

## 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



## 这套资料如何使用呢？

这套资料是倪海厦老师对于黄帝内经、神农本草经、伤寒论、金匱要略的注解，总共四本。针灸大成，倪师没有注解，所以这套资料只有四本。

倪海厦老师的人纪系列课程，这是一套非常系统的中医自学课程，首先应当看教学视频，以教学视频为主，建议看两、三遍教学视频后，再参考这套倪海厦老师对四部经典的注解来学习。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，直接看这套注解，可能会觉得非常枯燥，也很难坚持学下去。

1、倪师全套人纪教学视频请扫描以下二维码，我们推荐关注以下两个微信公众号获取。

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

2、全套电子版视频同步文稿、倪师注解四部中医经典，已经分享给大家了，可关注以上公众号进群索要下载。

3、人纪课程学习顺序：针灸、黄帝内经、神农本草经、伤寒论、金匱要略。

建议学完两遍人纪视频后，再学习仲景心法系列视频及倪师在其他场合的讲课视频。刚开始学习的时候，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、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、如果您感觉自学有困难、难坚持，欢迎加入咱们的线上公益学习班，那里有上千位中医师，几万名中医爱好者，相信您会有回家的感觉，但是群规很严格，谢绝小广告，乱发链接哦。

## 报名步骤：

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微信，志愿者是不会主动加你的。通过测试、考核后（避免打广告的人进群），将会邀请您进学习群。

请您用微信扫描左侧二维码



## 公众平台经费/善款用途：

用于支持平台运营、用于购买善书或者印刷学习资料供免费结缘以及支付相应的运费、用于支持其他的人或者组织做有意义的事业。

## 运营经费/善款来源：

以下是平台志愿者精心挑选的一些倪师课程提到的农产品，大家可以扫码打开看看，这里边的产品是不断更新的，没有了就下架，有新的就上架。目前有蔗糖、麦芽糖、青盐、打豆浆的有机大豆、有机大米、有机小麦、面粉面条粉条、酱油醋、蜂蜜、腐竹等。90%以上都是有机农产品，种植过程中不使用化肥农药，加工过程中零添加。利润纳入平台运营经费，感谢大家的支持。



长按识别小程序 立即加入

快团团二维码



扫描进店逛逛

微店二维码

## 欢迎加入一起勘误文稿

全套资料洋洋洒洒几十万字，都是好几批的志愿者同仁一个字一个字敲出来的，也有好多次的核对，难免有错误、疏漏之处，如果您发现了，欢迎您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



注：正文勘误的格式：正确（错误口误）。

如：肺为传导之官，更正为：肺为相傳（传导口误）之官



## 倪海厦先生及其《人纪》系列课程

倪海厦(the last hope、梵宇龙)，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。

主要成就：被喻为五术兼备之旷世奇人

### 经历

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。早年在台湾省台北市开业，但并未拥有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症，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，引起不少中国中医界的回响。2010 年 9 月应斯坦福大学教授学者孟怀紫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：早年师承周左宇医师与徐济民医师。

### 教学

倪海厦医师于 1990 年代初期，在中国台湾省台北市开始从事《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、金匮五个部分。《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、中国中科院院士、台湾省中研院院士、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师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。

## 目 录

|                   |     |                       |     |
|-------------------|-----|-----------------------|-----|
| 前言 .....          | 1   | 第三十八篇 咳论 .....        | 187 |
| 第一篇 上古天真论 .....   | 1   | 第三十九篇 举痛论 .....       | 190 |
| 第二篇 四气调神大论 .....  | 10  | 第四十篇 腹中论 .....        | 196 |
| 第三篇 生气通天论 .....   | 14  | 第四十一篇 刺腰论 .....       | 201 |
| 第四篇 金匱真言论 .....   | 21  | 第四十二篇 风论 .....        | 205 |
| 第五篇 阴阳应象大论 .....  | 27  | 第四十三篇 痹论 .....        | 209 |
| 第六篇 阴阳离合论 .....   | 38  | 第四十四篇 痿论 .....        | 213 |
| 第七篇 阴阳别论 .....    | 39  | 第四十五篇 厥论 .....        | 219 |
| 第八篇 灵兰秘典论 .....   | 49  | 第四十六篇 病能论 .....       | 226 |
| 第九篇 六节藏象论 .....   | 52  | 第四十七篇 奇病论 .....       | 230 |
| 第十篇 五脏生成 .....    | 57  | 第四十八篇 大奇论 .....       | 236 |
| 第十一篇 五脏别论 .....   | 66  | 第四十九篇 脉解篇 .....       | 242 |
| 第十二篇 异法方宜论 .....  | 68  | 第五十篇 刺要论 .....        | 250 |
| 第十三篇 移精变气论 .....  | 70  | 第五十一篇 刺齐论 .....       | 251 |
| 第十四篇 汤液醪醴论 .....  | 72  | 第五十二篇 刺禁论 .....       | 252 |
| 第十五篇 玉版论要 .....   | 74  | 第五十三篇 刺志论 .....       | 254 |
| 第十六篇 诊要经终论 .....  | 77  | 第五十四篇 针解篇 .....       | 255 |
| 第十七篇 脉要精微论 .....  | 83  | 第五十五篇 长刺节论 .....      | 257 |
| 第十八篇 平人气象论 .....  | 100 | 第五十六篇 皮部论 .....       | 259 |
| 第十九篇 玉机真藏论 .....  | 108 | 第五十七篇 经络论 .....       | 262 |
| 第二十篇 三部九候论 .....  | 118 | 第五十八篇 气穴论 .....       | 263 |
| 第二十一篇 经脉别论 .....  | 123 | 第五十九篇 气府论 .....       | 265 |
| 第二十二篇 脏气法时论 ..... | 127 | 第六十篇 骨空论 .....        | 265 |
| 第二十三篇 宣明五气篇 ..... | 133 | 第六十一篇 水热穴论 .....      | 270 |
| 第二十四篇 血气形志论 ..... | 137 | 第六十二篇 调经论 .....       | 274 |
| 第二十五篇 宝命全形论 ..... | 139 | 第六十三篇 缪刺论 .....       | 281 |
| 第二十六篇 八正神明论 ..... | 142 | 第六十四篇 四时刺逆从论 .....    | 287 |
| 第二十七篇 离合真邪论 ..... | 145 | 第六十五篇 标本病论 .....      | 290 |
| 第二十八篇 通评虚实论 ..... | 148 | 第六十六篇 至第七十四篇（一） ..... | 293 |
| 第二十九篇 太阴阳明论 ..... | 155 | 第七十五篇 著至教论 .....      | 294 |
| 第三十篇 阳明脉解篇 .....  | 158 | 第七十六篇 示从容论 .....      | 296 |
| 第三十一篇 热论 .....    | 160 | 第七十七篇 疏五过论 .....      | 299 |
| 第三十二篇 刺热论 .....   | 164 | 第七十八篇 征四失论 .....      | 302 |
| 第三十三篇 评热病论 .....  | 167 | 第七十九篇 阴阳类论 .....      | 304 |
| 第三十四篇 逆调论 .....   | 171 | 第八十篇 方盛衰论 .....       | 307 |
| 第三十五篇 疟论 .....    | 173 | 第八十一篇 解经微论 .....      | 309 |
| 第三十六篇 刺疟论 .....   | 179 | 第七十二篇 刺法论 .....       | 312 |
| 第三十七篇 气厥论 .....   | 184 | 第六十六篇至第七十四篇（二） .....  | 320 |

## 内经视频目录

|           |            |           |              |
|-----------|------------|-----------|--------------|
| 第 1-3 集   | 第一篇上古天真论   | 第 47-49 集 | 第三十九篇举痛论     |
| 第 3-4 集   | 第二篇四气调神大论  | 第 49-50 集 | 第四十篇腹中论      |
| 第 4-6 集   | 第三篇生气通天论   | 第 50-51 集 | 第四十一篇刺腰论     |
| 第 6-7 集   | 第四篇金匱真言论   | 第 51-51 集 | 第四十二篇风论      |
| 第 8-11 集  | 第五篇阴阳应象大论  | 第 51-52 集 | 第四十三篇痺论      |
| 第 11-12 集 | 第六篇阴阳离合论   | 第 52-54 集 | 第四十四篇痿论      |
| 第 12-14 集 | 第七篇阴阳别论    | 第 54-55 集 | 第四十五篇厥论      |
| 第 14-14 集 | 第八篇灵兰秘典论   | 第 55-57 集 | 第四十六篇病能论     |
| 第 14-16 集 | 第九篇六节藏象论   | 第 57-58 集 | 第四十七篇奇病论     |
| 第 16-18 集 | 第十篇五脏生成    | 第 58-59 集 | 第四十八篇大奇论     |
| 第 18-19 集 | 第十一篇五藏别论   | 第 59-61 集 | 第四十九篇脉解篇     |
| 第 19-19 集 | 第十二篇异法方宜论  | 第 61-61 集 | 第五十篇刺要论      |
| 第 19-19 集 | 第十三篇移精变气论  | 第 61-61 集 | 第五十一篇刺齐论     |
| 第 19-20 集 | 第十四篇汤液醪醴论  | 第 61-62 集 | 第五十二篇刺禁论     |
| 第 20-21 集 | 第十五篇玉版论要   | 第 62-62 集 | 第五十三篇刺志论     |
| 第 21-22 集 | 第十六篇诊要经终论  | 第 62-62 集 | 第五十四篇针解      |
| 第 22-27 集 | 第十七篇脉要精微论  | 第 62-63 集 | 第五十五篇长刺节论    |
| 第 27-28 集 | 第十八篇平人氣象论  | 第 63-63 集 | 第五十六篇皮部论     |
| 第 28-31 集 | 第十九篇玉机真藏论  | 第 63-64 集 | 第五十七篇经络论     |
| 第 31-32 集 | 第二十篇三部九候论  | 第 64-64 集 | 第五十八篇气穴论     |
| 第 32-33 集 | 第二十一篇经脉别论  | 第 65-65 集 | 第五十九篇气腑论     |
| 第 33-34 集 | 第二十二篇藏气法时论 | 第 65-65 集 | 第六十篇骨空论      |
| 第 34-35 集 | 第二十三篇宣明五气篇 | 第 65-66 集 | 第六十一篇水热穴论    |
| 第 35-36 集 | 第二十四篇血气形志论 | 第 66-68 集 | 第六十二篇调经论     |
| 第 36-36 集 | 第二十五篇宝命全角论 | 第 68-69 集 | 第六十三篇缪刺论     |
| 第 36-37 集 | 第二十六篇八正神明论 | 第 69-70 集 | 第六十四篇四时刺逆从论  |
| 第 37-38 集 | 第二十七篇离合真邪论 | 第 70-70 集 | 第六十五篇标本病论    |
| 第 38-39 集 | 第二十八篇通评虚实论 | 第 70-70 集 | 第六十六至七十四篇（一） |
| 第 39-40 集 | 第二十九篇太阴阳明论 | 第 71-71 集 | 第七十五篇著至教论篇   |
| 第 40-40 集 | 第三十篇阳明脉解   | 第 71-72 集 | 第七十六篇示从容论    |
| 第 41-41 集 | 第三十一篇热论    | 第 72-72 集 | 第七十七篇疏五过论    |
| 第 41-42 集 | 第三十二篇刺热论   | 第 72-73 集 | 第七十八篇微四失论    |
| 第 42-43 集 | 第三十三篇评热病论  | 第 73-73 集 | 第七十九篇阴阳类论    |
| 第 43-43 集 | 第三十四篇逆调论   | 第 73-74 集 | 第八十篇方盛衰论     |
| 第 43-45 集 | 第三十五篇疟论    | 第 74-74 集 | 第八十一篇解经微论    |
| 第 45-46 集 | 第三十六篇刺疟    | 第 74-76 集 | 第七十二篇刺法论     |
| 第 46-46 集 | 第三十七篇气厥论   | 第 77-80 集 | 第六十六至七十四篇（二） |
| 第 46-47 集 | 第三十八篇咳论    |           |              |

由于人纪视频版本不同，每一集切割长度可能不一样。

注：正文勘误的格式：正确（错误口误）。

如：肺为传导之官，更正为：肺为相傳（传导口误）之官

## 前言

讲《黄帝内经》的时候，它有很多无关重要的生理学、病理学方面的东西，我们就好像讲《论语》、《孟子》、《大学》、《中庸》一样很快把它带过去，一些对话。重点的时候我会特别分析给大家。

《黄帝内经》的前言、来源，书上通通有。怎么来的、怎么样子，中间过程、散失了什么，我们在前言里面通通有。这里开始讲的、DVD 的内容，就是把《黄帝内经》所有有关系到人体的东西我们都尽量做，尽可能地详细地解释让你们能够完全了解。

## 第一篇 上古天真论

今天开始第一堂课，我们讲的第一篇就是《上古天真论》。【昔日黄帝，生则神灵，弱而能言，幼而徇齐，长而慙敏，成而登天】。

《上古天真论》首先一开始就把人下了个定义。人应该活几岁？现在人的寿命没有古人那么长，因为环境等各方面的改变。有的时候文明很方便，可是文明不见得对人很有利。比如我们到哪里去都有冷气。以前如果从新竹跑到台北来可能要骑马、要跑、走路，现在车一坐就到了还有冷气，汗也没有透发。诸如此类的，可能我们人就没有像古人那么长命。这是第一个。

第二个，因为以前的人在地球上生活的不多，不像现在那么多人、几十亿的人口在地球上。要解决饮食的问题，就必须要有食物去改良或怎么样才会有量产，大家才能够吃得饱。以前的粗食的体积比较大，它是没有经过改良的东西。可是如果按照粗食的生产方式，可能人类不够吃。所以会有些改良。

我们还有些农药，改良以后有的连农药都省掉了。比如玉米，现在美国的玉米都不能吃。为什么？因为大家都不喜欢农药，他就把蜘蛛的基因种植在玉米上面。病虫害来了的时候，蜘蛛是专门防病虫、吃蝗虫这类东西的，我们看到是玉米，蝗虫一看是蜘蛛就逃走不吃玉米了。你吃到肚子里面去到底是玉米还是蜘蛛？这是一个。

经过改良以后的东西，它的体积都会比较小。它的直径会细，现在到了纳米，纳米更细了。越细的东西，人吃到身体里的时候会产生成瘾性，结果你会一定要想去吃它。我们以前吃糖，这个糖是蔗糖，蔗糖的体积很大，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，成瘾性好像吃海洛因、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人的寿命不能比。这是第二个，饮食上的。

再一个是我们生活上的习惯。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。都是很简单的生活，人的欲望、贪念都会减到最低。生活比较简单，这都是让人长寿的。中医的定义人活一百岁，《上古天真论》谈的就是百岁之人，所以超过一百岁才是对的。现在实际上真正的寿命是往下降，可是卫生部门发布的、国家政府发布的都是我们寿命长寿，总是要让老百姓知道政府替你做些事情，实际上人一直在减寿。你们可以看到很多人很年轻就死掉了，这个死掉不是说车祸和意外横死，而是生个病就走人了。现在的死亡率已经不是对的、已经不是正确的死亡率。

这一篇《上古天真论》的一开始就是黄帝和岐黄的对话。我们中医叫岐黄之术就是从《黄



帝内经》开始的，黄帝跟岐伯之间的对话叫岐黄之术。黄帝就问岐伯【乃问于天师曰，余闻上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰。今时之人，年半百而动作皆衰者，时世异耶？人将失之耶？】为什么上古人的动作上百岁都不会衰，现在人半百、50岁以后就衰弱了？

第一节讲的就是岐伯说我们如何知道这个道，【上古之人，其知道者，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。我们慢慢利用一些原理、原则让诸位了解到什么叫做道，慢慢后面会提出来很多有的比较形而上的东西，我尽量想办法解释让你们能够了解。开宗明义讲的就是道。

中医从头到尾，如果我们把它简化的话，就是阴阳两个字。把阴阳再复杂了，就有五行、很多东西就出来了。简到后来就是阴阳。我们从阴阳入手，越来越复杂，然后结束时还是回归到阴阳。阴和阳合生道。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。

对我们人最简单辨阴阳的方式，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，看得到的形通通是属于阴。有一样看不到但是它是存在的，就是这有多大的力量你不知道。你知道有力量，可能10磅、5磅、20磅、40磅，这个力量就是阳。所以我们看形就是看它的外形，看它的神就是看它的力量。看它的筋、看里面的经络、看皮肤的颜色、掌纹，这些都可以看到我们的神。死人的手跟我们生人的手放在一起，一定不一样。如果你学中医，死人的手跟活人的手你都没办法分出来，不用学了，因为是很基本的。当然病人的手就要学了。但是死人的手一看就知道，为什么？没有神只有形。所谓没有神就是，没有力气了，肌肉、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子，当然我们慢慢深入的时候会跟诸位讲得更详细。

【**饮食有节，起居有常，不妄作劳。故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去**】。所以不单单是长寿的要注意形还要注意神。这个神不单单是我们的力量，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，短命的人都是不开心的人。所以看很多谐星都比较长寿，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。

【**今时之人，不然也，以酒为浆**】喝酒喝得很多，【**以妄为常**】一些妄念、一些贪求，平常就做这些事情。【**醉以入房**】喝醉了又行房，【**以欲竭其精，以耗散其真**】这种动作都会耗散我们人的真元。【**不知持满**】，中医的观念认为人要持满，就是保持永远充满的，而不是想办法把它耗掉。这种都是长寿的要诀。《上古天真论》讲的就是这些。如果不知道持满只知道消耗，【**不时御神**】也不知道如何御神，御神就是如何调整你的心情让心情非常平稳、非常安逸。【**务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也**】。所以超过五十岁以后开始很容易衰老的人就是不知道节制。中医的观点是这样。

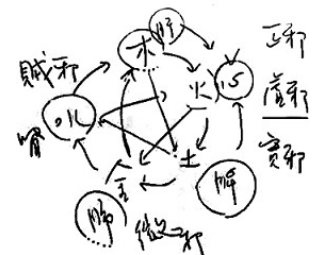
【**夫上古圣人之教下也，皆谓之虚邪贼风，避之有时**】。这里我解释《难经》第十难就把贼邪、虚邪等分成五邪。举个例，以心脏为主。《针灸》时介绍过了五行的理论，木生火、火生土、土生金、金生水、水生木。火指的是心脏，木指的是肝脏，土指的是脾脏，金指的是肺脏，水指的是肾脏。我们以心脏为主，其他依此类推。

当心本经有病的时候，本经有病称为正邪，就是心脏出问题了、就是心脏本身发病。

如果是肝脏有问题影响、产生心脏有问题，这个时候定个名词称为虚邪。肝是木、木能够生火，所以肝脏生病的时候害到心脏是虚邪。

如果是脾脏有问题反过来影响到心脏的时候定义为实邪。

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、水生木是五行相生，相克是木克土、火克金、土克水、水克火、金又去克木。五脏的相生相克





我们后面还会再介绍，现在提到的是贼邪跟虚邪。本来火来克金是正常，常态是火来制金两边就相安无事。现在肺有问题了，比如得到肺炎、或者肺气肿、或者 anyway，结果因为肺脏的问题而影响到心脏有问题，本来力量是从心脏过去的现在回逆回来，称为微邪。微，一点点，稍微一点。因为肺脏有问题影响到心脏，很轻微。

如果是水、肾脏出问题的时候，当肾脏有问题影响到心脏的力量就大了。本来肾脏就是去控制火，不要让火太大了，心脏的火太大了容易出问题。现在肾脏有问题了影响到心脏，这称之为贼邪。

五邪的原理就是这样来的。当五邪以心脏为主的时候，我们知道脾脏有问题的时候会影响到心脏，这称为实邪。所以当心有实邪的时候，我们才会在针灸里面下了治疗的法则“实则泻其子”。就这样来的。在讲《针灸》的时候我没法讲那么多，因为《黄帝内经》还要再讲。要按照原则这样子做。肝脏来的是虚邪，当肝脏生病影响到心脏，这个时候是心脏在虚的状态之下，称为虚邪。治虚要“虚则补其母”。针灸的原则就是这么来的。这两个大家都知道。

关于虚实，我们在治证上面除了“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，有个人生肝病。如果肝脏里面长东西、或者是硬化掉了、它是一个实证，我们想办法让实变成虚。如何能够让它的实变成虚？母能令子虚，补肾，就让肝虚掉。当我们补肾的时候，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，一补水的时候木头就要丢出来。肝是属木。因为一补水的时候，水会去克火，心脏的火会下去，水一旺、水的量一大起来的时候心火会下降。心火下降的时候人体会去自救，这时候肝脏就丢很多木头下去把火生大一点。这一段就很少人知道了。所以平常没事补补肾，弄肝也没问题。过去说肝有发病时木会克土要先去强土，也是对的，但原则到后来我们会“子能令母实，母能令子虚”。

治疗的法则，以后慢慢带诸位深入的时候，诸位就看到我们的治证。后面的《神农本草经》、《伤寒论》、《金匱要略》，所有的东西全部来自《黄帝内经》。所以《内经》的观念你一定要很清楚。这个时候处方一下去就到了，你不会错。

《神农本草经》的药比较少。如果讲《本草纲目》我讲3年也讲不完，那么多，不必要。人的大便都拿来，我才不吃，不需要，我死也不吃。不需要的药，我们把它删掉。中医就是这样的，几千年的东西我们要去芜存菁，留下来精华的东西最好。原来的东西本来就很简单，结果后来因为朝代演变越变越复杂了。所以中医不好学就是，各家名家太多了，各立山头，我是补土派、我是滋阴派，弄了半天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。一个是由浅入深，从《笔花医镜》等没有关系的很简单的书慢慢进入，然后到中医的重心再进入《伤寒论》、《金匱要略》、《黄帝内经》、《神农本草经》。这样不容易学好。为什么？因为你会花大量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，由深入浅。我把中医的经典的著作都讲完了，这个时候你有中心观念、有整个概念在脑筋里面，这个时候你再去看书不会被书所迷惑。

书有的是一大本写下来。有的人写的书很厚，表示他很有知识能传世。他以为会传世，实际上打开来看只有一个方子有用。你买那本书可能就是为那个方子也不错，可是不懂的人被书迷惑了。被书迷惑了，那个药找不到非要那个药不可，脑筋就很死，就不会找东西去取代它。

所以如果真的能够掌握到重心，我现在带诸位把五套东西讲完，重心抓到的时候会把中医简化。所以等到《黄帝内经》讲完以后，讲了《神农本草经》以后，再去打开《伤寒论》《金匱要略》的书一看，这个处方是我开的。这是天成，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《伤寒论》《金匱要略》的时候，你会回头看张仲景怎么

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。诸位等到《神农本草经》讲完以后，《伤寒论》《金匱要略》应该很简单才对。如果打开来还是不了解，我还会解释给你听。

这是我简单稍微先介绍一下，因为讲到虚邪、贼邪，我们实际上有五邪。

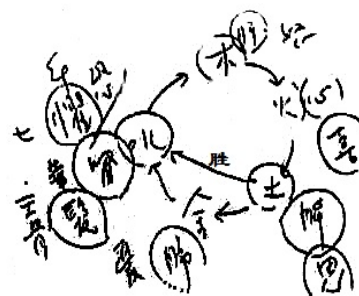
**【恬淡虚无，真气从之。精神内守，病安从来】**。主要的原则就是，风很大的时候，你不要神经病到外面站到风口上，没有人会那么笨站外面风口上吹。所以我们不赞成风直接对着身上吹。夏天开电风扇或怎么样，对着墙壁吹让它回风，不要直接对着吹。心情要保持安逸。自己心情要愉快，不要去受到外面的影响。你看我每天都很愉快、很开心的，随便人家怎么讲都没有关系。

**【是以志闲而少欲】**欲望要少，**【心安而不惧】**一个人不能惧、恐惧。我在这边先举例，后面会介绍得更详细。比如我们讲恐惧。

中医认为，怒、发脾气、脾气暴烈、常常乱发脾气的人，怒是伤肝。反过来，喝酒喝到很多伤到肝，肝脏受伤以后就更容易生气。越生气就越伤到肝，越伤到肝脏就越去喝酒，喝酒越多肝脏又受伤越容易发脾气。那只好让我们中医赚钱了，不要赚你的钱也不行你一定要生病，所以怒能伤肝。心主喜。我们所有的情志，喜怒忧思悲恐惊，都可以有，但是不能太过。

现在读图给你看。我常常说读《内经》要读图。什么读图？诸位研究《黄帝内经》或研究中医，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。你会看到有一本书看完就想睡觉，那就是你的安眠药。以后就把它当安眠药，绝对不可以吃安眠药！多涉猎很多东西，这样的话你的思虑就会很灵活、很活泼，不会读古书就是读死书。

比如我们知道惧，为什么要无惧？因为恐惧很严重的时候会伤到肾脏。至于肾脏什么，后面五脏在《黄帝内经》里面介绍得非常详细，我这里先粗浅地跟诸位先讲一下。我读图给你看。如果有个人跑出来很恐惧、很害怕，是刚刚有人要威胁你、杀你，你在跑，临时发生，这是很正常的事。如果一直是每天都很恐惧的，不是好人。一者作奸犯科；还有就是，注意读图给你看，五行之中唯有土可以胜水，所以土能够制水、能够控制水。思是脾土，所以思念可以战胜恐惧。如果一个人的老伴儿过世了，他一直在怕，这个人不是好人。为什么？你是思念，你恐惧什么？唉呀下个就是我了。如果你思念、怀念你的老伴儿，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，其他的依此类推。



所以《上古天真论》立了三个原则：“志闲而少欲”不要随时欲望很多，“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，比如有搬东西这种劳动、还有练功夫这种运动。这三个原则掌握到都是长寿的原因。短命的就一天到晚我要怎么、怎么，害怕、又怕，又不肯做劳力的事情。

**【气从以顺，各从其欲，皆得所愿】**。后面讲到**【故美其食，任其服，乐其俗，高下不相慕，其民故曰朴】**。人都有高下低贱，不要互相去羡慕人家。开心就好了，每个人都是一样的。尤其当医生，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。因为懂嘛，懂就去帮助人家一下。这是很自然的一种心。所以不要去羡慕人家怎么样，把自己顾好，尽量俭朴。

**【是以嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心。愚智贤不肖，不惧于物，故合于道。所以能年皆度百岁，而动作不衰者，以其德全不危也】**。后面有一些翻译的，好像我讲过的像《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，超过百岁动作不衰都是很正常。



整本《黄帝内经》从头到尾并没有赞成人家跑步，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的时候，不可能一票人中每一个人我都教他一套易筋经，哪那么多时间，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，不见得都是美国人不懂，中国人也不见得懂。你就跟他讲，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、狗、老虎都跑得很快。人不要跑，走路就好。当然有人追你、杀你，你当然要跑，不要那么傻，那是临时的。所以很多运动员，长跑的，到后来关节都有问题，生病很多。运动员身体出问题就是这样，太过了。

【人年老而无子者，材力尽邪？将天数然也】？这一段下了定义。黄帝问年老而无子，这中间是一般的常人。还有我们人体的极限到什么程度。所以《黄帝内经》是非常细腻的东西。不是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，实际上定义下的非常好。人生子、生小孩的年龄极限到什么程度？这一段就在说了。岐伯说女子是七、男子是八，我们以七数和八数来下定义。

【女子七岁】女子最早 7 岁开始肾气，【肾气盛】。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。中国的文字很妙，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。【齿更发长】到 7 岁的时候女人的牙齿要开始换。这是原来的应该有的定义。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 岁的时候头发开始长，牙齿开始更换。【第 2 集】

到 2 乘 7 是 14 岁的时候【二七天癸至】女人的月经来了，这个时候【任脉通】任脉开始通畅。诸位读过《针灸》就知道了，“任脉三八起会阴，曲骨中极关元锐、石门气海阴交仍”，任脉开始通畅。这个时候【太冲脉盛，月事以时下，故有子】。

女人跟男人有差异。在《黄帝内经》的标准，7 岁和 14 岁是一个女人生长的过程。现代不是这样子。现代因为物质生活太好了，小的时候喂完母乳不行、母乳断奶了还是照样喝奶，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，11 岁月经就来的很多，美国还有 10 岁就来的我都看过。这都不对。你会提前到 10 岁来月经或提前到 5 岁、6 岁开始换牙，寿命减短了，速度加快了。所以我们要记得中医的定义，以后不要忘了，这才是定义。怎么知道我带的小孩子很好？很简单。小孩子几岁换牙？7 岁就带得非常好，5 岁换牙揠苗助长不对的。所以不要乱吃补。我现在 50 几岁可以吃补。小的时候不要乱吃补。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？太冲脉在肝经上面。我们脚上有三个脉，第一个脉在肝经的第三个穴道太冲穴，胃经有冲阳脉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地方，手去按它有脉动在里面。另外一个就是太冲有个脉。

有脉的地方我们下针要注意，要把脉逼开来下，就是用指甲把它逼开来、推开一点再下针。不要想尽办法一针扎到脉上。下针不扎到血脉上，尽量避开血脉。像手上的手太阴肺经的经渠、太渊、列缺，都很容易扎到。我会再告诉诸位怎么避开来。冲阳脉在脚的上方是动脉的地方。动脉的地方扎针扎到，过去所有的医书上写都是血出则死。为什么会血出则死？因为第一个它是动脉，第二个以前的针很粗。墙壁上你看到的针就是过去的针，针那么粗，扎进去的时候血当然流不止。现在的针很细。现在的细针扎进去，即使碰到血管止血都很快，因为针孔很小。以前的针像火柴棒很粗当然会扎到动脉不得了，所以才会有这些书上记载的一些禁忌。你们不用看到禁忌就吓一跳，以前冶金的技术没有现在那么好。以前都是纯金和纯银的针。银的针比较脆，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，只好做粗一点。现在





都是合金，不锈钢针做得很细，不会有这些问题。

我们的乳房的乳头通到内部，正下方直接络到肝脏、正络到肝脏上。所以肝经的太冲脉盛的时候、肝气一旺的时候，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？女人都是七的倍数。4 个 7 天、28 天是一个周期。

当周期到了的时候，中医的观念认为，女人的奶水就是女人的月经。这两个字、奶水和月经，一样的东西。平常的奶水是肺白、来自白色的，但是最早初奶的时候、初期喂母乳的时候、初乳的时候，女人的初乳是黄色的。所以奶水的本源来自脾脏。脾脏受了五味，比如我们饮食入味，食物有味道，吃了东西后的味道产生到脾脏，脾脏再输送到肺脏以后出来就是白色的。白色的东西再受心脏的影响。金和火互相是相刑的、互相是制衡的。奶水会从肺脏到胸腔、乳房里面去，如果没有心脏制衡的话奶水不会进去会停留在肺脏里面。所以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。

五脏的相生的图大家都知道，互相之间有相生和相克。正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，一过的时候它就把你推回来。所以五脏一定要平衡。正常的人，我们就是想尽办法让他的五脏平衡。当我们去治病的时候，我们医生就找什么地方不平衡让他平衡。所以我们做个医生最基本的一定要知道什么叫做正常、何谓正常。东方医学和西方医学的正常不一样。西方医学认为，验血报告出来指数都是好的就可以回家了，可是很多病人痛得要死但验血还正常。不能按照那个做标准。正常的中医标准是五脏之间的平衡，生和克之间互相拉扯的力量是一样的。



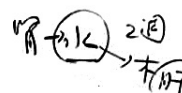
所以当有心脏的火在制衡肺经的时候，可以把肺里面所有的营养集中在乳房上面。28 天以后，顺着阳明经整个往下沉一直到卵巢、到子宫里面去，才会生成月经。

再看心脏跟小肠。中医认为心脏的象是火，因为心脏不断地搏动产生的热就是火。肺好像天一样在上面、心脏在肺的下面，正常的心脏的热要进入小肠。乳房的奶水是白色的。它下降到子宫、卵巢里面去以后，子宫、卵巢是贴着跟小肠连在一起的，小肠是火，所以正常的人小肠的火一蒸化一煮，好像烤肉一样烤熟了，排出来就是经血看起来是红色的。当你知道正常的身体状况之下的时候，如果有一个人来告诉你，月经怎么很淡？小肠的火不够了，没煮熟。月经怎么那么黑？太热了。就讲完了，寒热就看完了。一个是寒、小肠的热不够就是寒，太热了就是黑、颜色很深。你就知道了，已经看完了。中医所谓八纲辨证，就是在《黄帝内经》里面整个从头到尾讲的就是阴阳、表里、虚实、寒热。我们知道阴、知道阳、知道表里的话，寒热就已经结束了。有时候脉都还不用摸，听两句话就结束了。这就是《黄帝内经》里面的。所以小肠在控制月经的量、月经的颜色。



到了女人 21 岁，【三七肾气平均，故真牙生而长极】。所以女孩子要增高要 21 岁以前。21 岁牙齿长到顶了，骨头也长到顶点了，因为肾，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，如果我们再回到之前，所谓再回到之前就是刚开始怀胎受孕的时候。一开始怀胎受孕，西医的观点认为人体第一个内脏是心脏，中医说不行！心脏是之后，第一个内脏是肾。刚开始在母体里面是生水。有真水在里面阴阳交合的时候，才会生木出来就是肝。肝主的是全身的筋。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脏。



西方医学认为我只相信我看到的。问他空气里面看到什么，他说看不到。不能这样子只相信你看到的，很多事情你看不到。西医没看到来自水。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。西方医学的观点会破坏这个水，他不晓得他去破坏，

因为他认为不需要。所以西方医学就是验血报告，你没有看到验水报告，都是验血报告，他不管水、不晓得水最重要。水是生成所有东西的来源。所以你们念化学都知道不用说你是专家，你想想看化学很多都是，这个物质加那个物质产生一个新的物质，到后面最后大部分都是 H<sub>2</sub>O 水。什么意思？就是把水释放出来了。吃西药把水就释放出来了。中医想办法去把水固住。西医把好的水释放掉，当然会伤害到其他的内脏。所以我们不赞成用化学的东西就是这样子，因为会把水释放掉。这是我们再回到之前的话，我们可以这样看。

女人到了 28 岁的时候【四七筋骨坚】筋骨都非常的坚硬，【发长极】头发长到最长，【身体盛壮】。女人月经以后就可以开始受孕。太早生和太晚生，实际上中医并没有真的下定义说早生好还是晚生好。这段讲的是人的生长的过程。

女人到了 35 岁的时候【五七阳明脉衰】，【面始焦】脸开始焦黄了、变黄脸婆了，【发始堕】头发开始坠落。这就是为什么在阳明经，当然没有那么丑的女人，从头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎，阳明经走在脸上的地方，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，我们要去灸足三里。灸足三里不是说灸了以后脚可以走三里那么好，就是要青春嘛，让胃气不会衰败。这是 35 岁的时候开始阳明气衰。



女人到 42 岁的时候【六七三阳脉衰于上】，【面皆焦】脸整个都焦黄了，【发始白】头发开始白。三阳脉就讲太阳脉。大家都知道足太阳，还有足少阳。太阳起于睛明，少阳起于瞳子髎就是太阳穴，都在眼袋附近。所以很多女孩子到后来要去拉眼袋、拉皮，这些动作就出现了。当然年轻不需要，要到 35 岁、到 42 岁。

女人到 49 岁的时候【七七任脉虚】，这是人的成长的过程，任脉开始虚、虚脱、开始虚弱了。这时候【太冲脉衰少】，【天癸竭】月经开始停了，【地道不通，故形坏而无子也】，地道讲的是女人妇科的器官。

这会不会有受到影响？会有。如果子宫卵巢里面有长些肌瘤、长些肿瘤，常常长得很大一个，有的人长得像文旦那么大都有，橘子那么大的很多。长了肌瘤之后、子宫里面长东西的时候，因为里面有东西一直在长，反而天癸、就是月经会延后。到了 54 岁、55 岁月经还是每个月准时来。有什么好处、有什么坏处？这很难讲，见仁见智。等到以后它慢慢萎缩，等到她天癸竭了以后子宫卵巢慢慢萎缩，肿瘤也跟着萎缩掉了。当然这是无害的肿瘤。所以有的时候看怎么看，有的人到了 55 岁、56 岁月经还是有，还很准时的。

在介绍《针灸》的时候我跟诸位讲过，心脏在管奶水。当心脏出现问题的时候，奶水就没有办法完全、100%集中在乳房里面，就会产生很多种可能。有位太太在 72 岁时有一天突然来月经了，22 年没有月经了突然月经来了。月经来了去检查，妇科都很好、没有问题、都很正常，怎么会月经来了，很奇怪。找不出原因来就去扫描，一看，脑瘤、脑部长瘤。这就是心脏没有固得很好。所以诸位如果结婚的话尽量对太太好一点，让她心脏好一点，免得她出问题。一般乳房有硬块、长乳癌、或者长了脑瘤的，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。

开始说男人，男人是八岁，比较慢一点。【丈夫八岁肾气实】，8 岁的时候肾气最实，【发长齿更】。所以开始长真正的头发，胎毛开始掉了、乳毛开始退了，牙齿开始生长的时候，男人是以八岁为主。

【二八肾气盛】16 岁肾气最盛了，【天癸至】男人也有天癸就是精子。【精气溢泄，阴阳和，故能有子】这个时候如果男女交合的话他就会生子。

男人的标准是 8 岁和 16 岁。如果小朋友、儿子到了 6 岁开始换牙，那都是发育太早。发育太早其实不是我们人体的问题。当初人体没有问题，就是饮食的东西，太补了、给小孩子吃太多了。尤其喝牛奶是非常不好的的一个动作。人是人，没有人奶、人奶断掉就不要喝了。人



奶断了还去喝牛奶，腿跟牛一样。很多小姐跑出来腿跟牛一样的，就是喝牛奶喝的。豆浆很好。牛奶太补了，太过了。

【三八肾气平均，筋骨劲强，故真牙生而长极】。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，或者吃一些补肾的药让他长高一点。

西洋人发明生长激素。生长激素很难控制，吃太多了长太高了，或者有的人不长高横着长，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，一吃的时候横着长，真得长的跟个牛一样。还发牛病，就是发癫痫发出来是牛的声音。你听过牛叫，哞，就是这个声音。他发癫痫。本来好好的，只是长不高而已。所以生长激素控制他往上很好，可是不能控制他不往旁边长。所以它没有目标。吃下去没有目标就让你长，可还是不长就往旁边长，更麻烦。

到了32岁【四八筋骨隆盛，肌肉满壮】。这是筋骨最强盛的时候。

【五八肾气衰】40岁的时候肾气开始衰，【发堕齿槁】。男人40岁以后，在《黄帝内经》的定义，开始牙齿也松了，头发也开始掉了。当然这是讲一般人。你每天很开心、心情保持得很好，打坐让心平气和很安逸。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。心情也不会担忧受怕。

如果男人正常地发展到48岁【六八阳气衰竭于上，面焦发鬓斑白】男人开始头发变白了，脸皮开始长皱纹。

56岁的时候开始【七八肝气衰，精不能动，天癸竭，精少，肾藏衰，形体皆极】。中医的观念一直在强调人要保养身体。除了情志以外，我们可以用一些药物来保养，没有问题的。药物来保养，我们有很多金石类的药物、很多草木类的药物。

为什么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。基本的观念，简单讲是这样子。黄金可以活多久？千年也不坏，金石类的长寿。树木可以长多久？百年、千年的大树很多，吃草药、草木类的药当然会长寿。我们用这种来调整。所以中药的来源就是这样子，简单说就是这样子。西药做一个药出来，没有办法跟中药比的。我们中药是吃草木，跟草木同寿。

这是常人、一般人的定义。64岁【八八则齿发去】头发也掉了、牙齿也没了。【肾者主水，受五藏六府之精而藏之，故五藏盛乃能泻】。所以这里就提出来，肾脏在决定一个人的寿命的长短，因为它是水。现在因为肾脏开始衰下去了，【今五藏皆衰】造成五脏都会衰弱，【筋骨解堕】，【天癸尽矣】这是精竭了，不会生小孩。【故发鬓白，身体重，行步不正而无子耳】。

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，我们如何去藏而不泄、如何去保养肾脏。肾脏保养得很好的人都是长寿的，但是这是形，就是内脏。还要有神，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。而你很开心，影响不了你，所以人就会长寿。

【有其年已老而有子者】有的人过了年龄、过了我们的标准还是会生小孩，【何也】？黄帝问岐伯。岐伯说【此其天数过度】，这是天数，过度就是有的人天赋异禀，【气脉常通，而肾气有余也】。【此虽有子】但是就算有小孩，【男不过尽八八】男人到64岁以前，到头来就算再过度，到了极限64岁就没有了，【女不过尽七七】女人49岁就不会生小孩，【而天地之精气皆竭矣】这时候天地的精气通通停了。现在讲的是一般的人，这是它的定义。



黄帝说【夫道者，年皆百数，能有子乎】得道的人都是上百岁的人，能不能有孩子？岐伯就说得道的人就例外了，【夫道者，能却老而全角，身年虽寿能生子也】。就算再老，他的形不会改变，到七八十岁可能看起来还很年轻的。虽然到了七老八十了，照样可以生小孩的。这是真正得道的高人，等于是返老还童。



有没有这种人存在？有。最后一段黄帝说【余闻上古真人者】真人就是真的有得道的高僧，【提挈天地】他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】，这是一个观想的方式。比如这里有草，牛吃草，牛就长得很壮。现在读图给你看。人去吃牛，很累，干脆就吃草算了，人吃素的就出现了。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菩提树旁边都围起来，半年不吃东西，大小便也没有，就坐那边在食气。这种就是天生的，这就是所谓的真人。其实半年每天都有人去看他，大家没看他吃东西、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。这在中医的理论里面就有，就在这个地方。他能够独立守神，这种状态食气的时候必须要打坐，完全没有杂念在那边坐才有办法。一动念或怎么样，人一动念、有杂念出现的时候，就会需要一些营养才行，就会去吃东西。我们当然不必练到气食，那样人生很乏味。东西都很好吃，怎么办？从这里我们可以找到，食不过饱，吃东西不要吃得太饱，感觉到不饿就可以了。至于吃是什么味，我们后面会介绍，最基本的。不要吃太过。【故能寿弊天地，无有终时，此其道生】。很长寿，所谓上古之人。

【中古之时，有至人者】中古之人，【淳德全道】他能够个人修养德性，【和于阴阳，调于四时】还有能够按照四季、春夏秋冬的改变调和身体。《黄帝内经》非常多的章，一章一章都会慢慢详细介绍如何去调理身体、如何自保、如何去诊断，通通有的。这种人【去世离俗】跟世间都不来往，太太、小孩都不管，他一个人，【积精全神】都集中、专心在阴阳，【游行天地之间，视听八达之外】顺从天地之间的节气的改变来生活。【此盖益其寿命而强者也】这种人也都是非常非常的长寿。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。【亦归于真人】。刚刚讲的都是真人。

【其次有圣人者】再来就是所谓的圣人，【处天地之和，从八风之理】。【适嗜欲于世俗之间】有些欲望适可而止。而不是没有欲望，是有些欲望。【无恚嗔之心】不会容易发脾气，不会太过地发脾气。【行不欲离于世】仍然处于世间，仍然入世。[第3集]

像刚刚的真人是出世的。如果真的以《黄帝内经》的定义来说，如何知道这个人是真正的得道高僧？他真正闭关的时候或怎么样，他真的什么都不吃了，照样能够生活，这种属于真正的得道。还是在那边吃素、还是在那边吃，还没有得道，一样是【被服章】穿很好的衣服或怎么样。【举不欲观于俗】不受世俗的一些礼法和观念的影响，【外不劳形于事】也不会过于操劳。【内无思想之患】也不会过于思虑、过于担忧事情、过于恐惧。【以恬愉为务，以自得为功】永远保持心情的愉快。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。【形体不敝，精神不散，亦可以百数】这都是长命百岁的。

【其次有贤人者】再来就是贤人，【法则天地，象似日月，辨列星辰，逆从阴阳，分别四时。将从上古，合同于道，亦可使益寿而有极时】。

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，综合这一整个章节，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，能够开开心心的过，已经是很难能可贵了。

没有办法做到真人。真人的话他真的与天地同寿。过去我就碰到很多，这些人可以看到，在所谓的四度空间这些真人还在，会常常在耳边讲话。有的人就遇到这种事情。到底怎么样子，我也不敢讲。听人家说。比如我在诊所里面，有时候有老外，老外根本没有看过中医的书，《黄帝内经》什么的，他根本不知道中国人的东西，讲的都是英文。他会看到一些东西在我诊所里面，把我也吓了一跳。有没有真人或在旁边或怎么样就不知道了，只是说出这种事情。可能很多地方你们都会遇到。这种事情姑且听之，姑且信之。

不管怎么样子，心情愉快最重要。都是长寿的诀窍。

## 第二篇 四气调神大论

现在进入《四气调神大论》篇第二。四气讲的就是春夏秋冬。这四个季节跟我们的农民种稻、五谷收成，是一起在行、一起在走的。春天就是生，夏天就是长，秋天是收，冬天是藏。我们要去了解生、长、收、藏的性。

**【春三月，此谓发陈，天地俱生，万物以荣】**。陈就是过去的东西、陈年往事，发陈就把去年的东西重新开始成长。这时候如何让我们的身形、形体跟着季节走？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。春三月的时候，基本上的原则是**【夜卧早起】**就是要晚睡、早起，晚点睡、早点起来，睡觉时间很短。这是春天的时候。起来以后**【广步于庭】**就是慢慢的走路，不要跑。所谓**【披发缓形】**，因为中国以前都留长头发，用发佩绑起来。把头发松开，全身松掉，衣服不要穿很绷紧的东西，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，心情让它很平静**【以使志生】**。这时候**【生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚】**，就是施与的意思。任何人找你谈事情，同意、很好，不要随便去攻击人家，因为是春天。春天都很好，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，你在发脾气。你正在广步于庭的时候，你儿子跑来跟你要五块钱，你说不行，你就没有吻合春天的保养之道。可能你就为这五块钱不给他，结果你命就比较短、会生个病，不好、划不来，所以同意、很好。这是应春天的节气的**【此春气之应，养生之道也】**。这都是养生之道，是预防医学。所以春天的时候，绝对不要发脾气。要赏而勿罚，不要去处罚人家。如果反逆，春天主肝脏，**【逆之则伤肝】**。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。**【夏为寒变，奉长者少】**如果肝脏伤到的话，在夏天的时候就会看到。夏天本来是热的，可是如果春天受伤，你没有按照发陈之道、生的性来保养自己身体的时候，肝脏、肝气受伤，到夏天的时候就会得到寒的症状、因寒发生的症状。

**【夏三月，此谓蕃秀】**秀气、蕃秀就是成长的道。夏天的时候**【天地气交】**天气正在相交，气交得很厉害，很热，**【万物华实】**。这个时候也是**【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，夏天这样不好。即使很热你在流汗，要把它当成享受。流汗，好开心，好享受。**【使志无怒，使华英成秀，使气得泄，若所爱在外】**。夏天一定会得汗，因为身体里面太热。人的身体里面的阴阳气血的循环是随着四季在走的。夏天的时候，我们的身体会调试成为夏天的状态，这个时候我们的汗、津液要让它透发。你不能要流汗了就跑到冷气间里面去，这都不是养生之道。所以说冷气可以用，但是平常的时候你要出去外面要流汗，流汗要等它透发以后再回到冷气间里面去。而不能说在汗没有透发的时候跑到冷气间里，这就会受到伤害。夏天一定要出点汗。我们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，汗能够流出来的时候燥热的气就会散掉。**【此夏气之应】**，夏天的时候我们的**【养长之道】**。如果没有做到，讨厌太阳、也不发汗，**【逆之则伤心】**反逆就会伤害到心脏。心脏受伤后，当时不会发，**【秋为痾疟】**到秋天的时候就会产生痾疟的现象，比如一些往来寒热、一些咳嗽。**【奉收者少】**，**【冬至重病】**到冬天的时候，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。这里是预防医学，同时提出来如何养生。

**【秋三月，此谓容平】**我们称为容平，这是收的时节。**【天气以急】**这个时候天气非常的急，所谓天急就是因为秋天属于金，金气主肃杀，非常干燥，非常劲急。**【地气以明】**。这个时候我们人要**【早卧早起】**早睡早起、早点去睡早点起来。鸡就是早睡早起，**【与鸡俱兴】**和鸡同步走。**【使志安宁】**，不管哪个节气，一年四季人的想法、情绪上面都要非常安宁。**【以缓秋刑】**这样才能够把秋天的金气的肃杀降下来，就不会受到伤害。这时候**【收敛神气，使秋气平。无外其志，使肺气清】**。这个方法就是应秋天的道**【此秋气之应】**，**【养收之道也】**秋天容平之道主收藏。**【逆之则伤肺】**如果秋天反逆，还是很晚睡很早起，也不知道如何收藏，然后情绪也不好常常动怒，常常过喜、过忧、过恐都不好，没有了解所谓收敛的精神，这个时



候肺受到伤害。伤害到肺的时候，当时不会有问题、秋天不会有问题，【冬为飧泄】但是到冬天的时候就会产生下利这种现象，【奉藏者少】。

【冬三月，此谓闭藏】到冬天的时候我们的养生之道是闭藏。如何去闭藏？按照《黄帝内经》，【水冰地坼，无扰乎阳】冬天的时候外面是冰天雪地。这个书在中国北方写的，所以在台湾省说不行，不要在这个地方去计较它。【早卧晚起】冬天的时候我们要早睡晚起，睡觉的时间要比它多，因为要收藏、把自己藏起来。入夜了以后要早点去睡，【必待日光】早上太阳亮起来的时候再起床最好。【使志若伏若匿】意志、情志方面尽量收敛，【若有私意，若已有得】如果有私意就不好，要尽量收敛起来，无欲无求。【去寒就温，无泄皮肤，使气亟夺】我们随时要保持身体上的温度，这个时候不适合出大汗。

所以很多人冬天去跑步怎么样子，冬天去跑步出汗都不是养生之道。还有人冬天跳到冰水、冰河里面去，把冰河打个洞跳下去游泳，很多人在哈尔滨、长春这样。这不是好。因为你跳下去以后，中医认为寒极生热，如果寒冷到极限的时候会产生热。正常人不可以，冬天的时候我们尽量不要出汗。因为如果跳到冰水里面，出来后会生大热、会冒大汗的。

但是真正有心脏病的人，反而适合去洗冷水。中医认为心喜冷、喜寒。为什么？冬天的寒冷是水，水能够克火。当你一强寒水的时候，这叫做“母能令子虚”，很多的木头会进入火，心脏会加强起来。所以我们治疗心脏病、心脏肥大的时候，洗冷水澡。药还不要吃，早上洗冷水澡，中午胃口就大开吃东西了。为什么？就是因为寒。如果一个人洗冷水澡太痛苦了，冬天洗冷水澡是折磨，用冷水去冲脚就可以了。因为脚是离心脏最远的地方。我们用寒水、冷水，不要真的去用那种冰水，一般的水龙头打开就好了，用冷水冲你的脚。寒极能够生热。刚开始冲那一两分钟的时候很冰，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，心脏的阳就会回头。这是我们治疗心脏病的时候平常要注意的事情。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，一冲大概一分钟以后开始热了。同样是冰的水，你手去摸水，你以为是热水跑来，不是，手一摸水还是冰的，可是你脚就热起来了。寒极会生热。

所以冬天的时候，尽量不让他出汗。所以冬天运动、跑步流汗不是很好。【此冬气之应，养藏之道也】。【逆之则伤肾】如果反逆，冬天不该汗你流汗了，反而会伤到肾脏。【春为痿厥】肾脏伤到的话就会生痿、肌肉萎缩，容易有精神不振的现象、厥就是精神不振，【奉生者少】。

“四气调神大论”这一段其实讲的就是，我们人要跟着二十四节气走。随时看到自然界的节气怎么走，我们人要顺着节气走，而不能逆着节气走。所以【天气清净，光明者也。藏德不止，故不下也。天明则日月不明】，比如以今天为例，今天白天应该要出太阳的结果是阴天，这叫做日月不明。白天看起来好像是晚上，日月不明。这个时候所谓的养生之道，就要把自己身体保护好，不要受到风寒。因为日月不明，你要把身体顾好。在日月不明的状态之下，最容易生病，就【邪害空窍】。所谓的空窍，我们身上有很多的俞穴在背后上，讲《针灸》的时候有很多的俞穴。如果哪一个脏腑不是很强的时候，在天气不明朗、阴天、雨天的时候，最容易受到伤害。天地之间的这种不正的气，就会利用这个时候伤害到你空虚的地方。举例，你一直在担忧，忧儿子或女儿的婚姻不好或怎么样，一再忧，忧能伤肺。伤到肺以后，结果天气不是很好，像今天的阴雨绵绵或怎样，这个时候你没有把肺窍管好，比如肺的俞穴肺俞、云门穴没有管好，在肩背这边没有戴围巾，没有照顾好。同样的情形，一个人他心情很好，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。这些可以看一下。

【阳气者闭塞，地气者冒明。云雾不精，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，白露不下，则菀槁不荣，贼风数至，暴雨数起，天地四时不相保，与道相失，则未央绝灭】。这些讲的通通是天地不明的时候，比如暴风、刮风下雨产

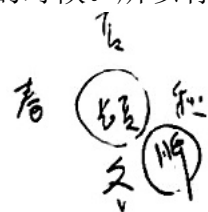


生的问题的时候，你要特别注意。

【唯圣人从之，故身无奇病。万物不失，生气不竭】。意思就是讲，如果随时保持情志、心情非常的好，不会有过喜、过怒、过忧、过悲、过恐的情形，今天节气再怎么改变、气候变化的再无常，你完全不受到影响。所以我们的情志很重要。

【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。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，冬天讲的是肾脏。如果按照春夏秋冬的节气、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。

两个节气的交换，比如春三月和夏三月，在交接的地方的前一周和后一周，最好就是一周。过去有 18 天，来回 9 天，一共 18 天。一般来说是前、后一周，这是节气交接的时候。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时候，这一段中间的时间就是我们定义的长夏。长夏是介于这些节气的中间、中央。所以我们如果把它换成图的话，长夏就放在春夏秋冬的中间。因为有长夏在中间，所以春天是慢慢转换成夏天，夏天经过长夏慢慢转换成秋天，秋天慢慢转换成冬天，冬天慢慢转换成春天。就好像台湾省的台风，台风都在夏秋交接的时候，夏天要转换成秋天，从很热的突然变成比较冷的，所以气节转换的时候天气就开始有台风，所以台风过后气温就开始下降了。中间的过程就是长夏。没有说，今天还是夏天而明天就变秋天了，没有那么快，中间的改变的两个礼拜的时间定义成长夏。定义成长夏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，所以如果车祸意外就把脾脏拿掉。脾脏拿掉后发觉这个人很没有力气，没有关系，吃类固醇类的，就这样控制。

中医对脾脏下的解释很多，《黄帝内经》里面尤其讲脾脏讲得非常多。由于有我们的脾脏，所以节气在转换的时候不会瞬间改变。瞬间变化太大的时候没有人受得了的。所以如果今天坐飞机，现在有飞机以前没有飞机，从佛罗里达很热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，这个时候就要注意了、要保养身体。因为在夏天人的毛孔是开到的，突然换到很冷的地方，毛孔还是没有办法收敛那么快。因为 2 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。

你不能坐那边，心里面在想毛孔闭起来。你没有那么厉害，不是真人。所以要用外在的一些厚的夹克或怎么样把自己的身体保护好。真人可以做到。真人的一天，春夏秋冬不管什么节气，他就是穿得很简单，跑出来形神都不变。他看起来好像二三十岁，可能五六十岁或七八十岁了，再怎么改变他也不会感冒受伤。这种人不多，很少。这一段讲的就是，如果不按照节气走的话就会受到哪些问题。

【夫四时阴阳者，万物之根本也。所以圣人春夏养阳，秋冬养阴，以其从根】。阳和阴，春和夏为阳，秋和冬为阴。我们用阴阳来看正常人。正常的阴和阳之间的关系是，阳如果没有阴来制它、没有把阳拉住的时候，阳会往外走，阳性是很浮动的，变成孤阳，没有阴；同样的，阴在里面的时候，我们把人的身体当成一个球形好了，因为有阴，所以阳可以在外面把它固表固住。外面的阳我们把它解释成表。阳在外面，它主要的功能就是能够固表。阳能够固表是因为有阴在里面支撑它。所以阴提供了阳的能源，阳才能有力量去固表。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。这是一种情形。

还有一种情形，表面的阳如果虚掉了。比如讲个例子，一个人毛孔打开来，汗一直流不止，流出来的汗水就是阴在受伤。因为阳本来是固表，现在不能固表，阴原来是正常的阴、有阳在固到所以阴就不会散失掉。现在如果表阳虚掉的时候，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。在春夏这两个节气的时候，我们要养阳就是要表。养阳的方式就是要让汗能够透发。到秋冬的时候养阴，不适合出汗。这是一般的最简单的解释的方法。【故与万物沉浮于生长之门。逆其根则伐其本，坏其真矣。故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也。逆之则灾害生，从之则苛疾不起，是谓得道。道者圣人之行之，愚者佩之】。我们要随时顺从阴阳四时的关系、春夏秋冬的节气的关系。这个时候【从阴阳则生，逆之则死。从之则治，逆之则乱。反顺为逆，是谓内格。是故圣人不治已病，治未病。不治已乱，治未乱，此之谓也。夫病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而铸锥，不亦晚乎】。

这里我稍微跟诸位提一下《难经》里的第三难。以左手来看。手腕的地方有一个高骨。我画个高骨出来。高骨叫做关，关上为寸，关下为尺。我们要下定义了。如果把关画成一条线，所谓寸的定义，关的上面定义为阳，关的下面定义为阴。但是阳有限度，不然阳乱跑到底有多长？所谓寸就是九分。尺从关开始算是一寸的距离。这是阴和阳的极限。所以我们的手去摸脉，一摸上去的时候，食指到处是阳，无名指到处是阴，中指是中间的地方。寸的距离应该只有九分而已。所谓九分的寸，比如我们的手，这是同身寸，九分一点点。后面的尺是一寸的距离，所以脉应该从关脉下来有一寸的距离，到后面就没有脉了，最长只能到一寸。尺太长了就是过，就称为阴太过了。以九分的寸是正常，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。[第4集]



从阴的角度来看。当阴脉太盛的时候，阴太多、太盛会顶到阳，阳会往外散。阳会往外散的时候本来只有九分，现在超过了手腕的横纹头，超过一寸都要往上走。当它超过了，我们称为溢，就是太满了溢出来了。溢出来的原因是因为阴太盛，把阳往外散。阴太盛的时候阳会虚掉，溢脉。还有一种情形是阴虚。阴如果太虚的时候，尺脉会加长。所以如果我们摸到尺脉超过一寸的距离，怎么那么长，往下走超过一寸的距离以上的时候，我们称为覆脉。

所谓溢脉往上走、覆脉往下走，这都是阴阳所谓的相格，就是这里讲的“反顺为逆，是谓内格”，两个都会分开来的现象。不管是摸到溢脉或是摸到覆脉，这种都是我们过去称为胃气已经没有了的脉、胃气已绝。这是所谓的脉诊来看阴阳。

吸入肝肾，呼出心肺，呼吸之间脾。在中医的观念认为，我们人能够吸入就是因为肝肾，这是阴。吐出因为心肺，这是阳。寸脉的地方是阳、心肺的位置，所以我们查寸都是上焦、上面的地方。尺的部位都是指下焦的阴的地方。呼和吸中间就是脾，脾胃主谷味、主土，所以中间关脉的部位都是讲脾胃、胃气的地方，能够容纳五谷在肠胃的地方，在呼吸之间。所以一个是呼在寸，一个是吸在尺。

介绍到这里，你只要先有这个观念就好了。慢慢我们再深入细谈这些观念。这是我们诊脉的脉诊，在阴阳上面摸的时候，一摸就摸到了。所谓这个人阳脉没了、阴脉没了，你现在知道怎么摸了。后面的浮沉滑涩来决定它，我介绍到这边的时候会告诉什么叫浮、什么叫沉、怎么叫滑、怎么叫涩。如果春夏养阳、秋冬养阴的时候，从脉上就可以摸得出来，过与不及。溢脉、覆脉都是过、太过的脉。这里我就是跟诸位讲什么叫格。格就是溢和覆，超过了。



### 第三篇 生气通天论

所谓人的【夫自古通天者，生之本。本于阴阳天地之间，六合之内】天地阴阳之间是六合。所谓中国人过去讲六合，就是天地上下左右四方。【其气九州岛九窍五藏十二节】所有的五脏六腑的经络，【皆通乎天气】所有都跟天气都相通到。中医的观念很简单，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，反正都是看形，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，此寿命之本也】邪气伤人是决定如何人长寿长命、短命的地方。

【苍天之气清净，是志意治，顺之则阳气固，虽有贼邪，弗能害也。此因时之序，故圣人传精神，服天气而通神明。失之则内闭九窍，外壅肌肉，卫气解散，此谓自伤气之削也】。

基本上的原则就是，为什么说要通天气？中医的观念，我们人的吸气，顺着督脉、后方的脊椎骨，气脉一路往下走，一直下及到命门的地方。命门在第十四椎的位置。命门到关元中间，你把它假想成一条线，当然它会经过肾脏、经过小肠。这是吸。吐的时候从关元回头走任脉出去，不管是鼻子也好、嘴巴也好，都是从任脉出去。这是吐。所以人的一个周天，吸气的时候要吸到命门和关元的这条线，吐气的时候从鼻子或嘴巴出来，所以一直是小腹在振动的。



由于天阳进来的时候在身体里面会产生热，如果以西洋人来说的话就是氧气，这是肾脏是先天之本，因为跟天气相通。讲《生气通天论》就在这里。为什么说生气？人的生命之本，跟天地的气是相通的。中医认为是这样子。西方医学认为就是肺在那边呼吸，呼吸就是肺，他就没有想到是这样子的过程，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，所以永远是控制，治不好的。这就是《生气通天论》。



接下来介绍阳气。什么叫阳气？【阳气者，若天与日】阳气听上去好像天空和太阳的一样。【失其所则折寿而不彰】如果失了阳气人会折寿，【故天运当以日光明。是故阳因而上，卫外者也】。

中医的观念是这样。小肠的募穴是关元。当食物进入胃里面，到胃里面咀嚼了以后再进入小肠。小肠里面非常多的火，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。所以肺好像一个鼓风机一样把热往下挤，挤到小肠里面去。小肠里面非常热的时候，当食物的残渣跟水分进入大肠以后，火在下面烧，食物的残渣跟水在大肠里走。这个水因为遇到火就气化了，好像滚了，所以你一吐气的时候是蒸气。这个水会从大肠里面再回到肺里面去。当回到肺里面去的时候，这是肺里面的气之所在。中医的观念肺主皮毛，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。

平常喝的水，比如我们在吃饭、吃餐点，这边在喝水。喝的水跟食物的水不一样。我们的人体非常精密。当一喝水下去的时候，这个水到了胃里面去以后就消化掉了、蒸发掉了。因为胃在小肠跟心脏的中间，非常热，水下去就散发掉了。

食物里面很多水，吃的蔬菜里面有水，肉里面、米里面都有水分。如果没有水的话咬不下去的，很硬的。这些水分因为混在食物里面，蒸煮就没那么快，一定要到小肠里面去，消化到大肠里面才发第二次。所以食物里面的水会进入小肠和大肠，从大肠里面回到肺里面去。这个时候的阳气就会走表。阳气“因而上”，所以能够“卫外”。

【因于寒，欲如运枢】。如果阳气失掉，温度很寒冷的时候，当里寒很盛的时候，所谓里寒是心和小肠的火温度不够。里寒很盛的时候，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】。这时候因为阳气不能够固表、不能够定在身体里面，神气就会很浮动。这是第一个情形，因为冷。



我们有寒热。【因于暑】如果是太热的话，津液伤到了，【汗烦则喘喝】肺里面的津液不够了，【静则多言】讲话就话比较多、话很多，这就是所谓的【体若燔炭，汗出而散】，中医讲就是阳明证。

《伤寒论》就是从这里出来，阳明证。津液受伤因为里面的热，所以这个时候病人出现的是纯热证。纯热证的话，病都在阳明上面。大肠是阳明，胃是阳明，两个阳明的地方。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。你要知道它的起因是因于热。因为它没有水了、太热了，我们把干燥的食物残渣清掉以后，津液让它自己回来，津液自己会回头。当然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。

我们可以这样做，这一段很重要。把“因于寒”旁边写个一、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。

第三个伤到阳气的是【因于湿】。如果湿受伤，比如久坐湿地，湿非常盛、伤到阳气的时候，诸阳之会头，【首如里】所以头好像戴帽子一样好像东西挡到一样。病人会来跟你讲，我怎么搞的好像头上有个东西绑到一样，比如必胜或忍的绳子，头顶上箍子绑到。病人发这种病，就是阳气受到湿伤。湿太盛，湿会伤到头面，阳气受到湿伤的时候就会有这种现象。当然以后我们会很多处方、治证，但是你要知道病源从这里来的，最早的《黄帝内经》里面就有解释到。我们知道它湿伤到，把湿一去掉，阳气就回头了，就好了。【湿热不攘，大筋痠短，小筋弛长】就会造成人有这种症状。【痠短为拘】拘挛，【弛长为痿】肌肉都萎缩掉了。因为主筋、正筋很长的在主位上面，很多的孙络、脉络都停留在肌肉里面，所以肌肉会萎缩掉、大筋会缩短。这是湿伤。

第四个会伤到阳气的是【因于气】。这时病人【为肿】会产生肿的现象。【四维相代，阳气立竭】。我们有气伤跟形伤。我们不用脉用脉。我们的十二经脉里面有脉气，还有形。脉气受伤的时候，气就是循行的速度，形就会改变，形就会变肿。所以当看到一个人的形、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，我们知道他的气伤到了。有的人是形受伤以后伤到气。什么叫形受伤伤到气？一撞到个东西，好痛，形受伤了，再伤到气，过一下才肿起来。这是先痛后肿，形先受伤。有的人是气伤到了肿起来，比如他也没有什么撞击受伤，全身就开始肿，阳气就不行，我们要开一些阳气的药让它发散掉、把水蒸发掉。基本上的观念要有。

这一段讲的是，阳气如果受到损害的时候它的主要症状。【阳气者，烦劳则张精绝，辟积于夏，使人煎厥】。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，不断的动。如果过于操劳阳气不够的时候，阳气会耗损掉因为耗损太多，这个时候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。有一段受伤了、前后不能够相契的时候，它会停滞下来。停滞下来的时候，就会使人煎厥、昏厥，病人就出汗了，【目盲不可以视】眼睛就看不到了。比如你看我的眼睛，可以看到我的瞳孔、看到里面一些白色的还有褐色的，可是你看不到我的视力如何。所以我们有阳气才能够有视力。阳气一散掉、一厥的时候，眼睛就看不清楚了。所以诸位在诊断的时候记得，所有官能上五官上面，我们耳朵能够听、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的时候，比如这个人【耳闭不可以听】耳朵听不到，我们知道耳朵肾脏在管、阳不行了，我们就要把肾阳补回来。眼睛看不清楚，原来眼睛很好突然瞬间失明了，阳气短暂的受伤。有的人不是说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。这就是阳气厥在里面、被阻绝掉，我们让他阳气恢复视力就会恢复。【溃溃乎若坏都，汨汨乎不可止】。

【阳气者，大怒则形气绝而血菀于上，使人薄厥】。一生气的时候，我们人需要很多的能量才能生个气，这时候阳气整个往上冲。整个冲到头面上的时候，眼睛也红了，整个脸都变红

了，很生气，这时候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、当场发心脏病。有的人阳气不足的时候【有伤于筋纵】伤到筋络，【其若不容】。如果阳气不够的时候，我们就没有办法控制它，手就会抖，它不听你的话，这都是属于阳。所以中医的观念就是，能够指挥它、能够有运动，都是神不是形。你看到的手是形，但不能动就是阳有问题。简单讲就是这样子。这里面有个地方很好玩，【汗出偏沮，使人偏枯】当阳气受损的时候，汗不断流出来，肌肉会萎缩。你看得到萎缩病的人、肌肉都是萎缩掉的人，汗一直回流不止，不容易止汗。

下面一句话就是解释了一个很简单的病，【汗出见湿，乃生痱】就是所谓的痱。当出汗的时候，看皮肤上生很多痱。痱哪里来的？就是流汗出来的时候又遇到湿气。比如现在外面是阴雨蒙蒙，你在跑步，流汗，外面又接触到湿气。湿气跟汗停留在皮肤表面上一段时间以后，产生的就是痱。当然痱不是什么重病、大的问题，但是中医的定义是这样子，痱这么来的。当然西医说这是滤过性病毒或怎么样子。所以一定要记得，当汗流出来的时候要马上拿毛巾擦干。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。当汗水流出来时候遇到外面的空气里面的湿气，比如我们到溪头晚上露营，早上起来的时候阴雨蒙蒙很漂亮，在山里面走，又流汗又接触到外面的雾气、湿气，产生就是痱。中医的定义是这样子。

【高粱之变，足生大丁】。就是吃太好的食物，吃太营养了，脚就会生疔疮、脓疮。【受如持虚，劳汗当风，寒薄为皴，郁乃痱】这是生痱。这种皮肤病通通是属于流汗的时候遇到湿气、或者遇到寒气。遇到湿气生的痱。遇到寒气的生皮疱，皮肤上一些红疹，好像青春痘一样这种疱，化脓。举例，比如有的人奇怪屁股上生疮、生很大的痘子。因为他平常坐那边坐很久，坐的时候汗很多、流汗，坐的地方又比较潮湿，就开始生。所以如果坐的时候常常要站起来，坐一个小时就站起来走一走，不要坐很久。如果坐很久的话会出汗，出汗再遇到如果环境里面比较潮湿。还有一种是太冷，一出汗又遇到冷也会。这里面有受湿、有受寒，都有。

【阳气者】这一段提出来，早上做运动，晚上不要做运动。晚上运动、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，没有人晚上在练经。如果把阳气练得很纯精，【精则神】就会有神。【柔则养筋】阳气很柔和的时候，筋都会很柔和，不会抽筋。【开合不得】如果阳气该开的时候不开、该合的时候不合，【寒气从之】，【乃生大痠】会得佝偻、就是人弯过来。这就是阳气开合不好，寒气趁阳虚的时候跑到身体里面来。【陷脉为痿，留连肉腠】。【俞气化薄】，这都是当阳气不守的时候，邪气传到身体里面去，如果传到脏里面去的时候【传为善畏及为惊骇】。情志上面有问题，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。

有营气。阳也可以称为卫。中医在《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。气和血这两个是平衡的状态之下。

如果我们摸脉、诊脉，脉很粗一个。摸上去的时候，感觉脉里面的东西，这是摸他的血。脉外是气、脉的外面是气，脉内是血。所谓脉外，你就会感觉它的动能、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，阴阳很调和的时候才会这样。脉内、里面，如果按一下脉，这个脉好像菜场卖的很贵的三芯葱。如果摸到葱的绿的地方中间是空的，就是中空的脉。如果摸到葱白的部分，中间是实。摸摸葱，虚实就可以辨证出来了，就可以知道脉里面的情形如何。如果摸不出来没关系，你抓把葱来，眼睛闭起来。摸到葱的叶子跟葱白的地方都分不出来的话，这是没有办法。人的脉就跟葱一样，一模一样。一摸，这是实的葱，那是虚的葱、葱的叶子的地方。

【营气不从，逆于肉理，乃生痈肿】。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。忘掉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。躺了两个礼拜以后，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来，里面都烂掉，然后再换药。为什么会这样子？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。当阳气不动的时候，阴就会累积在那边。累积久了以后里面的湿又很多，化脓了，生病变。【第5集】

像魄汗，这里中医讲的魄就是讲肺。中医认为，肺藏魄、肝藏魂、心藏神，这三个稍有不同。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。魂和魄如果硬要下定义，所以我说读《黄帝内经》、读中国的文字时候去读图，白天看到鬼就是魄。因为白天好好的看到东西就魄散掉，吓到了嘛。平时晚上吓也就罢了，白天还吓，就是肺已经出问题了，魄已经不守了。魄汗讲的就是肺里面的汗。

魄-肝  
魂-心  
神-心

【魄汗未尽】该流汗没有流尽的时候，【形弱而气烁】气烁就是很干燥、很燥的意思。【穴俞以闭】，所有的背后的俞穴、膀胱经的俞穴，肺俞、厥阴俞、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。如果俞穴的气、阳气不行的时候【发为风症】。所谓风症就是，因为阳本身要发散出来，毛孔闭塞住了阳气不能行。风本身就是动。所以看那个人抖就是风，抖就是动。本来应该不动的，他现在为什么动，就是风的症状。中医是用一个字来形容一个症状。为什么要这样子？因为我们有的是祛风的药，有的时候要开祛风的药。所以这有助于我们以后选择用药的时候采取它。【故风者】，中医认为风为【百病之始也】。

我们这里介绍风为百病之始，说病最早是来自外面的风，所有整套的《伤寒论》《金匮要略》，它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。所以在治病的时候，如果一开始就是风我们就治好，不会生后面的病。这是一个解释。倒过来解释，当我们治脏病、治腑病的时候，治到后来出现风症。这个风不见得光光是动，比如一个表证的现象。在很表面，脉很浮、很表、走在皮肤表面上的时候，代表病要退，就是病慢慢完全好了。我们常常治证治到后来，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】保持心情安和宁静的时候，【则肉腠闭拒】都能够封闭起来，【虽有大风苛毒辣】就算节气再怎么改变，【弗之能害】都不能害到你。【此因时之序也】这是按照时序来动的。【故病久则传化，上下不并，良医弗为】如果病在身体里面太久了，再好的医生也没有办法。我们当个医生不能说，这个病太久了，我没有办法，你就回家了。不可以这样子讲，我们要想尽办法把他治好。【故阳畜积病死，而阳气当隔】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，还有脏。腑是宣泄，脏是收藏、藏就是脏。泄和藏都是靠阳气。阳气要行，它才能够生养收藏。该宣泄的宣泄、该排掉的排掉，该收藏的收藏。人如果阳气很正的时候，浊物通通排掉了，好的营养通通会收藏起来。这是常人、正常人。

当阳不行的时候，不管好坏通通累积起来。因为阳是一个动能，没有动能推动它的时候身体上会累积很多东西。就算是新鲜的食物吃下去，按照中医的认为，24小时是一个周天循环，应该要离开身体。但是当阳气受阻的时候，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。本来24个小时之内的时候食物的营养是好的东西，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、每天有正常的大便，都是阳气在走。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。如果是阳不行的时候，东西累积在里面，肿瘤、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。我们定义积是阴积。阳是无形的，阴才会累积。阴会累积是因为阳不行。所以要让阳气一行走，阴就不会累积。这不单单是诊断，治疗也是这个法则。【隔则当泻】当受到阻隔的时候，要赶快把它泻出来。【不亟正治】不马上去治疗的时候，





【粗乃败之】就会出问题。

【故阳气者】，阳气有 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。【平旦人生气生】清晨的时候阳气开始升，【日中而阳气隆】到了日正当中的时候是阳气最旺的时候，【日西而阳气已虚】当太阳开始西下的时候阳气开始衰，【气门乃闭。是故暮而收拒，无扰筋骨，无见雾露。反此三时，形乃困薄】。

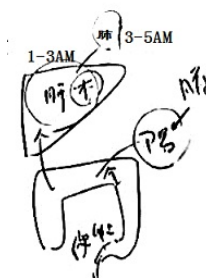
我们以一天来看。中午是日正当中的时候，阳气最旺，是阳最盛的时候。同时在这个时候阴生，阴也开始生。因为阴和阳是相同的，当阳到极的时候开始升阴，一阴就开始慢慢走。我们把它画成一个圆形，中间一个点。阴开始慢慢升，就变黑了。如果阴开始慢慢升，到了日薄西山的时候阳气都没了、阳气就衰掉了。阴开始稍微升一点的时候，稍微有一点阴了，称为少阴。如果阴很多，右下角区域整个通通是阴，心里面假想四个区域，称为太阴。从夕阳西下到了半夜，半夜的时候是阴的极。到了阴的极限的时候，阳又开始升了。阳开始一点点升起来，有一点点阳出来，称为少阳。到了卯时的时候阳开始盛，左上角区域全部都是阳，称为太阳。

过去道家就把它叫四象。中间一点生两仪、太极生两仪，两仪生四象。我们在讲《著至教论》的时候，黄帝说要“上知天文，下知地理，中知人事，医道可以长久”。在我们介绍《著至教论》的时候，我把《天纪》跟《人纪》放在一起给你们听，看你们觉得如何。

这是一天。如果我们顺着一天 24 小时的运作，知道阴阳的生长的情形的时候，你就知道阴阳不会瞬间，现在是阳、下来马上变阴，是慢慢开始转变。人体就是这样慢慢开始转变，这样完成 24 小时的人体的一个循环。

刚刚讲的都是阳。岐伯对阴的定义是什么？【阴者藏经精而起亟也，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】。所谓阴不胜阳、阳不胜阴，阴和阳是平衡的。阴如果很低的时候，阴不胜阳的意思就是，阴没有办法去控制阳、没有办法掌握阳了。我们以夫妻之间来讲好了。太太管不了先生了，阴不胜其阳，先生就发狂了，没有办法控制了。【阳不胜其阴，则五脏气争，九窍不通】。阴就是讲五脏了。如果先生没有办法让太太很安心很开心，五脏气争，太太就开始跟你争了，我们的五脏、肝心脾肺肾都开始作乱。【是以圣人陈阴阳，筋脉和同，骨髓坚固，气血皆从。如是则内外调和，邪不能害。耳目聪明，气立如故】。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。脏和腑之间一定是互相非常协调的。如果不协调，我们做医生的就要去看哪里、哪个地方出问题。

我举例，先给你一个观念。比如肝脏和大肠，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，和平共处、互相合作的意思。有一个病人大便不通了，便秘了。光是腑有问题，大肠是阳。中医认为所有的腑都是阳、脏就是阴。当阳有问题的时候，阳气不通了。很多原因造成便秘。比如肝脏。肝脏在右肋。晚上 1-3 点凌晨的时候醒来，我们知道原来是肝脏的木和金之间不和。你要找出原因来。如果他是便秘，1-3 点睡得很好但是 3-5 点醒来，我们知道这个便秘是跟肺有关系。



这只是一个基本的大原则你让去看。当然以后我会讲得很详细，包括处方我们怎么用都有。所以当我们在表面上看到一个症状的时候，这整篇讲的阴阳就是说，你可能看到的是腑的症状，但这个腑和脏是相连的、阴和阳是相连的。所以我们由腑来看里面，可以知道他里面发生什么问题。所以中医最主要就是，我们如何站到外面看到里面藏什么。最重要保养自己之道就是，当稍微不正常的时候，先想尽办法先让他正常，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好，不要随便发脾气。

【风客淫气，精乃亡，邪伤肝也】。中医把天地之间的风定义成肝，肝是风脏，肝是像木、树木一样。风在吹的时候，树木就会受到影响。本来树木在那边百年都不会动，树木会动就是

受到风。所以肝是风脏，把肝和风这两个合并在一起。邪伤肝也。**【因而饱食，筋脉横解，肠澼为痔】**还有如果吃太饱，吃太饱的时候经脉力量又不够、经脉输送的力量又不够，就容易生痔疮。如果又因为大饮、喝太多了**【因而大饮，则气逆】**。所以我们平常喝酒的时候会有短气，呼吸会比较短一点。如果抬不动的东西硬要把它抬起来、强力运作的时候**【因而强力，肾气乃伤，高骨乃坏】**。人出力抬东西靠肾脏。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。承山就是能够承一座山。为什么能够承座山？因为肩膀上有大杼，骨会大杼。所以当我们去抬重物的时候，是用骨的力量去抬的，不是肌肉的力量，这是完全出力出在肾脏上。如果强力硬要去抬，肾气乃伤。高骨的定义在，脊椎骨下来一直到腰椎的骨头的这一椎最大。我故意画大一点，这里最大，我们称为高骨，腰椎的地方。



**【阴阳之要，阳密乃固】**。阴阳的重点，整篇都在讲阴阳。**【两者不和，若春无秋，若冬无夏。因而和之，是谓圣度】**。阴阳在这里又更加仔细的分析了一下，它定义下来就是阳强、阳的强要强到什么程度。要密，就是阳能够强到密住，把阴不会耗掉、不会耗损掉。这是阳的强度。**【阳强不能密，阳气乃绝】**有的人阳很强但是不够密，还是会耗阴，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，阳就无法守住。阳伤到的话，阴会耗散掉。如果阴阳离决，阴走阴的、阳走阳的，两个人不搭了，好像离婚了一样或什么，这种是很危险的状态之下。**【因于露风，乃生寒热】**人会生于寒热比如会忽冷忽热、有寒热的病，中医的观念里因于露风，就是身体曝露在风吹之下。节气的改变才会产生寒热，所以这种病是外来的。**【是以春伤于风，邪气留连，乃为洞泄】**。春天是风的节气。**【夏伤于暑，秋为痄疔】**。**【秋伤于湿，上逆而咳，发为痿厥】**。后面这句话就是千古以来的争议在这里**【冬伤于寒，春必温病】**。

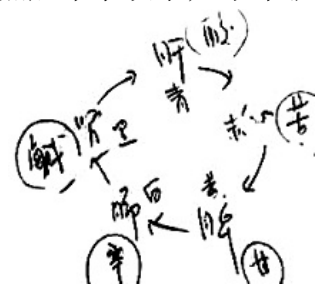
温病派就是，“春必温病”，他就开始温病了。温病的定义是什么？是因为冬伤于寒。所以冬天的时候伤到寒，春天才会有温病。也就是说温病本身不存在，一定要冬天伤到寒才会存在温病。所以我们常常看到温病最多的是小孩子，因为小孩子出去玩。小孩子不玩是有病的。小孩子好动，小孩子越皮越聪明，正常。他冬天在那边跑、玩就出一身汗，出一身汗的时候汗后当风，天气很冷，冬伤于寒，到了春天的时候一发，发的就是温病。温病派一看温病，就开一些寒凉的药。寒凉解毒的药下去，温是温热嘛。还有人说南方无伤寒，都不对的。因为伤寒跟你在南方没有关系。不能说看到的寒热，表面上是热证就开寒凉的药，不对。表面上的热证是因为里面有寒，是冬天伤到寒。所以上面的那句话没了解。台湾省即使是亚热带地区，冬天还是很冷的，还是会伤到寒。

我们两种寒。一种寒是从里面发出来的。从里面发出来的大部分是饮食不节，吃坏东西或什么发生了问题。比如你根本没有伤于寒，可是你喝酒，里面伤于寒。还有一种寒就是外面的。外面会伤于寒，夏天不会夏天伤于暑、太热，冬天才会伤于寒。

所以我们看到小孩子的温病最多，原因就是在这里面。你们可以临床上看就知道，看起来表面上是温热的病，实际上都是寒证。如果开一些寒凉的药下去，当场发烧会解决掉，可是两三天以后又来了，不会断根，因为里面寒没有去掉。所以冬天的时候不要出汗。你自己现在懂了，可是你小时候不懂，管都管不住，到处跑，一定会伤到寒，所以会很难。我们会治伤寒就好了。《伤寒论》懂，这都不是问题。最早就出现在《黄帝内经》。当然后来争议了几千年就是为了这个。

**【四时之气，更伤五藏。阴之所生，本在五味。阴之五宫，伤在五味】**。肝心脾肺肾，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，产生的问题在这边写了，**【是故味过于酸，肝气以津，脾气乃绝】**因为过食酸味的话，津液会增加太多，木会克到土，





会伤到脾脏。

【味过于咸，大骨气劳短肌，心气抑】如果吃咸味太重的时候，口味太重，大骨伤，气劳短肌，会伤到骨骼。为什么讲气劳？就是我们讲肝肾在主吸入。所以肾水伤到的话、咸味太盛的话，会影响到心脏，所以心气会抑到、会受到压抑。

【味过于甘，心气喘满，色黑，肾气不衡】如果吃太甜的，甜太盛了会伤到肾脏。肾脏伤到的时候会看到黑色。人的五脏肝心脾肺肾，配合上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。当肾脏一受到影响的时候黑色的营养待不住了往外散，看到的气色就是黑色。

病色跟黑人不一样。黑人我看最多了。美国看最多，到处是黑人，看过去黑的光亮亮的，没有病。不要把他抓来，你肾脏有问题，不行的。

可是你在台北路边吃饭的时候一看，明明是黄种人脸那么黑，肾脏出问题了。你还是不懂就到洗肾中心，台北很多洗肾医院，坐下来一看，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。反逆出来，你一望，眼睛一看就知道。他们这种黑色黑得没有亮，就是黑得好像木炭，没有光亮。

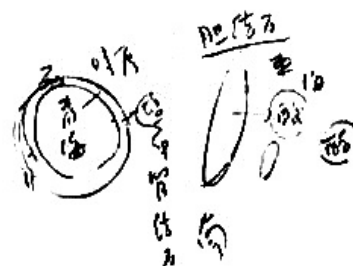
正常的黑人黑得发亮不是病，不要跟他说病，那就每个黑人进来都有病。人也很好玩。我们遇到黑人，因为我的外甥就是牙医。黑人的牙齿特别长、特别硬，拔牙都不好拔，你看肾气多旺。真是人有颜色的。还有白人，我家黄人，我们都是一票人在一起，开联合国一样。真的是一不一样。黑人的牙齿特别硬、骨头特别壮特别大，跟白人不太一样。跟我们当然不一样、更强了，他有力、我们有脑筋。

【味过于苦，脾气不濡，胃气乃厚】。【味过于辛，筋脉沮弛，精神乃央】。

【是故谨和五味，骨正筋柔，气血以流，湊理以密。如是则骨气以精，谨道如法，长有天命】。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，都不好、都不行，平均最好。像苦味的比如很多蔬菜，如果蔬菜不加佐味料，蔬菜原味是苦味，当然是微苦了。中药里面有大苦的药，当然我们是拿来入药的，平常拿来煮菜谁受得了。我如果拿中国的苦味药来开餐厅，我告诉你，一个客人都没有。那个苦谁给你吃，要生病才会吃。我们食物有两种。平常的饮食，味道比较淡。我们用药物的时候是需要，病人生病的时候药物味道就很厚、很厚重，那都是所谓的要治病。如果我们能调和这五个味道，人身体就不会有病变。

我现在举个例。在中国东南沿海这一带，人们嗜食酸、喜欢吃酸的。所以江浙菜醋摆了很多，米醋一直加。有时一天吃掉两瓶醋都有，一家很会吃醋的。因为嗜食酸，酸是肝，所以在东南沿海这一带的人都没有发现人家生胆结石，都没胆结石的病。为什么？吃酸的。他过食，清得很干净。也就是反过来，你不吃酸的、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。住在青海旁边、周围这一群人吃不到海盐，吃的都是青盐。这一带比较苦寒、天气很冷，他喜欢味厚，厚味的人吃的盐巴很重。所以住在青海这一带吃内陆盐的人，没有一个人得到肾结石。商人一看，这很好。这是读图，从上面往下看。我们把醋拿到青海这边来卖，盐拿到东南沿海一带，就结束了。所以我们要不想得到胆结石多吃酸的，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，所以东南沿海的人得肾结石因为海盐，没有人得到胆结石。当然这是我们给《金匱要略》留下来的伏笔。这是我大概举一个例给你看。

[第6集]



中国很多的地方，我们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。你知道肠痈，痈、里面有痈疽是阳气不行，我刚刚



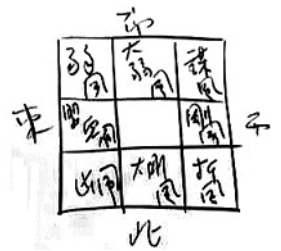
讲的在肌肉里面就发的比如褥疮、发些脓疮的。

中国南边还有个海南岛，海南岛最高的山是五指山，读过地理都知道。在五指山上种水果的果农，水果要长在上山比较好。海边的沿岸怎么种，海边人就是打鱼去。这是正常。当水果的季节丰盛的时候，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。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。所以吃的是饥不择食，什么都通通吞吃下去了。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。拿出来看到的都是果实，从渔民身上都是瓜子、橘子的籽，从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。你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。好久没吃了狠狠吃一顿，这都不好，马上怕盲肠炎。当然我们有治证，这里只是告诉你怎么来的。因为太急、吃太过了，吃太饱了阳气就不行了，累积起来了。并不是因为吃完以后马上跑步，不是。因为吃太饱了，阳气压抑到了，没办法清走。

## 第四篇 金匱真言论

黄帝问【天有八风，经有五风，何谓】？八风的细分，知道就好了，不需要背，没有那么严重。过去我们去查八风的解释，东南角是弱风，南方是大弱风，西南角是谋风，西边是刚风，西北角是折风，北方的风比较严重的大刚风、伤人的，东北角、东北风吹来的是凶风，正东风吹来所谓的婴儿风。这是我们在古书上能够找到的八风的八个方位。



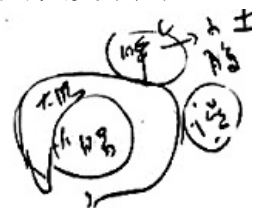
天地之间有八风，经里面有五风。【风触五藏，邪气发病】。产生的五风在这边&。【所谓得四时之胜者，春胜长夏，长夏胜冬，冬胜夏，夏胜秋，秋胜春。所谓四时之胜也】。

岐伯对曰【东风生于春，病在肝，俞在颈项】。俞穴在颈项的地方，所以在春天的时候我们要特别把脖子、项强的地方保护好，不要受于风。【南风生于夏，病在心，俞在胸胁】。如果是南边的风吹来的时候我们要把胸胁的部位固好，南方是管着心脏。【西风生于秋，病在肺，俞在背肩】。肩背肺俞的地方。【北风生于冬】冬天吹北风，受到伤害的话，因为肾脏管冬天。【病在肾】脏，出现的症状就【俞在腰股】骨缝之间、还有四肢关节的中间，都是属于肾脏。【中央是土】中央得到风的时候，【病在脾，俞在脊】。我们都是按照人身体的部位去区分风伤于人的现象。



【故春气者，病在头】当春天受到风寒的时候，病都在头上。很多人头痛很强，春伤于风，马上就知道了。【夏气者，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，所以一受风的时候风进入内脏都很深，病在脏。【秋气者，病在肩背】肩膀。肩背痛大部分在秋天的时候伤于风。【冬气者，病在四肢】所以四肢关节的酸痛大都是冬天受于风。

【故春善病鼽衄】所以春天容易得到的病流鼻血，【仲夏善病胸胁】，【长夏善病洞泄寒中】因为脾主湿。我们人身上有很多的湿的津液。如果湿受伤、脾脏受到伤害的话，这个湿就会从小肠、大肠排出来。中医的观念脾主少腹，所以少腹的问题、腹部有问题，通通是在脾脏。脾中央生湿。因为脾是主土，土里面有很多的湿液才能够生万物，这是湿是正常。所以小肠、大肠有很多的津液、很多的湿液在下面。当受到风寒的时候，这个湿阳没有办法去固它。任何的东 西一定要有阳来固，它才不会流走。阳不固的时候洞泄，大肠小肠就排出来了。所以



里阳不足，湿就没有办法停留在身体里面，会洞泄的现象。这是“长夏善病洞泄寒中”。【秋善病风疟，冬善病痹厥】。这是如果四时没有保养好的话按照四时的节气能够发的病。

所以【冬不按蹻】就是冬天不要做太多的运动，冬天没有受到风寒的时候，【春不鼽衄】春天就不会有鼻子的问题、鼻病。【春不病颈项，仲夏不病胸胁】。【长夏不病洞泄寒中，秋不病风疟】。【冬不病痹厥，飧泄而汗出也】。所以它是一系列下来的。人一旦一个节气受伤，比如冬天受伤，会影响到春、夏、长夏、秋、冬。如果夏天受伤，会影响到后面一点点下去到长夏、再到秋天、到冬天。

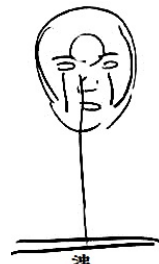
我们要知道这个干嘛？只是要知道病的原因在哪里。我们真正在治病的时候，大部分的原则来自《黄帝内经》。但是我们在治病时很简单，因为理论是一样的。所以能够抓到一个观念的时候，治起来很快。可是有的人很会治病，他不见得能够知道病的源头。《黄帝内经》讲的就是病的源头。

包括小到一个疣怎么来的？汗出当湿。马上就知道了。如果是坐在那边或者是穿了衣袖，流汗了。流汗的时候，本来汗是发掉，碰到外面干燥的空气会干。可是衣服在外面，汗水跟衣服碰在一起，造成衣服是湿的汗再继续流，这个湿和汗都是自己造成的，结果容易生疣。所以一出汗赶快湿的衣服要换掉，换干的。妈妈都是对的，不听话的小孩子就长疣嘛。一看是疣，你不听你妈的话。所以小孩子一天给他换个三、四件衣服很正常的，他皮。

我们讲精。【夫精者，身之本也】人有个精。精不能狭义的做精子。精是人的精神所在，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】。【夏暑汗不出者】夏天如果不出汗，躲在冷气间里面不出汗，不好，【秋成风疟】。【此平人脉法也】。

【故曰】所以阴阳中间我们称为，【阴中有阴，阳中有阳】。【平旦至日中，天之阳，阳中之阳也。日中至黄昏，天之阳，阳中之阴也。合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也。鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。故人亦应之】。

【夫言人之阴阳，则外为阳，内为阴】。【言人身之阴阳，则背为阳，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。女人是胸为阳，背为阴。这两个是反的。怎么记？很简单。颜色淡的通通是属于阳，颜色深的通通是属于阴。女人的奶水在胸部排出来，白色的，所以女人胸是阳、背后是阴。用这个方法记。男人胸是阴，因为男人的胸没有奶水，所以是阴，背后是阳。所以如果看人的尸体的时候，看过去，面朝上的就是女的。老师看头发就好了，你这是错了，没有经验。泡的烂了你真的男女分不出来，尸体都很胖、肥大，烂掉了。朝上的、浮在水面上朝上的通通是女的，背朝上的全部是男的。浮尸一看就知道。这是我们人的分阴阳。【人身之藏府中阴阳，则藏者为阴，府者为阳】。所以后面【肝、心、脾、肺、肾五藏，皆为阴】这是脏，阴。【胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦六府，皆为阳】。最早我们前面在介绍《针灸》的时候讲脏为阴、腑为阳，最早的源头出自《黄帝内经》这里面，这是源头的所在。



【所以欲知阴中之阴，阳中之阳者何也】？【为冬病在阴，夏病在阳】，夏秋都是阳、春冬都是阴（春夏都是阳、秋冬都是阴，口误），【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。腹为阴，阴中之阴，肾也。腹为阴，阴中之阳，肝也。腹为阴，阴中之至阴，脾也】。这里如何去区隔它？《黄帝内经》这样写（背为阳、腹为阴），不要这样子想。只要记得我们把人分成这样，心和肺、上焦就是阳、不管脏腑上焦都是阳，肝脾还有肾、下面都是阴。这样区分就好了。



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，最重要的是，膈下部分是阴、膈上部分是阳。阳是清，阴是浊。所以

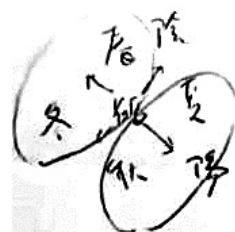


常人，记得从头《黄帝内经》我们在介绍，整本中医的观念就是，你一定要知道什么叫正常的人。而不是西医去学病、研究病，正常人什么样都忘掉了。正常人的定义是什么？横膈膜是分清浊的地方，所有身上的浊物、常人的浊气只能到这里为止，不能上去了，这是正常。如果超过这个界限就是反常，就是要去治疗。所以这里讲的最主要的是脏也要分阴阳。所以心、肺是阳，肝、脾、肾是阴。阴阳要能够协调，这个膈就很重要。一般西洋的医学认为，吸气横膈膜就下降肺的容量增加、吐气横膈膜上升，实际上不知道这个膈最重要的功能就是分清浊。如果清浊不分，浊能够上去。浊在上、清在下的话，人的病态就产生了。所以你一定要知道什么叫常态。现在有病态，把他治好了以后变成常态，你就知道正常了。要不然的话我们没有验血报告，我们又怎么知道他正常了。

这里可以举个例。下面是浊的地方，比如大肠。大肠是阳明，阳明还有胃。本来大肠里面的浊物浊气、大肠气只能到膈膜，挡到了、上不去了。现在燥气太燥热，这个浊气顺着阳明经往上冲，冲过了胃经到上面去的时候，胃经头维、承泣、四白、巨髎、下关、颊车，到了我们的头面的脸的位置上。浊气应该在横膈的下面，不能往上升的。现在浊气太盛，往上升冲上来，它不会待在经络上面，跑到两个眉的中间来了，变成印堂。这是阳太过的地方。所以我们阳明头痛会去扎中脘穴，就是让它浊气下去，让它清浊能够分出来。如果没有过，不会头痛，应该只到头维这边。太过了，冲上去到印堂了。

我们把上一节有些地方稍微修正一下，因为上一节讲得稍微快一点。

我们把四时分成春夏秋冬，中间就是所谓长夏，长夏就是节气交换的时候、节气交换的时候是长夏。冬春是所谓冬病、所谓寒证，在这个时候出现，所谓阴证。现在看《黄帝内经》之前的一段，“所以预知阴中之阴，阳中之阳者何也”，冬春病都在阴，夏秋病是在阳。这是我们区分阴和阳受病的时间。



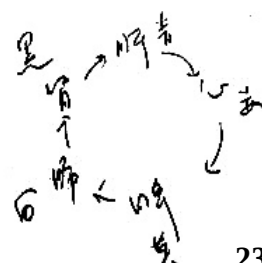
中间有个横膈。在《黄帝内经》上说背为阳、腹为阴，这样容易搞混。你就记得，横膈以上称为阳、横膈以下称为阴。横膈以上只有两个脏，一个是心脏，一个是肺脏。当然肝有一半在横膈上面，肝、脾、肾都在横膈以下，这就是所谓的阴。心和肺是所谓的阳。心和肺刚好是夏和秋，是受病的时间，这是阳。春和冬是阴，是在横膈之下。所以这个段落讲的是五脏里来分阴阳。我们的阴阳可以无限的切，一直切。皮表为阳，皮里为阴。可以一直切，越切越细。这一段讲的就脏区分成阴阳的话就可以这样区分，所以阴中之阴、阳中之阳的意思就在这里。心就是阳中之阳，肺就是阳中之阴，因为这是上焦、整个胸腔，这是阳的位置。腹部就是所谓的阴，阴中之阴就是肾，阴中之阳就是肝、肝里面有一点阳，阴中之至阴就是所谓的脾脏。【此皆阴阳表里，内外雌雄，相输应也。故以应天之阳也】。



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，大指到横纹下来时的时候，现在讲的是左手，关上太渊是寸，经渠这里是关，关下就是尺、就是列缺的地方。以关来区分的时候，关就是关膈，正好对应膈这个地方。关膈以上是所谓的阳脉，关膈以下就是所谓的阴脉。所以我在介绍的时候，阳脉阳气没了，或阴脉阴气没了，你马上就知道是所在的位置上。阴脉和阳脉的中间就产生了一个交界的地方。所以阴和阳中间交界的地方长夏，长夏就讲的是脾脏。所以节气在转换的时候，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的关系。因为阴和阳统筹由中央来控制，所以中央的央就是阴阳央好像拼音一样。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。



过去一般在教书的时候，能够讲《黄帝内经》的就按照字面解释。我们分段。这段是根据黄帝问的一句话，【五脏应四时】四季，【各有



**收受乎】**跟季节相关的、五脏的生长收藏跟四时的节气有什么关系？岐伯就开始讲了。**【东方青色，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，是以知病是在筋也。其臭臊】**味道是臊味。在这里做个段落。

现在开始讲五行的时候，我们先把人区分成这样。比如你看地图，北方在上、南方在下，地图上东南西北是这样走的。现在看人的身体，手臂要伸出来。如果是直立站着，左边是东，脚是南，右边是西，头是北。我们这样来区分。东方应肝、肝脏，它的颜色是青色。南方赤色，定为心脏。西方是肺，定为白色。北方是肾，它是黑色。正中央的地方就是脾，土是黄色。我们从东方开始。**[第7集]**



过去在学《针灸》的时候，肝心脾肺肾，五脏对应五色，五种颜色是青赤黄白黑。我们这里延伸。青赤黄白黑这五个东西就是出自《黄帝内经》。所有的中医理论全部是来自《黄帝内经》，这是最早的源头。如果说肝是青色、心是赤色、脾是黄色、肺是白色、肾是黑色，就讲完了，人家也不知道你在讲什么。现在注意听。

相生，人的相生就是吉，代表很好。如果是逆的，就是凶。把五脏和五色放在一起对照的时候，今天有一个人来找你看病，脸是发青的你一看是肝病，望就知道了。而且这个人很痛，青黑为痛，赤黄为热，白色为寒。这是中医的望诊。你帮他治疗。开始治疗以后过一个礼拜、两个礼拜，颜色变红色，是顺着生。相生的颜色代表你治好了、快好了，代表方向是对的。方向对的话，方向不要改变，继续用那个药。一开始他是青色的来找你，被你治成黑色的，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。你知道他肾脏病，你帮他治得他脸色发青，太好。我就怕他的脸色发白，完了。用这种观想。当你用这种想法的时候，你不用去记，马上就一通百通。所以你要知道什么叫做正常，那你就知道什么叫不正常。这是第一个。

第二个，五色的青赤黄白黑是我们的望。你跑到菜场去一看，所有的绿色的蔬菜、青色的，全部都入肝。上面的菜叶是青色的、菜心是白色的，这是青白中间的东西。黄瓜是黄色的，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。血是味厚的，味比较厚的都入血分，就是味道比较重的。肉类的东西味道都比较重。中药类也是一样，中药的味道很重。慢慢等到《黄帝内经》讲完，我们可以知道中药怎么来的。你不必抓来一个尝百草，没有那么累，不然尝到毒药怎么办。望就可以知道。从它的形、色、气、味、象和数。最难懂的就是象和数。这次《神农本草经》我都尽量把它通通讲出来。

这就是你看到，青赤黄白黑。**【有东方青色】**正色的青色，春天的时候人脸上带一点点青色，这是好的现象。春天的时候看到白色就不好。你现在只要知道不好就好了，怎么不好我慢慢会告诉你。当令的节气一定要看到当令的颜色，这是正常。相生的比如春天看到红色，虽不好但是微恙，因为是相生的颜色。相克的颜色（就有问题了）。

诸位在念中医的时候，这个克跟克八字不一样，那个克是走了，这个克是制衡的意思。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。五脏之间是互相制衡的，拉力很平均才能够很相安无事的生存，如果不平均就产生问题。不平均产生问题的时候这是病的因，我们又把它变成正常就是治的方法、治疗的法则。这是我们人身体的纪律。慢慢我带诸位深入进去。

刚才讲肝脏是青色的，**【入通于肝】**。**【其畜鸡】**肝的畜是鸡。肝主筋。换句话说抽筋的时候去吃鸡肉。鸡除了被人脖子斩断会抽筋以外，其它鸡不会抽筋的，因为它是木的动物。肝

【开窍于目】。为什么开窍于眼睛？因为肝经直接络到眼睛的后方。【藏精于肝，其病发惊骇】，因为肝藏魂。发病的时候，我们所谓有志和神、精神，惊骇、一吓、很容易受到惊吓，肝脏都有问题。【其味酸，其类草木】。味道是酸的，酸的味是肝脏。你跑到菜市场去一看，柠檬，表面上是绿色的、切开来里面很酸，摆明了就是告诉你，我就是肝。

你还要化验，我们不需要化验的。中医没有拿药去化验。化验是形。化验水出来， $H_2O$ ，没有用。中药有激流水，就是在瀑布拿的水，水性往下，化验是  $H_2O$ 。可是我们吃风湿关节炎的时候激流水拿来煮药，一下就冲到脚上去了。

肠胃吃坏肚子的，我们要到河里面拿个水、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通通吐掉了。因为正常人你去喝两种水也吐掉，那是取吐法，应急用的。

以前为什么这些很多好的方法？因为你要想想看我们中国是农业社会，五千年了。吃坏肚子怎么办？总是要救命，总比食物坏死在肚子好。所以方法很多。学中医的要应变很快。必须要做到，什么工具都没有，发生事情你一样可以，旁边都是你的武器。要做到这样子。跟西医不太一样。西医要把医院整个 Team 团队带来。不需要，中医两只手就可以了。所以如果是比试的时候，很好玩了。我准备好了，他还你等一下，三天把机器通通搬来。我们已经准备好了，就是这样子。中医要把你训练成这样，五千年来的经验。

当找到酸味的东西进入肝的时候，到底是补它还是滋润它还是怎样？是滋润它同时排泄它、排除它。所以我们没事的时候拿柠檬，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。当你泡水这样喝的时候，一点都不酸，保养。我们从来没有听过人家吃柠檬水死掉。这样子想，要保养自己。所以随时随地都可以保养好自己。【其谷麦】麦是肝脏的谷类。肝像木头，树木长得太茂盛了、太密了，一定要把它的残渣切掉，不切的话树会死掉、闷死。这个时候肝一定要疏。疏肝的东西，就是我们要一些酸类的东西进去疏肝。我所谓的酸类就是天然的酸，就是吃的自然而然产生的酸。这种都是对肝脏非常好的。【其应四时，上为岁星，是以春气在头也】。【其音角】，【其数八】肝的数是八。这里《易经》跟《黄帝内经》有一定的关联的地方。

我们有河图跟洛书。在河图上面怎么写？“天一生水，地六成之。天三生火，地七成之。天五生土，地八成之。天七生金，地九成之。天九生水，地十成之。”河图的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东西，五香、八角、三菱是三、三七，很多中药以后都会用到这些数。当看到数的时候就知道它的五行是属哪一个，马上就知道这药怎么用。肝木“天三生木，地八成之”。为什么讲天和地？就是有这个天和这个地的数才生成木。这是它的最早的来源。所以说它的数是八，八数是阴的极数，阴就是双数二四六八。单数一三五七九，所以九是阳的极数。八是阴的极数、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。【是以知病之在筋也】。肝主筋、全身的筋。诸位要这样子想，木头有曲有直，所以自然界长得有曲有直的象就是筋，都是属于肝脏。我中间补充一个进去（其果李），肝脏的果实、春天的果是李，所以东方肝之果、肝的果是李。所以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。还有一个治肝的药郁李仁，都是取李，因为李是肝的果。【其臭臊】。为什么肝的味道是臊味？野生动物吃草木类的，去闻闻，很臊，那就是臊味，由于它吃草木的东西产生的臊。

【南方赤色，入通于心，开窍于耳】南方的赤色在身体的脚这边。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和地的气从耳朵通到心脏去，开口、通道在耳朵上面，通天气。入通于心就是从耳朵进来，到了【藏精于心】在心脏。所以心脏有病的时候会影响到五个脏，因为五个脏里面都有血【故病在五脏】。【其味苦】心的味道是苦味。【其类火】



东西煮熟过以后全部是苦味。【其畜羊】羊肉对心脏就是有滋补的力量。【其谷黍】它的谷类，像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，红色的米。【上为荧惑星】就是火星。心脏的病、心脏有问题的时候【是以知病在脉也】血脉上面。【其音征，其数七，其臭焦】味道是焦味。心脏的数是七。为什么？因为天地之间在天上是火的象、到地才成为人的形状，它是七数。肝发角 jue 的音，角的音就是很柔和、拉得很长。心发征的音，柔和、很美，但是发这个音是舌头顶着牙齿，这叫征的音。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】，所谓【开窍于口，藏精于脾，故病在舌本】怎么解释？嘴巴里面会有津液，因为脾是开窍在口。舌头的根本，比如我侧画，舌头伸出来很长，舌的根的部位是脾。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，就是舌本。【其味甘】味道是甘味、甜味。有的时候在临床上碰到病人来找你，奇怪为什么嘴巴里面是甜甜的，常常很甜的味道在里面，就是脾脏（的问题）。我们所有的厚味，我刚刚讲过，所有的厚味都是属于的阴。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。酸苦甘辛咸，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（脾）里面。所谓五脏，脏为什么叫做脏？脏就是收藏的意思。脏跟藏很类似，就是所谓的藏，这两个字一样。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的。现在反逆出来，代表脾脏出问题了。任何的脏，刚刚才介绍过，脏都有阳在控制它。所以如果有阳把它包住的话，阴就会躲在里面不会出来。所以阴阳是平衡的。如果阳比较虚的时候，阴就会往外走。【其畜牛】牛肉本身就是入土味。，【其谷稷】稷就是小米，我们吃小米粥的小米就是稷。【其应四时，上为镇星】就是土星。【是以知病之在肉也】病是在肉。中医的观念是这样，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。中医把天地之间的合并在一起。【其音宫】声音是宫音。宫音像牛在叫，公的。你听过牛在叫吧，《梁山伯与祝英台》里面有个大笨牛在叫的声音就是。你们小的时候都没有做过牧童，没有听过牛，就看看电影吧。【其数五，其臭香】它的数是五，味道是香味。所以烤猪肉好香，因为是肉，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，五谷里面稻子是入肺的。所以如果我们要去治肺或怎么样，色白的入肺，稻、一般的米饭就对肺很好。你不能去吃马肉，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。【其应四时，上为太白星，是以知病在皮毛也】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，白的像枯骨，骨头枯掉没有颜色。还有一种是白的很光亮、光鲜。你到路上，有个女孩子明明很漂亮、白白的，你跟她说这是肺白、身体不好，不是的，人家是很白光鲜的。只要有光亮的都有神。所谓有神就是有气在。无神的就是气没有了。一个方法是从脸上就可以看到很光亮。还有一种方法看人的气。有气的时候，晚上睡觉早上起来头发很油，一天到晚要去洗头。头上的油、头发的油就是人的气。当人要走掉的时候，突然在一个礼拜前头发通通蓬起来完全干干的没有油，就是气已经没有了、神已经离开了。这是我们马上可以看到。【其音商】商音是嘴巴张大叫的声音。【其数九】九是“天四生金，地九成之”。【其臭腥】味道是腥臭，鱼类的东西就是属于肺。鱼类的腥臭，腥味。

北方是坎水，味道是咸味。【北方黑色，入通于肾】，【开窍于二阴】最早《黄帝内经》出来就在这里，肾主大小便。我常常在看病的时候很简单。有的时候病人电话来看不到他，怎么知道他是肾阳虚还是阴虚？我们有两种药，六味地黄丸和桂附八桂丸。大便好不好？下利，八味丸，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。阴阳马上就分出来了，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，很严重的时候不单单是小便排不出来，大便也排不出来了。这个时候人整个是黑色的，因为毒素存在身体里面排不出去。我们后面都有特别的处方。【藏精于肾，病在溪】溪就是在关节的缝隙中间。【其味咸，其类水】它的味



道是咸味的。所以如果咸味的东西，味道是咸的通通是入肾。但是当初《黄帝内经》出来的时候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，换掉成人工盐，都不是很好，都不对。

中医在治肝病的时候，对病人说要吃点酸的。但是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，而不是去找配出来的果酸或什么东西，那不好。

我们在治疗肾脏病的时候，要给他一点咸因为咸味入肾。咸味入肾的话，把我们的药物导入肾脏里面去。所以肾需要盐巴。可是现在看西方医学说肾脏问题不能吃盐巴。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。我讲过，人工的东西会做得很细。因为太细了，身体吸收很强，吸到很深的地方去。这时候身体会对它产生 addiction 成瘾性。所以你看老外吃牛排，在美国待过就知道了。小孩子都是撒一点，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，因为他是人工盐，吃到两个脚都肿到、水肿。但是如果吃真的海盐，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了，就会产生欲望想要去吃。

【其畜彘】它的畜是彘，就是黑猪、黑的猪。【其谷豆】它的谷物是豆类。所有的豆类跑出来，每一个都像肾脏一样。【其应四时，上为辰星，是以知病之在骨也。其音羽，其数六，其臭腐】。

肝脏的果是李子。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，我们常常会用红枣跟枣类的东西。五脏的果不一样。肾脏的果是所有的坚果，比如我们吃的炒栗子就是肾的果实。我们就把天地之间的万物，它的五色、五种颜色，它的几种味道，通通把它归纳成我们人身体的五脏。

【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。还有第二个你要确定你要教的是对的，不要教错了。

这里面看起来好像是固定的东西，实际上真正在临床的时候非常好用。一看就知道。比如冬天脸上正常是有点暗暗的，冬天是肾、黑、北方。突然跑出一个人脸上两个颧很红，心脏病，已经看完了。速度很快，不用考虑、不用去摸他的脉，一看心脏病就结束了。等到你们学完《神农本草经》、《伤寒论》、《金匮要略》，眼睛一看完，处方已经开完了，他已经回家了，就这么快。可是病人认为你还不知道他，还得坐在那边耐心听他讲，讲了半天还是一样的方子。就会到这个阶段，所以让人脾气不太好。

## 第五篇 阴阳应象大论

《阳应象大论》对应的象不好懂。这是论阴阳很顶级的一篇。这一篇是对阴阳比较深一点的。中医一定要懂阴阳，不懂阴阳没有办法看病。

黄帝说【阴阳者，天地之道也。万物之纲纪，变换之父母，生杀之本始，神明之府也。治病必求于本，故积阳为天，积阴为地】。整本《黄帝内经》从头到尾就在讨论阴阳。[第8集]

天阳，你要有个想法。比如你在煮水，你要喝干净的水，水很脏。水煮滚的时候，蒸汽就往上跑，这是清阳在往上升。所以清阳在上、浊阴在下是个常态，正常的。所以我刚刚讲的，人体以横膈来说，上焦、横膈上面是肺和心，这两个脏是属于清阳的地方，清阳之上升。横膈膜能够分清浊，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横膈膜才是正常

的。这是横膈膜的功能。下面是所谓地，浊阴在这个地方。上面是清阳的位置。

如果哪一天人病人反过来，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。基础理论、基础医学要强。疾病再怎么改变，或者哪天碰到一个从来没有、找遍医书找不到的病，你一样可以把它解决掉。因为原则是一样的。世界上什么怪人都有，得什么怪病都有。

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】**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。

寒和热。寒极能够生热，热极能够生寒。寒气生浊，热气生清。反过来，清气在下则生飧泄、就是会下利洞泄，浊气在上就会生鼓胀、腹胀。

我用一个简单的例子让你了解“阴极生阳，阳极生阴”。心脏在上面的胸腔。心阳最远从心脏一直达到脚跟。脚跟的地方和手指头，四肢末梢的地方就是我们的阴经和阳经的交汇点。所以阴经和阳经的井穴都在四肢的末梢。阳经下来的时候，阳经在表面上、阳侧。阴经都在内侧。阳经到底的时候就会转成阴经。阴到极的时候也会生阳。阴经下来，比如手太阴肺经，到了鱼际、少商，少商再回头到商阳穴的时候是阴到极点，过不去了，回头都会生阳。这是本身阴阳的性。

**【寒极生热，热极生寒】**。人一样，寒到了极点，一样会生热。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？因为站在地下。如果往上走，热极生寒了，本来上面是很冷的。所以寒热之间的现象，到了极限以后都会回逆回来。热到了极限会生寒，寒到了极限也会生热。

在最到极点、发展到极点的时候，我们敢下手。我为什么讲这个话？我举个例。比如中医一般的原则就是看到热病用寒药、看到寒证用热药，这很正常，谁都会。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。这个时候下重手、下热药，病人已经热了还要热？没有，一吃下去病人产生寒证。

美国临床有个太太那么大，三百多、快接近四百磅，很胖。拿起来都是加了一大堆冰块的水嘴巴喝下去，胃口大一直很强，怎么吃都没有办法减肥。我们用石膏八两、十两、十二两、一斤，越用胃口越大、越渴。火大了，生附子一剂下去，吃完第二天打电话来，我怎么那么冷？因为夏天了，全部人都在吹冷气，她一个人抱着穿着厚夹克坐在里面受不了，太冷了。谁敢用？只有我敢用。她是因为是热极，会生寒。其实中医有这个原则，学了这些很清楚，可是很多中医不敢用，吓死了。人是一个圆形的，所以方剂不可怕，可怕的是医生不敢用，怕在这里。结果本来目的要减肥，她人很胖，我们一直用寒凉的药下去越吃越胖、胃口越大，还问我有没有开错药。老外不懂呀，我一改生附下去她一吃，你开对了好冷呀。从此她的胃口减了，人一直瘦、一直瘦下来。寒的人形比较瘦，热的人形比较胖。结果她是里边是寒的外面是热的，真寒假热，这种情形都有。以后我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。人体里面有寒气出现的时候，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。水放在那边，不煮滚水在那边不动，一煮滚水就开始循环。所以热会有动能、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。

所以如果看一个重病的、肿瘤、癌症，猛开寒凉的药下去，病人就死得很快。因为他本来就冷，越开了寒凉他就肿瘤越来越大，脸上由青色、变成黑色、再变白色，然后走掉。我们动手治的话，本来白色的治成变黑色、变青色、变红色，好了，回家了。不一样。这都是治证的原则。你看它几个字讲的，全部中医的治证通通在这里。

【清气在下，则生飧泄】我刚刚讲过正常人应该清气在上、清的气在上面，上就是讲横膈以上。现在清气在下面，就会泄利。【浊气在上，则生腹胀。此阴阳反作，病之逆从也】这是得病。

【故清阳为天，浊阴为地】这是正常的人。【地气上为云，天气下为雨。雨出地气，云出天气】讲自然界的也是一样，当地气往上走的时候就是云，天气一下来就是雨。【雨出于地气，云出于天气】比如我们人身上流汗。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】所以上窍的眼泪出来是清的。你有没有看过眼泪出来是一个痰，很少，都是清的。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。腠理就是我们的肌肉。【清阳实四肢，浊阴归六腑】这就是我们后来讨论的，如果以阴阳来区分的时候，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，内脏就是阴。所以阴阳随时可以再区分的。

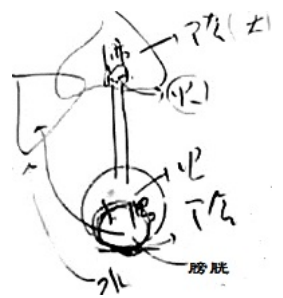


【水为阴，火为阳】。【阳为气，阴为味】比如你在烤肉，一闻好香的烤肉，这是阳。把它拿起来吃，味道真好，这是阴。【味归形，形归气，气归精，精归化】。【精食气，形食味】。比如蔬菜跟肉类。吃蔬菜是食气，因为蔬菜味淡属于气。肉类属于味厚，属于形。人的精神要吃淡味的东西，形体要炼得很壮要吃厚味的东西。所以日本的摔跤选手吃火锅，吃得味很厚，吃得很大一个，因为他要那个形。

【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】。气厚气薄、味厚味薄，这都是以后我们的本草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，这个药味很厚、那个药味比较薄。【气薄则发泄，厚则发热】一般用发汗发表的药，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，寒太盛会伤到血。当然，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 分钟不会伤气的。厨师常年在火旁边烧，就是伤气了。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，气血都伤了？不会的，时间很短不会的。跟常年不一样。屠夫在冰库里工作，杀完要放进去，一直在里面进出。一两次没有关系，一两天没有关系，经年累月这样子就有问题了。一定要一段时间。人体非常精密。就是因为人体很精密，它不会瞬间发生问题，这就给西药有可乘之机。因为西药的剂量很小，慢慢进去就感觉不出来，这就蒙骗很多人。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。本来很好睡，吃了药就不好睡了。马上就知道。少火则气壮，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，气比较少的人可以吃味比较厚的。这是一个大原则。【壮火散气，少火生气】。



这是我刚刚利用经络来介绍。还有我们可以用气来讲。心脏是阳中之阳，是火，很热。肺是阳中之阴，胸是阳，阳里面的阴。所以肺法向天，好像天上的天幕一样。所以当心脏不断的搏动产生热以后，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。当我们的水在膀胱里面的时候，这是人体的极限。我们不要讲四肢，讲身体的底部。阴之极在这里。我们讲过阴极生阳。男人下面是摄护腺，女人阴部在这边。小肠的前面是膀胱。当膀胱里面的水累积到一个阶段以后，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。肝脏有水进去清理它，清理房子、洗厕所都要用水去清，清完以后残渣从胆管出来。这是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，食物残渣从大肠里走的时候，大肠（的水）会往上升回到肺里。所以肺跟大肠会成为表里。这是简单跟诸位再讲一下阴极生阳。

下面开始讲最初我们本草的药性出自这里。所谓气味，我们在讲草药类的时候，有气味还有形色，所以我们是形、色、气、味为主。这里讲的是气味。“辛甘发散为阳”辛味和甘味的两个放在一起的时候，这就是阳气，会产生阳。“酸苦涌泄为阴”酸味的药和苦味的药，这就涌泄，为阴。所以阴和阳，我们称为“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、太盛的时候，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，就伤到阳，阴太盛了。如果就是不吃酸苦，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】。[第9集]

【阳胜则热，阴胜则寒。重寒则热，重热则寒。】所谓重就是很严重、热到了极限的时候，热证反而会产生寒证。它会回头的，不会无限量一直到底的。无限量到底的话，到头来你去看寒证的病人全身结满冰，没有这种事情的，不会全身都是冰块这样子。当然被冻到了，在野外才会、在山里面才会，否则不会。寒证重到极限的时候就会产生热证。

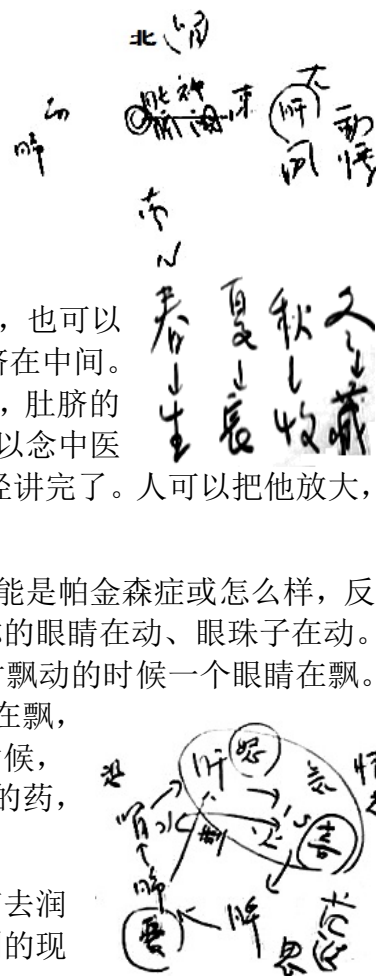
【寒伤形】寒太冷了会伤到形。这个形有两种，一种是极瘦的人，一种是极胖的人。胖子绝大多数都是热证，但也有寒证，因为太胖了。【热伤气】。【气伤痛】气受到伤的时候，就会产生痛症。所以如果有痛，就是气通不过去了。【形伤肿】形受到伤，所谓气和形，形受到伤的时候病人就会肿起来。比如运动脚扭伤了，脚踝肿起来，就是形伤了。又肿又痛就是形气都伤。气会痛。如果我们扎针，扎完针他痛去掉了代表气通了，可是形还肿在那边要两三天才会消。【故先痛而后肿者，气伤形也】就是气先伤后来再伤到形。因为气伤到而伤到形了。如果【先肿而后痛者，形伤气也】。至于我们在气伤形和形伤气的治证，没有区分那么多。因为《黄帝内经》要把它解释得很详细，病因怎么来的。

【风胜则动】所有的风证，风太过的时候就会产生动证。【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。刚刚我们讲东南西北，把一个人形状放在这边。我们把它缩小，天地可以缩到很小。六合可以变得很小，也可以变得很大。因为你们学过《针灸》，我就讲了。肚脐叫做神阙。肚脐在中间。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。以后我们介绍到这个病，脐下而动悸。脐下，心，已经讲完了。人可以把放大，也可以把他缩小，跟自然界都是脱离不了关系的。

产生动的时候，只要一看到动，不管被定的形，形就是病名可能是帕金森症或怎么样，反正他好动来动去的。看到动症，有的人晃头，有的人很好玩，看你的眼睛在动、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。而且有时飘动的时候一个眼睛在飘。当然两个眼睛在飘动的时候不是好人了，小人眼睛会飘。一个眼睛在飘，我们知道他是动症。眼睛是肝，就是肝风内动。当你晓得病因的时候，处方就出来了。因为到时候介绍药物的时候我告诉你，这些是祛风的药，这些是入肝经的药或入什么东西，这样子分开。

所以风胜则动我们有祛风的药。热胜是肿，燥胜是干，我们有去润燥的药，有祛热的药。寒胜则浮，我们有祛寒的药。湿盛会有泄利的现象，我们有祛湿的药，这些都是药物的取舍。



【天有四时五行】天有春夏秋冬有四季，还有阴阳五行木火土金水，来管【以生长收藏】春生、夏长、秋收、冬藏，【以生寒暑燥湿风】。寒就是冬天，暑就是夏天，秋天是燥，湿就是长夏、季节交换的时候，春天就是风，这五个对上去。

【人有五脏，化五气】五脏来化五气的时候，也是一样还是用肝心脾肺肾。五脏化五气讲的就是情志。中医的观念认为，两个地方会致病、造成一个人会生病，外面的风寒暑湿燥热、天的五个气，还有身体里面的情志怒喜思忧恐。这些情志我们都会，当然上古的真人、圣人、贤人可以把他的情志丢掉。我们都会这种现象。当产生这种现象的时候，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、生气了，我们知道金可以制木、可以控制它的木，让你忧就能够平怒。

以前有个人称为范进。范进有一天考了很久突然考到状元了，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，就找范进最惧怕的一个女人，那个女的一出现大叫一声范进，他就一吓醒过来了。因为恐能胜喜，水能克火，一吓就醒过来了。所以还是要有一个最怕的人比较好，免得你过喜的时候无人可节制你。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。也焉知非福，总比发疯好。

【故喜怒伤气，寒暑伤形。暴怒伤阴，暴喜伤阳】这些讲的就是很过，当你太过的时候就会伤到一些地方。有些是伤到气，有些是伤到形。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】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】所以一个人情志不稳定、常常喜怒、情志变化很大，再加上寒暑、不知道避寒也不知道避暑，生命就会受到影响、就不会那么长命的意思。【故重阴必阳，重阳必阴】。

【故曰冬伤于寒，春必温病。】温病的学派就是只读了后面春得温病，他也不晓得必就是一定。春天一定会得到温病的话有之前的一个前提：冬伤于寒。所以如果冬天没有伤于寒，春天就没有温病。在热带的地方得到温病，并不是说因为热带得了温病，而是因为冬天的时候伤到寒证。受伤于寒才会有温病的现象。所以我们伤寒家读温病，伤寒从《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。佛罗里达很热，有些地方比台湾省还热。我从来不开寒凉的药，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。以前是她最热，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《温病条辨》这种东西不行的。

【春伤于风，夏生飧泄】所以一定有病因跟发病有关。夏天会有飧泄的现象，因为春天伤于风。【夏伤于暑，秋必咳疟】暑是很热。伤于热的时候，秋必咳疟。因为暑热的话会造成身上的津液丧失掉。肺里面津液很多，肺好像天上的云一样，天上有水气很重。津液伤到的话肺里面的津液不够，就会有咳疟的现象。【秋伤于湿，冬生咳嗽】秋天应该会比较干燥的。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。

【上古圣人，论理人形，列别藏府，端络经脉，会通六合，各从其经，气穴所发，各有处名。】每一个地方它都有名称。【溪谷属骨，皆有所起。分部逆从，各有条理。四时阴阳，尽有经纪。外内之应，皆有表里】都有分表里。这里开始讲表里。我们前面已经介绍了阴阳、寒热。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，它有表里，【其信然乎？】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，肝生筋，筋生心】一路下来，这个字是相连的。



【肝主目，其在天为玄，在人为道，在地为化】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】智慧就产生，【玄生神】。天为玄就是广大无边，我们中国称为广大无边。【神在天为风，在地为木】风和木，就是自然界的東西我們把它放到身體上來。中醫的觀念就是，人會活在地球上，適合生存在這裡就是因為人長得就像這個環境，人所以活在這裏面。如果長得像月球，就住在月球里面。人長得跟地球的循環很像，我們就比較適合住在地球上。【在體為筋，在藏為肝，在色為蒼】蒼色就是青色。真正的正青色就是青中帶一點點黃。【在音為角，在聲為呼，在變動為握】因為肝主筋，所以我們是以握的動作。【在竅為目，在味為酸，在志為怒】。【怒傷肝，悲勝怒。風傷筋，燥勝風。酸傷筋，辛勝酸】。這都是固定的形式，我們這裡不用花時間解釋，書上都有。我舉個例，比如現在有個人肝病，不管是肝硬化或怎麼樣。你叫他握你的手，他就握不起來，沒有力氣了。因為肝主筋，肝主握。所以一個人能夠握代表肝臟還好，他危險的時候握不起來了。

【南方生熱，熱生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾。心主舌。其在天為熱，在地為火，在體為脈，在藏為心，在色為赤，在音為征，在聲為笑，在變動為憂，在竅為舌，在味為苦，在志為喜。喜傷心，恐勝喜。熱傷氣，寒勝熱。苦傷氣，咸勝苦。】講南方的這一節，跟前面一節非常多的地方是雷同的。只是包括一些情志上面的，比如喜傷心、恐勝喜，這是人的情志上面的東西。

【中央生濕，濕生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺，脾主口】口中的濕液、津液就是脾臟在管。【在天為濕，在地為土，在色為黃，在音為宮，在聲為歌，在變動為嘔】嘔發音 yuè，嘔就是打嗝、嘔氣。會產生嘔的原因是什麼？因為人的胃和脾里面本來就有陳寒。所謂陳寒就是很積年的、長久本來脾胃就比较寒冷一點。當陳寒再加上新的食物，吃的東西、新的食物、食谷類的東西進去，脾胃里面太冷了沒有辦法消化，這兩個碰在一起的時候就會產生嘔、打嗝。你知道原因以後，一個是去新食，一個是把胃寒去掉。去新食的時候，我們要很注意。以後我們講《傷寒論》、《金匱要略》的時候我會告訴你怎麼去。不能說去新食的時候用很強的藥把它去掉，一去掉這個病人已经很危險了。為什麼這裡會提出來？因為中醫認為脾是後天之本，腎臟是先天之本。如果後天之本喪失掉了以後，脾胃的氣沒了的時候，就會產生嘔症。【在竅為口，在味為甘，在志為思。思傷脾，怒勝思。濕傷肉，風勝濕。甘傷肉，酸勝甘】。

【西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛生腎。肺主鼻。其在天為燥，在地為金，在體為皮毛，在藏為肺，在色為白，在音為商，在聲為哭，在變動為咳，在竅為鼻，在味為辛，在志為憂。憂傷肺，喜勝憂。熱傷皮毛，寒勝熱。辛傷皮毛，苦勝辛。】



【北方生寒，寒生水，水生咸，咸生腎，腎生骨髓，髓生肝。腎主耳。其在天為寒，在地為水，在體為骨，在藏為腎，在色為黑，在音為羽，在聲為呻，在變動為栗，在竅為耳，在味為咸，在志為恐。恐傷腎，】注意一下【思勝恐。寒傷血】熱本身如果太過熱會傷到氣，太過寒會傷血。【燥勝寒。咸傷血，甘勝咸。】在五行里面，肝心脾肺腎對應酸苦甘辛咸。中間是相克的味道，當咸過盛的時候我們用甘味來制它。這是五味互相制衡的狀態之下。辛就是辣。比如我們吃酸辣湯。酸很多會傷到肝，所以我們把辣的放進去，要金來制木就不会傷肝了。這是一個觀念。

中醫在《黃帝內經》一開始理論上就告訴我們，熱本身傷氣，寒傷血。我們傷寒家開經方都是在開很多的热藥。我們知道寒傷血，《黃帝內經》就告訴寒傷血。今天如果有個人貧血，我們知道是寒證。如果還在開寒涼藥，貧血都治不好。要把寒去掉，血才有機會恢復。很多地方都告诉诸位，温病派是不对的。经方也有寒涼的藥，我們用很大寒、大涼的藥。當然也有，但是我們不是全部通通是寒涼的藥。

【天地者，萬物之上下也】世界上所有的東西都在天和地的中間。所謂【陰陽者，血氣之



男女也。左右者，阴阳之道也。水火者，阴阳之征兆。阴阳者，万物之始也。故曰，阴在内，阳之守。阳在外，阴之使】。这里都是讲阴阳律。阴在里面是因为有阳固在外面，所以阴就不会丧失掉。阳能够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【法阴阳奈何】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【阳胜则身热】阳在里面太盛了，身会热。这个时候如果【腠理闭】，所谓腠理就是肌肉跟毛孔是闭到，【喘麤为之俛仰】就是呼吸非常短促，要利用身体的姿势、动作弯身、往后仰想办法呼吸。【汗不出而热，齿干】因为汗流不出来会齿干。如果继续发展下去的话，因为里热太盛，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。这个时候【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，就不会有什么危险。如果是夏天又不出汗，这在过去是无法想象，现在就看到很多人是这样子。为什么？他从小到大都在冷气间长大，他也不喜欢流汗，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生养之道的时候，到夏天的时候我们一定要流汗。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。他从小到大都不流汗，到了 20 几岁很累，呼吸呼不过来，一运动全身燥热很难呼吸。为什么？因为我们是三万六千个毛孔再加上两个鼻孔、三万六千零两个在呼吸，他是两个在呼吸，当然不够。虽然这两个比较大，可是还是不够。这个时候我们要发表的药。发表的药，我们中药有解表的药，吃下去以后流汗，发掉了。这是一种方法，在这里定下了汗解法。我们刚刚介绍过“阳极生阴，阴极生阳”，燥热的状态之下，如果没有发表的药或者吃了发表的药还照样不流汗的时候怎么办？用洗冷水。因为冷，寒极生热、会产生大热，病人会得到汗解。这是阳热胜的话就是身热。

如果是阴胜的话，身体里面感觉到就是寒冷的【阴胜则身寒】。身寒的时候，【汗出身常清】汗出来都是很清澈的汗，代表里寒。【数栗而寒，寒则厥，厥则腹满死。】厥就是昏厥、昏迷，腹满死。【能夏不能冬】因为里寒很胜，我们有寒热，里寒很胜的时候如果外在的环境是热的还可以活，如果是到了冬天，外面的天气、天地之间也是寒，里面又是寒，这就很危险了。

【此阴阳更胜之变，病之形能也】这是阴阳跟病的形态，阴阳的变更的状态。这是一个最早出现的，岐伯提出来，如何让阴阳平衡的一种方法。

【调此二者奈何？】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到七七，男人是八字为主一八、二八到八八。知道人在生长收藏的状态之下，能够了解这个状态，按照这个状态来调理身体的话，就会很好，就能够长寿。如果不知道，就容易老化得很快。【年四十而阴气自半】这是最早的《黄帝内经》下的定义。40 岁开始阴气、阳气各半，起居开始衰弱了。超过 50 的时候【年五十，体重，耳目不聪明矣】，阳就慢慢衰下去了，阴就慢慢盛起来。到【年六十，阴痿气大衰】阳气大衰了，这个时候阴阳都不利，【九窍不利，下虚上实，涕泣俱出矣。】人一定要下面是实、上面是虚的。所以我们在望，如果这个病人走过来，或者你在路上看到有一个人走路好像在飘，感觉到好像快要倒了又不倒、快要倒了的样子，这是上实下虚，这就不好。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、男女的状况。像我现在到了这个年龄，我赶快开始吃一些补肾的药。补肾，因为年龄大了、50 岁以后肾气开始衰竭。我们前面都讲了肾，五八、六八、七八，八字的后面都是讲男的肾脏，所以肾脏在管一个人的寿命有多长。所以补肾很重要。

【故同出而名异耳】由于年龄的层次不一样，会产生不同的名称。表面上的名称不同，但是同是一个地方出来。【智者察同，愚者察异】中医的观念里的同症同治，就是从这里出来的。只要症状相同，不管内证是什么，不管里面的症状是什么。比如我们有个处方看起来就是治风湿关节炎的，现在有个病人跑来，他不跟你讲就说关节痛，就开处方他就好了，结果实际上他是骨癌。你不用去管他是骨癌，一想到骨癌你就不会开方了，你就把他当成关节痛来治。中医就是同症同治。所以以后我们在介绍《伤寒论》、《金匱要略》的时候，我们开处方就是，查他的症状相同的我们就开。不管他里面的异名、名字、病名称什么，不用管它。聪明的察同，愚者察异。《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。看起来都很像，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，乐恬恬澹之能从欲快志于虚无之守，故寿命无穷，与天地终。此圣人之治身也。】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，这个时候都有长寿的道理，长寿之道在这里面。绝对不可以去欲，我要怎么样怎么样，每天在争，这种就是短命。[第10集]

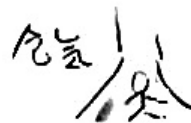
回到刚刚那个图，一个人的东南西北。【天不足西北，故西北方阴也】西北方是阴。造成的人的右耳没有像左耳那么敏感，因为右边是阴。左边是阳。阳就指敏锐力、动力、能量，所以左边的阳比较强，听力左耳会比右耳好。【地不满东南】东南在身体的左下。东南比较平窄有海、有很多湖泊、河流，地不满东南，不够完整。所以一般人左手不如右手强。当然有人左撇子就有例外的。



【何以然？】黄帝问为什么人会这样子分？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。】当你专心注意在做事情或读书的时候你手脚就不灵活了，因为精气在上面。【西方阴也】。阴者是在下方。【阴者其精并于下，并于下则下盛而上虚】当你手足很强的时候，耳目会不便。【故俱感于邪，其在上则右甚，在下则左甚】我们人会感于邪。一般来说比较弱的地方容易受到病侵犯人体。所以在上面右边容易感觉到、比较容易生病，在下体的话就是在左边的地方比较容易受到病毒。【此天地阴阳所不能全也，故邪居之】这是阴阳不能两全的。

【故天有精，地有形。天有八纪，地有五里，故能为万物之父母。清阳上天，浊阴归地。是故天地之动静，神明为之纲纪。故能以生长收藏，终而复始】。

《阴阳应象大论》这个地方讲的还是天人地。【惟贤人上配天以养头，下象地以养足，中傍人事以养五脏】所谓的真人，比如我们前面介绍过了，印度现在一个人坐在菩提树下面，他在食气。所谓食气，他靠着坐在树下。树向上长，树根像个板子一样。他坐在中间，靠在这个地方坐到、盘坐在那边。实际上观想他就是树。你看不到树在吃东西，他坐在那边就像树一样。所以地气在养他，天气可以养他。他靠在树上面，这是一个食气的动作。他只要自己观想是树就好了，就没有耗掉很多能量，而且他不需要吃东西。我们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，九窍为水注之气。】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、鼻孔两个就六个，嘴巴一个，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，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】天地之间下的雨其实就是我们人身的汗一样。这个章节就把人跟天地并在一起。【阳之气，以天地之疾风名之】阳的气像天地的疾风。【暴气象雷，逆气象阳。】这都是人和天地之间的关系。

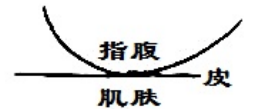
这里开始又进入很重要的地方。读《黄帝内经》如果天地之间的阴阳你了解了，你只要了



解就好了，真的运用的时候都在现在这个章节里面。

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。**【故治不法天之地，不用地之理，则灾害至矣】**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，他不管你。所有做出来的人工合成，绝大多数都是酸味，阿司匹林什么的都是酸味。酸的都是肝，伤到肝。所以一定按照这个方法来做。**【故邪风之至，疾如风雨】**病来的时候疾如风雨，速度很快。

**【故善大治者，治皮毛】**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，怎么讲皮毛，现在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。人的上方有心脏和肺，通通是阳。手上的脉在手腕关节的下面，太渊是寸，中间是关，下面是尺。关的上面是阳脉，关的下面是阴脉。我们就知道，皮毛、肺、阳、阳脉，已经讲完了、已经推理过来了。在皮毛的时候很简单，皮肤下面是肌肉，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、我们就给它定义在最表面的地方。一开始的时候病在皮毛。我们用针灸怎么做？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。因为治皮毛不需要深针，不要太过，治法恰到好处。一刀下去把衣服割破不把皮肤割破，超级的高手。拿针在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。在肺上我们在尺泽上面也可以、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。



**【其次治肌肤】**如果病在肌肉，我们就治肌肉，针就下在肌肉里面。**【其次治筋脉】**如果病在筋脉上面，我们就下在筋上面。**【其次治六府，其次治五藏】**。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**【治五藏者，半死半生也】**救活过来一半、一半的几率，就是病进入到肝心脾肺肾的时候半死半生。半死半生是很宽松的标准，很简单做到了，不可以。要十个有九生才是上工。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。

**【故天之邪气，感则害人五藏】**这是讲传染病，因为天之邪气。**【水谷之寒热，感则害于六府】**感受到水谷，喝了不干净的水了，吃了坏的、不干净的食物了，伤害到六腑，胆、小肠、胃、大肠、膀胱、三焦。**【地之湿气，感则害皮肉筋脉】**如果邪来自地的湿气受伤太深的话，害到我们的皮肉经脉。所以天外的、就是自然界存在的东西，直到传染病的时候会害到五脏，湿气会害到皮肉、肌肉、筋骨。

**【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】**。这里《黄帝内经》讲的很清楚，左病右治，右病左治。我们《针灸》学过了就知道这个叫巨刺，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。到文革以后很多就是左病左边扎、右病右边扎，哪里痛扎哪里。所以从孙思邈弄了阿是穴以后，大家就在，你是不是这是痛，啊啊啊、是是是，就一针下去。就是孙思邈把阿是穴一研发出来以后，大家就不用学了，阿是穴就可以了。这是不对的。左病右治、右病左治，这就是由阴引阳、由阳引阴。**【以观过与不及之理，见微得过用之殆】**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】**先看他的阴阳。先别脉的阴阳，看他的颜色也知道，先别阴阳。然后**【审清浊而知部分】**知道在哪个地方。举例。我刚刚讲过，肺是清阳所在。现在有一个人吐痰，痰是浊痰、黄浊的痰，我们知道病在肺。因为肺正常是清现在是浊，病就在肺。如果摸脉一摸到肺脉浮



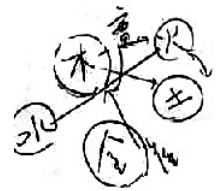


起来的，在皮肤表面上的，就可以知道是肺的问题。【视喘息，听音声，而知所苦】就是中医的望闻问切。望闻问切都要会。听，耳朵去闻。眼睛看，耳朵闻，这是中医的诊断的方式。然后我们就可以知道、判断这个人的病在什么地方。【观权衡规矩，而知病所主。按尺寸、观浮沉滑涩，而知病所生以治】如果他来治疗。浮和滑是阳脉，涩念 se，沉和涩为阴。所以当手摸脉的时候摸到阳脉，寸脉、浮和滑就属于阳脉。你摸到阴脉、尺脉是沉和涩。涩也有濡这个意思，力量不大，常常也会有时候摸不到，感觉好像有好像没有。阴的脉是这样子的。如果现在摸到寸脉、阳脉很沉，阳不足了。如果摸到阴脉变得又浮又大，阴太盛了。阴和阳必须要平衡、要制衡，太过不行，不及也不行。定义我讲过了。寸脉在这里为什么叫寸？从关到鱼际是寸，实际上真正的脉只有九分不到一寸。从关下来一寸的距离才是正常脉的范围，超过一寸就代表太过了，要往尺去了。这是阴阳辨证。我们看浮脉，沉脉，滑脉、脉的滑、在脉里流行，还有涩脉，我们就知道病在哪个地方。

在《难经》里面七十七难说“上工治未病”，我们有上工、中工、下工。比如肝有病。肝有病的时候我们先去实脾。你们现在慢慢进入了，我就带你们进入一些深入的地方。肝有病的时候我们要先治未病，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。

第七十五难讲得非常好。懂的话，你就会治一个很重的病。第七十五难说“东方实，西方虚”，东方是木，西方是金。“泻南方，补北方”治疗时泻南补北，金平木也。原文上面“金不平木”，实际上“不”可以删掉，这个“不”就害死了不少人。真正《黄帝内经》里面说，有一个脏不平衡需要平衡的时候，要用所胜的脏来平它。比如肝脏。肝木有问题的时候，金是胜木的、金是克木的，所以用金来平木。如果金来平木的时候，现在肝木很盛因为东方是实，这就是我要讲到的一个地方就是“母能令子虚，子能令母实”。

如果肝有问题、肝有大实、重病的时候，因为金很虚、金没法去制衡肝木，这时候肝木就一直严重起来、越来越严重、越来越实。如果我们去壮土、肝有问题的时候去补土，补土只有一个好处是土生金。可是土再怎么生金，因为肝太实了，生金的力量绝对不够。所以在七十五难的时候就提出来了，我们要泻南补北。



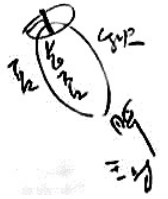
为什么要泻南补北？北方是水，南方是火，五行里水是克火的、水是制火的。如果泻南方、泻火，一泻火的时候，肝自然而然会去救火、多给火一点木头，肝就会由实变虚。补北、水一旺起来的时候，水去生木。肝本来就已经很大了、肝是王、最大了、最严重，这时一去壮肾、肝最大的时候我们去壮肾来生木，不会让木更大。为什么？木已经是极限了。这个时候“母能令子虚”，它的肝木会往火里面丢。当肝的木进入火的时候不断的燃烧，肝就会虚。对金和水来说的话，水是金的子、金是水的母，“子能令母实”。所以一个动作、一补水的时候，肝的木疏解掉了，金的气旺起来了，金气旺起来以后去制木。我们会去补水来泻火。当一泻火的时候，因为水过来把火灭了让火变得很小，肝木自然丢在火里面，火能够接收木。

这是一个治证的原则，因为五行。肝有问题了，心脏、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。所以难经七十五难就提出来要泻南补北。当泻南补北出现的时候，这句话就改变了，“子能令母实”是病因，“母能令子虚”是治疗的法则。所以当我们去补水的时候，是一举两得。

现在有一个人肝癌、肝病，肝肿得很大了。如果只是去实土、实脾，只能实脾的话，就算脾肿得很大把脾变得很小了，再实脾的作用有限，肝的病还在。只有一个好处就是生金，可是土生金都很弱了，因为木太强了。这样能不能治好病？很难。

所以七十五难才会提出来泻南补北。当遇到东方实、西方虚的时候，泻南补北。就是这个意思。泻南补北的原因就是希望金能够去平木。这五行的观念就起来了，慢慢建立起来。这就是我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。

【无过以诊则不失矣】。【故曰，病之始起也，可刺而已】刚开始的时候我们可以刺、可以去治。【其盛，可待率而已】如果病很盛的时候，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。如果时机到的时候，下重手。病衰下去，吃药下去以后胃口开了，赶快追击。【故因其轻而扬之】轻的话我们有宣扬的发法，比如发表、发汗。【因其重而减之】病重的时候我们就减少，采固守的方式。所以治病好像作战一样。病在大盛的时候，病很盛、很旺的时候，我们固守、固它的元气。【因其衰而彰之】然后等到固了元气病势比较衰弱的时候，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治肝病、东方实，正好在夏秋中间。夏季的末和秋季的初交接的地方，前后各一个礼拜，这是脾脏的王时。这个时候脾气是最旺。脾气当旺的时候，就是你不要去动它，因为天地之间在养着脾脏。这时候你下手的时候，你不用去管脾脏，脾脏不会受伤的。这两个礼拜好像给你的窗户打开来了，治病的时机来了。狠狠的进去清除一遍，窗户快关起来的时候赶快收手，绝对不会伤到他的脾胃的气。所以治病的时机很重要。当王时不开的时候、不进入王时的时候，我们就利用固守的方式，看他的病是很盛的时候我们就停。很盛就是说这个病人很严重，没有胃口，大、小便不通。我们就想办法给他开点胃口的药，让大便出来。不要去动他，等到时机到了才去下手。病人吃了药胃口开始好了，好了之后我们开始下手。下手的时候、如果要攻的时候，一次。攻一次，不要攻太多。这都是我们临证上面会面临的问题。

【形不足者，温之以气】。【精不足者，补之以味】所以我们会有些开厚味的药，开一些温热的药。【其高者，因而越之】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。我们有用温的药，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来治他。病在高的地方，要采汗法和吐法。

吐法有两种方式。一种是本身开的就是吐药，药一吃下去会吐。这个药那么厉害？喝肥皂水也会吐，很多都可以吐。这是一种。这是形。什么叫神？开处方对症的时候，他这个病上中下都有，当很对症的时候上面的该吐的吐了、下面的该走就走了，上吐下泻一起来就结束了。这是神。所以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。【第 11 集】

如果病在下【其下者，引而竭之】我们要攻下。比如攻下的药，有些利尿的。这里开始《黄帝内经》下了治疗的法则。所以我们有汗法、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。攻下的时候，有时从大便排出来，有时从小便排出来。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】。在表现在下定义了，阴阳表里的表，病在表的时候我们采汗法。

当然张仲景在用汗法的时候有些禁忌。在这里我们还没讲到《伤寒论》，基本上这都是张仲景当初看到这里，要发汗。怎么个发汗？用什么药去发汗？就要看《神农本草经》。张仲景那个时候还没有《本草纲目》。《本草纲目》是明朝的李时珍写的。张仲景去世很长一段时间才出的《本草纲目》，所以他都没看过。所以你们不用去考证，他的处方绝对不是按照《本草纲目》里面的药性开的，他是按照《神农本草经》的药性开的。

【其慄悍者，按而收之】所谓彪悍就是有剧痛，病来的速度很快。比如痛风。按而收之就是采按摩、推拿的方式。有针刺的方法。比如脚踝整个痛，或者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。比如他手掌痛，针从指缝下进去以后，按摩按到指缝这边来，把针拿起来。针拿起来以后再下，再去按摩。连续几次，痛就去掉了。这就是所谓的按而收之。【其实者，散而泻之】实者的痛是拒痛，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，按也是一种散，下子穴也是散。实痛和虚痛不一样。虚实的痛，虚痛是隐隐作痛、有时痛有时不痛。实证的痛 24 小时都在痛，因为它长在那个地方、有个东西在那里，当然会持续的痛。



【审其阴阳，以别刚柔】柔和刚，看他的阴阳。【阳病治阴，阴病治阳】。为什么讲阳病治阴？当阳有病的时候，我们一发现了阳病，比如我们现在知道这个人的大肠便秘了，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。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。同样的，阴有病会影响到阳。我们先去固阳，病就不会再进。比如肝病。肝病的人便秘，大便一定不好。这个时候我们想办法先调他的大便。还没有去治肝，先调他的大便，病就不会再进。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。所以一开始治病的时候就让他大小便通畅。先把阳固好，这时候再去慢慢退他的阴。病就不会再往前走，就很好治。这是《黄帝内经》里的原则。

【定其血气，各守其乡】。【血实宜决之】。我们在身上看到很多，比如病人裤子一拉起来，腿上、手臂上很多的青筋瘀血，血实可以看到。实际上我们真的做针灸是这样子，看到血实的时候、有瘀血、青筋的时候，通通给它放掉。可是实在是没有时间，临床上真的没有时间。再人多，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。就是这样子。有的人，今天刚好病人不多，给他通通放掉，再开药恢复速度很快。因为把瘀血大部分都放掉了，药物下去就很快。如果根本没有放，光药物下去攻，时间就要比较长。【气虚宜肋引之】牵引他，用针灸。气不足的人用针灸来导引他，所以针灸里面才会有“虚则补其母”。经络上面气虚的时候我们用当经的母穴来做，用补的手法来治他。这是导引，使气血恢复到平衡。

## 第六篇 阴阳离合论

到现在有六章了，还在讨论阴阳。【余闻】黄帝问，他听说了，其实听说就是你说。有个人跑来，我听说了，你不要说就你说了，你不说怎么会听说。余闻【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】为什么这样子？

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。天覆地载，万物方生】。就是阴阳区分的时候，可以分得很细，无限量的分，没有一个范围的。但是一个大原则就是，【未出地者，命曰阴处，名曰阴中之阴】在地底下的通通是属于阴处。【则出地者，命曰阴中之阳，阳予之正，阴为之主】。比如人体。人体很好玩，所以中医不能研究，一研究人着迷了。如果人体中间的横膈我们把它当成地表，膈下就是地下，膈上就是地上。所以肝脏在膈下右边，脾脏在膈下左边，肾脏在底下好像两个种子埋在土底下一样。脾是土。水生木，木就长了很多根、筋，筋膜就出来，然后筋就生个心脏在膈上，开始循环起来。如果把横膈当成一个地的界限，地上是阳，地下是阴，膈是一个界限。未出地者，应为阴处。【故生因春】所以身上所有东西的生长，会生长都是因为春天、春季的关系，【长因夏】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】因为有生长收藏，所以我们在人体里面可以计算、算到他的数。



【愿闻三阴三阳之离合也】。张仲景的《伤寒论》，它的章节太阳篇、少阳篇、阳明篇，从这地方来的。

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】。我们这样子看。人的正面是广明，后面是太冲。后面的肾脏两个在我们的背后面。肾脏的上面称为太阳。太阳的经，针灸的足太阳膀胱经的井穴是至阴，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】到了胸前上来以后再广明。【广明之下，名曰太阴】太阴就是脾。



的前面【太阴之前，名曰阳明】阳明就是胃。【阳明根起于厉兑，名曰阴中之阳】阳明的井穴是厉兑。所以学过《针灸》看《黄帝内经》就很简单了，不然还以为厉兑是《易经》里面的兑卦。【厥阴之表，名曰少阳】。厥阴是肝经，它的表是少阳。【少阳根起于窍阴，名曰阴中之少阳】。三条阳经的井穴通通在脚上面上来的。【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】。如果太阳、少阳、阳明三个是互相相辅相成的时候，就统称为一阳。太阳管大门。开合，少阳管门栓、栓动，阳明是主收合。怎么延伸它的意义？太阳是主开，开就是人身体里面跟自然界中间的开的门户。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、营养在运行的时候，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。比如开、枢、合这三个字。早上起来眼睛一打开，太阳开。开始刷牙漱口、开始动作，少阳枢。忙了一天，到晚上回家眼睛一闭起来，阳明合。阳明有问题的时候不能睡觉了。用这种想法来想。这一天很快，几句话讲完了。这是阳。这三个要互相搭配得很好，把它统称为一阳，所以一个动作而已。

【愿闻三阴】黄帝说听听看三阴是什么。岐伯说【外者为阳，内者为阴。然则中为阴。其冲在下，名曰太阴】。就是讲横膈，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】。足少阴是肾经，【少阴根起于涌泉，名曰阴中之少阴】。【少阴之前，名曰厥阴。厥阴根起于大敦】肝经的井穴大敦穴，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】这就是三阴之间的互相分开来、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，但是放在一起要合作的。【太阴为开，厥阴为合，少阴为枢】。少阴的传导，输送。到了厥阴就是在最底线、在最里面整个合住，跟阳明经一样。【三经者，不得相失也，搏而勿沉。命曰一阴】。【阴阳（𩑦）（𩑦）】（𩑦）念 zhong 中，（𩑦）（𩑦）就是气的往来、气的往来叫做𩑦。【积传为一周。气里形表，而为相成也】。表面上我们看到皮肤表面或怎么样、可以看到表面，气跟着皮表在里面走，互为相辅相成。

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，这是最重要的一句话。中药吃下去以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了 27 年还没排出来。中药很快就排掉了。尤其有些毒药，我们在下处方时候，毒药一剂下去 3 个小时身上就找不到了，因为毒药跟病一起出来了。我们不要没事、正常的给他吃毒药。我们会用毒，但是需要的时候才会用。绝对不能让身体里面累积任何东西。因为搏而勿沉、不沉积东西，所以所有自然界的東西你注意看，比如橘子。橘子有橘子皮，有很多纤维，有水在里面。吃橘子的时候，不会一吸刚好水吸走了、纤维吃不下去。设计者、当初设计橘子的就不是这样子的想法。整个拿进去，一吃的时候营养吃进去了、纤维吃进去了、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，纤维能够帮助排泄。所以不单单是维他命 C 在里面，还有纤维、还有水帮助排泄掉。吃个维他命 C 片就不一样了，里面没有纤维、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原因。为什么？会沉，会累积在身边里面。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。这是在《黄帝内经》就已经下过定义。

## 第七篇 阴阳别论

黄帝问【人有四经十二从何谓】什么意思？这一章的《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、讲个名词来讲脉的时候，大家比较不容易心领神会。我们用《易

经》的方式给你一个基本的概念。

你要了解什么叫做常脉，常、正常。比如我们去摸一个人的脉。《易经》有两个卦。一个叫做坎卦☵，阳在两个阴的中间。还有两个阳包着一个阴，这是离卦☲。离就是火，中虚。坎这种脉象，阳在两个阴的中间，这叫做常脉。用这样子想。手一摸，摸到皮肤摸下去，脉在下面，脉隐藏在中间。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。如果阳往外走的时候，人的元气就没有了，就是力气就没有了。形还在里面，形是阴，但人的体力、力量是阳。所以正常人的阴和阳中间的关系，应该阴把阳包住，阳潜在里面。所以平常你不会出力，这样看不出来，突然出力的时候力量就很大。这就是阳是潜在阴里面。所以在我们介绍之前，我先给各位一个基本的概念。

岐伯就回答了四经十二从。为什么讲四经？讲的就是除了脾以外的心肝肺肾。【经应四时】应春夏秋冬。脾是长夏，在季节的交接的时候出现。【十二从应十二月】十二经络络十二个月，十二月应十二条经脉。脉本身有分阴阳【脉有阴阳，知阳者知阴，知阴者知阳】。诸位可以参考给大家的资料。

诸位看《难经》第三难。我们把脉上面分阴阳的时候，手掌的横纹上面是大拇指，我们这样讲左手。以关的位置来说，我们为什么称之为关？就是因为上面是我们找阳脉、阳气的地方，下面找阴的地方。关就是阴和阳交接的地方，定义个名称叫做关。所以一般我们讲诊脉的时候，讲寸关尺。寸讲的就是阳，尺讲的就是阴，关就在中间。

以人的体型来说，从喉咙、脖子、肩膀、到胸腔、肚子、少腹。胸膈这边，在肋间之间就是横膈所在。横膈所在就是我们的关的位置，上面就是我们讲的寸的位置，下面就是我们讲的尺的位置。把它类比到身上来。用这种观念来想。

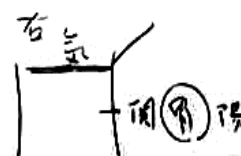


脉有分气和血。一般来说左手的脉管的是血脉，右手的脉管的是气脉，这是左右来区分的。诊脉的时候，我们有时候会两只手去按，同时按病人的左右手来做比较。我们慢慢深入。左手代表病人的血，右手代表病人的气。

