

大千老师讲气学中医
及《黄帝内经》
上册

升降开合一气转，清静无为大道生

内经伤寒一气贯，返朴归真道自然

感恩老师

感恩整理文字的师兄

大千老师感言：

感谢各位整理我的讲课录音，当时由于工作繁忙，没有什么准备的时间，基本都是边讲边发挥，里面有很多不当的地方，我至今还有些不忍，担心误了听众。现在提醒大家听时知其大的方向即可，不必执于细节。我之所以以气之角度给大家讲中医、内经，重要因素即希望大家了解气界。我们现在的人见的是形，听的是声，触的是物，如果没有人说出气化成形的道理，那么大家可能真就囿于形界，不能跳出形的思维，我国文化之所以可贵，也即知道形上的世界，气与神。中医亦是神气文化的一脉，若不解神与气，尤其是气，则内经，伤寒，本草是不可以解释清楚的。希望大家能关注气的规律，努力从这方面理解中医经典，中国文化，想必会有思维的一个飞跃，对临床也是大有益处的。中医要想复兴，神气文化必须回归。临床疗效必须上来。不然也是虚火，不能长久。

录音由民间中医讲堂整理群整理

在此感谢大千老师的精彩讲课，感谢安时处顺班长发起整理大千老师的录音，感谢如岳和观月两位管理员认真分配任务，感谢所有参与整理的人员。

同时感谢德明中医整理组的各位同学积极参与，对讲稿进行多次审核及校对。

目 录

第一课 20071102-大千老师介绍气学中医中医	5
第二课 20071106-气学中医八大原则	10
第三课 从气学中医角度讲十二生肖	13
第四课 总结十二生肖、病例及《内经》	33
第五课 20080115_问答、阴阳应象大论.....	53
第六课 20080122-阴阳应象大论	73
第七课 20080129-阴阳应象大论	93
第八课 20080226_如何开方	115
第九课 20080304_阴阳应像大论	137
第十课 20080311_五脏五味体用.....	155
第十一课 20080318-体用及望诊	169
第十二课 20080325_阴阳应像大论	178
第十三课 20080401-阴阳应象大论	196
第十四课 20080408_阴阳应象大论	211
第十五课 20080415_阴阳应象大论	228
第十六课 20080422_犀牛角和鹿角、串讲阴阳应象大论五段论.....	244
第十七课 20080426_答疑解惑	261
第十八课 20080429_答疑解惑	273

第一课 20071102-大千老师介绍气学中医

中 医

紫蔓菁整理

所有的五脏六腑的后缀都用气来结束，比如心气、肺气、肾气、小肠气、肝胆之气、三焦之气。唐宋以前还不断的把气字附之于书，而明清之后对气字的记录显然就越来越少了，包括在教材里，五脏六腑几乎不谈气了，气最终缩短到与气血的血相对应的这个气。在这里正一下名，我与很多朋友交流过，他们问气学中医为什么只谈气不谈血呢，当时告诉他我们谈的气是广义的气，不是气血的气。《内经》上有“故血之与气，异名同类焉”，《内经》上只说肺气、肝气、心气，从来不说肺血、肝血、心血、肾血，可见对气的描述是广义的大气，而不是狭义的气血的小气，这是两个概念，我们气学中医中医谈的是广义的大气而非狭义的小气。大气包括气血津液和一切形态，气学中医中医把人和其他一切事物不管活的、死的都理解是一团气，气包括一切万象，大到宇宙小到一个细胞。人身水火一团气，气就是一个太极，但是太极太抽象了，而气容易理解，就像蒸笼蒸出的气，天上的云气，水中蒸腾的水蒸气，气球中的气，这些都可以让我们对气有一个形象的认识。为什么气字一直很微妙玄通呢，气界于两个层次，向上通于玄而又玄的生命存在，往下接于有形的物质，气在中间是一个媒介。也就是说气学中医中医分三个层次：神、气、形。西医走的是形，从解剖开始做，血脉细胞组织包括分子都是形的层面；中医则建立在气学中医而非形道层次，所以中医自古不重视解剖，因为形道是形而下之。上医守气，下医守形，中医立足点远远高于形的层次，或者说指导着形的层次。形气是同一的，气依附于形，形受气的指挥，气化而成形，任何东西有气才会成形。人活着就是因为里面有一个神气在，神气去则人身亡，气是主人，主人在则人能动能言能笑，主人去则生机断。但气并不是最高的层次，因为医是世间学，所以只有用气的层次来指导中医，指导人们养生治病，再往上是神的层次，神统气，气化形；神依气，气托形，这是三者之间的关系。关于神的层次

就不多说什么，只就气的层次来展开。

四部经典（《神农本草经》、《黄帝内经》、《伤寒论》、《金匱要略》）都是前人在清楚理解气机的基础上写出来的，看得很明白很透彻，后人如果读不懂就越来越读不懂。后世对经典的注解汗牛充栋，且越解越偏，道理即源于此，因为他们没有很好的观察到气之所舍以及运行规律，抛开了气而从形的层次来讲四部经典就不切题也就不可能入室。（目前的环境不适合气学中医中医的发展和推广）

这样来说大概比较抽象，大家可以结合伤寒来理解。我把伤寒的太阳病简单串一下大家就可以很好的理解了，就会明白气学中医的观点在伤寒的太阳病中是怎么发挥作用的。想象有一团生机勃勃的气，里面充满了生机和变化，所谓一气之流行，一气之盈缩，这团气不是死的，而是和外面的气相互交通，同时里面的气也是相交通的。“出入废则神机化灭，升降息则气立孤危”（《素问·六微旨大论》）这句话很好的解释了气的生生不息，流演无穷，内外交通和上下相应。比如一个人过来，我们首先看到的不是这个人，就是一团气，一团运动的气，这个人不断的呼吸吐纳，气就不断的盈缩变化：心肾之气相交，肝气上腾，肺气下降，心气部于表，肾气治于里，脾胃为中转流运之气；下面的气重浊，重浊和轻浊之气二者相交，这就是气学中医中医整个的理解方式。

张仲景写《伤寒论》时天气很冷，人们穿的也少。人得伤寒是因为穿的衣服单薄，为寒风所吹拂，这时候会出现什么情况呢？人有一定的适应外在环境的能力，但是外在环境的突然改变会使这种能力消减，当没有能力适应外在环境的时候人就会得病，整团气就会失调。《伤寒论》开篇就讲人伤于寒，伤于风，一个是伤寒，一个是中风，古人理解就是伤于寒邪，中了风邪。现代人解释这些词语都不是直译，其实它们都是可以直译的，古人从气的角度来理解就这样直说了。伤寒的寒不是风，不是寒冷，而是寒气糊上人身之后，人的皮毛毛孔本能收缩（因为要保护体内所有的热气不能散失掉），所有的毛窍突然紧闭，或者没有来得及紧闭，被风冷之气闭住了。如果寒气去，那么所有的毛孔可以很快打开，但由于中寒严重或者久久中寒（因为人不可能出去中轻微的寒就得伤寒，很重的寒气袭于人身才会得伤寒），毛窍都闭住了，而且不能及时打开，为寒气所侵蚀，失去了控制，打

不开了，这时会产生一种什么变化呢？人的体温内外相交通，原来三十七度，外面温度低，人体通过毛窍不断地向外辐射热量和生气，如果所有的毛孔突然闭住了，热气无从散失，那么就会聚在里面发热，正像《素问·热论》上所说：“今夫热病者，皆伤寒之类也。”就像一个屋子一样，突然门窗紧闭，里面点一个火炉子，温度马上就升上来了，这时候人就会发烧，这就是发烧的最原始解释理论：毛窍为寒邪所闭，郁里发热。无汗是麻黄汤证，麻黄有解表的功效，喝了麻黄汤人发汗，通过麻黄汤的药力冲开体表郁闭的寒邪，使毛窍重新打开，通过汗液的方式把体内郁热排出去，同时解了肌表的寒邪，人就豁然解了。这就是伤寒者麻黄汤，无汗麻黄有汗桂枝。（下面马上讲桂枝的道理）

现在很多病，人一发烧就退热就吃清热的药，这肯定是错的，这要看情况。如果是寒邪在表，郁者发热，当然是发汗，就是《内经》上说的“彻衣解惑”，就像人一下脱了衣服一样凉快了，如果不解表热邪就无从散失。中风为什么一般都说有汗呢？其实中风都是中风寒的风不是风热的风，和伤寒很相似，只不过没有毛孔闭合，风邪大于寒邪，风邪吹的肌表之气丧失了调节能力，毛孔来不及闭，那（人体之气）就不会严重郁闭住，所以无汗是高热，有汗一般热度不会很高。只是风寒邪气把体表的机能一下瓦解了，人处于失控的状态，就出现了不自主地有汗。为什么用桂枝汤而不用麻黄汤来解（表邪）呢？麻黄汤也可以解，只不过有汗，人是体虚的，用麻黄汤担心身体消耗过大，没有必要时用麻黄汤，毕竟麻黄汤有伤正的嫌疑。桂枝汤很简单，桂枝辛甘而热，行经脉之中。桂枝汤又叫做复脉汤、阳旦汤，行于十二经脉（走一圈），带着人身的正气和药气走一圈之后把全身所有不适的地方全都恢复正常。让卫气不共营气、营气不共卫气、营卫不和的局面消失，用桂枝汤打了一圈，营卫一下就通了。就像两个人不和，有人做一个和事佬一调和，两人相视一笑，这事好了。桂枝汤与和事佬的道理是一样的，喝桂枝汤还要啜热粥，热粥是食气，饮食之气，药食之气，包括人身的正气被桂枝汤带着温暖一圈，凡是不适的地方都适了，所有的毛窍恢复正常，正气恢复了邪气就散掉了。这就是有表邪的两个典型汤证：桂枝汤、麻黄汤。

如果邪气没有解或者出现其他情况，假如闭得很厉害，使人身极度郁闭，马上就高热

起来了，出现了烦躁等症状，这就是大青龙汤证。大青龙汤和麻黄汤就是程度的问题，普通的表闭用麻黄汤一解就开了，闭的很严重麻黄汤解不开就必须用大青龙汤去解，大青龙汤都有危症了嘛，人都出现了意识上的问题。但是这种寒邪袭击人身，几乎把所有的毛窍都闭住了并且里面迅速化热的情况现在极少见。还有小青龙汤证，里面还有寒邪引动，内外寒邪都要去所以用小青龙汤。

邪气袭击人表无非是袭击的深浅，进不进去，如果一旦进去了那马上就到太阳篇的中篇了，就是陷胸汤证了。什么叫陷胸呢？就是邪气陷于胸中，邪气结于胸中就叫结胸，水饮互结、水热互结都是后人加的，不是直接的理解。大小陷胸汤证呢，就是寒气袭击于表，从表进去之后，首先面临的是肺、胸廓，邪气在胸中结住了，就是结胸；如果结不住，结得不是很硬就是痞证；结得稍微硬就是小陷胸汤证；结得很硬就是大陷胸汤证，结得不硬而是很软就是气证，就是痞，就是泻心汤证，泻心泻在心下；如果邪气结得很高那是吐证，瓜蒂散可以吐出去；如果结得不是气痞，是散漫的，就是栀子豉汤证，心中懊恼反复颠倒，邪气很散漫的结在胸中，用栀子豉汤吐一下；如果邪气进去后入里化热，邪气散漫开来了，不仅局限在了胸中，那就是白虎汤证；如果并不是很散漫，而是有一种郁闭，有向血分走的趋势，那是茵陈蒿汤证，发黄；如果这时经血时来，结在血分了，结得轻是大承气汤证，结的很厉害就是抵挡汤证，整个太阳篇从气学中医角度就是这样来理解的。

柴胡证、阳明证道理都是一样的，只不过是走了少阳经和阳明经。其实气的形态就这几种：第一，邪气入的深浅，是表是里是半表半里；第二，进去之后存在的程度，是散漫还是结成实了、聚集了。如果是聚集那就是从痞到小陷胸到大陷胸，如果是阳明经那就是小承气大承气；如果邪气进入后是散漫的，一般的散漫不得郁闭的那可能发黄，如果很散漫一下化热了，那就是白虎汤。还有一点是化热化寒，这很好理解，为什么邪气进去能化热，就是邪气进去与正气相争，正气不弱，打得热闹，这就是化热了——气之所聚则变热，气聚则热，气散则寒；如果邪气进去后正气很弱，不能进行正面的交锋，那就很容易化寒。对于正气弱化寒，《伤寒论》主张加附子，所有加附子的都是寒，加一些补气血的药恢复正气，顶一下寒邪，《伤寒论》的举例子就说这些。有机会可以把《伤寒论》的经文串讲

一下，每一个经都可以直译的，并没有曲解、穿凿附会的意思。

《伤寒论》开篇讲脉浮，什么是脉浮？就是气浮。什么叫气紧？什么情况下气紧呢？肚子绞痛的情况下肯定气紧，正气和寒气相争里面的气很紧张，打起来了嘛，寒气要往里攻，正气不让攻，双方在交战，拧绞在一起，非常紧张，摸脉就是紧脉，整个人身都是很紧张。脉浮就是气浮在表，邪气在表，正气往外托托不出去，邪气往里攻攻不进去，所有的交争都发生在表面，一摸就是气浮，一搭手就有。同理脉沉是气沉，气沉在里，在里面打不在外面打，或者说阳气出不来都沉下去了。以上方方面面都是用气来解释的，而且直接明白，对经典可以很好的理解。

有句话“太阳病，下之后，其气上冲者，可与桂枝汤”，气往上冲就是往上顶，有时候感觉不行了，有一股气往外出，这就是对气很好的理解。气学中医中医是一种体验的医学，可以说直指人心，比如呕则气逆，为什么叫呕逆不叫呕吐呢？逆就是逆气，呕而逆气叫呕逆；再比如《内经》里：“其高者，因而越之；其下者，引而竭之；中满者，泻之于内”。

为什么大陷胸证有燥屎要心下硬、脉沉紧才能下，不然不能下呢？就像气结聚在一起，扔一颗炮弹能炸死，要散开了那扔一颗炮弹徒伤正气，人都散了就像空气一样。“神气之所游行出入也”都是在讲气机的道理，四部经典如果从气机来理解就可以很好地串讲下来，离开了气机气的层次来理解就很麻烦、不直接（《本草》、《难经》用气机都是很好理解的）。

“上焦开发，宣五谷味，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉，是谓气”（《灵枢·决气》），人身之气如雾露之溉，上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎，这都是气，不要认为只上焦才是气，只不过上焦容易变成无形的东西，下焦容易变成有形的东西。没有气就没有形，形气相和、相依，形也是由气变化而来，只是有一个偏向，《周易》讲气再成象，象者建立星辰日月，这样就可以把所有的东西放在一起理解。古人讲“夫一，万事之本也；能守一者，可以治天下”，万事万物的道理变幻莫测，很多人是倾尽一生甚至几生都在悟这个道理。以后讲一下气的特点来引导大家加深对中医的学习。

第二课 20071106-气学中医八大原则

紫蔓菁整理

上次对气学中医中医做了一些介绍，我也在考虑怎样来讲气学中医中医让大家能够听懂。我认为首先得有一个前提，在这里参与的朋友应该是对儒释道任何一家或几家比较感兴趣，这样我才可能继续讲下去。因为气学中医中医和儒释道关系非常密切，是传统文化的组成部分，如果从物质层面来解释有悖气学中医中医的基本原则。上次听讲大家已经知道，今天再简单重复下，道理有三个层次：一是形道，物的层次；二是气学中医，气的层次；还有一个是神道，神的层次。神、气、形三者构成了整个的世界存在。世界存在在今天的课堂上不予讨论，但希望大家在下面交流。

气学中医中医从气学中医这个中间层次出发来解释万事万象，包括整个身体的奥秘，所以说气学中医是一个总体的认识方法或者说是一种世界观，如果应用于中医就是气学中医中医。《周易》里有句话：“远取诸物，近取诸身”，研究中医就是近取诸身，研究其他身外之物就是远取诸物。所以今天只和大家谈气学中医在人身上的应用，但也会涉及到一些基本的气学中医的立意和认识观点。下面就介绍下气学中医的几个基本概念：

第一：气学中医中医包括气学中医学者认为万事万物都是由气组成的。组成气的包括事和物，所谓物指有形的存在，比如大到山河大地，小到细胞组织、一草一木，任何看得到的、摸得着的或者说能够感知到的叫做物；另一个叫事，就是整个事情的发展经历，不管是气还是物都是由气组成的。举个简单的例子：人是由一团气组成的，这是有生命的；花草树木也是由气组成的，这是植物；还有包括土石泥沙、河流山川也是由气组成的，这当然是非生物了。在事上比如一件事情的发生、发展到结束，这也是由气组成的，还有包括一个王朝或者一段个人经历同样是气。大家可以集思广益，大可以无穷大，小可以无穷小，其大无外其小无内嘛！所有万事万象都是由气组成的，这是气学中医中医的第一条原则，必须用这个认识观点来认识世上的一切万事万物。

第二：所有的气都有生老病死。不管是生物还是非生物，有机物还是无机物，所有的

事和物都有它的生命历程，从生到死。这个不用多说，大家都可以很好地理解。佛教上讲“成住坏空”也是这个道理，只要存在就会灭亡，这也是气学中医中医的一个概念。

第三；任何气都是可分的。比如人身之气可以分为头气、胸腹之气、四肢之气；头上的气又可以分为眼气、鼻气、嘴气、口气。物质的层面可分，气学中医的层面也可分，比如一个历史事件的开始之气、中间之气、结束之气，这些都非常好理解，但是大家都必须牢固地树立这种观念。

第四；所有的气都是融合的。可分是气的外在表现，融合是其内在本质。这里大家一定要注意，所有的万事万物都是内在联系的嘛！气学中医上讲所有的气都是融合的，只不过呈现的外观、形态、性状有所区别罢了。比如人身是一个整体，头和胸腹是融合的，胸腹和四肢是融合的，眼气鼻气是融合的。这也就像一条河流一样，我们人为分成上游、中游、下游，但河流其实是一个完整的整体，大家以后要经常用融合这种观念来理解气的有机结合。再举个简单的例子，比如水，烧开了变水蒸气，凝结成冰，这三种形态是融合的，本身都是水，都具有水的某些性质，但由于处在某个状态和进程当中会表现出不同的形态。如果没有仔细研究过可能会惑于它们的形态而误以为是三样不同的东西，只有经过不断的训练、锻炼，我们用气学中医的融合的观点来理解，任何的事物都是融合的，所以避免了单独割裂的弊病。

第五；所有气都是吐故纳新的。气有新陈代谢，在任何一个时期，任何一点上都在吐故纳新。所有的生物都有呼吸，呼吸本身就是吐故纳新，新陈代谢比如吃东西、排泄，这在生物上表现得很明白，而在非生物上大家可能有些迷惑，但实际上所有的事物都在吐故纳新，没有吐故纳新就没有了发展的进程，也就没有了生老病死，这是一脉相承的，这是一点。

第六；所有气内部都是运动的。既然吐故纳新那就要运动，运动的实质就是升降开合，这里面没有沉浮也没有其他。所有气可升可降，在升降的过程中体现开和合，这以后是所有结果的基础，我们就是这样来理解人身。《内经》上讲“肝升于左，肺降于右，心开于表，肾治于里，脾为之使，胃为之市”，这说的就是升降开合的具体表现。

第七：所有气都是有感受的。这一点对于生物好说，植物可能就不好说了，当然现代医学在不断的发展进步，大家也看到了很多植物也是有感受的。推而广之，所有生物和非生物，所有事和所有物也都是有感受的（大家不明白以后可以找时间给大家讲一讲）。比如一个历史事件本身就是有感受的，可以说它是有生命的嘛，有生命就有感受、有感知。

第八：气之间都是有感应的。大到山河大地，小到细胞组织，事件与事件之间，物与物之间，不管是大小是隐是显，所有气之间都是有感应的。

以上八点就是气学中医中医对于气的基本观点和立足点。大家可以有不同意见，现在我只是把气学中医中医的观点陈述一下，然后我们看一下在实践中如何具体运用。

《庄子》中有一个经典的典故，大致就是鱼游在水里而不知水，那么我们人就是游在道里而不知道，游在气里而不知气，习以为常反而不见。今天借此机会，以以上八个观点带大家重新认识我们身边（周围）处处存在着气这个道理。

大家可以有不同意见，也可以觉得我所说的无一是处，我们身处在这个百家争鸣的讲堂，希望大家多一些包容。

第三课 从气学中医角度讲十二生肖

庄云峰整理

上次说过今天给大家讲一下十二生肖，主要从气学中医这一方面来谈一下十二生肖的意义，我们知道十二生肖是中国很独特的一种纪年的方式，或者说是与十二地支相匹配的一种（纪年）方式，所谓十二生肖就是用十二种我们熟悉的动物与祖国独特的十二地支相匹配循环不已，大家知道这个甲子纪年法是从很远古的时候就开始了，据说黄帝的时候当时就有这个甲子纪年，然后代代相传，60年一花甲不断地循环往复。甲子是有天干地支来表示的，天干是甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，地支是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥，天干是十位，地支是十二位，天干的十位和地支的十二位相互交错，互相匹配就形成了六十甲子。当然了这个甲子第一个从甲子开始，然后甲往下推一位是乙，子往前推一位是丑，第二年就是乙丑年，以此类推，60年一重复，自古有之，一直延承下来几千年，现在仍然沿袭不变，就是阴历。关于天干地支甲子纪年法，今天我们在这里不想过多论述，主要是今天跟大家讨论一下天干地支当中的地支，十二地支与十二属相相排的道理和规律。

刚才我上网查了一下，大概有几种说法。关于这个十二生肖的来历，大家对十二生肖可能都非常熟悉，咱们可以这样来数，子鼠，丑牛，寅虎，卯兔，辰龙，巳蛇，午马，未羊，申猴，酉鸡，戌狗，亥猪，这个历来关于它的来历，做考据工作的一般可以考查到春秋汉代这个时候已经有明确的十二生肖的表述了，所以可以说十二生肖是中国原产的，并不是象郭沫若等一些学者认为的是从西域或者是其他外国引进的，关于十二生肖有很多解释说法，一会儿我给大家一个网页大家可以大概了解一下，这个是一个百度百科的一个链接，大家可以看一下，大概这个世俗的对十二生肖的解释在上面说得很全面。有一种故事民间传说吧，主要是说十二生肖排座次吧，大家可以看看这个百科里面有对它的介绍，当

然这种说法呀，只是一个美好的传说，和事实不一定相符。我这里面对于咱们常见的说法我不想过多的解释，主要是从气学中医中医的角度给大家讲一下，从气学中医角度是如何理解十二生肖和十二地支相配的规律和道理。

这里面可能有一些新来的伙伴，我想大概说一下，它就是有别于物质界也有别于精神界，一般这个物质界就是我们所见的山川草木，所有的我们所见可以感知可以测量这样的一些实际存在，那么还有精神界，这当然是我们的思想、心念都属于精神界的范畴，一直以来在很多哲学理论上一直在探讨精神和物质，我们所说的气学中医是属于介于物质界和精神界之间的气界，气界充斥在整个宇宙山川大地之中无所不包，无所不化，我们这个气学中医的理论是这样来解释这个气界的：气界它的原始是由精神界所化的，也就是我们把精神界放在第一界来考虑，也就是放在神的位置来考虑，神所化者是气，首先化出来的是气而不是说是物质，然后由气化成物质，这中间有一个转接的一个过程，也就是气界游离在物质界和精神界之间，充斥于宇宙大地，这种气界它变换莫测而又上下承接，上面承神界，下面承物质界，为我们祖先所认识和运用，几千年来一直是在中国传统文化当中一直是一脉相传下来，包括中医整个基础理论从我这方面认为是由气界的层次衍生出来的，也就是说如果不能从气界的层次来解释中医，中医就不好做更多的解释。

从四部经典呢可以看得出来里面无处不在充满了气和气的理论，大家可以搜集一下关于《黄帝内经》里面有多少关于气的描述，包括《伤寒论》，包括《本草》，还有这个汉唐以前很多理论性的著作，所以气字充满了运用，所以说我在这里给大家讲一个气学中医中医，主要是想恢复前人对中医的理解层次，所以想尽量在气学中医的层次上给大家解释中医，在民间中医有这样一个机会给大家一起来交流，并且这段时间内跟大家一起来探讨《难经》，因为《难经》行文古奥，而且又是来源于对《内经》的阐释和发挥，但是过于零碎，不成系统所以讲起来难于跟大家沟通，如果大家能够细致地来学习《内经》，在气学中医《内经》的基础上来解释《难经》就比较方便了，所以正好今天利用这个机会，辞旧迎新嘛，给大家讲一下十二生肖，气学中医的理解，那么下面咱们转入正题。

所谓气学中医你必须从哪一个角度来理解呢？就是从把任何事务看成一团气，这团气

可大可小，可卷可舒，可以卷起来，可以舒展开来，它里面是活动的是有生命的。可以把一个人，从远远地走过来你可以把他看成一团气；可以把一个事务看成一团气，它有头有尾有中间，有里面的核心，有外面的外延。那么这样呢我们可以把十二生肖十二种动物也理解成一团气，这样呢我们进入气的世界来体会十二生肖和十二地支的配属关系。

在这之前我首先跟大家讲一下这个十二地支的来历，十二地支子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥，它讲的是个什么呢？其实就是一个气的从生到死的一个过程。因为气是所有事物的包含，任何事物它只要存在它就有生和灭，其中生灭就是整个中间的过程的生长壮老已，春夏秋冬四季有生死，昼夜有生死，四季的生死就是春夏秋冬万物的繁盛和凋落，昼夜的生死就是白天和黑夜的交替，而人的生死就是人的生老病死，即便一块石头都有它的生死，它的生成和破碎消亡。这样可以笼统地用十二地支来表示，所以十二地支子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥就是表示任何事物把他理解成一团气这个气的生老病死。

这个我们看一下子时这个子是万物生长的根基，子中生万物嘛，就是种子的子一样，里面蕴含着生机，含苞待放或者种子沉潜没有发芽，这个种子啊就像咱们妇女怀孕，古代就叫子。《周易》里面有一句话叫十年不子，就是十年还没有怀孕。大家看一下这个孕字，上面一个“乃”，底下一个“子”，种子这些东西都代表生命在其中孕育，而生命并没有完全体现出来，就是没有开出来。所谓的开就是它有一个生长的过程，种子没有发芽嘛，氩氩化醇嘛，所有的事物都在氩氩当中，就像怀胎一样，这个就叫子。给大家讲的过程当中随时大家可以提出疑问，这样有的放矢嘛，我讲的也可以更加灵活一些。那对于一团气来说，这团气在子时的时候可以说它是无形象的一种状态，你可以说它是一种混沌太极的一种状态叫做子。你看咱们说天开于子，天地在生成的时候是从子时开始的有了天地，先开天后开地，或者说天地同时而开嘛。如果说是星云呢，一个星云它在没有形成星系时就是一团云，这个就是子时的状态。那么到了丑时这团气它是扭结，丑者扭也纽扣啊。

问：子代表胆气吗？

不能这样说。因为那个十二经啊它所循行的时辰变换跟我们讲的这个气团的生老病死

是不在一条线上的，它是另一种循行的规律。前两天我也看了关于养生十二时辰说，曲黎敏老师讲的。她所说的是十二经循行的一个规律，并不是生老病死。如果说子时开于胆气看在哪个层面来讲了。

这样跟大家说一下，因为人生它是一个非常复杂的系统，这系统里面有很多的循环规律，有大的循环小的循环，有经脉的循环，脏腑的循环，或者它整个气机内外的循环，所以说胆开于子，是《伤寒论》上的那种循环，是经脉的循环，不是我们讲的气机的循环，如果是这样很多道理都讲不通了，所以大家不要执着于一种道理，要认识到很多循环在同时起作用，就像我们有这个血液的循环，有淋巴的循环，这个道理是一样的，肝胆是木性的，如果说你说脏腑从子时开始有时候是说不通的。

这个接着跟大家来讲，这个丑时啊，这个子时一点萌动之气，这个后天的真阳可以这样来理解，它已经不是先天的真气了，后天的真阳在里面要萌动，开始要发越但是受到丑时之气的扭结，也可以说是“固化”，使这个萌动之气不能发育，也就是不可能长成，从种子发芽，受到一股气势的压制，这就是丑气。丑者扭结不通，象征孩子在腹中，欲出而不得出，你可以说是母亲临盆前的一个试胎的过程。

那么接着往下来讲，这个气到了寅时，寅时是一个决定性的时辰，天开于子，地辟于丑，人见于寅，这个古人是这样来说的，我们可以用一个更形象的说法，就是寅时草木开始发芽破土而出，种子它的子叶顶破了它的外皮，从土壤中蓬勃地生长起来，这个就是寅时，人建于寅嘛，也就是说我们所说的正月。寅什么意思呢，隐隐然，这个植物就开始长起来了，它这个寅时长需要一种冲破力，象小鸡破壳一样，如果它的喙不能把这个壳啄开，那么小鸡就会死在里面，那小鸡必须用它的喙把壳啄开，小鸡就破口而出。你想这个天光乍现，小鸡一下看见了这个外面的景象，种子一下子冲破了土壤的束缚挺出土地，见到了阳光和外面的世界，所以说这个是寅时，寅时是一个决定的力量，它使整个气冲破而出。

那么好了寅时之后就是卯时，卯时这个草木从地中蓬勃而出之后开始迅速地生长，因为见到了阳光和雨露嘛，所以说主一个调达舒畅之气，指万物可以不断地生长发越，这个时候就象小孩一样，它开始长身体，这个身高不断地开始变高，这个就是卯时的气机的变

化。

那它到了辰时，辰时代表什么呢？辰时之气代表它这股气又受到了一股阻滞，因为万物不可能都能顺利地生长壮大，其中必然受到某股力量的阻挠，这个就是辰时之气的代表，辰者又是水库，在十二时当中，就是说整个的子时在五行当中属水，这个水气到达辰时开始入库，不再发挥作用，所以阳气在辰时不断地积蓄力量之后，终于冲破这种阻挠，来到巳时。

巳时整个太阳已经日立中天，整个阳气的势力达到了一个顶点，万物开始纯阳，因为巳时是纯阳之气，这股气达到了，如果说是王朝的话就达到了一个开元盛世的局面，阳气完全为用，阴气退居二线不再起阻挠的作用，这就是巳时之气。

接下去从巳时到午时，那么阳气继续象前挺进，达到了整个这个上面的气机一派繁盛，但是就在这个鼎盛的时候阴气来复，从下面一条阴气就孕育当中。周易里面有一个卦叫做姤卦，所谓姤卦是阴阳相遇的卦，说白了也就是姤者，遇也，是阳气在达到了极点之后遇到了阴气，那么我们可以看一下子、丑、寅、卯、辰、巳、午到午的时候整个是阳气生长的过程，那么到了午阳气到了极盛而阴气从底下开始复苏，姤者遇也，在周易里面有这样的一句话，那么接下去之后，就是阳气不再状盛生长，而是开始走向了衰弱，象一个人一样达到了他的生理的整个人生的一个顶点之后开始下滑。

到了未时这个阳气开始衰弱，但是这个衰弱之气没有完全表现出来，只是事态有向衰弱之气下滑的这个趋势，这个时候阴气自下而上开始缓慢生长，阴开始销阳，这个是未时。

从未时到了申时那么阴气从下面开始健壮，是《内经》上说的吧三十还是四十阴气自半嘛，就是阴气慢慢地开始从下面袭了上来，阳气居在高位而不化，阴气在下位而凝重，你可以说给它理解成一个否卦的意思，周易里面有一个否卦，天地否，否塞不通，阳气仍然占据它的主导地位，但是下面所有的根基为阴气所销蚀，什么叫做销蚀？它不断地蚕食你，就像一个苹果一样，它已经被虫所打洞了，核心已经被这虫子掏得差不多了，这叫申时。

那么从申时到酉时这个阳气继续被消亡，同时阴气不断地从下面蒸腾向上，这叫做阴

销阳的一个过程，这个阳销阴呢是泰卦，地天泰，到了酉时就完全是一个否卦的一个过程，周易里面是这样来说的，这个否卦，大亡而小来，什么是大啊？古代一直认为阳气为大，阴气为小，所谓大亡小来就是阳气走了，阴气来了，这叫大亡小来，在人事上来说是君子退而小人进，正直的人慢慢地退居二线，而小人不断地从下面顶了上来，但是这个时候把持其位的仍然是君子而不是小人，但小人对君子形成了合围之势，下面一些中层的一些重要的位置被小人所把持，这个是酉时的一个状态。

从气学中医上来讲从酉时到戌时这个是一个阳气最后反抗的一个过程，因为阳气越来越少嘛，阴气浓重，阴气完全包围了阳气，阳气可以说是最后的一个根据地，在戌时体现出来，戌有戍边的意思，是抵抗的意思，这时配这个戌时就是阳气做最后的抵抗。

那我们接着往下走从戌时到亥时，由于天时的规律啊，阳气最终要灭亡，为阴气所蚕掉就是吃掉，那最后一个据点就是戍边的最后一个据点被阴气拔掉，也就是最重要的一个位置啊，终于退位于小人，君子失政小人得政，天地一片昏暗，这个就是亥时。

那么万物不可以终绝，这个阳气不可能完全消亡，因为阳气如果完全消亡为阴气所食那么事物没有发展前进的种子和基因了，阳气从上面呢掉到了下面，藏于民间再重新孕育下一个机会，那么这就是又回到了子时，这个是这样的一个过程，所以说子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥这个十二个时辰它所讲的无非是一阳消长的一个过程，也就是气学中医的一个过程，从生到死它体现了阳气，主要是体现阳气运化的一个规律，可以这样说，阳气孕于子，扭结不通于丑，开于寅，长于卯，壮于巳，而盛于午，这个是整个子、丑、寅、卯、辰、巳、午这个阳气变化的规律。那么接着是从午时阳气衰，阳气开始退于未时，衰于申时，破于酉时，战于戌时，有人如果读过《周易》的话就会知道了，龙战于野，其血玄黄，这个战在哪儿啊就战在戌时，西北乾地，战于戌时做最后的抵抗，然后灭于亥时，变不可终灭就回到子时，这个一个循环往复就不断地这样的进行。

你看我们拿一天来举例，这个子时啊太阳在我们的脚底下，虽然大地一片漆黑，但是阳光在我们的地下孕育，到于丑时整个的太阳开始偏转，朝着我们有利的方向前进，到了寅时3—5点，如果夏天会有这个太阳就会有亮光了，卯时太阳真正地出来，万物开始复

苏成长，到了辰时这个天光完全放亮，大地一片欣欣向荣的景象，巳时气温开始升高，到了午时日立中天，未时太阳开始西垂，申时酉时太阳没落，最终到了亥时完全不见日光，也就是亥子丑三时是不见日光的。日光开于寅时，大家记住虽然阳气孕育在子时，但是阳气是开于寅时的，我们就是说拿太阳来做这样的比喻，阳气开于寅时，盛于寅时，灭于戌时，在戌时做最后的抵抗奋战，戌时阳气马上就要绝灭了，到亥时是完全绝灭，我不知道大家理解不理解这个意思。

复卦肯定是子时卦，复卦它有一句话说的是：复见天地之薪，复卦是上边五个爻都是阴爻，最下面一个爻是阳爻，这一个阳爻代表整个天地万物的种子，也就是天地万物之薪，这个薪就是阳气，一阳来复嘛，从下面腾上来，升腾上来一股阳气，这个阳气以后要长成壮大最终居于君子之位，居在五爻，那么现在它还在初爻，所以说不远复。易经上有个不远复，不要走得太远，太弱小走得太远容易被阴气所吞噬，这个告诉我们在种子的时候，如果环境不具足这个种子不要发芽。比方说倒春寒的时候这个种子一旦发芽之后，来了倒春寒这个种子一下被寒气所袭，这个种子就完了，那这个种子混沌的时候不发芽的时候，它能经历几百年上千年，但是如果一旦要发芽，那么你必须要有适合的环境，如果没有这个环境这个种子长出来这个芽，马上就被摧掉了，所以说子时是勿用之时。

问：这个阴气就不好吗？

不是这样的，这个古人非常注重阳气这个运化的规律，阴气是随着阳气生长壮老已而变化的，就象周易里面讲的一样，阴气是无成而有终的，搭配嘛，什么叫无成而有终呢？成事是由阳气来成，但是终事是由阴气来终。咱们举一个最简单的道理，就是说做事一样，男人去做事，这个男人去赚钱，女人去守钱，不要让女人去赚钱，这个男人有男人的特点，女人有女人的特点，它不会有一个纯粹的平等，但是它有一个对待，也有一个互相的补充，男人做男人擅长的事情，女人做女人擅长的事情，也就是阴气做阴气擅长的事情，阳气做阳气擅长的事情，但这有一个前提，阳气主动阴气主静，一般都是阴从阳而动，这个阳守于阴中，这个老子不是讲了吗？知其白，守其黑。这个白就是阳气，你知道了这个白，这个阳气，你可以运用这个阳气，但是你要知道你的根基是立于阴气，这个整个这个古人他

划的整个秩序，你看天在上，天无所不覆，地无所不长，天在上表现一种阳气的覆盖，覆盖整个世界的一种特性，地气在下面呢，没有任何不愿去承载的，体现了天地阴阳二气之博大，这个宽广，所以说我们不可能说是重阳气而轻阴气，阴气阳气同是重要，但是有一点阴气无成而有终，必须在阳气而得其成，所以说我们在这个十二个时辰来讲是讲阳气的循环，其实也可以讲阴气的循环，阳气是带领阴气来走这么一圈的。

问：关于任督二脉之气是怎么走？

这里边我不想多说，因为前几讲跟大家说过了，我们初期只从这个气学中医的角度给大家把这个整体观气学中医的整体观给大家有一个印象，而不具体讲经脉的运行，包括十二经的运行我也不想多讲，因为所有这个经脉咱们可以这样来理解，所有经脉和物质界是一样的，都是气化产生，那么气机运化的道理我们不能够有一个直观的感觉的话，那我们讲经脉它也是在里面，去理这个乱麻，一团乱麻就是一团气，我们把气的升降沉浮开合的规律讲清楚，那么里面经脉属于非常细致的一些现象和规律，譬如说任督二脉那么我们讲好这个气机是蒸腾向上的和沉于内敛的，那么这个任督二脉它也是符合这个事态的。

问：丑时在后天八卦艮位的方向，地出乎震，战乎乾，成乎艮，艮卦和丑时之间有什么关系？

既然大家有这样的疑问这里面我就给大家解释一下，就说丑时它的方位是东北方位，那么艮卦也是东北方位，这个生长壮老已我们可以用十二时来表示，也可以用五行来表示，同是也可以用八卦来表示，这个原先我跟别人说过，就像有一个蛋糕一样，这个蛋糕它是一个气团，象一条河流一样本身它没有阶段，河流没有上游、中游、下游，是人为给它分出上游中游下游的，同是这个蛋糕也一样，你切八块那么就是八卦，你切十二块就是十二时，就是十二地支，你切五块就是五行，你切四块是四时，切三块是天地人三才，切两块就是阴阳，这个都是后天给这个气团加的一个人为的划分方法。那么我就想通过这个十二时十二地支来告诉大家所有这些东西无非是在讲这个气团的运化规律，因为你抛出去一团气你可以人为地抛出一团气，那么你抛出的这一团气它就是一个生命，你可以理解成一个生命，生命是有运化，这团气就在那内部和外部互相交通，内部的交通无非是开合升降，

外部的交通无非是吐纳，同是它有感应和感受，这个可能说得有些过于不好理解了，但其实是这样的一个道理。艮卦周易里头讲：万物出乎艮。艮卦。艮者直也。它正好上面是一个阳爻下边是两个阴爻，它这种艮气只在这个地方扭结不通嘛，我们前面讲了就像这个易经有一个卦革卦，革命的革，固用黄牛之革，有这么一句话就是坚固得象黄牛的皮一样使你不可能在丑时那个环境阳气得以破土而出，这里面地出乎震呢？这个地是什么意思？你就把这个理解成阳气的总代表一样，所谓的地出乎震，震是东方嘛，震就是刚才我们说的寅卯之地，这个地在子时就像刚才我们讲的复卦一样，孕育在胎儿当中，这股阳气的总代表在丑时由于象黄牛之革一样，这个不得其时，这个阳气的总代表不可能在这个丑时天寒地冻的时候破土而出，那么到了寅卯之时这个气冲破一切阻挠从地中生长出来，象太阳一样从地平线上蓬勃而出，这就叫地出乎震，然后接着是整个地出乎震，齐乎巽，相见乎离，然后最后战于乾，这个我不知道这样讲可以。

问：气和五行在中医里哪个更重要？

那这样来说，前面我们提到了这个中医从气学中医的角度来讲，中医是站在气学中医的基础上来解释和运用中医的，也就是可以这样说，中医是气学中医的医学，它不是物质的医学，这是第一。第二五行是解释气的，气是存在，五行不是存在，然后接着刚才那个问题，接着说这个五行它只是一个代词，它后面指示的我们可以理解成是一团气，也可以理解成其他的一些东西，但是五行本身不是存在，也就是不是实实在在存在的东西，所以说肯定这个中医它是来源于气，所以说你说谁更重要啊？你可以说是气更重要，而不是五行，因为五行这个东西你摸不着看不见，譬如说金是什么？你首先要知道金背后的是什么？它肯定不是金属，木它不是木头，土它不是土壤，那这里面呢我就多说两句，关于金木水火土，它只不过是在代表这个气团不同的各个阶段或者不同的性格，那所说的这个金生水，水生木，木生火，火生土，土生金无非是想在说这个气团流转的规律，或者说你把五行看成这个五行五种元素，这样就很不中中的了，所谓中的就是说没有中到靶心吧。

人们现在不太了解这个气学中医的规律，所以说你如果说脱离了气学中医的规律你如果去谈五行，那这个五行确实是空谈，没有任何实际的意义，你用什么五行法五行理论去

解释人生的变化是捕风捉影，你不可能接触到实际的，古人创立五行无非是想通过五行这样一个方便的方法把气学中医流传下来，让人们知道气学中医的规律，我们说气开啊、气合、气闭，气机流通有时你解释起来很费笔墨的，那古人说金克木，那么古人知道这个金气是下降的气，或者是开破的气，这种气战胜了生长的气，这个就叫做金克木，如果说这样来解释就要用很多文字来表述，那不如就通过金克木这种方式来代表，古人说一说金克木对方马上就理解了，是由一种开畅下降的气代替了生长聚合的一种气，所以叫做金克木，同理水克火也是啊，因为所谓的水克火无非是夏天的闭合的气，或者是滋长二阴的气凌驾了这个心气，这个太阳蓬勃的这个气，这种气衰弱，由下降的气阴气上凌向上凌越了导致心悸心慌啊、气短，所以说大家可以尽量地从气学中医的角度来理解中医，那么你再套五行包括套十二经脉或者包括套其他的一些形式上的一些东西就更能理解他们之间的关系。

那么好了接下去进入正题，我想给大家讲一下十二生肖和气学中医的生长壮老已的关系，大家看一下这个十二生肖的动物跟家畜有关系的有牛马羊有猪狗，还有其他的一些，除了龙感觉是一个虚无缥缈的，其他的都是一些很切实生活的一些动物，这里面说一下我们怎么说呢？大家有没有一个体会，如果说是从气学中医气机运化的规律来讲这个生肖，所以说大家可以讨论一下，为什么子时是老鼠呢？咱们说一下子时为什么是老鼠？这样吧我开一个头，我说几个然后下面大家跟着说了，老鼠在晚上出来活动，肯定这是老鼠的一个特性，有人说老鼠在子时出动？还有吗？有人说了阳气小不壮大，还有说胆小的，是这样啊，首先跟大家说一下，并不是只有十二生肖这几种动物可以代表气机运化的规律，譬如长颈鹿啊、大象啊、斑马啦、蚊子、苍蝇其实都可以过来代表，但第一就是说典型的代表就选了这个十二生肖，第二就是说这十二生肖跟人们生活最切近，有人说子时代表一阳初生，你看这个大家说的都很不错嘛，其实就是这几点嘛，第一是老鼠很小，滋溜溜地跑来跑去，所有动物都是阳气的化生，如果没有阳气不可能引领这些动物跑来跑去，阳气小不壮大，这个说得很不错，最小嘛就这么一丁点儿，象种子一样，万物生长嘛，它最初都是来源于种子，种子很小，很多树的种子很小很小，但是你不要小看这一点种子，但它可以生长成参天大树，同理我们也不要小瞧这一点阳气，阳气以后会有很大的作用，也就

是说星星之火可以燎原嘛，还有一个就是说老鼠是夜间活动的，很多动物不是这样的，我不知道蚯蚓是这么回事，蚯蚓白天它肯定也是在钻嘛，但是老鼠都是夜晚来活动，尤其是越晚上活动的频率越高，而且这个老鼠是鼠头鼠脑的嘛，见人就躲，老鼠是打洞，打洞下面是阴气嘛，这个一点阳气聚在阴气之下，这不正好是阴气包藏阳气，孕育待生的一种指向嘛，猫头鹰是飞的呀，老鼠在下边，所以这个猫头鹰不应该作为阳气，阳气这个一点种子不可能是在天上飞来飞去啊，很小的一个地方，一点阳气萌动，这个就是子时孕育之阳的形象的代表就是老鼠，你看大家都说出来了嘛，蚊子也是嘛，蚊子飞来飞去的，你也不能说蚊子是阳气的代表，凡是飞行的动物或者是跟人们关系不太密切的动物我们都不列入十二生肖的代表，你可以说这个猫头鹰也好蝙蝠也好这个夜行动物，你可以说它是偏阴性的，但是不能作为代表来存在，代表必须同时具备几个特性，因为很小在洞里生活，半夜出来，燕子又叫玄鸟嘛，玄是黑色嘛，但是阳气燕子这种候鸟赶阳气而生，它飞来飞去有一个迁徙的习性，所有飞行的动物我们都不列入亥子丑这样的阳气沉潜的时候的代表，大家记住凡是阳气沉潜的时候这个动物是要打洞的，并且这个阳气或者很沉蓄稳重，那好了我们就把老鼠先讨论到这里。我们把十二个属相走一圈之后回头大家就有一个总体的认识，因为你还不知道其他的配属的关系和为什么如此配属，那么走完了之后大家回头可以细心去思考，下次咱们可以拿过来一起来讨论。

那么接下去咱们说这个丑牛，我们前面讲过了阳气孕育于子，扭结不化于丑，它出不来被阻止住了，就象黄牛皮一样坚硬阻止了阳气的萌发，那么这时候用丑牛这个牛来代表，牛是一个什么动物？大家可以理解持重远行，它能驮很重的东西，古人用来持重嘛，牛车拉车，它不善于健走，但慢悠悠的能拉很多东西，有一个持久力，僵持力很强，你跟它僵持，这种力量很强，同时牛脾气很倔，代表一种固执，又很厚重，所以这时候用牛气，牛这种厚重固执之气放在了丑位来阻止阳气的奋迅、蒸腾，这是最合适不过的，你看十二生肖其他的动物都没有象牛这样持重和固执，而且牛行驰很缓慢，这个阳气当出来的时候非常滑利，气势滑利人才能精神强健，这个牛没有这个特性，所以说牛在这个地方代表一种持重一种固执的一种象征，使你这个子气是不可能冲破这个阻碍破土而出，这是一个蓄积

之象，所以说八卦艮放在这个位置上，艮又是主牛，阻止、止、停止，因为天寒地冻二月，这个种子不可能发芽，这个时候你一定要不要做事，要知止嘛，要保护好这一点阳气待时而动，等到了时机成熟的时候你才能出来去做事，也就是说我们在事业当中或者在其他的一些生活当中遇到不顺时的情况下就是说时机不成熟的时候一定要知止，不要莽然出动如果说你贸然的一下子出去的时候很鲁莽的话，可能产生一些不可预期的后果。

那好咱接着来讲这到了寅时啊，那么大家可以回答了，为什么寅时配虎？我觉得应该很多人可以回答出来。大家说一下寅时为什么配虎，有人说老虎下山是在3-5点，有人说是力量的象征，有人说虎主生气，是阳的发生，有人说是三阳开泰，你看其实大家已经把虎为什么配在寅时说出很多来了，还有就是我们一定从阴阳二气和气机的角度来理解十二生肖相配的规律，那我们前面说过了这个寅时是种子破土而出的过程，是小鸡通过自己的喙啄破蛋壳而出的过程，也就是说你淘到第一桶金的过程（对做买卖来说），那么需要很大的力量去做这件事情，并且有一种怎么说呢是一种彪悍的劲，也就是《周易》所说的地出乎震，必须破土而出，所以说配虎啊，用虎这个力量彪悍勇猛放在这个寅位来代表这股气是如何破土而出的，所说的老虎下山是在3-5点这个有可能是老虎下山的时间，但是说必须从气学中医的规律来理解，其他的只是附会，古人知道寅这个万物太阳蓬勃升起，小苗破土而出，那么这个时候用什么动物来表现这种气象呢？想来想去想到了老虎，因为虎啸生风嘛，老虎在自己吼叫的时候显示了强大的魄力，这种力量足以破土而出，虎又是百兽之王，这种王者之气从寅时而出是最合适不过的了，而且老虎啊龙虎嘛龙和虎这个虎是地中之王，龙是天上之王，你可以这样来理解，它从下面往上面砸，需要虎的力量去激发，就像乾卦三爻，龙越于渊啊，一下蒸腾而出，或越在渊啊，或者跳上去了，或者掉下来了，是处在一种关键期，这时如果说做成了那你就破土而出，如果没有成功那就直接死在蛋壳当中，或者直接就是种子没有长出来，所以说非常关键，这个时候必须有决绝的勇气和力量去做这件事情，那你也可以说寅是代表松柏这样的树木，非常刚性，寅主刚嘛，性格非常刚强，只有性格刚强的人才能把事情做好，这个《周易》里面有很多卦都是表示这种阴阳二气交转的这种特性。譬如这个寅时在卦中是配《周易》的第三卦是屯卦，万物难生就

是从这个难生当中你能够生长出来需要有虎的魄力。你看有人打出来了象四爻一样，或越在渊，三爻，君子终日乾乾，夕惕若，厉无咎，这个时候啊就是阳气在创业期，付出多么大的艰辛和劳苦，终日乾乾，这个乾乾代表健运不息啊，整天工作而且是每天担惊受怕殚精竭虑，生怕出了点问题，这个整个的事业就摧毁掉了，最终是无咎，是没有危险，你只要这样做，终日乾乾，夕惕若，厉最终是无咎，这样你才能有可能有质等到飞跃，或越，或者是掉回去，在渊，所以说寅时配虎啊，这样的威猛之兽是有他决定的意义，而且寅时配的是泰卦嘛，三阳满于内整个阳气啊，三阳满了之后整个阳气的乾道始见，一下出现了这种乾道了，乾嘛三阳为乾，然后这个寅时配虎的解释是这样来解释的。

那么到了卯很有意思，阳气开始不断地生长调达向上的时候，事业步入了正轨，这个孩子也加快了生长的速度而这个时候却配了一个兔子，大家说说为什么配兔呢？希望大家也是用气机或者阴阳的道理来解释为什么配兔子，你看其实大家已经把这个说得差不多了，你看这样咱们总结一下：首先是跑得块，二是到了卯木啊是柔木了，不是那么刚性了，再有就是快主调达，动如脱兔，其实这个已经活脱脱地把阳气特性表现出来了，跑得快的很多啊，为什么要配兔子？就像雨后春笋不断地加快它的生长的速度，从地底下油然一个一个地冒出来，象兔子从洞中一个一个出来在田野中不断地奔跑，因为兔子的繁殖力是非常强的，你可以说很多动物可以灭绝，但是兔子它不会灭绝，它不断地一窝一窝地下崽，正好代表阳气加快它的繁殖速度，很多动物的繁殖能力是没有办法和兔子相比的，从洞中一窝一窝地繁殖不断地在田地里跑来跑去而且跳跃式地前进，正好形象地说明阳气整个全面地开花发展，兔子善越嘛，很多人的生长也是分阶段的，一增长几厘米，一增再长几厘米，有人说老鼠比兔子的繁殖能力更强，你可以这样来说但都是啮齿类动物嘛，具体谁繁殖能力强你可以说老鼠，但是老鼠它已经配了子时，不能再让老鼠放在这儿了，而且老鼠打洞，晚上活动嘛，它从整体形象来说不可能代替那个兔子，白天在整个原野上不断地奔跑，而且兔子是充满生机的嘛，你这个不断要想象不要执着于它某一点的意义，还有黑兔子呢，黑兔子是阴气的代表，你能这样说吗？就不能这样来讲了，你只能是全体地来看，从大的方面来把握它怎么象这么一团气不断蓬勃地生长，通过虎这个威猛把气破开，然后

通过兔子的繁殖能力加快阳气整个的输布，不要执着于一点的象，要综合的象，你不能说兔子红眼睛，红代表离那它还是整个离卦的象征，这不能这样来讲，那兔子还是月中精呢，那是阴气的代表，这样来解释就不全面了，你可以说是雷天大壮卦，不是大壮卦这还是泰卦呢，寅卯都是泰卦，大壮是巳，到巳蛇才是真正的大壮，这个泰卦啊，万物交泰啊，整个的这个生命蓬勃地孕育，这个就是兔子跑满了原野一样，你这个十二辟卦你可以这样来理解，这个卯可以配大壮卦，十二辟卦这样来配卦啊，其实寅和卯它就是代表整个的阳气生长的过程，从泰到大壮的一个过程，是大壮卦，这个雷天大壮，所谓大壮卦，什么叫大？就是阳气大壮，因为大壮卦，下面是乾爻，上面是震爻，震是动卦，下面乾是健卦，健而又动，就是一个大壮的代表。

然后咱们接着来说下面到了辰时，辰时配龙这个解释可能有些不好解释，看看大家解释一下吧，为什么辰时配龙？需要解释为什么辰时配龙吗？你看大家解释得都非常不错啊，解释得几乎都非常不错，有说是帝王之相，九五之位，阳气的生发要靠阴气来养，大地需要雷电的鼓荡和春雨的润泽就是升腾之相，这些说得都非常不错，你看到了辰时可以这么说辰时是最充满变化的一个时候，辰时又是天罡嘛，天罡之气，辰时又是整个的水库同时又是接续的开始，到寅时破土而出，革命事业取得了重大的突破，到了卯时整个地加速生长和发越，但到了辰时肯定又是一个阶段性时刻，这时候所有的变化和造化都从辰时中而出，就像《周易》里面：云行雨施，品物流行，所有的事情阴阳交泰，因为里面有阴气有阳气互相蒸腾鼓荡，这里面你需要进一步使自己的事业达到顶峰，必须经历过辰时这个充满变化的这个阶段，这个十二消息卦到了辰时就到了怪卦，整个的气机走到了五爻，五爻就是九五至尊嘛拿下，拿不下就在这辰时可以见到分晓，所以这个辰时是充满变化的，本身龙有帝王之相，有蒸腾之相，又是充满变化之相的代表，所以说这是一个决定性的时刻，所以说一定要配上龙，也就是两个时辰，一个是寅时需要老虎的威力使你的事业有所突破，到了辰时是决定性的，你是否能够取得最终的胜利就是看辰时是否能够把握完全，大家说的都非常不错，有时候我可能是语言这方面不是很擅长嘛，所以说大家需要集思广益把这个事情能够通过言语的形式来表述清楚，前面这个网友说的也很不错，阳气的生发

要靠阴气来养，大地需要雷电的鼓荡和春雨的润泽。辰本身就是水库嘛，它里面就像水库一样，它是一个蓄水嘛，龙虽然是一个阳气的代表，但是它能够施雨，是一个阴阳既济的过程，所以说这里面虽然是阳气行进的路线但是无时无刻阴气也是在里面发挥作用的，也就是阳唱而阴和，男唱而女和，孤阳不长孤阴不生，生长都是互相配合的，分阴分阳，叠用柔刚，有阳的地方一定要有阴，有阴的地方一定要有阳，互相为用，互相既济，这样的事业才能够生长发展，所以说辰时是变化之位是决定之位，所以说是配以龙，应该是大家没有太大的问题。

那么好我们说下一个是蛇，巳时为什么配蛇？也由大家来说一说吧，大家说一说为什么巳时配蛇，巳时应该是一个接近纯阳的一个时辰，是十二消息卦的乾卦，你看把乾卦给了蛇呀，好像有些不妥，你看有人说阳气没有达到顶点需要曲求，蛇形而曲嘛，有的说蛇是虚大不实的一种动物，有的说是阴柔，有的说是阳多必反，还有说的蛇爬行于地，蛇是纯阳，亢龙有悔之相，还有说因为蛇要暖，它是变温动物，大家这样解释都可以，这里面土我提出我的一些看法，有可能对有可能不对，因为这个蛇这方面我没有想得过于充分，大家想从这个虎破土而出到兔加快繁殖，再到辰充满了变化，辰龙充满了变化，最终达到了巳这个极盛之时却配了蛇这种冷血的动物，其实大家可以从这一点来理解，把蛇放在这里肯定不是比喻蛇的阴性的一面，肯定是表示它的纯阳的一面，因为到了蛇这个纯阳之体啊它没有发展到戊马的时候一阴来复，阳气完全占领了这个位置，纯阳不杂而配蛇，其实蛇最大的一个特点就是进化到了没有手足，非常完完全全的就是一个身子，这可能是蛇最有灵异的一个特点非常纯粹，如果不从这方面理解，我找不到更好的理解的办法，有人说了蛇需要阳，它需要一个冬眠嘛，有人说物极必反，所以求曲，动中求曲，有这个可能，物极必反嘛，物不可以终阳，代之以曲，可以这样来理解，但是不是古人所理解的最重要的一个特性呢？还需要大家互相交流探讨，这样吧确实蛇这一块没有完全想好。就像凝结成地藏之气就行了没有必要一定要找出金怎么生出水来，这个金属放在那儿冷却，然后下面生出水，或者说金属溶解了化成了铁水，这样解释就简直驴唇不对马嘴，理解蛇是这个接近纯阳或者已经纯阳气的象征就可以了，这样大家掌握好了就可以，前面解释的好像也

是对的，纯阳物极必反嘛，这个纯阳必须用曲曲之态去表示，象火极似水一样，这样解释是通的，大家只要能够理解背后这个气机的这个状态就可以，不在乎前面它所实际表现的形式。

那么咱们接着向下讨论关于这个午马的问题，这个应该是很好解释吧，有人说了马比较烈快是阳气的象征，有人说的是阳光四散，其实马在中国传统上都代表健运不息嘛，这个《周易》中尤其强调马代表阳气的象征，有人说头也是马，射人先射马，其实这些都是尊贵的象征，象汗血宝马这个都对，阳气代表尊贵代表运动，代表阳光，因为到了午的时候这个阳气终于达到了它的人生的顶点，坐在了最终的宝座上，用马来代表最合适不过，马健运不息啊，这个周易上说了：天行健，君子以自强不息，天就是阳气，天是不断地健运不息的，所以是通过马的不断地奔跑来代表天气的健运不息和阳气的生生不息，同时周易里面有很多爻辞，譬如说乘马般如，泣血涟如，诸如此类的乘马都是乘的阳气，所以说所有地方指的马都是阳气的代表，关于它有没有收敛之相啊这个不好说，因为各家经典强调的马都是强调的它的健运之性，没有指一阴从下面侵蚀的特性，没有表现出来。

大家这样来说十二时主要是讲阳气的生长壮老已，没有多少谈及阴气，谈及阴气也是想说明阳气是如何战胜阴气，或者是阴气如何来袭阳气的，以阳气为主导来谈十二时，如果说以阴气来谈这个时候一阴来复，他就不应该用马来表示，譬如说周易里面有一个卦叫姤卦，刚才讲了用猪来表示阴气的来复，你看这个姤卦初爻说的嘛，“羸豕，孚，蹢躅。”就是说那个小猪很瘦弱的小猪跑来了蹢躅或前或退、或进或退，不断地往前蹭，就那个小猪不断地往前蹭，代表阴气从下面侵袭而上慢慢地往上蹭，你看有网友说了嘛，姤卦，女壮，勿用取女，说的就是这个女子她会不断地健壮，不要娶这样的女子，也就是说对阳气衰微的一个警示。

问：告诉我们女人不象太阳刚吗？要温柔吗？

可以这样来理解，因为女人天生禀赋的就是阴柔之气，男人禀赋的阳刚之气，但是也会发生错乱，阴阳错乱，有的女人生出来了某一部分禀赋的是阴柔之气，另一部分禀赋的是阳刚之气嘛，男刚女柔是正配，所以说你看八卦它讲，男为坎，女为离，也就是说男中

实，而女中虚，男子中间是实的，女子中间是虚的，这个是生理结构所决定的，大家可以仔细来理解其中的道理，男子气是顺行的，女子气是逆行的，这是生理决定的，所以说咱们说一些迷信八字它的起运啊，男子逢阳年则顺，逢阴年则逆，女子刚好相反，所以说代表男子和女子的气机是完全相反的，前面我们谈过，这个男子气机在上，所以说他整个的任脉，冲任二脉气机一直能冲达向上，它不在中间停留，所以来说冲在咽喉上它形成了喉结，继续向上冲，冲到嘴唇周围成为胡须，一直可以冲到巅顶。女子不是，因为女子月事以时下，她有月经嘛，气血先天不足，所以说它冲不上来，冲到乳头即散，所以说散到胸中就变成了乳房，这个气不会继续向上冲，当然也会有一些继续冲上去，相比较而言，所以说女子不会形成喉结也不会长胡须，所以说这个是生理的规律，有没有相反的，也有相反的，这个女人啊由于阳气在外阴气守内，这个离卦嘛所以她赋有灵性，接触事物快，但是后继力量不足，男子正好相反，他阴气居外而阳气居内其中实，所以说后劲足。

那么直接说猪了其实猪很好理解，其实大家都能想象得出来，在古代猪是配坎卦的代表水畜嘛，这个也是为人所公认的，中药当中这个猪也是寒性的，什么原因呢？大家说一下猪为什么属水啊？是水畜啊？说得非常不错，猪最懒最静的，黑刹是猪，有人说的体形肥胖阴成行，说得都非常到位，有人说是坎水为肾，各方面都表明猪代表阳气入里，只有里面有些阳气外面一派水寒之气的一种相就呈现在我们眼前了，因为猪不善跑嘛懒懒的猪很肥嘛都是肥膘，肥膘是主阴气，猪是又戏于泥途，喜欢在污泥当中玩耍，猪耳朵很大，耳朵通肾嘛，这种阴性的体质表现得很充足，眼睛很小，有人说猪肉是养心肾的为水。

有人说象者像也，你看这样就好嘛，大家都能从气象的角度来体察十二生肖，并且能够推演出去体察四部经典，再往外推演体察万事万物，古人就是通过这种思维方式来写出很多经书来的，没有什么玄而又玄的，这样我们拿这个十二生肖形成的思维模式去读《内经》去读《伤寒》去读《本草》读《周易》这样就有一个直接的方式了，所以说今天给大家讲这个十二生肖的主要目的并不是说完全的探讨这个属相配这个，完全是这个道理，因为古人几千年下来了没有留下明显的文字证据，我们也不好说一定是这样来配来解释，但是总之我们通过这一层次今天跟大家互动的交流让大家建立这种气学中医的意思，象也着

像就是呈了一个象，八八六十四卦无非是呈了六十四个像，这六十四个像代表六十四种气学中医的状态，每一个相有分六种位置，每一个位置用一个爻来代表，这个整个的它就像过电影一样配的胶片，这个事物从开始到结束，你拍成六十四张照片胶片，每一张胶片拿出来是静止的，其实是动态的，所以说周易里面讲：周流六虚，变动不拘，周流六虚就是整个周流变化在六种位置当中，变动不拘不断地变动来变动去，升降沉浮在里面互相绞杂、交流，它说的就是这个意思。

所以说今天给大家讲的十二生肖这个目的就是引领大家进入气学中医的层次，通过气学中医的思维方式去理解古人的言语交谈，古人整个的创造的文字也是一样，像者象也，象形的文字去理解后面的相，再通过这个相理解文字背后的意思，古人说话不是一个词一个词的说，是一个字一个字地说，每个字都代表一个相，你把一个成语连接起来它就是一个新的相，在这种思维方式下完成了文字的创作以及以后经典的写作，所以说我们如果理会到古人这个气学中医层次的文化的话那么我们读其他的古人流传下来的经书就能和古人的思想相接，那么我们中华传统的文化就能传承下来，现在正好是有一个很好的环境，国家这方面大力支持传统文化的弘扬，那我们能不能真正的弘扬下来？如果说继承还谈不到那么弘扬就是放在后面来考虑，所以说我们关键是继承而非弘扬，你看我们现在有这么一个断代的一个历史阶段，我希望我和大家一起尽力把这个断代弥补上能够接续上。这个西方文明尤其现在的西方文明是建立在物质文明的基础上的，那我们祖先是建立在一个可以说是精神文明或者气学中医文明的基础上的，另外就我所了解，周易是建立在气学中医基础上的，内经也是建立在这个基础上的，作为我个人来说我的理解有时候会不到位，或者说是有很多的缺陷，但是从我师父那边既然教授我了一些东西，并且告诉了我有气学中医这么一个思维方式，那么用这种方式可以更好地理解一些中医经典，包括中医以外的，那我希望跟大家做这种交流，这也是一个机缘巧合，这种交流可以让更多人了解气学中医，因为明明白白地通过这种方式你就可以解释中医范围内的几部最重要的经书。

现在我只能告诉大家气学中医中医这是道门的，其他的目前无可奉告，因为这个道门他不在于发扬而在于传承，薪火不绝就可以了，如果说再说到一些譬如说气学中医以内的

一些更深层次的这些知识，我在这不便跟大家公开透露，因为大家知道很多东西为什么秘传呢？道理就担心是所传非人，或者不容易被大家理解而容易被大家病垢，如果说你不理解反而去攻击他会影响整个道学的传承，并且如果传与非人这个后果是非常可怕的。还有就是跟大家说一下这些知识希望大家如果说想进一步来学习的话，首先可以能够读一些经典，不明白的可以咱们在讲堂上互相沟通交流，有一点一定切记，一定站在气学中医的角度来考虑问题，这前面我们讲了有几讲，如果说不站在这个角度来考虑问题你其他的解释都是走的不是气学中医这条路了，当然也可能有其他的传承它也可能达到一个一定的高度，但是气学中医它可以说是直接感应的，直接感受，它是一个简单的一以贯之的理论基础，其实我就是学员之一，跟大家说白了，但是得看缘分了。

这样吧今天比较晚了，下周你看看大家咱们可以互动一下，我希望跟大家真诚地做这种交流，因为要把中国传统文化传承下去不是靠一个人两个人，可能需要靠更多的人，所谓天下有道则仕，无道则卷而怀之嘛，我现在不太清楚现在整个的环境状况如何，但只是希望把这个气学中医的知识让更多的人知道了解，因为我们很多的书籍是秘传的，一般在网上或者书店不可能找到，大家可以看看很多都没有论及到气学中医这个层次，但是说并不是说气学中医几千年来没有传人，一直在薪火不绝地这样传承，因为直接挑战了很多现实的文化基石所以说不便公开来传，今天我只是通过口述的方式跟大家交流，可以这样说现在中医界已经丧失了气学中医的基础，气学中医的气界已经不再论及了或者很少论及，或者偶尔无意识地论及一下不成系统，如果不能从气界来理解中医，中医就非常危亡非常危险了，今天其实我的老师不希望我这样公开通过公开讲授的方式把气学中医这方面的知识跟大家交流，因为有句话说得好嘛，上士闻道勤而习之，中士闻道或存或亡，下士闻道大笑之，不笑不足以为道，说的就是这个意思，其实真正的实相只能掌握在少数人手里，大部分人还是人云亦云，这个是一个不争的事实。因为本身明清传承下来的医书已经很少论及气学中医这个层次或者是隐而不发，有很多高人隐而不发，知道这个道理但是却不讲出来，为什么不讲出来，根据他们的门派或者是有他们的考虑，因为现在整个人把气当成跟气血相对应的这个气这就太狭隘了，整个的气就是一团包举大气，存在于万物宇

宙当中。

还有就是说我想通过一段时间的讲课跟大家建立某种联系，以便以后气学中医的宣传和推广，主要是继承的问题，因为现在继承越来越困难，有人说：华夏文明之所以丢失就是保密，不是这样的。因为是什么呢？因为是这样的，就文明的进程它有生长壮老已嘛，这个气学中医文明就处于衰弱的阶段，如果不是保密如果完全公开，你想想会是一个什么后果？因为不可能所有人都能掌握，不能这样说的，这个涉及到更深层次的一个问题了，这有机会咱们再探讨吧，保密是确定了火种的不断延续而不是丧失，这还有以后大家就知道了，这整个世界并不是我们眼见所见的这个世界，就像山海经所讲的那么多动物啊、植物啊现在都没有了，你说都跑哪儿去了？所以说必须明理，明理是第一位的，当你明理了之后你就会发现整个世界就完全打开了，那就限于整个炎黄子孙的问题，气界大家尚不理解，何况气界以上的其他的世界呢。

行那就这样吧，今天晚上大家早点休息吧，过一个好的元旦，下次讲《内经》吧，我想还是切实地讲些东西，这样咱们不断地讲，然后大家有一个交流之后关于学员的问题我必须跟老师请示，我想下一段时间我们讲几堂《内经》，因为《难经》是建立在《内经》的基础上，《内经》开篇前几篇甚至前十篇必须讲一下，应该是先讲内经后讲《伤寒》。

第四课 总结十二生肖、病例及《内经》

春野闲步整理，如岳校对

今天呢，主要是想跟大家再系统的用经典的一些理论把气学中医再串一遍，不准备继续往下讲《难经》，因为《难经》它里面不好讲，而且它里面好多很多人可能是对《难经》也不是特别了解，而且《难经》里面很多话它是《内经》的只言片语或是发挥，所以我想既然我们提到中医嘛我想多讲一些气学中医的问题，如果说大家对气学中医熟悉之后，《难经》就比较好读，我想用几堂课把气学中医这个知识再跟大家普及一下，或者系统的讲一下，然后回头接着来讲《难经》。

上次讲的是十二支配十二生肖，其中的原则和规律我不知道上次大家听了之后的感受如何，咱们先利用一段时间从新温习一下，然后我再把这个十二生肖再简略的串一遍，让大家有个系统的认识，现在我再简单的串一下，然后大家有问题直接提出来。

这个十二生肖配十二地支主要是反映气学中医的整个的生命的历程，所谓的气学中医就是一团气，从生到灭我们要有一个很好的把握。这个十二地支是子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，子时气生，所谓的气生主要指的是阳气，其实阴气阳气都可以说，阳气很小弱生于子，然后在丑位被丑位扭结、阻挡住，使这个子不能生发，种子不能生发也说明环境不成熟，到了寅位，气开于寅，这阳气开于寅，在寅位得到了突破，就是小草长出来了。在前面这个子时是说主潜藏的阳气所以配老鼠，老鼠小而且夜间出来主幽暗，到了丑这个牛的固执之力啊扭结使阳气扭结而不出，到了寅时用老虎的威慑力和勇猛魄力使这个阳气由寅位开冲出土壤，开于寅嘛，然后长于卯，这个气像兔子一样不断的繁殖蹦蹦跳跳，在卯位不断的生长、繁衍，然后战于辰，这个辰是阳气不断壮大，与阴气做最后的决断战于辰，所以用龙来显示其中的变化和阳气的勇猛奋迅。之后阳气取得绝对的胜利，而盛于巳，所以说盛就是完全纯粹嘛，这时候配蛇，你也可以理解蛇的纯粹进化，后者理解阳气极刚之

后变成了曲曲的蛇形蜿蜒的状态，这样解释都可以通。然后这个阳气极于午，午时这个阳气配于马，象征着这个马健行不息，古代历来把马比作阳气的代表，这时候这个阳气极盛于午，这时候阴气从底下来袭，午时是阳气极盛于上而阴气就从底下出现了，阳极必阴吗，然后接下去阴气开始向上长而受到了阳气的阻挠而配于未，这时候这属相是羊，羊比马个头要小，所以说阳气开始衰弱，但是阳气有一个阻扰阴气的继续发展，（羊是指山羊），这时候还是阳气的天下，虽然阳气有稍微的衰弱，然后是整个气机的继续旋转，到达了申位，申位阴气取得了突破，开始快速的生长，阳气被排挤到表象，失去了根基，这时候配于猴，所以猴在树上蹦蹦跳跳，基本不用这个腿跑，腿的能力被削弱，所以不能象马一样奔跑，下面是根基，这马他能奔跑，兔能跳跃，这都是根基不失的表现，猴子已经失去了根基，只能挂在树上荡来荡去，就是说浮阳已经在外了，阴气虚于里。然后接下去阴气继续生长，阳气继续衰微，完全被排挤在外边了，核心被阴气所占，这时候配以鸡，所谓的鸡它就是阳气的退化，因为鸡是从鸟变来的嘛，鸟是会飞翔的，所以代表阳气之用，在天空上自由的飞翔，代表阳气为用，但她退化成鸡，变成鸡之后它只有华丽的外表而没有飞翔的能力，所以配酉。

上次有一些东西没有讲，我想问一下大家，当阳气在戌中作最后决战而最后覆灭之后，去哪儿了？因为万物不可以终结嘛，总会有留下一点种子。因为我们看一下，从子阳气潜藏在子待时而发，一直到发出来之后极盛而衰，衰而战，战而死，之后在亥位，因为在亥位阴气极盛吗，所以阳气战于戌之后怎么又走到了子位产生的这个种子？如果从阴气的这个角度来考虑，阴气这个种子是萌在午位的，之后开始长，之后而盛，盛而衰，是相战乎辰，最终是在辰位阳气把阴气打败，阴气覆灭，阴气又怎么走到了这个午位？

这个我想跟大家交流一下，有句话古时候是这样来理解的，就说辰是地户，戌是天门。所谓地户，地当然主阴气了，阴气的门户，戌是阳气的门户，门都是能够开关的，从一个境界到另一个境界的一个关键。不知道大家有发言的吗？这样我给大家说一下，其实这个辰戌是生死之门。因为都是相战吗，辰是阳气战胜了阴气，阴气从地户消灭而死亡，所谓的地户就是相当于这个地气或是阴气绝灭以后进入的门户，这是从这个门户走掉了，走

掉了之后呢，表面一片阳光，但是马上他又找到自己的位置，在午中受胎，这中间已位是纯阳，阴气哪里去了？同理，在这个戌位啊，阳气做最后的抗争而灭亡，亥位一派纯阴，到子位阳气受胎，这个过程阳气那儿去了？其实这样同大家交流一下，这就是一个从死到生的一个过程，中间也是经历了一个过程，所以说万事万物都是不断地循环往复的，不可能生死只是一个阶段。

有网友这样说：子时一阳生，午时一阴生。子时升之阳气和午时生之阴气是原有的还是新生的？子时升之阳气同原阴气的关系？古人呢非常重视十二时，这个十二地支它是如何反应整个生长壮老已的一个过程？尤其重视从死到生，并不一定要说从死到生是跨时空的，所以说这一块更加的微妙，所以辰配龙，戌配狗，它是生死之门。我们举一个例子，如一棵树它不断地生长，它是通过自己结的种子重新长出一个生命体，就又形成了一个气团，那么可以说是父母生儿女嘛，所以父母交合才能生儿女，就像周易讲的乾坤生六子嘛，这个前面我大致说了一下，咱只说阳气的生灭，就不说阴气的生灭了，因为道理是一样的。

阳气战于戌而死于戌，之后阳气啊，你可以理解他这个阳气，你可以理解它跑到另一个世界了，或者说另一个相对的空间，在里面走一遭，然后脱在子位，你可以这样理解。因为咱们这个子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥这个盘呢，你可以理解成一个对待的盘，和他对待的还有一个盘，两个盘完全是相反相成的，也可以说是一个阳盘一个阴盘，两个盘的运化是截然相反的，这个怎么说呢，说的通俗一点就是阳界和阴界的关系，这个时候呢阳气完全死在阳界了，但是从阴界走一遭，很快它又在阳界重新复活，这么一个过程，大家不要把上面这个盘子看死了。因为一棵植株他的生长，有地上部分和地下部分，我们讲的这个十二地支啊，这一个盘它反映的都是地上部分，就是树的地上部分，大家看一下树的地下部分正好是地上部分的一个倒影嘛，所以说我们这个观察事物也好，去理解很多规律也好，一定要把地上部分和地下部分结合起来看，也即是地上部分的不断消亡，就是地下部分的不断生长，同理，你也可以颠倒过来嘛，地上部分不断生长地下部分就不断地消亡，你用一棵植株来理解最好理解了，一棵树嘛，基本上它上面树的高度和地下根的深度是相对应的，而且地下部分和地上部分是互相交通的（通过这个干）。

如果我们学过物理，大家知道黑洞的道理，黑洞是不断的吞噬物体，那它吞噬的物体到哪儿去了？那肯定有一个白洞它不断地象泉水一样不断地喷射物体，白洞和黑洞之间有一个虫洞，这个虫洞就是黑洞进去的物体又从白洞喷射而出，那么黑洞和白洞就是一个生门一个死门，虫洞就是连接生死的门，这个整个的宇宙它的演化是这样演化的，那么我们人也是这样来演化的，任何事物也是这样来演化的。也就是说有一个实界肯定有一个虚界，（对，是一个虫洞是连接的。黑洞和白洞是连在一起的。）这个这里面是跨时空的，所谓生死之门吗，西方很多的物理学家非常热衷于研究这个黑洞的道理就是在此，它就是想找到摆脱时空束缚的钥匙，他也希望摆脱时间的束缚啊，也希望突破光速啊。虫洞就是虫子打洞，从这边打一个洞进去之后从那边打洞出来，从地上你看不到，你只能看到两个眼儿，一个是虫子进去的眼儿，一个是虫子出来的眼儿，中间的贯通的这个管道是看不见的，也就是现在科学的局限了。所以这样古人一直就说天门地户道理就在这儿，其实古人他已经很清楚的知道了这些东西了，为什么一个叫天门一个叫地户啊，都是生死进进出出的门户。所以说中国传统哲学博大精深，是非常的耐人寻味的，这所有的我们可以用这个气学中医的整个的气团，它整个的生长的过程我们去想象，那么好了，看看大家有没有什么可以提问的。

问：这个子时复生阳气同戌时覆灭的阳气的关系是母与子的关系还是母于芽的关系？

答：其实关系是两层面的，在阳界我们可以这样来说是母与子的关系，是继承的关系，因为阳界也要继承啊，你不能死了所有的东西归于覆灭之后，若阳界没有继承就不可能生长。那么还有一层关系是阳界与阴界的关系，我说到这儿明确一些吧，用入胎出胎的理论来说，这个大家不要认为这是一种宗教，我只是打这么一个比喻，母亲产了一个孩子，都是在阳界，都是生命的接续，这个就是所说的整个的气机的不断地向下贯通吗，生生不已吗，不断地生而又生，但是这个孩子是哪儿来的呢？这个孩子就是另一个阳气、一个生命，一个气团覆灭之后从虫洞过来的阳气。母亲去世了，代之于子，这个是一个气机延续的一个表象，同时母亲去世又投胎到另一个人家当了他的儿子或是闺女，这个就是阴界的或者说阴阳二界的继承的关系，我不知道我表述是否清楚？是两种继承关系，交叉而走，不可

能是只是阳气与阳气的接续，必定是阳气与阴气的互相的接续。

问：天门地户既是戊己之门户，这种说法与辰戌的天门地户有什么关系？

答：是这样的，关于这个天门地户在这个古代有多种流派，这里面我们用天门地户所说的，只是想说明一个道理，并没有说一定要刻舟求剑，把整个概念理解清楚。所以说它指的辰戌天门地户跟戊己天门地户是有区别的。所以说辰戌天门地户主要是指充满了生死的变化，和五行大论当中所说的不太一样。它是指一种，你看啊，所谓戊己分者，奎壁角轸则天地之门户也，所以说大家看一下，大家对古代星象有了解的，这个奎壁和角轸，所以角轸就是辰嘛，奎壁就是戌。奎壁嘛，奎星和壁星。角轸星，角星和轸星嘛。所以说戊己就是指的辰戌，这里是相通的，它们的渊源是相通的。虽然说白洞尚无定论，我们指的是套用这么一个概念，我们不想说西方所说的白洞也好虫洞也好，是否是能够检测到，但是咱们可以这样讲，如果从对待的观点来讲，有生就有死，有高就有下，有白就有黑。那么既然有吞噬的就有不断地能放出来的。所以说黑洞，你局限在这个普通的物理理论来讲，他不断的吞噬物体，那么这些物体它去了哪里，不能一直在吞噬，吞噬成白矮星停止吞噬，然后不断地再往回返，里面它肯定有一个超越时空的可能，但可能这个比喻可能不恰当，但是从我们十二地支这块来讲啊，这个辰和戌所讲的就是生死之门。上次和今天呢，讲这个十二生肖配十二地支，我只是想说明气学中医的生命历程，所以不想再展开讲其它的一些事情。

有网友说“张介宾在此做了精辟的结论：是日之长，时之暖，万物之生也，皆从奎壁始。日之短也，时之寒也，万物之收藏也，皆从角轸始”。这样呢，你对星象呢有一些了解，你可以看一下。你看是不是这个道理。我这里不对张介宾所说的话做过多的评论。星相学，古代星象学到时候有机会可以专门来交流，它里面涉及的理论更加的精深，这不是简单的三五句话可以说清楚的，那个是一个非常庞杂的，而且现在基本古星相学已经失传了，包括中国古代的这个历算，历法和算数，可能在有些地方还是秘传，这个我就不太清楚了。

下面呢我这样安排一下我讲课的内容，第一个我想讲一个病例，因为这么长时间也没

给大家讲一个病例了，这可能有隔靴搔痒的感觉吧。因为我们主要是讲一些经典理论，如果基础理论打不好，很多病例没有办法来讲的。第二个我想对《内经》上的一段文字，这段文字非常重要，也是基础当中的基础，并且很多教科书也没有解释，所以在这里呢我想通过气学中医这些理论和大家前几次所听的基础，带大家讲一遍，主要我想通过问答的形式，不想我这边自己一个人在这不断地讲。

今天下午看了一个病人，这个病人是一个产后风，2007年6月份得的病，生产的时候是开着空调，因为是夏天了嘛，我也不知道是怕病人热啊，还是怕医生热，生产的时候开着空调，生产之后有可能又着了寒，就是说是微寒，不大，然后这个病人主要的表现怕冷，非常的怕冷，浑身刺痛，怕冷主要是怕风，一点风也受不了，冷到什么程度呢，就是夏天得穿毛衣，而且要盖很厚的被子，稍微有一点肩背露在外面那就非常的难受，也就是说产后风嘛，前后治了很长的时间，在北京挂了很多专家号，看了很多老大夫，一般他用中医来调理嘛，开的方子，有按虚来治的，有按风湿来治的。这个虚主要是按气虚来治的，因为这个后来她有出汗的自汗的问题，自汗很严重。这个白天自汗，晚上也自汗，晚上叫盗汗了，一紧张也出汗，这个汗它可以把这个秋衣秋裤给湿透了。病人没办法，她后肩后背要挂一条手巾，就感觉好一点，舌苔是一个淡薄苔，例假正常，没有血块，颜色稍微暗一点，也不是很暗，可能后来着凉了，而且还胸闷咳嗽，现在目前吃了很多药了不见好转。

当时第一个药吃了三个月啊，主要症状有所缓解，但是人虚的很厉害。当时这个病人吃那个老大夫的药，主要是去风湿的药，比如什么海风藤啊，鸡血藤啊，独活啊，荆芥啊，防风之类的，加入这些药，然后再加入一些黄芪啊，白术啊，我看了一下他这个方子，七八个大夫开的方子，基本都是这套思路，不是去风湿就是补气血的，然后效果一直不好。

大家分析一下他这个问题在那儿，然后咱们从这个气学中医的角度来讲一下。因为我看过很多的产后风的病人，非常痛苦，迟迟治不好。尤其是城市里面的，主要典型的症状就是怕风怕冷怕寒，而且她有气短的问题，后来发展到头眩晕，头晕、脾胃有呕恶的现象，有可能是吃药造成的。期间跟我说，因为他们病的时间很长了，自己也组成了一个团体，哪儿有好大夫就去哪儿看，也看过一个火神派的全国的非常著名的一个老大夫，这个应该

能知道的是谁，治了很长时间在他那里，直接过去治，用过附子，用到 200 克，后来吃的这个心脏都受不了了，效果也不是很好，就回来了，他这个情况吃过一些去风湿的药之后啊，导致心脏也不好，出现心悸的症状。

有网友说：用补气的思路效果不理想，随后发展到眩晕恶心的现象，是不是“虚劳里急，诸不足，黄芪建中汤主之”？

有网友说：“气血虚，内寒，热外。”

答：是这样的，咱们大家直接理一下思路，从气机的角度来讲。所谓产后是生了一个孩子，这整个一个气团她孕育了一个生命，然后这个生命生产下来，这个气团会出现一种什么状况？它肯定是，你想啊，孕育了一个生命下来之后，这个胞中肯定是虚了，肯定很虚，产后虚嘛，气血亏空，而表现怕风怕冷，就是我们所说的产后风，这样跟大家说一下，因为现在这个城里人本身气血弱，不活动，而且是七情六欲很盛。本身气机不健旺，又生了一个孩子，一般气血很弱，气血弱以后整个的气机往里面塌陷，像一个皮球一样泄了气了，孩子生完以后就泄自己的一部分气，泄了气以后整个皮球向里干瘪，一般就会产生怕风、怕冷、气血衰弱的这种症状。我看了很多这样的病人，很多大夫开方子都是从去风湿来治，并且世俗上一直认为这个病叫产后风，所以产后风让人从字面上来理解的话就是产后受风受寒嘛，我看了太多了这样的病例，一般都是从去风湿来治。比如说独活、威灵仙啊、秦艽，好多加木瓜，有的厉害的上全蝎、蜈蚣，都有上的，一派鞑伐之气，有的加荆芥、防风，这样的不胜枚举，太多太多，一是感觉病人怕冷怕风关节疼，马上这些医生就想到去风湿，结果很少加补气血的药，即便加也是当归、黄芪之类的，好多病人几年身体搞不好，有的加补肾的药，很有意思啊，加菟丝子啊！我不知道大家对菟丝子这个药了解不了解，有的这个腰痛啊加牛膝啊、杜仲啊、续断啊，这些药就都加上了。

你看这样啊，他为什么会产生浑身刺痛啊？大家可以看一下，我感觉很多产妇非常痛苦，因为首先很多传统的中国产后将养啊，这种方法越来越多的人不了解了，产后忌风，产后宜暖，而且产后要休息，这些呢都是些最基本的常识，如果有恶露的话，产后最好喝一杯童子小便嘛，就可以把这个恶露排的很干净，现在这些东西都不采用了，有网友说不

