

前言

《伤寒论》是我国中医临床上的经典之作，也是中医学习者的必修之课，里面有着一百多个方子。本书是得明气学中医创始人大千老师开设第一届气学中医班的第四学期教材，收录了十六节的讲课内容，着重讲解了《伤寒论》中有关“太阳病篇”的部分方子。此次对方子的讲解，以《伤寒论》为经，以大千老师多年的用药经验为纬，让大家对中医方剂有一个深刻的认识，核心是教导学习者树立气学思维，从气的角度看待方子，引导大家通过感觉来学习方剂。

此次对中药的讲解主要围绕了以下四点进行展开。

第一，方子怎么才能发挥作用的。其重点在于是否与真气相合，能否拨动真气。

第二，方子的作用是啥。简单说来，就是攻（通）、补、调。

第三，开方用药并非是同类药的堆砌，而是多类药协同作战，要在攻补调的大方向上，根据病情，整体而动态地开出个中正平和的方子。

第四，结合大千老师多年临床来对《伤寒论》中的方子进行分析，找出其原则，灵活应用于当下，而不拘泥于“经方”。

此外，本书每章节分为两大部分。第一大部分为大千老师讲课实录；第二大部分为教案，其中包括本章节所涉及的《伤寒论》原文、知识点以及思考题。希望能帮助读者更好地学习。

最后，本书能够整理成册，要感谢中医项目组的曦琳；整理部的sandy、淡如水、江南、源宝；校稿组的清莲、大湖、阳光；理论中心

的刀特、泥巴、67890；出题组的學守氣、风语、大凌。同时，也要感谢产品部、设计部、宣传部等部门的大力支持。本书如有纰漏，欢迎各位同学批评指正，可以联系 QQ:1532273097。

理论中心

2024年9月

目 录

20240313 第四学期方剂精讲第一课.....	1
一. 本节课的重点——方子的作用与组方原则.....	1
二. 学习方子还是要靠嘴尝并加以感受.....	2
1. 用科学组方，还是有其局限性.....	2
2. 古人是通过吃方子，感受方子，才实践出方子的.....	3
3. 方子的味道包含了其中每味中药的味道.....	4
三. 方子一定要跟真气化合才能起作用.....	6
1. 掌握好力度是方子能否与真气化合的一大关键.....	6
2. 治病的是真气，方药只是工具.....	8
四. 方药的作用——补调攻.....	8
1. 补充气血的最佳基础方就是八珍汤+桂枝.....	8
(1.) 补充气血的基础方就是八珍汤.....	8
(2.) 桂枝赋予八珍汤以灵魂.....	10
2. “调”的关键在于转大气.....	11
(1.) 哪儿都不对劲了，就要调大气.....	11
(2.) 孤立、静止地看问题会严重影响我们对调大气的认识.....	13
(3.) 调大气就是在调整体.....	16
3. 方子的第三个作用——攻、通.....	18
(1.) 痛则不通，通则不痛.....	18
(2.) 附子、桂枝是攻、通药的代表.....	19
五. 开方的基本原则——君臣佐使.....	21
1. 君臣佐使有着不同的作用.....	21
2. 不必生搬硬套“君臣佐使”.....	23
3. 君臣佐使就是各类药有主次地在打配合.....	24
六. 案例分析.....	26
1. 患者病因的分析.....	26
2. 对治方式的不合理处.....	27
3. 气学中医的对治方式.....	27
七. 教案.....	29
1. 知识点.....	29
(1.) 我们应当如何认识方子.....	29
(2.) 方药如何才能起作用.....	29
(3.) 方子的作用为何.....	30
(4.) 开方的基本原则为何.....	33
2. 思考题.....	35
20240320 第四学期方剂精讲第二课.....	36
一. 讲在课前的话.....	36

1. 什么叫时方, 什么叫经方.....	36
2. 几乎所有的传统文化都是鼻祖最厉害.....	36
二. 讲解桂枝汤.....	38
1. 明清以后, 后人对桂枝及桂枝汤有较大的误解.....	38
2. 桂枝汤在《伤寒论》中最初的应用.....	39
3. 桂枝汤中各药的用量.....	39
4. 煮取桂枝汤的方法.....	41
5. 喝桂枝汤的注意事项.....	42
(1.) 喝热稀粥以助药力.....	42
(2.) 温覆发汗要掌握好度.....	43
(3.) 服用桂枝汤的量和频次要随病情的改变而改变.....	44
(4.) 忌口是为了不对身体有太大的冲击和刺激.....	47
6. 桂枝汤充分体现了“攻补调”的组方原则.....	49
(1.) 桂枝汤里的“阴阳”.....	49
(2.) 姜枣茶可以调和营卫、燮理阴阳.....	50
7. 桂枝汤最大的作用就是通畅经络.....	51
8. 桂枝汤是所有通的方子的基础方.....	53
三. 课后问答.....	54
1. 调药的种类较多.....	54
2. 裹束紧的时候用麻黄汤, 裹束轻的时候用桂枝汤.....	55
3. 急病用奇, 慢病用偶.....	55
四. 教案.....	56
1. 本节原文.....	56
2. 知识点.....	57
(1.) 何为时方、经方.....	57
(2.) 为何传统文化中, 都是鼻祖最厉害.....	57
(3.) 现在为何会轻视桂枝汤.....	57
(4.) 如何煮取桂枝汤.....	58
(5.) 服用桂枝汤后, 如何发汗.....	59
(6.) 桂枝汤的服用频次为何.....	59
(7.) 为何要忌口.....	60
(8.) 身体好的几个表现.....	60
(9.) 桂枝汤是如何体现出“攻补调”的.....	61
(10.) 如何煮姜枣茶.....	62
(11.) 桂枝汤的主要作用为何.....	62
(12.) 桂枝汤如何扩展应用.....	63
(13.) 什么叫调药.....	63
(14.) 桂枝汤与麻黄汤的应用区别.....	64
(15.) 何为急病用奇, 慢病用偶.....	64
3. 思考题.....	64
20240403 第四学期方剂精讲第三课.....	65
一. 一定要把单味药放在方子里去体会.....	65

二. 浅谈灵体与肉体	66
1. 符合某种条件的肉体, 灵体就会自然注入.....	66
2. 灵体有高低之分.....	68
3. 这辈子是人, 下辈子大概率还是人.....	69
4. 灵魂在灵魂海里周流不息.....	70
三. 三个桂枝汤的变方	71
1. 对葛根持保留态度.....	71
2. 桂枝汤加附子是为了加大通经脉的劲儿.....	71
(1.) 用附子加快通开经脉, 气血自回, 汗自收.....	71
(2.) “虚”与“堵”往往会相伴出现.....	73
(3.) 《伤寒论》的很多内容都在谈误治.....	74
3. 桂枝汤去芍药也是为了加大通经脉的劲儿.....	74
4. 桂枝麻黄各半汤是在少许桂枝汤中加入少许麻黄、杏仁以通经宣肺.....	76
(1.) 桂枝麻黄各半汤的用量比较少.....	77
(2.) 麻黄可以兴奋心脏以使整个肺张开.....	78
(3.) 常年哮喘, 已无法单用麻黄宣肺来解决.....	79
四. 白虎加人参汤——在补充津液、气血的基础上清热	80
1. 白虎加人参汤的用量.....	80
2. 大汗之后, 用甘淡之药补津液非常重要.....	81
3. 补津液的同时要注重补气.....	82
4. 石膏、知母主要清气分热, 现在不能普遍适用.....	83
五. 甘草干姜汤以复其阳, 芍药甘草汤以复其阴	85
1. 小便数为阳气不足, 脚挛急为阴血不足.....	85
2. 钱从某种意义上讲就是阴血.....	87
六. 创建家庭小药房的相关事宜	88
七. 教案	90
1. 本节原文.....	90
2. 知识点.....	91
(1.) 体会每一味药的背景为何.....	91
(2.) 灵体与肉体.....	91
(3.) 桂枝加附子汤的立意为何.....	93
(4.) 《伤寒论》主要在谈什么.....	94
(5.) 桂枝去芍药汤的立意为何.....	94
(5.) 桂枝麻黄各半汤的立意为何.....	95
(6.) 麻黄宣肺的机理为何.....	95
(7.) 白虎加人参汤的立意为何.....	96
(8.) 石膏、知母为何用得少.....	98
(9.) 甘草干姜汤与芍药甘草汤的立意为何.....	98
3. 思考题.....	99
20240410 第四学期方剂精讲第四课	100