女人跟男人不一样。女人主血。因为女人主血，所以女人是以血为主。当她的肺气很旺的时候，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。男人主的是气，跟女人是反过来的。气比较轻，所以是往上升。刚好相反。所以我们诊一个女人的脉的时候，常脉就是女人的左手要比右手大一点，因为女人主血。男人应该是右手的脉比左手要稍微大一点，因为男人主气。这是男女要分开来的。

有了这个观念以后，所谓知阳者知阴，阳比较表、比较刚，所以上面寸脉是君，下面尺脉是臣。皇帝在上面，下面是臣。所以上面寸脉的形状、气力、力量应该会比尺脉来的大一点。这是常脉。寸脉不能过尺的这条线，只能在掌横纹和关中间这一段。后边是一寸的长度，这是尺的脉。寸是九分的长度，如果超过掌横纹到上面的话就到喉部去了。所以如果在诊脉病人的时候，你一摸他的寸脉，寸脉怎么好长穿过横纹到手掌里面去了，这是溢出去了。当寸脉溢出去的时候，我们知道病人喉咙出问题了、上面就会出问题。如果喉咙长肿块、肿瘤越长越大的时候，寸脉不会直着走，因为人迎脉给挡到了。这个脉气就会往左边或往右边弯曲，你摸他脉的时候就变得L形。为什么你要知道这样子？因为当你在治病的时候，你治他吃了一个礼拜药以后，这个脉越来越弯代表你错了，慢慢缩回来就代表病人在恢复的中间。这就是我们看脉来决定，病人的病是往好的方面发展还是严重了。

知阴者知阳，我们知道阴，在寸的位置上我们也知道阳的大小。一般来说，阳要比阴稍微大一点点。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来的大。这就是“知阳者知阴，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】。这里就下了一个定义。右手的脉也有一个关，关就是横膈的地方，刚好是我们胃脘的地方，也就是说关在中间是胃的阳的所在。脉诊的时候，我们要先建立一个标准，以它为准来丈量其他的东西。所以你去摸病人右手的关脉的时候，摸到的是他的胃脉。以这个胃脉来作做主，来做比较。来看哪一个跟它相抗，就知道病在哪个脏腑。

你在摸胃脉的时候，基本的一个胃脉、标准的胃脉怎么算？我们吸入为阴，吐出为阳。所以我们在吸入一吐中间就是阴阳在交换。吸入是肝肾，吐出是心肺，在呼和吐中间就出现脾。所以在脉中间关的地方就是脾胃的胃阳的所在。我们一呼一吸、呼吸之间脉息就四至，一呼脉跳两下，一吐脉跳两下。不可能人在呼吸的中间没有间断。一呼一吸的时候中间会有间断，就增加一个脉。所以正常的脉一个呼吸跳五下是标准。我们前面讲的河图，五之数就是土的数、脾胃的数，这是最标准的。

土能生万物。以关脉、胃脉为主了以后，你去摸其他的脉。比如摸到心脏的脉。怎么知道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。怎么知道这个内脏有没有接收到胃气、受用到胃气？受用才是正常，不受用是不正常。以胃脉为主的时候，你摸心的脉。心的脉跟胃的脉速度是一样的，一样有力。心的脉在上比较阳，就比较浮一点点。这是常脉。如果摸到胃脉很正常，可是摸到心脏的脉变得很小一点点，心是阳脉，怎么可以（很小）。凡是脉很深、很沉，通通属于阴脉。脉很浮、很表、很快，通通是属于阳脉。胸为阳，心脏和肺脏在胸腔。胸腔是阳的位置，心和肺都是处于阳的位置。阳的脉应该比较大结果脉变小，我们就知道心脏有问题了。依此类推。比如尺脉，我们晓得尺是下焦，主阴。正常的阴脉会比较沉一点点。胃脉在跳动的时候，阴脉应该沉下去结果阴脉跳动比胃脉还大，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。就是以胃脉做标准的时候，其他的脉都可以诊断出来。

“所谓阳者，胃脘之阳也”。【别于阳者，知病处也】。跟阳脉有差别、有误差的，我们就可以知道病的所在。【别于阴者，知死生之期】。阴跟真脏脉，先讲真脏脉，这样比较清楚。我们有两种脉，溢脉跟覆脉。溢，超越。溢脉跟覆脉就是所谓的真脏脉。一般来说我们摸脉摸到真脏脉，这个人死定了。

怎么看？寸脉正常是九分，尺脉是一寸。如果九分的寸脉一直往上冲冲到手的寸部（尺部口误），阳脉冲出去了，阳脉为什么冲出去，因为阴在下面顶到。所以当阴太盛的时候，阳会逼着往外走，这时候称为溢脉。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。【第12集】

还有一种是覆脉，也是真脏脉。覆脉从上面阳的位置往下冲。本来尺的位置只允许一寸的长度，现在延伸得很长从阳覆盖下来，我们就称为覆脉。

简单的说就是，当你摸上去脉的时候发觉尺脉非常大、很长，超过尺脉本来应该只有一寸正常的范围，这就是覆脉。如果脉往上超，超过了寸脉，到鱼际里面之后而且是直直的、硬邦邦的，这就是所谓溢脉。这就是所谓真脏脉。一般真脏脉现的时候，都是阴和阳分格了，因为关已经没有作用了。这是很危险的脉。我们知道真脏脉出现的时候，可以知道他什么时候死。

【三阳在头，三阴在手，所谓一也】。所谓一，不管三阴、三阳，理论就是一个，就是以手掌的脉为主。【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】当阴阳很熟的时候，不需要很多医生跟你一起参考，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时你看到的影子越来越小，你摸到脉怎么越摸越小，会感觉到这样子。当摸他的脉越来越大，然后你去刺激它，它受到刺激的时候会越来越大，这种称为阳脉。【静者为阴，动者为阳】。静者，脉很静、很慢、很缓。动者，脉强力。【迟者为阴，数者为阳】。我们正常的呼吸，一呼是二至，吸气是二至，一共是四至。如果变成一至，速度太慢了。有时候八至、九至，一个呼吸就跳了八、九次，速度太快了。

【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。【肺至悬绝，十二日死】。【肾至悬绝，七日死】。【脾至悬绝，四日死】。一般如果遇到这种情形的时候要记这个数字？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，你只要知道这个数字，但是都是死脉，只是早晚而已。

继续介绍之前，我先给各位一个简单的概念，概念先要有。在上一章《阴阳离合论》有介绍到太阳、少阳、阳明。太阳主开，少阳主枢，阳明主合。

比如治疗脸部中风，治疗半天都好了，就眼睛合不起来。这是阳明合不起来，在阳明经上做就可以了。因为只有阳明管合，不能合就是阳明经气还不够。眼睛可以眨眨就是少阳很好，女孩子给你抛个媚眼眨一下，就是少阳很好。如果遇到一个人是阳明(太阳口误)有病，眼睛一开，闭不起来了、睁在那边。太阳主开。开在那边合不起来是阳明。有个人合在那边打不开了，左眼打不开，太阳证。这是一个，我们可以看眼睛。

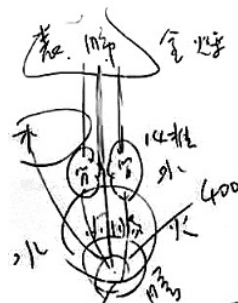
同样，依此类推把它推到皮肤。太阳主外。所有的皮肤毛孔，会开、会合。能够打开就是太阳，能够合起来就是阳明。当病邪在表的时候，感到外在的风邪，一进来的时候一定是在太阳。所以在皮肤表面的时候一定在太阳。全身最大的太阳经，从脚一路整个到背、从脚的至阴一路到眼睛的睛明穴，那么大的一条经络就在上面。所以太阳受病的时候一定在后背、项强项部的地方。由于它是在表、在最表的地方，人身上会去抗，这个病邪怎么可以进来。在我们的体力跟外在的病邪抗争的时候，就会产生有寒有热的现象。这是太阳的，因为病在表。

如果太阳病没有办法把它治好，病进入身体有两个选择。一个会进入少阳，一个会进入阳明。如果进到阳明的时候，病就停了，不会再进了，到此为止。阳明是热证，就是不现寒证，所以看到的通通是热证。你们在看的时候，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。只见热证叫阳明。所以很多人，比如那个太太来五十五岁了，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。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，开门了。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。这就是基本上的一个概念。

【二阳之病发心脾】，二阳讲的是阳明，第二个阳。发在心脾，心脾都是主血。【有不得隐曲】就是有的人得到病不好讲，比如男人精子比较少了，【女子不月】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、肠胃，结果肠胃消化了食物以后没有办法把食物消化成血，这个时候病人会有血虚的现象。如果再传经的时候，因为血不够【其传为风消】人就会日益消瘦下来，【其传为息贲者】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，还要脖子和肩膀去帮助。只呼一口气而息贲，这种是很危险的【死不治】。贫血到后来就是这个样子。

三阳就是第三个阳，最外面的阳，就是太阳。【三阳为病发寒热】，【下为痈肿】。为什么说会有生痈肿？因为太阳经本身是在体外，摸人的身上背上都是寒的，所以我们叫太阳是寒水。

两个肾脏的中间是督脉，第十四椎在这个地方。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。火在下面烧，肾脏的水在上面煮。肾里面的水，源头是来自肺。肺是肾之母，是金，金主燥。肺里面的水一直往下漏，进入肾脏。金生水。水从肺里面到了肾脏再气化、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、进入脑部里面去，来滋润我们的脑筋，增长我们的记忆。津液会进入我们的经脉。残渣的水再从肾脏进入我们的膀胱。所以水从肾脏到膀胱的时候其实已经气化过一次了，第一次已经气化了。跟我们的制酒厂也是一样。第一次蒸馏出来的酒是最好的。第二次就二锅头了，没有一锅头好。第一次蒸馏的最好。





第二次在到了膀胱以后，老天爷说人体是最精密的，再 recircle 循环一次，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，再去帮肝脏清理一下。气化出来的残渣再从小便排出来。

因为膀胱里的水是气化的状态之下，所以膀胱像气球一样，热气球往上升。膀胱里面有 400CC 的巨量在里面。为什么要有 400CC 的量？就是足够你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。如果你年老气衰了，一个晚上睡八个小时你上八次厕所，代表每个小时起来上厕所。膀胱本来是 400CC，好像被你变成 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。热气球往上升的时候，诸位这是很简单的一个观念，当热气在里面的时候喷射的力量就很大。所以小便力量很大，应该是这样子的。老头子晚上跑起来去小便，你听那个声音滴滴滴，像滴水一样，不够力嘛。

你会不会很笨，伸手看看尿是冷的还是热的？不会那么傻，听就知道。我们不要做聪明的人，要做听明。听跟聪很接近，聽和聰这两个不一样。听是耳朵下边加个王，耳朵当王，耳朵来听。所以聪明不好，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。聪明都有，但是我们要听明。

以后望闻（问切），闻、听，用耳朵去听。脉诊，摸脉摸半天还是比较形而上，因为你没有跟我到那边去跟诊。如果跟我到那边去，我在摸脉的时候，我一摸脉马上告诉你这个人怎么样。同个小时 3 个病人都不一样，我马上告诉你这个是谁，这是太阳表证、这是阳明实证、这是少阴证，马上出来。为什么？摸脉就晓得了。现在是夏天，我一摸脉说你冬天会得冻疮，他说你怎么知道，脉就告诉你。你不会摸就要这样子学。如果还是摸不出来，我们望闻问都可以解决。

中医听起来好像都很简单，我们有四诊的望闻问切，实际上一诊就够了。如果生理解剖学很了解、身体的结构很了解的时候，一诊就够了。所以如果老先生来跟你说晚上 8 次厕所，小肠冷、下焦寒，结束了。我们就热药下去。这是秉天之纪、地之理。天地也是这样子。拿个气球不会往上升，必须要烧热气，它才会往上升。世界上的气球比赛都是热气球，用冷气球是笨蛋跑去给人家笑死了，要烧热气才会往上升。所以观念很重要。这是天之纪、地之理，这是中医。西医不管，西医没有什么天之纪、地之理。一看，膀胱括约肌松弛，开刀。开了刀还是很冷，开刀跟寒热没有关系的。不要开刀，灸还要好一点，艾草烧一下很好。



如果膀胱经现在有病变。膀胱经里面是寒水。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，这样子我们才能够保持体温，不然体温就丧失掉了。寒水如果是遇到病邪的时候，寒水没办法透发停在皮肤底下的时候，水比较重会沉在下面，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？因为膀胱经从腿下来以后到委中、小腿、脚后跟、然后到脚前面的至阴穴，水沿着人的膀胱经上来。如果水是热水，气化的时候上去很快。如果是冷水，寒水停在这边。我们平常运动的时候太阳主开，一运动水排出来，新的水马上补位，一直在交换，不会停在那里不动。现在表如果一受伤，遇到外面的病邪来的时候，太阳本来是开现在不开了。不开了以后水堵在里面，汗水出不来，停滞久以后就会长化脓疮，或脚生疮，肌肉会有抽筋这种现象，【及为痿厥痹痛】。【其传为索泽】就是皮肤变得很粗糙。女孩子皮肤要很细腻如何？要常常保持汗出来，要新的汗去换旧的汗。如果不要出汗，要待在冷气间里就不出去，皮肤越来越粗。因为没有新陈代谢。真正要清到毛孔的最里面，不是从外面清进去而是从里面清出来。从里面清出来的时候，要流汗才会清出来。

可是流汗有时节。不能冬天一直在流汗，要夏天的时候流汗最好，要按照四时的节气来流汗。要皮肤很好，冬天不看时节跑出去流汗，自找苦吃。汗一流出来，“冬伤于寒，春必温病”，春天的时候发热病。发热病的时候你跑去找温病派吃药没有用，因为你的温病是因为冬天里有寒、里面有寒。因为冬天的时候跑出去流汗毛孔就打开了，寒气跑到很里面。一定要把寒散掉，

它才会完全根治。不然吃温病派的药、吃寒凉的药，当时一两天很好，第三天又来了。所以如果我们看小孩子发烧怎么样，吃了半天药，每次吃中药为什么当天很好、第二天烧又慢慢回来了、第三天烧又回到原状，就是里寒没有去。这样诸位就看得比较清楚。

皮肤会很粗糙。还【其传为癰疽】。因为膀胱经在中极，中极是膀胱的募穴，上面是小肠的募穴关元。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。有中极穴在这边的时候，肠子顶在上面。当膀胱经出问题的时候、经脉的力量不大的时候，肠子就会下坠，就疝气、肠疝。



【一阳发病】一阳就是讲少阳，少阳称为一阳。“少气，善咳，善泄。其传为心掣，其传为隔”。知道这个就会（治胆结石）。

中医对生理学的观念是这样的。胆是络到胃，胆汁直接进来。酸的入肝胆，多吃酸的，但是也不要吃太多。从早到晚就在吃酸的太多了，酸太多木会克到土、会影响到脾胃。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。小肠很热，所以水回去把肝脏清理出来以后，胆汁就出来了。所以胆汁等于是肝脏的代谢物。

心脏在胃的上方。心脏的搏动产生的热进入小肠。还有一个东西少掉了，我们有个心包。心包好像心脏的外膜，把心脏包住了。心包和心脏的中间有很多水，清的水、真水在这个地方，能够让心脏不会跳跳跳而过热。心脏在搏动的时候产生的动能会影响到心包。心包跟胆汁连到，一条经络连到。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。心脏怦怦一声，胆汁就出来一下。所以胆汁出来的速度跟心脏的速度是一样的。所以如果切胆的时候三刀，切两刀胆拔不出来，还有一个经络连到，要把连到心包的也切了。

少阳一阳发病，【少气，善咳，善泄】。因为胆汁排进来到胃过多或过少，就会影响到泄。【其传为心掣】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，也会回逆到心脏去。【其传为隔】如果少阳问题胆肿大时，吞不下东西了。所以胆结石的人里面堵到了，吞不下去东西。

你了解这个生化的过程以后，去胆结石就很简单了。第一个是我们如何找个药进入少阳，把胆打开来、能够疏解开来。第二个加强心脏的力量，让胆汁喷射出来。就好像一个香水瓶，香水瓶的头堵到了。香水瓶是喷的，喷水出来。喷香水，一压就喷出来。现在有东西堵在头那边了。如果香水瓶是肝、香水瓶的头是胆，现在堵到了。你找西医。西医一看要把它修好，就把头砍掉、把它封起来。西医就是这样子，香水就不能用了。中医不是，很简单，多压两下就喷掉了。问题是谁在压？心（心包口误）。所以我们如果开疏肝的药把胆汁打开来，加强心脏的搏动力量，再加一些化石的药，胆汁就排出来了。所以以后处方是天成的。还没讲到《伤寒论》《金匱要略》，我讲《神农本草经》的时候你就会开处方了。

【二阳一阴发病】二阳主的是阳明，一阴讲的是厥阴。厥阴就在胃和肝中间这个地方。发病肝脏本身就【主惊骇】。肾脏是恐。所谓怒伤肝，发怒气伤到肝脏。而本身肝脏发病的时候，不是发怒而是发惊骇的。肝有病的人不是一天到晚发脾气的，而是发脾气容易伤到肝，不是肝受伤才去发脾气。所以结婚的男人跟太太，“是、是”这样就好，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，【名曰风厥】，因为肝是风脏。

【二阴一阳发病】就是少阴跟少阳同时发病的时候，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。【心满】只要跟胆有关系的，大部分都会影响到心脏。会吐气【善气】。



【三阳三阴发病】，太阳和太阴合病的时候就是太阳证，太阳和太阴这两个地方。【为偏枯痿易】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，如果我们身体来分阴阳的时候，四肢是属阳，身体是阴。四肢是阳，露在外面的。内脏来说脾脏在管，脾管四肢。记得肢跟枝，枝是树枝的枝，肢是人体的枝，肢跟枝是相同的。脾是土，树枝就是土生来的。中医的观点就是这样，不要把它想得很复杂。脾主肌肉，四肢上有很多肌肉。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，男人的不举跟四肢不举没有关系的。不可以误解。有时候可以顾名思义，有时候不可以顾名思义。

**【鼓一阳曰钩】**什么叫做鼓？很多人不了解，要亲自摸过就知道。观念很重要。左手，手上的脉分寸关尺。寸是阳。什么叫做鼓？本来寸脉是九分，现在不是，可能两分、三分，就是一个圆圆的鼓在寸的位置，然后一摸上去那个东西顶上来，脉上就是鼓到的。平常摸手上的脉是横的。鼓脉就是摸上去向上顶到。鼓一阳是钩脉，是心脏的脉。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】**，在寸部的阳线。毛脉和钩脉，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。洪脉（钩脉口误）代表心脏的正脉。心脏的正脉的时候本来是洪脉，钩的时候代表说心脏出问题了、出了大问题了。第一个鼓一阳和鼓一阴通通是在寸的位置、寸阳的位置可以摸到。可以摸到一个很大的鼓，或摸到一个细细、像根毛一样的很细的。毛是浮在表面上很轻微的，可以摸上去。比如鸡的羽毛，旁边是平的，中间一条。你一摸上去中间那一条、旁边是平的，那就是毛脉。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。毛脉是肺脉。**【第 13 集】**

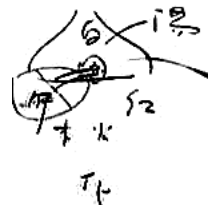


**【鼓阳胜急曰弦】**很急的时候，像吉他弦一样，就是肝脏的脉。**【鼓阳至而绝曰石】**，就是脉一直挺在那边不动，像石头一样，这是肾脏的脉。**【阴阳相过曰溜】**。什么叫做阴阳相过？关下为阴，关上为阳。阳在上，阴在下。脉有时会跑，上下晃来晃去。有时摸脉的时候你可以感觉到，还可以常常忽大忽小，有时在阳的位置忽大忽小，有时在阴的位置忽大忽小，就是阴阳相过。这是溜。溜来溜去，跨过了脾脏的位置，就是溜脉，溜脉就是脾脏的脉、脾脉。所以钩为心，毛为肺，弦为肝，石脉、像石头一样的为肾脉，如果摸到时大时小、上下阳阴这样走的时候就是脾脏的脉。



**【阴争于内，阳扰于外】**。正常人阴和阳是这样子。皮肤最表面是阳在表，因为有阳在表，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忙，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、心火去克肺，相争了，拉来拉去，克的争。相争的时候，阳本来是在外面受到阴的节制，现在里面在争，阳不晓得帮谁，阳就不稳定。这是阳扰于外。这时候**【魄汗未藏】**魄讲的是肺，津液就会往外散。**【四逆而起】**手脚会冰冷。**【起则熏肺，使人喘鸣】**因为津液丧失掉了，肺里面会干燥，这时候就造成喘鸣。这都是有病变的时候产生的一种现象。

正常的人，心脏的火搏动因为肺在这边，火和金的关系是火克金，这两个是相互的关系。当这两个很平衡的时候，心脏的火是下来直接进入小肠。肺里面的津液，如果你没有运动，津液会从肺里面回到肾脏那边，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。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以后，大肠的水才会回到肺里变成肺的津液。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。当了解这些以后，用推理。我常常去推理，我推理出来书上都没有，看病速度变得很快。



我举个例。我的手掌有粉笔灰，擦掉让你看看原来长什么样子。看完以后，我保证你今天晚上回家、明天到办公室去看每一个人的手，每个人的手都抓来看一下。手拿出来，什么叫做

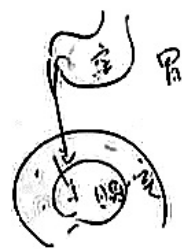
正常？正常就是粉红的。你们在幼稚园的时候都学过画画，配粉红色是白色跟红色混在一起。我们现在《黄帝内经》给你讲过了，肺是西方金是白，心脏是赤色。心脏很小、肺很大，所以白的很多、红很少。所以从上焦到了手掌的时候，胸腔是阳，阳中有阴，阴中有阳，见阳知阴，手掌就是阴，可以看到白和一点点红混在一起的颜色。这叫做正常。

哪一天心脏的血的提供者、肝脏出问题了。本来正常的肝脏把很好的血送给心脏，木生火，这一滴血就很漂亮很赤色，手掌就变成粉红色。肝脏有一天一大块被占领掉了，被占领掉可能是肝硬化或肝癌。血还是同样要回去，回到肝里面去发觉到，完了、已经被人家占领掉了，这个血根本还没有让肝化、还没有解毒的时候，就一大堆血就冲到心脏里面。心脏本来受一滴血的，现在不是，现在是一箩筐的血。红的太多了，白的比例就变少，跑到手上手掌就变红了，红的越来越暗。常人的红要看起来鲜红。不是，越来越暗变成暗红。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。所以我平常每次摸脉的时候在看手掌。以前算命的时候看生命线、天柱纹，看他有几个小孩呀。看病的时候不是，看他的手是不是肝病。其实脉还没有摸，看是肝病，脉已经不用摸了。如果给他吃了一个礼拜的药，越吃他越红越暗，完了，方向错了。越吃粉红色出现的颜色越淡，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。

【阴之所生，和本曰和】。阴是五脏，我们化生出来的血，都是阴。正常的阴，阴要和、很和平，不要有风浪。如果阴未和，有一天阴太盛、太壮大，因为有阳（虚）。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。比如坎是水，中间是阳在两个阴里面。这是阴和阳很和，不会有问题。

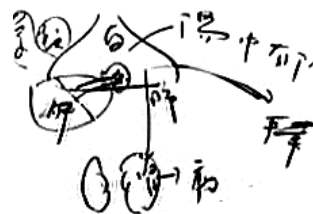
万物都是来自于水。没有水，没有任何东西可以生存。这是个大原则。中医西医最大的不一样的地方，就是西医只看血，中医要看水。大家都知道身体里面有 70% 以上是水，只有 25% 是血。我们不可以拿 25% 的资料来做判断，会错的。就好像美国的陪审团，证据根本不足，看两个证据就判有罪，害死人。要全部看清楚才能判。所以常常误诊。



【是故刚与刚，阳气破散，阴气乃消亡】。如果阴气过盛，阴气过盛的时候会造成阳虚。阴太盛的时候阳会虚掉，会把阳气打散掉。阳气一散、没有东西去制阴的时候，完了，阴就散掉了。阴散的方式很多。可能是太阳开了，不断流汗津液就伤了，还有大小便失禁。大小便合不起来就是失禁，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】。这都是因为阳虚会造成阴盛。

【死阴之属，不过三日而死】。所谓死阴之属，等一下会讲到。【生阳之属，不过四日而死】。脏和腑不太一样。脏本身收藏，可满不可以实。腑可实不可满。为什么？举例比如胃。你吃了很多东西，实就是东西，可以实，没有关系。因为一消化以后它就跑到小肠去了。跑到小肠去以后，变成小肠是实、胃就是空的。所以腑可以实，但是不可以满。什么叫做满？便秘 7 天没有大便，小肠、大肠通通堵到了，堵到胃的下口了。已经满到这边了，你还在吃就是过满。不可以满。脏不一样。脏里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。

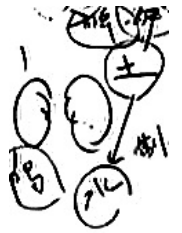
肝如果有实的现象的时候，因为木生火，会让心脏的速度会变成很快。所以肝阳很亢的时候，因为里面有实，肝阳、肝的里面的阳没有办法待在里面就往外走。肝木一出来的时候就遇到的是火，让心脏跳得非常快，到八九一息。一息就是一呼一吸，正常是五下。他到八下、九下、十下就快死掉了。





中医跟《易经》有关系，我们讲的是象跟数。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、一的时候越危险，越靠近九、十的时候越危险。如果原来是七帮他治到变成五，原来是三治到变成五，都是高手。本来是六给他治到十，就是方向大错、搞错方向了。从脉的速度（变化）也可以摸（并判断）出来。

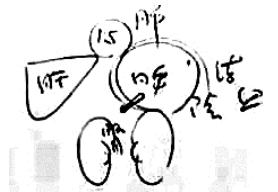
【所谓生阳死阴者，肝之心，谓之生阳】。本来肝生心是生、相生，所以谓之生阳。但是这个生阳是阳亢，亢是太过了。【心之肺，谓之死阴】心脏和肺本身是互相制衡的，两个是相克的。这是死阴。【肺之肾，谓之重阴】。肾本身是受纳来自肺的营养、肺的津液。现在肾有病了，肺还是不管、不顾一切的提供肾很多的营养、很多的津液，加重肾的压力。这是谓之重阴。【肾之脾，谓之辟阴，死不治】。正常人的观念很重要了。脾脏是土，肾脏是水，正常人的土是来克水的。我讲过用克的话你们好像容易误解，我们算命给它克比较好。这里土是制水。有两种解释。一般书面、字面上的解释大家都知道，有积水问题我们要去强脾把水慢慢排出去，其实这是最基本的想法。真正的传神的想法就不是这样子了。肾本身有阳在里面，所以我们叫肾阳，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。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、潜在里面、躲在里面。所以肾是坎水，中间的阳要躲在水里面。乖乖的躲在里面要靠谁？靠脾脏，因为脾能制水。



以后我们开处方治肾阳不固。记得阳是主开合。行房时它会挺起来、会胖，分泌津液出去的时候要开合，这就是阳、肾阳。阳没有了不能开合了，有些人就用一些固精的药。北派的经方家脾脏一加强，小便也不失精了，精也不遗了。为什么？脾土，土可以治水。这才是根本。所以经方我们很少用到《本草纲目》里面很多药，我们用不到。因为这本来就是《黄帝内经》的。所以你们如果在学校里面问一般的中医教授，脾来制水就是水肿的时候我们要去治脾。这是大家都知道的。但肾阳不固的时候要去治脾就不了解了。就是这个道理，土能够制水。

死阴为什么讲心和肺？心和肺本身是金和火。金里面的津液不够、肺里面的津液不够的时候，火一直在蒸化，肺里面就出问题了。肺像汽车的水箱，心脏像汽车的引擎。水箱里面水不够了，汽车过热，烧坏掉了。死阴。

这里讲结阴和结阳。【结阳者，肿四肢】。所谓结阳就是，阳气被封到了、受到阻力了。被一个绳子绑到了，结住了，阳气受到阻力。人的四肢是阳，身体是阴。如果阳结到的时候，四肢肿起来了。因为阳不行的话阴就会盛，这时候四肢水肿。



【结阴者】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。如果脾脏被结到了，让绳子绑到了、封掉了，血进不到脾脏里面了。血要送进去，因为阴藏血。阴脏里面都是血，进不去了，所以血要回逆、逆流出来。逆流出来的时候，我们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、阴结住了，血出来是一升，大概 40CC 的量。如果排血出来是 80CC 的量、两升的量的时候，就代表两个脏结到了。三升的量的话，三个脏结到了。排血有可能从大便排，有可能从小便排，有的时候血吐出来。



【阴阳结斜，多阴少阳，曰石水，少腹肿】。阴阳同时被受阻到了，如果呈现出来是阴盛阳弱的时候，称之为石水。石水最主要的症状就是少腹肿在那边，就是阴阳结住了。为什么在《黄帝内经》里讲这是在少腹？因为以后学到的处方，针对这个一剂去掉，一剂已。处方就是这样来的。所以以后讲处方的时候就简单了。阴阳结、多阴少阳就会变成这样子。

【二阳结，谓之消】。二阳是胃气。胃气如果被结到了，它没有办法往下散，胃气在胃里一直往上升。上升的时候为什么叫消？因为饮水。

常人饮水入胃的时候，在胃里就直接散发掉，被身体吸收掉了。饮的水并不会进入小肠再进入大肠。如果饮的水进入小肠再进入大肠的话，这个人就是下利的，因为太冷了才进得去。所以只有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，热气没有办法往下走，热气只有往上升，造成胃里面非常热。你渴，水一喝下去就没了，一喝下去就气化掉了。这就是消。消渴。比如糖尿病就是类似这样子的。

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

【三阴结，谓之水】。因为阴是寒水。正常人，我们身上有非常多的气。站在那边吐一口气，看到的是热气，这个气会动，我们不叫水。但是如果是阴结，就是里寒，寒结到的时候气就没有那么热。气本来就来自水，气就会换化成为水。正常人的气，到了小肠里面去以后，因为小肠在最底下是火、很大的火，所以上面的心脏也在烧、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的时候，原来气化的水就转换变成冷水在身体里面叠到。这一段就这意思。在三阴里面堵到，谓之水。这是三阴结。三阴就是指太阴，脾脏还有肺脏。

【一阴一阳结，谓之喉痹】。一阴讲的是肝、厥阴经，一阳讲的是少阳。这时候产生喉痹，喉咙会有问题。



【阴搏阳别，谓之有子】。这里讲的是（孕）脉，这是《黄帝内经》教我们诊断。手掌的脉有关位，寸是阳，尺是阴。如果摸脉的时候，阴的脉非常的大，搏，一直跳动得很强。阳别，什么叫做别？就是寸脉本来是一条脉现在分成两条。怎么变两条了？它跳来跳去、左跳右跳，有时候分两条在跳，这就是怀孕有子了、有小孩子了。当然中国人很好玩，男左女右，如果摸到左手的脉是男孩子，如果摸到右手的脉是女孩子，这就是孕脉。实际上手少阴心经的神门旁边有一条大筋，心包经在中间另两条筋的中间，神门在大筋的内侧。在大筋的内侧还有个脉，这就是少阴的脉。小孩子的心脉在这个地方。

【阴阳虚，阳辟死】。寸脉是阳，尺脉是阴。阴脉跟阳脉都是虚证的时候，当他出现虚证的时候，病人同时有下利、肠痹、下利不止，这是很危险了。为什么？阴阳本身就虚了。虚到什么程度？还在下利、下利不止，代表人已经虚到极限了。因为阳才能够控制它，阳也没了，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。我们当个医生，不可说我们在医书上学到死症就让他死了。不是，我们要放手一搏。我常常就去搏。搏的时候，只有经方有办法搏。

【阳加于阴，谓之汗】。寸脉的阳脉跑到阴脉上面的时候你摸到了，这就代表病人在出汗、有汗、汗流不止，因为阳，阴在往外走。尺脉是阴脉，正常的阴脉是沉、缓在下面。现在阴脉跑出来变阳脉，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。正常人我们都要流汗，但是流汗是有动作、运动以后才流汗。不是随时坐那边不动，或者晚上睡觉也去流汗，这就太过了。

【阴虚阳搏，谓之崩】。如果是尺脉是虚的、寸阳脉是搏到的，这时谓之崩，病人大量出血。所以虚脉就是说，虚的时候轻轻摸它可以摸到脉但按到骨边就没有脉了。正常的阴脉、尺脉是到骨边的。人一虚的时候，阴脉会浮起来。浮起来摸到有点一点点脉，可是按下去的时候脉就完全不见了。这就是阴脉是虚脉。虚脉的时候阳脉、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，二十日夜半死】。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。脾脏和肺脏是土和金。在晚上半夜的时候，因为木、半夜是木气当旺，所以它是相克的时辰。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。本来夏天是心脏，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。有肝病的人在春天这个节气来说的话，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，做肝血管栓塞、做化疗。肝癌开刀。我到现在没有听过有开刀好的。结果我们在治的时候一看，本来药劲就会到，他做了化疗以后前面挡着一层墙。阴阳被隔掉了，我们的药到了那个墙被打回来，被化疗打回来。我常常遇到这种情形。人会很懊恼，他本来不该死的就死掉了。《黄帝内经》的解释，心里要想这是好几千年的东西，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、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、一天的时间也可以算。还有你看黄历，黄历每一天都有一个干支，也可以计算他生死。

【二阴俱搏，十三日夕时死】。二阴讲的是少阴，少阴在我们身上就是心还有肾。夕时，夕阳西下的时候。13天以后的夕阳西下的时候死。

【一阴俱搏，十日死】。一阴就是厥阴，有肝还有心包。10天就死掉了。所以正常的阴脉要沉、要隐、要缓，不能够太搏、太强，搏就是太强。

【三阳巨搏且鼓，三日死】。三阳讲太阳，膀胱、小肠。不但速度很快，而且硬的像骨头，像鼓一样挺起来了。挺着，摸上去就是一个东西顶到的感觉。他的脉不是一条，而是鼓着的状态之下。这种3天就死掉了。这种都是很危险的。

【三阴三阳俱搏，心腹满，发尽不得隐曲，五日死】。太阴还有太阳俱搏，太阴是脾主心腹，5日死。脾脏本身管四肢、管阳，少腹也是脾脏在管。

【二阳俱搏，其病温，死不治，不过十日死】。二阳俱搏讲是是阳明。阳明如果脉非常的搏、速度很快，这是阴没有了、一点没有了。其病温，温就是温热的病。也是死不治，不超过10天就死掉。现在我们临床上在看的时候，当年黄帝跟岐伯在对话的时候病温而死掉了，张仲景解决了。温病不可能死人的。到了我们介绍到《伤寒论》、《金匱要略》的时候你就知道，一剂就够了。温病怎么会死人？医生看不好。【第14集】

## 第八篇 灵兰秘典论

黄帝问【十二藏之相使贵贱何如】也就是说如果把十二个脏腑的功能放到宫廷里来，看看谁是谁、谁可以对应成谁？岐伯当然很巴结皇上，【悉乎哉问也】。

【心者，君主之官，神明出焉】心者，心脏。这里看起来好像没什么，听过去就算了、大概了解一下功能，实际上有它的意思在里面。心脏的神、心脏的神明，心是离火。为什么说是火？你看蜡烛的蜡烛芯，蜡烛在烧的时候，火焰的中间是空的。你们去看火焰如果没看过，你们现在都是手电筒、灯光，很少去看火。你点个蜡烛看，中间是空的，火的中心是空的，中空。中间是空的为什么？因为有真水隐藏在中间。



所以从火焰可以看到，我们在人事上面有中空、中间是虚的。中虚为明，你要做个明，很明明白白的人。当时在给你讲，你说怎么常常给人家骗。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。这都不会受骗上当。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。当我们的眼睛、耳朵都好没有关系，中虚。什么都不要想，把身体当成一个空白一片，这时候听中虚为明。这是人事上的明的性。这是性。

心藏神，这个神里面是真水。真正的水是来自什么？肾脏。所以心脏里面的神的源头是来

自肾脏。一开始我在讲，西医认为人身上第一个造成的组织、器官是心脏，中医说不对、是水，有水以后再生筋膜再生心脏。所以怀孕刚开始没有心跳，两个礼拜后才查到心跳。两个礼拜以前不是人？那是因为筋膜、心脏还没有生出来。还没有生出来筋膜之前，全部是水，还是有生命的。所以中医还要推往前。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、心脏、胆、肝、肾脏等该做什么，是肺脏在管。因为肺在最上面，肺像天幕。所以肺是心脏、君主的老师，在上面，治节出焉。肺就是岐伯，黄帝就是君主。

【肝者，将军之官，谋虑出焉】。肝脏就好像将军，能够打仗，能够出谋略。

【胆者，中正之官，决断出焉】。胆很正常的时候，人有胆识、有胆气。胆气不够的时候，就没法做决断。肝和胆都是木，肝是阴木，胆是阳木。学过《针灸》这就很简单了。

中医认为肝主目，所以眼睛的视力肝脏在管。如果视力有问题，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，不见得肝脏、胆腑有问题。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，打电脑、打电动玩具，打得近视眼。这不是内脏的病。肝、阴有问题的时候眼睛会退化，退化掉了就是肝脏有问题。或者是里面有重影出现，或者是看到蚊子出现、飞蚊出现，我们都要从肝脏下手。



既然肝木在管眼睛，当然胆也要管。胆有几种管法。一种是，胆本来像个袋子一样，袋子向下很正常。袋子如果被翻过去，因为有时候小孩子吐得很厉害。吃东西就要吐，因为爸爸妈妈不知道中焦有水隔在那边，猛给他灌奶，他一直在吐。吐得太严重的时候，胆翻过去了、这个袋子反过去了，这时 b 就会看到 d。所以胆出问题的时候，视物通通会左右反过来。所以当初奇怪视觉怎么看成反的，p 就看成 q 反的，怎么治？治胆。这是两种视物上的问题、视觉上的问题。

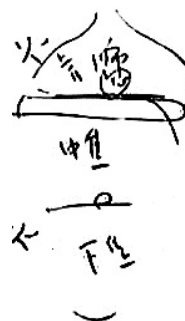
【膻中者，臣使之官，喜乐出焉】。膻中是心包的地方。臣使之官讲的是太监，还有宫廷里面的艺妓、歌妓唱歌的。

【脾胃者，仓廪之官，五味出焉】。专门管农业局、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，雕刻师傅什么的工艺很强的，画画这种都是。



“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】。三焦和膀胱，现在膀胱你懂了。因为膀胱贴到小肠，气化了所以小便就排出来了。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】。三焦最早原生于肾脏的地方。第十三椎是三焦俞。肾脏的中间到关元，最早的焦源，原生、源头在这一带。三焦往上走，进入横膈膜这个大的位置。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。焦就好像焦，焦有肉月，也就是说脏腑之间有很多油网联系到。油网联系到就是三焦。为什么要有油网？有油在里面，水才会跑得快、代谢的快。三焦里面的油原生来自脾脏，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。三焦里面的油是来自脾脏，也就是说脾脏有问题的时候油就没了。油就没了的话，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，还有脾脏的油使水在身上跑得很快。这是决渎之官，水道出焉。这里先简单的介绍一下三焦。



【凡此十二官者，不得相失也。故主明则下安】，讲心脏的重要。心脏是君主之官，本来心脏是不受病的。所以你听过肝癌、肺癌、胰脏癌、脾脏癌、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。我刚刚才讲过心脏像火。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，你的手掌一直握着动。肝主筋、主握，没事在那边握，你看看手掌有多热？越来越热。那是你刻意去制造的。心脏不用刻意，它一辈子在跳。一直要跳、跳一辈子，你想想看它热不热。所以心脏像火。

所有的病毒、癌细胞或怎么样子，经过血，在血液循环里面一定会经过心脏。当它穿过心脏的时候，好像飞蛾扑火一样。所以癌细胞一经过火化的时候，通通全部杀掉。所以当有癌症出现、重症出现的时候，都是里寒的。如果我们让全身像心脏一样热的话，癌细胞就杀掉了。

所以我们不需要去制造一些毒药去杀害癌细胞。怎么能杀得那么准、只杀坏的不杀好的？毒药不会那么听话。所以做化学治疗就好像，有 4 个劫匪绑架了一个学校 100 多个小学生就是要勒索，结果特种部队进去，除了这 4 个劫匪以外 100 多个小学生全部干掉。那你说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，这是西药。

中药不是这样子。中医环境一改变，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，这是心脏好。内脏里面有很多的血管，热度如果很强的话怎么会有癌症？正常的细胞本来就在你身体里面活得好好的，已经习惯于你的热。现在癌细胞进去就想，病毒就是这样子，我要把环境改变了让我能够生存、正常细胞不能生存，这是病毒的想法。所以你用这种想法去想的话，怎么会化疗会好。

所以主明则下安，【以此养生则寿，殁世不殆】。所以我们要把心脏固好。心藏喜，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。比如我回来这边，不行、我要去竞选总统。怎么好好的人不干突然跑去竞选总统，那不是自找麻烦？开始晚上睡不着觉了，心脏就出问题了。因为你去做你根本做不到的事情，神经病一样。刚刚谈到心是君、主要明，这时候【以为天下则大昌】。【主不明】就是心脏出问题的话，【则十二官危】就会影响到其他十二个脏腑，【使道闭塞而不通】。【形乃大伤，以此养生则殃】如果伤到心脏的时候，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，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，神不守舍会引起失眠。如果用安眠药去控制它，神并没有回来，只是强力的让它睡眠，会造成神丧失得更严重、会影响到其他的脏腑。这是打个比方。很多的西药本身都会伤到心脏，所以常常很多止痛药都会伤到心脏以后再把它下架。像以前的美国很有名的 Fen-phen 减肥药，还有以前的 viox 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】。中医的观念，一定要把心脏固好。固好心脏，一个是随着节令、四季的节气春夏秋冬而生长收藏，还有就是情志上要保持心情的愉快、不要太郁闷。【至道在微，变化无穷。孰知其原。窅乎哉，消者瞿瞿，孰知其要。闵闵之当，孰者为良】。

【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，你在进入它的领域的时候，刚开始的根基很重要。所以你第一步踏出去的时候错了，后面就一直错下去。中医如果学的是对的，从一开始就一直正确下去，就不会浪费很多时间在不必要的地方。所以这一段讲刚开始的重要性。

【黄帝曰，善哉。余闻精光之道，大圣之业，而宣明大道，非斋戒择吉日，不敢受也。黄帝乃择吉日良兆，而藏灵兰之室，以传保焉】。

## 第九篇 六节藏象论

黄帝就问岐伯【余闻天以六六之节，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】这是什么意思？【岐伯对曰，昭乎哉问也。请遂言之】。

【夫六六之节，九九制会者，所以正天之度，气之数也。】一个是天的度数，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，看第二段。前面没有什么。【天为阳，地为阴。日为阳，月为阴。行有分纪，周有道理。日行一度，月行十三而有奇焉。推余于终日，而天度毕矣】。

第二段这边就在讲。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。6个甲，就是出现6次甲乙丙丁戊己庚辛壬癸。连续6个甲、6个天干的话成为60天，这是一个六甲。为什么要以六甲？因为天干是十、地支十二，十跟十二的最小公倍数就是60。干是十，六的倍数，6乘10就是60。六十的数字是这样来的。所以叫六甲，这讲的是天时、天的度数。【甲六复而终岁，三百六十日法也。】360就是60再乘6，360就是一个岁、一年。一年是360多天，多余的天数4年把它混在一起，就变成闰月出来。



【夫自古通天者，生之本，本于阴阳。】我们人身上有天数，还有气数。【其气九州九窍，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。大、小便不管上在马桶里面，总之还是在天地之间。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，阴阳五行的木火土金水，生数是五。气有三个气数，所谓三个气数有表、有半表半里、有里，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，你到餐厅去吃饭你就知道，餐厅盖得很奇怪。大家从餐厅的门进来，南方没有北方有，做了一个玄关。就是从门进来开个门，再进来还要开第二个门才会走进来。为什么这么麻烦？玄关是半表半里，外面是表，里面是里。这样的话外面的寒气才不会进来，最多只到玄关这里。一开外面的门寒气到玄关，然后从玄关再开门进到里的时候第二个门就挡到了。所以里外之间有个半表半里。这就是气有三气。【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，外形看过去的时候有头、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9个方位。

【余已闻六六九九之会也】黄帝说他知道六六九九的意思了。【夫子言积气盈闰，愿闻何谓气。请夫子发蒙解惑焉】。岐伯就说【此上帝所秘，先师传之也。】这是怎么秘密？【请遂闻之】。岐伯说【五日谓之候，三候谓之气。】五三就是15天，所以15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15天的一个气。有节气，节气就是有属性，就有气。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15天，6乘15是90天是一个季，所以6个气为一个季节。这里的时讲的是季节，就是3个月。4个季节就成为一岁、一年。四个季节【而各从其主治焉】，肝心脾肺肾。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。【时立气布，如环无端】一直这样循环下来。【故曰不知看之所加，气之盛衰，虚



实之所起，不可以为工矣】所以如果不知道节气的盛衰、四季的盛衰、虚实的所起，不可以当医生的。所以我们常常在治病的时候，随时要注意节气的改变。现在是春天了、夏天了、秋天了，我们摸到的脉都要跟着变更的。不能一年不管什么节气就是以以一个季节的脉为主，这是不对的。

【五运之始，如环无端，其太过不及何如？】黄帝问五运，就是木火土金水，如果太过和不及怎么办？岐伯说五行之气本身是并存的，本身【五气更立，各有所胜】，各司其职。【盛虚之变，此其常也】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什么的，就是过的现象。黄帝就问【平气何如】什么叫做正常？

【无过者也】岐伯就很简单说，没有过就是正常，不用我讲。黄帝就问【太过与不及奈何】怎么处理？岐伯说我说过了，不讲了，【在经有也】经也有。这很像我，我常常说讲过了不回答了。经在哪边？在《黄帝内经》第十九篇《玉机真藏论》里面就有讲，节气太过的话怎么回事。黄帝说好吧。

【何谓所胜】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。】听起来好像这没什么，我解释给你。春、夏、长夏、秋、冬，这个图我故意把脾放在中间，让你看脾是主中。中的意思就是，节气交换的中间都是属于脾。我们在五行图上看的时候，所谓春胜长夏就是木克土，木克土的意思就是春胜长夏。我们订立治疗法则的时候，这个除了讲病因以外，还有治疗法则在里面。我们治一脏不平，我们去治所胜之脏。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，反过来说脾脏有问题的时候有我们可以去治肝的意思。这是“得五行时之胜，各以气命其藏”。



#### 【第 15 集】

【何以知其胜】黄帝问何以知道它胜？岐伯说【求其至也】就要看他的气到了就知道了，我们才知道什么叫做胜。【皆归始春】从春天开始。一般来说我们以立春开始，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。立春到雨水这两个礼拜，一个节气，因为在交换，还是比较冷。雨水以后开始春天了，要热。

【未至而至，此谓太过】应该是到雨水以后才开始走春天，结果还在冬天的时候就行春令。冬天本来应该很冷，怎么今年冬天很热、冬行春令，就是未至而至。这就是所谓的太过。【则薄所不胜】太过就会产生木气过旺，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，木就会反侮到金、就会害到金。也就是说，太过的气脉的时候、节气的气以后，【命曰气淫。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有办法查到，到头来会没办法控制。这是我们要注意气太过。

天地之间也是这样子。比如水在地球是固定的，水量就那么多。今年这边是水灾、那边就是干旱，反正水就是那么多。冬天本来是很寒冷的，寒冷的时候水汽都在天空上面。突然冬天行春令，开始温暖，下雨了，所以冬天变得雨水很多。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的时候，夏天就会比较干旱。

【至而未至，此谓不及】。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。这叫做不及，该至而不至称为不及，变成春行冬令。春天的时候还在行冬令，夏天的水就会很大、夏必大水、夏天就会有水。过去中国的很多天官，就以节气的过与不及，赶快预计明年夏天会怎么样，赶快预做准备。这就是过与不及产生的问题。该至而不至，春天该到了结果还不到、还是冬天就为不及，【则所胜而妄行】木所胜就是金，金能够胜木，就会害到肺。【而所生受病】春天木生火，所生就是火，心脏就会受病。【所不胜则薄之】所不胜是土。因为木是克土

的，这是不胜。薄之就是病比较浅、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。【所谓求其至者，气至之时也。谨候其时，气可与期。失时反候，五治不分。邪僻内生，工不能禁也】。

黄帝说天地五运的气、就是木火土金水，春、夏、长夏、秋、冬【有不袭乎】有没有不应这个环节来循环的？岐伯说【苍天之气，不得无常也。气之不袭，是谓非常，非常则变矣】。非常就有大变化。比如现在是冬天怎么变成夏天那么热、秋天变成春天，这是无常。没有按照正常的春夏秋冬走的话，一定会生到大变。

黄帝说【非常而变奈何？】会怎么样？岐伯说【变至则病，所胜则微，所不胜则甚】。一般来说，我们前面（第一课五邪）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。（来自）心脏所生的土就称为实邪。（来自）心脏的母就称为虚邪，就是木。如果是水过来，水本身是克心脏的、本来是克，再克进来，心脏有问题的时候水来的力量更大，这（水）是贼邪。火能克金，火本来是克金的，心脏有问题的时候会影响到金，但是肺只有一点点毛病，所以心脏有问题的人肺的问题不是很大（，金是微邪）。【因而重感于邪，则死矣。故非其时则微，当其时则甚也】。

在介绍下一段之前，有些天文上的知识给你们介绍一下。五的数、木火土金水的五的数，5天。我们常常说寒不过五。这几天好冷，到第6天就会转了。因为气数只有五，木火土金水，第6天就会转。热也不过五。夏天的时候天气突然连续好几天很热，连续5天、到五的极数不会再过去了，到第6天的话一定会下雨，下雨天气会比较凉快一点。不会整个夏天每天都很热，那就是非常数。五的数很有意思，以后诸位观察，大家就会看到真的很妙。同样的，比如数在变，你去摘个苹果下来或什么水果下来。从树上刚刚摘下来的时候，木的味道还有，木是酸味，咬下还是酸。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。

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】。这里开始讲有些药性出来了。【草生五色】五种颜色，植物分成五种颜色，有青赤黄白黑。【五色之美，不可胜视】五色的变化，我们很不容易去分别它。【草生五味】植物除颜色青赤黄白黑以外，又分成五种味道，就是酸苦甘辛咸五味。【五味之美，不可胜极】没有办法一一去尝它。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、生长收藏的节气的变化。还有我们人吃着五味，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】我们的吃的饮食进入口。五味都是地来的、地气来的，地在生长。人就是吃天和吃地。五味入口，所有味道的食物【藏于肠胃】。【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。光有地气吃的五味没有天气也不行，没有呼吸。有吸气也不行，一定要有地气来互相配合。

当然也有很多例外，上古的真人是例外。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。我们如果同一代走掉就算了。只有你还活到、两百年你还活到，人都不认识，你也不晓得怎么样跟他们沟通，很没意思。个人的看法。

我们讲脏象。黄帝问【脏象何如】？现在开始一个一个分开来。

【心者，生之本，神之变也】。心是夏气，夏天的气息。【其华在面】脸上的气色，心脏。两边脸颊的头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎，这是胃气的所在。心脏的气色是在鼻子正中间的位置，心气之所在。【其充在血脉】我们身上的血脉，比如看到我手背上的血脉和皮肤，这个血脉是正常。如果看到血脉在腿上，很多青筋、瘀筋好像静脉曲张或一些小血管，这都是不正常。我们所





谓的缪刺法，是一种刺络。经络或是孙络上面的病，我们除了在井穴上面扎刺放血以外，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。血脉有问题的时候，讲的都是心脏。所以如果看到病人静脉曲张或者血脉有问题，我们通通开心脏的药。**【为阳中之太阳，通于夏气】**夏天的时候，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，夏天的时候心脏是王时，本身不受病的。所以正常应该在夏天不会有人心脏病发作死掉才对。中医是站在外面看里面。中医先下了定义，心脏通于夏气。所以如果台北市夏天全部、没有人、根本急诊室没有人发心脏病死掉，代表台北市的医学是对的。那么我们就问问看，台北市发展什么医学。如果夏天还是有人得心脏病死掉，这个医学错了。因为不治也可以。《黄帝内经》并没有讲治，按照人的身体的纪律和天是相通的，不应该会有人发心脏病死掉。你去调查一下，看看夏天心脏病死多少人，就知道这是对还是错。

**【肺者，气之本，魄之处也】**魄，我们这里讲阴阳。心是神之本，心是阳，神藏阳里面。神是阴。肺是阳，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。我们讲魄脏讲的就是肺。**【其华在毛，其充在皮】**皮肤、毛孔通通是肺脏在管。肺和心脏的关系都在上焦。肺主气，心主血。为什么肺主皮毛？到皮肤的时候都是肺。从肌肉外面的皮肤突然长个毛出来。怎么会长个毛出来？因为肺和心在上焦，心是藏血，所有的毛都是血的多余的地方、血之余。好像牙齿，肾脏管全身的骨头，牙齿是跟着骨头连在一起的，牙齿就是骨头多余的地方。牙为骨之余就是这样来的。毛是血之余。因为心脏的血到皮肤以后遇到了肺气，血气化以后就变成毛发生出来。毛发就是这样。反过来，你要把毛没有了，反过来做就好了。**【为阳中之太阴，通于秋气】**秋天的时候通于肺，这是肺当令主肃杀。所以如果秋天的时候跑出去一看，哇，大自然界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它烤黄，你看看要花多少人力。天气之间不要，一变，一夜之间整个树叶变掉了。就那么快，天地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。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。



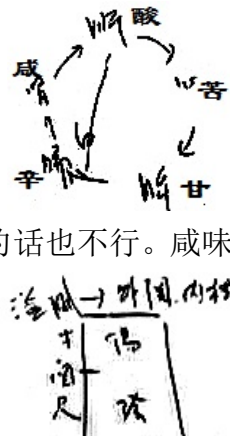
**【肾者，主蛰封藏之本，精之处也】**所谓肾要收藏。**【其充在骨】**。肾脏在土里面。横膈是地面。肾脏好像两个根、树根种在底下。所以肾脏是黑色的。冬天的时候通通是收藏。动物、植物，很多都冬眠了藏在底下，种子通通藏在底下。所以冬天可以看出来肾脏的性。人的皮肉筋脉骨，皮肤、肌肉、筋、血脉、最里面是骨。所以骨在最底下，跟肾脏的性是一样的。所以骨有问题的时候，我们通通治肾脏。肾脏本身为什么管骨？因为肾能够生髓，骨髓。髓生出来以后，髓是肾脏的阴津，非常好的营养液。髓再生成骨出来，骨头是来自髓，髓是来自肾脏。过程是这样子的。我们的脑，为什么肾藏志？志有两种解释。一个就是我要当总统，志向很大、野心很大。还有一个志的解释是誌，这个誌管记忆，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。**【其华在发】**。往上走的时候，除了脑部以外还有头发，头发也是肾脏在管。其实肾脏管头发是发的色、发的颜色，所以是黑色。发的生长、成长是水生木，是肝脏在管。木头要开始长了，长了很多须须出来。原来肾是种子而已，种子先发芽，然后长很多须须出来。所以肾脏在管发的品质、色泽，肝脏在管头发的生长。所以如果给癌症的病人做化疗的时候，当场在做当场头发就掉了，代表肝脏伤到了。如果不相信我讲的话，到医院去看。癌症病人第一次做化疗，躺在那边3个小时、4个小时不能动，大概2个小时以后去拉头发就下来了。给敌人去就好了，自己不要去。**【为阴中之少阴，通于冬气】**。所以冬天是肾脏的王时，是肾气当旺的时候。不单单是这样子，而且冬天的性就是肾脏的功能。所以冬天的人、动物都收藏起来，肾脏就是要收藏。

**【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，就是因为肝是阴，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，肝生出很多筋。筋到了四肢末梢以后，筋之余为爪。爪、指甲，就是筋的最外侧的地方。所以因为它在指甲上面，指甲的症状就可以判断肝脏有没有问题。**【以生血气，其味酸，其色**

**苍】**苍是青色的。苍实际上是正色，健康的青色是青中带一点点微黄，正常的。我们为什么去看他（脸上）的颜色？冬天是黑色的，秋天是白色，夏天是红色的，春天是青色的。也就是说到春天的时候这个人脸上带一点点青的、一点点黄，很青很黄是有病了，一点点青、一点点黄都是常色、正常人有的颜色。冬天人的气色要黑一点、暗一点，因为人身体要收藏。跟农人忙完一样，把稻米赶快收藏起来在谷仓里面。一样的意思。要收藏起来，精气要内敛。【此为阳中之少阳，通于春气】。

**【脾胃大肠小肠三焦膀胱者】**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五谷杂粮、来自食物。**【名曰器】**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、这些工具在的时候，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，唇口周围通通是脾脏在管。**【其充在肌】**脾脏的功能好不好，看肌肉强不强壮。**【其味甘】**脾脏的味道是味甘。**【其色黄】**颜色是黄，这是脾脏的正色。**【此至阴之类，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、肺通于金气，这些都是不一样的地方。

我们有酸苦甘辛咸，酸味、苦味、甘味、辛味、咸味，5个味直接进入五脏肝心脾肺肾。过和不及都不好，吃太多也不好，吃太少也不好。酸味适中的时候，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。咸味的入肾，我们加点海盐、青盐。但吃太咸的东西，太咸会伤到肾脏，也会伤到骨头，最主要是伤到心脏。因为我们血里面的水分由肾脏在管，太咸水分会变少，这时候血就会比较粘稠，血行会影响到。如果苦味吃的很多，适中的时候对心脏很好，太多的时候它会影响到肺脏。同样的辛辣吃的正常是对的，对肺很好。比如肺是白色的，去吃大蒜。大蒜是白色的又带辛辣，刚好就是肺的果。现在一看就知道。吃几颗没有关系，吃太多了就会伤到肝脏，太过伤到肝脏。如果以食物来说的话，真的没什么。吃水饺20个，1个水饺、1个大蒜，伤害不了多少，因为这是食物。但是如果像四川人把它浓煎、熬得很浓，一大堆辣椒熬点出来吃下，那才是过。生食的话不可能吃那么多，吃生辣椒你能吃多少。但是如果把一票朝天椒煮成一小锅，真的是太过了。太过了就会影响到被克的脏腑。但是我们又不能没有，一定要与五味通通调均匀。



**【凡十一脏，取决于胆也。】**我们的肝心脾肺肾对上胆小肠胃大肠膀胱，通通是取决于胆。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。关格之脉赢，不能极于天地之精气则死矣。】**这就要过世了。人迎脉在胃经的人迎穴这边。右边的人迎脉管的、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。如果是大一点，病在少阳。如果是二盛，就是大于正常的2倍以上的，病在太阳了。如果是大于3倍以上，就病在阳明。如果4倍以上成为格阳。

《难经》的第三难。这一章讲到关格，我们就特别讲这个。寸关尺的地方，寸是阳，尺是阴。如果是溢脉，脉是太过了，叫做外关内格。外关内格是因为溢、冲上去了，就是阴太盛了，阴乘阳位。阴不应该跑到阳，阳就是胸阳，肺和心。举例。肺喜燥，心脏又是火。有一个人突然冷水跑进肺里面去。水是阴寒之物，应该在地底下、横膈以下才有水。地下水，肾脏、下面有水都没有关系。结果水跑到肺里累积在里面，阴乘阳位。这是不好的，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，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。本来阳在寸的位置，阳往下走、阳跑到阴的位置上。这是阴的内部关到了，



外面回拒阳的进来。【第 16 集】

阳要进来又不能进来，在脉上就呈现这种覆脉的现象。举例，我们讲尺就是下焦。肺本来要燥，小肠里面本来是火。但是因为脾在中间有湿，心是火，小肠火，两个火来对一个土，所以火能够跟土来取得平衡。土不能太过，要靠木来克土、木来制衡土。火在生土，木又来制土。脾主湿、津液，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 4 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 2 倍，八下就是 3 倍，九下就是 4 倍。这是关格的（脉）象，阴阳两个格距的非常厉害，这种都是很快就死掉了。所以如果摸病人的脉跳得很数、速度很快，然后你心里想。不是按病人的呼吸，病人可能短、气喘，你算不清楚了。要以你（医生）的呼吸为主，你要慢慢调息均匀。你的一呼一吸他跳了九下、十下，脉就很快了，这人差不多了。



## 第十篇 五脏生成

《五脏生成篇》第十，五脏到底生成什么东西？

【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？意思是，能够抑制心脏的就是肾脏。所以治疗心脏的时候，我们常常会用肾脏的药下去。比如心生血。如果贫血、血不够的时候，我们会加一些熟地这种补肾的药下去来补他的血，因为水是在制、控制心脏的。还有心脏跳太快了，动悸得很厉害，也是被肾脏在管。其主肾就是由肾脏在管它的。肺主心也，肺的问题是心脏在管，因为火克金。肝的问题，其主肺也，所以肝是由肺脏在控制它的。脾脏的好坏由肝脏在控制。第一节是这个意思。

【是故】就是因为是这样子，所以如果【多食咸，则脉凝泣而变色】吃太咸的东西，水就会去克火，结果脉、血脉就会凝泣而变色，人就会比如暗色。如果【多食苦，则皮槁，而毛拔】吃苦味太多的时候，火会克金，金管皮肤毛孔，就会皮槁和毛拔，毛就脱落。所以如果女孩子体毛长太多了要除毛，多吃点苦、苦味的东西，当然不是去做劳力工作。我们有很多苦味的药喝下去。【多食辛，则筋急而爪枯】吃辣的太多了，筋急，金会克到木。爪是指甲。筋都是肝脏在管。因为金克土。【多食酸，则肉胝而唇揭】吃酸的太多会克到土，土管肌肉、脾管肌肉，唇揭就是嘴巴会往上翘。当然有的人没有吃酸嘴巴还是往上翘，这就不是、不要说酸吃太多了。吃甜的太多的时候【多食甘，则骨痛而发落】。这就是我常常讲，很多男人秃头。男人为什么秃头？偷偷躲在没有人的地方吃甜的。女孩子就比较好了，当着面就吃。当着面吃她就不会吃多，一点点蛋糕什么的。男的当着面不好意思吃，大男人怎么吃甜的给她看，就躲在后面吃。躲在后面吃没人看到，吃的很多，出来头发掉了。所以秃头的男人根本就是吃甜的。病人来问我秃头要长头发怎么办？我说很简单，我先给你一个条件你要遵循它，不可妥协的条件。什么？甜的要停掉。不行。那你继续掉头发吧，无解。为什么？我就解释给他听。我一讲他就马上就承认了。所以甜吃太多的话，骨痛而发落。【此五味之所伤也】。反过来你为什么要知道这个？当然要知道。除了你要顺应天的五气、地的五味来养自己以外，同时治病上有帮助。病人已经告诉骨痛很难过，你是说肾主骨、给他补肾、把骨头长回来，你没有叫他甜的不要吃。他还是一直吃，一样。就好像我刚刚讲了，我帮他生发，他还是回去吃甜的。

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，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、创造个车子出来就不简单了。中医就是创造。

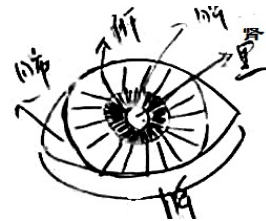
因为前段是这样子，所以【心欲苦，肺欲辛，肝欲酸，脾欲甘，肾欲咸。此五味之所合也】。比如木克土、肝木是克土的，肝主筋，肝的五畜类是鸡，抽筋的时候吃鸡肉也可以。还有因为木克土，如果把土一强起来、吃甜的，可以让筋也缓和下来。因为木太强了会影响到土，一强土的时候，肝克不了脾土的时候就会去生火。这个时候要实脾，我们叫实脾。所谓筋急、抽筋的时候食甘、甜味，可以缓它。我们去实脾木才不会克土。怎么实脾？子能令母实，脾的子是肺。我们从食物里面去找，所有肺白、白色的入肺，可以吃辛辣。我们有很多如杏仁或杏、莲子都是白色的。所以看到市场上卖的药，中药以后看到白色的，通通能够入肺。入肺就能够实脾，因为子能令母实。

【五藏之气】，五味所合。五脏之气，因为有味道在里面，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。【黑如衄者死】黑如烧焦的黑炭一样。【赤如衄者死】就是坏血，颜色很暗的红。淡而无光【白如枯骨者死】白得没有光线。【此五色之见死也】这都是死症。我们望色、眼睛看过去的时候，气色是有青赤黄白黑。但是我们有青赤黄白黑的死色，也有青赤黄白黑的正色。青色的发紫、暗青色的，一看就是不正常的青。正常的青也有，【青如翠羽者生】象鸟的羽毛一样，青绿、碧绿色，很亮、光亮。【赤如鸡冠者生】红色像鸡冠的颜色。【黄如蟹腹者生】黄像螃蟹里面的蟹黄。【白如豕骨者生】白如猪油。【黑如乌羽者生】。【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通通是死的、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，同时摸他的脉，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。

这一段讲的是正常的望诊、眼睛望过去的颜色。【生于心，如以缟裹朱】生于心是红色，正常的心红色好像白色的绢裹住一些红色的朱砂在里面。【生于肺，如以缟裹红】生于肺就好像白绢包裹浅红色的东西。反正都要有一点光鲜的亮丽在里面。【生于脾，如以缟裹枯蓂实】生于脾脏好像白色包住枯蓂实，不是看到暗黄，而是黄中带一点白、黄中带润黄的。【生于肾，如以缟裹紫】生于肾的精气会出现好像白绢包着紫色一样的。【此五藏所生之外荣也】。这是五脏所生，五脏是正常的。当五脏运转的很正常的时候，表面上生出来的颜色就是这个样子。

这一段关系到药物的选择取用跟食物的选择对五脏的影响。【色味当五藏。白当肺辛。赤当心苦。青当肝酸。黄当脾甘。黑当肾咸】。【故白当皮】因为肺主皮。【赤当脉】心主血脉赤色。【青当筋】肝主青色主筋。【黄当肉】黄主肉。【黑当骨】黑主骨。

【故诸脉者，皆属于目】。从这个地方，后来中医研发出来一种看眼睛的诊断。你去看不管是老外、老中，或西班牙的、欧洲人，什么人都不管。我们有黑人，青赤黄白黑，也有红人印第安人，还有绿人、青人、青色的，住在非洲里面的，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，眼睛张来给你看的时候，你不要给他眼睛上下拉开来很大，让他自然的睁开来。



你会看到正中间的瞳孔，不管他的眼睛里面是什么颜色，瞳孔通通黑色的。早就给你们讲过了，黑色是主肾。所以你们读中医的书要灵活，只要看到黑色的通通是肾脏。瞳孔不管他的眼白的颜色，我看过爱尔兰人碧绿色，绿都很漂亮好像碧玉一样，真是很羡慕，可是瞳孔还是黑的。所以我们看瞳孔是看肾脏。

还有第二圈。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，没有东西去节制肾脏。第二圈是脾脏，就是所谓的我们看胰脏的地方。

（眸子的）第三圈，谁在控制脾脏？肝。如果没有肝脏、肝木去克土的话，土里面没有津液了，土也会流失。大水一来土就流失了。你看土石流。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。本来是大树生得树根很深，结果变成种槟榔树，结果变成土石流。所以木能够制土。

所以我们看眼睛的时候，看正中间黑的是肾脏，第二圈是脾脏、胰脏是土，第三圈是肝脏。眼白的地方是肺，肺是白。不管是青赤黄白黑哪种人，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，黑珠子咕噜咕噜的最聪明。眼白怎么露那么多？短命，或者比如眼睛这样子。瞳孔在下面、上三白，瞳孔在上面、下三白，还有眼珠子在中间、四白。这都是凶恶的相，都是不得善终的。眼珠子要越大越好，白的在旁边越小越好。我故意画的小一点。因为我看到大家的眼睛都是眼珠子大、眼白小的。

我们怎么知道他有病？眼袋的地方阳明经在这里，承泣四白的承泣在这里面，所以眼袋是脾、脾胃的地方。

眼睛有组织的。常人，第二圈脾土、土比较密。土是很扎实的，它的结构很密，密密麻麻的样子。肝脏、肝木、木头的木纹比较宽松点，木纹比较疏松一点。

中间的瞳孔是肾脏。肾是阴脏。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蜡烛、现在拿手电筒一照，瞳孔马上缩小，代表阳在里面。西方医学也知道，瞳孔变这么大，拿手电筒照照没有反应，肾阳没了，心脏要走了、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。瞳孔是肾。

第二圈和第三圈有一个比例在里面。就好像一个山上，树太多也不好，不能也没有树。树太少了土会流失，树太多了也不行。我们有三一，脾脏的位置占三分之一，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。要让瞳孔变小，要让肾脏能够长寿，潜藏阳的时候，是要去用脾脏，脾第二圈把它缩小就可以了。

这都是治证和诊断。一定要会看这些望诊。万一来个病人手断了脉也摸不到、没有两只手，又是哑巴、问他也不会讲，怎么办？中医就是有很多种方法，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，睛明这边是心脏，看心脏的地方。所以五脏我们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，由脑部在管。【诸筋者，皆属于节】筋都长在关节的旁边。【诸血者，属于心】血都在脉里面，通通是属于心。【诸气者，皆属于肺】。这里为什么要讲这些？就是要知道，筋和骨是相连到的，血脉有问题的时候我们要治心脏，气脉有问题的时候我们要去治肺脏，就是这个观念了。

诸脉通通入眼睛，这是正常人。今天一看这个人好奇怪，两个手没有办法摸脉，又是哑巴，只好看他眼珠子。他的眼睛是这样的。眼珠子很大，很聪明，瞳孔很小。可是他脾区怎么那么大，肝区好小、肝区很少。脾区好大一个，土很旺。土旺的时候，按照《黄帝内经》说会反侮到木。可是土旺反侮到木、土本身有病的时候，土是被克的、木来克土是微邪、很微，我们不用去管肝脏。土旺的时候是脾，胰脏、脾脏，糖尿病，消渴。很快，马上就看出来了。如果这个人跑进来，你拿手电筒去照，近照、远照、不照他都是不动的，肾阳没了、阳没了。要同气相求，阳跟阳就没了，肾阳不足了。只不过你摸脉的人基本上每个人双手都有，这个人有个人的情形。



【此四肢八溪之朝夕也】。我们手上面有八邪，手指之间的八个缝。看手背的手指像山谷一样的中间有八邪，脚上有八风（手八风，脚八邪，口误）。八风八邪为什么我们会用它？因为这正

是四肢的末梢，病的初始的地方。所以当一肿起来，有虫咬在这边、或者是狗咬到、或者是蛇咬到、或者扭伤、或者得到破伤风感染到，从八风八邪的地方、手肿起来，包括痛风通通在内。在末梢上气血不通的时候，吃药要到末梢很远，在八风八邪上可以直接疏通它。因为这是阴阳交汇的地方。所以阴经、阳经到指头的末梢就是井穴了。

是针刺，直接扎进去，两个骨缝的中间扎进去。没有什么穴道，就一个个下进去。如果是扭伤肿的很大，下针后的气还不够放掉，在里面骨节中间再下一些针，也可以。针一下去以后，第二天早上起来肿整个消掉了，脚扭伤脚肿也消掉了。肿消掉了是形没有了、形好了，但是还有痛，代表气还没有通。所以气是管痛，形是管肿。形受伤是肿到的，气受伤才很痛。所谓形，比如里面有内出血、里面有什么东西、骨头折掉了，形就是你看得到的。看得到骨折了、骨头脱臼了、肌肉拉伤，看到肿起来，内出血都是形。气看不到，但是在里面。气堵塞的时候，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间下针。你放心，那么弄不会很痛。他已经肿痛了，你下针他一点都不痛。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。

在天文上、地理上也很好，这地方是结穴的地方。在这里盖房子冬暖夏凉，气所在的地方。  
[第 17 集]

【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。卧出而风吹之，血凝于肤者为痺。凝于脉者为泣。凝于足者为厥。此三者，血行而不得反其空，故为痺厥也】。厥是冰冷。

所谓燥热，并不是西医的躁郁症，就是中医讲的阳明证。阳明证就是很热。如果没有治好，晚上睡觉很热，盖着被子不能睡。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。有夫妻两个人，太太有阳明燥热很热，先生没有病。先生说我们两个温度不一样我晚上到别的房间去睡，太太说不行你不爱我了，一定要他跟她在一起睡。临床上就常常看到。先生跟我说，他的被子盖得像躲起来只露个眼睛，是夏天，太太就躺在那边很舒服。这种情形，因为燥热她在吹风，吹风的话肝主风。

【故人卧，血归于肝】。晚上睡觉的时候，人能够睡着、睡眠，因为合。肝是厥阴，厥阴是主合，也就是我们书上写的阖。所以人能够睡觉，是因为我们的血晚上回到肝脏里面去。在一点到三点这两个小时肝脏在最忙的时候，这时候人在深眠的时候。肝藏魂，魂是属于阳，阳代表力量。晚上的时候，魂就回到肝脏去，这时候人能合，能够睡眠，把眼睛闭上能够睡觉。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很忙，在帮着我们代谢一些毒素。中医一开始就这样认为，最早《黄帝内经》已经这样子讲了。当血归肝、血归到肝脏里面去以后，魂跟着归到肝，这时候我们就可以睡觉了。这是常态。反之如果血没有办法归肝，还有造成魂就不能归肝，当然就要失眠。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，实证。长东西就是实，所以血就没办法回去。回去的话已经有东西占在里面了、占有在里面了，它回去的时候又会反逆出来，人就会醒过来。还有一种是虚证，血回流的力量不够。这时候也会造成人的失眠、不好睡。所以我们睡眠可以从这地方开始，可以慢慢进入让大家了解什么是睡眠。



【肝受血而能视】。肝开窍在眼睛、眼目。因为肝经络到眼睛的后面，所以肝血到眼睛那里我们才能够看东西。所以视力的问题，要从肝脏下手。视力问题也有阴和阳。阴就是视力模糊了、眼睛退化了。阳就代表，本身力量没有问题、并没有退化，但是看东西怎么会反过来的，或者是（这种情形）。中医认为左边是血、右边是气，所以我们的左眼看出去的时候血是平的。因为血很重，这是下沉，像水一样平的。血是来自于水，水能够进心脏所以才会生血。心之所以能够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，如果没有水来济火的话，火一直烧就烧完了。由水来控制它的时候，心脏的动能可以持续一生一世都不会有问题，上百年都可以用。所以真正的心脏



的周围是所谓的心包，心包和心脏中间都是一层清水，保护到心脏。水在外面，所以火就不会过头、过热，很温煦的温度。当我们的血在管左边的时候，它管出去的是横的角度。

右边是气，气是升，往上升是升阳，所以气走的是纵的角度。因此如果把左眼跟右眼并在一起的时候，就变成三维空间，所以我们看东西就有前后。你闭起来一个眼睛的话，就变成平面的。就好像傻瓜相机就是平面的，单眼相机的话就可以看到深度比较深，道理是一样的。如果有一个人说有个病很奇怪，我看东西是斜的，所以我走路必须要身体斜好像才是正的。我就知道了，这是纵向过来了，因为水、气、水化为气。有的人是横向的，因为血不平衡，也会造成视力的不平整。如果是气的话，就是斜的一个角度不动。如果是血的话，左右会晃动，晃动的时候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。这是我们的视力。所以你没有晃动、或是眼睛看东西斜过来、（或反过来）这种问题，都是属于阴。

**【脚受血而能步】**。我刚才给诸位介绍过，血是力量的来源。肝主风，肝是最恶风，风吹时肝不喜欢风的。肝是风木，本身是恶风的。晚上睡觉的时候血归肝了以后，阳气会回到脏里面去。这个时候正常人应该把身体盖好，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的时候，一定要病人保持稍微冷一点。所以冬天人家说心脏不好衣服多穿一点保暖，其实是错的。我们治疗肺的问题的时候，我们要去保暖。心恶热，太热了心脏不喜欢，心喜寒。脚露在外面的时候，因为脚是离心脏最远的地方，所以我们让它受一点寒的时候，让寒来刺激它同时强固我们的心脏。棉被就盖到脚踝裸的地方，脖子露出来。

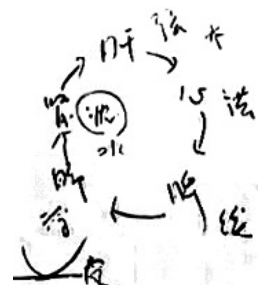
脖子为什么露出来？因为头是六阳之首。我们的大肠经、胆经、胃经、膀胱经、三焦经、小肠经这些阳经全部在头上，阴经到脖子就结束了。阴经没有上头，所以头是纯阳的。这时你看天气再冷，衣服穿很多，头可以露在外面，头不觉得冷。当然在天气大寒、很冷的时候耳朵受不了，你要戴起来、把耳朵遮起来。头没有阴经上来，当然有阴经的支络上来，正经没有上来。所谓正经就是大的河川。小的络上就是小溪流，感受不到。真正的大六条经络到头上是最热的、最能够耐寒的地方，所以不会感觉到冷。

如果晚上睡觉的时候，血归到肝脏里面去了、阳也回头了，有衣服盖到、被子盖到的话就不会受寒。但是如果不盖被、身上露出来，风就会伤到经脉，因为阳气和血都回来了。很多太太小姐们以为，因为我站到工作的关系所以脚有静脉曲张、静脉曲张很多。实际上是因为本身有热，热的时候晚上睡觉时吹风。所以中医认为，晚上睡觉就算你夏天很热，你也要盖个单薄的、被单比较薄一点的盖在身上，只有脚露在外面。如果常年保持这样子的话一定是美腿，女孩子的美腿绝对不会有青筋出现、静脉曲张的现象出现。

**【掌受血而能握】**血能带来力量，能够握。因为筋跟骨是连到的、肝主筋，所以握的力量是在肝脏上面。肝脏出问题的时候，病人会发现握的力量没有了。

所以眼睛能不能看、脚有没有力走路，手掌有没有力量握东西，这都是属于肝脏。还有**【指受血而能摄】**手指头尖能够受血，所以我们能够去抓东西。

**【卧出而风吹之，血凝于肤者为痹】**睡觉的时候吹到风，血凝于肤者、如果是风停在皮肤表面上的时候，造成血液的循环不是很好，这时候就成为皮疹、有皮肤麻木的现象。**【凝于脉者为泣】**如果风进入脉，血停滞、凝固在血脉里面的时候，就会泣。**【凝于足者为厥】**脚就是冰冷的。**【此三者，血行而不得反其空，故为痹厥也】**痹、泣、厥这三个都是血行受到风的影响，这就统称为痹厥。所以中医在用针灸的时候，我们用合谷和太冲来开四关。太冲在肝经上面、是血穴，这就是为什么会选太冲来做这个事情。



**【人有大谷十二分，小溪三百五十四名，少十二俞】**。溪可以念 xi，

电子文稿，仅限自用，公益传播，请勿商用。

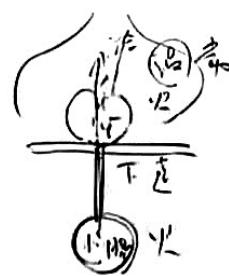
也可以念 qi、一二三四五六七的七。少十二俞就是十二个俞穴，十二分就有十二个俞穴。我们有肝胆脾胃三焦肾肺心大肠小肠膀胱心包，一共十二个。全身的穴道加起来三百六十六个穴道。【此皆卫气之所留止，邪气之所客也。针石缘而去之】。都是我们的卫气会停留的地方，就是阳气会停留的地方，也是外面的风寒暑湿燥热这种外感的风邪、热邪等会停留所在的地方。所以常常病人会抱怨说哪个穴道痛或怎么样，实际上就是在表、在表面。这时候我们用针灸就可以帮他治好，看他在哪个位置上，我们就怎么样取穴道。穴道就是这样来的。所以真正的治证、一些病因、病史，我们通通看《黄帝内经》才行，都在里面。

【诊病之始，五决为纪。欲知其始，先建其母】。【所谓五决者，五脉也】也就是五脏的气脉。后面还会介绍一个章节《脉要精微论》（《诊要经终论》口误）全部在讲脉，我会很详细的分析给大家听。这里讲五决的五脉，就是肝心脾肺肾。肝脉是弦脉、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？肝脉是弦脉，因为肝是木，所以摸到肝的脉好像一根细细的树枝一样，就好像吉他的弦一样，我们称为弦。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、柔和。肺脏是浮脉，因为肺主皮毛、皮肤毛孔，所以浮脉就是手指头轻轻碰到皮肤、刚刚接触到皮肤、连皮肤压下去都不压下去就可以摸到的脉。稍微重按一下脉就沉下去了。就好像一个树木、一块木头漂在水上面，轻轻摸它在，一按它就沉下去了。这是常脉、正常脉。如果摸的是浮脉的，按它脉还没有沉下去还是在那边，就是病在皮毛。以后我们慢慢进入，会慢慢越来越深入。肾脏是沉脉，肾是水、五行里属水，所以我们要按到骨边才能够按得到脉，这是肾脉。这是常脉、正常的脉。

【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，癫痫发起来的时候，它是实证。我们知道，因为人的阴阳是平衡的、是虚实是平衡的，现在发实证下面一定就是虚。所以上实下虚，病在上我们治之在下，上面是实证是因为下面是虚的。一般来说所谓实证的头痛都是很强烈的头痛。所有的癫痫都是实证，还有刚痉、柔痉也都是实证。病因是出在肾经跟太阳（膀胱）经的上面，因为都入头，严重的话会入肾。上实光是发在经络上还不够，这时上实还会再往深入的时候就会到内脏去。看它实的程度到什么程度。

第二个就是【徇蒙招尤，目冥耳聋，下实上虚。过在足少阳厥阴，甚则入肝】。耳朵听不到，眼睛昏昏沉沉的看不清楚、视力不好，这是属于虚证、头面上的虚证。像头痛、癫痫属于头面上的实证，虚证就是现在介绍的。上面会虚掉是因为下面是实证，原因就出在足少阳跟厥阴、胆经跟肝经上面。如果上虚的状况再严重的时候，它就会进入肝脏。从经络再进入脏腑。

第三个【腹满臌胀，支满胁肋，下厥上冒。过在足太阴、阳明】臌念 chēn。肚子胀满、少腹胀满、胸胁苦满、肚子整个胀满，这个问题出在足太阴脾跟胃经上面。脾主腹、主少腹，所以肚子这个地方是脾脏在管。脾脏在横膈的左下。小肠在肚脐下面一段距离。小肠是受盛之官，小肠是火，火会去生土，土就是脾脏。所以整个少腹、横膈以下的这个区域，横膈下的中间是胃，都是属于脾在管。所以如果有个人肚子鼓胀或怎么样子、整个肚子胀到，脾脏，马上就看出来。如果肚子没有胀是四肢在胀、手脚这边肿胀，这是阳、四肢是阳，阳不足不能把它水气化掉才会胀。我们为什么要去讲这些？我们以后介绍药的时候，会有些行阳的药，会有些壮阳的药，会有些行气的药，就可以把水肿去掉。如果一个人肚子也肿到、手脚也肿到，那就要一起做。一般腹胀、鼓胀出现的时候都是实证。实证指看得到的形状，整个鼓得硬邦邦的、硬硬的，实证。脾过实的时候就会有这种现象。过实的时候，前面《难经》有提泻南补北、第七十五难，我们要怎么样子？“子能令母实，母能令子虚”这种方式来治。



【咳嗽上气，厥在胸中。过在手阳明太阴】。手阳明大肠，太阴肺。为什么咳嗽上气？厥就是寒气在胸中。中医的观念里，肺法象天、天幕，天把地球整个罩住，这就是肺。肺高是冷的。是冷的没错，可是正常的肺是因为心火在下面，肺把心火包到，所以火不断的去蒸润肺，造成肺本身是非常的



温和的、很柔和的一个温度。如果肺太冷的时候，病人就会咳嗽，因为肺本身不喜寒、喜热。

【心烦头痛，病在膈中。过在手巨阳少阴】。手巨阳就是手太阳属于小肠，还有少阴是心经。心烦头痛为什么会这样子？心脏和小肠，本身两个都是火。心脏产生的动能、产生了热以后，肺在上面本身是冷的、心脏是热的，这两个一交起来就是温和是常态。温是常态，正常的肺是温。由于肺在上面把心火逼下去，所以心火是往下走。当心火下达到小肠了，心脏和小肠这两个是有一定的速度、一定的温度、有一定的压力。有一定的速度的时候，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。现在心火下来的时候过不去、回逆，因为心的下方就是膈，只好往上走，所以造成热气往上冲，造成人会有头痛、心烦。本来肺是温和的，应该心火往下走，现在心火往上走心脏就会烦闷。病在膈中，就是出在中膈的地方。

我们在临证看的时候，我刚才讲《诊要经终论》会把五脏讲的很详细。除了五脏的病以外，病出在脏腑之间的时候我们就知道它是属于三焦。我们有横膈、纵膈，慢慢会跟诸位介绍。



【夫脉之小、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，可以万全】。脉色能够吻合，这句话就是我们诊断的一个要领。上焦心、肺，肝、脾、肾在横膈下。横膈以上是阳，横膈以下是阴。我们所谓的滑脉、涩脉、浮脉、沉脉，滑和浮属于阳脉，涩脉和沉脉属于阴脉。所以用滑浮涩沉这四个字，滑浮为阳、涩沉为阴，我们可以区分阴阳。整个中医的系统里面就是在分阴阳而已，说了半天还是在讲阴阳。因为我们的上、胸腔里面肺跟心是属于上，上面是阳、下面是阴，所以我们脉诊的时候，关上面就是阳、关以下就是阴。

正中间胃在这个地方。我们正中间长了一个胃，没有人胃跑到肾那么低的位置，胃下垂也是低一点点而已、不会差那么多。所以因为中央是脾土，我讲过央是阴阳央、拼音阴阳央，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，所以我们做中央是土。我们所有的脏腑的正常的脉，当你去摸脉的时候，比如你摸到肝脉是弦，脉的形状、它的形是弦，但是它的脉的气、所谓的速度和力量都是很柔和的，代表有胃气。

所以我们一定要色脉能够合，色、脉。这里岐伯提出来所谓色脉合。我们帮病人诊断的时候，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。当然不用那么细比如小寒、大寒，不用分 24 个节气，但至少春夏秋冬要知道。冬天的时候心里想现在是冬天，应该所有的脉都比较沉一点是常脉，颜色比较暗一点。病人还没来的时候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。现在跑进来一个人脸是红的，你一摸他的脉很大又浮，就知道心脏有问题了。同样的，夏天天气很热，这种人跑进来脸是红的、脉很浮大，他的色脉跟节气是合到的，我们就会做出不同的诊断。所以做个好医生能合色脉。脉最主要的诸位抓到就是，滑浮就是阳脉、涩沉是阴脉，这个比较重要。

【赤，脉之至也，喘而坚】。把赤和脉分开来，因为以前的《黄帝内经》没有标点符号。赤不是赤脉，赤是脸红。脸红的人，脉来的时候比较洪大。病人喘而坚，坚就是脉的形状很坚硬。【诊曰有积气在中，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，脸色是赤的、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，代表吃东西、饮食太过了，名曰心痹。饮食太过的原因有两种。一种是吃东西吃太多了，可是很开心，也是会有这种现象。还有一种，你吃东西的时候一直没有专心吃，一天到晚想很多事情、很多忧愁烦恼的事情一直在困扰你，造成你在吃东西的时候心脏力量不是很好。因为你还要花别的心思，你不是专心在吃，还要花别的心思去忧思、担忧一些事情。这个时候病邪就来了，因为你食物没法消化掉，变成好像是吃太多东西一样。这个症状就是，面赤。



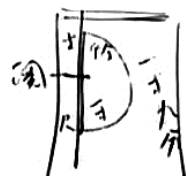
如果胃没有问题的时候，消化都很好，心脏的红不是露出来的。我们脸上的气色是胃气在管。现在食物堵在胃里面，堵到心阳下不来往上走，脸上就反映出来红色，会看到红色。

【白，脉之至也，喘而浮】。白就是脸色苍白的，脉来的时候是浮脉，病人的脉是喘而浮。我们知道脸色上面是白色的，是肺的颜色。肺色是白色。病人上虚下实。[第 18 集]

我们前面讲的五色，青赤黄白黑，对应肝心脾肺肾。五色在外面只是看到一点光泽，这是正常。当内脏出问题的时候，颜色变得很强烈的时候，这是所谓的病色。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，可那个脸变成惨白、变的像枯骨一样、好像盐巴一样就不行了。白要透，亮光。人可以黑，很黑，像油漆涂得很黑的亮，这是很好的。黑的像黑炭一样的，不会发光，肾脏都不行了、有问题。脸色是发青的，那个青色是有点蓝的没有反光的，肝脏差不多了。同样是黄色的，黄色出来要鲜黄的、很亮丽的，暗黄、很枯黄是脾脏有问题。基本上的概念是这样。



原因就是，人身上吃的食物到了肚子里面去以后，从小肠生化、化生成五种营养。跟西方医学不一样。什么维他命、高蛋白等我们不谈这些，分成五种颜色的营养，青色、红色、白色、黄色、黑色。这五种营养分别受纳于五脏。一脏出问题了，比如白色的营养，该进去肺的进不去，没办法跑，可是营养还在那边，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，所以你会看到肺的原色。出现这种情况的时候，【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、喝酒醉以后强力行房造成这样。如果你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去金生水，就是正常的肃降。如果不能肃降的时候它会停在上焦里面，就造成喘。本来应该气要往下走的，下不去就会一吸气就喘。所以是上虚下实。



【青，脉之至也，长而左右弹】。脸上是发青的。脉是左右的弹，脉形非常的长。什么定义叫做长？我随时提醒你们。一讲到长短的脉的时候，你就要有个概念。手纹头下面是头关尺。寸有九分，从关往上算九分，从关往下长一点点是一寸。所以正常的脉的长度应该是一寸九分，这个长度是正常的脉。现在太长了，就是长脉。有的人脉太短、很短，有的人脉太长了，长脉跟短脉就在这里。没有一个标准的话，你无法去判断。这个寸就讲的是同身寸。同身寸，学过《针灸》就知道我们讲的同身寸。如果是左右弹代表有【积气在心下】心下就是胃的地方。【支胁】就是胁肋，胸肋会苦满。【名曰肝痹。得之寒湿，与疝同法。腰痛足清头痛】会造成腰痛、脚冰冷、头也痛。

从《黄帝内经》还有《伤寒论》、《金匱要略》，诸位每次看到心下，心下讲的就是胃。把它下降一个位置，再去看《伤寒论》《金匱要略》就很简单了。老是看到心下、心下痞，我们有 5 个泻心汤，附子泻心汤、半夏泻心汤，一大堆泻心汤，三黄泻心汤怎么样。心下是什么？就是胃。当初不晓得为什么写个心下，误导人家看不懂。

【黄，脉之至也，大而虚】。黄色的脸色、气色是黄色的，脉到的时候是大而虚。正常的脾脏是缓脉才对。现在是脉大而且是虚脉。虚脉就是，你摸脉就知道了，摸脉没有力量，来的很大但是完全没有力量。这是【有积气在腹中】。黄色主的是脾胃、主的是少腹，代表肚子里面堵到东西，【有厥气】有寒气在肚子里面。小肠的位置应该是热，常、正常应该是热。现在有厥气、有寒气在里面，当然会有痛的现象产生。【名曰厥疝】就是寒疝。为什么要知道、要讲寒热？这里是寒。因为我们有的中药是要祛寒的药，有的中药是要祛热的药。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。【女子同法，得之疾使四肢，汗出当风】。女子也是这种问题，也是腹冷。女子如果腹冷的话，比男人人除了常会肚子疼以外，腹部太寒的话不会怀孕的、不会受孕的。现代医学用人工授精



什么样的，意思是用人工的方式来做。再怎么做里面寒还是寒，寒热并没有改变。所以做了半天很痛苦，钱花了很多，还是不成功。我们中医很简单，让她热起来就怀孕了。热的方法很多。我们前面讲过《针灸》，不要用药针灸也可以，灸关元、灸中极，一灸热起来就好了。所以简单一个寒热就把问题解决掉了。由于（中医）太简单了，所以没法要价很高。西医器材很多，大家看多贵。所以中医再怎么都做赚不了大钱，太便宜了。

中间有四个字“汗出当风”，我们最忌讳的是汗出当风。你要记得，太阳主开，汗在表。当你一流汗的时候，开了，这是太阳在管，因为太阳主开。阳明主合。能够开合很顺利是少阳在管，所以少阳主枢，像门栓一样的。不断在流汗的时候又吹风、一直吹风进来，风吹到里面风邪就容易进到身体里面来。刚开始就在经络上面，一直没有好才会慢慢从经络到内脏去。

【黑，脉之至也，上坚而大】脸色是暗色的，摸到脉上坚而大。【有积气在小腹与阴，名曰肾痹】。肾脉是在下腹，常脉是沉脉。现在脉浮上来，代表肾脏有问题。这里先大致看一下，真正最好的、最深入、最明白的解释不在这一章节里面，在《诊要经终论》才能够最清楚。为什么会有肾痹？痹就是麻木，风寒湿造成有阻塞、气血不流畅，就是痹。【得之沐浴清水而卧】洗完冷水澡以后又躺下去睡觉。

【凡相五色之奇脉，面黄目青，面黄目赤，面黄目白，面黄目黑者，皆不死也】。为什么？因为我们脸上的气色是胃在管。当有黄色的时候，这个黄色当然不是指暗黄，在脸上、在面上有一点点黄。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，这不是指眼睛里边，眼睛哪有那么多颜色，会吓死人了，眼袋周围。所以本身脸色、气色是黄的，胃气在那边，其他再怎么变都不会死，病都会很浅。基本上这一段的观点就是，胃气足病人不会有致命的危险。所以我们中医在治证的时候，像我们处方下去，如果病在表就是在阳、在腑，胆小肠胃大肠膀胱，或者是感冒发烧这种。病人回来的时候都是在中午、正中午的时候回来。因为大白天是太阳当旺的时候，是阳，这时候胃气恢复，代表肚子饿了、吃东西。是脏病的时候，肝心脾肺肾、一般内科病的时候，病人是半夜两点多胃气会回来。胃气回来就把脏病恢复、内脏的功能回来。所以我们不管治肝病、治肺病什么的，都在半夜的时候肚子很饿、饿回来了。治了半天半夜胃气还是没有恢复，就是方法不对或药物不够，就赶快去检讨。胃气恢复很快的。【面青目赤，面赤目白，面青目黑者，面黑目白，面赤目青，皆死也】。就是胃气的颜色没了。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，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。或者脸是赤色的，目是青色的。都是死。这个不用去记，因为你要记正常就好了，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。这个人跑进来的时候脸是青色的，你问他，他是陪病人来的。陪病人来的时候坐在那边，病人在那边喘气，病人家属陪她来的。结果你一看他，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，吃喝拉撒睡都很正常，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。所以我每次上飞机的时候，我就先看一下。因为自己看不到自己，只能站在镜子前面。自己总是偏袒自己一点，不够公正。看一看大家气色很好，没事，可以上飞机了。如果一看气色不好，我躲在厕所里，打死也不出去了。等下一班机没有关系，命重要。所以先望。所以会看到灾色，千万不要把灾色给病色混到一起。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。通通吃喝拉撒睡都很正常、手脚都很温热，找不出毛病来，那个气色就是灾色。

一般灾色出现的时候，是以节气来说。比如一个节气是两周。比如从春分开始，两周以后是清明（小雨口误）。如果正好是春分那天看到，就是两周这人就会出事。如果在中间看到的话，就是一周了。哪那么凑巧，你在节气交接的时候看到。所以我们说两周是一个概略的数，一般来说有时一周或者5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，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，但是冷也不过 5 天，第 6 天要回温。如果冷到 10 几天还在冷，这个地方不适合住人了，就赶快逃走，这对身体不好。

所以最后这一段讲的就是胃气、有没有胃气而已。所以我们在治病的时候、诊断的时候，再重的病我们要先去查胃气有没有。有胃气一定生，没有问题。没有胃气，就死，很严重。当然我们不会就让他死，意思告诉你就是很危险的、要小心。

## 第十一篇 五脏别论

《五藏别论》第十一。黄帝问岐伯【余闻方士，或以脑髓为藏，或以肠胃为藏，或以为府。敢问更相反，皆自谓是。不知其道，愿闻其说。】再继续问，每个人讲的都不一样。大家都说就是这样子、黄帝没错，到底是谁说的是对的。脏腑的定义，有的人说脑袋、脑髓是脏。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】。诸位注意，所谓地气之所生的时候【皆藏于阴而象于地，故藏而不泻，名曰奇恒之府】。不单单是岐伯下了定义，我们知道它是地气所生，我们知道它是阴，也是藏而不泻才是正常。这叫奇恒之府。这个里面就包含了我们的诊断，包含了我们的治疗方法。如果它藏而泻或者是不藏，都有问题。比如脑袋里面、脑里长东西了、长脑瘤了，它就不藏了，因为营养输不进去了。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。所以你看它这样一句话下来，我们在临证上看的时候就很明显，它代表的意义是什么。它的意义就是说，本来是脑是要收藏的，现在里面长东西了就不藏了，就出血了。所以很多人出意外，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。

男人女人是反的。女人如果撞了头肿起来，非常非常的危险。男人撞到头，头肿起来，萎气，不容易死，救得回来。女人是脚肿（救得回来），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。所以你看很多太太们，将来大家当医生的时候临证你看，她的脚水肿。你问她肿多久了，40 年都肿在那边还活得好好的，因为女人。男人脚肿不行。一看男人脚一肿起来，危险了，大限要到了，有的活不过 6 个月怎样的，很危险的。所以我们去看人家脑积水、脑部受伤，一看是男的，这个很好治、这我来，一看是女的，老师你在哪。当你了解以后，我们以后会有些药，药也分阴阳。中药分阴阳，哪些是阳药、哪些是阴药，我们用阳药去攻它、阴药怎么样。你要知道这个病是在阴、还是在阳。奇恒之府通通是属于阴。阴的本性是收藏而不宣泄的才对。

【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】。这是消化系统，宣泄而不收藏。如果不泻就便秘了。所以一个人小便不好，怎么不好？两天没小便，吓死了，两天没小便很危险了。便秘，我一个礼拜都不上厕所。腑应该泻而不藏，现在藏在里面了，要命的。跟脏的性正好是相反的。【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，通通会累积到肠胃里面去，肠子里面把它排掉。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肠胃来排。我们大家都知道，现在都了解了，因为针灸都很熟了。





肺跟大肠是表里，大肠是阳、是腑，所以大肠主的是表，肺主的是里，大肠和肺是表里的关系。所以当肺、脏里面本身是藏而不泻，现在有东西在里面了不管是有水还是有痰或什么东西，我们去攻坚、攻它的时候它会进入大肠，它会进入腑的系统宣泻出去。就好像我们攻肝脏。肝脏是木，大肠是金，金和木之间的关系是这样的。除了肝脏的代谢物经过胆、排到十二指肠、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。全身上下就这个血管没有少阳，没有少阳就是没有枢、没有 valve 瓣膜。我们的血管都有瓣膜，血过去就不回来了，所以血不会逆走，只能往前走不可以退回来，正常是这样子。而这个没有办法。所以它允许当肺吸气、肺气下降的时候金来克木，肺气一压，肝里面的血就从这个血管进入大肠、在大肠周围。大肠得到这个血有力量，手得到血有办法握，脚得到血能够走路。大肠得到肝脏的血就有力量排大便了。这是肝和胆两个木，被上面一个金和下面一个金两个夹到。这是金和木之间互相牵制的一个关系。在这个条件之下，肝脏里面的浊物可以利用大肠清出来。所以中医的治证，治肝一定会去治大肠。大肠不治的话，肝里边的浊物没有办法代谢出来。没有办法代谢出来，这个浊物会往心脏跑。正常的肝是清，清就是肝要保证提供心脏非常好品质的血和适量的血。血很浊、很脏又大量下去，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。这不能久留，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，代表能够宣泻的地方。所以我们治脏病的时候，常常病人会有宣泻。有的从大便排，都是宣泻的管道，把脏里面累积的实、累积的东西清掉。

【所谓五藏者，藏精气而不泻也，故满而不能实】。脏是藏精的所在脏、五脏的精气所在。为什么要这样子？我这样讲好了。精就是完美无缺，纯营养，纯好的东西。就是因为纯好、完美无缺，不需要再过滤了，所以精可以藏而不泻，藏在里面也不会坏。就是精神的精。藏精气而不泻，所以内脏是满而不能实。如果有浊物在精里面的时候，浊物不管是毒素还是什么，停在里面的话就会造成实。所以精是满不能实。满和实定义不一样。如果摸他的脉，一摸他是满的脉，就好像水管里面充水一样，很饱。摸摸，摁，很饱，水很多。同样水管里面的水，同样的体积放到冰冻里面，水管冰起来以后硬邦邦的，那就是实。所以我们的脏可以满但是不可以实，因为脏是藏精气的所在。【六府者，传化物而不藏，故实而不能满也】。腑反过来，因为是浊物的所在。很多脏东西都在腑里面绝对是可以实，有浊物在里面。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，不可以藏满在里面。这是常态，脏和腑的。

所以诸位从这一段就可以了解到，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，有浊物我们怎么样去清它，就开始这样子。【所以然者，则胃实而肠虚，食下则肠实而胃虚】。水谷入口到肠胃的时候，停在胃里面胃是实，肠里面没有东西还在胃里面咀嚼。等到咀嚼完了以后、食物到了小肠里面之后，变成肠是实的、胃是虚的。这就是腑的关系。【故曰实而不满，满而不实也】。这是对脏腑下的定义，还有奇恒之府所下的定义。

黄帝就问岐伯【气口何以独为五藏主】为什么我们手上的脉、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，在我们念《针灸》的时候知道，它是属于手太阴肺经的地方。手太阴肺经是金经、金的经。脾胃是土，土生金。由于土能够生金，所以土的金气在肺上面的时候就会表现在肺的气脉上面。脉是肺的气脉。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。我们从这个地方、光是手上的脉，我们就可以诊断五脏的气脉的兴衰。



黄帝说为什么气口独为五脏、可以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，气讲的就是阳，味讲的就是阴。讲五味就是酸苦甘

辛咸。五味入口以后【藏于胃以养五藏气】五脏的脏气从这里来。【气口亦太阴也。是以五藏六府之气味，皆出于胃】源头来自于胃，【变见于气口。故五气入鼻】天的五气入鼻，天气的春夏秋冬这种节气的，也【藏于心肺】中间。所以【心肺有病，而鼻为之不利也】。从这里就可以知道，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，【适其脉】再看他的脉其形如何，【观其志意与其病也】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，这时候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。【恶于针石者，不可与言至巧】还有怕针、怕针灸的，也不可以言中医有多好、多巧。

还有【病不许治者，治之无功矣】这种就不要治了。岐伯这样讲的，不是我们这样说。[第19集]

我们常常有遇到病人很好玩。老太太来。让她吃药，我不能煮药，邻居闻到药味会反抗，其实就是不想吃故意说邻居闻不了药味。那不吃汤药就开丸剂，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，真的会遇到。她想想对啊、我来干嘛。病人来就是让医生宠一宠她，老太太嘛。来看看医生，她觉得很安心，至少看了一下医生。这都有，你们以后什么人都有。

由于中国的古书千年传下来太久了，所以很多有的断简残篇，有的失落了。所以前面突然讲到气口五脉，然后又讲到病人的医病之间的关系，好像有一点不太搭嘎。我们也就没有办法，因为传下来就是这样子，因为中间散失了一些。

## 第十二篇 异法方宜论

《异法方宜论》第十二篇。为什么叫异法方宜论？黄帝问了【医之治病也，一病而治各不同，皆愈何也】同样的病有各种不同的治法都可以治好，为什么都可以治好？

岐伯就说了【地势使然也】因为地方、地域不一样。【故东方之域，天地之所始生也】出生的地方。【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。反过来，如果有一个人阴太盛了阳不足，让他多吃鱼。因为鱼的性就是吃了会热中。【盐者胜血】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。你一定要吃盐，但是不能太过。不能大把撒下去，这样不好、太咸也不行。所以在东方住的人都是海边【故其民黑色疏理】皮肤比较黑。【其病皆为痈疡】得到痈疡的病，就是发脓、化脓，因为热中。热中就是湿热会比较盛，大部分得到这种病。这种病【其治宜砭石】我们治疗用针灸来做。【故砭石者亦从东方来】。所以这个章节就是讨论，不同地方的人我们会使用不同的方法来治疗。

【西方者，金玉之城，砂石之处】因为它是沙石的地方，产金，像新疆的和田玉、黄金，金山都在我们的西边。【天地之所收引也。其民陵居而多风】住在山林、高山的地方，风雨比较多，【水土刚强】。【其民不衣而褐荐】这些居民不穿我们一般平常的衣服，穿皮毛的衣服，住在山上。【其民华食而脂肥】华食就是吃很丰富、很丰盛的食物，吃肉类很多，脂肥。【故邪不能伤其形体，其病生于内】。因为气候的关系，所以他表非常的强，生病都从内发。内发的病【其治宜毒药。故毒药者，亦从西方来】。现代的毒药真的从西方来。岐伯很厉害，他当年就知道了，好几千年前就知道了。

我们的毒药有两种。我们在《神农本草经》里面有很多毒药。那种毒药大概中医界用的最凶的就是我，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，所以我就敢用中药的毒。有的时候我们必须要用毒药，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。

现代中医遇到的最大问题就是剂量、还有时机的问题。我们用毒药是一剂、就是一副药而已，要马上、恰到好处把浊排掉，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。西药的毒非常的毒，所以它很小一颗。很小一颗的时候，这个毒进到身体里面破坏力很大。它没有目标。表面上的目标可能是降什么胆固醇、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。等到以后诸位《神农本草经》学完，学《伤寒论》《金匮要略》的时候，诸位看我们用药。我们可以要这个药到哪边它就到哪边，很听话的。不像西药，下去控制不了。比如类固醇，本来很多脾脏拿掉的吃类固醇，气喘也是类固醇，反正没有药吃了就是类固醇，叫美国仙丹，什么病没有办法治了就是类固醇。吃了类固醇，每个人都是月亮脸、脸变得很肥大。为什么要把脸变得很肥大？脸是阳的地方、六阳的交汇的地方，阳都破坏掉了。所以它是漫无目的的，看起来很精细，实际上非常的粗糙。等到我们慢慢介绍到后来的时候，你就会知道中医非常的简单而且非常的精细。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】非常的冷。【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。【脏寒生满病】脏比较寒，【其治宜灸焫】用灸治，【故灸焫者，亦从北方来】。用热治，因为里边是寒。所以我们在用针灸的灸的时候，寒证是最好。热证我们用针比用灸可能还来得好。

我们分东南西北。【南方者】就是所谓、等于夏天。东南西北也就配合着春夏秋冬，配合着生长收藏。南方是长的所在【天地所长养，阳之所盛处也。其地下，水土弱，雾露之所聚也】。所以南方很多地方起雾露。【其民嗜酸而食胾】人民比较吃酸、比较喜欢吃酸，还有一些胾类的、就是食物发酵过的东西。【故其民皆致理而赤色】所以住在这个地方的人民，皮肤的纹理比较细腻，也比较红色。因为南方是阳热，太阳比较多。【其病挛痹】一般来说这种人容易发生比较多的是痉挛、麻痹的病，【其治宜微】这个时候我们用微针。所以九针也是从南方传进来的。所以如果在佛罗里达、在中国台湾省，我们针灸会用到很多，在热带地方针灸用的很多。北方很冷，针拿起来都是冰的，衣服脱开来下针更冷，所以用灸比较好。

【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、在中央土什么东西都长，土生万物，所以取得食物太容易，他的劳动工作就不像住在东方、西方、南方、北方的人那么多。这种人【故其病多痿厥寒热】，就代表因为你出什么劳动，运动不多的意思。【治宜导引按跷】就是练工夫、运动。【故导引按跷者，亦从中央出也】。所以比如中央的河南嵩山少林，很多练武功的东西都是从中央出来。

【故圣人】不单单是指圣人，就是真正很好的医生【杂合以治，各得其所宜】看情形再治疗。所以今天如果你的诊所开在北方，如果不开在佛罗里达，开在北美或加拿大，我们会用灸比针用得更多。一定会这样子，因为天气冷。因为灸用得多了，房子里面味道很重，屋顶会装天窗，房间装个抽风机把烟抽出去，不然受不了。艾绒烧起来的话，跟大麻的味道完全一样，连警察都会分辨错误。【故治所以异，而病皆愈者，得病之情，知治之大也】所以我们要按照地方的不一样使用的方法不一样，而得的病通通会好。这是我们要做个医生的话，要知道因时因地能够制宜。

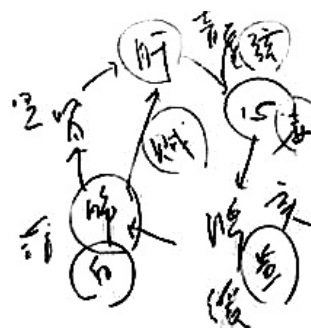
### 第十三篇 移精变气论

黄帝问岐伯【余闻古之治病，惟其移精变气，可祝由而已】。祝由就是祭祀的法师。很多都有祝由，像埃及有法师。很多古老的帝国都有法师。我们中国也有。印第安人也有祝由。过去祝由也是火神。火神、法师就在那边念符，可以把病治好。【今世治病】现代的病，【毒药治其内，针石治其外，或愈或不愈何也】有的治好了有的还治不好。为什么上古和现代人不一样？上古人根本不用针药，念念符咒在你面前，这样就好了。黄帝问他为什么。

【往古人禽兽之间】岐伯就说因为过去古人住在群兽之间，现在我们住在水泥森林之间。以前住的地方隔壁的老虎会跑进来，常常老虎来吃东西、狐狸来吃东西，就是在禽兽之间。【动作以避寒，阴居以避暑】因为天气冷他们没有暖气，就要开始运动，动起来能够增加热度。夏天太热了，就躲在树荫底下、躲到山洞里面去，来避暑。【内无眷慕之累，外无伸官之形】心里面没有什么野心，没有什么贪念、我要买LV的、我要买什么，根本没有这种东西。在山里面没有说要当大官、当副总统不好，都没有这种野心欲望。【此恬憺之世】就是人非常的恬淡，淡泊名利。由于淡泊名利，心里面没有喜怒忧思悲恐。人很平淡，不会要求什么，【邪不能深入也】到身体里面去。上古的人是这样子，邪不会深入。【故毒药不能治其内，针石不能治其外，故可移精祝由而已】。就是说，如果身上一点点病，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。药什么都苦的怎么办？没有关系。比如我们拿点糖和盐巴合在一起。你拿这个回去，一点都不难吃，泡在水里化掉吃了，你就会很好睡。病人不知道，就回去了。有时候下针我们不用下，病人怕针。摸脉是浮脉，病得很浅，也不用吃药了。发个汗很简单，就让他躺在病床上，针拿起来拿针头在皮肤上刮，根本没有扎进去，只让皮肤感觉到说我要下针了。拿针在皮肤上刮一下会受惊，一受惊的时候阳气一起来，一发汗，马上就好掉了。很简单的动作。就好像祝由一样，他在念符、念什么东西，就是让病人感觉到替我做了一些事情，一安心病就好了。最主要是在上古的这种环境之下，他没有欲望，都是很恬淡，保持心情的愉快，所以病都非常浅。现世就不行了【当今之世不然，忧患缘其内，苦形伤其外】大家要去工作要去赚钱，劳力，又担忧、家里面小孩子没有照顾或怎么样，【又失四时之从逆，寒暑之宜】。因为你必须要出去挣钱，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。故祝由不能已也】这时候祝由的力量就不够了，那是因为情志。

黄帝说【善】好。现在我想亲自去看病，【余欲临病人，观死生，决嫌疑】我现在要看病人，要怎么样把病看好【欲知其要，如日月光，可得闻乎】？就是说，岐伯你看我现在学到第十二章了，十三章开始了，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。

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】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现在宗教的上帝，而是说上天、天地之间的东西。我们最重要看的是色脉。【上古使儻贷季】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，脉讲的是脉诊。望诊和脉诊非常了解。【合之金木水火土】然后配合五行、五运，【四时八风六合】春夏秋冬，东南西北、西南西北东南东北，上下前后左右是六合，【不离其常】都按照常、正常。【变化相移以观其妙，以知其要】。我们了解什么叫正常，就知道什么叫不正常。就是我常常跟大家说的，我们当个医生一定要知道什么叫做常人。你不知道常人的话，当你开始治病，你治好了都不知道、不晓得。所以我们【欲知其要，则色脉是矣】最主要就是两个字、色脉。【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，意思就是岐伯跟黄帝说，你现在学了十二章、从第一章到十二章后面还没有学到，你看色脉就可以了。今天祝由都不要学，就专门看色脉，就不会错了。



【夫色之变化以应四时之脉，此上帝之所贵，以合于神明也】。所以我们在讲色脉的时候，



肝心脾肺肾，青赤黄白黑，脉来讲弦洪缓浮沉。基本上的大原则，青色配合上弦脉，这是属于肝。我们看到克脉的时候，比如金是克木，金会去克木叫做贼邪、五邪之一，就是比较严重的情形。五脏之间互相生克的、拉扯到的，力量是很平均的。金如果就克木的时候，是贼邪就比较严重了。也就是说我们手上摸着肝的脉的时候居然摸到了肺的脉，简单讲就是这个意思。春天的时候我们看到脸上应该带一点青色的，结果这个人是惨白的，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，四时八风六合”，简单讲就这意思。

后面会解释的很多，每一个都分开来，所以你们不用担心。从这里就依此类推。比如我们（夏天）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，母生子，这是相生的状态之下。还有心脏本身的病，比如心脏本身你摸着洪脉、洪太大了，就是正邪。还有脾脏的病，脾脏本身是黄色的，它的脉是缓散的，结果你在摸心脉的时候，仲夏、本来夏天应该是脸比较红，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。诸如此类。对心脏而言，来自脾是实邪，来自肝是虚邪，就是我们前面讲的五邪。举例就是简单讲这个观念，后面我们还会再细分它。

基本上岐伯回答黄帝的就是，你只要知道色脉就可以了，已经可以看病了，已经可以做很好的医生，已经不会诊断错误了。【所以远死而近生。生道以长，命曰圣王】。

【中古之治病，至而治之，汤液十日】就是中古的时候治病是等到病来了以后、发病了以后再开始下手，给他吃十天的汤药，【以去八风五痹之病】。【十日不已治以草苏草芒之枝，本末为助，标本已得，邪气乃服】如果十天不好的，十天疗程不能治疗，我们可以用一些像草类、根茎类、果实类的药。过去我们用汤剂。慢慢给你一个观点。汤剂我们有外洗和内服两种。我们会用到外洗，有几种状况。第一个病就在皮肤上面，就外洗，比如皮肤病、瘙痒什么的。还有一种汤药不入，病人不能入口了、喝不下去了，我们过去用药物煮滚了之后药气一直上来，用鼻子呼吸进去，希望它的药气由毛孔透进去，这种我们会用到外洗。还有就是伤口、割伤了我们用外洗。内服也是用汤药，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】近世、近代的治病就不是按照这个方法来做。【治不本四时】治病不按照四季的生长收藏的定律，【不知日月】也不管日月的盈亏、阴阳的盈亏，【不审逆从】也不细察病人的生活起居状况，病情一再延误。【病形已成，乃欲微针治其外，汤液治其内】这个时候仍然在用针灸在体外、用药去攻里面，会造成后果更严重。【粗工凶凶以为可攻，故病未已，新病复起】。所以我们中医在治病的时候一定要是很确定，不会说随便去攻他。要把病人的问诊、望闻问切通通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。西医一个早上看一百号人，一个人一分钟。还要问你的生活状况，不会。我常常问病人。病人很忧虑跑进来，她发便秘或怎么样，我先看她是否 married 已婚。先生有没有陪你来？不要提那个死鬼。就知道了，这是怒、忧，便秘就很好治的。诸如此类的，稍微问一下。你要问的有技巧，不能问的人家说，我来看病你问我婚姻如何干嘛。问要有技巧。待会儿我后面还会提到。

【愿闻要道】黄帝说你能不能告诉我更正确的治病的方法。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。病人跟你讲了很多病情，绝对不要为病情忘掉色脉，不可以。讲了半天你还是要看他的色、看他的脉，不能因为病人一直在讲，结果你把病情记得很清楚，色脉忘了去看。所以要去故就新，乃得真人。我们要把不正确的医学删掉，要留下好的。

【余闻其要于夫子矣。夫子言不离色脉，此余之所知也】。黄帝问岐伯，要观察病人的生死之老师说不出色脉，是否能更简要地说明。

岐伯说【治之极于一】一个、一就好了。【何谓一】什么叫一？【一者因得之】就是看病人的神。我们在望诊的时候，眼睛看过去，病人有神无神。有神，病很好治。无神，病就不好治。眼睛有没有神，你看就知道了。有的人是常人、正常人，没有病，两个眼睛无神，那不是病，那是愚笨。愚笨你看两眼无神，看起来好像没有精神，这是愚蠢，这不是病。所以我们有灾色和病色，你们要分清楚。

【奈何】黄帝问如何望神？【闭户塞牖】岐伯就说看病的时候，跟病人待在病房里面，门窗通通关起来，就是你和病人，不要受其他的影响。【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的隐私。因为病人有时候话不好意思给别人听到，不能说在这边看病、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。一定要到一个小房间里去。从古就下这个定义出来。现在我们到医院去看病不一样，旁边还有护士什么的很多人在，一个主治大夫后面还一票学生，怎么问。你在看泌尿科，你跟医生怎么讲。只有你跟医生在一个房间里才能讲。要得神。得神除了你去望神以外，还有得神的意思是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，你才能够帮他治病。

当然有的情形，你们要有一些技巧。学医要了解病人的心理。有的老太太，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。她来找你看病坐下来。看她只是一个太太，又不知道她的情形，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岁第一次结婚的时候，我结完婚就便秘，以前都很好。一离婚的时候就下利了。现在是85岁，她和我讲65年前的事情。又不好意思讲她，又没有人在，她就聊。告诉她不要，你昨天有没有？没有。今天有没有？没有。便秘，就结束了。有时候病人讲不到重点。当医生的时候，临证要有耐心。

有时候我实在是已经没办法控制，有时候会发火。病人会跟我说我的医生、我的医生，说了半天我都没听到病人说。我要听你说，你告诉我你的感觉如何。我再问他口渴不渴，我的医生说怎么样怎么样。我问他第二个问题还在说，第三个我就火大了。你不要说你医生说，告诉我你怎么说。还要讲我的医生说，我说你的医生是bullshit胡说。只有这样子，那怎么办，要制止他。你要制止他的时候，千万记得不要有第三者。这就是岐伯的意思。怎么骂他没关系，关着门，没人看得到。你们以后有机会跟我到临床的时候，我不可能当着很多人面这样骂，不会。我会门关起来骂。这样才能够得到神。

## 第十四篇 汤液醪醴论

《汤液醪醴论》，醪与劳同音，篇第十四。黄帝问岐伯【为五谷汤液及醪醴奈何】？就是做酒。黄帝问如何用麻、麦、米、薯、大豆等五谷来制造药用的汤液跟酿酒，要酿酒做哪一个最好。岐伯说【必以稻米，炊之稻薪，稻米者完，稻薪者坚】。这里稻米讲的是粳米。粳念jing。实际上就是我们的糯米，比较甜，比较糯。酿酒糯米最好。用火来烧取材料的时候用稻梗、稻梗最好，因为糯米的味道最完整。【何以然】黄帝问为什么挑这种米？岐伯说这种米【此得天地之和，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。

你们注意看象。《易经》里面最难懂的就是象还有数。如果我们用象去看实物，不用看形色气味。我们一般挑中药，按照形、色、气、味去挑中药、选择中药。如果以象来看，稻米的稻穗的毛就那么长，麦子的毛很长。东方人吃稻，毛比较短。西方人把衣服脱下来一看，全身黑猩猩一样。我曾经在帮膏肓放血，一脱下来在哪？然后找。火罐都吸不上去，因为都是毛。吃麦吃太多了。这一定是看象，不然怎么解释，毛那么长。[第20集]



所以过去我们用水去熬药，有的重一点我们用酒去熬药。酒不能拿红酒什么的，要拿米酒、糯米酒、酿的小米酒，都很好。【上古圣人作汤液醪醴，为而不用何也】黄帝问为何做了放在那边不用？就放在那边不用，只是备用而已。【自古圣人之作汤液醪醴者，以为备耳。夫上古作汤液，故为而弗服也】岐伯说古代的人做这些汤液醪醴是有准备的，并不是要去作用的，做了并没有吃。【中古之世，道德稍衰，邪气时至，服之万全】。我们就需要用一些汤、酒跟药放在一起煮。最主要是上古的人情志很恬淡，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【今之世不必已何也】？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，铍石针艾治其外也】。要内、外，里面要攻药、外面用针、艾灸才行。一定、必须要这样子。为什么？因为人心乱了。我们有空气污染，还有劳动会比较少。因为到哪里都坐车，取得食物也很便宜。我们现在不需要早上出去种菜，然后种完菜之后再去上班，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，所以我们会用针灸还有汤药一起用。

帝曰【形弊血尽而功不应者何】？意思就是，我们用强烈的猛药、很强的药去攻病的时候，病邪没有退，造成病人气血、血虚形衰，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。岐伯说【神不使也】因为病人他不相信。病人本身不相信你开药给他，没有用的，因为他不相信。他不相信的时候，他即使得到某个症状，他认为是坏的，实际上是好的症状。



比如病在胸腔的地方。如果我们把肺横切两半，分上肺和下肺。我们药下去的时候，如果病在上、痰水太高了病人会吐、得吐，病在下它会往下大便排出来。结果你开处方开得很好，病人吃下去吐和泻。病人根本就不相信中药、中医，这医生什么烂药，我不吃了，然后回家躺下就睡。他之前找你是不能躺下睡，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是烂医生，晚上回家躺下就睡觉。他就忘掉了。他不知道是中医药弄好的。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。黄帝说为什么、【何谓神不使】？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，故神去之而病不愈也】。一方面不相信，一方面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。



【帝曰病之始生也】刚开始生病的时候，【极微极精，必先入结于皮肤】。【今良工皆称曰病成名曰逆】现在好的医生都是等到病生成了、有病了，再去说生病了，开始讲病名是什么，讲了一大堆。病在初始的时候没有察觉到。前面第十章节讲过，五脏六腑有 12 个俞穴，跟 354 个其他的小穴道，总共是 366 个。病一开始通通是在这些表面上的穴道，表面上的地方。你有一些酸痛或怎么样子，马上用针灸去治。可这时候不是病，是邪的初始。这是上工。可是现在不是。现在等病很深入了，等到病已经成病了，给你个病名，岐伯那时候就知道西医了。【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】？你周围那么多亲人，每天可以跟他碰面、每天可以看到他的气色，结果你也不能预防于先、也没办法把他的病治好。为什么？岐伯说【病是本，工为标】医生是标，【标本不得，邪气不服，此之谓也】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。一种情形是自己的亲人还不见得相信中医，他宁可去相信西医。你如何处理？你每天看到他就看到他衰败下去，他不相信你真是没有办法，这是岐伯的意思。还有一个意思就是，医生的程度不够，没有办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。

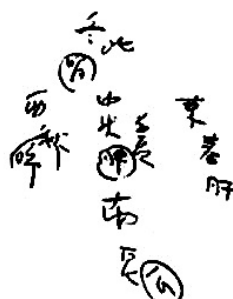
帝曰【其有不从毫毛而生，五脏阳以竭也】有的病不是从皮毛进来的，有的是因为五脏里面阳气衰弱而产生的。我们读《黄帝内经》，一句话一定要正反两面。五脏阳气不足才会生病，阳气衰弱才会生病。换句话说，我们随时要保持五脏的阳气很旺就不会生病了。如果“津液充郭，其魄独居，孤精于内，气耗于外，形不可与衣相保。此四极急而动中，是气拒于内，而形施于外。治之奈何”？他讲的是一个症状。我们常人，全身像一个气球一样，肺气是主肃降、肺气正常是下降的。当少腹中间的津液很多，肺气被堵塞掉没有办法下降的时候，肺气会回逆到四肢上面，因为中间的湿。中间的津液太多【津液充郭，其魄独居】肺就独居。肺是魄。我们只要看到魄，魄就是肺，魄户是肛门。所以魄与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。原因是【气聚于内，而形施于外】表面上我们可以看到。【治之奈何】如何去治它？这就是讲治证。

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”。这个是一个脏病的治则。由于肺主皮毛，可以用缪刺法，缪念谋。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，在井穴。就是说我们在四肢关节的末梢、井穴上面放几滴血。还有在腿或手臂、小腿的部分，看到有青筋就是有血脉了，静脉曲张、看到静脉会有曲张的现象、弯曲的现象。我们在这个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？它能够【开鬼门】鬼门就是我们的毛孔，皮肤毛孔通通打开来。【洁净府】能够让肠胃、膀胱能够通畅。【精以时服。五阳已布，踈涤五藏】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】。这则讲求的是什麼，为什么会这样子？五脏的气，肺在上方，肺是相傅之官，它主气。脏气有不平衡的时候，人就会一直形弱，形一直会瘦掉、瘦弱下去。哪一个脏有问题？他并没有真正有问题。临床上我们真的这样子做的时候，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、或者燥郁、焦虑都可以用这种方法，让他的脏气、五脏能够平。所以五脏能够平衡、让他脏气能够平衡的方法就是缪刺法。缪刺法就是十二经的井穴放血，还有在四肢上面看到有瘀青的地方、瘀的血脉的地方，尤其腿上面很多，放一点血。缪刺就能够把鬼门打开、把皮肤毛孔打开，让肠胃非常的干净。这种只治精神方面的阴阳割据的病。如果内脏有问题，肝病或怎么样子，缪刺没有用的。缪刺一定是精神方面的。

## 第十五篇 玉版论要

黄帝问【余闻揆度、奇恒，所指不同，用之奈何】？揆度和奇恒是两本书，《玉版论要》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】。我们看风水的时候拿罗盘。打开罗盘看有 28 个宿、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揆度的原因？想想看你们都没有天文地理的基础，我们这样讲。如果粗分是生长收藏、春夏秋冬四季。如果细分，分为揆度的时候，从建月开始。我们都是寅月做建月，从农历的一月开始，通通是属于寅月。所以你回去翻开黄历，翻开来农历的一月都是寅月。天度进入一月，建月是从寅开始。我们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》十二经络的时候我们从肺经开始介绍，因为它是天气之始、刚开始的地方、天之始。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。十二个月走寅卯辰巳午未申酉戌亥子丑，循环回来，络我们的十二个经络。简单讲就是这个意思，把它分得更细。

【容色见上下左右，各在其要】人体内异常变化都在脸上显现、上下左右不同的色泽，一定是固定的。天地之间的四季，我们把它对到人身上时候是肝心脾肺肾。如果我们把天地之间的气放到人的脸上来的话，肝心脾肺肾一样可以放进来。肚脐来说的话也可以，脾在中间，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子。

【其色见，浅者】颜色看到不对的时候很浅，【汤液主治，十日已】十日就可以治好。【其见深者，必齐主治二十一日已】颜色看到比较深的时候，我们治它 21 天。这并没有说一定从哪一天。比如我们刚好是今天来立春，开始算 10 天，不是。就是当天开始治病的 10 天，浅色就会好。这是以我们治疗的时间来定，10 天应该就会好。如果颜色见到比较深的话，要 21 天。

【其见大深者，醪酒主治百日已】这时候一定要用酒去煮汤药，还要治百日以上。【色天面脱不治】如果是颜色脱掉了、整个失掉、尽失了，面色也脱掉了，这是非常的危险，已经随时会死亡。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，好像脸上很多灰尘在上面，没洗脸一样的感觉。

我们两种情形。我们医生去看病人的时候，看到脸上都灰灰的、暗暗的，好像灰尘一样，这是面色、气色脱掉了。如果当法官坐在那边看的时候，那个人脸色黑的是刚从牢里出来。在牢里面住出来、牢狱之灾，脸都是黑的，灰黑好像没洗脸一样。这两个不太一样。一个是在牢里面出来，他是灰但是面色还在。



这是整个颜色脱掉，病人很危险。最明显脱色的时候，脸上气色脱掉以后，你就看到头发整个蓬起来，干掉、像木头一样完全干干的没有油了，很稀疏。你摸头发，一天不洗头发黏黏的，那就是油。油都没了，整个蓬起来，气就脱掉了。因为这是最顶上，阳气的所在。整个阳气脱掉的时候，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。一般来说面色都脱掉的话，【百日尽已】百日里面就死掉了。

【脉短气绝死】。这里面讲到了短脉。关脉，寸脉是九分，尺脉是一寸。短脉的意思，脉变得很短，一点点，没有那么长了。超过标准就是所谓的长脉。这是长脉和短脉的区分。这里讲脉短气绝死，我们怎么解释？

阳脉一定是长，阴脉一定比较短。所以阴脉的位置，看起来是长，但是你摸它比较短一点点。所谓的短气，我讲气短。如果以形来说，阳脉是九分。形看到是九分，你摸它的时候阳脉是比较浮的，这就是气、气比较长。如果摸要阴脉，形是比较长的，但是你摸到皮肤表面上按下去摸不到脉，气比较短。这是正常的脉。今天的脉摸下去、你重按下去的时候，阳脉在底下变得很短，阴脉浮上来。阳脉应该浮在上面，侧面看阳脉和阴脉是斜的，中间是关，摸上去是这个形状是对的。现在如果是反过来，也是斜的，但阴脉浮起来、阳脉下去了，阴阳就反逆过来了。这就是凶脉。这里是这个意思。如果阴阳是反逆的，气绝死。气没有了，因为这是气脉，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。比如我现在很燥热、很口渴，我自然会去喝水。病人很口渴他又不去喝水，症状全是不合的现象。

简单归纳起来怎么解释？脉证如果是合的，比如我们摸到脉是在皮肤表面上、脉是浮在那边的，病人跟你陈述的就是皮肤痛、脖子痛、项强、肩膀痛，都是脉证合到的。这都很好治。脉证不符，都是比较难治。病人的脉摸下去，明明是很深，结果出现表证。或是病人是很浮的脉、很凶大的脉，你一摸上去是浮脉，脉那么大浮在表面上。你就问他有没有感冒发烧，没有就是内脏的阳气往外浮。所以我们真脏脉摸的时候，不管是肝脉、心脉、脾脉、肺脉、肾脉，不管是溢脉还是覆脉，通通是浮大、洪大的、脉跳得很快很大。你说这是表证的脉？不是，脉

证不符。如果是表证的脉，病人一定会有表证。表是在皮肤上面，比如皮肤痒、皮肤痛，肌肉关节痛，发烧，项强、脖子硬，头痛。那就很好治，脉证是符到的。脉证如果不符的话，都是死症，很危险的症状。简单讲就这个意思。

【色见上下左右，各在其要。上为逆，下为从】。脸上的气色，我们之所以定出来肝心脾肺肾的位置，就是因为春夏秋冬、东西南北定出来位置。整个脸上的气色是以胃气来说。如果胃气的方向是从下往上走，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，肾脏的颜色原来在嘴唇下面比较黑、气色一直往上走，越来越往上扩散的时候就是凶。因为头是阳的极、阳之极，没有再超过头了。阳极会生阴。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。所以病色如果是由上往下发展的话是良性，就是病情在退、越来越好治。



女人跟男人刚好反的。【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。【易，重阳死，重阴死。阴阳反他，治在权衡相夺，奇恒事也，揆度事也】。

这一篇讲的奇恒还有揆度，主要讲的是天地之间的阴阳平衡。

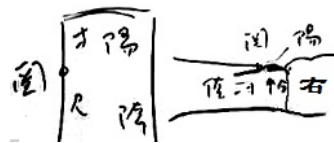
我们有 24 个节气，分成 12 个月。人身上有 12 个经络，对应 12 个月。从春夏秋冬一路，春生夏长秋收冬藏。节气这样走的时候，一直在循环，阴和阳平衡才会造成循环的现象。到了极点的时候，到了冬至、阴的极的时候，开始要生阳了，再回头又走。所以阴阳本身是一直循环，成为一个大周天一样，好像有个宇宙一样。所以我们在看罗经的时候，我们打开来看，天罡星、天干、地支都在里面，有 360 度在那边转，我们实际上就是找它的阴阳的平衡。跟人身体上面也是一样。

头面本身是阳。阳到极的时候，阳到顶的时候会生阴是往下走，这是常、常是正常。现在人的气色由下往上走，这是逆、反逆，就是凶。比如有个人来找你看是肾脏病。刚开始的时候下巴是黑的，因为水克火。在火的位置怎么看到水的颜色，水的颜色就是黑的。看他治了一个礼拜以后鼻子变黑了，糟糕，不对了。有个人来找你的时候，脸整个都是黑的了。开始治的时候，头上的黑慢慢退下来了，慢慢往下退到下巴是黑的，代表方向是对的。简单讲就是这个意思，讲的是阴阳平衡。[第 21 集]

脸上以一个女的来说，女人的左边是阴、右边是阳。如果看气色的时候，左边是肝青，青色一直往右边去，阳一直往上加就是重阳、阳上加阳。我刚才讲的是上下。横着走，如果是由右边往左边走，右边是肺越来越白一直往阴、左边靠，就是重阴。阴上加阴和阳上加阳都是逆症，都是不好。所以阴和阳要平衡，不能阳了再阳，那就一直往外走。观念的想法是这样子，比如我们讲肝脏。肝里面有阳、有阴，阴阳是平衡的状态之下。如果是阳外走，肝里面没有阳的时候，阴就会累积在里面，累积久了以后变成实、就是阴实，这就危险。所以阴和阳要平衡。举例。我们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包着瘦肉，外面还有一层皮、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。这都是平衡的状态之下，平衡才能形成这样。所以讲奇恒跟揆度，讲的就是阴阳而已。只是举例。



“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”。怎么解释？又回到脉了。关脉、寸脉、尺脉，关脉是阳、尺脉是阴，这是基本观念。关脉比较大，侧面看手掌的时候，里面的脉形应该走向是斜的、寸脉高尺脉低，上面中间是关脉，皮肤底下的脉动应该是这样的。因为前面、寸脉是阳比较浮起来一点，后面、尺脉是阴自然而然会比较稍下一点。寸是九分，尺是一寸的长。剖面看的时候，摸脉应该是这种感觉才对。





如果阴脉变得越来越小、阳脉变得越来越大顶到皮肤表面上来了，这是阳要出来了。本来就有阳，后面的阳要跟着、内脏里面的阳要往外走。阳就是动能、能量、生命力，一直往外走，这是搏脉。【搏脉痹痿，寒热之交】搏脉是寒热之交。【脉孤为消气】。我们的脉搏动作很大的时候，因为阳是主关节、四肢，会造成手足不遂。脉会形成这个样子，就是所谓的表、阴阳表里的表。当人受到外在的邪、邪来侵犯我们身体的时候，我们的内脏的阳会出来跟它相抗。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，这是没有病的时候。表面的阳没有办法对抗外来的病邪的时候，身体里面的阳自动会出来跟它对抗。对抗的时候就产生寒热交合相争的状态，赢了就是热，输了就是寒。脉独盛于寸口，如果只有寸口摸到脉、后面的尺脉没有了，就是独盛于寸口这种情形，表示阴气已经消减了。如果反过来，脉独盛于尺，表示阳气衰了，因为阴脉太大了。脉反过来，独盛、阴脉过大，这叫做孤脉。

【虚泄为夺血】。脉形如果是中空没有力，血不够了。血不足的时候，人很好玩，得到是反的。你认为血不足的话脉会变小？你错了。血不足的时候脉会变大，刚好是反过来的，脉会变大，因为里面是空的。空的时候脉变大，压下去好像空的葱身一样中间是空的。当然了我们后面也会讲到芤脉，芤脉就是中空的脉，代表失血、血不够，人血不够的时候脉形会变得很大。我们常常看手臂的尺内，如果在尺内阴的这一段、从关到尺泽的这一段看到的青筋很多，这就是贫血。你看气色的时候，脸上本来胃气是带一点黄，脸上都比较暗、胃气都看不到，代表五味入口到了胃里面以后还没有办法化生成血。这时候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。【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，都是危险。虚脉很好治。虚脉，简单讲虚实。如果是孤阳的脉阴没有了，或者是孤阴的脉阳没有了，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，孤阴或孤阳就是实脉，阳实或阴实。如果是虚脉的话，代表里面没有长东西，【行所不胜曰逆，逆则死。行所胜曰从，从则活】。所以我们如果摸病人的脉，本来是实脉、本来是重病的，结果把一个病人从实脉治成虚脉，非常好。病人从生病回到正常之前都是呈现纯虚证。这是不管是理论上《黄帝内经》讲的，或者是在临证上面看的时候，都会呈现到虚证的现象。也就是说，人体就是这样子，把病去掉以后人是很虚的，这时候给他滋补一下就好了。这都是很正常的现象。就好像车子原来不好，你把它通通修好了，修好以后车子还不会跑，因为汽油还没加、机油还没灌、水箱还没加水，然后给它滋补一下就开始动了。

【八风四时之胜，终而复始。逆行一过，不复可数。论要毕矣】。所以人体就按照阴阳平衡的道理来走，跟我们的奇恒跟揆度是一样的，专门讲天地的阴阳平衡完全是要相合相通的。这就是这个章节讲的。

## 第十六篇 诊要经终论

《诊要经终论》把前面十二章又重新复习一遍。为什么？讲得更细了。可以讲细了为什么？因为你有了基本概念。所以前面十二章讲的都是概念，现在慢慢讲得分细了。

黄帝问【诊要何如】诊断和治疗的重点在哪里？怎么样抓到它的要领？岐伯说【正月二月，天气始方，地气始发，人气在肝】。一月份就是寅月。农历一月份、二月份的时候，刚开始，天气开始走，地气始发，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。所以天气讲的是天阳，地气讲的是地阴。刚开始1月份、2月份的时候，阳气开始动了，地的阴气开始往上升，这时候是肝脏、讲的就是肝脏。3月、4月的时候，天阳开始运转了，正方的时候开始运转了，地气由下慢慢往上升，这时候人的气应该跟着时节走、

我们人一定要跟着节气走，这时候人的气就聚在脾脏上面。【五月六月，天气盛，地气高，人气在头】天气非常的盛，地气就升的非常的高，这时候人顶、人身上最高的地方就在头部，所以人气在头。【七月八月，阴气始杀，人气在肺】阴气开始有肃杀了，也就是开始受损的意思。这时候人气在肺。【九月十月，阴气始冰，地气始闭，人气在心】阴气开始变冷、天气开始变冷，冷的时候地气就慢慢往下走，这时人体的气就在心脏。【十一月十二月，冰复地气合，人气在肾】寒冷的气和地的阴气合并，都是阴寒的地方，就是在肾脏。因为合并，所以很多动物像熊、蛇，很多去冬眠。因为很寒冷，就冬眠，尽量少消耗掉身体里面的能量，能够冬眠起来。这都是按照天地之间动物的性、自然界动物的本性。一定要相信动物的本性，它会按照节气走。只有我们人不按照节气走，所有的动物都按照节气走。它很聪明的，它一觉得不对就开始躲起来、开始冬眠什么样子。它不吃东西，躲在那边睡觉、挖个地方睡觉，它能够活下去。结果动物也没有豪宅也没有暖气，就冬天也没有死在冻疮。结果我们人还会死在冻疮，还会冻死。所以人很丢脸。要学熊、学蛇这种东西。

前面讲的是 12 个月的节气，阴阳的变化。岐伯说就是因为这样子，【故春刺散俞，及与分理血出而止。甚者传气闲者环也】。因为春季得病的时候是刚开始天气和地气在变动的时候，这时候病都在皮肤上面、肌肉交接的地方，浅刺出血就好了。当严重的时候，春天的时候、一二月的时候，如果是严重了会传到内脏里面去。一二月的话就是肝脏，三四月就是脾脏，诸如此类的。【夏刺络俞，见血而止。尽气死循环，痛病必下】。夏天得病的时候，我们刺络俞穴。刺它更细的地方，叫孙络，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。当旺的时候，我们人的气跟天地的气是一样当旺的时候，这时候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。病在很浅，我们就很浅的治，不要治的很深。所以我们在下针灸的时候，春夏针比较浅，秋冬针比较深，因为气的季节的变化。因为春天时慢慢走浅，到了夏天更浅走到皮表了。到秋天的时候从皮表慢慢走到骨边，所以天气冷的时候我们下针可以下深、下到骨头旁边。【秋刺皮肤循理，上下同法，神变而止】顺着皮肤腠理的空隙刺下去，等到病人气色、神色变为正常就可以起针。这都是病在表的时候我们可以用。真正的内脏病，这个力量不够的。这是讲病邪刚入身体的时候，我们治之在初。上工就是，一开始病邪进来我们就开始做。这一段讲的就是，秋天的时候病邪进来我们怎么扎，夏天、春天、冬天的时候病邪一进来我们怎么做。【冬刺俞窍于分理，甚者直下，闲者散下】冬天的时候因为寒气比较重，所以病会比较深，这时候我们下针都下在背后的俞穴和腹穴上面，背的俞穴为主。病势重者下针一定要深，病浅下针浅。这都是我们的治疗的原则。

【春夏秋冬，各有所刺，法其所在】。

【春刺夏分，脉乱气微】。春天应该刺在春的位置上，刺到夏分就会造成不及而伤到元气。夏天的时候，病在最表、在皮肤最表。画个图。以手腕处为例。骨是冬天，骨头旁边有筋、筋就是春天，夏天就是血脉、有脉搏在这里面。春天的时候，我们的针应该下在筋上面。如果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。因为动到气了，我们针一下去病人的气就会开始动。【入淫骨髓，病不能愈】。下到不及的时候，第一个影响到正气，伤到正气了而病气没有去掉，气会乱。气一乱的话，病邪就会趁乱而入。这就是它下的定义。【令人不嗜食，又且少气】会造成人不想吃东西，而且呼吸很短、少气。



【春刺秋分】春天刺到秋分上面。秋分的刺法，秋天跟冬天应该针要下到骨边，在秋冬的时候正常是下到骨边。现在春天把针下得太深，太过，会造成【筋挛逆气环为咳嗽，病不愈】。【令人时惊，又且哭】让人受到惊吓，而且容易哭。

【春刺冬分】也是太深，深达到骨边。【邪气着藏。令人胀，病不愈，又且欲言语】。

里面讲了很多的症状，大家会不容易搞清楚。有个最简单的方法辨证就是，过和不及。不及产生的症状都是静，太过产生的症状都是动。比如人不讲话、少言、懒言、不太想讲话，少



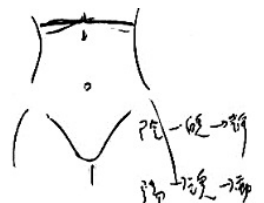
气，就坐那里，我们称为不及，会产生静。太过的时候会产生动，会动到内在的气，本来情志很平稳的结果情志变得很亢奋、很高亢，然后讲话会变得很多。

这是《黄帝内经》非常讲究这个东西。临床上的时候我们有没有这种区分？有一点点而已。真的下针的时候，我们不会计较春夏秋冬像它计较那么细。以前计较的很细，我跟诸位讲过因为针粗，现在针很细。春夏浅刺、秋冬深刺，这是我们下针的原则。针很细，即使春夏下深一点，病人不会气乱的。我们的针都 30 号，30 号都很细，那个针都一号、二号很大了。号码越小针越粗，号码越大针越细。我们因为都有细针、毫针，所以我们真正在临床上并没有那么讲究。当然以前的针，因为冶金技术没有那么好，针要做得很粗，那就要特别小心因为针会伤到。现在的针我们倒是没有那么斤斤计较。只有记得一个大原则就是，春夏下得浅，秋冬下得深。

**【夏刺春分，病不愈，令人解堕】**。我们真正来翻译它的时候，比如夏刺春分。夏天的时候应该刺在夏的位置上，血脉旁边、肌肉中间。如果夏刺的是春分，很浅的、力量不够到，病不会好，令人解堕。如果我们真的翻的好的话就变成，因为针比较粗，下的力量又不够、不及，针孔又很大，这会让人的正气会伤到。因为病气在底下结果针下没有到病气，病还在那边、病没有走，针孔开得很大又伤到正气。那时候针比较大。现在用细针来解释的话就不是这样，细针针下去拿出来是不见血的。以前的针像火柴棒那么粗，下去拉上来都是血。结果病在比较深、针下得太浅，浅的时候人的阳气在这边，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。像**【夏刺秋分，病不愈】**这都是不够、不及。**【令人心欲无言，惕惕如人将捕之】**。心藏神，神分阴阳。

我们为什么分阴阳？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。魄带病的时候，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。还有你会发现这小孩子奇怪，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。衣橱门关起来，喜欢见暗，主静，看到肺。这就是我们为什么要区分神的阴阳。我们知道动静、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。所以我一再跟诸位讲，所有的辨证那么复杂，最主要就是辨阴阳。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、好动、没有办法停下来，是阳。一个人少言，他根本不想做事情，完全没有斗志，是阴。简单区分就是这样子。其实这些讲的东西重点是在这里。你们看一看就好了，真正我们临床用不会这样子的，不会那么小心的。

**【夏刺冬分，病不愈】**这些都是太过，病也不会好。**【令人少气，时欲怒】**。



**【秋刺春分，病不已】**病也不会好。它讲得很复杂，春刺夏分什么的，最主要是春天按照春刺、夏天按照夏刺、秋天按照秋刺、冬天按照冬刺。一般就是我现在刚刚讲的，秋冬针要深、春夏针要浅，这就够了。其他的发生什么问题，诸位可以看看书上的翻译就可以了。**【令人惕然欲有所为，起而忘之。秋刺夏分，病不已。令人益嗜卧，又且善瘳。秋刺冬分，病不已。令人洒洒时寒】**。

**【冬刺春分，病不已。令人欲卧不能眠，眠而有见。冬刺夏分，病不愈。气上发为诸瘳。冬刺秋分，病不已。令人善渴】**。

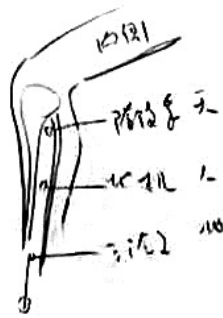
**【凡刺胸腹者】**我们针下到胸部、背部、腹部，**【必避五脏五脏】**。你不要去表演下的真准，一针就下到心脏。这都不好、扎到肺脏都不好，一定要避开来，所以我们才会有斜刺、不会直刺的。**【中心者环死】**如果扎到心脏，一天就死掉了。环死，一天就死掉了。**【中脾者五日死】**如果扎到脾脏，五天就死掉了。我们讲过现在的针很细，真正的碰到脾脏还不会怎么，碰到心脏不行。以前的针很粗，根本刀子一样刺进去的，当然会死。所以不要乱扎，就算是细针也不要扎到内脏。**【中肾者七日死。中肺者五日死。中膈者，皆为伤中，其病虽愈，不过一岁必死】**病就算好了，也是一岁必死。所以我们扎针的时候，一定要避开脏腑。我们扎背针的

时候都斜刺。我以前跟你们讲过，我们都是斜刺，不会扎直刺的。但到肚脐、到了第十四椎以下，我们才是直刺。因为已经避开脏了，我们才直刺没有问题。上面我们都尽量左右斜刺，不扎得太深就不会扎到，绝对不要扎到脏。鬲讲的就是膈膜、横膈的地方。

【刺避五脏者，知逆从也】如果避开来五脏，就知道它的逆和从。【所谓从者，鬲与脾胃之处】。下针的度量的方法。膈所在的位置，有一些在心蔽骨的下面，有一些在肋骨的上面。膈之上和膈之下，是我们的心脏、肺脏和肝脏、脾脏区分开来的地方。它的意思是讲以膈来做标准。避刺五脏者，所谓从者就是膈与脾胃之处。这是我们的丈量的标准，用它来看。比如我们扎心脏，心脏在膈的上方，上方有心的蔽骨保护住。如果一定要从肋骨旁边的缝隙中间扎进去，人家已经保护得很好，从这边扎到心脏去，不好。

我们真的有背后直刺。有一种刺法，我们称之为偶刺（下节课有更正）。也是在《难经》里面。比如心脏痛。痛到哪里？痛在偏左的位置。过去的古人是手丈量这个地方，心里面假想正后方的一个位置，两个位置前后是相对的。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。我是偏右的位置痛，你就手顶在痛的地方，后面找个跟它相对称的位置扎下去。前面扎一针，后面扎一针。针不是很深扎进去，扎到肋骨，一般来说我们不穿过肋骨的。扎到肋骨不会碰到内脏的，穿过肋骨很深、穿刺过肋骨才会碰到肺脏、才会碰到心脏。这是前后的针法，叫偶刺。不要刺太深。有可能丈量不清楚，所以过去有些人用骑竹马、骑着竹竿双臂向上拉伸挂在那边，就是想办法找那个点、不会找错点。现在拿两个镭射的笔，两个对好刚好碰一条线，然后让人站在中间。哪里痛？这里痛，后面就出现了。很好的方法。买越便宜的镭射笔越好，因为只是要光线而已。不要真正跑去照镭射，光线能够找到那个点。这是治疗胸痹，很快、针一下去就好了，但是不能扎到内脏。为什么叫偶刺？前后针刺下去就好了。这是阴阳，背后是阳、前面是阴，针一下去马上阴阳就通了。我讲过中医就在阴阳平衡。

【不知者反之】如果不知道从膈来丈量，刺胸腹者就危险了。【刺胸腹者，必以布傲着之，乃从单布上刺】。如果针刺在胸和腹，以单布包到来说，在单布上刺。这是因为天气太冷了。天气太冷的话，我们扎针不要让他衣服脱开来，身上以布盖到。过去一般针就隔着布就扎进去了。这是讲隔着布上刺。【刺之不愈，复刺】没有效再刺。现代人千万不要隔着衣服扎针。我们在美国隔着衣服扎针人家告你。所以宁可房间开暖气。现在我们有这些工具，有工具、有器具很好，可以改变一下环境。这样的话病人在天气冷的时候不会身体暴露。在冷风之下。我们天气冷要保温，结果为了扎针衣服要拉开来，在冷气的状态之下。冷天的状态之下，我们开暖气再下针比较好，还是可以下。不用按照以前，以前、岐伯那时候根本想都想不到还有暖气。而且北方非常的冷，所以千万不要按照这里说的隔着布就刺下去。【刺针必肃】针刺的时候一定要严肃，不能嬉皮笑脸的。嬉皮笑脸的针扎不准，手在那边抖。



【刺肿摇针】如果遇到肿症，比如手肿起来了、肿得很大、扭到了，针扎到我们的八邪（八风口误）上面的时候，针出来要摇针。摇针是泻气。尤其我们用细针去摇。像以前墙上的九针，拿个很粗的针进去摇，一定大出血，太过了。很细的针下去。摇针是在肿病的时候用的。【经刺勿摇】刺到经络上的穴道的时候不可以摇。【此刺之道也】这是刺法的大要。所以我们刺在肿的地方。[第 22 集]

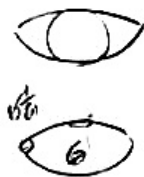
我现在讲形肿。如果手肿起来，我们直针下进手指缝中间，摇大针口。脚踝关节肿起来，我们商丘透丘墟透过去的时候摇大针孔。这都可以的。腿的内侧，膝盖往下有两根骨头。在学《针灸》的时候我们学过三皇，两个骨头的交接处的下方是阴陵泉，再下三寸是地机，内踝裸上三寸是三阴交，合为天、人、地三皇。这是水道，因为脾统水，水道的位置上。病人脚水肿的时候，针扎进去摇一摇出来。肿症通通可以用摇针的。摇完出来以后，因为扎的是水道上面，不会出血，会出水。水在那边滴，就给它漏没有关系。摇针以后让水出来，压力就会释放掉，病人胀痛的现象就会疏解掉。不单单这边可以导水出来，针下去以后病人小便量会增加。



这是刺肿摇针。除了这种，我们在经络上下针的时候就不要去乱摇它了。这是刺的道理。所以整本《黄帝内经》跟针灸完全是吻合的。

黄帝问【十二经脉之终奈何】？12条经脉，我们有肺经、大肠经、胃经、脾经等。经脉的脉气完全断绝的时候产生的症状是什么？终，就是结束了。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。所以以后问病人或看到病人是这个样子，我们就知道他哪一条经脉的脉气没有了、脉气绝掉了。

岐伯说【太阳之脉】膀胱经的脉。膀胱经最大了，从背后一路上来到头部、到睛明的地方，整个后项环绕着、在督脉旁开一寸半的地方一路上来。【其终也戴眼】如果太阳脉的脉气整个断绝掉了、气整个丧失掉了，病人会出现戴眼，“反折瘛瘲，其色白，绝汗乃出，出则死矣”。什么叫做戴眼？就是眼睛往上翻，露出眼白。眼睛是这样的（眼眶中间是眼珠），这是正常人。戴眼就是眼珠子往上，反白了。因为膀胱经的经气到睛明，经气丧失的时候就会呈现这种现象。【反折瘛瘲】反折就是我们整个人向后弯过去。本来人是往前弯很好弯，他不是、整个反折过去。督脉本来可以让我们往前，他整个后翻过来，因为经气绝。经气一绝、没有经气的时候，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。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】。色白就是面色非常的苍白、面色苍白。人的头是六阳之会，阳气很重。阳气的来源是什么？来自脾胃。整个色苍白掉了，代表胃气、脾气、脾脏的胃气都没有了，病人会有色苍的现象。绝汗乃出，这里的绝汗就是油。脸上会出油，我们人身上都有油，每天早上起来的时候你摸摸鼻子上都是油。鼻子的油怎么那么多？那都是气。绝汗，等到油尽出了，油灯尽枯，摸都摸不到油了。整个皮肤干干的摸不到油了，气都没有了。太阳的经脉气绝的时候会出现这种现象。一出就死掉，经脉没有气了。



【少阳终者，耳聋，百节皆纵，目眚绝系，绝系一日半死。其死也，色先青白，乃死矣】。人会有耳聋的现象。耳聋很多，有两种。一种是外来的。如果听音乐，刚好演唱会，刚好好死不死坐在喇叭旁边。很大一个喇叭，50寸的那么大。平常我们25寸已经很大，你还刚好就坐到50寸的旁边，傻傻的也不会跑开。一放的时候耳朵聋掉了。这是实证。这跟少阳没有关系，不要弄错。还有射击，我们在美国射击的时候有音兜，就是室内在射击的时候戴耳罩、把它戴起来。不然的话耳朵会耳鸣，回音很大。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，所以因为音响造成的、哪个音造成的，要治好这种实证很简单，要回到现场去，然后慢慢离开来。所以一旦当场耳朵受伤的时候，千万要慢慢移开。比如在室内射击，忘掉戴耳机，一开枪声音很大，当场耳朵听不清楚，耳膜会振得很厉害。这时候把耳机戴上，露一点点出来再开一枪，用同样的枪、同样的子弹。光子弹有很多种不同的子弹，有爆发的、有一般的教练弹、还有什么铅弹，声音都不一样的。同样一把枪，子弹要找同样的子弹，然后慢慢耳机戴起来让他习惯，耳聋就好了。同样的喇叭，在这个喇叭受伤，放同样的音乐，然后慢慢移开、慢慢离开远，让耳朵慢慢习惯它。同气相求，耳聋就治好了。

内科内脏的虚弱的时候、经脉虚的时候造成的耳聋，足少阳胆经的经脉要绝的时候耳聋，百节皆纵。因为肝胆是表里，所有关节的地方都有筋络到，肝主握，全部松开。没有办法，因为经气没了。目眚绝系，眼睛没有办法转动，两眼直视，眼睛看的傻傻的。肝病出现的时候，我们看很多肝硬化、肝癌的发病，到后来就两个眼睛是直的、不会动了，因为经脉气没了。然后去握他的手，手就掉下来，握拳也没办法握，这种软的。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。这是目眚绝系。这都真的是临床上也可以这样子看到的。这种一天半就要死了。他死的时候，颜色先看到青白。每一个人不同的病死，岐伯他去看一下，在旁边等着记录，一个个写下来。一定是这样，不然他怎么知道。青白实际上青色。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】阳明经气尽的时候。阳明经有承泣四白，眼睛也络到，一直到头维下关颊车承泣四白巨髎，到地仓，都是阳明经的地方。病人口眼就乱动了，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。我们在脉气走的时候就好像蜡烛，蜡烛火要灭掉就是烧烧烧，油要烧到桌子、蜡烛的油快光了只剩一个芯在这边，这时都不会。到了剩下一点点的时候，它会突然变大一下，然后噌没有了。这就是回光返照，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。等到手足麻的时候死亡降临，手脚就是阳明的气在管，因为脾胃。

【少阴终者】少阴脉气绝的时候。因为少阴是肾脏，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，还存在肾的经络里面可以，这都是正常的营养要在正常的脏、正常的经上面。现在经气绝了，黑就会往外散。【面黑齿长而垢】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，上下不通而终矣】因为肾肾主大小便，前面一节讲过，大小便就会不通。

【太阴终者，腹胀闭不得息】也是一样会腹部胀满，呼吸不畅。【善噫善呕】常常发噫气、发呕吐。呕吐严重的时候造成气会往上升，病人会出现赤色的现象。也会发生赤色的现象。【呕则逆，面则赤】。【不逆则上下不通，不通则面黑皮毛焦而终矣】。如果呕吐、东西吐了半天，结果食物、有些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，这种也是会死的。

所以从这里我们可以知道，我们所谓的汗吐下法，一个是汗法，一个是吐法，一个是下法。如果是大小便不通，我们想办法把它攻通。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。如果在皮肤表面的时候，我们都采汗法。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的时候，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。因为病因在这里面，我们有一些治病的法则出现。

当我们知道这个人大便不通，我们一看他脸是黑色的，我们发现到他是肾脏功能衰落了以后大便排不出来，这时候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，肾脏会更弱。所以我们要找他的病因在哪里来决定。如果肾脏很好只是大肠的便秘、里面太干燥了，病人不会黑色的，脸色很鲜红、很光亮，因为阳明经逆流。应该往下走，结果往上走，脸上很鲜红很光亮。这种情形都会造成病人会有便秘的现象。所以治便秘一定要找到便秘的原因再下手，不要看到便秘就去攻它。