荣则痛，这里面呢我觉得讨论的很不错。

大家知道为什么怕寒吗？就《内经》上讲啊，气虚则寒，气实则热。也就是说气若是空虚了就会产生寒的症状，若是气实，它很充实人就会发热，所以有温暖的感觉。气散则寒，气聚则热，就是说气要是散开了就会表现出寒的症状，若气凝聚在一起就会发热。你看很多痈肿疮毒都是气聚集在那里，不散，化热化腐然后产生了疮毒。她这个就是产后体虚而气不能充于表，使表气虚而表现了一种内寒的症状，所以说这样的病，寒你不能用热药，你这个附子、干姜上了于事无补，加到 200 克的时候把心脏搞坏了你没法补救的，所以说有一派是补火派的火神派，他有他的道理，但是他有偏颇的地方。我们中医上讲壮火食气少火生气，附子干姜就是壮火啊，他下肚之后这个附子就是毒药，下肚之后它冲墙倒壁啊！它没有温养的性质，所以说畏寒者不能一味上附子，也不能上干姜，道理就在于此。

有网友说：小建中汤，黄芪建中汤。

其实这个是比较对的路子，气虚则温之以气，你就把这个气补住就好了。中医不仅是一个补阴补阳，或者说驱寒、清热这么简单。但是这里面啊，这个小建中汤（我这个说一点，因为是在产后），如果是在平时的虚寒里急的你用小建中汤效果很明显，这里面他也是一个虚证。但是他这个虚证是偏于下焦，也就是偏于肾气这一方面，所以说一定要加补肾的药，这里面补肾的药啊首推是生地和熟地，若没有生地熟地单纯的用小建中汤或者是黄芪建中汤效果不会非常理想，因为我看了一个人开的方子也是一个很有名的大夫，用黄芪用到了 45 克，病人这个症状如故，黄芪、白术、防风都加了，走的是玉屏风散这个路子，治他出汗嘛。

这个病人前面我跟大家交代过了，月经正常，没有血块，颜色不是很黑，一般月经二十七八天就来了，这证明一点，虽然手术时吹了空调，但是寒气并没有入在胞中，也就是说入在下焦，如果说寒邪之气进入胞中，和恶露或是气血相搏击结于下焦，那么她的例假会马上不正常，这样的问题她没有，就是例假一直正常，而且我看她的舌苔没有很明显的异像，所以我们不能说她受了很重的实邪在里面，这个女子以这个月经为事嘛，一般下焦

受邪月经都会有生理上的变化，其实这里面黄芪这个药啊不太适合她，因为我看了好几个病人开的药都加了黄芪，有的加了 20 克不管用，又加到 45 克，有可能加到更多的量，但是效果不好，出汗不止，而且呢导致病人兴奋，其实这个病是这样的，他加黄芪这个药，是补中焦而且是往外托嘛，它往外拱，而且拱的力量很大，通过白术的这个运化和防风的走表，就是玉屏风散这个思路把这个表阳固住，但是这个病人吧是由于产后虚嘛，她不是表阳的问题，是里虚内气塌陷表现的表阳不足，表阳不是本而是标，那么你上来治表阳那肯定是路子不对啊！黄芪加的再多他只是去走表阳，并且这个黄芪往外托就容易导致里气的更虚。

所以说我们用气学中医来解释啊，你就是看里、看表、看整个气机的变化和这个虚实，我们始终抓住她是产后得的怕寒刺痛这个症状不放，那产后肯定是下面虚啊，生产都是用肾气生产，你没有这个肾气的推动生产是办不到的，而且这个人呢她是搞计算机工作的，31 岁城里人，她还有一个症状是眼睑浮肿，稍微有一点肿意，因为我问她，她说原先浮肿过，吃过一些中药消退了，而且这一次我看这个眼睑呢还是稍微有一些浮肿的迹象，但不是很明显，脸白，气虚，就是中气虚，你看大家这样理解啊，这是一个气团，放在那儿她就是一个气团，一个气团的下部是根基，结了一个儿子或是一个孩子，生了下来，下边虚了，虚了之后啊上面的气就往下塌陷，中气一塌陷下去之后整个的表气就往里塌陷，这个就形成了表阳不足的一种现象。

那么这时候第一就是切忌去风湿，去风湿破气动血的药，这样的话越治越严重，你看现在这个大夫开药太草率，用这个破气破血的药非常频繁，威灵仙啊，秦艽啊，独活啊，动辄上这些药，全蝎、蜈蚣也都上，红花、川芎，这可能是没有多少中医常识吧，可能受这个僵硬理论的影响，这时候补中气也不对，去风湿是万万不行的。

补中气用黄芪、白术，它虽然能稍微收到一点效果，但是下边仍然是塌陷的，这下边虚了，这补中气只能说是暂缓一下，所以说治本的方子还是从补肾气入手，那补肾气不能用菟丝子这种药去补肾气啊，或者用枸杞子那种药、覆盆子之类的你去补肾气，这不行，包括补骨脂啊，这都很滑稽了，大家知道为什么吗？

有网友说：听说补中气类的药，有升举过度，下部虚，会造成下部脱垂吧？

这整个气机吧，他有他自己的运化规律，你不能说一味的去升提，也不能说是一味的去发散，违返了气团的本身的生理特点，往往是会造成很不测的后果。

这样跟大家说一下，这菟丝子之类的药啊，它所起的补肾气是缓缓的，不能做为主将，只是辅助的这么一个药物，他不能马上去滋养肾气的，这肾气它产后虚，亡气亡血亡液是需要用一种滋润濡养的一种药气来填补它，你看一下菟丝子，药店这个菟丝子啊，它只是有一种子气，这是平补肾气的，疗效甚缓，常用见效，像这种产后虚，亡血亡气导致整个的肾气气血不充盈的情况下，肯定是不能用菟丝子补骨脂这样的药。

这样大家看到整个的气机的道理了，产后有形之血从产道而出，这时候里面是干涩而空虚，需要用濡润而阴气十足的药去填补这种空虚，其实就是一种滋补品，就是熟地嘛，熟地这个药是主将，补肾的主将，万万不能缺少。为什么这样说呢，大家如果尝过熟地或是煮过熟地的话马上就知道了，熟地这个药禀地气之厚，地气是阴气嘛，是滋养的阴气，所谓的阴气有两种阴气，一种是大地哺育的阴气，一种是极阴的阴气。这是不一样，极阴的阴气你像黄连，它也是禀阴气，但是它的阴气不能滋补人啊，它苦啊，苦的厉害。你只能说它是寒，不能说是滋补的阴气。滋补的阴气首推是熟地，熟地煮出来之后啊，味道是非常甘甜的，并且味儿非常厚，煮出来都是黑汤子，他这个厚重的药气才可能去填补亡气亡血之后的、需要滋润的干润的那个胞气，下焦胞气子宫之气，才能去补它。也就是说合这种滋润的地气，熟地是首选，当然熟地滋腻嘛，有可能身体虚化不开，所以在佐以别的药把这个熟地化开。这个就像我们缺盐你不能拿这个勺子挖这个盐直接往嘴里送，吃盐没错，但是方法不对，你就需要拿水把这个盐化开。同样，熟地你也要拿东西化开，单用熟地化不开很容易生痰啊，但是有一点，这个熟地性凉，现在这个熟地肯定不是九蒸九晒啊，它肯定会有寒性的成分，并且这个熟地它也是偏寒的，而且脾虚的人吃了熟地会便溏的厉害，而且还有一点，产后虚气血不足以后阳气也虚了，如果说单纯用熟地去补她的阴气的话，因为它所有的事物都是阴阳和合的嘛，你不可能单纯补阴气不补阳气，或单纯的补阳气不补阴气，这个都是不对的，所以如果单纯用熟地效果还是不理想，这像做事必须夫妻

来做一样，有阴无阳，有阳无阴都不符合气学中医的理论。

大家知道另一味药是什么吗？也就是说治产后风啊产后虚，真正的虚没有实邪的话，有两味药必用，也不是黄芪，这个就像咱们平时啊喝过生姜红糖水一样，这个熟地就像红糖，通过生姜啊，相对来说红糖这个气是呆滞的，那么需要生姜把这个红糖给化开，生姜有升发之气啊，红糖下肚之后用生姜这个升发之气啊带着红糖走遍全身，那么这里面熟地也是粘腻的，用什么给他化开，并且它也能够起到补阳的效果？其实这里面肉桂符合这个条件，还有人说是薏米，或者是当归生姜，你看咱们分析一下这几味药，还有桂枝。

咱们先说桂枝，桂枝这个药啊，它通行整个的经脉，那么在这里面配熟地啊，因为熟地非常粘腻嘛，用桂枝有可能很难把熟地化开，或者加砂仁也可以，单纯桂枝一个药很难把这个熟地化开，因为桂枝只是往前走嘛，通行经脉的一个药，为什么桂枝配白芍啊，就像夫妻一样，桂枝是夫，白芍是妻嘛，桂枝是辛甘温，是甜的，辣的，是温性的。白芍是酸的，寒的，正好是阴阳二气相配合，带着姜枣草（桂枝汤）打一圈，通经脉的。

为什么不能用薏米呢？薏米的劲儿太缓了，他不可能把熟地的粘腻之性化开，而且在这里面薏米偏寒，和熟地一样了，没有寒热搭配了。

有的说是用黄芪，黄芪是走气分的，他直接往外拱，他不可能带着熟地往外拱。

当归是活气血的，它补阳的劲儿小。

砂仁倒是可以，砂仁能化开熟地的粘腻，但是砂仁温里的效果不好，而且砂仁是走脾的嘛，走脾胃啊。

所以说这里面肉桂是首选，肉桂是走下焦啊，守而不走，它像一盏灯一样，把这个熟地整个化开，而且这个肉桂啊它这个药非常温，温热，是一个热药，不要多加，5克以内就可以了，病人有熟地的滋润和肉桂的像一盏灯一样的温，温暖的灯一样在里面点亮，下焦可以很快的填补起来，当然这个是两味必用的药，当然你可以酌情再加一些补气血啊，调肝脾，或者随证加一些其它的药，但是药不要超过10味，我看了一下病人拿来的那个药方，一个医生开药都在20味以上，这样即便是治好了，也不知道是哪位药治好的，所以我希望大家开方子要精而霸，在10味左右就可以了。

还有，这个熟地生地相配合更好，因为生地还有稍微通血脉的作用，生熟地相配加肉桂然后再加其它的药，也就是说生熟地肉桂是必须要首选的，这古人开方啊，其实就是两三味药，一味主药，两味辅药，然后其它的都是一些边边角角的一些药，开方没有那么复杂，你找对了就可以了。大家可以看一下《肘后方》，《肘后方》里面的方子就是几味药，大家可以借鉴。

所以说通过这个病例，这个病例其实并不复杂，只要你掌握了这个规律，第一点首先是产后虚，产后虚虚在哪儿？是虚在肾气，也就是下焦，这是第一。第二月经正常，28天就来了，没有血块，二便也正常，可以判别没有实证，也就是没有风寒湿跑到里面去，跑到子宫里面作乱了这种可能。第三，她是怕冷、怕风，刺痛。这些我们可以断定它是一个里虚的症状，不是真的受风受寒。因为现在老百姓生活条件都好了，不可能产后像古代一样没有棉被盖啊，或者说窗户漏缝啊，这个被真正的寒风所袭，积于身体里面不出来，所以没有必要加去风湿的药。独活、羌活都在禁止的行列，都不能加，加了反而会坏事。我看见一个病人，加了一个荆芥防风都不行啊，效果都不好，稍微一破血破气，祛风散气的药加上去就不行。

所以说治法上首先不能去风湿，蜈蚣、全蝎这些毒药更不能用了。有的补肾加蚂蚁，这就更不对了，蚂蚁通络的，没有滋补的效果啊，一个兵粮都没有了，你还动员你的士兵去打打杀杀，这不是扯淡嘛，所以说一定要辩证，要认清整个的气机的规律，这就是虚则补之嘛，很简单的道理，你看从哪方面补了，你不能见标证而治标嘛。

有的很多虚证如癃闭，这个老年人解不下尿，就利尿通淋去，这不是扯淡嘛，你一通通开以后，气从底下一泄，这病人就不行了。还有脾虚型的便秘，你不断的用番泻叶之类的去泄他，你越泄他越秘。他那个癃闭是自我保护性的癃闭，很多老年人体虚之后撒不下来尿来，你只要把肾气补起来，他这个整个的尿脬之气足了自然尿路就通畅了。

还有现在很多妇女不孕，一查是输卵管堵塞，要做手术通水，通了复堵，堵了复通，她是整个的下焦气血不化，你说你去通去，这简直是贻笑大方啊！所以说现在用药啊一定要用一些正人君子的药。气血首先是不能大补气血，因为人有时候会虚不受补嘛，大补气

血反而导致粘腻不化，要和煦的春风不断地吹，慢慢的久而化之，慢性病你不能起效于一时嘛，你不能上来就三板斧，希望病人的病就好了。再就是不能用捋伐的药，破气破血这药都不能用。穿山甲、川楝子这些药都要少用，枳壳，包括陈皮，很多人这个本伤寒嘛，伤寒那时候人气血壮实嘛，你就用一些三黄，黄连、黄芩、黄柏，大黄、枳实、这样的药可以，木香破气的，槟榔、枳壳都可以。但是现在人的体质跟古代人有很大的区别了，所以说你再下那些药，而且，古人很多都是急症，急症当然一剂药下去之后，邪气没有和你这个气血拨打在一起，你一散就掉了。现在整个的邪气跟人的身体粘在一起了，捋都捋不动，你说你上来就下一狠药，那不要了病人的命嘛。

这理中汤不好，这理中汤没有滋补的成分嘛，偏于气分，要偏于阴分和血分才行。理中汤理在中焦，不走下焦。现在很多人跟风嘛，用附子，附子大毒之药。附子确实好，通经脉第一，扶阳救命第一。附子跟肉桂相配，再加这个生地、熟地之类的药，在病人危重的时候起到挽救生命的效果。但是你这些慢性病也不能这样用啊。有的人认为附子把经脉通了，经脉通了，气血流顺了这个病就能好。其实这个道理看着好像很对，但是其实这里面有很多的问题。附子通经还伤正气呢，你说你正气越来越虚哪里再有正气让你复通呢？所以说我感觉现在整个的很多不懂得中医理论的都成了大夫，都来开方，这对病人首先是一种灾难。

问：每月子时生之阳气和冬至子时生之阳气有什么关系和不同？

是这样的，我们这样来理解，一年四季啊它是一个气团它的生、长、壮、老、已，是春夏秋冬的变化形成的那么也就是在这个大的循环当中阳气是从冬至的子时开始生发的。那么好了，平时的子时生的阳气呢，是大循环套着小循环。那么每个月它有盈亏，一个月是一个小循环；那么一天呢，白天和晚上又是一个小循环。所以说平时的子时他只是最小循环里面的阳气的升发。我们看一下，映在人身当中啊，所谓这个大循环，一年四季的大循环呢，对人影响深刻而持久，因为它影响你一年哪！月循环这个影响相对来说则表浅而短暂，那么这个日循环就最表浅和短暂了。所以说冬至的子时，咱们就不说子时了，就相当于这个冬至前后这个5天，它都是最大的这个阳气生发的时候，那么这时候对人们产生

的是里面潜在的影响，这个影响会伴随你一年。

比如说子时啊，就说每天这个子时啊没有睡好觉，会影响明天一天的阳气的生长。那么月的子时，月亮初一初二的时候，三十的时候，这个阳气长的时候，他会影响你阴气的阳气的长，月亮属阴嘛，阴的一面的阳气的长，他会影响你一个月。那时候你没有处理好的话，他会影响你一个月相对于阴分的阳气的健旺。

那么同理，一年的冬至这个时候你没有把握好，它就会影响你一年的整个的阳气的生长。所说的有些修炼的人那，他走这个子午修炼的一个路线，每天的子时午时，子时练阳气，午时练阴气。因为都是出来的嘛，我们做事也是这样，重要的就是刚一个种子它的萌芽，这个调好了，大方向就会很好，那么也非常重视冬至和夏至。

因为月亮啊它同时月圆月亏啊也对人产生非常重要的影响，你看首先月亮对女子影响很大，咱们《内经》上不都说了嘛，月满勿补，月亏勿泄嘛，月亮亏得时候你这个气血也亏，那么这时候就不要去泄他了，这也是一个大的原则，并不是说一定不泄，你看有实证还要照泄不误，只不过泄的程度要轻一些，因为气血那时候相对来说是虚的，月满的时候整个气血充盈，这时候最好不要再补，再补就补过了，就是说这么一个道理。

还有月盈月亏也会对人的情绪造成潜移默化的影响，西方现在不是有一些研究月亮运行规律对人的影响吗，月亮潮汐啊，它为什么能牵动潮汐啊，因为潮汐属阴那，海水属寒，属阴属整个的阴气，这阴气一涨一落不就是在人体里面阴气也是一涨一落，所以你看月亮的盈亏就知道你身体是怎么个盈亏法。所以说古人用阴历嘛，今天是初一要怎么的，十五要逛庙会啊什么的，它是按这个盈亏去生活的，这个就符合天道啊，现在都走阳历了，那么只有大循环的走法，小循环，月亮的小循环不讲了，今天是满月还是半月，知道了，这个就是没有一个指针了，就像不知道几点了一样，是晚上还是白天一样。

所以说中国古代用这个二十四节气，二十四节气正好是大循环的代表嘛，冬至夏至这都是公历嘛，套以阴历这个小循环来指导人们的生活工作，是相当有科学道理的，现在不讲没办法了，冬至那一点就是整个地球公转，它整个的到那个南回归线，因为太阳直射南回归线往回走嘛，它一走这个临近点正好地球就往回摆了嘛，那么这时候整个的气机都变

了。

一天也是嘛，现在很多人后半夜不睡觉，把这个整个子时都耽误了，子时是最好的休息的时候，如果说会修炼的人子时要修炼，不会修炼的话子时要睡觉，这子时正好是种子萌芽的时候，你又做功课又出去玩，那对人身体一点好处都没有，所以说我们一定要法相日月星辰，观察整个四季的变化和整个大的自然规律的变化从而去效法，按照这种规律去生活，也就是太阳从东方喷薄而出的时候，这个阳气发动的最好时候，你就应该动，太阳落山了你就应该静，这样才能跟它相协调，冬天你要穿棉袄，夏天要穿单衣，是一个道理。

下面我讲一下《内经》的非常基础的一个章节，这个章节我想跟大家一起讨论进行，不想我一个人单独来讲。如果说上次有人听过十二生肖用这个来比拟的话，我希望对大家有一个启发，上次我讲十二生肖的主要目的不是讲十二生肖，而是告诉大家一种思维方式。

十二生肖配十二地支它所建立的关系是反应了古人的一种思维观点，那么这种观念可以用在《内经》上，也可以用在《伤寒》上，它就是气学中医的观点。如果不从气学中医的观点来讲的话，很多章节没有办法进行下去。这个就是《内经》前几篇其中的一篇嘛，就是岐伯对曰：东方生风，风生木，木生酸，酸生肝，肝生筋…，整个的东方西方南方北方这一段。这几段文章啊，可以说是黄帝内经高度总结的一个段落，也是蕴含着黄帝内经精髓思想的一个地方。因为有很多注家也好啊，还有一些讨论也好，对这段避而不谈，或者是闪烁其词，这几段是《黄帝内经》理论的根本奠基所在，如果这几段不能很好理解的话，可能在以后整个的治病上、临床上、不会有根本的突破。那这样吧，咱们以提问的方式来把第一章先讲一下。就是“东方生风…”这一段先讲一下，然后其他的可能是下周来讲吧，因为没有时间了，不可能都讲完了。

如果说听过十二生肖的话，大家一定要用十二生肖的方式来解释。你只有这样来走才能走到所谓的解释的道路上来，不然的话就走向了歧路。我首先开一个头。所谓“东方生风，南方生热，中央生土，西方生燥，中央生湿，北方生寒，”这个正好是左旋的理论。所谓左旋是由于地球和宇宙的大背景是左旋的环境，导致所有气机基本都是左旋，以左旋为主导嘛，包括太阳系的几大行星，地球的自转，整个花儿的蜿蜒生长，还有整个的水的

漩涡，基本是左旋的，但是南半球它的水漩涡是右旋的。东方阳气长，就像寅卯之位一样，从东方升起来，到了南方盛，西方衰，北方死，它是左旋的理论。那么好了，大家说一下为什么生风、生湿、生热、生寒、还有生燥呢？大家说一下。你直接用十二生肖的方法去理解，那样才会进入气机的世界，不然很难进入，一般的气机都不是从西方升起的，都是从东方升起的，这就是左旋定理，当然也有右旋的，你想啊，有左旋当然就有右旋。

你看这一块呢看似枯燥实际上蕴含着《内经》的精髓，这个左旋事物发展规律都是左旋，但是大家发现没有，就咱们的人行道，咱们的道路可不是左旋的，右侧通行，从右侧开的，左侧回，这就是逆气机所动。还有我们的比赛跑圈那都是右旋，这都不对。你看400米，800米，那都是右旋，都是从西方传过来的。这有问题啊！这叫逆自然环境而动，很多问题大家可以仔细的思考，它里面充满了道理。

我起个头吧，所谓它说的东方生风啊，风是什么啊，风生万物，长养万物，就是说风带来了阳气带来了生命，它把种子播散到四方，风是由太阳产生的，没有太阳就没有风，所以说阳气从东方发起，发起流露到全世界嘛，所以说东方生风，把这种风升起来之后，就是阳气的表现。那么南方生火呢，生热呢，当然了，万物蓬勃生长，非常热嘛，气聚则热嘛，所有的生命都聚集在一起，欣欣向荣的生长这就是南方生热，同时也就是说太阳在南方离太阳越来越远嘛，代表生机的蓬勃生长。

所谓中央生湿，他这个湿不是咱们病理上这种湿气啊，所以大家一定要理解这个湿，这个湿是濡润滋养万物之湿，没有这个湿气万物不可能生长，这叫生理之湿，人要没有这个湿就不行了。像脾气把气血雨露之气推动到全身，起了关键性的作用。所以说这个人是一定有湿的，没有湿就没有濡润。所谓中央呢，他集合了上北下南左东右西所有气的中和，像调酒一样，造就了一个适合人们生活生产，动物生长的这么一个环境，这叫湿，一定不要理解成脾气的湿，利湿化湿那个湿，芳香燥湿，利水渗湿啊，这种湿，不当这个讲，这个讲就狭义了，有网友说中央是氤氲之气啊，氤氲氤氲，上下交争，升清而降浊，你可以理解成露，甘露的意思。

那么好，接下去是西方生燥，这个燥也不要理解成干燥的燥，或者是口干舌燥的燥，

要理解成清洁，就像秋天的清明天气一样，一派干净爽朗的燥气这种环境，因为这时候阳气已经从底下升达向上去了，阴阳即济啊，阳气已经跑到上面去了，阴气在下边，也不下雨了，空中一片干净，白云朵朵啊，它就这种燥，燥天嘛就是秋天这种秋燥，但不是燥热的燥。

北方生寒这个很简单了，北方万物终止生长，气都闭藏了，外面没有生机，当然陷入一片寒象，所谓寒气，虚则寒，没有生命则寒，太阳远离则寒，这个寒可以这样理解，它和对面的热闹的热相对应，寒冷、冷清都可以理解，因为万物归藏了嘛，所以外面现一派冷清之象。

问：酸为何不补木？

答：我不知道你从哪儿说出这种话来，酸怎么可能不补木呢，酸者木体嘛，肝不好要补之以酸嘛，很简单的道理嘛，要有酸的滋润，下面咱们会讲。

问：旋怎么解释？

答：旋是旋转的意思，从左边旋转从右边旋转。左旋是顺时针，右旋是逆时针。万物所有的气机都是旋转产生的，不是说像直线运动一样。所以说，古人贵在曲线而少直线。写字是这样，画画也是这样，还有一些古代的一些传统的图形，图案，都是以曲线为主的。你做任何事情都是曲线前进，像蛇一样，你不可能直挺挺的做事嘛，走路还是腿一曲一伸的。所以说古人说：一张一弛，文武之道。张是张开、绷紧；弛是松弛、休息，也就是说白天要工作，晚上要睡觉，人不能 24 小时工作。所以说对气学中医有更深层次的理解都是旋转产生的，你看那些藤本植物它往上攀延都是旋转攀延，DNA 不也是旋转地嘛，双螺旋嘛。

上次讲这个十二生肖我就感觉很不错。每次抛出去一个问题，大家都一起回答，然后再一起总结。这个也一样，上次我是想了很长时间，觉得应该从十二生肖开始讲，给大家建立一种气界的思维方式，然后在贯以一些经文串讲一下。我想今天把这段讲完之后咱们可以往下讲一下伤寒论经典理论一些症状，然后用这些气学中医还有这些思维方式给大家讲一下，就好理解了。其实它不是一种思维方式，它就是气界的一种认识。因为我们物理

上认识，皮拉开是肉，肉拉开是骨，一层层的做手术。那么气学中医，气学中医有它的解释方式，它不是通过做手术的方式去了解，而是通过感知和领悟。

老师讲酸补肝，《内经》里是肝是用辛补之，以酸泄之。怎么解释？

这有很多地方是涉及到是酸补还是酸泄，凡是涉及到用药的以辛散之，以酸补之，这些你都打开看一看，看看《内经》是不是有矛盾的地方，看似矛盾的地方，然后到时候咱们再讨论。你只要理解了什么是酸，咱们马上往下讲酸，什么是酸什么是甘，你就知道什么是酸泄，什么叫做酸补，为什么要用辛补，辛是什么代表，为什么有的要用辛散，或者要用辛来补，这个涉及到是一个本质的问题，如果这个问题搞不清的话，咱们很难统一的来解释《内经》条文和讲《伤寒》了，还有用药的规律，可以这样说，很多的肝病患者必用白芍，因为是用白芍来泄吗？大家理解泄的含义是什么？那这些咱们可以把这些《内经》的条文打出来一一的分析一下。

问：这里指出的方位和气味的关系和具体药物气味的用法有什么可以特别注意的地方吗？

答：这个我不知道你说的什么意思，这四段文章啊，它主要是互相一一向对，所有相对的东西他想告诉你什么意思，大家一定要从这方面来想，然后你再想每一层他为什么这样讲的，像老鼠为什么配子一样，你可以立一个基础啊，都立在木上，然后你逐一去解释后面的为什么都归到这个木，或者都归到火，或者都归到土。

问：内经取性味和辅行诀不同？

答：这个很多是不同的，如果把肝比作辛，比做金，肺可能是木，把这个颠倒了，或者脾是木。咱可以这样来理解，这个气机是一个气机，它肯定是一个气机，看你怎么去理解五行了。如果说你把五行和传统的这个五行啊比如说你理解是这样，那你附在这个气机上就是我们这个气机。如果你把五行理解反了，那么扣过来的就是反的气机，它只是一个代表。比如说用木代表收敛之象，那我们就可以说肝属木，你可以说肺属木，就看这个体用的关系了。如果把金代表发散之象，那么你可以说肺是发散的，那么和金相配。你也可以说肝是发散的嘛，肝是条达往外发散嘛，你可以拿金来比喻啊。它只不过是代表的方式

和形式不一样。那么我们今天呢，就是想把这个代词啊，代表的东西放到一边不谈，我们只谈里面气机的状态，你再一一的去比类，气机的状态立在那儿了，那么五行的代词都不用理解了，这个我好像前几讲讲过。为什么我们讲气学中医中医不讲五行中医，这五行啊它是代词，气学中医是实在存在的。这样经典上指的是一个月亮嘛，我们要看到的是月亮不是手指，手指是五行，月亮是气学中医。所以说不管是辅行诀也好，什么也好，我们把它代词这一块先抛开不管，我们直接管一下气机的运化，那么我们来个四行来个八行都能理解。

这样跟大家说一下啊，这可能说了很多遍了，因为我们是讲气学中医的，跟其他的传统中医不一样。咱们这样理解，肝属木，白芍属木，所以白芍和肝对应，这是错误的。为什么是错误的呢，因为中间呢你间接的取象了，没有直接取象。什么叫间接取象呢？不是因为肝属木，白芍属木，而白芍和肝相对应。我们把这个木抛开不谈，你直接把白芍和肝指到气机身上有相似的地方，所以它俩相对应。所以说我们不要说给它扣一个，它是张三，它是李四，李四跟张三是亲戚关系所以把这两个撮在一起了，这是不对的。朴素的气学中医观念是不扣章的，直接是指向，你尝一下白芍，你再体会一下肝，两个就能对应了，就这么简单。白芍和桂枝的根本区别是什么，不是桂枝属金，白芍属木，或者反过来，不要把金木拿到这儿混淆视听，金木水火土都是代词，你要是不理解金木水火土后面代表的意义，这个问题没法谈了。

在这里面讲了气学中医，上次讲十二属相没有讲金木水火土，很多内在规律金木水火土都可以放弃了。这用一个不恰当的比喻啊，有人说了这么一句话，关于画符的：画符若知窍，惊的鬼神叫，画符不知窍，徒令鬼神笑。什么意思呢，就画符这东西啊，你看道士画那个符稀奇古怪什么样都有，他要是不用在那个窍上，什么是窍啊，就是一个神识。你要不用在这个神识上，画这个符一点用都没有。你瞎画符令鬼狞笑，你画符若知窍，惊的鬼神叫。这鬼神不用画符你知道了这神识这鬼神就吓得惊叫而散，咱只是打这么一个比喻，所以说在这里面在气学中医里面我从来不谈五行，纠缠于五行无止无休，你知道了气学中医，知道了窍，你再拿五行套，一套一个准。

问：请老师以气学中医的八个特点来讲东西南北中气团的变化过程，东西南北中分别是气团的哪个变化过程？

这好像我们说过，对一个气团它内部的运化规律是升降开合，用在东西南北中当然是东边是升，西边是降，北边是合，南边是开了。这个升降开合整个的和合就是中。还有我们气学中医的外部运化规律就是吐纳，这个我讲过多次了，第一次我就跟大家说。

所有事物都是一体的，我记得有个老中医说过：一气之流行一气之盈缩，说的非常好，都是一团气，所谓盈缩就像水母一样嘛，一开一合推动自己往前走，流行就是内部的升降开合，你看成一团气就可以了。

行就到这儿吧！

第五课 20080115_问答、阴阳应象大论

春野整理，如岳校对

大家可能对气学中医有一定的概念，在这里我希望尽量地把气学中医的理论和精华部分能够表达出来，因为有一点，不管是我在这儿讲还是大家听最好能有一种契合，这种契合就是大家都从气学中医的角度来考虑，不是从其它的传统中医或其它的层面来考虑问题，这样我能讲得投入，大家听着也能投入，然后大家再一起来交流就能发现很多问题，我基本没有对别人大量的宣传过气学中医，因为我们一直是主张首先自己要有整体的认识和各方面的提高，在这个基础上还要有一个相当于所说的内证，就是说真实的能够自我感觉，并且在各个方面，不仅是中医方面，能够融通这个气学的道理和对气学的运用。因为我也没有当过老师嘛，所以跟大家交流可能有些把握不住大家的想法，还有大家是如何来认识的，希望大家多给我反馈，然后我可以有针对性地告诉大家，应该是在哪一方面重视，或者说是我侧重在哪一方面，因为我们学习的时候直接就是以中医的四部经典来学习的，老师可以说是口耳相传，直接告诉你应该怎么去理解气学中医，我们通过四部经典来印证气学中医的整个理论体系，同时又用这个体系去指导更多的，包括中医方面的一些实践，大概是这么一个情况。其它的一些医家的书偶尔也涉猎一些，但是不作为重点，因为所有的道理都用气学这个层次，有时候也不能完全解释，但是气学它起码有一个普遍适用性。

大家有问题现在可以提一下，各方面的都可以，中医的或不是中医的都可以提。如果是中医的，可以本着各个条文直接来说一下，然后咱们做一个(包括我以前讲过的)交流，我还是希望能够跟大家交流起来，不然只是我一个人在这讲，有时候效果不是很好，如果能上麦的直接语音沟通更好。

问：对于气学，阴阳五行是否可以理解为认识气的工具？

好像是上次讲课我说过这个问题，阴阳五行它只是一种工具，你可以理解成认识气学的工具，因为气学上面还有层次嘛，气学以下也有层次，咱们可以说气学以上的层次是神道，气学以下的层次是形道，就是神、气、形三道，也可以叫做三界，三个不同的物质存在的形式。阴阳五行它其实这三个层次都包括，阴阳五行你可以说是一种工具，但不是一种实在的存在。拿我们这个身体来作比喻吧，比如说我们这个西医可以解剖的叫做形体，也叫做形。《内经》上明言说的，“上工守气，下工守形”，大概就是这个意思，本身就把这个意义和道理直接和盘托出了，所以说大家读《黄帝内经》，如果说你始终着眼于气这个概念这个层次，读《内经》到处都是对气的认识，几乎通篇都是，而现在出的《黄帝内经》这些教材，还有很多版本，讲的都不是直接立意在气的层次来考虑问题。大家可以想像一下，如果说古人说话，说一句话后人理解很长时间，或者说每一个字都要考虑这是不是古人原始的意义，古人说话应该比现代人更简单嘛，他用那个行文表述出来的，肯定就是非常顺畅的说话，就像我们现在说白话一样，那么说后来解释很费劲或是不断考据通假，这个你就要想一想了是不是自己解释的有问题！

其实有几次我已经跟大家说过，古人是站在气界就是气学这个层次来写的《黄帝内经》，甚至有部分站在神道的层次来写的《黄帝内经》，你只有也站在那个高度你才能读懂他的话，不然你始终在形道这个层次来读这些原文，根本不可能读通的，所以说《黄帝内经》历来很难解释，关键点就是我们所站的角度不一样。你看这个《黄帝内经》，气聚、气散、气绝、整个的气相融，或是肺气、脾气、邪气、大气所有的后面都缀一个气字嘛！包括什么暴厥之气啊，或者说其它的刚气、柔气，所有的后面都加一个气字。大家去想一想，《黄帝内经》啊、《素问》啊，你读上几章，马上你就有感触。大家一定要在读经典的时候加上一个气字，包括《伤寒论》也一样，你加上气字，你再去用气这种概念，就像是用蒸笼里蒸出那个气一样，你去理解去。

前两天跟一个所谓的打太极拳的，他打了很多年了，一直掌握不好要领。他这个手啊，自我描述说不会使腰中的劲儿，一直像打体操一样。后来我就跟他说，首先起势，这个两

手捧气，就相当于中间捧着一团气，有人说是捧着一个气球或是端着一个盆儿，你直接给他理解成捧着一团气，然后你闭目，感受两手之间微微向外张开，然后再慢慢地往里合，尤其向里合的时候你会明显的感觉到一种阻力，如果说练过气功的应该是一个常识嘛。如果没有练过的大家可以试一下，两手在胸前，掌心相对，然后做开合，越慢越好。尤其合的时候，你闭目明显感觉有一股阻力，你稍微一用力这个阻力就突破了，阻力就消失了，这种感觉就没有了。只有微微的用力才会感觉到这种阻力，你拉的时候就像拉面团儿一样，感觉很费劲，这个就是最简单、最直接的体会气的一种方式。

这个气介于有形无形之间，如果说它能量化了这个东西就死了。所以老子说：“人之生也柔弱，其死也坚强，草木之生也柔脆，其死也枯槁”。一坚强就硬了嘛，它一硬就没有变通，没有变通就死掉了。所以说真正的学问在若有若无之间。

有人说没有感觉到，你回去慢慢的感觉，有的人他感觉强，尤其女的她更敏感，你拉上10分钟试一试，就会感觉到中间有一团气，一个气团。因为我们平时只是留意于形道，就是形体，拿桌子椅子凳子都看作是有形的，就看死了嘛，所以说你就不会理解这个形以外的东西，这种思维从小到大就一直是这样，它限制了你的眼界和感觉。人有六根，这六根不仅可以感受形道，神道、气学都可感应。只不过你没有训练，也没有用过，当然没有了，这个都是人与生俱来的一种能力。

后来我让他做这种拉气，一拉就拉出来了，很简单就能拉出这种气来，然后整个气呀、收放呀、打太极拳的时候你去理解，并且把整个人身看做一个气团去开合运化，整个的这个架势就可以打出来了，大家回去可以试一下抱球，感觉一下那个球，抱上几次你就会感觉真是有一个球。但是这个感觉就在霎那间，或者是停留在似有似无的状态，你稍微一用强，你手一动，一僵，这种感觉马上消失。

问：用气学来如何认识脏气、腑气和经络之气？经络之气和脏气、腑气有什么关系？

这个脏气腑气，你可以理解成脏气腑气是江河湖海之气，经络之气就是河流之气嘛！就是大的气聚的地方可以是江河湖海，《黄帝内经》说得很明白，他用经水，什么叫经水啊？就是把这个气比喻成水了，把人的整个的身体、血脉和脏腑比喻成江河湖泊，那么这

个江河是流动的，我们就叫做经络，湖泊是集聚的我们就叫做脏腑。脏者，藏也，藏精气，聚精气而藏之，这个脏是藏精的地方，腑是大的运化的机关。如果说我们把脏腑比喻成行政单位，这个脏就是人大，腑就是政府。你看腑我们整个的胃肠它主运化的，他需要聚集大量的气在这儿做公用的事情。那么五脏是主这个五神所藏之地，五脏精微之神，藏在脏腑当中指导人们的整个的升降开合、生命的流衍运动。那么经络是什么呢？它就是各级的办事机构或是人员。还有就是说大家一定要把这个人身哪，小你可以比做一个家庭，大你可以比作一个国家，如果说你对人身不了解，那么请看看国家的一些运化机理，从而再去印证自己的人身，你就会有一个触类旁通的认识。

你看这个古人说了，外邪袭击于人，首先袭击于表，表气被邪气所袭击，邪中之于表，然后往里搏之于肉，其力不已，继续往里搏，所谓搏呀就是入侵嘛，搏之于血脉，客于经络之外，然后接着往里面中于脉中，客于经络中，这时候病就很重了。你这个很多大的经络、十二经脉、奇经八脉中了邪气了，中脉外的邪气好治，中到脉中的邪气就不好治。那么中于脉中之后整个的经络不通，邪气不断入侵沿着经脉往里走。如果说腑气衰，脏腑之气进一步衰微，邪气趁虚而入，入于腑中。因为脉络，首先脏气的脉络包裹的很紧密，它不会让你轻易地攻破，因为它有层层保护。腑气它主运化和外界的经络之气相交通，它相当于说比较通畅，所以说邪气首先客于表、客于肉、客于经脉，然后继续向深层次去攻占和侵夺。如果说腑气不足，客于腑气，腑气很简单嘛，就是肠胃，就像说外邪一入侵之后，化成大承气汤证了，直接大小承气汤，它就走到里面去了。再进一步，腑气进一步瓦解的话，那么里面有很多内脉暴露出来，继续往里攻，攻入脏中，这个人病的就非常深重了，就难于医治。还有一条，如果不入侵脏腑直接入骨脉中去，客于筋、客于骨，也是比较深层次的一些攻击的方向。可以比喻成这是一个国家嘛，外敌入侵之后，他层层地通关拔寨，不断地往里入侵，这样来比喻就很好理解了。

问：现在人得病是怎么回事呢？

现在我们得病，尤其城里人的一些疾病首先是人的生机不旺，就是说这团气团不旺，为什么不旺啊？因为有很多原因造成的。首先从小不注意锻炼，第二为七情所伤，因为现

在人的情志非常重，我一定要怎么样，如果说办不到怎么样呢，这个情志非常重，受到伤害；名利心也强，追求爱情或者说追求各种情感使这个五脏颠倒反复、生机内耗，使这个生机不旺。又不注意锻炼，气血弱、气脉不通、气学不利就导致整个气机不旺。

你看这人来了，他整个的气团之气就很衰微，表气也不足，里气也空虚，而且如果到了青春期以后，结婚啊或者是有朋友之后，房事也不节制，起居不常，白天黑夜颠倒，早晨不起，阳气长不起来，到了晚上不睡，阴气又不能得到有效的滋养，这样的阴阳颠倒、气血逆乱导致整个生机旺不起来，这种情况中医讲邪之所凑，其气必虚。本身这个气机不旺就容易受到外来环境这个不常之邪的侵扰，稍微一吹风就感冒了。现在很多人跟我说经常容易感冒，别人还没感冒自己先感冒了，感冒还迟迟不愈，抗生素啊吃一些中药汤药啊不能断根，一感冒上嗓子，上呼吸道或浑身酸楚不适，饮食也没有胃口。所以说现在城里人尤其是大城市里人生机普遍不旺。你可以从面色上、从说话的声音上、从步态上、从整个气象上都可以判断整个的气机不旺。

所以说现在人得外邪之病、外感之病内虚占很大成分，因此人必须健壮自己的身体才有能力去抵御外邪，不然的话舍本逐末，象温室中的花朵或说整个人就腐败了，那么真气不存，如果真气在体内不够充足的话，这个人就会受到很多外界的干扰，所以说气学中医讲，首先要存真气、护元气。五脏之真、元真通利嘛，这个是《黄帝内经》上讲的，五脏六腑里面的真气能够安稳不互相攻侵、互相拮据，能够互相流通、共同搞好整个气团的升降开合，那么这个人他整个生机越来越旺，神采各方面也好，记忆力也好，精力也足，身体也康健，这个言语、谈话也非常流畅饱满，这样是一个非常不错的生命体、生命形态，这种生命形态可以干很多事情。因为首先有一个很好的身体我们才有可能不断地去学习、提高，或者做一些更深层次的奋斗，不管是在工作上还是在修行上，如果身体都搞不好的话，整天浑浑噩噩，整个的生机不旺，这样我们不可能有一个很好的状态，做什么都很麻烦。现在越来越多的这样健康的书籍出版，其实从一个反方向大家就可以推出来，现在人们是多么需要一个好的身体啊！现在整个工作、社会各方面的压力越来越大，如果说我们不能把这个身体调养好，这以后很多事情就难说了。我们一直向外观察，一直在看我们的

整个的世界，跟我们的亲戚朋友不断地打交道，试问大家一句，有多少去向内体察我们身体的变化的？

刚才有人也谈了古人多外感，今人多内伤，这确实是一个事实，因为大家可以看一下《伤寒论》上的方子，一般都是很刚性的药。比如说麻黄啊、桂枝这样的药劲儿不小。但是随着慢慢的人体衰弱了，如果说用麻黄很多，对人肯定是一个伤害。因为人身体越来越弱了，所以说慢慢到了明清，人们发现用一些很猛烈的药，如《伤寒论》上的大小陷胸汤，现在基本没人来使了，包括抵当丸很少来使，这样的实证没有虚只有实，这样的症状随着人们的气机越来越衰弱，而且生活条件不断地改观，这样的大实证越来越少，反而是虚实夹杂，以虚为主，这样的病越来越多。

那么《伤寒论》、《金匱要略》上面的方子慢慢的有些会不适用今人，这确实是一个事实。但从这点说，伤寒金匱它只是把这个理讲在这儿，这个理是指导我们几千年整个中医的临床。我们不能刻舟求剑，有时候不能用古人的方子，原封不动的治我们今人的病，这一点还要跟大家强调一下，现代人的病，他不是一剂麻黄汤、一剂桂枝汤，就可以把很多外感病治愈的。因为当时人壮实，都下地干活，生活条件不好，客于寒气，整个的大环境气候又寒冷，所以说都是内无虚证而外有实邪，这样一剂麻黄汤汗出而解。现在的人他邪气流连，正气虚弱，虚邪之气稍微有一点就能客到人身上，化为胶着不化的、虚实夹杂的病症，不可能是一剂麻黄汤就能治愈的。所以说一定要变方、变法、但是理是不变的。都是那个理嘛！咱们这里插了一句。

大家可以读一下《伤寒论》还有《金匱要略》，然后用气学的理论去体会里面的道理，好像我第一次来这里讲课就说过《伤寒论》的上篇——太阳篇，太阳篇是主要的篇章嘛，它详详细细的讲解了邪气如何客人，并且向里传变的，客于表的，散漫的。上次我讲过邪气很严重的一下客于表，使表气闭，那么这就是麻黄汤。如果闭的严重了就是大青龙汤，即完全闭在里面而化热就是大青龙汤，必须马上去把闭的气团开开，使邪气解散，就像脱衣服一样，一下子解开，这个邪气得散，正气得复，大气一转其气乃散嘛。这个像小风邪似的，没有直接击中人，而是不断地骚扰你的表气，使表气开合不利，汗出而恶寒嘛，这

个就是所说的中风，中于邪风的桂枝汤证，使这个营卫之气不调，但是不能说一个中于卫，一个中于营，不要这样理解，它就是说把这个表气搞糊涂了，使它开合不利而呈现了不断地漏汗那种情况。不断地出虚汗，你可以说是表阳虚，但是从一个气团来讲，就是营卫之气失调了，就用桂枝汤证来解。邪气往里客，客于这个气团的中间，正邪之气不断地相争，就是往里，不是说正气盛还是邪气盛，只是不断地在里面拉锯，这里面的气忽聚忽散，忽里忽外，这就是一个半表半里的症状，所以说寒热往来，表示邪正相争不定的一种状态。

然后这个邪气继续往里搏，如果说不能及时控制的话，那么搏到一定程度成了心下痞的症状，即泻心汤的症状。什么叫痞啊，就是痞气嘛，上次我们讲过痞气和这个牢嘛，什么叫痞什么叫牢。痞气就是气结在心下了。你也不要理解心下就一定是胃脘，就是心以下。你看古人说话非常直接的，心以下，就是鸠尾这一块儿，这一块感到痞闷不舒，不要理解成胃脘。如果说胃脘，人就觉得这个病是胃病了。那么结在心下，心下痞满。什么叫做痞，痞塞不通，气不流通了，你感觉痞闷。如果说大家有过肠胃不适的，有时候就能感觉心下是痞闷不舒的。满、气满在这个心下，导致满闷，这个是泻心汤证。所谓泻心，泻心下满逆之气。如果邪气往里客的很严重，一下子结住了，这就是大小陷胸汤证，心下因硬嘛，就硬在那儿了，结在那儿了。它比痞更进一步，痞只不过是稍稍的客在心下；这个直接是搏在心下，或者搏在胸中，为什么叫做陷胸啊？就是陷“胸中”的邪气。你也不要理解成什么水热互结，那个都是结在心下之后所反映出来的一种表象，一定要用气学的理论来理解，就是一团邪气贴在人身上了，然后不断的往里面走，因其所虚而客之。这个人或汗、或下、或吐导致里气虚，邪气一下子就攻进去了，里面没兵了，这邪气因其虚而客之。客得轻在胸中就是一个痞证，客得重就是一个结胸证，结胸就是结在胸中，它有阳结有阴结，阴结结在脏，阳结结在表，就是说深浅不同，所谓结胸就是邪气结在胸中，这么一理解就没有什么多余的或者说是委曲地去解释，那么这个治法当然是，结在心下的你稍微荡一下，小陷胸汤直接用半夏黄连，小陷胸汤就是脉滑的一个症状，所谓的脉滑就是整个气机还没有完全结住，还现滑的一个主要的一个脉证，它有一个硬嘛，心下因硬嘛。

今天主要是通过这个大致说一下《伤寒》，大家读《伤寒》也是用这个气学来理解，

什么叫做硬？什么叫做满？什么叫做痞？直接用气学来理解，你没有必要用其他方式去委曲地解，大陷胸汤水热互结，他只是一个气结在那儿之后往下你拿药去推的一个水热互结嘛！你不能那样来解释的，那样水热互结不符合整个的气机的变化。如果说下之后这团气弥漫在胸中不散，他没有结住，那么就是一个栀子豉汤证嘛，心中懊恼反复颠倒嘛！这个邪气散漫在胸中不散，也不结，也不散开，它就是客在胸中，那么你拿栀子豉汤去吐它，把这个气吐出来。还有一个发黄，有的说是结于胆汁了、走这个血分了发黄，其实这个所说的发黄，它就是结于整个人身体当中，这团气它既没有完全氤氲地散开，也没有结住，而是郁住了，郁而发黄嘛，所以黄是中色同时是湿气的代表嘛，这个以后如果有机会讲《伤寒》再跟大家说。

如果是女子来月经那直接结于血室，也就是说气虚在哪儿它就往哪儿跑，这个是一定的道理，往那跑之后它结的状态有几种，第一个是结不结实，是不是邪气聚集，就像是你带兵打仗一样，到了一定时候你的士兵是否集结了，那么集结就是实，实就硬，人就会疼痛。你比如抵挡汤证，整个的少腹硬满，疼的厉害。桃核承气汤只有一个满，没有硬嘛。所以一个证的轻重，直接靠症状来推气结的状态，要不散漫，要不微结，要不结甚，就是结的很严重，这就看整个气的状态。第二个就是看它结在哪个部位，是结在水分，结在血分，结在气分，或者是进一步结在阴分。判断水分，如果有水道不利的症状，比如小便不利或者口渴啊，那是结在水分。如果说有下血、破血的症状，或者说你都整个的经脉，比如表现吐血、衄血、下血，就是结在血分，这个很好判别。还有结在脏、结在腑、结在表、结在半表半里，大家直接用气机来理解，不要添枝加叶。那么看看大家还有问题吗，如果没有问题，咱们把上次，就我这方面认为《内经》中很重要的核心跟大家说一下。

咱们打一个比喻，如果大家能够看到气团的话，那么你读《伤寒论》也好，读什么也好，你直接到医院，直接看看病人，你直接用这个气的角度或是感知气的角度整个扫描一下病人。有的练气功的不是说：这个病人，感觉肝区有团黑气不散，或者肺气中这团气怎么这么空虚啊，手一摸或者眼睛一扫他就能发现。他确实有这种能力，你可以说他是站在气界的角度来考虑问题的。他一摸这个督脉，哎呀这个人好不通啊，里面整个的管道都闭

塞了。所以说现在很多的内虚证，你这个扎针灸啊，怎么说呢，现在已经不单纯是某一经脉的问题了，你看扎某经、某穴这个效果不是特别的突出，因为他整个的脏腑气机都紊乱了，必须通过长时间的调养和补充，整个的气机才能通畅，元真才能通利，这很困难哪。所以说现在很多慢性病不是投草药、扎针灸那么简单的事情，必须这个人首先建立自己的信心，持之以恒的，通过正确的调养疗法来治疗，这个病才可能好，所以说我们现在当医生的或者是患者对于整个的慢性病，咱们先说慢性病吧，必须有一个打持久战的准备，不是投几剂草药就好的。你想那草木无情之品，你投几剂，即便有些血肉有情之品投上几剂，那怎么可能马上去治愈呢？缓解是可以的，那好多阴虚的症状，阳虚的症状，投了药就缓解，一剂药就缓解，但是他反复的很厉害，不断地反复，必须让病人建立正确的养生观，这个问题才能得到根本的解决。现在得病已经不是一经一脉的问题了，这是五脏的气争，即《内经》上讲的“五脏气争”，争是争夺的争。什么叫五脏气争啊，五脏之间都打起架来了，就像一个家庭内乱了一样，你想想那种内耗这个人受不了的。

跟大家说一下，《黄帝内经》把这个整团气用脏腑的方式、五脏的方式分成五份，每一份的气学的机理和状态是不一样的，因为整个的世界是一个多样性的世界嘛，那么整个多样性就产生了一个平衡，这个平衡就是一个中道。但是如果完全中道了，任何事物没有发展没有变化了，它就死掉了。所以说分成五个部分，产生了五种变化，也是五种状态。这五种状态相生相克，就形成了我们生机盎然的整个的气机，它也可以分成四部分、八部分、十部分都可以，就像那个太玄里面它分成九部分，八卦分成八部分，五行分成五部分。因为人的脏腑是天机所化成的五脏，那我们就用五个部分先来理解。这就是《黄帝内经》建立基础的核心的一段落，所以我希望跟大家认真的来探讨。因为很多注解也讲过，但公开来讲，没有讲得非常深入的，但是这个核心当中的核心嘛，如果说没有这个五种状态去指导我们脏腑辩证，用五种状态指导我们临床，我们很难迈出关键性的一步。

上次我们讲了，东方生风，南方生热，北方生寒，西方生燥，中央生土的道理。东方生风，通过左旋理论，事物的生机是产生于东方的。你看太阳东升西落，如果哪天太阳西升东落，咱们就说西方生风。但这里并不是有人所说的，咱们中国在东方，是接受东南季

风的影响所以东方生风，这是把问题看狭隘了。整个的气团的旋转就是左旋的旋转，太阳从东方升起，我们就理解东方生风。西方是不是也是东方生风啊？我可以跟大家说一句，西方的大环境也是东方生风。但是浅层次是西方生风，因为它毕竟受一个地气的影响。如果说太阳是从西方升起的，咱们也可以说西方生风，这个风不是自然界的风，你可以理解成生机之风。所谓的风生木，就是这种生机，可以理解成大环境的这种生机，产生了木这种生机、向上这种势态，这就是金木水火土这个木，并不是我们理解的那个树木生长的木，它指的是借树木生长的象，来解这个生机从下而上，发升的这种特征，所以说风生木，那么其他大家可以自己想象来推。

所谓木生酸，也就是从下往上这种生机，包括一个人创业也是一样，从下往上爬，创业、读书都是木气生长的象征。那所谓的酸是什么意思呢，就是这里面蕴含着生机，就像咱们尝那个酸果一样。大家可以体会一下什么叫酸，酸味。木生酸直接建立了我们这个五味相用，即五味所用的药物之理。一个药物即草药，无非是一个味、一个形、一个气，还有包括里面一个神。那么其中味是占了一项，比如你尝白芍是酸的，白芍就有东方生长之气在里面。为什么是酸的呢，大家体味一下，你拿一个放在舌头上，乌梅也好啊，芍药也好啊，木瓜也好啊，醋也好啊，石榴也好啊，你尝一下这个酸的味道，对你这个味蕾或者对你舌头是什么的一种影响，这种影响我们命名为酸，那就是对整个气团的影响。木生酸，酸生肝，这个酸在我们用药的味上（用味来揣摩整个的药物的机理）起了重要的作用。

一个形，一个味，一个气，一个神，这四个是你把握药性的关键。上次我记得一个人提出来了，他说这个肝有病啊是辛以补之，酸以泄之。那么大家可以搜一下关于五味它如何是补啊，是泄啊，是坚啊，是燥啊，大家搜一下《黄帝内经》的原文。《黄帝内经》的原文我也查了一下，也有是酸以补之的，也有酸以泄之的。我们可以这样来理解，酸以补之是补它的体，酸以泄之是用酸的“用”来泄，酸苦涌泄为阴嘛，如果大量的酸味下肚之后，机体不吸收就泻掉了，就可以理解它的泄。但是微微的酸味它是补肝体的，生机必须靠酸味来补，所以说常道是酸以补之而不是酸以泄之，这个咱以后另说了，所谓木生酸，就是关键性的药物的指导理论在此。

酸生肝，其实他所说的生啊就是互通的意思，这种酸的生长之气在我们脏腑当中形成了肝气。我们原先讲过肝主开，主生长嘛，从下面生长上来需要肝气。草木生也柔脆，人之生也柔弱，大家用这个象，就是这种势态去理解什么叫做酸生肝。看一看未熟的很多的瓜果梨桃为什么是酸的，性味为什么是酸的，大家仔细去品味，酸到嘴里会产生一种什么感觉，以后咱们进一步来讨论这个酸的问题。

所谓的肝生酸呢，通过肝就建立了整个的五脏体系，这又是一络。那么如何指导我们对五脏的认识，直接就说出来了，东方生风，这种生机用木来表示，同时它里面的味，什么叫做味啊，味就是体，就它本来所具有的性质叫做体。什么叫用啊，它想去的地方，它想形成的叫用。我记得上几次讲过一个比喻，两个人，一个在楼上，一个在楼下，互相对视喊话，那么楼上人的体就在上，而用在下。因为他在上边而向下瞅；就是他体上而用下。下边人呢，在下而向上瞅，体在下而用在上。这个大家一定要分清楚！在以后这个《内经》原文当中也好，临床实践当中啊这里面层出不穷，体用的问题，你只要记住这两个人的关系就不会搞混了。那么以酸体又禀的这种生机形成了你的肝脏，这个气机啊，化而成形嘛，出了这个肝嘛，这个大家一定要形成这种思考。

那么肝怎么生出筋来了？所谓肝生筋呢，淫气于筋，什么叫淫气啊，这个淫呢，三点水这个淫，它是当浸淫讲，过度了。或者你当流动讲，流出去了，叫做淫。淫雨霏霏嘛，这个雨不停地下，下过头了，天天下，这叫淫，古人对淫是这样来解释的。那么肝淫气于筋的意思，肝生筋嘛，肝这种以酸体生用这种状态，这种气机啊，它要发用于四肢嘛，它就是中央政府嘛，肝你可以理解成中央政府，那个筋就是地方政府，你得用嘛，不可能是这种升发的这种气机只存在肝中嘛，如果只存在肝中其它没有生机了，不就完了嘛。所以它必须建立自己的地方政府，它就走筋这条线建立。筋者劲也，筋者聚也，肝者肝体为聚嘛，聚而开，筋就主开合，人的四肢才能动，有了骨头在那儿立住，筋一贴上去人就能动起来，这种生机之动，不要思考其它的解释，这就是肝生筋的道理。筋上有病你找这个肝，比如筋失养了，是由于肝阴血不足，那你赶快补肝，肝足了，淫气于筋，筋就好了。这个就是一个中央和地方的关系。其它的以此类推。

那筋生心什么意思呢？其实就是肝生心。心的生机往上走，它不能总升，升到一定程度就开始为用了。就像是当官一样，一直谋划着当官，当了官就得用官；挣了钱就得花钱，心就是干花钱的事。它通过什么呢，肝和心是通过这个筋，可以理解为通过这个传输媒介，把这个气从生机转为动机，生而动，变成心气，才能为身体之用。万物不可以只生，生了要用，用了要衰，衰了要养，这是一条线。

关于肝主目，历代有很多争议。而且大家可以看看很多经典啊解释的并没有明说嘛，在这里我跟大家说一下。首先第一条，肝的很多内脉通于目，但不是十二经脉。这个具体我不想多讲。第二点，肝藏魂，魂性，魂开于目。你的眼光洒在哪儿，都是有这个魂气所摄。你也可以理解成神气所摄。比如说两个人对眼儿，眼光相对，象刀一样，如果一方的神气弱，那么他会觉得眼睛受到了刺伤，而躲开对方的视线。这个在西医上就是一个病名，我忘了什么病名了，总之就是说不敢跟别人对视。现在很多人都不敢。你神气弱，魂气、肝气不足的人都不敢跟别人对视，对视以后受到对方神魂之气所逼，就会明显感觉一种侵扰。为什么一定要看着对方的眼神呢，比如说两个恋人呢，他就是魂神相交。

那我就跟大家说一下，肝中藏魂，这种魂开窍于眼，并且有内脉啊气血脉开于眼，所以说眼涩的人肝血不好，肝藏血。现在很多上班的，眼睛涩来涩去的，你滴眼药水不管用，我建议大家不要去滴眼药水，形成依赖，就像嘴上涂唇膏一样，老涂那个唇膏，嘴唇自己就不做主了。他觉得天天有人涂它，时间一长了不涂都不行。眼药水也一样，天天滴那个亮眼啊明目啊那些东西对眼睛都不好。你多做些锻炼，使气血充沛，血注于目自然眼睛不干涩，并且减少用眼，这是解决眼涩的根本疗法。

那我们接着往下讲，其在天为玄，在人为道，在地为化，这个不好解释，有可能是写错了。你看下面都不是那样来解释的，有可能是写错了，但是你也可以这样来讲，用气学的理论来讲，不一定是它原始的意义，大家听听就可以了。所有的生机，任何事物都重生机，在天为玄，玄妙之物，玄而又玄，众妙之门，都从那一点生机出发。《易经》上那个得天地之心嘛，那个心得到了，你可以理解成在天为玄。在人为道，道理嘛，道理都用生机来表达，都要走生机这条路，因为现在人生机不旺，你可以这样来理解。关于在地为化

就不好解释了，因为化它是湿化嘛，你化开了嘛，风化都应该是筋的事，在地为化这个不好理解，但是你也可以解释，那牵强附会的多了，因为用气学的理论来推很生硬，我这里就不推了，如果说这注经的怎么注都可以，要不怎么是花样百出呢！

那么接着走，化生五味，道生智，玄生神，神在天为风，在地为木。那么接着在化生五味都不讲，道生智啊玄生神啊这些玄而又玄的东西，对我们理解气学也没有太大的帮助。那么接下来，神在天为风，就是刚才我们说的，东方生风，就理解成在天为风，这种风啊传送生机，你看大风，使大气环流，因为有这个运动所以说产生了洋流的变化，推动了整个的气候。因为有了洋流，有了这个风团，地球的气候才不是赤道极热而两边极冷，有了这个温度的交通，才产生了整个的生物圈。那么在地为木，刚才所说的，在天形成这种风化，在地万物欣欣生长，这种生机就是木，这和前面都重复了。

在体为筋，刚才我们讲了，它淫气在筋，建立了地方政府嘛。在脏为肝，这种生机藏于肝中，形成肝体而为肝所用。咱们讲了在味为酸，那么这里面，在色为苍，苍是什么色呢，是青色，就是青青这种生机之色，这个没有什么不好解释的。在音为角，角徵宫商羽嘛，你可以理解木鼓敲击的声音，就是《黄帝内经》所讲的五音的角音，有种生机向上的这种势态。那么下面，在声为呼，为什么是呼呢？是生机由口中呼出，你看我们办一件事奔走呼吁，呼是吐，生机是向外，吐露生机，所以是呼。在下面也可以如此来解释。

在变动为握，为什么握啊，什么叫变动啊？所说的变动啊，就是相反的。筋主伸，主变动，肝淫气于筋，这个筋主动作。拳打出去是它的常，拳收回来，握固，就是它的变动。筋主握也可以这样来理解，你看很多角弓反张啊，或者很多瘕瘕，就是那种抽搐啊，这些症状都与筋有关系。筋缩缩了，大筋软短，小筋弛张，肝主聚，气一下子聚在一起了，气不散，那不就是握嘛。人团成一团，四逆证，这样呢都叫握，都可以理解成握。并不一定是手这个握。他是用手这个握来形象的比喻你这种气聚而出现变动的握，环抱，你可以理解成环抱，或者叫做四逆，直接理解成四逆就可以了。下面也如此做解。

在窍为目，我们刚才说了。在味为酸也讲了，为什么在志为怒呢？其实肝贵条达，很早之前我们讲过“怒放”，你必须通过这个努力向上，什么叫努力向上啊，努和怒是相谐

的，这个怒是肝气向上的一种表现，他如果不靠这个努力，这种怒气是不可能推动整个的气机向上开展，所以说在志为怒。什么叫做志啊，志就是向，就是用，就是想，它想干什么，只不过这个想他很短暂，志很长久，他可能十年二十年都是这个志，长久向往的是什么，或者说它的本质的一个特征，这个叫做志。所以说这个志字心在下嘛。你看这个魂魄意志，这个志藏在肾中，肾坚闭不出啊，使这个志长久存在，就是一种志向，你就理解成志向就可以了。它的志向就是怒，向上嘛，就要挣脱，就要生机，就要升发。如果说是大怒，大怒直接携带着底下的用力过强了，你这肝气用力过强，所以说这个怒就能伤肝嘛。肝志在怒，而怒过了头那就伤肝了。适当的怒对于肝气抑郁的人，你这个愤怒出来，对他整个的肝气条达非常有帮助。千万，不是肝硬化的病人不能怒，这个大家一定要理解好了。是抑郁还是过怒，比如说他长期的亢奋不断地怒这个就不是好现象，比如他从来没怒过，导致这个抑郁症，你让他怒出来反而能收到满意的疗效，直接气血淤滞在肝中，你让他发越出来反而好了，这和吐一样，汗吐下三法的吐是一个道理，把这个邪气吐出去，郁气吐出去，现在很多人他不会怒了，不会怒都抑郁了，抑郁了之后肝就硬了。

悲胜怒，什么意思？悲者气降也，怒者气升也。怒是气升，悲是气降。其实它的意思就让你这个气啊降一降，别太盛了，他只是用这个相反的性情来制你，性情贵在中道嘛，你过上则用下的法治；过散就用收的法治；过于流动就用呆的法治；过于呆则用流动的法治；《黄帝内经》这几段就是讲这个道理。悲也气下，不仅是恐气下。你伤悲了，看一看你这个气是不是塌陷了，所说的悲者气消，他这个消，往下消散。恐则气下，那个气是直接客在下面了，惊恐的使下面精气、肾精都散了，为什么人一惊恐万分，容易二便失禁。

问：老师，小孩生下来就会哭，是肺哭还是肝呼？有人能回答吗？

有人说是肝呼。有人说可能是先呼再哭吧，肝升肺降。

是这样的啊，这跟大家说一下这小孩出生，小孩出生前是先天，因为这个西医讲他没有呼吸嘛，他直接好像有一个什么心脏有一个什么瓣啊，直接连着整个的还是跟肺连着还是和哪儿连着，形成一个闭合的一种循环，出生之后他一哭开了以后，就成了后天嘛，后天就是生机要转嘛，他原先是一个混沌，小孩未出生前是一个混沌之体，出生了以后转后

天，就得循环，自我生机要开始做主了嘛，所以说小孩生出来以后不哭就打几巴掌或者说是提溜起来拍拍打打，让这小孩哭起来，他这一哭这整个的生机就运转了。你最好就理解成是呼，而不是哭。好像有类似的一句话，小儿哭即是小儿歌。小儿初生是无悲，所以是呼，通过小儿哭声（这个呼），他不断的啼哭，就可以判断这个小孩整个的气机的状态。就是这一团气的性质，你从哭声就能完全的把握。大家可以看一看千金方关于小儿章，小儿篇有一个相儿法，就是通过小孩哭声来判断他的寿和夭，长命啊还是短命啊，是富和贫，是贵和贱，看这个小孩身体如何，从哭声直接就判断出来了，比如哭声如银铃，绵绵不绝，均匀有序，非常和悦，那么这个小孩一般都是好养而且不错，富贵之象。你若说哭声破锣或者哭声带着嘶哑的、时断时续的，这个小孩一般都是不好之象，或者不成材，或者早夭之象，这个哭声婉转和畅，一团和气嘛！哭声很尖，这个气很烈啊，大家可以去体会，声音相人嘛，通过声音来把握一个人的气团的状态，如果说你功用纯熟，这个人来了之后，直接听他的声音你就八九不离十，你能判断他得的什么病，这是相声法，接下去我们说最后的一段。

风伤筋，燥胜风，酸伤筋，辛胜酸。这里讲的主要是事物不能过用，所谓的风伤筋，大家说说风怎么伤筋了？风伤皮毛，怎么会伤到筋里面去了呢，它是说风里面的变动之气过用，肝气这种生机过用。风你可以理解成内风，内风过用就是生机过旺，就是怒的太厉害了，伤肝了。整个风气的流转筋聚之气，筋者，聚也，大家一定要理解啊，什么叫筋呢？它就是聚气嘛，一条聚气在那呆着，它伸伸缩缩，使你能够运动起来，没有这个聚气，如果是散气你怎么能聚集起力量？筋不是指的我们大脖子筋的那种，指的是特别聚集的那种肌肉，你就理解成聚集之气在整个的身体里的布置就可以了，他是和这个肉相对应的，大家不要理解成生理上的那种筋就可以了。风伤筋，燥胜风，燥气就是清明之气，通过这种清明之气来抑制这个风动之气，从而避免了筋气的进一步的受到伤害，大家不要把这个字看死了，不要理解成自然之风是怎么伤到人身体的这个筋脉的。

下面酸伤筋，也就是筋聚之气过用，又伤了筋了。我估计这地方是不是有衍文呢或是怎么回事，咱们就这样来理解吧。酸伤筋，辛胜酸。它无非是想来解释这个过用和用对方

的这个气来抑制这个过用，从而保住这个肝体和这个筋用。肝你可以理解成肝以聚为体，以散为用，以酸为体，以辛为用，肝以自己为体，以筋为用。什么都是两方面的嘛，有一体就有一用。有一个正面就有一个反面，任何事物都是流转的，没有说停在那儿不动的，大家要记住啊。身体内所有的气机都是生长壮老已的，不断地在人体上流转、迁变，他不会停在一个地方不动的。

问：迎风流泪是不是肝气郁这个问题，大家看看怎么回答啊？

这样跟大家说啊，迎风流泪啊有两种，第一种肝虚，有人说肝虚要敛，肝血不足。有人说肺有问题不能通调水道，肝也不好，应该主要是肝上的问题。一个是肝有实，二是肝虚。老年人迎风流泪的一般都是肝血虚，由于肝血虚使气注在眼中时注的不满，也可以理解是肝气摇荡了，所以说为什么迎风，迎风就是有外物袭击嘛，它一动整个的眼中的水道不和，即泪道不和就迎风流泪了，你补肝就可以了，眼目昏花、迎风流泪。还有一个就是有邪客在这个眼睛的周围，邪气所客，使当时的眼睛周围的这个气自己不能做主，所以迎风流泪，主要是这两个原因。

这个是整个的五段的第一段，也是非常重要的一段。第一是建立了整个的气机的思想，第二个是建立了整个的对待的思想。因为分五瓣嘛，每一瓣都是互相的对待。

问：阳虚，怕酸、怕冷怎么回事？

我给你讲一下，因为没见着你，很多情况我也不了解，我只是就你所谈的说一下为什么怕酸这个问题。是这样的，咱们讲过有两个人啊，一个在上，一个在下互相对视，在下的为体，在上的为用。往上瞅是用，这酸是味，味就是体。酸是阴嘛，酸苦涌泄为阴嘛。如果阳虚的话你可能怕酸，酸它是收敛、阴凝之性。徐徐的而发出生机。但是你上来咬一口酸，怕冷，跟你这个阳虚有关系。大家一定要把这个搞清楚，你看白芍是酸寒的，白芍吃多了就会泄，为什么会泄呢，因为它寒的嘛，寒的肠胃受不了它就泄出去了。但是你徐徐的补这个酸，它是可以益肝体为肝用，但是说这个量大了寒性就表现出来了，这个一定要掌握住。少火生气，壮火食气，如果说上来就吃一大堆肉桂的话，整个人身一团火，马

上就消耗掉了，它也不可能是把这个龙雷之火收起来，所以说要少量的肉桂它起到引火归元的作用，大量的肉桂上去它作用就相反了，这个就是西医的一些药剂啊，大用则兴奋，小用就抑制或者说小用抑制大用兴奋，它就是一个体用的关系。所以说本身阳虚的人或是某种阳虚的人，稍微的见酸，它正好是畏惧的一种心里。但具体的可能跟这个肾虚或是肝郁啊，你看你痔疮，很多得痔疮的人他往往是肝郁导致的，这种痔疮外治不好使。

关于体用，再跟大家说一下。打这个比方啊，它不是绝对的上和下，这个咱先说清楚啊。拿肺来说，肺体在上，所谓的用在下不是一下子就到下边去，所谓的用不是位置的下，而是它想往下去，但是往下去它有一个过程嘛，由上而下这么一个过程，所以它由上而下这个过程都是它的用，而不是它的用就是定在下边。肺在上如果它所有的表现都在下的话那肝肾干什么去了？这个不知道大家理解没理解，它的最终目的是要下去，但是它整个的行程还是由上而下的，当然这个由上而下不仅仅是一个状态的由上而下，比如说肺，它的气是开的嘛，肺者气开，它从开始向外嘛，向外而用事，就像这个总理他在这个位置上。相傅之官嘛，它是俯仰而治万民，他不能头仰着治万民，他要俯身。这个俯身而治万民，这个俯身这个动作就是肺的用，它的目的是把万民都治化了，这个万民就是下，其实它不可能是肺啊跑到下面去。所以这个用和体啊大家一定要搞清楚，用是神，体是位置。所以说肺者，相傅之官嘛。你看这个小孩往上瞅这个用在上，但是它没有说它上去嘛，他不可能上去，他一直在下面待着，但是它的神气是往上走的，所以说这一点呢大家一定要搞清楚。肺者肃降嘛，不能焦满，中医上讲。你看这个咳喘，咳逆上气，他有可能是心的问题或是肺本身的，心阳过盛，肝气过盛，肝气往上顶，顶到肺，使肺气不能肃降，脾胃气停滞中焦，使肺气不能下降。总之就是气啊，或者是肾气不纳，使肺气没有很好的力量肃降，宜**实宜虚**嘛，它导致肺气的用不能表现出来，一直有人在从中作梗嘛！或者本身的力量不强。

问：是不是肺金向下把自然之气纳入体中？

这个肺它在上焦它主吐纳，本身这个吐纳它是由肺来完成的，但是是全身之气的吐纳，你不能说是那这个自然之气啊，这个简单理解成大自然之气，要理解成天气。因为在这里

我强调一点，一定要抛开形的层面来理解气，或者是借用形的层面来理解气。不要局限在形体上，比如说很多机器啊，测量这一块啊，它仍然是局限在形的层面，不可能用形去测气。这个我希望大家啊还是从传统中医这方面来理解中医，因为大家包括我在内不可能用更高的层次去发展中医，那么继承中医就是当务之急，如果说古人的书都读不懂，那么何谈继承中医啊。

我们讲这个肝它体在下而用在上，那么什么时候用过头了呢？怒嘛！因为怒，怒气，怒发冲冠。为什么叫怒发能冲冠呢？肝气顶着整个的气机向上冲顶，使这个头发竖起来，帽子冲开，这叫怒发冲冠。我记得哪个老先生说啊，“一气之流行，一气之盈缩”这两点特别重要。一个是盈缩，一个是流行。所谓盈缩，这团气啊你看着不断地像呼吸吐纳一样，不断地一大一小一大一小，就像水母啊在水中前进的时候，它不断的兜着那个水推动它去前进一样，大家就想不断地一开一合一开一合，人身的一团气就是这样来运化。这个吐纳之气啊从口鼻中而出，其实浑身都在吐纳，不仅是口鼻在吐纳。还有这个流行体内之气的开合升降，我们原先讲过两个基本原则，一个是气机内部的开合升降，一个是外部的吐纳，通过这两个气机才能健运，生生不息。假如有一丝的停滞生机立断，呼吸一停止，马上就死掉了，血脉心脏一旦停止搏动人也就马上完蛋了。

还有跟大家说一下，对一个未知的领域不要轻易说是或者否，一定要深入进去读懂读通，并且能够印证，你才有资格去评价它。你看我们现在谈的气学中医，我没有过多的去抨击西医，因为西医有它的理论基础和临床实践，并且有它的文明所在，如果说这个西医完全一无是处那不可能存在至今，并且不断的发展壮大。一个文明有一个文明的特点，这个是文明的多样性嘛！但有一点，因为从气学中医啊我们知道了气和神还有形，但是我可很负责的告诉大家，这个西医啊主要的功夫作用在形上，而没有作用在气和神上。现在西医也慢慢的认识到一些精神因素对人类的影响，对人身的影响，这也是一种进步。我希望在下面，各位学中医的能够真真正正的把中医学懂，并且能够应用到临床。

这古书还是要读的！不要说是畏难而去读一些边边角角的后人写的一些中医书籍，这样越学越糊涂，最终成了中医的掘墓人了。现在很多的院校的中医学子，学来学去骂中医

骂的最狠，这样下去这个中医的环境越来越严重，老一代的人慢慢的都去世了，中间有了一个断层，非常危险。所以我们的当务之急不是呼吁中医去、复兴中医去，而是继承中医，踏踏实实的，搞这个中医理论研究啊临床啊，20年30年然后才能谈到大家对中医的贡献。如果现在一味的呼喊，可能你自己连中医是什么都不知道，别人拿来一些理论你跟着对方走，你自己的根基没了，最终搞的自己云山雾罩的，自己都把自己否定了。我还是希望大家包括我在内，把中医这个东西啊真正的搞通搞懂，应用于临床并且有疗效。

前两天我治了一个慢性病，一个身体衰弱、阳气虚微、湿阻中焦、并且有遗精的一个患者，30来岁吧，身体很虚弱，气机很弱，我教他蹲架子蹲了一年，气机好多了，而且还有湿疹，但后来他总想男女的事情，看这个黄色的各方面的，遗精很严重。如说到了晚上跟朋友喝点酒啊，肾也虚了，回来就不好了，吃了很多肾虚的药也不见好。给他治了一段时间，他说了一个症状，他说一想啊或是看黄色的图片，他下边就有反应。后来加了一味白芍和荔枝核，这药吃下去以后当天晚上就有反应，什么反应啊，就是下边有感觉了，就好像扣一下子解开了。只跟大家说一下啊，这个中医中药影响的一个例子，那好多患者吃了十包二十包三十包的药一点动静都没有，这基本就没有对症。有的病人吃了汤药，吃三个月吃半年就守着一个大夫啊就相信到这种程度啊。他有什么感觉啊，吃下去底下就直接通了，没有东西碰这个精室嘛，吃完这个遗精马上就好了，到现在没有犯。大家一定要学好整个的肝经啊，肝经有一条脉它直接就是络阴器的，肝郁或者是有邪气所客在络阴气的那条脉上，导致那个脉气抓住阴器不放，很容易产生遗精的症状。有时候你按这个说心神荡漾，有时候这个病不仅是一个心神的问题，这个神不荡啊，底下也会去勾它，而很多人心动下面也不走精。

他是什么原因导致的呢？是长期想念，气结在下面了。客气（就是淫气）结在阴器阴室当中，使这个脉络成了一种结聚的状态，稍微有一变动或者虚，这整个的阴器的经脉一动，就勾动精室导致走精。有的按心肾治啊用金锁固精丸啊，那些东西啊有时候不起效果的。为什么荔枝核它有效果呢，这荔枝核它正好是疏散的，疏散那个气，把那个邪气（当然还加了其它很多的药），客在精室周围的邪气破掉了，破掉当然没有东西再去干扰了。

你心神摇荡，只要不剧烈就不会再发病。

这个我跟大家说一下啊，也就是大家知道邪气所客，直接去破那个邪气对一些实证啊效果非常好。如果是虚证，知道虚在何处而用药。我们上次讲的那个例子，后来反馈相当不错，直接加了两味主药，熟地和肉桂。当时我们讲的是产后风麻，症状是整个的畏寒怕冷，浑身刺痛，用玉屏风散补中焦，补气益气这种法没有效果，这产后虚整个的是女子胞虚，用肾虚的治法，效果马上出来。为什么刺痛啊，阳气虚了，这个外寒往里攻，阳气想往外顶而顶不出去，寒气也解不了，两方相攻产生刺痛。你把里面虚补出来，慢慢的它就拱出去了。如果上来就硬来，用黄芪去拱，拱不动的，没有根基。这个跟大家说一下，所以说大家一定要学好气学中医，用气学的理论指导我们的临床，你就能收到非常好的疗效。刚才有人说了嘛，不要执着于具体的位置，比如某一点，不要这么来做，要整体观，整体是一团气，到底是怎么出了问题。

还有一点，神是引着气走的，比如说癌症患者，一旦知道是癌症，那八成没救，神整个的全都散掉了，整个正气一解，邪气一攻，这个病就很难再治了。

《内经》上经常讲邪气所客，邪气客在哪儿，化寒或者化热。

第六课 20080122-阴阳应象大论

如烟整理

大家好，很高兴又在这里跟大家一起讨论中医，我不太清楚，因为我一直没有仔细看过，这儿固定的人有多少？还是这个经常一茬茬的换人呢？有几个熟悉，好像其它的也不是特别的了解。上次我们是讲到《黄帝内经》有一段非常重要的文字，是《阴阳应象大论》篇的，我起了个头儿，讲了一个东方生风那一段的意义，通过气学中医这个角度来讲的，我不知道有多少人上次听过讲，还有多少人一直在听。如果说没有一个连续的对气学中医的了解，很难能够听进去的，并且也不太可能从中受益。

就像上次有一个人问我关于临床的问题，为什么不多讲些临床？实打实的拿出几个直接对某一疾病进行分析和治疗。这样给大家说一下，因为这个疾病它变化万千，不可琢磨，而且这个病它是一个迹，什么叫迹呀？就是行迹呀、痕迹，就像一个人在雪地上走路一样，这个人活的，但走了一圈留下的的足迹是死的，就是古人所说如果不明其理徒用其方，或者说是以一方治一病，这样皓首无功，头发白了你可能也不太知道道理。

现在很多人，古人基本上也都讲过，挟一技而成名的也很多，觉得他就会治某一病，某一种病中的某一类，就会治这种病，治得也不错，但是我们是不是要成为这样的医生呢？首先我在这里说可能很多人愿意成为这种医生。因为首先生计问题解决了，名声也能出去，但是我给大家讲的气学中医不是让大家成为这种医生，咱们可以把这种医生叫做医匠，匠就是匠人的匠，这里面倒不是说贬低匠人，而是不停的重复干一件事，却不知道其中的道理何在，那这样的医生他不可能对所有的病有一个整体的认识，那辨证施治也可能谈不上，因为没有在理的基础上做事情，很多事情没法再谈，所以说当务之急不是临床。

从我这方面来考虑，如果不把自己这个放在整个几千年传承这种文化当中，去体会或

发挥中医的话，那么可能你临床一辈子，很多道理你也不可能入门。治一千个病人不可能总结出一个道理，因为大家都是站在巨人的肩膀上的，如果说没有传承的话，那你和原始人有什么区别。有些人中医如果没有根基，没有理论的根基，那么都靠西医，都往西医那条路上走，就好像一个民族它没有本民族的语言，那么她的文明也会慢慢地衰亡，语言是承载文明的工具。所以说我们当务之急还是在理上要有一个清醒的认识，因为这个是根子，是着眼点，失去这个理，那么谈中医就没什么意义了。

这些年不是一直有废医存药的这种说法，所以说中药不是中医的特有，那这些药，很多生物制剂呀现在西医也在研究呀，很多天然的，那么中药如果失去中医理论的指导，那它就不是中药，那它变成了西药，西医体系下所用的治病的工具。那么同理阿司匹林这些如果从中医的道理来施治，那么这些药也变成了中医指导的中药，或者说这个关键在于理的继承，文化的继承，而不是上来反反复复讲临床。不过在这里呀，给大家说一下，古人讲这个辩证最难，方药次之，如果说再守一病，那很多事情就僵死了，没法再继续讲下去了。

这个是一个题外话。然后是这样，上次我说过了，东方生风这一块是我讲，然后其它的我希望大家一起交流，来把这个文字弄明白。因为我说过，这一段它是《黄帝内经》的一个眼目，非常重要的一块，它奠定了整个五脏配属的理论基础，整个的五脏生成，五脏分类的标准和匹配，在这五段简短的文字当中体现的淋漓尽致。如果对这几段没有一个明确的认识，这个中医不可能登堂入室，所以说大家一定要重视这几段话的涵义。我不知道中医院校他是怎么来讲这几段的，但是咱们从气学中医的角度来讲，因为我记得已经做了很多铺垫了，比如说给大家讲的十二属相是怎么用气学来理解的，包括讲《难经》前半部分的时候引入了一些气学的理论，包括气学中医的几大原则，我觉得如果一直听下来的话应该能有一定的认识。

然后咱们下面就讲这个南方生热这一段，大家一起完成从气学中医角度的理解。看有没有发言的？咱们一句句来抠吧。“南方生热，热生火，火生苦，苦生心，心生血”，那么这一段大家有没有愿意来探讨的？上次我好像作了个提议，如果能固定下来一些人就好

了，这样可以有一个连贯性和一个有的放矢嘛。

那我讲两个题外话吧，今天刚刚看了一个报道，说国家在大力推广节能灯来代替白炽灯，大家知道白炽灯和节能灯的区别在哪吗？你看回答说，有说是冷光源的，波长和发热的问题，亮度和寿命不同，一个耗能，一个节能。咱们这样说一下，现在由于工业产业的发展，到现在人们耗能越来越严重，这个能源呢是一个非常棘手的问题，那么在这里面推广节能灯呀，当然有它节能方面的考虑，这个咱们也是支持的，我大致先说下节能灯和白炽灯的区别，然后咱们马上转入正题，从气学来讲一个最大的区别，就是节能灯是阴火，白炽灯是阳火。什么意思啊？阳火益人，阴火损人，你看这个阴火它耗能源耗得很少，稍一点儿能源它就能亮，但这个亮呀它不是真亮。怎么讲呢？象月华一样的亮，你看月亮是阴火呀，你也可以理解成月亮是冷光源，它是反射太阳的光而来的嘛，这种冷光啊是阴气结成的，阴气结成的也发光。给大家说一下，并不是阳气结成的发光，这个白炽灯啊是阳气结成的，所以说白炽灯啊它耗电大，而且它的光黄、亮，给人以温暖感，冷光源打出的光不会给人以温暖感，这个是一个从气学角度来讲的重要区别，所以说白炽灯发的光和节能灯发的光有本质的不同。为什么提这个？因为这里面涉及很多重要一些的问题，所以说给大家说一下，希望大家能够学好气学，你一下就能够辨别出来哪个是益人的，哪个是损人的，哪个是阴，哪个是阳，如果从节能的角度去考虑，咱们得响应国家的号召，多用节能灯，但是从养生的角度来考虑，应该多用白炽灯，而少用冷光源的灯，尤其在晚上，这个咱们大致说一下，然后就回到正题。

还有谁要讲“南方生热，热生火，火生苦，苦生心，”的道理吗？刚才那个网友说的其实反映了好多人学中医的一个普遍现状，就是在这个五脏相生相克和配属的上面不是很清楚，老师也讲不透，在这一块没有搞清楚就开始学方剂、学诊断、学其它的，学来学去你没有一个真正的核心作指引，你学来学去最终还是要绕回来理解这个问题。因为大家可以看看古书嘛，所有古书开篇基础和中间深奥的问题都要用这方面来理解，不然的话古书你看都看不进去，更何谈以后的辩证施治了。还有谁要发言吗？希望大家踊跃的发言，这一块我到时候没有保留地给大家挑明，里面到底为什么古人这样来配？但是一个前提，大

家一定要一起来做这件事情，不然的话很难能够形成一种共鸣。

既然没有人要上来说，那我就再讲一个咱们生活起居上遇到的问题吧，再次启发下大家。咱就说说炉子吧，你看古代对炉子很重视，并且把这个炉子叫灶，灶有灶神灶王爷，要拜灶王爷。那为什么对炉子这么重视呢？那大家说一下，炉子在一个人的家庭当中或房子当中它代表什么呢？我们前面说过这个气学有八个原则，其中有一个原则就是万物皆是气，事物皆是气，所有的事是气，物也是气，那如果说把一个房子比作一团气，中间有一个炉子，那这个炉子是什么呢？你可以拟人来作比喻都可以，你可以根据一条原则嘛，任何气都是有感知的，都是有灵性的，对呀，大家说的都挺好，炉子是火，代表火源，解决吃饭问题，点燃能量的机关，是心，是一家人的生气，食色性也，吃饭最重要，当然炉子最重要了，炉子的本原是后天，是中土，还有要说的吗？是阳气，是阳气的中心，你看大家把这个炉子整个的概念基本上说的差不多了，还有人说是生气，大家尽可以的去比喻，去想象，去拟人，也可以直接从气学的角度来讲，或者套《黄帝内经》的一些五脏六腑的都可以来说嘛，其实大家已经基本上把炉子在一个家庭中的重要性给说出来了。