一. 调胃承气汤是以下法来使胃和降、和顺	100
1. 承气汤也可以叫做顺气汤.....	100
2. 调胃承气汤由三味药组成.....	101
(1.) 大黄的应用.....	101
(2.) 调胃承气汤的用量.....	104
3. 简单的判断疾病深浅的方法.....	104
4. 要在复合方中应用调胃承气汤.....	105
5. 常用的几味调中药.....	106
二. 四逆汤主要就是温经通经	107
1. 里热外寒与里寒外热都适合健身.....	107
2. 附子会兴奋神经, 从而打开血管	109
三. 老师浅谈自己治疗思路形成的过程.....	110
1. 通过尝服附子而了解了“通”的重要性.....	110
2. 通过红糖水, 知道了“补”的重要性.....	113
3. 总结出现在的处方原则——攻补调、立体式全方位、调理元真	114
4. 老师的感慨.....	115
四. 老师浅谈自己的心路与思想历程	117
五. 葛根主要是在解表时补入津液以免过于躁烈	120
六. 课后闲聊与布置作业.....	122
七. 教案	124
1. 本节原文.....	124
2. 知识点.....	125
(1.) 调胃承气汤的立意为何	125
(2.) 如何在虚实夹杂下应用大黄	126
(3.) 如何简单判断疾病的深浅.....	127
(4.) 哪几味药可以调中.....	128
(5.) 四逆汤的立意为何	128
(6.) 里热外寒与外热里寒的基本病理为何	129
(7.) 老师的治疗思路是如何形成的.....	130
(8.) 葛根的作用为何.....	131
3. 思考题.....	132
20240417 第四学期方剂精讲第五课.....	133
一. 老师对尝服桂枝汤反馈的答疑	133
二. 小柴胡汤是将心下、肋下的结破开并疏解其气机.....	136
1. 小柴胡汤针对的病机.....	137
(1.) 胸满胁痛是“小柴胡汤”主要针对的病机.....	137
(2.) 慢性的胸满胁痛就是现在的抑郁症.....	138
(3.) 气机严重卡在中间的是结胸症.....	139
2. 小柴胡汤的用量.....	140

3. 具体讲解小柴胡汤的用药.....	141
(1.) 半夏破结.....	141
20240424 第四学期方剂精讲第六课.....	143
一. 喝药反馈答疑及再谈整体观.....	143
1.喝药的表现就说明了气血的状态.....	143
2.通过遗尿的问题谈追根溯源的整体观.....	145
二. “四神”各有含义.....	148
三. 小青龙汤——解表的同时温化心下的水饮.....	150
1.小青龙汤的病机.....	150
2.小青龙汤组方的讲解.....	151
(1.) 细辛、桂枝和干姜温化水饮，半夏破水饮.....	152
(2.) 大量的五味子将其他的药效集中于中上焦.....	153
(3.) 大枣容易腻中.....	154
3.古代的一两，应该等于十克到十五克.....	155
四. 大青龙汤——强力解表清热.....	156
1.大青龙汤的病机.....	156
2.大青龙汤重用麻黄、杏仁及石膏以强力解表清热.....	157
3.现代人不适用大青龙汤.....	159
五. 教案.....	160
1.本节原文.....	160
2.知识点.....	161
(1.) 喝药之后的表现说明了什么.....	161
(2.) 有些人为何爱晕车.....	161
(3.) 我们应该如何调整局部的症状.....	161
(4.) “四神”背后的气机为何.....	163
(5.) 小青龙汤的病机为何.....	164
(6.) 小青龙汤的组方用药为何.....	164
(7.) 大青龙汤的立意为何.....	165
3.思考题.....	167
20240501 第四学期方剂精讲第七课.....	168
一. 新加汤——在通脉的基础上补益.....	168
1.新加汤的病机.....	168
2.正邪一体，要补正驱邪.....	169
3.补益方的的基础方——八珍汤.....	170
二. 桂枝甘草汤——通心脉、补心气虚.....	171
1.桂枝甘草汤的病机.....	171
2.高血压的错误治疗.....	173
3.致病二因——虚、堵.....	173
三. 苓桂甘枣汤——通腹的同时补虚.....	175

1. 苓桂甘枣汤的病机.....	175
2. 重用茯苓来化开中下焦因虚导致滞的局面.....	177
3. 被晒过的流动的水对人是很好的.....	179
四. 朴姜夏草参汤——疏通中焦郁滞的同时补气虚.....	182
1. 半夏与生姜和厚朴是药对.....	182
2. 朴姜夏草参汤的病机与用药.....	183
3. 新病在气分，需要赶紧补气，久病入血分.....	184
4. 《伤寒论》的方子多是针对外感和急病的，需要变方变量.....	185
20240508 第四学期方剂精讲第八课.....	187
一. 调胃承气汤——稍微帮忙，让肠胃自己恢复通畅.....	187
1. “调胃”的本质是帮胃气自己去恢复.....	187
2. 气有余便是热，气不足便是寒.....	190
二. 五苓散——温（通）阳利水.....	191
1. 五苓散的病机为何.....	191
2. 五苓散的组方.....	193
三. 栀子豉汤——香豉宣散心中的滞热并以栀子清掉.....	195
1. 栀子豉汤的病机.....	195
2. 栀子豉汤是清宣剂，不是涌吐剂.....	196
3. 栀子豉汤的两个变方.....	198
四. 栀子厚朴汤——增强通腹行气的力度的同时清心中热.....	199
五. 小建中汤——通阳、通脉与补阴、补虚并重.....	201
1. 小建中汤的病机与用药.....	201
2. 开方忌讳同类药的堆砌和同类药的“一边倒”.....	202
3. 经方只是提供了开方的思路，并不能完全照搬.....	204
六. 大柴胡汤——比小柴胡汤的劲大，增强了通里、通腹的能力.....	205
七. 教案.....	207
1. 本节原文.....	207
2. 知识点.....	209
(1.) 调胃承气汤的立意为何.....	209
(2.) 什么叫热、什么叫寒.....	210
(3.) 五苓散的立意为何.....	210
(4.) 邪气会客于什么位置或层次.....	211
(5.) 栀子豉汤的立意为何.....	212
(6.) 有关于“心”的三类药.....	213
(7.) 栀子厚朴汤的立意为何.....	213
(8.) 唐以前的通腹常用药为哪些.....	214
(9.) 小建中汤的立意为何.....	214
(10.) 开方的忌讳为何.....	215
(11.) 《伤寒论》上的方子能完全照搬吗.....	216

(12.) 大柴胡汤的立意为何.....	216
3. 思考题.....	217
五. 苓桂术甘汤——通开心下，让气机调顺	218
1. 苓桂术甘汤的病机.....	218
2. 用苓桂术去通开、磨开心下.....	220
3. 不必固守苓桂术甘汤.....	221
六. 教案	222
1. 本节原文.....	222
2. 知识点.....	223
(1.) 小青龙汤中对五味子的应用有何启示.....	223
(2.) 新加汤的立意为何.....	224
(3.) 基础的补益方为何.....	225
(4.) 桂枝甘草汤的立意为何.....	225
(5.) 高血压的三个误治为何.....	226
(6.) 病因相同，为何症状不同.....	226
(7.) 苓桂甘枣汤的立意为何.....	227
(8.) 何为甘澜水.....	228
(9.) 什么样的水对我们是有益的.....	229
(10.) 朴姜夏草参汤的立意为何.....	229
(11.) 什么叫药对儿.....	230
(12.) 明显见效后，为何要马上减量.....	231
(13.) 《伤寒论》的方子更适用于何种情况.....	231
(14.) 苓桂术甘汤的立意为何.....	231
(15.) 脉象的背后为何.....	233
3. 思考题.....	233
(2.) 黄芩清热的同时还可以破散在的结.....	236
(3.) 用药不能伤正.....	236
(4.) 参枣姜草是张仲景的御用“四补将”.....	238
4. 小柴胡汤的煎服法.....	239
三. 麻黄汤就是通过将肺胀大邪气顶走而解表的	240
1. 麻黄汤是解表宣肺之王.....	240
2. 麻黄汤的君臣药——麻黄与杏仁.....	241
(1.) 麻黄、杏仁共同把肺撑开.....	241
(2.) 麻黄是肺部神药.....	242
(3.) 心既是主人又是奴隶.....	243
3. 麻黄汤的用量.....	244
4. 麻黄汤的煮取服用之法.....	245
四. 布置尝药作业.....	246
五. 教案	247
1. 本节原文.....	247
2. 知识点.....	247
(1.) 尝药要尝出感觉.....	247

