼻涕，那个头很痛，鼻水都是清的，头痛是寒痛，清是主寒，我们要去痛的药，还有治寒的药，同时开在里面去他才会好。鼻子里边有积，鼻子里面积了很多痰液，用针灸或药，比如针灸下迎香到内迎香，或开一些通利的药，麝香矾石（药名）把它整个清出来，积去掉的话压力就减轻。中医的观念里面痛就是积累起来，所以寒累积起来越来越深，越来越深，造成痛。一般人的观念，牙痛就吃止痛药，消炎药，这个痛跟消炎没关系的，又不是发炎，发炎不痛的，是东西累积在里面痛，所以如果从一个案子

可以看出来，比如一天牙痛，你吃抗生素没有用的，到牙医那边给牙齿钻个洞，一钻洞时那个脓一化出来以后，压力一减轻痛就没了，所以知道这个痛是来自于压力，然后但是痛没了压力减轻了，但是里面发炎还在，所以把帮清了之后再给根管治疗时，还给你吃抗生素，为什么？因为里面炎症还在，所以炎症本身不会造成痛的，是压力才会造成痛，所以如果脓块肿在这边很大，很痛，那是因为脓肿在那边出不来，脓一放，那个不痛啊，那个脓肿在这边，你在那边吃抗生素吃了半天那个压力还在里面，那个痛还在里面，没有关系的，所以痛跟发炎就完全没有关系的。那有的人是湿盛，脾湿会伤到下，当湿重时脾重受到湿热，湿伤时头会象戴帽一圈在里面，象孙悟空的金箍棒，是脾湿造成的头痛。

第三节 痹瘵、糖尿病之成因

第 400 页，开始很有意思，你们会常常碰到的，黄帝问，有个病人说奇怪，嘴巴里面每天都甜甜的，这是什么病？诸位想，酸肝，苦心，甘脾，辛肺，咸的入肾，那嘴巴里面甜的很多，有突然的特殊的味道出来，岐伯就说这是五气满则溢而，太满了，甜的味道称为脾瘵，瘵就是劳症。【五味入口，藏于胃，脾为之行其精气，津液在脾，故令人味甘，】为什么呢？因为【肥美之所发，】一定是常常吃很好的食物，吃的每天很山珍海味的吃，运动又很少，那吃好味，味肥，这边讲肥就是味重的，味道很重的，味重的食物，有时吃生鱼片，生鱼片很味淡，味很淡，把鱼烤过后再加了佐料就味厚了，本来是鱼，因为味厚就产生不一样的结果。甘者令人中满，中焦会胀满，因为甜食，所以气会上溢，那太多了，为什么我们讲是这个脾瘵？脾字本身是劳。平常在劳动是运动，它不是，它是吃多了，胃在那边劳动，形没有劳，肚子胃里面在劳，吃太多了受不了了，精津五味气太多了，反逆到嘴巴上，嘴巴是甜味，太腻了，转为消渴。所以千万不要吃过饱，睡觉前不吃东西。如果吃很饱，晚上吃得很多，吃完了以后到 9 点多，10 点多爸爸回来了，开始大家一起吃，的确肠胃在劳，日久了爸爸也得糖尿病，小孩子也得糖尿病，这是生活习惯造成的，叫消渴。西方医学不会去你家看，没有人性的，他说遗传。什么遗传！

这是生活的习惯的遗传，不是身体的 DNA 遗传。《黄帝内经》写得很清楚，糖尿病怎么来的。现在最大的问题就是西方医学不知道病哪里来的，这个很可怕，不知道病哪里来的话，就算把它治同样的病还是再犯！还会再犯！那它不知道病从哪里来，病人在打胰岛素，医生也打胰岛素，两个人比赛打打打，因为他不知道病是怎么来的，两个人一起生病，那实际上真的临床时，大家以后将来治病不要紧张，到目前为止所有，它是西医说，如果血糖太高不控制会得心脏病，这是西医说的。

实际上美国现在最新的研究出来了，所有的糖尿病血糖高发心脏病的都不是因为血糖高发心脏病，都是因为胰岛素发心脏病，所以控制血糖的药胰岛素是真正引发心脏病的原因，所以血糖高并不会发心脏病的。那有的人就打胰岛素啊，吃降血糖的药，吃那个降血糖的药跟打胰岛素的后遗症是什么？过胖，那人一过胖，过胖后更不想动，然后得吃更多啊，这个脾瘵是不是越来越重？那你这个血糖越来越严重，那身体习惯了这个胰岛素以后，身体不会排胰岛素出来了。我们开始一下子把你的胰岛素拿掉，血糖一直在那边三四百，因为你打了十年、二十年了，根本脾脏胰脏都睡觉去了，因为你让它退化掉了，所以你身体教育的方法不对。你应该教育身体，现在血糖高，没有关系，什么都不要，没关系，吃食物吃太多，那现在开始什么也不要吃，那晚上吃一点点，多多走路，不要跑步，多走路，然后把饮食调理了，自然就好了。那你现在血糖过两百多，那会心脏病，那是胡说八道！那是药厂卖药给你啊，他当然要讲一些话来吓你。所以现在所有糖尿病人发心脏病的人都是因为药物发心脏病，不是因为高血糖发心脏病，大家不要怕！我临床上病人打胰岛素打了 20 年，当时停掉，从停掉开始他就一直开始瘦，因为脾主肌肉，他一直在打胰岛素，怎么知道人体那么凑巧刚好可以把血糖控制在那，是人体本身自己调节功能能够做到，否则外来的控制没法做到的，不是高就是低，有的病人一紧张，记忆不好，忘掉今天好象没有吃那个药，一吃下去，血糖降到很低，那这是

不对的。

第四节 糖尿病(消渴症)治法

吃了降血糖的药胰岛素以后人就开始胖了，后遗症就是胖，那胖胖胖，胖到后来就越胖，那个用的药剂量就会越多。我叫他一停掉以后病人开始瘦，一直瘦瘦瘦，那病人会以为说这药好，看他都瘦掉了，其实不是，是我们叫他把降血糖的药，那个胰岛素一停，他就开始瘦了，这个病人已经20年了，血糖已经降不下来了，因为他已经习惯了，他的内脏胰脏就退化掉了，会不会心脏病？最后不会，为什么？因为我们一直维持他脚是热的，当阳气，胃气达到脚上，脚是热时，全身的血液里面找不到一个地方会有血块，淤血块，血液会变得流速非常好，不会有淤血块产生。那吃那个降血糖药跟打胰岛素，越打脚越冷啊，越是寒证脚越冷，脚冷到后来整个脚冰掉，就硬掉了，他们讲的蜂窝组织炎，到时破洞就截肢了。现在世界的医学情形是西医当道，温病派在跟屁虫，中医为辅，西医为主，所以西医很屌，把中医臭骂。经方家把两个一起骂。病人、病人医生、温病派都是经方家的病人，不按照经方做的人（得糖尿病）以后脚就没有了，过胖的人都不按照经方做，然后我们接受经方的，大家都健康长寿，每个人很快乐，因为无惧，没有任何疾病可以威胁你，无惧。

治法，岐伯提了兰草可以除陈气，兰草是一味中药，可以把陈旧的肥气去掉。如果不治也没有关系，生活习惯改一下就好了。没有任何证据是遗传，证据很简单，如果问他，你是糖尿病，你爸有没有？我爸也有，医生说遗传。那你祖父有没有？祖父没有，就不是遗传了。所以为什么叫做真理？真理就是没有例外叫做真理，所以一个定义下去以后是千万年都受用的，这个才是真理呀，那有例外就不对了，知道有多少例外吗？还在讲，真的是，所以每次医生来了我就骂，我骂了他又怎样，我骂不是骂他个人啊，象中国台湾省有很多很好的西医，绝对是好人，但是错误的观点害到人！我就不赞成，我们要救人，但是人命重要还是你的错误的医学的观念重要？错误就要改，男子汉大丈夫错有什么不行，我常常认错啊，所以我太太就很好啊，男人要跟太太认错，我错了，她就说算了，算了，都是我的错。你们有没有这样说法，如果两个人夫妻吵架，都是我的错，好了，没事了。所以我常常教育，我也不会暗房躲在里面，不需要，一下冲出来，都是我的错了，结束了。这是阳要退一点，阴盛一点比较好。所以要会讲这个话，都是我的错，如果会讲这个话保证你这一辈子婚姻美满。糖尿病消渴，在黄帝内经里有记载。

第五节 胆瘕

黄帝说有人病口苦，嘴巴里面苦苦的，想到肝胆，甜就是脾，很简单，取阳陵泉，为什么取阳陵泉？筋会阳陵，口苦者什么叫做病？胆瘕就是久劳；肝者，中之将也。取决于胆，人有胆识的人，当机立断的人胆都很好，那有胆子，有的人是吃食物，我什么都吃，就是不吃醋，酸醋，我们不吃那个夫妻之间的感情的醋，饮食上的有醋，醋很叫米醋，他这辈子不吃醋，酸的东西没有，所以胆结石，那是病态。还有一种人是个性，做事情怀疑犹豫，碰到这种人很累。我碰到这种人干脆不要，我帮你做决定。那病人来时，你叫他说，他看到这个你的病人很紧张，很难过，我说：“你来找我干吗？”“我找你治病。”“把西药停掉。”“不行啊，药停掉的话血糖会很高。”“那不停，吃我的药没有用啊，我不帮你治。”“不行啊，你不帮我治的话我怎么怎么样。”“那你告诉我你要我怎么办？”就犹豫不定。“我不晓得怎么办所以我才来。”“我告诉你还不知道怎么办。”“我就是不知道怎么办。”就在那边光是为了知道怎么办犹豫了一个小时，本来我的胆很好，给他气的我的胆也出问题。所以真的是当医生真的是不好干，常常会遇到这种情形。所以【谋虑不决，故胆虚，】任何东西一虚掉，阳气就会上逆，因为胆是阳，【气上溢而口为之苦。治之以胆募俞，】胆的募俞在后背。所以遇到这个病人是这样，真的，他口苦，你回家一定也口苦，因为也给他搞得犹豫不决。

【倪师内经 58 视频同步文稿】

黄帝问有人小便不出，但是有时一段时间小不出来，有时一天小十几次，几十次都有，【不足也，身热如炭，颈膺如格】，脖子是气的之海，胸部是阳，脖子是气，如格是怎么样？脖子跟胸腔好象要分开来了，好象脖子被砍断了，怎么着这两个分开来，两个中间有隔到，人迎躁盛，人迎脉是胃气所在，这时胃气很盛，燥热起来，喘息气逆，此有余也，这是有余的症状，太阴脉就讲右手的关脉，【太阴脉微细如发者，此不足也，】这个是什么病？到底为什么会这样，岐伯就说，【病在太阴，其盛在胃，颇在肺，病名曰厥，死不治。】这种是死症。判断死症，后面有五有余、二不足，胸是阳，脖子是气，正常阳和气是沟通的，所以我们可以扭脖子。突然阳和气分开来，这是很危险的，阳和气不是一样的东西，很接近的，两个相辅相成的东西，结果这是气到了，结果两个分开来了，然后整个气往上，阳气要往下走是常态，整个气往上，代表阴和阳要相隔，所以我们有相隔的症状。阴阳分隔大部分都是死症，都是死症。每次我一看到，一摸到脉，手都软掉了，阴阳相隔。黄帝问，岐伯说这个死不治症，这个症就是所谓的五有余、二不足，什么叫做五有余、二不足？

岐伯就说所谓【五有余者，五病之气有余，】五病之气，五病的病气有，五脏的脏气有余，二不足就是病气不足，【外得五有余，内得二不足，此其身不表不里，亦正死明矣。】，全身热如炭，还有颈项胸腔两个是分割开，人迎躁盛，喘息，这个都是阳气往上逆的现象，气逆这是五种。两种正气不足，小便没有了，肺脉细如发，因为肺脉是胸阳脉的地方成细的，就是阳要绝，阴阳要分开来了，就是我们看到两种正气不足，这个就是死症。那在西医来看时就是在死之前病人有心肝肺要衰竭之前时有看到这种现象，看到这种现象，所以如果在加护病房里面工作就会看很多，这种会看很多。

第六节 癫痫由来、肾风症

黄帝说有的人一生下来就患癫痫，这是什么病？为什么一生下来会患癫痫，岐伯说这个的确有，这个胎病，这个也不是什么遗传，跟遗传没有关系。西医每次搞不出病来原因时按遗传，过敏，这是你是神经病，叫人过敏，就象我们常常跟太太理论，你不要那么过敏，神经病，敏感，还有就是遗传，反正还找不出来，遗传遗传了，都是他在说。因为胎儿在妈妈肚子里面时，母亲受到惊吓，一受到惊吓时气上而不下，阳气受了，就象阳气分开来，精气和阳气并居在一起，生下来小孩子时就会发癫痫。当然，我们在针灸时有介绍过癫痫怎么治，为什么说灸，昼发灸申脉，夜发灸照海，所谓上病治在下，上病下治。

404页，病肿大，全身肿起来，全身里面水累积很多，摸他脉又大又紧，常脉应该是缓而有力，一息四至，脉的速度很大，很紧，绷紧在那边，身又没有痛，身体又不瘦，形又不消瘦，全身又没有痛，身形没有改变，好象有水在里的感觉。不能吃东西，胃口一点点，这个症状什么病？岐伯说这种病叫做肾风，肾有风时，身体里面感觉到水，形不变，肾脏真的出问题时，肾积水时就不是肾风了。脉会盛，阳不足，所以水会累积起来。肾风而不能食，岐伯认为跟胃有关系，胃为肾之关，所以肾有风时关口不开，吃不下东西，善惊，容易受到惊吓，如果惊受一直持续的受到惊吓，没有人去治疗他时，到他的心脏会萎缩，因为心是火，肾是水，这是水火，一个是水，一个是火，那这两个是，常态是水来克火，如果肾脏病一直没好，一直没一直没好，水就会越来越盛，越来越盛，这水代谢不出去，越来越盛，水气就会伤害到火，那心气就要萎。那正常我刚刚讲，肾脉应该沉而且比较细。现在是大而紧，得到反的。那我们真正临床在看时，这是黄帝内经，它一篇一篇讲，它也必须这样讲，它也不可能要放在一起讲，放在一起讲的话一章就结束了，它分篇讲，如果把它聚合在一起时，诸位知道了，现在你都了解。

肾主骨，头发、耳朵的听力，还有大小便，正常说要把胃又是肾之关，那肾就管骨站立，肾就管水。所以把资料都累积起来时，那肾管记忆，有的人跑过来说记性不太和胃好，吃不下东西，站久了好累，一定受不了，一定要坐下来，腰又痛，肾主腰啊，他给你讲，你在那边听，听完已经就看完了。那在中国台湾省，在美国都一样，那病人不

了解，他在讲，病人已经告诉他怎么样了，那我们看的很清楚，已经听完，处方已经开完了，他说：“医生，你都不问我。”我说：“你刚刚都讲完了，我都知道，你告诉我，已经开好处方了。”他说：“你连脉都不用摸。”“当然不用摸，你都告诉我了。”这个病人说：“这个医生不好，很差！”好累。所以检查过程问我问题太简单，病人反而不相信你，不相信你，很累！所以还表现地笨一点比较听，仔细听完，然后他等他都讲完之后，“医生我怎么回事啊？”怎么回事，就是你刚刚讲的那回事啊，你都告诉我了，这个真的是很麻烦的。所以当个医生要看，一天看十个病人，十个都不一样，有的人犹豫不决，你就跟他扯东扯西，有的人话长，很长，善言，我常常只问她，80岁的太太，您大便好不好？“我60年前刚结婚大便是便秘”，告诉我昨天就好了，她不会，她会讲很长一串，所以你会遇到什么人都有，那老太太讲完了，那你说那这样，这个病我帮你做针灸，“我不要，我怕针。”那我帮你开药，“汤药，汤药太难喝，我不吃。”开丸药，“丸药那个吞不下去啊，很硬啊。”那开药粉好了，“不行，药粉有味道。”“还是不行，那你来这里干什么？”所以这个火大了，到底要怎么样，她也不知道，听她讲一个小时，火大了，她捣蛋。病人她自己都犹豫不决，很多，我们常常会遇到这种，遇到什么人都有，以后你们有机会跟我去临床，听到很好笑。

第四十八篇 大奇论

第一节 实证之定义、肺气肿

406页，黄帝内经第四十八篇大奇论，这篇就稍微难解释，什么叫做实？对实下了定义，【肝满，肾满、肺满，皆实，】凡是满症出现在肝、肾、肺都是实，会出现肿的现象。

【肺之雍，喘而两胛满，】这是现在医学的肺气肿，意思就是肺张开没法收缩，肺是正常张开收缩，张开收缩，它张开来只张不缩，造成这样，这是肺满，两胛会喘，而且胸两肋会非常胀满，非常满，这是肺只胀不缩。

肝两胛满，卧则惊，肝有问题时常常会受到惊吓，不得小便，会影响到这个小便的问题，因为木克土，土是脾脏，脾脏管全身的水，所以在利水时，消水时我们常常会开一些健脾的药把它水消出来，那肝，肝严重时，肿起来了，满了，肝实了，满大了，造成病人没法好好睡觉，小便不出来。所以如果脏满出现实证时，这个实证都是比较危险的症状，实证，那现在讲的是肝、肺、肾，那这三个脏本来就是阴脏，那胆、小肠、胃，大肠、膀胱是阳，本身是阴脏又出现实证的现象，就叫做阴实，那肝实时症状是这样的。

肾臃满胀，胀满时，从脚下到少腹全部积水。【胫有大小，髀骭，大跛，易偏枯，】如果肾满下半身整个是水肿，因为水性，为什么会有偏枯？一侧会不好，因为水在身上的常态是气化的，这是蒸气，所以一吐气时嘴巴里面热气出来，身上应该不会有积水的，所以热气是往回走，一直往身上一直出去。那现在下面是同样是水，但是冷水，冷水积在下面，从脚一直累积到腹部，整个都是积水，整个下半身水肿，当是冷水时这个水会波动，水一波动时就会造成一侧偏枯，一侧没有力量。

第二节 晕眩由来、附骨脉

人常常会产生这种水症，比如这是中膈、肚脐，这是水。水如果满到膈时，膈是阴阳交汇的地方，正常的水是蒸汽，如果水膈在这边，那你就心里去想，一个人头晕，晕眩的很厉害，到法院去看，全世界的法院公不公平是另外一回事，招牌一定要好看，声部很平衡。把这个天平放在这人身上，一直到中膈，刚好这膈的地方，所以我们的膈是天平的底座子，这个水一晃动这个就要晃动，产生的晕眩。那西医不知道啊，中耳不平衡，中耳发炎，内耳发炎，抗生素吃了半天水还是在晃。从开始吃，吃五天的抗生素，五天你阳不举，然后手脚是冰冷的，然后你一不小心忘掉了，饭前吃，胃也伤掉了，所以抗生素是给敌人吃的。看病只要知道病因，一剂马上就治就好。

这个水如果在下焦涨上来时人会偏枯，一侧不好。如果水在这个地方（中膈）头会晕眩，以后我会告诉你，水在哪里那个人怎么样，看到症状就知道药的处方就出来了，以后我要把你们训练成这样，马上就应急反应就出来了。

【心脉满大，痲瘵，】瘵（xi），痲瘵，也是痲病的意思，瘵那按照辞海来解释是经脉相引，拉得很紧。痉挛就是抽筋。心脉满大会造成这个症状。肝脉小急，也造成痲瘵痉挛，这两个有误解的，这是古书，我这里把它稍微修改一下，古书原文我不动它，所以实际上心脉满大时讲的是寸脉，什么叫心脉满大？左手寸的位置就是心脉，心脉的位置非常稠，非常大，称为增大。心脉的症状心慌，心会很慌，好象悬在那边一样，不寐，晚上不睡觉，失眠。那还有短气，呼吸会变得很短，手足冷，一般心脉会跳得很快，大家要知道肝生心，木生火，那肝脏有问题时会影响到心脏，所以看肝病时那个脉就跳得很快，叫做心慌太过，这种就是心慌的症状。肝脉小急才会造成痲瘵痉挛，这就合理了，因为肝脉本身主筋。

【肝脉鸛暴，】鸛就是乱跑，马在马群是整个往前跑，马如果在乱跑。肝脉鸛暴就是脉乱跳，病人又看到有所惊骇，这个惊骇发生在肝病、肾病这个原因是什么呀？就是因为肝加上肾，肝经和肾经这两个同时出，两个同时发生病变时，这两个病加在一起合并在一起时，就会看到惊，受惊的现象，惊的现象，所以一个人很容易受惊，很容易惊吓，那你身体内脏就有很多问题了，光是一个脏还不会，两个脏加到一起才会。如果这种病人心脉满大，肝脉鸛暴这种的，鸛暴，受到惊吓。

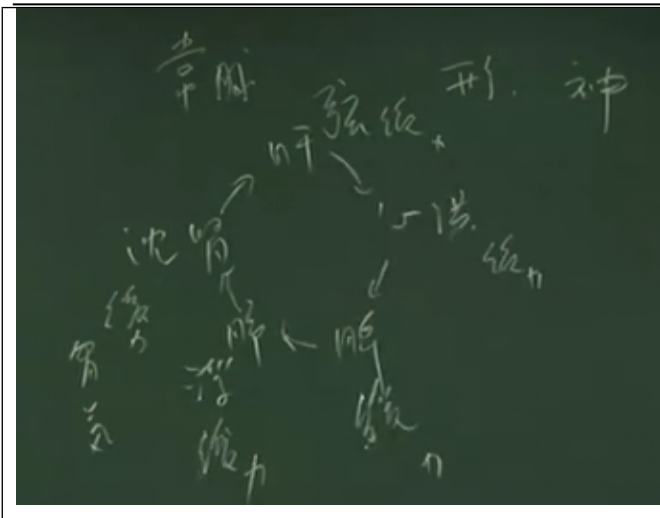
【脉不至若瘖（an），不治自己。】原来的脉本来很惊急的，很大的，突然脉变得很小，代表病气要过，不治就会自己好，根本不需要去治。如果光看这样很难辨证，这个病不用治会很简单，就是中医一些健康的症状一定有：能吃、能喝、能拉、手脚温热、大小便正常。不能吃才有其他的辨证，所以看到病人如果能睡，吃东西都很正常，大小便都很好，精神也很好，手脚温热，身体头面是冷的，常人的身体头面都是冷的，只有脚底板还有手掌底板是热的，没有什么大问题，即使碰到脉是这样的都不是大问题。

肾脉小急，肾脉本来沉细，现在变得很小很急，这就是肿块，后来张仲景把这段定义为附骨脉，现在讲就是实。附骨脉，小急，脉摸上去，肝脉的位置，肾脉的位置小急，肝脉小急，肾脉小急，心脉小急，又不鼓起来，称之为瘖，这个瘖就是肚子里面长硬块，瘖，所以小急叫做附骨，为什么称之为附骨？摸到骨头旁边时跟指头跟骨贴在一起还是摸到脉细细小小，跳得很数，就是里面长肿瘤，都会摸到的，因为摸肿瘤一摸就知道了，这是附骨脉。

如果【肾肝并沉】，肝肾合在一起成为石水；并浮，肝气和肾气两个浮在上面为风水；并沉为石水，就不好治；风水很好治。有一篇介绍水篇，风水怎么治，这风水跟阳宅天文地理的风水不一样，是受风了而得水。如果【并虚则死】，肝肾两个同时虚掉就是死症。【并沉为石水，并浮为风水，】这个水的病就很好治的，如果并虚才会死，【并小弦欲惊】倒没什么。

第三节 八纲辨证、疝气

407页，谈疝气，这个疝气还常指下肢。疝，一个病里面有个山。病人肚子好痛，痛在哪边？痛在这一块，不会移转，稳入泰山坐在那里，非常重，它不能够告诉你，疝，那这种疝就是痛不移，而且沉痛，痛在里面，一个部位坚定不移的，叫做疝气。一般疝气都是来自寒。要有一个观念，什么叫做正常的脉？常脉，肝心脾肺肾，这是常脉的脉形，脉的神就是弦中间要带点缓，洪中间要带点缓，缓本身要有力，缓而有力，这个有力不是很快，而是感觉到生命力很强，就象摸那个葱，葱长得很壮时那个葱的形状，跟葱枯萎掉的形状，长很壮的是有力，缓；浮但是要缓，还有力，沉也是要缓，这个缓就代表什么？胃气，五脏六腑都气受之于胃，都带给胃里，这是常脉。再络上去，春、夏，长夏，秋、冬，冬天时应该摸到脉较沉，然后关指的胃，手腕，关节，这是左手，



这是它的位置，高骨之下为关，就是经渠的位置，关前为寸，就是太渊的位置，关后为尺，就是列缺的位置，在剖面看手脉在里面是这样走，从关来分这是九分，这是一寸，大于一寸九分就是长脉，小于一寸九分是短脉，寸的脉比较高一点，接近皮肤一点，尺的脉较短点，这是常脉。现在肾脉大又急又沉，肾脉本身是沉而缓而有力，现在突然变得很急，而且脉频变得很大，肾脉应该是冬天比较细小，所以才能比较细小，缓而有力，现在是又大又急，还沉，但又大又急。

中医只要摸脉，心想，沉就是里，浮就是表，有表证。

八纲辨证：第一分阴阳；第二知表里；第三知虚实；第四知寒热。中医就是依据这八个字，再加上阴阳五行的配对，加减就出来了，这公式看起来很简单，实际上很复杂，到了很复杂了以后，一段时间以后又回到很简单。所以这个中医就是这样。

现在肾脉大，且急，且沉，代表里面堵到了，肾里面有结石，或有肿瘤，有寒结在就会摸到的脉。这一篇专门讲的是疝气，疝，病下有个山，就是停止不动，硬梆梆的在那个地方。一般都是疝就是寒才得到疝，所以如果摸到肾脉是大急沉，肝脉大急沉都是疝气，疝气。

【心脉搏滑急，】心脉跟肺脉是在上方，在寸的地方，寸为阳，尺为阴，那这心和肺本来它就比较浮，肝肾比较沉在后面。心和肺脉比较沉，而且搏，心脉也是搏滑急，就是心疝还有肺疝。各位看，就是没有脾疝，脾呀，因为脾是土。**【三阳急为瘕】**就是肚子里面长硬块，**【三阴急为疝，二阴急为痼厥。】**二阴讲的就是厥阴，为痼厥就是痼病，痼是骨子里的痼，二阳讲的是阳明，二阳合并，三阳合并是太阳，二阳合并是阳明，一阳独身就是少阳。阳明急，就是有一种惊的现象，这都是一个形容词。如果脾脉外鼓沉为肠澼，这个字念澼，放屁的屁，辞海里面就是漂浮的意思。

【倪师内经 59 视频同步文稿】

第四节 脉症合之尿血案例

速度是医生的一呼一吸，摸病人的脉是五下是最标准的，这是有胃气的脉，如果是肠里有寒时病人会有肠澼，这种病自己会好，所以有时下痢或怎么样子，有一种痢疾自己会好的，哪一种痢会危险？**【肝脉小缓为肠澼，易治；肾脉小搏沉，为肠澼下血，血温身热者死。】**如何去辨证？好简单，三个字就解决了，永远不会错，脉症合，这里讲的是脉和症。一个人在下血，大便里面都是血，一直拉血出来，或是小便带血，或是吐血，都没有关系，这个人在失血的状态之下，用常识想，他是不是应该脸比较苍白，人比较虚弱，比较冷，流血流多了，电影那个西部片最多了，好冷，然后他就马上牛仔夹克盖上去，失血。脉症合，救的回来，很好治。就怕脉症不合，什么叫脉症不合？这人已经在拉血了，照理说是里寒，因为血是身上的温度，这人感觉到身体发热，脉又浮又大，又速，这是脉症不合，这种脉症不合代表里阳要绝了，就好象蜡烛的火油灯进入到最后一刹那，咚，冒一下，那是快死了。所以我们看到这个人下血，本来就虚，看到讲话也是虚，讲话没有力量，又失眠又倦怠，看他的脸色又比较惨白，然后精神又没有，脉又比较小，胃口又没有，这都脉症合，这种脉症合开一剂下去，吃下去第二天就起来，精神就起来了，就这么快。

我在治疗一个病人，她先生是我的会计师，太太 41 岁，19 年前就肾脏癌就拿掉一个肾，只剩一个肾，那 19 年以后她发病了，这是 2000 年的事情，到厕所小便出来全部是

血，西医去查，一看她那个唯一的肾脏上面又长了五公分那么大的一个肿瘤，这次不能拿了，之前可以拿，这次不能拿了。不能拿了就给她做化疗，做五次太太已经快死掉了，太太跟他说：“我一定会死在化疗上面，因为做之前小便带血没什么，但是做之后小便还是带血，可是我现在完全没有体力站起来，不能做，什么家事都不能做。”我那个会计师就说：“我有个客户是中医你要不要试试看？”“我愿意所任何事。”你知道吗，到了那个临死了怎么办，什么都做，无所谓，才41岁啊。来了，那个会计师，我说：“好，你吃中药，我开汤药给你吃，很难喝。”她说没有问题，她就回家了，班也不上了，就回家煮药给他太太吃，我一查时脉就是细小，然后她脸色是苍白的，全身无力，再摸她身体凉的，这很好治啊，我说怕冷怕热？她说很冷啊，晚上盖了很几床被子还是冷。易治，处方开下去第二天早上起来他太太把早餐也做了，厨房也清理了，他给我打电话说：“我太太完全不一样，才一天，经方就是这么快！”可是这必须要病人是脉症合，就那么快。脉症不合是危险，所以不用管西医讲的里面是病，你们以后当医生看病时，可以看西医的报告，但是在治病看病时，要把他的那个报告的病名要忘掉。我们是按辨证论治，而不是看病来开处方的，我们是看他的症，所以看他的症我们就按照症开一剂就好了，如果是下痢，不管是肠病，就是大便带血。

【血温身热】照理说应该是冷掉，这个是热的，阳绝了。【心肝癖亦下血】心脏肝脏里面得到寒湿，一定是寒湿，疝本来就是寒湿，如果这个也会下血，二脏同病者可治，两个脏都病都可以治，只要脉症合。【脉小沉涩为肠癖，】肚子里面很寒冷的。如果遇到病人身热就死，身寒都是有救，身热最多七天就死了，一个礼拜的寿命，为什么？胃气就强七天，因为胃下方还有一点点食物保存在里面，这允许七天不吃东西，喝水都可以活，这是最后的胃气所在。那如果是七天中的第三天、第四天碰到了你了，给他看，下血，身温，那个脉又速，脉证不合，三天这样，那只剩四天了，这样很准的，因为知道他可以算到是什么时候死掉。当医生总要放手一搏，一搏那是大限到，一剂下去时那就是一干两瞪眼，我们真的用的药很强，经方才最强。那一般的时方，温病派的药没有那么强。还是可以一搏，有没有机会救回来？当然有机会救回来。一个下痢带血，年轻的小孩17岁，在念高中，一天大概20次大便带血，他怎么上学啊，西医给它一个名称，两个，一个是XXX，一个是XXX，两个都有，就把它两个放在一起，两个反正他病人搞了半天还是下血一年。我那汤剂一下去，第二天他大便就颜色就变了，为什么？因为脉症合。脉症不合就没那么快了，一会我会教你们怎么治，金匮时我会讲怎么治，这里不讲处方。所以各位要有一个观念，一定要脉症合。这个脉症合不单单是肠壁下血，任何危症危险的症状，只要脉症合都好治。

408页，胃脉沉鼓涩，胃外鼓大，诸位现在就看到了，二个胃脉，胃脉本来应该脾胃脉应该缓而有力，现在是沉下去了，而且象鼓子，我讲过，象中间挺起来一样，这是个鼓，而且这个胃脉很大，而且跑到脾脉的位置上来，脉往外走，为什么会这样？就是胃本身有一个观念，所有的脉都是以胃气为本，胃本身的阳气非常大，所以它能容纳五谷，滋润五脏六腑，所以脉上是以胃气为主，所以当胃气一受阻力一受到时，第一个，就会发现胃脉非常大，不够缓。所谓缓，因为阴阳调和。突然变得很大，胃气，阳气受到阻碍，所以如果摸寸脉，阳气受阻时，寸脉一定会变得很大。所以如果胃脉鼓大，心脉，就是寸脉变得小，而且紧急，就是可有偏枯，就是身体上有一些偏枯的现象出现，有的人可能是一边瘫痪或怎么样。诸位想一下，如果反过来，这个人左手脉，这是右手关脉很鼓大，现在他讲是左手心脉是比较小细速，就胃里面堵到了，胃里面阳气不能出去滋润四肢了。那如果反过来，什么叫反过来？如果胃脉还是很大，左边的心脉没有了，反的，没有了，有的是，我说当他心脉很大时，心脉这个小紧急时，代表胃气一直往上走，会把心脏的脉，心脏在上面，脉会跳得很快，现在胃脉很鼓，心脉没有了，代表胃是往下沉的，正常人的胃脉是缓慢的，心脉可以摸到一定的洪脉，也是缓，就是这两个心和胃是这个很接近，两边的脉可以感觉得到，所以我们常常摸脉时两只手一起摸，这个手摸到他的心脏的脉，这个手摸到他脾胃的脉，就可以知道这边的，这边的关系如何，这边的关系很好时，胃脉是缓的，心脉，是缓而有力，心脉是浮缓这样的。当胃脉变得

很大了，心脉就两个：一个是站在这个地方；还有一个是心脉没了，心脉没有了代表胃堵在这边，气也上不来，也下不过去，梗到这边来，所以实务上看病人就是胃下垂，胃往下沉了，这是心气就往下走。所以很多地方我们可以推理，经方治胃下垂，两味药，那时方开一大堆药，我们经方两味药就足够了，所以同样是中医，开的处方不一样。

如果是【心脉小坚急偏枯，男子发左，女子发右，】为什么男子发左？因为男子以气为主，主右边，右手的脉是气脉，左手的脉是血脉，男女都一样，这是先下个定义。第二个定义男人以气化为主，女人以血化为主，所以男人是右边，女人是左边。男人右边气化为主最强，女人是左边最强。当有偏枯时，会发比较弱的一边，男子左边较弱，女子右边较弱，所以会反过来的现象。不瘖就是口能言，舌头能够转动，只要口能言。光是一个人能够讲话这个动作，是有三个连在一起的，肾脉灌到肺，肺脉灌到喉咙，喉咙再灌到金津玉液，灌到肺时也络过心包，也络过心，所以心和肾都是交的，一直到进入舌头。所以肾脏在发它的阳，心脏在发它的音的高低，肺脏在发它的气。所以一个人在讲话，如果构思怎么讲话，心里面在想时，神在这边动，就是这三个动在一起，发到舌头上舌头才会动，舌为心表。只要中风一偏枯了，他还可以讲话，没什么大问题，很好治，舌头还可以转。最怕就不讲话了，舌头也不能转了，舌头堵到，那我们知道，心、肺、肾同时受到伤害。如果他能够讲话，偏枯时，开始治疗三十天，一个月以内会好，但是一个月以内会好有个条件，必须中风两礼拜以内，不能超过两个礼拜，超过两个礼拜就只好下手，时间会拖延下去。如果碰到没法说话的，我们知道心肺肾三个伤到了，不能说话，需要三年的时间才能治好，如果一个年轻人，年纪在20岁以下得了偏枯的病，就是一侧不行了，最多活三年。越年轻，20岁以下是阳性最旺时，不应该有偏枯，一偏枯人就完蛋了，最精华的时间，所以绝对年轻时得到是最危险的。

【脉至而搏，血衄身热者死，】只要出血，身体一定要寒冷，一热，或脉跳很快，都是脉症不合。【脉来悬钩浮为常脉，脉至如喘，名曰暴厥，暴厥者，不知与人言，】这些症状，脉非常数，使人惊爆。有的情形是这样，刚受到惊吓时，突然被什么东西吓到，一吓到后当时的脉跳很快，会很喘，但是摸那个脉会跳得很数很乱，这是气乱，看他神还在那边，脸色并没有怎么样，自己会好，那就是被吓到了，最多三、四天就好了，还没好那真的是胆小如鼠啊，弄个吓就吓个三四天。

【脉至浮合，浮合如数，一息十至以上，是经气予不足也，】精气不足，这种就是就会死的，所谓浮合就是如果脉浮起来了，一般失血的脉一定是下沉且是虚，走到表面上来就阳要绝了，所以摸脉中辨证会很多。只要知道常脉是什么，脉症不合就是危症，基本上原则就是这样，只要经验多就好。408页，脉至如火薪然，就是非常大的脉，非常洪，是心的精气要被夺了，这时草干而死，不是外面草干了，那是冬天草干了，遇到冬天时如果心脏是这样，是遇到节气相克的节气，所以是冬天会死掉。如果肝脉象散的叶子，因为肝主木，主树木的木，所以象散落的叶子，肝脉本来是应该是弦的，现在散开，不是一条弦样，遇到这种脉就是胃气没了，就是秋天落叶会死掉。【脉至如省客】，省客者是脉塞非常的强，堵塞在那边，而且往上跳，往上走，肾气不足，春末夏初大枣成熟时，就会死掉了。当然这都是我们中国人的农业社会按照那个节气走。【脉至如丸泥，是胃精不足】，所谓泥丸，脉摸上去时他的脉在旋转，感觉到脉是一粒一粒的，象那一串佛珠，按这个珠子，然后下面在拉它，就会感觉一粒一粒这样的，这叫做泥丸，为什么叫做丸这种要用泥要来形容？因为摸到之后一按它就扁掉了，小泥巴那个小，一捏它就扁掉了，那叫泥丸。如果象佛珠按下去还是一粒在里边，象泥丸，真的是泥丸，按下去没有，放开会感觉到很多珠子在下面动，一颗一颗这样过去这样，因为脉气不行，不是连续的，是断断续续的，榆莢落而死，就是春天死了，木克土。【脉至如横格】，脉在手上本来应该就是上下走，怎么遇到横脉，这边是横脉，或是横脉在这边，这不好，绝大多数的横脉在手上横过去，所以有时横到这边来，最常见的在这边，也有横过去这样过来的，这个就是横脉。横脉非常不好，如果摸到横格的脉，胆气不足，胆会有问题的，禾熟，就是到秋天时金木相克，金克木，会发生问题。

这一段讲的就是摸到脉病人会在相克的时间走掉，这很危险。基本上以脉症来判断生死时都是以胃气，没有胃气了再去看他什么时候会走人。病人没有胃气的表证是什么？不要摸脉，讲话没力量，不想吃东西，东西吃不下去，一点也不想吃，也没有食欲了，没有胃气。在治腑病时，胆、小肠、胃、大肠、膀胱，还有一些伤寒的表证，感冒了表证，大都在隔天的中午胃气回来了，中午时它就胃口开了，肚子饿。我们治脏病时，肝心脾肺肾怎么样，病人半夜时会醒过来，肚子很饿，想吃东西，胃气会回来，那就是胃气回来的症状。所以在治病时，病人吃了你的药一段时间，如果是很重的内脏病，肝癌、肺癌、胰脏癌、肾脏癌，他开始说半夜醒过来肚子饿，这就救回来了，胃气回来了。所以即使摸不到脉，听他的症状也可以知道他救回了，生病的人只要感觉到肚子饿就好。

有的人【病善言者，下霜而死，】这种善言跟老太太善言不太一样，老太太很唠叨，是另外一种善言，比较唠叨的个性。这种善言是阴和阳不合了，他就一个人自己就坐在那边自言自语，这叫善言，自言自语，这叫神要出去了，下霜，就是秋天的末，秋末时要开始下霜，叫霜降。【不言可治】，人会有一种自卫，自己保护自己的一种动作，当他阳气太虚时，他生命力在时他身体会自然调整，不太想讲话，因为他可以把原阳的这个阳气存在自己的身体里存一段时间，那用阳还可以保护到，他自己就会不想讲话，那阳要散出来时他就无法控制，没有人跟他讲话，他对着空气讲话，坐在那边自言自语的讲话，这个是人体的一个，所以人的阴阳很奥妙。【脉至如交漆，交漆者，左右傍至也】，脉一直左右两边跳，差不多一个月。

原文倒数第四行，【五藏菹熟，寒热独并于肾也】，内脏热结时，热会传热，寒也会传，当寒热传到肾脏里面来时，肾脏本身就是一个寒热的焦点。所谓寒热的焦点，常态的肾脏是中间是命门，命门是火，两边是水，常态是一个火对付两个水，所以下焦是很温的，温热的状态。如果过热或过寒同时进到肾里面，这都是很危险，寒就是阴，热就是阳，阴阳会分开时我们才会看到寒热现在一起，平常我们正常人看到都是温的。那这个人没法坐起来，因为肾主骨，人能站、人能够坐，这是肾脏骨头，立春就死掉了，这个都是很危险的。【脉至如丸滑，不直手。不直手者，按之不可得也】，这都是脏衰竭时，什么时候死，腑衰竭时怎么死。

第四十九篇 脉解篇

第一节 脉解、阴阳平衡

《黄帝内经》第四十九篇脉解篇，重要讲什么？第一个重点，它是利用天地之间的气象，节气，来解释人跟它对应的关系，第二个重点就是阴跟阳的关系是什么？比如我刚刚讲的这边是命门，这是火，命门两边是肾脏，这是水，所以肾是阳潜伏在里面，被两边水包着，阳是潜在中间的，所以常态人都要有阳，最好的阳是潜伏在阴里面，而不是阳是往外走的，那阳之所以不往外走，是因为我们阴很均匀，把阳控制住。那比如有一个人，大便下痢，刚开始一两天，没什么感觉，如果下痢越重下痢人没有元气了，当人没有元气会什么？就是下痢下到阴都跑掉了，看得到的都是阴。那阳，身体里面的体力没有这个阴来固它时人体会消耗，那阴不断地出去，有没有医师在治疗时，阳一浮上来时全身是热的，因为阳是热的，就产生身体在热，大便在下痢。如果一直在下痢，身体还是冷的，代表阳还潜在里面，就很好治。观念就是这样，所以阳不怕多，阳一定要潜，我们设计处方时阳会潜在里面，怎么潜在里面？那阴和阳是交，就配合的非常好的状态。如果阴阳不合它就会出问题，表也是一样，里也是一样，这种现象不单单是存在肾脏，存在全身各个部位。所以有胃就有脾，胃是阳是脾的阴来制它，两个互相控制它，所以胃阳就不会太过，胃阳也不会跑掉，永远停在这边，为什么？因为有脾，肝和胆，心和小肠，肾和膀胱，所以它配对，五脏跟六腑配在一起这个状态，这是基本的观念，阳要潜。

第二节 阳未得

【太阳所谓肿】，太阳是三阳之汇，为肿，就是腰椎肿。因为正月都是寅月，正月是太阳，寅月太阳，正月阳是在上，阳气在上面，【而阴气盛，阳未得自次也，所以肿腰椎痛】，常人应该是太阳正月阳是正好出来，阴气盛，但是阳没有出来，阳气要本来该出来，这个阴气在下面，阳气要慢慢浮出来的，那现在阳气没法完全出，阳气正月以后应该要出来的，阳要出表，这是人体的循环，阴还是很盛在里面，阳要出去又出不来，就会顶在那边，就会肿起来，产生腰椎痛。肾脏有问题时第一个现象就是腰椎，因为肾管腰椎，腰椎的地方，除了扭伤、受伤腰椎痛，否则腰椎是不会痛的，比如痛就是肾有问题，腰后面，有的是痛第十四椎，有的痛十四椎旁边，就在肾的位置上痛，这是一般的腰椎痛。

第三节 偏虚

如果偏虚，所谓偏虚就是偏一侧，比如一个人在这边，人简画这样，常人比如春天到时阳要出来，阴还是很盛，因为出阳，阳会出来了，阴还停在这边，阳出不来，那结果一边阳出来了，一边阳出不来，偏，这个造成半身不动。那阳没有出来就代表没有表汗，没法流汗，阳出来代表有办法流汗，这两个是不太一样的。正常人运动或走路怎么样，就开始流汗，而且流汗是平均的，全身的，不能说什么只有一边流汗一边没有汗，比如左边没有汗，那就左边的阳出不来，右边阳可以出来了，右边就有汗了。看得到的就是阴，这个汗水没出来的是里面是阳，看到汗水时那个水就是阴，那为什么出得来，因为毛孔打开了，谁开毛孔？因为阳把它打开了，所以我们阳的力量可以开合，那个阴就出来了。正常人体内的温度调适当了，毛孔自己就封起来了，阳是很自动的。所谓【正月阳气冻解，地气而出也。所谓偏虚者，冬寒颇有不足者，故偏虚为跛也】，就是一侧寒在里面，就是阳排不出来。【强上引背者，阳气大上而争，故强上也，所谓耳鸣者，阳气万物盛上而跃，故耳鸣也，所谓甚则狂颠疾者，阳尽在上而阴气从下。】

【倪师内经 60 视频同步文稿】

第四节 强上引背、胫肿

下虚上实这个叫癫狂，在临床上看来，如果是病人项强，这个项很简单就是督脉跟膀胱经的地方，督脉我们学过针灸，诸阳之汇，膀胱经是三阳之汇，太阳都在后面。现在这个人项强，项强只有脖子强硬的话病一定是在太阳，如果是在脊椎骨上就不是强项可以解决了，因为诸阳之汇整个人角弓反张翻过去的，发起来可能就是癫痫，或脑膜炎，是督脉的问题，就不是【强上引背】，如果是只有太阳经就是后项强硬。所以耳鸣，阳气上跃也会造成耳鸣，一般耳鸣大都是少阳会造成。【所谓甚则狂颠疾者，阳在上而阴气从下】，一般癫痫狂都是阳气在上面阴气在下面，正常人阳气是要往下降的阴气上来，阳气下降阴气要往上升，所以我们身体头部是冷的，不会感觉到是头很热，那个头很好玩，仔细感觉你自己，春夏秋冬感到温度都是一样的，是外在的环境，所以春夏秋冬不管再怎么冷，脸还是露在外面，因为阳在这边，阳中一定要有阴，才会感觉很舒服。阳加上阳，阴没有了，阴在下面，因为没有散热时，那当然你脸通红，同时阳气往上升，上面没有阴时阳气一乱神就跟着乱，最后发癫痫。

所以我们治疗颠疾的方法，病在头治在下，一方面我们常常用一些清痰、控涎丹（药名），很多药就清痰，把痰清出来。癫痫为什么都有痰？这是阳在上的原因，那痰它堵到了，阳气上去下不来了，结果阳从后面上来以后从督脉太阳经上来以后要从前面下去，前面痰梗到了，后面的阳不断上来，前面又堵到了，就好象一排 30 个人，前面人撞到墙壁了，后面蹦蹦撞上去，后面一直上来，叫停停不下来，这样开始发颠疾了。痰一去掉，堵塞的这种状况去掉，让阳气能够流畅，癫痫就停下来了。【所谓浮为聋者，皆在气也】，头面上大都是气，阳气上来。【所谓入中为瘖者，阳盛已衰】，所以声音没有，阳气都在表面上行走。如果入中，阳气没在中间，声音没有。画人的剖面图就清楚了，这是督脉，如果阳是从后面上来前面下来，这是正常，现在讲的是入于中就是阳气在里面，肾脏在

这边，肾脏络到心脏络到肺脏再络到舌头才能发声音，这就是中，那阳气如果在中间没法出去，梗在中间会造成痞，【入中者为痞】，阳气应该是在外面，结果没有在外面停在中间，这是一种阳虚的状态，阳在外才是正常。

第五节 阴阳相薄、病胀、少阴腰痛、煎厥

【内夺为厥，则为痞俳，此肾虚也。少阴不至者厥也。】俳 pai，就是废掉的意思，垃圾废弃物，【肾虚也，少阴不至者，厥也】，如果气不足，肾气不足时，肾虚，肾虚时分阳虚和阴虚，我们慢慢会介绍阴虚跟阳虚。当肾有虚的状态之下，气不能上去，声音就没有，这一段讲的是这个。常态吸气时，阳气，吸进来的气也是走这边，直接管道然后从这边吐出去，可是你吸进来的气到这边来以后才会蒸化起来以后，真正的人体的元阳、真阳真气才会从脊椎骨上来，这是真气的走动位置，跟呼吸不一样，不要把它弄混了。如果阳虚跟阴虚我们给它稍微区分一下，是阴阳虚实，如果是肾脏阳虚时，也会有头痛，但是这个头痛会痛到牙齿去，阳虚时头痛会痛到牙齿去，头痛很强，而且头痛入齿，那这是因为讲阳虚的原因就是阳在上，阴在下，叫做上实下虚，阳在上面阴在下面，那下面就阳虚了，这就是阳虚，实际上阳在里面只是阳不在这里，阳跑上去了，那阴在下面，所以称之为阳虚。阳虚的发生时大都是大吐，吐血或有下血，大便有出血，病人会有阳虚，阳虚的最标准的症状就是手足冰冷。肾主瞳孔，所以眼睛能够看，那现在阳虚掉时看不到东西了，全部看不到了，阳虚不能见物。一阳虚的话，下面就是阴，阳在上面阴在下面，阴没有阳来控制时，阴会跑出来，肾主二便，小便就会很多，那就频尿，不能控制，这个都是阳虚的现象，阳虚张仲景才会出桂附八味丸。怎么知道阴虚？阴虚有几个症状，第一个阳虚时眼睛都看不到，阴虚时看到五彩，今天看到金色明天看到黑色黄色，眼睛怎么发花了，阴虚。肾主耳，所以阴虚的人刚开始先耳鸣再聋，刚开始是耳鸣耳鸣到后来，耳鸣就是说里面有叫但是还可以听到人家讲话，聋是到什么，什么都听不到了，阴虚时手脚还会是热的，阳虚时手脚才冰冷。临床上看时，因为肾主大小二便，要知道他肾阳虚还是肾阴虚很简单，问病人大便好不好？早上一次很好，下午拉了两三次。阳虚。肾主二便，如果一天一次，阴虚。讲完了，很快，就是简单的辨证，因为常常会搞混。一开始就很清楚就不正常，中医较形而上，慢慢去悟。