其实炉子它就是这么一个东西，它是生气、是生机，是整个阳气的中心，是心，这个说的很不错的。你可以说它上面做的饭是脾胃，但是炉子不是脾胃。有人说炉子是后天，是中土啊，它不是中土，它是肾气，你可以说是心气嘛，因为炉子点着了，上面能够生火做饭是心气，那下面因为燃烧嘛，你也可以代表肾中动力，是生机，总之是阳气总的代表，就好像太阳一样，所以整个炉子它照耀着整个家庭、整个房间，可想这个炉子它重要到何种程度。

那么咱们看一下整个炉子的发展史，最早是一锅一灶，底下烧柴禾，慢慢的这个炉子也烧煤，一直是明火存在，尤其是北方嘛，它这个炉子一年四季都要有，都要烧着火不灭，到下次做饭时再开开换煤。八十年代前一般都是这样吧，但是慢慢的随着人们起居生活环境的改变，液化气引入了家庭，先是带罐的，后来慢慢发展成管道，这个有一个本质的不同了，就是这火呀，开则有不开则没有。这个咱们先串完了。然后接下去之后呀，现在发展到有的用了电磁炉、微波炉、电饭锅，炒菜做饭看不到火，这由明火变成了暗火，又从

煤气又进一步进化到用电、用磁，走得是这么一个过程。

那么大家说一说这其中的利和弊吧，既然大家前面都说了炉子的重要性是太阳，是生气，是心或者是肾或者是脾胃，总之是非常重要的，但是随着整个生活方式改变，现在炉子它的重要性它越来越只是做饭。我来起个头吧，在炉子的整个演化过程中使人们越来越关注它的一眼能够看到的功用，而慢慢的忽视它潜在的功能，我记得老子说过这么一句话：

“三十辐，共一毂，当其无，有车之用。埴埴以为器，当其无，有器之用。凿户牖以为室，当其无，有室之用。故有之以为利，无之以为用。”总之是什么意思呢？就是一个轮子啊，三十个条辐围着一个轴，这个轴是空的嘛，那这个中间是空的啊，人们看着它没有用，但是对于车子是有大用的，因为它空了嘛。凿户牖以为室，就是说一个屋子凿了一块儿下来之后当窗户使嘛，你看着它是一个空的没有用，但是对于整个屋子来说它是透光透亮和通风来用，我们放在这个地方来理解炉子，那么你就很好理解了，首先大家强调一点，炉子是不是仅是做饭之用？，而且这个炉子呀从大变小，从厚变薄，从经常用到只是做饭时用。

对啊炉子可以取暖嘛。我记得从我的心情来讲，我非常怀念蜂窝煤的那个炉子，天气很寒冷的时候，外面都很冷，围在炉子边，烤烤手或者即便不烤手，也想让蜂窝煤整个的热辐射来熏一熏脸，感觉非常舒服，到现在也非常怀念。但是目前住在楼房里面，很少有机会能够体会拥炉夜谈或拥炉而坐这种感觉了。你看现在取暖是暖气而不是炉子，大家可以想像，暖气和炉子同样都能达到 30 度的情况下，大家觉得它们的功用是不是一样呢？可以用前面咱们讲得白炽灯和节能灯，大家可以参考一下这个暖气和炉子的区别。

大家一定要开动脑筋想背后的东西，不要想表面东西，这是学气学必须要掌握的，气学就注重无的层面，而不注重有的层面，因为有的层面，现在整个的物质文明已经研究的很精深了，研究到量子、粒子，已经开始从有趋无了。有人说了炉子是阳火，暖气是阴火。还有人要说吗？炉子是阳气足，炉子是真阳之火，你看这样咱们就慢慢的能把大家理到气学这个层次来讲问题了。因为气学它不仅仅是中医，生活的方方面面都涉及到气学，如果说气学你学好了，对你整个的生活工作、各个方面都会帮助很大，你一下子就能判别好还是不好，把握背后是一股什么气。

你看咱这个炉子和暖气，暖气是热水产生的热，而炉子它是火而产生的热，这有本质的区别，咱们可以说，如果说讲辐射来讲，炉子的辐射，它潜在的辐射，它不同层面的辐射，它都体现阳性的性质，象太阳一样，而暖气它只是一个热水它的一个简单的幅射，它的后劲和炉子可以说完全没有办法来比，而且暖气里面是暖水嘛，暖水最高是 100 度。你想炉子里面的温度是多少度？它虽然说造成的室温比如说是 25 度，暖气也是 25 度，但后面背景辐射可完全不一样啊，炉子是拿上千度的温度去作背景辐射的，你这个暖气撑死了是 100 度作背景辐射的，那能一样嘛。所以说和那白炽灯的道理是一样的，所以说你用暖气来取暖呀，你感觉不出炉子的感觉来，所以说炉子是阳气，而暖气它只是热，不是阳气，你也可以管它叫阴火吧，因为都属水嘛。那么回头我们接着再说这个炉子，大家说说炉子的功效吧，除了吃饭取暖外，它的功效是什么？因为暖，你能感觉到的暖只是 25 度或者 30 度，那么暖气可以代替，吃饭电磁炉之类的东西可以代替。

有人说炉子的热比较集中。

那么我来说一下吧，第一个炉子提供了一个阳气强大的背景辐射，这种辐射可以辐射到整个房间，它可以穿透墙壁，辐射到整个房间，因为它穿透墙壁并不是一个温度的问题，它整个气无远弗届嘛（出自《书·大禹谟》，全句是“惟德动天，无远弗届，满招损，谦受益，时乃天道”。），但它这个炉子呀它是有一个界限的，所以炉子啊你放在哪特别重要，古代讲安灶啊，灶安在哪个地方？冲着哪边开是非常有讲究的，安灶就相当于安心、安肾，把这个肾心你得安好了，或者可以叫作脾胃，炉子你看从哪方面来讲了，按功用来讲是心，它里面的火是无形的是肾，那么它炒出的菜，整个烧开的水那就是脾胃了。

第二阳气，这个炉子避邪气，如果大家生活在，城里人，现代人可能对这个邪气啊可能理解不深，农村啊可能要深些。因为咱们讲过任何事物都是气，气都是有不同层次的，气是有感知的、有灵性的，大千世界无奇不有嘛，不仅是人类这么一种生命形式，或者说我们理解的很多生命形式，有我们能看见的，也有我们看不到的，有有形的，有无形的，总之这个世界比我们想像的要大的多，而且不是在其它的星系去找去，就在我们地球上应该到处都是，只不过你这个视而不见罢了。所以说有一个炉子它可以有避邪气的功效，这

个邪气大家不要讲虚了，不是鬼神之类的那种东西。

第三是炉子啊是一个能量场的聚集地，就像安了一个心脏一样，它是有主的，要是没炉子它就没有主了这房子里，大家理解吗？炉子安在那儿，你那个整个屋子的气呢都是向心的，都是向炉子靠拢的，所以古人讲灶神，所以说这个炉子，这个灶在整个房间里的整个家庭里的位置非常重要，相当于你的另一口人一样。炉子在北方，南方我不太了解，因为我是北方人，用蜂窝煤炉子的时候，炉子做完饭是不熄灭的，它一直烧，可以说24小时炉火不断，这样就提供了一个不间断的能量场，这种场向外辐射，它可以说是照耀或者说温煦着你整个家庭，这个温煦它不是在温度上的温煦，而是在阳气上、气学上的气的层面的温煦，有炉子的家庭感到温暖，没炉子的家庭感到寒冷。你就有暖气，也不是那种感觉。这个我们讲了一下炉子，我不知道大家有没有理解，现代人用电磁炉，人们都把炉子理解成做饭的东西了，这个是大错特错。很多寒性的疾病，如果有炉子它不会很严重的，或者说很多衰弱的症状，有炉子也不会衰弱的很快，没有炉子你就象没有心一样，在一个没有心的一个房子里生活，你想想生气不足啊，你在这个场中生活，你要是身体不强的话房子不会给你助益，不会给你带来多大的帮助。所以说我们生活在一个被一个气场包围当中，那么你是否能很好的了解周围的气场，对你的整个人生，人的生存至关重要，那么就涉及到风水的问题，因为这里面讲中医，我不想多说风水，风水就是一团气，气之周行变化。

那么好咱们退回去。开始讲那一段。我给大家开个头。因为讲了炉子了嘛。它不是“南方生热”嘛，正好也是机缘巧合，我先给大家说一下，下面我还是希望大家一起来交流。所谓南方生热，这个南方不是指地理上的南方，那如果说有较真儿的，往南走，走过赤道，你还能叫南方生热吗？这种理论如果说有地域性的话，不能称为一个完美的理论。象我们前面讲的东方生风一样，东方生风，那么有人说了，那是我国东方东南季风不断的刮，那么这个就是太浅层次了，所以说大家不要把这个东方南方西方北方理解成实在的方向，或者地域上的方向，上次我们讲过这个左旋嘛，左旋的理论，整个宇宙的大背景，整个宇宙它都是左旋的，向外开展的，就是不断的开的状态。

那么人说宇宙大爆炸，那你想啊，如果说把整个宇宙理解成呼吸的状态，那么现在是呼而不是吸，一下子，我们就在一个整个的呼的大的背景下生存，那么这个呼都是左旋的呼，不是右旋的，大家有兴致可以搜一下左旋，就知道了整个宇宙大背景都是左旋，那么左旋从哪儿开始呢，我们就定了一个方向，它开始呢叫东，然后左旋、旋下来，旋到南方了嘛，再旋到西方，再旋到北方，这正好是一圈。它不是指这个我们中国所处的东南西北，那正好中国也处在北温带的一个相似于东方有风、南方有热的状态下，这个只是说古人借这么一个比喻。

那么这个大家知道吧，南方生热，什么叫热呢？就是生机旺盛叫热嘛，生机衰退不叫热。从气学上讲就是气聚就热，气散就寒，你这样来理解，不要认为这热就是温度上的热，最热的一个体会嘛，就是分子、原子活动力强嘛，互相碰撞，那个热闹那劲儿产生出来了，你就觉得热。热它是一个相对的，没有生命迹象就是冷，有生命迹象就是热，所以说这些理论它都是一个很深层次的理论，不要浅层次的理解就是南方生热，到三亚就热得不得了，这样理解就片面了，容易遭到西医的垢弊。

那么好了，我们接下来说热生火，所说的热呀，这个热腾起来，发为用，这个就是火，你看地热而产生上面的火，你可以这样来理解，地热你可以说是，这个是基础嘛，先有热，热才能生火嘛，你不热，它打不着火，摩擦起热，摩擦就生出火，这火是用，热是体，一个是基础，一个是用，叫热生火，你看古人这每一个词，遣词造句都是非常用心的，没有随便说说这种事情出现，基本没有，那么生火，就是生机之用。

那为什么火生苦？苦生心呢？其实你可以直接说火生心嘛，中间加一个苦，它的意思啊，用要变成体嘛，火是无形的，要变成体，要怎么变呢？火聚而生苦，什么意思呢，你看火散了，它煮出东西都是焦糊味的，这个只是浅层次的理解，那么深层次的理解，它把体给煨用成味是苦的，所以说苦味又是体，那么看一下，热是体，火是用，那么火用又来生这个体，体是苦嘛，因味是体，气是用，那我们中医基础都讲过啊，味道嘛，五味为体，五味你得拿舌头来尝，它是藏在药材或食物里面的味道，味道是需要尝的，先闻那么它是发散的，闻的那个味是发散的，你尝的那个味道是藏在里面的叫作体，这个奠定了火生苦

啊苦生心，这个奠定整个五味的基础，所以说我给大家说，这几段非常重要，至关重要。对大家奠定整个中医观有决定性的作用，如果这块搞不明白，几乎中医没法学，那最终你就是守一方治一病，你到老了有什么用呀，到老了还是守一方治一病，那就理上你不明白呀，你浑浑噩噩，那还不如你有一个计算机呢，那计算机直接一方一病都给抄进来，那病人来了，你拿计算机一敲，你是什么病一输，出来一方子给病人了，病人好了，那这永远是外在的，这名色财利都是身外之物嘛，不是自己的，不能化成自己的智慧，这东西最好不要用。

好，我们接着来讲，热是基础的基础，有了生机，才会有热，有了热能够生出火来，这火为用，火用向上蒸，它把一些体物化成一些物质，把火气藏到这些物质里，变成苦味，什么叫作苦味？苦味是我们口感上的一个感觉，大家可以感觉一下你的舌头触苦之后的那种感觉，苦者破也，古人说苦以破之，苦以发之，什么叫发呀？苦它本身藏了火之用，火用藏在苦味当中，是苦发、苦破。那黄连它是苦的，它可以燥湿，其实它是一个发性，苦发苦破嘛。你看大黄，所有的能够通关或者清热的药都是苦味的。辛散，辛是散的，苦是发的苦是破的，大家这样来理解。味苦的药，一般都有去热的作用，为什么能去热呢？它把这个破开、散开，所以说有去热的作用。

那么苦生心就好理解了，因为心是能量的聚集，象炉子一样，有聚集之物才能生出这种生命整个运化之机的关键。那么这里面用这个苦发，什么叫发？就是发条一样它不停地在运动，那么心脏就是符合这个特点。我们前面讲过这人体气机有四种升降开合嘛，这个心它是一个泵，不断的输送能量，是从肾上不断的输送能量，一条线是心肾相交的，另一条线呢？是从肾上泵到肝，肝再输给心，那么这两条线保证了心脏能量的足够运化。那么它运化就是不断的往外发，就好像运钞机一样，所以说大家关键掌握发的一个特点，那么你就可以理解什么叫作热？什么叫火？什么叫苦？什么叫心了？它只是一个气学的不同层次的表现形式，万事万物一气之流行嘛。心是光明的，心是涌动的，它哪来的涌动的劲？它向哪涌运？它不断的向周身涌动，这不是一个发是什么呢，所以说用这种苦味来生这种心气，并不是苦味去生心气，那黄连苦它是散心火的嘛，它也不生心气，大家不要说把这

个表面的意思去障碍了你的整个思维形式，要用气学苦是发的，所以说心也是发的，两者相对，所以浅层次你就可以理解是苦生心。那好这一段很关键，因为直接涉及到下一段的讲解。那么这样大家对这一段有什么不理解的，我不知道大家有多少读经典的基础，或者说有多少有中医的基础，我这个讲的一般是对有中医基础来讲的，对有一定的五行观、脏腑观来讲的，如果说大家对这一段有什么疑问咱们可以交流讨论，因为这个直接是角度，你从哪个角度进就决定了你能够理解到什么程度。

大家说说吧，有人说苦是降的怎么讲？你看啊，《黄帝内经》从来没有说苦是降的，都是苦是发的，苦不是降的，如果心是降的就很难理解了。现代人苦降辛开，就说苦是降的，苦不是降的，关于苦生坚我们下面来讲，其它的一些问题，苦不会正（面）来生坚的。咱们先理解整个的心的特点，苦的特点，热的特点，火的特点，你串在一起你就知道这个整个气机是一个什么特点。还有给大家说一下，大家如果学过中医的话，希望大家一定抛弃一些中医教材的或者说近代的一些人对中医基础的理解。你看看《黄帝内经》是怎么说的，大家可以都搜一下，尽量让古人的言语或古人的思维方式来理解古人的事，这样你才能打开这扇门，这气界的门嘛。

我们讲过这界分形界、气界和神界，我们讲的是中间这个界，也就是中医的本质的特点所在。如果说人家问你了中医什么特点呀？中医有什么优势呢？那么以后如果说我们觉得投缘的话，我们可以说中医立意的气界上，世界分三界，整个的存在分三界，气界、形界和神界。这个物质文明呀，现在探讨的主要是形界而没有涉及到气界。大家知道量子力学，现在学到量子已经开始慢慢的认识到气界，物极必反嘛，你这个形界学到一定程度肯定要了解到气界是怎么回事。那我们的祖先直接就认识到了气界，并且中医就是从气界过来的，因为人生的时光短暂，这佛教来讲得人身难得，只有人他才能智慧地明理，所以希望大家能共同来研究人生的或者是整个世界的道理，这样对整个的身心都是终生适用的。

那咱们继续来讲吧，有谁上来说两句呢？因为这一块是关键的，如果说是没有一个很好的气氛，这人很难能静下心来想这些问题，它不是一朝一夕你可以想通的。但，是可以给你提供一种思考方式，贵在给以方式，路要走对，不能走错，如果走错了下再大的功夫

可能也是徒劳的。这样给大家说一下，就像有网友所说的：人确实是一个有机体，这个有机体就是一气之流行，一气之盈缩，也就是一团气，这团气不断的吐纳，和周身呢不断的周流变化。那我们想像一个道理，这个咱们进一步来探讨。人作为一个生命体，它首先是排外的，它自己要保证生存，要保证稳定和生存，先是生存，再是稳定，三是功用。你看手能动脚能动，眼能转能够对外界作出反应，那么大家想一下，那么如果说是有一个主宰的话，适者生存嘛，不断的演化。那么它是如何的来变化，来适应这个环境并且能够生存发展？如果说把它比作一个信息体的话，它所有的信息是水乳交融而有条不紊的。那么它这个神啊，我们讲的神你可以讲意志，这个意志可以说是生命啊它随着不断延续下来，自然最终决定的一种意志，这是大自然的最终的选择嘛。如果它的意志想飞，那么它慢慢的所有的功能都会向飞的方面发展；它要想游，它所有的功能向游的方面发展，下水游嘛；它要想奔跑，向奔跑的方面发展，那么它所有的机体都会协调的去做这么一件事，你也可以叫做意志论，就是它的整个意志，而不是它单方面的某一个意志，它整个的意志决定了它整体就是为某一功用来服务的。

那么这样来讲我们就知道了，必须严密的和谐你才能达到这种境界，不能出现贪官，身体里不能出现贪官，各个部分必须互相照应而又有所主宰，那么这就是我们从简单的意志论上来理解整个的生命体，它不会让你某一部分出问题，出现严重的问题，它也不会因为某一部分去抢夺你其它部分的营养和环境，那么这样说，它必然是个统一体，那么这种统一体它和谐的程度其实远非我们所能想像到的。比如说一个危险到来，首先眼睛看到了或者耳朵听到了，意识反应过来，那么整个的大脑其实不仅是大脑，你可以理解成你的神气会迅速的传遍你整个的身体，让你每个细胞、每个组织都知道这个危险的降临，而不仅是意志知道，因为当时你看神经一绷紧，所有的神经、所有的全部都动员起来去应付这个危险。

关于五音，因为我们马上也要讲到，所有的都是从“五”这块来理解，因为一气嘛它只要静止，它是不动的。它只要一运化，那么它就会产生变化，那么这个变化在一个机体内啊，如果说分五块啊，那么它就是五种变化，这五种变化各代表某一种状态，然后通过

这五种变化，这就是五音嘛，就是五种音的五种状态，就是五音，就好像一个蛋糕一样，切蛋糕你切五块就是五块，切四块就是四块，切三块就是三块，这个正好对上咱们的阴阳、五行、八卦，那么去理解这团变化，这个就是河图洛书它的用意所在，所有这些东西都是在讲太极是怎么生出两仪的，太极生两仪，两仪其实已经生出（四象），任何东西它只要是一生，它就出现了变化，因为我们一个人，它面向南背就对着北，五音古人也是这样来做的，把世界整个的音，音气你可以理解成音气，音是声音的音，这种音气是最典型的五种状态，不同的五种状态，那么你去理解宫、商、角、徵、羽它的含义，我对音律不是特别的精通，但是《黄帝内经》所讲的五音就是这么来配属的。因为我们首先要来先讲这五种气态，最主要的哪五种气态，然后我们一个一个的配属你就了解了整个的气机是怎么一回事。这样咱们随后会涉及到这个五音的。

五脏六腑四肢百骸都是气化的产物，叫做脏器，都是由气所充而成的，气化而成形嘛。那这个气是什么气呢？太极是一团气，人不可能是静止不动是一团太极。那么人是生命，有生有死，它要完成这个历程，有这个历程就有功用，就有流转变化的，那么这一个太极一下子分成五份，它一转嘛，其实不是五，可以是千千万万，但是你可以理解成五份，它正好拿出五脏相匹配，五脏无非是五种气生成的，这五种气是哪五种气呢？无非就是我们讲的升降开合，再加中焦脾胃运化的那种斡旋之气，就是黄婆嘛，这五种气散布在人身构成了五脏。任何一个事物，它只要一立太极，一动马上出现气机的变化。那么你一分，可以分成五份，可以分成八份，八就八卦嘛，五就是五行嘛，分成三就是三才嘛，它就是用这个来化成了有形的东西，我们讲了嘛。

有一个人问了，多讲一下神界气界形界，这个神界我们先不讲，我们先讲气界，气化而有形，有什么样的气化什么样的形，但不是马上就化，它慢慢化之。比如说我们这个聚人气，他不是说一时聚，聚了人气就要做事，做了事就要定，这事儿定下来了就化成有形的了嘛。你看我的一个思想化成一团气，这团气摸不着看不见，但是有没有啊？肯定是有，如果说你专注于此，这团气慢慢地就会往有形的方面发展，就是由隐而显嘛，刚开始是谁也不知道的，慢慢地这个事儿就不断地长起来了，就像一粒种子嘛，在地底下看不到，

长起来才看得到嘛。人身也是，最早是一团氤氲之气，就像星云一样，是氤氲之气，星云说嘛，整个的星系形成的说法有很多，星云说是很不错的，先是氤氲的星云，慢慢地化成了各个星球，不是上来就有星球。五脏也是，不是上来就有五脏，就像胎儿生的一样，它不是上来就有五脏，它是先由其它的细胞所谓什么干细胞不断分化，化出的，里面都是充着一个气，你把胎儿理解成一个气球，里面的气你是看不到的，但气球慢慢的变大，是什么使它不断变大？是里面的气不断成长使他不断变大。人也一样，人从小孩往高里长也是一样，都是里面气顶着往上长，如果气撤下来，人就不长了，它长到一定年龄，这个气一稳定，人身高就定了。胖也是一样，心宽体胖嘛，人心一安定，气由原先的紧缩往外一开这人就发胖了。

关于五运六气，从我的感觉来说，不像是黄帝内经本来的原文，那么后来加的嘛，谁加的咱就不可考了。五运六气无非也是套用阴阳五行的东西，那个更有规律可循，但大家不妨先把《黄帝内经》这个基础这一块儿讲清楚，那一块儿有很多定式，你直接按照那种思维去走啊，你一下就能推出来，不用费太多的神思。

那我再多说两句，一定要努力去学看不到的东西，看得到的东西大家都会，都能掌握，书本都有，这是第一，第二啊，不要去多记一些教条，多记一些公式，西医爱搞公式，大家可以看看数学，如果喜欢的，拿本《九章算术》大家看看，东方的数学也是相当灿烂的，它和西方的希腊的数学是两个数学体系。

一定要学活的东西，你看现在很多人学习啊、考证啊、职称文凭啊，这些东西只要是死的，就会有更多的人更容易拿到，活着的东西是不容易拿到的。就像一头牛在雪地上跑，你不断地追逐这个牛的足迹是没有用的，一定要看到牛。

那好咱们接着往下讲，大家说一下心生血，血生脾，心主舌这三段，大家是怎么理解的？有没有想上麦或打字的，把心生血，血生脾，心主舌这三块说一下啊。其实大家要理解好这个，体用论必须学好。就是我上次讲的那个例子，楼上楼下两个小孩互相对视，楼下的体在下用在上，楼上的体在上用在下，所用就是神，就是想，你想干什么就是事态，未来的事态叫用，或者发出来的叫用，自己的根基或者根据地和目前的现状叫体，大家先

这样来理解。因为任何一团气，它在一个点都有两个状态，一个体一个用，它在哪儿？想干什么？在哪是体，想干什么是用。大家记住这个，以后就拿这个在哪儿想干什么去理解体用和理解整个的气机，唯意识论嘛，我坐在这儿想给大家讲课，那么体就是我坐在家，用就是我在课堂上讲课。那么大家也一样呀，坐在家听我讲，都是两方面的嘛，任何都是阴阳嘛。

那么这里面咱说了，心是在哪儿，想干什么？大家说一说。在这里给大家透露一下，那个河图讲的就是体用和对待，这个体用搞不好，你这个中医是很难往下读的，尤其涉及到后来。那么我们说一下吧，心是体血是用，所以心生血。无非是心在心位，神在心位，或者心主神嘛，心神在心位，想把血输送到全身，血脉嘛，对嘛，有人说了嘛心在中央，用在四方，通过血来用，这个就直接奠定了什么基础啊，这个五脏跟体、肉、脉，后面是在体为脉，还没有讲到呢。先是中央和地方的关系，还有中间输送的关系，就在这儿能够体现出来，你看前面我们讲过，肝生筋嘛，心生血，上次我们讲了肝淫气于筋，那么肝是干什么呢？上次我们讲过，肝体是聚的，用是散的，所以有人就说这个散和用，收和敛，肺也都有两个，肝也都有两个。这个所喜、所好、所忌的就不好理解了，那么你就用体用来理解，都是两个，没错。

那么下面的也都是如此来解释，大家这儿理解了吗？心要发用嘛，肝，气是聚的，用是散的，通过筋这个肝又主动，通过筋的整个的散布于四肢，让整个的生机动起来，这就是肝的作用，那么肝气它要流转到心气嘛，最终变成开气，这种开气通过血脉，把这种开气推动到全身，这个你也可以理解一个简单的控制论。只是借用控制论这个名字，其实控制论还在表面形的层面上来理解事情，没到更深层，因为它在不同的两个面，就像横坐标纵坐标一样，不同的层次去理解这个事情。所以心生血，心是体，血是用，推动到整个的全身了。

那么接下去血生脾，为什么血生脾呢？大家还是要看前面肝那一章，是筋生心，这里面是血生脾，是不是血归于脾而生了脾呢？这肯定不是这样，那么这样解释是表浅的解释，永远解释不通。《黄帝内经》的这段原文到底在说什么？这样我给大家说一下啊，大家跟

着我的思维来走，心是体，生了一个用是血，是由体而用，那么用后，物不可以终极，就是说用完了之后干什么呢？它正好是螺旋式的上升，它又进入了下一个阶段，那么用又会化为体，化为什么体呢，它不是化为原先心这个体，而是化为心气继续往前走的那个体，像人走路一样，左脚右脚、左脚右脚，那么不会在原地踏步。有人说这个整个的阴阳、五行它是画圆圈，在原地画圆圈，是一个闭合的圆，那就大错特错了。它每画一个圆圈回来的时候它都不是在原来的那个点上了，就像我们黑天白天这个不断的交替，难道黑天白天都是简单的重复吗？这个大家一定要理解透了，它不是简单的重复，它已经到了下一个圆圈的下一个阶段了，这个一个大圆圈套小圆圈嘛，随着昼夜的更替，月亮在不断的周(期变化)，今天一个昼夜是初一，明天一个昼夜就是初二了，那么它也是这样的，一个体用完成之后，下一个体用就是下一个整个的循环，体用是一个小循环，就五脏生成是一个大循环，所以说是螺旋上升的嘛，你也可以说是螺旋下降的嘛，本身它是生生不已嘛，《周易》讲生生之谓易嘛，生而又生，不断的向前生，永不止步，永没有停留下来的时候，这样你才不至于死，大易流行嘛，这个流传了几千年了，到现在不断的生生变化。那我们中医也是啊，不断的获得新生，生而死，死而生，理论不断的翻新，但是你还是抱着原先的东西，语言文字啊，那么这个已经不合时代了，但是不断的生生不已中间的这道线那是存在的，依稀存在的，如缕不绝呀，这道线是无形的，不是有形的，你只有说是靠不断的勤奋、用功、精思你才能慢慢地看到那东西。

那好我们接着讲，他讲的这个心生血，体而用，用而体，体用是一个循环，那么这个血是用，是功用嘛，那么它回来生这个体是哪个体啊？这个气它已经是变化了，不是原先的那个心气了，已经变为和缓的脾气，而这种气聚在脾中，产生了和缓的脾气，斡旋于中焦的脾气，那么这样气机才会流行，不然的话，心气是心气，肝气是肝气，各不相干，几个部门谁都不交流，那么这个工作怎么开展呢？就没有办法开展了，心肝脾肺肾是体，筋、脉（血脉）、皮、肉、骨这个是用，五体五用之间，五体是靠五用相连接的，并不是夜卧则血归肝，白天血归脾，脾为贮血之器，这东西解释都是不符合古人的思维定势和真实意义。我不知道大家理解了没有，一定要理解体而用，用而体，每一个体用循环之后都是走

到下一步的这个气的状态上。大家可以这样理解，肝是生心气的，心气是生脾气的，脾气是生肺气的，肺气是生肾气的，你把这个五脏相生理解成是四季，那么体用循环理解成是一个季，那么每一个体用循环都是向下一个季度来走，那气机就是在这体而用，用而体的变化当中不断的在五脏当中周流的，气机不会停留在某一个部分，某一个脏腑，但这个气机又不是我们平常所说的经脉流行之气，而是内在的深层次的气机的转换，我不知道大家理解不理解，下面都这样来解释。它的目的，这个整个生命意志的目的无非是让你能够更合谐而更富于变化。有人讲周易管理学、中医管理学，中医在管理学方面的贡献，诸如此类也都是从这方面来讲的，相生相克嘛，那不可以一直生，也不可以一直克，有生有克你才能构成合谐的一个生命个体。

那咱们接着来讲，这又不同了。心主舌，那大家说说为什么心主舌呀？五窍嘛，开五窍，怎么开五窍？肝是开窍于目嘛，那么刚才咱讲了五体和五用，那么这个它又讲了一个五窍，大家说说为什么心主舌？上次咱们说了肝主目的道理，今天来说下心主舌。

有人说舌者心之苗，心开窍于舌，为什么呢？大家说一下。心气通于舌，舌能知五味，那为什么心气通于舌呢？还有人说心的经络络于舌，火、火苗，舌头像火苗，舌与心有密切关系，舌功能正常，有赖于心功能的正常。

要从气的层次来考虑，不要从形的层次来考虑，也不要从西医的解剖来推心主舌，那样是永远推不来的。还有说心气通于舌，舌是心的窗户，心藏神，语言是人的灵魂，语言在舌。

其实大家说了这么多，舌只有一条，不是空窍，已经把心开窍于舌的道理说出来了。

你看咱们总结一下，我觉得说的非常到位的：舌头像火苗，心的外显，舌是心的窗户，心藏神，语言是人的灵魂，语言在舌，心主动，其它还很多，我就不一一念了，这样的解释是非常不错的，而且是走感觉之路的，什么是感觉之路呢？就是你就看着那个气态是否能相融这条路。你看这个舌头，千万不要从结构上去理解这个舌头，因为都是神志之气的发用，这个心主动，它有一个冥灵的动性，这种动性它在体是心脏，在外来找，找来找去，这个舌头非常灵活、善动，那么这个里面舌头一定是被灌输了通灵动性之气才能为舌所用，

就像一个人，一个生命体，一个意志一样，它也要有舌头，那舌头作什么用啊？去做这个语言也好啊，知味也好呀，居在口腔中央呀，它必须用心气的这种灵活、善动、机巧的这种气去填充舌，是这么回事才让舌赋予这种功能，而且通过舌头人类能够语言嘛，因为人有心机嘛，玲珑七窍嘛，这个用古人的话说嘛，咱不管它几个窍，这种机心、这种聪慧附着在语言上通过舌头实现。小猫、小狗它不会说话，因为它心不行，所以说它舌头不会有通灵的这种功能。那么人不是，人的心脏很通灵，它能够在舌头上做出很多技巧，是气之所注，就像很多西藏的藏医，大家有机会可以读一读，也是通过这条来讲的，包括西方一些原始的经验医学，但它那个层次很浅，咱们中医啊是成系统的，而且有著作，都是从神机这一块，这就涉及到神界的事情了，谁来把握？把什么气放在什么位置最合适？比如说咱们的手，手要有握力是吧，它就把握气、聚气放手上，所以手能握。脚也是，就把那个强健的气放在脚底板上去，你才能跑起来，不然的话，如果说柔弱的气放在脚底板上，你跑，人连站都站不起来，所以说把机巧灵活之气放在舌头上为人所用。

有人说了：人有人言，兽有兽语，怎么说动物不会说话呢？这个怎么解释呢，因为人他发音啊，他什么音都能发，人禀中和之气而生，又非常灵活，所以人发的声音啊，这个整个音调啊音域啊是比较广的。那动物非此，不是这样，比如说鸟叫、虫鸣，它不会说出很婉转的话来，五音俱全，这个它不会，所以说人的语言能力当然要比动物强很多很多了。猩猩它只会那样吼叫，通过它的吼叫它限定在很窄的范围内，它才分别去形成了它的语言，那么人会在一个很宽的范围内产生了我们人类特有的语言，这是不一样的，有本质的区别。这样咱给大家介绍了心主舌的道理，其它类的都是这样来解释，从神气所充来解释，脏腑与窍与其它的关系络属而不是从生理结构上来理解。

有人说了，人是有文化的，因为人类有文化才产生了语言，人类最初的时候语言能力也不行吧？这个扯得就远了，因为你人类怎么进化？你能够说人是猿进化来的吗，或者说人古代是很蒙昧的吗？这个扯得远了，我不想在这儿和大家来探讨这个问题，因为人类的起源迄今是个迷啊。

那咱接着往下说，这样吧，大家看看有什么问题，咱尽量把这个理解透了，大家不要

走马观花，你只要理解一点，能触类旁通很多点，咱们多利用几堂课时间把这几段讲清楚，对大家打下坚实的中医理论基础是有非常重要的帮助的。拿出十分钟提问吧。

今晚就掌握一个开，你可以说开和热，开是状态，热是表现，热热闹闹嘛，开锅了嘛，就是这么一种状态，你就理解所有的地方都是开，就是开，动和热，你把这个理解成一种势态，我们所有的这段都是在讲这种势态，这种气，它是怎么化成很多东西的，怎么化成心的，怎么化成舌头的，冥灵动性嘛，这个《黄帝内经》的五段文字就是讲五种气，就是开气嘛，升降开合嘛。它这个是一个基础，五气变化万千嘛，五气互相对待，互为体用，又互相流行变化，你才形成了以后那么多文字。开的对面是闭，首先有闭才有开，没闭就没有开，没开也就没有闭，都是相对的。

那么从开到闭是什么状态呢？当然这个开是完全的打开，由闭到开你可以理解成整个由闭到开的开放的过程，你也可以理解成生长的过程，我们管它叫生。生不一定向上叫做生，就是开而出嘛，种子是闭的，它一发芽叫生，生长出来开花了，这叫做开，然后花落下，结果了落到地上，树木或者枯萎了或者叶落了，这叫做降，降下来，又是闭，这升降开合四气，然后这个四气还不行，中间还有一个斡旋的气叫做斡旋气，叫做土嘛，叫缓，你可以把它叫做缓气叫媒婆嘛，没有这个不行的，甘草就干这个用的，你就把任何事物都理解成升降开合和中间的斡旋之气就可以了。这是最基础的了，也是最根子的了，这个搞不好后面的没法学。

有人问能讲下苦生心吗？刚才我们不是讲了吗，火聚为苦体嘛，体又去生，所谓的苦生心啊，并不是苦味去生心，而是苦味是一种破气或一种发气，因为你一尝，它马上就发开了，黄连之所以能够清心火，是因为它能够把火给散开，这里发气的代表，心脏的代表就是心气。还有那个味嘛，只有这个发味的体，就是那个能量在那儿你才能生出那种心气来，它不是真正的苦味去生那个心脏去，那没有那么回事。

有人说中医在功用上用功吧，经脉啥的都是功用，这个说的也不是说错，这种思维方式怎么讲呢，你这个只能说慢慢的潜移默化了去了解，因为大家对这种思维方式太陌生了，从生下来就没有这种文化的氛围去熏陶了，大家只认有形的东西，不认无形的东西，那这

种思维方式就从阴阳五行开始做吧，多读古人的一些理论著作，凡是讲阴阳五行、八卦的大家就看，虽然短时间看不懂，但填进脑子里了，只要有一点通，很多地方就能互相融通，星星之火，可以燎原。

有人说：老师能讲下五脏五行的关系吗？咱们说了嘛，我为什么在这里不讲五行呢？因为五行就是五气的代词，所以说五行是用来表述五气的，那五脏又由五气化生，那你就知道了五脏和五行的关系了，五脏是升降开合再加一个中间的斡旋，五行也是啊，升降开合，木是升的，火是开的，金是降的，水是合的，中间土是斡旋的，因为这五行都存在于土中嘛，你这样去理解这个五行，因为以后我把气学的道理先给大家介绍，然后再推五行，那就是轻车熟路顺水推舟、水到渠成了，上来干巴巴的讲五行，大家云里雾里就不明白什么意思。

那好这个先讲这儿，下面四气运化的顺序是否是升降开合，再有与斡旋之气来更好的运作，对没错。你可以升降开合，它是一个循环，你从哪儿开始都可以，斡旋之气是一种中和之气，不可能过于升、过于开、过于降、过于合，都有中间一个土气在那掺和着。这也就是说，很多测脉，如果说没有胃脉就是死脉，胃脉就是缓脉嘛，缓中有升，缓中有降，缓中有开，缓中有合，万物不可以过开、过降、过升、过合，就是这个意思。

有人说《黄帝内经》中人的五脏五行和《易经》中的五行一样，都是由自然界取类比象而来的，是吗？可以这样说，《易经》讲“象者像也”、“法则天地，象似日月”，它就是通过观这个象，知道里面含什么气，气气又是相感的，就互相推来推去，同气相求，云从龙风从虎嘛，不断地同气相求，你就知道了。《易经》当中它不讲五行，它讲阴阳，讲象，六十四卦无非就是六十四个象。脏象，你看咱们管这个脏也叫脏象，就是一个象，成了一个象。这个象你不要去解剖它，你要去理解、认知、感受它。解剖，解剖来解剖去都是虚的，什么都没有，但是它成了一个象，你能感知能够体验，就像一个人一样，你说爱情亲情感情你能去解剖吗？你只能去感受。所以有人说这个经验科学不是真正的科学，那这个就片面了，经验科学可以说其中有一部分是体认科学，这个体认科学是非常高深的学问。

刚才那个问题，有人说《黄帝内经》中人的五脏五行和《易经》中的五行一样，都是

由自然界取类比象而来的，或者它们本来就是相通的，是吗？是相通的，这个《周易》也好，《黄帝内经》也好，它们表述的语言文字不一样，但是它后面反映的都是一个东西。大家以后在自己的临床也好，工作中也好，一定要记住升降开合，这里头怎么去运化流行，其实如果说咱们把这个讲完了，大家在临床上或者说讲一些病案也好，一目了然，到时候拿一些他的病案或我的病案都可以跟大家探讨一下，一下子你就知道你应该从哪方面来治了，就是五气嘛，五气升降开合，再加体用流行，这些东西放进去之后，你就知道什么病应该怎么来治了。你不要讲细节，这东西没有什么细节可讲，大势把握好了，这事就八九不离十，你就离成功不远了，那这样今天就到这儿吧。

第七课 20080129-阴阳应象大论

大头整理

再大致给大家做一个介绍，在这里主要给大家讲气学中医，所谓气学中医也是中医的一种，是以气学的理论和角度理解中医。所谓气学就是讲气的道理和规律的一门学问，应用于中医就是气学中医，应用于其他学科就是其他的气学领域。什么是气学？首先要知道什么是气，因为我们作为一个中国人对气的概念不是很陌生，因为不论在语言习惯还是在日常生活上都涉及到气的概念，比如说网站的人气，平时所说的气氛，包括所说的脾气诸如此类。在西方来讲这是一个不可理解的词汇，需要中国文化的熏陶才能理解，所以我们有得天独厚的优势。

直接跟大家说一下，气，你可以讲它是一种存在，但不能讲它是物质存在，因为现在我们讲的物质有形体，可以度量，可以测长宽高，占据一定的空间，这个叫做物质。现在所谓的科学研究就是研究整个物质规律，但是气是脱离物质存在，但是它也是一种存在。气在很多经典中都论及到，《内经》通篇都是，气和形是相辅相成的，气化而成形，气依于形是一对不可分割的关系，拿以前说的皮球作比喻，我们所见到的四肢百骸、组织细胞、形体骨骼都是这个皮的体现，里面充满的气体就是我们所讲的气，通过这个比喻大家就好理解了，所谓气化成形，也就是说气的多少直接决定形体的鼓和瘪、大和小。如果拿人体作比喻，气的充盈与否直接决定我们身体的健康，气很充盈这个人就健康而旺盛，气不足形体就往里面塌瘪。外在怎么观察很简单，你看这个人虎虎有生气、肌肤充盈、肌肉结实、言谈顺畅、声音洪亮、步履轻健，这个气肯定很充足、充沛，反之目光呆滞、身体瘪小、肌肉萎缩、身体塌陷、胸脯不挺、腰不直，这个可以说整个气机不旺，气血不充沛。如果整个人干瘪了，就像瘪茄子，就是气不行了，像皮球泄了气了就瘪了，这个叫做气化形，

也就是气的强弱直接关系到形体的强弱，这是第一。

第二是气依于形，就像皮球里的气，如果泻出去了，漫无目的的到处走，散于虚空当中，它也不可能聚而成形，所以必须有形体的依附才能藏在形体当中，为形体做主导，所以直接形气的关系就是气化形、气依形，也可以说形托于气，又给气提供一个场所，就像房子和主人一样，气是主人，房子是形体。气学医学和中医道理是一样的，都是在气的层面理解中医，现在对气的理解大多局限在气血相对待这个狭义的气，没有认识广义的气，《内经》、《伤寒》都是在气的层面上来撰文，如果不能从气学层次来解读可能有很多地方无法解释，西医走的是研究形体的道路，这和西方文明是相符合的，中医和西医的区别是两种文明的区别，这一点就先讲到这里。

大家说一下，高血压的本质是什么呢？可以从西医也可以从中医的角度来讲，然后从气学的角度来阐释一下高血压的致病机理和治法，给大家一个形象地理解气学的机会。高血压是西医的病名，那么中医怎样来解释呢？

我先简单回答一下阳子的问题：想了解在针灸过程中，病人的病气是否会传到医生的身体，怎样预防？

这个问题可以这样来回答，这个主要根据病气和医生之气的强弱而定。如果病气很强，而医生的正气很弱，只要有会，病气只要有会它就会感染医生，这个和传染病不太一样，但确实会招邪气；但是如果医生他身体不错，心术也比较正，那么邪气一般不会干预，不会侵犯医生。因为医生他本身就是疾病克星的一个化身，所以说很多医生身体很强，在医院工作那么长时间，医院的病气很重，他依然不会感邪。像警察天生就是抓小偷的一样，这个邪气一般不往医生身上贴。因为医生首先他在他的心境上认为这是自己的一个本职工作，但是如果不是医生，一个普通人在医院时间长了，反而可能比医生招的邪气更多。

那咱们看一下高血压大家是怎么说的。

有人说是内寒，有人说是阴不纳阳等等，我在这里班门弄斧大致说一下。我们说的高血压不是突然性的高血压，一般是从三四十岁开始，一量血压高，是慢性高血压。高血压是其他一些疾病的诱因，咱们不掺杂这些。先从西医来考虑，其主要是三点：一是心脏

泵血能力强导致高血压，二是肾代谢能力低，液体没有代谢出去，导致血容量增加，咱们都不去考虑，咱们就考虑血管失去弹性或者叫做僵硬导致血液过来，大的血管不能及时扩容导致血压升高，或者小血管紧张使血液不能及时布散全身，压在血管壁内导致血压升高。其实我主要想说这个原因，西医已经看到了表浅的这个矛盾，因为血管的柔韧度不够了，血液过来之后不能及时灵活的扩张，这一点西医已经看到了。

那么中医是怎样来认识高血压呢？传统认为是肝阳上亢、肝肾亏虚、肝风内动导致血压直接上来，其实这样的认识仍然不能很好的解释高血压的成因，肝阳怎么上亢？肝阳上亢导致气血上冲难道就是高血压的表现形式吗？所有的高血压有时候表现并不是传统中医认为的肝风内动、水不涵木、肝阳上亢亢奋的那种状态。有很多很沉郁的病人或者是有寒性体质阴性成分的人，他也高血压，所以在这一点上不能简单认为是肝阳上亢或者是肝肾阴虚、肝郁、心衰诸如此类去和高血压划上关系。

其实高血压是西医的病名，中医自古没有血压计，它也不去测量血压，但是我们能否用中医的理论来理解高血压呢？像很多西医局部的病症包括内脏的坏死、肿瘤的纤维化，其实中医也是能够解释的。因为这些病名也好或者说是内部表现都是一种形体，这种形体是由气之所充，那么气当然可以解释，所以我们并不局限于老祖宗强调的从外在的来解释。因为形都是随着气走的，形变必然是里面的气发生了改变，也就是阴阳五行也好、气学也好同样可以解释细胞组织、解释纤维化的原因，也可以解释其他的神经的结构和功能。

有的高血压在轻度的时候不出现眩晕或头痛的表现，其实高血压咱们可以这样解释，西医说的血管失去弹性这一点很对，没有一个很好的血管弹性会导致血压升高，相当于失去缓冲了。那么用中医怎样来对等高血压呢？咱们可以这样，咱们气学中医讲过人身是一团气，这团气周回上下，《易经》里面有一句话：“周流六虚，变动不居”，什么意思呢？它说的是这一团生机，周是周回的意思，流是流动的意思，周是整个一周，如环无端上下左右的流动，从开始流到结束，再从结束流到开始，这样不断的流叫做周流。六虚是画六个格，一圈划分成六个部分，它在这六个部分不断地流来流去。《易经》是六爻组成，从初爻开始，初爻生，二爻长，三爻变，四爻又上了一个层次，五爻显，六爻穷，显是显居

其位，得其位，六爻穷，穷则变，死了又回到初爻，就不断的在六爻当中变化不已，就叫周流六虚，变动不居。什么叫做变动不居？也就是说气不会停留在某一爻上不动，它一定是不断地变化往返，那么气的规律是没有一成不变的气，也没有一成不变的事物，都是生而死，死而生，生生死死没有穷尽。

我们人身的这一团气也是这样变化不已，那么这团气在六道五行当中互相生克制化，很稳定很调和的情况下，这个人就百病不生，苛疾不起。每个人无非四气组成，加上中间的调和之气就是五气，所谓四气就是开合升降，这就足够了，维持他的生命体和使它有所功用，四气加一个调和之气足以达到目的。我们做事就要用开气，要存和保留记忆就要用合气，要进展就要用生气，要回收就要用降气，但是要四个气有条不紊的工作，就需要中间的调和之气，这个也就是我们气学中医始终强调的一个气团内气机运化的规律就是升降开合，这个是一个大的定律，也就是只有理解了升降开合调，我们才能抓住生机内部的规律和生理病理的整个现象，这样才能应用于对中医经典理论的理解并应用于临床。

那么好了，如果四气或者五气出现不调，也可以说是四大不调，人即会生病，过于开则放荡，过于合则闭厥，过于升则气上冲而无收，过于降则气消沉而没有生气，这样就可以辩证出很多疾病来。所有的疾病无非升降开合失调引起的。那么高血压就是整个血管气脉，我们讲整个气机都是由气脉推动的，没有气脉就没有气机的运化规律，气脉也是气机所化，就像河床一样，河床是水之所流，水流起来才形成河床，没有水就没有河床，气脉就是河床，里面流动的水就是我们所说的气，所以说大家不要搞反了，不要把河床认实了，也就是不要把气脉认实了，一定要理解里面流动的是气机，所以我不建议大家上来就学经络，你先把气机搞明白了，气的运化规律明白了以后，你再学气脉，就能很好的明白经络的来龙去脉、正邪、起始。

因为高血压涉及到气脉，所以我要谈一下，当气脉出现问题的时候，僵硬不调和了，那么高血压就随之产生了，因为它没有适应能力了，所以整个气脉僵硬了，因为里面气机僵硬了，气脉僵硬就是气机僵硬，那整个人身这团气机僵硬的所以出现了高血压，它没有应变能力，高血压无非是血压来的时候或走的时候不能及时扩容包容，如果及时扩容包容

让血压有一个缓冲，那就不会产生高血压，之所以产生高血压，就是因为河床过于淤积，一发洪水或水位一涨就漫堤了，是整个坝处在高水位压力压迫上，所以才形成高血压，这个是关键中的关键，那么什么导致它的不协调，这个问题要详细来推，但是这一点要明确，跟高血压挂钩的中医气机的理论指导就是气脉的不调柔，也就是整个气机的不调柔，不要生硬的拿中医词汇来套高血压，你要真正的理解气机的运化规律，你就可以理解高血压是河堤淤积，现在很多河流都高血压，黄河是地上河，长江洞庭湖等大小湖泊，也都被农田侵占或者被建筑用地侵占，这个是关键问题，水量一大就发洪水，或者叫做抢险，没有湿地的保护河床人为地堆积很严重，僵硬了，不可能不出现漫堤的情况。

古代的河流人们不去治理，所以它是顺水性而流，水流到哪里哪里就是河床，黄河都几次大改道了。所以从气学的角度来讲，高血压的成因就是整个气机的僵硬，不会变通了，我们说过“周流六虚，变动不居”，任何事物都是在不断变化当中所以才生生不已，要不变就没办法向前发展，最终是要被摧毁掉的，你不主动变，自然规律就会让你被动地变化。咱们现在不要来讲五脏心肝脾肺肾是寒是热导致的高血压，但你西医定义了高血压是由于血管失去弹性造成的，那我们就从这个角度来解释高血压，就是整个气脉的僵硬，气脉的僵硬就是整个气机的僵硬，什么导致气机的僵硬呢？就是由于我们思维的僵硬，也就是说，首先这个人患得患失，整个身心处在僵硬的状态下，得不到放松，你越不放松气流通就受到阻碍。第二个就是城市里的人很少出来活动，不活动气血得不到锻炼，该上的气上不去，该下的气下不来，该合的气合不上，该开的气开不通，那么整个的潜在素质得不到锻炼，那么整个的气机容易僵化，所谓“流水不腐户枢不蠹”吗，人必须在锻炼当中使气机不断调柔扩大，这样的人才有有一个健旺的身体，反之产生气机的僵硬，人就会出现气脉不通或不条达的现象，还有一个原因，就是现在的人吃的越来越好了，废物堆积越来越严重，本来气机弱，废物又堆积在身体里面，气机不能推动运化，就像河流垃圾一样，越来越多的生活工业垃圾侵入河道两旁，导致河道进一步变窄，主要就这几点原因导致现在高血压泛滥。再加上其他原因，比如有的人肝旺啊、肾虚啊、心虚啊，那个都不是高血压的直接成因。

《内经》里面说了这样一句话，比较老年人和年轻人气血运化有什么不同，年轻人“气血调柔，**昼精而夜瞑**”，什么叫做调柔呢？就是五脏六腑协调而柔和顺畅叫做调柔，大家不要觉得形体上的强壮是好事，有时候恰恰相反，真正好的身体是调柔的、调和，谁也不跟谁打架，互相相生不相克，互相柔顺条达，小孩年轻人都这样。什么叫做**昼精而夜瞑**呢，昼是白天的意思，精是精神，神采奕奕，白天神采奕奕干什么都可以，也不困倦，思维不混乱，记忆力也好，这个叫昼精。夜瞑呢，就是晚上，躺着就着，也不胡思乱想，一觉睡到大天亮，中间也不起，这叫夜瞑，瞑是瞑目的意思，躺着就着，心神安静而入睡，小孩一般都是这样。咱比赛睡觉谁快，他躺那里不到一分钟就睡着了，哪个大人现在能比得了，小儿五脏通利，没有奢侈，气学调柔，整个气机通畅，故**昼精而夜瞑**。老了就不是了，老了**烦死**，叫做气学涩，这是《内经》上的话“涩”是难行的意思，整个气脉行起来很困难，整个气机堵塞淤积了，气机板结而僵硬，那么里面的气脉不是脆化就是弱化了，气学涩，血流不动了，就像河床淤积水流不动了，叫做“气学涩”，昼不精夜不瞑，白天无精打采，言语错乱，刚发生的事就忘了，夜不明，到了晚上没有觉睡，想睡睡不着，刚睡着马上又醒了，昼不精夜不瞑是什么意思呢？就是整个气机板结不化了，想干的干不了，不想干的还来，就像男性得前列腺炎一样，想撒撒不出来，一撒想停了，但又停不了，干什么什么也不成，不想干什么什么又出乱子。这就由于气学涩导致的原因，高血压也是同样的道理，最典型的就是气学涩这句话适合高血压，那么河水来了，血压泵过来了，河床受不了了，河水漫于河床之上产生水压，这个就是高血压的成因。

如果用西医的软化血管、或者利肾，就是利尿，这都是大忌，为什么呢？第一，气学涩血管本身僵硬了，要去软化血管，有的地方僵硬有的地方脆有的地方厚，因为不调了吗，该厚的不厚，该薄的薄，这个就是昼不精夜不瞑了吗，正好相反了，那么软化血管，它不管厚薄了，它一致去软化，就容易导致出血，血管破裂。西医现在没有这种药，该软的地方软，该厚的地方添厚了，该薄的削薄了，它为什么没有这种药？它也不能研制出这种药，主要的原因是它没有意识到整个气是形的主宰，而神又是气的主宰，它中间没有主心骨，所以说它不分敌友，一视同仁，你可以把这种药叫做邪气，它不是补正气，就像放疗

化疗的很多药物一样，它不分敌我。

那么利尿呢，其实利尿又是大忌，他本身的气机僵硬了，那整个气学僵硬，直接导致气机非常弱，也可以说是肾气不好，其实是整个气机不旺，要是能够查气的话，就会有明显地发现，这个人整个一团气很糟糕，不强壮。只有周流六虚变动不居、气血调顺才能越生越旺，反之越生越衰，这时候还去利尿，这不是雪上加霜吗？一利尿，整个元气、人身之气给利掉了，当时血压是降了，因为没有血了嘛，血压当然要降了。也就是说为了应付洪水的到来，把上游的水直接给放了，结果水流了都没有多少过来，那么下游怎么吃水呢？也就是不能因噎废食，所以说现在治水和治人是一个道理，水治不好人也治不好，人治不好水也治不好，这个就是整个高血压和气学结合点在气学滑和气学涩这种做结合。

那再问大家一个问题，那如何医治啊？前面说为寒所阻，有很多病也是为寒所阻，但你不能说是高血压的成因，如果说为寒所阻，但很多热性病的人也有高血压啊？有些是寒阻塞在那，使血管收缩导致血压升高，这个是有的，但是不能普遍的适应于所有的高血压，只有用《内经》的气学涩、气学滑来理解是否高血压是非常贴切的，这个适应于所有的慢性高血压，急的不行，一生气血压就高和这个关系不大。那么下面大家从气学涩和气学滑的角度来找一种医治高血压的治法，可以不说具体办法，只说怎样做了血压就降了，大家可以往治水上理解。

“壮者气血盛，肌肉滑，气学通，营卫之行不失其常，故昼精而夜瞑；老者之气血衰，肌肉枯，气学涩，五脏之气相搏，其营气衰少，卫气内乏，故昼不精而夜不瞑。”大家主要看一下“老者之气血衰”这样来理解，“肌肉枯，气学涩，五脏之气相搏”，在正常的情况下五脏之气相生使气机更旺，那么不相生了，五脏之气互相搏战，相当于内耗了，“其营气衰少，卫气内乏”，又是一个内乏，一定要理解，因为课本上不会这样去理解什么叫做五脏之气相搏，没有这个概念，也没有卫气内乏这个概念，都用现在脏象理论或者气血营卫基本理论来解释，这样就像老子说的那句话，“其出弥远，其知弥少”，走的越远知道的越少，背离了中医原本的精神。

大家都说一下，如果从气学或者从气脉的角度，应该如何去医治高血压？

有的人说是“治高血压用化痰散瘀”，有的说“通脉”，有的人说“有人用药外敷脚底涌泉穴治高血压确有疗效”，有的人说“疏通气血，使气脉缓和”，有的人说“补气血通营卫”等等。

你看咱们这样来推，高血压是由于整个气学涩导致的气学不能对血液缓冲，导致高血压，那么气学涩是由于整个气机僵硬，其实大家已经给出了答案。当然根本的应该是“致虚极，守静笃”嘛，整个人精神不再淆乱，五脏安定，气血自然条润。有这么一个概念跟大家沟通一下，因人为造作导致很多混乱，因为自然有它自己的定理，我们没有人干预自然，地气上升，天气下降，河流以流，树木以长，自然而然地形成了生态圈，那么人是一个小天地，因为人是一团气，我们讲过气学的几大原则，其中任何事物都是气，那么人和自然都是气，我们可以说地球的生物圈是一团气，还有一条原则，“所有气息相感，气息相应”，人和自然这团气是相应的，古人说是天人感应，所以所有气学的规律都是一致的，既然整个生物圈可以不通过人为的方式达到平和生机旺盛的程度，那么人也可以一样通过自身气机的推动达到这么一种状态，这叫自然状态，因为加了物欲和整个情志、意志，导致这种自然状态遭到人为的打破，比如说累了，按理说应该休息，由于要外出办事强打精神而出去，这个就是人为的不是自然的行为。

我们以此达到“致虚极，守静笃”的程度，让这种自然的状态、生机在一定程度上起主导作用，它自我就调节，因为气机无非生长化收藏，升降开合，生机是自然产生不以人的意志为转移的，反而人的举动和思想，会干扰正常气机的运转，所以学中医和中国传统文化，一定要知道一点，就是“人机不动，天机自动”，人的机巧之心不起作用了，天然的自然之心就开始起作用，就是现在所说的顺乎自然，反之一定要找到一种人为的解决办法，这个就是头上安头，本来有一个脑袋，再找一个脑袋安在这个脑袋上，这不是滑稽可笑吗？因为人们失去本心，就是自然之性，而一定从外面找这个本心，舍本逐末，所以终极的办法就是“致虚极，守静笃，万物并作，吾以观复”，观的这个自然之复，不乱折腾了，身体慢慢就能养好。第二，前面已经说了，“整治脉道，先行河床，再补气血”，其实

一整治就坏了，怎样整治？是活血化瘀，还是温通经脉？这要根据个人的情况而定，硬来是不行的，现在有很多高血压、血管硬化堵塞去活血化瘀，一时蔚为盛行，这种做法正是人为干涉的一种表现，活血化瘀用的是一些大量攻伐的药，比如说桃仁、丹皮、川芎，这些活血化瘀的药是善走血分而耗散气血的，还是前面讲的，血管薄就活血化瘀，如果这个人气血虚是受不了的，所以说一味的活血化瘀会导致不良的治疗效果。

河道需不需要清啊？气血需不需要补啊？其实这个不是最重要的，最重要的是自身整个气机要有一个调和缓畅的环境，这个必须你来创造，使每一个细胞不再紧张，使每一个脉道不再有沉重的负担，这个是你第一个要做的，作为学中医的首先要有一个修身养性的观念，如果每天担惊受怕，每一个毛孔都很紧张，那么气机不会调柔，气脉也不会通畅，所以说最重要的是“致虚极，守静笃”，并且使整个心神安定，百脉才能慢慢通畅，这种病一定不能急，能不能开方子啊？肯定可以开方子，要根据整个病情特点开方子，但是开方子肯定用药在缓而不在急，在调而不在攻。其实治病之道也好，养生之道也好，无非几点，这几点方向一定要把握正确，尽量少用人为的方法，多用自然的方法去养性安定。高血压也是类似的道理，就像老子所说的，“虚其心，实其腹，弱其志，强其骨”，把自己心里的杂念尽量渐渐抛去，多吃一些好东西，使自己的元气充足，并不是吃东西使元气充足，他所说的“实其腹”，主要是培养元气，不一定是下焦元气，就是使心虑减少而元气自增，“弱其志，强其骨”，就是不要再去汲于名利，唯名利是务，不要过高的不切实际的荣誉，“强其骨”，多出去锻炼身体，多做户外运动，户外运动的好处是调动整个气机，要想气血开畅就要不断锻炼，就像部队要不断拉练才有战斗力，人要不断出去锻炼才能有强壮的体魄，不然就像温室中的花朵一样，在室内显得灿烂，出去之后经不起风雨，真正身体好的表面上不是鲜花灿烂，而是神气内敛，骨弱而筋强。

所以从这一系列上可以看出来，中医所强调是顺应整个气学的运行规律，并且给气学创造运化的场所，这个是气学理论的核心思想，我们是不是也需要一些药物来调养啊？这个当然是必须的，但是药物治病的基点在于去顺应气机的运化，而不是主动参与整个调解的过程，要顺势而为，不要逆势而动，不能上来就用攻伐的药，也不能用纯粹补益的办法，

关于用药我们以后会详细来讲。

关于高血压如果没有其他问题，我们进入正题，继续讲解《阴阳应象论》

整个治病养病在自然，只要找到了自然之机，能够顺应其势，能够治好很多疾病。

有人说“降压和解决高血压不是一个概念”，这确实不是一个概念，中医不能把降压理解为平抑肝阳，肝阳上亢理解为压高，降下来肝阳就下去，这简直是大错特错，高血压跟肝阳上亢完全是两回事，跟寒和肾虚都是两回事。

下面讲《内经》非常重要的核心几段话，上次好像讲到南方生热了，上两次我们说过《阴阳应象论》中东方生风，南方生热、西方、北方、中央这五段文字是《黄帝内经》的眼目和核心思想所在，它奠定了整个《黄帝内经》关于气机运化的基本理论，并以这个理论作为之后讲病机病理和临床的直接实践指导。因为很多注家和现在的很多医家虽然将这段文字奉为圭臬，坚定不移的认为即是如此，但却没有做出直接详细或者一以贯之的解释，这样就使中医体系理论在空中楼阁中发展，相应的理论基础没有理解清楚，所以要多用几堂课把这种理论基础建立起来，让大家知其然也知其所以然，如果不从气学的角度来讲，这几段文字几乎无法理解。我看过很多小册子，可能会对其中的某句话或几个字有详细的解释，但是一以贯之用一个理论把通篇五段文字都理解清楚的目前不多，这里面不仅指导了中医理论的体系也指导了中药的体系，既然我们有这个缘分，我就在这里面做一个详细的交流。

前面我们说了，关于南方生什么，北方生什么，并非所指的方向，因为中国正好处在北温带，它正好符合方向的性质，北方确实是寒，南方是热，东方是风，西方是燥，中央是湿土。但是这里面有更深刻的含义，那就是前面所讲的整个气机和宇宙整个的大背景是左旋为代表的现实情况，现实即是如此，整个气机是左旋顺时针旋转，绝大多数是，逆时针的也有，在左旋的气机理论上解释东南西北以后所演的文字，这是第一。第二，整个气机无非升降开合四气加上中间的调和之气为五气，这五气正好应在这五段文字，东方是升气，所以应在风和木，南方是开气，开气就有动能，应在热，生了火，首先热是基础，整个分子运动加快导致热的产生，热外在表现就是火，火生出苦体来，苦是聚。

我们强调一下五味，比如苦味，任何事物都是由体和用构成一团气，苦体是聚，苦用就是苦发出来，苦主破，黄连和黄柏是苦的，所有的苦味都有破的意思，破的意思是由火、热能凝聚产生的这种味，这种味本身就有火性，在合适的时机恰当的时候就发出火气的这种苦味来，苦味、苦体入到人们心中，它并不是具体的苦味，这都是气机上的概念，也可以理解这种开气凝聚产生了心，心就是动能的代表，像发电机一样，不断地泵血到外，把气血输布到肺，由肺布散全身，所谓的心生血，就是心为体而血为用，心通过搏动能力把血输送到全身，是生命旺盛的一个体现，所以说血生脾，就是五脏整体循环的一个环节，心是体，血是用，由体而生出用，那么用复归于体，再归于体，归的不是心体，而是心下面的一个体，这个正好形成体用互用，五脏循环的一个理论基础，那也就是整个气机的运化规律，就是前面讲的“周流六虚，变动不居”，阴而阳，阳而阴，就到了第二爻，再阴而阳，阳而阴，就到了第三爻，不断地这样上升，也就是《易经》上所说的“分阴分阳，迭用柔刚”。任何事物都是阴气和阳气组成的，须臾不可分，阴气和阳气分离就孤绝了，那么孤阳不长，孤阴不消，迭用柔刚，是一刚一柔的向前推进。这个就是从《易经》角度讲气学运化的规律，这里就是心而血，血而脾，脾而肉，肉而肺，就是这样，不断地体而用，用而体，五脏循环，大家要仔细体会。在这之前讲过十二生肖和十二时，一定要仔细理解十二时整个升降开合，阴阳二气流转的规律。这个是学习中医的基础，如果没有气学和阴阳五行作为理论基础，中医是空中楼阁，皓首无功，学到头发白了也是一无建树。

接着说心主舌，有人说“心灵手巧，眼睛是心灵的窗户”，其实是这样理解的，上次大家关于“心主舌”总结的很好，舌是心之苗，居于口腔之中，又机巧变化，很调柔，充满了动能，这一切都是心中开气的代表，开气在里，藏精在心，而发窍于舌，这个舌又是语言的工具，这一切都表现了心脏的动态，你看舌头非常柔软而有弹性，而又动感十足，上次已经说过。

那么“心灵手巧，眼睛是心灵的窗户”，那么眼睛也应该开窍于心啊，大家怎么解释？我希望大家向气学这方面来靠，来理解我们所探讨的经文，尽量抛弃僵硬的或者是似是而非的条文和我们一些固有的概念，有人说“火于五行不常见，虚之则有，不用则隐，如舌

在口内，开口即见，闭口则藏”，这个说的不错，可以这样来理解。总之从气学的角度来讲，观象而知气，一看舌象，红红的，卷来卷去的，直接就是开动之气的代表，开动之气的总代表在心，而窍上就是舌，那么眼睛呢？《内经》为什么没有把眼睛归于心啊？眼睛是心灵的窗户，眼中藏神，心中也藏神，为什么给了舌，没有给眼睛啊？大家可以说一下。

有人说“神处心，神足则眼睛亮”。我给大家说一下，《黄帝内经》所写所著都是从气学的角度来讲的，咱们讲过气学之外还有一个神道，所谓神者就是意识思维，这个不多讲，只是涉及一下。因为在这里说舌头是开气的代表，主要是从气这个层次来理解，并没有从神的层次来理解，所以说舌头是开气的代表，不能说眼睛是开气的的代表，眼睛是神气所游行之所，人一睁开眼睛，魂和神就游之于目，这是从神道的角度来考虑问题，所以不把眼睛从气学的层次归于心，如果从神道的层次要把心神归于眼，那么这种归其实也是人为的一种归法，为什么五脏配五官啊？这里面有一定巧合的成分，也有一定人为的规定。气机就是这样来安排的，不然怎么用五行去理解整个的事物呢？花朵有五瓣的和六瓣的，那六瓣的怎样用五行去理解啊？也就是说，尽量让相近的气属于一个行，眼睛的神是属于心的，眼睛的开动之气属于肝。关于为什么，前面已经说过，必须有一个络属嘛。

再给大家说一点，张介宾说过“五脏中还有五脏”，就是肝脏中有心肝脾肺肾，就是每一个脏中还有五个脏，他说的这个没有错，但是表达有些矫揉造作，直接用普通的话就是分阴分阳。我记得有人说“无非是二分之法”，不断地分，所有的气机都不是相同的，但都是融合的。清者在上，浊者在下，心肺在上是清者，肝肾在下是浊者，那么心肺在上的清者又分清浊，肺者为清，心者为浊，那么肺中又分清浊，肺中上者为清，下者为浊，无限可分。五脏也是这样，肺中有五脏，心中亦有五脏，无非气机是一团气，只要是一团气就有升降开合。以至于一个细胞中也有升降开合，舌中有五脏，眼睛中亦有五脏，只是程度多少的问题。这样就把五脏生成和脏象理论理解活了，理解成一团气就可以了，任何一部分都是一团气，但是心气不独积于心中，但有两股气，咱们举一个藏，有本藏之气和流动之气，本藏之气相当于留守部队一样，就在心脏这里设防，这叫藏之积秘，藏于藏中，还有藏之清者，留于藏中，藏之浊者，流于藏外，要往外走做沟通交流，要流到肺藏中，

去填充肺藏，带给营养和信息，肺藏再推动这个气去交流，这样就推出了另一个流动和留守之气，就是经脉，每一条经脉都有本部之气和流动之气，流动之气就是营卫，本部之气就是本身的脉气。这个就是“井荣输经合”，出流注行入，就是《内经》上讲的一个很重要的概念，那个就是讲本身脉气和脉中流动之气，还有阴阳错行，都是来讲这块的，只有把整个气机，体用、气机流转，气机的对待，还有气机升降开合的特点，这些理解清楚了才能研究经脉，不然把经脉又当成物质的，扎个穴管哪个病，经脉到底在哪怎么走，又陷入到迹学上。西方是形学，“上工守气，下工守形”，不要守这些迹和形，应该守神气所流行出入，经脉和关节都是神气所流行出入，要看这些东西，不要只看外表形成的这些事物。“气化形”，经脉也是由气的流动而产生，经脉也是可以由气的改变而改变，所以一定要把气机搞明白搞懂，首先要理解升降开合再加一个调气在我们中医上的应用和生理上的表现。

我们接着讲，心主舌就过去了。“在天为热，在地为火”，这个好理解，因为天地是一对阴阳，阴阳之间每个阴阳又有五气，天地相同性质的五气又是相感相生的，这是为什么要强调在天在地的原因。就像天干是十个天干，地支是十二个地支，十个天干分五行，甲乙属木，丙丁属火，以此类推。十二地支也是五行，亥子属水，寅卯属木，正好这里面天干和地支相交错而运行，不是一一对应的，但是对应的是相互感应的，以后有机会详细跟大家谈这些。“在体为脉”，就是我们强调的，脉者就是血的河床。“在藏为心，在色为赤”，所谓五色，大家可以理解成就是升降开合四气的外化表现，如果是自然之色的话，赤色入血，这是有一定道理的，青黑白黄分别入肝肾肺脾，因为是自然所化，我们讲过物物相应，气气相应，赤色是开气所化，所以入心入血，自然成立。“在音为徵”，上次有人问过五音怎么理解，其实是这样理解的，“脾应宫，其声漫而缓；肺应商，其声促以清；肝应角，其声呼以长；心应徵，其声雄以明；肾应羽，其声沉以细”，这五声正好是升降开合调在声音方面的代表，又象金木水火土，古人无时无刻不是在用这五种气来理解世界的万事万物，不仅是理解，它不是方法论，而是实实在在的存在，能感知感应。

先从“肝应角”开始，肝气是蓬勃向上之气，应呼以长，长竿就是肝脉之末梢，我们

说过摸脉就是摸气的特点，肝气是弦脉，弦脉是长竿之末梢，条达柔顺而又蓬勃生长，这种气，正好应了呼以长，呼声之气，就像擂动的战鼓，是肝气的怒发之象，闻鼓则进，鼓声是从下面向上面发越而起，声波频率是长的，所以说有生命力和穿透力。“心应徵，其声雄以明”，雄是阳气的代表，都开开了，是心藏的代表，雄壮而有力，明就是不在暗处而在显处，在上面跳动搏动使气血充盈达于四肢百骸，所以说“其声雄以明”。“肾应羽，其声沉以细”，沉沉细细，低低切切的那种声音，肾脉是沉细的，肺脉是浮的，毛的，所谓毛就是表，一搭手就能感觉到。毛脉是肺脉，“肺应商，其声促以清”，促就是短促，衰落了，清就是气清达，下面气浊，上面气清。调气要缓，所以说脾主缓，其声漫而缓，慢慢渺渺的，而有缓和条达就是调气，心脉是钩脉，肺脉是毛脉，所谓钩脉就是来而有力，去而小钩，有一个回旋的力量，不像毛脉完全浮于表。我以前在《难经》上给大家讲过经脉和脉象，再强调一下，不管是望闻问切，直接目的都是在体察气机的运化的规律和状态，摸脉就是摸脉象。

看舌也是一样，不要拿书上很多的舌象舌苔去套，这个都是隔靴搔痒，都是间接的不是直接的，所谓直接的就是瞅舌头和舌头上的苔去体会是一种什么样的气团，这样就有心领神会的可能。不然的话永远只是机械的隔靴搔痒，去对舌象，越对越对不上，直接导致辩证的直接失误。咱们说所有的气机都是相通的，人身的气机也是相通的，脉象直接反应气象，舌象也直接反应气象，都是一样的。阴虚的证和实证在舌象上完全体现的不一样，比如说舌尖红，直接理解成整个舌头是你，舌尖是上部心肺，红就是开气过大，里面有热象，热气蒸腾而上，催动舌尖变红，就是整个舌尖细胞充血，气机冲在那里，导致舌尖发红。红的多热就多，红的少热就少，红在左边就是左边有热，红在右边就是右边有热，就是这么来理解。

你看感寒的人，伤风感冒的人，舌苔周围一圈尤其是前面一圈，直接蚕食掉了，没有苔了，不能说是剥苔，就是给蚕食掉了，舌在表面有一层苔，苔不厚的时候，邪气侵入导致气机不能外达，使整个舌头外面一周没有气化的现象出现，直接就是寒证。这个周边往里侵入的越深、范围越大，寒气侵入的越严重。如果中间现白苔，那么整个人身的气机郁

在里面了，气郁现白苔，这个郁不是肝郁的郁，应该是气滞的意思。整个人身之气在正常的情况下是和身体之外的气是相互交换的，不断地出汗散失体温向外辐射。如果寒气凝阻在体表，使里面的气不能外达，外面的气被寒气所罩，舌头外面就没有苔，里面有清晰的界限，可以看到白苔，这是寒气搏得厉害，如果搏得不厉害，只是没有外面的一周，可以说是感了风寒，或者说是失调了，邪气不严重。如果白苔慢慢泛黄了，就是这团气郁久开始化热了，如果中间出现裂纹了，其实就是里面的气裂开了，就是由于整个气机郁在里面使其周旋变化而不得而产生了错裂的成分，所以直接观舌苔之薄厚，整个舌质之性状，就可以体察整个身体气机的变化。比如说有的人舌苔前面无苔，后面舌根苔厚，用我们气机的理论来理解就是气郁在少腹，肝肾之精不化，尤其有些妇女得的经症都会出现这种情况，或者有的化热变黄，有的不黄。所有的中医都是直接去感受，不要去加过多的思维的成分，当然初期要做一些思维，但随后都是感受。

跟大家说一下，学习中医方法很重要，尤其中医是性命之学，治病的这个专业很特殊，所以必须懂得整个生命和自然万物的规律才有可能治病，因为它是夺造化之先的东西，因为从阎王手里抢人哪是那么容易的事情，有时候说良医三代无后，也不是没有道理，该死了不让他死，通过自己的能力把他治好了，本身在某种程度上是逆造化而动，如果没有点功力、胆识还有机缘，那么当医生很困难。我以前说过当医生不要把治病或者是救人当成是务必要做的事情，可能有很多人不同意这个观点。因为在人世当中，很多事很无奈，老子明确告诉我们，“生之徒十有三，死之徒十有三，人之生，动之于死地，亦十有三”，什么原因呢，生生之厚嘛，就是人太爱生而怕死，作为一个真正的大医，首先要对生死有一个正确的态度，对自己和病人都应该这样要求，该死则死，该生则生，这是万物的规律，不能执著和强求，不能一味的让他活，就像西医讲的一年生存率、两年生存率，有的虽然生存那么长时间，你看一下还是个人样吗？如果拿自然的灵物去易一个人之身，延长他的性命，这本身就是逆天地而动，再说现在人福运微薄，天下的宝物越来越少，见也见不到，采也采不到，即使见到也没有机缘采到，这个说得有点玄乎，但是这里面的道理可以仔细玩味。

想学中医的话，一定要学中医的道理，学气机的道理，学精气神，学神气的道理，这个道理不仅用于治病救人，也用于整个人生观和价值观的改造和提升，如果想学好中医，可以学气学中医，如果以前没有学过，没有接触到更高的理论基础，学到一定程度可以根本改变自己的人生观，让自己重新审视这个世界，因为这个世界是如此丰富多彩，完全不是想象的那么简单，如果画一个圆，圆外的都是自己不知道的，不管这个圆画多大。中国文明几千年灿烂的文明史，孕育和激荡了很多供我们学习的知识和智慧，所以我们应该感谢古人。

那好，咱们接着来说啊。我们讲了“在音为徵”，同时讲了一下五音配五行的规律所在，那么下面讲“在声为笑”。什么叫做笑呢？笑即爽朗和畅，正好是开气的代表，你要是气不开你也笑不起来。很多人后来不会笑了，光会哭了，一笑一脸哭相，你说这样的人他有没有开畅条达的气？基本不具备，他没有这个气就不会干这个事儿。他唱歌也不会唱雄以明的歌，雄壮而明亮的歌他也唱不起来。现在很多所谓的歌星，你让他唱一个少数民族的民歌，豪迈开放，他唱不了，他气不开，生气不旺，如果说生机旺，气血开畅，你唱那个歌很自然你就能唱出来。你看现在很多城里人，不仅是不会笑，唱也不会唱。这个大家可以好好体会，无处不是体会气机的地方，各种各样，一举一动，既然一动，就有气机的变动，有气机的变动就有升降开合，大家可以不断地去揣摩和寻找。

“在变动为忧”，我们讲过，肝是“在变动为握”的道理，那么大家说一下“在变动为忧”的道理何在呢？有人来说一说吗？有人说了：心藏神，神有余则笑，不足则忧。大家尽可能地发挥想象，不要被形质的东西所局限，因为大家学的是中医，中医的根本特点是建立在气界的基础上，那么我们就要开动脑筋，尽量地不要让形质、形迹的东西去束缚我们，而让我们到达流动的、变动不居的气界去体察原本事物的规律。

我记得以前跟大家说过，气不是什么玄妙的东西，每个人都可以体会到，如果想触感到的话，一个很简单的办法，就是两手相对，不断慢慢地拉气，在安静的时候，那么拉一段时间，第一手会发热，第二在拉开的时候，会感到有一股阻力，就像抻面一样阻止你拉开，合的时候也有一股阻力，阻止你合上，但是一定要静心慢慢地去开合、去体会，很简

单你就能够体会到确是两手之间有一团气，这团气让你产生了一定的阻力。那有的敏感的人，会感觉到两手之间这团气是在旋转的，像球一样在旋转。如果想体会一下的朋友，讲完课安静的时候可以体会一下。如果是练过气功的，可能很自然地就知道这个气是确实存在的。当然这团气只是整个气界的非常微小的表现形式。

有人说：火的本性是燃烧，燃烧是付出毁灭自身的代价，所以心在变动为忧；还有人说了：心气顺则笑，逆则忧。你看大家已经把这个道理说出来了，其实就是反方向的，变动嘛，不是原先那条路子了，那么变到哪儿去了？肯定变相反的嘛，笑的背后就是忧嘛，都是相对的。有余则笑，不足则忧，燃烧完了就忧了，都是这个意思。所以肝上，咱们讲它变动为握，肝主条达嘛，肝主筋嘛，这个筋就是运动和向外嘛，它一变动就反了，缩回去了，那不就握了嘛，双手握住了。这个握不仅是双手握，整个四肢抽搐，缩成一团，都叫握。握就是握回来，蜷缩也叫握。所以大家不要把字理解死了，古人创字是代表一种气态，一种状态，不是一一定是这个，一定是那个，现在随着文明不断地发展，把很多东西固化了，固化则死。现在纷繁的，这么多东西都出现了。古代的木匠就是一把斧子一把锯就开始工作了，现在是琳琅满目的东西，这就繁琐了，干什么就得用什么，别的就不能用了。

那么好咱们接着往下讲了，咱们快点儿，至少把这个火讲完了。“在窍为舌”说过了，“在味为苦”这个也说过了，“在志为喜”，喜就是笑嘛，也说了。“喜伤心”为什么呢？这个应该是好理解了，“喜伤心，恐胜喜，热伤气，寒胜热”。关于热伤气寒胜热，有人有不同的意见，说这个“气”应该是血，热伤血，而不是热伤气，因为“气”，讲的是狭义的气，应该是对肺，而不是对在心这儿，像肝主筋，所以说酸伤筋，这个应该是这样来对才对。这个大家不解释也行，你只要知道气机在不同的层次、不同的部位的表现都是升降开合五行之气就可以了。

那大家说一下这个吧，然后咱们“南方生热”这一段就讲完了。“喜伤心，恐胜喜”，大家说一下，为什么“喜伤心，恐胜喜”？你看，其实很有意思，通过“恐胜喜”直接就把治疗方案说出来了，“热伤气，寒胜热”，“苦伤气，咸胜苦”，这其实也就奠定了我们后面所有的总的治疗原则。

大家说完之后我将一下整个《黄帝内经》或者中医治疗的大原则，我准备用十分钟来讲一下。

有人说自身过用则伤本，还有人说大喜则气散，恐胜喜，肾水济心火。

那我大致说一下，关于“喜伤气”刚才有人说了，自身过用则伤本，事儿不能过头嘛，这里所说的喜肯定是过喜，那么情志过犹不及嘛，过了之后，物极必反，朝相反的方向发展。过喜、过怒、过悲、过忧、过恐都会导致五脏之气的损伤。但是如果说五脏之气不足，那么就要与这种神气相补之，比如忧郁，那就要让他高兴，这是很简单的道理嘛。那有人说了，喜则气升散，恐则气下，这个说到气学的根本了。那这个我说一下，刚才有人说大喜则气散，恐胜喜，肾水济心火，应该你可能也理解这个道理，但是如果拿肾水济心火，这就隔了一道了，它没有把气学的核心思想表现出来。但是这样说对吗？肯定对，但是如果我们都这样来理解的话，我们不可能回归气学的本来面目。你既然前面说了大喜则气散，那么恐胜喜，恐怎么胜喜呢？就像前面说的，恐则气下，这一下子升散的劲儿没了，它就不再升散了，就收回来了。其实恐对应的是闭气，就像外面有恐惧过来之后，你肯定所有的喜笑怒骂的全都收回来了，神一下定下来了，你得应付这个恐啊，这个是它的本意。《内经》上“恐则气下”，它指的这个“恐”啊，你也不要理解成完全的、过的恐惧，而只是稍微地来点儿恐惧，那过的恐惧气下一散，大小便失禁，这个正好走到了更相反的方向。它只是用小恐来抑制你的过喜。你可以把恐惧理解成恐惧的“惧”或者警惕，这就更好一些，比如有人得意忘形啊，别人稍微给他一点儿警惕，他马上就可以把身形收回来，说的是这么个意思，不要理解成让人吓了一跳，一下子神志不清了，神志错乱了，它不是指这个恐，你理解成小恐或者警觉更好。

你看这就直接奠定了中医的治疗原则，那么气升散，过于升散，就要收回来，过于开则要有定气以闭之，过于定，过于在里面呆滞了，那么要用升散之气以调之。气上而下，气下而上。它只是想让你升降开合调这五气使它均匀分布于身体，而不要有一方过，如果有一方过则拿对应一方来制止。你比如说肝气不升了我们要让它升，肺气不降了我们要让它降，肾气闭了我们要让它开，心气敞了我们要让它收。你看好多心脏病的、心气不足的

都由于心气过开过敞造成的，如果是单纯的心气，你直接麦冬、五味子收回来就可以了，如果是肾导致的，那你直接把山萸肉、熟地加上之后，再加上点儿肉桂，它直接地把这个所谓的龙雷之火就收回来，实际上就是收的心火，肾火一收心火即收，你直接给它拿回来。**直接芍药加柴胡**，薄荷、荷叶你给它起来。其实大概就是这么个治疗的思路。不要一味地在五脏当中打圈圈，因为气升不仅是肝气升，五脏之气皆升，就是整个气机都升。不要理解成肝郁别的脏不郁，肝郁别的脏都郁，只不过肝脏郁的程度大一些，别的郁的成都小一些，至于为什么大家可以仔细去想。这个就奠定了我们气学中医的治疗原则，第一要注意五脏，一定要注意五脏后面的气机。你看脾气呆滞，脾一呆滞了，其他四脏无不呆滞，那你不要只是调脾啊，你看古人用药很有意思的。

下面有人把这一段粘出来了：“**怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，寒则气收聚，炅则腠理开气泄，忧则气乱，劳则气耗，思则气结**”。你看《内经》上，前面都要加一个气字，煌煌经文，在《内经》、《伤寒》当中去写明，而大家又不从气学的层次去理解，这是整个中医的悲哀。我希望凡是接触气学中医的，回去再读经典的时候，你读任何条文，脑子里都要有气的概念，即使它前面不加“气”字，你也要在前面加一个“气”字，不然的话你又走到了现代中医的路子上了。古代中医是活活泼泼，玲珑剔透的，它就是想把整个的气机调和好，哪儿出了问题调哪儿，但是里面涉及到一些很精微的，你比如用药啊，因为药不可能跟气完全对应，所以药上要下功夫组这个方，这个方就是对那个气的，正好是互相交通。你看这整个的气的几种状态，它里面都基本表现出来，气能上来也能下去，气能急也能缓，气能收也能放，气能泄也能固，气能乱也能定，气能耗也能藏，气能结也能开，无非就是这么些东西嘛。然后哪些药是开的，哪些药是合的，哪些药是调的，那么你正好对应上，找它的相反的，那么这个就是用药治病的道理所在。所谓的方子都是从一两味药开始的，不要加太多的药，一个方子一般不要超过十味药，十味以上你就把握不住了。

扎针灸无非也就是想调经嘛，虚则补之实则泄之，这个经脉啊，不盛不虚以经调之，什么叫不盛不虚啊？它既不实也不虚，那它是一个什么证啊？大家说一下，如果说只有一

个虚实的话，那不盛不虚以经调之，那就没有办法理解了，所以说肯定不是一个简单的一个实一个虚、一个盛一个衰的关系。师承好说到一个乱，那么不盛不虚以经调之，就是哪条经不盛不虚了，有问题了，就调哪条经，这里就不是简单的一个盛一个虚的问题。咱们直接说吧，你看乱的反面是什么呢？乱咱们理解成动乱。咱们这样来理解，任何的气都分为调和不调，那么不调分几种呢？如果不调，过于动就是乱，这个可能跟师承好说的这个乱不是一个意思啊，咱们只是想把这个意思表达清楚，就是动乱，那么另一头呢就是过于呆滞，那么这个都是不调的范畴。但是如果你说乱代表不调也可以理解，那乱和治是相对应的，都对。但是也不能用乱来表示，比如说一个动乱年代，治世和乱世同样有可能出现不调，乱世肯定是不调了，那治世呢？两方面，第一个是腐败，另一个是清明。腐败没有乱，但是腐败也是不调，所以我们尽量把好与坏叫做调与不调，风调雨顺嘛，那风调雨顺叫调，不风调雨顺叫乱和呆。你也可以理解成发洪水或旱涝，调是该旱的时候旱，该涝的时候涝，那不调呢，就是该下雨的时候不下雨，不该下雨的时候下雨，旱涝不时。那不盛不虚就是整条经脉不动了，或者是错乱了，那么用针来使它调于正常。这就是关于用针了，现在我们平常所见的针灸中，补泄和调的针法几乎失传了。