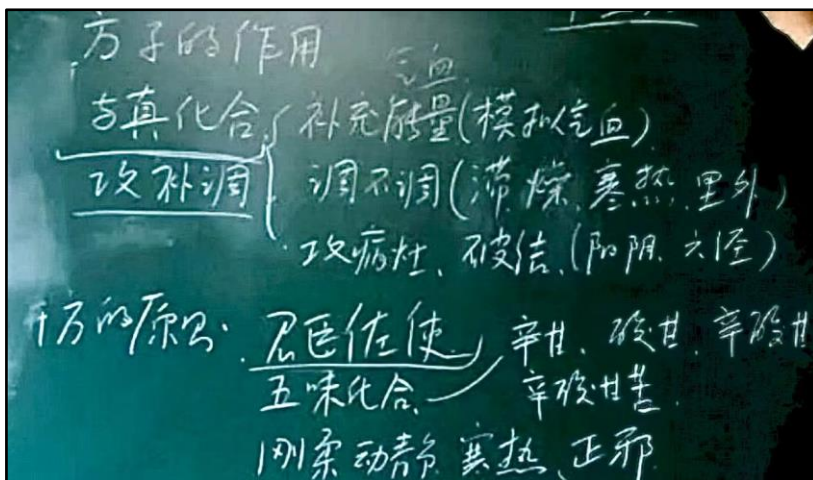
(2.) 小柴胡汤的病机为何	247
(3.) 小柴胡汤在当下的应用前景为何	248
(4.) 再谈半夏的作用为何	249
(5.) 黄芩的作用为何	250
(6.) 如何煎服小柴胡汤	250
(7.) 麻黄汤的病机为何	250
(8.) 麻黄汤的立意为何	251
(9.) 麻黄汤的用量、煮取与服用为何	252
(10.) 现在为什么那么多人得心脏病	252
3. 思考题	253

20240313 第四学期方剂精讲第一课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：中医校稿组

一. 本节课的重点——方子的作用与组方原则

师：咱们是气学中医第四学期了，讲了基础中医理论、中医诊断、中药，这学期咱们讲方剂。我记得给大家讲过开方的原则，今天简单地捋一遍啊，然后我们就开始要讲群方之祖——桂枝汤。



那么大家看一下啊，我简单写了一下，可能不够那么严谨和结构化，但是我觉得这个地方是重点，那么今天咱们主要讲两个方面，第一是方子的作用，我们为什么要开方啊？这个方子吃到肚里，它怎么走啊，怎么治病啊？这个一直困扰着现在很多学中医的小伙伴，是不是？有没有困扰啊？

生：有。

曦琳：我感觉很多人甚至不会去考虑到这一层哎，他就傻乎乎地照搬前人说什么方能治什么病，他都不想那么多。

师：第二，讲一下开方的基本原则。我感觉这两点非常重要啊，可以说是根本。我记得我最开始学开方的时候啊，中医教材我也看了，但是看来看去看不懂。你们会发现，中医教材上的方子都是各门各家汇总的方子，不一而足，他们的学说也不尽相同，甚至这些门派之间的说法又互相矛盾，我找开方的原则呀，就找了很多年，慢慢才摸到门径。那么对于大多数学习中医的人来说，中药就很难认了。中药到底有什么作用啊？那么，更多的中药组成的方子，简直就是个谜了。

二. 学习方子还是要靠嘴尝并加以感受

1. 用科学组方，还是有其局限性

师：现在很多用“科学”的方法来解释中药和方剂的，也是没有头绪。为什么呢？一个重要的原因，就是熬出的汤药，它是混合剂，混合剂的成分太多了。某一味药里边的化学成分就很多，就更别说混合在一起了。他们就是靠还原法和分析法呀，什么叫还原法？给它还原到一个一个单味药，然后进行分析啊，还原法和分析法就是西方主要采取的认识自然的方法，对不对？那对于这么多中药放在这儿形成的方子基本是无能为力。

现在华为干的一事儿啊，AI 去攻克中医，这个你们看了吗？

生：看了。

师：看了吧？我感觉是南辕北辙，不可能攻克，围棋可以攻克，但是中药不可能攻克。AI 的算力基于啥呀？第一对中药学的不断穷举啊，它得有知识作为基础啊，它所有的知识，也就是 AI 能看到的

所有的中药知识，基本都是有偏差的啊，明白吗？所有的 AI，它的算力来源于它有一个基础数据啊，这基础数据来源于我们人类提供的所有认知。如果没有人类给它提供认知，它知道个屁呀，是这样吧？

生：嗯。

师：所以说人类呀，也不要迷信 AI，AI 的所有认知基本都是人类给它提供的。如果提供的东西本身就失真，你们觉得它会算准吗？不会算准，所以说大家大可不必担心我们会失业啊。

生：我们肯定不会失业。

师：我们不会失业。但是那些搞创作、搞设计的，那些搞文案的，可能都得失业，搞电影创作的都得失业。

2. 古人是通过吃方子，感受方子，才实践出方子的

师：那么古人是怎么实践出方子来的啊？很简单，通过啥啊？大家跟我说通过什么？

生：感。

师：有句话说得好，叫做什么呢？

生：感而遂通天下。

师：感而遂通天下之故。

师：这“故”，当啥讲啊？

生：原因、原由。

师：原由、原因，感而遂通天下的原由。就是通过感，这个是跟现在的科学完全背道而驰的。是两条路，两种选择，两种结果。对不

对，曦琳？

曦琳：是的。

师：感而遂通天下之故，就是通过吃这个方子，看自己有啥感觉。

你们说老师现在做菜做得怎么样啊？

生：好吃。

师：为什么老师要把之前那两个大厨都开了呀？

生：不好吃。

师：是不是充分印证了那个道理啊？一个好大夫，一定是一个好厨子？

生：对，是的。

师：那你们怎么知道老师做的东西好吃啊？

曦琳：直接吃呗。

师：那就是感觉出来的嘛。那需要通过化学分析吗？

生：不需要。

师：这谁都知道不需要化学分析。为什么老师炒的菜，要化学分析分析呢？没必要。也不需要还原法吧？也不需要这个分析法。你们的嘴巴就是感受器。同样，方子也一样，通过你们对方子不断地尝，你们就知道这方子有效没效？你们说厉害不厉害啊？

曦琳：是的。

3. 方子的味道包含了其中每味中药的味道

师：那么其实方子就是一味大的中药，每一味中药有它的中药之

气。那比如说，生姜煮出来，这个气是什么呢？是辛辣的，对不对？你能感觉到喝到肚子里暖暖的，辣辣的，还会发汗。你们吃红糖，感觉什么样的呢？甜甜的，喝下去之后，能够解乏，对不对啊？那么喝乌梅，一说乌梅，嘴里是不是发酸啊？那喝到肚子里喝多了，会怎么样啊？是不是酸啊？