413 页，少阳的胁痛，张仲景《伤寒论》都是根据这些来的，六经辨证太阳、少阳、阳明，前面讲太阳，后面讲阳明，都在这边。【少阳所谓心胁痛，言少阳盛也】，就是讲胸胁称为，张仲景形容它叫做胸胁苦满，胸部、胁部肋骨这边胀满，所以有的人跑来说胸部这边胀胀的，少阳，已经讲完了，很快，少阳，那这个往来寒热是后面张仲景把它简化掉了，那言少阳盛者，所以少阳有问题时，常人六经虽然说有太阳、少阳、阳明、太阴、少阴、厥阴是平均的，没有一经是应该谁盛谁衰的，而这些经是按照节气，春天时谁盛，夏天谁盛，就按照节气走，大家轮流做，比如我们是大楼的组委，每个人十二个月，一个人就坐一个月，人体是这样，十二个经络在循环，寅月从太阳开始，十二个月走完十个经络走完然后再循环，不会越循环越年轻，越循环会越老，这是常态。正常按照节气走，所以每一个节气时都有一个王，那个王那时它是盛是对的，这个观念这样就好了，基本的观念你要有。

盛者心之所表也，所以如果心盛是夏天盛那是很正常。【九月阳气尽而阴气盛】，九月是秋天，应该是肺，现在是【心气盛，脉很壮，造成心胁痛，胸胁会苦满，少阳。所谓不可反侧者，阴气藏物也。物藏则不动，故不可反侧也，】岐伯的意思，受病之初在太阳，刚开始是太阳受病项强，太阳没有好，这个病就往身体里面跑，所以人体会受病一定是表先受病，表受病没好就跑到经络，从经跑到络，而跑到络如果还是没有警卫在，它就跑到腑去了，跑到腑去的话，胆、小肠、胃、大肠、膀胱，这个人肠胃系统很差，胃气又很差，还是有这个人还活着，但是胃气很差，病邪就会进到脏，最后进了肝心脾肺肾，中医的观念是这样，病邪由外进来。如果进入太阳没好了之后它会进入少阳，少阳的话就是胸胁苦满了，病在那边，病在少阳时我们知道它是在两肋中间，这个肋骨，胸胁这个地方，这是肚脐眼位置上时，遇到少阳是夏天。现在遇到秋天，秋天时照理是

金气在控制，金主肃杀主收敛，结果病气还在那边，病在那边，所以它是说阴气者藏物，因为秋天进入阴，阴要盛起来，结果有病在那，把病压制在里面没有排出来，物藏则不动，所以不能转动，因为胃里面有病气，一动它会痛，因为病邪在里面堵到。

【所谓甚则跃，九月万物尽衰，草木毕落而堕】，照理说应该是堕，秋主肃杀时树叶下坠，【气去阳而之阴，气盛而阳之下长，故谓跃】，因为有病气在这边，照理说气是往下长，是收敛，结果气往回拧，跃，这里的跃不是人跳起来，就是东西吐出来，呕吐。所以少阳证胸胁苦满一定有恶心的现象，所以以后看到恶心就是跃。什么是跃？骑个马在跳，麤 cu，三只鹿在跳，代表它跑得很快，三个鹿放在一起念麤。

【阳明所谓洒洒振寒者】，阳明本身是正午，就是很热时，【五月盛阳之阴也，阳盛而阴气加之】，照理说阳气是纯热的，但是节气时五月是阳里面有阴，这时有阴加在外面，所以会洒洒恶寒，实际上里面是纯热证，因为纯热所以会感觉到天地之间的寒气，因为身体是不正常，纯热，所以阳明证的洒洒恶寒并不代表说阳明证一定是洒洒恶寒，从头到尾岐伯讲的阳明证是纯热证，纯热，完全没有寒证，所以就是以为纯热所以你会感觉到空气里面的冷，那个人本来就是正常的他就感觉不到，病人他就身体很热还是感觉上比较凉，所以会有洒洒恶寒，洒洒恶寒不代表说病人身体里面有寒证。

【胫肿而股不收者，是五月盛阳之阴也】，这个阳明就是胫，从足三里，上巨虚下巨虚，丰隆，一路下去这一带，胫部，里面是纯热证。【阳者衰于五月而一，阴气上，与阳始争，故胫肿而股不收】，所以盛阳之热时他会感受到阴，就是这样，因为是纯热，那实际上是病态。阳明经我们知道头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎、水突一直下来，到脚上一一直往下走，对称的，经过乳中一直下来，到足三里，所以常常经气是由上往下走。现在阳明受热时，热的本性是什么？升，热气是往上升的，所以一升上去时，阳在上面，阳往上升，本来应该往下走，阴才会回头，阴气会回头回到身体里面是因为阳气往下走，这是阴阳平衡的一个观念，那现在阳往上走，下面当然阴不会回头，阴就会累积在下面，累积在身体下方时就会造成胫肿，就会积水的现象，肿起来，股肿。

【所谓上喘而为水者，阴气下而复上，上则邪客于脏腑间，故为水】，阳明气反逆时，这个水停在下面，照正常来说这个水是人身上的热气，现在阳没有下来，热气在这边待久，水变成冷水，这个冷水再回到身体里面去时它就不会待在经脉里面，它会跑到脏腑之间去。上喘而为水者，因为水往上逆，阴气在下面而复上，客邪于脏腑之间，就造成水。【所谓胸痛少气者，水在脏腑也】，水在脏腑之间，很多地方可以积水，水本来自肾，散于肺，这个比如诸位想，肾脏象两个马铃薯，所以这是根，这个根发芽到了土上面，土就是中膈，肝在这边，胃在这边，到了这个上面以后开始长树长叶，树叶，这个树叶就是肺，所以水来自肾散于肺，这是一个观念，那今天那个水有可能停在肺的下方是冷水，冷水致病，温水不会，五脏六腑之间有三焦系统，在三焦里面的水是很热速度很快的，如果这水是冷的就停在脏腑之间。

我们介绍治病时，治病的治则时，哪些症状代表水在肋骨，哪些症状代表水在肺的下方，哪些症状代表水在横膈，哪些症状代表水在肠子里面，哪些症状代表水在肠子外面，诸如此类的，处方一个一个都不一样，哪些症状代表水在皮肤表面上，都可以看得很清楚。要知道正常水应该怎么走，就是因为肺是叶子，水散于肺，肺叶布全身，管百脉，肺主皮毛，所以皮肤摸上去应该滋润的，很润泽的就有水，如果身体不好，一喝水变成水肿，皮肤会更干更坏，所以要从身体里面调理好，让水能够归位，这时皮肤才会好。【水者阴气也，阴气在中，故胸痛少气】，人体的正中央是阳之所在，不可以有阴气的，这个正中讲的就是心和小肠中间那个大血管，所以人体的正中间是什么，这个大动脉，中医说心移热于小肠，那小肠再移热于膀胱，那这个动脉不单单是指血往下。西洋医学只知道血往下走，到下肢去，实际上不知道这个血管把心脏搏动产生的热一起带到脚下去，所以会让四肢，上面一热上半身的热心脏在管，下半身的热小肠在管，这样会让我们四肢温热，冬天时打赤脚可以在雪上面走，这是常态。所以人应该象熊一样可以

在雪地里面跑才对。阴阳来区分人体时，就光看心是火，小肠是火，中间是热，所以人体的正中间就是讲这是人体的正中央的地方，这是中医的观念，而这个热是往下沉的，不是往上走的，之所以会往下沉是因为金在上面，肺金在上面，还有心包把它包住，这两个加起来一起的功能就可以把心热往下移到下方去，所以414页第二行，【水者阴气也，阴气在中，故胸痛少气】，因为心阳没法下来，心阳上逆时产生痛，闷痛，就会痛，那上逆时肺会受到影响，肺的津液会不够，就好象汽车里面的水箱的水不够了，所以会一直冒蒸汽，会短气少气的现象。

【所谓甚则厥，恶人与火，闻木音则惕然而惊者，阳气和阴气相薄，水火相恶，故惕然而惊】，这个阴气、阳气是互相相辅相成，绝对不可以相薄，相薄的人就会有昏厥的现象，有异常反动的现象。厥实际上就是逆，反逆，就是反常的现象，也可以这样用厥来讲。看到人讨厌，那火也讨厌，听到木的声音心里面会受到惊吓，这是相薄。【所谓欲独闭户而独处者，阴阳相薄也】，一个人独处喜欢阴暗的都是阳气不够，【阴独盛，阳尽而阴盛】，所以他喜欢一个人独自躲在房间里面，所以到那个家里面去，比如到朋友家去，那个朋友说奇怪，这个小孩子一回家谁都不想理，他就跑到房间壁橱躲在里面，阳厥阴盛，就已经讲完了，开点启阳的药给他就好了。

【所谓病至则欲乘高而歌，弃衣而走，阴阳复争，而外并于阳】，所以阴阳再并于阳，那个阳亢得很厉害，已经神智昏迷，上身非常燥热，就是因为燥热他把衣服都脱掉了，因为人神已经昏了，他不晓得他干什么，他就是很热把衣服脱掉是很自然的。【弃衣而走。所谓客孙脉则头痛鼻鼾，腹肿者，阳明并于上，上者则其孙络太阴也，故头痛鼻鼾腹肿】，中医一个观念，14岁是女子二七，二七癸至，女人是阴，主的是血，因为这样14岁以下的小孩子流鼻血是正常，所以会流鼻血的小孩没有高热。为什么？因为他在得了感冒发烧时他的身体抵抗力很强，在身体里阳跟表寒在相抗时，一抗时一流鼻血，热在血里面它有地方疏散，一疏散时就没有高热的，所以14岁以下小孩常常流鼻血是常态，你用棉花塞起来，不需要！大人、14岁以上流鼻血才是病态，这是一个标准的定义，为什么？因为小孩子的阳非常旺，如果给这个小孩子常年就象放羊的孩子，都没有打什么疫苗啊，抗生素什么，也好，小孩子在田里面跑，很健康，他都没事就流鼻血，然后住在城市里面的这个饲料鸡，放山鸡都会流鼻血，那个饲料鸡在那边养它，每次抗生素吃下去然后到年龄就打三合一疫苗，打了后没有流鼻血了，随时都在感冒，那个都是身体越打越差，所以这里有个定义要注意。

415页，【上者则其孙络太阴，太阴所谓病胀者】，就是腹胀，小腹胀，因为太阴是子月，太阴是三阴聚。十一月是子月，十二月是丑月，一月是正月是寅月，农历十一月就是子月，【十一月万物气皆藏于中】，天地之间的气藏于中，阴气譬如说三阴应该是在腹里面，那现在有病了，就是腹会胀起来，胀起来就是阴不藏在里面了。【所谓上走心为噫者，阴盛而上走于阳明，阳明络属心，上走心为噫】，心跟胃是相连的，举例，一个病人胃口很大，全身燥热又胖，口渴喝冰水，吃很多，肚子热晚上睡觉被子不要盖，吹电风扇还在热，阳明热，我们开石膏下去，开很多白虎汤（药名）一直下去，越开越重他是越吃越热，不但渴没减，胃口没减少，反而大增，更热，奇怪我开的寒凉的药按照处方开应该凉下去才对，没有，相反是热起来，这是代表里面是寒的，那里面是寒的那我们就要把热药开下去，这时开很重的热药，象生附子、干姜、炙甘草，热的药下去，一下去就热起来，反而胃口当场变小了，那手脚就温热起来，因为脾主四肢，这个证明就是说心跟胃是相通的，所以当胃有问题时是心脏有问题，我们怎么解释，我解释给你听，人体的，就是因为心脏有问题，那人体自然而然会产生一种反射的动作，我要去找一些东西来修补心脏，来把我自己心脏治好，就好象猫狗它生病时它不会吃肉，它就跑到外面吃草，动物的天性，人也有mother nature天性，可是人类因为文明，这mother nature就没了。结果我们一直找吃的，越吃越不对，吃是对的，就是找的吃的对象不对，甚至越吃越胖，就是这样，就是搞不好，那猫狗比我们聪明，它找路边的草吃吃就好了，人类吃得不对，所以当我们把药物开处方开得很正确，一到胃里面去时身体就感应到了，

这个就是我要找的食物，这时胃口马上急速就下降，所以吃我们热药瘦下去也只有我们做得出来这种事，平常一般人想不出来的。所以心和胃常常，心里面有问题的关联，心脏有问题时胃口会开起来，因为想自救。

【倪师内经 61 视频同步文稿】

心为噫，因为【阴盛而上走于阳明】，因为脾胃表里，阴会上走于阳，阳明络心，就会产生噫，食则呕，这个是噫，所以食物则吐，物满上而溢，我们常常在治疗心脏时病人的胃不好，我们就开个胃药，胃一好心脏就跟着好了，是这个原因，实际上心脏没有问题。【到十二月阴气下衰】，阳气就慢慢起来了，这时阳气起来比如到肾时，这个胃阳就不会往上走了，因为阳开始盛了，因为节气到了，身体开始慢慢盛起来，那就会把这个浊阴排掉，脾太湿排掉，从大便放屁就把它排出去了。所以这一段主要的观点就是脾主少腹，脾主湿，当这个热一来时，热会把湿从大便排出去，有时放屁排掉，如果寒湿堵在里面时就不能排掉了，就会影响到，就会把胃那个热气往回逆，造成心脏会发生噫症。

416 页，少阴的腰痛，一般有两种腰痛，一种就是扭伤受伤腰痛，还有就是没有扭伤啊，腰自然开始痛，这是少阴的痛。【少阴者肾也，十月万物阳气皆伤】，所以腰痛，因为肾是有肾阳在里面，十月份是阳气最低的，因为到十一月份阳才会起来，十月份阳是沉下去的，这是节气的关系造成天地之间阳不足，身体里面就是肾阳不足，所以会产生腰痛，这一段并不是到十月份才腰痛，而是把人跟自然界混在一起，人可以比喻自然，所以从脉解篇上我们可以看到，不是一定要冬天，而是说形容肾脏就是冬天，到了冬天如果那个阳衰到极点时，肾脏就会开始痛，腰就会开始痛的意思，所以肾脏的腰痛就好象天地之间的十月份那样。常常会五六月也会腰痛，只要肾阳不够腰就会痛。【所谓呕咳上气喘者，阴气在下，阳气在上，诸阳气浮，无所依从】，阳一定要潜，热要往下去，阴从上，那阳气浮起来时没有阴来靠，无所依从，所以呕咳上气喘也，阳一直反逆，造成上焦的呕吐、咳嗽，呼吸气喘，呼不过气来。

第六节 桂附八味丸

【所谓色色不能久立久坐，起则目惶惶无所见】，不要说这个是色狼，就是眼睛看不到了。眼睛看不清楚看不到时阳虚，看得到但是有花花的是阴虚，花花就是意味有阳，可以看到阳，阳就是各种不同的颜色，那个肝心脾肺肾五色，阴虚阳就在上面，阳虚那就没有了，视物能够看东西是阳。阳已经虚，阴就看不到东西。【万物阴阳不定未有主也，秋气始至，微霜始下，而方杀万物，阴阳内夺，故目惶惶无所见，少气善怒者，阳气不治】，所以眼睛病人看出去的视力可以知道什么地方出问题，【阳气不治，则阳气不得出，肝气当治而未得，故善怒】，因为阳虚时，肝是肾之子，肾里面的阳要去辅助肝脏的，那现在肾阳不得出了，肝脏说应该肾给我啊，最后没有给我，因为虚到，阳虚，所以病人会善怒。一个人的情志如果很稳时，是阴阳合的是很稳，所以如果肝阳不足时，里面会有亢盛起来时，这个病人会有动怒的现象，反正一失平衡就会。那肝下去了阴出来时它也不会，也没有力气去生气的。那肝主筋，就开始抽筋脚筋挛，阴证就出现了。所以我们有阴虚跟阳虚。【善怒者名曰煎厥，所谓恐】，有的人是好象有的人要抓他一样，【秋气万物未有毕去，阴气少，阳气入，阴阳相薄，故恐也】，所以任何的恐惧什么样子情绪都是阴阳失去平衡造成的，简单讲就是这样。

【恶闻食臭者】，并不是食物坏掉了，而是煮得很新鲜的食物，我们闻起来味道很香，他闻到很难过，难过就想吐，这就是胃气不够，闻到菜煮得再香他都觉得很难过。【所谓面黑如地色者，秋气内夺，故变于色】，这个颜色改变，都是春夏秋冬的节气。【所谓咳则有血者，阳脉伤也，阳气未盛于上而脉满，满则咳，故血见于鼻】，秋天都是肺，肺里面很多津液，里面津液这个津液讲的是阴，肺的阴，那肺的动能，能够张能够缩就是肺的阳，如果咳得很甚，阳一直咳出来，肺本来是应该张开的，一咳就要缩，本来正常是这样伸缩，因为咳这样会伤到。阳脉伤，满则咳，血见于鼻，人身上都有血管，血之所

以能够在血脉里面走，是因为外面有脉管，这根脉管因为里面有阳脉管才会能够把血控制住，如果这个脉管里面没有阳，这个血管就破裂了，脉管里的阳是什么东西？除了它的动能以外，最主要就是脉管里面有真水，所以那个好象水管，里面有水才会一直在用，那如果哪天水管里面什么水都没有，空空的，放到太阳底下晒，晒后那个水管里面水份晒干了以后，手一撇就破掉了，为什么？阳没有了，就这个意思。所以我们一定要有阳，象那个动脉血管破裂，或是脑溢血，血管破裂掉，不该破裂都破裂都是阳虚。

【厥阴所谓癩疝，妇人少腹肿者，阴厥者辰也】，辰月是三月，三月是阳里面带有阴气在里面，这时候阳就蛮盛了，邪在中，这是把人放到天地之间去了，这个比如三月是天地的气。正常的女孩子肚子里面应该是热的，因为丹田，小肠这里应该是热的，冷了就是寒在里面，寒在里面时会造成肿瘤、长硬块，肌瘤，做子宫膜片不好，要看看什么子宫颈早期发现，都是他（西医）说的，如果早期发现有用的话世界上应该没有女人会死在子宫颈癌。中医不必，我们随时让太太小姐们保持下焦是温热的。所以子宫里面是温热的，没有肿瘤会累积在里面。为什么会累积？因为里面有瘀积，瘀积的原因又是寒在里面，还有血块停在里面，血块因为里面是血很多在里面，那你太冷时里面有血块在里面，血块停止以后，外面就有一个纤维把它包起来，包成一块，包成一块时就变成肿瘤。所以他们常常把肿瘤拿出来，一切开里面有时头发、牙齿可以看到，是因为那个卵没有受精跑出来，还有一种是血块在里面，那这些都是属于阴，女人的卵就是阴，男人的精就是阳。孤阴不生，独阳不长，阴在里面身体自然会产生膜把它包住，因为身体不受纳，没办法消化，又不是食物，那子宫也不是胃，又不能消化，就把它包起来，所以西医看到肿瘤切开里面都是一些瘀血块，或是一些没有成熟的受精卵，有人还有看到头发，都是阴虚里面寒，阴寒的，所以我们要随时保持里面是热的。那怎么知道那里面是阴寒？是不是拿个温度计放进去丈量？不需要，脚冷了，结束了。脚冷是气逆，小肠的气在管脚的温度，所以子宫卵巢应该是贴在小肠，应该是温热的才对，子宫卵巢里面的温热是来自小肠的，所以小肠如果温度很够时，子宫卵巢里面不会长东西的。怎么知道小肠温度是热的？脚是热的。怎么知道手热是对的？因为心管手。当我介绍《伤寒论》时很好玩，我说心脏，桂枝是管手，手就是这样；那脚冰冷是白芍，让脉回流。如果手比较温，脚比较冷，那就白芍加一倍；如果手比较冷，脚比较热，桂枝加一倍。桂枝加桂汤，桂枝加白芍，所以了解以后讲经方时瞬间你就会了。

【所谓癩疝肤胀者，曰阴亦盛而脉胀不通，故曰颓疝也】，会造成这样，那阴为什么盛？阳虚，阳虚阴才会盛。要把阳补回去，阳是什么东西？是热，那阳要补回去，如果不知道如何让阳潜在里面，阳进去出来进去出来，让它停在里面，这是处方的技巧。所以从这里我们可以得到阴寒时，阴太盛了肚子里面就会长东西，简单讲就是这样的，那有的人咽喉很干很燥很热，这是阴阳相薄而咽干，照理说肾的津液会上来，下焦的津液会上来才会造成唾液。那现在上焦太热了，阴阳相薄太热，那个阳热往上走，阴阳只要一对抗，开始相抗时，就病态产生就会相抗，阳一定是往上走，阴一定是往下走，因为阳的天性就是往上，阴的天性就是往下，这是它的本性。消渴就是糖尿病，如果血糖开始很高时他用食物去控制，上面就摸他头面身体都还是冷的，脚都是热的，他从吃那降血糖的药或是打胰岛素开始，脚就开始冷了。所以西药是想尽办法让阴阳相薄，我们中药是让它不薄，阴阳相配合。老外发明药没有阴阳的观念，所以西药越吃脚越冷。所以我们为什么要定义出健康的标准？这个健康的标准本来就在《黄帝内经》里面，这个西药的人体健康标准是为什么？第一个给世界上所有的人类可以做你的医生。你说倪海厦，这个西药有十年二十年才看到它的副作用，很难去查证。我说不必，隔天就知道了，当天就晓得。当有人体的健康的标准时，当越吃这个药健康标准越强，那表明是对的。你一吃本来昨天是脚热的，今天是脚冷，你就错了。所以按照这个原则马上就可以分辨哪一个对你好，哪一个对你不好。从远程赶回来，外面又冷，又饿又冷，回到家里火锅一吃下去全身热起来，代表太太给的菜很好。如果她在里面下毒，因为你说我都是对的，你从来不说都是我的错，下了砒霜在里面，你一吃下去手脚冰冷那是中毒。中医当然有解毒，一定要知道什么会毒杀人，我告诉你怎么弄一点毒药，所以匪人勿传，人虽然不

是很好，脾气很坏，但是从来不害人，绝不害人。

第五十篇 刺要论

第一节 针灸起源、下针深浅之影响

419 页，刺要论，黄帝说针灸的刺法要点在哪里？内经跟针灸都这样，如果真的把针灸跟内经比较的话，针灸比《黄帝内经》还早，真的回到中医的历史的源头，六千多年前就有针灸了，最早发明针石，石头都是象针一样，很长的，细长的，先有针灸，才有中药是这样的，所以针灸还在《黄帝内经》之前，所以黄帝才会问了，刺要法是什么，岐伯就说【病有浮沉，刺有深浅，各至其理，无过其道，】针灸掌握的原则就是不可以过和不及，当病在表时就要针浅一点点，如果很表就针在皮肤上刮刮就好了，不要刺进去，如果我们知道在肌肉里针下在肌肉里，如果知道是筋上面我们就扎在筋的旁边，在骨边扎到骨边。如果明明在肌肉上面，你一针就给他下到骨边，这就太过，如果在筋上面你给他下到骨边也是太过，如果在皮上面你给他下到肌肉上还是太过。

所以我们常常说春夏时阳气比较旺，针比较浅，秋冬时阴气比较旺，阳气比较衰，就针比较深一点点，这都是按照节气来算的。但是有时不能看春夏秋冬，病人这个病发生在夏天，可是他是阴证，针也要下得深，所以《黄帝内经》看时的意思只是告诉常态是这样，人生在天地之间，所以要去注重春夏秋冬，而春天就是肝脏，夏天就是心脏，秋天是肺脏，冬天是肾脏，那进入内脏时先不要管外面，当在肾脏的季节看到心脏病时该怎么扎？还是要按照夏天的来做，那天外的节气只是告诉什么时候恢复，什么时候病会严重，什么时候会持平，可以考虑打电话给我问怎么办，诸如此类的。知道那个时间会持平，人有喘息的机会，所以人体很精密，它发生事情不会马上就下去，总是会有一段时间，那实际上我们医生不能替自己家人看病，为什么？因为心会慌，心会乱，看不准，所以帮人家看不会，因为隔一层，帮自己人看就不行了，所以我不能帮我太太看病啊，人家老远开车来找我扎针，开到跨州，我要帮我太太扎针，不行，除非她自己开的车我都不知道，拿给她吃就好了，反正病不严重就给她搞，这个重我会帮忙，可是亲人很难看，不能看，真的没办法看。所以这个电话有时很好，隔了听会听得很清楚，看到人就会比较乱。

这是过和不及。【深浅不得，反为大贼】，该深被你扎太浅了，病不去，病就往深入。病在浅你太深了，结果伤到正气，病在外没有去，病往里面跑了。所以深浅一定要拿捏得准。所以比如一个人皮肤很痒风疹，下针就很浅；膝盖痛骨头很痛，下针针到骨边，最深的，没有再深。老师再深那穿过去了，扎到骨边，怎么会不好，因为那个针在骨头下方，这个后面会介绍，为什么骨头那个地方能够让膝盖变得很好？那所以反为大贼，深浅不得要领时反而会害到内动五脏，以后就会生大病，原因在这里。岐伯说【病有在毫毛腠理者，有在皮肤者，有在肌肉者，有在脉者，有在筋者，有在骨者，有在髓者】，都不一样，所以如果刺毫毛腠理千万不要去伤到皮肤，病人毫毛那皮肤上刮一下不用刺进去，伤到皮的话内动会动到肺，因为肺主皮毛，肺动则秋病温症，温症就是秋天开始生咳了。

如果泝泝 su 然，水逆着走叫做溯，所以平常说要溯溪而上，实际上那个字不对，应该溯溪而上。那肺动而秋病温症，泝泝然，寒栗，寒栗就是皮肤汗毛都立正起来，汗毛本来这样下的，看到汗毛的方向就知道肺息是这样正常，那汗毛突然立正起来反逆过来了，皮毛孔是汗毛立正的意思。那你刺皮肤伤肉，如果伤到肉，他的病在皮上面，扎肺扎很浅，如果这个不伤到肉，你伤到肉时，内动就会伤到脾，脾动则 72 天四季之月，在长夏时会有出现这个心腹胀满，不喜欢吃东西。如果是肉病不能伤到血脉，伤到以后夏天会有问题，因为心主血脉，比如脾主肌肉，肺主皮毛，肾主骨，肝主筋，心主血脉，其他依此类推就可以了。比如筋伤，如果是病人是肌肉的病，就是你下针下得很深，下

到大筋旁边去，伤到筋了，当时不会有事，但是病人会延伸，内动会伤到肝，肝脏伤了到春天就得了热病，筋就会有问题，所以这个都是依此类推下去。所以刺得最重要的法则就是要在皮就刺皮，所以我们常常，我那次教诸位，有个梅花针，皮肤整片是红疹刺痒时，直接在皮肤上敲击放血，就是在皮上面，针头很短很细很浅，再打用力一点还是那个深度，所以工具很重要，这样病人不会怀疑你。

第五十一篇 刺齐论

第 421 页，刺齐论，如何肯定深浅？怎么去区分？第 422 页，岐伯就下定义了，【刺骨不伤到筋者，针到筋而去不及骨也，刺筋者无伤肉者，刺肉而去不及筋也，刺肉无伤脉者，刺脉而去不及肉也】，前一段是不足，后一段是太过，刺骨针就要到骨，刺筋刺就要到筋，刺皮针到皮，刺肌肉针到肌肉。如果是刺骨你没有等到筋旁边就走了，筋下面才是骨，是不足。太过，就是第二段，刺皮无伤肉，病在皮中，针入皮中，无伤肉。刺肉无伤筋者，过肉中筋。太过了，超过一层都算是过，此谓之反也。简单的原则就是跟前面一样，扎到皮肤上，皮肤病就扎皮肤，肌病扎肌肉，筋病扎筋。

第五十二篇 刺禁论

第一节 刺中禁穴之发症

423 页，刺禁论。黄帝问针灸的禁忌，岐伯说【脏有要害，不可不察。肝生于左】，扎针绝对不可以扎到内脏，扎到内脏就会伤。针灸刺到心脏一天就死掉了，那怎么知道刺到心脏？针一下去就开始噫，噫气一直这样，噫气一直上来。刺中肝，五天就死掉，动为语，讲话不断。刺中肾，六天死掉，会看到病人开始打喷嚏。刺中肺，咳嗽三天死；刺中脾，十天死，其动为吞，一直这样不断的吞东西，就知道针扎到脾上了。刺中胆，一天半就死掉，就会恶心。这是过去针灸的禁忌。现在如果真的扎到，西医急诊怎么样，实际上不会扎到问题的，除非以前针那么粗才出问题，还有一些针从后面扎到背部的背俞心俞、厥阴俞，针下去不是斜刺，是直刺会扎到肺，那实际上你知道有多深吗？我告诉你有多深，比如你看我扎那个脊椎骨，我们扎的那个比如督俞上，下面还那么深在下面，你针怎么可能扎到肺？所以这个直针下去，可是你旁边就浅了，浅时如果针直着进去，会扎到肺也会扎穿肺的，所以扎督脉可以直针，扎旁边的第十四椎以上最好斜刺不要直刺，直刺会扎到内脏，斜刺就不会。那我宁可你稍微浅一点不要太深，你不要说老师我表演给你看，我厉害了，针直着下去，出问题，那出问题你知道它扎到哪个脏，上面就会写了，发什么声音出来。

423 页倒数第二行，【刺附上中大脉，血出不止】，以前的针多粗，象刀子一样捅进去，当然血管大血出不止则死。现在的针很细，即使扎到动脉，按着它，然后过一下肿一块起来就止住了，不会象以前，以前的针很粗。如果刺到脸上刺到动脉时，就容易造成盲，所以我们扎眼睛的睛明穴，四白，瞳子髎，还有颧髎，这边有动脉，有小脉在里面，小心。那至于会不会盲，我们扎也有出血了，那个人吃芝麻哪有不掉，那人吃烧饼都会掉一点芝麻的，总会有病人很紧张，一拉出来眼睛里面出血，眼睛一块黑黑的，不会瞎，因为针很细。人很奇怪，这位病人平常被扎了多少次了，每个礼拜一三五，二四六在扎，扎前面三次都没有问题，都从来不出血。那天我说要拍照，跟他讲明拍照要经过他同意，他说没问题你拍。当他知道要拍时，眼皮崩得很紧，那天就出血，第二天来眼睛是黑秋秋的，我说你那么紧张。我找病人给我拍都是很熟的。我说很清楚，今天拍你才会有，以前没有拍你从来不出血，就是那天拍时出血，紧张这是证据。不熟的我不会讲，熟的我才会。以后拍临床时，我讲过我会一直持续下去拍到退休，后面会慢慢附上来实务的临床，所以即使你们有到美国去，你们买 DVD 的没有去，但是那个临床的带子会寄给你们，一直在更新，那有的病人，我们扎针还可以，因为直接扎上去可以看到，那问诊、

望诊时就比较难了，病人可以把他拍进去，那我一定会找我熟的病人，很好讲话的我才会拍。那每一次一拍开始拍病人就变了，好象在做明星，就变了，就开始讲话我觉得很累，这个怎么跟平常不一样，很麻烦，他晓得大家要看他就这样。

【刺头中脑户】，扎头部时一定要是在皮骨中间，比如百会从上五分就往下扎，如果病人是趴的，从后五分往前扎，前后都没有关系，但是绝对不是直的进去。头这边很直的，想办法找到脑部一个空，硬扎到脑袋里面去他当场就死掉了，不可以的。

【倪师内经 62 视频同步文稿】

【刺舌下的中脉太过，出血不止】，声音会哑掉。勇敢的就结束了，胆小的一定是它收回去了，戴个手套拿棉花把那个舌头夹出来放血拿细针，32 毫的毫针，在静脉血管上这边戳两个三个都没有关系，左右各戳挤一点血出来，这是舌头放血。那对木舌，就是讲话，中风时讲话不是很伶俐，效果很好，可是要小心不要被它咬到。第二舌头拉出来以后不要放太多，细针放，不要拿粗针，平常验血放血那么大根针下去刺，那就太过了，放一点血就好了，太过就不行，造成声音发不出来。刺脚下的【布络脉中，血出不止】，脚就会肿起来。千万不要放血太多，不要扎到动脉的地方。如果【刺郄中大脉】，委中的地方，把动脉血管刺破，令人脱色，因为大血管在这边。【刺气街中脉，血不出，】气街不是一个穴道，而是一个范围。正面看这是膝盖，这是右腿，阳明经顺着这边下来，一直下来到这个足三里，以上整个都是气街，实际上在脾经里面也是气街，所以如果侧看腿是这样，侧看腿这边，整个都是气街的位置。气街的胃气能够达到这边来，所以脚冰冷时冰到膝盖就停住了。那气街里面的脉如果是扎这个中间的，这里面很多动脉，扎到动脉，这个腿的内部就会肿起来。如果【刺脊间中髓】，如果针扎得很深，扎到骨髓上，现在不会了，以前会，因为以前针都没有消毒，扎后就放到口袋里面就走了，拔起来就走。下个病人来了拿起来，然后拔出来针关掉，抹一抹，针直的拿起来，针扎到骨头上不得了，扎到骨髓里面去，当然会伛偻。乳中穴不能刺，会造成肿，发炎不会消。【刺缺盆中】就会扎到肺，造成内泄。【刺鱼腹里】，鱼腹里面也有动脉。大醉的人、喝醉的人不能刺，大怒生气的人不刺，过劳操劳的人不刺，刚吃饱、大饱的人、大饿的人、大渴的人、受到惊吓的都不刺，前面有讲过太瘦，形瘦大虚，瘦得干干的，一点元气都没有，不扎针，开药给他吃。这个人已经虚了，病气很盛，针下去会把正气排掉病气在里面。实际上在讲针灸时介绍过。

第五十三篇 刺志论

427 页，刺志论，黄帝问虚和实怎么辨证？岐伯说【气实形实，气虚形虚，】这是常人，如果长得很结实很壮气实，瘦瘦干干的人没有气。气虚形就虚，这是常态，反者就生病。比如有个人长得很壮，可是完全没有元气，生病。【谷盛气盛】。谷盛，吃东西胃口很好；胃口不好的人气虚。【脉实血实，脉虚血虚，】怎么知道血实还是血虚？摸脉，脉很实，血实；脉很细，血虚。从脉上可以看到，反过来就是病态。黄帝就问如何反？岐伯说气是阳，气虚的人应该身体觉得冷，现在气虚的人身热，这就是反，就是病态。

【谷入多而气少】，饭吃得很多，元气还是不够，讲话还是没有力量，这是反，这是生病。吃不下东西而气很多，不断在气喘，东西又吃不下去，这也是反症。【脉盛血少】，脉很大，这个人是血亏的，我们很多血亏的症状脸上看起来是青色，比较黑色，比较暗的，讲话比较没力量的，手臂拿起来时，手臂这边青筋冒出来的都是贫血，所以我在摸脉时偷看人家手臂，那不好的医生就这个女生很漂亮，那边脉也忘了，那个手臂平常的人贫血，所以不管人的美丑，我们看病人时，病人常常说我看他，他说你觉得我怎么样，我说眼睛就是眼睛，鼻子就是鼻子，我们看久就是这样，有什么，没有感觉。那有的人想称赞他一下，我当然会称赞，你看我象笨蛋吗，人是这个马屁拍他他就很开心，人都要称赞捧一下，那病人对你很开心，这个医生很好，他来找你有信心，我还是会称赞病人，我常常很丑还说好漂亮，尤其女人跟她讲好漂亮，好开心的，从来没人说过我漂亮，这

个医生说我漂亮，中国瞎子。我们还是要讲人家好处。

有的人【气盛身寒，得之伤寒】，这跟前面不一样，就是很强壮的人应该不会冷，很壮，冬天要穿个那个短袖很壮的衣服，他是居然是怕冷，气盛如果壮汉衣服穿了很多，包了好几条棉被，还是冷，就是得的是伤寒。【气虚身热，得之伤暑】，这个人没有元气的没有什么力量，结果全身发热，这是伤于暑气，暑气太热。本身就是已经有热了，再加上天阳的暑热，热上加热，就会伤于暑。【谷入多而气少，得之有所脱血】，吃东西吃得，人精神还是不会聚，一定有所脱血，难免有出血。

【湿居下。谷入少而气多者，邪在胃及与肺】，吃得不多，病在胃和肺的地方，这都是反，反都是病。【脉小血多者，饮中热也】，可能喝酒属于这类型的，吃鱼也会热中。【脉大血少者，脉有风气，水浆不入，此之谓也】，任何人的脉大，脉浮起来都是属于风脉。【脉实者，所谓实气，实证代表气入，虚者，气出也。气实者一定是热，气虚者一定是寒】，虚实也可以用寒热来表示，所以病人平常感觉到很热的都是气实，平常感觉到比较冷的都是气虚，简单讲就是这个意思。比如有人气喘，他吸气吸进去没有问题，吐气出来有问题，吸入没有问题，是什么？是实证，吐气有问题，虚证。【入实者，左手开针空也，入虚者，左手闭针空也】，就是治疗虚证要下针时，针拿起来赶快下到针口，不要让他气出来，他已经气虚了，如果是实证的人，我们出针口时，不要去按它，让它气漏出来一下，他就好了。

第五十四篇 针解

第一节 九针虚实之解

针解篇第五十四篇，黄帝问九针之道，九针的虚实之道，如何应用这九针。岐伯说【刺虚则实之，针下热也，气实乃热；满而泄之，针下寒也，气虚乃寒。】所谓的寒热虚实寒热，在临床上下针时看得很清楚，比如这个人胃痛，真的很痛，很难过，管什么虚实，躺下来足三里针下去，足三里是本穴，它是胃经的主穴，虚实病都好了。如果下针平补平泄，病人胃家实证，过一下子针一下就会凉就代表气散掉了；如果是寒证时，要看针慢慢热起来，代表热气回来，寒去掉了，病人会这样感觉到。所以本穴上面做无所谓补泄时，那个穴本身就是本穴，虚实都能够治最明显。虚的人里面是寒的，针下去之后针热起来就代表虚则实之，所以气实乃热；如果是虚证，气虚的，针下去以后，如果出寒的是因为虚，要等到热代取针。【菀陈则除之】，菀陈是血脉上面有瘀血。这时要放瘀血出来，身上尤其是脚上面，手上面不多，大部分针在脚上面，因为上半身是阳，下半身是阴。那会有瘀血，血是阴，所以瘀血大部分停在下半身，上半身有瘀血，大部分是内伤，撞伤或是打伤，或跌打损伤或头部有出血，绝大多数经络上有瘀血时都在下半身，所以看静脉曲张脚拿起来，有没有看到手上静脉曲张？没有，目前还没有发现，大部分生在脚上面，因为脚是阴，下半身是阴。那遇到有络脉上有瘀血时，刺脉出血。这个所谓虚实者，所以【出针勿按，徐而疾则实者，徐出针而疾按之，】虚证就是我们刚刚简单讲就是实证在放血时不要按它，让它血尽量出来，让它气血尽量出来，虚证时尽量去按它，不要让它气跑掉。

第二节 导引下针法九针之意

岐伯说【言实和虚者，寒温气多少也】，黄帝问这个虚实，就是用寒热来解释，热就是实，寒就是虚。【寒热若无若有者，疾不可知也】，有时很浅。【虚实之要，九针最妙】，过去《黄帝内经》上讲的都是九针，现在墙壁上有。现在用的针都用毫针，我讲过都用细针，那个九针现在用，以前的古人不太一样，所以我们很少用那个针，那从我们老师这一代下来都是用细针，都没有用粗针了。因为古人跟今人不一样，古人体力多，肌肉很扎实，那个细针根本没有用，铜墙铁壁一样。那现在的人很瘦一戳就进去了，以前的针那么粗才刺得进去，那就是九针。同时我们有很多地方用来放血，因为冬天时外面天

寒地冻，而病是发在北方，那衣服脱一下子他本来有病了，这样更寒。有些在末梢上就可以放，南方气候比较热，那我们选取的针穴也不一样，所以中国上因时因地，会有这种选针的形状。现在用的最多就是过去所谓的蜂针，细，很细，长短而已。再加上放血针，还有梅花针、梅花扣，皮肤放血，治病在皮用的。

430 页，刺实证要让它变虚，一定要留针到阴气隆至，在刺实证时扎完针留在那边，要等阴气来，怎么知道阴气来？针下寒的，针下是冷的，这时把针拔出来。如果刺虚针，一定要等到实气到，怎么知道阳气隆至，怎么知道阳气来了？针下是热的，的确病人会感觉到很热。如果不热抓起来捻一捻针，然后跟他说等针热再起针，他等一下就告诉针很热了。其实病人怕针，不跟你讲热，就一直捻一直捻。寒热，感觉寒热来了气到很快，很简单，不单单是病人，包括医生在内，医生一定要心要到。后面写得非常好。

431 页，【深浅在志者】，针下多浅心里要明白，要知病在内还是在外，【远近如一，深浅等候，如临深渊，不敢惰】，不敢停下来，【手如握虎，欲其壮，神无营于众物者，静志观病人，无左右视之】。要全神贯注在病人身上，所以平常在引气时手如握虎，比如病人膀胱经痛，最普遍用的是单刺，所谓单刺就是右边痛扎左边一针，虚证在委中，阴谷扎他委中让他一条筋痛，一条筋就可以治好，如果这是我们因为忙，如果我们真的做针灸怎么做，这里痛，一针下到这个地方，病痛的地方，扎得很浅，因为经络痛，经络痛不会深的，用一寸的针扎一半进去，扎到委中下一针，导引手如握虎，远近如一，进针进去，远近如一的，所以当把针握到时，就好象插头插上去，会很强。你们平常没有用，我很少用，除非遇到重症我会用，下次我拍个录影带拍回来给你看，重症就是瘫痪掉了，两只针抓，因为你用一次你很累的，一天用三次我就挂了，就回家睡，从来不睡午觉的也要跑去睡午觉一下。针拿到以后，做捻转时是一样的动作，所以这个手往这边转时这个手，就是往这边转，同个方向转，这个叫导和引，气一下就来了，非常的快速。那如果那边在导引，那边在看电视看新闻，恐怖分子在打双子星大楼，你在那边专心看一点气都没有。一定要神志要到，这叫导引。

扎肿块时，肚子里面有硬块肿瘤时，针下进去时要扎过肌肉、脂肪，碰到肿瘤，不扎到肿瘤里面去，这一针在这边，一针在下一步要导引，同时要施，肿块散得很快，那当然加上一些内服药，针就可以做到导引就是这样两手一起做，如果真的做导引时可能一天只能做几个人，已经受不了了。人多了没办法，我们就直接做针刺，用留针让病人静下来，所以我们扎完针都把灯关掉，让病人安静下来，让他什么都不要想，病人神一到时气就来了，所以我们留针在那边是病人自己恢复，我也可以加速它。这篇讲的就是这个意思。所以诊所跟家一定要分开，你可以神无一物，太太一叫你不理就惨了，我告诉你，所以要分开来比较好。

最后一段突然跑出来，所谓【三里者，下膝三寸，所谓跗之，举膝见】，跟这篇没关联。黄帝问【九针应天地四时阴阳，又问他方法，今传于后世】。岐伯就开始解释九针，【夫一是天，主的是皮，地主的是肉，人主的是脉，四时主的是筋，五音主的人的声音，六律主的阴阳合气】，阴阳合在一起时会产生这个合气的现象，所以音乐真的可以治病。七星是眼睛、牙齿，脸上都是星；八风就是气的出入；九野就是人身上有九窍，两个鼻孔两个耳朵两个耳孔一张嘴巴，上面就五个，然后耳朵、鼻孔、眼睛六个然后嘴巴七个，然后加上大小便的地方九个，九针。这是人因为天地有九个地方，所以有九种针，来对应人身上的刺法。现在拿到只是给你看以前的施针法，现在都是一般的针就可以了。

第五十五篇 长刺节论

第一节 导腹中气、疝气病于筋筋痹

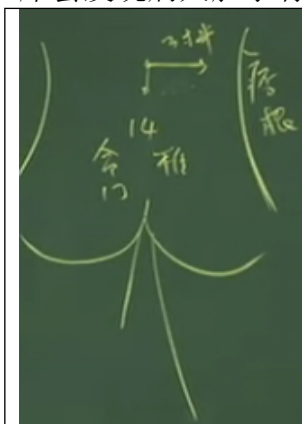
长刺节论，《黄帝内经》第五十五篇。这里就没有黄帝问岐伯曰，开始讲针灸的原则，【刺家不诊】，针灸，下针的人不诊脉，不要摸脉。真正的中医摸脉只是确定，我们在望

闻问已经很足够了，如果摸到脉跟我们望闻问得出来不同的答案，舍脉取症，医家历代张仲景都是这样做的。【刺家不诊，听病者言】，要注意听病人讲话，病人【头痛，为藏针之】，就是埋针，刺到骨边，病就好了。【上无伤骨肉及皮，皮者道也。阴刺，入一旁四处，治寒热。】扎头部就是扎皮骨中间。如果是病人出现有寒热的症状，这寒热跟刚刚头痛不一样，比如项强，全身发冷，全身发热，遇到这种情形时，我们一针下去，旁边再加四针，上下左右加，这一针扎到这边，这个穴道扎到上面、下面上下左右各扎一针，这个专门针寒热的。什么叫针寒热？现在怕冷，这个怕冷是从哪里？从里面冷还是从外面皮肤冷？皮表冷。病人会知道，去问，不需要摸脉，当然一摸是浮脉就知道是皮表冷，肺主皮毛，就在肺，第三椎是身柱，下一针身柱，上下左右各下一针，上下左右各一寸，这时寒就会散到。如果是热，如果还是寒，问他这个寒从哪里来？是从骨头里面冷出来，肾主骨，病人会很清楚，他会告诉的，这时候就挑，所以没有一定的穴道，但是都是在主症的穴道旁边上下左右各下一针。

【深专者，刺大藏，迫藏刺背，背俞也】，如果病情很深，深到骨头旁边，这个刺的道理。如果这个病情是在背上，背上有所有的的内脏的心俞、肺俞、肝俞、脾俞、肾俞，也有腑，小肠、胃道和膀胱都有，如果这个病从脏里面发出来，这个是脏病，要下针在背的俞穴，比如胃就扎胃，肾我们扎肾，三焦就扎三焦，诸如此类的。如果刺他的脏腑的俞穴时，腹中的寒热就会自然而然会停止，与刺之要，发针而浅出血。我们在针灸上面来说，一般在背上膀胱经上，记得，膀胱经在针灸上和《黄帝内经》一再强调它是少气多血的经，所以如果治脏病，现在讲的是完全是针灸，包括治气喘、胃癌、肾脏癌都是一样，不管里面的病，专门治脏病时，扎在当经的俞穴上，可以放血，皮肤放点血出来，当放点血出来时，一定是当病人还有正气时，病人如果元气大虚，再给他放他会更虚，邪会更深入，所以当知道病人还可以跟病在抗争时，把血放掉，病邪会往外走。

如果治腐肿，就是化脓了，有痈肿里面化脓了，就直接扎在脓肿上面，那看痈的大小深浅来刺，如果痈很深可以刺得很深，浅刺得很浅。如何知道深浅？很简单，把它捏起来一摸就知道有多深，捏一下好大，针一直下进去，有时针扎到脓里面，空的，里面都空的，都化脓了，那针就往下，碰到底了就停住。一般扎脓的针都很粗，32号的没有用，象刷牙漱口没有用，治不到位的，拿粗一点的针把针孔摇大一点，让它脓化出来。那脓还不出，再火罐上把它吸出来。遇到有脓，只要是皮肤开口有脓的，都要把脓放出来，这不用管阴阳表里虚实寒热，为什么，因为已经化脓了，代表是病在里面把脓抽掉，那恢复会快很多。刺大者多血，小者深之，一定要针扎到好的皮肤为止。

【病在少腹有积，刺皮膈以下，至少腹而止】，病在少腹有积块，有硬块在下面，皮膈 tu，就是脂肪，直接穿刺脂肪到下面，一直到少腹而止，意思是针到那痞块为止。临床会发现病人肚子有硬块时一摸就摸到了，很大一块硬硬的，有的妇人她站着没有感觉，



一躺就摸到，所以都是躺着扎针。摸到硬块时，针可直接扎到硬块上面，不要穿到硬块里面去，扎到硬块上面，扎完以后留针，背面【刺侠脊两旁四椎间】，就是华佗夹脊，从督脉第一椎大椎开始算第四椎开始，两旁各两针，还有膏肓穴扎针。【刺两髂（腰骨）季肋间，导腹中气热下已】，热排出来就好。

讲一个经外奇穴，这是病人的臀部，这个是第十四椎，命门穴，命门往上一节，外开三寸半，这个地方特别一个名称，叫做痞根。所有的外的病都是百病风之始，是从外面进到身体里面，进到皮肤表面没好，从孙络就跑到主经上去了，主经没好就跑到内脏去了，才会病越来越深，百病风之始。