【厥阴终者】肝经的脉气终结的时候，病人会【中热嗑干】中焦发热，喉咙苦干，【善溺心烦】多溺而心情烦躁。【甚者舌卷】严重时舌会往上卷，【卵上缩而终矣】睾丸会往上缩。

【此十二经之所败也】这是十二经脉之所经气败绝的时候会出现的一种现象。诸位可以先看一下，大概有个概念。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的，它只是形容给你听，就好像你跟北极人说香蕉长什么样子。你相不相信，十个人去讲，我们就国语去讲他也听得懂国语，十个人就有不同的用词来解释香蕉长什么样子。讲了半天，北极人还是掐脖子。最好的方式是带一根香蕉给他看。所以临床经验很重要。临床经验看多了，一看就知道了。我看过很多人生老病死。因为看得多，所以我们看到的时候马上可以判断出来。所以诸位如果回去记不起来，也不用记没有关系，因为只是想象的。当然我们学生里面有很多医生，你们会看到。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，青赤黄白黑，跟肝主筋、心主血脉、脾主肌肉、肺主皮毛、肾主骨，脉的浮沉，这些你通通可以判断出来这个人怎么回事。像他刚刚讲，肝经、厥阴经的脉气要绝的时候，睾丸会上缩。为什么？因为只有肝经络过睾丸。脉气绝的话，睾丸会收缩而不是放纵。就好像膀胱经的经气绝的时候会往后仰。经气绝，我们要想办法让经气回来，才是要救他的。只有肝经路过睾丸，睾丸的经脉的气要没有了，就往上缩。所以肉切开来，新鲜的肉很大，把它一风干了以后变成很小。所以经气绝的时候都会缩、都会收缩的现象。这是介绍十二经脉气



绝的症状。

下一次我们就要介绍《脉要精微论》。《脉要精微论》把脉简化了，包括浮涩滑沉各种的脉。还有弦浮缓洪沉，我们如何去诊断它，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。甚而至于可以我们一个指头一个指头去摸，不用说3个指头去摸。没有规定说一定要3个指头去摸，一个指头也可以去摸。

我们继续下去介绍《黄帝内经》之前，我有个地方要做个修正。对上堂课有个更正。因为那时候我的脑筋在长脉跟短脉、寸脉跟尺脉，我讲错一件事情。《针灸素难要旨》这本书，不管是所有的看DVD还是同学们，大家去买回来看。它有分三卷，卷二分上篇和下篇。《针灸基本理论与原则》这一篇里面有一个我们叫十二刺法。第一个刺法称之为偶刺。偶刺就是我们昨天谈的心痹，专门治疗心痹、心痛。所以正面一针背面一针叫偶刺，我昨天把它讲成短刺了。我们本来就有短刺，在第九刺称为短刺。短刺是治骨痹。十二刺我们就用得很多，所以我说大家都买这本书来看。

短刺是治骨痹、骨病。比如风湿关节炎，骨头的病，就是骨头痛。为什么叫短刺？因为骨边很浅，一扎就扎到骨头了。在痛点上面、在骨头上磨搓，这叫做短刺。中国有一种针法，称之为刀针。刀针很粗，像把刀子一样，进去就是在做短刺。可是很痛，我个人认为太过、容易伤到。伤到筋，因为骨边就是筋，很容易伤到筋。诸位做短刺的时候，用细针、毫针就可以了。做毫针的时候，我们针下去也是直进直出。在骨头上他哪一点痛，就在那个骨头上下面下针。这就是我们有十二种刺的方法。我稍微做个更正。

《黄帝内经》这本经书因为流传太久，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的时候突然蹦出来一条跟它完全没有关系的，这叫做正常。如果是很有系统的写下来，就是现代人写的。古代传下来都会有断简残篇。

中间断落的我们没有办法去追寻它。我们也不愿意自己放一篇进去，也不好。所以只有从临床上看的时候我们得到一些心得。所以在散落的这种地方，在临床上治证的时候，我们把一些很特殊的方法找出来，让病人得到很好的效果，我们再补给诸位。比如我们上课的时候讲到，哪个地方它没有说到，但是我们临床上怎么做。

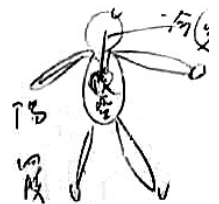
中医即使散落都没有关系，能够辨阴阳、阴和阳能够分辨，就是可以治好病的医生。从头、第一章开始到现在，讲的通通是阴阳。分那么多不同的章节，通通是阴阳。到时候通通了解以后，我会跟诸位慢慢用一些很简单的方式让你了解什么叫做阴阳。比如皮肤的皮里面是肌肉。如果病生在皮肤的外面就是阳，阳在外，阴在内。所以如果长在外面的肿块，一个青春痘或一个什么脓肿，阳，很好治。如果不是往外长而是凹进去长，阴，这就不好治了。阴病难治，阳病很好治。简单区分，这样就看出来了。有个病人跑来跟你讲话，声音很大还好，病人很好治。进来脸色苍白、讲话没有气的，就是阴病，比较难治。诸如此类的。

《黄帝内经》有很多的地方，整本它就在讨论阴阳。它分了很多的地方，不同的地方都来教我们如何去分辨阴阳。诊断会分阴阳，药也分阴阳。我们继续看下一篇。

## 第十七篇 脉要精微论

《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【诊法如何】脉的诊断方法是什么？岐伯说【诊法常以平旦，阴气未动，阳气未散，饮食未进，经脉未盛，络脉调匀，气血未乱】还没



有乱的时候，【故乃可诊有过之脉。切脉动静而视精明，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】。这样一天只能看一个病人，做不到。应该是要这样子、理论是这样子，可是你们想想看谁可以做得好。一个早晨，我坐飞机好了，跑到好几个家去摸脉，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。病人不会摸脉，就让他看气色或怎么样，跟你讲。

但是这一段延伸出来一个非常好的保养的方式。清晨的时候，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，这个时候饮食都没有进。中医的观念里面什么意思？人睡觉的时候阳气会散到四肢、阳在四肢，内部身体里面阴非常盛。四肢都是阳。所以我们的头、手、脚可以通通露在外面，身体要被子盖住，这是常态。

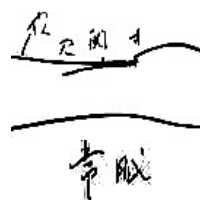
有的人天生的，早上起来第一件事就要拿一杯冷水喝。觉得喝得很舒服，也不晓得为什么，就拿一杯冷水喝。喝完以后开始刷牙、漱口，去做事情。这是对的。为什么？因为一喝冷水下去以后，身体是阴，冷水是寒的，当然不可能去弄个冰水，冷水性是寒的。一个寒下去的时候，四肢的阳感受到怎么有冷的会进来，阳马上就回头、瞬间就回头。因为人体是非常敏感的，一个接触马上就有反应。如果走在路上，针搓一个人他没有反应，这个人差不多了。一定会有反应，人反应很快。所以一下子寒冷进到身体的时候，四肢的阳瞬间就回到胃里面。因为冷水喝下去在胃里面，阳马上回到胃里面，在胃里面蠕动。所以千年以来，只要早上起来喝杯冷水的，永远没有胃病。反过来，这个人胃很好，他自然而然会有天生的那种动作。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、喝水有什么意思，他就是胃病，他就不想喝水。

早上我们用很好的六味地黄丸。六味地黄丸有淮山、山茱萸、熟地、泽泻、茯苓、丹皮，三补三泻。六味地黄丸是一个很温和的补泻的方法，我们有三补三泻，在介绍《金匱要略》的时候我会再细讲。早上起来的时候，床头旁边放杯冷水。放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。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来，不要动。因为身体还阴，阳还在手脚。躺在那边，把盖子打开来，然后坐起来。坐起来的时候要赶快吃。不要阳回来再吃，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。冷水可以健胃，让胃一直在蠕动。阳会按摩，阳气回头回胃里面按摩。这时该按摩的时候，结果消化掉的就是六味地黄丸、最好的东西。这是养生的。

当医生一定要保养自己。不能当医生的时候，病人气色还不错，自己脸色发黑在看病，也不好。所以当医生气色一定要很好。还要保持心情愉快。从这点可以知道，阴阳我们如何来调理它。一般你只要有这个习惯，就常年不生胃病。很简单的一个动作，很好用。当然你不要吃六味地黄丸，你喝水也可以，至少对胃很好。

【夫脉者，血之府也】我们诊脉的，脉是血之府。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”。这里开始，我们进入脉诊了。

我画两个脉给你看。一个是从上面看，关、寸、尺，上面是阳、下面是阴，记得上面是九分、下面是一寸。你每天看我这样写，我保证你不用去记，自然就反应出来了。这是平面的位置。手臂伸出来，病人手在脉诊上的时候，男人的手越肥财禄越多，女人不可以胖手。手上的脉从剖面看的时候，脉是这样的，关、寸、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。你要先知道什么叫正常。脉从关到尺是斜下来的。这是正常。

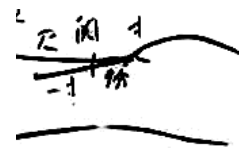


【长则气治】脉长讲的就是刚刚好一寸九分的长度。最好计算的方式就是



从高骨到手掌的横纹的头，脉还没有到横纹头，稍微下来一点点。这就是九分，从高骨正中央往上算。算到九分以后，以这一段到横纹头为九分的长度反下来，稍微多一点点就是一寸，心里面就是这样想。每一个人的寸都不一样。有高的、有矮的、有小孩子都不一样，基本上就是这样算。心里面假想。当然不用尺去量，每个人画，不需要。脉是标准的长度，代表五脏气非常平、非常好。[第 23 集]

【短则气病】脉本来那么长、是九分，我用黄的笔画更清楚。如果从关开始算到横纹头是九分，脉到横纹头就没有了。脉有一根斜的线，故意这样斜比较好，从寸向尺切下来。关到寸是九分，关到尺是一寸，到尺的后边就进入肌肉摸不到脉了。如果脉是一寸九分这样长是长则气治。如果太短了、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。因为脉是气，短则气病。



【数则烦心】如果脉跳得太数了。数的定义，一呼二至，一吸二至，一呼一吸中间会有一停。这一停就是因为脾、脾土。这一停， $2+2+1$  等于 5。所以人的一个呼吸脉动五下，这是正常的脉动。超过五下就叫做数。数则太快了，数则烦心。

【大则病进】脉摸上去的时候什么叫做大？大要跟人成比例。今天一个瘦子跑来，一摸他的脉那么大，大脉。脉跟人要成比例。摸个胖子，跑出来摸个脉怎么那么细。比如你这样同时看两个病人，在病房看的时候，摸这个瘦子脉那么大，摸那个胖子，奇怪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。当脉在变大的时候，病在越来越严重，就是脉会变大。

【上盛则气高】讲上就是讲寸、阳的部分。阳的脉很大，浮到表面上了。阳是胸。寸的一段代表胸、胸部，尺的一段代表腹，关部正好是中间横膈的地方。这样来区分。所以一摸上去大概就知道了。【下盛则气胀】下面的脉盛就是尺太盛了、往上浮了。

【代则气衰】代脉就是更代、变更。比如脉平常摸上去的时候，脉就是持续的、一样的。就算是坏脉，也是一样的、不变动。就算是缓脉或者是细脉一息三至，它是很稳定的跳动。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。代则气衰，病人的气会衰败下去。

【细则气少】脉如果太细了，是气少。

【涩则心痛】脉如果是涩脉，代表心痛。涩脉就是它很停滞，感觉没有力量。比如我们摸下脉，脉会跟我们反应，会弹回来。摸下去它不弹回来，然后放开它又回来，摸它又弹不回来，然后过一下一摸它又往旁边跑。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、变革的象。脉如果是很雄厚、很大，病况是像泉水一样，摸上去就一直冲出来、一直冲出来，这种病代表越来越沉重。为什么我们可以这样诊断？因为脉是气之所在。最好的气是要敛、收敛，收敛在身体里面。身体里面出问题，阳气没有办法进去一直往回逆，这时候脉就变得很大。都是非常危险的。病进，就是越来越严重。色弊也就是气色失掉它原来的气色。

【绵绵其出如弦绝死】一般来说脉如果变得像一条弦一样绷紧的，都是快死了。

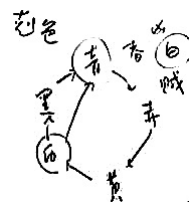
反过来。一息五至是正常，数到八、九很危险了。开始动手治疗的时候，它就慢慢变成六、七，然后变成六，然后变成五，是病人一直在恢复中间。如果是小于五的，比如四三二一，当医生的一呼一吸，病人是四、三、二、很小，从二开始治疗的时候，它变成三、变成四，就代表病是在复原的中间，我们要设立这个标准就是，除了你可以知道病越来越坏，你也要知道反过来就是病在恢复的中间。一般来说，将来到你诊所的、你面对病人的时候，他不是正常的脉，他生病才会来找你。所以你摸不到正常的脉。所以平常看看哪个人正常，你摸摸他。

【夫精明五色者，气之华也】人脸上的颜色、气色，是代表气足的表现，气的容华的地方。下面就是跟诸位提到了，红色要怎么样。【赤欲如白裹朱，不欲如赭】红里面要带一点白。【白欲如鹅羽，不欲如盐】如果是白色，要带一点光亮，不要像盐巴一样。它是形容。也没有办法，只有形容，不然怎么办。以前没有照相机或怎么样，也只有形容给你听。【青欲如苍壁之泽，不欲如蓝】如果青的变蓝，没有反光了，都是有问题了。

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。当一个脏出问题的时候，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。这是病态。看到脸上很红，红的很鲜红，像红斑性狼疮，脸的整个中间是个狼疮一样、像一个狼的脸一样、像蝴蝶一样、大蝴蝶一样两个红红的，那都是心脏。狼疮就是这样子，脸上红的像个蝴蝶一样，周围红起来。这种红红得很暗红，很亮，皮肤都褪掉了，皮肤都干掉了，褪皮了。女孩子很爱漂亮，化妆品猛擦，猛擦还是照褪、没有用，因为那是从里面发出来的。就是心脏有问题。



【黄欲如罗裹雄黄，不欲如黄土】你看到黄色，很黄，那种黄一看就知道是不正常的黄。看到白色是苍白的。【黑欲如重漆色，不欲如地苍】看到黑色是暗黑色的，完全没有光亮的。这都是病色。这都是望诊，眼睛看过去。



常色、正常的颜色，我们前面就介绍过了。春天来的时候，应该看到他气色很好但是带一点点青色在中间。尤其青在左边最好。就是我画的那个图。左边是东方，肝心脾肺肾，你这样子记。可以把它放到肚脐上。可以把它放到身上，身上也是这样子。

【五色精微象见矣，其寿不久也】。如果看到颜色变了，比如我们有剋色。如果是春天，我们看到一点青色是正常，结果金来克木的时候春天不看到青色看到白色，就叫做剋色。剋就是凶，因为是贼邪、比较强、贼。所以肝脏不好的人一定肺脏要很好。肺脏要出问题，肝脏就会有问题。这是举例。

【夫精明者】就是眼神、眼睛的神。【所以视万物，别白黑，审短长】眼睛本来就是看万物的，能够分别黑白的。【以长为短】如果把长的看成短的，【以黑为白】，就是已经混淆不清了。眼睛出问题的时候，【如是则精衰矣】。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。

临床上比如一个病人躺在病床上，还没有看到病人的时候先听，里面只有旁边的病人的家属的声音，病人都没有声音，这已经不是很好了。再走进去一看病人，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。这都是我们中医的望诊。所以中医从一开始、从接触病人开始就用耳朵在听了。

有的人是癌症死掉，有的人是自然死亡。自然死亡怎么没有病就死掉了？神没了。所以人常常要保持情志很安逸，要无惧、不怕。有的人是完完全全被吓死的。被吓到的时候，神失掉了，一样会死亡的。不是一定要生病才会死亡。所以看病的时候我常常跟病人说，不要怕。病人先安、不怕，我们再动手。他如果不怕，我只要治身体上就好了。他如果怕，我还要治他心理上的，很累。遇到这样病人很累，他每个小时打电话给你。家里的电话千万不能给他知道，深更半夜给你打来。这种都有的，害我常常换电话。

“五藏者，中之守也”。脏就是藏、收藏。收藏在里面，元精要守住。第一个脏的性，要能够守。如果精华吸收进来不能守，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、或者是针灸的时候，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】所以我们常常说吃东西不要吃太饱。如果饮

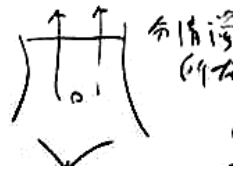


食吃太饱，食物不消化，会让脏气满，中焦会比较湿热。气太盛了、太过头了，会伤。这个时候发声【声如从室中言】就是很沉闷，声音很浅。我们平常讲话的声音都是从丹田讲出来的。丹田能够讲话，就是中气很顺，从腹部讲。有的人讲话很浅，从喉咙讲出来，他在胃里面堵到了，【是中气之湿也】。气下不去，他只能从喉咙这边发音，所以声音变得很浅，这就是从室中言。

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。你问他吃饱了没有？没有，肚子很饿还没吃。这是小人。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。心不正的时候，气没有办法沉到丹田。所以你们要分辨。不要随便乱说，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。尤其吃安眠药的人，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【此夺气也】。这都很不好的。

【衣被不敛，言语善恶】就是被子也不盖了，衣服也脱了，人不管了，讲话就随便乱骂人。【不避亲疏者，此神明之乱也】。我们在症状、证上看的时候都会有。比如有人大肠堵到了，燥气很多。中医认为膈是分清浊的所在。如果大肠的燥气往上跑，超过横膈了，冲到脑部去了，人就开始神昏，就谵语、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。这都有处方的治法的，很快，一副药就好了。

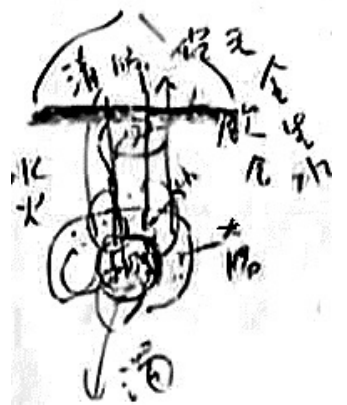


【仓廪不藏者，是门户不要也】。所谓不藏就是，本来脾胃是仓廪，小肠是受盛之官。第一个，东西吃下去以后吐掉了，它不受纳。第二个，吃完以后马上就大便排掉了。吐掉或者不藏，都是不好的。一般来说，会吃完就吐掉，代表胃里面有东西堵到。小肠是受盛之官。小肠本身是火，很热。东西吃下去应该是小肠消化掉，结果没有消化掉就直接出去，代表小肠太冷。这就是我们马上可以辨出寒热来。我们为什么要去辨寒热？因为处方。处方有时候遇到热证我们要开寒药、遇到寒证我们要开热药，所以我们才需要去辨寒热。

【水泉不止者，是膀胱不藏也】。五脏的脏气【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。

首先你要有个概念。膀胱小便的水怎么来的？有了这种概念以后，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，辨证不够准。辨证不够准的时候，下手的时候会不敢说这个药对不对。就开一大票药，一大票药就是乱枪去打鸟。总希望几味打中了，可是不晓得这样开药会把力量分散掉。

汗尿本身是同源。肺管皮肤毛孔、皮毛。从胃到小肠，小肠是很大的，我故意画小一点，因为上面我还要画个大肠。正常人饮水入胃，平常喝水喝到胃里面，马上就散、马上消化掉，经过三焦系统分布在全身。饮食、吃东西进去以后，食物咀嚼到了小肠以后，小肠把它热化以后，食物变成残渣进入大肠。所以大肠里面只有残渣跟水。小肠很热，围绕在小肠周围的是大肠。大肠里的水因为小肠的热，火在下面烧，水在上面走，这个水就气化进入肺。这是汗的来源。因为中间是横膈，所以浊气上不去，只有清气能够上去。当运动出汗、呼吸很强烈的时候，流出来的汗是白色的，肺汗。所以我们平常流汗的时候都是很清的。如果流出来的汗有尿味，那是有病的、那是尿毒的人。平常，我现在讲都是正常人。



如果没有流汗，水还是在肺里面，人还是在不断的吃东西。肺是金，中医认为金生水，肺脏收了个干净的水以后再下达到肾。水不用掉、没有发汗发表、没有发汗流掉，它就会流到

肾里面去。到了肾里面去以后，肾跟小肠再接触一次。

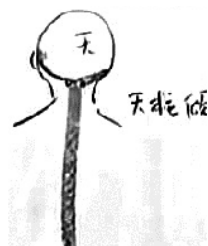
肾里面的水再烧过一次以后，第一次蒸馏出来的从骨髓进入脑部。进入脑部时，因为这个水很热、刚刚烧完很热，像蒸汽一样从骨髓上去，就是因为太热了，所以中间要有一根冷却管。所以上帝就制造个脖子，这样从脖子上去以后就比较凉一点。这样的话水进去就很温，不会很热的水跑到脑部去了。所以脖子好像冷却系统一样。冬天的时候把脖子缩一下，身上就比较不会冷，因为不希望体热散出去。

第二次的水再到膀胱里面聚集在一起，小肠把它气化以后，好的水进入肝脏，浊的水排出来。现在了解了，膀胱的水跟肺的水是同源。夏天的时候如果运动很多，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。这是正常。冬天的时候没有流汗，中医的养生之道冬天不要汗，要收藏，衣服穿厚一点。也不要躲起来，也不需要那么严重、躲起来。出门的时候衣服穿厚一点，把身体保暖一点。因为没有流汗，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、能够守住汗是正常。汗就是固表。因为人有阳气，这个阳固在皮肤表面上。因为有阳在固表，所以汗不外泻。换句话说，如果阳虚的时候，汗就出来了。汗是肺的津液，这是所谓的阴津，它就会露出来。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，躺在那边汗流不止。这是我们以后讲的话，专有名词叫做表阳虚。

这样名词就来了。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，那个药怎么样，就这样出来了。

【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】。这都是很危险了。我们在学《针灸》的时候，后脑在头骨和脊椎骨交接的地方、督脉的两边的两个穴道，我们称之为天柱。天柱穴在膀胱经上面。天柱穴就是天的支柱，头是天，两个天柱撑到它。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，这时候头歪过来、头撑不起来没有力量，你看他的眼睛非常的深邃但是你知道他不认识你。当你看到你的亲人、父母亲或谁，应该认识你，视深、目深的意思就是他不识人、不认识人了，包括他自己小孩子都不认识了。当然不认识有时候可以装，分财产的时候要稍微不认识一下。当然那是人之常情，跟这个不一样。他不认识我了，可能分财产，那个人身体很好。我一摸，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，不动肩的话没有办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，很正常就可以呼吸。他没有办法。这是腑将坏了。腑就是消化系统。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】。转摇不能就是，要他转身，他怎么转也转不过来，他不能动。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，为什么？没有阳，阳是动能。我们就知道肾要出问题了。

【膝者筋之府，屈伸不能，行则倮附，筋将惫矣】。膝盖是筋之府，如果没有办法伸曲，要弯着身体、佝偻的，筋将疲矣。所以有个病人会告诉你，我脚不能伸直、伸曲弯曲，知道都是筋病。膝盖旁边是筋会阳陵，阳陵泉穴就在筋的旁边、膝盖的旁边，所以我们说筋会阳陵泉。



你看头顶的天柱穴，诸位都可以看到。我们为什么要知道这些？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，我们知道肾脏出问题了，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】**。行则振掉就是走路会晃动。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，骨者髓之府。我们要去补骨。全身就是肾主骨，肾脏在管骨骼。

内脏**【得强则生】**，太弱了**【失强则死】**。内脏一定要强。我们的强有很多种方法。比如练功夫是要强身的。还有打坐。为什么要打坐？就是能够让喜怒忧思悲恐、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，要让脏变得很强。这都是我们的养生之道。所以前面讲的望诊，这些除了看病以外，你们也知道自己要怎么样保养。所以走路是最好的运动。

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，脉力很有力。脸上的青也很有光泽的青。就是精气很强，比一般人超强一点，这种都是很好的。不足就是消，不足刚好成为相反。这一段主要强调的是是什么？就是，稍微强一点是正常，当不足的时候色和脉要合，色和脉不合是危险。举例。比如一个人来找你。一看脸上是很红润的，现在是夏天，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。待会儿我们会把脉区分开来，心脉在哪里，肾脉在哪里，现在还没介绍到。一摸他的心脉，奇怪不是心脉，是一个很沉的肾脉，心和肾是相克的，这个人就已经有问题了。到底什么问题？比如我们摸到肾脉，他是冬天会发病，现在很好但是可能冬天会过不去或怎么样。这就是讲色脉不合。色脉不合的都会不好。关格之脉，内关外格跟外关内格，我们上次、前面就有介绍过，关格是怎么样的情形。反正出现内关外格或外关内格，都是属于真脏脉。真脏脉摸到，这个人都是死。**【第 24 集】**

我们有几种处理的方式。如果摸到真脏脉，跟他说，真脏脉你要死了，你有什么遗言交代一下。看怎么讲话，这个要看个人临场，我们没有固定。岐伯也没有教我们怎么跟快死的人说话，岐伯只教如何看他死。你知道他快死了，你要怎么讲话很重要，讲话很重要，千万不能乱讲话那个时候。

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？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？黄帝希望岐伯一起讲。

在讲《针灸》的时候，我们讲三焦经的属性。从冬至开始到来年的夏至，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。由夏至开始到当年的冬至，从热慢慢变成冷，它的属性是火。所以三焦经如果出现它的实证、虚证的时候，子穴、母穴每半年要换动一次。为什么我提到三焦经？三焦系统联络所有脏和腑，脏和脏、腑和腑之间的联络的网状的系统分布在全身。这就是所谓的三焦。因为有三焦在，三焦系统很正常的时候，人的气脉就跟着节气走。

粗分就是四个节气，春夏秋冬。再分细一点，五分法，春、长夏、夏、长夏、秋、长夏、冬、长夏，再春。再细分，分成 12 个月。再细分，变成 24 个节气。可以分得很细，这就是我们讲的奇恒和揆度。如果两个礼拜一个节气这样分，的确是相当复杂。

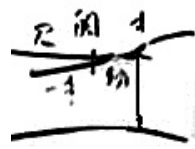
这里讲的就是如果按照节气走，如何去配合、如何知道脏腑的情形。所以岐伯说要知道这些病由内而发、或由外而入的、病之所在的话，一定要知道天的运转**【请言其与天运转大也。万物之外，六合之内，天地之变，阴阳之应】**。其实回头还是讲阴阳。

【彼春之暖，为夏之暑】夏天会热的原因就是因为春天比较暖。所以节气在变的时候是慢慢改变的，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的时候。所以我们可以用甲和乙。如果看字的甲乙，没有什么意义。但是如果看田，在田底下有个根，就是甲了。乙是根不直了，要弯曲了，就开始长了。甲乙是春。丙，根往上露个头出来，看丙的一横像一个地，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。所以干支都有它的一个字，留有它的性在里面。所以 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。到了夏天的时候浮出表面了，所以摸他的脉，轻轻摸到皮肤表面上就可以摸到他的脉很强，是夏天的脉。

【是故冬至四十五日，阳气微上，阴气微下。夏至四十五日，阴气微上，阳气微下。】这个阴阳就是讲寸脉和尺脉、阳和阴，阴阳的变动。这是已经分得非常详细了。所以冬天冬至的时候一阳生起来，阳气慢慢上升。阴气原来是至阴的气，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。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的时候的节气。所以黄帝问的时候岐伯就说，以这两个节气来做标准。

【阴阳有时】从冬至以后阳气开始慢慢发散，到第二年的立春、春分，阳气就慢慢上来的意思。脉的上下好像翘翘板一样的，可以自己调整，以节气变化为主。【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。如果发病，比如春天的时候得到了相克的脉，木是克土，春天的时候得到的是长夏的脉、脾土的脉，危险的时候就在长夏就会发生、在节气交换的时候就会发生。但是这个讲的是病态的脉。如果是正常的脉，不会说在长夏会发生的。比如春天的脉，春天的脉本来就是一点弦，稍微洪大一点、这个阳气比较旺一点，或者阳气比较衰一点，可是脉是一息四至、五至很标准，不是很快，或是很慢，这个没有什么关系。



【微妙在脉，不可不察。察之有纪，从阴阳始。始之有经，从五行生。生之有度，四时为宜】。所以我们看脉的时候，这一段刚刚讲的就是以节气为主。当阳越多时候阳脉要越高，当阴越多时候阴脉要越稍微上来一点、浮一点。所以阴阳相交的时候就这样走，阴升阳就下降，然后阳升阴就下降。所以如果把脉简化，冬至开始一阳生，冬至以平来说，寸脉慢慢开始上去了，到了夏至的时候到顶了。夏至一过，寸脉开始慢慢回来。就是这个意思。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在脉上的位置，一摸到就知道病是从哪个脏来的。

【补泻勿失，与天地如一】实则要泻，虚则要补，这是常态。天地也是这样子。一个湖水满了，满了它就溢出来了。所以水坝盖起来，不会给它满了，我们下面留了门，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，不足就要想办法补它。【得一之情，以知死生】就是一个道理，乃知生死。所以【声合五音，色合五行，脉合阴阳】。

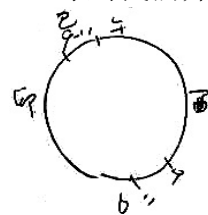
我们如何知道他阴盛？我们可以从梦里面可以看到。这一段讲的是梦。这也是天度，讲天度里面的奇恒跟揆度。【是知阴盛则梦涉大水恐惧】吓死了，看到阴，看到好像要被大水淹死了。【阳盛则梦大火燔灼】阳盛则晚上睡觉的时候大火在烧房子一样。【阴阳俱盛，则梦相伤毁伤】两个人在相杀，阴阳都盛。从梦来解。【上盛则梦飞，下盛则梦堕】。年轻的时候、像十几岁的时候，常常做梦从楼上掉下去或者从山顶上掉到很深，那是人在长，因为下盛。二七 14 岁女人的天癸至，二八 16 岁男人的天癸水来，这时会堕是常态。【其饱则梦予，其饥则梦取】吃太饱的话梦施予、授，太饥的话梦拿取、取人家的东西。【肝气盛则梦怒，肺气盛则梦哭】这跟我们人的情志都有关系。【短虫多，则梦聚众】身里面有虫，就是小的蛔虫，很细的。【长虫多，则梦相击毁伤】虫比较长的，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，我们有非常多的诊断的方式。这里是《黄帝内经》。等到我们介绍打虫药的时候，我会跟诸位详细介绍。

这里强调一个梦。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。一天有12个时辰，时辰是相对的。有灾发生、出现的时候，如果是9到11点、巳时，原来他的命灾是截止到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，他睡觉了在家里面，做梦梦到灾会过去。这是我会这次教你们怎么做。这是天机。我讲过，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。所以人是一个周天循环的。可以调整。如果你不会调整，就该发生就发生了。调整回来以后跟他说，晚上不能出去了。不然他本来在白天，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。



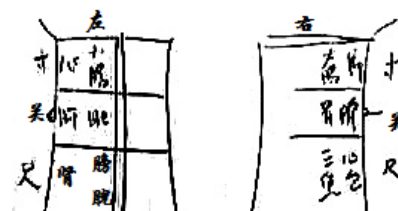
所以我们除了治病以外，还有个人受伤了，我们连受伤的灾都可以避掉。上工治未病，还没有发病我们可以治，还有准备发生的灾也可以避掉。你要知道如何去调整它。我在讲《著至教论》时候会讲得很详细。所以黄帝问岐伯，医道可不可以长久？岐伯说当然可以长久。我们要上知天文、下知地理、中知人事，医道就可以长久。所以我们医不单单是医病，还医人的心，还有人的外在的东西都可以医掉。

比如我们看到梦大火。如果没有梦，白天的时候你一去他家一看，怎么每一个人脸色都红的。那么多心脏病，怎么祖孙三代的人脸都红的，糟糕，这个房子要火灾了。马上就知道了，不然每一个人的脸为什么都红的。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，那都是灾。所以中医也认为梦很有道理，可以提醒我们很多事情的。你现在看这个以后，你可能用不到，可是哪天突然你的朋友打电话给你，奇怪了，我梦到怎么每天我们一大堆人开party、聚会，肚子里有虫子了。太太跟你讲梦很多都梦到虫，你就跟太太说你有虫了，先生说叫你不要吃生鱼片，你要吃生鱼片都是虫。我们还有诊断方式。你一望一看，你虫更多、先生虫可能更多，不见得会做梦。所以我们有非常多的诊断的方式，都可以帮助我们做诊断。所以应该《黄帝内经》是很灵活的东西，但是很枯燥、非常枯燥。【第25集】

《难经》的第十八难《三部四经》，到时候会附在书里面。这个对脉下定义出来的时候是根据《黄帝内经》下出来的，岐伯。

在诊脉的时候要注意了，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，这是筋。当你摸脉的时候，手摸上去，比如三个指头摸他的脉，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。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。比较外面的是阴，照理说外面是阳，我讲过阴和阳刚好是相辅相成的。所以查脏病的时候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。



【是故持脉有道，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。【春日浮，如鱼之游在波】。

【夏日在肤，泛泛乎万物有余】夏日在皮肤。【秋日下肤，蛰虫将去】秋天在下肤，皮肤以下。【冬日在骨，蛰虫周密，君子居堂】冬天要重按到骨头旁边去，我们在书上都有解释，好像蛰虫冬天到了要冬眠。【故曰知内者，按而纪之】所谓按而纪之，我们要知内就是重按、按到骨边。【知外者，终而始之】要知道表证如何，有没有感冒或怎么样，要轻轻地浮在皮肤表面上。要知道内脏如何，按到骨边去丈量。【此六者，持脉之大法】六个大法就是春夏秋冬还有深浅。

【心脉搏坚而长，当病舌卷不能言】。心脉讲的是左手的寸。常脉从关开始算是九分。心脉变得很大又长，代表心阳很亢，阳会上亢。舌头本身就是心之表，舌为心表。如果心脉坚而长，舌头卷缩起来不能讲话，心脉太过。【其奕而散者，当消环自己】如果心脉变得软而且散，当消环自己就是说消渴。就是现在看的好像糖尿病、类似糖尿病一样，病人胃口大但吃了半天还是瘦。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。

【肺脉搏坚而长，当病唾血】。右手的寸的外侧就是肺脉。如果肺脉搏坚而长、非常大而且盛，病人就会吐血。这是实证在里面，吐血。【其奕而散者，当病灌汗，至今不复散发也】如果是软而散，就病得流汗不止，我们称为灌汗、大量的汗水流失。这讲的就是虚实。脉如果是大，大脉，又长。所谓长就是，从关到手横纹的位置是九分，长出去了、超过寸脉的横纹、往鱼际的方向走，脉过长，就是太过的脉。太过的脉，肺里面有瘀积在里面，瘀积在里面都是实证，病人有咳血、吐血，里证可能是肺癌或什么东西。如果肺脉软而散是不足，肺虚掉了。肺主皮毛，表就虚掉了，这时候病人流汗不止。至今不复散发就是说，到了无汗可以发了、没有汗可以发了。

当我们知道病人表虚的时候，他流汗流的很多，这时候里面虚掉了。如果你再重发汗、如果开发汗的药下去的时候，病人津液没了。筋要润，要有润筋，所以筋上的津液会很多。流汗不止的时候，肌肉里面的汗都流掉了，筋还有一点汗在里面、还有一点津液在里面还没有关系。你如果再发汗的时候，把筋里面的汗液都发掉了，开始抽筋、病人就会抽筋、痉挛。也就是因为这样子，我们有汗药、发汗的药、解表的药，有攻下的药。一般的医师不敢用汗药、发汗的药，所以麻黄、桂枝都不敢乱用。实际上就是因为诊断不清楚。实际上非常好用。

如果【肝脉搏坚而长，色不青，当病坠若搏，因血在胁下，令人喘逆】。从左手关的位置看肝的脉。肝的脉往上是九分，往下是一寸。当你摸到肝脏脉的时候，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。你这样子要想，中医的东西你要这样去消化。肝主青色，所有的青色的营养在正常的肝脏是会停在肝脏里面的，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，它的青色没有办法停在里面了所以才跑出来，所以看到颜色出现的时候代表脏有问题了。如果遇到这种脉怎么肝有问题，奇怪这个人气色很好，没有肝病。他不是肝病，受伤，马踢到或是车子撞到，都是这样子。

摸脉，你一个看脸色。如果女孩子很漂亮，你看脸把脉忘掉了，也不好。不要看她脸，看她手。手很红，是肝病。手粉红色不是肝病，是伤科、受伤。

坠伤，摔落受伤。人从高处往下坠的时候，不管是脚着地或怎么样，一定伤到胸膈。为什么？因为肋骨在上面，下面是骨盆，中间就一个脊椎骨撑到。肋骨下面就是横膈膜的地方，一振动的时候，一压下来大部分都是胸腔这边出血。因为血在胁下，这个时候令人喘逆。

为什么要知道这个？以后就会教到，有些活血的药让血走得很快，有的是化瘀的药，我们要把活血和化瘀的药放在一起。活血和化瘀的药放在一起它不会那么听话、你要药到肋间去它不会那么听话，你要其他的药来辅助把它带到这个地方去。所以我们就有君臣佐使，配合其他的药就可以把它消解掉。不然的话开了药，我们知道它的瘀血是停在胸膈的地方，结果你开了去静脉曲张的药，他吃了半天胸膈还是有瘀血。腿是越来越漂亮，可是胸膈瘀血还在那边，就会变成这样子。所以辨证一定要准。

如果肝的脉软而散，刚刚是实，现在是虚，水，看到色泽者。【其奕而散，色泽者，当病溢饮】。什么叫溢饮？我们以后也会讲到溢饮、悬饮什么，很多的不同的饮。溢饮就是溢、满溢出来了。【溢饮者，渴暴多饮，而易入肌皮肠胃之外也】口渴的时候喝水喝太快，水容易渗入肌肤，伤到病人。本来水应该在肠胃里面的，水都溢出来了，跑到肠胃之外，堵在那边。这是溢饮。可以看到水色。为什么我们在肝脉可以看到溢饮？因为肝本身是中膈，你就记得肝胆这边是膈、中间的膈。一散开，水就在这附近，左手的关就可以摸到，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胃气的脉。弦里面带一点缓，这是常脉。现在不是弦，很软而且散掉了，这段讲的是这个意思。

当然摸脉比较弦，你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，主题会扯太远。以后我们讲到溢饮这一条，怎么样用什么处方的时候会跟诸位讲。这里讲的是脉诊。

**【胃脉搏坚而长，其色赤，当病折髀】**非常的痛，痛得好像骨折一样。颜色赤，因为痛，所以他会发生这种现象。所谓的胃脉长，就是从右手的关脉延伸上去或下来，长。胃本身是土。如果是实证的时候，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。胃脉照理常脉应该是缓而有力的。缓就是很柔和，摸到他手上的脉很柔和，不会快不会慢，很温和，觉得很舒服。很柔和就是缓。有力就是重按它，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逃走了、没有脉了，这是无力的脉。**【其奕而散者，当病食痹】**食痹就是消化不是不好，胃的消化有问题。你们现在知道了，每天早上喝一杯冷水，再好一点加点盐巴，再好一点吃六味地黄丸。一颗没有用，要吃 30 颗。我们中药不是提炼过的给你小小一颗，要一票。所以我常常跟人家说，我们开处方给老外吃的时候很好玩，我说你要吃 30 颗，他说你说什么。我就知道他听错了。因为他误解，因为他拿到西药都是小小一颗，很毒的药浓缩只吃小小一颗。所以我要他吃 30 颗，他无法想象。我就想想看怎么解释。我说很简单。中医的药，如果中医认为你吃一个橘子一定会好，我到市场上找个大橘子给你，最好的我都让你吃掉，所以量很大。我不会给橘子片吃，那一片橘子片是毒药。他就懂了、他才晓得，不然怎么跟他解释。很累。因为已经很累了，还在跟他解释中药，很麻烦的。

**【脾脉搏坚而长，其色黄，当病少气。其奕而散，色不泽者，当病足跗肿，若水状也】**。只要是搏坚而长都是实脉，颜色是黄的。我们平常脸上带一点黄，要光亮的黄。不能黄的很黄。鲜黄大部分都是热证，暗黄的话都是阴证、都在身体里面有重病了。如果脾脏的脉是软而虚，软而散就是虚脉，颜色不泽者，一般病在脚的内侧，肿胀。为什么？脾经经过的地方。

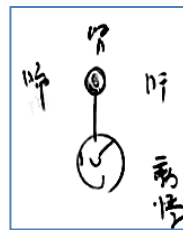
肾脉是左尺的地方，左尺的肾脉的外侧。如果**【肾脉搏坚而长，其色黄而赤者，当病折腰】**很强力的腰痛。因为非常的痛，所以他的脉气非常大，而且脉气会回逆。脸上就会看到脾胃，因为土克水，水会反克到土上。如果脉是软而散者，这是虚脉**【奕而散者，当病少血，至今不复也】**就是贫血的现象。所以诸位从这里可以看到，中医常常在治证遇到贫血的时候，我们并不是说光开补血的药，他不会好。因为土能治水，所以开补血的药大部分会补到土上面去。我们开补肾的药。

血的成因，是因为水来济火。《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。所以中医认为水在心的上方，上面是水，下面是火、离中虚，这是水火既济卦。水和火碰到一起就会相济。台湾省有个关西，水火同源。很多地方水火同源。你看地下的水冒出来的时候，美国的黄石公园，一阵热水冲上来，水火同源的地方。地下水就好像我们人身上的血管一样，还是很热。所以没有水来济血的话血会发散掉，因为太热会发散掉。所以我们去验血的时候，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，心火就会上亢，贫血。所以我们常常用补肾的药来治疗贫血，原因就在这个地方。血有问题的时候不能吃太咸，太咸会让血涩。所以我们有些药处方下去的时候，有时要炮制过。比如原来的味很咸，炮制过的味道就比较淡掉了。所以滋补的药大部分都炮制过，味道会比较淡一点。厚味、气会比较厚，但是咸味会去掉很多。

黄帝的问题怎么那么多。**【诊得心脉而急，此为何病，病形如何】**？只要记得，不单单是心脉，任何两个手的脉的地方。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。有堵到东西的称为积，这是脉很急。岐伯就回答，如果是心的脉跳得很快速，【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。这就是我前面跟诸位介绍的一样东西。只要看肚脐的时候，我这样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，肚脐以下就是心动悸的地方。少腹当有形讲的是小腹、关元的位置。【何以言之】为什么是这样子？岐伯曰【心为牡藏，小肠为之使，故曰少腹当有形也】。

所以心跟小肠在同一个位置，左手寸的位置。脉的三部四经图后面一直会用到的。

黄帝问【诊得胃脉，病形如何】？【胃脉实则胀】。所谓实，摸到胃的脉强而有力，强而有力就是实。等到你摸到就知道了。强而有力就是胀。【虚则泄】胃脉如果是虚，就是脉来无力，重按到骨边脉就没有了，这是虚，病人会下泄。

所谓的实，可能里面是有宿食挡在里面。常人、正常的人，我们永远有 1/5 的食物停在胃的下方。一餐吃下去，里面有 1/5 的食物会停在胃的下方，4/5 都下去了。第二餐再吃的时候，第二餐新鲜的食物又下去。第二餐新鲜食物里面的 1/5 会把前面的 1/5 推掉，另外的 4/5 跟着前一餐的 1/5 一起往下走。所以食物一直不断在更新。也就是因为有个小袋子在胃的下方，所以身体容许 7 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。最近报纸上说地震有个人活埋 63 天，那个老太太正好活过来。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》。《黄帝内经》说真人怎么办？要食气。所以当困住的时候，千万不要乱动，要心平气和坐在那边。心里想好开心，现在没有人吵我，然后大家还在想办法救我，你看我很重要。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，慢慢坐下来。不要讲话、不要多语，讲话讲多了伤气。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。像现在那个印度的人坐在树下，有半年多不吃不喝不拉，就这样子坐在那边。一样可以活，当然可以活。所以 63 天她还能够存活，这个老太太很厉害。这种叫置之死地而后生。当时她在地下一定想，算了，随便啦，反正要死了，结果得道了。她不怕死，随便了，放松了。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。一直在呼吸，一直紧张，吓，死在里面。所以《黄帝内经》很好。读了《黄帝内经》还会紧张、还会吓，是读到形没有读到神。

【病成而变何谓】？胃脉的病势已成，如果里面实而胀或是虚泄，如何传变？如果病没有去，病的传变其实是怎么样？

岐伯就说了【风成为寒热】得到风的病，就是外来的风吹到成为寒热，病人会感觉到有时候有热，有时候有寒、怕冷。

如果【瘴成为消中】。瘴就是本身有内热、胸腔里面本来就湿热很甚的人，这时候日久就会成为消中、成为糖尿病。实际上，原始的瘴怎么来的？瘴是湿热、湿而且热在中，湿热在中焦这边很甚。中医认为晚餐以后不要吃东西。如果吃东西吃得很晚、吃宵夜，吃完宵夜以后胃里很多东西，因为跑去睡觉。跑去睡觉的时候，人睡下去了，肠胃也会睡下去的。这时候肠胃的速度就会缓下来。缓下来以后食物等于闷在肠胃里面。试试看，食物咀嚼过以后，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，不管吃的是什么、臭豆腐也好、随便，它通通堵在胃里面。日久就成瘴。再日久就是消中、糖尿病。

所以糖尿病过去称为富贵病，现在很多有钱人得到糖尿病。但是为什么说是有钱人得到糖尿病？因为他在年轻的时候在做工厂做什么，爸爸很忙每天都要早出晚归，跟小朋友、家里都没有人碰面。等到爸爸回到家里的时候已经 9 点、10 点了，忙一天回来了，然后肚子很饿要吃东西。要吃东西的时候就把小孩子通通叫出来，看看你们功课有没有有问题、看看小孩子。



很正常，居家生活很正常。然后吃完以后大家一票都回去睡觉。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。结果小朋友已经习惯了，反正每天晚上 9 点、10 点都要吃点东西，习惯了。跟爸爸在一起 10 几、20 年，等到结婚出嫁、娶了太太以后，习惯还在那边，结果小孩子也发糖尿病。

西方医学认为是遗传。遗个屁传，不会遗传的，是生活习惯上的遗传，怎么会是遗传？什么病他不知道就讲遗传。我很恨这种动作。哪有生下来天生就是糖尿病那么倒霉的。西方医学把糖尿病分成一型和二型。第一型他认为是胰岛素依赖型，必须要一辈子注胰岛素。第二型就是后天才发生的，不一定要胰岛素，饮食可以控制。他们是这样子讲，可是前面没讲出来。我们哪有人那么倒霉生下来胰脏就出问题，就是打疫苗，打下去胰脏死掉。不是说每一个人打同样的疫苗都发胰脏病，而有些人、特殊的人就会，一百个人里面就中一个或两个。药厂很坏，他专门报好的，坏的他就不报。他把资料、数据也是他做的，调查都是他调查的，这是非常要不得的。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、还有人得到第一类型糖尿病。第一类型糖尿病在中医的历史上自古到今没有发生过。

二型有，这个病是瘁。晚上躲在那边偷偷吃东西啊，他吃出来都是病，热中。本来太监过去伺候皇帝，皇帝吃他不能吃，他就在旁边看。员外吃东西，旁边家丁在旁边伺候、仆人在伺候，等到大家酒席都散了，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、要去洗马桶、要去洗主人的衣服。病在瘁。这是生活习惯的遗传。所以治疗糖尿病以后会怎样？要让他生活习惯改变。晚餐吃完以后宵夜不能吃，第二餐要到早上才去吃。

【厥成为巅疾】。如果手脚长年是冰冷的、寒证的时候如果不治好，热下不去热会反逆，反逆就会到头上就会产生巅疾。

【久风为飧泄】如果久风。如果风症没有去掉或者一直停在身体里面，日久会产生问题，这是久风的一个意思。这里的久风是常常受风吹、一直在受风吹的环境里面，迟早就变成下泄。

【脉风成为疔】如果风成为寒热一直没有去，这个风停在身上里面停很久的时候，就成为疔病。疔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】无止无尽的，岐伯也没有办法把它讲完全。所以诸位一定要记得阴阳跟五行。掌握到这个，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。这样治病和这样做诊断，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。如果真要分的细的话，不可胜数。

黄帝问所有的【诸痛肿筋挛骨痛，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？光是痛肿、痉挛、抽筋、骨头痛，还在用寒凉的药，它本来就是寒气引起的。要开药把寒气去掉，我们很多炮附子、很多药是很热的药，才有办法去掉。热药不行，怎么治疗这些病？没有一个病会好。所以很多人的脓肿，脓很深，病痛很深。南派的一看到就去用一些解毒、寒凉的药去治它，不会好。经方的话用两个药，用炮附子和白术，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，再深都给它顶出来了。可是南派的就不知道用热药。你看在《黄帝内经》这里有个证明。[第 26 集]

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伤于寒，才会有温病。也就是说冬天没有伤于寒的话，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，南方无伤寒。什么是南方无伤寒？这是不对的，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，以其胜治之愈也】。



什么叫以其胜来治之？我举例你就懂了。比如现在有一个人关节痛、关节炎，关节炎发了很痛。然后这个关节炎平常都不痛，冬天来的时候一定发病，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。我们要以所胜来治。冬天是水。什么东西胜水？土胜水。所以我们要去强土、治土，这个病才会好。这是它的意思，就是按照季节来发的。

有的人是春天一定打喷嚏。感冒、打喷嚏等等，发在春天。西方医学就说是过敏、敏感花粉、树木、灰尘什么。为什么不发我身上？我春天到北美去的时候满地花粉，严重到什么程度，车子停下来，第二天早上起来来车上都是花粉。打喷嚏、全身皮肤痒，什么花粉热，为什么我没有、你有？然后西医不知道，过敏。过什么敏，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，把他治好。而不是说过敏就吃抗过敏的药，不是这样子的。这个病是发在春天。春天是什么？是木。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。怎么会去光治鼻子？了解我的意思吧，当然不会好呀。

所以《黄帝内经》你越读、对中医越了解的，就会发觉西医越笨。现在很麻烦就是，很优秀的分子在西医那边。他很厉害，他真的是心好，真的是要去就救人才去做的。进去以后发觉到跑不出来了。

这就是四时之病以其胜，治之就可以痊愈。这里很明确的讲到。

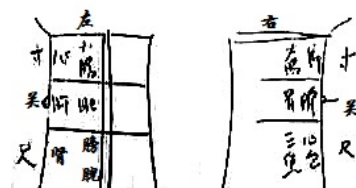
帝曰【有故病】就是久病，病很久。这一段讲的是久病和新病的区分，色脉怎么样区分。久病【五脏发动，因伤脉色，各何以知其久暴至之病乎】怎么知道是久病还是新病？岐伯就说【征其脉小，色不夺者，新病也】。简单讲就是我们回归到色、脉。颜色，所有新病、刚得到的病，色都不会变的。病一直在身体里面没有去，久病，色才会改变。这是一个大原则。所以色不夺者，新病也。新病的脉都比较小。如果【征其脉不夺，其色夺者，此久病也】脉没有改变，颜色改变了，都是久病。【征其脉与五夺者，此久病也】也就是说色、脉通通失掉，这都是久病。【征其脉与五俱不夺者，新病也】。五就是青赤黄白黑五色。



【肝和肾脉并至】摸左手的肝脏和肾脏的脉，讲的是肝脉还有肾脉。

如果是并至，表面上脸上的颜色【其色苍赤，当病毁伤不见血】这里讲的就是内出血。摸脉的时候，正常的肝脉应该是弦、肾脉应该比较深一点点。所以摸左手的关和尺，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。看脸色是青色和红色，当病毁伤不见血，就是身体里面有内伤，外面看不到。【已见血湿若中水也】。平常受到伤，不管是外伤还是内伤，非常忌讳洗冷水。外伤也是一样，内伤也是一样，绝对不要洗冷水。要洗澡是用热水。最好是不要洗澡，因为洗澡的时候风会吹到，因为有伤在里面。这时候用热毛巾把身上擦一擦就可以了。千万不要去洗冷水。洗冷水以后，如果本身受伤里面有瘀血，再加上寒的时候更严重，更不容易清掉。

【尺内两傍则季肋也。尺外以候肾，尺里以候腹中】就是讲左手尺的地方。【附上左外以候肝，内以候膈。右外以候胃，内以候脾】。就是《三部四经》的图。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。【上附上，右外以候肺，内以候胸中】右手的关上的外面是候肺，内以候胸中。我们有两张图，一张是《难经》里面出来的，一张是《黄帝内经》里面的。《内经》里面讲的是内以候胸中，胸中就跟肺是一样的。在《难经》里面的时候因为把它表里化，所以才会有大肠跟胃。实际上这两个我们都在通用。【左外以候心，内以候膻中】。基本上就记得，上面都是胸腔，所以寸关尺跟人的胸膈是正对。摸脉的时候永远心里假想一个图，我就把它画在这里给你看。中膈就是横膈、膈的地方，上面心还有肺就是所谓的阳，膈以下肝脾肾都在下方。这样看，上下就可以看得到了。胃在中间。这样来上下看，这样来比较，诸位就可以知道了。



【前以候前，后以候后。上竟上者，胸喉中事也。下竟下者，少腹腰股膝胫足中事也】我



们去推演。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，到了越来越高了。病如果是往下，脉本来是从关脉到尺的部位是一寸，结果到了四寸，很长，就到了膝盖、到脚去了。依此来类推。就是这一段讲的东西。

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。这字念 cu。【羸大者，阴不足，阳有余，为热中也】脉如果是粗、脉形很大，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，每个脉都来得很大。中医这里认为阳有余、阴不足。当然这个脉不是超过九分到了鱼际去，或是超过下面到尺泽去。还是在一寸九分以内，脉变得很大，这就是热中。如果是上下都很大，超过鱼际、超过尺，就是真脏脉了、就是真脏脉的范围。它还是在正常的范围里，我们称之为热中。所以热中的定义就是阴不足阳有余，称为热中。

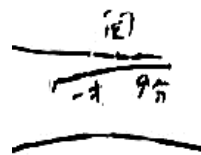
【来疾去徐】脉来的比较快去得很慢。所谓来的快去得慢，你按它就是查来的脉、按应该很强，一松开脉就没有了，是以你为主。什么叫来去？来就是按它，你要查它有没有来，按它脉来得很快，就是来，速度很快。放开来的时候脉变得很小。所以按下去跟放开来的脉形完全感觉不一样。这就是来疾去徐。病人【上实下虚，为厥巅疾】头部会有问题。如果一摸脉，寸脉的脉非常大、冲上去冲到上面，下面尺脉是很正常的，也是头巅疾、病在上。这个是上实下虚。

【来徐去疾】如果重按他的脉的时候脉变得很小、放开来的时候脉跳得很快，可以说寸比较弱、尺比较强，病人是【上虚下实】，就是寸脉比较弱、尺脉比较强。这是胸阳不足，一般来说都是【为恶风也】。因为上焦是虚脉的时候，胸是管肺，肺是管胸阳、管全身皮肤毛孔，病人比较怕风、因为受了伤害怕风。所谓恶风就是，风吹到他，他很难过，他一定要闪开来。不喜欢风直接对着吹，这是恶风。要知道人家恶风，在美国很多、台湾省比较少开敞篷车，一开的时候马上把车关掉，受不了，风吹得难过，就是恶风。或者是走到海边去，走到海边风吹的时候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、怕到表风的，表是阳，就是阳气受到损害。

【脉俱沉细数者，少阴厥也】。这是常常会摸到的，摸到脉非常的细沉在骨边。当脉到骨边的时候，我们就记得，骨就是肾，细、数，非常的小，都是在骨边，我们知道是少阴的问题。但是如果是数脉而且重按下去的时候，还有一种特殊的脉，就是摸到骨边的时候脉很数，重按、指头跟骨头贴在一起压下去的时候居然脉还在那边，这是有积在里面。这有个特别的名词，我们称之为附骨脉，脉是附骨、附在骨头旁边的。附骨脉都是里面长肿瘤、长什么东西。如果肝脉一摸下去，摸到骨边还在那边，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。如果是辨阴阳，按照上下、寸和尺来比较就是辨阴阳。简单就可以这样做。

【沉细数散者，寒热也】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，为胸仆】阳浮到表面上来。这是关脉，正常的阳应该和阴是搭配在一起。所以常脉、正常人的脉从寸到尺是斜下来的，上面是九分、下面是一寸，这是我们的标准的脉。这里的脉是浮而散者。如果脉浮起来，代表阴盛了、阳衰掉了就会散掉。阳要散掉往上冲，浮上来了，造成人会昏眩、晕倒、容易晕倒。

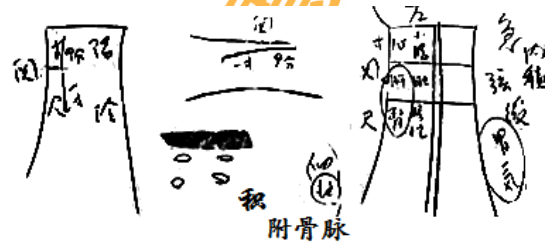
所以晕眩，我们在临床上就看到有个病人很好玩。他来说西医也查不出他什么病，我说你什么症状告诉我，他说就在那边好好的没事就昏倒了，昏倒了之后去查的时候是醒过来又是好的，找不到他的问题在哪里。这就是阳往上浮。阳往上浮的时候，阳之所以会往上浮，是因为阴不能去固阳。所以阴阳两个会分开来，阳往上浮。我们处方下去让阴阳一平衡，症状就去掉了。你知道效果有多好？那个病人 48 岁，吃完一副药第二天就说，从高中毕业到现在没那么

好过。你看他多少年，30 年没有那么好过。中医的厉害！记得这种昏眩的症状、昏倒就是阳不守。

【诸浮不躁者，皆在阳则为热】所有的脉都是浮但是不躁。什么称为躁？一吸本来是二至、一吐气也是，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，一共一呼一吸是七下，这就是躁脉、躁进了。脉浮但是不躁，这是病在阳、都是热。如果【其有躁者在手】有躁脉的话病在手上面。

【诸细而沉者，皆在阴则为骨痛，其有静者在足】。脉细而沉都是在脚上面。所以四肢上手是阳、脚是阴，如果来区分的时候脚就是阴。这时候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。并不一定会停代，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的时候，这就称为病在阳的脉。因为以速度来论，速度是论气。【泄及便脓血】为什么会便脓血？我治过这种病，治很多。我们人身上血的位置在血管里面。所有的脏腑，大肠、小肠都有血管。今天会便血出来、血会遗漏出来，不管是里面动脉血管堵塞，或是剥离也好，或是大肠发炎。我有个病人什么炎症都没有就是大便里血排出来，还有个病人小便排血。血出来我们前面介绍过了。如果血跑出来的时候，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、拿个杯子去量 40cc，没有那么多时间，还要叫病人回去量。这里所谓的一升就是一天的（出血）量，如果一天是三升的血就是三个脏结住了。中医的观念是这样子。血在归经的时候，血在经络里面、在血脉里面走的时候，不应该会溢出来，这时候因为阴阳能够合。如果阴阳不合的时候，血会离经叛道。所谓的守、固守，通通是阳在固守，阴就在里面。当阳不能守的时候、阳虚的时候，阴就往外盛。这是两个相对的。



跟夫妻相处之道也是一样。有时候对太太很好，她就爬到你头上来。稍微推一下，两个平衡一下。夫妻、君臣都是这样。这不是我说的，《黄帝内经》也说。黄帝问的问题太烦了，岐伯说我讲过了。以前跟皇帝讲话，一言不和皇帝会杀头。岐伯都敢讲，我前面讲过，你看那个就好了。所以不能太过。

所以我们阳要守，任何东西守住要靠阳，阳不守的话便脓血。所以数动一代病在阳。【诸过者切之】。

【涩者阳气有余也】涩脉是标准的阴不足。所以阴气不足阳气就会有余。涩脉，摸到脉的时候它不流畅。我们摸到脉的速度、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，我们常常摸到。一摸就是一条。涩脉一摸下去的时候不是一条，奇怪，脉动在这边、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，脉左右动，好像一个很软的塑胶管里面有水但是水又不够，一摸下去的时候水还在里面轱辘轱辘跑来跑去的那种感觉。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。

【滑者阴气有余也】滑脉是阴气有余，阴气有余的脉。滑脉是什么？摸上去脉来的速度很快，可以感觉到血管里面非常有力，气血流得非常的顺畅。

摸脉的时候永远记得，寸脉比较高、尺脉是阴脉比较低，所以摸上去的时候因为有斜度，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。没有一个标准、基准什么叫正常，怎么知道不正常。以后从这个角度，观想是这样子，摸脉的时候就



可以摸到了。

当然《黄帝内经》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。当我们在临证上看的时候，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、摸脉的时候，就是确定我们的诊断对与错。

当我们发现到，望闻问的时候我们也很确定了，脉跟望闻问不对的时候、不合的时候，我们把脉舍掉、要取症。因为脉跟情志很有关系。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，气得火大。摸他的脉，这个脉不对。所以脉会随着情志来走。就是因为这样子，所以岐伯说诊脉最准的要早上天亮的时候那个人躺在那边的时候。我刚才讲了做不到，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。世界上没有那么好的医生，要不然一天看一个病人就好了。不可能做到的。所以脉当有不合的时候，我们要把脉舍掉。

这里讲的是涩脉，还有滑脉。阳气有余的时候，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。“阳气有余，身热无汗”你们要这样子反过来看，阳有余，一定阴不足。

所谓阴阳律，就是阴阳的之间的律。阴升阳就降，阳升阴就降。所以看到这个人阴很高，要把阴降下来的时候，用阳药把阳一升上来，阴就降下去了。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。我们有滋阴派、补土派李东垣什么的，说了很多，阴很盛我们就把它降下来让阳升一点，结果阳起不来。所以我们在调整阴阳的时候，我们开处方出去开的是阳药。阴升阳降。阳升阴会降下去。最好是阴阳是平衡的。开阴的药不会把阳降下来的，因为开阴的药还在阴的这个地方，阴升阳会降。我们开阳的药，把（阴降下来、）阴阳平衡过来。所以我们大部分用的很多都是阳的药。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。

中医的观念里面，经方从《黄帝内经》、《神农本草经》到《伤寒论》、《金匱要略》，我们掌握了一个大原则就是，把阳固住的时候，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。所以阴脏有问题的时候，我们治好他的话半夜肚子会饿，让他阴自己回来。

**【阳气有余，为身热无汗】**。因为阳有余的时候，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，汗不会透发，发热但是没有汗。

**【阴气有余，为多汗身寒】**。阴气有余的时候代表阳不足，阳不足的时候毛孔、玄府就是扩散。中医讲毛孔两个字用了很多的名词，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，毛孔最简单了。毛孔打开来了，病人就流汗失掉了。因为阳不足，病人会身寒、恶寒、病人会怕冷。

**【阴阳有余，则无汗而寒】**阴阳两个都有余，无汗代表阳，寒代表阴，两个都有余的现象。当然这里讲到的，张仲景当年读到这篇的时候他的处方就出来了。我们介绍《伤寒论》的时候就有了。

**【推而外之，内而不外，有心腹积也】**。什么叫推而外？如果摸到脉，手指头把脉往外推、往内推，这是内外的意思。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”的意思是，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。

**【推而内之，外而不内，身有热也】**如果是推而内之，脉还是停留在外面，不往内走，不听你的话，就是身有热。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。[第 27 集]

【推而上之，上而不下，腰足清也】怎么解释？以中指为准。中指按到关脉，按到脉的时候脉跑上去了，中间没有了，脉在上面。还有中指按到关脉的时候，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，尺脉没有了。这个代表腰足清也，这是下半身，因为尺脉没了。这个就是阴阳在调整，一按它、按到中间的关。关就是讲交接的地方、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。

【推而下之，下而不上，头项痛也】如果推到脉、按到关脉，按下去以后，尺脉在下面可以摸到、寸脉摸不到，代表头项会痛。

【按之至骨，脉气少者，腰脊痛而身有痺也】。这种就是我们在脉诊上面的一些发挥、一些延伸。基本上的原则，诊脉是以诊气为主。我们全身的阳都是督脉在管。你们大家都学过《针灸》都知道，督脉是诸阳之汇。所有的阳是气。气脉少了，当然会有督脉的问题，腰背痛而身有痺。四肢有痺症出现的时候，麻木不仁的现象，都是阳不足。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？因为以后有些处方，我们可以用很多有阳的药，有的阳的药本身可以让督脉的阳气壮起来，有的阳药不壮督脉壮四肢、皮肤上、壮关节上的阳，不一样。所以就可以知道如何做取舍。

## 第十八篇 平人气象论

黄帝说【平人何如】正常人的脉是什么？岐伯说【人一呼脉再动】再就是两次，跳两次。【一吸脉亦再动】跳两次。【呼吸定息，脉五动】呼吸中间有一段息是停掉的，所以一呼一吸脉是五动。【闰以太息，命曰平人。平人者，不病也】就是无过与不及，一呼一吸超过 5 次是过，少于 5 次是不及的脉。【常以不病调病人】医生不病，【故为病人平息以调之为法】。我们这里都有解释。我们以正常人的脉为标准。所以我说你们平常练习脉的时候去摸正常人的，他没有什么病就摸他的脉。这个呼吸是以医生的呼吸为主。当脉不正常的时候，你用药物或针灸把脉调理、调回正常，这就是治病的法则。

【人一呼脉一动，一吸脉一动，曰少气】脉太弱了。一呼一吸等于三次，脉就少气。

【人一呼脉三动，一吸脉三动而躁】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】。我们讲左手的尺脉的时候，靠内是膀胱。太阳经、足太阳是整个在头，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。如果脉气有加速的时候，轻轻一摸尺脉浮起来，就知道感冒了。病之在，马上就可以知道了。书上有解说。【脉涩是痺】就是我前面讲过的涩脉。

【人一呼脉四动以上曰死】人一呼脉跳四次就是死症了。等于说呼四次、吐四次、加上中间一次定息的时候是九次，这都是死症。【脉绝不至曰死】都是死症。【乍疏乍数曰死】时常跳得很快、时常又没有。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 9 下，我们一处方下去从 9 下跳回到 6 下、7 下。中药还是可以救回来的。《黄帝内经》上面说死。因为《内经》不讲治证，完全讲的是诊断、辨证，就是非常危险的意思。不能看这个脉，已死，你就不管他，也不行。医者父母心，想尽办法把他救回来。

有的时候我们看到病人，我们知道他会死。如果遇到病人不相信你的、不相信中医的，你



干脆走掉。岐伯也是这样，没有办法治好他。这个时候你如果善心，花了药送他吃也没有用了。所以做医者或做什么，很难的。想帮助人很难的，常常会因忠获罪、因为对他太好了得到罪，不好。

【平人之常气稟于胃】正常人所有的气源于胃，【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。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【人无胃气曰逆，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。胃气就是缓，一息四至的意思。一息四至，速度讲的就是胃气。如果是【弦多胃少曰肝病】脉非常的弦细。如果【但弦无胃】就是只有弦脉摸到，有时他的脉不跳，一摸上去就是一根、一条。胃气就是缓、有力，速度很好，这都是胃气。春天的时候，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。这怎么解释？先把这一段，从“平人之常气稟于胃，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，你摸到他脉的时候，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。如果是春天摸到冬天的脉，冬天会发病。如果春天摸到夏天的脉，到夏天会发病。简单就这个意思。这就是我们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，但你可以预测他什么时候会发病。这样看的话，你就了解了。

【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。所以吃鸡腿吃什么有筋在里面，是来自肝脏。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，都源自于肝脏。就是因为五脏六腑里面都有筋，所以你在摸肝气、摸到脉的时候，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，所以在肝脉春天的时候可以查到五脏六腑的脉。非常的合理，因为它有筋膜在里边。

从“夏胃微钩曰平”一直下去到“心藏血，脉之气也”这一段讲的就是夏天。【夏胃微钩曰平】夏天正常的脉是有胃脉，带一点点钩。所谓钩就是，手摸下去脉的时候，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的感觉，摸下去有点凸起来。钩脉常见的，很常见的。夏天的时候稍微有一点钩，这是代表有胃气，因为钩是心脉。【钩多胃少曰心病】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【但钩无胃曰死】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】，就是在夏天的时候摸到是冬天的脉，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，这个人现在很好，但是你知道冬天他就会发病。为什么？因为【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，所有的脏通通有血。因为血脉都连到的，都有血管在里面。所以我们从心脏的脉也可以侦测到其他内脏的问题。

【长夏胃微濡软弱曰平】这是正常，长夏的脉。【弱多胃少曰脾病】如果脉太弱了，这是脾脏有问题。【但代无胃曰死】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。【濡弱有石曰冬病】就是比较深，这是冬天会生病。【弱甚曰今病】弱很严重的就是现在、当即就有病。【藏真濡于脾，脾藏肌肉之气也】意思就是说因为脾管肌肉。肌肉除了外在四肢上的、身体上的肌肉以外，所有的内脏肺有肺脏的肌肉、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，所以长夏我们也可以诊断到。

【秋胃微毛曰平】秋天有胃脉带一点毛，平脉。记得所谓的毛脉就是毛，不是你的毛而是

羽毛。比如鸡毛是这样，摸上去旁边有一点薄薄的、中间有一个硬的骨头。这叫做毛脉，而不是一根毛，你摸的脉是这样子的。**【毛多胃少曰肺病】**。我讲过胃脉就讲的四至，加上定息是五至。胃气如果是少，胃脉有的是7下或者是3下、4下胃气就不够的，这种是肺有病。**【但毛无胃曰死】**只摸到毛脉完全没有胃脉。完全没有胃脉就可能到9下、10下，或是1下、2下、脉跳一呼一吸才1下、2下速度太慢了，这就是死脉。**【毛而有弦曰春病】**这是春天会生病。秋天摸到这种脉，第二年、隔年的春天会生病。如果是**【弦甚曰今病】**弦就是指春天的脉，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？就是因为肺是最高的脏，它是相傅之官，总统所有的气血和阴阳。所以我们可以查到。

**【冬胃微石曰平】**冬天的脉稍微一点石。石就是像石头沉在水底一样，摸下去会摸到。摸到石头会沉、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。但是只要重按下去脉还是没有。正常是这样子。正常的脉，你要这样子想坎卦的形状，上面是皮肤、下面是骨头、脉在中间。任何都是一样，不管是弦洪缓浮沉，脉都在中间。如果像离卦，脉跑到上面去或脉跑到骨边，中间没有脉，这都是病脉。不用管这是坎水还是离中虚，先不要去管它，先这样去想。比如这个脉，坎卦形状的脉是长夏的脉。冬天的脉的时候脉会比较下来更贴近骨头，这就是石脉沉在底下。但是石脉按它到骨边还是没有，这是对的，按到骨边应该没有了。按到骨边脉还在那边，就是附骨脉。**【石而有钩曰夏病】**石脉而有钩是夏病。如果摸到脉是在骨边，结果摸上去的时候发觉到它不是一条，它这样向上顶起来一块，钩脉。石脉而有钩脉，夏天会生病。钩脉是夏天，心脏。**【钩甚曰今病】**如果钩很严重就是现在就有病。为什么可以诊到？就是**【藏真下于肾，肾藏骨髓之气】**骨髓就是里面的气。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。病人没有胃气你把他胃气救回来，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通通丢到晚上去，胆小肠胃大肠膀胱通通丢到白天来。白天是阳。阳是腑，晚上就是脏。最简单区分阴阳就这样区分。我们在治证的时候，我们治疗腑病或者是表证都在中午的时候胃气会回来、代表他胃口开了要吃东西了，治脏病的时候半夜肚子饿、醒过来要吃东西。这是基本的一个大原则。

**【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】**。穴道虚里在肾经的步廊的位置。现在刚好是冬天，你们可以试看看自己摸自己。我不能帮你们摸，因为男女有别。自己摸自己，女孩子也可以摸摸看。宗气所在很奇怪。乳房的乳头和膻中的位置呈一个三角形下来，在肋骨中间摸，手伸进去有个动脉跳得很快。摸摸看有没有。如果隔着衣服不容易摸到，隔着皮肤摸，脉动的很快。一定在左边。隔着衣服不好摸到，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。在运动的时候、跑步的时候，汗衫在表面上的时候，跑步气很旺盛的时候会看到衣服会呼吸、在左边在动。只有左边有，右边没有。女孩子也是一样，自己回去摸摸看。如果胸部比较大，自己想办法去摸摸，我们没有办法。自己去找找看位置。但是界隔的位置在肾经的步廊穴道的位置。这是其动应衣是脉的宗气所在。宗气就是胃的气根所在，胃气的根的地方。

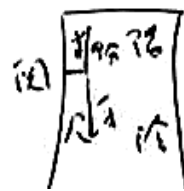
如果一个病人**【盛喘数绝者】**喘得很厉害、喘得好几次昏厥，**【则病在中，结而横有积矣】**。诸位记得，我们所有的气脉，你看经络都是上下走，所以横逆着走的时候通通是凶。包括上节介绍的，女人的左边的气往右边走是重阳，右边的气往左边走是重阴。只要横逆的走全部是凶。所以常人的气都是直行，一直上下循环。而不是横逆的走，这样走是逆气。所有的人生病就是气是反逆的，气顺着走都是正常人。如果是宗气的脉**【绝不至曰死】**都是死脉。**【乳之下其动应衣，宗气泄也】**这是宗气泄出来。没有运动时候看不到它是应衣的，跑步、运动剧烈过后就会看到动出来，宗气会泄出来。

所以我一再跟诸位讲，现在所有百年、人类超过一百岁的人身体健康的，你问他每天做什



么运动，走路，都没有听到人家跑。所以你们有个人要跟某市长讲一下，不要乱跑，还需要他。不要跑，跑了会短命。要走路，走路就好了。太过，跑完以后脉动在这边，宗气在往外泄。

看病人为什么要摸这个脉？当我们发现了盛喘数绝者，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，摸不到他的宗气脉了，差不多了。



【欲知寸口太过和不及，寸口脉中手短者，曰头痛】。我们这里讲、一再回头就是，寸口的脉指的是上焦，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，现在阳不足了，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，上面超过一寸以上，代表阳气有余。阳气有余的话阴气上不来就停滞在下面，脚会生问题、脚会足胫痛。



我们人正常是这样子，阳气上到头顶以后要下来。比如头维下关颊车承泣四白巨髎，胃经是气往下走。督脉的气由下往上。我们人呼吸是这样子，呼吸时吸气下去顺着督脉，督脉之前有个气管一直下到肾脏，然后再从肾脏那边进入关元。心里假想，第十四椎跟关元中间有条斜线。道家在打坐的时候心里面就在假想，吸气把那条斜线往上拉，吐气把那条斜线往下沉到会阴的地方、鼠蹊部会阴穴。所以吸气的时候往上拉，气就会进去到关元的地方。

阳气很盛的时候阳气在上面下不来了，脚会有问题，足胫痛。因为四肢都是阳。手脚都是阳，身体是阴，如果我们以外形来区分的时候是这样的。

【寸口脉中手促上击者，曰肩背痛】摸他的脉非常的浮、非常的强，代表肩背痛。这是阳要出来出不了的一种症状，肩背痛。

【寸口脉沉而坚者，曰病在中】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出不来、这都是讲阳气出不来，病在中、身体里面有问题。

【寸口脉浮而盛者，病在外】这是阳气。

【寸口脉沉而弱，曰寒热及疝瘕少腹痛】。这是腹部里面有胀闷，因为阳不够，就会堵在这个地方。一个很好的案例。如果摸左寸、心脏的脉，就是刚刚讲的，软而弱或者是几乎没了，肝脉很强、心脉没有脉。这时候再去摸右关，心的下方是脾胃，一摸这个脉好大、脉很大。心脏在胃的上方。如果心阳不足了、阳不够了（，会胃寒）。

胃里面的火、胃里面本来是很热的，胃是在心和小肠中间的。所以胃能够咀嚼食物，靠心和小肠的热在蒸发它。所以它能够有热在里面，有蠕动。实际上所谓的胃气，以现代医学的观点与我的观察是这样。一吸胃动两下。胃蠕动的时候不是整个胃蠕动，而是这边挤下去那边凸起来、那边下去了这边凸起来，是这样子不断的蠕动。一呼一吸，刚好它一吸的时候蠕动两下、一呼的时候蠕动两下，所以一呼一吸胃的蠕动是四下。这是正常的胃气的脉。

胃气的脉当阳不够的时候，正常胃气往下在胃本来的位置，胃就变成这样低下去一层、胃会下降。下降的话胃会胀，中医叫胃寒。因为热不够，胃会胀满，胃发寒。很多人胃下垂就是这样子。我们有时候可以类推的，少腹胀。

【寸口脉沉而横，曰胁下有积，腹中有横积痛】。寸口的脉本来是直的，现在脉横过来。就有这种脉，我看过很多。横过来的脉，摸上去这个脉居然不是直着走，是横的、横向的。都是有累积的东西。比如在左寸的脉是横的，变成横的。

如果走上去以后在手横纹的地方脉变成横的出去，代表喉咙、寸上寸、往上就是喉部，代表有东西堵到。堵到以后脉就往鱼际方向斜着走，不往直着走。这是喉部。

如果是在寸的位置脉变成转过来、横着走，寸口脉沉而且是横，代表胁下有积、腹中有积痛。因为寸口脉就是讲阳的部位。阳刚刚讲，就是肋骨以上的地方，胁下。因为胁下有积，所以阳气下不去，会横着走。

【寸口脉沉而涩，曰寒热】。喘就是时小时大，常常会小大小，这是病人有寒热。

【脉盛滑坚者，病在外】脉盛滑而且很坚硬，病在外。浮在表，摸上去脉很大。轻轻摸到皮肤上就摸到了，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，病在里面。只要是浮在皮肤表面上一摸就摸到脉的，大都分都是病在表。

当然诊断癌症里面的肝癌或是肺癌或什么问题的时候，摸到它也会浮大。为什么？因为是阴积在里面。所有的阴，阴就是脏，可以允许满、充满了营养，但是不可以实。如果是实的时候就是生病了，病态。阴很实的时候，阳就往外。本来阳藏在脏里面，是它的功能、它的力量。现在阴实，它的功能没了，阳就往外走。外走的时候，脉就浮得很大，到了皮肤表面上来。摸上去的时候以为是表证，不是，它是有实在里面所以阳浮出来。怎么知道？按下去就知道。

如果是表证，只是伤寒、感冒、发烧。表证的时候脉也是浮的，但是按下去里面空空的、按到底没有脉。如果轻按脉也大、重按脉也大，很危险了。简单的原则是这样的。

【脉小弱以涩，谓之久病】就是寸脉很小弱，时涩（强口误）时弱，不稳定，这是久病。久病的人，阳一定虚。现在讲的都是寸脉、阳脉，整个都在讲阳脉。久病必虚，人会虚，一般来说就是阳虚。

阳就是动能、功能、力量。我们的肠胃消化，消化力很强的人就是阳足、阳很足，消化不掉就是阳不足。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。

【脉滑浮而疾者，谓新病】。

【脉急者，曰疝瘕少腹痛】脉跳得非常快，一般来说都是有痛症在身体里面。

【脉滑曰风】脉如果是滑，是风脉。

【脉涩曰痹】脉如果是涩，就是痹脉，气血阻塞不通。

【缓而滑者曰热中】。

【盛而紧者为胀】。

以上讲的都是寸的位置，光是一个寸的位置。[第 28 集]

【脉从阴阳病易已，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。所谓从阴阳，我们这样子讲。如果摸到他心脏的脉很小没有力，你用推理的。然后你看他讲话也没有力量、脸色也比较苍白，就是脉证是合到的，阴阳是合的。如果摸的脉很大、像钩一样很大，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的时候，阳一定会浮出来，因为阴和阳是相对称的。就好像蜡烛要烧干的时候，最后那一刹是火光很亮。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、气色通通恢复了，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】。这是反和正。

【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。这是病人有失血的现象、血不够的现象。现在讲尺脉。尺脉本身是阴脉，在底下。

【尺脉缓涩，谓之解体】就是疲劳，人非常疲劳、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，这是讲阴虚，阴都虚掉了。阴本身是看得到的肌肉，看得到的营养。现在阴虚掉，营养不够了，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。就好像脉盛就是你跑完步的脉跳得很快。结果这个人没有动，躺到那边一摸，好像刚跑完步那种脉。【安卧，脉盛，



谓之脱血】。人的阴，血是阴。当一失血的时候就是阴虚掉了。阴虚掉的话阳就亢起来、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，谓之后泄】就是大便、肛门后面，会下利不止。脉非常的细。

【尺脉羸常热者，谓之热中】中焦就会比较热。尺脉应该在正在下方。如果是比较大脉的时候升上来，阴和阳会交接在中焦的地方。其实热中很好诊断。你看这个人肚子比较大，热中。舌头一看，黄，热中。就已经讲完了。当然《黄帝内经》我们不能这样讲，我们要按照书上讲，不然的话临证人家不听你的。

我们只要讲到干支、天干和地支，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。【肝见庚辛死】如果肝脏见到庚辛日，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，庚辛日那个日子天地之间的气是属于金。这是刑克的日。所以肝病的人大部分遇到庚日或辛日都在那一段时间死掉。【心见壬癸死】心脏、心有病的人遇到壬癸的日子容易死，大部分在这个日子死亡。所以可以看黄历，如果遇到真脏脉。比如你现在带本黄历，这个病人真脏脉或脉气快绝、你的一呼一吸他才来一至、两至或者来九至、十至。口袋里黄历拿出来一看，你就知道，这个是肝病，一看庚辛日。你知道我意思吧，可以知道哪一天。隔天就是庚或辛日，完了，只有一天。如果还有三天是庚或辛日，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。【脾见甲乙死】甲乙是木，都是相克的日。很简单记住就是相克的日子。【肺见丙丁日】丙丁是火。肺遇到火日的话是凶，火克金。【肾见戊己日】是土，土克水。【是为真藏见皆死】真脏脉遇到都会死亡。

【颈脉动喘疾咳曰水】胸里面有水。我们讲的颈脉讲的就是人迎脉，摸到人迎脉。如果是动得很快、速度很快，这就是胸腔里面有积水。

眼睛里面，不是眼睛。【目里微肿】讲的就是眼袋的地方肿起来，【如卧蚕起之状曰水】。所以在这里提到了一个望诊。我们讲的眼袋是指眼睛的下方的地方。眼袋像卧蚕，看到的就像水，白白的，隔着皮肤就看到水，有水肿。我这样讲，你好像听得很玄，临床看的时候真的就是这样子。



有的人眼袋很光亮、很光鲜，两个眼袋都很好，这代表子媳非常好。这就跟病没有关系了。年龄大都会有眼袋。都会看到，没有办法，这是人老了。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。如果有黑黑的在左边出现，儿子夭折，白发人送黑发人。

光是个眼袋，中医就研究的哇。这里只有一点点。一点点你都记不得，我也没办法。所以我们眼睛看到有卧蚕，我们就知道这个人有水病。

如果小便是【溺黄赤安卧者，黄疸】。小便是黄而且红，这个人又睡得很好，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。这个人不能安卧，脏有问题。虽然是黄，但是可以睡觉，胆有问题。看脏、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，我真是没有办法教你。所以你用 common sense 想一下，白天就是阳，晚上就是阴。

【已食如饥者，胃疸】如果是吃完饭以后又饿了，就是胃疸、消中、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。还有就是吃东西，吃了一百碗饭、吃完肚子还是饿。还有就是性功能没有了。这是我们分成这三种。

【面肿曰风】常常有的病人会跟你讲，奇怪为什么早上起来脸肿肿胀胀的，就是风症。为什么要知道？你跟他讲，我开个祛风的药。我们知道他是风，开个祛风的药，中药里面有些是祛风的药。然后跟他讲，晚上冷气不要开了。美国人很喜欢装在天花板一个 fan 风扇在吹，然后冷气对着吹。他不懂。把那些通通关掉，晚上睡觉的时候不要着风了，就不会再发。他说不

行、不吹风我睡不着。教了他，他还是不听，那样反着来做。所以我从来不讲，就是晚上吹风来的，冷气对到脸上吹或者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。我讲你不要关没关系，你肿了继续来治，我赚钱。他打死就不来了，他就把电风扇关掉了。好好跟他讲不听，人很奇怪。

【足胫肿曰水】。面肿是风，足胫肿是水，如果脸也肿、脚也肿就是风水。为什么我们要知道这个？因为我们中药开处方的时候有祛风的药、有排水的药。怎么知道什么时候用排水的药？脸肿，是风，因为水很多的时候水是很重的，怎么会跑到脸上来。水都在脚上面。正常到脸上的水是气才到了脸上，所以吐气的时候是很热的热气。气没有了变成水的话沉在脚上面，所以脚是肿的。

【目黄者曰黄疸】眼睛黄的是黄疸。眼白的地方是黄的。

【妇人手少阴脉动甚者妊子也】就是怀孕了。手少阴脉动就是我那天讲的，手上的筋和心经这边摸，就是这有一个动脉。动脉很快，很大，就是怀孕了。现在你们学到两种孕脉。一种尺脉盛、尺脉阴脉很盛，然后阳脉分两道、脉会分开来。一摸，分开来两个，小孩子的心跳。再一摸一种，少阴经的脉动。

就是因为这里有个脉，所以我们下针的时候，如果下这边非常容易碰到脉。所以我们下神门穴往手掌那边走、不往手肘这边走，逆着走。当然我们有时候下针可以顺着走，因为心经，做补泻的时候可以顺着走。个人我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。伤到阴的时候比较不好，伤到阳了无所谓。因为阳可以固，瘀血消得很快。阴伤到了里面阳就比较少，所以我们称之为阴、少阴，里面有一点点阳，所以不容易恢复。所以我都尽量避开来。

【脉有逆从四时，未有藏形，春夏而脉瘦，秋冬而脉浮大，命曰逆四时也】刚好是反的。脉要顺从四时。春夏的时候脉应该比较浮、比较大，因为春天阳气刚刚发起来比较浮，夏天的时候脉要比较大。结果现在反过来了，秋冬的时候应该是沉脉但这个脉变得浮大，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】所谓风热。一般来说我们得到风热病，脉应该是浮数，热就是速度很快，风就是表面上。结果现在病人看起来是风热，但是脉是静下来反而是在里面的。这都是反四时的，都是不正确的。【泄而脱血脉实】下利又脱血、血又跟着出来，照理说这个人是虚证的，脉应该比较虚。反了，脉变成实证、变得非常强而有力。【病在中脉虚】病人的病在中焦，结果摸脉的时候脉是虚的脉。【病在外，脉涩坚者】病在外的话脉应该在外面而且比较浮，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，【皆难治】这种都比较难治，【命曰反四时也】。

有逆四时跟反四时。简单讲归类起来就是说，脉证不符、跟他的症状不符是反四时。我们现在很简单看。比如现在有个人便秘。七天不大便你就已经知道他是实脉了，一摸居然脉很小、很细、没有力量，就是脉和证不符。应该脉很大、堵到应该很大、摸上去脉很大，再按脉更强才对，结果脉很虚。这都不好治。这就是我们所谓的反四时。一个是节气的，一个是症状的。症状反逆的时候，我们叫反四时。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。这个都是可以治的，只是时间的长短而已。下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，脉无胃气亦死】。胃气的脉就是按照我们要吃的五谷杂粮进来胃气才会有生，所以胃气是来自外来的食物。如果一个人不吃、断水，也不喝水也不吃五谷杂粮，这都会死。脉没有胃气了，也会死。【所谓无胃气者，但得真脏脉，不得胃气也】。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】。所谓脉不得胃气，肝就是整个全都是弦的、全部是弦的而且脉大，肾脏全部



是石脉。阴阳脉通通是实脉，已经没有胃气了，这都是真脏脉。

【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】。这里讲到太阳、少阳，还有阳明。张仲景就是从这个地方开始，定下了三阳的治证，有太阳篇、少阳篇跟阳明篇。所谓太阳脉，太阳就是最表面的、皮肤最表面的。病如果在皮肤表面的时候，摸他的脉的时候是洪大而长。轻轻摸上去，一摸，摸到皮肤。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、主门户的开合，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。长短就是九分和一寸。超过它为长，比它短就是为短脉。阳明脉短而盛大。太阳脉比较洪大，而且比较长一点点。

虽然看起来太阳脉是洪大而长，但不是真脏脉。为什么？因为它只是表？不是。因为它的胃气还在那里。胃气没有的时候，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。所以有的时候感冒，你一摸上去就知道他感冒。有的时候你摸上去是真脏脉。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。感冒的脉没有，轻轻按就摸到脉，重下去脉就没有了，所以只是一时得到一个表证。

太阳、少阳、阳明的名字最早出现在这边。前面开始介绍，现在开始讲脉形的症状。以后就会有，太阳证分很多的处方，少阳证分很多的处方，阳明证也分很多的处方。所以张仲景是对《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。

下面这一段比较长。这一段是一样在《平人氣象论》，就是讲什么叫正常人。当然讲正常的话会跟不正常的人做个比较。当然这一段讲的都是脉诊，都是以脉为诊。

【夫平心脉来】正常的心脏的脉来，【累累如连珠，如循琅玕】一个个珠也就是跳起来很有顺序，摸它跳起来就像珠子一样，【曰心平】心脏正常的脉。【夏以胃气为本】其实春夏秋冬不管，我们摸脉的话，就是要以胃气为本。记得，胃气为本就是，不管你摸他的脉是心脉、肝脉、肺脉、肾脉，一定要有胃气。所谓胃气就是，不管它是弦洪缓浮沉、不管怎样，你摸他的脉一定是缓而有力。这是有胃气，而且速度是一息五至左右。到了八至、到了二至、四至都没有胃气了，胃气要准备丧失了。所以这是基本的一个概念。正常夏天是心脏。【病心，脉来】如果生病，心脏的脉来的是怎么样的？【喘喘连属，其中微曲，曰心病】。心脏的脉在我们的左寸、左边寸口的地方。在左侧的地方，心脏脉在寸。来的是形如钩，正面看两种钩法，看他左心右心不一样。还有一种钩法，由侧面来看心脉是这样Ω，像谷一样挺起来也叫做钩。因为它不一样的情形，不一样的病态。这是心脏有问题了。微曲，脉会弯过来或弯过去。还有一种我曾经摸过的脉，他是S形有一点曲过来，也是心脏病。【死心脉来，前曲后居】如果心脏快要停掉了，前面是曲的，后面是居的，弯曲的。【如操带钩】这叫纯钩脉，已经没有胃气了。纯钩脉都是，没有胃气的时候脉就很强硬、非常的硬、硬邦邦的。【曰心死】心脏已经完了。



正常人的【平肺脉来，厌厌聂聂，如落榆荚，曰肺平】。过去古人的文字写得很好了，形容了半天，比较虚、比较空、比较虚无，不容易摸到。就是我跟你讲的，你只要记得，像羽毛一样。羽毛中间有个埂子。摸上去，中间一条细细的。旁边有脉，脉是羽毛的形状，但是可以摸到中间一条比较高一点点。而且肺主皮毛，在皮肤毛孔上，所以轻轻摸就可以摸到了。这是正常。摸到脉的时候，肺脉是在右寸、右手的寸这边。你摸他的脉的时候，一息五至而且缓而有力，这都是有胃气的脉。这是常脉。【秋以胃气为本】。如果肺有病了，【病肺脉来，脉不上不下，如循鸡羽】鸡的羽毛，就是上上下下、有的时候浮起来有的时候沉下去，不稳定的意思。【曰肺病】肺生病，这是病脉。【死肺脉来】如果是肺死了、已经完蛋了、肺功能没有了，【如物之浮，如风吹毛】。你想想看这怎么形容？风吹毛什么样子？浮物是什么样子、很难形容。很简单，就是你摸他已经没有胃气了。这个时候脉

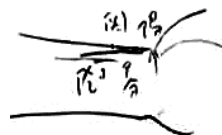


一定不是一下、两下就是九下、十下。一息跳九下、十下这种不好，知道出问题了。

【平肝脉来】肝脉正常的脉，【奕弱招招，如揭长竿末稍，曰肝平】好像钓鱼竿的后面。你就记得，树枝细细的、分成最细的，肝脉。肝脉就是好像干木，像树枝一样。所谓肝平，就是摸到肝脉，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、五至都是对的，然后有力。【春以胃气为本】。【病肝脉来】肝生病的时候，脉来的时候【盈实而滑，如循长竿】脉一变实，实就是有力、速度比较快、而且滑。摸上去的时候，你就可以感觉血液在跑动，速度很快。就好像摸到一个水管，水管里面的水正在流动，摸上去的感觉就是滑。【曰肝病】这是肝生病了。肝死的话【死肝脉来，急益劲，如新张弓弦】你看弓弦拉得绷得紧紧的，摸上去速度快到等于是根本没有感觉到是一条线，根本没有沉，都是浮的挺在那边。【曰肝死】肝脏已经死掉了。这都是无治。

【平脾脉来】正常的脾脏，【如柔相离，如鸡践地，曰脾平】。你看这形容得很好玩，就是轻轻的踩在地上。鸡不会脚踏得很重。脚踩得很重，是你女儿跟你撒娇。鸡踩地的时候是轻轻踩上去的。摸上去的很柔软，很稳定。【长夏以胃气为本】。脾脏出问题的时候【病脾脉来，实而盈数，如鸡举足，曰脾病】。【死脾脉来，锐坚如鸟之喙】真的是尖的、一直往上顶，【如鸟之距】鸟之距就是鸟的脚很细，【如屋之漏】漏水一样，【如水之流】。形容、它只是形容，【曰脾死】。

正常的肾脉【平肾脉来，喘喘累累如钩，按之而坚，曰肾平】。肾是沉脉，沉在骨边。左边的尺是肾脉。剖面看手脉的时候，侧面来看的时候，脉应该是从尺子经过关位斜上到寸。上面是阳比较高一点点，后面是阴比较低一点点。长，后面是一寸，前面是九分。肾脉来的时候沉在很接近骨头旁边。按到骨边可以摸到脉，重按一下脉就没有了。脉的跳的速度，有胃气的脉都是一息五至。【冬以胃气为本】。肾脉生病的时候【病肾脉来，如引葛，按之益坚】越按它弹得越强、速度就加快了，【曰肾病】。【死肾脉来，发如夺索，辟辟如弹石】真的是摸上去好像是弹石头一样，石头硬、非常的硬，【曰肾死】死掉了，肾功能没了。



这是讲平脉和病脉、死脉。

## 第十九篇 玉机真藏论

这一篇讲的是常脉和病脉。

黄帝问岐伯【春脉如弦，何如之弦】什么是弦？讲仔细一点。为什么春天是弦脉？岐伯就说【春脉者，肝也。东方木也。万物之所以始生也】刚出生的时候。【故其气奕软弱，轻虚而滑，端直以长，故曰弦】。【反此者病】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，诊断的时候一定要看到四季的春夏秋冬、生长收藏，同时把大自然的象包含进去，这才能天和地同时看，这样子的话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，为什么肝是弦脉，就是因为春天的关系，万物开始生、开始出生的时候。黄帝就说【何如而反】什么是反脉？岐伯说肝气【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】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，其病皆何如】病的症状是什么？岐伯就回答，如果肝脉太过，春天的时候速度太快太强，【太过则令人善忘，忽忽冒而巅疾】。为什么是这样子？这里稍微要有一点理解，就可以记得了。因为肝经不是只终于期门，肝直接络到眼睛，也络到脑的头顶百会。从里面一直会络到头顶的百会，支络会络到这边来。所以如果太过、肝气太旺的时候，冲到脑部





去。肝阳本来应该是固守于肝里面，现在往外走，造成人就是善忘、而且常常会头昏、而且发癫痫、发晕厥这种病。【其不及，则令人胸痛引背，下则两胁胀满】。

我们治证，太过和不及。这里讲的太过的症状会这样子，因为肝经络上面直接冲上去。太过的话，我们掌握的原则叫做泻南补北（补南泻北口误）的方式。母能令子虚，太过就是实，所以要去补他的肾。不及的话，子能令母实。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？如果太过、肝实太实的时候，这个实跟盛稍微不太一样。不及是虚。如果是太过、实的时候我们要泻其子，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。如果去补心火是补了肝不及，用了补心火的药，因为用了滋补的药。如果用泻心火的药，就能实则泻其子。所以肝家的实证，我们去泻心脏的实，这叫实则泻其子。这样子来的，不一样的意义。补心跟泻心不一样。很多人知道天王补心丹，那是补心。我们还有很多的泻心汤。处方不一样，所以功能不一样。所以你们不要误解，完全没有矛盾。我们临证、治证的要“实则泻其子，虚则补其母。子能令母实，母能令子虚”。这是我们治证的大原则，从《难经》里面来的。【第 29 集】

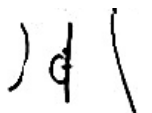


肝经在胁肋的地方。所以肝脏虚的时候会有两肋、胸胁苦满的现象，会让人有胸痛彻背。因为胸是阳，人的胸是阳位，阳居于胸。肝一虚的时候阳就会不足，就会产生痛，胸痛彻背。

黄帝再问【夏脉如钩，何如而钩】夏天为什么产生钩脉是常脉？岐伯就说【夏脉者心也。南方火也】天地之间南方是热的。【万物之所以盛长也】长得很大，树木都很多的地方。【故其气来盛去衰，故曰钩】这是夏天为什么会得到钩脉。实际上我们讲钩脉就是我们讲的洪脉。五脏若五脉：肝若弦脉，弓弦的弦；心若洪脉，配合洪脉；脾是缓脉；肺是浮脉；肾是沉脉。我们叫弦浮缓洪沉，这五个脉是相对的。这里不用洪，它用钩字来形容它，实际上讲的一样的。【反此者病】反过来就是生病了。黄帝就问【何如而反】什么叫反？【其气来盛，去亦盛】心脉是洪但是来得快走得也快，脉很大，【此谓太过。病在外】。【其气来不盛，去反盛，此谓不及。病在中】脉比较微弱的时候。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 5 下，现在来了跳了 6、7 下就太过。一样，太过和不及按照治证的法则，我们就不重复介绍。【夏脉太过与不及，其病皆何如】它的症状怎么样？心脉【太过则令人身热而肤痛】皮肤就会痛，为什么？因为里面很热，造成皮肤里面好像火在烧一样。从里面烧出来，这种会皮肤上非常痛，为浸淫疮。这时候皮肤容易化脓、红肿。如果【不及则令人烦心，上见咳唾，下为气泄】。如果是太过，母能令子虚，所以治肝就可以把心脏的实、太过的烫、太烫的降下来。如果是不及，一个人如果看到心烦，咳唾、吐口水、咳嗽、痰水很多，下为气泄、还有些人下利、或者是下血、大便里面带血。心气不足的时候，我们要子能令母实，所以去治他的肠胃。把肠胃调好了，心脏就好了。所以有时候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、心虚。



【秋脉如浮，何如而浮】为什么是浮的？岐伯说【秋脉者，肺也】秋脉配合到肺，肺跟秋脉是一样。【西方金也】。【万物之所以收成也】因为收成，【故其气来，轻虚以浮，来急去散，故曰浮】实际上讲的是肃杀。因为肺主皮毛，所以在皮肤表面毛孔的地方。所以秋天的时候，气一到，所有的树叶马上变颜色。在这边台北市看得不多，可能要到高山会看到。在美国北美的时候，真的很美。一夜间，第二天早上起来看，整个是金黄的很美啊，黄色真的是美。【反此者病】。【何如而反】与它相反的脉，如果【其气来毛而中央坚，两傍虚】。你看毛脉，羽毛中间的硬的骨头摸上去非常的扎实，旁边是虚，【此谓太过。病在外】比如肺主鼻子、主皮肤，这都是外面。【其气来毛而微】很轻微的脉，【此谓不及。病在中】中间、在内部、在身体的内脏里面。如果【秋脉太过与不及，其病皆何如】它的症状是什么？岐伯就说【太过则令人逆气而背



**痛，愠愠然】**。为什么背痛？因为背是阳气的所在。肺本身就是诸阳之汇，肺主华盖，能够通百脉。所以阳太过的时候会造成背痛，太过了。愠愠然就是人不舒服而且想吐。为什么？因为正常人的肺气要肃降、往下降，正常气要往下走。现在阳太过了，阳冲在上面，当然会有这种不舒服、而且想吐、背痛的现象。如果肺气不及，脉比较虚弱的。不及的脉都是比较，比如一息三至，三至就是不及。肺气不够时候**【其不及则令人喘，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。中医对血的概念，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，阳虚当然阳没有去固守肺里面的血管，没有力量，一咳就破裂，血就吐出来。你看到大肠带血什么的，很多都是虚证。中医的观念里对咳血、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。所以出血的时候，千万不是要去止血，尤其内脏出血。唯有把阳让它回头，血就停掉了。

现在有一个病，腹部这边有个西医讲的一个腹主动脉，突然破掉。破掉以后，血瘀成血块就像大气泡一样，腹膜会把它包住。对西医来说，这是大手术，好发于差不多 55 到 60 岁中间的人。破掉了，西医说不要动、躺那边不能动，要等到整个 team 团队来。比如病人发生时把他送到仁爱医院，仁爱医院是二级医院不是一级医院，它没有医生开这个刀。病人不能动，要从别的医院找医生过来，就在仁爱医院开刀。怕因为再扩散的话不得了、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。病人知道中间是塑胶血管，吓死了，正弯也不敢弯，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。因为寒嘛。在北方冬天的时候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了，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。所以我们有很多药可以把里寒去掉，有能够让里面热起来的药。

热起来的话血会流得更多？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。这就错了，根本止不了血。

**【冬脉如营，何如而营】？【冬脉者，肾也】**沉脉。岐伯说冬天的脉之所以会沉脉，是因为肾脏、冬天主肾脏。肾脏管**【北方水也】**。**【万物之所以合藏也】**万物收藏的地方。**【故其气来沉以搏，故曰营】**搏就是说有力。沉在骨边但是很有力，一息四至、五至，很有力。有力可以，但是不能有石，像石头一样不行，太硬。**【反此者病】**。黄帝问**【何如而反】**相反的脉是什么脉如果得到病脉？我们只是中间是正常的，过与不及都是病。**【其气来如弹石者，此谓太过。病在外。其去如数者，此谓不及。病在中】**。所谓去数，就是脉非常的细，细细小小的。这叫少阴证，以后介绍《伤寒论》会讲到。少阴证出现的时候脉非常的细小，而病人真的就是那个脉。非常的细小，一摸。

我有时看病的时候，我懒得讲话了，病人很多，就摸摸脉处方已经开完了。病人还没有讲，说我还没跟你讲，我说好我就听，我就少讲很多话。实际上你还是要让病人讲完，不然的话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，把人家病人骂。

黄帝问**【冬脉太过与不及，其病皆何如】**它的病的症状如何？**【太过则令人解体】**令人倦怠、没有力、一直感觉到疲劳，**【督脉痛而少气不欲言】**背脊的痛很严重，而且病人不太喜欢讲话。**【其不及则令人心悬如病饥】**悬在那边，感觉到肚子很饿。有种症状就是心好像空空的、悬在空中一样，感觉到好像是饿的感觉可是又不是饿的感觉。**【眇中清】**腰部会寒冷了，**【脊中痛】**脊椎都会酸痛，**【少腹满】**，**【小便变】**小便淋沥不畅。这都是不及的症状。现在了解太过与不及的治疗原则了。肺太实的时候、太过了，我们前面讲过肺太过怎么治，用这个原则。肾太过，母能令子虚，母就是肺。所以能让太过的肾脉降下来，我们治在肺。一样，如果不及、心悬，我们治在肝，子能令母实。像这种腰脊的冷、脊椎骨痛、肚子少腹胀满、小便淋沥不止，



像这种讲的就是尿毒。肾脏衰竭掉了，就是现在的名词叫尿毒。尿毒的时候我们要怎么样？子能令母实，强肝血，强化肝脏。当然这是个大原则。还可以开一些温肾的药，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。原则是这样子。

**【四时之序，逆从之变异也。然脾脉独何主】**黄帝问四时春夏秋冬出现不同的正常的脉和病脉，四个脏讲了，脾脏呢？岐伯说**【脾脉者，土也。孤藏以灌四傍者也】**脾是中央土、为四脏的中央，所以对其他四个脏都能够灌注胃气。黄帝问**【然则脾善恶可得见之乎】**脾的状况可以查得出来？岐伯说**【善者不可得见】**正常的脾脏摸不到。它存在任何地方，摸到缓脉，缓脉就是脾脏。有胃气就是脾脉，正常人不可见。**【恶者可见】**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。只有生病的时候才看到。黄帝就问岐伯**【恶者何如可见】**什么是病脉？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】**。这个好像比较玄。这要去意会一下。黄帝说**【夫子言脾为孤藏，中央土以灌四傍。其太过与不及，其病皆何如】**？光是这一句话你们就可以知道，脾主四肢，脾主肌肉，脾主少腹、肚子这边，都是脾脏在管。它是孤藏，土在中央灌四旁。它的太过与不及的病，**【太过令人四肢不举】**脾主四肢，**【不及则令人九窍不通，名曰重强】**。九窍不通比如大小便堵塞，病人讲话也没有声音。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。重强的意思就是，重强这个字很有意思，基本上的概念是，肝心脾肺肾的脾平时按五行来放，而真正摆位置应该摆在中间，脾是中央。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。如果脾一虚的时候，四个脏都一起压下来。因为脾是土好像水坝一样，突然崩堤的时候四个脏就会一起压下来。这个时候让人九窍不通。这是重强，好几重压力加在一起叫重强。

**【帝瞿然而起，再拜而稽首曰，善】**黄帝听得很开心。**【吾得脉之大要，天下至数，五色脉变】**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、水生木一直相生、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。这个循环一直是往这个方向在走，生生不息，永远不停的。不但不能停下来，还不能回头。比如我现在几岁了？我想小 20 岁、回头到 20 岁去，不可能。外面穿 20 岁的衣服，还是个老头子，改变不了。所以我们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、一个东西停掉的话就会影响到其他的问题，乃失其机。**【至数之要，迫近以微。着之玉版，藏之脏腑，每旦读之。名曰玉机】**。

**【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？很简单，这样子想。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，再回到肾脏的时候肾脏本身是水、水是克火。所以心脏发生问题的时候，遇到水的时候是最危险的时候，因为它是逆气而走。所以如果从心脏反侮到肝脏的时候，我们就知道后一步就是肾。

这就是我前面跟诸位讲过的，比如我们治证，肝是青、心是赤、脾是黄色、肺是白色、肾是黑色。有一个人来找你看病的时候脸是青色的，然后你把他治的时候慢慢变成红色，红色再变成黄色，慢慢转黄白之间，这个人就好了。你去治他青色，结果一个礼拜回来变黑色，再一个礼拜变成白色死掉了，为什么？因为肺、金克木。这就是治证。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。所以冬天我看你



们大家没有什么红光满面的。一看到红光满面的就是有问题，要有点暗。

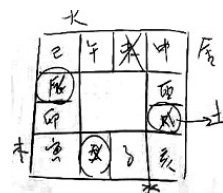
这一段就是这个意思。死于其所不胜，心脏就是死于其所不胜、就是肾脏，冬天的时候死于心脏病的人最多。所以“病之且死，必先传行至其所不胜，病乃死”。【此言气之逆行也，故死】。气的逆行就是这个意思。你看到文字很多，实际上就是这个意思。

【肝受气于心，传之于脾】这是常态。但是如果气反逆，【气舍于肾，至肺而死】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【气舍于肝，至肾而死】气舍、反舍、回头舍于肝，然后再传到肾就死掉了，水火不容。【脾受气于肺，传之于肾】脾传于肺，传之于肾都是正常。【气舍于心，至肝而死】脾脏的气如果回逆到心里，再回到肝脏，木克土，就死掉了。【肺受气于肾，传之于肝。气舍于脾，至心而死】。【肾受气于肝，传之于心。气舍于肺，至脾而死】。【此皆逆死也】。这一段讲的就是这个意思。

这一段最后一句话【一日一夜，五分之，此所以占死生之早暮也】。这里有五分。一天 12 个时辰，怎么五分？分也分不出来，除也除不尽。有人的学中医的时候很讨厌看到干支。没有办法，还是要给干支的观念。

甲 乙 丙 丁 戊 己 庚 辛 壬 癸  
木 火 土 金 水

我们画个图。这是子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥。在十二地支上面，辰戌丑未四个是土，寅和卯是木，巳和午是火，申和酉是金，亥和子是水。所以这里看出来，长夏介于四个季的中间。地支也这样摆，一天 12 个时辰，木火土金水的走向是这样子。为什么要知道这个？断生死。我这样教你断生死，上面都写了。但是你一定要这个概念。这是地支。地支比较难一点。天干就很简单了。甲乙、丙丁、戊己、庚辛、壬癸对应木、火、土、金、水。这是干，天干的五行。我们来算 12 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。从这里可以看到，我常常讲的，过去中医在吵什么叫长夏。实际上两个节气交接的地方就是长夏。就是因为脾脏在中间，它能控制 4 个脏，4 个脏都不吵架。所以每一个脏在交换工作的时候它都要介入一下。所以春天要转换成夏天的时候，中间的脾脏进来缓和一下，然后再变成盛夏。不能春天直接变夏天，这样时令就不对了、时令就不好。



这里先提一点说会占，这个人是心脏病是早晨、中午、晚上，白天死、什么时候死都有，《黄帝内经》讲得很详细。

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】。这是什么意思？正常人是按相生这样走的。病态是相克，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，然后就死掉了。它就是这个意思。所以相克出现的时候，如果肝有问题先健脾、先实脾，这个时候病就不会再传了。为什么？就是因为五行相克的关系。如果脾脏已经来不及守住了、等我们看到病人的时候脾已经被肝做掉了，我们只好去健肾、实肾。如果碰到肾脏已经没办法了，我们就赶快去健心。心还没有办法只剩肺的一口气了，碰到我们了。那就很累，已经 4 个没了，只剩 1 个。我们常常会碰到。到这个时候只有一次机会，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。相传到五脏的话，就是五脏传完了相克就死掉了。【故曰，别于阳者，知病从来】。就是我们查阳、阳气、阳气的变化，就可以知道病从何而生。查阴气、阴的变化的时候【别于阴者，知死生之期】。死和生，什么时候会死，什么时候会生。【言知至其所困而死】就是因为我们知道他内脏、他的病所克的时间，我们就知道他什么时候会出问题、什么时候会走人。这是相克的。病传，前面就讲，有的人 3 个月，有的人传 6 个月，有的人传 3 天、6 天，都不一样的。后面会有慢慢细分下来。《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。[第 30 集]

刚刚讲的“一日一夜，五分之”，我就在这里讲五分法。五分到底有什么用？还没讲，因



为后面还会有。我现在讲的了，后面就不用看了。《黄帝内经》就是这样，它由浅入深一个一个进去，带大家进入到中心点。

所以一刚开始【是故风者百病之长也】。春天的时候受于风最大，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。

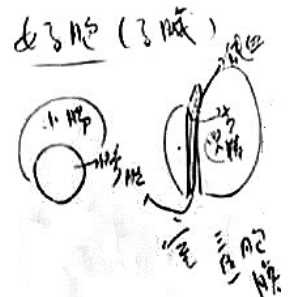
【风寒客于人】就是刚开始风寒进来的时候一定在皮肤表证。这里张仲景就看了，这就是太阳证，以后会讲太阳证，我把它写上去。【使人毫毛毕直】发毛都立正起来。为什么？因为感受风寒。汗毛都立起来的，【皮肤闭而为热】。也就是说刚受到表风的时候，不管是风还是寒，一下毛孔都闭塞起来了。因为人的阳很敏感，这个东西不该进入我身体来影响到我，一感受到这个风寒的时候毛孔马上就闭起来。毛孔闭起来实际上是一种自保，但是一闭起来身体上的热会发不出去了，所以身体会发生、产生热的现象。所以热不是说我们身体赢过感冒了，不是这个意思，就是自然而然爆发的一种抵抗的动作。【当是之时，可汗而发也】。所以中医的汗解法源自这里。岐伯说可以汗解。汗法，我们有些汗药，吃下去就会发汗。我们不用蒙汗药，不要混在一起，武侠小说看太多不行。这是发表的药。发表药用在什么时候？太阳证。现在就写了，风寒刚刚好到皮肤表面的时候，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。

【或痹不仁肿痛】如果有的人麻痹不仁、四肢的肌肉麻痹肿痛，【当是之时，可汤熨及火灸，刺而去之】。也就是说病情不在表面，跑到肌肉里面去了。那个时候要用些汤、药汤、中药汤煮起来，外洗让他把风寒去掉，也可以。或者是用针灸，火烧的方式或者是针刺它。

【弗治】如果在肌肉上面都没有治好，跑入内脏了。病跑到肺里面去的时候【病入舍于肺，名曰肺痹】。其实痹这个字的标准的念法，查辞海是念 bi，也可以念 bei。这两个都是麻木不仁的意思。病到了肺里面去的时候，肺感受风寒就会【发咳上气】。

【弗治】就是没有治好。还没有治好的话，【肺即传而行之肝】肺就会传到肝脏去，病就会传到肝脏。一进入到肝脏了以后，【病名曰肝痹】就叫肝 bei 或肝 bi，【一名曰厥】就是寒。厥就是冷，反逆的意思，逆过来的意思。这个时候【胁痛出食】就是双肋骨会痛，呕吐、食物会吐出来。【当是之时，可按若刺耳】这个时候我们可以用按、按蹻、按摩，或者针刺的方式都可以。为什么都没有讲到药？因为这是上古。黄帝那个时候的人都没有什么欲望。也没有什么你家到我家开车子可以到，都要走路，所以运动会比较多。也没有冷气，跟自然界比较接近。所以病有的话都是按蹻、按摩一下就可以好。更老的话画个符、念个咒，祝由就可以好。如果没有治好，传到肝。

肝如果没治好【弗治，肝传之脾，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。到了肝没治好到脾。一路相克，金克木，木克土，现在克到土了。如果发了脾风的话【发瘕腹中热】，全身发黄【烦心出黄】。【当此之时，可按可药可浴】这个时候可按、可以按摩，可以用药外洗、也可用浴，也可以用内服的汤剂。



如果还没好【弗治，脾传之肾，病名疝瘕】脾就会传到肾，传到肾的话就叫疝瘕。瘕这个字念 jia。瘕按照字源、辞海的意思，肚子、腹中有积，我们称为瘕。瘕就是发黄。疝瘕的症状是【少腹冤热而痛】小腹肚子会痛，然后【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，小便很白浊的。

男人这边会先提一点，我们后面还会再跟诸位介绍。提一点点，男人的精跟女人的子脏。我们讲女子胞或者子脏，现代人的话讲的都是女人的子宫卵巢。中医过去不讲子宫、卵巢，讲

女子胞。讲男人。膀胱后面是小肠，正面图。剖面图看膀胱和小肠。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。这才是男人生精的地方。男人在这边生精，在这个阶段的时候是纯血、纯的血、非常精纯的血、完全没有杂质的血。经过小肠的火加热以后、气化以后，再出来才会变成白色的精。女人子宫卵巢在膀胱和小肠之间。刚好女人的子宫卵巢的位置就是男人的精胞、精宫的位置。

西医解剖人的时候一切、一看，因为人死掉了，看不到。精宫就是薄膜一样，他也没想到就是精的地方。只有在睾丸里面找到一些精子，以为就是睾丸生精。我们太监的睾丸已经切了。西医讲睾丸生精，西医的人讲是不知道。中国人太监都没有睾丸，把太监拿来、问太监，太监都还是有精的。所以外国人讲什么，就没有办法骗我们中国人，因为我们中国人就有这种没有睾丸的。怎么办，刚好碰到我们中国人，我们什么都有。

白津出就是小便白浊，【一名曰蛊】也叫做蛊。【当此之前，可按可药】当病在肾脏的时候，可以按摩、推拿。所谓的按穴道，推拿。或者吃药。如果还是治不好【弗治，肾传之心】从肾传到心脏去了，【病筋脉相引而急，病名曰癰】。癰念 xi。这个时候【可灸可药】。

【弗治，满十日，法当死】如果不治，满 10 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 10 天的机会。所以我们治疗，前面有提过，10 天就可以晓得。

好命跟歹命，就这个时候出现了。如果我们现在治证，刚好是天地气要开交、交接的时候，在 10 天以内。天地气正要开交的时候，他就是阳不够了、没有阳了，我们这时候处方一下去刚好配合药力。天地正好要进入冬至，正好碰到，那是好命。一年有几个 10 天刚好在那个节气上面。所以人还有好命跟歹命。所以大家多做点好事，帮助一些人。这种医学的东西，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、进入肺脏的时候【发寒热】。发寒热就是人的元、最后的精神要离开身体了。【法当三年死】如果这种病发的话最多 3 年死掉。所以传经的时候，有的人 3 天，有的人 3 个月，有的人 6 个月，有的人 3 年。

【此病之次也】。如果从表证开始一直没治的话，一直到里证去的话，再传经的话，一般就是 3 年就会传完。当然了我们会很多在皮肤表面上的时候、在肌肉里面的时候怎么办、在肺里面的时候怎么办、在肝等都有，一系列的处方都有。所以中医是非常完整的一个生理解剖学、病理学的东西。还有治疗、治证的学问都有。

【然其卒发者】我们得到病，还有一种是卒发者，瞬间发的。这个不是病。比如我们开车突然撞车、车祸撞伤了，或者是走在马路上建筑工人的钢筋掉下来正好就插在身上，或是歹徒在开枪、恶夜枪声结果正好在那边走道倒霉被打到。我会教你们避，看气色就可以避掉。这个可以不用发生的。【不必治于传】因为它不会传，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宴，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。这是急性病，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。其他治证的时候我们要去治它的传，先去治它的传可以预防它的病再恶化下去。

【或其传化，有不以次。不以次入者，忧恐悲喜怒，令不得以其次】。有的人发急性病的时候，比如说吃坏肚子了，正好吃坏肝子正在厕所里面上吐下泻，突然接到电话儿子吸毒被抓，一气。这个时候病就会进来，病进去是因为情志的关系。这一段讲的就是这个。所以诸位记得，你如果吃坏肚子了，不管是什么状况之下，今天儿子吸毒被抓，很好、很开心。先挂掉再说，等到上吐下泻好了再生气。可不可以等到春天再生气，也可以，很麻烦。所以有些东西，我一定要找时间，包含在《黄帝内经》里面。我们要把天地之间的位置安置好，那这种纠纷就会减



到最低。**【故令人有大病矣】**，病会传经，就是情志也会影响。所以这种本来是没有什么病的，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，因而生大病。**【因而喜，大虚则肾气乘矣】**。喜是对心脏很好，开心对心脏很好。但是每天像神经病在笑、有的人还躺在地上笑成这样，太过了。太过了，心气会伤到。五行本来力量是相通的，心气发散太过，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。火太过了，水就会乘位、乘它的位置。如果怒气**【怒则肝气乘矣】**生气就会伤到。**【悲则肺气乘矣】**。所以太过的情志都不好。**【恐则脾气乘。忧则心气乘。此其道也】**这是它的道理。所以病有五种**【病有五，五五二十五变。及其传化，传乘之名也】**。一个脏有 5 种变化，因为受到其他的克。5 个脏，五五就 25 种。就是其他，喜怒忧思悲恐，受到情志的影响。

**【大骨枯槁，大肉陷下】**这什么意思？你们不用去记，只要想一个字，我们前面讲过的，这个人形伤。如果今天有人跟我说，这个病人体重瞬间掉了 20 几公斤，形伤，已经讲完了。不用去记什么大骨枯槁，看看他的骨头怎么样，看看他的肉消了没有。已经跟你讲了，他少了 20 几磅，一瞬间、一个礼拜少掉了。**【胸中气满】**的时候，因为气伤到。我一直重复讲，你就会记起来。我们讲胸中的时候，就是阳气之位、位置，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。期六月死】**6 个月就死掉了。所以我们人的形伤，气在就没关系。如果气伤，形在都好。形气两伤寿命就不长了。因为我们人讲的就是阴阳。人的形就是阴。你的外形就是你的阴，你的动能就是你的阳。形伤掉了，阴伤到了。胸又满，阳气又伤到。阴阳两伤这都很危险的。如果**【真脏脉见，乃予之期日】**时间更快了。

**【大骨枯槁，大肉陷下】**如果同样是形伤，但是**【胸中气满】**也是一样，**【喘息不便，内痛引肩项，期一月死】**1 个月就死掉。痛到肩项这边。阳气伤得越来越严重的时候，他就会开始痛。死的会更快，1 个月就死掉。**【真脏脉见，乃予之期日】**如果是再见到真脏脉就算日子了。真脏脉的话，算日子就可以算出来几岁死。

还有人也是形伤、**【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，脱肉破腠】**肌肉也消失掉了，**【真脏见，十月之内死】**。这个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，如果你这样的想法完全没有错。因为《黄帝内经》这种东西，当初的原文就是很讨厌。所以你就记得，如果是阴阳两伤的时候我们就可以算月了，真脏脉一现就可以数日子了。数到哪一天，我们后面还会讲。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，那个人刚好肝有问题就死在金日。金日里面还有一个金克木，金日的金时、申酉的时候就死掉。诸如此类的。速度很快，我们马上可以推算出来。

**【大骨枯槁，大肉陷下，肩髓内消】**如果骨髓内消的时候，已经看到这个人皮跟骨是相连的，几乎根本没有肉。一摸，看见一个骷髅，全身就跟骷髅一样。**【动作益衰，真藏来见，期一岁死】**绝对不是一岁那么久。我刚刚讲过，《黄帝内经》太久了，有些编辑上会有问题。编成这样，我们就只好先这样子讲。实际上可能几天就死掉了。**【见其真藏，乃予之期日】**真脏脉现，就可以看日子了。

**【大骨枯槁，大肉陷下】**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】**目眶就是胃气，阳明胃经的地方。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。这是阴阳都衰弱了，神又离开了，**【立死】**马上就死掉了。**【其见人者，至其所不胜之时则死】**如果还有视人的能力，但是阴阳都已经失掉了，就好像皮包骨，也是会死的。就算是能够看到人也是会死的。死的时候一般在地支生克的时间，待会儿我们再介绍，这个讲完再介绍。

**【急虚身中卒至，五藏绝闭，脉道不通，气不往来，譬于堕溺，不可为期】**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。这种意外的伤害造成的，**【其脉绝不来】**如果是脉都不来、摸他脉也没有，**【若**

人一息五六至，其形肉不脱，真藏虽不见】也是一样，【犹死也】会死掉。我们讲意外。意外横祸发生的时候，如果是脉道不通、五藏绝闭的时候，一样，就算他的脉来或不来，或者是形都有，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，X光看骨伤或怎么样。因为那是受伤，不是真正的病。西医急救，这方面做得相当不错。

我们讲一天哪一个时辰会死，就是根据地支来的。比如肝病的人，在金的时辰容易出事。日子、一天的12个时辰也有木火土金水的相克的时间。就是从这个图上面来的。我们叫五分法。后面还会有，后一段还会介绍得更细。

【真肝脉至】就是真脏脉，【中外急】摸他的脉，什么叫中外急？手脉的关、寸、尺。手臂中间有两条筋。中间是中，中的外面是外，靠近筋是内。脉在外面、或在中间、或在内跳，外中内。如果是中外皆急，【如循刀刃】刀的面很硬，【责责然如按琴瑟弦】像按到琴弦一样那么硬。然后病人的气色【色青白不泽】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】。为什么现在讲毛？毛是气之余。我们身上的体毛是气的之余。发为血余，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。你就看他的毛，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，如循薏苡子，累累然】像薏仁一样、苡子一样，硬硬的一颗颗。真脏脉出现、心脏的脉出现，【色赤黑不泽】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】。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，毛折乃死】。都是毛折乃死。这是肺的真脏脉，大而且是虚的。看这一段形容的就比较好，比较清楚。

【真肾脉至，搏而绝，如指弹石，辟辟然】硬邦邦的，沉在底下。颜色【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，【毛折乃死】。

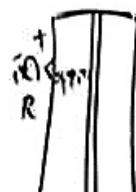
【真脾脉至，弱而乍数乍疏】时常快，一下又慢掉，【色黄青不泽，毛折乃死】。

所以这一段讲的就是，【诸真脏脉见者皆死，不治也】真藏的脉出现的时候，通通是不治。真脏脉记得，它的长的时候一定是超过寸的九分、尺一寸。寸是九分，尺是一寸。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。真脏脉为什么是真脏脉？因为所有的五脏受气于胃，它才会有胃气，才会有脉的缓象。现在阴阳分隔了，阳气没有了，只剩下脉的脉气了，看到的真脏脉。这是不治，就是死定了。

黄帝还是不死心，【见真藏曰死，何也】为什么？岐伯就讲了，这里就开始。【五藏者，皆禀气于胃】五藏的脉气来自于胃。【胃者，五藏之本也】。我们如果把一个字删改一下，中国的文字光看这样还不够深入，还可以更深入的解读这一段。

中国的文字就是很好玩，我举个例。如果有一个人跑来找你，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，写了个福字，福字很好、这字总很好了。噢，你哥哥在牢里。为什么在牢里？你看福字左边礻是指示的示，加个点就是衣服的衣。大家穿着同样的衣服，口是在中间吃饭，前面一个铁门，后面一个铁窗。就是牢，坐在牢里。

胃字是田下有肉月。所以我们移一下，耕田的时候是胃，真正在生长收藏的时候、生养的时候是小肠。把《黄帝内经》里面的胃解释成它指的就是小肠，心





下、心脏之下就有东西了、就是胃了。所以古代的经书讲胃的地方讲的是心下，真正讲胃的时候它讲的是小肠。从这个角度回头再看这段又不一样了。所以以后读《伤寒论》、《金匮要略》有心下痞。痞什么东西？就是胃。胃不舒服。

讲胃的时候就是讲小肠。改为“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。胃里面咀嚼食物以后到了小肠，小肠把它消化掉。所以小肠的募穴是关元，关元又名丹田。所以道家练气的时候，形在丹田，而不会在中脘，要在丹田。把气在丹田上鼓胀，像个鼓风机一样轰轰一直不断的加热。所以小肠这个地方才是人的生命的中枢。当你把胃改成小肠的时候，小肠是五脏的本。所以现代人有的人胃有问题把它切掉2/3或1/3，或者有的人整个胃拿掉还没有死、还可以活一段时间。当然胃不用拿。小肠就不能拿。所以你听过人家切胃，很少听过人家拿小肠。因为小肠不能拿，拿了就死。

【藏气者，不能自致于手太阴】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，乃至于手太阴也】因为有胃气，才会到手太阴。为什么是胃气、小肠的气？就是前面已经介绍过的。食物消化过以后，食物里面的水进入大肠的时候，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。大肠里面的水因为小肠的蒸发以后进入肺，这个水会直接进入我们的血液里面、血液系统里面去、血管的系统里面去。我们饮、喝水，喝柠檬汁、喝白开水下去到真正的胃里面去的时候，脾胃是土，一喝下去吸收掉了，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。这个汗是脾胃的津液，这时候就要去喝水来补充它。如果吃东西吃太多，晚上睡觉以前吃太多，食物里面水很多，糖也很多，结果这些营养跑到血里面去。所以晚餐以后吃宵夜以后，早上起来量血糖都很高。饭后量血糖比饭前高，就是因为饭后血糖里面的水和糖的营养都是来自饭后才会有的，食物里面很多的水分还有营养。所以因为小肠在支持肺里面的津液，所以胃气才会跑到手太阴，五藏受气于手太阴。所以【五藏各以其时，自为而至于手太阴也。故邪气胜者，精气衰也。故病甚者，胃气不能与之俱至于手太阴】同时到达手上面去，【故真脏之气独见】所以我们就看到真脏的脉。【独见者，病胜藏也】当那个脏生病的时候，胃气阻绝了，它没法去供应它，只有脏脉出现，就会在手上看到。【故曰死】所以真脏脉会死，就是胃气没有了，小肠不受纳了。所以现在开始，从这一段下面、以后读古书，把胃当肠子，心下当成胃，再去看就更深入了。

黄帝说【凡治病察其形气色泽】病人的外形、他的气够不够、还有他的脉、颜色。【脉之盛衰】，我们可以知道【此之新故】是新病还是旧病，【乃治之】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、气泽通通可以看到。【无后其时】就是不要失掉时机。【形气相得，谓之可治】新病还是旧病，我们有治的方法的法则。看到新病赶快就下手，就不会成为重病。【色泽以浮，谓之易已】一般来说皮肤上、病脉的颜色都浮在皮肤比较浅，这种病是最好治的，都在很表面。【脉从四时，谓之可以治】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。【第31集】

你看这又开始讲了，什么叫胃气的脉？【脉弱以滑，是有胃气】很缓。弱不是说完全没有力，很柔，一息四至到五至。【命曰易治，取之以时】只要有胃气的脉都是好治的。如果是【形气相失，谓失难治】外形丧失的，不管是过胖或过瘦。有时跑来一个胖子，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、胸是诸阳的地方。我们要判断他阳气够不够，看他喘气、咳嗽就知道了。【色夭不泽，谓之难已】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。岐伯很多地方说的不治真是不治。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。

【脉逆四时，为不可治】如果脉反逆四时，都是不可治、不好治。【必察四难而明告之】就要跟病人查到以后，比如病人在夏天就摸到冬天的脉、就是相克的脉，要告诉他、跟病人讲，心脏不好了或怎么样，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】。这里就把它归类、简化

了。你不要去记它什么弦洪缓浮沉，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。【未有藏形于春夏而脉沉涩，秋冬而脉浮大，名曰逆四时也】。春天、夏天的脉应该是浮大，春天比较浮、夏天的脉比较大，结果春天、夏天的脉比较沉涩。秋冬的脉是浮大。这就是逆四时的脉。【病热脉静】还有一种症状，病人显现热证，全部是热证。热证应该是动，很慌、很动、很亢奋、很紧张，病人突然变成很静了。不单单是人变得很静，脉也变得很静。脉很细、很慢、很少，病人外面显现的是热证。【泄而脉大，脱血而脉实】这种都是很难治的症。人脱血的时候应该是虚，摸到脉是虚。你用观想，用正常的 common sense 想。人血脱了好像气球里面没气了应该软掉了。哎，他的脉是大的。如果一个人在下利、大拉肚子一天二三十次，脉应该是很细弱，结果脉反而是大了。这都是症和脉不合、脉证不合，都是不好治的。【病在中脉实坚，病在外脉不实坚者，皆难治】。一般来说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，这种都是脉证不合，都是难治的。

所以我们从这里归类到，脉和症是符合，人虚就是虚脉、实就是实脉，比如便秘摸到脉就很大，这都是很好治。下利这种，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，就是凶了。简单讲就是这样。新病和久病，新病气色一定在那边。脉形有问题，气色一定在。久病的人，气色就伤、跑掉了。所以气色没有了就一定是久病，新病气色都在那边的。这是新病和久病的区分。

黄帝【余闻虚实以决死生，愿闻其情】详细讲讲看。岐伯说【五实死，五虚死】五种实证主死，五种虚证也主死。我们叫五实五虚。【愿闻五实五虚】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】，摸上去身体是热的。肚子鼓胀【腹胀】。【前后不通】大小便不通。【闷瞢】瞢念 mao，瞢就是眼睛看不清楚，眼睛不视人。【此谓五实】这是五实，死症。

【脉细，皮寒】摸到皮是冰冷的，脉又很细。【气少】气又很少，呼吸很短，不太讲话。【泄利前后】且大小便失禁，【饮食不入】饮食又进不去。照理说如果大小便失禁应该要吃东西进去，还是吃不进去。【此谓五虚】这就是五虚。

所以我们常常会问人家的胃口、大小便。我一直在下利，听电话病人讲得很大声，我一直下利怎么办，这是没有问题。如果很小声讲我一直下利，就很危险了。所以你要听、要看，看多就会了。五实五虚，都是危险的症候。

黄帝说【其实有生者何也】有人会生存下来？岐伯就说了，【浆粥入胃，泄注止，则虚者活】。是虚证，但是如果稀饭、米面最好消化的东西能够进到胃里面去，一吃到东西的时候下利停止了，活了。原来是不吃东西也在利。【身汗得后利，则实者活】五实的症状，皮肤毛孔闭住了，如果发汗、汗一解掉病人的精神就恢复，大小便都通畅。原来是实住，大小便都不通，前后不通。一发汗以后大小便就通了，实者都会存活。【此其候也】这是它的证候。这种就会有存活的机会。

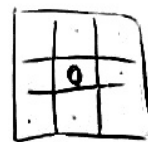
## 第二十篇 三部九候论

岐伯教黄帝九针【余闻九针于夫子，众多博大，不可胜数。余愿闻要道，以属子孙，传之后世，着之骨髓，藏之肝肺】重要的道理，他希望能够藏起来。【歆血而受，不敢妄泄】就是告诉绝对诚心跟你学，绝对不妄泄，不随便给匪人学去。【令合天道，必有终始，上应天光，星辰历纪，下浮四时五行。贵贱更互，冬阴夏阳。以人应之奈何，愿闻其方】他就问天地的数，认为人的身体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【妙乎哉问也。此天地之至数】。

黄帝当然就想知道【愿闻天地之至数，合于人形血气，通决死生，为之奈何】？【天地之至数始于一，终于九焉】一二三四五六七八九。【一者天、二者地、三者人，因而三之，三三者九，以应九野。故人有三部，部有三候，以决死生，以处百病，以调虚实，而除邪疾】。【何为三部】？【有下部，有中部，有上部。部各有三候，三候者，有天，有地，有人也。必指而导之，乃以为真】。我们就用三部的脉证。我们人身上有三部九候的脉。为什么有三部九候的脉？这就是天地有四季。我们有方位。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，人也有分九脉。



【上部天，两额之动脉】就是在胆经的悬厘和曲鬓的位置。靠近额角的内侧有一个动脉在这边，这是少阳脉气发的地方。这是天部。【上部地，两颊之动脉】上身的地部在人迎脉。人迎脉在喉咙的两边。这是胃气、胃脉的所行之处。【上部人，耳前之动脉】上部的人部在耳朵前面。你摸耳朵前面有一个脉在动，是少阳的脉。少阳的脉，三焦的脉气。所以头面上有三部，有三个脉。一个是少阳胆经的，一个是胃经的，还有一个是三焦的脉。三焦的脉在耳朵旁边。

人的身体的中部也分为天、地、人。【中部天，手太阴也】天部在肺经的经渠的位置，肺气的所在。【中部地，手阳明也】中部也有一个地部的位置，就在阳明经的合谷穴的位置，大肠的脉气所在。【中部人，足太阴也】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。

【下部天，足厥阴也。下部地，足少阴也。下部人，足太阴也】下部的三部在肝经的太冲，肾经的太溪，还有脾经的箕门穴和胃经的冲阳穴。我们一般察是察冲阳，胃脉的地方冲阳穴。这是下三部。

【故下部之天以候肝，地以候肾，人以候脾胃之气】。

【中部之候奈何】中部的脉是干什么的？岐伯说【亦有天，亦有地，亦有人】天部的。头上的三个脉【天以候肺，地以候胸中之气，人以候心】。这是天、地、人三才的位置上就区分开来。

【上部之候奈何】上三部察什么？【亦有天，亦有地，亦有人】。【天以候头角之气】天部候额头、额角的气，地部【地以候口齿之气】，【人以候耳目之气】人部在耳朵旁边来可以知道耳目的气。

很奇怪，如果我们有耳聋，先天聋掉了，这个脉就没有了、没有脉气了。这个脉很大就是实证，这个脉很小就是虚证。可以治疗耳聋，可以在上面摸他的脉就知道了。就是我们针灸的穴位，耳门、听宫、听会的地方。不用张开来摸，直接就可以摸到，轻轻摸就可以摸到脉在动。这是上部的人位来候耳目的气。

头角之气可以候到脑部去。一般来说他的脉也是一息四至到五至。如果跳得很快，代表里面的阳很亢，癫疾、发癫痫的人动脉跳得很快。给他吃药不管是用空灵丹或什么东西，或者是用扎针，或者灸阳蹻灸申脉、照海，或者下针百会。那个脉会越来越小、缓下来，缓到一息五至的时候代表他好了。

【三部者，各有天，各有地，各有人。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。故神藏五，形藏四，合为九藏】所以头面上人的经气在这四个位置上面都可以察到。【五藏已败，其血必夭，夭必死矣】。就是因为头上有天人地部管人的脏气，所以如果五脏衰败的时候脸上的气色就会凶。为什么？因为脉气没有了。三个脉气没有了，阳明脉气到脸上、额角和耳前的脉气通通没有了。

【以候奈何】黄帝问知道三部九候那么多的脉的目的是做什么？岐伯说【必先度其形之肥瘦，以调其气之虚实】一定要看他的胖瘦来调他气血的虚实。【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】。像这种情形的话，我们不需要问他里面的病是什么，把他的血脉调均匀就好了。看他哪边有瘀血就把它放出来，看他的实证。看虚实。我们有三部九候这些脉气的所在。知道这些脉气的所在，直接按照经脉，比如耳前是三焦经、两颊之下是胃经。如果胃经的人迎脉很大，就知道胃很实，实则泻其子，会去扎内庭。诸如此类的。意思就是这样子。比如额角的曲鬓、悬颅是胆经脉气的地方，实证的话会扎阳辅穴，虚证的话会扎侠溪穴。调他的脉气。在经脉上面，如果是看到胃经的人迎脉沿着胃经下来到脚上的足三里、上巨虚、下巨虚、条口、丰隆、解溪上面有青筋，有瘀脉在这边，把它放掉就好了、把血放掉就可以了。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，他内脏的病就好了。如果五脏败掉了，脸上的气色一定是凶。这时候都是死候。

【决死生奈何】如何决生死、辨证生死？黄帝问岐伯。岐伯说，只要记得，所谓生和死就是，只要是生都要顺的，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。【少气不足以息者危】这是危险的，短气。所以形大脉要大，形小脉要小。有一个人跑进来瘦瘦干干的，形瘦结果脉很大【形瘦脉大，胸中多气者死】胸中多阳，这都是脉证不合。讲到胸你就记得是阳的位置。【形气相得者生，参伍不调者病】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、不协调的都是有病。

【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。【皆相失者死】都不调和，这是非常的危险。不但不调和，有的时候脉没有了。冲阳脉没了、太溪脉没了、人迎脉没了、肺脉经渠脉也没有了，脉没有了都是危险。【上下左右之脉相应，如参春者病甚。上下左右相失不可数者死】。有时候数不出来。有时候这边快、那边慢。比如摸到人迎脉比较快、摸到少阳脉比较慢、摸到三焦脉比较快或怎么样，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。摸了半天没有规则，这是症，很危险的时候有的地方快、有的地方慢，因为不协调了。【中部之候，虽独调，与众脏相失者死。中部之候相减者死】。【目内陷者死】这里有一个很重要的就是，凡是目眶、眼眶内陷的通通是死症。因为胃气没了，整个眼眶是胃在管。

【何以知病之所在】？这一段最重要讲的是是什么？三部九候的脉必须要均匀、相同才是正脉。如果它的脉一直过小过大、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都是好，如果三焦脉比较快人迎脉比较慢、快慢不均匀的都是生病。所以【察九候独小者病，独大者病，独疾者病】只有一个脉急、我们有九个脉它一个脉很急或独大。或是一个脉跳得很急，【独迟者病】一个脉跳得很迟都是病，都是病。【独热者病，独寒者病，独陷下者病】。

这一段很好玩。【以左手足上，上去踝五寸按之，庶右手足当踝而弹之。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。这个很好玩。我们到病人那里看病的时候，这个家伙躺那边，不晓得可不可以救他。去抓他的脚。不是先抓他的脉，先抓脚。《内经》诊断的方式。我画给你们看。我常常在用。又不能讲，《内经》说匪人勿传。不是。不能讲给病人听，结果病人要吓死了。



脚的小指一侧，在外踝骨上五寸。我们知道上三寸是绝骨，上四寸是阳辅。你的左手把他的膝盖压住，察五寸。右手中指头拿起来弹脚，一弹左手马上就感应到。我相信待会下课大家就一直在弹。一弹左手就会有反应，超过左手这边通通是正常，常人、正常人。如果你弹脚，左手这边没有感觉。你试试看就知道，当然左手要把整个皮肤抓住。一弹力量很大，气脉的力量很大，这是蹻脉。弹了没有反应，往前、慢慢往下移动，快到外裸



踝没有反应就快死掉了，到外裸踝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，左手握在膝盖这边、右手在弹外裸踝的时候，一弹，左手这边有感应叫做应。弹了不应，四寸、三寸，越弹脸色就变了，心就悬上去了，完了完了。就是这个意思。你们现在正常人弹弹看，一般人弹到都会马上有反应，很强。你可以试看看。就是出自《三部九候论》的诊断方式。

现在你知道了，回头再看。看他的反应。如果用右手弹他的外裸踝，他反应的过五寸以上就是没有病，如果是应手浑浑然就是生病了，应上不能至五寸都是病，弹之完全没有反应的都是死症。所谓蠕蠕然者不病、应手浑浑然者病、中手徐徐然者，这都很难了解。就是我刚才讲的，很简单。左手摸到这边，右手一弹，马上反应出来就是蠕蠕然就是正常，没有反应要往前移就是生病了。【是以脱肉身不去者死】这是死症。

【中部乍疎乍数者死】病人中部的脉忽快忽慢。中部有三部，三部九候。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。如果中部的脉【其脉代而钩者】代就是常常变更，原来是跳的快慢然后又一下变成钩状，这【病在络脉】。代就是变更的意思。

【九候之相应也】三部九候就是互相呼应。所以摸三部九候的脉简单就是说，如果是摸脚上的冲阳的脉、再摸人迎脉，因为两个都是胃脉。实际上摸这两个是一个头、一个尾，可以知道胃经、胃气如何。人迎脉很大、冲阳没有脉，就是阳气往上走了，里面阴实掉了，胃癌或什么东西。阳气没了，实就结住了。它就是这个意思。所以去察脉头、脉尾我们可以知道整条脉的气脉顺不顺。常人应该头尾速度是一样的。一快一慢的，病在经脉上面。原则定下来了。如果是【上下若一，不得相失】这是正常。【一候后则病】一候相失了就是生病了。【二候后则病甚】二个候、三部九候的脉有两个脉相失，这是病甚。【三候后则病危】三个候有问题的时候病危了。【所谓后者，应不俱也】就是没有反应了。【察其脏腑，以知死生之期。必先知经脉，然后知病脉】。我们察他的经脉，知道他的病脉在哪个地方。我们要察他的脏腑，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】。这一段突然跑出来，其它都不讲，为什么讲足太阳？这样讲了，少阳、阳明都要讲。它就不讲，突出跑出足太阳一段出来。所以《黄帝内经》就是这样子。把这一段拿出来。足太阳脉气要绝的时候，脚不可伸因为脉气一直到脚上去，上面到睛明穴死必眼睛往上翻。太阳经我们前面介绍过了。所以竹筒一定又把它拿到后面来，翻的时候又把它翻到后面来。中医的书就是这样，没有办法。最好的方式就是不要动它，保持原装。一动它，更乱了。【冬阴夏阳，奈何】什么叫做冬阴夏阳？

在介绍之前我再讲一下足太阳脉气，脚必屈曲而不直，死时眼向上吊。很多的太太们说脚没有办法弯曲、脚是弓到的。脚本来平常是平的，但是脚弓起来不能踩在地上、不能走路。这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，眼睛整个往上翻、戴眼上去就是绝了。死的时候眼睛都往上翻的。所以我们中医也可以做个法医也没关系。中个化学毒我们不知道，以前中医没有那么精。我讲的是化学毒，中药的毒我们可以知道。

岐伯解释冬阴夏阳。【九候之脉】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【皆沉细悬绝者】沉细而且悬绝、又细又小，这是纯阴脉【为阴】。讲九候的脉就是全身上下都摸光了，所有的脉、经脉、所有的内脏都查了。全部是悬细的时候就是阴脉，阴脉就是纯寒的脉。【主冬】冬天，【故以夜半死】一般来说半夜死，阴证的半夜死。

如果是纯热【盛躁喘数者为阳，主夏，故以日中死】夏天是白天、中午的时候死亡。

【是故寒热病者】一下寒一下热，就是半夜跟中午的折中，就是早上【以平旦死】。

【热中及热病者，以日中死】。热中就是中焦湿热还有些热病、温热的病，都是正中午的

时候会走人。

【病风者】因为风而得到病的，【日夕而死】。风就是肝病、肝脏，到了黄昏的时候走人。

如果是【病水者】水病、水肿的病人，【以夜半死】就是半夜死。

【其脉乍疎乍数，乍迟乍疾者】如果是时快时慢，这是脾脏的脉，时迟时急。在辰戌丑未，就是一天的四个时辰中间，叫做【日乘四季死】，因为它是开脾脏的时间。

一个病人如果是【形肉已脱】身体瘦掉了、肉也没了、皮包骨了，【九候虽调尤死】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。我们这里把它在书上解释成七种的脉，七诊、七种诊。以前从来没有七，以前都是五实、五虚、很多都是五恶什么，突然跑出一个七诊。前后比较不对、不搭噶。

一般来说就好像刚刚前面讲的，形肉已失的时候九候脉在还是会死，如果形肉不失、我们反过来讲简单一点就是形肉都在，即使是重病但是形没有失、并没有皮包骨，阴阳都还在但是重病，这时候九候的脉还顺也不会死。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【风气之病】一些表证，【及经月之病】或是女人的月经来的时候，【似七种之病而非也】这种病似病非病。比如一个女孩子，她好好的，突然开始每天恶心什么的。你说是少阳证她恶心，其实她是怀孕。所以孕妇是平，人是正常的，但是她会显现一些症状出来，不能把它当成病。【故言不死】。[第 32 集]

【若有七诊之病，其脉候亦败者，死矣】。色、脉通通有问题的时候、两个都丧失掉的时候，这种都是死。死之前都会【必发哆噫】哆 yuě。人如果脏气没了、脾胃的胃气消失了，哆就是打嗝。打嗝的方式嗝嗝嗝，不断的、不停，这是死症。【必审问其所始病，与今之所方病】看病诊断我们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。【而后各切循其脉，视其经络浮沉，以上下逆从循之】然后再去切他的脉，看他的经络的浮沉，看他的上下逆从。原则上的脉正常的一息五至不病【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。这里又把它讲出来跟主题有点没有关系。最主要是，皮肤上会有阳在身上，皮肤上都会出一点点油。尤其脸上，因为脸上是阳之会、胸阳是往上冲的，所以脸上出油是正常的。哪天不出油了，或是手上摸到皮肤很干涩两个连在一起，都是死症，阳要绝了。

【其可治者奈何】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疗。岐伯说【经病者治其经】十二经络出问题的话我们在经上面治。如果【孙络病者，治其孙络血】我们要治他的孙络，在孙络上放血。我们有经、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？我们血液循环出障碍，大部分都是外伤，或者是一些跌打损伤的。我们也要治他的经络，让他的经络气很顺他就会好。【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，因为那时候、当初不晓得为什么这样写。

缪刺就是在十二经的井穴上面扎针下去放一点点血出来，这是第一个手法。刺完以后再四肢，尤其脚上、腿上最多，看到青筋的地方都点刺放一点血出来、把它放在点，这个刺法叫做缪刺。缪刺法的用途就是治病在表面上，但是不在经络上面。比如我们现在是胃经，胃经下来很简单，一看实证扎内庭、虚证扎解溪就结束了。结果有个人跑出来，他说既不是胃经、又不是胆经、也不是脾经。这个人捣蛋、找麻烦，这个病发的不在经络上面，不在经、也不在络、也不在孙络，它就在那边到底怎么办？就是缪刺法。

【留瘦不移，节而刺之】瘦子的人病不移动、同样的病一直在那边，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？十年都是这样子的。病没有改变，一直停在这边。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】意思就是说，我们沿着经络来摸他的压痛点，找到了压痛点的时候揉搓一下或者是下针。这时古代我们针灸都是这样子。【索其结络脉，刺出其血，以见通之】痛的地方、压痛的地方可以刺，让它出血。一般来说这种都是在经络上面的病。【瞳子高者，太阳脉不足】就是眼 chuàng（疑为口误）往上翻了，太阳脉不足。我们刚刚讲瘦子，瘦子是人瘦，形不够。现在是太阳脉不够。眼睛【戴眼者】就是整个翻上去看不到了、往上翻，【太阳脉已绝】。【此决死生之要】这个方法都是我们看死生之要。

最后突然跑出一个【手指及手外踝上，五指留针】，这不晓得是从哪里来的，跟这边都没有关系。很麻烦就是这样子。如果我们有一天会在中国旅行或在哪里，找到《黄帝内经》的全本或是找到《黄帝外经》的话，真是不得了。这是看缘份了，在真人的手上，真人还活在那边到处跑。所以我到山里面去看看。我们有真人、圣人、贤人，真人还在搞不好。他跑出来裸奔，他不受寒暑的节气，他等于自然界，他也不吃东西。美国叫裸奔，台湾省叫遛鸟。这种失落的东西，全部毁掉我想不可能，一定在某个地方。可能在某人的坟墓里面，或者在哪个地方，很难讲。几千年的东西，非常可惜。

## 第二十一篇 经脉别论

接着我们来看《经脉别论》，是《黄帝内经》第二十一篇。这一篇讲的就和前面不一样了。这一篇讲的是一个人的情志。

如果居住的时候一个人【居之处动静勇怯】胆子很大、胆子很小，【脉亦为之变乎】这种脉会不会改变、会不会生病、会不会影响到脉？当然会。岐伯说当然会，现在讲人的个性。【凡人之惊恐恚劳动静，皆为变也】恚念 huì，恚就是发怒。所以一个人不要惊、不要恐、不要发怒，不要随便的乱动、乱静或怎么样，都不好。变化太大不好。

【是以夜行】我翻译的时候比较含蓄一点。行房是夜行、晚上的动作。真的我们在讲的是小偷，晚上他是夜行人。夜行晚上他很紧张，偷东西很紧张在那边喘。很紧【则喘出于肾，淫气病肺】这时候会伤到肺气。

【有所堕恐】从高处掉下来或是受到惊吓，吓到、怕到了，会发生气喘，这个【喘出于肝】肝脏，【淫气害脾】肝脏受伤的话就会害到脾脏，因为木克土。

【有所惊恐】一个人随时很害怕，随时一个动静、一个窗户动一下或怎么样就吓得在那边气喘，这个【喘出于肺】肺气受伤。肺气一离开、精神一离开肺的时候就会【淫气害心】伤到心脏。因为心脏会堵气，一离开肺就虚掉了，火就会补位。这会伤到心气。本来心脏好好的，这边被一吓心脏被影响了，因为火克金。

【度水跌仆】有的人被水淹到了或是瞬间摔倒了，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，发生事情的时候【当是之时，勇者气行则已】自己就好了。所以胆子要大、胆识也要大，不要怕、有什么好怕的，勇者气行就好了。【怯者则着而为病也】本身天生就胆小的人就会着，着就是受病了。比如有一人身体就很好，有一天他家里突然进了一个小偷，从那天开始他就生病，这就是胆小鬼、胆小的人。有的人进了小偷还是去追，回来还是很好，他这个人胆子比较大。所以我常常跟大家说，开心，无惧、不要怕。西医看到我会怕，我们那边的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。所以一定要勇，不要怕。【故曰诊病之道，观人勇

怯】一定要看这个人胆大胆小。【骨肉皮肤，能知其情，以为诊法也】一般来说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。

【故饮食饱甚，汗出于胃】我们吃饭的时候流汗，汗是从胃来的。把胃改成小肠就通了。饮水入胃、喝水，流汗，胃是心下。饮食饱食入胃就是食物进入肠子，汗出于小肠。小肠的汗就是大肠化生到肺里面去。

【惊而夺精，汗出于心】如果人受惊、受到惊吓精神丧失的时候，惊吓以后冒出来的冷汗是出于心脏。所以同样的汗它发在不一样的原因。

【持重远行，汗出于肾】扛重物在那边走路，以前的樵夫抬东西或怎么样子，汗出于肾因为持重。

【疾走恐惧，汗出于肝】比如有人要杀你，你在那边跑又担心，那时候流汗出来就是发源于肝。所以这里就可以提到为什么胆叫中正之官。胆要大。有的人胆没了。我们讲要好胆量就是从这里出来。胆气很旺的人不惧。所以要一个人无惧，就要温胆、把他的胆弄好一点，他就会比较不怕。

【摇体劳苦，汗出于脾】摇体劳苦比如艺妓、歌妓跳舞唱歌，还有在工作的工人。跟举物、扛着重物在走不一样。扛重物走，因为肩膀有大杼穴骨会大杼、脚有绝骨穴、后面腿肚上面有承山穴，这几个能够出力所以能扛重物走，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，太过动了都会汗出于脾。

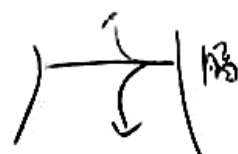
所以各种不同的动作，流下的汗是来自不同的地方。中医可以分那么细。西医就是汗就是汗，不会想到那么多，就是水，有什么了不起。不一样。

【故春夏秋冬，四时阴阳】，人会生病。为什么病？就是这里了【生病起于过用】用它太过。不用它又不行，比如两个腿、膝盖，这是我们要走路用的。每天在那边跑，用它太过会生病。【此为常也】我们要用，但是不能过用。

【食气入胃】把胃改成小肠。食气入小肠，【散精于肝，淫气于精】。精要改成筋，因为肝主筋。如果食气入小肠【食气入胃，浊气归心，淫精于脉】。浊气就是血气，血气看到是深色的。吃东西吃到小肠里面去以后，小肠里面食物饮食化生成血，血就是浊气再回到心里面去，这就让心血会照顾到全身的血脉。这时候【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】。这一段用简单的方式来讲。我们人的气跟血，两个是相辅相成的。血是来自饮食进入小肠，消化以后变成血，进入到心脏。我们人有气。气是来自于饮水、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。也就是说因为这两个的关系，所以我们人身上到处都有血脉，血会到身上所有的地方，肺象皮毛、主华盖有气把全身包主。所以气和血就是心和肺，两个都是阳，在上。【权衡以平，气口成寸，以决死生】我们可以利用心和肺、利用胸阳，来决定、判定一个人的生死。

【饮入于胃】这就是喝水了，喝水跑到胃里面去。这个胃不要改。喝水跑到胃里去，【游溢精气，上输于脾】。所以我前面讲过，食物到小肠，喝水到胃里面去上输于脾。【脾气散精】脾是土，【上归于肺】土生金。这时候脾脏“通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行”这是正常。所以脾脏是土，但是它在制水、管水。除了制水以外、不单单要想制，同时要想治、好像水利局治水。有脾脏在，就不会有这种现象。[第33集]



重复从前面“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】。最主要有个重点在这个地方，你们要了解到。身体中间的横膈，我



一再跟诸位强调，这个膈就是我们中医认为是分清浊的地方、分清浊的位置。所以清气会上升进入肺，浊气会下来。所以五谷杂粮吃的浊物通通从下面排、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，不会流出来是大便。这是正常的横膈的功能在这边。所以所有全身的水道、排水的系统通通是它来管。我们在前面有介绍过三焦是决渎之官，这个决渎之官就是管水。三焦跟脾脏，三焦源于脾脏，因为脾脏有很多油脂的东西。所以它从脾脏生出来以后，长了全身的内脏之间、脏腑、肠胃之间通通有油网联到。你看我们常常夜市买的油炸的那些东西，有猪的油网包起来才下去炸。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，水跑得很快。像地上如果洒了油就会滑倒，水一下子就过去了。就可以利于输送水分，下面可以输到膀胱。【水精四布】布到全身上下，【五经并行。合于四时五脏，阴阳揆度，以为常也】这是正常人应该要脾脏在管水道。所以记得，凡是出现水的问题，通通要去治脾脏。水在身上走的时候应该是热气，不应该是冷水。如果是冷水的时候，我们就要想办法把这个冷水化成气或者是排掉，这是我们治水的方法。在《伤寒论》、《金匱要略》里面就很多处方在排水。

【太阳藏独至】人体里的太阳经，它的脉气独行，造成病人的手脚冰冷、【厥】就是手足逆冷，【喘虚气逆】气逆上而呼吸非常的短促。这个症状【是阴不足，阳有余也】。因为太阳是阳脉非常旺的，阳气非常旺。阳气旺的时候阳气是气很轻，阳气应该是走到四肢上，阳气很旺的时候就独盛、独盛于上、跑到头上去，所以四肢会比较冰冷。【表里当俱泻，取之下俞】膀胱经俞穴通谷。这就讲到表里了。我先把这段介绍完以后，再跟诸位综合起来讲。

【阳明藏独至，是阳气重并也】两个阳并在一起，为纯阳明。这时候【当泄阳补阴】因为阳很盛，这时候我们要把阳泄掉同时要补一点阴。这时候我们也可以【取之下俞】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。【蹇前卒大，取之下俞】。为什么讲这个蹇？因为阳蹇脉跟胆经是并在一起的。所以少阳经脉气出问题的时候气会逆行，这时候要造成阳蹇脉的全部肿胀。胆经的俞穴就是临泣穴。

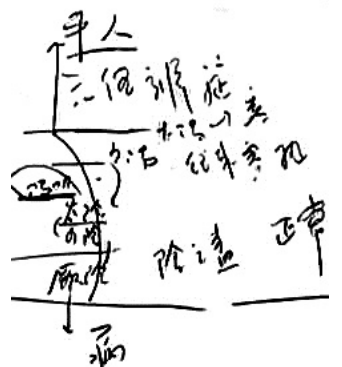
这里又提到太阳、阳明跟少阳。在三阳的传变的时候，我们上次介绍过，刚开始是太阳证的时候它的传变有两种可能，一种是传入少阳，一种是进入阳明。进入阳明的话到此为止、不会再进了，因为阳明是纯阳，就停在那边。有的进入少阳的时候、进入半表半里中间的时候，所谓半表半里就是，有机会还会停留在表上，也很可能会入里。所以纯阳明就不会入里了，半表半里才会有机会入里。因为少阳开门的时候，贼邪进来的时候有的人跑到里面去了、跑到内脏去了。这是基本的观点。

所以我们人身上的、经络上的俞穴，就是可以治疗脏气过旺、阳气过旺的时候，我们可以取它的俞穴。【少阳独至者】少阳是一阳，【一阳之过也】。阳明是二阳，太阳就是三阳。

【太阴藏搏者，用心省真。五脉气少，胃气不平，三阴也】太阴脉就是三阴之脉，三阴结了为阴。因为脾胃是相表里，太阴是讲脾。【宜治其下俞】这时候也是治它的俞穴。因为阴很盛，这时候要【补阳泻阴】、手法要补阳泻阴。

“一阳独嘯，少阳厥也，少阳反逆”，少阳是一阳。抱歉，这个字应该更正，少阴，打错了。“一阴独嘯，少阴厥也”逆冷。“阳并于上，四脉争张，气归于肾。宜治其经络，泻阳补阴”。这个地方打错很多，原文可能有错。我们把它改一下，少阳是一阳，少阴是二阴（一阴口误）。【二阴独嘯，少阴厥也，阴并于上】两个阴并在一起，【四脉争张，气归于肾。宜治其经络，泻阳补阴】。