同样，方子就是很多这样的中草药合在一块儿，煮了之后找那个感觉。比如说，生姜红糖，也就是姜糖。姜糖放在一块儿，什么感觉啊？小黑你说什么感觉？

小黑：又辣又甜。

师：对吧？又辣又甜。如果喝生姜红糖再加陈皮，什么感觉？

生：又辣又甜，然后还有一点儿香气。

师：还有点儿微苦。陈皮煮出来是发苦的。春春，若生姜红糖陈皮再加点乌梅，什么感觉？

春春：酸酸的。

师：辣辣的酸酸的甜甜的还有点微苦，这种感觉。那如果加八个乌梅呢？

春春：过酸了。

师：一喝就是酸味儿占主导了，其他味道就变淡了。那如果在这个基础上，我们再加了点儿花椒呢？来，大凌回答。

大凌：酸酸甜甜辣辣麻麻啊。

师：对啊，就是这个感觉，是不是啊？那这时候你们嘴巴对方子的直接感觉也是最准确的。

三. 方子一定要跟真气化合才能起作用

1. 掌握好力度是方子能否与真气化合的一大关键

师：那感觉有了之后，那它怎么起作用啊？这就是一句非常重要的话，一定要跟真气化合才能起作用。所有的方子，无论它的种类和数量如何，脱离真气的，忽略真气的，可以说都没有意义。比如，10克能跟真气化合，就有作用。那如果说这10克化不了合，喝了就拉肚子，还会有作用吗？再比如说，大黄10克，有人耐受，有人不耐受。这跟身体体质和特异性是有关的。那小黑10克下肚之后，啥反应没有，还便秘了。有可能啊，有人喝了会便秘。那依偎一闻就拉稀，有没有那种情况啊？一闻大黄味马上就窜稀了啊。

生：体质和体质不一样，真气化合的程度不一样。

师：对呀，这个虽然是极端的例子，但是大黄确实是从3克到10克，人的耐受性是非常不同的，特别有意思啊。所以，一定要调到病人能够耐受的量，与真气相化合，说白了就是真气能够带得动。带得动这点太关键了，几乎是一个大的奥秘。一定要能带得动啊。古代有句话，身弱不胜财，什么叫身弱不胜财呀？来，大凌解释。

大凌：就是身体太差了，然后担不住那么多财富吧，消化不掉。

师：哎，对。《周易》里面有一个鼎卦，鼎卦第四爻，“鼎折足”，就是鼎里面搁的东西太多，这个鼎倾覆了，鼎倒了，为什么呢？鼎里搁的东西太多，这个鼎支撑不住，就倒了。啥意思？

生：耐受不住。

师：哎，对，耐受不住。好多病人说，“老师啊，给我下点猛药，好好给我补一补，10克20克给我加，我能挺，来点猛的。”经常这样吧？但是他们会发现，老师还是给他开的轻飘飘的，不敢下家伙。我原先跟大家讲过，就是说，开方如探汤啊，就是手指头伸到这个汤里。汤当啥讲啊？热水叫汤，这手蘸一下就起来了。

那么，你们还会发现，老师开方，如果头两剂特别有效，我后面就会给他减量。知道为啥吗？上来就有效，再不停地吃，就过了，明白吗？就像你第一口吃的很甜，“哎呀，真好吃真甜”，再吃就齁着了。开方如探汤。

生：锻炼是不是也是这样？

师：都是啊，上来都不能太狠。这两个人，一见面就像一个人一样，看着吧，过两天就打了。君子之交，下面是什么？

生：淡如水。

师：对，君子之交淡如水，就是这意思啊。小人之交甘如蜜啊，腻的不得了啊，过一段，一看，这俩人就掰了，仇人了。

师：明白吗？就是与真气化合呀，一定要掌握好力度啊。就像你给对方挠痒痒一样，得适度啊，稍微狠点儿，是不是咋咋呼呼那个皮就开了？要是挠不到，又不解痒。一般是再使点儿劲，使完那劲儿，一解痒，马上就停了。大家明白了吗？与真气化合的重要性。一定要跟真气化合。

2. 治病的是真气，方药只是工具

师：很多人觉得是药在治病，实际都不是药在治病，药跟真气化合之后，谁在治病啊？

生：真气带着药治。

师：对啊，真气在治病。比如说，我们在一个建筑工地，给他们运送了吊车、推土机、砖头。你们说，是推土机在干活？还是工人在干活？

生：工人。

师：为什么说工人在干活？

生：如果没有工人的话，推土机它自己不会工作的嘛。

师：比如说你不给他推土机，这工人能干活吗？你们运了一堆推土机，工人没来，能干活吗？

生：那也干不了。

师：哎对，真气干活。药，它只是工具。这点太重要了，一定要根据真气的有无来看这个药是否能起作用。

四. 方药的作用——补调攻

1. 补充气血的最佳基础方就是八珍汤+桂枝

(1.) 补充气血的基础方就是八珍汤

师：那么接下来说第二点呢，就是我们这个药物啊，真气带动之后都干啥？大家说。

生：攻里，出邪，补能量。

师：补调攻啊，就是这个方子进入人身体之后，它干啥去了？英姿。

英姿：嗯，带着它去攻需要攻的地方，然后带着补药去补需要补的地方，调就是把不调的气机给调顺了。

师：好。我们简单讲一下，这个讲过很多遍了啊。攻补调，进入身体之后，它要干什么事？就干三件事啊。首先，对于虚弱的人或者缺乏的人啊，缺乏某个元素的人，它一定是补充能量，这能量又叫什么呢？

生：气血。

师：那么补充气血，我跟你们说呀，要模拟气血，就是人造气血。我一直在强调，其实补充气血，就那几味药，其他的都补不上去。最后，老师试来试去，从哪个里面得到了重大的启发呀？

曦琳：《千金方》。

师：我发现古人开的所有大方，就是唐朝以前的，都有某些药的影子。在老师大量的临床实践当中，只有加了这些基础用药，才能模拟出和人体气血相似的气场，特别有意思啊。靠这些去补充能量，行之有效，万举万得呀。那么，能补充能量，模拟气血的，从《千金方》和临床不断的总结，我最后发现一个基础用药组合，这个组合是什么呢？

曦琳：八珍汤，八珍汤补气血。

师：对呀，今天就给大家公开这个秘密啊，就是八珍汤，也是“气

血宝”的基础方。八珍汤由哪几味药组成？来刀刀，过来写。

师：念一念。

刀刀：人参、白术、茯苓、甘草、生地、白芍、当归、川芎。

师：这就是八珍汤。基本所有的大方都有这八味药，明白了吗？

八珍汤也是四君子汤和四物汤的合并方。四君子汤是由四味药组成：参、术、苓、草。那么四物汤的组方就是地、芍、归、芎。这两个相合就是八珍汤。四君子汤俗称补气，四物汤俗称补血，合起来就是气血双补。阴阳啊，补气的为阳，补血的为阴。

师：网上有卖四物汤的，光补血，你们觉得对不对？只有女的没有男的，你们觉得行吗？只有地芍归芎，一味气药没有。如果说有，就川芎有一点点儿，那这个疗效就大打折扣了，甚至会产生这个寒和滋腻的嫌疑啊，明白吗？实际应该四君子汤一起来用。

(2.) 桂枝赋予九珍汤以灵魂

师：那么在八珍汤的基础上啊，还有九珍汤，你们知道那一珍是什么吗？

曦琳：桂枝。

师：对啊，它起到了提纲挈领的作用。老师在《千金方》里又发现了一个奥秘，就是说想真正起效，只有八珍不行，必须用桂枝来串。你们用八珍就不如用九珍，咱们暂且就叫九珍嘛，实际应该起个别的名字。你就记住，八珍加桂枝，才真正叫一个完整的方子，才能达到迅速补充能量的目的。如果只是八珍去补充能量，它会出现一个啥问

题，知道吗？

曦琳：通的劲不太够，滋腻，还是有点滞。

师：对，如果没有桂枝，会散、滞、慢。一旦加入桂枝，桂枝就是灵魂，加上桂枝这八珍立马就有灵魂了。记住了吗？

生：老师，我问个问题，那个十全大补丸，它就是在这个基础上是加入桂枝跟哪个？

师：附子，还没讲到那。今天这个秘密终于揭开了吧？模拟气血的最佳方就是八珍汤啊。千万不要小瞧八珍汤，八珍汤几乎是我们未来开大方的基础方。因为你们只有补充能量，才能调、攻，知道吧？