【倪师内经 63 视频同步文稿】

如果扎了硬块，再扎背后的夹脊两旁第四椎下。夹脊是督脉外开五分，外开一寸半才是膀胱经，外开五分是夹脊。针直着下去，不要一寸半，一寸针下去就好，扎到夹脊上面。后面讲的髂股季肋间，就是讲第十三椎外开三寸半痞根穴，这样导腹中的气，热往下走，少腹就会开始热，并不是说热从阴部排出来下，而是说这时上焦的热就会直

接进入少腹，肚子会热起来，热起来以后肿瘤、硬块都会消掉，这是扎硬块。所有的积块全部是来自寒，所以要热到了才行，当然灸关元也非常好，灸关元根本就没有病啊，所以灸关元会长命百岁。

【病在少腹，腹痛不得大小便，病名曰疝，得之寒】，所有的疝都是寒，当然有好几种疝，到时候在经过那种寒疝很强时，病人的白经都吐出来，肚子很痛，



我一味药就好了，越重的症药会越来越来少，到时候我会教诸位，这个不难。《黄帝内经》不讲药，讲针灸。【刺少腹两股间，刺腰髀股，刺而多之，尽热病已】，少腹两个骨头我们按照正面，寒疝时腹痛很强，髀骨这边去压，痛在这里，哪边痛就扎哪边，阿是穴最准，针扎到这个上面，这就是少腹两股之间，腰后面的腰骨之间，后面腰骨这边也可以找到压痛点，第十四椎周围找到压痛点，按压痛点来下针是最标准。因为寒的位置这边这边有时不一样，有时会上下，所以压痛点会稍微转移一点，疝气针灸也可以治得好。两种病都是疝，都是寒，所以一定要保持下焦是热的。

436 页，病在筋，筋有病时，筋挛节痛，关节痛，筋也痛，【不可以行】，走路没办法，称为筋痹。【刺筋上为故，刺分肉间，不可中骨也，病起筋热病而止】，前面讲筋时第一个就想到筋会阳陵。【所谓不可行】，筋病一定发在膝关节的地方，就是曲，弯曲，不能伸直了，下针扎筋病时阳陵泉，那我们从阳陵泉，为什么会说阳陵泉一路透到阴陵泉？阳陵泉到阴陵泉诸位透过去就知道，它不是在扎到骨上面，是扎在筋的中间，筋也很深啊，一路透，阴经、阳经都是透过去。如果以腿来说，我们不要以身上来说，膝盖以上是气街是阳，膝盖以下是阴。阳陵泉透阴陵泉透过去，阴阳就交接起来了，所以病人恢复会很快。临床上扎一针阴陵泉，扎一针阳陵泉，两边同扎一针，跟一针单透效果完全不一样，原因就在这里。【不可中骨】，不要随便刺到人家骨头上面去。病人扎了一段时间他就感到膝盖热起来，穴道的地方整个热起来，好了，把针拔出来。

【病在肌肤】，肌肉都会痛，【名曰肌痹，伤于寒湿】，因为肌肉是脾脏在管，脾是管劳动，管四肢，湿会伤到脾，湿很甚会伤到脾。那又冷。这时以大小分肉之间，我们扎针时在两个肉时，扎下去也是在肉的中间，不会扎得很深，不要伤到筋骨，不要碰到骨头。【以热为故】，就是留针留到那边，捻捻针就发热了就停在那边就可以了。如果伤到筋骨，扎太深了，病明明在肌肉扎到骨边，痛发若变，诸分尽热。过去因为针消毒不是很好，所以我相信很多为什么是扎过扎过怎么样，就是因为针消毒不好，才会产生那么多病变，实际上现在针消毒好，这种稍微过一点也不会过到哪里去。有时心情会起伏不定，那个病人跟他说，胆瘕犹豫不决，“别给我开药，我不要吃药。”“那我扎针好了。”“我不要扎针”“那灸好了？”“那不要灸”“那我给你吃药丸？”“不要药丸吞不下去”那干脆开药，药也吃不下去，那怎么火大的，总是要给他一个对不对？那你好吧，那你帮我针好了，刚开始你就很火了，这个胆瘕，犹豫不决，本来很浅扎得很深，医之过，我们也很苦的。就是这个犹豫不决，不知道谁之过。有的人就真的这样很奇怪，一定会遇到，什么人都有。那所以我认为以前的针不干净，严重会有，我们现在针用的话即使有不会那么严重。

【病在骨，】怎么知道病在骨？没法举重物，因为能够抬重物就是靠骨的，【骨髓酸痛，寒气至，名曰骨痹】，深刺不要伤到脉肉，直接扎到骨头旁边，骨热旁边，骨感觉很热，这个下针的地方感觉很热，我们在扎针时病人常常会有发热的现象或发寒的现象，看你的手法在动。

如果病在阳脉上面，且寒且热，都忽冷忽热，这个称之为狂，病在阳脉。【刺之虚脉，视分尽热，病已止】，刺之虚脉，比如病在阳经上，扎阴经，比如胃经扎脾经，我们有对侧的扎针，阳盛时阴就会虚，那我们用阴把阳导下来，因为扎阴经时阴会上去，阳就会下来，阴阳是很正常的。所以我们常常在看中医非常奥妙，人体是循环的，我们看到病

人平常热时一点寒药下去就好了。有的病人是极热极热我们用寒药下去不好，我们用热药下去才行，因为热到极人是会回来的，它不会再冲上去。所以在那个点上面就看医师的高明了，一般的医师看热就这样了，还开附子吓死人了。其实不是，一吃下去热回头马上就寒冷下来，热极生寒，寒极生热，针灸也是这样。病在阳经上面，扎阴经。阴一起来，阳就跟着下来了，这是治症的原则。所以狂症常在阴证上扎。如果病初发，象刚开始病在诸阳亢时，一年发一次，如果没有治好，病人一个月发一次，又没有治好，一个月发四五次，这是癫病。针灸都可以治。

病得到风且寒且热，风寒热都有，一热汗就出来，一天好几次，这种除非弱脉，这就是表证。所谓有寒有热就是，如果这个病气在转变时，病气有时病退我们阳就进，我们的体阳一进时就感到稍微热，那病进时我们体阳退时感到稍微冷一点，那常常表汗，流汗会出来。表虚，病在很表面，扎针在腠理在络脉中间，扎针很浅的。那三天扎一次，一百天就好了。当然这个是不怕针的，在《黄帝内经》上是这样讲，针灸可以把往来寒热这种风寒感冒可以治好。如果学到处方时，真的不要一剂处方吃下去，三个小时就好。比如下午一两点吃，晚上还可以约会，感冒就好了，很快的。

病大风，骨节重，发眉堕，当病到大风，眉毛头发都掉下来是严重的，只有麻风病才会有这种眉毛掉下来，鼻子也掉下来。【刺肌肉，汗出百日，刺骨髓汗出百日，凡二百日，须眉生而止针】，让他头发眉毛都长回来，要刺肌肉要刺骨髓，因为大风的人骨节重，那这要扎到骨头旁边去，深针，针要扎得比较深，扎两百天。

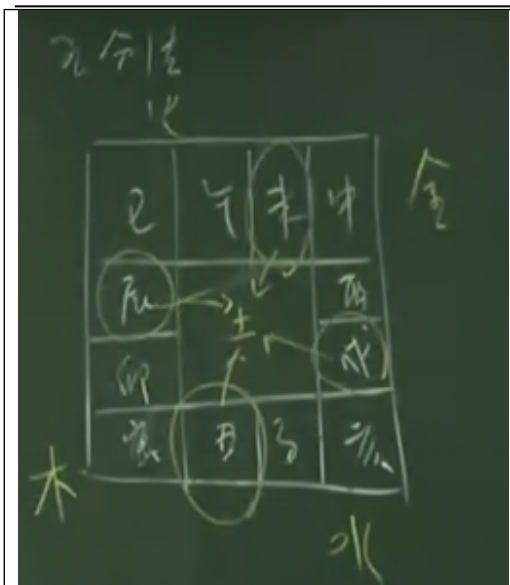
第五十六篇 皮部论

第一节 十二经络流注时辰

皮部论，第五十六篇。【余闻皮有分部，脉有经纪，筋有结络，骨有度量，其所生病各异。别其分部，左右上下，阴阳所在，病之始终。】岐伯讲的是阳明经，阳明经的位置会有浮络上面会有瘀血，都是阳明之络，大部分都在腿上，小腿和足背上看得最多，前面就讲看到多青就是痛，黑是痹，痹就是麻痹，黄赤都是热，【多白则寒，五色皆见】，五中颜色都看到在胃经上面就是寒热并见，病如果在络，络盛时病会进入到经上面，【阳主外，阴主内】，这是原则，阳明经主外，太阴经就主内，阴阳一定是相辅相成的。

【阳明之阳曰害蜚，少阳之阳，名曰枢持，上下同法】，一样少阳胆经跟三焦经都是经络流行的位置，太阳的阳称为关枢，少阴之阴称为枢儒，心主之阴就是厥阴名曰害肩，太阴之阴名曰关蛰。这个都有它的每一个经络，原则上都是经脉上面受病时络受病，络没好到经上面，每一条经都有看到颜色，看到颜色这个青赤黄白黑，各种不同的症状，血脉给它放掉，这是大原则。后面很重要。

444页倒数第四行，【凡十二经的络脉者，皮之部。百病之始生也，必先生于皮毛，】在这里下了个定义，十二经脉流注时间流注的时辰，肺寅大卯胃辰宫，胃是辰时，脾巳心午，小肠是未，申胱，申时是开膀胱，酉时开肾，心包开戌，亥焦是开三焦，子时开胆，丑时开肝，当知道这个为什么？是十二经脉流注的时间，也就是说病气一注入身体时就侦测到了，它还没有入脏，所以比如一个人肝病，两年前他就开始一到三点不能睡，



因为刚开丑时，这时不见得有肝病。《黄帝内经》按照五分法，把丑、辰、未、戌，这四个归类为土，巳午是两个火，申酉是金，亥子是水，十二个时辰把它分成五等份，但是这个讲的是内脏，它不一样。举例，这个是土，我们讲过五行脏腑走时，同一个属性的病会起，相生的病是持平。

如果胃癌胃病，土生金，所以下午三到五点时是持平，平常都很难过，到了下午三点到五点胃很舒服，因为这是金。到了戌时开始难过，但戌时还没有经过亥时，还是有阳气在这边，过子时后到第二个土时，这个土时是阴的，阴主血，就是阴土，是当土气时碰到阴土这时受不了了，吐血出来，所以半夜会吐血。白天是气，晚上是血。半夜会吐血出来，

这两个不太一样，所以这时在治病，内脏病发时就是这样，可是在预测病发生是两年前，比如现在看到是肝癌了，两年前为什么不找我，两年前什么事？两三年一定晚上一点到三点不能睡觉。怎么知道？因为百病风之始，所有的病开始是从经脉进来的，皮表皮部，这就是经脉的流注。为什么要知道？经脉流注经脉发生事情时里面不见得有病，但是身体已经预知了。在经脉时就下手了，是上工治未病。那怎么会有这个问题出来，现在了解我意思。西洋人不懂这个，他才不管，他的药就是化学治疗，管你的，所以都是死的，他预测死得很准，我们中医预测是这个病会发非常得准。那有时你奇怪了，晚上每天凌晨三点钟我就醒过来到五点钟才能睡，并不见得肺有问题了，而是肺经有问题了，因为经脉流传到那边有问题了。那经络有问题跟脏还没有发，所以两三年其实就有预兆了，这两个分开来，这是第一个。

第二个当持平时，就从求救时赶快去翻书或是打电话给我都没关系，那病在起时并不是治的时机，我们要等病退才是治的时机，在治脏病时，那经有病时是代表预测，两三年前我们就知道了，这个经有病了，按照我们师傅相传下来扎的是荣穴，《针灸甲乙经》是俞穴，其实两个都好，我临床上两个都做。《黄帝内经》岐伯讲的是胃的中脘，我下针为什么下到巨阙？因为胃的中脘穴，是心和胃有相关，因为络脉是相连的，有发了心脏病影响了胃时需要治胃，要扎胃；没有胸痛彻背时，没有胃反逆时我就扎巨阙。上纪也是一样的意思，因为针灸是很活的，你死板板的，非扎他的荣穴，结果一看那个人肝经没有荣穴，为什么？他脚趾头出车祸，结果行间穴没有了，你说没有行间穴没办法扎，这个病人真讨厌，考验我，要有活用，时间可以调整，人的时间可以设定。这是我们用针灸来定他的时辰的，我们可以把时辰调查过来。当然我们也可以用药，那我们也可以在经路上面。他是每天晚上三点五点钟就起床，这个是不是有什么病？是不是着魔了，如果没有针，在肺经上给他按摩，中府、云门、天府、侠白、尺泽、孔最、列缺、经渠、太渊、鱼际，你给他肺经上按摩。用指头当针，看他虚证，多久了？一个月，我们就顺着经推上去，按两三天一个礼拜，逆着经推下来，这都是活用，所以武器拿到手上面要活用，人不能太死，不要死板非要这样，后面还会讲到黄帝跟岐伯说什么叫圣人？什么叫智者？聪明的马好的马很好驾驭的，那个恶劣的马才不听你的话，怎么讲它脑筋都打不开，劣质的马。所以从这里我们可以知道因为十二经络是百病之始，皮之部也，所以任何病一定发于皮毛，所以针灸我们在谈十二经络，因为针灸本来把气血流注，这个五分法内科病，再用五分法。

【邪中之腠理开】，所以开这个病邪就会入客于络脉，当入客于络脉时，我们前面不是讲了刺症论，把症往来寒热打摆子把他手指都绑起来，清晨比如他是七点钟开始发症，我们六点钟给他手指绑起来，看到症在这个地方青脉放掉，血引出来就好了，奎宁（一种治疟疾西药）先不要管，我们讲的是几千年前的东西。那现在可不可以用？当然可以用啊，那没有药怎么办？哪天到了山里去，去探险，那里什么药都没有，突然有个人打

摆子上吐下泻，定时间在发冷发热，这样可以做，拿个绳子来，绳子没有，找个树藤，所以人要活用，没有绳子就是不行，那把衣服撕了，“老师，那不是绳子我一定要用绳子。”脑筋要活，不要死板板的。前面不是说刺症，症就在络上面，慢慢给收起来了，我现在在收了。留而不去，如果病在络上没有好，没有治好它，它就往那经上走了，跑到经上面留而不去这时就传入腑了，先到腑里面，腑就是消化系统：胆、小肠、胃、膀胱，所以肝病人有一段时间常常呕吐，有时下痢，便秘大肠都不好，那胃都不好，如果在腑上面还是没有碰到医生帮治好，病就会跑到更深，就会到脏里面去。

所以【邪之始入于皮也，泝然起毫毛】，这字念 su，溯然汗毛立正起来，【开腠理，其入于络也，则络脉盛】，当入于络时我们看到络脉颜色特别鲜艳，变掉了。有一种雷诺斯症，色变，手脚四肢就指甲整个冰的，冰的象紫色一样，好象那个手指头是放在冰块里面冰的，故意都没法这样，前面整个是冰的，然后青紫色，那个指头碰到真的象冰块，这是冰在络上面，那放血放掉。如果这人形瘦，已经没有力气了，不要放血了，当归四逆汤诸如此类的，所以这是治症，我们知道它的络，越来越严重就跑到脏里了。【其入客于经也，留于筋骨间】，寒气多如果跑到筋里面会伤到筋，造成筋挛，骨头会痛，筋和骨是相连在一起的。中筋就是我们的韧带，韧带就是我们中筋，如果是热传到里面去，热传到骨头旁边，筋骨旁边，就叫筋弛骨消，骨头就破损掉了，骨头骨质疏松了，骨头就不过硬了，筋没有力量了，那肉肌肉会萎缩掉，这个皮肤容易溃烂，皮毛也会掉。

442 页，所以黄帝问【皮之十二部】就是十二经络，生病何如？岐伯就说任何的病都是渐进，渐渐进到身体里面来的，【皮者，脉之部也。邪客于皮，则腠理开，开则邪入客于络脉。络脉满，则注于经脉。经脉满，则入舍于府藏也。故皮者有分部，不与，而生大病也。】皮者脉之部，邪客于皮，当病邪在皮肤时，肌肉腠理就会打开，开则邪进入更深，刚开始客于络脉上，络脉满后没地方跑了就入注经脉，所以逐步逐步侵蚀身体的，经脉满就入舍于腑脏，所以到后来才到腑脏。【所以皮者有分部，不与而生大病】，就是在皮部没有把它治好，一直延伸下去才会生大病的，反过来，如果在皮部就把它治好，不会生大病的，这个意思。黄帝说善，很好。这篇皮部就是讲病怎么来的。至少西洋人现在还不知道病怎么来的，常常我在笑西药厂的东西，他们那个理论，因为不懂得阴阳，不懂得寒热，他懂表里，所以他才会解剖在皮肤上有表里，他也懂虚实，他有通便剂，还有铁剂，镁剂什么，在补，打点滴营养，他知道虚实，可是因为他不知道寒热也不知道阴阳，所以你不知道寒热不知道阴阳，你做出来的动作正好和治病得到相反的结果，你以为是这样的，其实正好是反的。所以他开抗忧郁的药，当时设计抗忧郁的药就是希望你不要去自杀，结果吃下去很开心的而且还专门从高楼上跳下来死。

第五十七篇 经络论

第五十七篇经络论。黄帝问【络脉之见也，其五色各异】，就在手脚四肢的末梢，络脉都在末梢，找络脉不会找到身体上去，一定在四肢末梢手脚的旁边，【五色各异，青黄赤白黑不同】，为什么？岐伯说经有常色，大的经脉，手太阴肺经、手阳明大肠经，经脉颜色是固定的，【络无常变也】，络脉比较边，比较靠近体外。那经脉的常色这个大家都知道了，那络的阴阳，我们应该是不是对应他的主要的经脉，颜色会有对应。

【倪师内经 64 视频同步文稿】

岐伯就说【阴络之色，应其经】，阳络的色，有一定的颜色，比如脾经，脾的络就应脾的经，脾是黄它就是黄，但是阳经没有，阳经的颜色就变来变去，随四时而行也，【寒多则凝泣，凝泣则青黑，热多则淖泽，淖泽则黄赤，这都是常色，谓之无病，五色具见者，谓之寒热。】五色具见者包括看他脸色，包括看他手脚边都可以，你们现在很难想象，等真的去临床时，那个手真的是黄的，拿起来真的是黄里带黑的，那个拿起来手是人家

说朱砂掌，整个手是暗红的，什么朱砂掌，那是肝病。诸如此类的，真能看到这种颜色。所以这是一种络会改变的颜色，经络的颜色。阴络不会改变，只有阳经的络才会改变。经络论很短。

第五十八篇 气穴论

447 页，气穴论第五十八篇，岐伯很厉害，诸位看他怎么讲气穴，黄帝说气穴三百六十五以应一年，岐伯就赶快巴结一下黄帝，这个问得好，太英明了。448 页，岐伯说问这种问题【圣人易语，良马易御，】不是一定要你们大家做圣人，而是怎么知道这个是君子小人，是有大智慧的人？有大智慧的人，跟他沟通很简单的，一讲他就会听了。那个脑筋愚昧不堪，象顽石一样敲都敲不醒的，骂他还骂不醒的，死掉还不知道他是笨死的。好的马容易驾驭，当然真的是智慧的人你会知道，这个意思就是说聪明才智高的人他会知道会做取舍，所以大家一定要会取舍，那个人跑去他相信西医的解剖药学的。你说你为什么相信他？我就是相信他。那你懂不懂？我不懂。你什么系毕业的？跟那个药根本没有关系。还是会相信它。那你不懂你为什么相信它？它科学啊。那什么叫科学？他也讲不出来什么叫科学，反正你看大家都在那边，大家都去。我就去了。这个是劣马，不知道怎么驾驭它，教他也教不起来。那我就跟他说大家都在那个是前门，我带你到后门看看，这个人看前门不看后门。婆婆选媳妇，看正面看背面，但是看看正面不错，看看背面之后看了屁股大了会生小孩，屁股小了不收的，这个以前都是婆婆都是这样看背后，我带你到医院后门看看，吓死他了。

第一节 心痛彻背、背痛彻心

岐伯第一个回答很厉害，第二个岐伯居然短短的一章把经络全讲完，针灸那么多，一章讲完了，厉害！不但一章讲完，前面还先讲个治病的法则，我那一套针法就从这里来的，岐伯说【背与心相控而痛】，就是阴阳不交，背是阳，胸是阴，如果阴阳不交时心痛彻背，背痛彻心，【所治天突及十椎及上纪】，岐伯的上纪讲的是胃脘，就是中脘穴，【下纪者关元，】扎天突、中脘、关元，然后扎完在背后再扎第十椎，是按照岐伯的，专门心痛彻背，背痛彻心，也的确一次就好，效果很好。如果扎了天突，扎了中脘，扎了关元，那你第十椎没扎，扎完针他前胸不痛了，后面还痛，他说就痛那一点，看第十椎这个厉害，为什么？就是因为三焦气脉的汇，汇在这个地方。所以好人做到底再给他下一针。

【背胸邪系阴阳左右】，因为背是阳，胸是阴，所以阴阳不交造成【其病前后痛涩，胸胁痛而不得息，不得卧，上气短气偏痛，脉满起，尻脉，络胸胁支心贯膈，上肩加天突】，因为这个络脉上面一是叫天突，斜到肩上，下面交到第十椎。这句话讲的是跟前面那一段是为什么讲到这里，就是有很多络脉在身体里面，实际上这三个地方，这个气脉是贯穿到的，因为这前面三个是所谓的任脉，后面是督脉，本来就是阴阳是贯穿的，所以它从里面走，第二个关元穴是小肠的募穴，关元穴本身也叫气脉，直接络到命门，命门是三焦的命门火的地方，所以灸关元很好。这个天突，气会膻中，膻中以上上来气总要汇集这个海的地方，脑是髓海，已经不能再装气了，气海就在脖子这边，除了脑子是髓海，再上面一个就是这里了，所以这个是脖子是气的海。所以我会天突，扎到让它气突一下，气之海，天突在管，中间是胃脘，让它胃气往下走，这样阳气会上来，阴气往下走，因为这个是阳气，扎下去后那个阳气就上来，阴气天突往下扎，气往下走，阴就往下沉，这时心痛彻背，背痛彻心的现象就会去掉。

如果《黄帝内经》看到这边时，这刚好就一套针法，岐伯只出了几个方子，你们现在学到了，我们怎么用这个鸡大便还有怎么煮，还有泽泻、苍术、茜草，还有乌贼骨，我们怎么做诸如此类。那后面还有失眠的。那后边就开始讲了，他前面先讲这个治症，不晓得为什么突然讲这个治症，黄帝在问他气穴，他就先把这三大气穴先讲了。

每一个全身上下所有的穴道都叫气穴了，这三百六十五气穴讲了什么关元、太冲、隐白、鱼际都是气穴。他前面多了一个治症。脏俞五十穴，腑俞七十二穴，这一票那么多穴下来，加在起来就是十二经络的大穴，这个地方我们不细讲，自己回去慢慢去算，我就讲岐伯就很厉害，偷懒。如果是黄帝问我，我没办法这样讲，我就开始背了，黄帝听我背来，任脉三八起会阴，曲骨中极关元锐，石门气海阴交仍，神阙水分下脘配，建里中上脘相连，巨阙鸠尾蔽骨下，中庭膻中慕玉堂，紫宫华盖璇玑夜，天突结喉是廉泉，唇下宛宛承浆舍，怎么考我这个问题，所以岐伯厉害啊，把黄帝打发掉了。我们研究了半天，半页还不到一页结束，太厉害了，天才！这个不得不服。

第二节 365 气穴、孙络溪谷

到 451 页，黄帝说知道气穴的由处了，其他更不知道，针停的地方，【愿闻孙络溪谷】，有没有对应？他说有，【孙络也有三百六十五个会，以对应一岁一年，以溢奇邪，以通荣卫。荣卫稽留，卫散荣溢，气竭血着】，两个不平衡时，气竭，气不足时血会停留下来，【外为发热，内为少气】，这个血停下来时就会有这种现象。【疾写无怠，以通荣卫。见而写之，无问所会，】意思就是只要看到堵塞的地方病人发热堵塞，放血，一点点放，真正的针灸我们在做针灸扎得很浅的，不会很深的，很浅的象小孩子发烧我们少商放一点点血，大椎放一点点血，他烧已经退了，所以我们常常小孩子来，舌头伸出来我看，小孩子他根本不懂，要挖他舌头他就头转来转去，他就跟你过不去，因为他不想你碰他，那你药也不晓得寒热，如果问他冷还热，他刚生下来怎么讲寒热，管他的，放血，烧就退了，所以很多种方式，那你可以发脾气，你说不告诉我寒热我扁你，人家小孩子大眼睛瞪着你你怎么办，这个医生要当好不能太过。

岐伯回答了溪和谷的关系，【肉之大会为谷，肉之小会为溪，】针灸里面有阳谷有很多以谷为名，那肉之小会，小的会的地方我们是溪，象后溪、解溪，阳溪这些都是溪，这个是小会的地方。肉和肉之间，【肉分之间，溪谷之会，以行荣卫】，气和血都在这个肉和骨交接的地方，交接的地方再走时再汇到大气。如果是邪很盛时，就会让气壅塞，造成气壅塞在那边，脉热会肉败，热停留不去的话，肌肉不能太热，就会烂掉，【荣卫不行，必将为脓】，会化脓，脓如果不消掉的话，这个脓会慢慢跑到骨髓里面，在外面会破到大的肌肉里面会到骨髓里面，这个留在节凑，中间必将为败，积留停在这个骨边，会越来越严重。

【积寒留舍，荣卫不居，】寒累在里面，刚刚是邪热堵在里面脉热，现在是寒证如果留在溪谷之间时，荣卫本来积在溪谷这边，结果现在寒气积留在这边，造成肌肉会萎缩，【肘肘不得伸】，没法伸懒腰，【内为骨痹】，因为关节很硬，寒在里面。骨痹的一定是风、寒、湿三者加在一起是骨痹，外面外症是不仁，麻木，这个是不足，这是因为大寒留在溪谷之间。前面是热，现在是寒。那溪谷有三百六十五个穴道，以应一岁，为什么讲溪谷？所有的溪谷比如河谷后溪这些小谷，意思是讲全身有三百六十五个关节，每一个关节中间都是有溪谷。所以寒如果停留在溪谷中间时，变成骨痹，就肿起来了，关节变得很大，风湿关节炎。也对应一岁。【小痹淫溢，循脉往来，微针所及，与法相同】，病初始时寒气初始时用灸，刚开始有点痛用灸用点针就可以把它去掉，比如短刺就是刺骨痹的，短刺法，在骨头旁边。

第三节 再论针灸大成

453 页，黄帝很尊敬他，岐伯讲得真好，【发蒙解惑，藏之金匱】，岐伯很厉害，几句话就把黄帝打发了，让他佩服得要死，还把它藏起来，藏在金匱里面，实际上讲了那么多穴，要知道怎么治症，还是要看《针灸大成》，在讲针灸时为什么讲找《针灸大成》，因为《针灸大成》杨继州很厉害，过去中国人就是我要保留起来，我要传给我儿子，不传给外人，这样我子子孙孙只要会这个技术，你不要传人一辈子吃不完，他的想法是这样，可是杨继州很厉害，他不管是各家，他都把它收集到手，他不是很有钱的人，大善人很有钱的人高价去买，就这个飞贼偷偷偷过来的，没法，他怎么干出来的，所以你看

他每一篇遇农夫啊，前后都不连的，突然就放在一起，所以杨继州他把它编纂在一起，各家名家收集，都把它汇编成一本书，那到了我们手上就是我们一次把它综合起来解决掉，所以针灸在讲时就变得很简单了。

【倪师内经 65 视频同步文稿】

第五十九篇 气腑论

气腑论第五十九篇，实际上就是针灸里面，讲针灸的经络而已，就不介绍了。

第六十篇 骨空论

《黄帝内经》因为流传太久了，常常上段不接下段，有时内容跟标题不太符合。

明明讲的是骨空论，现在说我【闻风者百病之始】，那用针灸来治风，那如何治它？我们在讲针灸，一开始就跟诸位介绍过，比如一个球，我们从外面进入那个球的中心，有很多种方法都可以达到这个目的，目的达到时病就解的，有时速度很快，有时速度很慢。风是百病之始，那我们有很多中药的处方祛风，一剂好了，有时两个小时，三个小时就好了。那现在我们不谈中药，因为完全讲针灸，那针灸如何去治表风？表风，表证。风由外进来时，一定刚开始，在孙络上面，孙络上面没有好时，才会进到主经上面，主经上面没有好时就进入腑，腑上面没有好时就进入脏，这是发病的顺序。

从皮表进来，到一路上。所有六经辨证，从太阳进入少阳，进入阳明，那阳明止到，病停掉了。从少阳会进入太阴，转输，进入太阴、少阴、厥阴，那是六经的辨证的方法。现在，风从外入，如何用针灸来做？岐伯就回答，风从外面进来，第一个症状，令人会有恶寒，有的人流汗。汗出跟不汗是有的。所谓有汗讲的就是风；无汗是毛孔会闭缩掉，一定是寒。伤于寒，病人一定没有汗；伤于风，病人会有汗的现象，病人【振寒汗出，头痛、身重恶寒】，这症状代表是表证，病人会有怕冷，觉得全身重，身重的原因就是脾主四肢，主肌肉。一中风了以后，风因为进到肌肉里面去，表汗就会流出来，就是比较不能固表，表阳会比较虚一点。脾里面的津液就没法去照顾四肢。津液在身上称为阴；津液顺行，流畅无阻，流畅的力量就称为阳。现在它不能流畅了，受到阻碍，就会全身很重的感觉。

治疗在风府，风府穴，大家知道，风府下面是，脑后方的枕骨，第一个风府，再来是哑门，从风府来调他的阴阳，【不足则补，有余则泻。大风颈项痛，刺风府，风府在上椎。大风汗出】，就是表汗不止时，遇到风，汗流不止时，当然我们会有阳虚掉，阳，这个汗在肌肉里面，水分在肌肉里面不会散失，不会有脱水的现象，就是因为我们有表阳，表的阳很足时，毛孔会闭住，就不会流汗流掉。现在就是表的阳不够了，体液一直往外发散，这时【灸臆臆】也可以，臆臆按到穴道，病人发臆臆臆臆，后面有反应。【从风憎风，刺眉头。】就是病人会有头痛，头痛在身边。头痛在攒竹，就在攒竹放血；在太阳，太阳放血。

第一节 落枕针法

【失枕在肩上横骨间。】这突然又跑失枕，落枕，【折使谿臂，齐肘正，灸脊中。】讲针灸时，最简单的方法，一刚开始头不能动慢慢躺平，头移到床的外面来，不要枕头，让他的头自然下垂，然后等个三五分钟好了以后回来，这样就好。如果病人不懂，已经伤到。如何治？下针落枕点，一些奇穴，灸怎么治？很简单，比如脖子很痛，这手抬起来没有问题，这手一伸起来，头疼就很厉害，那就把的那只手，不灸好的手，灸痛的那只手。比如我这个手抬起来很痛，这个会牵引到，这手没有问题，叫病人把手尽量往后翻，翻到这边已经不能再翻下去了，手指头，病人的手指头，按到脊椎骨那个点，你在

那个点上面做个圈圈，做个记号，手放开，在上面灸，落枕就好了，这是一种治疗治症。

如果两胁痛，引痛胀，刺謫謫。【腰痛不可以转摇】，牵引到阴部的痛，可以刺八髎，还有痛直接在痛点上下针。膀胱经的八髎穴，【八髎在腰尻分间】，这是一个腰痛的治症，腰痛治法很多，《黄帝内经》方法也可以。【鼠瘻，寒热。】就是鼠蹊部问题，【还刺寒府，寒府在附膝外解营。】阳关穴就是寒府，阳关就阳之关。【取膝上外者使之拜，取足心者使之跪。】找涌泉让他跪到，还有伏兔也让他跪到，很多穴道是跪取。

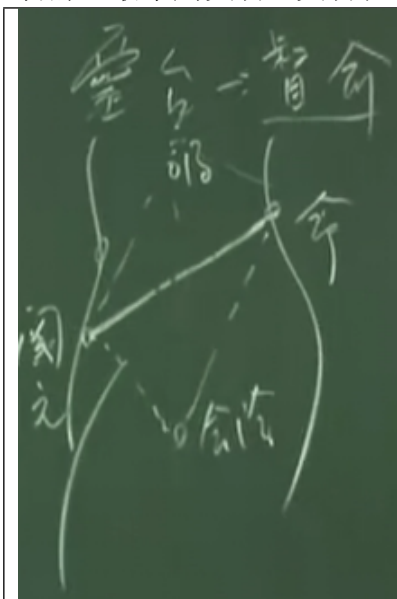
第二节 奇经八脉治法

462 页，奇经八脉的一些治症，不是很完整。

第三节 积痛、膝痛、不能久立

任脉生病，【男子内结七疝】，疝就是积痛。中医讲的疝，就是积痛，所谓积痛就是固定不动，一点，比如腹痛，肚子的腹痛，固定那一点痛，这叫做积痛，是累积而来的。

【女子带下瘦聚。】瘦就是肚子腹中的病，中医称之为瘦，里面有聚，就是有累积东西在里面。一般寒证都会产生积痛，【冲脉为病，逆气里急。督脉为病，脊强反折。】所以冲脉病时，公孙，公孙穴主冲脉，当气逆时，气喘喘不过气来时，下公孙，内关，因为它主冲脉，冲脉就是会有逆气里急。女人小便的地方的上面，跟阴毛中间那一个地方，突起来的地方就是女人的督脉的起点；男子也是从这边开始，【男子循茎下至篡】，从阴茎的地方开始，这讲的是督脉。督脉生病【此生病，从少腹上冲心】，督脉为病，【不得前后】，大小便排不出来，这是冲疝。如果有这种病，女子不孕，常有【癰痔】，痔疮，痔瘻，或小便失禁，咽嗝，口很干。【督脉生病治督脉，治在骨上，甚者在齐下营。】治疗督脉，最常用灵台，灵台在督脉第六椎下，灵台外开一寸半是督俞。在灵台上直接下针，



左右各开一寸半督俞下针。甚者，严重就治脐下三寸，关元的地方。因为关元，肚脐在这边，腹部下来，背后这样，这是腿，肚脐下三寸这个地方，络到命门，从关元穴到命门，中间有一条弦一样的东西。

道家练气时，就是在这边，吸气，这个弦往下沉，沉到会阴穴，就这样心里假想，这条弦往下拉，拉到这个地方（会阴穴）；吐气时，这个弦往上升，升到中膈的地方，升迁，这就是腹式呼吸，这最好的方式，心里面假想，这样心意也就集中了。过去很多的打坐的方式，用呼吸来算，一呼一吸是一，再呼再吸就是二，有的人专门算呼，有的人专门算吸，从一数到十不要忘掉，就是心意很集中，常常打坐数到五，后面忘掉时，不需要。就假想这一个，这个要懂，这个是真气的所在，三焦命门火的所在。

464 页，如果【气上有音】，呼吸，上气，喉咙里面发出很大的声音，只要有声音在喉咙的中央，所以中风很多人，喉咙象雷鸣，象痰声音很大，下天突。在缺盆中，【病上冲喉者治其渐】，就是大迎穴。【渐者，上侠】，两个颐的中间。【蹇，膝伸不屈】，脚弯曲，【治其榘。辅骨上，横骨下为榘。侠髌为机，膝解为骸关，侠膝之骨为连骸，骸下为辅，辅上为膈，膈上为关，头横骨为枕。】象膝盖不能伸曲，治他的榘，就是的阳关穴。如果坐在那膝盖痛，治他的机，机讲的是居髎，胆经的居髎穴。如果治他的关，膝五针当然可以。所谓【立而暑解】，意思就是寒证，当有风寒湿痹，寒痹在关节时，站立里面，天气热时，他会比较舒服，冷时会比较严重，【治其骸关】就是膝关，阳关也可以，阳关是寒府可以驱寒。膝痛，痛到脚拇指，治委中，治他的膈。如果【坐而膝痛】象有东西梗在膝盖里面，治他的关，可以扎膝五针，阳关。【膝痛不可屈伸，治其背内。】这讲的是大杼，有骨伤，骨头伤到时，关节会肿起来，【连骭若折，治阳明中俞髎】，所以辨证论

治，看到是骶骨上面，我们知道是足阳明，所以足三里。如果是络上面，找他的巨阳的少阴的荣穴，象通谷，太阳经是通谷穴，肾经就是然谷。不能久立，治少阳的维，少阳经的络穴，就是光明穴。《黄帝内经》提出很多治疗的方法，临床上按照我教针灸方式寻经，按照到他的经来做补穴，什么时候找他的子穴，什么时候找他的母穴，如果无法分虚实，没有关系，我们有很多穴，一下去是虚实一起治。主客治疗就是原络治疗，病经是主经，客经就是它的表里经，原络治疗在原穴上，都无所谓补泻，虚实都可以。

466 页，突然讲到水俞穴，这里不讲水俞穴在哪里，因为后边水热穴论，里面就有提到水俞穴，哪些穴是水的，运输的地方，这个俞，可以念 yu，也可以念 shu，真正的意思就是疏通交通的要道，是输的意思。

【髓空在脑后三分】，身上有一些骨空，现在才真的进入主题，很多的骨空的地方，就是这个空的，有空间的地方。脑后三分就是脑户的地方，所以脑户不能深针，会扎到脑袋里面去。另一个在颅骨际的锐骨的下方，就是风府穴；另一在断基之下，就是大迎穴的地方；另一个在项后，脖子后面，复骨下，这是哑门穴。风府和哑门接的很近。一个在脊骨上空，在风府之上，所以风府穴和脑骨中间，最靠近骨头边下去。那边还有一个骨空穴，脊骨的上空的部位，脊骨最上面空的地方，这个可以入脑的。还有一个脊椎的下空的地方，在尻骨，就是在尾椎骨下长强穴，下面是骨头缝，骨空的地方。【数髓空在面侠鼻】，鼻子旁边巨髎，旁边有两个凹洞，这个骨里面有骨空。两个肩也有骨空，就是肩髃穴。在两个肩膀后面的臑俞手太阳经，摸骨头后面凹进去一块，那是手太阳小肠经的臑俞穴。

为什么要去了解骨空？治骨头的病在骨空。怎么知道骨头伤？很简单，如果病在经络上面时，他会告诉这个肩膀痛，沿着这个肩膀下痛，知道他是在经上面，他指的那个经的位置，比如现在这条经是手阳明大肠经，后面是这个三焦经，那他指的位置，既非大肠，又非三焦，就是这两个之间的络上面，他不是故意捣乱，他是在络上面有病。那现在讲的是，如果是骨病，就在那个点上面，不会顺着经络走。

如果两个髀骨的骨空的地方，在髀骨之阳，这讲的就是小肠经的位置。臂骨的空的地方，这在臂阳，手关节四寸的地方，就是三阳络，这个中间手腕，手肘有两个骨头，在这边，那讲这两个骨头中间缝隙的地方，三阳络。那股骨的上空，股阳出上膝四寸，讲的是中渎穴，不是风市渎。中渎实际上的位置，是外膝，膝盖的外面，直上五寸是中渎，那中渎穴之下还有个骨空。那骶骨空间，是在辅骨上端，就是所谓的绝骨穴，就是骶的骨空的地方。那有股际骨空？就在曲骨的位置，【任脉三八起会阴】。那个尻骨的空，在【髀骨之后，相去四寸】就是环跳穴。那后面坐骨这边有骨盘，骨盆在这边，那个骨头是扁的，平平的，表面上有渗理，但是没有髓孔，所以【易髓无孔】，这里面没有骨髓。那治骨，骨头有病，都是可以在骨空上治疗。

467 页，现在又跑出灸寒热的方法，跟骨空又没有关系。读《黄帝内经》不要奇怪，以前是竹筒，能留下来就不错了。那可以灸寒热，把它放到前面去，热穴什么都没有关系。过去灸寒热的方法，大家要记得，读中医是这样，他定下一个法，灸寒热的法，他并没有说是是什么病，可能面临到是疟疾，也可以面临到是霍乱，也可能面临到是伤寒，可能面临到是其他的病，寒热都有，这时可以用灸寒热的方式，不管里面什么病。所以我们在临床上时，比如我们知道关节痛，就开关节痛的药，可能里面是骨癌，不管它，那就好了。现代中医看不好病，第一个就是温病派他们不会用。我们从《黄帝内经》读到现在，如果真的读了《黄帝内经》，就知道伤寒派才是对的，因为温病是【冬伤于寒，春必温病】，然后温病还有时间，夏至之前发的是温病，那病是去年冬天得到的伤寒，夏至以后才是中暑，讲了半天还是中暑，还是没有温病，温病是来自伤寒，伤于寒，后面才会发热。所以读了那么多《黄帝内经》才知道，本来就是伤寒。可是现在外面的中医不读《黄帝内经》，不是以《黄帝内经》做真正中医的生理学、病理学来预测，预防医学，没有，他是以西医的来看，那当然不会啊，那看到骨癌，骨头生癌，那个肿那么大，治

不好，不会治。怎么不会治？方针放那边告诉你的！

第四节 肩颈痛灸法与其特别治疗法、犬伤灸法

如果遇到寒热的病，先灸项的大椎，【以年为壮数】，就是三十一岁，就灸三十一壮，年龄大的人就是灸多一点的意思，那灸完以后，再灸橛骨，就是尾椎骨的地方，也是【以年为壮数】。还有也可以按照背俞，背后膀胱经的俞穴很多，有肝心脾肺肾，胆，小肠，胃跟膀胱，一路上面都有那个俞穴，摸到那个俞穴，凹下去的，都可以灸。还有【举臂肩上】也可以灸，这就是肩髃，一举背，上面凹下去，就是肩髃穴，两个季肋之间象章门穴，脏会章门。外踝上绝骨也可以灸。足小指次指中间，可以灸之，讲的是侠溪穴。那个X就是找不着那个字，那个字打不出来，实际上就是委中下三寸陷脉，就是合阳穴，委中下来合阳，合阳再来承筋，那个合阳穴。外踝昆仑也可以灸，也是灸寒热也可以。【切之痛如筋，灸之】，缺盆上是什么？很多人肩膀痛，按两个肩膀，肩颈硬梆梆的，就给他灸，直接就放在上面灸肩颈，就放在大经上灸，灸它就软掉了。如果在外面什么灸也没有，艾绒也没有烧，现在这人两肩膀，一碰很痛，中医的方法真的非常多。

让那人找个单杠，手抓单杠，没单杠或门上，手抓一个地方，身体往下垂，垂下去后，身体的重量来压制它，这时头往前仰，手吊着，全身吊在那边，只有五个指头用力，把身体撑住，其他放松，脖子往下垂，垂五分钟起来，筋就松掉。

就是有筋经，如果这个筋经，你不知道那个方法，《黄帝内经》说灸，直接在上面灸。还有胸中的陷骨，这个膺就是胸，胸中肋骨这边有凹下去，凹下去的就灸这两边，他会绷紧，下面有，上面急，下面一定就有虚的地方，灸到这边，灸到这个，这个方法就是什么？阴阳平衡的，那这可以掌的束骨下，就象腕骨穴都可以灸。

这些治症，《黄帝内经》讲到现在了以后，真正的重心已经过去了，后面讲的都是针灸的一些治疗法则，针灸的治疗法则，可以看到《黄帝内经》一定有效，也可以按照《针灸大成》里历代医家的经验。

这边讲了很多灸的地方，【脐下关元三寸灸，毛际动脉灸，膝下三寸】，比如足三里灸，足阳明附上动脉，巅顶上也可以灸。那这些灸了，回到灸寒热的方法，这些都可以灸。狗咬到，在伤口上灸三壮，犬伤狗咬到的方法灸。【当灸二十九处，伤食灸之】，所以食物毒都可以。这什么意思？二十九处，就是如果灸寒热，如果现在疯狗咬到，除了疯狗咬到的伤口灸三壮外，前面这些穴道，治寒热的，灸大椎啊什么，都可以一起灸。所以被狗咬到产生的往来寒热，或是破伤风，或手咬到产生的往来寒热，只要看到往来寒热，这寒热并结的，都可以用这种方法。

如果灸了半天还没好，取过于亢盛的经脉是哪一条，刺它的俞穴，俞穴是气息的输入，运输的交换的地方，再给药。怎么知道他是哪条气脉比较盛？有三阳三阴，在三阳三阴上一摸，哪个经特别痛，就是它，一压就知道，所以有触诊的方式。

第六十一篇 水热穴论

第一节 治水症之穴道与重要观念

第六十一篇水热穴论。黄帝问少阴为什么主肾？讲针灸时，少阴主肾。【肾何以主水？】岐伯说肾是至阴，是盛水。肺者是太阴，少阴者是冬脉也，【故其本在肾，其末在肺，皆积水也。】很难衡量为什么用这文字。肾脏在这边，横膈是地，地表。心脏、肺脏出于地，地上，地上为阳，地下为阴，所以肾是水脏，冬天的脏，这个水在下面集合以后，上来，然后到肺，肺象树叶一样展开来，所以肾为本，肺是为末，自然界的树长得很大，因为树根在下面吸水，中医就是把人放到自然界去，两个相比较一起，肺肾这两个地方都是会积水。肾为什么能够聚水而生病？

第 471 页，岐伯就说【肾者，胃之关也，关门不利，故聚水而从其类也。上下溢于皮肤，故为跗肿，跗肿者，聚水而生病。】肾的水如果过满时，会反逆到胃，中间是脾土，地就是土，所以在胃的位置上。如果饮水食物进来累积，就好象水坝，肠胃是水谷之海，饮食的精髓都是谷之海，谷之海就好象水坝，水坝里水太满了，有一个闸门要打开，这个门开时，这个门就是肾。所以说肾者胃之关。当肾脏功能很好时，这个水一满，肾就打开了，这个闸门就打开，水就放出去了。如果肾有问题，【关门不利】，这个水停在里面没有去了，那不断的在吃，不断的在喝，所以遇到水肿的病人时，问他口渴不渴？渴啊，那喝不喝水？不敢喝啊。为什么？因为喝水身更肿，一喝水身体更肿。正常人喝水后，会生津液，因为循环回来后，舌头下方会有津液，唾液会出来。那不正常的人水是累积在下面，这个水，寒水在土地，这个横膈之下为地下，整个土是满的水，那满的水，水没法气化，所以上层是很口渴，很干的，这个水不能吸收。

【倪师内经 66 视频同步文稿】

黄帝就说，所有的水病都是从肾脏开始吗？岐伯就回答，肾者，牝，念 pin，《易经》里有牝马之争，牝，就是母。【牝藏也，地气上者属于肾，而生水液也，故曰至阴。勇而劳甚则肾汗出，肾汗出逢于风，内不得入于藏府，外不得越于皮肤，客于玄府，行于皮里，传为跗肿。】地气上面的水液，属于肾，而生水液，那上面水的本来就是供应下面的，那肾脏的水，实际上是这样走，大肠跟肺是表里，小肠在大肠的下方，小肠的火把大肠的水津液上去，这是上升，上升以后，前升后降，肺里面的津液会下降，肺法向天，天一下雨，就是肺里面的水要回到肾脏里，金要去生水，这个水渗下来，渗到肾脏里面，小肠再把它气化后，肾脏的水进入，肾主骨，骨中有髓，脑为髓海，这个水到骨髓里面，一路到头骨里去。

现在一个人发劳，就是劳力，出劳力工作的人，当他劳动量很大时，在劳动时，汗出流汗。结果汗出时就当风，身体里面很热，当劳力时，这个汗是所谓肾汗，因为肾主骨，骨头才有力量，所以肾脏，有劳动力量，代表肾脏有力才能劳动，肾脏不行时，没有力量。当表汗出的很多时，外面的环境是风很大，一吹干掉了，风在吹时，皮肤毛孔会缩起来，人又不断的在辛苦的在劳力，在工作，汗又流出来，汗流出来，又不能出毛孔，就停在肌肉和皮肤之间，就这个意思。玄府就是汗孔，造成跗肿，脚跗先肿。

【本之于肾】，称为风水。一会儿介绍风水皮水，这是什么水什么水什么水，我们用处方都不一样，最早就来自这里，当然仲景把它分得更细一点，不但分细，还把处方都开出来，所以他是我们的医圣。那为什么刚开始在跗肿？这个水，你用想的，正常人的水在身体里面时，是气化的，很热的，所以气是往上升的，那现在气是冷的，冷水，当然会往下沉，沉的，从脚上开始，脚是身体上最低的地方。