【一阴至，厥阴之治也】（二阴口误）。【真虚痛心】痛yuān，痛心就是忧郁。真气、肝气虚弱的时候、一阴至的话，三阴是太阴、二阴



是少阴、一阴是厥阴（二阴是厥阴、一阴是少阴口误）要把它们改一下，【厥气留薄】寒气停在身体里面、在厥阴经的时候，肝是母的话母去生子、木会生火，所以寒气就会进入心脏。进入心脏的时候病人会跟你讲很冷，一股冷气会进入心脏。这个时候【发为白汗】因为寒证，外面发为冷汗。这个时候我们【调食和药，治在下俞】像肝经的太冲穴。所以一脏受寒，脏一样会受到寒证，这里讲到脏受寒的现象。

整个《黄帝内经》就是这一个段落我们可以看到，太阳、少阳、阳明、太阴、少阴、厥阴。到厥阴的时候就是病的极限。临床上我们看的时候，中医叫六经辨证，经方我们是用六经辨证，不是用气血营卫。我们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、到少阳、到第三个阶段阳明，在阳明这里的时候病就止掉了，第一个止。第二个阶段少阳会进入太阴，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。

实务上看的时候很好玩。我们有很多病人有这些证的时候，被西医都不称为病，就是病人很不舒服去查都没有病，一定要过了厥阴下来才是病了。所以西医找到病的时候都是很严重了。中、西医不同的地方从六经辨证看得非常的明确。西医认为病在厥阴下面，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，因为它中间没有证。所以正常和病就是这样子。中医不是。中医认为太阳上面是平人，正常人在上面，经过六经以后才会生病。所以六经传变在中间，不管是少阳、阳明或太阴，在中间就把病治好的时候，根本就没有病出现。

临床上看就是这样的，实务上看。以后诸位当医生，临床上看，真的是这样子。很多人发了少阴，查不到原因，就给吃阿司匹林或者维他命 C、安慰剂吃吃，不知道原因。一定要等到发病，有心脏病、有肝病，这就太慢了。所以西医是治病，中医是治证。证的阶段我们就把他治好。

治证还是同症同治，因为中医认为智者察同，同样的症状我们就出手去治。愚昧的会去察异，上百、上千个病名没有一个治得好，这就很麻烦。所以我们在治疗上以后讲到同症同治的时候，治骨节酸痛看起来好像治风湿关节炎，实际上骨癌一样会治，长骨瘤、长骨髓瘤照样是同样的方子。这样已经讲完了，你们就会治癌症了。所以你要念中医，不能被西医的病名锁住。你要看症相同就开处方。

【太阳脏何象】黄帝后面在问太阳的脏象如何，意思就是太阳经的经脉的显现？【象三阳而浮也】。太阳是三阳之最、最表，所以它是浮脉、脉是浮的。浮脉就是轻轻一按到皮肤表面上就有。这就是张仲景从这里开始了，《伤寒论》是从这里开始的。脉最浮。

【少阳脏何象】少阳的脏象如何？少阳因为【象一阳也】只有一阳在里面。【一阳者藏，滑而不实也】因为只有一阳，因为阳不盛，所以滑而不实。

【阳明脏何象】阳明的脏象如何？阳明的脏象【象大浮也】脉是大而浮，因为阳明是纯热证。这样子讲。阳明等于但热不寒。

太阳证的时候还有寒。少阳证的时候往来寒热，还有寒。到阳明的时候就看不到寒证了，全部是热证。用这种方式来区分，三阳就出来了。所以因为阳明是但热不寒，所以它的脉是大而且是浮。

【太阴藏搏】搏就是它的脉搏时大时小，【言伏鼓也】好像是伏鼓一样。

【二阴搏至肾，沉不浮也】二阴搏就是肾脏，就是讲少阴的脉气。

我们讲太阳、少阳、太阴、少阴，少阴讲的是左手的尺脉、肾脉，另外讲的是脾脏的脉、右手的关脉。所以太阴的脉跟少阴的脉这两个不太一样。少阴的脉比较沉，在身体里面，沉而不浮，沉在底下。



到了厥阴的时候，因为是阴的极限，它会阴极会生阳、会反弹。所以摸到厥阴脉的时候会反逆，有时候大有时候小、时大时小。

## 第二十二篇 脏气法时论

黄帝问【合人形以法四时五行而治，何如而从，何如而逆。得失之意，愿闻其事】。这就是我们把人体、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【五行者，木火土金水也。更贵更贱】就是一样过亢一样过弱、一样太过了一样太弱了，【以知死生，以决成败】都可以知道死生来决成败。【而定五脏之气，问甚之时，死生之期也】。后面就解释清楚了。【愿卒闻之】黄帝说一一说明吧。当黄帝比较好，不要动脑筋。后面开始讲细了。

甲乙木 丙丁火 戊己土 庚辛金 壬癸水  
木火土金水

甘能缓 酸能收 苦能燥 咸能软

甘能缓 酸能收 苦能燥 咸能软

岐伯说【肝主春，足厥阴少阳主治。其日甲乙】。你看我刚才讲的，甲乙就是木。甲乙木，丙丁火，戊己土，庚辛金，壬癸水。肝主春天，足厥阴和少阳是管春天的，它的日子遇到甲日跟乙日。我们每天都有日干跟日支，甲日跟乙日都是属于木。【肝苦急】如果肝急、筋急的时候，肝主筋，抽筋【急食甘以缓之】。第一段就替药味下了定义。甘能缓。所以以后在介绍本草的时候，诸位记得，甘味的药能缓。缓的意思用的字非常妙，一个字。所以你只要记得，任何东西急通通缓。要缓它就要挑甘味的药、甜味的药。有人说糖就可以了，怎么这么笨，因为糖不入药，而是药味里面的本草。

我们记得，前面一开始讲过，我们有吃金石，五色彩色的陨石、一些钟乳石、黄金这种金石类的东西，硫黄，都是金石类的药。道家提炼金子就要提炼成丹，他认为黄金可以永远不坏，就吃黄金，金刚不坏。草药、本草，木头、草木就是百年不坏，所以我们要吃本草。讲的味通通是以本草为主。当然所有金石类的药比较强，味道更强。

【心主夏，手少阴太阳主治。其日丙丁】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】。所以以后讲本草的时候，我们讲到酸性的药都是能收。比如有一个人晚上睡觉梦游去了。很多人梦游，魂跑掉了，我们要收它，就要用酸的药收它。还有人睡觉梦很多，神不守。或者睡觉的时候人卧血应该归肝，结果血没有归肝他就失眠，就是收。反正我们要收，记得通通用酸味的药。精子遗精了、滴漏不止，收，酸。只要记得，收的要用酸味的药，酸都是主收。我们会有很多酸味的药，酸的比柠檬还酸。

【脾主长夏，足太阴阳明主治。其日戊己】主土。【脾苦湿】脾不喜欢湿，湿太盛的时候会造成脾脏的压力。这个时候【急食苦以燥之】。当我们选择苦味的药，目的就是太湿了我们希望让它燥。湿太盛了，我们要让它燥一点。就好像湿气很盛，我们放点干燥剂，这就是燥。苦味的药燥。

【肺主秋，手太阴阳明主治。其日庚辛】金日。阳明是手阳明大肠经，两个都是金。【肺苦气上逆】肺最受不了的是气上逆，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，足少阴太阳主治。其日壬癸】。【肾苦燥】肾不喜欢燥，因为肾水很多、是水脏不喜欢燥。太燥了怎么办？【急食辛以润之】。所以辛味的药，辛能润燥。

后面它没有提出来，我提出来告诉你。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但长在这边了，坚硬

的东西我们要用咸味的药去软它、化解它。所以肿瘤的病人每次喝我的药，你的药怎么那么咸，我说我又没给你盐巴。那么咸，因为药味本身是咸的。

现在慢慢进入，我们如何取舍。张仲景这里就很熟，太阳少阳少阴、六经他很熟，然后他对本草也很熟，他就开出处方来了，就依据药性。

“肾苦燥，急食以辛润之”。当有坚硬的东西，要使咸来软之。【开腠理，致津液，通气也】。这就是我们的五种、酸苦甘辛咸的用药的目的，取药的原因在这里。前面你们学过了、我讲过，辛甘产生阳、辛甘则阳，酸苦涌泄为阴。所以把酸味的药和苦味的药两个加在一起就是阴药，涌泄就是阴、生阴。要生阳就是辛、甘合在一起，就能够生阳。辛就是辣味的，好辣就是辛。慢慢我带你们进入中医的中药的领域。

下一段讲的就是病随四时的变化，相生的时节则愈，相克的时间则凶。这个很重要，我常用的就是这个地方。

如果一个人【病在肝】肝病，【愈于夏】会在夏天痊愈。相生的季节痊愈。【夏不愈，甚于秋】夏天如果没好，在秋天的时候会严重。为什么？因为金克木。【秋不死，持于冬】到了秋天如果秋天没死，冬天的病情不会延伸就停在那边。很好玩。你看中医好棒，我们老祖宗实在是厉害。【起于春】。因为他的肝病起于春，所以肝病的人绝对不可以当风【禁当风】。如果仇人是肝病的，拿个电风扇对着他吹。因为他不懂，来家里给他吹电风扇，他死得很快。不可以这样做。所以治肝病的人要尽量少吹风，不能到海边去散步，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。所以你这样相推理。肝到夏天都会好。所以我们治肝病的时候，如果是冬天在治肝病，入了春天你跟他说，我现在开始治你吃药吃到夏天应该就好。在吃药的过程中，病人打电话给你，我原来脸色是青色的现在居然变成黑色，赶快停药、我给你另外的药。如果是青色变成红色，代表是对的。所以脉都不用摸，听就知道了。你看《黄帝内经》觉得很乱，但是真的临证我把几个案例一讲就衔接起来了。你现在知道为什么了。如果再细看，夏天就好了，夏季有3个月是哪一天？日子拿起来看、黄历拿起来看，这时候黄历要去翻一下。不要去翻今天利搬迁、利嫁娶什么的，你看看上面的干支是什么。以后多一个会看的东西。我还会再教你们看得更多。“愈在丙丁”，丙丁是火日，跟夏天是一样的意思，所以丙日、丁日会痊愈。如果丙丁不好、该好的时候没好，结果庚辛日、金日跟肝会相冲，在庚辛日会加重。【庚辛不死，持于壬癸】水日持平、不会变化，病情就比较稳定。所以你如果当医生比较新手，遇到治肝病、遇到壬癸日持平，就可以想一下、可以小心点怎么治理他。缓冲一下，这个病人还不会死，因为已经活过秋天了不会死、持平在那边。想想看，有两天的时间可以想。【起于甲乙】意思就是说，回到甲乙日病情又会开始恶化，因为病起在那边。刚刚是讲每天。一天、一日【肝病者，平旦慧】在早上、清晨的时候看得最很清楚、看他的病症最清楚。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。【下哺甚，夜半静】肝脏到了下午严重了，半夜安静了。为什么？半夜是水、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，比如肝病到了黄昏的时候，申时、酉时是金、是最凶的时候。申酉时没有死掉，亥子时持平了。

这四个小时可以想想怎么处理他，明天早上一大清早天刚亮的时候跑去摸脉，最准了。没有办法了，就他一个人，为了他去摸脉，想救他。可能他是你的岳父或是谁，你救他。你要告诉他，申酉的时间要小心。可是讲也没有用，他病还是要发，小心也没有用。不能当风，不能吹风。所以当个医生，医术不能随便乱传。西医可以传没有关系，因为他不了解。中医不行，万一教个学生很坏。他贪图岳父的钱，他拿着电风扇去吹，岳父就不行了，不好。所以说匪人勿传。很麻烦。

这就是相生的时节。现在你们就知道，中医不但可以预知他什么时候死，还可以预他什么时候活、病会治好。中医可以做到这样子。还可以做到更好，这还是初级的。你要记得十二地



支的图，一天的时间。

【病在心】心脏病的治法、判断法跟禁忌，【愈在长夏】痊愈在长夏。一年的十二个月，只有辰未戌丑这四个是长夏。一天是这样子算的话，一年四季就是季节交换的时候。这就解决了长夏的问题。不然的话硬要春夏秋冬，长夏挤到哪里去？挤不进去的。所以我说大家都不要吵了，长夏就是季节交换的时候。吵了好几千年。【长夏不愈，甚于冬】。因为心逢土相生的，火生土，土是最好的日子，应该在长夏会好。如果在长夏没有好的话，在冬天会加重。【冬不死，持于春】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。【起于夏】夏天又要开始发一次周期，又要开始发心脏病了。心脏病的人【禁温食热衣】，所以最好不要吃热的食物、吃冷一点的，衣服少穿一点、保持冷一点。如果要很酷，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？因为自然界的力量是最大，我们人要禀天地之间的气来生。心脏是很热的。热极会生寒，寒极会生热。心脏有问题的时候你用寒去调它、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，西医说没有治了就准备走人了，我们用表面上衣服穿得少、冬天衣服穿得少、让他寒冷一点。我跟你讲，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。给他穿少心脏不但不停还不会感冒。一这样子洗澡，每天中午大吃。午时开什么？心脏。冬天的时候胃口大开，中午一直在吃，心脏功能就回来了。我还没有教你药，光是这个动作，你看心脏病就好很多了。所以一定要知道这个地盘图。我们讲《天纪》的时候，我把它融合在一起，你看它有多深。【心病者】心脏病的人，【愈在戊己】因为戊己是土。戊己是干支，天干的干。支是地支。我们讲干支，干就是天、就是甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，支就是十二地支。戊己是干。痊愈在戊己，戊己是土。【第 34 集】

【戊己不愈，加于壬癸】如果土日没有好，壬癸日碰到的时候会加重。【壬癸不死，持于甲乙】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。【起于丙丁】。刚刚讲的是节气、春夏秋冬四季。现在讲天，丙丁日又会重新再发心脏病，又重来一次。重来一次就要经过壬癸日的危险。【心病者，日中慧】心脏病在中午的时候看得清楚，因为心脏的火。【夜半甚】半夜和晚上，亥时和子时的时候是水，水是相克的，在半夜亥时和子时的时候发心脏病是严重的时候。【平旦静】早上清晨，寅、卯是木生火，心脏是火，这个时候它是平静的、就是持平的。【心欲栗，疾食咸以栗之。用咸补之，甘泄之】。因为水克火的关系，所以心太紧了，我们要用咸能软坚，盐巴放一点。

现在西医说肾脏病不能吃盐，他也没错因为他没讲清楚而已。我们给他留点面子，他也没错他话没讲清楚。他说盐不能吃是精炼盐。实际上我们从小吃的海盐最好。就是不要买工业盐吃下去，这是商人很坏。好痛苦，吃个盐可以要到海里面去抓盐自己来晒，很麻烦。可以到中国台南的盐乡干脆买海盐回来算了，一次性买个好几袋。粗盐最好。

这是讲心脏。所以《黄帝内经》这一段越讲会越细腻。《脏气法时论》非常的重要。

【病在脾，愈在秋】土会在秋天痊愈。【秋不愈，甚于春】秋天如果没有好，春天的时候加重。【春不死，持于夏】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。【起于长夏】又到了长夏又要开始循环了。脾脏病治的时候【禁温食饱食】，东西不要吃太饱，不要吃热食。吃一点凉食，吃一点凉拌面，稀饭冷着吃或怎么样。【湿地濡衣】湿的衣服跟地势太低洼的地方，湿气太重的地方都是要避开的。【脾病者，愈在庚辛】如果是以一天、日子来算的话。刚刚是以四个季节春夏秋冬。现在是以日子来算的话，脾脏有病，庚辛是金所以是相生的日子，愈在庚辛。【庚辛不愈，加于甲乙】如果庚辛没好，到了甲乙日的时候木克土会加重。【甲乙不死，持于丙丁】甲乙没有死、活过来了，在丙丁日、火日的时候火生土，丙丁日的节气、相生的五行的话会持平。【起于戊己】到了戊己又来了，开始发了。【脾病者，日昃慧，日出甚，下晡静】脾有病的未时、下午的时候看得最清楚。未，长夏，就是中间的土未。日出、早上的时候最严重因为木克土，寅卯、早清晨的时候脾脏最严

重。下晡的时候、到了黄昏的时候、申酉的时候是土生金，就静、安静下来了。【脾欲缓】脾喜欢缓，【急食甘以缓之】。【用苦泻之，甘补之】所以苦味的药可以泻脾，甘味的药可以补脾。

【病在肺】肺有病的时候，【愈在冬】冬天应该是痊愈的，治肺病冬天应该会好。【冬不愈，甚于夏】冬天没有好，在夏天会严重。【夏不死，持于长夏】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】再回到同一个季的时候，肺就是秋天，这时候又开始发作、严重。【禁寒饮食】肺病的人要吃热饮，绝对不可以吃寒凉的，所以生菜沙拉、凉面、凉拌面都不能吃。【寒衣】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。【壬癸不愈，加于丙丁】如果水日没有好，丙丁会加重。丙丁是火，火克金。【丙丁未死，持于戊己】在戊己持平。【起于庚辛】肺病发起在庚辛日。又会重新发病，庚辛日就是金。【肺病者，下晡慧，日中甚，夜半静】。到了黄昏的时候最看清楚，因为金，发金，申酉这段是发病的时候，黄昏的时候。申酉是金。日中、中午的时候是火克金，最严重。所以肺病的病人都是中午的时候、巳时跟午时是最严重。半夜是水，金生水是相生的节气。如果知道这个时间的话，治疗肺病的病人，可以在申酉的时候盯到他。过了酉时没死，你可以睡个觉，一直睡到辰时。你知道我意思吧，自己会调时间。这里面有决定人的死、生，用阴阳五行来决定，还有包括我们用药。【肺欲收】肺喜欢收。肺气像一个气球一样，喜欢收、收敛。【急食酸以收之】。我们有肺气肿，打个洞，把肺气整个都散掉了。用酸收。【用酸补之，辛泻之】。肺金本来就是辛，同样属性的辛能够泻它。酸是金克木。酸物来收敛肺，因为肺是气。这都是药味。以后我们挑药的时候就会回头讲到这里来了。

【病在肾，俞在春】如果是肾脏病，春天会好。【春不愈，甚于长夏】会更加重。【长夏不死，持于秋】如果长夏没有死，是因为土克水，秋天会持平。【起于冬】在冬天会再起。【禁犯焯煖热，食温】绝对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。【炙衣】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，原来治得很好，因为是秋天。到了冬天、最近，肾脏又开始不稳定了。他又回来找我，我又不在，吓到了，恐伤肾。我又不在，吓死他了。不会死，起还不会死。水火相克，要到土日节气交换，就是冬天跟春天要节气交换的时候，在立春前一个礼拜。我在那边没有关系了，我说他说你不会死、你放心。他听到我的声音会比较安心一点，不然吓死了。因为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，结果西医查不用洗肾了，把他赶走了。他已经接好了在胳膊上。是在冬天，所以会比较重一点。

【肾病者，愈在甲乙。甲乙不愈，甚于戊己】土日。土日【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】晚上半夜的时候最清楚。因为半夜是亥时子时，半夜是水。肾当旺的时候结果肾有病，所以看得最清楚，症状最明显。【四季甚】就是辰戌丑未、交接的时候病情会最严重。【下晡静】到了日落黄昏的时候是属于金，金生水，相生的节气的时候还会趋于稳定。【肾欲坚】肾喜欢坚，【急食苦以坚之。用苦补之，咸泻之】。苦味能清肾脏里面的东西。咸味能强化肾脏的功能。所以我们一定要吃一点点盐。不是大量吃太多，盐巴撒一点、海盐撒一点，对肾脏都很好。吃过咸、太咸的话会伤了血，血就会变得很浓稠。既然是苦能补之，所以如果我们遇到尿毒的病人，尿毒跑到血里面去了就是水会克火。苦味入心，所以你看本草的黄连解毒解什么毒？就是解尿毒。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，因为苦味在里面把尿毒解掉了。所以黄连解毒解什么毒、脸上的青春痘、什么热毒？不是，是尿毒。《黄帝内经》这样讲，我都不晓得他们读到哪里去了。



【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】。比如春天肝病的话，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，这是天机的所在。慢慢进入《黄帝内经》的中心了。所以我们只要知道脏在那边、知道节气的变化、同时知道一天的地支的 12 个时辰、在黄历上面日子的干支，就可以知道什么时候好、什么时候死。当然还可以看气色，气色看了也知道。气色能够跟它吻合在一起，要配合在一起。有的人没有那么严重根本不会死，你在那边紧张，因为他色很浅。你在担心他的肾脏，在担心他的夏天，不好，不用担心。

五脏主的病症、五脏生病主要的症状有哪些？

【肝病者】肝病的人一定会【两胁下痛引少腹】。肝在胁肋的地方是很大一个脏。所以两胁疼痛，会痛引到少腹、引到肚子到睾丸的位置上来，因为肝经会牵引到这个地方来。【令人善怒】非常容易发脾气，情绪不好。肝脏有分虚实。【虚则目眈眈无所见】虚证让人家眼睛看不清楚，因为肝开窍在眼睛。虚实很好辨。眼睛看不清楚，血不够了，脏藏血，血没有来润目。这是虚证，虚掉了。【耳无所闻】肝胆是表里，因为胆气入耳（才能听到），耳朵听不到了就是肝有问题了。这是肝虚了，胆气就进不到耳朵。【善恐，如人将捕之】很害怕好像人要抓他一样。所以常常有人病危的时候紧张了，他看到好像有人来抓他。这种就是肝脏的问题。【取其经，厥阴与少阳】这时候我们治疗要选择足厥阴肝经和足少阳胆经的穴道，就可以帮他治疗虚证。【气逆则头痛】肝气如果上逆，头痛。肝气我刚刚介绍过了，肝开窍在眼睛。所以病人常常说我头痛，你说到底哪里痛？眼睛后面痛，肝气上逆。头顶痛、百会痛，肝气上来了。【耳聋不聪，颊肿，取血者】意思就是说，这种人意识不清、两颊肿胀，这时候要从郁结的血脉来放血，因为他是肝的实证。我们要放血。

【心病者】心脏病，主要的症状【胸中痛】。很简单。心脏是胸阳的地方、胸中的阳气的地方。胸不痛是正常，因为阳气在运转。当胸有痛，阳气就不能运转。

我为什么非常不赞成人家开刀或者做什么？我举例给你听。胸的上面是肺，下面是心脏。比如有个病人肺里有积水，积很多水在肺的下方。西医把它打个洞抽掉。我们中医明明有药把它清掉。可是他在吃中药之前先去清掉，清掉之后打洞的地方会有些伤口、会有些血。有时候抽了两三次，抽到里面的血出来，因为肺里面有很多的血。抽掉以后我们才开始动手。我们开始动手的时候，把肺气一恢复，一恢复的话照理说病人就好了，可是很痛。为什么？伤口在那边。所以我们在治疗的时候很累，每次以为这样就好了，处方下去以后病人好很多，可是气就堵在那边还是感到很闷。这就是开刀的后遗症。肺像气泡一样的，在这边打两个洞。法像天幕，好像天上打两个洞，我变成女娲去补天、要找来五彩石去补天。本来很简单的病，越治越麻烦了。就是这样子。当然还是可以治好了，就是麻烦。



“心病者，胸中痛”，【胁支满，胁下痛】心脏病也会有胁下痛。【膺背肩甲间痛】膺就是胸前、背痛、甲间痛。【两臂内痛】手臂的内痛。还有胸前痛，痛到背后都是属于心脏。【虚则胸腹大胁下，与腰相引而痛】痛会从两胁一直痛，痛到腰部去。【取其经，少阴太阳】我们治疗取它的经络，手少阴、手太阳。【舌下血者】或者是舌下。舌下面有金津跟玉液两个经外奇穴。你们看过《针灸》就知道了，扎几个洞放血出来。【其变病刺郄中血者】它有变化的话我们可以刺它的郄中出血，像阴郄、养老这些穴道都可以放血，中指、无名指尖放血都可以。这是讲心脏病。

【脾病者，身重善肌】。因为脾主肌肉、脾又主湿，脾脏有病的时候全身感觉到很重，好像带了几千金、很多钱、很多黄金在身上。然后肌肉会萎缩，身体会觉得沉重。病人真的会跟你讲，他说不晓得为什么就是觉得身体很沉重，脾脏。我们讲到沉重就有个方子出来了，以后讲《伤寒论》、《金匮要略》就是这样子。因为脾脏也是在胁肋的位置上，所以它也会有胸肋、胁肋的痛。【肉萎】肌肉会消瘦萎缩，【足不收行】没有办法控制脚的行走。所以你记得，脚没有办法控制，脚软，有时候走东走西，左转右转没有办法控制。【善瘕】就是容易抽筋，瘕

就是抽筋。【脚下痛】脚的下部会疼痛，小腿的肚都会疼痛。脾气如果是虚证，脾【虚则腹满】肚子会满，【肠鸣飧泄】肠鸣而且下利，【食不好】吃东西不消化，因为脾胃是表里的。【取其经，太阴阳明少阴血者】这个时候我们要取脾经和阳明经上面的穴道，同时可以在少阴经肾经上面找血瘀的地方来放血。因为土克水，我们在肾经上面也可以放血，因为脾胃会有问题第一个会影响到肾脏。这是经络上面的治疗。当然我们也有药物，这里只讲针灸。

所以整本《黄帝内经》从头到尾讲的都是针灸，还没有提药。提了几味药我会介绍到，但是它讲的药的性都是讲味、酸苦甘辛咸，并没有提出哪一味药怎么样子。

【肺病者，喘咳逆气】气应该往下沉，现在气是逆到的。【肩背痛】记得病人只要跟你讲肩后项背痛，阳不足。我们有个案例。这个人一直在睡，睡 15 个小时都不醒过来，要人家叫他，然后起来吃东西的时候脖子没有力量。脖子后面两个是天柱。后项肩疼痛同时就是没有力量，就是阳气不足了、胸阳不够了。【汗出尻阴股膝，髀腠胫足皆痛】流汗出来的时候阴部、屁股、鼠蹊部都会有流汗，同时还会有痛，像大腿、小腿、膝盖、足根都会有痛。痛的地方很多，因为阳气往上逆走，下面的阳不足就会有痛。【虚则少气不能报息】肺气虚弱的话呼吸非常浅短、不能做深呼吸的，【耳聋啞干】同时也兼带有耳聋、喉咙干燥这种问题。【取其经，太阴足太阳之外，厥阴内血者】这时候一般来取它的经，足太阳经、脾经之外，厥阴经也可以、足厥阴肝经上面找瘀血放都可以。

我们回头再看地支图。当你知道五脏相生相克的时候、它跟着地支来走的时候，这时可以下定义。比如有一个人打电话给你，他一天都很好就是中午的时候很不舒服，心脏病，就讲完了。可以互相延伸的。中医的观念就这样，很好用。有一个人来说，奇怪了每天晚上到亥时、子时的时候，晚上 11 点到 1 点、1 点到 3 点这段时间很不舒服，这是水。水发起于水，同一个节点发起于水。人不舒服、他是讲不舒服，并没有讲醒过来。如果是失眠醒过来了，就是肝病。如果就是那个时间不舒服，可以知道是这个问题。马上就可以诊断出来，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证。如果针灸用得很好，有时候不需要用药，内科病是一样可以治。这是古人。古人的话因为他的喜怒忧思悲恐没有那么多，同时他也没有那么多的欲望，也没有汽车、飞机，也没有冷气。所以他跟自然界很接近，天气热就躲在树阴的地方、山阴的地方，天气冷就躲在洞里面或者在家里面生火，随着自然的节气走。所以他的病比较轻，一般针灸就可以了。现代人就要针药并施了。

【肾病者，腹大胫肿】主要的症状腹大胫肿。【喘咳身重】为什么？因为肾主纳气。肺吸气的时候气要下降就是进入肾脏，金去生水。金没有办法生水，这时候就会喘咳。肾脏主水，就会身重。【寝汗出憎风】睡觉的时候虚汗、一直盗汗，而且讨厌风吹、恶风吹。【虚则胸中痛】肾气虚的时候一定会胸中疼痛，【大腹小腹痛】下腹、上腹都会疼痛，【清厥】四肢冰冷，这是肾脏的主证，【意不乐】情志郁闷不乐。【取其经，少阴太阳血者】治疗我们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的方式。

所以我们针灸在做的时候，除了子母补泻、俞募治疗、会郄治疗、原络治疗很多的方法，还有经络上面看到有瘀血就把瘀血放掉。瘀血刚好就在那个经络上面，就把瘀血放掉，可以加速他恢复。放血的时候一定是看到青筋再去放，不要找个动脉戳下去。看到青筋，青筋通通可以放掉没有关系。

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？

【肝色青】肝的颜色是青色的，【宜食甘】吃甜味的最好。【粳米牛肉枣葵皆甘】像芹菜、冬葵，青色的，红枣、牛肉、粳米就是糯米、甜米，所以食物的选择这此后对肝脏最好。

【心色赤】，【宜食酸】就是比较适合吃酸的，酸是主收敛。【小豆犬肉李韭皆酸】。叫你吃狗肉，我才不要。你可以不要，打死我、死在心脏病我也不要吃。不怪你，这是饮食。我们有很多中药可以给你治好。你吃素的，我也可以用素的、中药都是素的给你治好。我们不要



那么死脑筋。这里给你建议。换句话说黄帝那个时候就有人吃狗肉。

【肺色白】肺的颜色是白的，【宜食苦】因为火能刑金。【麦羊肉杏薤皆苦】这时候就是小麦、羊肉、杏仁、薤菜这些通通是苦味，都可以吃。

【脾色黄】，【宜食咸】吃咸的最好。【大豆豕肉栗藿皆咸】大豆、猪肉、栗子、藿都是咸。

【肾色黑】，【宜食辛】辛辣的。【黄黍鸡肉桃葱皆辛】黄黍是玉黍 shu、鸡肉、桃子、葱都是属于辛味，对肾都是很好。这是我们做食物的选择。

下一段讲的是药的形色气味。以后介绍药的时候，我们从四个地方下手，药的形、药的色、药的气、药的味。这是一般讲本草的时候会用到。我会加上药的象和药的数。

比如八角，它的数是八，八是木的成数，所以入肝，已经讲完了。再去把八角拿起来吃，辛辣的，入肺。所以八角是在肝和肺中间的东西。肺就是感冒，感冒都是肺。感冒在《黄帝内经》前面才介绍过，肺没有治好跑到肝脏上，肝没有好跑到脾脏，脾脏没好跑到肾脏，肾脏没好跑到心脏去，跑到心脏去再跑回就是肺脏了，五脏克一圈就死了。所以八角很好。但是光吃八角不够，只是一味药而已。

这是讲象和数。所有的中国的古典的哲学里面，包括《易经》，最难懂就是象和数。我刚刚讲的橘就是象，用象来看它的。你跑出去，小橘子一切开来，一颗颗方方的，好像是心脏。怎么有绿色的橘子？很绿、很酸，是柠檬。名字不一样，但是形是一样的。也是酸味。酸味入心，能入肝胆同时入心，主收敛。熟了以后很快。另外你跑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，抓起来闻闻味道、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。山林里面也可以。山林里面，我们在介绍本草的时候，怎么知道这是有毒没毒？我们可以马上查到。

这边要开始讲草。这边专门讲形色气味。辛味主散【辛散，酸收，甘缓，苦坚，咸奭】咸能软坚。【毒药攻邪，五谷为养】所以我们五谷杂粮要吃。善用毒药，没有办法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】来增益他的形。我们用味厚的，肉类的东西能够益形。你看吃素的人都瘦瘦的、皮包骨，我们要多吃点肉，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，或坚或奭，四时五藏，病随五味所宜也】。

所以我们学中医，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，要禁忌什么。像刚刚这段你们就很清楚了，心脏病怎么治，冬天要寒一点，再配合吃什么这样子。

## 第二十三篇 宣明五气篇

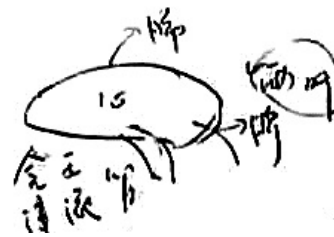
第二十三篇《宣明五气篇》就是再明确的分析五种气的变化。

第一段讲食物的选择。所谓【五味所入】大家现在都慢慢熟起来了，【酸入肝、辛入肺、苦入心、咸入肾、甘入脾。是谓五入】。五个味入五脏的时候，它的意思是叫你适量。不及不可以，太过不可以，要平均的吸收。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，都不行，太过都不好。要合并，要能够均匀的摄取。对饥饿的定义，中医的观念认为七八分饱就好了。不要吃得太撑。太撑、食太过的话会产生热中，中焦的湿热会很盛。过饱并不是很好。[第 35 集]

【五气所病】五气、五脏气有病的时候，这是讲气有病。【心为噫，肺为咳，肝为语，脾为吞，肾为欠、为嚏】。噫就是病人会讲噫，常常会发这个声音。咳嗽，都知道了。语就是会自言自语，或者是重复讲话。病人有吞的动作，常常一直吞口水、吞东西的动作，这是脾脏。肾气出现问题的时候，有欠、有嚏都是肾气。腑，像胃气反逆的时候，【胃为气逆，为哕，为恐】会打嗝，会恐惧、眼睛会瞪得很大。一个人恐惧的时候，看眼神就可以看得出来，眼睛瞪得很大。【大肠、小肠为泄】大、小肠气出现问题的时候就会下利、拉肚子。【下焦溢为水】下焦气满溢的时候为水，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。三焦里面都是蒸气、热气。如果是气出现问题的时候就会有积水的现象。【膀胱不利为癃，不约为遗溺】不利就是堵住了、排不出来了。所以东西堵到可能有结石、有石头在里面堵到。还有小便无法控制它，就是虚证，就是寒证，就会遗尿。【胆为怒】胆气出现问题的时候病人会发怒。【是谓五病】这是五病。这是脏的气有病，千万不要误解，脏气有病的时候。

所谓五精所并，中医的观念认为，五个脏气、木火土金水、肝心脾肺肾，如果有其中一个脏气虚，一虚的时候其它的脏气就会过去。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，其它的脏气就会过去，叫做精气会并过去。【五精所并，精气并于心则喜】如果心气虚，这时候所有的其它的四个脏的气都会并到心脏，就会更出现过喜的现象。【并于肺则悲】肺气虚的时候，其它的脏气并到肺气里面去的时候就会产生悲的现象。【并于肝则忧】，【并于胃则忧】。这一段主要跟诸位讲说，一个脏气所虚病人呈现的症状，病人有这个症状我们就知道他是哪一个脏气虚了，我们治那个脏就可以了。【并于肾则恐】肾气一虚，其它的四个脏气都往肾上去集中，产生的就是恐惧的症状。【是谓五并，虚而相并者也】这是五并，它是因为虚而相并。五虚所并是协助我们诊断，判断病在哪个地方。

【五脏所恶，心恶热】恶就是讨厌、你看字面就是讨厌。反过来就是，心很不喜欢热喜欢寒。所以心脏有问题的时候给他加热、盖被子、用火去烤，会加速心脏的损坏，应该寒一点比较好。所以心恶热反过来是喜寒。【肺恶寒】反过来就是喜热。【肝恶风】。所谓燥热能够胜风，所以有时候天气热的时候觉得热、一点风都没有，因为热能够胜风。【脾恶湿】燥能够胜湿。为什么？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，所以它会说脾恶湿。【肾恶燥】肾本身的津液也有很多在里面，肾是水，如果太燥对肾脏会造成伤害。这是五脏之所恶。所以你如果到一个地方去发现到气候太干燥了，知道会伤到肾脏，自己心里就知道了。跑到一个地方风很大吹得可以把人吹倒，比如云南大理有一个风花雪月，站在山口、那地方站在那边就是伤肝。



【五脏化液】我们身上的津液排出来的时候可以代表五脏。【心为汗】这是大致的说、普遍的说。有时候流汗的时候因为惊恐，人家后面要杀你，跑的时候流出来的汗就不是心脏而是肾脏的汗。一般来说，流汗出来、身上发汗就是从心脏来的。所以汗药，所谓汗药就是发表的药，吃下去会流汗，大部分都是入心脏的药。【肺为涕】就是流鼻涕。【肝为泪】眼泪来自肝。所以如果眼睛很干、眼泪都没有，就去治肝。【脾为涎】。涎跟唾不一样。【肾为唾】唾就是唾液、口水。因为舌头下面的金津跟玉液就是肾。舌头的剖面图，舌面上舌苔的部分称为肺，舌头本身是心，舌根是脾。肾经络在舌的底下分两条，一条进入金津，一条进入玉液。这两个都是肾脏，舌头下面左右两边各一个。舌里面有筋，就是肝。所以任何一个脏、任何一个组织、任何一个东西都有一个结构在里面，都由五脏互相平均来生成一个东西。我们说心藏舌，也就是说虽然心里面有脾、有肾、有肝、有肺，但是主力是心脏在控制它。我们为什么要说心主舌？因为心脏有问题的时候舌就不能言语了。讲话出问题了、舌头翻转，我们就知道有问题。

【五味所禁】这是治病的禁忌。我们在治病的时候有些禁忌，药物类的选择也会有禁忌。辛，前面介绍过辛发散，辛辣的功能是散。【辛走气，气病无多食辛】如果气有病的时候，气



本来就是发散的，有病了再给他吃辛辣的，比如给他开辛辣的药或是给他吃辣牛肉面、吃大蒜，这种很多就会让气走得更快。所以气喘，我们治疗气病，不管它里面的症状是什么，西医可能说是肺气肿或者是支气管炎或者怎么样子，不管怎么样就是气有问题的时候少吃一点辛辣的。

【咸走气，血病无多食咸】血伤的时候，比如你遇到一个人有意外内伤、撞伤有瘀血或者贫血的时候，咸的不可以吃太多。【苦走骨，骨病无多食苦】苦味的会伤到骨头。所以我们治疗骨病的时候苦味少吃。我们有两种。一个是外科治证，外科的时候你可以看到骨折。比如那是手断掉可以看得到，骨折。第二个关节脱臼。有的人喜欢打棒球，一直用他的右手在甩，一直在使用、使用过度就脱臼。还有一种是骨病。按照中医的理论，骨病之初、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。所以骨有病的时候，比如骨癌很好玩，现在临床上看到有骨癌的病人一开始就是在环跳痛、痛在骨头的初。所以无缘无故突然环跳痛，这是骨有病了。骨病不可以多吃太苦的东西、太苦的味、苦味的东西。这个苦味不单单是（药的苦味，蔬菜里）只有苦瓜比较苦，但是蔬菜里面的苦味是淡味、淡的味道。味道淡的都入气分，不会入血分。心脏是血分。所以我们讲的苦味，中药里面有很苦的。你不相信我拿一个苦的，苦得保证哑巴都大叫起来，那才是苦味的，所以（骨病）要禁忌。【甘走肉，肉病无多食甘】吃甜太多会伤肉。走肉有两种解释。一种是吃甜的，吃得太胖。还有一种太瘦，肉消除掉了。凡是肉病、肌肉出现问题的时候，甜的少吃。【酸走筋，筋病无多食酸】。怎么知道他筋病了？筋病，很简单，脚不能伸屈、腿不能伸屈。前面都在《黄帝内经》里面了，我只是重复回头提醒你们一下，《黄帝内经》都有讲。脚不能伸屈，膝盖怎么不能伸屈？筋出问题了。前一堂课我们讲筋会阳陵，阳陵就在膝盖的旁边，筋会、筋的会穴。【是谓五禁】这是五种禁忌。【无令多食】就是说可以吃但是不能多，并没有说绝对不能吃。

【五病所发】怎么知道病发在哪里？中医一定要懂阴阳。【阴病发于骨】凡是发到骨上面都是阴病。【阳病发于血】发到血上面都是阳病，有血症的时候都是阳病。【阴病发于肉】肌肉。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，是一层一层、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？懂这个理论以后，中医的书很好念，不会迷惑你。所谓冬天，什么叫做冬，冬天的定义就是阳要潜藏。当阳潜藏的时候，我们就称为冬。什么叫夏？就是阳发出来了，是阳在外、阴在内的。所以冬天如果发病的时候阳跑出来了，阳不潜藏外受才会病态的，所以冬天发病了是属于阳病。【阴病发于夏】夏天阳在外、阴在内，夏天发病的时候，在内、所谓的病就是从里面出来，看到就是阴。用阴阳来区分夏天和冬天，如何看表面上的病症，我们可以知道病来自阴还是阳。一定要知道阴阳。我们有一句话，阳要潜藏。这个阳不怕多。我们有很多阳药，起阳、壮阳的药很多。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。【是谓五发】。

人有五邪。【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，再邪进入阳的时候则狂。头部是六阳之首。阴经只到颈部，当然络会进去头部，但主要的大经只到颈部没有到头。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。本身阳，邪再进入阳的时候会产生阳亢，病人出现发狂的现象。【邪入于阴则痹】就是麻痹，阴就是在里面，身上出现麻痹。所以从表面的症状看，记得阳都是动的、阴都是静的。麻木不仁的他不能动，里面麻木就是阴病。【搏阳则为癲疾】在那边亢、在那边狂就是阳病。阳亢，头是诸阳、本来有阳气在上面，再加上病上的阳，两个碰到一起阳亢、就会癲疾。【搏阴则为瘖】声音讲不出来了，突然声音没有了。

以后讲药物的时候很好玩，我们有所谓的岳母药。跟岳母住在一起，结果岳母很唠叨，太太很好，可是岳母一直很唠叨很吵。在做菜的时候放点生半夏，生半夏一放下去，讲话就没了。这不是搏阴，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，因为会造成声音没有。用生姜去解半夏的毒。跟岳母住了两个礼拜的时候、离开之前把菜里面多加一点生姜，她吃了声音就回来了。这样就好了，可以控制。所以药如果用得很好的话，可以控制很多事情。所以匪人勿传。

我们从一个人讲话讲不出来，只要电话打给你说糟糕、我怎么办、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】这是正常，阳入阴是正常的。【阴出于阳则怒】这是发病，发怒。【是谓五乱】这是五种乱象，我们可以看到的乱象。

这都是教诸位望诊、闻诊听就知道了，没有讲脉。中医最标准的治证望闻问切，当我们望闻问的时候，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，让病人伸个手进来、有的诊所就是有个小洞让手伸进来，脸都不要看到，我要表现我很行，摸脉就告诉你怎么样子。很多是这种医师。病人觉得哇你都知道我怎么样，实际上一个病都治不好。处方开出来一副药、一张单子里面七、八十味药，甚而至于九十味药都有，都治不好病的。

【五邪所见】，阳入阴是正、正常，什么叫阴出于阳？就是【春得秋脉】因为春天是木，结果得到秋天的脉是金克木，阴出于阳了。【夏得冬脉】是水克火。【长夏得春脉】是因为木克土。长夏有长夏的脉，结果这时候得到克时间的脉，这是木克土。【秋得夏脉】秋天的时候是金结果得到夏天的脉，就是火来克金。【冬得长夏脉】。一般出现相克之症的脉的时候，我们就称为【名曰阴出于阳】，这种【病善怒不治】。如果阴出于阳的现象出现的时候，病人善怒，这个病不治、就是没有办法治好。一般病到后来到了厥阴经的时候为什么会善怒？因为肝气虚掉了，肝气虚掉了以后五经、所有的脏气都并到肝脏里面去了，爆发出来就是怒，那是最后的时候。所以我们人很可怜，生下来的时候被打哭、哭着出来，没有一个小孩子生下来是笑的、笑的是怪胎，在走之前还要大怒一下。皆同命，死不治。你知道他是死不治，你也不能跟他说死不治、不要治了，我们还是要想尽办法救他。当然是救他一定要在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，即使是你的亲人也救不回来。他们好像知道以后有西医，很奇怪。

【五脏所藏】的东西，“心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志”。为什么要知道五脏？我们就可以知道病从何来。正常的这五种情志应该是收藏在脏/脏里面，脏主藏是满而不实。现在它不能藏在里面了、跑出来了，我们就知道这个病是来自这个脏。【心藏神】正常的神是在心里面。神昏、心智不稳定、或者烦心，这都是神不守。【肝藏魂】魂不守的时候，魂是主夜，前面讲过人卧的时候血会归肝、魂是藏在血里面的应该归到肝脏，晚上肝脏不守了、魂跑出来了就会有梦游这种现象。【肺藏魄】，魄主静。现在这个人怎么好动、跑来跑去、过动儿跑来跑去，是魄不守。诸如此类的。所以我们要知道他的意念、他的心态，所以中医在精神方面我们都会注意到。【脾藏意】一个意念，比如我们做事的专一这种都是。【肾藏志】还有志。除了记忆以外，我们的志向、野心。要做总统、做什么之类的，有野心，就是脾脏很好。记忆力很强的是肾脏。【是谓五藏所藏】。

【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？我们就知道皮病要去治肺。如果血脉有问题了、这个人静脉曲张，我们要知道去治心脏。这个人如果骨头有问题，我们要知道去治骨头。肌肉有问题，我们要知道去治脾脏。主的意思就是在这里。一个人筋有病，他告诉你脚不能伸屈、关节很紧不能伸屈，筋有病治肝。已经结束了，速度就这么快，脉都还没摸。所以我们要知道五脏所主、五脏所藏，就是帮助大家以后辨证用的。

【五劳所伤】为什么要知道五劳所伤？比如【久视伤血】，每天在网咖上网、喝咖啡，三天三夜都在那边打电动玩具、不下来，久视伤血。我们以前近视是因为看书，因为以前灯光不好，小时候家庭环境不是很好，所以看东西灯光不好造成眼睛伤到。我们那时候什么电脑都没有、电话都没有，我小的时候。现在有电脑，现在是看电脑伤到，眼睛有近视。【久卧伤气】人卧太久伤气。这个意思反过来，一个人不能卧就是肺有问题了，气有问题。正常人如果肺没有问题可以卧的。所以读中医的书一定要正反两面看，不能说久卧伤气就讲完了、不行，气伤到了就不能卧。所以肺主气，不能平躺的意思。【久坐伤肉】坐太久了要伤肉，所以不能坐那边不动。当然坐太久不单单是伤肉，还长痔疮。所以计程车司机、很多坐在那边的都得痔疮，



职业病，要起来走走。

现在的妇女很多会得痔疮，为什么？因为西医让产妇在生小孩的时候躺到，这是不对的。正常人应该蹲到生，因为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，一个主筋。第二个趾头是阳明经。都是多气多血的经，所以脚蹲下去的力量是最大，所以应该是蹲到生是正常的。所以中国以前都是妇女去蹲到，产婆在下面接，先生在后面把太太的肩膀抬到。蹲到的时候才排得出来。所以上大号应该蹲着上，不要坐在马桶上。马桶当然是科技、舒服了，但是不符合人体的。所以我们人体真正被设计成是蹲姿，被设计成这样的。所以我们蹲马步都是蹲姿，正常应该是这样子。

坐太久了不行。【久立伤骨】站太久了骨头伤到。中医的观念是这样子。现在有个太太静脉曲张，这是工作每天站柜台一天站8个小时，要申请职业伤害、要请健保局的国家伤害赔偿或怎么样，错。中医认为久立伤骨不伤血，是久视才会伤血。所以站久了，静脉曲张跟它没有关系，伤到骨头。骨伤的话，第一个地方就是环跳痛。这样推类、推理起来很快。【久行伤筋】走太久了伤筋，走太多也不好。【是谓五劳所伤】五种劳动会受到伤害。大家就知道了，眼睛是肝脏，诸如此类的，肉是脾脏，骨头是肾脏，筋也是肝脏。

【五脉应象】这是正常的脉，弦洪缓浮沉【肝脉弦，心脉钩，脾脉代，肺脉毛，肾脉石。是谓五藏之脉】。这都很简单，大家都耳熟能详。

## 第二十四篇 血气形志论

《血气形志论》就是最早在《黄帝内经》上面出现的六经辨证。

读《黄帝内经》一定要针灸很强，不然的话你不知道我在讲什么。我们要先讲《针灸》的原因就在这里面。【夫人之常数】正常人是这样子的。你不要去记，看就好了。我们在教《针灸》的时候教过了。

你看中间，人体中气血正常的比值。只要看到多气的，【太阳常多血少气的，少阳常少血多气，阳明常多气多血】，所以三条阳经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，悬厘、角孙的地方是胆经，耳前是胆经，人迎是胃经，它有脉气在那边。太阳经本身是多血少气的，所以足太阳经上面找不到气脉，所以三部九候少了足太阳的原因就在这里。这是你要知道的。三个阴经【少阴常少血多气，厥阴常多血少气，太阴常多气少血】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，还有神门旁边的孕妇的脉、心脉，太阴是肺经的气脉。这些大家都了解了，寸关尺讲的就是太阴的脉。脚上的厥阴经，因为厥阴是阴的极限、阳要回头的地方，所以厥阴经上面会看到有太冲脉。这是我们的三部九候。阳明经有合谷穴，足阳明的冲阳穴，这两个都是人的气脉，阳明还有一个上面天部的地就是人迎穴。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。所以我们去摸脉的时候是看气。三部九候的大原则就是，你去摸他的脉气的时候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，或者是上面的脉很大、下面的脉很小，都不对的。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。

【足太阳与少阴为表里，少阳与厥阴为表里，阳明与太阴为表里。是为足阴阳也。手太阳与少阴为表里，少阳与心主为表里，阳明与太阴为表里。是为手之阴阳也】。你看前面就可以了。

【手足阴阳所苦，凡治病必先去其血，乃去其所苦】。过去我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，一定要瘀血

先去掉。去血的方法很多，我们《针灸》时有讲过，立竿见影。【伺之所欲，然后泻有余，补不足】。所谓泻有余补不足，诸位读医书的时候千万不能误解。过去针灸有针灸家、针家就是懂针灸而已，开处方的就是开处方的，这是两个，然后开处方的又分伤寒和温病两派。所以开处方的不懂针灸，开温病的不懂伤寒、开伤寒的不懂温病，两个在吵。然后针灸家你们都不行我最行，各门各派就这样出来了。所以你们要有一个概念，我们在治经脉的时候、在做十二经气的时候就有实则泻其子，讲的是实证出现的时候我们扎该经的子穴，所以是讲经脉的气，虚则补其母。当我讲五脏气的时候，五脏气出现问题的时候才有补南泻北，所谓子能令母实、母能令子虚。这个不要误解了。人生病了就是十二经脉、奇经八脉、五脏六腑，就这样子了。十二经脉也病了、腑也病了、脏也病了，就死掉了。下段【欲知背俞，先度其两乳间。中折之，更以他草度去半已，即以两隅相拄也。乃举以度其背，令其一隅居上齐脊大椎，两隅在下，当其下隅者，肺之俞也。复下一度，心之俞也。复下一度左角，肝之俞也。右角脾之俞也。复下一度，肾之俞也。是谓五脏之俞，灸刺之度也】我们已经不用了。还取两个乳的中间，拿根稻草折起来去量找穴位。以前可以，现在女孩子怎么量。每一个人都不一样。还有上下 size 不一样，怎么量，一定错了。所以不要量那个。按照我们在《针灸》的时候找穴位的方法、丈量法，一定是正确的。

乾三健  
坎三險

形乐志苦，一个表和里。我今天先给诸位一点点、一个概念，因为我后面会开始讲很多，先给你一个概念。诸位不用去读《易经》，我告诉你《易经》。易很简单，易是教你简单。禅是指示我们简单，指示我们简单也是叫禅。概念给你，形、表。三个连、比如阳连在一起，如果我们讲乾，乾是三个阳连在一起。如果讲坎，坎是水。因为以前像水在流，所以坎为水。阳存在阴里面所以水才有生气，水里面有气。如果水里面没有阳气，鱼放下去鱼就死掉了。鱼在水里面游，因为水里面有阳气。如果用两个字来代表，健、天行健君子以自强不息、乾就是刚健的意思，险、坎是危险、很危险因为行水、水灾一来全部都毁掉了、水是险的意思。

如果一个人【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，天水讼、就得出讼。所以一个人会有诉讼、将来会有诉讼是非的时候，之前就是，外面说这个不是我偷的但心里很怕，表面上理直气壮、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。

形外 二 一  
志内 二 三  
苦險 一 一

如果一个人【形乐志乐】外健内健、都是很刚健、外面里面都很乐，太过了，【病生于肉】，【治之以针石】。针石就是，过去因为最早的针灸是石头、长得长细的石头，不是拿石头砸进去，而是石头烤热以后拿石头去熨、在上面烫、在上面摩擦。不能烤太烫，不能在石头上烤东西。不可以这样，温就好了。即使没有温，用手把石头握到、把一根长石头握一段时间就加温，用它摩擦也可以。[第 36 集]

【形苦志乐】外形是险，心里面很乐，就是水天需。外面是险的，里面是刚健的。很多人这样子，我好苦没有钱，其实很多钱。外面装穷，装得穿的破破烂烂的。这种人也有。这种【病生于筋】，筋会有病。所以一个人跑过来说脚不能伸曲，帮他治完病，他说能不能算我便宜一点，不行，我们没有这个规矩，走。【治之于熨引】就是我们用药，很多药煮熟以后、煮滚以后用棉布包起来在上面烫。有外热的，这种东西很多。

【形苦志苦，病生于咽嗑】外面是水、里面是水，重坎、重险、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如在逃难或者被通缉，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，很多。

【形数惊恐，经络不通。病生于不仁，治之以按摩醪药】。一般来说如果常常受到这种问题，除了按摩、按摩穴道，用酒去熬药、煮中药。酒去熬药是让药力更深入，发生的更快、更强。

【是谓五形志也】我们称为五形志，五种形和志产生的病态。



最后一段【刺阳明出血恶气，刺太阳出血恶气，刺少阳出气恶血。刺太阴出气恶血，刺少阴出气恶血，刺厥阴出血恶气也】。多血的经可以放出血没有关系，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？我们叫捫针。针拔起来，等一下再去按它、过一下再去按它，就是让它气出来。马上按它就是捫针，就是不让气泄出来。扎针下去，心里想那是气球、扎下去是气球。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。这里自己可以看。

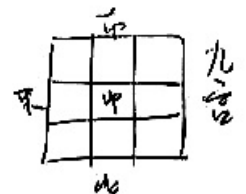
## 第二十五篇 宝命全形论

《宝命全形篇》讲如何维持生命、保养身体？如何去查病之初？也是介绍很多东西。

刚开始黄帝就问岐伯，【天覆地载，万物悉备，莫贵于人。人以天地之气，生四时之法成。君王众庶，尽欲全形。形之疾病，莫知其情。留淫日深，着于骨髓。心私虑之，余欲针除其疾病，为之奈何】？天地之间、我们人都是生在天地之间，秉四季生长收藏。但有的时候病发起来不知道，完全看不到它在表面上，它只是病慢慢在身体里面发出来。这种情形到头来人会，等他知道病的时候太慢了，太慢的时候我们治就来不及了，病人就死掉了。这好像在讲西医。所以当年他们一定知道后世、几千年以后有西医出现。它一定要等到病出生再去治，这就来不及了。岐伯就回答了，这就是一个望和闻的诊。

【夫盐之味咸者，其气令器津泄】如果拿一杯咸水放到那边，过一下水气会脱到杯子外面。什么意思？就是当人有病变的时候就可以看到已经有病变。比如躺着没事流着汗、盗汗，或者坐着没事儿一直在流汗、汗发不止。这是刚开始我们知道这个人气血出来了，表气，里面有生病才会气泄。【弦绝者，其音嘶败】有的时候有病声音就变掉了。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的时候会听到杂音，所以这个弹琴人最清楚。岐伯说人也是一样，当里面有一点病的时候已经可以从声音听到了。【木敷者，其叶发】这是讲树木。树木如果树枝生长的太密会死，所以木要疏。你看常常人家去剪枝、插花都去剪枝，让它疏、让所有都呼吸到氧气。一个人的四肢手脚就好像树枝长出来一样一定要看到非常润泽，头面光鲜润泽的才对。这是指正常，就是我们常人应该看到。所以岐伯的意思是说，实际上人身上会提供很多症状，但是好的医生才看得到，身体一有病变马上就会有症状出现。【病深者，其声啞】啞念 yue，就是打嗝了。【人有此而三者，是谓坏府】如果流汗流不止、声音又败掉了、又打嗝，这是坏府，胃气就绝了。【毒药无治，短针无取】这个时候病人已经没有治了，这个时候如果给他吃药、给他用针灸，【此皆绝皮伤肉】只是伤到皮肉、伤血而已，血气伤得更严重而已，就没有办法治了。当你看到【血气争黑】，比如一个人是肝病。肝病的时候，他本来脸色是青色的、里面是暗黄，木克土，非常的暗黄。给他治，结果治到后来变成黑色出现了，这是气逆行，死。肝到后来整个是黑色，嘴巴里和脸都是黑色的，气逆着走。所以这个也治不好。

黄帝说【余念其痛】，黄帝好像是一般的医生，【心为之乱惑反甚，其病不可更代。百姓闻之，以为残贼。为之奈何】看到病人这样很危险心中会乱，看到病情愈演愈烈，百姓认为不是好人怎么办？



岐伯回答【夫人生于地，悬命于天。天地合气，命之曰人。人能应四时者，天地为之父母】。实际上讲的就是，我们人生病会死都是病人他本身违反天地正常的道理，逆天地而行才会出现，跟你医生没有关系，所以你不要去难过的意思。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。天有寒暑，人有虚实。能经天地阴阳之化者，不失四时。知十二节之理者，理智不能欺也】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。**【能存八动之变，五胜更立。能达虚实之数者，独出独入。呿吟至微，秋毫在目】**。所谓知万物者，我们的中药，中医就是这样子。它知道万物，知道人性，我们人身在天地之间。所以天地之间本来就存在一些东西。如果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。生病了以后，自然界有很多药物，药物是跟形成人的时候一起形成的，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，被制造出来的话问题就更大。这一段讲的是这些。

**【人生有形，不离阴阳】**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】**。我后面会跟诸位介绍到一些简单的易经的观念。九野，我们称之为九宫。加一个中宫，旁边有东、南、西、北、东南、西南、西北、东北，九野。**【月有大小，日有短长。万物并至，不可胜量】**。后面一段讲的**【虚实呿吟，敢问其方】**就是帮我说明补泻的道理是什么？岐伯就讲了，这个诸位用心去体会它。

**【木得金而伐】**砍树木是拿斧头去砍，所以木太旺的时候一定要用金去砍木头。**【火得水而灭】**如果火太大了是用水去救火，不会把木头丢到火里面去。如果土太盛了要木来克土。木来克土，为什么要树木？如果光是土没有树木，这个土会流失掉的。所以有树木才能把土掌握住、收藏住。所以互得其利，**【土得木而达】**土能够停在那边、能够畅达而不会被冲掉。**【金得火而缺】**火太盛了会伤到金。**【水得土而绝】**如果是水病遇到土就停止了，停止就不会（病进），所以我们治水的话会去强土。所以**【万物尽然，不可胜竭】**就是讲补泻，只要知道基本的道理，它怎么变化都在这里。

**【故针有悬布天下者五】**我们悬布天下针治的方法有五种。**【黔首共余食，莫知之也】**就是变化很多，不容易真的去了解。针治的方式，**【一曰，治神。二曰，知养身。三曰，知毒药为真。四曰，制砭石小大。五曰，知府藏血气之诊。五法俱立，各有所先】**。**【今末世之刺也】**现在人的针刺法，就是**【虚者实之，满者泻之】**，**【此皆众工所共知也】**这是大家都知道的。**【若夫法天则地随应而动，和之者若响，随之者若影。道无鬼神，独来独往】**。这就是我们下针的时候，不单单就是虚者补实则泻，不单单是那么简单。我们要治神，知养身、诸位知道前面刚刚提了非常多的养身之道，知毒药、知道如何选取毒药等等。

所谓治神，不单单是一般的针灸家能够懂的。《黄帝内经》真正它少掉很多，从第六十六章以后就缺失掉了，到第七十四章这段就没有了。这次的《黄帝内经》我把原文拷贝起来，夹在《黄帝内经》的书里面。这个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》的东西。所以市面上买到的书都不把它列入，因为太复杂，讲了天上 28 个天罡星怎样，跟《黄帝内经》脱节，语文都前后不相连。所以经过很多的学者考证认为，这是因为《黄帝内经》的原文丧失掉了，所以就补进来、补了那么多篇在里面。这次我把原来的经文，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。

我会教诸位一套，我们把它补进去，你看看好不好、有多神。而且知养身。知毒药后边会讲《神农本草经》，本草、神农。治神、养身怎么做，我有个方法的。不单单治神、养身，还趋吉避凶、车祸都把它避掉。这是我能告诉诸位的。大家读了《黄帝内经》以后就知道，年代太久了我们丧失了很多。丧失了很多就要靠我们后代。你们将来可以补进去的说不定比我更多，我这次补进去的东西，以后你们一定会比我更多的。

一般来说治神，如果我们教百姓如何养神、正神，他不会生病。很难的。你跟他讲了，他当时听完很有道理，回家一看到儿子被关了坐牢吸毒，一气又没了。所以这个很难。但是有方法，有方法让他归、让他会变回来。

**【愿闻其道】**黄帝问刺的精神、道理是什么。岐伯说**【凡刺之真，必先治神。五脏已定，九候已备，后乃存针】**。一般来说在治针灸的时候，一定是让病人平心静气躺下来，不要动、放松我们再下针。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的时候，



包括医生本身、施针的人也要心平气和。神要到。这是刺的时候我们要注意的事情。【众脉不见，众凶弗闻，外内相得。无以形先。可玩往来，乃施于人】。

【人有虚实，五虚勿近，五实勿远】。前面我们有介绍《玉机真脏论》，讲五实、五虚。按照《玉机真脏论》五实、五虚都死掉了，都快死了。看到就远离他、就让他死了，我们不可以这样做。我们复习一下五虚。比如这个人东西吃不下去又在下利。如果我们给他米汤下去他的利止掉了，虚，这种人会救回来了。五实，也吃不下东西但是大小便也没了，唯一的方法就是汗法。诸位想这样子。我拿一根吸管放到水里面去，手按住吸管，一拉起来吸管里面有水在这边。怎么让水出来？把按住的手松开。所以一汗，表，一汗解大小便就出来了，这就有救了、这个人就有救回来。如果一汗还是没救，就走掉了。反正都是死，你试看看。不能说勿近、勿远。我们在治病的时候【至其当发，间不容瞬。手动若务，针耀而匀。静意视义，观过之变，是谓冥冥，莫如其形，见其乌乌，见其稷稷，从见其飞，不知其谁。伏如横弩，起如发机】。意思就是说，下针的时候静如兔子、动如脱兔，要掌握气机、气来的时候我们马上下针。举例给你听，这一段我们来解释。比如病人肩膀痛，左边痛赶快下针。今天这个病人来了，他左肩膀痛，痛在大肠经上面。还没有传经，不错，尽量要帮他下针。这就是时机了，已经是时机了。没关系，今天我们太忙你不要下针，你先回去隔两天再来，隔两天别的经开始痛了。你不可能发现到病人刚好就是这样，有的人已经两条经痛，有的人三条经痛。就是你只要看到病人开始痛，你知道针灸可以做，赶快就开始帮他做。我们只能这样做到而已，否则的话这个怎么讲。扎针的时候，手法要准，穴道要准，要掌握时机，能够掌握到虚实补泻。就这个意思，简单讲就是这样子。

【何如而虚，何如而实】怎么做虚？怎么做实？这几个字讲的就是导引术。我们针灸认为善针者善导引也，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，刺他的时候一定要让他到实证为止、经气回来为止。如果是实证的时候，要想办法下针让他经气虚掉。等到经气到的时候【经气已至，慎守勿失】。【深浅在志】深浅由你自己决定。在志，你的想法。【远近若一】，我们针灸扎针的时候，导引术是什么？近取穴一针，远取穴一针。近取穴一针、远取穴一针，扎针的时候两手一起握。

我现在举例。这是导引。因为大家都有针灸的基础了。所以你们如果没有学过《针灸》，我建议你们不要买《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，问他几天，3天，二间穴一下好了，静待气散掉他就好了。扎完针留20分钟，肩膀上还有一点、就在这一点痛、一点上面痛。如何散它？拿起针来，正好针堵在这个地方、肩膀的关节，这是少阳。只要记得开合。不会有人开在胳膊窝，哪有那么好看，走路时开在那边。一定是肩膀的关节的开合。主开合、关合的都是少阳。我们知道病在这边的时候他开合有问题、气埂在这个地方，我们下一针在这上面，然后二间穴还是有一针在上面。这个时候一手捻针在肩髃穴、痛点，一手在二间穴上做泻，这就是远近若一。

【如临深渊，手如握虎，神无营于众物】。外面叫你，谁叫都听不到。你太太叫你一声，怎么死鬼不理我，你就是听不到、什么都听不到，在捻针、导引术。真的导引术你要做很好的时候很简单，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，心神一专一的时候一触，就好像阴阳一碰上去，以后诸位扎针就会有这种感觉，好像阴阳接触掉、好像我们充电一样开始 charge 充电了。一碰到的时候，你在做捻转的时候就知道气在动了，你一定心神要专一。当你心神一定、一专一的时候，病人就感觉到你的气到他身上去了。

所以我们扎针的时候，如果手戴着皮套、手术用的胶皮手套，不行。所谓气在治病就是，皮肤就是气，因为皮肤是肺在管。钢针、金针是气，金是肺，所以你两手抓到它才通电、它才

通气。这个时候你在二间上面做泻的手法，用捻转法比较好，因为二间很痛。当然如果他是你的敌人，狠狠的给他插提。他是你的亲人或太太，你最好用捻转。二间这边在做泻，肩膀这边在做平补平泻。平补平泻意思就是，告诉二间要泻肩膀上的这个点，这个点的实证、气积在这边。当你一定心做的时候，病人就会感受到。因为一左一右，左边肩膀是天应的地方，右边二间是对称的地方，这是导引术。你这样做的时候，病人会告诉他的感觉。气在走、气在走这样子，一直在走，然后到肩膀这边通了、好了，针就拿起来了。所以做导引术的时候是两针齐动的，同时一起动。

## 第二十六篇 八正神明论

《八正神明论》这章不像前面，要稍微比较多一点。

黄帝问【用针之服】用针术、用针灸，【必有法则焉】一定有它的法则在。当然有法则了，不能乱刺。【今何法何则】？岐伯说【法天则地，合以天光】要配合天地阴阳，配合日月星辰。黄帝说【愿卒闻之】你通通说给我听听看。

【岐伯曰，凡刺之法，必候日月星辰，四时八正之气。气定乃刺之。是故天温日明，则人血淖液而卫气浮。故血易写，气易行。天寒日阴，则人血凝泣而卫气沉。月始生，则血气始精，卫气始行】。这一段诸位自己回去看，我这里告诉原则。当天地之间，中医的观念是这样子。气实、气血很足的时候，这不是治病的时机。比如现在我们要扎针，肺气很实、病气很实很强的时候，正气一定是虚的。你知道肺气很强实你在泻它，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。等气衰掉了、气衰下去的时候，正气回来的时候，这时候你去泻。这就是我们讲治病的时机。下面举有几个。

当月满、满月的时候【月郭满，血气实，肌肉坚】，没有满月的时候【月郭空，则肌肉减，经络虚，卫气去，形独居】，【是以因天时而调气血也】。所以原则就出来了。【是以天寒无刺】天寒地冻的时候我们不要下针，因为太冷。【天温无疑】没有问题，随时下针，天气温暖的时候下针最好。【月生无写，月满无补，月郭空无治】。月刚初升的时候气刚开始走，这时候千万不要去泻它，可以用补它。满月的时候，因为气是实的，这时候禁用补法、不要用补的方法。【是谓得时而调之】。所以我们真正在治病的时候，白天天气热、温热的时候我们下针，天气冷并不适合下针。晚上的话要看阴、月亮的走向。这是很讲究了，真的是很讲究了。如果是不适合下针的时机，处方也可以、开药也可以。【因天之序，虚实之时，移光定位，正立而待之】。

这里提到几个名词，所谓脏虚跟重实还有乱经。【故日月生而写，是谓藏虚】什么叫做藏虚？在太阳、月亮刚升的时候，气刚开始动的时候，结果去泻它。这不可以泻，气没有饱的时候不可以泻，叫做脏虚。所以我们从人的身体延伸到，当知道脏气虚的时候，一开始有查现到他有虚证的时候，不要用泻法，会让他加倍的虚。【月满而补，血气扬溢，络有留血，命曰重实】月满、当血气很洋溢的时候，一直在那边补它，会造成瘀血，病气更深、实证会更盛。举例。比如现在便秘，便秘的时候他已经很秘了你在那边补它，更秘了、排不出来。这叫做重实。【月郭空而治，是谓乱经】月郭空的时候，这是乱经。所以在时间不对的时候下针都不好，会让经气比较乱。

原则上就是这样子。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，或者是大便不出、小便不出，或者长东西了，都是实。实证产生的痛都是拒按。很痛，都是实证。隐隐作痛，都是虚证。所以如果病人告诉你有痛有酸，酸比较多、痛比较少是虚多实少，先补后泻。这就是更细的这样区分。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。

所谓【阴阳相错】就是如果搞错了，该补的时候不补、该泻的时候不泻，【真邪不别，沉以留止，外虚内乱，淫邪乃起】就会乱经，病气会变动。会作乱，在里面更深，会停滞不前。

【星辰八正何候】？继续下去看，这一段讲的是天地之间本身。【星辰者，所以制日月之行也。八正者，所以候八风之虚邪，以时至者也。四时者，所以分春夏秋冬之气所在，以时调之也】。我现在慢慢给诸位图的观念，到时候我们会有两个图。这是九宫图。东南西北对应春夏秋冬。中间是中宫。天地有东风、南风、东南风、西风、西南风、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、不会有问题。【八正之虚邪而避之勿犯也。以身之虚，而逢天之虚，两虚相感，其气至骨，入则伤五脏。工候救之，弗能伤也】。突然春夏交接的时候来吹西北风和东北风，都是不正的风，这个时候人会受病。当节气的风向不对的时候、风向改变的时候，就是喉风、暴风这种会产生人身上的生病。这个时候我们当医生的就要注意。这种不按照正常来的时候吹的风，一入身体的话直接就入脏。所以医生要一开始就知道病会很深。所以如果平常夏天天气很热得到，就是中暑。刮台风得到的就不一样，病就会比较深，这时候我们赶快去把他的病清出去。这是治病的开始的时候，我们可以是上工、很好的医生。【故曰，天忌不可不知也】这叫天地的节气的忌讳，要注意它。

黄帝又说了，【其法星辰者】看到星辰日月的改变，【余闻之矣】我懂了，【愿闻法往古者】看往古我们如何效仿古人的针灸。岐伯说，要效仿古人【法往古者，先知针经也】。我们要先懂针灸，中医一定要先懂针灸。【验于来今者，先知日之寒温，月之虚盛，以候气之浮沉，而调之于身，观其立有验也。观于冥冥者，言形气荣卫之不形于外，而工独知之】我们要知道四个东西。第一个太阳、白天【以日之寒温】，【月之虚盛】还有月的盈亏，【四时气之浮沉】就是春夏秋冬四季的浮沉，【参伍相合而调之】这四个。这时候我们能够查到病的初为、刚开始变动的地方【工常先见之，然而不形于外，故曰观于冥冥焉。通于无穷也。视之无形，尝之无味，故谓冥冥，若神髣髴】就是一点点改变的时候我们就查到。[第 37 集]

诸位要用个简单的观念去想。寒的时候得到是寒证，热的时候得到是热证，这是常态，一开始就看到了。寒热如果反过来，就病会比较重。比如现在热天、天很热居然得了寒证，或者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，这时候病都会比较重。这里讲的比如还有月的虚盛、月的盈亏。《黄帝内经》就是一直在强调人受天地之间的影响。真的在治病的时候需不需要知道这个？倒不需要，不要去想它外面。而是比如现在有一个人来看病，现在是夏天总知道今天是夏天，热的要死。你一进办公室冷气打开来、坐下来，病人来了，夏天。一摸他的脉是冬天的脉，病态。一摸摸到是秋天的脉，我们就知道他生病了。简单讲就是这样子。不会去真的去知道、去忌讳这些东西。冬天的时候，如果这个病人来一摸就是冬天的脉，这是常脉、正常。一摸怎么是夏天的脉那么洪大，就是病态。简单讲就是这样子，所以你要去注意外面的节气。我们能够摸脉、看诊、注意到春夏秋冬，就已经很够了。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，月亮看的时候跟太太看月圆，真的做的时候不需要那么细腻。但是基本上我刚刚讲的你要知道。所以你们以后有机会跟我临床的时候，你在我后面看。我一摸，现在是夏天那么热，你看他的脉是冬天的脉，你看他的病症就可以知道了。这是我们四季要注意的。

下面讲虚邪和正邪。【虚邪者，八正之虚邪气也】就是外来的邪气。正邪者是本身发的病，从里面发出来的病。虚邪是外来的。【正邪者，身形若用力汗出，腠理开，逢虚风，其中人也微，故莫知其情，莫见其形】本身如果用力出汗、工作劳力出汗以后中风，这种也是很微、非常轻微。【上工救其萌芽，必先见三部九候之气，尽调不败而救之。故曰上工】一开始发病的时候。【下工救其已成，救其已败。救其已成者，言不知三部九候之相失，因病而败之也。知其所在者，知诊三部九候之病脉处而治之。故曰守其门户焉。莫知其情，而见邪形也】。

可是诸位要有个概念，这是《黄帝内经》的原则，病人不懂。病人觉得他没有什么钱，他

有点病不要花钱来看，到了受不了他才来看。你就骂这个病人，你害我做下工，这也不行，因为他不懂。你就要告诉他，以后有小毛病马上来，很便宜。

像我在诊所还立一个规矩，一感冒来十块钱。平常看个诊，还没有开处方就收一笔钱，可是感冒十块。为什么？我就鼓励他一感冒就来找我。有的没有钱，但他知道我们的原则，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。曾经有一个在念博士的中国来的，礼拜六带着小孩子来了，小孩子感冒发烧。他说倪大夫我没有钱，我在念书，我在打工没有钱，我的小孩子发烧怎么办？你说我治不治？当然治！处方大青龙一剂下去好了。治病不是说一定要收钱，而是这是病之初。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动作。可是我从来没有想到、我们救人没有想到你要怎么帮忙，你开口我就相信你。

所以你不能怪病人害你变成下工，这不公平。即使病入里，你说不要治、你害我做下工，也不行。这只是一个定义而已。你们不要那么死板板，我就要相信书、我要做上工、病发不治，不好。

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。刚开始有症状的时候西医不认为有病，因为查体的结果很好。过去有发生这种案例，心脏痛。在太空中心有两个工程师，一个 39 岁，一个 41 岁。这两个是高科技的物理博士，在太空中心研发太空物理。他们三个人很好。第三个人来找我，吓死了来找我。因为这两个来回不到一个月都死掉了。39 岁的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，你既然说了就帮你检查，反正赚钱。结果查了 EKG、stress test 什么弄了半天，你心脏很好回家，他就开车回家了。到了当天晚上痛加强，而且痛是持续的痛。这时候再开车回到急诊室，他说我真的有心脏病痛。因为美国打个电话叫个救护车 1500 块，就怕你乱叫、没事叫救护车。台湾省没有那么多。美国那边打 1500 块，他自己开车去。然后医师看他脸色都变了，赶快把他放在 EKG 台子上转、在那边测，先生你的确发心脏病了。那个病人躺在 EKG 上，我早上就告诉你我心脏痛，死掉了、当场在医生面前断气。39 岁死掉了，另外一个不到一个月，这三个是非常好的朋友，41 岁的也是一样发生同样的事情死掉了。第三个吓得跑来找我，再也不敢去医院了。西医的下工下到什么程度？连发病的时候还看不到，一定要等到真正快要生死抉择的时候才看到，那就死掉了。所以中医急诊应该我们去，为什么？即使在发病的时候，我们先帮他把痛去掉，自己去照都没有关系。需不需要照？不需要，那机器没有用。

黄帝问，【余闻补泻，未得其意】我听补泻的方法但是都不了解它真正补泻的精义是什么。岐伯就说了，【写必用方】。【方者，以气方盛也】当那个时机气很盛的时候我们来泻，【以月方满也】以月亮来说就是正在满月的时候，【以日方温也】以日来说是正温的时候，【以身方定也】以身来说当病人身体静下来、不动、气定神闲的时候。

这个时间我们用【以息方吸而内针】病人开始吸气时下针。因为吸气的时候气充大，针下去。【乃复候其方吸而转针】等到吸气的时候、同样对方在吸气的时候再去捻针，所谓转针就是在做泻的手法。【乃复候其方呼而徐引针】等到他在吐气的时候针再出来。所谓泻，我们要泻他的气。所以他在吸气的时候针下去正在泻气，因为他吸气是在膨胀，结果扎个洞气就往外走。我们就希望他泻气。所以吸的时候进针，吸的时候捻针。吐气的时候气是往外散，这时候把针顺着吐气拔出来，让气出来更多。这就是一个针刺的手法能够泻到最强的程度了。不要挖个洞，不好。我们有些加强的，比如苍龙摆尾把针孔摇大慢慢出来，还有摇方出来都可以，摇大针孔，这种都是强泻的手法。所以看《黄帝内经》要懂针灸。你们如果前面没有学过《针灸》，这里不知道我在讲什么。【故泻必用方】一定要等到时机，【其气而行焉】。要知道什么时候是泻，所以最简单的辨证，我们知道实证才会去泻。所有的痛，剧痛、强烈的痛通通是实证。

【补必用员。员者，行也】行就是行气，【行者，移也】行者要移动。【刺必中其荣】本来荣是指血。不要补他的时候专门扎他血管，不是这个意思。就是扎在血脉旁边，下深。血在



比较深的地方，针要下得比较深。【复以吸排针也】吸气的时候拔针（进针口误）。

【故员与方，非针也】。平常我们扎针的时候是这样子。过去我们没有针管，都一根针拿在手上面。我们做补的时候，很好玩，皮拉起来，然后先进皮层扎进去。因为拉起来的话气被捏到，先扎进皮层。病人吐气的时候再推针进去。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，比较痛。现在因为我们有针管拍进去，皮拉起来针管再拍就不好拍了，所以就不用这种手法了。但是补和泻正好是相反。泻，吸气的时候进针，吐气的时候出针。补，吐气的时候因为气正在往外散，吐气的时候扎针进去气不会跑出来，反正是要吐气，然后吸气的时候来做插提。等做完补的手法以后，因为吸气的时候气往身体里面走，这时候把针拔出来。捫针，拔针后马上按住它。泻的时候，就让针拔出来后等个几秒钟再去按针孔。【故养神者，必知形之肥瘦，荣卫血气之盛衰。血气者，人之神，不可不谨养】。

【妙乎哉论也。合人形于阴阳四时，虚实之应，冥冥之期，其非夫子，孰能通之】黄帝了解了。【然夫子数言，形与神。何谓形，何谓神，愿卒闻之】这问的是形和神。

【请言形。形乎形，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，将来我会用到非常多，形和神。形和神是完全不一样的东西。看病，如果根本不问病人，也不望、不看病人脸色，脸色已经黑了，还在那边不看病人只摸脉，这是只有形没有神。神一定要色脉同诊，一定要看、至少要看一下。有的医生就是摸脉就好了，这都不对，这是只有形没有神。这里讲的就是这个意思。眼睛一定要看病人。

【何谓神】？【岐伯曰，请言神。神乎神。耳不闻。目明心开而志先，慧然独悟】。当你用神在看病的时候，就让你专注。专注的时候，这时太太叫你吃饭，你一样、什么都听不到、专心的摸脉。一叫你就分神了，等一下，神已经失掉了。所以你一定要先跟太太讲清楚，如果太太在诊所。最好不要在诊所里，你相信我，太太最好不要在诊所里。一定要专神，这是用神。

【口弗能言，俱视独见，适若昏。昭然独明，若风吹云。故曰神】。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，哲学是形而上的东西。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的时候比较难一点。我找了很多好方法，让诸位了解。【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，就是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、病人告诉情形以后问兄弟有几个，问题是鸡同鸭讲。病人来看病问兄弟姐妹几个，你就可以知道医生有没有神。看病的好医生，摸脉、病人陈述的时候，两三句话就结束了。这是用神，很简单。医生问病人，问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

《离合真邪论篇》、《黄帝内经》第二十七篇，这篇也是很好的一篇。【黄帝问曰，余闻九针九篇，夫子乃因而九之，九九八十一篇。余尽通其意矣】。

第一段谈的是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。余知之矣。次皆荣卫之倾移。虚实之所生，非邪气从外入于经也。余愿闻邪气之在经也其病人何如？取之奈何】邪气在经上面病人会产生哪些症状？如何治疗？一般来说病在经络、十二经脉上大部分都是表证，外面进来的，有时候是扭伤伤到经络，有时候是伤寒感冒、发烧伤到经络，都是外部的、经有病的时候。岐伯回答这一段就是专门讲天地中间的邪进入身体的时候。

我们讲邪就是一个病。所以以前很多人、西医在研究中医的时候，说中医用邪这个字很讨

厌，说邪就是让我不相信的地方。你错了，真正读通的时候还只有用这个字比较好。为什么？因为把病立名以后、显微镜去看各种病毒以后，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。我们用一个邪就代表生病了，不舒服。不舒服治到舒服，里边即使有一些病毒在里面也没有关系，它不会作孽的。就好像我们治病，比如一个人五十岁了，他得到肝癌，我们把他治好了。可是他跑去做正子扫描，说肝还有一个小肿瘤可能是癌症，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？它无害的，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。他的观念是这样、人没有健康的，所以如果没有吃药就觉得很奇怪。等到查出来非要说治疗的时候、一定有问题一定要治的时候，又叫吃阿司匹林。没有用，因为没有药，想尽办法把病人搞死掉。所以如果喜欢被屠宰，到医院去被屠宰。

【夫圣人之起，度数必应于天地。故天有宿度】天地之间有 28 个宿度，【地有经水】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，小的是河川。【天地温和，则经水安静】。【天寒地冻，则经水凝泣】冷的时候经里面的气会凝固住。我们就讲，寒就是造成瘀血。人家说他担心瘀血块流回心脏会造成心脏病，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，想到用让血液变稀的药，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。这都讲的很清楚。【天暑地热，经水沸溢】太热了溢出来，如果太热的话就会满则溢。【卒风暴起，则经水波涌而陇起】大水来之前大风，一定会这样子。【夫邪之入于脉】病邪入到经脉里面，【寒则血凝泣】，这就是寒热了。诸位这就关系到诊断、关系到处方，因为我们的处方里面有很多热的药。如果【暑则气淖泽】热气往上升，暑、太热。【虚邪因而入客】这时候因为寒、因为暑太热造成病邪会跑到身体里面来，【亦如经水之得风也】就好像外面山川河流有风一样。【经之动脉，其至也，亦时陇起。其行于脉中，循循然】经的动脉也是一样，当我们有过寒或过热的时候，这些机会都是天、外在的邪进入我们身体里面、侵犯我们人体身体的时候会产生的。【其至寸口中手也】我们有时候可以从寸口脉看出来，【时大时小】。【大则邪至】当脉太大代表邪来了、病来了、我们人体去抗它，【小则平】脉小就是平、身体好、病就恢复健康。【其行无常处。在阴与阳，不可为度。从而察之，三部九候。卒然逢之，早遏其路】。如果一个病人脉大，给他治到，吃完药以后脉就平缓下来。脉的速度变得很快，在用经方的时候瞬间就变掉了，有时候 3 个小时，有时隔夜就变掉了。如果用一般温病派的方子不会变，有的时候方子吃下去的确很好、表面上很好，实际上病根、病的根没有去掉。

【吸则内针】吸的时候把针插到身体里面去，【无令气忤】不伤到气。【静以久留，无令邪布。吸则转针，以得气为故】这是泻的手法。【候呼吸引针，呼尽乃去】等到呼的时候再引针出、把针拔出来。【大气皆出，故命曰泻】这都是泻的手法。

还在讲补泻。【不足者，补之，奈何】？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。都是要用补的手法。虚实辨证就是这样来的。补之。岐伯曰【必先扪而循之，切而散之，推而按之，弹而怒之】就是先去揉揉要下针的地方，遇到血管把它切开来，把它用指头推开来。【抓而下之】就是抓把皮肤以后把皮捏起来针扎进去。【通而取之，外引其门，以闭其神】。我刚刚跟诸位讲过，现在我们不用了。【呼尽内针】等到病人吐光气的时候针下进去，【静以久留，以气至为故】。我们为什么要久留？就是要等他的气。气到的时候，皮肤可以看到，变成粉红色、真的周围一块粉红色。气来的越大粉红色的块越大，气来的越小粉红色的块越小。健康、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，那是身体都很虚了。扎进去是那样子，20 分钟起针还是那样子，气都虚掉了，极虚。所以一般帮病人扎针的时候，背上或手、脚的针孔旁边一圈粉红色，就是气至。气至可以看到的。扎进去是青色的是扎到血管，里面瘀血，不是气至是血至。我们要气至，不可以血至，血至是扎错了。【如待所贵】气至的时候像贵人到家来要好好招待它。所谓【不知日暮】就是不要管时间。【其气以至，适而自护】。等到气到了以后，气平了，【候吸



引针，气不得出】这时候等病人吸气的时候把针拔出来，让气不漏出去。这个时候【推合其门，令神气存，大气留止。故命曰补】这是补的手法。

所以补和泻在这里。很简单，呼气的时候、吐气的时候进针，吸气的时候出针，这就是补。反过来就是泻。

黄帝问【候气奈何】等气来什么意思？岐伯就开始下定义了。【夫邪去络，入于经也，舍于血脉之中】邪本身离开络跑到经脉里面去的时候，当邪待血脉里面的时候，【其寒温未相等，如涌波之起也】。因为【时来时去，故不常在】它不常常待在这边，有时候还会回到络里面，有时回到筋里面去。【故曰，方其来也，必按而止之】。我们在扎针的时候、针灸的时候，是在方起来的时候下针。

我举个例给你听。不要说针灸，药都是一样。病人说肩膀痛，我说你现在痛不痛？不痛。不扎。我找你看病你不扎针？现在病气没到，下次痛的时候来找我。你不用管时间，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，等到痛的时候来找我。我们就碰到这种案例。这个太太头痛 25 年，痛了就吃止痛药，止不住还头去撞墙，吃到一天要吃 25 颗药。止痛药不是 25 颗。而是吃这个药会伤到肝，要去吃另外一个药固肝、免得伤到肝。吃到固肝的药会伤到肾，要去吃另外的药去补救肾、免得伤到。吃补救肾的药会伤到脾脏，又要吃另外一个药。所以她全身好像一个大补丁一样，真正的止痛药只有一颗，可是后遗症很多。吃了 20 几年，头痛 20 几年。怎么办？早上来的时候，现在痛不痛？不痛，滚蛋、不要来。她说你还要把我赶出去？对，现在不痛。她来的时候吃了止痛药。记得痛的时候来找我。这病人就回去了。当天下午就冲进来，头痛发了。好，你躺到床上。就是时之至也，等到了。发病的时候就代表需要治疗的时候。针一下去，痛就跑掉了。我说你明天不要来了，等到痛的时候再来。结果 3 天以后痛又来了，就再来。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。就是待病气到的时候下针。

治内科病也是一样。看这个人胃溃疡、胃病、心下痞，五种泻心汤很简单，就开个处方，一定对证的。可她吃了不会好，吃了一个礼拜还不好。不对，火大了。我们知道方子，怎么查还是那个方子，没有错。就叫病人拿一包粉剂放到口袋里，胃痛的时候吃。不痛代表身体不需要。她就这样，一剂就好了。这很奇怪，当然我们少赚很多钱。但是医有德，不是为了赚钱。那怎么办，一次就好。因为前面的人平常三餐按照时间吃，她偏偏这个时间不痛。结果那个人吃的时候是刚好晚上的时候睡觉还痛，一剂下去，从此就不痛了。所以方子绝对是对的，我们还要对准时机、时机要对。

所以以后大家做经方、做伤寒家，钱没有办法赚得很多，因为病人好太快了。但是你会也很多，为什么？因为更新速度很快。你不能老是看一个病人，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的时候。【止而取之，无逢其冲而泻之。真气者，经气也。经气太虚，故曰其来不可逢。此之谓也。故曰候邪不审，大气已过，泻之则真气脱，脱则不复，邪气复至，而病益蓄。故曰，其往不可追。此之谓也。不可挂以发者，待邪之至时而发针泻矣】中间有很多书上有翻译的，我们就不介绍了，看书就可以了。

【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的时候，时机跑掉了。【故曰，知其可取如发机，不知其取如扣椎。故曰，知机道者，不可挂以发。不知机者，扣之不发】好像拉了弓弦不发，【此之谓也】。我们知道时机的，在瞬间发生的时候去治。

比如我刚刚讲的胃病病人，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

八小时不发就跟他八小时。你老婆保证跟你离婚，为什么跟那个病人在一起？所以要药带在身边，告诉她做就好了。病人只要一痛，想到医师讲这个话，吃药下去。所以方法很多，不要太死，看病的时候不可以太死板板的。针灸也是一样，用药也是一样。

【补泻奈何】补泻的目的是干什么？还是讲补泻。结果是【此攻邪也】我们要去邪。去邪就是我们要做补泻，补泻就是实则泻其子、虚则补其母。【疾出以出盛血，而复其真气。此邪新客溶溶未有定处也，推之则前，引之则止。逆而刺之，温血也。刺出其血，其病立已】。如果我们遇到血症、就是瘀血堵到，记得瘀血堵到要把血放掉。瘀血不单单是指在膏肓，在腿上在身上受伤、脚踝受伤、扭伤有瘀血，通通给它用火罐抽掉。血要先去，瘀血要去。如果瘀血在四肢上面，如脚踝裸的瘀血，拿个火罐把血拔掉绝对比吃药来的快。为什么不去拔，开药吃得苦的要死。但是瘀血如果在内脏当然不可能去拔，开处方吃。看血在哪个地方。以后我们讲血症会看到，哪些症状我们可以知道身体里面有瘀血，哪些症状我们可以看到。

黄帝在后面问【然真邪以合，波陇不起，候之奈何】如果病邪和人的元气在相搏的时候在经脉里面，脉气没有发生变化，这怎么看？这里我们再提出一个，什么叫做常人，一定要知道正常。左右手。男人左血右气。男子右边的脉大于左边的脉，女子左边的脉大于右边的脉，这是常态。如果真气相搏的时候，居于经脉里面，脉息不发生变化，从这里我们就可以察到、实际上可以察到。岐伯说【审扪循三部九候之盛虚而调之。察其左右，上下相失，及相灭而，审其病藏以期之】。如果手上的脉察不到的时候察三部九候的脉。三部九候，悬厘、角孙、耳前这是少阳脉，阳明的人迎脉。三部九候的脉，头面上的脉跟手脚上的脉速度要一样。速度有不一样的时候、有忽大忽小，就知道这条经络出问题了。所以有时候手上的脉诊不到的。所以【不知三部者，阴阳不别，天地不分】。所以我们要知道三部九候的脉。【地以候地，天以候天，人以候人。调之中府，以定三部。故曰刺不知三部九候病脉之处，虽有大过，且至工不能禁也。株罚无过，命曰大惑。反乱大经，真不可复】。[第38集]

如果把虚实反了，【用实为虚，以邪为真，用针无义，反为气贼，夺人正气】就是把实证当成虚证在治、虚证当成实证在治。有的时候这个实实际上是真气，你把它当成病气，把它治错了就会乱。这称为大惑，就是医生没有弄清楚。【以从为逆，故不能久长。因不知合之四时五行，因加相胜。释邪攻正，绝人长命。邪之新客来也，未有定处。推之则前，引之则止。逢而写之，其病立已。】

所以这里讲的是三部九候的重要。我们临证上的时候，不见得每个人都会三部九候。所以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，要忙死了，有的人隔州、在外地怎么处理，你去摸他的人迎脉都摸不到。三部九候只是个原则而已。

我们有非常多的方法可以知道病之初。有变动、有病发生的时候，马上我们就可以察到。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。我现在临床上的时候我都是，初症、很简单的时候故意收很便宜的钱，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，第一个比如桂枝汤，很简单的开了都好了，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。

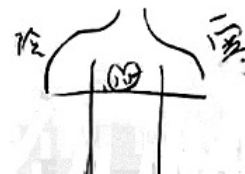
## 第二十八篇 通评虚实论

《通评虚实论》这一篇就是专门讨论虚实。

【何谓虚实】虚实怎么样，虚实怎么解释？【邪气盛则实】邪气很盛的时候，邪来很凶、病势来的很凶，我们称为实。【精气夺则虚】精气被夺我们称为虚。不是病弱了叫虚，而是人



的精气受到伤害了称为虚。这是真正的虚实的定义。简单说，比如一个人的大便，便秘。一天没有排便，这没有什么，精气还是很实。七天都不来，大便已经堵在里面了还不断地吃，这个时候邪气很实、正气会伤到。正气伤到我们就说精气被夺了，这是虚，病人是由实邪造成的。这是虚实的定义。



【虚实何如】虚实的状况？我们就论虚了。【气虚者，肺虚也】如果有气虚就是肺虚的时候，【气逆者，足寒也】脚是冷的。《通评虚实论》里面讲肺气虚脚冷。

所以常人脚是热的。我画的很难看。脚面上面有阳经，膀胱经、胆经、胃经。足三阳在正面。三阴，在内侧的脾经、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，所以脚部的足底是热的。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。因为肺气在上面，心脏在中间，肺气是主肃降。所以天阳的气一直降到脚上面去，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。



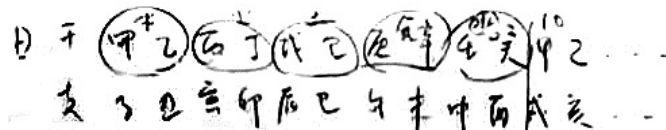
当肺气虚掉的时候，热气没有办法下达，脚就冷掉了。我们为什么要去看脚？很简单，这是阴阳交汇的极处，也就是说这是身体最末梢的地方。身体，里面有病不要管，身体一有病的时候最敏感的地方就是末梢先开始。所以我们可以知道，这是病之初始。所以小朋友一感冒脚就冷掉了，一生病、一有病脚就冷掉了。但这还是初症。只要不断冷、冰到骨头里面，病就越来越重。到后来肾脏病的病人会怎么样？感觉到那种冷从骨头里面冷出来。摄护腺癌、摄护腺肥大都是从骨头里面冷出来，都是在末梢的地方开始。脚上的冷不断往上走，走到身上就死掉了。足寒就是从这里来的。论虚。



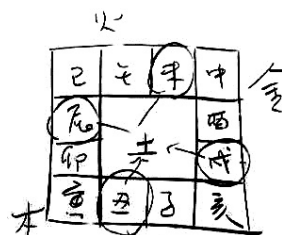
【非其时则生，当其时则死】是我们前面有介绍过的。春、夏、长夏、秋、冬对应肝、心、脾、肺、肾。当肝有问题的时候，遇到相生、其所生的夏，则是痊愈的时机。我们先讲本身。肝气本身的时节、春天的时候是病起，病发起来的时候。相生由水生木的时候是持平的时候，就是肝病的人在冬天应该是稳定状态的。到秋天的时候相克的时节、金克木的时候，就是病加重的时候。所以我们治肝病的人，到了夏天应该是病人痊愈的时机，在冬天应该持平。

我们为什么要知道这个原则？其他以此类推【余脏皆如此】。很简单。如果今天到手上一个肝病，不管中医还是西医，只要对病人有利的都可以做，我都赞成。现在肝病给西医去治，现在是冬天应该是持平的，结果治了一年脸原来是青色的变成黑色，就买单了，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。但到克的时节、秋的时候，金克木，这是死的时节。这是一年四季。

日子可不可以分？当然可以，月、日、时。日子我们有干、有支。天干是甲乙丙丁戊己庚辛壬癸。有的人看到天干就头昏了，你们不要想，就把它当成一个符号而已。地支是子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥。天干比地支少了2个，天干是10个，地支是12个。天干重新循环开始就是甲乙，所以一直在循环。从第一天开始甲子，因为天干十和地支十二的最小公倍数是60，所以延伸下去到第60后又出现甲子。



这些知道以后，我们要知道一个十二地支的图。我们在计算地支的时候，把辰戌丑未这四个时间通通拿出来称为土，亥子两个是水，寅卯两个是木，巳午两个是火，申酉两个是金。所以十二地支的辰戌丑未是土，其他是木火金水。天干比较好算，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。



当甲日乙日、天干是甲乙的时候且地支是寅卯的时候，就是纯木的日子，甲寅、乙寅、甲卯、乙卯。甲会跟十二地支的每一个都会碰到一次，这是循环。甲乙在碰到寅卯、地支是寅卯的时候，是纯木的日子。如果有肝病，起木、木的日子的时候病会起来，会看到病势会比较盛。开始动手治疗的时候，到地支是巳午是火、天干再碰到丙丁是火，纯火日的时候、这两个结合在一起就是火日，在火日的时候会痊愈。这就可以诊断日子生死。

如果到了火日，找到了天干是丙丁、地支刚好是巳午的时候，火日的那一天里面开火时、巳午，就是肝经、肝脏恢复正常的时候。这样子推它生。反过来推死也是一样，肝病的时候申酉、金是死。如果拿黄历一看，天干是庚辛、庚或辛日，地支刚好又碰到申和酉，这是纯金日。再碰到金的时间就是死的时候。这就是“非其时则生，当其时则死”。

【何谓重实】两个相加在一起。岐伯说【所谓重实者，言大热病，气热脉满，是谓重实】。所谓重实，本来经脉上就已经有热病了，再加上表证进来的热，两个相加在一起，重实，实就很重。



【经络俱实何如？何以治之】？如果经络都实、经脉都充满实证的症状是什么？治法又如何？【经络皆实】的时候，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的时候，是【寸脉急而尺缓】。我讲的寸脉。左手的左腕大拇指一侧，中间的高骨是关，关上为寸，关下为尺。关是阳，尺是阴。如果病是在经脉上面，经脉都是阳、在表，所以寸脉急尺脉缓。这是推理可以出来的。中医掌握一个原则、阴阳的原则就可以推理。经脉是表。比如讲足阳明胃经，为什么讲足阳明胃经？表。脾就是里。就讲完了。【皆当治之】我们治疗的时候都很好治。如果是【滑则从】就是脉证相合。滑的意思，诸位记得，手太阴肺经的经络是中府→云门→天府→侠白→尺泽→孔最→列缺→经渠→太渊→鱼际→少商十一个穴道，经脉是这样走。所以摸上他的脉的时候，可以感到气血往手掌的方向流。就好像你摸到水，水往哪边流你应该知道。那就是滑脉。如果水是逆着流是凶。【涩则逆也】这个水会逆流。【夫虚实者，皆从其物类始。故五藏骨肉滑利，可以长久也】。就可以从其他来类推它都一样。反正滑利的通通是正常，摸到皮肤滑滑的都是正常。摸病重的人摸上去都是涩的，真的是涩涩的。你们以后看多了，你们有些人在医院里工作，没事跑加护病房去摸。待得越久的越没有气，皮肤都涩掉了。

【络气不足，经气有余，何如】？刚刚是经络皆有表证。【络气不足，经气有余者，脉口热而尺寒也】。这个比较难意会。有的人解释，尺脉的皮肤比较冷、寸脉的皮肤比较热，这很难。那么短短的距离去分，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，尺部的脉沉而细，这种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的时候，寸脉部分是经，尺脉部分就是络。所以寸是经的位置，尺是络的位置。所以我们知道，经气有余络气不足，尺脉就会变得比较小，寸脉会比较大一点。【秋冬为逆，春夏为从。治主病者】。

如果是【经虚络满何如】？反过来【经虚络满者，尺热满，脉口寒涩也】。就是脉口比较涩比较小，尺脉比较大。经虚络满的比较危险。因为大经为主。经气足的时候络不足，这很好治。当经气不足络强的时候实际上是怎么样的？人身上有阳气，寸脉的阳气。人要危险要出事的时候，阳一定会外出。阳外出的时候，从脏开始走到经再走到络。经已经虚掉了、络满的时候代表已经走到末端了。所以这是阳出的现象，阳外出的现象，脉口的脉、寸脉比较小。所以当摸到阳脉涩小，阴脉很大的时候，我们知道阳要绝了、阳要往外出了。这跟前面的脉诊是相符相合的。所以即使你不知道、你忘掉经络，用阴阳也可以分出来。所以我一再跟诸位讲，我们侧面看脉的时候、剖面看肌肉的时候，脉应该是从关到尺斜下来的，寸是阳、尺是阴，这是正常。反过来，阳下去阴上来的时候就是阳要绝了。这个时候如果我们遇到络满经虚，比较危险



了【此春夏死，秋冬生也】。

【治此者奈何】我们应该怎么做？岐伯说【络满经虚，灸阴刺阳】。我们为什么要去灸阴？就是要固他的阴。灸里面有强固的作用。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】就是能够导阳，把阳导到阴里面去。我们要针灸里面把阳导到阴里面去，就是在阴经上面下针、在阳经上面用灸法，这是阳入阴的手法。

【何谓重虚】虚上加虚？【脉气上虚尺虚】就是寸脉和尺脉、阴阳两个脉都虚，就【是谓重虚】加重的虚。【何以治之】如何区别？岐伯讲的就是望诊和闻诊。【所谓气虚者，言无常也】听他的声音，一个气虚的时候讲话无常、就是前后不搭嘎、突然讲一下这个讲一下那个，气虚掉了。【尺虚者，行步怛然】尺虚的人、尺脉很虚的人，下阳虚。尺脉指下焦，身体的下部。寸脉指的是胸部，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，下面这是阳虚了。这种阳虚的人【脉虚者，不象阴也】。记得脉虚的人都是阳虚。【如此者，滑则生，涩则死】脉很涩的时候、逆流的时候是死，滑脉的时候是生。

这里特别提到、岐伯说“脉虚者不象阴也”，也就是所谓的阳虚。当阳虚的时候，治证为什么要去强调阳虚？就是我们要去补阳。补阳，而不是滋阴。我们补阳，阴自己会回来。不要去滋阴。因为阳虚的时候阴已经很盛了，阴阳是平衡的，阳虚掉阴就会盛，还在滋阴就阳更虚了。所以我们经方非常多的地方用了阳药，滋阴的药用的很少。张仲景一定看到，大虚的时候才会用一下，否则的话不会，而且是确定他阳还在。如果阳虚的时候都不用，用补阳的药。所以我们治贫血的时候跟南派、温病派的处方就不太一样。

这是由望，听声音、看走路的动作，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，阳虚了，心里面漫无目的，所以讲话也是东讲一下西讲一下，有时突然暴句话出来跟刚刚的主题都完全没有关系。

黄帝说【寒气暴上，脉满而实何如】？这就是讲寒气由四肢头走向、反逆上来到头部、胸面。【实而滑则生，实而逆则死】。所谓实而滑，脉很滑顺的时候，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。手上的脉气，尺是一寸、寸是九分的长度，这是所谓正常的脉，方向是由下往上、由身体上往手掌的方向走，这是滑。涩，停滞不前就是所谓的涩，或者是逆着走，都是危险。涩脉一般来说就阳绝了，阳气都没了才会停住。

这一段稍微比较难懂一点。黄帝说【脉实满，手脚冷，头热，何如】？我们摸脉是摸阴阳。结果它又大又实、很硬、很实。常人、正常人，手脚是热的，头面、身体是冷的。好像便秘吗？就这样好了，不是。手脚是冰冷的，上身是热的，这个阴阳是反的。为什么？人身的上身是阳、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。这是常、正常人。现在反过来了，手脚是冷的就是四逆，上面是热，脉又是实满，我们就称之为阴实。阴实出现在什么地方？阴指的就是脏。我们前面就介绍过脏可满。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、就是结块。比如谷仓藏了很多面粉，面粉都干的，很好。结果里面潮湿了、受潮结块了，就是实。

这段很重要。因为中医的辨证里面，如果出现阴实，阴实的症几乎都是死症、都是死。比如肝脏，肝本身是阴，阴可满不可实。如果是实的时候，就好像我刚刚讲的，干面粉在仓库里面是正常，现在遇到潮湿、受潮了一块一块硬邦邦的。当肝一实的时候，正常的心阳产生的热能要往下进入小肠，下不来了就往上走。所以下肢整个冰冷的。心阳往上走，上面是热的，同时会有亢进的现象。所谓亢进的现象就是，病人坐在那边没有办法平躺了、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。



摸到脉大的时候不要紧张，阴实，没有、不要急。我们常常看病是这样子，一个手摸他的

手，一个手摸病人的额头。额头凉的、手是热的，不会死的，这是便秘。不要弄错了，不要紧张、不能太紧张。你一摸是阴实，结果我一摸是阳实。

岐伯说【春秋则生】，为什么？因为春和秋，阳、阳气比较没有那么旺盛，所以春秋是肝和肺。【冬夏则死】，夏天阳气正当旺的时候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。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，有逆行的现象不是顺行，都是平常我们所谓的血虚。身有热就是阳脱了，阳要往外绝的时候阳气要脱出去。这都是死症。

黄帝又问了。黄帝的问题很多，因为都在学。【其形尽满何如】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【其形尽满者，脉急太坚，尺涩而不应也。如是者，故从则生，逆则死】。脉坚大就是讲一个人水肿、整个肿起来。简单讲就是，形胖很大、肿大时候，只要手脚温热的都是生，手脚冷的都是死。这是一个大原则。手脚是四肢的末梢，讲的就是尺，所以它才会讲尺脉涩而不应。如果尺脉应，回来不会涩，手脚是温热的。如果是涩而不应，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，手足温也。所谓逆者，手足寒也】。所以我们常常问手冷脚冷、手热脚热就是这样来的。我们就要判断。如果胀满长得很大、全身水肿，脚是冰冷的，心都凉了。这就很危险。心凉了不能不下手，下手的时候我们有很好的药可以把他救回来。[第 39 集]

开始讲小儿科了。黄帝问【乳子而病热，脉悬小者何如】？还没有断奶的小孩叫乳子。得到热病，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。我们所谓脉证合，现在发烧、脉就很大，这是脉证合，这都很好治。只要是脉证合，都好治。看脸色很红润、发烧、脉又很大，都是很好治的。脸色发青、脉很洪大、又发烧，这都不好治，因为脉色不合、色脉不对。所以用观想的就好了。岐伯还是讲了，【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【乳子中风发热喘鸣肩息者】气喘，肩息就是用肩膀。我常常讲肩息，以后你们会看到。因为肺气闭守住了，他要靠动肩膀的动作才能够吸饱气。这叫肩息。【脉何如】脉状如何？【喘鸣肩息者，脉实大也。缓则生，急则死】。脉很缓，它虽然实大，但是脉的速度很好。如果脉太急还是死证，没有胃气。我们摸小孩子的脉，不是三个指头去摸，小孩子的手很小。我们摸的时候是大拇指一个手指头压上去，小孩子的脉就摸到了。所以一个指头按到脉就可以查出来。所以我们的脉喜欢慢慢地、缓，而不喜欢很急。

黄帝又问【肠澼便血何如】如果下利又大便里面有血怎么办？岐伯说【身热则死，寒则生】。怎么去记？很简单。心里用 common sense 去想。这个人又下利又带血一定是寒的，如果身体发热是逆症，就阳要绝了。“身热则死，寒则生”。人在失血的时候本来就是会冷，冷是相生的。

【肠澼下泡沫何如】？如果下利又排白泡沫，里寒很盛，里面【脉沉则生，脉浮则死】。下利带脓血跟下利带白沫是不一样的。如果是沉脉则生。因为所谓带白沫就是阴虚掉了，阴虚掉的时候脉是沉的。反过来只有得到浮脉则死，浮脉是阳脉，阴虚的人得到浮脉。

【肠澼下脓血何如】？一般来说只要下利脓血的，【脉悬绝则死，滑大则生】。正常的有滑脉，滑大代表气血还有。所以脓血不会致命的。这是从脉上面来看。

如果是下利【肠澼之属，身不热，脉不悬绝何如】？这种利症、下利，【滑大则曰生】所有的下利症，滑大就是有胃脉，有胃气则生。【悬涩者曰死】悬涩就是脉很悬但是很涩，指脉没有力量而且停滞不前，这种都是死症。【以藏期之】我们可以按照真脏脉来判定他的死期。

【癰疾何如】得了癰病这种脑病怎么去看？这里就很重要了。【脉博大而滑，久自己】不



要去治他，一段时间就好了。当有癫痫的时候，阳亢在上才会发生癫痫，脉就是阳亢、脉很博大、阳脉非常的博大。【脉小坚急，死不治】如果是变得很小很急，一般来说都是死不治。这都是长肿瘤在里面了。【癫疾之脉，虚实何如】如果看癫疾、脑部的问题，虚实如何看？岐伯说【虚则可治】只要是虚证都可以治，【实则死】。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【消瘴虚实何如】消渴、黄瘴这种虚实如何？糖尿病、消渴，三阳结、阳结了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，吃东西吃得不能止饥、一直在饿一直在吃东西。这种病因为是阳结住了，热是非常热。如果得到【脉实大】是相同、脉病是相合的，【病久可治】再久都可以治。如果【脉悬小坚，病久不可治】脉悬小的话阳已经绝了。如果脉还是大的话，他是消渴，我们还是可以治疗、可以把他治好。

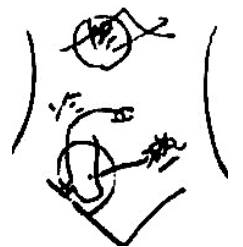
黄帝说【形度骨度脉度筋度，何以知其度也】我们治疗的方法，它的标准、治病的法则，有的以外形为准、以骨头为准、以脉为准、以筋为准，我们怎么知道它的标准？这一段讲的就是治疗痈疽、生痈，还有一些突然发病的、急性的病症，这些治证的方法。

【春亟治经络，夏亟治经俞，秋亟治六腑，冬则闭塞，闭塞者，用药而少针石也】。一般来说正常的冬天的时候，我们阳气入内，外、皮肤是闭锁的。这时候因为天气冷，我们用药比较多，用针石、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，我们还是要用针灸【所谓少针石者，非痈疽之谓也】。【痈疽不得顷时回。痈不知所，按之不应手，乍来乍已，刺手太阴傍三瘕与纓脉各二】这是我们刺痈疽。痈有时候在深处的地方，我们怎么知道？手摸也不知道。正常我们摸的时候，如果里面化脓的时候，摸到皮肤上面有几种情形。任何的里面有化脓的时候，第一个四肢上面，摸他手臂的皮肤，摸到他旁边都是冷的中间一块是热的，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、也没有办法去排它，结果胆破裂掉了。一破裂掉以后，脏的一些胆汁会留在胆周围的地方产生腹膜炎。还有阑尾。比如大肠头发炎了，结果肿很大破掉了，破掉以后这一块也是摸到皮肤上的时候非常的热，旁边都是冷的。手一摸上去就知道。奇怪旁边都是冰的、中间这块是热的，那是很清楚的可以感觉到，这里面化脓了。化脓的时候我们还是可以用针灸，冬天的时候用针灸来做。我们当然有很好的药可以把它去掉。这里讲的是针灸。针刺、针灸的手法，我们可以扎手太阴经上面，所谓傍三瘕。还有纓脉，纓脉讲的是胃经上面找。

可以在肺经上面找压痛点。这是治证。为什么过去唐朝的孙思邈说阿是穴？阿是穴的形，一般现在中医很多就用形。这里肩膀痛就扎这里、就是阿是，这是形，不是神。神是什么？比如肠子有肠痛，皮肤下游有化脓。为什么会去找肺经？因为肺主皮毛，从肺上面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，这叫做阿是。就是找到压痛点，啊、是、这里很痛，就是告诉你在那里下针。这个穴没有一定的。有的时候可能在孔最下两寸、下一寸，不在经的穴上面在经上面，你按照那个痛点扎针就可以。胃经也是一样，在胃经上找。

找的时候我们都是手不过肘，足不过膝、膝盖以下。比如肠痛，我们在足三里下可以找到，找压痛点。阳明经上找两个，肺经上找三个。这是从《黄帝内经》里面出来的治证。一定要下定义，手不过肘，足不过膝。不能说里面发炎了，胆或者肠胃发炎、腹膜炎破掉，找胸部是不会有压痛点的，胃经刚好在这边。它是在膝盖以下，都是远取穴。

【掖痈大热】掖就是腋下这边长个痈疽，这是少阳的地方。这时候我们要【刺足少阳，五刺而热不止，刺手心主三刺】手少阴心经，因为这是在心经上面极泉的地方。少阳经上面找，都是一样，膝盖以下。这是治证。黄帝问如何知其度，这个度就是找压痛点，没有一定的在哪里、在哪个地方。因为有的人痈疽在手臂上的地方不一定，所以按照经络上去找就可以了。所



以手心经刺三个地方、三个穴道。【手太阴经络者】再加上手太阴的经络，都可以。一般痈疽、化脓疮，我们都可以在肺经上面治。【大骨之会各三】就是骨会大杼，也可以各找三个穴道。为什么要找骨会大杼、大杼的周围？因为我们在治痈疽、里面化脓的时候，脓越走表、往皮肤表面走、往四肢末梢去都是吉的现象，如果痈疽是下沉、到骨头里面去、或往身上走都是凶的现象。所以我们会在骨会大杼的穴道旁边找、我们先下针，就是预防痈疽、化脓的地方跑到、感染到骨头上。所以才会有这种治法。

【暴痈筋繆】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、小便不出来。【治在经俞】在当经的俞穴上治疗。

少【腹暴满，按之不下，取手太阳经络者，胃之募也】小肠经，小腹这边。【少阴俞去脊椎三寸傍，五用员利针】。这都是我们治证的方式。当然都是治腹暴满的时候、腹胀满。为什么会取到少阴的俞穴、肾经的俞穴？因为腹暴满的时候，有的时候可能是便秘，有的时候是水积在里面。不一定的情形，都是随症来取穴。

记得这里有个大原则。举个例。很多东西可以推理出来的。我们有一个针灸家叫董景昌，他专门用奇穴。董景昌这个人我们很清楚他，他大字不识，中医书没有看懂。他只认得一个字叫一，一就是扁担。他只知道这个。可是这个人他的奇穴很多，因为家传的，他本身不识字。所以他父亲教他的时候就是抓他的手，教他这样扎就这样扎。他跑到台湾省来了。这是董氏的奇穴，这些奇穴就从这里来的。现在举例给你听。

如果遇到一个肝病的人，这是右腿的内侧，病人是侧躺。肝经走内侧。在肝经上压，会压到中间一个点，再加它的前后正好三个点。刺三。所以临床上我们治疗肝硬化、肝癌或者是肝病的时候，在肝经上找到压痛点。你说有没有穴道？没有穴道。这就是奇穴的来源。

这段讲的就是如何找奇穴。所以穴道常常因时因地制宜。针灸十二经络，我们下的原络治疗、俞募治疗、祖孙治疗、五门十变，这种方法是一个固定的原则。在临床上的时候，你要自己会很活用它，同时不能固定。

比如现在看左腿外侧。找到膝盖两个高骨呈三角形的下方是阳陵泉。我们知道筋会阳陵。现在有个病人是胆结石。我们知道胆石点的奇穴在阳陵泉下一寸。可是书上说阳陵泉下一寸只是一个大概。石头在胆里面的时候，石头在胆的这边、那边，就可能就会造成在阳陵泉下一寸的上下不一样。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、脚内踝裸的后面。太溪穴上来了以后，心里假想有个肾脏在这边，用手指头去按。有时候指头比较大，用一根筷子，头是比较圆的、比较方的。不要拿个很尖的，按他每个地方都痛。拿个圆头的，有痛点在这边。因为肾脏里很难讲石头在这边、在那边，哪那么凑巧都在同一个地方。就按照痛点下针。

什么病都可以。所以一看到腹满的时候，肚子胀满。病人可能是水，我们在肾经上找。可能是大便，我们在大肠经上找，或者在胃经上找，大肠经上也可以找。这一段讲的就是这个。

我们刺【霍乱】。过去我们讲的霍乱，你看《黄帝内经》就有霍乱了，指的真的就是上吐下泻。【刺俞傍五，足阳明及上傍三】。如果是吐症的话，我们知道在胃上面、脾胃上面。周围找，阳明经在经络上找。

【刺痈惊脉五】。这种是发癫痫或者是精神病乱的时候，针灸有没有手法？有，针灸也可



以治疗精神病患、癫痫。【针手太阴各五】，手不过肘，在尺泽以下找五个穴道。【刺经太阳五】像阳谷、京骨，【刺手少阴经络傍者一】络，像通里穴就是络穴，旁边找到压痛点下针。所以针灸在肺、在太阳经上面、在小肠经上面、在肺经上面，还有【足阳明一】找一个。【踝上五寸刺三针】解溪上五寸连刺三针。也就是说，只要记得经络，在经络上面连续找压痛点都可以。癫痫、精神病，我们的针灸都可以帮他治疗，针灸可以治疗。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。

岐伯说，治三消的病【凡治消瘴】一般会发生这种消渴，或者是【仆击】病人瞬间、突然昏倒，或者是【偏枯】半身瘫痪掉、或者是【痿厥】肌肉痿厥掉、手脚冰冷，【气满发逆】呼吸呼不过来，都是【甘肥贵人】有钱人，【则高粱之疾也】因为他吃的东西太好。这是内发的病。我们遇到病人【闭塞闭绝，上下不通】，比如饮食不入或者是大便不出，这都是【则暴忧之病也】就是心里面担忧，个性比较喜欢操劳，过忧的人都会得到这种病。【暴厥而聋，偏塞闭不通，内气暴薄也。不从内外中风之病，故瘦留着也】如果看到病人突然冷厥、四肢冰冷、耳朵突然聋掉、或者是鼻塞、小便不通，这种都是所谓内部发生的病。所以我们可以分成有外来的，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，寒风湿之病也】。手脚关节上面肿痛，造成走路不良于行，这个通是寒风湿。为什么这里岐伯要下寒风湿？因为我们以后用药，这个药是祛寒的、这个药是祛风的、这个药是祛湿的，把祛寒、祛风、祛湿混在一起就是治疗他的药。所以你要会辨证寒风湿。一般关节肿大、风湿关节炎都是风寒湿，都是这样子。原文是寒风湿比较不顺口，我都是讲风寒湿，反正无所谓、无差。叫名字有差，这个无所谓，祛风、祛寒、祛湿就结束了。不要那么挑剔。

现在下定义了。【黄瘁、暴痛、癰疾、厥狂，久逆之所生也】像全身发黄、突然爆发了疼痛、突然发癫痫、突然发狂，狂就是发狂奔走不视人，这种都是长久的久病，气逆、气不顺畅一直逆才会产生的，不会瞬间发的。

如果肝心脾肺肾、五脏中间不平衡的时候【五脏不平，六腑闭塞之所生也】。就是因为胆小肠胃大肠膀胱三焦、六腑阻塞不通的时候，腑有问题的时候会影响到脏。因为脏和腑中间相通就是靠三焦，两个是相辅相成的。所以脏有不平一定是来自腑有闭塞。

所以我们治脏，常常会去治腑。从《黄帝内经》读到现在，你们得到一个基本的概念就是，一个人随时保持大小便通畅，胃口很均匀、不要吃太多，能够睡觉。没有腑病问题，就没有脏病。所以常常有的人说，便秘多久了，便秘三四年。你看他三四年没事，可是他的腑病一直不通迟早会影响到脏病。三四年不长，有的人便秘一辈子，70年、60年都有。一般来说我们看到病人有头痛、耳鸣、九窍不利，就是眼睛、鼻、口、耳朵、大便、小便的地方，这都是肠胃所生。所以我们常常在治疗头痛的时候下任脉的中脘穴。为什么？因为胃气往上升只能到眼睛承泣的地方，结果胃气顺着任脉一直冲到上面来，头痛。我们会下中脘穴，原因就在这里。

所以刚刚那一段讲脏，讲一些病变的来源。

## 第二十九篇 太阴阳明论

现在开始慢慢进入分经、分类。六经里面就有个太阴经。张仲景的《伤寒论》就是把六经分得很详细，里面所有的治证、所有的处方都有。他就是研究《黄帝内经》来的。我们看什么叫做《太阴阳明论》。

【太阴阳明为表里】这个你们都知道，足太阴脾经和足阳明胃经是表里，【脾胃脉也】。

【生病而异者，何也】两个是表里但是生病为什么不一样？当然不一样，一个是表，一个是里。岐伯说【阴阳异位】阴阳不同，【更虚更实，更逆更从，或从内或从外，所以从不同，故病异名也】所以发的症状当然不一样。黄帝这个问题问得很奇怪。当然不一样，脏病和腑病。【愿闻其异状也】。

下定义了。岐伯说什么叫阳？我们从现在到第二十九章了还在阴阳。【阳者天气也，主外。阴者地气也，主内。故阳道实，阴道虚】所以阳的本性是实，阴的本性是虚。

【如故犯贼风虚邪者，阳受之】如果是外来的病，阳先受，主外。如果是【饮食不节】三餐不按时吃，或者是过饱过饥、或者吃得很多或者又不吃，都不好。【起居不时者】起居不按时，白天睡觉、晚上通宵打电动玩具或上网或看书、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阳明的胃。“入六腑则身热不时卧，上为喘呼。入五藏则瞋满闭塞，下为飧泄，久为肠癖”讲的是太阴和阳明时热。

阳明证简单的讲法，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。经热和腑热两个显现的症状就不一样，都有高烧，也会口渴。腑热就是大肠、胃伤到了，便秘，所以我们后面还有承气汤这种东西。经热大便很好，可是病人发烧、有时候高热，我们有时候用白虎，所以白虎是治经。张仲景处方的时候这两个就分开来。但是阳明证但见热不见寒证，这是纯阳明的证。

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。饮食进来得到的时候，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，上为喘呼】身体是燥热的、不能睡觉，【入五藏则瞋满闭塞，下为飧泄，久为肠癖】肚子很胀，因为阴脏伤到。脾脏主少腹、脾主腹，肚脐以下的整个腹部是少腹，是脾脏在管。



所以很多太太说倪医师帮减肥，我说你也不胖，我肚子胖、就肚子胖。饮食入内。帮你减肥可以，第一个从此不要喝下午茶。女孩子喜欢喝下午茶，坐那边八卦，不好，肚子都那么大。你是这样来的，当然要从那里开始改。所以要告诉她，少吃甘的、甜的不能吃，湿都过盛了。鱼也少吃，热中。要多吃一些清淡的，把湿去掉。处方就来了，有的是祛湿的药，然后看看她要祛热、她是热证，去湿、去热就加在一起了，便秘再加通便秘的药。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，我帮你治好了，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。这个没有治。【第40集】

如果“下为飧泄”，为什么“久为肠癖”？因为脾主腹而且主湿。湿很盛的时候怎么办？身体待不住了，湿又盛的话很重，所以它会下行、下利了、肚子胀。

【喉主天气，咽主地气】。“故阳受风气，阴受湿气”。天气，喉就是讲吸气，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。那个膜，吃东西时食物跑到气管里面去，就要想什么问题？少阳。因为少阳主开合。开合有问题是少阳。所以太阳主开，阳明主合，中间的枢纽是少阳。所以所有瓣膜有问题的时候通通是少阳。《黄帝内经》就把它简化了。

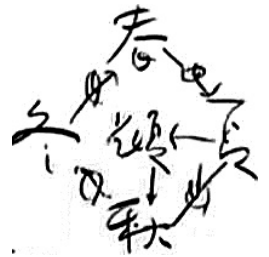
【故阳受风气，阴受湿气】所以阳明胃经受风病。【故阴气从足上行至头，而下行循臂至指端】湿气从地上、从脚上往身上走，【阳气从手上行至头，而下行至足】阳明从头上往下走。【故曰，阳病者上行极而下，阴病者下行极而上】所以足太阴脾经沿隐白、大都、太白、公孙



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。【故伤于风者，上先受之。伤于湿者，下先受之】讲的就是脾。

黄帝说【脾病而四肢不用何也】脾有病的时候四肢没法用。我们讲过脾主四肢。除了脾主腹以外，四肢是脾脏在管。脾有问题的话四肢为什么不能用？就回答了，理论就在这边了。【四肢皆禀气于胃】四肢禀气于胃，没错。把胃变成小肠，如果光看胃看不懂，把这边胃变成“四肢皆禀气于小肠”。吃的食物到胃里面摩擦、磨碎了以后，进入小肠里面、受盛之官开始消化。小肠在少腹这边是脾脏在管，所以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。所以没有脾脏，营养没有办法传达到四肢上面去。所以【而不得至经。必因于脾，乃得禀也】。【今脾病不能为胃行津液】脾有病了不能替小肠行津液，这造成【四肢不得禀水谷气】。【气日以衰，脉道不利。筋骨肌肉，皆无气以生，故不用焉】到头来就是四肢没有力量。所以脾主少腹、少腹这边脾在管，少腹里面有小肠，这都是相连的。所以脾在帮小肠行津液。

这一段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】脾没有主四时春夏秋冬。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、节气在转变的时候都经过土、湿在中间，才有办法转换。一般【常以四时长四藏】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】。这讲十八日就是，比如立冬、就要开始冬天了，立冬前9天、立冬后9天，两个加起来是18天。【脾脏者，常著胃土之精也。土者，生万物而法天地，故上下至头足不得主时也】。



《内经》里面是这样子讲。我们为了稳定，常常在算命的时候，是以2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、后期加在一起的时候，节气按照天地定位的时候，24个节气来说，是以两个礼拜最标准。多出的这3天不是很好，所以我们以这两周做长夏的时间是最好，更稳定。《黄帝内经》说前九后九，节气在转换的时候前面9天、后面9天，加起来18天。四季加在一起，每个中间都有18天，并为长夏。我们如果把它缩短变成14天、两周的话，这是绝对长夏。

为什么要知道长夏？因为治病的时机。脾有病，在长夏的时候病会起，长夏过后、节气换掉以后，长夏后面是下一个节气，它会痊愈的。并没有说长夏一定要去到秋天，一定要到冬天，没有。因为春夏秋冬四季中间是长夏。所以节气是春、长夏、夏、长夏、秋这样子走。所以实际上在春夏交接的时候、秋冬交接的时、冬春交接的时候、夏秋交接的时候，这四个角都是长夏的地方。在我们下手的时候很重要。我现在举例。

比如一个肝癌的病人，肝肿、肝硬化。我们在开始的时候会知道，他是在春天的时候会病起，在夏天的时候是病愈的阶段，在冬天的时候是持平，在秋天的时候是凶、死的时节。不能预定肝病的人一定、刚好什么时候来看你，哪儿那么凑巧在冬天很好的时节来，不一定的。这时候就要看时节了。如果是秋天来的时候我们知道很凶，因为节气不对。当邪很盛的时候我们要采守。因为邪气很盛，正气、真气、人的元气很虚。这时一攻的时候元气会没有。稍微等一下，去固它的本。所谓固它本是什么？固它的脾胃、实脾、让他脾脏强起来。等到长夏季节到的时候，我们可以加重处方。到冬天的时候是持平。冬天持平也就是说因正气和邪气在相平衡的时候，这个时候可以下手因为持平。如果一下手的时候发觉他胃口又没了、身体又坏了，赶快停掉，因为还是冬天。知道我的意思吧。然后到了春夏交接的时候，脾很实的时候，这是长夏的季节。脾气很壮盛的时候我们就不需要去实脾了，因为当气的季节就是脾脏的季节，这个时候我们去攻它。所以治病就是好像作战一样。时节开了、天窗开了，下手。闭起来的时候我们就住手。治重病的时候是要这样子的。这是讲重病了，我们治所谓的阴实。

如果是表实、表面的实证，管他什么时候，一剂下去就好了。一副药，管他已经好了。这一副药，比如要发表，吃下去就会发汗的。夏天的时候发汗了，冬天的时候吃下去没有发汗、小便排。一样，汗尿是同源的。怎么搞的吃下去小便很多，冬天正常。夏天吃同样的药，病人发汗。所以如果冬天的时候小朋友发烧，药吃下去他烧退掉了。你会奇怪吃药下去没有发汗？不行，再吃，太过了。他冬天没有发汗，小便排是正常。所以要注意他的尿。有的看不懂，不行，这是伤寒要给他发汗。冬天不好发汗，结果就给他发汗。汗发不出来，可恶，再发。本来冬天闭藏是正常的，硬把它打开来，结果风寒就进来更多，然后春必温病。冬伤于寒，本来是伤于寒了，给你打开来了更伤于寒。所以一吃解表的药，病人有小便是正常的。

所以我以节气为准。因为黄历上面中国历代都是用节气来算，节气比较好。所以以后不要吵了，有的人还长夏，我就不知道他怎么加进来的。

帝曰【脾与胃以膜相连耳】就是三焦的油网相连。所以【而能为之行其津液，何也】为什么？所谓【足太阴，三阴也】记得太阴就是三阴聚。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。【故太阴为之行气于三阴】因为三阴汇在太阴，都在汇。【阳明者，表也】就是腑了。【五藏六府之海也。亦为之行气于三阳】。因为有经、经络连到【藏府各因其经受气于阳明，故为胃行其津液】。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。【四肢不得禀水谷气，日以益衰。阴道不利，筋骨肌肉无气以生，故不用焉】。

一般来说如果看《黄帝内经》，看到它写胃的时候想成胃，就不好、就不容易懂了。把胃下降点变小肠，看到心下就是胃，这样子的话就懂了。

小肠吸收了营养以后又交给脾，脾脏总统阴阳，脾之大络大包总统阴阳，它就把营养分散到内脏、五脏六腑去，分到四肢末梢去，分到肌肉里面去。

### 第三十篇 阳明脉解篇

《阳明脉解篇》第三十，很简短，很好。

【足阳明之脉病】足阳明的脉出现、脉有病的时候。我们有经病跟腑病，所谓脉病就是经病。【恶人与火】看到人讨厌、看到火也讨厌，因为他很热。太热了，看到人也不喜欢，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。

【钟鼓不为动，闻木音而惊，何也】铛铛的敲钟鼓他都不怕，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，要确定他是不是阳明病很简单，木头一敲吓一跳说不要敲，这就是阳明经。如果敲了他也不会怕，他不是阳明经。所以很多种方法。《黄帝内经》讲的都是生活周遭的事情。有时候我们进去的时候病人不讲话，有时候问小孩子，不讲话。热不热？不讲，不告诉你。小孩子很皮，不说，就不告诉你。我说让我看看舌头，不给。我就碰到这样子。他就不给你摸。怎么办？像这种都是敲个声音就知道了。都可以晓得。很多种东西，就看你用。所以当个好医生，周围的东西都可以用。常常利用音来辨证。【愿闻其故】黄帝问为什么，因为【阳明者胃脉也。胃者，土也。故闻木音而惊者，土恶木也】木克土。所以会有这种现象。

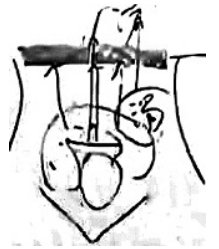
黄帝问【其恶火何也】为什么看到火会讨厌？因为【阳明主肉】。因为脾主肉，阳明也主肉。【其脉血气盛】。【邪客之则热，热甚则恶火】。本身就很热了，阳明是纯热证但热不寒，结果还要看到火，火上加火，所以他恶火。看到热，火都讨厌。



【其恶人何也】为什么看到人讨厌？【阳明厥】因为阳明气血上逆。上逆的时候【则喘而惋】闷热、气闷，【惋则恶人】看到人就讨厌。阳明证的时候，升上来的时候真的看到太太都讨厌。所以最好如果你太太阳明证，你闪远一点。看到你就讨厌，死鬼，你刚刚回来。阳明热。结婚了这样，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，更严重。所以太太阳明证的时候，赶快准备药，快一点给她好，免得很惨。

我们后面讲天文地理的时候，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，同时还有避灾，把梦移动。比如本来灾是白天来的，把它移到晚上、睡觉的时候发生。这种在《黄帝内经》都有的。应该有，结果散失掉了。找不回来，我就给它添加一下、偷偷加进去，你看看如何。找回来的不一定是对的，大家不同意那是对的。我自己加点进去，所以我说礼拜天会讲到这边。

【或喘而死者，或喘而生者，何也】为什么？阳明证喘而死者，所谓【厥逆连藏者死】，如果是喘连到脏、冷跟脏连到的时候，病人就很危险，阳明过热。太热的时候里寒出不来了，就死掉。【连经则生】如果只是连到经络上面。连到腑上，脏和腑相连的时候就是死证。如果是腑和经络相连的时候是生。



黄帝说为什么阳明病【病甚则弃衣而走】衣服一脱就跑掉了，【登高而歌】，【或至不食数日】或是几天不吃东西，【踰垣上屋】还跳到屋顶上，跑得很快，在那边高歌【所上之处，皆非其素所能也。病反能者，何也？】平常他做不到，发病的时候做得到，为什么？岐伯说【四肢是诸阳之本，阳盛则四肢实，实能登高】这是阳实证。怎么解释？为什么会这样子？这是腑热造成的。

正常人的胸膈有个横膈膜，我一再跟诸位强调，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子。

现在有个人便秘，大便堵到。大肠这样横过来、肚脐在中间、小肠在下边，结果便秘堵了很多。燥气本来只能到膈停掉，就很正常。如果是只到膈停掉，完完全全正常的，20年便秘也没有发狂奔走。有一天突然阳明燥气冲过横膈膜了。所以如果纯是阳亢在头上的话是发癫痫。如果是浊往上冲的话就不是发癫痫了，就是这样子，登高而走唱歌，墙很高一下就爬上去了，像猫一样很厉害。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。一般来说这种是大承气汤证。我们讲到承气汤还会再讲。然后讲到《伤寒论》的时候很熟，《黄帝内经》就讲过在这里。所以最早《黄帝内经》在这里，比张仲景早。张仲景是看了，用同样的名字写下来。

【其弃衣而走者何也】为什么弃衣而走？衣服一丢，裸奔、遛鸟这种。岐伯就说了，【热盛在身，故弃衣欲走也】因为太热了。浊气就上来，神志都昏了。太热了，衣服就脱了跑。记得一定是浊气。是浊气上来跟阳汇到才会神志失常。如果是浊气没有上来只是阳往上冲，阳亢的时候是癫痫、发癫症。

【其妄言骂詈】如果他乱骂、看到人就骂，【不避亲疏而歌者，何也】在那边高歌、唱歌？【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，当然要不吃东西了。这个时候大便的沼气往上冲，产生了这种现象。这是阳明证，有个特别的名称称为阳明腑热。这个名词很好，而且实，阳明的腑热。阳明的经热和阳明的腑热不一样。阳明腑热，燥热的时候全身很热，所以他把衣服一脱就跑掉。不会发狂，高歌、在那边唱歌，不分亲疏，就是浊气入脑。浊气就是大便的沼气，冲过横膈跑到脑部去了，就会发神昏、神志昏迷的现象，就是不视亲疏了。

所以你要是看到，四味药就可以解决了。一般的温病派的不会用承气汤、不会用大承气，大黄、芒硝不可以用，完了，那个人继续在奔。每天日晡、黄昏的时候，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，在那边丢了衣服，在那边裸奔。一年、两年都没有人治好，就代表此地无伤寒家。我们一看到，大承气汤一剂，从此他就好了。

诸位读到这边的时候，慢慢我们会进入六经辨证，慢慢细。你想想看，刚开始比较笼统、比较大原则，后来开始慢慢细。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，我们看《神农本草经》、看他的处方。噢，原来是这样，为什么大承气汤用枳实、厚朴、大黄、芒硝，还有剂量的问题，就结束了。然后等到讲《伤寒论》、《金匮要略》的时候，你们处方就自然天成。还没看处方的时候，等到《神农本草经》完的时候，你就会挑这个药。《伤寒论》《金匮要略》有失落，或写错的部分。失落的部分你就可以补回去，也不会错。[第 41 集]

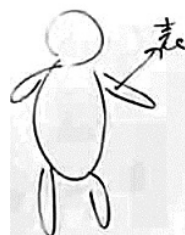
### 第三十一篇 热论

黄帝说所有的热病【今夫热病者，皆伤寒之类也】。【或愈或死】有的时候会好、有的时候会恢复，有的时候会死。【其死皆以六七日之间】死的不到六七日之间，好的比较慢【其愈皆以十日以上者】，【何也】为什么？也就是说，如果自己能痊愈的比较慢，如果是死的还比较快。

岐伯就说了。所谓【巨阳者】就是太阳。我们讲巨阳就是三阳汇、三阳并、三阳并在一起，【诸阳之属也】。【其脉连于风府，故为诸阳主气也】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、最初都是伤于寒。

这就是温病，就是热就开始治了，他不晓得最初是伤于寒。从《黄帝内经》一路下来讲的都是伤于寒，有伤寒以后才有温病。他们就都是温病就开始治，就不会用热药。

两感于寒的意思是，比如一个人，我简单的画一下。皮肤外面中医称之为表。表伤到寒了，没有治好。如果体格很好、或者没有乱喝酒、没有乱搞去玩女人、或者什么样子，身体很好，然后适当的保持心情平静、开心、不要去斤斤计较、不要有野心，又知道调理五味，慢慢就恢复了。如果本身伤于寒了，可是不知道如何去保护自己，这个时候寒还会再往前走。它有时间的，后面会介绍到多少时间。当寒进入我们身体里以后，有两种可能，第一个是少阳，第二个是阳明。当进入少阳的时候，它就会有可能会传变到阴，比如太阴、少阴、厥阴。到阳明的时候停止了，最多就是发狂奔走、登高而歌、傍晚去遛鸟、弃衣而行，最多就是这样子。进入少阳就会再深，当寒进入里面以后又受到了寒，这叫做两感于寒。这就比较危险。



【愿闻其状】黄帝就问，希望岐伯再详细的解说一下。这一段就是整个《伤寒论》的基础原则，理论就来自这里。

岐伯说【伤寒一日】，中国的文字一候、一日的定义都不一样，这里讲的一日应该是 6 天、现在来说的话是 6 天。因为传变是五、一二三四五，到第 5 天的时候节气会换、我们人体会换，到第 6 天会改变。伤寒一个周期 6 天，刚开始是太阳受【巨阳受】。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，【故头项痛、腰脊强】腰脊会比较强硬，因为寒在里面。

太阳又有个名称，我们称为寒水。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，所以当一流汗的时候，整个



汗出来是冰的。太阳是寒水。本身是寒水，它是水、是冷的，所以才会保护我们自己。身体外面跟环境有一个绝缘的东西。否则、没有这个绝缘的东西，我们的身体马上随着环境改变，就没有办法去适应它。已经是寒水了，正常是有一点寒水在里面。再感于寒就会造成像冰块一样很硬，造成项强。

第二个周期，如果6天没有好，差不多6天、7天、一个礼拜，【二日阳明受之】阳明就会受。如果病进入阳明了，【阳明主肉，其脉侠鼻，络于目】。大家都知道了，承泣、四白、巨髎讲的就是这些。所以会有【故身热目疼而鼻干，不得卧也】。我们人不能躺下去睡觉跟肠胃很有关系，因为阳明的气。

你注意看，阳明气是由上往下。怎么记那么清楚？很简单，不要去记就是记。因为开始讲穴道的时候就是头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髎，它就按照气脉的流行讲下来。所以我们讲手阳明大肠经的时候，“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》的时候，讲穴道的时候就是讲气行。到了阳明经，由头往下走，这是正常。

现在病进入阳明了。一进入阳明的时候，阳明气本来是往下走，现在不往下走、回逆。一回逆的时候阳明是燥热的，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，这样看就知道，哪有那么巧，今天是一日、明天是二日、后天是三日，不可能这样子的。这有一个转换的。【三日少阳受之】。到少阳的话主胆。少阳我们称为半表半里。你看人家进到你家先要敲门，门主开合，所以门的地方就是半表半里。门打开来以后，客人进来才进入里，在外面敲门的时候还是表。进入少阳，半表半里。【少阳主胆】大家都念过足少阳胆经，【其脉循胁络于耳】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、胆跟小肠，汇为耳门、听宫、听会。所以会有【胸胁痛而耳聋】因为气被风寒堵塞住就会产生耳聋的现象。【三阳经络，皆受其病，而未入于藏者，故可汗而已】只要病在三阳，如果没有入脏，我们通通可以汗解。所谓可以汗解就是，当病人大小便很正常的时候可以用汗解。

在阳明证的时候不见得都可以汗解。有两种。阳明腑热、腑的热，就是进入肠胃，胃里面、足阳明，跟手阳明大肠。进入肠胃的时候、腑热的时候，大便会干燥、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、在阳明经上面，病只在经没有进入腑的时候，吃白虎汤或怎么样，一下去病人会汗解，一样会得汗得解。所以如果是阳明腑热便秘，台北市政府提倡跑步，跟着市长去跑。早上跑的时候，汗发的更多，津液会伤到。刚开始跑一两天没关系。再加上便秘，跑了一个礼拜以后，津液伤了，燥气上升，变成早上跟着马市长跑步、下午一个人跑步去遛鸟，因为弃衣而行、跑到很高的地方，因为燥气会反逆。所以跑步不对，走路就好了，津液要补回来。不能发表，一看到病人便秘再给他发表，就秘上加秘。当然对你的仇人有用，但是千万不要用。如果对岳母用一下，这辈子就恨死你了。大便燥在里面，不可以的。所以可汗的时候是三种，阳明的腑热不可汗。

四日就是第四个周期。【四日太阴受之】过了21天以后病还没有好，病会进入太阴、伤寒会进入太阴。太阴就是脾脏，我们讲阴就是脾了。脾脉【太阴脉布于胃中】小肠周围、胃周围都是脾脉，【络于咽】咽喉的地方。【故腹满而咽干】因为脾脏受到寒就会造成肚子会胀满。五日、第5个周期、35天、五七35天【五日少阴受之】。【少阴脉贯肾】少阴脉本身贯肾，【络于肺】再进入肺，这就是肺跟肾是相连贯的，金生水，再【系舌本】。



诸位记得我那天画了一个图。一个舌头出来，舌头上面的舌苔是肺，舌本身的厚、舌质是心脏，舌的根的地方是脾，舌下金津玉液这两个地方就是肾，舌里面有筋就是肝。所以一个舌头也看到五脏的情形。有个人来说舌头抽筋，一样是属于肝，肝络在这边。所以少阴脉在舌头

下，肾主唾，记得前面有个五液，肾主唾液。如果病没有好、寒证进入肾，就会造成【故口燥舌干而渴】。

六日、六七 42 天以后【六日厥阴受之】进入厥阴。厥阴脉本身是按照经络走的时候唯一贯穿阴器【厥阴脉循阴器而络于肝】，所以会造成【故烦满而囊缩】阴囊往里面缩。这是男的，女的怎么办？当病在厥阴的时候，不单单是囊会缩，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。像男人不会让他裤子脱下来看看，我也不会这样子说，我们只是要知道这样子就好了。但是如果有个病人来告诉你，阴囊往上缩起来、怎么搞的一个感冒就上缩，你就要知道是厥阴、寒已经入厥阴了。【三阴三阳五藏六府皆受病】的时候，如果这个感冒三阴三阳通受病了，【荣卫不行】气血不能循环的时候，有受到堵塞【五脏不通】五脏之间没有办法相通、互相制衡的时候，【则死矣】这是死症。当出现死症的时候，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】如果没有两感于寒，两感于寒就是前面已经有寒了、后面还有外面的寒再进来推波助澜，一般 7 日就是 6 天后、第 7 天开始【七日巨阳病衰，头痛少愈】就是病在太阳，第 6 天后、第 7 天开始，不传经了、不传少阳了，它就慢慢解掉了，这是不两感于寒者。如果是到第 8 日这个周天的时候，【八日阳明病衰，身热少愈】。【九日少阳病衰，耳聋微闻】耳朵还是聋的但是可以听到声音了。【十日太阴病衰，腹减如故】就慢慢减下来了回到原来的状况，【则思饮食】就开始想吃东西。【十一日少阴病衰，渴止不满，舌干已而嚏】。【十二日厥阴病衰，囊纵，少腹微下，大气皆去，病日已矣】。意思就是症状慢慢退掉了，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。如果是在治病的时候，比如他还在少阳，一剂下去结果他变成太阴证，代表药力不对，这是第一个。还有第二个，就是他正要进入少阴的时候，结果你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。所以中间发生的原因会很多。所以一定要问清楚。有时候跟病人说，现在的症状已经几天了，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【治之奈何】要如何去治它？岐伯说【治之各通其藏脉】我们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】就是三候 21 天，【可泄而已】在阳上通通可以汗解。满三日进入里的时候我们可以宣泄，有利小便，有时候利大便，诸如此类。这里就定下来一个法则。所以在讲《伤寒论》的时候就有很多汗法。

黄帝问【热病忆愈，时有所遗者，何也】有的人病好了结果过几天热又回来了、发烧把他治好了过几天热又回来了，为什么？岐伯就说了【诸遗者】会有遗热、热会回来的，尾端的热就是因为【热甚而强食之】。在发高烧的时候吃东西，勉强自己吃东西，【故有所遗也】。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】。所以一般来说我们在治疗表证，治病的时候告诉他，即使饿吃一点很清淡的、一些米汤就好，甚而至于能不吃就不要吃没有关系。人 7 天不吃不会死掉的，等到病好了再去吃。否则的话把他的热退掉了，过几天又回来。他想说我感冒了、生病了，这时候我应该吃得更多一点，就造成胃里面热很多。【治遗奈何】？【视其虚实，调其逆从，可使必已矣】。

【病热当何禁之】这就是禁忌了，黄帝说如果病热、有发热病的时候我们的禁忌是什么？【病热少愈】热病刚开始要慢慢恢复的时候，【食肉则复】一定要不可以吃肉类的东西。肉类的东西会造成遗热，热会停在里面没有办法完全的散发出来。【多食则遗】这是它的禁忌。所以如果吃米面、谷类这种东西最好，吃稀饭，配一点酱瓜这种就可以了，配肉松就不好了，要一点青菜、水煮的青菜这样可以。

黄帝再问【其病两感于寒者，其脉应与其病形何如】？岐伯就回答、解释什么叫做两感于寒，就是我现在说过的。病刚开始的时候，两感于寒就因为前面一个寒证已经进入阴证了，结果进入的时候后面的寒又进来，结果病人第一个周期看到太阳和少阴并病。我们讲两感于寒就



是有阴证、有阳证、同时出现的时候，这就是两感于寒。

【病一日则巨阳与少阴俱病】少阴和太阳俱病的时候病人就会有太阳和少阴证、两个证同时出现，【则头痛口干而烦满】。口干烦满是少阴证，头痛是太阳证。这个人有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，【二日则阳明与太阴俱病】的时候，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。谵言跟谗言、小人在那边讲不太一样。阳明证里面有胡言乱语，讲话不经过大脑，已经神昏了。

三日、第三个周期以后如果少阳和厥阴碰在一起，【三日则少阳与厥阴俱病】的时候，这就少阴也感于寒、厥阴也感于寒，【耳聋囊缩而厥】耳聋就是少阳的寒、囊缩是厥阴的寒、厥就手脚是冰冷的，这个时候【水浆不入，不知人，六日死】六日就是6天里面死掉。所以有时候日是讲一个周期、一个候，有时候一日又是讲一天。

我们有五实和五虚。遇到这种情形的时候，没有办法处方。没有办法处方的时候，他六日死，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子。你想想看如何让他好。药、中药都不能入了，这时候要不要下手，要下手。可以用针灸去想办法救逆。我们有四逆去救逆。还有用刚下的米汤、很热的米汤下去，让他能够一吃到胃里面受到热气，同时收到米粥。因为米汤这种是天地之间的精华。

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，好学生学不好中医的，要皮。你这样子想。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？人年龄大了到了90岁，牙齿都没了，没有西方的植牙手术，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，你看到的是形，我看到的是神，不一样。所以如果稻米做那么大，是上帝有问题、绝对有问题。把它做那么小，很厉害。真是很聪明，非常有智慧的。

黄帝说【五藏已伤，六府不通，荣卫不行，如是之后，三日乃死。何也】为什么？这个很惨，五脏伤到，六腑又不通，气血又不行，怎么办？三日，为什么三天就死掉了？岐伯说【阳明者】是胃气，【十二经脉之长也】十二经脉里最大的。胃气就是，阳明是多气多血的经脉。【其血气盛】的时候，阳明经本来是应该由头上往脚下走、所以阳明经走到脚下的时候是脚的厉兑穴、从头上一路往下走，如果逆盛的时候、阳明经气往回盛的时候，因为阳明经是多血多气的经络，冲上来的时候会【故不知人】。【三日其气乃尽，故死矣】三天，因为不能吃东西、五脏又受伤，阳明经气最多维持三天、胃气只能维持三天，三天的时候他就死掉了。

这里又下了个定义。岐伯说【凡病伤寒而成温者】凡是病伤于寒，冬天伤于寒、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，这个人到春天的时候温病，不一定的，是以夏至日为主。夏至日之前得到的温热病是属于冬天伤于寒、是来自寒的，夏至以后得到的温病跟冬寒没有关系是中暑、天气太热。【暑当与汗皆出】暑病怎么解？汗解、当汗者解。这都是替汗法下了注解。不要去止它，暑病了。所谓汗，汗是阳。汗出来、阳失的时候，我们用汗解。当阳到极的时候，阴自己会回头。

所以我们处方，伤寒家的经方跟温病处方不一样。温病一看，滋阴。滋阴对我们来说就是会有余热在里面。肉类的都是阴。你看肉类，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。如果去滋阴它，它余热在里面。刚开始会很好、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。我们处方的时候会用一些发散的药，一发散的时候阴液它自己会回头。所以我们开处方的时候，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。同时让病人一切肉类不能吃，只能吃些谷类的东西、一些蔬菜类，这样就可以了。

## 第三十二篇 刺热论

进入第三十二篇《刺热论》，这一篇专门讲如何刺热，遇到热病的时候针刺的手法。

【肝热病者】如果热在肝，【小便先黄，腹痛多卧，身热】。这就是讲肝炎，急性肝炎一样，很类似这样子。第一个我们可以看到小便马上是黄的。小便是黄的，因为肝经络阴器。所以一热的时候小便黄。我们常常问小便。

病人大便秘，问他几天没大便，一个礼拜没大便。我们有祛寒实的药。中药有分寒热，有分祛实的药，寒实和热实。所以光便秘的时候，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，下利是虚，现在是实。实的时候分热实跟寒实。寒实的时候，中药我介绍的时候会讲这个药是祛实的、那个药是祛寒的。热实的时候，这个药是祛实的实是共同的、都一样的，那个药是祛热的药。所以当同样遇到便秘的时候，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，小便出来是黄的通通是热，讲完了。因为有的时候病人是隔到电话，你也看不到。眼睛一看到脸色苍白，根本不要问小便了，就讲完了。一摸脉，手上的脉细细小小，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，停在那边。因为它没有蠕动，所以他不觉得痛苦、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。

腹痛多卧，如果寒证肚子不痛的，热证肚子才会痛。生病当然多卧。身热。【热争则狂言及惊】容易受到惊吓、嘴巴乱讲话，【胁满痛】因为肝在胁的地方、我们讲胸胁，两个胁肋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，如果受热的时候情绪会非常不好，手足会燥劳，没有办法好好的睡觉。【庚辛甚，甲乙大汗】。现在知道了，甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，甲乙是木，丙丁是火，戊己是土，庚辛是金，壬癸是水。肝病的时候遇到庚辛日，金木相刑就是最不好的时候。遇到甲乙日，肝是甲乙，肝是木，遇到甲乙是病要起，所以会大汗。【气逆，则庚辛死】。气逆前面介绍过，脚是冰冷的，就讲完了，不能气逆要想半天。遇到气逆的时候，庚辛日是死日。我们前一堂讲介绍庚辛，现在就知道了。糟糕这个人气逆肝病，要看看黄历，再几天就庚辛日了，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】这时候用刺法下手，针灸可以做，刺足厥阴肝经跟足少阳胆经上面。【气逆则头痛员员】阵阵的头痛，【脉引冲头也】脉气冲到头面上。冲上去头面的时候是一阵一阵的。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，通通治疗，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，用俞来代表它，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，张仲景留下很多处方。

【心热病者】炎症、热证在心脏，刚开始【先不乐】因为心主喜。心脏好的人很开心，你们看我就知道我心脏很好。【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，所以外面一感觉到怎么那么热就是热。火就是看到火，火在烧，这两个不一样。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。所以不要把热跟火放在一件事情，不一样的。心本来就是相火，现在又热，就这样子热争则心痛、卒心痛。【烦闷善呕，头痛面赤】这个时候心脏受到伤害，所以整个心里面的阳都往外跑，心主的红色。变得【无汗】心主汗液，心受伤的时候太燥热了，汗没有了。【壬癸甚】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，【丙丁大汗】就是病起、会看到起。这时候气逆、脚冰冷【气逆则壬癸死】。这时候针刺的手法【刺手少阴太阳】手太



阳。一般取穴，这个时候我们在四肢上取穴的时候都是以原络穴，就是所谓主客治疗、原络治疗。

【脾热病者，头先重】头重因为脾主湿。只要记得，病人没有痛、就感觉到身体很沉重头也重，只要病人讲很沉重就讲的是脾脏。因为脾主湿，湿很重的一个东西，好像提一桶水很重、非常的沉重。两【颊痛，烦心，颜青】脸会发青。为什么？因为脾热，热就是太过了，这时候土会反侮到肝，肝脏的青色会被表现在脸上面。【欲呕】脾脏有问题，一定恶心吃不下东西，因为脾主湿。湿的时候，脾脏在左边胸膈的下面很大，如果湿很甚的时候会顶到胃。脾脏肿大了顶到胃，胃里面受到压迫，呕、恶心、就会吐。【第 42 集】

【身热】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，所有少腹是脾脏在管。脾湿很盛的时候，下面湿很盛。热争的时候，腰在把肚子拉到，如果湿太甚的时候肚子会往下坠，这时候病人会有腰痛、会牵扯到的痛。【腹满泄】这是脾脏的，【两颌痛】。【甲乙甚】遇到甲乙的时候，甲乙是木日，木克土。戊己的时候它是本真、属于跟它相同的【戊己大汗】。【气逆，甲乙死】。气逆，为什么讲手脚冷？因为我们讲会死的都是阳绝了、阳气要绝了。阳气绝的时候，手脚、尤其脚、手的末梢都是阴阳交汇的地方，阳绝、阳开始绝的时候脚开始冷的，从末梢开始往身上冷。末梢往身上冷是阳绝，当然会出现死症。我们可以【刺足太阴阳明】的穴道。选穴三阴交、足三里都可以，因为这些穴道无所谓补泻。

【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。诸位记得，我们中医只要一讲到风，脑袋里第一个字就跳出来是阳，风就是阳。肺是上焦，心肺的地方、胸是阳的地方，所以皮毛感受恶风寒，很讨厌风吹。

【舌上黄】肺在管舌苔，所以肺一热的时候就看到舌苔就黄掉了。【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。如果病人有维脉痛、痛沿着胸肋走，可是没有身热、没有肺热，这是阳维脉的痛，下针外关痛就去掉了。病人有肺热，也会引起阳维痛。【不得太息】不能喘息，没有办法深呼吸，不得太息是没法做深呼吸。【头痛不堪】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，肺一热的时候毛孔就张开了，毛孔一张开后汗不断的流，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。刺手太阴阳明。出血如大豆，立已】。如果我们要出血，绝大多数就在井穴上放血。诸位记得，凡是热证，井主心下满，荣穴主身热，这是《针灸大成》里面的五俞穴。荣穴可以下针，荣穴非常好。也可以在四肢末梢。祛热的方法很多。四肢末梢经脉的地方有青筋冒出来的、有瘀血冒出来、青脉冒出来，通通可以放血，一放热就退掉了。



【肾热病者】肾脏有热，这就看起来好像是肾发炎。急性肺炎，刚才好像肺炎一样。现在是肾发炎。有热的话，刚开始【先腰痛胕酸】胕念 hang，就是足胫的地方、脚胫的地方。过去胕是牛的背。你摸摸看牛的背，感觉看看牛的背。如果你没有摸过，看图、见图示意。再摸摸你的脚胫，就像牛背一样。胫骨那边会酸痛。【苦渴数饮】非常的渴一直喝水，【身热】。因为肾主金津玉液，金津玉液是唾液。所以肾脏有问题的时候嘴巴一定燥渴。病人告诉你，奇怪了每天晚上起来嘴巴很干燥。以前我们一看就是肾脏，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，你要想想看中午是不是在外面吃到味精。味精一吃去嘴巴整个干掉了，所以味精伤肾。所以就不要吃味精，当然给你的敌人吃可以，自己不要吃。【热争则项痛而强】因为足太阳膀胱经跟肾经是表里经，我们会看到。【胕寒且酸】胕寒就是脚的胫骨那边是冰冷的，病人会跟你讲脚是冰冷的。【足下热，不欲言。其逆则项痛，员员澹澹然】。足下热是什么意思？脚正常应该是，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【戊己甚】土日会严重，【壬癸大汗，气逆则戊己死。刺足少阴太阳】。所以最后一句话，所有会发汗的【诸汗者，至其所胜日汗出也】克的日子，就好像壬

癸，会有汗的现象。

我前面跟诸位讲过了，我们把人身上的图对上去脸以后，在中医的《黄帝内经》的理论，左边是肝、下边是心脏、中间是脾脏、右边是肺脏、上面是肾脏，这是木火土金水、五个脏的位置。

如果是望、我们看过去，肝脏有问题的时候【肝热病者，左颊先赤】左边的颊先会看到赤色。

【心热病者，颜先赤】心热的时候，这个颜是指额头，不在下面，这个时候水火是相反的。就好像《易经》里面到后面的时候，一个是火水未济卦，倒过来就是水火既济卦。遇到水和火的时候会相反过来。火气会往上冲，造成上面、额头前面是红色的，正中央的地方是红色的。当然如果看到中间很好，只有眼角上方、攒竹上面有一点点红了，是痔疮，不是心热。在正中间红的是心热，这个角就不是了。

我们很多望诊，一看就知道。【脾热病者，鼻先赤】。因为热就是红，赤色。

【肺热病者，右颊先赤】。

【肾热病者，颐先赤】颐就是下巴，红起来。所以看到下巴红，不是心，心本来就是红色，这是肾脏。刚好心肾这两个是反过来，是未济。

【病虽未发】病还没有开始发，你看到脸色知道他要发热病了，【见赤色者刺之】先刺。这就是【名曰，治未病】。所以你看颜色的时候，还没有发热病的、还没有发炎的时候赶快去先刺，就不发了。这是上工治未病，望诊可以看到的。

【热病从部所起者】热病从部位看到的时候，【至期而已】。【其刺之反者，三周而已】如果刺的方法不对、相反了、刺错了，变成三期、三个周期才会好。如果是正常的话应该是到期、到最旺时就会好了。可是如果刺错了，还是会好，但是时间会拉得比较长。【重逆则死】如果严重的逆刺、刺的方法不对，病人会死。所有当汗者【诸当汗者，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，以饮之寒水乃刺之】我们在治疗所有的热病的时候，下针之前让病人喝冷水。大量喝水，喝完以后下针。【必寒衣之，居止寒处，身寒而止也】然后衣服要穿得薄一点，住的地方要冷一点不要太热。这是治热病的方式。