有人问：什么药书写药性之开合？这个你这样来理解吧，前面给大家讲了关于五味，开合在五味，你就知道什么药开什么药合了，但是这五味不一定指的是气味，当然主要指的是气味。咱们说的再直白一些，那芍药当然是合的了，乌梅是合的，山萸肉是合的，这都是合气。但是关于药啊，它也是分体用的，味是它的体，还有里面它的性质、它的用，这里面你不能简单地认为芍药是合，芍药味酸，酸主合，你只能这样说。所以什么是开的？心是开的，苦是开的，咸是合的。你这样去理解药去，古人写得很明白。所以前面这段它奠定了整个的治疗、用药理论，各方面的基础都在这五段文字当中奠定了。所以说大家一定要知道药之味道和气。你闻一闻木香、闻一闻大黄，再尝尝大黄，尝尝黄连，尝尝麻黄，尝尝桂枝、黄芪，你尝一尝自然能够感知到它的气味，同时你知道它的升降开合。关于它的性用，花则开，根则合，整个交织在一起。在这一点上希望大家能够尝药。古人配药和配食是一样的，古人做汤、做菜、做饭和做药的道理是相通的，没有那么神秘。

有人问：怒则气上，喜则气缓，诸如此类，凡此种种，气的变化是古人通过练功、胎息之类返观内视看到的吗？这个怎么说呢？也不能完全这么来说，这样跟大家说吧，练气功、内景啊，可以看到很多，但是它不会看到所有层面的，除非你功力极高，普通的很多练气功的也不可能把气的规律总结得很完全，因为气功它也是一个阶段性的嘛，所以你可以说练气功内景可以辅助你更好地理解气机，但是想完全看懂你还需要理解，需要开悟和智慧。因为你即使没有内景，久而久之你也会知道什么气是升的，什么气是降的，你一看这个形就知道了，看形和态。所谓的态是它动起来叫态，它放那儿不动叫形，形态嘛，你去观它形态就知道了什么气了。一个人趾高气扬，他肯定气在上面，垂头丧气这个人气在下，这个很好理解吧？这个马，跑起来，马气为开，龟，走得很慢，气合，你用这种思想去解释、去理解周围的气，用不了多长的时间就能有一个自我的感觉。一个人说得眉飞色舞他的气肯定是开的。

有人说：上为开下为合。也不能这样说，大势是上为开下为合，但是局部的话，开中有合合中有开，一定要记住这一点，没有绝对的开也没有绝对的合，合中带开开中带合，开而合合而开，都是相辅相成的，（无论）时间（还是）空间，开合升降都是扭在一起的。你看说得眉飞色舞，皱一下眉，这就是开中带合，眉飞色舞地说，说的停顿的过程当中，说就是开，停顿就是合。

有人问，是开好还是合好，这个作为留给大家的一个疑问吧，这个问题只要仔细思考一下就知道了。我们不是说了嘛，没有绝对的开也没有绝对的合，都是五气调和，没有绝对的好也没有绝对的坏，都是周流六虚变动不居嘛。开合也是阴阳，有开必有合，开中必有合。这是两个（方面），有开必有合，开中必有合，两个方面来理解，时间、空间嘛，开完了，开到一定程度必然合，但是同时开的过程中，对面肯定有一个合的，同时里面也有一个合的，比如心是开的，那心中阴就是合的，肾是合的，肾中阳就是开的，这都是既济嘛，就像坎离一样，坎卦中间有一个阳爻，离卦中间有一个阴爻，没有纯开也没有纯合，都是互相既济而成的，坎又变离离又变坎，坎离交媾嘛。所以说一般肾病心上有问题，心病肾上有问题，所以心病肾治，肾病心治，治肾的有心药，治心的有肾药，这个就是古人

智慧的结晶。同样肝肺也是一样。一定要找对待的一头，这就如两绳相引嘛，你牵这一边那一边就动，心一动肾肯定就动，肾动心动。所以说我们治病一定要活活泼泼。

有人问：老师怎么理解枢？所谓枢就是轴嘛，就是关键所在。这个得放在整个的（大环境中），万物皆是枢，都互相为枢，没有绝对的枢。你不能说是某一个（是枢），它只要是枢就有局限了，它不能变嘛。所以说生生之为易，生而又生变而又变才是易、才是道、才是气，没有绝对的枢，只有相对的枢，这个只能在具体的现象当中来解释。所谓阳明为合，太阳为开，少阳为枢，那个枢指的是表里，气之出入，出来了就是太阳，合进去就是阳明，中间的就是少阳。

那就这样吧，今天太晚了，祝大家过个好节！

第八课 20080226_如何开方

道可道整理

因为当初我不是从中医开始学起的，可以说是从阴阳五行、气机这块开始学起的，然后转向开始学习中医，所以对我个人来说，对这方面没有障碍就是顺理成章的，中医就是应该这样来学，后来接触了一些学中医的同仁就发现观点、思维方式有很大的不一样，所以说在这里面跟大家交流也是我比较忐忑不安的，因为有时候自认为理所当然的可能对于别人来接受起来比较困难，可能是一个交流或者说是一个思维方式出发点的一个问题。

就像很多西藏的或者偏远地区的一些人走到城市里面，就发现整个观念之间是互相冲突的，也是不知所措。比如说很多西藏下来的，他们本身就认为生死轮回、因果报应等是理所当然的、是天经地义的、而且是既成事实，但下来之后发现中土的人们现在不这样认为了。同理发达地区的人们到偏远地区也会发现观念是不一样的，这个咱们不先说谁对谁错，本身就是思维方式和观念几乎可以决定人的一生吧，包括他的学识，所以说从哪一点入手，你信哪一块儿，怎么来信，是非常重要的，所以信者道基嘛，只有信你才能入，如果连信都没有，不可能跨越这个门槛，尤其是中国传统的这些养生的道理也好或者说哲学也好或者说一些功法也好，包括些宗教都是从信而立的，那么收徒弟、传承都是从这方面开始起步，如果说徒弟一旦怀疑，可能所有的气机全都变了。说这个什么意思呢？我倒没有想让大家完全相信气学中医、气学中医的思维方式，但是从我这方面来说我是非常相信的，所以说沿着这条路我能跟着老师走下去，并且在自己的日常生活，包括几乎所有的思维方式都是沿着这一套思路来走，可以这样说做梦都能进入自己的梦境。这个从我感觉来说，可以说是融入到生活生命的方方面面。好像有句话说：学到如痴如狂、如颠如疯才有可能有很大的进展，所以说我也能做到更上一层楼，其实这是一个境界的问题，你只有

全身心的投入到这种境界，你才能领悟这个境界的玄妙，才能不断地有柳暗花明又一村的胜境，如果说是只是粗皮潦草地浅尝辄止，那么不可能入到中医或其他的一些中国传统学科的深处，这是我个人的一个体会。

那好现在咱们说一下气学中医，我再重复一遍，所谓气学中医就是说用气的观念、从气的角度来考虑中医的理论和临床。上次我们讲了一下《黄帝内经》的《阴阳应象大论》，其中我们主要讲了五段话，认为是整个《黄帝内经》的一个核心之一，也是《黄帝内经》它立意的气学这一方面的一个理论基础。

我记得“东方生风”这个讲过，“南方生热”也讲了，“中央生湿”好像也讲了吧，上次讲到哪里，还是希望大家提醒下，“西方生燥”应该也讲了，好像就是一个“北方生寒”没有讲吧，这个大家可以提醒一下，还有就是我不知道有多少人回去认真地体会气学生长化收藏或者说是开合调升降在这几段话中的体现，因为从我这方面直接就认为它应该从气学气象这方面来入手来解释，不然用其他方式很难能把这五段话来解释清楚，所以这个也都是中医理论基础吧，要是这几段话不清楚含义，那么中医的起码生理这方面不好解释。

我记得《周易》上有句话叫“象者像也”，咱们知道“太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦，八卦生吉凶，吉凶生大业”。所谓的“两仪生四象，象者像也”什么意思呢？前一个字“象”“象者”就是说“四象的象”、“卦象”，包括八卦也是卦象，乾一，兑二，离三，震四，巽五，坎六，艮七，坤八，它这是一个个卦象，“离”外边实中间虚，“坎”是中间阳外边虚，这个叫做卦象。“象者像也”也就是“卦象者像也”，就是这个意思。第二个像什么意思呢？就是气象，或者叫做意象形象，就立着一个像，它就是把这个地方照相了，把这个拍下来了，然后拿来让你看，都是静态的照片，其实是一个动态的象的心魂，就是一个故事从开始到结尾发生，它均匀地截取八块，开头和中间结尾，包括中间再不断分，分成八块，分成四块就是四象，分成八块就是八卦。这个卦象它是成了一个像，就是照片，这个最好理解了。就是一个人百米，起跑、加速、冲刺这个就是，它是一个动态的，但是你拍照拍下来之后就是静态的。那么现在你不要理解它是静态的，象者像也，你这个照片是反映后面的那个人从开始起跑到冲刺的整个过程。

所以说《周易》讲“变动不居，周流六虚”嘛，说的是《周易》是不断变化的，象是不断变化的，那么我们整个的气机也是不断变化的，写《黄帝内经》这本书的人就把这个变化分成五，东方一个变化，南方一个变化，中间一个变化，西边一个变化，北方一个变化，也可以理解为四方都有一个变化，中间这个变化是调和四方变化，它起一个稳定的作用，没有中间，就没有四方的交通，所以说咱们脉要有胃气嘛，有胃气则生，没胃气则死，他说的就是中间的土气你有没有，就是一个和缓之气，就是四个方向，东西南北都不能过急，就是中庸嘛。

孔子讲：“适中”。什么叫“适中”呢？就是不能说是绝对的中，没有绝对的中，什么东西都在不断变化当中的，但是你不能过极，不能过于极左也不能极右，不能极东不能极西，不能极南极北，在极东的时候你要有中间的气拉着你，叫居中而偏左，居中而偏右，所以说这个就是胃气的特征，胃气是缓和之气大家理解一下，就是气者缓也，和和缓缓，居中而邻照四围，所以说有胃气则生，无胃气则死。如果脉全浮，一点和缓的气没有了，那这个是气浮越于表嘛，汨汨然不可止，都散出去了。那如果说完全沉，像一个石头一样沉到水底了，那么气机沉，没有任何生机可言，脾胃也都坏了。那如果说脉气流动如滑珠，像滚珠一样，一点和缓的气没有，动得很厉害，那么这个心气浮荡，心气将绝。那同理如果说这个脉很弦，象弓弦一样，噎噎噎特别硬，噎，噎，噎，就这样，里面一点和缓之气没有，那肝气绝了。《黄帝内经》不是说了嘛如循长杆之末梢，什么叫长杆之末梢呢？末梢就弦劲很弱了，它有一个调柔劲儿，那个调柔劲儿就是脾气的劲儿，脾气劲儿加肝气的弦劲儿，二气合在一起，相合而不相离，它这个就是一个中和之气，所以说这个人就能很好地活着。

上次只讲到南方生热吗？湿没讲吗？讲得这么慢吗？我记得上次还是上几次，有人跟我说过，如果说只讲这个空头的理论，没有临床的话，或者说没有怎么开药，那就是讲了也没有什么意思，这个分两点来说啊，第一个你没有基础的话，你往下面关于开药啊、临床啊，你就没法来听了，站的角度不一样，理解也不一样。那如果说是大家没有一点气学的认识，关于讲到开药这一块儿，这方面很难来讲，这个是一方面。另一个方面，这个理

论也并不是说枯燥无味了，我记得是哪个老师说的一句话吧，中医一部分来源于临床，另一部分来源于体悟，这个话就说得非常好了，因为学中医不仅是学中医，而是根据你整个的生活观念和整个对生命的理解，那不仅仅是一个临床，西医如果说中医来源于临床，那西医临床一百年也不可能说是形成一个完整的理论体系。所以说不简单的是一定要临床才叫真中医，一定上来要讲临床，临床就很高级，这个不能这样看，希望大家不要这样来想问题，临床固然重要，因为它是最初的，是治病的根本吧，但是你对整个的生命的理解，要出于平时的体悟和对师长的继承，因为这个一代代传下来，就像老子的《道德经》一样，你说它能治病来源临床吗？估计是进入了某种境界之后的体会流传下来了，你再用这指导临床，收效就非常好。很多大夫治了一辈子病，他可能最终也没弄明白一个简单的伤寒是怎么回事，或者说一个简单的肠病、肠胃疾病是应该如何来下手来治疗。

现在很多人开方子失去了经典理论的指导和自身的体悟，简直驴唇不对马嘴，开个方子哈哈大笑。其实很多疾病，你要知道了理，你这个法只要稍微学一下就会融会贯通。读了经典的著作之后，就像笼中抓鸡一样，手拿把掐了，但是你还要有多年的临床经验嘛。和炒菜一样，你知道了炒菜配伍的原理，炒起菜来，你才融会贯通嘛。比如说一个韭菜炒鸡蛋，这个是咱们继承前人的基础上，如果说让你去临床去配去，我估计你很难能配出韭菜炒鸡蛋这样经典的菜来。就像包饺子，西方人，进化了那么多年他也没研究出包饺子来啊。所以说不是说临床越多越好，两条腿走路嘛，第一条腿一定要迈出去，就是启承和体会。那你光知道吃饺子，不会包饺子也不成，这一点啊，这之前我再和大家说一下，药食是同源的嘛，那么如何理解药食同源呢？很多书上都说，药有的是从食物中来的，食物是从药中来的，药是偏性的，食物是平性的，所以能被人常吃。那么如果说仅理解到这个程度，我觉得远远还不够。所谓药食同源，就是说整个的实质的方法和食疗、吃饭对人的补益和你熬药汤的道理是一样的。这一点如果大家对药的配伍，麻黄汤啊、桂枝汤啊、小青龙啊、白虎啊、酸枣仁汤啊，还什么炙甘草汤啊，像《伤寒》里这样的方子，你如果说想好好体会的话，我建议大家多学学做饭，做饭炒菜之间的配伍就是药的配伍，这个是药食同源的另一方面，你只有配出好吃的饭菜来，你才能有可能对汤药开方有一个真切的体

会，因为汤药你不是老喝的嘛，你都给病人开，那么你常吃的就是饭菜嘛，你熬汤咱们说很简单，你要加盐，你要加味精，你要加一些佐料，比如鸡蛋汤，你要有鸡蛋，你要有油，你熬这个汤或是熬油腻了还是清淡了，这个东西它和方子是一模一样的。

比如一个上火的人呢，他愿意吃什么呢？比如说口气很重的人，你如果说给他来一个白糖拌心里美，我觉得他应该很爱吃的，尤其最终收出的浓汁，心里美的萝卜嘛它里面是红萝卜嘛，红的，切成条，拌上白糖，不能拌红糖，道理大家应该能够理解吧，然后在那腌一会，吸出汁儿来，吃得爽脆，甜美的萝卜条，最后还得加醋，加白醋加食醋都是不一样，酸甜口的拌的萝卜条，那你吃这个爽脆的萝卜条，最后再把酸甜汁喝了，大家想想大家现在味蕾就应该是有所反映了，那么对于一些口渴、有火气的你说它会有什么一个效果？这个《内经》上不讲了吗，酸甘化阴么，那你去体会去，他怎么个酸甘化阴。如果加红糖味道就不一样了，那只能加白糖，说加冰糖也好。还有就是说这个糖和醋的比例，你加白醋加食醋，你想想有什么区别？放在一起，过酸了也不行，酸口儿，过甜了也不行，酸了就不好吃了，那酸甜的比例是几比几，然后再加上萝卜条，他们三个的比例是几比几，那萝卜条在中医里又是什么东西呢？这个大家想一想。

比如说你开一个方子，你看如果说吃了这个治什么病呢？我跟你说啊，如果说是火气重，肝气不调，胃胀满饱闷，你吃这个就好使。首先萝卜是化气的，为什么是化气？萝卜为什么能顺气？大家想一想，一会儿啊我说完这个大家做一个答，给大家出几个问题啊。萝卜是顺气的，为什么，第一个；第二个，白糖和红糖，为什么能加白糖，不能加红糖？第三个，三者的比例我们应该是如何来掌握；第四个问题，如果让你开一个方子，你照这个糖醋萝卜条你开一个方子去治痞闷和胃中有火气的病的患者，你会开一个什么样的方子？其实这个就是运用了很简单的一个药食同源和气机的一个理论来让大家能够贴近实际来琢磨这个方子，那行那咱们先把这个问题先讲一下吧，然后再讲那个《黄帝内经》的关于南方生热那一块吧。

首先咱们第一个问题：萝卜为什么会顺气？

大家可以踊跃发言嘛，说一下，是红色的心里美，不是白萝卜，大家可以用气学中医

的理论来解释，因为如果说年前听过讲的，应该是对气学有一定的认识了，这里面怎么应用，我记得有一个人说过什么呢？人身呐是升降开合四个气，那药是什么气？是不是里面也有升降开合啊？或者说也有其他的名词来代替了这个升降开合，那么大家可以开动脑筋想一想，萝卜为什么能顺气，如果说用取类比象啊，你要搞不好这个取类比象就非常滑稽。你只有在气机的基础上，你才能准确地去取类比象，你不能瞎取类比象，那让西医笑话，最后搞的又是中医又是封建迷信。

那我说一下大家的理解，有人说是生在地下，降气，金气肃降，生在地下的多了。萝卜秋天种冬天收，萝卜收获于秋天，即潜降之气。萝卜为什么能顺气，有的说什么什么收敛之气，引气下行。你看有的就提出不同意见了，生在地下的多了，人参也生在地下，降气吗？

首先如果说是不能从一个根本的一贯的理论来指导我们来取类比象，或者来指导着我们对药性的理解，那么我们只能会是互相打架，前后矛盾了，步行不一致。稍微学点中医的，学了西医他就会觉得很可笑，因为你不能自圆其说呀。你这个一段话用一个理论来解释，另一段话用另一个理论来解释，两段话放在一起，自相矛盾了，这样我们就没有抓住事物的根本去考虑问题，取类比象只能留于空谈，这样的取类比象我们还不如不要，如果说能有西医的一点诚实的实验精神更好。

白色入肺，这刚才跟大家说了，是心里美的萝卜是红萝卜，不是白萝卜。白萝卜顺气，红萝卜一样顺气，你就说白色入肺，肺主肃降，那这就不对了。还有，我刚才说了，这萝卜啊，我没有说萝卜降气，而只是说萝卜顺气。就像很多人说，辛开苦降。大家可以到《黄帝内经》搜一搜，苦味儿什么时候按成了苦是降，苦者发也，从来就没有说是苦是降。《黄帝内经》一直经典地对辛和苦的理解是辛者散也，苦者发也，酸者收也，你可以查一下，甘者缓也，咸者坚也（都是这样来形容，不知道后来从什么时候开始辛开苦降什么之类的一些名词喧宾夺主，所以大家一想苦就是降，这个是不对的。如果说是辛开苦降，那你那个栀子呢？你不能说栀子是降气的，你可以说是黄连，大黄是降气的，但是它那个降不是因为苦而降，是因为它本性沉而降。黄连不太沉，大黄主要是。

有人说是萝卜是根，有升发气的特性，升气而开，开而降，故能顺气，多了也损气。还有说的，红色入心，这个关于红颜色呀，如果说是本质的红，一般入心血，但是一个草药会拥有多种属性，那主要看哪种属性居主，其他属性居辅了，所以说这里面红心萝卜啊，比如说西红柿啊红心萝卜，这我们就不能说它的主要特性入血脉入心，你不能说西红柿是活血脉、通心脏，这个都不能这样来说的。你看这个说萝卜是根有升发之效，那很多植物太多的药材是根了，那难道都有升发的特性吗？你都可以这样来说吗？这个也不能自圆其说。

你看这个问题，如果说一涉及到临床，大家如果说没有一个一贯的原则做指导，中医几乎没有办法交流，公说公有理，婆说婆有理，一人一个理论，中医就没有办法继承了，那何谈发展？所以一个基本的萝卜为什么能顺气如果你搞不明白，那其他的药几乎你没有办法再去尝试，所以说开出的方子稀奇古怪。

有人说了萝卜味微辣入辛，酸的入肝，甜的入脾，这个就是说得比较靠谱了，那么我们在《黄帝内经》上，上次我跟大家说了，关于那个五段话里面有很经典的确立了五味入五脏的味道的理论体系，为什么我也跟大家讲了，而且五脏所喜的五味，肝喜酸啦，肺喜辛，脾喜甘，怎么说来着，五味所喜五味所忌，大家可以看一下是怎么说的，关于五味《黄帝内经》上面论得非常清楚，上次好像有个老师不也讲了吗，这五味并不仅只是一个味道，但味道占一个主要的成分。比如说附子属辛，你尝这个附子他也不辣，但你吃那附子他有辛通的作用，所以说都归为辛、辛味。所以说如果说从气学的角度就更好理解了，散者为辛，那么附子主散，很多辣的东西都主散，但也有些不辣的东西也是散，所以说所有散的都归辛，这个气学就好理解了。

还有说萝卜性凉味辛甘，入肺胃经。你拿很多味辛、凉的，但为什么萝卜顺气？理脾气、顺肝气、调胃气效果非常好，这个就涉及到根子问题了。你看这样如果说我们没有读过，就是说没有跟大家讲过气学，《内经》《阴阳应象大论》也没给大家讲，那么这里边我很难跟大家讲清楚。“象者像也”，大家怎么理解这句话，我曾经跟大家说过，摸脉就是摸气象，你搭上去之后，去感觉是什么气象，脉跳的快，这个气象波动的快；脉跳的慢，气

象就波动的慢；脉沉这个气象就沉；脉浮气象浮。观面相也是啊，面色晦暗，他整个的气机就很不好；面色红润，气机就好；面色过红，红脸关公，那阳气亢盛，气机太旺，焦满，所以说“象者像也”，道理就在这里。所以说现在会摸脉的人越来越少，病人来了，搭一下，那叫做中医，他也仅此而已，你看他能说出个子午卯酉来？这个脉象怎么回事，他估计也是茫然如有所失啊，他也不知道怎么回事，失去了根本。

那行这样，那既然有人提出来了，萝卜到底为啥能够顺气，我给大家说一下。首先，这个萝卜是辣的，尤其是萝卜皮，萝卜皮辣，他就代表整个的萝卜他的性质是微辣的，萝卜是辣的，所以说辛者散也，所以顺气，什么叫顺气呢？顺畅瘀滞之气，什么东西能顺畅瘀滞之气呢？那只有辛者散也，你把这瘀滞之气散开，那他就可以达到这个散气的作用了，顺气的作用了，从来没有说这个是降气。为什么会降气啊？因为你顺了，胃气以上为逆，以下为顺，对于胃气来说啊，他一顺开了，胃气一降，这个降是连带的，而不是萝卜有降气的作用，萝卜给他通开了，自然气就降下去了，这个是第一。

但还有很多辣的东西他不顺气，那我们来说第二，大家咬这个萝卜的时候会有什么感觉？是软绵绵的呀还是怎么样？这个是象者像也，我们直接体会萝卜，给我们的整个的眼耳鼻舌身意的感受，你要咬这个萝卜是嘎吱嘎吱脆的，萝卜是挺立的，它不塌的。你要是吃块大年糕，敷在这胃上，你看他能不能顺气。即便把年糕里面掺上胡椒面儿，它也顺不了气，所以说这个是萝卜第二顺气的主要特征，萝卜很脆，而且很硬，它又不像锅巴似的一咬，嘎嘣碎了，散开了，到嘴里都是面糊，你吃到肚子里，萝卜这个脆劲仍然保存着，很脆很硬而不韧，不坚韧，像甘蔗一样，大家理解一下，这个东西他能通，你看那个萝卜，你仔细瞧，它有一个一个小孔呢，你把萝卜横截面切开你发现，他有点藕中间那个眼一样，只不过非常密实，它靠这个输送水道上下的，就像硬木一样，这个吃下去之后，它在肚子里一走，尤其在脾胃里一走，它就能把这个瘀滞的东西给松开，所以说萝卜有疏的作用，疏当疏散讲，这个是萝卜的两大特性，导致能顺气，一定大家要体会清楚啊。这象者像也，摸脉是直接体会到的，这萝卜也是直接体会到的一个从它的味上，一个从它的质上，决定了它有良好的顺气，而且还不伤人，它不辣，不像辣椒那样辣，也不硬，而且也好消

化，所以说萝卜作为一个食物，冬吃萝卜夏吃姜嘛，萝卜顺气，凡是肝郁气滞的人或者说脾胃有泛酸这方面的，你就是尽量地吃萝卜，第一吃炖萝卜，喝萝卜汤，第二吃生萝卜你不管是白萝卜也好，红心萝卜也好，你就尽情地吃。肠胃不好，肠道不好的有便秘的，萝卜是非常好的一个食物。吃惯了大鱼大肉的油腻的东西，到饭店点一盘小萝卜，大家吃来很舒服。而且萝卜微甜，它是甜的，它不伤脾胃，你要是过苦过辣，他伤脾胃。

这跟大家说清楚，如果说学气学的话一定要把这个观点纠正下来，你直接对某一个药品进行体会，就是神农氏尝百草，他尝到萝卜是脆的、微辣的、微甜的，他才记述下来，有顺气的功能，而不是到那去推萝卜是朝上的朝下的，是怎么来的，北方的南方的，这样去推的，也不是经过大量的临床，看到很多人吃了萝卜就顺气了，他就推出萝卜顺气。感通天下嘛，老子讲寂然不动，感而遂通天下。他坐在这吃了口萝卜，他深深地一体会，他就发现了萝卜可能有通气的作用，并且应用到临床效果不错，那么他就把这个记录下来，咱这个说不是一个人而是很多人做这个工作。你不尝萝卜，你要没见过萝卜，萝卜顺气这个特性你很难去体会。芹菜也顺气，对大便啊、肠道都特别好，它刮肠的嘛。为什么芹菜有啊？芹菜比萝卜不如在哪？第一芹菜啊，它也是直挺挺的，但是它没有萝卜这样坚脆，到肚里打弯了，这是第一。第二它没有辛的作用，它不辛通，所以说萝卜顺气的能量要比芹菜大，甘蔗也有，大家别以为甘蔗没有，藕也有，只是相对来说很弱，它们三个都有疏通的作用，由于它们的体质是疏松的，水道在里面由下而上就灌上来了，疏通河道特别好，芹菜可以疏通水道，藕可以疏通水道，甘蔗可以益胃阴，同时走得不凝滞，这都是非常不错的一味药，大家知道了吧。

所以说你从这个思路去理解食物也好，理解开的方子也好，这是一条捷径。虽然你不可能百分之百把所有的都体会到，因为很多很微妙的你体会不到，那只能是靠前人的告诉，但还有一部分你是能够准确的体会到的，比如说丹皮、香附像这些，你尝一下你就会有一个终身难忘的对药材的理解，包括五味子，包括细辛。上次我去安国嘛，好细辛不好的细辛，你一尝就尝出来了，那个贩子他做不了假，他做什么假都能做，这个药材上做不了假，这个味道上呐，拿起来一尝，细辛非常辣的，这味儿正的，这肯定是好细辛，尝起来没有

辣味了或没有辛味了，而且味不正了，都不是好细辛，你直接这一尝你就知道了，几乎所有贩子都骗不了你。

问，萝卜煮过后不再辛辣照样顺气，煮过以后，不再硬脆照样顺气？

这个大家说一下，这个是因为什么呢？这个大家谁能回答啊？看看大家有没有能回答这个问题的，这个问题问得很不错，也是涉及到另一个关键点。前面有人说淡养胃阴，那如果说是淡养胃阴这个你讲不通了，淡养胃阴那怎么不用其他的药淡养胃阴呢？那何苦萝卜去淡养胃阴呢？煮了它也顺气，吃还顺气，顺气的特性怎么保存下来？那你不能说是淡养胃阴呐。这个又是前后不一致，咱们前面说了，由于它的两性，一个是味，一个是质导致它能顺气，那么这你来个淡养胃阴又是不能接上了。有说的，煮过以后取其味，那你取味儿，你取的什么味呀？煮之前吃的不取味吗？难道煮前和煮后取得都不一样吗？这个也要好好考虑考虑。我们不管学哪部经典，都要一条原则，自始至终的来解释这个问题。那么这样你才能找到中医中药的精髓在哪里。其实毛扁说对了，去其味存其性，但这个话你这样说出来呀，还要解释清楚，怎么存的性怎么去的味儿，其实去味就是水火相煨。

这个跟大家说一下啊，凡是经过水火煨的东西，它的本性啊都被调顺，都被驯化，所以说生品和熟品是有很大的区别，但是，是不是调顺之后，他的性就没了呢？你看几个关键点啊跟大家说一下，第一个，它的性，萝卜性质生的时候是通过它的味道和它的特质表现出来，那么是不是它的特质和它的味道就是它的性呢？这个大家要想清楚啊，那么我跟大家说啊，不是它的味道和它的特质是它的性，是它的原先就有这个性，通过它的质和它的味道这方面表现出来，你通过水火一煨，它的味儿和它的质发生了改变，但它的性还在。一个人张牙舞爪，他拿手张牙舞爪，又说又笑，这是他一个活泼的表现。通过水火一煨呐，他的手脚和嘴软都化下来了，但是他的活泼的性还没有变，也就是我们讲烧灰存性的道理就在里头，这是拿水火煨，在水里煮、火烧他，这存了性了，炖到汤里了它还是这个性，性没有发生改变。但是性也会发生改变，因为它顺从了，这个性不那么躁烈而趋调和，但是不可能把他的所有的性都煨掉，就是这个顺气的性都给煨掉，这是不可能的，这是第一。第二很多东西它拿火一烧，我们常见的是吧，荆芥啊、炮姜啊鲤鱼头烧灰啊，只是煨

而存性，你烧完了东西，它的味儿也没了，质也没了，那怎么它还能存那个性呢？有的会发生改变，但是还有的会保留下来，我们并没有说它的性完全没变，但是性并没有完全消失。那么这个我们拿气学中医的理论就很好来解释了，因为这个形式就相当于肉体一样，它里面是包含气机的，肉体没了这个气机还在，这个烧灰存性存的就是气机之性。就像石膏一样，你在水里煮，煮了半天你烧出来啥？它首先不溶于水，你说它能出来啥？烧了半天能出来什么？它能游离出些钙离子？这个咱们强调几点啊，第一像附子一样，它是辛的有散性，但是它没有通过它的味道表现出来，而是通过吃下去对身体的反映表现出来了。那么巴豆，巴豆是没有味道的，那你能说这个巴豆不猛烈吗？它没有通过味道，非常苦来表现巴豆的勇猛，但是吃了巴豆你试试，首先这个药性是它的内涵，有时候可以通过它的味道和形式来体会到，有时候它隐藏地很深，你体会不到，这是第一。第二，生品性猛，是吧？水火煅性柔，那么这里虽然把质和辛味儿去掉了，但它的性还在，所以说炖出汤的萝卜还是顺气的，而且你闻闻萝卜汤有种骚的味道嘛，很多人不愿意去喝萝卜汤，就在这，把它那个性的另一方面表现出来，有一股味儿，有萝卜味儿，这个大家仔细去体会去，这个可能不是说是一时半会你可以完全想透，但是这个思路大家要有。

那行，咱这个第一个问题，咱就到这儿，那大家还有没有问题啊？其实这些啊都是很根本的问题，你要说什么烧灰存性啊，这些东西你要不理解的话，包括五味是怎么体现出来，你要不理解的话，你下面的中医中药没法学，就是学一辈子，你也如坠雾中，就是大雾啊而且不见方向，不知南北，人云亦云。

那下一个我们说第二个问题吧，为什么加白糖不加红糖这个好理解吧？

有人说了，请老师细讲到底从哪里入手，研究药物的本性。我怎么说呢，你只能说从心里理解，从世界观开始着手理解，这是最根本的办法。关于看什么书，你看古代的书就可以了，四部经典，宋朝以前的书，经典的中医书也好啊，或者其他的一些讲天文地理物候包括风水之类的书你都可以看，你就知道什么叫做本性了，什么叫做阴阳本性。如果说仍然从西医的逻辑学开始研究，永远不可能研究到位的。给大家一建议，大家可以看那本书啊，可以看好像是《月令》，是《礼记》吧，《礼记》里面的《月令》大家可以看一下，

这个非常不错。以萝卜为例？刚才一直讲的不就是萝卜的药性吗？到时候你要有录音你可以回去听录音。

有人说了，白敛，肺降，红扬，血升。白糖是寒性的，红糖是温性的。第二个说的对啊，第一个说得不对。白怎么是敛呢？有一点希望大家不要上来不假思索的就用一些现代的中医上的名词，你还没弄明白什么叫白敛呢，你上来用白敛，什么红扬，什么叫红扬，讲不通啊，这不符合《黄帝内经》经典著作的理论原则。这萝卜不从物候学上来讲，有的药它从物候可以推出它的药性，有的药不要这样来推。萝卜最本质的特性就是一个微辣和一个它的咬起来很脆，这个脆劲儿到胃里都不丧失的，从这方面推出它的本性，不要从物候来推，物候推不出来，有的物候可以推有的物候推不出来。夏枯草啦、什么这个女贞子啦这个从物候能推，包括秋梨啊，什么夏天的杏啊这个能推，别的不要那样来推。直接你咬一口还不知道它的性格啥样的啊？你就是把所有的都拟人来比喻就可以啦。

我们前面讲过任何事物都气团组成的，所有气团都有它的自然的属性，这种属性升降开合吐纳，包括自己的本质和味道嘛，如果用在中药上，你直接拿这个去体会就可以了。比如一个人过来，他是生猛的人呐，还是温和的人呐，怯懦的人是勇敢的人？交往一下马上就知道，这样来推，你不要说推他家几代，没有意义。本身这个就是气化嘛，萝卜就是气化而来的嘛，你还是上哪找其他别的气化，这样就叫气，气硬而微散，气疏硬而微散，这就是萝卜的特性，与生活环境没有关系，没有太大关系，它可能是长在疏松土壤长得更好，应该是，我对它的生活习性不是特别了解，有可能是，沙性土壤或者疏松的土壤，那我就不太清楚了，有的有关系，有的没有关系，咱现在先不要讨论这个，这个你先多看些古典的书籍然后再讨论，这不是这样讨论的，那八竿子打不着的事情。

这样咱说一下，白糖寒性，红糖温性，应该是从这方面来，红糖入血分嘛，温嘛，白糖是寒的嘛，白糖、冰糖、砂糖、白砂糖都是寒的，包括蔗糖，甘蔗里面挤出的那个糖水都是寒的，喝一些能够益胃阴嘛，红糖暖胃。所以在这里面，咱这一个火气重的，他是肝脾不调的，胃又不适的，这样的就应该用白糖，不应该用红糖，你不要认为这个是碳水化合物，如果说你从西医物质角度，你永远不可能理解中医的，事物不是那么简单的，这个

发明了食物是蛋白质，脂肪再加上微量元素，他仍然没有穷尽物质这一块的东西，还会层出不穷的，不能那样看，不能分化看，都割裂了。

然后咱们接着说第三个问题吧，那直接这样来说吧，不要说配伍了。大家拌一下，拌一盘萝卜就知道应该是几比几的配伍了，配伍就是汤药的配伍，这跟大家说清楚啊。你不要说天天算计，多少多少配伍啊，自己试试就知道什么配伍了，也就是说绝知此事须躬行，不是说整天拿那个脑子看几本书你就能开方用药了，没有下边千百次的实验，去调去，你不可能开出很妥当的方子。韭菜炒鸡蛋，拌萝卜条，酸甘萝卜条，你到时不试一试，加几勺糖，加多少醋，加多少萝卜，调匀了，你吃一吃，口感如何，汤药你也开不好。

咱们开一个方子，仿照这个萝卜、酸甜萝卜条，去开一个治有胃火、肝脾不调、胃胀满不适的实症的患者，不是虚症啊，实症的患者，仿照这个菜，你开一个方子，希望大家下去能开一个方子然后我看一下。你看今天给大家讲一下关于开方、食疗这一块儿，我从这方面下手，我觉得应该是很形象的啊。上面大家说的这么多，交流了这么多，如果说没有一个理论作为基础，几乎是天马行空，人云亦云，所以说大家应该知道理论和理论方法看问题的角度有多么重要，一个正确的观念多么重要，那你一二三四年级没走过来，你要走五年级去实习去，这个万万不可能的。

这些都是碳水化合物，但由于这个形态和制作方法最终导致了它一个是温的一个是寒的，里面有结构啊，各个方面的啊，组合不一样，虽然成分一样，组合不一样达到效果也不一样。这样说一个很简单的例子，一杯水， 100°C ，你晾到 50°C ，和从 0°C 升到 50°C ，两杯水都是 50°C ，能一样吗？我就问大家这么一个问题，大家可以仔细的思考一下。从 100°C 降到 50°C 和从 0°C 升到 50°C ，同样的两杯水，性质一样不一样？这你就知道了，这里面的气机是不一样的。同样，红糖白糖的气机是不一样的，所以说咱们立意在气学中医就是希望大家不要只着眼于物质层面，而且要看到物质层面后面的气学层面，这个气学也是存在物，物质存在物是阳性的，气学是介于中性的存在物。那么我跟大家说过，什么是中医呀？中医本质的特点就是认识发现了气学，发现了气机，并从这个气机的高度出发，去指导临床，并且创立理论。

有人说啊，为什么用白糖而不用红糖啊？这我们前面不说了吗？他肝郁，胃不适，并且有点胃火的，如果说你胃寒，当然加红糖，再加醋，白糖加醋就是酸甘化阴，你治这个阴虚，胃阴虚，肝脾不调，肝气不足，效果非常好，是治胃阴虚，胃有火，肝脾不调的患者，可以仿照这个萝卜，哪味药代替萝卜，哪味药代替醋，哪味药代替糖就可以了，不需要大家开太大的方子，也不要理太大的谱，这个意到则可，没有必要完全准确，你知道这个意思了就可以了，我跟大家就是说想让大家通过食疗，咱们今天举这么个例子，希望大家一下子转入到开方上，那么就知道了这个方子应该怎么开了，这个是开方迈出的第一课，这一课迈出去了，很多方子你就看懂了，你潜移默化的慢慢的不断的实践，你就知道应该怎么开方子了，如果说这一步迈不出去，你这开方子基本就是盲开，都胡乱瞎开方。

你看这个就是一个方子嘛，萝卜条 100 克，白糖 20 克，醋 10 毫升，拌匀，饭前服，一日三剂。你看这个不就是一个方子吗？这个就是一个方子，至于这个方怎么开出来的？刚才我们所说的并且加入了自己的实践。有没有想开方子的？咱可以试着开一下，这个你能对上号就可以，没有必要完全的对症，没有必要。现在已经有三个方子出来了，还有谁要开方吗？你看那三个方子是这样的啊，半夏白芍甘草，对应大家应该能看出来。山楂、粳米、鸡内金；莱菔子，山楂，甘草；郁金，柴胡，玄参。还有人开方吗？这个我对这方子，大致说一下，哦还有白术，柴胡，人参；白芍，枳实。

其实我觉得大家应该是，大部分都是理解了，我不知道大家原先是不是这样来开方的，如果说不是，那么现在大家可以换一个角度来这样开方，通过甘酸化阴，并且配以辛散，这个就是《黄帝内经》所说的，这个开方的一个原则，寒淫于内，热淫于内，什么这个淫于内，那个淫于内的时候应该怎么做。你看咱们可以这样来说，甘以缓之加白糖，辛以散之加萝卜，酸以敛之或者酸以收之加醋，这就是古人说的，辛以散之，甘以缓之，酸以敛之，这个就是一个开方的基本原则嘛，治我们刚才说的这种疾病，那么同理，我们通过这个来运用到我们的拿中药来开方子。

你看比如第一个方子，半夏，白芍，甘草。半夏，以半夏之辛以散之，白芍敛之，甘草缓之，这个我们《伤寒里》有呢，白芍甘草汤嘛，先是桂枝甘草以升之，通经脉，然后

白芍甘草以养阴，甘草白芍嘛，那边有一个伤寒方子啊，开篇的，没有几页就有的，这个方子就很不错了，半夏以散结，前面不是说心下有瘀结嘛，半夏以散之，那散不能散过头了，用白芍以收之，益胃阴，甘草以缓之，这个就是一个很不错的一个方子，甘草又制了半夏的毒，那么如果半夏，因为它有毒嘛，现在我们用制半夏，无所谓了，如果说，古代的生半夏，那配以姜汁，那变成了半夏姜汁芍药甘草，那这就是一个很不错的一个方子，那这个大家就有了一个指导原则，通过《黄帝内经》的辛以散之，甘以缓之，酸以收之这个原则去为我们开方做一个理论指导，方子应该是这样开出来的。那这里面因为我们这个肝脾不调，又有痞闷又有郁热，那他这个半夏白芍甘草，这里面比如说有热，再加3克黄连，这样这方子就很完整了，再加生姜和黄连那就很完整了，那我们下面说一下，下面这个方子啊，因为第一方子确实很不错。

第二个山楂粳米和鸡内金，那咱们现在治这个病呐，只是仿照上面的萝卜白糖醋来做的，并没有说让大家去任意去发挥去，我能看出的是，粳米应该是白糖，粳米缓嘛，山楂是酸的，那是醋，那鸡内金是萝卜，这也可以这样理解，但是这里面有一个问题大家说一下，看看大家能不能说出来这个方子有问题，有点问题，问题在哪？山楂粳米鸡内金，这个方子多少有点问题，但是思路还是对的嘛。鸡内金来代替萝卜，增强它的顺气的作用，理胃的作用，粳米和白糖可以相对的，这个没错，像白虎汤里面要有粳米一样，山楂配醋，都是酸的也说得过去，但是这个方子是有问题，这不是治疗胃实啊，这肝脾不调，稍微有点火，有点伤阴，胃部不适，治这种症，不是胃实。这个我直接跟大家说吧，你看这个方子，散力不足，没有散力，萝卜辛散的劲儿没有，这个鸡内金它不是散药，它是磨食的药，它虽然能够消食，但是它散力不足。萝卜顺气能到肝上，但鸡内金绝顺不到肝上的气，理气的作用不强，如果说你把鸡内金换成陈皮都好，这一点去，换成、香橼、橘皮，这些你都可以换一下，就说那些理气的药嘛，佛手啊这些都可以换，但是这不能用鸡内金，因为没有散嘛，辛以散之这个力量没有，这是第一。第二这个山楂它是消化食物的，尤其是肉质的食物，但是它对个益肝阴呐，益胃阴呐，酸甘化阴，它效果不好，比如山楂跟粳米相配煮出来之后，酸甘化阴的效果远远不如白芍，哪怕你加乌梅都要比山楂要强，加酸梅

什么的都要好，山楂它这个酸性啊对益肝阴效果不好，这跟大家说下啊，但是山楂粳米这样配是对的，唯一不足佐这个鸡内金这个散性不足。

下面我说下这个，郁金、柴胡、玄参，这个我有点儿，看不太明白啊，这个郁金你仿的是谁呢？是萝卜？柴胡又是谁呢？柴胡就没有了，那柴胡也是萝卜呀？玄参你不能说完全是甘的呀，玄参为咸呐，这个不对。这郁金柴胡玄参不对，甘缓之性不足，又没有酸性的收敛，这个对治肝脾不调效果不是很好，治肝脾不调必须有酸味儿啊，跟大家说，酸者肝之体嘛，你没有酸你怎么去补充肝体的不足呢？

下面我们看这个啊，炒白术、柴胡、人参。你看这个白术当什么呢？当萝卜？这个也不对这也不对，你这没有酸甘化阴的味道了，咱们说过你那个喝上去之后这种感觉没有，必须酸甘化阴。所以说跟大家说一下，很多治肝硬化的，肝脾不调的，必须酸甘化阴，甘草白芍首选，你加麦冬、玉竹、黄精都可以，白芍是首选啊，跟大家说而且人参它是补气的，它那个不滋阴，它只有跟那个阴药配合它才滋阴，你跟阳药配合，它这个益阳，但是单用它，尤其是跟白术柴胡只是益气，它没有这酸甘的劲儿了。柴胡也不对，柴胡白术这块就不对，在咱们上面来说，那醋劲儿、糖劲儿都没有这里面，糖不能是人参啊，跟大家说一下，这个糖它偏阴性的，你还不如糖是麦冬更好一些，辛甘发散为阳，酸甘，敛为阴，这两个是有区别的。

白芍枳实是对的，这枳实是萝卜，白芍萝卜，你这个病人吃了，如果说量稍微大一些，有便溏的可能，你这个没留在中焦，还缺一味中焦甘缓的药，这跟大家说。下面有了，加白术，加白术你酸甘化不了阴，白术属阳，白术跟白芍相配化不了阴，你哪怕白芍枳实加麦冬甘草都好，玉竹、黄精哪怕加山药都可以啊。跟大家说一下，这白芍枳实加白术不对。

下一个方子，白芍甘草桂枝，你这个桂枝它是通阳，它不能散呐，没有理气的作用。白芍、甘草，加枳实可以，加陈皮、佛手、香橼、荔枝壳都可以。

下一个芍药甘草石膏，这石膏，石膏清胃火，这个可以用，后面你可以有甘草，石膏配粳米也好一些，没有散的药，加一味散的药，加陈皮3克可以，理一下气，芍药甘草石膏都收在一起了，你必须理一下气。

这跟大家说一下啊，开药的时候体用都要注意，把体要补上去，用要发开来，你不能一味的去走一点，治病都是阴阳两头，体用两头一体来治。你看你这个白术柴胡人参，明显没有体，白术不是体，柴胡不是体，人参也不是体，这都在用上，大家体会下，萝卜是用，芍药甘草是体，大家一定记住，开药一定要体用结合，不能开一头去，你这开一头了。醋柴胡也不行，醋柴胡虽然拿柴胡这个味儿，就那么一点儿嘛，量不够，现在醋柴胡你看看，哪有正经的醋柴胡，醋都不是正经的醋，醋柴胡更不是正经的醋柴胡了，你还不加柴胡白芍呢，治肝经的药，白芍必不可少，白芍的味儿是正酸味儿，入肝经补肝脾，非常好，缺一不可，不可或缺。加薄荷可以，加薄荷再散一下可以，陈皮理下气，薄荷再散一下可以。

还有桑葚、麦冬、甘草，这个不对，这个没有散了，萝卜呢？桑葚不是萝卜，麦冬不是萝卜，甘草也不是萝卜呀。一个治养胃阴可以，这个桑葚麦冬甘草养胃阴好，但是你这个只养胃阴呐，开方呐，不能有阴无阳，你必须加点调和运化的药，哪怕你再加白术都可以。桑葚麦冬甘草，加陈皮，加薄荷都可以。

我总结一下，今天咱们学了之后，你拿到这种思维方式，你再回头看《伤寒论》的方子你就知道了。不是用五味来开方，不是用其他的，其实用五味开方，就是用五性开方，用后面的性格去开方。咱们说的味不仅是味道的味，这点一定要强调清楚，但是主要以味道为主，同时体用在方里都会有体现，这个就是今天咱这个开方临床的第一课。大家知道开方子，你再回去读读古代的一些方剂啊，都是这样子来，《金匱要略》你也可以读了，你拿这条思路去读书就可以。你看这跟行兵打仗一样，后边是粮草，前边是部队，部队中又有大将又有什么。那哪个是大将呢？哪个是裨将，哪个能当君王，哪个只能当佐使，这个都是性格使然，这样我们都能翻手为云，覆手为雨，随便就能开出一个方子来。

你看有一个开的是乌梅、杏仁、甘草，这个杏仁不走胃经啊，这个方子，你要治咳嗽可以，杏仁、甘草，这个杏仁啊开肺，但是开不到皮毛，你要用麻黄来接着往外开，开到皮毛，所以说麻黄杏仁要相配，然后呢，由于不能过开嘛，所以要用乌梅、五味子之类的收一下，芍药收一下，甘草调一下嘛，缓一下，不要太急，不然你这个麻黄的毒性就发出

来了。

有人说：饴糖、白芍、佛手，这个可以，这个饴糖白芍佛手可以，但是有个问题，这个饴糖啊，它可能过粘，这个饴糖的量要小，要稀。佛手的量要稍微大一些，你不能说是都粘住了，这个饴糖过于补，你看这样我们就知道了，三味药三才嘛，一个为用，一个是调和的，一个是为体，白芍为体，佛手为用，饴糖调和。这个就是三个人互相配伍就去打仗去了。饴糖后边是什么呢，是运粮官和事佬，这个白芍是紧着是造兵器也好，或是干啥的，佛手冲在前面打仗，就是这么一个意思，走路一左一右，再加上中间的一个立身。大家可以说，考虑考虑这个以后就开三味药，锻炼一下自己，不治病你也是能够开拓你的思路，理顺你开方的，提高你的能力，方子都是这样开出来的，两味药也可以开，但是三味药更好一些，因为这个阴阳之为道，还需要一个三来调和嘛，三生万物嘛。

大家有什么问题吗？上面这些方子，都可以说一下。其实开方啊，不是很困难，他是直接的一个过程，古人不可能开方那么难学，现在人学起中医来太困难了，就是因为路走错了。你看比如说治一个咳嗽，很简单，大家也开出方子来。首先，辛以散之，甘以缓之，酸以收之，就这三条，你能开出治咳嗽的方子。然后希望大家能够体会，多多把这个观念转变过来，这样你就能很快地接受中医的操作。

问：详尽讲一下，体和用的关系。

我记得原先跟大家讲过，体就是你有多大能力，你现在处在什么地位，用就是你把这个能力发越出来，你要干什么事儿。上次，我忘了是谁啊说的，弹簧的比喻很不错，弹簧压下去，它缩短了是体，但是它那个劲儿，往外蹦的劲儿增大了是用，弹簧弹开之后，弹开的距离高度是体，但是它没劲儿了这是用，所以说体用都是互用的。比如说肝，肝脏，肝脏体是阴而用是阳，体是柔而用是刚，体在下而用在上，体是聚而用在散，这个是肝，肺就调过来。所以说你这肝不好，首先就补体，再畅它的用，你如果说不补体只畅用，它没有能力啊，乏力啊，你畅也畅不开。比如说肝的，你只是柴胡，陈皮，枳壳之类的，你要上去，去畅肝去，这肝呐畅了多少时间都畅不开。像一个人出去吃饭去你要给他钱，再让他吃饭，你不能不给钱让人家吃饭，人家吃不了饭，你还拿鞭子在后面抽人让人吃饭，

就是鞭子抽断了，他也吃不上这口饭，没钱。所以说体用的关系是这样，开方子也一样，要先补体，再畅用。

前面我们说了，芍药甘草化阴就是补体，萝卜就是畅用，所以说我们吃这个酸甜的萝卜条吃得很舒服很受用，道理就在这，你缺一味不行，你没有甘药，你光是酸萝卜条，吃得不好，光是甜的，没有酸的，你吃得也不香，如果说没有萝卜光是酸甜水，那喝的就不是萝卜汤了，就不是萝卜凉菜。开方啊都是活活泼泼的，你要懂得了这个体用的关系，阴阳互根这个道理，你开方啊不是一件难事。你看桂枝汤，你看桂枝芍药姜枣草，大家马上就知道了，为什么桂枝？桂枝干什么的？是哪个东西，芍药是干什么，姜枣草是干什么的，一下就知道了。姜枣草中间又分，为什么姜，枣，草啊。麻黄汤也知道，小青龙汤也同样的，所以的《伤寒》的方子都是这条思路来做，没有一股脑儿都是疏肝的，一股脑都是养阴的，这都不对。

问：男是阴用在阳；女是阳用在阴？

这不能这样说，男你说怎么可能是，阴为体，阳为用呢？这个体用不能这样来套。男为坎嘛，坎者一阳实，阳气在中，阴气在外，所以说男表现在阳刚的气质，男子的阳刚气质就是中间的一阳实起作用，但男的发育晚就是阴气起作用，女的发育早就是阳气先嘛，女者中间空，两边实，这个发用这块不能这样说，它这个男性特征主要是通过中间的那个体来决定的，那个体不能向外发越，这个是一个层次的问题，不能简单这样来理解。那就象心肾一样，你不能说是男者是心，女者是肾，那男者是肾，女者是心，倒了。

问：老师你体用再举个例子好吗？

这我怎么跟你举这个例子呢？举一个很现实的例子，几度白屋出公卿，老来话说的，白屋就是赤贫的家里，出了公卿，就是当官的，当大官的。白屋就是体，当了公卿就是用。同样，多少富家有败儿啊，这富它就是体，败儿就是用。你仔细体会吧，它就是一个辩证，阴阳互换，这个体就是我的自身条件，用就是我的想法，我想干什么，你这个是你自己去体会吧，我不可能说是给你举更多的例子。体是基础，用是目的，用是以后发展的事态。烟囱一样，烟囱在房子上它是体，冒出的烟升上去了是用。

然后希望大家可以多读《黄帝内经》，《黄帝内经》大家可以不用注解来读，尤其是现在的人注解都不要来读，因为咱不说他注解地好坏啊，往往干扰你对整篇的理解。因为它这个是一句一句来解释嘛，古人写东西，他是一气贯之嘛。你如果说不能一气贯之这样读，你很难能够接续上，所以说往往是直接看原文，看原文的效果要好于你去翻那些注解，而且注解越来越多，《黄帝内经》一本的注解的书，一大厚本，我估计大家也没有精力来读完，读一半不读了，或者读一章不读了，这样很难贯穿始末嘛，也不是整体的了解，你还不如说直接硬着头皮，你就通篇来读。《黄帝内经》也不算厚，《伤寒》我跟大家说是这样，你不要太多地去读注解，尤其后人的注解，你直接去那样硬着去读去，然后结合咱们这段时间讲的气学，就是一个气团，你就把它理解成一个气团，你看《黄帝内经》多少关于气的论述啊，都是在说这团气。《伤寒论》也一样，它无非是针对邪气进入身体之后，它呈现的百态去调治去。气实、气散、气入血分、入气分，那血气分都是层次的问题，不要那样强调是血分气分。

问：气学中医理论和中医的经典理论有特别的不同之处吗？

这从我这里认为啊，这个气学中医理论能够很好地解释中国传统经典著作，但是不是一码回事，这我不好说，因为可能是层次各方面还有所不同吧。但是确实一以贯之着解释，什么叫一以贯之？就是用一个理论概念，去把通篇都解释出来，不是杂七杂八到随文演绎，后边太多的随问演绎了，东一句用一个理论，西一句用一个理论，那导致抓耳挠腮也读不懂里边的什么意思，这就不对。你想想，古人哪有那么多的心机去搞些非常晦涩的一些语言，让后人读不懂呢？没那么回事儿。还有一点跟大家说，这个气是存在的，上次我记得有一次跟大家说过，我不知道有多少人做过这种的实验。

你两手相对交于你的胸前或腹前，一尺宽，然后你微微地开合，非常轻微和缓慢地开合，这期间你去体会，两手之间有什么东西。这我不知道大家做没做过，如果只是听讲，不去思考，或不去实践，听一百堂课都没有用。你自己做一下，再配合呼吸，你会发现中间有什么变化，大家可以做一做。这个气学离我们不是特别远，你只要稍微地往这方面走一下，你马上就能感觉到它。

有人说两手往回收时，如按球，往外拉时又觉得拉不开，你看其实每个人你只要回去做，都会有这个反映的，这中间这个气球是什么东西呢？你看按按不动，费劲拉也拉不开，也费劲。你稍微一用力就散了，你就感觉不到了，只有微微地在很放松的状态，意念很集中的状态，你才能会感觉到这种状态，中间有个东西，这就是一个气球，这气球就是气团，就我们讲的气学。人身是一气团，任何事物都是气团，只要你观察，用心体会，你就能发现这个气团，并不是说是凭空的理论，或什么方法论、认识论，活活泼泼的嘛，你直接能感受到，萝卜能嚼、白糖能吃一样，这气一拉你就拉开了。

有人说拉开有点粘滞的感觉，向里推又有无形的东西向外弹的感觉，就是这种感觉嘛，什么东西在弹你呢？你不加意念，马上能反应，你加了意念，越加越重，而且如果大家开合的过程中，拉伸的过程中，反复的拉伸的过程中，你再配以呼吸，你匀速的呼吸，你再体会中间这个球怎么变化，如果大家这样来用功去体会它，马上你就对气机有一个了解，就知道我不是在空口说白话，不是在这胡说八道，然后大家这样做，我就会告诉大家再怎么做，就能体会更多的东西，你就会知道了古人他是怎么知道了升降开合的道理的。也就是中医是体悟之学，是体验之学，不是书本上读了两天就能给别人开方治病了。西医是外在的实践，实验医学，中医是内在的体悟的医学，哪个更切实一些呢？大家就知道了。

问：如何搞清楚人体经络、经气流行的路线？我觉得《内经》中讲经络路线的，地上河还有地下河，没有讲明白。

这个《内经》上讲的奇经八脉和十二经脉只是经脉的一部分，并没有全部。经脉哪来的呀？经脉就是河流嘛，河是大气环流产生的，和地形相配合产生的，河流也能改道，大家一定要清楚记住啊，河流是能够改道的，黄河就历史上改道，大改道多次，所以说你不要抓住经络不放，经络是可以改变的，但里面气机的运化规律是恒常的是不变的，你把这个气机的运化规律找出来，顺藤摸瓜，你就摸到了经络这一块。

问：老师有没有什么相关的书籍？

目前没有这方面的书籍面世，因为《黄帝内经》这些古典的书已经讲得很清楚了，如果说再写这样的书，也没有什么意思，这方面的书籍也很多，如果说大家眼不见的话也没

办法，你就读《黄帝内经》就成了，没有别的书更好，没有什么更好的比《黄帝内经》、《伤寒论》讲人体生理病理的一个气机讲得更清楚详细。还有《黄庭内景经》如果说有兴趣的你可以看一下，它能让人们意识到、感觉到什么叫做气机的氤氲蒸腾变化。

这个两点啊，一个是五运六气，一个是经络，大家不要过于迷信。因为如果说气机搞不好，五运六气和经络大家不会搞得很清楚，徒然浪费时间，大概了解一下就可以了。因为很多的中医大夫，他扎针不好，不是说知道经络在哪，哪个穴位主哪个病，他就能扎好病了啊，跟大家说。很多真正的针灸师傅都是气功师，他的手上都带有气感的，他即便扎错穴位，他都能治病。不是说，你上去一针，你手上一点力气没有，一点气感没有，你就能扎好针治病了，不是那么回事儿，大家不要被表象所迷惑。多学气学啊，多练内功，这个比什么都强，如果只限于有形的那些东西，你这个中医学不好。

还有关于五运六气，大家想想六十甲子，这么多年了，咱不说他有没有错误，这个是第一个。第二《黄帝内经》讲的一个，叫什么来着，不及和太过啊，有时候比如说今年是火运，火运迟来了，到明年来了，或者说去年已经过这个火运了，它有时候相交错了，你在那里五运六气去推去，玩文字游戏，没多大意思，这个跟大家说清楚先。你还不如学望气呢，你望气，火运之气来了那个形状势态，你望出来了，到时候火运气来了，你就知道了，这多好啊。这不比你自己在办公室在那算那个五运六气实在多了，那个都是假的，真正的感觉到是真的。

有一点跟大家说一下，这功夫的问题啊这是不能公开的，到什么时候也是这样，这佛教也是这样来讲，那这样吧，我就是建议大家多看一些修身养性、明心见性的书，然后再来学中医，如果说有机会的话，我会给大家把那方面，怎么融入到中医，还有看病救人方面告诉大家，应该怎么来走这条路。因为毕竟现在歧路太多了嘛。因为我感觉前几次大家听得没有太大感觉，所以说今天拿出整堂课时间给大家讲一下临床和一些切实的一些小例子，你就知道了上次咱们讲的那些东西有多么重要，行了就这样吧。

第九课 20080304_阴阳应像大论

春野整理 如岳校对

今天晚上咱们接着讲《阴阳应象大论》当中的五段话，我看了一下好像是年前只讲了两段，中央生湿、西方和北方都没有讲，今天系统的讲一下中央生湿，时间充裕的话讲一下西方生燥。

再强调一下，咱们讲的是气学中医，有别于正统中医的流派，气学中医是从气机的角度和气态的角度来讲中医的理论和临床，我记得上次年前说过东方、南方、北方、西方所指的并非是狭义的方向，当然还包括气机的方向，气机的方向是无南无北无东无西的，只是整个气团内的位置，所以在这儿借用东南西北比喻气团的位置，气团偏东的，偏南的，偏西的，偏北的气团的性质和势态，就决定了它构成的大的气团的要素，用五来分就是东南西北和中的气团的分布，关于东方和南方回去可以听一下录音，今天主要是从中央生湿这个气团来讲混合之气，中央就是混合，既不偏左也不偏右，不偏上也不偏下，居在中间而又并非凝滞不化，讲一下中央混合之气它的一些特点和在生理病理自然方面的表现。

所谓的中央生湿，这个湿我们学中医都知道风寒暑湿燥火，喜怒忧思恐惊，这都再熟悉不过了，我好像看过教材关于湿的一些解释，忘了是怎么解释的，大家说一下教材怎么解释的，大家打一下吧，我再从气团的角度讲一下湿的概念。热好理解，就是发热嘛，风也好理解，就是吹拂的状态。湿怎么理解呢，湿有生理的湿和病理的湿两种，体内要有湿，如果没有湿那就燥化了，对身体也不好，如果病理的湿就是气机凝滞，也不好。如果大家没人打教材的解释，我就从气团的角度来解释一下。所谓湿，它指的就是一团缓和之气，我们知道脾是生湿的，升清降浊嘛，湿也可以理解成空气中湿润的环境，如果说完全燥的话就没有生机了，所以必须在湿中体现生机，湿，可以理解成缓和流畅而有生机之气，这就是生理的湿或者叫五行之湿或正湿，而不是寒暑燥湿风火之湿，正湿之气是缓和流畅而

又有生机的，这个非常重要。

缓和代表湿的第一属性，它不急不烈，没有偏激而是缓缓和和的。咱们知道脾主湿，也就是说的脾的缓和之气，所以说脾病无急症嘛，《伤寒论》上也有嘛，太阴病都不是非常急性的，因为太阴经或者脾脏禀的就是缓和之气，它和肝气是相对应的，肝气是急的，急劲之气，急而强劲，脾始终是缓和之气，所以能徐徐的导清气上蒸，即便是脾虚导致的慢惊风那么也是慢惊风，它也不是急惊风，急惊风一般是肝气劲急之气导致的，所以脾气主缓，这是湿气的第一要义，湿者缓也，这个大家一定要深刻的印在脑子里，不然的话后面的关于脾证没办法进行了。你看我们说一个人的脾气好，不急不燥，稳稳当当，这是脾气好的表现。反之说的脾气急，那么不是脾气急，而是肝气急，是因为脾气虚而表现的肝气急，是脾虚而肝旺的表现，还有凡是脾气缓和的人一般都可以做到心宽体胖，脾主肌肉嘛，它把缓和之气流动到四肢，因为急是筋，缓是肉。如果说这人一身懒肉就是这人脾气过于缓，没有急气跟着，浑身就是懒肉，我们没有说“懒骨、懒筋”的，所以说大家可以好好理解，脾气是宽厚的、缓和的，代表稳定的。大河缓缓的流动不像小溪一样哗啦啦的，这就是缓和而稳定，这个气缓下来之后啊，他就没有太多的变化，稳重，所以说要持之以恒做一件事必须脾气好，这是一个大的前提，脾气不好很多事情没有办法来做，心急吃不了热豆腐嘛。凡是做大事都要历经坎坷磨难的，持之以恒，如果没有脾气的缓和稳重之气，那很难想象的，这就是说脾气是湿气的代表，这个湿就是缓和。这是它的第一要义。

我们看一下，中医基础上是这样说的：湿性重浊，重者沉重、重着之意，为水类，所以湿邪致病多有沉重重浊的感觉，像头身的沉重，周身困重，四肢酸沉，这说的是狭义的湿，病理的湿，不是生理上的湿，或是正湿，正湿之气它没有提。我们在读《黄帝内经》和五脏辨证的时候就对湿缺乏正面的了解，所以中医对关于这个湿啊，他这个说法有失妥当，其它的都一样。比如说不能正确的理解湿的概念，那么变化成病理的湿或者是不足或者是亢进，都不好理解，不好从根本上把握，这也就是我们学习气学可以全面把握中医的一个方面。

湿的第二要义就是流畅、流动。如果仅仅是缓和那么水滞不行了，则容易生腐，这不

符合正湿之气的本意，正湿之气的本意是在缓和稳重的基础上其中必有生机，生机是（），必须流畅，流畅才有生机嘛，流畅和生机是相辅相承，互为因果的，这也就是体现五行中央土气的决定的作用，土气不可无，就像脉气无胃气则死一样，在整个的五行当中起到关键的稳定的和运转生机的作用，所以说胃降而脾升，在脾升胃降的过程当中整个的生机流转，生命流畅地进行，所以说这是湿气的第二要义，就是流畅和充满生机。

我们见过很多人嘛，他们吃的也不错，家庭条件也好，有缓和的气但是没有流畅的气，这叫湿气中阻，像一滩死水一样不能畅流了，这就是病理的湿气。这个还不仅仅是水湿之气，湿为水类嘛，这样解释只是说了湿的一方面，并没有把另一方面说出来，我们知道《内经》上讲“上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎”“上焦如雾，中焦如沤”我们可以串起来讲，饮食之气入胃，游溢精气，由脾气把整个的水气向上蒸腾，升清嘛，升清就是向上蒸腾精华的营养物质，（）这个精微物质我不知道是应付唯物论还是什么，这个解释是不妥的，就是饮食，饮食之气，没必要再做其它的转义，一个是食气一个是饮气，饮就是喝的水、汤，食就是食物，这些入胃以后经过胃的消化研磨之后，导致这个气可以被人体所摄入，脾气带动整个饮食之气向上蒸腾，通过心脉和肺的输布灌溉于全身，没必要作其他的转义或过多的解释，脾升清胃降浊就是升清气降浊气，都是气嘛。中央生湿指的是这个意思，这是湿的两大要义，一个是缓和，一个是流畅而有生机。

如果湿不具备缓和、流畅那就是病了，就是变异的湿气，那就是邪湿，邪湿以后要讲。中医基础关于湿性重浊只是说了很少的一部分，不能全部包括湿的概念，没有道理。这股湿气也可以说是氤氲之气，后天脾土嘛，既非左又非右非上也非下，既不是开的，也不是合的，既不是升的，也不是降的，但是同时这个湿气由于有婉转流畅之性，那么他又有升降沉浮，所以它里面升降沉浮就可以接东西南北四行之气，都由它来接，道家讲的黄婆就是它。没有黄婆，金和木不能成为婚姻之道，水火也不能成为既济之道，依赖黄婆的缓和之气，充满了生机，才能使四气周转运行，所以说可见湿气之重要，同时这个湿气化成脾胃的重要性也在这里面可见一斑。

那么下面讲的“中央生湿，湿生土，”这个土为什么是湿而土，而不是土而湿呢？土

生湿看似可以解释清楚，但是实际上中央生湿，湿生土是有它的很大的用意的，前面也是这样的。所谓中央生湿就是中央有这个湿气、缓和流畅之气，这个气在天地当中，尤其在地上，地生五行嘛，化生为土，而不是土化生的湿，这个大家一定要搞清这个关系，先有气后有形，也就是气化而形成，湿气化最大的形是什么呢，就是湿气化为土，土包万物嘛！土气缓和，土没有山那么刚强，也没有水那么柔润，那么土又无处不在，也就是道者基于土也，大道藏于土中嘛，“水善利万物而不争，故几于道”。那么土也一样，它也几于道。我们无时不刻不是生活在大地的土壤当中的，受土壤的滋润和运化，所以说湿气在天地当中化成土气。你看当泥土湿润的时候万物自生，“云行雨施，品物流形”，整个都需要土气的滋润和孕育，草木生长于土而死于土，龙雷之火藏于土而发于土，金藏于土，火烧尽而成为土，所有的东西都归于土，所以说《伤寒》中说“土者，万物之所归，不复传。”因为到土这儿了，有缓和之气，婉转流畅的化掉了，就不复传了，如果依然化传的话那么可想你的胃气是多么弱，所以说在《伤寒》当中也很好的体现了湿土的决定性作用，有胃气则生，无胃气则死，所以大家在以后开方用药的时候一定要护胃气，这也就是李东垣所强调的，一定要保护胃气。胃气是其他几行之所化，并且为其他四行服务，包容而生化之嘛，这就是土伟大的地方，《周易》讲“地势坤，君子以厚德载物”嘛。我们作为君子要学习这个土，能够厚德载物，所谓厚德就是说要有淳厚的品德等够承载万物，能够负重，能够行远，可以做好多的有益于大家的事情。大家在开方用药的时候一定要注意方子当中一定要有土气，没有土气的方子是不稳定的，效果也会大打折扣。所谓湿生土，土气的药有很多，凡是缓和之气的都可以说类似有土气，比如说，有阳土阴土之分嘛，阳土的茯苓、白术，阴土的麦冬、黄精、山药，还有甘草、粳米，还有我们所吃的食物都是禀土气的，都是缓和的，没有过于偏烈的这种气，所以说土养万物，药方当中大家也应该多开一些土气浑合的药方。

好的“中央生湿，湿生土”解释到这里。

“土生甘”又涉及到一个根本的问题，味道当中我们讲了关于味道，仿了一个菜，“糖醋拌萝卜条”，后来又开了几个方子，大家互相交流了一下，味道在开方治疗当中的重要

作用上次讲过，这次借着这个“土生甘”再强调一下。甘味是什么味呢？所谓的甘味自然它不辣、不咸、不酸、也不苦，甘味是我们喜欢的一种味道，可以说是五味当中最不让人讨厌又容易让人沉溺的一种味道。甘味入口之后就会产生一种愉快的感觉，而不是辣舌头或者是刺激性的，所以说甘味就是禀了土气的缓和畅美之气，畅然而美妙，这个就是我们前面所说的流畅而有生机在另一方面的一个表示。万物皆有甘味，如果没有甘味，万物没有办法生长，甘味输送养料，储存能量，都是从甘味中体现出来的，所以说甘者（），营养嘛。我们说过厚德载物，大地可以养万物，甘味也是可以滋养生物的，所以说土生甘，也就是说甘味代表一种特性，这种特性是从大地当中生发出来的，所以可想甘味的重要性，如果人没有甘味，没有糖分，那么营养不良、生机不健，各方面都会受到致命的影响。

现在很多的糖尿病患者不让吃糖，这个在中医上是不可理解的，糖尿病本身就是一个水谷精微不能收摄，人的肾精脾精衰微，使水谷精微之气不能收摄，不能为体内所吸收的表现，吃了都撒出去了，不能吸收，那你如果说再拒绝吃糖的话，这个糖不是说的直接的糖了，说的是甘味的东西，本身就脾精肾精就很衰微了，再不吃（甘味的东西）那么怎么维持呢？不能因为尿中见糖、血中见糖你就不吃糖，这个就是因噎废食的意思了，是非常不可取的，不知道为什么流行这么多年，相当于慢性自杀啊！尿糖血糖控制住了但是整体的素质开始急剧的滑坡，再靠打一些药物维持呢，我看身体素质没有保证。在这一点上也很无奈，因为得了糖尿病你再让他吃糖现在于情于理对于普通人来说是不能接受的，所以说还要因人而化，希望以后有风气扭转的一天，以后讲理的时候多结合一些方子和一些用方的指导思想告诉大家。所以说可见甘味在方剂当中的作用是多么大。如果说没有甘味去涵护你的方子的用药配伍的话，那么你这个方子是不稳定的也没有滋养的作用，所以建议大家开方的时候一定要多照顾一下甘味之气的应用，并不是叫你用的很多，而是一定要有。就像脉气要有胃气一样，开方也要有胃气，不然你吃大苦大辛的药物下肚之后首先脾胃受不了，其次这些药在你的经脉中横行恐怕对你的气血消耗也过大，这个大家可以看一下《伤寒》也好《金匱》也好，都是有甘味（）的。比如说很经典的桂枝汤啊，姜、枣、草，大枣，甘草，经常要用的，你不能因为它经常出现你就忽视它，往往是它在其中起着保护和

滋养的作用，大家不能视而不见。比如说白虎汤，这个重的一个剂，它也有一个甘草和粳米来护航，资粮嘛，没有资粮的士兵你去打仗，你吃什么喝什么？即便打下了营盘，你怎么来守？大家都要仔细来琢磨，你看这个麻黄汤当中也有炙甘草，几乎没有几个方子不是用甘味所护的，除非就是非常要紧的。

下面这个问题土生甘应该是很好理解的了，现在的人们对甘味唯恐避之不及，有时是很多女性身体很瘦的，甜的也不敢吃，这是她的生机还在，一旦生机弱了，上点岁数没有一定的脂肪和营养做为基础保障，以后这个气血能充裕吗？稍微有点寒证或是情绪的波动，或者是身体的不谐，你没有任何储备很难说的，所以一味的追求瘦身是有问题的。还有一种是无限的胖，胖起来之后呢，只有缓和之气了，没有了流畅的生机之气，这个也是大问题，所以说湿气的两大要义缺一不可，这是正湿之气。

甘这个味它长出来之后可以滋养人身，并且甘味在人身化成脾气，前面我们讲过五脏都是气机的成象，什么成象呢？所谓成象就是成其气象。五脏皆是气机精微之所化，六腑亦然，只不过五脏禀精微之气之精者而成，六腑禀精微之气之浊者而成，所谓浊者，不是清浊的浊，它是与精相对的那个浊，相当于比精气不如的那个气化成的。一个在里为体，一个在外为用，所以说里面的五脏，藏精而不泄；在外者六腑，主运化，泄而不藏，直接主通利。一个主静一个主动，正是一对阴阳，也是一对气机。所以说脾气啊，我们讲代表缓和之气、流畅之气、生机之气，可见脾在我们五脏中的作用，所以大家不要小看，只注重心肺肝肾，而不注重对脾气的保护。突然大胖、突然大瘦都是脾气出现了不平衡的表现，不平衡就是不稳定，衡者平也。那么我们说了，脾也是脏，藏精气而不泄嘛，运化出去对应的就是胃，脾胃是一家嘛，一个升清一个降浊，同为后天之本，共同使我们摄取营养，生存并发展。

“脾生肉”，这个怎么解释呢？我们说过肝生筋，心生脉，都解释了。关于脾生肉啊，也用气学的理论解释，同理，藏精在里变成脾，发泄为用变为胃，那么光有一个五脏六腑仍然不成为人体，所以还要有四肢百骸，这种缓和流畅的生机之气啊，继续向外发用就生成了肉，刚才我们讲过了这个人一身懒肉，没有说一身懒骨的，那么这个缓和流畅而有生

机之气又主濡养、主营养、主濡润的功能，在人体上四肢百骸当中就变成了肉。所谓的肉包括肥肉和一部分肌肉，不能单纯认为是肥肉，古人讲肉，它不是生理解剖的肉，大家可以摸一摸凡是缓和的地方，一摸很柔软舒适的都是肉，凡是有缓和流畅、濡润的特性的组织，在外面的，都叫做肉，古人叫做“分肉之间”嘛，“肉腠”，就是指的这个肉。筋也不是指我们现在所说的肌肉，它指的是劲急之气，肝者劲急，或者柔韧之气，充满生机的柔韧之气充满于全身，在内化成肝，发用变成胆，流于四肢百骸变成筋，能主屈伸，主运动。那么同理，这个“脾生肉”就是指甘味之精化于人身而成脾，藏精而不泄，发用而为胃，运动不止，消化食物，再向外发用到四肢百骸而为肉，缓和流畅而有生机之气。所以说“形销骨立”嘛，如果说肉不行了的话，他可能是精神上受到了变故了，脾气不平衡了嘛，也就是突然地肥突然地瘦，都是脾气有问题。

接下来我们说“肉生肺”，关于“肉生肺”我们说过这个气机不能留于一处，气机生生之为易嘛，变动不居周流六虚嘛！变来变去的，不可能缓气永远都是一团缓气，它一定要走，往哪儿走呢？顺时针，左旋，向它前进的方向来运化，那么也就是土生金嘛，缓和之气不可以久缓，不可以终缓，不可以永远缓下去，它一定是向前而生的，向前而生，气由什么而生呢？也就是由于我们脾气的缓气发出而成肉，这个肉气再往外化，又往里面归，归到了肺气。它这个不是实体，不是实质的归啊，只是一个概念的归，让我们明白这个道理，《黄帝内经》写的这个很有用意的，大家一定要深入地玩味。（春野注：土气左旋而生金，脾精化肉，肉再化往里归，就归到肺）我们前面说过肝气是升的，生而动，到了心气，动而缓，缓而敛，敛而收，收而闭，就是这么一个过程，这就是一个循环嘛。所以缓气再往下（）就是精微之气开始收聚，那么这个肉就生了肺了，它不是真生，而是打了一个比喻。肺气跟肝气相对，是一对冤家也是一对夫妻。肝藏魂而肺主魄，中间龙虎相争相斗，运化以后产生无限的生机，这个肺先不讲，咱们接着往下走，也就是留这么一个口子，万物不可以终绝，也就是缓气不可以终缓，那么往下要走，它就是告诉你一个道理，一定要变，如果不变，这个事物就死了，只有不断地变化才能生生而不穷嘛。

“脾主口”，什么意思呢，下面从脾主口开始咱们大家一起参与到《内经》这篇文章

当中，让大家更加深刻的了解这个气机如何是一贯之的。大家可以说一下吧，脾胃为什么主口啊？大家畅所欲言吧，中医是个感性的学问，是个体悟的学问，要靠大家不断的感悟而不是计算，中医跟西医很大的区别就是在这儿，当然，境界上不一样了，这不是算来的，算是算不出的，一定要靠感应，感而遂通天下嘛！靠体证，直接的，看到什么就说什么，就像看的舌像一样，以后给大家发一些舌像的照片大家看看，看到了就呈了那么一个象，象就是这个状态，以后你再见到那个象你就知道。这个脾和口也是相对应的，说句题外话啊，以后大家可以看看《麻衣神相》那本书，很不错的。不要从面相上，你要取其精华，咱可说明白了，可不是教大家看相什么的，只是里面体现了一些气学的思想，大家可以看看，其中有口的论述相当精彩。“一张大嘴吃四方啊，口如涂朱啊，”很多的描述啊。其实脾主口这个很好理解，从直观上也很好理解，消化道嘛，进进出出，这方面的层次大家可以理解。其实五脏应五官当中啊，就是脾主口啊，这个是最没有争议的。那么在整个的气机上怎么就和这个缓和流畅滋润濡养生发之气融合在一起的？从位置言，嘴在下，位于中央嘛，主出纳，很像大地，而涵养万物一样。

第二这个嘴要能容物，口者能容就像大地能承载万物一样，它是由缓和容纳包容之气所形成的，所以说嘴不能小，这不是解释脾主口的原因了，这个是口应该有缓和的哪些特性了，这就是给大家随便说一下，但是这个大不是形体上的大，而是意态上的大，就像吃饭，不能小口往里塞啊，这样这个脾气肯定不好，对身体肯定也不好。不是说要狼吞虎咽，起码嘴里能容饭，然后可以细嚼慢咽，而不是说小口抿饭，这都不符合中医养生的理论。要口中能够容下食物，然后可以缓和地细嚼慢咽，取这个缓气，一定要缓和而雍容地吃饭，一个是有利于消化，第二个也是脾气健旺和婉转运化的表现，这是第一层意思，第二层呢是嘴上面有唇，唇也是脾气的象征，嘴唇贵厚而忌薄，这个薄片嘴是脾气不好的表现，薄成什么样脾就薄成什么样，这个大家要记住，外相通内相，外相什么相内相就什么相，这个相不是指形体，不是说嘴一个小薄片，你的脾就是一个小薄片，不是这样来论的，这些说的是气象和气机，嘴薄气则薄，嘴厚气则厚，脾气是浑和顺畅之气，象征大地，象征山河，所以嘴唇一定要厚，但是不是那种蠢厚，也不是高度的那种厚，而是一种感觉，有浑

厚之气在嘴、唇之中蕴含，这讲的是一个形意的一种相法。所以说很多人啊，拿尺子量一量，这个就异常可笑，要是什么都是量出来的，那就没有神韵可言了。就像写字一样，为什么很多字你模仿形像而神不像呢，就是说没有掌握到其中蕴含的味道，味道、神韵，就是说的气机的道理，神气层面的，要不老外他怎么不理解呢，不了解你就没有办法去掌握，当然更谈不上深入的去运用了。那么我们所说的都是这个道理。厚不是形的厚，但是会有形体的厚，主要是神气上的厚，如果说嘴唇只是形上的厚，大家在下面仔细体会这个不是一时半会完全可以体会到的。这个脾主口，主要是连着整个的脾胃嘛，主消化吞纳食物，所以它主口，反推应该就该有缓和厚重之气，嘴要能容，唇要气厚。这个可能就多说两句了，嘴啊，在西方还是欲望的象征嘛，食欲，它整个是后天的运化嘛，你运化能力强，吞吐能力就强，所以说这方面也是代表人后天的欲望的象征。

如果这样来讲的话可能讲的就要太多了，关于嘴的一些说法，今天是不可能全部展开了，有机会给大家讲五官吧！这个嘴大啊，不能太大，男的嘴要大，女的嘴要小。因为阴阳双方特性决定的，西方他的气畅，西方人是肺型人，咱们是木型人和土型人，所以说他们金型人气敞带着脾气都是敞开的，所以西方女子嘴要大一些，但是东方不一样，东方更有土气和木气的结合，又由于女子她主守成，男子主开放，所以说女子嘴不宜过大，嘴过大的话不符合阴气的柔畅之美。还有嘴是发声的嘛，声音的相法就太陌生了，不讲了，讲起来就没完了，休息五分钟，大家有问题可以提。

咱们接着说，有人问中央指的是什么？这个很重要，大家一定要仔细听。所谓的中央啊，我们一般指的是东西南北中的中间这都好理解。如果指四季呢？那么就是长夏，脾还主四季，就是每一个大的季节的最后一个月。这个什么意思呢？看似简单的问题，暴露出古人对中央、脾气或者是土气的说明，万事万物五行当中无时无刻不得有土气，没有土气就是真脏色见了，完全的木、金、水、火是不可想象的，所以说每一行中都有土气，所以古人想了一个很巧妙的办法，就是把土藏在四季的最后一个月，让你去理解这个道理，春天三个月，有一个月是土气，两个月是木气，夏天两个月是火气，一个月是土气，同理秋冬也一样。古人用意非常含蓄但是深刻，就是告诉你春夏秋冬四行之中都必须有土行，摸

脉摸着心脉，心脉中必含土气之脉，就是必含胃脉，肝脉弦当中也要有缓和，你过弦就是病脉，如果说太弦，那么就是肝的真精外露，导致一个完全的弦脉，就是一个死脉，同理肺、肾都是如此，所以大家不要小瞧土旺在四季，这个季是什么意思，实际上也是这么回事，那还有一种，为什么不是四季之首，也不是四季之中，而是四季之末呢？因为这里面有一个（气机的）开合转承的因素。每一季变换到另一季里面必有争斗，任何气都是由神气组成的，任何气都是一个气团，气团不是散乱的，而是聚合的，聚合当中有散乱，散乱当中有聚合。一滴水滴在桌上会形成一个水滴而不是铺延开来，道理所在。也就是说人身之气不会跟自然之气完全融合，而是有中间的皮肤卫气护卫，那么这个气团自私的表现，也是自我生存的能力体现，这样说大家会更深刻的认识气学。所以从春到夏必然发生所谓的战争，就像王朝更迭一样，没有一个王朝是很顺利的过渡到另一个王朝的，中间不产生战争和矛盾是不可能的。也即四季交替的时候是战争和气机进退的过程，也是人们容易致病的时候，交替的时候爱得病，道理就在于此，相争嘛，或胜或负，四季皆是如此，都是在季节的最后一个月，所以说立春前、立夏前、立秋前、立冬前是整个的气机交争的一个过程，这一点从下雨刮风啊就能明显的体会，“一场秋雨一场凉嘛！”

二十四节气大家可以仔细的看看，里面有很深刻的道理。为什么土气搁在四季呢，因为土气是杂气之代表，它不仅是缓和，土气中有四行之气，那么把土气放在四季王朝的最后它是有深刻用意和现实体现的。比如说春气和夏气当中夹杂着土气，春气败亡，夏气长养，就是通过土的转承交割。土气不仅是缓和之气，而且是杂沓之气，杂乱之气，所以每一季节最后一个月都是多故之月。在十二生肖当中就是辰戌丑未。辰戌丑未又叫四库又叫四余，也可以叫四杂气，这里面就见生和死。春天是寅卯，变成辰，加上一个土气，然后进入夏天，巳和午嘛，辰是春气转夏气的交气的过程，同时又是冬天水气灭亡的时刻。很多的生机运化都藏在四库当中，也就是四季当中，也就是四季的重要性，土气在整个的生机流转当中的作用是无时无刻不体现出来的。这一点这个朋友问的不错，大家不要简单的认为它是居于中央就可以了，因为这里面涉及到其它更复杂的问题，今天就不多说了。

接着说“在色为黄”大家各抒己见吧，“黄色比较柔和；黄色接近土色；黄色是中原

土的颜色；”大家回答的都不错，“土为黄色，人之脾胃如火能烹煮食物，火怎么是黄色的呢？这个不对啊；黄色是调出来的颜色；谷色为黄”还有说的吗？我说一下吧，黄色比较柔和是根本的一种说法，咱们前面提到了湿气啊，缓和流畅之气啊，它既不南不北不东不西居中。既不强烈，也不沉郁，既不热烈，也不冷淡，黄色就是我们感官的一个颜色嘛，我们感官到黄色是柔和之色，中性之色，没有红色的热烈的感觉，也没有黑色的沉郁感觉，也没有青色的生机的感觉，也不会像白气给我们的肃杀之感，所以说黄色是中间色，调和出来的颜色，不喜也不悲，不亢奋也不沉郁，这就是黄色给我们的体会。