黄帝就问，水的俞穴等于水的运输的地方，有五十七的穴道，它是主施什么功能？岐伯说【肾俞五十七穴，积阴之所聚】，所有的阴，水都聚在这个地方，【水所从出入也。尻上五行行五】，从背后来算，尾椎骨，这是臀部的地方，从尾椎骨开始往上，实际上从上面看，这是命门，命门旁开一寸半，就是肾俞，从中间往下看，每下一个关节，差不多是一寸半的地方，一个关节一个穴道，连下，中间，一二三四五，中间有五个穴道，就是跳过一个关节；然后从这边再开一寸半，从这边开一寸半，一寸半，一寸半，这边一寸半，所以再开一寸半，这样下来刚好二十五穴道在背后。【阴之所聚】。那这是肾俞，所以【水病下为跗肿大腹】，腹部会撑大，前面就是腹部，整个都是肾脏在管，那上面是【喘呼】，因为下面积水的话，你的肺气，你吸的天阳下来，本来要进入肾脏，没法到了这边遇到水，遇到水就回逆，所以呼吸变得很短促。那没法躺下去，【标本俱病】，这里的标讲的就是肺，本就是肾，肾脏有问题时，原本是出自肾脏，但是会影响它的标，就是表证，也会影响到肺本身，原来肺没有问题的，是因为肾脏出问题，后面还有一个标本论，会讲得更详细。所以造成【肺为喘呼，肾为水肿，肺为逆不得卧。】肺因为这个水挡在那边，肾水挡在下面，没法排掉，那肺气就变得很短。我们在治水时，观念要有，

比如我常常讲的，如果这是一个空的管子，放到水杯里面，手按到这个空管子，拉出来，水就在这个地方，那要让水排出来，是不是上面打开来？这是大家都知道，上面打开了，有时我们应用玄府，就是用表药，病人一发汗，水排掉。还有时不是表，表面的水我们要发，让他一吐时，下面水也排掉，这是中医的观念。西医就是利尿，排水药，利尿剂，所以利了半年利不出来了，就肿在那边，然后就没法了，中医有很多种方法来排水。

第二节 积水：肾之街、胃之街

第 473 页，【伏菟上各二行行五者，此肾之街。】改一下，把伏菟上，肾之街从肚脐和曲骨穴，旁边是肾经：中注，四满，气穴，大赫，横骨，这些是在腹部，足少阴的穴，跟着任脉从曲骨到神阙周围，旁开五分，这几个穴道，叫做肾街，肾的街道。胃气的街道，在【三阴所交结于脚，踝上一行行六者，肾脉之下行也。】肾脉下行，实际上讲的就是胃的气街，一般脚上的三阴交、照海、复溜、阴陵泉、漏谷、地机，这是脾经的位置，能够泄水。伏菟上各两行行五者。这是肾的气，肾的街道，另外有个胃气的街道，在胃经上，外陵穴，也是在任脉旁开 2 寸：大巨、水道、归来、气冲，这是胃经上，叫做胃街，胃的街。刚刚好就在神阙和曲骨中间，旁开半寸是肾经，开两寸就是胃经，这是胃的街，任脉旁边是肾的街。这两个区分开来，那这些穴道都可以治疗胃气恢复，也可以利尿，排水的穴道。要有一个观念，任何水积在那边，都跟肾有关系，不管是肚子大到什么程度，只要有积水，都是跟肾有关系，所以记了一个这么大原则。那这些肾街、胃街，这些下针，可以随症取用，可以直接下针都没有关系，可以把水利掉，这都是针刺的手法。当然如果看到足骨很大，鸡矢白，鸡矢醪，拿甜酒熬药煮也可以，针灸可以这样做，就是在这些穴道。那刚刚讲了脚上面的脾经的穴道，【肾脉之下行也，名曰太冲。】这些就是我刚刚讲，象阴陵泉、三阴交、照海、复溜、漏谷、地机，三皇穴，水道，水的过往道路的一方，在这边下针，病人小便排出来，排很多。

【张介宾注：凡此五十七穴者，皆积阴之所聚，水所从出入者也。肾主水，故皆曰肾俞。尻上五行者，中行督脉也。旁四行，足太阳膀胱经脉也。行五者，中行五穴：长强、腰俞、命门、悬枢、脊中也。次二行各五穴：白环俞、中膂内俞、膀胱俞、小肠俞、大肠俞也。又次二行各五穴：秩边、胞育、志室、盲门、胃仓也。五行共二十五穴，皆在下焦而主水，故皆曰肾俞。水之本在肾，标在肺，标本俱病，故在下则为臌肿大腹，在上则为喘呼不得卧。肺主气，水在上则气不化，故肺为喘呼。肾主水，水在下则湿不分，故肾为水肿。然病水者必自下而升，上及于肺，其病剧矣，故肺为逆不得卧也。言水能分行诸气，相为输应而俱受病者，正以水气同类，水病则气应，气病则水应，留而不行，俱为病也。伏菟，足阳明经穴。伏菟之上，即腹部也。腹部之脉，任居中行，左右各二，夹脐旁两行者，足少阴并冲脉气所发，行各五穴，则横骨、大赫、气穴、四满、中注是也。次外二行者，足阳明经所行，行各五穴，则气冲、归来、水道、大巨、五陵是也。左右共二十穴，此皆水气往来之道路，故为肾之街也。三阴，肝脾肾三经也。三阴所交俱结于脚，故足太阴有三阴交穴。踝上各一行，独指足少阴肾经而言。行六穴，则大钟、照海、复溜、交信、筑宾、阴谷是也，左右共十二穴。肾之大络，并冲脉下行于足，合而盛大，故曰太冲。】

第三节 四季取穴方法

474 页，【春取络脉分肉】，黄帝说为什么春天取络脉？岐伯回答，因为春天是木头，阴阳五行里面属木，中医一定要知道四季，知道五行，知道阴阳，刚开始是木，【肝气始生】，阳刚开始生出来，这时风气疾时，肝气很急，风气会很疾，肝就是风，因为阳还刚起来，经脉还没有完全出头，经脉很深，它的气少，所以从外面进来的病气，不能深入，大部分都停在络脉上面，分肉之间。那我们不要扎到正经上面，主经上面，我们可以扎到络脉，经和经之间的络的地方，还有一些肌肉的缝隙里面。

【夏取盛经分腠】，为什么夏天在盛大的经脉和皮肤腠里之间取穴？岐伯说夏天是火治，心气开始长，夏是心，心脏，血非常旺，心主血。【脉瘦气弱】，就是血非常旺，气还比较弱，这时阳气往外，因为血气很旺，【热熏分腠，内至于经】，当我们受到外面的热病，因为夏天是热病，春天会受病是因为受到风吹，夏天会受到病是因为受到暑伤，很热，那时跑到身体里面来，所以病进来就会进到经络上，因为夏天整个皮肤毛孔打开，

经络都浮于表上，针刺到皮肤，刺到表经就可以了，不需要，就在阳经上面，都用不到阴经的，都在阳经上面。

秋天为什么取经俞？经俞穴。都是按照节气来取的。岐伯说，秋天阳气在合穴，要开始衰落了，阴气开始上来，如果受到的寒气或湿气，所谓同气相求，当外面是阴气时，要配合到里面的阴气，双阴才会去抗阳，才会让阳有问题。所以秋天阴气刚开始盛，如果外面的寒湿没法很深入，都是在经络上面，取经上的俞穴，因为秋天只管气。在介绍五腧穴，井、荥、腧、经、合，这个腧的意思是什么？就是输动，输。那秋天是肺经在管，肺主气，所以在气穴上面下针就可以了，它的气穴就是俞穴。

经络，如手太阴肺经，手阳明大肠经，很多经，都是气的位置，不是血管的位置，跟血管没关系。那气，经络的位置，是包在血管的周围，气要动了，血管里面的血才会跟着外面的气在动。所以肺是主气，所以我们在经上面，那个经，气之所俞的地方，可以泄阴。合穴来【虚阳邪】，把阳邪，阳很盛时可以用合穴来做。俞穴和合穴。实际上就是我教针灸时，当病气进来，短期的病症都是实证，用泄的手法；久病为虚，久病用补的手法。怎么知道久病新病？新得到病的人，气色一定没有改变；久病的人，气色一定伤到，所以按照气色也可以知道。还有新病的痛，一定是持续的痛；久病的痛，就是钝痛，隐隐作痛，按他会比较舒服一点，按摩比较舒服；新痛，按不舒服，所以我们有非常多的方式来辨它的虚实。经有问题时，病是在阴经还是在阳经，阴阳区分出来，所以我们针灸要很熟，就是能够分阴阳，就看就知道，简单分阴阳，就是这里面痛就是阴，外面痛是阳。背后就是阳，前面就是阴，简单讲按照经络来取穴。

冬天，取它的井和荥，为何？这个也是我们过去说的，冬取井荥，春天不流鼻血。冬天阳气很深，正常是阳气很深，外面是阴气，阳要潜藏，如果一动它，如果是动了别的，比如动了它的经穴，井荥腧经合，经穴，合穴，就会把阳引出来。如果动它的井穴和荥穴，比较浅，比较外面，那只会把病邪泄掉，不会动他的阳气，就这个意思。冬天如果动了他的阳气，照理说冬天要让阳潜藏，那动了他的阳气，阳往外浮时，冬天的阳没有潜藏，隔年的春天就开始流鼻血，简单这样讲。如果这只能没有冬眠，第二年春天就一直流鼻血，要冬眠，由自然界的观想来看。简单就是说，春夏秋冬，以四季的节令来顺它的节气来治，就对了。

第四节 胸热、肺炎、高烧

477页，治热病五十九，讲穴位在哪里？岐伯就说【头上五行行五】，所有的阳汇在头上，产生的热都可以用，头顶上比如前面上星，再来是囟会、前顶、百会、后顶，这是在督脉上面，那督脉旁开一寸半、三寸就是膀胱经，这些连续的，好象和尚戒疤一样，可以按照经络来放血，这是诸阳之热逆。最常用的就是百会放血，当热气往上冲时，人昏厥时，百会放血，一放血，阳气就会往下走。所有阳的热力太热过热，都可以在这里做。那胸里面太热，比如肺炎，发高烧，很多的这种表证，在大杼，象胸口的穴道膺窗，肺经上“膺窗乳中沿乳根”膺窗穴。缺盆，背俞讲的就是肺俞穴，这个八者，可以治疗胸中的热。

临床上不要怕，现在有个肺炎的病人会怎么样？胸中大热，或是心脏的问题，心里面很热，病人会告诉，胸很难过很热。甚至这些病人会形容到什么程度，好象一股热水，有人用热水倒下来，从身上冲下来，全部很滚烫。这时按他这些热穴，治热的穴道，都会压痛点，所以大概知道位置，一压压他就找到压痛点，真正在治症时，都按照压痛点在做。压痛点就是病气堵在这边，直接下针，压痛点是非常好用的，这是大原则。

这气街讲的就是伏兔、三里、上巨虚，下巨虚，左边四个，右边四个，能够泄胃里面的热。比如消渴，就是肠胃里面的热，一直喝，一直喝水不能止渴，吃东西也吃了半天肚子还是饿的。象云门、肩髃、委中、髓空，髓空讲的环跳，这个八个可以去四肢的热，刚好都在关节的周围，手关节还有腿的周围。五脏的热，肝俞、脾俞、心俞、肺俞、

肾俞，这都是左右两边各十个，可以治左右热的穴道。

第 478 页，【人伤于寒而传为热】，为什么？【寒盛，则生热。】现在生热，因为他伤于寒，所以岐伯说，寒盛，产生的热证。我就不晓得温病派哪里来，所以真的如果去读《黄帝内经》，再去看《伤寒论》时，就知道《伤寒论》是对的，后面温病派真的是还没有，因为这批人没有看《黄帝内经》，没仔细读《黄帝内经》，不要讲读别的，光看“春必温病”，前面那句话是什么？“冬伤于寒”。所以热证，温热的证，是冬天过来的，就好象一个春天，过去讲温病，讲很多瘟疫啊，什么这样，那实际上那流行时，有的人没有事，有的人会得到，为什么？去年的冬天伤到寒，他就爆发了，体力就不够，介绍《伤寒论》会再深入介绍，处方哪里来，为什么是这样。

第六十二篇 调经论

第一节 五脏之道、刺微、微风症

调经论。针灸的《刺法》里面，【有余泻之，不足补之，何谓有余？何谓不足？】岐伯说，有余有五个，不足也有五个，哪五个？肝藏血，心是藏神，肺是藏气，脾是藏形。一个人外形改变，就是脾脏在管。肾是藏志。五脏分得五种：神、血、形、气、志，五有余跟五不足。岐伯说，【神有余有不足】，有的人是神有余，有的人是神不足，有的人是气有余，有的是气不足，有的血有余血不足，形有余，有太瘦的，有太胖的；有的人是志有余，有的有志不足，【凡此十者】，有五实五虚。

黄帝的问题很好说人有很多津液、精气，【四支、九窍、五藏】，三百六十五节，那么多的地方，有那么多的关节，有那么多的内脏，才会生出各种不同的病，那所有百病发生时，都有虚实，五脏、经络上都有虚实，那你今天为什么言五余，不足有五，只讲了五个，为什么可以这样讲？

岐伯说，因为病，这五个神，这五个东西，源生于五脏也，有脏和腑，有十二经络，因为有脏，才会活络起来，才会有血，才会有神。因为他是五实五虚，都是源生于五脏，【心藏神，肺藏气，肝藏血，脾藏肉，肾藏志，而此成形。】人有意志，有想法，有做法，才会通到骨髓，通到五藏。所以【五藏之道】，身上有脏的经络络到外面去，络到身体的外面去，所以来行血气，才可以去施，才可以有神，才可以有外形，才可以有气，才可以立志，所以人是因为是这样的。如果血气不和时，就会产生变化。那如何让这五实和五不足？如何让它平衡？

岐伯就下了个定义，让他经络平衡就好了，自然而然就平衡了，让他的经络，所以【守齐经隧】。所以针灸非常好用，病之初，一发现有病我们怎么动手，岐伯都会介绍。

481 页，神有余和不足。岐伯说，神有余的话，笑不停，神不足人就悲，所以看那人在悲，就是神不足，看那人笑得躺在地上，还在翻滚，那个神有余。这时如果血气未，血和气没有合并在一起。常态气走，血跟在后面在，气血并在一起时，这是得病，那血气还没有，血和气不应该并在一起，而是气比血快，以长度来算的话，应该是六寸，那个血跟在气的后面跑。【血气未并，五藏安定，邪客于形，洒淅起于毫毛，未入于经络，命曰神之微。】怎么知道神过神不足？看到这个人悲，看到这个人过喜，如果有点恶寒怕冷的现象，就是刚开始出现症状。如果有的人笑，或悲，并没有怕冷这种现象，代表他即使神有余或神不足，并没有伤到内脏，血气没有并，没有引发病症，不要去治。那引发一点病症就可以看到，一些表证，就是刚刚讲的，神有余不足会毫毛皮肤有点冷冷的感觉，就是有余，或是不足，造成的一种刚开始的表证。

482 页，黄帝就问，如何做补泻？因为刚开始，都在肌肤很浅表，就是刚开始皮表有一点点怕冷的感觉。神有余，泻他的小络，小络就是，我们有经，再来是络，再来是孙络，再来是小络，小络都到手指的旁边去了，让它放点血出来就好了，不要直接刺到他

的大经里面，经络上面，【神气乃平。】放一点点血，气就平了。如果神不足，看到他的虚络，【按而致之，刺而利之，无出其血】，就是针下去，不要放血。有余的话，放一点点几滴血出来；不足，针下去就好了，不要出血，就是调整一下就可以。所以病在初始时，轻微时开始调整，他就好了，这段讲的就是这个。

【倪师内经 67 视频同步文稿】

小络上面放几滴血就好了，稍微轻轻推一下，不要太过。不足的话，下针下补时，针下去，打针，让气血疏通，简单动一下就好了。如果一个人大笑不休，然后或是有悲，但是他并没有洒淅恶寒，没有感觉到一点冷，代表他没有问题，不要“小络给你放一点。”也太过了，他没有病，知道我的意思吧？所以他的症状跟一些要配合，要有那个症状再做。黄帝说，刺微，就刺神微，一点点变动时，重要的方法是什么？用针刺的手法，先用【按摩勿释】，有时针摸在皮肤表面上，在精气上摸到皮肤表面上，针在碰到表面上，碰碰就好了，有时针都不用下去，因为很轻微，不要太过，稍微用针碰一下，病人会悲忘掉了，就专心，扎针神就回来了，就这意思。这一段就告诉，针灸可以，中医可以治在病初期，刚开始，碰到皮肤就知道，中医的厉害在这里。如果跟医生说，“我稍微有点冷。”穿衣服，那么笨，多穿点衣服。刚刚讲的是神。

黄帝说，气有余和气不足怎么治？气讲的就是肺。484 页，岐伯说，肺气如果有余时，有多余的气时，病人会【喘咳上气，不足则息利而少气】，呼吸很短。【血气未并，五藏安定】，这就讲气和血，仍是分工合作的，不会并在一起的，五脏安定。皮肤稍有微病，【白气微泄。】所以当肺气有一点点问题时，可以看到脸上有一点点苍白，苍白的是颜色而已，初期的病症。这一个有余的症状，一个不足的症状。怎么分？一看就知道，有余则动作更明显；讲话都没有力气，元气不足；讲话声音很大，有余。马上就听出来了。中医从头到尾，看起来章篇分得很多，很零乱，实际上我们在用时，大原则，五行的大原则，待会儿我会讲一些案例，用听，闻诊，望诊，一下就知道了。如果气有余和不足，如何做补泻？我们知道有余就要泻，不足就要补，这是针灸的原则，如果有余，就泻他的经，不要伤到经，不要让出血，不要泻其气，【无泄其气】，实际上就是泄他的气，不要让出血。【不足，则补其经隧，无出其气。】那肺是气，如果不足的话，不让气泻，有余的话让气泄出来一点点。所以这上面讲的无泄其气，就是意思是进，可以泄一点气，后面的【无出其气】，才是不可以出气。如何刺？肺气微，一点点改变？岐伯说，按按针的地方，把针拿出来给病人看一下，然后跟病人说要扎很深，病人就很紧张，病人必革，很紧张，要反抗，这时病人必怀惧色，那精气马上就好了，邪气就跑掉了。神就回来了，意思就是，病在微一些动作就可以把他治好，好的医生我们方法很多。

现在讲血。血有余和不足的话，症状是什么？岐伯说，一个人血有余则怒，很容易发脾气。怒，当然有时怒是假的怒，我常常有时假怒，所以看我发脾气时，有的是假的，要看看那个人的心性如何？假的怒。【不足则恐。】真的怒时，脸都发红了，那是大怒。不足则恐惧。【血气未并，五藏安定】，如果【孙络水溢，则经有留血。】意思就是，如果有血症时，有余和不足，都会在经络上面造成淤血淤积，有血脉出现。【补泻奈何？】我们讲血就是肝。【血有余，则泻其盛经出其血。】因为血过，病人容易动怒，动怒的病人，放血。不足，经虚的地方，放针，下针在他的脉，气脉里面，留针让他慢慢恢复。所谓【脉大，疾出其针。】当我们做补泄时，不足时做补比如肝经，下了肝经的曲泉，曲泉是母穴，下在曲泉，或是太冲，太冲是腧穴，腧穴做原穴，虚实都治。气至时，第一个，可以看到针孔是红的，第二个可以摸他的脉，原来脉很小，气一到时，脉变得很大。如果下针时，可以下针之前摸病人的脉，下针以后再摸病人的脉，脉改变了，都可以感觉的很明显，如果仔细去摸非常明显。487 页，黄帝说如果经脉里面有瘀血怎么办？瘀血放掉就好了，放血都是放一两滴，挤一两滴就好了，不要大放，放很多出来。里面有脓血时，看到脓才会大放，用火罐去吸，要把脓吸出来。有的是络上一点点血，不用火罐，放血针刺一点，挤两滴血就够了，让气血调均就可以了。

后面脾脏，如果人的形有余和不足，一个人太胖，过胖，或形变了，过瘦，形体改变了，外形改变了，就是有余。488页，岐伯就下定义了，形有余的人，一定会腹胀，肚子大，小腹胀满，【泾溲不利】，就是小便、大便不会顺畅。【形不足，则四支不用】，手脚没力量，不能够控制，病在初，【血气未并】，五藏是安定的。肌肉蠕动的现象，称为微风。蠕动就是皮肤跳动，或甚至感觉到皮肤里面痒痒的。【补泻奈何？】岐伯就下定义了，因为这是形，是属于脾，形有余，泻他的阳经，不足，补其阳的络。所以阳经，象脾经的表经阳经就是什么？胃经，要补其阳。不足的补他的络，因为什么？因为是病初发，那阳经和阴经，脾经和胃经有络，络穴的交穴，络穴的交点，那个中间是络，所以有余扎阳经就好了，不足扎他的络就可以了，络脉。如果是刺微病？刚开始有一点点小病，【取分肉间，无中其经，无伤其络，卫气得复，邪气乃索。】所谓分肉间，比如在胃经跟脾经中间找两个肌肉，肉缝中间。一般扎四肢上，因为这是浅病，都在手不过肘，足不过膝，膝盖以下，脾经、胃经的地方。

黄帝说，志有余和不足，一个人的志太过，志有余的主要的症状，就是【腹胀飧泄】，就是下痢，拉肚子。【不足则厥】厥有两种，一种是人会感觉到昏厥过去，一种是手脚冰冷，也叫做厥。这是微，刚开始微变时，应该不是昏迷过去，是手脚比较冷。病人骨节会有动。骨头，骨节中间会有声音产生，有稍微振动，颤动。如何补泻？肾经的然谷穴是非常好用，有余时，在然谷穴旁边的络脉上有青筋冒出来放血。不足，补复溜穴。肾气稍微不足补复溜，复溜是它的母穴。【刺未并】，什么是未并？气和血没有并，循环都会很好，都没有什么大的问题，这种气血没有混乱时，脉都是很正常的。岐伯说，气血还没有并，有点小微恙产生时，在部位浅针，不要扎到主要的经脉里，在络脉上面放一点血，在分肉之间下针就好。在针灸里面讲的，比如扎复溜，三皇：阴陵泉、地机、三阴交，这都是在经脉上面下针。在经脉下针，一定是经脉有问题了。经脉是直接络到脏腑去的，真的要治脏腑的病时，必须要在经脉上下针。如果在络上面下针，一点用都没有，因为络要经过脉，脉要到脏腑去还要经过一个阶段，一定要治内脏的病就在大的主经上下针。现在是讲微病，刚开始有一点毛病时。

第二节 虚实之初、血虚、气虚

491页，黄帝说知道虚和实刚开始的病的形态，这个病从哪里来？岐伯就说，【气血以并】，这个气和血，本身是相行，不会相打仗，互相打仗的，气血已并，互相打仗，阴和阳互相，相搏相斗，相格时，【气乱于卫，血逆于经】。卫就是表气了，【血逆于经】。血和气会分离开来，【一实一虚。血并于阴，气并于阳】，造成惊狂，就是严重。如果是气并于阳时，血气并于阳，只要记得，上面头，脖子里面的气，气应该到这边，上面是血，髓海。当气并于阳时，气怎么往六阳，头上面去冲时，病人发生惊狂，马上要泄掉，百会放血，气太盛，阳气太盛，涌泉也可以把气导下来。血如果并于阳，【气并于阴，乃为炅中】。讲的就是气血如果紊乱，变乱，动乱时，产生的一些现象。血本来就是很热的，再并于阳就更热了，所以为炅中。血是热。【血并于上，气并于下】，造成【心烦惋善怒】。如果是【血并于下，气并于上】，合并在上面，太重盛时，【乱而喜忘。】怎么把它综合在一起？气血，血气。后面有解释了，492页，黄帝说【血并于阴，气并于阳，如是血气离居，何者为实？何者为虚？】

岐伯下定义，人身上的血跟气，本性就是喜温，所以人身上会温度很高，喜温而恶寒，不喜欢寒，一遇到寒时，就泣不能流，造成血不能流，有时气也受到影响。温者，温回来时，则气血就会平衡下来。所以【气之所并为血虚，血之所并为气虚。】就是气血的平衡就是这样，如果血太多了，气就少掉了，气太多了，血就少掉了，气血必须在均衡的状态之下，这就是气血的虚实，我们所看到的。所以，气血终归一句话，气和血这两个，气行血才跟着行，气血两个是不回头的，一直在循环，一直在循环，不能停的，停积下来，一遇到寒，停下来以后，就会累积，累积起来。如果寒伤到气了，所以伤到气以后，气本身在这边动，在气脉里面动时，就气脉伤到寒以后，气会累积停下来，气一累积这个地方时，血就虚掉了，因为血要等气走，气先走6寸，血才跟着走，那现在

气凝聚在这边时，血就不过去了，所以气会并一起，会造成血虚，那血会并在一起会造成气虚。因为气过，只要有个观念，气行和血行，血累积在这里，受到寒才会停积下来。血如果受到寒，血一停下来，气就不动，气会受到影响，就造成气虚。为什么要这样辨证？真的辨证时，知道气和血，有些行气的药，入气分的药，有些入血分的药，不太一样，这是来区分。后面讲伤寒金匱都源自这里，张仲景把它集合起来，重新整理过。

第三节 虚实定义

493页，黄帝说，【人之所有者，血与气耳。】人体里面最重要的就是气和血，【血并为气虚，气并为血虚】，都是虚证，没有实证。岐伯对虚实下定义了，【有者为实，无者为虚。】有，看到摸到了，就是实；没有就是虚。所以【气并则无血】，气并下去血归不去了，血就伤到了。【血并则无气，今血与气相失】，所以造成虚证。络和孙络，所有的气血都会输到主经里，所以血和气并在一起，才会造成实证。所以如果只是一个单纯的气，阻在那边就是气，气瘀积到，会造成血虚。单纯是血受到寒，而凝滞不前，速度减慢下来，造成气虚。造成实证，是气血同时受到阻碍，气和血并，则为实证。所以攻实时，肿瘤、癌症，知道那边是气血并在一起，才是实证。所以有行气的药加进去，还有活血化瘀的药加进去。如果是虚证，不是气虚就是血虚，气虚因为血堵在了那边，血虚，血堵在那边造成气虚，如果是血虚是因为气不行，所以虚证，只有一样东西堵塞到，实证的话，气血两个堵塞到就会造成实证。这里就告诉诸位，如果我们要治实证，有者为实，我们要行气的药，还要加些活血化瘀的药在里面，才能够才行，才可以把病之治好。

如果【血之和气，并走于上】，造成大厥，人就昏迷过去了，【厥则暴死，气复，】如果气能够回头，就会有生的机会，所以如果气血两个并冲到头上，人昏过去了，百会上放血，血就虚掉了；还有气，涌泉、十宣放血，在末梢上放，都是让他行气。【气复反则生，不返则死。】都为虚实在下定义。494页，他说，那实证是何道而来？虚者从何处而产生？虚实的要点，再讲详细一点。

第四节 手之三部九候

岐伯就说了，所有的阴，阴讲的就是脏，讲的就是血。阳，讲的就是腑，讲的就是气，所有的阴和阳都有它的俞穴，汇集的地方，【阳注于阴，阴满之外】，阳注于阴经之从，阳经上面，会注到阴经上面，因为俞穴就是经俞，能够输到它的气脉的地方。阳气如果是跑到阴经上，会造成阴满。【阴阳匀平，以充其形】，所以人有形，正常的身形，是因为阴和阳两个同时把身体充起来，不能阴太多了，或阳，气太多了，或血太多都不好。【九候若一，命曰平人。】我们说三部，头上有三部，身上有三部，脚上有三部，这个脉合一的话，叫正常人。如果九候，“老师，我们手脉也可以分九候。”手上的脉的九候，这是侧看，手掌在这边，这个左手一放上来，这边是关，这是寸，这是尺，手上也可以有三部九候，三部，寸关尺是三部，每一部，分三个按，这样算时，从关前到这边，关前到手腕这边是九分，差一点点，没有碰到这个环，后面是一寸，这个脉是从上面这样斜下来，侧面看是这样，所以上面阳脉比较高一点，阴脉比较低一点。按到皮肤上是一部，按到中间是一部，按到骨边是一部，所以一个部分，有三部，天人地，三部，三个部分，是不是九候？这个九候就这样来的。当然简单讲，以后大家就知道，按到皮肤表面上摸到脉，病就在皮；摸到中间，摸到病的弦脉；摸到里面，病就在脏，这样看。

有病邪的生，【或生于阴】，有时病是从阴出来的，有时阳出来的，一般病出于阳，都是得到风寒，外面的节气，风寒暑湿燥热。如果是生于阴，病从阴部，从阴脏里面出来时，大部分都是因为饮食没节制，居处居住的地方没有按四时节气走，还有喜怒无常，情志喜怒忧思悲恐，都会造成这样。所以我们常常要按照四时，节气变时我们要知道保养，同时饮食一定要注意，不要太饱，不要撑到，当然坏的东西不要吃。情志要保持稳，不要过喜、过忧、过怒、过悲、过恐都不好。所以只要记得：阳病，都来自于外在，风寒暑湿燥热造成的；阴病，来自于内在，没有照顾好保养好自己。

第五节 风雨伤人、寒湿

495 页，黄帝说的，【风雨之伤人】，外来的风雨伤人，症状如何？岐伯就下定义了，风雨伤人，先在皮肤表面，皮肤表面如果没有治好，病才会进入孙络，孙络没有治好，再满了以后，就传入络脉，络脉满时，就输于大经，传到大经上面，到了大经上面时，人身上的血气，因为邪不受，影响到血气，这时聚在肌肉里面，造成摸到脉就很坚大。

【实者外坚充满，不可按之，按之则痛。】这是实证，简单讲，就是我们看到这个人，痛得一直在那边持续的痛，我们知道是实。如果是隐隐作痛，喜按，按他很舒服，就是虚痛。

黄帝问，寒湿伤人的症状是什么？寒湿伤人时，中人，岐伯说【皮肤不收，肌肉坚紧，荣血泣】，血脉会非常的不流畅，【卫气去】，所以病人会看到虚证。虚证，这个气街，阳气不足，如果手按到他，因为你一按到他时，你的阳气会过去，病人说很舒服，你手上温暖很舒服，多按一下，这就是虚证。如果是实，是阳实，很实，碰他不要碰，不要碰。前面讲针灸就讲过，所以喜按为虚，拒按为实，就是从这里来的。

496 页，黄帝说阴之生实如何？诸位在《黄帝内经》时，前面就介绍过了，阴，可满，不可实。实的定义，我们刚刚，前面已经介绍过了，是因为气血并，气和血并在一起，相冲突挤在一起时，累积在这边。阴本身可满不可实，所以肝脏那边可以积满很多血，但是不可以淤血在里面，就是这意思。阴可满不可实，黄帝现在就说了，那阴实到底，阴之生实，怎么产生的？原因是什么？岐伯就说了，这个人【喜怒不节】，一下子大喜，一下子大哭，情绪不稳定，造成【阴气上逆】，人的胸腔上面，本来是阳，现在阴气冲上来，因为情绪不稳定造成，冲上来以后，阴在上面，阴本来在下面，肚脐在这边，我们以横膈来看，肚脐以下，下面本来是阴，上面本来是阳，可是这个人情绪很不稳定，所以我们常常打坐。如果情绪不稳定时，造成阴上来，阴本来不应该上来，那阴上来，阴上来的话，下面就虚掉了，这个意思。阴上来的话，【上逆则下虚】，下面一虚掉时，任何，我们胸腔里面是阳中带阴，下焦的阴，是阴中带阳，阴里面一定会带着阳，互相才会生存。阴一上来以后，只剩阳在下面了，阳气没有阴，阳气散掉了，就这个意思。阳气一散掉以后，这个阴停在上面不动了，阴阳分开来了，阴实的原因。阴，本来可以满，甚至还是会循环，不可以实，所以我们情志一定要保持很稳定，心情要很好，不要随便过喜过怒都不好。

497 页，阴之生虚，阴虚。岐伯说，阴虚的来源，都跟情绪有关系，【喜则气下】，这个人喜，他的气往下走，怒，气往上升，【喜则气下，悲则气消】，过悲的话，伤到肺气，肺气就没有。消则血脉会空虚掉，这时再吃到寒冷的东西，本来这个气消了，肺是阳，肺、胸腔，本来胸都是阳，那肺如果悲太过时，阳气消损，阳气消损时，阴会进来，病人本身又吃寒，行寒饮冷，又不知道保养身体，把身体保热一点，又吃冷食，就造成阴虚，寒气太重。为什么要知道阴虚、阴实？很简单，因为我们有入阴的药，有去实的药，有入阴的药，有补虚的药。那知道他是阴虚，我们阴的药给他，补虚的药，我们知道他是实，我们入阴的药，同时去实的药，混在一起。为什么要知道寒热？因为我们有的药是去热的，有的药是去寒的。所以能够分辨出来，处方才不会错。这是阴虚的来源，所以都跟情志很有关系，所以虚大部分都是寒气很重，身体里面寒气很重，所以虚证都是阳气四散，基本上就是里寒，身体里面有寒。

第六节 阴之生实、实之生阴

497 页，黄帝说，经书上说，【阳虚则外寒，阴虚则内热】，阳虚，阳本来是在皮肤表面的，现在阳气如果虚掉了，就会产生身体外感觉到冷。所以人有点阳气在表面上时，不容易怕冷，但现在阳一虚掉了，阳气没有了，里面阴很盛，感觉到身体外面很冷，里面会感觉到，喜欢多穿件衣服，所以阳虚。阴虚的人，体内会生热，【阳盛则外热，阴盛则内寒】。为什么要知道阳虚外寒，阴虚内热？因为如果知道阳虚时，我们就知道补阳的虚，这个药是补阳的，是补阴的药，表寒就会去掉。病人说身体很冷。那你是感觉皮表

冷，还是身体里面冷？病人会告诉真的皮表冷。阳虚了，从这个症状我们就可以了解。如果这个人阴虚内热，阴虚时，身体里很热。为什么要知道他是阴虚发内热？因为我们有入阴的药，有补虚的药，内热就会去掉，这跟我们使用药物很有相关。当然后面还会再解释一下。【阳盛则外热，阴盛则内寒，】很简单，阴阳要平衡的，阴本身是寒，阳本身是热，阳盛当然是热，阴盛当然是里面生寒。为什么要知道里寒？因为有的药能够去里寒的，有的人是表寒用去表寒的药，不一样。老师，去寒，不行。去寒有两种，一种里寒，一种表寒，药就不能乱用。

第七节 阳虚与阴虚；寒栗、内热证

498页，黄帝说，阴虚内热，阳虚外寒，再解释一下。岐伯就说，【阳受气于上焦】，我刚才一再讲，胸腔里面基本上是阳，【受气于上焦】，因为胸腔是阳，所以能够温皮肤分肉里面的间隙，这部分都是阳在保护着。现在寒气在外，寒气在外的话，影响到上焦，外面太冷了，环境太冷了，【上焦不通】，上焦不通的话，寒气留在外面，这个阳气没法去固外，会造成病人发寒发冷，病人会感觉到冷。所以阳虚生外寒，阳气不能到皮肤表面上来，阳虚了。

【阴虚生内热】这怎么来的？岐伯就下定义了【有所劳倦】，就是你劳力的工作做了很多，比如你搬家，做一些工人的工作，或是农人的工作，劳力付出就很多，这就是阴虚，当然行房很多，也会阴虚。所以会造成有所劳倦，造成形气都会衰少，因为里虚了。当【谷气不盛，上焦不行，下脘不通】，这时只有胃气是热，因为其他津液都耗散掉，因劳耗掉很多，只剩下胃气是热的，这时热气一直在熏，胃本身非常热，这里讲的胃，除了指胃以外，也泛指小肠。小肠里的火，跟心脏的火是相通的，心要移热于小肠。

【倪师内经 68 视频同步文稿】

本身因劳，耗掉很多津液，这时里面阳，这个热气往上升，所以阴虚的人，会有内热的现象，我们就讲到阴虚内热。我们用一些滋阴的药，一些补虚的药，还有一些把热去掉的药放在一起。如果看到他的热，不知道他是阴虚引起的，那你就是光祛热，可是祛热只治他的标，他真正的本是阴虚才这样，没有开那个补阴的在里面，没有开这个补虚的药在里面，他内热不会祛掉的。这辨证时，到时候看临床时都很简单。一般看到久病的人都会有阴虚内热的现象。

第八节 不流汗之因及治法

阳气盛而使外热溢，为什么？阳盛外热。岐伯说上焦，阳就是讲上焦，上焦应该是不断循环，肺里面的阳到四肢肌肉皮肤上去。如果【上焦不通利】，造成皮肤很密，汗流不出来，腠理都闭住，玄府不通，卫气不能行，所以会感觉到是外热。皮肤表面很热，因为汗流不出来。诸位，我可以跟诸位讲，有的人一辈子从小到大不流汗，他为什么不流汗？这个第一个，小时可能肺里生到问题，比如小时有肺炎或是从怀胎从妈妈肚子里出来时，津液没有排得很透，所谓的羊水没有排得很透。因为现在生小孩，不象过去，过去都是小孩子拿出来两个腿抓起来，倒立着屁股一打，小孩子一哭，哭时所有的羊水都出来，这是最好的方式。但现在如果打的话，在中国台湾省我不晓得，在美国他都会被告，说这个虐待小孩，医生就不愿意打，就把小孩子放到台子上，然后那个吸痰的东西，鼻子里面吸一吸，嘴巴吸一吸，耳朵吸一吸，就丢出来了，那小孩子胸腔里面还有很多羊水，根本没有排掉，那还没到父母亲怀里面时，先打个三合一疫苗，再打进去，雪上加霜，小孩子病就很多。打小儿麻痹，倒得小儿麻痹，根本没有用的。那实务上，我们就看很多，那还有人他这个肺伤到了，毛孔就不流汗。还有的女孩子，常常发生在女孩子身上，这女孩子到学校去，看那个公共厕所，不要，好脏啊，不要用，那女孩子她也不喜欢运动，一运动全身汗流出来，她就觉得身上很难闻，女孩子爱干净，身体上香喷喷的，她就不跑步运动，然后流汗，外面天气很热，应该要流汗，她就躲起来，她就是不要出汗，结果她就不喜欢流汗，因为流汗身体很难过啊，那早上流了汗，下午还

在学校上课，那不是更难过？当然，中医这个观念是对的，如果本身流了汗，衣服是湿的，穿的湿的衣服没有换掉，湿的衣服披在身上，日久湿和寒结在一起，皮肤就生疣，所以疣就这样来的。那女孩子说不喜欢出汗，从小到大都不出汗，本身就不想运动，到了十七八岁时，毛孔就退化掉了，就是她不能运动，一运动时，全身很热，一滴汗都出不来，脸红气喘不出来，因为她是用两个洞，两个鼻孔，两个洞在呼吸，那我们有三万六千个毛孔，加二，她就用那个加二，那三万六千个毛孔都堵到了。那遇到我们时，我一看，我就碰到很多啊，大剂的发汗的药下去，她一吃更热，汗还是流不出来，怎么办？回家洗冷水澡，一洗冷水，冷的一下去以后。我们叫冷浴生大热，寒极生热，那洗了冷水澡，一冲下去以后，因为肺，我们在治心脏是不是喜寒？肺是不是喜热？那我们用寒凉的下去，趁他没有病时，不要他发高烧时洗冷水澡，不要，平常很好时，让他洗冷水澡，一洗冷水澡，你回家试看看啊，刚开始洗洗冷水澡，以为一定会很冷，你错了，洗完冷水澡以后，你一直流汗，流汗。男孩子当过兵都知道，在外岛时，都没有热水，那你一洗，晚上冬天，照样出大汗。所以这个很多原因。我们遇到这种毛孔打不开来，要想尽办法打开，玄府不开，人很容易累积，里热。这就是外热的现象。阳盛会生外热。

第九节 中寒证

黄帝说阴盛生内寒，为什么？【厥气上逆，寒气积于胸中而不泻，不泻则温气去】，如果身体里面有寒时，泄不出去，造成寒气在身体里面很久时，胸阳的温气会没有，就是心脏，心脏的温度会降下来，本来心脏蹦蹦跳得很厉害，现在寒气很多在那面，那心脏搏动的力量会减缓，这时【寒独留】，因为寒会造成血凝固住，血行的速度会受到影响，就是造成脉会盛大以涩，所以阴盛就会生内寒，这就是里寒的来源。阴气本来居于下，那你过度的劳动时，阴就会一直往上升，这时停留在胸中，如果没法排出去，那刚好是冬天，主收敛，不适合流汗，那你在冬天一直在运动，劳动时，这个肚子里面的阴气一直往上升，表汗在出来时，造成上面太冷，呼吸进来的空气又是冷的，里寒就会生出来。

第十节 阴阳相争

黄帝说如果阴与阳并，血气互相并在一起，造成的病如何用针灸来治？501页，岐伯就说，刺这种病都在发生异常的经脉上做就可以了，如果是血，就扎在这个血气，如果是气，扎在卫上，【用形哉，因四时多少高下。】这是什么啊？比如我们讲的血，气，以胸腔来说，心就是血，肺就是气，如果病是发在胸腔时，我们下针，如果是血的话，我们下针在心经上，气的话，在肺经上面。

第十一节 补虚法、经络痛之虚实治法

501页，这个如何做补泄？气血以并产生疾病时，造成阴阳相争，如何做针灸？岐伯说【泻实者气盛乃内针，针与气俱内，以开其门，如利其户。】这个意思怎么样？就是我们下针，如果是我们是要用泄法，针可以扎到子穴上面，扎到子穴上面。针下进去时，起针对时可以摇大针孔，让它气流出来。如果是补针时，就不要拉它气，针出来时，把针孔按住。这是我们讲的补泄，【以出其疾；摇大其道，如利其路】，这个大泻，【必切而出，大气乃屈。】如果是气实时，摇大针孔，实证时，我们叫做什么？苍龙摆尾。刚刚是大泄，泄实证。诸位在学针灸时，看到《黄帝内经》是这样，实际上针灸时，肺经上面的实证，在肺经上下针，就按经络来取穴就好，这地方讲的还没有针灸讲得那么详细。

502页，如果是补虚，就是补气的手法，其实我们讲针灸都讲过。吐气时，气吐完时，我们下针，因为气吐尽了，气就扁的，这时下针，不会影响让他吸，吸气时，针把它伸进去，那出针时，把针孔塞住，这都是补泄的手法而已，诸位可以参考我翻译的。

503页，刚刚说虚实，五实五虚，有十种，生于五脏，五藏跟五脉都有联络到。现在十二经脉，全联上身上三百六十五个关节，那节有病也会影响到，关节有问题也会蔓延到它的经脉上面去，那经脉也有虚实之分，这个我们教针灸时都有讲过。五脏和六腑，是表里，所有的经脉，我们有肺经、膀胱经、肾经很多的经络。各有虚实，就按虚实，

【虚则补其母，实则泄其子。】这里介绍的还没有我们针灸讲得多。

第十二节 巨刺与缪刺之差异

504 页，有几个重点，燔针我们在针灸都介绍过，504 页第二行中间，【病不知所痛，两跷为上】，这个痛，全身难过，全身痛，要是不知道痛在哪里，我们可以在跷脉上面，两个跷脉上面取症。如果是【身形有痛，九候莫病】，就是身形有痛，可是摸脉三部九候，不管是寸，手部的脉，太阴肺经的脉，还有或三部九候的脉都没有问题，那就全身有痛，我们的缪刺，缪刺【痛在于左而右脉病者】，我们用巨刺。巨刺和缪刺差异在哪里？按照《针灸大成》，后面也会，还会再讲到，巨刺和缪刺这两个共同点，都是左病右治，右病左治。差异点，巨刺是在经上面，缪刺是在络上面，这就讲完了。为什么？巨比较大，所以我们在这经上面取左右，比如现在看到这个手太阴肺经虚证，那在对侧上，虚证，那个我们在母穴太渊穴下针，就是虚证，因为是经上面。如果是络上面，我们刺在络上面时，那就是缪刺，所谓络，比如这我们常常在用，我都有教过你们，比如我现在痛，这个痛，我就不痛在经，这个正经上面，老师，我痛到旁边这个地方，你看这个叫混蛋，这个你跟我讲的又不是肺经，又不是阳明经，火大，找麻烦，其实不是找麻烦，那是在络上面，那扎对面的络就好了。当在络上面治络病时，就叫做缪刺，当在经上面做左病右治，右病左治时，叫做巨刺，就是而已，名词的差异而已。那你如果不了解名词，还不是照做，所以有时行可以，就是行，我们知道把它区分开来，知道就好了，真的忘掉时，在临床治病针下去，按照我们这个及时反应，按照我讲的讲法，及时反应，下去就好了。所以有时我们看病时速度很快，比如一个病人这里痛，你根本想，我不要想他是手太阳小肠经，我一看这里痛，对侧那一针一下去他就好了，那还有，那这里痛，是不是象那个脚关节申脉的地方痛，对侧针他一下，在络上面下针，一下就好了，这是缪刺。

第六十三篇 缪刺论

第一节 何谓缪刺、经络之痛

《黄帝内经》第六十三篇缪刺论，专门讲缪刺。黄帝听过缪刺，不晓得意思，何为缪刺？岐伯说病邪客于身体的形，不是内脏，形就是外面，因病从外面进来时，一定会居在皮毛中间，如果留在皮毛没好，就舍于孙脉，孙脉再留而不去，再入舍于经脉，留而不去，再从经脉，这个跑到络脉里面，络就是比如现在手阳明经上面，那阳明经没好，就顺着阳明经的络，跑到肺经上面去，进入肺经，那肺经就是进入脏了。【内连五藏】，刚刚不是说络在于经，这里讲的意思，先入阳经，然后再从阳经的络穴，跑到阴经上，然后再从阴经，阴经直接络到脏里面去，再从阴经，络里面进入阴经，阴经再内连五脏，【散于肠胃】。【阴阳俱感，五藏乃伤，邪从皮毛，而极于五藏之次，如此则治其经。】简单来讲，就是经病，看得到经就扎经。

【邪客于皮毛】，如果是【入舍于孙脉，留而不去，闭塞不通】，如果在孙脉上，没法进入主经，跑到大络上去，我们有十五大络，那十五大络，统归于脾脏在管，所以脾经的大包穴就是管所有的络，那个病在孙上面，在细的经脉上面没有好，又进不了主经，主经的气脉很旺，进不了，那它要找地方呆啊，没有地方呆，就跑到络上面，络上面呆，【流溢于大络】，这时就会生出很多奇怪，奇奇怪怪的毛病。那 505 页，最后一行，如果邪客病邪在大络上面，【左注右，右注左，上下左右，与经相干，而布于四支末梢，气无常处，不入于经俞】，称为缪刺，缪刺就是在络上面，缪刺就是用对称治疗，也是左病右治，右病左治，可是你不会按照经络是怎样，虚则补其母，实则泄其子。因为那是在经上面产生的虚实，我们要用经上面的虚实证，对侧的治疗，选取对侧的子母穴的，那称之为巨刺，那在络上面都是缪刺。

506 页，黄帝就问【愿闻缪刺，以左取右以右取左，奈何？】它与巨刺如何区别？【邪客于经，左盛右病，右盛则左病】，所以也有移易者，【左痛未已，而右脉先病。如

此者，必巨刺之】，就是讲，简单就在刺他经脉上面，【必中其经，非络脉也。故络病者，其痛与经脉缪处】，所以叫缪刺，简单讲就是这样。所以如果一个人，口歪眼斜歪，看他是病在右，其实右盛，所以扎，看他是健侧，就是盛在这边。

第二节 如何施缪刺

507 页，如何施缪刺，如何取它的穴道？缪刺都是在络上面，络上面没有穴道，经上，我们讲的针灸十二经，都是在经上面的穴道，跟络没有关系，络是小穴，小脉。那当然络都在经脉的旁边，那岐伯这里就下定义，同时讲，生病时，络上面生病时，如果病在足少阴的络上，令人突然发心痛，同时腹部暴胀，胸肋支满，胀满，无积者，如无积者，就是平常没有病，突然发这个病，这时【刺然骨之前】，在然谷前面青筋上面放点血。病刚开始发，连刺他五天就好。比如从空中坠下或怎么，都是新病，心痛，造成肋肋痛，都可以用然谷穴。刚刚讲的是肾经的络。

508 页【少阳的络，令人喉痹，卷舌口干心烦，臂外廉痛，手不及头】，手少阳三焦经，在井穴上放血。一般在络上面就在四肢的末梢，井穴上井穴周围放点血就好了。井穴都是指甲旁边，指甲的后面，还有分肉的地方，可以放点血，看到有青筋的。所以络病很好治，很好治，在末梢的地方，都不在主经上面。如果是真的要区分，只要记得，如果是肾经，足肾经有问题，就痛在肾经上面，经络病就用巨刺。如果他的经络病没有病，可是他其他的是少阴证，当然就在少阴放血，这就是经和络的区分。如果是肝经上，508 页，肝经上面的络，病在络上面，不在经上面时，令人卒疝，突然发生的，暴痛，这种络病都来得很快，这时可以刺大敦穴，男孩子马上就好了，女孩子就要等一下。那这个左病治右，右病治左。一般络病来时都比较浅。

509 页，所以他要分开来，后面这一段，就是每一条经，他的络发生病的主要症状是什么。如果是足太阳的络，我们知道足太阳在后项这边，肩痛，这时刺至阴穴，还有肉交者，这个放点血就好了，这种都是当场就会好。如果是手阳明的络，造成【气满胸中，喘息而支肘，胸中热】，这时刺手食指甲旁边商阳穴，左病右治，右病左治。那这些主要的症状，这个络的症状并不象我们讲五脏六腑那么清楚，你常常会误解到，很多病都会胸满啊，短气啊，如何去区分它？