【热病先胸胁痛，手足躁，刺足少阳，补足少阴。病甚者，为五十九刺】这一段讲五十九刺。后面有一段、《黄帝内经》第六十一篇《水热穴论》讲的就是五十九刺。到那时候我们再介绍。所以前面的热病，如果刚开始发热从胸胁开始的时候，我们“刺足少阳，补足太阴”。

【热病始手臂痛者】如果从手臂开始，这就是下一个治疗的方法而已。如果不记得没有关系，你就记得《刺热论》，下次要刺热的时候回头翻一翻。中医的东西太多了，也不好背。刺手臂痛，如果热病刚开始从手臂开始痛的时候，我们就知道了，【刺手阳明太阴而汗出止】。其实可以推理就知道了。胸胁痛是肝和胆的地方，马上就想到了。

【热病始于头首者】如果是头顶的这边，头顶就是太阳，【刺项太阳而汗出止】。

【热病始于足胫者】足阳明胃经是连着足胫的走，【刺足阳明而汗出止】。

【热病先身重、骨痛、耳聋、好瞑，刺足少阴】。身重也代表太阴，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，少阴证可以刺足少阴。【病甚为五十九刺】病严重是五十九刺。我刚刚讲过，我们后面会介绍五十九刺、什么叫做五十九刺。

【热病先眩冒而热，胸胁满，刺足少阴少阳】。

还是在讲热病。【太阳之脉】我们如何知道它是热病？如果是太阳的脉，【色荣颧骨】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。这个时候【曰今且得汗】凡是热病在表，通通是汗解、太阳经都是汗解，【待时而已】。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【与厥阴脉相争者，死期不过三日】。【其热病内连肾，少阳之脉色也】。太阳会有时候连到肝，因为太阳是木子（手太阳是火，水生火），它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。【少阳之脉色荣颊前，热病也。荣未交，曰今且得汗，待时而已】。这是血未交的时候，通通是得汗。太阳脉【与少阴脉争见者，死期不过三日】不是3天。像这种脉在表上的时候都是21天，没有那么严重，我们都是汗解、都是汗可以解掉。

这里要介绍热病的气穴，这段比较重要。【热病气穴，三椎下主胸中热，四椎下主膈中热，五椎下主肝热，六椎下主脾热，七椎下主肾热，荣在骶也】血在骶骨那边。骶骨是背后的尾椎骨这一带。【项上三椎陷者中也】。前面讲肺是在第三椎、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，为什么现在都是往上走了？原来肝在第九椎，现在跑到第五椎去了。脾在十一椎，肝胆脾三焦肾，现在脾热跑到第六椎了。肾本来在第十四椎，现在跑到第七椎。为什么？因为太阳受病的时候，如果病结在背上，太阳经跟督脉是连到的，它进入督脉的时候，一热起来的时候，热的本性就是往上冲。所以在头面上就可以看到颜色，在督脉上原来肾气在下面都会往上升。所以不能按照督脉的第几椎，它是往上升，通通要往上调。这是热病的气穴。所以在遇到热病的时候，我们在按三四五六七椎的时候得到的结果是不一样的。这是热病有气穴的位置。

气穴的位置可不可以下针？当然可以下针。除了帮你诊断以外，都可以下针的。所以如果在背后按，如果你不记得，但你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。甚而至于督脉本身都可以直接下针。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。记得我们要散热的时候，起针的时候不要扞针、手不要把针口按到，针直接拿出来让它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。脸上颧和颊的位置，两个位置刚好角是这样的。位置找到以后，【下牙车为腹满】如果是颊下逆、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。如果赤色在下颊车、颊车的穴道、颊车的地方看到，就是腹满、肚子胀满。如果是在【颧后为胁痛】。【颊上者，鬲上也】颊的上方看到赤红色，这个位置是膈上、胸膈的位置。热在这一段的地方，这是正面可以看到。背后就是刚刚讨论到的，从第三椎到第七椎讲的是胸、膈、肝、脾、肾。这样记。胸，膈就讲的膈膜、中间的横膈膜，然后肝、脾、肾，对应三四五六七。这是背椎在上面可以找到、知道热性病的这个热从哪里来，我们可以断。

这个热其实就讲炎症，简单讲就是现在西医讲的炎症，肝炎、肾炎、肺炎、胰脏发炎、脾脏发炎。

### 第三十三篇 评热病论

《评热病论》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？一般我们遇到热证，发表的药一开，汗一解热就没有了，就好了。现在不是这样子的。一发表的时候，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。这个病情不会因为用汗解而好，而更严重，反而造成狂言不能食，就是津液整个伤到了。这是为什么【病名为

何】？岐伯说【病名阴阳交，交者死也】。

也就是因为这一条，造成温病派不能吃汗药、吃汗药吃得人死掉。很多药、我们需要汗药的，岐伯也讲了，他就不用、一律不用。所以当你念《黄帝内经》的时候就知道，几千年下来到温病派的时候就是怕，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、发汗的药的时候，病人会病更深。你只要确定，怎么会失手？我到现在没有开个汗药人家那边发躁、手脚抽筋什么，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【愿闻其说】讲详细一点听听看。这里就是南派、温病派看到不敢用汗药了，不能发汗就来了。

岐伯开始下定义了。【人所以汗出者，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【今邪气交争于骨肉而得汗者】交争在四肢表面、在身体的表面的时候还没有到内脏会得汗的，【是邪却而精胜也】病要退了、精要胜了的现象。所以我们流汗，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，邪气也】代表邪气。【汗者，精气也】。如果汗解了，结果病人烧没有退、热又加重了，这时候【今汗出而辄复热者，是邪盛也】病邪盛。【不能食者，精无俾也】无俾就是没有办法，就是精不够、精不足了。【病而留者】如果这个病持续呆在里面的时候，【皆寿可以立而倾也】会影响到寿命。

热论专门说【且夫热论曰，汗出而脉尚躁盛者死】发汗了以后病人会脉躁、速度非常快，这种是死症。【现脉不与汗相应，此不胜其病也】这就代表发汗不能够把病去掉。【其死明矣】死的很明显。【狂言者是失志，失志者死】都是死症。【今见三死，不见一生，虽愈必死也】。这一段提出三个死症。第一个，汗出的时候、发汗了，病人热又回来了。第二个死症，脉非常的急躁，又躁、快速又急。第三个就是，狂言不能吃东西了。当用汗解的时候病人出现这三个症状，代表阴阳交，代表津液、身体的正常的精没有办法胜过病。也就是因为这样，他们南派的医生不敢，就开始什么连翘、银花、浮萍，很温和的药就出现了，因为不敢大汗解。

诸位在用汗解的时候记得一个大原则，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的时候，跟病人说大量的喝冷水。有时候遇到一些症状，这是灵机的，当你知道这个原则以后。我们举些案例。比如过去中国人舟车劳顿，真的是坐船、坐车。夏天在船上，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。因为船夫是划船的，身上的汗流得很多，这个时候阳明燥热。因为以前船就是长成这样子，晚上客人在里面、船夫在旁边就睡了，第二天再继续摇。晚上江上、河面上都是冷风，因为是水，冷风。白天是大汗出，晚上冷风吹，伤于寒。结果一看病人，糟糕，燥热、口干、里面津液都没有了，再一看他表寒、冷得要死。心里想这是麻黄汤证，要用回阳汤。麻黄汤又叫回阳汤，下麻黄汤。想想看一下不行，下了他津液没了很危险，给他喝大量冷水或吃水梨。水梨是肺的果，因为汗发出来的时候都是从肺走到皮肤表面上去。这种都是临床上辅助的。不能看到这个人津竭了可是又要汗法就不要治了。太麻烦，又没有津液、发汗又死，不要干这个事，不行。有很多方法，在下手给病人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。

【有病身热汗出烦满，烦满不为汗解。此为何病】为什么？刚刚我们讲过烦满，比如足厥阴肝经，很多都会有烦满的现象。【汗出而身热者，风也】。流汗流出来之后，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。所谓的这个热，【愿卒闻之】再详细说一点。岐伯再做解释。【巨阳主气】就是太阳先受气在表证，在肌肉，在我们的项背的地方。先受气的时候，【故先受邪】因为少阴和太阳是表里。所以读过《针灸》现在很了解，很快，动作就很快。【少阴与其为表里也】足太阳膀胱经跟足少阴肾经是表里。当【得热则上从之】肾经的津液会往上从它，【从之则厥也】这时就会下肢冰冷而造成逆冷的现象。遇到这种等于是太阳跟少阴并病、太阳跟少阴同时合病。



【治之奈何】如何治它？【表里刺之】表里都可以刺，【饮之服汤】再开点汤药给他喝。前面是讲风厥，就是病后发汗、得了汗还热。诸位不要担心。我们在讲《伤寒论》的时候，这就是风热的处方，我就这样讲完了。张仲景已经帮你开好了，所以你们很简单。如果你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，少部分没有解决，我也把它补充进去了。不是没有解决，一定是他的徒弟很粗心大意。每次拿了师傅的竹简出去，过门忘了门槛，一摔倒，竹简散了。怕师傅骂，赶快收回来就乱摆。我再重新把它摆回去。一定是这样子。风厥，这都用处方了，风热一剂就好了。



【劳风为病何如】什么叫劳风？就是劳动以后得到的风。工人很多，砍材的樵夫、划船的、摇橹的，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】肺下就是肾，肺是金生水，就是肾。【其为病也，使人强上冥视】。唾，肾主唾液，【唾出若涕】唾不从嘴巴出从鼻子出，因为是肺，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】。【此为劳风之病】劳风的人都是在做劳力的工作的时候流汗当风，劳动叫劳风。还有行房事的时候也是劳，很辛苦，结果冷气开着对着吹，劳风。治这个很简单。【第43集】

五脏化液出于《宣明五气论》，前面我们介绍过。肝心脾肺肾五脏对应，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。所以有时候看到病人会流涎，比如中风，口水往下流，流涎。有时候睡得很深，会把枕边弄脏了，就是涎。涎是脾脏。这是五脏化五液，我们可以看出来。如果有个病人跑来告诉你眼泪那么多，肝，就讲完了。嘴巴怎么那么渴，肾。流汗不止是心，汗不流也是心。这是要正反两面看。中医就是这样。

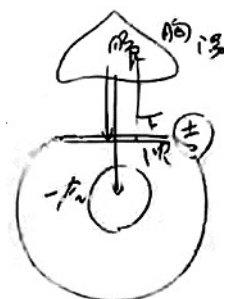
如果是劳风、因为劳动中间感受到风寒，【治之奈何】怎么治？岐伯说【以救俛仰】。什么叫以救俛仰？就是站到，不需要药了。站到，深呼吸，吸气身体挺起来、吐气身体弯下去。这就是俛仰，天阳的气会进入肾脏。所以做深呼吸，同时弯曲身体就可以了。太阳【巨阳引精者三日，中年者五日，不精者七日】。如果做俛仰的动作，深呼吸、弯下去时吐气、起来时吸气，年轻人3天就好了，中年者5天，不精者就是已经没有精子了要7天、一个礼拜，这是老年人，老年人体力比较差。

如果出现一个症状，【咳出青黄涕】咳出来的浓涕、痰，深黄色、深青色、深黄，【其状如脓】非常浓稠，【大如弹丸】，【从口中若鼻中出】有从口、嘴巴出来，有从鼻子出来，这不一定。【不出则伤肺】如果不出脓涕就会伤到肺，【伤肺则死也】。所以当有劳风的时候，想办法要把肺里面痰吐掉，吐掉就没有问题。吐的方法，这是一个岐伯的方法。我们一开始在介绍《针灸》的时候，我们是si肺，si肺可以把肺里面的痰吐掉。我们有很多处方，可以把肺里面的痰攻掉，也可以。

【有病肾风者，面胪庞然，壅害于言】就是脸都肿起来了，造成语言都讲不清楚了，【可刺不】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，俟五日其气必至】5天以后这个病又再发。所以一般我们做针灸，遇到虚证的时候能不刺就不刺，太虚的时候不刺，用药物或怎么样。



【其至如何】如果病气又再复发怎么办？状况如何？到时候再复发的气，岐伯就说【至必少气时热】呼吸会非常短，因为津液不够了、津液伤到了。有的时候【时热从胸背上至头】，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，阳下不去就往上走，所以从胸背一直到头上。【汗出】。【手热】。肾主唾，这是津液伤到，造成【口干苦渴】非常的渴。【小便黄】。【目下肿】眼袋下面是肿的。眼袋肿的像卧蚕一样，很大，像蚕宝宝一样，非常光泽。这是水肿，有积水



的现象就会有这种事。【腹中鸣】肚子里面有肠鸣的现象，都是积水。【身重难以行】全身都沉重。女子【月事不来】月经就没有了，【烦而不能食】，【不能正偃】不能正躺，【正偃则咳】正躺就咳嗽。【病名曰风水。论在刺法中】风水。

诸位记得，常人，一定要记得什么叫常态。肺是在胸阳的，是阳中之阳，往下沉，下沉是吉、正常人是吉。当下面是寒湿的时候，肺阳没有办法下降它就会回逆，下面整个是冰冷的、寒的。一样，胸部的奶水下来，到下边冷停住了，冲脉、任脉就不通，这是回逆。回逆的时候，下面是冷的，所以月经就没有了。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，因为阳气正在回逆的时候，一正躺气冲上去，冲到肺里面去咳得更厉害。所以要侧边躺，因为气很轻，侧躺的话气就浮过来不会正冲肺。气从旁边走，就侧躺可以，正躺没有办法。

【愿闻其说】。这里下了个定义，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。所以我们人身上没有空间，没有所谓空的地方。正常的人里面是人的正常的正气在这边，邪气来的时候正气就虚掉了。一定是。不会说有的地方空的，正邪都没有，没有这种事的。所以邪盛的地方正气一定是虚的。这是一个基本的概念。从这个概念来看的时候，如果一个人【阴虚者，阳必凑之】。阴指的是血，指的是脏。如果血不够了就是阴虚，阳会凑进来、阳会挤进来。所以表面上看到是阳证，所以会有【故少气时热而汗出也】。对照前面的那一段，岐伯说如果病气再回来的时候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，这时候呼吸会非常的短，见到热而流汗。阴阳如果协调在肺里面的时候，只有运动才会出汗，否则阴和阳在肺里非常的祥和，应该不会有动就会流汗的现象。【小便黄者，少腹中有热也】我们就知道腹中有热。临证上看的时候，我们要知道肚子里面有没有热，常常就问小便，小便好不好、颜色是什么。【不能正偃者，胃中不和也】正偃是正躺。因为中间是寒湿的，一躺下去的时候胃气往上升，造成不和。正躺就咳，气会上迫、逆行。本来是肺气应该下行，结果没有下行、逆气而行，当然会造成咳嗽。【所有水气者，微肿先见于目下也】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。诸位在望诊的时候，这都是望诊，中医望而知之谓之神。

眼睛看过去，眼袋下面是肿的、但是它是黄而且是光鲜的时候，不要跟他说是水肿、不是，他是子息很旺。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。右边眼袋下方很光鲜的话是女儿很优秀。如果左边是黑的，可能就没有儿子或怎么样子。

所谓的水气，就是眼袋就好像一个水泡一样，一个横的像卧蚕的水泡，泡泡的。现在有的人做脸把眼袋弄掉，照样来，弄完照来、弄不掉。如果听一个女的，她去拉眼袋，结果拉了半天眼袋还是回来，她就跟医师抱怨，在听的时候知道这是水气病，有水肿。【何以言】？

岐伯说【水者阴也】。【目下亦阴也】眼睛下面是阴。【腹者，至阴之所居】。【故水在腹者，必使目下肿】。现在解释了，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，卧不得正偃，正偃则咳出清水也】正偃即正躺。所有的水病【诸水病者，故不得卧。卧则惊，惊则咳甚。腹中鸣者，病本于胃也】。【薄脾则烦，不能食】就是脾比较薄，薄脾，吃东西吃不下。吃不下都是在胃脘中间有寒隔在中间。所以当个寒证出现，下面寒的时候，阳气没有办法下降的时候，造成那么多的症状。会造成【身重难以行】，因为胃脉在脚【胃脉在足也】。读《黄帝内经》的时候，有的时候胃把它当成小肠看，有的时候胃把它当成就是胃看。

你看月经，这里就下了定义，这就是中医，从头开始解释奶水就是月经，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，下焦寒。【胞脉者属心，而络于胞中】所以心脏在管月经。当心脏力很强的时候，心胞直接络在胞中，所以经任脉胸腔里面、肺里面的津液就进入乳房，乳房的奶水变成白色的，然后顺着冲脉、任脉下降到



子宫卵巢里面去。这是心脏在控制它的时候会这样做。如果是气逆的时候，下焦是冷的时候，【气上迫肺，心气不得下通，故月事不来也】所以月经就没有了。这里就讲出来、很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

黄帝问【人身非常温也，非常热也。为之热而烦满者何也】我们有发生温病、有发生热病，如果热而造成烦满怎么解释？

岐伯说【阴气少而阳气盛，故热而烦满也】。从头到尾《黄帝内经》就在讲阴和阳。当阴的津液不足的时候，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。阴专门是制阳、控制阳，现在阴不足的话它没有办法制阳，阳气就会往上走。

黄帝说【人身非衣寒也，中非有寒气也。寒从中生者何】既然这样是热的话，有一种热，穿厚的衣服还是冷，穿薄的衣服也是冷，穿再厚的衣服还是冷，这个寒为什么有这种现象？这个寒是代表体内生的。所以表寒和里寒不一样。我们有里面生的寒，跟表面伤的寒，我们要把它分清楚。如果是表寒的时候我们有表寒的药，里寒我们有里寒的药，不一样。现在讲的是寒。

【是人多痺气也】这种类型的人、穿衣服穿得再多还是冷的这种人多痺、痺气。《黄帝内经》里面有两个字，痺念 bi，痺念 bei。这是因为这个人平常【阳气少，阴气多】阴津比较多，所以造成平常是表虚的现象。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子的。这种类型的人、本来阳就比较虚的人，这个时候再受到风寒，就会感觉到身体的冷是从身体里面冷出来的现象【故身寒如从水中出】。这是岐伯给的解释。

黄帝说【人有四肢热，逢风寒如炙如火者何也】有的人手脚都是热的，一遇寒风中表的时候皮肤像火烤一样。这是讲四肢热。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。现在的四肢热是整个手都是热的，手脚都是热的。遇到风寒吹的时候好像火在烤，这是怎么回事？

岐伯就说【是人者】这一类型的人，本身是【阴气虚，阳气盛】本来是阴虚阳盛的。前面刚刚讲的感觉冷本身是阳虚阴盛的，现在反过来。因为【四肢者阳也】手脚同时属于阳。本身就阳气盛，现在感受到风寒【两阳相得而阴气虚少】阴气更少，这个时候【水不能灭盛火，而阳独治】只有独阳，因为独阳在那边。所以会感觉到手足很热、烫，像火烧一样。【独阳者，不能生长也】阳独的时候肌肉不会生长。肌肉里面津液很多。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，阴气虚阳气盛。我们要把阴阳要调和、调回来。【独胜而止耳。逢风而如炙如火者，是人当肉烁也】。

黄帝说有一种人【人有身寒】一年四季他永远觉得都是冷的，【汤火不能热】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，穿很厚的衣服还是冷【厚衣不能温】。【然不冻栗。是何病】但是他就是不会抖动。道理说冷了会颤栗，他不会。这是什么病？岐伯就分析，各种不同的人得到不同的症状。

【是人者】这类型的人，平常就是【素肾气胜】，【以水为事】在水里面工作。很多在水里面工作的人，脚踩在水里面，或是潜水夫，很多本身在水里面工作的。这一类型的人，他在工作的时候太阳气衰，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。【太阳气衰，肾脂枯不长】阴液过多的时候，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，这时候不能够胜它。里面的阴寒比较重，所以这时候【肾者，水也。而生于骨。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，这通通是相通的。太寒的时候骨髓里面都是冷的，冷从骨髓里面冷出来，【故寒甚至骨也】从骨头里面冷出来。【故不会冻栗者】不会颤动、冷的时候手脚不会发抖。为什么？【肝，一阳也。心，二阳也。肾，孤藏也。一水不能胜二火，故不能冻栗。病名曰骨痹，是人当挛节也】这种人关节都会肿大、胀大。这是风湿关节炎的来源。

风湿关节炎，举例，比如妈妈、很多太太得到风湿关节炎。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。手泡到冷水里面，过一下那边要炒饭，她就跑过去炒饭，手就是热。过一下这边要洗又在冷水里面。一下子热一下子冷，寒就会进到骨里面去。这个寒进到骨里面去因为并不是真正的受寒，所以她不会发抖。真的寒都会发抖，现在跑到外面去、衣服穿少一点就在那边抖，抖是正常，不抖不正常。因为她里面很寒很盛了，所以这时候外感到风寒她并没有感觉，因为里面本来就是寒了，所以她不会颤动。讲了半天就是这个意思。所以看到骨节里面肿大、胀大的时候，我们知道是寒在里面，处方的时候开去里寒的药就可以了。

所以这里的以水为事，不单单是指一些在水里面工作的，还包括家庭主妇的手泡在冷水里面。所以很多妈妈们的手都是类风湿，关节肿起来都是这样来的。

【人之肉苛者，虽近衣絮，犹尚苛也。是谓何疾】人的肌肉麻痹的很沉重，有的人即使靠着衣服他还是感觉麻痹的。这种现象是什么？岐伯说这种现象是【荣气虚，卫气实也】。荣讲的是血，卫讲的是气。

温病派就用气血荣卫来做辨证。伤寒家不是，伤寒家用六经辨证，所以我们辨证非常精准。荣和卫，有时候气跟血，荣就是血，卫就是气，搞了半天还是一样的。光靠这两样完全没有办法辨证。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，我们的经方用《黄帝内经》做最高指导原则来做生理学和病理学，我们从这个角度下手辨证几乎十治九愈。

【荣气虚则不仁】就是血气比较不足的时候肌肤就会麻木不仁，【卫气虚则不用】阳气比较虚的时候、卫虚的时候没有办法出力、就没有办法使用它。【荣卫俱虚，则不仁，且不用】如果两个都虚就不仁不用。这个想就知道。【肉如故也】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。当手脚不听使唤的时候，病人来找你或你到医院去看病人，你把他手拿起来，他的手就掉到床上。拿起来就掉下去，讲的就是这个。四肢管的是全身的阳、经方来看是全身的阳，肠胃在管四肢。所以吃饭以后有力气。现在把他手拿起来就掉下去，脚拿起来就掉下去，这个阳已经没有了。这时候动能没了，就是这里讲的。【人身与志不相有，曰死】。我们再去看他的眼神，一看失神、不识人、神志也没有了，这种人死定了。所以我们用经方的时候就会看到。一个人形失、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，或者肌肉瘦掉了。形失了，神存、眼睛炯炯有神，一下子救回来了。有的人形存、形很好、肌肉都没萎缩，眼睛没有神了。只要神失，病人都危险了。所以神比形重要。这是大原则。有没有神，我现在讲了半天你比较难体会，可是你碰到病人就知道这个人神没有了。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。

黄帝问，【人有气逆不得卧而息有音者】呼吸声音很大的。【有不得卧而息无音者】有的不能躺下去但是没有声音的。也是不能卧，但是呼吸没有什么浊音的。【有起居如故而息有音者】呼吸有声音的。【有得卧行而喘者】也有的人可以躺下去，而走路就喘气的。【有不得卧不能行而喘者】也有人不得躺下去、不能走路而喘的。【有不得卧，卧而喘者。皆何藏使然，愿闻其故】这是哪个脏造成这样子的。

其实这个很简单。诸位看、只要想，【不得卧而息有音者，是阳明之逆也，足三阳者下行，今逆而上行，故息有音也】气不得卧有声音的，这是因为胃气上逆。刚才讲过。胃气上逆造成



胸腔里面浊气很多，所以呼吸声音就会很大。有的人不能卧、不能躺下去睡觉，而声音呼吸很好，代表气没有力，只是一般的失眠。“夫有起居如故息有音者”这是肺。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，一走路就会喘，这是肺气不得下降。我们人在走路的时候做深呼吸。正常人肺气下降，清气一直往下降。逆气的话就会喘，气下不去就会喘。有的人不得卧而喘，这里大部分指的都是肺。诸位看解释，书上就讲了。【阳明者，胃脉也，胃者，六腑之海，其气亦下行。阳明逆，不得从其道？故不得卧也】如果阳明逆、阳明胃气反逆的时候无法躺下。【《下经》曰：胃不和，则卧不安，此之谓也】。【夫起居如故而息有音者】一般正常还有声音的，【此肺之络脉逆也，络脉不得随经上下，故留经而不行，络脉之病人也微，故起居如故而息有音也】就络脉。你们看的、书上有的我就不讲了。【夫不得卧，卧则喘者，是水气之客也。夫水者，循津液而流也。肾者水脏，主津液，主卧与喘也】。



当一个病人出现喘的时候，吸气吸不进来的时候病在肾，肾管吸，吐气吐不出的时候是肺。所以我们治疗一个喘，有吐跟吸。病人气喘、呼吸很短，请问你觉得吸进去比较困难还是吐出去比较困难？没想过，他就感觉一下，吸，他就告诉你是肾脏。所以喘气不是单是肺，肺只管吐气。肾脏要好，我们才能吸得饱气。因为中医的观念是这样子。鼻子吸进来以后，沿着气脉一路直接达到肾脏，这是吸。吐气的时候，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。所以吸从后面下降，吐从前面上升，这是常态。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。所以治气喘的时候，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

疟的定义，有的人定义成疟疾，往来寒热、打摆子，有的人定义很多，都没有关系。中医是辨证论治，有证我们按照证来做。当然整篇介绍的很像疟疾，代表古代就有这个病了，不是现代有这种病。这种时疫，就像 SARS 或者是 bird flu、禽流感，这种都是时疫。过去、在二次世界大战的时候，在中国非常多的疟，疟到处横行。我们用针灸的手法是可以完全治好的。

黄帝问，所有的疟症【夫疟症皆生于风，其蓄作有时者何也】？它发作有时。有的人是一天发一次，有的人是隔天发，有的人好几天才发一次。发作的时候还很好玩，有的人是忽冷忽热，有的人先发冷再发热，有的人先发热再发冷。这个症状那么多，但是都是风。风就是外感，由外面传进来的。

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，是肾在管伸欠。太阳跟肾是表里，所以表证上会看到。【乃作寒栗鼓颌】就会有发寒的现象。【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，通通痛。热、发热的时候，头痛，渴。这是寒热发的时候不同的症状。【何气使然，愿闻其道】黄帝问为什么这样子。

岐伯说【阴阳上下交争，虚实更作，阴阳相移也】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的时候产生的现象。如果【阳并于阴，则阴实而阳虚】。【阳阴虚，则寒慄骨颤也】因为阳明络到牙齿这边，牙齿会打颤。

为什么称为阳并于阴？每一个阴、所有脏里面，每一个身上的肌肉，都是阴阳阴阳。如果

我们用脏腑来分，五脏、肝心脾肺肾就是阴，胆小肠胃大肠膀胱就是阳。以肌肉来分的时候，肥肉就是阳，瘦肉就是阴。皮骨来说，骨就是阴，皮就是阳。随便怎么分，到处都有阴阳。阴阳应该是很和谐、谐睦的。也就是说，夫妻之间是不吵架的，吵架、打架的时候就是相抗争了。就是这个意思。

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。阳明虚，阳明经本来是多血多气的，阳明是很热。阳虚的时候造成这种现象。【巨阳虚，则腰背头项痛】太阳虚的时候，太阳经是阳很多、多血少气的一个经络。如果阳虚的时候，血在太阳经里就停滞不前，这时候产生、经络上面就会发现到背痛头痛项强。如果【三阳俱虚，则阴气胜】。阴气如果很胜的时候，在骨头上都是阴。最深的地方就是阴。你这样子想。这时候病人就会有【阴气胜，则骨寒而痛】。疟症在发病的时候，有时候忽冷忽热。疟症的冷，实际上从里面出来的。这段讲阴寒是由内生【寒生于内，故中外皆寒】里外都会很冷。【阳盛则外热，阴虚则内热。内外皆热，则喘而渴。故欲冷饮】。讲的就是寒热。热的时候阳盛，阴的时候阴盛。但是要记得这个重点，这个阴是从里面发出来。阳盛的时候病人津液发散太多，所以想喝东西。[第 44 集]

所以我们看疟疾、疟症的时候，我们会问病人。发热的时候口渴不渴？口非常的干渴。发寒的时候、打摆子的时候怎么样？冷到牙齿在咯咯咯打颤，腰背都痛。就是标准的疟。讲了半天就是这个意思。所以你要知道问他，他就会讲。所以中医不是去摸脉，不要，你去看症、你问他。

病人说有忽冷忽热，可是嘴巴没有打颤、牙齿没打颤，就是冷一下然后变成热，这不是疟，这是少阳证、半表半里的时候。太阳证出现的时候不是热就是寒，当然有时候有寒有热互相交结着。当少阳证出现的时候、当病从外邪进来进入少阳的时候、在半表半里的时候，就会有往来寒热的现象。少阳证和太阳证，太阳证也有热多寒少、寒多热少，处方不一样，在少阳证往来寒热，寒热怎么分？少阳证就多个呕，因为少阳主开合，门枢的地方就会影响到胃。所以忽冷忽热、恶心，少阳证。如果有往来寒热但是没有恶心，这是太阳证，这是病在表、在肌表上。

这里的疟不是，是从里面发出来的，寒要冷到牙齿都打颤。我跟你讲，《伤寒论》得到麻黄汤证、伤于寒的时候也没有牙齿打颤。只是表寒，牙齿不会打颤。从里面冷出来，牙齿就在打颤了，背很痛。热的时候嘴巴渴得要死。疟。不要弄错了，这是疟症。

【此皆得之夏伤于暑，热气胜】就是暑天的时候很热，结果在外面乱跑，热气很盛。这个热停在身体里面，【藏在皮肤之内，肠胃之外】本来就是夏天、暑天很热的时候得到暑证，这个热藏肠胃的外面，没有进入肠胃，但是在肠胃和表的中间的地方。【此荣气之所舍也】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，【此令人汗空疏】平常就造成人们很容易出汗，【腠理开】皮肤容易打开，因为里面很热。但是这个热没有到肠胃。到肠胃热的话就变成便秘，肠胃的津液就没有了。热在皮肤和肠胃中间的地方，夏天伤于暑天的时候太热了。【因得秋气】秋天的时候又得到金的肃杀的气，【汗出遇风，及得之以浴】或洗冷水，【水气舍于皮肤之内，与卫气并居】。【卫气者，昼日行于阳，夜行于阴】正常人的阳气，白天是走在表面上，晚上是走在阴上面，阳气和阴气是交换的。白天阳气在外面、阴在里面，晚上睡觉的时候阳气跑进去、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。

所以疟疾好发在夏天，吃坏肚子、打摆子、以前的疟蚊、蚊子咬了都是好发在夏天。台湾省比较少见。如果在美国或在中国的北方，真的是很厉害，天一变冷的时候是一只蚊子都找不到。平常夏天蚊子叮得要死，一冷天蚊子不见了。天气真的很厉害。我们讲疟蚊是一种解释，这是西洋的学说。中医不讲蚊子。

中医认为夏天太热伤于暑，津液伤到了。暑气还没有走，停在身体里面。停在身体里面刚好在皮肤、肌肉跟肠胃中间的地方，这是平常血气走的地方。这是造成里面已经有热了。里面



有热的时候平常就很容易显现，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。我们前面讲过，暑病来的时候，暑热一剂汗解就解掉了。没有碰到经方家，吃温病派的药，吃了半天寒凉的药，还是热在那个地方。然后秋天了，一秋天的时候吹到风寒，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，或者是洗冷水得到风寒。这就造成【此气得阳而外出，得阴而内薄】。这就往来寒热的现象，一天发一次【内外相薄，是以日作】。

黄帝说【其间日而作者何也】隔天发作一次？不是每天发，也有隔日发作的。至于是不是西洋人说的疟蚊造成疟原虫、在身体里叮到造成这样，其实中医不是这样认为，中医认为是暑伤。临床上你们自己去决定、自己去看。

岐伯说【其气之舍深】如果是间日，不是每天发、不是一天发一次寒热，病气比较深了。不像前面讲的，一天发一次的话病气比较浅。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，靠近内脏的时候【阳气独发，阴邪内著，阴与阳争不得出，是以间日而作也】就会隔日发，因为它速度比较慢、病比较深。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。



【其作日晏，与其日早者，何气使然】发往来寒热、打摆子，有的时候是延期 delay，比如本来是早上发、后来变成中午下午发，有的时候提前发，什么状况造成这样子？

岐伯就解释。【邪气客于风府，循膂而下】如果邪气客在督脉上面、在膀胱经上面，顺着督脉一路走下去。【卫气一日一夜，大会于风府】中医的卫气的观念，一天、一个昼夜通通会于风府。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。我们举个例。坐在车子里面冷气一开，好热就把手放到风口那边吹，受风的地方就是风府。这是广义的风府，手上是风府。气是一天一个周天循环。不管是哪边开始哪边结束，反正手上堵到是一个周天，风府穴堵到也是一个周天，一天循环一次。只是手受到风是以手做始点、做终点、以这个地方为主，风府穴受到风也是以风府穴为主。这是广义的风府，受到风的地方所在。一日、一昼一夜的循环、一天的循环会于风府。第二天【其明日，日下一节，故其作也晏。此先客于脊背也。每至于风府，则腠理开。腠理开，则邪气入，邪气入则病作。以此日作稍益晏也】。这讲的是背脊。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。这是因为病邪伤中到督脉上，才会造成这样子。详说的话，【其出于风府，日下一节，二十五日，下至骶骨】一天下一节有 25 天，督脉有 25 节，所以 25 天以后下到骶骨。【二十六日，入于脊内，注于伏膂之脉】26 天后回头了。26 天回头从尾椎骨再往上走，走到第九椎。【其气上行九日，出于缺盆之中】第九椎后再往上行，出于缺盆。一椎一椎下来到了第 25 椎，26 天以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。【其气日高，故作日益早也】。所以如果是每天延后发的话病都是在督脉上面，如果是提前发的话就是气往上走。所以有的人打摆子的时候忽冷忽热，也就是每天会提前，代表病已经从督脉走到这边回来了。每天会延后，病还在督脉上面，一天延一段。这就是讲，有的人每天提早发，有的人每天延迟发。【其间日发者，由邪气内薄于五脏，横连募原也。其道远，其气深，其行迟，不能与卫气俱行，不得皆出，故间日乃作也】。

【夫子言卫气每至于风府】这里就是我刚才讲的，风府要广义的定义，不能狭义的定义。【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，其日作者奈何】？就是造成每天稍晚发作，病气没有发在风府穴。因为发在风府穴的时候后面会项强、会头晕，没有，也是造成每天稍晚发。为什么？

【此邪气客于头项循膂而下者也。故虚实不同，邪中异所，则不得当其风府也。故邪中于头项者，气至头项而病。中于背者，气至背而病。中于腰脊者，气至腰脊而病。中于手足者，气至手足而病】。这就是我刚刚讲的，风府一定要是受风之府，要把它广义的解释，不单单是风府穴。所以如果没事干手对着那边风吹，这个手就是风府、受风的地方。【卫气之所在，与邪气相合则病作，故风无常府】没有常的地方。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，打了围巾、戴着帽子、全身都裹起来很好，结果下面穿个短裤。结果一骑摩托车，两个膝盖受风，那就是风府。在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，他们没有这个观念。所以以前小的时候记得，妈说不可以电风扇对着吹、移开。妈妈都是对的。要记得妈妈永远是对的。【卫气之所发，必开其腠理。邪气之所合，则其府也】。上面我有翻译的就不详解了，翻译写的很详细的就不说了。

【夫风之与疟也，相似同类】风证和疟症有很多类似的地方，【而风独常在，疟得有时而休者何也】疟病时发时止，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。疟不是，它发作的时候发作，忽冷忽热，发完了就好了。这两个有差异。

【风气留其处故常在】人受病的时候，受风重的时候都是固定不移的。疟气就不一样了，【疟气随经络】、随着深浅，所以发作的时候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，也有寒热，忽冷忽热。比如太阳中风有分风热、风温，有中于风、伤于寒、有温病，有寒热。我们处方的时候这是风证。但这个寒热是 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。

像在《伤寒论》里面讲的时候，先寒后热有个处方，先热后寒有个处方。当然会记错，我会错，你们也会错。到时候我告诉你一个方法，永远不会错。为什么？用寒热的药去记它，哪些是祛寒的药，哪些是祛热的药，就不会错了。有的人背书背得很熟，一临证就忘掉处方是什么，会这样子，到底开哪个处方。但是疟就不一样了。

如果得到【疟先寒而后热者，何也】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】暑热天的时候伤于津液，【其汗大出，腠理开发】，这是一定做了很严重劳动的事情，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，就好像以前淡水的八里官渡，要靠这个。夏天的时候流汗流很多，伤于暑，大汗出，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的时候，晚上风寒的时候把它闭住了。里面的暑气出不来，外面很冷，闭在里面。当时夏天没感觉，到秋天【秋伤于风，则病成矣】风一出来的时候皮肤又受了，这时开始发病了。所以说“夏伤于暑，秋必痎疟”，痎疟、疟疾就是这样子。所以夏天伤于暑天的时候，秋天要小心点。【夫寒者，阴气也】寒者是阴气的。【风者，阳气也】。记得，我一讲风你就要想到阳，寒就是阴。【先伤于寒而后伤于风，故先寒而后热也】。【病以时作】病以时间来发作，只要以定时间发作的，我们都称为疟。因为先伤于寒，我们就说寒疟【名曰寒疟】。

另外一种【先热而后寒，何也】？现代西医看到疟用喹啉、什么的去治，中医的针灸也可以做好、药也可以治好。岐伯说【此先伤于风而后伤于寒，故先热而后寒也】因为风是阳，所以先热后寒。【亦以时作，名曰温疟】。【其但热不寒者，阴气先绝，阳气独发】我常常讲，如果只有热证，那时候阴气就没有了。【则少气烦冤，手足热而欲呕。名曰瘧疟】。这个时候出现的就是一种温热的热证。瘧念 dan，瘧的意思按照辞海来说，因为操劳而得到的病、因劳而病叫做瘧。

黄帝问【夫经言有余者写之，不足者补之。今热为有余，寒为不足。夫疟者之寒，汤火不能温也。及其热，冰水不能寒也】冰水放上去也不能去他的热。这就是【此皆有余不足之类】。【当此之时，良工不能止，必须其自衰乃刺之。其故何也？愿闻其说】。为什么要等到气衰时才去治疗？治疗疟的时候，发病的时候不治，要等到病退的时候或者是在发病之前的时候去治。



其实我们治症非常简单，后面定义的治疗法则非常的简单。

岐伯说【经言无刺熇熇之热】大热的时候不要刺。这里针灸下了定义，针灸什么时候禁刺。当病人出现大热的时候。【无刺浑浑之脉】还有脉气不好，常常跳跳停停，不准，不定时的跳。【无刺漉漉之汗】还有大汗以后不刺。都不要做针灸。因为这都是病气在最盛的时候，不要治。用针灸治病讲时机，这个时机就是在病还没有开始发的时候去治，还有发完。在发病的时候不要治，发完以后开始动手治。因为病气正在发的时候气很旺，这时候去治它，结果病气没有去掉、正气已经伤到了。等他发过了、正气慢慢回头的时候，我们再去治他是最好的时机。我们的定义是这样下的。所以病气很旺的时候【故为其病逆，未可治也】病逆的时候不可治，就是病气很旺盛的时候不可以治他。

【夫症之始发也，阳气并于阴。当是之时，阳虚而阴盛】阳一虚掉阴一定盛，【外无气，故先寒栗而也】。所以阳并于阴的时候出现的就是阳虚，阳虚的时候病人会出现寒颤的现象。【阴气逆极，则复出之阳】阴极生阳。这个时候【阳与阴复并于外，则阴虚而阳实，故先热而渴】。

我们这样子讲，如果把它简化。水气+阳气→寒，水气和阳气合并在一起的时候，出现的是寒证，因为水气和阳气合并是表。热气+阴气→热，热气跟阴气碰在一起的时候，阴虚在里面碰到热气的时候，产生热。所以寒热出现的现象是这样子的。当阴越盛、阳越虚的时候，这时候病气进来的时候会产生加热的现象。这是跑到阴，跑到阴就是跑到脏里面去了。寒是在表。简单讲我们可以这样子下定义。不然一下会比较容易弄混。所以只要看到寒、只要看到冷，都是阳虚，因为阳是热。

【夫症气者，并于阳则阳胜，并于阴则阴胜。阴胜则寒，阳胜则热】。会得到症，这里下了定义，就是因为天地四时、春夏秋冬的节气。天地之间正常应该按照天地的春夏秋冬、按照时节的寒热来走。当地地之间的节气，该夏天的时候或怎么样，它不按照正常的节气走的时候，突然夏天暴一阵雨很冷、夏天不应该有冷的时候突然冷，这种都容易造成病的原因。它就是讲风寒之气不正常，生症。【症者风寒之气不常也，病极则复。至病之而发也，如火之热，如风雨不可挡也】这种都是外来的时节，有时候过暑、过热造成这样子。【故经言曰，方其盛时必毁。因其衰也，事必大昌。此之谓也】。就好像，我们在病盛的时候不能去动手治疗，要病衰的时候再治疗。

【夫症之未发也，阴未并阳，阳未并阴】就是还没有发的时候，就是阴和阳没有相合并在一起。阳和阳应该是相辅相成呈交错的形状，而不能重叠合在一起的。阴和阳是这样子交错的。所以阳气本来要往上升，有阴在中间把它拉下去，是这样的子。阴和阳不能并在一起的，并在一起阴和阳会相争。如果没有阳气来控制阴气的话，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。所以我们在调阴阳的时候【因而调之，真气得安，邪气乃亡】。【故工不能治其已发，为其气逆也】所以我们治病绝对不能在病发的时候去治，要在病还未发的时候去治它。简单的原则就是这样子。

黄帝说【攻之奈何？早晏何如】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？岐伯就时机的判断、还有针刺的手法就写在这个地方。

【症之且发也，阴阳之且移也，必从四末始也】。任何的症疾，症就是忽冷忽热、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。

我们虽然还没有介绍到《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》都是出自桂枝汤，都是在它里面加减。因为桂枝汤现在是有所有古方到现在，最能够协调阴阳的处方。所以阴阳不合的时候用桂枝汤去调它。所以我们一直在跟大家说去吃桂枝汤，到哪里去吃桂枝汤可以预防感冒，绝对比打什么感冒疫苗有效。感冒疫苗骗人的，真的是害死人。

我们知道疟疾发疟的时候都是从四肢末梢开始。在没有发病的时候，我们知道【阳已伤，阴从之】都是在四肢末梢。在没有发病的时候，本来平常是这样的、这个病人是早上 9 点钟开始发病，在他还没有发的时候、八点钟，去把他手指头、脚趾头每个指/趾头绑起来，【坚束其处】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】。【审候见之，在孙络盛坚而血者，皆取之】这个时候仔细看它，在孙络、在末梢的地方看到有血脉崩张起来的地方，通通取它放血，一个个去放。这是治疟的方法。因为一发一定在阴阳的末梢，接着再发到身体里面去。把他手脚的手指头、脚趾头一个个绑住，注意看他，他到了要发的之前就会看到血脉会起来，这就是病邪的地方。把血放掉，邪气就会去掉。至于说我们放掉，疟原虫跑出来或怎么样，不管它了。治疗的方法是这样子。西医说看到显微镜下有疟原虫，无所谓。只有把手脚的指头都绑住。在发病的时候不能绑，因为病已经过去了，绑了就看不到了。【此真往而水得并者也】这是在病发之前预防的针刺的手法，预防他发病的刺的方法。

【疟不发其应何如】如果疟病没有发作的时候，平常的时候我们怎么处理它？【疟气者，必更盛更虚。当气之所在也，病在阳则热而脉躁，在阴则寒而脉静。极则阴阳俱衰，卫气相离，故病得休。卫气集，则复病也】。这一段讲的，其实重点在后面。病开始发作的时候，都是阴气、阳气最衰的时候。阴气、阳气在最衰弱的时候，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。主要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。所以我们去诊脉的时候，不管是疟还是什么，通通在脉诊上可以看到，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。所以病发阳的时候阳脉会比较急躁、寸脉会快，病发在阴的时候会看到阴脉会比较寒、脉会比较静。简单讲就是这样，从脉诊上我们来看。

病疟的时候、发疟疾的时候，症状【时有间二日或至数日发，或渴或不渴，其故何也】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【其间日者】隔天发的，【邪气与卫气客于六腑，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，有时候阴胜就是冷，阳胜就是热，在更胜、互相之变。一般来说如果是数日疟或是间日疟，就代表病比较深。疟发的时候很好玩。不发往来寒热、不发打摆子的时候，疟病都在四肢的末梢。等到开始发的时候，疟就开始往身上走了。所以我们在没有发的时候，在四肢末梢就把它解决掉。

黄帝说经书说【论言夏伤于暑，秋必病疟。今疟不必应者何也】有时也未必于如此，为什么？岐伯说【此应四时者也】春夏秋冬。【其病异形者，反四时也】。一般来说“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。有的时候反四时，跟四时节气不一样。不一定的。为什么？【其以秋病者，寒甚】比如秋天是主肃杀的节气，但是秋天病的时候，在秋天的时候反而特别寒冷，到冬天的时候反而没有秋天那么冷。这就是因为四季的节气不一样。【以冬病者，寒不甚】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的时候。【以春病者，恶风】春天生病的话只是恶风，而不会有温病的现象出现。【以夏病者，多汗】。[第 45 集]

就只是这样而已，因为节气的关系。所以如果没有按照节气，“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。

【夫温疟和寒疟，而皆安舍，舍于何藏】温疟和寒疟大部分各居在何处，属于哪个脏？岐伯就回答了。【温疟者，得之在冬中于风寒】，这个时候气本身、寒【气藏于骨髓之中】里面。因为冬中于寒的时候很深、一般都是很深，冬天是骨病，肾脏在管，所以如果一中的话就会中到骨。【至春则阳气大发】因为伤在骨头里面，阳气发生的时候只在肌肉、皮肤表面上，骨头里面阳气、病邪还是在骨头里面，并没有发出来。这个时候本身的病就在骨头里面，从去年的



冬天一直带到春天、带到今年的夏天的时候，夏天【因遇大暑】暑气很旺、燥热的时候，【脑髓烁、肌肉消，腠理发泄】，这个时候【或有所用力】比如做劳动的工作，造成【邪气与汗皆出】一起出来。因为【此病藏于肾】这个病原来藏在肾脏里面，很深，冬天太冷了，【其气先从内出之于外也】病气是从里面往外走的。像这样的情形【如是者，阴虚而阳盛，阳盛则热矣】这是温症。所以温症的话大部分都是，刚开始的时候病的早因是因为冬天寒冷，太冷了而伤到骨头。“阳盛则热矣”。如果【衰则气复反入】，一回来后表阳又虚掉了【入则阳虚，阳虚则寒矣】阳虚就生寒了，就是温症。所以就会造成【故先发热而后寒，名曰温症】。所以看起来先发热再发寒好像是热比较多，实际上温症最早是伤于寒。因为寒在里面，所以造成看起来是这种现象，先热后寒。

【痺症何如】？痺症就是我们前面介绍的，因为劳动太多而造成的。【痺症者，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、做土木工、水泥工这种，造成本来这种人的肺就比平常人热得多，因为他劳力工作汗流的很多，肺就会比较热。肺喜寒，在肺里面是因为像天阳一样，肺里面要比较冷一点。现在因为平常工作的关系，所以肺里面的津液丧失的比较多。这造成当生病的时候【气盛于身，厥逆上冲，中气实而不外泄。因有所用力，腠理开，风寒舍于皮肤之内，分肉之间而发】就是病进来的时候在皮肤分肉之间，不像中于寒的时候在骨头上面。【发则阳气盛】一发病的时候阳气非常盛，【阳气盛而不衰，则病矣。其气不及阴】到不了阴的地方，【故但热而不寒】都是看到热证看不到寒证。所以有看到寒证的时候大部分从骨头里面出来，才会打摆子、牙齿都打颤。见到大部分都是热证，热证刚开始的起因就是平素肺里面就是较热的。【气内藏于心，而外舍于分肉之间，令人消烁脱肉，故命曰痺症】这就叫做痺症。痺症一般就是我们讲的，只看到发热。只看到热但是看不到寒的，称为痺症。

### 第三十六篇 刺症论

《刺症论》讲刺的方法、针刺的手法，如何来治疗症疾。真正要去治疗的时候，要开始分经、要辨证、搞清楚是哪一条经络出现问题。

【足太阳之症，令人腰痛头重，寒从背起。先寒后热，焃焃喝喝然。热止汗出，难已】。这种情形诸位记得，我们为什么要去学《针灸》、学完以后再看《黄帝内经》？现在一看就通通很明白了，按照经络看就好了。没有针灸的基础，比如不知道什么是足太阳，现在就要回去学《针灸》。所以有针灸的基础，按照针灸的经络，足太阳膀胱经怎么走的，看腰痛头重、从背上开始，我们知道它是足太阳。这个时候【刺郄中出血】就是委中出血、委中放血。

【足少阳之症，令人身体解体】让人身体疲劳倦怠。【寒不甚，热不甚】寒和热都不是很甚，因为在少阳。诸位有观念，少阳在半表半里之间。【恶见人，见人心惕惕然】不喜欢看到人，这是病在少阳。一般少阳证的时候，病人都是不想看到人，这是一个症状。【热多汗出甚】。我们可以刺少阳经的临泣穴，【刺足少阳】讲的是临泣穴。选阳辅当然也可以，初病、在一个礼拜以内的病都属于比较实证，我们可以刺阳辅，阳辅是少阳经的子穴。

【足阳明之症，令人先寒洒淅，洒淅寒甚】阳明病人会有这种偏稍微阵阵的恶寒的现象，【久乃热】日久、病久了就看到一直都是热证，刚开始是阵阵的寒。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，寒上加寒非常的冷，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。阳明本身是纯阳、是多血多气的，受伤的时候它喜欢见阳，同气将求，【热去汗出，喜见日月光火气，乃快然】所以喜欢看到日光、火光，都喜欢。这个时候刺阳明的症的时候都在正面，我们【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、按照《针灸大成》，在冲阳脉血出则死，扎下去血出来就死掉了。因为以前的针很粗，一根像火柴棒一样扎进去，那是动脉，一出来血

就崩出来。再遇到的是糖尿病的人给西医搞了，脚上本来就不能见血，给他扎个洞在那边。这个人很讨厌，糖尿病又刚好是疟疾，怎么办？要放血，针灸治疗是放血。在脚跗上、讲跗上是动脉上的冲阳，我们现在的针即使很细也不是在冲阳脉上放血，而是到它旁边的荣穴，在内庭和冲阳中间这一带，或者是到井穴厉兑上，看到瘀血脉把它放掉。而不是，千万不要误解，找到个动脉放血，那都不对的，不可能在动脉上放血。

大家一看到足太阴，马上想到脾经。【足太阴之疟，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，这都是脾经，脾主思。【多寒热汗出，病至则善呕】病发的时候病人会恶心，因为脾脏跟胃是连在一起，如果脾湿很甚的时候会压迫到胃。【呕已乃衰】呕吐停下来的时候知道病气已衰。【即取之】这时我们开始去治疗。

我们治疟症、疟疾，一定是在病气衰或者是病气未发的时候去治它。为什么要讲这两个原则？当碰到病人的时候，比如以前我的老师，当时的国民党把周左宇、徐济民等拿去叫灭疟大队，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。所有的疟疾，他们在长江沿岸一带治疗疟疾的时候，不可能说现在去刚好就是病未发或者是这个人去刚好病发完。有的正在发疟，正在发疟在旁边打摆子打一下，等我先去看还没有发准备发的。都是这样子。所以很难确定什么时候，所以都要知道我们怎么治。

足太阴的疟取在足太阴上。太阴经上面要以找四肢的末梢，比如大都、太白这一带，公孙，看到有青筋、有瘀血的脉，就在这个地方放点血。

肾经【足少阴之疟】如果疟在足少阴上面，【令人呕吐甚，多寒热】。这里诸位要有个概念了，现在我们慢慢进入脏。

肾，为什么会呕吐、呕吐很重是少阴？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。当肾脏有问题的时候，肾气下面是阴寒的。肺气下不来了，寒就堵塞到，寒会往回走。一回走的时候顶到胃，胃里面的东西吐掉。所以我们常常用，呕吐得很严重的时候，我们知道这个人肾出问题了。所以在临床上看的时候，病人肾衰竭的时候、要准备开始肾完全衰竭掉，也就是以现在的俗话来说要准备洗肾了。之前的时候病人都是头非常晕眩得很厉害，还有的呕吐、一吃就吐一吃就吐，根本饮食无法入胃。晕眩得很厉害，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，我们在治肾的时候，这个人胃口饮食都很好，就是肾一直在恢复中间。把它延伸出去，我们知道肾是管冬天。冬天是病起的时候，在冬天治疗的时候病会起来，比较难治。在下个节气春天的时候是它所相生的节气，应该痊愈在春天。所以病人冬天来治的时候跟他说，现在刚好是冬天开始，来的时间不是很好，吃药要吃3个月，3个月以后开始慢慢会回春。真正开始好转的时候，会在冬至日开始慢慢的回升，因为冬至的时候阳气开始升，到明年的春天肾脏才会好。这个病人肾脏有病跑来是秋天，要稍微更久一点。这是按照节气来讲话，我们可以预测他什么时候会好。但是在处方上使用的时候，处方使用的很好就可以提前，就不会受到节气的影响。一般是这样子。所以这里“呕吐甚”，诸位记得，从这里开始学到了，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，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，有很强的阳在里面。肾受到疟、受到病的时候阳会往外散，阳出来很壮，当然会看到热比较多寒比较少。【欲闭户牖而处，其病难已】因为肾是阴脏，同气相求，他就喜欢把门关起来。比如一个家里面人很多，门关起来还是有人，他就躲在衣橱里面关起来、自己躲在衣橱里面。肾疟，马上就知道了。他要找个地方躲起来就是这样子。

【足厥阴之疟，令人腰痛，少腹满，小便不利，如癃状，非癃也】。癃就是小便排不出来，肚子胀起来好像小便堵在里面，其实不是小便堵在里面。【数便意，恐惧，气不足】这都是属



于足厥阴的症。为什么气不足？就是讲吸入是肾脏在管。因为吸入我们的气会入肾、入肝、入肝肾，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。【腹中悒悒，刺足厥阴】肝经。刺肝经都是在五俞穴附近。尤其是刺症，大部分都是在脚趾头旁边、手指头旁边，在手关节、还有足裸踝以下到脚趾头旁边。这都是刺症的所在，针灸下针的地方。

刚刚是病在经络上面，所以有膀胱经、少阳经、足阳明经，在经络上面。接下来谈的是，如果是肺症，在里面、在脏里面。

【肺症者】肺本身主寒，肺气是主寒，它喜温的。所以我们治肺病的时候，一般来说病人要保暖，我一再强调病人要保暖，因为肺主寒。症跑到肺里面去的时候，会造成【令人心寒】上焦畏寒，【寒甚热】寒的很甚就会热。【热间善惊，如有所见者】因为肺藏魄。如有所见就是，看到不应该看的东西。比如白天一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，我们知道他出于肺。所以肺病的人一定会善惊，常常看到异样。这是肺症。这时候我们【刺手太阴阳明】肺经和阳明经，因为表里。

【心症者】如果心脏有症、症跑到心脏去的时候，【令人烦心甚】心烦。心脏有问题的时候一定会烦闷、很烦躁，情绪会不好。【欲得清水，反寒多，不甚】。【刺手少阴】。为什么要喜欢得清水？因为心本身是火热的，现在心中症了，热会往外散，就会造成病人想要喝点冷水。

这是中到五脏的。【肝症者】中到肝脏的时候，【令人色苍苍然】令人色青、脸色是青黑色的，善【太息，其状若死者】。这时候我们【刺足厥阴见血】肝经。一个脏，你记一个症就好了。肝经伤到的时候，症在肝脏的时候，脸色会发青。

【脾症者】脾是主少腹，【令人寒】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，症的冷牙齿会打颤。千万不要忘记我讲的，牙齿会打颤，咯咯咯牙齿会响。咯咯咯这样子响，知道是症。脾症的时候都是寒，脏在里、中到里的话显现都是寒证。【腹中痛。寒则肠中鸣，鸣已汗出】。这时候【刺足太阴经】。

【肾症者】，【令人洒洒然】洒念 xi，洒就是寒证、属于寒证。一般来说症只要跑到脏里面去的时候，显现出来都是寒证。【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，【手足寒】手脚冰冷。

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。一个人来，说怎么搞的，以前都感觉到小便会上厕所，最近以来小便的便意没有了。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。大便也不出来了。会有这种现象。然后呕吐得要死。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。

【胃症者】胃产生症，如果胃里面有症，【令人且病也，善饥而不能食】肚子很饿但吃不下东西。【食而支满腹大】一吃东西整个肚子就胀满。这个常常会看到。所以说症是症原虫什么东西，基本上我怀疑这个。为什么？因为中医讲的症是广义的症，而不是狭义的症，是讲一种外在的天时的疫病、发生的一种病，气候的改变造成的一种病。胃症、肾症跟症原虫也没关系，现在看到都是寒证。胃症的时候，常常我就看到，病人肚子很饿但是不想吃东西。想打病人一个耳光，想吃东西又不吃东西，病人故意找麻烦、捣蛋。其他病人不是捣蛋，他真的就是这样子，叫做胃症。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，吃了胃又胀满又消化不了，胃症。这个时候我们【刺足阳明太阴】。所以看到这边的时候，我们读《黄帝内经》读到这边的时候，我们对症下了定义，就不见得是什么蚊子带来的症原虫什么的，这就推翻掉了。现在显现出来是这样子的。【横脉出血】就是在阳明经和脾经中间，两条是直的，胃经跟脾经是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、青筋的地方，放血就好了。这就是疟证。

【疟发身方热】疟病在发的时候，刚开始身体在发热的时候，这是治疗的时机。【刺跌上动脉，开其空，出其血，立寒】如果刺脚背上面的动脉出血的时候，一出血马上病人就不热了，开始冷了，速度很快。如果【疟方欲寒】疟准备开始要冷的时候，知道他热过了要开始要冷的时候，【刺手阳明太阴】或【足阳明太阴】，这就是我们按照寒热来决定刺哪一边。

如果是疟脉，【疟脉满大急】我们讲满大急，当脉现、出现的又满又大又急，肺脉胀满的时候，这个时候我们知道是病在背上面，【刺背俞】刺它的背俞穴。一般来说扎针的时候背上要出血，诸位不用一般的 32 号针，用直接点刺放血就可以了。在督脉外开一寸半的地方，像心俞、脾俞。

一般放血是这样子，我们会用到背上的俞穴放血，因为背上的俞是背是阳，是内脏、五脏六腑跟外面的阳沟通的地方，是门户的地方。管这个门户是少阳在管。怎么知道这个病在哪个地方？所以我们用阿是穴。当初孙思邈阿是穴的精神，就是按照每一个俞穴去按，哪个痛了就放那个痛的，痛的就是病的所在。这是阿是穴的精神。到后来不晓得中国为什么变成说，肩膀痛就扎肩膀，哪里痛就扎哪里。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。这是我们在阿是穴的时候，比如我们在治疟的时候，在背上面找，我们可以找到。压了半天什么地方都没有，就是在肝俞穴上或者肝输、俞念输，在第九椎旁边一寸半找到，我们知道是肝疟，在上面放血就好了。足太阳膀胱经是少气多血的，尽量放没有关系。当然我讲这句话你不要太过，尽量放就每个地方抽一碗出来，这是虐待捣蛋，太过了。

如果治疟的时候刺背俞，也就是说如果疟脉是满大急的时候，我们在膀胱经上面、背上面可以出血【用中针傍伍肤俞各一，适肥瘦出其血也】看他的胖瘦来决定出血量多少。一般不会多了，放几滴就好了。

【疟脉小实急】如果病人是疟症，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。【灸胫少阴，刺指井】这个时候我们可以在少阴经用灸或刺它的井穴。

【疟脉满大急，刺背俞。用五腧俞，背俞各一】，所谓【适行至于血也】就是，压痛点、有痛的地方放血，没有痛的地方不要放。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，【疟病缓大虚】脉是缓大虚。脉缓而且出现大虚的时候，代表气血两虚。它在讲气血两虚的意思。虚证出现的时候脉一定是大而且虚的。虚就是没力量，很大，摸脉是中空的。就好像你跑到菜市场去摸绿葱头，叶空空的，虚。我们知道是气血两虚。【便宜用药，不宜用针】气和血两虚的时候，我们不适合做针灸。再给他背上放血，太过，不需要。我们是确定他的脉很浮、很洪、很大，我们知道病在表，这时候我们放血。病人是气血两虚的时候，我们适合用药，这时候用药最好。《伤寒论》、《金匱要略》里面都有药。

讲治疟的原则。【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、在发的时候赶快治疗。这就是掌握到时机，恢复得很快。【过之，则失时也】如果是来不及了，就是失掉他的时机了。所以病在未发的时候治最好。如果现在你碰到他在发病了，你不要治。你现在又急着跟女朋友约会，不能在那边等，等他发完了再去给他放血。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。可以调整。

【诸疟而脉不见】所有的疟脉，我们知道病人有打摆子、发热发冷的现象，脉没有、脉看不到、脉都是正常的，这种可以【刺十指间出血】。它的意思就是，可以在指头、四肢的末梢，我讲过疟都在四肢的末梢上面，看有瘀血、青筋的地方，有瘀血、血脉的地方，把它刺破放血，都可以。过去为什么要把指头绑起来、拿布或绳子把它绑起来？他在发之前就看到血脉绷张起



来，就看得很清楚。因为疟本来是想往身上走，结果现在绑到了进不去，它就开始挺起来想要通过去。这时候看得很清楚，就一个一个放掉。在放的时间，他就开始，本来先是寒或热，先寒后热的寒证就没有了，或者是先热后寒的热证就没有了。这个很厉害的，很简单的。【血去必已】血去一定会好。【先视身之赤如小豆者，尽取之】如果在病人身上看到很多小小的红的豆子一粒一粒出来，在上面放也是疟的病灶的所在。就是我现在讲的再重复，这个地方是不是疟原虫、放出来是疟原虫，我不置可否，反正病好就好了。

【十二疟者，其发各不同时】十二个疟发的时间都不一样。【察其病形，以知其何脉之病也】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。【先发其时，如食顷而刺之】在瞬间把他通通刺好，【一刺则衰，二刺则知，三刺则已】。

【不已刺舌下两脉出血】如果没有好，再把他舌头翻过来，两个脉去刺。舌头要翻过来，舌头很滑，口水很多，抓了又跑掉，病人很紧张。怎么办？我们没有那么傻。一般会去抓舌头，我们就戴着手套。戴手套拿两个棉花，两个指头夹一个，把他的舌头用棉花夹住就不会滑动了，一翻过来他逃不掉了，再刺。我们舌下两脉放血是这样子放的。比较酷一点的人不怕，他舌头就翻过来，就直接刺。有的小孩子他咬你，抓他的舌头他想办法逃。怎么办？就拿针让他看见，把舌头拿出来，他不能咬，一咬就咬到他舌头。要治他的病，也没有办法。如果舌下脉放血没好【不已刺郄中盛经出血】。这就是一个治疗的方法。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。【又刺项已下侠脊者必已】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。【舌下两脉者，廉泉也】实际上舌下两脉在舌头下面，廉泉的后面。

一般还有一个原则，【刺疟者】我们用针刺、针灸来治疟的时候，【必先问其病之所先发者，先刺之】。哪里先发了？一开始的时候后项强硬，先治后项。问病人就知道了。【先头痛及重者，先刺头上，及两额两眉间出血】头上及两个额角，比如头顶的百会，额角，太阳、瞳子髎。【先项背痛者，先刺之】。【先腰脊痛者，先刺郄中出血】先腰背。病人说不是头项是腰背开始痛、开始发、打摆子，这时候就要刺委中，腰背委中求。【先手臂痛者，先刺手少阴阳明十指间】手少阴、手阳明的指头间。【先足胫痠痛者，先刺足阳明十指间出血】脚胫痠就是足阳明。

所谓【风疟】，风疟的时候、一发病的时候【疟发则汗出恶风】。打摆子、忽寒忽热的时候，身体一直出汗，病人风吹到很难过、不喜欢吹风。【刺三阳经背俞之血者】风疟在三阳经、阳经的背后的俞穴上放血。

【骭酸痛甚】就是在脚上的胫骨上面，【按之不可】按都不能按。【名曰附髓病】。这时候【以鑱针，针绝骨出血立已】。鑱针比较粗，像刀子一样，刺他的绝骨穴放血。现在这些讲的都是一个治法。[第46集]

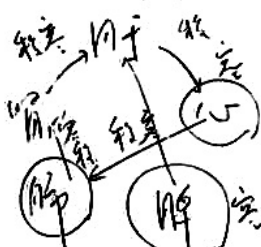
如果病人有往来寒热，【身体有小痛】不是大痛，【刺至阴】膀胱经的井穴。【诸阴之井无出血，间日一刺】。一般来说我们在井穴放血的时候、治疟的时候，阴经的井穴不放，大部分都放阳经的井穴。比如扎涌泉，不会给它放血，因为是阴经。刺他的时候隔天，一三五、二四六，隔天刺。

这一篇都是刺的法则。【疟不渴，间日而作】如果发疟口不渴而且隔日而作，可以【刺足太阳】经。【渴而间日而作，刺足少阳】如果渴而隔日发作的话就是少阳。

【温疟汗不出，为五十九刺】。这里讲的就是后面的《黄帝内经》第六十一篇《水热穴论》中间有五十九刺。到时候会解释得很详细在那一段给诸位看。

## 第三十七篇 气厥论

所谓的气，有分寒热。气统归于阳。阳是什么？你看不到，但是它是动能，你感觉到它的热、感觉到它的活力、感觉到它的精神，都是阳。所以你在看我的时候，两眼有神是阳，神不识人、你是谁看不懂了、不知道不认识你了、神失了，阳就失了。所以看到是形，生命力就是阳。简单讲就是这样。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。你看人死在那边就是阴，没有阳了，那是死人。我们因为身上有气，所以才有生命力。《气厥论》厥是到顶、到极点。



黄帝就问【五藏六府寒热相移者何】五脏六腑之间寒和热的移转的情形是怎么样？这一篇就很重要了。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，心脏有寒的时候就不会进入脾脏、会移到肺里面去，肺里面有寒又回头到肾脏。寒会转移的。当脾脏有寒的时候从脾脏会移入肝脏。这是寒的移转的路线。寒在移转的时候产生什么症状，就是这篇的意思。

第一段岐伯说【肾移寒于肝，痃肿少气】。这一段就跟我们治肝病很有关系了。肾脏里面的寒进入肝脏的时候，他里面会化脓，还会肿，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。所以我们前面讲补南泻北，在温肾、补肾、强肾的时候，肾的寒会去掉，肝就不受寒。

母能令子虚，我们要利用这个字。本身肝是虚证的，强肾会让肝更虚，并不是这个意思。因为本身肝是虚证的时候我们怎么会去强肾？所以并不是说，母能令子虚，就一定要去补肾来把肝虚掉。而是遇到肝很实的候，我们才会去补肾让肝虚。平常肝虚的时候不是病，肝实才是病。所以不要把它混为一谈。因为实在里面很扎实的时候，五脏都是阴，遇到很实、非常实的时候，我们才会想办法让它虚掉，才会这样做的。平常肝没有病、没有实在里面，把肝虚掉干吗？所以如果肝没有实的时候，补肾的时候并不会让肝虚，因为它没有病。所以我们中医在治疗的时候在平衡、在取它平衡。所以肝里面没有积、没有累积东西的时候去补肾，肝一样很好不会虚掉的。所以母能令子虚，而是因为子有实的时候，我们才利用母去让子虚。只此而已。所以子没有病的时候，补肾很好，一点影响都没有。真的补肾，肝没有问题的时候肝不会虚掉的，是有实证才会虚掉。

脾脏的寒进入肝脏的时候【脾移寒于肝，痃肿筋挛】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的时候【肝移寒于心，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，肺消】。心里面有寒证，会上传入进入肺里面，肺的阳会消损。肺里面有阳，心里面有阳。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。阳会消损掉，造成肺消。什么叫做肺消？就是津液进不了肺了。因为里面都寒掉了，没有阳气在里面了。【肺消者饮一溲二，死不治】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】从肺寒跑到肾脏里面，【为涌水。涌水者，按腹不坚】肚子胀在那边但是不会坚硬。因为【水气客于大肠，疾行则鸣濯濯，如囊里浆水之病也】。走路很快的时候，肚子好像一个水袋一样，会听到咕噜咕噜水的声音，但是不是坚硬的是软绵绵的。这是肺里面的寒移到肾脏。



为什么要去知道是寒？我们有的是温肺的药、有的是温肾的药、有的是温肝的药、有的是强心的药，因为药性的选择不一样，所以我们才需要去辨证。当我们选择药物的时候，我们知道他证是这样的，我们就选择这个药物。

寒在移转的时候，有一个很简单的法则。如果我们摸脉，一摸脉，寒的脉都是又细又小，就知道是寒了。正常人应该寸是阳、尺是阴，应该是这样子的。如果摸到寸脉是细细小小的，是阴寒的，就是心寒。心脏有寒的时候，心脏赶快要治好，不治好寒就会进入肺。就是这个意思。

第二段讲的是热的移转。

脾脏的热会移到肝脏去【脾移热于肝，则为惊衄】会造成惊衄、流鼻血，病人会受惊。热跑到肝脏里面去。

如果是肝移热跑到心脏【肝移热于心，则死】就是死症了。

心如果移热到肺里面【心移热于肺，传为消渴】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【肺移热于肾，传为柔痙】柔痙就是筋软没有力的现象。

一般来说热会走。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，知道我意思吧。脏都有阴阳在里面。如果是太热的时候，阴不足才会热，太热的时候它会移动。

移到哪些地方？会产生哪些现象？最凶的就是，从脾移热到肝，肝热一进入心脏，心本身就是热，火上加油，心会死。还有一个最凶的就是【肾移热于脾】。本来脾是土，是克水的、能够治水。所谓克就是，又是辅助又是牵制它，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，土太热了，土会丧失掉。土是胃气，一丧失掉的话脾脏虚掉了【传为虚，肠癖死，不可治】。脾管少腹，少腹这边是脾脏在管。脾一受伤，过热的时候，马上下利，一下利胃气就没了，都是死，不好，不可治。所谓的热，就是如果摸到脉的时候，脉跳得很速、很快，就是热。

我们讲过，侧面看后面是小肠、中间是胞、前面是膀胱。小肠是火，膀胱是水。当小肠的火是正常的时候，膀胱的水会气化上去。胞就是在膀胱和小肠的中间。男人有胞，胞是生精的地方。男人的胞是很平面、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】，本来正常人是膀胱的热来自小肠，现在胞的热进入膀胱，代表小肠里面温度不够了。小肠的温度不够的时候，里面胞的热就会跑到膀胱里面来，是讲这种情形，源头是因为小肠的火没了。【则癃溺血】。这个时候小便会癃。小便排不出来，是因为小肠不够热。所以水在膀胱没有办法气化。正常的人水一气化以后膀胱像热气球一样胀起来，就会变得很大，上面有400cc。膀胱的尿液是在上方，因为有热气才有喷射的力量，所以小便可以挤压出来。现在小肠热没有了。小肠热没有的时候，膀胱里面的寒闭在里面，这个时候小便排不出来因为没有热来喷它。所谓胞移热，胞宫本来是血的地方，男人胞宫的地方是精血、看不到精子，血先集中到胞宫，经过小肠的蒸热以后才会变成白色的进入睾丸，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。如果寒太盛的时候，女人子宫里面的血和男人的精的血都会进入膀胱，小便出来就会看到血在里面。原因是这样的。

【膀胱移热于小肠】膀胱太冷，是小肠的温度下降，是小肠太冷、温度不够。这个时候会【鬲肠不便】。病人感觉到好像有手指头拉到肠子，因为肠子里面热没有了，蠕动缓下来了。



就好像有人拉到肠子，想排大便都排不出来的感觉。【上为口糜】因为小肠跟大肠的肠子里面的沼气、就是大便里面的气。因为大便排不出来，没有办法排出来沼气就会往上升，造成口腔就会糜烂的现象。

小肠寒的话【小肠移热于大肠】，小肠在下面、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，这是正常是这样子。现在小肠冷掉了，热进入大肠，变成大肠跑来热，【为虚瘕】虚念 fu、潜伏的伏的意思。这种会造成里面长硬块、长肿瘤。【为沉】潜沉在里面。虚是古字，埋伏、潜伏就是这个字，老虎上面的头、然后下面再加个必，念潜伏的伏。脉是沉在里面的。



【大肠热移于胃】本来是小肠的热，胃在大肠的上边，大肠的热如果不在这边回逆跑到胃里面去，这都是里面里寒掉了。病人【善食而瘦入】怎么吃还是瘦，【谓之食亦】。

【胃移热于胆，亦曰食亦】也叫做食亦。

【胆移热于脑，则辛頄鼻渊】頄 e 就是讲鼻腔，鼻的胫骨叫鼻頄。这都是热的转移，【鼻渊者】会造成鼻里面涕下，鼻涕非常浓【浊涕下不止也】。这种都是热在传变的现象。传变的时候，【传为衄蔑】蔑念 mie 就是污血，就是鼻子会看到很多的脏血排出来。【瞑目】眼睛会昏眩，看不清楚。

【故得之气厥也】这都是气厥。《气厥论》篇就是，正常的气应该木火土金水这样走，现在气逆着走。气在走的时候有寒有热，你会看到这种情形。这是细分。

真的在治证的时候不用担心，不用担心很难记。因为《黄帝内经》讲的是中医的所有的生理学、解剖学、病理学。我们在临床上治证的时候真的是，回头看可以看这些，治证的时候知道里面是寒热就下手，只要知道里面的寒热就好了。我们要用辨证法去辨五脏的寒热，非常的简单。

这本书上只是，你要知道病机，知道他的病早年在这边，现在不是的话会传哪边，你可以预测他发生什么事情。主要的目的还要告诉你移转的现象。这样的话，你可以在辨证上面或者是在治疗上面比较能够掌握到时机。所以病会移转、怎么移转，都是按照这样的移转。移转的程度是这样子的，很奇怪。你可以治病之初。你可以一下知道，比如脾脏移到肝，肝一进入心就死，我们知道这个热一移，赶快要去制止，免得发生危险。你可以知道这个病会危险，那个病不会危险。原则上很简单，我就讲过了，热进入心，心本来就热，现在火上加油，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子。

继续讲第三十八篇《咳论》之前，我们把上一篇《气厥论》、《黄帝内经》第三十七篇后面那一段所谓移热再回顾一下。

只要记得，小肠是火，所以正常小肠里面是热的，这是常态。如果小肠里面是热的，小肠跟心是表里，心是君主之官，所以小肠控制整个下焦的热气的循环。所以在小肠的募穴关元穴，我们可以治疗很多的病症。小肠的热在里面，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，下焦因为有小肠的热在中间，常态的现象就会出现。因为下焦水很多，阴和阳的阴极生阳、阳极生阴，所以阳经到脚背上面的时候是阳初起的时候，脚背摸上去是冰冷的。为什么？因为阴和阳是表里，脚底下是热的、阴经在脚下，阳在阴里面。正常的阴阳是互相表里、互相制约的。当有一天脚上的热突然没了，《气厥论》后面讲热就会移动。热移动，当突然冷掉以后热就会到处乱跑、散乱掉。整段讲的归根结底就是这个，再稍微补充一下。



## 第三十八篇 咳论

现在开始看《咳论》篇、《黄帝内经》第三十八篇专门讲咳、咳嗽。

黄帝说【肺之令人咳何也】咳嗽就是肺了？岐伯说不，【五脏六腑皆令人咳，非独肺也】五脏六腑都会让人咳嗽，不单单是肺。所以我们光是咳嗽看肺就不对，有非常多种、各种不同的咳嗽的症状。【愿闻其状】，岐伯就解释。



【皮毛者，肺之合也】肺主皮毛。如果是肺咳的话，【皮毛先受邪气，邪气以从其合也】邪气再慢慢顺着经络跑到肺里面去。这才是肺咳。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【其寒饮食入胃，从肺脉上至于肺】胃里面的寒气也会顺着脉跑到肺里面去，就会造成【则肺寒】，这也会生咳。

肺的常态是这样子。读《黄帝内经》一定要了解什么叫做常态，就是什么叫正常。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，心是火，肺是寒的、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者是太热了。肺里面太热了，心本来就是热，热加上热就是过盛。心寒就太寒了，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，还有吃冷的东西。所以经常食物热着吃，吃冷的东西也会造成肺寒。【肺寒则外内合，邪因而客之，则为肺咳】这是会造成肺咳。当然我们也有热的咳嗽，但是表面上的热它皆生于寒。因为每一个人的身体的体质不一样，就造成表面都是寒的，但有些人里面是寒的、有些人里面是热的，不一样。

【五脏各以其时受病】平常五脏的肝心脾肺肾络上去春夏长夏秋冬，这是按照时节来受病。如果不是按照时节来受病的时候，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，结果看到夏天的时候跑出来肾脏的咳，这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。

【人与天地相参】是相融合的，【故五脏各以治时，感于寒则受病。微则为咳，甚者为泄，为痛】轻微的就是咳嗽，严重的就会有下泄，甚至还有痛的症状出现。比如秋天的时候【乘秋则肺先受邪】。【乘春则肝先受之】春天的时候肝先受邪。【乘夏则心先受之】夏天的时候心受邪。【乘至阴则脾先受之】乘至阴就是讲太阴脾脏，脾先受邪。【乘冬则肾先受之】冬天肾受之。这是按照四时的节令产生的咳嗽。

你就记得，不按照四时节令产生的咳嗽，它就是内脏传来的。黄帝就问【何必异之】怎么区分它？岐伯说用症状可以区分，有五脏的咳，五脏的咳显现出来各种不同的症状。

第一个【肺咳之状，咳而喘息有音】。因为肺本身在上、肺法象天幕，里面肺叶在伸张，咳会有声音，而且会有喘气。【甚则唾血】严重的时候会咳出血来。比如咳得很用力的时候，支气管会破裂，会咳出血来。这是严重。

心脏的咳就不一样了。【心咳之状，咳则心痛，喉中介介如梗状】咳嗽的同时心脏会痛，同时喉咙里好像有东西哽到一样。【甚则咽肿，喉痺】严重的时候咽会肿，喉就会有痹的现象，喉就会有堵塞的现象。这是心脏咳的症候。

【肝咳之状，咳则两胁下痛】肝脏咳，肝在两胁的部位，胸胁的两胁下痛。【甚则不可以转，转则两胁下满】严重的身体都不可以转动，转动的时候两个胁下就会胀满，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。我们人有四个海，脑部是髓海，后面会再详细介绍。喉部、喉咙的地方是气之海。所以十二经络就像水一样、

十二条大水，要汇在这里。水会归于海，终归于海。脖子这个地方就是气之海。所以一般气有病的时候都会影响到喉咙。

【脾咳之状，咳则右肋下痛，阴阴引肩背，甚则不可以动，动则咳剧】身体一动咳得越来越严重。一般来说脾脏主少腹，脾在肋的下方。有的时候《黄帝内经》讲右肋。比如我是病人，对我来说脾脏在左肋，医生来看是右边，所以常常有左右。

过去有区分，有人写得不一樣。过去就很多的医学家在研究《黄帝内经》的时候，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答把这个医学传承下来，实际上是很多的人的心血的结晶把它写下来。无论它如何，我们不要误解《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。

【肾咳之状，咳则腰背相引而痛】肾咳，一咳腰会引到背痛。【甚则咳涎】严重的话咳涎，就是一咳痰液很多、津液出来。

这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。黄帝说刚刚是讲的五脏的简单的症状来区分，【六府之咳奈何？安所受病】六腑的咳嗽，胆小肠胃大肠膀胱这种咳怎么办？岐伯说【五脏之久咳，乃移于六府】咳的时候是五脏里面咳很久才会移到腑。所以咳是由脏先受、内脏先受，然后咳很久没有治好，才会咳到腑上去。

【脾咳不已】脾脏咳很久了，【胃会受之。胃咳之状，咳而呕】咳就呕吐了。常常听到、比如将来有病人找你说，我的儿子咳得很可怕、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》下定义了。【呕甚则长虫出】咳得严重的时候有长虫出，比如胃里面有。过去中国也有农业社会，我们没有蛔虫这种观念。所以东西抓了就吃或怎么样，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。所以你看过去的医书，很多的药都在打虫。孙思邈很会抓虫。[第 47 集]

【肝咳不已，则胆受之】胆是腑。【胆咳之状，咳呕胆汁】一咳的时候，胆汁都咳出来。所以你就听，我咳得胆汁都出来，这个人是腑咳，但是因为肝咳很久没有治好。所以久咳的话，可以从表面的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，则大肠受之。大肠咳状，咳而遗失】一咳大便出一点点。怎么一咳嗽，大便出一点点。或者放屁，小肠咳就是放屁。大肠咳就是出一点大便。

为什么这样？以后辨证的时候诸位可以从这里看。我把所有的辨证全部简化了。大肠围绕着小肠。我们在辨证的时候，比如我举个观念给你看，便秘。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，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。大肠里面都堵到，一咳嗽大便出来一点点，在大肠。这样子先简单有这个概念，我们讲《金匱要略》的时候会讲得很细、非常的细。基本上概念有了，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。真的开始动手治证的时候，所有的症状、处方的来源是通通依据《黄帝内经》的。



【心咳不已，则小肠受之。小肠咳状，咳而失气】就是放屁，小肠的咳嗽【气与咳俱失】。

【肾咳不已，则膀胱受之】如果肾脏、脏的咳一直咳很久没有好，肾脏的咳会移转到腑、就是膀胱，肾和膀胱是表里。【膀胱咳状，咳而遗溺】一咳小便就出来。所以有人告诉你咳嗽，也没告诉你咳得怎么样、就是咳嗽，那就是初咳。奇怪，咳了小便就出来，就已经是久咳了。久病从脏传到腑上面。

【久咳不已】咳得很多，有一种状况咳到后来【三焦受之。三焦咳状，咳而腹满，不欲食



饮】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。三焦又通到全身的肌肉，经脉里面都有三焦，所以三焦是无处不到的一个地方。咳而腹满是它的主证。

六腑、所有的腑【此皆聚于胃】，五脏咳【关于肺】因于肺，所以源头在肺上面。肺再移转出来，所有的腑的气通通会聚在胃里面。最早咳的时候是肺咳。所以咳嗽会让人家痰较多【使人多涕唾而面浮肿气逆也】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些。比如肾久咳，移气为膀胱，一咳就小便。所以你会常常听到人家说一咳小便就出来了，就是原因是肾。我们为什么要知道这个？因为你们以后会学到很多处方。比如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？因为你没有寻它、治它的根。所以一咳大便出来、或一咳放屁出来、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。否则以后我会讲咳、我会讲《金匮要略》，一咳嗽就讲完了，你去临床治咳的时候不见得可以把咳嗽完完全全根治。我们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。但是你抓到它的神，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，我们待会儿会介绍到一些处方，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【治之奈何】咳嗽针灸怎么治？岐伯说，下治疗法则了。如果咳是脏，还没有传腑、光是脏咳【治脏者，治其俞】我们咳治它的俞穴。这个俞穴可以讲五输穴、井荣俞经合的俞，还有背后的俞穴也可以。就治该脏的俞穴就可以。如果是治腑【治腑者，治其合】。就是咳久没有好、移转到腑上面了，比如一咳小便就漏出来，我们治膀胱经的合穴，这就可以。如果有浮肿代表伤到胃气了，这时候【浮肿者，治其经】。伤到胃气可以刺胃经的经穴。

这就是论咳。因为《黄帝内经》里面讲的都是病理学、生理学、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，很清楚西医怎么回事。每次病人来说，医生跟我说是个什么病。我说那医生有没有跟你讲怎么来的，没有。那你的医生错了，我告诉你怎么来的。我常常这样。病人说你那么厉害，我说对、我告诉你病怎么来。我讲给他听，这就是我、他说就像他这样子。西医都是事后发病的时候看到了，可是你去问他病从哪里来，他不知道。所以临床上以后你们常常会听到，我常常跟病人说，你的医生不知道病哪里来，要知道你病从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，你就好了。讲红斑性狼疮讲了很多，如果医生真的知道什么是红斑性狼疮，就把你治好了，因为知道病怎么来的。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。我告诉你病怎么来的。我常常跟别人是这样子讲。病一定有因。所以如果《黄帝内经》很熟的时候，查病因就查到了。

我们这里强调一下，为什么我说、很早从头到尾我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，西药厂是希望所有人都生病，他才能赚钱。所以他硬说会死，结果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《伤寒论》、《金匮要略》的时候会讲很多的症状出来、辨证法、我们治疗的手法。临床的时候我会介绍一些案例给大家听。所以艾滋病人来，我一开个白虎汤，他吃下去，当场说十几年没那么好过。这就是白虎汤。

## 第三十九篇 举痛论

我们现在看《黄帝内经》第三十九篇《举痛论》。所有的痛症，我们都会去辨证。所以现在一篇篇分开来，厥、或者是咳、或者是痛，寒、热都有。

黄帝问【余闻善言天者】，这段很好玩，专门讲天的道理。【必有验于人】就是讲天地阴阳在人间会得到验。【善言古者】专门以前古代的，常常引经据典，《史记》怎么说、《战国策》怎么说，【必有合于今】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，因为我太了解他了。我们不做人身攻击，基本上我一直认为，人都是好人，出发点、心都是善的。他会去学西医并不是他的错，而是医学理论的问题。现在为什么要去推翻这理论？因为我们需要去救人。只此而已。

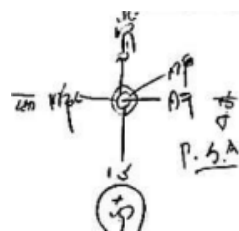
【如此则道不惑而要数极，所谓明也】。这段讲的就是明、明白，我们要做个明医、明白的医生。不一定要做名医，但是一定要做明医。心里要很清楚可以做到什么程度，心里很清楚病发生的过程。现在最大的问题就是，西医是不明。所以不明才要一直在研究，一直在研发很多东西。《黄帝内经》几千年前的东西，它就结束了，我们到现在还在追寻这种法规，病因、病的发展的过程、和病的治疗的法则、还有病的结束，都写得一清二楚，我们不需要再去研发新的，代表它是真理。西医不对，它一直在研发新的，代表它到头来没路走了。中医不需要研发，中医已经结束了，西医还在开始。

【今余问于夫子】，这一段讲的就是，【言而可知】就是要做诊断的时候病人讲话、或者你跟他言谈、听、闻诊、或者问诊，【视而可见】眼睛看得到的是望诊，【扪而可得】切脉，望闻问切、四诊最早从这里定义出来。《四诊心法要诀》、望闻问切大家都知道，最早是来自《黄帝内经》这一段。我们要眼睛看、耳朵听、嘴巴问、手去摸脉。

【令验于己而发蒙解惑，可得而闻乎】黄帝想知道这个道理。岐伯说【何道之问也】要知道哪一个道理？听听看，你要说、你要问。黄帝就说【愿闻人之五藏卒痛，何气使然】希望知道内脏、五个脏突然发生痛，到底是什么原因造成的？

这里注意看岐伯解释怎么解释。【经脉流行不止，环周不休】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，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。【寒气入经而稽迟，泣而不行】当寒气跑到经络去，造成循环速度减缓。如果是【客于脉外，则血少】。脉外有两种解释，一种是经脉的外面，一种是血脉、血管的脉外。如果是寒气进来的时候，造成气血循环的速度减缓或者是停滞不前的时候，如果是在脉外、在血脉的外面的时候，寒会把血管缩小。寒则缩，血管会缩小。所以越冷的时候脉管越来越小，越来越小让血就变少了，因为血的速度会变慢。如果是【客于脉中，则气不通】如果寒是在血管里面。不在脉外，是在脉里面，所以我们分两个，一个是脉外，一个是脉内。如果寒跑到脉的里面去的时候，发痛了，就是瞬间的发痛，【故卒然而痛】就是瞬间的痛。就是本来都很好，突然一阵痛。当有发觉突然的、瞬间的发痛的时候，我们就知道寒在脉的里面。

黄帝就问了，黄帝的问题很多，其实实际上就是一种医学的传承，故意提出来。中医写的《黄帝内经》很好玩，好像写两个人在对话，好像写的剧本一样。不把它引经据典写得很死板板的，让人好读。黄帝就问了，【其痛或卒然而止者】有的痛一下突然又停掉了。【或痛甚不休者】有的是痛不止





一直持续在痛。【或痛甚不可按者】有的是痛得不能按。【或按之而痛止者】有的是痛得喜欢按，按很舒服。【或按之无益者】有的是按了半天，按不按都没有用，他还是在痛。【或揣动应手者】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。临床看过以后再看《黄帝内经》，是有道理。揣而动者，肚脐左边是肝，肚脐下是心，肚脐中间动悸的时候是脾，肚脐右侧是肺，脐上悸的时候是肾。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的正中间的地方。小肠是火，所以心是南方，所以我们把东方放到左边来。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。

西方医学不是这样子。几个医学、化学家坐在研究室里就闷头、埋头苦干，外面月亮盈亏也不知道、太阳出来也不知道、东南西北也不知道，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的时候，西医代号是 PHA 的值数。我在底特律演讲、在医学院讲的时候我们在临证，有一个男的摄护腺癌的指数是 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。这个病人本身就知道，他说吃了药第二天指数变 3，可是肿瘤还是好大一个。怎么办？看这个人，指数就不准了。所以如果研究化学、光是研究找个东西把东西中和掉有什么难的，果汁太浓了加点水就淡掉了。这有什么难，这个不难，难在要把它根去掉才难。

黄帝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子。至于怎么治，我们有治法在后面，不在《黄帝内经》里面讲。【或心与背相引而痛者。或胁肋与少腹相引而痛者。或腹痛引阴股者。或痛宿昔而成积者。或卒然痛死不知人，有少间复生者。或痛而呕者。或腹痛而后泄者。或痛而闭不通者】。各种不同的痛，诸位自己看。书上有的我们就不再叙述了。【凡此诸痛，各不同形，别之奈何】？岐伯就讲了。

【寒气客于脉外，则脉寒】在脉的外面，血脉或经脉的脉外。脉外受寒的时候【脉寒则缩踡】病人会卷缩。寒则缩，病人会卷曲起来。【缩踡则脉绌急】这时候脉非常的速。【绌急则外引小络】会影响到外面的小络，小的孙络会影响到，就是细脉的地方会影响到。【故卒然而痛】这个时候突然就发痛了。因为它是在脉的外面，而且在比较孙络、比较在四肢周围的地方。这怎么讲，比如把他的手放到冷冻库里面，晚上去试看看，或者放在冰块里面，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，用烘烤，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。【得炅则痛立止】。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、古代的文字我们不要去太计较它，知道意思就好了。一得到热，他就会好。如果【因重中于寒】就是这个寒进来非常的严重，比如手放到冰块里放个 15 分钟、20 分钟很痛，放两个小时一直加冰块下去就不一样了。很强的寒就不一样了。比如冻疮，冻疮在那边火烤也没有用，因为它冻了一晚上了，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，都不是好的医生。冻疮我们中医都可以让他好。当然要北派、伤寒家才会，伤于寒。温病派、南派没有伤寒，冻疮死掉就死掉，结果南方一大堆人得到冻疮的。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。所以痛了很久就是寒很重。

【寒气客于经脉之中】，刚刚是脉外，现在是脉内。【与炅气相薄】和热气相薄。本来血脉里面是热的，现在寒跑进去了，寒热两个在相搏的时候，脉就胀满【则多脉满，满则痛而不可按也】拒按。像痛风，不能按，越按越痛。痛风不要说手去按，连衣服碰到他都痛，拒按。他痛成这样。下次遇到这种，你们就知道，这个人是寒热相搏在血脉里面。观念是这样子。你

就知道了寒在血脉里面，要开一些入血的药，开一些祛寒的药。脉里面是热的，不需要开其他的。里面祛寒的，加点热药他就一下痛就会去掉。为什么要陈述这个？就是有助于将来你们开处方。要知道病因，才知道怎么开处方。如果【寒气稽留，灵气从上，脉充大而血气乱，故痛甚不可按】痛甚就是更严重了，就是加重了更不可按。你想想看，人痛到不能碰很痛苦，痛了按摩也好，他是痛到不能按。

这都是致病的原因。诸位看这边都是寒，上面一票全部是寒。我们在讲寒的时候，我们的处方治证是开热药。温病就不会开热药，寒他们都开寒凉的药。寒凉派、补土派、滋阴派，越寒越痛，都不会好。不会好就说中医为辅、西医为主。送到西医去，西医更坏，吃的药更寒。结果病人一个关节痛、痛风，肾衰竭掉。就是这样子。

【寒气客于肠胃之间，膜原之下】，所以《黄帝内经》很早就提出原膜，就是讲三焦的膜。在脏腑之间通通是油网在联系，就是油膜。【血不得散，小络急引故痛。按之则血气散，故按之痛止】。因为这个寒只是在肠胃中间，比较浅。所以手按下去的时候，要我的手按，我的手是热的按下去痛就会停。如果手比他肚子还冰，一按下去他更痛。女孩子很多手脚是冰的，我们要先去把她的手脚治好。如果你跟太太牵手、跟你女朋友牵手，手是冷的，赶快把她治好。不然的话你哪天痛她按更冷、更痛，所以还不如拿热毛巾敷上去比较好一点，因为是寒痛。这是在肠胃比较表面，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，身体原因没搞好，给西医搞得没搞好。这是按之痛止。你们可以在上面一二三四五六七这样。

第二个【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。侠脊脉很深，很深的时候【按之不能及】按就按不到，【故按之无益也】当然按了没有用。所以当按了半天，按或不按他也无所谓拒按、喜按，反正还是痛在那边，寒气很深，我们就知道它在侠脊上面。

第三个【寒气客于冲脉，冲脉起于关元，随腹直上】。寒气客在冲脉里面【寒气客则脉不通，脉不通则气因之，故揣动应手矣】。这就是我讲的，肚脐的下方、小肠募关元穴。当寒气进入冲脉的时候，冲脉是起于关元，这个时候它的脉气受到寒气的影 响，所以它会搏动。因为冲脉是血脉，血的力量很大的脉。这边受到寒气堵塞到的时候，它就开始动悸。记得，左边动悸是影响到肝脏，下面动悸是心脏，右边是肺，上边是肾，肚脐周围、脐周围动悸是脾脏。动悸，摸上去就可以摸到咚咚咚在跳，或者拉开衣服看就可以看到肉在跳。在《伤寒论》、《金匱要略》里面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，是一摸上去就摸到脉跳得很快。所以好的医生就是肚子这样抓起来，两手一摸肚子，摸摸看在肚脐的哪边，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。

第四个【寒气客于背俞之脉】在背后上面的血脉，泣就是停滞下来，【脉泣则血虚】，血没有办法过去就血虚了，【血虚则痛】血虚也会生痛。这个血虚生痛，因为血都是汇注于心脏在管，心主血，【其俞注于心，故相引得痛】。像血虚的痛，按摩他的时候他的痛就会慢慢减缓。所以有时候老人家生病了，帮他按摩、拍拍背，他的痛就好很多。为什么？他原来是血虚，你的手是热的。所以女孩子手是冷的，泡了热水再去按，或者拿个热毛巾去按。我们的手是热的，摸上去的热气最好。因为人身上的热气是固定的，我又不是发烧，人很正常。摸上去的时候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。如果是用人工调温度，有时候太高、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自己亲人做，不然每个病人来都这样按，到晚上已经躺下去挂了。这是因劳，就是疸病，过劳、久老。太劳累了，每个病人给他按，那么累。没有办法，只有自己的亲人可以做到。我常常就，一看夫妻俩，太太背痛，我知道她要按摩。我跟她先生说，每个晚上帮她按摩一个小时再睡觉，这样她这个痛就会好。他的先生说，我今天不该来的。帮太太按有什么不对。当然我是这样讲他的，我回去自己没做。人是这样的，还是人。所以这就是我们血脉不够的时候会有这个背痛。所以你们常常说背痛的按摩一下很舒服，就是这个意思。



第五个【寒气客于厥阴之脉，厥阴之脉者，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【寒气客于脉中，血泣脉急】因为血通不过去，就会造成【故胁肋与少腹相引痛矣】。我们知道寒在血脉中间，在肝经上面。

第六个【寒气客于阴股】就在鼠蹊部下面，【寒气上及少腹，血泣在下相引，故腹痛引阴股】肚子痛会引到会阴的地方或牵引到它痛。我们知道寒气在下焦太寒了。你看都是寒气，没有看到热气造成痛，都是寒气。光是一个痛，都是寒气。

开寒凉的药，一想就知道不会好。病人来找的时候，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，他不是找好吃，他要病要恢复。你开的药很难吃，可是他病好了，再苦他都吃。你知道我的病人跟我怎么讲？我现在是肝癌，你让我好，叫我吃大便我都要吃。在美国的中国来的中医不是，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，每天成袋出去。不是一包两包，一袋拿出去这样子。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，都怪别人说。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，每次因为开处方后药不对、病人没有反应的时候，我第一个考虑是考虑我处方有没有错，然后考虑处方没错看药有没有错，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，小肠外面的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。关元的上面，关元是冲脉之始，真正膜原接触的地方是在气海和石门的地方。所以道家，这就产生了疑问。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，就是吵这个膜原。真的讲三焦的膜原，起是在气海。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。反正练坐、打坐的时候没有用手指着气海这样打坐的、没有这种动作，心在假想。所以大概这一块就可以了，不要那么计较。没有看到过一个人打坐手指着穴道，这个人没有得道，没有这种事。但是我们要知道，气海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。[第 48 集]

第七条讲的就是肿瘤的成因。你们如果光这一条看不出来，可是我看就知道是肿瘤的原因在这里。现在世界各国的西医对肿瘤怎么来的都不知道。就在这里。【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，故宿昔而成积矣】。所有的肿瘤、积瘤、身上累积的东西，跟小肠很有关系。所以常常在治证的时候一直在强小肠，因为那是生命的源头。

比如肿瘤、癌细胞到处乱跑，怎么办？西医每次说做正子扫描，到处看去哪里。去看哪里有什么用？比如贼已经全美国到处都是了怎么抓。就好像在北方，我那天给你们讲的故事。夏天的时候有蚊子。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，当环境一改变的时候，原来的环境很适合它生存、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，我们中药一进来的时候、热药一进来环境改变了，又热又把食物断掉，它就走掉。环境一改变，我们不管它在哪里。所以中医我们比较关心全身上下，我们只管全身，全身上下应该没有肿瘤才对，没有积。我们不叫肿瘤、叫积，就是讲这里。

所以我们常常在小肠上面做文章，再下手。当小肠里面的气血有阻塞的时候，没有办法进入大的经脉。热的小肠很好，小肠要热，怎么知道？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，去问凉的温的病人已经昏厥过去了，不用。脚底是热的，脚背是冷的。如果脚底、脚背通通是热的，小肠太热，过热也不行。因为引擎过热也不行，引擎温度不够也不行，一定要温度适中才能跑。小肠就是这样子。

小肠温度的源头又来自心脏，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。现在很

多人心脏肥大、心脏瓣膜不整，那是吃西药搞的，本来没有这个病。

慢慢我给你们介绍。等你们看多了，就知道中医真是王道、太好的东西。我们要以身为中国人为荣。

第八条【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、水生木，现在突然寒气跑进去，五脏就乱掉了。这个时候因为里面寒很重，阴气衰竭【阴气竭，阳气未入】阳气又没有办法进去。因为脏里面本来阳就不多，阳大部分都呆在腑里面，寒气一进去的时候里面会更冷，这个时候阳气又进不去。【故卒然痛死不知人】所以突然痛死。有时候这个人突然一痛，人就昏厥过去了。这是痛在五脏里面，寒在五脏里面。昏厥过去并没有死掉，【气复反则生矣】过一下子阳气回来他又醒过来了。我们有常常看到这种病人。什么病没有，突然一发病，人整个硬邦邦的就昏倒了。昏倒以后，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。这个人每次到急诊室的时候就醒过来。发病的时候在 mall 里 shopping、就在百货公司里面买东西昏倒，他就不会在急诊室昏倒，就很奇怪。等他昏倒了再送到西医的急诊室，他醒过来了。这样子怎么办，然后西医查了半天没有毛病。就是寒入五脏。现在告诉你寒入五脏会造成突然昏厥，你现在知道了，因为寒进去把脏锁住了、阳没办法进去，所以人会暂时、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、有热在里面的通通不一样的药，一个都不用怎么会治得好病。你只有病人昏倒的时候跟他一起昏倒，你是被病人站你身后昏倒你吓昏了，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，我们一定要把它结束掉。我希望同学们将来出去，你们不要在我这种态度，我实在是很气。我们不骂人人家不会醒，所谓刚重，我们的启蒙之道要刚重。你们要想办法说服人家，让人家把温病派的东西舍掉，那个没有用。温病派的药以后你们会看到，刷牙、漱口可以，洗眼睛、洗鼻子可以，治病不行的。你们以后看我处方就知道了，这几味药就够了。

【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。听，病人胃痛在呕吐，岐伯在《黄帝内经》说是寒客于肠胃。你看南派、温病派开的胃药都是寒凉的药。本来是寒客于肠胃，所以吃了半天怎么会好。我们北派开胃痛的药，很热的药下去。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，病人都吐血还在开热药吐的血更多。温病派错了，一剂下去血就止掉了，因为原因是寒气客于肠胃。

【寒气客于小肠，小肠不得成聚，故后泄腹痛矣】后泄就是大便从肛门出来，大便在下利，腹痛。所以肚子痛、腹痛都是小肠的寒，寒客于在里面。临床上看到的时候，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。进去、开刀下去看，没有，开完刀还是痛。可能在哪儿，可能在哪儿，都不知道，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，知道病因的时候，处方就已经解决了。看、听就知道了。所以很多人肚子痛，痛了好几年，结果碰到我一剂就好了。碰到我一剂就好了，前面医生通通错了。再来看我开的处方，可能只有三味药、四味药而已，因为我知道从肠子来的、里面的寒来的。

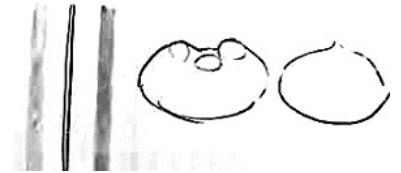
通通是寒，只有最后一个出现【热气留于小肠，肠中痛】肠也会痛是过热。小肠本来就是热，现在过热的状态之下。为什么会过热？这叫做瘵热，就是过热的现象产生的腹痛只有久劳。就是这个人很辛苦，从早就工作到晚。如耕田锄地，从早就一直在锄，锄到日中、太阳出来到中午了也不休息，一直工作到老。每天这样子劳，才会有热中，小肠才会过热。这是瘵热，是久劳。现在这种人很少了、这种人不多。为什么？大家都开耕田机，去锄地都开机器进去，劳动的人很少。以前就有。【瘵热焦渴，则坚干不出】大便很干燥不出，【故痛而闭不通矣】。如果我们要害人，比如这个人本来便秘，叫他劳动出汗，他越出汗大便越干。越干的话如果堵在大肠阳明，就是我那天讲的，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。我刚才讲过，现在久劳不多了，所以你可以把它舍掉没有关系。但是你要知道，不然你忘了，这是唯一的例外。所以如果以后在诊所坐诊，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。便秘了，怎么知道我便秘，开个承气汤就好了。望，《黄帝内经》都讲了，望就知道了。农夫因为脚常常在田里面走，他不喜欢穿鞋子。所以脚一脱，一看脚就知道是工人、农人，一看就知道。

黄帝问【所谓言而可知者也】病人跟你讲话、问了就知道，【视而可见奈何】或眼睛看到就知道？岐伯说【五藏六府固尽有部】五脏六腑都有尽头的地方、有一定的部位。【视其五色】我们看他的五种颜色，【黄赤为热】如果看到他的面色出来是黄赤，这个黄赤不单单代表脸上，身上出现黄赤就是热证。【白为寒】怎么人那么苍白就是寒证。【青黑为痛】青色黑色都代表里面痛。【此所谓视而可见者也】。所以当做望诊看青赤黄白黑的时候，看到青黑代表痛，红黄、很红很黄是热证，白就是寒证。

黄帝说【扪而可得奈何】如何从触摸知道他痛？岐伯就说，这就是我常常做的，我们【视其主病之脉坚，而血及陷下者，皆可扪而得也】。举例。这样讲你们就懂了。看人的背后、背面看过来的时候，中间一条督脉，督脉边两条膀胱经，膀胱经是坟起来、突起来的。如果我们把人的身体切下来、横过来看，督脉在中间有脊椎骨，膀胱经的肌肉应该是到两边是突起来的，突起来再下来，这是人体的剖面图。所以膀胱经的两个肉是往上翘起来的。膀胱经的经脉很旺，在经脉上面压，压到上面有痛点，摸也可以知道上面有痛点。这就是我常常讲的，我们的触诊，阿是穴的处理方法。所有的经脉，你都可以找到。这就是在经脉上找到痛点的时候，就可以知道他的病的所在。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，阳是往下沉的。刚好膀胱经的两条肌肉挡到，骨头在下面。现在有一个人不是，脊椎骨是这样的。一摸他的背后，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，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。这是讲的膀胱经。十二经络你们也学过了，胆经、大肠经、肺经都可以查到的。这是扪而可得，摸到就知道痛在哪里。



黄帝一直不放弃，一直问。黄帝说【余知百病生于气也。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。【九气不同，何病之生】九气各主什么毛病？这是情志方面的问题。岐伯就开始了。

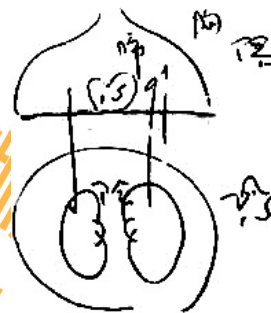
【怒则气逆，甚则呕血及飧泄。故气上矣】。怒则伤肝，肝气。肝气伤到的时候，因为肝经直接络到头部，上升到头部。如果是发怒的时候，血气往上升，会造成这种现象。呕血就是肝气上逆。人体没有空间的存在。一个气上逆、往上走的时候，下面就空掉了。所以上面有盛的时候，下面是虚的，下面就飧泄、拉肚子，下虚。

讲九气。前面讲的是怒。喜是最好的症状。所以诸位常常保持一定的幽默、风趣、开心。【喜则气和志达，荣卫通利，故气缓矣】。当然也不用太开心，太过喜了乐极生悲。一天到晚笑得躺在地上，每天在那边笑都是这样子，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我们以明星来说的话，喜剧、谐星都是长寿的，你看美国的 Bob Hope 和 George Burns 都是长寿的因为他们是谐星。演悲剧的一天到晚很苦的都死得很快。本来他不苦的，为了演悲剧就死掉了。[第 49 集]

要有一个整体的观念，就很容易记。肺和心在胸部上面统称为阳，横膈、膈以下的统称为阴。所以人上面是阳，下面是阴。但是这是从外面看。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。就是讲上焦、肺。为什么要讲阳？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制衡的。一悲就伤到肺，肺一伤到会影响心，心跳就加快。这时候【肺布叶举】就是肺张开的很大，【而上焦不通】因为悲，气就闷在那边。造成【荣卫不散】积在胸里面的热气散不掉，【热气在中】热在肺里面的时候再加上心又热，【故气消矣】所以造成气会消掉。重悲、严重的悲、悲得很久，就危险了，会出人命的。

【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”。为什么这样讲？我们讲恐则伤肾。肾脏在下面，正常人的肺气是下降到肾脏。恐有几种解释。所以你要脑筋很活。我们班上很多乖宝宝。像我是坏宝宝长大。恐的话，一般人就是很老实，有人在追杀就是恐，不对。有的年龄很大的人很怕死，也是恐。恐发生很多的状况。或者是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。这都是恐。依此类推。这都属于恐，不是说只有拿刀杀你才恐。恐日久了，伤到肾脏，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】一闭的时候气还到肺里面。【还则下焦胀】本来是应该气往下走，现在回去了气下不来。下不来的时候阴气在下面会累积，因为没有阳气来推动它阴就会累积，肚子会胀起来。【故气不行矣】这造成气就没法行。



我常常跟诸位讲的因为常常用到，思胜恐。其他当然我们也很多，喜胜忧什么样子，都没有关系。但是思胜恐用得很多。思胜恐除了你劝导病人以外，同时你可以观察一个人。那个人为什么那么恐惧？这个人心里面没有思念，不重感情的人。如果年龄大了很怕死、每个人都要死的可是他怕死，可是如果他思念过去这一生做了很多事情他觉得很好、或者是很怀念他太太对他很好、或者是怎么，有思的时候他没有恐惧的感觉。所以你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，故气收矣】。皮肤表面腠理本来就是人体和天气沟通的地方，一寒的话寒则缩，毛孔就缩起来了，气就收了。

热【炅则腠理开，荣卫通，汗则大泄，故气泄】。所以热则造成气泄，汗流不止就是气往外泄。没有汗就是气收。

心惊、受到惊吓【惊则心无所倚，神无所归，虑无所定，故气乱矣】。所以一受到惊的时候伤到心，那个时候会感觉到心怦怦一直在跳，一直平静不下来。

【劳则喘息汗出，内外皆越，故气耗矣】所以久劳的人会耗到气。所以劳动是要，但是我们中间要休息。

【思则心有所存，神有所归，正气留而不行，故气结矣】。

这是喜怒忧思悲恐、寒热这种东西造成人身上的一些反常的现象，我们要知道的一些主要的症状会有哪些。

## 第四十篇 腹中论

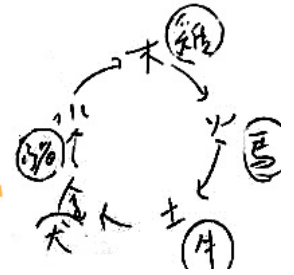
接下来我们看《黄帝内经》第四十篇《腹中论》，专门讲腹。

黄帝问有人【有病心腹满，旦食而不能暮食】早上可以吃、晚上没办法进食，【此为何病】？岐伯说这个病称之为【名曰鼓胀】。鼓胀最早记载在这边。【治之奈何】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？

过去的土鸡养在户外、在郊外、在山里面的，不是饲料鸡、关在笼子里面的不行。因为这个鸡它啄食物、找食物，有的时候小虫子或怎么样是在泥土里面、或者在岩石缝里面，它去啄的时候把石头和泥土也吃进去了。鸡的嘴巴就尖尖一根，它的舌头长长的，它不会去分把泥土弄掉、沙子弄掉去吃虫。鸡没有那么聪明。所以在野外的鸡、野生的就是我们的放山鸡，它在吃这种野外的食物的时候，它排出来的粪便里面一坨中间是白的，这个才有用。鼓胀好讨厌，“一剂知，二剂已”多厉害，就跑到鸡场去收集鸡大便，一点用都没有。结果病人本来就鼓胀了，再喂一大堆鸡大便，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，所以我们常常说呆若木鸡。火是马，脾、土是牛，肺、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，它吃土，吃的土经过消化。平常人去吃吃看，吃了排不出来，便秘、肚子痛、吃太多泥巴泥土还长蛔虫。鸡不会。鸡吃下去，排出来大便就排掉了，一块白白的，不但不会有事还可以治病。

所以把这鸡的大便里面白的部分收集起来。怎么收集？拿个镊子或怎么样，我不管你了。黄的部分没有用，拿白的部分收集起来。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。鼓胀如果用这个药，一剂就好了，水就排掉了。《黄帝内经》里面一共有好几个方子，第一个方子在这边，岐伯出的。记得怎么找它。

现在台湾省我都不太相信。以后写《地纪》、我到中国去的时候，我收很多回来。所以我不会去跟他 order 鸡大便。开玩笑，鸡大便他随便到鸡场挖来给我，我怎么知道。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，但我自己去那个地方收。人家看到怎么台湾省来的那么傻，什么东西不好吃去收集鸡大便。没关系，随便你骂，我在收我的。这一定要自己做。如果到南部乡下很多是放山鸡，老板以为你要买鸡问要多少斤的，不要、我来收集大便，很好、来给我清鸡大便很好。不要跟他说做什么用的。不是说为了赚钱。当人家知道怎么用的时候，完了。人性很可怕，马上是水涨船高。所以你就去收拾好，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，这时候帮助人家没有关系。如果被人家炒作都收不到了，为了救个人你要花很多的钱，这时候你可能没有钱去买或怎么样、或病人买不起。所以岐伯说匪人勿传。如果我不讲放山鸡的鸡矢，你不知道。

鸡矢醴，一定要用酒煮过。为什么可治鼓胀？因为鸡是木鸡，肝脏。所以肝病的鼓胀如果用这个，一剂就好了。黄帝说【其时有复发者何也】吃完药有的人复发了，再发怎么办？为什么会再发？岐伯就说【此饮食不节，故时有病也】所以病才会再回来。所以任何的病，包括前面你们现在说到了，感冒发烧，烧完了有余热，过两天热又回来了。为什么？因为他吃到肉类。我们讲过用米面。所以平常正常人饮食要保持，不要乱吃、吃太饱太多都不好。生完病要更小心，饮食要有节制。所以我常常在网页上、很多地方写的时候我就跟大家说，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。这是饮食不知节制又来了【虽然其病且已时，故当病气聚于腹也】。

黄帝问有的人是【有病胸胁支满者】肋肋胀满，【妨于食】吃东西不能吃下去。病来之前、发病之前【病至则先闻到腥臭味，出清液，先唾血】吐血出来，【四肢清】冷、冰冷，【目眩】就是眼花、眼目昏花的样子，【时时前后血】有时候大便带血、有时候小便带血。【病名为何，何以得之】病名叫什么？岐伯说【病名血枯】这就是血枯。

血枯的病，诸位很好玩，我在治疗的癫痫的时候就碰过这种案例。病人跟我讲癫痫发的是怎么样，通通讲完了我心里想这是阳亢，正要准备处方的时候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。死鱼是腥味。怎么不早讲，我说记得下次见到我的时候第一句话先讲这个。前面讲的都白讲了，好累，病人不知道。突然问我说，觉得很奇怪，为什么每次我只要闻到腥味就知道我要发癫痫了。他这句话留到最后讲，就是最重要的话留到最后讲，病人有时候很可爱。

这种病叫血枯。因为里掉枯竭掉了闻到了腥味，【此得之年少时，有大脱血】这是少年的时候有大出血，比如出车祸或者是古惑仔。现在的电影都不好，拍的叫英雄，那叫什么英雄。那我们这种人是狗熊了，他是英雄。拿刀杀人叫英雄，这样子就不对。过去有大出血。或者是【若醉入房】喝酒醉以后入房。中医很忌讳，喝酒醉的时候、饱食醉以后不要去行房。如果醉入房中气会衰竭【中气竭】，因为饱食是热中，这个时候阳精又泄掉就会伤到肝脏【肝伤】。【故月事衰少不来也】也会造成女人的话月经会停滞不来，因为血枯了。

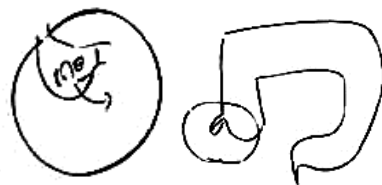
黄帝问【治之奈何，复以何术】治的方法是什么，用的是什么方法？这是《黄帝内经》的第二个处方。岐伯说【以四乌鲂骨】用以乌贼的骨头。乌贼打开来白白的骨头，海螵蛸。【一蘼茹】就是茜草。我们叫鹿衔草，也称之为茜草。茜草是活血化瘀的药。【二物并合之】乌贼骨和茜草两个合并起来把它打成粉，【丸以雀卵】加鸟蛋的卵，麻雀。不要真的去找麻雀的卵。没关系，鸽子也可以，就是鸟的蛋都可以。卵拿出来跟粉和在一起，【大如小豆】做成像绿豆大那么大。【以五丸为后饭】。中医很好玩，为后饭就是吃完以后再吃饭的意思，所以是饭前。吃乌贼骨跟茜草的时候【饮以鲍鱼汁】要喝鲍鱼汁，鲍鱼煮汤喝。【利肠中，及伤肝也】可以使肠中、里面非常清，同时恢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、经血伤了以后，血并不是很干净，停在身体里面，停久了闻到腥味、腥臭的味道。因为有瘀血在里面，所以我们才会用茜草，茜草是很有名的活血化瘀的药。临床上癌症上我们也常常用，讲《神农本草经》的时候我们会讲得更多。

黄帝说有一种【病有少腹盛】小腹胀起来，一摸【上下左右皆有根】有根好像那边，这是什么病【此为何病？可治不】可不可以治？岐伯说【病名曰伏梁】这叫做伏梁的病。【伏梁何因而得之】伏梁从何而来？岐伯说这是【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，知道在说什么。第一个伏梁在这边。胆如果堵塞了很久，胆汁整个膨胀在里面，西医就把胆拿掉了。如果来不及治的时候，破掉了，气球一样爆炸了。爆炸以后胆汁外流。一外流的时候，外面有三焦，三焦一包也就把它包住了。就是裹大脓血，包住了。这是一个地方。还有盲肠。盲肠堵在大肠口堵很久了，破掉了，也包一块起来。有三焦的油网包住，包在里面都是脓血。现在来说就是腹膜炎。在岐伯那时候来说不可治、都是死。实际上可以治，张仲景解决这个问题了，厉害。

临床上我再加一个进去。肚子按的时候，腹膜炎的地方一定是热的。病人出现的时候，下腹是这样子，她的痛到右侧大腿根的骨头下面这边来。这个地方在从关元下来一直到足三里的气街上，我们有个名称叫气街。她会堵在这个地方，然后只有这个地方是热的，其他肚子上都是冷的，就这一块整个是热的。我有病人痛了十五年，西医查不到原因。查不到，居然查不到。这个病人很好玩。手阳明大肠经在手背。大肠跟肺表里。她大肠有破裂、一个洞，手背是表、手心是里，结果在手心的生命线的地方有一块褐色的圆圈，好像一个痣一样。结果我一直在清她的时候，它就一直淡淡掉。

这是经验。我在摸脉的时候偷看她手掌。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。所以我在摸脉的时候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《金匱要略》的时候特别还会再提出来。我用 digital 相机拍下来，带回来给你们看。我们有拍到，人站到肚子胀得快到地上，那么大的肚子鼓胀成这样子。

还有这个肠炎，都可以治好的。她原来是不能动、她先生是理发师，太太在家里。我一直在清。清的东西黑的绿的、什么颜色的都看到，还有血跑出来。越清她越爽，精神越来越好。清了两个月，大黄、芒硝她吃到大概上斤了，可是人的精神越来越好。南派的遇到大黄、芒硝不能用。我一直在用，一直在清她。所以病人需要的时候没有什么补泻。他需要这个药，泻药对他来说就是补药，因为对症去用没有关系。

岐伯说这种都会死、不可治。黄帝说【何以然】为什么？岐伯说【下则因为阴，必下脓血】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。这个时候【上则迫胃脘，生膈侠胃脘内痛。此久病也，难治】。如果这个痈疽在胃上面、肚脐以上，比较难治，就是胆囊这个部分比较难治。肚脐以下的比较好治。这个我们针灸可以做，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。实际上髌骨讲的是大腿外侧的骨头。髌骨是坐骨的地方、尾椎骨的地方。【人有身体髀股皆肿】都肿起来，还有环绕着肚脐【环脐而痛】，【是为何病】这是什么病？岐伯说【病名伏梁】这也叫伏梁，【此风根也】风之根。因为【其气溢于大肠而着于盲】。这里讲的盲是石门穴道，气海的地方。【盲之原在脐下，故环脐而痛也】。这时候【不可动之，动之为水溺涩之病】就会造成小便排不出来的现象。这种症状中医认为是风根。

临床上看的时候，腹腔有个大动脉，这个动脉一破掉的时候，三焦也会把它包住、把血包住。西医一看是 aneurism 动脉瘤，就要做动脉血管剥离，就是把它切掉再放个塑料管下去。中医怎么辨证？这就是一个辨证，所以中医是讲症。所以除了肠子破裂、或者是胆破裂、还有这个血管破裂，都会造成这种症状都叫做伏梁。不可动，岐伯说不要动，让他静静躺着。动的话、有时候如果摇动得很厉害的话，大小便不出。小便不出来要死，所以不能动。西医也是这样，不能动。如果发病送到小医院，医生宁肯从大医院跑过来帮忙开刀也不会叫病人移过去，因为不能动。一动的話，堵塞到小便的话，血堵在小便，散开来了病人就会死。

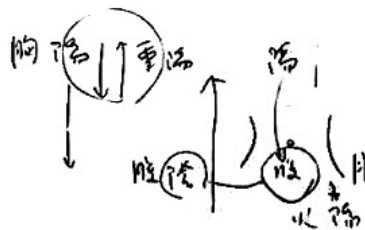
黄帝问，讲了好几次【夫子数言热中、消中不可服高粱芳草石药】。我们有高粱的药、金石类的药。【石药发瘕，芳草发狂】。【夫热中、消中者，皆富贵人也】。比如我们有时候教人家吃食物怎么样子，有的病是很有钱的人，因为他吃的食物很好、品质很好。这种富贵的人他现在生病了，跟他说这些食物都不能吃，给我吃、你吃粗茶淡饭就可以了，人家会说这个医生有问题。【今禁高粱，是不合其心】黄帝就是这个意思，不合我的心意。【禁芳草石药，是病不愈】不能吃芳草的药、石类的药是不是病不会愈。因为要禁止病人吃，他说【愿闻其说】解释给我听听看。这种热中消中的人都有忌食的，不可以乱吃。岐伯就说【芳草之气美】芳草之类的药物或者是很好的食物的气是非常美的，【石药之气悍】金石类的药是非常的彪悍。【二者其气急疾坚劲】两个碰到一起的时候气又急、气又坚，【故非缓心和人，不可以服此二者】。我们在用很峻的药的时候，用金石类的药的时候，一定要病人平气和。我最常跟病人讲的话就是，现在通通跟我讲、身体的不舒服都告诉我，回家就去爱你的老婆、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，由我来替你担心烦恼，我来帮你解决这个问题。你什么都不要想，一定要心气要平和。所以如果一个人野心很大，我要选总统、我要什么也好，这时候跟他说要长命，我们有很多很好的药，比如硫磺，很多很峻的药下去峻补。一下去，他本来是野心很大，吃下去反而会得到逆症，不好。不可以害人，我讲出来你们不要去做，不可以的。【不可以服此二者，何以然】岐伯解释原因。【夫热气慄悍】因为热气非常彪悍，我们有很多的热药、药的气是很热的，【药气亦然】药气也是。【二者相遇】这两种热中、消中本身身体

里面就很热了，这个时候再用热的药下去，【恐内伤脾。脾者，土也，而恶木。服此药者，至甲乙日更论】到甲乙日病情就会造成脾脏会有问题，因为伤脾。这是一个。所以这几个问话的意思就是，平常的喜食，生病的时候我们要吃得简单，不管他是有钱没钱，平常吃的很好的东西通通要停掉。使用药物的时候也要记得，比较很有钱的人反而不能用很强的药。或者是野心欲望很大的，帮那些当官的、帮副省长啊、帮人家治病的时候，要小心人家有野心欲望，不能乱开。

有的病胸部肿起来、胸胀【膺肿有病，颈痛胸满腹胀】。大家记得，胸部是阳，脖子是气之海，我刚才介绍过了。

我们有四海。第一个脑为髓海，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。气之海治证的俞穴在两个穴的中间，上为天柱，下部人迎。髓的俞穴，上俞是百会，下俞是风府穴、风府穴在管。第三个有水谷之海，水谷之海讲的是胃。胃的俞穴，上俞是在气街的位置，下俞是在足三里的位置。把它区分开来，这样会比较好辨证。气街，到足三里这一段叫气街，就是我们讲的关元以下。关元，小肠的地方，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，脑筋里面就想到讲的是冲脉主血，它主血。上俞，上面的俞穴在大杼穴，下俞在上巨虚、下巨虚、上廉、下廉的地方。这是十二经之海。我们一共有水谷的海，十二经络的海、经络聚集在那边的海，气的海，还有脑髓之海，统称为四个海。[第 50 集]

所以颈痛就是气海受病，胸满腹满、胸腹胀满。腹满是阴，胸满是阳。【此为何病】这是什么病？【何以得之】怎么阳部有问题、气部也有问题、肚腹阴的部位、阴阳都有问题？岐伯说【名厥逆】这就是厥逆，阴阳相隔。胸部本身是阳，阳是下降的。而腹部本身是阴，阴是上升的。这是常态。现在阳下不来、阴上不去，胸就满了，腹就满的，这会影响到十二经的经脉，十二经的经脉就会影响到气海，气逆。这统称为厥逆。简单讲，反着走就叫做厥逆。【治之奈何】如何去治？岐伯说【灸之则瘳】一灸声音就没了，【石之则狂】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，【须其气并，乃可治也】。这时候怎么办？岐伯说只有等它阴阳和的时候再来慢慢施治。所谓阴阳和，本来胸满、腹满，现在胸满慢慢退掉了，可以等它气慢慢下去的时候再开始治疗。



我们有方子可以让阴阳和。阴阳调和的方子也有，可以有一个很简单的方法让他的阴阳先调和一下。或者是如果没有，《黄帝内经》的原则就是，当病气很盛的时候，如果去攻他，会让他病气还在里面、正气会虚掉。如果这种情形，因为胃气、所有五脏六腑皆受气于胃，这个时候如果用一些白米饭，煮些稀饭煮得很稀，一到他胃里面去让胃气强一点。还有五脏六腑所有的气通通受制于它，土生万物，这是很好的一种方法。这个人如果喝稀饭也死掉了，不会怪你了，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。要增加一点胃气，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。出生的小孩子拿米汤下去他都消化掉了，都有帮助。或者静静在那边等，让他气稍微平一点，这时候再开始动手。

黄帝说【何以然】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【阳气重上】。本来上面就是阳，现在阳下不来。本来阳是往下走，现在阳回逆，造成胸腔是重阳、阳加上阳，非常重的阳在胸腔里面。这个时候【有余于上】上面是余。如果【灸之则阳气入上】一灸他阳气更上，【入则瘳】喉咙的声音就没有了。如果用针石类的东西去破它【石之则阳气虚】阳气就虚掉了，上面本来是重阳一下瞬间虚掉就好像气球突然没气了，这时候【虚则狂】病人会发狂。要等到【须其气并而治之】就是阴阳合并的时候，气缓一点的时候再去动手、再去治疗他【可使全也】。



黄帝问【何以知怀子且生也】孩子会顺利的生产下来？岐伯说【身有病而无邪脉也】。感觉身体不舒服，摸她的脉都正常，这就是怀孕了而且会顺产。

因为这篇讲腹中、肚子里面的问题，所以妈妈怀孕都在肚子里面，它都一起讲。当然还有很多腹症，但基本原则都出自这一篇。我们在念《金匱要略》的时候有很多的腹症，原则上辨证基础都是从这一篇来的。夫阳入于阴，故病在头与腹，乃膜胀而头痛也。】

【病热而有痛者何也】？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，阳明入阴也】这就是我们以寸口脉跟人迎脉来做比较。常常我们在诊断时候，用寸口脉和人迎脉。我们知道人迎是足阳明胃经过去的地方。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。人迎一盛就是，人迎的脉比寸口的脉大一倍，叫做一盛。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，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。膜念 chen 是鼓胀、胀起来的意思。如果太阳三盛，阳极，阳会回到阴里面去，【夫阳入于阴，故病在头和腹，乃膜胀而头痛也】。肚子、腹部，我们现在讲的是腹中，腹部的地方是属于纯阴的地方。平常里面就有阳，阳是太阳，太阳是生成下面在小肠，小肠是相火，这是常态。现在讲的阳入于阴就是，本来里面只允许一个太阳在这边，所以小肠还有膀胱是太阳，现在阳再进入、阳上再加上来，当阳入于阴的时候，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。所以阴阳律是阴升阳降、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。就是这样子。所以阳入于阴病在头和腹，头是阳，阴是反过来肚子会生膜胀。所以这是阳极入阴的现象。如果发热，发到头上去的时候头很痛，到头来结果肚子开始痛。因为阳会回头，肚子也开始痛，两个同时发。

所以腹痛有几种情形。本来《腹中论》就是，里面有寒，里面有热，里面有些实、东西堵到，还有生小孩，还有阳极生阴的现象。辨证上面不是很难。

## 第四十一篇 刺腰论

《刺腰论》讲腰痛、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】尻念 kao。看《黄帝内经》要查辞海。尻就是尾椎的地方，【背如重状】。【刺其郄中】就是委中的地方。【太阳正经出血，春无见血】春天的时候不见血。只要记得，只要是太阳经我们就扎郄中、就是委中的地方。这是太阳证的腰痛。春天不见血就是因为，春天是少阳，一阳初升。一个阳刚开始起升的时候，一放血会伤到阳气，会让人家阳虚。所以尽量春天的时候不放血的原因在这里面，因为是阳。夏天阳很盛，就比春天好一点。

【少阳令人腰痛，如以针刺其皮中，循循然不可俛仰，不可以顾】症状是不可以回顾。【刺少阳成骨之端出血】，这是膝的外骨，在阳陵泉的位置【成骨在膝外廉之骨独起者】。【夏无见血】。实际上这个地方，夏天血比较旺，阳气也比较盛，放点血比较没有什么大碍。这里是提醒。因为以前的针比较粗，常常会放过头。一般讲放血，并不是在扎的很深的地方放血，而是在阳陵泉的穴的周围看到皮肤上一些血脉把它放掉，几滴血而已。所以即使是春天、夏天倒无伤，没有那么严重，不是放得很多。



其实我们在临床上的时候，即使是冬天，我还是会放点血。为什么？比如病人腰痛，痛到尾椎上面。如果腰痛在膀胱经的地方，我们扎委中就好了。痛在尾椎骨上面，女孩子穿高跟鞋最容易伤到那边，下楼梯不小心一坐，尾椎骨正好撞在水泥阶上，很痛。这个时候怎么办？下针委中不对，膀胱经在旁边，委中没有用。在委中下、到承山穴的地方，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，在青筋上、放血针在皮肤上刺破青脉，血脉上刺破一点，用火罐一吸，痛就消掉很多。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，少阳脉让人家不能俛仰、不能弯腰、不能左右回顾。有个病人来找你，奇怪开车的时候倒车有问题，不能回头看，少阳。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、病人跟你讲不能回头看后照镜，少阳。

阳明证也会让人家腰痛【阳明令人腰痛，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就花掉了【顾如有见者】。【善悲】很容易哭。【刺阳明于髀骨前三痛上下和之出血】就是讲足三里的位置，就会让他腰痛好得很快。【秋无见血】。

所以三阳经，太阳就是脊椎骨上的背痛，少阳不能回头，阳明也不能回头、一回头眼目昏花。就简单的记这三个不一样的症状。

三个阴经也有。【足少阴令人腰痛】也会让人家腰痛，【痛引脊内廉】引到腹部来、肚子去。我们知道是少阴证的时候【刺少阴于内踝上二痛】在内踝上面的复溜上面下针。【春无见血。出血太多，不可复也】。

【厥阴之脉令人腰痛，腰中如张弓弩弦】腰痛绷得很紧。【刺厥阴之脉，在腓踵鱼腹之外，循之累累然，乃刺之】在大趾和次趾、太冲的位置附近找压痛点下针。这是厥阴的腰痛。症状【其病令人善言】病人喜欢讲话、讲话讲很多，这是按照《黄帝内经》。实际上因为厥阴是肝和心包，经络一受伤的时候腰部也会影响到。为什么讲心包？心包真的在《黄帝内经》的定义是，把心的火、心的阳给包住叫心包。简单讲观念就是这样子。心脏如果没有心包，心神就跑了、乱跑，所以阳就没有办法守在身体里面。心包膜的主要的功能就在这里。心包膜本身又络到胆，又络到女子胞、女人的子宫胞户的地方也是心包会络到。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，【默然不慧】，讲的是心神方面的、情志，【刺之三痛】。

所以腰痛的时候，有的人腰痛没什么还是很开心，有的人腰痛就善悲，有的人腰痛就闷闷不乐，还有人腰痛不断地重复讲话。这是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？你经络很熟，他痛，问他哪里痛，他指出来就已经知道哪条经了。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得很厉害。没有人腰痛了还在很爽，开心地说腰痛很爽，他不会来找你治。找你治的都很难过。所以经络记得就不会辨证错误。

解脉这一条讲的是足太阳。【解脉令人腰痛，痛而引肩，目眈眈然，时遗洩】常常会膀胱经上小便控制不住。【刺解脉在膝筋肉分间郄外廉之横脉出血，血变而止】我们针在委中、委阳这些地方，足太阳经上面。只要看到横脉，横脉就是腓中，膝盖后面这一条就是横脉。这上面看到有青筋的地方，病人趴到在上面找，找到瘀血的地方放掉就可以了。

这个解脉讲的是带脉病、带脉痛。【解脉腰痛如引带，常如折腰状】腰折就是，病人会告诉你，身体好像变两半，中间一条把它分开来两半了。上下不沟通，带脉病。【善恐】。【刺解脉在膝中结络如黍米，刺之血射，以黑见赤血而已】我们治带脉的时候，一样可以在委中到外膝部，委中到外膝这一带看到瘀血可以放。我们真正针灸可以在临泣上下针。

在《黄帝内经》里面非常多的地方，包括疟症、疟疾，我们都可以放血来治疗。因为针灸可以治疗的范围非常广。我们必须确定，只要看到瘀脉的时候把它放掉。腿上看得很清楚。所以我们在治疗腰痛，平常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，上面都没有，这一段下面很多地方都有瘀血。我常常给他们放，放的时候无所谓，手套戴起来，这个放两滴、那个多放几滴，多放几滴没有关系。也不用管它春夏秋冬。其实放掉他的腰就已经很舒服了。然后他说痛在横腰、带脉下临泣，痛在上下扎委中。我都是大部分这样做。

【同阴之脉】就是少阳脉，【令人腰痛，痛如小锤居其中】腰痛好像有个小秤砣在中间、居在中间，【怫然肿】突然就肿起来的这种感觉在腰痛的地方。【刺同阴之脉，在外踝上绝骨之端】绝骨的地方就是少阳的地方。【为三疔】疔念 wei。放一点点血叫做疔。不要放太多，只要抽几滴血就可以了。

我们放血的时候常常遇到一个问题，放血多少怎么拿捏？放血如果一开始看到是黑色的，让黑的一直出来不要停，一看到变成红色就停掉了。不能一直放，病人脸色苍白了，太过了。稍微血变红就可以起来了。所以我常常放血的时候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。

【阳维之脉，令人腰痛，痛上怫然肿。刺阳维之脉，脉与太阳合踞下间，去地一迟所】讲的是飞扬穴。实际上阳维脉痛的时候，诸位记得，阳维脉痛的时候是横的胸膈这个地方。腰痛也有，但是他会说这个痛会影响到整个环胸都痛，阳维脉。也可以扎外关，外关管阳维脉、奇经的阳维。也可以扎飞扬穴。

【衡络之脉，令人腰痛，不可以俯仰，仰则恐仆】就是俯身仰身都不可以。这是冲脉的病伤到。【得之举重伤腰】冲脉病伤到大部分都是举重，抬重的东西或搬家举重物，伤到腰造成腰痛，【衡络绝，恶血归之】会有恶血，一般来说都会有瘀血在里面。因为冲脉主血。有瘀血在里面，这时候【刺之在郄阳筋之间，上郄数寸，衡居为二疔出血】。在委中这些地方有瘀血的时候，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、外膝关这些下面阳经的地方，都可以放血。如果身上有瘀血，把腿侧看、左腿从外面这样看，外侧的地方胆经从上往下走。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。常常会看到，这些人绝大多数都有腰痛。不管是哪一种腰痛，在这里放血都会有效。所以你不需要去记哪边，每一个人的痛不一样。看到有瘀血就把它放掉。我们把它收尾，简单收尾就是这样子。



任脉【会阴之脉，令人腰痛，痛上漯漯然汗出】痛上汗一直流出。【汗干令人欲饮】让人想喝东西，【饮已欲走】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。这个时候【刺直阳之脉上三疔】三个地方放血，【在踠上郄下五寸横居】这个地方讲的也是膝盖外侧这一带，【视其盛者出血】。

【飞扬之脉，令人腰痛，痛上拂拂然】这是肾和阴维脉。阴维脉跟肾脉，本身两个是连在一起发的病。【甚则悲以恐】恐就是肾。【刺飞扬之脉，在内踝上五寸，少阴之前与阴维之会】差不多是在筑宾这一带，在阴经、脚的内侧的地方，比如脾经的漏谷这一带，就是上下这一带。

比如带脉痛，有的人带脉痛没有在后面在前面。带脉、五枢、维道，带脉只有三个穴道。在前面的地方痛，或在后面痛。同样一条经上痛的时候，在放血的时候它在不同的位置上是很正常的。就好像我们知道承山穴在小腿肚，承山穴对应上面的尾椎骨。这个人撞到尾椎骨的时候有时候痛在这边、有时痛在那边，所以在承山穴周围不同的位置上会产生有时候青筋在这边、有时青筋在那边，不能预测它在哪个地方。我们就看哪边绷起来，在哪边放血就好了。

这里也是一样。这里讲的都是放血的治疗方法。

昌阳脉就是督脉【昌阳之脉，令人腰痛，痛引膺】胸部，【目眊眊然】眼目昏花。【甚则反折】痛的时候人都会反折过来、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、舌的下方的金津玉液是络到肾。这个时候【刺内筋为二瘃】两个地方放点血，【在内踝上大筋前，太阴后，上踝二寸所】脚踝内裸大筋上面。

诸位看到这些东西的时候，你要有个原则。这是临床上我在美国一天到晚看到。膝盖以下有很多瘀血青筋的地方，病人几乎都会有不同的腰痛。这时候给他放掉，放掉都没有关系。这跟静脉曲张不一样。静脉曲张的时候，整个血管壁好像蚯蚓一样很粗，不用在这上面放，我们有很好的药物。我们讲的血脉，就是可以看到皮肤白白的突然一条青筋横逆出来。这就是血脉，这是可以放掉的。还是继续前面的，也是腰痛。《刺腰论》这一篇讲的就是腰痛，我们如何治疗腰痛。

【散脉】足太阳经的别脉，细脉、孙脉和络脉的地方，也是【令人腰痛而热】生热，因为不在主经上面。【热则生烦，腰下如有横木居其中】横的木头梗在中间。【甚则遗洩】严重的话小便失禁。【刺散脉在膝前骨肉分间，络外廉束脉为三瘃】也是在委中、膝盖外侧这里找瘀血来放。

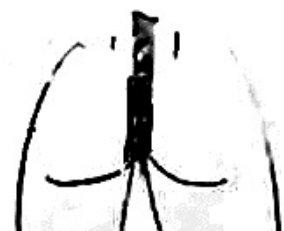
【肉里之脉，令人腰痛。不可以咳。咳则筋缩急】筋抽急。筋是肝脏管，肝主筋。【刺肉里之脉，为二瘃。在太阳之外，少阳绝骨之后】。都是在膝盖外侧这一带。只有阴经的阴维脉在内侧的地方。

【腰痛侠脊而痛至，头几几然，目眈眈，欲僵仆，刺足太阳郄中出血】。

【腰痛上寒，刺足太阳阳明。上热刺足厥阴】。出现寒证的时候我们刺阳经，热证的时候我们就刺阴经。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。所以寒证的时候我们刺阳经，热痛的时候我们刺阴经。病人真的会告诉你，很冷、冰冷的时候你要想到寒证，就要刺阳经。有的人就是热痛，好像滚水烫下来一样，是热痛，这时候就要刺阴经。【不可以俛仰，刺足少阳。中热而喘，刺足少阴，刺郄中出血】。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，在委阳、阴谷这一带找瘀血的地方放血。这一段、下面也是，都是讲腰痛。

【腰痛上寒不可顾，刺足阳明。上热刺足太阴。中热而喘，刺足少阴。大便难，刺足少阴。少腹满，刺足厥阴。如折不可以俯仰，不可举，刺足太阳。引脊内廉，刺足少阴】。

【腰痛引少腹控眇，不可以仰，刺腰尻交者】刺尻，尻是坐骨的地方，腰的尻位、尻交在坐骨交接的地方。【两髀肿上】髀念 ke、肿念 shen。髀讲的是屁股的股、股骨，肿讲的是夹脊，夹脊的里面。脊椎骨下来，夹脊的两侧叫做肿。【以月生死为瘃】瘃在这里就是，我讲过，放血、放几滴就好了。[第 51 集]



我们真的查辞海的时候瘃还有另外一个意思。一个人有疮，然后疮过了以后会有斑痕，留下来的。疮有癍痕者称为瘃。实际上瘃在用的时候就是放血。【发针立已。左取右，右取左】。

现在我们讲的是《刺腰论》。到目前为止我可以跟诸位讲，我治疗腰痛没有一个失手。只有一种状况还会失手，就是开刀。病人不管他是怎么样只要没有开刀，几乎都立竿见影。病人一来的时候我说你腰哪里痛，他说后腰痛指着那边。把衣服拉出来给我看，一看有刀痕在督脉，完了。督脉是阳的地方，他这一刀下去，我们左病右治刚好挡到。所以我常常跟他说西医很麻烦，治不好病开完刀病人还痛，治不好病还阻碍我治疗。还制造一个柏林围墙在那边，你看我们怎么处理。治不好就治不好，为什么动了刀也不好，然后我们再出手，没有办法出手了。不单单是病人，包括自己是医师。我有个病人是西医的医师，女的，她二十五年痛。她知道开刀不好，她自己是西医，这个太太一直她吃止痛药就不开刀。实在痛得受不了她就开刀，一开完刀更痛。她医师没办法干了，就变成无行为能力 disabled 领社会救济金。然后领社会救济金的时候才听到我再来找我，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。可是我就跟那个医生讲，如果没有开过刀，你是医生你不是一般的 consumer 消费者，我可以跟你打赌，治不好你免费。我就敢这样做。我们的针灸可以做到这种阶段。我在教诸位针灸的时候记得我跟你们讲过，比如痛在膀胱经上面我们是说扎委中。扎委中时我们扎阴谷穴，由阴引阳。所以我常常用阴去制阳。我常常形容、开玩笑就说好像涡轮增压，这样的治疗效果。然后在下面找痛点再下一针，痛就去掉了。

我们把《刺腰论》做个总结，腰背委中求。我们在委中下针时在阴谷下针，由阴引阳，阳证在阴上。除了委中以外，我常常在委中下面这一带。比如在左腿，病人的右腰痛有时在外面、有时在内一侧，不一样的地方。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，压得很痛针就下去，痛就去掉。有时候痛在外面，我们就压外面一点。痛越接近尾椎骨的时候我们就越下移。这个地方都可以找到压痛点。实际上《刺腰论》整篇，我在讲《针灸》的时候就教过这种治证的方式。看到有瘀血放掉，没有瘀血找压痛点下针。几乎就是立竿见影，没有一个不好。

就是开刀不好，我很气。所以开刀以后就叫他吃一些活血化瘀的药。用药丸比较方便，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，就是专门给腰有痛开过刀的人用的。

## 第四十二篇 风论

这一篇专门论风。

黄帝问【风之伤人也，或为寒热】有时候看是寒热、有热有寒，【或为热中，或为寒中，或为痹风，或为偏枯，或为风】单纯就是风，【其病各异】病都不一样，【其名不同】名都不一样。【或内至五藏六府】有时候病到了五脏六腑。其实通通来自风。【不知其解】为什么会是这样，【愿闻其说】就问岐伯。

其实中医的观点里，风为百病之始。岐伯说刚受到风的时候【风气藏于皮肤之间】就是在肌肉和皮肤的中间，这个时候【内不得通】内还进不去，【外不得泄】外又挡到，就卡在中间，这时候造成会痒。你要试看看，风在腠理、皮肤之间是什么感觉，很简单。到外面去跑步，跑得全身很热。热的时候、正在出大汗的时候，跑到 7-11 超市。反正到处都有，台湾省也有，美国到处都是。一跑进去瞬间找冷的时候，那个冷让你一寒，寒一下来把皮肤毛孔一缩。这在瞬间的时候，里面还是热的，外面突然受了冷风，很多汗水停在皮肤表面中间出不去。这就是风，风进来开始痒，抓他的皮肤痒。有没有皮肤病？没有，可是就会痒。这就是风在皮肤之间。

【风者，善行而数变】。这很像女人一样。【腠理开】皮肤打开的时候，【则洒然寒】，【闭则热而闷】如果皮肤毛孔是闭锁到的时候会造成热而且闷。这时候风就会有寒热的现象。所以如果毛孔开的话是感觉到寒的。毛孔闭锁的话感觉到热，因为身体里面阳出不去，就感觉到热。【其寒也】寒证，【则衰饮食】饮食就不会很好，因为得到风寒。【其热也】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，【则消肌肉】这个热会把肌肉消失，人就瘦掉，肌肉会萎缩掉变小。【故使人怵栗而不能食】。怵念 tu，怵就是忽然忘掉了。栗就是颤栗。就是突然好像记忆不是很好、突然很多事情忘掉，人会抖动，东西又吃不下去。【名曰寒热】这个称为寒热，有寒有热。因为“寒则衰饮食，热则消肌肉”，寒热症状同时出现的时候病人就会“怵栗不能食”的现象。所以风会造成寒热，有寒跟热。

如果风气入阳明【风气与阳明入胃】，就是风跑到阳明里面了，【循脉而上至目内眦】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，【则风气不得外泄】，就会造成【则为热中而目黄】眼睛发黄，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，胖子会这样子。瘦子风跑到阳明经里面去的时候【人瘦则外泄而寒】，汗流流很多，造成寒证，【则寒中而泣出】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，我们一般辨证就是这样子。当然美国人风热比较多。乱吃，他们的食物真的是没有学问。这是我们讲风造成的寒热，胖子热，瘦子寒。

第二个【风气与太阳俱入】如果风气进入太阳经、与太阳脉合并在一起，【行诸脉俞】太阳经后面的俞穴很多，五脏六腑的俞穴通通在太阳经上面，【散于分肉之间】。这个时候太阳是表【与卫气相干】和阳气相冲突了，【其道不利】造成太阳经脉不利，【故使肌肉愤膜而有疡】这个时候造成肌肉里面常常会有胀闷、胀痛，甚而至于会有化脓疮。【卫气有所凝而不行，故其肉有不仁也】。常常有人背上生气、为什么背上生那么多青春痘？就是风气和太阳合并。

我们为什么要知道这个？为什么要知道风热、风寒？因为我们开处方的时候，我会说这是祛风的药，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。处方就这样来的。所以我们需要知道这样子，原因在这里。不然读了半天有什么用。有用。当看到胖子，加了祛风的药、加了祛寒的药，吃完之后很好但是我更胖了，这都不好。当然让胖子瘦掉可以，再让他热点就瘦掉了。

下面讲疔病。疔病讲的是麻风病。麻风病也是一种风症。疔这个病发的非常厉害。【疔者，有荣气】就是在血气里面，造成血液里面并不是很干净【热附气不清】，【故使其鼻柱坏而色败】所以会造成鼻柱、鼻子梁柱都坏掉了那么严重，【皮肤疡溃】溃烂掉了。【风寒客于脉而不去，名曰疔风】。风寒客于脉，【或名曰寒热】。

所以我们治疔病、麻风的时候，风有寒跟热混在一起。我们要注意，这是可以治的，就要辨证了。我们开处方、开中药，开寒的药、祛寒的药跟祛热的药两个是相反的，但不会有冲突。外面很多的中医看到寒热在里面，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。还有些中医讲药物，这个药跟那个药是有相违背的不开在一起，比如有人讲肉苁蓉跟菟丝子两个是违背的、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。所以麻风这种疔风都始于风，而且兼有寒热。

再下来我们讲按照节气发生的风。以春天来说【以春甲乙伤于风者为肝风】。夏天的丙丁讲的就是火【以夏丙丁伤于风者为心风】。【以季夏戊己伤于邪者为脾风】。【以秋庚辛中于邪者为肺风】。再来【以冬壬癸中于邪者为肾风】。就是讲的四季、春夏秋冬长夏造成吹到风，就有五脏不同的风。所谓的偏风就是一侧有问题、一边有问题。【风中五脏六腑之俞，亦为脏腑之风。各入其门户，所中则为偏风】。也就是说，五脏六腑本来气脉是很均匀的，现在中了几个在一边造成气脉不均匀就是偏了，我们叫做偏风。

顺着督脉风府而上【风气循风府而上，则为脑风】。【风入系头，则为目风】造成【眼寒】泪水会出来。眼睛热就红肿赤痛，眼寒的话泪水不断的出来。有位太太讲，奇怪怎么眼睛不断的流眼泪，寒证。【饮酒中风，则为漏风】如果是喝酒以后吹到风，中医称为漏风。这些有处方在后面。【入房汗出中风，则为内风】有的人是行房以后流汗吹到风，称为内风。【新沐中风，则为首风】有的人刚洗完澡出来又吹到风称为首风。【久风入中】工作的环境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，飧泄】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面流汗不止，肠风的时候就下利。结论，岐伯说【故风者，百病之长也】。【至其变化，乃为他病也。无常方，然致有风气也】都是有风气。没有一定、固定的方子，完全辨证论治，看他的症状开处方。

记得，我们看风症的时候，很简单，一摸他的脉。正常的脉我画给你。侧面看手掌和手臂，右边是手掌。脉的中间位置是关，右边是寸，左边是尺。当我们摸到脉的时候，正常人的脉，



寸比较高一点，到尺比较低一点。寸到关这一段长度是九分，后面关到尺是一寸，这是正常。寸是阳，尺是阴。寸是胸，尺是腹、腹部。现在大家都耳熟能详。中间关就是膈、横膈的地方，所有跟膈连在一起的，肝脏、脾脏、胃跟膈连在一起，在关脉都可以诊到。当遇到风脉的时候，风行万物、有洞就钻、风是无孔不入的，所以风脉出现的时候脉会跑到皮肤表面上。轻轻摸到皮肤上面，脉就沿着皮肤走。这时候手指头如果是轻轻碰到摸、不要压着它，轻轻一摸就摸到，这是风脉。感受到风寒了。

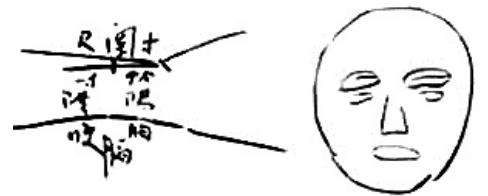
【五脏风之形状不同者何？愿闻其诊及其病态】五脏受到风的话症状都不一样。如何做诊断？主要的症状是什么？岐伯就开始说了。

肺风，肺中风，中到风寒。【肺风之状，多汗恶风】。张仲景的《伤寒论》是从这里出来的。如果肺中到风，病人会发汗、皮肤毛孔松开，怕风吹、风吹的很难过。【色皤然白】皤字念 peng，意思是颜色比较偏白。【时咳短气】常常会咳，常常会短气。【昼日则差，暮则甚】白天还比较好一点，到了黄昏的时候严重。【诊在眉上，其色白】眉毛上面、印堂的地方是白色的。

如果光看文字你不知道在哪个位置上。我告诉你在哪个位置上。我常常看到，所以我知道。不然的话文字没有办法表达。怎么知道他是肺风？出汗恶风。讲“眉上”就是眉的下方整个都是白色的，不是讲印堂上面，讲眉的周围。看到眉是白色的，眉的下方都是白色的。眉是络在肺上面。

头发的光泽亮丽是肾脏在管，所以发为血之余，肾气在上面。头发的生长是肝脏在管。所以如果我们需要头发长得很好、又要它黑亮，这时候肝、肾我们要去固它。如果只固肝，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，头发白的。如果给他一吃药或怎么样子，或者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，就去跟踪他，看他吃什么东西变黑色。

眉毛不是肝、肾管，眉毛是肺脏在管。所以把眉毛剃了长不出来。头发长得出来。眉毛剔了长不出来。所以有纹眉，把眉毛剃了就要纹眉，不然的话眉毛就没有了。我们中国人知道寿眉、长寿的寿眉，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，额头、眉毛后面尾巴长得很长，所以人家叫寿眉。



耳朵里面长毛，这都是长寿。年轻人的耳朵里长毛，这是凶恶之徒。因为他常去杀人，肾气很旺，所以他很凶悍。耳朵里面长毛，一看，通缉犯。

所以“诊得眉上色白”不是眉毛上面，就是眉毛一整块压在上面，眉毛的下方是白色的。所以如果没有看病的经验，光看《黄帝内经》就误解了。这没有办法用文字表达，以前没有相机，岐伯要给你 digital 数字相机拍下来但没办法。所以要知道眉是属于肺。

心受到风寒【心风之状】，也是【多汗恶风】跟肺很像，但是【焦绝善怒吓，赤色。病甚则言不可快。诊在口，其色赤】嘴唇的颜色非常光鲜、非常红、非常亮。病人容易情志会变化很多、情志变化很大。

只要受到风，都是多汗恶风。所以如果病人跟你陈述，奇怪我这个汗常常在流，然后风吹的很难过，这就已经是风症了。所以不管是哪个脏中风，多汗恶风是同样的症状。

你们如果真的不会诊断，很简单，背过来按。第五椎痛，心风，诊完了。第三椎痛，肺风。我们为什么要知道这个？心风、肺风的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。因为肝脏本身是木，金克到

木，悲。肝脏已经受伤、有病结在里面，这时候肝虚掉了金会移过来，这时候会悲的症状出现，脸色发青色、脸上有点青色。咽干、喉咙这边很干燥【嗑干善怒】而且善怒。【时憎女子】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在，我是没有碰过这种现象。怎么会憎女子，是男人不喜欢女人，这个人一定有问题。我们要常态、正常，哪个男人说他不喜欢女人一定是骗我。诊在眼睛下面【诊在目下，其色青】色为青色。

【脾风之状】，也是【多汗恶风】，【身体怠惰】疲劳倦怠。脾脏出现问题的时候沉重、倦怠、腹满，这都是症状。脾主四肢，四肢都懒得动了。【色薄微黄】可以看到一点黄色的、皮肤的黄色，因为脾脏主黄。【不嗜食】不喜欢吃东西，脾胃、胃口不好。【诊在鼻上，其色黄】看鼻子有点黄。

我们有两种黄。一种黄就是淡淡的黄，你看到的是淡淡的黄，然后汗出恶风，这是中风。有的人鼻子的黄是鲜黄、很亮的黄，其他都不黄，鼻子很光亮的黄，那要中乐透了。所以鼻子一黄就赶紧去买大乐透，鼻子亮有横财。有时候说先生你要脾中风，不是，他刚刚中乐透也是鼻子黄的。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。鼻子上面太黄了就是脾风。

【肾风之状】也是一样【多汗恶风】，【面癢然浮肿】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。【其色炁】炁念 tai，在灶里面烧看到的黑色的东西就是炁，煤的黑色。【隐曲不利】。诊在肌肤上【诊在肌上，其色黑】可以看到一些黑色。隐曲不利就是讲隐疾，有的不好讲，比如男人不能行房、女人月经月水就会停掉，非常不顺利。皮肤上可以看到稍微暗色。

再来是胃风。胃风的症状【胃风之状】，【颈多汗】脖子汗多，【恶风】，【饮食不下】吃东西吃不下去。因为风来的时候，我们前面就知道了，风一定有带寒、有带热。饮食不下，【鬲塞不通】中膈堵塞不通，【腹善满】肚子容易善满。这时候【失衣则膜】膜chen，膜就是肿胀、腹满。我们中医用很多的名词。失衣就是衣服穿得太少了，薄衣。假如更衣，更衣就是上大号去了。因为以前大号不是马桶，要换个衣服上比较不会脏，有专门上大号的衣服。所以上大号要换个衣服，因为以前的厕所跟我们的不太一样。诸位体谅一下，不然那么多名词出来。吃东西【食寒则泄】，吃到冷食就会泄。诊他的主要的症状、诊他的时候【形瘦而腹大】。这就是胃风。肚子很胀大，身体很瘦小。诸位记得，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】。这个有点讲到干支的节气。如果是首风，是肝风的时候我们知道甲乙日。同一个日子出现的时候病会起。过了一个日子，比如甲乙日是肝风病会起、头痛就会比较严重一点，到了丙丁日的时候、进入火是相生的时候病就好就会减轻。所以你也可以看黄历。

这个病人很好玩，他跟你讲头痛。现在痛不痛？现在不痛。什么时候痛？昨天很痛，今天没有痛。你把黄历拿出来，做个小抄。没有办法记得黄历，当然我们有速算法可以知道今天什么日子，我是没有办法。比如拿个黄历看。昨天是丙丁的丁日，今天已经变更成土日戊己，知道他是心风。因为日子一转换的时候他的痛会减少。所以以后诸位，我们在诊所里面摆个灵龟八卦盘，还有一个黄历摆在那边，常常去查黄历。

再来【漏风之状，或多汗】一样多汗恶风，【常不可单衣】绝对不可以衣服穿戴少。【食则汗出】吃东西就流汗，【甚则身汗】全身都是汗。所以诸位只要吃东西，一吃东西汗流很多，都是属于漏风。【喘息恶风】，【衣常濡】就是衣服都是湿的，常常都是身上贴的湿的衣服，一直穿着湿衣。【口干善渴，不能劳事】。这是个漏风的症状。

多汗就是汗流太多了。中药里面就有很多息风止汗的药，息风就是祛风的药，还有很多止



汗的药、收敛汗的药。这就是我们需要辨证。西洋人没有讲什么风寒、风热，就止痛药下去。止痛药下去可以止一时，可是它只是麻醉。病人自己知道，吃了止痛药他只是钝、钝在那边、人变笨了，实际上痛还在那边。如果知道如何开祛风的药，又确定他是寒、风寒造成的头痛，祛风和祛寒的药下去、加在里面的时候，头痛就去掉了。如果是风热，祛风和祛热的药加在里面，头痛就去掉了。这就是我们要知道他的原因。

【泄风之状】泄风的状况一样【多汗】，【汗出泄衣上】汗出在衣服上。【口中干，上渍其风，不能劳事】这种风都是劳力工作的人。本来他就是一直在出劳力，每天在流汗，流汗的时候又吹到风。很多劳力的工作就是这样子。一天在户外工作又没有冷气，出劳力，以前抬砖头、用水泥或怎么样都是人工的，身上汗出很多。汗出很多的时候，赶快休息一下就跑到树木底下去乘个凉，吹到风。休息一下又跑出去再做，再做又流汗再回去又吹到风。这种情形【全身尽痛，则寒】。

