

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

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。

目 录

第一课 开篇	1
1、重新认识真正的中医.....	2
2、何学习真正的中医.....	5
3、什么是神和气.....	7
4、回答学员问题.....	11
4.1、肚脐为什么叫神阙穴？.....	11
4.2、晴天阴天雨天雾天的气机何在呢？.....	12
4.3、两性相感到底什么是相感呢？.....	14
4.4、修道的书籍在没有老师的情况下可以读吗？.....	16
4.5、中医的营气和荣气有没有区别？.....	17
第二课 阴阳	19
1、什么是阴阳.....	19
2、不要轻谈阴阳.....	21
3、看病、做任何事情都不要偏阴偏阳.....	23
4、阴阳从哪里生.....	27
5、阴阳如何合和.....	28
6、阴中有阳，阳中有阴.....	29
7、回答学员问题.....	31
7.1、中气不足该怎么办？.....	31
7.2、阴阳平衡的最佳形式在人体是怎么体现的？.....	31
7.3、一气化阴阳之气是什么？.....	32
7.4、“阳极生阴”是什么意思？.....	32
7.5、怎么判断人体阴阳的异常？.....	33
7.6、如何引导阴阳转换？.....	34

7.7、练气功对学中医具体有什么好处，练什么气功比较好？	34
7.8、感冒了应该怎么用阴阳来治？	34
第三课 五行	36
1、五行的由来	36
2、五行的生克	39
3、五行配五脏	41
4、常见的五行疾病	43
5、五行配五种类型的人	46
6、不要泥于五行	47
7、回答学员问题	48
7.1、说下五行乘侮	48
7.2、五行性格的人容易患什么样的疾病？	49
第四课 八卦	50
1、《周易》的结构和成书	50
2、八卦的产生	51
3、八卦的配属及意义	55
4、回答会员提问	57
4.1、问：讲一下八卦的生长壮老已的顺序	57
4.2、问：八卦有生克关系吗？	58
4.3、问题：先天八卦后天八卦的关系。	58
4.4、问：八卦和外物如何对应？	59
4.5、问：艮、兑什么性格？	60
第五课 经络和穴位	62
1、经络是什么	62
2、经络有哪些以及经络和脏腑的关系	63
3、经络是可以完整的解释生命运动吗	65

4、穴位.....	66
5、穴位的命名.....	67
6、针灸是怎么治病的.....	68
7、针灸的误区.....	69
8、回答学员问题.....	72
8.1、经络了解要达到什么程度满足基本应用要求?.....	72
8.2、穴位跟星星有关吗，穴位是神出入之所?.....	72
8.3、什么叫井荣俞经合?怎么来分的?.....	73
8.4、关于十二经脉的命名.....	73
第六课 脏腑.....	75
1、什么是五脏六腑.....	75
2、五脏六腑跟西医的解剖不是一回事.....	76
3、脏腑是气化的产物.....	78
4、五脏藏五神.....	82
5、五脏与五行之间的关系.....	83
6、六腑的气化及五脏的关系.....	85
7、五脏本一气.....	87
8、肝脾肾为本，心肺为标.....	89
9、虚心实腹.....	89
第七课 诊断.....	91
1、什么是诊断.....	91
2、望诊.....	93
3、问诊.....	94
4、切诊.....	98
5、经方和时方.....	104
第八课 辨证.....	106

1、何为症	106
2、食疗要法自然	108
3、中医辨证要辨整体、辨气态	109
4、回答学员问题	118
5、喝点牛初乳好不好?	118
6、小儿大便无力、便秘，气学如何解释? 调理思路怎么样?	118
7、现在食品普遍质量下降，如何减少这方面对人的不利影响?	118
8、小孩声带长息肉用黄氏响声丸?	119
9、口腔溃疡怎么辨证?	120
10、牙床上的溃疡和腮帮子上的溃疡有什么区别?	121
第九课 中药	123
1、什么是中药	123
2、中药的四气五味	124
3、如何理解药性	125
4、中药的分类方法	128
5、常用的中药	130
6、中药的归经	132
7、中药的现状	134
8、现实中的大药	135
9、回答学员问题	136
9.1、细辛的用量	136
9.2、西药可否为中医所用?	136
9.3、慢性荨麻疹一天起数次，可以任其发作吗?	137
9.4、古人如何确认中药的品质?	137
9.5、对西药如何判断其阴阳及对气机的作用?	137
9.6、中药是否要学西药科学的管理，有助于改善现状?	138

9.7、附子在哺乳期可以用吗？	138
第十课 方剂.....	139
1、什么是方子	139
2、方子是干什么的.....	140
3、组方原则.....	141
4、中正平和.....	141
5、刚而不猛.....	142
6、柔而不懦.....	142
7、温而不燥.....	143
8、凉而不寒.....	143
9、清而不枯.....	143
10、浊而不凝	144
11、通而不暴	144
12、攻而有守	145
13、补中带调	145
14、回答学员问题.....	147
14.1、“以毒攻毒”应如何理解？是否与中正之道背道而驰？	147
14.2、君、臣、佐、使是怎么控制的？	148
14.3 开方的量一般怎么控制？君药的量一定要比臣药的量大吗？	148
14.4 如何分析西医的疫苗.....	149
14.5 西方人的体质和东方人体质有何不同？	149
14.6、是否可以按照攻补调温凉结合药效来开方？	150
14.7 西方的宗教巫术怎么没有认识到“精气神”？	150
14.8 药物的炮制手段是否可以采用现代的一些技术？	151
14.9 吃饭容易出汗，该如何调理？	152
14.10 参麦散熬成膏可以常喝吗？	154

14.11 肺寒用那些药?	154
第十一课 治疗一	158
1、亚历山大之结	158
2、中医是治人不是治病.....	159
3、中医是治整体不是治部分	161
4、中医是治原因不是治现象	163
5、中医是治神气不是治形体	165
6、中医是治生活不是治身体	167
7、中医是治症不是治病.....	168
8、不是药在治病	169
9、回答学员问题	170
第十二课 治疗二	175
1、续谈中医是治症不是治病	175
2、续谈不是药在治病	176
3、中医是调身而不仅是调方	180
4、个体差异.....	182
5、病的节奏.....	184
6、回答学员问题	186
6.1、怎样培养有中医思维的合格中医	186
6.2 眼睛看东西为什么老是弯曲的.....	187
6.3 现代人为何无法感受精气神的存在呢? 如何去感受?	187
6.4 怎么与癌症共存?	189

第一课 开篇

我记得原先在民间中医讲气学中医的时候，第一堂课就跟大家说过，什么是气学？气学的几个原则是什么？这次我不想说他有几个原则，不想把这个东西搞死了，因为大道至简，没有定死的规矩、理法，一切活变，活变要遵循一定的规律，我就想通过跟大家闲聊这种方式把这个规律、现象生动地告诉大家。为什么古人写书尤其一些经典的书籍不是系统的而是语录式的，这个是与所讲内容有直接关系的，因为你要系统必然僵化，必然有条条框框，那么就违背了自然的规律，违背了道，所以说还是语录式的这个方式更灵活，每一句话有所启发，启发的多了，慢慢的、点点滴滴的，能让你最终有所体会。这个体悟是内心的体悟，不能言之于文字的，就像感情一样，谈感情谁也不可能把这感情系统地描述出来，只能自己心领神会。那么学道也是同样道理，不可能把道化一，完完整整的系统地展现在大家面前，这是不可能的。像情感一样，如果情感可分析可化验可重复，那么也不称之为情感了。所以说思前想后不想给大家设条条框框学医，我会用朴素的生动的语言，不断的打比喻来告诉大家气学规律，并且告诉大家气学如何应用在中医上。

咱们直接开门见山的来讲气学中医的基础课。首先说一下这个中医，大家知道中医几千年来是我国的一个特色，是祖国的一大瑰宝，它是一种传统医学，几千年来仍然指导我们临床，并且行之有效。现在科技发达，通过各种仪器、理论也检测不出来，探讨不出来，各持一辞。研究经络的、研究脏象的，靠这个系统论来创立出来，现在很多通过物质的微观的手段，最终没有把中医研究透。尤其近一两年中医热，出了很多书，大家也都看了，有的告诉大家一个方法、一些理论，都是行之有效的，但是这些能不能代表中医？或者说大家能不能深入的理解中医？在这里学过中医，有的学过很多年的应该深有体会，中医越学越摸不着头脑，像一个迷宫一样，学来学去，古代的中医书汗牛充栋，书太多了，你看一本觉得有道理，看多了各种理论错综复杂，有时候互相冲突，无所适从，而且这东西虚无缥缈，每一个大夫的理论不一样，开的方子也不一样，有的治病有的不治病，同一个病人大夫会开出千奇百怪的方子，没有统一的标准，没有明白的检测手段，那么中医怎么学呢？二就是中药，中药不可能完全量化，也不可能标准统一，不同地方种的药材质量不一样，功效不同，都是略有区别。那么这些我们用什么标准、什么依据呢？这些都

是摆在我们面前的问题。

早就说中医要现代化，要科学化，搞了几千年，搞来搞去，搞不下去了，就走西医的道路，现在很多中医人研究中医都是按西医的模式来研究，这样研究来研究去，到底是不是中医，大家没有一个说法。也就是现在中医虽然热，但是中医内部对中医还是很迷茫的，各说一辞。大家都有自己的方向，但是这些方向能不能走通呢？谁也不知道。这是什么意思呢，两方面，第一要认识中医，什么是中医，你知道你了解的是不是中医？你学了这么多年了，是不是中医？第二个我们如何了解中医？既然你不能确定你学的是不是中医，或者你要重新审视你学的是否是中医，那么我应该通过一种什么样的途径来了解真正的中医，真正的中医如何来学？这是摆在我们面前的两个问题。因为现在很多人说中医很神奇，脱离现代文明体系，因为现代文明体系不能很好的框定中医，用现代文明的手段不能解释中医。这是为什么？我记得黑客帝国里面，那里面不是造了一个幻想，我们大家可以把黑客帝国的幻想引入到中医的思考方面。

最近几年我看现代人写的中医书很少，不知道现在有什么思潮，但有一点可以肯定，如果从物质层面去研究中医，那么中医没有出路，也不可能认识中医。那么应该在什么角度上研究中医呢？这个就是我们要切入的正题。重新认识真正的中医，之后我们还要讲我们应该如何学中医，今天第一堂课主要讲这两个问题，然后以后的课程，我可能给大家从气学角度讲阴阳、讲五行八卦、讲脏腑、讲辨辨证、讲中药，按这个顺序讲下来。

1、重新认识真正的中医

这个世界的构成，是由神气形三个层次构成的。什么叫神气形呢？先从后面往前面说，这个形就是我们的物质世界，诸多可见，桌子椅子板凳、原子分子、这个肉体，我们能够解剖、能够分析、能够化验的这些东西叫做物质世界，这个叫神气形的形。物质世界之上，还有一个世界叫做气的世界，这个气的世界不是我们吹口气的气，也不是水蒸汽的汽，而是有别于能摸得着、看得见、能化验、显微镜下能看到的这个物质存在，是另一种存在的形体叫做气。先简单的介绍一下，慢慢的随着咱们学习的深入，你就会了解更多类型。那么在这个气的存在这个层面上还有一个神的存在，神不是神仙的神，你可以理解成神识的神，在我们的身上也可以说我

们的思维、我们的情感意识，这叫神。植物有植物的神，动物有动物的神，一切含灵蠢动都有明显的神。

什么叫含灵蠢动呢？含灵就是含生灵，什么叫做蠢动呢？能够蠢蠢欲动，能够动的当然也包括植物，植物每天也在生长也在动。蠢动，蠢蠢欲动的生灵这些都有神识，那么神气形都有存在，构成了我们人类世界。首先我们要明确这种世界观，在这种基础上我们才能谈气学，才能谈中医。神气形三界，古人几千年来清楚的认识到了这三种存在，现在科学，近百年发展的科学，不知道神和气的存在，只重视形的存在，那么就相当于只知道三分之一的自然现象，认识三分之一的世界，这是残缺的。所以现代科学不能完好的解释这个世界，很多现象解释不了，比如飞碟一飞没了，你说去哪了。还有这个火箭都靠巨大的能量，液氢液氧推动，才能飞到月球，人类要想实现飞向其他的星系，通过什么呢，把火箭加速到光速是极限的，超越光速怎么实现呢？摆在现代科学文明面前的问题很多，他已经在在一个框框里框住出不来了，在这个框框里可以达到极限，他这个框框本身就给他局限住了，这就是现代文明。几百年的现代文明，局限在形的层面当中，气的文明和神的文明没有涉及。

最近几十年，西方科学人也在反思，他们也很多对很多灵异现象、神秘现象、超科学现象进行研究，但这种研究仍然用物质世界的研究方式去研究，取得进展不多。作为我们，生活在现代文明当中这么多年了，也习惯了这种思维方式，认为他是正确的、先进的，受他熏陶感染，所有的思维方式、行为方式都是这一套，让我们没有机会去了解气的文明和神的文明，这两个世界对我们是陌生的。那么古代不是，古代文明没有这么发达，物质文明没有这么发达，他的神气形三个文明是相融均衡的发展，这个大家可以在读古代典籍，理解古代文化当中去体会，今天不多说。

在这样一种世界观的背景下，我们学中医，想了解中医就首先要了解神和气。因为中医这个文明这个文化是神气文化的延续，或者可以叫神气文化催生出来的，如果你忽略或者你这个中医人只用形文化来处理，这个是南辕北辙。和那个水一样，水中有鱼，鱼就是中医，水就是神气，如果水没了，这个鱼就要死掉，神气文化没了，中医就要死掉。前几天还有一个西医把这个营养成分剖析来了解中医的中草药，像这种都是在毁灭中医，中医真正的精华不在各种成分，中医真正的在于神气文化，大家从《黄帝内经》第一章上《古天真论》就可以知道。

咱们再重申一下，如果不能很好的了解神、气，中医学不好。很简单，比如说你上火了，上火了就牙疼，西医怎么治，吃一些药，止痛片，如果说牙龈肿痛很严重，西医就会建议拔牙。那么中医就不是这样，中医认为你肝火旺，循经脉上来导致牙疼，吃一些泻肝火的药牙疼就能好，那么这个里面如果说你不加上气不加上神，这个问题不好搞。你只说是肝火旺，肝火旺他是一个概念，一个模型呢？还是真的有肝火旺？那肝肾阴虚，什么叫肝肾阴虚？肝肾阴虚应该用什么药，肝火旺应该用什么药？比如说用龙胆泻肝汤，有什么缺点不足，那么这些如果只是从阴阳五行脏腑分析，就陷入机械的形式模型当中，这样研究多年也是隔靴搔痒。后来又衍生出很多流派来，每一个流派都有自己的模型，那就不好办了，始终是隔着一层摸不到，这个是学中医人的一个苦恼。他也不一定是优势，很多人学中医学了一辈子觉得这个是优势，西医看机器，把人当机器，那样不行，中医的话是模型、系统论，是暗箱，是黑箱，动这一块那一块就有反应，通过动各个部件去调某个部件不调，比如说用阴阳五行，但是火旺，是金旺，是木旺，还是水衰还是土衰，用五行相生相克的理论去把人的身体当成一种有机体，五行配五脏，既相生又相克，你太相生了就要克，我克的衰了就要生，搞这一套东西，搞来搞去的，但是有一个很严重的问题，这个学中医的多少应该感觉到：你再优势于西医，你问一下自己，你是否了解到、知道这里面怎么去运作？大家都不敢回答，怎么就创造了这个模型，这个模型怎么和你的临床症状相吻合？为什么很多人认为五行不要用，五行对指导临床有没有什么实际意义？但有的人大声疾呼这个五行太好了，这个应该运用，但能不能用的非常熟练呢？谁也不敢说，大家都打一个问号，扪心自问一下，能不能实际解决临床上的实际问题，谁也不敢说。这是为什么呢，就是你不知道这个模型是怎么创建的，这个模型背后是什么东西，你如果说只是一个体系，永远是和真相保持了一定的距离，模型不可能永远代替真相，你不可能接近真相，你只能通过模型去套，含含糊糊，你学中医也好，学中国文化也好，你包括学《周易》、算命都是含含糊糊的，学来学去都是晕头转向的，搞的很多人学到半道自己都不信了，或者说相信没有能力再进一步向前突破了。

我不知道大家读过没读过《悟真篇》、《周易参同契》这些书，那么这些书看不懂，束之高阁，知道是好书，但是看不懂，然后想学一些有具体解释的书，读来读去走入了邪路，大有人在，这跟搞修行的人是一样的。在这里跟大家说一下，首先

要正视神气形三个层次，就是三种世界，三种存在互相影响，构成了我们这个完整的世界，所有现象事物都是因这三种世界为依托而演化出来的。我们不仅要学形的思维方式，也要学习气的思维方式，还有学习神的思维方式，那么我们就从隔靴搔痒的那种状态进入一种能够感知真相的这种状态，实际是怎么回事我们能把握，就会越学越开心，越学越明白，心明眼亮，这个需要我们去转变，下功夫。

2、何学习真正的中医

这个就说到怎么来学习中医了，第一个问题已经给大家说了，什么是真正的中医，神气的中医是真正的中医，抛弃神气只从形的角度来认识中医，或者通过形来解释的中医，这个不是中医，或者只能说是中医很小的一部分，用这种方式来学中医必定是死路一条。中医从先秦两汉隋唐再到宋再到金元，对神气的认识一步一步下台阶了，一步一步衰弱，金元到清到民国到现在，对神气的认识衰弱到了极点，已经不承认有神气这个东西了，想通过单一的一个形即西方的思维方式，你别看他讲五行，讲脏腑，这也是西方的系统论这一套东西，想从这一方面来继承规范中医，并且想给他科学化，这条路是不可能走通的。那么在这也没有必要大声疾呼，这也是大势所趋，但是在这大家知道就可以了，真正的中医必然是神气的中医，如果大家想学好中医，比如现在有学了很长时间的，有刚入门了的，还有是感兴趣的，如果说大家感兴趣的话，我劝大家尽快接触神气文化，用神气的语言、神气的思维方式，去理解中医，你就能读懂《黄帝内经》，能够读懂《伤寒论》，能够读懂《本草》，甚至可以读懂周易。这些书没有什么难的，为什么现在人啃他像啃迷宫一样，啃不动进不去，学了几十年还在门外绕，就是因为没有从神气角度入手。现在《周易》像天书一样没人能够读懂，谁敢说能够读懂《周易》，很少有人说读懂了《周易》，三百八十四爻每一爻什么意思，很少能敢这样说，原先是五经之首，那原先人是怎么学的，谁写的，写完了由谁来读的，伏羲做八卦，文王演周易，六十四卦，周公写系辞，孔子做十翼，这一系列都是有传承的，都是保留《周易》这个精神代代传下来的，到现在失传了，解释不清了，为什么呢？就是因为我们没有认识到神气文化，或者说是忽略了神气文化，以至于不敢承认，不想去承认有神气文化的存在。

今天咱们第一堂课，我直接开门见山告诉大家，你们要想学好中医就从神气入手，中医没有什么特别难学的地方，就是因为你学错了。很多大家，所谓的大家，

明清民国当代的，只要不从神气入手都不能学好中医，你别管他创建了什么理论。只要大家学好神气，《黄帝内经》就能够解释，没有什么难的，你学经络学的再好，你不把气灌进去，学经络没用。比如你扎一个穴位，这个穴位他刺激整个经脉，神气发生怎样的变化，你不从这方面入手，你这扎某个穴，走某条经，这和血管有什么区别，没有意义的。你看现在很多人扎这个针灸，扎针一下扎上去完了，捻拉提按这些动作他说是得气，什么叫得气，酸麻胀叫得气，我跟大家说得气不是那么回事。什么叫得气，得了他的气叫得气，神气文化，什么叫补什么叫泻呢，你要补要把气聚到一块再补到经络里，你要泻，把里面的聚在那的邪气泻出来叫泻。迎随补泻还有什么虚实补泻你要知道，里面确实有气，你要没有气你叫什么得气，叫什么泻气叫什么补气，都谈不上了，酸麻胀只是得气之后有气的推动鼓荡所表现出来的一种现象。

像这寒热一样，大家都讲寒热，寒用附子，热用大黄，那么这个寒这个热是哪来的要清楚。原先讲课讲过，寒热都是标，你要知道后边寒热是怎么产生的，《内经》明确写着，气聚则热，气散则寒，气聚在了一块就产生了热，气散了就产生寒。你看现在很多人虚寒性体质，什么叫虚寒实寒呢？实寒是经络阻滞，经脉凝滞了，导致了这里气不通，气不通，气来不了了，那就是寒，那么你把经脉打开，气流过来，温煦了受寒的部位，人就不寒了。什么叫虚寒呢，整个身体素质下降，导致重要的一些地方气少过不来，像河水干了一样，没有气就寒，这时候你用艾灸、用火烤、用附子通没有用，水少你再去挖河床通经脉没有意义，你把河床挖的特别宽，他上边没有水你还是干。

像前几天病人给我打电话他就说，他是个虚寒性体质，拿五个艾条熏肚子，把自己关在卫生间，拿五根艾条熏肚子，熏的都虚脱了，也没见到有温暖的感觉。那么这个就是不对了，治错了。伤寒不是说了，火气虽微，内攻有力，拿火去烤肚子，火不是阳气，他不能去虚寒，火不是气血，不是阳气。“火就是一个用来烤火，阳气足的很”，没有这么回事。以后要跟大家讲这个气以后，那你身体里有股气，这气喜什么恶什么你要知道。拿火去烤的不能益气，大家要从神气的角度来考虑问题，很多问题迎刃而解。所以说很多人学经络，我就跟他说你先学好气，是气在经络当中流的，气是在变化的，经络是随着气的变化而发生变化，把气搞好了，气的大致的运行方向、运行方式你知道了，你再学经络就是瓮中捉鳖，很简单了。

3、什么是神和气

前面我们说了神是神识，就是大家所有的心里想的思维都叫神，既然说到这我就多说两句，你不要认为你这个身体是你自己支配的，大家想想，你这个心脏不停的在跳动，受你大脑支配了吗？没有。你这一热了出汗，也没受你大脑的支配，那谁来支配呢？只有神可以支配这种事情。你看你的脏腑运行的良好，相互协调的很好，谁管呢？这些问题你都想过没有，任何一个组织器官井井有条的在那工作，是怎么运行，怎么回事？这个都是生命科学，西方人一直在研究，想把这个神经研究透，研究到现在他也没研究透，在这直接跟大家揭一下谜底，是怎么回事，我跟大家说过，听我课的应该知道，你这个身体是众神合成的，不是就你一个人，不是就一个脑子指挥你整个身体，不是那么回事。《黄帝内经》讲过五脏皆有神，读过《黄帝内景经》的也应该知道，不只五脏皆有神，四肢百骸皆有神，不独四肢百骸皆有神，你每一个细胞每一个组织皆有神，每根毛发皆有神，不只是简单的心神的问题。

众神和合，你是一个神识的和合体，是大家组织在一起，融洽的构成你这个身体。怎么融合融洽的构成你的身体呢，每一个神与神之间是通过感相沟通的。什么叫做感？相互追随，你感我、我感你，感在一起。神气发怒则产生气，有了气就能成聚，象云彩一样。大家看看天上的云彩一大朵，那这一大朵是什么呢？都是气，形成心气，这个心云含含糊糊的都是气。那么这个不是可见的，我只是打个比方，其实气是不可见的，你肉眼看不到的。有了气，他就会化成形。那我讲过神统气，气化形，就这么一个过程，有了神，他能统出气来，有了气，他就能化出形来。那么这个就是三界是怎么派生出来的，所以说你这个人一样，灵肉结合，你不可能是光有肉没有灵，那是尸体，那是死物件，那里有灵在里边，灵魂，神，神识，在里面居住，你这人才是活物，你才能动才能有感情，才有喜怒哀乐。没有神就像一个房子一样没有主人，主人走了，主人走了这个房子几年就不行了，没有人修缮，房子就不行了。

神统气怎么理解呢？比如有个人吓你，你神哪儿去了，你神乱了则气乱，气乱则形乱，你这一哆嗦差点尿裤子，就是神统气气化形，比如一个人一激动一发怒，是因为你神发怒，神怒导致气上冲，整个气都是向上冲，带着血顶到脑瓜门上就头晕迷糊，高血压犯了，那么这个就是神影响气，气影响形的一个过程。神动则气随，

气随则形变，神一动气就得跟着，你看你这个脑子天天不停的在转，情感不停的在波动，他都在影响你整个的气，那么气久而久之就会影响你的形体，那么这个就是神气形了。

西医就不讲这个，他就单独讲一个形，长一个瘤子，瘤子怎么长的，气聚则成瘤，那么气又是怎么聚在那呢？比如说你爱生气，比如说肝癌，我们就说肝癌这个病，生气郁闷，他老郁闷，这个气本身应该是周流上下的，不停的像云雨一样，但他一郁闷，气就凝在哪儿了，那成为积聚的聚，凝在那儿就上腹饱胀，打嗝，不想吃东西，他气聚在那儿，就不走了，很多生理功能就弱了，久而久之他气聚不走，时间一长他就化形了，肝硬化肝癌就产生了。你比如说食道癌也是，导致食道这块气长期聚在那儿，气机不调，导致那个地方越来越不正常，感觉食道吞咽不适应了，时间一长了那个血管就发生病变了。那你这时拿下去那块血管没用，你拿下去他的形体，拿走了，神和气都没有改变，你拿的那段时间气无所依，气完全是附着在那块血管的病变上的，也就是你那块血管拿去之后那个气当时就无所依，但是这个气在你体内，这种病气在你体内他就会附着在周围的其他的细胞组织上，继续的去改变你这个形体，所以说相当于扩散，把这拿了他就跑别的地方扩散。这个就像小偷一样，你不把小偷赶走，你把这个房间插上，他就跑到其他房间作乱，象耗子一样。就是说你只讲形体不讲气神那是很可怕的。

现在很多病治不了，本来不是什么大病，但是治不了，很多人不知道气机的规律。比如那个发烧，我们讲过多次了，现在你看很多中医拿发烧也没办法，也治不了，西医挂水，挂水当时烧能降下去，但是回头复烧，或者是转变成其他病，那么身体壮的暂时性的在自己体内消化了，没有留下后遗症，但是你这发烧是怎么产生的呢？我们中医知道，是外感风寒袭击肌表，使毛窍闭塞，里面的气出不来，在里面聚而发热，气越聚越多，憋在肌表体内产生热，就是高热，这个时候你应该迅速打开肌表毛窍，让里面的气能够泻出来。房间里面的温度高了，你知道开窗开门，这个是一个道理。你把毛窍打开了则热泻，所以汗出使得烧退，马上就退下来。有的发完汗烧不退，这是在里面化热，那么你还加清热的药，他如果不化热，汗解热退，他直接热就解了，不用加清热的药了。汗出热不退用点清热的药，里面化热。我看到有两种，第一种是挂水后由高烧变成低烧，他还高兴呢，我说你别高兴了，高烧代表你体内抗击能力强，产生高烧，小孩要是高烧一下三十九度，老人一般三

十八度左右，正因为你身体衰了。这气聚在里面不能很好的发热了，只是低烧表现出来的一种病变。有的挂水回来还是低烧三十七度多，那么这个都是不好的现象，都是证明你机体衰退的表现。那么还有一个发烧的，发烧不要怕，烧一两天烧不死，不会烧成脑膜炎之类的疾病，因为人本身有一个抗邪能力和自我保护的一个机制，三天内高烧都是属于正常的，所以一般三天内这个烧就可以退下去，自然可以退下去，如果用药一到两天可以把烧退下去，但有时候邪气方盛，虽然吃了几贴药第一天不容易退的情况下，不要着急，等过了一宿第二天再吃一些药，一般到晚上烧就退了，一般是这规律。如果你三剂药下去三天你还没有烧退，用药有问题。前些日子有个病人跟我说，第一天没退，第二天喝药晚上我说你怎么都得搞出一点汗来，那么还是灌药怎么着还是吓唬小孩，小孩哭了，打小孩，小孩一哭哇哇一哭，一下子汗就大泻，烧就退了。为什么这一哭烧就退呢，你一哭神就处在一种宣泄的状态，他再哇哇一哭，气就从毛孔闭塞顶出来了，宣泄出来了，气就散出来了，一散出来毛窍一解，烧就退了，外邪就瓦解掉了。

所以说大家要站在神气的角度去研究疾病，理解疾病，了解我们这个身体，以至于了解这个世界是怎么回事。观神气所在，每个人他们在干啥呢？望神望气，闻神闻气，切神切气，都是在干这个。我记得原先给大家讲《难经》的时候摸脉，你摸脉摸什么，你不就是感觉这个脉的力度，他顶在你手指头上，你就体会是一种什么样的气在顶你的手指头，是一种衰弱的气在顶你的手指头，还是一种旺盛的气在顶呢，还是紧急的气在顶，还是粘滞的气在顶，哪个部位在顶，这个通过什么去体会，这个通过你的心，因为你就是神气所合，什么是神气所合，神气化合的，你就有这个能力，你先天就具备这个能力去感知同类，他的神气你的神气，你先天就有这个能力去感知，这个不是特异功能。那么每一个人生下来就有，比如说对眼神，对一下眼神就了解对方大致是一个什么样的人，他对你是恶意是善意，他怕你还是你怕他，两个人对一下眼神就知道了，对眼神是什么呢？就是神和神的交接。目及而道存，这两个人目光一碰，就心领神会了，道就在其中了，传承了，就在这里体现出来了。所以说我们学中医，怎么学，从神气方面学，用什么学，用心学，不要用教材学，不要用机械的方式学，用神学用气学。以后还会告诉大家怎么练气，神的存在方式、运行方式，气的存在方式、运行方式，他们是什么样的规律，我们又是通过哪些方式，我们身边唾手可得的多种方式，拿过来去了解神气，这个就是我

们学习气学的基本的立意点，才能学好。

说句题外话，中国几千年的文化就是神气文化，书法艺术建筑、各种理论方方面面、世界观、医学，所有这些都是建立在神气文化的基础上的。中国古人都认识到了世界是由神气形三界组成的，举一个很简单的例子，就那个山水画吧，中国的泼墨山水画也好，还是其他山水画也好都是写意，画不求象但求神气，但求有气韵，这个直接就带出来了。什么叫神气，怎么来判断神气，这就要你心领神会，因为你也是有神的，你才能体会对方的神，你要无神也就无法体会对方。什么叫气运，有气在里面填充，那个形都无所谓，画的那个形都无所谓，里面的气好不好是关键。现在那个动画片，尤其那个神话动画片，搞的都是激光来激光去的，这个是西方的物质世界，不对。大家要想看中国传统的动画片，你就看看大闹天宫就知道了，那个云是怎么走的，云形是怎么来回的变化，他里面充分的体现神气的文化，因为现在演的很多神话电影电视电影之类的搞的都是西方那一套，他不符合神气的运行规律，神气也不是那样运行的，神气是不走直线的，很简单，世界都是曲线构成的。你看看云，哪有直线走的云，多多少少的都是曲线的，有的云他象一条链，你仔细看他也不是一条直线，你再看敦煌的壁画那种飞仙那种造型都是体现的神气文化。关于具体的我们会在以后的讲课当中告诉大家神气的运行规律，这个规律你掌握了，你就知道这个气机是怎么动的，人得病是怎么回事。

你看鼓出一个包来，怎么鼓出来的呢，就是气推动鼓出的包了，这个不是发炎，你看这个包红红的，一个包在那鼓着，是里面气的推动，经络堵塞，气聚向外顶，顶出包来。你看磕这个脑袋，嘣，磕出来个包，这个包怎么产生的呢，是磕的时候把那个经脉给磕伤了，淤阻在那了，气淤在那不行，顶出来个包，那么这个包是不是当时就能下去呢，下不去，气散才能下去，淤阻的气怎么散呢，你把经络调开了，让气沿着各个的经脉让他化开，气一散这个包就塌下去了，慢慢平复，这个病就好了。你说你磕了一下，你伤了，出血了，出血了之后，这个血能凝结，那为什么能凝结？这是因为那地方的神他要保护你的身体，他自主地激发了凝结的这种功能，使你的血能够凝结，凝结之后结痂，结痂之后长肉，这些由谁来完成呢，由你的总神和当地的神配合完成。那为什么年轻的人磕了之后好的快，老年人磕了之后好的慢呢？就是因为老了，人的神气衰微，他的能力下降，导致你磕碰之后迟迟不愈。那有的人身体很弱，这一块长疮了，迟迟不愈，那怎么治，让神气充足一些，

神气自己就会治愈那个地方，不需要人为干涉，这就是神气的自主性。

咱们看病人吃药，病情好了，不是药让病好的，是药推动神气自主的去修复去调节，使疾病痊愈，这个大家要搞清楚。你不要依赖一些偏方来治这个病，不要自己逞能，这个不是你治好的，是你帮助身体，身体的神气治好的病，神气有自主性，就是你自己就能调病就能愈病，调病愈病的本事哪里来的？从你的神来的，是你这个总神和下边的各个的分神来完成。也就是说这个直接就否定了这个机械论，机械是由各个零部件组成的，一个东西就支配零部件，这个机械论不对。每一个零部件都是一个生命，你身体上的任何一个部件都是生命，无数小的生命组成一个大的生命，大生命组成一个更大的生命，大家融洽的生活工作，构成了你整个人或者构成了你这个个体。

举个很简单的例子，这个蚂蚁洞，一群蚂蚁，你看他是一个个体，其实这么多蚂蚁比作一个大神，只不过他是分散的。人细胞是紧密的结合，蚂蚁的细胞是分散的结合，每一个蚂蚁都当成一个细胞，所有蚂蚁往外出，你就相当于一个触手，触角一样从洞里面伸出来了，辐射到周边地区。蚂蚁回家了你就当做这个触手一下子又缩回去了洞里面一样，本身这蚂蚁是松散的神气的一个结合体，人是一个致密的结合体，很多动物都是致密的结合体。乌龟某一天到那个岛上产蛋，这个小乌龟到某一天孵化出来了，就可以把整个的乌龟群都看成一个生命体，那这个问题就好解决了。

再比如睡觉，为什么你就知道十点睡觉？所有的细胞都开始睡觉，只是睡觉的轻重形式不一样，那为什么所有细胞到那时候都睡觉了，就是因为众神相感都到那个时候睡觉。同样很多动物的回游，或者候鸟的迁徙，都可以这样来理解。同样我们作为中国这个魂，你就是一个细胞，那中国有魂，只不过站在你这个层次上看不到，中国什么时候腾飞什么时候崛起什么时候衰落，这个整个的是一体，这个是一个魂，你就是中国魂的一个细胞，同样若把你比作中国魂，那你的细胞组成了整个魂，这个大家应该能够理解。

4、回答学员问题

4.1、肚脐为什么叫神阙穴？

以后会跟大家讲经络的命名，每一个穴位的命名都有他的含义，包括每一条经

脉的命名都有他的含义，神阙，阙是门户的意思，神是交通往来，就是神的交通往来的一个门户，那么肚脐叫神阙。气海，里面气的海洋，叫气海，里面充满了能量，是气的聚集地。什么叫经渠穴，经脉渠道，这个气灌注的很通畅的一个渠道，经渠穴。尺泽，什么叫泽，沼泽，所有带泽字的都代表水洼的地方，当然不是水洼，是气注在那，带海带泽都是气之所注的地方。什么叫精明穴，为什么叫明呢，他的气很光明。你看很多胸部的穴位都叫神。有机会给大家讲一讲这个经络的命名，他都是从神气的角度去命名的，气之所注，气之所行，气之所发，气之所去，气之所聚，都是从这个层次来讲。你要说不了解这个神气文化的话，很多东西咱没有办法解释说清楚，说不清楚。所以说大家如果没有接触过感觉很突兀，无从下手，不知道从哪里学，应看什么书，和教材写的有很大的出入，这个没关系，随着咱慢慢来讲，我告诉大家应该看哪些书，应该怎么从神气入手，教材上的或者传统医书上的他那些理论我们如何来解释，我不想单纯的谈神气，还是希望能够结合传统的中医术语来谈。

比如说我们马上来讲阴阳五行，五行是怎么回事，金生水是怎么生的？是不是金属融化就成水，这肯定不是，你这大笑话了。木克土怎么克的土？什么是木什么是土？这个都要跟大家讲。讲阴阳的时候，有时候阴生阳长，比如说你这个阴阳是对立的又是统一的，只说这一句你无法理解阴阳，阴阳相随相长相错相交相杂相间，阴阳相济，所有的这些东西他是怎么体现的？阴阳又是什么？这个咱们以后在讲课时都会涉及到，会详细生动的给大家讲阴阳的特性，讲五行的特性，讲八卦的特性，讲脏腑的特性，讲经络的特性，讲辨证的特性，是怎么的辨证，来一个病人往那一坐，什么病你得八九不离十能说出来，症状不一定能够说出来，有时候轻微的症状说不出来，起码你知道他肚子里什么气在那呆着，你应该知道，搭一下脉看一下神色，吐一下舌头看一下舌苔，基本知道他的身体里包着一股什么气，这股气靠什么神来统御。前两天一个患者带着母亲过来，舌头一伸出来白苔，厚腻，一看就是瘀滞之气停留在中焦，你不管这个瘀滞之气哪来的，第一眼就应该判断出来，瘀滞之气在那摆着，肯定中焦的问题没错，那怎么治，散其瘀滞，保持心情舒畅，别生气，多运动，把瘀滞之气化开，这身体就会好些了。

4.2、晴天阴天雨天雾天的气机何在呢？

这个问题问的非常好，《周易》里面有句话，近取诸身远取诸物，什么意思？

就是你要不理解的事情，你要用比喻的方式或者说用类比的方式去思考，不熟悉的东西要用熟悉的东西来解释，因为天下万物一理，都是一个道理，任何事物都是气组成的，气的运行规律都是一样的。你这个不理解用其他的东西去对比，近取诸身，身边的各种东西的变化，比如水壶开，一杯水倒那，水产生的对流，烟囱冒的烟，小狗叫两声，这些东西都是近取诸身。远取诸物，就是你身外的东西拿来作比喻，天地日月星辰都可以做比喻，都可以类比。近取诸身什么意思呢，比如身体打个哈欠怎么回事，放屁怎么回事，一听水声响想尿尿怎么回事，别人吓你一跳直哆嗦什么原因，有一个包一起浑身打一个激灵怎么回事，一上火这两天口腔溃疡什么原因？那这些平时都要琢磨、思考，久而久之用心思考就入神了，一入神你研究的非常精美非常到位，最终达到了入神的程度，忘乎所以了，什么都忘了，就想着一件事了，叫入神，入了神之后你就接触了神气文化了，因为摸不着、看不见你怎么接触，你只有入神才能接触。打坐一样，你不入境打什么坐？或者说学习神气文化，套用老子的一句话，“为学日益，为道日损”，什么叫学，不断的看书看很多的书，记很多的历史典故，很多理论灌到脑里，最后看的越多脑子越出问题，很多中西汇通的大家学来学去人格发生分裂了，他消化不了，脑子承受不了这么多东西，这么多思想的碰撞，碰撞出的不是火花，而是很多自己消化不了的一些怪物。

一门深入进去，入了神了就好，卖油翁一样，为什么他那个葫芦，一勺油一下子就给他倒到葫芦里了，葫芦上还放一文钱，这个手熟天天练，这么天天练怎么能那么准呢，又没有说计算机控制，一倒就进去了，这个入神了，心领神会了，拿来这一勺油倒到那个铜钱葫芦里。所以说我们学任何东西不求多，不要贪多，每一门学通了深入进去，门门通。道理都是一样的，你学医学好了为人做事也能做好，你为人做好了你行医也行，只不过中间你要学习技术的东西。比如说你为人比较缓和，那么他开的方子也缓和，为人急开的方子也急，为人弱开的方子也弱，为人中正开的方子也中正，这为人偏斜开的方子也偏斜，用药也偏斜。所有的东西都是一样，他这个人邪写的字也邪，你可以去看他的字，这人圆滑写的字也圆滑，方写的字也方，所有东西都是一样，一气贯通，一点知天下，一粒米知道大千世界，都是从这里引申出来的。

所以说我们学习，只要学好了气学，各方面触类旁通，什么都懂了，不用学那么多东西。读万卷书，几千年下来书多如牛毛，读不完，有人说你读《大藏经》，

读完你就成佛了吗？你就可以傲视群雄了吗？不可能的。你再读那么多大藏经，你也成不了佛，你也不能傲视群雄。还得在道理上明白，不在乎读多少书，在乎是不是能够了解自然规律，了解自己的心性，了解自己的神识，这个是最关键的。

那么阴天雨天雾天晴天，咱们说过天地要气交，天地气交就下雨，那么你把喜怒哀乐用在这个上面，人高兴的时候就是晴天，不高兴的时候就是阴天，人哭的时候就是下雨，人凝重的时候就是雾霾天。气开则是晴天，天地气交就是下雨，气压抑就是阴天，气昏蒙就是雾天，气动荡就是飞沙走石狂风暴雨，这样理解就可以了。气激荡就变成了雷雨天，气气相磨就产生了雷电，这个是在古书上有明确记载的，暴气像雷，都是相通的，人与天地相参，天人相应，为什么会应？都是气气相感。

今天就不特别深入神气的规律了，只是简单的跟大家说一下，有什么说什么，你不感这东西就通不了，电流不是一个电子跑到那边，而是电子互相碰撞互相感应产生了电流，感应线圈吧，电磁场吧，都是感出来的。那么同样我们这个神气很重要的一条规律就是感。放水龙头这边想撒尿，你说中间有什么物质往来，没有，就是感应到了；有人闻木声惕惕然，刮锅的声音他就受不了，你那个木头吱吱的相互摩擦，两个木头夹的声音，像木头椅子咯吱咯吱的那种声音很多人听不得，这个都是感应到的。那望梅止渴，都是神感，其实梅子没有吃到嘴里他就能起到止渴的作用。

4.3、两性相感到底什么是相感呢？

你想想感情是怎么相感的，你就知道这种是怎么感的。没有感，神气是很难交流的，如果都是物理的传递那就坏了，那么怎么去判断自己的相感是正确的呢，多磨练，多认识，凭经验慢慢你就心领神会了，就像那个炒菜放盐一样，放多少盐呢，难道每次炒菜你都要拿那个量杯量一下放几克盐吗？不是这样，拿勺一舀放一些，你感觉还不够又加了一点，吃饭的时候刚刚好，那么这个就是长时间磨练出来的感。象咱们跑步一样，从小锻炼的走路的能力，长大了跑起来你不会摔跟头，基本不会摔跟头，可能一千次一万次你能摔一次，大部分时间不会摔，那么这个就是你的神之间的一种感应，是一种协调配合，但你不会说在跑步的过程中，你还要用你的大脑控制先迈左脚还是先迈右脚，迈到哪个位置上，多少厘米，这个不会，抬脚就跑，大家想过没想过这个为什么呢，神和神之前长期交感产生一种默契。

我不知道大家大部分是什么样的底子，如果想学中医的话，我建议要正视神气，

今天开门见山就跟大家讲了这个世界观，神气文化，大家回去思考一下，如果不能正视神气，只认为这个世界是物质的，是科学的，那么就不要再学中医了。不要因为陌生而忽略或者拒绝，你陌生才代表着你不足，你越陌生你越要学，否则你就是固步自封，不能前进，你都熟悉的东西你还学什么。那么中医是在神气文化的汪洋大海上的一滴，你光要这一滴是不行的，有无相生，难易相成，无是有的基础，有的是无的发用，各有各的的用处，因为有了了一才有了二，如果把一楼都刨了那么二楼也就不复存在了，如果大家上来就学医，我劝大家不要学医，因为你上了一楼才能上二楼，文化是一楼，你一楼还没建立，学什么二楼？很多学医学来学去的最后发现还没学成，传统文化学不好，医没法学。你如果只想把他当成一种专业的医学来学，那么不要去学，如果不能在神气文化的世界观人生观中去学中医，那中医不要学，没什么意思，他不是一门技术，你说艺术也行，但是远远超出了艺术的范畴。

中医是根植在神气文化当中体察人体奥秘的一支，如果你仅想开一个方子就能治病，你也不要学中医，方子好开，了解为什么要这样开方子难。我可以告诉你一个方子，治常见病非常有效，你只要照这个方子去做就行了，几种常见病几个方子对应可以治病的，没什么问题，有可能比专家教授治病还要好，还要快，但这有什么用？你学一辈子你可能拿这个方子去赚很多钱，到老了死守这个方子，再传给下一代，那这个没有什么意义。很多人有一个方子要保密，谁也不能告诉，感觉拿这个方子当宝贝一样，这样中医就没有办法发展了，不知道这是怎么回事，为什么要这样开方子呢？他如果加了一个症，你这个方子不灵了，独守一个方子就没有意思。很多医生拿出很长的时间去研究一个方子，希望攻克某种疾病，这个路子走的就不对。看似捷径，其实走远了，没有从道理上明白。道理上怎么明白呢？内则观其身，外则观察这个世界，最终确立你的世界观人生观，这个最重要，应用于人身上，就是中医。

还有一定跟大家说一下学中医，中医之所以难学不是中医本身难学，是因为学中医的错路岔路太多，大家上来拿一本书，你说《黄帝内经》你能看懂吗，看不懂。那怎么办呢？你又想看《黄帝内经》，看注解？可以讲大部分注解都是错的，错路或者岔路，包括解释伤寒。昨天我看那个《周易参同契》，前两年看的，谁做的注可能很经典的一个注，那个注就错了，如果说通过看注解想了解原文的话，南辕北辙看不懂《周易参同契》。直接读原文很明晰，你建立在神气的基础上就能读懂，

很多书都这样。我不建议大家上来看明清的书，民国的建国以后的书不建议看，那么这涉及到一个很关键的一个问题，对初学者应该看谁的书，那没书可看，初学者古文不过关，古文太差，这个就是文化的割裂，语言的割裂。首先简繁字看不懂，第二个是文言文和现代的白话文，把大部分想学中医的阻挡于真正中医的门外。那么好，你看注解吧，或者看翻译过来的白话文，这就坏了，看注解是错的，这个翻译人的水平就在那摆着呢。大家都知道，翻译过来的没什么意思，因为《黄帝内经》他自己都读不懂，他给解释成白话文怎么看？没法看。所以说中医难学不在中医本身，而在于错路岔路太多，可见大家都走向一种错路，一去不回头，有的学到老不回头。都说要想学好中医很困难，尤其现代人，怎么办呢？没办法，从传统文化学起，从古文学起，从经典学起，经典的注解不要读，不要听他那种解释越解越错。

关于修道多说一点，现在修道者多如牛毛，成道者凤毛麟角，为什么呢？把修道人搞复杂了。现在是混乱的一个年代，传统文化没落的一个年代，不管修道还是学医搞的乌烟瘴气，以人为代替天为，以假乱真，以错路代替正路，很多东西学来学去越来越复杂肯定是错的，这个不用说。

4.4、修道的书籍在没有老师的情况下可以读吗？

当然可以读，读那几部经典就行了，庄子老子的，《悟真篇》、《周易参同契》、《修道真言》，你就读大家的书就行了，读不懂也读。注解不用看，尤其清朝人写的著作，并不是说贬低清朝人，清朝人很多厉害的，估计也不知道谁厉害谁不厉害，他写的注解是原文的三十倍四十倍，那样的注解都不用看，你想想看三十倍四十倍，你是看注解，还是看原文，一句话解释半天，都把你绕糊涂了。

比如说解释玄关一窍，我看那个解释玄关一窍，那简直是花样百出，玄上加玄，最后把你搞的迷迷糊糊的。什么是玄关一窍根本就不知道，你也不可能知道，什么理论方式都用上了，来解释这玄关一窍，本来不是很难解释的一个东西，让人解释的乱七八糟，玄关非凡窍，他是在哪在哪，搞的人心里都紧张，怎么才能进入这个玄关一窍。你就读读这个《悟真篇》就可以了，里面都是大道理，这个大道理的基础上你才读其他的书，说的很明白。比如说这个《悟真篇》有一句话，“房中空闭尾闾穴，误杀阎浮多少人”，大概的意思就是说修道，要闭尾闾穴就是绝欲了，这就一条就枉杀了或者说耽误了多少中土的人，人生不在于绝欲当然也不在于纵欲。读一读这个《悟真篇》写的真好，真是得道人写的，“不求大道出迷途，纵负贤才

岂丈夫”，每一句话都发人警醒，尤其关于他这个阴阳五行的论述，功夫到位，还有这个《参同契》，前两天我读过《参同契》，这次正好有机会又读了一遍《参同契》，这个《参同契》直接读原文，深入阴阳之理。以后给大家讲阴阳的时候，我会细致的讲一下阴阳的运化的道理，可见这个阴阳的理论和气的理论是一同的。一分二二分三，不断的分下去，比如说阴阳卷舒那确实是阴阳的卷舒，什么是卷呢，卷在一起，一团阴气可以卷在一起，一团阳气也可以卷在一起，阴阳可以互卷，阴阳可以互包。舒什么舒，像叶子一样展开，阳气舒展开来，阴气舒展开来，阴阳之气相互舒展开来，这些气都来源于气的体察，你没有气你怎么体现阴阳的卷舒，云卷与云舒，龙虎相啖时，什么叫龙虎就是阴阳，怎么互相吞噬，阴吞阳，阳吞阴，互相包卷。说阴阳氤氲万物化醇，怎么化的，阴阳二气是交融，繁杂，化生外物的，这些都是通过气这个媒介来体现运化，不然的话这些东西没法说，他太抽象了。

《四圣心源》这文言文不是很难，可以读，很多医家的书都可以读，但是你必须得在熟读经典的基础上去读，不然的话你又要偏。我建议大家要背经典，《黄帝内经》不难理解，《黄帝内经》在那个四书五经当中算是白话，没有什么难的，为什么不拿来读呢？尤其《内经》到后面讲到一些具体一些病症细节性的描写的时候，都是从气机的角度气化的角度去描写的，大家可以往后面看，看不懂的就略过去，尤其细节性的精彩的描述非常值得玩味。比如说这个寒性肿瘤的描述，打哈欠等都有一些描写，对卫气循经走向，对营气循经走向的描述，你看他是怎样的描述，用的字形象的体现了气的运化，古人选字选的非常精到，之所以那样选这个字是因为想方设法想体现这个气的运行。

关于气的运行，我想在说阴阳五行八卦的过程当中把气的道理慢慢的告诉大家，如果上来就告诉大家，怕大家到时候摸不着头脑，讲来讲去光讲气了，什么也看不到摸不到，我想在阴阳五行八卦脏腑经络用方用药诊断这一块，顺带把气的运行规律告诉大家，所有东西都是为气服务的，为神服务的。

4.5、中医的营气和荣气有没有区别？

营气和荣气是一个，营卫之气荣卫之气可以说是一体自有，或者都想解释一个东西，什么是营，营养，什么是荣，荣养繁荣，是一个东西。营气、卫气、中气、肾气、肝气、脾气、精气都带一个气字，为什么后边都带一个气字，水谷之气，二气相搏，搏阳则热，搏阴则寒，都是在说气，所以说《黄帝内经》是一部写气的书，

在神的大的指导下写气的一部书，如果说你读来读去你读不出这个气来，《黄帝内经》你没法学。营行脉中，卫行脉外，营气怎么行，卫气怎么行，这个你首先要知道气的运行规律，进一步才能学习他的经脉循行走向是怎么回事。

还有一点这个气是分层次的，有浮气有里气、中气外气，《黄帝内经》所说的气他只是展示了气的一个层次，经脉也是一个层次的经脉，他深层次的经脉、深层次的气机，《黄帝内经》也没有说。如果说你想进一步了解，你可以读一下《黄庭内景经》，他所谈的要比《黄帝内经》的气的层次要深一个层次，所以说大家也不要吧《黄帝内经》作为一个绝对的权威来看待，都是阶段性的。《黄帝内经》上没有涉及的不一定不存在，比如说中脉，《黄帝内经》就没有谈，前边谈了一个任脉后边一个督脉加十二经脉，八奇脉，你看这有条非常重要的经脉没有说，就是从脑顶上一直到会阴这中间一条，这中脉没有说，佛家道家都说了，这个是不同层次不同的体现。大部分病不会是中脉的问题，一般都是外边层次的经脉有问题。

还有很多病不是单经单脉的问题，尤其现在很多慢性病，拿那个针去调单经单脉是没有效果的，都是整体出问题了，整个一团气出问题了。咱们一看整个一团气发黑、发灰、发红、发青，这个都是气的一些描述。看整体，就一定不要被形体障碍住，要通过形体看到背后的气，那么我们在认识上就上层次了，这也是我们一个人突破形界所必须的，你要突破不了形界，你就在一种幻像中，你就会被幻像所拘束，你这幻像是形的物质的幻像。

第二课 阴阳

这节课讲阴阳，这几天我在考虑怎么讲阴阳，这个涉及面太大了，非常广泛，真不好讲，刚才又翻了一下大学教材关于阴阳的论述，也是比较全面的，历代古人先贤对阴阳穷尽气力，写成书也好，流传下来，口诀也好，就是告诉大家阴阳是什么东西。阴阳也是我国特色了吧，几千年来中国人就爱谈阴阳，大家看到什么阴阳鱼，就知道这是中国的东西，不管是走到哪儿，一谈阴阳，就会联系到中土，那咱们这个中医，也是建立在这个阴阳的基础上的，咱们的中国文化，也是建立在阴阳的基础上的。

1、什么是阴阳

太极生两仪，什么叫两仪，就是阴阳两个方面。那这一块由于就一节课来讲的，不想展开来说。我觉得能对大家有启发的我就给大家点一下，其它的需要大家平时不断地看一些传统的书籍来熏陶，熏陶到一定程度，你自己就能感悟，但是感悟多少，要看大家的悟性，可能要拿出一生的时间来感悟，或者几生的时间来感悟，就一个阴阳，说不清。

那么大家知道万物生于有，有生于无，那这个无，一动就是二，你一动就有动静，动的时候就是动，停下来就是静，就是有正反，有上下，四面八方就出来了，这就从一中生出万有了，那一开始生的就是两方面，从绝对变成了相对，就有了阴阳，这个就是阴阳产生的一个动因。一动念，就有了目标，目标之外就是一份阴阳。你头一抬就有上下，你这人一站着，就分左右前后，所有的这些都叫阴阳，这是老祖宗对自然的一个根本的认识。

这个对大家有什么用呢，首先远了不说，给大家树立这么一种观念，你考虑问题要周全，你考虑任何问题都是两面的，都有阴面和阳面。那这个阴阳两面让我们能够全面的考虑问题，不至于走偏。这也就是自然的一个道理，任何事物有得必有失，有光明就有黑暗，有善良就有邪恶，有天空则有大地，有方则有圆，有臭则有香，有美则有丑，有善则有恶，所有都是相对的，你只要是想到的事物都有反面，这个两方面合起来就是一，这个是老祖宗留下来的整体的世界观、处世观，所有的都从这里来发源。

比如说一个人消沉了，消沉的反面就是积极、高兴，一个人成功了，它背面就是失败，那这个失败怎么说呢，成功和失败是两方面，你成功了就有人失败。你这方面成功，那方面就失败。你现在成功了以后就失败，这是三方面。一方面是你成功了，

别人就失败，成功失败都是相对的，你挣到钱了，别人肯定要赔钱，这个是一个规律。你的小圈子成功了，外面那个大圈子就失败，就象炒股一样，你挣了，他就赔。那么第二个方面，你这方面成功，那方面就失败，你工作，是个工作狂，你工作成功了，可能家庭就失败，鱼和熊掌不能兼得，你这方面成功了，那方面可能就失败，你用脑成功了，体力方面就失败。当然，这是相对的，这是占用性的，你占用了这边，那边就没有占到，你的脚，当你跨进这个屋子里，你就失去那个屋子。什么意思呢？这直接指引了我们整个的世界观，鱼和熊掌不可兼得，永远不可兼得，就是说你想全占有，那是不可能的。有好多的人，精力充沛，希望什么都占有，十全十美，那是不可能的，月有阴晴圆缺，那为什么古人要到九，不要到十呢，九为吉数，再走就过了，就回到了反面。咱们知道的那个金鱼和渔夫的故事，要金盆，要金鱼侍候他，结果最后空空如也，什么也没有，物不可以过极。然后第三个，这个阴阳，现在阴以后就是阳，现有阳以后就是阴，现在成功了以后就是失败，现在失败了以后就成功。关于这三条，如果大家能够熟练运用，辩证思维，受用无穷。

大家仔细想想，在大家遇到挫折磨难的时候，大家想想我说的这三句话。当大家成功得意的时候，想想我说得三句话。这个简单的阴阳成功失败的观念，就可以让我们终身受用。推而广之，任何事物都是阴阳两个方面，比如我们这个人，从气学的角度上来讲，人就是一团气，分清浊。首先这团气分清浊，上面气清，下面气浊。那从前面后面来说，人背为阳，腹为阴。人团成一团，外面是阳刚之气，里面是阴柔之气，里面是阴，外面就是阳。那么分里外，里面是阴，外为阳，人皮肤、四肢等外面的为阳，里面的内脏、深藏在里面的就为阴。

那么对里面的脏腑来说，脏藏精为阴，腑运化为阳，这个又分阴阳。那么光单就五脏来分，两种分法，一种分法从体上来分，一种分法从用上来分。从体上分，肝肾为阴，心肺为阳，脾居中央就不算了。从用上来分，心肝为阳，肺肾为阴。那接着再往下分，从上面的两个脏来分，肺为阴，心为阳，从下面两个脏来分，肝为阳，肾为阴。那么再往下分，就拿一个心来分，心外为阳，心内为阴。拿肾来为，肾外为阳，肾里为阴。就用这个无止境的二分法，不断地分下去，让我们知道所有的事物都是由阴阳二极组成的。

那么这个就相当于我们计算机的二进制一样，现在我们在电脑上所看到的東西，都是由0、1代码组成的，展现在我们面前。但是我们的阴阳可以无限分下去，那么有

人就说了，无限分下去，分分分，分到哪去了呢？其小无内，其大无外，象这样如果说刨根问底的话，这个问题就无法解决了，为什么呢？因为事物向内和向外不是线形，什么是线形，你一个逻辑思维，分分分，能够一直分下去，就是个线形。那什么不是线形，分下去，分到一定程度，分的概念就不存了，也就无所谓分不分，最终由有化无，由实化虚，虚到一定程度，分的概念就不存在了，因为阴阳的概念就消融在里面了。所以说大家不要问这么可笑的问题，也就是说分阴分阳，分到最后分什么了，无限可分了，这不是线形，就象我们询问宇宙大来大去大到哪儿去了，大到宇宙之外还是宇宙，这种思维也是线形的，不符合我们气学观念。

所以说很多佛经上，告诫书里，或者真人，碰到这类问题是不回答的，这类问题是俗人问的，常人问的，不值得回答。所以我们学阴阳要跳出线形思维的观念，什么观念，把这个阴阳当成切蛋糕一样，不断切来切去的。这个是简单跟大家说一下这个阴阳的二分。这个阴阳，不是我在这罗列多少多少条的，它是一个需要大家去感悟的概念，也不是一节课能说清楚的，那么也希望我用了一个小时来说阴阳，另外一个小时呢，希望大家来提问，来阐发阴阳。那么我想从这么几个方面，简单给大家说一下，阴阳重要的问题。

一个是不要轻谈，不要轻易地谈阴阳。第二个，咱们还是立足于中医，辨证开方不要偏阴偏阳，阴阳是个合和体，它不能偏一边。第三，阴阳从哪里生出来，这个要说一下。第四呢，阴阳如何合和，合和在一起，怎么合和？第五个，阴中有阳，阳中有阴，这个给大家剖析一下。为什么拿这几个题目呢，因这几个题目可以讲得生动一些，切合实例，对大家临床、实践都有一定的借鉴意义，其他的关于阴阳的一些基本的概念，大家可以看书，感悟一些，给我提出问题也行。

2、不要轻谈阴阳

什么意思呢？那这个阴阳五行是玄机，玄而又玄。有人可能喜欢，读了很多书，天天大谈阴阳，什么东西都要谈阴阳谈五行，谈八卦，看病开方，不断去应用、组合。可我跟大家讲气学的时候，给大家说过，什么东西落到实处的时候，不论是看病还是做起事来，我们要知道阴阳指代的是什么。我说过多次，这个阴阳是代指，如果一个苹果放在这，你说它是阴还是阳，你得有参照物。它跟那个方盒子来比，它是圆的，那个盒子是方的，从这个方面来讲，方是阳，圆是阴；那么从一个苹果跟一个盒子比，还是跟一个盒子比，从生命的角度来讲，苹果是有生命的，盒子是没有生命的，有生

命的为阳，没生命的为阴；那还跟这个方盒子来比，大小来比，苹果小，盒子大，小为阴，大为阳；那从坚硬度上来比较，苹果坚硬度差为阴，盒子坚硬度强为阳。

这个说的是什么意思呢，你要知道你所说的阴阳是指什么。《内经》上经常说，从阳化热，从阴化寒，那怎么才算阳，这个阳指的是什么，怎么才能从阳化热，从阴化寒了，象这样的话，不要一带而过，要分析。《伤寒论》上也有很多这样的话，发于阳者，发于阴者，什么叫做发于阴发于阳，这个阴阳又指什么？古人他是清楚地知道这个阴阳是指什么，有时候说话的时候，你要把阴阳后边这个说明白，比较费劲，他为了体现这个，他直接说，从阳化热，从阴化寒，发于阳，发于阴，只能这样来说。但是我们作为一个读者，作为一个研究者，你就要揣测它后面说的是什么。在读古书的过程当中，你读多了就知道它说的阴阳指代是什么了。所以说大家谈阴阳的时候，可以谈，但是你要知道阴阳后面的东西。比如说我们学气学，我们一定要把阴阳落到这个气态上。什么叫气态？气的状态，它是收的是放的，是动的还是静的，是刚的是柔的，是曲的是伸的，是乱的是直的，是有神是无神，心的神这个是足还是不足，从这方面我们知道这个阴阳指的气态是什么。在我这儿来学气学的人基本不用阴阳，因为阴阳它只是一个辨证思维的东西，如果你清楚的知道这个气态，你完全可以不用阴阳去解释。

那这里给大家说一下肝阳上亢这个词，这个词，你看《内经》，之前没有说肝阳上亢这个词，后来也不知道从哪儿开始有肝阳上亢了，写在这本书上有肝阳上亢这个词，描述乙肝这个症状是不可以用肝阳上亢这个词的。首先这个阳指的是什么要明白，如果肝阳上亢，肝阳指的是什么。咱们从这个气学上来讲的话，所谓肝阳上亢指的是，比如一个人生气了，是肝阳上亢；紧张了，是肝阳上亢；诱发脑溢血，发怒，头涨了，引发高血压，这样很多都可以说是肝阳上亢。头晕、迷糊、耳鸣这都是肝阳上亢。但是他用这个肝阳上亢描述就不对，他用这个词描述就不对。

肝阳上亢，其实他想说的就是一个气逆，人一发怒，气逆，肝气上逆，不只肝气上逆，心肝脾肺肾气俱上逆，只是肝气表现更强烈一些，为什么？在谈气学的时候已经说过了，这里不多说了，为什么独肝气上逆的厉害？那么肝气逆举向上的时候，肝中阴阳二气均向上，他不会说阴阳二气离绝，肝阳向上这样子，肝阴还在里面呆着呢，不会这样子。那么我们与其用肝阳上亢这个不准确的词来形容，不如用肝气上亢这个词来形容，或者肝气上逆来形容更妥当一些。他这个阳想说明一个什么道理，就是肝

气上逆，爆而为刚，向上爆发，用刚用柔，气一下子胀起来了，表现刚性，这种刚性就是阳，其实他这个肝阳上亢想说明这个问题，他这个肝气上逆，表现出刚性之性，叫做肝阳上亢。那么可能原先创立这个词的人，他多少了解一点，知道是怎么回事，但用了肝阳上亢之后就坏了，大家不知道怎么回事了，以为肝中的阳上亢了，这个时候肝阳上亢，不如说肝气上逆好一些。有的肝气上逆比较隐秘，他的阳性表现不足，可能他就会头微晕，耳微鸣。如果说肝气上逆表现得很刚爆的话，呕吐，头痛，脑溢血，这样一种阳躁的形式。所以说我们刚开始的时候一定要慎谈阴阳，因为阴阳不好谈。

今天我准备这个课准备的时间也比较长，原来想写点东西，后来也都作罢了。因为这东西不好谈，你要系统的谈，没法系统的谈，只能这样，跟大家交流过程中我想到哪儿跟大家说到哪儿。不要谈阴阳，就像谈口头禅一样，最后都成口头禅了，没有心领神会的机会了。尤其我们碰到一个病人的时候一定要知道阴阳背后怎么样一个事实。那比如说这个年轻人，或者男人，一般现在男人比较关心肾的问题。老有病人问我，我这是肾阳虚还是肾阴虚，我就跟他解释，说这个阴阳，它也要和合的，他不能单纯的说分阴分阳，人虚一起虚，你只能是偏阴偏阳。后来我干脆直接就说，他问肾阴虚还是肾阳虚，解释不清。