在我们中原大地、黄土高原啊，正是禀这个中和之色而成的，可以说黄土高原是一个宝地，虽然现在贫瘠的很，但是以后大家就会知道对华夏文明有多么深远的影响，不仅是原先，以后也是一样，因为他积的黄土层有几公里厚吧，那是无价之宝啊，这里面蕴含着多少的缓和之气啊！缓和醇厚之气顺着黄河流延下来，黄河就是黄土之气流转流畅下来的，大家不要单看形体，一定要知道里面气机的流衍，这个黄河杨万里说三门峡不能修那个文章，当时他是唯一一个反对的专家，这回又全力阻挠修三峡，说黄河是益河不是害河，带来的土壤冲积成了华北平原嘛，并且带来了大量肥沃的土壤和营养，可以说没有黄土高原就没有黄河，没有黄河就没有中国华夏文明的产生，而且以后随着资源的匮乏和这个真精的耗散，黄土高原的厚重之气会继续荫蔽华夏子孙嘛！这个是从气学上讲一讲，所以黄土高原和中原都是黄土。北方黑土，也正好应了北方属水黑色，你也不能说完全是自然的巧合。南方真的就是红壤，中国这个地方真的很有意思。但是南方土地薄啊，不厚重，这是它的缺点，优点就是气温高降水多，华英蕃秀嘛，非常秀美。

所有的缓和厚重中和之气都化成了黄色，多多少少的，像谷物、小米，古代一直吃小米，后来才有的大米。所以说古代帝王独尊黄色，其它的百姓不能随便穿着，可想黄色是何等的尊贵，黄居中央而临于四方嘛，还有黄豆，黄芪，很好的补脾胃的，所以大家看到天然的黄色，就是厚重的缓和的土气的代表，也是为我们所喜，长养我们万物人类的一种气，它是君临四方，“黄中通理，正位居体”，这个是《易传》里面的一句话，代表黄裳元吉嘛，就是说黄者中也，居于中间而临于四方，有中正之气，有尊贵之气，是万物的根基，

当然了，是后天的根基。可见古人对黄色是多么的推崇备至！我们一定要有黄色的美德，既不刚，也不柔，同时刚柔相济，或刚或柔。有一个好的脾气，有一个中正的性格，有黄的稳重和持久，厚德载物嘛！所以说这都是黄的美德。

接着往下说，“在音为宫”，五音，所谓的“宫商角徵羽”嘛。色有中正的黄色，五音也有中正的声音，那么宫音就代表一种缓和稳重流畅的声音，既不高亢也不沉郁，既不急劲，也不萧条的一种声音，这个就是宫音，有音乐爱好的可以体会一下这种中正浑厚缓和稳重的声音，同理其它的音就代表其它五行的特点。

“在声为歌”，因为很早的时候给大家推荐黄元御的《四圣心源》里面关于这几段的一个解释，当时还问了大家，哪些地方说得好，哪些地方说得不好，当时也太快了，很多人可能没有实际的去看，没有思考。今天和大家再交流一下，这里面如果能深刻地理解在声为歌，那我想对于我们学习气学中医及运用会有极大地帮助。那么大家现在可以自由的交流一下在声为歌的含义。

有人说“脾主思，思而得之，则发声为歌”；“在音为宫和在声为歌的区别”？这个你可以看一下其它四行的这个表述，所谓的音它指的是语音的声调和气态、音态；声指的是发出的声音，看一下对比一下就知道了。“有音律的声音”，“歌是有韵的，主和谐，能把各种因素统一起来。歌者，愉悦欢畅；”还有没有说的？有说是弃衣而走，逾墙高歌，再给大家半分钟的时间，然后我们沟通一下，“脾畅阳，歌为发”，“脾气发于外的象，多则病”。什么意思呢？咱们说一下吧！基本大家这次比上次要好很多，这次基本的把这个意思表达充分了，因为人只有欢快的时候才会唱歌，而且当时都是民歌的唱法，非常和畅欢快的，一般用宫调缓和畅达的来唱的，不像今天的劲歌热舞这样的唱法，这种唱法简直不是雅乐而是郑声了，唱歌太有问题了，八十年代唱的歌还可以，后来越来越不符合中国传统的审美观点了，但是咱们不能说人家唱得不好不对。

你看，歌者是把各种声音，缓和的、流畅的、稳重的、和谐的，表达出来通过喉咙由脾气把这个缓和畅达之气发越出来，这个就是真正的脾主歌的含义，人只有在欢快的时候才会唱歌，或者唱歌以解忧，就是把这种缓和畅达之气发越而出，所以说人要经常唱一些

歌，使自己的这种欢畅之气得以畅达，这样就是缓气啊，这种中正之声它会流通百脉，和畅精神，对人身体有百益而无一害的。大家说的都很好“脾畅阳而歌为发”把阳气这个畅达的生机，其实是生机，不只是畅阳，它也畅阴的，阴阳是相偕行的，畅阳的时候就是畅阴，所以不如说是畅达气机更妥当一些，不要说一畅就是畅阳。还有肝阳上亢，古人尤其是《黄帝内经》不这样用词，气上，就是肝阳上亢，他不只是阳气，阴气也往上上，气下、气发、气竭、气沉、气散，气蒸、气衰，《黄帝内经》始终是这样来表词达意的，所以说我们气和畅而发之为歌，这就是歌的定义，那么气和畅从哪儿来的呢？它的本源是从脾中发出来的，但是脾土之气又聚足于其它四脏和四肢百骸的任何地方都有脾的和缓畅达之气。那么你通过歌声把这种畅达之气发而为用，在外发而为声，在内畅达气机，产生这个和缓畅达之气的共振，对身心健康是非常有用的，所以说大家唱歌就应该像民歌那样来唱，但是也并不完全是陕西那种，总之是宫音的正声，中正之声的唱法。这个我要提一下了，如果从其他方面来解释的话，是间接的解释，而只有从“畅达和悦阳气为发”这个角度来解释才是直接的解释。大家看看有没有不同的意见，然后咱们沟通一下。关于“弃衣而走逾墙高歌”，那个歌是因为气顶在脑门子上往外冲的歌，已经是亢奋之歌了，可能就是呼喊乱叫都夹在里面，不仅仅是高音的唱法了，那是整个的阳盛了，阳气太盛，亢盛在外，热的不得了，脱衣到处跑嘛，翻墙头，到处喊叫，跟咱们说的歌不一样，也可以说胃家实，胃家实则狂，阳病则狂，阴病则瘖。

说一点，很多城市人坐办公室的，因为气脉久滞，你看他唱歌唱不出来，这就是脾气中气不足的一个表现，唱不出那种缓和畅达非常舒服的歌，声音蚊子似地哼哼，唱点流行歌曲，声音憋在声线、胸腔那儿，气机很不畅达，说话也是中焦无气，导致肺中无气，中焦跟肺、上中下焦都是通的嘛，那么你发声，肺中也没有足够的肺活量去发那个声音。所以说观其声音而知气机所在，唱歌唱什么样的歌？他能唱出什么样的歌直接决定了他的神和他的气，这个在日常生活当中可以多观察一下。气缓和，发出的声音很浑厚那么他中焦的气足，反之这个气断断续续的，时有时无，说完一半话没力气说出来了，这就是中气不足，所以说不仅是脉象可相，面相可相，声音可相，任何只要跟这个人有关系的或者跟这

个事物有关系的他的任何的气机所化的都可以拿来推测这个整体的气机的状况，那么这就是我们的相法，如果有时间可以深入跟大家来讨论相法的种类和核心和本质的技法，今天不多谈。

“在变动为哕”大家说一下为什么变动为哕？大家各抒己见吧，前面咱们讲了肝变动为握，这里面变动为哕的含义是什么？什么叫做哕啊，哕和吐的区别在那儿？还有说一下变动为哕的意义，什么叫做变动？脾的变动为什么是哕？哕有浅哕和深哕嘛，实哕和虚哕。

你看有说的“哕是有声无物，哕为阴，呕为阳”“哕是气上冲，是动则病”“哕是干呕”大家解释的都对，为什么变动为哕，前面讲过肝变动为握，大家可以同理相参，还讲过心变动为忧，大家主要从气机的角度来考虑啊，不要从别的方面来考虑，一定不要因为形态上形体上考虑，有人说了“脾胃相表里，脾有变动，先从胃反映出来，所以向上做哕”。

现在跟大家说一下啊，这样解释的不在少数，而且非常有迷惑性，关于对与不对一会儿跟大家说一下。“脾以精化气……”这是怎么解释的？脾主升，胃主降，有物出是胃中出的，无物出是从脾中出的，是因为脾气生发太过了向上做哕，还有说生机升降失常，清浊不分，那清浊不分怎么会哕了呢？气机升降失常，又怎么能体现脾主哕的独特性呢？这个大家再想想，大家没有说到根本上，这样解释似是而非的，这样形成定论以后再改就难了，前面我们讲过了，什么叫做脾，什么叫做湿，什么叫做土，什么叫做黄，这里面他变动了，为什么就哕了呢？大家说了，哕是无物的，有声无物，也不能说有声无物，有的也没有声音。“脾不缓和顺畅了”“土薄难以生金”“脾病则火不生肺金，脾肺升降失调则哕”这个解释太复杂了，不是这样的。大家不要把五行搞得乌烟瘴气的，说法不一，这样解释不对，这就走了很复杂的路了，我跟大家说一下，凡是解释都是言简意赅的，绝对没有说辗转相因的解释的，你们这样解释它不符合古人意简的道理，还有没有解释的？“浊气不降而逆”这个也不对。那吐呢？胃气上逆呕吐呢？为什么不说脾主吐啊，这里面有很深层次的含义。还有说生机不畅通的，都不是说到点子上的，所有病都是生机不畅通，不能单独拿到脾上，让人不信服。

如果没有回答的我来说吧，跟大家说一下，这里面如果说是脾不缓和顺畅了，这个是

向这方面努力的，其它的都不是，我感觉大家很多都还是局限在现在的阴阳五行脏腑这方面来解释的。你看这个“脾主升胃主降，有物出是胃，无物出是脾，脾升发太过”那很多是脾气太绝的人可不是生发太过才作的嘞啊，很多的噎逆重症，如果把噎逆当成嘞的代表的话，那些都是脾气升发太过吗？就说不过去了，这是有漏洞的，所以不这样解释。生机不畅通，咱们说了，你看虽然咱们是一个玄语，或者说一个不可检验不可测度的，但是你要把理给说圆了，也就是这个理一以贯之嘛，自始至终就这样解释，不能用似是而非的道理去解释，大家可以努力尝试那样去解释，但是你要推敲一下放之四海而皆准啊，如果你不把脾的特异性和嘞连在一起你就没有办法自圆其说，这也是中医让人诟病的一大特点，你不能自圆其说啊，就是国家给中医一个很好的政策，你中医立不起来没有真正的理论体系这个很要命啊，还不如打击中医呢，你要是说现在宣传中医提倡中医我估计这个也是捧杀的政策，真正站出来把中医理论解释清楚的人不是很多呀！

我跟大家说一下，我记得前面（说过）。（现在）又有人说了“肝旺，脾相对弱，肝乘脾则嘞”，为什么不是吐呢？肝乘脾应该是肝乘脾胃嘛。“脾不顺畅了一阵一阵的上冲”，这个不对，这不仅仅是一个上冲的问题。“湿化太过了”...这样吧，我给大家解释一下吧，然后大家有什么再问一下，今天脾这一章就讲完了。因为脾在五行当中非常重要，只要中央生湿大家能够很好的理解，可以运用在其他各脏当中。这个观点大家可以回去细心体会，可以跟我想的不一样，互相交流嘛！从气学这个角度来讲，这个脾啊是缓和畅达，嘞你可以分是实嘞和虚嘞，总之它不会说胃嘞，它说脾嘞，前面说的它是无物，吐是有物，嘞是无物，是气机的上逆。这个有人说上冲，这个不对，冲是实，逆不一定是实。这个是气机往上翻，而且这个翻不是很强烈的翻，这个嘞、干嘞、噎逆，打一个不太形象的比喻，就像一个大气泡从水里面一下子翻上来那感觉，尤其很多噎逆重症都会有这个感觉，从底下往上翻气，一个大气泡就上来。这个不是吐，吐是一下子就吐出来了，这个胃不能容物、胃中有邪、肝气所逆或者是肠胃不通，这个叫做吐，嘞相对来说比吐层次要深，它往外嘞的是什么？你可以说嘞的不畅的气机，但实质啊，本质在这儿呢，脾主容物，脾胃主容物，不仅是胃，胃容的是实物，有形的东西容在胃中，无形的东西容在脾中，然后通过脾的强

大的这个升发和扩散功能，使这个饮食之气畅达到四肢，并且脾畅达以后又可以收摄很多的气机，所以说脾主肌肉、主收摄，很多出汗、阳气不固是由脾虚造成的，它有容的作用，这个非常重要，脾主容，它主肌肉也好、主收摄也好、容纳水谷精微之气也好、布散也好，脾主容，就像大地一样承载万物，容纳万物。脾气这种容纳的性质一变，脾衰或者一变动，不一定是完全的衰，它变动，为什么不叫做脾衰而主哕呢，它叫做脾变动而主哕，那么这种容纳的功能就开始失常了，如果被邪气所干，容不下就吐出来了，就向上吐，不仅向上吐还会向下泄，大家一定要跟着我的思路来走，这种吐，不能容而吐的，不仅是食物，而且（且）是气，向上变动就变成了哕，向下就变成了利，这个就是咱们《伤寒论》的太阴篇就是一个吐一个利，往后都有，尤其到了肝经和肾经都出现吐利的情况，就是从脾开始的，所以说呕哕的是气，脾气失常，变动则失常，失去了常态，可能是虚也可能是实，有实哕和虚哕，不一定是脾阴败极的虚证之哕，也有实哕，在这儿你去理解什么叫做哕，这个就是脾的特异性，脾主容，容失常则上哕而下泄，很多脾虚就是大便溏泄嘛，中间涨，一下子收摄不了了都涨在那儿了，这个是哕的真实含义，大家回头可以对比一下大家所说的是否直中恳切。这是我们气学中医要掌握的基本功，也就是说直接就击中要害。

脾主容，容失常故哕而利。一句话就解释出来了，如果再对这句话做解释的话，不基于气学就会五花八门。不是有声无物为哕，向上逆，脾气不容，气机向上翻这叫哕。好多脾气败绝的人要死了哕了一口，脾气没了，脾胃之气没了，脾精散绝了，这个容从哪儿来啊，就是从缓和流畅的生机而来，缓和了这个气才能够散开，散开了中间才有地方，流动了东西才能进来，有生机了进来的东西才不会腐败，这都是连带的作用嘛！大家一定要从气学的角度来理解我们这个煌煌圣言，不然的话踏破铁鞋找不到他的落脚点和真实的解释。有人皓首穷经，读了一辈子，对经典也做了解释，但是没有到位，因为没有解释出来，越解释书越多，大家又根据他的解释去再次解释，这样反反复复就失去了经的本意了。看看大地，你再体会一下容的含义，大地不是死气沉沉的是充满生机的，大地所有的土壤是缓和的，所有的山川都流动的，而在这个流动缓和中孕育了整个的生物圈，生机盎然，这不就是容嘛，哪一天大地地震了，它不行了就吐出去了。

所以说中医啊是一门体悟之学，只有认真的体会才会真正的了解中医的精髓，这个别人学不到，你要是说译成英文或是怎么地也是不行的，都要靠自己去体会的，我说了大家听了方方面面的要举一反三，孔子说了嘛，举一隅而不以三隅反，则不复也，一定要触类旁通，引而伸之，触类而长之，天下之能事毕矣，你能引申才能够活学活用。

这样吧，今天这个湿居然没有讲完，大家想一想，每一句话都是经典啊，中央生湿，什么是中央，然后讲了什么是湿，湿为什么生土，土的涵义和特点有哪些，土有多么重要，土为什么生甘，什么是甘味，甘味有什么重要的涵义，其中还讲到了糖尿病，从甘生脾讲到了脾的特性，脾对人身有什么重要特性，脾生肉，什么叫做肉，肉的定义是什么，跟我们现在理解的肉是不是一样，脾是怎么生出肉来的，同理你也知道肝是怎样生出筋来的，那么肉又是如何流转而生肺的，这个流转是真实的流转还是只是一个概念的流转，脾主口，口的重要的一些特点，和口的形态各方面的，如何鉴别一个口，我们讲了还有黄色，为什么黄色居中属湿啊，属土啊，然后又讲了宫，又讲了歌，又讲了哆，这样一来大家就能把这一条线串起来了。如果大家跟不上的回去以后多听几遍录音，还有南方生火，东方生风，可以对照来理解，就可以理解所有的思绪都是一条线，都是一致的，不会出现随文解经的地方，也就是说知其要则一言以蔽之，不知其要则流散无穷，也就是大道至简，它就是讲的气机的掌握上，掌握了气机无非皆是气化，无非皆是神韵，气化而成形，我们的形体是气之末也，一个东西啊形是最末的东西，大家不要局限在形体上去琢磨去深思，要反推它的气的状态，那么这样我们才能学好立于气机上的医学。

那么我们并不是说气学中医是中医的正传，但是我们要说中医是在认识了气的基础上才成就的中医的理论和几千年的临床实践，也即是我一再强调的，这个气啊是气界，是和我们这个物质世界并立而共充的，形中都是含气的，但是这个气不一定是所有的气都会化成形，也就是气远远大于形，而所有的形都是依附于气而存在的，气变则形变，气散则形亡，气聚则有形，在天成象，在地成形，所以说大家一定要多仔细考虑，换一种思考方式来思考来认识自然，认识身体，认识周围的环境，气旺则形旺，气衰则形衰，无处不有气，无物不是气之所化，这就是咱们气学中医的一个精髓。

那么脾是什么呢，是缓气、能容、和畅也、有生机，你看就这么简单的几个定义，我们所有的话就都蕴含其中了，以后我们讲病也好，讲方也好，都是围绕这个来做，方药皆是气，都是一团气，配方就是配一团气，比如说你这个寒淫于内，治以热药，那不能光用热药啊，要甘以温之，辛以散之，苦以燥之等等，都是在配一个气团，去治这个寒淫于内。在天成象，在地成形，形和象的区别，这个很简单，在天成象，在地成形，清气上升成象，你看日月星辰都是象，大地山川都是成的形。这个象太高了你都看不到的，我们只能说用象来表示了。有问题可以沟通一下，我们讲完这几段之后我们想给大家讲一下开方的原则，好，下课吧！

第十课 20080311_五脏五味体用

春野、apple 整理

今天很高兴请到志一老师跟我一起讲关于五脏五味的体用。为什么中间会插这么一堂课呢，主要原因是上次看到 QQ 群里面发了一篇关于五味配五行的一篇文章，那篇文章对五味配五行啊，表示了一定的怀疑，并且写过自己的根据，这个大家原先有可能也有这方面的迷惑，我大致把他的文章的观点说一下，如果有感兴趣的，一会我可以发一下这篇文章。

关于《内经》的《阴阳应象大论》那一块咱们随后接着讲，今天这节课由我和志一分别从不同的角度、不同的层面给大家剖析一下，就五脏五味和五行这一块剖析一下体用的关系和体用是如何互用的。这篇文章的观点是这样的，因为我们都知道五行的主要属性是辛者散也，金是敛的。他是这样写的，我给大家念一下吧，就是开头这一段，对传统五味及五行归属关系的疑惑，传统的中医理论认为味酸属木，味苦属火，味甘属土，味辛属金，味咸属水。从功效上来看呢，酸味长于收敛，苦味长于泻火，甘味长于补益，辛味长于宣散，咸味长于软坚，但木的特性主升发、主生长，火的特性主化物、炎上、温热，金的特性主收敛、肃杀，土的特性主生化、载物，水的特性主寒凉、滋润、闭藏。所以除了土的特性较好能说明甘味的功效外，其余的似乎很难用各自特性来说明药味的功效，所以说对这种五味配五行的归属有一定的质疑，那么他这个话咱们用很简单的话大致说一下，他的意思就是酸，这个木性是升达向上的，酸又是收敛的，那么这两个酸和木来配，似乎说不太清楚。同样，金性是收敛的，但是金性所配的辛味，辛味配金嘛，那又是辛辣的，那一辣，辛者散也，那么和这个金性收敛又是相矛盾的，所以说是南辕北辙嘛。同理吧，这个很多苦味的药，它有泻下的功能，如大黄啊之类的药，但是我们所说的，拿苦味来配火，

火是炎上，是温暖的，那和苦寒之类的大黄之类的药啊完全又是相反的两个方向。还有这个咸者软坚，水是润下的，但是很多它是怎么说的？水的特性说的是寒凉温润，这个水的特性他没有说清楚，下面是怎么说的大家可以就这个文章看一下。但是就这个三个，木性升发而酸味收敛；金性是收敛而这个辛味又是发散；火是炎上的，而苦味又是泻下的，苦寒之药泻下嘛，这个驴唇不对马嘴了，完全相互不一致了。

那么这位作者于是他就思考，这也是我们很多人也会有这样的疑惑的，尤其对于初学者。而且这位作者又看了《辅行诀》，这本书据说是陶弘景写的嘛，短短的也就是一两千字吧。这《辅行诀》最后有一个关于五味配五行的论述，这个跟经典理论相左，《辅行诀》中间有一段是这样来说的：“味辛皆属木，味咸皆属火，味甘皆属土，味酸皆属金，味苦皆属水”。这个正好是一个大顶对，跟这个传统《内经》这一派关于味道配五行正好相反，并且在某种程度上解释了人们的疑惑，这个就很好理解了，木主升发，配以辛之辛散，这个顺理成章。金主收敛，配以酸味收敛，也是正好方向一致的。苦属水主泻下，那么咸主火可能是吃咸了齁着了会上火了。所以说作者在这儿大胆的做了一个假设，最后的观点就是，我们传统的这个酸配木、金配辛是有问题的这一套，而且又发现了《辅行诀》，认为《辅行诀》说得对，并且再运用了临床的一些理论来作解释。我不知道大家是怎么看待这个问题的。但是有一点，《黄帝内经》做为一种经典著作，它既然这样来论述，并且几千年一直这样的延续，如果想推翻想表示质疑应当是慎之又慎，这样我们才能有一个科学的态度，不管是继承还是发扬。但是现在这个问题摆出来，我们确实迷糊，那么怎么来解释呢？如果我们对《辅行诀》五味配五行这个方式如果肯定的话，那么可能这个以五味为体系的这个药物学，开方用药的指导思想，以至于五味推演开来的五脏五行相配，那么就会有这个颠覆性的变化出现，这不是我们所希望的，所以说我原先认识志一老师，跟志一老师商量一下，有必要利用这个讲堂给大家澄清一下，以我们的经验和对经典的理解来告诉大家这里面有什么问题。可以这样说，下一个结论，不能叫定论，《黄帝内经》所说的是常法，《辅行诀》所说的是变法，因为原先跟大家说过，这个气学中医基本不涉及到五行，五行它只是一个方法，只是认识背后真实现象一个方法，没有真正的金木水火土，这

样大家也好理解。像上次我记得打了一个比喻啊，就像地球的经纬线一样，经纬线实际是不存在的。所以我们可以这样来说，五行也是不存在的。

关于五味配五行只是想说明五味的气机的道理，那么今天这个讲课啊，标题叫“论五脏五味之体用”，其实就想揭示这《辅行诀》和《黄帝内经》关于五味和五行这个解释是从不同角度来解释的，一个是体，一个是用，这个体用大家要搞清楚，这个是学中医最起码的一个认识，如果说体用没有认识到的话，那么中医学起来可能非常吃力，甚至会产生很多错误的见解。那么这样吧，首先我跟大家说一下，再次重申一下什么叫做体用，然后我们结合五脏和五味来说一下它们的体用，我只是做一个简单的介绍，详细的一会儿志一老师跟大家从更深层次的来探讨这五脏五味的体用，可能也会涉及到一些河图方面的生成之数。

这所谓的体和用，古人用这两个字来表示任何一个事物的两面性，即任何事物都是有体和有用的，因为太极生两仪嘛，生到两仪之后就产生了变化，两仪生四象，有了两仪那么整个的这个气学中医啊这整个的气机就活了，因为气机是阴阳二气在整个气团内部的推演，那么任何事情，任何一个气团只要一立，那么就有一个正面一个反面，这就是一个最简单的一个体用，藏在里面的叫体，发在外面的叫用，我给体用做了一个很好理解的一个叫做名词吧，体你可以理解到本体，用叫做发用或是叫做用行。

举一个例子吧，我记得原先也经常跟大家来做这个体用的举例，那么我说一个人站在某一个地方等车，关于这个整个的环境我们可以从多方面来考察他的体用，关于一个人站在车站等车这件事情，这个最大的体就是这个人所站的位置叫体，用就是他想坐车这就叫作用，这个用可以含着，因为他没有坐车嘛，是一种想法，这个叫做用没有发用，他的用没有发用，这个体就是他存在于这个汽车站这个状态，这叫体，他脑子里想去做这件事情叫作用，那么他去上车了，这个体用关系又发生了变化了，那么这个人呢，他这个上车的过程我们叫做体，上车的目的我们叫作用，就是体也可以是静态的也可以是动态的，用可以是想也可以是做的，一般用来指目的，体来指当时所处的状态，这就是体用嘛。这个最简单的来形容体用就是我们在哪儿叫做体，我想干什么叫作用。你看一个年轻人，很有志

向，想当一个工程师，当然现在他还是上学阶段，那么我们就可以说他这个上学阶段叫做体，想当工程师叫做用，所以说这个用又叫做性情，又叫做志向，如果志向没有了，用就变成了体了，大家一定要记住啊，像刚才等车一样，我站着叫做体，等车叫作用，车来了我上车了这个叫体，我上车找座叫做用，用一般都在后半程或者说想达到的目的，如果一旦完成了，这个用就消失了，就又回归到体了，所以说体用是互用的，这个是第一个，体和用不是绝对的，体用不断在变化，用耗尽了变成了体，然后继续产生下一个用。那么我这个上初中，我在上初中想上高中，这是一个体用，上了高中想念大学又是一个体用，在不断地转换，没有绝对的体用，这是第一个。

第二个啊，体用是多层次的，主要从哪个角度来考察。比如说刚才等车的那个人呢他站在那儿等车，我们可以继续探讨还有哪些体用。很简单嘛，我是拿脚支撑着我的身体，那么我这个整个的下身呢叫做体，上身叫作用。那么有人要问了，那么你这个体用怎么表现的我站在那儿和我想要的？我们可以这样来看了，我在哪里是本体，我有腿和脚，竖立在那儿干什么了？我支撑我上面的身体，这个不就是一个体和用吗？也就是体我们可以讲是状态，用呢叫神思。这个神思啊，是生生不已的，不被灭亡，他不会说是突然枯竭了，所以说用永远存在，体也永远存在，也就是体用是互根的嘛。如果没有了体，那么用啊，这个神思啊无从依附，我在哪儿都没有了，怎么会产生我想干什么呢？那么如果没有用这个状态没有任何意义了，是一潭死水，没有任何存在的必要，所以说古人发明这个体用是非常精深的。这是第二点，这个体用啊就是从不同的角度会看出不同的体用，都是一个矛盾体嘛，都是一个互相依存的关系。

但是我们看不同呢主要是我们看想要什么了，从中揣摩出它的体用。那么也就是我们所说的要识大体知大用，像很多层次有大的体用小体用，一般我们这个事物抓住他主要特征的体用，那么在汽车站这个例子我们一般很多人，在任何地方的人都有下身支撑上身的体用，这个不是在汽车站的特异性，那么在汽车站大的体用是这个人在这儿去等车，站在这儿是体，等车是用，那么这一个我不知道我这个表述大家是否能够听得懂。

再举一个例子，以后我们讲五味的时候会用到，这个手榴弹，它这个体用怎么来分？

你看首先第一你可以说把儿是体，前边那个弹头是用嘛，总之各方面都可以说，但是作为手榴弹它最大的特性会爆炸，手榴弹没爆炸之前药物储存在手榴弹里面这叫体，扔出去爆炸了，这个叫作用。爆炸完了体用是什么呢？那么就继续往前推，炸开这一状态，弹片四散飞射落下来之后这叫做体，那么什么是用啊，这时候他的用就非常微茫了，作为一个手榴弹来说，他的用已经炸开了，所以我们说一般的这个体用是有强弱的，有时候体强，有时候用强。你看我们再举手榴弹这个例子，手榴弹放在弹药库的时候他是体强而用弱，因为用没有显出来嘛，但是没有显出来是不是没有呢？不能这样说，因为这里面有一个向前发展的这么一个势态，手榴弹生产出来以后就是由人的意志强加给手榴弹为了以后爆炸之用，手榴弹在战场上拉开弦往前投的过程，这整个一个过程那体用是互显的，炸完了之后，这个体啊，又重新而体强而用弱，用几乎就很微茫了，几乎就没有了，所以说这个手榴弹它就消失掉，因为没有用了嘛。关于这个手榴弹，下面我们再讲一个五味的时候会专门涉及到。

我记得上几讲给大家讲这个东方生风，南方生火，中央生湿的时候，主要是讲一下寒暑燥湿风火的气机，它的整体的规律，而并没有论及这个体用的关系，所以说今天借这个讲堂跟大家做一个引子，引出体用的这个概念，然后请志一老师给大家详细讲一下体用在五脏和五味中的体现，并且给大家解释刚才那个疑惑，为什么《内经》中五味是经典的配法，而《辅行诀》当中是另一套配法。那么好，现在咱们欢迎志一老师给大家做深入的讲解。

这个阴阳体用和这个标本之间的区别是非常明显的，这个决不能混淆。前面首先从这个体用下手，什么叫做体，什么叫做用，上面已经进过了。体是我在这儿，用时我想干什么。体是本体，用是性情。这个差别太大了，这个阴阳和体用完全是两回事，是两个层次。我可以是体阴而用阳，也可以是体阳而用阴。我这个本体是阴吧，我想去阳，我本体是阳，我想去阴，这个就是体用和阴阳的本质的区别，这个不能搞混。你可以说体用是一对阴阳，但是如果把这个阴阳当做对立的双方来看，这个体用它是从另一个层面来讲这个意思。因为前面我们记得跟大家说过，这个整个气机啊，气机都是有感觉的，都是有感受的，因为

我们说过有一个神的概念嘛，既然有神那就是有灵的，万物有灵啊，石亦有灵，说的就是这个道理，那么在这里面这个体用它就是把把这个神用啊放在上面了，所以说就是生生不已嘛。每一个事物大家可以这样理解，他都是活的。就像我们肝脏一样，肝脏体阴而用阳，意思就是肝的本体是阴的，是阴凝的，是收敛的，它在下边嘛，本身他这个整个的气啊，如果说从气机来考虑它是一团凝滞之气，在这团凝滞之气当中啊，是收敛之气嘛，它要向外发散，要向上发散，那么这就是他的用，这个说白了就是它处在收敛的状态，但是他想达到发散的目的，这样形成了肝体的循环和它的生机，这个就是肝体阴而用阳，真正的从气机方面来理解的一个表述。那么同理这个肺也是一样，它处在开放的一种状态，就是一种辛散嘛，散的一个状态，因为布于表吗，又主皮毛，所以说它整个的布在上面为相傅嘛，主临宰四方，肺的左右两肺它占据了胸腔的大部分，它首先处在一种很开放的状态，它用是想收敛。前半部分的用啊，仍然是开放，因为它要布精，把水谷之气布精于全身嘛，但是这个后半段啊，它要收敛，由肾气纳藏住，这样才使整个的气机能够浑合，有一个开合的尺度。如果说从肝上来讲，它的本体状态是敛的，想开，肺是开的状态想敛。这个是完全不同的性情，这个大家一定要搞清楚，也就是我们用药的时候啊，《黄帝内经》上所讲的酸属木，它是从这个体上来讲的，也就是酸是收敛的嘛，所以说肝它本身状态是收敛的，所以说酸可以是滋润本体，因为酸性一般有滋润的作用嘛，像白芍，它的酸性就是用来滋养肝体的。那么同理，我们知道桂枝也是入肝的嘛，因为桂枝的辛就是通这个肝用，肝本体是收敛的，状态收敛的，它想发散，那么先滋点本体的白芍，然后再加点桂枝的通用，这个就形成了既滋其体又畅其用的一个组合。同理《辅行诀》和《黄帝内经》有闪烁其词的地方，它就是把这个五味所用配上五行了，总之它的道理就是表述体用之间的层次的一个理解，所以说大家一定要把这个体用搞清楚。

前面我已经跟大家说了，我在哪儿、想去哪儿，下课后大家要仔细琢磨这个关系，他不是说内外，不是说表里，也不是标本，所谓标是次要的，是表面的；本是里面的，是实质的，这和我在哪儿想去哪儿是完全是两个层次，同样和阴阳也是两个层次，阴阳可以涵盖所有的对立，但是体用不等于阴阳。你看我们五脏有其体又有其用，就是有它的本身状

态又有每一个脏气他想干什么，肝的想法就是想往上升达和疏散，肺的想法就是往下降和收敛，心当然就是想开放出去嘛，不断地运转不息，肾的想法就是闭藏。

问：脾的体用？

答：这个脾的体用啊非常缓合，因为它处在五行当中嘛，五行杂气所居的脾气。它是什么状态呢？我们讲湿的时候讲过，脾是缓和而畅达，缓和是他的体，畅达是他的用，也就说我这团气的状态就是一个缓和的状态，那么这个缓和的状态不想叫它凝滞，脾绝不能凝滞，一凝滞就产生了脾湿嘛，中焦不能运化，上下焦就不通了，那么脾想干什么呢，就想能够畅达开来，和缓的畅达，所以说我们吃很多芳香的东西叫醒脾，醒的什么脾啊，就是使这个脾能畅达运化开来叫做醒脾，睡醒了嘛，一觉醒来了可以到处走走看看嘛，能够四处畅达游玩，这个就叫醒脾的意思，那么也就是说只有芳香的东西它才能很好的醒脾，其它的醒脾很困难，除非很多味道很不错的，开胃嘛，开胃和醒脾是相辅相滋的，味厚重的，味道特别浓重的好吃的这可以开胃，吃山楂开胃啊，喝开胃酒可以开胃啊，但是闻到很芳香的花香啦，或者是自然的一种沁人心脾的香味啊，就能很好的达到了醒脾，所以说如果脾有湿，运化不开停滞中焦，大家一定要用芳香的东西把脾醒开，比如一闻花香你的整个身心舒畅，这个舒畅从哪儿体现呢？就从这个脾气畅达而流运四肢这一块体现的，沁人心脾，古人用词非常讲究，沁，什么叫做沁呢？它不是入，它也不是灌，也不是驻，驻就是留驻的驻，灌，就是灌入的灌，它是沁，大家可以仔细理解这个沁字的含义，它就是像小雨润如酥一样，或者说直接就能体会到渗入，渗入也不能很好的形容这个沁字，沁人心脾，使心神荡而脾气醒。

所以学中医啊，一定要掌握住神用，这个神和这个用是主宰我们整个人身运化之机的关键所在，如果没有了神用，我们这整个体啊都是死体，他不会让我们产生一种积极地、蓬勃向上的、生命不息、流衍不穷的这种境况，所以说五脏也好啊，五行也好啊，这个用大矣哉嘛，非常重要。如果这个用不能依附于体，他就不可能存在，就是游魂。如果这种体失去了用，它就是僵尸。体用互滋互助，自然才有旺盛的生机，各种植物啊，动物啊，乃至我们很多看不到摸不到的这种潜在的生命体，所以今天我和志一老师主要跟大家沟通

一下五脏体用、五味体用的这个表现，大致就是这么一个意思。

比如说肝病，很多慢性肝炎或者说肝硬化腹水，他这个用不好了，这个用是升达之气，升达畅通之气，主升意，肝主升意，你整天灰心丧气，工作上矢志不得意，各方面非常不顺，它整个的生机被阻遏了，肝用就发挥不了作用了，也就是我们所说的肝郁气滞。那么这个肝用发挥不了作用直接导致它回来克这个体，导致整个肝体也发生了不好的变化，比如硬化了，原先是调柔的，肝体调柔，这个生机像烟囱一样徐徐的向上导发，那么这种向上的冉冉的生机被阻遏之后，直接导致整个的出现拥堵，下面调柔的肝体也慢慢的变成僵硬的状态了，这就是肝硬化的实质。

所以这时候治疗这个肝硬化一是滋其体二是畅其用，就是说酸辛并用，所以说白芍是必须加的。有人说肝硬化应该辛以散之，不断地加些芳香燥烈的药去舒畅这个淤滞的肝气，好像和剂局方很喜欢用这个辛散的药一样，结果导致这个病情会有加重的可能。有一些医家也论述过，主要就是由于用不能畅达，导致体之滋性也相对地改变，这个时候你要治他肯定是从两方面着手了。如果是单纯辛散，那么体已经衰了，你再去散它，没有资粮去畅达，本来是柔脆的或者说调柔的肝脏，它在这种体下已经显不了用了，所以说要用白芍去柔肝，我们通常所讲的白芍柔肝的道理就在此。这也不能说是破阴结以行阳，因为肝硬化这种病人都是缓慢形成的，不可能一天一夜就肝硬化，应该是柔肝而不应该是破阴结，因为破它有一个强力嘛，必须徐徐而导之，你不能说是用三棱、莪术这样的药物不断地破肝阴、破肝血，这样对肝体会进一步的损害，所以说治肝硬化这样的病症你不能急，最好的药就是白芍，对于滋体来讲，因为白芍它是禀这个酸之正气嘛。然后再少少的用辛散的药去疏散肝阳，不能用过急的药，比如说，不能用川芎、羌活、白芷这样的药，包括三棱、莪术、川楝子这样的药，不能把它作为主药，可以作为辅药，畅其阳而不是很生硬的去发散、去行阳。因为时间关系，具体的治疗方案我就不再说了，只是抛砖引玉，告诉大家这个体用互滋的道理。

任何东西你要照顾到体，同时也要照顾到用。体就是我在哪儿处于什么一种状态，如果这种状态不利于我，那么我要改变这种状态，如果这种状态很虚弱，那么我要补益这种

状态。所谓畅其用，就是我的整个的神用，在哪一方面，这种神用是否被阻滞或者是改变了方向，如果被阻滞或是改变了方向，我们要纠正过来。第三点，就是体用不要用强，冰冻三尺非一日之寒嘛，比如原先我想考大学，但是由于受到挫折我自己不想考大学了，那么你说通他考大学需要费以时日，不能一下子给他扭转过来。那同时体也是这样，我原先身体强，现在身体不好，我不能说一天叫我身体好，要慢慢下功夫，也就是小滋其体，小畅其用，掌握一个度嘛，这是治病的大原则。刚才给大家讲了一个肝的体用，那么同理，肺的体用，心的体用，和肾的体用都可以这样来考察。现在我们作为一个医生，大部分病应该都是三分治七分养，你想靠中药绝对的调过来不现实。

我问大家一个问题吧，大家说一说苦以发之还是苦以降之啊，哪个对啊？我前面提到过这个观点。

现在有两个人说是苦以降之。

有一个朋友提出了一个问题：体和用是不是类似于功能和器官的关系？

答：可以这样说，但是不能完全和这个体用相契合。因为我们尽量用古人的言语去表达，可以举一些很生动实际的例子，但是你用功能和器官，器官这也不好说呀，器官本身就是分体用的，你非要把功能和器官扯开，这个不好，你可以这样说，器官的体和器官的用，器质。如果你认为体是器质，用是功能，也可以这样说。最好还是刚才所说的，我在哪儿我想干什么，中医是这样认为的，任何一点它都有我和想，因为这叫有情世间嘛，我就是体，想就是用，你从这方面不断地去理解就可以了。

有人问：心的体用关系有特殊性吗？

答：是这样的，刚才只讲了肝体阴而用阳嘛，体聚而用散，肺是体散而用聚，那么心，你可以这样来理解，在外面来说，心主火，它是体散而用散，它达到了极致，它的体已经完全充满运动了，你也不能说是散，应该是运动、运转，体运转而用运转，两个都是运转的。这个很有意思啊，他中间有一个阴气，作为里面的一个核心，这个核心如果你把它说成体的话，那就是体阴而用阳了，如果把外面这个心包说成体的话，那么它的心体应该是开的，体是开的，而用是在动，体开而用动，肾是相反的嘛，体闭而用静，一个是静守，

体也是闭的，用也是静的，这正好跟肝和肺是不一样。关于心肾今天没有时间讲了，因为心肾很有意思。大家可以这样来理解心肾，理解了龙卷风你就理解了什么叫做心，理解了蜡烛就理解了什么叫做肾，这个我们可以留在下一堂来说这个心肾，因为心肾是水火嘛，它不是一句话两句话说明白的，如果说的深而又不彻底那么会产生更多的疑惑，龙卷风是心，蜡烛是肾。

问：心是体阳而用阳，肾是体阴而用阴？

答：你可以说心是体阳而用阳，肾是体阴而用阴。可以这样说，如果从后天循环来讲的话，这个水火它是立极的，它是立到两端都是太阴太阳，那么从两端奔走到对方就是肝和肺。如果我们拿方位来讲，上下方位来讲，就是这个肾呢居于地下而安于地下，它的用也在地下，心在上边而安于上边。那么中间有两个东西不是这样安于的是交通的。所以说这个心肾不好讲嘛，今天志一老师也说了，有一个本乎天者亲上，本乎地者亲下嘛。它是一个交通的过程，这个是藏在里面的，那么在下边不安于下边想往上走呢就是肝，在上面而不甘于在上呢，想往下走的就是肺。

问：苦发还是苦降？

下面我大致说一下这个苦是降还是发？你看几乎所有人都回答这个苦是降，那么大家可以搜一下《黄帝内经》有没有苦是降的明文，现在大家就可以搜，我记得以前跟大家讲过这个问题，大家现在就可以搜这个苦是降的明文有没有，苦以降之或者说苦降，大家搜一下。如果大家坚定的认为苦是降，那么有很多道理需要我们去探讨。

你看有人说苦是涌泄，酸苦涌泄为阴嘛。你看刚才道之找到了：“肺苦气上逆，急食苦以降之”。大家可以搜一下“苦以发之”有没有。这样跟大家说一下，如果说苦是火性的话，那么他的正解应是苦以发之。以苦发之，大家可以搜一下，以苦发之有多少条。那么后来我们学中医都不讲，几乎再也没有涉及到以苦发之这个论调，都是苦降辛开，慢慢的就形成了我们所说的把苦说成是降了，其实不符合内经的对苦正确的理解。苦以降之，只是这个苦作为他的延伸出来的一个性质，而不是它的本来的性质。你看，辛以散之，苦以发之，酸以收之，咸以软之，甘以缓之，这个是五味的正解。那么苦以降之，这个降只

有一条嘛，“肺苦气上逆，急食苦以降之”，他这个降之已经不是苦的正解了。关于为什么会降，一会咱们可以讨论。

刚才给大家举了一个简单的例子，就是手榴弹扔出去爆炸。这个苦我是这么认为的，这个五味他也有体用，今天可能时间太仓促了，我们只以苦为例，苦的体是聚的。大家可以看一下，很多食物它的里面聚了很多浓汁最终没有散开，它是一个苦的，没有长开，长开就是甘的，没有长开就是苦的，或者里面聚的毒素或是聚的能量很强那叫苦，苦通心嘛，所有的能量聚在心，使心能够不断地波动，供给整个周身的运转，这个叫做苦，用在味上，就是能量和意识的凝聚。我们讲气学中医，无非是讲升降开合聚散，那么苦就是气之所聚，聚的很紧叫做苦，所以大家一定要充分的来理解啊，凡是苦味的东西里面都含有很丰富的物质，聚在一起就苦了。它一发就甜了，气一散开，很缓和的一散，散的过程是辛，散开了就是甘味，那么收在一起是苦，凝聚在一起而不化就是咸。那么由这个咸啊凝聚不化想往外开，开的过程就是酸。那么佛家讲嘛，大苦聚嘛，苦都是聚在一起的，这就是手榴弹嘛，苦体就是手榴弹把这个所有的炸药放在弹皮里面包裹好准备爆炸，没有爆炸前聚在一起这叫做苦，苦的体，这个大家一定要跟上思路啊，这是苦的体，那么扔出去一爆炸这就是苦的用，爆炸了怎么了，所有的弹片向外发散，这叫发。所以说《黄帝内经》一再强调苦以发之，这是苦的正解，没有说是苦以降之嘛，如果降那就是水了，不是火了，水润下，火炎上嘛，苦是发的，向外发。

你看我们的栀子豉汤，栀子它是苦的，所有的微苦包括这个大黄、黄连，不是有一个大黄黄连泻心汤嘛，拿水泡一下喝了嘛，那个都是发性，是胸中有邪，拿这个苦味，微苦之味，稀煎，喝了以后苦味到胸中一发，这个邪气就散掉了，它不是降下来了，大家一定要清楚，不是降下来了，是发开了，那比如说我们讲这个各种泻心汤啊，它是用苦味把这个心下的邪气给破开，发散开来，然后随着胃气的下降这些邪气走下去了，千万不要认为这个苦喝下去之后苦带着这个味往下坠，那是镇，不是降，不是苦的本意，这个大家一定要理解一下。那么所谓的降，酸苦涌泄为阴，苦味能使人便溏，它是由于苦聚这个体，脾胃受不了了，你下去之后这个体很沉嘛，聚了很多能量嘛，它的发用还没有显现出来呢人

先拉稀了，这就是它的体作用在人体导致的好像下降涌泄这个拉稀这个原因，跟大黄一样，大黄那个发用还没有显出来呢，大黄的这个体啊，阴寒的这个体啊，这个性啊，阴寒的体发挥了作用，这是一个苦寒的，是寒性和这个苦的聚性到了肠胃使肠胃受不了，从下面再加芒硝啊直接就走了，这就是承气汤的意思，那么单就这个大黄如果说你配以干姜去制了它的寒性并且是稀煎，大黄的降性、涌泄的性就表现不出来了，它就疏散到全身这样一个发散的作用，能够活血嘛，所以说大黄为什么活血呢？道理就是他这个发性体现出来的。

有人说奶糖也是聚在一起的物质，这个会有很多人是奇怪，任何东西都是聚在一起的物质，但是我所说的聚不是物质层面的聚，是里面的气机在聚，奶糖这个我们《黄帝内经》讲了，所有的甘味气小，弱也，流于脾胃当中，气不能往上走也不能往下走，它达不了上焦，也不能下到下焦，它停在中焦，这个大家一定不要从简单的物质层面说什么是聚什么是散，那么任何一种味道都是凝聚产生的嘛，那么五味都是聚合而成的，你不能这样来理解。

看看大家有什么问题，因为这样会讲的很乱，因为本身这个五味啊你想搞明白就很不容易。这包括五脏，很多人研究了几十年了他一直在这方面存在着困惑啊或者一定的偏见。或者对经文的不理解，都会存在的。大家回去以后可以回味一下苦以发之的道理，微苦则发，大苦它的体就体现出来了，大苦胃受不了，别说大苦啊，大酸也会使肠道受不了，也会导致便溏，包括大辛，你看吃辣椒吃多了他肠胃也不行，也都下去了，大咸那更是，所以说有一个肠胃的耐受力和周身的耐受力的问题，包括酸苦涌泄为阴用的都是体，而不是用的酸苦的用。看看这里面有没有问题。

如果说你明白了这五行和五味的体用，在用药方面或是对生理病理的理解会更活泼更全面。你看前面《黄帝内经》说了嘛，少火生气，壮火食气，就是这个微苦则发，大苦则泄的另一个翻版。所以我们想用苦的发散就用微苦，稍微来一点儿，你看黄连3克点一点，不要多，大黄泡一下这个都会导致一个发性的存在，薄则通嘛，《内经》上说薄则通，味厚则泄。

问：大酸大苦跟用量有关系吗？

这个当然有关系了，你看与用量、煎法都有很大的关系，药煎浓了煎稀了它的走和性用的发挥都不一样，就像你做一碗面条，盐搁多搁少，对你的口感和下胃之后的感觉是有很大的区别的，咱就说黄连，你要浓煎的话，他这个用还没有显呢，肠胃已经受不了直接走大肠了，那你说跟用量和稀煎浓煎有没有关系呢？所以说我建议大家如果说开方，常用的方子最好煎出来自己尝一尝，是酸了、甜了、苦了、辣了，你尝一尝你会能够自己有一个体会。给大家举一个例子啊，昨天和今天吃了不同批次的，就是我尝了一下不同批次的六味地黄丸，同仁堂的六味地黄丸，甜中带酸这个没有问题，但是昨天吃的能够吃出带着丹皮的辛味来，丹皮的辛味很有意思，大家可以尝一尝，今天我吃就没有吃出来这个丹皮的辛味，对于这个用药啊，你就能知道这里面这功效上的差别。今天就说到这儿吧，看看志一老师还没有其它的，然后咱们可以再接着讨论一下。

这个熟地对胃刺激都是有的，因为熟地毕竟是阴寒的嘛，也不能说是阴寒的，熟地虽然是温性的，但是熟地它禀的这种厚味啊，厚重之味很多人脾胃弱的受不了，看脾胃的强弱了，一般用量在10—30克都可以。还有根据病人的情况了，从小剂量开始试用嘛，若没有不良反应可以往上加量，最好配一些阳药，阳分的药。

问：什么时候用苦的体，什么时候用苦的用？用量来调吗？

答：关于任何一个药下肚之后他这个药的体用他都会互显的，那么你只能根据量上、浓煎、稀煎和其他药的配伍来调，比如很多药它是互相制衡的嘛，你是制衡它的体还是制衡它的用。比如说这个小青龙汤吧，小青龙汤比如说它是一个发散的一个药，温肺发散的一个药，里面有干姜细辛麻黄桂枝，这些都是辛散的药，它想把这个寒邪和水饮之气通过辛温之气解出去，那同时又有五味子和白芍的牵制，那这时两个用意嘛，一个用意是使药不至于过燥，这个用的白芍和五味子的体，尤其是白芍的体，白芍有滋润的作用嘛。第二个，主要是用的五味子和白芍的用，这里面五味子的用体现的更明显一些，也就是说使发散不至于太过，收中有发，发中带收，那么这样的互相有一个制约和协调嘛，因为你这个发散的劲儿不能大了也不能小了，有一个浑合的劲儿就要辛酸并用，这个是用药的一个基本原则。一般都不是寒热并用，这个大家一定要了解啊，一般配药啊，尤其经典方子上配

的药都不是寒热并用，都是五味并用，它的意思不是寒热并用，这里纠正一下啊。

有些用的是寒热但是绝大多数不是寒热去并用，你可以说是阴阳互用，滋阴药里面加点阳药啊，举一个很简单的道理，黄连泻心汤，它是治“伤寒，胸中有热胃中有邪气，腹中痛，欲呕吐，黄连汤主之”我是想说呢，很多攻药当中它的层次不是寒热去并用的，你看这个胸中有热，胃中有邪气，腹中痛，欲呕吐，黄连汤主之，用黄连、干姜、桂枝、人参、半夏、大枣、甘草，那这里面后来有很多解释说是寒热并用，这胸中有热用黄连的寒去胸中的热，用干姜、桂枝啊去治胃中的寒，说胃中有邪气，说胃中有寒气，那么这种解释就非常的牵强附会了，他这个方子在这里面不是寒热去并用，而是五味去并用，可以打一下这句话。

利用5分钟给大家解释一下，我直接这样说吧，有机会可以大家仔细解释一下这个方子。这个所谓的胸中有热胃中有邪气腹中痛欲呕吐黄连泻心汤主之，这是中焦心下有一个邪结，使上焦和中焦的气不相往来，说了嘛胃中有邪气，有病邪结在那个地方，导致上焦的气下不来，在上面产生的热，腹中痛，邪气与正气相争产生的腹中痛，同时导致了胃气上逆的一种表现，欲呕吐嘛，想吐没吐出来，那么这时候用黄连泻心汤啊用辛味以散之，用苦味以发之，或者苦味以破之，把这个胸中的邪气破掉、散掉，就说把这个心下啊，心下胃中这个邪气破掉散掉使上焦和中焦相通，达到了气通而病愈的目的，用半夏的辛散，用桂枝的辛散，用干姜的辛散，去散邪。用黄连的苦去破邪，同时又达到了寒热阴阳的相平衡，不使它过于寒也不使它过于热，而不是用这里的凉药去治它的热，用热药去治它的寒，那么这么解释很多事情就没有办法再进行下去，这个给大家稍微给大家说一下，也就是说大家以后在看方子的时候，在开方子的时候一定要把握住，你五味是如何去互用的，只要不使它过于寒、过于热就可以了。寒热不是主导，不要一派的凉药也不要一派的热药，寒热互用使它达到一个很平和的一个状态使我们身体能够承受。那么尤其对于攻药来说，主要是看五味的用法，当然补药也是这样，以后讲方子的时候再来讲。

第十一课 20080318-体用及望诊

好人好保整理

大家好，志一老师还没有来，今天本来安排志一老师先讲，我来做一下补充，如果单单讲体用，上次我觉得从我这方面来说，已经把体用的大概情况说了一下，因为体用是一个广泛的应用，不仅是中医有一个体用，体用你可以说他是一个哲学观，也可以说是一个方法论，如果宽泛的来讲有些不好讲，必须联系一些实际情况。

我记得很早以前就跟大家说过，气道中医是一个体证的一个中医学问，不是思辨的，也不是计算而得的，这也是中国传统文化一个最大的特点，这就象西方哲学家和中国哲学家，他们学习哲学的方法和结果是截然不一样的，近代很多哲学家认为中国没有哲学，说的也不无道理，从他们的角度考虑，中国哲学不是思辨的哲学，也不是推导的哲学，所以说中国没有西方式的哲学，这个是很正确的，而且中国很多哲学家加以辩驳，我个人认为没有必要做这种辩驳，首先大家哲学的出发点，和对哲学理解是不一样的，中国的哲学是语录式的哲学，或者叫启发式的哲学，或者叫比喻的哲学，因为事物非常微妙，深不可识，有句话“探赜索隐，钩深致远”，所以不可能用人力的方法方式加以限制和推导，那么见一点而以一点来说明，这是语录式的哲学，比如说老子的道德经，孔子的论语，像这样的都是语录式的，包括后来很多哲学家的哲学语录，让我们由一点而悟及其他，并非用一套僵死的推导方式来进行阐释，如果有方式，那么就是有局限，所以说咱们老祖宗的学问是体悟的哲学，最终是由自己内心感悟而得，并非来自于其他，这是我个人的认识，我记得让大家做过一个实验，双手做抱球状，停于胸前，或腹前，然后不断的拉伸，缓慢的拉伸，在这种拉伸的过程中，大家可以体会到气感，有的人感觉在拉伸过程中有阻力，就像抱着一个气团一样，产生这种阻力，其实这是对气的一个最初的感觉，也是最直观的感觉，我们在这讲气道中医，不是说立了一个杆子，做了一些概念，让大家去记去背，没有这个意

思，你去亲身体会，你才能感觉这个气是确实存在的，因为很多兄弟也练过气功，应该对气有一定感觉，对普通人来说，做这种抱球拉伸，缓慢的，非常微妙的拉伸，你不断去体会两手之间的感觉，可以说大部分人，百分之七八十的人都会感到气感，而且这个气感是很真实，并且有不停的变化，并非是扎针灸时，麻、酥、涨、沉、痛，那种所谓的气感，上次麦多吉他们已经说了，拉伸过程中就是一个气团，后来我跟大家又说了，如果在拉伸中配以呼吸，缓慢拉伸配以深长的呼吸，让大家去体会气团的变化，不知大家下来有没有做过这个实验，记得很早以前跟大家说过，希望借讲堂这个机会，让大家能够了解气道，并且能够通过这种方式进入气道的世界，就像鱼在水中而不知水，我们在气中而不知气一样，如果没有人向你指明，或帮助你认识，那你可能身在其中而不知其所以然，所以说我不仅希望大家听讲，而且要勤行，努力地去实践，并且自己去体会，因为讲过，气无处不在，流动于任何一个方面，包括他的事和他的物，古代有一个望气学，望气学在民间还在流传，可能大家很陌生，比如风角、望气，看这个整个音律，风吹灰这些东西，查其整个气机所发，这些都是关于气的一些体会和应用，或说风水呀，气见风则行，见水则止，这是在风水中一个典型的术语，风和水，风者动也，水者静也，风者阳也，水者阴也，风以动之，水以流之，或水以止之，山环水抱，山水，风水，其实这都是用来体会气机所在的要道或方法，因为我们正常人不能见气，而气托于形，所以我们必须以形而见气，就像中医经常所说的，有诸内必形诸外，有诸气必形诸形，那么我们可以通过形体，来推断气机所在，就是内经上所说的气之所游行出入也，所有的经脉经络，都是气所游行出入，如果找到这个游行出入的气，就像我们能够捕到猎物一样，如果找不到，就像失掉猎物一样。

麦多吉说拉伸时手一动，手关节会发出响声。这个应该属于形的层面，应该进一步来体会在呼吸之间，气机的变化，这样我们就可以慢慢体会和认识整个气的世界，气这个世界是无远弗届的，充斥宇内，包举六合，无处不在，中医最大的特点就是看到了气的存在，并且用气的理论来指导临床。

无为而为说：拉伸的过程中，指尖会有麻的感觉，其实麻、痛涨，这些都是气机所发，但还不是你可以体会的气的状态，上次记得麦多吉已经体会到了，直接就可以体会到在中

间有一个气团，两手相向时，作挤压状时，就像挤压皮球一样，会产生阻力，拉的时候也会产生和皮筋一样的阻力，而且这个阻力，如果你手掌敏感的话，你就会明显感觉象在水中，搅动水的感觉，但又不完全是，就像双手粘住一个气球，压和拉都会产生一定的气感，这个大家可以体会一下，我不可能讲得太多，因为大家如果没有体悟的话，讲得多了会导致一种暗示，如果能体会到你立马就能知道什么叫气道中医的气。

妙心说：觉得两手间有气在动，发凉。你看首先你感觉的这个气感不是一种幻觉，也不是暗示，而是可以反复操作，反复体会，并且印象不断加深。决不是做那个试验，两个手并在一起，让一个手指长长，然后一比较，那个手指真的长长了，其实这个就是一个把戏，不是我们所讲的感觉，如果你能持续的感觉有热或者有凉，这也算是一种气感，因为大家的身体素质不一样，气场也不一样，所以两手产生的感觉是不一样的，大家可以体会，只要你是真实存在的，并且可以反复验证的，那么这就是一个体验，对气的一个初步的体验，天行健说，就像两手各拿一块磁铁一样，同极相斥，异极相吸。

所以说中医如果你没有一定的身体素质和一定的内心体会的话，学中医只是学到了皮毛，没有学到精髓，所有外在的，比如开方子、针灸、推拿、按摩包括其他一些民间的手段只是形的一方面，而内在的一方面大家应该努力认识，而不应该止步，就像很多人，不知这里有没有学占卦的，有没有知道梅花易数的，梅花易数是邵康节所做，是一本流传很广的占卦的书，如果仅看梅花易数并且照之而学，很难学通，这里就有一个未传的“窍”，如果认识到这一点，你就能够悟进去，梅花易数是在托周易讲数理，并且有一定的应用，这个应用不仅是我们所说的算卦，他里面确实有一定的道理，但跟大家说一点，梅花易数只是形的一方面流传下来了，神的一方面隐而流行，并没有公开于世，故学者众而知者少，说这个主要想打个比喻，告诉大家学中医也一样，很多好的推拿师傅、针灸师傅，他们都有自己的气场，非常充分，从而能感染病人，鼓舞正气，而并非只局限于手上扎的针或按摩的穴位。

所以今天跟大家说这个气道中医的含义，就在于希望大家在下面勤学内功，在日常生活不断的体证，多看古代哲学的典籍才能有所证悟，不然到老学中医一场空，中医没有学

成，可能身体还要毁了，对自己或对病人都没有过多的帮助，这就走到了中医“形”方面的一个死胡同，因为《黄帝内经》一再讲，上医守气，下医守形，形可以说是形体的形，也可以说是形式的形，总之形是变化万端的，因为中医的书汗牛充栋，不胜枚举，学一本你觉得还很有道理，再学你就发现无所适从，不知道从哪下手，就像狮子遇到一群角马群无从下嘴，整个草原奔跑的都是角马看花眼了，如果陷入这样的理论的海洋，大家有多大的精力都无济于事，所以说一定要执一道，就像皇帝垂衣裳而天下治，你只要把那个最简单的核心，知道在哪，并且能勤而行之，熟练应用，慢慢的就可以化而成之，可以不断的推广，这些也都是孔子写《周易》说的一些话，“易无思无为寂然不动，感而遂通天下之故”没有思考没有作为，寂寂然没有任何动作，但是感而遂通天下，一定要强调一个感，这个非常重要，感不是思维出来的，不是想象的，也不是苦思冥想的，感而遂通天下之故，于是通晓了天下的故，故当道理讲，这是孔子对《周易》的理解已经达到了非常高深的地步，孔子晚而喜易，韦编三绝，可以这样说，可以真正代表孔子的最高成就是他写的这个易传，又叫十翼，是对《易经》的解释，前无古人后无来者，把《周易》所有的显学方面的道理融汇贯通，用非常波澜壮阔的文字表达出来，留给了后人，他是孔子最高的学问成就，而并非是《论语》或《春秋》，如果有人有志于易学显学方面钻研的，可以努力来看《易传》，并且能够背诵，《易传》的《系辞》通篇都是至理名言，经典的话不断被后人引用，从来讲，我非常崇拜孔子对《周易》显学方面的理解。

《周易》里面有一句话来形容体用，“神无方而易无体”这正好是对体用一个绝好的解释，神就是神用，方是定法，神用没有定法，易没有固定的形体，易可以做变易讲，也就是最高的对体用的阐释，用在这里非常恰当。还有一句话，“变动不居，周流六虚”，下面一句“不可为典要，唯变是从。”什么意思呢？就是这整个的气机，变动不居，他不会停滞，也不会凝结，任何事物都是在不断变化，没有一成不变的，周流六虚，六虚是六种阶段，周是涵盖遍满的意思，中间还有一句，应该是“变动不居，周流六虚，上下无常，刚柔相易，不可为典要，唯变是从。”我给大家仔细讲一下，对大家理解气机整个的运化和指导中医临床是非常有帮助的，也就是这股气，我们直接拿人的身体来理解这句话，因

为他不仅指的人的身体的气机，万事万物的气机都可以用这个来解释，我们今天主要讲中医，所以从中医角度来说，这股气在人身体上下周流，变动不居，从上中下三焦不断的流转变化的，如烟如雾，如雨如露，不断在身体内蒸腾上下，周流六虚，你也可以说在六经中周流，这一团气上下无常，没有固定的上，没有固定的下，气机不可能总淤滞在上，也不可能总淤滞在下，总之上下没有常法嘛，随人之喜怒性情而变化，跟着你的性情、呼吸而动，而产生了上下交替的不断变化，刚柔相易。

气有刚气有柔气，卫气为刚，营气为柔，上气为刚，下气为柔，外气为刚，内气为柔，怒时气刚，怯时气柔，白天气刚，晚上气柔，动时气刚，静时气柔，这个是刚柔的相易，不断的交替，气不可过刚，也不可过柔，气不可常刚，也不可常柔，都是刚柔相易，刚柔相叠而生变化，易是不断的变化，刚气变柔，而柔气化刚，对于我们人身之气都是如此。如果举一个例子，比如一个人发怒，气冲于肝，向上冲达，肝举而目张，其实并非仅肝气上达，人身之气发怒时无不上达、发越，一怒时每一根汗毛、每一个细胞都是发怒的状态，这时所有的气都刚起来了，由常态而变成刚态，气刚血气充盈于肌肤，双目圆睁，头皮抱紧，怒气发作之后，刚气又化为柔气，就像塌瘪下来一样，气消，我们说消消气，就是刚气慢慢消弱变成常态，这叫消气，这个可以理解什么叫刚柔，不可为典要，所谓典和要，都是常道的意思，可以执的常法，大典和要道，不可为典要就是不能刻舟求剑，你说他是刚气，过一会不一定是刚气，阴阳相易，阳极则寒，阴极则热，寒热阴阳相推移，这个说的就是这个意思。

比如说一个年轻人，气很壮盛，呼呼啦啦地向外散失，不注意保持这种旺盛的精力而不断的挥霍，慢慢的他的气机就衰弱下来，最终由刚气化为柔气，身体向衰弱的方向发展，所以说不可为典要，自恃他刚或自恃他柔，所有的刚柔相推而变化生衍，就像白天是刚气，晚上是柔气，常说的一句话，刚日读史，柔日读经，什么是刚日？你可以理解为奇数日，比如初一，初三、初五，这叫刚日，柔日呢，初二，初四等。不断交替，读读理论，再用于实践，这个不断的交替变化。就像有人问，这应该是运动呢，还是应该休息呢，这就陷入了典要当中，执了一个常法，什么叫刚柔相易呢？就是运动和休息相结合，劳逸结合，

不可能永远运动，也不可能永远静止，在运动和静止中不断的交易变化，这样才能有阴阳相济，身体才会好，就像我们只学理论不做临床一样，学而不思则罔，思而不学则殆，说的都是这个道理，所以我们一定要充分掌握刚柔相易这个事物发展变化的规律。

下面一句是：唯变所是，也可以叫唯变是从，变就是变易，在符合常道的基础上，要不断的推演变化，不能死守成法，墨守成规，这个法和规都是指形方面的，也就是器。古代说有心学，有器学，心学为本，器学为末，就是指这个变的根本所指，一定要变嘛，不能说现在很多人喜欢复古就穿古代的衣服，吃古代的饭，住古代的房子，这个是流于形迹。但古人学道的精神、格物致用的精神和方法我们要掌握，但是形式和应用要与时俱进，这个是一定的。不可能还穿着远古的衣裳过现代的生活，这个不现实。通过形式而能够启发精神，比如穿着汉服让我们怀念一下传统的文化，或者激起人们学传统文化的热情，这个是可以的，但你又不能拘泥于这种形式。

还有人说了：酒肉穿肠过，佛祖心中留，这话没有错，但是有几个人能够做到？就像学佛一样，小乘、大乘，小乘利己，大乘利他，自己还没有明白，泥菩萨过河自身难保，自己没有一定的证悟，你要去利他，有可能竹篮打水一场空，所以说还要从根基学起，自己要有一定的体悟，不然你不知道如何利人，如果只是有一片慈悲心而没有智慧心，那么要走的路也很长，而且会走很多弯路，所以说对形，就是体用的体，这方面的追求要有，但是不能局限于体，用的方面的追求也要有，但也不能抛弃体而只要用，所以体用反映了天地的一个大的性情。

说到我们气道中医，举一个很简单的例子，让我们体察气道中医有一个更深刻的认识，比如说望诊，四诊之首，望而知之谓之神，那么现在有多少人能够了解望诊，并且能够应用呢？恐怕现在这样的人越来越少，甚至说哪有望诊呢，现在这个望诊基本是不在我们的临床当中应用，望、闻，闻是听声音，这是最原始的意义。望先是看气色，举止形态，行住坐卧，这是望。闻是听他的声音、语态、语调，然后才是坐下切脉，知道他的气机所指。最后才是问，问他的病情，看看能不能合上自己前面的判断，所以说望和闻基本不再应用了，切也只是做一个表面，说句难听的话，糊弄糊弄病人，自己心中有没有数不好说，最

后只剩下一个问了，问什么病，开什么药，中医的四诊目前就是这么一个状况。那么我们从这个气道中医来说，望闻问切，切诊就是揣摩气机，二十四脉就是二十四种气机，摸的时候体会气机就可以了，不要流于对脉管波动的理解，而要通过这条脉管的波动去体察人身整个气机的波动和状态，沉就是气沉，浮就是气浮，数就是气数，或者气热，涩就是气道涩，这个我们在前面讲过，不再多说。

今天就这个机会说一下望诊，所谓的望诊分几个部分，第一个部分：望色，第二个部分：望态，第三个部分：望神，一般分这三个部分。所谓望色，一个人来了，暴露在外面的无非是脸色、手色，这两种是最容易暴露的，你可以直接看这个人的面色如何，我们知道平人面色和病人面色是有很大区别的，人分五色黑白青红黄，正常的色在《黄帝内经》上都说了，我在这里总结一下，也就是要有生色，一定要有生机，颜色要有生机，关于生机大家可以看生物的生机，比如绿油油的草的绿色，你不能像那种没有生机的颜色就不好了，并且中间要有黄色，白色中间要透黄，五色中都要有黄色，因为黄色是中色，人不可过白，过白象惨白一样，这样就不好了，白中要透红，透着粉，透着明黄色，这个都是不错的。黑色要亮，不能灰，红色要光明，不能象喷血一样红，要有柔和的色调，黄色不能过黄，要健康的黄色，这个大家可以在生活中观察每个人的面色，这个对于我们学望诊非常有帮助，即便你刚开始不知道他主什么，看看也是有帮助的。

总之色要柔和不能偏激，要生气不能有死气，要感觉舒服而不能感觉碍眼，而且色要贵隐而不宜露，要隐隐的出现，不要浮露出来，这只能意会不能言传，大家可以在不断的观察中去体会，不是写一个稿子大家照着去看，这和感情一样嘛，两口子的感情别人是没有办法体会的，这是一个体证的学问，就要靠大家在外面不断的去看，如果从来没有看过，我这样说你也不理解，看过的话慢慢的你就会心领神会，总之一句话，这人的面色要看的舒服，不能别扭。

色分浮和沉，有浮在外面的色，有沉在里面的色，《黄帝内经》说病色要从里往外透着，浮出来，这是病气外散，如果是往里入，这是病气加重。如何看浮和沉，这个很多相法书也说过，但是如果你照着去做，你几乎做不到，因为色摆在面前，他也没有一个动作，

你怎么能看出他是往里沉还是往外浮？所以一般人几乎不可能看出来，但是既然古书写了就有他一定的道理，这里跟大家说一下，道理何在？如果大家照着我这个来做，你先体会两手间的气感，并且在这里经常听课，我就会慢慢告诉大家如何把这种气感转换成更多的应用和自身一些对气的体会，气在呼吸当中不断变化，那么推己及人，慢慢的你就会体会到别人身上的气感，先体会自己的，再体会别人的，在体会的过程中你就会知道什么叫浮和沉，这就是古人和《内经》所说的气浮出来了，气沉进去了。为什么会这样说，可以说写《黄帝内经》的人是有修证的，不然也不会写出这样的词语，这是望色。手色也一样，掌如喷血，也就是手掌非常红润，富含血色，这个人身体健康，反之手色惨白或点点有红，红又不能很好的透出来，肯定身体有病，面色一样，如果色正并有生机，病人多无大病，那你要观察，病色发于何部，比如发于额头，一块红，这个红你要仔细观察他的形态，沉浮、深浅、散聚，有的额头一块红，全散开，有的聚在一块，又往里沉，隐隐的里面泛出红来。

这个跟大家说一下，凡是额头有色多主心胸有病，这个我们用全息的理论很好来理解，人的整个面就是人的整个全身，那么从额头到眉毛，代表上焦，眼到嘴代表中焦，嘴以下代表下焦，这样简单一分。额上有变化当然应在心胸，比如额上有一块很红的印记或色斑突出来，不是胎记，你要观察这块红的特点，你不能一看红就主心中有热，热到什么程度呢？那么你就知道了，要看这块红首先是聚还是散，聚散大家好理解吧？散开了每一点都有，覆盖在额头，聚在一起，就是很凝聚没有散开，中间单位面积红色很重。如果是浮主邪气浮在心胸之表，如果是沉主邪热之气沉聚在里，如果他的边界不是很清楚，或者形态不是很好，主邪气刚开始起来居无定所，或刚开始变异。如果很正，或者如椭圆形边界很清楚，主病邪之气在胸中，相当于安营扎寨了，或者已经有自己的系统。

我们今天只是举这么一个例子，其实额头有红不是很常见，最常见的是黄褐斑，两颧，尤其女同志爆发的比较多，一般主肝经有问题，肝脾的问题，两边主肝，和中间连在一起，肝有病必累及于脾，肝脾相克，肝气急而脾气缓，这个是势不两立的，不可过缓故用肝气之急以收之，不可过急故用脾气之缓以缓之，这个就是一个对立统一，木能克土，也可以

疏土，就是一个相制相用的关系，不能说是肝对脾不好，肝脾同时存在必然有他的用意，不能上来就说木克土，很多脾虚的病人往往是肝衰导致的，使土气不能收聚，涣散开来，导致身体很多系统的疾病，所以不能一看脾不好，就是肝旺脾衰，不能这样来说。后来很多医家纠正这个说法，说是肝之邪气旺，脾之邪气衰，什么叫肝旺？什么叫肝衰？大家大概有一个了解，黄褐斑主要是肝脾二经有问题，大家可以看斑的特点，斑深则病深，斑浅则病浅，斑向哪方面蔓延主哪方面气机紊乱，向病态方面发展，如果有水纹斑，证明有水湿之气，或者有寒饮，有饮，很多病人有水纹的这种斑，边界非常清楚，象水泼在纸上印出痕迹，主五脏中有水饮，寒水之气。今天讲到这，有机会再补充。

第十二课 20080325_阴阳应像大论

自然、知易为医整理

你只要了解到了气机的状态，掌握了它整个的运化、变化的规律，你才有可能抓住这个“一”，不然的话，千变万化你无所适从，动手便错，所以说大家一定要跟着我这个思路来把这个整个的气机理顺，因为我好像跟大家说过，《阴阳应象大论》关于东方生风五段话是《内经》的一个着眼点，它直接用规律性的词句把这个气的状态方方面面说清楚，并且应用到各个层面、各个现象，各个层面一个是形，一个是象，它都说出来，而且还指导着所有的理论和临床，所以说这一块非常重要，希望大家认真来听。

中央生湿整个一段主要讲的是湿气，这个气的整个的状态和它的流演变化以及所化成的形体物质，我们讲的这个湿啊，它是气态的，这个状态是缓畅的，缓和流畅而有生机的，这个是正湿之气，并非是粘腻不化的病湿之气，这个大家要清楚一下。天地万事万物不可能没有湿，因为有湿才有水蒸气，和整个生物圈一样，才能运化生机，如果没有了湿了，这个生机就绝断了。你看这个沙漠没有湿，所以说没有生命，如果说过湿，像海洋深处，它也是很少有生命。所以湿应在中央土嘛，土养万物，总体意思就是，这个湿是缓和就是和中之气，如果说新来的朋友可以听一下上次我讲的录音，对湿的概念我想说的还是比较充分的。

上次我记的讲到在窍为口，在味为甘，这个甘味啊，这个五味各有所主，各是一种气的代表，酸是收气的代表，收聚之气的代表，苦味是苦聚苦发这个味的一个代表，那么这个甘味就是缓和之气的代表，这个大家都知道嘛，甜的大家都比较能够接受。《内经》上也说了，这个甘味其气小弱，停在中焦，既不能到达上焦，也不能说让它到达下焦，它需要脾胃的运化才能充裕全身，所以说其气小弱，小弱就是懦弱的意思，懦弱的代名词，所

以说甘味有缓冲的效果，缓和中间气机相争相搏，使它们能够和缓下来，不至于出现更严重的变乱，所以说我们在用药的时候，一般都要加一些甘味药用来调和药，其实就是用和缓的气使药气不至于过烈，不至于过辛、过酸、过苦、过咸，而始终有一个和缓的中和之味。

所以说这个甘味在我们的《伤寒论》上也好，《金匱要略》上也好，各个方子当中大家可以看一下，有很多甘味的药，起一个调和的作用，没有甘味是不能说是很好的一个方子。大攻大泻的这种药它不叫甘味的反佐，其他的一般都要加甘味，比如说咱们的桂枝汤，就直接有大枣、甘草，还有像麻黄汤有甘草，像白虎汤有粳米，诸如此类，大家可以看一下，都有甘味的调和，所以说甘味药在我们的用药当中基本是不可或缺的，可以这样理解，而且这个甘味对补虚非常重要，因为很多补虚的药，如果用甘味来补，基本都能达到补虚的效果，所以对一个虚弱体质的人或有病的人，必加甘味药，在方子当中以甘淡为主，少佐以辛，辛味药、酸味药、苦味药、咸味药，整个五脏啊，这个五味讲中和合，不能过于偏颇，比如说麦冬、芡实、山药、白术、茯苓、麦冬、黄精、大枣、粳米、阿胶，像这些药都是甘味具足的药，偏于甘淡之味的，所以说像这样的药对于我们治病是常用药，不要用过于辛辣，像干姜，非常辛辣，所以说干姜要少搁，不要多搁。

有人觉得，某一个人的体质是大寒，那么搁这个大量的干姜，30克，40克，这样一般情况下是不可取的，容易伤胃，耗气血，附子也一样，附子你尝的它不是辛味，但是它表现的功用是辛味的功用，所以附子现在炮炙的，基本毒性全无，也就是药性损失殆尽，所以有的从药店抓来100克、200克服下去，可能效果也不是特别显著，但是跟大家说一下，真正的附子不是这样的，真正附子非常强悍，尤其是生附子，真正的地道的川产的生附子力量雄浑，你吃了黄豆粒大一点的会出现浑身麻痹、呼吸不畅的这种症状，所以说建议大家，开附子的时候，还是要谨慎，万一它炮炙不好的话，容易产生危险。这个附子通经脉非常好，少量的附子可以说经脉有一种喝酒的感觉，一下就能通开，比如说天寒地冻呀，在外手脚冰凉啊，你吃黄豆粒那么大点儿的真正的川产的生附子之后，不到半个小时，你的手脚整个就全都热了，所以说治四逆症，这个逆是厥逆，这个症有起效，这个道理就

在于此。它这个不是手脚聚热，手脚不是聚热，手脚一下暖和了，它经脉开了嘛，那个生附子川产的生附子，直接把那个闭合的脉开开了，气血能流，通于四肢，就产生了温暖的感觉，可不是热的感觉，所以有的脉开的不好或不同的体质，它是产生麻的感觉，不一定是热。

在味为甘，在志为思，我还是要问大家一些问题，为什么在志为思啊？如果听过我讲课的人，希望从我讲课的那个思路来理解“在志为思”的道理，因为我们讲过，肝气在志为怒、心气在志为喜的道理，今天也问问大家“在志为思”是什么道理？下面大家还是像原先讲课一样，畅所欲言，大家可以拿麦来说，也可以打字，这样咱们才有一个交流沟通的方式嘛。为什么“在志为思”？如果听过我上午讲的课，大家应该有一定的思路来理解“在志为思”的道理。

古人说的每一句话，他不是无缘无故的来说的。既然“在志为思”必然有它的用意，古人说话每一个字都不会凭白无故的去瞎说，如果大家都理解“在志为思”啊，那就可以同理推出很多脾上的特征，也就是脾气特征，大家可以打打字，说说为什么“在志为思”，说错了没有什么，你只要思路往那方面去你走就行，你要不往那边走，“在志为思”就很难理解了，那这样在大家酝酿的时候，先让大家思考一下吧。在志为思，大家理解这个气的特征，大地孕育万物，承载万物，主中和，使任何一方不至于过于偏颇，从这一方面大家也来理解“在志为思”的含义。

因为气这个状态它是在形体之上的，所以说大家如果不能尽快地从气的角度来理解事物的特点，如果说只局限在形体的结构和功能上的话，可能大家学习《内经》的经典著作，还有这些段落，可能会南辕北辙，要提高一个层次嘛，你肯定首先应该是思维层次上的一个提高，而不是说知道了多少道理，了解了多少事物，那些都没有实际的意义，思维如果转变过来了，你就跟古人贴近了，并且自己的思维水平也上了一个台阶。你看我们讲了这么长时间，基本上不讲解剖和实际的经脉走形，那些都是形迹之事，所以我们来研究的是气道之学。行其实大家已经说出很多了，基本思路都是正确的，因为你只要没有走到形迹上，那么大家就都离气道不远了，有可能说对，有可能说错，但其实方法大家思维方式起

码在转变，这个就足够了。

咱们看一下，有说的是权衡利弊，有说的是氤氲之气，有说的是思的气机比较平缓，有的说是不偏不倚的状态，这个其实综合起来啊，“在志为思”这个道理大家已经说出百分之八九十了，首先大家考虑一下“思”，因为我们前面讲过，任何一种状态都是气道，不管它是事还是物，“事”就是一种事在发生，“物”就是一个物体放在那儿，这都是气道，它都是有气的特点。那么这里面，脾气或者叫湿气或者叫氤氲之气和这个“思”它通过哪一种状态结合呢？那么就是大家所说的“平缓”，“不偏有倚”，“氤氲”、权衡、和缓，思则气结嘛，咱们不是都这样来说嘛，《内经》上也这样来讲，所谓“思”，思考，思考的时候大家进入一种什么状态呢？就是一种，必需首先这个人不能忙乱，必需进入一种安定的状态才有可能思考，所以沉思、定思、安定而思嘛，思的时候是固定不移的，它想一件事嘛，它不会说浮想联翩的，一会儿想这个，一会儿想那个，蹦蹦跳跳的，这个不可能，所以说肯定是安稳、安定、专注，并且需要通过长时间的思索才能得智，不是想一下就明白，这比较死，这不是古人的意思。

你看这个思字，上边一个田，下边一个心，田就是土地的意思，安稳的意思，咱们直接拿这个田和心来对比，心田长时间去耕耘，那么这就是一个思考的过程，正好和土的长养万物和缓万物，稳定、持重、和缓这样的一种气相对应的，脾气缓也，不偏不倚，不急不燥，这个能够持重、润物，这么一种气和思这种气的状态正好相合，所以古人说“在志为思”，稳定、持重、和缓嘛，这既是土的状态，也是思的状态，你知道“在志为思”这么理解，你就可以推及其他了。这个肝在志为什么？心在志为什么？肺、肾这个下面我们都会都讲到，肝、心都讲了，今天咱们把这个“在志为思”，这个我都讲二遍了，大家理解就可以了。

思伤脾，为什么？这个也是问大家的，这上面为什么“思则气结”呢？这个气保持在中焦运化，用这个和缓，持重和缓，如果长时间思考，它不流畅，你看咱们思考问题，往往憋着一口气想半天，手脚都不活动，长期坐那儿不动，这个神思绪都凝结了，那么这时候气机也就不畅通了，它也开始凝结，这就是思则气结的道理。“结”，什么叫“结”，气

结而不散，所以说长时间用脑思索的人，他的气脉都不是很好，流通不畅，所以说这一志呀，大家用气道来解释，都是一个道理来解释，就看你悟不悟了，你要悟了，你就能从这里边悟出很多道理，触类旁通、引而伸之，这个《内经》你基本就能读通了，你只要从这方面去思考，这个《内经》你基本就入门了，你要不从这方面思考，这个《内经》你读到老你也不会，你要再看其他的经典，那么越看人越昏晕，越看你离这个《内经》的宗旨越远。

你看有人说：常常思考的人，气结不散伤体，这个其实没有说到根上，大家想想，跟大家说没有说到根上，可以这样解释，但没有把这个意思说完全，大家再想想，为什么思则伤脾？大家再想想，为什么思则伤脾呀？这是一个本质的问题，往根子上捣去。也不是不能运化了，这个都是间接的，不是直接的，这样给大家解释啊，这个铁锹是挖土的，不停的挖土，会伤及铁锹，原因何在？还有说的脾要和缓流畅，思则导致淤滞，这回说对了，是磨损，这个为正解，所谓正解，就是脾气主思，大家一定要明白什么叫“主思”，如果脾气不好的人，他思考很费力，就像心气不足的人一样，他用脑很费力。人任何一种情绪，或者任何一种思考，后面都有精气的推动和这个供养，如果没有这些东西，人很多情绪、思考、动作都不能完成。就像你肌肉很弱，你运动就很费劲。脾主思，就是脾推动思考的建立，使思考能够得以维持，因为五脏皆有五志嘛，并不是脑主思维，思维都是从你脑中发出的，这都是不对的。

为什么“在志”啊？，什么叫“志”啊？这里边就是你的神用，在味为甘，在志为思嘛，这个“志”就是神用的意思，所以五脏皆有神用，那脾的神用显于思考。那所谓的思考，长时间的沉淀着想事情，安定的想事情，那么如果长时间的用这种缓气，就是这种脾气去想问题，那么脾气必然大耗，那么这就是思伤脾的原意，这个大家千万不要走偏了，很多心脾两虚的人，他很多都是用脑过度了，其实就是思考过度，伤了肾，伤了心，还伤了脾，你看大家一定把这个搞清啊，在志为思，脾主思，它的意思是神用，这种和缓之气的精神表现在思考上，那过度的思考，导致脾精的散耗，从而使人失去了这种思考的基础，使你这个脑子昏昏然，这一方面是由肾精导致的，还有一方面是由脾精不足导致的，什么

叫“精”？气之精华者叫“精”，五脏皆有，气之精华藏在五脏当中嘛，五脏藏而不泻，丧失五脏之精，同时五脏中又有神用，这表现在依靠这精气的濡养，使神用能够向外发用，所以说五脏拥有神，五脏藏五精，五脏化五气，这个大家一定要把这个搞清楚，不然的话，你这个理解，又到了思则气结，结则伤脾，那这个是间接法，不是直接法。这个大家可以再考试一下，有什么不明白的，现在可以提问。

你看很多人记忆力很差嘛，那就是肾精过度的耗损，导致记忆力差，很多人言语失误，那都是肺气不足导致言语失误，还有神志不清、好悲哭，那是心气不足导致的，一会儿哭一会儿悲的，所有都由神五脏之神向外发用的体现，这个大家要考虑清楚啊，这个是《黄帝内经》的精髓。也就是说我很早以前就说过，这个东方生风这个五段是《黄帝内经》浓缩的一个精华，如果说能够把这个五段能够很好的理解掌握，那么可以说，假以时日，那么《内经》基本可以读懂。

下面咱们接着给大家提问，为什么怒盛湿呢？这个大家再从这个角度来再继续发挥，为什么怒盛湿。还有跟大家说一下，咱们在讲气道中医的时候，大家思考的时候，不要用五行去思考，因为像什么木克土啊，土克水之类的话啊，尽量不要说，为什么呢？因为这个五行它是阐释气道，如果说从气道不理解，这五行你这样来使，它是空中楼阁，气道懂了，这个五行可以运用纯熟，所以说大家简单地知道了五行的道理啊，之后要从背后来推，也就是说从这个气道如实地去解释，这个跟大家说一下。

那么下面我来讲解吧，其实大家已经基本回答出来了，基本都正确，这个就说的非常好，怒气彪悍，思气缓和，就说的非常好。怒气彪悍，思气缓和，这是根本。急缓，一急一缓嘛，二者不能两立嘛，你要急就不能缓，要缓就不能急，肝气急，脾气缓，当然二者不能两立了，怒为冲达之气，主升泄，那脾气缓缓和和地，冲达之气一来，一下就被冲开了，思则气结，则以怒发之，如果说大家能够用这样的思维方式去理解古人经典的条文，那么可以说是走上了一个比较容易的道路，也比较直接的一个道路，你看这里边没有任何间接的解释，直接就来解释，一个人脾气急，一个人脾气缓，所以说二者是一个矛盾体，肝和脾两个最大的特点，脾是和事老，是慢性子，肝是急性子，是将军，肝是将军嘛，怒