2. “调”的关键在于转大气

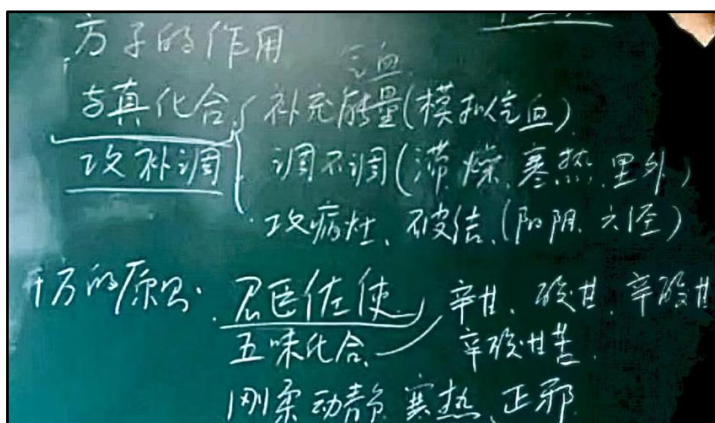
(1.) 哪儿都不对劲了，就要调大气

师：跟我一起念。

生：调不调。

师：什么叫调不调啊？

生：把不调不顺的调顺。



师：滞，啥意思啊？

生：不通、堵塞、滞住了。

师：燥湿、寒热、里外。就是身体广泛性地出现了阴阳失调啊。阴阳失调会表现出很多症状：整体的状态处于个寒冷状态；处在一种燥热、闷热状态；处在一种湿气留恋的状态；处在一种浑身发燥，或者处在一种身体缓滞的，都不怎么动的状态；或者是气偏于里，或者偏于外，或者偏上，或者偏于下。这些都叫做什么呢？身体的不调。我们健身有一句话，叫什么啊？

生：大气一转，其气乃散。

师：好，来小薇解释一下，啥叫大气一转，其气乃散？

小薇：就是循环起来了，然后就能够推动它，达到一个良性循环以后，它能够各归其位。

师：你举个例子。

小薇：举个例子，比如说河道淤堵啊，有的地方细，有的地方粗，然后等着那个河流的水冲下来，它就能把那个细的地方冲开，然后让那个河道变成那种比较平均的一个宽度。

师：好。英姿你解释。

英姿：大气我觉得是整体的一个气，就是一旦转起来的话，比方说比较零散的比较边边角角的邪气，它也跟着就推动了，我觉得就这个吧，那最重要的是调整体的一个气啊。

师：对，举个例子。

英姿：比方说一个病人，如果说他的病症很复杂，看着就是什么

都不好，感觉奇奇怪怪的啊，然后就调他的正气，我的理解就是正气，就是一个整体的大气，调他的正气。如果正气调起来之后，他的这些小毛小病可能就慢慢没了。

师：好，说得非常好。

(2.) 孤立、静止地看问题会严重影响我们对调大气的认识

师：哪儿都不对劲了，这个学院派的就不知道如何用药了，知道吗？那典型的叫寒热错杂。曦琳，你说说这个，你是学院派的，你有发言权。寒热错杂，一般学院派咋治啊？

曦琳：首先如果是学院派的，偏向于经方这一类的话，他喜欢把寒热错杂归到是少阳病或者厥阴病，然后会用一些《伤寒论》里提到的代表方去治。然后如果是外边，比如说广东这里比较常见，一些岭南地区的医生，他们会觉得可能是这个人湿气重，这里特别喜欢讲，脾胃湿重。然后他们会用一些芳香化湿的药和清热的药。因为岭南地区本身这个土地产的很多中草药，也是偏向于清热的，他们喜欢清热活血化瘀，加芳香化湿。另外的话，然后还有一些人，他们会觉得有寒热错杂嘛，所以就既要去寒，也要去热，就会同时清热药加上一些温热的药一起用，还是没有看到背后的气机，是什么原因导致寒热错杂。他会因为症状上寒热都有，那不是那个《内经》里边有说，什么要治寒以热，治热以寒，就会相应的寒热药混在一起用，这样子。

师：嗯好，不错，尤其最后啊，讲得很好，把他们的丑恶嘴脸暴露出来了。那么一般学院派，药方里有温里的嘛，对不对啊？有温里

的，有清热的，那么他一般都单独用，你要有寒症他知道怎么用，他用热药对治，这对吗？实际这不对。慢慢你们就知道了。如果他很热，你用寒药对治，对吗？

生：这也不对。

师：它寒怎么来的？你要把这个问题解决了。寒热是标不是本，他表现出来寒或者表现出来热，实际不是根本。就像你发烧，你解决的问题是解表，而不是说寒了加热药，对不对啊？那你高烧了，你怕寒怕冷，你用热药，你高烧了，温度高了，你就用寒药。这种简单的对抗和对冲方式，完全没有体现大气一转。其实真正的开方啊，最关键是要调化。举一个简单的例子，一杯水加一个方糖，这个方糖就是结儿，现在怎么调吧？来，英姿，再问你，一杯水加一个方糖，怎么让这个糖迅速地化掉？

英姿：加热。

师：加热是吗？

生：搅，拿勺一搅。

英姿：还要带动它。

师：大气一转，其气乃散嘛，直接不停地搅拌，方糖跟整个水最后快速融合在一块儿，这就是调化嘛，化了。什么叫化呀？融化是不是啊？

英姿：嗯。

生：转动起来。

师：比如说一杯水，上边热下边寒，那怎么让上面热和下边冷都

得到相应的解决呢？搅和它，上热下寒的问题就解决了。是不是啊，曦琳？

曦琳：是的，让它交流。

师：让它多交流嘛，贵在沟通和交流嘛，是不是贵在沟通和交流？那么你们会发现经方派和很多人，比如这一杯水上热下寒，那他们怎么对治啊？上面热那行啊，加点儿黄芩，下边寒加点儿干姜，不就解决了嘛？你们觉得是这么简单机械的吗？

生：太机械化了，没有把大气转起来。

师：对啊，黄芩下去之后，它在身体里要转，它会到热那里去吗？干姜到了之后，它这个来回转，它会到下面寒的里面去吗？这不自欺欺人，掩耳盗铃吗？这样解释啊，解释不通的。他们把所有的问题都孤立和静止看了，知道吗？孤立，就这一个，这相当可怕啊。你们解决问题的时候，看待问题的时候，是不是原先也出这个问题啊？孤立和静止地看待问题啊？来小黑，你举一个例子，你孤立和静止地看问题。

小黑：那我说，就是那个礼拜六举行线下活动的例子。

师：你大声点说。

小黑：老师要全说出来吗？

师：说吧，没事儿，咱是光明的，知道吗？

小黑：那个周六的时候，我们举行线下活动。我期待春春能够去，老师说春春不适合去，我心里有情绪了，然后就不开心，但是我没有说出来，我就走了。后来因为这个事情，三天之后又把它给捣鼓出来，

又说了一通。其实当初为啥会生气呢？就是孤立静止地看问题了，而且还是狭隘地看了问题，没用长远的眼光去看这个问题。比如，我在做这个事情的时候，没有考虑春春当下的这种职位，然后还有这个线下活动的前期的准备，还有后续，这件事情做出来之后，后续会有啥影响，都没有考虑，只看了一个当下不行，就不开心了。

师：你们看，西医几乎完全是孤立和静止地看待问题，是吧？头痛医头脚痛医脚啊。小黑这个问题也一样啊，春春作为老总，她更有全局的作用，而不是单一发挥作用到某个局部，这是局部和整体之间的关系。我们做任何事情都要高效、整体地去看待问题。中医就是站在整体看问题，所以大气一转，其气乃散，这太重要了。这个人有自我调节的能力。你们记住，比如说一盆水，只要放水，这水的水平面是不是平的呀？无论怎么搅动，最后这个水平面都趋平。那我们的身体也是一样，只要通畅，我们会把那个真气平均充斥到身体的每一个部分。