大家在谈阴阳的时候，一定要知道这个后面的气态是什么，因为我们是学这个气学中医的，那么直接把它落实到气态上说反而容易理解，否则直接从阴阳上说虚无缥缈，不落到实处不好说。有时候你说的阳和他说的阳不是一回事，那就像一会儿可能要谈到的扶阳，所谓的扶阳，几次偷换概念，都不知道阳指代什么，欺骗初学者，造成很不好的影响，那这个问题我们就说到这儿。如果大家从气学的角度，阴阳可以放一边，但是可以随时拿起来用，因为你知道气态的后面是什么，如果不知道就不要随便说阴阳。

3、看病、做任何事情都不要偏阴偏阳

那第二个问题，就是我们看病、做任何事情都不要偏阴偏阳，阴阳是和合的，这个问题很大。现在自从朱丹溪他这个“阳常有余阴常不足”，这下坏了，把这条立论抛出来，作为理论基础，来应用到他的临床实践当中，对后世产生了深远的影响。大家知道，阳常有余阴常不足，这肯定是错的。阴阳和合，阴阳平均，阴阳是统一的，一而二，二而三，三而四，四而五，怎么可能是阳常有余阴常不足呢？你只能说某一

个时段，某一个阶段，某一些人，他可能阳气多阴气少，但是你作为一个理论基础拿出来，这个就有点说不过去了。古人也犯这样的错误，今人犯的就更严重了。阴阳是和合的，我们作为一个人来说，人必然是一个生命，他就不会严重的偏阳也不会严重的偏阴，他是一个阴阳的和合体。

像地球，有地壳地幔，还有大气。作为一个生物圈，在哪个地方生存呢？也就是地下 200 米到地上 200 米、400 米之间是生物最多的。那为什么这一段空间生物最多呀，这一段空间既不太上也不太下，既不太热也不太冷，既不太旱也不太湿，既不太光明也不太黑暗，正好是阴阳和合的一块地方，只有这样的地方才能孕育出生命。那么人作为一个生命体也是生活在这么一个生物圈，不会极阴极阳的，只能是平阴平阳，阴阳和合。像电视里边演那个矿泉水，采自深藏 2000 米还是几千米的地下，深层岩石里的水，纯净，卫生，大家喝了有益健康。每次看到类似这样的广告，我就想笑，大家想一想，这是极阴之地，那样的水你敢喝吗？深海鱼油之类的，大家都不要尝试，不要往两个极端走，极阴极阳都不是生命的本质，都不是生命所喜好，都不要往极阴极阳方面走。

很多人愿意猎奇，觉得极阴极阳有好东西。其实跟大家说，道贵虚无，道贵平常。这些话我们都听过，道对生命所益的东西都不是奇特的东西，都是平常的东西。平常搬柴运米，平常生活，平常食物当中才真正有道。你跑到阿拉斯加找深海鱼油，你跑到北极跑到赤道找去，你怎么找也不会找到生命真正需要的东西。就像我们北纬 30 度这一块是文明最灿烂的区域，而赤道没有这样的文明，北极也没有这样的文明，就北纬 30 度，古巴比伦、希腊、中国，都在这条线上。大家找方子找一些奇奇怪怪、劲儿很大、很猛的方子，这样都不符合道的中庸这个理论基础，平平淡淡才是真，很多人轰轰烈烈干一辈子，干到最后才发现平平淡淡乃是真，什么是真哪，就是真实如常。

就像一个人，你不能过于卑贱，过于卑下，也不能过于高傲，高亢，既不卑也不亢，保持中庸。孔子不是说人的视线上面不能过帽子还是怎么着，下面不能看着脚尖，就是说人这视线呢，要中平的往前看，不要往上看也不要往下看，走路不疾也不徐，要正好适中，要徐而不滞，疾而不暴，你走快了但不刚爆，走慢了但不凝滞，处在一种中性的状态，人就这么一个和合体。

朱丹溪所说的“阳有余阴不足”，这个是不对的，然而现在扶阳派倡导的“阳不

足阴有余”也是不对的。要出问题两个一块出问题，阴阳一块儿出问题，怎么可能阳出问题，阴不出问题呢，或者阴出问题，阳不出问题呢？两口子过日子，可能是单方面的问题吗？如果这日子过不下去了，从来不是单方面的，都是双方面的，一个巴掌拍不响，都是两个巴掌拍，有响有应，这边响那边应，这边唱那边和。这个是中国古代，关于阴阳理论的一个阐发，叫阴阳相赶，你赶我我赶你，阴阳相齐长，你长一寸我长一尺，你再长一寸，我就再长一尺。这就构成了有规律的整个世界。阴阳和合，不从单方面出问题，出问题都是双方面的。所以你益阳一定要照顾到阴，益阴一定要照顾到阳，这是我们治病的一个基本原则。

扶阳派，这个人我就不点名了，大家看了就知道，他把白芍拿了，发明了一个桂枝法，这个估计是会让后世贻笑大方的。这个桂枝白芍这二味药相配就体现了和合，是个夫妻方，你把白芍拿了，这个方子不就一边倒了吗？桂枝姜枣草都倒一边去了，谁来益阴呢，桂枝这味药很容易伤阴，不跟白芍配很容易出问题。搞个桂枝法，这么个大法，这个简直是不通医理，居然现在这样的人也能这样大放厥词。他还有一种说法，他说这个扶阳是扶阳气，这个扶阳什么意思，只要把这个阳扶起来了，阴自然就好了。这个说法有问题，看似正确，实则违反了基本阴阳的理论。

很简单，我们打个比喻，一男一女两口子饿了，给男的饭吃就是给女的饭吃，你说这话对不对，光给男的一碗饭女的不用给，男的壮了女的就自然壮，这话明显有问题，大家应该能听出来吧。这个阴阳，比如说你承认这个阳有问题的同时，不能只补阳吧，说阳自然能带动阴，这个是在一定范围内的。但是普遍的道理是阴阳要双补，阳喜欢温，阴喜欢凉。这个阳，用温凉不用寒热，这个寒热走极端，大家开方子的时候不要过阳，这个方子不要过热，也不要过寒，但可以温和凉，麦冬是凉的，它有很好的滋阴效果，知母是寒的，它滋阴的效果就很差，还伤身，知母黄柏，是温的，白术是温的，它可以健脾温阳，那你如果大量的用干姜就不好了，它过热，容易伤阴。有临床基础的都知道，要是这样的药用在人身上很厉害，而且伤阴伤阳。

所以我们一定要秉着中平之法，去看病开方、处世为人。你看这个人脾气很温和，不温不火，有厚德者，这个就是一个大家所赞扬的人。这人不行，脾气太暴，暴若雷，这就是偏热了，偏阳；还有的人，冷若冰霜，对谁都爱搭不理的，阴沉着脸，这也不好，这偏阴了，偏寒了。偏阴偏寒都不好，大家开方的时候不要开一边倒的方子，要么都热要么都寒，这都不对的。

还有一个问题要澄清一下，这扶阳扶的是什么，是温热吗？显然不是，现在扶阳派偷换了一个很严重的概念，把这个热当成了阳，这很可笑，这热怎么可能是阳，一身阳气和一身阴气，就用寒热代表，这个非常错误。同时把附子和热又挂钩，这个附子就变成了阳，说要讲扶阳，就用附子，这欺骗了很多人，造成了很严重的后果。以后有机会给大家讲为什么造成了很严重的后果，这形成了风气，要改也很困难。附子是毒药，偶一用建奇功，不能把附子当成平常的家常便饭来吃，益不了阳，也通不了阳。

人身这个阴阳从哪里来？一说寒了就说是阴气盛，一说热了就阳气盛，不要这样考虑问题。寒热只是阴阳的一个表现形式，不是阴阳。人一冷了就用热，一热了就用冷，这种考虑问题是简单的考虑问题，这就象西医治疗发烧感冒一样，他不是发烧吗，体表三十八度五，高于人正常体温，就用冰来镇，这不简单，热则寒之。咱们学气学就知道，这种考虑问题过于简单，而且是错误，他发烧是因为寒袭于表，表气闭，里气不能外升，郁而发热，你一解表，一震开，里热得散，这烧就退了，很多中医也走西医简单思维这条路，说你一热我就用清热的药去搞你，搞来搞去把正气伤了，这个病邪入里传变多端，迁延难愈，所以千万不要“寒则热之，热则寒之”这样简单的治疗手段。

现在大部分人身体弱怕冷，说这个怕冷，大量下附子，原来网络上有附子派的，刚开始的时候很见效，后来越来越严重，这样的例子太多，这个就是受这样的蛊惑。所以在这里给大家提个醒，人是阴阳的合和体，要平阴平阳，不要暴阴暴阳，不要偏于一端，你只要用这个中平思路，很多病都可以治。当然这个“扶阳派”也是矫枉过正，也是从清热过来的。清热统治了很多年，十来年吧，什么都清热，只要有火就清热，这个火很多是郁火，你散气郁，畅其气，火自消，没有必要去清，什么龙胆泄肝汤，还有很多人大便便秘，经常吃泻药，这个也不对，“不通则通之”，这个看似正确，实际里面不对，他这个便秘不是实症，尤其是坐办公室的，不运动，也不是虚症，是不调症，气团不调，呆滞在那里不动了，他又弱又呆滞又板结，导致便秘，则达之、畅之、运之，很简单的三味药吧，治通常人的便秘，白术、茯苓、陈皮，煮水频喝，说如果有燥结，加麦冬，很简单，切不要用大黄去泄，这就涉及到气的性质，为什么不能去泄，咱们讲到阴阳的和合，阴阳的出生的时候就会知道。用药在平，不在极，用药在缓，不在躁，用药在和，大家要多体会。

怎么出来的阴阳，一个人身体差，那个肾阴、肾阳，怎么出来的，肝阳怎么长出来的，肝阴怎么长出来的，这个我们要知道，你身体里的阴气阳气是怎么生出来得。比如一个人很弱，他慢慢强壮起来了，那他的强壮必然是阴阳气共同生长出来的，不是阴气盛，阳气盛，而是阴阳合气生长出来的，这个我们就知道其实是几个阴阳的层次，我们学过道的该知道，这个纯阳之体，这个阳指的是什么，是指的他这个阴阳和合整个的气机处在一种正而无邪的状态，这个正气满而充盈的状态叫做阳，反之，残弱、偏颇、不调、呆滞，这种气机，我们管他叫阴，这个就不是身体里阴气阳气宁和的那个阴阳。所以我们如果说扶阳，扶的什么阳，扶的是什么，扶的是畅达、饱满、丰沛的这个阳，这个东西不是热药能解决的！如果下热药能解决，大家都去烤火算了，一人架一口大锅，给大家支在锅上，生上火，熏蒸，再拿点炭，炭烧红了，往肚子里吞，其实这个用附子，干姜就是这个比喻，有的用附子、干姜搞的发斑发疹，还在吃，那和吃火炭有什么区别。

4、阴阳从哪里生

阴阳从哪里生，阴阳从虚处生。阴阳就是一股气，阴阳二气和合，成为一股气，这股气在自然界当中他是从虚处生出来的，虚处生白，无中生有。大家说：“你这是无中生有”，搞的现在成了一个贬义词，实际上无中生有这个词，是个很高深的理论、概念，万物从无中生，事物从虚中生，我们的阴阳二气也是从里面出来的。原来和大家讲气学的时候，从无何有处来得，肾精哪里来的，肝精哪里来的，肺精哪里来的，都是无何有之乡处来得，不是从毒药中出来的。这个就涉及到整个宇宙它这个生命的存在，或者存在的这个层次问题。我们讲过这个宇宙不是平的，它是分层次的，我们居住的这个层次，眼睛所见的都是人见，都是有界，都是形界，三界，神气形，还有更高深的。为什么我们很多事物解释不了，现象解释不了，就是因为我们没有了解，或者我们脑子局限在形界，不了解气界，神界。你了解多了，你就知道这世界广大，变化之神奇，生命层次之高深，这个中医是从这里一脉过来的。为什么很多人学中医学来学去，学不明白，就因为他没有建立在这个大的世界观的背景下去学，没人教，都是自己学，看的书，又都看错了，路走错了，搞来搞去，荒废了大好年华，到老一事无成，见的太多了。

我们既然有缘在这里讲这个气学，我就跟大家把这个大方向，大环境布置一下，就这么回事。就是从无中出来，而且是细细密密一点一滴出来的。为什么很多人养病

养的，反反复复，很长时间才好，就是因为这个阴气和阳气长起来不是一天能长起来的，成年累月从里面往外拱，就好像渗水一样，一点一点渗出来，你这个有一个坑，要多少天才能把这个坑填满呢？一点一滴渗出来的，所以说用功纯如，三年小成五年大成，要积年累月来攒这点阴气阳气，吃药只能是调补，和补充一些身体的营养，阴阳二气他们是解决不了的，草木皆渣滓。所以说看病不是一件容易的事情，我说了多少遍了，你作为一个医生给病人看病，看好了，不是你的功劳，是病人自己好的，你只不过起了一个帮扶的作用。很多病都可以不治而愈，只要你给他创造环境，身体自然能调节。人是一个灵体，是一个阴阳和合体，阴阳二气是有感情的，是有感悟的，他是活的，不是死的，他是从自然中来，他知道怎么做，自然会运用自然的法则，来纠你身体的偏，不要把他当成傻子，这就是咱们气学讲的自然而然，顺其自然的治疗疾病的一个基本观点。你开一个方子，治好了病人，你欢呼雀跃，不得了，这个人只要活着就是天地运化所生，万物吹嘘，一呼一吸，天地吹嘘产生万物，万物在吹嘘当中自然而然获得生存权，获得发展权，获得繁衍权。无为不是什么都不做，无就是不要小为，不是思为，不要己为，不要违反天道而为，不是什么也不做，要顺天道而为。

5、阴阳如何合和

阴阳和合，这个一气化阴阳二气，DNA双旋，这就如交配的时候，你抱着我我抱着你，互相缠绕，它是因为这样的原因阴阳和合的。你中有我，我中有你，合离它是一个过程。

月亮绕着地球转，我们看到的月亮，有初一有十五，有上下弦，月是什么时候合呀？三十，看不到月亮，这个时候月亮就是和太阳合了，阴阳消长当中一个非常重要的现象就是日月合，月相合，月合而离，离而合，循环往复。这个一天当中也是这样，子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，大一圈，子时合，合一，亥时守，三时叫合一，还有离，是吧，还有寅卯辰巳午未申酉戌亥，走一圈，阳气合，气之盛，那合就是阴阳和合，为什么叫和合呢，每次和合都是在积攒能量，都是在阴阳交感当中发展壮大。都说无为呀，这合的时候讲无为的，这个时候是非常重要的一个时刻，朦朦胧胧，天地氤氲。什么是氤氲呀，就是祥和的过程。

人是怎么合呀，人身是在自然当中合，人身当中有男女，人身当中藏阴阳。这阴阳要定期地合，你这个人那才能精力充沛，如果阴阳不和，那能量就不能体现出来。这黄瓜，我不知大家有没种过黄瓜，这黄瓜长的快，这黄瓜什么时候长的快？晚上长

的快：小孩长个也是晚上长，人身体恢复也是晚上恢复，阴阳交合的时候，所以说一个人要有好的睡眠对大家非常有帮助的，大家睡眠那都要阴阳和合。

还有一个很重要的和合平时是有作为的一个人，老是脑子不停地转，不停地想事，停不下来，这个是有为，这个是耗损阴阳之气。那睡眠经过一晚上那什么阴阳和合了，第二天生出很多能量来，让它耗去，这个是一种自然现象。就是尽量在清醒的情况下，处在一种低耗的状态，进入一种自然状态，那么它这个阴阳二界一看没事做了，不需要阴阳供给，那么它自己就在那里合了，没事干就开始合了。这个合非常重要，会让你的精力智慧都会上一个很大的台阶，这个就是向真人这个方向发展。

练功练的是什么呢，就是练阴阳之合。这合到什么程度，这就是你处在大道无为当中，悟真篇所说的修炼出金丹来。很多人修金丹，修有为，修来修去都是假的，只有在一种大道无为的状态中，才能合出真金丹来。悟真篇所说的“人人本有长生药，自是愚迷枉摆抛。甘露降时天地合，黄芽生处坎离交。”这就是说最终的大道无为，和合的状态。你看这里有说的“自有天然真火候，何须柴炭与吹嘘”，何须柴炭与吹嘘，这说的是什么意思呢，就是说，你呀，必须假自然之力，无为状态当中，体现大道，修道不要搞有为的东西。

6、阴中有阳，阳中有阴

孤阳不生，孤阴不长，这就是说孤阴孤阳不能单独存在，阴阳互根，阳中长阴，阴中长阳，阳外是阴，阴外是阳。给大家举一个例子吧，拿一个竹杆子，往那一立，影就产生了，一个竹杆子一个影，有杆有影，立杆见影。杆外是什么呢？我们管它叫杆外，影外是什么呢？我们管它叫影外。那就是四个东西了，几个阴阳了？杆子是阳，影子是阴，杆子杆外是一个阴阳，影子影外是一个阴阳，这至少三对阴阳，那这说明什么呢？咱们再看，杆一动，影也动，杆外动，影子外也动，那就是牵一发而动全身，阴阳是相互的，同时存在的，阳动则阴动，阴动则阳动，阴阳相随，阴阳相参，如影随形，这边动，那边就动。这有什么意义？有重大意义，让我们了解自然的过程当中，阴与阳之间没有间隙，不是阴就是阳，非阳就是阴。你这杆外是什么呢？他杆的外面是杆外，那么杆外的外面是什么？杆外外，杆立在那产生了什么？产生了杆影，如果影动了，肯定是杆动，杆一动影子就动。比如说我们这个五脏六腑，一处动，处处动，不是说这个肝阳上亢就只是肝的上亢，别的不动，不是那么一回事，一波浪，一个事物，水一样，这个一盘水，你拿个手指一点，不是只有一点动，所有的东西都动。

这个阴中有阳，阳中有阴，阴阳是相杂的，什么是阴阳相杂呢？不可能出现大块的阳，也不可能出现大块的阴，阴阳互相杂糅在一起，举个简单的例子：你说某一个城市，不可能那个城市都是男的，那个城市都是女的，任何一个城市，任何一个村庄都是男女相杂；同样阴阳也是一样，那不要去谈大块的阴大块的阳，像开方一样，热的药都上去了，就去治这个寒，这是不对的，这会把人击倒；大块的阴去治这个人的热，也不对，你一定要阳中带有阴，大块的阴中带有阳来治病。这个阴阳和合，它是非常的微妙，稍微露点头就是一团气。

我们讲，开方开什么？就是开方气。因为方气首先第一条原则就是符合人身之气，如果说不符合人身之气，那么这个就对人体有害，如果对人体有害，偶尔用还可以，如果长服就必然会损人。首先开方就是开方气，和身体相合相得的，相似的，在这个基础上加药去调身体的不调。你要再看，这个老年人，老年人长老年斑，这白斑一块一块长满了身体，这个人衰的时候，气衰的时候他不会只衰一个地方，整个都衰，他怎么表现在衰亡，就长这个老年斑，大家看这个老年斑都是均匀分布的，这个就是阴阳，阴中有阳，阳中阴，阴阳相杂，他不会突然一个地方长了一个大斑，一个白斑，别的地方不长，那就是说整个人身之气衰到一定程度，就不能很好的护卫营养肌表，那怎么办？那他只能放弃，怎么放弃呢？均匀的放弃，偌大的面积衰了一块，就形成了白斑，很多地方都分布了白斑。

那很多的年轻人，三十岁，他头发花白，什么叫花白？头发渐白，渐渐的白，有这个头发杂的白，燥扰，眩，气不衡，导致杂白，那为什么不是整一块的白，而是杂白？就是刚才讲过的阴中有阳，阳中有阴，它为了达到一种阴阳相杂的状态，做出了一种最佳的选择，就是杂白。那么突然有一块白，那是什么？因为是某经某脉出现了问题，导致的。脱发也是这样，所以说我们以后在学中医的道路上时刻牢记阴阳，阴中有阳，阳中有阴，不会出现大块的阳，也不会出现大块的阴，阴中生阳，阳中生阴。这阴阳又是互根的，阳一定是从阴中长出来的，阴一定是从阳中冒出来的，生出的阳的中间一定要藏阴，生出的阴中一定要藏阳，阳外一定是阴，阴外一定是阳，大家一定要掌握这几个基本的道理，对大家以后学中医非常有用。阴阳就是相映，这个就不多讲了，阴阳相反，阴阳相里，阴阳相伐，阴阳相斥，阴阳相激荡，阴阳相击，这些咱们都不谈了。

7、回答学员问题

7.1、中气不足该怎么办？

这个问题可以说一下，那原先我在气学论坛里我就讲过这个问题，中气不足有两个原因导致，一是下面底气不行了，底气上不来，不能充盈在胸中，导致中气不足，例如有很多人在大出血之后，或者是大病之后，没力气，没中气，说话说不顺，胸脯挺不了，塌塌着胸，说话费劲，说一会儿没气了，这就是底气没了，下面的肝脾肾气不足，下面没气它就不会上来，大家都知道我们打地基，打地基打足了才能盖高楼，咱们就说这底气，没有底气就没有中气，没有中气就没有上气，得一层层挪呀，下面搞不好，上面也就不行，像平常说藏富于民，人民不富裕则国家不富裕，人民是什么呢，人民就是下层，人民都好了上面自然就好了。这有了地了有了树了有了森林了，各种生物群落起来了，也就有老虎了，老虎是靠很多底层的生物群落支持起来的，动物园里的老虎不算，那不属于天然的，那是人工的；你要想有老虎，你得把那些环境都搞好了，才能够出老虎。那同样的中气，底气没有，中气就没有，这是一个。

第二个就是你说你看那个人那工作不顺干什么都不顺，郁闷了好多年，导致说话没气儿，唱歌唱不了，这个人呢气不畅，肝气在那儿憋着呢，下边原先还有底气，上不来，都憋回去了，上不来它形成不了循环，时间长了那底气也就没了，这个人最好没生病，如果生病这人就完了。

第一个是失养了，底气不足，不懂得养生；第二个是人气不畅，对未来悲观失望，恐惧不安，患得患失，导致生机不畅，生机不畅就肝气不足，气就不顺。所以说中气不足怎么办，无非是养生，底盘打好，下面的底气就慢慢地徐徐升起来了，高兴点，它那效果比你那拿药的效果要好的多，你那拿药的导致的升气反而是拔苗助长，这会儿应该知道中气不足怎么回事了，道教上说要打好基础，底气不行，然后要高兴一些，开心一些，把事想开一些，虚其心、实其腹、强其骨，到外头走去，不要想太多，时间长了，中气就从下面徐徐地上来，上来之后，潜移默化地中气就足了。

7.2、阴阳平衡的最佳形式在人体是怎么体现的？

《黄帝内经》里不是说过的吗，这人要是能一的话，那话怎么说来着，阴阳若能如一，这人就是真人了，就不会得病了，除了这类人，没达到阴阳完全平衡的程度，只能说是翘翘板，相对性，大家要完美，达到尽善尽美，最终达到阴阳平衡，每个人多少都阴阳都不平衡，你那左边半身子和右边半身子还不平衡呢，眼吧一个眼大一个

眼小，肩膀一高一低，腿一边有劲一边没劲，很多人都这样。所以说如果你能达到阴阳平衡了那你这人非常不错，这个基本是一个不断追求的一个过程。

你可以说小孩的阴阳平衡的程度要比大人好多了，但是为什么小孩也有不平衡的呢，那是因为他先天带来的，先天带来了一些不平衡，就是因为男女，首先是父亲母亲不平衡，交合的时候不平衡，保胎养胎的时候不平衡，很多人怀孕的时候生闷气呀打架呀什么的，这很多，就是容易出事的时候，怀孕的时候，母亲一生气，这气一撇，这气就到胎儿身上去了，你像生大气呀，出大事呀，气血大乱，怀孕期间气血大乱，生的孩子气血不平衡的就很多。很多孕妇总觉得要有营养有利于孩子，殊不知最有利于孩子的就是你在怀孕中阴阳平衡，咱不用平衡，平衡这个词不好，咱叫平定。心情平定远利于你一次吃的太多，免得多出些肥胖儿，像那花儿似的，拼命地给苗浇肥，浇着浇着就把苗子给烧掉了，那花儿也伤到了，过犹不及。

大家如果都只有春夏，没有秋冬，你说这世界会是什么样？要多顺应自然，生活在自然中，人家古代，孩子都养7个8个的，现在只养一个反而要累的要死，就是违反自然了。现在有些人也是，不断吃一些富有营养的东西，殊不知你这些都集聚着废物在肚子里，这基于阴阳平衡的基础上，稍微吃一点，这人就会安定。输血我不提倡，还有器官移植呀，这些都不好，开了个不好的闸门，这会让人无限地索求、索取。

7.3、一气化阴阳之气是什么？

气咱们说，形之上的一个词，但是实际有的，似有似无的，你又觉得它有又觉得它没有，之所以有是因为能感觉到，又感觉没有，氤氲之气。咱不是说，气学的一个原则，一切事和物都是由气组成的。事和物，事是个实践的东西，918事变、建国等事。什么叫物，大海、桌子、椅子、飞机、鸟兽虫鱼，所有事和物都是由气组成，那么这就上升到一个认识层面的问题了，桌子有桌子气，人有人气，兽有兽气，中国有中国之气，地球有地球之气，918有918之气，认识到气，气又建立一套理论、演变原则，我们才能更进一步了解这个事情。

刚才有人问，不搞有为，不搞那么人吃什么，咱们前面不是说，搞无为，无为不是什么都不做，前面都讲过，自己听录音就可以了。

7.4、“阳极生阴”是什么意思？

应该是这样的，咱们就从刚柔来说，刚柔相交，刚柔相叠，刚柔相赖。大家看那个水母的前进，那个就是阴阳，阴阳相进，一伸一缩的往前走，这阳极了，阳膨胀开

了，阳极了气就衰了，气衰了就化阴了，阴极到一定程度就生出阳来，叫阴极生阳。就像一棵树一样，长长长很大了，到了秋天就落叶了，那它不可能无限的长，它长到一定程度就一定要停止长，它停止下来就一定会朝反面来走，朝反面来走就是阳中生阴，就是阳极生阴，那么就是衰落衰落到一定程度就开始酝酿了，积淀，积淀到一定程度，从中自然生出阳气来。就是宇宙的整个大背景，那么这个就是阴阳循环，就是没有绝对的阴，也没有绝对的阳，就是阴阳的转换，用刚用到一定程度必然要柔下来，柔就是阴，柔到一定程度，中间必然生出刚，这个就是刚柔，相抵相代的一个过程，合久必分，分久必合。

你看我们看病就是这样，比如说发烧感冒，就第一天来势汹汹，你怎么搞都退不了烧，这个时候你就不要搞，让他烧上一两天，自然就衰了，衰了一用药马上就退了，烧就退了，那么这个就是阳极生阴了，那么比如说，这边还在气头上呢，赶紧躲开，消了气回来再跟他理论，不要顶，正在气头上，你这个时候硬是要把他摁下来，不好。有时候夫妻也是这样，夫妻产生矛盾，就隔开一段时间，也就是说大家冷静冷静就好了，不要在爆发时去劝解，这个不好，这容易过激，擦枪走火容易出现这种事情，待而衰之，你就等他衰弱的时候你再过去，收拾残局，不要盛的时候去，很多病都是这样，发病的时候龇牙咧嘴的，你看着很严重，过一段时间内这个身体调来调去，就是邪气是外来的，它会衰弱，或者处在歇息状态，这个时候你再按而拿之，就不要顶，顶着上，容易成逆气。

7.5、怎么判断人体阴阳的异常？

这个阴阳的异常你要看它阴阳指的是什么，比如说什么叫做平人，你要知道什么叫平人，多看一些健康的人，然后再用健康的人来对比一些病的人，这你就知道什么问题了。从神态上，气象上，言谈举止，走路，行住坐卧，他的描述，身体哪里不适，来体会他的异常，久而久之你就知道气学的整体观，你一看这个人是个什么样的气团你就知道了，这需要长时间的磨练，你看，一看就是呆滞之气，松垮之气，异味之气，刚道之气，晦暗之气，懦弱之气，中空之气，内伤之气，你这随便一指，什么气，随便搭眼就能看个七八分。整体的看问题，是吧？

发生在气学的病，不要被这个形体所迷惑，特别是现在我们对形体执着太甚，对一些气的变化很迷惑，那为什么我们现在的文明是形的文明，就是因为我们太在意形体了，不知道形体背后还有东西，就像电一样，在电没有被发明之前谁又知道有电呢，

电是一种存在，这个气也一样，在主流社会没有认识到气的时候，大众又有谁知道气的存在呢？

7.6、如何引导阴阳转换？

阴阳转换可以两个方面的，可以用神来引导，通过你的神来引导阴阳的转换，这个就是阴阳的转换，这个修炼一下是可以做到的。第二是发气，通过气场，通过你能够控制的气去转换他的气。那第三个只有等待他的转换，顺势而为，他要转换没转换的时候你推一把他就转换了，你不要说他顶，你跟他顶，他还没有转换呢，还有很强的阴气呢，你去施加影响让他转换成阳气，这个困难，偷天换日之功，才能转换，不要这样去做，没有必要，违反自然的事不要去做，他要转换就行了，你推一把就行了。

7.7、练气功对学中医具体有什么好处，练什么气功比较好？

初期不建议大家练气功，我多次已经说明过，大家执心太重，练气功容易走偏，现在很多人练功练得身体越来越差了，什么原因呢？就是违反自然了，还不如去打打篮球，跑跑步，身体好。上来就导气，受丹田，练导引，《悟真篇》不是说了吗，“劳形按引皆非道，服气餐霞总是狂”，首先大家道理上先明白，不要把这个气功搞的特别神，那样就不好了。出现幻视，幻听还觉得自己是进入功态了，那就坏了，也不建议大家练气功。多学道理，把《黄帝内经》背下来，把《黄帝内景经》背下来，《周易参同契》背下来，先把这三部书背下来再说。背完了不断的体会，和自然相合，多看看自然规律，多体会对身体的变化，那么久而久之，自然很多事情就心领神会了。先从思想上开悟，最重要了。再练功也不迟。执心不破，就是你的偏执心不破，练功很容易走偏。

7.8、感冒了应该怎么用阴阳来治？

刚才解析了，经常感冒的，肯定正气不足，邪气来干，干就是侵袭的意思，那么它怎么来干的呢？被风一吹，正气受不了了，表皮的毛孔一闭，人的气就会出不来，在里面就会热，人就发烧，那不发烧的，被风一吹，卫气不利，气不蒸化，肺气不利人就容易流鼻涕，气也努而挣之，正气努力在抗邪，咳嗽，咳嗽是好现象，不咳嗽就坏了，就是小偷来，你家狗就叫，狗叫是好现象，防卫的表现；扁桃体肿大一样的，都是好现象，不要把扁桃体割掉，咳了也不要镇咳。我这治了很多感冒，吃了宣发卫气的药，咳得剧烈，当场咳得剧烈，但第二天就好了。剧烈咳嗽，就是宣发肺气，帮助自己的肺，想把这个邪气给它排出去，宣出去，你这个肺就很懂事了，就不断的去

咳嗽，顺势就把邪气给宣出去了，剧烈咳嗽的人，第二天就不咳嗽了。

《悟真篇》《黄帝内经》《周易参同契》先背这三本就可以了，如果你背的过程中，觉得很烦，那你的机缘没有成熟，那就看一看就可以了，用阴阳来解析，刚才，用阴阳来解析这个感冒，正气为阳，邪气为阴，邪气侵袭阳气，阳气不胜，产生了病，那治感冒咳嗽就是益气补气，让这个正气努力去驱逐邪气，邪气去，正气复，阳气充，病就好了。

看看还有没有问题，所以我不知道这里面有多少是学中医的，真正的搞中医的，这可能讲到后面讲的不白话了，这也没办法，你要用白话来讲，现在话来讲就是不好了，大家应该努力的往这方面引，思维往这方面引，为什么我建议大家看古书，不要看现代书，因为现代的书他的语言，习惯各方面都是从形上来考虑的，那样的话，你学来学去也学不到，很多初学者问我看什么中医书，我都难以回答。这个阴阳想搞好，不容易，所以大家慢慢走吧，现在讲的还比较悬，本身这个阴阳就是自我参悟的一个概念，大家先听个热闹吧。所以我这个讲课还是主要是定位在中医爱好者，对中医感兴趣有迷惑的这些中医爱好者，对于初学者，你要让我讲初学的课程，没法讲。大家听听吧，这总是先难后易，要比先易后难要好，因为听多了，就会用这种思维方式，去处理问题了，那这不是一朝之功。你就是学阴阳，学五行学上五年你都没入门，一点门你也进不去。

第三课 五行

咱们讲五行也是从气学这个角度讲，五行八卦是咱们老祖宗留下的精神财富，这一块写书的也是汗牛充栋，对于书的取舍也是个问题，很多学了一辈子学不明白，或者只能简单的应用，有些事情可以解释，有些事情解释不了。那么咱们学习，就应该求本，学气学的应该有打破沙锅问到底的这种精神，哪不明白就问，不要含糊，含含糊糊学来学去最后欺骗的还是自己。有人说中医是建立在阴阳基础上的，但是临床用不上、割裂了，后来就说阴阳五行是糟粕，要从中医药中剔除出去，把中医上能够应用于临床、有效的给提取出来，这个说法就很滑稽，你要把那样给提取出来，中医就没法学了，因为理论基础丧失了。毫不讳言，中医的理论基础就是阴阳五行，所以阴阳五行是绕不开的，如果你把他作为封建迷信、糟粕来摒弃的话，我劝大家就不要学中医了。

就像前两节讲的，中医是神气的一种，如果你不相信神气、忽视神气、漠视神气、或者拒绝神气，那么中医是学不好的，学来学去到老一场空。包括很多大家，一旦脱离神气，从形上去研究中医，研究脏腑，研究疾病，学来学去就学到西医去了，没有很好地跟祖国的神气文化接上，最后就四不像，自己都不相信自己研究的东西。所以说咱们立意就是，一切围绕神气着手。这里面首先需要强调的就是气，用气来解释我们所见的一切事物。

上节课我们讲了，阴阳可以用气解释，这节课主要是用气来解释五行。咱们从这些方面来讲：第一是五行的由来，第二是五行的生克，第三是五行配五脏，可能还涉及到五官，第四个是常见的五种病，第五个讲五种人，五行配五种人。最后再强调一下不要拘于五行，不要限制思路。

1、五行的由来

有记载的，五行就是从《尚书洪范》来的，《尚书》是四书五经里的一经，里面有个篇章叫《洪范》，《洪范》中率先提到了五行，这样说的，一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。水曰润下，火曰炎上，木曰曲直，金曰从革，土爰稼穡。其实五行并不确定是周朝的产物，五行还可以往前继续来推，推到什么时候呢？这个已经不可考。但是人们对气的认识，早在有了语言还没有文字的时候，可能那个时候就有了五行。印度有四大元素：地水火风，中国有五行，这都是一种指代，指代就是把背后的气说出来。不能一直靠手比划说气，那么人们就用语言符号来表示气的状态。五行就是对气的描述中成型的，最终人们选择了五种常见的、和人们生活密切相关的自然元素金木水火土来描述气机，就是这样

来的。

咱们不是考古的，没必要探究到底是什么时候产生的，你只要知道中国文化是神气文化，源远流长下来的，阴阳、八卦都是对神气文化的启示，它是一个工具，不然你怎么传下来呢？就像一个杯子，杯子字不重要，杯子后面指代的事物更重要。就像我们说饿、渴，都是指代，指代一种状态。同理，金木水火土各是什么状态，就是五行指代的那个东西。古代都是口口相传的，五行传来传去就容易传偏了，把指代的东西传丢了，就留下工具，就是五行，只知道是五种元素，不知道指代什么；就像只知道“饿”这个字，不知道是什么意思，没有感觉，这个就是丧本，导致五行的依凭缺失了，它想描绘的那个东西缺失了，导致大家对五行就不理解、陌生。就像当今搞中医的，五行成了一个基础性的概念，不能应用于临床。为什么不能应用？就因为你只知道名词，不知道名词后面的东西，五行指代的东西能够应用于临床，五行这个名词不能应用于临床。这个咱们讲五种疾病和五脏时候跟大家再说说，现在就说五行的渊源，他是解释神气的一种方式。这里面就涉及到《尚书洪范》如何定义五行的，大家要知道一下。

这里面还存在争议，水曰润下，没什么争议；火曰炎上，火炎炎的、很热，往上燃烧；木曰曲直、金曰从革，问题就多了。什么叫曲直，曲是弯曲、直是伸直，木能曲能直，怎么解释？金曰从革，革就是动物的皮刮干净了，形成皮革。革命的革是引申义，当改变讲，从革当什么讲？这个历来有争议。

解释这个问题之前，先简单跟大家说一下五行代表哪五种气。咱们学气学知道，任何事物都是一团气，这一团气会产生变化，它基本的内部规律是升降开合，有升有降，有开有合，这团气才能流动起来，它与外部气的交流是通过它，因为气不断的变异，生长壮老已，任何一个事物都逃不过这一团气的这几种变化，这几种变化可以用五行来表示。第一个是出生、生长，生出来之后往上长，生长，然后壮，壮大之后平稳，平稳之后衰落，衰落之后死亡和归藏，就这五种。那么这一团气它整个的五种状态用五行来表示，从木开始，用木来代表气的生长之性，用火来代表气的盛大之性，状大，盛壮；用土来代表这团气的稳定之性，稳当在那儿了，不往上走了；用金来代表这团气的衰落之性，衰弱收敛，疆土越来越少，往回缩，用金来代表；最后用水润下，代表这团气的收藏和消亡，消失，你看水一下散了，没了，铺在大地上没了，消失掉了，这个是对五行的一个正解。按说正解不正解也是仁者见仁，智者见智，我只是从气学这个角度来告诉大家，平时来描述气态的五个生命历程。为什么叫生命历程？咱们说过，气是有生命有感知的，万物有灵。不要说我

们，一般都把气拟人化，就是气有一种灵性。一种感知，气是有神识的，因为气学上面还有一个神的文化，神气文化。

既然跟大家说了一下五行是对气的描述，那么大家看一看，水曰润下，滋润万物，又消融于万物，这个就好理解了。火曰炎上，有盛壮的势头。木曰曲直的意思就是由曲变直，曲而直，你看小苗从地里长出来的时候，两片子叶是弯弯曲曲的，然后挺直，挺直之后加速它的向上生长，木曰曲直是这个意思，曲而后直。那小孩在娘胎里是弯曲的，出生之后身体展直。叶子也是，你看所有叶子的生长都是首先团团在一起，然后叶子再展开；开花也一样，先缩成一个花骨朵，再一夜开放，一下子由曲变直，由卷缩到伸展的过程我们叫做木的生长过程，也就是气的生长、壮大的过程。你看有些人不得志的时候背塌着的，得志的时候胸就挺起来了。所有的往好的方面发展都是由曲变直，我们把这个过程叫做木的曲直。

那么金曰从革什么意思呢？这比较不好理解，大家一定要直译。革是什么意思？就是把毛皮，牛皮、羊皮打磨光，剩下的一层皮革，穿在身上也好，做成鞋也好。那么从当什么讲？金曰从革，顺从革的性质；或者从于革的性质，就是和革的性质是一样的，就是这个金和革的性质是一样的。这是什么意思呢？就是革做完之后它能够定形，定成一定的形，而且韧、硬，在外面，金就是这性质。怎么说金是从革这个革的性质呢？这个还要引入太玄里面的一个卦，太玄是杨雄写的，他写了一个太玄，仿照《周易》的那个太玄，周易是六十四卦，太玄是八十一首，每首相当于一卦。也有一首，首名叫郭，城的郭，什么叫做郭呢？就是气在盛大稳定之后，要走向衰亡的时候，里面是空的，外面还是很结实的，这个就象城堡一样，里面是空的外面是结实的城墙，这叫做郭。

我们把地球上的生物，把这个木配毛虫，毛毛虫，外面带刺，里面软软乎乎，毛虫；把金配介虫，什么叫介，这个介当甲讲，盔甲，带盔甲的，甲壳虫，所有甲壳虫、乌龟，这些都叫介虫。那么引入这个郭，城郭的郭，再引入甲壳虫的甲，大家就知道金的性质就是这样。金外面结实，里面空了，这是金的一个性质，这正好就跟毛皮一样，外面是硬的，它扒下来，外面没东西了，能成型、定型，金有一个定型的作用。你看那个金属打造的东西能定型，但是金属脆，太坚硬了它就脆，这就是金属、金气的一个特点，外面坚硬，里面空虚，不然怎么衰落呢？从外表看很强大，里面已经开始衰落，它要靠这种方式让自己衰弱下去，所以叫从革，革这个东西就是代表表面上结实，可以成型钉成鞋，鞋不是很结实吗。这个绕一下，大家只要知道气学，就知道古人用词为什么要这样用。有人说当变革

讲，这样不对。木曰曲直，曲而直，它代表气的一种态势，从革代表外面坚实的一种态势，所以说变革、肃杀是引申义，而不是原本意。这个跟大家说一下，有兴趣的可以研究一下。

那么五行的由来咱们就讲到这，其中有几个重点，第一个五行是从神气中来的，第二点五行是对神气的描述，第三点咱们又讲了《尚书》中《洪范》里对五行描述的含义是什么。那么好，关于五行的由来就讲这些，有问题一会提。

2、五行的生克

既然说五行是对气态的描述，那么五行生克是怎么理解呢？首先介绍一下五行生克，木生火，火生土，土生金，金生水，水生木，这叫五行相生；五行相克呢？木克土，土克水，水克火，火克金，金克木，又克回来。顺则相生，逆则相克，可以说它这个构建了一个坚实的稳定系统，这是一个很好的宇宙的模型，或者一个事物发展的模型，一个很完善的结构模型。但实际上你这样说五行把五行说小了，它不仅是一个模型，而且是气态变化规律的一个很好的描述。这一团气，它要发展变化，有发展变化则内部肯定要运动、变化，外部也要跟其它的气发生变化，变化会产生什么样的结果呢？就用五行的相生相克来表述。

这个咱们知道，水是气的闭藏状态，木是气的生长状态，火是气的开放、盛大的状态，土是气的稳定状态，金是气的收敛、衰落的状态。那么用几个字来描述，就是升降开合调，木是气之升，金是气之降，水是气之合，火是气之开，土是气之调，所谓调是使之均匀、条畅，用升降开合调来表述五行对气的状态的把握。那么一团气如果过于合，那么就不利于其它的四行，气过于合了肯定不利于开，也不利于升，对降还影响还小一些。如果气过于升肯定影响降，气过于开肯定影响合，那么这就产生了五行的制约。

那比如说我们讲一下这个金克木，为什么要金克木？金是降的，木是升的，如果降得太过分自然影响升，这叫金克木。并不是说拿一个斧子砍那个木头叫金克木，这样理解也不能说不对，就有点不从本意来解释了。火克金，火是炎上的，往上燃烧，是盛大、开放的表示，金是收敛，下降，如果说这个气过于往上走，它就不能往下走，那么就火克金。那么木克土什么意思？木是不断地往上走，土是处于一个稳定的状态，和缓的，木聚在一起它起往上顶，那土是四散的，散在五行当中，和缓的象征，木是天天往上长，这个往上长必然使这个稳定、沉稳的环境打破，受到冲击，所以说木克土。你也可以说自然界木防止水土流失，这都是引申的，并不是它的直译，咱们一定要找它的原意是什么。水克火，

水是隐藏的，本身火是开放的你要使它闭藏起来，所以它要硬生生的把气闭在一起，火性就体现不出来了，所以这就是水克火。自然界着火了，水就把它灭了。那么土克水呢？土相当于四散到周围，融合于整个的四行当中的一种状态，稳定、厚重、和蔼，它就会打破这种合的状态，水是合住了，它要四散开来，便影响到合，使合不能成立，那么这个就是土克水。那么五行相克我们就用状态的不能对应来解释，你既要站着又要坐着那不可能，你坐着就不站着，站着就不坐着。你趋向于站着，那坐着的这个势就受到冲击，这叫五行相克。

什么叫做相生呢？同理，你这种状态对另一种状态有所增益叫做相生。比如说木生火，木是向上生长的一种状态，生长到一定程度就开花结果，盛大了，盛大的是火，所以木生火。木不断发展必然是火，这叫木生火，你有生长状态就必然会长大、壮实。那么火呀，它不断的加速发展，膨胀，最后必然走向稳，那么这就是火生土，不可能永远的膨胀，总有个头，这个头就是趋于稳定，不再上升，在上面稳定下来。那么从发展、壮大到稳定，必然会走向衰落，一定要下来。你爬山爬得再高，爬到顶峰去了就要往下走，不能永远在顶峰呆着不动，那么这个就是土生金，下来了，下来之后，下到极点肯定就消亡了，任何事物有生就有死，有成就有坏，那么它消亡的过程就是水，水溶于大地，无处不在。

这就有一个问题，那怎么循环呢？这个就是有生就有死，有死就有生。引入轮回学说，轮回学说不是简单的一个生命的轮回，是自然现象的一个轮回。大家都知道有生就有死，同理推出有死就有生，就像那个种子，种子是什么？种子就是坎，就是水，坎者其闭藏，外壳全都剥落了，留了几颗种子藏起来，等待新生的开始，这就整个形成了气团的生命历程：从生到长，从长到壮，从壮到稳定，从稳定到衰落，从衰落到死亡，在死亡的过程中，又留下种子留待新生，生长壮老矣，那么我们这个五行的相生相克就是气态的这样来解释。那么有人说金生水是把金熔化了成了水，这都是外行话，让人笑话。木点着了就是火，火烧完了就是土，土也就是大地中藏有金，金拿出来熔化就是水，这种解释太肤浅了。还有说金配乾，乾为天，天上降下水，这样来解释也是滑稽。我们的解释从气学来解释就是金是由盛大转向衰老的一个过程，这个过程最终要归于死亡或消灭，就是金生水，但这个死亡中又孕育着新生，不能说完全就没了，重新藏起来了。大家看很多多年生的植物就知道了，春天发芽，夏天开花，秋天结果，冬天落叶，第二年又长起来了。这个也是五行相生的一个过程。所以在《论语》里面说关于生死，什么叫死？孔子说不知生，焉知死。你把生搞明白了，才能研究什么死。生死相续，就像你叼着我的尾巴，我叼着你的尾巴，

生死相续。这是我们做学问的时候很重要的一条教导。生死，生死闹不明白肯定是贪生怕死，对死亡充满了恐惧。

好，关于相生相克的问题还得说一些，我们主要是从相克来讲，金克木，但木旺则金赢，木过于坚强则金属就砍不动这个木头。土克水，如果水多了则土溃，溃堤了，土克不住水。土厚则木埋，如果土过厚了那木头也克不住土。这个就体现了一个什么道理？就是五行之间的一个力量的消长，所以并不是绝对的木头见到金就被克，火见到水就被水灭，如果火很多放一瓢水进去水就没了，火还在，所以关于生克大家要活用，这个你们可以搜索一下有相关的条文，也就是力量均衡的时候互相可以达到一种平衡，比如木头太多了就必须金来消减，火太多了就需要水来克制。就是说五行的生克是一种制约，既不能过头，也不能不及，不够被对方所侮，你能克对方但力量不够对方也能欺负你；如果对方过于壮实，泛滥成灾了才要拿它去消减，这就是五行相克。譬如火已经很多了，你再加柴，木多则火旺，简直就是大火蔓延了，所以说要掌握好火候，所以说五行贵在五行全，贵在五行均等，贵在五行流通。《悟真篇》不是有，五行全处紫光明，五行全处虎龙蟠，它就是讲五行一定要均等、平均，人身上有五行，任何事物都有五行，咱们都要体悟五行的平等、流通、均匀。缺一行都会出问题，一会咱们讲常见的五行疾病时候会涉及到它，由于时间的关系关于五行的生克只是简单的这样讲，以后有机会可以专门的来讲五行。

3、五行配五脏

下面讲一下五行配属的五脏，这个学中医的大家都知道五行怎么配属的，很简单，五脏是哪五脏，心肝脾肺肾，五行配五脏，心属火，肾属水，肝属木，肺属金，脾属土，这个大家再熟悉不过，很多病人、中医爱好者基本知道五行是配这个五脏。那么五行配五脏道理在哪呢？这个咱们从气学角度来讲。说个题外话，有人一定要把金给肝，木配肺，这个要讲一下，大家不要这样去配，基础还没有学好就那样去配容易走偏路，还是从经典中来，五行和五脏一定是刚才那种配法，不要再节外生枝了。因为对气还没有一个基本概念，再节外生枝这个中医就没法学了。

人是一团气，这团气内部有五团气，五团气就是升降开合调，必然是这五团气在这一大团气里去运转，人这个一团气有五种状态，同时有五种状态，五种状态指导了人们的生命活动，就是有闭藏的气，有开放的气，有升的气，降的气，调的气，这五团气化成脏腑，藏在人身体里面，化而成形，那么这就是我们所说的脏腑。肾是闭藏之气的总司，心是开

放之气的总司，肝是生长之气的总司，肺是肃降之气的总司，脾是调运之气的总司。司，管理之所叫做司，是管理的意思。那么这五团气互相运化、变动、周流上下、变动不居，构成了人的生命活动和意识活动。所以说正好五脏配五行，肾是闭藏之气的地方，所以配水，心是开放的地方，所以配了火，肝是生长的地方，所以配了木，肺是肃降、收敛的地方，所以配了金，脾是调运中焦，调运气血的地方，所以配了土，那么实际五行配五脏是这样的。

比如说，心脏跳动不止，不停的在那跳，把人的气血推到人身，这个不就是活动之气的表现吗？其它几脏哪有活动这么强烈的，供应中枢，心脏生命之所，运动不已，心脏一旦停止跳动人就死了，所以它开放、运动、盛壮的表现非常强烈。那么肝呢，生长的地方，大家知道肝有解毒功能，什么不好的东西在肝里一运化都解了，最大的消化器官，肝的生命力非常顽强，万不得已它不会肝硬化的，你的生机受到了阻碍，肝就开始出问题，肝脏它这个细胞，它这个重生能力非常强，所以肝是生长之气的这个地方，但是刚才咱们说的是肝脏，其实肝它是肝气，不一定完全和解剖的肝脏相吻合，你只要知道肝主生长、生机就可以了。肝郁气滞，肝火旺，这些都是生机的问题。人郁郁寡欢，闷闷不乐，肝气不举，什么叫肝气不举？生机不旺，天天闷闷不乐，生机能旺？蹦蹦跳跳，快快乐乐的，这样生机旺；郁郁寡欢，愁眉苦脸，为房子的事，孩子上学的事，发愁苦恼，老人的事，生机就旺不了，生机旺不了，你整个的循环就缓慢下来，这个迹象就缓慢下来了，生机不行了。象现在中国实行计划生育，再加上生活节奏、压力各方面，对人有不良的影响，导致现在老龄化严重，疾病年轻化，人们背负的压力很大，想生孩子也不敢生。导致整个生机受到抑制，生孩子晚，原先二十岁生，现在三十岁生，这都是生机出了问题，这是说到肝。

那么肺呢？你看两个肺，生在心的两边，在胸中撑着，不断地呼吸吐纳，调畅气机，它在调什么呢？气机、气血的运化都靠肺的呼吸来完成，肺主治节，什么叫治节，就是调节，调节这个节奏、快慢，就像总理一样的身份，你一旦停止呼吸这个气机就不动了。你深长的呼吸，这个气血又开始运转起来了，建议大家经常深长、均匀的呼吸，这样有利于血向全身的运转。人在思考问题的时候，呼吸越来越小，一会才吸一口气，呼一口气，凝神屏气，这样气血运动得就很慢，久而久之，就容易得气血瘀滞的毛病，思则气结，就是从这来的。还有的人闷闷不乐，时间长了就叹口气，叹气是干啥呢？就是他长时间闷闷不乐，气就凝滞在那了，身体需要气血，气血凝滞在那了，时间长了，身体不干了，怎么办呢，他就赶紧换一口气，叹一口气，换一口气本身就表明你这个呼吸有问题，按理说深长

均匀的呼吸，使身体各部份需要的气血推运的好，你气血推运不好了，才反射性的要求你去叹口气。肺主治节，同时肺为一身之表，肺气的好坏，肺气中医要用的就是肺气，肺气不利，导致人身体整个的卫外的能力下降，城郭，城墙，城墙要修得好，不容易被外邪入侵，城墙要不好，盗贼就容易进来，贼寇容易攻进来。

那脾呢，脾胃一个升清，一个降浊，他主中焦运化，调节，使你整个的气血更加匀畅，所以说调节、调畅的功能。

4、常见的五行疾病

下面讲常见的病，看看五行怎么应用在临床上。很简单，五种状态失调，或太过或不及，都造成疾病。

咱们从肝说起，肝主生机，非常重要。现在的人肝气虚的太多了。肝有用和体，以前讲过，五脏的体用，一个人长期处在压抑的状态下，自己的志向得不到伸展，他原先的生机会就慢慢地萎缩、卷曲，象顶着大石头一样，在那里打转不走，常年打转，固化、死结，肝气就郁结在那儿了，这是现在人最常见的。苦恼、迷茫、挫折，一切都导致生机不旺。为什么城里人很少身体好的？一方面他很少体力锻炼，一方面他遇到的这种冲击压力过大，不高兴、不开心，现代人碰到的最多的问题。为什么现代人自杀的多？暴亡的也比较多，不快乐、生活迷茫，导致肝气不举。短时间还可以，常年的压力就导致肝脾胃受压，向下辐射到肾，向上辐射到肺，甚至心，一行影响四行。咱们说过，人是一个统一体，一个受影响其他都受影响，只不过程度不一样。肝的生机受到抑制，就是肝纤化、肝癌。中国肝癌特别多，中国人压抑得很厉害，短时间内只是气态上表现出来，长时间肝体就纤维化，因为不调达了，不顺畅了，就结块了，结成实了，慢慢就往肝癌发展了。肝气一受到抑制，我们知道，肝不能调达，就克脾胃，脾胃是个舒缓的地方，最后整个气变得很紧急、紧张、不舒畅，那么他那个脾胃也相当于那样。很多慢性萎缩性胃炎，因为心情抑郁，肝气不解，吃东西也不香。现在的人喜欢奢辣、奢酸、奢刺激，因为他脾胃不开、没味，就要吃点刺激性的。所以都是肝郁气滞造成的，胸闷、气短、暖气、胀肚，都是跟肝气有关。现代人第一大病就是肝病，有的得肺病的人，别看他肺中长肿瘤，一看舌苔、一摸脉、一看脸色铁青，就是肝病，不是肺。只不过肝气的郁，在肺上表现出来，结了肿瘤。还有很多人生活质量不高，长期导致男的阳痿，女的闭经，这些都是肝气不畅影响人的封藏能力，自己心情舒畅了，出去锻炼，自然很多症状就消失了。现在人的第一大问题，生机不畅，活着

如同行尸走肉，没有目标，不知道活着为什么，光为钱了，小苗不长了，不知道往哪边长了，生机受到影响。

第二个是心病。心主开，主思虑。这个容易得什么病？就是患得患失，想事情太多，神气耗散，心气不恒。人要有一个稳定的情绪，不能说是喜怒无常，喜怒无常就容易得心脏病，心肌梗塞、高血压、脑淤血，接二连三的来了，晚上睡不着，想第二天的事，比如买了股票第二天是抛，还是接着买，明天的涨跌，想到了自己的孩子、妻子、自己的爹妈，种种的，每天患得患失，心气不平、不恒，没有一个稳定的心态。整个大环境在快速地变动中，压迫着每一根神经，每个人都在惶恐不安中度日，这就导致心气不恒，心气不恒，一会儿左、一会儿右，再加上生机不举，下面的气又上不来，心脏得不到气血的滋养，心脏就出问题了。大家看看得心脏病的有多少，暴亡的有多少、爆发脑淤血、心肌梗塞的有多少。两个人争起来了，一下子捂脑袋躺地上了，赶紧拨 120 救护车，就是开气不能很好的开。

第三个是脾，脾主条畅。现代人的饮食有很大的问题，肥甘厚味，什么好吃的都往肚子里塞，以为营养越多，对身体越好。殊不知你不需要那么多营养，塞了那么多都是废物了，淤在身体里面，消化不了，影响你的身体，脂肪肝、肥胖症都是这里面来的。现在人也不知道什么有营养，什么没营养，好的都抛弃了，怪异的、飞禽走兽，都往嘴里塞。中医知道：人要食正气，不能食邪气，做人要中正，吃东西也要中正的东西。现在的人不是，越吃越奇，不知道吃什么好了，鼠、蝎、蚂蚱，各种奇形怪状的动物，这还是原材料，加工也非常繁复，煎炒烹炸，无所不用其极，不符合正气的标准，中正平和四个字，不符合。养殖的东西有大量的毒素，化肥什么的都进入五脏六腑，导致现在的人吃不到好东西，看着数量很多，很贵，实际上都不好。现在追求原生态、绿色，人们也知道了，数量上的追求没有太大意义，这是第一点，人并不需要那么多东西，你硬塞那么多东西。第二点，你吃的未必是好的，你觉得好味道好，质量不一定好。粗茶淡饭，中正平和，有益身体。吃的奇形怪状，到饭店煎炒烹炸，火气大油份大吃的怪，天上飞的，地上跑的，什么都吃，杂气太多、怪异气太多，吃到肚子里不舒服。天天吃饭店，还不如吃个热汤面舒服。现在这是一种风气、潮流，改变也困难，只能通过个人去明白这些道理，知道哪些东西要吃，哪些不要吃。现在是花着钱遭罪，方方面面都表现出来。无端导致脾胃之气不调和，进而影响其他五脏的运化，糖尿病、肥胖症、高血脂，这样的疾病，成倍地往上翻、年轻化。这是脾，也就是土，土都板结了、不肥沃了，种东西都不长了。

下一个是金，涉及到肺，主治节、卫外，首当其冲的就是感冒。包括中医，都走样了，一见发烧就物理降温、化水，咳就镇咳，抑制他咳嗽，正确的治法是宣表。同样中医也存在这样的问题，都用清凉、清热的药治发烧，用润肺的药止咳，这是方向性错误。大部分发烧、感冒咳嗽、流鼻涕都是风寒，不是风热，可以叫风凉、风寒，反正是被风吹到了，受寒、受凉、吹空调了，导致感冒咳嗽，这都当风寒治，不管冬天夏天，只要流清鼻涕，一律按风寒治。风寒应该怎么治？解表，不是清热。因为表闭有这个热，把表闭解开，热气得散，就正常了。你清热，清来清去，就伤了生机了，就跟挂水一样，天天挂，最后生机受到抑制了，就容易引起其他的病变。同样咳嗽也不应该镇咳，咳嗽是身体机能的自我反抗，你应该高兴你在咳嗽，如果都不咳嗽了，变成喘了、呼吸困难了，那么你的病就加重了，所以不要去镇咳，要积极地帮助身体去咳嗽，以御病邪，这是正确的。很多去润肺的，更不对了，这时候不需要去润肺，有人咳嗽赶紧去喝枇杷露，当时可能会好点，但是不去根，而且润肺的药都比较粘，会留住病邪，使病迟迟不愈，牵连不好，就像敌人追上来了，你的战士要用刺刀去拼，你要递给他一把刺刀，而不是一瓢水，你要给他武器，通过咳嗽，把病排出体外，一些人喝了药就剧烈咳嗽，第二天就减轻了，为什么剧烈咳嗽，就是给了他给养、弹药。有人不理解，怪我，怎么咳嗽这么厉害。我说再吃一副药看看，结果就好了。所以不要怕咳嗽、怕高烧，小孩发到 39°、40°，说明身体好，老人还发不到呢，转成低烧就坏了，正气弱了，高烧比低烧好，咳嗽比不咳嗽好，这是从病理的角度来说，现在由于发烧感冒咳嗽诱发的病太多了，都是由于误治造成的。

最后讲一下肾，肾是闭藏，肾主闭藏，藏精。闭藏什么呢？都是精华，相当于人的储蓄，储蓄多，什么也不怕，抗打击能力强；要是储蓄少，就慌，有个风吹草动，这个家就受不了，人也是这样，肾藏精，不仅是肾，五脏六腑都有精，能够闭藏的地方都藏着精，所以我们如果肝气受到抑郁、心气不恒、肺气受到打击、脾受到这种毒害和过多食物的负担，那我们的肾精就越来越少，肾精越来越少，你这个人就越来越不鲜亮、不壮实、不精强，人就容易衰老。为什么人会老？因为你这个精华都丧失掉了，古人说保精全神，保存人身体的精华。有句话说“山蕴玉而石润”，就是山里有玉，这座山就长得很好，玉就是山的精；“水怀珠而川媚”，就是水里有宝珠山就动人，水的生态就好。人也是一样，一个单位有那么几个骨干，有他们撑着，单位就不会垮，能人一走，这个单位就不行了。人身亦是，人的精华保护着呢，不只是肾精，他们在小钱匣子里，不要轻易地让他们耗散，同时还经常往里放，这样人活着才长久、长寿、身体好、说话响、眼睛明亮、记忆力好、感情

充沛、记忆力好、精力过人。精没了，人就打蔫了，抽筋拔骨么。有些老人突然手脚就不利索了，这就是精在消亡。为什么很多老人能预感到自己什么时候去世？就是他觉得某天他不行了，他感觉他体内搁了个钟，他感觉到自己各方面都不行了，就感觉自己要离世了。很多老人都知道自己什么时候走，起码一年内自己走不走都知道。体会精在身体里是否存在，比如人在二十岁和四五十岁，你去回想，在什么时候发现自己下了个台阶，本来能熬夜，现在不能熬夜了，这就是下了一个很大的台阶。原来觉得身体很有劲，这几天总觉得乏力，这都是精的消亡。每个人身体都有的无价宝贝，就看珍惜不珍惜。很多人都问如何珍惜，天天求健康、求长寿，殊不知这个东西就在你身体里，就看你怎么去保护他。所以古人强调保精全身，的的确确需要每一个人惊醒。

我们说了常见的五种疾病，五行的五种疾病类型。生机受到抑制；心气不恒、患得失；肥甘厚味、胡吃海塞，导致脾气不足；肺气不利、受伤，连带五脏六腑都受伤；耗散过度，精华没了人就凋谢了，这些是咱们讲的五脏五行的五种病。

5、五行配五类型的人

下面讲一下五行和五类型的人，既然五行体现在方方面面，那么人也可以这样分，秉五种气的五类人，既然是气化产生的，那么这类人可以秉这种气，那类人可以秉那种气，所秉的气的形态不一。五种人是木型人、火型人、土型人、金型人、水型人，从面相的特点来说，木型人高，面色青；火型人的特点是尖头尖脑、五官外露、耳朵翻、面色红或偏红；土型人厚重，脸部不方不圆，良实厚重；金型人方正、脸方，同字脸、国字脸，方方正正的；水型人，圆头圆脑，水型人肥、圆，土型人敦厚，金型人方正，火型人外露、尖，下巴尖、颧骨尖、耳朵尖；木型人瘦长。

从性格上来说，木型人仁义、有坚韧的精神，有可能少言寡语，内心执着、顽强，他担负的是向上生长的使命，内心有自己的主见，有些人不声不响，突然做了一件惊天动地的事情，从来没想到他会做这种事情，有可能是木型人干的事。火型人秉承火的特点，热烈燃烧奔放，外向型，爱跟别人打交道。土型人厚道、老实、稳重、说话慢、迟钝、敦厚，都是土型人，温和、和事老，都是他们的特点。金型人，义气、讲原则、做事有棱有角、容易得罪人、说一不二，但是这种人内心有脆弱的地方，劲儿都使在外面了，很讲原则，但是内心比较脆弱。水型人，主智，圆润、圆滑、计算能力强、精于算计。

老祖宗把五行配五种：仁义礼智信，这五种道德，木型人主仁，往上生长、仁德之心；

火型人主礼，礼节、摆在外面给人看的，让火型人搞仪式、能说会道、表达能力强、各种礼仪都明白，这就是火型人；土型主信，要用一个大管家，敦厚、稳定，让干就干，恒定，这是信的特点；金型人，主义，讲义气，该怎么做怎么做，容易得罪人；水型人主智，做算计、会计都比较合适。

是不是严格这样匹配呢？一个人是个综合体，有可能木型人兼水型人的特点，也可能是木型人兼水型人的特点。如果有相兼的特性是相生的，对他有益，如果相克就完了。同时有水型人和火型人的特点，水型自闭，火型人有热烈的特点，这就是双重人的性格，有时候跟这些人打交道表现出奔放的特点，跟那些人打交道表现出自闭的特点，这个就要善于观察，同时有木有火，既奔放又仁义，这是相生，木火通明，好现象。这方面大家可以看一下面书，给大家推荐一本书叫《水镜集》，可以在网上搜一下，比较不错。五行配五种人，其实就是说人带某种气，人生下来就秉各种气而生，每种气的性质通过五行来讲解一下。

6、不要泥于五行

上面这些问题就讲完了，还有一个就是不要泥于五行。什么叫不要泥于五行呢？你只要明白了五行的气，就可以抛弃五行，直接用气来解释。举一个简单的例子，比如一个人他发怒，就是肝火旺，我多次讲过，什么叫肝火旺，什么叫发怒？就是气往上升，你只要知道气往上冲这个状态就可以抛弃这个火、也可以抛弃这个木，木主怒么，这些东西都可以抛弃了，就是一股气往上顶，受你情绪带动，这股气顶上的时候，整个身体都在变，怒发冲冠，顶到脑门子上来了，头发都立起来了，帽子都顶开了，每一个毛孔都使劲，不单是肝的问题，气得牙都痒痒，身体每一个部位都血脉喷张，都张起来了。如果这人跟人打起来，刀砍上去都没有感觉。什么原因？就是气让他处于一种狂放绷紧的状态，捅两刀都没感觉，平时刀放上去都吓得不得了，打起来不要命的时候捅上去都没感觉。这就是“神支配气、气支配形”的一个表现，打完了，发现伤到了，一害怕恐惧了，心一怯，气就没了，气馁，你这个伤口就不容易恢复了。