所有的络病都是新病，以前没有，突然发的。所以我们会刺到商阳，也就是这个病人，他最近感冒了，发烧，发烧起来了以后，胸满气逆，很高热，会不会就从商阳放血？就是初症，发烧，所以讲的就是发烧，不然一个人气喘，气喘怎么样，内脏病不会去商阳穴上放血，所以只要记得，络病就是新病。很多都是表邪进来的，表，刚开始从外面进来的，内脏的病不会跑到络上面去的，一定是从外来的，外来的是风寒暑湿燥热，这样记就好了。所以有时中国的文字啊，因为我们在形症，中医讲的是症状，不立病名，病名就会区分了，就是这样，可是病名会搞混，病名一立就完蛋了，为什么？他非要看着那个细菌长什么样子，然后用什么抗生素，其实都一样啊，他看之后，要看看细菌长什么样子，要用这个抗生素，多少种细菌，真的有多少种抗生素吗？就是骗人的。三只脚、四只脚的细菌，他用同样的抗生素，相信我，绝对是一样的。那不用抗生素还好，一用抗生素，里寒更盛，因为抗生素的药都是寒，西药都是寒药，性都是寒的，所以我这样讲，你不相信，寒热如何区分？很简单，一颗西药吃下去，24 小时阳不举，你老婆都以为你在外面有女人，怎么你阳没有了？其实是西药。

第三节 例：手无法弯曲

510 页，【邪客于臂掌之间，不可屈伸】，手肘没法弯曲，可以刺他的踝后方，后踝的后方，这个用手去压痛点，那这种的治法，用月的死生为数，月生一日一刺，月生二日二刺，就是农历的一到初一到十五，越来越满了，然后盈亏，从十一到十五，初一扎一针，刺一下，初二扎二下，十五刺十五下，到十六倒回来，变十四、十三、十二，那十五，月满时是针刺最多的，就是按照月的盈亏来走。那这种都是浅病了，如果真的每天

要看月盈亏，那不需要，如果那么龟毛，如果是龟毛，就是我们这个龟毛，非要这样做，那这样做也可以，实际上病好就好了。那我们光是一个手臂，手肘没法弯曲，我们有非常多的治症的方式，伤到都是风邪，都是表，是在络上面，风寒暑湿燥热，那受到风寒，泡到热水里，泡一泡揉一揉，可能就好了，很简单。如果是邪在阳跷脉，跷脉，让人目痛，从眼睛的内眦开始，阳跷脉跟足太阳是合并的，可以在外踝之下半寸，就是申脉的地方下针，左病右治，右病左治。那留针可以留，比如留一个时辰，如行十里，就是留一个时辰的时间。【有所堕坠】，从高处坠下来受伤，【恶血留内，腹中满胀，不得前后】，这时【先饮利药】，经方里有个桃核承气汤，专门治坠下来受伤，高处坠下来，或给人一踢，踢到睾丸里面淤血，整个肿大，小便不出来，【先饮利药】。因为这个病，上伤，上面受伤，伤害到肝脏的脉，下面伤到少阴的络，这时然谷前【血脉出血】。讲针灸时然骨穴，高处坠下，或马掉下来，或是踢到，头部受重伤，头颅撞击了，鞋子拉起来然骨穴绷起来那个血管就绷起来，就告诉淤血了，下针，闪开一点，血喷了。放脓，化脓，记得啊，诸位不要，你没有做过，你不知道，下次做一个给你们看，那脓头在那边，你这样看，这个脓真大，太好了，那个委中，一扎那个脓出来你脸上来，所以一定要闪开，这样对着墙壁，一喷，就喷到那个墙壁上给你看，这样喷出来的，那个脓臭得要死，那你正好，一下，所以我们治病要有点常识。那现在用火罐，拔火罐，以前女孩子学，那火在烧，好不容易吸上去了，吸上去了，火在里面把头发烧了，所以才会有现在研究这个，不要火了，直接真空拔，这是为有些人，他很紧张，你没有错，可是你不能说你拔一次火罐，烧一次头发，你没多久，这个头发都不出了，你一看到，你这个中医连头发都没了。

阳跷脉发病时，跟膀胱经的症非常接近，那少阴证，刚刚那个人所堕坠，这种就是针灸时都介绍过了，如果然谷穴放血还没好，血脉出血没好，这时候再加重时，就是扎冲阳的地方，冲阳脉这边放点血。如果还没有好，那在三毛上，那你不要死板板，要找三毛，他那六根毛你说不对，脚的大拇指上，这一根，你说这一根不是三毛，这个不能太龟毛，在三毛上放血，看到上面有青筋就放掉，有时青筋出来是抓状，他的三根青筋，就放三个，手挤一挤，当然在脚上的话，建议你们带一些手套再放。那见血就会好，所以这个比那个针灸稍微近，更深一点，然谷没好，冲阳没好，三毛。当然了，三毛放血人会醒过来，那睡不着时，灸灸三毛人会睡觉，针灸讲过。如果这个人一天到晚常常悲啊，惊啊，且闷闷不乐，用刚刚的方法也可以让他快乐一点，心理平衡一点，也可以放血。那不用放到冲阳了，冲阳放了就太过了，我们是急救用的。

【倪师内经 69 视频同步文稿】

511 页，如果病邪在手阳明的络上，就会造成耳聋，时不闻音，这种耳聋都是瞬间发生的，两三天，一两天，不用说耳聋十年跟这个就没有关系了，那已经进入脏了，那络上根本没有进入经，那发生时，在少商、商阳上可以放点血，放一点，他就听到了，如果还没好，在中冲上再放一点血，也可以马上闻到。如果这个耳聋，有时听到，有时听不到，诸位记得，实证的症状是持续的，虚证出来时有时好有时不好，如果是虚证不要放血了，因为人家已经虚了，我们要辩虚实。【耳中生风者】，那刺的方法一样。这个耳中生风，不是去摸他，耳朵里面有风吹，不是，是病人会告诉耳朵听到风在吹，风声，那如何知道风声啊？去拿一个海螺这种之类的，放到耳朵旁边听就是风声。

第四节 高楼墜下、墜马治法

512 页，这个痹，痛往来时，行无常处，痛在这里有时转来转去，有时痛会移动的，在分肉之间刺它，都不在经脉上面刺，主经上刺，就是找压痛点，痛在哪里啊？痛在这里，然后就摸摸，痛在这里，一针就下去。【以月的死生为数】，就是初一到十五，一二三四五六到，十号扎十针，十五号以后再递减。如果超过，扎的数太多了，脱气；不及，实证泻不出来。

512 页最后一段，如果病邪在足阳明的经上面，这是讲经，经脉上面，流鼻血【上齿

寒】，其实我怀疑原文一定是络，原文是络，因为这都是络，突然跑个经出来，应该是络才对。造成流鼻血，上齿，上面的牙齿冰冷，这种症两个门牙很冷，就知道阳明的络，这时刺内庭。513页，少阳的络【令人胁痛】，诸位记得，阳明经络到齿，因为阳明经主经经过齿，少阳经是胁痛，胸胁是少阳的位置，让人胁痛不得息，咳而汗出。这时扎侠溪穴，为什么？就是跟前一章有关系，我们知道骨头旁边，侠溪，行间，都是溪谷中间，手这样一板，注意看，那个山下来时，山头上下来，分叉很多，这都是流水溪谷的地方，在溪谷的地方，就是络的地方。如果咳，病人有咳嗽，始症的咳嗽要【温衣饮食】，保持身体温的，多加一些衣服，还有吃温食。肺喜热，心喜寒，所以肺任何问题时，一定要告诉病人，多加一些厚衣服身上保暖。因为肺主皮毛，当肺有问题时，皮毛一定是虚的，那多厚一点衣服，热会燥起来，第一个好处是皮毛不会再受到风寒，免得风寒再进来，病上加病；第二个，肺本身主阳，主胸，阳喜热，上面是热一点比较好。如果下针、下药，再配合外表的心脏，比如心脏病，我叫他洗冷水澡，那冬天叫老人家洗冷水澡很痛，用冷水去冲脚都没有关系，冲冲脚总可以了吧？把脚泡在冷水里？病人到第二天中午胃口大开啊，效果非常好。

如果是足少阴的络，病在足少阴的络上，让人喉咙痛，我们在治喉咙痛时，下列缺，下照海，为什么要下照海？因为肾经落在喉咙上面，络到喉咙到了舌根的地方，金津玉液的地方，这时吃东西吞不下去了，没事，【善怒，气上走贲上】，冲到喉咙上面来；这时下脚的涌泉穴。涌泉很痛，那么小的喉咙痛就扎到涌泉，在络上面，实际上不要在涌泉，因为脚底板已经很敏感了，在脚底下放血，在然骨谷上放血好了。514页，也是喉咙痛，但没法吞口水很痛，这种都可以刺然骨旁边的，不是在然骨穴上面，在然骨的周围，看到很多青筋的脉络出来，都可以下针。

这都是在络上面的病。为什么我们这边讲缪刺？意思就是在病在刚开始时，络上面，还没有生大患时，给它放掉了，所以如果对家人时，你将来当医生，病人不会说络有病就来找你了，那自己家人，你在那边看电视，看他脚上有没有青筋，给他放掉，让他看妈妈脚上有青筋放掉，你知道不知道？当然家人讨厌你啊，看到你就给放血，就扎针放血！病在初始时，就在络上面，病就已经外露了。有内发的病，饮食吃东西，还有起居不节。我们至少可以抵抗外来的，外来这个病在络上面就给它放掉，当然家人会比较痛苦，他如果不了解，没事一接近你就会被放血，怎么那么倒霉？

如果病邪在足太阴脾经的络上，【令人腰痛，引少腹】，脾主少腹，这两边的痛，没法仰息，呼吸没法仰身子，在腰骨上面，刺腰骨上。脾 shen 就是夹脊，督脉旁边，靠着脊椎骨的两片肉，叫夹脊肉。猪肉的里脊肉就叫脾。所谓的腰俞，并不是督脉的腰俞，而是旁边的白环俞。

515页，如果病邪在足太阳的络上面，抽筋，背会急，背会很紧，拉到两胁痛，这时刺从项开始，数脊，所以夹脊按痛的地方下针，在背上面时，在络下面时，按到那个经络上面下针，哪边痛，这时按下去有压痛点下针。如果邪在足少阳的络上，就叫人枢中痛，就是环跳，少阳络环跳，【髀不可举】，没法抬大腿，这时直接刺环跳。刺环跳时，要毫针，【寒则久留】，是细针较长的针，病在骨上针下很深，下到环跳，诸位看我扎那个环跳痛，在治髀，里面很寒，所以我们用这种呼吸补泄的手法。

515页，下了大原则，岐伯说，所有的【经刺之，所过者不病，则缪刺之。】很简单，看他的症状，他是大经，主经没有生病，那就是络病，简单讲就是这样。【耳聋，刺手阳明不已，刺其通脉出耳前者。】初发病的耳聋，如果刺手阳明放血，他耳朵还是聋，就刺近取穴，耳前的耳朵前面旁边压痛点，压痛点时，用筷子最好，筷子头较圆的去压，很尖的压到处是痛，那是皮在痛，在刺他的皮，那如果用手去压，指甲很尖，压到到处是痛，是指甲把他刺得痛，如果把指甲剪掉了，这个手压上去就是一大片，找不到压痛点，所以用筷子。我在美国诊所用钢头，圆头，那个也最好，压在那个络脉上面，实在没有圆头筷子的头，轻轻压他，会找到压痛点，放一点血就好。

516 页，如果是牙齿痛，平常刺手阳明和足阳明，下牙、门牙是足阳明在管，那旁边的上牙痛是手阳明在管，扎了它不会好，怎么办？刺它的脉的地方，牙齿痛，肿在这边，肿得红了，就扎两个牙齿中间那个脉的地方，针下去放血。【入齿中，立已，】如果自己痛，扎比较不顺手，旁边人帮下针，牙痛，所以经脉上面没有扎好，在络脉上，如果这个痛是在经脉上面，扎经脉就会好，那扎到经脉没好，知道在络上面，那放血，针在痛的牙齿上面放血，牙齿旁边牙龈的地方。

516 页中间，【邪客于五藏之间】，生病，就是这个邪不在脏，也不在腑，而从五脏之间生病了，这个脉会引而痛，【时来时止，视其病，缪刺之于足爪上。】这种痛有时痛，有时不痛，不会持续的，那所以有一种邪客于五脏之间，它并不在络上，这时也可以缪刺。怎么知道他五脏之间生病？这很简单，这人什么病都没有，能吃能喝能拉能睡，手脚是温热的，头面是冷的，大便什么都正常，哎呀，他痛啊，身体里面痛，那又没有病，什么都很好，气色都很好，那我们就知道是脏之间的痛，这时还是可以缪刺。在手掌、脚掌旁边，找到青筋的地方放血。

516 页，如果是缪传引到上齿，就是由络脉，跑到牙齿疼痛，造成【齿唇寒痛】，这时在他手背上血脉有瘀的地方放血，一般足阳明之上，少商、商阳在手阳明，足阳明就是讲胃，胃经内庭都可以。最常我们扎针牙痛是内庭跟合谷，合谷可以往上提一点，扎到溪谷之间，牙痛合谷上，因为在络上，这个针一下去，痛去掉了。现在你们知道为什么了？那时就这个合谷，如何面口合谷收？青春痘，或脸部中风，扎合谷穴就好，牙齿痛扎合谷没有用，要到溪谷边，山谷的旁边下针，牙齿痛就会好。

第五节 五络剧痛

517 页，如果病邪是手足少阴太阴，足阳明的络，这是五条，手少阴还有足少阴，手太阴足太阴，再加一条阳经足阳明。那扎在络上面，五络，这五条络，都会在耳朵里面，五条络，两阳两阴，还有一个足阳明，都会在耳朵里面，上络左角，左边的头角，这个比较特殊。左边的头角，如果是五个络同时生病，这就很少见了，这个就比较特殊，你们要记一下，造成人【身脉皆动，形无知也】，病人全身血脉会跳动，但是人昏厥过去了，这个病叫做尸厥。

以前我们在讲针灸时，虢国太子尸厥，扁鹊秦越人，当时所有的医生都叫扁鹊，扁鹊就是医生的代名词，那其中有一个扁鹊名字叫秦越人，那秦越人就知道尸厥，秦越人就他治好，治好后，虢国国王就命令，只有秦越人可以叫扁鹊，其他都叫郎中，所以后代都是郎中，只有秦越人被称为扁鹊，所以其中形容这个医术很好，叫扁鹊在世。那时候就是尸厥，尸厥人就昏的象尸体一样，可是摸他气脉都很好，五脏按脉，全身都会动，这时就知道，尸厥怎么治？手足少阴，手足太阴，加上足阳明，络在耳朵左额角这边。这时怎么办？我们就刺他的脚大指，脚的大拇指的隐白穴井穴，急救时都在井穴上面治，那有时是脚心，足太阴脾，少阴肾经的脚心涌泉穴，人昏迷过去了，然谷不够，要扎脚心。扎中趾就是阳明经，再扎手大指，就是手太阴肺经少商，再扎心经就是手少阴。扎完后，应该就醒过来了，我们知道二阴两个，两个，就是四个阴两个阳，手两个阴，足两个阴，还有一个阳，足阳明胃经。如果还没有醒过来就拿个竹管去吹他耳朵，那这个竹管吹耳朵有意思的，因为耳朵是肾气所在，用竹管去吹他耳朵时，整个耳朵是耳膜是闭塞住的，压力一增加时，它里面会反弹回来，就一吹进去，它压力会弹回来，就好像一个气球，它现在崩张到那边，一推它，一放开它就冲出来，如果这个气在身体里面闷到造成人昏厥时，阳气并与上。如果一吹，他阳气一出来，就疏散掉了，人就醒过来了。那岐伯说这样做还没有醒，尸厥得很深，剃他左角的发，就把左边的额角头发剔掉，剔一寸，【燔治】就是烧的，烫的，比如艾草，用熏，或是蒸，把它烧烫，烫下去，因为左额角这边是，阳气会在这个地方左角，为什么不扎右角？是左角这边。那再给他美酒一杯，美酒的定义是什么？到底绍兴酒、黄酒，反正一杯酒给他下去，膏粱什么都无所谓，要救人。如果不能喝的，灌他，这个是岐伯提出来的方式。

那尸厥，现在看到不多，但是会遇到，无缘无故就昏迷过去的，昏迷过去，摸他的手脚脉，我在临床到现在也只碰过一次，还不用剔这个地方，也不用耳朵里面吹气，光是两个手上，两条阴经，脚上两条阴经，加上一条足阳明胃经，人就醒过来了，那你记不得，没有关系，全放，所有的十宣放血，记不得你慌，记不得，全部放掉。那这个人昏倒怎么办啊，一摸他的脉，脉一直在动，因为阴阳隔离开，阳气在动，摸他的肌肉自己会跳动。

第六节 缪刺法则

518页，缪刺论最后一段，他说凡刺的数目，刺之数，刺的法则，要先看他的经脉，用指甲去切它，顺从他的脉气下针，然后看他虚实而调之，如果是实证，用泄的方式，虚证用补的方式，如果补泄了都不行，我们就经刺，再做就好了。【有痛而经不病者缪刺】，病人有痛，但是经没有毛病，病人出现有痛，但是他的经络上没有毛病，这时就知道他病在络上面，就用缪刺法。所以现在诸位很清楚，缪刺论读完以后，缪刺跟巨刺完全是不一样的东西。针灸上面，我们绝大多数用到的是巨刺，因为在经络上病，有的是经络上没有病的，他是痛在络上面，所以病人常常会讲，痛的地方在这里，一看，奇怪，这个没有经，就是络，简单讲就是这样，就是络。这个络在这边，哪一条才是络？看哪一条主经最靠近它，络就在那边。那一看到，把脚拿起来，看到哪边，哪个地方，哪个趾头有淤血？抓起来就放血，那很痛啊，但是其实一吓就好了，脚旁边，这个好象以前拷问犯人，来这里干什么？他的那个针扎进去。所以【视其皮部有血络者】，只要看到表皮上面，四肢末梢，表皮上有淤血的都可以放掉，这是缪刺的数，就是它的法则。数：不是说应该有几个数，而是它的法则在里边。所以没事坐那边看电视时，家里人看到那有点淤血给他放掉，这很好，病在初。

第六十四篇 四时刺逆从论

第一节 六经辨证、阴痹、腿内侧麻积风、便带血、肌肉萎缩

519页，《黄帝内经》第六十四篇四时刺逆从论。四个节气，还有包括如何刺他的逆？当有病有气逆时，如何去治疗？那这里面替我们伤寒家，六经辨证下了定义，所以我不晓得这个气血营卫温病派，他们从哪里来的。我们熟读《黄帝内经》看到都是六经辨证，以后仲景，将来我们讲伤寒经论时，全部在六经辨证上，我们知道病都生于寒，有寒才有温病，可是他们都不管温病，不管寒，都是温病，所以病就不会治好。那我们辨证是按照六经辨证，他们是按照气血营卫，我都不晓得怎么看。

第一个，厥阴，六经辨证有余和不足，厥阴经，如果厥阴证有余时，病会产生阴痹，就是腿的内侧麻，所以我们最怕病人说腿麻，是哪麻？麻在外面，一看胆经，胃经上面，膀胱经上面，这都很好治，内侧麻就不好治，因为是阴经，阴经就不好治。我们希望是麻在阳经。如果阴经，厥阴有余时，在阴部，在腿的内侧这边；如果不足的话，就产生热痹，有余是阴痹，不足是热痹。因为阴气不够时，因为在阴经上，阴气不够时，阳气就会上来，就会产生热证。本来是阴经，阴有余的话，阳就不过来了，就是寒，阴寒的这个阴痹。如果脉涩则病少腹积气。所谓涩，就是讲脉是涩的；滑是病狐疝风，我们以后会讲一篇，专门讲狐惑，看起来好象人就是神志不清。滑脉一般是受到风，都会有滑脉，比较盛。如果是手上的脉比较涩，涩脉就是没力量，柔弱无力，有时停，有时脉不来，这个是少腹积气，这是属于血气凝固的一种现象。

少阴如果有余时，【病皮痹隐疹】，在痹的下方，会发疹，出疹。如果不足时，肺脏会有问题，那少阴跟肺为什么有关系？因为肾不足时，会影响到肺，金生水，所以肺脏是上面，是妈妈，来照顾肾脏的。现在肾不足，会拖累到妈妈，不足则肺痹，肺痹才会有皮毛的病，肺主皮毛。【滑则病肺风疝】，疝就累积，积气，称为疝。涩就是阻碍，脉有阻塞的现象时，病积，小便带血。这种就是少阴。

太阴有余时，太阴是脾经，造成肉痹，肌肉会有不仁的现象，麻木不仁，或肌肉有消，肌肉萎缩掉了，寒中，一般脾脏有问题大都是寒，阴有问题都是寒。寒证时，脾主运化，中医的观念里面认为，脾是管运化。小肠，大肠在这边，那脾脏，中医认为脾主少腹，少腹就是讲腹部这一带，胃里面吃了食物，食物后进入小肠，小肠非常热，是火，小肠的火来自心脏，心脏搏动后，顺着动脉下来，这个热进入小肠，造成小肠非常热，就是因为有热，小肠是水谷之海，能够受盛之官。那再多的食物进来到小肠里，小肠消化后，热在里面消化掉，脾脏，脾在管少腹，所以我们中医认为，脾统血，整个身上的血，是脾在总统，在管的，脾统血，那脾主四肢，主肌肉。所以脾收到小肠的营养后，才会灌溉到四肢上，肌肉才有力量，血才会足，脾来统血。那现在太阴就是讲脾经，脾有问题了，就会造成肌肉问题。那脾之所以能够消化所有的东西，能够主运化，把营养送到四肢，因为脾有阳，这个阳就是讲它的动能，阳，动能。如果脾有很多津液，很多血在里面，我们看到很多脾统血，这个血是形。那现在西医看到的就是血，看不到神，就是阳，看不到阳，阳存不存在？存在。就我常常跟大家说，我们手臂里面，可以看到皮肤、肌肉、骨骼、经脉，那有力量啊，知道用力量，你没有去测他，不知道多大的力量，这个力量就是阳，看得到的就是阴。

如果脾的运化不足，就是脾痹，就是痹症出现。滑则病，就是脾痹，风痹。如果是涩脉，就会病积，病积起来时，腹时满，因为脾主少腹，肚子就会胀满起来，因为受到寒，造成血脉凝固，凝涩不前，就会有累积。中医的观点里面，只要有积，一发现有积，马上就去掉，不要以后大积时再去，所以小病就要开始动手治。中西医不一样，西医就是等你发病了一看，你生病了，再去动手，那已经太慢了。中医是刚开始有问题我们就先去治了，你没有大病。所以常常有人就这样啊，我们那边，我那天跟诸位讲，讲个案例，早上跑到医院去跟西医说心脏很痛，肯定要发心脏病，那西医去查了，你好好的，把他赶回去了。到晚上时，他又跑回来，痛的脸色都变掉了，西医看得吓死了，赶快放到那个EK机上面，那还是在转动，“先生，你的确得心脏病了。”最后的遗言就是这样：“医生，我早上就告诉你，我有心脏病，你不相信我，现在我又白跑一趟。”砰，断气死在手术台上，连发生两次。我只是听到，看到这两次，不知道发生多少次了，病人就死在医生前面。病之初时，一开始一定有症状，人绝对要相信你的身体，绝对不能相信仪器，身体绝对不会骗你，所以中医从头到尾，就在谈人，不会借用仪器来看。所以要相信一个病人，人的身体绝对不会那么差，昨天不知道，今天就发病，没有这种病的。除非是意外车祸，那意外车祸，我教过你们眼睛看一下，恍惚之间（灾色），如果不会看到恍惚之间，你就观气，红橙黄绿蓝靛紫的颜色线拿着，按照灯光去练。

【阳明有余】，病有脉痹，身常常热；**【不足，病心痹；滑则病心风疝；涩则病积，时善惊】**。阳明证出现时，没有寒证，全部是热证，所以一看这个人全部都是热证，阳明证。那阳明有分经，经热，还有腑热，所谓腑就是消化系统，大便不通了，腑热，我们有承气汤；经热，我们有白虎汤，病人口渴，口饮百杯不能止渴，病人有发高烧，我不用大承气，反正你目标达到就好了，把大便清出去，热退，烧退了就好了。

【太阳有余，病骨痹身重】，太阳和肾是表里的，所以会造成骨头问题，身重；**【不足，病肾痹】**；太阳是和肾是表里的，这个是有余的和不足，不足会影响到肾脏。如果脉是滑的，病肾风疝。脉是涩，也会积病，疝有时会发癫疾。所谓积病，太阳是足太阳膀胱经。如果涩症，小便癃闭排不出来，影响到肾脏。常人小肠是火热的，膀胱在前面是紧跟小肠贴到的，所以当水液从输尿管进入，从肾脏跑到膀胱里时，正常人应该是水碰到火气化，所以膀胱里面的尿液跟蒸汽一样，把膀胱顶大，所以一项大时，象热气球一样，所以有400cc的小便量在膀胱里面，那这个好的热气，在膀胱回到肝脏，帮肝脏里面代谢掉。那有的人小肠，小肠也是太阳，手太阳小肠经，足太阳膀胱经，这两个太阳都会于下焦。如果阳不行了，这时一冷下来，这个尿液累积在膀胱里面时是冷的，冷时，水是累积在下方，冷水都停在下面，只有蒸汽会在上面，停在下方时，膀胱压重，就觉得想小便，跑去小两滴，回来还是想再跑去，就会有频尿，我们知道小肠不热。那给西

医看，西医没有寒热的观念，括约肌退化，无力，给开刀，本来这个已经是寒了，开完刀再寒，到时候再开，带一个尿袋，输尿管带到尿袋里面，那个尿袋很象 MBI 的枪套放在膝盖上，尿袋在外面，管子接下去。诸位放心，不会发生在你身上。如果尿液排不出去很危险，为什么？因为这个水会逆流，这就是我们讲的逆，逆的话跑到肾脏里面，那等于是肾脏本来要把这个浊液要排，尿液要排出来，排不出去要回逆回来，回到肾脏，病就严重了。

【倪师内经 70 视频同步文稿】

【涩脉病积】水会累积起来。少阳胆三焦，【有余病筋痹胁满；不足病肝痹】，如果少阳有余时，筋痹，胸胁苦满。如果少阳经不足，有肝痹，肝就会有问题。【脉滑则病肝风疝，涩则病积，时筋急目痛】，眼睛痛，病积一累积起来。诸位要记得，一般就是不足，血脉比较力量不够。这是少阳。

所以看到，厥阴、少阴、太阴、阳明、太阳、少阳，所以春气在经脉，夏气在孙络，夏气因为人体里面血很热，邪进来都在络上面，没法跑到经里面去。长夏气在肌肉，因为长夏是脾脏，季节转换时。秋气在皮肤，冬气在骨髓之中。

第二节 四时之气血刺法、逆四时之气血刺法

521 页，黄帝就问为什么春夏秋冬病气在这个地方？岐伯说春天【天气始开，地气始泄，冻解冰释，水行经通，故人气在脉】。中医基本的理论就是把人体络到春天秋冬，络到天气四季上。如果夏天经满气溢，夏天很热，夏天都有储石流，水灾很多，经满气溢，跑到孙络小的溪流里面去了，这个受血，皮肤会充实。长夏者，经络皆盛，更热了，造成【内溢肌中】，肌肉里面会累积很多东西。秋天时天气始收，腠理闭塞，病在皮肤上，皮肤引急。冬天血气藏在骨里面，内着于骨髓，通于五脏。所以就是因为春夏秋冬这样，人也是按照这种走的，所以邪气一定按照四时，气血变化时，入客跑到身体里面来，等到进入身体里面以后，就没办法度量邪到底是哪里，那时千变万化，但是有个大原则在这里。不管病情怎么变化，一定要依从它的经气、经脉怎么走来辟除邪气，除其邪则乱气不生。所以这时当医生的很简单，我前面跟诸位讲过，为什么要学十二经络，络经？当在络上面发病即使来不及治，它不会进入脏腑，它会进入经上面，到经上面把它去掉了，也一样不会进入腑也不会进入脏。所以按照经络走，岐伯就讲主要强调这个。

522 页，黄帝说如果违反四季，乱吃，使他气血乱七八糟气血紊乱了怎么办？如果乱吃没有按照方法吃，岐伯说春刺络脉，春天时应该刺他的经脉，结果你刺他的络脉是来不及，不及时血气会外溢，让人少气，会伤到气；春刺肌肉，那春应该刺在经络上面经上面，结果你刺在肌肉上面，太过造成血气环逆，令人上气。如果春天刺到筋骨也是太过，血气内著，令人腹胀，所以春天要刺到经上就好了。夏天刺到经脉上，夏天本来病在络上面，我们应该刺到络上面，现在刺到经上面会造成气衰，令人倦怠无力。所以夏天刺肌肉，血气过剩，夏天应该刺络上面刺到肌肉都是太过了。这些症状诸位自己可以看一下。

第三节 四时刺法之原则

所以最主要的原因原则就是春夏时刺得比较浅，秋冬时刺得比较深，最简单的原则，否则不用记什么气上气下，因为现在针都很细，只要掌握原则，春天针春夏针比较浅，秋冬，尤其冬天刺针时，针刺时，针一定会下得很深，冬天应该不会生病，因为主收藏，冬天会有病这种病就在骨壁上生，针下去就要扎到骨上面。比如象中风时我们下针为什么都先到骨边？因为他一年四季都躺那边了，这病已经很深了，一定在骨边，从骨边开始下手，如果中风扎不到骨边它不会好，如果有一种人中风，春夏秋冬躺在那边，冬天时起来可以活动，那不用扎在骨边了，很少，至少我没有看过。

第四节 中风案例、五脏刺伤症状

524 页，这个原则告诉我们刺五脏时，绝对不可以刺到脏，所以背后的俞穴下针有一定的深浅，不能扎太深，不能扎太浅。所以我常常跟诸位讲，督脉我们从大椎穴一直到第十四椎命门时，扎针时斜刺不要直刺，直刺下去如果一寸针也罢，碰到个胖子，瘦子一寸针都会扎到，尽量不要刺到内脏。如果刺到内脏的话，哪些症状出现？这边就下了定义，如果刺到心脏一天就死掉了，那怎么知道扎到心脏？发噫症，喉咙噫症。那中肝呢？如果刺到肝脏五天，讲话一直讲很多。中到肺的话就会有咳嗽不止。如果扎针扎到肾脏，动为噫，喷嚏，打喷嚏，会伸欠伸懒腰。中脾脏，十天，动为吞，病人会不断地吞口水下去。伤人五脏必死，绝对不要去针扎太深伤到脏腑，这是基本上的大原则。

第六十五篇 标本病论

第一节 标本病之案例

黄帝内经第六十五篇标本论。黄帝问病有标有本，刺法有顺逆，怎么区分标和本？本就是病来自原发性原来的地方，最早发病的地方；标是它传经传到表面上。那如何区分它什么是标、什么是本？什么时候先去治标、什么时候先去治本？针灸下针的手法顺逆如何？这怎么区分？岐伯就说了，刺的方法一定要区分阴阳，我们讲阴经阳经，经络很熟时，病人手这里痛阳经，这里痛阴经，就讲完了，阴阳一定区分开，这里痛，一看到到底是阳经在胃经上面，还是在肾经上面，还是在任脉上面？认十二经络任督奇经八脉目的是什么？就是要能分阴阳。【逆从得施，标本相移】，所谓逆从得施就是该补就补、该泄就泄，按照经络的虚实补泄来做。按照针灸的法则来做绝对不会弄错。【有其病在标而求之于标，病在本而求之于本，有其在标求之于本，有其在本求之于标。故治法有取标而得者。】治好了，有时取本而把他治好了，有时逆取而得者，有时从取而得者。那怎么治？

【知标本者，万举万当，不知标本，是谓妄行】，最主要的是阴阳逆从是标本的道，【小而大，言一而知百病之害，少而多，浅而博，可以言一而知百，以浅而知深】，这个讲什么？当个医生有标有本，标集中治标、本集中治本，简单讲就是这样。实际上案例怎么说？有一个病人来了，他发高烧，大便好不好？便秘，便秘几天了？7天了。吓死了，7天不大便，这时候还管他高不高烧？大便一清烧就退了，所以大便是本，标是假热，热燥气，阳明燥气会发高热。那如果发烧几天了？发烧三四天了，大便好不好？我今天没有大便，昨天还有，今天本来应该早上有，现在还没有，那我们知道（大便）没问题，我们还有一些发表的药没有关系，去热的药，这简单讲这是标本。所以有急的要去治急，急缓发生时，有很急的先去治急。有个人一天24小时没小便了，赶快先通利尿再说，还管他其他的，吓都吓死了！针灸通尿当然可以啊，水分、水道、中极穴是膀胱的募穴，阴陵泉三皇地机，诸如此类的，先帮他小便溢出来。你还在问其他，晚上睡觉好不好睡，太慢了。

有先病而后逆者，治其本，就是先得到这个病，之后才发生其他的反逆的症状，这时去治他原先得到的病。举例，有个人盲肠炎堵到了，我们知道这一块发热，同时大便没有，腹痛，他就已经告诉腹痛了，让他足阳明经足三里下一寸两寸的中间找到压痛点，叫阑尾点。阑尾点找到压痛，我们确定他是盲肠炎。病人说这里手破了，两天没有收口，结果你还不快去管他盲肠炎，还在给他收口，这就是医生很差，常识没有。下针把它导出来，药给它攻起来，如果针药并施，为什么我要训练将来大家是针药并施？当你又会针灸又会使用经方时，真的是超级中医，没有病不可以治的，从病初始在络上面一直到病在内脏，只有这样可以做到。不然现在有一个人来腰痛，腰痛吃药吃多久？受伤了腰痛或怎么样那个腰痛很久了，针一下去就好了，当场就好了，现在有个病人说腰痛得很厉害，弯腰都不行，他有一点发烧，你跟他说不关系先治发烧好了，腰不要管了，他动都不能动了，这是标本都不懂。知道我的意思吧？简单讲就是这样。

如果病人出现先出现很多症状，这个症状出来以后再出现重病，我们还是要治他本。比如有一个人来，他全身是黄疸，问他那个黄疸几天了？昨天才发的，那得黄疸之前一直好不好睡觉？不好睡觉，胃口好不好？不好，胃口不好，大便也不是很通畅，小便也是黄，一直延续到昨天才突然发黄疸。这时先治他黄疸，就是因为胆堵到了，才会有其他的副作用出现，那现在堵到，完全堵到了才会全身发黄疸，这就是这个病例的意思。

先寒而后生病的，先治他的本，就是先治他的寒，先病有了这个病以后才生才出现寒证的，先治他的本病。有的人是先发热而后生病的，也是治他的热病。比如什么叫先热？有一个人大肠便秘到了，堵到了，这个病人是不是造成发热？还有一种他大肠没有堵到，他就是燥热，热没有去掉以后才造成肠子堵到，就是你看它的先后。一般如果堵到一天两天没有关系，两天以上我们就要把它清出来了。后来我们在介绍《伤寒论》时就有了，如果有太阳表实证有实证见到便秘的说哪一个先去？我们研究经方的方法，我们是先解表再治攻里这是原则，否则你一攻里的话，表邪会下陷，一下陷造成心下痞，痞症就会出来，这是他取舍时角度拿捏得不准。诸位放心，我教你们不会造成心下痞，当然你刻意让你的敌人心下痞也可以啊，这应该发表给他攻下就心下痞了。所以这就讲这个原则。

527 页第一行最下面，先热而后生中满者，治其标。中满了先去他的中满，什么叫中满？举例，比如我们食物吃到胃里，堵在胃里面，中满了，出现的时间可能常常看到有的人吃块食物堵在胃里，好的食物不下去，坏的食物把堵在胃里，坏的食物为什么堵在胃里？因为身体不收纳，这食物不应该在这里，堵到那边的中满，这时把中满去掉，我们有很多很好的药把它去掉，针也可以。

527 页第一段第四行，【病发而有余，本而标之，先治其本，而后治其标。病发而不足，标而本之，先治其标，而后治其本。】简单说，一个人已经在吐血了，下痢脓血，副症很多，全身倦怠没力，讲话也没力，也没办法睡，刚才跟太太吵了一架，又气，身体也不舒服。那不能说忧郁先讲他的忧郁？要先看哪个比较急，原则就是这样，哪一个比较急，把他的肠、胃里面出血的现象一去掉之后，所有症状都恢复了，都恢复了都好了。他开始担心儿子同性恋或是怎样，那时我们再去改，标本。结果你标本搞不清楚，他在那边吐血下血你不理他，去帮他解决同性恋的问题，这个是鸡同鸭讲，方法不对。

529 页，注意一下，【病传者，心病先心痛】，病如果先传，第一个会传到心脏里面时，一定会有先心脏开始痛，这个讲病在传经。先心痛，一天就会咳嗽，因为火会克金，心里有病时，心脏有问题时，火会造成咳嗽，火克金。三日胸胁支满痛，金克木，因为肝木都在肋肋这边，少阳都在肋肋这边。如果是五天造成闭塞不通，因为木克土，会感到小便大便，身体重疼，肾脏也管大小便，脾脏也会管到大小便，产生的症状不一样。如果三天没有好，如果发生在冬天半夜就死掉了，夏天时中午死掉。怎么知道半夜跟中午？就是我讲的五分法马上就分出来了，我们知道本病在心，心在午时是火，同节气比如心脏是火午时是火所以病起，半夜时水，水会克火，所以半夜死，如果按照五分法来做，后面什么冬半夜，在冬天时半夜死掉，因为冬天是水，晚上是水是半夜。夏天时是火，日中会死掉，因为病起，这是夏天冬天心脏病死亡的时间不一样。如果晓得五分，冬日入，夏日出就不用记，因为五分法就很明确什么时候会出问题。

如果是肺病，这是脏病的相传，如果肺病而喘咳，短期有咳嗽，三天造成胸胁支满，这是金克木，肺有问题时会影响到肝脏，如果没好再传就是木克土，土就是脾脏，身重体痛，再发胀。如果十天没好的话，病人就死症，死的时间冬天夏天不太一样。

肝病，本来肝主木，眼睛胸肋，所以肝有病时眼睛会昏花，胸肋支满。三日体痛就是木克土，肝病传脾时就是这种现象，一克土的话，脾主少腹，肚子会胀起来。【腰脊少腹痛胫酸】，就是土克到水了，如果三天没有治好，冬天太阳下山时死，夏天时早餐时死。其实这个“日”后来在伤寒论时，张仲景“一日”是“一候”，一候是 7 天，6 天左右到第 7 天更换，所以我常常说是 6，因为第 7 天会更换掉。如果这边讲把“日”变成“候”，3

就是 21 天，我个人认为“日”变“候”比较重要。因为以前的定义，“日”是“一候”，现在日就是日，以前的古书上面差不多是一候是 6 天。

脾病时，土有问题，一日肚子胀，身痛体重，身体关节痛，身体感到很沉重，少腹胀一听就想到脾脏。土克水，如果没好，一个礼拜没好，少腹胀就会引起腰脊痛，胫酸。如果三候的话，背筋会痛，小便就不出来了。如果十候不已，没有治好，十个候比如 60 天以内两个月不给他治好，冬天时什么死，夏天什么时候死这里写了。

肾脏病时，少腹腰脊酸痛，骭酸，骨头是酸的，脚是胫骨是酸的，如果背肩痛是水克火，甚至水闭小便闭，小便一有堵塞时，病人就很危险，中西医都是一样，我们赶快要让他通利出来。

530 页，胃病胀满。胃病其实是最好治的，这里就是没有治好，胃病是最快的，不管是什么胃化脓、发炎，胃长脓、化脓胃这种炎症都很好治的。如果胃病胀满，五候少腹腰脊痛，就是土去克水，没有治好，骭酸，骭就是胃经经过的地方。如果还是没好，小便就闭掉，因为水被克到，就是土去克水，水没法气化，死的时间。

第二节 病相传之重要原则

最后面才是重点，530 页，所有的病都是相传，都有死期，如果间一脏止，就是传到一个脏就停止了不再传的话，或是传到三四个脏都是可以治疗，这句话是重点。为什么要去知道前面的一些副症？一定要有这个概念，当心脏有问题时，首先把肺固住时，心脏的病就不会传，肝有问题时先实脾，病就不会再传。肾脏有问题时，因为有问题一定会第一个牵引到心脏，我们就固他的心脏，病就不会传。只要把这个病固在一个脏上面没有相传的话，这个病人不会死。事后我们再怎么调理再怎么做法这是它的大原则。

【倪师内经 71 视频同步文稿】

第七十五篇 著至教论（一）

第一节 书籍附赠说明

先跟诸位解释一下《黄帝内经》从第六十六篇到七十四篇，丧失掉了，所以我们跟着 DVD 买时，会看到《黄帝内经》我自己翻译的，附带赠送的一本就是从宋本，宋朝的刊本，是王冰（音）他所撰的，就是他把 66 章到 74 章补足上去，补足上去我把中间的拷贝下来给你们，这个是原文，附送给大家去阅览。本来我要找《韩非子》，中国很多子，那本书叫《二十二子》，有韩非子、庄子、孔子、老子。结果找到韩非子全部写的东西，里面有《黄帝内经》遗篇就是第 72 篇“刺法篇”，里面很好，所以我花了一点心思把它翻译出来，所以我除了自己写的这本《黄帝内经》，后面又附上了刺法这一篇，黄帝内经第 72 篇这是遗篇。中国比较难懂的是伏羲、神农还有黄帝，这三个时期伏羲讲的是易经八卦，《神农本草经》还有《黄帝内经》，这些篇数丧失掉的部分，过去一定还有《黄帝外经》，外经已经失传了。如果将来有一天出土了，那可能会让我疯狂或怎么样，很开心，因为这是中国文化的宝贝，能够出土最好。我不在乎拿到原文，不可能的，影印本或怎么样都是很好的。

第二节 三阳并至、三阳直心

著至教论第七十五，黄帝召雷公来，雷公是一个初生的刚出来的医生，“你学过医术吗？”雷公说：“我读过医书，没有很明白很了解，希望黄帝知道我就这个意思。”他们说过去都是要【上通神农，著至教，疑于二皇。】他希望学到能够上比伏氏二皇就是伏羲跟神农氏。黄帝说好，知道这个就好了。所有的中医的精神就在阴阳表里，上下雌雄互相呼应，互相扶持。真正的“道”上知天文，下知地理，中知人事，这个可以长久，那种才能教导好群众，也不会产生疑虑，这种医道才可以传世。中医本身所有的我们的处方、我们的来源、我们的下针的手法包括针灸的所有的气脉怎么走，都是按照天地四

时日月星辰来做的。所以要知道天地之间的道理，我们知道阴阳的阴消阳长它的规则，这样医术才不会有不及和过偏。雷公就继续问，请解释一下医术的奥妙奥秘。黄帝说那你听过阴阳没有？中医讲的就是阴阳，讲了半天我们讲那么多就是阴阳。那雷公不敢讲话，说不知道，请黄帝来讲，讲错了杀头对不对？当然不要讲，很聪明。黄帝就说【三阳天为业，上下无常，合而病至，偏害阴阳。】雷公不了解所谓三阳莫当什么意思。三阳，三阳并，太阳、少阳、阳明三阳并在一起时，力量非常大，速度也来得非常快，一并在一起病瞬间就发，病之前没有预兆。那一发时象风雨一样，头顶上就是发巅疾，所以巅级之前人很正常，三阳一并在一起时马上发病，马上就昏倒，这是发在头顶上。如果发到身体里面去，入到腹里面去的话，造成病人下痢不止，或小便失禁，这种病是来得非常快，所以外无期，内无正，没法预期它什么时候会来，没法正确的知道。那这种病又不发生在经脉上面，诊断时也没法按照正常的医书上面来诊断。在三阳并至时，针灸的手法里面有，比如百会放血，十宣放血，在经络的井穴放血，诸如此类的，都是一些让阳不并的目的。

535 页，黄帝说三阳者是至阳，【积并则为惊】，并一般是三阳经，足阳明胃经在前面，足少阳胆就在旁边，太阳膀胱经在后面，这三阳是不并在一起的，各行各的路。如果【积并】，都并在一起，产生惊，病起疾风，瞬间发了病，【至如霹雳，九窍皆塞，】一发时，所有的口窍眼睛耳朵鼻子嘴巴大小便全部是闭住的，在旁边叫他也听不到，什么都听不到。阳气滂溢，因为阳太盛了，往旁边散开，会造成干嗑喉塞，嘴巴很干，喉咙里面咕噜咕噜的，喉咙吞不下东西声音会很大。如果是并于阴就会造成下痢不止，中医称为三阳直心。

第三节 辨别阴阳之法

536 页，突然跑出一段【且以知天下，何以别阴阳，应四时，合之五行。】前后有一点不搭尬。雷公说，【阳言不别，阴言不理，请起受解，以为至道。】黄帝就说，一定要了解真正的医道来传后人，如果没法了解真正的医道，真正的医道就讲阴阳，传道误传反而会伤到人，会害到别人。就好象肾脏快要气要绝时，精神意志、体力都会跟着消耗掉，也就是说如果医道传得不对，从容不出，人事不殷。因为下一篇就是讲从容篇，如何放松心情很专注做诊断诸如此类的。

有一个别阴阳的方法告诉诸位，大家把前面黄帝内经都忘掉，我问你想，这是地，如果这是床，这是枕头，那你现在是躺在这边睡觉，脖子在这边，胸在这边，腿在这边。当然这个人睡觉睡那么整齐，很少都会翻来覆去，那个死人就是不动，平常翻来覆去，我这是画个形给你看，脚在这边，腿这样。天下面是地，天是阳，地是阴，天气和地气交接的地方，天和地，天气还有地气交接的地方在地上三寸，从地上地面开始算三寸的距离。所以地上三寸，这是天地之间交接的地方是地上三寸，这是一个标准。所以在地上面三寸的话，如果是跑到这个人的这边就变成这样，三寸三寸这样，到脚这边，然后一直沿着身体过去，然后三寸下来这样到地。黄色的地方就是三寸三寸，所以我们头上面会顶到百会，脚会顶到涌泉，所以人在睡觉时是睡在天和地交接的地方，所以人会受到天地的滋养。天为阳，地为阴，这是很均匀的一种状态。醒过来以后，地在这边，你人是站到的，人是站立的，地下三寸在这里。所以对一个人来说，是不是受天之阳比较多、受地之阴比较少？这样没有疑问吧？所以人是以阳为主，阳中带一点阴，定义就出来了分阴阳。这个里面有疑问很正常。现在有一个东西长成这样，一看小老鼠，老鼠在下面跑，老鼠是在天地气交接之下，所以它承受地气多，天阳少，有没有看到老鼠站起来走路的？袋鼠例外是在澳洲，平常老鼠都是趴到地上跑得很快，它是地气比较多，那我们就下定义了，这个阴阳就看出来了，所以鼠辈是阴多阳少，所以阴阳是反的。

现在观点有了以后，这个阴阳是平衡的，互济的互相帮助的，如果阴阳存在这个状态之下，这个是什么？常态，正常的人。有一个人阳太盛了，三阳亢，阳太盛，阴就会受伤，阴阳不平衡；如果有一个阴太盛了，那阳会受伤。这是观念，所以只要有常识，

阴阳就出来了，不要想太复杂，老师阴阳很难抓，不要整太复杂。所以阳盛，我们把它定义成太实了，阳如果太实比如大便堵在大肠里面，比如感冒发烧脖子汗流不出来，阳太实。那没有治好，阴会受伤，阴伤到了我们就称为什么？阴虚了，受伤就是阴虚了。如果是阴太盛时，阳受伤时，阴太盛了会造成阳虚，阳虚了以后，阳气没了，那只剩阴了，身体的阳没有了只剩阴在里面，这时就称为什么？阴实。所以人受病它会慢慢慢慢由表慢慢入里。咱们中医有没有替老鼠摸脉？都没有，不需要。

只要懂得阴阳的观念，任何的东西一看，眼睛一望，阴阳就马上分出来了。老鼠本身是在天地之气以下是阴物，有没有看到老鼠在大街上马路上逛街，老鼠平常躲起来是阴物，它阴里面有一点阳，所以老鼠本身是受阴，受地气而成长的。所以当地壳变动时，地下地震、海啸，老鼠马上就知道，逃得飞快，老鼠跑了你还在那边傻傻的比老鼠还笨，所以我们要看天然存在的东西。如果老鼠是阴盛，阴如果太盛，阳就虚掉了。老鼠就是因为怕阳虚，阳是动能，所以老鼠不断地咬东西，把东西咬坏了把墙角挖个洞，不断在磨它的牙齿。西洋人念动物觉得就是读形，老鼠牙是长得很快，吃东西常常去磨，不磨的话牙齿长的不能吃东西啃。实际上因为它是阴盛，阳会虚的状态下，它必须一直在动，所以老鼠动作很快，要啃硬的东西。因为它要把阳强起来。如果阳再虚掉以后，从阴盛瞬间就变成什么？变阴实了，实在里面的话老鼠就死掉了，阴实就最后的阶段了。

所以老鼠的过程很简单，老鼠是阴物，人是阳物，一个秉天阳而生，一个秉地阴而生。现在有的人很笨，拿老鼠来做药，做出来的药，明明就是阴阳不一样，人跟鼠完全不一样，动物学家硬把它变成一样，很接近，它的DNA跟人很接近，所以我们用它来实验药。当然得到是反的效果！不用去验证，不用吃，一看就知道，这是狡辩。这就是阴阳。所以一票人不懂阴阳，把老鼠拿来当实验，然后实验完以后药用在人身上，害人。