(3.) 调大气就是在调整体

师：我讲过一句话，叫真气所过，来，跟我一起念。

生：真气所过，春暖花开。

师：晴晴，啥意思啊？

晴晴：就是那个真气在身体流转的时候，正常流转起来的时候，能见到光明。

师：对，真气能够到达的地方，那地方一下子就光明了，一下全

都救治了。前些日子，我接到一个病人，就是他妈妈摔了，从拖拉机上摔下来之后，腿被摔断了，粉碎性骨折，然后接下来连做了三次手术，这个膝盖全都黑了。植了两次皮，从大腿植皮，贴到膝盖上，然后恢复不良，可能还要再做植皮手术。那么这个，都接上了，为什么她恢复不了啊？

曦琳：气血濡养不了。

师：真气过不到膝盖这地方。就是新鲜的来血过不到膝盖这地方去濡养膝盖，让膝盖尽快生新。手术破坏了大环境，他只是接上了，但是气脉血管神经出现了堵塞。那这个问题，好解决吗？

曦琳：好解决。

师：怎么解决？

曦琳：你让气血能过去，不就行了？

师：九珍下肚。九珍下肚马上就会有意想不到的好效果。就是所有的跌堕伤、压砸伤类似的问题，要迅速地通经络。有一本书叫《仙授理伤续断秘方》，是吧？

曦琳：对。

师：那本书是藺道人的，这本书还是不错的。真气所过，春暖花开呀，大气一转，其气乃散，我们都是在调整体。是不是啊？整体转起来，调不调嘛，整体转起来，是不是真气就会均布到身体的各个地方啊？那么我们一个公司，一个组织也一样啊，一定要让整个上下左右内外周流起来，要转起来，就是我们的气场、信息场，财流、物流、所有的现金流都要转起来。转起来之后，我们的真气就能均布到身体

的各处，就像一个气球一样，里面是不是压力一样啊？各个方面的压强，是不是都一样的？一个水平面上的所有压强是不是都一样？那么，通过调不调，这些东西是不是都迎刃而解了呢？抓住重点，就是调大气。

3. 方子的第三个作用——攻、通

(1.) 痛则不通，通则不痛

师：然后最后一点啊，方子的作用。今天，咱们的紫珊瑚吃上药之后，她就开始翻病了，她的病灶就开始疼。疼来源于什么呢？我问你们？

生：不通。

曦琳：真气在那里跟邪气相争，它也会疼，或者说本来麻木的地方真气去濡养，她开始有感觉了，也疼。

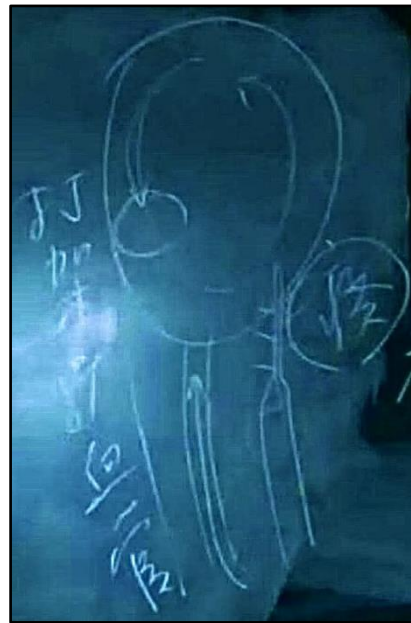
师：比如说这是个人，气是这样转，咱比如说这样转，如果说有个邪气在这卡着，它每次转到这地方，是不是都碰到阻碍呀？碰到阻碍后，它是不是想过去啊？想过去，跟这个地方是不是打架呢？打架是不是产生疼痛啊，明白了吗？所以说攻病灶一定会有反应。



如果说接触这个地方一定会产生疼痛。比如说我们普通的脉这么粗，到那个病灶的那个脉呀，是不是这样细啊？然后，这个能量在通脉的过程当中，如果很顺利，是不它就过去了？没有阻碍啊，他会疼吗？

生：不会。

师：但是他会整体的炸啊，整体变宽，扩，就是西医的扩血管啊，但是你这个地方通，你感受不到，知道吗？但是到了这个窄的地方，就感觉到了，它要过去，两边要撑开。但它还撑不开，疼，痛则不通，通则不痛嘛，就会产生明显的疼痛。紫珊瑚明白吗？



曦琳：她是哪里疼啊？

师：胳膊疼。很简单啊，比如说通的常用药是附子。大家尝附子了吗？

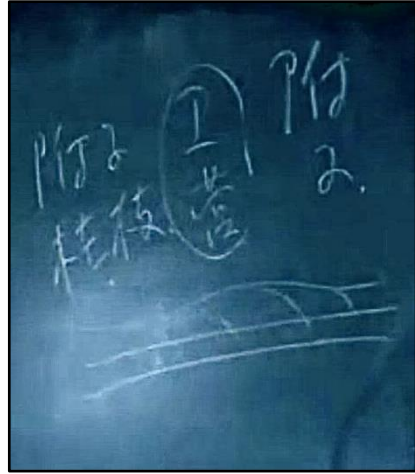
生：没有。

(2.) 附子、桂枝是攻、通药的代表

师：我再说一下附子的作用。

这不是经脉吗？经脉被神经附着着。这个古人通行的说法，附子和桂枝的区别，附子通卫，桂枝通营。营卫嘛，什么叫营卫？营卫就是气血运行的那个主要的物质。精微物质，气，就一个卫气一个营气，

桂枝通营气，附子通卫气。实际如果我们细致来说呀，是怎么回事啊？附子不是有毒吗？吃了之后，它能麻痹神经，少吃，适量吃，它能兴奋神经，多吃就麻痹神经。麻痹到什么程度啊？当你们尝的时候就知道了啊，都给你们麻倒，首先是



嘴唇麻，舌头麻，半边脸麻，浑身麻，四肢麻，一走路摔那儿了，知道吗？然后再吃多了，就导致心脏麻痹。心动过缓，心悸，甚至心脏骤停。这个附子含有乌头碱等有毒物质，吃一点儿之后，它就会去兴奋神经，让这个神经炸起来。神经一炸起来，神经控制的血管是不是也炸起来了？就这么简单。血管一下就处在扩张状态，血就过去了。脚冰冷，血管一张开，血就流过去了，冰冷的脚就缓解了。

生：那附子不是热的吗？不是因为附子是热的？

师：附子的作用，就是把这个神经给兴奋起来，炸起来，让血管同时也就炸起来。

那桂枝它直接带着药啊，在血管里一流动之后，它在血管里起作用，这血管儿就变得舒张了，就从里面使紧张的血管、不通的血管变得舒张，所有的药物带到这个血管里面去。所以说桂枝是作用在血管里边的，附子作用在神经上去控制血管，是两个层次。如果附子、桂枝同用，一个作用在血管里面，一个通过神经去作用在血管，就会最大限度地让血管处在扩张状态。这没有任何一个人说啊。

生：老师，你怎么知道的呀？

师：老师九死一生，最后获得了这些。

生：尝过，感受到的。

师：附子，我吃了多少？等你们尝桂枝汤，尝附子汤的时候，你们自己体会去。

五. 开方的基本原则——君臣佐使

1. 君臣佐使有着不同的作用

师：然后再简单讲一下开方的基本原则啊，这个有的就是照书上那些来啊。通行的，就是君臣佐使。开方的基本原则——君臣佐使。这定义了啥呀？定义了所有药的地位。一堆药搁那，总有个主次吧，总有一个层次嘛。君臣佐使，君药、臣药、佐药、使药，这什么意思啊？来，依依解释一下。

依依：君臣佐使就是它们的作用不一样，量不一样。君的话就是一个国家的君王，只能有一个，起统帅的作用，臣就是丞相，可能就是两味或者三味，它的作用是辅助君王。然后，佐的话就是在臣以下的，就是辅助。使的话就是小兵小将，它的量可能就会更多一些。