出现伤口以后，你的神气会调动你的气血去保护伤口的部位，不需要人去干涉。比如手上一个口子，自己会封上，不需要贴创可贴。现在为什么都宣传要贴创可贴呢？怕有细菌感染，如果人生活在一个自然的环境中，割了个口子自然会结痂，不会有细菌侵入，这是医学的误区。另外一个原因就是厂家，对厂家来说他也是要生存发展的，卖盐的都希望

大家买盐，剃头的希望大家一周剃一次头才好，所以大家要多学知识多感悟，很多道理在自然中继承。割一口子只要不见风、见水、见土，自然情况下，很快就结痂了，过一阵痂脱落了伤口就愈合了，这样比你用创可贴愈合得还快。

看看大家有没有问题，我说的这些，有一个关键的中心：人是由神气所化，神气有自我管理能力，不需要人为干涉。比如捅一刀，大量的气血往那里走，包裹伤口，有异物也不要紧，有神气就有排异物的能力，即便排不出去也能包绕住。就像心脏病突犯，外国有个统计，抢救的死亡率比没有抢救的要高。比如心慌气短，你呆一会儿，过半个小时就能缓解，如果这时候盲目地治，有可能反了，都有可能，落井下石也很难说。就好比突然身体出现严重问题，马上救护车往医院送，送的过程中就是一个颠簸，这时候如果能精养，绝大多数能恢复。如果你在车上颠簸、焦虑紧张、进医院又做手术什么的，有可能事与愿违。

7、回答学员问题

7.1、说下五行乘侮

这样提问的，一看就是只学过中医，没有接触到传统文化，这个倒也不值得批评。关于五行乘侮，就是在《黄帝内经》上说，其他的书不这样说，虽然不这样说，但是意思都知道是什么意思。什么叫乘侮，就是太过和不及么，自己太壮了，就是太过，自己太差了，就是不及。自己过于壮实，壮实得离谱了，比如正常人能提100斤面，他能提200斤面，这就是太过。太过导致什么现象呢？能制约你的那些东西都制约不了你了。木太过了，金原来能克木，现在金也克不了木了。好比小偷太强了，警察也制约不了了，这个叫乘，太强势了。这个并不是好事，你过于强，力量对比就失衡了。如果不及，自己太差，本来能克制对方，现在太差了也不能克制对方了，就叫侮，你自己受到了侮辱，大概就是这样意思，不要太细究，你看教材上说的颠三倒四的，也说不明白。中心思想就是你太强了，别人克制不了你了；你太弱了，本来能克制别人，也克制不了了。

有人说：土多火晦，木旺得金，方成栋梁，这样的话很多，尤其是你看方术方面的书的时候，你要想把阴阳五行搞明白，你要多读这方面的书，不要光看中医，光看中医，你就太局限了，中医是中国传统神气文化大海中的一滴。如果只看中医，你只知道五行乘侮，只知道五行六气，其他就都不知道了。有人光研究五运六气，很深入，其实走偏了，五行六气就是个模型，并不是实质，搞来搞去，都成真的了。你想想，都几千年了，一个简单

的模型能搞那么准，不现实，那样学五运六气就学偏了。这个以后大家深入学气学就知道为什么学偏了，这个世界不是那么简单的，只靠一个五运六气就能解释清楚的。

这里不看病。小孩抽动三年，往肝上看。就像拳王阿里一样，一看那手，明显的水不涵木，肝肾阴虚的厉害，打拳把肝精、肾精都给打光了，得了帕金森综合症。好多帕金森综合症用药滋补肝肾，补好以后手抖明显缓解。

7.2、五行性格的人容易患什么样的疾病？

比如木型人容易患瘵症，因为他一旦生长不足，马上就瘵；火型的容易耗散，外向型的人，光说了，把气都说跑了；土型人容易气结，瘵滞么，容易气结于中焦不散；金型人容易受到伤害；水型人用心多了、算计，容易伤肾精。

如果没有问题就到这里，这两节课咱们也讲不多，下节课咱们讲八卦吧，有人也希望讲讲八卦，我好像没讲过八卦。下节课讲讲八卦，八卦是怎么来的，八卦后面是什么，八卦如何生成的，八卦之间的关系，八卦如何与万物结合在一起。

第四课 八卦

1、《周易》的结构和成书

那么《周易》这本书它是谁写的，写什么的，这个我们先讲一下，这个说法有很多种，就不一一多说了，我只说一种。《周易》分三部，叫归藏、连山、周易。这三本书，成书年代大概是夏朝、殷朝和周朝，那夏朝写得当然是不具体，夏朝包括商，夏朝和商朝写的是归藏和连山，这个周朝写的是《周易》，这三部书统称为《易经》，那么由于年代久远，前面两部都已失传，最后流传下来的就是《周易》，这是一个说法，但是否正确，还有待考证。

这个从我们气学的角度上来讲，《周易》这本书是阐述气象，什么叫气象？物的本来面目。气学也好，神上讲也好，它是用来展示，那么《周易》具体是谁写的呢？这有一个很传统的说法，伏羲画八卦，文王演成六十四卦，周公写爻辞，这个孔子做十翼。什么意思呢？最早这个《周易》是有八卦组成的，这个八卦，大家应该都知道，乾坎艮震巽离坤兑，一会我们要讲到，大家知道就行了。然后到了文王，八卦两卦两卦叠在一起，八八六十四，就演变成了六十四卦，这个《周易》基本的六十四卦图就出来了。那这个时候没有任何文字的解释，只是画出来的，阳是一横，阴是两短横，只是像画图一样画出来的，那么到了周的时候，每一个爻辞，八八六十四卦，一个卦是六个爻，每一个爻有爻辞，每一个卦有卦辞，周公就都给做上解释了，就好象咱们画画，画了一幅写意画之后，每一幅写意画他写了解释，这就是周公写了这个爻辞。然后再到后来，这个爻辞大家也读不明白，那么到了孔子的时候，孔子五十而喜易，到了五十岁，喜欢周易那本书，他看的书韦编三绝，把那个书都看烂了，可想下功夫之深，他对这整个的《周易》做了全面的注解和阐释，什么叫十翼？就是十篇文章，用来补充增益《周易》这本书的含义，这个到孔子做十翼，整个《周易》就比较完备了，《周易》加上孔子的十翼，整个叫易传，那么这个就是我们现在看到的《周易》的全貌，这个传的全貌。

那这个孔子的贡献非常大，大在哪儿？让我们能够站在孔子的高度，来窥视《周易》其中的奥秘，那孔子这个人非常诚实，他在写这个《周易》的时候，并没有完全的所有的条文都解释到，有的没有解释到的或者不明白的，他写上不详也，那个是非常诚实的一种做注解的方式，不像很多文人，不明白装明白。历来的很多对经典的注解，很多人不明白装明白，胡乱解释，导致后来人们对经典的曲解，那孔子不是这样的，这个人做学问非常

踏实，不明白就注上不详也，明白就给你写出来，其实孔子已经站到一个相当高的高度，他不明白的我们现代人也基本不明白。有两个原因，第一，周公写的系辞可能有错误。第二，流传下来的时候可能有错误。第三，孔子确实不明白。

大家可见，像孔子我们称他为圣人，他写这个注的时候，抱着如此诚实的态度来写这个注，给我们留下了辉煌的遗产。可惜的是即便孔子到老了，用尽一生才华来对《周易》写注，希望后人能明白，但是后人还没看明白。很多人还不知道孔子在说什么，什么原因呢？就是人们思想境界的退化，不行了。这孔子站的高度，后来人站不到那个高度，即便孔子苦口婆心地来说，后人也听不明白。这个可以说是时代的悲哀，那最后孔子以《论语》著名，其实孔子的最高学问应该是十翼，这是孔子最高的成就，可惜现代人读懂的少。那么这个是我们讲一下《周易》的形成和《周易》成书的结构，是几辈人或十几辈人共同创造的，不是一个人来创造的，那伏羲他可能明白这个意思，但没能完全表述清楚。到了文王，进一步解释，到了周公，再到了孔子，那《周易》这套体系基本完备了，希望后人能够读懂。这是咱们讲的第一。

2、八卦的产生

第二个讲什么呢，因为这是我第一次公开讲与《周易》相关的东西，咱们还是主要讲八卦，那咱们只有一节课讲八卦，所以不想展开太多，下面咱们直接切入主题来讲八卦。大家现在把八卦当新闻讲，这个有点意思，有没有八卦，听不听八卦，人们居然从这个方面来知道八卦，可见这整个的时代差异有多大，八卦，刚才说了，乾坤是父母卦，震巽是长男长女卦，坎离是中男中女卦，艮兑是少男少女卦，这个怎么来的呢？大家知道，咱们讲阴阳时知道，整个世界都是有阴阳组成的，阴阳鱼，阴阳互相错综变化就产生了这个世界。我们用气学来怎么阐释呢？这个气一刚就是阳，一柔就是阴。一开就是阳，一合就是阴，一动就是阳，一静就是阴。一明就是阳，一暗就是阴。就是在这个明暗、刚柔、动静、缓急、变化、上下，清浊当中，阴阳互相错综复杂，就构成了我们这个万象世界。

那古人为了把这个阴阳互相复杂的关系表述出来，就创立了这个八卦，这八卦之前是四象，少阴少阳太阴太阳，什么意思呢？就我们这样来看一下，我们把这个阳和阴后面加一个字，阳气和阴气，大家也可以理解成男人和女人，一团阳气，一团阴气，这叫阴阳。这个一团阳气一团阴气合在一起，组成什么变化呢，简单的最基本的是四种变化，就是说两团阳气放在一起，这叫太阳，就是过、大的意思，那么两团阴气放在一起，就是太阴，

也是过，也就是说走两个极端了，那么一团阳气一团阴气放在一起，那么阳气在上面一团阴气在下面，或者颠倒过来，一团阴气在上面一团阳气在下面，那这是什么呢就是少阴和少阳。如果一团阴气一团阳气放在一起不动，那么这个阴阳合和的卦，那么如果是阳气进阴气退，这个是少阳，如果阳气退阴气进，这个是少阴，这个就是四个，大家别糊涂了。什么意思，它就是表示一个事物发展，开始，发展，盛大，衰落、死亡的过程，发展的是少阳，盛大的时候是太阳，衰落的时候是少阴，死亡的时候是太阴。古人为了记述的方便，阳就用一横来表示，阴气就用两小短横表示，我们看一看八卦，都是一长横两小短横，小短横代表阴气，一长横代表阳气，阳为连，阴为断，你可以说那两小短横来代表虚线讲，一长横代表实线讲，阳道实，阴道虚。

那么古人觉得光这样表示阴阳的消长变化，四个来表示这个消长变化，不能很好地说明问题，就又加了一个，三个，三团气互相排列组合，来显示世间变化，那三团气排列组合是什么呢，就成八个，就成八卦了，三团气有可能是阴有可能是阳，就跟二进制一样，那么三团气全是阳，那就是乾卦，三团气全是阴，那就是坤卦，找两个极端，那么这两个极端，一个居在天上，一个居在地上，互相化生，产生了什么呢，就产生了六子，这就是《周易》里面非常著名的乾坤生六子。

什么叫乾坤生六子？肯定是这个变化，刨去三个全是阳的三个全是阴的，那么剩下三团阳气和三团阴气互相杂揉在一起，组成多少种变化，就是组成六种变化，哪六种变化呢？那如果说光说组合来说，一个阳爻，两个阴爻，一个阴爻，两个阳爻。那么这个就是两种，一种，一个阳爻两个阴爻，那这个阳爻在哪个位置上？就是这团阳气在什么位置上？有三种：在下面、在中间、在上面，三种；那么这个一团阴气，两团阳气，这一团阴气在下面，中间，上面，又是三种。这就是乾坤生六子，生三个男孩儿，三个女孩儿。三个男孩儿是什么性质呢，一个阳气两个阴气构成了三个男孩儿。那三个女孩儿呢，什么特点呢，一团阴气两团阳气组成了女孩。有人问了，比如男孩儿，男孩儿是一团阳气，两团阴气组成的，那为什么阴气多而阳气少是男孩儿呢？这个就是很著名的一个说法，多不算数，皇帝就一个，就是以谁为中心，以谁为中心谁就说了算，其实就是以这个中心为代表。那两个男的，一个女的，当然以女的为中心了。那两个女的，一个男的，以少为中心。所以乾坤生六子，三男三女，三个男孩儿是哪三个男孩儿呢？阳气在下边儿，是长男，阳气在中间，是中男，阳气在上边，是少男。都叫什么名字呢？长男叫震，中男叫坎，少男叫艮，三个男孩。那么三个女孩儿呢？阴气在下边叫长女，阴气在中间的叫中女，阴气在上边的，叫少女。

又有人问了，为什么阳气在下边，阴气在下边，却是长男长女，这个学《周易》学的时间长了都会有这样的发问。这里面简单得跟大家解释一下，在下面的力量足，上面的力量衰，长子配气都是足气，父母怀孕生孩子，头胎都是父母精华之产生的，生得多了，到后边，都是父母衰弱之气产生的，余气，剩余之气产生的。所以说，大家看一下，下面的气足，上面的气衰，正好是一个体用。比如说，他年轻的时候身体好，没钱，等他有钱了，身体就不好了，那么都是这样。你有这个没那个，年轻的时候没钱，有身体也有希望，等他有钱了，四五十岁了，估计也是日落西山了，身体也不好了，有钱了没用。所以大家记住，所有的希望都来源于底，气儿都从底下起来，比如说人，下肢要是好，他身体就好，你要说腿站都站不住，腿哆嗦你好不了，气起于下也，所以说把最好的气给了长男长女，次气给了中男中女，最差的气给了少男少女。少男少女什么意思呢？不是小的，那个小指的就是那三胎四胎。头胎是长男长女，再生孩子就是中男中女，再次生的孩子，最后生的孩子是少男少女，是这。

大家听清，两团气相交合，我们上次讲过，阴阳气要交合，一团阳气一团阴气相互交合，阳气甩出三条阳爻，阴气甩出三条阴爻来，这互相配合在一起，产生了六个孩子，这六个孩子就是三个男三个女，这个整个一个家族就构成了八卦。八卦么，父母再加上孩子，六个孩子，三个男的三个女的，又分长中少。那么，这个整个的气机放到整个万象当中就呈现出我们规律的世界，那么，这个就是《周易》的一个基本精神。咱们开始说的，天地气交产生万物，整个的世界都是从阴阳中这么过来的，阴阳交合那么能产生，没有阴阳的交合，世界就没有办法向前演进，包括整个星系、地球的演变，地球生命的演进，我们自身的演进，都是通过不断的交合，阴阳之气相互交杂，不断地向前发展变化。

有句歌说了：乾三连，坤三断，乾三连，三个阳爻，坤三断，三个阴爻；震仰盂，什么叫仰盂？是震卦，下边一个阳爻，上边两个阴爻，叫震仰盂；坎中实，中间是阳爻，两边是阴爻；离中虚；巽下断，巽下边是断的，一个阴爻在下边，是断的；艮上连，艮上边是连在一起的。那么，这个是咱们讲的第二个，讲的是这个八卦是怎么产生的，那么我是从这一方面给大家讲的，从乾坤生六子方面来讲的，还可以从其它方面来讲的，通过排列组合，通过二进制的方面，当然这样说不形像，不如乾坤生六子这个形像。

那么，大家以后记住，乾坤生六子告诉我们几点，非常关键的事情：

第一，乾坤是父母，乾坤是阴阳，就是《周易》里面，我们说过，如果没乾坤，这个整个的世界就没有了，懂了么？这是第一点。那么第二点，乾坤，天地气交才产生六子，这六

子相当于所有阴阳的变化，没有天地气交，这世界就不能产生，这阴阳要交合，就像男女要交合才能产生后代是一样的，动物要交合，大部分动物都是有性繁殖的，包括植物和动物，都是雌雄相交才向下化生，那这是第二点。第三点，这阴阳交合之后产生的不止一种，产生了六种，实际上只有产生了六种才不会简单的重复，才会出现变化，这就像基因一样，不断地组合，这就告诉我们第三点。第四点告诉我们，成男成女的关键，雄雌的关键，雌中藏雄，雌呢，是雄中藏雌的，这个是至关重要的。以后大家如果有机会学道，尤其学丹道，在《周易参同契》里面，尤其这个《悟真篇》里面，尤其讲的是这个。这个男的身体，是在女的身体基础上成男体，女的呢，是在男的身体基础上成女体。也就是说，男人和女人，雌的和雄的中间，这个身体里面都是双性的，以哪个为主，以哪个为主他就是哪个性别。那么，我们看一下这个坎卦，坎卦两阴夹一阳，坎卦是男的，他带两个阴，两个阴夹一个阳，叫阴中得男。离卦，离卦是女的，怎么体现女的，阳得女。你比如说，现在为什么很多人，他觉得，他男的他觉得自己是女的呢？就是他这里面这个阴质阳质，内在的原因和外部的感召所产生了变化。为什么有些做变性，做变性有很大一部分是受外界的蛊惑，激发了自己男的变女的，激发了女的方面的潜质，他的阳气被迷惑，其实这是不鼓励的。他应该是振作，正面的，慢慢的，他也能回来，假如说做了变性手术，那就坏了，自己不男不女了。这说每一个人自身自有男女，这个在修丹道的时候非常有用，然后这个是一条，这是第四条第五条。还有一条很重要，长男、中男、少男，长女、中女、少女，他们得的精气是不一样的，从乾坤二气当中得的精气是不一样的。长男长女得的是优质精气，中男中女得的是中间的，少男少女得的是残部，残余的。这个大家以后学《周易》的时候一定要牢记，所以说在说卦，同样都是男的，长男和少男，说这个路，长男是大途，是大道，少男只是小径，曲里拐弯那个小山路，或者说小土路，他只能代表这小土路，宽敞的马路只能用“震”表示。这就明确说明长男的意义和少男的意义，少男得余气，做不成大事，长男是精华之气，能做大事。所以说孔子说了，“帝出乎震”，真正能干事儿的都是长子，为什么古代皇帝传位要传长子，两方面考虑，第一，直接明确了传位，以避免导致骨肉相残，第二个就是长子得其精华，得父母之精华，但是这个并不是说完全绝对的，只是一个普遍的规律。

那么，刚才咱们讲了，乾坤生六子，能包含哪些含义，这个都是以后大家学习过程中至关重要的，也是我学这么多年《周易》，包括老师灌输，其中关于乾坤生六子的给大家解释，在以后大家学习过程当中在某方面大家也许会用到。

3、八卦的配属及意义

那么下面我们讲一下这个八卦，有句话是这么来说的，从这句话我们来提，关于这个八卦，这个是大配属。里面说：天地定位，山泽通气，雷风相搏，水火不相射。这个相当于讲了八卦的比像，什么是比像呢？就是他像什么，用什么来比喻，我想通过这一句话，给大家讲一下。这乾坤像天地，有天有地才产生万物，那么其他六子又怎么来配天地之间事物呢？古人是这么来配的，震巽配雷风，震为雷，巽为风；坎离配水火，艮兑配山泽，什么叫山泽呢？高山，大泽，大泽就是那个湿地，沼泽，跟山相对。为什么要这么相配呢，我们这么讲，因为乾坤生六子之后，这六子又要交合，那么正确的交合应该是怎样的呢？长男跟长女交合，相配成为夫妻，中男和中女交合，相配为夫妻，少男和少女交合，叫正应，这个是符合年龄上，相当于门当户对，这样来配。大家看一下，看一下这个长男长女，长男长女正好是互相补自己的缺，像螺钉螺母一样，你有的我没有，我有的你没有。大家看一下这个震卦，震卦的所有的阳爻，阴爻阳爻变异，阳爻变阴爻，阴爻变阳爻就是巽，他们两个一合，他们就是三阴三阳。那么这个孔子就说了，雷风相搏，什么叫做搏呀？雷是长男，风是长女，雷风往一块儿，搏是摩擦的意思，在一块儿摩擦，摩擦就是交合的过程，互相激荡，雷风相搏、相摩擦、相互激荡，大家知道，这个刮风，因为这个地球上有了风，所以有了事物这个整个的文明，事物能够推进，有风各个地方才能交通，有洋流有风，这个地球才能生机，如果说没有风，这个生命就止息了。那么雷是干什么的呢？有风就有雨，有雨就有雷，风雨交加，他整个生命是从这里产生出来，雷和风是互相激荡鼓荡，这个生命就从这里面孕育出来。震配为长子呢？他这个象征着力量，象征生命的诞生，龙雷之火，不断地打雷，在打雷的过程当中，产生了生命，这个咱们可以推演到很远很远，不断的有雷产生，雷中是产生生命不可缺少的要素，再用风把这种生命传遍四面八方，这需要雷和风互相共同作用才能产生，雷风的作用非常强大。那么“水火不相射”，这个地方可能是衍文，它可能是水火相射，不管它是不相射还是相射，总之它代表的意思是：水火互相激荡，也是共同构成生命的基本要素。大家看一看什么是水，中男是水，两阴夹一阳；什么是火？两阳夹一阴是火，大家看看水火的性质，首先水是静的，你不动它就是静的，火是动的，一静一动，那么为什么水是静的？因为主静，两阴夹一阳，使阳不得动，所以不动、主静；那么为什么火是动的呢？因为两阳越在外面，外面全都是阳，阳主动，所以火苗一窜一窜的，是个对待。水火一个是有质一个是无形，水有质火无形，你

抓不住火，水你能抄起来，水有质有体的。为什么水有形呢？因为是阴凝成形，两阴夹一阳，阴凝成形。火为什么无形呢？因为阳气在外，飞散无形。第三个，水是内明而外晦，火是外明而内晦。什么意思呢？水自身不发光，但是你人照过去能映到影，它能反光，它能当镜子使用，内里面是明外面是晦，不发光但是能反光。那么火呢？它发光，但同时火的中心又是黑暗的，就是外明而内晦。大家看看火苗着起来中间是亮的，划亮火柴中间是暗的，它外面是亮的，什么原因导致的呢？看这个水，两阴夹一阳，外面是晦，因为阴，阴主暗，中间有阳爻，主动主明，那火正好相反，外面是明的，里面是阴的、暗的，这个又是相对的。再有水流湿火炎上，水流湿火就燥，水是往下面流的，为什么往下面流的呢，是两个阴爻夹一个阳爻往下面走，阳爻为阴爻所夹持，往下走。那么火呢？火是两个阳爻携着一个阴爻往上走，阳往上，阴往下，一上一下。今天说这些想说明什么道理呢？想说明水火、中男中女由于他们的性质完全相反，导致他们代表的事物也是相反的，那么这里水火相射就是两个完全相反的往一块碰撞，水火激荡产生了世界，产生了变化的世界，象我们煮饭似的，上面锅上放水下面放上柴，这样才能煮饭吃，那我们喝水用火，随处都用，水火相激，这跟雷风相薄的意思是一个意思，雷风互相激荡，水火互相激荡，这样乾坤生了六个，六个孩子互相激荡，男女互相激荡才能往下走。

接下来是少男少女，少男少女是什么代表呢？少男是山为代表，少女是泽。你看一个高一个低，山高的，沼泽、低地、湿地是低的，又是一个对待，如果是平的平地，凸出来的是山，低下去的是泽，包括湖，山泽的泽也包括湖、湿地、沼泽，有湖有山，湖光山色正好映衬，配上男女，有山，山上有树，水中有鱼山中有兽，这个正好是对待的关系，通过地形的变化，地形丰富的变化，一个山一个泽就代表了地形丰富性，地形丰富性变化衍生万物，给万物创造了衍生的条件，有水里游的山上跑的，山泽通气就是互相感应。怎么感应呢？很简单，山上的东西要流到河里，河滋养着山体，山要没有了河没有了湖，那山上水源从哪里来呀？或者说这个湖，没有了山，山上冲刷下来的营养物质就到不了湖里去。像我们渤海湾一样，原先这个渤海湾是非常富有营养物的，鱼很多，就是因为有黄河带着上游的泥沙冲下来，或者冲到海里面去，滋养了很多生物、鱼，所以山不断的在滋润着泽（泽包括湖泊、河流、沼泽、湿地），同时湖泊又不断滋养着山，这个就是山泽通气。说这个什么意思呢？为什么把这句话引过来这么讲呢？就是想告诉大家，阴阳的组合，不同的组合要不断的交合，互通有无，去不断的向下继续衍变丰富的世界，这个就是天地定位，首先有父母，定了位，有天有地，就产生了有山、有湖、有雷、有风、有水、有火，这些

东西也是互相的杂糅在一起，产生了我们丰富的世界。那么是不是一定是山泽通气呢？这不一定，山跟雷通气，山跟水通气，山跟风通气，所有的这些互相通气，大家互相相搏、互相通气，那么有多少种变化呢？就有八八六十四种变化，八卦两两相交产生了八八六十四种变化，这就是六十四卦。古人想通过八八六十四卦三百八十四爻这样排列组合，这样的排列组合来把万事万物的现象尽量解释出来。

今天想来想去还是想通过乾坤生六子这条线来给大家讲解，先休息 5 分钟。

4、回答会员提问

上课了，有三个问题出来：1. 讲一下八卦的生长壮老己的顺序；2. 八卦有生克关系吗？3. 讲一下八卦的生长，有时间能否讲一下先天八卦和后天八卦的关系，咱们就这三个问题展开。

4.1、问：讲一下八卦的生长壮老己的顺序

乾坤生六子，六个孩子，三男三女再交合产生变化，这是一种关系，对六个孩子每一个孩子还要演进还会产生变化，易讲生生之易，不断的变易、变来变去，长男不能永远是长男，他要变，这个就设计到八卦的变化。怎么变呢？比如这个震卦，阳爻往上移一位就是中男（坎水）、再往上移一位就是少男（艮山），也就是说这个长子他要变。同样这个女的也是，下边巽卦到离，再上一位就是兑，同样其他的卦也是这样，地位都会不断的产生变化，就自己的性质不断的变化，万事万物总是在不定当中变化。同样，如果是震卦，底下一个阳爻越来越壮大一下子它变两个了，把对方一个顶掉，对方的阴爻顶掉，它变什么女的，这个就是男化女女化男，男变女女变男，男女相变，这就是男女雌雄相禅，禅让的禅，什么叫禅让，就是嬗变、突变，禅就是改变的意思，就是说阳不可能永远是阳，阴不可能永远是阴，你有权不一定永远有钱，他没钱不一定永远没钱，如果说有了希望也能变成没希望，没希望也能变成有了希望，这个就是《周易》给我们一个巨大的贡献。

有人解释《周易》的三个原则：不易、变易、简易。不易的是理，不变的是一个理；变易是常，要不断的去变化，常态，规律，规律是不断变化；那简易呢？简易是形式，变化形式很简单，就是阴变阳阳变阴，你要把我们整个世界发展规律总结成这几条，不易的是理，变易的是常，简易的是形式，这些都是大原则，不多说了，以后大家去理解就是。那么生长壮老己呢？当然有生长壮老己了，六子本身都有生长壮老己，乾卦能变成坤，坤变成震，震变成巽，巽变成震，在变化的过程当中，比如由震变巽，它由震变巽的时候，

对震而言这就是自己一个衰落的过程，那么由巽变震，对震来说这就是一个生长的过程，其实这就是阳化阴，阴化阳的过程，具体讲生长壮老已，不同的层次，不同的形势，用不同的语言来讲，你要理解刚才我们讲的那些，不局于具体的形式，阴阳相杂相错相变相离相合，八卦也是，互相激荡，我激荡你，你激荡我，互相吞吐，你胜了我败了，你强了我弱了，互比较量。

4.2、问：八卦有生克关系吗？

这个肯定有，相离相合，相恨相爱，它有相生就有相克，喜则相生怒则相克，八卦都是有气的，有神识的，如水火一样，要不水灭火，要不火灭水，那么炒菜做饭这是相生，下面火把水煮温了，相生。山泽通气，山倒了把湖填平了，这是相克，山上的水不断的往下流，补充到湖泊，这就是相生，总之，怒则相克，爱则相生，顺者相生，逆者相克，这事情突变往往是相克，这事情水到渠成，顺顺当当这就是相生。

4.3、问题：先天八卦后天八卦的关系。

这个我记得去年讲过这些内容，先天八卦明其体，后天八卦明其用，一个是体一个是用，这个展开就复杂了，先天八卦的排卦方式这个没有什么争议，定位一上一下天南地北，雷风相薄、水火相射、山泽通气，都是互相对待的，先天八卦卦序没有争议，它明其体。那后天八卦的排卦顺序是一个谜，后天八卦排卦是从用上来讲，孔子不是说了：帝出乎震，齐乎巽，相见乎离，致役乎坤，说言乎兑，战乎乾，劳乎坎，成言乎艮。那后天八卦怎么来的？有人说是从八卦推出来的，推出来的不对，不是推出来的，这里面有一个窍门，只提醒一点，先天八卦天南地北，后天八卦离南坎北，这是先天八卦到后天八卦，乾坤退位坎离为主，为什么这样来讲呢，纯阴纯阳不用事，那在万事万物的兴衰变化当中没有纯阳的也没有纯阴的，都是阴阳相杂，都是阴阳交合产生的，只有在理论上能够推出纯阴纯阳，其实没有绝对的纯阴纯阳，都相杂而产生的。那么到了流行变化的时候就不能用乾坤为用了，只能坎离为用了，因为水火是阴阳之征兆，所以说坎离主南北，关于震东兑西，巽主东南，乾西北，艮主东北，坤主西南。至于为什么？那是由于从流行变化说的，那今天这个话题也不能往深了说，那这个我觉得这个时间也不够，再说今天也不是这个主题。这里面有应该有一个窍，你要不知这窍你这个后天八卦没法学，先天八卦我记得在那个气学中医里面内部上课的时候讲了，你就看那个螺旋形的星云就可以。

4.4、问：八卦和外物如何对应？

这个你看一下孔子的说卦，仔细看说卦。如果对于说卦每一种对应你都能很好的理解，你就不混乱了。说几个吧，从动物上说，乾为马，艮为狗，兑为羊，坎为猪，离为鸟，巽为鸡，坤为牛，大致就这么一个关系，为什么，不求大家能听懂，喜欢钻研的琢磨去，先说乾坤，天行健君子自强不息，这里面用来比喻，比喻阳气之健硕，阳气的健运不息，马不断的在跑，所以乾为马。坤为牛，拉东西拉车稳重有劲，耕田，用来代表稳健。那么震为马，震龙，正好这个震是长男，龙腾于海，龙代表阳气之精华，所以震代表长子，凡是出现马和龙的都代表阳气。巽为鸡，巽是鸡，鸡的特点就是天上鸟的退化，阳爻在外代表华丽，以天为用，这个当你读那个六十四个爻辞的时候，说鸡的时候你就知道怎么回事了，这是震巽。说坎离，坎为猪，为什么是猪，因为坎往下走，猪在泥地里滚，又特别肥，象征阴气，在泥地里打滚，从这方面来讲坎配猪。那么离配鸟，天上飞的，猪往下走，鸟往上飞，就是天上飞的，所以离配鸟，那么离他两边是阳爻，鸟是文明的象征，是阳气飞腾蒸腾的象征，所以配鸟。那么还剩两个，那么艮配狗，兑配羊，为什么艮配狗呢，因为艮主守，因为一个阳爻在上面，他只有守没有进，不能进攻只能守，正象征这个狗，守家户看守。那么这个兑怎么配羊呢？因为羊你看着他老实，其实很倔强，这指这个山羊，兑有刚卤之性，下边刚上边卤，内里面是刚，两个阳爻在下一个阴爻在上，看着很和善其实很凶猛，内里这个山羊有刚卤之气，所以兑配羊，这个八卦配八种动物，其他八卦配植物配日常用品等，主要看说卦，你把说卦搞明白了，你再问各种问题都可以。所以说要把这个《周易》搞清楚，这个《易传》不得不读，孔子的十翼，《文言》《系辞》《说卦》《杂卦》《序卦》等，总共加在一起就是《十翼》，最好能够背诵，你要看这个配属关系一定看这个《说卦》，这个配属关系你要明白内部的机理，就是阴阳相交相杂的神气感应，这个如果搞明白了就好办了。离配乌龟，为什么配乌龟，两个阳爻在外一个阴爻在内，两个阳爻代表刚就是盔甲，乌龟吧他有壳，蜗牛配离，凡是外边强中间空的，中间弱的都是离，离代表文明，电视机也是离，那么这个你用这种思维去理解去。

所以说要想学好《周易》，几点要做到，第一，要正视神气文化并且认识之，去认识他，要读古书，不要读翻译的书，现在的书都从形迹上来说，我经常看那个报纸上说某人好像把《周易》破解了，实际一看还是从形迹上去下手，从形迹上下手你永远破解不了《周易》，《周易》为什么这么难呢，因为现在人呢都在下面，抬不起头来了，你这样不可能破解《周易》，这个西方人想通过超级计算机破解周易，也是不现实，因为不相干的，这

是第一个点。在这个基础上要建立象的观念，这个每一个卦是一个像，八八六十四个像，三百八十四爻的每一个位置都有关系，各个爻之间的关系，他们象之间的关系，所以你要学好《周易》要从象入手，就像我们学气学的，你要学好气学就要建立气象，否则没法学。

一个人他是一团气，他是什么像要一眼就能看出来，看错没关系但是要看，看多了自然就心领神会，心里就有感知了。比如说来一个人两眼无神，木木讷讷的，说话口齿不伶俐，就是精气不足。含胸弯腰驼背的，不能挺直，来了往这一坐，不是气虚就是气淤，气虚导致胸中气无以充养，他直不起来。那么进一步看脸色苍然，双眉紧锁唉声叹气，然后说话短气，行步困难，面色无华，一看就是一个气虚，这样来断，慢慢的你就心领神会了，你就知道了来的人是一个什么气，谁也不可能上来就知道什么气，都是通过大量的对人的观察，你没有病人也无关，大街上走到哪都是人，跟你打交道的都是人，一个人你就看吧，看多了你就能领悟了，他到底是一团什么气形成的，这团气不可能测量，不可形容，不可检测的，只能靠感，就是一个感觉，这东西你说科学不科学呢，这个不能用科学不科学来形容，像爱情一样，这东西怎么说呢，没法说，只能自己去感觉。

《周易》就讲到这吧，大家估计也没有什么准备，这样再讲下去估计也没有什么意义，有问题我就回答没有问题就算了，我讲是一方面，大家学习是另一方面，这个咱们虽然是一个交流，也有一句老话，师傅领进门修行靠个人，你要有兴趣你能学进去，不停的学不停的背，我学《周易》的时候，我都是要背的，包括这个《易传》，孔子的《十翼》都是要背的，必须背的滚瓜烂熟，才有可能把《周易》学好，没有捷径，不可能谁跟你讲，讲完一遍你就全学会了，全通了，那不可能，即便有一个好的老师教你，也得三年五年的功夫你才能知道《周易》在讲什么，那为什么管这个叫大学呢，就是宇宙的学问，生命的学问，整个的性命大理在里面。

4.5、问：艮、兑什么性格？

不是这样说的，《周易》里面，艮者守也，艮者山也，你看那个山，看那个守城的人，忠厚老实不爱说话，管家之类的这样的人是良性的，不善表达，他只能守不能在开创了，因为两个阴气从下面顶上来，他如果再要不守他就要完蛋了，山一样要稳，如果你的卦占到这样的卦，占到艮卦，不利于开创性的事情，如果两军之间交战，占艮卦要守城，不能出城迎敌，如果出行占艮卦主受阻。

那么兑卦什么性格呢，拿嘴说的，爱嚼舌头的，兑主口舌，爱嚼舌头，能说会道的，少女，没有什么成熟的，学问也不深，但是就爱表达就爱说，不停的说，说三道四，又主

唱歌，爱唱歌，爱说笑爱动，兑的性格，为什么呢，上面那个阴气举上去了，举到外面，那比如说你占到兑卦，容易范口舌之事，你比如说我占到兑卦，跟他关系怎么样，一占到兑卦犯口舌，第二可能他主缺，兑主缺，因为上面缺了一块，做事不完美，有可能是前功尽弃，先事后败都是兑卦，兑主毁，占到兑卦这事就不成。

比如占到夬卦，上边兑下边乾，夬主分手。震的性格好巽的性格好，震巽，坎离也是，艮兑相对来说差一点，还有一个《周易》用在，现在大家都知道《周易》算命，《周易》能不能算命呢，《周易》是可以算命的，用八卦是可以算命的，算命的道理在哪儿呢，就是通过各种算法与神气相接，因为我们知道神气可感知的，交通过去未来的，超时空的，既然他是超时空的，我们用这种形式把他引进到八卦上来，八八六十四卦上来，你通过这六十四个卦去观察他的神气，你就能知道这个事情发生在什么时候，你就能推出来会出什么事情，那么这是完全可以办到，通过什么办到呢，最终还是通过神而明之，这个人感应到，这个是不能写成教科书的，也不能大规模的培训，不可能象通过生产东西一样来生产这个东西，这需要长久的磨练训练、感悟你才有可能拥有这个能力，同样你算他算同样一个卦算的结果是不一样的，大家不要觉得看了一本书照着做，你就能算准东西，那是不可能的！也不是看了古代的一些例子，照猫画虎也是不行的，学《周易》，学通学明白留给有心人，坚韧不拔的，没有讲到和身体疾病各方面关系，其实也没有必要讲了，五行已经讲了，八卦你再去强讲也没有什么意思，今天咱们讲八卦就讲到这吧，下一次讲一下经络和穴位吧，网上求卦的原理吧，如果这个东西形成了快餐了，形成了定式了，这东西也就失去意义了，捕风捉影或准或不准，你这个断定胜负还有百分之五十的几率吧，不是有那么一句话，善易者不占，为什么不占，自己已经通道了，道理已经明白了没有必要再占了，下次讲经络和穴位，那今天咱们就到这吧。

第五课 经络和穴位

那今天咱们讲一下经络和穴位，因为现在中医热起来了，人们也对经络也非常感兴趣，那么做经络讲座的人也很多，大家试着扎扎针灸，可能对针灸有一定感性的认识，现在比头几年多了这个对经络针灸的关注。今天咱们主要还是用一堂课的时间来讲经络和穴位，只能讲个大概，对大家关心的一些事情和基本常识做一些简单的介绍，那么我这列了一个提纲，讲的过程当中可能会有些偏差吧，大致上沿着这个思路讲。第一个咱们要说经络是什么；然后经络有哪些；经络脏腑的关系；经络是否能完整的解释生命的运动；穴位是什么；穴位命名有什么含义；如何取穴；然后再讲下针灸，经络针灸怎么能治病的；为什么能治病；然后最后一个问题谈一下现在关于经络和针灸方面的误区。大概是这么一个提纲，但是具体讲的过程中可能有发挥，也有可能不按照这个来讲。

1、经络是什么

那么经络是什么？那咱们可以这样说，经络是精粹，流传了几千年，不知道从哪就有经络，这个是不可考的。《黄帝内经》这本书里面也谈到经络，《黄帝内经》有的说是秦朝的，有的说是汉朝的，那么可以肯定的就是在秦之前就有经络，可以说《黄帝内经》是前人的一个结，再往上推，就不知道推到什么时候了。

从我们这个气学角度给大家讲经络，我们倾向于经络是从上古就存在的。上古的人类就认识到了神气形，三个是有层次的存在，就知道经络的存在，现在由于物质文明很发达，那么主要研究形的层面，所以在神气的层面比较忽略。经络就是气的层面。我们说传统文化是神气的文化，渊远流传几千年，经络就是其中一支。

所以大家看一下现在这个经络热，包括这个我国国外都在积极的研究经络的实质，研究了这么多年，大家莫衷一是，也不知道这个经络到底是怎么产生的，经络的规律是什么，都没有搞清楚。但现在基本承认经络的存在。通过现在很多精密的仪器，测电，测磁，已经能够知道经络是确实存在，这个其实不是他们定义就存在，其实客观是存在的，只不过用现在的方法证明它存在。现在由于国外对经络的研究热了很多年了，反而国内的，老祖宗的东西，自己没研究明白，外国人开始研究，外国人说这个东西具有科学性，科学可以证明它的存在，并且用于临床上有效果，然后我们才发现，原来老祖宗的东西这么神奇。外国人都在研究，那么我们也要研究，怎么研究，跟着他们去研究。我不知道是庆幸还是可悲，总跟着外国人走，包括我们祖先的东西。你看现在很多大专院校，包括一些中医院

校，中医的临床机构，对经络的研究，很多是借鉴国外的科技来进行研究的，用各种方式来揭示经络的存在。

我们第一个题目就是经络是什么，已经开始跟大家说，这个经络是气的层面的产物，什么叫气，咱们说过气化形，就是所有表现出来的形态，组织结构，细胞，器官，摸得着，看得见的，仪器能测的这些都是形，小到一个分子，大到整个宇宙，那么在这个形的存在方式之上，有一个气的存在，经络是那个层面的。这个是文明的差异，现在我们这个是物质文明了，让你去理解气的层次的时候，不好理解。就像瞎子去理解光明一样，理解不了，他还是通过从手的触觉，耳的听觉去理解光，这个是徒劳的。换一个角度思考问题，你才有可能去理解清楚。所以我们说经络是什么，经络是气的层次，是人体在气的状态下运行的形态、方式，我们知道形界人的循环运行有血管、淋巴、神经、体液，靠这种方式去循环。那么到气界就不是这套东西了，就变成了经络，它们之间互相循环运行，有营气卫气有脏腑之气。我们用仪器用电磁波去感应这个经络，不是真的经络，是气界影响到形，产生了变化，通过电磁场能测出来。现在研究这个东西，虽然有时候它能够找到经络的循环，但找不到经络，就是因为经络是气的层次，和形的层次不相干。依靠仪器靠近不了那个层次，只能靠近他影响到形界的层次，所以说我奉劝很多人，想把经络研究明白了，首先要把神气这一课补上，你才有可能跨出这一步，去理解经络，如果仍然在形界徘徊，通过形体想找到经络存在的依据，可以说是徒劳的。

2、经络有哪些以及经络和脏腑的关系

那第二说下经络有哪些。大家知道《黄帝内经》这本书对经络有大量的描述，包括临床指导，大家普遍的公认经络十二条，加上奇经八脉。那么十二条经脉，有哪十二条，这个应该大家都知道，说得上来，阴经六条，阳经六条，各分手足，手上是三条阳脉，三条阴脉，足是三条阳脉，三条阴脉，手三阳手三阴，足三阳足三阴，阳经行在外侧，阴经行在内侧，或用胳膊肘，屈肘是内侧，凸出是外侧，那么阳经在外，阴经在内。腿也是，两腿并拢，靠后靠两腿之间的是阴经，在外在后是阳经。阴经属脏，阳经属腑，一会儿咱们讲和脏腑之间的关系会说到。奇经八脉，在十二经之外，仍有八条经脉，是前面任脉，后面的督脉，前面的冲脉，腰间的带脉，还有侧面的阴维，阳维，阳跷，阴跷总共是八条。那么是不是经脉就这么多呢，不是，主要的经脉是这些，不同层次还有不同层次的脉，还有道家的内脉，还有佛教佛家的这个经脉，所以我们不能只认定只有十二条经脉，不是的。

那么这些经脉是怎么循行络属的呢，大家翻开教科书看一看，咱们先讲十二经脉，这十二经脉怎么络属五脏六腑？比如说足阳明胃经，这个阳明经脉跟胃经连在一起。肝经，足厥阴脉跟是肝络属在一起，就相当于一个总部跟一个分支机构一样，五脏六腑是总部，经脉是分支，是经渠。那么更形象的来比喻，是湖泊和河流的关系，五脏六腑是湖泊，经脉是河流。咱们知道，这个整个由气所充，形所养，神所统，精气神是构成我们人体的几个要素，就是人之所以能生活、思考，主要是他们互相配合、支撑，那么在体内构成了五脏六腑。这五脏六腑是藏精的地方，藏精华的地方，好的东西都藏在五脏六腑里了，然后由五脏六腑统筹，也要向外推，五脏六腑要活动、要运动，要通过经络来完成，那么经络从哪得到能量，从五脏六腑得到能量，五脏六腑的支配，五脏六腑充盈饱满，经脉才能饱满，脏腑都空，经脉就空。湖泊水干了，河流也干了，所以说五脏是本，经络是标。五脏六腑是体，经络是用。

再比如说我们下肢有劲没劲，要靠下肢的经络充盈饱满，你这个才有劲。这个后面足太阳膀胱经，前面胃经，肝经，胆经，肾经，脾经都走腿，三阴三阳吗，这个经脉好使，腿就利索，经脉不好使，腿就不利索。那什么决定它这个好使不好使，就是五脏六腑决定好使不好使。我们的肝经，脾经，肾经都在下面，肝、脾、肾三脏的经脉都走足，人们说了人老先老腿，就是肝脾肾一空，它往下走的经脉就空，经脉一空，腿就没劲，就不利索，就出问题。那么心肺的经脉走上，手少阴心经，手厥阴心包经，手太阴肺经都走上，心肺功能弱了，手功能就弱。有人的手握力不行，手不举，肩沉，这是由于心肺功能不行导致的。所以说可以看出经络的好坏来源于脏腑的好坏，脏腑是本，经络是标。

它们与脏腑的关系我们已经这个告诉大家了，养生要求本。那这个本在哪，就是五脏六腑。五脏是藏精的地方，你看《内经》上说，五脏藏精，六腑推运，其实六腑也藏精，相对于经络来讲，五脏六腑是精华所在。所以大家看一下古人画画，一般肚子画的很大，胳膊腿很小，并不是古代没有视觉，没有对人体比例的把握，而是他更注重写意，有物本精神。现在画画呢，都把肚子画的很小，腿画的很长，脑袋画的很小，现在人类在追求这个，都想腿长得长，长得很瘦，那这个就是舍本逐末的一个标志。人精华的有无要体现在五脏六腑当中，五脏六腑要饱满充盈，人身体才会好，反之身体就会差。老子讲为腹不为目，目就是眼睛，腹就是肚子，眼睛是末，胸腹是本，所以要重视胸腹，胸腹中更要注意肚子，气海之所，眼睛是来源于肚子，说具体一点来源于肝，眼睛有病你不要去治眼睛，通过一个画画我们就可以清楚的发现现在人舍本逐末很厉害。

那么再说一下经络的循行，其实很多人都感兴趣，那么经络的循行主要是由这个营气的循行，卫气的循行，营气的循行是经络的基本循行，就是从手太阴肺经出，走手阳明，走足阳明，然后走足太阴等等，整个的是把这个五脏六腑和十二经脉都走一遍，那么这个做为经络的循行的一种。另一种是卫气的循行，大家接触的少，卫气循行《黄帝内经》说得很清楚，人一睁眼睛卫气从眼睛就出来了，关于卫气具体的走行可以看一下《灵枢》。

现在很多人热衷于针灸治病，这个可取不可取呢？只能部分来看，某时取某穴刺某经，这个《内经》上也说过。关于循行不是简单的，大家看我们身体血液的循行，淋巴的循行，体液的循行，就应该清楚的知道，形界的循行都如此复杂，气的循行也不那么简单，并不是说有一个模式放在那参照就可以。关于阴阳五行八卦，通过模型用深了就会发现，事情远非我们想像的那么简单，并不能解决一切问题。它可以作为一种方式，一种思维模式，指导我们去理解，但是对具体的事情有时候无能为力。因为世界是复杂的，神气形界生命运行模式都是复杂的，具体到个体的时候也是复杂的，关于经络循行入腹之后的描述，《黄帝内经》没有再具体解释，两个原因，一个是太复杂了，写不清楚。第二个，没有能力去解释，看不出来。

很多人想把经络搞明白，到底怎么走，在经络里转来转去。还有一些修行人，静坐，打坐，入定，看见经络的状态和运动轨迹也是模模糊糊的，随着入定的深浅所看的现象不一样，所以说我可以跟大家说，经络有深浅，有的恍恍惚惚，并非我们想象的直白。这里面太复杂了，复杂性已经超过我们想象，所以在这里跟大家说，不要在完全没有理解神气形三界的情况下，去弄明白经络的循行走向。关于营气行、卫气行，只是简单的告诉我们有这么种生命状态形式，人身的经络循行方式多种多样，不同的层次有不同的循行方式，而且是并存的，共同构成了气界的生命运动，也就是说我们现在如果了解针灸，了解经络比我们想象的要困难的多，你用一生也可能搞不明白。

3、经络是可以完整的解释生命运动吗

经络是可以完整的解释生命运动吗？通过前几个话题的铺垫，这个问题我们就可以顺理成章导出来了，也就是经络它不能完好的理解生命，它也只能在一定层次内解释生命运动。什么意思呢，就是形界血管神经淋巴它可以揭示形界的生命运动，那到了气界，气界又有几个层次，表气，内气，上中下三气等，都在不同的层次，每一个层次有它的一种运动形式。所以说经络，十二经络和八奇脉，只在它的层次里解释生命运动。有人想把经络

研究明白了，就能搞明白吗？不会的，因为你会发现，随着你对经络的逐渐了解，你会遇到很多的问题，你解释不了，这个经络怎么就进去了呢，进去了怎么络着走，到底是怎么推动出来的，想用眼睛来看是很困难的，有人在功态之后，他看清某个层次，但看不全，也包括《黄帝内经》中，它也只是在某个层次上把经络尽量地说出来，尤其入腑入脏的，看一下，基本都不提，只用神乎神，客在门之类的话来说。孔子在《易传》里不是有句话，阴阳不测谓之神，这个东西是测不出来的，阴阳不测，绝妙到不可测的程度叫做神。我们知道神气形，一个层次比一个层次高，神界最高，那么经络主要是中间的，想把经络解释明白，这个依据在哪儿，往往是神，神分很多层次，那么一节一节的去往上找，最终终于虚，越来越虚无缥缈，像老子说的呼吸，恍恍惚惚的，好像有又象没有。因为经络循行已经落到很实的一个层次，并不是很高，越高的层次越虚，越不定。所以说大家靠体悟，用经络来了解生命实质的路还很远，也是要跟大家说下不要迷信经络，经络不是万能的，不是什么人都能够理解的。

4、穴位

讲一下穴，什么叫穴位？大致是 360 多个，也就 365 个。顾名思义穴，穴道，洼洼坑坑的是穴，洞穴。那什么是穴呢？穴就是气聚之所，大家可以理解成气之所，既然经络是气层面上的，那么经络里面是什么呢？经络里面是气，那么轨道上跑的是什么呢？是火车，火车就是气。路上开的是什么呢？路上开的是汽车，马路公路就是经，车就是气。血管里流的是血液，经脉里流的气。比如说这个全国的公路网，公路网就叫经络，那么公路上的车就是气，穴就是公路与公路之间连接的城市，每一座城市是一个穴位，城市之间的这个道路就是经络，这里的人、车，公路上的车，这个就是气，大家要清楚这个比喻，穴就是气聚之所。

下面这个还要讲怎么取穴，取穴怎么治病，前面咱们讲了，大致讲了什么叫穴。那么只知道这个穴也没有什么意义，无非是一个结点。那大家看一看，这个教材讲穴的时候都在讲解剖了，这是个错误。之前我们讲到这个穴是气之所，哪些地方聚气？大家知道经脉的基本循行，这些经脉上哪些地方容易聚气呢，这地方就是穴位，穴位不是人定的，是气聚在那，跟我们的城市一样，那么多城市尤其是一些城，它在那个地方建城都是有历史渊源和环境使然的。比如说北京这个地方它也是穴，因为它正好燕山环抱，自然而然成了穴，人们在这觉得最安全，建立起了城，所以人们一般在依山傍水，平地，依山怀抱，凹地，

宽敞的地方，一般在这建城，为什么一定要在这儿建，因为自然选在这儿建，首先关键你这个要有水，要有山，要宽敞也不能太窄，风景怡人，交通便利，关卡要冲等，这些地方都是建立城市的首选，不可能建在喜马拉雅山上，不能建在海底，所以说我们在人体上找穴，也是按城市的方式来找。

看《黄帝内经》这本书，《灵枢·本输》，看它的取穴方式，它的取穴，洼沟的中间就是穴，最常见的穴位，比如说足阳明胃经，大家知道它都到坑里面去找穴位，在洼沟这个地方找。这个选穴位有一点很重要，和城市一样，你用手一摸，凡有洼沟的地方，两筋之间或是骨缝之间哪，都是气停留的地方，是气聚之所，气聚哪儿，气就聚在洼沟这，两筋之间、骨缝间这些就是气能聚的地方，就是我们选穴的一个关键，就是从外在形态上来取，不要从解剖上取，从解剖上找穴，你总是隔一层。

咱举个简单例子的来说，涌泉穴，把这个脚伸出来，最洼的地方就是涌泉穴。手掌翻出来洼沟的地方就是劳宫穴，或者说就是劳宫。合谷穴是食指和拇指洼沟的地方是穴，洼沟都是穴位，千万不要按解剖去选穴，摸身体找穴，一条经脉，井荣俞经合，先把常用的找到，从哪儿找，哪跟筋你摸摸觉得是个坑，八成就是个穴位。你扎针也就是扎在这个坑上，见坑就扎，气容易聚的地方，你看如果说高骨突出的地方，气附表面的地方它就不是穴，凡是一些分肉之间，开合的地方，它能藏住气，藏风纳水，它能藏住这个气，那些地方都是穴。由于今天时间有限，关于穴位，就说到这，我只能告诉大家一些基本的原理、方向。

5、穴位的命名

那么关于穴的命名，大家看一看，先把360个穴熟悉一下，命名很有意思，你看都很考究，比如说洼的地方用泽，少泽，曲泽，泽，沼泽的泽。泉，涌泉，阳陵泉，阴陵泉，泉水的泉。池，曲池，池，池澡的池。陵，丘陵的陵，大陵。比如说用里，什么里，就是那个什么足三里。府，就是府库的意思。比如说用门，梁门。用阳，阳陵泉。它还有用骨的，京骨，束骨，入骨。用溪，溪水的溪，太溪。海，小海，照海。用丘的，比如商丘。用关的，比如内关，外关。

什么意思，刚才给大家举这么一个例子，就是告诉大家，这个人身上取穴，这个命名非常讲究，用山川日月自然、人文来这个给穴位命名，为什么这样命名，就是根据它的形态，低的叫川，泽，池，泉，比方说这个气喷出来叫泉，比如说涌泉的气往外冒。那高的

叫陵，那总之这些命名都是根据气之形态而来命名。这个人上半身的命名清虚灵动像天像地像日，它的这个字里都带这些，下面的性浊，江河湖海，和阴的东西有关。五脏六腑藏精藏神，命名都带府，带一些舍，带一些库，跟这个有关，有机会可以给大家讲一遍，主要讲下一百多个穴位的命名的原理，非常有意思。比如梁门，梁门穴，为什么是梁门，梁门就是指它这个气过来时候走的一个通道。包括气海，气的海洋，那种状态来命名。比如冲，太冲是在脚，肝经太冲穴，在脚大指和次指之间，太冲的太是大的意思，这个要害处，气之要冲要害处。所以说你在了解气的形态的基础上，再结合山川日月、人物、地理再去看每个穴的命名和这个穴所处的位置、作用，这样你就会发现古人对穴位命名非常讲究，现在我不知道有没有专门研究这个穴位的命名，总之如果穴位大家能够很好的理解它的命名，那么对大家取穴，对治病帮助很大。好，关于这个穴命名跟大家说到这，这个穴命名来源于气。

6、针灸是怎么治病的

下面我们就说一下这个针灸是怎么治病的，前面说过经络是标，五脏是本，五脏出问题，可以通过四肢的经络去调理，那怎么去调理？咱们举个简单例子，比如说胃疼，胃寒，凉到了，这个气聚在那了，那么这个你去温是管用的，用暖水袋去温胃脘，姜糖水也是管用的，这个寒化开，气得散，胃脘就不痛。那这个取穴，比如说取足三里穴是可以的，足三里能治胃脘疼，首先这个足阳明胃经，胃经是河，胃是湖，可以理解成这个胃挂着一带子下去了，下到哪儿，下到这个腿上，腿上这条经脉气聚的厉害的就是足三里穴，你用针去刺这个足三里，你扎这个尾巴，你一扎针，里头胃气翻动，胃气一翻动，就把它推开，胃脘就不疼。扎这个穴要得气，什么叫得气，就是扎后带动起来，抖动起来，抖动起来之后，就会传导性的影响到整个胃，胃翻腾就把寒给翻下去，就这么简单。这有个前提，穴位要扎准，不能扎到不是气聚的地方，同时扎上要得气，不得气也没用。

为什么扎了它，会把胃给翻起来呢，你可以这样理解，这个人是由众神和合而成，由胃带着它的这条尾巴，和它这条经脉共同组成的一个神识，神识是什么呢，就是一种生命，胃和胃经都是一条神识，你就刺激这条神识，这个整胃经感染到本部，本部就是胃脏，整个胃会被搅动，这个就是远端取穴能治病的道理，为什么末端取穴可以治病。那同样这个胃痉挛，扎这个厉兑穴，就是大趾和次趾间，扎这个穴位为什么管用，因为你强刺激，因为这个经络的末端比较敏感，碰不得，十指连心，这个末端它的感觉越灵敏，这种狠劲的

扎，马上拨动整个胃经的神识，胃会大动，胃一大动，疼就解了，就是说你踩到那个尾巴尖，狠劲来一下，这个小动作，人就跳起来，好多病就好了。

那井荣俞经合这几个穴位，井穴因为它既敏感，又保气，因为井穴就是一个尖，它敏感，井穴没有补穴，都是泻穴，也就是所有厥症，突然暴发的症都取井穴，刺激让它出血，血一出来，聚集的实气从那个井穴啞一下就出去了。那么补泻的穴位，荣腧穴。因为合穴，它的敏感度降低，用于一些慢性病，顽固性疾病的治疗，起效慢，合穴不可能引起脏腑明显的搅动，所以一般在临床上都采取井荣腧穴更好些。现在取穴在踝关节左右，肘关节上下，这样去取，这个是关于针灸治病的原理。

这里要讲一下补泻，什么叫补泻，后人他不懂得，比如说久留针，缓缓进针，急出，这个是补法。你这有实，急进针，缓缓拔出针，这个是泻的正法。他的要点也并不在于出针慢快，而在于用意念，确实我们扎这个阳陵泉，扎了以后摇摇，把这个气摇出来，这就达到了泄气的效果。里面有积聚，你把这个胆经，胆结石导致的口苦，易怒，头晕，高血压，你就泻点气出来，那他从这个实的状态下变成一种虚的状态，症状就缓解了，扎进去之后摇摇摇，把这个气摇出来，这个就是补泻法中的泻法。补法呢，针扎进去之后，慢捻针，把这个气重新聚在这个地方，通过神气，也就是在这儿留针，神气就往这儿走，往这儿走就带气过来，带气过来就能得到充养，出来的时候唯恐把气带出来，守住了，一下把针拔出来，免得气被带出来，这是它的正法。呼的时候容易泄气，吸的时候就该出针了，宜合针，怎么个宜合针，就是要体会到调理他的气而不是扎他的肉。得气得的什么气，不是一个名词，真正你得到它里面的气了。高功夫的这个大夫，他的气和你的气可以合，他可以打开你的气，扎的时间长了就能知道，这个跟和面一样，要能心领神会。总之一点，确实有气，虽然你看不到，但是得了解它，要去想，久而久之，你就能感觉到。信则入，你要信其有，他才能慢慢把这个有体现出来。你要上来就不信，尤其这无形的东西，你就无法理解。关于这针灸如何治病，咱们就说到这里。因为这主要是梗概的来说吧，每个大话题我们只讲一堂课。

7、针灸的误区

第一个误区，就是不知道神气。你看现在出的针灸书很多，不断效仿，不断去扎针或艾灸都去做，不管是病人还是医生，都不知道神气这个东西，你不知道神气怎么谈针灸，那成什么了。一个针灸挂图放那儿，大夫找几个穴位，拿个针就往那儿扎，完全不知道针

灸背后有什么。那你说扎的什么针哪，那么这也相当于什么呢，旱地行船，水没了，你怎么行船。如果失去了神气的环境，就觉得越发没有前途，无非是搞几年针灸，搞来搞去，大家也搞不明白，疗效也不是很好，大家新鲜劲儿过了，也没人理了。针灸搞了这么多年也没有搞出什么名堂来，这就相当于黔技驴了，知道黔技驴那个故事吧，一只驴放在那，黔是贵州，放在那老虎从没见过，以为这个驴多么厉害，试探几次，发现驴一点也不可怕，就上去一口就把驴吃了。针灸也一样，这个经络，你没有神气文化为依托，经络之舟怎么行，这个病怎么治，最终搞来搞去就是一场闹剧，最后被国人和西医抛弃。你自己都不明白，让别人怎么尊重你。就像这个中西医一样，搞来搞去觉得这个中药很好，大谈中药纯天然，倒把这个中医的道理抛弃了，最终成为西医的中药，那就成了西药，西医指导下的东西都是西药。中医理论指导下的东西，不管用什么药，都是中药。现在西医也开始用各种天然的草药，这就是几十年之争，什么之争，西医吃草药吃中药，西医抛弃西药用中药，如果这样搞，中医就完了。同样，经络也是，你不知道五脏六腑是神气在游行出入，里边行走的都是气，气的状态特点你都不知道，你说还扎什么针。要是很简单的把热当成阳气来对待，以后就没法搞，就像以前跟人说的，要是热就是阳，那把人挂炉上烤就行了。那么这是一个问题，不知道气，不知道经，不知道神，都不知道，你扎的是什么样的针灸。简单的把得气理解成酸胀麻疼，大家说这就是得气，得气是意会，酸胀麻只是现象，酸胀麻是特点，表示到什么程度，这要从气这个角度来理解的。现在大部分医院里扎的针，只是扎上去而已，补泻迎随调经，统统不讲，这样怎么还有效？身上两点，扎上必然会形成经脉。

病人的病自己就会去改变，不需要找医生，很多扎针灸都是找安慰，记得有人扎针灸，后背扎那个太阳经脉，那个针多长，我估计有 30 厘米那么长，在后背搞那个平刺，从后面这个腰一直通到胸上，胸两侧，就是后背的两侧，胸椎一直通上来了，不断的抽拉，不知道这是什么疗法。有的扎这个腹部，扎内关透外关，这样来回透，不知道这病人得到多少气，影响到五脏六腑多少，能够起多少作用。说这些什么意思呢，就是告诉大家，针灸，不能当做时尚，要知道后面气的运行规律，是怎么回事。

人是灵体，那么简单的对待是不负责任的，不要给病人吃毒药，不要用盲目的过激的方法。其中这个冲击疗法我就特别反感，大剂量刺激病人，西医也搞这个，中医也搞，把病人吃得神魂颠倒。不是有那句话，目不玄冥其病不抽，这句话搞的流弊很大，不把病人吃的眼冒金星，头昏眼花，这个病好不了。那这个对于什么病来说呀，对于急症突发症状

症适用，可以迅速来解决邪气的问题，跟他打一场快速战，把邪驱走。那对于绝大多数慢性病，或者虚损性的疾病，都不是一朝一夕可以把这个病赶走，不管用针灸，用汤药或者用其他方法。

现在有拉筋，把筋掰来掰去，把筋掰开了，经脉就开了，强行的，从我这方面都不是赞成的，冰冻三尺非一日之寒，这个问题都不容易解决。《内经》上不有吗，你这个气邪气刚来，融融未有所居，他没有家，在身体里游动的时候，一鼓作气，给它赶走。它们在你家里安营扎寨了，日子都过上了，孩子都来了，你再想一下子把它推出去，万万不可能，适得其反，搞得上吐下泻，病还好不了，徒损正气，要慢慢地来。为什么毛泽东说农村包围城市，他知道城市根深蒂固了，不可能一下子触动政权，先慢慢在农村，星星之火可以燎原，先扎根，天长日久打持久战，最终才能撼动城市的政权。人身同样如此，什么叫久病入络，就是时间长了，这个病都到你细胞那去了，取出来是要持续下工夫的，反反复复，打拉锯战。那么这就是针灸上的不知气不知经不知神，三不知，把经络搞成一种游戏。

还有一个针灸的问题，说人身得的病并不是某经某脉的问题，《黄帝内经》反复说，某经的问题某经治，但现在的疾病都不是某个经脉的问题，是整体的问题。七情、生活习惯等问题反映到身体上，这不是某经某脉的问题，调一下就可以，是需要综合性的调。比如说敲胆经这个事情，经常有人问我敲胆经管事不管事，再解释一遍，你不是胆经的问题，胆经敲的再好，也不能解决所有经脉的问题，你敲那几下胆经，能鼓舞多少胆气，现在都是综合性的疾病，不是单脉的问题，要全身性的调理，不是简单的敲胆经的问题，如果敲胆经就能增强气血的话，那这个问题简单了。