这就是我们治病要治阴阳。所以把它都忘了，现在一看，阴阳就分出来了，如此一看就知道什么物性都出来了。所以我希望大家以后出去学中医，把中医练好的人生活一定是很简单的，不会说每天一大堆，所以尽量让自己生活简单。如果生活很复杂，晚上要去哪边？安排了很多，那没法专一的。所以中医要冷静，要从容。

第七十六篇 示从容论

538 页，示从容第七十六篇，一定要从容，病人到手上不要慌，如果病人送进来急诊，病人家属都手慌脸色都发青，你一看到也跟着手慌脸色发青，他冒冷汗你也冒冷汗，不够从容。当医生要稳，瞬间发生的事情要冷静下来能够观察才会看到。那我们看病要怎么叫从容？黄帝跟雷公的对话，第一段五脏六腑，胆胃大小肠这没什么。第三行中间【水所从行，此皆人之所生，】所以人最初生于水，中医的观念认为人第一个脏是水，跟西医不一样，西医认为是心脏，所以它不认为水很重要，所以它研发出来的西药都会伤害到水。吃西药就好象吃味精一样，一吃药嘴巴马上就干，吃西药也会干，它都把水排掉。不管是不是利尿剂，下去都会把水释放掉，只是多少而已。看病一定要从容，那做十全的医生就是面面俱到，面面俱到的人医生才行，不能有一个闪失。

539 页，黄帝问你试着说明五脏的异常、六腑之间的不协调、胆小肠胃大小膀胱如何不协调、针灸的缺失、什么时候可以用药治病，汤液和用药的区分在哪里？雷公回答的鸡同鸭讲，【肝虚、肾虚、脾虚，皆令人体重烦冤】，其实都不对。辨证时，都是一脏为主，病变积出来时本病只有一脏，它会传到其他的脏，不要被其他的脏所迷惑，单看一脏就好了，一脏治好其他都要好。雷公搞不清楚，雷公就说肝虚、肾虚、脾虚一大堆虚。

第一节 幼、青、壮、老年治病之别

540 页，黄帝就骂他，年龄那么大还问得很肤浅。这个会有相似雷同的，其实这篇为什么写出来？并不是看黄帝怎么骂雷公，而是说刚开始医生常常会有很多混淆的地方，

实际上他就是要教我们如何不要混淆，但是用这种对话的方式来讲。雷公问的那个问题，肝虚、脾虚、肾虚，【有人头痛、筋挛骨头重，怯然少气，哆噫腹满，时惊不嗜卧】，这个是何脏所有发也？【脉浮而弦，切之石坚，不知其解】。黄帝说这就是从容。如果很从容的话不会弄错，这里就下了定义。年长的人，到了70、80岁后还活着，基本上脏没有问题他才能活那么久，脏有问题，30岁、40岁、50岁就死了，到50岁后还活着，治年长的人先看他的腑。年少的人年轻人看他的经，因为年轻人，年龄大的人脏器已经衰了，基本上他没有问题，但是年龄大脏器衰了，所以看他的腑。少年人年轻人他的脏器很强，看他的经就好了；年壮就是我们这一代壮年的人，象我就是，看有没有生病看腑就好了，你们都要看脏，因为你们年轻，不应该生病怎么会生病，这是一个大原则。因为你们象这种壮年的人，30岁到50岁壮年的人工作很多，最容易受伤。如果受伤，八风菟热，五脏消烁，五脏象火里面在烧一样，因为劳碌再加上天气热或怎么样，辛苦劳力一直在消耗五脏里面的元气，这就会产生病变。

一个人【浮而弦，是肾不足；沉而石者，是肾气内着也】。以后看到一个肾阳不足，肾着病就是从这里来的，张仲景就会提到肾着病。【怯然少气者，水道不行，形气消索。咳嗽烦冤者，是肾气之逆也。一人之气，病在一脏。若言三脏俱行，不在法也。】真正中医律法是一脏，现在听完看完这个以后，回头看刚刚540页雷公问，一个人【头痛经常骨重，怯然少气，哆噫腹满，时惊不嗜卧，脉切之石坚。】脉如果按到骨边很强硬的是病，那他这样陈述这个症状，头痛经常骨重怯然少气，哆、噫、腹满，如果摸他的脉是浮脉，浮脉是在表，表的话有表证，他这个根本不是表证，一看，再来是骨，脉在骨边那个是病。所以遇到这种情形时，明明是肾脏病，可是摸他的脉是浮的，就是肾的阳往外走，肾阳与阴并行时一定是长脉。常脉的尺脉的地方，会摸到细、沉、缓，代表有胃气，胃阴阳是合的。肾脉变得很强，轻按就摸到他的脉，代表肾阳往外散，所以一看就晓得是肾脏病。所以在临症时看到很多病人很多症状，大家不要紧张，专注看病在哪个脏出来。

542页，有一个人【四支解堕，喘咳血泄，而愚诊之，以为伤肺，切脉又浮大而紧，】他不敢治。粗工一般下砭石，病愈，让病人出很多血，血出来以后身体就轻掉了，这是何物？脾主四肢，喘咳血泄，如果出血来自肺，病人一定是咳血或是鼻子出血，因为肺开窍在鼻。现在是下血，大便排血，脾主少腹，所以小肠是脾脏在管。当食物消化后，小肠是受盛之官，如果脾阳不足时，这个食物化生成血后，没法进入五脏，因为阳不够，这时往下泄，排出来的是血。所以一看就晓得是脾脏有问题，再来前面四肢解堕，就是手脚四肢无力有时不听话，只要看到四肢的问题就知道是脾脏问题。那雷公就判成肺伤，肺伤一定出鼻血，脸色苍白，同时也会有喘咳，但是喘咳鼻血同时咳嗽里面带血，肺伤不会有大便带血的情形。只要抓到一个脏就可以把它治好。黄帝说能治的很多人都知道，这个是有误失的地方。

第二节 比类、常人之脉

543页，【圣人之治病，循法守度，援物比类，化之冥冥，循上及下】，不需要一定熟到经书上这样。就好象我刚才讲鼠性，经书上没有鼠性，为什么知道天地之间在六合之内全部有阴阳，看就知道阴阳了。以后我会讲比如鹿，鹿的性，本身鹿角长在那边，鹿在白天跑来跑去，可是晚上鹿不会躺下就睡觉，它找一个树丛，把那个角放在里面，那个树可以撑着它就这样睡。睡觉时头还硬往上抬，为什么？纯阳，一直朝上，连睡觉时都站在那里，就可以看出来它的药性。鹿就知道了，其他依此类推。当我们讲本草经时，再慢慢跟诸位讲，慢慢了解阴阳。我们从头到尾讲那么多目的是干什么？就是让你了解阴阳的。所以援物比类，要会知道如何做比类，天地之间的状态就是一种类比到人身上。

第三节 血无止法、伤肺症状、诊轻

543页，黄帝就说【脉浮大虚者，脾气之外绝，】一般中医讲是缓有力这是常脉，如果是浮大而虚，浮大而实肯定是表证。诸位记得一个观念，常人的脉，这个是关脉，这是寸脉，这是尺脉，这是九分，这是一寸，从中间分开。这个是皮肤以下一点点，可以

摸到是这样，当然我画故意夸张一点，让你分得清楚。如果脉摸到是浮脉，浮脉就是手指头轻轻碰到皮肤表面上摸到脉，这是表，皮肤表面是表。如果虚掉了，当然是虚脉。如果是实，脉很强很硬是表实。既然讲到是表，既然是实，我们就知道风寒，比如感冒了，风寒在表，就是汗发不出去，病在表，人体力在跟它相抗，“我要流汗”风寒说“不给你流汗！”两个吵架了。在这阳上面吵架，脉就变成实脉。那我们为什么要知道表实？因为我们处方时，有解表的药，有去实的药，就会开药了。如果表虚？我们就知道这个是入表固表用的，诸如此类的，以后就会用这些名词来跟诸位解释。那现在是脉浮大而虚者，浮大了以后，脾气绝就是胃气没有了，胃气的脉一定要缓而沉，今天如果浮大没关系，但是缓没有问题。脉是虚掉了。

【倪师内经 72 视频同步文稿】

胃气没有了，这个是病【去胃外归阳明也】，是脾气，病在阳明上面。二火不胜三水，因为手阳明足阳明是二火，阳明是两火并。三水因为太阴，足太阴脾就是三个阴，所以火不能胜水，水太大，所以脉乱无常也，造成四肢没法控制它，无力，就是脾精不行。黄帝再解释前面的为什么是脾，【喘咳者，水气并于阳明也。血泄者，脉急血无所行，造成血泄。】所以中医有一个观念叫做血无止法，血没有止法，如果血脉里面的血崩裂开来了，血往外走，用西医的药开止血钳下去止血。中医的观念里面如果认为阳很足时，阳没有乱行，血不会外泄的。所以阴阳一恢复时，这血自然而然就止掉了。如果去止血，去止血止它时，并没有让他阴阳平衡回来，那瘀血出来的还是在里面造成瘀血，堵塞在里面更不出来。那就算把它血止掉了，病人瘀血在里面，那个瘀血就是潜伏的炸弹一样，慢慢慢慢的扩张扩张，因为阴阳并没有平衡，哪天就崩开来了。所以中医是血无止法，以后我们会遇到非常多的血症，那血症我们怎么处理，我们怎么样应用，怎么样止血，怎么样把病人救回来。有时病人得胃癌时，三更半夜丑时时吐血出来了，因为丑是胃土之时，胃病会起来。这时一吐血整个床单都是血，那真是吓死人了，那你不晓得把他送到医院去，把胃止血一压住，但是胃癌那我们更不好治。丑时一过就不会吐血了，血就止掉了，因为丑时是土，病会起时。

所以这里讲的就是刚刚雷公问的，为什么是脾？脾的精液精华，它的精没法阳气没法循环造成的。那如果以为是伤到肺，那就缺失了，如果真的是肺气伤到了，因为土是生金，会造成脾气不守，胃气不清，经气不为使，真脏坏决，经脉傍绝，五脏漏泄，不衄则呕，一定会出现鼻子出血或是呕血出来。因为肺伤到的话，一定会影响到它的相关的子脏跟母脏。脾和肺这两个是不相类也，黑和白不能混在一起谈。那明引比类，你的个性、你的看病时你的态度又是非常的【从容，是以名诊轻】，诊断要依据这种法则来做，千万不要慌乱，只是举例。真的肺伤到时我们还有很多其他的症状，诸位不要担心，不难的。这只是说我们要常常做类比，象我刚才讲老鼠和人就是做比类，一看就知道，鼠非人，人非鼠，老鼠可以吃的就拿来给人吃，结果得了反效果。抗忧郁的药最后吃下去目的是预防人家自杀，吃了半天很 happy 的从高楼跳下去死。如果有办法在空中拍到他的照片，那个他在笑。这种是魔道。

第七十七篇 疏五过论

第一节 五过四德、诊之三常

545 页，疏五过论，医术一定有法则，大家可以运行的法则，如果有错有哪些？简单归类叫做五过，五过四德这个是医书上讲的。什么叫做五过？犯哪五种过失？哪几种过失。546 页，第一个过一定要【问尝贵后贱】，诊病时要问问看病人，黄帝的意思要问他，以前有钱现在没钱，还是以前没钱现在有钱？人家怎么回答？这个很难，我找你看病有钱没钱关你屁事？实际上我们要知道他讲这个的目的是什么？目的是希望由情志引起的，为什么我们中医要学些望诊？我们望青赤黄白黑以外，我们还要学学看相，这个人先贫

后富或先富后贫，眼睛一看就知道，望就是看相，看相也可以列入中医。那你可以把相书拿出来看，什么《神相铁关刀》还有一些相法风鉴之术地方可以去研究，就不用去问了。但你研究了半天，研究的是中国人，相书以前写下来，以前没有人看过金头发蓝眼睛的，看外国人就问我好了，我看很多，一看就知道，看多了，外国人刚好跟中国人东方人是相反的。如果实在不会看，就问他，象在黄帝内经讲，不问的话就医过了，是先贵后贱病从内生，因为以前很好，现在不好，我们说由奢入俭难，由俭入奢易。这个人以前贵现在贱，会造成【脱营】，血会不够，比如以前当高官的现在没有，就是脱营；如果【尝富后贫】，以前很有钱，现在没有钱，就是【失精】，精气会丧失掉。

五气留连，五脏的五气肝心脾肺肾阴阳五行木火土金水这五气应该是持续循环不定，不会停下来的。如果是并在一起就会产生病变。所以前段讲的就是病人因为情志产生的问题，如果没有了解清楚的话，这是医过。那比如病人很多，不可能叫他写个病例表格，还没有看到医生之前，先告诉是先贫后富还是原来是高官现在是贬为平民，这是不会回答的，这是笑死，人家是看病，不看你，瞧不起人或怎么样，本来还好变得更坏。按照黄帝内经做不起来，那你可能刚开始看病时，就按照正常人帮他看，这是实在没法问的。那以后聊天中可以旁敲侧击听听到这个，所以要注意旁边人讲的话，知道这个人过去一点事情，这是很好的。这是医过。所以要旁边人了解病人的生活起居过去的情形，这对医生很有帮助，能知道就知道，实在不知道也没办法。

547页，第二个（过）我们问诊一定要问他饮食居处，这个人是瞬间很快的很痛苦，就会发生在瞬间。那情志喜怒无常的人都会伤到人的精气，那我们要了解这个，如果不了解这个精气会受伤的话，这是第二过。一般如果暴怒暴喜，暴怒的人伤到阴，暴喜的人伤到阳，这就是下定义。那造成逆气而上，满脉去形。人的血脉会很充实，但是因为上逆，形，外形会受到伤害。这种是治第二过。

第三过要【比类奇恒，从容知之，】如果是不这样做的话，治之三过。什么意思？就是善为脉者，第三过就是有的人他不看其他望闻问，就是会摸脉，光靠脉来讲一切，这个不行，就这一段。不可以说一个医生光靠脉就去判定人家很多事情，因为人家坐在你面前，很多过去的事情不会从脉上知道，那你要去问，绝对不可以光按照脉来做诊断，这个是治之三过也。所以我们前面有望闻问，先望闻问，问完以后再摸他的脉。【诊有三常，必问贵贱，封君败伤，及欲侯王。】就是野心很大，要做皇帝，要做总统，不干副的，要干主的，诸如此类。那吵不过就一哭二闹三上吊，那暴喜、暴忧、暴怒发生在这边，很凑巧。这种【精神内伤，身必败亡】，寿命就不会很长。当医生的遇到这种病人有精神上情智上问题，要用很多方法来修正，例如说好言相劝，好好先生很多。跟他说中医很好，要相信中医，西医不好，要相信中药比较好，这样讲话没人会听的，谁会听你的，你告诉我哪里好哪里不好，来不及讲，不可能每一个人都告诉他，长篇大论来说服他。叫骂又骂刚中，所以山水蒙启蒙之道刚中，“再下去你就死！”讲完了，吓死他了，跑出来了，这就救回来了。跟他讲半天中医比较好，不要去开刀，中医比较好，讲完他眨眼了。所以言简刚中，事后这边可以讲，要慢慢地去改变他的精神状况，告诉他比如你现在一百万你有一百块美金，那你羡慕一百万美金，你跟他讲一百万美金和你一百块现金，你吃的汉堡都一样，你不会是买个纯金的汉堡来吃，就死掉了？汉堡都一样，何必去计较一百万跟一百块美金？是一样的，人要开心，不要为欲望很高而受到伤害，精气会耗损。

第二节 五过-粗工之意

第四过，第五过有五过四德，548页，看病人一定要知道开始知道结束，也就是病的前因后果要了解一下。所以常常会问病人，脖子痛是怎么来的，我们不会说脖子痛就开始治疗了，一般问脖子痛怎么来的，就听他讲了，是车祸车子撞到后面结果伤到，伤到时还带点惊讶。现在有一个人也是脖子痛，问他脖子痛怎么来的？晚上睡觉早上起来时脖子痛。还一个人脖子很痛，感冒原来没有几天才有。同样一个脖子痛，它的起因不一

样，治疗的方法当然不一样，所以当然要去问他，所以病情一定要知道它的始末。人家告诉肚子痛，什么时候开始痛的？为什么痛知不知道？不知道，就突然开始痛，不知道没有关系，我们要帮查到。痛是持续的痛，还是断断续续的痛？持续的痛，我们知道里面实的有东西，那东西到底是肿瘤还是大便堵在里面？就问他便秘，要多问他病的原因、起因，前后的关系。不能人家肚子痛，跑来说你几个女朋友？这个是鸡同鸭讲啊，不是跟雷公一样笨吗？答非所问，所以你们千万不要讲问题很奇怪。比如有的人原来很有钱，后来没有钱，忧能伤肺，造成皮肤比较粗糙，造成很多的问题。如果当医生的不知道也不问他发病，如果什么都不问，就告诉他什么时候会死，这也是粗工。所以到西医那边去检查，西医一看到这个脑瘤，54天，很厉害，很准，54天他绝对不会算错，这也是粗工。病怎么来的不知道，因为是他们技术很好，所以如果去医院去，西医判定什么时候死，很准。黄帝内经说这是粗工。不是吓死人吗？知道又怎么样？把病人吓死了！从当天听到你讲这个话到第54天，这54天是人间炼狱。刚开始还求生，到后来早点死算了，多难过，一看人越看越不对，这是五过。有这五种过失的人【皆受术不通，人事不明】。所以西医就是第五个粗工，当然前面也有，去给西医看病，一小时看120个病人，所以一个人只有30秒，他不会问你是当官现在没有当官了，以前有钱现在没有钱，他不会问这些，哪里痛就开个处方，粗工。然后再看这个诊断，30天就死掉了，这个乳癌活不过一年，讲完了，都是粗工。他就不会分析，为什么有的女人会得乳癌，为什么有的女人不会得乳癌？这不一定，有的人是遗传，有的人是过敏什么，反正讲一大堆，实际上都不对，因为他根本不知道病怎么来的。

所以不知道病怎么来的，都是受术不通。当个医生，一定要问病人前因后果，同时一定要知道病怎么来的。我在美国看病时，这个病人很好玩，我基本上会尊重他们医生，我们当然互相尊重，病人拿到病例一看是脑瘤，看他脑袋肿那么大一个，原来还没那么大，比较小，结果开完刀后三个月长出来更大，长那么大，现在右边都瘫痪掉了。我等他讲了，我说西医现在怎么做？我的医生说现在开刀长回来不能啊，做化疗化疗又做不进去，电烧，做完的话那如何？说活不过三个月了。那你三个月还在医院干吗？三个月你不应该出去走走吗？既然你从滨州来到这儿了到处去玩玩。我不能跟人家这样讲，西医说那你是死定的，你是不是绝望了？绝望了。我告诉你肿瘤怎么来的？分析给他听，然后告诉你刚刚跟我讲的很清楚，肿瘤越来越大，当肿瘤长大时，就发现右半边越来越没有力量。这是你说的对不对？那你吃我的药吃了一段时间后，你右半天越吃越没力量，肿瘤在变大，你不要吃了，代表药没有效，怎么那么笨呢？药没有效你还继续吃？但是如果吃我的药，一段时间以后，右边越来越好起来，左边本来就正常，右边越来越好起来，精神体力都恢复，就代表你在痊愈之中。所以你也不用去照X光了，如果闲来没事，觉得人生很乏味，就跑到每天住在X光室旁边，你住住看。我们那边医院有六个护士在一个房间里面，旁边隔个墙就是X光室，六个护士里面5个得癌症，为什么？就是那个放射线。所以如果觉得人生很乏味，你去搬个床到X光室旁边躺着睡，保证你得癌症。所以这种放射性的东西都不好，不需要，现在已经告诉你你要死了，那你还去干吗？那我怎么知道他没用？我说你不用知道，你自己会知道，你别问我你自己都知道。我怎么知道？就开始讲了，吃喝拉撒睡头冷脚热，正常，很简单！我们把它简化掉了，同时告诉他肿瘤怎么来的。所以我们当医生一定要知道病的找治病的原因是什么，现在西医最大的问题是病怎么来的不知道，就专门给大家讲几岁死，什么时候死。

549页，【所以圣人之治病也，必知天地阴阳，四时经纪，五脏六腑，雌雄表里。刺灸砭石，毒药所主，从容人事，以明经道，贵贱贫富，各异品理】。意思就是天地四时，阴阳四时，治病一定有法则，绝对不是靠一个很简单的动作就在治。同时我们要问年少，这个年龄多大？是老头子？还是少年人？在问这个女孩子，现在一个女孩子她肩膀痛、便秘，你不看人家7岁，在那边问她月经有没有，这不是没有注意看年龄吗？那人家来个65岁，你说月经好不好？那根本就65岁了！所以要眼放亮一点，我们平常看病一看病人几岁，看看病人几岁。那看这个人胆小，胆小的人最不好治，为什么？他被吓死了，他疑神疑鬼，这个也不对，那个也不对，本来只是一个病比如气喘或胃病，后来变成胆

瘴，犹豫不决，我们还要治疗他的胆，胆为中正，决断出焉，没有中正之官，他也不敢吓到，这个很麻烦。所以我们治身体病很简单，心理病很累，心理病常常刚中，没法救他这是刚中。我跟他讲，你这样下去很好，我保证你死。死时病例上怎么写？是被吓死的。想想看怎么办？最后他自己去解决。

当医生千万不要给病人电话号码、家里电话号码，否则你惨了，每一个小时打电话，整个晚上不要睡觉了，打来都是不同的病人，有时是相同的，因为他生病，脏有病晚上才不能睡，他就没事打电话给你，听听你的声音他安心，结果你不要睡觉了。所以如果把电话号码给病人，给人家，一个礼拜以后保证你象熊猫一样黑黑的，气色很不好，然后每天在抱怨，好心结果会害到你自已。《黄帝内经》没有写出来，我们再增一点进去。当医生的一定要精神养好你才能从容，不然那么累你想从容也不能从容，因为很烦躁，人太累。

550 页第二行治病之道，我们中医在治病的道真正的方法气内为宝，就是我们要想办法让气存在身体里面，所以气泄时我们马上要注意，比如老师什么叫气泄？你看不到，气泄看不到，看得到，大汗不止不是气泄，大吓不止是不是叫气泄？先不管阴气阳气，一个人不断地在流失就是气泄，气要往内为宝，所以我们要固守，我们有固守阳气要固怎么怎么好，很多的固表固那个气，要是这样。气内为宝，气绝对不可以往外跑，就象气球一样，不能往外跑。所以我们不赞成开刀，一开刀气就散掉了，气要藏在里面，【气内为宝。循求其理，求之不得，过在表里。】如果一个人的气没法守于内，一定在表里我们可以找到。这里讲的守数据治，并不是现在西医医学报告的数据，这个不是，这差太远了，要先解释清楚。我们如果随时把气固在病人的身体里面，这个病情不会再恶化，一定会万无一失的。

如果阴阳气交流有失去交流时，阴气阳气本来是平衡的，我们身上背后膀胱经上很多俞穴，有心俞、肺俞，肝胆脾胃三焦肾很多，那个俞穴就是帮脏腑调平衡的地方，脏腑不平衡所以有脏病，所以才会有俞募治疗，扎背后的俞穴，正面扎募穴，诸如此类的。这样就可以把一些很多过热或是过寒的症状，事先在得病之初时就把它散掉。

如果看病的人，就是看病的态度，在疏五过篇，我们不要看那个过失，如果不仔细看，不仔细去观察，就是失察就会有失误的地方。这就是我们一定要把握这个原则，那疏五过论最主要的重点就是诸位记得，绝对不要去犯下一些不应该犯的错。病人是无辜的，所以医生一定要清楚病情的来龙去脉，来龙去脉了解的话，基本上把它治好这个病不会再犯。如果不了解来龙去脉时，你直接治下去，你并没有完全了解这个病情的话，第一个病情不会好，第二个同样的病就算你蒙对了治好了，还会再犯还会再来。所以一定要了解病的原因是什么。

第七十八篇 征四失论

552 页，黄帝内经第七十八篇，征四失论(徵 zheng 是繁体字)。这篇雷公学乖了，不敢乱问，雷公说书读的很多，医书都读光了，全部都背下来了，可是看病还是会有失手，为什么？这都大家以后也会面临的问题。黄帝说你的年龄太小，【智未及邪】，当然也可以解释智慧没有达到区分对和错的阶段。我常常跟大家讲，我喜欢比较皮一点的为什么？在跟病在作战时，这个病人只是一个战场，你在打仗，在跟病作战时这是死生之道，按照孙子说“死生之道无所不用其极？”，赢就好，所以诸葛亮出了很多计策实际上很多是害人的，可是没有办法，因为是死生之道，所以要稍微邪一点。这个邪不是真的去害人，你看到每个都是好人，看到病也是好人，不能看到那个显微镜一看那个病毒也是好人，诸如此类，他的确是好人，现代人把它弄坏掉了，他本来是好人。所以脑筋不要很板板的，一板一眼的做，脑筋一定要活。他的观点是这样，能够分辨清楚，活泼一点。

黄帝说十二个经脉，我们身上有十二条经脉，诸位都学过这十二经脉，络脉有三百

六十五处，大家都知道，一般医师都按照这个来做。你不十全者，医学都了解了，可是你没法做到十全十美，为什么？因为【精神不专】，没法专心的看病，【意志不理，外内相失】，所以你常常会产生一些疑问。诊断不知道阴阳逆从，比如有一个人晚上不能睡觉，失眠。光是一个失眠，你眼睛看过去，他晚上应该是睡在那边的，是阴盛阳衰，白天是阳盛阴衰，精神在那边，晚上睡觉时阴较盛，阳比较衰。

现在这个人该睡时不睡，是不是把白天的阳盛阴衰带到晚上去了？阴阳马上就分出来了，这样去看他虚实再看他表里、寒热，诸如此类的。所以一定要知道阴阳逆从，如果遇到一个人，白天睡觉，晚上精神很好，因为环境造成比如在国外，很多大城市的人往往 24 小时三班制。有的人这个礼拜轮夜班，警察局也是三班制 24 小时值勤的，白天要睡觉，到下礼拜调时间回来，阴阳常常调来调去。壮年没有关系，那随时要告诉自己，比如大家不愿意排夜班，夜班是最痛苦的，当被排到夜班要跟自己讲我好开心好爽，一定要愉快，因为不做也要做，做也要做，要跟自己讲好开心，绝对不能说好痛苦，那本来就是因为工作的关系硬把阴阳调的不正常，一定要保持心情的平静开朗，那晚上值夜班很好，最少可以读一点书看看 DVD，最开心了。千万不要把自己情绪弄坏。

所以我们治病一定要知道阴阳从逆，这没法做到十全十美，即使经受住很多，可是你阴阳逆从不了解，这是会失手的。第二个，受师，找的老师不好，很差，妄作杂术，道理也不对，结果你是理论没有学好，这是你治病的第二错失。找对老师，找错也没办法，反正我就照实说了。

【倪师内经 73 视频同步文稿】

第一节 医生失手四种原因

我修正一下，七十八篇是征四失论。第二个失误的地方找错老师了，第三个没有去问他，去了解他的贫富贵贱的居处，【坐之薄厚，形之寒温，不适饮食之宜】，也分别不了解这个病人的个性，胆大还是胆小，这个不会中。因为你不了病人贫富贵贱这种，这时会有失误的地方。这些讲的都是失手，医生会失手。还有这是我最恨的，第四个不问他病的原因忧患饮食失节，起居的方向，或伤于毒物，或是吸毒或是吃到不干净的食物，不先问他这些东西，直接把他的脉，然后告诉他怎么回事怎么回事，何病能中，妄言作名，这就是第四个失误的地方。

中医是望闻问切，精神上就是望而知之为之神，闻而知之为之圣，问而知之为之工，切脉之道就是巧匠，巧匠不能治病的。有人摸脉就告诉你 24 小时肾脏怎么讲一大堆。这医生很厉害，没有问我就知道了。开处方时一付药下来八九十味药，乱枪打鸟，凡是《本草纲目》里面能够治咳嗽的他都开在一起，没有一味是到的。经方家的处方绝对不依靠《本草纲目》，这就是四个过失的地方，诸位千万不要犯这个错误。当发现到有错误时，问他问得清楚，也知道他的贫富贵贱，也知道他的心情如何，也认为判定没有错，下针病人效果很好，就是你处方下去时有问题，你要心里想是不是我错了？所以要常常自己要了解自己有没有错？第一个诊断或是处方，还有你的药对不对？这是我们都要考虑的。

第二节 案例：十枣汤证

有一次一个病人也是很熟的朋友，都是老病人了，从看病变成朋友，十枣汤证很难过不能躺，躺下去怎么样？胸腔里面很难过，很简单了，开一剂十枣汤，早上吃完中午打电话来，我既没有上吐也没有下泻。什么怪病啊？我想没有错啊，我说那你有没有难过？什么都没有，我再吃第二剂给他，他吃了还是一样。我就怀疑了，我就跑到药房去问那个药师，这个十枣汤怎么配的？我们按照你写的比例，红枣加进去，他把红枣的比例放到最多，其他都是 1 的比例 0.5，红枣把它放成 10，吃的根本就是红枣，我就说自己配，抓起来自己配，全部生用，红枣在旁边，一剂就好了。一剂早上吃完上吐下泻，吐完，中午回来就好了，晚上就去打棒球去了。辨证很重要。所以发生错误赶快要去修正，没有关系，甚至跟病人明讲都没有关系，病人绝对不会怪你，要跟他明讲。

第七十九篇 阴阳类论

阴阳类论篇第七十九，那在初春时，黄帝坐在那里，黄帝就问雷公，【阴阳之类，经脉之道，五中所主，】哪一个脏最贵。雷公当然看看外面是春天，那就说春甲乙是春，主肝，所以雷公书背得很熟，治七十二天，三个月以内，脉之主时，臣以为这个脏是最贵的。当然又被黄帝骂一顿，肝脏其实是最下等，不是，是经。黄帝怎么说，557页【三阳为经】三阳就讲太阳，精气的循环。【二阳为维】阳明为维，后面翻译的部分有错误的，诸位稍微改一下。我把它改过来，所以我们DVD买到的人书上有很多文字上有偏差，十年前是我的学生打字的，现在把它修正过来，拿到DVD，我们附赠的DVD里面的书我会有一张纸上面是更正的东西附在里面。

少阳为游部，一阳就是少阳，这是五脏的终和始。三阴为表，三阴就是太阴为表，【二阴为里，】一阴厥阴至绝。人有阴阳并行，人身体里面是一个圆形的，但是是有始有终，一年12个月，以1月寅月，为农历的1月，所以每年农历1月都是寅月。从月上来看人身上的十二经络，十二经络络到12个月份，第一个时辰是手太阴肺经，所以从肺经从寅开始算，一年十二个月算回来，周天循环循环不止的，经脉的循环是最重要的，而不是说哪个脏。五脏都重要，经脉的循环人是循环的，绝对不能停止，这个观点很重要，一停止在哪里那个脏就有病了。这就是我们为什么说十二经络，如果预测一个人的病，这个人从两年来都是晚上1到3点起床，我们知道肝经生病，肝经生病不及早去治疗，它会入脏，入脏就变成肝病了，得了脏病我们就用五分法，可是在脏之前是经络，当按照经络生病时，很简单，我们针它的荣穴，我的老师徐继明告诉针荣穴，经书上是针腧穴，我老师告诉针荣穴。临床上我两个都做，两个都有效。所以我常常跟病人开玩笑，你这个reset电子表重置，我帮你reset重置一下，病人每次给我开玩笑，”你忘了reset我一下。“本来是3点到5点起床，一下变成5到7点，5到7点以后起床怎么办？正常，不要治，上大号，那是大肠经的时间。早上起来第一件事要上大号那是最好的。所以经络的循环最重要。

第一节 三阳、短脉、脉症不合

558页，这里黄帝在解释，仔细讲【三阳者，太阳为经，三阳脉至于手太阴，】如果是三阳的脉，太阳的脉进到手太阴就是进到寸的位置，手太阴肺经接近于太渊的位置。病人脉有弦浮而不沉，这是谓表邪，所以这里可以看到，当表有邪，太阳经生病时，我们讲足太阳膀胱经，生病时病在表，会在手太阴肺经的寸关尺的脉上面会摸到浮脉，代表表有邪，浮而不沉，知道表有病了。

所谓【二阳者阳明也，至手太阴】，阳明的脉如果跑到寸关尺的位置，脉出现【弦而沉急不鼓，灵至以病，皆死】，常脉阳明的脉应该是有浮大，但是很短。诸位记得什么叫短？这是寸脉，这是手臂，这是关位，高骨之下为关。前面从关到手腕关节这边是9分，脉的长度是9分，后面到尺的部位是一寸，所以全部脉加起来是一尺九分，比个脉短一点点称为短脉。如果脉是浮而短，这是阳明脉，正脉。现在是沉急不鼓，脉原来应该是浮而短，现在沉下去，就是病跑到里面去了，这时就危险了。

一阳少阳，少阳脉进入手太阴肺经的脉时，脉气上面时，会直接连到人迎脉这个地方，【脉弦急悬不绝】，这叫少阳病，专阴则死。其实这一段不需要去摸人迎的脉，这里讲的是因为少阳只是一阳，一阳陷时这个脉很脆弱，马上就进入阴脏，如果摸到少阳的脉比如少阳证，举例，忽冷忽热，病人有时恶心，胸胁苦满，因为少阳在中间胸胁这个地方。摸他的脉，少阳脉应该是肝胆的脉，应该比它细比较弦，这个是常态。如果变得很浮很大很凶，那是真脏脉，因为阳后面就是进入阴。阴脉一出现时，专阴就是孤阴无阳时就是死症。

三阴讲的就是太阴，六经之所主也，这是气血的源头，太阴所以跟重要，这个交于太阴。如果太阴是缓脉浮而缓，缓一点点，脉在中间，缓而有力的脉。如果是病脉沉在很深的地方，这个已经出问题，脉只要下沉，都进入内脏，脉如果是浮起来都是在表从表，脉沉下去都在脏，往里走。

【二阴至肺，其气归膀胱。】二阴就是少阴，它会气归膀胱。

一阴就是厥阴独至，这个脉如果是钩而滑，厥阴脉是肝脏的脉，如果正常的肝脉是在肝的位置上一点点弦，但是缓而有力，因为有胃气，缓就是一息五至左右。如果出现钩而滑，这是真脏脉，真脏脉出现都会死的。我跟诸位讲真脏脉讲得很多，诸位不要担心，正常的人寸脉跟尺脉有一点斜度的，寸脉比较接近皮肤表，尺脉比较低一点。如果这个脉高起来超过这个地方，称为溢脉，如果从这个脉上面超起来往回去，压回去，覆脉，覆盖的脉，这都属于真脏脉，脉都是又大又长。

这个六脉者，有时摸到阴脉，有时阳脉，互相交属，**【缪通五脏，合于阴阳。先至为主，后至为客。】**这个脉一直在循环一直在循环，脉按照节气在走，按照四时春夏秋冬在走，就一直在循环，这是常人，正常的人应该要这样。如果它不按照这个方向来走，就是有病脉出现。

560页，主病在哪里？主要的病征发现在哪个脏里面？黄帝说了，三阳观念就是好象父亲一样，二阳为卫保卫，一阳为纪，纪就是纪律，因为少阳是转输，它管阴阳的纪律，互相为补，相辅相成，绝对不能够有一个相失。三阴为母，二阴为雌，这时用雌雄父母来看，一阴为独使。

如果是二阳一阴，二阳讲的是阳明，一阴讲的是厥阴，出现时，阳明主病。所以我常常讲的，如果二阳遇到一个阴，这个阴不能胜阳，阳是最大，当然病在阳，这是关键的。阳明就是二阳，合并为阳明，那一阴，二阳一定比一阴大，所以一阴不能胜二阳，所以不要治他的肝病，去治他的大肠。所以我们常常说，治肝病一定要通利肠子，基本的动作，如果通利肠子，肝病不会再恶化掉。所以肝有病的人最怕便秘，最怕肠子不通。

如果看到三个阳太阳病还有一阴的病，那这个阴怎么会去胜过三个阳，阳那么盛，意思是什么？比如这个人肝有一点问题，照理说这种内脏有问题，就不会得感冒了，内脏问题如果很严重，它是表往里面走，很严重，根本没有固表能力了，居然还会得到太阳证，所以这个人如果有太阳证，只要今天感冒得了葛根汤证什么什么症，表证在，代表里证没什么，因为表证在，代表阳气很够才会有表证。最怕就是感冒都不知道了，打疫苗感冒都不知道，照样感冒。

如果是二阴二阳，这就会相抗了，两个阴两个阳并在一起，**【病在肺，少阴脉沉，】**这是讲的心经的脉沉下去，**【胜肺伤脾，外伤四支。二阴二阳皆交】**，两个互相相交时，病在肾。二阴二阳指的是少阴和阳明两个证，二阴二阳是两个齐头并进的两个相交就会有内脏病的出现。前面那个病在肺，这个有一点争议，实际上这个少阴出现时是心经。黄帝内经讲得很多，诸位如果记不得，临症上不用担心，因为我们后面讲伤寒论金匮时张仲景帮你整理过了，所以我就很怀疑张仲景可能有看到六十六到七十四篇，他整理很详细。所以诸位看过伤寒论金匮，这里绝对不会受到迷惑。

【二阴一阳，病出于肾】。二阴讲的是少阴，一阳是少阳，少阳少阴两个病时，病会从肾脏出来，寒气就会进入心脏，水克火进入心脏，所以会闭塞不通，四肢别离。肾脏一有问题时，大小便就会有问题。

【一阴一阳代绝】，一阴是厥阴，一阳是少阳，如果脉相上面丝丝停停，没有力量，常常有停一下，这是阴气寒气跑到心里面去。这时咽喉会干燥，病在脾脏。最主要讲什么？比如心脏和肾脏同时出现问题了，看起来好象心脏肾脏出现问题，实际上治脾它两边都会好。所以表面上表肾脏看起来是厥阴跟少阳出现问题。抱歉，厥阴是肝脏，还有

少阳胆经还有三焦经。出现这个问题时，它这一段讲的是病在脾上，治肝治木一定是治土，木会克土。按照这一段解释，比如肝有问题去固脾脏，肝的问题自己会好，真正病就在脾脏，这样解释。

【二阳三阴】，二阳指的阳明，三阴是太阴，至阴皆在，阴很强，二阳也是很强的，太阴也是这样，【阴不过阳，阳气不能止阴】，就是阴阳相抗，你不能控制我，我也不能控制你时，阴阳并绝。如果出现脉是浮脉的，因为阴阳两个相抗，力量差不多，互相辅助互相抗争时，产生的血痕就是肚子里面长积块。如果是脉沉，代表里面化脓了，化脓在骨边，这都不是很好的现象。

【阴阳皆壮，下至阴阳，上合昭昭，下合冥冥，诊决死生之期】。常人十二经脉如果是按照天地的循环这样下来，一直循环都没有停止，没有受到任何影响时，一个人这是正常的，神清目明，能吃能睡能喝能拉。一旦哪一脏受到影响时，它起因的原因可能是这个阴跟这个阳并在一起，造成这个阴，那可能这个阳跟这个阴并在一起造这个阴。实际上临症上面看时很简单，并不象书上那么难，病人告诉晚上不能睡觉，胃口也不好，人疲劳倦怠，小便也黄的，眼睛看东西都昏昏花花的。听他在讲时，这个人肝有问题，因为肝开窍是眼睛，再一听他胃口又不好，是木克到土了，他就胃口就不好，人就会疲劳倦怠。那治土就好了，已经找到方法了。但是这是初期，真正里面重病时，光固土就没法，这是病之初，当十二经的经气有问题时，脏里面出一点问题会影响到经气，这时固脏就可以。

563页，黄帝说【冬三月之病，病合于阳者，至春正月，脉有死征，皆归出春】。冬三月，冬天好生病，脉应该是冬天的脉，脉证相合时就没有问题，结果冬天时看到阳证，冬天不应该有阳证看到阳证，就是这一段整个段讲的就是脉和证不合。举例，比如现在有个病人，他吐血又下血，这个人失血了。这个人很疲劳，脸色发白苍白，很累，很疲劳。照理说，这个人失了血的，身体一定会觉得冷，脉是变得很小，失血了还是虚。一摸脉时，脉变得很大很速，那病人说不怕冷怕热，完了，这是逆证，脉证相反的。为什么会这样？阳绝，阳要离开身体了，那阳往外浮时，病人会显现热证。就好象蜡烛烧到最后时，那一点点时，剩下一点，有时瞬间会变成蜡烛火很大，那一段时间看到是阳证。

所以中医如果看到病人是虚，摸到是虚脉所有都是虚，这很好治，这叫脉证符，脉症不符都是危症，这里简单讲就是这样。比如冬三月，本来冬天主收藏，现在不藏跑出阳证来，病就是很危险。上面提出一些比如【春阴阳皆绝，期在孟春，】春三月的病阴阳都绝的话，在秋天的话会死人。这前面都谈过了，节气相克时会产生死症，相同节气时病会起来，在相生的节气比如肝病，肝病好的时间是在夏天，夏天是相生的季节会好，肝病在春天会发，病会起，相克的时节就会致命。

第八十篇 方盛衰论

第一节 气之运行

第565页，方盛衰论第八十。雷公就问，气在身体里面是如何运作的？什么是气逆？什么是顺气？黄帝说【阳从左，阴从右】阳气一律从身上的左边往右边走，阴气它是从右边往左边走，老年人阳气是从上往下走，少年人的阳气由下往上走。小孩生出来以后，14岁以前小朋友都是胎吸，肚子在呼吸。14岁以上以后自然而然变成胸式呼吸，所以人年龄越大呼吸就越高，年龄越小呼吸就越低。常人应该是胎吸，所以道教、佛教很多人打坐时用腹式呼吸，让肚子去呼吸，就是回到胎吸的阶段。可是人年龄大了，气越来越衰了，就往上跑。所以老年人气由上往下，少年人气由下往上。所以我们现在很多人年龄大了，我们叫他打坐，希望气由下往上，不要由上往下，是这道理。

【以春夏归阳为生，秋冬归阴为生，】一般春夏时，阳气会渐盛、阴气会渐少，所以

见到阳证是好的现象，见到阴证不好。秋冬时阴气盛，阳气比较衰，阴证在出现在秋冬时反而会为生。气的逆的多少，后来还讲到年龄大的人、年龄小的人，以后诸位辨证。

第二节 梦境判断何脏少气

566页，当气多余、不足也会生病。如果【一上不下】，就是阳气往上走，照理说阳气往上走会下来，阴气再上去下来，阴阳一直在更替。那一个阳冲在上面不下来，下面阴这时候会停在下面，就是阴阳会分隔的现象。【寒厥到膝】就是脚冷从趾头冷到膝盖，就是冷不上来了，膝盖阳关阴阳交汇的关口那边。所以阳一上来下面就寒掉了，会冷到膝盖。常常病人就问，我妈妈吃的药都很好，现在怎么奇怪就有一个现象，就是膝盖以下到脚指头都是冰冷的，代表阳还在上面没有下来。如果是年龄轻的人，这个气有余时秋冬死，因为少年人是由下往上这个是常人，现在气在上面了，由下往上，上去下不来了，秋冬死。老年人的气是由上往下走，所以秋天冬天老年人得到逆时，阳在上，下面是寒气时，他反而不会有事。气上不下，人的阳气冲上去一定要下来，一直循环，永远不会停止。如果只上去不下来，造成上面阳会比较亢，这时头痛发癫，这都不是很好的现象。

后面这一段很好玩，少气，当一个人气不足时，令人多梦开始随便乱梦了，甚至严重的会昏迷。所以只要一个人梦很多，常做梦，气不够多梦，而且严重气虚的会昏迷过去的。【三阳绝，三阴微】这是少气。怎么知道他气虚，到底是哪个气虚？从梦可以找到。

肺气虚的人梦见白色的物品，东西都是白色的，看到地全部是一片片雪白色的。【见人斩血藉藉】，因为肺是主金，主肃杀，拿刀在斩杀看到血。如果是秋季正好梦想这些，正好又逢到秋天，就是逢到征战，因为天地之间的节气跟你身体的肺是会相连在一起，金主征战，就会打仗。

肾气如果虚掉，所以我们从一个人的梦里面也可以判断这个人哪个地方气虚掉了。我们有一些补肾虚的药。肾气虚的话使人常梦见舟船，常常船翻倒了淹死人。如果平常就梦到这个，平常还没什么，冬天梦到船翻过来死人的话就是得其时，那时会梦到人漂在水面，若有畏恐，这个是常常胆小，常常会看到很多房子比较暗一点的就是比较紧张，这个症状这种梦代表肾气虚。

如果是肝气虚，常常看到这些菌香生草，如果是得到春天时，梦躲在树下面不敢跑出来。

心气虚，脾气虚，都有这些症状。所谓不得时，比如脾是主长夏，长夏时梦到会盖房子，如果不是长夏的话，别的节气梦到吃不够，因为时节不符。

这里讲天地四季，春夏秋冬，跟人身上的脏器对应产生的现象。这是五脏气虚，脏是阴脏，只要讲到脏就是阴，腑就是阳，所以脏气虚，阳气一定会有余，阴气不足。所以我们在说这个人脏虚时，就是阳有余阴气不足，我们来调它，在经脉上就可以调。因为可以调它的阴阳，后面的刺法论里面就有我们如何去调它的阴阳。

第三节 诊之十度

568页，诊断的方法有十种标准，就是来丈量人的方式，有脉度、脏度、肉度、筋度、俞度，因为五个度再分阴阳就是十度。【阴阳气尽】阴气阳气衰时，人从外面的症状可以看出来，从脉动上面来看，【脉动无常】。所以阴阳两个气都消失，快要绝灭时，脉就不规则了，脉动无常，有时大有时小。所以象这种我们依照症，诊断的方式意思是什么？没有固定的诊断方式，要因时因地制宜，原则上掌握到，比如一个人的神，精神，那人精神不好，体力不够没力量，是阳就虚了。阴是讲他的形，外形，如果体形肚子肿起来，脚肿起来，阴有问题。中医整个在讲阴阳，不管是学什么、怎么学，阴阳一定要弄清楚。569页，【至阴虚，天气绝；至阳盛，地气不足。阴阳并交，至人之所行。阴阳并交者，阳气先至，阴气后至。是以经人持诊之道，先后阴阳而持之。】

【倪师内经 74 视频同步文稿】

最主要就是看阴阳，如果以脉上来说，现在回头讲脉，寸脉为阳，尺脉为阴。常态阳会较高一点，阴会较低一点。反过来，阴就盛，阳就衰掉了。如果都跑到外面来，阳太盛了，阴虚掉了。如果都跑到里面，阳虚掉了，阴盛。简单讲就是这样。所以脉的浮沉也可以分阴阳，脉的寸跟尺也可以分阴阳，病人的症状也在分阴阳，男女就是阴阳。持诊之道都是讲阴阳。

570 页【形弱气虚，死；形气有余，脉气不足，死；脉气有余，形气不足者，生。】如果是气弱气虚了，气虚阳气虚了，加上形弱了，形是阴，阴阳都虚掉了，这是死症。如果一个人形有余，脉气不足，看的都是正常人，身体都是正常，摸他的脉气不足，这也是死症，我就碰过。这个人很好啊，可是他的脉几乎摸不到，照理说他讲话声音很大，精神很旺盛，他的脉应该比较洪比较壮，当然还是缓，就是有力才对。居然摸不到脉，摸了半天好不容易找了一丝一丝的脉在里面。然后再去看一下现在是夏天，这很危险，因为脉气不足。脉气有余，形气不足，所以这两个比较时，我们知道脉气很重要，脉的气怎么看？人的血脉这中间是血，血脉这中间都是血，指头怎么摸脉气？气在脉外，所以摸脉由这边推过去，或是指头往那边推过来，当推过去后，就是看他的气，那个脉会把你手指头顶回来，气旺。有的推过去，脉就跟着过去了，就没有回来的力量，这个气就不够。在过去我们讲脉中间是血，血在脉中，气是在脉外，脉的外面是气，所以脉气很重要。

第四节 脉症合/不合

基本上所有诊断的方向一定要中医讲的脉症合，脉症要合。脉症合易治，很好治，非常快。比如现在摸到病人寸脉是浮的，浮是表，病人就是头痛项僵，这个很好治，一剂就好，一付药两三个小时就可以了。脉症，病人出现的手上的脉和症如果是不合，这就难治，比较难治，不是不治，不要说死就不治他，不能的。我们欲知死期也不要跟他讲死，一般这是粗工。如果看到一个人的脉非常强大壮大，这个人常常在睡觉，是不是脉症不合？那反过来，有一个人脉很细微很小，这个人一天是 24 个小时他居然睡 18 个小时，是不是脉症是合的？一剂就好了，后面所以张仲景非常厉害，不但了解，方子都开好，且方子非常的简单几味药，所以是经典之方，我们叫经方。有的人说是经书怎么样，经典之方，我认为经典之方比较好，称为经方。

第八十一篇 解经微论

第 573 页，黄帝内经最后一篇，后面我附上刺法篇。解精微篇都是黄帝跟雷公，雷公常常被骂，问题也很奇怪。他先问诊查病患怎么样针灸、阴阳、汤药？如何去通盘考量医疗的技术跟病人环境周围发生的事？这问题很广，他就把它缩小了，雷公就缩小了，【哭泣而泪不出者，若出而少涕，故何也？】有一个人在哭没有眼泪，这根本就是假哭，哭这个人居然没眼泪，这绝对是猫哭耗子，绝对不安好心。哭泣而不出者，如果出还有鼻涕出来怎么回事？黄帝说，象你问这种问题，眼泪、鼻涕这种根本无益于治，对真正治病上帮助不大，但是还是解释给他听。