嘛，脾是主什么呢？仓廩之官嘛，天天在那倒腾粮食嘛。你如果说木克土，那么什么是木？什么是土？又陷到了一个没有定论的层次了。所以说大家不要用五行的角度来思考，要从气机的角度来思考。

你看这个很简单嘛，很多人胃不舒服，他缩缩着，萎缩性胃炎也好，反正是缩缩着，慢性胃炎也好，就是缩缩着那个胃，就是肝气过于急，它过于急，那脾啊，缓和之气就少多了，脾就慢慢地过渡到肝，它也急，这个脾胃不能急，一急就不能容物了，不顺畅，这个顺畅像个布口袋一样，打开吃的东西很多，你要是一气、一急，或者一生气一下子胃也一缩缩，急气嘛，这个急气，主收聚嘛，收在一起了，吃也吃不下，喝也喝不下，这个整个的气机不降，非往上顶，吐酸水啊，呕吐啊，打嗝啊，水饮之气不化啊，这些症状就都来了，那么这就是所说的木克土，木克土的实质是因为急气过于劲急而使缓气不能和缓。

你看流那个胆汁，吐那个胆汁，吞酸，那个酸水，那都是肝气化过来的，肝过盛，肝郁过盛，咱说的可不是肝之正气，是邪气过盛，它过来克脾胃，把这个急气留在胃中导致吞酸，种种表现都来了。看那个痛泻药方，肝气急它克脾胃，脾胃动不了，被克了之后，脾胃不能消化食物，都走直肠下来了，这个大家一定要体会到啊。这个脾胃主敦厚，土性敦厚，但是过于敦厚，缓缓畅畅的，不急不缓地，老在这呆着，这也不是个事，没有肝的急气，扯着拽着它呀这个脾胃慢慢地就产生惰性。

很多人萎黄啊或者其他的一些脾弱，脾衰弱了，也就是说没有肝气这个升达之气去使它有机，那么脾气自己也就弱下来了。你看若没有肝中的大量的消化液去消化这些食物，光靠脾胃缓和之气，也不能说是完全地把这个整个的消化食物过程完全跑通，所以说要一急一缓嘛，二者相须为用，脾气太缓，不愿意做事，那急气提醒一下，肝急太急，容易莽撞做错事，那脾气缓和让它收敛一下，相须相助，如果搞不好，两个相克打起来了。

大家看那个《伤寒论》上，凡是太阴病，四肢温，厥阴病，四肢厥逆，这很有意思，为什么四肢温呢？大热也热不起来，大逆大寒也寒不起来，脾气缓嘛，邪气到了脾气这一块，邪气这个性质也变成了脾气这种和缓性质，到了脾气的地盘，你这个贼这个性质也随着脾气走了，也就是跟这个脾气闹不起来。不像肝气，这个邪气一到肝气马上发生角弓反

张、四肢厥逆、呕吐下泻这种症状，这个大家一定要知道，这个邪气入哪儿，随它的性。大家可以看看，基本只有太阴篇讲那个四肢温，四肢既不发热，也不厥冷，而是温，它这个温是一种病，它不是我们平常的手脚温，也就是脾经得病，它不会不顾一切地向两头跑，向寒热两头跑。肝经不是，肝经一来啊，直接产生闭厥之气，非常要命，马上下利青水，或者面色铁青，气机上逆，直接入顶，巅顶嘛，直接顶上去了，口吐白沫，弓角反张，这个四肢逆冷，这样的都是肝经得的病。所以说呢，一般人得肝脾不调非常多，脾气不好，那么肯定肝气不调，打嗝、两胁胀、食欲不振、吃不下东西、不想吃。

那么好，既然大家都上路了，那么咱们快点儿往下讲，湿伤肉，风胜湿，那么咱们解释这一段吧，上次讲了脾主肉，大家可以听上次的录音，那湿伤肉什么意思呢？我们学中医尤其学气道中医，学来学去就是学是一个感觉，绝对不是名词，也不是公式，也不是定理，更不是某一段话，学来学去直接脑子里中就产生了这种感觉，甚至整个身体都跟着有这种感觉，在这个感觉的指引下，很多经文你就能融会贯通，还得实实在在去了解，并且知道，这就是直接嘛，气道中医它就讲一个直接，你看佛经上不也说了嘛，直心是道场，这都是翻来覆去说的一些话嘛，道理都是大同小异，在我们这里面也是，你说感觉到了一团湿气，一团和缓之气，一团急躁之气，这个很容易就理解了。所以说用这种思维方式简单直接，就能够读懂《内经》、《伤寒》。

有没有人讲啊，湿伤肉，风胜湿，甘伤肉，酸胜甘，这解释哪个都可以。这样跟大家来说一下吧，所谓的脾主肉，肉是缓和之气，脾是缓和之气，肉也是缓和之气，二者相对，所有脾的神用可以用来产生肉，道理就是这样，皮、脉、骨、筋、肉这五个体，大家可以看一下，里面缓和之气就是一个肉，骨头太硬了，在里面它不缓，筋脉它更不是缓的了，它劲急的了，皮包在外面，约束整个身体，它也不是缓，脉也不是缓的，脉有流动血液，那么肉，所谓的肉不是单纯指肌肉，它讲肉腠，就是外边你能摸到的充养身体这样的物质，这个叫做肉。所谓的筋，它也不一定是肌肉，它就是凡是能够发力的，主运动，主关节的叫作筋，所以说肉和脾气的和缓是相对的，人身宽体胖嘛，这人他肯定说是生活条件还算可以，长的身宽体胖的，长了一堆肉，也就是说，急脾气的，他一般说他不会胖哪去，懒

懒散的人，懒肉懒肉嘛，就是肉和脾是相对应的，和思是相对应的，和甘味是相对应的，这个甘味越吃越胖，大家想想，它们之间都是通过缓和结合在一起的。

关于这段话，应该是好理解，那我说一下吧，它这个这地方啊，所谓湿伤肉啊，是指病理上的湿，潮湿的环境，首先这个湿气拿人，着上人之后不容易去除，而且在机体内能够停滞不去，所以说它中人，这个湿气啊，它不会直接传递很快，而是不断地侵蚀身体，首先最表面的就是我们的肉腠，从皮肤进入肉腠，往里面进它也不容易，你要给它去除，也不容易，所以说湿气缓和嘛，懒散，进也慢，退也慢，所以说湿伤肉，肉也是和缓之气嘛，它到达了肉腠的地盘，不容易离开，因为肉直接就是皮腠嘛，很相近，它往里面走，走不到筋那儿去，筋很劲急的，它不会说轻易地让湿气拿住，那骨在里边，它也不会搏击到，所以说这样来解释湿伤肉。

所谓的风胜湿，风者动性嘛，不断地通过这个风气，风吹万物，湿气不能停留，比如大雾，大雾天这个就是典型的病湿之气，天地的病湿之气，大雾不散，如果刮一场风，那么风气一下子骤然而起，雾气就散。实际上体内也是一样，所以说治湿要用一些治风湿的药，去风的药来用，但又不能是劲急的暴风，你是暴风呀，吹完那个湿气呀，风过去了，湿气还没有完全吹走，所以说要徐徐的风来吹拂，使湿气来慢慢解散，这就是风胜湿的道理。

你看我们治风湿病的病人，用药不能过于用去风湿的像秦椒、羌活、独活像这样的药，也不能一味的狠用，有两个原因，第一个，这些药都是耗气血的药，如果后面没有补益的药跟着，很容易湿气还没有去，这个正气先伤，第二个，这个湿气，也不是你上一堆这种去风湿的药，就能够解散的。因为你刚吹过，一方面耗了气，也就是说湿气还没有去，所以说要暖风频吹，小风频吹，慢慢地湿气乃解。也就是说你这个湿气还是要用温热的药，通经的药，把这个整个关节的各个渠道首先打通，比如说桂枝，芍药啊，先要上，然后去湿啊，加入苍术、茯苓啊，为什么苍术是去湿？茯苓是渗湿？什么叫渗湿呢？它就说给这个湿气呀，这个怎么来形容呢？使湿气容易去，就相当于开了很多口子，使湿气能够有出路可走，这个茯苓在前面扫出一条路来，那么拿那个苍术啊，在后面一推动，那个湿气啊，

顺着茯苓开辟的道路啊，渗就能渗出来，这个水湿，通过地表这个小孔能够渗下去，这个茯苓它就起这个作用，通利三焦水道嘛，通往三焦水道。和缓的开通，后面拿这个苍术之气啊，把这个湿气一推，湿气顺着这个通畅的水道就走了。所以说苍术必配茯苓。如果单独苍术推，推不动，这湿气没地儿走，停滞在那儿不动，光有这个茯苓也不能去湿，因为你这个虽然有渗了，但没有东西往前推啊，所以说古人讲方子很有意思，苍术薏苡仁也是这个道理，这个白术茯苓往下走嘛，泽泻都往下走，这个茯苓和这个薏苡仁它全身都通，所以说有一个推的，有一个前边扫清路的，带着这个湿气就解散。渗湿就是这个道理，所以说大家开方的时候前面要有渗的，后面要有推的，这个对于湿气是这样来解。

苍术你可以理解成风药，所以说这个风胜湿啊，这里面关键的地方就是在于第一，这个风不能太厉害，风太严重了不去湿，而且伤肾。第二个，和风，和风吹的时候前面要有开路的，湿气难去嘛，一定要辩证，并且方子要知道配伍，如果单独上一些耗气血的药，比如说羌活、独活什么的那些，还有些膏药什么的，有可能解决眼前问题，被风湿所侵，现在被特别强烈的风湿所侵，身体又壮实，被风湿所侵的人很少，所以说很多古方，去风湿的古方皆不能用，反而由于现在的人身体衰弱，稍微着了一点儿风湿，湿滞之气流滞不化，极难去除，补正通经，缓和去湿，这个是三个关键。

那么好下面讲一下甘伤肉，酸胜甘，这个看看大家有没有可以打一打的，还有什么全蝎、蜈蚣这些药能少用尽量少用，大毒之药啊，到时候吃了之后，这种性格都非常暴悍啊，在身体窜来窜去的，湿气没有去，把人的身体正气都耗散了，虽然能解一时之痛，但后患无穷，所以说甘伤肉，酸胜肝的道理是这样的，我给大家说一下，甘味走肉，你的甘味吃多了，不断地长肉，这个不是肉的正性，大家可以这样来理解甘伤肉，什么东西过尤不及嘛，过也不成，不及也不成，不断地吃甘味的东西，不断地发胖，就像现在很多大胖子一样，这不就是伤了肉了吗？伤了肉的正性，反而成了身体的累赘，肉本身是濡养包裹整个身体的，这回成了废物堆积了，这个是甘伤肉。

所谓酸胜甘无非是它这个肉啊，和缓之气慵懶不散，慵懶的不得了，积于身体，那么用酸之收气去克制这个和缓之气，就像脾气太和缓用肝气收一收一样，但是不是我们不断

地吃酸的它可以减肥，那也不能这样说，所谓的酸胜甘只是说明一个道理，就是气过于缓则用酸气收聚之，收一收，就是这个人太慵懒了得拿一些条文约束一下，它这个主要用意在这儿。看看关于这个中央生湿大家有没有问题，如果没有问题我们直接往下讲。

嗯，可以这么说，和缓的音乐应该是宫音、中正之音嘛！中正、和缓、平和这样的音都是宫音！再问大家一下啊？不知道还有谁做过双手抱球然后缓慢的不断拉伸这个练习，上次已经有人说了吗？但是后来我又加了一个如果说你配合呼吸你会有什么体会？这个大家不知道有没有配合呼吸之后的体会？有没有啊？再说一遍吧！这个很简单，坐着也行、站着也行、思想非常集中，心里没有别的杂念，双手手心相对，做抱球状，捧在胸前或者腹前，这个球有篮球那么大概，然后稍微感觉之后缓缓的一开一合，非常轻微的开合，然后体会指尖、指肚或者是掌心中间的感觉，我记得上次好几个人体会到了中间是有一团气这个感觉，这个就是对气道中医中气的最直接的一个体验，所以说这个气是存在的，而不是想象，是真实的，而不是理论上的创造，这个跟大家说一下！如果配合上呼吸，一呼一吸再体会两掌心之间这团气的状态，你会有更进一步的认识，这个跟大家说一下如果说只是想体会的，讲课之后或者是现在都可以，大家可以体会一下。

那么下面我们来讲西方生燥，所谓西方生燥，燥生金，金生辛、辛生肺、肺生皮毛、皮毛生肾、肺主鼻。我们既然说了肝气急、脾气缓、心气动或者心气开而肾气闭！那么西方生燥，这个燥气它是一种清明之气，如果用一个词来形容的话，应该叫做开阔之气吧！心是用直接用动气来形容，可以说是脾气缓、肝气急、心气动而肾气静，肺气开，开阔！有一个字叫做郭，就是城郭的郭，这个字在古代是形容肺气的，肺气阔（郭），按理说应该是肺气阔（郭），什么叫阔（郭）呢？就是城郭嘛，城郭就是四周有围墙，中间建了很多房子外刚而内柔其神用在外，这个是肺的特点，对就是城郭的郭。

肺为相傅之官，什么叫做相傅之官呢？他已经到达了君主的旁边了，能够治理国家了，和总理的位置一样，日理万机操持国家事务，这时候它是得权的而不是失权，不像那个肝，它是将军！它还要去开拓疆域，肝主开拓嘛！它由未得而得，还没有得到，想得到，不断的去开拓疆域嘛、去打仗嘛、就是平定叛乱嘛！那么肺不是，肺是总理是宰相！它已

经在那个位置上了，得位而宣政于天下，这就是总理干的事，所以说一相、一将嘛！一个宰相、一个将军各司其职，这正好是也是一对关系。你看这个肺在上面，肺叶在上面张着，左肺、右肺，心脏保护在中间，不断的呼吸吐纳，运化整个的气血通达于全身，水精四布，五经并行嘛！它把整个的人身游弋饮食之气啊，通过肺的呼吸加上心脏搏动输布到全身，那么这个就是西方生燥，所谓燥的意思啊，它这个燥不是干燥的意思，当清洁讲，清明而洁净，天空万里无云，春和景明，波澜不惊嘛！上下天光，一碧万顷！它这个西方生燥啊，燥字就是这个景象，那么大家仔细理解一下，这可不是口舌干燥那个燥啊，清明时节雨纷纷嘛，它不是雨纷纷，什么叫做清明啊，阳气蒸而在上，小草都发芽了，这个景色也都光鲜了，整个的生机都起来了，天空万里无云，碧空如洗，这个叫做燥！一点也既不下雨，也不刮风，政令清明，天下大治！这个就是西方生燥的燥的本意，而并非是我们说的完全的干燥。那么这样的天气肯定没有什么湿润之气在天地之间徘徊嘛，都一扫而光嘛，没有什么阴霾之气，象征一个很好的总理治理天下，井井有序，这个叫做燥。

西方生燥，燥生金，这金从两方面来解释，这个金有两个状态！第一个状态是处在开的状态，它在上嘛，肺叶都开开了嘛，它通达于全身，四肢百骸，象相傅一样，宣政于民，这个叫做金的开性，另一个是金的聚性，这个金气啊万物不可以过开嘛，它永远开，开久了全都散了嘛，开而要收，这就是郭嘛。城郭到头了不能再往下走了，开而聚，一个是开得状态，一个是聚的，凝聚嘛这个要收紧，但是它这个收紧和这个肝气的收紧是不一样的，肝体是聚的，而金用是聚的，这个城郭立在，它已经开疆土了嘛，你围了一个小城邦，用那个长城围起来，那么同时你要有一个凝聚的作用，这叫做聚，它不是聚在一堆，聚成一个结了这个不对，这就是郭的状态，只不过它的神用是聚的，一是防范敌人，二是保护百姓、治理百姓，不让百姓随便的跑出去，也不让盗贼随便的进来，这个是肺的聚性特点，它是开而聚，金体是开的，用是聚的，这个大家要理解啊！这个对理解肝和肺非常的有帮助，非聚集之聚，想收聚之聚！你看他这个城郭它治理着整个的小国家或者小部落井井有序，这叫做燥，燥生金，这个金气啊，金有什么特性啊，金有导热性、导电性！通达之气！那木头不行，它既不导热也不导电它保温，那金不是，金它凉，所以说这个金

属它里面虽然它凝聚成一个大铁疙瘩，它里面的电子排列都非常井然有序，它的物质排列的非常紧密，所以它有通达的通道，能够是使热气一下子就传了过去，这个电是导体，非常好的良导体，所以说这个表现了金属这种通达之性！象征着燥的通达。

你看这个城邦修筑得非常好，马路通衢，各方面的交通非常的畅通，这就是金的性质！同时它要凝聚在一起，有一个聚合力，这个就是金的神用，大家这样理解就可以，没有必要一定说这个聚，这个金子这个金属埋在地底下炼成金，其实它不是这个样子的，很多的矿并不是说冶炼才能成，它说的是矿藏的一个金属，而并非是直接一块铁锭啊或者说一块铜块，这个也不能这样解释，大家理解这个意思就行了！因为五种元素，金木水火土实际的五种物质不可能说是完全的恰如其分的来解释这个气的五种状态，那就是说金沉，金很沉那么肺气清，这个就不好理解了，你就理解金气啊，它就是开而聚的，是郭，是城郭之气，并非完全就是沉到底，它收聚起来后，它要沉下去，但是它的位置不是沉的，是浮在上面的，但它想沉下去，大家这个样子去理解就成了。后来有人这样解释这个天啊为金，天为乾金嘛！天气清明，要降而为雨，所以说金生水！你不要说凝滞在这，就是一个金属，这就坏了，一定要理解什么是金气。

金生辛，那么更好理解了，辛者散也，它上半部的金性不是完全是想往下沉、想收聚，它上面还是一个开达的状态，开和达才能宣政啊，布政使司，它还要把政令布散到全国，然后收聚、治理，是这个意思，它打了一个弯嘛！布散而收聚之，那么它的布散的过程，辛以散之，他就是说辛味啊通过这个布散的过程中得以体现，你看一会聚，一会散，大家要理解啊！

你就想一个总理它要治理国家，首先它要一是宣布政令，二是整治治理国家！治理国家大家想有点收的意思，管它约束嘛！一是宣布政令，二是约束官民，这就是总理要干的事，宣布政令是它散性，宣布政令是让大家各得其所，然后呢，为防止其乱约束官民，所以说辛性宣布政令，辛以散之嘛！但是约束官民呢，还是要有酸味去收聚，所以说很多宣散的方子当中啊，都要加一点酸味。小青龙汤这个这个干姜、细辛同时还要配以五味子，这个就是金生辛的意思。

那么这个接下去辛是肺呢，那我们前面讲过为什么有一个抽象的一个五行去生它的味，再由五味去生它的脏的道理，看一下肝经，讲那个肝一块怎么给大家讲的，这个不多费口舌，要不然讲不完了，五味养五体，养五脏，这个辛味辛散正好是符合了这个肺散的作用，那么就是用这个味去养这个脏，五味各有所用嘛！为谁所用啊，为脏所有啊，所以说我们吃东西五味要俱全，不能过于偏颇。五谷五味之精来补五脏，吃些辛辣的东西去帮助肺去达到宣布政令宣发气血的一个作用。

那么肺生皮毛，大家来解释！这个交给大家了，前面我基本上把肺都已经说出来了！大家通过前面讲的肉啊骨啊脉啊，同理如何来解释肺生皮毛！（学员发言打字）肺没有导管啊，这个你不能这样，用物质结构来解释，那是有问题的，用解释脾这一块的道理来解释肺生毛的道理。为什么肺主皮？大家可以畅所欲言啊，有人说：“皮主聚，毛主开。”其实大家把这个问题已经回答完了，很多问题迎刃而解，你只要用这一条思路去解释，几乎《内经》中的篇章大家都能这样解释！毛主开皮收敛，意义直接一语中的嘛！皮就像郭、城郭一样，约束于表，使人的各方面的肌肉不至于散架子或者说暴露在外，主收聚作用，那么毛呢就是汗毛孔啊，包括毛了！其实是发了，毛其实是肾主之，其实它这个毛指的是毛孔，毛孔一开一合主宣散收聚嘛！都结合在一起了，你也可以理解成开，这个汗，汗者宣散吗！一出汗，毛孔一开，人的热气、气血宣散于外嘛！汗者心之液嘛。

很多人这个问过我，肺主皮什么意思？今天呢大家自然而然的就知道了肺主皮毛的真实含义！好多做了论文的或者写了关于肺主皮有衍生的东西，很反复的来假设，我们这个皮主聚、毛主开，一下子就解释清楚了！象城郭约束于表，毛孔宣散收聚，就是这么个意思，没有什么难以理解的！皮肤腠理的开合就是城郭嘛，所以说肺是城郭的道理所在，人生的这个皮要分布于全身，最开阔，就像是一个城郭一样把人约束在里面，肺在里面和皮毛不断的宣散，你要说外被风寒所激，毛孔宣散的作用没了，那么人的里开始闹腾、热闹了，温度开始上升了，这就是皮发热的根源，外感风寒毛窍不开，外被风寒所激嘛，这么毛孔都关上了，里面的热气都不能宣散出来，在里面就化热，人就发烧从 36.5° 到 37° 、 38° 、 39° ，再烧如果你还用物理降温法在外面加冰块啊，腋窝下加冰块去降温啊，那是

真是徒劳的！这时候你只有把毛孔重新打开，把这个表寒解散掉，这个身体的热气才能宣散出来，身体才能脉和身凉，体温才能降下来，物理疗法啊打一些输液啊把病邪之气、阳气进一步遏制啊！那么产生的不良后果这个就难说了，所以说大家理解皮主聚毛宣散的意义啊，这个对咱们临床上帮助非常的。

这两天治了一个小孩嘛，半岁的一个小孩，这是很典型的病啊，发烧、出疹子送医院了，上来就是打了很多点滴嘛！烧一下子就退下去了，疹子也不出，但转化了，变成咳嗽和呕吐了，这个用我们伤寒很简单就可以解释了，邪气在表要用汗解，反而你去用寒凉的点滴药水啊，你去阻遏正气，正气被阻遏之后，邪气进一步往里攻，由表及里都没费什么力气，这个邪气一下子就进去了，进了肺脏与阳明经了嘛！进了肺脏导致咳嗽，人家小孩不咳嗽，烧一退就咳嗽，典型的寒气入肺了嘛！原先还在皮毛，一下子就入肺了，并且还搏了阳明导致呕吐，吃什么吐什么！疹子没了，刚开始爹妈觉得很好呢，原先所谓的疹子的是正气与邪气相争发而为疹，那么这次正气却、邪气进，这个疹子当然不出了，表皮都被寒气所攻陷了，不会出现了。

后来在我的建议下，在家调养，其实这个病人我并没有见到，我也不可能说提很多的建议，就开了一个小方嘛，简单的一个温通宣散的一个小方，慢慢的疹子就开始发出来了，爹妈打电话说这个疹子又发出来了，我说这个疹子发出来不是坏事，这个是正气又复了嘛，正气回复又使邪气走于表嘛！同时咳嗽也出痰了嘛，因为咳嗽干咳不出痰，那是坏的！痰都出不来了，你想想正气被遏的有多严重，遏是阻遏的遏，这回痰都出来了，是白痰，这就是正气见复的一个表现，这个大家说一下，让大家了解一下，整个的气机运化的规律啊，讲了东方生风，这个五段之后气机的运化规律，再好好读读《伤寒》，很多的问题很容易的你就可以读懂了！了解它这个伤寒在说什么，现在很多简单的病如果不知道道理，治疗都起来都非常困难！

皮毛生肾什么意思？咱们讲一个皮毛生肾，感觉这个也是在理论上有所争议的—一个地方，那么通过上面大家可以继续往上推，皮毛生肾代表什么？在讲那个肝东方生风的时候给大家讲过，它为什么这样来行文，西方生燥，燥生金，金生肺，肺生皮毛，皮毛生肾，

怎么给大家解释啊，如果大家有意见可以打出来，我在给大家说一下啊，可能这有些绕，这个五气啊是流运转相生的，咱比如说，北京与天津，北京是肺、天津是肾，咱们打这么一个比喻，由北京到天津的高速啊，就是皮毛，北京这个肺啊，要通过高速去宣发它，它的神用表现在高速上，那么宣发这个高速啊，它流转到哪去呢，它流转到了肾，下一个气的状态，肾者闭气也，往这边流！就是可以说咱们这个皮毛叫做用，这个五脏叫做体，这个体之间分五个状态，用也分五个状态，它的流转是体而用，用而体，螺旋向上的，或者螺旋相生，它主要想说这个意思，肺之体生皮毛之用，皮毛之用生下一个肾体，肾体又生下一个肾用，肾用又生下一个脏体就是肝体！它是这样的，它讲明白两个道理，第一个是体用互生，我生我的用，我的用生它的体，是这么回事，这是第一！第二个道理啊，他始终想说明白，任何一种气的状态，都不可能完全不动的维持住，而要不断的相生相用，这个缓和之气啊，虽然脾气是缓和之气啊，缓和之气它要不断的变异，那么这样它才叫做生生不已，不变异就坏了，凝滞了，流水不腐户枢不蠹，这所有的河流都奔腾向大海，奔向大海都要蒸腾向上，化为流云，降而为雨，就在整个的大气当中循环不已。气机的状态也是这个样的，气分五气，流转不息，没有一定之气，就像水一样，在河里面流是河水，在海里流是海水，蒸而向上是蒸汽，化而为云是云气，降而为雨是雨，冬天还结冰这个叫做冰，这个都是气，只不过是不同的气的状态和过程而已。那么这一段啊，它的用意深远，也是在强调这个，肺之气化而为用，跑到皮毛了，皮毛之气收成闭气了，藏在了肾精之中，肾精把这个气发泄出来长而为骨髓，骨髓之气在不断的流转发用，藏到了肝中，具体怎么藏呢，通过什么经过，这个大家不要管，你只要知道，五气流转变化生生不已的道理就可以了！

那么好，接着咱们往下讲，肺主鼻，这个大家说一下，这个应该很好理解了，看大家谁来说话，虽然好理解，但是很有意思，看大家能不能一下子说到点子上，这样啊，关于肺之用啊，有人这样来说：“肺主气，鼻通气，鼻之用在开合”。恩！可以这样说，你想我们可以很好的理解嘛！又有人说了：“鼻主呼吸，呼而开，吸而闭，与皮毛相应”。其实鼻子与肺的关系大家一目了然，像嘴和胃的关系是一样的，呼吸开合都要通过鼻子来完

成嘛！大家可以看一下，这个鼻子啊，我们讲过肺气郭，鼻子典型的是一个郭气的象征。肺中有邪，鼻为之不利，很多人现在有慢性鼻窦炎、鼻息肉，这个常年不愈，一个很重要的原因就是肺气不利，导致鼻气不利，治病不能治反了，去通鼻子，割这个鼻子啊，去用辛夷散啊，这个效果都不好，肺中气不开，不通畅，那么它的鼻道马上就会有反映，鼻子或者长息肉或者干脆就不用了，这个年轻人或者城里人得这个病的人很多，也很苦恼，动不动就流鼻涕，打喷嚏，还有花粉过敏，这个鼻炎、花粉过敏很可笑，所以说如果想要鼻气利啊，先要肺气利，那么很多人的肺气不利，肺壅滞，有连锁的一连串反映，这个脾气也不调，肺气不利，导致鼻子也不好，吃饭也不香，所以说治病求本嘛！五脏不和则五窍不利，这都是一个道理。五官病大部分的都在五脏，不调五脏啊，五官之病很难痊愈。

有人说了大象的鼻子长，是不是肺气也旺，这个不能这样说，大象的鼻子长，它的用不在肺上，不在开合上，它主要当手使了，不能这样想，一定要从神用这个方面来考虑！神用是什么，它那个方面的气就足！你不能紧紧看它本身的所属，因为意志所在嘛！神用无方而意用无体嘛，说的是这个道理！你看鼻子相当于肺的城门，开合不利。

这个说一点什么呢，说一点这个牙的事，人家说得了虫牙一定要拔掉，这个是不对的，牙是不能轻易拔掉，这个下面我们会说肾北方生寒这块，牙齿通骨通肾，有了虫牙就拔，这个是完全不正确的，老是牙疼是有原因的，第一个肾气不足了，牙齿松动，这个你要固肾气，肾气足了牙齿自然固，老拔它换假牙，也不是个事，第二个是胃火上冲导致牙齿、牙龈出血，应该降胃火，第三是肝气旺牙龈肿痛！把肝气降下来，不生气，和缓畅达。这个牙靠拔的方式，这简直有点削足适履了，有虫牙啊，一定把虫牙环境去除了，这个虫牙可以和你所有的牙和谐共生啊，有的虫洞，拿那个钻把神经都钻死了，再添补这个也是很错误的，这个跟大家说一下！把神经杀死了，就相当于把神用去了，神用去了，牙成了死牙，这个死牙容易碎，容易裂，这个没有神气的存在，就是没有一个生机的牙齿，牙齿的神经千万不要切，这个大家记住一下。

这个智齿啊，如果大家说长的很难看，或者有严重阻碍，你可以拔，否则有千万不要拔，它有倚靠作用，他不能参与咀嚼但是它有坚固其他牙齿的作用而且大牙尽量不拔它动

肾气，有的天天牙痛，牙神经在那痛啊，那是因为五脏不安！它给你提了一个信号，你要安抚你的五脏，你的牙齿自然不疼，舍本逐末，如果你拔了牙，还有其他的，你还有扁桃体呢，各个脏器五官手足犯病都要切除割掉不成！所以说跟大家说一下啊，治病求本，你找这个本，本找到了，治好了其他都可以自愈，还有这个美齿的，牙长的不好的，矫齿拔了几颗牙，剩下的牙在一起矫来矫去的，这个是中医方面不提倡的，这个跟大家说一下，所以说，说到肺主鼻啊，把这个五官的疾病统归与五脏！去治五脏而不要去治五官的末梢，这样会收到事半功倍的效果！

问：牙齿有智齿、牙痛、怎么办？中医怎么治疗？

这个咱们到时候可以单独具体的说说治疗的措施，有很多两边牙痛的一般都是上火，上火的人才牙疼，或者肾虚了牙龈整个的萎缩、外露了，这个也牙疼，一般的牙疼都是肝火、胃火、肾衰嘛、肾气不足！肾不足补肾，肝有火气泄肝火，胃有火气泄胃火，自然的牙齿马上都不疼了。

问：虫牙是由于吃糖太多吗？

这个虫牙啊，不能完全归咎与吃糖，主要还是湿热，湿热气蒸嘛，给湿热之邪创造了环境，也可以产生蛀牙，去湿热之气，它会停止它的发展。如果有洞啊都尽量不要填补，如果里面的神经不切，强行填补牙洞反而会导致以后再发肝火、胃火顶上来之后牙痛不已。如果说很多小的洞这个不好说，因为我不是牙医嘛，只是给大家提一个建议，任其自然，五脏平均嘛，让五脏起居有常，它有很强的修复调节能力，因为人生机无限嘛！要给你创造一个有生机的环境，自己去调，不要人为去干预，很多病都是人为干预，越干预越严重，干预还不对，这个真是应了一句话，天下本无事庸人自扰之，今天是现在是 10 点零 8 分了，肯定讲不完了，看看大家有没有问题，然后留在下一节来讲吧，下周继续吧，大家有问题可以问，因为这个讲主要是一个交流嘛。最后补充两句嘛，如果说没有好的大夫，就不要治自己的疾病，任其自然效果往往比治出来的效果要好，就这样吧，大家晚安！

第十三课 20080401-阴阳应象大论

弘毅生整理

首先跟大家说一下，为什么“阴阳应象大论”里“东方生风”五段我要着重来讲，讲了不下五六堂课了吧，很重要的原因是这五段话体现了中医的一个精髓，它把很多气机所化表现出身体的某个部位啊，跟身体和周围环境有关的事物的象都呈现出来了，并做了一个经典的分类，几千年来中医临床一直沿着这个分类来走，并且不断地指导着临床，这里面几乎每一句话都是经典，所以咱们不吝惜拿出这么多时间来把它讨论清楚，希望大家认真来听，并且能够勤思考。

《内经》不容易讲，一个很重要的原因就是大家的着眼点、观察事物的方法不一样，如果方法不一样，讲解的跟古人想说的不一样，所以说我们要想把《内经》讲好，首先要有古人的思维方式、人生观、世界观和整个对身体的了解，从他们的角度考虑，《黄帝内经》是古人写得嘛，但是《黄帝内经》的古文相当白话，如果说和《尚书》、《史记》包括《周易》比较一下就明显能体现出来，《黄帝内经》的古文基本是古代的白话文，并非是严格意义上的古文，所以说古人写《黄帝内经》应该是最直白的语言把想表达的事情表达清楚，并不会在文字上绕圈圈，给后人留下伏笔，这个是古人写《黄帝内经》的基本笔法，这个要清楚。

但是历经几千年之后啊，尤其是到了现代，已经读不懂了，觉得文字古奥，说理不清楚，不符合现代人的思维方式和语言习惯，所以说《内经》的注解太多了，从《太素》开始注解不断，每一代的名家都对《黄帝内经》做了注解，所以说我们看《黄帝内经》都是从看注解而来的，每一本注解可能是上千页了，一看头都大了，如果不能拿出足够的时间，基本不可能把《黄帝内经》带注解的完全读完，所以说这更给我们读经造成了困难。

我简单说一下我读《黄帝内经》的方法吧，当时我读《内经》，拿来的是《内经》一

个很普通的版本，街头卖的一个很普通的版本，我翻了翻没有错别字，后来就读了。后面还有一个白话，白话就相当于把前面的古文白话出来，没有什么具体的解释，关于一些生僻字的注解也没有，就是拿着这么一本《内经》来读，其实当时已经有一些底子了，不断地读，最后这本书都读黑了，并不是手脏，翻得太多啊，这本书基本就是，不能说是翻烂了吧，因为现在的纸张质量都很好，古代很容易翻烂一本书，现代纸张这么好，不容易翻烂，但是基本上书是翻黑了，慢慢地前后对照着来读，就会对《内经》的行文有一个认识，慢慢地浸入其中啊就会理解它在说什么，所以说读《内经》读了很多遍也没有完全掌握。后来是读《伤寒》，成无己的《注解伤寒论》，然后再参照着来读《内经》，成无己是第一个给伤寒论做注解的人，我觉得他的注解是以经注经，还是可以，虽然里面有很多偏颇的地方，我觉得大致的不失经义吧，参照着慢慢来读，里面的意思就慢慢地打开了，后来再学一些气道中医方面基本的理论常识，随着年头的不断地增长，这里面很多事情就能融会贯通了。

接下来给大家讲一下从“西方生燥”到“肺主皮”，“其在天为燥”这个“燥”指的是清明之气，而并非是指干燥，因为这个清明之气就是大晴天，非常晴的大晴天，本身就是没有多少水气，这个大家应该好理解，非常清晰，清爽，这个秋天嘛，秋高气爽的这种感觉，这个就是燥，这个燥不是指的口干舌燥的燥。“在地为金”就是收藏，而像金属一样有热的和电的良导体一样，体非常通达，通透，而又有收敛之性。“在体为皮毛”，上次说了，皮主收，毛主开，皮毛一开一收，体现了金气，作为相傅之官的一个特性，“在脏为肺”，我们也说了，肺居上焦，临势于下，主治节，化水雾，五经并行，统领百脉，这是肺的特征，这相当于宰相，总理的一个职权。

下面通过大家的参与，一起讨论的这种方式，来把肺金这块儿走完。“在色为白”，大家可以说一下，为什么在色为白，下面具体讨论一下在色为白。古人说白色是丧服之色，主丧，古人有白衣会，白衣会相当是办丧事的，都穿丧服，现代穿白色的都是医院的大夫、护士啊，都是白衣大褂，这里面有什么深意，大家可以想一想。

来看一下大家是怎么说的，“白色代表清明”，“白色代表金色，像秋霜之色”，“中国

的西部高原白雪皑皑”，“西方白虎，开始失去上位”，这是大家的回答，关于这个颜色很有意思，大家应该努力去参察，感觉这个五色或者白色，大家去体会给你的直观的感觉和它代表的一种气象，观色而察细嘛，体会病人的面色也好或者体会一个气场、一个状态也好对自己非常有帮助，察言观色嘛，这个色当然也包括颜色，所以说这里面大家能把这几个颜色搞清楚的话，对你整个的学医、辨物、辨察事物的能力都有一个很大的提高，要是颜色这关你过不去的话，这个望闻问切的望诊就无从谈起，望诊第一就是望色，远远地看见这个人什么颜色，这是望色。所以说东方生风这五段，虽然文字没有多少，但句句都是精华，这需要你认真去体会，你要是研究透了的话，《黄帝内经》你基本可以读懂，几乎可以读懂吧，不能说是完全读懂。因为这里面还涉及一些经脉的走向啊，一些具体的临床啊，你如果没有这方面的功力的话，是很难去揣摩的，还有人说了“寒冷之色”、“像秋霜之色，有肃杀之象”，这个我给大家大致说一下。

关于这个颜色嘛，就是对眼球的一种冲击，其实万物也没有什么颜色可言，只是你脑子成了象以后，才有了颜色，而这个成象是对你脑子的一个刺激，你整个自己的一个感觉，它成了红色会让你怎么样，成了青色会让你怎么样，它成了白色会让你怎么样，黑色会怎么样，我们经常说“大白于天下”，有些事大白于天下了，就是真相完全显露出来了，无疑了，这里面就能体现出肺金啊，肺主白的含义，其实上面大家说的都不错，没有原则性的错误，有人说“黑为阴，阳为白”，那为什么白色又是丧色？或者说肃杀之象，白虎呢？这里面就有一个很要命的道理在里面，这里面我跟大家沟通一下，我们讲过脾气主缓，肝气主急，就是脾缓而肝急，心气开而肾气闭，肺气后来我用一个词形容就是郭，城郭的郭，这个郭可以当一个形容词来讲，肺气先开而后闭，继承了心气开的特性又有肾气闭的特性，体开而用闭，可以说一个转折点，像下午一两点一样，天气是非常清明的，但是太阳已经开始走下坡路了，那么这个时候就是肺气的特征，天下一面清白，一片白芒，但是生机已无，就不会再升达了，过了十二点太阳不会再往上去升，而是往下走了，十二点前是有生机的，十二点后是没有生机的，这点非常重要。所以古人练功要在午时以前练，做事要在午时以前做，过节要举行一些仪式，包括结婚啊，都是在午时以前做，赶集都是上午集，

没有下午集，这都是很早以来流传下来的传统。午时以前阳气长，有生机，午时以后阴气长，没有生机，大家要注意，生机代表生长之性，生长之性是从子时开始的，到午时就结束了，子时天还黑着呢，但是生机已经露头了，长到午时生机绝了，不再有生机了，但是天下还是很清明啊，到了开元盛世这样的盛极而衰了，但午时以后算是白天，这就是大白于天下，这时白得非常辉煌。

还有一个就是下午两三点钟是最热的时候，为什么不出现在午时最热，而是两三点钟最热，虽然没有了生机了，太阳开始西斜，空气当中的温度两三点钟达到最热，这个大家应该知道，这个时候配白色，一方面代表万世皆白，开元盛世，繁荣的景象，瓜果梨桃都成熟了，代表丰收和收获，代表成就，代表宣通，代表事情已经定下来了。大家一定要跟上这种思维方式，这种思维方式就是气态，所有的事物都是气态的，你理解了刚才我说的状态，这种状态可以推演到任何事情上，不仅是中医这方面。这时候事物的生机绝了，所以需要生机的事儿，比如说你要生孩子，生孩子是一个生机的事嘛，肺金这个时候，下午两三点钟以后啊，不是好事，你遇到了白虎，那就不好，你肝气有病，肝气是需要生机的，你遇到了白虎肺金就不好，也就是凡是需要充沛生机的事情，遇到白色就不好，比如病人，病人是需要生机的，当然遇到白虎主丧，是这么来的。见白一方面好，代表成果，清明嘛，秋高气爽，另一方面，成就至此而止，生机已绝。

下面说一下“在音为商”，因为我对音律不是很了解，这个我就不提问了。击鼓出兵，鸣金收兵，这是古人应用在战场上的，鼓是角音，是肝气的代表，是生长前进之机的代表，所以说击鼓，鼓起来以后能够震荡人的肝胆之气，进而能够勇猛向前，代表前进，所以击鼓而进，大家听到鼓声都为之一振，能够冲到沙场中去，所以说击鼓出兵。鸣金收兵，这个金啊，当当当的声音，叉子、磬都是商音，金属发出的声音，鼓是上面蒙上一层皮，下面是木头做得，敲出的声音属木，角音。到了锣或是别的，一敲就是商音，一个是低频，一个是高频，低频音从下往上起，能够振奋人的肝胆之气，高频音，当当当使人有一种肃杀感，传的不会很远，但是很响，鼓音不是很响，很沉闷，但是传得远，这正好是一个对待体。大家去体会这个低频音，这个鼓音和锣音的区别，这个是很有意思的，如果有志于

研究音律的，可以看一下史记的“律书”，《乐书》和《律书》两个都要看，写得很不错，里面所有的指导思想也就是我上面说的指导思想。

大家回答下面一个问题，“在声为哭”是什么意思？

人有七情，喜怒忧思悲恐惊，情志所发必感气之所在，有了气才会发出情，情又由神来引动，气不充沛，人的喜笑不会有一个好的基础来笑出来的，也就是说，情由神来发出来，以气为基础，同时又感于气的状态，它们之间的关系大家可以仔细来考虑。刚才有人贴出来：“肺主金，金，商也，商者，伤也，主于秋，秋者，愁也，故在志则悲哭。”我跟大家说一下，像这样的解释，他本人可能知道什么意思，但是你这样解释就相当于绕圈圈了，搞文字游戏了，因为这个商，怎么能是那个伤呢，虽然是谐音，但是你不能说这个“商”和那个“伤”说的是一个道理，“秋者，愁也”这个也不能这么说，虽然愁是秋底下加心来的，但其实他是没把这个意思说出来，然后就是“故在志则悲哭”，这样我就不知道他是知道这个意思，玩了一个文字游戏，还是不能正确来理解。古人写的注解很有意思，以两种人为主，第一种是不知道什么意思，但是喜欢引章据典，旁征博引，给你胡来一通，这种人大有人在，并不是说古人几千年来说的话都很正确，注解的都很好，这是一类人。第二种人是知道一点意思，但是这一点意思不愿意直接说出来，不断地通过文字语言间的组合，隐在里面，也没有完全说出来，这两种人最多了，往往是写注解很多的人有这两点的毛病，还有一种人是他知道这个意思，他一语中的，后来人由于他的注解很少，就忽略它的含义，或者完全不理解。

看看大家是怎么说的，有说是“不愉快之感”，有说是“悲”，有说是“气喜升恶降故为哭”，还有说“哭则悲也，悲则下降，有下降之意。”基本大家说的还是对的，我再补充几点，既然肺具备开性和降性两个特点，为郭，那么这个哭就会体现这两种状态，一个哭的时候是一种宣泄，这种宣泄应了这种肺主宣降的含义，同时肺哭又是带悲伤色彩的，又主降，因宣而降，因为都哭出来了，悲和哭是不一样的，悲只是有悲伤的意思，悲则气下，哭是代表宣泄的意思，所以说哭和悲是有区别的。还有就是悲伤的时候，泣声无力，很悲愁的时候胸脯都挺不起来，两眼无神，不能昂首挺胸，既然不能昂首挺胸，那这胸郭之气

就不能充盈，就停在下而不能上，整个生机就不能畅快地流行。

有人说“不能认为是气消所致吗？恐则气下，悲则气消。”这个跟你说一下，什么叫“恐则气下，悲则气消”。大家说一下什么叫“悲则气消”吧，这个地方消代表什么意思。看看大家的解释，“宣散出去就消吧。”有的说是“宣散”，有的说是“损耗，消散”，“恐能引起二便失禁，所以说是气下。”大家来看一下，它没说哭则气消，它说“悲则气消”，一般悲伤的人不具备宣泄的条件，有的说是“过度悲伤肺气消耗之意，过度悲伤上焦郁而化热消耗肺气。”

从气道中医上来讲应该说是没有说到点子上，上次跟大家说过“思则气结。”首先大家要认同哭和悲是两个过程，哭是宣泄，悲没有宣泄。像某网友说的，“过度悲伤肺气消耗之意，过度悲伤上焦郁而化热消耗肺气。”这是拐了好几个弯来回答，气道中医是以简易的方式来回答，一般不提倡这样的回答方式，没有一语中的。

首先说悲为什么气消，大家说的其实都对，但是希望大家往根上更进一步，像某网友说的，“悲则神无所主，气涣散而消。”这个思路是对的，但是悲你说神无所主，这个不像是，你说惊则神无所主，这个可以理解。你看这个气道中医，直接用这个词直截了当来形容就可以了，什么叫悲呢，直接用一个整体观来走，不要说悲就是肺，悲其实是人身五脏六腑四肢百骸皆悲，而不独肺悲，怒的时候不光是肝怒，人身五脏六腑四肢百骸皆怒，这就是一个全息理论，千万不要把它划为哪归哪，所有中医理论讲的东西都是牵一发而动全身，一家吵架都会影响其他人，没有说是其他人没有动静的，所以说古人用一个气字来表示这个全体，每一个毛孔、每一个毛发都在悲伤，而不仅是你的心悲肺悲，这个是一个大的原则，这个原则大家不能很好的掌握，你看病疗病的效率不会很高。

为什么用肺来说，因为肺最具备这个特点，有人解释“悲则不生气”，这个是对的，这个气指的是气机，悲则不能产生更多的气机来了，这个无气是对的，这个气不生也是对的，但这是现象，不是本质。有人说“悲生郁气”，悲愁，这个愁生郁气，悲不生郁气，这个有区别，悲是光在那儿悲伤，没有想去解决这个问题，愁是想解决而解决不了，这是愁。悲、愁、哭各有各的特点，大家仔细去揣摩。有的说“气消，小也。”这是对的，“气

消者，生气消失，悲气消也。”这样解释是对的，这就倒到根上了，生机起不来了，像一盏灯一样，生机起来灯很亮，气很足，稍微悲愁一下，气机马上就弱下来，灯就不亮了，这不是消吗？消不当消耗讲，消者，退也，当消退讲，悲则气消退，消字用的很讲究，消长嘛，消字跟长字相对应，消息，消是消退减弱，息是往上长，消长，退潮叫消，涨潮叫涨。消者，退也，减少，弱化，不当消耗讲。

一个人一天不见，一点生机也没有了，人也萎靡了，这个悲就是萎靡了，为什么消退了？这个人活一口气，人的神旺了，则从肾中生出的生机自然就跟着起来了，人一悲愁，一悲观，生机马上就弱下去了，神统气，神旺则气旺，神弱则气弱，一悲伤，小苗就不长了，不长了，精气就不从下面生出来了，气就弱了。就像我讲课，如果不跟大家去沟通，那大家的神一下就散了、消了，为什么会消呢，大家不愿意听了嘛，这个是倒到根子上了，然后才是气不升，不升则节制，升不到上面来，使气更少，这都是标象，不是本质，神一旺，这个灯一下就亮起来，神一弱，灯马上就暗下来，所以说中医讲究用神志治病的道理就在这里，这就是高手。为什么查出一个晚期癌症，晚期之前他怎么活着的呢，为什么一知道得了癌症没几个月就死了，心神乱了，心神乱了百脉就完了，病邪进去了，自然一下就死了，要是不知道得癌症，该干啥干啥，照样能活着，神不知而气不觉，可能再挺几年也没问题，也就是神志对气的影响是巨大的。有些人很高兴，说我喝水都长胖，那是他心情好，他喝水长胖，你看他哪天失业在家，父母给一定的压力，父母看不起，你看他喝水还长胖不长胖，我估计他吃肉都不香。

悲则气消，消当消退讲，不当消耗讲。如果说哭则气消，咱们可以理解，因为哭都是暂时的，没有人从早哭到晚，哭是一种宣泄，把气宣泄出去，身体就弱了，这个可以当消耗讲。悲绝对不当消耗讲，人一悲伤所有的气血流动都缓下来了，气往里收，所有的生机都呈现一种萎缩的状态，自然气消了，都弱化了，没有那种神采奕奕的劲儿了，这表现在每一个细胞、每一个脏腑，并非只表现在某一处。为什么要反复唠叨这一块呢，就是大家在学中医的时候要树立这样一种观念，这几段不仅仅涉及到一个文字的问题，还涉及到一个对中医思维理解的问题，所以说多费些口舌吧。

下面是“在变动为咳”，这个就好说了，大家来说一下。先说一下什么叫“变动”，再说一下什么叫“咳”。还有肺气在不变动的情况是怎么样的，这个大家一对照就出来了。

大家说“气逆为咳”“开阖不顺畅则咳”“肺主肃降，变动为逆，故气逆上冲则咳”，这个基本都对了。当时给大家讲“肝在变动为握”，这个握不单是手可握，肝主生发，主伸展，以伸展为顺，以弓角反张，手脚缩在一起为逆，所有的弓角反张、聚在一起的、不顺畅的都叫握。在这里也这样，肺以肃降为顺，所谓的变动，就是向相反的方向逆，上逆作咳，古人一般都讲咳逆。开阖不顺畅则咳，气要开，开才能肃降，开不开就会往上泛，往上顶，《内经》所说的“肺气焦满”，这个很有意思，古人说话非常直接地去反应气机的状态，现代人不好理解，说肺中有火，火气刑金，木气刑金，这些用词都是间接用词，不如肺气焦满用词好，这个词用得特别好，焦是烤糊了的意思，满是充满、郁满，肺气焦满说的什么意思呢，就是肺中之气被火气烤焦了，满闷在胸中不能宣散。有很多外面中寒气了，或里面有内伤了，导致肺气不能宣散，聚在胸中化热，肺叶不是娇嫩的吗，把肺叶烤焦了，满闷在里面又不能宣，就是肺气焦满，再往上顶就是咳逆喘促，或者是咳血，胸闷，胸痛，两肋痛，鼻干口燥，吐黄痰或者带血的痰，很多的肺癆，总之，“肺气焦满”这个词用得恰如其分，所以古人的用词不是在作文字游戏，都是用最简练的方式把气机的状态表达清楚，没有教材上写得阴啊，阳啊，金木水火土全上了，这个不对。

“在窍为鼻”上次说过了，“在味为辛”，也说过了，辛者，散也，与肺气开阖宣散的特性是相符合的。“在志为忧”与上面的“在声为哭”，“在志为悲”是一个道理，悲忧嘛，悲就是忧，忧就是悲，这两个词是通用的，哭和它不一样，愁也不一样，这个大家区分好了。“悲伤肺”气过度了，悲伤过度了必然伤它本脏之气。“喜胜忧”人一高兴了，忧伤就解除了，很多疾病都是忧愁出来的，有时候吃药不管用，让他高兴比什么都强，顺其性而为。比如说爱喝酒，想让他戒酒，这不是一个明智的治疗办法，这样一辈子了，突然发生改变，只能是两种情况，要么他大彻大悟了，痛改前非，这样的人极少，要么他身体出了大的问题。比如说馋酒馋了一辈子，突然不想喝酒了，完了，他哪根筋断了。有的人天天想唱歌，突然一天不想唱了，不管好的习惯，坏的习惯，长期养成就是他的一个性质，这种

性质突然发生改变往往预示着生命的衰微。所以有的人喝了四十年的酒，突然不让喝了，捆起来或者绑起来什么的，违其性容易产生更严重的问题。所以说做医生也好，处理事情也好，不能强来，

只能顺其性而为，像大禹治水一样，不能堵，只能疏。有的小孩打游戏，天天玩，突然不让他玩儿了，有的小孩拿刀子捅父母，不仅仅是因为孩子的问题，可能是父母的问题，他打得正上瘾呢，已经是无所用其极了，你突然把他关在屋子里不让他玩儿了，你想结果能好吗？抽烟也一样，抽了几十年烟了，突然强行让他戒，一般结果都不好，你不让他抽烟，让他干什么，有替代品吗，要让习惯慢慢地转化，不能硬转，开车速度起来之后让它掉头，基本不大可能，所以《内经里》面讲，“不治高高热，不治怱怱汗”，邪气很盛的时候，烧都四十度了，你不能用逆法来治，就像炉火一样，突然泼了漂水，水火相激，适得其反，火还没降成，整个屋子就满是水气了，满是烟气了，这个大家一定要清楚，治病的时候一定要顺病人之性。比如有些病人喜欢走，你不要偏不让他走，现在很多事我都很奇怪，慢性病都是气机弱，气脉不开导致的，你强行让他到医院卧床，简直是太恶心了，病人一躺倒床上，病机全都不对了，首先这个病人把自己当成病人，起了悲心，气开始消，你让他卧床，不让他运动，这个气脉就闭了，再整天输些液体，输些寒凉的液体进去，变生他病是必然的。

这个大家要想清楚，治病不在开方用药，开方用药占到三成就可以了，其它的你调他的环境，调他的性情，做些开导工作是最重要的，现在很多病人都不是一个单纯吃药的问题，病人卧床休息是严重的错误。比如当兵的整天跑操啊，某天得病了，护士强行让他卧床休息，卧了两天，卧不住就跑了，回来还挨一顿批，你说这谁对谁错呢，其实是这个人不对，他卧不住，那时气还很盛，强让他卧，我不知道这个用意是什么道理。另外要顺从其性，适当地疏导，并且让他慢慢地转弯，做事不在强用力，而在于用势。再比如有人长了一个脑瘤了，一定要割下去吗，其实未必，医生吓唬病人，你这个脑血管啊，随时有破裂的危险，这实在是太不负责任了，人体的哪一个血管孤立来看不是脆弱的呢，一挤压一冲击都有可能破裂，如果说这样那人就别动了，癌症肿瘤啊，他里面的血管也一样，没

有说脆弱到一碰就破裂的可能，都是生命体，都是适合于这个生命而存在的，不会很轻易就出现严重的问题，这是跟大家说一下“喜胜忧”这一块儿，一个快乐轻松的环境，加上适当的运动，开导，坚强的信心，很多病都会变好。

下面来说一下“热伤皮毛，寒胜热”。“热伤皮毛”，火克金嘛，所以热伤皮毛，大家不要把这个热当温度来看，就像退猪毛一样，一烤，毛都掉了。其实不管这个热做燥来解释，还是做热来解释，只要能从气机的角度来解释，就能解释。有时候很有意思，有时候经文写错了，但是从错的经文中也能解释通，当你有了气道的基础以后，你可能把错误的文字理解成正确的意思，这个就需要功夫了。相反本身经文是对的，但是你没有这个功底，你可能解释的就是错的。

这句话是有争议的，我来说一下吧，如果《内经》本来就是热伤皮毛的话，可以这样来解释，皮毛是宣散之气，热是蒸腾向上之气，蒸腾向上之气顶这个宣散之气，火克金嘛，导致这个肺气焦满，不要把皮毛理解成皮毛，理解成宣散之气就可以了。也可以理解成热气在外面包裹着，太热了，导致着肺气宣散开阖不利，中暑了嘛。如果“热”换成“寒”字还能解释通，寒伤皮毛，寒主收引，寒主收，肺气主开，开收是不两立的，肺气不开而变成收，皮毛主开阖，那就更对了，直接的风寒之气中于肌表，导致着一个麻黄或者桂枝汤证，也能解释。要是燥伤皮毛呢，燥和皮毛是本气，燥是病理上的燥气，病燥之气感到皮毛之分了，这个燥不是我们讲的清明之气了，水气亏少，肺气失宣，导致整个肺气通调水道，输精于皮毛失常，导致皮毛失去营养水分，“秋令燥热，反伤皮毛”可以这样来解释。“寒胜热”当然是用清热法来治疗。解释经文的目的主要是把大家气机的思路打开，能够有另一种方式来思索。

下面是“辛伤皮毛，苦胜辛”。古人解释都是从根本来解释，不要用表象或者间接来解释，这样对气机的理解是没有意义的，一句话可以有不同的解释，只要对气机的理解有帮助，就可以拿来用，如果没有帮助，他解释地很完美，你也不要信。“辛伤皮毛”思路是这样的，首先我们要知道什么是辛气，第二什么是皮毛之气，辛气指的是生理的辛气还是病理的辛气。大家可以这样来理解，皮毛主收，辛者，散也，咱们吃的很多辣椒都是辛

散的，皮主收，毛主开，辛者，散也，所以伤了皮毛。

“苦胜辛”，这个也有问题，在临床上，如果辛以散之，应该对应酸以收之。辛以散之，苦以发之，辛和苦往往是相须为用的，很多药方里辛味药和苦味药往往是相须为用的，而不是相制而用的，像黄连汤，泻心汤，有辛味的半夏，有苦味的黄连，这是相须为用的。再重申一下，辛开苦降，这个苦降不是苦的本意，苦是发，是散，是破，苦以发之，苦以破之，降是从中延伸出来的意思。辛以散之，所以五脏和五味还是有差别的，跟大家说一下。

有人说“火克金”这个火克金呢，不能这样来解释，上次跟大家强调过，五行是方法，不是本质，大家知道了本质，再拿方法去套，就能说清了，一上来就是火克金，那什么是火，什么是金呢？火气是什么气，金气是什么气，为什么相克？

首先，这里的辛是辛味的辛，还是一个抽象的辛。肺本来就两性，一体一用，体散而用收，辛味本来就是散的，所以肺体是辛味，用是酸味，单拿出一个辛味就是散的，没有收性，苦又是发性，应收之而用苦味去发，这个怎么去理解，怎么就苦味抑制辛味了，这个我不理解，这是从味道来讲。如果只是从抽象的概念上来看，这个太好理解了，所以解释经典的目的，无非是明白后面气道的道理，如果说经典出现了一些问题，或者是存疑的情况下，咱们尽量地跳过，也可以不断地回头弥补。

下面利用二十多分钟吧，简单给大家聊点其他的内容吧。首先是关于现在中医的现状吧，可以这样说，中医内部都知道，中医应该到了生死存亡的时候，几千年来可以说是到了这样生死攸关的时候，这也是我出来给大家讲的一个原因吧，我也没想有什么很好的效果，只是想把这么多年的所学、老师教的，跟大家交流一下。中医之所以衰微如此，几个原因吧，一个是事物发展的必然规律，有生有死嘛，中医几千年来不可能是生生不息，有高潮就有低谷，高高低低的，才演化了整个事物，也符合气机的道理，开阖盈缩嘛，现在到了危亡的时候，也是时运使然。我们讲过任何事物，事和物，事当然是现象了，物就是物体，它都是一团气，现在的中医之气简直是衰微到了极点了，不包括现在市面上的商业炒作，现在可能还都知道中医，可能到哪天连中医都不知道了都有可能，有生有灭嘛，

这个是第一点，事物生死轮回的规律。

从微观来讲呢，从西学东渐以来，东方文明的衰微和西方文明的昌盛是对中医巨大的冲击，首先冲击的就是一些最传统的一些东西，最精华的东西首先面临着危险，民国时期还是群星璀璨的，从那个时候开始，很多中西贯通的大家，他们当时在学术界引发了一场风暴，这些人可能没有完全继承祖先留下的精华，进而把整个学术界引导到另一面，这个是一个很严重的问题，比如胡适、康有为之流，有一定的学术影响。

还有一个就是中医教育的失败，在这百年的大环境里中医教育的严重失败导致硕果仅存的老中医、老专家们百年之后完全没有继承人，或者继承的一塌糊涂，导致现在出现断代的危险，基本断代了，现在完全青黄不接。但是现在中医院校还是不断在出人，有句话说中医院校出来的都是中医的掘墓人，这话一点也不假，你看看现在学院里有多少相信中医的你就知道的，出来之后打着中医的外衣来批判中医。中医的这个传统文化氛围严重失水，导致很多人现在要把中医复兴，要把中医学起来，但是环境不允许，也没有这个能力，长养中医的土地已经严重改变了，盐碱地种不出麦子来，所以说学中医是逆势而为，不是顺势，而且要遇明师，我记得张锡纯说了一句话，“一盲引众盲，相将入火坑。”一个盲人引着更多的盲人，大家一起往火坑里跳，热情是可嘉的，方法是不对的，我跟很多人说过，学中医一定在中医之外，而不在中医本身，如果一门心思扎在中医书堆里不放的话，很难有高层次的领悟，中医来自于传统的世界观，人生观，如果颠倒了世界观的话中医很难学，越学就越知道，它是改变人的思维方式和对事物理解的必由之路。

如果大家只想成为一名医生的话，我奉劝大家不要学医，古时候庄子有句话，“医门多疾”，医生的作为使疾病更多了，不是更少了，现在有本书就叫“别让医生杀死”，就是说当医生干的事往往适得其反，不是使病向愈，而是使病加重，越治越坏，这就是方法不得当了，你治十个病人，八个方法不得当，你想想效果会好吗？中医是性命之学，性命要学不好的话当不了医生。如果你没有学到家，你就开两个方子，一个是四君子汤，一个是四物汤，量不要大，都是十克八克的，当安慰剂吃，这个效果往往比学得不深的人开方治病治愈率要高得多，这个不是跟大家开玩笑，如果大家没有从性命上很好地理解中医，就

是这两个方子，连桂枝汤都不用。大家想想你学理科，物理化学什么的，都要学八年十年，才能成为这方面的专家，现在在老师匮乏，环境不具备的情况下，性命之学啊，研究这个生命的结构，生命的由来，没有二十年，三十年的功力，当个大夫是不可能的，这个不是颓废，不是今天要给大家泼瓢冷水，是希望大家有一个清醒的认识。

怎么说呢，现在医院里，尤其这个西医没法再讲下去了，大家可能了解很多事情，越感觉大势所趋，螳臂当车，现在业内如此嘛，我也不是想用这样的话来打击大家的心情，只是想让大家来扎扎实实的学习，因为在阴气盛阳气虚的情况下，我们唯一的方法是缩在一起，扎扎实实的学习基本功，没有别的办法，你要是想发扬中医、振兴中医没有能力。吴仪是中医的一个坚定的支持者嘛，表面的中医的环境还不错，物极必反嘛，但是真正的中医离我们越来越远了，这是一个现实情况。你看三七生，他那个文字非常激烈，我很钦佩他敢于呼喊的勇气和能力，他为什么言辞那么激烈呢，有人说了，作人要心气平和一些，尽量雍容大度，但是三七生看到了一个严峻的现实，所以他能爆发出那样的声音，写出那么多的文章。

还有一点，我直接跟大家说吧，大势所趋，不可阻挡，比如说这个西化潮流，对物质的追求和精神的丧失，对气机的迷失、生命的迷茫，大势所趋，不可遏止，如果没有大的动乱或变动的话，基本就是这么发展下去，这个就像成住坏空一样，很多根本的道理越来越被人们忽视，驰竞浮华，张仲景不是说了嘛，大家都去追求功名利禄、荣华富贵去了，没有人再去关心底层的现象和道理，老子说的非常好，“众人察察，我独闷闷，众人昭昭，我独昏昏。”大家每个人都觉得自己非常聪明，作为一个为道之人，在中医之路上求索的人，只能大智若愚一样的生活，这是没有办法的。如果说让中医的文化、精气神直接恢复，这个很难，表面的都可以恢复，这个我不反对，表面的中医的春天马上就来了嘛，但是让你让教材上写上精气神这个不太可能，正确精气神的含义不太现实。

第二个跟大家说一下火神派。可以说这几年火神派独树一帜，从三七生开始，到刘力红，李可，鲜明地打出了寒凉害人，要用附子干姜的这面旗帜，其情可嘉，其用可叹。任何事物都是有利有弊，既然你打出火神了，咱们中医讲究阴阳平衡，阴平阳秘，讲究一阴

一阳之谓道，那么这里面有问题。寒凉固然伤人，但完全强调火神也有其偏颇之处，这就像朱丹溪一样，阳常有余，阴常不足，简直是滑稽可笑。如果说你纠正当时的时弊倒是可以，但是作为理论的基础，这个就非常有问题，一阴一阳之谓道，那你把这句话放到哪儿了呢，而且丹溪拿出了很多《内经》的话来解释，那这是道之贼，把阳常有余，阴常不足作为理论，本身这个理论基础就是不牢固的，所以说遭到后人的诟病。所以说火神论说人有大寒而要用大热药加之，也犯了这个问题，以郑钦安为首的嘛，火神派，不能说他不高明、说他没有丰富的临床经验，这样来立论也会遭到后世的诟病，而且现在附子这么样用，如果说那天真有西医反唇相讥，或者中医内部反唇相讥，这个附子大毒啊，之所以现在用这个附子治病啊，没有这么大的危险，那是因为炮制太过，附子之毒尽去，百分之九十九的附子的毒都去了，也就是张飞断臂，断了臂的张飞能有它的疗效吗？偶用可以，矫枉过正，如果从理论、从体系上让所有的学生去学，这个就有问题了，所以说成一派，成一家一定是中正平和、真正参透阴阳之理，而不能是用其一头而救时偏，这就是朱丹溪的错误。言论可以偏激，但是理论要正直。

为什么今天要把这个挑出来，也就是告诉大家一点，学理论要扎扎实实学理论，不要人云亦云，要懂得气机的道理，什么叫阴阳，什么叫五运生成，什么叫流转变换，而不是把握了一个火神，把握了一个滋阴，一个温补，你就是一事而天下毕了。

有人说火神之名是别人外加的，我只说一点，因为前几天读了郑钦安的“医理真传”这本书，非常有感触，开篇就说了一句话，附子硫磺填真阳，附子是什么药，在《本经》中附子是毒药，什么是真阳呢，真阳是整个人的生命之机，它能用热和寒来代表吗？真阳是无形无象的，你用附子这个毒药来填真阳，我不知道这个用意何在？应该说附子回阳救逆，这个都信，我原先也是附子的崇拜者，我买的基本都是生附子，回家自己爆，爆完切，切完煮，煮完喝，附子通经驱寒第一，这个没人能比，这个寒当然是实寒了，但是说附子填真阳这个万万不可，真阳是生命之机，附子这个毒药能填这个生命之机吗？很少有药能填到这个生命之机上，基本没有药能填到生命之机上，附子通经，现在有寒凉者阻塞经脉，用附子去通经，我大大地赞赏，你要说是填真阳，你这是偷梁换柱，首先要把什么是真阳

理解清楚。生姜、附子我不是反对大家用，用的时候不要把这个调门拔得太高，大家以后说这个附子回阳救逆，附子通阳都可以，要说附子填真阳，把附子提个上纲，这个万万不可取。而且这个生命之机并非是一个寒热层次这么简单，《黄帝内经》里已经讲得很清楚了，好，有机会给大家讲讲生命之机的几个层次。前些日子我看见一个病人，明明是一个产后虚，浑身怕冷，拿几百克的附子往上加，用了一个月身体都受不了了，就回来了。这个火神它有纠时弊的成效，它也会产生弊端。

扎扎实实学《内经》，《内经》里从来没有说是阳有余阴不足，也没有说是阴有余阳不足，你看看《内经》是怎么说的，核心是抓住《内经》的的理论基础，其它的只要做一个参考就可以了。

有人说“我吃 280 克附子，290 克干姜，300 克甘草。”请问一下你吃 280 克附子是什么反应？如果可能，你可以和我联系，我可以寄一些附子过去，你吃黄豆那么一点，你看有什么反应，别说 280 克附子了，北方有些地方能买一些真附子。现在兴中医的是附子，灭中医的也是附子，哪天附子吃出问题，国家卫生部门把附子查封了，我看以后还用什麼药，也就是需要通经的病人可以用附子，虚证的人忌用附子。本草经一再强调，上品养命，中品疗疾，下品解毒，清楚地说出来了，那么这么样倡导地用附子趋于何为呀，附子是大毒者，只能通关，不能养命，而且现在人得的病都是气机之弱的病，经络不通之病、阻滞不通、凝滞不化不是附子可以开通的，附子可以比作张飞，如果一个军中重用张飞，成也张飞，败也张飞。

对于中医振兴，我不是反对中医振兴，中医振兴要讲方法，自己没有基础何谈振兴，如果说大家现在初学中医，或者学了几年，大家有这个能力振兴中医，估计是四十年之后了，或者二三十年之后了，而不是现在，潜龙勿用嘛，今天就讲到这儿吧。

第十四课 20080408_阴阳应象大论

天南星整理

讲了很长时间《阴阳应象大论》的东方生风那五段，这五段的重要性我前面给大家交待过了，不知道大家怎么认为的，我主要认为这五段是一个眼目，如果学医这五段不能明了的话，可能以后的临床也好、理论上也好会有一些障碍。因为解释《黄帝内经》的很多书籍在这方面没有很好的深入涉及，有两方面原因吧，一方面有意的回避了，另一方面原因就是不知道，干脆直接就拿来主义，把古人的东西引用一遍完事，没有再继续进行深入的探讨。这个大家可以翻翻一些典籍一些注解，多半是这两种情况。我利用这两堂课深入剖析的目的无非是让大家知道信息的变化是实实在在存在的，不是臆想出来的，也不是公式推导出来的。如果谁说中医是推导出来的话，那么就南辕北辙了。

我记得很多学中医的，《内经》上也好《伤寒》上也好，或者说历代的医家也好，看他们的书尤其看经典的书，可以这样说基本上是对很多篇章视而不见，对很多话视而不见。不知道是什么原因，可能是不理解的原因吧，我希望大家实实在在的去体会。中医是一个内证的学科，不是靠读几本书解决的，也不是靠多少临床最终可能有所感悟，需要我们全身心的投入我们的神思，去不断地揣摩，这个揣摩不是思辨，也不是思维，而是一种叫做证悟，虽然用词用的比较夸张些，但是确实是从这条思路得来的。

我给大家说下我这方面的一些实际的做法，比如说有时走路的时候，你的身形、观心动止、观身动止、观心动念，具体怎么说我忘了，大概就是说随时留意自己内心的变化和举止的这个变化，一举手一抬足、一个身形一个想法随时可以关照，这就是个功夫，让你能时时体察自己气机的变化，佛家这么讲，道家这么讲，医家也可以这样讲，只不过观的对象有所不同。比如说你走路的时候，一举手一抬脚，迈左脚右脚，手不断的摆，气息不断通过呼和吸在体内产生变化，这个就是很好的一个观的方法，你就可以观你身体的动静。

并且读了一定的《黄帝内经》之后，你就可以体会整个的气机在哪运行，它有什么变化，是张开了是合上了，是上去了还是下去了，这个慢慢有所体悟，同时通过读经的方式去不断的印证，这个就是一个不错的自己内证的过程。

关于经脉的问题大家不必深入研究，因为脉是气机所化，首先要研究气机的状态和形成的规律，然后应用于脉，这样才能找到本源，不然的话研究脉的某一穴治某一病最终又成了一个机械的治病方法，不圆融，很多事情唯辨是从，辨来辨去的都是停留在表面，实际有个本，守这个本，这个辨就能有所了达。不然随着辨而走，或者陷入一个机械的方法论当中，这是个问题。还有一个问题，希望大家读《黄帝内经》的时候，有太多的篇章和句子需要我们认真地去揣摩，刚才简单地我就看了一眼，就《阴阳应象大论》东方生风前面的话，那些话简直就是对气机经典的描述。还有后面的话，所以《阴阳应象大论》是一篇非常不错的范文，大家只要努力地把重点从气机的角度有所查觉，必然在学习的道路上会更进一步，很多话说的好的不得了。

“阳化气，阴成形，寒极生热，热极生寒，寒气生浊”，这个我直接给大家解释了，寒气生出了浊气，热气生出了清气，清气在下，则生飧泄，这个清当寒讲，他这个有些问题，可以这样解：清气要不升上来，寒气凝滞在下，就生了飧泄。浊气在上生了（月真）胀，浊阴往上拱，拱到阳气的所在的场所，就生了（月真）胀了、闷了。清阳为天浊阴为地，这个大家都要记住，清阳之气上升为天，浊气下降为地，地气上为云，天气下为雨气，清阳之气从上窍而走，浊阴之气从下窍而归，清阳之气从腠理，浊阴之气从五脏六腑而走。清阳之气影响四肢，浊阴气归于六腑。水气为阴，火气为阳，阳为气，阴为味，味归于形，而形归于气，像这些话通篇都是在讲气机，大家可以去细心品察这些东西，而且应在人身家庭生活各个方方面面，那么这个学问最怕有心人。

人身一团氤氲之气，什么叫氤氲之气，蒸那个小笼包，一开盖水蒸气腾然而出，散漫在整个锅的周围，这个就叫氤氲之气。大家一定要从这个方面出发，这个氤氲之气遇到寒凝结成形，成了水珠，受热气的熏蒸成了云气，所以这个水从凝成冰到蒸为气，都是三个形态，都是一气所化，把这个水放在人身中去理解，就慢慢地融汇贯通了。这个气散者为

云，收者为雨，升者为云降者为雨，人身也是这一团气周行变化。

下面讲东方生风五段中的最后一段，北方生寒，所以北方所指不是真正的北方，而是代指，而是一种势态，在北半球就应在北方了，在南半球就应了南方生寒，像南极一样，所以大家不要把这个看实了，所谓寒，什么叫做寒呢，寒和热相对，活跃的叫热，不活跃的叫寒，这是一个基本的前提，寒热都是人们的感受，加快分子的运动就是热，减慢就是寒，这个大家应该可以理解，活跃者为热，不活跃者为寒，寒生水，热生火，水火立极代表两端，是阴阳之征象，阴阳借水火或者乾坤借水火为用，乾坤为体水火为用，所谓用就是阴阳相济为用，阴阳不济不能为用，这一点一定要清楚。不是说指着一物体说是阳，那个物体是阴，实际上可以这么比喻，但是阳中有阴，阴中有阳，只不过是数量和显隐的不同。

比如说水火吧，这个火是二阳夹一阴，水是二阴夹一阳，都是阴阳相鼓荡，和谐而生万物，所以说大家不要孤立地理解阴和阳。这个人阳虚这个阴虚，阳虚的补阳阴虚的补阴，这个就陷入了机械的孤阴孤阳的例子。现在很多人问我这到底是阴虚还是阳虚，肾阳虚还是肾阴虚？大家可以看看《黄帝内经》有多少的话语来比喻，说某一个人是肾阳虚肾阴虚，是肾阳不足还是肾阴不足？一般说来是肾气不足，你看金匱肾气丸，不叫肾阳丸也不叫肾阴丸，他叫金匱肾气丸，它治什么呢？就是治肾气不足的，大家不要理解金匱肾气丸就是治肾阳不足的，因为现在大家普遍这么认为，我到底是肾阳虚还是肾阴虚，当我告诉他肾气虚的时候很多人不好理解，后来只好说偏阴虚的就说有点热相，热相就是肾阴虚，有点怕冷就是肾阳虚，其实实际情况是肾气开始虚减，阴阳同时减，肾气开始虚减。阴减的快阳减的慢就是阴虚，阳减的快阴减的慢就是阳虚。所以一定说是肾气，肾气不好、肾气滞、肾气衰、肾气竭、肾气旺一般是这样来说，因为气中自有阴阳，像一个家庭一样，一定要说某个家庭怎么样，不要说一个家庭里某个人怎么样。

阴阳相随，孤阳不长孤阴不消，有阳必有阴，有阴必有阳。就在民间中医论坛贴了一篇文章，说一个什么事呢？说的是阳长和阴消、阴长和阳消这个是一个理论。应该说阴阳相长，阴阳相消，不知道大家有没有这个印象。对这两个理论进行阐述到底哪个对？阳生

阴长，阳杀阴藏，可以是这个意思。其实第一是阴阳谐和的，阴阳是对立的，这个其实是不叫问题的问题，本身在一个事物的内部有阴有阳，如果按绝对的来说阳多了阴就少阴多了就阳就少，这是从事物的内部说的。但对事物的外部来说他是成长的过程，对小猫小狗小树苗他不断的成长，他的阴和阳同时都在成长，而并没有说只是阳成长了阴没成长。一个家庭两个孩子一个男孩一个女孩子，随着岁月的增长这俩孩子都生长，这叫阴阳俱长，阴阳相偕的长，这个大家要体会好。同时他们老的时候阴阳都衰，一个人身体也是，人壮年的时候人身体中的肾阴肾阳同时生长，就像这个 DNA 双螺旋一样同时壮大生长，像种子的子叶一样，两个子叶一个阴一个阳，两个子叶对半来分，从地下发芽，阴阳相长，这个是事物内部的阴阳在外界的消长的过程当中这个阴阳同时消同时长，这个是一个。第二个还有一个步调的问题，这里所说的阳生阴长阳杀阴藏，它还有一个步调，像人走路一样，左脚为阳右脚为阴，人能走成路必须是左一脚右一脚地往前走，那么左脚先走就是阳生，右脚跟上就是阴长，他往前走就是一个生一个长，往后走就是一个杀一个藏，阳后退叫杀阴后退叫藏，那么大家听明白了吗？两点：第一个相偕而长，左而右右而左，反正互相交替往前，强调步调，阳在前阴随之，夫唱妇随，你看那个鸟叫，山里那个，雄鸟叫一声雌鸟随一声，如果雌鸟不随，雄鸟接着叫，叫着叫着如果那边还没有应合的话，那雄鸟就不叫了，如果两个配合着，这东西就形成很好的一种氛围，这就是阴阳相长相随的道理。然后还有一个就是在于内部的均衡的情况下，阳胜则阴衰阴胜则阳衰，这个大家听清楚了吧。

关于水火这个题材很大，我们在这就不多来讲寒生水热生火这个水火是怎么回事了，主要在以后的细微处给大家介绍，因为讲水火的太多，我在这里就不想再多费口舌了。水生咸，还是这样，我把主要的讲到肾主耳，讲到咸生肾，马上就水生咸，咸生肾，然后咱们一起沟通。关于水生咸，咸味大家应该有个体会，叫凝涩，我不知道有没有这样的经历尤其是早晨，大家吃咸菜吃多了，会 hou 嗓子，什么叫 hou 嗓子呢？嗓子紧不得劲，这就是咸对人产生了一种很明显的反应。咸主闭气，不活跃就沉积、沉郁、深藏，这就是咸的特点，凝涩，什么叫凝？凝固了，因为温度寒，温度一降下来所有东西都凝固了，这一点说一下，关于热胀冷缩，大家体会任何事物都有热胀冷缩的特点，只是程度不同，活跃的

时候每个分子相撞，撞开的空间要大，这叫做胀。寒冷了所有的分子原子凝结了，不动了，相对之间的空间就小，那么它就缩。所以说任何事物都不是一成不变的，任何形体也不是一成不变的，随着寒热温凉它也是伸缩，伸缩就是一个气机的变化，所以说咸是凝涩的代名词，所谓涩，涩而不行，不运动，叫做涩。凝是凝固了，涩是不行也。我们大家细心体会这个状态，我们学这个东方生风五段论，主要是让大家学会对气机状态和运行的把握，脱离形质而言气象，什么叫象，象是虚无飘渺的，象是会变化的，不象是形体，一个砖头放在那很长时间不会变化，我们就可以执于这个砖头的形体而认为就是一个不变的事物，随着年月的增长，这个砖头也会发生变化，只不过我们人生活的太有限了，所以说我要跳开那些已经形成形体的东西，而要去把握一些能够成气成象的东西，比如说云彩、炊烟、工厂冒的烟也好，你仔细去体会它，烟囱里的气是怎么样的翻腾向上升到天空的。你看烟囱里的烟绝对不是直直的往上走，虽然远远看着是直直的向上，没有风的情况下往上走，但你仔细靠近了，这个过程当中充满了翻卷和变化，白烟滚滚翻腾不息地往上走，这就是个很好的气机的旋转。还有这个河水，大家看一看各个河流的水当遇到不同的地形它的反应是怎样。

孟子说过这句话：“水盈科而后进”，什么叫科呀？就是小水洼，水走到了洼，再往前走不动了，前面是高地，那么它就会在这个洼地不断地积攒，最后水面比前面的高地高出来了，那么它就继续往前。老子也说：“水善利万物而不争”，水是没有太强欲望的，它不断地向下，它通过向下这种方式，水有几个主要特点，水是无色的无味的，没有定形的，太富于变化了，这三个特点，所以说水是生命之源，这话一点不假，拿任何容器装水，它就成了这个容器的形状，容器破了水就散于无形，所以说大家体会这个水的特性，那我们就了解什么是万物之母，万物之母就是我们的生之根嘛。

北方寒虽然寒但是生之根，水生咸，咸生肾，那么大家都知道了吧。几乎没有人不知道这个肾的重要性，大街小巷都要补肾，所以的人都认为自己的肾气要填充起来，西方人不知道补肾，中国人几乎家喻户晓，关于肾是先天之本这个很多书上都有论述，肾是封藏之本，主封藏，你看我们这个体会一下，心肾两端，肾在下心在上，它是玩的什么游戏呢？

气有开合闭，气闭才能把事物保存下来，气开这个事物才能生长才能健壮，像种子一样，一粒种子要永远闭合，子芽胚胎不生长出来，那么它可以存活很长时间甚至上千年，这就是保存的能力，并且是生命的延续，这个肾就是这个功能，它是本源是根本，但却藏在里面不能显用，是磐石、是生命之母的象征。

那么火是什么呢？一静一动嘛，什么事物不能永远封闭，种子必然要破土而出才能有生命，那么长出来不断地繁荣主开，它就是开之主，心是开之主，肾是闭之主，一开一闭构成我们的世界，只开不闭这个物种就要灭绝了，只闭不开永远没有生命欣欣向荣的迹象，都是矛盾体，并且是互相为用。跟大家说一个方法，这个学道也好，都是有无互根，有用和没用、有形无形都是互根的，互为基础。这个东西好不好，那么这个东西也好也不好，看你怎么来说了，有好的一面必有坏的一面，有正面必然有反面，也就是说事物没有绝对的好也没有绝对坏，这个大家可以仔细来体会。所以我们理解中医整个思想体系对整个万事万物的理解是非常有帮助，跳出俗人判别事物的标准，建立一种道心的判别，所以说这个肾它由于相对来说闭气的代表，它就有我刚才所说的那些性质。

那么从“北方生寒，寒生水，水生咸，咸生肾”，给大家先讲到这里，下面进入到互动阶段。

问大家一下，肾生骨髓的道理何在？如果是听过我讲课的，跟咱们互动比较好的那么第一我强调要从气机的角度考虑问题，从气道的角度考虑，什么是气道中医，你不能扯别的。我们始终是围绕着气道来谈事情。第二用最简单的话来表述，不要 A 证明 B，B 证明 C，C 证明 D 最后来得出结论。第三不要用五行的方式来说，首先五行是建立在气道基础上，气道不明就五行不明，金克木什么叫金克木？，要把气道搞清楚才能说清楚什么叫金克木。第四一定不能站在形体的基础上来考虑问题。

第一个问题就是肾生骨髓的道理何在？

刚才给大家说了一下关于肾的基本性质，肾主闭气肾主封藏，所以封是封闭，藏是深藏，大家一定要把握住，肾治于里而心布于表，一内一外，一里一表，一阴一阳，一明一暗，这个都有区分。为什么刚才说水生咸不是因为水性而生咸，因为水和咸同样具备闭藏

的性质，不能说是大海的，这个只是它气化的一个表现不是根本原因，这个大海里面都是咸水，不能用这个现象来解释水生咸的道理。

火是开放气的代表，水是闭气的代表，水趋下而火炎上，水内明而外暗，火正好相反，火内暗而外明，两阴夹一阳，把阳夹住了出不来了。离是两阳夹一阴，阳气都发越在外，通过里面阴气的滋润，阳气发越的更好，看看大家还有没有别的解释。

肾为先天之阳，髓为浊中之浊，是肾的精气化生，骨为人最坚固的。肾生骨和髓，肾主骨当然有骨，没有骨肯定不对。看看还有没有人来作些解释。骨为人身最坚固的，骨的封藏之象最明显。骨主藏，骨髓为骨中之精，能藏不能泄。要是其他没有说的，我来说一下。大家说的还是不错的，骨的封藏之象最明显，骨为身体中最坚固的，这个说的很不错。骨主藏，骨髓为骨中之精，这个主要在说骨髓是骨和髓，不是单指骨髓，既指骨也指髓，骨髓为骨中之精，能藏不能泄，是骨中之精。

五脏六腑置于里发于外，相当于一个中央，一个地方一样。中央的肾要生地方的骨髓，生就是主的意思。像中央的卫生部对应地方的卫生局一个意思，所以说肾在中央是本是卫生局，外面骨是整个人身的一个根本，没有骨架子就谈不了任何东西往上贴附嘛，而且骨头又长在最里面，肾治里而骨主里，一般是说大的骨架在外面，外面包着的肉，包着的血管，包着的皮都附着在骨身上，也就是骨是中央，骨是坚强的代表，强在里，骨是中央，所以强就是它凝固在里面。

咸的凝涩和骨的封藏在这个地方又得到体现，骨生髓，骨坚强如此但中间仍然有髓，用骨髓去充养，里面是软的空的，这个就提示了另一个道理，任何坚强的内部，阳中必然有阴，阴中必然有阳。比如地球外面是硬的，里面就是软的，外面软的东西里面就是硬的，比如乌贼里面就有个海螵蛸，任何软体动物中必然有硬的成份，任何硬的东西里面必然有软的成份，比如乌龟外面硬而里面软，这是个对待，所以说骨中有那么柔弱的骨髓去充养它，所以说阴阳是相随的。关于海参，海参有硬的成分，比如说海参的外皮硬，里面的肉是软的，只是程度不一样，它不会像砖头一样硬，但相对来讲软中硬硬中软，左而右右而左，大家要知道这个道理，学道就不远了，刚柔相叠，刚中带柔，柔中带刚。过刚则折过

柔则废，所以说要调柔，任何事物不要找它刚性的一样，要找它柔弱的一面，男人是这样女人也是这样。

还是说肾生骨髓，现在很多老年人骨质疏松，一个重要的原因是肾气不足，导致这种坚固的特性不能得以保持，坚固的特性开始衰弱，骨质疏松就开始了。现在很市面上讲补钙，骨质疏松了就补钙，这是个哗天下之大稽的笑话。因为什么呢？因为人身体的坚硬之性是靠肾气的充养来维持，如果肾气衰微，这个坚固之性就不能维持，不仅是补钙了，吃的很多东西不能通过身体的神用贴到骨子上来，钙不能被身体吸收，即便吸收了不能很好地附骨，这是典型的舍本逐末。