第三个问题，现在扎针有个弊端，某病取某穴，这是有问题的，应该取某经，比如取脾经，不是取某个特定的穴位，取阴陵泉这个穴。什么意思呢，你看《黄帝内经》上，都是取足少阳，取足少阳泻之，取足太阴补之，都是这样说，并没有说取某一个穴，后来慢慢的弃经取穴，不讲经脉了而直接取穴，这个是不对的。一脉，一条脉上的穴都可以取来治这个病，如果单个取某穴治某病容易让我们迷失方向。那只不过是因为经验的总结发现，取这个穴比取这条脉上的另一个穴要好，效果不一，其实两个穴位都能治病。很多的针灸书上都说治某病取某穴，你要辨证，你首先要知道，这个病症是哪个经脉不调，你知道之后，这个经脉各个穴位你都可以取。那这个问题关于针灸的误区，我们就讲这三点。第一是不知经不知气不知神；第二是单经的问题了，现在是整体调节；第三是弃经脉取穴，这是大方向问题。

各个经脉之间有它的行经路线的，同时各个经脉又不是孤立的，和其他经脉又相络上，看看经脉血管就知道。这里面督脉任脉，它这个层次，比冲脉，十二正经它这个层次，要深一些。

8、回答学员问题

8.1、经络了解要达到什么程度满足基本应用要求？

经络怎么来治病，临床上怎么运用，并不是因为经络的神秘，经络的复杂，难以窥视经络的真正本来面目，我们就不能治病，或者达到某个程度，才能治病。因为这个经络的整个体系和治病的临床指导，《黄帝内经》和《针灸甲乙经》上说的很清楚了，我们只要照着做，慢慢的临床，对于这个世界有一定的感知和了解，我们就可以运用到临床上来。其实取穴不用取那么多，常用可能就是五十来个，《黄帝内经》上不是说了，主要就是井、荥、俞、经、合，十二经脉，这些穴用好了，大部分病都可以医治。那我们知道食物那么多，其实常吃的就那么几十种。草药也很多，常用的也一二百，甚至就用那么三五十。病有千千万万，常见病就那么几十个，常见的这些病你了解了，知道怎么治，比如说针灸应用，三五十个穴位，慢慢的我们心领神会，找到感觉，这跟开方子是一样，并不是我们要把这个方子开的五花八门，琳琅满目才能治病，取穴也这样，并不是说给病人扎一堆穴，象刺猬一样，并不能治病，要知道病机在哪儿，这样才能治病。

8.2、穴位跟星星有关吗，穴位是神出入之所？

你这个问这个穴位跟星星有关吗，相当于你跟星星有没有关系一样，既有关系，又没有关系。有关系是所有的事物都有感应，天上的星星要感应到人身体，朝这个方面去想，但是就是说每个身体有其特殊性，星星遥远，不可能产生决定性的影响。最简单的例子，你跟总理有关系吗？有关系，是不是总理一动你那就动呢，从理论上是这样，但是动的微乎其微了，总理一个命令全国都有影响，当然也会影响到你身上，这个是全息的理论，但是你所有的吃喝拉撒睡，今天有钱，明天没钱，跟总理不一定能完全挂上勾，每个人都有自己的实际情况。那么穴位是神气所出入的地方，什么叫神呢，神统气，气在穴位里面走，其实就是神能到的地方，气就能到，气也是在时空之内，受时空的局限，那么如何摆脱时空的限制呢，你必须往上走，就是往神的层次上走，在气的层次，多少还受时空的影响，神已经可以超越时空，不是说时空是一种错觉吗，那我们现代人受时空的限制，为什么会受到时空的限制，就是由于受到形体的限制。大家想成为更自由的人吗？大家去研究气，

去研究神，到了神的层次就完全不受限制了。这样说就玄了，超出中医范畴了。那么有些有兴趣的朋友可以学一些气学，了解一下这个神气文化，对世界上不可解释的自然现象，一些谜团，都会有个重新的认识。

8.3、什么叫井荣俞经合？怎么来分的？

气所出者为井，所流者为荣，所注者为俞，所行者为经，所入者为合。这个是什么意思，这个也是很多，既然提了，现在来讲下，这个人身哪，这个经脉当中有营气、卫气循环，还有一种叫本经之气，这个经脉里本身就有经脉之气，就相当于驻守地方的人不动，营气在动，卫气也在动，但是本经之气是不走，这是两个层次，井荣俞经合就是说本经。什么意思呢，我在练功的时候，练到一定的状态就能感觉到，手部的经脉，腿部的经脉它是呈一个状态反复的，人吸气的时候，经脉本经之气是收的，收起来。吐气的时候，本经之脉是放的，一收一放，就像是水母一样，明显感觉到经脉在收放，比如说这个手上，你在呼气的时候，这个气脉到达指端，这就叫井。你吸气的时候气脉往上沿着这个手掌往上走，能到哪儿，过不了合穴，上不过肘，本经之气在这个四肢末端和肘膝之间往复运动，那这个就可以解释井穴和合穴，气出在井，气合在合穴，也就是说井穴到合穴这一段，是经气最多的地方，现在很多取穴都取肘以下，膝以下的穴位，这里最敏感，最容易激发脏腑之气。

8.4、关于十二经脉的命名

关于十二经命名，我记得已经讲过，当时讲《内经》的时候已经讲过，这里简单的重复一下。从阴阳多少角度来看，少阳气之生，阳气刚生起来，少阳壮大了，阳明，太大了，太阳。从开合角度来说，少阳，开而走。气壮大起来了，在上面，饱满起来了，不能说是合，只能说聚集，阳气聚集在那儿，所以叫阳明。什么叫阳明，又阳又明，阳气特性很充分。明是明媚，明亮的意思，阳气聚集在那儿，叫阳明，再走，聚集散开了，叫太阳，太过了。那么阴气呢，少阴太阴厥阴。那么，厥阴是阴气之合，少阴是阴气之开，往外走，散开了，叫太阴。

那么阴和阳相对，太阴为什么对阳明，少阴为什么对太阳，厥阴为什么对少阳，这种相对我是讲过的。怎么说呢，这是阴阳相推移，我举一个例子，厥阴对少阳，厥阴和少阳你可以理解为一个组，这里阴气到极点时，阳气往上，厥阴中孕育着少阳，理解成震卦，震卦上面两个阴爻理解成厥阴，下面一个阳爻理解成少阳，这就是阳在阴中生。就像我们肝经，肝中藏胆，肝是厥阴，是体，胆就是少阳，就是用，肝胆组成的震象，肝的生气需

要胆生发上来，那么肝体就像上面两个阴爻，那个胆就是那个阳爻，这叫做雌里藏雄，或者叫雄里藏雌。《悟真篇》不是说了，这是一种很经典的形式，阴阳结合的形式。肝中藏胆，厥阴中藏少阳，少阳和厥阴是一对。这厥阴中孕育了少阳，是生的关系，不是配的关系。不然少阳应该配少阴，这是正配，但少阳从哪儿出来，从娘胎里出来，这娘胎是什么，厥阴。就是在最黑暗的时候产生了少阳，所以说少阳和厥阴配。这是很多人绕不过来，可能道学基础不深，《内经》里面没有说破为什么，只是这样命名。

其他的都是这样，阳明配太阴，少阴配太阳，都是这样。阳明和太阴是什么卦，是兑卦，太阴是上面一个阴爻，阳明是下面两个阳爻。那到了艮卦，上面一个阳爻就是太阳，下面两个阴爻就是少阴。是这样下来的，从震发展到兑，从兑发展到艮，正好是三卦。有时候光说表述不清楚，用象来表示比较清楚，这里是相生的关系，不是相配。我不知道你们听没听明白，那就像我们开方看病一样的，你治肝病，一定要补厥阴畅少阳，一体一用，体上要照顾，用上也要照顾，因为现在很多人治肝病，光畅用不知道补体，不给厥阴补，厥阴怎么能生出少阳来呢。治肝病不停的泻，体都泻光了，体没有了，哪还有用呢。同样，五脏六腑，心肝脾肺肾都是如此，难道你补肾阳的时候不补肾阴吗，肯定不行，补肾阳的时候一定要在阴中求阳。你看那些肾气丸，大凡就是这意思，在阴中求阳。治脾也是这样，治肺也是这样，治心也是这样，要明体用，知道厥阴少阳的关系，这才是跨出治病开方的第一步。

烧天火透天凉，这个意义并不是很大，我们治病不能以异惑人，不能用很奇特的手法去迷惑别人，这个是不对的。治病都是在平和当中治病的，用平常的办法，方便的办法达到治病的效果，这个是我追求的，叫中平之道，不行狭走奇用怪，这个可能还可以出奇制胜，要用中平之道治病。人要有好脾气，不能乱发脾气，不好的脾气是不能用来做大事的，中正缓和，方正条柔，这是我们做事的方针，这样才能长久。为什么脾胃能纳百谷，就是脾胃有中正之道，其他四个脏都要靠脾胃去调运，没有脾胃就不行。就像炼丹一样，没有媒婆，这个丹练不成。什么叫媒婆，戊己是媒婆，戊己就是土，没有真土，金木不能化合，水火不能相击，必须用中土粘合，这个真土就是中平斡旋，同样用在治病上也是一样。

第六课 脏腑

今天讲脏腑，也即藏象，这个是中医里面一个重要的核心理论。那么藏象经络这个都是中医里面特有的，比如说我们老百姓说脾虚了，肾虚，肝脾不调，那么这些大家耳熟能详的话，都包括在我们的脏腑理论里。那么今天我想讲这么几个主题，把这个藏象或者把脏腑给大家简单的说一遍，第一个是什么是五脏六腑；第二中医的藏象脏腑和西医的解剖不是一回事，这个要说一下；第三个说脏腑是气化的产物；再一个主要来讲五脏的气化过程，然后这里面可能要涉及几个理论，一个是杯水理论；第二个云蒸霞蔚的理论；第三个是喷泉理论。然后可能还要讲下上焦如雾，中焦如沤，下焦如渌的道理，如果有时间还会涉及到一下关于《黄庭内景经》的一段关于对五脏的描述，然后会再讲一下五脏藏五神，再讲一下五脏与五行之间的关系，然后会再讲一下六腑的气化与五脏的关系，然后会再讲三个标题：一个是五脏本一气，不可分割；那么肝脾肾为本，心肺为标；最后再讲一下虚心实腹的道理。我讲的这些标题，不可能是完全概括了五脏、藏象的理论，这里只是大概说一下，或者说是我觉得比较重要的。一堂课不可能把藏象讲完，只是告诉大家关键点大哪儿，大家以后学脏象脏腑的时候怎么来学。

1、什么是五脏六腑

好，咱们开始讲第一个问题，什么是五脏六腑？那五脏六腑，顾名思义五个脏六个腑。哪五个脏呢？心肝脾肺肾，六腑呢，胃、大小肠、膀胱、三焦、胆。那首先脏腑上，从字面上来理解，脏，藏也，藏精的地方。腑，府库，推运的地方。什么意思呢？就是说人做为一个生命体，那我们说过是由神气形三界构成，因为做为一个个体，它必须储存一定的精气做我们的开销，那么这个精气储存在哪儿，就储存在我们的脏腑当中。这宝贵的东西都在五脏六腑。人能动能走能说，这个是在于四肢和这个七窍，也就是说人身上的精华都在五脏六腑当中存在，为主导。作为一个人，人长的光鲜与否，有没有精神，身体健壮与否，全在于他的五脏六腑好不好。五脏六腑好，顺畅、健康，那么他外在的就是有点毛病，也无关大碍。就是说有些残疾人，他虽然肢体残疾，但五脏六腑很好，看着也是精神饱满，身体健康。那有的人他肢体健全，不缺胳膊少腿的，但是这个远远一看，神气晦暗，说话简滞，行路不协调，沉重，那这个就是五脏六腑精气不全，衰落的一种表现。所以说我们这个讲这个五脏六腑，上来要知道五脏六腑，脏腑是干什么的，就是保存我们精气的地方，像一个容器一样。

有人说六腑不藏气，主推运，五脏藏精，这个话说得片面，五脏六腑都藏气，相对来说五脏藏的更深，六腑藏的浅。如果六腑不藏气，你把六腑一个脏器拿掉，那么它那个精气也会丧失，功能也会丧失。就像现在很多人他那个有胆结石，胆囊炎摘胆一样，胆摘了之后，那对人有一定的影响，那就是胆是中精之腑，它藏精气，如果你把胆拿了，它的精气就涣散了。所以说对五脏六腑我们第一个认识就是：五脏六腑是藏我们的气血精神的地方，这个是非常宝贵。所以说尽量不要动五脏六腑，做手术什么的，割开肚皮，动动你的五脏六腑，这个对人都有重大的损耗，轻易不要开肠剖肚。

那么藏精气藏气血在五脏六腑当中，五脏和六腑又有区分，五脏藏的深，六腑藏的浅，同时六腑又起推运的作用，六腑在外，五脏在内，又形成了一个体系。所以说大家要想有一个好的身体，一定要重视自己的五脏六腑。上次讲过，这个人最重要的是五脏六腑，而不是四肢、眼目，并不是在于你的七窍和四肢怎么样，一定要看五脏六腑的好坏。你看现在很多人，他的四肢手麻了，为什么麻了，就是脏腑气血衰了，气血不得推运到四肢，导致手麻脚麻，很多老人，手麻脚麻，有的是中风的先兆，不仅是中风的先兆，也是整体气血衰落的先兆。现在这种麻，很多三十多岁就开始麻了，证明气血大衰，由于生活，饮食，性情各方面不调，不懂得养生，就过早的把五脏六腑的精气用衰，使眼、耳、鼻、舌，四肢百骸出现问题，不管是做医生的还是普通的爱好者，或者是患者，大家要悟本，这个本就在五脏六腑，它藏精气，藏气血，藏神，这个是你的巨大财富。你挣了多少钱，谋多大官，这些都是外在的。内在的是五脏六腑，五脏六腑要充盈饱满，那这个是讲一下什么是五脏六腑。

2、五脏六腑跟西医的解剖不是一回事

第二来说五脏六腑跟西医的解剖不是一回事。它怎么不是一回事呢？因为中医讲的五脏六腑是从气化的角度来讲的，西医的五脏六腑是从解剖来讲。虽然它们之间有一定的交叉，但是从本质上不是在一个层面上考虑问题。很简单，中医认为肝升于左，肺降于右，那西医解剖的理论，咱们来看肝在右，那说中医完全不懂解剖，那怎么把这个肝放到左边去了呢？那实际不是这样的，中医从气化讲，西医从解剖讲。《黄帝内经》里还有两句：肾治于里，心布于表。那么如果拿这个话跟那个肝升于左来对照着的来讲，岂不是心在表面了吗？让这个西医可能更笑话我们了，心怎么可能在表面呢？心在上面，肾治于里，肾在里面，心在表皮、表面。我们把这个话串起来就会明显的发现，中医的讲的肝升于左，肺

降于右，心布于表，肾治于里，这完全是在说气化，并没有实指的位置。那就这样一条导致很多中医从业者、西医从业者产生误解，就说中医不懂解剖。

抛去解剖不谈，中医更重视气化的层面，因为古人的感觉在神气形三个层面上，他认为神气比形更重要，所以说在文字表述上、从理论构建上，都是从神气着眼，而不是从形上着眼。我们没有必要自惭形秽，认为中国古代没有解剖。解剖是形而下的东西，随着西医不断的研究，它就会发现这条路越学越难，知之甚少，对整个生命现象的理解是刚刚起步，就像那个三个半月的孩子一样。中医几千年了，它在这个历史长河中过来的，已经清楚的认识到了神气的层面。有人说是历史，那这个几千年前的东西了怎么现在还能用呢？这个就是一个人们根深蒂固的思想，认为古不如今，古代不如现代。这样的理解大家要好好考虑考虑，物质文明形的文明可能不如现代，但是神气的文明古代要远远的高于现代，所以说这个就相当于对待观，你这方面好了，那方面就不行，走到东面去了，西面你就上不去，走到西面，东面就上不去，就看你抓哪边了，哪边是根本，你要抓。这个中国的文明，世界地球上的文明，远没有人们想得那么简单、那么直线的发展，总是几起几落。你知道这个地球的文明经过几次洗礼吗？所以说大家考虑问题是一定要思考，多反思。

那比如说民国的时候是哪个医生呢，有一个命门学说，说这个命门是什么呢？说命门是两肾中间的，两肾之间的那个油膜，两肾的油膜。这个就是有问题，就完全的被西医误导了。这个是形体东西，命门要找到那个形体，和三焦一样，一定要解剖出来。三焦是什么，是淋巴液还是什么东西，这个就完全的把我们的老祖宗最宝贵的东西，在认识层次上，你就整个下了一个台阶。老祖宗谈神气，你搞到形体上去了，不仅是把中医曲解了，同时你还误导了后来人，让后来学中医的没法学。大家可以看一下，现在有多少人学中医不受这些东西影响，一看书，拿出来一看就是这些东西，看来看去，说还不如西医的东西实际呢，其实大家学的都不是中医。

前两天我看文章，我才知道这个日本，后来搞纯中医，把《黄帝内经》给丢掉了，光学《伤寒》。《黄帝内经》是中医精神的宝库，《伤寒》只是一部临床著作，你把《黄帝内经》扔了，去搞《伤寒》，这个就像种一棵树一样，把根这个剪掉了，只去欣赏这个枝叶一样，无源之水，无本之木。这样搞搞不出什么东西来。就是我们做学问为人都不能过于功利，不要看《伤寒论》的几个方子能治病，就把《伤寒论》当成宝贝，而丢弃了不能马上治病的《黄帝内经》。《伤寒论》它的这个整个体系都是从《黄帝内经》上演变过来的，如果谁要急功近利的来学中医，那我奉劝就不要去学了。看病也一样，想两三天把慢性病治好，

你就跟这个病人说不要看。所以说我们再次的强调一下，中医的脏象理论是建立在气化基础上，是建立在神气的基础上，所以与西医的解剖完全不是一回事。有的我说他肝不调了，他很害怕，是不是得了肝炎了，肝做了检查了，我很无奈。我只能说中医的肝和西医的肝不是一个肝，中医的脾和西医的脾也不是一个脾。所以说大家要想学好藏象，要从气化的角度来考虑。

3、脏腑是气化的产物

那么下一个我们要讲一下，脏腑是气化产物。具体是怎么产生的，这个也就是我们要重点来讲的。我们学气学的，对于中医这一块，对于人体这一块，首先要把这个人当成一团气，每一个人都是一团气，你不管是行、坐、卧都是一团气，这团气随着你的神气发越和纳藏，表现出来忽明忽暗，忽大忽小，忽疾忽徐。疾是快的意思，徐是慢的意思。由于你的这个呼吸吐纳，有节律的呼吸吐纳，表现出来的这个节律性的一团气。

那我们知道任何一团气的内部都有升降开合，什么叫升降开合呢？就是气升起来，降下去，就叫升降；开合呢，就像那个河蚌一样，一开一合。我们人身的一团气都是在升降开合这个大的基调下去运化。那么这团气在形界是怎么表示的呢，就是它要化而成形。我们讲过，神统气，气化形，任何一团气，它碰到了形界就要化到形界上来。你看就像现在这个物理学家研究那个原子一样，原子它绕原子不是有电子吗，原子核外是电子，发现一个电子，它突然没了，消失的无影无踪。突然在一个空间里出现多个电子，这个电子是哪儿来的呢？我们就可以说这个是从虚界过来的。他也在研究虚界，我们就说也可以说它是从气界过来的，无中生有。搞得无中生有现在成一个贬义词，实际无中生有是一个蕴含深刻哲理的一个词汇，就从虚界一下子化成它这个气，化出形体来，化出最小的那个电子。如果说能量不够，这个电子维持不了多长时间又回到虚界，什么都消失了，像水溶于水一样。那么我们五脏六腑，四肢百骸都是从气化而来的，那气化成形。五脏六腑，在形界你可以找到对应的实体，找到肝，找到心，找到肺，找到肾，它确实能拿出来，但同时它后面有大的背景去推动，维持支持它，这个就是气。如果没有这个气，或者说气衰少，这个脏器它就运转就不灵，就会出现问題。

我们的五脏六腑它不断的衰弱，衰弱之前是有个大前提的，它气先衰弱，气是源头，气衰弱了，脏腑才衰弱，形才衰弱。你看比如说器官移植，咱就拿肝脏的移植来说，由于后面的肝气不好，导致肝体发生了病变，最后导致肝硬化、肝癌。为了挽救病人的生命，

西医采取活体移植的方式，换一个别人的肝进来，当然有排异反应了，它通过各种手段抑制这种排异反应。这个硬生生的让别人的肝和自己系统吻合，那吻合上之后，跟自己的神气接在一起。如果自己的神气不是很弱的话，能够维持自己的生命，但是他的这个健康状况还是不容乐观。有很多肝移植的病人移植之后病情恶化，不能维持生命，肝体又坏了。这里面有两个重要的原因，第一个，他换了个肝脏，气还是自己的气，自己的气已经恶化到相当的程度，不可能维持换过来的肝脏的正常运转。一伙人一样，人已经离心离德了，原来的设备他们开得也不是特别好了，把设备换成新设备，还是一帮离心离德的人，这个机器马上过不了关，换汤不换药，你换机器不换人不行，你这个气还是肝硬化那个气，肝脏换了，这个气不换，很难有确切的疗效。这样的多了，自己因为要保命，换肝换了一个不行又换一个。事实大家都知道，很多演员明星换肝的结果怎么样大家心里清楚。还有一个原因，本身他就不是绝症，有的是进行性肝硬化，突然一下肝硬化要换肝，其实他这个病只是不通了、不调了，调通了就好了，不应该换。一换之后把自己的宝贝拿走了，毕竟那是形成的形体，是诸多气血运化出来的一个形体。这个形界是非常重要的，我们学的是神气，同时也注重形。没有形，神气无所依、无所凭，它体现不出自己的价值来。一下子把你这个几十年积累的脏腑脏器肝胆拿掉了，你自己的气无所依凭，换来一个新的不能适应，排异各方面的，我们家自身的宝贝一下子就被端掉了。所以说在这里面奉劝大家不要做器官移植，也不要建议自己的亲朋好友做器官移植。很多肾衰竭的换肾，现在最多的是换肝换肾，这两个器官我跟大家说它们的生命力非常非常顽强。肝肾是你的生命之本，这两个它们不会轻易妥协投降的。是你自己放弃了它们，没有信心，最终无情的让医生割掉。换肝换肾三四十万，如果说这种医学主导下为我们看病，后果不可想象。现在很多小孩肾衰竭，尿毒症，怎么可能一个鲜活的生命他就一下尿毒症了呢？这里面一定有问题，并且这个病肯定不难治。

下面做为重点来讲，五脏气化的过程，那么既然它是一团气，这团气化成了形体，一边化成了五脏，一边化成了六腑，五脏六腑它们做为一个运动的单元，它怎么动起来的呢？里面的气又是怎么升降开合、吐故纳新的呢？这个是直接就可以指导我们临床的一个核心理论，这个必须要搞明白。这里面我们要引入几个理论模型，一个是杯水，一个是云蒸霞蔚，一个是喷泉。

那我们先说第一个理论，就是杯水理论，什么是杯水理论呢？就是一杯水放在这，这杯水自然产生对流，就是再静止的水它也会产生对流，这就是万物恒动，静止是相对的，

运动是持续不断的。你看一杯水静静的，其实它是在里面不断的动，这个动就是对流。我们那个小学课本讲过物体的传导，这个物体的传播，温度是怎么传播的，传导，辐射，对流，那自然而然产生了对流，那我们身体的五脏六腑也是这样对流起来的。你看一杯水，两方面，怎么说呢，举个例子，下面点一个火，这样说方便理解，下面点一个火，杯底的水由于受到火的加热，它就往上走，它一往上走，顶着上面的水往下来，自然形成了一个对流。大家看一看这个洋流，河流里面都有暗流，洋流也有着循环的洋流，北半球，南半球，很多渔民知道这个海流，洋流，它是波动性的，一会儿往南，一会儿往北，几点往南，几点往北，这个相当于大海还有河流的潮汐、它们的呼吸。我们也是这样来理解五脏六腑的气化，很简单，大家就是把这个五脏六腑的这个胸腹理解成这杯水一样，下面的气往上顶，往上蒸上来，同样上面的气往下降，那么它们之间形成一种对流，使它的能量物质能够交换，那么这个就是五脏六腑的气化的整体过程。

用我们第二个理论来解释，就是云蒸霞蔚。太阳晒到地表，使水汽蒸发，蒸腾向上，蒸到天上遇冷，凝结成云，云聚在一起，里面饱含的水分厚，到了一个临界点，就下降为雨。那么大自然的现象是这样的，自然界存在着这种自然而然形成的对流。不管是空气、水还是各种物质，沧海桑田，高山变低谷，低谷变高山，海洋变陆地，陆地变海洋，它们都是交替这样进行的。那么人身也是本着这个原则，也是交替的互相过渡。如果从五行的理论来说木要生火，火要生土，土要生金，金要生水。每一个份子都在向前变化，永不停息，它不会停下来，不会等在那不动，它总是不断的变化。像人由小的时候变年轻，由年轻变中年，由中年变老年，由老年变死亡，由死亡再复新生。总是在这样颠三倒四的按这个去循环不已，人身也是这样。

那么人身是怎么互相生的呢？就是由肾主，我们这个可以这样说，升降开合，这个气降到最下面，是由肾纳藏的，这个气是闭藏的，像冬天一样。那么这股气生，在春天，像春天一样，由谁升出呢，由肝中升出，如果把肾比作河流一样，湖泊一样，那么肝就是太阳照射到湖泊、河流之后的水蒸汽。这水蒸汽源源不断地向天空布散，凝结成云，散在空中，形成了云，这个云就是心，最高处凝结了就是心，心降下来，降的过程就是肺，或者你也可以这样理解，白云是心，乌云是肺，降下的雨也是肺，流下来之后就成了水，那是这么一个过程。

在这里面大家主要体会它的整体的循环，我们学气学，这个人呢，一团氤氲之气，就是靠这种方式去循环不已的，这种循环是根据我们的脉动和呼吸来每天按节律进行的，所

以说《黄帝内经》上有上焦如雾，中焦如沤，下焦如渌的说法。下焦如渌，什么是渌，渌就是水流，刚才我们讲了，河流流下来之后如渌状，那蒸到上面，如雾，雾气昭昭的，氤氲氤氲的，那中焦如沤呢，它就是介于如渌、如雾中间的那个状态，这个脾胃如沤，其气缭绕，运化于中，如沤。所以说我们讲气化，升降开合，心肝脾肺肾，就是要把这个象，这个大气磅礴，大气团举的这团象要理解。这个是最重要的，这个你要理解了，那我接下去讲的诊断、开方就好说。

那么整个流转运行的这一团象，形成了我们五脏六腑，同时又受我们神的支配。怎么来讲呢，这可能有点抽象，我们举个例子，大家就知道了。比如说这个人呢，心情不畅、悲观，那么他哪个气就会受到阻止呢？他向上蒸腾的这个劲就小，如果蒸腾的劲小，形成云就少，形成云少，降下的雨就少，河流慢慢的水就不充沛，水不充沛导致他这个蒸腾的气就更少，也就是大家不能悲观，不能丧气，不能抑郁，不能忧郁。现在大家生活压力太大了，不高兴，只要你不高兴了，你这个整个的循环的气机就由旺转衰，不会充满生机，愁眉苦脸，慢慢的脸色也不好看了，浑身也没劲了，精力也差了，这个就是由于你整体的气机受到了抑制。反之，如果你神情愉悦，高兴，畅快，乐观，豁达，那么你整体的气机就为之一变，脸色也随之改变，由原来的灰暗色一下变成了明黄色。气该升的升，雨该降的降，风该刮的刮，河流的水充沛的流淌，天空朵朵白云，那整个的生机盎然，你这个人也会神采奕奕，精力充沛。把这个天地万象装在你身体里，就是你这个整体的气机的景象。

为什么有内景呢？《黄庭内景经》，什么叫内景呢，这个景象，这个世界的景象和你身体的景象是同一的，是一致的，你是天地的一份子，天地的景象就是你身中的景象，同理你身中的景象也可以映射到天地的景象，那就是：一粒米知大千世界，不出户知天下，不窥牖见天道。有人说这个是练功的一种状态，我跟大家说这个你如果说只单纯说是练功状态，就把这个事说小了，这个是一个对自然宇宙、对生命的一种如实的描述。那古人就说了天地与我一，那怎么为一，就是天地的变化和你身体的变化是一致的，是相协调的。那么我们学中医，不要去抠书本的条条框框，各种的中医理论，一定要参天仰地，一定要把天地的这个规律现象用于我们理解人身去。近取诸身，远取诸物，远取诸物也就是想告诉我们有一个参照，当你不能很好的理解身体的时候，那么参照自然。就像当年晋朝的郭璞，郭璞是算卦看相的老祖宗，非常厉害。管路，应该说是管路，三国的管路，他当时悟到整个气机的道理的时候，就是几天，七天还是十几天，他仰观天文，一刻不停歇的看这个天，这个日月运行，这个天上的星星的变化，通过这个悟到了道理，用于人事，用于整

个自己切身的很多事情。所以说我们一定要从自然当中去学习，就像蝙蝠，学了它这个声波反射，我们制造出了雷达一样。我们学中医也好，学气学也好，一定要通过我们身边的事情学起。

好，这个是关于五脏的气化过程。关于喷泉就不多讲，因为喷泉在去年民间中医讲课的时候讲过，这个就是一带而过。如果想了解的可以找些资料来看。

4、五脏藏五神

下面我们讲一下五脏藏五神。为什么要讲五脏藏五神呢？因为这个是非常重要的一个现象。如果我们只是从气学的角度来讲，五脏藏气，是气化，那么谁统这个气化呢，就像刚才我们讲的一个人悲伤，他整个的气机就开始放慢，衰弱，那么这个就靠我们的神去完成。心是五脏之大主，心中藏神，这是一方面。同时，五脏中藏五神，不但五脏中藏五神，四肢百骸中皆藏神，那这个就是我们神统气这个层面。

你看在《黄庭内景经》上说：心神丹元字守灵，肺神皓华字虚成，肝神龙烟字含明，翳郁导烟主浊清，肾神玄冥字育婴，脾神常在字魂停，胆神龙曜字威明。什么意思呢？大家刚开始可以不用理解什么意思，那么我告诉大家几点，我们的思维意识不仅藏在心中，藏在脑中，同时也是藏在五脏六腑当中。《黄帝内经》不是讲了，心中藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志。这个我们既然学中医，想学好中医，这一点一定要明白，五脏六腑是由神统的，神统气，气化做形，化出这种五脏六腑。这个对我们有什么意义呢，对我们理解我们这个整个人身是怎么运转的有重要的意义。

大家有时间一定要把《黄庭内景经》读了，因为如果你只学《黄帝内经》，《黄帝内经》主要的还是从气的角度来讲，《黄庭内景经》是从神的角度来讲，它们有一个层次的侧重点的问题。并不是说《黄帝内经》的层次低于《黄庭内景经》，而是《黄帝内经》更侧重临床，在气的层面就可以指导很多的疾病的治疗，所以说没有必要用过多的篇幅来讲神。第一章还有很多章它也都在讲神，但是更多的是在讲气；而《黄庭内景经》作为修练的一本书，因为我们讲修练主要是从神的层次来修练，所以说它的侧重点主要在神。里面大量的运用了神的理论来告诉我们内景是一种什么状态，一种内景图，是一种什么景象。

比如这就说，肺神皓华字虚成，什么叫皓华？就是人身这团气到了肺之后，它开张，向外，皓白，华彩，是这么个意思，所以叫皓华。皓白，华彩这个气整个虚拟向外的一种表现。那么肝神龙烟字含明，肝神是下浊而上清，下边是重浊的一团气，这团气徐徐的向

上蒸发，越蒸越明，所以说叫龙烟，什么叫龙烟呢，就是龙缓缓的，弯曲的向上蒸腾，像烟囱冒出的袅袅炊烟一样，叫龙烟。含明呢？是内暗中间含明媚之象叫含明。那今天咱是简单的讲中医基础，所以说不深入的来讲，但是大家要从神气角度来去理解。现在不理解无所谓，以后在自己的读经典著作的时候要有这么一种思想准备。

五脏藏五神，比如说你某一脏虚了，其实是它的神气虚了，神气与神气又要相得，不相得则要相失，相失则气离散，气一离散则形体衰弱，这个是一个个相承接的。有个病人，腿不好使了，膝盖受损，养养好点，一累又坏，这样我就告诉他这个腿问题不是出在腿上，是出在五脏六腑上，五脏六腑的气衰，五脏六腑的气血不能濡养膝盖，导致膝盖气血衰损，从而导致膝盖出现问题，看现在很多老头老太太经常骨折，为什么骨折？就是精华不多，五脏六腑的精华不多，不能濡养四肢百骸了，就容易出问题。还有的年轻的病人，她说在生产后这个膝盖嘎嘎地响，各个关节响，为什么响？就是没有润滑油了，什么是润滑油？气血精液是润滑油，气血精液从它这个大的关节走过来之后，都要有相当的气血去涵养、充实它，如果你气血不足，它不能很好的浸润灌输你这个关节骨骼，那就会导致走路的时候嘎嘎响，行动不便。这个时候你就要注意了，嘎嘎响怎么治？不要治骨骼关节，尽快的把这个气血搞充沛，搞充沛之后，调下脉，脉通畅了，这些充沛的气血就会重新慢慢的灌输到你各个关节骨骼当中去，你再走路就不响了，那润滑油有了。但是这个过程是缓慢的、是反复的，不可能说是这边吃了药，那边气血就浸润过来了，不可能，都是有一个过程。天街小雨润如酥，慢慢的时候到了就好了，这个是我们讲的五脏藏五神。

5、五脏与五行之间的关系

好，咱们接着开始来讲吧，大家有问题可以提一下，因为讲这个藏象比较抽象，因为抽象也是能够证明这一块比较核心。下面讲一下五脏与五行之间的关系，很多人都很关心这个五脏配五行，五脏配五行怎么配呢？肾配水，肝配木，心配火，肺配金，脾配土，正好五行配五脏，那么这也是指导中医临床的一个重要的依据。

比如说如果说这个肝血出现了问题，水不涵木；心出了问题，虚火上延，心火不足；比如说脾出了问题，叫做脾土，怎么说来着，现在都不怎么会这种表达方式了。肺火刑金哪，木克土，这个诸如此类的吧，现在仍然指导我们的整个临床，然后再加上用药，把这个药配到五行上，互相五行相对来怎么看病，那么他这套体系从宋朝以后，到元、明、清越演越烈，最终很多人学中医就陷到了这个藏象五行当中去了，企图通过这种模式，五行

的这种模式解决五脏六腑疾病的问题。

那在这跟大家说一下，如果咱们抛弃神气，或说是漠视神气，而独研究五行和五脏之间的关系，通过五行相生相克指导中医临床，这是很可怕的。为什么说很可怕呢？因为五行本身就是一个虚词，金木水火土，怎么解释的都有。相生相克就变化万端。很多人谈来谈去，阴阳五行，不在一个层面上看，看病的更是五花八门。比如说有的说桂枝属木，说入肝，那么肝不调要加桂枝，这个还是早年看的，现在我也不知道这种五行，脏腑五行用药这种理论演变到什么程度，那么这个就有问题了。我们知道那个谣言的笑话，一个人生了个蛋，最后演变成生了松花蛋，生了多少个松花蛋，是一个道理。本身这个桂枝配木，它为什么配木，肝又怎么配木，桂枝又怎么就入肝。像这个黑豆属水，肾主水，那么黑豆就补肾，这个是很滑稽的。

在这纠正一下，桂枝这味药，你可以说它属木，肝也属木，但这两个木，不是一个木。肝主生机，你不能说桂枝主生机。桂枝主通，通达，桂枝这个药走表，走营卫，很浅。肝这个气很深，肝中的生机和桂枝的通的这个木性是完全两回事，所以说肝病并不以桂枝为主药，你想用桂枝的木性去调肝中的生机，相当于南辕北辙。还有关于这个黑豆入肾，很多病人肾虚煮黑豆粥，我觉得这个简直不伦不类的。为什么这样说呢？首先黑豆气沉，豆气沉，黑豆气就更沉，沉往下走，属水，那么肾主封藏，藏精，也属水。你吃黑豆多了使人气重。但是你不能说这个黑豆属水，它气重浊就补肾，它又可以泻肾，就像是这个贼，贼是偷东西，他偷什么东西？偷那个家里不设防的人家里的东西，那么你家不设防，贼就有可能去你家，这是对的。那去你家干什么呢？不是贼去你家补益你去了，给你送东西去，是偷你家的东西。所以说你从黑豆和肾的关系都属水，推出黑豆入肾，不能推出黑豆补肾这个条文。这个就有一点有意思了。如果黑豆补肾，大家都吃黑豆吧，看看补不补肾，不但不补肾，还加重肾脏的负担。久食豆使人重，典型的加重肾的负担。黄豆气正，中平，可以吃黄豆，最好吃豆腐，不建议大家吃黑豆。

像芡实、薏米一样，芡实、薏米它有利水行湿的作用，水里面生的，现代人湿多，你就觉得这个湿和湿相配，那么湿多就要吃芡实薏米，实际不是这么回事。现在人所得的那个湿，和这个芡实、薏米利那个湿是两个概念，现代人是滞而湿，是气滞了、不活动、不运动，导致气停滞在中焦，化出了那种所谓湿粘之气，这种湿要推运气血，调达气机，才能除，不是用芡实、薏米这种药能除湿的。搞的现在一有湿就芡实薏米粥熬，而且这种东西久吃可以利气，就可以泻气，不能久吃芡实薏米，它的通性要大于它的补性。有人在网

上大谈芡实薏米的好处，在这里给大家敲一个警钟，芡实薏米不能久吃，南方有的地方湿气大，水湿之气大，你可以吃芡实薏米利之。北方哪有那么多湿气？水湿之气，他身体内部产生的湿是湿滞之气，由滞生的所谓的湿，这种湿不能通过利水的药去利，而要通过调畅气机，推运气血的方式去化，这是本质的不同。

现在有时候这个中医理论颠倒黑白，大家要注意。所以说学五行，一定要知道五行后面代表的是什么，就是气化。就像湿气一样，由滞而生湿和水湿之气内侵，完全是两个东西。湿主土，你不能说都是土，你就把这两个东西，这两种状态理解成一个，那这就不好了。像健脾，什么是健脾？健脾和益脾是两个概念，健脾的药有哪些？白术健脾，茯苓健脾，陈皮健脾。那益脾的呢，你可以说麦冬益脾，山药益脾，黄精益脾。那健脾和益脾有什么区别？你要搞清楚，健脾是使气机得健，能够健旺运行叫健脾，益脾是使脾这个缓和之气得到增益叫益脾，两个完全不同的概念，不能偷换概念。

所以说学中医，我建议不要只学五行不看神气，这样是不可能学好中医的。最终拿些五行公式去那推导来推导去，已经相去甚远。很多人开方子，最终《伤寒论》上的方子是多少克，拿那个克去推导阴阳五行去，这简直是欺负人们看不到这个背后的玄机，在那搞皇帝的新衣。你说那个克数，你就是九克，八克，你这个搞这个阴阳算术，到那个药店称去，它秤高一点，往上抬就多一克，低一点就少一克，你怎么可能拿这个克数来搞这个临床实践。现在没有神气的阴阳五行，已经到了昏天黑地的程度。

6、六腑的气化及五脏的关系

好，下面我们讲一下六腑的气化及五脏的关系。什么叫六腑的气化？五脏的气化我们说了，心肝脾肺肾，互相的嬗变，什么叫嬗变呢？你给我，我给你，大家互相吞吐，又互相制约。六腑也是一样，六腑对应五脏，怎么对应的呢？心对小肠，肺对大肠，肝对胆，脾对胃，肾对膀胱，心包对三焦。这里边要讲一下对应关系的由来，这个在中医教材上没有说清楚。

肝胆相照，肝对胆好理解，肝中包胆，胆是中精之腑，是生气之源，肝者体浊，胆者体清，畅生机、达生意，是由肝作为背景向外推运，由胆去完成的，这个是非常关键的一点。如果你摘了胆，肝的生机推运就一下子散了，散开，不能专精。那为什么十一脏独取胆呢？这里面有一个关键点，并不是说十一脏都要听命于胆，而是十一脏要做一件事情，要做不做，犹豫不决的时候，需要胆来完成它最后一枪。大的气血运化，这个推运，自然

而然的不需要胆，就最后那一步了，要由胆来完成。什么时刻要胆去激发，就像那个炮弹一样，它点燃就炸，所以说这十一脏独取胆。因为你这个人胆小，胆怎么了，胆气，胆魄，都是从这种胆中、胆气中发出。肝胆好理解，他俩一对肝胆相照，互相照着。你看取胆之后这个胆汁还是会从肝流出来，但是它这个形成精华的能力差了。比如说你这个身体很好，都考九十五分，如果有胆你一下能推到一百分，就能达到一个非常完美的程度，如果没有胆是不可能上一百分的，最多也是九十分，九十五，这是肝胆的关系。

肾和膀胱的关系也好理解，因为都长在差不多的地方。肾主水脏，主水液的推运，主闭藏，同时膀胱代肾完成水液的整个气化，膀胱要弱就是肾后面的动力不足，你看有很多泌尿性疾病，膀胱气化弱了，小便淋漓，无力，那么要知道这是肾气不足的表现。这时候不要用通法，要补肾益肝。慢慢的气化一开，就顺畅了。如果强行用通法，那膀胱的气欲至未至，一通一下就全散了，你再也聚不起来了，就导致了尿失禁。好多中风之后尿失禁，尿癃闭，很多怕高血压导致脑淤血，它降那个血压，它用利尿的方法，这个很要命，大家千万不要这样去利尿，尿一利，元气一泻，下边气一泻，精气不来，他这个病好不了。这个中风，大部分老年中风，都是因为精血暗枯，导致突然精气不能来复，突然中风。这个时候两点很关键，第一个，调畅气脉，毕竟他大的气脉堵上了，要调畅气脉。第二个，要益其精，益其气血，慢慢调畅，他还有恢复的可能。如果一旦你通过强行通脉的办法，比如说溶栓也好，用中医中药，按那个排风的中药来治，燥烈的药一上，病人十有八九就回不来了。还有就是通利，千万不能通利，像一个皮球一样，一扎泄了，那就完了，真的就完了，那么这个膀胱肾。

脾和胃，这也是在一起的，都管消化的，这个好理解。脾为之使，胃为之市，什么意思呢？市是市场的市，胃为之市，是装东西的，装五谷杂粮的，吃的东西都在胃里装着。脾为之使呢，就是把胃的东西消磨水谷，小肠吸收后，脾就把这个水谷精微之气使，什么叫使？就是推运。推运这个水谷精微之气循环到全身，并且由肝气顶着，脾气推，推到心，推到肺，最终推到全身，中医是这样说的，这个也好理解，脾和胃一对，一个是布的，一个是送粮官。那不好理解的是哪三个呢？是肺和大肠，心和小肠，心包和三焦。

那我们先讲一下心和小肠，这两个相对应，八竿子打不着，一个在上面，一个在下面，不像我们刚才讲的那三个，肝胆在一起，肾和膀胱在一起，脾胃在一起。那么心和小肠怎么跑一起了呢，这个我们要从功能上来看，心主聚气，它聚集很大的能量去使身体能够不断的运化气血，推运全身，是能量之源；那么同样的，小肠做为整个消化道，或者说整个

腑来讲，它是最关键管吸收的地方，小肠一定要聚集很多的能量，把胃中的食物消化掉，为身体的吸收。所以说它的功能和心的功能一样，在整个的消化器官中。如果心气虚，就相当于小肠气虚，小肠一气虚，它的消化能力明显减弱，又容易着寒，拉肚子。气聚的能量没有了，也就是心主气聚，小肠主气聚；心主气聚推运气血，小肠气聚消化食物。大家把小肠，小肠为火，小肠没火，肚子胀、凉、爱拉稀，顽固不化，得这些病，这由于心火，也就是由于火聚气不足，那么这个就是心和小肠之间的关系，它们都是气聚。

那么肺和大肠呢，肺为魄，为气散，气推运，肺主这个的。为相傅之官，推运气，把全身的气血，推运气往全身走。心脏是泵，肺是扇子，是风扇，泵上来水由风扇打散，打到全身去。那么同样，大肠干什么用的？大肠把小肠吸收的糟粕向下推运，再把水分吸收，泌清浊，分泌水谷，它主这个。如果肺的功能下降，那么它散的功能，推运的功能下降，大肠的推运能力、向外推运糟粕的能力减弱，人就排便困难。这个排便不爽，它有这个推运的劲。你看大肠大、粗起来，开阔，就像肺魄力一样，有了开阔之气。如果肺的功能减弱，那开阔之气就少，所以说肺与大肠相表里，同时又有脉络相连。

就剩最后一个心包和三焦了，什么叫心包？心在里，非常重要的器官，不断的在那儿动，不能受到一点干扰，外面包一个心包，心包之气，包绕于心，为心护外，不受外界干扰。有病则心包受之，心脏不担其病，如果真的心脏得病了，这个人十有八九是要死了，一般心疼都是心包的病。那么它对应三焦呢，三焦也正好是这个功能。什么叫焦，焦是什么意思，焦是道路的意思。或者你可以理解三焦它是整个去油腻的通道，上中下三焦，上焦在胸，中焦在腹，下焦在小腹。那么这个解剖是不可得的，你解剖找不到三焦。三焦是气脉流行的，是相当于上下蒸腾，斡旋变化的场所，所以说也是代表整个气血的运行的，所以它与这个心包相表里。

五脏六腑各有其经脉，作为它的枝叶，伸达于四肢百骸，上到头，下到脚，旁到手，由五脏六腑的十二条经脉互相络属，共同构建了整个气化通道。这个化而成形了，就相当于到形体的一面，因为它气化到五脏六腑，十二经脉，这个已经是有一个具体的表象了，这介于气和形之间。那么再往形这儿走，有了真实五脏六腑的器官和血管、神经、淋巴这一步步递进。那我们学中医，要学哪一块，要学上游的神气这一块。

7、五脏本一气

下面就涉及到我们下一个话题，就是五脏本一气，不可分割。大家知道五脏六腑，但

是不要局限在五脏六腑上。因为人体得病，不是那么简单的，不单是某脏、某经得病，而是有可能整个气化出问题，这就是五脏本一气不可分割。就像这个有的人说了，说这个人身水火一团气，就是一团气。大家如果能跳离这个五脏藏象这个理论，去思考疾病的来源和它的发展变化，并且运用到对治方面，那么我们就会有一个更广阔的天空，来了解中医的治病的原理，这就是一气论，也就是气学论。

举个例子吧，比如说一个人他非常高兴，心主喜，他是心高兴，那么心高兴的时候，难道其它五脏六腑不高兴吗？其它五脏六腑也高兴，要是屋里坐五个人，一个高兴的不得了，给大家讲一个笑话，大家也都高兴起来，就是一个人感染其他人。同样一脏也可以感染其它脏，脏脏相感，也构成了一个融合体。所以说心主笑，同时心笑，其它五脏六腑皆笑，只不过笑的程度轻重有别。比如说一个人肝郁，肝郁气滞了，非独肝郁，心肝脾肺肾，五脏皆郁，只是程度有别。我们何不这样来解释这个问题呢，就说一个人的笑，是心笑吗，不要这样说，是气在笑，气和畅、愉悦，它这一团气和畅、愉悦，你这样说不是很明白，没有必要你再说心肝脾肺肾了，跳出心肝脾肺肾这个藩篱去理解人身一团气，这样你就在更高的一个层次来运用中医，理解中医。

比如说一个人气郁，没有必要再说肝瘀了，就说气郁，你看脸色都憋青了，眉头紧凑，眼中无神，垂肩塌背的，看不到什么前景，说这个人气郁，一看就气郁，没有必要再说肝瘀了。那治病怎么治，就调这团气就行，没必要去调肝，那么一下子跳出了这个五脏的范畴。再比如说糖尿病，四十来岁糖尿病，怎么糖尿病呢，吃喝无度，房事不节，私欲过度，精气坏耗，导致糖尿病，什么原因呢？到底这个是哪儿的问题，没有必要说是脾的问题了，直接说整个精气，这团气精华衰弱了就可以。那么怎么治，就治这团气，让他的精华内收，先要收住，同时辅以中药，补其精华，能补多少是多少，这不是真补，补不了真的，只能补它化出来的，真的要自己产生，从无中生，慢慢养。我们治病要这样来治，对疾病要这样看待。这样我们理解问题就简单多了，就说一个人肾虚，你不要说肾虚了，哪儿虚了，里边虚了就行了，不是表虚，是里虚，用内外，表里，你就把脏腑涵盖了，这样我们就跳出了脏腑的局限，宽阔的去看问题。这个在以后我们在诊断和看病的时候，具体的再跟大家讲，也有可能讲些病例，大家要清楚的知道五脏本一气是不可分割的，如果看五脏，不如看一气。

8、肝脾肾为本，心肺为标

下面讲一下肝脾肾为本，心肺为标。我就说两个病例，这同样是两个肺癌，我经手的，这一个肺癌患者七十多了，突然的肺积水，呼吸困难，张口息肩，西医抽出来的，吸出来之后马上肺部又积水，那这个很多年前我看的，当时没有辨证准确，后来这个一直是西医来治，那像这样的肺癌，胸中一下子就突然呼吸出问题了，这个就是责之于肾，下边不行了，他肾气结，反之于肺，导致肺气衰竭。还有一例肺癌，呼吸困难，咳血，胸闷，那左肺全都是肿瘤了，看他舌苔，观其面象，知道他病在肝，不在肺，因为肺长了肿瘤，但是病变在肝，肝气抑郁不条达，最终导致肺癌长肿瘤。

说这两个病例什么意思呢，就是告诉大家有时候心肺的疾病是由肝脾肾导致的，很多都是。所以说一团气，上面的气是以下面的气为基础的。心肺在上面，肝脾肾在下面，很多心肺的毛病都是由肝脾肾导致的。比如说心悸，心虚，心动过速，这些很多不是由脾就是由肝，不是由肝就是由肾，益肾补肝调脾，则心肺病很多都可以缓减。那么我在治病当中说重点调肝脾肾，把这个基础搞好了，心肺的病就可以相对缓减。肾为先天之本，脾为后天之本，肝为生气之源，多么重要的，心的能量来源于哪，来源于肾的交替，肝的输送，和脾的推运。那肺也一样，那肺的功能的好坏，直接涉及到肾的纳藏，脾的运化，肝的调节，心的补养。

肺无非有两种病，一种是外感，寒暑燥湿风火，这样要去其外感，肺就好了。另一个是内结，肺里面虚了，使肺成为了一个表象。所以说我们治病的时候四肢百骸出问题，责之于五脏六腑；六腑出问题，责之于五脏；五脏出问题，责之于肝脾肾。那么肝脾肾出问题，责之于哪？则责之于无无之地。什么叫无无之地，就是生命之源，生命之源怎么责呀，就是法天道，恢复你的生命之源，松绑你的生命之源，它自然而然给你带来源源不断的元气。这个是我们以后要讲的，今天就不多讲了。

9、虚心实腹

最后以虚心实腹来结束今天晚上的讲课。什么叫虚心实腹，就是要返本、归根，要培根，注意根本，像一株植物一样，要爱护它的根，要培养它的根。根好了，枝就能条达的向上长，叶就能很好的，不断地生长，花开的艳丽，结的果就结实。反之，如果我们忽视其本，崇尚其物，那么我们会走败亡之路。所以老子反复讲说归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。就是告诉我们，反复告诉我们，要知白守黑，我不

敢进寸而退尺，要一定要知退，知止，守根，守静，返本还原，懂得这个道理，那我们的精气神就能有一个很好的状态。我今天讲的脏腑就讲到这里。看看大家有没有问题，有问题就提一下，要没有问题，咱们今天讲课就结束了。

第七课 诊断

那咱们讲诊断，怎么来讲，只能说是我现在临场发挥。因为这个之前列的一些标题，发现有标题束缚人的这个整个的思维，总是要看看标题，要分几个标题来讲，那无形中就整个思绪割裂开了，所以说今天讲诊断我尽量不想设什么标题，那么相当于临场发挥吧。讲了几堂课，之前在民间中医讲堂也讲过，这次讲的几堂课呢，也不知大家能听懂多少，或是说有多少能够接受。

气学中医这个讲起来比较困难，因为毕竟大家生活在这个世界上是形形色色的，所见所感所悟，基本都是实实在在的。越虚越玄的越不好理解，因为中国古代文化就是虚玄的。外国人不能理解的，像中国人饮茶一样，放几片叶子，主要是品那个茶香。那么如果说你处在一种非常浮躁，心沉不下来的这种状态，那个茶香没办法品尝，你要自己内心不沉静下来，你搞那个茶艺也没用，无非是做个样子给人看。那外国人他不理解，他觉得你放几片树叶进去，这个喝着也没什么味，这个有什么意思呢？外国人喜欢喝浓的，什么咖啡，巧克力这样的有味道，更偏重于形，中国人偏重神和气。你要闻那个茶，闻的是气味，喝进去之后，体会一种悠远的感觉，那心浮气躁，好茶坏茶放在一起你都品不出来的。所以说给中国人讲气讲神好讲一些，但是由于这个西学东渐这么多年了，整个的文明发展是朝着这个物欲文明这个发展方向来的，所以说这个大家对气神的理解能力应该是比古人差好多。在这里呢说我在讲中医其实是在讲神气，如果不能体会到神气，我讲的这些东西大家都不好理解，包括讲诊断也是这样。

1、什么是诊断

什么叫做诊断呢？中医讲望闻问切是诊断。那望，是望其色，望哪个色？不仅是望他面色，望他的形色，包括动和静。什么是静？就是一个人端端正正的站在那里你看他。那什么叫动？他的言谈举止，行动坐卧，表现出来的一种势态，都可以说是望诊的依据。闻是什么呢？这个闻就是听声音，对方一开口说话，从那个声音当中听出一些特点来，这就是闻。问呢？就是你们之间的交谈，你觉得有什么疑惑来问他，他回答，双方语言的沟通，把这个病的来龙去脉问一问，这就是问。最后呢，我们就把手搭过去摸摸脉，那这个摸脉叫切。咱可以这样来讲，广义的切，他接触你的身体，尤其是动脉部分，反复的切里面的活动情况，这个切脉有切三部脉：人迎脉，就是脖子那个动脉；手上的寸口；还有就是脚

上的这个少阴脉，三部脉来体察身体的动态情况。那么现在这个广为认知的就是这个切脉，那病人来了，坐着，中医怎么样，手伸出来搭一搭脉，这个俨然成为中医的特色。搭一搭脉，问一问病情，现在中医常用的问诊和切诊，而切诊和针灸一样被广大人民群众认为是中医的一大特色，无非是切脉、中药、针灸。那包括现在的刮痧之类的，按摩这些统统打上了中医的烙印。

那么今天我们谈诊断，那诊的是什么？断的是什么？咱们要搞清楚，我们学习气学，用气学理解中医，同样也要理解诊断。我记得原先给大家讲过，诊的是什么？诊的就是气态，断的是气态的具体的成因。什么意思呢？我们讲过，每一个人来了都是一团气，你要通过望闻问切，清楚的了解他是一团什么气，并且能够判断这团气是如何形成的。

什么意思呢？咱们举个例子，比如说一个中年妇女，病恹恹的走进来，比较瘦，干枯，面色无光，语气低沉，唉声叹气，这人走进来之后，你作为一个大夫，首先要通过望诊和闻诊对她的气态有个基本了解，前面说了，比较瘦，语气低沉，面色无光，眼神黯淡，行动迟缓，那断什么呢？首先要断她气弱，这个气不是气血的气，是大气的气，这个人是一团气，这气是弱的，没有你强，正常人走路进来，走路平稳，声音高低有节律，面色有光，这是一个正常人的面象。那么病人呢，比正常人感觉要弱，你就断定气弱，先断气弱。那比如说一个人进来，声音洪亮，这个面色发红，举步很快，过来说我腿肿了，那首先你要断这个人整体气强，这是基本的分强弱。如果强弱不分，下边的很多你就没办法着手进行了。现在大家一定要先分强弱，你看弱的人的几个特点吧：走路迟缓，代表人弱；瘦弱，弱；面色黯淡，弱；眼中无神是弱象；说话没有底气是弱象，你看这些都是弱象，还有这个不能挺胸是弱象，你看很多女的，胸挺不起来，拔不起来，好像中间空了一块似的，就像那个扁了的那个茄子一样，这些通通可以断成弱象。不管是哪弱，总之一弱。这团气是虚弱的，虚弱的程度是不一样的。然后咱们再区分她哪弱，弱到一个什么程度，那起码一个强弱要断，不然的话就没法断虚实了。那我们搞诊断，最重要的一点，就是要知道整团气的特点，那么你能好下手进行下面的辨证开方。如果连强弱都断不好，那强弱虚实都断不了，以后没有办法进行下去。

那比如说来了一个人，说话结结巴巴的，他不是结巴，但是说话结结巴巴，很拗口，就像谁似的呢？咱们知道鲁迅，咱们看过鲁迅的文章，鲁迅的文章有个什么最大的特点呢？就是他说话非常拗，读起来非常费劲，不流畅，不顺畅，为什么呢？因为鲁迅的气就是这样一团气，充满了愤恨、压抑、悲愤、抑郁，鲁迅他为国而忧，为民而忧，为民而愤，他

就是长期的在这种情志的影响下，使自己的气淤结在那，那么他说出的话，写出的文章都带有淤结的色彩，所以说当我们读到鲁迅的文章的时候发现很拗口，不容易读出来，不流畅，有时候他这个用词前后颠倒，扭结，充满了悲愤色彩，这个就是最终导致鲁迅呼吸困难得肺癌去世的原因。其实他这个病在肝上，不在肺上，只是最终表现形式在肺上，呼吸困难，为什么呼吸困难？气机受阻，压迫在那，使自己不能顺达呼吸。还有孙中山，孙中山他也是最终抑郁而死的一个人，他最后得的是肝病，肝癌很严重，解剖的这个肝脏的时候，觉得这个能撑这么长时间简直是个奇迹，他也是不断的革命不断的失败，再革命再失败，为国家大业不断的去尝试，最终，一方面是耗尽了精血，另一方面是抑郁而终，最终也没有一块根据地。

举这两个人物也是刚想到的，就是想告诉大家要辨别一个人的气。比如说一个人一进门，笑声朗朗的就进来了，当那个笑声发飘，那么你可以断他气浮于上，以后如果身体一弱了，肝肾不足；那如果笑声朗朗、掷地有声，你可以断其人其气和畅，五脏元真通利，没有病。如果一个人进来，欲言又止，又说又不说，说的比较胆怯，断其肝瘀肝虚、胆怯、胆气不足。那如果进来一个人说话痴痴呆呆的，有点老年痴呆症，说出话来呢也不知道说什么，说话还不利索，断成精虚，肾精不足了。你看所有这些可以从言语上来断，那这个就是闻。

2、望诊

那么望就很简单，你看一个人过来，首先看他脸上有没有光，这点非常重要，当面色没有一层和缓的气色浮出来，这就像什么呢？就像那个桔子，大家吃的那个桔子外面会有层光，油光油光的，这就叫做神采。人要没有神采，没有气韵，这个人身体就不健康，有问题。但有一点，有的光是浮出来的，也不好，这个神气要引而外发，要外发有根，如果外发无根，脱浮而出，这个是大凶之象。那么如果晦暗无光，气虚气郁在里，不得外出。

那么有人说了，那老师你这个讲来讲去很抽象，那怎么具体看呢？那这个关于具体看呢我不可能告诉你一二三四、机械的去看一个人，这也就是神气的特点，也是它脱离形迹的一个优势。你要说把这个五官画成多少多少格，拿那个色调去一个一个去比去，那这个就不是神气文化，这个是形的文化。那每个人拿这个仪器去测了，测来测去的，这个思想方式就是形的思想方式。我们要培养自己神气的思想方式，怎么培养呢，就是每天去看，什么人都看，看久了自然心领神会。像炒菜一样，搁多少盐，一挖就应该知道搁多少盐，

而不是说放多少盐再拿量杯出来量一下。每天观察，正常人什么面色，病人什么面色，病人面色当中又分几种面色，大家要多观察多留意。

建议大家多看看相书，如果想学望诊的话，多看相书，相书有《麻衣神相》《水镜集》《相里衡真》《布衣神相》，像这些书都可以看。多了解多看，学中医不要局限于中医课本上，不要局限在中医典籍上，要把自己的思想解放开来，多看古人的书籍，学中医在中医之外就是这么一个道理。你要看相的话，望诊你光看《黄帝内经》你学不会望诊，因为它就讲了一块，在一个大背景下写的那块《黄帝内经》的望诊，像蟹黄、赭石等诸如此类的，你就知道这几个比喻。如果读《黄帝内经》的话，要跳开，不局限在这几个比喻里，还有更多的对相的了解。望相其实最关键的就是望气，你看这相，你就体会后面气是什么样子，那这团气就是这个人。那一谈气你都觉得很玄，其实没有什么玄的，只是你功夫没下到，自己从来没往那边想过。从来没走过，你觉得走路很难，小孩从出生就开始学走路，走走走就熟能生巧，他就会走，以后就习以为常了。就因为我们没有学过气，那今天给大家摆出来，告诉大家，想学好中医，要了解气。

3、问诊

望闻问，比如这个问，一个病人来了，你应该问他什么呢？我发现好多医生，这个病人得了病，肚子疼，就说是肠炎了，也不问怎么得的。你比如说这个人两肋痛，怎么得的，写上肝瘀气滞，那怎么肝瘀气滞的呢？总有前因后果吧。这人类风湿，双腿冰凉，怎么得的？你得往回倒，倒到那个病因，你才能知道他是怎么坐的病。比如说她这几天生气，天天跟他丈夫生气，两口子打，打的两个肋叉子都疼了，什么原因肝瘀气滞？天天在家里闹毛病，有的病人就在我这儿看，看了半年之后呢，有点效果后来老反复不见好，就说这方子开的不好的怎么怎么的，后来了解，在家里经常老闹矛盾，家庭不和，老打架，老生气。大家想想，你这个天天没有一个良好的心情，没有一个良好的家庭环境，你说身体能好吗？不可能的。

很多病人总希望这个大夫开方子能百分之百给他这病治好了，这都是不现实的，我一再强调三分治七分养，病人不听，他就觉得你这个就是救命稻草，抓住不放，其实呢忽略了自身介质，你自己的神气一乱，吃什么药都没用，要神气至，稍微吃点药就管用。那很多病人治不好病都要骂医生呢，我觉得不可理解。很多医生还是相当负责的，即便治不好你的病，他也用心，本身治得了病，治不了命。很多病人应该自我反省，自我检讨，自身

哪有问，苍蝇不叮无缝的蛋，你自身要足，怎么可能得病呢。有时候病人刚开始看病，寄予无限的希望，精神高度紧张，开的方子稍有不慎，他就马上一个电话就过来，稍有不妥，你还要跟他反复强调说你这个翻病，或者说这个什么，再吃吃看，这样都无利于治病。你要看先放下，把自己当一个正常人，即便不正常，也要把自己当正常人。自强、自立，这个大夫才给你看病，一下子你把身体的整个重心都依托在这个大夫上，一下子泰山压顶之势就过来了，希望大夫挽狂澜于即倒，这个是看病不好的心态。

所以说你这个大夫跟病人沟通这个问诊非常重要，问诊不仅是问病由，它怎么得的，而且还是与病人心灵的一次沟通。那这个问病由，比如说下肢冰冷，夏天穿毛裤棉裤，什么原因呢？冬天下河，不注意，又来月经，一下子寒气入腑，结于经脉，使她常年的经闭，下肢经脉不通，那这个就是病因。病因找到了，就知道应该怎么治了，这个都从问诊来的。还比如说一个小孩，发烧出疹子，发烧了，高烧挂水，这本身高烧应该发之，什么是发之，就是发汗，一发汗，烧就退了，现在很多爹妈不了解、不懂，一见发烧马上乱了手脚，马上送医院挂水，烧坏脑子怎么办呢，片刻不等。这个我跟大家讲过，人要懂得按自然规律办事，一个发烧是自然现象。国外的都知道多喝水，让他自然的通过抵抗力让烧退下来，中国人怎么搞的，现在就没有一点儿自信力了，搞得我觉得现在这个做人太难了，这个大部分爹妈不会养孩子，这样别说一个孩子了，半个孩子养起来都困难，“以其生生之厚”，你越在乎他你越违反自然。

咱们举个例子，你说话的时候跟别人沟通的时候，你要在乎你说出来的话的语音、语气、语调，那你的话没法说了，说两句就结巴了，就像我这，我要是有一篇稿子，给大家念，我就脱离不了稿子，念完了拉倒，我也不可能这样神情自若地在这里给大家现场发挥了，所以说很多事情都是自然而然的。养孩子也一样，我讲育儿的时候说了符合天道办事，符合自然办事，符合自然育儿。一个发烧，一个小孩发两天烧没什么大不了的，不要相信会烧坏脑子，没那回事。误治才可能烧坏脑子，不误治不可能烧坏脑子，人干什么吃的。一旦发烧，小孩发烧，多喝点水，即便不吃药，两三天也就退，小孩火力足，一发烧就能到39，40度，这正好证明小孩的这个抗病能力强，越高烧越不用害怕。我跟很多家长说越高烧越不要害怕，反而变低烧了，37度、38度半，要警惕！为什么老人要烧烧不起来，小孩一烧就40度，现代人不琢磨，都把小孩往医院送。哪有那么多医院呢，这个医护力量呢，我看北京那个大医院天天人满为患，都信医院，把真正的治愈、治疗方式全抛弃了，自己的宝贝都扔了，抱着金饭碗要饭吃，哭爹喊妈的往医院跑，求大夫治一治，治一治孩子，