第一节 水之精/火之精

575 页第二段，黄帝说【水之精为志】，这讲得真好，不晓得用什么文字来形容，【火之精是神】。人的志和人的神不一样，火的精，这个火纯精的，精就是完全不含杂质的，这是人的神；水的精完全没有杂质的，是人的志。所以立志要去当总统，立志要当什么，这是水的精。所以水如果纯精不含杂质时，人的志向会很大；火的精华火里面没有杂质时神，当杂质一进来时，神就不守，志就不起。如果水火相感，这个水火常态应该是火在下面水在上面，所以这个水火才会合。

肾脏在下面，心脏在上面，为什么会变成，照理说火在上面，水在下面，照理说是不交才对，火在上面烧，水在下面。实际上因为肺是肾之母，肺上面是水的末，这个水之本在肺。所以肺上面有很多的水，那么这个水会进入肺脏、进入肾脏。那小肠里面很多火，大肠围绕着小肠这边，这个水也会回头到肺脏里面去。那小肠的火在下面，肾水在这边，小肠的火是来自心火，所以真正人身上是火在下面，水在上面，所以我们才会有气化，气化时我们嘴巴一吐气是热气出去，有没有人一吐是水喷出去？当然吃十枣汤那个水喷出去，痰水喷时喷到墙上。他吃了十枣汤，站他正面想看有没有吐，一吐就吐在你脸上。所以水火相感，如果这两个互相感应，不是说互相冲突。

神志俱悲，所以眼睛里面就会带水。当心神伤到了，伤心神就受伤。志向情志又有悲哀，悲能够伤到人的志向。神志俱悲时，泪涕都会同时来。所以真正伤心的哭时，一哭时眼泪鼻涕都会出来的。所以如果要知道哪一个是真的假的，到殡仪馆去看，这个就是买来的有没有？反正就是假的，他专门哭，哭得很伤心，听的声音他是在哭，看他眼泪都没有，专门买来的替孝子，表示孝子很孝顺哭，实际上这边在送葬，后面在打官司在争产，这种事情很多，这种哭都没有眼泪的，正常人哭会看到的。这一段讲的就是这样，神和志。

577页倒数第二段，【夫志悲者惋，惋则冲阴，】惋就是身体会抖动，当伤到很悲哀时，全身会振动。【冲阴则志去目】，阴经会上去冲到头目去，【志去则神不守精，精神去目，涕泣出也】。这是因为志离开了肾，神离开了心，志离开了肾，这是因为受了真的是很伤心很难过，神和志会离开。

【阴并于下则足寒，足寒则胀也】。脚一定要热，但是脚热是在脚底板，脚面上要冷的，因为脚面上是阳，阴和阳并行时，互相相持互济时，所以阳经在脚背上面，但是有阴经来辅助它时，所以阳中会带阴，所以脚背上为阳经，但是摸上去是冷的。脚底是阴经的地方，这个阳会来帮助它，所以脚底是热的，常态。如果脚底脚背都是热的也不对。脚底脚背都是冷的，冷到冰这都不行，这都是水会在这下面，也是因为【阴并于下】，下焦阴寒比较盛。开一点入阴的药开一点去寒的药就可以了，知道是水在下面，再开点排水的药排出来。

这一段就是最后一篇黄帝内经讲的解精微论，就是讲得很细微的地方，不知道也影响不了治病的，讲到眼睛和鼻涕。

第二节 经方大师-唐容川、伤寒派、温病

我一生受到影响最大的就是唐容川跟曹颖甫，其他的书我还没看完，前一阵子人家给我看看，受到影响不大，真正的经方大师，你们去看他写的，真正写得好的，如果把他们比较。唐容川是庚子赔款时，赔款清朝就送一批人出去留洋，找一批很聪明的人去。唐容川到了国外学了西医，回来发现中医是对的，他开始研究中医。一研究中医他从头到尾就是按照中医的正统的方式来做，就是研究《黄帝内经》，所以一开始看《黄帝内经》，怎么会辨出温病？

《黄帝内经》从头到尾就在讲六经辨证，气血营卫提到一点，但是都是跟六经来的，怎么会辨证，所以外面的温病派有两个可能，第一个最可能的就是他根本没有看过《黄帝内经》，如果看过《黄帝内经》，不要讲看中医，光《黄帝内经》看完，就知道是伤寒家怎么会变成温病派？所以第一个他没有看。第二个看不懂，讲了太阳、少阳、阳明，他跟张仲景六经辨证辨不起来。所以我们中医分成两派，伤寒这一派是从古到今本来就是存在那边的，至于说为什么后来变成温病？那中间历代演变很多，我希望寒温之争在我们这代结束掉，不要再吵了，大家都用伤寒金匮。

有了经方作基础，经方虽然是经典之方，但是它难免会有不足的地方，人非圣贤，我也会有不足，张仲景每个人都会有不足，将来你们也会有不足。不足时，这时你的基本的精神有了，一直在这个路子上路子是对的，这时你参考很多旁边的杂家杂说，这时

你的中心精神不会丧失掉。张仲景写的这两个方子中间少了一点，那个人就讲到把这个方子拿进来，你们要增加，哪个部分要增加一些。当然了，我增加一些进去，以后你们还会增加，但是不要增加太多，太多人家记不得。越少越好，我们简化，尽量少就好。所以你看张仲景时，他写的东西从头到尾看起来好象就是桂枝汤的加减，实际上他在调和阴阳，他的法则完全出自《黄帝内经》。

第七十二篇 刺法论

最后一篇就是刺法论，我翻译出来，几个好的重点，这是素问的遗篇，六十六到七十四篇散失掉了，这一篇找回来，我看了以后，其他篇不作解释，把原文给你们，到现在大家都怀疑那不是原篇，但这篇很逼真，非常的真，而且效果不错，我也用。

黄帝问，阴阳升降这是正常的，阴升阳降，阳升引降，这是一直周天循环，永远不歇息的，常人是这样。如果阴阳升降失控，控制不住了，这时气血交流会发生了变化了，造成人突然死掉。我们如何去预防可以救百姓的生命，不要让人死？岐伯先拍他马屁，讲了一段很伟大的话。针灸的刺法，讲重点。岐伯说【升之不前，即有甚凶也】。比如阴气阳气，“肺寅大卯胃辰宫，脾巳心午小未中。膀胱肾酉心包戌，亥三子胆丑肝通”一直按照这顺序在循环，走到一个地方产生阻碍时，病人会有变异的现象。比如白天不该睡突然睡着了，或一发病白天突然昏倒，过那时辰又自己醒来，到晚上本来睡得好好的，突然就醒过来了，也不知道什么原因就醒过来，然后大眼瞪小眼看着天花板，看到旁边老鼠这阴物也跑出来，你也是阴物在那边看着大眼瞪小眼，过了那时间又睡过去了，这些都是人的征兆，代表受阻。受到阻碍时，如何去调理？是用针灸去调理？这符合黄帝内经的意思，因为黄帝内经里面绝大多数98%、99%都是讲针刺手法，好不容易出几个方子，比如生铁落、鸡矢醪、乌贼骨，血枯，解酒的苍术、泽泻，加点茜草。大部分是针刺的手法，如何用针刺的手法来调节？

第一节 脏气发生不畅刺法

肝木，肝脏的木如果太过了，树木长得太茂密了，会死掉的。常常看到藤类到树上面把树包住，那树过一段时间就死掉了，为什么？因为藤类把树包住，树没法呼吸了，所以木不可以郁，就是太密集不好，木要疏。这就是我们为什么有金来克木，为什么金克木？金是斧头，木头太密了它就把它打一打，把它砍掉，让它疏通一下。所以一定要有东西来治它，没有治它，肝脏就会乱，肝气就乱。如果木肝木太郁结，肝气郁结在这里时，如何要让它生发，把郁闷的气能够让它散掉？这要等时间，第一个要待制时机，这种就是初病，不是那个死掉了出殡，就是刚开始有病时不是严重，刚开始初病，我们发现肝气有郁结时，等到时机冬至后小寒大寒，我们要水在压，水在生木，这时如果是冬天天气太冷时，肝木还没有升，是水，这时下手不是时机，要等到肝气升起来再治。

如果肝气郁结的症状我们要用针灸帮它去掉时，等到立春时再开始动。立春时肝经本气了，本气时春季的节气本来就属于肝，它是肝木又属于肝气，气在起来时，这时下肝经的井穴大敦。所以诸位从这里可以学到，每年管他有没有郁，立春时到，大敦放几滴血，偷偷教你，保证你没有病。

夏天心脏本来易生发，现在郁结郁闷到，火气太大闷在里面出不来，这个什么时候？春分以后到清明的时节，取心包络的荣穴，劳宫穴，把心火散开来。

【土欲升而天冲抑之】，遏制它，就是脾土应该是生发，地气往上升的。如果要让脾土不生发郁结在那，湿很盛藏在身体里面，湿气很盛整个肚子胀，湿怎么去？当然我们后面有处方，但是针刺的手法太简单了，这时要等到立夏，就是这个季节转换时，扎脾经的什么？太白穴，腧穴。所以井穴、荣穴井荣与经合，配合五脏，配合春夏秋冬，这就是为什么春夏时我们取井荣，秋冬时取经合，长夏时取腧穴，这个可以疏脏气。每一

个人都有脏气郁闷时，这个脏气会郁闷的原因大都是情志，有时大怒，有时太爽了笑到满地打滚，太高兴的笑，有时太忧了、太悲了、太恐了都会造成这样，每年给他戳一下，自己戳一下。

肺金本来要生发，结果肺金气不足，不能够生发，被郁到就是压抑到。要让肺气能够舒畅，在肺金的经渠穴上下针。这就是针灸里面学的井荣俞经合配合春夏长夏秋冬，的目的在这里。

冬天如果肾气受抑制，肾气本来是往上上升，肾气往上升才会进入督脉、进入骨髓、进入脑部，我们才能有智慧、才能有记忆、耳朵才能够听到东西，头发才会黑。肾气如果不上去受到阻碍时，我们在冬天时下针在肾经的合穴阴谷穴。

前面的刺法都是先刺左边，再刺右边，为什么先刺左边？黄帝前面不是讲了吗？人的气由左到右，血是由右到左，所以就是因为这一篇里面内容和前面黄帝内经是吻合的，所以我说这篇应该是真的，放到这边。临床上我也是在用，因为跟《针灸大成》是合的，不是自己编出来的。

第二节 脏气发生过盛刺法

581页，黄帝说刚才教的方法，如果生发不顺畅，这个脏气该升的不升可以用刺法，如果过盛？发太多？刚刚是不及，现在是太过盛，怎么有事先预防的方法让脏气不太过盛？岐伯就说了，我们了解了如何让它生发，生发不上去我们让它生发上去，同样我们可以知道泄盛，脏气太盛时如何泄掉？这都是病气，过和不及，不及大部分都是虚证，过就是实证里面有问题了，脏里面长东西会有问题。如果太过盛时，我们泄的方法如何？而且我们可以事先预防，这是预防医学。

肝气本来应该要下降的，结果肝木生火了，生火就火就烧掉就好了，正常，所以肝是肝脏提供血到心脏，现在提供的血心脏不收，那货都送到了，它不收，肝气会过盛。我们讲子能令母实，就是肝木子不收，子会让母实。这时肝脏会过盛，过盛时我们要让它发散掉，不能就停在里面，会产生危险。要让肝脏气散掉，我们要用金来克木，这个是非常合黄帝内经的治症。当我们发现肝气过盛，象肝阴实，结石症状在里面时，我们可以下肺经的井穴【少商】，再刺大肠经的合穴【曲池】去实，都是阴经井穴还有阳经合穴来调理。这时把金气一泄掉，肝气跟着就散掉，这是针灸的治症法则，所以肝郁之气可以散掉。

心火欲降脾土不受，心火反逆上焦燥热，舌头都干掉了，要把心火发散掉。比如心火太热，心脉一定很大，我们要散掉心火谁来克火？就用水脏，水的阳脏是膀胱经，阴脏肾经，在阴脏上的井【涌泉】穴下针，膀胱经的合【委中】穴上面下针，这样上焦过热的心火可以下降。所以我们常常看到这个人上焦太热了，我们知道心火下不来，下面都是寒的，这个病人上热下寒，我们针灸可以做，就在这地方。那一定要取阴经的相克的脏，比如心我们要取水克火，找肾脏的井穴，然后阳经的合穴，这两个施治的话可以把心火泄下来，因为水克火。如果出现上热下寒时，心气过盛时，脉跳得很快，非常速，上面非常燥热怎么办？可以用针

这种泄热的手法，气过盛的泄的手法都不留针，针扎进去以后让气泄出来就可以了。

如果脾土的气欲降肺金不收，土应该生金就是金不收，导致中焦湿热过盛，我们可以下，因为是木克土，所以在肝经上面下手。用相克的方式在肝经的井穴大敦上，再刺胆经的合穴阳陵泉，可以把脾的湿热太甚的湿热，用这两个穴道把它泄掉。

肺的金气应该生水，结果金生水时水不受，金气过盛，这时可以扎火来克金，就是心包经的井穴中冲，再刺三焦经的合穴天井穴，让过盛的金气肃降。肺的金如果没法肃降到肾，水就会出现出问题，病人会短气很多症状。

【倪师内经 75 视频同步文稿】

黄帝就问阴阳五行的【五运之至】其实互相生克制化，互有所长，抑制的方式，有相生有相克。岐伯说，要取它生化之源，它的源头，太过时【令其折散】，不及时我们必滋养其源，如此才能扶正。这个使它五行生化正常，过和不及出现时，诸位在脉症上面，脉上面、症上面都可以看到的。这个阴阳五行升降的刺法。

后面这段讲的是疫病，所谓疫病如果我们治，这个治法要领里面，后面我会谈到瘟疫鼠疫，流行疫病，如何自保？当医生如何进入疫区？要怎么做？进入疫区之前有很多保护自己的方法。还有天行时令，天行改变时，可以预知，比如三年以后，什么时候会发生什么样的疫病？

585 页，如果是【太阳复布，即厥阴不迁正，不迁正，气塞于上，当写足厥阴之所流】。本来是冬天，现在不是冬天，还很热，太阳复布，这个阳热过长或是阴过长都不好，都不对。遇到这种情形时，足厥阴的气之所流行间穴。所以四季的节气，春天该春天，夏天该夏天，秋天该秋天，冬天该冬天。那人体也是一样，如果本来是肝经的脉，应该是寒凉的脉，那个夏春冬那个脉应该是入肾、肝，阳不够。现在出现太阳证，就好象冬天的话会有夏天的过热的现象。

586 页，寒气如果过长，阴寒之气一直存在在里面时，会让经气堵于胸中。那个木火土金水，木生火，火生土，土生金，金生水，这个五个气不断地循环，不可以有一个气过长，按照节气春夏长夏秋冬这样走。一个节气过长时，对应脏气过长，要想办法抑制它，一般会去找它的荣穴，让它气发泄掉，不让他堵塞在胸腔里。如果气塞于胸时，我们刺心包络的劳宫；如果气在太阴，刺太阴的大都穴，依此类推。

这个讲的就是如果是气过长，这个气过长时很好玩，举一个例子，有时看这个人的冬实际上是夏天，不，我们现在冬天来说，现在大家脸色稍微带一点暗色在里面，带一点脏色在里面，这是正常的。结果立春开始，到了春天这个人气还停在那边，就是这个意思。那气开始过长了。所以冬天应该有冬天的气，夏天要有夏天的气，春天要有春天的气，不可以延伸，延伸就是太过。当气盛时，就算这个气过了，这个病还是在脏里面，它还是在这个脏里面。

所以这种疫病，比如瘟疫或禽流感，都是节气过长导致的。所以如果我说今年的春夏秋冬看得很清楚，明年看得很清楚，不会有疫病，如果节气过长才会生疫病。

588 页，金木水火土五气，当不正时，可以用针灸的方式让它通畅，岐伯就回答了，讲的最好的几句，【气过有余，复作布正】，可用针灸，但是有一个大原则，名不过位，就是如果秋天，明知道是秋天，秋天的秋气还在里面，跑到冬天时还是秋令，就是今年冬天好象不是很冷，象秋天一样，就是冬天还在行秋令。那名不过位，即使是秋天，大家都会跨越到冬天，病气太盛，只是这样而已，还是在秋。

如果遇到巳亥之岁，天数有余，就是春行冬令，春天还走冬天的节气，本来春天应该春暖花开，结果还很冷，冬天一直延伸到这，【厥阴不退位】，名不过位，我们只能说病还是在肝经上，但是气在延长而已。这时肝气有余，时刺肝经曲泉。

如果是子午之岁，天数有余，这是冬行春令，冬天本来应该很寒冷，怎么气温回温热起来了，这是天数之有余，【热行于上，火余化布天，当刺手厥阴之所入】，刺它的合穴。节气有过时，合穴来做。

丑未之岁，梅雨季节，天数太过，就是湿太过于盛，【湿行于上，雨化布天，当刺足太阴之所入】，阴陵泉穴，它的合穴。如果遇到太过了的脏气时，我们要折损它过于的气，要如何消解它，太多了要消解它，不足要补上去。这是太过了的脏气。

寅申之岁，牛年跑到寅申年时，天数有余，一般遇到寅申年时，就是春行夏令，春

天本来应该春暖花开，就非常燥热，大部分发生在寅申之岁，这时刺手少阳经的合穴（天井）。这边谈到年的干支，常常要天和干支的部分讲年。

如果卯酉天数有余，就是秋行夏令，秋天还是很热象夏天，这时扎肺经的尺泽穴。

辰戌年，冬行秋令。以后如果看到巳亥年、子午年、丑未年、寅申年、卯酉年时，有这种节气太多的现象出现。辰戌年，冬行秋令，冬天不冷，（取合穴阴谷）。这是因为遇到这种例子的年、节气，它不会很正，它有偏失的现象，要用合穴，让它太过的地方制止掉，这都是法则。

第三节 天时疫病之起源与预防

591 页，黄帝说【刚柔二干，失守其位，使天运之气皆虚乎？与民为病。】这一段问的就是天干地支，就是这种疫病起源和预防。可否预防疫病？它起源于哪里。诸位对命理要有一个概念。干有：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，十个干支，上面称为阳干，都是干，下面称为阴干，阳干也叫刚，阴的干也叫柔，一个是阳，一个是阴，两个都属于天干地支里的天干。岐伯就说按照天干来算，怎么算？刚刚是地支，就是天干，天干来算时。

593 页，如果假令丙寅，丙本来就是天干，那寅刚好碰到前面的地支，丙寅年遇辛月。每年都有子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，12 个月，这是地支，地支去看黄历时上面都是天干，所以我们讲八字，年有干支，月有干支，日有干支，时有干支。所以中国过去的密码都是用干支来计算的，60 刚好一个循环，月有干支，如果遇到的月的干天干的部分是辛月。丙寅年遇到辛月，年干是丙寅，碰到辛月，丙和辛碰到一起时，合化为水。这是水的月。如果在这个月时，这个遇到水月时，应该水是，那个月下雨最多，所以如果是丙寅年遇到辛月时，就是天运化易，天上云在上面，然后下水下来，那个月下雨很多，这是正常。如果遇到丙寅年又是辛月，结果那个辛月，乌云密布，天上云很多，就是不下雨，造成干燥。这个节气就丧失掉了，这种干支还有月搭配在一起来算，年的干支还有月的干支搭配在一起来算时，这个三年以后，从今天开始算第三年就发生疫病，不管猪瘟还是鸡瘟，疫病会产生。这是从年的干支，那依此类推下去，书上都有解释，我就不在这里一一解释了。

第四节 肾久病练气法

592 页，岐伯说【肾有久痛者，可以寅时面向南，净神不乱思，闭气不息七遍，以引颈咽气顺之，如咽甚硬物，如此七遍后，饵舌下津令无数。】这是一个练气的方式，突然在这里出现。肾脏不好的人寅时可以起来，面朝南开始练气。刚开始精神要集中，闭气不息，就是嘴巴鼻子不要呼吸，七次不呼吸，大概是七次，实在憋不住要呼吸，憋得人缺氧、晕倒，那也太用功了。闭到气，就是嘴巴鼻子不呼吸，光是把脖子伸出来咽气，把气吞到肚子里面去，实在上没有气，嘴巴当时里面有气，直接吞下去。脖子伸长，吞气。一直往下吞，好象有东西哽到一样，一直往下吞，吞到丹田里面，七遍以后，就会感觉到舌下生津，吞七次至少，闭气就是不要呼吸七次。呼到第五次就受不了，要呼吸一下没关系。不要那么死，不要非七次不可。练到后来可以做七下，当舌下津液出来时，肾阳恢复。既然舌头下面不断冒津液，象泉水一样冒出来了，不要吐掉，好不容易才练出来的，这时津液分成三口，过去道家佛教修炼都这样，津液上来分成三口，不要一次吞下去，三口吞下去才能完全精化为气化，气化为神。那津液生出来后，直接吞三分之一，心里想一吞这个津液就到了丹田，然后再吞第二下，第三下，把它分三次，吞到丹田去，然后再重复。这是养气，练气，练气功的，壮肾的一个很好的方法。

后面这些，按照我的方法来推论，就是前面讲过了，甲己合化土，乙庚合化金。实际上意思在运用五门十变的原理，那个算命也会用，很多地方会用到它，不单单是我们讲这个经络上面的穴道。

第五节 实脾、实肺法

594 页，要让脾脏实，肝有病去实脾，实脾除了药以外，这是实脾的方法。平常不要吃太饱，勿饱食，勿食生物，生的要少吃，不要吃。要令脾气实而没有阻带时，饱无久坐，吃饱以后不要坐在那边，要马上站起来走走，不要跑，跑会受不了，两条腿是走路的。吃饱东西以后，不要吃太饱，然后吃完饭以后出来走动一下。不吃太过酸的，木会克土。勿食生物，什么叫生物？不是说有生命的，而是说生冷的食物不要吃。肝有病要先实脾，实脾的方法是什么，这就是实脾的方法，当然我们还有药物。适合宜甘宜淡。吃东西，带点甘味，带点淡味，这都是实脾的东西。中药里面也有很多甘味、淡味都是实脾的。所以有点甜甜的，淡淡的，这都是实脾的药物。

594 页，三年之内有火疫，【人欲实肺者，要在息气也。】如果要让肺强壮，最好的办法就是呼吸，呼吸最好。598 页，黄帝问，有木火土金水五种疫病，【五疫之至，皆相传】，会互相传染，无论大小病或病是否相似？如果不用针灸的方式，有什么方法可以让疫病不相传染？下面解释。第一，一般不会被到传染的人，正气很盛，身体很好，不会受到感染。【避其毒气】，因为身体很好。平常还要尽量避开这些毒气。【天牝从来，复得其往，气出于脑，即不邪干】，如果刚进到疫区时觉得身体不对，用艾水，艾草，艾草用热水泡一泡，汗出来就会好。如果【气出于脑，即室先想心如日，欲将入于疫室】，就是要进入疫区时，看气出于脑，这是最早中医的，文献找到中医认为，脑是鼻子相通的，所以鼻子是呼吸系统传染到疫病，中医早就有讲到了。所以到疫区去呼吸空气里面传染，这早就说了，不象西洋说的，中医早就说了，《黄帝内经》就有。但如果要进入疫区时，有一种练气法，把五脏藏气保住，这就是后面，先想青气自肝而出，左行于东，左边往东走，肝目青气化成林木；次想白气自肺而出，五个气讲完后，五气护身之毕，以想头上如，这时头上有北斗七星，煌煌然就是额头会发光，这是五脏藏气非常强盛的一种自己保护自己的方法。所以如果没有带药，没有带这些时令的药，后面有一些药物进入疫区还有一些针，他什么都没有。用观察法可以保护自己。这样可以于疫室。后面还一些，就是不晓得这种练气的方法，又一法，如何提炼药，如何吃，如何喝，如何吃这个药。599 页最后，吸日华气一口，冰水一下丸，早上喝冰水冷水是最好的，这也提到了。

第六节 精神病治法

601 页，针灸里面提到精神病的治法。这是针刺的方法。黄帝问【人虚】，人一旦虚掉，神游失守位，使鬼神外干，如何治疗？岐伯说，【厥阴失守，天以虚，人气肝虚，感天重虚。即魂游于上】。这时在肝经上刺俞穴，足少阳之所过丘墟穴。

如果这个人心虚时，【遇君相二火司天失守，感而三虚，遇火不及，黑尸鬼出现】。如何区分？当这人魂不守舍，就是讲话胡言乱语，精神病人里面就是胡言乱语，魂不守舍，一个人每天晚上看到一个鬼影黑黑的，老是在压怎么样的，精神病人常常看黑鬼，我们知道这个人是心虚，因为火运衰，心火不足时，水的气会跑到心上来，就看到黑色，我们知道是心，刺手少阳阳池穴，再刺心俞穴。

如果脾脏有病时，看到的是青尸鬼，青面獠牙的鬼，那病人讲青面獠牙时，知道木克土，因为脾脏虚了，所以肝气会出来。这时刺足阳明之所过冲阳穴，再刺脾俞。这是治疗遇到病人陈述不同样子的鬼神出现时，我们可以按照不同样的针刺的手法。

如果肺虚，火会克金，火邪会过来，看到赤尸鬼，脸全身都是红的，这时知道病是在肺，可以扎大肠经的合谷，再扎肺俞穴。

肾病时，如果是肾脏虚造成的精神问题，看到黄色的鬼的病人，这时知道病在肾，水虚，就在足太阳京骨穴，膀胱经的肾俞穴。这时就知道，就可以让他的神归位，可以治疗精神病。这段讲的是精神病。

第七节 治神不守

603 页黄帝问，【十二脏之相使，神失位，使神彩之不圆，恐邪干犯】，如何治他？十

二脏腑都有它的神在存在，如果神亡了，神没有了，一定会精气不利，这时病人容易得到犯邪。神为什么会亡？很简单，如果受到惊吓，或过度地悲伤。讲神就是情志，中医也认为外来的病，风寒暑湿燥热，还有时疫，意外的伤害，还有内发的病，精神的，精神受损都会造成神失其位。神失其位时，精气一定不守。就是原穴，阳经有独立的原穴，阴经没有原穴，所以阴经的腧穴取代原穴，所以遇到阴经扎他的腧穴，遇到阳经扎他原穴所在。所以，岐伯就回答，如何刺他，如果神失守了，气和神如何相合？气神合道的方法是什么？

如果心神不守，【君主之官，神明出焉】，这时可以扎手少阴心经的神门就好了，扎俞穴就好了。

【肺，相傅之官，治节出焉，】肺的神如果不守，手太阴的太渊，可以找它的腧穴来代表原穴。所以原穴可以让人的神能够留于脏里面，不会往外失神。一失神，精气一定会往外泄，所以人一定要有神。不要过喜、过怒，就是怕神伤，不要过忧，比如小孩子做了什么不好的事情，你忧没错，但是太过忧就神伤，神伤了，气也会被伤到。所以我们常常说劳神伤财，劳神耗神对身体都不好。那如何让它神归位，就是用针去刺他的原穴为主，看他什么神失掉了。每一个脏的神都不一样。但是我们都用原穴来治。

第八节 万元归宗

604 页最后一段最后一行最下面，【故刺法有全神养真之旨】。让神能够存，就是原穴。锻炼身体，道家佛教锻炼身体，修身之道，也是让神归位。打坐让精神能够内练，主要不是去治疾病，而是让神守。如果精气神都守在身体里面，这个人是没有病的状态。所以我们在谈精气神这种。所以平常【要修养和神】，要让它变得非常好，非常平稳，要常常练。【道贵常存，补神固根，精气不散，神守不分。】【神守天息，复入本元，命曰归宗。】《黄帝内经》解释什么叫做万元归宗？万元归宗简单讲就是中医的理论。按照中医的理论就是我们随时随地，不管搭捷运来还是坐飞机来或坐火车，或要回去怎么坐，随时随地保持胎息，让肚子呼吸，呼吸振动丹田。如果平常 24 小时随时都是用肚子呼吸，就是胎息。胎息是最健康长寿的人才会有办法。所以诸位没事就练习胎息，刚开始可能不习惯，后来到一段时间，自然而然就习惯了。如果小孩子小于 14 岁的，按他的肚子和胸腔，他呼吸时用肚子呼吸，天生的。小孩子阳气很足，气由下往上。那要想办法回到那个状况，回到本元，这就是归宗。不管诸位在什么环境下，随时都要用肚子来呼吸，一定要改变掉。那走路也是用肚子呼吸，坐车也用肚子呼吸。以后习惯成自然，晚上睡觉还是用肚子呼吸，自然天成的就是归宗。如果我们能够让精气神都守在下边丹田关元里时，一个人基本上就长寿了。当他不能守，神不守，我们如果在原穴，看哪个地方（哪条经）不守。神如果不守，气就会散，精也会失守。所以人的精神上，肉体上，还有饮食起居上，我们都要注意，才能成为一个长寿的人。所以整本《黄帝内经》从头到尾都讲到如何保养自己？发生病如何调整？让阴阳平衡？平常要吃什么食物？重视五味，怎么样调整？真正的要了解到五味的更深入，《神农本草经》会讲详细，因为《黄帝内经》只是理论，里面包含预防医学、治疗医学、诊断、生理病理学。所以真地讨论到形色气味、象和数，都要列入《神农本草经》深入讨论，到底形色气味代表什么意义？代表它的数，也就是说三七数，八角、五香都有数在里面。数的原因是什么？这个象，那个药长的象，人参长得就象人，我们讲它的象。人参开的叶子五个数，诸如此类，都列入《神农本草经》细讲。

【倪师内经 76 视频同步文稿】

《黄帝内经》最主要原则是这样，所以诸位在读《黄帝内经》时有没有必要很深入，不必要，就是大原则掌握到了，最少要了解阴阳，再配合针灸，针灸有针灸的经络，12 经络清楚，看《黄帝内经》就很轻松。等到看完《黄帝内经》了解以后，进入《神农本草经》教诸位如何选取药物，如何炮制，如何深用。到了《伤寒论》时，自然而然就天成，处方怎么来的就知道了，就知道处方怎么来。这还是比较好的，我个人认为比较好的

修习中医，研究中医进入最正统的中医能力所在。所以诸位如果出去遇到温病派，你问他读过《黄帝内经》没有，如果他读过《黄帝内经》，他就相信那个东西，你有什么错误。如果治病错误的话，会延误到病情。所以大家学了以后看 DVD 学了以后，一定出去把我们千年以来把这些寒温之争一定要终结掉，过去中国台湾省很多、中国很多温病派，绝大多数都是温病派，没法看好病。我们要把整个想法、观念还有研究中医的方式要改变掉。

我们拍摄的工作到此结束，所有买 DVD 的人都有送一套书，那这个书是我刚才讲的原文的，诸位可以参考。谢谢大家！

【倪师内经 77 视频同步文稿】

第七十五篇 著至教论（二）

著至教论，《黄帝内经》第七十五篇。这一篇前面，从历史到现在遗失了九篇，这九篇很多的内容，《黄帝内经》有宋朝的版本补填进来，都是历代医家好心把它补进来，因为那九篇不见了，补进来好看一点。那散失了九篇，后来医家不同意就吵。最后说不要吵了，我来补一下。因为有前面的九篇没看到，这九篇之后，岐伯不见了，变成黄帝跟雷公，雷公是一个医生。黄帝问雷公知道医的道吗？雷公说实在是阴阳未能明，希望黄帝指导。【愿得受树天之度，四时阴阳合之，别星辰与日月光，以彰经术，后世益明，上通神农，著至教，疑于二皇。】黄帝说很好，你是知道这个道理。

真正的中医的精神，绝对不可以脱离【阴阳表里，上下雌雄，相输应也。】互相之间的关系。而道真正得到医道的人，【上知天文，下知地理，中知人事，医道可以长久，以教众庶，亦不疑殆，医道论篇，可传后世，才可以为宝。】雷公就问阴阳的道理是什么，阴阳相传雷公都不晓得，黄帝做了一番解说，这是之后。后面突然天文地理，这中间这九篇跟它有极大的关系。我补上去。整个《黄帝内经》不单说人会生病，会感应风寒，感应风知，从表进入小络再进入络再进入经，再进入腑，再进入脏，或六经传遍。还有情志，喜怒忧思悲恐，都会让人生病。人受天和地中间影响，天地四时的节气。

真正设定天地之间的定位？《黄帝内经》里面没有，《易经》里面才有，有天地定位。《易经》分两个卦，一个是先天卦，指伏羲先天卦，先天卦是为体，体就是给一把枪，枪是没有生病的，这是一个体；后天卦是为用，看谁拿到枪。所以真正杀人的不是枪，杀人的人，所以体和用的观念要区分。讲用时，要重新定位。天地之间重新定位就出现君君臣臣、父父子子，整个人间大道都在里面。人定位时家里除了生病以外，家里面一些事情，还有一些人除了生病、病死以外，还有忧伤而死的，有的人是恐惧而死，还有的人是太高兴笑死掉了。还有意外灾祸，除了这些以外，还更扩展到外地去，这种医道才可以传世，那传世的医道是什么？

我从浅显的案例，把诸位当成白纸来讲。有一天病人很气，“我这儿子快要送到精神病院了。”那你是医生了，很简单，“你儿子什么病，症状是什么？”“发狂奔走，每天到下午，申时酉时三到五点，五到七点时，开始登高弃衣而走，衣服一扒，再冷的天气都不穿衣服，跑到很高的地方去遛鸟，唱歌，七点后就好了。”我一听很简单，帮忙治好。治好，爸爸当然很高兴了，又跑来，“有一个问题能不能解决？”“什么问题？”治好病还有问题。“这实在很难以启齿？怎么讲。”“好吧，你说吧，我能做尽量做。”“他以前是五到七点发病，现在治好了，不会了，可现在每天晚上出去约会，问题是我儿子是跟男人约会，不是跟女人约会。有什么汤药？什么方法给他治好？”怎么办？知道西药厂怎么办？西药厂想也想不出怎么治这个病，但是还是把他病当人治，说艾滋病是从哪来的，艾滋病不是从那来的，非常恶劣。

中医可以做到这种阶段，就是前面讲的上下雌雄，天地要分阴阳，我现在定位给各

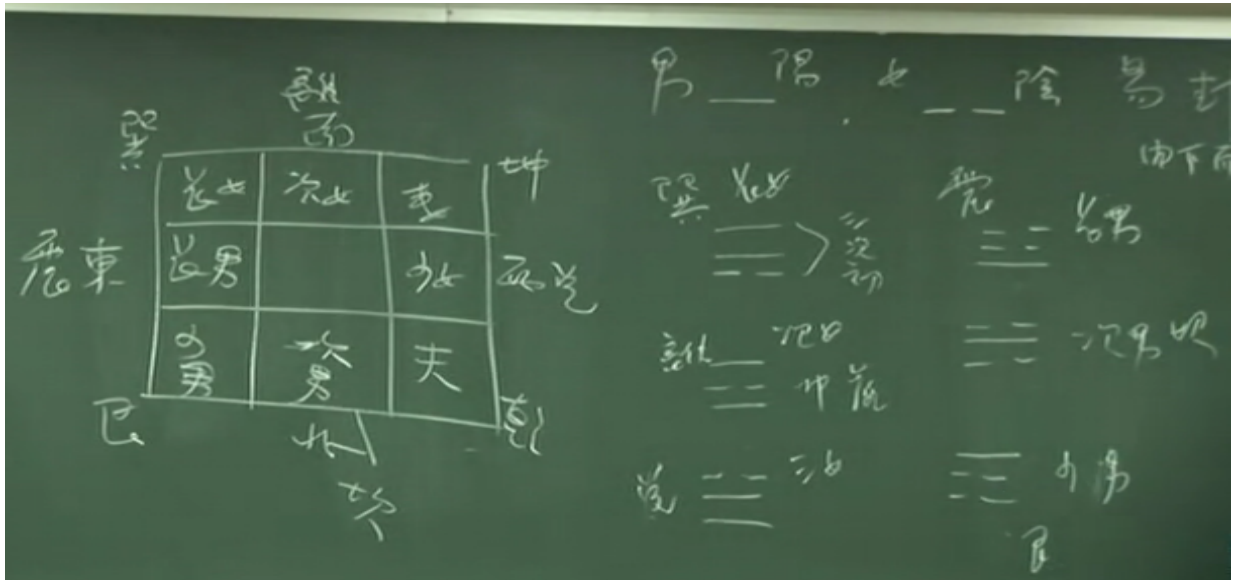
位。当我定位好了后，诸位一看一通百通，在文王的八卦，也分东西南北，如果以河图来定位，《易经》最难懂的是象，还有数。在数上面是平衡的，叫“戴九履一，四二为肩，七三为腰，八六为足”。这样定位时，这是 15，这加起来也是 15，这加起来 15，这加起来是 15，斜着加还是 15，斜着加还是 15，直加、横加、斜加实际上都是 15。为什么这样？这是找它的平衡。《易经》里的大衍之数，它的基数从这开始，5 做一个单位，4 做一个单位，9 做一个单位延伸出去，可以延伸到无限，就把整个宇宙空间包起来，可以看易经的大衍之数。回归到最基本，把它简化，就这 9 个数。9 个数造成平衡，阴阳之间会平衡。

所以世界上一定要有男有女，阴阳之间要平衡。第二个，当阴阳平衡时，我们定个位。首先，男是一个横，称之为阳；女是两横，称之为阴。阴和阳的概念是什么？在外面可以看得到的，（阳是）一，那阴是两段的，过去当然有人说这是男这是女，画了西洋的符号去解释，随便解释都没关系。实际上的意思就是阳是比较刚，所以是一根；阴比较柔，可以妥协，可以谈判，中间有一个断的地方。那把人定阴阳时，在后天卦上，我们把巽卦，这是第一个爻。

《易经》的卦要成为一个型号，是以三字为主，易经卦是由下而上，由下而上的原因是什么？因为中国人的观念是天地人，所以人是夹在天和地的中间，人之所以能生不单单是因为天数，天生。地还要成就他，造就他，所以卦爻都是由下往上，所以当我们的由下往上来计算时，是三个爻，天地人三数成一个卦，第一个称为初爻，第二个是次爻，第三个就是三爻。

如果第一个爻出现是阴。《黄帝内经》时知道，初始之阳在冬至日，少阳出现，所以第一个阴。在一个家里父母亲，一对男女结婚，《易经》的观点认为乾是天，坤是地，这两个是乾坤。所以当夫妻结婚时就出现父母这两个东西，由于父和母这两个生成，会有子女出现。第一个家里面排行子女出现时，初爻是什么？是阴爻，所以巽就设定为长女，第一个女儿。依此类推，如果第二个爻，次爻是阴爻，就是次女，易经是离卦也是中虚，中间是空虚的。如果第三个爻变成阴爻的是三女，第三个女儿，兑卦。这是男女阴阳来定位。如果初爻是阳爻，第一个爻是阳，第一阳，是长男，大儿子，震卦。如果第二爻是阳，上下都是阴，中间是阳，就是次男，坎卦。第三个爻是阳爻就是少男，第三个男孩子，艮卦。

当把这个卦放到人间，这是天地，他们来世间时，是分成九宫，西北为乾，为天，为父，西北卦是乾卦，乾为天；西南卦是妻，为坤卦，是母亲。东方太阳刚开始初升，第一个阳的地方，所以称为震，就是震卦。东南方，长女这是巽卦。正南方次女，离卦。西方是少女，是兑卦。北方是次男，坎卦。家里排行第三个男孩，是少男，是艮卦。



利用天地来定位以后，家里面的成数，组成的排列的顺利是这样的，这是后天卦排列的来源。为什么说君君臣臣，父父子子？因为一个家要和睦，必须会出现长幼有序，你的名字叫爸爸，你的名字叫妈妈，你的名字叫儿子女子排下来。所以名分上都长幼有序，这是家的组成。世界上所有不管欧洲人、美国人、中国人都一样。每一个家不管什么语言，但是名都是一样的，顺序的名都是一样的。为什么要定这个名？定这个名的最终的目的本来是希望兄弟和睦，父慈子孝，夫妻相敬如宾，家和万事兴，才有立名。但是名一立下来以后，大家没有按照东西南北的位置去睡，就乱睡了。也就是说你们成了家，有形但是失了位，没有神，就是形和神。《黄帝内经》在讲形神，天文地理在讲形神，人世之间在讲形神。现在大家都有形，每个家里面都这是我爸爸，这是我妈妈，都是这样介绍，这是我大哥，你们都有形，但是缺乏神，就是乱睡的。

刚才讲病的那个人好了，好了以后，我到他家一去看东南西北，发现他的父母中心点，不管门怎么开，就是中心点父母住正南。结果他的长子住在西边，名字叫长子，这是外卦，住在西边，西边这是内卦，所以外卦是雷，内卦西边是泽是兑卦，外卦震卦，这两个合成归妹卦，二男二女并行，男的跟男的都在一起，女的跟女的在一起，结果一看，儿子睡在女儿的位置，所以同性恋了。把儿子调回东宫，所以说东宫太子，调回来了。当位置改变了后，他的想法就改变了，想法自然而然就改变了，以前很爱男人，看男人都帅，现在做得都很奇怪。一个季，三个月后，不再喜欢男人了。男孩子就喜欢女孩子。这是天地定位的神所在，这才是科学，按照我的话去做，无一例外。药厂没办法发展啊，西洋人只懂科技，西洋人为了说服大家说：我们才是科学。根本就不是科学！只是 technology 科技，不是科学。中国的哲学才是真正的科学所在！才是科学。

到他家去看，把儿子位置一改变，眼睛一瞟一看他太太，气色是黑的，为什么气色是黑的？因为名是叫爸爸，位置是在西北，现在没有居住，名字叫爸爸，位置住在正南，西北是天，天住在火的位置上，是天火同人卦，是世界大同，他很好，他事业做的很顺，各方面都很好。但是妈妈就不一样了，妈妈是地，坤是地，地住了二女儿的位置上，就是地下面有火，火在地下面烧，在《易经》为明夷卦，明夷卦就有暗伤有暗灾。

住的房子的话，一个人有八个位置去住。现在有八个人，八个人有八个不同的位置去住，产生八个不同的象，所以八乘八是六十四卦，《易经》六十四个卦就是这样来的。他家大女儿住到西北。什么叫长女？长女的定义就是没有结婚的家里面的大女儿，一结婚名一正，一正名以后，结了婚就叫妻子，就不列入长女、次女、少女，这时二女儿要补位。

所以位置是不动的，人的名改变，外形一直在变，神就要跟着变。但是天地定的位置不动的。大女儿去住爸爸的位置。爸爸只是抱怨儿子同性恋。到他家一看，太太有灾！女儿住在西北角，长女是巽，现在住乾卦的位置上，巽是为风，乾为天，叫风天小畜卦。《易经》的成卦就是这样来的。不记得小畜卦是什么卦没有关系，全家最大的位置是乾为天，这位置是三阳并，《易经》是讲三阳并的，少阳太阳合并，就是太阳很凶。“黄帝曰：三阳独至，是三阳并至。”乾卦本来就是三阳卦，最高的卦，结果这女孩子没有结婚跑到爸爸的位置上去住，全家大小，都得听她的，这么彪悍。然后形之上是爸爸妈妈姐姐哥哥妹妹，神上面这个最大，全家人听她的号令。所以到一个家去，要跟他去谈什么，把这个人摆平，全家摆平。要找对对象，找错对象，鸡同鸭讲，以为这个家里最大是爸爸妈妈，错了！这个长女最大。这还没好，她住在位置上，因为形和名不符，形式上是20岁，是长女，但是神上，住在40岁、50岁爸爸的位置上。所以这个女孩子才20岁，思想非常老成，做事情非常有经验，跑出来时裙子不穿，穿裤子，这就是男人，个性非常彪悍，然后不结婚，她看不中男人，她觉得20、30岁男孩子来追，太小了，懒得理他，太幼稚。喜欢四五十岁的人，喜欢结了婚的人。所以这么讲，他爸爸说：“你讲得真对，我这个女儿身体挺好，就是怎么介绍男朋友都不要，她喜欢的男人都已经结婚了。”跟他父亲讲，都是你的错。爸爸说：“既然都是我的错，换位，更位。”女儿还改过来，长子归位，父母归西北位。

那天地一定位了以后，人各安其位，各得其位，长幼有序，就是真正的神开始产生。当我们定位时，不是向外面房地产公司说，小的位置是儿子女儿住，大的房间是爸爸妈妈住，那是形，不管，我们只管东西南北，厨房厕所也得住进去。去找他，有些人跟他说，你儿子同性恋要变成正常，从此男人爱女人，就住这个房间。不行！这是我家的餐厅。我帮你告诉怎么便秘治好，还要帮你擦屁股，天下有这种事！所以他才会有这种问题，优柔寡断，胆瘁，犹豫不决。《黄帝内经》说胆瘁，迟疑、犹豫不决、怀疑。这就让你定位了。后面还要定位灾，灾形，这是情。所以原来没有定位时，那么多问题，一定位以后，爸爸住这边，忧没了，怒也没了。小孩子定位以后，一个季节就改变了，女儿就会变得很象女儿，娇娇滴滴，撒娇起来，儿子阳刚起来了，从此不喜欢女装。

整个家改变了，妈妈的身体也好起来了。这时候再给妈妈的身体一看，阳虚或阴虚，把她纠过来。身体上的、精神上的爸爸，还有实质上的人际关系全部纠过来了。这才是医道。不然没有用，今天去他儿子发狂奔走，把他治回来的，过段时间便秘又来，又发狂奔走。这个女儿象爸爸，个性很强，不喜欢20岁的，喜欢四五十岁的人，没有一个汤剂吃后，想法就改变了。没有。也没有一个汤剂吃下去，同性恋就不同性恋了。依此类推，如果这个女孩子不住到女孩子的位置，住在儿子的位置上。一样，跑出来时那个长女，是住到大儿子的位置，长女是巽，巽住在震的位置上，巽为风，震为雷，这是风雷益，大女儿跑出去每天穿牛仔裤。爸爸带她出去，今天爸爸买衣服给她，她要什么，他女儿找出来都是男装，大女儿住错位置了。那同样的，二女儿不住二女儿的位置，跑到大儿子位置，二女儿是离，离为火，长子的位置，先天定位为震，震是雷，当火和雷出现时，就是噬嗑卦，火雷噬嗑，噬嗑就是咬，二女儿住到儿子的位置。比如去他家拜访，进去坐下来，二女儿跑出来，冲出来看到客人就咬一口。奇怪怎么咬人？就是这样的，噬嗑卦。真有这种事情，所以出去被咬一口，噬嗑。这不能乱睡。他爸说：“不是我女儿看到你咬，她看到谁都咬，不晓得为什么？”这就是为什么。没有一个汤剂吃了以后不会咬人，没有这种汤。

这个爸爸人很好，很相信中医，可他就是童蒙，过来请教，请教以后回头就按照去做。有的人是请教，回头不按照意思做，不要理他。那这个爸爸，大女儿也结婚了，儿子要结婚了，每个人的定位，父母亲定位得很好。好了，回头来有一天找大夫，我儿子结婚，我想传宗接代，可是儿子生下来都是女儿；大女儿结婚了，奇怪生下来都是儿子；二女儿结婚了，男女都生不到。可不可以帮忙啊？这人真烦，我们是看病的，关我屁事。生男生女还来找我，前面帮你解决了，中医可以解决。

这是医道可以相传，当然可以相传。把天地定位以后，东西分一半，诸位注意看南面的长女次女妈妈，下面都是长男、次男都是男的。如果结了婚，夫妻卧房往南边睡时，生下来全部是女的，往北边睡生下来全部是男的，生男生女，有例外。这个例外实际上是因为阳极生阴。如果们家东西南北，主卧房是在东往北，如果床是这样摆，生下来都是男的，因为这是男孩子，因为东往北全部是男人的位置，所以怎么生都是男孩子。唯一的例外就是床如果靠在东边的墙，当压到东边的墙的话，阳极生阴，这会生到女儿。这是唯一的例外。那如果去租个房子，这边是东，这边是南，这里是西，这里是北。如果卧房都偏这边，很多人都是厕所厨房卧房卧房卧房，这是厨房，餐厅厕所，这是客厅，很多人这样住，就整边是空的，东宫，东南全部是空的，所以住进去，男女不生，因为孤阴不生，独阳不长，全部是空的。不懂天地定位的道理，夫妻两人生不到就跑到西医那边去检查，做人工授精什么，去检查先生也正常，太太也正常，做了半天还是做出来，做出来还是流产，因为没有宫。所谓宫，讲的是卧房，卧房是生成的地方，生位、生数，有生和成。没有宫，当然不会生小孩。【倪师内经 78 视频同步文稿】

世界上再会生小孩的人，精强马壮夫妻两个在这边睡，这边是客厅，怎么做都不会怀孕。那我告诉原理原则以后，应用之妙，就存乎一心了。如果结婚了根本就不想生小孩，不用避孕那么难过，一个结扎，结扎还不好，本来通了被搞得不通，这样就不用避孕，也不会生了，看你所随，看你所要。那中国上有个应子方，用了三十几味药泡酒，