我们遇到病人如果痛在头部、或局部的，只要是局部的痛，痛有分寒、有分热。如果是全身尽痛，岐伯说就一个字：寒。所以我们处方的时候，一看他全身痛，我们加祛寒的药在里面。祛寒的药开时我们要注意，以后会讲到。有的病人在流汗，祛寒的话我们有固表、同时可以敛汗、同时把寒祛掉的药。也有他的寒是汗一点都没有，我们必须发汗寒才能祛掉，这个药下去祛寒的病人会得汗。这有点不太一样。但是基本上只要全身上下都痛就是寒。

所以整个《黄帝内经》一直在讲寒。所以我们用热药、祛寒的药用的很多。只有经方在用祛寒的药，就是张仲景这一代。温病的没有用祛寒的药，所以我们不知道他怎么治病，也难怪他看不到就中医为辅、西医为主。他每次在美国看不到病把病人丢给西医，西医看不到丢给我，所以推来推去就丢到我这边来。所以温病派、西医的病人到我身上的过程就是这样子。每次病人来说，你是最后的希望。我说对，张仲景的《伤寒论》，我都是依靠它。这是秘籍。秘籍在桌上。

## 第四十三篇 痹论

再继续下去讲痹，专门讲痹，《痹论》第四十三篇。过去我们中国人一直是把痹跟痺 bei 两个混合用在一起。讲的麻木不仁、肿痛，都是属于这种字，这两个混淆了。最早是痺字，后来两个字混淆了，意思很雷同。

第一段黄帝问【痹之安生】痹从哪里来？岐伯就说【风寒湿三气杂至而合为痹】。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，就开祛风、祛湿的药，病人不会好。为什么？少了祛寒的药。所以以后诸位读处方的时候，处方拿起来一看就知道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的。结果一看这个病人不是关节痛，处方开错了。或者从头看这个病人是关节痛，开了祛风、祛寒没有祛湿，病不会好。这就是你要知道风寒湿三个造成痹痛，合在一起、杂气、气三个杂在一起。

【风气胜者为行痹】有的人是风比较多，风多了行痹，就是痛会移转。有时候今天痛这个关节，明天痛这个关节，后天痛那个关节，我们知道风比较多。开处方的时候祛风的药开多一点，我们的药剂有剂量的加减。【第 52 集】

【寒气胜者为痛痺】痛得很严重的是寒气胜。痛风痛得很厉害，痛的红肿是热，没有，岐伯说风寒湿。痛得很严重的是寒证。如果看到红肿以为是热证，开下去寒凉的药没有用，要开热药下去。所以我们用附子、乌头。附子开了（痛）不能走，乌头下去，乌头比附子还强，痛才去掉。南派的医生怎么治病。不要说乌头，连附子也不敢用，他怎么治病，风湿都治不好。

【湿气盛者为着痺】就是湿气很重的人，停在那边不动。

所以病人来找你说有关节痛。关节哪里痛？这关节很奇怪，今天痛这里，明天痛那里。我们知道是风寒湿三气但是风比较盛，风要开大一点。有的人说痛的很厉害，有时痛到那边，有时候就没有了，不是每天发在那边，我们知道是寒盛、寒盛在这边，祛寒的药开重一点。如果他是在一个固定的关节痛得很厉害，湿盛，祛湿的药开得重。

所以处方的时候，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的时候，处方就很简单了。我治疗风湿关节炎，包括张仲景治疗风湿关节炎，药也不出几味。把它简化掉，从此痛风、风湿都有的治，不管西洋人讲的类风湿性关节炎。这个病很可怜。因为这种关节炎痛的时候，诸位不是病人不了解，非常的痛。有的病人贪方便，嘴巴就止痛药吃下去。跟他讲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，洗肾五六年后肾衰竭还是不能洗，洗不出来人就死掉了。嫌麻烦命就没了。所以其实归根结底就是不相信中医。如果他真正想求生的时候他不相信西医他吃中药，叫他吃 5 个月他也吃。所有的止痛药、这些药下去的时候会让人肾寒，因为西药不分寒热。它一下去止痛很奇怪，肾脏就寒掉，因为它没有寒热之分。肾脏一寒的话，肾脏功能就衰竭掉了。肾寒的寒会移转到肝，《气厥论》读到，移转到肝就变成肝寒。所以吃止痛药很多人会伤到肾、伤到肝，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。因为西洋人不懂得寒热，制造出来的东西都是寒药。我们中药治这个很快。

岐伯说【以冬遇此者为骨痺】，我们讲四季，所有的病，身上不管内科外科所有的病，跟节气都有关系。冬天发痺病称为骨痺。【以春遇此者为筋痺】春天发病为筋痺。【以夏遇此者为脉痺】夏天脉痺。【以至阴遇此者为肌痺】至阴是脾脏、长夏，节气的时候遇到会肌痺。【以秋遇此者为皮痺】秋天遇到会皮痺。这是不同的症状。但是不管它什么不同在哪里，都是风寒湿。

【内舍五脏六腑，何气使然】？岐伯说【五脏皆有合】五脏都有合的地方，比如肺主皮毛、肾主骨、脾主肌肉、肝主筋，都有所合。【病久而不去者，内舍于其合也】久病的话病就会停在与其所合的地方。

【故骨痺不已】一直停在那边不动的时候，【复感于邪，内舍于肾】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、足踝裸的地方、髌部，都是容易伤到湿的地方。湿伤于下焦。如果骨痺的时候，有病的时候没有把它治好，停很久不去的时候，这个病会进入内脏。这一篇讲的就是这个意思。当进入内脏，如果是骨头、风寒湿停在骨头上是骨痺，进入内脏的时候内脏和它是相通的，第一个伤到就是肾脏。肾脏本来是好好的，突然风寒湿进来。

【筋痺不已】筋痺没有把它治好，【复感于邪】结果再感风邪，一推把它推进去，【内舍于肝】就是跑到肝脏里面去了。

【脉痺不已，复感于邪】又有风寒进来加重了，因为久病都会跑到内脏，【内舍于心】跑到心脏里面去。

【肌痺不已，复感于邪，内舍于脾】肌痺跑到脾。

【皮痺不已，复感于邪，内舍于肺】皮痺跑到肺。

【所谓痺者，各以其时重感于风寒湿之气也】。所以我们以当令的节气，如果当令的节气再受到这个病的时候就会加重。基本上都是风寒湿。后面讲的是症状。当痺在关节上是这样子。



【凡痺之客五脏者】风寒湿的湿气跑到内脏里面去的时候怎么办？会看到哪些症状？就越来越深了。【肺痺者】肺里面风寒湿。我们说风湿在肺里面人



家听不懂，西医讲的风湿性心脏病倒蛮接近的，不要给西医那边搞混了。风寒湿进入肺的时候病人会【烦满喘而呕】。因为肺本身是气机的所在、阳气的所在，很活跃的，像天幕一样把全身盖住的。突然风寒湿进去了，当然气会逆。气逆的时候产生的就是烦满喘而呕，呕吐。

【心痹者，脉不通，烦则心下鼓】心下就是讲胃会鼓起来。【暴上气而喘，噤干善噫，厥气上则恐】这是因为心脏受损，水会克火。我们前面一再跟诸位讲五脏的相生相克。五脏的相生相克，如果心脏有问题的时候水马上就过来了，所以没有间歇、休息的时候。所以平常正常人要保证五脏之间非常的平衡。心脏一有问题的时候，水马上就进来，马上补位。不会说等一下、让我考虑一下，没有，它不会等你，进来就进来了。没有那么听你的话。所以我们才会说，如果心脏一发生问题的时候，我们首先要去注意肾脏，看看它有没有进来、有没有伤。肾脏本身主恐，心发生恐就知道进来了。

【肝痹者，夜卧则惊，多饮，数小便】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，当风寒湿进入肝脏的时候就会引起这些现象。

【肾痹者，善胀，尻以代踵，脊以代头】。人本来脚走路是脚跟走在走，踵是脚后跟。为什么叫尻以代踵？就是不能走路了坐下来，水肿的意思、下半身肿起来、讲的就是水肿。肾如果得到风寒湿的话，身上有积水。

【脾痹者，四肢解堕】脾主四肢，【发咳呕汁，上为大塞】。脾是土。土湿、本来脾就是湿，所以每一个脏不一样，脾本身就是湿。当脾一受灾难的时候，现在风、加寒、再加湿三个进来，本来脾就已经很湿了，湿会更甚，把中膈堵到。中膈堵到以后，食道吃东西下去中间都是湿很甚，所以东西下不去。我们知道这种呕吐是湿很甚的时候，我们开处方的时候药是止呕的。可是光止呕，不知道是湿很甚造成的呕，没有开去湿的药，呕还是会在哪边的。所以开处方的时候要知道恶心从哪里来。所以我们有很多的处方专门治呕，里边的内容都不一样。诸位从这里读过《黄帝内经》以后，听我讲《伤寒论》、《金匱要略》就很简单了，一看到处方就知道张仲景在想什么。都是想这些。

【肠痹者，数饮而出不得，中气喘争，时发飧泄】。如果风寒湿跑到肠子里面去，喝很多水，因为湿很盛，堵塞在那边。小便有时排不出来，有时又发下利，前面排不出来从后面排。

【胞痹者，少腹膀胱按之内痛】。我们讲过胞，女子胞在小肠跟膀胱中间一个胞户，男人也有精宫在这边。这是个胞，心包也是络在这边。所以如果看 A 片或是 4X 级的，看到之后很亢奋的时候心意会影响到胞，就会产生精。这是一个正常人的反应。为什么看到跳脱衣舞的时候会很高兴，精子会起来，就是这个原因。因为是心包跟胞的经络是连到的。【若沃以汤】按之内痛有时候好像热东西、滚热的水浇在上面一样，【涩于小便】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，在男人的精宫中间。

【阴气者，静则神藏】。正常人神藏，精气很稳，很稳定的坐在那边，神非常的稳。这是阴，脏是阴。神内藏是非常正常的人会有这种形象。【躁则消亡】如果，阴就消亡。所以对阴又下了个定义：阴主静。一个人坐在那边静静的，能够打坐的人都是很稳，神能够住在那边、阴在那边。躁的话人的神就会消亡。突然跑一句出来讲阴气。

【饮食自倍，肠胃乃伤】。遇到风寒湿的时候，如果加倍吃东西的话，肠胃就会受伤。这时候读中医要反过来看。我们真正的养生之道要节制食欲，不要吃太多，让胃气生起来。要每吃一餐饭，一定要等到肚子很饿的时候再去吃，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。吃完的时候保持一点点饿就停掉。所以要能够控制自己。这都是长寿、健康的保养身体的道。

【淫气喘息，痹聚在肺】如果痹聚在肺上面会有喘息。【淫气忧思，痹聚在心】如果痹聚

在心上面忧思。【淫气遗溺，痹聚在肾】如果痹积在肾脏小便就会遗尿。【淫气乏竭，痹聚在肝】痹聚在肝上面病人会全身倦怠无力。【淫气肌绝，痹聚在脾】如果痹聚在脾上面肌肉会没有力量。【诸痹不已，亦益内也】任何的痹症，久痹不去的话会影响到内脏，会越来越严重。后面讲一句话，风气胜者就是说，风寒湿三种集合在一起，【其风气胜者，其人易已也】风气很盛的时候是最好治。因为病在最浅，不会最深。

我们刚刚讲了饮食不要吃太多，适当就好。这不只是讲生病，生病还要节食一下。平常人的时候就不要吃太多，吃到适中不饿就可以了。

【痹，其时有死者，或疼久者，或易已者。其故何也】？痹症，风寒湿【其入藏者死】。【其留连筋骨间者疼久】痛得很久。【其留皮肤间者易已】如果风寒湿留在皮肤之间、肌肉里面的，很快就可以好。一样，皮肤、肌肉、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。黄帝问有的时候痹症会死人，有时痛很久没死，有的人又很容易好，为什么？因为深浅不一。所以我们很忌讳痹入脏。

刚刚讲的是五脏。黄帝问【其客于六府者何也】如果痹跑到腑里，到消化系统里？岐伯说【此亦其饮食居处，为其病本也】。【六府亦各有俞】六腑、胆小肠胃大肠膀胱三焦都有俞穴。【风寒湿气中其俞】风寒湿气中到消化系统的俞穴的时候，【而饮食应之】。饮食应之就是，平常不知道节食、不知道不要吃太多、随便乱吃、大饱大饥这样子，风寒湿跑到腑的俞穴上。这时候一样会入腑，因为饮食不知节制。所以不管怎样，随时饮食保持节制的话，风寒湿都不容易进入身体里。就是这个意思。【循俞而入，各舍其府也】舍在腑里面，进来的话就躲在里面了、躲在消化系统里了。

黄帝说【以针治之奈何】针灸怎么治？当然膝盖的风湿我都教过你们，膝五针如何扎。这里岐伯就说【五脏有俞】五脏中了风寒湿下针下它的俞穴，【六府有合】六腑下针下它的合穴。【循脉之分，各有所发，各随其过，则病瘳也】。瘳念 chou，就是病痊愈的意思。在讲《针灸》的时候我们就介绍过。脏病的时候我们有俞穴，俞穴专门治疗脏病的，这是背俞，肝心脾肺肾都有。身上合穴我们在治疗腑病。其它在经络上，我们就按照经络来取穴就可以了。

黄帝就问【荣卫之气】荣卫就是讲气跟血，【亦令人痹乎】这种气会不会让人家着痹、就是风寒湿会不会进去？岐伯在这个时候替荣卫下了定义。岐伯说【荣者，水谷之精气也】吃的米面、饭类的精气，这是所谓的荣，进入我们的血分。【和调于五脏，洒陈于六府，乃能入于脉也】这是血的来源。【故循脉上下贯五脏，络六府也】。这是荣。所以荣之源是水谷之精。【卫者，水谷之悍气也。其气慄疾滑利，不能入于脉也】这是气。所以气和血实际上通通来自于水谷。食物里面的谷类、水谷里面的东西，里面的阴就是造成血，里面的阳因为食物里面都有气、中医讲的气造成阳，不会入于脉。【故循皮肤之中，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】里面。【逆其气则病，从其气则愈】顺应它的气。所以荣卫【不与风寒湿气合，故不为痹】。所以风寒湿的痹症，不会入血分，也不会入气分。不会进去，只会在皮肤的肉中间、肌肉中间、或者在筋骨之间、或者在脏里面、或者在腑里面，但是绝对不会跑到血脉里面去。

黄帝问【痹或痛或不痛】，【或不仁】麻麻的，【或寒或热，或燥或湿，其故何也】原因、为什么是这样子？有那么多种痹证。岐伯下定义。

【痛者寒气多也，有寒故痛也】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（证），操劳的人才会有。因寒有痛。所以我们常常看到病人腹痛，寒。光开一些活血化瘀的药，他还是痛，没有开祛寒的药。

【其不痛不仁者，病久入深】就是浅痛、没有什么痛，病很久了跑到深处的地方去。【荣卫之行涩】风寒不会进入荣卫，但会让气血流行的气阻塞，【经络时疏】速度会减缓下来，【故不通】造成经络不通畅。【皮肤不营，故为不仁】不仁就是皮肤有麻麻的感觉，没有什么感觉。



【其寒者，阳气少，阴气多，与病相益，故寒也】。平常有两种人。一种是素热，就是比较肥胖的人，喜欢吃膏粱的人是素热。有的人比较瘦弱，饮食比较清淡的，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，受到寒的话寒跟寒会相通、会加重。

【其热者，阳气多，阴气少，病气胜，阳遭阴，故为痹热】所以素热的人遇到风寒一般来说会出现热证。平常寒比较多的人才出现这种极痛，寒气会比较多一点。

【其多汗而濡者，此其逢湿甚也】。湿证的人很好玩，并不见得你看到他身上流汗很多。我们在诊脉的时候会诊到。我一摸脉，身上的皮肤奇怪黏答答的。流汗很多的可以看到流。你一摸上皮肤就是湿黏黏、湿答答的，皮肤上一层。这就是痹。这是湿很盛的人，我们可以摸到。我们在临床上常常会碰到，一摸脉奇怪皮肤湿湿的，病人本身湿太盛。【阳气少，阴气盛，两气相感，故汗出而濡也】这种都是天生本身阳气不足的人，阴气很盛。阴和阳是相对的，阴阳应该平衡。阳少的话，阴就会盛。阴盛的时候，阳少。阳本身是固表。身上的皮肤在这边，里边有很多水。水不会丧失掉，为什么？是因为有阳在固它，所以水分不会丧失掉。阳一虚，阴一盛的话，当然会失掉阴。阴就是津液，会跑出来。这种人再受到风寒的话，寒气就会加重，因为阳少阴盛。

所以是两种不同的人遇到这种情形，会产生的一些不同的一些症状。你要知道这些，也是我刚刚讲的，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。《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。有的药是祛寒的药，有的药是祛热的药。因为有这样的区分，所以《黄帝内经》为主，后面的《神农本草经》我们去找寻草药的时候都是按照药性，按照《黄帝内经》里面的阴阳表里虚实寒热来辨证、来选择哪些药来治哪些病。

【夫痹之为病，不痛何也】完全不痛为什么？岐伯说【痹在于骨，则重】在身体会感到很沉重。【在于脉，则血凝而不流】血脉会凝住。【在于筋，则屈而不伸】看到脚不能伸直我们知道是筋的问题。如果痹、风寒湿【在于肉，则不仁】麻木。【在于皮，则寒】病人会感觉到寒冷。【故具此五者，则不痛也】。【凡痹之类，逢寒则缩，逢热则纵】。这里不知道打个虫出来干嘛，虫其实是拘急、整个抽筋起来。寒则缩。在这里跑个虫出来，可能像虫一下子就缩起来了。热则纵。缩和纵刚好是一正一反。比如看到有人中风，手弯起来是寒，手不能弯起来、张开来、纵就是热证风热，处方就有点不太一样。五种不痛的是在这个地方。

今天刚好《痹论》解释到这一篇讲完。下次我们开始讲痿。你看现在开始讲的分章了。前面讲大原则。现在越来越分，越来越细了。我们有哪些症状会出现，慢慢分来。下次、明天我们来讲《痿论》，《黄帝内经》第四十四篇。

## 第四十四篇 痿论

介绍《痿论》之前，我先给诸位一个观念。顾名思义，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。一开始就开宗明义讲，咳首先患肺，也就是说一个人没有肺的话根本就没有咳嗽。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。一路这样传，脏传完了再去传腑。可是归根结底，回头还是肺。所以如果治病在初，刚开始有咳嗽，一剂下去咳嗽好了就不会传了。

痿证发病在热上面。《痿论》通篇是一个热。中医讲的阴阳表里虚实寒热，这篇讨论热讨论的很多，治疗热也是很特殊的一种方法。临床上在治疗痿证的时候会耗很多的时间。因为痿下去以后要把它补回来，真的要一段时间才有办法把它恢复过来。不是不可治，可以治但是非常的耗时。如果了解痿证的成因，我们所谓防微杜渐，病一开始的时候就下手，就不会有痿证出现了。所以这一篇的重点在这里。

一开始黄帝问岐伯了，岐黄之术。【五脏使人痿何也】五脏会让人产生痿证为什么？

岐伯就回答了。首先讲肺。【肺主身之皮毛】。皮和毛要分开来。我们前边读过，如果毛整个卷曲了是死掉了，因为这是气的末梢。气之余为毛，血之余为发。

【心主身之血脉】心主血，血跟脉通通属于心。把它分成血跟脉，因为中国以前是文言文的文字。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。不像现在打字很快，手写很快。不能怪他，以前用手刻。

【肝主身之筋膜】筋还有膜。筋在前边就读过的，筋会阳陵。为什么说筋会阳陵？阳陵在膝盖这个地方。为什么不会在别的地方？就是因为筋会阳陵，所以肝经的经气到这里。所以所有的阴证出现的时候、阴寒证的时候，不管脚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。

因为肝脏有筋，筋生出来之后才制造成一个心脏。所以最初婴儿在妈妈肚子里面的时候是水、又有真水，有水才有受精卵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。所以是水生木、木再生火。西方医学是看到开始跳了就是有生命了，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。我们非常注重肾的水就是这个原因。

全身的筋是生出在肝脏上面。肝脏产生心脏以后，络到全身的关节，关节旁边都有筋。肌肉如果切开来里面有一片白膜。白色的膜就是筋之余，就是膜，也是属于筋。

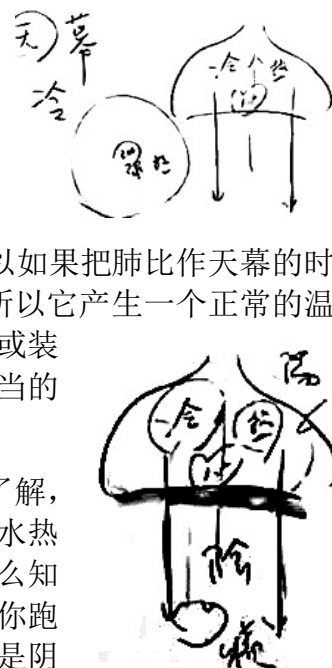
【脾主身之肌肉】脾脏主身上的肌肉，肌跟肉不一样。把肌当成肥肉的话，肉就是瘦肉。白肉瘦肉都属于脾。白肉就是阳，瘦肉就是阴。

【肾主身之骨髓】骨头是骨头，骨里面才有髓。所以骨跟髓通通是归之于肾。

由于身上五脏对五合，五合就是肺合皮毛、心合血脉、肝合筋膜、脾合肌肉、肾合骨髓。因为他是先讲相关性，这时候就开始讲治病的原因。因为肺主皮毛【故肺热叶焦，则皮毛虚弱】。

讲肺里面的常态。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《黄帝内经》的观念里面，肺法象天、像天幕一样把全身都罩盖住，所以全身都有皮毛。哪个地方都有皮毛，整个罩盖起来，所以肺法象天。天上很冷。外面是天，地球在中间，围着大气层。地球在中间，里面很热，热的像火一样，这是心脏。所以如果把肺比作天幕的时候，心脏在下面，心就是地球里边的热。这是寒跟热两个碰在一起，所以它产生一个正常的温度。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、引擎太小就过冷。过冷它也不跑，过热也不跑，一定要适当的温度。[第 53 集]

常态冷气是下降的、热气是上升的，交接在这个地方。你如果不了解，在自己家里面煮锅热开水，看到热气是往上跑的。如果你家煮的热开水热气往下跑，你要告诉我去看一下。我去看一下怎么回事，好厉害。怎么知道有冷气和气血循环？很简单。在煮热水时热气一直往上冲的时候，你跑到门的下缝一摸，有冷气进来。因为里面是热，冷就会冲着热来。这是阴





阳互相平衡的一个自然界的状态。

肺的常态是冷。如果肺太热了，肺里面的津液没有了，再加上心脏的热，是热上加热。这个时候造成皮毛都虚弱，因为太燥热。【急薄者】的意思是因为相重。心本身是火。肺里面津的没有了，津竭了。中医认为，胸是阳，胸膈以下是阴，这是常态。阴的来源是从上面下来的。阴的来源要从上面下来，这是好的阴。如果累积在下面没有经过身体上的过滤，这个阴就是阴积，这是会造成生病的。如果阴是从上面下来，这是我们身体所容纳的。所以西医讲的这点也对，我们吐气的时候把二氧化碳吐出来，吸气的时候把氧气吸进去，这是在代谢。新的阳会停留在身体里面，浊的会出去。所以阴从上面下来，都是带来很多的氧，中医认为带来很多阳下来。当津竭的时候，肺焦太热了，心火在烧，所以烤焦了。焦的原因就是这样子，把水烧干了还在烧。这个时候【则生痿躄】躄念 bi，就是跛脚、跛足，走路就一瘸一跛的。

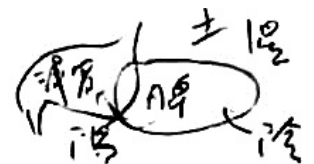


【心气热，则下脉厥而上。上则下脉虚，虚则生脉痿。枢折挈胫纵而不任地也】。挈就是脚提起来，提脚的动作我们称之为挈，把脚提起来。结果纵而不任地，脚没有办法踩到地上去。常态的人就这样。心脏不断的搏动产生热，心是火。上面遇到冷的时候，由于肺不断的呼吸，肺的主要的功能就是把心的热移到小肠里面去。当心的热由身体中间的血脉进入小肠了以后，因为心主血脉，心到下焦的地方有一个大动脉下来，心主血跟脉。这个脉不单单是血液会下来，同时会把心脏的热也会导下来，导到小肠里面去。这里讲的就是说心脏的热没有下来，如果是心热，心热往回逆。热才会产生痿。现在讲的全部是热。当心气热下脉厥的时候，上热、热在上面一直在往上烧，下面就自然而然虚掉了，因为这个热本来应该待在下方的，现在不待在下面往上走，这会造成下焦会虚掉。当它虚掉了以后，脉会萎缩。脉会萎缩主要的症状，就是脚没有办法抬起来了。脚抬不起来了，没有办法重地。因为两个脚的力量，有血脉在里面。心脏的热和血是往下走的，一直往下走造成人身上足的、脚的力量很强。现在脚放不下去了，踩不到地上，没有力量，这是脉萎缩掉了。这是一种痿证。



【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。脚筋会萎缩的话是脚没有办法屈伸，跟心的脉萎缩不一样。心脉萎缩脚没有办法踏到地上去，一放到地上就软掉了，没有力量踏上去。筋的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，本身膝盖不利于行的时候，你发现用针灸做、吃药，做半天膝盖还是不行。这不是他有风湿，而是筋有问题，肝有问题了，筋萎缩掉了。筋萎缩掉的原因是“肝气热，则胆泄口苦，筋膜干”。肝气为什么会热？

肝在右侧横膈膜的地方。肝本身中医的观念里面认为，肝是藏血、收藏血。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、血到哪里去到哪里去。肝不是藏了血就把它藏在里面不放出来了，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，或者做个血管栓塞，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，本来要收藏很多东西，可以进来然后从那边出去。进来都是活猪，出去都是香肠。今天仓库突然切掉一块，无法收藏。当然人体变动，人体因为太精密了，所以把它切掉一块它慢慢会长回来。甚而至于切的只剩一半或十分之一或怎么样，还慢慢长回来。六个月就长回来，有这种记录。可是他是正常人，或者是一些肝病。如果是肝癌，把它切掉，把它栓塞住了。栓塞住以后身体在更新的时候，永远这个部分没有办法更新。血没有办法更新，永远堵到这边。所以肝里栓塞住的话造成终身的伤害，我们治就很困难了。所以不要动我们中医来下手还好，动了以后中医下手就麻烦，因为肝本身藏血。

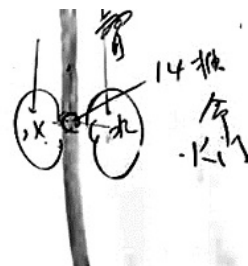


肝化物出焉，我们叫化物。化物出焉，按照中医的意思，这跟西医的意思是雷同的，把身

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（阳），肝是绝阳之处、是厥阴的地方，阳很少，所以血进来以后再经过肺的洗涤以后才会变成阳。心脏的搏动很旺，所以心火很大，所以心才生血。肝藏血，血进来是脏的血，经过肝脏出来以后是新的血、很好品质的血。到了心脏以后，加上肺里面的津来润泽它。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，肝如果太热了，热会膨胀。胆跟肝互为表里，是中医所谓少阳的地方。少阳是一点点阳，是代谢的地方。少阳进来的时候到胆的位置，肝一热就膨胀，一膨胀的时候胆汁出来会反逆。反逆的时候跑到嘴巴里面。胆的味道很苦。为什么？因为胆汁是在木生火的地方。木经过火烧了以后，因为胆是阳，经过火烧以后都是很苦的。你不相信就烧个木头，放到嘴巴里看看。我们现在知道，胆是苦味，肝胆是苦味。有一个人嘴巴口苦，就是胆，就已经讲完了。这个时候因为肝太热了，热了伤津液，津液不够的话筋膜就干掉了。我们常常在烧烤的时候，一烤津液就没有了，就这个意思。筋痿。筋痿的人膝盖不能任意弯曲、伸直。

【脾气热，则胃干而渴。肌肉不仁，发为肉痿】。脾脏跟胃是表里。脾是土，里面湿很多。胃和脾两个很接近的靠在一起。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，这是常态。如果脾热、脾气太过热了，一过热以后津液就没有了，没有津液会影响到胃，胃里面会变得很干燥、津液就没有了。脾主肌肉。把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叫做肌肉不仁，发为肉痿、肉就萎缩掉了。



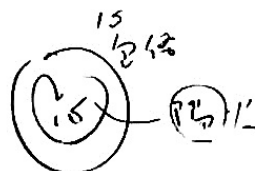
【肾气热，则腰脊不举。骨枯而髓减，发为骨痿】。骨痿的人没有办法站得很久。骨会有力量，是因为里面有髓。里边如果没有髓、髓不够的时候，没有办法站得很久。所以很多人血癌、脑瘤或怎么样，或者是骨头有问题的人，都没有办法站很久，站一会儿就要赶快坐下来。所以有个人能够站很久，骨头都没有问题的。

我们现在讲痿证，痿证是热。肾主水。常态的肾，一定要知道常态。督脉第十四椎，称之为命门。命门是火、相火，命门两边是水。所以第十四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，这个火在慢慢的烧。不要烧太快，生命就会很长久。当肾从肺上面得到阴的津来滋润它的时候，旁边有火在，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。当骨髓一萎缩的时候，骨髓的力量不够的时候，就发为骨痿。我们没有X光怎么进去看？不需要看。这个人没有办法久立，一直要坐在那边，骨痿。他可以伸脚，膝盖就没有问题，就不是筋痿。从这些症状就可以判断。

所以中医现在看到这篇、已经《黄帝内经》读到四十四篇，大家都知道了，中医是辨证论治，不需要进去看什么。如果小题大做进去看，可能就会伤到身体。常常有的病人在医院里面为的是检查去照显影剂，西洋的机器一照下去以后，结果那个人一打进去还没开始照或者是正在照的时候病人就发作在床上，或者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。

黄帝问【何以得之】为什么会这样？肺为什么会很热？岐伯就回答了。【肺者藏之长也】最高的地方。【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，五藏因肺热叶焦，发为痿躄，此之谓也】。所以真正的痿证是始于肺。所以我刚刚在讲，我们讲《咳论》的时候也是，咳一开始就是有肺受到咳。一直咳，咳了35天，循环回来了。比如一周的循环，从肺咳，咳了一个周期没好，比如6天没好变成肝，肝再移转到脾，又六天到肾、到心脏、再回到肺，脏没有咳好再到腑。所以我们上次介绍了，听到病人抱怨说一咳嗽就小便出来，这一定是久咳。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





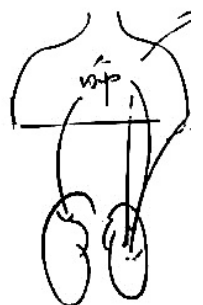
的原因就是肺。所以诸位要保持肺很好，五脏因肺。

一个人【悲哀太甚，则胞络绝】胞络指的是心包络。所以人不能太悲哀。当然我们嘴巴讲很简单，可是人做到很难的。心包络绝的时候【胞络绝，则阳气内动】。诸位另外一个观念又要有了。画个简单的图。心脏的外边一层包膜，这是心包络。心包络的目的是干吗？因为心是阳、心是火，这个阳一定要有东西控制它。我们一再跟诸位讲阳就是能量、是你的力量、你的动能。如果一个引擎里面的活塞都是很好的，结果居然没有罩住，活塞在外边乱跳，机油乱跑，没有东西给它盖住，热气动能不会藏住。所以有心包就是把阳锁在里面的意思。心包和心脏之间有津液。这个津液在中医的观念里边是纯白的，非常的清，清水一样。心脏有包膜还有清水，才能把心阳固在里面，心阳就不会外散。心阳如果外散的话，全身都在开始跳了，因为没有东西固定它。心脏跳一下，全身就跳一下，阳就外散了。所以胞络绝的时候，也就是心包络的脉气不够的时候，阳气就会内动。【发则心下崩】好像心脏会跳出来一样，【数溲血也】这时候小便就会看到血。【故本病曰，大经空虚，发为肌痹，传为脉痿】。这里讲的都是从心。因为心脏有问题的时候，后面会连续影响到下面的脾脏，影响到其他的脏。结果脉、血脉，脉就可以讲血管，就痿掉。痿掉前面介绍过了，脚不能任地。

【思想无穷，所愿不得】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。这种是情志。【意淫于外，入房太甚】太过于房事，【宗筋松弛】我们讲宗筋，中医的观念认为，宗筋之府在哪里？男人的睾丸、阴茎这一块区域是宗筋的地方，女人也在阴道、阴部周围是宗筋的地方，宗筋在身体下的地方。今天我会介绍到，几样东西合在一起，所以女人怀孕十月耻骨会打开，然后小孩子会通过。因为宗筋在这个地方。如果入房太甚造成宗筋松弛、宗筋没有力量了，【发为筋痿，及为白淫】。白淫就是男人遗精，就是他没有行房可是遗漏出来。筋萎缩掉了，宗筋萎缩掉了。【故下经曰，筋痿者生于肝，使内也】。因为只有肝经络到这边，肝的筋脉络到这边。当然宗筋是由几个东西组合的，我们后面会介绍到。因为肝经络到这个地方来，所以是筋痿。当然这是一个症。筋痿的时候，我们前面介绍过，膝盖不能弯曲。

【有渐于湿，以水为事，若有所留，居处相湿。肌肉濡溃，痹而不仁，发为肉痿】。这一段讲的是，有的人本身是热、原发是热、肺热，他的工作就是在水里面工作、种稻的农夫、或种蔬菜、或是在水里面抓藕，这种在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、踝裸的地方，伤于下，这是湿。我们有祛湿的药。怎么样让、命令去湿的药别的地方不要去就跑到脚上去？这就是药物学，我们的《神农本草经》、《金匱要略》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。不然开错了，结果祛湿的药该下去不下去，你的方子开的不好，药引子把它导到别的地方去了。脾脏喜欢湿，结果你把脾脏的湿都清掉了，清掉造成胃太热了，不好。所以我们开处方的时候要知道。【故下经曰，肉痿者，得之湿地也】。脾主湿，脾脏本身主湿。但是这个主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。过犹不及都不行，一定要中间。中间就靠五脏六腑平均的制衡，很均匀的停在那边。

【有所远行劳倦，逢大热而渴】。诸位看都是本身肺先受热。现在比较少这种现象。台湾省不要说过去几百年前，过去五六十年前很多渔民挑着鱼从夷南翻山越岭跑到台北来，来交换一些东西，以前就有这样。有所远行劳倦，逢大热、在天气热的时候，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。劳力工作我们一再跟诸位讲，人能抬物、我们能够扛个扁担站起来，因为我们骨头有力量。因为肩膀骨会大杼穴，脚就会有力量。髓又会绝骨。一个是大杼在上面，一个是绝骨在下面，所以我们肩膀能扛重物，原因在这里面。所以有时候用手提不起来，用肩膀扛就扛起来，因为那是肾发至于先天的力量，肾就可以把它扛起来。【肾者水藏也】。因为本来就肺是热的，肾在肺的下面，



肺的津液正常应该去生肾。结果因为久劳，扛了重物在山里面跑，在热天底下跑，流汗流很多，肺的津液不够了。肺的津液不够了，传到肾的也不够了。肾脏又发汗，扛久是靠肾脏才能扛久。肾脏津液也不够了，才会造成肾脏热的。原因就是这样子。【今水不胜火，则骨枯而髓虚。故足不任身】脚没有办法扛到身体站在那边，就是不能久站的意思，【发为骨痿。故下经曰，骨痿者，生于大热也】。现在诸位有观念了，知道热才会产生痿。我们在处理痿证的时候，后面会介绍到痿证为什么独取阳明，有原因的。治证都在后面。

黄帝就问【何以别之】，前面的症状如何再做区别和诊断？诊断有很多，有望，有眼睛看什么东西。又再问得更细，其实前面的诊断就够了，我们看病人问几个问题就已经知道了。还要再细，岐伯就说可以。【肺热者色白而毛败】色白、眼眉毛下面是白的。【心热者色赤而络脉溢】脸上是发赤的。手脚边上是络脉，越大、主要的大经络都在身上，支络通通在四肢的末梢。络脉溢就是手脚肿胀，心热。我们遇到热的时候，意思就是看到这个赶快要去治。心热不把它治好的话发为脉痿，脉就萎缩掉了，脚就不能任地了。【肝热者色苍而爪枯】脸色发青而爪枯。指甲是筋之余。肝主全身的筋，筋之余为爪。现在知道了，血的余是头发、发为血之余，气之余是毛。所以太热的时候会筋缩、萎缩，指甲都会干掉、干裂掉。【脾热者色黄而肉蠕动】因为颜色发黄是脾脏的颜色，诸位知道。如果这样子看，皮热色黄。实际上我们如果讲得比较白话一点就是，本来黄色该属于脾脏的营养应该要进入脾脏待在里面，脏都是藏，所以黄色的营养应该要藏在脾脏里面去供应肌肉的能量。现在脾脏太热了不藏，肉露出来是黄色的。所以病人脸上的黄色是一种营养，这个营养应该在脾脏里面，现在脾脏有问题了，所以透露到表面上来看是黄色。脾主肌肉。肉蠕动是为什么？因为一直在耗、一直火在那边烧，肌肉就会动。【肾热者色黑而齿槁】因为牙为骨之余，我们身上的牙齿为骨余。所以诸位以后看，看指甲我们可以知道是肝脏，看牙齿可以知道是肾脏，看头发知道也是肾的、发为血余。所以四肢、露在外面的东西，我们通通可以从这边可以看到一些症状。



【如夫子言可矣。论言治痿者，独取阳明何也】皇帝就问，讲了那么多，为什么治疗痿证独取阳明，道理何在？岐伯就开始了。【阳明者，五藏六府之海】。精谷气，我们吃的五谷杂粮到身上化生成的精气都在阳明经上面。【主润宗筋，宗筋主束骨而利机关也】。刚才讲的是宗筋之府。全身关节的地方，两个骨关节会连到，除了有筋、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。如果光是筋膜还不行，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，与阳明合于宗筋。阴阳搗宗筋之会，会于气街】。在这里男女都一样。在《黄帝内经》的定义，冲脉起自关元，冲脉是血、非常多的血。足阳明胃经从足三里开始到大腿开始肌肉就挺起来，一直到气冲后胃经一路上去。这一段区块的地方，我们称之为气街，阳明气流行最旺盛的地方。【第 54 集】



好像台北市很多街道，夜市就是一条大街道，主力的大街道就是这一条。这是气街。气街上的阳明经跟冲脉是交合的，汇于前面的任脉，也汇于后面的督脉，因为有带脉连到。如果看侧面图，带脉者环腰一圈为之带，从后面命门的地方环到前面。带脉有三个穴道，就是带脉、五枢、维道。前面都跟诸位讲过。这是带脉。人身上会有带脉，带脉因为络到阴器这边，所以女人如果有发白带讲的就是因为有带脉。所以带脉也汇到关元这边来。督脉的阳气，因为督脉在后面一直从尾椎骨下来，督脉的阳气从命门一直经过命门的三焦一直络到关元的地方。所以这一带就是宗筋之府。宗筋之府的府，就是所有的宗筋大汇于这个地方来。宗筋在关节的地方通通有宗筋，通通汇于这个地方。【而阳明之长，皆属于带脉，而络于督脉】。在这些经脉中，督脉、冲脉、带脉、足阳明，是以足阳明为首，因为足阳明最大的气脉在这个地方。【故阳明虚，则宗筋纵，带脉不引，故足痿不用也】所以阳明气一虚的时候会影响到宗筋。因为宗筋到全身关节，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，通通是宗筋在管。所以治痿证独取阳明，就因为阳明经络到它所有的地方，因为（宗筋之府）这地方阳明在管。

【治之奈何】黄帝说讲了半天痿证怎么治？治证的时候很简单，针灸。岐伯说【各辅其荣而通其俞，调其虚实，和其逆顺，筋脉骨肉，各以其时受月则病已矣】。意思就是针灸的时候，比如筋是发在肝是春天我们知道它是筋痿，或知道它是肉痿，或知道它是脉痿，按照节气来下针，针灸来调它的虚实。我们可以针当经的补它的荣穴，疏通它的俞穴。俞穴是五脏六腑的俞穴，在背后面。都可以。这是用针灸来做的。

当了解《痿论》以后，我们知道他病在阳明经。我们有些药就是入阳明经的，有些药是祛热的。比如一个人起于肺痿，又是肾脏。一看这个人很辛苦，扛东西扁担。比如他在盐田工作，在晒海盐的时候脚是泡在水里面，伤于湿。然后盐晒好了把盐扛出去，又是久劳。扛着扁担走很远，很辛苦的。所以大家要去支持他，我们要买海盐，不要买人工盐。他很辛苦，结果来看病，看一个病两担盐卖掉还不够付我们。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？因为大热天。在太阳很大，日照很强很足的地方才能够晒海盐，不然下雨天就毁掉了。所以他外面在蒸晒，肺的津液不够了，汗流很多。里面他一直在扛重物，扛重物的时候用在肾脏。肾脏的力量又出来，遇到上面的热，供的源头又没有，津液伤到，是肾热。肾热就骨痿。下面又踩到水里面去，又伤于湿。我们怎么治疗他？一样。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，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。如果当季的夏天，比如布袋那边晒海盐很有名，在布袋周边产生水果就是专门可以补津液的。真正能够治他的水果就在旁边。老天爷很好玩的。所以如果当季在夏天晒海盐的时候，看当季的水果是什么，就是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，火焰山那边多热，生个哈密瓜。如果喝水，津液伤到会脱水。但是吃哈密瓜很浓，整个很扎实的水集中在水果里面，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。所以哈密瓜的果性，它能够在那么热的地方生存，吃它能够生存。一人 common sense 基本常识。当然不能吃骆驼，把骆驼吃了没有 common sense，不能什么都比。

这是我们治证。在临床上治它效果很好。一定会好，但是时间会耗很多，因为我们要补偿回来比较累。现在看《厥论》第四十五，下一篇。

## 第四十五篇 厥论

足厥阴肝经的厥，厥的真正意思是逆。我们用这个字来讲足厥阴肝经，就是极、极点、到顶了、到最底下了。所以我们讲足厥阴肝经就是人身体最里面的那个脏，躲在最里面的脏就是肝。厥就是极限的意思。意思可以这样子翻。

【厥之寒热者，何也】黄帝说厥证有寒有热为什么？有的人是热厥，有的人是寒厥，这就是阴阳的定义。人的常态，阴升阳降，阴往上升、阳往下降。人身上的阳从胃里面五谷杂粮进来，进入胃经以后，一路到第二个脚趾头。足阳明胃经一个经络单位，一路下来到脚。所以阳气都是往下降的。膀胱经穴起睛明，一路下来背后到脚上的至阴穴。胆经也是头上走到脚上。胃经也是从头上往下的。你注意看，胆的位置、胃的位置、膀胱在最下面，这些都在中膈下面的地方。腑的位置在下面，结果经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。阴经，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。



现在如果下焦的阳气衰了，我讲过人体没有空间的，当阳气一衰掉以后，阴气就会补位。所以有时候看到表面上是这样，实际上里面是反的，阴气就会补位。所以阳气一衰的时候阴气一补的话，所以这里就讲了【阳气衰于下则为寒厥】，因为阴没有温度是冷冰的。【阴气衰于下则为热厥】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。所以阴和阳一定要互相平衡。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，这个人也走掉了。所以不管是热厥还是寒厥，阴阳之间要平衡。所以当阴虚、阴气衰的时候看到是热，阳气衰的时候看到是寒。

【热厥之为热也，必起于足下者何也】黄帝问热厥为什么一定从脚下开始？岐伯就下定义了。所以《针灸》你们学过就很熟。【阳气起于足五指之表】脚的表面上，【阴脉者，集于足下而聚于足心】足心就是涌泉的地方。【故阳气胜则足下热也】。

常人，我一再跟诸位讲。足上面是表阳。阳中一定要有阴，所以摸脚的上面是阳但是冰的，里面是阳。这是常态。摸到下面是热的，这是阴的但是热的。脚掌和手掌一样。如果你一手摸病人的手掌这边、一手摸那边，掌心跟掌背做比较的时候，正常的人掌背应该是冷的，手掌面应该是热的，因为阴阳交接在井穴的地方。

现在很简单辨寒热了，辨寒热就是这样子。一摸上去，这个人热，因为热正常的极限是到手指肚，热过头了，因为上面都热了。有的人一摸冷，从手背冷到手掌心整个冰的，因为定义是只能到手指的上面，整个冰的到下面，阴就盛了。有的人一摸上去，前面手指是冰冷的，手掌是热的。前面还是冰冷的，这就有区别了。今天有个人来找你看病。开完处方以后，本来手掌整个是冰的，开完处方吃个几天以后回来一摸，手掌热了手指还是冰的，再继续吃。吃了处方手掌越冰，本来冰的地方更上来，结果冰变成寒冰更冷，处方就是不对的。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。所以一查的时候就可以知道他病好了没有。瞬间一下一摸就知道了。所以我在诊所临床的时候很简单，病人的手抓起来看看，摸摸。一摸，已经看完了。病人还没讲话，我还没有告诉你，其实我已经看完了。真的在看病的时候，如果病人知道我们是怎么样的医生，我1个小时可以看60个病人。真的是这样子，处方就开完了。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。等到你《黄帝内经》很熟，诊断的速度很快。现在知道了，定义从这边来。

黄帝问【寒厥之为寒也，必从五指而上与膝者，何也】为什么从脚的五个趾头到膝盖？岐伯就说【阴气起于五指之里】下面是阴经，【集于膝下而聚于膝上。故阴气胜，则从五指至膝上寒】阴气太盛的话，从脚一路到膝上这段是冰冷的。【其寒也不从外，皆从内也】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。只到膝盖为止，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。中医很厉害。

我举个例给你听。一个病人，乳腺癌转移到肺腺癌，但坐不得卧，肺里面积很多水。我们开处方下去，她是十枣汤证。比如开5克，以中国来说5克，以台湾省说1钱。这样看你们就懂了。肺是诸阳之会，华盖盖到百脉。当肺里面有水的时候，肺里面正常是气。如果今天拿口痰吐到水里面去，痰是浮在水上面，没有人的痰会沉下去，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。有病的话有痰、有水。水没有去掉，日久才会生痰就浮上来，然后水就一直累积。

十枣汤下去是要把痰和水一起去掉，不是光去水。痰顶在上面、粘在上面的时候病人会吐，十枣汤把水攻下会下，所以上吐下泄是常态。结果病人拿了十枣汤的药到药房去问，这个药很毒，不能用。想想看，不能用而医生告诉我用，这样好了只用一半，结果减量了。减量以后水排掉了，吃下去以后水都排了、大便很多、可以躺下去睡了，可是痰没有去掉还是咳嗽。病人会告诉你，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。奇怪我妈妈为什么脚从膝盖以下是冷的，你说气不气。



如果把肺气一攻掉的时候，阳一恢复，胃阳在下面，因为诸阳之会在上面，一剂下去的时候经脉就通了。这时再吃一些其他药。也不是叫病人每天吃十枣汤，谁那么厉害，吃到脱水。我们后面处方开给她，增润她胃的津液，把阳气恢复。胃气恢复的时候，只要一到脚上病就好了。结果她不敢吃了一半，吃了一半的时候脚到膝盖还是冷的。所以胃气还是气街挡着。气街挡到是人先天的力量，每个人与生俱来的。如果药力到的时候都通下去，是我们药力的功把她救回来。如果把肺里面的痰跟水去掉，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，胸部的痛完全没了，咳嗽还在咳。本来可以一起好的，造成麻烦更多。所以不要自作主张。我常常说，你看这个人很可怜，一定有可恨之处。是不是可恨？求帮我妈治好我妈快死了，求了半天，帮她治还不听话。

就是出于这里。现在知道为什么病人说脚冷到膝盖？冷到膝盖因为你妈妈胃气还在，还没有那么快死。气街冷她就完了。我很气。让你看到，临床上就是这样子的，看的很清楚的。所以我们在用毒药的时候，毒药下去不可能每天吃。如果每天吃，一天吃两次，人就死掉了。但是毒药要不要用？要用。为什么？一剂就去掉了。长痛不如短痛。一次把它清除掉以后，开始调理胃，就救回来了。可能你没有第二次机会，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。

刚刚讲的是热厥。现在【寒厥何失而然也】？岐伯说真麻烦，问题那么多。岐伯就回答，黄帝我一定要回答你，不然杀头。【前阴者，宗筋之所聚，太阴阳明之所合也】。【春夏则阳气多而阴气少】这是天阳，【秋冬阴气盛而阳气衰】，这是常态。所以秋冬的时候，比如阳气衰，要主收敛，顺应天。所以如果你很喜欢运动、行房事，春夏做比较好，秋冬要收敛一点。乖一点，做乖宝宝，要怀孕的话夏天就可以。当医生没有看到，我们怎么知道他怎么辛苦？看小孩子什么时候生出来，倒算回去就知道了，那么笨。这都是 common sense，不能问这种问题。一听、一看小孩子就结束了。所以当医生要有 common sense。【此人者质壮，以秋冬夺于所用】，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。早上天气很冷出去跑，跑什么跑。一个人已经跑就好了，为什么带一大堆人跟着跑，不好。等下我们讲“上知天文，下知地理”的时候，我举例给你们听。结果津液耗的很多，这也是耗津液。对我来说，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，不能复】。因为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，阳没有了阴就出来了。就好像夫妻的关系。结婚的时候太太跟你签约，我在跟你吵架的时候可以跑，但是不能离开家，在范围里面可以躲起来。离开家就阳绝了阴胜，她至少可以达到发顿脾气就算了。这是很好的协调，不出范围，我们到此为止，不要跑出去。跑出去阳失了，阴就胜起来了，一回来家里的东西通通砸烂掉了。如果不跑出去，还在家里面闪躲也就罢了，不会砸东西的。所以还是要结婚，结婚不错，夫妻有个人要拉一下，不然太过了。【精气溢下，邪气因从之而上也】下经上当然邪气、病邪从下面上来。【气因于中。阳气衰，不能渗营其经络】正常的阳气不能够滋润他的经络。【阳气日损，阴气独在，故手足为之寒也】。所以我常常问人家手脚冷就是这样子，因为那是阴阳的起源。如果是寒厥的时候，手脚马上冰冷的。有的人是热血，热太过了，跑到手背都是热。所以过和不及通通不行，一定要恰到好处在指尖、在脚指头旁边。这是中医的定义。现在诸位就看懂了，我在网页上这样写写写，从哪里来的？从《黄帝内经》。细部的解释就在这些地方可以看到。所以我们脚寒再冷，到了气街通通停掉。所以有时候水肿，奇怪就从下面肿到膝盖，上面就没有了。还好，这样子不会死，胃气还在。这是可以帮助我们辨证。这里讲的寒厥，这是古书，止于形方式。

现代来说的话，我们很不赞成吃西药，为什么？因为西药下去让下焦的阳会失掉。你如果不相信，你吃一颗抗生素，一颗下去 24 小时阳不举、一定不举。现在在临床上看的时候，很多人吃降血压药、降血糖药、降胆固醇药、降三酸甘油脂药，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，就是阳痿、一定痿掉。所以威尔刚才那么盛行。

过去这些人很恶劣，美国人还不知道，美国人还不知道我们有壮阳。自己中国人就在骂中医，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。我就让他继续去吃，吃了心脏病发。威而刚非常的不好，因为不晓得如何让宗筋之会起来。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，宗筋就回来了，阳就举起来了。很多中国人在排斥中医，我跟你讲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了。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。所以如果交女朋友，她的手脚冰冷，你不能乱讲。因为她小的时候不知道，吃西药或者是打了疫苗，造成手脚冷。不是冬天耗损津液，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，跟每天吃抗生素是一样的。你说没有，我每天在打坐，冬天都不近女人。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。

【热厥何如而然也】热厥如何发生的？一个是寒厥，一个是热厥。岐伯说【酒入于胃，则络脉满而经脉虚】因为酒气非常彪悍、非常悍力，一吃下去马上到手脚边去了，马上就进入络脉了。速度很快的，因为发散。

我们中药有很多药需要发散，就是说我们希望把这个药带到络脉去、带到四肢的末梢去。这时候煮药的时候加一点酒下去，就是利用酒的彪悍的气，直接把药送到四肢的末梢去。这时候我们会要求病人放一点酒下去煮。以后诸位读到《伤寒论》、《金匱要略》的时候，我们的张仲景先师就说用酒去煮，放一点酒下去怎么样，都有原因的。就从这里，蛛丝马迹的可以看到。

【脾主为胃行其津液者也】本身脾的功能是为胃行津液。【阴气虚则阳气入】脾阴不足的时候阳气就会跟进来。阴阳是一正一反的，所以阴一虚阳气马上进来。本来胃就是阳气，现在阳再加进来、阳加上阳【阳气入，则胃不和】。【胃不和，则精气竭】这个时候津液就衰竭。主要原因是什么？因为我们喝酒不会光喝酒，一定吃很多好的食物。所以又吃肥美的食物、烧烤、一大堆肉，又喝酒下去，这两个东西同时到胃里面去蒸化在中间，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。两个并着吃就酒足饭饱，喝太多了会造成胃没有办法消化。胃没有办法消化，造成精气反而会衰竭【精气竭，则不营其四肢也】就没有办法去滋润、补充四肢的营养。所以会有热厥的人【此人必数醉若饱】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。每天都喝得醉，吃很饱，强行【以入房】行房事。然后酒热之【气聚于脾中不得散】，酒和食物【酒气和谷气相薄，热盛于中】造成中焦太热。【故热遍于身，内热而溺赤也】当有内热的时候小便是红的、赤色的。所以我们常常问病人小便是什么颜色。比如肝病肝炎，小便马上变成茶色，很快，内热。怎么知道内热？当然要知道，热我们就给他开凉的药下去。中医讲热，西医讲炎。中医用寒凉的药下去，北派经方我们也有用寒凉的药，当然用寒凉的药。不是说纯寒凉的药。可以用寒凉的药。本身【夫酒气盛而彪悍，肾气有衰，阳气独盛，故手足为之热也】。所以如果胃中、中焦太热的时候，热跑到四肢上去了。造成里面太热、过热、身体里面过热，就会伤到阴。伤到阴的时候变成阳气独盛，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。

厥，黄帝问了【厥或令人腹满，或令人暴不知人】有时候令人昏倒不认识人。造成一个人会腹满，肚子一胀满就是中医所谓的阴虚。一个人突然会不认识人、不识亲疏，他的亲人他都不认识，阳气盛、太盛了、阳气乱，乱到神志会不识人。【或至半日远至一日，乃知人者何也】有时候半天、有时候一天，过了以后才会慢慢恢复。黄帝问为什么？厥就是反逆。【第 55 集】



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。我们身上是这样子，横膈在中间，本来上面是阳，下面是阴。



阴盛在上面，下面就虚掉了。我们在脉上面可以摸到。寸是阳，尺是阴。上盛的时候寸脉会变得很大，我们就知道是上盛。上盛则下虚，下虚则腹胀满。

【阳气盛于上，则下气重上】如果是另外一个情形，就是阳气在上面，加倍的上盛的时候下焦的阳气在往上走。下焦的阳气来自我们的命门，来自我们的小肠。下面是很热的，再往上走，阳气再加上阳气，加重，重上【而斜气逆】。【逆则阳气乱，阳气乱则不知人也】。为什么称之为斜气？因为阳气入头的时候有一定的方向。有正经，它斜的从旁边进去，造成一个人的气乱。阳盛，太过，造成人不识亲疏。一般如果不识人的时候自己回头，这都是很好治的。有的人不识亲疏、不认识人的时候，神亡的时候，那是人的命就没有了。那是很危险了。

刚刚讲的是上下阴阳的厥逆。黄帝现在问【愿闻六经脉之厥状病能也】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，就不把它分成十二经络来讲。岐伯就说了。

【巨阳之厥】三阳、足太阳在厥逆的时候，【则肿首头重】脸会肿起来、头会重，【足不能行】脚不能行，【发为眴仆】一发作的时候人就眴仆，人会昏倒，眼睛会发昏。诸位就可以了解，因为你学过《针灸》。膀胱经的经逆着从后面走到前面，一直络到眼睛里面去。所以发昏眼睛会昏眩。膀胱经一直从背后到脚上，脚就不能行，因为阳气厥逆。所谓阳气厥逆就是，我们在介绍《针灸》的时候，膀胱经的气本来就是从头一直往下走，现在逆着走的意思。逆着走就这样子，人就会有昏眩、目摇、昏倒、脚不能走的现象。

【阳明之厥，则癫疾欲走呼，腹满不得卧，面赤而热，妄见而妄言】。这就是阳明经的经气本来是承气四白、头维下关颊车是往下走，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。下面在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。沼气上升就造成这样子。腹满不得卧，癫疾欲走呼就好像遛鸟、弃衣、登高而歌这样子。

【少阳之厥】，少阳经包括手少阳还有足少阳。胆经一样，会造成耳朵会聋、耳朵耳鸣听不到【则暴聋颊肿而热，胁痛】两胁痛。两胁痛诸位记得，以后病人只要告诉你，两胸胁这里胀满胀痛，少阳，已经讲完了。在《伤寒论》里讲的很详细，两胁痛、胸胁苦满、两胁胀满，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，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、肚子脾脏在管，【太阴之厥，则腹满腹胀，后不利】大便就不通利了。前就是小便，后就是大便。【不欲食】不想吃东西。脾脏出问题的时候，都是胃口不好，肚子会胀满，大便不是很顺。【食则呕，不得卧】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。为什么要知道这个？有一个人胃口不好了，可能西医讲了很多原因不管它。他胃口不好的时候，一查他腹部胀满、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。脾阳不够，我们就开一些健脾阳的药把脾胃健起来，他就胃口就开了。

足少阴肾经和手少阴心经，这两个都属于少阴，因为两个非常的紧密。【少阴之厥，则口干溺赤】口干因为舌头下面的金津玉液、嘴巴里面的唾液的源头来自于肾脏。现在有津液反逆，经气反走，造成口干、小便赤，【腹满心痛】。

厥阴就是讲足厥阴肝经跟手厥阴心包经。【厥阴之厥，少腹肿痛，腹胀泾洩不利】小便不顺利，【好卧，屈膝】肾经有问题的时候喜欢膝盖弯着睡，【阴缩肿】阴缩会肿胀、阴缩起来，【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。因为知



道在肝经上面，虚则补，实则泻，平常以该经的经穴来取它。

现在讲厥逆了，就是比较严重了。刚刚只是讲厥，厥就是反逆一点，厥逆就是很严重了。很严重的情形怎么办？

【太阴厥逆，脘急挛】脚胫骨非常的绷紧，抽筋一样。刚刚讲厥，厥逆与厥来的严重。【心痛引腹】心痛引到腹部。怎么治？【治主病者】。所谓治主病者，就是治主要生病的。我们知道他的位置，一看到心痛只要引到少腹，我们知道是脾经、足太阴经，病发生在少腹都是属于太阴。这时候我们去治太阴。太阴是脾。我们治证上面有一个很好玩的，治主病者。我们知道是脾以后，脾主少腹，少腹里有小肠，所以中医在治脾的时候常常同时要去治小肠。因为小肠是受盛之官在少腹这边，湿很多。很多太太小姐说要减肥，看起来一点都不胖减什么肥，肚子很大。看着不大，束腰、束腹绑住。女人希望肚子很平，我不知道为什么。她希望上面很高下面很平，原因是什么我不了解，我不是女的。她少腹这边整个是脾湿，腹堵到，太阴堵到。我们要去湿，我们要治她的小肠。所以治脾一定会兼治到小肠。这是治主病者。主病是脾和小肠。

【少阴厥逆，虚满呕变，下泄清】大便出来是清谷。清就是，吃的菠菜排出来菠菜，空心菜就是空心菜。少阴有厥逆的时候，逆症比较严重。虚满呕变因为胃是肾之关，我前面跟诸位介绍过了。肾有问题的时候，一定可以看到胃的症状，呕吐。所以肾脏在衰竭之前的时候，病人一定很极度的晕眩，还有强烈的呕吐。吐出来很多津液，这是肾要衰竭了会见到呕吐的现象。原因，我再跟诸位提醒一次。肾是主水。水现在太多了，因为肾没有办法排水了，胃受不了了，顶到胃当然会吐。胃有一个极限，超过这个极限、胃开始吐的时候已经到了中焦了，肾脏功能都快没了。刚开始的时候水是从下面开始，一直到脚肿起来都没有治好，然后到严重的阶段，到了人体的极限的时候功能就没了。我们也【治主病者】。所以我们治肾的时候常常会治他的胃。

【厥阴厥逆，挛】有痉挛抽筋的现象，【腰痛虚满，前闭谵言。治主病者】肝脏跟大肠。肝有病的时候什么叫做治主病者？肝有病的时候我们同时要清利大肠。光治肝病不会好的，一定要通大肠。所以我们在治肝病的时候，一定要保持病人大便排得很好。病人如果大小便一不通、堵到了，来不及了。所以好的医生，并不是说我们下手的时候要到病人最末的时候，而是说一开始我们遇到肝病的时候就要预防、知道已经在通利他的大便了。只要保持金和木之间的平衡，在治肝的时候一直在疏肝，一直在清理大肠保持大便很通畅。为保持他大便通畅把攻下的药开得很重，太过了。只要保持他随时都有大便，肝病自然而然会好起来，因为金会去制木、有金在这边制木。肝也很可怜，上面夹了一个肺在制它，下边一个金在制它。所以肝就好像爸爸，肺好像妈妈，下面是儿子，爸爸一点地位都没有。我们有办法反过来，我会教你们。就是因为两个金在制它，一个阳一个阴在制它，所以肝很乖在中间，这是常态。哪天生病了、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，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。便秘对肝不好，忘了说。所以我们常常保持大便通畅。大便不好，没关系，赶快去把它通一下。趁身体有微恙、一点点改变的时候，赶快去治它。我们治主病者。前闭不单单是讲小便，大小便都不通。病人会有谵言，神昏发语。因为厥而且逆，逆的很严重。



【三阴俱逆，不得前后，使人手足寒，三日死】如果三个阴都厥逆的时候，手脚一冰冷，大小便没有了，三天就死掉了。这个讲三天死就是，发现这个症状如果没有治疗就是观察他，他三天就死掉了。我们当医生当然不会这样子。我们有救逆，一下把他救逆救回来，让他放手一搏。

所以放手一搏，我们为什么要去研究经方？因为现在所有中药的药典里面，只有经方是千钧，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。所以要训练你们。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。可是有的时候你会面临到只有一次机会。那一次机会下手的时候马上就要重。下手要重的时候，你要有多少功力在里面才不会错，不允许有错。我们的药有那么多要挑出来，张仲景已经开好路放在那边，放在那边人家也不用真的是很烦。如果没有这些方子这就罢了，放在那边也不用。等到我讲《伤寒论》、《金匮要略》的时候就知道了。

不能看《黄帝内经》说三天死就看他是不是三天死，不能拿人家的生命来做实验。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？因为他们都死的，所以他们死的记录很详细，都不会错的。有人说这个人53天不死，不对，是我们把他救回来了。所以我们常常有病人，西医说他快死了，本来西医认为他只能活一个月了。我们把他救回来了，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，因为有医疗保险。病人坐在那边，医生一经过一看，以为看到鬼。吓一跳，然后摸病人，是存在还是眼花了。常常吓到医生。所以我们那边的医生对中医很尊重，你吃谁的药。他很尊重，绝对不会攻击我。攻击我，他不要命了。

【太阳厥逆】膀胱出问题的时候、厥逆、经气逆的时候，太阳是三阳的经气，因为三个阳都聚，所以发的时候很强。【僵仆呕血】病人会昏倒，有时候呕血出来，【善衄】善流鼻血。【治主病者】。在生理解剖学的常态来说，肺象天。天上下雨下来，雨就跑到肾脏去，肾把它累积起来。累积起来以后肾再运送到膀胱。在运送之前第一次蒸化，在命门这边，还有小肠的火。一蒸化的时候得到肾的精、最好的精华。发酵的酒第一次蒸馏出来都是最好的是茅台，再来就是二锅头了。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。丢到膀胱以后再做第二次的蒸化，因为膀胱后面是小肠。再烧一次，二锅头进入肝脏，水生木，把肝脏再清洗一遍，浊水再排出来。这是常态。所以肺的水跟膀胱的水是相关的。所以治主病者意思就是告诉你，膀胱有问题的时候要治肺，肺有问题的时候治膀胱。所以一咳嗽小便出来了。



【少阳厥逆】的时候，我刚刚跟诸位讲过，少阳这边就是胸肋、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？你就记得少阳是开关，这是枢。我的手在枢，好像门一样可以打开、关起来的。这是少阳。【机关不利者，腰不可以行】腰不可以弯动。只要身上可以弯动的地方，眼皮在张会动，嘴巴会张开动，都跟少阳有关系。反正主弯来弯去，像门那样开来开去，通通是少阳在管。【项不可以顾】项都不可以回顾。就是因为这样子，所以我们一看到这个人关节、机关不利的时候，首先想到就是少阳。这个少阳通治的讲的是三焦，胆没有管那么远，三焦在管。三焦的大焦源汇的地方在腰部，就像命门的地方。【发肠痈不可治】。三焦为什么会发肠痈？不是，就是少阳的胆，网膜、腹膜炎、胆破裂掉类似这样子的，不可治。《黄帝内经》说不可治，我们还是要治，我有方法的。不能见人看死不治，《黄帝内经》说是死就不治，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的时候，在死之前神会走。像诸位看过去，这个人很稳定，神非常好。可是在大病到重病在临终之前一天或两天的时候，神离开了。神离开，一个小动作他就受到很大的惊吓。这就是神要走了，都会看到惊。惊则死就是神不存了。

【阳明厥逆】阳上亢，【喘咳身热，善惊，衄】流鼻血，【呕血】吐血出来。阳明包括胃跟大肠。胃里面比如长东西了、胃癌都会有吐血，厥逆都是很严重的症状，呕血出来。咳血跟呕血不一样。如果是肺里面的血，咳嗽时血跟痰粘在一起的。胃里面的血就不一样的，呕的血就喷出来。喷出来的时候，因为胃是阳气、血很多的，一出来整个床上都是。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，这个人不相信西医的，就在屠宰场死掉了。当然为信仰死掉也好，不相信中医、相信西医，为信仰死也可以。我很赞成，反正人是要有一个信仰。这个病根本不会死人的。



【手太阴厥逆】想到手太阴的时候，诸位就想到肺经。厥逆、肺经的经气逆着走的时候【虚满而咳】。本来肺气是舒张。为什么讲开合？开合的目的是往下走。所以肺好像风箱一样，把气往下压。平常道家打坐练气，就是想办法把气往下降。你们有没有练过一个功夫要气往上升的？那是邪门武功，正常的武功都是让气下降到丹田，怎么会跑出个厥逆。岐伯说手太阴肺经如果肺气逆的话，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，结果通通跑出来了，逆着走。【治主病者】。治肺病也会去治膀胱，治下焦也是一样。

【手心主少阴厥逆】手心经。【心痛引喉，身热死】这个很特殊。因为心是象火，而且心是极热的。胸是阳，心是阳中之阳，肺是阳中有阴有津液。当心脏有问题的时候，因为太热。阳气是往上升的，它要集中。一个人阳厥、就是阳气要没有的时候，就好像一个火、蜡烛烧了快没有时候，很亮一下，然后没有了。心脏也是一样，往上冲到喉咙里面来，这就是快要死掉了，【不可治】这就没有办法治了。

小肠经【手太阳厥逆】，【耳聋泣出】病人有耳聋的现象。我们有很多状况会耳聋。手太阳小肠经也会，胆经也会，因为耳朵前面小肠经、胆经跟三焦经都交汇在这边。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。这两个有点不一样。肾脏虚的耳鸣比较深，因为它是内脏来的，里面虚掉会感到外面的压力很大。如果是表证的耳鸣的话就是嗡嗡在叫，你会听到它叫，压力并不像肾脏虚的压力那么大。耳鸣则泣出，泪出。【项不可以顾，腰不可以俛仰】。所谓【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。

【手阳明少阳厥逆】阳明就是大肠、还有少阳三焦经气回逆的时候，病人会【发喉痹，咽肿】吞不下去，吞东西有问题。也是【治主病者】。这里跟诸位讲个概念。在我们学《针灸》的时候讲过，两个乳房的中间称之为膻中。气会膻中，气病治此。本身气的性是上升、往上升的。气一往上升的时候是这样过来的，经过一些肾经的位置往上走。所以喉部的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的病，不管是扁桃腺、甲状腺，只要是发在喉咙中间的都是气有堵塞。

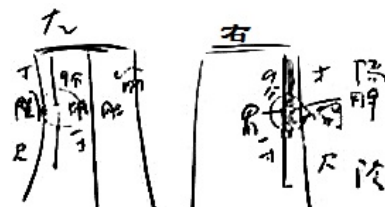


所以我们有些药，以后诸位会学到一些行气的药，这些药可以推气、是让气跑的快一点的药。我要让你知道位置，就是知道以后如何开处方，不会错。我并不赞成你们把处方背下来。我赞成的是，你一开出来就那个处方，处方是自然天成在你心里面。这是我想要的，这样你才能做宗师。你不然永远就是张仲景而已，不能够超越过他。我要老了、要退了，将来你们这一代会遇到很多特殊的東西，可能过去医书上没有，这就是让你突破的地方。所以你一定要胸有成竹知道《伤寒论》、《金匱要略》所有的古方为什么这样设计的，将来你可以求新求变。同时要了解这些才知道如何下处方，才知道下处方剂量的轻重。这就是我要诸位了解的地方。

## 第四十六篇 病能论

《病能论》这一篇讲病态、病的状态。前面从第一篇到后来讲大原则、天地等比较无聊，慢慢就跟身体有关联了。这时候你就感受得到它分析的东西。

【人病胃脘痛者】痈就是化脓、化臃肿。【诊当如何】如何诊断？怎么知道他胃的地方？岐伯说【诊此者，当候胃脉】很简单就候胃脉。胃脉在右关的位置。脉的寸关尺，寸到关是九分，从关以下到下边是一寸。这是脉的长短，标准的长度。超过标准





就是长脉，比标准小就是短脉。在左手的关的区域，如果摸到脉，脉的外面一点就是肝脉，中间有筋的地方，靠近筋一点就是胆、就可以摸到胆。右手的关脉，一样上面是寸、九分，从关的点开始下面的一寸是尺脉。寸就是阳，尺就是阴。现在讲的关，岐伯讲的就是右手的关的位置。脉气出现的时候，我们摸脉，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。这条脉从外面侦测的时候讲的是脾，从里面侦测的时候讲的是胃，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，一个缓字还不够，要缓而有力。缓的意思是四到五至。四至五至是以医生的一呼一吸，病人的脉跳五下，这是最标准的速度。还要有力。有力就是，力量是温煦的力量，不是很大的力量。温煦的力量，你会感受到它的力量。【第 56 集】

如果有痈脓的时候，你会摸到脉是沉细。本来是缓而有力的，现在脉变得很沉、很细。沉代表脉往下走。脾主肌肉。肌肉在皮层的下方，再里面是骨头。因为它主肌肉，所以一定在肌肉里面的部位摸得到，稍微按下去一点，摸到肌肉的位置是脾胃。这是常脉。沉细就跑到骨边去了，下去了。现在讲的沉细，到骨边的定义就是沉了，摸外脉下去了。这是气逆。【逆者，人迎甚盛，甚盛则热】。一手摸着右手的脉，一手摸人迎脉【人迎者，胃脉也】人迎脉是胃脉，胃脉大于寸脉大很多，这是盛脉就是热脉。人迎就是胃脉。【逆而盛】胃气又反逆、上面又是盛，【则热聚于胃口而不行】热停在胃的上方不动。绝大多数人生病会生在胃的下方。所以这里讲胃的上口实际上讲小肠的上口、胃的下方。病人有时候比如酸过多，胃是土，现在酸太多，反逆到贲门。幽门是下面的地方，胃有问题大部分发生在下面。如果发生在上面都是因为酸太多、逆把它烧坏掉【故胃统为痈也】。胃有化脓了怎么看？右手关脉的地方是沉细的。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，我们就知道累积东西在胃里面。这是岐伯的解释。为什么会这样？因为正常的人胃气本来是下降的，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。下降的时候胃气是缓而有力之下降，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【人有卧而有所不安者，何也】？躺下去睡觉，但是心里面不安，一直翻来覆去的。岐伯就说【藏有所伤，及精有所之寄则安。故人不能悬其病也】所以人不能学疾病。你今天生了一个病，脑海里边每天在想你的病。就是这个意思，不能学疾病。

所以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所病，跟他说你不要想了、我来帮你治疗就好了、回去专心地工作、专心地照顾家里。西医不是这样子。一看到胃癌，先生现在胃癌明天不用上班了，他才管你做什么。明天不用上班了，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，好像念书一样。病人已脸色苍白，本来是胃癌，被吓到神再走失掉。讲完以后病人瘫痪在椅子上了。因为他在讲的时候，他自己不是病人。病人在想，糟糟我老婆小孩子怎么办，我小孩子还没长大还在念小学怎么办，吓都吓死了。所以西医还没有开始动手的时候病人已经吓死了。他如果告诉你活多久，再不找中医看的话我保证你那个时间死，那个他们最准很准的。然后病人死的时候不会怪西医，我是死在胃癌。

黄帝又问【人之不得偃卧者】就是正躺【何也】怎么办？因为肺在人体的正上方。【肺气盛则脉大，脉大则不得偃卧】。因为正躺的时候气就往上冲，人就醒过来没有办法躺。这是肺气太盛大。

【有病厥者】气反逆，摸他的右脉【诊右脉沉又紧，左脉浮而迟。不然病主安在】这是什么病？诸位你看的脉非常复杂，我现在慢慢帮你收起来，给你一个



简单的基本观念，以后就变成你的 common sense 常识，不用背。那么多天讲脉，如果再去南派的《太素脉诀》，还有《濒湖脉学》二十八脉，弄了半天更迷糊，不用。等你把《黄帝内经》、《神农本草经》、《针灸》、《伤寒论》《金匱要略》读完，再回头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，我想尽办法帮你们导到正途上。现在用 common sense 去想。

什么是沉？冬天的时候所有的东西都收藏起来是沉。所以沉是主冬，沉是底下，肾脏也是沉。首先基本观念就是这样子。所以一看到沉，肾，就讲完了。

什么是浮？我们前面讲到弦洪缓浮沉，肝是弦、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。你就先这样想。

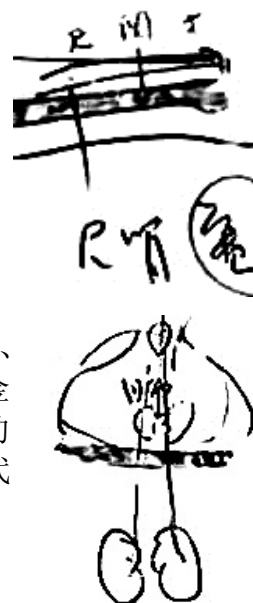
什么是紧？紧就是代表里面有寒、里边有实。实证，实，长东西了比如肾结石。寒都是一样，都会得到很紧的脉。紧脉摸上去感觉就是紧。比如冬天伤于寒的时候，寒气一来的时候皮肤表面收紧，这时候几乎一摸到脉就感觉脉不但是浮而且是很紧的脉。非常的紧，好像绳子绷得很紧，知道伤于寒，马上就可以知道。

沉在底下又很紧，摸一下脉绷得很紧，这是它简单的意思在这里边。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【冬诊之右脉固当沉紧】如果是冬天。因为讲沉脉，岐伯就按照黄帝讲的答了。因为脉有那么多种怎么答，就讲黄帝讲的东西。如果冬天摸他的右脉，当沉紧，本来就应该沉紧的，【此应四时】。所以要知常态。左手管的是血，右手管的是气。天气跟我们人的内脏交接的地方就是在心肺，上焦的地方跟天气是交接的。观念是这样。下面是跟地气、就是血气交接的地方。所以天气应对于右边、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，这是事实、正常。

左边的脉也是应该沉紧才对。现在【左脉浮而迟】摸上去是秋天的脉，迟是虚脉，脉浮起来。记得浮到皮肤表面上就是表、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的时候【此逆四时】。脉很虚弱无力的时候讲的就是阳虚。这样会推理。所以用这种方法推理就不用去记。阳虚了，所以左脉浮而迟代表左手出问题了、右手没有问题。现在是冬天结果摸到秋天的脉虚掉，【左当主病在肾】脏，因为在冬天是肾脏。简单讲就是，冬天应该摸到冬天的脉，春天摸春天的脉，夏天摸夏天的脉，秋天摸秋天的脉，季节转换的时候摸到长夏的脉。现在左手摸到是不正常、右手摸到是冬天的脉，所以右边没有问题、左边有问题而已。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】？脉侧面看的时候，正常人的脉是寸部脉比较高一点、尺动脉比较低一点。正常人摸到脉的感觉是这样的，这是常脉。如果尺脉翘起来了、挺起来了、冲上去了，就是下焦的脉冲过上焦的脉、冲过关，代表腰痛，这是实脉、肾家的实证。当有实的时候气会逆。因为肾在尺部，里面有实的时候不管是肾结石或是长肿瘤或怎么样，尺脉会硬起来来回逆，脉会变得很大，超过关的位置。这是实脉。【何以言之】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】所以腰痛大部分都跟肾有关系。

肾脏现在这里又提到了，所以我们把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、舌下的金津玉液奇穴的地方。所以肾脉络喉，一直到舌下。所以肾经在两边，督脉的两边是肾经。这是气脉在这边。现在肾脏应该摸到肾脏脉结果摸到肺脉，代表气逆上去了，我们就知道肾脏出问题了。

【有病颈痛者】有人生病脖子里面长痈脓、痈疽、脓块，【或石治之，或针灸治之，而皆已】皆好。【其真安在】为什么会这样？岐伯说【此同名异等者也】。如果喉头旁边有化脓的，以前的针比较粗，还有些热针，直接在脓上面刺把它刺





破。石针的话，真是石头、很细的石头，以前没有冶金技术，找到细的长石在上面刮。有脓头破掉的话把它刺破，把它脓化出来。【夫痈气之息者，宜以针开除去之】要记得的原则就是，当有脓在里面的时候才要刺破它，没有脓在里面不要去刺破它。有脓的时候我们可以把它打开来，把脓拿掉它就会好。这是一个治证的原则。【夫气盛血聚者，宜石而写之】。因为气盛，刚才我讲脖子是气海的地方、气聚在这边，现在气太盛了。气太盛的话，血会聚在那边。我们可以有气但是不能太盛，太盛的话血会聚在那边。血聚在一起散不掉的话，瘀血就会堵在这边就会化脓了。化脓以后把脓拿掉，去血瘀的同时气会泄出来，这病就会好。但是没有化脓的时候不要弄它。所以有两种方式。怎么知道里面化脓？一个看他皮肤表面有脓头，可以看到红红的上面一个白的，把它放掉。还有用手去摸它，如果有肿块在这边，摸上去的时候旁边皮肤都是冷的、就是肿块是热的，就知道里面化脓了。化脓的话会感觉到热气的，一定会侦到热气、侦测到热气。【此所谓同病异治也】。

黄帝问有病发狂了【有病怒狂者，此病安生】这种病从哪里出来的？凡是狂症怒症通通是【生于阳也】。黄帝问【阳何以使人狂】阳为什么让人家狂？阳气不会让人家狂，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会。常常会发生在有的时候【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。【病名曰阳厥】。

有很多原因让人家气怒的。因为突然发生的事情遭受到重大的挫折，或者是让你难决、很多事情无法下决定。比如你现在坐在这边很好，突然有警察打电话说你儿子贩毒坐牢，把你气的。你本来就气你儿子、你知道他，所以警察说他贩毒坐牢，你相信儿子一定是这样，因为你知道你儿子。你一生气可能就犯怒了，一气就开始发狂。这样子。这个我们都可以改变的，你儿子不好，我们天医可以改。医不单单是医人的身体上的病，把一个人的想法通通改变，逆子我就把他变成孝子给你看。我们有方法的，天医给你看。

比如今天阳明燥热，发狂奔走，弃衣奔走，登高而歌。我们看大便堵到，一清清出来，好了。可是这个男的是同性恋，爸爸妈妈很气。他原来是黄昏、3点到5点和五点到七点申酉的时候发狂奔走、登高而歌、在遛鸟，已经让人担心了，医生把他治好了。本来没有治好他的时候就在黄昏的时候开始发狂奔走，奔走完了到七点钟经气过了，下个节气就会缓下来。缓下来了跑出去约会，又去跟同性去约会。父母很气。人正常的时候表现的是不正常，人不正常的时候他又表现的是不正常，怎么弄都不正常。医生可以把发狂奔走、登高而歌的精神病治好。可是我们到现在没有同性恋汤，吃下去同性恋就不会爱同性，就会男人去爱女人、女人去爱男人。还是有解。都有解，都可以化解掉。

【何以知之】何以知道三阳经的阳厥？怎么区分三阳经的厥？岐伯说很简单，要知道太阳、少阳、阳明的厥证很简单。【阳明者常动】阳明如果气逆的时候一定发动，【巨阳少阳不动】气逆不会动。【不动而动，大疾，此其候也】就是看人动静。现在诸位看到了，阳明气厥的时候会发动症，还有前面提到风会发动。如果风再加上阳明气厥，那是动得很厉害了。所以你看这是动病。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，让脚很有力量，所以脚的力量会大于手的力量。现在阳明气厥了，冲一下当然会受不了巨大的力量，冲上来就会动、动来动去。这是会生动病。

黄帝说【治之奈何】如何去治？不用治，【夺其食即已】不让他吃东西就好了。阳明气逆，不要让他吃东西，就收不到气了。收不动气因为源头没了。阳明的气是来自食物，源头没了，它就慢慢乖乖地回去了。所以当医生中医的诊断很强的时候，西洋的医学没办法骗你的。所以我说艾滋病不会死人的，阳明气逆，小问题根本不治都会好。可是他们要赚钱，非把它当成很严重的来治。就好像一个干毛巾，想办法挤一滴水出来。这样子，硬把人搞死掉。【夫食入于阴】吃东西下去以后进入血分，【长气于阳】食气。食物吃下去以后，食物里面产生的厚味的东西就会去滋阴，味淡的东西就会生气，这样清气会上来。【故夺其食即已】所以我们把食物不给他吃，阴阳都阻绝掉，她就好了。因为我们知道是阳明，阳明就动症。如果还在那边动，

就【使之服以铁落为饮。夫生铁落者，下气疾也】。阳气往上冲的时候，我们可以吃生铁落。所以生铁落镇心、镇定心神非常的强，真的是很强。生铁落怎么来？就要找南部打铁的师傅，以前打锄头、打镰刀时敲下来，在打生铁的时候再火烧，打的时候跑出来的铁灰就是生铁落。生铁落最好是自己收集。不然药房骗你的话，铁烂掉、铁风化掉以后变成氧化铁，掉下来的残沫把它打碎。他说这是生铁落，不是，一点用都没有。一定要撞击，打铁以后的残渣掉在地上的生铁落。所以鸡大便我也不敢买，生铁落我也不敢买，要自己去找。所以有些特殊的药最好自备。所以诸位以后去旅行、郊游，没事的时候收集一点鸡大便。如果看到让老板给一点铁落带回来，反正不会坏，带回来。自己收集，我真的不敢 order 订这种药。不相信他。怕病人不是吃到鸡矢白的部分而是吃到鸡大便。

现在 birdflu 禽流感，真是很累。如果是禽流感的季节，我从中国 order 鸡大便，你想想看 FDA 会让我进来吗？当场丢到海里去了。不用检查了，丢到海里去了。我不会去 order，我会在美国那边弄。美国人很多养鸡。美国人很好玩，自己养鸡自己杀了吃，鸡就在院子里面跑。鸡很乖，它会认主人。没有用围栏围住，它自己会跑，晚上就回来了。它自己会归隐。所以不需要关什么东西，它自己会回来。养在地上的残渣，我们可以把它抓起来。[第 57 集]

黄帝问【有病身热解墮】觉得全身发热，身重倦怠、没有力气起来，【汗出如浴】刚洗完澡一样全身出大汗，【恶风】风吹的很难过，【少气】呼吸又很短。【此为何病】这是什么病？岐伯说【病名曰酒风】。【治之奈何】如何治？【以泽泻】、苍【朮各十分】，【麋衔五分】就是鹿会咬到的草。鹿会咬到的草就是茜草，过去叫鹿蹄草，现在称为茜草。十分还有五分，就是按比例来，二比一。泽泻和苍朮，从这里我们可以得到解酒的很好的药。加点茜草。合煎或者用粉剂都可以【合以三指撮为后饭】，饭前服用就可以了。这是治它的方式。

后面就突然跑出来一段。突然跑出的这一段跟前后不搭嘎的。我就留在书里面，因为原书有这一段。【所谓深之细者，其中手如针也。摩之，切之，聚者，坚也。博者，大也。上经者，言气之通天也。下经者，言病之变化也。金匱者，决死生也。揆度者，切度之也。奇恒者，言奇病也。所谓奇者，使奇病不得以四时死也。恒者，得以四时死也。所谓揆者，方切求之也。言切求其脉理也。度者，得其病处，以四时度之也】。

我想就是，我有拷贝给你们，以后出来的附带 DVD 的书上也会有。就是原来的《黄帝内经》。但是这个《黄帝内经》附上这些章节，66、67、68、69、70、71、72、73、74，我都有了。但是这些章节，我们过去所有的医家一致认为摆进去很牵强。因为散失掉了，摆进去非常的牵强，就一直没有翻译，所以流传在市面上就没有这些章节。原文上面有这些章节，我拷贝起来给你们，你们自己去看。的确跟它没有关系，主要是跟针灸、天上 28 个天罡星这些有关系。我们这里就不谈，不做解释它。

## 第四十七篇 奇病论

《奇病论》，《黄帝内经》第四十篇专门论奇病。

【人有身重，九月里瘖】有的人怀孕到九个月突然没有声音了，【此为何也】？岐伯说这是【胞之络脉绝也】。为什么是这样子【何以言之】？【胞络者，系于肾。少阴之脉贯肾，系舌本】当然是经过肺再到舌本去，系统你要知道，【故不能言】。因为怀胎，小孩子在那边压到，造成胞络这条络脉受到挤压，所以不能讲话。【治之奈何】黄帝问怎么治？【无治也】不要治了，【当十月复】小孩生下来就好了，因为那不是病。所以怀胎九月，突然孕妇没有声音了，不要去治她，很正常的。不要去动她，生完小孩子就会好。

刺法里面有谈到【刺法曰，无损不足，益有余，以成其疹，然后调之】。疹是病情缠绵不



去的意思。针灸的刺法，常常看到人的气血不足，就不下针了。有的病人来的时候软弱无力，瘦干干的在那边，气都没了。问医生，你今天给我开了药，你怎么不扎针？你不要扎了，气不够，不要扎。我们嘴巴讲、跟他解释很多很麻烦，讲不清楚。跟他说因为你现在的状况身体太虚，扎针也不会好，我帮你省一点钱。他说你很好。病人的心态就是这样的。其实是无损不足。他本身气不足的时候，本身他元气不足的时候，他病在那边，病比元气还强。这时下针的时候病不会走，而元气会跑出来。因为元气抵不过病气，会伤到、不足的。病人如果是有余的时候，我们去补他的时候，造成他更甚。都不好。这种状况在人元气不足的时候无损不足，如果继续再治疗，或增益他的有余的时候，让他原来是实证更实的时候，病就会缠绵不去，就会不好。

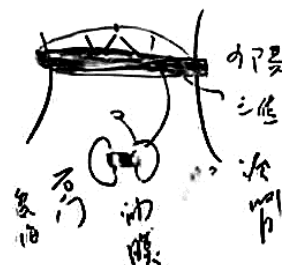
【所谓无损不足者，身羸瘦】身体很瘦弱的人，【无用鑱石也】我们不用针石。【无益其有余者，腹中有形而泄之】什么有余？是益有余，肚子里面有硬块在那边。如果去泄它【泄之则精出】人的精气在耗损【而病独擅中】单独存在里面会更严重，【故曰疹成也】。

所以我们常常在用攻坚的药的时候要小心。我们不是随时都在用攻坚的药。绝对不要，老师常常在用攻坚的药，你就认为都是在攻坚，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。病人元气很盛的时候攻，体力很好赶快攻下来，一剂把它攻下就好了，不要让病再绵延。但病人很虚的时候我们不会去攻它了。先去滋补他，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，这都会造成疾病停留在身体里面不走。

黄帝问有一种病专门【病胁下满气逆】胸胁、肋骨这边、胸肋气非常胀满，【两三岁不已】两三年都不好，常常有气往上冲，【是为何病】为什么？岐伯说【病名曰息积】。平常有累积东西在里面，是有真正的东西、肿瘤肿在里面。有的是气息堵在里面，【此不妨于食】还是可以吃东西的。所谓【积为导引服药】，我们开一些药同时要练内功，练功夫做导引法，把气导出来就好了，【药不能独治也】。原因是这样子。我们身上胸肋的地方统称为少阳。因为胸肋这边是有三焦，很多三焦油网聚在这个地方，所以肋骨、横肋这边属于三焦系统。当有病在这个地方的时候，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。这种吃药可以，还用导引，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。

另外一个奇症【人有身体髀股骭皆肿】髀就是外侧、环跳外面的髀骨，骭骨在脚的胫骨的上方，胫骨是在胃经和脾经中间的骨头。都肿起来了、骨头肿痛，还有【环脐而痛】绕着肚脐一圈而痛，【是为何病】从哪里来的？岐伯说【病名曰伏梁。此风根也】。

过去在中国从古到今，小孩生下来的时候都给他做个肚兜。如果你没看过肚兜，你去看庙里、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，连神仙都要肚子遮起来。手脚露在外面，连遛鸟都没有关系，可是肚脐一定要遮起来。因为肚脐会感受到风寒。肚脐是神阙。任脉从这边，那是阴的地方，刚刚好凹下去。凹下去刚好一个风口，能够受风的地方。所以小孩子再怎么样，天气再怎么热，肚子一定要照顾好。所以不要看肚兜是过时的，我们现在都是BBQ尿布什么的包起来，不要，肚兜最好。肚子肚脐的地方都要稍厚一点，肚脐一定要遮好。小baby遛鸟都没关系，我刚才讲，但是肚子一定要遮好，肚兜。



如果没有遮好，风吹到了，风之根【其气溢于大肠而着于肓】。因为肾脏中间是命门，三焦的源起在这边。跑到身体前面来，有人讲石门，有人讲气海，差一点点。实际上肓膜很大，碰到石门和气海，也会连接到肚脐，也会连接到中焦、膈的这边来，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，所以我们治肾脏一定会去治三焦，这两个要同时去治它。所



以我们光去治肾不会好，要同时去治三焦。所以三焦者决渎之官，水道出焉。三焦油网里面的水，因为有油在里面，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】肚脐以下。在石门，也可以讲在气海，没有关系，很接近。环脐而痛，造成绕着肚脐而痛，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，就得到这种病。就是我刚刚讲的，因为三焦受伤，三焦是热气的地方，被风一吹。任何东西如果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。风会伤肝，绝对不能拿风对着肝病的人吹。一直吹，本来肝炎吹到肝癌，不好，害人。当医生害人的方法一定知道，才不会害到人。所以小便会有问题。

黄帝又问【人有尺脉数甚，筋急而见，此为何病】这是什么病？诸位记得，要推理的，一讲到脉的时候脑袋里面马上就出现寸关尺。中间是关。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。尺脉应该是沉在底下、阴脉是沉在底下的，比较缓、比较慢。现在阴脉不是这样，现在阴脉跳得很快又数，这是什么病？岐伯回答【此所谓疹筋】。只要中医看到疹这个字，疹就是久病、长久的病。已经伤到筋了，叫做疹筋。【是人腹必急】这人肚子会绷紧。如果我们拿人体对应，寸脉的阳就指的胸，尺指的是下腹的地方，中间的横膈是关的地方。刚好这样对应身上。我一讲到脉，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，腹必见急。【白色黑色见，则病甚】如果白色、黑色都看到在脸上的时候。望之色。诸位记得，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，是寒而且痛，就出来了。开处方的时候，我们有止痛的药。光开止痛的药不会好，因为它是寒，所以要把祛寒的药跟止痛的药开在一起他才会好。

这就是要去辨证的地方，这就是为什么要知道寒热、为什么要知道阴阳、为什么要知道病在表还是在里。因为表有表药、里有里药，才不会开错。要这样子分辨就很清楚。

黄帝问【人有病头痛，以数岁不已】好几年都不好。【此安得之，名为何病】怎么得到？岐伯说【当有所患大寒】就是很冷天的时候、大寒天的时候因寒所中，寒会中头。【内至骨髓】寒又去不了，再往深入跑到骨髓里面去。一直慢慢严重了，这个寒一直没有去掉，深到骨头上面，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，骨里面有髓，脑又是髓海，牙齿是骨之余，所以痛一连一直痛到牙齿上面。【病名曰厥逆】。当然头痛有很多种，这里讲的是寒痛。

有人因为热痛，我们也有热痛。我们举个例，前面都跟诸位讲过了。胃里面有热中，胃很热的时候，胃有问题的时候。骨头很不对称是很危险的人，不然就是很蠢的人。头上的骨头要对称，山林，天，蒙古痴呆的骨头都不对称。本来胃经就是沿着旁边走，胃出问题的时候它直冲上去、直冲到脑部，这就是斜气。所谓斜气会逆的时候，不是顺着正经走，斜的逆着正经走造成前额痛。所以前额痛我们在胃上（中脘）下一针。



头痛有很多种。基本上，岐伯讲的是大原则，大部分都是寒痛。有的人告诉你流鼻水，一直擤鼻涕，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。鼻子里面如果塞了很多东西、里面有积，鼻子里面、鼻膜面积了很多痰液，这时候我们有用清利的药。比如针灸下进去、从迎香下到内迎香去，或者开一些通利的药、用一些麝香研石把它整个清出来，积去掉的话压力就减轻。

诸位记得，中医的观念里面痛就是积、累积起来，所以寒累积起来越来越深造成痛。一般人的观念，牙痛就吃止痛药、消炎药。痛跟消炎没有关系，又不是发炎。发炎不痛的，是东西累积在里面痛。从一个案子可以看出来，比如有一天牙痛，吃抗生素没有用的，到牙医那边给牙齿钻个洞，一钻洞的时候脓一化出来以后，压力一减轻痛就没了。所以就知道了痛是来自于压力。痛没了压力减轻了但是里面发炎还在，所以清了之后再去做根管治疗的时候还给你吃抗生素，



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。所以如果有个脓块肿在这边很大很痛，那是因为脓肿在那边出不来，脓一放掉就不痛了。有脓肿在这边，吃抗生素吃了半天，压力还在里面，痛就还在里面没有关系。所以痛跟发炎就完全没有关系的。

有的人是湿盛，湿会伤到下，我们前面都讲过了。当湿重的时候，脾重受到湿热，湿伤的时候，头会像戴帽一样戴一圈在头上，好像孙悟空的金箍棒，就是脾湿造成的头痛。这是我们前面有介绍过的。大致头痛可以分成这样子。

这里很有意思了，你们会常常碰到的。黄帝问【有病口甘者】有个病人说奇怪嘴巴里面每天都甜甜的，【病名为何，何以得之】这是什么病？诸位想酸肝、苦心、甘脾、辛肺、咸的入肾，嘴巴里面甜的很多，有突然的特殊的味道出来，岐伯就说【此五气之溢也】太满了，甜的味道【名曰脾瘅】瘅就是劳症。【夫五味入口，藏于胃，脾为之行其精气。津液在脾，故令人口甘也】。为什么？原因是因为【此肥美之所发也】。【此人必数食甘美而多肥也】这个人一定是常常吃很好的食物，每天山珍海味的吃，运动又很少。【肥者，令人内热】这边讲肥就是味重的，味道很重的，味重的食物。比如我们吃生鱼片，生鱼片很味淡、味很淡，把鱼烤过以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。【故其气上溢】因为太多了。为什么我们讲是脾瘅？瘅字本身是劳。平常的劳动是运动、到处跑，它不是、它是吃得很多胃在劳动。形没有劳，肚子胃里面神在劳。吃太多了受不了了，津液、五味气太多了，反逆到嘴巴上，嘴巴是甜味。气太腻了、太多了，【转为消渴】。所以我一再告诫诸位，今天不管是自己本身还是怎样，吃东西不要吃过饱，睡觉前不吃东西。如果吃很饱、晚餐吃得很多、吃完已经很撑了，结果到九点、十点多爸爸回来了。因为爸爸白天在工厂看不到你，晚上爸爸回来了，爸爸还没有吃东西，爸爸开始吃。要吃东西当然把小孩子叫出来，看看小孩子好不好。你看我在工厂那么辛苦，就是希望你们好、要养活你们、让你们大家过好日子。开始大家一起吃，的确是肠胃在劳。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，这里就可以看到，我们叫消渴。

西方医学不会去你家看，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，告诉你糖尿病怎么来的。现在最大的问题就是，西方医学不知道病哪里来的。这很可怕。不知道病哪里来的话，就算把它治好，同样的病还会再患。不知道病从哪里来，结果病人在打胰岛素，医生也打胰岛素，两个人比赛打。因为他不知道病怎么来的，两个人一起生病。

实际上现在真的在临床我们看消渴的时候，大家将来以后治病不要紧张。到目前为止，西医说如果血糖太高不控制会得心脏病，实际上美国现在最新的研究出来了，所有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。所以控制血糖的药和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。有的人就打胰岛素啊、吃降血糖的药，吃降血糖的药跟打胰岛素的后遗症是过胖。人一过胖以后更不想动，然后更在吃，脾瘅越来越重，在劳，肚子越来越严重。身体习惯了打的胰岛素以后，身体不会排胰岛素出来。我们开始下手的时候把胰岛素拿掉，血糖一直在那边三四百，因为已经打了 10 年、20 年了，根本脾脏、胰脏都睡觉去了。因为它退化掉了，所以教育身体的方法不对。应该教育身体，现在血糖高，没关系。什么都不要，没关系，代表吃食物吃太多了。现在开始宵夜不要吃，晚餐吃一点点，多多走路，不要跑步。把饮食调理了，自然就好了。现在血糖两百多会心脏病，那是胡说八道。那是药厂要卖药给你，他当然要讲一些话来吓你的。所以现在所有糖尿病人发心脏病的人通通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。

我临床上有病人打胰岛素打了 20 年，当场被我停掉。从停掉开始他就一直开始瘦，因为脾主肌肉、主肥气。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边。只有人体本身自己调节的功能能够做到，否则外来的控制没有办法做到的，不是高就是低。有的病人紧张，记忆不好忘掉，今天好像没有吃那个药，一吃下去血糖降到很低。这都是不对的。吃了降血糖的药、胰岛素以后人就开始胖，后遗症就是胖。胖到后来，越胖用药的剂量会越多。

我叫他一停掉以后病人开始瘦，一直瘦。病人会以为中药真好瘦掉，其实不是，我们叫他把降血糖的药和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，他的内脏胰脏就已经退化掉了。会不会心脏病、中风？不会。为什么？因为我们一直维持他脚是热的。当让阳气、胃气达到脚上，脚是热的时候，全身的血液里面找不到一个地方会有血块、瘀血块，血液会变得流速非常好，不会有瘀血块产生。吃降血糖药跟打胰岛素，越打脚越冷。越是寒证脚越冷，脚冷到后来整个脚冰掉、硬掉了，这就是他们讲的 newrupy，就是好像蜂窝组织炎这种东西，到时候破个洞就截肢了。

现在世界的医学情形是这样子，西医当道，温病派是跟屁虫，中医为辅、西医为主。所以西医很屌，把中医臭骂，温病派也不敢，乖乖地站那边。北派、经方家在上面，把两个一起骂掉。病人、医生、温病派都是我们的病人。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。我们接受经方的，大家都健康长寿，每天很 happy 快乐。因为无惧，没有任何疾病可以威胁你。

【治之以兰】如果是治法，岐伯提出来兰草，可以【除陈气也】。兰草是一味中药，可以把陈旧的肥气去掉。这是治。如果不治也没有关系，把生活习惯改一下就好了。

我就不相信是身体遗传，胡说八道。没有任何证据是遗传。证据很简单，只要问他。你是糖尿病，你爸有没有？我爸也有。医生说遗传。你祖父有没有？祖父没有。就不是遗传了。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。这才是真理，有例外就不对。你知道有多少例外吗？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，台湾省有很多好的西医，人绝对是好人。但是错误的观点会害到人，我就不赞成。我们要救人。是人命重要，还是错误的医学观念重要？错误就要改。男子汉大丈夫有错就改，有什么不行。

我常常认错，所以我太太就很好。男人要跟太太认错，我错了，她就说算了，都是我的错。你们会不会讲这个话？如果两个人夫妻吵架，都是我的错，好了，没事了。所以我常常这样，我也不会暗房躲在里面，不需要。一有冲突的时候，都是我的错，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。

这是糖尿病，消渴。诸位看得很清楚，在《黄帝内经》就记载了。

黄帝说【有病口苦】嘴巴里面苦苦的。苦就想到肝胆，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，病名为何】什么叫做病？【何以得之】？【病名曰胆瘕】。瘕就是久劳。【夫肝者，中之将也。取决于胆，咽之为使】。我们有胆识的人、当机立断的人，胆都很好。有的人是吃食物，我什么都吃就是不吃醋、酸醋。我们不吃夫妻之间的感情的醋，饮食上的有醋，醋很好，要米醋。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。我碰到这种人很累。我碰到这种人干脆不要，我帮你做决定。病人来的时候，看到自己的案例很紧张、很难过。我说你来找我干吗？找你治病的。好，把西药停掉。不行，我停掉的话血糖会很高。你不要停吃我的药没有用，我不要帮你治。不行，你不帮我治的话我怎么样。那你告诉我你要我怎么办？犹豫不决，我不晓得怎么办所以我才来。你才来我告诉你还不知道怎么办。我就是不知道怎么办。就在那边争，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。所以当医生真的是不好干，常常会遇到这种情形。所以【此人者，数谋虑不决，故胆虚】记得任何东西一虚掉，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】治证在胆的募、俞，后背的地方。【治在阴阳十二官相使中】。所以遇到病人是这样子，真的，他口苦，你回家人也口苦，因为你也给他搞得犹豫不决了。

黄帝问【有癃者】癃就是小便不出。但是有时一段时间小不出来，【一日数十溲】有时一天小十几次、几十次都有，这是【此不足也】。[第 58 集]



【身热如炭】，【颈膺】颈是我刚才讲的脖子是气之海，膺就是讲胸、讲阳。所以胸部是阳，脖子是气。【如格】意思是脖子跟胸腔好像要分开来了，好像脖子被砍断了。怎么讲这两个分开来？两个中间有隔到。【人迎躁盛】人迎脉是胃气的所在。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。脾脉【微细如发者，此不足也。其病安在，名为何病】这是什么病？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，我们后面有五有余、二不足，稍微等一下，你就脑筋先去想。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。阳和气是一样的东西，很接近的，两个相辅相成的东西。脖子是气的道，结果两个是分开来的，然后整个气往上。阳气是要往下走是常态，整个气往上，代表阴和阳要相隔。所以我们有相隔的症状。阴阳分隔的话，大部分都是死症。每次我一看到，一摸他脉手都软掉了，阴阳相隔。黄帝问，岐伯说【此所谓得五有余，二不足也】这个死不治的症状就是所谓的五有余、二不足。

【何谓五有余，二不足】？岐伯就说所谓【五有余者，五病之气有余也】五病的病气，五脏的脏气有余。【二不足者，亦病气之不足也】二不足就是病气不足。这怎么讲，你看文字上有点不容易明了。【外得五有余，内得二不足，此其身不表不里，亦正死明矣】。五种邪气，我后面会翻译给你们，我找出来不给你们看，就按照书上的。全身热如炭、还有颈项胸腔两个是分割开、人迎躁盛、喘息、气逆，这都是阳气往上逆的现象，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。这是我们看到两种正气不足。这都是死症。

西医来看的时候，就是在死之前，病人有心和肺要衰竭之前的时候会看到这种现象。所以如果在加护病房里面工作，这种会看很多。

黄帝说【人生而有病癫疾者】有的人一生下来就患癫痫，【病名曰何】这是什么病？【安所得之】为什么一生下来会患癫痫？岐伯说的确有，【病名为胎病】。这也不是什么遗传，跟遗传没有关系。西医每次搞不出病的原因的时候，就说遗传、过敏。就是说你是神经病，叫人过敏。我们常常跟太太理论，你不要那么过敏，就是神经病、敏感。还有就是遗传，反正找不出来病因，就说遗传，都是他在说。【此得之在母腹中时，其母有所大惊】这是因为胎儿在妈妈肚子里面的时候母亲有受到惊吓。一受到惊吓的时候【气上而不下】阳气受到惊吓阳气就分开来，【精气并居】精气和阳气并居在一起，【故令子发为癫疾也】生下来小孩子的时候就会发癫痫。当然我们在《针灸》的时候有介绍过癫痫怎么治。所以为什么昼发灸申脉、夜发灸照海？我们所谓上病治在下、上病下治。

【有病癰然而如水状】病肿大，全身肿起来，全身里面水累积很多。【切其脉大紧】摸他的脉又大又紧。常脉应该是缓而有力，一息四至。脉变得速度很大，很紧、绷紧在那边。【身无痛者】身又没有痛，身体又不瘦【形不瘦】。全身没有痛，身形没有改变，好像有水在里面的感觉。【不能食】不能吃东西，【食少】胃口一点点。【名为何病】这些症状是什么病？【病生在肾，名为肾风】岐伯说这种病叫做肾风。肾有风的时候，身体里面感觉到水，形不变。肾脏真的出问题的时候，肾积水的时候，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】，你看我们讲肾，岐伯一定会跟胃有关系，胃为肾之关。所以肾有风的时候关口不开，吃不下东西。【善惊】容易受到惊吓。如果惊，一直持续的受到惊吓没有人去治疗他的时候，到头来他的心脏会萎缩。因为心是火，肾是水。一个是水，一个是火，常态是水来克火。如果肾脏病一直没好，水就会越来越盛。水代谢不出去，越来越盛，水气就会伤害到火。

【心气痿者死】心气就会痿。我刚才讲，正常的肾脉应该沉而且比较细。现在是大而紧，得到反的。

《黄帝内经》它是一篇一篇讲。它也必须这样讲，它也不能放在一起讲，放在一起讲的话一章就结束了。它分篇讲。我们真正临床的时候，把它聚合在一起的时候，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，肾脏都在管。胃又是肾之关，肾就管骨的站立，肾又管水。所以把资料通通累积起来的时候，有个人跑来告诉你，肾管记忆、记性不太好，胃吃不下东西，站久了好累一定受不了、一定要坐下来，腰又痛、肾主腰。他给你讲，你在那边听，听完已经看完了。在台湾省、在美国都一样，病人不了解，病人在讲就已经告诉他怎么样了。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，你告诉了我，我已经开好处方了。他说你连脉都不用摸。当然不用摸，你都告诉了我。病人这个医生不好，很差。好累。所以检查过程中问题问得太简单，病人反而不相信你，很累。所以还要表现的笨一点比较好，听，仔细听完。然后等他通通讲完之后，问医生我怎么回事。怎么回事就是你刚刚讲的事，你都告诉了我。真的是很麻烦的。

当医生一天看十个病人，十个都不一样。有的人犹豫不决，你就跟他们扯东扯西。有的人话长、很长，善言。我常常只问她，八十岁的太太，您大便好不好？我六十年前刚结婚，大便是便秘的。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。老太太讲完了，说这个病我帮你做针灸。我不要，我怕针。我帮你开药，汤药。汤药太难喝，我不吃。开丸药。丸药吞不下去，很硬。开药粉好了。不行，药粉有味道。还是不行，你来这里干吗，火大了，到底要怎么样。我也不知道。结果你跟她聊了一个小时，火大了，charge 她。她捣蛋，病人自己都犹豫不决。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

进入《黄帝内经》第四十八篇《大奇论》，这篇就比较稍微难解释。

我们先看什么叫做实？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。【即为肿】就是会出现肿的现象。

【肺之雍喘而两胁满】，现代的医学就是肺气肿，意思就是肺张开来没有办法收缩。肺正常是张开、收缩，张开收缩。它张开来，只张不缩，造成这样子。这是肺满。两胁会喘，而且胸两肋会非常胀满。这是肺只张不缩。

【肝雍两胁满，卧则惊】肝有问题的时候也一样，常常会受到惊吓。【不得小便】会影响到小便的问题。因为木克土。土是脾脏，脾脏管全身的水。所以我们在利水的时候、消水的时候，我们常常会开一些健脾的药在里面，把它的水消出来。肝严重的时候，肿起来了、满了、肝实了、满大了，造成病人没有办法好好的睡觉，小便不出来。所以所以如果脏满出现实证的时候，这个实证都是比较危险的症状。现在讲的是肝、肺、肾。这三个脏本来就是阴脏。胆、小肠、胃、大肠、膀胱是阳。本身是阴脏又出现实证的现象，我们就叫做阴实。肝实的时候症状是这样的。

【肾臃脚下至少腹满】肾臃满、胀满的时候，从脚下到少腹全部积水。【经有大小髀骭，大跛易偏枯】。如果肾满的时候，下半身整个是水肿的。水肿的时候，因为水性。为什么会有偏枯、一侧会不好？因为水本身在身上的常态是气化的。这是蒸气，所以一吐气的时候嘴巴里面热气出来。身上应该不会有积水的。所以热气是往回头，一直往身上一出去。现在下面同样是水，但是冷水、冷水积在下面。从脚部一直累积到腹部，整个都是积水，整个下半身水肿。当是冷水的时候水会波动，水一波动的时候就会造成一侧偏枯、一侧没有力量。我们人常常会产生这种水症。



有的人水满到膈。膈是阴阳交汇的地方。正常的水是蒸汽。如果水隔在这边，你就要心里



去想，一个人头晕，晕眩的很厉害。你到法院去看，全世界的法院公不公平是另外一回事，招牌一定要好看。symbol 很好，平衡，代表公平。里面公不公平不知道。把这个天平放在人身上，一直到中膈，刚好在膈的地方。所以我们的膈是天平的底座的时候，膈的水一晃动，头上的天平就会晃动，产生晕眩。西医不知道，认为中耳不平衡、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 5 天的抗生素，5 天就阳不举，然后手脚是冰冷的。然后一不小心忘掉了，饭前吃，胃也伤掉了。所以抗生素是给敌人吃的。



看病只要知道因、病因，一去的话一剂就好。这个水如果在下焦涨上来的时候，人会偏枯、一侧不好。如果水在中膈的地方头会晕眩。以后我会告诉你，水在哪里这个人怎么样，水在哪里那个人怎么样。你看得很清楚，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子，马上就立即反应出来了。

【心脉满大，病癰筋挛】癰念 xi，癰病的古字是 xian，癰病也是癰病的意思。第二个字癰念 xi，按照辞海来解释是筋脉相引、拉得很紧、绷得很紧，症状叫做癰。筋挛就是抽筋，大家都知道。心脉满大会造成这个症状。【肝脉小急，病癰筋挛】。这两个就有误解了，这就是古书，我这里把它稍微修改一下。我讲过，古书原文我不动它。实际上心脉满大的时候讲的是寸。心主寸脉。什么叫心脉满大？左手寸的位置就是心脉的位置，非常洪、非常大我们称为满大。心脉满大的症状，心慌、心会很慌好像悬在那边一样，不寐、晚上不睡觉、失眠，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，肝脏有问题的时候会影响到心脏。所以你看肝病的时候心脉就跳得很快，造成心慌太过了。这种是心慌的症状。肝脉小急才会造成病癰筋挛，这就合理了，因为肝脉本身主筋。所以原文是这样子不能改，但是我自己在这边改一下，诸位回去参考一下。【肝脉鸛暴】鸛就是乱跑。过去的马一跑出来乱跑，马群是整个往前跑，马如果乱跑的时候我们就称为鸛。肝脉鸛暴就是脉乱跳，病人又看到【有所惊骇】。惊骇发生在肝病、肾病的原因是什么？就是因为肝加上肾，肝经和肾经两个发生病变的时候，这两个病加在一起、合并在一起的时候，就会看到惊、受惊的现象。所以一个人很容易受惊、很容易惊吓，身体里面的内脏就有很多问题了。光是一个脏还不会，两个脏加在一起才会。如果这种病人脉满大、肝脉鸛暴、受到惊吓，如果【脉不至若瘖，不治自己】自己会好。就是你摸他的脉，像这种心脉满还有肝脉，看起来问题很严重，如果原来的脉本来很筋急的、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。如果光看这样子的话，你很难辨证。所以诸位看到病人的时候，这个病不用治会好，很简单，就是我们有一些健康的症状一定有。能吃、能喝、能拉、能睡、手脚温热、大小便正常，就讲完了，就那么快。他大小便有问题、不能吃、失眠才会有其他的辨证。所以当你看到病人如果能睡，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，这个人没有什么大问题，即使碰到脉是这样子，都不是大问题。

【肾脉小急】肾脉本来是沉细，现在变得很小很急。这就是我们在摸肿块。后来张仲景把这段定义为附骨脉。现在讲都是实。附骨脉，小急。摸脉摸上去，肾脉的位置小急，【肝脉小急】，【心脉小急】，又【不鼓】起来，【皆为瘕】称之为瘕。瘕就是肚子里面长硬块。所以小急叫做附骨。为什么称之为附骨？因为摸到骨头旁边的时候，指头跟骨贴在一起还是摸到脉细细小小、跳得很数，这都是里面长肿瘤。都可以摸到的。以后摸肿瘤，一摸就可以知道。这是附骨脉。【肾肝并沉为石水】肝肾合在一起成为石水。【并浮为风水】肝气和肾气两个浮在上面的时候为风水。如果并沉为石水是不好治，风水很好治。以后我们会介绍一个水篇，风水怎么治。这个风水跟阳宅天文地理的风水不一样，这是受风了而得水。如果【并虚则死】肝肾两个同时虚掉都是死症。像并沉为石水、并浮为风水，水的病都很好治的，如果并虚才会死。合【并小弦欲惊】倒没什么。

这篇在谈疝气。在还没有看的时候，诸位看疝字。这不单是指疝气、肠子小坠，是一个病里面有个山。病人跑来跟你讲，肚子好痛。痛在哪边？痛在这一块。会不会移转、有时候跑来跑去？不会，它稳入泰山地坐在那里，非常的重。病人会告诉你。是疝。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。我们就定义叫做疝、疝气，比较好念。一般疝气都是来自寒，才会有疝。

诸位看到《黄帝内经》里面讲脉的时候，首先我就一再强调，脑袋里面要有一个观念讲什么叫做正常的脉。这时候你去看它就看懂了，不然你永远记不起来。

常脉，肝心脾肺肾，弦洪缓浮沉，这是脉的形。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。就好像摸葱，葱长得很壮时候的葱的形状，跟葱枯萎掉的形状。长得很壮的是有力。浮但是要缓还有力，沉也是要缓。缓就代表胃气。五脏六腑通通气受之于胃，通通代表有胃气。这是常脉。然后再络上去春、夏、长夏、秋、冬，冬天的时候我们应该摸到脉通通比较沉。然后看手腕的关节，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。在剖面看手的时候，脉在里面是这样走。从关来分的话，寸是九分、尺是一寸。大于一寸九分就是长脉，小于一寸九分是短脉。寸的脉会比较高点、接近皮肤一点，尺的脉比较短点。这是常脉。

现在看到肾脉大又急又沉。肾脉本身是沉，沉要缓而有力。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，缓而有力。现在是又大又急，还是沉但是又大又急。

中医只要摸到沉脉，你就心里在想，沉就是里。浮就是表，当一个人有表证。我们以后的辨证叫八纲辨证。八纲辨证第一个要分阴阳，第二个要知表里，第三个要知虚实，第四个知寒热。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。公式看起来很简单，实际上很复杂。到了很复杂以后，一段时间以后又回到很简单。所以中医就是这样子。

如果现在肾脉大且急且沉，代表里面堵到了。我们常常摸到肾里面有结石、或者有肿瘤、有寒结在那个地方的时候，我们就会摸到这种脉。当然这一篇专门讲的是疝气。疝念 shan，病下有个山。就是停止不动，硬邦邦的在那个地方。一般都是，疝就是寒才得到疝。所以如果摸到【肾脉大急沉，肝脉大急沉，皆为疝】都是疝气。

心脉跟肺脉是在上方，在寸的地方。寸为阳，尺为阴。心和肺本来就比较浮，肝肾比较沉在后面。【心脉搏滑急，为心疝。肺脉沉搏为肺疝】。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，因为脾是土。

【三阳急为瘕】就是肚子里面长硬块，【三阴急为疝】。【二阴急为癰厥】二阴讲的就是厥阴，癰厥就是癰疽。【二阳急为惊】二阳讲的是阳明，二阳合并。我们有太阳、少阳、阳明。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。[第 59 集]

如果【脾脉外鼓沉为肠澼】澼念屁，辞海里面就是漂浮的意思。脉的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。如果脉是鼓而沉、里面有寒的时候，病人会有肠澼，【久自己】这种病自己会好。所以有时候下利或怎么样子，有一种利自己会好的。哪一种利会危险？像后面讲的。【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】。

这么多如何去辨证？好简单。三个字就帮你解决了，永远不会错，脉证合。这里讲的是脉



和症。你用 common sense 去想。一个人在下血，不是外面冬天在下雪，是大便里面都是血。一直拉肚子拉血出来，或是小便带血，或者是吐血，都没有关系。这个人在失血的状态之下，你用 common sense 去想，他应该脸色比较苍白、人比较虚弱、比较冷。流血流多了，电影里西部片最多了，好冷，然后他就马上牛仔夹克盖上去，因为失血。脉证合，救的回来，很好治，就怕脉证不合。什么叫脉证不合？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、脉又浮又大又数，这是脉证不合。这种脉证不合代表里阳要绝了。就好像蜡烛的火，油灯尽枯到最后一刹那，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，这都脉证合。这种脉证合开处方一剂下去，吃下去第二天就醒起来，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，十九年前就肾脏癌就拿掉一个肾，只剩一个肾。十九年以后她发病了，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，以前可以拿，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，可是我现在真的有什么了，完全没有体力站起来，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。I will do anything 我愿意所任何事。因为你知道，到了临死了怎么办，什么都做无所谓，才 41 岁。来了。会计师跟我是 balla body。我说好，吃中药，我开汤药给你吃，很难喝。没有问题。他就回家了，班也不上了，就回家煮药给他太太吃。我一查的时候脉就是细小，然后她脸色是苍白的，全身无力，再摸她身体凉的。这很好治。我说怕冷怕热？她说很冷，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 overnight，经方就是这么快。可是这必须要病人是脉证合，就那么快。脉证不合是危险。所以不用管西医讲的里面是病，你们以后当医生看病的时候，你可以看西医的报告，但是在治病看病的时候要把他报告的病名忘掉。我们是按辨证论治，而不是看病来开处方的，我们是看他的证。所以看他的证我们就按照证开，一剂就好。

如果是下利，不管是肠癖，肠癖下血就是大便带血。血温身热者死，照理说应该是冷掉，结果是热的，则死，这种是阳绝了。

【心肝癖亦下血】如果是心脏、肝脏里面得到寒湿，这种一定是寒湿在里面的，疝本来就是寒湿。这也会下血。【二藏同病者可治】两个脏都病都可以治，只要脉证合。【脉小沉涩为肠癖】肚子里面很寒冷的。【其身热者死】如果遇到病人身热就死，身寒都是有救。【热见七日死】看到热的话最多七天就死了，一个礼拜就走掉。这个人还有一个礼拜的寿命为什么？胃气强就强七天。因为我们的胃下方还有一点点食物保存在里面，允许七天不吃东西，喝水都可以活。这是最后的胃气所在。

如果是七天中的第三天、第四天碰到了你了，一看他下血、身温、脉又数，脉证不合。死了，已经三天这样子，只剩四天了。这样很准，因为你知道他、可以算到他什么时候死掉。可是当医生不能这样子，总要放手一搏。一搏的时候，大限到了，一剂下去的时候就是一干两瞪眼。我们真的用的药很强，经方才最强。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。像下利带血，一个年轻的小孩子才 17 岁，在念高中，一天大概 20 次大便带血。他怎么上学啊。西医给他两个名称，两个都有。这边检查是 line disease，那边检查是 crown disease。就把它两个都放在一起，反正病人搞了半天还是下血，一年。我们的汤剂一下去，第二天他大便的颜色就变回来了。为什么？因为脉证合。脉证不合就没那么快了。以后我会教你们怎么治，讲到《金匮要略》的时候我会讲到怎么治。这里不讲处方。所以诸位要有个观念，一定要脉证合。脉证合不单单是肠癖下血，任何的危症、危险的状况，只要是脉证合都好治。

【胃脉沉鼓涩，胃外鼓大】。诸位现在就看到了，胃脉、脾胃脉应该是缓而有力，现在是沉下去了，而且是鼓、我讲过像中间挺起来一样，而且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？就是因为胃本身有一个观念，所有的脉都是以胃气为本，所以胃本身的阳气非常大，所以它能受纳五谷，然后滋润五脏六腑。所以脉上是以胃气为主。所以当胃气一受到阻力的时候，第一个就会发现胃脉非常大，不够缓。所谓缓是因为阴阳调和。突然变得很大，胃气、阳气就受到阻碍。所以如果摸寸脉，阳气受阻的时候，寸脉一定会变得很大。所以如果胃脉鼓大，【心脉小坚急】心脉就是寸脉变成小而且坚急，【皆鬲偏枯】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。这个人右手关脉很鼓大，现在讲的是左手心脉是比较小细数，就是胃里面堵到了，胃里面的阳气不能够去滋润四肢了。



如果反过来，什么是反过来？如果右手的胃脉还是很大，左边的心脉没有了，反的。刚才左手的心脉小坚急的时候，代表胃气一直往上走，心脏在上面，心脏的脉会跳得很快。现在胃脉很鼓，心脉没有了，代表胃气是往下沉的。正常人的胃脉是缓脉，心脉可以摸到一定的洪脉也是缓，心和胃是很接近，两边的脉可以感觉得到。所以我们常常摸脉的时候两只手一起摸，一个手摸到他心脏的脉，一个手摸到他脾胃的脉，就可以知道心和胃的关系如何。心和胃关系很好的时候，胃脉是缓的，心脉是缓而有力，心脉是浮缓。这样子的。当胃脉变得很大了，我们看看心脉。只有两个结果，一个是心脉小坚急、现在书上的这个地方，还有一个是心脉没了。心脉没了代表胃堵在这边，气上不来也下不去，就梗到这边来。所以实务上看的时候病人就是胃下垂，胃往下沉了，心气就往下走。所以很多地方我们可以推理，可以推理得之。经方治胃下垂两味药。时方我就不知道开一大堆药胃还是下垂。经方两味药就够了。所以同样是中医，我们开的处方不一样。

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？因为男子是以气为主，主右边。我们人的手上的脉，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，男人是以气化为主，女人是以血化为主。所以男人是右边、女人是左边，男人右边气化为最强、女人是左边最强。所以当一有偏枯的时候，男子会发比较弱的一边、男子的左边较弱，女子的右边比较弱，所以会反过来的现象。

如果还是有声音，不瘖就是口能言，舌头能够转动。现在因为诸位慢慢深入了，我就可以给诸位越讲越深入了。只要口能言，光是一个能够讲话的一个动作，是有三个东西连在一起的。肾脉灌到肺，肺脉再灌到喉咙，喉咙从底下再灌到金津玉液。灌到肺的时候也络过心包，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？心里面在想的时候，神在这边动，就是这三个东西共在一起，发到舌头上，舌头才会动。舌为心表。所以能够发一个音。

所以一个人只要中风、偏枯或怎么样，你问他、你跟他一讲话，他还可以讲话，没什么大问题，很好治，舌头还可以转。最怕就是不讲话了，舌头也不能转了、舌头梗到，我们知道心肺肾同时会受到伤害。【不瘖舌转可治，三十日起】如果他能够讲话，偏枯的时候，我们开始治疗 30 天，一个月以内会好。但是一个月以内会好有条件，必须中风两个礼拜以内。不能超过两个礼拜，超过两个礼拜就难下手，时间会延拖下去。【其从者瘖，三岁起】如果碰到没有办法说话的，一没有办法说话我们知道心肺肾三个通通伤到了，需要 3 年的时间才能把他治好。【年不满二十者，三岁死】如果一个年轻人年纪在 20 岁以下得到偏枯的病、就是一侧不行了，最多活 3 年。因为年轻、20 岁以下是阳气最旺的时候不应该有偏枯，一偏枯人就完蛋了，最精华的时间没有去找。所以年轻的时候得到是最危险的。

【脉至而搏，血衄身热者死】。你看只要出血，身体一定要寒冷，一热或者脉跳得很快都是脉证不合。

【脉来悬钩浮为常脉。脉至如喘，名曰暴厥。暴厥者，不知与人言】。



这边讲了很多症状。脉非常数【脉至如数，使人暴惊】。有的情形是这样子。刚受到惊吓的时候，突然被什么东西吓到，比如你走到你家楼梯间被什么东西吓到，一吓到以后当时的脉会跳得很快，会很喘。摸脉的时候脉会跳得很数很乱，这是气乱，你看他在那边吓但是神还在那边，脸色并没有怎么样。这都是自己会好，就是被吓到的。【三四日自己】最多三、四天就好了。如果还没好，真是胆小如鼠，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】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而且是虚，走到表面上来就是阳要绝了。

所以摸脉的时候中间的辨证会很多。这里讲脉还是少的，我讲过还有濒湖二十八脉，讲了半天真的是头都搞昏了。不需要，你只要知道常脉是什么，脉证不合就是危症、危险的症状。基本上的原则就是这样子。以后经验多就好了。

【脉至如火薪然】就是非常大的脉、非常洪，【是心精之予夺也】是心的精气要被夺了。这时候【草干而死】。不是外面草干了。是冬天草干了，遇到冬天的时候如果心脏是这样子，遇到节气相克的节气，所以是冬天会死掉。

【脉至如散叶】如果肝脉像散的叶子，是肝气疏。它故意讲，因为肝主树木的木，所以像散落的叶子。这怎么形容。实际上摸上去，肝脉本来是应该是弦的，现在散开来的，不是一条弦样。遇到这种脉的时候，就是胃气没了。胃气没有了，秋天落叶的时候会死掉。

【脉至如省客，省客者，脉塞而鼓】非常强，脉堵塞在那边而且往上跳，鼓就是往上走。【是肾气予不足也】。【悬去枣华而死】春末夏初的时候，大枣、红枣成熟的时候，就会死掉了。当然这都是我们中国人的农业社会按照节气走。

【脉至如丸泥，是胃精予不足也】。所谓泥丸，我碰过很多，病人要将绝的时候都会有这种现象。脉摸上去的时候，他的脉在旋转，你会感觉到脉是一粒一粒的。就好像一串佛珠，你按到珠子，然后下面在拉它，你会感到一粒一粒的。这叫做泥丸。丸就是丸为什么用泥来形容？因为摸到珠子后去按它就扁掉了。把泥巴捏成个小丸，一捏它就扁掉了，那叫泥丸。它如果像佛珠，按下去还是硬在里边，就会跟你讲像佛珠一样的。真的是泥丸，按下去没有了。放开来就感觉到很多珠子在下面动，一颗一颗过去这样。因为脉气不行，不是连续的，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，比如寸上是横脉或是横脉在关上，都是不好的。绝大多数的横脉，我们看到在手上横过去，有的时候直接斜着横到中间来、最常见的在这边，也有横过去再斜过来的，就是横脉。横脉非常不好。如果摸到横格的脉，【是胆气予不足也】胆会有问题了，【禾熟而死】就是到秋天的时候金木相克、金克木，会发生问题。

这一段讲的就是，相克的时节摸到脉，病人会在相克的时节走掉，都是危险。基本上我们以脉证来判断生死的时候都是以胃气，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。我们在治腑病的时候，胆、小肠、胃、大肠、膀胱，还有一些伤寒的表证、感冒了的表证，大部分都在隔天的中午胃气回来了。很好玩，中午的时候他就胃口开了，肚子饿。脏器的时候、我们治脏病的时候，不管肝心脾肺肾怎么样，病人半夜的时候会醒过来，肚子很饿想吃东西，胃气会回来。那都是胃气会回来的症状。所以你在治重病的时候，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，这就是救回来了，胃气回来了。所以即使你摸不到脉，听他的症状你也可以知道他救回了。生病的人只要感觉到肚子饿就好。

【脉至如弦缕，是胞精予不足也】。

【病善言者】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，他就一个人自己坐在那边自言自语，这叫善言，神要出去了。【下霜而死】就是秋天的末、秋末的时候要开始下霜，我们叫霜降。【不言可治】。这个地方很好玩。人会有一种自卫、自己保护自己的一种动作。当他阳气在虚的时候，他生命力在的时候他身体会自然调整，不太想讲话。因为他可以把元阳的阳气存在身体里存一段时间。因为阳还可以保护到，他自己就会不想讲话。阳要散出来的时候他就无法控制了，没有人跟他讲话，他对着空气也讲话，坐在那边自言自语也讲话。这是人体、人的阴阳很奥妙的地方。

【脉至如交漆，交漆者，左右傍至也】一个脉左右两边通通跳，【微见三十日死】差不多一个月。这边都是从脉气来看。书上大致有的，我们就不用花时间在这边解释。

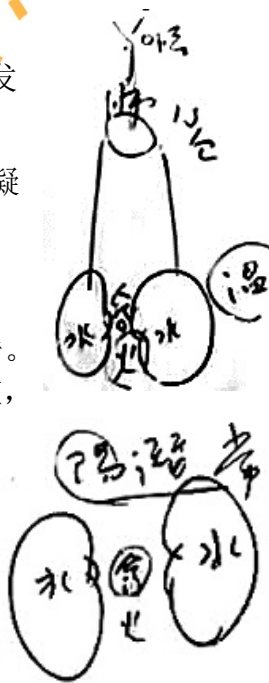
【脉至如涌泉，浮鼓肌中，太阳气予不足也。少气味韭英而死】。

【脉至如赭土之状，按之不得，是肌气予不足也。五色先见黑白，衄发死】。

【脉至如悬雍。悬雍者，浮揣，切之益大。是十二俞之予不足也。水凝而死】。

【脉至如偃刀。偃刀者，浮之小急，按之坚大急】。

【五藏菹热，寒热独并于肾也】。内脏热结的时候热会传热。寒也会传。当寒热传到肾脏里面来的时候，肾脏本身就是一个寒热的焦点。常态的肾脏，中间是命门，命门是火，两边是水，常态是一个火对付两个水。这是火的力量，所以下焦是很温的，温热的状态之下。所谓寒热的焦点，如果过热或过寒同时进到肾里面来，这都是很危险的状况。寒就是阴，热就是阳，阴阳会分开来的时候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。【如此其人不得坐，立春而死】这个人没有办法坐起来。因为肾主骨，人能站、人能坐都是靠肾脏主骨头。立春就死掉了，都是很危险的。



【脉至如丸滑，不直手。不直手者，按之不可得也。是大肠气予不足也。枣叶生而死】。这都是讲的脏衰竭的时候什么时候死，腑衰竭的时候怎么死。我翻译都很详细了。

【脉至如华者，令人善恐。不欲坐卧，行立常听。是小肠气予不足也。季秋而死】。

## 第四十九篇 脉解篇

《脉解篇》重要讲是什么？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，命门是火，命门两边是肾脏是水。所以肾的阳潜伏在里面被两个水包着，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。阳之所以不往外走，是因为我们阴很均匀的把阳控制住了。

比如有一个人大便下利，刚开始一两天没什么感觉，如果越下利越重人就没有元气了。当人没有元气为什么？就是因为下利下到阴都跑掉了，看得到的都是阴。阳、身体里面的体力没有阴来固它的时候，人体会消耗。阴不断地出去又没有医师来治疗的时候，阳一浮上来的时候全身是热的，因为阳是热的，就产生身体在热、大便在下利。如果一直在下利身体还是冷的，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。我们设计处方的时候阳会潜在里面。这样子的话，阴和阳相交，就是配合得非常好的状态。如果阴阳不和它就会出问题。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。所以我们有胃它就有脾。胃是阳，就有脾的阴来制它。两个互相控制，所以胃阳就不会太过。胃阳也不会跑掉，永远停在这边，因为有脾。肝和胆，心和小肠，肾和膀胱，诸如此类。所以这是配对，五脏跟六腑配在一起的状态。这是基本的观念，阳要潜。有了观念以后，现在来看。

【太阳所谓肿】太阳是三阳之汇为肿，【腰背痛者】就是腰椎会肿。【正月太阳寅，寅太阳也】太阳是寅月，寅月、正月是属于太阳。我们看黄历上面，每年的正月都是寅月，正月是太阳，寅就是太阳。【正月阳气出在上而阴气盛，阳未得自次也。故肿，腰背痛也】。常人应该是太阳在正月阳气正要出来，阴气盛，但是阳没有出来。阳气本来该出来，阴气在下面，阳气要慢慢浮出来的。现在阳气没有办法完全出来。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。讲的就是这个意思，就会产生腰痛。所以肾脏有问题的时候，第一个现象就是腰椎，因为肾管腰椎、腰椎的地方。除了扭伤、受伤有腰痛，否则的话应该腰椎是不会痛的，有痛就是肾有问题，腰后面。有的人是痛第十四椎，有的人痛十四椎旁边，就在肾的位置上痛。这是一般的腰痛。

【病偏虚为跛者】所谓偏虚就是偏一侧。我们把一个人简化成这样子。常人，比如春天到的时候，阳要出来，阴还是很盛，因为初阳。阳会出来，阴还停在这边。但阳出不来，结果一边阳出来了，一边阳出不来。偏，就会造成半身不动。阳没有出来的话就代表没有表汗、没有办法流汗，阳出来的话代表有办法流汗，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，不能说只有一边流汗一边没有汗。比如左边没有汗，就是左边的阳出不来，右边阳可以出来了，右边就有汗了。简单讲就是这样子。诸位记得，你看得到的就是阴。汗水没出来的是里面是阳，当你看到汗水的时候那个水就是阴。为什么出得来？因为毛孔打开。谁开毛孔？因为阳把它打开了。所以我们阳的力量可以开合，阴就出来。正常人的话，体内的温度调得适当了，毛孔自己就封起来了。因为阳，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。【第 60 集】

【所谓强上引背者，阳气大上而争，故强上也】。我们在临床上看的时候，如果是病人项强、在脖子后面的项强，这个项很简单就是督脉跟膀胱经的地方。我们学过《针灸》，督脉是诸阳之汇，膀胱经是三阳之汇，大阳都在后面。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。发起来可能就是癫痫、或者脑膜炎，整个人角弓反张上去，那是督脉的问题，就不是强上引背。如果是只有太阳经就是后项强硬。

【所谓耳鸣者，阳气万物盛上而跃，故耳鸣也】所以阳气上跃也会造成耳鸣。一般耳鸣，大部分都是少阳会造成耳鸣。

【所谓甚则狂巅疾者，阳尽在上而阴气从下。下虚上实，故狂巅疾也】。一般来说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。所以我们身体头面是冷的，不会感觉到头很热。头很好玩，仔细感觉你自己。春夏秋冬你的脸感觉温度都是一样的，不管外在的环境，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、阴在下面没有上来的时候，当然脸通红，同时阳气往上升。上面没有阴的时候阳气一乱神就跟着乱，就会发癫痫。所以我们治疗癫疾的方法，病在头我们治在下。一方面我们常常用一些像控涎丹、很多清痰的药把痰清出来？癫痫为什么都有痰？就是他阳在上的原因，痰堵到了，



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。就好像一排 30 个人，前面人撞到墙壁了，后面嘣嘣撞上去。后面一直上来，叫停也停不下来，因为后面的人一直上来。就这样开始发癫痫了。所以我们把痰一去掉、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】头面上大部分都是气，阳气上来。

【所谓入中为瘖者，阳盛已衰，故为瘖也】所以声音没有了。阳气都在表面上行走。如果入中的话，阳气没有在中。声音我刚才前面介绍过，我画个人的剖面图给你看就很清楚了。阳如果是从督脉的后面上来前面下来，这是正常。现在讲的入于中就是阳气在里面。从肾脏的位置，肾脏络到心脏、络到肺脏、再络到舌头才能发声音。这就是中。阳气如果在中间没有办法出去，梗在中间会造成瘖，入中者为瘖。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。

【内夺为厥，则为瘖俳】俳念 pai，俳就是废掉的意思。乐色、垃圾、废弃物是属于俳，【此肾虚也。少阴不至者厥也】。如果人的气不足、肾气不足的时候，肾虚。肾虚的时候，我们当然有分阳虚和阴虚。我们慢慢会介绍阴虚跟阳虚。当肾有虚的状态之下之后，气不能上去了，声音就没有了。这一段讲的是这个。我在讲常态。常态吸气的时候，阳气、吸进来的气也是走这边，直接管道然后从口吐出去。可是你吸进来的气到肾这边来以后才会蒸化起来，真正的人体的元阳、真阳、真气才会从脊椎骨上来。这是真气的走的位置，跟我们的呼吸不一样。不要把它弄混了。

阳虚跟阴虚，我们给它稍微区分一下，阴阳虚实。如果是肾脏的阳虚的时候，也会有头痛，但是这个头痛会痛到牙齿去。阳虚的时候头痛会痛到牙齿去，头痛很强，而且头痛入齿。阳虚的原因就是因为，阳在上、阴在下，我们叫做上实下虚。阳在上面阴在下面，下面就阳虚了，这就是阳虚。实际上阳不在下面阳跑上去了，阴在下面，所以称之为阳虚。阳虚的发生的时间大部分都是大吐、吐血，或者有下血、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、手脚冰冷。肾主瞳孔，所以眼睛能够看。现在阳虚掉的时候看不到东西了，全部看不到了，阳虚掉的时候不能见物。一阳虚的话下面就是阴，阳在上面阴在下面，阴没有阳来控制的时候阴会跑出来。肾主二便，小便就会很多，就频尿，不能控制。这些都是阳虚的现象。像阳虚这种情形，张仲景才会出了个桂附八味丸。

同样是肾脏，如果是阴虚。怎么知道阴虚？阴虚有几个症状。第一个，阳虚的时候眼睛都看不到、什么都看不到了，阴虚的时候看到五彩。今天看到金色，明天看到黑色、黄色，眼睛怎么发花了，阴虚。后面我们讲《伤寒论》、《金匱要略》还会细讲。肾主耳、开窍在耳，所以阴虚的人刚开始先耳鸣，再聋。刚开始是耳鸣，到后来聋。耳鸣就是说里面有叫，但是还可以听到人家讲话。聋就是什么都听不到了。阴虚的现象就是这样的。阴虚的时候手脚还会是热的。阳虚的时候手脚才冰冷。

临床上看的时候，肾主大小二便。有时候实在记不得，有时候忙起来很忙，记不清楚。问病人，要知道他是肾阳虚还是肾阴虚，很简单。大便好不好？早上一次很好，下午不知道为什么下利了两三次，阳虚。肾主二便。一天一次，阴虚。讲完了，很快，就是很简单的辨证。因为常常会搞混。一开始就很清楚就不正常，中医是比较形而上的东西，要慢慢去悟。

诸位在这里看的时候，实际上张仲景的《伤寒论》全部都是根据这些来的。所以我们在讲《伤寒论》的时候的六经辨证，太阳、少阳、阳明，现在讲少阳、前面讲太阳、后面讲阳明，通通在这边。张仲景就是看这个。

【少阳所谓心胁痛，言少阳盛也】就是讲胸胁，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，奇怪胸部这边胀胀的，少阳。已经讲完了，很快，少阳。往来寒热是后面张仲景把它简化掉了。言少阳





盛者，少阳有问题的时候。

我们常人的六经，虽然有太阳、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，春天的时候谁盛，夏天谁盛，就按照节气走。大家轮流坐，比如我们是大楼的组委，每年 12 个月，一个人轮流坐一个月。人体是这样，12 个经络在坐。寅月从太阳开始，12 个月走完，12 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，也没有办法。正常按照节气走。所以每一个节气的时候都有一个王。那个王的时候它盛是对的。观念这样就好了，基本的观念你要有。这是《黄帝内经》里的。

【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，故心胁痛也】。九月是秋天，秋应该是肺，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”。

岐伯的意思在这里，受病之初在太阳。刚开始是太阳受病，项强。太阳没有好，没有好的时候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，跑到络如果还是没有警卫在它跑到腑去了。跑到腑去以后，胆、小肠、胃、大肠、膀胱，这个人肠胃系统很差，胃气又很差、这个人还活着但是胃气很差，病邪就会进到脏、就进到肝心脾肺肾。中医的观念是这样子，病邪由外进来的。

如果进入太阳，没好的时候它会进入少阳。少阳的话就是胸胁苦满了。病在少阳的时候，我们知道它是在两肋中间、肋骨、胸肋的地方，画个肚脐眼让你看清楚在哪个位置上。在这个位置上的时候，少阳是春天，现在遇到秋天。秋天的时候，照理是金气在控制，金主肃杀、主收敛，结果病气还在那边。所以说【所谓不可反侧者，阴气藏物也】。因为秋天进入阴、阴要盛起来，结果有病在那边，它把病压制在里面没有排出来。【物藏则不动，故不可反侧也】所以不能转动。因为胃里面有病气，一动它会痛，因为有病邪在里面堵到。

【所谓甚则跃者，九月万物尽衰，草木毕落而堕】照理说应该是堕，秋主肃杀的时候树叶都是往下坠。【则气去阳而之阴，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，结果气往回逆。这里的跃不是人跳起来。就是东西吐出来，呕吐，跃。所以诸位现在知道了，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。这很累，如果不讲不知道什么是跃，骑个马跳。三只鹿在跳，代表它跑得很快，羸念 cu。所以《黄帝内经》如果看了，即使查了辞海还是不知道在讲什么。



【阳明所谓洒洒振寒者，阳明者午也】阳明本身是正午，很热的时候。【五月盛阳之阴也。阳盛而阴气加之，故洒洒振寒也】。照理说阳气是纯热的，但是节气的五月是阳里面有阴，这时候有阴加在外面，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，因为身体上不正常、纯热，会有洒洒恶寒。所以阳明证的洒洒恶寒并不代表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。就是因为纯热，所以你会感觉到空气里面的冷。本来就是正常的人就感觉不到。病人就身体很热，还是感觉到比较凉，所以会有洒洒恶寒。洒洒恶寒并不代表病人身体里面有寒证。

【所谓胫肿而股不收者，是五月盛阳之阴也】。胫就是从足三里、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，故胫肿而股不收也】。所以盛阳之热的时候他会感受到阴，就是这样子因为是纯热，实际上是病态。阳明经从头维、下关、颊车、承泣、四白、巨髃、水突一直下来，到腿上面再一直往下走。对称两条，经过乳中一直下来，到足三里。所以它的经气是由上往下走的。现在阳明受热的时候，热的本性是升、热气是往上升的，所以一升上去的时候阳在上面、阳往上升。阳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。现在阳往上走，当然下面阴不会回头，阴就会累积在下面，累积在身体下方的时候就会造成胫肿，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，上则邪客于藏府间，故为水也】中。当阳明气反逆的时候，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，热气在下面待久了以后水变成冷水，这个冷水再回到身体里面去的时候它就不会待在经脉里面，它会跑到脏腑之间去。这里说的就是这个意思，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，水气在藏府也】水在脏腑之间。

这里要提醒各位一点，很多地方可以积水。水本自肾，散于肺。诸位想。肾脏像两个马铃薯，所以它是根。根发芽到了土上面，土就是中膈，有肝在这边、胃在这边。到了上面以后开始长树长叶，树叶就是肺，所以水来自肾、散于肺，这是一个观念。今天那个水有可能停在肺的下方，是冷水。冷水才会致病的，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。如果这个水是冷的，就停在脏腑之间。我们介绍治病的治则的时候就有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。你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，很好、很润泽的就有水。化妆品都没用了，回家多喝点水？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，这时候皮肤才会好。

【水者，阴气也。阴气在中，故胸痛少气也】。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的大血管。所以人体的正中间是什么？大动脉。中医说心移热于小肠，小肠再移热于膀胱。这个动脉不单单是指血往下，西洋医学只知道血往下走导到下肢去，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。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，冬天的时候打赤脚可以在雪上面走，这是常态。所以人应该像熊一样可以在雪地里跑才对。

阴阳来区分人体的时候，就光看人体的正中央，心是火、小肠是火、中间是热，所以人体的正中间就是这样子。这是人体的正中央的地方，这是中医的观念这样子。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肺金在上面，还有心包把它包住，这两个加在一起的功能就可以把心热往下移到小肠去。所以“水者，阴气也。阴气在中，故胸痛少气。因为心阳没有办法下来，心阳上逆的时候产生痛、闷痛，就会痛。上逆的时候肺会受到影响，肺的津液会不够。就好像汽车里面的水箱的水不够了，所以会一直冒蒸汽，会有短气、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，故惕然而惊也】。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、火也讨厌、听到木的声音心里面会受到惊吓，这是相薄。

【所谓欲独闭户牖而处者，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，故欲独闭户牖而居】所以他喜欢一个人独自躲在房间里面。所以到人家里面去，比如到朋友家去，朋友跟你说，奇怪我的小孩子一回家谁都不想理就跑到房间里的壁橱躲在里面。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，弃衣而走者】遛鸟去了，【阴阳复争而外并于阳】阴阳再并于阳，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，自然的，因为人的神已经昏了。昏迷，他不晓得他在干什么，很热把衣服脱掉是很自然的，【故使





之弃衣而走也】。

【所谓客孙脉，则头痛鼻衄腹肿者，阳明并于上，上者则其孙络太阴也。故头痛鼻衄腹肿也】头痛、流鼻血、还有腹肿。中医有一个观念，十四岁，是以女子二七、二七十四天癸至。女人是阴，主的是血。也就是因为这样子，十四岁以下的小孩子感冒发烧了流鼻血是正常，所以我们说会流鼻血的小孩没有高热。为什么？因为他在得到感冒发烧的时候，他的身体抵抗力很强。身体的里阳出去跟表寒在相抗的时候，一抗的时候一流鼻血，热在血里面它有地方疏散，一疏散的时候就没有高热了。所以十四岁以下小孩常常流鼻血是常态。不要把他送到医院去用棉花塞起来，不需要。大人、十四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。如果给小孩子常年就像放羊的孩子，都没有打疫苗、抗生素什么的，小孩子在田里面跑、在山里面跑，这个小孩子很健康，他都没事就流鼻血。然后住在城市里面的饲料鸡，放山鸡都会流鼻血，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，打了就没有流鼻血了，随时都在感冒，都是身体越打越差。所以这里有个定义要注意。“上者则其孙络太阴”我们没有解释，就是因为下一段在讲。

【太阴所谓病胀者】就是腹胀，小肚子、小腹胀，【太阴子也】因为太阴是子，太阴是三阴聚，每年的十一月和十二月。十一月是子月，十二月是丑月，一月是正月是寅月，是这样子算的。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，脾是三阴，应该是在腹里面，现在有病了【故曰病胀】所以腹会胀起来，胀起来就是阴不藏在里面了。

【所谓上走心为噫者】心跟胃是相连的。我举个例给你听，一个病人胃口很大。胃口很大我们一看，全身燥热又胖，嘴巴又口渴喝冰水，吃东西又吃很多。热还是冷？都是热的，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。我们开很多白虎汤下去，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，我开的寒凉药，按照处方开应该凉下去才对，相反是热起来，代表里面是寒的。里面是寒的，我们就要把热药开下去。这时我们开的时候，像很重的热药，像生附子、干姜、炙甘草，很热的药下去，就是胃的药，一下去胃就热起来，反而胃口当场变小了。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。所以当胃有问题的时候是心脏有问题。

我们怎么解释？我解释给你听，人体的。就是因为心脏有问题，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。就好像猫狗，它生病的时候不会吃肉，它就跑到外面吃草，这是动物的天性。我们也有 mother nature 天性。可是人类因为文明的关系，mother nature 就没了，所以我们去找吃的，越吃越不对。吃是对的，就是找吃的对象不对，越吃越胖，就是这样搞不好。猫狗比我们聪明，它找路边的草吃吃就好了。我们吃的不对。所以当我们把药物开处方开得很正确，一到胃里面去的时候身体就感应到了，这就是我要找的食物，这时候胃口马上急速就下降。所以吃我们的热药要瘦下去的，也只有我们做得出来这种事。平常一般人做不到，想不出来的。所以心和胃，常常心脏有问题的时候胃口会开起来，因为想自救、自己想办法想把自己救好。[第 61 集]

心为噫，因为【阴盛而上走于阳明】因为脾胃表里，【阳明络属心，故曰上走心为噫也】就会产生噫。

得食则呕，所以食物则吐【所谓食则呕者，物盛满上而溢，故呕也】。我们常常在治疗心脏的时候，病人的胃不好，我们就开个胃药，他胃一好心脏就跟着好。就是这个原因，实际上心脏没有问题。

【所谓得后与气则快然如衰者】，【到十二月阴气下衰而阳气且出】阳气就慢慢起来了。这时阳气起来比较盛的时候，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，【故曰得后与气则快然如衰也】就会把浊阴排掉。脾阴、脾湿太湿排掉，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。当热一来的时候，热会把湿从大便排出去，有时候放屁排掉。如果里面是寒湿，堵在里面的时候，就不容易排掉了，就会影响到。就会把胃的热气往回逆，造成心脏会发生噎症。

**【少阴所谓腰痛者】**少阴的腰痛。一般我们有两种腰痛。一种就是扭伤、受伤的腰痛。还有一种是没有扭伤腰自然开始痛，这是少阴的痛。**【少阴者，肾也。十月万物阳气皆伤，故腰痛也】**。因为肾是有肾阳在里面，十月份的时候是阳气最低的，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的阳不足，身体里面就是肾阳不足，所以会产生腰痛。这一段并不是说到十月份才腰痛。我刚刚一开始就讲了，这一篇就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，这不是说一定要冬天，而是形容肾脏就是冬天。到了冬天当阳衰到极点的时候，腰就会开始痛。所以肾脏的腰痛就好像天地之间的十月份那样，它的意思在这里。所以我们常常五六月也会碰到腰痛，只要肾阳不够的时候腰就会开始痛。

**【所谓呕咳上气喘者，阴气在下，阳气在上，诸阳气浮】**。阳一定要下沉，我刚才讲，阳一定要潜。热要往下去，阴从上。阳气浮起来的时候没有阴来靠**【无所依从】**，**【故呕咳上气喘也】**。阳一直反逆，就造成上焦的呕吐、咳嗽、呼吸气喘、呼不过气来。

**【所谓色色，不能久立久坐，起则目眊眊无所见者】**。不要说这是色狼加色狼，不是。就是眼睛看不到了，看不到了。我刚才跟诸位讲过，眼睛看不清楚、看不到东西的时候阳虚了。看得到但是有花花的，怎么搞的眼睛花花的，阴虚。花花就是因为有阳，可以看到阳，阳有各种不同的颜色。我们有五阳肝心脾肺肾，青赤黄白黑都看到，奇怪怎么有五色，阴虚，阴虚阳就在上面。阳虚就没有了，视物、能够看东西是阳，阳已经虚了只有阴，就看不到东西。所以你从这里可以知道，这个人肾阳虚或肾阴虚。这样子处方就不会开错了。**【万物阴阳不定，未有主也】**所以阳虚，眼睛就会造成这样子。**【秋气始至，微霜始下，而方杀万物，阴阳内夺，故目眊眊无所见子已】**。

这里也是一样，**【少气善怒者，阳气不治】**。所以病人看出去的视力可以告诉你到底什么地方出问题。**【阳气不治，则阳气不得出，肝气当治而未得，故善怒】**。因为阳虚的时候，肝是肾之子，肾里面的阳要去辅助肝脏的。现在肾阳不得出了，肝脏说肾应该给我结果没有给我，因为虚掉、阳虚，所以病人会善怒。一个人的情志如果很稳的时候阴阳合的时候很稳。所以如果肝阳不足的时候，里面会有亢盛起来的时候，病人会有动怒的现象。反正一失平衡，就会。肝下去了阴出来的时候他也不会，他也没有力气去生气的。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，如人将捕之者】**有的人好像有人要抓他一样、被抓了，**【秋气万物未有毕去，阴气少，阳气入，阴阳相薄，故恐也】**。所谓任何的恐惧，或什么样的情绪，都是阴阳失去平衡造成的。简单讲就是这样子。

**【所谓恶闻食臭者】**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、难过得想吐。**【胃无气】**这就是讲胃没有气。胃气不够的时候闻到煮菜，煮得再香他都觉得很难过，**【故恶闻食臭也】**。

**【所谓面黑如地色者，秋气内夺，故变于色也】**颜色改变。我们讲的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】**肺、秋天都是肺。肺里面很多津液。这个津液讲的是阴、肺的阴。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。本来是正常的伸缩，因为咳变成这样子伸缩，阳会伤到。阳脉伤，**【满则咳，故血见于鼻也】**。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。脉管因为里面有阳，脉管才会能够把血控制住。如果脉管里面没有阳，血管就破裂掉了。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，有



水在里面。好像水管，里面有水才会一直在用。如果哪天水管里面什么水都没有，空空的，放到太阳底下晒。晒后水管表面的水份晒干了以后，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。像动脉血管破裂或者脑溢血，血管破裂掉，不该破裂而破裂都是阳虚。

【厥阴所谓癰疽，妇人少腹肿者，厥阴者辰也，三月阳中之阴】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，比如三月是天地的气，【故曰癰疽少腹肿也】。女人、少妇，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。你以为是冷的，冷了就是寒在里面。寒在里面的时候会造成肿瘤、长硬块、肌瘤。

很多太太跟我讲，医生说我要去做子宫膜片、子宫颈膜片看看子宫颈早期发现，都是西医说的。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。下焦里面温热，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？因为里面有淤积，淤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，太冷的时候有血块在里面。血块停久以后外面就有一个纤维把它包起来包成一块。包成一块的时候就变成肿瘤。所以他们常常把肿瘤拿出来时，一切开里面有的时候头发、牙齿可以看到，是因为卵没有受精跑出来，还有一种是血块在里面。这些通通是属于阴。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，没有办法消化。又不是食物，子宫也不是胃，又不能消化它，就把它包起来。所以西医看到肿瘤，切开来里面都是一些瘀血块，或者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。

怎么知道里面是阴寒的？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。子宫卵巢贴着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的时候，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？因为心是管手。

所以当我介绍《伤寒论》的时候很好玩。我说心脏，桂枝是管手，手就热起来。脚冰冷是白芍，白芍让静脉回流。这样讲你就会用了。如果手比较温、脚比较冷，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，很快。这些了解以后，等我讲经方的时候，瞬间你就会了。

【所谓腰脊痛不可以俛仰者，三月一振，荣华万物，一俛而不仰也】。

【所谓癰瘡痼疾者，曰阴亦盛而脉胀不通，故曰癰瘡也】就会造成这样子。阴为什么盛？因为阳虚。阳虚阴才会盛。要把阳补回去。阳是什么东西？是热。阳要补回去的话，如果不知道如何让阳潜在里面，阳就进去又出来。让它停在里面，这是处方的技巧。所以从这里我们可以得到，阴寒的时候，阴太盛了，肚子里面就会长东西。简单讲就是这样的。

【所谓甚则咽干热中者】有的人咽干很干、很燥、很热，这是【阴阳相薄而热，故咽干也】。照理说肾的津液会上来、下焦的津液会上来，才会造成唾液。现在上焦太热，阴阳相薄太热，阳热往上走。阴阳只要一对抗，开始相抗的时候就是病态产生，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。所以我们看消渴，上一节我们讲过消渴，就是糖尿病的病人。如果血糖开始很高的时候他用食物去控制，上面摸他头面身体都还是冷的，脚都是热的。从他吃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。我们需要人体健康的标准是为什么？第一个我们给世界上所有的人类，你可以做你的医生。西药有

时候十年、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。当你有人体的健康标准的时候，当你越吃这个药健康标准越强，代表你是对的。你一吃本来昨天是脚热的今天是脚冷的，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。

从外面远程赶回来，以前赶路外面很冷，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，那是中毒了。中医当然有解毒的方法，《神农本草经》会有，人家毒不死你。我们一定要知道怎么毒杀人，有些药我告诉你怎么弄变毒药。所以匪人勿传，不能传。我们人虽然不是很好，脾气很坏，但是从来不害人，绝不害人。

## 第五十篇 刺要论

黄帝说【愿闻刺要】针灸的刺法要点在哪里。你看《内经》跟针灸都是这样，如果真的把针灸跟《内经》比较在一起的话，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，石头都是像针一样很长的、细长的。先有针灸，才有中药的。所以针灸还在《黄帝内经》之前。所以黄帝才会问了，刺的要法是什么。

岐伯的老师一定很棒。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。【过之则内伤，不及则生外壅，壅则邪从之】。当我们知道病在表的时候，就要针浅一点点。如果很表就在皮脸上面，针在皮肤上刮刮就好了，不要刺进去，刺进去都不需要刺进去。如果我们知道在肌肉里面，针就下在肌肉里面。如果我们知道是筋上面，就扎在筋的旁边。在骨边，就扎到骨边。如果明明在肌肉上面，一针就给他下到骨边，这就太过了。如果在筋上面，给他下到骨边，也是太过。如果在皮上面，给他下到肌肉上，还是太过。

所以我们常常说，春夏的时候阳气比较旺针比较浅，秋冬的时候阴气比较旺、阳气比较衰就针比较深一点点。这都是按照节气来算的。但是我们有时候不能看春夏秋冬。病人的病发生在夏天可是他是阴证，我们针要下得深。所以看《黄帝内经》的时候，它的意思只是告诉你，常态是这样子。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，长夏是脾脏，秋天是肺脏，冬天是肾脏。当进入内脏的时候，先不要管外面。当在肾脏的季节看到心脏病时候，该怎么扎还是要按照夏天的来做。天外的节气只是告诉你什么时候恢复、什么时候病会严重、什么时候会持平。让你可以考虑、气喘一下、打个电话给我问怎么办，诸如此类的。你知道那个时间会持平，让人有喘息的机会。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。

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。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。人家老远开车来找我扎针，开到跨州，开到两千迈。我要帮我太太扎针，不行。处方她都是自己开的，我都不知道，拿回去给她吃就好了。反正病不严重就给她搞，真的重了我会帮忙。可是亲人很难看，不能看，真的没有办法看。所以电话有时很好，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】。该深扎得浅，病不去。病如果没有及时去掉，病会再往里面跑。还有病在浅，扎太深了结果伤到正气，病在外没有去，病往里面跑。所以深浅一定要拿捏得准。比如有一个人皮肤很痒风疹，下针就很浅。他膝盖痛、骨头很痛，下针针到骨边，还可以透针一下子从阳陵泉透到阴陵泉。最深的，没有办法比它再深，再深要穿过去了。扎到骨边，怎么会不好，因为那个针在骨头下方。后面会介绍为什么骨头那个地方能够让