又可怜又可气。这发烧很简单，喝点生姜红糖水，发一下汗，食疗最简单了，把汗逼出来，烧自然就退了。当天不退，第二天也退了，第二天仍然照此做，第二天晚上烧就退，一般孩子退烧在后半夜，后半夜阳气一升，人正气一振，烧就退了。搞个挂水，百病丛生，你一挂水，正气就被打进去了，它刚想努，跟这个邪气抗争，到了白热化的阶段，到了39、40度，你一瓶大凉水下去之后，正气一下就蔫了，不烧了，是不烧了，转别的病了。

前两天有一个出疹子的，挂了水之后，烧就退了，疹子天天在那起，这拱点，那拱点包，都拱包，为什么拱包？这拱包还算好，一招冷水，阳气暂时激灵一下打回去了，小孩生机旺，慢慢地它就往外出，邪气还在表，没去，那它往外出，出不来，只好从那些薄弱的地方出疹子，邪气薄弱的地方出疹子。怎么开方？再不断地开扶正气解表的药，帮助他疹子发出来，这些疹子，正是你正气向外发的表现，千万不要一看疹子再给它掐回去，要把疹子都发出来，发出来带着邪气就都出来了，小孩还能恢复正常。如果一看疹子，又开始搞这个抗生素之类的，阳气好不容易又通过疹子往外发的，再给他掐回去，那么这个病就迁延不愈。

为什么现在好多小孩得病，得一些怪病，白血病这类的病，尿毒症，很多都是发烧感冒挂水得的。小孩眼下青，这个山根青，哪是山根，就是鼻头和印堂最洼的那个地方，叫做山根。发青都是寒气积在里面，肝气、生气不旺，生气被卡住了。痒，这个浑身刺痒，这些东西，赶紧抹药，把这痒压下去，你不要压，正是阳气往外蒸导致的痒，现在得这种斑疹的太多，没办法。当时这个小孩得这个疹子我就问，怎么得的疹子？说挂水得的疹子，那么好了，一下知道了，因为挂水遏制了阳气，那么开什么药？发表的药，补中的药，调脾的药，慢慢疹子再往外发，发发出去就好了，那这个就是问诊的作用，要跟病人沟通，他这病怎么得的。

现在一半的病都是医源性疾病，是治出来的毛病。很多老百姓都知道，不能去医院，去医院不定出什么事呢。关于医院我不想多说，我只想告诉大家，不管是医生还是患者，还是中医爱好者，要自强自立，要明白道理。生活原本很简单，只是人们搞复杂了。天下本无事，庸人自扰之，自己扰乱自己，那没有办法，你还叫苦连天，怨自己命不好，都是自己找的。平时不烧香，临时抱佛脚。平时有那么多时间，追名逐利去，打麻将去，跟别人生闷气去，就不知道学习点东西。孔子不是说，你还不如博弈呢，你终日这个游手好闲，还不如跟别人下下棋呢，孔子说的下棋，下的是围棋，下围棋能让人明白阴阳消长之道，也能让人知道这个谦退的道理、谦退的好处。现代人下棋不断地吃吃吃，就想把对方吃掉，

不知道保护自己，要先补自己不足，补不足就是一种强势的表现。老子说过，不敢进寸而退尺。我往前进一寸我都不敢，而且我还往回退一尺，大家可想，这是多么谨慎的一个态度。那舍得舍得，没有舍哪有得呀，光想要东西，要要要到最后就把自己要成什么了，要破了，蛇吞象，人心不足蛇吞象。

不知道阴阳消长，自己稍微不如意，就怨天尤人，这都是福薄的表现，本身不如意正是你积累精神的时候，反复思考的时候，退而自省的时候，这时候不去自省，不去休息，反而怨天尤人，你说这得病不是该着吗？很多病都是情绪病、心情病，如果说一个人淡泊名利，不与人争，处人之后，他怎么可能有多大的毛病呢。所以说问诊的时候，要跟病人问清楚，交流清楚，有时一个好的大夫就是一个心理导师，有的这个病人他就是抑郁得不得了，又没人诉说，那你就当他的倾诉对象，他就不断跟你说，说说说，你不断地引导。真正好的大夫是倾听者，而不是不断地发问者，刚开始要适当地引导，把他的话匣子打开，哗啦啦地向你倒，倒的过程中你再加以引导和劝慰，你别堵，就是烦了，烦烦烦，别说、少说这样的话，让他都倒出来，倒出来他心里就舒服，觉得你是个依靠，可以言表的。你再好言劝慰，告诉他这事是怎么得的，你就是跟谁谁谁生闷气生的，跟他生闷气有什么值得的，光气着自己了，自己生完气也挣不着钱呐，何必生气呢？人生苦短，短短几十年，很多事是身外事，生不带来死不带去，这话你就反复跟他说。现在很多病人，如果你是医生的话发现很多病人都是小孩，不要把他当成大人，你想，鼠目寸光，就看前面一尺，你说他不是小孩是什么呢，老在局限这个小圈子里兜来兜去兜不出来，这跟小孩过家家有什么区别，还不如小孩。大人心机多，小孩天真浪漫，没有心机，心机多的人疾病多，心机少的人疾病少，这天道，非常公平，你得了恶疾，得了什么什么，都是有来龙去脉的。大家胜不骄，败不馁，为什么我始终强调人得病是一福，得了病是福气。

很多有成就的人，都从身弱开始，这成就当然主要指的是道学、佛学、医学上的成就。这个皇甫谧，皇甫谧是谁，就是写《针灸甲乙经》那人，他从《黄帝内经》很多原文抽出来又加以发挥，写了中国针灸史上的第一部著作，叫《针灸甲乙经》，这本书很不错。他就是一个什么呢，他就是一个半身不遂，要我记得没错的话。所以说对我们来说，不管是我们学习气学，这个气学很多方面是比较精深的理论，还有就是说一定要学会做人，要保持心态平和。他说东西都丢了怎么平和？房子都让人占了，保持不了平和，这个就是你没有想开，很多问题要想开，只要你心态平和，你处的人际关系就好，人际关系好就不会出现更多的人与人之间的冲突，自然而然，你就维护很多人，人家就愿意帮你，你做买卖也能

成，这个做事也能成，因为你是个好人，与世无争，别人都不把你当假想敌，他知道你不侵占他的东西，那自然他有一份东西要给谁，肯定想到是给你，所以说不要做一个伶俐人，哪怕说做一个看起来木讷的人。什么叫木讷呀？麻麻木木，木讷，是不会说话，木是麻木，这个麻木不是说感情麻木，是对名利麻木，木讷，不要做伶俐人。

大家看一看电视上，或者说现场有很多，现在这个人说话，频率越来越快，像炒豆一样，生怕自己的话，这个机敏劲表现不出来，像机关枪似的，哒哒哒哒没完没了。我看很多主持人是这样，他请了一个嘉宾过来，半天光他在那说，嘉宾刚说两句话他又把话筒抢过去，这个做主持人很失败，这个都不会做主持人，真正的主持人是调动大家说话，让大家多说，自己少说，这无为而治，你不能抢风头是吧，成了表演秀了，主持人不能当表演秀，你主持人的目的，主持的你就相当于一个家庭的大家长，让大家活跃起来，你不就轻松自在了么，不用多说多少话，你要做一个引导的工作，让嘉宾多说，群众多说，你要掌握节奏，掌握主旋律就可以了，哪能主持人说起来没完没了。

所以说我们做医生也一样，要让患者多说，你要做患者的依靠。做依靠？那就有虚怀若谷的心态，这不能当高山，哇你这个越来越高涨，让大家都看你，不要这样做，要虚怀若谷，大家都能到你这倾诉。为什么为百谷王？谷，它能容气，能纳水，能藏污纳垢，所以为百谷王，跟大海一样，不择细流，谁往海里流东西都行，不管是清的浊的有毒的污染的，所有东西都能流到大海去，然后大海通过它博大的运化功能，慢慢的把这些东西都消化掉。也就是说作为一个大夫，要有容人之量，在问诊的过程当中，要跟患者建立信任关系，让他有一种依靠感，这种依靠不是强来的，而是你的胸襟跟你的素质自然而然形成的，而这里面不要带有功利的色彩，因为你作为一个医生就是救死扶伤的。

4、切诊

那关于切诊，你看现在很多大夫，“啪”，手一搭，像模像样的，切病人，病人感觉很踏实，你要不给他摸脉，他心里不踏实，这个中医不都摸脉么？有时候我就比如说在网上给人看病，不摸脉，他心里不踏实，非得见你一面，把手伸出来，搭一搭脉，他心里踏实，其实这是长期人们对中医的一个理解，觉得你这个大夫，一定要切诊，你切一切我脉你才能辨辨证，你不切脉你怎么能知道我得什么病呢？实际不尽然。主要是中医要看气，通过任何方法都可以看气。

说个题外话，像还有一个药壶，也是中医象征，要砂锅、药锅熬药，开个方子，哎呀

这个病人一定要买个砂锅，回家熬药，说买不到砂锅自己还挺着急。其实这个砂锅怎么来的呀？古代只有铁锅和砂锅，这铁锅搁药容易起化学反应，所以说要用砂锅，就这么简单。其实现在社会进步了、发展了，你避开铁锅就可以，像不锈钢锅、铝锅都可以熬药，为什么你一定要用砂锅？这个就是由于人们刻舟求剑，长期不明白这个道理，这东西倒是继承了，还继承地挺好，可真正的神气文化都丢了，那些边边角角的鸡毛蒜皮都继承起来了，像模像样拿个砂锅在那熬草药，就像是中医，那我要是拿个铝锅、不锈钢锅熬草药，就不像中医。

大家想想，人们总是愿意注重表面的东西，舍弃里面的精华。很多病大家都可以自我治疗，放弃了，都委给医生。你想想医生每天要处理多少病人，尤其医院，都是流水化作业，人都麻木了。又由于很多都是商业化，里面掺杂了很多利益在里面，你想想他在你身上能花多少精力。你把你自己至贵的生命委托给医生看，哭爹喊妈的，你哭爹喊妈，他也哭爹喊妈，大家都哭爹喊妈，你说这个医生跟谁热情，不跟谁热情？比如说摸脉，大夫你好好跟我摸呀，这每一个病人都是这样跟大夫说，你说大夫啥心情？大夫也是人呐。你让他好好摸他就会好好摸吗？这个不是大夫素质问题，每天看那么多病人，都是流水化的。你们把自己的这么宝贵的生命就这样的无偿地交给他，不是无偿还是有偿，有偿不是他给你钱而是你给他钱，倒给钱交给他。我看网上很多帖子说又一栋楼送进医院了，就是自己那栋楼，自己一栋楼房，这一个月都贴给医院。说的啥呀，攒了一辈子买栋楼，花了至少四五十万吧，看个病都进去了，还没看好，老爷子还走了。你说这个人们呐，现在没办法，办的都是荒唐事，荒唐人办荒唐事，我无话可说。

现在的人就像一个人拿着砂锅熬药一样，其中的道理都不要了，就知道砂锅是中药，嗯，砂锅是中医的特色，这和摸脉是一样。现在网络这么发达，通过看舌片，通过电话沟通，是吧，面相照片，完全，不能说完全吧，八九不离十可以判断一个人的疾病，何必一定要摸一下脉呢。望闻问切，切是最后一等。望而知之谓之圣，闻一下声音，他说话的声音的这里面就是去辨别，都可以知道他得病。很多病人给我来电话，我听，这声音弱的，肯定是一个虚症，说话蚊子声，说不出来了，说话还停顿倒口气。有的说话声音很洪亮，有底气，这个就不用补虚，肯定是其他的问题，这不很简单的一个辨辨证的方式么？所以说大家不要只重表面现象，要知道这背后反映的是什么，但是对于普通患者没这个要求。为什么呢？民可使由之，不可使知之。这个不是贬低大家，因为你不搞这个，你难道可能拿出二十年的时间研究么？不可能。所以说古人告诉我们要“民可使由之，不可使知之”，

你就这样做就行了，遇着感冒发烧你就发汗，八九不离十，大部分感冒发烧发汗都能好。个别的化热了或入里了，或者说是温症，是吧，可能会错治，但是百分之七八十不会错治。如果说你因为一两例不发汗，那么百分之八十你都会误治，或者耽误了，告诉这样做就行了。

你肚子疼，赶紧的拿热水袋，喝点热开水，喝碗热面汤，放点胡椒，肚子疼八九不离十，寒，凉到了，肚脐眼上疼，凉到了。那还有拉稀，闻闻臭不臭，臭断成热，不臭断成寒，这个基本的不会错到哪去。后来好多医生，写什么呢，怕冷未必是寒，怕热未必是热，这就坏了，这相当于什么呢？这个就相当于标新立异，还是这个什么意思呢。比如说一个人怕冷，是吧，怕冷大部分都是阳虚的表现，但是也有郁结在里的，是由于阳气蒸不出来，热气淤滞在里，导致外面怕冷。那么这个呀，百分之一都没有，概率，百分之九十多，百分之九十九，怕冷断成虚寒症或者实寒症没错。你一定标新立异来一个百分之一，发表了，给大家一看，大家害怕了，以后再遇着怕冷不敢下热药了，不敢下温药，那这就不对了，迷惑众人，拿小概率来迷惑众人。

古人说了一句话，“君罔以辩言乱旧政；臣罔以宠利居成功”，什么意思呢？就是说这个领导，当头的，“君罔以辩言乱旧政”，就是说你这个嘴，能言善辩，不能因为你这个能言善辩，把这个旧的制度，旧的传下来的好的制度颠覆了。“臣罔以宠利居成功”不能因为你得到了皇帝的领导的宠信就自己自得其功，居高恃傲。还有一句话叫做“言隐荣华，道隐小成”，真正的好的道理都被淹没了，这个大的道理都被一些小技巧排斥掉了，那也就是说大家不要看别人怎么说，要看怎么做，要看实际的效果，说谁不会说呀，大家看看，比如说我在这讲课，讲了这么多课，也整理出了文字，不停地说，每天讲，以数量取胜，也能淹没别人，但是对我有什么用呢？如果你下面没有长年累月积累的这个能力、临床水平，讲话讲多了会遭人骂的。

由于印刷术的发展，导致文明的落后。那人说：“这怎么可能，印刷术加快了文明的传播速度。”恰恰不是这样，印刷术的发明使人们随便写点东西就能传遍四方。你想一下，现在这复印机，打印机，激光照排这些东西出来，是个人就能出书，什么后果呀？这相当于网络上，你看搜点东西在网上，有多少有价值的东西呀？信息海洋，把这全淹没了，大部分都是垃圾。所以说很多事情有一利必有一弊，有一成必有一败，有一得必有一失。所以说我们要用脑子好好想想，我们所在的社会究竟是一个怎样的社会，哪些真的对，哪些真的错，对与错，不是那么好判别的，不要认为大家现在都在做的事就是对。比如说小孩挂

水，大家都在做，其实是错的。大家得了癌症都害怕，认为癌症是绝症，其实也是错的。认为中医治慢性病，不治急性病，急性病还得西医，这也是错。中医对急性症的治疗效果非常好，治本。连一个肚子疼，一个腹痛，很简单的，搞到医院里边，治来治去的，缓解不了。

我记得三年前，三年前跟一个朋友在饭馆吃饭，当时可能走的时候凉到了，吃的时候饭又不是特别热，吃完之后肚子痛，涨疼，怎么回事？凉气窜、涨，我手捂肚子，疼得不得了，这个朋友就说了，赶紧去医院吧，别到时候搞大了，肠穿孔，肠梗阻，那可坏了，他就要扶我去医院，我说你别扶我去医院，我再挺一下，过了半个多小时的时候，我就不断的让饭馆给我拿热水，不断的喝，挺着，疼得不得了，腰都直不起来了，不断喝水，喝喝，半个多小时后，转矢气，什么叫转矢气呢，就是放屁了，咕噜咕噜屁往下走，放了一圈屁好了。朋友大为惊讶，“你真是太有勇气了，疼成这样都不去医院！”大家知道当时我是什么心情，我真是没话说，这么一个简单的病，还值得去趟医院吗。你别看那个症状很厉害，越是厉害的症状越不可怕，你看疼得龇牙咧嘴、满地打滚，这都不是严重的病。咳嗽，剧烈咳嗽，咳嗽的声音恨不能把屋子都掀起来，吭吭的在不停的咳，那都不是重症。你看那咳，咳中带喘，像那水积声，吱吱的那种，人还无力，那就要出问题了，喘都喘不出来了，上气不接下气了，这要出问题。

我治了许多病人，吃了药后疼痛加剧，刺痛、胀痛，这都是好的。病人不了解，一看疼痛厉害，“吃错药了”，他马上怀疑大夫，你还得给他做解释工作，这叫“翻病”。幸亏咱们中医有个“翻病”这个词，为许多病人所接受。不然就坏了，一吃病情加重了，你说怎么办？所以说当一个大夫很难，尤其现在当一个大夫，非常难。

咱们接着来讲吧，刚才给大家讲了鲁迅和孙中山，现在再给大家讲周总理，大家来看看周总理，你看他到晚年，脸上斑非常多，怎么来的呢？就是气郁结的斑，肝气郁结的斑，整个气结吗，压力太大，总理日理万机，各方面的压力太大，还有大家注意，周总理一个习惯性的姿势就是他的右手始终放不下、端着，他为什么端着？他心思多，放不下的事情太多，都必须端住，他随时要处理，要处理主席的事情，要处理人民的事情，要协调各方面的关系，要处理外交的事情，每天想的事情太多，放不下的事情太多，所以他右手始终端着，右为大么，右为相，左为将，他作为一代总理，所以右手老是端着。还有，大家看看周总理写的字，网上搜一下周恩来题字，大家可以看一看，周总理写的字，有一个很大的特点，大疙瘩特别多，毛笔写的字，疙瘩特别多，一个一个疙瘩，中间凝结成一大

块黑，字如其人，写的这个字，这个字带的气就是周恩来身体的气，越到晚年，越瘀结得厉害，写的字越瘀结，你到网上搜去，所以说对于我们医务工作者来说，尤其学中医的，一定要善于观察人和事，周围的任何人事都可以观察，都可以拿来用气学理论去理解、分析、明辨，并且找出对策。周恩来怎么得的膀胱癌？膀胱癌怎么得的呢？这是肝气郁结不通最后导致的。

所以说名人你可以拿来相，现在电视上那些走马灯似的换的名星之类的，都可以拿来相。开开电视，演的所有的人，说话声音是怎么回事、像什么东西，模拟大自然么。这个人，人有万象，有的像植物，有的像动物，有的像山，有的像河，有的像海，有的像小溪，有的像猴，有的像鹿，有的像马，你就去体会去，潜移默化，不断地去训练、观察、感悟，慢慢自然你就能进步，不要期求看一本新书或一本秘籍，看完了大彻大悟，没有这么回事。难道这个写的书还有比《老子》写的好的？有比《周易》写的好的？有比《坛经》写的好的？有《心经》写的好的？这些书你都视而不见，你还想看什么书，放着大道不走，走旁门左道。《悟真篇》说的很清楚：但安神息任天然。什么意思？但就是你只要安了自己的神息，顺从自然之道就可以了。去除人为、破坏自然的人为因素，重新返回自然而然的自然状态，你自然就能得道，自然就能看病，自然就能愈病，自然就能高兴。

有同学说总理曾经从马上摔下来过，右手有残疾，这个我不太清楚，但是有一点，不管他是有残疾还是由于什么原因，这个手放不下，它是一个相，这个相就是一个征兆，那么在公众面前他所表现出来的就是端着右手，所以不管他是摔下来的，还是怎么下来的，都会呈现出这个相来，我们要看就看这个相。

古人认为风中化虫，风一吹过来，虫子就出来了，后来科学解释说，外国人认为中国人对于生物的理解太浅薄了，怎么浅薄了？风怎么能产生虫子出来呢？那是因为虫子在那下了卵，卵孵化出来又成为虫子，那么他就不理解中国人的思维方式，中国人的思维方式是一种协和的、相生相化的一种思维方式，那个风一吹来，现在科学也证明了如果没有地球风的旋转，不可能产生万物，不可能产生植物，不可能产生动物，风代表一种气的流运，那么风吹过来了，带来什么呢？带来了种子，带来了生命，带来了气候的变化。“风吹则虫化”，是从这个层面来解释的，并不是他解释的，风一吹过来，风中就能产生虫。这个虫指“羽虫”，飞起来的，小蠓虫，这些都是飞起来的。

还有湿中生虫，潮湿的地方它能生出虫子来，湿气怎么能生虫呢，西方人也不理解，这不扯淡吗，没有卵怎么有虫子呢？实际湿的环境容易培养出湿气的虫子，比如潮虫等各

种虫子，环境能够孕育特定生命，古人说蝗虫来了，蝗虫来了证明什么呢？蝗虫是贪气所结，这么多贪气，蝗虫吃了这么多庄稼，贪气结成，治这个贪气，怎么来治呢？首先国家进行整顿，杀贪官，整顿吏治，现在搞成好像是变成迷信了，其实这里面有很深刻的道理，人与天地相生相应、相长相化，人是万物的一份子么。

前两天我就看电视上面说，原来老话讲瓜的果实与月亮盈亏有很大的关系，月亮盈，它长得快，长得饱满；月亮亏，它长得慢，长得瘪，这怎么可能呢？地上的一种植物，结个瓜还跟你月亮有关系？不相信，后来由于科学进一步深入的研究，发现确实如此，而且跟潮汐也有关系，它长得快的时候正是潮汐涨潮的时候，退潮的时候它长得慢，月亮圆的时候它长得快、长得饱满，月亮亏的时候它长得慢，这都是天人相应，同呼吸共命运，都是一口气，它呼所有的都呼，它吸所有的东西都吸，都一样，所以说，我们要明察自然、辨人事，这里说多了，今天不展开说，要说起来太多了，可能大家也接受不了。

咱们接着来讲这个切，切脉，很多人觉得很玄，一搭手指头，知道得什么病，太神奇了，实际不然，你要知道其中的道理，这很自然而然的，他切脉切什么呢？就是通过触，接触你身体，感觉你的脉动，去体会是一种什么气在你身上呆着。比如说胃疼疼得厉害，那脉就跳的快，登登登登，紧张，为什么紧张呢，正在那打呢，双方正在进行开战，鏖战呢，整个身体环境全都紧张。就像一个国家出了流寇了，到处窜着打，全国都紧张。这个也一样，你说胃部疼得厉害，全身都紧张，表现在脉搏上跳得就是紧脉，为什么是紧脉，就是紧张之脉。什么叫紧张之脉，你自己体会去吧，手摸着脉，咚咚咚咚，好紧张，这就是紧张之脉。你喝了红糖水，一放屁，好了，这是什么脉，和缓之脉，多好多，正常了，这是和缓之脉。比如发高烧，烧在表，这脉是浮脉，咚一咚一咚一咚一，它浮在表面，正气努力的向外努张，浮在表。这人虚，身体不好，什么脉？沉弱脉。咄-咄-咄，有气无力地在那儿跳，这就是沉弱脉，它蹦不起来就是沉，蹦得很弱就是弱。所以我们讲脉没那么玄，很简单的一个道理。什么叫弦脉，咚~咚~咚~咚~咚~，这就是弦脉，象肝气，肝气郁，像这样董董董，它想解他的肝气解不了。涩脉，刮那个竹子，特别涩，登登登，很凝涩，不通畅。滑脉咚咚咚，涩脉过不去。

有人把脉说得玄而又玄，搞得人们丈二和尚摸不着头脑，还搞个测脉器类似的，搞个仪器放那儿，通过那个波形来搞清那个脉，这个东西都是南辕北辙。明明很简单就能体会到的，非要拿个仪器再倒一手，给他机械化了，这就完全不对头了。老想搞个机器把中医分解，你越这样搞越不是中医。那就像拿一条色带，比你脸色一样，滑稽之极，所以说呢

在中医到了面目全非的程度，别看中医现在火，都是虚火，为什么中医现在火，就是因为现在中医要完了，不得不扶植一下，再不扶植就死了，就这么简单。但是大家想想，冰冻三尺，非一日之寒，中医现在都奄奄一息了，你再救它，谈何容易！断好几代了，一代不如一代。

5、经方和时方

可以这样讲，现在的中医，对神气根本不谈，你不谈神气，对中医你就摸不着门。就像日本人，把《黄帝内经》扔了，天天研究《伤寒》，觉得自己很聪明，其实最傻一个，太急功近利，你研究《伤寒》去吧，再给你一百年你也研究不出来。你连神、气，精气神你都不谈了，你说你怎么还辨证开方，谈不上。现在不是分经方派和时方派，经方派觉得自己抱着《伤寒》，简直不得了，理论的巅峰，经方是群方之主，都得向他看齐，我就抱着经方不放，来什么病都用经方对付，结果呢，疗效一样差，而且受到时方的讥笑。那时方对吗，也是有问题的。

这里简单说一下经方的问题，其实很简单，就和前面的刻舟求剑是一个道理，都两千年了，你还抱着不放，《伤寒论》是治外感病的，到内伤病，必须变化，不是说抛弃而是必须要变，两种疾病类型，外感来势急，无内伤者攻之可愈；内伤病不一样了，内伤病来得慢呀，慢慢得的，大多内虚，你再用经方派去治，越治越厉害。所以说，一定要识辨，《周易》讲不易变易简易，不易的是道理，变易的是时局，简易就是这个道理告诉你很简单。自居经方天下第一的，每每把经方张仲景《伤寒论》拿出来跟人理论，要仔细考虑的。不能还穿兽皮吧，穿衣服的道理知道就可以了，现在这么多材料，你也可以换一套穿穿。

这个说了，好多人用经方也治好了好多病，这里我跟大家说一下，首先我不是反对经方，也不是反对时方，而是要活学活用活辨。经方可以治很多病，但还有很多病经方治不了，单纯用经方，必须用变方才能治。你比如说确有实证的心下结的你就用大陷胸汤、小陷胸汤，一泄而下。那要结是一个虚结呢，你还用这方吗，这就不能了，这不很简单，当然在这里面要证一下名，《伤寒论》各个条文是按照气学来走的，从气学的角度来解释病情的变化，这个是不易的，是很有道理。

今人内虚，不如古人壮实，方子是不是需要调一下呢，古人很多都用附子大者一枚，现在的人可以试试，看看受得了受不了，环境不一样了，得病的性质不一样，方子就要变，从前我也是想回到古代，古人确实好，读《尚书》《诗经》，古代人太纯洁了，回到那时候，

穿那时候的衣服，吃那时候的东西，和那时候的人交往，我很长时间摆脱不了这种心理，后来发现时代在变化，没有一成不变的东西，对古代的向往难道不是一种执着吗？时代不断在向前发展，总是在不断的变化当中体会大道理，夏天可以穿背心裤衩，到了秋天还能穿吗？不能穿了，当时的背心裤衩再精致，再合适，到了秋天也要换换，经方也一样，经方不是一成不变的。

有人一定要研究出古代的一两相当于现在的多少克，大可不必，就像一定要研究当时吃几碗饭才能吃饱一样，古人是古人，今人是今人，今人吃几碗米饭能饱？吃一次不就知道了，很容易就测出来了，比如说麻黄这个量，小孩用多少，大人用多少，真正的发烧表闭无汗证，大人从5克，10克往上加，治上5个病例，马上就知道该用多少了，小孩应该加多少，做一做临床调查，如果一定要那书上如鸡子大的石膏硬套的话，不是一个实践的态度，那不成了啃书本了，成了书虫了？很多事情都要实践，试一试就知道了，今人古人确实不同了，这个是不可否认的，方子再好，也两千多年了，就像刚才的砂锅铝锅一样，用砂锅是不能用铁锅，就是这么一个道理，任何事情都是在推陈出新，执着于过去会被淘汰，古代没有网络，现在有网络，所以网诊应运而生，原先没有网络，一定要面诊，有网络了，有摄像头了，有电话了，人们就不能网诊一下吗？在两千里之外呢，你让他见面看一看？很多病很简单，一个头疼脑热，身体弱，长期看病，看多了，自然知道，八九不离十，是什么病，难道还要让病人从两千里之外跑来面诊吗？过于激进、抛弃历史，固然不可取，过于泥古，也一样不可取，必须与时俱进，到春天要穿春天的衣服，到夏天要穿夏天的衣服，就像磨剪子镩菜刀一样，一定要退出历史舞台的，买把剪子很便宜，不像过去，一把剪子用一辈子，只要把握住顺应自然之道，古人讲的大道多理解，就像老子讲的《道德经》一样，都很抽象，哪有具体的描述，这些东西都是体现一种精神。

第八课 辨证

今天主要讲中医的辨证。那这个我们要清楚什么叫辨证？症是什么意思？那么这个症又如何来辨？这是今天咱们讲这个辨证的一个主要围绕的主题。中医这个辨证，辨证施治，是中医的一大特色。所谓的辨证施治就是根据病人所反映出来的各种症状从而判别这个病人的疾病的特点、病机的特点。

1、何为症

大家知道现在大家得病，比如说鼻炎、过敏性鼻炎、肠炎、急性肠炎、胃炎、慢性胃炎，这些都叫病名了，胆汁返流性胃炎，这样的，都一个一个病名。你到西医院去查去，这个身体不舒服，查来查去，你要知道这是什么病。大部分病人自己有了不适，都抱着这个愿望，要知道自己得了什么病，那么医院开个单子，给你写上叫什么什么病，这个病人就踏实。起码知道自己是得了什么病，然后才涉及到治疗的问题，那么这个是大家目前固有的一个思维方式。比如说我这看病，病人经常问：“大夫，我这得的是什么病？”那这个深入人们的脑海了。乙肝、甲肝、戊肝、股骨头坏死、心脏病、冠心病、动脉硬化，诸如此类的，都要有一个病名。你看西医内科学上，也是一个一个病。先要有病名，然后才有病因、病机、治法。

那我们几千年来中医是不是也这样呢？这点可以很负责地跟大家说，不是这样看病的，中医看病不是这样看的，它不会说是很确切的告诉你这个是什么病，所以说咱们看病，中医看病它这个所谓的病名跟西医的病名是不一样的。但是现在出了一个问题，都按西医的病名来对症看病。什么意思呢？比如说乙肝，那么你被查出乙肝，你一定要把这个乙肝转阴，把这个病治好，那就来到中医，中医说我能治这个乙肝或者不能治这个乙肝，都是围绕乙肝这个病名来这个看病的，这个就出现了很多问题，因为一症可能对多病，一病也可能对多症，就是说一个病可能出现不同的症状，一个症状会由于很多西医所谓的病名，很多的病都会导致这个症状。

比如说一个背疼，可能是五脏六腑都放射到背，产生压迫，导致背疼，这一个症状能反映出可能是心脏的问题，脾有问题，肝有问题，肾有问题，肺有问题，都会反映到一个背疼，这是一个症状对多个病。还有呢心脏病它可以放射可以胸痛、肩胛痛、背痛、头晕恶心迷糊，都会导致，那么就是一个病它也会出现不同的症状，那没有标准化，一刀切的。所以说我们首先这个立意，这个看病的立意在哪？就是要求站在辨证的立场。

这个症，不仅是一个症状，症状和辨证的这个症候，是不一样的。什么意思呢？就是目前常规的人们自己得了什么病，这个病名是西医来定的。如果看中医，或者说我们是中医大夫，说我们看一个病人，不要受这个病名所左右。如果说你受它左右了，你就会受到它的治疗方式和理念的干扰，不利于我们看病。比如说一个胃疼，是胰腺炎，是胃炎，还是肠炎，还是胆囊炎？这个如果说从西医的角度来看，你就会束手束脚，不知道如何做。那可能现在很多书上说用中医来治胰腺炎怎么治？胆囊炎怎么治？胃炎怎么治？那首先你就会被它牵着鼻子走了。

那你说一个急腹症，胃疼、肚子疼，到底是哪个炎？是吧，知道哪个炎，然后再中医怎么治，这个就是绕了一个大圈子，那中医的基本特色就丧失了，辨证论治的基本特色就丧失了，所以说中医对病名的理解是很模糊，那要根据你的症状来推测你的病机，那么我们学气学就知道了，这个病机怎么推？通过气来推，通过你外在的症状、不适来理解、推测你内部的气机出现了什么问题，有哪些失常。

比如说一个胃疼，猫着腰疼，刚才喝了瓢凉水，这个胃疼得不得了，常识性判别，就是一个寒气入胃，喝了瓢冷水，下肚之后，与肠胃的气血相撞击，寒凝结在那，使气机不通而产生疼痛。那么再根据这个疼痛的性质来辨别寒气与正气相交搏的特点是什么。比如说某点痛，那证明了说寒气和正气交结在那一点上。如果说一个面痛，那证明已经是整个战场已经拉开了。那如果痛得厉害，证明正邪交战得厉害。痛得轻，正邪交战得轻。那么这是一个基本的判别方式，这个就是辨证论治。根据你的症状，来反映你气机的特点。

比如肚子痛，喝了凉水肚子痛，如果说是上腹痛，邪气高，下腹痛，邪气浅，邪气低。在上面的为逆，在下面的为顺。上面的难治，下面的好治，这是基本常识，当然也有例外的。那怎么治呢？很简单，通过温里的办法，使寒气能够散开，这个疼痛就缓解了。好些病人，孩子或者说是大人突然得了腹痛，很简单，生姜红糖水，不停地喝。他喝下去之后，比如说急腹症，小孩肚子疼，肚脐眼周围疼得厉害，在地上打滚，这时候爸妈就慌了神了，怎么办呢？赶紧送医院吧，到医院说有炎症，拍片就看，到底是哪？生怕孩子肠穿孔，然后又消炎，搞了一通。可能当时能缓解，回头这个病还没有完全去根。那么你从中医的角度来说就是寒气激着了，一个简单的发烧感冒现在治起来都很困难，简单到肚子疼也不知道怎么治，这个是一个民族的悲哀。这一个肚子疼、差气了、凉着了、寒着了，你就要猛灌热汤、热面就可以。当时得的寒气未有定居，它入得不深，所以说你不断地喝热水去化它，化化这个寒气就松动了，就往下走，以屁的形式就从下面出去。转矢气，肚

子里咕噜咕噜叫，肚子就化开了，就像一块凉冰一样，喝了很多热水，凉冰化开了就好了。那你不吃也行，不喝汤药也行，热汤热水也行，你拿一个热杯子，热水杯，灌满热水，腾肚子也行，哪寒腾哪，这不是很简单的一个治疗方式么？搞得现在，尤其年轻人，肚子疼都不知道怎么办好，简单的用热水温一下，喝些热水这种方式都不会。觉得发炎了，往医院跑，那么你不要知道它到底是哪发炎了，这个疼是哪牵着的疼，你只要知道它怎么得的，并且知道现在的症状，正邪相争，是寒凝所致就可以了，这很简单的辨证论治，非常朴素、自然、简单、方便，直中要害。现在大部分肚子疼一般都是寒着了，那还有吃着的，吃坏了拉肚子，小腹肚脐眼以下不舒服，这个吃着了，拉一通，病情就能缓解。如果不能缓解，那很简单，如果开汤药的话，白术、茯苓、陈皮，加点黄连就可以，直接推运一下肚子就好了，没有必要去医院挂水去，中医对很多急性病效果非常显著。搞得现在中医对急症病上不着手，因为人们根深蒂固，说这个中医来的慢，只能治慢性病，急性病只能说是去医院拍个片子，一下就知道哪发炎了，然后再来治疗这个炎症。其实他应该好好想一想，这个炎症为什么会出来？你消它炎症，你这个消没消到这个得炎症的原因？

这个是一个很现实的问题。搞得现在人们，你也不能说他智商太低，只能说被整个环境熏心的，自己没了主见。一个人说你不信，一百个人说你不信，一万个人说你就信了，电视上媒体这样狂轰乱炸，有几个有定力的人能够不为其左右的？很少，人云亦云了。天天广告上说是要补钙，那你也就补钙了，也就是说谎言说了一万遍就是真的。也不用一万遍，一千遍就是真的。有独立思考、能够辨别是非的这个人是可贵的。

2、食疗要法自然

这个话题岔开一下，比如说这个补钙问题，说你缺钙，为什么缺钙？老年人缺钙，什么原因？这要想一想，补能补得进去么？搞得现在从小孩到老人，从男的到女的，从健康人到不健康人，所有人都缺钙。缺钙的后果是什么呢？是骨质疏松。为什么会骨质疏松？是吧，现在人确实，很多人都骨质疏松。不能钙化成骨，那不能钙化成骨，什么原因不能钙化成骨？你要找到那个原因，像一个桶漏了一样，你加多少水进去它都往下漏。然后你说了，说这个缺水。这个桶缺水呀，为什么缺水呀？不断地所有人都要补水，所有桶都要补水，不断地往里补，这补了还漏，怎么补都没用。那你要解决这个问题，缺钙，为什么缺钙？这个原因要找着，这个原因找到解决了你就不缺钙了。天地养人，它不会让你偏性，偏到哪一方面了。中国这么大土地，人是从自然界生长过来的，一方水土养一方人。那怎

么可能老天爷让你缺钙呀，肯定是自身出问题，即便你是超微钙，把那个粒子打得很粉碎，这个钙，你要身体出了问题，这个钙在你身体走一圈就走了，补不到你骨关节，补不到你骨头上。如果你强行让它进去，还容易引起钙的堆积，它这个钙不会听你使唤变成了真正的这个骨骼的，反而成为骨骼的累赘，结节了、长骨刺。很多现在这个补钙补大发了，导致钙非正常的沉积，更难办。也就是看病要看本，我很无奈，很多病人问，他身体不好，除了吃我的药之外能不能补补钙？原先我还跟他解释，不能补钙，补钙没有用处，后来烦了，干脆不说了。你要说能补，你要愿意补你就补，没必要再多说些什么。今天咱们讲课再把这话题重新拿出来。说这个什么意思，就是希望大家都能够有独立思考的能力，不要人云亦云。

像这个牛奶一样，喝牛奶，一天一杯奶，强壮中国人，看似这个口号很好，实际害处很大。喊出这个口号无非是奶商为了自己的利益，去这样做，它无可厚非，谁做买卖不想做得更好，把自己的东西尽量地深入到人心，每天用才好呢。但是很多小孩，你看一看，天天抱着奶喝，这个奶那个奶喝的。这个奶，性粘腻，容易滞脾胃，小孩脾胃又弱，天天灌很多奶，消化不开，运化不了，积在中焦就积在脾胃，导致脾胃消化不良，要么拉稀，不爱吃东西，要么大便干结，推运无力。再加上喝酸奶，酸又能伤肝，微酸能益肝，但过酸能伤肝，长期喝酸奶导致小孩肝脾不调，这个病我看多了，小孩肝脾不调，那还天天让孩子喝呢。这个家长脑子里还心存着一天一杯奶，强壮中国人，从娃娃抓起。所有事物都是过犹不及，均衡发展。没有什么东西一定是好的，总是搭配着来，偏一边都不可以，总是协同作战。五谷杂粮要吃，奶你可以喝，但不要比重太大。

很多病人问我怎么食疗，应该吃什么汤喝什么，这也是陷到了具体的方式上，凡是采取具体的某一方式的，都不可能取得良好的效果。这有时候我建议病人站站桩，那如果说完全抱着站桩能好病的这个心态去做，他的病也不可能好得彻底。很多病人说自己在某一方面有心得，大肆推广、宣传，力图压倒所有的治疗方式，说我这个方法最好、最厉害，大家都跟我学吧，这个就偏激了。一方一法，都是有局限的，它只会适用某一些人，或者某一时段适用某一些人，还要多种方式并用才能取得良好的效果。光喝药也不行，光扎针灸也不行，最终还要懂得真正养生的道理和治病的道理，不能执于一法。

3、中医辨证要辨整体、辨气态

那这话扯远了，咱们再说这个辨证。辨证，这里面不知道学中医的朋友多不多？我这

个讲课主要是为学中医讲的，对于爱好者你们随便看书去，看完了再回来听我的讲座，不可能说完全在这做普及性教育。那现在搞辨证，很多中医院校出来的学生不会辨证，拿了书本去对去，这个也像，那个也像，这个也不像，那个也不像。中医院校那个考试题我也见过，非常死板教条，那样来做培养不出真正的中医人才。什么原因呢？就是中医的教育没有从神气来抓。这中医工作者、中医教育，搞来搞去，都搞成形了，都搞成西医那一套了。人们现在固有的思维根深蒂固的，总想发明些具体的方式加以运用，并且把这个方式推而广之。像挣钱一样，投资家最看好什么样的投资项目，就是一个方法很简单，就是可以复制，无限地复制下去。说白了就像是那个蝗虫繁殖一样，苍蝇、蚊子繁殖方式这样，低等动物的繁殖方式一样，追求数量、简单。这个说一点，高级的生命层次，越高级越复杂，越接近无形，越低级就越接近简单有形，所以说你看狮子老虎，数量少，都是哺乳动物，下的仔也少。越是低等的，它不是哺乳动物，卵生的，孩子出生了都不知道父母是谁，一下一堆，风一刮就散了。

对于我们的中医教学来说也是一样，你要不了解神气，就总想搞一个具体的方式推而广之，这个学不了中医。中医和西医很大一个区别就是模糊，模模糊糊胡的，似有似无，似懂非懂，那么这个就是中医的魅力所在，也是中国传统文化的魅力所在。你要一定给他列出一百条来，每一条再列一百目，一条一条地，你去对这个症去，这个中医没法搞下去。

那比如说脾虚说腹胀、面色苍白，再加一个四肢无力，比如说这三个症，这三个症状具备两个症就可以断成是脾虚。那么现在搞成这样症候群，比如说拿出五个症，其中有两个主症，三个辅症。两个主症具备一个同时再带两个辅症，那这个你就可以断成某个症状或某个病。脾虚、脾阴虚、脾阳虚、肝阴虚、肝阳虚，比如说。这样搞很滑稽了，那你还还要医生干什么呢？直接搞一套仪器测一下几个症，然后直接计算机打印出来，说你是什么病，然后相应的罗列出药方，直接吃就行了。那现在很多搞中医的确实是这样来搞，这样把中医规范化、标准化、具体化、可检验、可度量、可反复实验。大家想想，如果这样搞，中医上有句话叫“生生之谓易”，生而又生叫做易，不易变易简易，这个社会，是不断向前发展的，自然规律是不断地涌动向前的，自然现象是不断地涌动向前的呀，没有任何事情是一成不变的，执者失之，违者败之。你要把这个事看死了，导出一个公式，这个公式也就有局限性了，它可能当时有效，过后就无效。所以中国人，中国老祖宗，非常聪明，就告诉我们，不要局限于一些具体的方法，一定要明白后面那里的道理，不然的话中医没法学下去。

比如说现在的敲胆经，包括现在的针灸，扎某些穴位，这些都是具体的法，不是中医本身，中医的精髓都不在这些上面，所以说在这给大家讲课的时候，我不想告诉大家具体的方法，只是想告诉大家尽可能多的道理和中医是什么，那对于中医院校出来的学生，前两天我看那个谁，那个我不说了，被抓起来了，是吧，被抓起来等待审判，网上展开讨论，又是说中医怎么怎么样，原先这样的文章我不怎么看，那天点进去一看，有一个人跳出来了，留了个言，说他就是学中医的，是二零零几届的，学中医的，什么什么专业，自己的毕业证号是多少，这个前面做一个铺垫，以证明自己是科班，随后说中医是骗人的，我学了这么多年是吧，中医这是没有任何科学可言，说我们出来的学生都不信，这个就是老一辈中医专家说的话，培养的中医是中医的掘墓人。这什么意思呢？也不能怪这些学生，因为他们学的中医确实不是传统意义上的中医，因为他们老师可能就不信中医。所以说如果我们想学好中医的话，必须另辟蹊径。我这样说话可能严重了一些，有些人可能是觉得夸大其词，因为一般情况下我不想涉猎这方面问题的讨论。但今天正好说到这里，简单给大家说一下。

咱们还是说辨证吧，怎么辨证呢。比如说一个病人过来了，上次我们讲课说过，观察这个人，首先看他的整个气机怎么样，比如说一个头疼的人过来，头疼的原因无非是几个，就是内外两因，外因，比如说他感冒发烧、外感风邪容易导致头疼，另一个内因，内有淤血、阻滞，肝经上冲容易导致头疼。首先你这个病症要看这个人的头疼在哪，什么时候发作，怎么发作，同时你要问，他是什么时候头疼。比如说他有外邪，又是发烧，很简单的，给他辨证外感寒邪。如果没有这些，他生气导致头疼，可以断称肝气上逆，这是一个简单的病症。

那还有一些复杂的辨证呢，他又头疼，后背还疼，腿还酸，浑身不适，乏力，短气，腹胀、腹痛。如果按教材上的辨证，他好象哪都有点问题。说上面怕冷，下面怕热，说左边怕冷，右边怕热，那你说这样一个辨证咱们怎么辩呢？辩一个什么症呢呢？证这么多，你像现在我看那个病人是吧？他那个罗列的症状那就一张纸了，哪都不舒服，从上到下没有一个地方舒服，你说怎么辨证。在中医内科学上所说的那些症状，他有10%了，都集中在一个人身上，像这样的辨证，对于老中医来说就头大了，尤其是那些刚毕业的，无所适从，眼花缭乱，就没有办法辨证。但是我们还要辩，还要知道病机在哪儿？从哪儿来捋呢，这个就是中医气学方面的学问，那就是整体来看，凭感觉，这个凭感觉不是说你这个凭瞎猜，是凭真实的气学感觉，气感，要看脸色。他这团气呀，比如说浑身上下哪都不舒服，

我们知道气贵流通，贵畅，贵安稳，贵厚重，这几点呢你看他哪方面不足，因其不足而补之，因其不调而调之，这样来治病。不是去看肝脾肾，看心肝脾肺肾，看五脏六腑，看奇经八脉，看十二经脉，不这样看病。那有人觉得这个中医很神奇，《黄帝内经》写了那么多东西，你像脏腑理论，这个经脉，这个经络学说，搞来搞去的，如果说你不从神气的角度，而是从这个五脏六腑从这个经络角度来搞，搞成形了，搞成具体的了，这样的治疗效果也不好。

看病的时候一定要看出这个气的特点来，比如说一个人过来了，你感觉他这个气浑身涣散，你就可以断定他气涣散了，涣散的气要收之，收聚一下。你看他气高，都在心、肺上浮着，是吧，人很精明，但是已经虚脱了，这个就是气浮在外，一定要收回来。气浮在外有什么症状呢，就心慌，晚上睡不着觉，高度兴奋，紧张，人虚脱，两腿无力，明察是非，这样的症状都是一个气浮在外的表现。那么还有一个就是，气沉在里是什么表现呢，就是说话木讷，说话迟缓、迟钝，两眼不欲睁、头发昏，这两腿沉重，浑身发冷，行动迟缓，这就是气沉在里。那么还有很多病人说他这个气毛躁，就是火大，气腾下就起来了，表现症状是什么呢，就是爱着急，上火，气不顺，有事就吵起来，暖气，头疼，头晕，气得能哆嗦，这个就是这个气毛躁，肝气亢，这样的病人有很多。比如说再有就是气虚的病人。气虚的病人有什么特点呢？气血虚弱不足，那这个症状就多了，怕风怕冷、麻、无力、不能久视、说话无力、面色无光、头发不光亮、精力体力都不足，这个就是整个的气血偏弱，那如果拿一个灯来比喻的话就是火焰很微弱。

辨证要这样来辨，辨整体，辨气态，不要辨形体。那形体反映出来的都是这个气的表现，是外化。所以为什么说强烈建议大家多学学一些气界的一些规律，这个学好了，我们《内经》上不是有句话说得好，昭乎如日醒，寤乎如夜瞑。就是昭昭然，就是大白天你很清醒一样，如果这个东西你能看明白的话，就像大白天一样，看得一清二楚。如果你不明白的话，寤乎如夜瞑，糊里糊涂。夜瞑是什么呢，瞑是瞑目的瞑。瞑当瞎了讲，瞎眼睛，寤乎如夜瞑，就讲大晚上的没有月光，伸手不见五指，你要不明白道理就犹如在黑暗中行走一样，什么也不明白。连个肚子疼都不明白怎么回事儿，发烧感冒不会治，孩子不会带，老人不会养，养生更是一窍不通，什么东西养人，什么东西不养人，全不知道，你说这个和寤乎如夜瞑有什么区别。这个人呢，如在漫漫长夜中摸索一样。昨天我还跟别人谈话，这个地狱在哪儿。其实地狱就在人间，人间至少三分都是地狱，三分是炼狱，一分是天堂。其实六道轮回就在我们生活的现实当中，你要不明事理是吧，偶有风吹草动，你这人就不

知道怎么办了？人家说病是一大苦，你得了病自己茫然不知，不知道怎么回事儿，得了病了怎么办呢？那只能任人宰割了。

我见得病人多了，那痛苦万分，很多病人要死的心都有了，简直就是没有出路，晴天霹雳一样。所以说劝大家，多学学道理，多学学道理比什么都强，起码一些简单的疾病你要会治，就像这个肺病一样，咳嗽，大部分人咳嗽都是寒性咳嗽，你只要流清鼻涕，就是寒性咳嗽，不管以后化没化热，那都是因寒而导致的，那搞的像现在润肺的，像清嗓子的，这些药都不要吃，吃了反而加重，怎么治呢？要宣肺，把那个寒宣出来，什么叫宣，宣散，散出去，这个病就减轻了。你要润肺就粘住了，如果清肺反而是帮了倒忙。那咱们辨证，关于一个咳嗽，我看了一个帖，我一个病人回顾了一下，前段时间他的小孩咳嗽，明显一个寒咳嗽，回去喝生姜红糖水就可以，还不用开药，说咳嗽也不重，喝了两天，说咳嗽加重，家长不敢给喝了，小孩上火了，怕小孩上火，怕小孩咳嗽变成一个热咳，他们当成热咳，一喝，咳嗽加重了，这不是治反了吗。他又来找我，说咳嗽还没好，我说你再喝生姜红糖水。你当时喝了生姜红糖水，正好把正气激发起来，推邪外出而产生的咳嗽，这个要辨证了，这个咳嗽吃了药后加重了，咳嗽加重了是好事坏事？你要看。这个真假都是难辩的。普通人确实分辨不清楚，你要不告诉道理的话，就是一个咳嗽吃了药加重，你说这是吃对药还是吃错药，我们有心人能够分辨出来。我就告诉你，比如说你流清鼻涕，咳嗽，吃了药加重，我经常治咳嗽，很典型，吃了药马上加重，剧烈咳嗽，但咳嗽了一宿，第二天不咳嗽了，就好了。什么道理呢？就是药帮了你的正气往外顶这个邪气，通过咳嗽的方式往外顶。拼命的咳嗽，正是正邪交争，打的正酣的时候，有劲打了。没有劲打了你就不咳嗽了，有劲打就咳嗽。把敌人打出去你就不咳嗽。

比如说像这样子情况，医患之间是不是要保持高度的信任呢。他要不信我，还以为我把他治坏了。病人医生是要讲缘分，他要信你就可以治，不信你没办法治。很多治病的过程中都要翻病，病情都是加重。比如原先子宫肌瘤长了一个两厘米，吃药之后变成三厘米了，你说这是好事坏事呢。有可能是好，有可能是坏。吃错药了，使她的瘤子往大里长，吃对药了，把这个瘤子宣散开了也变大了。你说怎么看，这就很有意思。你要医生患者之间没有一个信任，医生没有一个良好的医术，病人没有一个良好的心态。这个治起来很困难。所以说治病不仅是一个医术的问题，还在于一个环境。

前两天我犯了咳嗽，也是天气凉，加衣服不怎么多，冻着了，咳嗽上来了，当天晚上咳嗽不严重，第二天咳嗽严重，我父母在身边，你这个孩子咳嗽怎么变严重了呢，是不是

应该吃点药，当然我知道是怎么回事，因为第二天咳嗽要严重，正好正气从下面起来了。头一天我就咳很困难，咳不动。气结在气管这，就是食道这，喉结下面，结在那，咳不出来。所以说我父母还觉得没怎么咳，是不是变轻了。第二天正气顶开了，不断地剧烈咳嗽，但是我知道这个结化开了，散开了。正是正气顶邪外出的一种表现，第二天剧烈的咳嗽，我喝些热水，加些衣服，咳嗽一天又过一天病就好了，一声不咳。你说如果没有一个好的辨证、辨别气机的能力的话，那很有可能第二天咳嗽加重了马上拉医院去了，说咳嗽怎么加重了呢。都说学医很不容易，当一个医生更不容易，能当一个治病的医生那是更更不容易。

像前一阵子治一个湿疹也是，湿疹往外发，不停的往外发。你说发这个湿疹，湿疹出的越来越多，你说这是好还是不好，很多病人见这个湿疹出的多认为不好，湿疹出的多两种原因，一种是病严重了，二是湿疹湿气往外发，发完就好了。你如何辨别这两种情况呢，这就是涉及到一个辨证的问题。怎么辨别告诉大家，这个邪比如湿疹，长局部的他可能是局部有邪，如果说浑身面积的，甚至对称性的，比如说这边胳膊长一个，那边也长一个，这个都是里面的问题，五脏六腑的问题，凡是五脏六腑外用药根本不起作用。我看了好多长风团的，全身抹一种药，当然这个药是西药，我觉得很滑稽。你像现在不是有植头发，掉头发，掉完了，脑袋上种那个头发，哪没有头发往哪种。你说如果医学搞成这种形式，那大家想一想这是一种什么现象，没有头发种头发。它又不像种地似的，你撒下种子它就能长出来，头发也要种，西方医学搞的，重新培植毛囊，毛囊里面出头发。这就像我给大家举的那个例子，人之所以腰椎出问题，是因为人直立行走，是吧，上身的腰椎承受上身的压力过多，那么应该学习动物，四肢着地的本事，一个教授带着一些学生在沙滩上天天学猴子跑，如果我们的现在文明，现在医学，从这方面去研究，往这方面来走的话，那么人类真不知道以后会发展成什么样。关于这个湿疹，刚才跟大家说了，如果局部的，那么可能是局部有病，只要是全身性的或者是对称性的，一定是内在出问题，现在人只注重表面，不注重本质和内在，这是一大缺陷，如果是内在的，外面发出来湿疹，你怎么涂药都没用，你泡也行，你这个抹药这都不解决问题，只有从内在调理好，外在才能好。

我记得有一个病人，他是两肘长硬皮，黑的硬皮，两膝盖下面长硬皮，对称性，那这个一看就是胃经出问题，因为他那个两膝盖，两膝盖下面长硬皮，正好对的是胃经，那么胃经出问题是由于什么导致的呢？他那个硬皮很硬，是由于肝经导致的，为什么肝经导致最终胃经这儿长硬皮呢？这个道理是这样的，胃气是缓的，肝气是急的，这个大家要记住，

为什么胃气是缓的呢？它只有缓才能容，如果一急它缩缩在一起你吃不下东西，好多人他那个胃缩缩了，吃不下东西，萎缩性胃炎，胃很小，缩起来，这个人就不能进食了，或者进食很少，或者会产生呕吐，你看你这个呕吐，胃剧烈一收缩，呕吐物就上去了，胃中的东西上来变成呕吐物了。肝气一瘀，肝经他正好跟胃是一对儿冤家，肝经一瘀胃也瘀，他就导致胃缩，胃一缩经脉也缩，这个气，大的气脉的地方就缩，一缩气就郁结在那儿，他向外一拱，就是一种硬皮，气没有散开，聚在那儿了，聚而成厚，他就长成硬皮了，记得当时那个病人还打那个，打封闭还是打什么，反正就是往腿里打针，往硬皮里面打针。你说两个膝盖两个肘都打，怎么打这个病也好不了。这个就是辨证，通过两块硬皮推断是胃经的问题，又通过胃，这个硬皮的形状特点，从而推断胃受到了肝的克，那么你要去解肝，肝这个绳解开了，他就不系着胃，胃就开了，胃开了能容物，气血能运化，经脉就能流通开了，经脉流通开了硬皮自然慢慢就消散了，他是这么一个过程。

你看这个中医，他讲的很形象，从气学上讲，也会把道理很真切、实际地告诉你，这里边没有什么公式的推导和理论模型的建构，凡是有公式有模型这些东西都是隔着一层，不能反映实相，为什么《黄帝内经》说若风吹云呢，你看风一吹那个云，云怎么被风吹散，那个过程你要仔细去体会，这个就是中医气学的学问，这个你要把握清楚了，学中医就像大白天走马路一样，走不丢，什么东西看得清清楚楚，为什么现代人学中医学不明白，越学越糊涂，最后放弃不相信，咒骂，就是因为他走哪儿都撞南墙，都撞墙了，不是掉沟里就是撞墙，你按照那个什么症候学去推，你治不了病，没有几个病你能治，刚抓住一个完全吻合的，一治，一下方，又错了。

比如说一个人上火，火上的很大，嘴上起泡了，这个头也顶着疼，着急了，涨工资没给涨，比自己来得晚的工资都涨上去了，那自己没涨，窝一股火，老婆又埋怨一顿，一股火顶上来了，口舌生疮，头疼，头晕，吃东西都费劲，嘴都肿，那么大家都知道一味药，黄连清心火，他上心火了，用黄连磨成末，给他敷一敷，你说管用吗？你就要知道，黄连清什么样的火，他上的是什么火，这火什么性质，如果从气的层面讲，他是一团怎么样的气起来了，有的这个吃黄连上清，牛黄清心，这个吃了火也下不去，拉肚子，那么就on知道这个药投重了，投的不对，你光拿黄连清，清不动。口臭，口臭知道有脾胃有湿热，什么燥湿？黄连燥湿，你拿黄连去口臭去不了，为什么去不了？你得明白后面的道理，以后咱们讲到中药和方剂的时候就会跟大家说，什么样的气要拿什么样的气去治，投错了就不起作用了，而且还起反作用，那比如说口臭是有湿，那么有湿是利湿是燥湿？利湿拿什么药

来利，如果是燥湿拿什么药来燥？他这个湿是怎么得的，这个你都要清楚。

你比如说现在很多妇女的盆腔炎阴道炎，像这样的下边有湿，她去利湿去，怎么利也不好，清热利湿，效果很差，但是现在你看看，大家看一看市面上出的药都是清热利湿的，这个和刚才给大家讲的那个道理是一样的，明明是一个风寒咳嗽非得搞成风热咳嗽，明明应该宣肺却要润肺，明明应该是温散却在那儿清热，都搞反了，为什么会搞反呢，就是因为大家不明白后面的道理是什么，这个中医，只学到中医的皮毛，后面的本质和精华没有学，也就是中国神气文化的衰竭灭亡，现在基本上没有什么神气文化了。

对我们学中医的人怎么来学，有很多学生来问我，让我给推荐几本书，我这个没办法推荐书，只是希望大家能多看看古代的书，古人的书，从古人那儿入手，因为古文，他不管是从造字，从这个语言的安排组织，文章的书写，多少都带着神气的特色，那么你从这方面入手你才能接触这个神气文化。现在很多的书写、行文，越来越形式化表面化，这叫什么呢，就是越来越外在，内涵的东西他不注重了，虚的东西他放弃了，你看古文呢，他言简意赅，什么叫言简意赅？说得简单，但里面的含义，赅是什么意思？赅当全讲，当周备讲，全面涵盖的，意味深长，言简意赅，赅是当全面周全讲。

你看大家看一看，对比一下，那么现在说，你表达一个意思，古代一个成语一个字就能表达出来，但是现在要说很多，比如说指鹿为马是一个成语，那么解释成什么样，你比如说现在要解释一下指鹿为马，利用自己的权势做一些颠倒黑白的事情，你就可以一句话，指鹿为马，四个字就行了。指桑骂槐，怎么解释呢？通过一件事去影射另一件事或影响另一件事，指桑骂槐。大家学语言，应该尽量地表述清楚，简单，意味深长，这是中国人的特点。那中国人和西方人很大的性格上的区别，就是中国人注重内涵，西方人注重外向。西方的文化影响中国也是一样，把这种缺少内涵的，注重外向的拿过来，搞得我们现在语言也发生了很大的影响。

我们现在生活在这个时代，比如说想学中医文化，那么必须融入到中医原先的土壤中去，读读唐诗宋词，看看诗经，这个都好，读读《史记》，都可以有一个熏陶的机会，不一定完全去学这个中医。那么很多人他想跟我学中医，我都告诉他，你先把这个中国传统文化搞一搞，你对基本的中国传统文化一窍不通，没看过这方面的书，没看过这方面的书，思维方式就扳不过来，这种思维方式如果你扳不过来的话，我觉得中医你很难学会，如果大家对传统文化没有兴趣，我建议就不要学中医。

你看一个简单的道理，很多病人问我肾阴肾阳，说肾阳虚还是肾阴虚，大家知道犯了

什么毛病吗？阴阳不能割裂。得病，他这个病在阴病在阳病也不是割裂的，没有单纯的肾阳虚也没有单纯的肾阴虚，而且有的干脆就不是单纯的偏阴虚还是偏阳虚，而是整体的往下虚，整体不足。有人说怕冷是肾阳虚，怕热是肾阴虚，这个东西不是绝对的，不能这样看，病不是单阴单阳的病，治法也不能说是偏阴偏阳的治法，好多开方一边倒，不是热就是寒，不是攻就是补，这个都是大忌，不能这样搞。我们辨证也一样，不能一定地只认某一个病就是某一证，他就是一个脾阳虚的证，他就是一个肾阴虚的证，都不要这样做，他就是足少阳胆经的问题，尽量不要这样去辨证，一定要注重整体。

看病第一个是看这个人，一个正常人是一气周全，周流上下，变动不息，一气周全，不偏不倚，五行齐备，那么他得了病，首先要看他是否五行周备，气机是不是稳重，如果不稳重是有病；气机是否壮实，如果不壮实是有病；气机浮躁是有病；气机不定是有病，整个的气场不定，不定表现在几个方面，晃胳膊晃腿，坐在那儿抖腿，那个腿就在那儿抖，这就代表下面不稳，下面不稳有可能是心理也可能是生理，比如他那个手在抖，这是生理，他这个抖腿他这个是心理，比如说一个人在那儿不断地颠这个腿呀，颤那个腿，初步你可以判定，说这个人心浮气躁，或者说神气不定。安定的人，他这个举止自若，稳如泰山，坐在那儿，首先下肢是稳的，很安稳地坐在那儿或者是站在那儿，他代表的是心气沉稳。要是一上来晃胳膊晃腿的话，你差不多可以断定他气机不稳，在心理、生理上。手在那里抖，拿笔在那里颤，明显的是生理上的问题，什么问题呢？这是一个阴血虚，阴主凝重，主稳固，阳像火苗一样窜来窜去，如果这个火苗没有阴气凝重所养，那么就乱窜，不该窜的时候也窜，该窜的时候也窜，该窜的时候窜不好，不该窜的时候乱窜。

很多人，男的呀，有几样，上三十，精血亏，营血不足，他拿笔手在那里发抖，四、五十更别说了，很多男的抖，帕金森证，或者说你让他把手伸出来，静止，看他手动不动，很少能完全保持不动，很多人多少都有点抖。那如果说抖得严重，就是病。所以说如果大家想辨证辨得好，也多读一些相书，真正好的相法就是在相神气、相心，心学是最上的，最差的才相形体。你看看学中医要学多少东西，四书五经要读，诸子百家要看，相学还要学，还要天天出去外头观察，各种人都要观察，你观察多了自然心领神会，不需要人讲，没有什么成法。如果有了成法，师父告诉你就要这样练，就告诉你一个架式，要不你水平太浅他没法教你，要么他水平不行，凡是越告诉你具体东西的你越要多留一个心眼，执者失之，为者败之。

4、回答学员问题

5、喝点牛初乳好不好？

问这个话你就不明白小孩生机是从哪里出怎么长大的，这小孩出生之后，靠先天元气不断的外化配合后天饮食、天地长养，一天天的生长起来，什么是根呢？先天元气是根，这根只要在，外面合乎自然，饮食有度，他就能长得很好，不用搞什么牛初乳。我讲过，爹妈带孩子之所以带不好，很重要的原因就是太溺爱孩子，小花往上长，天天施肥，结果苗这个肥，苗那个肥，把花给烧死了，所以只要土地肥厚，不用苗什么肥，小苗自然生长，你何必苗肥呢，要苗化肥这小孩就催起来了，骨质疏松了，长得太快没有好处，先天之气他一点一点长起来的，你要苗得多，你把先天之气快速的催长起来，反而不利于小孩以后生长发育，小孩长得太快，早熟，都是类似于激素的作用，很不好。该多少岁成才他就是多少岁成才，你早了就是拔苗助长，你还喝什么牛初乳呢？没必要。把握住两点，一是小孩自己能生长，第二天地能培养小孩生长，就可以了。好多病人也是这样，天天问我要什么吃，不重视根本，不学大道，你吃什么有什么用呢？