夫妻两个一起喝，然后生小孩，不需要。那么麻烦，那是南派的药。我们经方下去就怀孕了，用经方也可以怀孕，中药的介入也可以怀孕。这是生男生女，什么都有。

那他结婚以后生下都是女儿，为什么？因为卧房都是偏南，偏北都没有房间，所以全部生的是阴，生三个就是三个女儿。如果全部是北方，生出来就是男的。所以有生到七仙女很正常，她一直想生儿子传宗传宗，她在一个位置上一生，不断努力不断努力，七仙女就出来了，这是中医讲的。有人生了男生了女，生男和生女的房间不一样，换个位置。他命中有男有女，他自然而然该生男时他就换了一个房子，住了男孩子的位置，生下来是男的，或跑到娘家婆家去住了，他的位置正好对了，生了一个男的，怀孕时决定了男女，这是命。为什么要知道这个，知道这干什么？

中医上天知天文，下知地理，中知人事。所以天人事，天人地是三才，我们把天当做命来看，地当做运来看。也就是说，我可以不睡西北，我睡到南边，这个运掌握到我手上，我高兴怎么做我怎么做。所以命是天注定的，运操之在我啊，我可以做啊。那如果我们把命还有运，三分之一，三分之一，这两个在拼时，比如命中注定，他生不到女儿，但是我们要去拼，让她生女儿。命中注定生不到儿子，我们硬去拼，把他改到西北角，改到北方去，让他去生男子，这是命和运去拼天和地中间的相生。那一半一半了。

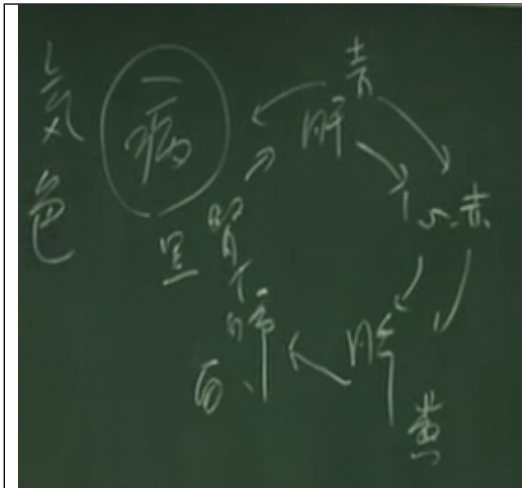
为什么要学医？人事的介入，是医学占了三分之一，如果把地理三分之一加上人事的三分之一，加起来是三分之二，就大于命，三分之一的命。所以有很好的医学技术，再加上懂得地理位置的调整，大于命，大限到可以突破人间的大限。这就是黄帝为什么说，【上知天文，下知地理，中知人事，医道可以传之以久。】临床上，算命的大限到了，结果去看他人怎么做，就是这个人命到了，大限该到了，他的人事上还要去找西医，找温病派，温病派说对不起，我们中医为辅，西医为主，把他送到医院，医生一开刀把他宰了，死掉了，就按照命来走。现在看到所有人命该绝就绝了，都是温病派和西医，西医根本没法突破命，完全在命上，命该死就死了，就看医学是西医。

经方就不一样了，经方进来时我们经方家第一个位置帮你改掉，情志平和了，喜怒忧思悲恐惊就化解了，家里面担忧的事情不多，就化解了。第二个我们经手时，我们地理位置改一个延年益寿的位置上。天地在养他，药物在养他，加起来收的地气，收了我們下手的医学的技术，超过大于天命，这是疾病的灾我们怎么化解。所以要学经方就在这里。所以西方的医学花了那么多金钱下去，搞了半天还是命，根本那人该死就死了，突破不了命的障碍。

还有除了病以外，当然还有横祸，车子撞死的，火灾烧死的，还有淹死的，还有闷死的，一大堆灾，我后面会继续介绍给各位。所以现在你们有个概念了，所以当个医生，病人来问你时，除了身体上的问题，心理上的问题，这个病人肝病，肝病怒伤肝，最好不要常常发怒，一发怒对肝脏也不好，我们药物可以把肝弄好，但是情志还在那边，那个环境没改变还是继续生气。我会帮你的，他开始讲，家里面所有的事情，让他怒的事情，一看都是位置出错了。当告诉他位置乱住了，错时，他一想“有道理，从来没想到错是我！”这下子放开了，两个小时胃口大开，开始吃东西了。“都是我的事，我赶快改！”一旦找到解决的方式以后，豁然开朗，就是情志郁闷的气就会散掉。这时开始下手，帮他改掉。

所以当医生要当到这个阶段。不然的话，怎么开处方，他提出来的问题没有一个是方子可以治的。我女儿不喜欢穿裙子，喜欢穿裤子，怎么开方？我们有很多治阳的药，就是很强回阳的药，开下去他没有病啊，他没有病，他阳不缺，给他那么多阳干什么？阳极生阴了，吃了更冷，不好。所以很多没法做到，我们要利用天地之间的力量来做，药物本来就是在天地之间的产物，我们会吃稻米，就是按照春夏秋冬，因为稻米等按照春生夏长秋收冬藏，这个四季的特性。那么我们也要利用这四季的特性，让人重新归位。重新一定位以后，家就和睦了，不会有下会犯上的现象。《易经》最难懂的是象还有数。

灵龟八法是数的定位，“坎一联申脉，照海坤二五，震三属外关，巽四临泣数，乾六是公孙，兑七后溪府，艮八系内关，离九列缺主”，那是数的定位。象的定位，所谓的宫，指的是卧房，睡觉的卧房。厕所是污水的地方，所以主是非口舌、官司。厨房是刀象，所以主的是身体的病灾。厨房是肉一块肉放在板上，刀子切下去，跟人躺在手术台上刀子下去，象是一样的。这就是象的比拟，比拟下去。客厅就是如客，象客人一样。那比如一个房子，我们在这个地方画。如果一个房子东南西北，这个西北角是一个客厅，这是西北角是谁的位置？爸爸的位置，所以这个家里面的父亲一定常年在外，在家的时间很少，在外的时间很多，这就是用象来解释他，爸爸变成客人一样，偶尔回来住一下。所以很多在外做生意，常年在外奔波很少回家的人，他自然而然买的房子西北角就是客厅。很好玩，就这样住进去的。那如果西南角是厨房，西南角是妈妈的位置，妈妈身体就会不好，就会有问题。当妈妈身体出现问题时，在命上面有时，地理位置上再有时，



就会发生问题。地理上位置改掉，医学的技术介入进去，刀灾就没有了。当然现在讲的还是病灾。如果看到一个人的气色，整个《黄帝内经》讲病的气色。病的气色，肝心脾肺肾，这是青色，赤色，这是黄色，白色，这是黑色。当看到病气时，病的气色就是很暗而无光，简单讲就是这样的。所以看那个脸发黑，暗而无光，它是病气。红色是暗红，青色是暗青，黄色是暗黄，鲜色，任何人如果是全身或脸上都是鲜艳的颜色的，这种病都是很好治，鲜色的病都在腑，就是消化系统里面，颜色如果是深的，

才会进入脏。当看到脸色发青时，我们知道肝出问题了。如果开始治，青色就变成红色，红色就变成黄色，代表病人在顺，越来越好，代表开的处方很好。如果治从青色变黑色变白色，那就糟糕了，就死掉了。就是五色，五种颜色，我们可以判断。所以为什么说顺色为吉，逆色为凶，意思是开始治时，这样看最清楚。不然怎么知道病人是得顺得逆，怎么知道我们的药是对的。一看就知道了，所以这是病色。

病色跟灾色不太一样，人除了病色还有灾色。所以人会死，诸位看这是一，如果上面加个牛，如果下面加一个这个是死，所以生和死就是一线，一个感觉，一个想法。你在帮他忙，告诉他这样做，他也不听。如果他听你的，管你往左边走，管你往右边走，这是一，生死就在一个念头而已。我们看到灾色跟病色是不一样的。千万不能弄错，如果不懂得，医道不能传，为什么？他明明是灾色，你给他讲成是病色，你怎么传，传医道不能传错的，要传对的。《黄帝内经》从头到尾，要传就传对的，这就把西药厂解决掉了，因为他（西药厂）传的是错误的。错误的会害到人，这不是金钱的问题，现在是生死关键的问题。有的人笨，告诉他不能传错了，他也不听啊，所以你认为我是对的，你认为我是错的，实际上两个人观点是一条线，那么细微的区别。所以我说我们传下来是传对的，我看了很多我会告诉，以后你经验有了，一望就知道了，一看就知道了。

面色，叫观气色。气色要看准，要观，要练。古代相传练的方法，我保证听完就放弃了。那我要教诸位一个观的方法，这个比较好，有捷径，知道了以后找捷径很快的。当然有捷径了，但是你们有空还是练练很好。以前练观气很难的，观气练好可以看到灾形，看到灾的形式。过去相传看气色的，看气色是最高的看相，看相看耳朵、看眉毛那都是形，还没有神，观气才是神。观气法在练时，刚开始有红橙黄绿蓝靛紫，七种不同彩色的线，拉成七条，不要整个线头在里面，一条细线，灯光关了，过去没有这种灯，就是蜡烛，最后慢慢慢慢让它火光变小，小蜡烛，然后最后变成一根香，晚上练，室内黑黑的，或白天练把布窗户蒙起来，室内黑黑的，点一根小蜡烛看，青赤黄白黑，不会选错，然后到一段时间，蜡烛还太亮，用小线香点亮，可以照样看清楚，青赤黄白黑都可以看到。最后没有灯光时也可以看到，练到那种程度。跑出去看人就看得很清楚了。

现在不用点蜡烛，不用去买香，不用那么麻烦，把窗帘拉下来坐下来，灯光的窗帘扯下来，把台灯调大小的，慢慢调小，慢慢练这也可以，这比较方便。喜欢《黄帝内经》念书，念完书还要养养眼睛，久视伤血，伤肝。学生学的都有理由的，久视不能看太久，我们有没有别的方法可以看？有。

平常看时，正看时只能看到病气，看不到灾气，一定在恍惚在瞬间看到，怎么叫恍惚瞬间？比如现在跟他聊天，他站起来，转身要走时，在转身那一刹那看到了。还有就是没有注意看到他，他走到门口回头看你转头那一刹那可以看到，瞬间可以看到。不需要去练，如果不要练你要知道什么时机可以看到，你灯光在转换时，刹那之间你会看到灾色的气色出来时，就跟病色不一样，这个灾色人很好，气色都很好，现在都很光鲜，从来没有病不代表不会死，车祸撞了死掉了，还有人撞了后人头整个烂掉了，人头不见了。那也会死，那灾色出来时是鲜艳的。

比如这个人原来坐在这聊天，都很好，气色都很好，站起来转身要走时，瞬间你看到他脸色突然是一片黑，然后再转过来一下又看不到了，恍惚之间突然出现那个就是灾色。最明显时就在少阳的地方，转身的地方，回头看一下。所以你们练会了以后，以后告诉你的小孩子、家人，出门时到门口停一下，回头看看我，才能出门。那家人不知道为什么，照着做好了，因为你住西北，都听你的。所以你在家里都清理了，重新定位，乾在哪先去住，住了一季以后，全部家人乖乖听令，告诉你怎么做，至少你的出发点是好的，家人不晓得为什么，不知道学了什么东西。为什么要这样做，就观气。

所以当那个人站起来转身一出去，一看脸是红的，记得红色黄色指的是火灾，跟我们脏的病气完全相符合，当我们看到赤黄时是火，是热，烫死了，被火烧死了。看到青黑时是灾，横祸，比如车子撞死的，飞机，横祸。看到白色，凶杀，凶杀的灾，白色主寒，主冷，伤完后弃尸丢到水里，白色看到是凶杀的迹象。那你在看时，千万不要看错，这个白色，人家是凶杀的，是肺有问题，我讲肺是眉毛下面那个肉，这块肉白色的，风伤肺。脸是整个白的，而且那个白不是24小时的白，是跟你站起来讲完话，转身瞬间看到脸色是白的，那个白是惨白的。那就是灾了，如果那人回身时是红色的，火灾，知道他死于火灾。那老师可不可以算出哪一天、哪个时候，当然可以了。我们中国人智慧没有那么简单，月日時都可以算出来。待会儿我教怎么算。

如果跑到家里面去看，有两个人是这样，祖母跟孙女两个是红色的，就知道这家火灾，其他人可逃光，这两个人逃不掉。马上心里有这种概念，那可不可以避掉？当然可以避掉，怎么不能避掉，但是不要用太多。晚上人家过来找你说，我们收人没收到，就是你。都是你搞的，你看看。我们来找，人没有啊，是不是时间算错了，回去查查，是不是被改写了，谁改的？就是你。那少介入这个事情，会有这种事情。那你装傻就好了，不要怕，要无惧，因为你要知道碰到就是缘。那碰到是缘时，他不见得听你的，因为生和死就一个想法，所以你要跟他讲，他还不相信你，是不是有什么目的。所以我们要去说服人很难。当年为了找说人，韩非子讲话口急大家都知道，但是他的文笔写得非常好。但是他这个人讲话口急，而是说服人很难。

一定要让人家来找你，拜托你，还要试他几下，他才会听你的话。所以诸葛亮躲在那边等刘备三顾茅庐，看他很有诚心，不然你听我的话很难的，看你的诚心如何。如果真的听我的话，我的才能机智比你高，我做你的辅佐没有关系，鞠躬尽瘁。所以你要相信人家，请人家帮忙时，信任会让人为你卖命的。

可是人才是难进易出，请他很难，但要赶他，到处都要人才。不要嫁个庸才，怎么知道他是庸才？一年才12个月，换了13份工作，这人不知道自己要什么，庸才，一点用都没有。不要嫁给小人，小人怎么区分？很简单啊，易进难出，你跟他认识完了后，他很快就来找你了，谈了几个月后，你发现这个人不适合，这个感情不适合，我们两个人个性不适合，不要来往了。不行，开始到门口拦截你，到家里面拦截，电话骚扰，三更半夜打电话来，然后到你爸妈哭，爱上你女儿。这种是小人。要清楚，要嫁给君子。

看到灾色时，绝对不是病色的暗红，是鲜红。那个鲜红的亮，那种红是无法想象，整个是火光的血红，看到火光，黑的可以看到暗色的黑，青色的整个脸上一条青下来，青得发亮的，一回头可能就没有了。所以我们看到这种灾色，病色是持续停在那边的，灾色是转动，恍惚之间会出现的。现在学了病了，我们后面会介绍《神农本草经》、伤寒还有金匱。医学的技术帮你解决，人事上面三分之一找到了，病理上面三分之一，位置改变了，一看到爸爸，糟糕脸色是黑的，这个人灾色，西北角是厨房，赶紧把它改掉，不让他住，地理位置改掉了，我们再看他几号会发生这个事情。家里医学，所以我们医生进去把家里面的、外来的灾、里边发生的个性，身体里面的疾病都解决掉。

我们定位什么？天医。希望各位能做到天医的，大家都可以做到天医，这不外传。我会适得其人而传。所以如果只是做经方家，把别人病情解决了，大不了登高而歌，弃衣而行，把他治好以后，精神回来了，但是没法把婚姻改变掉。我们没有一个婚姻美好汤，夫妻和合汤，我们没有这个。大家吵架了，我们没有吃下去两个人都好了，没有这种药。但是我们去看了就知道，知道为什么夫妻会吵架了，男有分，女有归，夫妻相敬如宾，如果太太跟先生住在先生的位置，太太本身外面是坤，里面是乾，叫做地上面天，所以太太住在西北角成为地天泰卦。先生住先生的位置，乾为天。所以乾为天，跟地天在一起，那夫妻会和合，这是吉卦。有一天住反了，先生住在太太的位置上，结果先生是天，去住了太太的位置，天地否，去做痞子啊，太太家里很彪悍，坤为地，全部六个阴在这边，先生在家里阳加在阴上面，这加两个阴，这三阴一阳，绝对不是对手。先生在家里做痞子，太太最了，两个人吵架打架。如果是夫妻住在西北角，依此类推，夫妻住在西南角，太太个性强于先生。西北角是客厅，先生不会呆在家里面，受不了，宁可外面喝酒，深更半夜再回家，受不了回家老婆找麻烦。没有说这个汤药煮回去一吃，太太从此就好，还有先生一吃，先生不喜欢出去了，就习惯待在家里做客人。没有这种药，这是天地上下雌雄。我们要定位，依此类推。

下一堂课讲灾，如何教你们去计算，哪天什么时候发生。看到灾了，什么时候，这个灾两个礼拜就会发生，两个礼拜以前看不到的，两个礼拜之内会看到。那灾看到时可能隔两天就发生，可能正好两个礼拜前就看到，第一天就灾色出现你看到，那个灾色两个礼拜，可能是第五天第六天看到，每个人不一样，如何计算？这是一套学问，很简单。

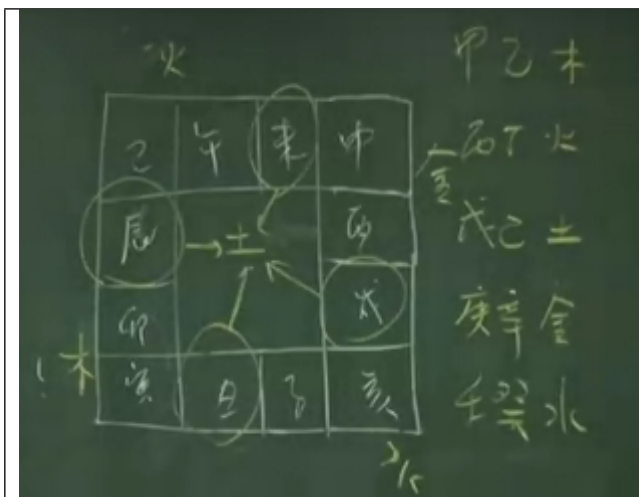
当你看到灾色时，一看到这个人黑的，我们这个知道人是横祸，横祸可能是车祸死掉，可能走到路上刚好黑道在枪杀，流弹打到你。反正就是很倒霉。还有的青色发生在银行的一个经理，他每个周末都要到淡水高尔夫球场去打球，就在一个礼拜前看到他脸色发青，瞬间看到青色，大家也不知道怎么解，就是那个人有灾时会有现象出现。结果，他到早上一发完球，当场发完球脖子就断掉，扭断掉了，当场就死在发球台上了。这是因为事前不知道如何趋吉避凶。

【倪师内经 79 视频同步文稿】

计算灾色出现，如何去算日子，这就要回到五分法。在五分法里，把 12 时辰辰序定位成什么？五行来说，戌属于土，寅卯是木，巳午是火，申酉是金，亥就是水。第一要知道 12 地支，跟五行之间的关系是什么？再来要知道天干。天干：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，这是木火土金水。

当知道这个以后，哪天在办公室里面一看，不是瞬间转过头看到他，或他回头或转身过来。刹那之间看到那个颜色是红色，红就象火光那种鲜红，而过后就看不到了。如果持续看到红，那是心脏有问题，看到是灾色，知道这个人犯火灾，会被火烧死。在犯灾时，如果不知道避法。这案子发生在长庚医院一次火灾，一个病人进来，很自然他们按照程序上了药以后就把那个人放在加护病房里，结果放进去以后，那个加护病房那区域就开始失火，又烧了他，又把他移出来，移到另外一个地方，再发一次火灾，那个人还是烧死掉了。不知道避就是这样。所以你们要知道避，要知道中医来这边避，怎么到那边避，你急诊送到那边，在加护病房发生火灾，火灾以后，又转到另外一个地方再发

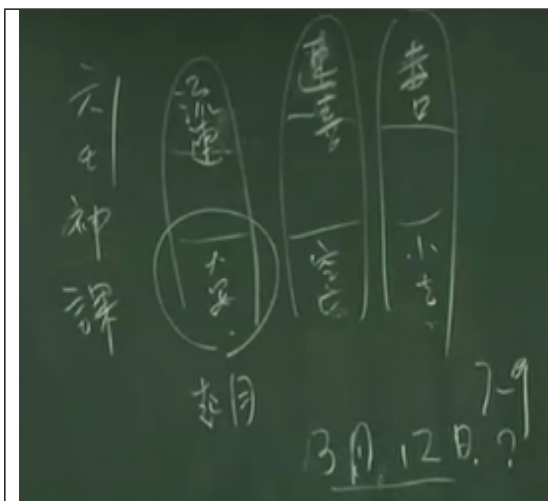
生火灾。当事人跟我讲，这种发生很奇怪，他不知道怎么解释。病人移到哪里，哪里



发生火灾，还是烧死掉了，病人就烧死掉了，灾就是这样跑。你不是说科学吗，不是，他们是科技。中国的哲学是科学，在科学上面都可以找到解释。按照五行生克，同是火时，病要起来，我们知道这个东西起来了；如果到土时，病是痊愈；如果到了金是微邪；到了水，水克火到是贼邪，会死亡的。如果是火发生的火时，遇到的水的位置，就是最凶的。这个不是挑时间，而是挑日子。日子时，比如遇到壬癸日，今天看到是火，那么鲜红，转身就没，

糟糕，这个人会犯火灾。赶快黄历一查，最近期靠近今天的未来的日子里，出现日的干，日干是壬日或癸日，再加上地支，日有干支，灵龟八法用干支来计算，地支出现时是亥跟子，干是水，支还是水，那天是水日，就会发生了，发生在水的日子。现在知道日子，时间怎么计算？12个时辰可以计算。

在黄历里面，叫做六壬法，六壬法就是计算灾星发生的时间，干支你知道，每个人不一样，如果看到黑色的，土克水，找土日来看，所以依此类推。如果要计算灾星的时刻。小空大流速赤，这是小吉、空亡、大安、流连、速喜、赤口。三个指头这样看，画的是三个指头，用大拇指来算，诸葛亮以前就这样，坐在马背上掐指一算，不行，闪人，可以进军，就这么看。诸葛亮掐指一算，就是这个。我们以大安来起月，比如那天看到他脸是红色的，要知道火灾什么时候发生，不能等他两个礼拜24小时跟着他，你也疯了。我们知道是水日会有出现，壬癸，还有亥子。那我们从这边起月，找到日子后，也就是说那天的癸亥是三月，我们都看农历的，三月十二号，一看三月十二号是水日，是癸亥日。那你时间不知道啊。三月就这样，一二三，三月在这边，同一个地方再起12，1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、12，12号，然后再从同一个地方起，子丑寅卯，空亡，七到九点就出来了。那不要速喜时去，人家正在收喜礼或什么事情，那不会出的。在喜



时，人家在开心时你给触霉头。辰时出现了，那还会循环，如果没发生，辰巳午未申酉戌，到晚上七点到九点，又再出现一次。空亡的，当天的空亡有两个。

那火灾时怎么避？会发生在水日，用水来避。时辰到了，不管坐在浴缸里还是坐在浴室里边会怎么样的。那灾来时很好玩，可能在浴室里面，用的是热水，烫死的还是火灾啊，怎么搞的，本来不想他灾的，结果反而促成火灾，烫死也是热灾，黄赤都是热，烧死也是热，烫死也是热。做人很难为。所

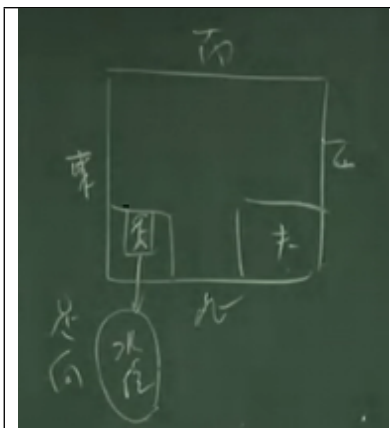
以要想尽办法，帮他避灾，这是一个外形上的避灾，形上面的避灾。比如可以接近水，当然是冷水，不能热水。或干脆带他到山里面，坐在溪里面。那刚好林子大火，正好烧死了。那人有火灾时，到哪里灾到哪里，一定要记住，到哪里灾会跟着的，会跟着走。那有一些人有天眼通，看到那个火灾是一个小孩子，整个发红的，是可以跳的。他晚上跳到哪个人的屋顶上，那个房子就开始失火。有的人会看得到的。那这个火灾你知道了，你外形来避的话，最好的方法就是水来避它，所以要想尽办法让他接近水，不管是怎么，家里知道这个人有灾，干脆把热水器都关掉，反正能够热的东西统拿掉，就在那个

时辰时。那灾气过去以后，在灾来时他没有发生心里很难过，心会慌，只有那个灾他才心甘情愿，没有那个灾他觉得不对，那这是很正常的常态。要想尽办法让接近冷水，为怕了烫死，热水器关掉，诸如此类。

还有一个避灾的方式，阳宅也可以避灾。必须要了解我那本书《天机道，人间道》，我写的64个卦，有些卦是吉灾，可以逢凶化吉的灾。比如你是二女儿，现在有火灾，住到水火既济卦上，不要住在火水未济卦，那就是凶灾，诸如此类的。我们每一个人，上天很公平，你的名被定了以后，不管你现在是未婚是儿子，结婚是先生，八个位置有一个逃生的地方。

奇门遁甲里面有凶门、丧门、生门、死门、克门、景门，就各种不同的门，实际上就是按照八卦来计算的。比如你是乾，是爸爸，结果你身上看到红色，是天火，住在火上，这时候天上面有火，天火同人不是很好。你平常很好，但是有火不好，你看往火上跑不好，那你住在天，你是爸爸住在北方的位置，天水讼，那可能你家里失火了，烧到别人家，别人告你，还有送回来，也不对。大家知道天雷，天雷是在无妄卦，无妄卦是无妄之灾也不好。住在否卦，更坏。天泽履，履卦位置上诸如此类的，看天风姤，住在姤卦上的话，有火灾时，风遇火会更强，怎么办？天山遁，只有东北角可以跑，遁就是退隐的意思。诸如此类的，这是一个。

第二改位置，晚上睡觉时发生火灾死掉了，有的人是车祸，车祸本来发生在下午三点到五点，结果被我们这个一进来，一改位置变成晚上3点到5点，你晚上3点到5点，马路上没有车，那你被车撞死，那你真是该撞死了。你3点到5点出去干嘛，我们把位置改好，把位置调到半夜来，你不要出去，位置改好也不能出门了，这是一个很好的方式来改。所以解这个灾的方式很多，想时一定要深思熟虑。因为这个我们没法，没有固定的原则说，你形怎么避，那就看你因地制宜，看你的智慧了，你算得很准，正好把他送到火灾里面去了，不可以，绝对不可以。你这个事既然有火的话，我们阳极生阴就生把火，你生火就不晓得后面什么人推他一下，风一吹，把他往里面一扑，烧死掉了，都是你害的，本来还没有火灾，结果被你害的。



阳宅还可以避，注意看如果是遇到火灾时，遇到水方的方向，遇的是北方，脚是朝北的，睡觉时就改掉了。比如是阳宅在这边，现在看到红色的在爸爸的脸上，把天山遁卦的位置，头南脚北，脚朝北方睡，人这样睡，人在这边两只脚朝北，一定是足向，脚向的话，坐下来正好面是朝北，这是水位。会调整时间，本来该发生的灾，比如半夜失火，变成白天来，白天时，常常听到火灾说，晚上大家都睡觉，没有人去注意它，所以着火了。有的人说，如果白天就不会有事，大家都看到了这个时间自然调整，这是避灾的方式。

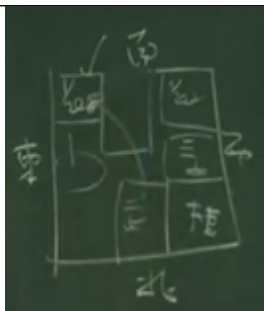
如果看到一个人的脸是黑色的，这个脸气是黑色的，我们知道糟糕，有意外有横祸，这个祸轻则伤身，重则命丧掉了。怎么办？黑色的，那我们看到是什么，黑色是水，土可以克水。第一个，去计算，哪一天它会发生意外车祸，现在看到他黑的，赶快看看黄历哪一天的日干是戊己，支是辰戌丑未，我们知道土日会发生，但是土日是那天的农历是几月几号，我们按照小吉、空亡、大安、流连、速喜、赤口，就是空亡的地方，我们就知道时辰。时辰找出来以后，我们就去改位置，也可以改掉。比如我们知道它是土，土可以克他，我们现在是水是黑色的，那辰戌丑未时我们就改方向了，这个方向所以我们看阳宅时，如果看八个位置都东南西南，这个西北东北，这个北方，这八个位置。如果是看12个宫时，把天地之间，把360个角度区分成12个角度就是12个宫的位置。如果把位置转向脚朝着未方，脚朝着戌方，脚朝着丑时，脚朝着未时。时间就会被调整，灾的时间就会自然而然往后延。那你调整位置之后，就看他房间里面可以摆哪个位置，有的是摆不进去，一般我们怎么摆？横祸大部分发生在白天，我们希望把他改到半夜来。

所以丑时开生门的地方，这是1点到3点。如果是要丑时的位置要开时，丑跟未是相对的，睡觉的方向脚是对着丑的位置，丑时的位置，丑就是北方偏过来偏个33度左右。这是丑的位置，对着丑的位置，本来下午的灾移到晚上来，或这时移到半夜来。那告诉这个人晚上睡觉时，那做梦梦到意外的车祸那是正常。

我曾经碰到案例，跟一个小姐讲她的灾是这样的，这个可以避灾降灾。那个小姐住永和，这个印象我很清楚。她说倪先生你讲的是对的，那我一定是交接时醒过来。有一天，早上起来我觉得很累很累，我实在不想去上班，手表一看是6点钟。想想我老板对我很好，我实在不上班也不好意思，今天事情很多，可是我真的很累。那我在醒过来，6点钟醒过来以前，我为什么会醒过来，我做了一个梦，梦到我从家门走到巷口，被计程车一撞，然后撞倒以后，我从车下爬出来，一下惊醒过来，一看手表是6点钟，也就是刚发生。那本来不想去的，做完这个梦全身很累，想想老板对我实在是仁尽义至，然后我就出门走到巷口，当场有发生了，刚刚在梦里的做的事情，刚好就发生，还没过7点钟。所以那天她出车祸，从车下爬出来，脚被撞断掉，之前就梦到一半。另外一半时间还没过，要过七点钟，她说早知道出去上班，七点钟后出门就没事了。这种事情都有，这是我们改位置。所以如果按照它相克的时间，把位置改到相克的位置上时，时间就转换，就不会发生了。这是我们在避凶时，可以这样做的。

所以避凶的形式有很多，那过去有的人是画符念咒，有的人是祭英灵，讲的都是什么，那个不认为是很好的，诸位不用这种方法。正统的方法我们本来就有，就利用天地的四时，阴阳五行相克的，天干地支我们就可以计算出来到底是怎么回事。这是我们避灾的方式。还有预测灾的方式，那这个时间一过，记得灾气发生时，一定是一个节气，一个礼拜以内，把他改过来以后，因为你不知道他最少发生的颜色是什么时候，你不会说现在两周，第一天他发生你就看到了，可能是第五天，第四天才看到，谁也不能那么凑巧，第一天。所以最稳的还是两周以后再看，灾期没了，没事了，这个灾可以避过去。

这是看灾的方式，记得一个大原则就是病人病的气色时是持续存在的，灾的气色是恍惚之间瞬间看到，没有预计的角色看到，真正面对面时看不到了，一定是转身或是，所以我不晓得应该用什么字，最好用恍惚之间看到的是最准的，不然的话你就要关灯练观气，观色，用眼睛去看，久视伤肝伤血。

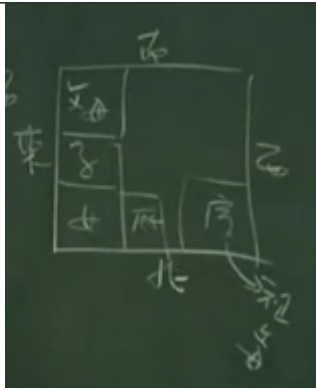


回到九宫，九宫上面，每一个人家里面发生的情况都不一样。有的人住过房子。我曾经碰到一个种田的，没有读书人反而脑筋很清楚，他住那个四合院，结果他生了三个女儿，结果他刚开始时，夫妻在这个位置上，住在西北。那他这个二女儿在这边，三女儿在这边，这个大女儿住在这边。有一天，他稍微把它修改一下，因为中间是空的，他把这边原来是厨房什么东西改掉，把大女儿移过来住，那时候不晓得为了什么事情，厨房往后移，好象这地方清出来晒谷场要加大。结果大女儿一进去以后，不到一年就嫁个很好的先生。

这个老先生厉害啊，他叫二女儿进去住，第二年又嫁了一个好先生。再找三女儿进去，嫁个好先生。这个农夫就做到了。在城市里就没有这种观察，因为在城市里面，每天忙，就没有这种想法。农夫会观察到，因为农忙没有事情坐在那边想，奇怪，原来我大女儿住在这边，每天唠唠叨叨，跟妈妈一样，比我老婆还吵。结果位置一改一结婚了，原来住在这里，妈妈。那二女儿一看有效就进去住了。童蒙，脑袋里面没有障碍。这是结婚，那如果做错了，三女儿去住了大女儿位子，结果妹妹结婚了，姐姐还没有结婚，姐姐住在西南，妹妹住在东南，妹妹结婚，姐姐还没结婚。然后爸爸，家里有两个女人伺候，妈妈跟大女儿，两个人抢着洗衣服，抢着烧饭，爸爸是很好，可是爸爸很难过想要女儿结婚，而且家里面特别喜欢做饭、洗衣服、烧菜，看到男人也不喜欢。为什么？她跟她同龄的不喜欢，因为人会成长，她有30岁、40岁、50岁的想法，所以她喜欢男人就是已经结过婚的男人。那妹妹不知道，傻里傻气跑到东南角，一住结婚了，这时要告诉爸

爸，把这个女儿送到这个位置。

所以女孩子要结婚成家，能遇到好的先生，在东南角是最好的。那有的家族很大，三代同堂。这个东面，比如北方是一个厨房诸如此类的，这面还有一个房间。如果是三代同堂，依此类推，祖父祖母年龄大了应该是退休。可是嘴巴上说退休，形上面是退休，神没有，神还是住在爸爸妈妈的位置，还是要去管很多事情，结果爸爸在修理儿子时，爸爸在修理他儿子，敢打我孙子我就打你，就吵起来的。然后退休的人要退休位子，要移开。退休就不是父母了，还是父母，但是如果退休了，移出到东北角，东北角是遁卦的位置，天山遁，祖父祖母。大女儿，住在儿子的位置上，不结婚了。这个是住在这个位置上，这个巽为风，风住在山的位置，风山渐卦得卦就出来了。这时候大女儿归位到父母亲的位置上，这个在工作赚钱的父母亲住在西北角，儿子不动。这整个房子下来，只有儿子住对了。当位正时，名位相等时，他的功名，读书考试、婚姻、健康全部都会



一起进步的。名和位不等时，看怎么不等，那有过之有不及。这就是过和不及。所以天地在定位时，就把所谓的中庸之道，中和的位置定好位置。现在人已经神没有了，只有形存在，就房子一开，买房子一看，主卧大房间爸爸妈妈去住，其他小孩子大家去挑，每一个挑出来是按照命走，大家一看这个人结婚，这女孩子不结婚，一看阳宅是住在妈妈的位置上，一个萝卜一个坑，再一看这个男孩子，里面都是阴性，知道这个是同性的，一看这个儿子住在这边，再一看爸爸妈妈夫妻两个人，太太会治过丈夫，太太妻子很强，西南角是主卧房，这是命中

注定的。所以一般人很好玩，不知天文地理的，看到房子喜欢这栋，挑了很多不要，就挑这栋。挑进去按照原来布列住进去的，就是你的命。你们以后就看，什么命的人住什么样的房子。运掌握在我们手上，所以我们运除了改变人的婚姻、君君臣臣、父父子子之外，还有我们延伸的力量进去，把病的问题解决。这是我们已经能够做到极限了。这是极限包括生男育女，我们学了经方，让她怀孕很简单的，我们如果不知道地理，我们用药物下去让病人怀孕，因为我们经方开的都是阳药。所以病人怀孕后大部分都是男孩子。那我们要她生女孩子，当然可以啊。我们完全可以控制生女孩子，让她住在阴的位置上就会生女儿，初爻次爻都是阴，这时生下来就是女孩子，诸如此类的。

所以如果们医学学了，天文地理再有一些知识外，再知道一些趋吉避凶的灾的位置，这些灾都可以化解的。那有的人不听，就是他的命。该如此就该此，帮人家忙时绝对不讲第二次，他要你讲第二次，就是他第一次不相信你，他会忘掉。那要讲第二次时就代表他已经不相信你，他让你再讲第二次时已经不中，就是你已经没法说服他了。所以我们山水蒙，蒙卦山下有水，山雾蒙蒙一片，代表这个人智慧打不开。所以我们发蒙之道，《易经》讲要启蒙，启蒙之道要刚中，刚中就是一句话就到，中你。这句话讲得很严重，要刚，要刚强。所以刚强才能够说服人。我们有一次碰到妈妈跟女儿，妈妈胃癌在医院里面，没有其他亲人在，就只有这两个，怎么办？女儿说我帮你做决定，你留在这边就是死，她马上搬出医院。这叫刚中。觉得没法说，你这个不好，这个开刀，你讲完她不会听的，你留到这边就是死，讲完了。那两个马上搬出医院，现在好了，已经恢复正常了，两个开开心心地回去了。这时候就要刚中。所以我在网页上写的东西，就是刚中，就是发蒙，骂你，你都不听，你不犹豫吗，好好讲你绝对不会听。我们大家要相信中医，中药很好，西医没有什么用，你讲完屁用没有。全世界都这样讲，讲完没有用，笨蛋去做这些事情，去做是笨蛋，勿把科技当科学！science跟technology不一样，这个才是天地之间的道理。

如果住南半球，东西的定位是一样，南北要更换，其他都一样。所以南半球要生男要住在南边，是女要住在北边。所以澳洲来的女性，如果看到这个DVD，不要弄错了，你后面那段没听到。所以我们这段绝对不能剪，剪就完蛋了，就弄错了。如果南北相反的

话，南半球的夫妻要住西南，北半球的夫妻要住西北。南北要反过来，东北西南，这是南半球。所以下雨时你看，或在你们家，北半球水是这么顺的，南半球是逆的，这就是天地阴阳的关系，造成磁场，变化会不太一样。南半球把南北换一下就可以。

【倪师内经 80 视频同步文稿】

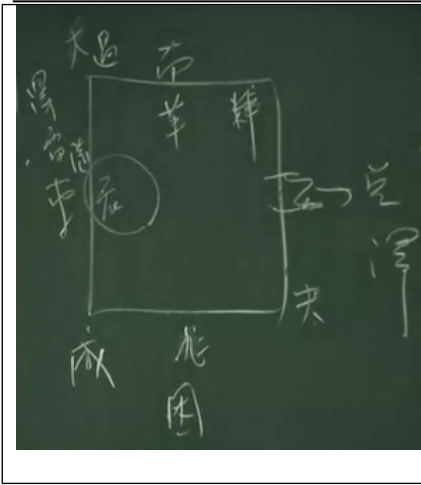
这是著至教论，现在知道 533 页，就是上知天文，阴阳表里，上下雌雄相输应也。这才可以长久。明天开始后就下礼拜把《黄帝内经》讲完，著至教论还会再讲一遍，这是形。我还找一帮人讲，这篇留待有缘人看到。那看我的《天纪》的人问道，这个卦用的范围很广，这是阳宅用的。如果遇到心里面心慌慌的，不知道什么事情发生，心血来潮六个铜板一丢，起课，按照我的《易经》的卦去看，后面有一张图，去读那张图。

《易经》不是读文字，是读那张图，当读那张图读到时，后面有我自己的解释、注解，那只是概率的。可是事情发生时，可能就是这张图，就象我从美国回来讲五部中医典籍：《针灸》、《黄帝内经》、《神农本草经》、《伤寒论》、《金匱》。我想这事情可不可以做，一起个课是“水山蹇”卦。蹇卦是五面鼓在中间，一个骑力在前面，马在前面跑。然后五个鼓旁边是远从千里来，五面鼓在地上面，大家不要坐，蹇是阻塞不通，上面一个寒，下面一个脚，把那两个点拿掉，足子的脚。那看起来好象水山，水在上面，山在下面。传不传？这个卦上面是要传，要立名。五个鼓下去，那将来是能够等到见龙在天，利见大人时，飞龙在天，都是后卦。我们刚开始时是潜龙勿用，我在前面潜了十年，现在是见龙在天，利见大人。所以时机挑得很好，所以我起一个课，选择回来教。

这从头到尾我们按照天机这样走，该发生什么事情就发生什么事情。我会做一些动作出来，让你们看看妖魔鬼怪是什么样子，那将来会遇到什么样的问题，你们知道看到前面的经验以后，你们不要有时心太仁慈，心太仁慈不好。有时要说服人，你好心跟他讲没有用，花很多时间跟他讲没有用，因为生和死就在他的一，这一，一个一之间，所以道者一也，一往上就是生，往下就是死。完全取决在他们个人。所以你们以后当医生或你们心里面有慈悲的心是一定的，但是你慈悲心发慈悲时，你做到把人救回来才是真正的效果所在。就是你发慈悲不见得能帮到人的。有时说因忠获罪，就是你对他太好了，什么都替他着想，结果人家反而会怪你，就是人际之间的关系，你要考虑得很清楚，所以孔子才会说，不鸣不响，君子象面锣，你敲我我才回答你。所以你们以后出去知道有这种技术在身上，人家没有问你，没有开口，或人家茫茫然不知所措时，都在讨论你在旁边，他们讲了半天你都不要讲话，听他们在讲什么。

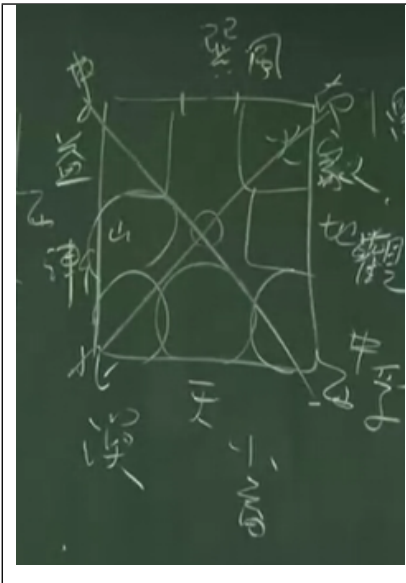
所以要做听明，不要做聪明。听他们讲完以后没有一个人有结论，这时建议进去，给他一个建议说不定会听。还有人知道你有这个本领在身上，他主动来找你，然后你告诉他之前，要确定他会按照你的话做再讲，否则的话，只有一条路，就是刚中，一句话讲完，听不听在他。刚重一句很严重的话下去，他不听，走了，根本不用理他，没法救不出来了，就让他们按照他们的命走。有的人有福气，我们一句话刚中他就会回来，有的人没法，有的人就是胆瘁，犹豫不决，在那边晃动晃动。天都亮了，他还在考虑犹豫，结果很累。过劳于胆，胆是中正之官，决断出焉，能够帮助我们做决策，那这个人不能做决策，这个很累。所以当你知道越多时，有时你会很开心，看到道理真的是这样。可是有时很痛苦，你想帮帮不上，会变成这样。

当然了我们不能永远是开心的，要有一点点喜一点点忧，一点点悲，一点点怒，混在一起是最好。五脏要有一点点就好了，不能有一个情志太过都不好。那这个青赤黄白黑，这些以后我再讲，神农本草经，我们的药从哪边来，东西南北中，它的颜色青赤黄白黑，它的药性，都会这样讲，一直在重复用这些东西。我讲过这一篇我们不留堂外，我会把另外 PPT 做出来，留待有缘人。



一个徐大夫问，将来当医生，相书上用天一方，风水地理上有天一方，真正的天一方的定义，就是天文地理人事，这就是天一。所谓的天一方就是当医生要坐好的位置。以正东西南北为主。如果开门是朝西，外面是兑卦，兑为泽，西方当外卦，一个阳在外面，外卦，外卦是泽卦。那内卦这边是正东，如果坐在这个位置上，外卦是泽，这个位置就叫外就是上面，叫做泽雷随卦。如果是外卦是泽，坐在东南角，泽风大过，这是大过卦。如果是泽卦，住在火的位置，泽火革卦。泽地萃，就是精萃的萃，精华聚集在这边。如果住在天的位置，泽天夬卦，夬念 guai。如果泽水就是困卦。泽山就是咸卦。

我们会挑一个位置，哪一个位置比较好？应该是看起来随卦的位置最好。



如果住的房子不是很正，很偏，办公室刚好是东南西北，不管是正还是斜，都是以房屋的中心点为主，正直角形看起来。

面是朝东南，东南外面是巽卦，巽为风，风卦的位置；如果办公室的门开是巽，你的位置是在乾卦的位置，就是风在天的位置，就是叫小畜卦；如果风在北方的位置，风水涣；如果在东北角，是山位的，风山渐；你在雷的位置，风雷益；如果是在南方时，风火家人卦；如果是风地，这是观卦；如果住在泽的位置，中孚卦。依此类推。所以怎么看都是以房屋的中心点来天地定位。天地定位时是以东西南北做正位，八个位置，外面有八个，叫做天分九眼，这是九个宫八卦，它的成因。这样来设定好不好。到那个楼房去看看位置，其他不需要看那比么细。

如果看罗经，罗经很细，天罡地煞天上 28 个天罡星，70 个地煞星都在里面。我们还有看阴宅时，还看下的水位，这是比较特殊，讲得很细的。讲《人纪》时，不讲那么细，运用到的就可以了，《天纪》讲得比较多了。24 坐山，天经煞、地线，一片，120 个透地龙。在《人纪》诸位知道怎么用就好，至少要会用，知道了怎么看黄历，看看日子。

永远记得我讲的话，永远记得，警告他时警告一次就够了，不听就算了，马上离开，从此不开口。因为这是他的天命。救回来的几率，如果听我们的话是百分之百，大可以救得回来。不听我们的话百分之百发生，发生不是一就是零。

罗经拿起来时，上面有十字的红线都不要管它，就把那根针，等针停下来不动，这时把那个针转动，把罗盘转动，针是不能转动的，罗盘转动让罗盘上面有一个红线，那个红线上两个红点，把那两个红点对着针好，对好了后，让针跟红线完全平行。当它完全平行时，南北定位就出来了。这就是定位南北。要定位时，最好测罗经时，站在房子外面先看方向，最准。因为到了室内后可能有电视机、可能有钢筋水泥、音响喇叭都会影响到磁针，转向会改变。所以在户外定好向最好，再到室内去。那户外定好方向以后，到室内就找到房子的中心点来分割九宫八卦的位置。

一般市面上去买罗经时，有两种罗盘，一种是三合，一种是三元，两种其实无所谓，都是东西南北，只是派系不一样而已。那我们平常在使用时，罗经的周围一圈有八个卦，那八个卦就是后天卦。这就可以告诉你，按照那个卦位来看就可以了。你看到更细时，才会有第三圈，比如有坤、申、庚、酉、辛、戌、乾、亥、壬、子、癸、丑。这个东西怎么来的？就是有 24 个坐山，这所谓的坐山，坐山把 12 个时辰加上这个 8 个卦，按照天干，干支，然后加上 10 个天干，加上八个卦相，还有 12 个地支的时辰，把它分列定

位，相重叠的地方拿掉，所以并为 24 个坐山，所以这 24 个坐山，是我们站在中心点测量丈量，比如床的位置应该在哪里？正位应该在哪里？厨房的位置应该在哪里？基本大原则上面就是有凶灾的地方。

比如厨房跟厕所，都是放在没有人的地方。比如父母亲两个带两个二男二女，那三儿子为什么没有，没有三儿子没有三女儿，这时厨房厕所就放到西方或放在东北角。那东北角家里面有人，长辈三代同堂时，祖父祖母放在东北角，这时可以放在西方去。那依此类推，如果是三个男的没有女的，那南边和西方都可以摆厕所厨房，就是把没有人的位置去摆。如果正好三男三女，父母亲摆到没有人的地方，就从 24 个坐山挑两个山的中间进去，尽量不要压到卦的位置。如果有四个女儿、五个儿子，这个天地定位时只有三个，现在是五个怎么办？前三个还是照样，后面再往前面去补。也就是说四女，把她补到长女的位置，五女补到二女的位置上去，大女儿一结婚时，因为大女儿跟五女儿差很多，二女儿马上补位，二女儿马上补大女儿位置，这样等到结婚以后，就按照顺序结婚。所以多出来的再往前补就好了。

所以天地定位时，它会有多余，有多余的余数。那还有不及的余数，这是很正常的，所以【天不满西北，地不满东南】，总是会有一些多余、过的，还有不及的，这样做加进去就好了，往前推就好了。有位置的，先要定位。

電，閃亮的發光，照亮着我們千年的黯淡。云，變幻又莫測，覆蓋着多少，多少賢。我的夢，經過了淬煉那是我心中一把火，那是我心中一把火。

◎ 责任编辑：岐黄圣贤公益学习平台志愿学子

黃帝

內
經
篇

传承正统中医



倪海厦先生，毕生致力于传承与发扬中医经方，期望能让全世界更多人认识与学习经方。《人纪》分为《针灸篇》、《黄帝内经篇》、《神农本草经篇》、《伤寒论篇》、《金匮要略篇》共五篇，请按照顺序学习，不求学习进度，但求一门深入，贵在坚持！



岐黄圣贤智慧
公益学习平台