膝盖变得很好。所以反为大贼，深浅不得要领的时候反而会害到【内动五脏，后生大病】以后就会生大病，原因在这里。

岐伯说【故曰，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。【是故刺毫毛腠理无伤皮】如果刺毫毛腠理千万不要去伤到皮肤。病人毫毛，皮肤上刮一下都不用刺进去。【皮伤则内动肺】伤到皮的话则内动会动到肺，因为肺主皮毛。【肺动则秋病温疟】温疟就是秋天开始生咳了，【泝泝然寒栗】。泝念 su（同溯、遡）。溯在语文上来说是河水逆流，水逆着走叫做溯。所以平常说 shuo 溪而上实际上不对，应该溯溪而上。其实原文是遡，是逆流。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，就知道肺气这样是正常。汗毛突然立正起来，反逆过来了，皮肤毛孔、汗毛立正的意思。

【刺皮无伤肉】病在皮上面，扎肺扎很浅，不伤到肉。伤到肉的时候【肉伤则内动脾】。【脾动则七十二日四季之月】在长夏的时候，会出现【病腹胀烦，不嗜食】心腹胀满，不喜欢吃东西。

【刺肉无伤脉】如果是肉病不能伤到血脉。【脉伤则内动心】伤到以后夏天会有问题，因为心主血脉。【心动则夏病心痛】。

【刺脉无伤筋】。如果你很了解脾主肌肉、肺主皮毛、肾主骨、肝主筋、心主血脉，你现在就知道为什么你要去记这些东西了。其他依此类推就可以了。比如筋伤。如果病人是肌肉的病，结果下针下得很深、下到大筋旁边去，伤到筋了。当时不会有事，但是病人会延伸，【筋伤则内动肝】内动会伤到肝。【肝动则春病热而筋弛】肝脏伤了到春天的时候就得到热病，筋就会有问题。都是依此类推下去。

【刺筋无伤骨。骨伤则内动肾。肾动则冬病胀，腰痛】。

【刺骨无伤髓。髓伤则销铄脂酸，体解佻然不去矣】。

所以说刺的最重要的法则就是，在皮就刺皮。所以我讲《针灸》的时候教过诸位梅花针。皮肤整片是红疹，刺痒的时候直接在皮肤上敲击放血，就是在皮上面。做好的针头很短、很细、很浅，再怎么打、打得用力一点，都抽了还是那个深度。用梅花针打你的爱人，抽的也是一样的。所以工具很重要。这样的话病人不会怀疑你，你跟我有仇，给我下针特别深。也不会，因为针是一样的。

## 第五十一篇 刺齐论

《刺齐论》紧接到《刺要论》的内容。

【愿闻刺浅深之分】深浅的肯定怎么去区分它？【刺骨者无伤筋。刺筋者无伤肉。刺肉者无伤脉。刺脉者无伤皮。刺皮者无伤肉。刺肉者无伤筋。刺筋者无伤骨】。这是岐伯前面讲的，我们刚刚讲过了。【余未知其所谓，愿闻其解】。岐伯就下定义了。

【刺骨无伤筋者，针至筋而去，不及骨也。刺筋无伤肉者，至肉而去，不及筋也。刺肉无伤脉者，至脉而去，不及肉也。刺脉无伤皮者，至皮而去，不及脉也】。这是不及。前一段是不及，后一段是太过。刺骨针就要到骨，刺筋针就要到筋，刺皮针到皮，刺肌肉针到肌肉。如果是刺骨，到筋旁边就走了，筋下面才是骨，这是不及。

太过就是第二段。【所谓刺皮无伤肉者，病在皮中，针入皮中，无伤肉也。刺肉无伤筋者，过肉中筋也。刺筋无伤骨者，过筋中骨也】。太过了，超过一层是过。【此之谓反也】。

一个是不及，一个是太过。所以简单的原则就是，跟前面一样，皮肤病就扎皮肤，肌病扎肌肉，筋病扎筋。简单讲就是这样子。

## 第五十二篇 刺禁论

《刺禁论》就是针灸的禁忌。【愿闻禁数】黄帝问针灸的禁忌。

岐伯说【脏有要害，不可不察。肝生于左，肺藏于右。心部于表，肾治于里。脾为之使。胃为之市。鬲育之上，中有父母。七节之傍，中有小心。从之有福，逆之有咎】。简单说就是，扎针绝对不可以扎到内脏，扎到内脏就会伤。

【刺中心，一日死】如果针灸刺到心脏，一天就死掉了。怎么知道刺到心脏？【其动为噫】针一下去就开始噫气，噫气一直上来。【刺中肝，五日死，其动为语】讲话不断。【刺中肾，六日死。其动为噦】会看到病人开始打喷嚏，噦念 ti。【刺中肺，三日死。其动为咳】咳嗽三天死。【刺中脾，十日死。其动为吞】看到一直不断的吞东西就知道针扎到脾脏了。【刺中胆，一日半死。其动为呕】恶心。这是过去针灸的禁忌。

现在如果针真的扎出问题，西医急诊或怎么样，你也没有办法。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肺俞、心俞、厥阴俞。针下去不是斜刺，是直刺会扎到肺。实际上你知道有多深吗？我告诉你有多深。比如你看我扎脊椎骨。比如扎督俞，还有那么深在下面。针怎么可能会扎到肺？直针下去。可是旁边就浅了。浅的时候如果针直着进去，会扎到肺、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。我宁肯你稍微浅一点，不要太深。不要说老师我表演给你看，我厉害了，针直着下去，出问题。出问题要知道它扎到哪个脏，上面就会写了，发什么声音出来。

【刺跗上，中大脉血出不止死】就是扎冲阳。以前的针多粗，根本像刀子一样捅进去，当然血管血出不止则死。现在的针很细。即使扎到动脉，按着它，过一下它就肿一块起来，就止住了。不会像以前，以前的针很粗。

【刺面中溜脉，不幸为盲】如果刺到脸上刺到动脉的时候就容易造成盲。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。至于会不会盲，我们扎也有出血的。人吃烧饼都会掉一点芝麻的。总是会有病人很紧张，一拉出来眼睛里面出血，眼睛一块黑黑的像被打一拳。不会眼睛瞎，因为针很细。

人很奇怪。我拍给你们的时候，这个病人平常被扎了多少次了。我们每个礼拜一三五、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，我当然要先跟他讲明，我说我拍要先经过他同意。他说没问题你拍。当他知道要拍的时候，我针一拿起来，眼皮崩得很紧、他开始崩紧了。那天就出血。第二天来眼睛是黑秋秋的，我说你看你那么紧张。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，就是那天拍的时候出血。因为紧张，这是证据。不熟的我不会讲，熟的我才会。

所以以后拍临床的时候，我讲过我会一直持续下去拍到我退休，后面的带子会慢慢附上来实务的临床。所以即使你们没有到美国去，你们买 DVD 的没有去，临床的带子还会寄给你们，一直在更新。我们扎针还可以，因为直接扎上去可以看到。问诊、望诊的时候就比较难了，病人可以把他拍进去的。我一定会找我熟的病人。认识的病人，很好讲话的，我才会拍。每次一拍的时候，开始拍病人就变了，好像在做明星就变了。开始讲话我就觉得很累，怎么跟平常不一样，很麻烦。他晓得大家要看他就这样。



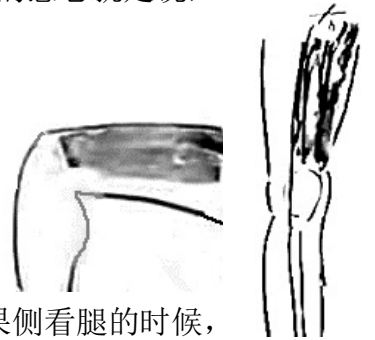
【刺头中脑户，入脑立死】所以扎头部的时候一定在皮骨中间。比如我依然讲扎百会的时候，从上五分就往下扎。如果病人是趴到的，从后五分往前扎。都没有关系，前后都没有关系。但是绝对不是直的进去。头这边很直的，想办法找到脑部一个空，硬扎到脑袋里面去，当场就死掉了，不可以的。【第 62 集】

【刺舌下中脉，太过血出不止，为瘖】声音会哑掉。平常碰舌头，你叫病人把舌头这样子。勇敢的这样就结束了。胆小的你一刺它就收回去了，没了。你就戴个手套拿棉花，把舌头夹出来，放血。放的时候拿细针放。32 毫的毫针，在静脉血管上放戳两个、三个都没有关系，左右各戳挤一点血出来。这是舌头放血。对木舌、中风的时候讲话不是很伶俐，效果很好。可是你要小心手不要被他咬到。第二舌头拉出来以后不要放太多，拿细针放。不要拿粗针，平常验血、放血的那种针，那么大根针刺他就太过了。放一点血就好了，太过都不行。造成声音发不出来。

【刺足下布络中脉，血不出为肿】脚就会肿起来。这一篇简单的意思就是说，千万不要放血太多，避免扎到动脉的地方。

【刺郄中大脉，令人仆脱色】在委中的地方把动脉血管刺破的时候人会脱色，因为大血管在这边。

【刺气街中脉，血不出，为肿鼠仆】。气街我们上堂课有介绍过。真的气街不是一个穴道，而是一个范围称之为气街。正面看膝盖。例如右腿。阳明经顺着大腿下来，从伏兔一直下来到足三里。膝盖以上整个都是气街。实际上在里面脾经那边也是气街。所以如果侧看腿的时候，大腿内侧整个也都是气街的位置。胃气能够达到气街这边来。所以冷气的时候脚冰冷到膝盖就停住了。气街里面有很多的动脉。如果扎到气街的动脉去了，鼠蹊部、腿的内部就会肿起来。



【刺脊间中髓为伛】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。以前老师傅的针都是，扎过后针就放到口袋里面就走了，拔起来就走了。下个病人来了，针拿起来在嘴巴里面舔一下就再扎。针拔出来如果针弯掉，丢在地上用脚磨一磨，针直了，拿起来在嘴巴里面舔一下就再扎。这种针扎到骨头上不得了，扎到骨髓里面去会发炎的，当然会伛偻。

【刺乳上中乳房，为肿根蚀】乳中穴不能刺，会造成问题。会肿，发炎不会消。

【刺缺盆中内陷气泄，令人喘咳逆】刺缺盆中就会扎到肺，就是造成内泄。你们都学过《针灸》，这些都很简单了。

【刺手鱼腹内陷为肿】鱼腹里面也有动脉的地方。

【无刺大醉，令人气乱】大醉的人、喝醉的人不能刺。【无刺大怒，令人气逆】大怒生气的人不刺。【无刺大劳人】过劳、操劳的人不刺。【无刺新饱人】刚吃饱、大饱的人。【无刺大饥人】大饿的人、大渴的人。【无刺大惊人】受到惊吓的都不刺。还有我们前面讲过，太瘦的、形瘦大虚、瘦得干干的、一点元气都没有，不用扎针了，我们开药给他吃。这个人已经虚了，病气很盛，这时候针扎下去会把正气排掉病气在那边。

【刺阴股中大脉，血出不止，死。刺客主人内陷中脉，为内漏耳聋。刺膝髌出液为跛。刺臂太阴脉，出血多，立死。刺足少阴脉，重虚出血，为舌难以言。刺膺中陷，中肺为喘逆仰息。刺肘中内陷气归之，为不屈伸。刺阴股下三寸内陷，令人遗溺。刺掖下胁间内陷，令人咳。刺少腹中膀胱溺出，令人少腹满。刺胁肠内陷为肿。刺匡上陷骨中脉，为漏为盲。刺关节中液出，不得屈伸】。

这些实际上我们在讲《针灸》的时候，我们通通跟诸位介绍过。诸位看一下就可以了。诸位没有看到的、没有听到的，我就要跟诸位讲得比较详细一点。

## 第五十三篇 刺志论

黄帝问【愿闻虚实之要】虚和实怎么辨证，怎么辨他的虚实？

岐伯说【气实形实，气虚形虚，此其常也】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。【反此者病】反者就生病。比如有个人长得很壮来找你。可以进来的时候体格都很壮，完全没有元气，生病了。

【谷盛气盛】吃东西胃口很好的人气盛，【谷虚气虚】胃口不好的人气虚，【此其常也】。【反此者病】。

【脉实血实，脉虚血虚，此其常也】。我们查一个人，怎么知道他血实还是血虚？摸他的脉。脉是很实的血实，脉是很细的血虚，从脉上可以看到。【反此者病】反过来就是病态。

黄帝就问【如何而反】再讲详细一点何为反？岐伯就开始说了。

气是阳，气虚的人应该身体觉得冷。【气虚身热】现在气虚的人身热，这就是反，这是病态。

【谷入多而气少】饭吃得很多，吃了半天元气还是不够，讲话还是没有力量，【此谓反也】这是反，这是生病。【谷不入而气多】吃不下东西而气很多。这个人不断在气喘、肺气喘，然后东西又吃不下去，【此谓反也】这也是反症。

【脉盛血少】脉很大，可是这个人是血亏的。有很多血亏的症状。脸上看起来是青色、比较黑色、比较暗的，讲话比较没有力量的，手臂拿起来的时候手臂这边青筋冒出来的，都是贫血。所以我在摸脉的时候偷看人家的手臂、偷看人家的手。【脉盛血少】，【此谓反也】。

不好的医生就看女孩子很漂亮，看得脉也忘了，看手臂平常有贫血。所以不管人的美丑。我们看病人的时候，病人常常说你看我的时候觉得我怎么样，好像想让我称赞她一下，我说眼睛就是眼睛、鼻子就是鼻子。我们看久就是这样，没有什么，根本没有感觉。有的人想你称赞他一下。我当然会称赞，你看我像笨蛋嘛。人是马屁拍他他就很开心。人都要称赞、捧一下。病人对你很开心，这个医生很好，他来找你才有信心。我还是会称赞病人，我常常很丑还说你好漂亮。尤其女人跟她讲好漂亮，她就好开心的。从来没有人说过我漂亮，这个医生说漂亮，中国瞎子。我们还是要讲人家好处。

【气盛身寒，得之伤寒】。什么是气盛？这跟前面不一样。很强壮的人应该不会冷，很壮，冬天要穿个短袖像兰博一样很壮的衣服。他是居然是怕冷，气盛的人，壮汉衣服穿了很多、包了好几创棉被还是冷，就是得之伤寒。【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。

【谷入多而气少者，得之有所脱血，湿居下也】。吃东西吃得多，人精神还是不回去，一定有所脱血，哪边有出血，湿居下。【谷入少而气多者，邪在胃及与肺也】吃东西吃得不多，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】。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，遇到脉大、脉浮起来都是属于风脉。

【夫实者，气入也】脉实者病人所谓实气，实证代表气入，【虚者，气出也】。【气实者，热也。气虚者，寒也】气实者一定是热，气虚者一定是寒，所以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。吸入没有问题是实证，吐气有问题是



虚证。【入实者，左手开针空也。入虚者，左手闭针空也】。如果我们治疗虚证的人，下针后针拿起来时赶快去按针口不要让他气出来，他已经气虚了。如果是实证的人，出针口的时候不要去按它，让它气漏出来一下，他就好了。就这个意思。我们在讲《针灸》的时候跟诸位介绍过了。这里针灸更深入了一下。

## 第五十四篇 针解篇

黄帝问【愿闻九针之解，虚实之道】，他希望知道九针的虚实之道，如何应用九针。

岐伯说【刺虚则实之者，针下热也。气实乃热也。满而泄之者，针下寒也。气虚乃寒也】。所谓的寒热、虚实寒热，我们在临床上下针的时候看得很清楚。比如这个人胃痛。现在很痛、很难过，不管什么虚实，躺下来，足三里针下去。足三里是本穴、胃经的主穴，不管虚实，病都好了。如果下针平补平泻在足三里的时候，病人的胃家实证过一下子会凉就代表气散掉了，如果是寒证的时候慢慢热起来代表热气回来、寒去掉了，病人会这样子感觉到。所以一个穴上面做无所谓补泻的时候，这个穴本身就是本穴，虚实都能够治的时候，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。如果是虚证的人、气虚的，针下去以后，如果出寒的是因为虚，要等到热再取针。【菀陈则除之者，出恶血也】。菀陈是血络、经脉上面有瘀血，可以看到。这个时候我们要放瘀血出来。所以我们的身上尤其是脚上面，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。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、打伤、跌打损伤，或者头部有出血。绝大多数经络上有瘀血的时候都在下半身。所以看静脉曲张都是脚拿起来，没有看到手上静脉曲张，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。遇到络脉上有瘀血的时候，我们刺脉出血。所谓虚实者，【邪胜则虚之者，出针勿按。徐而疾则实者，徐出针而疾按之。疾而徐则虚者，疾出针而徐按之】。简单讲就是，实证在放血的时候不要按它、让它的气血尽量出来，虚证的时候扎完针尽量去按它，不要让它气跑掉。【言实和虚者，寒温气多少也】。黄帝问虚实，岐伯用寒热来解释。热就是实，寒就是虚。寒热【若无若有者，疾不可知也】有时候很浅。【察后与先者，知病先后也。为虚与实者，工勿失其法。若得若失者，离其法也】。

【虚实之要，九针最妙者，为其各有所宜也。补泻之时者，与气开合相合也。九针之名，各不同形者，针穷其所当补泻也】。过去我们的黄帝、经书上讲的都是九针。我们现在墙壁上的也是九针。我们现在用的针都用毫针，我讲过都用细针。九针现在用，我们人已经跟古人不太一样，所以我们很少用那个针。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。古人体力用得更多，肌肉很扎实，细针根本没有用，好像戳铜墙铁壁一样。现在的人一戳就进去了。以前的针那么粗才刺得进去，所以有九针。同时我们有很多地方用来放血。因为冬天的时候外面天寒地冻，而病是发在北方，如果拿衣服脱开来下针，他本来就有病了这地方寒，有些放血在末梢上就可以把寒放掉。南方气候比较热，我们选取的穴位也不一样。所以在中国因时因地，会有选择这种针的形状。现在用的最多就是过去所谓的蜂针，很细，要长短而已。再加上放血针。还有梅花针、梅花扣，皮肤放血，治病在皮用的。

【刺实须其虚者，留针，阴气隆至，乃去针也】刺实证要让它变虚一定要留针，留针到阴气隆至。在刺实证的时候，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，这时候把针拔出来。【刺虚须其实者，阳气隆至，针下热，乃去针也】。刺虚一定要等到实气到。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，然后跟他说我在等针热再起针，他等一下就告诉针很热了。其实病人怕针，如果不跟你讲热，你就一直捻一直捻。【经气已至，慎守勿失者，勿变更也】寒热的感觉，要让他寒热来了、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。【深浅在志者】针下多浅心里要明白，【知病之内也】要知病在内还是在外。【远近如一者，深浅其候等也。如临深渊者，不敢堕也】不敢停下来。【手如握虎者，欲其壮也。神无营于众物者，静志观病人，无左右视也】要全神贯注在病人身上。我们平常在引气的时候手如握虎。

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。他虚证我们扎委中，阴谷先扎再扎委中。他一条经痛，一条经就可以治好。这是我们因为忙。

如果我们真的做针灸，怎么做？这里痛，一针扎到病痛的地方，扎得很浅。因为就是经络痛，经络痛不会深的，用一寸的针扎一半进去扎到。然后委中下一针。导引，手如握虎，远近如一、进针进去是远近如一的。所以当你把两个针握到的时候，就好像插头插上去，会很强。你们平常不用用，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。重症就是瘫痪掉了什么的，用给你看。两只针抓到。因为用一次很累的，医生会很累，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，做捻转的时候是一样的动作，同时。所以右手往这边转的时候，左手也是往这边转，同个方向转。这个叫导和引。气一下就来了，非常的快速。如果你这边在导引，那边在看电视、看新闻，恐怖分子在打双子星大楼，正在撞上去的时候你在专心看，一点气都没有。一定要神志要到，这叫导引。我们后面会介绍，《黄帝内经》后面会介绍到我们扎肿块。肚子里面有积块、硬块、肿瘤的时候，针下进去的时候要扎过肌肉、脂肪，碰到肿瘤我不扎到肿瘤里面去。一针在肿瘤的地方，一针在下部要导引，同时要施。肿块散得很快，当然要加上一些内服药，针灸可以做到导引就是这样，两个手一起做。可是如果真的做导引的时候，可能一天只能做几个人，已经受不了了。

人多了没办法，就单刺，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。病人神一到的时候气就来了。所以我们留针在那边是病人自己恢复，我也可以加速他。【义无邪下者，欲端以正也。必正其神者，欲瞻病人目，制其神，令气易行也】。这篇讲的就是这个意思。

所以诊所跟家一定要分开。你可以“神无营于众物”，你太太一叫你的时候你不理，你就惨了我告诉你。所以要分开来比较好。

最后一段讲的一下突然跑出来，【所谓三里者，下膝三寸也。所谓跗之者，举膝分易见也。巨虚者，矫足跗靳独陷者。下廉者，陷下者也】。不知道从哪里跑进来的，跟这一篇没有什么关联。

黄帝问【余闻九针应天地四时阴阳，愿闻其方】又问岐伯的方法，【令可传于后世以为常也】。岐伯就开始解释我们的九针。【夫一天，二地，三人，四时，五音，六律，七星，八风，九野。身形亦应之。针各有所宜，故曰九针】。墙上挂的就是九针。【人皮应天】第一个是天，主的是皮。【人肉应地】地主的是肉。【人脉应人】人主的是脉。【人筋应时】四时主的是筋。【人声应音】五音主的人的声音。【人阴阳合气应律】六律主的阴阳合气。阴阳合在一起的时候会产生合气的现象，所以音乐真的可以治病。【人齿面目应星】七星，眼睛、牙齿等，脸上都是星。【人出入气应风】八风就是气的出入，【人九窍三百六十五络应野】九野，就是人身上有九窍。两个鼻孔、两个耳孔、两个眼睛就六个，加嘴巴七个，然后加上大小便的地方九个。【故一针皮，二针肉，三针脉，四针筋，五针骨，六针调阴阳，七针益精，八针除风，九针通九窍，除三百六十五节气。此之谓各有所主也】九针，这是因为人、天地有九个地方，所以我们有九种针，来对应人身上的刺法。

后面删掉，后面都是多余的。我们过去的书上都没有，我讲过 copy 下来的给你们。我再强调，九针我现在拿到的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

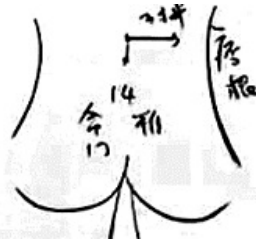
《长刺节论》一开始就没有黄帝问、岐伯曰岐伯答，没有了，开始讲针灸的原则。

【刺家不诊】针灸下针的人不诊脉，不用摸脉。这下你们听得很爽，不用摸脉很好。其实我告诉你，真正的中医，摸脉只是确定 confirm 我们的，我们在望闻问已经很足够了。如果摸到的脉跟望闻问得出来不同的答案，我们舍脉取症。医家历代、张仲景通通是这样做的。刺家不诊，【听病者言】你要注意听病人讲话。

【在头头疾痛】病人 complain 抱怨头痛，【为藏针之】就是埋针。【刺至骨病已】刺到骨边病就好了，【上无伤骨肉及皮】。【皮者道也】。

【阴刺入一傍四处，治寒热】。扎头部就是扎在皮骨中间。如果病人出现有寒热的症状，这个寒热跟刚刚的头痛不一样。比如项强，全身发冷，全身发热。遇到这种情形的时候，我们一针下去，旁边再加四针、上下左右加。这一针扎到穴道，上面、下面，上下左右各扎一针。这种针法专门针寒热。什么叫针寒热？现在病人怕冷，你问他，这个怕冷是从里面冷出来还是外面皮肤冷？皮表冷，病人会知道。你去问，不需要摸脉，当然我们一摸脉是浮脉就知道是皮表冷。肺主皮毛，皮毛合肺，就扎肺，第三椎。第三椎身柱。下一针身柱，再上下左右各下一针、上下左右各一寸。这时候寒就会散掉。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，但是都是在主证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。刺之迫藏，藏会】。如果病情很深，我们要深到骨头旁边。这是刺的道理。如果病情是在背上，我们的背上有所有内脏对应的心俞、肺俞、肝俞、脾俞、肾俞通通有，也有腑、胆小肠胃大肠膀胱通通有。如果病从脏里面发出来，我们知道这是脏病，我们要下针在背的俞穴上面。比如说胃我们就扎胃，肾就扎肾，三焦就扎三焦，诸如此类的。如果刺他的脏腑的俞穴的时候，【腹中寒热去而止】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，一般来说在背上，记得膀胱经在针灸和《黄帝内经》上面一再强调它是少气多血的经。所以如果治脏病，我们现在讲的完全是针灸，包括治气喘、胃癌、肾脏癌都是一样的，不管里面的病。专门治脏病的时候，扎在当经的俞穴上，我们可以放血，皮肤放点血出来。当放点血出来的时候，一定是当病人还有正气的时候。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的时候把血放掉，病邪会退、往外走。



【治腐肿者】就是化脓了、有脓肿、里面化脓了，【刺腐上】我们就直接扎在脓肿上面。看【视痈小大深浅刺】如果痈很深可以刺得很深，浅刺得很浅。如何知道它的深浅？很简单，把它捏起来一摸就知道有多深。捏一下好大，你就针一直下进去。有时针扎到脓里面，空的、里面都空的，里面化脓了，针就一直往下，碰到地了、碰到底了就停住。一般扎脓的话，我们的针都很粗。拿 32 号针没有用，像刷牙漱口没有用，像剔牙签一样，刺不到位的。拿粗一点的针，把针孔摇大一点，让它的脓化出来。脓还不出，再火罐上去把它吸出来。遇到有脓，只要是皮肤开口有脓的，通通要把脓放出来。这不用管阴阳表里虚实寒热。为什么？因为已经化脓了，代表是病在这边，把脓抽掉，恢复会快很多。【刺大者多血，小者深之】。【必端内针为故止】一定针要放到内针，扎到好的皮肤为止。



这里开始了。如果【病在少腹有积】有硬块在下面，【刺皮腠以下】皮腠就是脂肪，直接穿刺脂肪到下面，一直到【至少腹而止】，意思就是针到痞块为止。诸位如果看临床会发现到，病人肚子有硬块的时候，你一

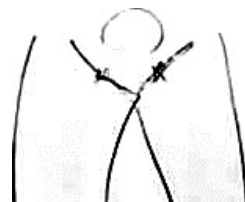
摸就摸到了，很大一块硬硬的。有的妇人她站着没有感觉，一躺就摸到。所以都是躺到扎针，可以摸到那个硬块。摸到硬块的时候，针可以直接扎到硬块上面。不要穿到硬块里面去，扎到硬块上面。这是正面，扎完以后留下针。背面可以【刺侠脊两旁四椎间】就是从华佗夹脊，从督脉第一胸椎大椎开始算，第四椎开始两旁各两针，还有膏肓穴扎针。【刺两髂季肋间】髂就是腰骨，【导腹中气。热下已】热排出来就好。记得我在讲一个经外奇穴的时候，在病人的臀部，第十四椎就是我们的命门穴。命门往上一节外开三寸半，这个地方特别一个名称叫做痞根。在针灸的观念里面，所有的外的病都是百病风之始，是从外面进到身体里面。皮肤表面没好，从孙络就跑到主经上去了。主经没好，就跑到内脏去了。这才会病越来越深，百病风之始。

**[第 63 集]**

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，督脉外开一寸半才是膀胱经。外开五分是夹脊，针直着下去都没有关系。不要拿一寸半针，一寸针下进去就好了，扎到夹脊上面。后面讲的髂股季肋间就是讲的这个穴道，第十三椎外开三寸半的痞根穴。这样子来导腹中的气，热往下走，少腹就会开始热。并不是说热从阴部排出来下，而是说这个时候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、硬块通通会消掉。这是我们扎硬块。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。

平常没有事也可以灸。从来没有人说灸关元会死掉。和尚每天在打坐，济心在关元。你灸关元，就根本就没有病。所以灸关元就成长命百岁的。

【病在少腹，腹痛不得大小便，病名曰疝。得之寒】。所有的疝通通是寒。当然我们有好几种疝。到时候在《金匱要略》里那种寒疝很强的时候，病人的白精都吐出来，疝肚子很痛，我一味药就好了。越重的症，药会越来越少。到时候我会教诸位，这个不难。《黄帝内经》不讲药，讲针灸。如果说刺，【刺少腹两股间，刺腰髀股间，刺而多之。尽炅病已】



尽热病已。少腹的两个骨头，我们按照正面看。寒疝的时候腹痛很强，肚子会痛得很强。很强硬的时候，髌骨这边去压，痛在哪边就扎哪边。痛点，阿是穴最准，针扎到这个上面。这就是少腹两股之间。还有刺腰后面的腰骨之间，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。因为寒的位置在少腹有时不一样，有时会上下，所以压痛点会稍微转移一点。所以诸位得到，疝气针灸也可以治得好。所以两种病都是疝、都是寒，所以一定要保持下焦是热的。

【病在筋】筋有病的时候，【筋挛节痛】关节痛、筋也痛，【不可以行】走路没办法，【名曰筋痹】。【刺筋上为故，刺分肉间，不可中骨也。病起筋炅病已止】热病而止。前面大家都有学过，讲筋的时候第一个就会想到筋会阳陵，那你很厉害了。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。我们下针扎筋病的时候扎阳陵泉。我们为什么会说阳陵泉一路透到阴陵泉？阳陵泉透阴陵泉，诸位透过针、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，一路透，阴经、阳经都透过去。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。这就是我们在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，不要随便刺到他骨头上面去。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，就好了，把针拔出来。

【病在肌肤，肌肤尽痛】肌肉都会痛，【名曰肌痹】古字是痺。【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、湿很盛会伤到脾，又冷。【刺大分小分，多发针而深之】这时候我们以大小分肉之间，在两个肉的中间扎针扎下去也是在肉的中间，不会扎得很深为准。【以热为故。无伤筋骨】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。【伤筋骨】如果伤到筋骨、扎太深了、病明明在肌肉扎到骨边，【痈发若变。诸分尽热，病已止】。过去因为针消毒不是很好，所以我相信很多扎过怎么样，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，只是稍微过



一点也不会过到哪里去。

有时候心情会起伏不定。胆瘁的病人犹豫不决。跟他说我给你开药？我不要吃药。扎针好了？我不要扎针。灸好了？不要灸。我给你吃药丸？不要，吞不下去。干脆开药，药也吃不下去。那找我干吗，我火大了，总要给他一个。好吧，你帮我针好了。刚开始已经很火了，这个胆瘁犹豫不决。针拿起来，本来很浅的扎得很深。是医之过。我们会火大就是因为这个人犹豫不决。很奇怪，到头来不知道谁之过。有的人就真的这样很奇怪，你们一定会遇到，什么人都。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，骨重不可举】怎么知道病在骨？没有办法举重物病就是病在骨。因为我们能够抬重物就是靠骨的。【骨髓酸痛，寒气至，名曰骨痹。深者刺无伤脉肉为故】深刺不要伤到脉肉，直接扎到骨头旁边。【其道大分小分，骨热病已止】。骨热，骨感觉很热，下针的地方感觉很热。我们在扎针的时候病人常常会有发热的现象或发寒的现象，看你的手法在动。

【病在诸阳脉】如果病在阳脉上面，【且寒且热】都忽冷忽热，【诸分且寒且热，名曰狂】我们称之为狂，病在阳脉。【刺之虚脉，视分尽热病已止】。所谓刺之虚脉，比如病在阳经上面我们扎阴经，比如病在足阳明胃经我们扎脾经，对侧扎针。阳盛的时候阴就会虚，我们用阴把阳导下来。因为扎阴经的时候阴会上去，阳就会下来，阴阳是很正常的。所以我们常常看中医非常奥妙，人体是一个循环。我们看到病人，平常热的时候就一点寒药下去就好了。有的病人是极热的，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，热不会再冲上去。所以在那个点上面就看医师的高明了。一般的医师看，热已经这样了还开附子，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。病在阳经上面的时候，我们扎阴经，阴一起来阳就跟着下来了。这是治证的原则。所以狂症我们常在阴证上扎。【病初发】像刚开始病在诸阳、阳亢的时候，【岁一发】一年发一次，【不治月一发】如果没有治好变成一个月发一次。【不治月四五发】又没有治好一个月发四五次，【名曰癲病】这是癲病。【刺诸分诸脉。其无寒者，以针调之，病止】针灸都可以治。

【病风且寒且热】风寒热都有，【炅汗出】一热汗就出来，【一日数过】一天好几次，这种我们【先刺诸分理络脉】这就是表证。所谓有寒有热就是，病气在转变的时候，病退阳就进，体阳一进的时候我们就感到稍微热，病进的时候、体阳退的时候我们感到稍微冷一点。【汗出且寒且热】常常表汗、会流汗出来，表虚、病在很表面。很表面的时候我们扎针在腠理、在络脉中间，扎针很浅的。三天扎一次【三日一刺，百日而已】一百天就好了。当然这是不怕针的。在《黄帝内经》上是这样讲，我们有针灸可以把往来寒热这种风寒感冒可以治好，当然可以治好。如果学到处方时候真的不要，一剂处方吃下去，三个小时就好。所以下午一两点吃，晚上还可以约会。感冒都好了，很快的。

【病大风，骨节重，发眉堕，名曰大风】。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。【刺肌肉为故，汗出百日，刺骨髓汗出百日，凡二百日须眉生而止针】让他头发眉毛通通长回来。要刺肌肉、要刺骨髓，因为大风的人骨节重。我们要扎到骨头旁边去，深针、针要扎得比较深，扎两百天。

## 第五十六篇 皮部论

【黄帝问曰，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。愿闻其道】。这个其实很简单，我们前面都提过了。【岐伯对曰，欲知皮部以经脉为纪者，诸经皆然】。

【阳明之阳，名曰害蜚，上下同法】。第一段岐伯讲的是阳明经，阳明经诸位都知道了。

【视其部中，有浮络者】阳明经的位置浮络上面会有瘀血，【皆阳明之络也】大部分都在腿上，小腿和足背上而看得最多。前面就讲，看到【其色多青则痛】，【多黑则痺】黑是痹、痹就是麻痹，【黄赤则热，多白则寒，五色皆见】五中颜色都看到在胃经上面，【则寒热也】就是寒热并见。病如果在络，【络盛则入客于经】络盛的时候病会进入到经上面。【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，蜚念 fei。

【少阳之阳，名曰枢持，上下同法。视其部中，有浮络者，皆少阳之络也】。一样。大家都很清楚，少阳胆经跟三焦经，经络流行的位置。【络盛则入客于经。故在阳者主内，在阴者主出，以渗于内。诸经皆然】。

【太阳之阳，名曰关枢，上下同法。视其部中，有浮络者，皆太阳之络也。络盛则入客于经】。

【少阴之阴，名曰枢儒，上下同法。视其部中有浮络者，皆少阴之络也。络盛则入客于经。其入经也，从阳部注于经。其出者，从阴内注于骨】。

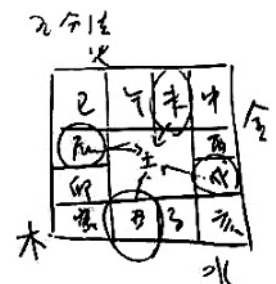
【心主之阴，名曰害肩，上下同法。视其部中，有浮络者，皆心主之络也。络盛则入客于经】。

【太阴之阴，名曰关蛰，上下同法。视其部中，有浮络者，皆太阴之络也。络盛则入客于经】。

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。这都有它的每一个经络。原则上都是，经脉上面受病的时候络先受病，然后络没好到经上面。每一条经都有看到颜色、青赤黄白黑，各种不同的症状。有血脉就给它放掉。这是大原则。这一篇讲到后面这边是很重要的。

【凡十二经的络脉者，皮之部也。是故百病之始生也，必先生于皮毛】。今天我在这里就要给你们下个定义，所谓十二经脉流注时间、流注的时辰。我们大家念《针灸》都读过了，我相信诸位比我都熟。肺寅大卯胃辰宫、胃是辰时，脾巳心午小未中、小肠是未，申胱酉肾心包戌、申时开膀胱、酉时开肾、心包开戌，亥焦子胆丑肝通、亥焦是开三焦，子时开胆、丑时开肝。知道这个为什么？这个讲的是十二经脉流注的时间。也就是说病气一注入身体的时候就侦测到了，它还没有入脏。比如一个人肝病。两年前他就开始 1 到 3 点不能睡因为肝开丑时，这个时候不见得有肝病。

等到我们《黄帝内经》介绍五分法，前面有同学问我，这两个是有点矛盾？没有矛盾，因为不一样的东西。按照五分法，我们把丑辰未戌叫辰戌丑未，这四个归类为土。寅卯是木，巳午两个是火，申酉是金，亥子是水。12 个时辰把它分成五等份，木火土金水出来。但是五分法讲的是脏、内脏，它不一样，这讲的是脏腑。



举例。丑是土。我们讲过五行脏腑走的时候，同一个属性的病会起，相生的病是持平。病人有胃癌、胃病，土生金，所以申酉、下午 3 到 5 点的时候是持平，平常都很难过，到了下午 3 点到 5 点胃很舒服，因为这是金。到了戌时的时候开始难过了。但是戌时还没有经过亥时，还是有阳气在这边。过了子时以后，到第二个土时、丑的时候，这个土时是阴的，阴主血，是阴土。当土气的时候碰到阴土，在这个时候受不了了吐血出来。所以半夜会吐血。白天是气、晚上是血，半夜会吐血出来。

知道我意思吧，十二经脉流注和五分法不太一样。所以五分法是在我们治病、内脏病发的时候是这样，可是在预测病发生是两年前。比如现在看到是肝癌了。你说两年前为什么不找我？两年前什么事？你这个人两三年前一定晚上 1 点到 3 点不能睡觉。怎么知道？因为十二经脉流注。因为百病风之始，所有的病开始是从经脉进来的，皮表、皮



部。这就是经脉的流注我们为什么要知道。所以经脉流注、经脉发生事情的时候里面不见得有病，但是身体已经预知了。你想想看，在经脉的时候我们就下手了，是上工治未病，怎么会有五分法的问题出来。现在了解我意思。

西洋人不懂这个。他才不管，他的药就是一样药，化学治疗管你的。所以都是死的。他预测死很准。我们中医预测这个病会发非常的准。

有时奇怪了，每天晚上凌晨3点钟就醒过来到5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。经络有问题跟脏还没有发，所以两三年前就有预兆了。所以这两个分开来，这是第一个。

第二个，当持平的时候就是我们求救的时候，赶快去翻书、或者是打电话给我、或者怎样都没关系。病在起的时候并不是治的时机。我们要等病退才是治的时机，在治脏病的时候。

经有病的时候是代表预测，两三年前我们就知道了。经有病了，按照我们师傅相传下来扎的是荣穴，《针灸甲乙经》写的是扎俞穴，无所谓。其实两个都好，我临床上两个都做。待会儿我们讲到上纪、中纪，《黄帝内经》岐伯讲的是胃的中脘，我下针为什么下在巨阙？因为胃的中脘穴，心和胃有相关性因为络脉是相连的。有发到心脏病影响到胃的时候我需要治胃会扎胃，没有的时候、没有胸痛彻背的时候、没有胃反逆的时候我就扎巨阙、上纪。也是一样的意思。所以针灸是很活的。不要死板板的，非扎他的荣穴，结果一看那个人的肝经没有荣穴。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。人要有活用。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，我们可以把时辰调整回来。当然我们也可以用药。我们也可以针在经络上面。

他是每天晚上3点到5点钟就起床，是不是有什么病、着魔了？如果没有针，没关系，可以在肺经上给他按摩。中府、云门、天府、侠白、尺泽、孔最、列缺、经渠、太渊、鱼际，给他肺经上按摩。用指针、指头当针。看他虚证，多久了？一个月，我们就顺着经推上去。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，不能死板板非要这样，脑筋那么死。后面还会讲到，黄帝跟岐伯说什么叫圣人、什么叫智者。聪明的人，良马、好的马，很好驾驭的。恶劣的马才不听话，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。所以针灸我们本来就在谈十二经络的气血流注。五分法是内科病，再用五分法。现在了解了。因为前面我们还没有讲到这一章，所以我想我们怎么讲，讲了后面就不用讲了。所以我们讲到这里来讲。

【邪中之，则腠理开】。【开则客于络脉】当病邪入客于络脉的时候，我们前面讲了《刺症论》，症、往来寒热、打摆子，我们把他手指都绑起来。清晨的时候，比如他是七点钟开始发症，我们六点钟给他手指绑起来。看到他症就在手指的地方，然后把他的青脉通通放掉，血挤出来就好了。西医用奎宁，我们先不要管。我们现在讲的是几千年前的东西，你要这样子想。现在可不可以用？当然可以用。没有药怎么办？哪天到了山里去探险，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，拿个绳子来。绳子没有，找个树藤。人要活用。没有绳子，就是不行，把衣服撕成条。那不是绳子，我一定要用绳子。脑筋要活，要做良马。不要死板板的，要活。前面说刺症，症就在络上面。慢慢给你们收起来了，我现在在收了。【留而不去】如果病在络脉上没有好、没有治好它，【传入于经】它就往经上走了。跑到经上面【留而不去，传入于府】这时候就传入腑了。先到腑里面，腑就是消化系统、胆小肠胃大肠膀胱。所以肝病的人有一段时间常常呕吐，有时下利、有时便秘，大肠都不好，胃都不好【廕于肠胃】。如果在腑上面还是没有碰到医生帮治好，病就会再跑到更深，就会到脏里面去。所以【邪之始入于皮也，泝然起毫毛】泝念 su，泝然毫毛、汗毛倒立起来，突然

汗毛立正起来，【开腠理】。【其入于络也，则络脉盛色变】当入于络的时候我们可以看到络脉颜色特别鲜艳，变掉了。有一种雷诺斯症 Raynauds，手脚四肢的指甲整个冰的，冰的像紫色一样。摸上去好像手指头是放在冰块里面冰的。没有，故意都没有办法这样。前面整个是冰的，然后青紫色，指头碰到你的手真的像五个冰块。这就是病在络上面，放血放掉。如果这人形瘦、很干、已经没有力气了，不要放血了，当归四逆汤。诸如此类的。还没有介绍，你们还不知道什么叫当归四逆汤。所以这是治证，我们知道它的络至于经，越来越严重的话就跑到脏里了。【其入客于经也，则感虚，乃陷下】。【其留于筋骨之间，寒多则筋挛骨痛】寒太多、寒气多如果跑到筋里面去的话会伤到筋，造成筋挛，骨头会痛。筋和骨是相连在一起的。宗筋就是我们的韧带，韧带就是我们的宗筋。宗筋之府，我们上堂课介绍过了。如果是热传到里面去、热传到骨头旁边筋骨旁边【热多则筋弛骨消】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，【肉烁腠破】肌肉会萎缩掉，【毛直而败】皮肤容易溃烂，皮毛也会掉。

所以黄帝问【夫子言皮之十二部】就是十二经络，【其生病皆何如】？岐伯就说，任何人的病都是渐进、渐渐进到身体里面来的。【皮者，脉之部也。邪客于皮】当病邪在皮肤的时候，【则腠理开】肌肉腠理就会打开来，【开则邪入客于络脉】开则邪进入更深了，刚开始客于络脉上，【络脉满】了以后、邪客满了以后、没地方跑了【则入注经脉】。所以是逐步侵蚀身体的。【经脉满，则入舍于府藏也】所以到后来才到腑脏。【故皮者有分部，不与而生大病也】。不与而生大病的意思就是，在皮部没有把他治好，一直延伸下去才会生大病的。反过来，如果在皮部就把他治好，不会生大病的。就是这个意思。黄帝说善，很好。

这篇《皮部论》就是讲的这些东西，现在就有观念病是怎么来的。要说它对不对，至少西洋人现在还不知道病怎么来的，他不懂。所以常常我在笑，西药厂的东西、他们的理论，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，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，所以做出来的动作正好和治病得到相反的结果。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病人不要去自杀，结果吃下去很开心的而且还专门从高楼上跳下来死。

最近因为我专心在教《黄帝内经》，所以我就没有上网去骂。今天的新闻，罗氏药厂说吃了药 48 小时内一定会治好禽流感，结果有人 48 小时以内吃它死掉了。新闻出来了，我还来不及骂。我还专心在静坐、在闭关。

## 第五十七篇 经络论

黄帝问【夫络脉之见也】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，【其五色各异，青黄赤白黑不同，其故何也】为什么？岐伯说【经有常色】大的经脉，如手太阴肺经、手阳明大肠经，经脉颜色是固定的，【而络无常变也】，络脉比较边、比较靠近体外。

【经之常色何如】经脉的常色？大家都知道了，【心赤，肺白，肝青，脾黄，肾黑，皆亦应其经脉之色也】。[第 64 集]

【络之阴阳亦应其经乎】络的阴阳是否对应其主要的经脉，颜色会有对应？岐伯就说【阴络之色应其经】，【阳络之色变无常】阳络的色没有一定的颜色。比如脾经，脾的络就应脾的经，脾是黄它就是黄。但时阳经没有，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。此皆常色，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，都可以看到的。你们现在很难想象。等你真的去临床的时候，那个手拿起来真的是黄的，这个手拿起来真的是黄里带黑的，那个手拿起来是朱砂掌。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。所以现大家都知道了，阴经的络、阴络不会改变，只有阳络、阳经的络才会改变。

《经络论》很短。我想长一点，它还是短，《黄帝内经》就这样怎么办。

## 第五十八篇 气穴论

《气穴论》第五十八，岐伯很厉害，诸位看他怎么讲气穴。

黄帝说【余闻气穴三百六十五，以应一岁，未知其所，愿卒闻之】想听。【岐伯稽首再拜对曰，窘乎哉问也。其非圣帝，孰能穷其道焉。因请溢意，尽言其处】。岐伯就赶快巴结一下黄帝，这个问得好，太英明了。

【帝捧手逡巡而却曰，夫子之开余道也，目未见其处。耳未闻其数。而目以明，耳以聪矣】。岐伯说问这种问题，【此所谓圣人易语，良马易御也】。这个圣人，我不是一定要你们大家做圣人，而是怎么知道这是君子、小人、是有大的智慧的人？有大智慧的人，你跟他沟通很简单的，你一讲他就会听了。脑筋愚昧不堪，像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。智慧的人会知道，意思就是说，聪明才智高的人 would 知道做取舍、会做选择。所以大家一定要会取舍。

那个人跑去，他相信西医的生理解剖医药学的。为什么相信他？我就是相信它。懂不懂？我不懂。什么系毕业的？跟药根本没有关系，他就是会相信它。不懂为什么相信它？它科学。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。这是劣马，不知道怎么驾驭它，教他也教不起来，好累。我就跟他说，大家都在那边是前门，我带你到后门看看。这个人看前门不看后门。婆婆选媳妇，看正面还看背面。看看正面不错。看看背面之后，屁股大的会生小孩，屁股小的不收的。以前都是这样子，婆婆都是这样要看背后。我带你到医院后门看看，吓死他了。

【余非圣人之易语也。世言真数开人意，今余所访问者真数。发蒙解惑，未足以论也。然余愿闻夫子溢志尽言其处，令解其意。请藏之金匱，不敢复出】。【岐伯再拜而起曰，臣请言之】。岐伯第一个他回答很厉害。第二个岐伯居然短短的一章把经络学讲完了。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，如果阴阳不交的时候心痛彻背、背痛彻心，【所治天突与十椎及上纪】。【上纪者，胃脘也】岐伯的上纪讲的是胃脘，讲的是中脘穴。【下纪者，关元也】。所以我们扎天突、中脘、关元，然后背后再扎第十椎，是按照岐伯的，专门治心痛彻背、背痛彻心。也的确一次就好，效果很好。很好玩。如果扎了天突、扎了中脘、扎了关元，但第十椎没扎，扎完针他前胸不痛了后面还痛。他说就痛那一点，一看第十椎。真厉害。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、左右如此】因为背是阳、胸是阴，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。斜出尻脉，络胸胁，支心贯鬲，上肩加天突，斜下肩，交十椎下】络脉上面一直到天突，斜到肩上，下面交到第十椎。这句话讲的跟前面那一段是为什么扎这里。我们有很多络脉在身体里面，实际上这三个地方气脉是贯穿到的。因为这三个前

面是所谓的任脉、后面是督脉，本来阴阳就是贯穿的，所以它从里面走。第二个，关元穴是小肠的募穴，关元穴本身也要气脉直接络到命门，命门是三焦的命门火的地方，所以灸关元很好。第三个，天突，气会膻中，膻中以上，气总要汇集海的地方，脑是髓海，已经不能再装气了，气海就在脖子这边。除了脑是髓海，再上面一个就是脖子了，所以脖子是气的海。所以我会天突，让它气通一下，气之海，天突在管。中间是胃脘，让它胃气往下走。这样的话阳气会上来，阴气往下走。因为关元这里是阳气，扎下去后阳气就上来，阴气天突往下扎、胃往下走，气往下走，阴就往下沉。这个时候心痛彻背、背痛彻心的现象就会去掉。

《黄帝内经》看到这边的时候，刚好是一套针法。岐伯只出了几个方子。你们现在学到了，我们怎么用鸡大便、鸡矢醴还有怎么煮，还有泽泻、苍术、茜草，还有乌贼骨、乌贼的骨头我们怎么做，诸如此类的。后面还有，失眠的。

后边就开始讲了。他前面先讲个治证，不晓得为什么突然讲这个治证。黄帝在问他气穴，他就先把这三大穴先讲了。每一个、全身上下所有的穴道通通叫气穴。三百六十五气穴讲了关元、太冲、隐白、鱼际等，通通是气穴。前面多了一个治证。

【藏俞五十穴。府俞七十二穴。热俞五十九穴，水俞五十七穴。头上五行，行五，五五二十五穴。中脂(lǚ，同膂，脊骨)两傍各五，凡十穴。大椎上两傍各一，凡二穴。目瞳子浮白二穴。两髀分中二穴。渎鼻二穴。耳中多所闻二穴。眉本二穴。完骨二穴。顶中央一穴。枕骨二穴。上关二穴。大迎二穴。下关二穴。天柱二穴。巨虚上下廉四穴。曲牙二穴。天突一穴。天府二穴。天牖二穴。扶突二穴。天窗二穴。眉解二穴。关元一穴。委阳二穴。肩贞二穴。瘖门一穴。脐一穴。胸俞十二穴。背俞二穴。膺俞十二穴。分肉二穴。踝上横二穴。阴阳跷四穴。水俞在诸分。热俞在气穴。寒热俞在两髀厌中二穴。大禁二十五在天府下五寸。凡三百六十五穴，针之所由行也】。这一票那么多穴下来，加在一起就是十二经络的大穴。这个地方我们不细说，可以自己回去慢慢去算。

我就讲岐伯就很厉害，偷懒。如果是黄帝问我，我没有办法这样讲，我就开始背了，黄帝听我背来。任脉经穴歌“任脉三八起会阴，曲骨中极关元锐，石门气海阴交仍，…”，背得要死，怎么考我这个问题。所以我说岐伯厉害，几句话讲完了，把黄帝打发掉了。我们研究了半天，他半个 page、还不到一个 page 结束。太厉害了，天才，不得不服。

【余已知气穴之处游】黄帝说知道气穴的由处了，其实他并不知道，【针之居】针停的地方，【愿闻孙络谿谷。亦有所应乎】有没有对应？

岐伯说有。【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】这就是两个不平衡的时候，【气竭血着】气竭、气不足的时候血会停留下来，【外为发热，内为少气】。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、病人发热有堵塞，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。很浅的地方，像小孩子发烧，我们商阳、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，你要挖他舌头，他就头转来转去，他就跟你过不去，因为他不想碰他。开药不晓得寒热。如果问他冷还热，他根本才刚生出来怎么讲寒热。放血，烧就退了。所以很多种方式可以用。你不可以发脾气，你说不告诉我寒热我扁你，人家小 baby 大眼睛瞪着你，你怎么办。医生要当好不能太过。

【愿闻之会也】。岐伯就回答了溪和谷的关系。

【肉之大会为谷】针灸里面有合谷、有阳谷，有很多以谷为名。【肉之小会为谿】小的会的地方是溪，像后溪、解溪、阳溪，这些都是溪，小的会的地方。【肉分之间】肉和肉之间，【谿谷之会，以行荣卫】气和血都在肉和骨交接的地方，交接的地方再走的时候再汇到【以会大气】。



如果是邪很盛的时候【邪溢气壅】就会让气壅塞、造成气壅塞在那边，【脉热肉败】。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，脓会慢慢跑到骨髓里面【内销骨髓，外破大腠】在外面会破到大的肌肉，里面会到骨髓里面。【留于节奏】中间，【必将为败】。积留、停在骨边会越来越严重。

【积寒留舍，荣卫不居】如果是寒累在里面，刚刚是邪热堵在里面、脉热，现在是寒证如果留在溪谷之间的时候。荣卫本来积在溪谷这边，结果现在寒气积留在这边，【卷肉缩筋】造成一个人肌肉会萎缩、筋会抽，【肘肘不得伸】没有办法伸懒腰，【内为骨痹】关节很硬，因为寒在里面。骨痹一定是风、寒、湿三者加在一起是骨痹。【外为不仁】内证是不仁、麻木。【命曰不足】这是不足，这是因为【大寒留于谿谷也】。前面是热，现在是寒。【谿谷三百六十五穴会】，也是【以应一岁】。为什么讲溪谷？所有的溪谷，比如你知道的合谷、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的时候变成骨痹，就肿起来了，关节变得很大，风湿关节炎。【其小痹淫溢，循脉往来。微针所及，与法相同】。这种病初始的时候、寒气初始的时候我们用灸，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，在骨头旁边摩擦。

黄帝很尊敬，岐伯讲得真好。【帝乃辟左右而起，再拜曰，今日发蒙解惑，藏之金匱，不敢复出。乃藏之金兰之室，署曰气穴所在】。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，要知道怎么治证还是要看《针灸大成》。

我们在讲《针灸》的时候为什么找《针灸大成》？因为《针灸大成》的杨继洲很厉害。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，不要传人一辈子吃不完。他的想法是这样。可是杨继洲很厉害，不管各家他通通把它收集到手。他不是大善的很有钱的人用钱高价去买，就是个飞贼偷偷偷过来的。没有办法，否则他怎么干出来的。所以你看他每一篇，玉龙赋、标幽赋什么的，前后都不连的，突然就放在一起。所以杨继洲是把它编纂在一起，各家名家收集在一起，通通把它汇编成一本书。到了我们手上的时候，我们一次把它综合起来解决掉。所以你们再看我们的《针灸》在讲的时候就变得很简单了。否则光看《针灸大成》怎么记，记不得的，因为没有法则在里面。然后《针灸》了解了现在看《黄帝内经》就很清楚了。

这一章介绍到这里。【孙络之脉别经者，其血盛而当写者，亦三百六十五脉，并注于络，传注十二络脉，非独十四络脉也。内解写于中者十脉】。

## 第五十九篇 气府论

《气府论》我们不谈。《气府论》跟《黄帝内经》脱节的。你们看看翻译。没有什么意义，没有什么治证在上面。下次来跳过《气府论》讲《骨空论》。[第 65 集]

关于《气府论》第五十九，实际上就是针灸的内容。没有什么大碍，就是讲针灸的经络而已，所以我们就不介绍了，因为前面已经讲过针灸了。

## 第六十篇 骨空论

接下来谈《骨空论》。大家看到名词的时候，《黄帝内经》因为流传太久了，常常上段不

接下段，有时候文题、内容跟标题有点不太符合。所以诸位稍微忍耐一下。

刚开始的时候题目明明是《骨空论》，而现在说【余闻风者，百病之始也】。【以针治之奈何】用针灸来治风，如何治它？我们讲针灸一开始就跟诸位介绍过，比如一个球，我们从外面进入球的中心，有很多种方法都可以达到这个目的。目的达到的时候病就解掉了。有的时候速度很快，有的时候速度很慢。风是百病之始。我们有很多中药的处方，祛风，下一剂好了，有时候2个小时、3个小时就好了。现在我们不谈中药，因为完全讲针灸。针灸如何去治表风、表证？

【风从外入】风由外进来的时候，一定刚开始在孙络上面，孙络上面没有好的时候才会进到主经上面，主经上面没有好的时候就进入腑，腑上面没有好的时候就进入脏。这是它的发病的顺序。从皮表进来到一路上来以后，前面就分过了，所谓的六经辨证。从太阳进入少阳、进入阳明，阳明止到病停掉了，从少阳会进入太阴，转枢进入太阴、少阴、厥阴。这是六经的辨证的方法。现在我们如何用针灸来做？岐伯就回答了。

风从外面进来的第一个症状，令人会有恶寒，有的人流汗。汗出跟不汗是有区分的。所谓有汗讲的就是风。无汗，毛孔会闭缩掉一定是寒。所以如果伤于寒病人一定没有汗，伤于风病人会有汗的现象。病人【令人振寒汗出，头痛，身重，恶寒】。这种症状就代表是表证，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。一中风以后，因为风进到肌肉里面去，表汗就会流出来，就是比较不能固表，表阳会比较虚一点。脾里面的津液就没有办法去照顾四肢。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，所以就会有全身很重的感觉。【治在风府】治疗在风府穴。大家都知道，脑后方的枕骨下来第一个风府，再来是哑门。从风府来【调其阴阳，不足则补，有余则泻】。



【大风颈项痛】，我们也【刺风府】，【风府在上椎】。

【大风汗出】就是表汗不止的时候遇到风。汗流不止的时候，当然我们会有阳虚掉。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。表的阳很足的时候毛孔会闭住，我们就不会流汗流掉。现在是表的阳不够了，体液一直往外发散。这时用【灸臆臆】也可以。大家都记得臆臆。【臆臆在背下侠脊傍三寸所，厌之令病者呼臆臆，臆臆应手】按到穴道病人发臆臆臆臆，后面有反应。就那个穴道。灸灸它，用灸的就可以了。

【从风憎风，刺眉头】。病人会有头痛，头痛在额头的攒竹就在攒竹放血，在太阳就在太阳放血。

【失枕在肩上横骨间】突然又跑来个失枕、落枕，【折使喻臂齐肘正灸脊中】。落枕我们前面讲《针灸》的时候讲过最简单的方法。一刚开始头不能动，让他慢慢躺平，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，自然就好了。如果病人不懂已经伤到，我们如何去治它？当然下针有落枕点，一些奇穴。灸怎么治它？很简单。比如他的枕脖子很痛，左手抬起来没有问题，右手一牵起来头疼就很厉害。灸痛的那只手，不灸好的手。比如右手抬起来很痛会牵引到，左手没有问题。叫病人把右手尽量往后翻，翻到后背已经不能再翻下去了，病人的手指头按到脊椎骨的那个点，在那个点上面做个圈圈、做个记号，然后手放开，在上面灸，落枕就好了。这是一种治疗、治证。

【眇络季肋肋引少腹而痛胀】如果两肋痛引痛胀，【刺臆臆】也可以。

【腰痛不可以转摇，急引阴卵】牵引到阴部的痛，可以【刺八髎与痛上】还有痛的上面，直接在痛点上下针。诸位都读过膀胱经的八髎穴，【八髎在腰尻分间】。这是一个腰痛的治证。当然腰痛的治疗方法很多，《黄帝内经》告诉我们这个治疗方法也可以。

【鼠瘻寒热】就是鼠蹊部这边发生问题，【还刺寒府】。【寒府在附膝外解营】阳关穴就



是寒府。阳关，阳之关。【取膝上外者，使之拜取】。【足心者，使之跪】扎涌泉让他跪到，还有伏兔也让他跪到。很多穴道是跪取的。

这里讲奇经八脉的一些简单的治证，当然讲得不是很完整。我讲过《黄帝内经》的章节有一些我怀疑编错了，我们先不管它，诸位以后可以把它们慢慢变回去。

【任脉者，起于中极之下，以上毛际，循腹里，上关元，至咽喉。上颐，循面入目】这些大家都知道了。

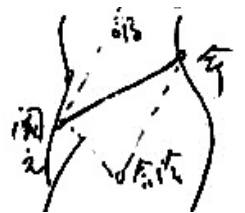
【冲脉者，起于气街，并少阴之经，侠气上行，至胸中而散】。我们有两个气街。一个是胃气的气街，在大腿的上侧一路上来，从内侧还有前面的梁丘、伏兔一路上来。还有个肾街，肾的街在肾经上面，我们后面会介绍到。这是冲脉。只讲到一段就没有了，后面还会再讲冲脉。所以后面那段拿到前面来也可能是对的，诸位要晓得以前是竹筒。

【任脉为病，男子内结七疝】疝就是积痛。只要记得，只要看到中医讲的疝就是积痛。所谓积痛的定义，为什么我们会说他是积痛？就是固定不动在一点。比如肚子的腹痛，就是固定在一点痛，这叫做积痛，它是累积而来的，七疝。【女子带下瘕聚】只要看到瘕，就是肚子、腹中的病，中医称之为瘕。里面有聚，就是有累积东西在里面。一般来说寒证都会产生积痛。

【冲脉为病，逆气里急】。冲脉病的时候，大家在学《针灸》的时候记得，公孙穴主冲脉，所以公孙内关胃心胸。当气逆的时候时，气喘、喘不过气来的时候，下公孙，还有内关。因为公孙主冲脉。冲脉就是会有逆气里急的。

【督脉为病，脊强反折】。

【督脉者，起于少腹以下骨中央，女子入系廷孔。其孔，溺孔之端也。其络循阴器，合篡间，绕篡后。别绕臀，至少阴与巨阳中络者合少阴，上股内后廉贯脊属肾。与太阳起于目内眦，上额交巅，上入络脑，还出别下项，循肩髃内，侠脊抵腰中，入循膂络肾】。督脉，从女人的来算，这就有很多人了解。女人小便的地方在上面，跟阴毛中间凸起来的地方就是女人的督脉的起点。经过这些，我们在讲督脉的时候都介绍过。【其男子循茎下至篡】男子是从阴茎的地方开始，【与女子等。其少腹直上者，贯齐中央，上贯心，入喉上颐，环唇，上系两目之下中央】。这讲的是督脉。



督脉生病的话【此生病，从少腹上冲心而痛】，督脉为病【不得前后】大小便排不出来，这是【为冲疝】。如果有这种病【其女子不孕】，常常有【瘕痔】痔疮、痔瘻，【遗溺】或小便失禁，【咽干】咽嗑、口很干。【督脉生病治督脉，治在骨上。甚者在齐下营】。我们治疗督脉最常用灵台。灵台在督脉第六椎下，因为灵台外开一寸半是督俞。督俞讲的就是督脉。我们可以在灵台上直接下针，督俞左右各开一寸半下针。甚者、严重的话我们回头治脐下三寸、关元的地方。

我一再跟诸位讲过，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。道家练气的时候就是在这边。吸气的时候，这个弦往下沉，沉到会阴穴。心里面假想这条弦往下拉，拉到会阴穴。吐气的时候，这个弦往上升，升到中焦的中膈的地方。就是这样升迁。这就是腹式呼吸。最好的方式，心里面假想这样子。当你在假想的时候，你的心意就集中了。过去很多的打坐的方式，说我们用呼吸来算。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。可是常常打坐数到五后面忘掉了什么数目。不需要。就假想这个弦在动。这是真气的所在，三焦命门火的所在。

如果【其气上有音】呼吸上气，喉咙里面发出很大的声音，这时候只要有声音，我们【治其喉中央】在喉咙的中央。所以中风很多人喉鸣，像雷鸣、像痰，声音很大。这时候我们下天

突。【在缺盆中者。其病上冲喉者，治其渐】就是大迎穴。【渐者，上侠颐也】两个颐的中间。

【蹇膝伸不屈】脚弯曲有问题，【治其犍】。后段看【辅骨上，横骨下为犍】它都有定义。【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】。后面有下定义。回头看前面，像膝盖不能伸曲，我们治他的犍，就是所谓的阳关的穴道。

【坐而膝痛，治其机】机在这里讲的是居髌，上面胆经的居髌穴。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，寒痹在关节的时候，站立在那边，天气热的时候他会比较舒服，冷的时候会比较严重，这时候【治其骸关】就是膝关的位置。阳关也可以，阳关是寒府，可以驱寒的。

【膝痛，痛及拇指】脚的拇指，【治其膈膈】治他的委中、治他的膈。

【坐而膝痛，如物隐者】像有东西梗在膝盖里面，【治其关】。这就可以扎膝五针，阳关，都可以。

【膝痛不可屈伸，治其背内】讲的是大杼，意思讲的是有骨伤。骨头伤到的时候，关节会肿起来。

【连骭若折，治阳明中俞髌】。所以这是辨证论治。看他是骭骨上面，我们知道是足阳明，针足三里。如果是络上面的话【若别，治巨阳少阴荣】荣穴，像太阳经是通谷穴，肾经就是然谷穴。

【淫泆胫痠，不能久立，治少阳之维。在外上五寸】。少阳经的络穴就是光明穴。

这些东西都是治证，你可以看一下，代表《黄帝内经》提出很多治疗的方法。临床上你们按照我教《针灸》的方式，循经、按照他的经来做补泻，什么时候找它的子穴，什么时候找它的母穴。如果无法分虚实、搞不清虚实，没有关系，我们有很多穴一下去是虚实一起治。叫主客治疗，就是原络治疗。病经是主经，客经就是它的表里经。原络治疗在原穴上的话都无所谓补泻，虚实都可以去。

这里突然讲到【水俞五十七穴者】，明明是骨空就讲到水俞。【尻上五行，行五；伏菟上两行，行五；左右各一行，行五；踝上各一行，行六穴】。我们后面还会讲到水俞，所以这里我不跟你们讲讲水俞穴在哪里。因为后边《水热穴论》里面就有提到，水俞穴哪些是水的运输的地方。俞可以念 yu 也可以念 shu，倒是没关系。但是我们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】，我们身上有一些骨空，现在才真的进入主题。我们有很多的骨空的地方，就是空的、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【在颅际锐骨之下】就是风府穴。另外一个【一在断基下】就是大迎穴的地方。另一个【一在项后复骨下】脖子后面，这是哑门穴。风府和哑门差很近、接得很近。【一在脊骨上空，在风府上】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。这是脊骨的上空的部位，脊骨最上面空的地方，这个可以入脑的。【脊骨下空，在尻骨下空】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】鼻子旁边巨髌，旁边有两个凹洞，这个骨里面有骨空。【或骨空在口下，当两肩】两个肩也有骨空就是肩髌穴。在【臂骨空，在臂阳，去踝四寸两骨空】骨空在两个肩膀后面的臑俞，手太阳经，摸骨头后面凹进去一块，是手太阳小肠经的臑俞穴。

为什么要去了解骨空？我们治骨头的病就是在骨空。怎么知道骨头伤？很简单。如果病在经络上面的时候，他会告诉你，肩膀痛会沿着肩膀下痛，知道他是在经上面。他指的经的位置，比如现在这条经是手阳明大肠经，后面是三焦经，他指的位置既非大肠又非三焦，就是在两个



之间的络上面。他不是故意捣蛋，他是在络上面有病。现在讲的是，如果是骨病，它就在那个点上面，它不会顺着经络而走。

【两髀骨空】如果两个髀骨的骨空的地方，【在髀中之阳】。这讲的就是小肠经的位置。【臂骨空】的地方，【在臂阳，去踝四寸两骨空中间】。在手关节四寸的地方，就是我们讲的三阳络。中间手腕、手肘有两个骨头，这两个骨头中间缝隙的地方是三阳络。【股骨上空，在股阳出上膝四寸】讲的是中渎穴。不是风市是中渎。中渎实际上的位置是外膝、膝盖的外面，直上五寸是中渎。往下、中渎穴之下还有个骨空。【髀骨空，在辅骨之上端】就是所谓的绝骨穴，就是髀骨的骨空的地方。【股际骨空】就在曲骨的位置，【在毛中动下】这里有任脉三八起会阴，曲骨在这个地方。【尻骨空，在髀骨之后，相去四寸】就是所谓的环跳穴。后面坐骨这边有骨盘、骨盆，那个骨头是扁的、平平的。现在讲这边。它表面上【扁骨有渗理】，但是【凑无髓孔】没有髓孔，所以【易髓无空】。这里面没有骨髓的，讲的是这样。治骨，骨头有病我们都可以在骨空上治疗。

现在又跑出【灸寒热之法】，跟骨空又没有关系。所以读《黄帝内经》不要奇怪，因为我讲过，几千年的东西。因为我们以前是竹简，能留下来就不错了。灸寒热，可以把它放到前面去，热厥什么都没有关系。过去灸寒热的方法，大家要记得读中医是这样，定下一个法、灸寒热的法并没有说什么病。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，这时候可以用灸寒热的方式，不管里面什么病。所以在临床上的时候，比如我们治疗这个人关节痛，就开关节痛的药，可能里面是骨癌，不管它，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，你如果真的读了《黄帝内经》，你就知道伤寒派才是对的。因为温病是从“冬伤于寒，春必温病”。然后温病还有时间，夏至日之前发的是温病，那个病是从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、病理学还有预测、预防医学，没有。他是以西医的来看，当然不会。看到骨癌、骨头生癌肿那么大，糟糕不会治。怎么不会治，方针放在那边告诉你了。

如果遇到寒热的病【先灸项大椎】，【以年为壮数】就是三十一岁就灸三十一壮，年龄大一点就是灸多一点。【两季肋之间灸之次灸膈骨】灸完以后再灸膈骨，就是尾椎骨的地方，也是【以年为壮数】。【视背俞陷者灸之】还有也可以按照背俞，背后膀胱经的俞穴很多，肝心脾肺肾，胆小肠胃大肠膀胱，一路上面通通有它的俞穴。我们摸到俞穴凹下去的，通通可以灸。【举臂肩上陷者灸之】还有举臂肩上面也可以灸，这就是肩髃，一举臂上面凹下去就是肩髃穴。【两季肋之间灸之】章门穴，脏会章门。【外踝上绝骨之端灸之】。【足小趾次趾间灸之】讲的是侠溪穴。【膻下陷脉灸之】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。【外踝后灸之】外踝昆仑也可以灸。这也是灸寒热也可以。

【缺盆骨上，切之坚痛如筋者灸之】。缺盆上是什么？很多人肩膀痛。按两个肩膀，肩颈硬邦邦的，就给他灸。直接就放在上面灸，肩颈，就放在大筋上灸。灸它就软掉了。

如果在外面，什么灸也没有，艾绒也没有烧，现在一碰到朋友的肩膀很痛。中医的方法真的非常多。让那个人找个单杠，手抓单杠。没有单杠找个门上的横杠也可以。我讲单杠，你不要死板板的想，我一定要单杠、非单杠不行。你可以变化。手抓到一个地方，然后身体往下垂，垂下去后用身体的重量来压制它。这时候头往前仰，全身吊在那边，只有手的五个指头用力把身体撑住。其他通通放松，脖子往下垂。垂五分钟起来，筋就松掉了。这是我们有筋经。

如果你不知道这个筋经的方法，《黄帝内经》说没关系，直接在上面灸。【膺中陷骨间灸之】还有胸中的陷骨，膺就是胸。你看拉起来胸中的肋骨有凹下去的。就灸，灸肩膀后面和肋骨这两边。他会绷紧，上面急，下面一定就有虚的地方，灸在两边。这种方法就是让他阴阳平衡的。可以加上【掌束骨下灸之】腕骨穴都可以灸。

这些是治证。你看《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，你们可以按照《黄帝内经》一定有效，也可以按照《针灸大成》里面历代的医家的经验。

这边讲了很多灸的地方。【脐下关元三寸灸之】。【毛际动脉灸之】。【膝下三寸分间灸之】比如足三里灸。【足阳明跗上动脉灸之】。【巅上一灸之】巅顶上也可以灸。这些灸，前面要回到灸寒热的方法，这些都可以灸。

【犬所啮之处灸之，三壮，即以犬伤病法灸之】狗咬到、疯狗咬到，我们在伤口上灸三壮。用犬伤、狗咬到的方法灸。【凡当灸二十九处，伤食灸之】所以食物毒都可以。二十九处什么意思？灸寒热。如果现在疯狗咬到，除了疯狗咬到的伤口灸三壮以外，前面这些穴道治寒热的，灸大椎什么的通通可以一起灸上去。所以被狗咬到产生的往来寒热，或者是破伤风、或者蛇咬到产生的往来寒热，只要看到往来寒热、寒热并结的，通通可以用这种方法。

最后一段【不已者，必视其经之过于阳者，数刺其俞而药之】。如果灸了半天还没好，看过于亢盛的经脉是哪一条，刺它的俞穴。俞穴是气脉的输出输入、运输的交换的地方。再给他吃药。怎么知道他是哪条气脉比较盛？很简单。我们有三阳三阴。在三阳三阴上一摸，哪个经特别痛就是它，一压就知道。所以我们有触诊的方式。

## 第六十一篇 水热穴论

再来第六十一篇《水热穴论》。这里讲水热穴。

一开始黄帝问【少阴何以主肾】？你看我们在讲《针灸》的时候，讲少阴主阴就讲完了，这里讲原因，为什么少阴主肾？【肾何以主水】？

岐伯说【肾者至阴也。至阴者，盛水也。肺者，太阴也。少阴者，冬脉也。故其本在肾，其末在肺，皆积水也】。光看中国的文字，很难衡量为什么用这个文字。肾脏在地下，横膈是地、地表，心脏、肺脏出于地。地上为阳，地下为阴。所以肾是水脏，冬天的脏。水在下面集合了以后上来，然后到肺，肺像树叶一样展开来。所以肾为本，肺为末。所以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，两个相比较在一起。肺肾这两个地方都是会积水的地方。



【肾何以能聚水而生病】肾为什么能够聚水而生病？

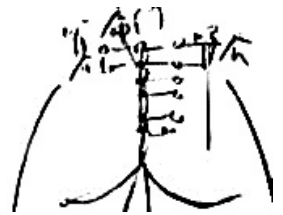
岐伯就说【肾者胃之关也。关门不利，故聚水而从其类也。上下溢于皮肤，故为跗肿者，聚水而生病也】。肾的水当过满的时候，会反逆到胃。中间是脾土，地就是土，所以在胃的位置上。胃如果饮水、吃食物进来累积起来，就好像水坝。肠胃是水谷之海，饮食的精髓通通是谷之海。谷之海就好像水坝。水坝里水太满了，有一个门、闸门要打开。门开的时候，这个门就是肾。所以说肾者胃之关。当肾脏功能很好的时候，水一满肾就打开、闸门就打开，水就放出去了。如果肾有问题，关门不利，水停在里面没有出去了，还要不断的再吃、不断的再喝。所以遇到水肿的病人的时候他会告诉你。口渴不渴？渴。喝不喝水？不敢喝。为什么？因为一喝水身更肿。正常人喝水以后会生津液，因为身体循环回来以后舌头下方会有津液、唾液会出来。不正常的时候是水累积在下面，这是寒水在土地下面，横膈之下为地下，整个土是满的水。满的水就水没有办法气化，所以上层是很口渴、很干的，这个水不能吸收。

[第 66 集]



黄帝就说【诸水皆生于肾乎】所有的水病都是从肾脏开始吗？

岐伯就回答【肾者牝藏也】。牝念 pin。在《易经》里有牝马之争。牝就是母。“肾者牝藏也。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，传为胕肿”。【地气上者】地气之所以，上面的水液生于肾【属于肾，而生水液也】。上面的水本来就是供应下面的。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。天一下雨就是肺的水要回到肾脏里，金要去生水，这个水再渗下来渗到肾脏。水到肾脏以后又碰到小肠，小肠再把它气化以后，肾主骨、骨中有髓、脑为髓海，这个水进去到骨髓里面一路到头部去。【故曰，至阴勇而劳甚，则肾汗出】现在一个人发劳，就是劳力、出劳力工作的人，当他劳动量很大的时候，在劳动的时候汗出、流汗。【肾汗出逢于风】结果汗出的时候又当风，身体里面很热。我们知道当花劳力的时候的汗是所谓肾汗。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，肾脏不行的时候没有力量。当表汗出的很多的时候，外面的环境是风很大，一吹干掉了。风一直在吹的时候皮肤毛孔会缩起来，人又不断辛苦的在劳力、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【内不得入于藏府，外不得越于皮肤】，【客于玄府】玄府就是汗孔，【行于皮里，传为胕肿】脚胕先肿。【本之于肾，名曰风水。所谓玄府者，空也】。以后我们会介绍，这是风水、这是皮水、这是什么水，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。为什么刚开始在胕肿？用想的。正常人的水在身体里面的时候是气化的、很热的，所以气是往上升的。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、最底的地方。



黄帝问水的俞穴等于水的运输的地方有五十七个穴道【水俞五十七处者，是何主也】它是主司什么功能？岐伯说【肾俞五十七穴，积阴之所聚】所有的阴，水通通聚在这个地方，【水所从出入也】。

【尻上五行行五】就是从背后来算，从尾椎骨开始往上。实际上从上面看是从命门，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，中间有五个穴道，每个跳过一个关节。然后从中间往左右各开一寸半，再各开一寸半，这样下来刚好 25 穴道在背后。这是阴之所聚，【此肾俞】。【故水病下为胕肿】，【大腹】腹部会撑大。前面就是腹部，整个都是肾脏在管。【上为喘呼】。因为下面积水的话，肺气、吸的天阳下来本来要进入肾脏，没有办法，到了横膈遇到水就回逆了，所以呼吸会变得很短促。【不得卧者】没有办法躺下去，【标本俱病】。这里的标讲的就是肺，本就是肾。肾脏有问题的时候原本是出自肾脏，但是会影响它的标、就是表证、也会影响到肺，原来肺本身没有问题的是因为肾脏出问题。我们后面还有一个《标本论》，会讲得更详细。所以造成【故肺为喘呼，肾为水肿，肺为逆不得卧】。肺因为肾水挡在下面没有办法排掉，肺气就变得很短。我们在治水的时候观念要有。比如我常常讲的，如果一个空的管子放到水杯里面，手按到空管子拉起来来水就在管子里，要让水排出来就要上面打开来，这个大家都知道。上面打开来我们有时候运用玄府，就是一下去用表药，病人一发汗水排掉。还有的时候不是表，表没有水，我们让他一吐的时候下面的水也排掉。这是中医的观念。西医就是利水用排水药、利尿剂，利了半天利不出来了，人就肿在那边然后就没有办法了。中医有很多种方法来排水。



【伏菟上各二行行五者，此肾之街也】。从肚脐到曲骨穴，旁边是肾经从中注、四满、气穴、大赫、横骨，这些是在腹部足少阴的穴，跟着任脉走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。【三阴之所交结于脚也，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。一般来说脚上的三阴交、照海、复溜、阴陵泉、漏谷、地机，

这是脾经的位置，这是我们能够泄水的地方。伏菟上各两行行五者，一个是我刚刚的肾的气、肾的街道，另外一个胃气的街道在胃经上面、任脉旁开两寸的外陵穴、大巨、水道、归来、气冲，我有翻在书上。胃经上面的是胃街、胃的街，刚好就在神阙和曲骨之间。旁开半寸是肾经，开两寸就是胃经是胃的街，任脉旁边是肾的街。这两个把它区分开来。这些穴道通通可以在治疗将胃气恢复时选用，也是可以利水、排水的穴道。我们讲排水的时候诸位要有一个观念。任何水积在那边都跟肾有关系。不管肚子大到什么程度，只要有积水都是跟肾有关系。所以记得一个大原则。这些肾街、胃街下针可以随症取用，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。当然如果看到肿得很大，鸡矢白、鸡矢醪、鸡大便白的地方拿甜酒熬药煮也可以。针灸也可以这样做，就是在这些穴道。刚刚讲的脚上面的脾经的穴道，肾脉下行【名曰太冲】，这些就是我刚刚讲，像阴陵泉、三阴交、照海、复溜、漏谷、地机，三皇穴都是水道、水的过往道路的一方。在这边下针，病人小便排出来，排很多。

【春取络脉分肉何也】黄帝说为什么春天取络脉？岐伯回答【春者木始治】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，这时候风气很急【肝气急，其风疾】肝就是风。因为阳才刚起来，经脉还没有完全出头【经脉常深】，【其气少】它的气少，所以从外面进来的病气【不能深入】，【故取络脉、分肉间】大部分都停在络脉上面，分肉之间。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。

【夏取盛经分腠何也】为什么夏天在盛大的经脉和皮肤腠理之间取穴？因为岐伯说【夏者火始治】，这时候【心气始长】。夏是心脏，这时候血非常旺，心主血。【脉瘦气弱】就是血非常旺，气还比较弱，这时【阳气留溢】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来，经络都浮于表上。【故取盛经分腠。绝肤而病去者，邪居浅也】。针刺到皮肤，刺到表经就可以了。【所谓盛经者，阳脉也】就在阳经上面，用不到阴经的。

【秋取经俞何也】秋天为什么取经俞、经俞穴？这种都是按照节气来取的。【秋者金始治，肺将收杀，金将胜火】。岐伯说因为秋天【阳气在合】穴开始要衰落了。【阴气初胜】阴气开始上来，【湿气及体】，在这种状态之下如果受到的寒气或湿气。里面的阴气所谓同气相求，当外面是阴气的时候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【阴气未盛】，如果外面的寒湿没有办法很深入【未能深入】，都是在经络上面。【故取俞以写阴邪】这时候取经上的俞穴，因为只管理气，秋天的时候只管气。我们在介绍五腧穴，井荣俞经合，俞就是输动。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。经络大家只要记得，在我们讲手太阴肺经、手阳明大肠经，很多经，都是气的位置。不是血管的位置，跟血管没有关系。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。肺是主气，所以我们在经上面、气之所俞的地方可以泻阴。合穴【取合以虚阳邪】把阳邪、阳很盛的时候可以用合穴来做。【阳气始衰，故取于合】。俞穴和合穴，你看这样讲好像不容易了解，实际上就是我教《针灸》的时候告诉你们的。

当病气进来的时候，短期的病症都是实证，我们用泻的手法。久病为虚，久病的时候用补的手法。基本上就是这样子，他们还没有把它分得很明确。还有一种，怎么知道久病、新病？有的人讲不出来。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。久病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。

看到他哪条经有问题的时候，经上就告诉你，病是在阴经还是在阳经。阴阳就区分出来了。所以我们针灸要很熟，就是能够让你分阴阳，一看就知道。简单分阴阳就是，手臂里面痛就是阴，外面痛就是阳。背后就是阳，前面就是阴。简单讲就是这样子。



你们不用为这里所迷惑、所困惑到。只要记得按照经络来取穴就对了。

【冬取井荥何也】冬天取井荥为何、为什么这样子？【冬者水始治，肾方闭。阳气衰少，阴气坚盛，巨阳伏沉。阳脉乃去。故取井以下阴逆，取荥以实阳气。故曰，冬取井荥，春不鼽衄】也是我们过去说的，冬取井荥，春天不流鼻血。因为冬天阳气很深，正常是阳气很深。外面是阴气在外面，阳要潜藏。如果一动它动到别的，比如动了井荥输经合的经穴、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，只会把病邪泻掉，不会动他的阳气。冬天如果动了他的阳气，照理说冬天要让阳潜藏，动了他的阳气阳往外浮的时候，冬天的阳没有潜藏，隔年的春天就开始流鼻血。简单这样子讲，如果这只熊没有冬眠，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。

【夫子言治热病五十九俞，余论其意，未能领别其处。愿闻其处，因闻其意】治热病五十九，讲一讲穴位在哪里。

岐伯就说【头上五行行五者】所有的阳汇在头上产生的热，都可以用。头顶上比如前面的上星，再来是囟会、前顶、百会、后顶，正在督脉上面。（头部）督脉旁开一寸就是膀胱经。这些连续的，像和尚的戒疤一样，可以按照经络来放血，【以越诸阳之热逆也】。最常用的就是百会放血。当热气往上冲的时候，人昏厥的时候，百会放血。一放血，阳气就会往下走。所有阳的热力太热、过热，通通可以在这里做。

胸里面、胸中太热，比如遇到肺炎、发高烧，很多的这种表证，在【大杼】，【膺俞】讲的是胸口的穴道膺窗，肺经上“膺窗乳中沿乳根”的膺窗穴，【缺盆】，【背俞】讲的就是肺俞穴，【此八者，以写胸中之热也】可以治疗胸中的热。临床上看的时候诸位不要怕。现在有个 pneumonia、肺炎的病人或怎么样胸中大热，或者是心脏的问题心里面很热。病人会告诉你，胸很难过、很热。甚而至于病人会形容到什么程度，好像一股热水，有人用热水从头上倒下来、从身上冲下来，全部很滚烫。这个时候按他这些热穴、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。一般我们真正在治证的时候，都按照压痛点在做。压痛点就是病气堵在这边，直接下针。所以压痛点是非常好用的，不然那么多穴道怎么找。这指的是大原则。

【气街】气街讲的就是伏兔，【三里】、【巨虚】上巨虚下巨虚、【上下廉】，【此八者】左边四个右边四个，【以写胃中之热也】能够泻胃里面的热。肠胃里面的热，比如消渴就是肠胃里面的热，一直喝水不能止渴，吃东西也吃了半天肚子还是饿的。

【云门】、【髃骨】肩髃、【委中】、【髓空】讲的是环跳，【此八者，以写四肢之热也】。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，【五脏，俞傍五】有肝俞、脾俞、心俞、肺俞、肾俞。这都是左右两边各十个【此十者，以写五藏之热也】。

【凡五十九穴者，皆热之左右也】这都是可以治左右热的穴道。

【人伤于寒而传为热，何也】为什么？【夫寒盛则生热也】。你看从头到尾，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》的时候，你就知道《伤寒论》是对的。后面的温病派真的是，因为这批人没有去看《黄帝内经》、没有仔细去读《黄帝内经》。不要讲读别的，光看“春必温病”前面那句话是“冬伤于寒”。所以热证、温热的证是冬天过来的。就好像一个春天，过去讲温病讲很多瘟疫怎么样，实际上流行的时候有的人没有事、有的人会得到。为什么？冬天。去年的冬天伤到寒，他就爆发了，体力就不够。我们在介绍《伤寒论》的时候还会再深入介绍，处方哪里来，为什么是这样子。

## 第六十二篇 调经论

《调经论》说针灸的刺法。【余闻刺法言，有余写之，不足补之。何谓有余？何谓不足】？岐伯说【有余有五，不足亦有五。帝欲何问】？【愿尽闻之】。

哪五个？肝是藏血，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。所以五脏分得五种，神血形气志。五有余有不足。岐伯说【神有余，有不足】有的人是神有余，有的人是神不足。【气有余，有不足】有的人是气有余，有的是气不足。【血有余，有不足】有的人血有余，血不足。【形有余，有不足】有太瘦的，有太胖的。【志有余，有不足】有的人是志有余，有的人志不足。【凡此十者】有五实五虚，【其气不等也】。



黄帝很厉害，问的问题很好。【人有精气、津液、四肢、九窍、五藏、十六部、三百六十五节，乃生百病】那么多的地方有那么多有关节、有那么多内脏才会生出各种不同的病。【百病之生，皆有虚实】所有百病发生的时候都有虚实，五脏、经络上都有虚实。【今夫子乃言有余有五，不足亦有五】只讲了五个。【何以生之乎】为什么可以这样讲？

岐伯说【皆生于五藏也】因为神血形气志五个东西源于五脏。有脏和腑还有十二经络，因为有脏人才会活络起来，才会有血，才会有神。五实五虚都是源于五脏。【夫心藏神，肺藏气，肝藏血，脾藏肉，肾藏志，而此成形】。【志意通内连骨髓而成身形五藏】人有意志、有想法、有做法，才会通到骨髓通到五脏。所以【五藏之道，皆出于经隧】有五条经络。我们身上有脏的经络络到外面去，络到身体的外面去，所以来【以行血气】，这时候我们才可以去思、才可以有神、才可以有外形、才可以有气、才可以立志。所以人是因为这样子的。如果【血气不和】的时候，【百病乃变化而生】就会产生变化。如何让五实和五不足让它平衡？岐伯就下了个定义。让他的经络平衡就好了，自然而然就平衡了。【是故守其经隧】。所以针灸非常的好用。后面还介绍，病之初、刚开始的时候、一发现有病我们怎么动手，岐伯都会介绍。继续介绍下去就一个个讲了。

【神有余不足何如】神怎么看？岐伯说【神有余则笑不休】笑不停，【神不足则悲】。所以看那个人在悲就是神不足，看那人笑得躺在地上还在翻滚就是神有余。如果【血气未并】血和气没有合并在一起，诸位记得，常态气走血跟着后面走，气血并在一起的时候是得病。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6寸，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，未入于经络也。故命曰神之微】刚开始的时候。怎么知道神过、神不足？看到这个人悲，或看到这个人过喜，病人如果出现有点恶寒、怕冷的现象，就是刚开始出现的症状。如果有的人笑或悲，可他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，并没有引发病症，不要去治他。引发一点病症就可以看到了。看到一些表证，就是刚刚讲的，神有余不足的话病人会有毫毛、皮肤有点冷冷的感觉，就是有余或者是不足造成的一种刚开始的表证。

黄帝就问【补泻奈何】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。【神有余则写其小络之血】，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。【出血勿之深刺，无中其大经】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【神不足者，视其虚络】查看到他的虚络，【按而致之。刺而利之，无出其血，无泄其气，以通其经，神气乃平】就是针下去不要放血出来。有余的话放一点点、几滴血出来。不足针下去就好了，不要让他出血。这就是调整一下就可以了。所以病在初始的时候、轻微的时候我们开始调整，他就好了。【第 67 集】



神有余泻的时候，小络上面放几滴血就好了，稍微轻轻推一下，不要太过。不足的话下针下补的时候，针下去打针，让他气血疏通，简单动一下就好了。如果一个人大笑不休或者是悲，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。不要小络放一点血，太过了，他没有病。所以他的症状跟一些治疗要配合，要有症状再做。

黄帝说【刺微奈何】刺神微、一点点变动的时候重要的方法是什么？用针刺的手法。先用【按摩勿释】，着针勿斥。移气于不足，神气乃得复】。有的时候我们的针在经气上摸到皮肤表面上，针在表面上碰碰就好了。有的时候针都不用下去，因为很轻微，不要太过。稍微用针在碰一下的时候，病人会悲忘掉了，专心想要被扎针，神就回来了。

这一段就是告诉你，针灸可以、中医可以治在病初期，刚开始碰到皮肤就知道了。中医的厉害在这里。如果你跟医生说我稍微有点冷，穿衣服、多穿点衣服。

刚刚讲的是神。黄帝说【气有余不足奈何】怎么治？我们知道气讲的就是肺。岐伯说【气有余喘咳上气】肺气有余、有多余的气的时候病人会喘咳上气，【不足则息利而少气】呼吸很短。【血气未并，五藏安定】。就讲气和血本身是分工合作的，不会并在一起的，五脏安定。【皮肤微病，命曰白气微泄】。当肺气有一点点问题的时候，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。一个有余的症状，一个不足的症状。怎么分？先生小姐放心好了，有余一看就知道，不足更明显。讲话都没有力气，元气都不足。听他电话里讲话声音很大，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，实际上我们在用的时候用五行的大原则，待会儿我会讲一些案例，用听、闻诊和望诊一下就知道了。

【补写奈何】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。【气有余则泻其经隧】如果有余就泻他的经，【无伤其经】不要伤到经，【无出其血】不要让他出血，不要泻其气【无泄其气】实际上就是泻他的气不要让他出血。【不足则补其经隧，无出其气】。肺是气。如果不足的话就不要让他气泻，有余的话让气泻出来一点点。所以上面讲的“无泄其气”意思就是讲可以泻出来一点气，后面的“无出其气”才是不可以让他出气。

【刺微奈何】如何刺肺气微、一点点改变？岐伯说【按摩勿释】按按针的位置。【出针视之曰，我将深之】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【适人必革】要反抗。这时候病人必怀惧色，【精气自伏，邪气散乱】精气马上就好了，邪气就跑掉了，【无所休息，气泄腠理。真气乃相得】。因为神就回来了。意思就是病在微的时候、很轻微的时候，一些动作就可以把他治好。好的医生方法很多。

神、气，现在讲血。【血有余不足奈何】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。当然有时候怒是假的怒，我常常有时候假怒。所以看我发脾气的时候有的是假的，我看看那个人的心性如何，假的怒。真的怒的时候脸都发红了，那是大怒。【不足则恐】恐惧。【血气未并，五藏安定】。【孙络水溢，则经有留血】如果有血症的时候，有余和不足都会在经络上面造成瘀血，淤积得有血脉出现。

【补写奈何】？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。【不足则视其虚经，内针其脉中，久留而视】。经虚的地方放针、下针在他的气脉里面，留针让他慢慢恢复。【脉大疾出其针，无令血泄】。所谓脉大疾出其针，当我们做补泻的时候，不足的时候做补比如扎针肝经。下了肝经的曲泉，曲泉是母穴，下在曲泉。或是太冲，太冲是俞穴可以做原穴，虚实都治。气至的时候，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，气一到的时候脉变得很大。下针的时候，可以在下针之前摸病人的脉，下针以后再摸病人的脉，脉改变掉了。都可以感觉的很明显，如果仔细去摸，非常明显。

【刺留血奈何】黄帝说如果经脉里面有瘀血怎么办？【视其血络，刺出其血，无令恶血得

入于经，以成其疾】。把瘀血放掉就好了。我们放血的时候都是放一两滴，挤一两滴就好了。不要大放、放很多出来。里面有脓血的时候，看到脓才会大放。我们用火罐上去吸，硬要把脓吸出来。有的是络上一点点血，不用火罐，放血针刺一点，挤一两滴血就够了，让气血调匀就可以了。

后面是脾脏。【形有余不足奈何】一个人太胖、过胖，或过瘦，形变、形体改变了、外形改变了就是有余或不足。岐伯就下定义了。【形有余则腹胀】形有余的人一定会腹胀、肚子大、小腹胀满，【淫洩不利】就是小便、大便不会顺畅。形【不足则四肢不用】，手脚没有力量，不能够控制。因为病在初【血气未并】，这个时候【五藏安定】。【肌肉蠕动】的现象，【名曰微风】。蠕动就是（如脸上的）皮肤会跳动，或甚至于感觉到（如手臂的）皮肤里面痒痒的。

【补泻奈何】？岐伯就下定义了。因为这是形，属于脾。【形有余则泻其阳经，不足则补其阴经】。脾经的表经、阳经是胃经。有余要补其阳，不足的补它的络。为什么？因为是病初发。阴经和阳经，脾经和胃经有络、络的交穴，络穴的交点中间是络。所以有余的话扎阳经就好了，不足扎它的络就可以了、络脉。

【刺微奈何】如何刺微病、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。一般来说扎四肢上，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。

【志有余不足奈何】？一个人的志太过、志有余的主要的症状就是【志有余则腹胀飧泄】就是下利、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、刚开始微变的时候，应该不是人会昏迷过去，而是手脚比较冷。【血气未并，五藏安定】。这个时候病人【骨节有动】，骨头、骨节中间会有声音产生，有稍微振动、颤动。

【补泻奈何】如何补泻？【志有余则泻然筋血者，不足则补其复溜】。我在介绍肾经的然谷穴的时候，记得然谷穴是非常好用的地方。有余的时候我们在然谷穴旁边的络脉上面看到有青筋冒出来放血，不足我们知道就可以补肾经的复溜穴。肾气稍微不足的时候可以补复溜，复溜是肾经的母穴。

【刺未并奈何】？什么是未并？气和血没有并。气血不并的时候，人的循环都会很好，都没有什么大的问题。气血没有混乱的时候，脉都是很正常的。岐伯说气血还没有并、有点小微恙产生的时候，【即取之】我们在部位浅针，【无中其经】不需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了，不需要扎到主要的经脉上面，【邪所乃能立虚】。

我们在《针灸》里面讲的，比如扎复溜，扎三皇的阴陵泉、地机、三阴交，这都是在经脉上面下针。我们会在经脉上面下针，一定是经脉有问题了。在经脉上面下针，经脉是直接络到脏腑去的。所以真的要治脏腑的病的时候，我们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。治内脏的病我们一定要在大的主经上下针。现在是讲微病，刚开始有一点毛病的时候。

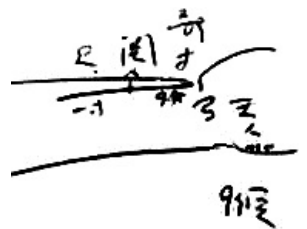
黄帝说【余已闻虚实之形】我知道虚和实刚开始的病的形态，【不知其何以生】这个病从哪里来？岐伯就说【气血以并】，气和血本身是相行不会互相打仗的，气血已并、互相打仗，【阴阳相倾】阴和阳相搏、相斗、相格的时候，【气乱于卫】卫就是表气，【血逆于经】，【血气离居】血和气会分离开来，【一实一虚】。【血并于阴，气并于阳，故为惊狂】。这就是严重了，如果是气血并在一起的时候。只要记得，人的上面是头，脖子里面的气，气应该到脖子，上面是血、髓海。当气并于阳的时候，六阳整个往头上面冲的时候，病人发生惊狂。像这种问题的时候马上要泻掉，诸位学过百会放血，气太盛、阳气太盛，涌泉也可以把气导下来。【血并于阳，气并于阴，乃为灵中】。这个段讲的就是气血如果紊乱、变乱、动乱时候产生的一些现象。血本来就是很热的，再并于阳就更热了，所以为灵中。血是热。【血并于上，气并于下，



心烦惋善怒】。【血并于下，气并于上】合并在上面太重盛的时候【乱而喜忘】。这些怎么把它综合在一起？气血、血气这些东西，看后面的解释。

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】？岐伯就下定义了。【血气者，喜温而恶寒】人身上的血跟气的本性就是喜温，所以人身上会温度很高，不喜欢寒。一遇到寒的时候【寒则泣不能流】造成血不能流而有时气也受到影响。【温则消而去之】温回来的时候气血就会平衡下来。【是故气之所并为血虚，血之所并为气虚】。气血的平衡就是这样子，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，气和血这两个东西，气行，血才跟着行。气血两个是不回头的，一直在循环，不能停积下来。一遇到寒，停下来以后它就会累积。如果寒伤到气了，伤到气以后，气本身在气脉里面动的时候，气脉伤到寒以后，气会累积停下来。气一累积在这个地方的时候血就虚掉了，因为血要等气走。气先走六寸，血再跟着走。现在气凝聚在这边的时候，血就不过去了。所以气会并一起会造成血虚，血会并在一起会造成气虚，简单讲就是这个意思。只要有个观念，气行和血行。血累积在这里是受到寒才会停积下来。血如果受到寒的话，血一停下来气就不动了，气会受到影响就造成气虚。

为什么要这样辨证？真正在辨证的时候我们知道气和血，有些行气的药、入气分的药，有些入血分的药，不太一样。这是我们来区分它。后面讲的《伤寒论》《金匱要略》都源自这里。这里是一段一段的，张仲景把它集合起来，重新整理过。



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。

【今夫子乃言血并为虚，气并为虚】血并是气虚、气并是血虚，【是无实乎】都是虚证没有实证？岐伯这里对虚实下定义了。【有者为实，无者为虚】有看到、摸到就是实，没有就是虚。【故气并则无血】气并在一起血过不去了，血就伤到了。【血并则无气】。【今血与气相失故为虚焉】所以造成虚证。【络之与孙脉俱输于经】络和孙络通通是所有的气血都会输到主经里面去的，【血与气并则为实焉】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的话，阻在那边就是气，气淤积到会造成血虚。单纯是血受到寒而凝滞不前，速度减慢下来的话造成气虚。造成实证是气血两个同时受到阻碍，气和血并则为实证。所以我们去攻实的时候常常说，这个人肿瘤、癌症，我们知道里面是气血并在一起才是实证。所以我们有行气的药加进去，我们还有活血化瘀的药加进去。如果是虚证，不是气虚就是血虚，气虚因为血堵塞在那边造成气虚，如果血虚的话是因为气不行。所以虚证只有一样东西堵塞到，实证的话气血两个东西堵塞到就会造成实证。这里就告诉诸位了，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，才可以把病治好。【血之与气，并走于上，则为大厥】人就昏迷过去了，【厥则暴死】。【气复反则生】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，我们在百会上放血。在百会上放血，血就虚掉了。还有气，在涌泉上，还有十宣放血，在末梢上放的话都是让他行气。如果气复反则生，【不反则死】。这里都为虚实下定义。

【实者何道而来，虚者从何处从去？虚实之要，愿闻其故】虚实的要点希望再讲详细一点。岐伯就说了。所有的阴讲的就是脏，讲的就是血。阳讲的就是腑，讲的就是气。【夫阴与阳皆有俞会】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、从阳经上面会注到阴经上面，因为有个输穴就是俞穴，俞穴就是能够经输、能够输导它的气脉的地方。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，气太多了或血太多都不好。【九候若一，命曰平人】。我们是三部，头上有三部，身上有三部，脚上有三部。脉合一的话叫正常人。如果说九候，我们手脉也可以分九候。手上的脉的九候，侧看手掌，手上也可以有三部九候。寸关尺是三部，每一部分三个按。这样算的时候，从关前到手腕是九分，差一点点没有碰到腕，后面是一寸。脉是从上面这样斜下来，从寸斜到尺，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。三个部分就是九候，所以九候就这样来的。当然简单讲，以后大家就知道了，按到皮肤表面上就摸到脉病就在皮，摸到中间摸到病的血脉，摸到里面病就在脏。这样看。

【夫邪之生也，或生于阴，或生于阳】有病邪的有的时候病是从阴出来的，有的时候从阳出来的。【其生于阳者，得之风雨寒暑】一般病出于阳都是得到外面的节气风寒暑湿燥热。【其生于阴者，得之饮食居处，阴阳喜怒】如果是生于阴、病从阴部从阴脏里面出来的时候，大部分都是饮食没有节制，居住的地方没有按照四时的节气走，还有喜怒无常、情志的喜怒忧思悲恐，都会造成这样。所以我们常常要按照四时，节气变的时候我们要知道保养自己。同时饮食一定要注意，不要太饱，当然很正常，食物坏的东西不要吃。情志要保持很稳，不要过喜、过忧、过怒、过悲、过恐，都不好。所以只要记得，现在下定义了。阳病通通来自于外在，风寒暑湿燥热造成的。阴病来自于内在，自己没有把自己照顾好、保养好。

【风雨之伤人奈何】黄帝说外来的风雨伤人的症状如何？岐伯就下定义了。【风雨之伤人也，先客于皮肤】风雨伤人先在皮肤表面，皮肤表面如果没有治好，这个病才会【传入于孙脉】孙络。孙络没有治好胀满了以后【孙脉满，则传入于络脉】。先是孙，再是络。【络脉满，则输于大经脉】才到大经上面。到了大经上面的时候，【血气与邪并】因为邪会影响到身上的血气，【客于分腠之间，其脉坚大，故曰实】这时候聚在肌肉里面，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，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，他就是虚痛。



【寒湿之伤人奈何】黄帝问寒湿伤人的症状是什么？【寒湿之中人也】，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，故曰虚】所以病人会看到虚证。【虚者聂辟气不足】虚证的阳气不足，【按之则气足以温之。故快然而不痛】。如果手按到他，因为你一按到他的时候你的阳气会过去，病人说很舒服，因为手上的温暖很舒服多按一下，这就是虚证。如果是实、是阳实、很实，你碰他，他不要碰。我们前面讲《针灸》就讲过。所以喜按为虚、拒按为实就是从这里来的。

黄帝说【阴之生实奈何】？在《黄帝内经》的前面就介绍过了，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。所以肝脏里面可以积满很多血，但是不可以累积瘀血在里面。就是这意思，阴可满不可实。黄帝现在就说了，阴实、阴之生实到底怎么产生的、原因是什么？岐伯就说了，这个人【喜怒不节】一下子大喜、一下子大怒，情绪不稳定，造成【则阴气上逆】。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，我们以横膈来看，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。如果情绪不稳定的时候造成阴上来，阴本来不应该上来，阴上来的话下面就虚掉了。阴上来的话【上逆则下虚】。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。【下虚则阳气走之】下面一虚掉、阴一上来以后，只剩阳在下面了。阳气没有阴，阳气散掉了。阳气一散掉以后，阴停在上面不动了，阴阳分开来了。【故曰实矣】阴实的原因。阴本来可以满，满得还是会循环，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。

【阴之生虚奈何】阴虚？岐伯说阴虚的来源。都跟喜的情绪有关系，【喜则气下】一个人喜他的气往下走。怒则气往上升。【悲则气消】过悲的话伤到肺气，肺气就没有。【消则脉虚空】血脉会空虚掉。【因寒饮食】这时候再吃到寒冷的东西。肺是阳，本来胸都是阳。肺如果悲太过的时候，阳气消损。阳气消损的时候，阴会进来。病人本身又吃寒，行寒饮冷，又不知道保养身体，把身体保温一点，又吃冷食，就造成阴虚，【寒气熏满】寒气太重，【则血泣气



去。故曰虚矣】。

为什么要知道阴虚和阴实？很简单，我们要知道就是因为，我们有入阴的药、有去实的药，有入阴的药、有补虚的药。知道他是阴虚，阴的药给他，再补他虚的药。知道他是阴实，入阴的药，同时去实的药混在一起。为什么要知道寒热？因为有的药是祛热的，有的药是祛寒的。所以能够分辨出来的话处方才不会错。

这是阴虚的来源。所以都跟情志很有关系。虚的话大部分都是身体里面寒气很重。所以虚证都是阳气四散，基本上就是里寒、身体里面有寒。

黄帝说【经言】经书上说。【阳虚则外寒】阳虚。阳本来是在皮肤表面上的。现在阳气如果虚掉了，就会产生身体外感觉到冷。人有点阳气在表面上的时候不容易怕冷。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，喜欢多穿件衣服，所以阳虚。【阴虚则内热】阴虚的人体内会生热。为什么要知道阳虚外寒、阴虚内热？因为如果知道阳虚的时候我们就知道要补阳的虚，这个药是补虚的药，表寒就会去掉。病人说身体很冷，感觉皮表冷还是身体里面冷，病人会告诉你。我真的是皮表冷，皮表冷我们知道阳虚了。从症状我们就可以了解。如果这个人是阴虚内热，阴虚的时候身体里很热。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。【阳盛则外盛，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，药要去表寒。不一样。光祛寒不行，我们祛寒有两种，一种里寒，一种表寒，药就不能乱用。【余已闻之矣，不知其所由然也】黄帝说阴虚内热、阳虚外寒，不懂，再解释一下。

岐伯就说【阳受气于上焦】，我刚才一再跟你讲，胸腔里面基本上常人是阳，受气于上焦。因为胸腔是阳，【以温皮肤分肉之间】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【令寒气在外】，寒气在外的话影响到上焦。外面太冷了，环境太冷了，【则上焦不通】。【上焦不通，则寒气独留于外】，阳气没有办法去固外。【故寒栗】会造成病人发冷、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。

【阴虚生内热奈何】怎么来的？阴虚的人生内热，岐伯就下定义了。【有所劳倦】就是劳力的工作做了很多。劳力的工作，比如搬家、做一些工人的工作、或是农人的工作。劳力付出很多，都是阴虚。当然行房很多也会阴虚。有所劳倦的人会造成【形气衰少】，因为里虚了。【谷气不盛，上焦不行，下脘不通】。这时只有【胃气热】，因为其他津液都耗散掉、因劳耗掉很多，只剩下胃气是热的。【热气熏胸中】这时热气一直在熏，【故内热】。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。本身因劳，劳的话耗掉很多津液。这时候下面的阳、热气往上升，所以阴虚的人会有内热的现象。【第 68 集】

我们就晓得阴虚内热，看到阴虚内热的时候，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，就光祛热。可是祛热只治他的标，他真正的本是阴虚才这样。没有开补阴的在里面，没有开补虚的药在里面，他的内热不会祛掉的。辨证的时候、到时候看临床的时候都很简单。一般来说，看到久病的人都会有阴虚内热的现象。

【阳盛生外热奈何】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】，【则皮肤致密】造成皮肤很密，【腠理闭塞】都闭住，【玄府不通】汗流不出来，【卫气不得泄越】卫气不能行，【故外热】所以会感觉到是外热。皮肤表面很热，因为汗流不出来。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？

第一个小时候可能肺里有生到问题，比如小时候有肺炎，或是从怀胎、从妈妈肚子里出来

的时候津液没有排得很透、所谓的羊水没有排得很透。因为现在生小孩不像我们过去。过去都是小孩子拿出来，把两个腿抓起来，倒立着屁股一打，小孩子一哭，哭的时候所有的羊水都出来，这是最好的方式。现在如果打的话，在台湾省我不晓得，在美国会被告说 abuse 虐待小孩。医生就不愿意打，就把小孩子放到台子上，然后用吸痰的东西把鼻子里面吸一吸、嘴巴吸一吸、耳朵吸一吸，就丢出来了。小孩子胸腔里面还有很多羊水，根本没有排掉。还没到父母亲怀里面的时候先打个三合一疫苗，打进去后雪上加霜，小孩子病就很多。打小儿麻痹疫苗照得小儿麻痹，根本没有用的。实务上我们就看很多。还有的人肺伤到了，毛孔就不流汗。

还有的女孩子，常常发生在女孩子身上。女孩子到学校去，看公共厕所好脏不要用。女孩子她也不喜欢运动，一运动全身汗流出来，就觉得身上很难闻。女孩子爱干净，身体上香喷喷的，她就不跑不运动。外面天气很热，应该要流汗，她就躲起来，她就是不要出汗。她就是不流汗，因为流汗身体很难过。早上流了汗，下午还在学校上课，更难过。当然中医的观念是对的，如果本身流了汗衣服是湿的，穿湿的衣服没有换掉、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。这个女孩子不喜欢出汗，从小到大就不出汗，本身就不想运动出汗，到了十七八岁的时候毛孔就退化掉了。结果她不能运动，一运动的时候全身很热，一滴汗都出不来，脸红、气喘不出来。因为她是用两个鼻孔、两个洞在呼吸，我们有三万六千个毛孔加二，她就用加二、三万六千个毛孔都堵到了。遇到我们的时候，我一看，我就碰到很多，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。心脏是喜寒。肺是喜热。我们用寒凉的下去，趁她没有病的时候，不要在她发高烧的时候洗冷水澡。平常很好的时候，让她洗冷水澡。你回家试看看，刚开始洗冷水澡以为一定会很冷。你错了。洗完冷水澡以后你出来躺着，一直流汗、流汗。男孩子当过兵都知道，在外岛的时候都没有热水，一洗冷水澡马上晚上冬天一样的，照样出大汗。

所以这种有很多原因。我们遇到毛孔打不开来，要想尽办法把它打开来。不打开的话，玄府不开，人很容易累积，里热。这就是生外热的现象，阳盛会生外热。

黄帝说【阴盛生内寒奈何】为什么？【厥气上逆，寒气积于胸中而不写】。如果身体里面有寒的时候泻不出去，造成寒气在身体里面很久，【不写则温气去】胸阳的温气会没有，就是心脏的温度会降下来。本来心脏蹦蹦跳跳得很厉害。现在寒气很多在那面，心脏搏动的力量会减缓。这时候【寒独留】。因为寒会造成血凝会固住【则血凝泣，凝则脉不通】血行的速度会受到影响，就是造成【其脉盛大以涩】，【故中寒】所以阴盛就会生内寒。这就是里寒的来源。阴气本来居于下。过度的劳动的时候，阴就会一直往上升，这时候停留在胸中如果没有办法排出去。比如刚好是冬天主收敛不适合流汗，冬天一直在运动、劳动的时候，肚子里面的阴气一直往上升，表汗出来的时候造成上面太冷，呼吸进来的空气又是冷的，里寒就会生出来。

黄帝说【阴与阳并，血气以并，病形已成。刺之奈何】气血互相并在一起，造成的病如何用针灸来刺他？岐伯就说【刺此者，取之经隧】刺这种病都在发生异常的经脉上做就可以了。【取血于营】如果是血就扎在血气上，【取气于卫】如果是气就扎在卫上面，【用形哉，因四时多少高下】。这是什么？比如我们讲的血和气，以胸腔来说心就是血、肺就是气。如果病是发在胸腔的时候，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。

如何做补泻？【血气以并，病形以成】气血的偏差产生疾病的时候，【阴阳相倾】造成阴阳相争，【补泻奈何】如何做针灸？岐伯说【写实者气盛乃内针，针与气俱内，以开其门，如利其户】。就是我们下针，如果是要用泻法，针可以扎到子穴上面。针下进去后在起针的时候，【针与气俱出，精气不伤，邪气乃下】可以摇大针孔让气流出来。如果是补针的时候就不要让气出来，针出来的时候把针孔按住。这就是我们讲的补泻，讲补泻诸位看这些就懂了。【外门不闭，以出其疾。摇大其道，如利其路，是谓大泻】大泻。【必切而出，大气乃屈】。如果是气实的时候，我们摇大针孔，实证的时候，我们叫做苍龙摆尾。刚刚是大泻，泻实证。诸位在学《针灸》的时候，看到《黄帝内经》是这样，实际上针灸的时候，我们看他的肺经上面的实



证我们在肺经上下针，就按经络来取穴就好了。这地方讲的还没有《针灸》讲得那么详细。

【补虚奈何】如果是补虚，就是补气的手法，岐伯就讲了。【持针勿置，以定其意，候呼内针，气出针入，针空四塞，精无从去。方实而疾出针，气入针出，热不得还。闭塞其门，邪气布散，精气乃得存。动气候时，近气不失，远气乃来。是谓追之】。其实我们讲《针灸》都讲过。吐气的时候气吐完我们下针，因为气吐尽的时候气都是扁的，这时候下针不会影响到他的气。吸气的时候，针把它伸进去。出针的时候要把针孔塞住。这都是我们的补泻的手法而已。诸位可以参考我翻译的东西。

我们刚刚说虚实，【夫子言虚实者有十】五实五虚有十种，【生于五藏】。【五藏五脉耳】五脏跟五脉都有联络到。【夫十二经脉皆生其病，今夫子独言五脏。夫十二经脉者，皆络三百六十五节】十二经脉全联上身上三百六十五个关节。【节有病，必被经脉】关节有问题也会蔓延到它的经脉上面去。【经脉之病，皆有虚实】经脉也有虚实之分，【何以合之】？我们在教《针灸》的时候都有讲过。

【五藏者，故得六府与为表里】五脏和六腑是表里。十二经脉，我们有肺经、膀胱经、肾经等很多的经络，【经络支节，各生虚实】各有虚实。就按照虚实，虚证、虚则补其母，实则泻其子。【其病所居，随而调之。病在脉，调之血。病在血，调之络。病在气，调之卫。病在肉，调之分肉。病在筋，调之筋。病在骨，调之骨】。这里介绍的东西还没有我们《针灸》讲得那么多。有几个重点。【燔针劫刺其下及与急者】像燔针我们在《针灸》都介绍过。【病在骨，焠针药熨】。【病不知所痛，两髀为上】。这个痛全身难过、全身痛，不知道痛在哪里，我们可以在两个髀脉上面取症。如果是【身形有痛，九候莫病，则缪刺之】。身形有痛，可是摸他的脉，不管是手部的脉、太阴肺经的脉，或者三部九候的脉，都没有问题，就是全身有痛，我们用缪刺。【痛在于左而右脉病者，巨刺之】我们用巨刺。【必谨察其九候，针道备矣】。

巨刺和缪刺的差异在哪里？按照《针灸大成》里，后面也还会再讲到。巨刺和缪刺两个的共同点，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。所以我们在正经上面取左右，比如现在看到手太阴肺经的虚证，在对侧的母穴太渊穴下针。这是巨刺因为是经上面。如果是刺在络上面就是缪刺。所谓络，我常常在用，我都有教过你们。比如我现在手臂痛，不痛在正经上面，痛到旁边的地方。一看这个地方混蛋，跟我讲的又不是肺经、又不是阳明经，火大了，找麻烦。其实不是找麻烦，痛在络上面。扎对面的络就好了。当在络上面治络病的时候就叫做缪刺。当在经上面做左病右治、右病左治的时候叫做巨刺。就是名词的差异而已。如果不了解名词，还不是照做。

所以我们有时候形可以，形就是我们知道把它们区分开来，知道就好了。真的忘掉的时候，在临床治病的时候针已经下去了。你就按照我的讲法及时反应，下去就好了。所以有的时候我们看病的速度很快。比如一个病人手腕背侧痛，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。还有手背阳谷的地方痛，像脚关节申脉的地方痛，对侧申脉一下。在络上面下针，一下就好了。这就是缪刺。

下一章《黄帝内经》第六十三篇讲的就是《缪刺论》，专门讲缪刺。

## 第六十三篇 缪刺论

【余闻缪刺，未得其意】黄帝说听过缪刺，不晓得它的意思，跟我讲【何谓缪刺】？

岐伯说【夫邪之客于形也】病邪客于身体的外形，不是内脏，形就是外面。病邪从外面进来的时候【必先舍于皮毛】一定会居在皮毛中间。如果留在皮毛里面没好【留而不去，入舍于

孙脉】。孙脉【留而不去，入舍于经脉】。【留而不去，入舍于络脉】再从经脉跑到络脉里去。络就是，比如现在手阳明经上面，阳明经没好，就顺着阳明经的络跑到肺经上面去，进入肺经。肺经就是进入脏了【内连五藏】。刚刚（前一篇）说络再于经。这里讲的意思就是，先入阳经，再从阳经的络穴跑到阴经上，然后再从阴经的络穴进入阴经，阴经再内连五脏，【散于肠胃】。【阴阳俱感，五藏乃伤。此邪之从皮毛而入，极于五藏之次也。如此，则治其经焉】。简单来讲、讲了半天就是，经病、看得到经就扎经。

【今邪客于皮毛，入舍于孙脉。留而不去，闭塞不通】，如果在孙脉上【不得入于经】没有办法进入主经，【流溢于大络】跑到大络上去。我们有十五大络。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。病在孙上面、在细的经脉上面没有好，没有好又进不了主经、主经的气脉很旺进不了，它要找个地方呆，没有地方呆就跑到络上面呆到。溢于大络，【而生奇病也】这时候就会生出很多奇奇怪怪的毛病。

【夫邪客大络者】如果病邪在大络上面，【左注右，右注左，上下左右与经相干，而布于四末】四肢末梢，【其气无常处，不入于经俞。命曰缪刺】。看到了，缪刺就是在络上面。缪刺就是我们用对称治疗，也是左病右治、右病左治。可是不会按照经络来扎，虚则补其母、实则泻其子。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时候称之为巨刺。在络上面的话通通是缪刺。

黄帝就问【愿闻缪刺，以左取右，以右取左，奈何？其与巨刺何以别之】如何区别？【邪客于经，左盛则右病，右盛则左病。亦有移易者，左痛未已，而右脉先病。如此者，必巨刺之】简单讲就是刺在经脉上面，【必中其经，非络脉也】。【故络病者，其痛与经脉缪处】交接的地方，【故命曰缪刺】。简单讲就是这样子。所以如果一个人人口歪眼斜歪过去了，看他是病在左其实右盛，所以看他是健侧，就是盛在这边。

【愿闻缪刺奈何】如何施缪刺？【取之何如】如何取它的穴道？缪刺都是在络上面，络上面没有穴道。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。当然络都在经脉的旁边。岐伯这里就下定义，同时讲络上面生病的时候。

【邪客于足少阴之络】如果病在足少阴的络上面，【令人卒心痛】突然发心痛，同时腹部【暴胀，胸胁支满】胀满，【无积者】就是平常没有病突然发这个病，这时【刺然骨之前出血】在然谷前面青筋上面找血脉的地方放点血，【如食顷而已不已，左取右，右取左】。【病新发者，取五日已】病刚开始发，连刺他五天就好了。所以比如有人从空中坠下或怎么样，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，接下来讲少阳经的络。【邪客于少阳之络，令人喉痹，卷舌口干，心烦，臂外廉痛，手不及头。刺手中指次指爪甲上，去端如韭叶，各一痛。壮者立已，老者有顷已。左取右，右取左。此新病数日已】。手少阳三焦经，在井穴上放血。一般来说在络上面，我们就在四肢的末梢，井穴上、井穴周围放点血就好了。我们讲井穴，有的时候是指甲旁边、指甲的后面、还有分肉的地方，可以放点血。你会看到有青筋的。所以络病很好治。都在末梢的地方，都不在主经上面。如果是真的要区分，这很难区分。只要记得，如果是足少阴肾经有问题，他就痛在肾经上面，经络病，你就用巨刺。如果他的经络没有病，可是他其他的是少阴证，当然就在少阴的络上放血。这就是经和络的区分，简单讲就是这样子。

【邪客于足厥阴之络】如果在肝经上面的络，病在络上面不在经上面的时候，【令人卒疝暴痛】突然发生的暴痛。这种络病都来得很快。【刺足大指爪甲上，与肉交者，各一痛】这时可以刺大敦穴。【男子立已】男孩子马上就好了，【女子，有顷已】女孩子就要等一下。【左取右，右取左】左病治右，右病治左。一般来说络病来的时候都比较浅。所以它分开来，后面这一段就是每一条经的络发生病的主要症状是什么。

【邪客于足太阳之络】我们知道足太阳在后项这边，【令人头项肩痛】。这时候我们刺至



阴穴【刺足小指爪甲上，与肉交者】，【各一瘃】放点血，就好了【立已。不已，刺外踝下三瘃。左取右，右取左，如食顷已】。这种都是当场就会好。

【邪客于手阳明之络，令人气满胸中，喘息而支肘，胸中热】，这时刺手食指甲旁边商阳穴【刺手大指次指爪甲上，去端如韭叶，各一瘃】。【左取右，右取左】左病右治、右病左治，【如食顷已】。

这些主要的症状，络的症状并不像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、短气，如何去区分它？诸位你很简单，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，比如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，你会不会去少商、商阳放血？这是初症，发烧，其实讲的就是发烧。不然的话一个人气喘是内脏病，我们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。这样子记就好了。

所以有时中国的文字，因为我们在行症，中医讲的是症状不立病名。病名就会区分了，是这样子，可是病名会搞混人。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。有多少种细菌，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。你相信我，绝对是一样的。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。我这样讲你不相信，寒热如何区分？很简单，我给你一颗西药吃下去，24小时阳不举。你老婆都以为你在外面有女人。怎么阳没有了？其实是西药。

【邪客于臂掌之间，不可得屈】手肘没有办法弯曲，【刺其踝后】可以刺他的踝后方、后踝的后方。【先以指按之痛，乃刺之】先用手去压痛点。这种治法【以月死生为数】。【月生一日一瘃】刺，月生【二日二瘃】刺，【十五日十五瘃，十六日十四瘃】。就是农历的初一到十五月越来越满了，然后盈亏。从初一到十五，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。十五月满的时候是针刺、扎针最多的，就是按照月的盈亏来走。这种都是浅病了。如果真的每天要看月盈亏，不需要，如果是龟毛，我们的马龟毛非要这样做，这样做也可以。实际上病好就好了。光是一个手臂的手肘没有办法弯曲，我们有非常多的治证的方式。如果知道伤到都是风邪、都是表、是在络上面，风寒暑湿燥热，受到风寒，泡到热水里泡一泡揉一揉，可能就好了。很简单。

【邪客于足阳蹻之脉】如果是邪在阳蹻脉，【令人目痛】，【从内眦始】从眼睛的内眦开始。阳蹻脉跟足太阳是合并的。【刺外踝之下半寸所，各二瘃】我们可以在外踝之下半寸、就是申脉的地方下针，【左刺右，右刺左】左病右治、右病左治。留针可以留比如一个时辰，【如行十里顷而已】就是留一个时辰的时间。【人有所堕坠】从高处坠下来受伤，【恶血留内，腹中满胀，不得前后】，这时候我们【先饮利药】。中药我书上写看上去是桃核承气汤。经方里有个汤方叫桃核承气汤，以后你们会学到。桃核承气汤专门治坠下来受伤。高处坠下来，或给人一踢，踢到睾丸里面瘀血整个肿大，小便不出来，先饮利药。【此上伤厥阴之脉】因为这个病上面受伤伤害到肝经的脉，【下伤少阴之络】下面伤到少阴的络。这时候【刺足内踝之下，然骨之前，血脉出血】。《黄帝内经》这样讲，在讲《针灸》的时候我就告诉诸位从然谷穴。高处坠下、或马掉下来、或是踢到、头部受重伤、头颅撞击了，鞋子拉起来然谷穴绷起来了，血管就绷起来。就告诉你，我瘀血了。下针时闪开一点，血喷出来。不要傻傻的脸对着下针的方向。

我们放脓，你没有做过你不知道，下次我做一个给你们看。脓头在那边，脸对着脓这样看，脓真大，太好了，下委中，一扎脓出来喷到脸上来。所以一定要闪开来，侧身对着墙壁，我就把脓喷到墙壁上给你看。这样喷出来的，脓，臭得要死。对着正好一下被喷到。所以我们治病要有点 common sense 常识。现在用火罐，拔火罐很好。以前女人没有 common sense，女孩子

学，火在烧，好不容易吸上去了，吸上去了可是火在里面把头发烧了。所以才会有现在研究的不要火了，直接真空拔。这是因为有些人很紧张，没有错，可是不能拔一次火罐烧一次头发，没多久头发都秃了。人家一看到，你这个中医师头发都没了。

阳蹇脉发病的时候跟膀胱经的症非常接近。少阴证，人所堕坠，我们在《针灸》的时候都介绍过了。如果然谷穴放血还没好，血脉出血没好，【刺足跗上动脉】这时候再加重就是扎冲阳的地方，冲阳脉这边放点血。如果还没有好【不已，刺三毛上各一痛】在三毛上。不要死板板找三毛，他有六根毛你说不对。脚的大拇指上只有一根，你说这一根不是三毛。不能太龟毛。在三毛上放血，看到上面有青筋就放掉。有时候青筋出来是抓状。他三根青筋就放三个，手挤一挤。当然在脚上的话，我建议你们戴一下手套再放血。【见血立已】见血就会好。所以比针灸更深一点，然谷没好，冲阳没好，三毛。当然三毛放血人会醒过来，睡不着的时候灸灸三毛人会睡觉。诸位记得，我们《针灸》讲过。【左刺右，右刺左】。【善悲惊不乐，刺如右方】如果这个人一天到晚常常悲、惊、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。不用放到冲阳了，冲阳放了就太过了，我们是急救用的。[第 69 集]

【邪客于手阳明之络】，就会造成【令人耳聋，时不闻音】。这种耳聋都是瞬间发生的，两三天、一两天。不用说耳聋多久了，十年，跟这个就没有关系，已经进入脏了。这是络上面，根本没有进入经。【刺手大指次指爪甲上，去端如韭叶，各一痛，立闻】。发生的时候在少商、商阳上可以放点血，放一点他就听到了。【不已，刺中指爪甲上与肉交者，立闻】如果还没好，在中冲上再放一点血，也可以马上闻到。【其不时闻者，不可刺也】。如果耳聋有时听得到、有时听不到。诸位记得，实证出来的症状是持续的，虚证出来的时候有时候好、有时候不好。这时候虚证就不要放血了，因为人家已经虚了。我们要辨虚实。已经是虚证就不要再放了。【耳中生风者，亦刺之如此数】刺的方法一样。耳中生风，不是去摸他耳朵里面有风吹，是病人会告诉耳朵听到风在吹、风声。如何知道风声？拿一个海螺这种之类的放到耳朵旁边，听的就是风声。【左刺右，右刺左】。

【凡痹往来】痛往来的时候，【行无常处者】痛在这里，有时候转来转去，有时候痛会移动的，【在分肉间痛而刺之】都不在经脉上面刺、主经上刺，就是找压痛点。痛在哪里？痛在这里。就摸摸，痛在这里，一针就下去。【以月死生为数】就是初一到十五，一二三四五六，十号扎十针，十五号以后再递减。【用针者，随气盛衰，以为痛数】。如果超过、扎太多了【针过其日数则脱气】，【不及日数，则气不写】不及实证又泻不出来。【左刺右，右刺左，病已止。不已，复刺之如法。月生一日一痛，二日二痛，渐多之。十五日十五痛，十六日十四痛，渐少之】。

【邪客于足阳明之经】如果病邪在足阳明的经上面，这是讲经，经脉上面【令人鼽衄】流鼻血，【上齿寒】。其实我怀疑这个经原文一定是络，因为这里都是络，突然跑个经出来。书太久了，主经，应该是络才对。造成让人家流鼻血，上齿、上面的牙齿冰冷。有这种症，他就告诉你，奇怪我有两个门牙很冷，你就知道是阳明的络。【刺足中趾次趾爪甲上，与肉交者，各一痛】这时候我们刺内庭。【左刺右，右刺左】。

刚刚是阳明的络，现在是少阳的络。【邪客于足少阳之络，令人胁痛】。诸位记得，阳明经络到齿因为阳明主经经过齿，少阳经是胁痛因为胸胁是少阳的位置。让人胁痛，【不得息，咳而汗出】。【刺足小指次指爪甲上，与肉交者，各一痛】这时候我们扎侠溪穴。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。手这样一摆，注意看，山头下来分叉很多，这都是流水溪谷的地方。在溪谷的地方，就是络的地方。【不得息立已，汗出立止】。如果病人有咳嗽、初症的咳嗽【咳者温衣饮食，一日已】。我们要保持身体温的，多加一些衣服，还有吃温食。诸位记得，肺喜热，心喜寒。所以你在治疗肺的任何问题的时候一定要告诉病人，多加一些厚衣服，保持身上暖，因为肺主皮毛。当肺有问题的时候皮毛一定是虚的，多厚一点衣服的话热会燥起来。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。【左刺右，右刺左，病



立已。不已，复刺如法】。如果下针、吃药，再配合外表的心脏，比如心脏病我叫他洗冷水澡。冬天叫老人家洗冷水澡很痛苦，用冷水去冲脚都没有关系。冲冲脚总可以了，把脚泡在冷水里面去，病人到第二天中午胃口大开，效果非常好。

【邪客于足少阴之络】，【令人咽痛】让人喉咙痛。记得我们在扎喉咙痛的时候，下列缺，下照海。为什么要下照海？因为肾经络在喉咙上面，络到喉咙到了舌根的下面金津、玉液的地方。【不可内食】这时候吃东西吞不下去了。没事【无故善怒，气上走贲上】冲到喉咙上面来。【刺足下中央之脉，各三病，凡六刺，立已】这时候我们可以下脚的涌泉穴。涌泉很痛，那么小的喉咙痛扎到涌泉。在络上面实际上不要在涌泉，脚底板已经很敏感了，还拿个针在脚底下放血。在然谷上放血就好了。当然如果是你的敌人、情敌，赶快给他放。【左刺右，右刺左】。

【咽中肿】也是喉咙痛，【不能内唾，时不能出唾者】但是没有办法吞口水，常常说口水都吞不下去很痛，【刺然骨之前，出血已】这种都可以刺然谷。不是在然谷穴上面，是在然谷的周围，可以看到很多青筋的脉络出来，都可以下针。【左刺右，右刺左】。

这都是在络上面的病。为什么我们讲缪刺？意思就是，在病刚开始的时候、在络上面还没有生大患的时候给他放掉了。所以自己对家人的时候，你将来当医生，病人不会说络有病就来找你了，对自己家人，你在看电视发现太太脚上有青筋给她放掉，看妈妈脚上有青筋放掉。当然家人会逃你，看到你就被放血，没事就扎针放血。他们不晓得，病在初始的时候就在络上面。病在初始的时候病是由外入的。内发的病，由饮食、吃东西还有起居不节造成。我们至少可以抵抗外来的、外来的病在络上就给它放掉。当然家人会比较痛苦，他如果不了解，没事一接近你就被放血，怎么那么倒霉。

【邪客于足太阴之络】脾经的络上，【令人腰痛】，脾主少腹【引少腹控眇】两边的痛，【不可以仰息】呼吸没有办法仰身子。【刺腰尻之解】刺腰骨上面，【两肿之上】肿念 shen，肿就是夹脊，督脉旁边靠着脊椎骨的两片肉叫夹脊肉。猪肉的里脊肉就叫肿。就是所谓的【是腰俞】。腰俞并不是督脉的腰俞，而是旁边的白环俞。【以月死生痛数，发针立已。左刺右，右刺左】。

【邪客于足太阳之络】，【令人拘挛】抽筋，【背急】背会很紧，【引胁而痛】拉到两胁痛。【刺之从项始】这时刺从项开始，【数脊椎侠脊】夹脊，【疾按之应手如痛，刺之傍三病，立已】。按手，痛的地方下针。在背上、在络上面的时候，按到经络上面下针。哪边痛，手按下去有压痛点，下针刺它。

【邪客于足少阳之络】，【令人留于枢中痛】就是环跳。少阳络环跳。【髀不可举】没有办法抬大腿。【刺枢中】直接刺环跳。刺环跳的时候【以毫针】，【寒则久留】。毫针在刺环跳的时候是细针、比较长的针。病在骨上的时候下针下很深，下到环跳。诸位看我扎环跳痛，进针吸吐，在治骨痹。里面很寒，所以我们用呼吸补泻的手法。【针以月死生为数，立已】。

这里下了大原则，讲了半天，大原则来了。岐伯说所有的【治诸经刺之所过者，不病则缪刺之】。很简单，看他的症状。他是大经、主经没有生病，就是络病了。简单讲就是这样子。

【耳聋，刺手阳明不已，刺其通脉，出耳前者】。像这种初发病的耳聋，如果刺手阳明放血他耳朵还是聋，就刺近取穴，耳前、耳朵前面旁边压痛点。压痛点诸位要找的时候，用筷子最好。找筷子的头比较圆的，去压。找很尖的压，到处是痛，是皮在痛，你在刺他的皮。如果用手去压，你的指甲很尖，压到到处是痛，是指甲把他刺得痛。如果把指甲剪掉了，手压上去是一大片，找不到压痛点。所以用筷子。你看我在美国诊所，我用钢的圆头，那个也最好，压在络脉上面。实在没有圆头，筷子的头轻轻压他，会找到压痛点。这时候放一点血就好了。

【齿齲】如果是牙齿痛，【刺手阳明】平常刺手阳明和足阳明。足阳明是下牙，还有门牙，门牙是足阳明在管。旁边的上牙痛是手阳明在管。扎了它不会好【不已，刺其脉】刺它的脉的地方。牙齿痛肿在这边肿得红了，就扎那个牙齿旁边，两个牙齿中间脉的地方，针下去放血。

【入齿中，立已】。如果自己痛，扎比较不顺手，因为不好下手。旁边人帮下针，牙痛。如果痛是在经脉上面，扎经脉就会好。扎到经脉没好，知道在络上面，放血。针在痛的牙齿上面放血，牙齿旁边牙龈的地方。

【邪客于五藏之间】，【其病也】生病。就是这个邪不在脏也不在腑，从五脏之间生病了。这时候【脉引而，时来时止】。【视其病，缪刺之于手足爪甲上】。这种痛有时候痛有时候不痛，不会持续的。所以有一种邪客于五脏之间，它并不在络上，这时候也可以缪刺。怎么知道他五脏之间生病？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。可他痛、身体里面痛，又没有病，什么都很好，气色都很好，我们就知道是脏之间的痛。这时候还是可以缪刺。【视其脉，出其血。间日一刺，一刺不已，五刺已】在手掌、脚掌旁边，找到青筋的地方放血。

【缪传引上齿】如果缪传到、引到上齿，就是由络脉跑到牙齿疼痛，造成【齿唇寒痛】，【视其手背脉血者，去之。足阳明中指爪甲上一痛，手大指次指爪甲上各一痛，立已】。这时候我们在他手背上面血脉有瘀的地方放血。一般来说足阳明之上，少商，商阳在手阳明，足阳明就是讲胃，胃经上的内庭都可以。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，这针一下去，痛去掉了。现在你们知道为什么了。讲《针灸》的时候讲过牙痛合谷。面口合谷收。青春痘或者脸部中风，扎合谷穴就好了。牙齿痛扎合谷没有用，要到溪谷边、山谷的旁边下针，牙齿痛就会很好。【左取右，右取左】。

【邪客于手足少阴太阴足阳明之络】一讲就是五条经，手少阴、足少阴、手太阴、足太阴，再加一条阳经足阳明。【此五络皆会于耳中】这五条络通通会在耳朵里面，五条络是两阳、两阴、还有足阳明，【上络左角】左边的头角。这比较特殊。【五络俱竭】如果是五个络同时生病，这就很少见了、比较特殊，你们要记一下，造成【令人身脉皆动，而形无知也】。病人全身血脉会跳动，【其状若尸】但是他人人事不知昏厥过去了，【或曰尸厥】这个病叫做尸厥。

诸位记得之前我们在讲《针灸》的时候，讲过虢国太子尸厥。扁鹊来了，扁鹊叫秦越人。当时所有的医生通通叫扁鹊，扁鹊就是医生的代名词。其中有一个扁鹊，名字叫秦越人。秦越人就知道尸厥，秦越人就帮他治好。治好以后虢国国王就下命令，只有秦越人可以叫扁鹊，其他通通叫郎中。所以后代通通是郎中，只有秦越人被称为扁鹊。所以形容医术很好叫扁鹊在世。当时就是尸厥。

尸厥，人就昏得像尸体一样，可是摸他气脉都很好，五脏按脉，全身都会动。这时候我们就知道尸厥怎么治。大家记得，手足少阴、手足太阴、加上足阳明，络在耳朵左额角、左头角这边。【刺其足大趾内侧爪甲上，去端如韭叶】这时候就刺他的脚大趾，脚的大拇趾的隐白穴。井穴，急救的时候都在井穴上面治。【后刺足心】有时候刺脚心，足少阴肾经的脚心涌泉穴。这时候就要扎脚心了，人都昏迷过去了，然谷不够了，要扎脚心。【复刺足中指爪甲上各一痛】扎中趾就是阳明，因为有一条是阳明经。【后刺手大指内侧，去端如韭叶】再扎手大指就是手太阴肺经少商。【后刺手心主，少阴锐骨之端，各一痛，立已】再扎心经就是手少阴。扎完以后应该就醒过来了。我们知道是四个阴一个阳，手两个阴、足两个阴、还有一个阳足阳明胃经。

【不已，以竹管吹其两耳】如果还没有醒过来，就拿个竹管去吹他耳朵。竹管吹耳朵是意思的。因为耳朵是肾气所在，用竹管去吹他耳朵的时候，耳聋整个耳朵是闭塞住的，压力一增加的时候它里面会反弹回来。就是一吹进去，它的压力会弹回来。就好像一个气球，它现在崩张到那边，你一推它，一放开它就冲出来。如果气在身体里面闷到造成人昏厥的时候，阳气并与上。如果一吹他，他阳气一出来就疏散掉了，人就醒过来了。岐伯说这样做还没有醒，尸厥得很深，【鬻其左角之发】就把左边额角的头发剔掉，剔【方一寸】。当然如果是敌人的话给他剔很多，用刮胡刀再多刮一下，趁机多刮一下变秃头。做个医生不可以那么坏，别人一看你是敌人。用【燔治】就是烧的，烫的。比如艾草用熏，或是蒸，把它烧烫，烫下去。因为左额角是阳气会在左角，为什么不扎右角，是在左角这边。再给他【饮以美酒一杯】。美酒一杯的定义是什么？到底绍兴酒、黄酒？你这是龟毛。反正一杯酒给他下去，膏粱什么的都无所谓，要



救人。【不能饮者】如果不能喝的，【灌之】灌他，【立已】。这是岐伯提出来的方式。

尸厥现在看到不多，但是会遇到。奇怪无缘无故就昏迷过去了，昏迷过去以后摸他的手脚脉。我在临床到现在也只碰过一次。还不用剔左额角的地方，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。记不得没有关系，全放，所有的十宣放血。记不得就慌了，全部放掉。这个人昏倒的时候，一摸他的脉，脉一直在动。因为阴阳隔离开来，阳气在动。摸他的肌肉，自己会跳动。

《缪刺论》最后一段，凡刺的数目【凡刺之数】刺的法则，【先视其经脉】，【切而从之】用指甲去切它，然后顺从他的脉气下针，【审其虚实而调之】。如果是实证用泻的方式，虚证用补的方式。【不调者，经刺之】如果补泻了都不行，我们就经刺。【因视其皮部有血络者，尽取之】再做就好了。

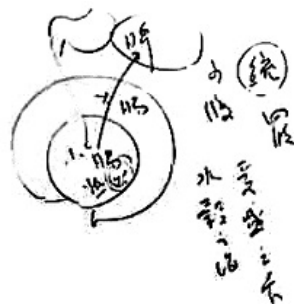
【有痛而经不病者，缪刺之】病人有痛但是经没有毛病，这时候我们就知道他病在络上面，就用缪刺法。所以现在诸位很清楚，《缪刺论》读完以后诸位知道，缪刺跟巨刺完全是不一样的东西。针灸上面我们绝大多数用到的是巨刺，因为是在经络上病。有的是经络上没有病的，他是痛在络上面。所以病人常常会讲，痛的地方比如在胸口，你一看，奇怪这里没有经，就是络。简单讲就是这样。络在这边是哪一条的络？看哪一条主经最靠近它，络就在那边。把脚拿起来，一看哪个趾头旁边有瘀血，抓起来就放血。很痛，但是他是心里吓好的，脚旁边。好像以前拷问犯人，告诉我来这里干什么，他的针就扎进去。【因视其皮部有血络者，尽取之】。这里下定义了。只要看到表皮上面、四肢末梢表皮上面有瘀血的，通通可以放掉。【此缪刺之数也】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的时候，看到家里人有点瘀血就给他放掉。这很好，病在初。

## 第六十四篇 四时刺逆从论

《黄帝内经》第六十四篇《四时刺逆从论》。刺四个节气，还包括如何刺他的逆、当病有气逆的时候如何去治疗。

这里替我们伤寒家六经辨证下了定义。所以我不晓得气血营卫、温病派他们从哪里来的。我们熟读《黄帝内经》的话，看到都是六经辨证。以后仲景、将来我们讲《伤寒论》的时候全部在六经辨证上。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，通通是温病，所以病就不会治好。我们辨证是按照六经辨证。他们是按照气血营卫，我就不晓得怎么看。

第一个厥阴。开始讲六经辨证的有余和不足。厥阴经【厥阴有余病阴痹】如果厥阴证有余的时候病会产生阴痹，就是腿的内侧麻，我们最怕。病人说腿麻，哪里麻？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。如果是阴经，厥阴有余的时候，在阴部，在腿的内侧这边。【不足病生热痹】如果不足的话就产生热痹。有余是阴痹，不足是热痹。因为阴气不够的时候，因为在阴经上面，阴气不够的时候阳气就会上来，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，阴寒的就阴痹。【滑则病狐疝风，涩则病少腹积气】所谓涩就是讲脉是涩的。我们以后会讲一篇专门讲狐惑，看起来好像人就是神志不清。滑脉一般来说就是受到风脉，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，有时候停、有时候脉不来，这是少腹积气，属于血气凝固的一种现象。



再来看少阴。少阴如果有余的时候【少阴有余病皮痹隐疹】，在皮的下方会发疹、出疹，这种都是。【不足病肺痹】如果不足的时候肺脏会有问题。少阴跟肺为什么有关系？因为肾不足的时候会影响到肺。金生水，所以肺脏是上面、是妈妈来照顾肾脏的，现在肾不足的话会拖累到妈妈。不足病肺痹，肺痹才会有皮毛的病，肺主皮毛。【滑则病肺风疝】，记得我讲的疝的意思，累积、积气称为疝。【涩则病积澹血】涩就是阻碍、脉有阻塞的现象的时候，病积，小便里面带血。这种是少阴。

我们有三阴。太阴有余的时候【太阴有余病肉痹】，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】一般来说脾脏有问题大部分都是寒，阴有问题都是寒。

脾主运化，中医的观念里面认为脾是管运化。中医认为脾主少腹，少腹就是讲腹部这一带。胃里面吃了食物以后，食物进入小肠。小肠非常热，是火。小肠的火来自心脏，心脏搏动以后，顺着动脉下来，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，能够是受盛之官。再多的食物进来，到小肠里面去。热在小肠里面，消化掉食物。脾在管少腹。所以中医认为脾统血，整个身上的血是脾在总统。脾主四肢，主肌肉。所以脾收到小肠的营养以后才会灌溉到四肢上去，我们的肌肉才有力量，血才会足。脾在统血。

现在太阴就是讲脾经，脾有问题了，就会造成肌肉问题。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。如果脾有很多津液、很多血在里面，我们看到很多的脾统血，这个血是形。现在西医看到的就是血，看不到神。神就是阳，看不到阳。阳存不存在？存在。所以我常常跟大家说，我们手臂里面可以看到皮肤、肌肉、骨骼、经脉，还有力量。知道用力量，可是没有去测它就知道有多大的力量。这个力量就是阳。看得到的就是阴。

【不足病脾痹】如果脾的运化不足就是脾痹，就有痹症出现。【滑则病脾风病】就是风痹。如果是涩脉【涩则病积】，病积起来的时候【人腹时满】。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。

诸位在中医的观点里面，只要有积，一发现有积马上去掉，不要以后大积的时候再去去掉，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，一看生病了再去动手，就已经太慢了。中医是刚开始的时候有问题就先去治了，这样没有大病。所以常常有人就这样。我那天跟诸位讲了两个案例。早上跑到医院跟西医说，心脏很痛肯定要发心脏病。西医去查了，EKG 心电图检查还有 stress test 压力测试，说好好的就把他赶回去了。到晚上的时候他又跑回来，痛的脸色都变掉了。西医看得吓死了，赶快放到 EKG 上面，台子在转动，先生你的确得到心脏病了。最后的遗言是这样子，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。

病之初的时候，一开始一定有症状。我们人绝对要相信自己的身体，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。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，红橙黄绿蓝靛紫颜色的线拿着，在暗暗的灯光里去练吧。

阳明证大家都很熟了。【阳明有余，病脉痹身时热】常常发热，【不足病心痹】。【滑则病心风疝，涩则病积，时善惊】。阳明证出现的时候，没有寒证，全部是热证。所以只要一看这个人全部是热证，阳明证。阳明有分经热，还有腑热。所谓腑就是消化系统。我们知道大便不通了，腑热，我们有些承气汤或怎么样。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。至于腑热不用大承气，反正目标达到就好了。把大便清出去，热退、烧退了就好了。



【太阳有余病骨痹】足太阳和肾是表里，所以会造成骨头会问题，【身重】，【不足病肾痹】太阳和肾是表里的。这是有余的和不足，不足会影响到肾脏。如果脉是滑的【滑则病肾风病】，【涩则病积】脉是涩也会积病，【善时巅疾】疝有时候会发癫疾。所谓积病，太阳是主足太阳膀胱经。如果有涩，痹证的时候，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。所以当水液经输尿管从肾脏跑到膀胱里的时候，常人、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。所以一顶大的时候像热气球一样。所以我们有 400cc 的小便量在膀胱里面。好的热气再从膀胱回到肝脏，帮肝脏里面代谢掉。小肠也是太阳。所以我们有手太阳小肠经、足太阳膀胱经，这两个太阳都会于下焦。

如果阳不行了，这时候一冷下来，尿液累积在膀胱里面的时候是冷的。冷的时候水是累积在下方。冷水都停在下面，只有蒸汽会在上面。停在下方时候膀胱压重，就觉得想小便。跑去小两滴，回来还是想再跑去，就会有频尿。我们知道是小肠不热。

给西医看，西医没有寒热的观念，括约肌退化、无力，开刀。本来已经很寒了，开完刀再寒。到头来再开，到时候带一个尿袋，输尿管带到尿袋里面。尿袋很像 MBI 的 agent 特工把枪套放在膝盖上面。把尿袋挂在那边，管子接下去。诸位放心这不会发生在你身上。你有敌人发生这个病，是你没告诉他。所以你们学会了要帮助人家。敌人还是要去帮他。敌人归敌人，有病还是要把他救回来。

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，等于是肾脏本来要把浊液、尿液排出去，排不出去就要回逆回来回到肾脏。病就严重了。所以涩脉则病积，水会累积起来。【第 70 集】

少阳是胆和三焦。【少阳有余病筋痹，胁满】如果少阳有余的时候筋痹，胸胁会苦满，【不足病肝痹】如果少阳经不足的时候有肝痹，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。病积的时候，一累积起来，诸位要记得，一般来说就是不足，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。【是故春气在经脉】，【夏气在孙络】夏气因为人体里面血热、很热，邪进来都在络上面，没有办法跑到经里面去。【长夏气在肌肉】因为长夏是脾脏，季节在转换的时候。【秋气在皮肤】。【冬气在骨髓中】。

黄帝就问【余愿闻其故】希望知道为什么春夏秋冬病气在这个地方。岐伯说【春者天气始开，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并络到春夏秋冬，并络到天气四季上面去。

【夏者经满气溢】夏天很热，夏天都有土石流、水灾很多，【入孙络受血】跑到孙络、小的溪流里面去了，受血，【皮肤充实】。

【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。

【秋者天气始收】，【腠理闭塞】，病在皮肤上，【皮肤引急】。

【冬者，盖藏气在中】冬天血气藏在骨里面，【内着骨髓，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。【是故邪气者，常随四时之气血而入客也】所以邪气一定按照四时，气血变化的时候，主客、入客跑到身体里面来。【至其变化，不可为度】等到进入身体里面以后，有时候就没有办法度量邪到底在哪里。那时候千变万化，但是有个大原则在这里。【然必从其经气】作为医生，不管病情怎么变化，一定要依从它的经气、经脉怎么走，来【辟除其邪】，【除其邪则乱气不生】。所以这时候当医生的很简单。我前面跟诸位讲过，我们为什么要学十二经络。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。岐伯讲的主要强调这个。

黄帝说【逆四时而生乱气奈何】如果违反四季，乱刺，使他气血乱七八糟、气血紊乱掉怎么办？如果乱刺，没有按照方法刺。

岐伯说【春刺络脉】，春天的时候应该刺他的经脉，结果刺他的络脉是不及，不及的时候【血气外溢】，【令人少气】会伤到气。【春刺肌肉】，春应该刺在经络上面、经上面，结果刺在肌肉上面，是太过，造成【血气环逆】，【令人上气】。【春刺筋骨】如果春天刺到筋骨也是太过，【血气内着，令人腹胀】。所以春天要刺到经上就好了。

【夏刺经脉】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，【血气乃竭】会造成气衰，【令人解体】倦怠无力。所以【夏刺肌肉】，【血气内却】过剩，夏天应该刺络上面但刺到肌肉，都是太过了。【夏刺筋骨，血气上逆，令人善怒】。

【秋刺经脉，血气上逆，令人善忘。秋刺络，气不外行，令人卧，不欲动。秋刺筋骨，血气内散，令人寒栗】。

【冬刺经脉，血气皆脱，令人目不明。冬刺络脉，内气外泄，留为大痺。冬刺肌肉，阳气竭绝，令人善忘】。这些症状诸位自己可以看一下。

【凡此四时刺者，大逆之病，不可不从也。反之则生乱气相淫病焉】。【故刺不知四时之经，病之所生，以从为逆，正气内乱，与精相簿。必审九候，正气不乱，精气不转】。所以最主要的原则就是，春夏的时候刺得比较浅，秋冬的时候针刺得比较深。最简单的原则。不用记什么气上气下，因为我们现在的针都很细。只要掌握原则，春夏针比较浅，秋冬比较深。尤其冬天针刺的时候，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，这种病就在骨边很深，这种针下去就要扎到骨上面。

比如现在有个人中风。中风的时候我们下针为什么都下到骨边？因为他不管一年四季都躺那边。这病已经很深了，一定在骨边，就从骨边开始下手。如果中风扎针扎不到骨边，不会好。如果有一种人中风，春夏秋躺在那边，冬天的时候起来可以活动，这种不用扎在骨边了。很少，至少我没有看过。

这个原则告诉我们，刺五脏的时候绝对不可以刺到脏。所以我们在背后的俞穴上下针的时候有一定的深浅。不能扎太深，不能扎太浅。所以我常常跟诸位讲，督脉从大椎穴一直到第十四椎命门，扎针的时候斜刺、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。【刺五脏中心一日死，其动为噫】如果刺到心脏一天就死掉了。怎么知道扎到心脏？发噫症，喉咙噫症。【中肝五日死，其动为语】如果刺到肝脏五天，讲话一直讲很多。【中肺三日死，其动为咳】中到肺的话就会有咳嗽不止。【中肾六日死，其动为嚏欠】如果扎针扎到肾脏，动为嚏、喷嚏、打喷嚏，会伸欠、伸懒腰。【中脾十日，其动为吞】病人会不断地吞口水下去。【刺伤人五藏必死，其动则依其藏之所变候，知其死也】。我们绝对不要去针扎太深，伤到人家的脏腑。这是基本上的大原则。

## 第六十五篇 标本病论

黄帝问【病有标本】病有标有本，【刺有逆从奈何】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。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？怎么区



分？

岐伯就说了【凡刺之方，必别阴阳】刺的方法一定要区分阴阳。我们讲阴经阳经，经络很熟的时候，病人手外侧痛阳经，内侧痛阴经，就讲完了，阴阳一定区分开来。胸部痛，一看到底是阳经在胃经上面，还是阴经在肾经上面，还是在任脉上面。我们认十二经络、认奇经八脉的目的是什么？就是要能区分阴阳。【前后相应，逆从得施，标本相移】。所谓逆从得施就是该补就补、该泻就泻，我们按照经络的虚实补泻来做。按照针灸的法则来做的时候，绝对不会弄错。【故曰有其在本而求之于标，有其在本而求之于本。有其在本求之于标，有其在本求之于本】。【故治法有取标而得者】治好了，【有取本而得者。有逆取而得者，有从取而得者】。【故知逆与从，正行无问】。怎么治？

【知标本者，万举万当。不知标本，是谓妄行】。最主要是【夫阴阳逆从，标本之为道也】。【小而大，言一而知百病之害。少而多，浅而博，可以言一而知百也。以浅而知深，察近而知远。言标与本，易而勿及。治反为逆，治得为从】。就是讲当个医生，有标有本，标急时治标、本急时治本，简单讲就是这样。

实际上的案例怎么说？有一个病人来了，发高烧。大便好不好？便秘。便秘几天了？七天了。吓死了，七天不大便，这时候还管他高不高烧？大便一清他烧就退了。所以大便是本，标是假热。有热、燥气，阳明燥气会发高热。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。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。简单讲这就是标本。所以有急的话我们要去治急。急缓发生的时候，很急的我们先去治急。

有个人跑来跟你讲，一天 24 小时没小便了，赶快先通利尿再说，哪还管他其他的，吓都吓死了。针灸通尿当然可以，怎么不行。水分、水道、中极穴，中极穴是膀胱的募穴，三皇、阴陵泉三阴交地机，诸如此类的。先帮他小便利出来。你还在问其他，晚上睡觉好不好睡，太慢了。简单讲就是这样子。

【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，这个时候去治他原先得到的病。我举个例。有个人盲肠炎堵到了。我们知道盲肠的这一块发热，同时大便没有，腹痛、他就告诉你腹痛了。在他足阳明经足三里下一寸两寸的中间找到压痛点，我们叫阑尾点。阑尾点找到压痛，我们确定他是盲肠炎。然后病人手指这里破了，两天没有收口。结果你还不不去管他的盲肠炎，还在给他手指收口。这就是医生很差，common sense 常识没有。前面讲的就是这样子。我们下针把阑尾的脓导出来，用药一下子攻起来。如果针药并施很快。



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的时候，真的是超级中医。没有病不可以治的，从病在初始在络上面，一直到病在内在脏。只有这样可以做到。不然的话现在有一个人来，腰痛。腰痛吃药要吃很久。受伤了腰痛或怎么样，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，然后他有一点发烧，你跟他说没关系先治发烧好了、腰不要管了，他动都不能动了。这是标本都不懂。简单讲就是这样子。

【先逆而后病者，治其本】如果病人出现先出现很多症状，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。问他黄疸几天了？昨天才发的。得黄疸之前一直好不好睡觉？不好睡觉。胃口好不好？胃口不好。然后大便也不是很通畅，小便也是黄。一直延续到昨天才突然发黄疸。这时候先治他黄疸。就是因为胆堵到了，才会有其他的副证出现。现在堵到完全堵到了，才会全身发黄疸。这就是这个病例在这一段的意思。

【先寒而后生病者，治其本】就是先治他的寒。

【先病而后生寒者，治其本】先病、有了这个病以后才出现寒证的，先治他的本病。

【先热而后生病者，治其本】有的人是先发热而后生病的，也是治他的热病。

比如说什么叫先热？有一个人大肠便秘到了、堵到了，病人造成发热。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。这就是你看他的先后。一般来说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。所以后来我们在介绍《伤寒论》的时候就有了，如果有太阳表实、表有实证，见到便秘的时候哪一个先去？按照经方的方法，我们是先解表再去攻里，这是原则。否则一攻里的话，表邪会下陷，一下陷造成心下痞，痞症就会出来。这是他取舍的时候角度拿捏得不准。诸位放心，我教你们，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，这应该发表结果你给他攻下就心下痞了。所以这就是讲这个原则。

【先热而后生中满者，治其标】中满了要先去他的中满。什么叫中满？举个例。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，有的人吃块食物结果堵在胃里。好的食物不下去了，坏的食物堵在胃里。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，堵到胃里，中满。这时候我们把中满去掉，我们有很多很好的药可以把它去掉，针也可以。

中间提了很多。【先病而后泄者，治其本。先泄而后生他病者，治其本。必且调之，乃治其他病。先病而后生中满者，治其标。先中满而后烦心者，治其本。人有客气有同气。小大不利治其标，小大利治其本】。【病发而有余，本而标之。先治其本，后治其标。病发而不足，标而本之。先治其标，后治其本】。你说讲了半天我不记得，当然记不得，不是这样记得。简单说，一个人已经在吐血了，下利脓血。他的副证会很多，全身倦怠没力，讲话也没有力，睡觉也没有办法睡。刚才跟太太吵了一架，又气、没有力气的气，身体也不舒服。你不能说忧郁、先讲他的忧郁。你要先看哪个比较急。原则就是这样子，哪一个比较急。当你把他的肠里面、胃里面出血的现象一去掉之后，所有症状都恢复了。当他通通恢复了都好了，他开始担心儿子同性恋或是怎样，那时候我们再去改。标本嘛。结果你标本搞不清楚，他在那边吐血又下血，你不理他而去帮他解决同性恋的问题。这是鸡同鸭讲，方法不对。【谨察间甚，以意调之。间者并行，甚者独行。先小大不利而后生病者，治其本】。前面的翻译要注意一下。