6、小儿大便无力、便秘，气学如何解释？调理思路怎么样？

小孩容易得的病就是脾胃弱，脾胃伤了，大便无力或便秘，或者拉稀或者便秘，脾胃弱，开而不收就是拉稀，开不出来运化不开就是便秘，小孩便秘千万不要吃泻药，本身是脾胃虚导致的便秘，再吃泻药，泻了小孩脾气更虚，更运化不开，便秘得更严重。有一个家长，原先是我同事，她带着孩子，3年了，苦于便秘，越治越厉害，最终都拉的非常硬的羊屎蛋，抠都抠不下来，还吃泻药呢，那个就是脾胃弱运转无力，很简单，白术、茯苓、陈皮、麦冬，煎汤频饮，就治这个病。

7、现在食品普遍质量下降，如何减少这方面对人的不利影响？

这个从两方面考虑，第一个是择己，人身体壮与不壮跟饮食有一定关系，但不是根本关系。最简单的，生活质量好的人，家庭富裕的人他身体不一定比生活贫困的人身体要好，这不很简单的说明身体素质跟饮食并不是成正比，还有很多其它的因素影响人的身体，就说尽量的我们要靠其他的方式来弥补，比如你心情好、多运动、少私寡欲，符合自然的生活方式生活，即使饮食差点，你身体也会保持在一个比较好的水平。第二个对于饮食，凡是贵的大家都要小心，里面商业利益大了它就更容易掺假，就是贵的东西尽量少碰，加工过的东西少碰，比如说这个肉肠，大家知道，吃的那个香肠你看不到，谁知道它里面加了

什么东西，像这样的不可控的，没有能力检验，你还不如自己买了肉自己做去，那由于猪肉质量不好，那么就是减少猪肉的摄入，用其他的，比如土豆，土豆便宜，造假的少，或者没法造假，那你就多吃土豆、多吃白菜、多吃豆腐、多吃萝卜，这些东西既便宜对身体又好，其中萝卜对身体特别好，有梳理肠道、理顺气机的作用，炖萝卜汤，很好的一种饮食，你越搞那种精细化的，别人加工好的给你，你越要小心。主要是两方面，一是通过其他方式使自己身体好起来，第二就是找那些相对来说质量还有保证的食品，那只能这样做。

还有一个更好的办法，自己种，有条件的话，比如说在农村的，或者有院子的，地方比较大的，酒不好喝自己酿酒，醋不好喝自己酿醋，其实酿酒酿醋都是很简单的，并没有什么复杂的，只不过由于整个的社会大环境，大分工导致你长期不做这个事情，不接触这些东西，非常陌生罢了。其实这些都可以拿来自己做一做，而且还又多一份乐趣。我记得自己酿酒的时候，酿的是米酒，拿大米做的，一坛子，酿好了揭开那个盖一闻，你就能体会到什么是真正的酒香，我们喝点啤酒也好、白酒也好，尤其白酒，你喝的时候能不能尝出有酒香，很少能说酒香的，但是自己酿的酒，揭盖的时候，那就是香，香气四溢，大家都可以做做。现在那个醋怎么做的大家都应该知道吧，有一次我做那个酒，做坏了，做成醋了，酒变酸了，那种酸味是真正的醋酸，你喝那个醋是醋精味的，不是真正的醋，你喝很呛一下子钻鼻孔里了那种酸味，真正的醋不会有那么大冲劲，绵软、柔和、有食物的香味，这个才是醋味，只不过因为大家长期的没有做过酒，没有做过醋，已经不知道真正的酒醋是什么味。

凡是慢性湿疹，全是阴性的，反复发作的，都是身体内部有问题，什么问题呢？有气血不调，湿滞在那，你把里面的气调开了，外面的那些疹子、疮子也就下去了，你在外面用药是不起作用的。

8、小孩声带长息肉用黄氏响声丸？

应该不对吧，现在医生都用清热的药治。很简单，现在人们越来越注重表面的，这个整个也就跟时代气运相关的，比如说感寒咽喉肿痛，肿痛是火，就在那清热，这是不对的。它的火哪来的你要知道，寒包火，寒瘀在里，当你把寒散了，火也就散了，不能用清热的办法。那同样小孩长息肉，比如鼻子长息肉，声带长息肉，气凝结了，就像刘翔那个跟腱伤，用那个冰敷，这是非常错误的，他那里面长了一个小结石，那个就是气凝在那儿导致的，小碎骨，迟迟不去，凝结不化，很多运动员崴了之后用冰敷、冷敷，这个非常不可取，

运动员气血壮，冰敷了之后自己能冲开，如果气血一衰或者说是反复冰敷，那个地方都会留一个后遗症。你看很多运动员运动生涯一结束一身病，什么原因呢？两方面，一个运动过头了，物极则反，运动的目的是要协和而不能追求极限，生命的实相不在北极也不在南极、赤道，恰恰在南北回归线上，这个大家应该知道，生命的奥秘在平常，不在某一个山洞里，所以说追求极限都是孤阴孤阳，不符合阴阳和洽的道理。那么好多得鼻炎的得息肉的就是因为长期的伤寒感冒迟迟不愈，寒气流连在鼻肺之间，使气血凝滞不化，长期气化有形成息肉，治法也很简单，温通鼻肺，调畅气血，慢慢的息肉就下来了，下息肉之前会不断流鼻涕，这个都是好现象。

9、口腔溃疡怎么辨证？

口腔溃疡这个很好辨证，一般在口腔两边、舌头上、还有上下嘴唇，口腔溃疡肯定是火，五脏六腑火气上达，从口腔溃疡爆发出来，越往外长的口腔溃疡就越在外，比如在心肺，越往里面长的很深的它的火在肝肾脾肾，藏得深，通过辨别口腔溃疡的形状，深的藏在深，浅的藏在浅。比如在舌尖上的溃疡是心火，前面靠外的唇上长的溃疡，这是心胃之火，如果在腮帮子里面，很里面长的溃疡，是肝火，长在两边的，肝中有瘀火，有的人长期口腔溃疡，长期肝中有瘀火，时不时往上冒一些导致的溃疡，口腔溃疡一般春夏重，春天重的是肝，夏天重的是心，有的人考试，过几天要考试，满嘴都是长泡，心火出来了，考试完了火也就消了。一般的口腔溃疡是心、脾、肝三者容易导致，有心事上火，有人一急，满嘴的大燎泡，心火，那怎么治呢？光喝黄连也不管用。肝火抑郁，长期抑郁不得治，遇到事一急，尤其是慢性口腔溃疡，那里面很深层次长的都是溃疡，这就要清肝火。那脾呢？中间有湿气，口腔溃疡长得既不靠里也不在表，弥散的长，这也是脾的缘故。

什么叫实火虚火呢？有根的是实火，没根的是虚火，比如经常长，你就可以断定他有实火，有瘀火。虚火一溜烟过了就得了，实中夹虚，虚中带实，比如说你有心事长的都是泡，你心事过了后还在长泡，这个就是虚火，浮火，下面根已断，因为你心里面上不上火，有的你事情还没处理完，天天还长口腔溃疡，这就是实火，你想着这事，每天都产生新的火，心火上炎，什么叫上炎？炎是炎热的炎，向上蒸腾，从口腔爆发出来，这个就是源源不断的有从心里出来的火往口腔聚集。

嘴外面的疮和嘴里面的有什么不同？嘴外面的在表，嘴里面的在里，有的人上火它就长在嘴唇上，这个火好治，一发就得了，一发一清，看看里面有没有根，有根按而拿之，

没有根的迎而发之，一发就散了，梔子、黄芩、生石膏、荆芥、柴胡，一发一散。

跟大家说，凡是口腔溃疡都是火，这是毋庸置疑的，但这火因什么而起，那个因你要知道，有可能一块寒瘀在那，里面包了一个火，这火沿着经脉上通口腔，发了一个溃疡，这个是寒凝使气郁化火沿经脉上达口腔发为溃疡，有这种情况。比如说一个这个真实的案例，加了60g炮姜后，还有其它的药，把这个寒散掉，寒散了之后瘀气得解，那么热就不能聚集在一起了，口腔溃疡就好了，所以说长了口腔溃疡你就要知道这口腔溃疡的火从哪里来，就像刚才那个咽喉肿痛一样，咽喉肿痛一定是热，那么这个热是因为什么而得呢？很多外感导致的咽喉肿痛是因为寒而得，所以要治寒，寒解了热就去了。

10、牙床上的溃疡和腮帮子上的溃疡有什么区别？

这个区别就是牙床的在里，腮帮子的在表，这又是个表里。本身牙床和腮帮子都是里，里中又分表里，牙床是里中之里，腮帮子是里中之表，这样来判定，所以说已经完全打破了五脏六腑本身的界线，完全从气学的角度来考虑，一团气，本来没有什么界，像长江上、中、下游，上游叫肾，中游叫肝，下游叫脾，这个是人为分的，自然界当中长江就是一条河，无所谓上中下，你一定要说，手一指那是上游，具体在哪分，上游中游的分界线在哪，没有这个分界线，人为起的，同样，五脏六腑一气之循环没有明显的界线，只不过它化成形之后有了界线，肝脏是肝脏、脾脏是脾脏、肾脏是肾脏，但是形背后这个气，再从气往神推，越往虚界推越没有界线。

辨证辨的是什麼，最后总结一下：辨证辨的就是后面那个气机。因为我们肉眼看不到气看不到神，但是我们能看到形，由于我们知道神化出了气，气化出了形，那么通过形就可以反着往上推，其实你看各种症状就是推后面那个气机，你推出来你就知道气机是怎么回事，因而治之，按气机的道理去治，形也就发生改变，就是这么简单。

前几天我看了一个病人，两眼眼珠子都是偏向右边有一个黄斑，两边都是，应在哪儿？应在右面那个积，积在哪？积在肝，正好的观其象知其所主，观其外知其内。眼中间有斑，眼白那里有大米粒那么大一块黑点，哪是什麼东西呀？比如把眼睛比作一个人的话，那个位置正好在右下还是左下，那个位置有寒积在那里，正好是，比如说黑点旁边还有小黑点，就证明相应的那个位置右下腹，比如那个黑点一大一小，长在眼睛的右下边，那么它对应的右下腹那个位置一定有两块寒积，一块大一块小，什麼形状的呢？你要看眼睛里黑点什麼形状，那个寒积在气界上就是什麼形状，黑点大，寒积大，黑点小，寒积小，这个是丝

毫不爽的。

第九课 中药

咱们今天开始讲中药，随着咱们讲中医的不断深入，越来越接触临床，在讲中药之前，咱们基本停留在理论层面上，包括讲五行、阴阳、诊断和辨证，这些都是很抽象的，不是很具体，也是讲了一些大的道理，具体如何应用，在接下去的几讲当中会不断涉及，由于咱们安排讲课时间比较短，我希望每一方面只讲一讲，多则讲两讲，不想拖得时间太长，主要原因是希望大家能在大的道理上先明白，别走错了路，至于快慢自己找，还有很多细节希望大家在以后不断的学习中摸索，细节不可能讲的太多。我给大家讲这么多课想给大家一个方向，方向只要找对了，问题不会太大。

今天咱们讲中药，中药这门课很重要，我还是列了一个大纲，主要分这几个方向给大家讲，第一个是“什么是中药”，其次是中药的四气五味，如何了解药性，中药的分类方法，常用的中药，中药的归经，中药的现状，现实中的大药和依靠自身治疗，主要分这几个部分给大家讲一下。

1、什么是中药

咱们先从第一个部分开始，什么是中药？大家可能在自己的印象中认为草药是中药，其实这只是大家直观的印象，我在这里说一下中药的定义，所谓的中药一定是在中医理论指导下的用药，如果不在中医理论指导下的就不是中药，现在随着商业制剂的不断发展，很多中草药被西医所利用、提取和转化，制成各种制剂广泛应用，比如说青蒿素。也就是说只有在中医理论指导下的才是中药，其它都不是中药，比如说用山楂治疗糖尿病，活血来治疗冠心病，觉得山楂里面有什么成分能够软化血管，如果这样去吃山楂，这个就不是中药。也就是说拿现在的理论，而不是在传统中医理论背景下的中草药的应用就不是中药，这一点很重要。很多偷梁换柱的，把很多中药方子在西医理论下研究提纯，做成各种制剂应用在临床上，取得了一些效果，也有一些副作用，这种情况下我们不承认是在应用中药。

那么传统意义上的中药在中医理论指导下应用的有哪些呢？无非是很多树皮、草根、石头，石头也就是矿物质的药物，最常用的就是树皮、草根，也就是植物。比如说桂枝，用桂枝的枝条，麻黄用麻黄的草，竹叶用竹子的叶，这些是在中医理论指导下常用的药物，那么同理，随着时代的发展，中草药也可以不断的改进，只要在中医理论的指导下的用药就是中药，比如说扑尔敏，用它来发汗，它就是中药，这是广义的、一个本质的定义。就是说我们不能认为只有树皮草根才是中药，我们必须认识清楚。下面我主要针对中医理论

指导下传统的中药材做一下讲解。

2、中药的四气五味

我们知道拿过来一味中药，它的属性是什么？制定的依据是什么？首先要知道药的属性，最基本的是四气五味。四气是温凉寒热，比如说竹叶是凉的，干姜是热的，陈皮是温的，石膏是寒的，大黄是寒的，厚朴是温的，麻黄是热的，这是一个很简单的寒热温凉的分类方法。不仅中药是这样，很多饮食，我们常吃的食物，它也有四气，比如说冬瓜是凉的，葡萄是凉的，因为葡萄性平，土豆是温的，黄瓜是凉的。古人通过药物和食物作用于人身体产生的反应，慢慢地总结了四气，吃了会发热，这就是热性的食物，吃了会拉稀，或者是身体不适，或者吃了可以降火，这个就是凉的或者是寒的。

那么五味是什么意思呢？就是五种味道，其实不只是五种味道，只是抽象为五种味道，其实饮食是百味，中药也是百味，甚至更多，最终抽象为五种味道，就是酸甜苦辣咸，像李子、葡萄、乌梅、石榴、白芍、五味子，它们是酸的，归为酸味；辣椒、肉桂、干姜是辣的，归为辛味；苦瓜、黄连、黄芩、龙胆草是苦的，归为苦味；山药、党参、黄芪、麦冬、熟地是甜的，归为甘味；牡蛎、龟板、鳖甲、海藻、昆布、芒硝这些是咸的，归为咸味。

什么叫做味道？就是食物放到嘴里，对味觉的一个冲击感觉，感觉到它是什么味它就是什么味。四气五味就是通过尝百草和饮食不断总结出来的。这里面有一个重要的概念，就是我们对中药的感受，因为古代没有化学仪器，不可能对它的化学成分对它进行分析，也没有解剖，不可能拿显微镜看它的分子结构，只是通过我们的感受去了解中药的特性，最终去归纳到四气五味。然后通过对药物的长期实践和深入摸索，发现某一位药对身体会产生怎样的反应，可以对某些疾病进行治疗，最终总结了药物的药性，它们可以治什么病，比如说半夏治心下痞，杏仁开肺，麻黄解表，大黄泻下，这些都是长期总结的，而且是屡试不爽的，就是这么回事，像葡萄一尝，有甜葡萄和酸葡萄，黄瓜吃多了会拉肚子，这个都是我们祖先不断摸索的，习以为常，自然而然，就像喝水可以解渴一样，不需要做物理或者化学性的分析，这个就是生活的一个常识。关于中药有一个古老的传说，就是神农氏尝百草，大家都知道这个传说，但是很少有人在乎的，这里面反应出一个深刻的道理，就是药通过尝来得出这个药性的。

3、如何理解药性

古人没有先进的工具，先民跟自然是融合的，他们只能通过自己五官感受来理解这个世界，同样山川百草也是通过感受得来的，这是最朴实最直接，也是最接近自然的一种方式。随着整个社会的不断进步，人们慢慢地去分析、割裂和远离自然，创造出很多不自然的东西，这个是社会的进步，同时从另一方面脱离自然，也可以说是社会的退步。对药也是这样，人们慢慢地不再去尝这些药，对药也没有直接的感受，只是把古人总结的四气五味生搬硬套的记下来，疗效记下来，写在教科书上，学生每天翻开教科书来记诵，再也没有人实地的看看这个药什么样，尝尝什么味，这个药喝下去之后在身体内会产生什么反应，后来的学生不再这样做了，以至于学了四年或者五年，大学毕业之后，最简单的几味药没见过，像麻黄、桂枝、杏仁、甘草都不认识，到了药店茫然不知，什么味更不知道，你让他背他可以背下来，但是他没有尝过，这就像在厨师学校学了四年厨子，出来之后不认识蔬菜一样，只会背书上的菜谱，但是从没有下厨房做过，也没有买过菜，更没有择过菜，大家想一下这样的厨子可以做出好菜来吗？但是目前的教育所教育出的学生就是这样的厨子，药都没有见过、尝过，更别提上山采药了，并不是说现在这样，古代很多有名的中医也发出过这样的感慨，就是说之前的中医郎中自己上山采药，自己炮制药，然后开方，用自己的药给病人吃。这一条龙就他自己一个人做，这样只要对症效果肯定非常好。但是后来不是这样了，不断的分工，人们割裂了，医不知药，药不知医，开药的医生没见过药，也不知道怎样炮制的，大笔一挥就开出方子来了，做药的也从不开方子看病，做药的没有临床经验，有临床经验的从来不知道药，这就是医药分家的害处，我并不是非常赞成这样一条龙跑下来，但是起码要相互融合，要了解，不能说大学毕业，有的甚至上了研究生，出来之后到了药店茫无所知，一味药都不认识，你问他黄连、秦皮、秦艽什么味，他都没有尝过，大黄吃多少可以泻下，他没有试过，麻黄吃了出不出汗，他不知道。大家想想，这和从来没有认识拿过蔬菜和食物原料的厨子有什么区别？所以导致了中医的疗效每况愈下，很简单的病用中医都看不到，这里面多多少少有医药分家、“医不知药，药不知医”的原因在里面，我跟很多学生和搞中医的人聊过，你说中药需要尝，他们觉得很可笑，说到了什么年代了药还需要尝。

其实想了解中药药性的秘密，恰恰就在你对药的感受上，你如果没有尝过三百味药的功夫，我可以很肯定的说你的中医临床疗效肯定没有很大的进步，就像那个厨子完全是照

本宣科，纸上谈兵，没有下过厨房的厨子不可能做出好菜来。那么中医的药性怎么了解，其实很简单，举几味药，生姜切片，尝一下生姜是辣的，记住这个辛了，尝一下肉桂是辣的，也记住了，辣椒是辣的，三个都是辣的，各有各的辣劲，胡椒也是辣的，这些肯定是不一样的。四气五味只是抽象了它的基本方向，具体的应用嘴里必须有感觉，也就是一提到这几味，要知道辣味分别是怎么样的，因为在以后的临床应用中，必须依靠这些。如果你开方时没有这种感觉的话，以后开方只能是如坠五里云雾，茫无所知，只能是古人开什么方子自己照着开，自己是没有切身感受的。这些首先是要嘴尝，你自己要亲自尝一遍，也不费什么事。

第二要记得煎服，自己亲自服用一下，然后看看。生姜煎一碗喝下去浑身热乎乎的，辣椒喝一碗肚子可能会痛，还有可能拉稀，肉桂喝一碗什么感觉，身上热不热？桂枝是什么味，一尝是甜中带辣，有的药店卖的桂枝质量是很差的，既没有甜味，也没有辣味，这种桂枝没用。这种辨识药材的真伪和质量，全凭一张嘴。我去过药材市场很多次，一尝就知道药材质量的好坏，药商骗不了你，即使他作假，在味道上他很难作假。

有一次尝细辛，一个贵的，一个贱的，一尝就知道贱的好，贵的不好，因为贱的细辛根很细，贵的细辛根很粗，药商还以为粗的品相好，要卖贵些，细的品相不好，所以卖便宜些。如果你是一个真正搞中医的，他就糊弄不了你，一尝就知道，细的细辛很辣，麻舌，而粗的细辛劲小多了，不冲，所以你要毅然买下便宜的细辛，这是基本的对药物的把握。细辛有什么作用？细辛能够散络脉的寒，散深部的寒，久病入络，要用细辛去搜罗它，这个必须靠细辛的辛劲去起作用，如果不辣没用。大家再看看药店，很多药店细辛是根叶同卖，细辛上面有一个大圆叶，那个圆叶一点作用都没有，所以到药店买药的时候一定要买根，不要买叶，买叶子没效果，这些都是通过尝得知的，不尝怎么能知道细辛是怎么样温里散寒的呢？

比如说藁本这味药，是去巅顶头痛的，你要不尝这味药，你不知道这味药有多厉害，这味药伤正气很厉害，不要轻易用。再比如说苦参，一尝觉得非常苦，有人说黄连苦，其实根本不是，苦参比黄连更苦，苦参也不是最苦的，还有一味叫藜芦的，是一味毒药，大苦，那个味道简直不可忍受，但是苦参要比黄连苦，而且苦参的苦是非常劣质的苦，气不正，这些都靠什么体会到？就是长期尝药自己的一个感觉。“神而明之存乎其人”，这不是化学仪器能够分析出来的，全凭自己的感受，所以说苦参基本不入煎剂，就是喝药的时候尽量不要加苦参，苦参基本上外用。古代很经典的方子，不可能有苦参，一个是苦参气邪，

不正，另外一个苦参大苦伤正。

再比如，吴茱萸这味药，吴茱萸这味药也不好，别看有一个治厥阴寒逆的方子，吴茱萸汤，但是在临床上我建议大家不要轻易用吴茱萸这味药，吴茱萸这味药有小毒，而且大苦，气味非常恶劣，别看很多经方派开吴茱萸汤，我就不建议开吴茱萸汤，因为伤正很厉害。这些功夫都是在下面对每一味药的不断品尝和感受得到的。这不是书本上能够学到的，必须在下面下功夫，三百多味常用的，一味味的尝，几个月就尝过来了，然后牢牢记住每一味药自我的感受。比如说丹皮这味药，有特异性的丹皮味，你拿着六味地黄丸吃，里面放的多少，你就能吃出来，因为丹皮味特别特异，正是由于丹皮特异的的味道产生了特殊的药用价值，如果没有这个味，丹皮的药用价值就降低了，就是这么简单。

比如说荆芥，采的鲜荆芥放到嘴里尝，有挥发油特殊的芳香味，就是清凉解表，如果晒干了，到了药店抓一把，像草一样，一点味都没有，那么效果就打折扣了，辛凉解表的作用就差多了。薄荷也一样，全指着薄荷的香味，没有香味就没有用了。还有大枣，调脾胃补脾的，什么是好的大枣？肉厚甜美，好吃，这是好的大枣，如果干瘪，不甜，这就不是好的大枣。难道这些非得拿化学来分析吗？没必要，那些都是拐了好几道弯子，不直接，最直接就是用自己的嘴去尝尝，就像在家做饭一样，好吃不好吃还得用专家来评判一下吗？自己在第一时间就可以给出答案，就像自己身体好不好，难道还得用专家来告诉你吗？感觉浑身疲乏，睡不醒，每天起不来就是身体不好，搞得现在人们把身体健康的标准都给了医院的专家，让他们去做出结论，自己没有一点自信心，不知道什么叫健康，最终也就不知道什么叫做幸福，麻木不仁了。

对中药的学习也是一样的，道理都是相通的。自己不能跟中药建立第一联系，直观感受，那么中医就离你远去，下面开方子就别想，对每一味药的药性脾气不了解还开什么方子？如果你是一位领导，对下属不了解，天天让观察员把每一位下属的特性写在一个小本上，天天拿着背，这不是滑稽可笑吗？要想做一位好领导，要知人才能善任，起码对每一位下属要接触了解，在接触了解之中，知道他们的脾气性格和特长。

同样药也是如此，所以我奉劝大家，如果想自己开的方子有疗效，从尝每一味中药开始，很多毒药也可以尝，但是还是谨慎些为好，比如说附子，从一克开始尝总可以吧。我曾经尝过生巴豆，巴豆比栗子小些，圆的，把壳掰开，里面像一粒粒豆子似的，里面就一个白色的果壳，尝一口没有任何味道，尝了大概大米粒那么少，我还想多尝些，还是谨慎些吧，待会再尝，不出半个小时，肚子就要不行了，就尝了那么一点，一个下午就暴泻了

七次，不是普通的泄泻，暴泻，马上就知道巴豆的劲实在是太大了，所以古代要把巴豆油去掉，用巴豆霜来去大实泻下，后来在书上一查，七粒的巴豆油就可以把人致死，这不就是一个直观的感受吗？

很多年前喝麻黄，麻黄有小毒，20克麻黄直接煮不加甘草，先服用10克的量，没有很难受的感受，然后服用另外10克，感到心脏跳动明显加快，呼吸急促，浑身潮热，然后赶紧记下来，就知道了麻黄确实有劲，这是20克在不加甘草的情况下，成年人顿服，在很短的时间内分两次把药喝下去，没有生命危险。这是事实胜于雄辩，书上写的都是理论层面，实践要自己来做。我举得这些例子，尝巴豆有些极端，我不建议大家这样做，但是大部分常用的中草药大家都可以尝。比如说党参，喝多了会有什么反应？比如说50克、100克党参，顿服下去，会有什么反应？还比如白术，煎20、30、40、50克，喝下去有什么反应？想必很多学生都没有想过这个问题，实际上很多中药的真知灼见，都是从这方面得来的，必须拿自己做实验，如果不拿自己做实验，怎么能拿病人做实验？所以每一个好大夫都很关键，百折不挠是一方面，有牺牲精神是另一个方面。

这个是关于如何了解药性，就讲到这里，其实很简单，药物的四气五味和功效绝大多数是可以通过自身感受得出结论的。有的人问，有的药性很平淡，比如说菟丝子和茯苓，吃了什么反应都没有，怎么能得出结论？其实吃了什么反应都没有正是一个结论，证明这个药很平和，吃了不伤正气。熟地喝多了还拉稀、黑便呢，证明熟地不能多服，菟丝子和茯苓对身体虚弱的人服了没什么反应，证明这个可以长期应用，没有什么副作用，药性缓和，这个不是结论吗？还有一些微妙的药起的作用必须在随后长期的临床摸索和口传心授中不断提高，但是很多药的药性可以通过直观感受来了解，这样就可以解决了很大一部分问题，不会让我们学中医的人茫然无知，最终把中医骂得狗血喷头，完全倒向西医的那一边。当我们下一讲讲方剂的时候，就知道了解每一味药的药性，对于我们开方和组方有多么重要。

4、中药的分类方法

无非是三种，第一种是《神农本草经》的上品、中品和下品；第二种就是现在教科书上的按功效分，解表药、泻下药、清热药、补益药等；第三种就是按照药物的形态来分，植物的、动物的还是矿物的，植物的是茎药、叶药、花药和果药。无非就是这三种分类方法，但是我们接触最多的就是教科书上的按功效来分，清楚明了。要解表就到解表药中找

解表药，要泻下就到泻下药中找泻下药，这个给大家提供了很多检索上的方便，但是这种方法有非常严重的缺点，这个就要涉及到药的本身的邪正，因为我们知道气分正邪，人分好坏，事分美丑善恶，那么药也分正邪，药中有好人坏人，有君子有小人，这一点由于按功效来分，所以被抹杀了。这一点在我们遣方用药中至关重要，如果开的药都是虎豹豺狼，那么伤人性命，如果都是正人君子，即使不对证，也不会出大问题。

所以在这里再次跟大家强调一下，在学习中药的过程中一定要区别正邪，分清善恶，哪些是君子之药，哪些是小人之药，要一眼即明。这一点《神农本草经》上品中品和下品的分类方法是我极力推荐的，什么叫做上品中品和下品呢？神农本草经的序中已经说了，“上药令人身安命延，升为天神；中药养性；下药除病”，说了什么意思呢？上品可久服，中品介于有毒和无毒之间，下品都是有病的，不可久服，说白了就是上品养气血，中品调气血，有时候会耗气血，下品是伤气血，只能偶一用之，这个是我们开方用药的大前提。这个前提如果没有保证的话，以后大家用药会变化多端。本经说的很明白，要区别君子小人，要知道哪些能久服，哪些不能久服，哪些伤气血，和气血，调气血，补气血，这些都要知道。

举个很简单的例子，现在很多人一开方全蝎蜈蚣就上了，全蝎蜈蚣都是虎豹豺狼之药，大家都知道蜈蚣蝎子有毒，它们都蜇人。一个新手就把这两味药开出来了，这个就是完全不明白中间善恶，拿教科书一对，全蝎蜈蚣搜风通络去风湿，一看是这个病就开吧，这就是善恶不分。就像吴茱萸汤一样，吴茱萸有毒，不能久服，久服伤耗气血，怎么能给一个虚弱，身体有寒积在下面的病人开吴茱萸呢？道理是很简单的，你的手下都是些虎豹豺狼鹰犬，它们是利国利民还是残害百姓？现在的医生往往都开一些鹰犬之方，用一些鹰犬之药，全蝎蜈蚣、威灵仙、羌活、藁本、红花、仙茅等类似之类的药，这样的例子还真不好举，因为我开方子基本不开这样的药。恰恰把一些好药，正人君子之药闪到一边不用，比如说党参、当归、白芍、熟地、麦冬、玉竹、黄精、竹茹、陈皮，这些都是正人君子之药，反而喜欢用一些毒烈之药，干姜开到六十克，附子开到一百克，吴茱萸开到六十克，还有用木鳖子之类的药，都是开些耗伤气血之类的药。

为什么会出这种原因呢？第一是教育的问题，不按上中下来分药，第二个是人们急功近利，鹰犬多好使？鹰犬可以抓兔子，你看现在企业都喜欢搞销售，卖出一件东西可以得到一份钱，其实恰恰相反，真正好的销售不在销售上，真正的治病不在通经活络上，因为好多老年人，得了风湿病久治不愈，天天用去风湿的药不断去通，结果越来越厉害，之

所以风湿这么顽固，是因为整个气机弱了，气血不足了，邪气向里侵拱，正气向里塌瘪导致的，反而调动正气去攻病邪，越攻越严重，就像你的力量是一分，敌人的力量是五分，你是采取攻势还是守势？这不很明显吗？攻城是要“十则围之”，自己的力量是敌人的好多倍才能开战，双方力量均衡都不要开战，都要采取守势和亲，要跟对方调和，不要上来动不动就开战。很多病入膏肓的，很可怜，吃的都是攻伐之药，越攻气血越虚，越虚病情越重，越重又用更猛的药，这个就是恶性循环。第三，人们不明事理，不知道这个病是怎么回事。不外乎就是这三点，第一是教育的问题，让人不知道有上中下三品，第二是头痛医头脚痛医脚，中医如果也这样，风湿就去风湿，寒就去寒，热就清热，这和西医的头痛医头脚痛医脚有什么区别？没有任何区别。这个体现了急功近利，得了病马上想好。最后一个是不明事理，中医的理论没了，道理讲不清了，只能解决眼前的问题，医得眼前疮剜却心头肉，你说说眼重要还是心重要？所以在这里再跟大家说一遍，好好学习上中下三品药，护人正气，正气有一分，邪气不敢进一分，正气长一分，邪气退一分，按自然规律办事，不能拔苗助长。

5、常用的中药

大家在学习的过程中，要把陌生的事物向熟悉的事物上靠，去理解，这是认识自然世界简便的方式。“近取诸身，远取诸物”，天下的道理都是一样的。我熟悉身边的事物，其实道理都是一样的，就要这样来套。药就要拿食来套，药食同源的，只不过药的偏性多一些，食的偏性小一些，食可以养命长吃，养气血，药是调气血，治病，如果在药上不理解，可以往食物上套。

比如四气五味，有些四气不是很明显，大家可以看一下食物的属性，温凉寒热，就会看出很多食物归为凉的，但是吃的时候并没有觉得是凉的，温的也没有温到哪里去，就是说事物的寒热温凉不明显，就像现在很多人得了寒证不敢吃凉药，得了热病不敢吃热药一样，这都是走极端了，最后搞得大家什么都不敢吃了。天天查食物的属性表，这个就有点作茧自缚了。其实我非常不推荐大家天天把食物属性表挂在嘴边，用来指导饮食。吃什么好与不好，每个人都有自我感觉，有的人吃白薯烧心，那就不要吃白薯，有的人不愿吃香菜就不要吃，有的人愿意吃香菜那就吃香菜，每个人气血运行都有特异性，不要刻舟求剑。现在好多病人天天问我应该吃些什么，不应该吃什么，问某些药性凉能不能吃，有的病人告诉我说，他的医生告诉他，水果、鸡鸭鱼肉不能吃，天天喝粥吃馒头，这样下去这个人

的气血从哪里来？当我告诉有的病人什么都可以吃时，他们感觉像过节了似的，感觉从牢中解放了似的，所以有的时候刻舟求剑照本宣科就非常害人，医生说每句话要非常慎重，不要觉得自己学了很多东西，看了很多书，就可以翻云覆雨地去影响病人，这个会造成很恶劣的影响。

你看我们一个月能吃多少种东西，常吃的多少种，不常吃的多少种，如果统计下来就会发现常吃的其实也就那么几种，主食也就那么几类，一个月下来炒菜翻来覆去也就那么几十种，不会太多。同理我们用药用方也是一样，常见病也就那么几十种，病机也就那么几类，反过来掉过去都是相似的，用方就是几个方，常用药二三十味，四五十味，仅此而已。每每听别人说用药非常灵活，三百多种药，上千种中药，甚至上万种药都在用，这个有点哗众取宠，这个不可能。人大部分的疾病就归为那几类，大家看方书时有上千上万个方子，其实哪用得那么多方子，那么多方子只不过告诉你万事万物变化万端，但实际变来变去就那么几种。

比如说祖国山河大地处处有美景，但是你一生能走几个地方呢？每天不都是家里、班上再加上一个娱乐场所吗？很多都是仅此三点一线，宿舍、食堂、工厂，就是这么回事。这个走好了，你的一生就会很平坦。用药也是一样，就那二三十味药，如果能如实掌握，确实了解它们的药效，那么四五个方子，反复应用，量上不断加减，药味上调来调去，就能应付绝大多数疾病。很多疑难杂病可能很长时间遇不到一个，只要能治疗常见病和多发病，你就是一个非常了不起的大夫。不要上来就一定要攻克癌症，一定要攻克某种疑难杂病，用一个奇方，用一味奇药，这个都是舍近求远，不符合中医的中庸之道，你研究一辈子也研究不出来。

大部分疾病整个病机很简单，到了癌症或者某些疑难杂病，病机很复杂，正气很衰弱，邪气很盛，一定要在生死之间把这个人捞回来，你想有多难，人掉进井里的时候捞就很困难了，不如说在井边大晃荡的时候捞一下，这个很容易，只用几味药对症了，服上一段时间，病就有好转，清晰明了，就像喝上一杯水就解渴一样，绝不是虚无缥缈的。搞得现在很多人中医入不了门，学了很多年中医之后不承认中医了，认为治不了病，这么多药，这么多方，哪个能治病？来了一个病人拿书来对症状，哪个也对不上，哪个症状也像，西医再一检查，浑身上下都是病，不知道从哪里入手，你能一个方一个方试吗？伤寒还一百多个方呢，怎么能试过来呢？再说哪有那么多病人让你试？所以说关键还是理论，理论要强。

有人说光讲大道理有什么用？磨刀不误砍柴工，理论不入门，还谈什么用药用方看病？

如果没有理论，临床做四十年也一事无成，因为他没有入门，就像西医一样，他万万理解不了中医。比如说一个发烧，他就不知道为什么会发烧，你随便问一个西医，他根本不知道为什么会发烧。但是咱们中医，《黄帝内经》、《伤寒论》写得很清楚，所有发烧，伤寒之类，伤于寒，寒邪约束肌表，闭塞毛窍，使气血不能向外蒸化，剧烈发热，这个叫做发烧，说的非常清楚，咱们看得也非常清楚，中医绝对不是糊弄人。中医能存在几千年，那么多绝顶聪明的人搞中医，怎么可能中医是不科学的呢？搞得现在有中医存废之争，大骂中医是伪科学，这简直不可理喻。

常用中药就说到这里，上品药占绝大多数，然后再加上中品药两三味，下品药一两味，就构成了常用的中草药，日常用度就足够了，然后在临床过程中不断精熟，向外扩展，用一些特异药，能取得更好的疗效。

6、中药的归经

什么叫做归经？在《神农本草经》和唐本草从来没有谈过归经的问题，都是某药治某病，什么症状，治腹痛、癥瘕积聚、咳嗽、喘、气上逆、寒热、疟，都是这么说的，哪有说入肝经、脾经、肺经的？这都是后来人，从金元开始慢慢加上去的，到现在成了一定之理，说某药入某经、治某病。在这里跟大家说一下，从气学角度没有归经这种说法，即便是归某脉，也不是这么来说的。很多药有特异性，但是这种特异性不要用归经来表述。我开方用药时基本不谈归经，为什么不谈归经？因为是如实感受药，如实了解气态和气机，比如麦冬这味药，他说是归胃经和肺经，这个说的有一定道理，但是不能执着于它往胃经和肺经上走，你想想饮食入胃，游溢精气，遍及全身，怎么能说它单独归某经呢？很多药浓煎稀煎，它的沉浮升降都不一样，就像西药小剂量应用扩张血管，大剂量应用抑制扩张血管，在量上、浓淡、热服、冷服都起着很明显的变化，药对身体的作用都不一样，怎么能严格的说它归某经呢？

熬一大碗桂枝汤或者麻黄汤，这个喝下去，它是不是沿着百脉浑身上下哪里都走？其实归经想告诉药的作用在哪里，但是弄巧成拙了，把归经死板化了，让人一用药就要谈归经。比如说我在讲话的时候，气血运行，整个气机运行是柔缓的，如蒸如雾的一种状态，必须如实感受，如果不如实感受，用公式去套去，就像算命的似的，拿奇门、八字算，那些都是先人看到了如实的景象之后，为了留传不得已搞了一个公式，这个公式其实离实像已经十万八千里，公式传下来以后，拿公式不知道公式后面代表的意义，生搬硬套去用，

或准或不准，为什么人们不断应用？就是有时候还准，但是一较真又不准，这个就是以指指月，指月亮时人们只去看你手指头了，不去看月亮了。公式归经这些东西，都是指头，不是月亮，我们想要学真正的中医，不隔靴搔痒，必须看到月亮，就是气。

气不是肉眼看到的，肉眼也能看到气，但还是有局限，前面讲《黄帝内经》时已讲过，讲的非常仔细，大家可以仔细去听去。就像现在研究死了五运六气一样，我觉得不要把有限宝贵的精力用在这些公式的推导上。五运六气是《黄帝内经》时有的，最晚是在战国时代成的书，战国时代的五运六气六十一甲子，到现在已经几千年了，气机是否发生了变化？因为有太过不及，土运当令，水运当令什么的，是严格的一年一年这样走吗？中国版图从那时候到现在扩大了很多倍，那时候人们生活在哪个区域，现在人们生活在哪个区域，五运六气的推导是不是有地域的限制？这些东西都要考虑，六十甲子是谁创立的？创立一甲子为什么今年土运，气机上有什么变化，这些都不知道。就拿两千多年写的五运六气去推，有时候会准，因为概率摆在那里，但是年年都准吗？那是不现实的，很多搞五运六气的没有研究过算命，如果好好研究十年算命，准会推导好五运六气。都是很多上来搞中医的，最终发现五运六气很神秘，搞起五运六气没完没了。

天地之气有规律的搏动，就像心脏一样搏动，在不同层面上有不同的搏动规律，三年、五年、七年、十年、三十年、六十年都是搏动的周期，只是在不同的层面上表现出来。所以我建议大家，不要搞这种公式性的，要知道公式背后反映的实像，还是建议大家从《黄帝内经》看起，里面有很多精确的描述，描述气机的变动，非常发人深省，就往后读，不要看节选。如果学中药的归经，学来学去，就会发现没法解释《本草经》了。《本草经》关于药效的描述，现在思维的人没法解释，但是从气学的角度就可以解释，抛开翻译，去除枷锁，还中医一个本来的面目。

举熟地这味药，归肾经，为什么呢？熟地味浓厚、气沉、主滋养，像大地，这个就往下走，其实熟地根本不是往下走，喝了之后浑身到处走。咱们说每一点都是一个小天地，其实每一个细胞都有肾，熟地养分会滋润到每一个细胞当中去，不独去肾。搞得后来很多为了入肾入得更好，把很多药加咸，把肉苁蓉搞咸了，黄柏盐炒，大大失去了生气。这就是归经搞得，好像熟地往下走，加点盐走得会更好，其实不然，比如肉苁蓉、巴戟天，弄成盐巴戟，这个补肾的效果就很差了，盐主凝涩，生机贵在条畅，一下凝涩住了怎么还可以补肾？所以说后代的很多炮制方法都不科学，白术本身气主运化，我就不明白为什么要土炒？白芍要醋白芍，这个看看《雷公炮制论》，我不能说这些炮制方法都错，但是有很多

是不科学的，尤其是咸入肾，把很多东西盐炒之后，让其入肾，这个是有问题的。

7、中药的现状

大家知道中药的现状很不乐观，野生药材资源越来越稀少，很多都是种植的，而且药材市场很混乱，很多老中医呼吁，要是这样搞，中药就完了，中医也就完了。中医搞得再好，没有物质基础，药材的质量做保证，怎样看病救人呢？比如说白芥子这味药，应该是辣味的白芥子起作用，就是依靠辣味起化痰作用，如果吃到嘴里一点辣味都没有，怎么起作用？比如说党参这味药，补气的作用主要体现在甜味上，越甜、越饱满的党参质量越好，一点甜味都没有的效果就很差。再比如枸杞这味药，好的枸杞是好吃的枸杞，香甜的枸杞，如果是酸枸杞，或者是吃起来没什么甜度的枸杞，质量就差了，补益人的作用就小了。所以说又回到那一点了，中药是尝出来的，这是一个秘密，也是一个核心，今天直接跟大家说，不知道有多少人会信。

咱不说假冒伪劣的药，那是药商不良行为造成的，就说在药店买的，货真价实的药，质量的好坏都要靠我们一张嘴尝的。前面说荆芥薄荷这些药，挥发油没了也就没什么作用了；比如半夏，本身生半夏入药是很好的，我临床上用生半夏没有发现什么多大的副作用，只不过半夏在没有煎煮之前要尝它，这个东西劲太大了，尝起来扎嘴，尝一点不得了，但是生半夏煮了就没事了，加生姜更好，不加生姜有时候问题也不大，还有其他药配合一起煮，缓和了生半夏的毒性，正是生半夏这个劲有去心下痞，开通胸膈的作用。药店里卖的法半夏、清半夏，都去毒了，劲就弱多了，所以有些药要恢复它原有的面貌。比如说附子，现在有很多人觉醒了，觉得受骗上当了，附子炮制完了之后基本上没有附子的劲了，从10克、20克开始小心翼翼地往上加，到50克、100克，也没有发现明显的中毒症状，其实真正的附子，用药是要非常谨慎的，10克的话会出现明显的中毒反应，也就是药效反应，中毒和药效在剂量上就很难说了，身体壮实的人受了风寒在温经通脉的药中加点附子能起到很好的通达作用，再多加一点就可能出现严重的中毒。所以说剂量的掌握，第一要对药有了解，是自己的药才敢用，不是自己的药你敢用吗？尤其在一些副作用很强的药的应用中，更要倍加小心，就像青霉素做皮试一样，每次都要重新做皮试，西医尚且如此谨慎，中医更应如此。为什么很多人不谨慎也没事呢？一个很重要的原因就是药材的质量不行，很多重要的药炮制去毒，使它药效大减。

所以说药材市场现在很混乱，什么质量的药都有，柴胡有十几种柴胡，全国各地药店

各个种类的柴胡五花八门，带毛的、不带毛的、黑的、青的，什么样的都有，怎么让你适从？哪种柴胡好？这个不好说。现在药材质量非常堪忧，很多药店为了牟取暴利，进很差的药卖很贵的价格，病人没有能力鉴别药材的好坏，买菜都没别人看，何况药材呢？对于一个普通的患者来说，没有任何能力去鉴别，如果监督再没有保证，很多监督的人都是外行，药好不好不知道，只看外观，认为片大、整齐就是好药，其实根本不是这么回事，搞中医的如果不用嘴去尝，药材质量的好坏真是不好鉴别，再加上炮制的适当，比如说许多炒的东西，只是用大锅闷一下，根本没有炒熟，还有炙甘草，只是喷了层蜜水，就叫做炙甘草，把甘草炒熟才叫做炙甘草，就相当于生甘草加了点蜜水，有时候这些东西不可忽视，中药药品质量不可琢磨，有很大的问题。很多大夫只是在那里开方，我也不知道他们是否知道药品的质量，拿着方子就开，开的是什么方子？就像希特勒在覆灭前，认为有很多军团，其实早就被报销了，都是子虚乌有，还在那里指挥，早已经消灭得没有了，其实这些是一个问题。

8、现实中的大药

其实什么叫做药，又回到了咱们的起点。人秉中和之气而生，由于一生当中的际遇和与环境相处过程中使你不断的失调，就需要药来调，凡是能够调节身体使不调趋于调的都叫做药，不独草药，不独中药也不独西药。举个简单的例子，肝气不举，抑郁的人，听鼓声则振振然，当大鼓敲起来的时候，声音穿过身体能够振奋肝气，使肝郁能够得到适度的缓解，这就是药。有人说这是音乐疗法，也可以这么说。有人肝气不舒，唱唱歌之后就舒服，有的人在家里憋闷久了，出去玩几天就舒服，这些都是药。气贵流通，调达，不贵堵塞，千万别堵住，不流通了则生气断绝，就立马出问题。有的孩子打骂父母，离家出走，都是父母管教太严，使小孩的气机生机断绝了，太郁闷了，什么也不让做，这个就不可取的。大禹治水贵在调，不贵堵，鲧治水的时候堵，堵来堵去把自己堵死了，凡是能够调节不调的，疏通气机的都叫药。

有人上班的就想下海经商，如果你就不让他经商，他的本职工作也做不好，生机也绝了，慢慢头发也白了，气机也就憔悴了，感觉没有奔头了，这个叫做堵塞。这个时候什么是药？你让他下海经商，赚赔都是他的，只要这个人不废总能养活自己，这个就叫做药。并不是非得吃草药才叫做药，比如两口子吵架，天天不和拌嘴，你看我不顺，我看你不顺，还在一起过，这不互相当仇人了吗？其实这个时候就应该选择离婚，这个时候离婚就是药。

其实我并不是提倡离婚，天天打没完没了，还不如离了呢，不然的话这不是一辈子婚姻不幸吗？

所以说药的属性有两点，一个是调不调，一个是条畅。就像天平一样，一头高一头低，就要把它整平了，这个就是调不调，什么叫做条畅？就像水流，一定要往前流，不往前流就堵住了，堵住了就出事。很多人一直身体很好，突然得暴病死了，肯定是某个地方阻滞不通了，人一口气不来就死了，把嘴捂住五分钟就可能咽气了，心脏停止跳动两分钟就够呛了。生生之为易，不断生而又生，变而又变，不能守成，不能守古，又不能复古，任何时代都要向前流动，就像黄河长江水一样，不断往前流，流到海里再蒸腾到天上，然后折腾下来再流，就是反复。做任何事情最重要的就是要不断流动，就是要向前进，向前进不是说往前走，而是要不断变化。阴则阳，阳则阴，阴阳相易，就是要颠三倒四。

什么意思？其实真正的大药在自己。调不调，这是外界可以帮助的，同时，产生不调都是内心造成的，天天愤恨不平，谁让你愤恨不平？不是现实，而是自己，换一个角度考虑问题可能就迎刃而解了。比如说排队，排队是好事还是坏事？这要看排队的目的，比如说买票，大家都希望排得快点，如果是前面等着杀头呢，都希望排得慢点，同样是一个排队，由于心境不同，会产生截然不同的想法，所有的事情也是如此，都是自身造成的。塞翁失马焉知非福，很多事情大家考虑的时候要多换几个角度，有得有失，失得一体，药在自身。比如说得了癌症的病人，知道前后是截然不同的，不知道时晚上能睡着觉，知道了就睡不着了。比如说到医院查出来得了大三阳，天天忐忑不安，到处求医看病，花了不少钱，但是身体越来越差，他认为大三阳更严重了，向重病上发展，他觉得医学理论太对了，如果不治可能会更加严重，他就更加紧张，到处求医，这个就走向恶性循环的道路了，所以说心情是至关重要的，调节好心情舒畅气机，调达百脉，这是每一个人应该自我调节的。

9、回答学员问题

9.1、细辛的用量

我建议细辛的用量要配合其他药来用，如果是温润的药，加在里面调和，细辛的用量在3-10克之间，不宜加的过多。下节课讲方子的时候，阴阳如何合剂开方，刚柔并用，阴阳合剂，寒热互施，这样才能开出好方子，不能开一边倒的方子。

9.2、西药可否为中医所用？

可以为中医所用，只要是中医理论下的用药都叫中医，但是西药一般都是化学制剂，

性味偏激，不符合中和之道，所以我们尽量少用。像激素、抗生素类药物，不是大寒就是大热，太偏激了。天地万物以化合物为主，什么叫做化合物？就是阴阳化和，里面不极阴，也不极阳，而是有中和，稍微偏阴，或者稍微偏阳，这样的药服用不易伤正，西药不是这样，它把化合物拆开，把阴提取出来，或者把阳提取出来，明显产生了很强的阴阳属性，这个不符合天地之道。天地之道是阴阳互用，阴阳化和，所以西药产生很多的副作用，就是因为它极阴极阳，中药的副作用相对来说要小得多，因为中药是化和药，就是植物药直接熬出来，天生地成，喝的时候和人体的场就产生一种正应，人的气是一团和气，用药也要一团和气，稍微有所偏性。

9.3、慢性荨麻疹一天起数次，可以任其发作吗？

荨麻疹一天数次，身上起的包，好多都是用西药之后，邪气内藏，由于正气拱动把邪气往外发，邪气发不出来导致的，风邪、寒邪、热毒在里，随着气血的运行它们表浅化，一般得荨麻疹都是气血的问题，所以但调气血，里面调好了，外面的症像就消失了，在外面抹药是没有效果的，调肝气畅气血慢慢就好了，让他发也没事。

9.4、古人如何确认中药的品质？

这个自古就存在这个问题，有药商就存在好药坏药，这不是今天才有的，只不过今天很严重，连简单的判断中药的方法都不知道，宋唐以前的古人确认中药质量好坏的方法主要是尝，时间长了一看大概就知道质量的好坏，再一尝就八九不离十了。后来随着文化的衰落，人们思想的板结，离这种真实感受就越来越远了，导致人们现在不理解中药，也不会开方。

9.5、对西药如何判断其阴阳及对气机的作用？

现在咱们知道，激素类药物主要是调动里面的气机，调动的肾阴肾阳，不要绝对来看，因为阴阳是一体的，用药的时候寒热药都是并用的，它们的作用既不是寒上也不是热上，而是在气态上。如实知道药它是一种什么气，它进入身体会产生一种什么效果，不在寒上和热上，只要拨动气机，使气血流畅，不用去看它的寒热，寒热都是气机外化的一种表现。我对西药没有什么反应，是外行，我知道地塞米松是激素类药物，这个不断的打，就像抽地下水一样，把肾精往外扬，肾精分阴阳，阴阳一块往外出，就像补肾的时候不要论是补肾阴还是补肾阳，阴阳双补，一块用药。我开补肾的方子的时候基本不判别是补肾阳好还是补肾阴好，直接补肾气，补肾精，这样开方才有一个指导，才知道怎样来开这个方子。

9.6、中药是否要学西药科学的管理，有助于改善现状？

形式是无所谓的，但是理论精神要是中医的精神，而且中医讲融合不讲分裂，搞得过于系统往往会肢解这个学科，现代学科越分越细，后来西医提倡要整合学科，到现在也整合不了，它们是不断分析的，分得支离破碎，就像西医有心理学，中医哪有心理学，所有的都是一体的。有人说中医没有心理学，这纯粹是胡扯。情志致病这不典型的心理的问题吗？上医治神，神不就是心理吗？神气好病治的就快，不好治的就慢，有的人病不重，神气不对劲，这个病就别治了，调来调去也治不好。还有现在的表述方式，我看过很多西方的书，表述方式太啰嗦，和中国的语言形式是不一样的，搞得人们语言方式慢慢西方化，虽然是汉字，但是已经西方化了，这个都是对学中医的障碍。中国的语言是含糊的，言简意赅的，意味深长的，就像水墨画一样，寥寥几笔就把意境勾勒出来了，这就是中国语言的特点。我不建议中药这样系统的来搞，中国最重要的经典著作都不是系统和严谨的，都是语录式的，《论语》、《老子》、《孙子》等都是语录式的，搞成系统的就完了，那东西就死了。

9.7、附子在哺乳期可以用吗？

对证就可以用，不对证就不可用，很多孕妇和产妇都不敢吃药，身体都不调到那种程度还不敢吃药，身体差对孩子就有影响，把不调调过来就好了，不能说见药就止步，所有的食物都是药，那你干脆也别吃东西了，如果说药不对证，起相反的作用，那这个药就不能吃了。

第十课 方剂

这次咱们讲方剂，对于一些中医爱好者和学中医的，这一块应该比较重要。方剂这一块体现了中医的直接应用。怎么开方，怎么用药，很多想知道，到底里面道理是什么？怎么组方？古人留下的方子成千上万，理论也是很多，五花八门，金元四大家，也产生了各种流派。到现在为止，关于方子，能够说明白、理清楚的书著作不多，而且很多各家技等。伤寒论上不是说了吗，开什么样的方子治什么样的病，这里面感觉非常的深，犹抱琵琶半遮面。而且现在的科学技术也解决不了，所以说我这方子准备的也不充分，因为要涉及的问题太多了。从中医的基础理论到临床到中药，最终都要落实到方子上，因为一个中医最基本的技能就是会开方。开了方才能抓药，抓了药才能熬药，熬了药喝了药，才能体现出药有没有效果，所以说，方子是理论和临床的结合点。一个大夫水平高低主要看方子，行家一出手便知有没有。方子开出来之后，病人熬了喝了之后，能治好病是关键点。许多中医爱好者也好，搞中医临床的也好，所有的重点都归结在开方子上，方子承载了太多的学中医人的理想，我不想占用太多的课时讲方子，也就是今天这一堂课，把所有的也就是把我认为必要的在这堂课跟大家说一下，让大家有一个全面的概括的了解，分3部分讲：①什么是方子？②方子是干什么的？③组方的原则是什么？有时间的话会给大家模拟几个病例。

1、什么是方子

这个讲起来既复杂又简单。因为所谓的方子就是方法，什么的方法呢？治病的方法。比如说中药、针灸、打拳等等，或其他方法，看电视都能好病，但几千年来，我们老祖宗总结来总结去，最方便最快捷最有效的方法还是喝药，这个方子来源就是对药的选择。方子——丸、散、膏、丹，各有所宜，丸就是大丸子，散就是药粉，膏就是把汤剂浓缩成稠膏，丹就是一些丹药，当然还有汤药。最常见的就是把草药抓回来以后用锅煮，煮出来的汤汁就是汤药。但这些都涉及到组方，其实方子要是归结到最简单的方子就是一味药，比如说我们肠胃堵住了有食积了，煎煮点大黄一泻；好多人要减肥，你煎点三七叶一泻，这就是最简单的单味方。风寒感冒了，煎点生姜水一服；肚子有气胀，熬点陈皮水一服；一个人闷厥了，往他的鼻腔里吹点细辛皂角粉，刺激一下他的神经，刺激着了使他一下子就回来了，这些就是最简单的单味方。人们在实践当中总结发现很多时候一味药治病并不是很理想或有很多副作用，就把几味药组织在一起使用，尽量减少副作用提高疗效，这就是复方，

也就是现在大家去医院大夫给你开的中药方子里有许多药，这样方子就延续下来了，复方多味药组成的用中药的治疗方法叫复方。慢慢地人们把很多最有效的复方组方的药味和用量不断的固定下来，应用于临床，慢慢地这方子就定下了。人很朴实，一味药治某病，慢慢地多味药组合治某种病。所有的方子当中有经方和时方，经方是指的伤寒杂病论中的方子，后人开的方子叫时方，时就是时代，每个时代流传下来的方子。经方也就是经典的方子，为什么叫经方呢？因为它的组方原则和疗效是后代有目共睹的，只要辨证准确，用量符合时宜，效果一下子就表现出来。其中经方中的桂枝汤为群方之祖，它代表着所有方子的组方原则，一代代的几千年来，人们头痛脑热呀，大病小病都是靠我们的中医大夫用经方时方来进行治疗，几千年来中医不断长养着整个中华大地，咱们能够不断的繁衍生息，是跟方子的直接疗效息息相关的，中医的所有精华在很大程度上体现在方子上，这就是什么是方子。

2、方子是干什么的

大家都知道，方子是用来治病的；那么方子是如何来治病的呢？学习这个气学大家知道，人是一团气，人得了病必然是这团气出现了异常，这团气出现了异常，方子就是来纠正这团异常气的。我们知道不管人、物、事都是由气组成的，人是一团气，任何一味药也是一团气，几味药组成一个方子也是一团气，这个叫做方气。方气有方气的特点，药有药气的特点，人有人的特点，组方开方治病，目的就是用方气去影响人身之气，使之归正，让他恢复正常。比如一个人受凉了，寒着了，那你就要开一些热药，把寒化开，那么热药呢就要开热方，热药开什么呢？就是要开干姜，花椒，桂枝，当归，川芎，附子这些都是一团热药，很简单很朴素的开方目的。病人上火了就开些凉药，这就是最基本最朴素的开方的目的；咱们先不论是否一上火就开清热的药，一聚就开温热的药，重要的是把开方知道是纠偏，气不通了就通一下，气虚了就补一下，气紧了就放一下，拿什么药去放呢？半夏让它去散去散；虚乏了就吃一些有滋补的方子，达到补虚效果这就是一个很简单的道理，也就是把我们的一身之气纠正过来，正常的人身之气它有一个状态，上下周流，中正平和，不偏不倚，不温不燥，处在中间状态，凡是脱离了中间状态，人就会生病，方子就会把不正常的状态调到正常状态，仅此而已，所以我们说开方子用途就是纠偏，偏了用偏气把你纠正过来，就像天平一样，通过加减砝码使之平衡，关于方子是干什么的，我们就讲这些。

3、组方原则

组方的原则归纳了 10 条：1. 中正平和 2. 刚而不猛 3. 柔而不懦 4. 温而不燥 5. 凉而不寒 6. 清而不枯 7. 浊而不凝 8. 通而不暴 9. 攻而有守 10. 补中带调。简单的把方剂的原则概括一下，虽然不周到，但大概的意思就这样。

4、中正平和

正常人本身就是一团中和之气，出了问题，稍微偏了一些，你配方第一条原则就要使方子这团气与人身之气尽量相近，不要差的太远，这一条非常重要。大家要仔细的思考这个问题，如果差的太远，容易影响到人身之气，会对人身之气有一定的伤害。譬如：这个方子开的和人身之气不相近，比如说开一个大黄，开巴豆，或者说开全蝎，蚂蚁等等，这些药的气跟人身之气是不相符的，明显带有这个药自己的偏性，而且偏的很厉害，这种药下肚以后会直接扰乱人身正气，咱们先不管它去不去邪气，首先要知道这药是扰乱正气，如果说扰乱的厉害就叫毒药，扰乱的不厉害叫副作用，但效果一样。所有的药都有副作用，化疗药使人的头发掉了，这就是化学制剂的气和人身中正平和之气相差太远。

你想这股气进入人身体，人身要拿出多少中正之气去化合这些气，象一勺盐放到水里一样，这勺盐就是化学制剂，或者说就是不平和的药气，水就是你的中正之气，你想想一勺盐需要多少水来化它。现在发现当今大夫开方用药这条原则完全摒弃，完全忽视掉了，他们在开方的过程中，没有这种理论概念，不知道开方的几条原则，不知道中正平和药跟人身之气相接。

咱们经常吃的所有的五谷杂粮都和人身之气相近似，如馒头米饭粥萝卜白菜等等这些气很平和，跟我们人身之气很相近，所以我们吃了对我们没有明显的副作用和不良影响，否则，你开方就会产生明显的副作用，上次我讲了巴豆劲大，人吃了就会爆泻不止；正品附子，你吃一些，10g 左右，就浑身麻得不得了，而且有泻泄呕吐的可能，这些药在神农本草经上都是下品，不便常服，不得已，用之来治病。我们组成这个方子尽量为中正之气，比如桂枝汤，就是比较中正之气的方子，桂枝芍药姜枣草，一般人喝了这方子不会有严重的副作用。现代人开方子，这条原则大部分都去掉了，很多人开方，求快，求狠或求稳，不理解中正平和的意义，在这里跟大家说一下：中正平和就是让方子之气跟人身之气相近，相近之后，人气稍微有点偏，你的中正平和的方气向相反的方向偏一点，来纠正人身的相偏之气而达到治病的目的。

5、刚而不猛

药劲大代表刚，药劲小代表柔，比如麻黄，干姜，细辛，附子，大黄等等这些药劲都大，开方的时候就要把这些劲大的药让它缓和下来，体现刚而不猛的特点，怎么体现呢？比如用附子这个刚药时，加一个柔药，去缓和他这种猛劲，加什么呢？加甘草，这就是一个方子就是附子甘草汤；那么你用桂枝通经，为防止桂枝的燥性，加白芍，甘草，生姜，大枣，这就是桂枝汤；那用甘草缓和大黄的猛劲，那就是大黄甘草汤；开方就是牵制，利用它刚的一面同时又要牵制它猛烈的一面，这样容易让它发挥它正面的作用，缓和它的疗效。

现在很多人开方他不是这样，唯恐这个药不够刚猛，最简单地就是麻附辛，不加任何制约的药。麻黄，附子，细辛三味药均刚猛之药，过刚过猛，导致什么结果？很简单一伤正。一个人用可能表现不出来，一批人用马上就表现出来，比如肚子有寒，你用麻附辛去通他，寒是一天两天的，一下子好了，就认为这方药起作用，好用，但是一个久寒的放在那里，或者一个虚寒放在那里，或者除了寒还有其它淤阻的问题，光用麻附辛上是不能解决问题的，而且还暗伤气血，所以说有人开麻附辛，我就建议再加点柔药进去，效果就好，不能轻易用麻附辛，不要让麻附辛跑的太远，这是原则刚而不猛，也是中正平和的一个特点。比如：肚子有实气，有人要泻下，不断的泻，泻中要收一下，收中有泻，这样既能达到推陈出新同时又能达到守正这个目的。正气在，你才有御邪的能力，正气不在了，你下多大的方子都没有用。

6、柔而不懦

什么叫柔而不懦呢？你的方子柔缓但不怯懦，和刚而不猛，刚而不烈是对立的。有的人开方太狠，什么毒药下去了如附子、蚂蚁伤身，什么都敢用，搞得病人气血暗耗，上吐下泻，眼睛发黑，肢体麻木，病本身不重，越治越重，都是开方过于刚强伤了病，它的反面就是开方太怯懦，我们可以开柔缓的方子，但一定要柔而不懦，缓而不懦。比如：治一个风寒感冒，来势汹汹，发烧 39℃，这时你要开一个很懦的方子：如：紫苏、藿香、陈皮、桑叶、菊花，药劲就很小，不能达到御敌的效果，再说很多药店的紫苏、藿香就是一干草，完全没有了药的气味，劲小的狠，再加上桑叶、菊花这药非常轻柔，整个药劲过于懦弱，不能很好的御邪。所以我们开方一方面不能过于刚猛，同时也不要开过于懦弱的方子，如小孩的食欲不振，上来就是焦三仙，谷芽，麦芽之类的方子，过于懦弱，也达不到治疗效

果。

7、温而不燥

什么是温而不燥呢？比如说一个寒证的病人，上来开方就是肉桂、干姜、附子，这些太燥了；开方一定要温和，温里散寒的，同时又要避免过于辛燥—辛温燥烈。后来评价宋朝的太平惠民和剂局方用药就过于辛燥，伤正，所以我们开方要避免辛燥。怎么避免呢？很简单，加点甘润的药就可以了，如干姜，肉桂，加点麦冬，白术，茯苓稍微缓和一下，让它达到温而不燥的效果。

8、凉而不寒

就是开方不可过于寒凉，可以凉，但要凉中带温，不要过于阴寒，比如说咱去一个热，你上来就是三黄（黄连、黄芩、黄柏）加石膏、知母、龙胆草、大青叶、木通，一派寒凉之药，这个方子就不好，偏一边了。如果你想治疗这个热，开方要凉中带温，凉中带散，凉中带补，不要过于寒，开方怎么开？比如一个胸膈中有热的，三黄可以用，石膏竹叶也可以加，然后上其它药：麦冬、甘草、大枣、升麻、柴胡、炮姜缓解，这就是凉而不寒。即使是大热的病，也不要开一边倒的药，稍微过了就伤正，稍微不对症就伤正。

所以说不管是刚而不猛，缓而不懦，温而不燥，凉而不寒，都要体现中正平和之气，这就是孔子讲得“时中”，时间的时，中间的中。中正平和之气不是一根棍子立在那里，就直立在那里不动，它可以稍微偏左，也可以稍微偏右，但是不可极左极右，与时消息。做到这样很难，所以中医大夫看病开方就要适中，微左微右，不能极左极右：开刚药可以，但不能猛；开缓药可以，但不能懦；开温药可以，但不能燥；开凉药可以，但不能寒。