目前中国补钙这个市场大部分两种原因，第一是由于人们错误的医学指导导致补钙之风盛行，第二商家的利益熏心推波助澜了整个补钙市场的繁荣，这是两个主要的原因。今天给大家说一下肾气的盛衰直接影响骨骼的发育和骨密度，骨的疏松和坚强与否，这方面大家要有一个深刻的理解。有人说万一能补呢，我给大家说一点也补不进去，或肾气不足导致的缺钙一点补不进去，还有其他原因导致的缺钙，我们不能以偏盖全。其他原因导致的骨质疏松，补钙或多或少的起点作用。大家想要胳膊腿保持健康，劝大家要保精全神，保护自己肾中的精气不让它外越，而不断地形成封藏坚固之本，所以说保精全神使它的神气不致于过度的耗散，使神气能统摄五脏六腑四肢百态。

古代传统讲究冬天养精也就是养封藏之本，很多典型的冬不藏精夏必病温。所谓的病温并不是说一定是病了温病了，而是说冬天藏精不好，使身体素质不佳，免疫力下降，气血不足，到春天生长不起来，受到外界的干扰和体内伏邪发动而产生了这样那样疾病。现在大家家庭都好了么，冬天暖气给的足对你的整个封藏的过程非常不利，很多虫子要过冬要蛰伏，蛇了熊了要冬眠，就是要养精蓄锐待明年而发。很多树木秋天凋落叶子，整个树的气机不断地向下收缩到根部，暂时放弃了外面的繁荣，而选择了退藏于秘，所谓就是秘密的地方，就是藏精的地方——树根，所以万物都懂得向里收涩而保全自己的这一招。人到了冬天暖气二十多度导致于晚上没法盖棉被，盖薄被就可以过冬了，每天热气熏蒸而使人不能安于封藏，有人说了人不冬眠，冬眠只是个形式，到了冬天万物都要封藏，只是选

择不同的封藏形式，人由于秉五行之气很全，不需要通过冬眠的办法保全，那是不是它就不保呢？这里要强调一下冬天一定要保精全神。

要做到几点：《黄帝内经》第一篇就讲了，冬三月如何来做？冬天不是做事的季节，做事就要耗嘛，所以冬天叫猫冬。第二房事要减少甚至不做，因为房事是动肾气的。如果说冬天房事不断的话，对肾气藏精是一种损耗，达不到藏精的目的。冬三月此为闭藏，水也凝了地也裂了，这时候人的阳气归于肾气了，归于根了不再往外发用了。像蛇熊冬眠，虫子跑地下一样，蜇伏起来，人也应顺应天时做到保精，早卧晚起，必待日光，是早睡少动，使志若伏若匿，这句话就是藏神全神。伏是伏藏，匿是藏匿，不要做事了，若有私意，什么是私意呢？不要大公无私地天下为公地去到处奔走，做买卖讲学了，私意就是关心一下自己，私是往回拉的意思。若已有得，得什么了呢？使肾精归于肾脏，如获宝珠，不再外寻。去寒就温就是不要招寒，去温暖的地方温养你的肾气。不泄皮肤就是不要出大汗，汗就是心之液，所谓汗就是气，不断的出汗就是散身之气，达到不养精的目的，许多家里开着空调热的不得了，门窗都开开浑身出汗这个非常不好。无泄皮肤，使气亟夺，不要把气血都耗失掉，亟夺就是夺走了，这个就是冬气养藏之道。逆则伤肾，春为痿厥，奉生者少，说的就是这个意思，大家一点要注意，关于汗者心之液，再往广义上讲汗就是气。

再讲两个例子，大小便的事情，第一大小便不要努争，不要用劲，当然病理上的另说，不要刻意地狠劲的去用力，大小便来的时候往往是耗气的一个过程，耗气有一个程度的问题，要顺应排泄的方式。第二，大小便的时候不要说话，这方面有些人做的不好。为什么呢？就像壶嘴一样，上面都有个眼，开着的时候好倒，闭着的时候就不好倒，这就是流通之性，要是开了口，上面的气就灌进来了，所以上口开则下口闭，下口开则上口闭，这是一个养身的原则。还是有闭嘴咬牙不是真正的狠狠的咬，呲牙咧嘴也不对，嘴要闭住，牙要似咬非咬，用劲是那个意思就行，中医讲神用，不要讲形体上的模仿。关于肾生髓先讲到这，看大家有什么问题，现在关于肾虚的人很多，不知道长养，只知道不断的生发用，不知道收藏闭，那是不对的。没让你提肛呀，大便时没有让你提肛，只要不要过于用力就好，既然是排泄，下口必须要张开。

休息五分钟之后讲一下脑和髓的关系。

这样跟大家说一下，脑很敏感，尤其是西方人对脑的进一步的了解对我们的冲击也很大，脑主思维这个不假，很多人认为神不是从心中发出来的，而是从脑中发出来的，尤其是举出这么多的证据，主要是这里面有概念偷换了，神和思维是两个概念，我们说心主神脑主思维这是两个概念，不是一个概念。脑通肾，脑者髓海，髓通肾，所以脑通肾，人的神是我们的只能这样说还叫心神，就是我们说的感受。我们做的一个自觉的，一个活生生的有血有肉所具有的感受，这个就叫神，当然这是个狭隘的神，而脑不是，脑是思维所在，思考问题呀，想问题琢磨问题、记忆和分辨，这主要是脑的功能。

有人说脑为神之使，不能这样说。因为对神的概念不能轻言，这样给大家说一下，关于神有几个层次，第一层次呀我们可理解为广义的神，代表一种存在。气道中医给大家讲过，存在是三种存在。一种是神的存在，一种是气的存在，一种是形的存在，一生二二生三三生万物，由这三种存在构成了我们的整个世界，这是广义的神。对于每一个个体它本身有神，它叫个体的神。这个不仅是指心神，这个话就比较敏感了，万神之论。如果大家仔细看一下《黄帝内经》里面，五脏皆有神，不只五脏有神，六腑四肢百骸皆有神，凡是一个有形有象的东西皆有神，这是又一个层次的神的体现。心主神，脾主意，肾主志，难道意和志不是一个精神活动的代表吗？所以说我们不单单认为这个神我们整个的感受，只来源于心，这个是不对的。

为什么《黄帝内经》要单独拿出来心主神呢？其实这个神，是狭义的神而不是我们整个感受的大神。你看脾主意，不断在存想的大神，你脑子里不断的存思叫做意。什么叫做志？我们说这个人很有志向，那么志向就是这么一个志。肝藏魂，肺藏魄，这些都是神用的表现。所以说大的神用，五脏六腑四肢百骸皆有神用，只不过用五脏的神用来做一个总的代表，同时用心的神用来做五脏六腑的代表，这个大家要清楚。

有机会给大家讲一讲气道中医关于神道的玄而又玄一些东西，如果说大家对气道不能有个很好的理解，神道没有办法来说的。既然提到了我们只是单讲脑和心、髓的关系，刚才有人问了，神气形精是什么？精，气之精微，精是气的一部分。首先神气形是三个层

次，而精是气的精微部分。我们所说的精气神为什么古人要这么叫呢？主要古人不重视形体所以不把形放在非常重要地位去考虑，所以但言神和气，气之精微者是精，所以说大家约定俗成，神气精气神。

有人问气和气不是一个词吧？关于古人写这个字，可以说是不是一个意思，气有三种写法，西方人没法谈气，一谈气就说水蒸气的气，空气的气，这个就没法来交流了。气介于有形与无形之间，气更广统，上接于神下接于形，形统气气化形，是一个相生的关系。最终气归在哪？还是要形来统摄，形体由气化出来的。神统气气化形，另一个层次就是，神依气而气归形。我们整个的气机所在是靠神的支配而完成的，这是第一。我们的形体所在是靠气充养化出来的，这是第二，大家仔细体会今天不展开来说。第二层次是神是依于气而存在的，神不能独立存在，必须依气存在。气也一样，气不能独立存在，必须归于形而真正的体现。能不能单独存在，也可以，但它想为用必须有形相配合才能为用，神为用必须依靠气的推动才能为用，这里就不多讲这些了。

接下去讲一下这个脑，脑通肾肾主志，志主思维，是这么条线，这么个思路。脑主记忆主思维主分辨，它是一个神的发用，更多是由肾发出的，而不是由心中而发出的。你看一个人肾精强的人，水命的人，一般它博闻强志。为什么把这个志，一个士下面加个心，志当识讲，识当记忆讲，能记忆，记东西记的好，有个好记性，这是由肾精强导致的，使他的脑有一个充沛的肾气的滋养导致的，使他能记住很多东西，并过目不忘，这个脑它是一个形式机关，比如人大和一个政府一样，脑就是政府，肾就是人大，它们之间是这么一个关系。

肾，技巧出焉，什么叫技巧呀？就是通过思维能力去分辨去达到的一种小技巧，这个是跟人的神用相对待的，就是说能发明个东西，能通过自己的心机来完成。很多人不理解什么叫技巧出焉？就是通过肾的封藏和分辨的能力，计算的活动由肾来完成，肾又通过谁来完成呢？肾把这个责任就交给了脑。一个济上一个济下，二者是一端，一个东西，中间靠骨髓相通。也就是脑与和心之间的关系远逊于脑跟肾的关系。心是主发散的感受，而脑是主理性的感受，是从肾中发出的，而不是从心中发出的。很多感性的人他的心气很有强，

理性的人肾气比较好，给大家作这么一个简单的理解。

会有很多人不同意这种观点，大家可以仔细想想，肾精不足的人，脑子往往不好使，记忆力差，记东西糊里糊涂的，是由于两方面，一是肾精不足了，二是肾精不能充养于上了，所以导致脑子浑浑噩噩的，你看有些人他脑子不灵，但他心里感受很强，那么就是说心神还可以，就是后天肾气不足，麻麻木木的。有些人算计一些事情很厉害，尤其一些商人，他感情都麻木的，因为他心里没有感受了，但是生意进进出出算的比谁都强，首先身体肯定好，心神不行了，但肾精还可以，所以大家宁把脑归于肾不要把脑归为心，主要是这样的给大家说一下，脑者髓海嘛，这个大家没有问题了吧。

关于髓生肝肾主耳这个都是个常识的问题，髓生肝，从封藏来看，万物不可能久封藏，必然要发越，所以从肝而出，肝主生发，这是一个大的循环。下面说一下肾主耳，大家可以说一下是什么意思？主要一点，分析思维来源于肾精充盈的脑，而感受来源于心，这就好理解了吧。大家说一下肾主耳，道理何在？可以发挥想像，大家是这样来回答的：两个耳朵像肾，耳主收藏收纳，主要是长的像。肾是先天之本，此二者形像，二者形似。还有问为什么人的耳朵长在两边而不在头顶呢？还有没有回答呀？前面我们都讲了肾的主要特性，你去套耳朵也能套出来。又有人说肾主管耳的收藏，藏阴，只进不出，你看主要是这几点。第一是长的像，第二是收藏收纳，藏阴，只进不出，基本也是反映耳朵和肾相通的一个特性。

从这几方面咱们来说，古人把耳叫采听，什么叫采听，这个声音是灌到耳朵里的，是被动的行为，耳朵不主动去像眼睛一样到处选择声音，而是收纳这个声音，一个是被动的，眼睛是主动的，这是神用的一个区别。肾主闭藏主收纳，耳是汇聚的场所，而不是一个发散的主动寻求的场所，所以肾和耳朵功能是相似的。再就是眼睛，眼通心，眼某一方面通肝，但神用是通心的，眼睛是心灵的窗口，眼睛和耳朵相对比，第一眼睛在正面，耳朵在侧面，为什么不在后面？因为后面不利于去接收声音，在脑袋顶也不对，下雨浇着了，在脑顶声音不全面，只有在两侧才能上下左右声音才能接收，这个相对于正面和侧面，一个隐一个显，正面是显侧面是隐，显用和隐藏。从位置上来说，心肾的特性从眼和耳表露出

来，这是第一。第二耳虚眼实，眼睛两个眼珠在里面转来转去就是实，像水火一样，耳是虚有两个洞，这也是虚实隐显的一个代表，就是一个反映，藏起来就是隐藏起来，看不到了，藏就是从藏性来的。第三眼睛主动耳朵被动，眼睛是主动的看东西，不想看可以闭上，耳朵不成，耳朵无时无刻不在接收声音，再大的噪音也不能把耳朵闭上，这是从主动被动来理解神用的变化、心肾的区别，这是第三。第四从动静来看，眼睛动，眼球不断地动，眼皮不断的眨，像火苗一样，火苗不断的扑扑的燃烧，而耳朵是静止不动的，你想晃晃耳朵几乎不可能，除非有人不断的练习能稍微能动一下耳朵，所以从这几个特性中，我们了解了什么叫做心肾。大自然非常奇妙，肾主耳可以这样来解释，关于很耳鸣，有的高频的一个是低频的，高频的耳鸣不断的鸣叫，频率非常高，肾气虚上面引以自救，所以产生了鸣叫，还有一种低频的，那是肝发出的，肝通耳，肝主两侧，肝经也走耳，肝气发动向上冲，顶上耳发出低频的声音。

下面几个就不用互动来说了，其在天为寒，主闭藏，闭藏则寒。在地为水，水趋下，凝结而为水，水也是闭藏，封闭之物。在体为骨，刚才大家讨论过了。在脏为肾，肾是封藏之本。在色为黑，黑有两种，一是不发光，闭藏起来，不发光就黑了；第二不反光也就是往里收，都吸收了它会黑，这两个体现了寒生水的封藏之性。在音为羽，不太好形容，这个羽是很低沉的声音，具体的什么声音，目前不太好说，大家理解成低沉不扬的声音叫羽音，鼓音虽然低沉，但它非常磅礴向上，低沉倾述的声音叫羽音，浮而不起叫羽音。

下面大家来讨论在声为呻，可以理解为哀音吧，悲音是肺音，不完全是哀音，已经封藏了，哀音体现在深秋，是完全的哀音，完了，阳气丧亡，那时候是哀音，这个是阳气收在里面了，外面是黑暗的，这个不能完全是哀音，在声为呻，大家可以发一下这个声音，看从哪发出来的，病人发出呻吟声可能是肾气不好，低鸣之音，有人说声音发出是在腰部，还有人说呻吟是细声低微的出声，帮助肾气的声音。呻为外出之音，发于肾。这些回答都不错，肾不纳气的表现这个不对，呻可以想像在音为羽的意境，差不多，首先呻吟两种声音，一种是非病态的声音，大家发出的呻的这个声音比较低，而且细心体察确实是从腰部从下边发出来的，不是从上边发出来的，下面是肾之所治理。第二病人疼痛的声音不叫呻

吟，真正的呻吟是病的很久了，一碰他，他哼哼叽叽那个叫呻吟，病在里，都涉及到肾经了，不断地微微的发出声音，那是真正的肾不足发出的声音，疼的哎哟叫声不是肾气不足发的声音。肾不纳气不对，肾主呻和肾不纳气的表现两回事，肾气不足从下面发出的呻吟就是我们所说的呻吟。

声音是由气所发，你有什么气就发出什么声音，也就一个人正气足发出的声音正，邪气足发出的声音邪，弱的人发出的声音弱，强的人发出的声音强，刚的人发出的声音刚，懦弱的人发出的声音懦弱，正常的人发出的声音正常，病人发出的声音有病气。通过他的声音能辨别他得了什么病，声音有头有尾，刚说的是头，结束的是尾，你把声音的一段用五行来比喻，刚出的话是肝气，然后是心气，最终结尾是肾气。有人头重脚轻，有人头轻脚重，有人说话一下说出来的话，虎头蛇尾后面没有了，到没音的时候肾气不足，一下子就能辨别出这个人肾气不足，也就三班斧砍完没了，底气没有，没有底气到尾音就不能很好的发出了。还有人说话条达，说明肝气好，肝气主条达，如果肝气好他说话很条达，很通顺，如果肝气不好，说话就磕磕绊绊，好像好多珠一样，话会说错，颠三倒四，那么还有人说话很着急，尤其是说话快，小河流水是哗啦啦的，大江大河都是很平稳地流，所以说要沉稳、有序、顺畅，缓不能淤滞，畅不能急。说话要用脾气来说，不要动肝气肾气心气。这里给大家讲一下声音，大家体验一下，任何一个事物不管是事还是物，它都会成类成象，象就是一段气，我们通过揣摩这个气就可以知道他及他周围的其他事物的特点。还有人说话有根无根，说话尖声尖气的下面没有根，不仅是身体不好，而且是这个人的性情不好，发声很讲究的，城市里的孩子发声有的工作几年不会发了，身体虚弱了，肺气打不开肾气不能充足脾气失衡导致发出的声音怪模怪样的。

这里给大家解释一下，在声为呻，在变动为栗，栗为打哆嗦、颤抖。肝变动为卧，脾为哧，心为什么来了？心变动为忧，肺为气上逆，都是一个道理。也就说我们都以气道的角度来解释，一以贯之，都是一个理论来解释，五段论下来后我们能融汇贯通，一下子就会明白《内经》在讲什么。

下面来讲为什么在变动为栗？看看大家怎么解释的，寒冷畏惧打哆嗦，藏不住而颤栗，

是收缩的意思，往里往内的感觉，栗为寒变，封藏不住，为寒冷之象，栗为内寒之象身体卷缩毛孔闭合；肾气不藏，跳动为栗，心在变为忧，栗为颤振，刚才说过了。那么什么肾在变动为栗呢？再跟大家说一下，在这里栗不是栗子的栗，虽然肾主栗，它主要是指颤抖讲。这里有对，有不对的。基本上是两种意思，栗为寒之象，故在变动为栗，这个解释的，寒之极为栗。大家注意，所有东西要这样来讲，如果是这样讲，热之极就是忧么？还有肝的变动是握么？这个不对，似是而非，像这样来说的似是而非。寒之极则栗故在变动为栗，那还不如直接说肾主栗，别变动为栗了，肾主寒，寒主栗，肾主栗，这样解释不更通么？！栗为寒的象征，人直打哆嗦是因为冷，而冷又通水，水又通肾，这样解释多好呀，它这个地方一直在强调变动，什么叫变动？什么叫做栗？可以这样跟大家说，走对了这条路，解释《内经》也好，《伤寒》也好，可以说是相当于猜字谜一样，猜一猜就掌握规律了，而且知道古人为什么这样来写谜，你也就知道谜底通过什么方式来揭开，像做游戏一样，而且所有的道理都是这样来解释。还有这样说的，藏住了从里冷出来，静极而动，寒在骨髓。大家有两种解释，一种是对的，古人对这些经典的解释可以说太多的是随文解义，或敷衍了事，很多都是似是而非的解释，很多都是驴唇不对马嘴，最后直接告诉大家：寒水主静，极者则动，此动为战栗。

病人身大热反欲得衣，热在皮肤寒在骨髓，身大热反不欲近衣，此动为战栗，寒在皮肤，热在骨髓。看看还有没有解释的，这里面已经有正确答案的了，栗不仅是冷而战栗，如果从冷这边解释，栗不能很好解释这个栗字，以偏盖全了，本身从栗字的解释就不对，别说用这个来解释在变动为栗了。恐惧同样栗，包括其他的一些变动，凡心思不宁的都会产生战栗，一定要往寒冷打哆嗦解释，首先栗字就没解释好。既然没有人说我来说一下：所谓栗为震颤，什么叫震颤呢？是气的震颤，这个震颤的原因是冷着了吓着了，恐着了或者紧张着了，都会产生气的震颤，那么气的震颤就是振动嘛，本身这个变动肾主什么？变动了就变成震颤了，那么就很好能理解了。前面大致说一下几种说法是对的：上所说的封藏不住了，藏不住而战栗，不对的就不说了，封不住肾气不藏，跳动为栗，栗为震为颤震。藏不住从里冷出来这个后面说的多余了，最后一个封藏功能损坏，这个是根本，其它都不

对。

凡是从寒解释的都不对，寒生水，水生肾，肾主栗的话那么就不是在变动为栗了，而是主栗。肝经主伸，变动就是他的反方向，那就是握起来了，卷曲了，这个和伸展是相对的。心主喜，变动回来了就主忧。脾主纳，不纳就是吐，吐就是嘍，从胃中吐的就是吐，从脾中嘍出来的就嘍。肺气是降的，不降就气上逆，为咳了。肾经不断的摇晃了就是栗，从里到外往外栗，这个一定要清楚。一个理论拿到这解释，拿到别的地方也能解释，要不然就成糊弄事了，糊弄自己可以，写成书再糊弄别就不对了。知之为知之，不知为不知，是知也。

有部分古人觉得自己儒学修养厉害，遣词造句很厉害，拿着话不断地往上写，贻误后人，这种太多，没有实战。比如写本草，没有经过临床，拿来几本拼拼凑凑，就是一本本草，主什么证没实践过，就写出一本本草那不就是哗天下之大稽嘛！要么两点，一你在自己的理论上有自己的证误和突破，一以贯之，一个道理都给解释清楚，叫做圆融。二是通过临床实践总结出来的从而引到你的理论层面上来。如果说儒学靠考据写出书最好不要发表，你发表就产生了影响，一盲引从盲，相将入火坑，道理就是这样。

看我们变动这块，五段文字都是如是作解，以后给大家横向总结一下五段论，现在是一条一条在讲，如果横向比较就知道古人在说什么了。那好在变动为栗，如果大家用没有争议的话就过去了。

下面在窍为耳，解释了，在味为咸说了，在志为恐说一下。为什么在志为恐？在志为恐后面留到下堂课来讲，下堂课主要给大家横向五段论重点的地方串一下，然后我们做一个小结，《阴阳应象大论》五段论就算到此为止，看一下大家有没有问题，费这么多口舌给大家讲五段论，目的无非是让大家知道，气机无所不在的道理。

脾通地气，它这个纳是无形的纳，纳什么呢？水谷之气要通过脾气的推动运输到全身，脾能把水谷之气纳过来，如果没有这种无形的纳它不可能推动到全身，包容嘛，脾就像个空谷一样，山谷啊很空旷的山谷，能聚纳山谷中的气这个就是脾气的纳。而胃纳很简单，河流河谷能纳冰山上流下来的雪水，纳到水里，这个是胃的有形的纳和脾的无形的纳。这

个胃纳以聚，通过聚的形式来纳，这个脾纳以散，纳到有形的气血而要散布的东西。

无物无声叫做嘍，有些大病坏病也会出现嘍，也是脾胃之气败绝之后有一种坏症的嘍，他也主这个嘍，也就是说脾胃不能受纳而出现的嘍，或者说平时我们脾气不好老是嗳气，这个也叫做嘍。嗳气有两种，一种是不断的打嗝那种嗳气，是肝的嗳气，还有一种小嗳气，不断地来一声来一声是脾气虚，脾气不转不能受纳的嗳气。古人善于举例子，他举了一个典型的例子，不管是从用上还是从体上，这个不分体和用。只要意思表达清楚就行了。心欲软就可以变动为坚，坚强的坚，正好肾欲坚而为栗是一个对应。你可以说心在变动为坚，坚就是堵住了，不能很好的流通，血管也软化不了，脆了硬了堵住了。肝变动为胀，不能很好的生发，去克脾胃，或在那郁积就变成胀。这个只是举了典型例子，要告诉大家气机的正道和变化之道。

第十五课 20080415_阴阳应象大论

拎壶葱整理

大家可以听到吧，是这样啊，我们讲课讲了这么长时间了，因为我们是从气道中医的角度来讲中医，包括现在讲的《内经》，我本人认为《内经》是建立在气的层面上的，但是我不知道大家对气的概念有无了解，我记得有几次让大家做了一些查气的一些实验，主要的一个目的是让大家知道气是实际存在的，我记得最早跟大家交流的时候就跟大家说，气不是一种概念也不是一种哲学，而是一种实际的存在，并且举了八点关于对气的一个普遍的认识，今天应该是总结《阴阳应象大论》，在讲之前大家可以问下关于气的问题，咱们可以交流一下气，大家可以畅所欲言，问什么都可以，我先做简短的解答，加深一下大家对气的理解。因为这个气啊大家如果不能实实在在的认识他的话，那么大家始终是隔靴搔痒，或者是不能有所感觉，那么对学中医也好啊，对世界观也好啊，可能终究缺乏直接的认识，所以我讲中医啊，无非是讲气的道理和气的存在，让大家对熟悉的世界有一种崭新的认识，不然的话大家永远停留在对物质思考的层面上，而不能领悟比物质层面更高的气的层面，那么对中医也不能有一个全面的了解，那么学中医就会很苦很枯燥，走很多弯路，到头来可能也没有悟到中医的真谛，但是从开始就从气的角度来认识思考来把握，慢慢把气的概念融入到我们工作学习生活当中，久而久之大家就发现这个气原来他的运行轨迹和运行方式如此简单直接明了而易于体察，如果通过这么多次的讲课，让大家能够进入气界、气的世界，那么也就达到了我的一个目的。

你看我们呼吸无非是一口气，气从物质角度来讲就是吸入空气，呼出二氧化碳和其他的浊气，其实如果从气的层面上来讲，纳清而吐浊，吸入的是清气，吐出的是浊气，并在呼吸之间完成了整个气机的运化和转化。古人不是说了嘛，吸入是肝与肾，呼出是心与肺，

他说的无非是一个气机深浅层次的吐纳的一个比喻，而并非实质的心肺肝肾。古人只是基于五脏六腑以及四肢百骸有形的物质来解释气的依托或者根据，最终反映的是整个气机的变化，而现在很多人认为气是有磁性的，有电磁场，有波长，但是最终这个气、这个电磁波只是一个表现形式，并非是气的本来面目，如果想真实认识气必须靠我们的感觉，而非一切的物质观测。

很多搞经络的用一些仪器仪表进行测度，这些终究以物质来研究气，因为本身气层次是高于物质的，那么拿低于气的层次的物质来研究气是不可能真正认识气，也象对我们的心念的理解一样，如果拿物质仪器仪表规格尺度来理解心终归是舍本逐末，缘木求鱼，这个心神又是一个层次，神的层次，而气的层次是存在于神和形之间的层次，他起到一个承上启下的作用，在整个存在的当中起到一个很关键的作用，我们老祖先实实在在的认识了气，在中医方面留下了《黄帝内经》这部经典的著名，他希望后人重新回到气的认识，并且以之治病，所以后来给大家讲的《阴阳应象大论》主要目的就是让大家通过五脏论发现气的特性和气的种类。

记得给大家说过，这个五藏并非实指（我们有形的五脏只是心脏肺脏脾脏肝脏和肾脏），而是指气的五种形态，气的形态可以分为4、6、8、10都可以分，就像一块蛋糕一样，你可以切几块，但是这个五有他的特殊性，在人身体上表现了成五份的这个现象，化生五脏嘛，其中清气上升变成心与肺，浊气下降变成肝与肾，这个降之极是肾，升之极是心，那么这个升的过程中表现的是肝脏，降的过程中表现的是肺脏，在中焦调停斡旋的是脾脏，他是这样的来分嘛，所以说《黄帝内经》一般管肾不叫肾脏叫肾气，不叫肝脏叫肝气，心不叫心脏叫心气，脾不叫脾脏叫脾气，肺不叫肺脏叫肺气，所以气化而成形，也即五脏通过有形五脏之气化，这是《黄帝内经》对五脏根本立论，那么好下面我们把五脏论肾脏最后一段给解释一下，然后我们串一下五脏论所有的论述，看看我们是不是用一条法则、用气道的规律来完成对这个五脏论的横向的解释。

“在志为恐”，什么叫做志呢？你可以认为这个志就是心智的意思，就像我们的情智心智，这是一种心神的变化，所谓恐就是恐惧，人大恐会出现一种什么气化的表现呢？我

记得跟大家说，神统气，气化形，什么意思呢？就是真正气的主宰是心神，而不是其他的，所以这样一来就把我们的心神放在了最重要的位上，让我们真正可以得到自由的是心，而并非物质是主宰。你看气已经是非常玄妙了，那么气又受心神的主宰，这个心神由谁发出呢？就是由各位发出，那么我们就有可能做真正的主人，而不受气和形的约束，那么做到这样是非常不容易的，这个就需要后天的修炼，这样就不多说了，但是由于我们这个心神与气形是相依相从的，所以说还受到气和形的制约，那么这个是一对矛盾，当我们受到外界环境影响和恐怖的时候，人的心智产生了恐的这种变化，那么根据心神统气的理论，那你整个的气机会产生突然的变化，比如突然受到惊吓恐怖，那么整个人的气机是会迅速的改变。

他具体发生的过程是这样的，一个人经历了大恐的时候，因为我们说恐即吓嘛，举了这么一个很典型的比喻，人惊恐的时候会惊讶，出了两种情况，第一惊则气乱，因为恐和惊有一点相似之处，所以惊恐往往放在一起，第二气机会大动，或者会选择逃跑或者是躲避或者是藏匿，这个人的形体还没有行动的时候，由于心神的变化导致整个的气机提前进入逃跑、藏匿、惊乱的一种状态，因为肾脏主收藏，这个时候整个的气机的影响使肾脏中的坚固之气受到干扰。

说一个非常简单的道理，比如说守军守住一个山头，不断有兵攻上来，所有士兵恐怖想逃跑，那么这个时候谁是肾脏，你可以说这个保管员或者是兵部藏在地堡中的，或者是一些很精微的一些守军，这个都可以作为肾脏的一个比喻。那么他们也会受到这个环境的影响产生恐怖，也有逃脱的可能，大恐之下肾精就会外泄，这是在志为恐，恐伤肾的根本原因，因为恐怖是由里到外的一种情绪活动，并且由于受心神的影响，这个心神发生恐怖想逃，那么肾精必然有外泄的可能，也就是为什么人一恐怖二便失禁，肾在下边主固密主封藏，他能调和二便使二便固密不失，那由于大恐使肾精外泄，肾气不藏，那么会出现大小便失禁的情况，同时气想逃匿嘛，气往下走，想钻嘛想夺路而逃，这个就是恐，那么惊呢受到了惊吓，那人在不知道恐怖的情况下还受到惊吓，不知怎么回事这个气四散而逃，你身体的气四散而逃，这时候气乱，惊则气乱，从头出去啊从后背出去从前胸出去啊，魂

魄都吓跑了嘛，闻风丧胆，魂魄飞扬，都会出现人体的一部分气越形体而出的情况，从人身形一下子飞跃而出。如果是小的惊吓恐怖，那飞出去的气还能够很快的复归形体，但有些大的惊吓恐怖会突然丧失某些人身之气。古代所说掉了魂，或者得了某些疾病，这有可能是人体某一部分神识或者叫做神气飞跃体外，不能及时返回。

那么“思胜恐”，为什么思胜恐呢？很难理解，难道人恐怖的时候赶紧思考一下人就不恐怖了吗？这个在一般的理论上讲是解释不通的。要这样来解释：思者气定，什么叫思者气定呢？就是说人在用心思考的时候，必须以气的宁静、安定为保障前提，人才能进行深入的思考，或者正式的思考。如果一个人嬉笑怒骂，在闹市跟人吃喝玩乐就不可能有真正的思索。思考能让气安定，你让我定定神想一想，这是一种神和气的一种相依相存、互为制约、互为促进的一种方式，也即安定了才能有思考的保障，同时思考的时候会使气安定，恐和惊正好是使气乱、亡散的一种势态，这时候就需要思考的安定之气以安邦定国，也就是说泰山崩于前而不变色，这个人遇大事沉稳，能够三思而后行，处乱不惊，这个时候就需要思考的安定之气作为保障，这个是“思胜恐”的本义。

接下去是“寒伤血”，这个好像是有疑义。有人说是“寒伤骨”，因为北方属寒嘛，这个寒在血脉、肉皮、骨当中，寒主骨而不主血，但是既然它这样写了，我们就先这样解释，两种方式都能解释通，主要是看你从哪个气机的角度来说。我们知道气血异名而同类，这个气是狭义的气，是和血相对应的。跟大家说什么叫做气，什么叫做血，这个都是指狭义的，这个气无形而血有形，气者清气化，血者浊气生，也就是气为男血为女，气血是男女象征。但是气血同为气机的组成部分，也就是一个人气旺、气衰、气盛这些呀同时会表现在气血两个方面，人不可能气旺而血衰，也不可能血旺而气衰，一般都是气血相互依存的，气可以化为血，血也可以化为气，就像男女一样，男女间是有情有义的，气血之间也有情有义。

我记得《伤寒论》上有一个说是“卫气不共荣气谐和”，荣卫不调嘛，用了一个桂枝汤，使荣卫重新调和。这是什么意思呢？就是男的和女的闹别扭了，拌嘴仗了，男的不理女的，女的不理男的，男女不交通了。那么这个时候用桂枝汤去通其脉，它起的作用就是

让男的女的做做游戏，通过在劳动过程当中或者在活动过程当中做做游戏，使他们重新建立友好的关系，卫气不共荣气和谐，荣气不共卫气和谐，荣卫就是气血嘛，“荣行脉中，卫行脉外”，这里面又揭示了一种思想，或者一种现实，也即万物有神论。

气是有神的，血是有神的，气为阳，血为阴，那么阴和阳遇在一起的时候他们之间会产生感情，阴阳不相离，阴要从阳，阳要从阴，阴阳相追逐，这点非常重要。首先气要有自己的身份，血也有自己的身份，气不可能完全归于血，血也不可能完全归于气，但是气血之间又发生了感应，也就是李白写了一首诗《蜀道难》中间有一段，“雄飞雌从绕林间”，雄鸟在前面飞，雌鸟在后面跟，绕着林间往来嬉戏，你看那个鸟啊，雌鸟叫一声，雄鸟叫一声，互相的应和。我记得《周易》里面也有一句话，叫“鸣鹤在阴，其子和之。我有好爵，吾与尔靡之”。我记得是中孚二爻的卦，什么意思呢？“鸣鹤在阴”就是仙鹤在树荫里或者在池塘边，“在阴”就是阴凉处，阴气所居之处，在那叫，“其子和之”，大鹤在那叫，小鹤跟着叫。“我有好爵”，我有好的吃的，“吾与尔靡之”，我与你共同来分享，这是一个父子之间的感情，大鹤说的是九二，小鹤说的是初九，“鸣鹤在阴”说的是三爻的阴气，为三爻的阴气所遮蔽，二爻是得中在中，所以有好爵，好的吃的，好的供养，那跟初爻一起同心同德，共同来吃，它说的是这么一个象。

因为《周易》讲的也是象的一个道理，用在这里面，跟大家说一下，阴阳都是各从其类而存在，能感应到对方。这个最典型的的就是男女相吸的事，男女都会认为对方是自己神往的一个对象，都会产生一定的感应。阴阳是天地所造，孤阴不长，孤阳不生，阴阳相追逐，阴阳相随这是天之性。那么有人说戒欲，现在网上还有戒淫说，这个都要辩证的来看。既不能过，也不能完全孤绝，孤绝之后啊，很多事情会发生，天地不生，万物不化，这个是有问题。但是有一点，如果大家能够参透阴阳，也就是男的能够参破自己的男身，女的参破自己的女身，使其不惑于这种阴和阳，那么可以不在此列。只要你参不破，你仍然是男身，那么你就有感应女身的这种动意。

好，那么咱们说了一下气血，气血贵于流通而不宜凝滞，也就是气血要流通开来，所谓流水不腐户枢不蠹，流动的水不会腐化，也不会产生各种恶臭，如果气血凝滞成为死水

一潭，那么这个就会生出很多腐败的现象，所以你看大江大河都奔流不息，从东到西，从南到北，它就是体现天地运化的大理，应在人身，《内经》说了人的经水，把人的经脉比作经水，所谓经水就是大河之水，常流之水，而不是下雨积的一点水。人身如天地，人身所有的经脉都要流动不息，生生不已，成为人体整个生机的代表。如果气血凝滞，那么积则生弊，就是生变或者生腐。

比如说现在很多上班族，口臭的很多，嘴里不是味，酸腐、打嗝、暖气，嚼薄荷口香糖只治标，不治本。这个典型的是中焦气机、气血不化，沤而发臭。这个中焦如沤，上焦如雾，下焦如渫，这个食物沤在那发酵，就会产生一种腐化的臭味。同理，这个气血沤在人身的中焦也会产生臭而通过口腔而传达于外，所以说不管你口香糖吃多少，刚吃完这个嘴又臭了，这个治本之法就是使中焦气机得以运化，运化开了这个口臭立解，马上就会好。那么中焦运化是不是简单的吃些泽兰、藿香就可以管用的，这个基本上是不管用的，这跟大家说一下。

很多上班族由于长期坐班使其气机不化，情志不开，达其气机，这个上班不运动，让气运动，有很多口臭的人，爬几天山之后，中焦气机一打开，这个口气非常清新，口中也很清爽。气血郁滞你让他做一些户外运动，调畅气机，使他性格开朗，这个口臭的毛病也会很快得以缓解，再配以药物的治疗可以达到治本的效果。所以说现在的人身贵在气血周条，什么叫做周，什么叫做条呢？周是能周达全身，条是能条畅而不逆。这个古人讲风调雨顺，风要调，雨要顺，所谓风为阳，雨为阴，风吹万物，雨润万物，那么有这个风吹拂和雨露的滋润，万物生达，百物兴焉，这个百物都能长起来。这个道理就是让我们通过参天地之理，明我们自己的人事，那气血贵在流通而不贵在凝滞就讲到这。

那所谓的“寒伤血”我们只能这样来解释，气血流通要有一种温暖的环境使气血流通，如果寒气袭击到人体，它能让人结冰，凝结了，那血贵流通而不贵在凝滞，那么寒气使血脉凝结。所以现在很多人得寒痹之症，就是气血瘀阻，要温以通之，而不能强行去破血去淤，这个是大忌。我记得《内经》上说了，在水冰地坼的时候，你不要去刨，刨口井都很难，一定要慢慢地去温化。什么叫温化？就是用温暖之气不断地使凝结之气能够慢慢的化

开，也就是冬天不能动土，必待春天温暖之后才能动土。

那么现在很多血淤、寒淤的病症，你去破解这是不对的，人用药不能用爆破的药，爆破的药虽可去邪，但更伤正气，那么这时候你要用温化的药慢慢温开。举一个很简单的道理，从冰箱拿出来的冻肉，这个时候你要是急性子，想直接用刀去切开、去剁，得要多大的动静这肉才能剁开，像人体内一个寒凝的肿瘤一样，那你一定要用破的药去破掉这个肿瘤，还没等你破掉你的身体已经受不了了，所以要用温化之法慢慢的通过时间和药物的潜移默化作用，使寒凝得解，这个是王道治法。就像冰箱里拿块冻肉，放在温暖的地方慢慢地待其化开，而不急于用刀来切，或者拿斧头来剁。那么很多人身体长了癌性肿瘤，你只要用吴茱萸汤这样的药慢慢地温化，长时间的调养，肿瘤会自己化掉而不需要加破血动气的药去拔苗助长。但是现在很多肿瘤还有一种瘀滞的肿瘤，不仅是寒，还有瘀滞，这种气血瘀滞的肿瘤就要通过其他调治，使气机条畅，慢慢的肿瘤也能自化，还有其他的原因导致的就不多讲了。新学医的这个人很急，但是治病要讲究方法，要懂得规律，时候不到，这个病不除。养猪还要够出栏的天数，强行催之反而适得其反，所以说很多病，冰冻三尺非一日之寒，慢慢下功，但下功的方法、方式要正确。

“咸伤血”咸则让气血凝滞，凝涩而不通，咸为卤气，咸卤之气是阻遏生机的，你看喝海水喝多了对身体也非常不好，而且还容易出现大的问题，这就是咸，那么多水却不能喝，也就是真正能给我们提供生存环境的并非是整个地球，而是地球的某个部分，这也证明了水虽然润万物，但是对于我们陆地性的人来说，水还是偏于阴性，这点跟大家解释一下，所谓今集阳之处，皆是生命之所。

你看现在很多电视上的广告说，第一个是取自哪哪多么深的深海鱼，第二个是水地下几公里深的矿泉水也好，什么水也好，跟大家说，如果这样的水真是从几公里深的地下采上来的水，劝大家千万不要喝，这就是极阴之水嘛，喝了对身体没有任何好处。还有深海鱼也尽量不要吃，因为深海鱼一般潜藏在很深的海底，一般都秉某种阴气，你看为什么深海的鱼捕上来就死呢，从物理来解释就是下面的水压高，上面的水压低，上来之后整个细胞就全炸开了。那么我们气道的理论，它生在极阴的下面，你放到了阳气的水面上来，那

么肯定要死。这样，水里的是水族，天上飞的是羽族，我们人是裸族，不同的种族只能生活在不同的地界，不能互相交叉。我们能喝的水无非是泉水能喝，大江大河的水能喝，天上降下来的雨水能喝，其他的要真是地下深层的水千万不要喝。现在商家虽然说是深层的地下水，我估计可能也是自来水，所以喝也无妨。

说到水跟大家说一下，虽然同样是 H_2O （水）嘛，但是水跟水差别太大了。从哪流出来的水，不同地域的水，有非常重要的差别。观其地形之位置，能辨水之善恶，从哪流过来的水，你看这个《伤寒论》上说嘛，用千里之水，什么是千里之水，就是大江大河之水，黄河、长江的水，淮河的水，海河这样的水，这样的水和小河中的水气机是不一样的，就像在大部队当过兵的士兵和游击队里当过兵的士兵气质上是不一样的。我记得第一次跟大家就谈过这个气是有感觉的，在大河混过和在小河混过是不一样的，不要认为黄河之水和家后面小河沟的水是同一个水，是完全不一样的。千里奔袭来的水，浩浩荡荡，你用那个水滋润河两岸受益匪浅。你比如说长江，三峡之前出川和未出川，这个水是截然不同的。如果把长江比作一条龙的话，那么在三峡之前这条龙还是曲曲的，三峡之后撑开约束，整个奔流向海，尽显长江洋洋洒洒的本色。关于水再说一点，水贵流通，而不贵凝滞和阻断，既然每滴水是有神的，那么它形成一条河、一条江同样是充满神气的，左一个大坝，右一个大坝这样修相当于给江河做了结扎一样，或者套上了枷锁，虽然可以取一时之利，但是却后患无穷，这个后人自有评说，这个就不多说了。

所以说水火，火也一样，今天就不谈火了，因为今天主要是水，观水性，知人性，知天性，黄河现在可以称为一条病河，气息奄奄，黄河主肾，长江主心，可以这样理解，一个在北方，一个在南方。黄河现在成这样，可以知道现在整个中国肾气不足，黄河是根本而不是长江是根本，这个跟大家明确一下。黄土高原厚，代表中国肾气厚，黄土高原、华北冲积平原土壤那么厚，所以能有中国这样的文明产生，四大文明古国都绝了，就中国不绝，根本原因还是在一个地形上。那么“咸伤血”我们就说到这，凝涩嘛，血贵于流通，太涩了血则不通，所以说吃菜少吃咸，道理就在这。

“甘胜咸”，甘者气缓，咸者气凝，缓胜凝，为什么不用辛呢？这个跟大家说一下，

辛者气开，咸者气凝，正好一个开，一个凝，正好可以散开这个凝结之气。问题是这样的，水火是不两立的，一个居下，一个居上，不可能是很好的沟通，这两个人的脾气是完全的对立，在一起一定是打起来，所以必须靠中间的一个气机去引导，甘者虽然气也能开，但开得缓，开得中庸、温和，这个正好使凝涩之气流转开来，而不像辛气来得那么猛，那么直接。什么事情都贵在婉转而不贵在生硬，也即我们让一个向南走的人向北走，我们不能让他转 180 度向北走，而应该让他先向东南走，再向东走，再向东北走，最后转到北，因为人都有惯性，你要顺着这个惯性慢慢引导，跟赶羊一样，而不能立即让他转弯，大家知道转弯不能转锐角，只能转钝角，大家也可以从为人师表、待人接物等各个方面去体会。为什么讲有从治，有逆治，对方太强，就不要硬治而从治，就是这个道理，不然一下炸锅了，你还没等救他，两气相逼，两败俱伤，所以一定要用脾气的和缓，脾是和事老嘛，忍一忍嘛，用脾的调和四气的作用，如果没有脾气在中间调和，这四时之气终不得运化，所以形容一个人的个性说他脾气大，把脾胃抬到一个相对较高的高度来叙述，道理就在这里。所以说人食五谷杂粮，脾胃一绝气机乃断，七天就不行了。咱们五段论气就讲完了，如果没有问题我们就休息五分钟。

下面我们接着讲，关于“燥胜寒”这一段应该是有问题，这可能是有错误，所以我们没有再多做解释。我们知道寒热就可以了，寒则热之，热则寒之，不能说“寒则燥之”，这个不对。

问：为什么极寒的东北那么多厉害的阳药，热带的犀牛角又是寒性的呢？

有很多人会有疑问，我们知道坎中有一个阳，离中有一个阴，万物有两性，一个是同性，一个是逆性，也就是说在再昏暗的朝代也有忠臣，而且忠臣更忠，更能表现其忠性，同时又有很多坏人。那么极寒的地方有很多极寒的药，同时有很多阳药，也即任何地方都是阴阳相随，我们讲了阴阳相追逐嘛，有极寒的就有极热的，有极热的就有极寒的，往往极寒的地方能产生极热的药，极热的地方也能产生极寒的药。所以有同性生长的也有逆性而长的。大家上山采药就知道，阴坡的药一般都是禀于阴柔之性，禀寒性而生，比如说玉竹、黄精了，象这样的药都是生在阴坡，百合也是。而阳坡的药都禀阳性而生，这是同性。

也有逆性，就是阴坡往往能找到极热的药，同理在阳坡能找到极寒的药。譬如西瓜，大热天的有西瓜，西瓜是逆性的药，南方的毒蛇也逆性的，椰子逆性所生。

再热的地方都有热药和寒药，这个是一。第二，这热带的犀牛角的寒性应该有个说法，犀牛角象乾卦，长到前面阳盛之所，也就是很多人产生的一个疑问，阳是乾卦，乾为天嘛，是大热的代表，怎么会是寒性呢？你看这个牛的角，长在牛的前端，抵出去，按理说它禀着诸阳性而生的，怎么会是寒性呢？看有没有人要回答，犀牛的很多行为都是通过犀牛角来完成的，而且显示它这个阳刚之性，这不都是热的象征吗？那为什么犀牛角是寒性的呢？头者诸阳之汇，阳气所聚，为什么是寒的呢？

你看我说肝，肝居下位为体，向上升腾之性为阳，这样可以解释，那么犀牛角怎么来说是体阴而用阳呢？这往往是很多学阴阳的人容易糊涂的一个地方。你看八卦乾坎艮震巽离坤兑，乾卦为父为天，但也为寒为冰，这不矛盾吗？寒冰都是水性、阴性，那么怎么乾成了为寒为冰呢？这不很奇怪的一个问题吗？

有人说的阳极生阴，那么它生出的什么阴？纯阳之体怎么能弄出阴气呢？这也不好解释。还有解释说犀牛角在头顶升极而降故凉，还有一个人回答是这样的，角为骨，水之味，寒性，那如果说角为骨，水之味，寒性，那鹿茸呢？鹿茸也是骨头长出来的嘛，它是大热之性，这个是热的，如果只用骨来解释，很多方面解释不通，历代医家对这个解释的都不是很清楚，大家可以看一下，这个不多解释。

因为学《周易》学八卦，很快你就会有这个疑惑，如果你认真思考了，很快就有这个疑惑。我给大家提一个醒，今天不说这个问题，相当于给大家留一个话题吧，只给大家提一个醒，犀角之寒和黄连、苦参、石膏之寒不是一样的。

你看有人说了梅花鹿的角是温的，在头顶，通督脉，督为诸阳之汇，如果这样来解释犀牛角更应该是通督脉，是诸阳之汇嘛，而且梅花鹿的角是长在两端的嘛，更像两边的角，督脉是单脉，你如果说梅花鹿的角通督脉的话，那么犀牛角更通督脉，那它是诸阳之汇中的汇，就一个角，还有如果说梅花鹿它即便长在两头，那水牛角它也是长在两头的，同是两头的那为什么一个是寒性一个是热性？这个作为一个作业吧，为什么犀牛角、水牛角的

角是寒的，而鹿的角是热的？只给大家提供一条线索，犀牛角之寒跟苦参、黄连、黄芩、大黄之寒是有本质的区别的，如果说明白了这个道理，大家就可以知道犀牛角之寒真正的功用是什么。

所以说大家学中医要刨根问底，你问清楚这个病怎么回事？应该怎么治，《黄帝内经》不是说了吗，昭乎如日醒，窘乎如夜瞑，这人要明白道理就跟大白天在外面走路一样，这要不明白道理窘迫就像晚上走夜路一样，所以大家学医贵明理而不要守一个方子，看人家治病能治好，自己也试着用这个方子上去就治。人身之贵，其机非常微妙灵通，这样一个工程哪能简单的就弄明白了，你就修理机器没有几年你也不能弄得很好，何况人这部巨大的系统，天生地造的系统，所以说应该把所有的用心放在经典的研究和对物理的探索。

首先大家解决两个问题，第一个问题，犀牛角是不是诸阳之汇，第二个问题，如果是诸阳之汇，它如何具有寒性？还有这个寒性与苦参、黄连、黄芩之寒有哪些不同？

首先是这样，味是气的体现，气不是有气和味吗，一闻就闻到的就是气，是气的清方面的一个体现，拿到嘴里一尝这是味，这是气浊的方面的一个体现，所以叫做有气有味。比如我们拿一个川芎一闻，就知道这个气是芳香、雄壮，那么桂枝一尝，甜中带辣，大黄一尝是苦的，那么这就是味，浊性的体现。气者归阳，味者归阴，气走四肢，味走五脏。所以首先跟大家说一下，因为我们讲过什么叫做味，我记得在五段论第一段就讲过了。气者清，味者浊，所以说尝这个味道和闻它的气味是直接去体察这是一股什么气，你看我们尝的甘味的东西，一般情况来说，它都会在某种程度上气缓，但也有例外，比如说你尝巴豆，巴豆是淡味的，你不能一尝是淡味就认为巴豆是气缓，味只是一方面，要综合它的各方面的特点来对它的气作一个概述。

一般甘味者气缓，咸味者气凝，那么也就是两团气嘛，大家做实验嘛，拿一团缓和的气放在这，拿一团凝滞的气放在这，然后两团气放在一起，缓和的气就会慢慢地把凝滞的气散开，这个就是甘胜咸的道理。就像一个人，这个人有抑郁症，闭塞在这儿了叫凝，这个人气凝，另外一个人缓，缓缓和和的，还爱讲个笑话，逗个乐子什么的，很和畅，这两个人坐在一起，慢慢地这个和畅的人就把这个凝滞的、有心结的人慢慢地就把心结打开了，

双方一交通，这就是甘胜咸的道理。

因为物质的五脏是由气化而成，这个味也是气化而成的，从味推后面气的特点，由我们的人体摄入之后影响五脏的气化，从而再反应到五脏的物质上面来。这个我们不管是用药也好，针灸也好，对人身体的判别也好，都要归化到气的层面，不要推到物质的层面，都要看到背后的东西，不要看表面。

问：脏腑有病对味的要求是什么样的？是求其本味还是求其对味？。

跟大家说一下，这个脏有病，各求其味以救之，没什么可说的，因为都是同气相投嘛。有人喜欢吃酸的，那么他肝不好，肝虚。有人喜欢吃辛辣的，他肺的通调机制不好，同理啊，苦的一般不爱吃吧，苦者气破。

这个还有求其本味还是求其对味，那要看它的体还是用。比如拿肝脏来讲，肝者生发之气不足，它的用上不足，那么要用辛味以开之；要是肝脏的体阴不足，要用酸味以补之。这个我记得以前讲过体用论，关于五脏的体用说得比较详细，要有兴趣的话可以找一下当时的录音来听一听，五脏各有阴阳，各有体用，那么看是体不足、用不足而用其所味，而不能绝对，肝不好就要去吃酸的，这是错的。这个肺用在收，而体为散，所以若肺用不强则用酸味以收之，肺体不强用辛味以开之。同理，心、肾、脾都是这个道理。

问：酸怎样影响肝体？

酸味有滋养的作用，对于肝体要用甘淡之酸，而不能是浓郁的酸，所以我们在治病的时候，对于肝体不足的人不能熬一锅酸得不得了比醋还酸的汁给病人喝，反而会抑制它的阳气的生长，那要微酸而稍甜，要配出这样的方子来给病人补他的肝体，滋养他的肝气的不足，濡润他的肝体，不能很酸，这跟我们配菜做吃的一样，加咸的不能尝出咸味来，加甜的不能尝出甜味来，那么我们配药也一样，加五味子加到几个，是靠大家加完之后熬出来尝的，五味子加一把那就过酸了就不好了。所以大家一定要听明白了，一定要适当、得体，味不能过于辛、酸、苦、甘，这个是治病大法。

五味要化五种气，这五种气相互作用，再回头作用到五脏的物质上，这个是这样跟大家说一下，肝者气升，肺者气降，心者气开，肾者气闭，脾者气缓，那么从缓急来说肝者

气急，脾者气缓，肺者气郭，心者动，而肾者定，这个气机一动，必然出现这五种气机，人体也是这样。味是我们的感官对五味的体会，也就是对气机的体会，那么我们吃到酸味的东西会产生一种收敛的感觉，那么我们把它定义为酸，这辛味的东西到了口腔我们有一种开的感觉，那么把它定义为辛，吃甜的东西有一种和畅美妙的感觉，把它定义为甜，吃苦的东西有一种想排斥，不舒服的感觉，我们把它定义为苦。咸使我们凝涩，我们吃咸的东西能齁着嗓子，而且一些时候愿意多吃咸的东西，所以我们把这种感觉定义为咸。

本草当中它所说的五味并非单指我们口舌尝的味道，而是整体对气机的理解。比如说石膏，我们尝肯定尝不出辛味来，只是冠以辛，古人不仅是站在我们口舌能尝的这个角度来体察它的气机，其实给一个辛字就代表这个气散，那么给一个酸字那么代表这个气是收的，给一个甘字代表气是缓，给一个咸字代表气是凝涩，给一个苦字代表气是破的。一定不要将苦当成降，因为《黄帝内经》里并没有直接把苦当做降这个说法，降是从苦的另一方面引申而来的，否则无法理解苦配火，你把苦理解是发是破，这个我们以前讲过苦为什么配火，火冉冉向上，发越于外，这苦的性质。因为火在发，发完了才能降，气才能和顺向下，所以说降性是从发性引申而来的。

我们说苦降辛散，这个是一种不能直达本意的表示，因为苦以发之，辛以散之，甘以缓之，咸以凝之，酸以收之，这是五味之正性。你看有黄连以发之，而不是用黄连以降之。心下痞有结，用黄芩以发之，用黄连以破之，然后气机上下得通顺，那么阳明经自降，清者自升，浊者自降，《内经》中一再强调一点，苦以发之，辛以散之，咸以凝之，甘以缓之，酸以收之，用这个味的正性才能解释人身气机的运化、调节，你看《内经》上不是讲了吗，气上，气下，气升，气降，气闭，气开，气动，气衰，都是直接从一个气的角度来解释，也就是一个全息的人身气的整体运转。

问：咸味能软坚，怎么理解这个软？

这个咱们直接这样说，它所谓的软坚，很多气凝在那之后，因为咸有刚卤之性，它能腐蚀这个坚硬的东西，不断地腐蚀使之软化，这叫做软，实际上是使它柔软的意思，它相当于腐蚀，给人它软了这个感觉。也即凡是治病的时候，咸味的药稍微用一下，但不能作

为主要的药去用。胃寒则一定要上温通的药使凝滞之气因温通而得化，攻坚稍微加咸药软之，就像甘淡渗湿一样，这个渗字反应了甘淡之气是如何使湿气开通出一条通路来的，所以中医上的词语都非常耐人寻味。

问：肾欲坚，急食苦以坚之，如何理解这个苦坚？

肾欲坚，我们说过肾气它要坚壁、固守，使精气能够守于内，不至于过度的耗散，这是肾坚，坚强固密。那为什么食苦药以坚之呢？给个比喻大家就明白了，天将降大任于斯人也，必先苦其心志，饿其体肤，在困苦的环境中不断培养人坚强的品质，同理推到这也一样，你稍微吃点苦药，使气不至于过度的耗散、发扬，让它时时知道有一股苦气使自己不舒服了，它这个气就容易坚强起来，这就是“急食苦以坚之”的道理。但是在现实当中往往还不是这样，适度的吃些苦药对身体是有所裨益的，但是大苦则耗气血，对身体是没有好处的，所以你只要意会这个意思就可以了，这就是“急食苦以坚之”的道理。

问：解释苦以发之，辛以散之？

这个跟大家解释一下，《黄帝内经》一再强调是苦是发之，辛以散之，必然有它的道理，道理在哪？什么叫发，什么叫散？散的作用缓而且有一个通达之性，发就像爆破一样，手榴弹扔出去这叫发，这个一定要清楚，苦药象一个小炮弹一样在你身体里炸开了，吃苦药使人非常难受，但吃下去之后它不断地发其气血，而辛不是，辛通温散的作用，发者气急，散者气缓，而且发和散它们的方向、性质是相似的，所以古人用药一般是辛、苦之药并用，譬如很典型的泻心汤，要用干姜、半夏以散之，黄芩、黄连以发之，这是苦和发的联系。

问：怎么理解咸软坚？

所有坚硬的物质它都有破结的作用，只有咸味的它是软坚，这个软坚并非是向内收，将对方的气收过来，它是有一种盐卤的消磨、消损、腐蚀，腐蚀这个词还不是特别恰当，就像给它泡软了这种感觉一样，把凝结之气给它泡软了。你看黄瓜拿盐腌一下不就软了嘛，我只能这样做一个比喻，但还不是特别恰当，渗透而软化，可以这样理解，破坚是直挺挺的去破它，象大黄这样的，鳖甲、龟板同时有破坚和软的作用，所以在治疗肿瘤方面龟板、

鳖甲是好的药，而且咸的药它能深入得很深，咸者禀阴气而成嘛，龟板、鳖甲、海藻这样的药它走得很深，走到水道里面来，往往一些肿瘤也是长得很深，而它本身又有咸性，能拿软它，使它松动、瓦解，但是不能指望咸性的药能够完全地把肿瘤的坚去除，必须要用温通的药使气机流转，凝滞之气才能解除，有时候单用温通的药往往不能深入到肿瘤的内部，或者说是凝结之气的内部，咸味的药往往能深入到凝结内部，用它腐蚀的一个作用，所以大家治肿瘤，尤其一些在身体内部很深的肿瘤，要多多少少用一些咸凝的药来辅助治疗。

我们配方子很大层面上要对气机理解，它是一种什么样的气机，这种气机因什么情况而生病，气是过缓了，过松弛了，过消耗了，过闭塞了，还是过于外越了，大家要有第一印象，然后再通过五味的配合，因为五味代表五气，通过配属来达到能纠正这种偏性的一种气团，用这种气团来纠正这种偏性。因为一味甘药不可能完全对症，所以你需要不断地配伍，要用桂枝的辛性，桂枝有辛通之性嘛，但是它的温性不足，所以要加炮姜，炮姜的通性不足，所以要和桂枝相配，又怕伤了阴分，所以要加白芍，酸味和辛味相配合，一个滋其体，一个畅其用，那么再加上其它药物的互相折中，配来配去，达到一种调和的气机的状态，让病人服用，去补充病人缺少的那一部份，这是医生要做的。第二个就是说使这个气能够运转，很多的病不是简单的不足或者有余，往往是由于哪气机不畅导致整个身体失调，那么你把这个不畅的地方打开，整个的去运转，因为大气一转，其气乃散，所谓大气并不是什么胸气而是整个人身的大气，整个大气应该是周运不息的，突然给堵住了，那么你把一点打开了整个气机就又继续运转了。

问：老师讲的层次神气形与平时讲的人的精气神是什么关系？还有请讲一下如何正确理解阴阳？

上次我记得有人问过这样的问题，因为古人不重视形的层次，更注重神和气，所以他们是讲精气神，没有把形放在一个非常重要的位置来考虑，气道的精华就在这里，而现在的人把形看得非常重，所以说神气形是三个层次，而精气神啊，气之精微者为精，有五脏之精，六腑之精，这种精都是气的精华的凝聚，同时又有五脏之神，六腑之神，这种神啊

就是统气的神，也就是万神之神，再说有神界的层次，有气界的层次，有形界的层次，因为今人太重形体了，所以我们把形也拉进来，作为一种层次来表述，古人《内经》不是说了上者守气，下者守形，一个是守形，一个是守气，西医是守形的一个医学，西医是在形的层次的理解，这个是一个。

还有正确理解阴阳，阴阳就是让人们建立一种对待观，任何一个阴背后都有一个阳，任何一个阳背后都有一个阴，阳出头了阴就在下面，让人不要顾此而失彼，用阴阳来阐释大道，阐释万事万事流转运行的根本所在，让大家看到变化的两个方面，这样对于我们任何的一举一动都是一种关照，也是一种自我的反省。有进则有退，有前则有后，我们说做任何一件事情有得和有失，你看我们面向南则背对着北，这就是一个阴阳嘛，阴阳就是一个代词，不要执其阴也不要执其阳，如果你能够很清楚的感觉到气的话，阴阳就可以不用在这里来讲了。大家学中医不要把阴阳五行放在嘴边，因为你不知道何者为阴，何者为阳，何者为金木水火土，古人是建立在气机的基础之上，不好给它表述，所以冠以阴阳和五行的名号。听时间长了的朋友应该都知道我们讲气道是不讲五行的，也不希望大家用五行的理论来做解释，那么是不是我不重视五行呢？我们也重视五行，只是想告诉大家五行背后的气机，只要大家知道了气机就能理解什么叫作五行，而且阴阳不是泛泛而论，必须要经过不断地实践和感觉当中去体会阴阳。你看前面我们说气血，气离不开血，血离不开气，气血相应相随，如影随形嘛，这就是阴阳，任何有阴的地方都有阳，没有说是一团阴气中间没有一点阳气，任何阴气的背后都是阳气，任何阳气的背后也都是阴气，负阴而抱阳，冲气为和，阴阳又要和合，这个问题太大了。大家还有没有其它的问题？要没有问题咱们就下课了。

第十六课 20080422_犀牛角和鹿角、串讲阴阳应象大论五段论

气聚、美目、康宣整理

大家好，很高兴跟大家交流，上次提出一个问题，关于犀牛角为什么是寒凉的而鹿角是温热的？我不知道大家想没想这问题，上次说首先把这问题探讨一下，如果有想发表意见直接上麦也行、打字也行，我记得上次讲过不管犀牛角长在前面的，还是长在两边的鹿角也好或者是羚羊角也好，几乎都是诸阳之会，头角—头为阳吗？所有的阳经聚在头上，有可能对长的角有一定的帮助，大家想一想为何犀牛角是凉的而鹿角是热的？这涉及到一个很根本的问题，这个问题可以引出一连串的中医思考、气学思考的问题来，讨论完这个问题把阴阳应象大论五段论串一下，这样《阴阳应象大论》算了结。

大家是这样回答的，我直接念出来，“犀角南方离火，鹿是北方寒水；犀角离中一阴，鹿角坎中一阳；角质坚硬锐，形像金，金性寒；水生的犀牛角性寒。”这个问题看似不经意的一个问题，大家没有仔细思考过，其实暴露出一个很严重的问题，学中医不能学到精髓的部分。还有人这么说的“鹿角形似木，木主条达性温”，很多外行学中医觉着“阴阳五行玄之又玄，不好学”，内行人也觉得阴阳五行虚无缥缈，寒热温凉不好理解。古人既然把本草传下来，大家就依照本草属性来制定，到后来也产生一些争议，公说公，婆说婆，莫衷一是，没有一个统一的标准，也没有办法来衡量，所以中医很难学，不管内行也好外行也好，不像计算机或者数学就是一个定理，几乎没有二义。但是中医是不是不能学，这肯定是不是的，中医讲究中医的学习方法，它的方法既直接又简单，路走错了步步错，大家学中医不可违背了阴阳五行，寒热温凉，如果始终浮在表面不能扎根，所谓扎根就是从根本之性去理解、揣摩，不能扎根只是知其然、不知所以然，用些名词套来套去。还有人

是这样说的“犀牛角在头的下部，阳中之阴，实质是鼻骨，鼻为肺之窍，聚敛、降之性；鹿角春天脱落生长”。大家讨论鹿角和犀牛角就可以推而广之，看看大家的理论能不能深入到其它角上，理论能不能站住脚，就可以一目了然了。

很多西医抨击中医没有科学性也是很有道理的，咱们对咱们的理论不能自圆其说、漏洞百出，才容易受到别人诟病，这也是理所当然，自己不能圆融，不能够用一条理论或者一个原则解释这样是不行的。还有说体用关系，有人说犀牛角是不是喜欢水啊，所以凉啊，同理鹿角不喜欢水，所以热：有人说鹿角属土而温。还有就是中医界对理论的争端由来已久，互相抨击诟病也是不胜枚举，所以说咱们讲的是气学中医，如果不能在气机的层面去了解寒热温凉，终究对中医不会有一个深层次的认识。有人又说了角属骨、属水、属肾，马上有人抛出了黄牛水牛，大家也可把羚羊、角马都放进来，所有长角的动物都可以放进来然后进行比较一下，哪些是热的哪些是凉的；长在前面的也好、长在两边也好都可以拿出来，这个理论应该是放之四海而皆准的，如果偏于解释牛角是这样解释、解释鹿角是这样解释是不符合科学性的。看看大家有没有其他的解释，犀牛角是独个离中阴。有人是这样解释，鹿茸是在东北方，东北是阴尽阳生之地，阳初生有生生之象，少阳生发之性；还有人说与生长的地域也有关系，犀牛头脑比较迟钝，视力差，但嗅觉和听觉敏锐，生活区域从不离开水源。

不知道有没有学过《周易》，象八卦还知道吧，乾坤震巽坎离艮兑。这样对大家说一下吧，这首先有没有不同意角为诸阳之会？我给大家提一个线索，既然大家都不反对头和角是诸阳之会，那么大家考虑一个问题，寒热和阳的关系是什么？也就是我们通过犀牛角和鹿角（鹿茸）寒热的比较来阐释寒热温凉的关系。大家再把一个插进来，就是水牛角或者羚羊角，热极生寒，寒热温润，寒极生热，热极生寒，阳气生发就是热，阳气收敛就是寒。大家从寒热去考虑这样才能找到问题的根本，可以说现在大家的回答接近目标了。只是给大家留一个悬疑，因为这个问题一定要考虑清楚，其实寒热都是大家的感受，如果没有感受也没有寒热。从物理学的角度寒就是分子运动减慢，热就是分子运动加快，有个很形象的比喻，热闹就是热，冷清就是寒。

这个我们知道八卦之中坎离代表寒热——水火吗，水火寒热之用，其实上面已经把这个问题揭示出来，我进一步阐释，有人这样说：阳气生发为热，阳气收敛为寒，有两个层面，一个是状态的生发和收敛，阳气发出来就表现出外热而里寒，阳气收敛了可能表现出外寒里热，我们这样来理解一团气，《内经》上说过：“气聚则热，气散则寒”，有气则热，无气则寒，一团气聚在一起越聚越热，跟太阳一样，核聚变越聚越热，爆炸之后中心温度、外围温度都散失，这就是散，阳气散则寒，这只是大致来讲。

也就是阳气要生长，表现出很热，哪热？主要是外热，外在的东西热，那么里面就缺失了，刚开始是外面慢慢的热，里面慢慢的寒，因为阳气都跑出来了。大家一定要看清楚寒热只是一种表象，热闹跟冷清用这去理解，阳气收敛，收敛回来里面就热了，外面就寒了。古人说的气聚，就是气聚在那，聚的地方就热，气没聚到，单位面积布散就少，只是聚在中间，中间就热，外面就冷，气散整个都寒了这是整个寒热的见证，不知大家理解不？用人来比，一帮朋友聚在一起很热闹——气聚则热，这些人散到好多屋里去了——气散则寒，这是一种，大家要清楚。第二种，为什么气生长则热，气收藏则寒，还拿这几个人来比喻，这几个人从屋子里向外走的过程中外面逐渐热起来，这叫气生长，阳气生发，这几个人慢慢的撤进来外面就冷清了，这叫做阳气收敛叫寒，这是两种辩证这就好理解，更简单的办法来理解也就是气用则热，气不用则寒，这当然也是说阳气，阳气发用则热，不发用则寒，这最好不用收敛和生长来形容，用发用和不发用来解释。

《系辞传》里有这么一句话，说阴阳的，乾道其动也直，其静也专，乾道的阳气有动静，动则发用，静则不发用；阴气，坤其静也翕、其动也辟，是阴气的动和静。这一点大家一定要准确的理解，阴阳是有动静，不是阳动阴静，而是阳可以动也可以静，阴气可以静可以动，阳气可以发用可以不用，阴气也可以发用可以不用。《易经》上还有一句话“阴阳相道，刚柔相搏，鼓之以雷霆，润之以风雨”。刚柔大家一定要理解，阳气可刚可柔，阴气可刚可柔；把气比喻成一个人就可以理解，男的可以发脾气，也可以不发脾气；女的同样可以发脾气也可以不发脾气，一定要拟人化，也是我们气学中医的一大原则，万物有灵。所以说寒热只是阴阳的一个属性，并非寒就是阴，热就是阳，不要对号入座。

在《周易》当中虽然没有提及气学，但是处处是用气学的思维，实际去理解气学的规律，我们只有进入气学或者进入一阴一阳的规律，才能很好的理解古人给我们留下这么多经典，中医的实质，不知大家明白不明白寒热不是阴阳，寒热是阴阳的属性，刚柔不是阴阳，也是阴阳的属性。关于一个阳气可以刚可以柔，可以寒也可以热，可以动可以静，可以聚可以散，可大可小，可收可放。阴也可以。这个大家一定要明白，大家上不上层次就看对阴阳的理解。可以这么说前面大多数朋友都把寒热按阴阳来对待，还有阴阳可曲可伸，云卷云舒，你把一片云理解为阳气或者一片阴气，一片云可以卷起来也可以舒展开来，所以说在这一块通过刚柔动静寒热卷舒帮助大家理解刚柔的属性，这个是非常必要的。而且阴不离阳，阳不离阴，统称为气。可以这么说，气可收可散、可动可静、可刚可柔、可寒可热，这样可以更好的来理解气学，也即是有阳的地方必然有阴，有阴的地方必然有阳，阴阳相错相离，就像社会的任何角落有男有女，男女错开就不好了，即便军队里也有女兵。不知道大家理解不理解，这是关键所在。现在有些人得病怕冷怕热，其实表现的寒热并非实际就有寒有热，如果把寒热看做阴阳的属性很快就会跳过寒热看疾病的本质。

问：什么是阴阳？

这个问题问的非常的好，我不知道大家怎么样回答阴阳，看有没有人来回答什么是阴阳，如果大家知道什么是阴阳，可以上到更高的一个层次。看看有没有人来回答什么叫阴阳，这个问题好像非常大，如果很简单了，阴阳也不称其为阴阳了。阳为发散，阴为收敛，动则为阳，气的生发与收敛，矛盾的两个方面，事物的两面性，相对固体化的就是阴，能量化的就是阳，运动强烈的偏阳，运动柔缓的偏阴，阴阳说明事物具两方面，世上本无阴与阳，只有一气生于它，阴阳是气的状态，一分为二，相对的两个事物或事物相对的两面。还有人回答，阴阳是指性质，如同是水气，阳轻轻上升，水蒸气属阳；阴重浊下沉，阴潮气属阴。大家说的都不错，基本区分出那些是阴、那些是阳，而且还认为是事物的两方面。其实对我们直观的理解阴阳是很有用的，比如前面我们说的动静、缓急、刚柔、上下、天地、卷舒，这些都是阴阳的两个方面，还有说是一种物质的两种表现形式。这些对大家认识阴阳非常有帮助，但都是阴阳的一种属性，你不能说就是阴阳本身。阳气生长就是阳，

阳气收敛就是阴，可以这样说。

我来简单的说两句，大家在上面基本上方方面面都涉及到阴阳了，也没有严重的把阳说成阴，把阴说成阳，阴阳在体制上面什么是阴、什么是阳不好说，如果一定要有一个定义，可以这样来说，有了分别就产生阴阳，就像慧能当时说的那样，风动幡动那个问题，因为人产生分别，我可以拿来套用一下，自己产生分别而有阴阳。可以有这样一个不恰当的定义，再做一个现实的定义，阴阳其实没有阴阳，但是有各种阴阳的属性，就是以上大家谈的。所以我们站在属性上认识阴阳，我们去谈论阴阳，不如直接谈论阴阳的属性，对中医来时说更能方便我们治病。

还有这么说的——一气本无阴阳，阴阳是认识一气的工具，这个话谈到气，气在一定的层次确实是存在的，如果能够认识气比直接谈阴阳更切实些，我们如果抛开阴阳直接说一气的刚柔，这个大家好理解了。像青蛙一样，青蛙一怒了肚子鼓起来——是刚，气消了是柔，青蛙的一气是这样的表现，青蛙往前跳这叫动，青蛙跳完不动了这叫静，青蛙很着急得想捕到一个蚊子这叫急，捕到以后在那缓慢的吃叫缓，冬眠叫卷，冬眠出来叫舒，青蛙往上跳叫上，青蛙往水里跳叫下。有人说：“人性本无善恶，一生分别则善恶生、阴阳见。”一样这个解释不错的。一气的两仪就是阴阳，阴阳只是仪。这样大家认识更深刻了，这样就说到阴阳根本。

接着来说鹿茸，在鹿角生长过程中，前面是鹿茸，后面是不断的骨质在生长，然后长到极致，这个鹿茸慢慢不再供上血液营养了，这个鹿茸就慢慢干瘪，然后这整个角就角质化的很厉害，那么这就是咱们这个角，所以说这个是鹿角区别于犀牛角、水牛角、羚羊角最大的一个特性，所有动物都没有这个能力，只有鹿有这个能力，也就是说骨质的再生，现在医学不断来研究它的再生能力来为人们服务。你看西医啊，他都能够很好的正视这个问题，从鹿角中发现这个价值来推动整个医学的前进，而我们学中医的如果连这点常识都不知道，只知道鹿茸补阳，那就是很悲哀的一件事情。所以说这个证明了首先一种生命力的旺盛，也就是阳气的一种发用，这个劲儿非常足，你想想这个骨头往上生长啊，人最难生长的就是这个骨啊，这个肉剝去一块儿还能长出来，皮擦破了也能长出来，唯独骨头，

手指掰掉了，你看手指还能不能长，所以说鹿角最奇特的地方就是鹿角能不断的生长和脱落。每年大家想一想，那不是说它折断了再生长出来，而是每年整个的大鹿角就掉下来，重新再顶出一个鹿角来，它生长的过程就是阳气往外发用的过程。阳气发用就是热嘛，那么这个就是鹿角的热所在，关键是这个角的生命力太顽强，新陈代谢太好了，这个也可以衍生到其他的植物，哪些植物生长的迅速，那么它的生机就很旺。我不知道大家了解这个肉苁蓉和锁阳没，这都是补阳的嘛，你看看形状也能大概有一个了解，那么好，这个是关于它的发用属阳，发用属热。热呀，就是阳气发用外在的表现。

那么下面我们讲一下那个犀牛角、羚羊角和水牛角，诸角啊，这所谓的诸阳之会并不是诸热之会，如果说诸热之会的话，那脑袋可能是一个非常热的地方。虽然这个脑袋，人的头啊是诸阳之会不避风寒，不怕风寒，但它也不会说是完全的产热，比其他的地方温度要高，反而头部是清凉的地方。你看很多穴位啊，还有天啊，都叫做清天，不叫做热天，清凉世界。乾为清，为寒，为冰。也就是阳气在天啊，并没有表现成热象，也就是并没有发热，这是大阳不热啊，真正的纯阳不热。这只有是离啊，离是阴阳相交嘛，发用才热。离主热，而乾不热，三阳不主热，大阳不热，阴阳相交产生寒热。由于它不热，不热就寒嘛，表现出不热之寒，叫做清凉，不能叫做寒，不能叫做阴寒，叫做清凉。所以说你看有人说犀牛角是大寒，有人说是微寒，那么这里可以和大家说这个犀牛角的寒哪也可以叫做清凉之寒，这个大家一定要记住。这个真正的诸阳之会，就是这个乾，天，是个清凉的世界，它的阳气啊没有表现在寒热上，而表现在什么上了呢？而表现在，比如，天表现在它的广阔，无边，完全覆盖大地，或者是清新透明，为尊贵，在上，表现在这方面。同样，这个角啊，它的阳气表现在哪个方面呢？它的阳气表现在它的坚硬和尊贵上，而没有表现在热上，这是关键所在。这我不知道大家听明白没有啊，这犀牛角、羚羊角表现在坚硬和尊贵上，所以说你看啊，这个雄性动物比来比去啊，就比这个角，谁的角好看、强壮、大、坚硬、尊贵，表现在这些方面，而没有表现在热上，如果表现在热上就坏了。鹿茸在生长过程中是热象，一旦生长停滞了，它的热象相对来说也要退去很多，所以说完全长成的鹿角不能说是热了，只有生长着的才热，所以为什么用鹿茸啊，只有它生长的过程中才表现

了温热之性，而一旦停止生长，长成了就不表现这种温热之性。而犀角它不会脱落，缓慢的生长过程中不需要这种生发去催动它，所以说它只顾表现它的坚硬、强劲和尊贵这些。这个大家听清楚了么？而不像之前哪，大家所说的那样，来理解这个角的寒和热。

那么大家可以看一下《内经》、《本经》啊，关于犀角的功能的描述，我给大家解释一下，现在医学把这个犀角啊主要用来清热、解毒，这是片面的。如果大家想学好《本草》，希望大家认真来读《本草》经。你看这个犀角苦寒，我不知道犀角苦还是不苦，我没尝过，“主治百毒蛊注，邪鬼瘴气，杀钩吻鸩羽蛇毒，除邪，不迷惑魔寐。久服轻身。生川谷。”不知大家看到我打出来的没有，这个是什么意思呢，大家不要小瞧这一段文字啊，所谓百毒，为什么犀角解百毒？因为犀角啊，它具有这个坚硬、强劲和尊贵的这个特性，这毒啊，无非是阴毒阳毒啊，这个都算，所谓毒啊，气聚狠了就是毒了，太浓了，阴气太浓，阳气太浓，偏性太厉害。在这里面啊，犀角它有避百邪杀鬼魅的功能，这个正好表现了携阳气的光明，正气的乾天吧。这个很多的细菌、病毒一见到太阳的紫外线马上就死掉了，很多见不得人的事不能在光天化日之下做的，也就是阳气有一个消除群阴的功能，这个百毒应该这样来解释。蛊注也是，所谓蛊，是蛊惑嘛，就是一种虫子嘛，注，是流注。还有邪鬼瘴气，邪是病邪，鬼是鬼气，瘴是瘴气。下面所有的都是，杀钩吻，钩吻是一种植物，这是剧毒的，鸩当然是，饮鸩止渴，鸩羽嘛，鸩鸟的羽毛是有毒的嘛，还有蛇毒，你看这一串串起来都是百毒，蛊气，流注，邪气的流注，邪气，鬼气，瘴气，钩吻的毒，鸩羽的毒，蛇虫的毒。所有这些东西啊，都是阴邪之物，那么，犀牛角啊，秉诸阳之会，有着坚硬，强劲和尊贵的这个特性，足以来杀掉这一切阴邪之物，是这样来解释。包括那个除邪，使人不迷惑，不迷惑于什么呢？使人不迷惑于邪气。所谓魔寐，就是人身正气受到了瘴气的干扰产生的梦魇，寐是睡不醒，阳气不展，导致睡不醒。消除群阴的能力，这个犀角啊，秉诸阳之会啊。而且犀牛角啊比羚羊角更具尊贵之性，因为它就一个嘛，生在前面，而且大。

这个我不知道大家能不能很好的跟着我思路在走啊，也就是你要真正读好中医，必须改变你整个的世界观，整个看问题的方法，你才有可能对中医深入。天地有不正之气，有

正直之气，有阳光有黑暗，那么犀角秉诸阳之会，带着阳光之气，它可以杀灭一切黑暗。也不能这样说，它不是杀一切黑暗，能够解除很多的邪气。那么同理凡是有诸阳之会，秉阳气所居这样的事物，它都有这种能力，大家可以看本草，凡是秉特异之性、正气的事物，事也好物也好，都有种能力。所以说古人的《本草》有大量的这样的描述啊，后人都删减了，只用它的寒热和特异性来治病，这是片面的。同时由于这个犀角有坚硬之性，所有坚硬的事物都有破坚的能力，这个大家可以记一下，也可以到《本草》去找，因为之前我没有做准备嘛，就不给大家去摘抄了，所有坚硬之物都有破坚能力。比如石膏啊，我们只说石膏有清热的能力，但石膏它是一个石头啊，凡石头都能破坚，你就当作破征瘕积聚，只是程度和轻重缓急的问题。那么犀角它同样秉着尊贵之性又有强硬之性，当然它有让各种毒，阴毒阳毒，进入身体的毒立即消散的能力，但是不是用一个犀角就能完全解决呢？这个不是这样的，因为大将还要有群臣来吸附，也就是说犀角一个独用也不能解决问题，也不是说这些百毒蛊注，进入身体的有形的一些东西也不是单纯的一味犀角可以解决的。即便中了阳毒阴毒也一样，所以说必须有其他药物帮辅，比如地黄、金银花、连翘，必须要这样的药来帮辅，才可能共同完成一件事情。那么还有一点，就是说这犀牛角啊，它是否是清凉的我没尝过，如果说有清凉的感觉，那么它这个阳气收敛成尊贵坚硬之后啊，这个清凉之感也表现出来，所以它有治大热的能力。这个热不是我们所说的三黄黄连黄芩黄柏之证，而是层次更深，有点毒的那种性质，同时要配和其他清热解毒的药才能共同取得效果。

问：犀角味苦寒，如何能消除群阴？

它是否苦寒哪，我们暂且不论，因为这个苦寒它并不是味道上的，有说大寒的，有说微寒的，这个消除群阴那，刚才说了，寒不代表阴，你说瘴气鬼邪，百毒蛊注，这个都是群阴，那你说它们不是群寒，这个刚才一再强调这个问题嘛，我觉得不需过多做解释了。

人之气机有升降出入，药也有升降之别，而现在有几人能识？

没错，是这样的。

再看看大家有没有问题啊，也就是犀角的寒是清凉之寒，如果它没有强劲尊贵这种性

质，那么它是和薄荷没有太大区别的，就是这种寒跟三黄黄连黄芩黄柏大黄这种寒是完全不一样的，一个是阳气收敛留下清凉，另一种是直接的阴气发用为寒，也就是我们把三黄的寒叫做正寒，因为寒是可以去热的嘛。有人打出了羚羊角的作用，大家可以看一下，“味咸寒，主明目益气起阴，（去恶血注下，）辟蛊毒恶鬼不祥，心气，常不魘寐。”前面先暂且不论，大家看后面，蛊毒恶鬼不祥，安心气，常不魘寐，这些和犀角的作用是同样的，具有这种尊贵坚硬之气，好像缺了个“去恶血注下”吧，然后我们把这个结了。

这样我把这个犀牛角、羚羊角，还有鹿茸角总结一下，主要想告诉大家一个什么呢？阳气发用是热，不发用是寒，而且阳气大用不热，大家只要理解并且能够以后在临床理论上思考就可以了，这是第一，第二就是凡是坚硬的东西都有破坚的能力，这第三点，所有尊贵、秉阳气而生的都有辟百邪的能力，还有一点，就是不用而用的这个寒凉和这个阴气所结的三黄大黄的苦寒是有本质区别的，大家知道这几点就可以了。

问：这个羚羊角为什么有明目的作用？

“主明目益气起阴，去恶血注下，辟蛊毒恶鬼不祥，安心气，常不魘寐。久服，强筋骨，轻身。”这个羚羊角我见过，大家可以展开思路来想下，为什么羚羊角可以明目。这样吧，这个作为我们下次讨论的一个话题吧，因为这个明目又会牵扯出一个问题来。

你看这样来说吧，羚羊角为什么明目，我不知道这个是不是来解释的，还是来解释恶血注下，清凉血热，下面又说条达气机，条达之气，长而坚硬，生发之力，以应东方，畅达肝气明目，热结用羚羊角，寒结用麻黄。去恶血注下，恶血去，新血生，故明目。阳明者，胃也，为木之母，肝与木有关系，咸寒以补水，水足则目明——陈修园，五脏之精上注于目。这个跟大家说一下啊，像这样的解释，包括陈修园这样的解释，咸寒以补水，水足则目明也，是不是还有什么药是咸寒的，大家这样来推就知道了，鳖甲是咸寒的吧，龟板是咸寒的，那么玄参是不是咸寒的？那看看他们是不是明目，然后你就来推这块就可以了。还有说是不是补水，那生地也是补水的，那是不是生地补了水它也能明目呢？五脏之精上注于目。还有一个回答的，这个回答的我记得说的过去，透明，内中空，气可通于上窍。大家要理解两个问题，什么叫明目，这个目是什么？明目代表什么意思？然后再去直

观的理解羚羊角为什么能明目，那么从而引申你说羚羊角明目这个特性是否应用于其他相同特性的植物或者动物上。

你看我可以这样和大家说，所有坚硬的东西都有破坚的能力，这句话不是空口瞎说的，不止用在犀角，这个《本草》挨篇去翻去，所有坚硬的东西，你看哪个东西坚硬，《本草》后面有没有两句破坚的东西，或者这样的症结，破坚破恶血，你看有没有这个能力。基本所有的中品、上品、下品都算上，这个《本经》后面都会多多少少注一个它有破坚的功能，这个没有什么好怀疑的，大家可以回去看去，如果是有心人的话。它的所有尊贵的东西都有去百邪的能力，你也可以翻翻本草去看去，也就是如果我们提出一种理论或一种假设的时候，一定是放到任何地方都说得通的。那我不知道为什么陈修园哪，他在这个地方，是这样来说这话，他这个非常不负责任。首先大家一定要自己要先攻自己，你攻不动，这个理由有可能站得住脚。咸寒以补水，水足则目明。那么首先两点，第一是不是所有补水的都有明目的功能，第二个，是不是所有咸寒的都有明目的功能，他这个如果说得通，水足则目明，但是为什么在羚羊角这儿，它单独拿出来可以明目，而并没有在其他的咸寒的或补水的药当中去单列这条明目的功能，那行，先这样吧，我们先休息五分钟吧，然后我把这些串一下吧，利用半个小时串一下吧。

咱们没有问题的话，我来讲最后总结一下《阴阳应象大论》当中的东方生风的五段论，这次拿出相当的时间来讲这个五段论，我记得刚开始就跟大家说过，这部分作为学习《内经》的一个眼目，五段论了解了之后，你对气机有基本的一个掌握，那么再学习《内经》其他条文可以融会贯通，如果你说学《内经》学地如何如何好，这五段论你不能很好地解释，也不能说你学中医学到家了。《内经》中说“昭乎其如日醒，窘乎其如夜瞑”，也就是你是否能知道眼目，你知道就像大白天走路一样，想到哪就可以到哪，你要不知道了就像晚上走路一样，怎么走怎么黑，茫然不知所措。