师：使的量更多一些？

依依：它的作用小一些。

师：嗯，对，你这使没解释清楚。来薇霸。

小薇：就相当于君是老师，臣是春春，然后佐是依依，使就是我们这些小兵？

师：刀刀。

刀刀：我觉得跟依依说的差不多。

师：那使当什么讲？

刀刀：就是跟人家做沟通的那种。

师：来，那个曦霸，你说使当啥讲？

曦琳：使药的话有一种说法是当成引经药，然后也有的说法当成调和药。总之，大概的意思就是说用这个药来使药剂更好作用于某一方向，就是它有一点佐使的作用，就是有一点方向性。然后同时呢，它也起到一个调和的作用，让整体的药剂更融合，更好去发挥作用。它一般是用量小，然后主要起一点作用，好像一点点微小的力去推动一下。

师：嗯，好，说的不错。

生：果然是曦霸。

师：我给你们讲一个例子啊，羊肉萝卜汤，加入胡椒、香菜，来春霸，你说一下君臣佐使。

春春：羊肉是君，然后臣是萝卜，然后胡椒是佐，然后香菜是使。

师：嗯，好，回答，完全正确啊。是不是啊，曦琳？

曦琳：对，是的。

师：有不同意见吗？

生：胡椒为啥是佐啊？

师：佐料佐料嘛，再加点酱油，也是佐呀，增进它的这个香味儿，对不对啊？或者说让它有能够进一步发挥作用的余地。香菜就是使，胡椒酱油，就是佐料、调料嘛。这主要是羊肉萝卜汤，这里面起决定

作用的是羊肉，萝卜是配的，也可以加土豆啊，羊肉土豆汤啊？这土豆和萝卜是不是就是臣药啊？有没有不明白的？

曦琳：小邱问，用量怎么定？

师：用量慢慢定。

曦琳：没错，学到后面慢慢就知道用多少量合适。

2. 不必生搬硬套“君臣佐使”

师：然后咱们再来一个方子，你们今天就要记住桂枝汤。来，刀刀，来把桂枝汤写上。

师：好，来跟我一起读。桂枝、白芍、生姜、甘草、大枣。这个叫什么汤？

生：桂枝汤。

师：英姿，你说一下君臣佐使。

英姿：桂枝是君，白芍是臣，生姜和大枣是佐，甘草是使。

师：大家有纠正的吗？实际上君臣佐使，它只是一个理想的结构。大多数方子啊，不能生搬硬套，实际它就是打一个配合。君臣佐使就是打一个配合。这里面，桂枝、白芍、生姜、甘草、大枣，打的配合是什么？实际是这样分的。桂枝和白芍是君臣药，起主要作用，调和营卫。通经的时候不至于过燥，这两味药相须相使去通经，桂芍去通经。那么，姜枣草作为佐使药，补充能量就完了。这三类药是粮草药。桂芍是起主要作用的，其中最主要的作用就是桂枝。

3. 君臣佐使就是各类药有主次地在打配合

师：你们开方一定要讲究搭配，很多特别有意思啊。比如，祛风湿的方子里有十味药，可能有八味药都是在祛风湿，是不是太多了？温里的方子里，五六味药都是热药，对吗？比如说炖牛肉啊，里面又加羊肉，又加牛肉，又加鸡肉，又加驴肉，加一堆肉，你们觉得有意义吗？吃了一个麻辣鸡丝，又搁花椒、又搁麻椒、又搁香菜、又搁香叶，加一堆佐料，肉没有放，这有意思吗？而且全都是麻辣，一边倒，也没有酸了，也没有甜了，好吃吗？就是大家一定要记住，开方一定要综合立体地开。《伤寒论》里面的方子，一个好的特点是啥？几乎每一味药都是一类药。什么意思？不同层次的药，它只选一到两种。

比如说一个方子，它里面要温里，要调肝，要补肾，要通中，共同促成调大气的一个节奏，就是这一个目的。那只有这些药都加了，才能把大气给掀动起来。就像我们撬石头一样，得有撬棍吧？底下得要有滚木吧？那边还有个绳子拉吧？是不是三种工具啊？如果我们来十个不同类型的撬棍一起给我撬，管用吗？或者我们只放滚木，这个石头能撬动吗？如果是只用绳子，能撬动吗？最关键是这个配合，大家明白吗？就是说我们温里、调肝、补肾、通中，所有药的目的都是一起去起作用，把这个大气给它转起来。比如说，温里加干姜，调肝加陈皮，补肾加枸杞，通中加大黄，这是不是四类药？这四类药一用，功效都不相同啊，最后加甘草。很多人看不懂，这干什么呢？一会儿又温里，一会儿又理气，又补肾，又通中的，看不出这又攻又补

的，干啥呢？都觉得这是四不象。实际是吗？刀刀，这也加那也加，那你觉得目的是什么呢？

刀刀：调大气。

师：好。无非就是调大气嘛！多么简单的理啊！无非就是根据你这个人的实际情况、病症特点去调大气啊。所以，各类药都得用那么一点，里面分清主次和掌握好量，以最方便快捷，有针对性的方式把这个大气搬动，这才是关键。就像我们治疗感冒发烧，我们在解表的同时发现解不了，哪儿卡住了？

生：中焦。

师：你再一通中，整个都开了，明白吗？就这么简单啊。如果只是不停地解表，你们会发现，根本就转不动，整个气机要转动起来解表，它转不动，卡在这了，就要加点儿通中的药，一转，就出去啦。明白了吗？像我们每一个人要往外跑，突然都堵门口了，我不断从后边推，这就是解表药。我把所有人都往屋外推，推得动吗？都卡门那儿了，所以加点儿通中药，我拉几个人，我往这儿拉一下，那儿拉一下，哎，堵塞的地方是不是一下就通了？呼啦.....一个一个就都跑了，把最关键那个堵门的人一拉，其他人呼啦一下就都出去了。很多时候啊，在解表的时候，你们会发现稍微加点儿通中药、调肝药，哎，一下这问题就解决了，它就是卡在那转不动，通不了，稍微点一点儿通的药，表马上呼啦就解了。

六. 案例分析

1. 患者病因的分析

曦琳：老师，讲那个行者大夫的方子吗？本来说今晚讲一下。

师：那就说一下行者那个，你们看了吗？那还是北京比较有名的一个大夫，应该也五十多了，跟我是一同出道，粉丝也很多，你认识他吧？曦琳。

曦琳：听说过，但是没见过真人。

师：他原先学的是黄元御一派，他老爹据说挺牛，然后传给他。行者是北中医毕业的吧？当时他脾胃不好嘛，不敢下一点凉药啊，全都是辛温药。然后我刚才看他的方子，他也开始开滋阴药了，里边是熟地还是生地啊？

曦琳：熟地，开到十克熟地。

师：熟地，这个熟地十克，山萸肉六克，对不对啊？

曦琳：四克。

师：其他药一般两克，就是治一个小孩嘛。那小孩有什么问题啊，知道吗？

曦琳：心脏不好。

师：暖气，卡在中间嘛，老累，这个心脏说是二尖瓣膜关闭不全，是吧？

曦琳：对，二尖瓣有杂音。

师：对，吃饭不香。

生：睡觉眼睛闭不严。

师：有时候听力不好，其实这问题很简单啊，中焦没打开嘛，看那个鼻子，鼻梁不挺，小鼻子紧嘛，明显胆没有张开嘛，就是整个肋肋、中焦没有拉开。

2. 对治方式的不合理处

师：那他用一个啥模型，升左边降右边嘛。他没有去降右边，只升左边啊，他没有用黄芩。然后因为孩子劳累嘛，他又去补肝肾，他觉得打开肝肾之后，能量有了，孩子就精神，这个补肝肾，他除了补充党参和生晒参之外啊，他又加了熟地。这个东西是大败笔呀，知道吗？