9、清而不枯

什么是清而不枯呀？首先人身之气分清浊，上面气清，下面气浊，清浊相干互为循环，如果我们开治疗清气的方子，清气当中要带点浊气，不要太干枯了。从面象上讲，很多人呢看面色太清，气太清秀了，清秀的没有福气了，这就叫清而枯。清中要带点浊，这人就有福气了，而且有理想，太清了完全理想化了而不现实，导致最后自己凄苦一生，婚姻不幸，家庭不幸，事业不行，身体也不行，这叫清枯之象，清贫之象。很多人很清秀，但却凄苦一生，就是因为里面少了浊气，在这里我们开方也一样，一定要清中带浊。比如：白虎汤中石膏、知母、甘草、粳米，石膏、知母是气清，甘草其气浊，它在清热的同时带有浊阴之气。清而不枯，清而有浊，比如开三黄，气太清了，怎么体现出浊性呢？加麦冬甘

草之类的。

10、浊而不凝

什么是浊而不凝呢？尤其是开一些补方，补下焦的方子，开浊气的药，比如：六味地黄丸，三补三泻，哪三补呢？熟地、山萸肉、山药，三泻是茯苓、泽泻、丹皮，如果没有三泻，那就是浊而凝滞。熟地、山萸肉、山药这三味药都是静止不动的，凝滞不化的，这就是浊而凝，但万物贵在流动，浊了不让它凝滞，所以要加三泻，要加茯苓、泽泻、丹皮，使阴浊之气能流动开来，万物贵流通，贵变化，清中带浊，浊中带清，浊而能走，清而能守，这个都是开方的组方原则，大家在应用过程当中要细细体会。

11、通而不暴

什么是通而不暴呢？通经脉但又不能太刚暴，现在很多人学中医都知道，人呢，经脉不调，气机闭塞，是导致很多病的原因，既然经脉不通，难道你就要不断的拿棍子去捅它吗？脑栓塞难道你拿东西捅开它吗？脑栓塞拿棍子一捅就脑溢血了，本身他栓塞的同时（脑梗塞、脑堵塞）血管已脆化，通也不是，不通也不是，你硬拿药一通血管破了，这就是很多治疗象脑梗塞导致脑溢血的悲剧的原因。溶栓一溶，血栓就化了。很多治风湿病的，用全蝎、蜈蚣、地龙、蚂蚁、威灵仙、羌活、高度白酒猛攻它，想把经脉打开，结果越吃越没劲，越吃越痛，浑身都虚脱冒大汗，这个就是强暴地去通它的后果。人身是一股清虚之气，时间久了缓缓积累了导致经脉不通，不能一朝就通开，开药过猛会伤正气。象放疗化疗一样。这就是我们单独拿出来的通而不暴，你可以通，没反对你通，慢慢地把它通开，一点一滴的通，柔，时候到了自然就打开了，时候不到想法去捅，那就破，气血就耗掉了。

在这里再次奉劝猛攻派的大夫，喜欢刚暴用事的大夫要加小心，很多病就是你治出来的，大刀阔斧，休克疗法，胆子大一些，用药再猛一些，再冲击一下，病人就完了。特别在用方上“宁不及勿过”，我的药宁可通不过，它不及，也不可以用过了，用过了很容易伤正。你看谁谁谁不是好了吗，吃顿附子，第二天手麻等风湿病没了，这样的病历有吗？没有！比例是多少呀？我跟你说：百分比很低，和中毒效应差不多，不要盯着谁谁谁吃中毒了，又去买了的，其实大部分疾病都不是用刚暴的手段治愈的，尤其是慢性病。毛泽东不是讲了吗，打持久战，道路是曲折的，用泡蘑菇的办法慢慢地化解它，这就叫农村包围城市，做一点一滴的工作，最终让敌人陷入汪洋大海中。这些都充满了智慧方法，同时也适用于我们看病用药，所以我再强调一下，开方尤其是通经脉，一定要通而不暴，慢慢起效，

时候到了就好。

12、攻而有守

什么叫攻而有守呢？很简单，就是你攻的时候，后面有粮草保障，不要开出一派攻药，这个还要举一下麻附辛这个例子，麻附辛相当于什么呢？相当于刘关张，光指望刘关张去打不解决问题，跑不了20里，你就筋疲力竭了，后面一定要有部队跟上，其中就有粮草供应，没有粮草供应你打什么仗呢？只伤你的气血，我看很多大夫开方只攻不守，很多感冒方子都是发表，后面没有粮草接济，发表出汗，怎么也不出，害的许多老年性的身体虚寒的导致风寒痹阻。用中药用攻药可以，但后面没有粮草接济，你能用多久，这个都是攻而不守，攻而不补的后果，所以我跟大家说想用中药时，一定要攻而有守，不能开一边倒得药，只知攻不知守，大家看伤寒论的方子，都是攻补兼施，大家看麻黄汤很典型吧，麻黄、桂枝、杏仁、甘草，甘草为补药；你看几个泻心汤，泻心汤成分是半夏、黄芩、黄连等，补药是参、姜、草，里面有人参、生姜、甘草都是补药；白虎汤什么成分？石膏、知母、粳米、甘草，石膏、知母是攻药，甘草、粳米是守药，井然有序，伤寒论的方子是非常体现攻补兼施方子的特点的，如大建中汤，有蜀椒、干姜、人参、饴糖组成。人参、饴糖是补药，都是攻药放到补药当中去施行，这是很重要的，大家以后要仔细体会，没有全攻的方子，也没有只守的方子，都是攻补兼施。

13、补中带调

和攻中有守一个道理，为什么不说不说补中带攻呢？我觉得开方应少用攻药多用调药，不主张对抗，不主张开战，大家可以调，所以改成了补中带调。要补一个人，很多人虚不受补，瘀不受补，补不进去，都堆滞在那里，上火等等这些现象是有的，我们一定要在补中带调，调补。把那个调开点，补进去，调开点，再补进去，这样他慢慢地就得到了补益，同时又能调畅气机。现在很多大夫依仗攻伐，不愿意去补，他觉得补补不进去，经脉不通你补什么呢？首先要通经脉，那样他就不断地用攻伐的法子去通经脉去，导致这人越来越虚。这个瘀本来是一个气郁，不能用通伐的方式缓解，只能用柔缓的方式慢慢地去解瘀，解一点补一点，什么也不耽误，就像刮风下雨一样，不能只刮风，而是刮一阵风下一阵雨，狂风暴雨只能带来洪水，不能安养当地的百姓，所以下雨还是要下温和的雨，刮风要刮温和的风，这就是我主张的补要小补，调要缓调，攻要慎攻，别上来就攻，强梁者不得其死，别用强和刚对抗的形势，那跟西医有什么区别？所以最终归结到补中带调的这一项，尤其

是“调”字，调百脉，调达气血。

这就是我们开方从中正平和开始到补中带调，结束我一个开方的基本原则，刚柔并济、温凉同使、清浊相交、攻补并用。像这种情况，如果能达到这种境界，对药要有了解，对气机要有了解，对病机要有了解，要通过大量的临床实践去摸索，不是一朝一夕的事，没有三、五年之功底，不可能体会其中的经验。为什么讲方子着重讲组方原则呢？就是要告诉大家，开方如做人，开方就是在做人，开方就是在做事。你看这几条原则，用在做人做事一样，做人要中正平和，性情不能太刚猛，不能太过了，不能太躁了，不能太阴寒，不能清枯，亦不能太浊凝，不能动不动就跟别人战斗，也不能只积攒钱财，都要不断地流动变化，不失中正平和之性。做人做事你要能有这样的品德，你开方用药也一样。

咱们知道，一个人做任何事情都反映着你，如果你开方喜欢用苦寒的药，估计你这个人也差不多。看这个大夫开方，你就可以知道这个大夫的性格。有的大夫毛糙，患者希望马上好，尤其是一些临床经验不多的，越喜欢展示一下自己的水平，喜欢开攻伐的药，但是随着临床经验的增多和阅历的加深，慢慢地他就发现原先做了很多坏事，医坏了很多病人，胆子就会越来越小，又找不到开方的真正诀窍在哪里，开方的胆子就越来越小，最后什么个性药都不敢用了，只能开谷芽、麦芽、焦三仙了，就开这种药了，从原先的过于刚猛到现在的过于懦弱，反正我开的方怎么也吃不死人，但也不治病；还有一些大夫，开过于刚暴的方子，治愈了几个病人，就觉得找到了治病的诀窍，因之而一发不可收拾，不断的在刚暴方子上花心思，形成了自己的理论体系，治病甚至治厉害了、治死了人，仍然不知悔改，走上了一条独特的治病之路。这个很可怕，它会形成自己的理论体系，虽然治愈了一些病人，但是治坏了的也很多，他视而不见，仍然我行我素。这种大夫比前一种大夫厉害的多，危害也大，而且他再著书立说，对后世又产生相当大的影响，这事就不好说。还有一种大夫，喜欢用补药，什么药贵开什么，什么鹿茸片、野生灵芝、各种参、虫草等等，不断地开，罗列了一堆补药，其中没有任何调药和章法，去给病人治病，导致病人吃出很多毛病来，上火、头胀、失眠、便秘，很多症状都出来了，但是他有一点好处，我都给你开的补药，帮助你的，补益你的，病人又说不出什么来，不知道问题的根结在哪里，就像栽花施肥一样，什么肥好统统都上，最终把这花烧死了，他不知道肥多肥大能把苗烧死，这个问题很普遍。尤其是现在很多家长带小孩，都这样把小孩的身体搞差了，经济条件非常好，这营养那营养买的的东西很多，恨不得把小孩给淹没了，最终小孩长得又胖，天天有病，像个豆芽菜一样，弱不禁风，这个就是补出的问题。小儿就补，到老了你补什么？

我举的例子都在说明一个问题，“过犹不及”。

有人要问：应该吃什么？应该吃肉？应该荤素搭配，不能完全吃素，也不能完全吃肉，但吃素，我说的这个素是素淡的意思，不是素菜的意思，如果你经常吃一些豆腐，熬一些素菜的汤也可以，如果天天吃青菜，一点补益的东西不吃，这人身体体质也不会好多少，象有的大夫开方的时候，忌牛羊肉，忌猪肉，忌水果，忌甜食，最终这种病人只能吃几样青菜了，这样久而久之气血补不上来，就会产生很多畸形的问题，这相当于落井下石，本来身体不怎么样，又不让吃这个吃那个东西，导致身体更差。在现实生活当中，做人做事，开方用药，看病都体现了“中道”这个问题，不能总偏一边，不能综合的考虑问题。

14、回答学员问题

14.1、“以毒攻毒”应如何理解？是否与中正之道背道而驰？

咱们这样说，任何事物都不是绝对的，中正平和之道是权，以毒攻毒是变，权，变，有权，有变。你说要绝对的中正平和，如果说突然刚暴之气多了，你怎么对付它呢？突然发生战争，你怎么办呢？大部分时间，我们要秉承中正平和之性。同时在战争不可避免的情况下，也要开战，日本人打过来了，你再中正平和，怎么你也不会和的。但是有一点，要在开战的过程当中，也要杂柔中和，不能完全征战，战中有和，和中有战，战战和和，分久必合，合久必分，任何时候都不能一边倒，就像我们做事一样。“骂人还要留三分”，你要光骂他，他就容易打架，“打人也要留三分”，别人把对方打急了，打急了动刀子拼命就不好了，所以说，“过犹不及”，物极必反。以毒攻毒当中，也要守正，你不能完全豁出去了，正气不要了，跟邪气拼了，就像管他死活，把驼背拿夹板把他夹好了就算为止，恐怕这种东西都不能用。如果夹吧，夹不好我就歇一歇，别把他夹死了。如果治发热，发热发烧，我以毒攻毒，我拼命用麻黄汤发汗，发一遍出汗，烧没退，我再发，一而再再而三的不断的通过发汗，想通过发汗将邪气发出去，这样还没等邪发出去，这人就先虚脱了，这就得不偿失了。先歇一歇，缓一缓，再发，你别卯足了劲的发汗，那还不就和有寒怕冷去吃附子通，还怕冷，还通，害怕力量不够，一通再通，通，通的最后，对方眼前一黑，一下栽倒在地上了。这个你想想，哪有这样治病的，你即便是坏人，坏人也有三分好，完全是坏人也没有听他的，如果黑社会老大，他黑社会老大必然有他黑道上的一些治学吧，如果他完全没有治学，估计他这个黑社会也起不来。也就是黄帝内经上所说的，要有胃气。什么是胃气呢？中和之气，你不管其他四脏，心、肺、肝、肾、都要存胃气，为什么摸脉

的时候要有中和之脉，要有胃气，如果是真脏脉，真脏脉见，心脉如钩，肺脉如毛，肝脉如弦，肾脉如石，如果这些真脏脉见了，没有一点缓和，就死了。所以说，黄要罗裹雄黄，丝织品裹着雄黄，隐隐约约地，别把雄黄里面的黄完全呈现出来。

14.2、君、臣、佐、使是怎么控制的？

关于君、臣、佐、使呀，开方过程中要体现君，臣，佐，使，什么意思呢？就是一味是主药治这个病，再配两个辅助的，再稍微有点帮上忙的，最后再有一个引经报使的，这就是君、臣、佐、使。君、臣、佐、使就是个仪仗队。有向导，有大将，大将旁边有裨将，裨将两边还有悍将，后边再加一队士兵，大队人马就开始了，海陆空。你是打空为主，还是以打地为主，其他部队作侧应。说个简单的道理，咱就说实证吧，你选谁打头阵呢？你可以选大黄打头阵，也可以选厚朴、枳实打头阵。比如说咱用大黄打头阵，那么大黄为主将，厚朴、枳实为侧应，陈皮茯苓为佐，这就是君、臣、佐。有的药有使药，有的药没有使药，这个咱不拘泥，主要体现君臣佐使。再者，开方子若君臣佐，三个层次的药你都用的来，你就能开不错的方子。大黄，再厚朴枳实加陈皮茯苓，如呕吐加半夏，比如说咱这样说一个心下逆，气逆，气往上逆的症状，很多人生气呀，导致心下气憋或者伤寒论上的心下痞，象泻下汤这样的，拿什么当主药呀？憋气要拿半夏当主药。半夏当主药为君，那谁为臣呢？梳理气机的拿陈皮茯苓当臣，佐药是什么呢？参草枣，咱单从解决这个心下气逆角度来说，君臣佐，所有的药相互配合，有发挥主要作用的，有发挥次要作用的。比如说听到扫雪，其主要作用的是推雪车，推得不干净，再扫一扫，扫帚就是佐使，起佐使的作用。如果我们处理一个心中热，用石膏清一下热，还有一点热留在上焦，用黄芩清一下，清完还有虚热留在那里，用竹叶荡一下，可能还有一些不顺，用陈皮扫一下，最终虚乏因热气蒸腾导致的虚乏，阴伤拿麦冬补一下，这个组成就很好治上焦客热的一个方子，方子就是这样一点一点开出来的。

14.3 开方的量一般怎么控制？君药的量一定要比臣药的量大吗？

这个肯定不对，君药它起的是非它不行的这个作用。比如，你有热邪，你必须用大黄，不用大黄你用枳实厚朴它推不出去；再如说解表的最好必须用麻黄，你用其它的药就不好使，开表你用荆芥柴胡你就开不动，你用麻黄去开，后面用杏仁顶着，用桂枝，然后最后加荆芥紫苏之类的药。关于量大家自己总结吧，这个不是一句话两句话就能说清楚的，劲大了就注意了，劲小了慢慢地开始往上加。

14.4 如何分析西医的疫苗

所谓的疫苗就是小的邪气，提前启动你的身体，让你身体正气有一个适应，能反应过来产生抗体，这个用中医很好解释，先用小股部队骚扰一下。让你有时间准备提前做好防范，这个是有前提的，这个是你正气不太弱，要正气弱，邪气来了，小股部队骚扰你一下，你把对方去除了，大的邪气再过来时，你照样不行，你打疫苗也没有用，所以说还要以提高正气为主，不要完全依靠疫苗，很多人打了疫苗还是得病，这不很简单。你这个城市就100多人，都是老弱病残，对方派小股部队侦察一下，你艰难的把它们消灭了，那后面的大部队来了，你必定提前有一个防范，但一点用也没有。邪之所凑，其气必虚；一定之理。你流感呀，甲流呀，来了之后，先击倒身体弱的，这个没有什么百分比，这个百分之多少死亡率，百分之多少概率，这个没有可比性；举过一个例子，就像高考吧，高三的每年升大学概率是50%，这个话对于学习特别好的学生和学习特别差的学生是没有任何意义的，你不能指着学习好的学生，你去跟他说，咱们都50%吧，学习不好的也50%，这个没有意义。这个正气足的人基本就是100%，或者说98%左右。正气弱的，可能这个流感还没击倒他呢，其他病先击倒他了，这不是很简单吗？还有疫苗有一个有效期，不是说打了这个疫苗终身免疫，不是这样，它刺激你一下，就慢慢慢慢地衰掉了，所以说我们不能靠疫苗，要靠自身增强自身的正气，身体好了就行，你抗击打能力就强了。很多人之所以怕冷，身体弱、精力差，都是正气不足，要努力把正气搞上去，这个是关键。咱们学中医的都知道，精气神是人身三宝，没有精气神都靠不住，靠任何先进的科学医疗手段都不能解决精气神的问题，因为精气神从自然当中来，从道中来，你只有遵从自然，遵从于道，你才会有充沛的精气神，所以说我讲课不厌其烦的告诉大家保精全神，顾护正气，这个是治本之道。固然有人说我是补派，光知道补，这个在这里证一下名：跟“补”不一样，“补”不是简单的叠加，给你吃多少补药，不是这么回事，即使用药物来补，也不能纯补，光补不调，那这个补也没有实际效果，这个大夫那个大夫的功德意义也不大。

14.5 西方人的体质和东方人体质有何不同？

这个问题我记得原先回答过，西方人和东方人的身体素质是有差别的，西方人气在外、内虚；东方人气在内、外虚；从形上来讲，西方人强于东方人；从神上讲，东方人强于西方人。所以西方人从形上看长得高大、威猛、有力气，东方人长得矮小、力量相对弱，但东方人有神气；西方人他考虑问题他深度不高，语言表达能力各方面都呆板，想问题简单直接；东方人不是了，说话含蓄，表意隐晦，意境深远。从美术上就能看出来，西方人油

画，颜色浓密，色彩鲜艳；东方人抒情写意写景，分黑白两色，这是明显的区别。东方人的画传神，西方人的画在于形迹，一个内一个外。西方人饮食也一样，比如他喝咖啡，东方人喝茶，茶和咖啡最大的区别是什么？咖啡味浓，茶味淡。各个方面都体现了无奈和不同，你只能各如其列。西方的文明是物质的文明，东方的文明是神气文明；文字上也一样，西方人横着写，东方人竖着写，不过现在由于西方人的影响也是横着写，东方人写字从右往左，象形文字，西方人发明最终普及的是阿拉伯字母，有 26 个希腊字母，a、b、c、d 呀，是有个数的组合文字，但是东方文字是没有个数的，是象形文字，大家以后会知道象形文字是有独特优势的，方方面面都体现着，一横一竖，这个就不深说了。

14.6、是否可以按照攻补调温凉结合药效来开方？

这个问题你既然提到了，这我就简单地说一下，现在的教材上，对中药的分类方式和解释是字典型的，字典不能教你学习，但可以帮你检索，你光看中药学，永远不会学会开方用。就像你光看字典你能学到多少知识呀，所有知识都是支离破碎的，那你只有专门看介绍这方面的书籍才有可能。但是很遗憾，这样的书籍少之又少，有，也由于初学，你也看不懂，所以说中国古文的丧失，改成白话文，这是对历史的一个割裂，那个没办法读了。繁体字变简体字，这是对传统文化的一次摧残，同时不重视古文，又是一次摧残，导致现代中国人读不了中国传统文化。繁体字隔着一层，古文隔着一层，你说你怎么了解神气文化，没办法了解。有心人只能逆流而上，努力学好古文，然后再啃古书，这样才能回到神气文化里面去。我们应用又在神气文化的教导当中应用，要跳出来活学活用。“伤寒”这个传之千载的典著，但是你不能完全死守伤寒的方子，应用在今人身上，疗效也不能很好体现，世界在不断地向前变化，理是不变的，法是要变的。

14.7 西方的宗教巫术怎么没有认识到“精气神”？

这个我只能这样说，阴中有阳，阳中有阴；中国古代的文化以神气文化为主，以行迹文化为辅；西方正好相反，他们也有神气，只不过不叫精气神，内证呀，基督呀，他们那些宗教呀，还有些是本民族的远古的一些宗教，他们也有神气，不过也是越来越衰微，随着文艺复兴和后来整个西方科学不断的发展，慢慢地就被湮灭掉了。任何一个地区的文明都不是一边倒，只不过是多少的问题。

比如我们开方子，怎么内证方子呀？首先对药要有内证，每个人都可以操作，你就看药尝药，有些药你不用看到它的形态，不用看到它的根怎么样，茎怎么样，你尝一尝，然后对一下药性，你记住这个味道，久而久之，你自然神而明之，理解这个什么意思，同时

组方的时候，你组了桂枝汤，小青龙汤，大青龙汤，白虎汤，组方以后自己熬一熬，然后再喝一喝，记住那个味道，久而久之你又神而明之，知道这股神气，慢慢地在实践过程当中了解。象火一样，一看到火就会躲得远远地，就会感到温暖，为什么呢？因为你接触过火，你再内证的人，如果没有接触过火，那也不知道火的特性，接触过几次火，接触过几次水，接触过玻璃划破过手，那么你就了解了这个事物的特性，中药方剂都是一样。请问诸位有几个尝过中药尝过方剂，牢牢记住它的味道的，试问有几个真正的把伤寒论上的主要方子煎过，并且尝过？没有！所以说你还找什么内证呢，这些基本上都没做过，参禅，打坐你更没法去内证，就像上节课跟大家说的，学了几年厨子，从来没有做过菜，从来没有吃过自己做过的菜，那还叫什么厨子，为什么现在学中医学不了，学不会，最简单最基本的方子都开不了，感冒头疼脑热你治不了，就因为大家离实践太远了，完全不了解神气文化了。

现在很多经络热，抱着经络不放，你研究的经络如果不是在神气文化的基础上研究，你研究的经络都是死的。你以为扎一个穴位能解决治疗许多疾病，不是那么回事，像现在很多老外学习针灸，他学的针灸方法和扎针方法没有什么两样，试问现在的针灸大夫有几个扎针灸不像扎针的，凡是扎针灸像扎针的那样的，他离真正的针灸远着呢。

中药的上品，中品，下品都可以尝，其实大家尝药尝 40-50 种就可以了，没有必要每种都尝，最多尝 200-300 味，就可以了，基本你就能开方了。若是有一个好师傅带一带，很短的时间内，你就能治疗一些简单的疾病。现在学中医，跟传统的中医割裂了，没有传承人了，路不知道怎么走了，搞的五花八门。

14.8 药物的炮制手段是否可以采用现代的一些技术？

现在的技术倒是可以采用，但是有个前提就是必须在神气文化的指导下改进，但大势所趋，顺我者昌，逆我者亡，如果说搞中医的还是步行或骑马，那么也会被社会淘汰，该开车就开车，那么这个开车要顺从自然规律开车，同样剂型可以改进，没有说不能改进的，但是其中要有依据，不能依据现代科技，要依据神气文化。举个简单例子：古代的丸剂把药物碾碎，然后搓和成丸，这里就有一个问题了，现在的做得漂亮，粉子细，口感好，一个问题来了，古代人做的丸子药粉颗粒大，粗糙，现代人做的丸子细腻，那神气文化量又量不出来，粉子细了好不好，这个跟吃粗粮细粮一个问题，你搞得都精米细面了，粗纤维减少了，整个影响肠道的功能，肠胃功能慢慢地就弱了，梳理气机的能力差了。同样，你丸子做成颗粒吸收，也有问题，容易粘腻，肝郁肝气郁结的人不利，这不很简单。还有现

在搞那个免煎剂，那个对中药是一种摧残，如果那个能推广开来，我估计中医中药就很危险了，要是免煎剂推广开来，我不知道现在搞中药的标准化科学化，要把所有的中药饮片原辅料都搞成免煎剂，那么中医中药就灭亡了。什么是免煎剂？所谓的免煎剂，就是要通过物理化学的萃取方法，把里面的有效成分提取出来，并且量化，然后把渣滓刨掉，就像现在那个中药提纯，那个山药呀，黄芪呀，党参呀，黄芩呀，白术，茯苓等等，把所有的东西提纯，变成一小袋一小袋的，1g, 3g, 5g, 6g, 几克，这种东西要能推广就坏了。中药搞成片剂，胶囊剂，效果都不好，为什么不好呢？通过这个加工后，很多药效都没有了，药效并不是存在于成分中，而是存在于结构中，并不是你完全萃取提纯，保持它原先成分不失，疗效就好了。它的疗效完全不同的。比如说：很简单，这个牛奶和奶粉出入就很大，这牛奶要把水蒸掉，下面出了一层干粉，才是奶粉，奶粉加上水，沏上一杯味道和牛奶的味道一样吗？功效一样吗？也就是疗效不仅仅存在于成分之中，而且还存在于结构和形态当中。喝一杯凉水和一杯热水，成分一样，但凉热不一样，你喝的效果就不一样，凉水喝了拉肚子，热水喝了暖胃、出汗，你说能一样吗？

14.9 吃饭容易出汗，该如何调理？

那看哪种出汗呢。你这人身体很壮，一吃饭就出汗，估计很多年轻人都这样，这是一种正常的表现，身体壮，食入于胃导致气血蒸腾就容易出汗；还有一种就是虚性的出汗，就是一吃饭带着热气赶动了你的气血，容易出虚汗，主要区别的标准，就是平常累不累，平常你吃饭很累就是虚汗，你身体很壮，精很旺，爱出汗就是旺盛的表气，可以不用治。检验身体健康的标准，就是看你体力怎么样？精力怎么样？心情等就这几个方面。

前两天治了一个肚子痛的病人，当时她说肚脐眼痛，脐周痛，，因为仓促，晚上也没法子抓药，那么我让她生姜红糖水加花椒，什么意思呢？生姜我就理解她这个有寒痛，着凉了，导致脐周痛，生姜有散寒的作用，因为散寒加红糖补一下，散中有补，补中带散，花椒散寒力比较专猛，生姜红糖水加花椒喝了去治她这个肚子痛，但是她说肚子痛没止住，而且照样是着寒，这个时候就怀疑，她原先是一个产后的病人，就怀疑她可能会深层次的出了问题，出了郁结，咱就不说血分气分这样的话了，告诉大家是深层次的郁结，告诉大家用什么药呢？我就不会用麻附辛去治疗这样的寒去，那很简单：当归、白芍、炮姜、陈皮、桃仁，立体性方方面面的照顾到，组织一支综合性的部队，来对她治疗，当天就解了。所以大家开方呀，脑子一定要灵活，不能找一点，一看寒就热药麻附辛，这很要命的，你看麻附辛，它都是一个层面的，你比如说血瘀，麻附辛就解不了血瘀，很简单，如果说气

郁呢？麻附辛也解不了气郁，烧灼的状态，你喝下去后有烧灼的状态，只有很表浅的寒你才能去，而且你还伤正，就像打仗都上迫击炮一样，全都是迫击炮你能打仗吗？不能打仗，迫击炮有点，步兵有点，空军有点加上坦克部队，后勤补给部队，前面有侦察兵，后面有后勤，都配合得当了才能打仗，不能说迫击炮好使，能端掉敌人的炮楼，你所有的都上迫击炮，有这样开方的吗，空军好全上去，空军再好也不能没有地面部队，看有的中医感冒发烧用麻附辛，怕风怕冷用麻附辛，干什么都用麻附辛，你说可能吗？这个社会世界是多样化的，解决问题的手段是综合的，你一定搭配着来。好菜能用，也不能天天辣椒炒辣椒，辣椒炒红椒这个可能吗？没有那样的师傅，你上盘肉菜，还想来个素菜呢，三个热菜还得配个凉菜，上个麻辣的还有喜欢酸甜的呢，很简单的道理，还是百花齐放，多样化，综合的，最终成为一个中和之气，酸甜苦辣咸都在里面。为什么内经上一再强调辛以散之，辛以润之，甘以缓之，酸以收之，甘以补之，苦以发之，为什么这样说呢？一个方子里就要体现这些东西，大家看看小青龙汤你就知道，你光看麻辛附，没有看到后面的参草姜枣，没看到芍药，没看到麦冬，你说你还开什么方？量也不大，很简单，5g, 10g，病人吃下去，病就好了。

好多人上火，三黄片，那三黄片很差劲的，吃多了拉肚子，三黄片是什么呢？大黄，黄连，黄芩，有的还加牛黄呀之类的，这样的方子都很差劲，因为很多时候都是郁火，把那郁气解了，火就散了，不要专门去治那个火，你看现在不是有清热派吗，要全清热，龙胆泻肝汤，方子我给你念一下：龙胆草黄芩栀子泽泻木通车前子当归地黄柴胡生甘草，80%的药都是攻伐的，清热的，这样的方子不可常吃，还有关于这方剂学，我拿的是5版教材的方剂学，这里面的方子都不是特别好，却堂而皇之的上了课堂，你看这个黄连解毒汤，黄连黄芩黄檗栀子，一边倒的药，这个方子一边倒，身体虚的人如果天天喝黄连解毒汤，身体就会吃出毛病来。你看伤寒论的石膏汤就很好，也是清热的，石膏竹叶清热，半夏散结，麦冬人参甘草基本都是补，补中带攻，补中带清，这样就好中正平和，哪能开一边倒的方子呢？白虎汤：石膏知母甘草粳米，有攻有补；逍遥散的方子就很好：柴胡当归白芍白术茯苓甘草，气平和，看着平平淡淡的，常吃对身体有好处。关于补益的方子也不好，如大补阴丸就不好，黄檗知母熟地龟板，这个暗耗人的阳气，黄檗知母；你看看这个左归丸，张景岳的，熟地枸杞山茱萸牛膝菟丝子鹿角胶，什么问题呀？不符合我们讲的那条原则呀？看看那条原则？浊而不凝，它太浊了，光补没调了，它太凝滞了，你看熟地山药枸杞山茱萸菟丝子鹿角胶全都是凝滞之药，川牛膝稍动一点，其它的都是凝滞之药，这个人

是不是虚不受补呀？都凝在下焦不化了。所以很多方子，大家都要长好眼睛，堂而皇之的都上教材了。你看补方什么好呀，炙甘草汤就特别好，给大家找一下，你看：炙甘草生姜人参生地黄桂枝麦冬阿胶麻子仁大枣，大家用那 9 条原则衡量它一下，你看这个药当中，浊而不凝；甘草人参地黄大枣麻子仁麦冬这些都是凝滞的，但是它加了生姜桂枝，桂枝是通散的，生姜是散的，凝中带散，这个比较好；温而不燥，桂枝是温的，生姜大枣是温的，但是有地黄凉的阿胶凉的麦冬凉的去其热，麻子仁平的，大家仔细去理解这个方子，这是非常好的一个方子，寒热并用。时间有限咱们就不多举例了，多看伤寒方，体现咱刚才说的那几个原则就可以。

14.10 参麦散熬成膏可以常喝吗？

治什么病呀？光是麦冬人参气太轻了，不治下焦病，治下焦病必须有浊药，要体现清浊相近的特点。开方要有清有浊，不能一直都是清气，也不能一直都是浊气；要动静结合，动中有静，静中有动；不要都是热药，也不要都是寒药，要寒热并用，寒热错杂；不能都是补药，也不能都是攻药，要攻补兼施，这不是很简单的阴阳结合，都是阴阳合意的体现在开方的方方面面。要想学好开方，首先要学会认药，要想认药先尝药，一步一步来吧，要是想进一步了解，大家可以到气学论坛去看看，我的很多录音讲课呀写的一些东西在上面都有，现在学中医贵在方法得当。

14.11 肺寒用那些药？

这个很简单，肺寒干姜要用吧，杏仁、麻黄、桂枝、陈皮、半夏、生姜、细辛，这些热药都可以应用，但是跟大家说一点，热药当中，这些辛散的药当中，必须有甘润的药，有敛阴的药，大家开方子时不能一边倒，比如小青龙汤那么热的药，里面要有五味子，姜辛味，要细辛、干姜、五味子，就像桂枝汤一样，里面必须要有芍药，都是阴阳搭配来开方子。为什么要用甘润的药？就是因为辛热的药太燥了，容易伤正，伤气血，热药虽然能够驱寒解表，但是伤正也不好，所以要用甘润的药加以缓护，比如说甘草、麦冬、党参、人参，这个很简单，就像麻黄汤一样，麻黄汤很厉害，但是里面一定要加甘草，道理就在这里。有的人开方子，认为甘草可有可无，你要从不同的角度来看，如果药里面已经有甘药了，如果没有甘药，可以加甘草，如果有了党参大枣了，甘草就可以不用加了，并不是说一定要加甘草，要知道开方的原则。比如说我们气学开方，要知道开出的方子是团什么气，不同的几味药组成一股什么气，这股气不能过于粘滞，粘滞伤正，都滞在那里了，不能过于辛散，不能过于辛热，不能过于苦寒，过攻过补都不好，一定要是一团流畅和美之

气，在里面体现有辛散的作用，有通经的作用，有活血的作用，有去湿祛瘀的作用，有行气的作用。这个大家要清楚，开方要知道原则是什么，鉴别标准是什么，这块可以多说两句。现在大部分中医大夫，可以很肯定的说，不懂开方原则，没有标准，要么完全的死板地按古代的方子开，要么按不知从哪里继承下来的原则来开，大家要遵守一个规律。就像炒菜做饭，端上来一盘菜，这盘菜好不好，怎么评判呢？很简单，是不是适口，大家想想是不是感觉，一个菜好坏首先要有一个大概的标准，通过根据个人的口味产生不同的标准，这个就是开方用药的差异性，但是有统一的原则，如果这菜太咸了谁吃都不行，还有味不同，有人喜欢吃芹菜的，有人喜欢吃香菜的，它有一个共同的标准，还有一个个人的标准，我们对待疾病也一样，有一个通用的原则要放在那里，大家要都认可，同时对不同的病人也要有差异性，大家要清楚这个标准。药食同源，开方熬出的汤药就是一道菜，在这里直接跟大家说白了，好喝不好喝，不是说多甜多香多辣，药表现出来的味道要适口，要适病人的口，并且有一个大的普遍的原则人们可以接受。是不是适口就是好喝？不是这么回事，开方用药多了自然就知道了。我们开方是在干什么？我以前跟大家说过，开方就是模拟，开出方子的气首先要跟人身正气不相抵触，和人身正气很接近，然后再去纠人身之气的偏，比如说口很燥，外面的天很热很毒，那怎么办呢？用食疗的方法吃一个甘甜爽口的大西瓜，是不是吃了西瓜就可以了？不是的，要吃甘甜的西瓜，有的西瓜没熟，有的西瓜不甜，有的西瓜还坏了，这些西瓜都是不能吃的，一定要吃甘甜的西瓜，这个是关键，不是大街上随便拿一个西瓜来吃就是可以的，那同样开方子呢？可以开一个葛根汤加白糖，葛根是升津液的，白糖是解暑的，可以再加一点白醋，酸甘化阴，这就很好了。那么加多少醋呢？一盅两盅还是三盅？喝的时候适口就可以，既不很酸，但能喝出酸味来，也不很甜，但是这种甜很舒服。熬出汤药浓淡火候掌握关键在哪里？今天咱们讲课直接说明了，就在于合不合口味，加三十克还是四十克，这个标准谁来定？是医生的经验和病人的感觉来定，就像驱寒的时候，很多大夫喜欢开吴茱萸汤一样，怎么喝吴茱萸汤病人就是好不了，为什么呢？首先开错药了，有的是陈年老寒，有的是血分的，没有加血分的药，还有要告诉大家，尽量不要用吴茱萸这味伤正气的药，突然有寒实用吴茱萸来打是可以的，但是虚寒久寒血分之寒，夹杂其他病变，不要上吴茱萸。你想想天天喝吴茱萸汤，你喝一次吴茱萸试试，如果大家是医生的话，如果你再开吴茱萸汤，我劝你回家喝一次吴茱萸汤，试试舒服还是不舒服。吴茱萸是非常难喝的一味药，为什么古代的方子苦参不入煎剂？一个很重要的原因，就是苦参这味药特别苦，有点邪苦的意思，没有黄连的正苦，所以苦参不入煎剂，

很多大夫把方子里加苦参让病人来喝，为什么大部分病人反映中药难喝？实在是太难喝了，医生开个方子基本从来不去喝的，都让病人来喝，自己在那里纸上谈兵，就像厨子一样从来不尝自己做的菜，拿本菜谱就能做，这样是不行的，这样治病害了自己也害了病人，我也奉劝各位，凡是想当医生，想把中医学明白的，有几点是要做的：第一，你所用到的药要了如指掌，有几个品种、如何炮制、价钱多少、长得什么样、尝出来什么味、真假如何分辨，这些都要了如指掌。第二，组成的简单味，比如桂枝白芍搭配、麻黄汤、小青龙汤、四君子汤是什么味，多加熟地什么味，多加白芍是什么味，这些大家知道吗？如果你丈二和尚摸不着头脑的话，我说的这些话大家措手不及，希望大家回去尝一尝。什么叫临床？不是开方子叫临床，要对开方子中的每味药了如指掌，这个是临床很重要的一部分，不然怎么派兵点将，我可以很负责的告诉大家，我开的方子我基本上都知道什么味，每一味药都知道什么味，刚才跟大家说的那些，我都知道什么味，必须做到心中有数。我一说苹果，大家都知道苹果什么样，哪种苹果好吃，多大多圆，这些都知道，为什么药上医生就不知道呢？一到药店两眼一抹黑，什么也不认识。第三，很多主要的药，喝了之后有什么感觉大家要知道，会出汗还是会放屁，还是会头痛，起码要有一个简单的认识，比如黄芪、白术、白芍、吴茱萸喝多了会怎么样？白芍喝多了会腹泻，黄芪喝多了会发热出汗，吴茱萸喝多了会头痛，这些都要了解。咱们谈气学中医，我不求大家能够感知气、看到气、摸到气、听到气、闻到气，不需要大家这样做，但是大家对药对方要有感知，怎么办呢？拿嘴巴尝亲身来试。说的激进点，巴豆吃多少会暴泻？你们做过试验吗？生附子吃多少会有麻感？哪种附子好？药店炮制的黑附片是怎么回事？生半夏吃到嘴里是什么感觉？藜芦吃到嘴里是什么感觉？如果大家没有做的话，请做一下。甚至雄黄吃到肚子里有什么感觉？作为一个医生，这样要非常了解，像了解自己的孩子一样了解这些药，跟它们打交道，慢慢地再融入气学理论，就知道了，就心领神会了，方子一配出来是什么气马上就知道了。白术茯苓配在一起什么气，加上陈皮、半夏、麦冬、党参、延胡索、白芍各是什么气，都要做到心中有数，哪些药是忠臣，哪些药是奸臣，哪些药是鹰爪之药，哪些是伤正之药，这些都要区分开，比如全蝎、蜈蚣伤正，这些都不建议常用，还有薏米去湿是去的哪种的湿，白术去的哪种湿，陈皮去的哪种湿，这些都要了解知道。

还是那句话说得好，纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。这些东西不去做，天天做一个开方医，没有任何意义。在这个迷宫里走，一辈子也走不出来，就像一个从来不尝自己菜的厨子一样，他不可能成为一个合格的厨子，更别说成为一个名厨了。还要说一下，巴

豆大家不要瞎尝，巴豆很厉害，半粒也就跟大米粒那么大，两个大米粒是一粒，尝半粒生巴豆就能导致严重的腹泻，能泻上七八回。巴豆无色无味，搁到嘴里一点味道都没有，不麻不辣不酸不咸不苦，等一会就发现自己的肚子开锅了。三味备急丸，大黄干姜巴豆，咱这里面有做过的吗？其实对于一些急症效果还是不错的。如果说是热爱中医，好多丸散膏丹希望大家可以做一下，尤其是丹药。

苦能益阴的说法不对，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，不下功夫尝是不行的。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，如果自己有虚喝了会非常舒服。现在人开方子少君子多小人，搞得药腥臊乱臭没法下咽，完全把病人给耽误了。两阴夹一阳合成坎卦是不对的，非常有问题，因为不管是气学上讲，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，苦药能治实证，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的，《伤寒论》上大部分方子不管是补益的还是其它的，都是在甘药的基础上再加其它药，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，大家可以尝尝苦参有多么难喝，开方一定要注意，就是多加一个药就会难喝得不得了，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，太有问题了。

第十一课 治疗一

今天讲治疗的原则，下周讲常见病的治疗，以这么两个治疗的课结束咱们这次的网上讲课，所以说这两堂课我可能会更多地自由发挥一下，也更接近于现实，给我们尽量能够带来些帮助，我从这方面来考虑的。

刚才列了大概的提纲，今天有关治疗的原则我想从这几方面来讲。第一个是讲一下亚历山大之结，讲一个小故事，作为引子，把这个治疗的原则给引出来。接下去讲我觉得对大家能够有一些帮助或者启发的一些原则，是以下几点：治人不是治病，我们治疗的原则是治人不是在治病；是治整体不是治部分；治原因不是治现象；治神气不是治形体；治生活不仅治身体；治症不是治病；不是药在治病；调神不仅是调方；个体的差异，最后讲下病的节奏。我想根据这些原则把整个的话题展开，讲下治病的意思。

1、亚历山大之结

什么叫亚历山大之结？大家可以在网上搜一下。亚历山大之结又叫戈尔迪乌姆之结，这个挺绕嘴。这个小故事大概怎么回事给大家说一下。公元前 334 年春天，马其顿王亚历山大率领一支三万多人的队伍，远征波斯，冬天亚历山大进入小亚细亚北部城市戈尔迪乌姆，戈尔迪乌姆的卫城有一座宙斯神庙，庙内有一辆战车，车辕之间用山茱萸绳结成一个绳扣，几百年来，很多智者和能工巧匠想解而解不开，这个被称为“戈尔迪乌姆之结”。神谕说过：谁能解开这个结，谁就能成为亚细亚之王。当然亚历山大对这个预言非常感兴趣，他这次远征的目的，就是要征服亚洲。他也带人来看这个神秘之结，他见到了车，看到了绳，但这个绳没头也没尾，他明白若按正常途径，是解不开这个结的。没头没尾怎么解，那么多智者和能工巧匠都没有把这结解开，那么换他也一样，如果专门去找这个结在哪是不可能解开。于是，亚历山大怎么做的呢？拔出自己的宝剑，把绳子砍开，手起剑落，没费吹灰之力就把绳索解开，那么这个就是亚历山大之结。

说这个故事什么意思呢？就是告诉大家做事一定要站得高看得远，看一看自己是不是陷到自己的一个定势思维当中，不能自拔了。那么看看我们中医的治疗，是否我们也犯同样的错，陷在某一个固定的形式当中或方法当中，无法超越，那么你每一次超越，都是对自己的最大提高。这是作为一个中医工作者每时每刻都要思考的，就像很多修炼人讲的要开悟，怎么开悟？你所说的开悟其实就是让人的思想境界上一个层次，不要在原地打圈圈。比如在一个水平线上很多能人大家都在研究都在思考，如果你在这个层次你不可能比别人

更聪明，那么如果想更上层楼必须开阔思维，要睿智地想问题。那么下面我就会跟大家来讲中医的治疗过程当中如何去体现这个亚历山大之结的妙用。

2、中医是治人不是治病

就这个一条，这个范围很大，这已经分出了医学水平的高低。如果仅仅去治病而不关注人本身，这个是医之下者，这个医生他水平再高他也是局限在这个层面上，不可能再提高。就天天盯着病，这个病分析怎么得怎么来的，分析得再清楚你不能统观全局地观察他这个人，你治病的效果不会好很多。举一个很简单的道理，这之前跟大家说过就是一个癌症患者，他知道自己得了癌症和不知道自己得了癌症，他的这个身体，这个疾病的发展是不一样的，人的因素会影响到这个疾病。那一会我们讲神气的时候会仔细来讲，当一个癌症患者知道自己得了癌症之后神气发生了怎样的变化，进而是如何影响形体的，并且使这个病情加重。

我原先也说过，人是活的，有血有肉的，但是大家现在看看西医，或者很多中医，他不把这个人当成一个人看，他只关心他得了什么病，去治他这个病，使自己整个的思维局限住。比如说一个高血压，高血压这个病是怎么得的呢？他不认真地分析，总是局限在如何降压、如何软化血管。这两天看了一个高血压的病人，吃了降压药，压就将下来了，非常迅速地降下来，同时撒尿是蓝尿，并且有严重的口干和夜尿现象。现在很多高血压的都要去吃降压药，他不问一下高血压是怎么得的，就去降这个压，而且这个药，西药吃下之后迅速降压。这个用我们神气和中医来解释，很简单就能知道为什么会迅速降压，并且会出现蓝尿、夜尿和口干，那这个如果说得严重点这就是慢性中毒、慢性自杀。之所以产生高血压，是由于气机不衡、气机硬化，不能调达、顺畅，调柔能力差，而使心脏泵血的时候所有的血管不能及时地接受、容纳，就泵出了血液，使血压增高。什么原因导致呢？由于人们生活过于紧张、压力大、怨恨、抱怨，各种违反自然调达顺畅的生活方式，导致人们高血压，再加上人们饮食无度、房事不节、生活没有规律，使整个气机失衡，导致血压增高。那么这种体质性的高血压是绝不能通过西药的降压药强行降压，那这样一降压相当于什么呢？使血容量降低，或者它所谓的扩血管、利尿，都是很生硬地、很强迫地、对抗性地让你血压降下来，这种降压很危险，会直接慢性地损害肝脾肾，所以说这个人产生了蓝尿，蓝尿就是肝受到了严重的损伤，同时夜尿增多，一个小时一次，口干，肾脏受损。大家看看现在吃降压药的人有多少，抱着瓶子吃，而且终身服药，这些都属于慢性自杀，

吃降压药吃得越来越多，每天吃，吃的越来越频繁，习以为常，这个人的身体素质越来越差，最终由于高血压并发其他病症，最终导致身体衰弱得病，甚至死亡。

那你要把一个人当成整体来看，你要知道高血压产生的原因，这个人是一团什么样的气，在什么情况下这团气产生了怎样的变化使血压增高。但是现在人吃降压药，时间长了这个血压是降下来了，但是人的素质就变差了。就象发烧一样，一会我在原因和现象会讲下发烧。是，发烧烧的很高，你拿挂水、退烧药一下把烧打下来了，正是把你正气给打下来了，而不是把病邪打下去。

所以说我们时刻要关心人，这个人气机怎么样、人气血旺不旺，而不要关心病而忘记了人。就像这个例子，不管是死是活，我把罗锅夹直就行，那不一个笑话么？人不管，光治病，就像西医追求五年生存率、十年生存率一样，说这个人没有了了一个生存的尊严、生活的尊严，每天躺在病床上呻吟，虽然能够活下去，浑身插满了管子，生活不能自理，大脑不清醒，那你说他生活还有什么意义呢？无非是给自己和家人带来无限的痛苦，那么这样追求的五年、十年甚至二十年生存率有什么意义呢？

就像这个一年前吧上海那个医院出那个事，人家小孩是个心肌炎，先天的，一定要给他换心，用德国进口的那个心脏，换了之后当时没有死，到处展览去，通过病人的这个病例，去让更多的人换心，宣传自己的技术，如果医生、医疗行业在没有道德约束和没有高瞻远瞩的人文精神的前提下，一个医生的所作所为，是在干什么？最终无非成为商业的奴隶，以挣钱为唯一目的，自觉不自觉就以挣钱为目的，换的心越多他们挣的就越多，这个都是丧失神气文化和不以人为本最终导致的结果，必然是这条路。那你说人要没有了心脏，没有了自己的心脏换成了机器的心脏，有时候我就在那想，你说这个人还能成其为人吗？这样生活还有目标吗？这样的生命要还是不要？这都需要认真思考的一个问题，难道人就那么贪生怕死？为了苟且活着放弃了所有的尊严，任人宰割。如果说这样的一个文明任其发展下去，我想这不是人类真正想要的一种文明。就像西医学发展起来以解剖动物、解剖尸体为实验对象，当时教会强烈地反对，现在我们看一下，难道它反对没有道理吗？如果说是把这个人文和精神放在次要位置来考虑，只考虑人肉体的生存的话，那么这个文明发展下去是可怕的，最终人为了苟且偷生，使整个的人、生命不再绽放光彩、一片黯淡，大家想想。所以说我们强调中医，真正的医学是治人不是治病，不是为了活着。我记得谁呀？哪个老红军，当自己身上插满管子的时候他很尊严地把所有管子拔掉，选择死，那么这是第一个问题，是治人不是治病，大家要清楚。

3、中医是治整体不是治部分

咱们中医教科书上也写着中医是治整体的，不是头疼医头，脚疼医脚，这个好说。但是现在是我们需要重新审视的一条，什么叫做整体？什么叫做部分？比如说你牙疼，牙疼怎么办？是牙龈出了问题，发炎了，有细菌感染、有真菌感染，那么就去治牙，这个治部分，西医只能认识到这个局限，它只能认识到这个牙出了问题，它就治牙，它不会认为是别的地方有问题，大不了拔掉，很多著名的牙医，他以拔牙为生。牙科之父是谁呀？他一辈子拔了多少万颗牙，被尊为牙科之父。像这种人很多，很早牙就掉了，就是牙疼就拔掉，而且现在都建议你牙不好要拔掉，及时拔掉不要感染其他的牙。这不仅西医是这样，中医也是这样。比如说什么西瓜霜，牙龈上火喷一喷、涂一涂，那这个管用吗？像咽喉不适，服那个咽喉片一样，和眼睛干涩滴眼药水，这个都是在治部分，不是治整体。中医教科书上明确讲过，五官的疾病都是脏腑不调反映上来的，烟囱冒烟是下面灶着火了，烧上去了冒烟了。

我记得前几年有一个大夫跟我说，他搞这个脑梗塞研究，用中医的方法如何去活血化瘀，脑梗塞，要活血化瘀，要把脑梗塞的这个地方通过活血化瘀的方式给他通开，难道这不是在治部分而不是治整体吗？所谓这个脑梗塞，为什么人会得这个脑梗塞呢？脑梗塞之所以得，是因为整体的气血出现了瘀滞、不调、不通，肝肾亏虚、气不上蒸导致的。那我们讲这个气学讲过，人是一团气，一个整体，牵一发动全身，这团气塌瘪了，整个人就塌瘪了，这团气旺盛了，整个人就旺盛了。就像一杯水一样，你把一杯水倒满之后它各个方向的压强是一样的，人是一个自充自融，充是充满融是融化，自充自融的一个整体，它不会说一个部分很不好，另一个部分很好，人是自然的一个产物，人这个身体，它会让各个部分协调的平均地分配资源能量，共同消化这个不良的事物，所以说你但调整体就可以了。《伤寒论》上不是说了么？大气一转，其气乃散，这个气什么气？邪气？不调之气？什么叫大气一转，其气乃散？这个大气就是人身一团之气，周身之气，整个就一团，你也别分哪个，也别说宗气、元气、卫气、营气，这个都不要去分。本身就是一团气，只不过有深有浅，有内有外，有上有下，有清有浊，自然而然地产生的这个东西。大气一转，其气乃散，这团气一下运转开了它就把不调之气、淤邪之气都给散开，这就是治整体，不要去治部分。

比如说一个人牙疼，原先我一个同事他三叉神经痛，突然三叉神经痛，牵连到耳朵痛，

牙痛、耳朵痛、腮帮痛，找上我了，我说你是不是上火了，他说跟老婆吵架了。这不很简单吗？吵架之后引动肝火沿肝经上炎，燃烧到牙床这了，一直往上烧，烧到腮帮子一直烧到耳根，这个你要拔牙多冤枉。好多人拔牙都是上火导致的，上了一次大火——郁闷，工作没了，老婆没了，跟老婆吵架，找别人打架，突然钱赔光了，生意做赔了，这牙疼得不得了，没办法，拔吧。其实在他最疼的时候已经是火往外发的时候，再忍忍这火发出去就不疼了。那大夫怎么说呢？现在不拔，以后上火还疼，还得拔，还不如早拔，很多牙就这样被拔掉的，实际上这股火出去不就好了么？下次会不会得？还会得，你只要上火牙就疼，那是不是就把牙拔了就一了百了了呢？这牙拔掉火还是会从其他地方走，除非你都切了，都拔了，耳朵也抠了，牙拔了，眼珠子也挖了，这大家应该知道什么意思，就是治病没解决那个根本，那个本不知道，不知道什么叫整体，上下左右前后，标本根结，这些东西都不讲，那么你就拔吧。哪出问题你就拿哪，胃出问题拿胃，食道出问题拿食道，拿拿拿最后人就拿没了。现在在这说，好像说得很清楚，其实就是这么一个现实，现在医院每天都上演这样的故事。大家看看妇女割子宫、卵巢、乳房的有多少，切胃的、切肺的、切肝的有多少。

我还有一个同事，说他这个眼底长了一个瘤，给他懊恼坏了，万念俱灰，动了一次手术好像后来又扩散了，那不行就挖眼睛了，只能把眼睛挖掉。前一阵子有一个美国芝加哥的患者找我，他就是耳底长了一个瘤，最终怎么办呢？在当地做手术了，在美国做手术了，就把那个瘤带着左耳的听神经的那块肉，全给挖掉了，干净利落，省得扩散，挖掉之后拿肚子上的一块肥油贴在那堵那块窟窿，这人左耳的听力完全丧失。大家想想，这都是只知部分不知整体所导致的。如果你只知那个部分，你怎么治都好不了，你只能把它敲掉，敲掉它又跑到其它地方。就像癌症一样，拿掉之后扩散，扩散之后再拿，越拿越多，最后死掉了，不知道病本在哪儿。

你看现在不管是中医西医，都向只治部分不治整体发展。你说一个脑梗塞，千万不要去溶栓，也不要活活血化瘀，通经活络更不能。那怎么治，要看他整体的气机怎么样，气机太燥了，给他润一下；气机太弱了，给他补一下，气机严重的失衡，给他调过来，大气一转，其气乃散，慢慢来，整体好了，部分就会慢慢好，不要去治部分。

就像一杯水一样，一杯水它有一个水平面，这个水平面，一点的增高必须连带着所有的点的增高，你要想让一点增高，那是不可能的，你要让这个水平面的每一点都增高，那么每一个点都高起来，人也是一样，你一个地方虚，一定是连带着整个气团虚了，只不过

那个点虚得明显一点，但一定是整个气团虚。你需要做的工作，只是把整个气团补足了，那一个点慢慢地就开了，那多好。

膝关节有炎，滑膜炎，膝关节有积水，下楼，崴了一下，那怎么他二十岁不崴呀，天天想这个膝关节不行了，其实根本不是，是你整体素质下降了，最终导致反应在这个膝关节上。很多老人，不小心骨折了，那是一个简单的骨质疏松吗？不是，是整体身体素质下来了。咱们中医不是讲精气神，咱把这个神拿一边去，精气，精气衰了，导致身体整体下来了，导致骨质疏松了。稍微不注意，冬天雪一滑，摔那儿了，骨折了，骨折是一结果，你能单纯治骨折吗？把这个骨头接上，活血化瘀？要想根本治疗这个骨质疏松，膝关节不好使，关节咔咔响，调整体，整体好了，慢慢地部分也就好了。

如果单纯一个被扎伤了，跟整体没关系，你整部分，很快也就好了。但是话又说回来，整体的衰弱是慢慢衰弱的，你想调回来，也得慢慢调。像吃两个包子一下饱了，这不太可能。所以说必须日久天长的，水滴石穿的，慢慢地把整体调起来，当某一天，你整体上来了，你发现，部分也好了，这是什么意思，你有了钱，你做任何事情，你都会得心应手，当然这个事情在你能承受的范围内，你不能是，胡乱地做。整体好，部分就好，整体不好，部分怎么搞也好不了，那么这个治整体不要去治部分。

4、中医是治原因不是治现象

现代医学走到现在是可悲的，因为大家不知道原因，只看到现象，一二三四五，只看到五，没有看到一二三，为什么看不到呢，神气文化的丧失。下面一会儿咱们会讲治神气不治身体。整个社会文明不断地向前发展，不断地注重形式，注重结果，注重物质，当然精神就丧失了，本质就丧失了，原因就丧失了，越来越迷失，回不来了。

就像一粒种子从地上长出来，长出干，长成枝条，开花结果，结果呢，它这个树越长越繁茂，假如这个树的每一个细胞都是一个人，那么越往上长，这个人，这个叶子这个细胞，越不知道自己从哪儿来的，还以为自己是万能的，在最上面，慢慢地就把下面的给掏空了，下面掏空，上面就开始枯黄，上面一枯黄，它不知道是怎么一回事，找不到，因为这个脉络太多，分杈太多，自己不能返本还源，回不了家了，不知道从哪儿来的，所以各种学说纷至沓来，各种学科越分越多，互相抵触，互相矛盾，看着灿烂繁多，其实呢，舍本逐末，不知道什么是根本。像做学问做多了，不会做人了一样，不知道人怎么做了，看书看得太多了，最简单的道理不会了，这也就是社会的不断向前发展的必然的一个结果。

如果不是这样，大家想想，怎么走下坡路呢，如果说什么事情都直着向前发展，永不停息的话，那么这个符合自然规律吗，有春就有夏，有夏就有秋，有秋就有冬，一年四季，有生就有死。像原先讲育儿的时候，并不是一步先步步先。你跑到前面就永远比别人跑得领先吗？不见得，你跑得越快，前面有个坑呢，你先掉下去，后面的人没有掉下去，这就是在人与人竞争当中上演的，一波接着一波的，冲在最前面的都死了，后面的又挺上来，所以说，老子就说了，不敢为先，不敢为天下先，不敢进寸而退尺，往前进了一寸都不敢，赶紧往回退了一尺，这叫知止，你要不止，就不知道自己从哪儿来的，不断地消耗自己的神气，不断地消耗自己的智慧，最终这个人你看着很聪明，其实很蠢。

看现在很多人，忙着挣钱，挣来挣去怎么样？身体搭进去了，以为钱可以买回身体，买回健康，你说这种人不是最蠢的人吗？亲情也没了，爱情也没了，身体也没了，光剩钱了，但是像这样的事，每天都在不断地重复，你追我夺。所以说，想得到原因，必须返本还源，必须坐下下认真思考，冷静，不能浮躁。不能只向前不向后，往后看看自己来的路，就像进一个山洞，不断回头看看自己是怎么过来的，拴根线牵着点。

比如这个发烧，现象是发烧，原因是什么呢，是正气和邪气相争而产生发烧，发烧越高，争得越厉害，正邪互不两立，刚才有个病人给我来电话，前些日子给他小孩看发烧，38度，39度，开了一个方子，小孩不喝，这个母亲不在小孩身边，是奶奶带，这个奶奶看这个小孩越来越烧，烧得厉害，都烧到40度了，没办法，太爱孙子了，抱着这个小孩往医院跑，挂水去，因为这个小孩的妈妈在我这儿看病看得比较长，比较相信我，知道了一挂水，准坏事，这个挂水，如果你这个正气足还好，正气不足，它直接就把你这个正气浇灭了，浇下去了，正打呢，正邪正相争呢，一瓢冷水浇下来，烧就退了，烧退以什么为代价，以把正气打下去为代价，如果邪气不盛，慢慢地正气恢复一些，正邪互相融合，这个病可以好，但是更多的情况下，是正气弱，邪气潜藏于身体，当时不发，随后还会引发其它的疾病，所以说现在很多疾病都是由于挂水导致的。

比如说白血病，这个以后有机会我专门给大家讲，你看现在这个挂水普遍现象，也是造成人们得病的普遍原因，刚才又给我打电话，挂水是昨天挂的，今天给我打电话，说烧是退了，但是复烧37度，同时小孩开始拉肚子。这个小孩还可以，又烧起来，但是不是昨天的39度40度。证明什么呢？正气弱了，为什么弱了，泼了瓢冷水，本身烧到40度的时候，这个小孩跟大家说，正是小孩正气足，向外努争，抗邪的一种表现，这个时候你应该赞扬他，鼓励他，让他再坚持一天，时候到了，邪气解，正气复，那个烧马上就减36度。

如果这个时候你看着小孩难受，你过去给他一巴掌，是小孩不哭不闹了，烧下来了，但是邪气还在，因为小孩正气强，过去一天，他恢复一点，他又烧，他37度又想跟邪气打仗，但是这个时候体力不支，刚被泼了瓢冷水，所以是小烧，同时为什么拉肚了，伤了脾上了，这就是挂水挂的，所以说奉劝各位，挂水的危害非常多。凡是在我这儿治疗感冒发烧的，只要是没挂过水的，一般吃上一两天药就好，身体弱的，或者病邪重的，三四天也就好了，而且不留任何后遗症。

你看，什么是现象？发烧是现象。什么是原因呢？正邪相争是原因，发烧越高，正气和邪气越旺，所以说小孩发烧，大人发烧，越高越不害怕。就像咳嗽一样，越咳嗽得厉害越有底气的咳嗽越不可怕。很多吃了我的药之后，发表宣肺发表散寒的药之后，说当天晚上剧烈咳嗽，第二天明显好转，就是这个药帮助正气向外御敌，以咳嗽的方式咳邪外出，有些人咳嗽得厉害了，马上骂大夫，说这是什么大夫，原先还没有咳嗽这么厉害，吃了药怎么咳嗽得这么厉害。大家想想，你怎么跟他说呢？都说我们要找原因，不要看现象，牙疼是现象，原因是肝火上来，耳鸣是现象，肾虚是本质，像糖尿病一样，为什么胰岛素少了呢，你光打胰岛素没有用，一个瓶子漏了一个口儿，你光往里灌水有什么用呢？你得堵漏，漏堵了，你不灌水，那水都不带走的。

如果人们不知道原因，后果是可怕的。那终身服药吧，越服身体越虚，越虚越服，最终所有的病发症都来了，本身糖尿病、高血压，类似这样的病，不会导致很严重的并发症，所有的并发症，很多种，都是长期服药导致的，但是现在谁敢停药，他嘴大，你嘴小，谁信谁！所以说现在听骗不听劝，你骗他行，你劝他不行。但是如果说在这里听课的，想更上层楼，那么就好好学，多了解原因，你就知道现象是怎么回事了。就跟那个猫逗线头一样，你拿那个，不说这个了，你就拿那个镜子往墙上打光，说那个猫就去抓那个光影去，小时候我就经常玩这个游戏。我拿个镜子往墙上照，那个小猫，跳得可欢了。那大家现在不是一样吗，大家跳得可欢了，不知道后面有个人拿个镜子在那儿照。

5、中医是治神气不是治形体

我们专门讲精气神，神气形，讲过多次了，三种存在，一个比一个高，神最高，气次之，形最差。说你一注重形，这就很差了。说这儿鼓个包，包哪儿来得，气推的，你要知道这个层次，这个病好治，你要不知道，那拿刀割下去吧！就像很多人点痞子一样，能够改变命运，眉心一颗痣，眼角一颗痣，腮帮子一颗痣，你说这些痣是怎么来得呢，是体内

恶气，或者是吉气发于面而产生的，这个痣有好痣有坏痣，饱满光亮，颜色正为吉痣，邪气晦暗，颜色不正为恶痣。恶痣恶气之所发，吉痣吉气之所发。所有痣都有根的，都是体内的气向外表现出来，那你点痣有什么用呢？

比如说咱们点这个恶痣，你点了它恶气还在里面，你光点它不是掩耳盗铃！而且，跟大家说，你点恶痣，容易激发恶气暴发，我见一个病例，后背后心两乳间相交处，后面平行的那个点，后心吗，有一颗黑痣，他给点了，大家知道点了以后有什么反应吗？恶气迅速暴发，蔓延全身，就像那个长颈鹿一样，全身全是恶斑，目不忍看哪！这个就是恶气被你激发出来了，原先恶气还藏在里面，它只是从那个地方发发，你点它，动了它神经了，迅速蔓延到全身，所以说你要不知道后面有神气，光治形体，你这个治病过程当中，很难把握。现在很多人点痣，那个痣能点吗，不能点，千万别碰，那怎么办哪？你不是恶气之所发吗，你化恶气，恶气化了，那个痣可以由恶转吉，或者隐然而去，吉气更不能点啦了，吉气是好的象征，我看很多小孩儿，象年轻的，把那个吉痣也点掉了，本身长得好好的，是吉气所发，你还给他点掉了，点掉代表什么呢，点掉吉气无头，你把这个吉气给破坏了。

那有人问了，那恶气也不能破坏吗？这个不是这样的，恶气转逆气，你容易引逗它，吉气有顺吉，你容易残害它。就跟好人坏人一样，坏人你一碰他，他打你，好人你一碰他容易伤害他。所以说不管由吉气所发的吉痣，还是恶气所发的恶痣，大家都要顺其自然，不要动它，你想想化，化神气，神气化了，痣自然会发生改变，就像人的面相一样，你要天天做坏事，面相就为之恶，你要做善事呢，面相为之善。那么这个善恶是不是好看呢，这个美丑呢，不是这样的，这个必须要看后面的神气、底蕴。并不是说好人长得就好看，坏人就长得难看，不要看形体，要看后面的神气，神气是中国文化的核心。