【夫病传者心病】病如果先传，第一个，会传到心脏里面的时候，【先心痛】一定会有先心脏开始痛。讲病在传经。先心痛，【一日而咳】一天就会咳嗽。因为火会克金，心里有病、心脏有问题的时候，火会造成咳嗽。【三日胁支痛】三日胸胁支满痛，金克木。因为肝木通通在肋肋这边，少阳通通在肋肋这边。如果是五天造成【五日闭塞不通】，因为木克土，会感到小便、大便有问题。【身痛体重】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【三日不已死】，【冬夜半】如果发生在冬天的话半夜就死掉了，【夏日中】夏天的时候中午会死掉。

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，心在午时的时候，午时是正午是火。同节气，比如心脏是火，午时是火，所以病起。半夜是水，水会克火，所以半夜死。所以如果按照五分法来做，后面的冬半夜，在冬天的时候半夜死掉，因为冬天是水，晚上是水是半夜。夏天的时候是火，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。如果晓得五分法的话，什么冬日入、夏日出什么的就不要去记了，因为五分法就很明确的告诉你什么时候会出问题。

这是脏病的相传。如果【肺病喘咳】短期有咳嗽，三天造成【三日而胁支满痛】，这是金克木，肺有问题的时候会影响到肝脏。如果没好再传的话就是木克土，土就是脾脏，【一日身重体痛】。【五日而胀】再发胀。【十日不已死】如果十天没好的话病人就死症，【冬日入，夏日出】死的时间冬天夏天不太一样。



【肝病头目眩胁支满】，本来肝主目，眼睛、胸胁。所以肝有病的时候眼睛会昏花，胸胁支满。【三日体重身痛】就是木克土，肝病传脾的时候就是这种现象。【五日而胀】一克土的话脾主少腹，肚子会胀起来。再来【三日腰脊少腹痛胫痠】就是土克到水了。【三日不已死】如果三天没有治好，【冬日入】冬天太阳下山的时候死，【夏早食】夏天早餐的时候死。

其实这里的日，后来在《伤寒论》的时候，张仲景用一日是一候。一候是七天，六天左右到第七天更换。所以我常常说是六，因为第七天会更换掉。如果这边讲把日变成候的话，3日就是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一候是六天。

【脾病身痛体重】脾病的时候土有问题，【一日而胀】肚子一定会胀。身体体重节痛、身体关节痛、身体感到很沉重，少腹胀，一听就晓得脾脏。土会克水。【二日少腹腰脊痛，胫痠】如果一个礼拜没好，少腹胀就会引起腰脊痛，有土克水的症状，胫痠。【三日背胛筋痛，小便闭】如果三候的话，背筋会痛，小便就不出来了。【十日不已死，冬人定，夏晏食】如果十候没有把他治好，十个候比如60天以内、两个月不给他治好，冬天什么时候死、夏天什么时候死这里写了。

肾脏病一定是少腹，【肾病少腹腰脊酸痛】，【骭痠】骨头是酸的，脚的胫骨那边是酸的。【三日背胛筋痛】如果背胛筋痛是水克火，肾是水病。【小便闭】。小便一有堵塞的时候病人就很危险，中西医都是一样，我们赶快要让他通利出来。【三日腹胀，三日两胁支痛。三日不已死，冬大晨，夏晏晡】。

如果胃胀、胃病胀满的时候，胃病其实是最好治的，这里是没有把他治好。胃病是最快的，不管是胃化脓、发炎，胃有痛、长脓、化脓，胃这种炎症通通很好治的。如果【胃病胀满】，五候的时候【五日少腹腰脊痛】就是土去克水了，没有治好。【骭痠】骭就是胃经过的地方。【三日背胛筋痛】如果还是没好，【小便闭】掉。因为水被克到，就是土去克水，水没有办法气化。【五日身体重。六日不已死，冬夜半后，夏日昃】死的时间。

【膀胱病小便闭。五日少腹胀，腰脊痛，骭痠。一日腹胀，一日身体痛。二日不已死，冬鸡鸣，夏下晡】。

基本上这一段讲到后面才是重点。【诸病以次是相传】所有的病都是相传，【如是者，皆有死期，不可刺】。如果【间一藏止】就是传出来一个脏就停止了不再传的话，【及至三四藏者】或者是传出来三四个脏，【乃可刺也】都是可以治疗。这句话是重点。我们为什么要去知道前面的一些副证？你去看看好了，记不得都无所谓，我不在乎你记得。但是你一定要有这个概念。当心脏有问题的时候，你首先把肺固住的时候，心脏的病就不会传。肝有问题的时候我们先实脾，病就不会再传。肾脏有问题的时候，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。你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、再怎么作。这是它的大原则。[第71集]

## 第六十六篇至第七十四篇（一）

在讲《著至教论》之前，我们先跟诸位解释一下《黄帝内经》从第六十六篇到七十四篇，这些篇幅丧失掉了。所以我们跟着DVD买的时候，你会看到《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，是王冰所撰的，就是他把六十六章到七十四章补足上去。补足上去的我把中间的拷贝下来给你们。这是原文，附送给大家去阅览。

真的里面最好的一篇是我在买《二十二子》的时候，本来我的目的要找《韩非子》。反正

中国很多子，那本书叫《二十二子》。有韩非子、庄子、孔子、老子，什么都有。我要找韩非子，结果去找这书好不容易找到韩非子的全部写的东西，结果拿回来一看里面有《黄帝内经》遗篇，就是第七十二篇《刺法篇》。里面很好，所以我花了一点心思把它翻译出来给大家看。有翻译的话你会看得更清楚。所以我除了自己写的这本《黄帝内经》，后面又附上了《刺法篇》这一篇、《黄帝内经》第七十二篇。这是遗篇。

过去我们都知道，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，神农的《神农本草经》，还有黄帝的《黄帝内经》。这些篇数丧失掉的部分，《黄帝内经》的话过去一定还有《黄帝外经》，外经已经失传了。如果将来有一天出土了，我个人来说可能会疯狂或怎么样，很开心。因为这是中国文化的宝贝，它能够出土最好。当然我们不在乎拿到原文，不可能的。影印的或怎么样的，都是很好的。

## 第七十五篇 著至教论

我们现在开始讲《著至教论》第七十五。大家看原文。【黄帝坐明堂】，黄帝【召雷公而问之曰】来，雷公是一个初生的刚出来的医生，【子知医之道乎】你学过医术吗？

【雷公曰，诵而颇能解，解而未能别，别而未能明，明而未能彰。足以治群僚，不足至侯王。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】雷公说我读过医书但没有很明白、很了解，希望黄帝指导我。他们过去都是要【上通神农，著至教，疑于二皇】。他希望学到能够上比伏羲，二皇就是伏羲跟神农氏。

【帝曰，善】黄帝说好，知道这个就好了。【无失之】。所有的中医的精神就在【此皆阴阳表里，上下雌雄，相输应也】互相呼应、互相扶持。真正的道【而道上知天文，下知地理，中知人事，可以长久】，【以教众庶】这种才能教导好群众，【亦不疑殆】也不会产生疑虑。这种【医道论篇，可传后世】才可以传世，【可以为宝】。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。这样我们知道阴阳的阴消阳长的规则，这样医术才不会有不及和过偏。

雷公就继续问【请受道讽诵用解】，请解释一下医术的奥妙、奥秘。黄帝说【子不闻阴阳传乎】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。雷公不敢讲话，【不知】说不知道，请黄帝来讲。讲错了要杀头，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，【请闻其解】。【三阳独至者，是三阳并至】。三阳并，太阳、少阳、阳明三阳并在一起的时候，力量非常大，速度也来得非常快。它一在一起的时候，病瞬间就发，病之前没有预兆。【并至如风雨】一发的时候像风雨一样，冲到头顶上就是【上为巅疾】。所以癫痫之前人很正常，三阳一并在一起时马上发病、马上就昏倒，这是发在头顶上。【下为漏病】如果发到身体里面去、入到腹里面去的话，造成病人下利不止或者小便失禁。这种病是来得非常快。所以【外无期，内无正】没有办法预期它什么时候会来，没有办法正确的知道。【不中经纪】这种病又不发生在经脉上面，【诊无上下以书别】诊断的时候也没有办法按照正常的医书上面来诊断。在三阳并至的时候，针灸的手法里面有，比如百会放血、十宣放血、在经络上的井穴放血，诸如此类的。都是一些让阳不并的目的。

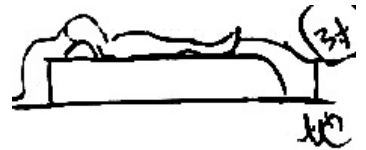
【臣治疏愈，说意而已】如果再仔细解释三阳，黄帝说【三阳者，至阳也】阳非常大。三阳经诸位都读过，足阳明胃经在前面，足少阳胆就在旁边，太阳膀胱经在后面。三阳是不并在一起的，各行各的路。【积并则为惊】如果积并、通通并在一起产生惊，【病起疾风】瞬间发



的病，【至如霹雳，九窍皆塞】一发的时候所有的九窍、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来，会造成【干嗌喉塞】嘴巴很干，吞不下东西，喉咙里面有咕噜咕噜的。喉咙吞不下东西，声音会很大。如果【并于阴则上下无常】，【薄为肠癖】就会造成下利不止。中医称为【此谓三阳直心，坐不得起卧者，便身全三阳之病】。

突然跑出一段【且以知天下，何以别阴阳，应四时，合之五行】。这句话就跟它前后有点不搭嘎。读《黄帝内经》读到这样子是正常，因为它以前是竹简。所以前后分的时候突然又跑一段出来。

雷公说【阳言不别，阴言不理，请起受解，以为至道】。【子若受传，不知合至道以惑师教，语子至道之要。病伤五脏，筋骨以消。子言不明不别，是世主学尽矣】黄帝就说一定要了解真正的医道来传后人。如果没有办法了解真正的医道，真正的医道就是讲阴阳，传道误传的话反而会伤到人、会害到别人。【肾且绝，惋惋日暮】就好像肾脏气快要绝的时候，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】。因为下一篇讲的就是《示从容论》篇，如何很放松心情、很专注的来做诊断，诸如此类的。



有一个别阴阳的方法，我在这里告诉诸位。大家脑筋里面把前面《黄帝内经》通通忘掉。我问你，你想。

人躺在放在地上的床上睡觉，脖子枕着枕头。当然像这个人睡觉睡得那么整齐的很少，平常都会翻来覆去。死人就是不动。我这是画个形给你看。天下面是地。天是阳，地是阴。天和地、天气和地气交接的地方在地上三寸。从地面开始算，三寸的距离。天地之间交接的地方是地上三寸，这是一个标准。所以在地上三寸的话，跑到睡觉的人这边就变成这样子，三寸、三寸，从地面、到床、到脚这边，然后一直沿着身体过去三寸，再下来到地。所以我们头上面会顶到百会，脚会顶到涌泉。所以人在睡觉的时候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，人是站到的、站立的，地下三寸在这里（脚的位置）。所以对一个人来说，受天之阳比较多、受地之阴比较少。这样没有疑问。所以人是以阳为主，阳中带一点阴。定义就出来了，分阴阳。这里没有疑问，很正常。

现在有一个东西长成这样，一看小老鼠。有只老鼠在地上跑，老鼠是在天地气交接之下，所以它承受地气多、天阳少。没有看到过老鼠站起来走路的。袋鼠例外，在澳洲的动物。平常老鼠都是趴到地上跑得很快。它的地气比较多。我们就下定义了，阴阳就看出来了，鼠辈是阴多阳少。所以（跟人的）阴阳是反的。

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是常人、常态、正常的人。如果有一个人跑出来阳太盛了，三阳亢。阳太盛的话，阴就会受伤。这是阴阳平衡的观念。如果有一个人阴太盛了，就是阳会受伤。这是观念。所以只要有常识，阴阳就出来了。阴阳很难抓？不要想太复杂。如果阳盛，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，比如感冒发烧脖子项强汗流不出来，阳太实。没有把它治好的时候阴会受伤，阴伤到了我们就称为阴虚了、受伤就是阴虚了。如果是阴太盛、阳受伤的时候，阴太盛了会造成阳虚。阳虚了以后阳气没了只剩阴了、身体的阳没有了只剩阴在里面，这时就称为阴实。所以人受病会慢慢由表入里。



中医没有替老鼠看病，没有替老鼠摸脉，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。没有看到老鼠在大街上马路上逛街，这种老鼠很笨。老鼠看不到，平常躲起来。它是阴物，阴里面有一点阳。所以老鼠本身是受阴，受地气而成长的。所以当地壳变动的时候，地下地震、海啸，老鼠马上就on知道，逃得飞快。老鼠跑了，人还在那边傻傻的比老鼠还笨。所以我们要看 mother nature 天然

存在的東西。老鼠是陰盛，陰如果太盛的話陽就虛掉了。老鼠就是因為怕陽虛，陽是動能，所以老鼠不斷地咬東西，把東西咬壞掉、把牆角挖個洞，不斷在磨它的牙齒。西洋人念動物學的就是讀形。老鼠牙齒長得很快，所以它要常常去磨，不磨的話牙齒長的不能吃东西要啃。實際上因為天生它是陰盛、陽會虛的狀態之下，它就必须一直在動。所以老鼠動作很快，要啃硬的东西。因為它要把陽強起來。如果陽再虛掉以後，從陰盛瞬間就變成陰實了。實在裡面的話老鼠就死掉了。陰實就最後的階段了。所以老鼠的過程很简单。

老鼠是陰物，人是陽物。一個秉天陽而生，一個秉地陰而生。現在有的人很笨，拿老鼠來做藥。做出來的藥，明明就是陰陽不一樣，人跟鼠完全不一樣。動物學家便把它變成一樣，它的DNA跟人很接近，所以我們用它來實驗藥。當然得到的是反的效果。不用去驗證，不用吃，一看就知道。這是狡辯。這就是陰陽。所以一票人不懂陰陽，把老鼠拿來當實驗，實驗完以後藥用在人身上，害人。這就是我們治病要治陰陽。所以把之前講的通通忘了，現在一看，陰陽就分出來了。如此一看就知道什麼物性，通通出來了。

所以我希望大家以後出去學中醫，把中醫練好的人生活一定是很簡單的。不會說每天一大堆沒有辦法。所以盡量讓自己生活簡單。如果生活很複雜，晚上還要去哪邊，排了很多，沒有辦法專一的。學中醫要冷靜，要從容。下面一篇《示從容論》第七十六篇就是這個意思。

## 第七十六篇 示從容論

一定要從容，病人到手不要慌。如果病人送進來急診，病人家屬都手慌、臉色都發青，你一看到他你也跟著手慌、臉色發青，一起，他冒冷汗你也冒冷汗，不夠從容。當醫生要穩。瞬間發生的事情要冷靜下來，能夠觀察，才會看到。

看病要怎麼樣叫做從容？我們看黃帝跟雷公的對話。【黃帝燕坐，召雷公而問之曰，汝受術誦書者，若能覽觀雜學，及于比類，通合道理，為余言子所長】。第一段【五臟六腑，膽胃大小腸，脾胞膀胱腦髓涕唾，哭泣悲哀】這沒什麼，【水所從行，此皆人之所生，治之過失】人最初生于水。所以我一再跟大家講，中醫的觀念里認為人第一個臟是水。跟西醫不一樣。西醫認為是心臟，所以它不認為水很重要，所以它研發出來的西藥都會傷害到水。吃西藥就好像吃味精一樣，一吃藥嘴巴马上就干。吃西藥也會干，它都把水排掉。不管是不是利尿劑，下去都會把水釋放掉，只是多少而已。看病一定要從容。【子務明之，可以十全】做十全的醫生就是面面俱到，面面俱到的醫生才行，【即不能知，為世所怨】不能有一個閃失。

【臣請誦脈經上下篇，甚眾多矣，別異比類，猶未能以十全又安足以明之】。中間的對話，因為只是些對話，比較一些東西，我們就不談了。黃帝問【子別試通五藏之過，六府之所不和】你試着說明五臟的異常，六腑之間的不協調、膽小腸胃大腸膀胱如何不協調，【鍼石之敗毒藥所宜】針灸的缺失，什麼時候可以用藥治病，【湯液滋味，具言其狀】湯液和用藥的區分在哪裡，【悉言以對，請問不知】。

雷公回答的雞同鴨講。【肝虛、腎虛、脾虛，皆令人体重煩冤】其實這些都是不對的。我們在辨證的時候都是一臟為主。病辨證出來的時候本病只有一臟。它會傳到其他的臟，你不要被其他的臟所迷惑。單看一臟就好了，一臟治好其他都會好。雷公搞不清楚，雷公說肝虛、腎虛、脾虛一大堆虛，【當投毒藥、刺灸、砭石、湯液，或已或不已，愿聞其解】。

【公何年之長而問之少，余真問以自謬也。吾問子窈冥，子言上下篇以對何也？夫脾虛浮似肺，腎小浮似脾，肝急沉散似腎。此皆工之所時亂也。然從容得之。若夫三臟土木水參居，此童子之所知，問之何也】？黃帝就罵他，年齡那麼大還是問得很肤淺。罵的就不解釋了。會有相似雷同的。其實這篇為什麼寫出來？並不是让你去看黃帝怎麼罵雷公。而是說刚开始做醫



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。

雷公问的问题，肝虚、脾虚、肾虚。【于此有人，头痛筋挛骨重，怯然少气，哆噫腹满，时惊不嗜卧，此何藏之所发也。脉浮而弦，切之石坚，不知其解】。不知其解是什么？【复问所以三脏者，以知其比类也】。

【夫从容之谓也】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。【夫年长则求之于腑】，我们治年长人的病，人到了七八十岁以后，基本上脏没有问题他才活那么久。脏有问题三十岁、四十岁、五十岁就噶屁着凉了。到了五十岁以后还活在那边，治年长的人先看他的腑。【年少则求之于经】年轻人看他的经。年龄大的人基本上他没有问题，但是年龄大脏器衰了，所以我们看他的腑。少年人、年轻人他的脏器很强，看他的经就好了。【年壮求之于脏】年壮就是你们这一代壮年的人。像我就是，我生病你看我的腑就好了。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。因为像你们这样三十岁到五十岁壮年的人，工作很多，最容易受伤。如果受伤的话【今子所言，皆失八风菟热】，【五藏消烁】五脏像火里面在烧一样，因为劳碌再加上天气热或怎么样，劳心又劳力，一直在消耗五脏里面的元气，【传邪相受】这就会产生病变。

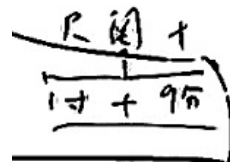
看一个人的脉【夫浮而弦者，是肾不足也。沉而石者，是肾气内着也】。以后我们就一个叫做肾阳不足、肾着病，就是从这里来的。张仲景就会提到肾着病。【怯然少气，水道不行，形气消索也。咳嗽烦冤者，是肾气之逆也。一人之气，病在一藏。若言三藏俱行，不在法也】。真正中医立法是一脏。

现在听完看完这个以后，回头看刚刚雷公问，一个人“头痛筋挛骨重，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。他这样陈述症状，摸他的脉是浮脉，浮脉是在表，表的话有表证。他根本不是表证，一看，再来是骨，脉在骨边是病。所以遇到这种情形的时候，明明是肾脏病可是摸他的脉是浮的，就是肾的阳往外走。肾阳与阴并行的时候一定是常脉。常脉的话在尺脉的地方会摸到细、沉、缓。沉缓细代表有胃气，阴阳是合到的。肾脉变得很强，表面上轻按就摸到他的脉，代表肾阳往外散，所以一看就晓得是肾脏病。所以在临证的时候看到病人有很多症状，大家不要紧张，专注看病在哪个脏出来。



你们不要看后面。光是有人【于此有人，四肢解堕，喘咳血泄。而愚诊之，以为伤肺。切脉浮大而紧，愚不敢治】。【粗工下砭石病愈多出血】让病人出很多血，【血止身轻】血出来以后身体就轻掉了。【此何物也】这是何物？光是看四肢，脾主四肢。喘咳血泄，如果出血的时候来自肺的话，病人一定是咳血或者是鼻子出血，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。小肠是受盛之官。当食物消化掉以后，如果脾阳不足的时候，食物化生成血以后没有办法进入五脏。因为阳不够，这时候往下泄，排出来是血，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。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，就可以把他治好。

【子所能治，知亦众多，与此病失矣】黄帝说能治的很多人都知道，这是有失误的地方。【譬以鸿飞，亦冲于天】。【圣人之治病，循法守度，援物比类，化之冥冥，循上及下，何必守经】不需要一定守到经书上这样子。就好像我刚才讲鼠性。经书上没有鼠性，你为什么知道？天地之间在六合之内全部有阴阳，看就知道阴阳了。以后我会讲鹿，看鹿的性。它本身鹿角长在那边，鹿在白天跑来跑去你不知道，可是看它晚上，鹿不会躺下去睡觉，像我们人一样睡觉还流口水，它不会。它找一个树丛，把它的角放在里面，树可以撑到，它就这样



睡。睡觉的时候头还硬往上抬。为什么？纯阳。一直朝上，连睡觉的时候都站在那边。你就可以看出来它的药性。鹿茸就知道了。其他依此类推。当然我们讲《神农本草经》的时候我再慢慢跟诸位讲，慢慢让你了解阴阳。我们从头到尾讲那么多，目的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。

后面讲得详细一点给大家听。黄帝说【今夫脉浮大虚者】，脉一般来说中医讲缓有力是常脉。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，关脉、寸脉、尺脉，寸是九分、尺脉是一寸从中间分开来。寸在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就摸到脉。皮肤表面是表。表如果虚掉了，当然是虚脉。如果是实、脉很强很硬，是表实。既然讲的是表，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。人的体力在跟它相抗，我要流汗，风寒说不给你流汗，两个就吵架了。在阳上面吵架，脉就变成实脉。

我们为什么要知道表实？因为我们处方的时候有解表的药，有去实的药，你就会开药了。如果表虚，我们就知道用药是入表、固表用的，诸如此类的。我们以后就会用这些名词来跟诸位解释。[第 72 集]

现在是脉浮大而虚者，浮大了以后【是脾气之外绝】脾气绝就是胃气没有了。胃气的脉一定要缓而沉。今天如果浮大但是缓的话，没有问题。脉是虚掉了，胃气没有了，【去胃外归阳明也】是脾气病在阳明上面。【夫二火不胜三水】，因为手阳明足阳明是二火、阳明是两火并，三水因为太阴、足太阴脾经是三个阴，所以火不能胜水、水太大，【是以脉乱无常也】。【四肢解堕】造成四肢没有办法控制，无力，【此脾精之不行也】这是脾的精不行。黄帝在解释前面的为什么是脾。【喘咳者，是水气并于阳明也】。【血泄者，脉急血无所行也】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。西医开药用止血钳下去止血。中医的观念认为，如果阳很足的时候，阳没有乱行的话血不会外泄的。所以我们让他阴阳一恢复的时候，血自然而然就止掉了。如果去止血的时候并没有让他阴阳平衡回来，瘀血出来了还在里面再造成瘀血，堵塞在里面更不出来。就算把血止掉了，病人瘀血在里面，那个瘀血就像潜伏的炸弹一样慢慢扩张，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，血症我们怎样处理、怎样应用、怎样止血、怎么样把病人救回来。有时候病人得胃癌的时候，三更半夜、丑时的时候吐血出来了。因为丑是土之时，土病、胃病会起来。这时候一吐血出来，整个床单都是血，真是吓死人了。你不晓得就把他送到医院去，把胃止血用止血钳压住，胃癌了我们更不好治。丑时一过就不会吐血了，血就止掉了。因为丑时是土，胃土是病会起的时候。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、阳气没有办法循行造成的。【若夫以为伤肺者，由失以狂也】如果以为是伤到肺就缺失了。【不引比类，是知不明也】。

【夫伤肺者】如果真的是肺气伤到的人，因为土是生金，会造成【脾气不守，胃气不清，经气不为使，真藏坏决，经脉傍绝，五藏漏泄，不衄则呕】。一定会出现鼻子出血，或者是呕血出来。因为肺伤到的话，一定会影响到它相关的子脏跟母脏。

脾和肺【此二者，不相类也。譬如天之无形，地之无理，白与黑相去远矣】黑和白不能混在一起谈。【是失吾过矣。以子知之，故不告子】。【明引比类】你的个性、你看病时的态度又是非常的【从容】，【是以名曰诊轻。是谓至道也】这是至道。诊断我们要依据这种法则来做。所以千万不要慌乱。

只是举例给你听。真的肺伤到的时候，我们还有很多其他的症状。诸位不要担心，不难的。这只是说我们常常要做类比。像我刚才讲的，老鼠和人就是给你做比类，你一看就知道。鼠非人，人非鼠。老鼠可以吃的拿来给人吃，结果得到反效果。抗忧郁的药，吃下去的目的预防人家自杀的，结果吃了半天很 happy 的从高楼跳下去死。如果有办法在空中拍他的照片，你看那



个人他在笑。这种是魔道。

## 第七十七篇 疏五过论

【黄帝曰，呜乎远哉！闵闵乎若视深渊，若迎浮云。视深渊尚可测，迎浮云莫知其际。圣人之术，为万民式。论裁志意，必有法则】我们的医术一定有法则、大家可以依循的法则。【循经守数，接循医事，为万民副，故事有五过四德】如果有错的话简单归类就是我们叫做五过。五过四德是医书上讲的。【汝知之乎】什么叫做五过、犯哪五种过失？【雷公避席再拜曰，臣年幼小，蒙愚以惑，不闻五过与四德。比类形名，虚引其经，心无所对】。

【凡未诊病者】，第一个过【必问尝贵后贱】，诊病的时候要问问病人。黄帝的意思是要问他，以前有钱现在没钱，还是以前没钱现在有钱。人家怎么回答你，这很难，我找你看病的，我有钱没钱关你屁事。实际上我们要知道，他讲的目的是要知道由情志引起的。为什么我们中医要学一些望诊？我们望青赤黄白黑以外，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。你可以把相书拿出来看，很多。什么《神相铁关刀》，还有一些相法，风鉴之术，你们可以去研究。那就不用去他问了。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。看外国人你就问我好了。我看很多，一看就知道了，看多了嘛。外国人刚好跟中国人、东方人是相反的。你如果实在不会看，你就问他，像《黄帝内经》讲的，不问的话就医过了。

先贵后贱，【虽不中邪，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。这个人以前很有钱现在没有钱，会造成【名曰脱营】血会不够。前面讲的是贵，比如以前当高官的现在没有，就是脱营。【尝富后贫】如果以前很有钱现在没有钱，【名曰失精】就是精气会丧失掉。【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，【病有所并】如果是并在一起就会产生病变。【医工诊之，不在藏府，不变驱形，诊之而疑，不知病名。身体日减，气虚无精。病深无气，洒洒然时惊。病深者，以其外耗于卫，内夺于荣。良工所失，不知病情。此亦治之一过也】这一段讲的就是，病人因为情志产生的问题，如果没有了解清楚的话，这是一过。

有时候病人很多，不可能叫他写个病例表格，还没有看到医生之前先告诉医生，是先贫后富，还是原来是高官现在贬为平民。这都不会回答你的。这不是要笑死，人家说这是看病历，不写了不看你了，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。你可能刚开始看病的时候就按照正常人帮他看，这是实在没有办法问。以后你可以在聊天中间、或者旁敲侧击听到。所以要你去注意旁边人讲的话，知道这个人过去一点事情，这是很好的。

这是一过。所以要从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。

【凡欲诊病者】，第二个问诊【必问饮食居处】。【暴乐暴苦】这个人是在瞬间、很快的很痛苦，【始乐后苦】，【皆伤精气】。情志喜怒无常的人都会伤到人的精气。我们要了解这个，如果不了解精气会受伤的话，这是第二过。【精气竭绝，形体毁沮】。一般来说如果暴怒暴喜，【暴怒伤阴，暴喜伤阳】，这就是下定义了。造成。逆气【厥气上行，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。【愚医治之，不知补写。不知病情，精华日脱，邪气乃并。此治之二过也】这种是治第二过。

【善为脉者】，第三过【必以比类奇恒，从容知之】。如果不这样做的话【为工而不知道，此诊之不足贵。此治之三过也】。善为脉者，第三过就是，有的人不看其他望闻问切，就是会摸脉、就是光靠脉来讲解一切。这个不行，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的。你要去问，绝对不可以光是按照脉来做诊断。这是治之三过也。所以我们前面有望闻问，先望闻问以后再去摸他的脉。

【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。就吵，吵不过就一哭二闹三上吊。暴喜、暴忧、暴怒都发生在这边，很凑巧。【故贵脱势，虽不中邪，精神内伤，身必败亡】寿命就不会很长。【始富后贫，虽不伤邪。皮焦筋屈，痿蹙为挛。医不能严，不能动神。外为柔弱，乱至失常。病不能移，则医事不行。此治之四过也】。

我们当医生的，遇到这种病人有精神上、情志上的问题的话，要用很多方法来纠正他。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。这样讲话没有人会听你的。谁会听你的，要告诉哪里好、哪里不好。来不及讲，不可能每一个人都告诉他，讲了长篇大论来说服他。

只有用骂，刚中、山水蒙启蒙之道要刚中。再下去你就死，讲完了。吓死他了，跑出来了，就救回来了。跟他讲半天，中医比较好，不要去开刀，讲完他眨眼了（表示不相信）。所以在生死那刹那之间言简刚中，事后可以慢慢地去改变他的精神状况。比如他有一百块美金羡慕有一百万美金，你跟他讲，一百万美金和一百块现金吃的汉堡都一样。不会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。这是第四过。有五过四德。

第五过，【凡诊者，必知终始】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。【有知余绪，切脉问名，当合男女。离绝菀结，忧恐喜怒，五脏空虚，血气难守。工不能知，何术之语】。

所以常常会问病人，比如脖子痛是怎么来的。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，我是车祸、车子撞到后面结果伤到，伤到的时候还带点惊吓。现在有一个人也是脖子痛，问他脖子痛怎么来的，晚上睡觉早上起来的时候脖子痛。还一个人脖子很痛、很硬，感冒，原来没有，这几天才有。同样一个项强、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，我们知道里面实了、有东西在里面。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？这是鸡同鸭讲，跟雷公一样笨，答非所问。所以你们千万不要讲问题很奇怪。

这是举例。【尝富大伤，斩筋绝脉，身体复行，令泽不息，故伤败结，留薄归阳，脓积寒灵】。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。【粗工治之，亟刺阴阳，身体解散，四肢转筋，死日有期。医不能明，不问所发，唯言死日，亦为粗工】。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，西医一看到脑瘤，54天。很厉害，很准，真的54天，他绝对不会算错。这也是粗工。病怎么来的不知道。因为他们技术很好，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。吓死人，知道又怎么样，把病人吓死了。从当天听到讲这个话，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，越看人越不对。【此治之五过也】这是五过。

【凡此五者】有这五种过失的人，【皆受术不通，人事不明也】。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，以前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。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。

我在美国看病的时候，这个病人很好玩。我基本上会尊重他们的医生，我们当然互相尊重。病人拿到病例，一看是脑瘤，脑袋里肿那么大一个。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。结果现在右边都瘫痪掉了。我等他讲了。我说西医现在怎么做？医生说现在长回来了不能开刀，做化疗又做不进去，要电烧。做完的话如何？活不过三个月了。三个月还在医院干吗，三个月不应该出去走走吗？既然从宾州来到佛罗里达，到处去玩玩。我们不能跟人家这样讲。西医说死定了，绝望了。

我告诉你肿瘤怎么来的，分析给他听。刚刚跟我讲的很清楚，当肿瘤越来越大的时候就发现右半边越来越没有力量，这是病人说的。吃我的药吃了一段时间以后，右半边越吃越没力量代表肿瘤在变大，不要吃了，代表药没有效。怎么那么笨，药没有效还继续吃。但是如果吃我的药一段时间以后，左边本来就正常，右边越来越好起来，精神体力都恢复，就代表在痊愈之中。所以也不用没事去照 X 光了。如果闲来没事，觉得人生很乏味，就每天住在 X 光室旁边，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。六个护士里面五个得癌症，为什么？就是放射线。所以如果觉得人生很乏味，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。现在已经告诉要死了，还去干吗？病人问怎么知道它没用？我说不用知道它没用，你自己会知道，不用问我，你自己都知道。怎么知道？我就开始讲了，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、找到致病的原因是什么。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。

【故曰圣人之治病也，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】讲了天地、阴阳、四时，所以我们治病一定有法则，绝对不是靠一个很简单的动作就在治。【问年少长勇怯之理，审于分部，知病本始，八正九候，诊必副矣】。同时我们要问年少、年龄多大，是老头子还是少年人。

现在有一个女孩子告诉你，她肩膀痛、大便便秘。你问她月经好不好，就没有看到她才七岁，女子七岁才齿更，问她月经有没有就是没有注意看年龄。人家来了告诉六十五岁，你问月经好不好，根本就六十五岁没有月经了。所以要眼珠子放亮一点。我们平常看病一看病人几岁，common sense 常识。

看人胆小，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，比如气喘或者胃病，后来变成胆瘕、犹豫不决，我们还要再去治疗他的胆。胆为中正，决断出焉。他没有中正之官，他不敢又吓到，这种很麻烦。所以我们治身体病很简单，心理病很累。心理病我常常用刚中。没有办法，要救他就是刚中。我跟他讲，你这样下去很好，我保证你死，死的时候病例上写的是被吓死的。他想想看怎么办，只有他自己去解决。

当医生千万不要给病人你的电话号码、家里的电话号码。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像熊猫一样眼睛黑黑的，气色也不好，然后每天在抱怨。好心结果会害到你自己。《黄帝内经》没有写出来，我们再增一点进去。当医生一定要精神养好，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。

【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。所以气一泄的时候我们马上要注意。什么叫气泄？气泄看不到？看得到。大汗不止是气泄，大下不止是气泄。我先不管阴气、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、阳气要固什么的，很多的固表、固气，要是这样子。气内为宝，气绝对不可以往外跑。就好像气球一样，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】。如果一个人的气没有办法守于内，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，不要搞错了。这是讲西医？不是。这差太远了，要先解释清楚。【无失俞理，能行此术，终身不殆。不知俞理，五脏菹熟，痈发六府】。我们如果随时把气固在病人的身体里面，病情不会再恶化，一定会万无一失的。如果阴阳气有失去交流的时候，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东西，俞穴就是帮我们的脏腑调平衡的地方。脏腑不平衡，所以有脏病，所以我们才会有俞募治疗，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，事先在得病之初的时候就把它散掉。

【诊病不审，是谓失常。谨守此治，与经相明。上经下经，揆度阴阳。奇恒五中。决以明堂。审于终始，可以横行】。看病的人在《示从容论》就是看病的态度。在《疏五过论》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常、就会有失误的地方。这是我们一定要把握住的原则。《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，基本上把他治好病，这个病不会再患。如果不了解来龙去脉的时候直接治下去，并没有完全了解病情的话，第一个病情不会好，第二个同样的病就算蒙对了治好了还会再患、还会再来。所以我们一定要了解病的原因是什么。

## 第七十八篇·征四失论

《黄帝内经》第七十八篇我们称为《徵四失论》（徵 zheng 同征）。

【黄帝在明堂，雷公侍坐。黄帝曰，夫子所诵书受事众多矣。试言得失之意，所以得之，所以失之】。这一篇雷公学乖了，不敢乱问了。【雷公对曰，循经受业，皆言十全。其时有过失者，请闻其事解也】。雷公说读书通通读得很多，医书都读光了，全部都背下来了，都做到了。可是看病还是会有失手，为什么？这都是大家以后也会面临的问题。

黄帝说【子年少】你的年龄太小，【智未及邪】。智未及邪当然我们可以解释很多，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？你在跟病作战的时候，病人只是一个战场，你在打仗，你在跟病作战的时候这是死生之道。按照孙子说的，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怎么样，脑筋不要太（不灵活）。你看到每个人都是好人，不能看到病也是好人，不能显微镜下看滤过性病毒也是好人，诸如此类。他的确是好人，现代人把他弄坏掉了，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。他的观念是这样子，能够分辨清楚，要活泼一点。【将言以杂合耶】。

黄帝说【夫经脉十二】我们身上有十二条经脉，【络脉三百六十五处】，【此皆人之所明知】大家都知道，【工之所循用也】一般医师都按照这个来做。医学都了解了，【所以不十全者】可是没有办法做到十全十美。为什么？因为【精神不专】没法专心的看病，【志意不理，外内相失，故时疑殆】所以常常会产生一些疑问。【诊不知阴阳逆从之理，此治之一失矣】。



有一个病人跑来告诉你，晚上不能睡觉，失眠。光是一个失眠，你眼睛看过去，他晚上睡在那边应该是阴盛阳衰。白天应该是阳盛阴衰、精神在那边，晚上睡觉的时候阴较盛、阳比较衰。现在这个人该睡的时候不睡，把白天的阳盛阴衰带到晚上去了。阴阳马上就分出来了。再去看他的虚实，再看他的表里，再看他的寒热，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，他是因为环境造成。比如在国外，这边有很多 seven-eleven 24 小时店，在很多大城市 walmart 都 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，到下礼拜就调时间回来，阴阳常常调来调去。壮年的时候没有关系。随时要告诉自己，比如大家不愿意排夜班，夜班最痛苦了。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，好痛苦起来。本来就是已经因为工作的关系硬把阴阳调到不正常，一定要保持心情的平静开朗。晚上值夜班很好，最少可以读一点书、看看 DVD，最开心了。千万不要把自己的情绪弄坏掉。

所以我们治病一定要知道阴阳从逆。没有办法做到十全十美，即使经书读得很多，可是阴阳逆从不了解，这是会失手的。

第二个【受师不卒】找的老师不好、很差，【妄作杂术，谬言为道】道理也不对，【更名自功，妄用砭石，后遗身咎】结果理论没有学好。【此治之二失也】治病的第二错失。要找对老师。找错我也没办法了，反正我就照实说。[第 73 集]

我们先修正一下，七十八篇是《征四失论》。第二个失误的地方，老师找错了。

第三个【不适富贵贱之居】没有去问他、去了解他的富贵贱的居处，【坐之薄厚，形之寒温。不适饮食之宜，不别人之勇怯】分别不了病人的个性是胆大还是胆小，【不知比类，足以自乱，不足以自明】不会中。因为明白了病人富贵贱这种，【以治之三失也】这个时候会有失误的地方。

这些讲的都是失手，医生会失手。还有第四个是我最恨的。【诊病不问其始】不问他的病的原因，【忧患饮食之失节】，【起居之过度】起居的方向都不对，【或伤于毒】或者是吸毒或者是吃到不干净的食物。【不先言此】不先问他这些东西，【卒持寸口】直接把他的脉，然后告诉他怎么回事，【何病能中】。讲了半天【妄言作名，为粗所穷】。【此治之四失也】这是第四个失误的地方。

所以诸位要了解，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。有些人摸脉就告诉你 24 小时身上怎么样讲一大堆，这个医生很厉害没有问我就知道了，然后开处方的时候一副药下来八九十味药。乱枪打鸟，凡是《本草纲目》里面能够治咳嗽的他通通开在一起，没有一味是到的。我们处方绝对不依照《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。当发现到有错误的时候，问诊问得很清楚，也知道他的富贵贱，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，结果处方下去的时候有问题，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。第一个是诊断，或者是处方，还有药对不对。这是我们都要考虑的。

像有一次，我有个病人也是很熟的朋友、都是老病人了、从看病变成朋友，他是十枣汤证，很难过不能躺、躺下去胸腔里面很难过。很简单了，开一剂十枣汤给他。他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？我想没有错。我说你有没有难过？什么都没有。我再开第二剂给他，他吃了还是一样。我就怀疑了，跑到药房去问药师十枣汤怎么配的，我们按照写的比例把红枣加进去。他把红枣的比例放到最多，其他都是 1 和 0.5 的比例，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。只有一剂，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。

所以发生错误赶快去修正，没有关系。甚至于你跟病人明讲都没有关系，病人绝对不会怪你。要跟他明讲。【是以世人之语者，驰千里之外，不明尺寸之论，诊无人事。治数之道，从容之葆。坐持寸口，诊不中五脉，百病所起。始以自怨，遗师其咎。是故治不能循理，弃术于市。妄治时愈，愚心自得。呜乎，窈窈冥冥，熟知其道。道之大者，拟于天地，配于四海。汝不知道之谕，受以明为晦】。

## 第七十九篇 阴阳类论

【孟春始至，黄帝燕坐】初春的时候黄帝坐在那里，【临观八极，正八风之气】，【而问雷公曰】黄帝就问雷公，【阴阳之类，经脉之道，五中所主，何藏最贵】哪一个脏最贵？

雷公当然看看外面是春天，就说【春甲乙青，中主肝】，所以雷公书背得很熟，【治七十二日】三个月以内。【脉之主时，臣以其脏最贵】。当然又被黄帝骂一顿。【帝曰，却念上下经，阴阳从容，子所言贵，最其下也】。肝脏其实是最下等。是经。【雷公致斋七日，旦复侍坐】。

看黄帝怎么说。【三阳为经】三阳就讲太阳，经气的循环。【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。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。所以我们 DVD 买到的人，拿到 DVD 和附赠的 DVD 里面的书，我会有一张纸，上面是更正的附在里面。【一阳为游部】少阳就是一阳。【此知五脏终始】，【三阴为表】不是三阳、就是太阴为表，【二阴为里】，【一阴至绝】一阴就是厥阴，【作朔晦，却具合以正其理】。这里讲的是，人有阴阳并行，人身体里面是一个圆形的，但是是有始有终。一年十二个月，我们是以寅月为农历的一月，每年农历一月都是寅月。从月上来看人身上的十二经络，十二经络络到 12 个月份来说，第一个时辰是手太阴肺经。所以从肺经、从寅开始算，一年 12 个月算回来，人有周天循环，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。这个观念很重要。

一停止在哪里，那个脏就有病。这就是我们为什么说十二经络可以预测一个人的病。这个人从两年来都是晚上 1 到 3 点起床，我们知道肝经生病了。肝经生病不及早去治疗的时候它会入脏，入脏就变成肝病了。等到入脏的话我们就用五分法了。

可是在脏之前是经络。当按照经络生病的时候，很简单，我们针它的荣穴。我的老师告诉针荣穴。经书上是针俞穴。我的老师徐继明告诉我针荣穴。临床上我两个都做，反正是病人，不扎我身上。两个穴都做，两个都有效。所以我常常跟病人开玩笑，你要 reset。电子表重置，我帮你 reset 重置一下。然后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，一下变成五到七点。五点到七点以后起床怎么办？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是最好的。

所以说经络的循环最重要。【雷公曰，受业未能明】。这里黄帝在解释、仔细地再讲。【所谓三阳者，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，手太阴肺经的列缺、经渠、太渊的位置。病人脉有【弦浮而不沉】这是因为表邪。所以这里可以看到，当表有邪、太阳经生病的时候，我们讲足太阳膀胱经，生病的时候病在表，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。【决以度，察以心，合之阴阳之论】。

【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，我们把脉寸关



尺的位置的时候，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。什么叫短？手臂的地方我们摸到高骨之下为关。前面从关到手腕关节这边是 9 分，寸脉的长度是 9 分。后面到尺的部位是一寸。所以全部脉加起来是一寸九分。比这个脉短一点点，我们称为短脉。如果脉是浮而短，这是阳明脉，是正脉。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，这个时候就危险了。

【一阳者，少阳也】。【至手太阴上连人迎】少阳脉进入手太阴肺经的脉气上面的时候会直接连到人迎脉的地方，如果【弦急悬不绝，此少阳之病也。专阴则死】。其实这一段不需要去摸人迎的脉。这里讲的就是，因为少阳只剩一阳了，一阳陷的时候脉很脆弱，马上会进入阴脏。如果摸到少阳的脉，比如少阳证，我们举例，忽冷忽热、病人有时恶心、胸胁会苦满，因为少阳在中间胸胁的地方。摸他的脉，少阳脉是肝胆的脉，应该比较细、比较弦，这种是常态。如果变得很浮很大很凶，根本就是真脏脉，因为阳后面就是进入阴了。阴脉一出现的时候，专阴就是孤阴，无阳的时候就是死症。

三阴讲的就是太阴，三阴并为太阴。【三阴者，六经之主也】这是气血的源头。所以太阴跟重要。【交于太阴】。太阴是缓脉，浮而缓，缓一点点，脉在中间，缓而有力的脉。【伏鼓不浮，上空志心】。如果是脉沉在很深的地方，已经出问题了。脉只要下沉都进入内脏，脉如果是浮起来都是在表、走表。脉沉下去通通在脏，往里走。

【二阴至肺，其气归膀胱，外连脾胃】。二阴就是少阴，它会气归膀胱。

一阴就是厥阴【一阴独至，经绝气浮】。【不鼓，钩而滑】。脉如果是钩而滑，是厥阴脉。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。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。如果尺脉高起来超过它的地方，我们称为溢脉。如果从寸脉超起来往回去，压回去到尺脉，就是覆脉、覆盖的脉。这都属于真脏脉，脉都是又大又长。

【此六脉者】，【乍阴乍阳】有时候摸到阴脉、有时候阳脉，【交属相并】互相交属，能够【缪通五脏，合于阴阳】。【先至为主，后至为客】。脉一直在循环。脉按照节气在走，按照四时、春夏秋冬在走，一直在循环。这是常人，正常的人应该要这样子。如果它不按照这个方向来走，就是有病脉出现。

【雷公曰，臣悉尽意，受传经脉，颂得从容之道以合从容，不知阴阳，不知雌雄】。后面这一段讲的是主病在哪里、主要的病证发现在哪个脏里面。

黄帝说【三阳为父】三阳的观念就好像父亲一样，【二阳为卫】保卫，【一阳为纪】纪律。因为少阳是枢，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】，这时候我们用雌雄、父母来看，【一阴为独使】。

【二阳一阴】二阳讲的是阳明，一阴讲的是厥阴，出现的时候【阳明主病】。【不胜一阴，脉栗而动，九窍皆沉】。这是我常常讲的。如果是二阳遇到一个阴，这个阴不能胜阳，阳是最大，当然病在阳。这是观念。阳明就是二阳合并为阳明。二阳一定比一阴大，所以一阴不能胜二阳。所以不要去治他的肝病，去治他的大肠。所以我常常说，我们治肝病一定要通利肠子。这是基本的动作。如果通利肠子，肝病不会再进、再恶化掉。所以肝有病的人最怕便秘，最怕肠子不通。这是看到并病了。

【三阳一阴】如果看到三个阳、太阳病，还有一阴的病，这个阴怎么会去胜过三个阳那么盛【太阳脉盛。一阴不能止，内乱五脏，外为惊骇】。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的话，就不会得感冒了。内脏问题如果很严重，它是由表往里面走，很严重，根本就没有固表能力了。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

冒了，得到葛根汤证、什么证，表证在的时候代表里证没什么。因为表证在的话代表阳气很够才会有表证。最怕就是感冒都不知道了。打疫苗就是感冒都不知道了，结果照样感冒。

【二阴二阳】就会相抗了，两个阴、两个阳并在一起，医书上写的、《黄帝内经》说【病在肺】。【少阴脉沉】这是讲心经的脉沉下去，【胜肺伤脾，外伤四肢。二阴二阳皆交至】两个互相相交的时候，【病在肾】。【骂詈妄行，巅疾为狂】。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。

前面的“病在肺”有一点争议，实际上少阴出现的时候是心经。《黄帝内经》讲得很多。诸位如果记不得，临证上不用担心，因为我们后面讲《伤寒论》《金匮要略》的时候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，他把它整理很详细。所以诸位看过《伤寒论》《金匮要略》，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，还有一阳少阳。少阳少阴并病、两个病的时候，病会从肾脏出来。【阴气客游于心脉】寒气就会进入心脏，因为水克火进入心脏，所以会【下空窍堤，闭塞不通，四肢别离】。肾脏一有问题的时候，大小便就会有问題。

【一阴一阳代绝】，一阴是厥阴，一阳是少阳。如果脉相上面时时停停，没有力量，常常有停一下，【此阴气至心】这是阴气、寒气要跑到心里面去，这时候【上下无常，出入不知。咽喉干燥，病在土脾】。这里讲的意思最主要是什么？比如心脏和肾脏同时出现问题了，看起来好像心脏、肾脏出现问题了，实际上我们治脾，两边都会好。抱歉讲错。所以表面上表证上看起来是厥阴跟少阳出现问题，厥阴是肝脏，还有少阳、胆经和三焦经，出现这个问题的时候，这一段讲的是病在脾脏。我们治肝、治木一定是治土，木克土。所以如果按照这一段来解释的话，比如肝有问题去固脾脏，肝的问题就没有了、肝的问题自己会好，所以真正的病是在脾脏。这样子解释。

【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、我也不能控制你的时候，【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、互相抗争的时候，【浮为血瘕】产生血瘕，就是肚子里面长积块，【沉为脓腑】如果是脉沉代表里面化脓了，化脓在骨边。这都是不是很好的现象。

【阴阳皆壮，下至阴阳。上合昭昭，下合冥冥。诊决死生之期，遂合岁首】。这段就是讲常人的十二经脉。如果是按照天地的循环这样下来，一直循环通通没有停止、没有受到任何影响的时候，这是正常人，就是神清目明、能吃、能睡、能喝、能拉。

一旦哪一脏受到影响的时候他起因，可能是这个阴跟这个阳并在一起造成这个因，可能这个阳跟这个阴并在一起造成那个因。实际上在临证上面看的时候很简单，并不像书上那么难。病人告诉你，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。你在听他讲的时候，这个人肝有问题，因为肝开窍是眼睛。再一听他胃口又不好，是木已经克到土了。他胃口就不好，人就会疲劳倦怠。治土就好了，已经找到方法了，但是这是初期。真正到了里面重病的时候，光是去固土就没有办法了。这是病之初，当病气、十二经的经气有问题的时候，脏里面出一点问题的时候会影响到经气，这时候下手，我们只要固一脏就可以了。

【雷公曰，请问短期。黄帝不应。雷公复问。黄帝曰，在经论中。雷公曰，请问短期】。

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】。中医的观念里面，如果是冬三月，脉应该是冬天的脉、脉证相合的时候就没有问题，结果冬天的时候看到阳证，冬天不应该有阳证看到阳证。这一段、整个段讲的就是脉和证不合。举例。比如现在有个病人吐血又下血，这个人失血了。照理说这个人脸色发白、苍白，很累、很疲劳，按照道理说这个人失了血的话身体一定会觉得冷，脉会变得很小，失血了还是虚。结果一摸上脉的时候，脉变得很大很数，同时病人说不怕冷怕热，完了，这是逆证、脉证相反的。为什么会这样？因为阳



绝、阳要离开身体了。阳往外浮的时候，病人会显现热证。就好像蜡烛烧到最后那一点点的时候，剩下一点有时候瞬间会变成蜡烛火很大。那一段时间看到的是阳证。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。脉证不符都是危症。这里简单讲就是这样子。【冬三月之病，在理已尽，草与柳叶皆杀】。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】初春会死人。

【春三月之病，曰阳杀。阴阳皆绝，期在草干】在秋天会死人。

【夏三月之病，至阴不过十日。阴阳交，期在濂水】。

【秋三月之病，三阳俱起，不治自己。阴阳交合者，立不能坐，坐不能起。三阳独至，期在石水。二阴独至，期在盛水】。

这些前面都谈过了。节气相克的时候会产生死症。相同节气的时候病会起来。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，最危险的时候。简单讲就是这样子。书上有翻译的，我们就不用花时间解说。

## 第八十篇 方盛衰论

雷公就问【气之多少，何者为逆，何者为从】气在身体里面是如何运作的？什么是气逆？什么是顺气？这是气的运行。这些都是补前面我们没有仔细谈的。

黄帝说【阳从左，阴从右】阳气一律从身上的左边往右边走，阴气是从右边往左边走。【老从上】老年人阳气是从上往下走，【少从下】少年人的阳气由下往上走。所以小孩生出来以后，注意看在十四岁以前的小朋友，都是胎吸、就是肚子在呼吸。过了十四岁以上以后，自然而然变成胸式呼吸。所以我们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、佛教很多人在打坐的时候用腹式呼吸，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，就是这个道理。【是以春夏归阳为生，归秋冬为死】。【反之则归秋冬为生】如果是反的、阳气的时候。一般来说春夏的时候阳气会渐盛、阴气会渐少，所以见到阳证的时候是好的现象、见到阴证的时候不好。秋冬的时候阴气盛、阳气比较衰，阴证再出现在秋冬的时候反而会为生。【是以气多少逆，皆为厥】。气逆的多少，后来还讲到年龄大的人、年龄小的人。注意看这个很好玩，以后诸位看人辨证。

【有余者厥耶】当气有多余的时候？不足也会生病，多余的时候也会生病。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。一个阳冲在上面不下来，下面的阴就会停在下面，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。就冷不上来了，膝盖是阳关、阴阳交汇的关口。所以阳一上来，下面就寒掉了，会冷到膝盖。常常病人问，我妈妈吃的药都很好，现在怎么奇怪就有一个现象，就是膝盖以下到脚趾头都是冰冷的，代表阳还在上面没有下来。如果是年龄轻的人气有余的时候【少者秋冬死】，因为少年人是由下往上是常人，现在气在上面了、由下往上后上去下不来了，秋冬死。

【老者秋冬生】老年人因为他的气是由上往下走，所以秋天冬天老年人得到脚逆的时候，阳在上、下面是寒气的时候，他反而不会有事。人的阳气冲上去一定要下来，一直循环，永远不会停止。【气上不下】如果只上去不下来，造成上面阳会比较亢，这时候【头痛巅疾】。这都是

不是很好的现象。【求阳不得，求阴不审，五部隔无征。若居旷野，若伏空室，绵绵乎属不满日】。

后面这一段很好玩，很有意思。少气、当一个人气不足的时候【是以少气之厥，令人妄梦】多梦、开始随便乱梦了，【其极至迷】甚至于严重的话人会昏迷。所以只要一个人梦很多、常常做梦，气不够的人多梦，而且严重气虚的人昏迷过去。【三阳绝，三阴微，是为少气】。怎么知道他气虚到底是哪个气虚？从梦可以找到。

【是以肺气虚，则使人梦见白物】肺气虚的人梦见白色的物品，东西都是白色的。看到外地全部是一片片雪，就是白色的。【见人斩血藉藉】因为肺是主金、主肃杀，拿刀在斩杀看到血。如果是秋季的时候正好做梦梦想这些，正好又逢到秋天【得其时，则梦见兵战】就是逢到征战，因为天地之间的节气跟身体的肺虚会相连在一起，金主征战、金就会打仗。

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，则使人梦见舟船溺人】船翻倒了，淹死人。如果平常就梦到这个，平常还没什么。冬天还是梦到船翻过来死人的话就是【得其时】，【则梦浮水中】那时候会梦到人漂在水面，【若有畏恐】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。

【肝气虚，则梦见菌香生草】如果是肝气虚，常常看到菌香生草这些。如果是得到春天的时候【得其时，则梦伏树下不敢起】梦躲在树下面不敢跑出来。

【心气虚，则梦火救阳物。得其时，则梦燔灼】。心气虚有这些症状。

脾气虚有这些症状。【脾气虚，则梦饮食不足】。脾是主长夏，长夏的时候【得其时，则梦筑垣盖屋】梦到会盖房子。所谓不得时，如果不是长夏梦到、是别的节气梦到的话，就梦吃东西吃不够，因为时节不符。

这就是一直在讲，天地之间的四季、春夏秋冬，跟我们人身上的脏器对应产生的现象。【此皆五脏气虚】。脏是阴脏。只要讲到脏就是阴、腑就是阳。所以现在讲脏气虚，一定【阳气有余，阴气不足】。所以我们在说这个人脏虚的时候，就是阳有余、阴气不足。【合之五诊，调之阴阳，以在经脉】我们来调他，在经脉上就可以调，可以调他的阴阳。后面的《刺法论》里面就有我们如何去调他的阴阳。

【诊有十度，度人】。这里讲到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】阴气阳气衰的时候，【人病自具】人从外面的症状可以看出来。从脉动上面来看的话【脉动无常】，【散阴颇阳】阴阳两个气通通消失、快要绝灭的时候，【脉脱不具】脉就不规则了，脉动无常，有时候大、有时候小。【诊无常行，诊必上下，庶民君卿】。所以像这种我们依照证，诊断的方式是没有一定的固定的诊断方式，要因时因地制宜，原则上掌握到。比如一个人的神、精神，精神不好，体力不够、没有力了，阳就虚掉了。阴是讲他的形、外形、体形，如果肚子肿起来了、脚肿起来了，阴有问题。这样子看。所以中医整个在讲阴阳。

后一段也是。不管是学什么、怎么学，阴阳一定要弄清楚。【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】。讲了半天，最主要就是看阴阳。[第74集]

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。反过来的话，阴就盛，阳就衰掉了。如果通通跑到外面上来的话，阳太盛了，阴虚掉了。如果都跑到里面，阳虚掉了，阴盛。简单讲就是这样子。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。讲了半天还是阴阳，持诊之道都是讲阴阳。



【奇恒之势，乃六十首。诊合微之事，追阴阳之变，章五中之情。其中之论，取虚实之要，定五度之事。知此乃足以诊】。【是以切阴不得阳，诊消亡。得阳不得阴，守学不湛。知左不知右，知右不知左。知上不知下，知先不知后，故治不久】。【知丑知善，知病知不病。知高知下，知坐知起，知行知止。用之有纪，诊道乃具，万世不殆】。【起所有余，知所不足。度事上下，脉事因格】。

【是以形弱气虚死】。“形气有余，脉气不足死。脉气有余，形气不足者生”。如果一个人气弱，气虚了，气虚就是阳气虚了。加上形弱了，形是阴。我们看到是气血两虚，阴阳都虚掉了。这是死症。

如果一个人【形气有余，脉气不足死】。看到都是正常人，身体都是正常，摸他的脉的时候脉气不足，这也是死症，我就碰过。这个人都很好，可是摸他的脉几乎摸不到。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、当然还是缓就是所谓一息四至、比较更有力才对。居然摸不到脉，摸了半天好不容易找到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，形气不足者生】。所以看这两个来一比较的时候，我们知道脉气很重要。



脉的气怎么看？人的血脉中间是血，脉的中间都是血。指头摸上去的时候怎么摸脉气？气在脉外。所以摸脉可以由这边推过去，或者是指头由那边推过来。当你推过去以后就是看他的气，脉会把你的手指头顶回来，气旺。有的推过去了脉就跟着过去了，就没有回来的力量，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。

后面讲诊断的方向、诊察病人的方向，诸位看一下就可以了。基本上所有诊断的方向，一定要中医讲的脉证合。所谓脉证合，我们只能说脉证合易治，很好治，非常快。比如现在摸到病人寸脉是浮的，浮是表，病人就是头痛项强，很好治，一剂就好了，一副药两三个小时就可以了。脉证、病人出现的手上的脉和症，如果是不合就难治。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，脉证不合。反过来，有一个人脉很细微、很小，这个人一天24个小时居然睡18个小时，脉证是合的，一剂就好了，后面会有处方。

所以张仲景非常厉害，他不但了解，他方子都开好在那边。而且他的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，是经典之方。我认为经典之方比较好的形容它，我们称为经方。

书上有很多的，我们请大家看书就可以了。【是以诊有大方，坐起有常。出入有行，以转神明。必清必净，上观下观，司八正邪，别五中部，按脉动静，循尺滑濇寒温之意，视其大小，合之病能，逆从以得，复知病名，诊可十全】。【不失人情，故诊之或视息视意。故不失条理，道甚明察，故能长久。不知此道，失经绝理，亡言妄期。此谓失道】。

## 第八十一篇 解经微论

《解精微论》这一篇就是《黄帝内经》的最后一篇。后面我附上去的就是《刺法篇》。

后面都是黄帝跟雷公，雷公常常被骂，问题也很奇怪。【黄帝在明堂，雷公请曰，臣授业传之，行教以经论从容、形法、阴阳、刺灸、汤药，所滋行治。有贤不肖，未必能十全。若先言悲哀、喜怒、燥湿、寒暑、阴阳、妇女，请问其所以然者。卑贱、富贵，人之形体所从，群

下通使，临事以适道术，谨闻命矣。请问有鳧愚仆漏之问，不在经者，欲闻其状】。他先问诊查病患，从书上来看怎么样针灸、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。【大矣】这个问题很广。当然很广，我们前面讲了那么多。

雷公就把它缩小了。【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，根本就是假哭。用 common sense 去想。哭居然没有眼泪，绝对是猫哭耗子，绝对不安好心。【在经有也】。

【不知水所从生，涕所从出也】如果出、有鼻涕出来怎么回事？黄帝说【若问此者】像眼泪、鼻涕这种问题，根本【无益于治也】对真正治病上帮助不大。但是还是解释给他听。【工之所知，道之所生也。夫心者，五脏之专精也。目者，其窍也。华色者，其荣也。是以人有德也，则气和于目。有亡忧，知于色。是以悲哀则泣下。泣下水所由生。水宗者，积水也。积水者，至阴也。至阴者，肾之精也。宗精之水，所以不出者，是精持之也。辅之裹之，故水不行也】。



黄帝说【夫水之精为志】，这讲得真好，所以都不晓得用什么文字来形容它，【火之精是神】。人的志和人的神不一样。火的精，火是纯精的，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。所以我立志要去当总统，我立志要当什么，这是水的精。所以水如果纯精、不含杂质的时候，人的志向会很大。火的精华、火里面没有杂质的时候，神。当杂质一进来的时候，神就不守，志就不起。

【水火相感】水火常态应该是火在下面水在上面。常态是这样子，所以水火才会合。肾脏在下面、心脏在上面，为什么会这样？照理说火在上面、水在下面，照理是不交才对，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，水之本在肺。所以肺上面有很多的水，水会进入肾脏。小肠里面很多火，大肠围绕着小肠，大肠里的水也会回头到肺脏里面去。小肠的火在下面，肾水在这边，小肠的火是来自心火，所以真正我们人身上的是火在下面、水在上面，所以才会有气化。

气化的时候我们嘴巴一吐气是热气出去，没有人一吐是水喷出去。当然吃了十枣汤就会水喷出去，痰水喷的时候喷到墙上。你们没看过，看过就晓得。他吃了十枣汤，站他正面看他有没有吐，一吐就吐到脸上。当医生还是要有点 common sense。

如果水火相感，两个互相感应，不是互相冲突，【神志俱悲，是以目之水生也】所以眼睛里面就会带水。【故谚言曰，心悲名曰志悲】当我们心神伤到了，伤心，神就受伤。情志又有悲哀，悲能够伤到人的志向。神志俱悲的时候，泪涕都会同时来。【志与心精共凑于目也】。所以真正伤心的哭的时候，一哭的时候眼泪、鼻涕都会出来的。

所以如果要知道哪一个是真的假的，跑到殡仪馆去。一看这就是买来的，我不晓得叫什么，反正就是假的。他专让哭，哭得很伤心。听声音他是在哭，看他眼泪都没有。专门买来替孝子，表示孝子很孝顺，要哭。实际上这边在送葬，后边在打官司在争产。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。我里面的解释很多，诸位可以看解释。【是以俱悲，则神气传于心。精上不传于志，而志独悲，故泣出也。泣涕者，脑也。脑者，阴也。髓者骨之充也，故脑渗为涕】。

【志者骨之主也，是以水流而涕从之者，其行类也。夫涕之与泣者，譬如人之兄弟，急则俱死，生则俱生】。

【其志以神悲，是以涕泣，俱出而横行也。夫人涕泣俱出而相从者，所属之类也】。

雷公曰【大矣。请问人哭泣而泪不出者，若出而少，涕不从之何也】？帝曰【夫泣不出者，



哭不悲也。不泣者，神不慈也。神不慈，则志不悲。阴阳相持，泣安能独来】？

【夫志悲者惋，惋则冲阴】，惋就是身体会抖动，当很伤到、很悲哀的时候全身会颤动。如果【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】。这是因为神离开了心、志离开了肾。因为真的是很伤心、很难过，神和志会离开来。

【且子独不诵不念夫经言乎？厥则目无所见。夫人厥则阳气并于上，阴气并于下。阳并于上，则火独光也】。我刚才讲过，中间我们书上有翻译的，就请大家看书。【阴并于下，则足寒。足寒，则胀也】。我一再跟诸位讲，脚一定要热。但是脚热是要在脚底板，脚面上要冷的。因为脚面上是阳。阴和阳并行的时候，互相相持互济的时候，阳经在脚背上面但是有阴经来济、来辅助它的时候。阳中会带阴，所以脚背上阳经但是摸上去是冷的。脚底是阴经的地方，阴会来帮助它，所以脚底是热的。这是常态。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，这都是有水停在下面、水会累在下面。这是因为阴并于下，知道这个人的下焦会阴寒比较盛。我们知道阴寒比较盛，开一点入阴的药、开一点祛寒的药就可以了。知道是水在下面，我们再開点排水的药把它排出来。【夫一水不胜五火，故目眦盲】。

【是以冲风，泣下而不止。夫风之中木也，阳气内守于精，是火气燔目，故见风则泣下也】。【有以比之，夫火疾风生，乃能雨，此之类也】。

最后一篇《黄帝内经》的《解精微论》讲的很细微的地方。不知道也影响不了治病的。讲到眼睛和鼻涕。

我一生受到影响最大的就是唐容川跟曹颖甫，我受这两个人的影响很大。其他的，郑钦安的书我还没看完，前一阵才给我看看，受到影响不大。真正的经方大师，你们去看他写的。真的写得好的，如果把他们比较在一起的时候，唐容川。唐容川是庚子赔款的时候，赔款清朝就送一批人出去留洋，找一批很聪明的人去。唐容川到了国外去以后学了西医，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》、《神农本草经》、《伤寒论》。

所以你如果一开始看《黄帝内经》，你怎么会变成温病？《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。所以现在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，光看《黄帝内经》，看完你就是伤寒家，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，他跟张仲景的六经辨证辨不起来。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，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《伤寒论》《金匱要略》，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，张仲景会有不足，每个人都会有不足，将来你们也会有不足。不足的时候，这时候你的基本的精神有了，一直在这个路子上，路子是对的，这时候你参考很多旁边的杂家杂说，这时候你的中心的精神不会丧失掉。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、看哪个部分要增加一些。当然了我增加了一些进去，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。

所以你看张仲景的时候，他写的东西从头到尾看起来好像就是桂枝汤的加减，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》。这一篇我把它翻译出来。翻译出来的诸位看看，有很好的地方、好几个好的重点。这是《素问》的遗篇第七十二，现在回头第七十二。第六十六到七十四篇散失掉了，这一篇找回来。我个人看了以后，其他篇我们不做解释，我会把原文给你们看。你们自己去看，你就知道我为什么不去解释它。因为到现在大家都要怀疑那些不是原篇。但是这一篇值得我们去探讨一下。这一篇很逼真、非常的真，而且效果不错，我们也用，我也用。

黄帝问，阴阳升降，这是正常人。阴升阳降，阳升阴降，这是一直周天循环，永远不歇息的。常人是这样子。【升降不前】如果阴阳升降失控、控制不住了，【气交有变】这时候气血交流会发生变化了，【即成暴郁】造成人家突然死掉，【余已知之】。【如何预救生灵可得却乎】我们如何可以预防、可以救百姓的生命、不要让人家死？

岐伯先拍他马屁，讲了一段很伟大的话。【岐伯稽首再拜，对曰，昭乎哉问！臣闻夫子言，既明天元，须穷法刺，可以折郁，扶运补弱全真，泻盛蠲余，令除斯苦】。【帝曰，愿卒闻之】。

我们讲后面，针刺、针灸的刺法，这才是重点。讲重点。岐伯说【升之不前，即有甚凶也】。比如阴气和阳气，一直按照“肺寅大卯胃辰宫，脾巳心午小未中。膀申肾酉心包戌，亥三子胆丑肝通”这个顺序在循环。走到一个地方产生阻碍了。产生阻碍的时候，病人会有变异的现象出现。比如白天不该睡他就突然睡着了。或者突然一发病，他白天突然昏倒下去了，过了那个时辰又自己醒过来了。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。看到旁边老鼠是阴物也跑出来，你也是阴物在那边。看着大眼瞪小眼，过了那个时间又睡过去了。这些都是人的征兆，代表受阻。受到阻碍的时候我们如何去调理他而且是用针灸去调理他？

这就符合《黄帝内经》的意思。因为《黄帝内经》里面绝大多数 98%、99%都是讲针刺的手法。好不容易出几个方子，比如生铁落、鸡矢醪鸡大便、乌贼骨，血枯、解酒的用苍术、泽泻，加点茜草。大部分都是针刺的手法。这就是讲的针刺。如何用针刺的手法来调节他？现在就看了。

【木欲升而天柱室抑之】肝木，肝脏的木如果太过了。如果树木长得太茂密了，这个树会死掉的。所以我们常常看到有时候藤类的东西跑到树上面把树包住，那个树过一段时间就死掉了。为什么？因为藤类把树包住，它没有办法呼吸了。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，木头太密了金就把它打一打、把它砍掉，让它疏通一下。所以一定要有东西来制它。没有制它的，肝脏就会乱、肝气就会乱。

【木欲发郁，亦须待时】如果木、肝木太郁结，肝气郁结在这里的时候，如何要让它升发、把郁闷的气能够让它散掉？这要等时间，第一个要待时机。这种就是初病。不是那个死掉了的出殡。就是刚开始有病的时候，不是严重的时候。刚开始初病，我们发现肝气有郁结的时候，等。冬至以后的小寒、大寒，这时候水在压、水在生木。如果是冬天天气太冷的时候，肝木还没有升，是水。这个时候去下手不是时机。要等到肝气升起来再下手。所以如果我们要把肝气郁结的症状用针灸帮它去掉的时候，我们等到立春的时候再开始动。立春的时候入肝经本气了，春季的节气本来就属于肝，它是肝木又属于肝气，气在起来的时候。【当刺足厥阴之井】这个时候我们下肝经的井穴大敦。所以诸位从这里可以学到。每年管他有没有郁，扎大敦放两滴血又不少块肉。立春的时候到大敦放几滴血。偷偷教你，我保证你没有病。

【火欲升而天蓬室抑之】夏天心脏的气本来欲升发，【火欲发郁，亦须待时】。现在郁结、郁闷到，心里面齷齪，火气太大闷在里面出不来，什么时候？就是按照节气走了，春分以后到清明的时节，【君火相火同刺包络之荣】我们取他的荣穴、心包络的荣穴劳宫穴。包络这种用劳宫穴，劳宫穴可以把心火散开来。



【土欲升而天冲室抑之】就是脾土应该是升发、地气往上升的。【土欲发郁，亦须待时】。脾土如果不升发郁结在那边，湿很盛藏在身体里面。湿气很盛，整个肚子胀。湿我们怎么祛？当然我们后面有处方，但是针刺的手法最简单了。这个时候我们要等到立夏，就是季节转换的时候，【当刺足太阴之俞】扎脾经的俞穴太白穴。

所以井穴、荥穴、俞穴，井荥与经合，配合五脏，配合春夏秋冬。这就是为什么春夏的时候我们取井荥、秋冬的时候取经合、长夏的时候取俞穴，可以疏脏气。每一个人都有脏气郁结的时候。脏气会郁结的原因，大部分都是情志。有时候大怒，有时候太爽了、看到笑得能满地打滚、太高兴的笑，有时候太忧了、太悲了，太恐了，都会造成这样。每年给他戳一下，自己戳一下。

【金欲升而天英室抑之】肺金本来要升发，结果肺金气不足不能够升发，被郁到、就是压抑到了。【金欲发郁，亦须待时】。这时候要让肺气能够舒畅，【当刺手太阴之经】我们在肺经的经渠穴上下针。这就是《针灸》里面学的，井荥俞经合配合春、夏、长夏秋、冬，它的目的在这里。

【水欲升而天芮室抑之】冬天的时候如果肾气受抑制，肾气本来是往上升，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、受到阻碍的时候，【水欲发郁，亦须待时】。【当刺足少阴之合】我们在冬天的时候下针在肾经的合穴上面、阴谷穴上。

前面的刺法都是先刺左边再刺右边。为什么先刺左边？黄帝前面讲了，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，所以我说这篇肯定是真的。应该是真的，我就要放到这边。临床上我们也是在用，因为跟《针灸大成》是合到的，不是自己编出来的。其他另外几篇你们去看看，很奇怪的，我不予置评。古人的东西都好，你看看也无所谓。

【升之不前，可以预备】黄帝说刚才教的方法，如果升发不顺畅、脏气该升的不升，可以用刺法。【愿闻其降，可以先防】。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【既明其升，必达其降也。升降之道，皆可先治也】。我们了解了如何让它升发，升发不上去我们让它升发上去。同样我们可以知道泻盛，脏气太盛的时候我们如何把它泻掉。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。如果太过盛的时候，我们泻的方法如何？而且我们可以事先预防，这是预防医学。

先讲肝。【木欲降而地晶室抑之，降而不入，抑之郁，发散而可得位。降而郁发，暴如天间之待时也。降而不下，郁可速矣】。肝气本来应该要下降的，结果肝木生火了，生火后火烧掉就好了，正常。所以肝是 provider，就是肝脏提供血到心脏。现在提供血但心脏不收，货都送到了它不收，肝气会过盛。子能令母实，就是肝木子不收，子会让母实。这个时候肝脏会过盛。过盛的时候我们要让它发散掉，不能就停在里面，会产生危险。【降，可折其所胜也】。要让肝脏的气散掉，我们要用金来克木。这都是非常合《黄帝内经》的治证。当我们发现肝气过盛，像肝阴实、结石症状在里面的时候，【当刺手太阴之所出，刺手阳明之所入】我们可以下肺经的井穴少商，再刺大肠经的合穴曲池。都是以阴经的井穴还有阳经的合穴来调理。这时候把金气一泻掉，肝气跟着就散掉了。这是针灸的治证法则。所以肝郁之气，我们可以从这里散掉。

同样，【火欲降而地玄室抑之】心火欲降，脾土不受。【降而不入】心火反逆，上焦燥热，舌头都干掉了。【抑之郁，发散而可矣】这时候要把心火发散掉。比如心火太热的话心脉一定很大，我们要散掉心火。【当折其所胜，可散其郁】火的话是水来克火，我们就用水脏。水的阳脏是膀胱经，阴脏是肾经。【当刺足少阴之所出，刺足太阳之所入】我们在阴脏上的井穴涌

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，就在这个地方。一定要取阴经的相克的脏。比如心，水克火，我们要找肾脏的井穴，然后阳经的合穴。这两个施治的话可以把心火泻下来，因为水克火。病人如果出现上热下寒的时候，心气过盛的时候，脉跳得很快、非常数、心脏跳得那么快，上面非常燥热。怎么办？可以用针。像这种泻热的手法，气过盛的泻的手法都不留针的。针扎进去以后起针，让气泻出来就可以了。

【土欲降而地苍室抑之，降而不下，抑之郁发，散而可入】如果脾土的气欲降，肺金不受。土应该生金，就是金不收，导致中焦湿热过盛。【当折其胜可散其郁】。因为是木克土，所以在肝经上面下手。【当刺足厥阴之所出，刺足少阳之所入】。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，用这两个穴道把它泻掉。

【金欲降而地形室抑之，降而不下，抑之郁发，散而可入】肺的经气，肺金应该生水，结果金生水的时候水不受。金气过盛，【当折其胜，可散其郁】火来克金。【当刺心包络所出，刺手少阳所入也】。这时候可以扎心包经的井穴中冲，再刺三焦经的合穴天井穴。这就可以让过盛的经气可以肃降。大家知道，肺的经气如果没有办法肃降到肾，水就会出现水问题。病人会有短气等很多症状。

【水欲降而地阜室抑之，降而不下，抑之郁，发散而可入。当折其土，可散其郁。当刺足太阳之所出，刺足阳明之所入】。[第 75 集]

黄帝就问阴阳五行的【五运之至，有前后与升降】其间互相生克制化，互有所承，【往来有所承抑之】抑制的方式有相生有相克。【可得闻乎刺法】刺的方法？

岐伯说【当取其化源也】要取它生化之源、它的源头。【是故太过取之不及】太过的时候我们令其折散，【资之太过取之次抑其郁，取其运之化源】不及的时候我们必滋养其源，【令折郁气，不及扶资以扶运气，以避虚邪也】如此才能扶正，使它五行生化正常。【资取之法，令出密语】。过和不及出现的时候，诸位在脉证上面，脉上面、症上面都可以看到的。

【黄帝问曰，升降之刺以知其要】这是阴阳五行升降的刺法，刚刚有讲过。【愿闻司天未得迁正，使司化之失其常政，即万化之或其皆妄，然与民为病，可得先除，欲济群生，愿闻其说】。【岐伯稽首再拜曰，悉乎哉问。言其至理，圣念慈悯，欲济群生，臣乃尽陈斯道可申洞微】。

后面这一段讲的是疫病。所谓疫病，这一段《刺法论》里面，后面会谈到瘟疫、鼠疫的一些流行的疫病。我们如何自保？当医生如何进入疫区？我们要怎么做？进入疫区之前有很多保护自己的方法。还有天行时令，天行改变的时候我们可以预知，比如三年以后，什么时候什么样的疫病会产生。后面讲的就是这些东西。大家注意看，前面有关系到病情的，大家按照书上看。

【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】。比如说本来是冬天，现在不像冬天还是很热，太阳复布。阳热过长或者是阴过长，都不好、都不对。遇到这种情形的时候，泻足厥阴的气之所流，在足厥阴肝经的第二个穴道行间穴。

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。人体也是一样。本来肝经的脉应该是寒凉的脉，冬天应该是入肾，入肝的比较阳不够。现在出现太阳证，阳证出现，就好像冬天的话会有夏天的过热的现象。

【厥阴复布，少阴不迁正。不迁正，即气塞于上，当刺心包络脉之所流】。如果阴寒之气、寒气如果过长，阴寒之气一直存在那边的时候，会让经气阻隔于胸中。木火土金水，木生火，火生土，土生金，金生水，水生木。这五个气不断地循环，不可以有一个气过长。按照节气，春、夏、长夏、秋、冬这样走。一个节气过长的时候对应的脏气过长，我们要想办法抑制它。



一般来说会去找它的荣穴，让它的气发泄掉，不要让它堵塞在胸腔里。所以如果气塞于胸的时候，我们刺心包络的劳宫。

【少阴复布，太阴不迁正。不迁正，即气留于上，当刺足太阴之所流】。如果气在于太阴，这时候我们刺太阴的大都穴。依此类推下去。

【太阴复布，少阳不迁正。不迁正，则气塞未通，当刺手少阳之所流】。

【少阳复布，则阳明不迁正。不迁正，则气未通上，当刺手太阴之所流】。

【阳明复布，太阳不迁正。不迁正，则复塞其气，当刺足少阴之所流】。

这些讲的就是如果气过长。气过长的时候很好玩，我举个例。我们以冬天来说，现在大家脸色稍微带一点暗色在里面，代表藏在里面，这是正常的。结果立春开始、到了春天了，这个人气还停在那边。就是这个意思，气过长了。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。这个气很好玩。当气盛的时候，就算气过了，这个病还是在这个脏里面。它不会跨过脏，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。所以如果今年的春夏秋冬看得很清楚，明年也看得很清楚，都不会有疫病。如果节气过长才会生疫病。

【迁正不前以通其要，愿闻不退欲折其余，无令过失，可得明乎】？如果五运、木水火金水土五运的气，当它不正的时候，我们可以用针灸的方式让它通畅。

岐伯就回答了，这里讲的最好的几句。【气过有余，复作布正】我们可以用针灸，但是有一个大原则，【是名不退位也】。就是如果名是秋天，秋天的秋气还在里面，跑到冬天的时候还是在行秋令，就是今年冬天好像不是很冷好像秋天一样，就是冬天还在行秋令，秋气过长。名不过位，即使还是秋天，但它不会跨越到冬天。病气太盛，就是这样子而已，还是在秋。【使地气不得后化，新司天未可迁正，故复布化令如故也】。下面就做解释了。

【巳亥之岁，天数有余】就是春行冬令。冬天的时候有余，春天还是走冬天的节气。本来春天应该春暖花开，结果还是很冷，冬天一直延伸到春天来。【故厥阴不退位也】就是名不过位，我们只能说病还是在肝经上面，但是气在延长而已。【风行于上，木化布天】。这个时候肝气有余，【当刺足厥阴之所入】刺肝经的曲泉穴。

【子午之岁，天数有余】讲的是冬行春令。冬天的时候本来应该很寒冷，气温回温、热起来了。这是天数之有余，【故少阴不退位也。热行于上，火余化布天】。【当刺手厥阴之所入】刺它的合穴。节气有过的时候，合穴来做。

【丑未之岁】梅雨的季节，【天数有余】太过、就是湿太过于盛，【故太阴不退位也。湿行于上，雨化布天】。【当刺足太阴之所入】阴陵泉穴、足太阴的合穴。如果遇到太过的脏气的时候，我们要折损它过气的气、要如何消解它。太过要消解它，不足要补上去。这是太过的脏气。

【寅申之岁】流年跑到寅申年的时候，【天数有余】，一般来说遇到寅申年的时候就是春行夏令【故少阳不退位也。热行于上，火化布天】。春天的时候本来应该春暖花开，结果非常燥热。大部分都发生在寅申之岁。【当刺手少阳之所入】这时候刺手少阳经的合穴天井。所以这一篇谈到年的干支。这是天文的部分。干支的部分讲年。

【卯酉之岁，天数有余】就是秋行夏令。【故阳明不退位也。金行于上，燥化布天】。秋天的时候还是很热像夏天一样，【当刺手太阴之所入】这时候扎肺经的尺泽穴。

【辰戌之岁】流年遇到辰戌的年，冬行秋令。诸位以后对照，如果看到巳亥年、子午年、丑未年、寅申年、卯酉年出现的时候，都会有这种节气太多的现象出现。辰戌年冬行秋令，冬天的时候不冷，【天数有余，故太阳不退位也。寒行于上，凜水化布天】。【当刺足少阴之所入】这时候扎肾经的涌泉穴。

入】（取合穴阴谷）。

【故天地气逆，化成民病，以法刺之，预可平痼】。遇到这种地支的年，它的节气不会很正，它有偏失的现象。有偏失的现象，我们用合穴，把太过地方制止掉。这都是法则。

黄帝说【刚柔二干，失守其位，使天运之气皆虚乎？与民为病可得平乎】？这一段问的就是天时地利，就是这种疫病的起源和预防。我们可否预防疫病？还有起源于哪里？

岐伯就讲了。【深乎哉问。明其奥旨，天地迭移，三年化疫。是谓根之可见，必有逃门】。在这里继续下去之前，诸位很多人没有研究过命理，没有关系，你要有一个观念。干有甲乙丙丁戊己庚辛壬癸。十个干支上下写的时候，上面甲丙戊庚壬称为阳干，都是干，下面乙丁己辛癸称为阴干。阳干比较刚，阴干比较柔。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，也天干。

【假令甲子刚柔失守，刚未正，柔孤而有亏，时序不令，即音律非从，如此三年变大疫也。详其微甚，察其浅深，欲至而可剥，刺之，当先补肾喻。次三日可刺足太阴之所注。又有下位，己卯不至，而甲子孤立者，次三年作土疔；其法补泻一如甲子同法也。其刺以毕，又不须夜行及远行，令七日洁清净齐戒，所有自来】。

【假令丙寅刚柔失守，上刚干失守，下柔不可独主之。中水运非太过。不可执法而定之。布天有余而失守上正，天地不合，即律吕音异，如此即天运失序，后三年变疫。详其微甚，差有大小。徐至即后三年，至甚即首三年，当先补心俞。次五日可刺肾之所入。又有下位地，甲子辛己柔不附刚，亦名失守。即地运皆虚，后三年变水疔，即刺法皆如此矣。其刺如毕，慎其大喜，欲情于中，如不忌，即其气复散也，令静七日。心欲实令少思】。天干来算的时候，如果假令丙寅，丙本来就是天干，寅刚好碰到前面的地支，丙寅年遇到辛月。

每年都有子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥十二个月，这是地支。去看黄历的时候，地支上面都有天干。所以我们讲八字，年有干支，月有干支，日有干支，时有干支。所以任何一个东西，中国过去的历法都是用干支来计算的。六十刚好一个循环。月有干支。如果遇到的月的干支部分是辛月，丙寅年遇到辛月，年干是丙寅碰到辛月，丙和辛碰到一起的时候合化为水。这是水的月。遇到水月的时候，水是应该那个月下雨最多。所以如果是丙寅年遇到辛月的时候，就是丙辛合化水，就是天上云在上面应该下水下来。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。这种年的干支还有月的干支搭配在一起来计算的时候，三年以后、从今年开始算第三年一定发生疫病，不管是鸡瘟、猪瘟，都有疫病会产生。这是从年的干支，依此类推下去。

中间有一段，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，舌下津令无数”。这是一个练气的方式，突然在这里出现。【肾有久痛者】肾脏不好的人，【可以寅时面向南】寅时早上起来面朝南开始练气，当然是【净神不乱思】精神要集中，【闭气不息七遍】就是嘴巴鼻子不要呼吸，七次不呼吸。大概是七次，实在憋不住就呼吸，不要憋得人缺氧、晕倒，也太用功了。闭到气的意思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。实际上没有气出来，嘴巴当时里面有气，直接吞下去。【以引颈咽气顺之】脖子伸长，吞气。一直往下吞，【如咽甚硬物】好像有东西哽到一样，气一直往下吞直接吞到丹田里面。七遍以后就会感觉到舌下生津。吞七次，至少要闭气，闭气不要呼吸七次。如果呼到第五次就受不了，呼吸一下没关系。不要那么死，非要七次不可，不要这样龟毛。练到后来就可以做七下。【如此七遍后，舌下津令无数】当舌下津液出来的时候肾阳恢复。肾阳恢复舌头下面不断冒津液，像泉水一样冒出来了。不要吐掉，好不容易才练出来的。这时候津液分成三口，过去道家、佛家修炼都这样，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、气化为神。津液生出来后先吞三分之一，心



里想一吞津液就到了丹田。再吞第二下，再吞第三下，把它分三次吞到丹田去。然后再重复。这是我们养气、练功、练气功来壮肾的一个很好的方法。

后面这些，按照我的方法来推论。就是前面讲过的，甲己合化土、乙庚合化金、丙辛合化水、丁壬合化木、戊癸合化火，五门十变实际上一直在运用。五门十变的原则，批八字算命也会用。很多地方会用到它，不单单是我们讲的经络上面的穴道用。

【假令庚辰刚柔失守，上位失守下位无合，乙庚金运故非相招，布天未退中运胜来，上下相错，谓之失守。姑洗林钟商音不应也。如此则天运化易，三年变太疫。详其天数，差有微甚。微即微三年至，甚即甚三年至。当先补肝俞，次三日可刺肺之所行。刺毕可静神七日，慎勿大怒，怒必真气却散之。又或在下地，甲子乙未失守者，即乙柔干即上庚独治之，亦名失守者，即天运孤主之，三年变疔，名曰金疔，其至待时也。详其地数之等差，亦推其微甚，可知迟速尔。诸位乙庚失守刺法同。肝欲平即勿怒】。

【假令壬午刚柔失守，上壬未迁正，下丁独然，即虽阳年亏及不同。上下失守，相招其有期，差之微甚，各有其数也。律吕二角，失而不和，同音有日。微甚如见三年大疫，当刺脾之俞，次三日可刺肝之所出也。刺毕，静神七日，勿大醉歌乐，其气复散】。这个地方我们要让脾脏实。所以肝有病我们要去实脾。实脾除了药以外，这是实脾的方法。平常不要吃太饱【又勿饱食】，【勿食生物】生冷的少吃、不要吃。【欲令脾实气无滞】要令脾气实而没有阻滞的时候，【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，然后起来，吃完饭以后出来走动一下。【食无太酸】吃东西不要吃太过酸的，木会克土。【无食一切生物】。什么叫生物？不是说一定要吃素，而是说生冷的食物不要吃，如果要实脾的时候。所以肝有病要先实脾，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。中药里面也有很多甘味、淡味的，都是实脾的。所以有点甜甜的，味道淡淡的，这都是实脾的药物。【又或地下，甲子丁酉失守其位，未得中司，即气不当位，下不与壬奉合者，亦名失守。非名合德，故柔不附刚。即地运不合，三年变疔。其刺法一如木疫之法】。

【假令戊申刚柔失守，戊癸虽火运，阳年不太过也。上失其刚，柔地独主其气不正，故有邪干。迭移其位，差有浅深。欲至将合，音律先同。如此天运失时，三年之中，火疫至矣】。三年之内有火疫，看书的解释。

【当刺肺之俞。刺毕，劳神七日，勿大悲伤也。悲伤即肺动，而真气复散也】。【人欲实肺者，要在息气也】。所以如果要想让肺强壮，最好的办法就是呼吸吐纳，呼吸最好。

【又或地下，甲子癸亥失守者，即柔失守位也，即上失其刚也，即亦名戊癸不相合德者也，即运与地虚，后三年变疔，即名火疔。是故立地五年，以明失守，以穷法刺，于是疫之与疔，即是上下刚柔之名也，穷归一体也，即刺疫法。只有五法，即总其诸位失守，故只归五行而统之也】。我中间花了很多时间翻译，诸位看一下翻译的。

黄帝问有木火土金水五种疫病，【余闻五疫之至，皆相染易】会互相传染，【无问大小，病状相似，不施救疗】如果我们今天不用针、完全不用针灸的方式，【如何可得不相移易者】有什么方法可以让疫病不相传染？下面就解释这个问题。

第一个【不相染者，正气存内，邪不可干】。一般来说不会受到传染的是盛，那个人正气很盛，身体的体力很好，而且他不会受到感染。【避其毒气】身体很好平常还要尽量避开毒气，【天牝从来，复得往】。【气出于脑即不邪干】。一般来说如果刚开始觉得身体不对，进到疫区的时候觉得身体不对，我们用艾水。生的艾叶，采点艾草回来，用热水煮，然后泡进去泡，流点汗出来。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】就是要进入疫区的时候。“气出于脑即室”，这是最早中医的文献找到，中医认为鼻子和脑是相通的。所以是由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，中医

早就说了。不是像西洋人在说。中医早就说了，《黄帝内经》就有。如果要进入疫区的时候，有一种特殊的练气法，要把五脏藏气保住。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，右行于西，化作戈甲】。【次想赤气，自心而出，南行于上，化作燄明】。【次想黑气，自肾而出，北行于下，化作水】。【次想黄气，自脾而出，存于中央，化作土】。五个气讲完后【五气护身之毕以想，头上如北斗之煌煌然】就是额头会发光。这是让正气、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，用观想法就可以保护自己。这样子的话【后可以入于疫室】。后面还有一些，如果不晓得这种练气的方法，“又一法”教你如何提炼药，如何喝、如何吃这个药。【又一法，于春分之日，日未出而吐之。又一法，于雨水日后，三浴以药泻汗。又一法，小金丹方，辰砂二两，水磨雄黄一两，叶子雌黄一两，紫金半两，同入，合中外固，了地一尺筑地实，不用炉，不须药制，用火二十斤煅之也，七日终。候冷七日取，次日出合子，埋药地中七日。取出顺日研之，三日炼白沙，蜜为丸，如梧桐子大，每日望东，吸日华气一口，冰水下一丸】早上喝冰水、喝冷水是最好的，这里也提到了，【和气咽之，服十粒无疫干也】。

后面就是我们《针灸》里面提到精神病的治法，这是针刺的方法。黄帝问人一旦虚掉【人虚即神游失守位，使鬼神外干，是致夭亡，何以全真】如何治疗？【愿闻刺法】。【岐伯稽首再拜曰，昭乎哉问。谓神移失守，虽在其体，然不致死，或有邪干，故令夭寿】。

岐伯说【只如厥阴失守，天以虚，人气肝虚，感天重虚。即魂游于上。邪干厥大气，身温犹可刺之。刺其足少阳之所过，次刺肝之俞】。

如果人心虚的时候【人病心虚，又遇君相二火，司天失守，感而三虚，遇火不及，黑尸鬼犯之，令人暴亡。可刺手少阳之所过，复刺心俞】。

如何区分？当这个人魂不守舍，就是讲话胡言乱语。在精神病院的人胡言乱语，魂不守舍。这时候我们可刺肝的俞穴后背的肝俞。足少阳之所过是丘墟穴。

如果遇到一个人抱怨说，每天晚上看到一个鬼影，黑黑的，老是在压或怎么样。精神病患常常看黑鬼怎么样子，我们知道这个人是心虚，因为火运衰。心火不足的时候，水的气会跑到心上来，就看到黑色的。这时候我们针手少阳，我们知道是心，针手少阳的阳池穴，再刺背后的心俞穴。

【人脾病，又遇太阴司天失守，感而三虚。又遇土不及，青尸鬼邪犯之于人，令人暴亡】。如果脾脏有病的时候看到的是青尸鬼，青色、青面獠牙的鬼。病人跟你讲青面獠牙的时候，你知道是木克土，因为脾脏虚了所以肝气会进来。这时【可刺足阳明之所过】冲阳穴，【复刺脾之俞】再刺脾俞。这是遇到病人陈述不同样子的鬼神出现的时候，我们可以按照不同样的针刺的手法。

【人肺病，遇阳明司天失守，感而三虚。又遇金不及，有赤尸鬼千人，令人暴亡】。如果肺虚的话，火会克金，火邪会过来，看到赤尸鬼，脸全身都是红的。这时候我们知道病是在肺，【可刺手阳明之所过】可以扎大肠经的合谷，【复刺肺俞】再扎他的肺俞。

【人肾病，又遇太阳司天失守，感而三虚。又遇水运不及之年，有黄尸鬼干犯人正气，吸人神魂，致暴亡】。肾病的时候，如果是肾脏虚造成的精神问题，一天到晚看到有黄色的鬼来犯。这个时候我们知道病在肾，水虚，【可刺足太阳之所过】我们就在足太阳京骨穴，【刺足少阴之俞】肾经的俞穴。

这样就可以让他的神归位，可以治疗精神病患。这一段讲的是精神病患。

黄帝问【十二藏之相，使神失位，使神彩之不圆，恐邪干犯，治之可刺，愿闻其要】如何治他。十二脏腑都有它神的所在。如果神亡了、神没有了，一定会精气不利，这时候病人很容



易会得到犯邪。神为什么会亡？很简单。如果受到惊吓或者过度的悲伤，我们讲神就是情志。中医认为有外来的病、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。神失其位的时候精气一定不守。讲了那么多，很简单，就是原穴。阳经有独立的原穴。阴经没有原穴，所以阴经的输穴取代原穴。所以遇到阴经扎他的输穴，遇到阳经扎阳经本来的原穴所在。【岐伯稽首再拜曰，悉乎哉，问至理道真宗此非圣帝焉，究斯源是谓气神合道，契符上天】。岐伯就回答了如何刺他，如果神失守的话气和神如何让它相合，气神合道的方法是什么。

我们前面讲几个案例，后面就有翻译了。如果心神不守，【心者，君主之官，神明出焉】。【可刺手少阴之源】这个时个我们可以扎手少阴心经的神门穴，扎他的输穴就好了。

【肺者，相傅之官，治节出焉】，肺的神如果不守，【可刺手太阴之源】这时候扎手太阴肺经的太渊，可以找它的输穴来代表它的原穴。

【肝者，将军之官，谋虑出焉，可刺足厥阴之源】太冲穴。

【胆者，中正之官，决断出焉，可刺足少阳之源】丘墟穴。

【膻中者，臣使之官，喜乐出焉，可刺心包络所流】大陵穴。

【脾为谏议之官，知周出焉，可刺脾之源】太白穴。

【胃为仓廪之官，五味出焉，可刺胃之源】冲阳穴。

【大肠者，传道之官，变化出焉，可刺大肠之源】合谷穴。

【小肠者，受盛之官，化物出焉，可刺小肠之源】腕骨穴。

【肾者，作强之官，伎巧出焉，刺其肾之源】太溪穴。

【三焦者，决渎之官，水道出焉，刺三焦之源】阳池穴。

【膀胱者，州都之官，精液藏焉，气化则能出矣，刺膀胱之源】京骨穴。

所以原穴可以让人的神能够留于脏里面，不会往外失神。一失神的话，精气一定会往外泄。所以人一定要有神。我们常说不要过喜、过怒怎么样就是怕神伤。同时不要过忧。比如小孩子犯了法或者做了很多不好的事情，忧没错，但是太过忧就神会伤到。神一伤到，气会跟着伤到。所以我们常常说劳神伤财，劳神、耗神对身体都不好。如何让他的神归位？用针灸刺法的话就是以原穴为主。看他是什么神失掉了，每一个脏的神都不一样，但是我们都用原穴来治。【凡此十二官者，不得相失也】。

【是故刺法有全神养真之旨】刺法让神能够存就是用原穴，【亦法有修真之道】修炼身体、道家佛教修炼身体，修真之道也有让神归位，我们打坐让心神能够内敛，【非治疾也】并不是主要是去治他的疾病，而是让他神守。如果精气神都守在身体里面的话，这个人是没有病的状态。所以我们在谈精、气、神这种东西。所以常人平常【故要修养和神也】，让情绪变得非常的好、非常的平稳，要常常练。

【道贵常存，补神固根，精气不散，神守不分。然即神守而虽不去亦全真。人神不守，非达至真。至真之要，在乎天玄】。最后一段【神守天息，复入本元，命曰归宗】。《黄帝内经》在这里解释什么叫做万元归宗。万元归宗，简单讲按照中医的理论，现在看的很清楚按照中医的理论就是，我们随时随地保持胎息。今天你来这边我不管你是搭捷运来、还是坐飞机来、或坐火车、或者回去做什么事情，随时随地保持胎息、用肚子呼吸。这个呼吸振动丹田，一般来说我们讲关元。如果平常二十四小时随时都是用肚子呼吸，就是胎息。胎息是最长寿健康的人才有办法。所以诸位没事就要练习胎息。刚开始比较不习惯，后来到一段时间自然而然就习惯了。如果你家的小孩子小于十四岁的，你去摸他的肚子和胸腔，他呼吸的时候用肚子呼吸，天

生的。小孩子阳气很足，气由下往上。你要想办法回到那个状况、回到本元，这就是归宗。所以我们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。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，这就是归宗。

如果我们能够让精气神都守在下焦丹田关元里面的时候，一个人基本上就长寿了。当他不能守、有神不守，我们如何扎原穴，看他哪个地方不守。神如果不守的话，气就会散，精也会失守。所以人在精神上、肉体上、还有饮食起居上，我们通通要注意，才能成为一个常人。所以整本《黄帝内经》从头讲到尾，就是如何保养自己，发生病的时候如何调整让他让阴阳平衡，平常要吃什么食物、注重粥汤五味怎么样调理他。

真正的要了解到五味的更深入，我们在讲《神农本草经》的时候会再跟诸位讲得详细。因为《黄帝内经》只是理论，它里面包含预防医学，包括了治疗的医学，包括了诊断，包括了生理病理学，通通在里面。所以真的讨论到形、色、气、味，还有象和数，这都列入我们讲《神农本草经》的时候会去深入讨论。到底形色气味代表哪层意义？还代表它的数。比如三七、八角、五香，都有数在里面。数的原因是什么？象？药长的象，比如人参长得就像人，我们取它的象。人参开五个叶，五个数，诸如此类的。这都列入《神农本草经》来讲。[第 76 集]

在《黄帝内经》它最主要讲的原则、治证是这样。所以诸位在读《黄帝内经》的时候，有没有必要很深入？不需要。就是大原则掌握到了就好。阴阳，最少要了解阴阳。再配合针灸，针灸有《针灸》的基础，以十二经络做基础的话看《黄帝内经》就很轻松。

等到看完《黄帝内经》了解以后，我们进入《神农本草经》教诸位如何选取药物，如何炮制、如何生用。到了《伤寒论》《金匱要略》的时候自然而然药就天成，处方怎么来的就知道了。处方怎么来。我个人认为，这才是比较好的修习中医、研习中医、能够进入最正统的中医的能力所在。

所以诸位如果出去遇到温病派，你问他读过《黄帝内经》没有。他如果读过《黄帝内经》，他不会再去相信温病派的东西，因为有错误。如果治病错误的话，会延误到病情。所以大家学了以后、看了 DVD 学了以后，一定出去把我们千年以来的寒温之争一定要终结掉。过去台湾省很多、中国很多温病派，绝大多数都是温病派，没有办法看好病，我们要把整个想法、观念还有研究中医的方式要改变掉。

谢谢大家！我们到今天到此结束。大家很辛苦了！我们拍摄的工作到此结束。后面所有买 DVD 的人都有送一套书。这套书还有我们的遗补，我刚才讲过的，原文诸位可以参考。谢谢大家！[第 77 集]

## 第六十六篇至第七十四篇（二）

我们现在很快速地看一下《著至教论》的原文，《黄帝内经》第七十五篇。这一篇的前面，从历史到现在遗失了九篇。这九篇讲了很多的内容。我们以后的《黄帝内经》里面有宋朝的版本，它补填进来的东西都是历代医家好心把它补进来。因为这九篇不见了，补进来好看一点，不然说是说散失九篇。后来的医家不同意，每个人都在吵吵吵。大家都不要吵了，我来试补一下给你看。

因为有前面的九篇你没看到，这九篇之后岐伯就不见了，变成黄帝跟雷公讲话。雷公是一个医生。【黄帝坐明堂，召雷公而问之曰，子知医之道乎】黄帝问雷公知道医的道吗？【雷公对曰，诵而颇能解，解而未能别，别而未能明，明而未能彰。足以治群僚，不足至侯王】。雷公说实在是阴阳未能明，希望黄帝来指导他。【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】。

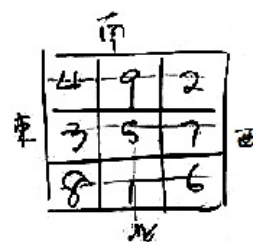
黄帝说很好【善。无失之】你知道这个道理。真正的中医的精神【此皆】绝对不可以脱离【阴阳表里，上下雌雄，相输应也】互相之间的关系。【而道】真正得到医道的人要【上知天文，下知地理，中知人事】，这个医道【可以长久，以教众庶，亦不疑殆。医道论篇，可传后世，可以为宝】。

【请受道讽诵用解】雷公就问阴阳的道理是什么。【子不闻阴阳传乎】？【不知】阴阳想传雷公都不晓得。黄帝当然替他做了一番解说。这是之后。之前讲了半天，怎么会这里突然跑出来天文地理，中间的九篇跟它非常有极大的关系。

今天我把它补上去给你们看。整个《黄帝内经》讲的东西，不单单只是说我们会生病因为会感应风寒，百病风之始，从表进入小络、再进入络、再进入经、再进入腑，再进入脏，或者是讲六经传遍。还有情志，喜怒忧思悲恐，都会让人生病。还有我们人在天和地中间还有影响，天地的四时的节气。

天地之间的影响，我们真的去设定天地中间的定位，《黄帝内经》里面没有，《易经》里面才有天地定位。《易经》分两个卦。一个是先天卦，这是伏羲，伏羲是个先天卦。先天卦是为体。好像我给你一把枪，枪是没有生命的，这是个体。后天卦是为用，看谁拿到枪。真正杀人的不是枪，杀人的人是人。所以体和用的观念你们要区分开来。

我们在讲用的时候，我们要重新定位。天地之间重新定位的时候，就出现君君臣臣、父父子子，整个人间大道通通在里面，因为我们被定位。今天开始跟诸位讲，人定位的时候家里面的一些事情。除了我们生病以外，家里面的一些事情。人除了生病、病死以外，还有忧伤而死的，有的人是恐惧而死，有的人是太高兴了，笑死掉了。还有意外灾祸。我们的医除了这些以外，还更扩展到外地去，这种医道才可以传世。传世的医道是什么？我们从浅显的案例，我把诸位当成白纸来讲。



举例。你们将来当医生，有一天有个病人来找你。这个病人很气，我这个儿子快要把他送到精神病院了。送到西医的医院里面去，要把他送到精神病院去了。你是医生了，很简单，你问儿子什么病、症状是什么。他发狂奔走，每天到下午申时、酉时的时候，三到五点、五到七点的时候开始登高，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。七点钟以后就好了。我们经方的一听，很简单，帮他治好。治好以后爸爸当然很高兴了，又跑来找你，有一个问题你能不能解决。什么问题，那么多，帮治好病还有问题。这实在很难以启齿，怎么讲。好吧，你说吧，我能做就尽量做。他以前是五到七点发病，现在治好了不会了。可他现在每天晚上出去约会，问题是我的儿子是跟男人约会、不是跟女人约会，你们有什么汤药、什么方法给他治好。怎么办？你知道西药厂怎么办，西药厂也想不出如何去治这个病，但是还是把他当成病来治，然后说 aids 艾滋病从那边来。艾滋病不是从那边来的，非常的恶劣。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。我现在定位给各位看。当我定位好了以后，诸位一看就一通百通。

在文王的八卦，我们也分东西南北。如果我们以河图来定位的时候，《易经》最难懂的是象还有数。在数上面是平衡的，我们叫“戴九履一，四二为肩，七三为腰，八六为足”。这样定位的时候，每行加起来是 15，每列加起来是 15，斜着加还是 15。不管怎么加，直加、横加、斜加都是 15。为什么这样子、为什么要找这个？这是找它的平衡。《易经》里的大衍之数，它的基数从这里开始，以 5 做一个单位、4 做一个单位、9 做个单位，延伸出去可以延伸到无限，就把整个宇宙空间包起来。你可以看《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。所以这个世界上一定要有男有女，阴阳之间要平衡。这是第一个。

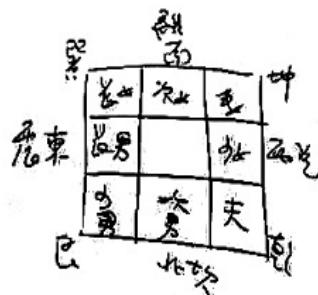
第二个，当我们有阴阳平衡的时候，我们定个位。首先我们这样子讲。男是一横，我们称之为阳。女是两横，我们称之为阴。中医对阴和阳的概念是什么？在外面可以看得到的，阳是一，阴是两段的。过去当然有人说这是男、这是女，画了个西洋的符号来解释。随便解释都没有关系，实际上的意思是，阳是比较刚所以是一根；阴比较柔、可以妥协、可以谈判、中间有一个断的地方。

我们在把人定阴阳的时候，在后天卦上，巽卦的第一个爻是阴。《易经》的卦要成为一个形是以三字为主。易经卦都是由下而上。由下而上的原因是什么？因为中国人的观念是天地人，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，所以卦爻都是由下而往上的。所以当我们由下往上来计算的时候是一个三数，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。巽卦的第一个爻出现是阴，后面两个是阳。我们在念《黄帝内经》的时候知道，初始之阳在冬至日，这是少阳出现，所以第一个阴发起来。

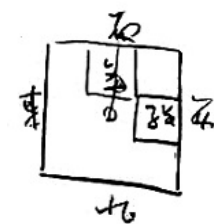
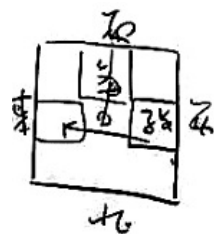
在一个家里面的父母亲，一对男女结婚，《易经》的观念认为乾是天、坤是地，这两个是乾坤。所以当夫妻结婚的时候就出现父母这两个东西。由于有父和母，这两个生成才会有子女出现。第一个家里面排行子女出现的时候，巽的初爻是阴爻，所以巽就被设定为长女、第一个女儿。依此类推。如果第二个爻、次爻是阴爻，就是次女。这在易卦上面是离卦，也是中虚、中间是空虚的。如果第三个爻变成阴爻的时候，是三女、第三个女儿。这是兑卦。这是男女、阴阳来定位。

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，第二个爻是阳爻的时候就是所谓的次男，坎卦。第三个爻是阳爻的时候就是少男，第三个男孩子的位置，艮卦。

当我们把这些卦放到人间来，这是天地有时候把它分成九宫。西北为乾、为天、为夫，西北卦是乾卦，乾为天。西南卦是妻，为坤卦，是母亲。正东方太阳刚开始初升的时候，太阳刚出来，第一个阳的地方，所以称之为长男，也就是震卦。东南方是长女，是巽卦。正南方是次女，是离卦。西方是少女，是兑卦。北方是次男，是坎卦。东北方，家里排行第三个男孩是少男，是艮卦。



当我们利用天地来定位以后，家里面的成数、组成的排列的顺序是这样的。这是后天卦排列的来源。当有了后天卦的排列以后，为什么我们说君君臣臣、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、女儿排下来，所以名分上通通长幼有序，这是一个家的组成。世界上所有不管欧洲人、美国人、中国人都一样，每一个家不管用什么语言、语言都不一样，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，本来是希望兄友弟恭、父慈子孝、夫妻相敬如宾，家和万事兴才要立名。但是名一立下去以后，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，但是失了位置、没有神。这就是形和神。《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。所以到每个家里面去，都有这是我爸爸、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。



刚才讲的便秘的那个人好了。好了以后我到他家一去看，东南西北，找中心点不管门怎么开，结果发现父母住在正南、长子住在西边。名字叫长子，这是外卦。住在西边，西边是内卦。所以外卦是雷、是震卦，内卦是泽、是兑卦，这两个合成归妹卦。归妹卦按照易经的解释就是，二男二女并行，男跟男的走在一起、女跟女的走在一起。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



我们以前有东宫太子，调回来了。当位置改变以后，他的想法就改变了。想法自然而然就改变了，我以前很爱男人、看男人都帅，现在看做得很奇怪。一个季、三个月以后不再喜欢男人了，结果男孩子就会去喜欢女孩子。

这是天地定位的神的所在，这才是科学。按照我的话去做，无一例外。药厂没有办法发展，因为西洋人只懂科技。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。中国人的才是科学，我们的哲学才是真正的科学所在，这才是科学。

到他家去看的时候，把儿子位置改变，再眼睛一瞟一看他太太气色是黑的。为什么气色是黑的？因为名是爸爸的位置应该在西北，现在没有居住，名字叫爸爸但位置住在正南。西北是天，乾为天。天住在火的位置上，是天火同人卦，是世界大同。所以爸爸很好，他事业做得很顺，各方面都很好。但是妈妈就不一样。妈妈是地，坤是地。她去住二女儿的位置上，就是地下面有火、火在地下面烧，在《易经》上面卦成明夷卦，明夷卦就有暗伤、有暗灾。这样你会看到。

有一个人比如说爸爸，名字叫爸爸就是结了婚的男人叫爸爸，他去住房子的话有八个位置去住。所以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个卦。《易经》六十四个卦就是这样来的。

到他家一去看，结果他们家的大女儿住到西北。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、少女了，这个时候二女儿要补位。所以位置是不动的，人的名改变就是外形一直在变，神就要跟着变，但是天地定的位置不动的。大女儿去住到爸爸的位置。爸爸只是抱怨儿子的同性恋。到他家一去看，太太有灾。再一看他女儿住在西北角，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，就出来了。《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，这个位置是三阳并。《易经》讲三阳并，少阳、太阳、阳明合并，就是三阳并很凶。【帝曰，三阳独至者，是三阳并至】。乾卦本来就是三阳卦，最高的卦。

结果这个女孩子没有结婚跑到爸爸的位置上去住，全家大小管他是谁通通得听她的，她最彪悍。形、形式上有爸爸妈妈哥哥妹妹，她是姐姐，神上面她最大，全家人听她的号令。所以到一个家去谈什么 deal 交易，把这个人摆平就全家摆平。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。然后她住在位置上的时候，因为她形和名不符，所以她形式上是 20 岁是长女，她神住在 40 岁、50 岁爸爸的位置上。所以这个女孩子才 20 岁，思想非常的老成，做事情非常有经验。跑出来的时候裙子不穿喜欢穿裤子，这是男人嘛。然后个性非常的彪悍。然后不结婚，因为她看不中男人。她觉得自己 20 岁，30 岁男孩子来追太小了，懒得理他，太幼稚。她喜欢 40、50 岁的人，都是喜欢结了婚的人。这样讲完以后，他爸爸说倪先生讲得真对，这个女儿身体挺好就不烦你了，结果这个你也可以知道。这个女儿就是怎么介绍男朋友都不要，她喜欢的男人都已经结婚了。当然这样。

然后你跟他不经意的讲，都是你的错。爸爸说既然都是我的错，换位、更位。女儿改过来，长子归位，父母亲归西北。当天地一回来定位了以后，人各安其位、各得其位，长幼有序就是真正的神开始产生。

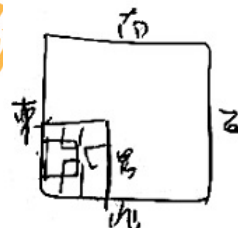
当我们定位的时候，不是向外面房地产公司说，小的位置是儿子女儿住，大的房间是爸爸妈妈住，那是形。不管形，我们只管东西南北。厨房厕所也得住进去。你去找他，有些家伙你跟他说，你儿子同性恋，要变成正常从此男人爱女人，得去睡这个房间。唉呀倪先生不行，这是我家的餐厅。（一句台湾方言）。我告诉怎么便秘治好，下利还要帮擦屁股，天下哪有这种事。所以他才会有这种问题，优柔寡断、胆瘁、犹豫不决。《黄帝内经》说胆瘁，迟疑、犹豫

不决、怀疑。

这就让你定位了。待会儿我们后面还要定位灾、灾形。这是情。所以原来没有定位的时候那么多问题，一定位以后爸爸住西北，忧没了，怒也没了。归定位以后，一个季、一个季节就改变了。女儿就会变得很像女儿，娇娇滴滴，跟爸爸撒娇。儿子阳刚性起来了，从此不喜欢着女装。整个家都改变了。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，你们都会了，把她救过来。

所以身体上的、精神上的爸爸，还有实质上的人际关系，全部纠回来。这才是医道。不然的话没有用。他儿子发狂奔走，今天把他治回来的，过段时间便秘又来，又发狂奔走。这个女儿像爸爸个性很强，不喜欢二十岁的，喜欢四五十岁的人。我们没有一个汤剂吃下去以后想法就改变了，没有。我们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，比如长女去住到大儿子的位置。长女是巽，巽住在震的位置上，巽为风，震为雷，这是风雷益。这个大女儿住进去以后，跑出来每天就穿牛仔裤。爸爸带她出去，说今天爸爸买衣服给你，你看要什么。他女儿找出来都是男孩子的男装，大女儿住错位置了。

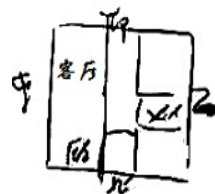


同样的，二女儿不住二女儿的位置，跑到大儿子位置。二女儿是离，离为火。长子的位置，先天定位时被定成震卦，震是雷。当火和雷出现的时候，就是噬嗑卦。噬念 shi，嗑 ke。火雷噬嗑，噬嗑就是咬、牙齿去咬。二女儿住到大儿子的位置，到他家去比如去他家拜访，一进去坐下来，她二女儿跑出来，冲出来看到客人就咬一口就进去。奇怪怎么咬人？就是这样子，噬嗑卦。就有这种事情。所以你们以后出去被咬一口，噬嗑。不能乱睡。他爸说倪先生不要看我女儿咬你，她是看到谁都咬，不晓得为什么。这就是为什么。没有一个汤剂叫不咬汤，就是吃了以后不会咬人。没有这种汤，没有办法。

这个爸爸人很好，很相信中医。可他就是童蒙，会过来请教，请教以后回头就按照你的意思去做。有的人是请教你，回头不按照你的意思做，就不要理他。这个爸爸的大女儿结婚了，儿子了结婚了。每个人都定位，父母亲定位都很好了。

回头有一天又来找倪大夫。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？这个人真烦，我们是看病的，关我屁事。生男生女还来找我，前面都帮你解决了。中医可以解决。这就是医道可以相传。当然可以相传。

把天地定位以后，把东西分一半。诸位注意看，南面的是长女、次女、妈妈，北面是少男（长男口误）、次男、爸爸都是男的。所以如果结了婚，夫妻的卧房通通往南边睡的时候生下来全部是女的，往北边睡生下来全部是男的。阴阳，生男生女。



有例外，这个例外实际上是因为阳极生阴的例外。如果家的主卧房是在东往北，如果床除东面墙以外的三面墙摆，生下来都是男的。因为东往北全部是男人的位置，所以怎么生一定是男的。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，这会生到女儿的。这是唯一的例外。

如果去租个房子，如果卧房通通偏西边，这是三间卧，很多的房子这样，厕所、厨房、卧房卧房卧房、餐厅、客厅。很多人这样住，结果整个东边是空的，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。如果不懂天地定位的道理，夫妻两人生不到孩子就跑到西医那边去检查，做人工授精什么。去检验后先生也正常、太太也正常，结果做了半天还是做不出来，做出来还是流产。因为没有宫。我们所谓的宫讲的是卧房。卧房是生成的地方，成位、成数，我们有生和成。没有宫当然不会生小孩。[第78集]



世界上再会生小孩的人，精强马壮的夫妻在西南边睡，东边是客厅，怎么做都不会怀孕。我告诉你原理、原则以后，应用之妙就存乎一心了。如果结婚根本就不想生小孩，不用避孕那么难过，一个结扎还不好、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。中国有个应子方，开了 30 几味药泡酒，叫夫妻两个一起喝来生小孩，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。你现在晓得了。他结婚以后生下全都是女儿。为什么？因为卧房都是偏南，偏北通通没有房间。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。所以有人生到七仙女很正常，她一直想生儿子传宗接代，她在同一个位置上一生，不断努力，七仙女就出来了。这是中医。有的人生到男、生到女。对，生男和生女的房间不一样，换个位置。他命中有男有女。他自然而然该生男的时候他就换了一个房间，住到男孩子的位置，生下来是男的。或者跑到娘家、婆家去住，他的位置改变了，正好生个男的。怀孕的时候决定了男女。这是命。

我们为什么要知道这个？知道这个干什么？上知天文，下知地理，中知人事。天人地是三才。我们把天当做命来看，地当做运来看。比如说我可以不睡西北睡到南边，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、我可以做。如果我们把命还有运设为三分之一和三分之一，命和运在拼的时候，比如命中注定他生不到女儿但是我们要去拼让他生女儿，命中注定他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儿子，这是命和运、天和地中间的相争，一半一半了。为什么我们要去学医？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。所以如果有很好的医学技术，再加上懂得地理位置的调整，大于命。大限到都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”，这个医道可以传之以久。

现在临床上，我们算命大限到了，结果去看他人怎么做。就是这个人命到了、大限该到了，他的人事上去找西医、找温病派。先找温病派，温病派说对不起，我们中医为辅、西医为主，把他送到医院。医院一开刀把他宰了，死掉了。结果一看，大小二限逢，就按照命来走。所以现在看到所有的人，命该绝就绝了，都是温病派和西医。西医根本没有办法突破命，完全在命上。命该死就死了，结果一看医学都是西医。经方就不一样了。经方进来的时候，我们经方家第一个位置帮助改掉，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。第二个我们经手的时候地理位置改一个很延年益寿的位置上去。天地在养他，人选择的药物在养他，加起来。收到地气，收到我们下手的医学的技术，超过、大于天命。这是疾病的灾我们如何化解。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。

我们除了病以外，当然还有横祸。车子撞死的，火灾烧死的，还有淹死的，还有闷死的怎么样，一大堆灾。我会利用今天的时间继续介绍给各位。

所以现在你们有个概念了。所以当个医生，病人来问你的时候，除了身体上的问题，还有心理上的问题。这个病人肝病，怒能伤肝，最好不要常常发怒，一发怒的话对肝脏也不好。我们的药物可以把肝弄好，可是情志还在那边，环境没改变还是继续生气。我可以帮你的。他就开始讲，家里面所有的事情、让他怒的事情，一看都是位置乱住了。当告诉他位置乱住了、错在他的时候，他一想，有道理、从来没想过错是我，一下子放开了。两个小时胃口大开，开始吃东西了。都是我的错，我赶快改。一旦找到解决的方式以后，豁然开朗，这时候情志上郁闷的气就会散掉。这时候开始下手，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。女儿不喜欢穿裙子、喜欢穿裤子，怎么开方。我们有很多至阳的药，就是很强的回阳的药。开下去他没有病、他阳不缺，给他那么多阳干嘛。阳极生阴了，吃了他更冷，不好。所以很多没有办法做到。没有办法

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，因为稻米能够按照春生、夏长、秋收、冬藏这四季的特性。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，开始家就和睦了，就不会有下会犯上的现象。

《易经》最难懂的是象还有数。灵龟八法那是数的定位。“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。我们所谓的宫指的是卧房、睡觉的卧房。我们有厕所，还有厨房。厕所是污秽的地方，所以主是非、口舌、官司。厨房是刀象，所以主的是身体的病灾。厨房比如一块肉放在菜刀板上用刀子切下去，跟人躺在手术台上刀子切下去，象是一样的。这就是象的比拟。客厅就是如客，好像客人一样。



比如一个房子。一个房子的东南西北，如果西北角是一个客厅，西北角是爸爸的位置，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。所以很多在外商业、在外做事情、做生意常年在外奔波很少回家的人，他自然而然就买个房子西北角就是客厅。很好玩，就这样住进去的。

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、会有问题。当妈妈身体出现问题的时候，在命上面再有的时候，地理位置上再有的时候，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》在讲病的气色。病的气色，肝心脾肺肾，对应青色、赤色、黄色、白色、黑色。当我们看到病气的时候，病的气色就是很暗而无光。简单讲就是这样子。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、任何人如果整个全身或是脸上都是鲜艳的颜色，这种病都是很好治。鲜色的病通通在腑，就是在消化系统里面。颜色如果是深的，才会进入脏。当看到脸色发青的时候，我们知道肝出问题了。如果开始动手治，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，就嗝屁着凉、死掉了。这是五色、五种颜色，我们可以判断。所以为什么说顺色为吉、逆色为凶？意思就是，开始治的时候这样子看最清楚。不然的话怎么知道病人是得顺、得逆？怎么知道这药是对的？一看就晓得了。这是病色。

病色跟灾色不太一样。人除了病色还有灾色。人会死。诸位看一，如果一上面加牛是生，如果一下面加夕匕是死。所以生和死根本就是一线、一个感想、一个想法。你在帮他忙，告诉他这样做他也不听，他不听就死。如果他听你的就生。观念往左边走、观念往右边走，这是一，生死就在一个念头而已。

生  
死

我们看到灾色跟病色是不一样的，千万不能弄错。你如果不懂得，医道不能传。为什么？他明明是灾色，你给他讲是病色，你怎么传。传医道不能传错的，我们要去传对的。《黄帝内经》从头到尾要传就传对的。这就是我要把西药厂解决掉，因为他传的是错误的。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，所以你认为我是对的，你认为我是错的，实际上两个人的观念只有一条线那么细微的区别。所以我说我们希望传下来的是对的。我看了很多，我会告诉你。以后你的经验有了以后，一望就知道了，一看就知道了。

练色，练观气色，我们叫观气色。气色要看得准在要观的时候，这要练。如果我把古代相传的练的方法告诉你，我保证你听完就放弃了。我要教诸位一个观的方法。我这个人比较皮，我喜好捷径。知道了我们就找捷径，很快速的。当然有捷径了，但是你们有空还是练一练很好。



以前练观气很难的。观气练好练得可以看到灾形、可以看到灾的形式。过去相传看气色的，看气色是最高的看相。看相时看耳朵、看眉毛，那都是形，还没有神。观气才是神。观气法要练的时候，刚开始有红橙黄绿蓝靛紫七种不同彩色的线。你到夜市去买缝线包，各种颜色的线买回来。把它拉成七条，不要整个线头在里面，七条细线。把灯光关暗。过去没有这种灯，就是蜡烛。慢慢让火光变小，小蜡烛。然后最后变成一根香。室内晚上练，外面黑黑的。或者白天练，用布把窗户通通蒙起来。室内黑黑的，点一根小蜡烛看，青赤黄白黑，不会选错。练到一段时间蜡烛还太亮，用小线香点亮，照样青赤黄白黑都可以看出来。到最后的时候，完全没有灯光也可以看到。练到那种阶段。跑出去一看人就看得很清楚。现在当然我们不用点蜡烛、不用去买香，那么麻烦。等下你把窗户密闭起来，你忘了里面还有人洗澡，结果昏死在里面。因为氧不够了，有人洗澡，把瓦斯炉装在内侧，结果你正在练观气，观着就昏倒。现在不用那么麻烦。你把窗帘拉起来、百分之百挡光的窗帘遮起来，台灯可以调大小的，慢慢调小，慢慢练。这也可以，这比较方便。

这还是很麻烦。我喜欢念《黄帝内经》、念书，念完书还要去练眼睛，久视伤血还伤肝。学生学的都有理由。久视不能看太久，久视不好，我们有没有别的方法可以看？有。当我们平常看的时候，正看的时候，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？比如现在你跟他聊天，他站起来，转身要走的时候，在转身那一刹那你看到了。还有就是，你没有注意看到他，他走到门口的时候回头看你，他转头的那一刹那你可以看到。瞬间内可以看到，你不需要去练。如果你不要练，你要知道什么时机可以看到。一定是侧过来的时候、灯光在转换的时候，刹那之间你会看到。

灾色的气色出来的时候，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，他从来没有病。没有病不见得不会死，车祸撞了死掉了，还有人撞后头整个烂掉、头不见了，也会死。灾色出来的时候是鲜艳的。比如这个人原来坐在里面聊天，都很好，气色都很好。站起来转身要走的时候，瞬间，你看到他的脸色突然是一片黑。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。最明显的时候就在少阳的地方，转枢的地方，走到门口的时候回头看一下。

所以你们练会了以后，告诉你的小孩子、家人，出门的时候到门口停一下，回头看看我才能出门。家人不知道为什么，你照着我做好了，因为你住西北，他会听你的。所以你要家里的人通通听你的，赶快要定位。先买来罗盘来看乾位在哪里，先去住。住了一季以后，全部家人都乖乖听你的，告诉要怎么做。至少你的出发点是好的。家人不晓得为什么，奇怪，这个人神经病。奇怪跟倪海厦学了什么东西。为什么要这样做？观气。

当那个人站起来、转身一出去，一看脸是红的。红色、黄色指的是火灾，跟我们脏的病气完全相符合。当我们看到赤黄的时候是火、是热，被烫死了、被火烧死了。看到青黑的时候灾是横祸，比如车子撞死的、飞机，横祸。看到白色的话是凶杀，凶杀的灾。白色主寒，主冷，杀完以后弃尸把他丢到水里面去。白色看到是凶杀的气色。

你在看的时候，千万不要看错。这个白色人家是凶杀的，你跟他说肺有问题。我讲过肺的白色是眉毛下面的那一块肉是白色的，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的瞬间你在那里看到脸色是白的，那个白是惨白的，那就是灾了。

如果那人回身的时候是红色的，火灾，知道他会死于火灾。可不可以计算到哪一天、哪个时候？当然可以了。我们中国人的智慧没有那么简单，月日時都可以算出来。待会儿我会教你怎么算。如果跑到家里面去看，有两个人是这样子、祖母跟孙女两个是红色的，你就知道这家火灾其他人可以逃光、这两个人逃不掉。马上心里有这个概念。

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。有的时候晚上人家会来找你说，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，是不是时间算错了，回去查查，被改写了，谁改的，就是你。少介入这种事情。会有这种事情，装傻就好了。

不要怕，要无惧，因为你要知道碰到就是缘。碰到是缘的时候他还不见得听你的，因为生和死就一个想法。所以你要跟他讲，他还不相信你，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《说难》，韩非子讲话口急大家都知道，但是他的文笔写得非常好。他不是因为他讲话口急所以说 shuo 难、说话很难，不是这个意思，而是说 shui 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。不然的话我要让你听我的话很难的。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、请人家帮你做事的时候，信任会让人家为你卖命的。

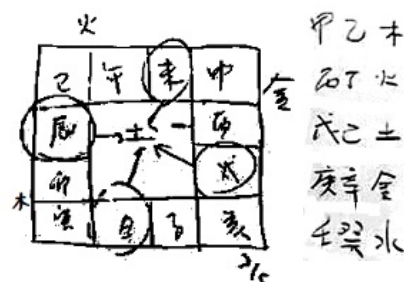
可是人才是难进易出。请他的时候很难的请来，要赶他走时到处谁都要他，是人才嘛。以后你们女孩子不要嫁个庸才。怎么知道他是庸才？一年才 12 个月，换了 13 份工作。这种人无头苍蝇不知道自己需要什么，庸才，一点用都没有。不要嫁个小人。小人怎么区分？很简单，易进难出。你刚认识完很快他就来找你了。谈了几个月你发现和这个人的感情、个性不适合，不要来往了。不行，开始到门口拦截你、到家里面拦截，电话骚扰、深更半夜打电话来，然后到你爸妈那里哭说爱上你女儿非要。这种就是小人。了解我意思吧。脑筋要清楚，要嫁给君子。

看到灾色的时候，绝对不是病色的暗红，是鲜红。鲜红的亮，那种红的颜色你无法想象，整个是火光的血红，看到火光。黑的可以看到暗色的黑。青色的话整个脸上一条青就下来，发亮的青就下来，一回头可能就没有了。病色是持续停在那边的。灾色是转动，恍惚之间会出现的。

现在学的是病，我们后面要介绍《神农本草经》、《伤寒论》还有《金匱要略》。医学的技术把你们带到这个阶段，人事上面的三分之一你找到了。地理上面三分之一，位置把它改变。一看到爸爸，糟糕，脸色是黑的，这是灾色。西北角是厨房，赶快把它改掉，不让他住了，改掉。地理位置改掉了，我们再看他几号会发生这个事情。然后家里面用医学。所以我们一下医生进驻下去，把家里面的外来的灾、里面发生的个性、身体里面的疾病通通解决掉。我们的定位是什么？天医。希望各位能做到天医，大家都可以做到天医。所以这个不能传，不外传。我会适得其人而传。

所以如果只是做个经方家把别人病情解决了，大不了登高而歌、弃衣而行用承气汤治好以后他精神回来了，可是没有办法把他的婚姻改变掉。我们没有一个婚姻美好汤、夫妻和合汤，我们没有这种。有时候大家吵架了，我们没有说吃下去两个人都好了，没有这种药。但是我们一去看就知道，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，叫做地天泰。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。所以乾为天跟地天泰在一起当然夫妻会和合，这是吉卦。有一天住反了，先生住在太太的位置上，结果先生是天去住到太太的位置，天地否，去做痞子了。太太在家里很彪悍，坤为地全部六个阴在这边。先生再加进去是一阳加在阴上面，再加两个阴是三阴一阳，先生绝对不是对手。先生在家里做痞子，太太最凶了，两个人吵架打架。你可以依此类推。夫妻住在西南角，太太个性强于先生，然后西北角是客厅。先生一定不会呆在家里面，受不了。宁可外面喝酒，深更半夜再回家。受不了，回家就老婆找麻烦。我们没有说汤药煮一个一吃太太从此就好了，还有先生一吃喜欢呆在家里不喜欢在家做客人，没有这种药。这是天地，上下雌雄，我们要定位。依此类推。

下一堂课我们要讲灾，教你们如何去计算，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。看到的时候可能隔两天就发生。可能正好两个礼拜前就看到，第一天有灾星、





灾色出现的时候看到。灾色两个礼拜，可是你可能是第五天、第六天看到，每个人都不一样。如何去计算它？这是一套学问。不难，很简单，我下堂课告诉诸位。

在我们继续下去之前，诸位已经了解病色和灾色。当你看到灾色的时候，一看到这个人是黑的，我们这个知道人是横祸。横祸可能是车祸死掉，可能是走到路上刚好黑道在枪杀就被流弹打到，反正就是很倒霉。还有的人青色发生在，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，就在一个礼拜前人家就看到他脸色发青，青色是瞬间看到青色。大家也不知道怎么解，这是天纪，人有灾的时候会有现象出现。结果他到早上一大清早就发球，一发完球、当场发完球脖子就扭断掉了，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。[第79集]

在计算灾色出现的时候，如何去算日子？这就要回到我们的五分法。在五分法里，把十二时辰中的辰戌丑未定位成土，五行上面来说属于土。所以寅卯是木，巳午是火，申酉是金，亥子是水。这是第一个你要知道的，十二地支跟五行之间的关系是什么？再来要知道干、天干。天干的位置，甲乙、丙丁、戊己、庚辛、壬癸，木火土金水。

当知道这个以后，哪天在办公室里面一看，不是你瞬间转过头看到他，就是他回头或转身过来，刹那之间看到那个颜色。比如是红色，那个红就像火光那种鲜红，然后过一下就没了就看不到了。如果持续看到红，那是心脏有问题。看到是灾色，这个人很好，知道这个人犯火灾，会给火烧死。在犯灾的时候，如果不知道避法，这个案子发生在长庚，长庚医院有一次火灾。收一个火灾急诊病人进来，很自然他们按照程序把病人上了药以后就把他放到加护病房去。结果放进去以后，加护病房那个区域就开始失火，又烧他。又把他移出来移到另外一个地方，移到的那个地方再发一次火灾，那个人还是烧死掉了。不知道避就是这样子。所以我说你们要避要到中医这边避，怎么跑到那边去避。到那边避，火灾急诊送到那边，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，就这样发生很奇怪，他不晓得怎么解释，那个病人移到哪里哪里发生火灾，然后还是烧死掉了。有灾就会这样子跑。不是说科学吗？不是。他们是科技。中国的哲学才是科学。在科学上面通通可以找到解释。

现在看到这个人火。按照我们的五行生克，同是火时病要起来、病起，我们知道巳午的时候起来了。如果到土的时候，是病是痊愈的时候。如果到了申酉、金是微邪。到了亥子、水，水克火是贼邪，就是会死亡的。如果是火灾，我们知道遇到水的位置都是最凶的。这个不是挑时间，而是挑日子。挑日子的时候，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。赶快跑去黄历一查，看最近期靠近今天的未来的日子里面，出现日的干、日干是壬日或癸日，再加上地支。日有干支，我们讲灵龟八法的时候用干支来计算。地支出现的时候是亥跟子。干是水，支还是水，那天是水日。就会发生了，发生在水的日子。现在知道日子了。

时间怎么计算？我们有十二个时辰，当然可以计算。我们有一个计算的东西，在黄历里面，我们叫做六壬法。一般大家看黄历的时候，看过就没了，看到六壬法也不晓得它是什么意思。六壬法就是我们计算灾星发生的时间。干支你们知道，每个人的灾不一样。如果看到黑色的，找土克水，找土日来看。所以依此类推，我们就不用细讲了。如果要计算灾星的时刻，小吉、空亡、大安、流连、速喜、赤口，三个指头这样看。我画的是三个指头。也可以用大拇指来算，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。诸葛亮的掐指一算就是这个。

我们以大安来起月。比如那天看到他的脸是红色的，我们要去占他火灾什么时候发生。不能等他两个礼拜、24小时跟到他，你也疯了。我们知道水日会有出现，天干是壬癸，地支是亥子。我们从大安来起月。找到日子后，比如那天癸亥日是三月，都看农历的，三月十二号。一看三月十二号是水日，是癸亥日。时间不知道？三月就这样，一二三，大安、流连、



速喜，三月在速喜。同一个地方再起十二，1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、12，12号在流连。然后再从同一个地方起，子丑寅卯辰到空亡，辰、上午的7到9点就出来了。不要速喜的时候跑去，人家正在收喜敏或者是喜事发生，不会出现的。在喜上面，人家正在开心的时候你在给他触霉头。辰时出现了。还会循环。如果没发生，辰巳午未申酉戌再到空亡，到晚上的7点到9点又再出现一次。当天的空亡有两个。

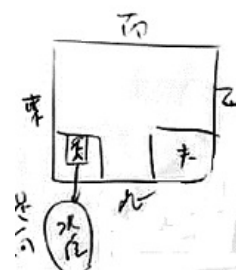
火灾的时候怎么避？会发生在水日，用水来避。时辰到了，不管是坐在浴缸里面，还是坐在浴室里面或怎么样。灾来的时候很好玩。你可能在浴室里面，结果放的热气，烫死的还是火灾。怎么搞的，本来不想他灾的，结果反而促成火灾。烫死也是热灾。黄赤都是热。烧死也是热，烫死也是热。做人很难为。所以你要想尽办法去帮他避灾，这是一个外形上的避灾、形上面的避灾。比如可以接近水，当然是冷水，不能热水。或者干脆带他到山里面坐在溪里面，刚好发生森林大火正好烧到那边。那个人有火灾的时候，到哪里灾到哪里。一定要记得，到哪里灾会跟着走的，那是祝融跟着走。有一些人有天眼功，看到火灾是个小孩子整个发红的可以跳的，他晚上跳到哪个人的屋顶上那个房子就开始失火，有的人会看得到的。火灾你知道了。外形来避的时候，最好的方法就是水来避火，所以你要想尽办法让他接近水。不管是怎么搞，比如家里知道这个人有灾，干脆把热水器通关掉，反正能够热的东西通通拿掉，就在那个时辰的时候。灾气过去以后，在灾要来还没有发生的时候他心里很难过、心会慌，只有那个灾他才心甘情愿。没有那个灾的时候他觉得什么东西不对。这是很正常的常态。要想尽办法让他接近冷水。诸如此类的。为了怕被烫死，热水器干脆关掉。诸如此类我刚才讲的。

还有一个避灾的方式，阳宅也可以避灾。那你就必须要了解我的那本书，《天机道》、《人间道》那本书。你可以看里面我写的六十四个卦。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，它有八个位置都有一个给你逃生的地方。所以奇门遁甲里面有休门、伤门、生门、死门、景门各种不同的门，实际上就是按照八卦来计算的。比如你是乾、你是爸爸，结果身上看到红色，是天火同，住在火上面。这时候天下面有火，天火同人不是很好。平常很好，可是这是火灾有火不好、还往火上跑，不好。你是天、你是爸爸住在北方的位置，是天水讼，可能你家里失火了烧到别人家别人告你，还有讼回来也不对。你住在天雷，天雷是无妄卦，无妄卦是无妄之灾也不好。住在否卦做痞子更坏，一定被烧。天泽履、住在履卦的位置上怎么样。诸如此类的。我们看天风姤，姤卦的话当有火灾遇到风的话风助火势会更强。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。

第二个我们改位置。晚上睡觉的时候让该发生的火灾走掉。有的人是车祸。车祸本来发生在下午3点到5点，结果被我们一进来，一改位置变成晚上3点到5点。晚上3点到5点马路上没有车祸再给车撞死，真的是该死了，晚上3点到5点出去干嘛？我们把位置改好，把位置调到半夜来。不要出去，跟他说位置改好不能出门了。这是一个很好的方式来改。

所以解灾的方式很多。诸位要想的时候一定要多深思熟虑。因为我们没有办法有个固定的原则说形怎么避，要看你因时因地制宜，看你的智慧了。不要算得很准，结果刚好把他送到火灾里面去，不可以、绝对不可以。比如既然这个时候有火的话，我们阳极生阴去生把火，生火后不晓得后面什么东西推他一下、或风一吹，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。

我们的阳宅可以避。注意看，如果是遇到火灾的时候，我们是遇到水方，遇方向是北方，我们知道脚是朝北的。睡觉的时候就改掉了。比如阳宅在这边。比如现在看到红色的在爸爸的脸上。我们把他住把天山遁、遁卦的位置，头南脚北、脚朝北方睡。人这样子睡，一定是足向、脚向。脚向北的话坐起来刚好面是朝北的，这是水位。水位会调整时间。本来该发生的灾，比如半





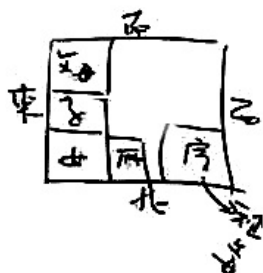
夜失火，变成白天来。常常会听到人家火灾说，晚上因为大家在睡觉没有人去注意它所以着火了，如果白天就不会有事大家都看到了。这个时间就会自然调整。这是一种避灾的方式。

如果看到一个人的脸是黑色的、这人脸青是黑色的，糟糕，我们知道有意外、有横祸。这个祸轻则伤身，重则命丧、命跑掉了。怎么办？黑色的，我们看到是土可以克水，黑色是水。第一个我们去计算哪一天他会发生意外车祸。现在看到他黑的，赶快去看黄历。看黄历哪一天的干、日干是戊己，支是辰戌丑未，这是土日。我们知道土日会发生。然后按照土日、看土日在黄历上是农历几月几号，然后我们按照小吉、空亡、大安、流连、速喜、赤口，落空亡的地方我们就知道时辰。时辰找出来以后，甚而至于我们就去改位置，也可以改掉。比如我们知道土可以克他，水是黑色的。辰戌丑未的时候我们就改方向。所以我们看阳宅的时候，如果看八个位置，东、东南、南、西南、西、西北、北、东北八个位置。如果看十二个宫的时候，把天地之间 360 个角度区分成 12 个角度就是十二个宫的位置。这个时候我们如果把他的位置转向，脚朝着未方、脚朝着戌方、脚朝着丑时、脚朝着辰时，时间就会被调整，灾的时间就会被自然而然往后延。调整位置的时候去看他房间里面可以摆哪个位置，有的时候摆不进去。一般我们怎么摆？有意外横祸的话大部分发生在白天，我们希望把它改到半夜来。所以丑时我们变成一个开生门的地方，这是 1 点到 3 点。如果丑时的位置要开的时候，丑跟未是相对的，睡觉的方向脚是对着丑时的位置。丑就是北方偏（东）过来 33 度左右，这是丑的位置。一对着丑的位置，本来下午未时的灾会移到晚上来，或者在辰时会移到半夜来。告诉这个人，晚上睡觉的时候做梦梦到意外的车祸是正常。

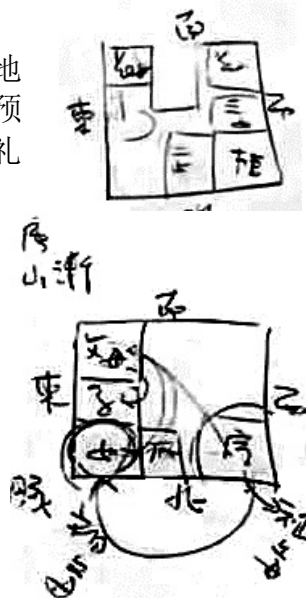
我曾经碰到的案例，我跟一个小姐讲，她的灾是这样子，可以避灾这样子改。那个小姐住永和，这个印象我很清楚。她说倪先生真的你讲的是对的，我一定是交接的时候醒过来。有一天我早上起来觉得很累很累，我实在不想去上班。可是手表一看是六点钟。想想我老板对我很好，我实在不上班也不好意思，今天事情很多，可是我真的很累。我在六点钟醒过来以前，我为什么会醒过来是因为做到个梦。梦到我从家门走出去走到巷口被计程车一撞，然后撞倒以后我从车下爬出来，一下惊醒过来，一看手表是 6 点钟，也就是刚发生。本来不想去的，做完这个梦全身很累。想想老板对我实在是仁尽义至，我就出门。走到巷口，当场就发生了。刚刚在梦里的做的事情当场就发生，因为 7 点钟还没过。所以那天她出车祸，从车下爬出来，脚被撞断掉。她之前就梦到一半，另外一半时间还没过，要过 7 点钟。她说倪先生我早知道这样，我还是出去上班，但是七点钟以后出门就没事了。这种事情都有。

这就是我们改位置。所以如果按照相克的时间、把位置改到相克的位置上的时候，时间就转换，就不会发生了。这是我们在避凶的时候可以这样做的。所以避凶的形式有很多。过去有的人是画符、念咒很多来避凶。有的人想出来祭英灵，什么都讲到英灵上面去了。讲的那些不认为是很好的，诸位不用这种方法。

正统的方法我们本来就有，利用天地的四时、阴阳五行生克、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。这个时间一过，记得灾气发生时，一定是一个节气、两个礼拜以内。把他改过来以后，因为你不知道他最少发生颜色是什么时候，不会说现在两周第一天发生你就看到了，可能是第五天、第四天才看到，哪那么凑巧第一天。最稳的还是要等到两周以后再看，灾期没了，没事了。就没有事了，这个灾就可以避过去了。这是我们看灾的方式。



原则上记得一个大原则就是，病人病的气色是持续存在的，灾的气色是恍惚之间瞬间看到、没有预计的角度看到。真正面对面的时候看不到了。一定是转身或者是，我不晓得应该用什么字，所以最好用恍惚之间。瞬间这样恍惚之间看到，那是最准



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。

我们回到九宫上面。每一个人家里面发生的情况都不一样。有的人住过的房子，我曾经碰到一个种田的，我告诉诸位没有读书的人反而脑筋很清楚。他住一个四合院，结果他生了三个女儿。刚开始的时候，他夫妻在西北的位置上、住在西北，二女儿在北边，三女儿在西边，大女儿住在西南。有一天他稍微修改一下，因为中间是空的。东南原来是厨房或什么东西改掉，把大女儿移过来住。那时候不晓得什么事情，厨房就往后移，好像是西南要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，他再叫二女儿进去住，过一年又嫁个好先生。再叫三女儿进去住，又嫁个好先生。这个农夫就做到了。住在城市里就没有这个观察力，因为在城市里面每天忙就没有这种想法。农人会观察到，因为他农忙完没事干就坐那边想。奇怪原来我大女儿住在西南每天唠唠叨叨，跟妈妈一样比我老婆还吵，结果位置一改就结婚了。原来住在西南，妈妈。二女儿住进去一定有效，她就进去住了。童蒙，他脑袋里面没有障碍。这是结婚。

如果住错了，三女儿去住到大女儿位子，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。然后爸爸在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。对爸爸是很好，可是爸爸很难过，只希望女儿结婚。大女儿在家里面特别喜欢煮饭、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，因为她的年龄会成长，她有 30 岁、40 岁、50 岁的想法，所以她喜欢的男人就是已经结过婚的。妹妹不知道，傻里傻气跑到东南角一住，结婚了。这个时候我们就要告诉爸爸，把大女儿送到东南的位置。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。

有的家族很大，这是三代同堂的案例。北方是一个厨房，诸如此类的。西北还有一个房间由祖父母住。东边有三个房间，东南父母住，正东儿子住，东北女儿住。如果是三代同堂，依此类推。祖父祖母年龄大了，应该是退休了。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。结果爸爸在修理他儿子的时候，祖父就去修理他儿子。你敢打我孙子我就打你，吵起来了。退休的人要离开位子，要移开。退休不是说不父母、还是父母，但是如果退休了移出来移到东北角。东北角是遁卦的位置，天山遁，祖父祖母住。大女儿住在儿子的位置上不结婚。巽为风，大女儿应该住东南，住在东北位置上，它的成卦是风住在山的位置，风山是渐卦，得卦就出来了。这时候当然大女儿归位归到父母亲原来的位置。正在工作赚钱的父母亲住到西北角。儿子不动。整个房子下来，只有儿子住对了。

当位正的时候，名位相等的时候，他的功名，读书、考试、婚姻、健康，全部都会一起在进步中间。名和位不等的时候，看怎么不等。有过之，也有不及，这就是过和不及。所以天地在定位的时候，就把所谓的中庸之道、中和的位置要定好。

现在的人已经神没有了，只有形存在。所以房子一开，买房子一看，主卧室、大房间爸爸妈妈去住，其他的小孩子大家去挑。结果每一个人挑出来是按照命走。结果那个人的八字一看，不结婚，女孩子不结婚，一看她的阳宅是住在妈妈的位置上。一个萝卜一个坑。再看男孩子里面都是阴星，知道这是同性恋，一看他住在西边少女的位置。再看爸爸妈妈，夫妻两个人太太会制过丈夫，太太、妻子很强，西南角是主卧室。这是命中注定的。所以一般人很好玩，不知道天文地理的，看到房子喜欢这栋，挑了很多都不要，要挑这栋。挑进去按照原来的布列住进去的就是你的命。你们以后去看，什么命的人就住什么样的房子。

运掌握在我们手上。所以我们的运除了改变人的婚姻，君君臣臣、父父子子之间以外，还有我们人事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。这个极限包括生男育女。以后诸位学到经方，我们要让人家怀孕很简单的。如果不知道地理，我们用药物下去让病人怀孕，因为我们都开阳药。经方家开的是阳药。所以病人怀孕以后大部分生下来是男孩子。我们要她生女孩子，当然可以，往南边去住就生女孩子。让她住在阴的位置上会生女儿。让她的起因，初爻、次爻都是阴，这时候生下来就是女孩子。诸如此类的。所以如果你们医学学了，



天文地理再有一些知识以外，再知道一些趋吉避凶的灾的位置，这些灾通通可以化解。

有的人不听就是他的命，该如此就该此。帮人家忙的时候绝对不讲第二次。他要你讲第二次，就是他第一次不相信你，他会忘掉。要讲第二次的时候就代表他已经不相信你才让你再讲第二次的时候，已经不中了，就是你已经没有办法说服他了。所以是山水蒙。蒙卦，山下有水，山雾蒙蒙一片，代表这个人智慧打不开。

所以我们的发蒙之道，易经讲要启蒙。启蒙之道要有刚中，必须要刚中。刚中就是一句话就到了、中了。这句话讲得很严重，要刚，要刚强。所以刚强才能够说服人。我们刘医师他碰到妈妈跟女儿，妈妈胃癌在医院里面。没有其他亲人在，就只有这两个人。怎么办？刘医师说我帮你做决定，你留在这边就是死。她马上办出院。这叫刚中。绝对没有办法说，这个不好、开刀好不好，讲了半天她不会听的。你留到这边就是死，讲完了。那两个马上办理出院，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，骂你你都不听、都没有。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，讲完也没有用。笨蛋去做这些事情，去做就是笨蛋，勿把科技当科学。science跟technology不一样。

这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。所以如果住在南半球，要生男要住在南边，生女要住在北边。所以澳洲女性的朋友们，如果看到这个DVD，不要弄错了。说老师你错了，我没有错，你后面一段没听到。所以我们这段绝对不能剪，剪了就完蛋了，就弄错了。所以如果南北相反的话，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。就变成东北、西南，这是南半球。[第80集]

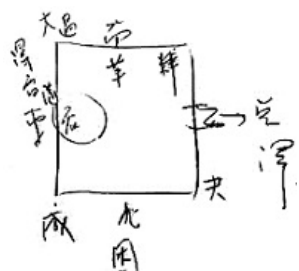
所以下雨的时候你去看，或在家里看，北半球水是这样顺的，南半球是逆的。这就是天地阴阳的关系造成磁场，变化会不太一样。南半球把南北换一下就可以。

这就是《著至教论》。这一篇《著至教论》诸位看，现在知道这就是“上知天文，下知地理，中知人事”。“阴阳表里，上下雌雄，相输应也”。这才“可以长久”。我们明天开始，下礼拜会把《黄帝内经》整个讲完。《著至教论》我还会再讲一遍，那一篇这是形。我还照一般人的讲。这篇留待有缘人看到。

如果你看到我的《天纪》的《人间道》，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，这叫心血来潮。用六个铜板一丢，起课，按照课、按照我的《易经》的卦去看，后面有一张图，你去读那张图。《易经》不是要读文字，是读那张图。当你读那张图读到的时候，我后面都有图的我自己的解释，注解在上面给你们看，那只是概率的。可是事情发生的时候就是这张图。

就像我从美国回来，讲五个中医的典籍，《针灸》、《黄帝内经》、《神农本草经》、《伤寒论》、《金匱要略》五个。我想想看这个事情可不可以做。一起个课是水山蹇，蹇卦是五面鼓在中间，一个骑力在前面、马在前面跑。然后五个鼓旁边是千里来，远从千里来丢五面鼓在地上面。这要不要做？蹇是阻塞不通。上面一个寒，下面一个脚，把两个点拿掉，足子的脚。看起来好像是蹇水山，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，将来是能够，等到见龙在天、利见大人的时候，飞龙在天，这是后卦。我们刚开始的时候潜龙勿用。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。所以我起个课，选择回来教。从头到尾我们按照天机这样走。该发生什么事情，让他发生什么事情。

然后我会做一些动作出来，让你们看看，妖魔鬼怪是什么样子。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再有時候心太仁慈。心太仁慈不好。有时候要说服人，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一，一之间。所以道者

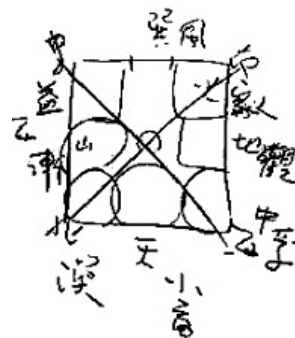


一也。一往上就是生，往下就是死，完全取择在他们个人。所以你们以后当医生或者做什么，你们心里面有慈悲的心是一定的。但是你慈悲心发慈悲的时候，你要做到把人救回来才是真正有效果所在。有时候你发慈悲，你不见得能帮到人的。有的时候因忠获罪，因为你对他太好了、什么都替他着想，结果人家反而会怪你。这是人际关系的关系，你要考虑得很清楚。所以孔子才会说不鸣不响，君子要像面锣，你敲我，我才回答你。所以你们以后出去，知道有这种技术在身上，人家没有问你、没有开口，或者人家茫茫然不知所措的时候，通通在讨论、你在旁边。他们讲了半天你都不要讲话，听他们在讲什么，要做听明，不要做聪明的人。听他们讲完以后，没有一个人有结论，这时候你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，你要确定他会按照你的话做再帮。否则的话，你只有一条路，就是刚中。讲一句话讲完，听不听在他。刚中，一句很严重的话下去，他不听，走，根本不要理他，没有办法，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。有的人没有办法。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。这种很累，过劳于胆。胆是中正之官，决断出焉，能够帮助我们做决策。这个人不能做决策，很累。

所以当你知道越多的时候，有的时候你会很开心，看到道理，真的是这样子。可是有的时候很痛苦，你想帮帮不到，会变成这样子。当然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。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。都会一直在重复用这些东西。我讲过这一篇我们不流传外，我会把它另外做 PPT 做出来，留待有缘人。

等一下，刚刚最后一个，徐大夫问的。将来当医生，相书上用天医方，风水地理上有天医方。实际上的天医方，真正的天医的定义我下给你们看，就是天文地理人事就是天医。我们有所谓的天医方就是，当个医生要坐很好的位置。

我讲的是以正东西南北为主。如果开门是朝西，朝西外面是兑卦，兑为泽。西方的话，外卦是阳宅外面，外卦是泽卦。内卦正东是震。如果坐在正东的位置上，外卦是泽、外就是上面，这个位置就叫做泽雷随卦。如果外卦是泽、坐在东南角，泽风大过是大过卦。如果外卦是泽卦、住在火的位置，泽火革卦，更革之象。如果在西南位置，泽地萃，精萃、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，咸丰年间的咸卦。我们就会去挑一个位置，哪一个位置比较好？应该看起来随卦的位置最好。



如果住的房子不是很正，很偏。办公室不管是正还是斜，都是以房屋的中心点为主，然后以正直角形看起来。比如里面是朝东南。东南外面是巽卦，巽为风，风卦的位置。如果办公室的门开出去是巽，你的位置是在乾卦的位置，就是风在天的位置，就是小畜卦。如果风在北方的位置，风水涣。如果在东北角是山位，风山渐。在雷的位置，风雷益，增益的益。如果是在南方的时候，风火家人卦。如果是风地，这是观卦，观光的观。如果住在泽的位置，风泽中孚卦。诸如此类的，你要会依此类推。所以怎么看都是以房屋的中心点来天地定位。天地定位的时候是以东西南北做正位。有八个位置。外面有八个。叫做天分九野，这就是九宫八卦的成因。这样来设定。

罗盘有用，带着罗盘去看。你们带着罗盘去看看位置，其他你们不需要看那么细。比如你们看罗经，罗经很细。我们有天罡、地煞，天上 28 个天罡星，70 个地煞星，通通在里面。我们在看阴宅的时候，我们还看地下的水位，这是比较特殊，讲得很细的。我们在讲《人纪》的时候不讲那么细，讲我们应用到的、你们会用到的就可以了。《天纪》就讲得比较多了，24 坐山，天经煞、珠宝线，一海票，120 个透地龙。在《人纪》诸位知道这里会用就好了，最主要你要会。以后诸位知道怎么算了，黄历拿起来看看日子。



永远记得我讲的话，永远记得，警告他的时候警告一次就够了。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当然可以救得回来，不听我们的话百分之百发生，结果不是一就是零。

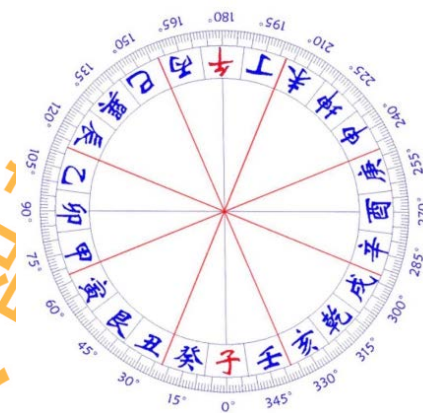
罗经拿起来的时候，先不要管它的红线，上面有十字的红线都不要管它，就管那根针。等到针停下来不动，这时候把罗盘转动，针是不能转动的。罗盘转动，罗盘上面有一个红线，红线上面两个红点。把两个红点对着针头，对好以后让针跟红线完全平行。当它完全平行的时候，南北的定位就出来了。这就是定位南北。

在定位的时候，最好测罗经的时候站在房子外面先测个方向，最准。因为到了室内以后，可能有电视机、有钢筋水泥、音响喇叭，都会影响到磁针，转向会改变。所以在户外先定好位最好，再到室内去。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。

一般你们到市面上去买罗经的时候，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。我们平常在使用的时候，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。看到更细的时候才会有第三圈，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。这是所谓的坐山。坐山把 12 个时辰加上这 8 个卦，按照十个天干，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 坐山是我们站在中心点来测量、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，反正有凶灾的地方，比如厨房跟厕所，我们都是放在没有人的地方。比如家里一进去，父母亲两个带二男二女，没有三儿子、也没有三女儿。这时候厨房厕所就放到西方、或者放东北角。东北角家里面有人，有长辈三代同堂的时候，祖父祖母放在东北角。这时候厨房厕所可以放到西方。依此类推。如果是三个男的没有女的，东南、南边和西方都可以摆厕所厨房。就是找没有人的位置去摆。如果正好三男三女和父母亲夫妻，摆到没有人的地方，就从 24 坐山挑它两个山的中间摆进去。尽量不要压到卦的位置。简单讲就是这样。

如果有四个女儿、五个儿子，天地定位的时候只有三个，现在是五个怎么办？前三个还是照样，后面再往前面去补它。比如四女把她补到长女的位置，五女补到二女的位置上去。大女儿一结婚的时候，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。这样等到结婚以后一个个按照顺序结婚。所以多余出来的再往前补就好了。所以天地定位的时候，它会有多余的余数。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，把它这样做加减就可以了。往前推就好了，但是有位置的先要定位。简单讲就是这个意思。OK！



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，多少聲。我的夢，經過了淬煉那是我心中一把火，那是我心中一把火。

◎ 弘扬中华传统医学，造福全人类，助力中华民族伟大复兴

# 黄帝

内  
经  
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》、《黄帝内经》、《神农本草经》、《伤寒论》、《金匮要略》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