前两天有病人跟我反映，她找一个大夫看，她那是个产后风，这个大夫给她开方子，后来我看着方子了，产后出汗，大夫最后用龙骨、牡蛎两味药各 30 克，前面加一个补气补血的嘛，那补气补血只是简单的白术啊黄芪啊白芍这样的药，也没有加些关键性的药，

后来出汗很严重嘛，就汗流不止，最后一个方子就加了龙骨牡蛎，我记得我在很早以前跟大家讲课的时候就说过，这龙骨牡蛎它不可能收这种产后气虚血虚这种出汗，为什么呢？因为虚在有形上，用龙骨牡蛎无形之性去收引它呀，不可能达到目的，这一点就告诉大家什么意思呢，你一定要知道每味药的药性和它的发挥的层次，如果不是一个层面的，它即便有收性也不行，而且有汗勿止汗嘛，泻而勿止泻，吐而勿止吐，不要光看现象不抓本质，这个她出汗成那样，几乎所有的涩药你都上了，你这个汗还是止不住，一定要注意疾病的本质而不要去注意它的现象，所以学好这个五段论对我们非常有帮助，而且问题是这个龙骨牡蛎它收的也不是有形的东西，它收的是无形的东西，有机会给大家讲一讲龙骨牡蛎这个药啊，亡阳的时候可以用，其他的收涩尽量不要用。

咱们主要来讲一下这个五段论呀，我只是给大家串一遍，因为原先都讲过了。一气之变化流行在人体上，有人说无非水火一团气，就是一团气，气动分阴阳，分对待，它分了五个，也就是东南西北中，一团气一个轴嘛，一个皮球，是不是它有上下左右，东南西北中间呀，如果平面的来说。那么这团气必然有五个属性，如果分成五份的话，因为五就很有意思，五是合天道的，你看那个花很多都是五瓣，这个是有它的原因，这个原因大家可以回去思考，如果不明白到时可以问我，所以说五行不是白起的，很多事物都是按五这个数来走的，五这个数非常奇妙。那么既然天道自然，把这个气分成五份，五份都得占一个嘛，那么正好人身运化、自然造化就分成了开合缓急舒，或叫升降开闭和，开合升降和中间的斡旋之气，也可以叫升降开闭和，和就是中间的和，还有就是和缓的和，这个怎么叫无所谓，大家能够理解这种状态就行，你也可以叫升降开合，咱们这样吧，就叫升降开合调吧，这个是对它的状态、它的运动轨迹来说。中间来表现的肝和脾又是一对缓和急的代表，那么肺也是舒气的代表，这里面心就是开气的代表，肾就是闭气的代表，又是一个角度来理解这个五气，那么这两个角度来看五气，我们就能通过这两个角度来解说五段论当中的所指，那么我们来看一下。

我们从五味这开始串，很简单给大家串一下，酸者收也，收气的代表，苦者发也，发气的代表，土者甘也，缓气的代表，金者辛也，散气的代表，水者咸也，凝气的代表，就

是这样嘛，酸者收也，苦者发也，甘者缓也，辛者散也，咸者凝也，你看这个五气串了啊，五气一个是收、发、缓、散、凝。那么接下去往下走，肝心脾肺肾我就不说了，肝心脾肺肾到筋血肉皮骨要说一下，这个筋气是聚气的代表，收聚嘛，血是流通之气的代表，苦者发也，火者开也，这都是流通之气，肉是和缓填充之气的代表，也就是脾者缓也，大家给记一下，回去自己整理，融会贯通，皮毛是发于全身而有收涩作用的代表，这个骨髓呀，骨髓是凝涩在中、支撑身体之气的代表，闭气嘛，闭在里面了，就起支柱作用了，凝嘛，凝在里面了，凝结。

那我们再说一下肝主目，心主舌，脾主口，肺主鼻，肾主耳，这一条线给大家串一下。目是神魂之所游行出入的地方，肝主魂嘛，主生发，所以主目，生升之意嘛，有神有魂有精神在，生机才在。心主舌是搅动之气的代表，舌主搅动嘛，心机或者从动这一方面来体会，心主血嘛，血主运动，血也健运不息。脾主口，是容纳之气、吞吐之气的代表，我们讲过脾主容纳，主包容，那么口就是这个之气的代表，口主容嘛，能容物。那么肺主鼻呀，鼻是通调之气的代表，肺主发主散，是相傅，通达呀，到肺这儿非常通达，散，都散开了，当然通达，四通八达，通调天气，通过鼻中发出。那么肾主耳，肾主收纳，主收藏，耳是一个耳洞嘛，肾主收纳，被动的，主隐主藏主闭，那么耳是这种气的代表，那么这条线我给大家捋了一遍。

接着在声为呼，从这开始说，今天讲最重要的地方吗，次要的都不说了。所谓在声为呼，呼是怒发之气的代表，它主生长嘛，主怒发嘛，是怒发之气的代表，呼出来，由里达外，由下达上。这个南方生热呀，在声为笑，这个笑啊，咱们不是说了吗，心主开，是开合畅达之气的代表，爽朗的笑嘛，大声的笑，非常喜悦嘛。那么中央土，在声为歌，这是缓和之气的代表，和、缓、畅，笑是爽朗畅快，这是两个意思啊，一个是在上，一个是在中，笑和歌是有明显区别的，因为脾主缓畅，我们讲过，所以在声为歌为缓畅。到了肺了，在声为哭，哭是衰败、衰落之气的代表，肺金嘛，由极盛而到极衰，从盛而衰，向下滑落，金主降嘛，主宣散主降，前半部分宣散，后半部分降，后半部分降就是声为哭，悲哭之哭，向下降，物极必反嘛。那么到了肾了，在声为呻，呻是下气发动的代表，里气发动，呻吟

嘛，你看所有的阳气凝涩在里面，外面笼罩着阴气，它整个的感觉失去了自己的位置，开始在里呻吟，呻吟的病人声音都很深，可以深达肾部，是肾气出现问题，所以在声为呻，呻是呻吟的呻，从里面发出来，那么我把声也串了一遍。

然后咱们说变动，变动就是相反的一面，肝变动在握，所谓握并不是手握，脚拘挛、手拘挛、角弓反张都叫握，肝生长条达，那么这种条达生长之性被约束，那么就产生了卷曲，那么就是握，在变动为握。那么心在变动为忧，心在上位，居在上位，爽朗笑的背后，相反的一面就是忧愁。脾在变动为哕，脾主容纳，容纳无形之物，容纳之后四布于全身，胃也是容纳有形之物，然后由脾接管，容纳无形之物然后推运到全身，那么它反面就是不容纳了，就是哕出来，不是有形的物质，有形的是吐，无形的气上逆叫哕，上逆不容叫做哕。肺变动为咳，肺气下降，宣布而下降，它的变动啊，相反的方向就是上逆做咳。肾变动为栗，肾主坚凝，气聚在里，里气如果说变动啊，结果是凝闭之气受到冲击，表现为全身的战栗，不仅因为寒而战栗，恐惧、惊吓都可以表现战栗，肾精不固而产生战栗，好，变动这一条我们也捋了一遍。

还有一个肝在志为怒，肝就是上升嘛！怒则气升，和怒放是同义，象花朵一样都开了，在志为怒，志是神气的意思。心得位在上，在志为喜。脾在志为思，脾气缓和畅达在中焦，利于思考，思则气结嘛！安定之气才能有帮助思考，不可能是气上下乱窜能有思考，思则气结，气结在中间，不能和顺畅达了，就是气结了。肺在志为忧，这个好理解，气下降失位，表现出忧愁，气降。那我说一下肾，在志为恐，恐则气下，恐惧就想找一地方藏起来，惊恐，恐则气藏，那好主要的问题咱们都窜过一遍了。

还有最开始的，东风生风啊，风这个事物是生机的代称，没有流动，没有风也就是没有生命，肝者气升，充满了生机，这个生机旺盛于外表现很热闹，就生热，湿气有水汽湿润的环境最利于生命的生长，那么这个就是脾主湿这种环境，相对有一个湿热，湿不是指的潮湿，而是有生机的环境，这种环境生命才能得以维持，所谓的燥，也不是讲的干燥的意思，讲的是清明之气，因为肺气通达嘛，它不允许有湿气停留，湿气蒸腾，就是燥跟晴天一样，象征天下大白嘛，最后一个寒，所谓气凝于里，外相表现为寒，因为生机不再外

相表现，在里面，就是这么个意思！基本就串到这吧，时间也差不多了，看看大家有什么问题，拿出时间我们随便交流下，《阴阳应象大论》我们告一段落。

这个《阴阳应象大论》我主要是让大家了解一下气机的概念，没有说到有形的东西，都是概念的问题，也就是学习中医的方法。你不要直接陷到形质方面，我们讲过，神、气、行这三种状态行的层次，我们讲的就是气的层次，形的层次是西医的层次，气的层次是中医的层次，你只有从气的层次来了解，你才能学好中医，我觉得这样给大家讲机会难得，因为我有一个讲的机会，大家有一个听的机会，可能不同于书上讲的，或者常见的中医的古籍上讲的，我讲也是诚惶诚恐啊，生怕给大家讲错，你就关键是思维方式的改变，而不是学到多少东西，知道了多少条文，看大家有什么问题，方方面面的，有什么问题？因为中医都是这个样学过来的，如果你按照西医的思维方式啊，这个东西就没法学了，你进都进不去。象我们说犀牛角鹿角的区别，大家可以想想，无非讲的是一个气机变化，无非是开合、升降、收藏、缓急、卷舒，就没有其他的東西，也就是学一而天下毕，这个道理谁都可以说，但是如何应用到我们的应对所有的事务上，中医的临床上，就看你是不是能够时时刻刻着眼于动静、刚柔、卷舒、升降、开合、缓急，这些气机上的理，不然很难学理。

问：阳气者，精则养神，柔则养筋，如何解？

这个我跟大家说一下啊，阳气可以发用、收藏，可刚、可柔，阳气者精则养神、柔则养筋这个意思啊，是这样来说，阳气啊你不断的耗阳气啊，阴阳之气你耗完了很迅速的，阳气精，也就是安定、内收一个状态，那么神呢，精气神，神呢有一个气的依托，才能养神，也就是这个人身体不强壮，它的神也不强壮，身体强壮了，它的神也旺，神旺了，同时气旺，这是一个相辅相成相互依赖的问题，所以说你的阳气内收啊，安定啊，你就精神也得到了滋润，有的人才华横溢，身体衰弱了，也就不行了，阳气耗完不能养神。

柔则养筋，说的也是这个意思，阳气不能刚燥，很多年轻人仗着身体好，干了很多违反自然规律的事情，熬夜、通宵打麻将、出去打架、逞强、用意、房事不节，这都是使阳气不能很好的调柔，不能很好的濡养这个筋骨血脉，这个筋啊，代表了整个人的筋骨血脉，不知道你听懂没听懂，说的意思无非就是要爱惜阳气，使他调柔、畅达、内收、这个才可

以使得神的层次可以养神，气的层次可以养筋脉血骨。

问：辛、苦的味是怎样的状态，咸是发、苦是收？

这个不是这个样的，咸是收，咸是凝嘛，凝结在一起了，苦是发，苦体是收，用则发，记得我讲过手榴弹，他没有用肯定是凝聚，这个就是苦体，抛出去爆炸就是发用，所以说我们吃的这个苦药啊，凝结了很多苦的元素，但是吃下去之后苦发用的，这个要理解一下，苦体是聚的，苦味是发的。

问：阴阳是指有其物还是只是说理的方法？

这个前面我们讨论过了嘛，这个只是一个说理的方法，没有真正的阴和阳，你一定知道背后的东西，拿高矮说嘛，个矮的是阴，个高的是阳，那么如果把个子高、个子矮搞平了，你能说个子高是阳，个子矮是阴嘛，都是一个说理的方法，你用的时候一定记得他背后是指的什么，光说阳就是不对了，阴阳是个代替。

问：在天为玄，在人为道，道是什么意思？

你这个理解吧，这个怎么说都成了，在天为玄，在人为道，玄理嘛，道就是规律就是道理，为什么在肝这一块来说呢，因为跟下面是对不上的，第一个可能是一段衍文，是多余的，这一块说的也可以，因为是来了个发挥嘛，肝是生机的代称，生生之源嘛，所以说对肝应该多关照一下，在天为玄，在人为道，在地为化，化生五味，道生智，玄生神，这块太玄了，你对下面理解清楚了，这块可以理解！在天为玄，在人为道，在地为化，这是三个层次，这是在讲生机，这怎么说呢，生机从虚无中出来的嘛！没有生机天就绝了嘛，所以把生机放在很重要的位置，上中下嘛， 在上面的天道，在中间就是人道，在下面地道！就是化生万物的生机，就是这个样子理解，化生万物了，才可以长出了庄稼，长出了五味嘛，

问：苦体在收，在用为发，能举一个药吗？

很简单我们举例黄连嘛，这个也不能用收，可以用作聚，那聚了很多的苦味元素在里面嘛，那么你吃了之后，黄连直接就发了，发它有破的能力，所以说我跟大家讲过，苦为发、为破，而不为降，降是气机发了之后的气机运化的自然的现象，因为泻心汤嘛，心下

痞，苦以发之，半夏、生姜辛以散之，黄连、黄芩苦以发之，把这个心下痞发开、破开，痞气解开，气机则通！该降降，该通通，这个药物都有两用性，一个体一个用。

问：如果说理方法那是阴阳，阴阳者，天地之道也，万物之纲纪变化之父母，生杀之本始，神明之府也，怎么理解？

那么这个好理解了，阴阳之外的所有代名词，那么所有的大东西，万物之纲纪变化之父母，生杀之本始，都是什么意思呢，都是揭示万物龙虎相斗，你争我夺，才产生了万物世界，化生万物，如果说没有阴阳，那么是不复存在的。

问：有人说龙骨、牡蛎收敛之性啊？

我只是讲一下这个龙骨啊，都是古代牛马羊的骨头，都是化石嘛，你挖出来，它有潜镇之性，潜藏在底下，封藏了几千万年变成化石了嘛，这个东西藏了那么长时间了，它有潜藏之性，而且大家知道，石头填了，动物骨没了，它能收无形之气，煮完了之后不能溶解于水，起码解析出来的东西很少，一个气，这个骨收气，潜镇收涩藏，这个龙骨你舔一口很涩，这个东西外用很好，但是它只能收阳气，阳亡了之后，在无形的一方它有收的能力，你像血虚、自汗盗汗，效果很差，它不是靠这种无形的物质收回来的，因为没有这个能力，有形用有形的办法，无形用无形的办法，一般只能用一次，都用于急用，很多阳虚的千万不要用龙骨，阳虚气血虚少，千万不能用龙骨。这个有形最好就是四君子、六味地黄，大亡血、亡阴用生地、山萸肉、山药这样的药，气血充足补上来了自然不出汗，这是一定的道理，这是有形的东西，不解决气血虚的问题是万难的。龙骨、牡蛎非正道，你想想潜藏那么多年了还有多少生机，天天熬汤药喝，黄芪、党参、山药、山茱萸、生地、熟地、麦冬、甘草、大枣、饴糖这些东西补气血，味道都是甜的，补百脉的作用，所以用药要用君子之药，不要用一些很有问题的药。

问：苦为发破？

微苦则小发、小破、大苦则大发、大破！

苦能坚阴的说法不对，没有说苦能益阴，这个说一下，甘药能益阴，甘药酸甘益阴，辛甘益阳，中药甘味药占七成，酸味药二成，辛味二成，这个是开方子的标准。以甘为主，

因为所有的东西都需要大地的滋养，所有的方子甘药至少有一半；把《伤寒论》中所有的方子都算上，攻伐方子甘味药占三成，补益方子甘味药占七成，这个是一个不公开的秘密，跟大家说了，是一个原则。所有的方子的配伍都在味道上，不下功夫尝不行的。酸药微酸，苦药微苦，大凡治病，除非是实证，才用大苦、大辛的药，现在人的汤药不好喝是对我们的耻辱，首先汤药补药非常好喝，喝的时候不反感，如果自己虚喝了会非常舒服。现在人开方子少君子多小人，搞得药腥臊乱臭没法下咽，完全把病人给耽搁了。两阴夹一阳是坎卦是不对的，非常有问题，因为不管是丹道上讲，还是我们日常生活必须有土气从中间做和事老，做中和，也就是甘味药，这没有任何疑问。

所谓的良药苦口跟大家说一下，古人得病多实证，苦药能治，用甘苦之药，所有的方子都有甘药，为什么加甘草？不是平白无故加甘草，《伤寒论》上大部分方子不管是补益的还是其他都是在甘药的基础上再加其他药，古人多实证所以加苦药破而发之，没有人说补药非常难喝，现在人用全蝎、蜈蚣、羌活，还有其他的乱七八糟的搞不明白的药放到锅里以后，熬出来烂臭，捏着鼻子喝也不愿喝，好药都很好喝，大家尝尝《伤寒论》的方子，麻黄喝过吧，这个基本没有什么味道，桂枝甘味还有点辣，芍药微酸，石膏也没有什么怪味，知母熬出来微苦，也没有什么怪味，黄连是正苦，为什么不拿苦参熬出来喝，可以尝尝苦参有多么难喝，开方一定要注意，就是加一个药就会难喝的不得了，苦参都是外用，基本不内服。大家多看这些方子，经方之所以叫经方是有它的道理的。甘味占第一，你看着不起眼，其实起着决定性的作用。甘中见辛，甘中见酸，甘中见苦，甘中见咸，只是比例搭配的问题，淡味也属于甘，白术、茯苓也属于甘。现在一些治风湿病，不知道补气血只知道用祛风湿药，罗列祛风湿药物的大集合，太有问题，今天就到这。

第十七课 20080426_答疑解惑

善从之整理

有人问了一个问题，是关于“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚，以经取之”。可能有些也有一些类似的问题吧，关于以经取之啊，不盛不虚怎么来解释？在这里呢跟大家交流一下。“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下者灸之，然后呢是不盛不虚以经取之”，总之这样跟大家说一下啊，这个我们从气学中医这个角度来讲一下，大家就可以一目了然。

什么盛则泻之，人身体经脉某一部分气过于盛，这个盛当然是邪气嘛，不是真正的正气盛，也可以说就是气盛，就是气过头了就是盛，气盛就是要把这个气泻出去，古人这个针灸，尤其《黄帝内经》的《灵枢》关于这样的论述很多，这个泻的手法在《内经》中也是阐述出来了，现在真正能够懂这个补泻的，针法补泻的已经不多了，只是扎一个针学学意思，但是我们讲的真的能够把里面这个气泻出来，这个就需要一定的针法和手法，还有一定的基本功，这个泻出来，泻则凉，透天凉那个凉，也就是你这个泻出来，若有所失，这个气盛则泻之。对于虚则补之就是用补针的办法，能够把这个气能够聚在虚的地方，填补空虚的气机，这个虚则补之。当然如果说是热则疾之，这个扎针尽快的使两头或者从某部分泻出来。这个寒则留之，要留针要让人身的整个的气机慢慢的向寒的地方去温煦，留针使气得蓄，这个是寒则留之。陷下者灸之，当然是陷下了他那个气机是虚和寒的，需要通过灸法弥补他的虚和寒。

然后这里面不盛不虚以经取之，什么意思呢？这关键问题是两点，第一个什么叫不盛不虚？第二点是以经取之，这个取之以经调之还是以经取之？这个都可以啊，这个以经取之我们理解成以经取得什么东西，以经取之咱们就理解这个取是什么意思？这个首先咱们说第一点问题，这个不盛不虚是不是一种正常状态，那有人说你不盛不虚就是平嘛，平就

是平人之脉，平人之气嘛，这个跟大家说一下不是这样的，他这里面讲的不盛不虚肯定是一种病态啊，如果说不盛不虚是一个正常状态就没有必要咱以经取之了，从后文咱们可以往前推，不盛不虚是一种病态，也就是病态的情况下也会产生不盛不虚，那什么意思呢？很多人可能就是不理解嘛或者陷入其他的误区。

也即从我们的气学的角度来讲啊，这个气机的状态不仅是一个盛和衰的问题，盛和虚的问题，盛虚只是气的一种状态，那个还有其他的状态啊，总之有正常的状态和不正常的状态，也就是不正常的状态不仅表现的盛和虚上，说句很简单的道理，这个比如说某一个气机，这个盛和衰你可以从量上来理解，邪气盛和正气虚，一个量上的问题，但是有时候人的气机不是表现在量上。

打一个简单的比喻，就说今年的年景或者说去年吧，咱说去年的年景是一早年，那么这个我们可以理解成虚因为没有雨，这个大家好理解吧。或者说前年的年景是涝，那么我们把他叫做实，因为下雨多了嘛，那么这个叫做盛和实，那么今年的年景啊即不早也不涝，那么即不早也不涝是不是一个好的年景呢？不一定，这个大家理解吧，咱们就拿这个旱涝下雨啊来做比喻，不拿别的虫灾啊瘟疫啊咱这个都不说，只说这个下雨的多少来做一个评判正常和不正常的标准。那么去年下雨少叫做虚叫做旱，前年下雨多叫做涝叫做实，那么今年呢下雨啊既不多也不少正好，那么我们也不能仅此判断今年是一个正常年，为什么呢？这个我直接跟大家这样说了吧，你该下雨的时候下雨，不该下雨的时候不下雨，这个叫做正常年。那么反之今年不该下雨的时候下雨，该下雨的时候不下雨了，那么这个就是一个反常年。比如说这个春天春雨贵如油至少下一两场雨，但是春天一两场雨也没下。倒是不该下雨的时候就下雨了，比如说这个夏天没下雨冬天确下雪了，这个叫做旱涝，这儿在一年景中叫做风不调雨不顺，那么加在一起那么我们就说今年年景不调，该下不下，不该下时下。其实整个一年来说呢不能断定是早年也不能说他是涝年，而是一个旱涝不时的年，这个就叫做不盛不虚。也就是说某条经脉或者某个部分并没有完全表现出实症，也没有完全表现成虚症，而是表现我们所说的虚实夹杂的症。那么很多中医院的老师就说，很多人得病也不是虚也不是实，他是虚实夹杂，那么虚实夹杂这么一种症我们就不能说他是

虚还是实，所以说把这个叫做不盛不虚。

那么虚实夹杂是不是虚则填其虚，实则去其实呢？那么这就是一个问题了，虚实夹杂这个现象是标还是本，这个跟大家说一下，现在很多人得病，尤其城里的人得一个病既不是虚症也不是实症，从标上看确实是一个虚实夹杂症，就是说寒热嘛他就是上边寒下边热，下边寒上边热，或者左边寒右边热，总之你也不可能典型的判断是寒症还是热症，也就是不能完全断定是实症还是虚症，这时候下药你就无所适从。

那么这样跟大家说一下啊，所谓的虚实夹杂只是一个标不是一个本，那么这种病怎么治？比如简单的《伤寒论》上有一个方子，他是“胸中有热，胃中有邪”，他用了一个黄连泻心汤吧，这个教材上是这样来写的：用黄连、黄芩泻心中的热，用干姜温胃中的寒，达到了这个去热温寒的作用，那么这个看似有道理，其实这样作解释是非常不负责任而且容易把人误导。

“伤寒，胸中有热，胃中有邪气，腹中痛，欲呕吐，黄连汤主之”，我们看一下方子，这个黄连三两没有黄芩啊，没有黄芩就算了，黄连代替了，确实是一个寒热错杂的一个方子，有热有寒嘛，这个用方很有意思，他到底是一个寒症虚症？，而且用寒热错杂的方子来治呢？那很多人想不明白。其实我跟大家说一下，胸中有热胃中有邪气腹中痛欲呕吐，这个是中焦气机阻滞的一个病症，中间有一个东西阻在那了，从而导致了他上边的气下不来，在上面积而成热，下边的气上不去，这个气机不流动，不流动导致了腹中有邪气。他为什么说有寒气呢，这就是问题所在了，有人说这个邪气当寒气讲，不对，邪气就当邪气讲，胃中有邪气有邪逆之气，在胃中胃上停留。腹中痛当然这个痛偏寒，那你不能说是邪气是寒气，有呕逆气机逆，总之就是一个中焦斡旋失衡，气机阻滞有邪气阻滞在那了，不正就是邪嘛。

所以说大家谈病机的时候，不要上来谈寒热虚实，这个很滑稽，这个关于黄连汤我想拿出专门的时候来跟大家讲，因为这牵扯的问题太多了，也就是跟大家说句简单的，看方不要看寒热，不要觉得黄连是寒的干姜是热的不要这样来看方，看方要看每味药能调动气机的程度和性质，从这方面来看方，你这个方子才能看出味道来，不然的话这个寒热加加

减减你终究不理解他是如何来治病。这跟大家说一下啊，我们还是回到不盛不虚以经取之，既然大家知道了不盛不虚不一定代表一种正常的状态，同时也可能代表一种虚实夹杂这个标象，所谓这个虚实夹杂其实就是气机不畅不流通呆滞的一种表现。

比如很简单的例子啊，这路上比如北京三环、四环、二环堵得厉害，那么只要一堵必然出现两种状态，第一这个拥堵的地方的前面车很少，拥堵的地方的后面车很挤，那么这个不就是一个虚实夹杂嘛，前面为虚后面为实，问题出在哪了呢？这个大家一下子都知道了，出现在堵那一段路上，车堵在那了，前面虚后面实，那么治法大家都知道了，只要把堵得这块疏通开来，那么前面和后面，前面就是补其虚了后面泻其实了。

咱们再进一步想象，如果大家不知道这个路啊，把这个路引到中医上来讲，把这个路的前面当人的经脉的一段，后面当人的经脉的一段，那么前面热就像刚才那个黄连汤一样，那么前面我们叫做胃，后面咱们叫做胸，那么明显的出现了一种症状，胸中有热胃中有寒，对不对啊，因为堵得地方车很多，我们讲过热就热闹嘛，寒就是很冷清，前面一段很冷清，前虚后实嘛，你可以理解成上实下虚，那么就是刚才那个胸中有热胃中有邪气腹中痛嘛。那么如果按前面那个理解黄连泻他的热，那他就是说堵的那些车都要被清理掉，然后再空运一批车去填补前边车少的地段，这个大家听明白这个意思了嘛，如果是这样大家可以想象这个交通状况会不会改善，这个问题会不会解决，清理堵掉的车，填补虚的地方的车，而没有去注意气机阻在哪？那么这很可笑的嘛，这个交通是不可能得到改善的嘛。

现在是大多数中医或者很多中医理论是这样来解决问题的，泻其实补其虚，把淤阻路段的车都清理掉一批，然后再把这批车填到前面的这个虚的地方，当然了如果说是全由于车辆过多导致道路拥堵，那么我们这个叫做泻其实，你车太多了嘛要清理到百分之五十，如果路面太宽车太少那么虚则补其虚，那你就是多加车吗，再加一倍的车，那么更多的情况下是由于路面拥挤，而并不是由于路面的车啊饱和了，或者太少导致了很路没车，很多路段车堵在一起，这个就叫做不盛不虚，那么以经取之当然我们知道了，取的是什么呢，已经取某一个路段，取之那么就是取这个路段，怎么来取呢那么就是通调之，调取之，那么这个往往是我们治病的时候容易忽视的问题，这个回头我们说这个经脉啊比如说这个

足阳明胃经，或者咱这么来说吧，容易出现不盛不虚的症状是足太阴脾经，这个足太阴脾经出现呆滞的情况，整个气机不流通，你也不能明显感觉到他是虚还是实，这个阳明胃经也可以啊，阳明胃经比如说你吃的经常胃部不消化啊，吃的东西整个的脾胃受伤了嘛，两条经啊同时来调，那个不盛不虚以经调之，那么调啊按其穴位而走，用调针法去疏通，你可以说是刺激也不能说是刺激啊，你要说是调畅两条经脉的气机，那么以后有机会跟大家讲一下这个针法的运用，这个针啊扎到穴位上，怎么来取穴？现在人取都取单穴都取复合穴嘛，并且以取穴为主，其实不应该以取穴为主，而是应该以取经为主，可以读读这个《灵枢》还有这个《针灸甲乙经》，上面基本重要的都在取经而非取穴，第二个问题咱们先谈到这。

通调气机、通达气脉是个关键中的关键，而不是虚实寒热上作过多文章，人身自己就可以调畅，你只要有这个气机。比如说你某个地方长了个包，如果你气脉很好，很快把这个气化解，通过整个经脉的流通，不断的去化解，没有必要去泻他的实，当然如果这个包长的很快或者说里面这个热气或者说毒气很足的话你泻一下也可以，泻气泻掉百分之五十，其他的依靠身体自我的运化开来，这个治病治三分养三分，没有必要完全治愈，然后气机不通达这个坏了。

这虚虚实实的病症很多地方都表现出来了，现在很多慢性咽炎、鼻窦炎，这个胃部不适、口臭啊、痔疮、下肢酸胀、这个记忆力不好等等所有这些东西啊，百分之七八十是由于气机不畅造成的，而不是由于真正的有寒有热有虚有实，我不知道大家能不能很好的理解，为什么这个气机不畅，那是由于你的生活环境、生活方式、工作方式、七情六欲所有的这些不畅导致的，那么这一块我就说到这，有机会给大家仔细来讲一讲。

问：整体经脉与气机走行有啥区别和联系？该怎么理解？

这块我记得跟大家说过，初期不讲经脉只讲气机，那么既然问到了这块了我就简单的说一下，气机是大环境，气机的大环境直接决定了经脉的走向。举个很简单的例子，我国地形是西高东低，这个是气机也就是所有的气机，也就是地上的气机都是从西向东，这个大家好理解嘛，所有的气机都是从西向东，那么我们这个整个水系尤其就华北平原和长江

中下游平原，所有的水系都是自西向东的，这个水系黄河、淮河、海河、长江都是自西向东的，这些河就是经脉，这个《内经》里不是经常来讲这个经水，所谓经都是大的意思，正经的大水，那么大水就是黄河长江淮河海河，那么这个就是经脉，我们可以很明显的看到这些经脉之所以由西向东流主要原因是地势决定的，这个地势就是气机，所以说我们先要学好先要认地势，地势认好了大方向不错然后再细摸经脉，地势你都搞不好，你这个经脉你摸来摸去也不知所以然。先把气势、地势搞清楚，顺这个地势你自然不会错，气势地势决定了整个河流的流向，也就是我们的气机决定了经脉的走向。

你看我们身体的十二条经脉怎么循经走向？第一要认清你这个整个的人体的气机是怎么转的？大的气机是怎么转的？那么这个大的气机怎么转的知道了之后，你就知道这个大的气机如何依靠经脉来这样转的，也就是咱们整个中国的这个大气环流、水气的循环啊，水气循环必依靠这么多的河流而循环，但是如果气机发生了改变，比如地势发生了改变，河流相应发生了改变，也就是气机强则经脉强，气机弱则经脉弱，气机密则经脉密，也就是经脉是跟着气机变动而变动的。

那很多人他经脉跟这个经脉图上写的是不一样的，实际的情况有时候会出现前后的差错，你看偏枯就是中风，一旦发生中风，很多经脉都闭住了，手脚不用了，经脉闭住了就是说这个河流没水了，没有水了这个河流就不称其为河流，大家不要把这个经脉当成死的东西，扎某一个地方，里面有没有气不要当死的要当活的，这个不知道大家理解不理解。最后总结一下，这个经脉是依靠气机的大环境而存在的，气机气化又要通过经脉而表现，那么水还不是通过河流流到海里。

我不知道大家这样能不能理解，你看治病的几个原则嘛，我觉得这个治病贵在调气机、畅气血和阴阳，这个是最重要的，而并非是在虚实寒热上下功夫。那么举一个简单的例子嘛，那么现在很多人头疼脑热嘛，头疼，浑身不适，像很多亚健康嘛，主要就是整个的气机不畅，清者不升浊者不降，清浊相干，经脉阻塞，那么你只有调畅气机，这个病才有起色。那么调畅气机是不是一定要用活血化瘀呢？不是这样的，这个活血化瘀这些药他有耗气血的成份，而你这个气机不畅是长久以来导致的。

这我想跟大家说一下首先你要知道什么是经脉什么是血脉？我不知道你这个血脉指的是不是血管，如果指中医上的血脉那这个我说一下，这个血脉就是经脉，这个没有什么不同，如果你指的血管那咱们还可以说一下，什么是血管什么是血脉？中医上的血脉和经脉基本是等同的，再加一个气脉，气脉跟血脉经脉略有不同，那么可以这样说，他说的血脉其实就是气血之脉，如果有些不同啊只能这样说嘛，这个血脉大于经脉，因为这个经脉还有络脉、孙脉，所谓的经脉就是大的经脉，大经大脉，这其实是一个概念。因为在中医我们讲的经脉都流淌着气血，心主血脉，这个脉是流动的环境，这个心是流动开放的代表嘛，所以说心主血脉，心主血脉和经脉，为什么咱不说是经脉呢，因为心和血的关系非常密切嘛，这个没有必要一定要在这里说出他们的异和同。

这个跟大家说一下，学中医贵在有一个整体观，这个整体观你说说很简单，实际做到非常难，从哪来下手这个至关重要，我学中医基本是从这个气机来下手的嘛，学的气机就相当于一团气嘛，也就是把这个人看做一团气，所有的变化都是在这一团气上表现，牵一发而动全身。

所谓“是动则病”，如果你只停留在寒热虚实上，你无法理解什么叫做是动，我记得上次跟大家讲这个气啊，这个阴阳能化成什么呢？开合、升降、卷舒、缓急、刚柔这些东西都是阴阳的属性，也是气机的属性，这个气机就像一个人一样，这个我们说过，气学的几大原则当中有一大原则，所有的气都是有灵性的，所以这句话说白了，你这个气可以拟人化，人有什么，气也有什么，你看这个人有嬉笑怒骂，那么气也有嬉笑怒骂，人有感情那么气也有感情，人有恐惧气也有恐惧，那么这不是拟人嘛，不就是灵嘛。

所以这里“是动”，这个气要动的话，这个动当然是病症的动啊，这个气不是正常的状态，这个气开始动了，就是不常之动，不是正常的动，气随时都在运动嘛，不管是某一条经脉的气，有本经之脉和经中流动之脉，这个大家要区分好了，本经脉是常规部队，流动之脉是这个野战军、循环部队，这里指的动都是本经之脉在动，一下子这个脉气突然卷动，这里面有邪气所克或者正气所虚，都叫做是动，这团气要是动则病。也就是大家一定要把这一团气理解活了，他是一个活物，不是一个死物。

“闻木声则惕惕然”这块是有问题的，闻哪种木声？比如说是梆子梆梆敲木头，这个大家可以考察一下，凡是胃不好的这病人，敲木声有没有不舒服的？所以说这个闻木声我感觉不是简单的敲木头发出的声音，这之间是不是有关系，这个还得看一看。因为阳明之脉他直接在人前面整条的经脉嘛，他所说的“是动则病，洒洒振寒”，应该寒气发动嘛，“洒洒振寒”就是阳明经的一个寒症，你可以这样理解。“善呻数欠”，整个阳明经从上到下这条经脉受到了阻滞所以善呻数欠，善呻数欠就是不能达体嘛，《内经》中有这个阴引阳、阳引阴使人数欠，阴阳相争嘛，阳气争不上来使人善呻数欠。所谓的颜黑就是说明阳明经气血不足，不能充养肌表，使人的颜面不光润，所以反而有灰暗的颜色，就是胃不好嘛，不能充养面容。

“病至则恶人与火”，什么叫做病至呢？“恶人与火”只能说这样来理解，这个整个的胃气实嘛，整个的气学实，不愿意接触人与火，阳明症登高弃衣而走，就像下面所说的不愿意跟人接触不愿跟人多说话，因为这里面一个阳燥的一个表现嘛。

“闻木声则惕然而惊”什么意思呢？这个我们知道脾胃之气是和缓之气，这个肝气是劲急之气，那么和缓之气有了病态的表现，那么自然他不喜欢这个劲急之气的干扰，那么木声他是劲急之气的代表嘛，这个木声并不是敲击木头的声音，这个大家一定要来理解清楚，而是木的切急之声，像木气的切急之声使他胃部脾胃有病的人惕然而惊是这个意思。

什么叫做木的切急之声？

举一个很简单的例子，两木相并不断的摩擦产生的切急之声这个就一种木声，也就是凡是紧张切急的声音我们都给归到木气之声来，这种声音对脾胃和缓之气不足的人是会产生惕然而惊的感觉，而不是敲木的声音使人惕然而惊，那是不可能的。不信到医院看看，凡是胃部不适脾胃虚弱的你敲一下木声，没有一个人惕然而惊。凡是切急紧张的声音都叫做木声，因为这种声音代表劲急的声音，这声音一急本身这个肝气就是来克脾胃嘛，你看一急本来脾胃就虚，那就更受不了，就像两铁器摩擦，你刮那个锅擦那个锅很用力的刮他，那就是一种很急迫的一种声音，很多人受不了啊，一听这声简直赶紧叫停嘛，你拿一个梆

子敲门也好啊，或者两个梆子相敲这种声音，不是这里面所说的木声，也没人会惕然而惊。因为历代医家对这一条都没有作出合适的解释，那么我们从这个气学的角度去反推他，那么我们可以理解这个木声就是刚才不是说了嘛，那粉笔划黑板的那种吱吱声，或者两铁器摩擦声也可以，导致你心惊肉跳，正常人还觉得不舒服，何况你这个脾胃有病的人了，其实不是脾胃有病，不仅是脾胃有病，他整个身体的和缓之气不足更怕这种急迫的声音。

你看下面“心欲动”，为什么心欲动啊？因为这个胃有一个络脉嘛，络到心脉，胃脉有动作，向上逆往往会影响心脏。这个肝脉也一样嘛，气逆上撞心，直接撞击你的心脏，你看人体内脉都会互相络属，一脉动则百脉动。

下面是“独闭户塞牖而处”，就是胃脉闭了，胃脉这个气我们说过它不仅是一个温热寒凉的问题，他可开可闭，任何一个气都可开可闭，不仅是心气可开可闭。那么这个自闭症，胃气一闭那么整个气机因为胃脉非常重要嘛！在《内经》里讲这胃脉是合，阳明脉是合，太阳脉是开，少阳脉是枢嘛，合就是气合嘛，合在一起，气聚才能运化水谷，所以很容易导致脉气闭合，阳明脉闭合，那么他一闭合导致整个的气机跟着闭合，这个就会出现独闭户塞牖而处，很多自闭症都是脾胃胃脉没有开开嘛，吃东西也不想吃，心情也不好，产生这种自闭症也不愿多动，因为阳明脉多血多气嘛。甚则欲上高而歌，弃衣而走，你看这个简直就是一个阳明胃实嘛，阳明胃家实嘛，阳明化实的一个症状，气血邪气亢盛导致他又唱歌又跳舞弃衣，气都聚在哪儿了，气血异常的亢盛，浑身发热弃衣而走嘛。

系统讲过这么长时间了，如果你想问药方你就自己拿出一个药方，然后自己发表一些建议，然后我看看你的问题在哪，然后我们共同探讨，我想这样做到有的放矢，一点不懂啊那还真不好讲，我只能这么说外行看热闹内行看门道，只能说给大家从气学这方面领进门，领进门有领进门的办法嘛，之所以不讲药方不讲经脉主要是怕大家问题越来越多，很多人愿意让我讲临床，但是告诉大家一点，我这么长时间讲的都是为大家临床做一个准备，这些让大家明白了，临床大家也就明白了，如果说我讲的这些大家不明白，那么临床大家也不明白。

我觉得第一这个中医博大精深，他是建立在祖国气学文化基础上而产生的，所以说他

不可能写成一本教科书，也不可能做成一本百科词典，那么只能说是见机而说因人而异嘛，我知道也就是很有限的这么一点。所以古人写书很多伟人圣人啊写的书基本都是语录式的，而不是说是字典式的，或者是论文式的，这个大家一定要清楚啊。比如说《论语》是吧，《论语》就是很简单的言语的记录，《黄帝内经》已经很系统了，其实还不是很系统，因为很多事情还没有说清楚。如果说大家想学气学中医，一定要把气学的概念搞清楚，你立在了这个上面那么很多问题就能很简单的去应对，你要立错了，那么我即便给你讲的临床，告诉你方子告诉你配伍，告诉你应该治什么病，那对自己的提高还是没有任何的用处。

桂枝汤你要说泛泛的谈我只能说他通经脉和气血，他这个最主要的特点，你要不具体到条文啊具体到症状啊他很难来谈清楚啊。你说这条文怎么解释是吧，那你打出来吧，或者说让管理人员打出来我给大家简单说一下，我记得这一条啊因在开篇前几段，历代医家应该解释烂了，解释的太多了，我这方面就权当跟大家交流啊，从气学的角度来解释一下，很简单跟大家交流一下，桂枝汤的成分当然都知道了，桂枝芍药姜枣草嘛，因为今天主要是一个简单交流，我只是过一遍，有机会把这个咱们可以说伤寒论太阳篇给大家串一遍，大家就知道是怎么回事了。《伤寒论》他那个条文其实说的很明白，也是从这个气机的层次来讲的，后来越解释越问题越多。

所谓太阳中风啊，你看其实就是太阳经脉或者说太阳这个经脉，他太阳为开嘛，指的人的整个表气就可以了，表气用太阳来代替，不只是指太阳经本身，太阳中风就是中了风邪，因为吹风嘛，吹风一般都不能只让人中风而是往往是夹杂着风寒，太阳中了风寒，人身表气中了风寒。这个阳浮而阴弱，所说的阳浮他主要是指，你看后面说了阳浮者热自发，阴弱者汗自出，什么意思呢？这个阳浮阴弱你可以理解成营卫，你可以理解成阳气和阴气，因为中了风邪了嘛，风邪和人的表邪之气相搏，那么卫气起而争之这个称为阳浮。那么阴弱营气由于风邪的干扰不能调达，这个就表现了阴弱，所谓的阳浮者热自发，那么人的卫气和所中的风邪之气在表气相搏，搏而发热，热闹吧打起来了嘛，那么热则自己慢慢的发出，那么人就是开始发烧或者是低热，这个热不是高热，这个风邪没有寒邪那么伤人之重啊，风邪只是干扰了人的体表的营卫之气，所以说热自发嘛。什么叫阴弱者汗自出？这个

营气是行于脉中的阳气（应该是阴气吧），受到了风邪的干扰，相对来说是一种虚弱不调的一种症状，使这种营卫之气不能守于内，所以汗自出，不是像这个白虎汤汤症的大汗出。

小汗不断，浑身发热，肌表酸胀不适，这啬啬恶寒，还怕冷，为什么呢？这体表中了风寒之邪了，使体表这个营卫不畅，气机阻滞，卫气不能固密，所以说啬啬恶寒，恶风表气为风寒之气所搏，不正常，见风也怕见寒也怕，就相当于我们浑身不适感冒发烧嘛，这是恶风恶寒。渐渐发热，什么叫做渐渐发热呢？这个渐渐就像盖了一层羽绒被一样，里面有热，那么为什么有热呢？那么太阳中了风寒之邪搏于体表，使里气争出于外，体表之气不和谐导致出汗。

“鼻鸣干呕”是什么意思呢？这个我们可以这样来理解应该，就是中了风寒，一个流鼻涕一个打喷嚏，或者说鼻塞啊咱们都可以理解成鼻鸣二字，而不要简单的去争这个一定是鸣叫嘛，就是我们很简单的一个感冒发烧。干呕，为什么是干呕呢？这个跟大家说一下，所谓的干呕啊，总是里气争出于外，这个里气啊争出于外，整个从外散出去，不断的在这样的循环，如果说是表气出现了问题，那么里气不能很好的使气机蒸出去于外，像蒸笼一样，人就是一个发热体嘛，这个气机健旺发热就多，这个气机不旺发热就少，那么这儿由内达外的一个气机，由于外在的中风，正邪相搏阻滞了外气。为什么干呕啊？觉得脾胃也不调了，就是中焦不能舒达了，这样叫做鼻鸣干呕。那么也许有的人干呕的症状不会发生，有的人脾胃弱的，一得风寒感冒之后，他就感觉肠胃就不适了，那么这个就是由里达外的一个表现。

那么综上所述啊，风寒之气使体表之气不畅，并且有可能引起里气不畅的一个前期的轻症，这叫做太阳中风，那么桂枝汤主之，所谓桂枝汤最主要的两位药桂枝白芍加姜枣草，所说的调和营卫其实是枣和甘草主甘嘛有一个补益作用，生姜有调散的作用，那么桂枝通，白芍滋，一男一女嘛，桂枝为男白芍为女，干什么去了，桂枝是枝条嘛，桂树的枝条带着白芍在身体的经脉中打一圈，总之他的用意使气通达，桂枝是枝嘛，在身体的经脉走一圈，因为桂枝辛甘温嘛，带着白芍去滋这个津液去，那么桂枝他自己走一圈，虽然能够通阳但有可能是耗阴所以带上了白芍，这个一通一敛一散一滋，这样走一圈他把这个营卫之气带

着干粮姜枣草嘛，巡视一圈使营卫之气得以自调，那么营卫之气受到桂枝的通调和营养的补给那么自身啊就能产生抗邪的能力和自愈的可能，这个就是桂枝汤的本意，所以桂枝汤能够调和营卫的作用道理在此，而不是他本身去调和营卫，他通畅营卫使营卫自调，也就是正气实则邪气不可干嘛，正气虚则邪气来凑，那么这里由于正气虚邪气来凑，我们用桂枝汤调畅气机使正气实，则邪不清自解。

桂枝汤的主症没有干呕，这个鼻鸣干呕只是相对的提这么一下子，你看后边的所有的桂枝汤症啊不再提干呕了，因为到了里面了才会干呕，他为什么提了一下呢？就是告诉人们有可能表气化里要注意，像这种情况赶紧去解表，解表就不会再往里传了。营卫之气你可以理解成营血，这个营血弱而不调，这个邪气不是搏了这个体表了嘛，有可能本身弱，有可能是相对的弱，外邪太强了嘛相对来说这个卫气跟邪气相争了嘛，这个营气有可能就不调，我们把这个不调叫做弱，不是完全意义上的弱，这个营气不调了就汗自出了，这个调叫做强，这个不调不就是弱了嘛，你不要这样来理解，因为这个阴阳相协调的，阴阳都在一起呢，你把他看成一个气，这个气跟邪气打仗，比如风气啊，打仗的过程中导致他整个的气机不能固密，所以出汗，你不要分开去理解，他这样阳浮者热自发，阴弱者汗自出只是形容的方便这样来说。

第十八课 20080429_答疑解惑

抱一整理

大家好，这样吧，今天也没有准备特定讲什么，跟大家就互相交流一下，看有什么疑问。因为这样啊，中医呀确实到了最危亡的时候，能不能把中医流传下去，就看我们这辈能不能有人能很好地继承下来。今天主要是自由讨论嘛，大家有问题都可以提，只要跟中医相关的都可以提。因为我们讲的是气学中医，还要强调一下，一路走来听讲的都知道，我的一个观点是中医主要是从气的角度来解释，西医是从形的层面来解释医学。

这个我希望大家能够说一下，我这方面也能够有的放矢地给大家解释一下。是这样，为什么各方面要注重一些交流呢？因为交流当中才能够产生问题，才能激发大家思考，思考了才能有针对性的告诉大家。不然的话，无的放矢，效果很不好的。还有一点，最怕没有问题，没有问题有两个原因嘛：一个是没有进入学中医的状态；第二个呢感觉自己什么都了。

其它的问题，我们是围绕经典来讲，对于经典《内经》、《伤寒论》有什么不明白的条文，可以打出来，咱们做一个交流吧，因为中医的基础来源于理论，不是来源于临床，所以对理论一定要引起足够的重视。

问：羚羊角性咸寒，为什么能够明目？

大家可以这样啊，羚羊角明目啊，大家可以看看自己的想法。

你看有这个回答的，首先是从肝治：五脏之精皆注于目，水生木，肝主目，寒为水性，故明目。有人说：羚羊角一节一节的，有冲达之象，又生在头顶，与肝之气注目相合。羊角入肝经，肝开窍于目，性咸寒，凉血，引火下行。

再跟大家说一下，感觉大家对气学中医还不是很了解，从大家给出的解释基本还是在

现在的中医的体系下，也就是五行虚实寒热这样的解释，因为几千年下来，有一些程式应用于临床。我们这个气学中医啊它直接从气的层面做解释，所以说跟大家沟通，也都是从气机的角度。

这个羚羊角为什么明目？我直接跟大家说，因为现实当中，是不是所有眼部昏暗的人都可以用羚羊角去明目呢？首先这个肯定不是。实际在临床当中，用羚羊角明目的很少见。那么《本经》当中为什么又把明目放到羚羊角的功能当中呢？主要因为啊，羚羊角有一个性质它有可能有明目的作用，但实际明目的作用已经不怎么用在临床上了。

我们看一下，咱们知道羊肝是入肝经入得非常好的，有可能羊角啊可能也是入肝经的。为什么能够明目呢？关键在这个明字上，羚羊角入肝经通达于目，这个明可能这样来理解，羚羊角哪一个特性能够起到明目的作用？我们知道决明子是明目的，夜明砂也是明目的，其实很简单，都有通透、光亮的特性，气都是相感的，重浊的气感的是重浊之气，清明之气感应的也是清明之气，所以羚羊角的主要功能也并非明目，大家可以看一下，羚羊角根部有一段是趋于透明的，也就是因为有透明的这种性质，所以有明的特性。我不知道大家能不能够理解啊，决明子有亮性，去使你明目，因为人的目是明亮之气所生，如果用一团浊气，他的眼睛也亮不到哪去。所以说这个就是气化这种现象的一个基础。上次我们说过凡是坚硬的东西都有破坚的能力，那么所有明亮的东西也有光明的性质，能通肝经的话它也有明目的特性，这是一个大的前提。

上面所说咸寒明目，你可以说间接地它可以明目，把火退下来之后，眼睛就亮了，但是这个都不是直接的解释，那么咸寒的东西很多。凡是有通明的性质的，都有明亮的作用，不知道大家对这一点有没有一定的认识。因为现实当中我们必须通过物的形状、功用和它的生活习惯来推测它的气的状态，同时通过了解气的状态，知道它有什么药用价值。

比如说羚羊角这味药，这个角一节一节，盘旋的，那么就可以推测它的气是盘旋而上，这种气是打着旋儿存在的。那么用了羚羊角这味药的时候，它的气机也会盘旋在人的身体当中里。所以说《周易》里有句话：“仰观天文，俯察地理。观鸟兽之文，与地之宜，近取诸身，远取诸物”，都是在告诉我们认识事物的一种方法。我们对中医或者说对人的身

体不是很了解，如果说没有一定的功力的话，无法感知我们的身体整个气机的状态和变化规律，那么，古人给了我们一个捷径的办法，就是取法诸象。比如说，观四时的变化，知道阴阳消长的规律，春生夏长秋收冬藏，正好应了我们身体整个气机的变化。你看是这样的，一年有四季，每一天又有黑天和白天，那么这些都是阴阳沉浮消长的一个体现，如果能通过这些悟到我们整个生机的道理，对我们学中医啊有很大的帮助。

取法诸象，诸是很多，在民间中医讲堂也有小半年，如果能一直听下来，对气学中医有一个了解，我还是希望能够一起沟通，更有的放矢嘛。我觉得，这么长时间在公开场合能讲的我已经都讲出来了，不想再做重复，还有一点，并不是象听故事一样，需要在下面下工夫。跟大家说一下，我平时状态好的时候，行住坐卧，基本观察到自己气机的整个变化和状态，这个就是观照嘛，那么什么意思呢？我们总是游心于物外，不断地关注世间的各种事情，工作啊家庭啊，没有真正地体察我们的内心世界，体察我们整个人生，这是一个很大的问题。

老子不是说了这么一句话嘛：其出弥远，其知弥少。如果你不断地游物于外，那么你领悟的越少，你知道的道理越少，越昏暗嘛。那么在这里我给大家提醒一点，如果想学好中医，或者想学好气学中医，我希望大家能够精神内守，观照自己。比如说一件事情发生了，这时候观自己心念的起伏，你就会发现有一非常奇妙的心念世界向你展开，这个时候叫做悟道，然后继续观察自己身体气机的变化，久而久之，你就会发现有一股气，包绕着你的全身，并且随着你的心念而起伏波动，这个是入气学之机，这样你才有可能进一步地体察实相，大家有没有这样的一些想法和经历，就是你在梦中也是在思考一件事，日有所思，夜有所梦，人身精微才能激发出来。如果学医没有痴痴呆呆、全身心沉陷其中的一种精神状态，那么学中医是学不好的。

问：气学中医怎样看待伤寒论的三阴三阳？

可以说，三阴三阳历来有争论。可以说少有解释清楚的。也可以这么问：三阴三阳不是一个实质的存在？还是只是一个应用于临床的工具？

这里说一下，首先你要知道三阴三阳的名称的由来。阴是厥少太嘛，阳是阳明太阳少

阳，然后再去论是足三阴三阳还是手三阴三阳。上次跟大家聊了《阴阳应象大论》当中的五段论，这个就可以应用在三阴三阳中。说一下阴经，太阴是脾嘛，厥阴是肝，少阴是肾。说的是什么意思，从足这方面来说，大家可以从气机的结构来考虑。首先说这个厥阴，它代表的性质是这个到了极致之后往上返的一种状态，那么这就是气凝聚而集结的代表，所以说厥阴多厥逆之气。太阴主和缓之气，那么少阴，当然是中间的坎卦之气。

因为三阴三阳这个问题存在争议，而且不按五行或者是气机的规律命名，这里面可能有些绕。可能是由于历史的传承啊或者其它原因导致这种情况，希望大家一定要追究其所以然。

关于三阳，太阳为开，阳明为合，少阳为枢，什么意思呢？气有开合升降，这个气完全开达于表，就叫开，所以是太阳，太过头了嘛。气由凝聚的状态转向全身的状态，就叫做太阳。阳明为合，气聚在里，能够腐熟水谷，为后天之本，为合，所以阳明燥性，容易得大小承气汤证和诸多阻碍之证，这是阳明为合。那么少阳为枢，少阳一头是合，一头是开，它从合到开，那么少阳是枢，就像门轴一样，直接调节合和开的状态，关了门了，就是阳明，开开门就是太阳。

那么，同理，三阴也是这样，太阴为开，厥阴为合，少阴为枢。气开开就是太阴，就是脾经，我们说过脾经主缓，开开则气缓，合则气急，那么肝苦急嘛，也主筋，也符合那个特性。少阴为枢，它在开合的中间，主持两头。

那么这是总的一个对三阴三阳的论述，那么希望大家到任何时候都要记住《黄帝内经》对三阴三阳的论述。哪些是开气，哪些是合气，哪些是枢气，这个是至关重要。所以说，你看，合气，厥阴是合气，阳明是合气，所以阳明容易得腐食之证，厥阴容易得抑郁之证，这都与合得太过有关系。那么开呢，太阴脾经是开的，太阳是开的，那么它们的气都是周布于全身的。太阳开在外，太阴开在里，所以主运化，和主持诸阳之气。少阳和少阴，整个是开合所在，这样它们整个的变化，应两头发生变化。大家知道，没有说是脾脏得肿瘤的嘛，因为它的气本身是缓和的嘛，肝得肿瘤的很多，胃上得癌的也很多，都是由于整个的气机凝滞导致的嘛。

问：气滞和气学是一回事吗？

当然不是一回事，气学讲的是人身周行变化的一团气，而气滞是气学中间的一个状态，气凝滞不化。一般人得病啊，得的都是气滞之病，并非真虚或者真实，而是气凝滞不畅。为什么气凝滞不畅呢？一个最重要的原因是它整个心气不畅，生活工作当中没有什么高兴的事，索求太多，你索求太多，你遇到的挫折就越多，有太多挫折之后，人就产生不满，这个是气机不畅的原因，所以学道者或者想有一个好的身体的人，一定要少欲，一个人欲望少了之后，你自然感觉到你受到的挫折就越少，心情就不会抑郁，而能够有一种舒缓条达的气机始终存在于身，那么你整个的经脉气血运行无阻，你就很少生病。

学医也好，学做人也好，学佛也好，学道也好，终究一点，人做为一个个体不能索求太多，不管是外在的还是内在的，都不要索求太多，始终保持一个适中的心情来应对可能发生的事情。

问：“天覆地载，万物方生，未出地者，命曰阴处，名曰阴中之阴；则出地者，命曰阴中之阳。阳予之正，阴为之主”如何理解“阳予之正，阴为之主”？

这个跟大家说一下，关于古文的行文大家要找到它的规律，《内经》当中的行文多数是以气机阴阳做为根基来解释的。我们看一下，“天覆地载，万物方生”，也就是有天有地，天地之气交合，万物从之而生长。“未出地者，命曰阴处”，也就是说整个气机没有萌生出来的时候，还处在隐藏的状态，叫做阴中之阴，这个好理解。那么出来了，由隐而显，叫做阴中之阳，长出来了。什么叫“阳予之正，阴为之主”呢？那么阴阳相合产生了万物，什么叫正，什么叫主呢？阳予之正相当于给了万物生机，因为这个主，代表生命出现之后，阴气为之操持。什么意思呢？《周易》里面有这么一句话，说是坤卦的，是说阴气的，“地道无成而代有终”。你看揭竿而起的做大事的，都是阳畅而阴和，就是阳气把天下打下来之后，阴气在坐天下，一个是打天下，一个是坐天下。那么这个“阳予之正，阴为之主”，就是阴啊，阳把天下打下来，阴气再去坐天下，一个为始，一个为终。因为阳气刚强勇猛，有开拓精神，所以让阳气去打天下。那阴气柔和有韧劲，能够承载万物，所以让阴气去坐天下，这就是“阳予之正，阴为之主”的涵义，也就是《周易》里面所说的“地道无成代

而有终”，成是成事，把事做成，地道啊，就是阴气，并非是阴气把这事做成，而是由阳气做成。那么阴气怎么用呢？阴气代阳气把这事延续下去，这个大家一定要清楚，“阳予之正，阴为之主”。

这个说到男女，就相当于男女交合一样。精子进入卵子，成为受精卵，这叫“阳予之正”，那么受精卵发育最后长成胎儿然后生出来，这叫做“阴为之主”。

问：麻烦您用气学解释一下血瘀。

这跟大家说一下，狭义的气和血是相对应的，有气有血嘛，那么广义的气，血也包含在其中，也就是说，有血瘀那么一定是气瘀，因为万物一团气，不管是气血津液，这些东西都是气之所化，那么血瘀一定是气瘀，只不过血瘀是气瘀中偏于有形的、偏于浊的瘀滞的表现。那么很多治这种血瘀的病人啊，以至于西医治血管堵塞啊，他以为那是血瘀，其实整团气机都瘀滞了，瘀的很严重，表现为血瘀。

比如说我们思则气结，这个人长期的思考会导致中焦的气结滞不化。那么刚开始它只是在气分结滞，不会到血分，也就是说整个这团大气没有发展到化成有形之滞的程度，那么这时候是气分，你看不到，血管也没有瘀滞，也没有瘀斑的情况，这时候很浅，再进一步发展，慢慢化成有形之瘀，那么这就是血瘀，有可能还发展到一些肿瘤，那么这就是肉瘀。

那么治则啊，第一条是在调整气机上，而不是要活血化瘀，所以说活血化瘀对很多病症有一些效果，但不能根治，并且会有一些副作用，道理就在于此，因为他没有看到无形的气机，而只看到有形的血瘀，气化形，久而久之，这个瘀滞的东西就化成有形的东西了，那就像子宫肌瘤一样，那就是气瘀久了，变成了肌瘤了，那么你的治法就该是温化气机，使气机得运，那么自然肿瘤慢慢地由于畅达的气机的运化，自己消退，而不需要你直接去活血破血。

所以说中医上我们开方子，严禁用耗血耗气的药去治慢性病人，因为冰冻三尺非一日之寒嘛，像这样它肯定有很多肿瘤啊血瘀这些病理表现的病人，一定是气机长期凝滞导致的。所以我们治病治本，不能逐其末，条达气机，慢慢化开，可能半年甚至更长的时间，

甚至一年时间在病人和大夫的共同努力下，才有可能根本改善。

问：既然说血瘀就是气滞，为什么把气滞血瘀单提出来呢？

也就是气滞的成分浅，血瘀的成分深，也就是积和聚的区别。什么叫积什么叫聚呢？这个应该知道吧，积和聚一个典型的区别，聚是气之暂聚，你能感觉到某些不适，比如心下痞啊，这个是聚，忽然某一处疼痛啊，这都是气之聚，寒气之聚，热气之聚，病气之聚。那么积呢，积而化形，长个肿瘤就叫做积，时间短是聚，时间长了化为有形就是积，所以聚可拿药一下子散开，积就要长时间用药温化、消导，严禁用耗血破气的药去开破。

问：从气学来讲，例如针灸，如何做到补和泻，这个补泻在治病中如何理解？

这个问题问得挺好，跟大家说一下啊，这个基本失传了，关于针灸的补泻，《内经》上一再强调，这个补泻啊，大家知道迎随补泻嘛，这个迎随补泻不是真正的补泻，真正的补泻啊就是《黄帝内经》上的所讲的，什么叫做补呢？进针一定要慢慢的进针，抽针的时候一定要急速地抽针。这是什么意思呢？其实啊真正的古代的针灸是两方面，一个是手法，一个是意念，两方面结合，达到真正的补泻。你就这样认为吧，你拿一根针，往皮肉里扎的时候，首先要得气，得气首先像鱼咬钩一样，估计很多扎过针灸的有这个体会，一下子这个肌肉抱紧针头，催针要催一下，使这个气有一种得气的感觉，然后慢慢往虚的地方去送，这个送的时候，一定要一种有补的意念，同时带动手法，确实产生你手中握着一团气的感觉，然后往里走针，这个是非常关键的，一个是意念，一个是指法，通过你的意念，就像你真正看到了有一团气往病人的所虚之处去填补或者去调补的感觉，同时手法上配合你那种意念的感觉才能真正达到补的效果，一手要闭针孔嘛，就怕气从这泻出来，拔针的时候一定要闭针孔。我们吹气球有这个感觉，用嘴吹一下鼓起来了，迅速用手把气球的口缠紧，不让里面的气泄出来，就是我们做针灸手法，我们扎阳陵泉啊、阴陵泉啊，我们首先要有这个意识，你才能真正地把气补进去，当然手法要有老师来教，自己虽然有意识，但是不可能达到精妙的程度，还要和病人的气机相融合，把这个病邪鼓舞振荡，使这个气通达于病人的经脉当中，那么这需要手法。

所谓的泻法也很简单，有红肿热痛啊或者有寒气所郁，拿针迅速地扎于病所过的经脉

当中，然后是不断地在那摇，就好象把里面的气呀豁开泄出来一样，尽快地把里面的气泄出来，并且不断地深浅抽插，不断地使气往外鼓荡，从这个针孔和针的周围啊，把气泄出来，那么手法好的话，这个一拔，红肿热痛能够很快地把气泄出来，病人会感觉局部有凉爽，像吹电风扇那种感觉，或者病人有所失常，好象丢了什么东西，这个是泻法。

大家可以体会一下，可以做个实验，你就把针啊看做你的整个意念所在，它就像一把铁锹，补无非是把土填进去，泻无非是把土给挖出来，那么小小一根银针带动整个你身之气和他身之气共同融合达到补气和泻气的作用。

当然现在临床上懂补泻的大夫越来越少，基本没有。把针扎那，揉针，捻针，脑子里好象没有气机的概念，这个是不对的，只是某针扎某穴嘛，很死板。其实针灸啊就是在练气功，你功力有多深，你的补泻的效果就有多好。好多日本人到中国来学中医，学来学去只知道皮毛。他看的医生的针法，就可能模仿出来，第一眼就是没有在思想层面上知道什么叫针法的奥秘，也就是说啊，师父手把手地直接让学生去进针、行针、出针，你要不告诉他真诀的话，他也学不会。所以说首先我们要在理论层面上或者在观念上一定要树立气机的概念，人是充满一团气的，补气就是以你身之气和病身之气带动补到虚之处，泻就是把病人的有实之气，不管是寒气、热气或者其它的病邪之气通过手中的针调泻出来，把气在身体当中由聚的状态使它散布开来，由身体的整个气机带动运化而走，一般元气深藏不露啊，越是真气，越是隐藏的很深，你那根针怎么对着非常深而又趋于无形之气行呢？所以大家记住，有绝活这个都有家传的嘛，或者是自己有一手嘛，但是告诉大家这是一个大方向。想学中医，一定在思想上意念上，不然的话，不管是中医的脏象学，还是针灸这块，不可能有太大的进步，不是一个机械的东西，如果针灸不带意念而能有效果，那么可能就有仪器来代替人的手法，所以说这是不可能的嘛，母亲给你下的面条和你自己下的面条是有不同的。

问：“顺则凡，逆则天”，这个应该怎么理解？

这是谁说的话啊？这句话这么理解，顺造化而走就叫凡人，逆造化而走，就是天。顺着什么，逆着什么。打个比喻你就知道了，一个人骂了你一句，你发怒，这叫顺，因为这

是人之常情，这叫顺，也就是对外界产生常人可见的反应。那么逆，当然不是了，他骂你一句，你没反应，即不怒也不喜，或者反而会喜，会高兴。

问：讲一下中风和中寒。

这个很简单，中风肯定夹带着中寒，比如出去外面当风了，这就典型的一个中风嘛。风寒之气所伤，那么就叫做中风，中的风重，寒少。那中寒呢，中寒不一定中风，比如说，紧张所致，呆在家里冷，穿的少，这个一定是寒风所吹拂啊，才是中风。当然现在解释中风，相当于内生之风，经脉枯槁而出现的气机偏于一边，这和古代的中风是不一样的。所以说，中风要用驱风散寒的药。往往中寒呢，温里去寒的药多一些，桂枝汤和麻黄汤，一个明显的区别，麻黄汤劲儿大，桂枝汤劲儿小，寒能令气郁，麻黄汤解一个郁，肺郁之气，太阳经寒郁之气，中风，风使人不适，用桂枝汤解肌表，是这么一个意思。现代人感冒，一般中寒的少，中风的的多，所以不建议用麻黄汤，劲儿大。而且现代人的身体素质也差。伤寒论里面有：中风有汗，中寒无汗哪，指的是郁嘛，郁的紧一些就没有汗，郁的松一些就有汗，所以中风导致营卫不适，就容易出汗，但也不是绝对的。

问：肝气和脾气有何不同？

这个记得我们上次说过，最大的不同一个气急一个气缓，是一对冤家。肝气急脾气缓，互相调和，相辅相成。气不可以急，故以缓气冲之；气不可以缓，故以急气激之，这是肝脾气最大的不同。前些日子看一报道，说人肝火旺脾气急，那么是不是应该改一下啊？不叫脾气急，应该叫肝气急。这个大家正好提出来这个问题，脾气急是不是肝火旺肝气急，或者肝气上冲，是说肝气还是就是说脾气？

大家解释这样：肝气克脾，脾土受克，这个是一个比较。那么单拿出脾气来说，可以急可以缓可以开可以合，肝气也一样，可以急可以缓可以开可以合，也就是每一脏它是一团气，都具有本经气的表现形式，当肝气和脾气比较的时候，我们可以说肝气急脾气缓。

有人说脾气缓是常态，急为病，肝气也可以急，脾气也可以急。不要去引申到肝气主急，脾气不主急，这个不能这么来说。这本身脾应该是缓性子，但这人急了，这叫脾气急。那么下面引申出一个问题，为什么说脾气急，为什么说人的禀性一定要用脾气来说？不说

心气肝气，招员工不要招脾气太暴的。为什么不说肝气暴躁呢？这个是个很有意思的问题，看看大家解释。

这个说的不错：人五行所主，肝气即是脾气的一部分，脾气可以反映一个人的基本禀性，这样说是对的。脾气缓为和气，这个脾气汇合在五脏之中，基本代表个人的性格。它就像办公室主任，各领导层、员工都要和他打交道，那么基本反映了这个系统的特点，所以说我们说一个人在日常生活当中他的状态怎么样，就要看他的脾气怎么样，所以说脾为后天之本，在这里也淋漓尽致反映出来，并非只是仓廩之官，还是一个人的性情的综合代表，所以说不说肝气急，怎么怎么地，上来说脾气怎么样，脾气急啊脾气缓，还是这人反复无常啊，都用脾气来表示，所以古人用词非常有讲究的，你看说这人精神怎么样，一个说精一个说到神，两个都说清楚了。这个人面貌不错，又加一个面貌，那么精神加面貌，同时代表一个人整体的气态。

问：土藏万物，那其它特性是否都能相应地反映呢？

可以这样说，从全息理论来说啊，你身体跟你有关的任何一点的气都是你所有气的表示，只不过就看你会不会相。也就是说，脾气如果过急，肯定肝气比脾气还急，那么同时心气也会微急，肺气也会微急，肾气也会微急，很简单的道理。一个国家有从上到下的整个的政令的执行，会深入到任何一个家庭当中，像文革时期家庭的一个情况和我们现在一个家庭的情况直接就反映了社会的全局。那么也就是，你身上每一个细胞每一个组织都是你身体之气的整体反映，一粒米知大千世界啊，可以用中医的全息帮你很好的解释。一行变则其他行也变，都错位，就是说脾气缓，它往急这儿一错位，那么其它四行跟着全错位。比如一个人高兴的时候，每一个细胞都高兴。同样一个人愤怒的时候，每一个细胞都愤怒，这叫做万物有灵吧。

问：为什么看舌苔能看出人的身体变化？

看手相，看面相，包括看整个胳膊的臂相，说话的声音，都能通过这些精微体察整个人身气机的大布局，大家一定要建立这种全息的思维方式啊，不然的话，你不可能正确理解中医的。

问：肝气和脾气如何才能调畅好呢？

那么这个问题就涉及到一个根本问题，什么是肝气脾气不调畅？无非内因外因嘛，内因喜怒忧思悲恐惊，外因寒热燥湿风火和日常起居生活，一般肝气脾气不调畅的两个重要原因，第一个是其人忧郁，忧愁多郁，使肝气脾气不调达；第二个原因是缺乏运动，使人身气机生发不畅，城市里这两个原因占全了，家庭矛盾、工作不顺、子女就业包括就业压力导致其人情志不畅，情志不畅导致生机断绝，生机不足嘛，整天垂头丧气，晚上睡不着觉，白天吃不好饭，肝脾二气不调，气机不畅，久而久之男的就容易发展成肝硬化，女的相对柔顺，发展肝硬化的机率小些，这是外因，吃饱就睡，无所事事，没有什么活动，坐在办公室里面，打打字，发发稿件，使你的气血运化慢慢停滞下来，再加上内伤情志，那么两因相加，迅速地就会产生肝脾不调。

那么防治的最好方法，第一，多锻炼多运动，户外运动，爬爬山哪，出去旅游一下，每天长时间的走路啊，打打羽毛球啊，让它的整个气机通过运动调动起来。第二个，多做开心的事，少想不开心的，使情志安定，少思寡欲，慢慢慢慢它这个不调的肝脾的气机就会重新调达起来，这是根本法。你吃什么逍遥丸哪，参苓白术散哪，效果不是很显著。

这个跟大家说一下啊，我看很多人看病有个问题，病人来了，搭下脉，不问所苦，也不问病之所因，怎么得的病啊，一步步怎么来的啊？有个病人问我，他是胃难受，怕凉，首先20多岁，什么时候得的这个病，倒倒倒倒是初中有一次坐汽车，开着窗户，凉风灌到肚子里，回来就不舒服，没把它当回事，从此坐下了一个病，那么这个就是当时风寒之气入体嘛，结在胃中，久居不化，慢慢地形成一种慢性病，也就是说其人是寒，必有受寒的原因；其人是热，必有受热之因，你一定把病断到根上，他什么时候得的病。

有个病人，农村的，跟我说下肢的一个地方非常凉，到了七八月份还要穿条棉裤，又紧又凉还疼，那么就问了：你怎么得的？就说有次跟丈夫吵架，堵气，大三九天，下到河里不上来，从此马上当月的例假就没来，从此就坐下根了，病就从这来的。也就大家以后给任何人看病的时候都要问一下，生活环境怎么样，心情如何，最开始是如何得的病，当前有没有什么不舒服，病程是怎么发展变化的，这样对大家治病有重要的帮助，你一找到

原因，马上就知道应如何救治。

接着来说这个脾气急是不是脾气虚不会缓啊？你也不能这样说，脾气虚就当不能有一个正确的环境，你这样来理解，不能说气虚，这个说的对：脾气缓是制约肝气急的，脾气急则是肝气无以制约则生火，可以这样解释吗？前面一句倒是说的对，“脾气急则是肝气无以制约”，这个对了，“…则生火”，这个不对。你把肝气和脾气当成一团气来看待，那么急同时都急，只不过脾气稍微缓，肝气稍微急，都急的时候，脾气急，那肝气更急了。还有脾气和肝气不仅是制约，还是相辅相成的关系，肝气必须依赖脾气的缓畅之气，使肝气的生意能够输布于全身，同时脾气还依赖肝气的条达之性，千万别把肝气和脾气当成一对冤家，就像木生在土壤当中一样，木靠土壤的滋养得以生长，同时又能保持水土不被流失。正常的肝脾之气是相安无事的。

问：经络的气可不可以逆行？

不知道你逆行指的是什么意思，是逆于经？还是本身？人身精微啊，人身经脉，不仅有十二经脉奇经八脉，还有更多的脉，外脉啊内脉啊，很多包绕人的周身，道家讲的经脉比医家讲的要深要多，所以经脉啊，你只有站在气机的角度才能很好的认识，它有逆有从。原先是从上到下，这个逆上来了，这怎么逆？这个解释起来事情就多了，首先你得知道有哪些经脉，并且能够基本感知到经脉的循行，而且感知的层次也不一样，那么对经脉的理解也不一样，如果仅是从书上看到这些经脉啊穴位啊，你要来解释，也很难把经脉的循行解释清楚，因为本身这个经脉循行就是一个感应的循行，咱们知道这血脉血管就很复杂了，你想想这个经络在人身的包绕就非常复杂，绝对不是简单的十二经脉奇经八脉那么简单，它是实际的存在，因为是实际的存在，就从不同的角度、不同的层面都会体现出经脉的包绕过程。《黄帝内经》说到经脉在五脏六腑当中循行的时候也没有完全说清楚，只是入于里，然后后来怎么又从哪个经脉出来，关于入于里又怎么来走，那又不是简单的《黄帝内经》能够说清楚的。

这个跟大家说一下，在道家目前的水平上，即令博览群书，也不会把经络整个循行啊整个气机的变化能够完全讲明白，它这个经络就像缠绕一起的线团一样，希望大家初期尽

量把更多的精力用在气机的揣摩上。因为气机是大方向是大背景嘛，气机只要掌握好了，你只要让它自然而然地在经络中运行就可以，没有必要像制造导弹一样，精确到经络的某一点某一部分，因为现在大家不可能有那个水平。所以我不建议大家从经脉入手学习《内经》。

这里还有一点，关于五运六气，从我个人观点，《素问》后面那几篇大论是后人加上去的，并非是原汁原味的东西，不管篇幅啊行文风格啊都不符合《内经》的特点，所以说几篇大论可能是后人加上去的，我也不希望从几篇大论，从五运六气入手来了解阴阳五行的变化生长规律。如果看阴阳五行有更好的书可以看，没有必要从五运六气着手研究，而且应用于实践，这个就有点捕风捉影的意思。

举个最简单的道理，大家说甲运人怎么怎么的，木运，五运嘛，五运六气嘛。只问大家一个简单的问题，六十甲子，从甲子开始嘛，六十甲子纪年从什么时候开始？期间一直延续六十甲子相循环的原则，那么和时运的气运是否有差错，这一点希望大家回去认真思考。我们知道从黄帝时就有了甲子，那么一直六十六十地往下走，它是一种纪年的方式，运气又有不及和太过，比如，今年是木年，那实际的情况今年是否是木年，是否是木运来临，那么即便是木运来临，它太过怎么样，不及又怎么样，也就是我们六十甲子的行年法是否能够如实地解释气运的状态，所以从这点我不愿意大家从五运六气下手研究阴阳五行和疾病的发生发展规律，因为个体差异非常明显，即便推算流行病啊，适用于中土还是其他地方，《黄帝内经》当时只是河南地区嘛，是否只适用于河南，那么适用不适用新疆？那么此类的问题都是很根基的问题嘛，古代《黄帝内经》写的时候中土的定义和现在我们认识完全不一样。

问：十二经与气学的运行，是一样的吗？

不知道你说的是什么意思，十二经脉运行是一个层面的存在的体现，那么不同层面就有不同层面的气机的运化的规律，我们不能只通过一个十二经来认定它是绝对的一个存在，也就是我们形的层面上有血管淋巴，中医的层面上有十二经，那么再往上推，比如道医，再往上推，还会有其它存在，一步步地控制和组织着下面整个气机的运化。所有这些

包括血管淋巴，这些都是气学的存在的某一个层次的一个表现形式，也就是，大家一定要跳出中医之外看中医，不然的话也陷于十二经迷信的理论。

可以这么说，现在人得的病基本都不是单脉的病，而是整体气机失调失运的病，也就是说，胃病是不是扎阳明经就能好了呢？不是这样的，胃病可能连着肝病，可能连着肺病，可能连着肾病，就是见其所虚，而知其所主。我们学中医，也不能迷信中医，把中医当成一个真理。

问：逆通周天怎么循环啊？

说一下啊，道贵无为，如果拿你的意识强迫你自己的身体去发生错乱或者有为的病，这个不符合天道不符合道学的基本原则的。比如说通周天，拿意念导引往哪走啊，这个是误导，真正的丹道无为而生，你可以看看白玉蟾的文集，可以有一些了解，千万别用有为法对你的身体施加任何的影响，有很多练气功的最后走火入魔嘛，觉得自己通周天了，炼丹了，其实都是不实的幻想，大多数情况都如此，元气能不能通周天，那是自然而然它自己走出来了，不是人用意念导引的，拔苗助长嘛，小苗生出来，没有人去拔它，它却能生长，不管是练气功还是什么，道贵无为，你无为了，道就开始有为了，你只要有为，始终是你在压制它。

问：从气学讲，任督二脉能打通吗？

因为打通任督之脉本身就是带一种有功利色彩的问题，水到渠成，任督之脉贵在自然流通，而绝不是打通，很多学道的人很愿意通过自己的意念引导去做一些事情，最终反而会害了自己，最终得到一些小果，不能得到大成。

我们气学中医，如果大家接触临床的可以知道，它完全是从道贵无为这一块派生出来的。任督之脉我们不注重是否打通。有人说了嘛：学道不在打坐，道理就在这。如果你世间的凡念还层出不穷，我不知道你心机放在哪里，你自己安心下来，这个气机就会沿着自然的方向流转，久而久之该蓄满的地方蓄满，该通畅的地方自然通畅，还用假人去搬弄是非，说的就是这个意思。

问：丹道的尽头是什么，丹道的修炼，肉体还果然可以通过种种方式不死吗？

这个问题怎样回答呢？只能这样来说，不管修丹道还是修一些出世间的功法，我们的目的首先要明确。有一句话说的好：放下一切大吉祥，什么意思呢？因为我们有私，有私欲，有形体嘛，所以我们会死去，同时会产生我和他的对立，也就是有对待嘛。老子说：“吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患？”很多人当成个笑话或者一个口头禅，其实这是一个至高的境界，与天地同体，丹道的尽头，修来修去就是放下一切的一个问题，这个问题太大了。关于肉体的问题，放下一切之后肉体是否存在？那么这是一个层次的问题，我们做为没有见性的人，不好揣测。

关于这种终极的问题，还是不要在这里过多的探讨，因为我们从气学的角度来讲，首先我们对整个气机有一个清醒的认识。可以这样跟大家讲，一个不错的层次对气机的了解可以达到这样的境界：可以如实地感触到世界的万事和万物都是气机所化，山河大地皆是妙明心中之物，这是《楞严经》一句话，我们可以引用这句话：一切山河大地，山川草木，都是气机所化。这样一来，既然都是气机所化，我们就会知道，任何事物没有明显的差别，从而使我们慢慢形成了不再区分对待你我的一种境界，都是一团气嘛，这样你就不会受它迷幻和蛊惑，无非它变化而成，其中疑性自明，达到这种程度，大家就会对外界的环境、事物的变化不会产生执迷不化的追求，从而能够返还自心，体察心性的起伏变化。

问：既然刚才说五运六气不一定准确，假如要学习预测运气，你推荐学什么？

这个跟大家说一个很简单的道理，首先第一个，如果大家能从气机气化的角度来了解整个气机的运化，那么以小可以见大，以偏可以推全，以今可以推未来，以今天的情况就可以推明天的情况，那么我们通过观察我们周围整个气场的变化和人文的变化而推知以后它们会出现什么样的情况。比如说一个很简单的道理，今年春天南方大雪，那么这个就是气机剧烈的一个变动，那么这个大雪之气是从哪来的呢？那么它必然是消耗一部分寒气而化成了大雪，也就是旱涝不时啊，今年整个气机发生了明显的变动，而且前几天不知道大家注意到没有，北京刮西风，强烈的西风，而不是东风，就前几天上周，而且西风刮的非常猛烈。那我们知道春天应该刮东风，不应该刮西风和北风。前一阵一两个星期前，天气很热，后来突然变天，刮起了强烈的西风，那么这个就代表气机的变动。应什么？这

是公开的一个场合，我就不便跟大家沟通了。

中国古代很多物候学就是通过观察整个天文地理人事的变动来推测整个气机的发展状态，这个学问是一种秘学嘛，而且如果有一定功底，也可以通过望气、风水的学问去进一步揣测整个气机的变动。比如说每天早晨在开阔的地方，看太阳升起前那一刹那间整个地平线气机的变动情况从而推导是什么样的气运在主导目前这块地方的整个气机的状态，或者远远地登上山岗，极目远望，比如云彩，会出现特异的云彩，它都是有一定代表性的，那么这样学来得更扎实，而且更有体验，你拿五运六气去推，你终究是在书本上做了一些符号的游戏，何不到野外或者更贴近自然的地方去看山川的变化，去推测气机的状态。

解释一下：《黄帝内经》成书年代。

首先我没学过考据学，古代历史也不是很了解，关于成书时代，我们这么看，成书什么时代并不重要，我要知道《黄帝内经》的精神从什么时候开始延续下来，跟大家几次说过，《黄帝内经》是气界角度理解身体、理解医学的一部医书。那么我们也就可以推断，古人很早的时候，比如黄帝，是不是更早，伏羲氏，是吧，就已经很清楚地认识到气界的存在和气界的运化规律。我们可以再来推测，《内经》成书前肯定有更多的经书来解释整个的气界的规律，包括《黄帝外经》或者其它书籍都是人们在准确充分认识气界层次的基础上写成的。那么后来辗转能够流传下来的，在医界也就是《黄帝内经》这本书，因为很多用语我感觉并非是《黄帝内经》首创，而是一个自古继承的关系。

问：上守神，下守机，这个什么意思，如何操作？

上守神，就是神界的神。下守机，就是气机的机。我们气学中医从气界这个角度，那么是否气界是一个高于形界的存在，那么气界上面还有一个神界的存在，就是思维和意念，这个界啊是神界。上工守着神界，下工守着气机整个的运化。

举一个很简单的例子，一个肝硬化，就像刚才那个肝脾不调嘛，上守神，就是守你整个的心情意志，让心气开达，那么这个就是上守神。下守机，也就是通过草药，去疏通整个肝气瘀滞的气机，使气不通的地方得以通畅，这个就是下守机。

还有就是，《黄帝内经》我们知道，叩之不发啊，就像猎人随时等待猎物到来然后把

箭射出去一样，气机是泵嘛，经脉都是气机所游行出入的嘛，那邪气过来了，直接扎了一针，因为疟症嘛，用针把疟气给它引导出来，那么这也属于下守机的范畴。

关于您讲的气学中医我现在是若明若暗，不是很明了，是不是气在上者，下之，在下者也，升之，聚者，散之，等等。

也可以这样理解，整个人身一团气啊，若过上，则要往下按一按。若在下，则往上托一托。若整体的气机偏于寒，则使它温暖，气热要使它凉爽，聚到一起了，要让它散开，要是气过于散，要让它收聚。那么总之，调畅整个气机，使它处于一种和缓调达，不上不下，不寒不热，不收不聚，又收又聚，又寒又热，又上又下，这样一种状态这个就是整个的生机之道，也是一个美学标准。这个中医的道理同样可以应用于琴棋书画，什么是美呢？什么是评判事物的标准？什么是美的？什么是丑的？用一个词语描述就是谐和，所有中国古代文化，琴棋书画，包括经史子集，它们或多或少都是建立在气界的层次来进行运化、体验的。

问：人去世，是神先死还是气先散？

这个问题怎么来回答呢？首先我并没有经历过。如果从气学的角度来推测，那么神气一体，神气形，不同层次有不同层次的气，即便人死了，还有一团气存在，这个实在不好回答，我不能在这胡说。应该是气先散吧，神还在里面呆一段时间，实在不好说，不能胡说，也不一定神先散，因为人一去世之后，神气内敛，外在的气血运行之气，气机先行断绝，神气入里，不能说神气先散，人为什么要做七七呢？神气还在嘛，这个不做解释了。

问：怎么看待五运六气？

现实一些，也就是说，如果大家没有对《内经》的体察和神思的运用，中医包括五运六气，你很难再学了，你哪怕学一个面相啊，都比你学五运六气来得实。你学面相久而久之，你自身就有一种感觉，这种感觉就是整个的气感，一个人立在这儿，他成了一团气相，所说的面相，面相并不是说只是面部的一个相法，对人整个气机，动静刚柔啊，声音啊，气色、气象，整体的一个相法，你这样多实在啊，学到后来，都是自己的，整个能够很纯熟地应用。

问：春三月，此谓发陈，用气学如何解释？

这其实就是解释发陈嘛，把陈旧的东西重新发出来，而有新意，也就是新陈代谢的意思。发，生发，陈旧之物重新焕发生机。

问：人之身唯气血尔，是不这个接近您的思想？

这样气和气血，古人不是没有论述过，问题在于你能否把这个气机理解透，开合、升降、沉浮、刚柔、缓急，这些东西你能不能去准确地解释气机的变动，而不是仅仅像《伤寒论》上说的：“大气一转，其气乃散”，这个大气一转，就是你的气机，该升的升，该降的降，该开的开该布的布，那么整个的气机一转，邪气就散了。

给大家提几点建议，大家读中医的时候，不要只局限于中医本身，一定要加上自己的体会和整个感觉的锻炼，这样才能学好中医。

行，就这样吧。

后记：大千老师讲课录音由民间中医讲堂整理群牵头整理并得以转换为文字稿如今文稿整理工作已全部结束。通过阅读大家更进一步加深对气学中医的认识，在此向大千老师及整理校对各位的同道表示衷心的感谢！

知一斋主人

2009-10-12