那现在我看很多人练书法的，光盯着那个字怎么写得好看，每一笔极尽钻研之能事，把这个字尽量描得好看，而且还有追求丑、追求怪、追求奇，这种创作风气，不去研究神气去，神气所发，形迹所成，写字根本不用看字，把你身体的正气写出来就行，像大家走路的时候似的，谁关心怎么走，是哪个关节动，没人关心，他抬起腿就走，你要关心，你的每一个关节是怎么动，你这路没法走，我们看病也一样，看神气，神气能治，这个病就能治，神气不能治，这个病就不能治。

最简单的，得了癌症这个病了，他要神气丧乱了，神不依气，气不依肉，肉不附骨，那你要是看到这种形体的人，那就别治了。神气都丧亡了，这个病基本可以定形了，离死不远了。要我治癌症，一条原则，对方这个病人不要知道自己得了癌症了，因为这个癌症，

其实这个癌症不是那么难治，不是大家想象得那么难治，但是一旦这个患者知道自己得了癌症了，心理上接受不了，思想上产生巨大的包袱，神气一下子就给崩溃了，这样的病人没法治。

《黄帝内经》上说，上医治人，上医守神，还是怎么说得，守神守气吧，听得挺玄，都是至理名言。你这个病人过来，你不看他神气怎么样，上来就治吗？

6、中医是治生活不是治身体

现在大家看病还是太关注这个治病本身，你应该多关心一下他的生活方式，多关心一下他所生活的环境，他所得的病，百分之七八十，都是由于他所生活的环境造成的。比如说写字楼，往那一坐，一天八个小时，盯着电脑，你说他身体能好得了吗？五年，十年，十五年，都这样，不可能好得了，你想发明一种灵丹妙药，让他身体好起来，不可能。你先让他从那个环境中跳出来，或者说能够改变多少就改变多少，周六周日从来不运动，一天八个小时盯着电脑，也不活动，腿也凉，脑子也迷糊，眼睛也涩，浑身没劲，对什么事情也提不起兴趣来，回家就累，你说是怎么导致的？天天愁眉苦脸的，这个都是致病之原，你不调生活，不帮他改变，他的病很难好起来，好了还犯。你看治人，治病不要治病而是治这个人，治人一定要治他的环境。这个人可以改变环境，环境也可以影响人，而且影响是切切实实的，非常严重的。

治农村人得的病和治城里人得的病是有很大的不同的，农村人可以攻，因为他气血足，城里人禁攻，气血太弱，你一攻，他散架子了。好多这个大夫反应，这个人寒热错杂，虚实夹杂，攻也不是，补也不是，一补就上火，一攻就拉稀，没气了，你说这个病怎么治，没办法，非常棘手。大家在临床上应该有这样的体会，一补就上火，你看这个农村人来喽，你拿攻药一打，病好了，这不是一个很鲜明的对比吗。我治病的过程当中也有这个体会，很简单的方子，投给农村人和投给城里人，是截然不同的。尤其大城市的，尤其白领，尤其用脑过度的，这个病才难治呢。用脑过度的，管人的，搞科研工作的，神气衰弱得很，为什么有那么多过劳死？突然倒在工作岗位上了，都是神气坏了。那还有那个运动员，踢足球的，谁来着，跑跑跑，突然倒地死了。神气乃张，都空了。或者说他这个神气外运得厉害，里面突然空了，不能及时补充上来，导致暴亡。

所以说老子一再告诉我们，一定要返本，一定要归根，一定要知止，要安静，告诉我们柔弱胜刚强，“强梁者不得其死”，“人生也柔弱，其死也坚强。草木生也柔脆，其死也枯

稿”，反复告诉我们，就是让我们知道神气一定要畅达，柔缓，舒畅、自然，不要僵硬，紧张，萎曲、造作、刚强，这些都不可取。你看现在生活压力如此之大，每天奔忙，没有停息，这个不好。

前些日子看了一个病人，说是肝不调，天天乏累，快四十了，在政府机关，每天很累。工作不停歇，没有白天黑夜，我告诉人应该退而进，进进退退方为君子，光进不退属于小人，光往前跑了，从来不停息，你说这个人，最终何以为计，最终就是油尽灯枯。你到时候想再干都干不了了，因为人枯槁了，精血没了，都耗光了，本来是日作夜息，这样的长期坚持，时间长久，你光日作了，没有夜息，光干活了，没有休息，你说这个人能维持多长时间？元气能有多少供给他去消耗，十年，二十年，你看现代人衰老都很快，三十多岁就开始衰老，有人说没办法，这个在工作岗位上，这个社会推动着人往前。不是没有办法，海绵想挤永远有水，你就不愿意停，这是惯性。一个人聪明与否，就看能不能摆脱这种惯性，就跟学佛学道一样，说你的业力带动着你惯性向前，奔跑，就看你能不能回头看一看，放下脚，停一停，退一步海阔天空，有几个人能退呢？

7、中医是治症不是治病

现在这个都用病名，这个病名都是西医的病，糖尿病、高血压、心脏病、冠心病、肝炎，但是中医不这样看病，中医只看症，通过症来分析你的神气，所以说有同病异治，异病同治的说法。同样说你肝不好，那病人就问了我，我查过了，肝没问题，指标都正常，这个就是中医和西医的区别，咱们说得肝是肝气，不是说得肝脏。同样，有的病人来了，让我摸脉，摸脉我只能说什么症状，他说不对，我有高血压。你说你怎么办，你能摸出他有高血压吗？他有冠心病吗，你只能摸出来，他的气血处在一个什么状态，神气是一个怎么样的，有可能会有哪些毛病，症状反应出来的，你只能说他这个，这个命名是西医命的名，你不要再去迎和这种西医的命名。

他一看糖尿病，咱赶快降糖吧。说中医降糖有什么好办法，完了，你被人家牵着走了，彻彻底底完了，就像前面讲得那个脑梗塞，既然是梗塞，我怎么样来活血化瘀呢？这不是让人牵着走吗？自己的东西都丢了，丧却吾家无价珍，咱们家的宝贝都让你祸害光了，都丢了，一个也不珍惜，就像很多那个把自己家的老古董什么的都拿去当了卖了，扔了，或者说是喂马喂猪去了，这不就是丧却吾家无价珍。你不要辨那个，那个指标可以做参考，但是你一定要立场坚定，他神气怎么样，一团什么气，哪儿不正常，调吧。现在搞来搞去，

都治病了，不治症。

像今天下午那个小孩，原先是高烧 41 度，开完方子，小孩不喝，奶奶给挂水去了，挂完水之后，拉肚子，低烧，那就不能再用原先的方子，就得换方了，因为症变了。拉肚子加低烧，原先高烧正气足，你直接鼓邪外出就行了，现在正气不足了，外加脾阳伤了，那就得护一下正气，温一下脾阳呀，这很简单，你还管什么病。还有一个咳嗽，说是什么玩意儿，就是那个衣原体支原体感染，问我，这方子用不用调，能不能治，如果是你的话，支原体怎么怎么的，那不就是跟着西医走了。那永远让人牵着鼻子，没有一点自信力。还有很多一说是肺炎，说完了病情加重了，你一样当感冒发烧治，别管他肺炎不肺炎的，别看肺炎你就害怕不敢动手了。所以说一定要治症，以察其神气，不要治病，跟着西医走。

你看现在中医搞这个甲流疫苗一样，比哪个国家搞得都积极，都快，说一下要 5% 的全国的人注射甲流，这可是天文数字，这百分之五的人注射甲流，本身甲流这个病很好治，典型的症状，一个浑身酸痛，咳嗽，有腹泻现象，这明显的一个有邪气袭表，只不过邪气重一点，你护正气发表，病就愈了。哪有那么难治的，搞得现在惊弓之鸟，失去自信力了。如临大敌一样，让世卫组织牵着走了。

8、不是药在治病

这个提法大家好像有点莫名其妙，那是什么在治病？是药推动气血在治病，对，这是关键。气血没了，你药再用都没有用了。好多大夫把什么药做为一种万能的，说在药上下功夫，我跟大家说，你下错重点了。说真正起作用的是你的气血，你的神气。这个病那是怎么解得，正气进，邪气退，正气调，邪气乱，最终导致这个病好，根本不是药在起作用。你想想吧，把气血抽出去，你加多少药有什么用，没有用了。大家要在神气上下功夫，要在神气上起作用，就像一个人在吃饭，不是你在吃，你要教那个病人怎么吃，不是你替他吃，这是一个本质的不同。你要拿药让气血去治病，那就是像现在治感冒发烧一样，不敢下补药，怕把邪补住，大错特错！很多虚证的感冒发烧，必须用补药。补而发之，补谁，补正气，发谁，发正气。不是发邪气，把正气宣胀起来，把邪气顶出。这个宣胀不是药在宣胀，是药激发了正气在宣胀，胀是膨胀的胀，你光宣它了，光胀它了，它在这弱着，宣不起来，底下就得赶紧加补气血的药，让它胀起来，让它宣起来，让它把邪气顶开，不是你药在起作用。如果说连这个你都不明白的话，你这个中医看病不可能前进。所以说，你时刻要考虑你的神气，治病当中就考虑神气，神气在，病就不可怕，神气去，百药无用。

你再下药有什么用，人的神气都没了，眼珠子都发直了，你还用什么药。

9、回答学员问题

9.1、正气从何而来，为何会随着年龄的增长而变弱？

正气是先天地生而给的，天地之间就有正气，先天而给，后天萌发而完成。有生有死，有成就有败，成住坏空，就是整个惯性推动的，就是宇宙之间的呼吸，一呼一吸，它一呼一吸，你跟着也一呼一吸，所有的万物都在这呼吸之间，去不断地律动，有节律地跳动，完成了一轮又一轮的生死过程，那么这个是什么呢，这个就是变，不断地变，颠三倒四地变来变去，今天是男的明天是女的，今天是小孩明天是老人，今天是人明天是狗，就这样颠三倒四地，这个神气在里面不断地品物流形。那《周易》上不是讲了，品物流形，什么叫品物，就是万物，什么叫流形，神气不断地以形体的形式不断地流动寄居。正气是什么，正气顺从这股气自然的流动，叫正气，违背这股气，逆自然，造作地流动，叫做邪气，那就是因为我们不知道人有生有死，有死就有生，生生死死如昼夜，如寤寐，睡了醒，醒了睡。不知道这个，所以人才贪生怕死，导致人现在抓住生不放，抓住生而生又不能一直延续下去，有生有死，导致人又无端地有更多的痛苦，要死就死，庄子不是说了吗，“适来，夫子时也；适去，夫子顺也”。就是说你该生的时候就生，死的时候该你死就死，不要抱着不放。你越抱着不放，越违反自然，你现在抱着不死，你明天就没有办法投生。你现在不睡觉，哪能明天有精力起来呢。

9.2、成年人的运动强度应该如何控制？血液同气有什么关系？

这个问题也是比较概念性的，可以借题发挥了。那我建议大家，尤其是上了点年纪的，三十岁以上的，都不要做太多的剧烈运动，因为气在柔，不在暴，在缓，不在急。你看那个小苗生长，它慢慢地长，猪，慢慢地长。气血慢慢地长，云慢慢地飘，雨慢慢地下，风慢慢地刮，这个才是自然之常。什么是常，就是经常要做的事情。还有一个自然之变，突然狂风暴雨，地震，地动山摇，这个都是带来破坏性的。我强调过多次，现在人们搞这个运动，只知道动不知道静，那么就是超出极限了，不可能再恢复了。但是如果你知道动静结合，并且知道护养气血，锻炼内气，人们这个极限很快就可以突破。跑，练长跑，跑得都吐血了，都便血了，你还在让他跑，激发他的潜能，这是西方搞极限运动最大的一个缺点，总觉得这个极限好，追求这个极限，是对生命的一个挑战，其实不知道，中庸才是真正的对生命的提高。中庸，能做到真正的中庸，中合，一团祥和之气，很难的，它那个静，

要达到这个静，这种境界不是在极阴极阳，极强极弱，极光明极黑暗中得到，而是往往需要在泰和当中得到，什么叫泰和呀，就是平和中正中得到。

为什么道在寻常中，就是在寻常才有道，不是在深山里才有道，不是在北极有道，不是在南极有道，不是在海里有道，都是在平常中，所以说大家运动要适度运动，适度运动什么呢，不是做那个体操，做那个形体肢体的运动，是适度运动当中体会气机的自然规律。神气相得，自己与神气相与，什么叫得，得就是相和的意思，和了节拍了，跟自然的韵律合了节拍了，你就是从与自然，顺与自然，达与自然，这话说得有些绕，但是大家以后自己体会吧，话只能点到为止。说再深，再说，不明白的还是不明白。

那么酸痛是怎么产生的呢？说过多次了，这种酸痛，剧烈运动之后产生酸痛，酸痛就是它那个肌肉那个地方，那个能量气血耗光了，耗光了之后不能及时补充产生的匮乏，说是气血向里塌陷而产生的酸痛。那么你再通过适当的运动和气血的补养，它那个匮乏的地方填实了，它就不酸痛了。

人的血液同气有什么关系？那你这个问题本身问得就有问题，这血液是血液，血是血，不是一回事，中医讲的血，代表气的层面的血，就是浓稠的气叫血，不是一割开，喷出来那个血液。血液是物质层面的，中医的血是气的层面的。这所有东西，在气的层面都叫气，但是气分清浊，循环不已的，这个卫气和营气，其实卫气营气，你就可以把营气当成血来对待。卫者气清，营者气浊，卫行脉外，营行脉中。营卫可以对应。从某种程度上。气血又是对气的一个总称，清者为气，浊者为血。就像一对男女一样，一团气分男女，男女包绕，循环无端，莫知其极也。有男有女，就像整个社会，我们说人，一说人其实就包括男人和女人，男人女人存在于哪儿？存在于社会当中。不可能北边都是男人，南边都是女人，也不可能这边街道全是男人，那边街道全是女人，总是男女混杂的。男人也是人，女人也是人，所以统称为气，中间又为分气和血，也就是男和女。大家知道男女的社会，也就知道什么叫做气血，它们异名而同类，既有相同的也有不同的。那气血是怎么相生相存呢，你看看男女就知道了。男人和女人一般都是互相的吸引，互相杂揉，同时也有排斥的时候，就是气血不顺，气血不调，就是营卫不调吗，营不共卫和谐，这种情况也会出现，男女之间也会出现矛盾，你看现在很多人，咱把这个社会比做一个人，那这个社会出了问题，归根结底会表现在男女上出现问题，它家庭不和，人身上就是气血不调，是气不调血，血不调气。气血互相不协调，气不识血，血不从气，这就出问题。

9.3、局部突出的病从整体调是否太慢了？如果调整体后局部都气血顺畅了，是不是可以用一个方子加减呢？

这个问题也提得很好。第一个问题，说局部突出的病，是不是调整体太慢了，这要看你局部突出的病是不是由于整体导致的。如果由于整体的亏空，或整体的不调，最后在那么一个点爆发，那么一定要调整体，如果这个局部爆发得很明显，可以适当地调局部，急则治标，稍微治一下，但是回头马上补整体。

他说是不是太慢了，这是因为你这个病得的时间太长了，比如是一个肝癌，是一天两天得的吗？是长久得的。那么你想调回去，是一天两天调回去吗？必须慢，你只要慢下来，你才能调回去，你快了调不回去，越快越不回去，所以说很多慢性病，治疗的时候，一定要掌握一个字，就是慢。只有慢才会成功，快不可能成功，猛攻疗法、冲击疗法，休克疗法，都是胡扯淡的，不能解决问题。冰冻三尺，非一日之寒，越快越出乱子，越快越治死人。得了那个肝癌了，切掉，快不快，切掉试试。很多人也批评我，治病太慢，用方太缓。本身就是一个必须要缓的治疗方案，怎么可能快呢？养猪，还是举养猪那个，你快快催起来，那猪还能吃吗？现代人们太急功近利，太想成功了，太追求完美，太功利。所以说企业长不了，人的健康长不了，幸福长不了。适得其反，南辕北辙了，追求来追求去，没有用正当的方式去追求，结果得来的都是痛苦。

大家看病，尤其是看慢性病，跟病人也说清楚，慢中取胜。你看那个炊烟吗，袅袅的炊烟，那没有说像放炮仗那样的炊烟。你要说要像放炮仗那样的炊烟上去，那自然那动静多太呀，天天要都是汶川，来几个汶川，那人们还活不活！这个道理显而易见。大家知道十年磨一剑，你说慢不慢。大家老觉得慢是一个贬义词，是一个落后的用语，实际恰恰相反。这和友谊一样，友谊没有十年的基础，怎么可能有真正的友谊。能一天有个友谊吗，现在都讲速配，不管是谈朋友，搞对象，都搞速配。速配有几个好结果的？像吃快餐一样，那水火锻炼，不慢炖，那它这个食物怎么协调在一起为我所用。所以说，现在这个社会发展的节奏太快了，以至于违反了自然的规律。要是地球转得快，自转也快，公转也快，你试试。这个很明显的道理，现在人们说话也快，快得像炒豆子一样，像打架一样。像我们同事说话，那快得不得了，根本没法插嘴，那干脆就不插嘴。唯恐避之不及一点和缓的劲都没有。

那下一个问题，调整整体后，局部气机畅通了，那么治病是不是可以用一个方子，这个问题问得很好。上一节我们跟大家说过，真正的好方子，他开出的方子一定和你和身体

之气相近，并且帮助你身体调你的不调，如果相差太远，上来喝了之后反应非常大，损伤气血。开方不能开极阴极阳，极寒极热，极攻极补，那这个方子都不能开，一定要是温和的方子，缓攻，攻中带守，缓补，补中带调，开凉药，凉中带温，热药，温药，温中带通，都是这个理。大家不要做大开大合的事情，大成大败的事情，都不要去做，这个都和投机有关系，有时候你能赌赢了，但大多数你都赌不赢。

其实治病，常见病就五个方子，五个方子加减就可以。这五个方子都和人身之气相近，不会出大的偏差，再随症加减，完全够用。五个方子是不是《伤寒论》上的方子呢，给大家说不是，但它是《伤寒论》的理，不是《伤寒论》的方子。那五个方子足够应付常见疾病。没有必要用那么多方子，用药不会超过 50 味药，开方不超过五个基础方，可以解决大多数常见病，包括癌症。就是由于现代人们急功近利，舍本逐末，缘木求鱼，导致现在开方子五花八门。本都失去了，抓得都是末梢，良将都不用了，用得都是毒药。君子退，小人进，虎豹豺狼蛇蝎全都来了，祸害人民，谁是人民，就是你的气血，你的精气神，上来都是祸害你精气神的东西。那五花八门，各显神通，各种妖怪，全都出来了。大家说妖怪，什么妖怪，不是《西游记》上演得戴个头套的那个妖怪，妖怪就存在我们现实当中，不一定指的人，你们开得方子里面就有妖怪。很多妖怪堂而皇之，都上教科书了。

原先有个朋友，也是搞中医的，搞了一个什么，搞了一个蚂蚁酒，大蚂蚁，大黑蚂蚁，加了几味中药，天天喝，他说喝得他神采奕奕。大家想想，蚂蚁是什么东西，蚂蚁是走窜之物，走哪儿的，走肾经的走窜之物，那么你说他吃得神采奕奕，把什么都吃出来了，和激素一个道理，把肾精都吃出来了，都走窜出来了，那就相当于什么呢，就相当于一个油灯，捻，你挑得亮亮的，你看着很亮，那油很快就耗光了。现代人不辨忠奸，不辨正邪。真像屈原说得那句话，黄钟毁弃，瓦釜雷鸣。什么叫黄钟毁弃，黄钟是重器，是音乐中的重器，代表正声，黄钟大吕，黄钟凿了，那用什么来弹，瓦釜雷鸣，瓦罐，天天在那儿敲那个瓦罐。

9.4、思绪纷繁，无法安静的看书，是不是身体有病的表现？

这个就不好说了。这看什么时候，什么事引逗的你呢，人要心沉不下来，别说学习，养生都做不到，沉静下来是需要功力的，尤其是对现代人来说。脑力劳动者如果想要有效休息脑子，利用一夜时间做一些不是脑力活的事，出外玩一玩，搞一些原先看不上的一些东西或者事来做，你看现在很多精英，都扎在网络上，扎在科技上，就像那个淘金热一样，大家都去淘金，种地的都走了，都淘金了，其实你应该回头，大家要避实就虚。回头走走

看看，有可能就海阔天空呢。

那这样吧，今天时间不早了，那咱们都到这儿吧，今天没有讲完，下面接着讲不是药在治病，调神不仅是调方，个体的差异和病的节奏，夹杂着讲吧，下节课争取讲完它。一般常见病前面也说了一些了，然后下节课再重点说一些。不要逞一己之能，不要觉得治好了病是你的药方开对了，下节课咱们再讲，这个药方，大部分大夫这个药方都开不对，但是好病哪，那咱们下节课再讲。

第十二课 治疗二

上次咱们讲治疗，讲了这几个问题：

第一个说的亚历山大之结，寓意就是让大家尽量站在高的层面来看待中医的学习和治疗。

第二个说了一下治人不是治病这个问题，中医看病要这么看，但是我们是治人身体，五脏六腑四肢百骸是一个整体，那某一点出了问题，有可能有整体的一个反应，所以说看病一定要看怎么来治这个人，这个人当然是也包括了身和心，不仅是这病的一点，这一点他可能是引子，会引出一系列的问题。

然后又谈了一下是治整体不是治部分。现在大家知道了，因为现在整个的中国医疗体系是西医文化指导下的，他人为了把看病分科、单纯的处理，这个是没有办法的，直接导致自然的融合的规律割裂，什么东西都分解拆开了，把化合物都提纯，就是混合的都分离完，走向了和自然对抗的一条路，如果说这样发展下去，后果是不可想象的。

接下来谈了一下治原因不如治现象。因为我们知道整个世界是由神气形三种存在方式共同构建的，现在由于现代文明已经不信有神和气，局限在形的世界来处理问题，研究问题，直接导致很多事情他找不到这个本质在哪儿。比如说气上出了问题表现在形上，他光关注形，不去理气，就像很多癌症病人一样，那这气发生了改变，调气可以把这个癌细胞调完，并不是要杀癌细胞，杀来杀去最后把人这个形就给毁灭了，气无所依，神无所舍，那这个人也就完了。

然后我们谈了一下这个治生活不是治身体。因为作为一个好的大夫，不仅是要知道病怎么治，还要知道这个人是怎么回事儿，他生活的环境怎么样，她是在一种什么神气状态下过来看病，那这样你才能去对症下药，辨证施方，去帮助他从一个不正常的生活状态、心身状态摆脱出来。所以说一个好的大夫也是一个好的心理医生，是帮别人，让他从身心两方面返回健康，那这才是大夫应该做的事，而不仅是当一个坑，拿病人赚钱，这个是有违道的精神。

1、续谈中医是治症不是治病

然后下面再谈一下是治症不是治病。时下的糖尿病、高血压、冠心病、各种疱疹、皮炎等，都是按西医的医学体系来命名，由于中医现在很衰落，依附于西医的这种命名，现在很多大夫也是你得了什么病，糖尿病，那行，那中医呢，也分心肾两虚型，肝肾两虚，

脾虚，三焦之类的，再去对，和糖尿病对，其实这是风马牛不相及，中医的体系和西医的体系是不一样的，这要是按西医来你就上了那个圈套了，走上了西医的那个思路。

所以说我们想从目前的这种状况当中摆脱出来，是需要大家共同来努力的。我记得原先，我在医院实习的时候，一个病人过来，看了下舌苔，湿热很重，我就说了一声这个湿热很重，那个老大夫马上说了一句，你不要说湿热很重，你直接说这个病名，当然这个病名是西医的病名，为什么这样，不要把事情复杂化，因为对方没有听过湿热这个词，马上就问什么叫湿热，你这样解释来解释去，最终自找麻烦，直接就是西医一统天下的这种局面。随着我自己的行医，后来我发现，必须解释，老百姓能听懂，比如说肝瘀，气血不足，肝肾亏虚，湿热，肝脾不调，肺中有寒，外感寒邪，这些词你只要去用，你真正明白，去跟病人沟通，病人他也会听懂，不要把病人当傻瓜。一定要去隐瞒或者说不理，这个都不行。你得跟他解释，这个过程其实就是一个宣传的过程，他以后慢慢的就接受了。比如说现在这个电视，国家开始宣传中医这个概念，整个中医的事业开始扶植了，慢慢我发现身边的同事朋友也开始用一些中医的术语，耳鸣也知道是肾虚导致的，也知道肝通眼，腰者肾之府，这个你只要去说，这个尽自己的能力去说，那么病人就会跟你解释，慢慢也会形成风气。所以说如果说中医要想发展，必须把中医的文化传播出去，在某种程度上脱离西医的阴影，不要在整个的西医的影响下去依附他，那样是没有出路的。

有很多人在说，中医西医结合，其实，这两种体系，一个是天上飞的，一个是水里游的，你说让他俩咋结合，很困难，各自发挥各自的长处就可以了，硬要往一堆儿掐掐的，只能说飞也飞不动，游也游不了，到最后就什么也不是了。所以说我不建议这个单纯的中西医结合，结合四十年了，什么结果，最终就是中医灭亡了，都结合到西医那儿去了。好，那这是治症不是治病。中医辨证，你有什么症，根据这个症的特点，综合考虑整个的身体状况，来辨别气出了什么状况，然后通过相应的方法来调气，气调好了对症了，那么你这个病也就好了，治病就是那么简单。

2、续谈不是药在治病

上次还谈了一部分不是药在治病，跟大家上次说过，方药对症能够治病，有时候方药不对症也能治病。为什么？今天跟大家说一下。这个大夫认为把所有的注意力都集中在这个药方上，开出一个好的药方可以治某种病，这不是一劳永逸了么，凡是来这个病，我就拿这个药方去治，或者是单纯守一个病，很局限的一个小病，然后不断钻研某一个方子，

那么多方子，试呗，行医这么多年，拿方子不断去试，试来试去，有的有效有的无效，最终不知道怎么回事儿，治好了也不知道怎么治好的。有的大夫穷一生的精力也没搞明白，一个方子也没研究出来，这是为什么呢？就是因为，很多病不是想象那么简单的，但是如果你站在神气的这个角度来考虑的话又很简单。我说过，其实这个得病是有原因的，去病是靠自己的正气的恢复，并且如果有外邪，把外邪顶出、化掉，这个病就好了。

比如说一个简单的发热，我们讲过，现在大部分的发热是风寒感冒发烧，夏天也一样，夏天吹空调，吹电扇，风寒之邪留于表，导致毛窍闭塞，里面的热气郁闭，导致里面发热。那么这种发热，我们但解其表，宣其肺，发则宣肺，那就可以了，怎么解呢，很多药都可以，不独是麻黄汤桂枝汤，凡是能够鼓舞正气、宣表的，什么叫宣表，宣散、向外扩张，把集在体表的邪气震掉，什么叫震，就是抖掉。最简单的就是发汗，汗带着邪气就走了，烧就退了，并不就是药本身治的病，药促使正气向外鼓荡而治的病，那么最终是正气在治病，而不是药在治的病。同理，大部分疾病都是正气来复，什么叫来复？就是回来了，康复了，使邪气没有停留的余地，邪气瓦解，邪气被正气破掉，邪气被正气排除，邪气被正气解散这个病才好的，药所起的作用，只是扶持催促帮助的作用。

那象一个老年人，身体虚弱摔倒了，那什么是药？一个大夫，你能做的方法就是搀扶老人让老人起来，你可以搀左手也可以搀右手，也可以抱腰，总之你可以想办法让这个老人能够起来。那是不是你代替他起来呢？这是不可能的。如果病人正气没了，你吃什么药也没用。那这个病人来了你一定要观察他神气之所在，那你看他如果神气还在，那这个病可治，如果神气不在，神气涣散，这个病难治，即使是小病也难治。

现在很多大夫把注意力用在药上，那我希望通过这个讲课，让大家把注意力用在对方的正气上。人身一团气，这团气旺，这个人身体旺，这个人这团气衰，这个人身体就衰，一衰了当然什么病都会得。象甲流，那甲流找什么人呢？肯定就找身体差的人。那苍蝇不叮无缝的蛋，那蛋很完整没有一个缝，那怎么叮，所以这个甲流疫苗，我建议大家尽量能不打尽量不打，不如巩固自己的正气。一团充盈正气，百邪不侵，打这个疫苗，忽视自己的正气的培护，一样得病。

那么我讲，大家学医的话，一定要把你的用功点放在这个正气的运行规律和如何养护正气上，这个是根本，而不在用什么方。我们知道方也有正气，药也有正气，尽量用正气对正气，不要用邪气对正气。那现在很多大夫开方，很多都在帮倒忙，对方摔了，你应该是扶的，其实很多大夫在干的事儿都是在按的，他想自己爬起来。你给他稍微扶一下你能

加速他爬起来。本来可能是一个小时爬起来，你给他一扶他可能一分钟就爬起来了。但是你按他，刚想抬起头来你一按，又下去了，一下倒地拉倒，现在看病普遍现象就是在按对方，不是在扶对方。

比如说小孩发烧，打一针，或者挂水，退烧针，起的作用是按的作用大于扶的作用。比如说冠心病、心脏病，吃那个速效救心丸之类的，很多不该死的吃了就死了。为什么，很简单，很多心脏病患者，特别是心慌得厉害的那种，很多是肾虚导致的，气不养心导致心慌难受。或者肝气郁阻，肝气不调上逆犯心，像这样的类似的虚证和肝气的这个心脏病，坚决不能扩张血管。大家一看心脏病，马上一抬，抬到楼底下放上120车送医院，医院再抢救，这个过程阿使死亡率大大提高，你犯了心脏病，你平躺放床上，或者干脆就等，如果没躺在潮湿阴冷的地方，直接等，原地不动，休息十分钟半个小时你就能缓过来，百分之七八十病人能缓过来，你这个一搬一弄，一上120，路上一颠簸，那边抢救，本来百分之七八十能缓过来，现在可能就缓不了了。有的病人忽然休克，你去做胸部按压，这都是大忌，包括口对口呼这种抢救。大家有没有想过，比如说一个病人心脏不好，经脉空乏虚损，晕厥了，这时候你如果做胸部按压，你可真是帮倒忙了，这个气本身不够用，你再乱折腾，这个病人气就倒不上来了。

所以说现在这种以物质文明为指导的医学发展，存在着大量的弊端。你比如说急腹症肠梗阻，其实这些病中医的治疗效果都非常好。腹中有实则打实，腹中有寒则温里，这是最简单的。到医院，说肠梗阻都黑了，要把这个肠子割去一截，其实根本就没有必要。瘀阻在那儿肠子发黑，瘀阻给他通了之后，人的正气一化，肠子又转回红润的状态了。有好多手术动完，这个医生还吓唬病人，你再晚点你得死了，你看肠子都黑了，确实黑了，病人也就信以为真了，其实那黑只是暂时的，能转换过来。其实，举个简单的例子，你一磕不也青吗，青紫一块，那难道西医还吓唬你吗，青紫了再不挖下去，这肉都烂光了。很简单。我治疗的这个急腹症，很简单的解决，西医又开刀又忍受那么多的痛苦。就两类急腹症，第一个有寒，第二个有实，有寒则温里，大量的干姜、甘草，包括附子、花椒、陈皮、白术，给他送服就是了，不断的喝，喝到放屁为止，肚子咕噜噜一下子，寒就下去了。要有实更简单了，如果真是体质壮实的，结了实的，化燥化热，大小承气汤，刚开始你可以试探着来，如果说病人没有严重的不良反应，慢慢的加，很简单就可以治好。如果有走血分了，加血分药。

很多情况下，我建议大家在不知道病因病情的情况下，尽量保守治疗，人是有机体，

是神气结成的，能自己调过来，那个动物没有医生，也能自己调过来，也没见到大量的动物死于非命，除非被对方吃掉。自己本身就有一套自己的体系，何必让人去帮那个倒忙？这样的事情不胜枚举，每天每时每刻都在发生。所谓抢救实际加速病人的死亡，不抢救还死不了，一抢救就有可能死。这个一努力抢救或者积极抢救或者说全力抢救，病人死得更快。那很多新生儿肺炎或者怎么样，到重症监护室，氧气罩一带，这个小孩儿就悬了，这违反自然了，完全不按照自然规律去治病，也不相信人体能够自愈，完全是外力强加给孩子，强加给病人。像很多病人，一般的病人要休息，不能起来，很多肝病的病人必须起来活动，肝病的病人容易产生瘀阻，你不活动躺着瘀阻更厉害，自己心情郁闷知道自己有这肝癌，死的人多，又认为肝癌不治，没法治，那别人一得肝癌更觉得要死了，所以最终成了个正常的现象，就是说由于大量的误治导致这个病治死了是正常的，那这就是一个集体的悲哀。

所以说大家要相信自己有自愈能力，自我调化、自己去邪的能力，尽量不要加以外力，除非你很明白。但是学习神气文化不是简单的三言两语，十天二十天的工夫可以学通学懂，所以在没有学明白之前，建议大家自然而然。很多学佛学道的，多少都懂这个道理，生死都不怕，就看我到底能不能死，很多都死不了，反而是越怕死，越找人治，死得越快。所以很多病不是药在治病，

很多大夫治好了一病，欣欣然起，以为是自己药方治好的，其实未必。这又回到刚才的那个问题了，为什么你吃错了药，病也好了，就是因为吃错了药，有些吃错药，不对症的药，但是他没有按这个病人，或者按得很轻，其反作用力很小或者没有，只是一个平常方子，他也没有扶这个人，但是这个人慢慢的能够站起来，你不碰他这个人也能够慢慢的站起来。所以说，类似这样不治病的，起这个反作用力的方子下去了，病人也能够好，那这是个问题了，那到底是方子治好的，还是病人自己好的呢，这个就需要大家自己去体会。不要认为自己治了一个病人就觉得这个方子是万能的，下次来个病人，投这个方子不好使了，你说怎么说，好多这个都是以讹传讹，某个方子治某病，其实根本不治。

比如说糖尿病的三消，现在都写在教科书上，其实现在好多糖尿病都不是三消。什么叫三消？上消在肺，中消在脾，下消在肾，这三个脏器有热，消，消渴。其实现在的糖尿病也不能算是消渴，古人所说的消渴实证的，今人所说的消渴主要是肝脾肾三脏亏虚导致的。糖尿病，肝脾肾三脏亏虚，精虚，脾不能很好的分泌胰岛素，为什么不能很好的分泌胰岛素，肝脾肾虚了，虚了他就不分泌胰岛素了。你把肝脾肾三脏调起来，他就重新分泌

胰岛素，还有其他的一些供给人体必要的生存的一些能量，这个人就慢慢转好，这个糖尿病非常不建议限糖，纯粹是掩耳盗铃。

现在很多病，比如这个结石，就特别差，什么也不让吃，那咱们就说这个糖尿病，你什么也不让吃，你营养从哪儿来。这糖不让摄，为什么不让摄，就是因为糖会使血糖增高，不吃糖血糖就不会增高。那么大家想一想，比如说一个人肚子胀，那么为了减缓肚子胀就别吃饭，那他一吃肚子就胀那就别吃吧，这不是一个道理，他不吃肚子是不胀了，可人怎么办哪，还活不活呀。青天白日下，这种治疗方式他都能大行其道，是没有道理的。大家仔细想一想，并不是写在教科书上、所有人都在用的就是正确的。很多糖尿病后期并发症都是因为营养不良造成的。眼睛瞎、脚趾头烂、各种其他的一些五脏衰损的症状，都是长期的营养不良造成的。这就像肚子胀不吃饭一样，是肚子不胀了，这人也离死不远了。其实咱们中医来看，你把营养搞好，这糖一定要吃。血糖高用其他的方法慢慢的往下降，这个降不是硬来，把肝脾肾调起来，这人对糖的摄入吸收运化能力加强，这糖自然不存在血里，跑到身体的各个脏器，成为有用的东西，就是因为这人身体虚了，吃了糖，糖不能很好的融入到身体，导致血糖高。但是糖是人体必需要摄入的东西，本身就空乏了，你再不吃糖，这看着血糖降了，实际很危险，等于是慢性自杀。这是一个很简单的道理，你跟别人说，跟病人说，这病人开始骂你，这人怎么死的呀，都是这样死的。

好，这个问题咱们说到这，不是药在治病，是自身气血、正气在治病。不要去研究那些方子，要知道是正气之有无，方子只是帮助正气去治邪，有人开的攻伐的方子，把正气都杀掉了，还治什么病，决不能越俎代庖，不是你的方子去治病。

3、中医是调身而不仅是调方

再强调一下，这方子干啥用？这是一定调气之不足、有余的。这人身一团正气他处于一种什么状态下，处在一种病态下，这种病态是怎么体现的？是虚？是实？是寒？是热？是紧？是松？是缓？是急？你要清楚，怎么个不调，这方子就是干这个事儿。不要天天想着攻杀，调正气即是化邪气，有的人一定要把这个寒赶出去，有的时候正气调好了，一团温和之气，你这个正气就把那寒化掉了。就像一块冰一样，我跟病人说过多少回了，你身体有寒，有没有寒，不管有没有寒，比如说他有寒，这有块大冰，在屋子里放着，你室温很低，像个冰窖，这冰永远化不了，你给他凿出去，再来点水还是结冰。那你只有把室温调到二十度，那这冰慢慢不就自己化掉了么？不要搞对抗，真正好的大夫都是调，调御大

夫，你把正气调好了，邪气就没有存留的地方了。墙上长霉了，是因为屋里太潮，把潮气放一放，干一干，墙上的霉自然就没了。所以说调方也好，看病也好，都是在调这个身体，身体调好，病就慢慢都消失了，一夜就都不见了，不要找这个病，一会儿攻攻这个地方，一个攻攻那个地方，用一些五行阴阳的道理，脏腑经络的道理，这个穴道那个穴道，奇经八脉，任督二脉，不断的制造各种名词，搞各种方法，奇技淫巧，大家看看多少奇技淫巧堂而皇之上了书，我们日常不断去应用，奇技淫巧非大道，大道就是调身正气，护身正气，这个是最重要的。

那我们说过，调方就是调一身之正气，你开个方子，首先这个方子要一派正气，他这个方子吃下去才能助你的正气。如果你开的这个方子都是豺狼虎豹的话，那你想这个方子吃下去之后，没去邪呢，先把正气攻杀一遍，全蝎、蜈蚣、黑蚂蚁、羌活、独活、威灵仙、大黄、番泻叶全上了。

关于大黄也和大家说下，很多这治便秘，很多这个便秘都不是实证，不要都上大黄番泻叶，但调运脾气，这个便秘就能调好，肝脾二气，有的时候肝气郁在那，就出现便秘，典型的特点就是便秘便粘、大便粘、发青，肝不好；还有一个调脾气，大便干燥、很费劲、或者出点血，这个都是脾气不濡，但调脾气。方子很简单，白术、茯苓、陈皮、生姜、麦冬，这个就能很好的解决这个便秘，加桃仁加杏仁都可以，加二仁，起到这个濡滑的作用，不要一看便秘就大黄番泻叶泄。你说这个女人爱美容，愿意排毒，奉劝各位都不要去排毒，化正气毒自消，哪有那么多毒让你排，这些毒都是你正气化的，你越排你就越虚。这就像肺积水一样，这所积的水都是正气化的，不断的抽这个肺积水，抽完了过两天又乌乌泱泱的上来了，再抽，再上来，抽得都是你的精气，精气精血，到最后人都抽干巴了，都抽死了。大家想想多可怕，现在每天都在上演这样的事情。其实像肺积水，就是下边虚，上边心阳无以运化，但补下面，调心阳，水慢慢化开，这病人要难受，你忍一忍，用方要精当些，他只要稍微缓解，就向良性方向发展。但是现在西医基本束手无策呀，对这个肺积水，就是不断的抽，是当时痛快一下，呼吸能够上来，这是饮鸩止渴，这多抽几次人就完了。

还有比如说老年小便不利，用利尿剂去利去，这个都是大错，越利这人肾越虚。为什么他不利，就是因为肾气不足，无以运化水液，导致膀胱开合不利，导致小便不利。对西医不能用利尿剂，对中医也不能用利水剂，千万不要用五苓散之类的方子去通这个小便。这个治病不要只看现象，一看出汗，都用麻黄根，这是止汗，龙骨牡蛎，太差劲，你不看他出汗是什么原因，是自汗，盗汗，但补气，要是气虚补气，血虚补血，精虚补精，有不

调用调，汗自止，何必拿龙骨牡蛎收呢，我在开方的时候最不愿意用的药就是收涩之药。

比如说女子这个崩漏，一个崩一个漏，不到万不得已不要用收涩药去收，崩漏自然有原因，是血虚气虚肾虚，是湿热是血热，要判别清楚，投下去即有效。我记得有一次一个女的在马桶上下不去了，人虚的不得了，脸色白，这开个方，相当于黄芪党参炮姜麦冬，一个方子大剂量，方子忘了，吃了之后血马上少下来，第二天血就能够止住，一个收涩药都没有开。

同样，在咱们这儿也是，老年小便不利，一定要用补肾的药，使他这个肾气重新蒸腾起来，这个肾的蒸腾之气起来之后，运化到膀胱，慢慢的膀胱功能恢复，开合有度，慢慢小便不利的症状就好了。现代人好攻伐，我建议大家，不管是搞医的、不搞医的，都要记住贵在柔和，不贵攻伐，十个病不一定有一个病需要你去攻伐去。为什么伤寒论上的方子都很猛？这是因为那个时候人们都是实证，身体壮，都是实证，所以那样。现在的人都是虚症，身子都弱，思虑都过度，不要用太猛的，不要用毒药，要用调药，要用安养药，补气血药，调补肝脾肾，这样慢慢调，而且辅以心理治疗，这才是真正调身的方式。那这个问题咱们就说到这儿。

4、个体差异

什么叫个体差异？这个世界是多样化的，文明要多样化，物质要多样化，方方面面都要多样化，不可能单一的有一个标准。这个道理很简单，如果只有一个标准，这个完了。一分二，二分三，三分四，不断得分，如果都成了一，大家觉得都还有变化吗？穷则变，变则通，通则久，总是不断的变化。月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，总是在这个里面反反复复地、五彩斑斓地、演进着我们这个世界。说到对个体来说，高矮胖瘦，各得其所宜，内向的外向的，有好人有坏人，高的矮的，胖的瘦的，所有的这些，都是自然赋予的，是惯性结成的。关于这个个体的差异，这是一个正常现象。那么对于每一个人的个体差异，都要分别对待，大家不希望以后变成都是一个模子，那这个社会就没什么意思了。高矮胖瘦都一个样子多么可怕，但是这个社会朝这个方向发展，都一样，都说一种话，一种思维，一种境界，那这个人类就离灭亡不远了。

所以说，现代科学上不断的强调标准化，这是很危险的一个信号，方便面标准化，所有的药品标准化，食品标准化，服装标准化，以至于文化标准化，这都是催人类走向灭亡。所以，用在医学上，咱们直接说，千万不要让中医标准化，也不要让药品标准化。好多学

中医的非常强烈的想往西医上贴，说中医一定要标准化，科学化，正规化，所有的药品，所有的饮片，都是同一种，质量都一样，觉得这回可上了科学的船了，这回我可是摆脱了土里土气的那种医学了，其实呢，正好走了一条错路。

中药千奇百怪、有好有坏，种的地方不一样，有地道药材，有非地道药材，有各种妙用，关键是，妙用在乎一心。你这个人，你这个大夫能否去了解这些，我们上次不是讲过么，这个大夫，把握药性，每一味药，每一批次的药，什么特点，用嘴一尝，用眼睛一扫，这些基本的要知道，根本就不用什么化验。比如说你附子这味药，这都标准化了，这附子怎么炮制呢？都炮制了，比如说现在药店附子炮制了，附子完了，你这个附子永远无法达到古代炮制附子的品质，这不很简单的么，就是因为现在还没有完全标准化，你还能去安国药市买到没有错误炮制的附子，拿回来自己还能炮制，如果所有的商铺都进了超市，没有私人商铺，没有地摊儿了，大家想一想，你说这个社会还有什么意思？如果这个经销商，直接厂商对应零售商，把经销商挤掉，那你觉得有意思么？原料直接进超市，这个都不对，不能直接进超市。一定要体现差异性、层次性。看病也是一样，有好的大夫，也有不好的大夫，不能都是好的大夫，一阴一阳之谓道，继之者善，成之者性，百姓日用而不知，故君子之道鲜矣，显诸仁，藏诸用，鼓万物而不与圣人同忧。世界是丰富多彩的，整个社会也不是完美的，如果说完全追求完美是要付出惨重代价的。所以说用药千奇百怪，同样是好医生，看一个病，张三开麻黄汤，李四开桂枝汤，王五开桂枝二仁汤，同样都能治。治得方式无非是大家猪拱鸡刨么，猪往前拱鸡往后刨，各有各的门道，但是有一个理要掌握，同样是治感冒发烧，你只要能催促正气把邪气给解掉就行了，没这么多要求。不强迫大家用一个方子看病，那就坏了，这样看病才是一门艺术，你才能越看越有意思，越看越有生机，看病无穷，道亦无穷。

所以说中医不能标准化普及，很简单，不能产品化普及，很多人老是攻击中医不能定量，这简直是一种笑话，谁身高能定量，还是年龄，死，生，能定量阿？都定不了量，那为什么一定要让中医来定量呢？西医定量本身不科学。这么简单的道理，堂而皇之成了统治思想了，难道这不是迷信么？巨大的迷信！

咱们举个简单的例子，还是说猪吧，猪在这个猪圈里，工业化大生产，猪在这个猪圈也是，就在一个地方，出生就开始喂，然后喂到完，然后去屠宰场杀掉。住在猪圈里天天吃，吃的都是催肥剂，催肥的时候，催催催，每天都是吃了睡睡了吃，大家想想，这个人跟这个猪有什么本质的区别，你又知道多少真正的道理，你每天过的生活不就是重复吗，

以一种不可抗拒力干涉、影响、蒙蔽人，猪去屠宰场，你去哪儿，也一样，去医院，大家仔细想一想。庄子说的，两国打架，打来打去，最后发现，甲国在蜗牛的左触角上，乙国在蜗牛的右触角上，打来打去还是在蜗牛两个角上，说白了，大部分人天天兜来兜去，和猪的生活方式没有区别，说的比较难听，大家可以想一想，有多少人能够摆脱历史的局限，做一个超越社会的人。

5、病的节奏

最后是一个问题，病的节奏。这话什么意思呢？比如说从这个神气角度来考虑就知道了。正气是有节奏的，你这个身体有节律性，比如说有时候身体好有时候身体不好，只不过正常人体现的不是特别敏感，病人体现的敏感。潮有潮汐，潮涨潮落，月有阴晴圆缺，一年有四季，人的身体有自己的节律，自己的节律自己找，你可以每天拿一个本记，今天觉得身体好，明天觉得身体不好，你慢慢的画一条曲线，你就会发现是有一个波动性的。比如说举重运动员，有时候他成绩就好，有时候成绩就不好，一方面是自己发挥的问题，另一方面就是节律的问题，他在高峰期成绩就好，低谷期成绩就不好，这是自然的。有些运动员就说，他原先能举 140 公斤，他这次比赛怎么只举过 120 公斤呢，除了一些其它的因素外，和节律有很大关系。再比如说上楼，有时候上楼有劲，有几天上楼没劲，那这几天睡得挺好的，那为什么上楼还没劲呢？这就是节律处于低谷，这慢慢慢慢过几天气攒足了，就又上来了。所以说人要发现自己的规律，人这自身的规律不是别人给定的，是自己感觉出来的。

同样，这个病他也有节律，我们要知道病气也有灵，什么叫灵，就是这病气你也要把他当作生命来对待。一个病突然得了，就相当于一个病气突然起来了，他是有神识的，他这个气儿很足，劲儿很盛，他在你身体里捣乱，他是一个急症，比如说这个急腹症，在肚子里绞痛得很厉害，人简直忍受不了，但是这个邪气附在这个身体上，他是没有根据地的，你只要守住正气，慢慢的邪气就能衰下去，或者发生变化，而且还是一阵一阵的，一会儿好一会儿坏，慢慢的衰下来。也就是说我们正气有根据地，因为有身体，邪气是没有根据地的，刚来的邪气，邪气刚来，莹莹未有所定居，这时候推之则前，拉之则后，他没有根据地，只不过来了一群暴徒，东砸西抢，简直就闹翻了天，不可一世了，那么这个时候病人一定要稳住了神，去分析这个病，等待、坚持是必须的，看他怎么转归，正邪之间是会消长的，如果这个时候你乱了方寸，胡乱吃药，采取不当的手段，那么再次乱了正气的情

况下，邪气又没伤着，那么邪气就会见缝插针，能搞起更大的波澜，有可能扎下根，正气一虚，邪气填补，那么最好的办法，对敌人方来我们说坚壁清野，什么叫坚壁清野？护住正气，在不知道如何开战的情况下不要去开战，坚持下去，敌人粮草没了它自然就退了。同样有很多急性病，你不知道怎么办的时候就要去等待坚持，慢慢的邪气就衰退下来，衰退下来你就能够按而拿之了，推而化之了，慢慢的他就消失掉了。就像我们说的，其来如暴风骤雨，其去如烟尘，轻微一打就掉了，还用你治么，正气就化掉了。

但是现在大家看一下，都是自乱阵脚，邪气一发作，就自个儿乱了，抬胳膊腿儿，各种措施全都上了，敌人还没打你呢，你自己先内乱，那么敌人邪气顺势而攻之，直接就把你营盘端了，你还治什么呢，就别治了。讲到这个甲流，很多甲流这个预防的方，一看就是自乱阵脚的方，板蓝根、大青叶、金银花、银翘，就这么，对方还没来呢，自己先杀自己，都清热药，望风而动，风还没下来呢，先自己打起来了，自己互相猜忌，倾轧上了，现在人们尽干这事儿了。

所以说，不管大家是病人、爱好者、医生，一定要踩好点，病有节奏的，它有神识的，把它当一个人看不就得了么。来的时候张牙舞爪，搞两下他就虚了。你都不用理他，他慢慢的就衰退下来了，肚子疼在地上打滚，往医院送，送到医院好了，还没治呢，就好了，为什么，邪气是有节奏的，他不会进行性加重，疼起来没完就死了，把人搞死了，这种事情很少，他一般不会加重起来，即便不能，这个病去不掉，他也不会一直严重下去，严重到底，这就跟狗一样，你要是不惹它，狗不会穷追到底，去咬你，动物也是一样，相对来说，动物都是友善的。他凭什么就张牙舞爪的向你开展呢，没有这个道理。邪气也一样，这些东西都理解成人，都理解成生命，你自己就不怕了。

就好像很多人都怕鬼一样，自己晚上吓得直哆嗦，不敢一个人睡觉，不敢走夜路，老回头，总觉得后边有东西，这都是自己吓唬自己，自己乱想。即便有鬼，那人也是阳物，是阴阳的合体，人是实的，鬼是虚的，只能有他怕你的事儿，没有你怕他的事儿。越害怕越看鬼片，把自己吓得不得了，你说这谁搞的。

病也一样，不要怕病，突然来病，如果说自己身体里面没有这个根的话，他都是没有根据地的，你只要正气不是很弱的话，完全可以和他打持久战，他远道方来，你坐地户，邪气要带着粮草过来，用完了就退了。这和炒菜也一样，我们炒菜做饭，都要有个节奏。掌握好这个节奏你就可以和病人看病，不要忙三或四的，一个小时投一剂药，这个药没什么效，就赶快换另一个方子，再投再没效就再换方，搞得乌烟瘴气的，把人的正气都杀了。

投一个方子，静观其变，然后查正邪之关系，看人意志，再下一步。不知道怎么做的时候要等待，不要搞错了。急性病也不是说马上就好，有些急性病有根，突然爆发出来，也要三五天一周两周的时间，慢慢的把它去掉，一定要等待忍耐。你要不等，那这个问题就不好解决。慢性病更是，慢性病反反复复的，迁延难愈，但是只要他往好的方向走，你要坚持住，你就把慢性病当成养生，当成修炼可以。凡是得慢性病好了的，经过慢慢努力一年两年好了的，并且读过一些医书，明白一些道理好了的，他都适合修炼，因为修炼就是这个道理，提升自己，维护正气，把心结打开，这个治病和修炼道理是一样的，所以得病是一福，这个和大家说过多次了。福在哪儿，就福在让你明白，身体是怎么一回事儿，怎么才能好，怎么才能养生。

6、回答学员问题

6.1、怎样培养有中医思维的合格中医

这好像是一个比较严峻的问题，那这个问题我只能从这个方面来说，必须重建神气文化，也就是说要建立神气形三界存在的世界观，这个是不可能绕过去的，你要不承认人有神有气，人身有一团气，这气机蒸腾变幻的，这是不可逾越的。这步如果绕开，中医没法学。就像一个人跑步一定要先站起来一样，你趴着怎么跑？这古人的整个文化核心都是神气文化。《黄帝内经》在讲什么，就是在讲神气，《伤寒论》在讲什么，所有的症状都是围绕气在讲，但气痞尔，心下结，心下硬满痛，少腹满痛，这在说什么，都在说里面气的状态，包括脉，弦脉、紧脉，紧脉就是气紧张的脉，沉脉，就是气沉在里的脉，就是这么解释。这一步如果你说不承认，或者说你不愿意承认有气有神，中医就没办法学。

那么关于这个以前讲过的阴阳五行，咱就说脏腑经络四诊八纲，这些东西都是表皮的东西，这些都是模型，只是想让你去理解后面的是气，不然的话就是隔靴搔痒了。你搞了各种理论，你理解不了，绕来绕去的，越学越糊涂，一点真知灼见没有。你只有把这个归结到气上，他是能够体察感觉的，能够确实体会的，你得落实到这个上面，你才能越学越开心，越学越明白，用药你才能明白如何来用，方子如何来搭配。中国古人也没有更先进的方法，他就是一脉脉相承，承认有这个东西，承认之后，你慢慢就能体会到。有人说为什么不能体会到再承认呢？这就相当于北京有没有一样，你要到了北京才知道有，如果说你坐在广州，你说你得给我证明北京有，然后我再去。你要是不去，谁也不可能给你证明北京是存在的，这道理不一样么？信则入，信是入道基，你只有相信，你才会去接触，才

会愿意去接触。

6.2 眼睛看东西为什么老是弯曲的

这属于看病的范畴。在这儿不讲。简单说一句吧，那你如果看东西是弯曲的，那你肯定气是弯曲的，身体某种气是弯曲的。我记得有一个病人，他看任何东西凡是棱角的东西都觉得很刺眼，这就是因为他身体浑和之气、圆润之气可能发生缺损，不能包容锐利的东西，有可能是肝气受到损。

6.3 现代人为何无法感受精气神的存在呢？如何去感受？

这和刚才那个一样，已经和大家说了么，你不愿意去感受，所以你感受不到，没人带你去感受，你也感受不到。不是道远人，是人远道，你不愿意去，谁能拉你去？你死活坐着你不相信那个地有，你坐在广州不相信有北京，你永远也看不到北京，这个一点办法也没，这个就是社会惯例。可能整个的神气文化就是这样慢慢丧失掉的，这就好像白天转入黑夜，夏天转入冬天，大势所趋，没有办法避免。但是有时候个体是会超越社会超越时代，那么就大家努力了。

现在人们丝毫没有时间也没有意识到，去感受一下自己身体的内心状态，完全都是在外面求，不断地掏空自己的精气神，送给别人，送给很多虚无缥缈的东西，华而不实的东西，最终自己掏空干枯掉。尤其女的上了点岁数，面容憔悴，不再光鲜了，再去美容，现在很多人搞美容搞得，怎么搞都是一张假皮，假脸，很不自然，何必呢，花很多钱，受很多罪，不自醒悟。肚里都空了，外皮慢慢就干瘪下来了。

所以说我建议大家多读一些道学方面的书，佛学方面的书，儒学方面的，这对大家学中医、理解世界是有帮助的。学中医在中医之外，如果光学中医，学不好。你看注解吧，看现代人写的书吧，中医不是不好学，是指错路的人太多，你说北京怎么走？一指，指到土耳其去了，你说你什么时候能到北京，到不了，因为你从来没有到过北京，也没有人带你到北京，你路上问人，问一个指错路，问一个指错路，你说你去得了吗，你这辈子到不了北京，所以说中医传承是至关重要的。

现在整个中医体系，整个架构已经土崩瓦解了，中医这套文明体系已经崩裂了，这里直接跟大家说，什么时候崩溃的呢，不是现在崩溃的，是一步一步崩溃的，从元明清开始，这个中医就开始没落了，核心就慢慢的抽掉了，就没有这个核心了，只有一个外壳，到民国，到现在，是彻底的崩溃掉了，大家也不要觉得中医是一下子土崩瓦解，是一步步来的。新文化运动有很大的关系，当时中国要灭国，就觉得自己什么东西都不好，失去了自信力

了，都是西方的好，这也是一个重要原因。这要重拾信心，重建体系，没有三代五代不可能的，而且时运还要好。

中医赖以生存的土壤已经不存在了，现在比如市面上讲经络，讲穴位，讲按摩，讲艾灸，讲心肝脾肺肾，看看有几个是建立在神气基础上讲的，基本没有，都是重技术、技法，什么时候你刨根问底，这有什么科学道理，这证明不了。再加上没有神气的辨证，见不到疗效，或者疗效很微弱，尤其遇到一个关键的疾病的时候，没有什么效果，你说说到这个时候，中医不就是一个皇帝的新衣么，热热闹闹一会儿，过后来发现啥也没有，啥衣服也没穿上，真有可能就是这么一个局面。

你看现在治感冒怎么治，中医怎么治感冒，大部分都是清热解毒，或者是桑菊饮、银翘散之类的。见咳嗽去润肺，感冒发烧不敢用补药，你说这样治感冒发烧有多少疗效，感冒发热大部分都是清热，认为大部分感冒都是风热感冒，这风寒感冒占了绝大多数，百分之八九十都是风寒感冒，怎么可能都是风热感冒呢。一咳嗽就蛇胆川贝液，这都是凉的东西，凉润的东西，这东西不能吃，川贝枇杷止咳露之类的东西，这鱼目混珠的都上来了，你说中医怎么搞，这中医没法搞。也就是说一个文明的衰落，必然涉及到它的方方面面，中医是中国传统神气文明的一支，既然这个文明不复存在了，或者说极度衰弱了，那中医也是一样。

现在是这么个现象，万事万物还有人自觉不自觉的在进行着气血的掠夺，掠夺别人的气血，同时也掠夺自己的气血，精气神三宝在不断的丧失，如果说用魔比喻的话，这个魔境不断的在吸食着人的精气神，耗损人的精气神。很简单，这女的爱美，不能吃糖，不愿意吃，不吃主食，光吃蔬菜，摄入低糖，糖是人体至关重要的一样东西，不吃糖就会让人干枯。现在搞的很多人不吃糖，糖尿病不吃糖，很多病都不吃糖，这个非常错误。搞的现在很多都不能补。这些观点：你体内有寒，千万不能补，一补把寒都补住；你体虚感冒千万不能补，一补外邪都补住了，搞的人们不敢补，不敢去补这个气血。外耗得越来越多，喜怒忧思悲恐惊，寒暑湿热风火，天天工作劳累，夫妻生活，所有的都在耗你的精血，再不明白道理，精血暗亏的厉害，精血不断的暗亏，人又不断的制造了很多错误，让人不知道去补，不愿意去补，让人觉得体内有块寒疙瘩呢，觉得还有毒素要排，还要洗肠子呢，干这些事情，搞得人形容消瘦，精气亏虚，人就越来越虚，这空了，这都给你掏空了。就好象吸毒的人一样，躺在医院，骨瘦如柴，就等咽气呢。

6.4 怎么与癌症共存？

这个我专门讲过一讲，那是在得明中医讲关于癌症，大家可以下载来听，这里面再简单的说两句。癌症不可怕，本身就不是绝症，80%的癌症都可以好转，甚至治愈。搞的现在癌症这么难治，癌症必死，这个大家共同业力反感召的，咕咚来了，子虚乌有的东西，最后传传传，真有咕咚了，最后把所有人都吓跑了，这也一样。谈癌色变，就这一条就断送了太多人的性命，大家想想得了癌症，这个人精神崩溃，这个第一，第二，得了癌又马上送医院，卧床，完全改变了以往所有的生活方式，不能吃辣的，不能吃你喜欢吃的东西，固定的吃医生建议的几种，完全改变了饮食方式、生活方式，导致人不能适应，整个的气机紊乱，大乱，这是第二点。第三，手术、放化疗，是催命的，胃癌你切胃有什么用？如果癌扩散全身那这个人应该毁灭了，你只要正气足，这癌细胞不会满身跑，正因为你割了胃之后，使你正气严重虚弱，这个癌细胞才迅速扩散，你没有正气就拿邪气填补，正气足了邪气就往后退，这很简单的道理。这很多妇女无缘无故的就丧失了子宫、卵巢，得了胃癌直接割胃，肝癌割肝，肺癌割肺，食道癌割食道，这哪是治病，这纯粹要人命。很简单的道理大家不明白，被一些花言巧语，所谓的一些概念所蛊惑，最终形成一种风气，导致癌症不可治。

还有什么时候发起总攻？正气到一定程度，十则围之，倍则攻之，你要是敌人的两倍，你才可能攻打敌人，你是敌人的十倍，你才可能给他围起来，歼灭敌人。这个现代人自不量力，得了癌一般就是正虚的很，这时候你还要扛起攻癌的大旗，攻那个癌症，吃那些药，那些药都干啥的呀，就像你的雇佣兵，雇佣兵都不会真正给你干事儿，他花着你的钱，吃着你的粮，你要稍微一不行，这些雇佣兵全就撤退，你要正气一不足，这个药没有一个能顶用，这叫认贼作父。罗京怎么死的，丛飞怎么死的，傅彪怎么死的，大家好好想想，你说凡是上电视的，像罗京得了淋巴癌的，你看最后什么结局，一定是死，越到好的医院，越积极治疗，全力以赴，越死的快。

本身得了癌症，要正视自己的不足，同时要善待癌，他是你的一部分化出来的呀，不是凭空长出来的，是正气衰弱之后的变异，要知道这原先不是敌人，你也不要当成敌人去推去，与癌症共存，健康生活是完全可能的。现在人得了癌症，你苦口婆心跟他讲，他也不听，业力在那，他就该死，那让谁去治死呢，那就让现在的医学去治死吧，这不很顺理成章的么！只有极少数人他有可能去反思去琢磨，大浪淘沙，就是淘那一点儿真金出来。不要想着去发起总攻，你健健康康的活着，吃喝拉撒睡都没受影响，就让他身体里呆着，

有什么不好的呢。他时刻提醒你正气的有和无、弱和强，他只要一动，你就知道正气不足了，赶紧补正。这补正气是不是量上能体现出来的？这也不对，你觉得补一块儿正气进去，没那么回事儿。所谓的补是使你的正气旺起来，通过各种自然的方式，自然而然的方式，顺其自然的方式使你的正气旺起来，而不是量上的叠加，也就是说正气不是一加一等于二。人说补就赶紧用虫草、人参、鹿茸就上去了，不是那么回事。这一定要想到正气，这怎么可能不去扶正呢，你扶了正不可能正气跑邪气里边去了，都让邪气们吃了，这扶正不是补正，大家一定要知道，不是吃些补品就完事了。这正气如果不调了，你要调这正气，这正气虚乏了你要补这个乏，气不升要使他升，气不降要使他降，是这样来扶正，不要管癌。我这治癌症，中心一点不要去治癌症，去攻癌症，越攻人损失越大，自己得癌症就表示虚弱成那样得癌症了，癌症这个敌人一定比你强。

大家想想，当对方比你强的时候，你还拿什么攻，谈不上，越攻你死的越多，癌细胞就开始扩散，很简单的么，原先还没有扩散呢，你看看，原先还没有扩散的，到医院一治，一治就扩散，为什么呢？自己正气没有多少，自不量力，还要去攻癌，人家癌症也是有神识的，人家癌症在你这里呆的好好的，大家和平相处，本来人家想要跟你和平相处，你不干呢，这个马蜂窝非得去捅，一捅不得了了，这对方本来就比你强大，你再攻，你再耗损，一下敌人洪水一样铺天盖地的过来了，你说你不找死吗。为什么癌症只要一发现，只要知道都活不过半年呢，很多一个月就死了，很多放疗化疗手术，所有的这些都是催命符。

自己好好想想，现代人无知无觉，不知道灌了什么迷汤，就像生化危机的那个电影里一样，中了超级病毒了，讲道理也没用。那就是一个个赶着去死了，很多得了癌症的做了放疗化疗手术，赶着去死。那治好了的有，这就像彩票一样，几率的问题，你算一算，凡是放疗化疗手术治疗的，有几个好的，几个死的，几个不死的，大家统计一下，一目了然，为什么数字不公布，就是因为没法公布，医院敢公布吗？以后谁还治，这医院的钱怎么收。这就一个一个往里垫吧，垫进去就治，治愈率相当低，好转率都相当低，这个已经是公开的了，放疗化疗，不知道现在为什么这个放疗化疗已经成了不可撼动的方式，西方已经开始检讨了。

今天咱们先到这儿吧。中医基础，从讲精气神开始，一直到现在讲到治疗，告一段落。以后我可能在得明中医换着课讲这个，大家有兴趣到时候可以听，在气学养生论坛以后会有讲课的通知，大家可以关注。那咱们今天就到这儿。