曦琳：中焦更加转不动了。

师：那大熟地多么滋腻啊，中焦更转不动了。其他药都很灵动的。比如说，它能转动，拿大熟地一压，它又不动了，明白吗？就这么简单，一下就压住了。你们可以去试，其他药很轻灵，往里面一加十克熟地，量这么大，那个汁儿马上变得浑浊和黏腻了，就好像有点儿那个黑芝麻糊那个劲儿，发黑呀，你再咕嘟一喝，一下就卡在中焦了。明白了吗？他最大的问题还是在用公式不断去求索呀，由原先不敢用阴药到大量用阴药，这种人就犯了这个问题。能明白吗？

3. 气学中医的对治方式

师：实际简单加一些调肝脾的药，比如说白术、茯苓、陈皮、柴

胡、白芍、甘草、生姜，加不加白芍都无所谓呀。白术、茯苓、陈皮、柴胡、甘草、生姜，差不多就可以了。简单调一下肝脾，可以再加点儿山药调中，那这问题就解决了，长期喝就行了。然后同时让孩子出去跑动跑动啊。对了，还要加一味药，中焦都堵了，必须加半夏，没半夏能行吗？我感觉很多人，尤其是很多大夫对桂枝和附子非常“着迷”呀，尤其这附子，但不迷半夏，我觉得特别奇怪呀。半夏这味药太好了，特别适合现代人的这个卡顿，中焦卡顿必用。半夏、陈皮、柴胡、白术、茯苓、甘草、生姜、山药，这个小孩子喝这方就好了，啥问题没有。怎么可能下熟地呢？这一下就闷在中焦不动了。

生：熟地和生地是不是类似？

师：生地要好很多，生地它就是晒干，它不蒸煮，蒸煮之后就粘腻了。今天差不多了。

曦琳：好的，老师。

师：咱们把半夏当个宝啊，这半夏太好了，尤其是生半夏啊。

曦琳：大家反映听懂了。

师：都听懂了是吧？

曦琳：是的。

师：然后下节课再继续讲开方的基本原则啊。一定要开综合立体调和方，千万不要简单粗暴地用单一的药、单一的劲、单一的形式，去对治我们复杂的身体。好不好？

曦琳：好的老师，下周见。

七. 教案

1. 知识点

(1.) 我们应当如何认识方子

现在很多用科学的方法来解释中药和方剂的，也是没有头绪。为什么呢？一个重要的原因，就是熬出的汤药，它是混合剂，成分太多了。靠还原法和分析法呀，对于这么多中药放在这儿形成的方子基本是无能为力。

那么古人是怎么实践出方子来的啊？很简单，通过感，感而遂通天下之故。你们的嘴巴就是感受器，通过吃这个方子，看自己有啥感觉。这个是跟现在的科学完全背道而驰的。通过你们不断尝方子，你们就知道这方子有效没效。

其实方子就是一个大的中药，每一味中药有它的中药之气。比如说，生姜煮出来是辛辣的；红糖是甜甜的；乌梅发酸。同样，方子就是很多这样的中草药合在一块儿，煮了之后找那个感觉。比如说，姜糖放在一块，又辣又甜，再加陈皮，还有点儿微苦，再加一点乌梅，辣辣的酸酸的还有点微苦，再加了点儿花椒，酸酸甜甜辣辣麻麻的。那这时候，你们嘴巴对方子的直接感觉也是最准确的。

(2.) 方药如何才能起作用

那方子怎么起作用啊？就是一定要跟真气化合才能起作用。所有的方子，无论它的种类和数量如何，脱离真气的，忽略真气的，可以

说都没有意义。很多人觉得是药在治病，实际都不是药在治病，药跟真气化合之后，真气带着药治。方药只是工具。一定要看真气是否与之化合来判断这个方药是否能起作用。

比如说，大黄 10 克，有人耐受，有人不耐受。这跟身体体质和特异性是有关的。有些人 10 克下肚之后，啥反应没有，还便秘了。有些人，一闻就拉稀。虽然极端，但大黄的用量确实是从 3 克到 10 克不等，人的耐受性是非常不同的，一定要调到它能够耐受，与真气相化合的程度。说白了，就是真气能够带得动。带得动这点啊太关键了，几乎是一个大的奥秘。

我原先跟大家讲过，开方如探汤啊，热水叫汤，这手蘸一下就起来了。你们还会发现，老师开方，如果头两剂特别有效，我后面就会给他减量。就像你第一口吃的很甜，再吃就齁着了，开方如探汤。就是与真气化合，一定要掌握好力度啊。就像你给对方挠痒痒一样，得适度啊，一般是再使点儿劲，使完那劲儿，一解痒，马上就停了。

(3.) 方子的作用为何

这个方子进入人身体之后，真气带动药之后，都干啥？补调攻啊。

首先，对于虚弱的人或者缺乏的人啊，缺乏某个元素的人，它一定是补充能量，又叫补充气血，要模拟气血。我一直在强调，其实补充气血，就那几味药，其他的都补不上去。

我从《千金方》和临床不断总结，最后发现一个基础用药组合，这个组合是什么呢？就是八珍汤：人参、白术、茯苓、甘草、生地、

白芍、当归、川芎。八珍汤也是四君子汤和四物汤的合并方。四君子汤：参、术、苓、草。那么四物汤：地、芍、归、芎。这两个相和就是八珍汤。四君子汤俗称补气，四物汤俗称补血，加起来就是气血双补。

不过，只有八珍不行，必须用桂枝来串，桂枝起到了提纲挈领的作用，这才真正叫一个完整的方子，才能达到迅速补充能量的目的。如果只是八珍去补充能量，它会散、滞、慢。一旦加入桂枝，这八珍立马就有灵魂了。模拟气血的最佳方就是八珍汤啊。千万不要小瞧八珍汤，八珍汤几乎是我们未来开大方的基础方。因为你们只有补充能量，才能调、攻。

什么叫调不调啊？就是身体广泛性地出现了阴阳失调啊，会有各种症状，比如淤滞、燥湿、寒热、里外。我们健身有一句话，叫大气一转，其气乃散。哪儿都不对劲了，这个学院派的就不知道如何用药了。比如，典型的叫寒热错杂。一般学院派咋治啊？要有寒症，他用热药对治，如果热，用寒药对治。寒热是标不是本，表现出来寒或者表现出来热，实际不是根本。这种简单的对抗和对冲方式，完全没有体现大气一转。

其实真正的开方啊，最关键是要调化。举一个简单的例子，一杯水加一个方糖，这个方糖就是结儿，现在怎么调？直接搅拌，方糖就跟整个水最后快速融合在一块儿，这就是调化嘛。再比如说一杯水，上热下寒，那怎么让上面的热和下边的冷都得到相应的解决呢？搅和它，上热下寒的问题就解决了。让它多交流嘛，贵在沟通和交流嘛。

那么你们会发现经方派和很多人，他们怎么对治啊？上面热那行啊，加点黄芩，下边寒加点干姜，不就解决了了吗？你们觉得是这么简单机械的吗？黄芩下去之后，它在身体里要转，它会到热那里去吗？他们把所有的问题都孤立和静止看了，中医就是站在整体看问题，所以大气一转，其气乃散，这太重要了。

这个人有自我调节的能力。只要通畅，我们会把那个真气平均充斥到身体的每一个部分。我讲过一句话，真气所过，春暖花开。真气能够到达的地方，那地方一下子就光明了，一下全都救治了。我们都是调整体。整体转起来，是不是真气就会均布到身体的各个地方啊？就像一个气球一样，里面是不是压力一样啊？通过调不调，这些东西是不是都迎刃而解了？

方子的最后一个作用，攻、通。咱们的学员今天吃上药之后，她就开始翻病了，她的病灶就开始疼。疼来源于什么呢？比如，气正常转着，如果邪气在某处卡着，它每次转到这地方是不是都碰到阻碍呀？碰到阻碍后，它又想过去啊，跟这个地方是不是打架呢？打架是不是产生疼痛啊，所以说攻病灶一定会有反应。比如，我们普通的脉这么粗，到那个病灶的脉，变细了。然后，这个药力在通脉的过程当中，如果很顺利，它就过去了，没有阻碍，不会疼。但是会整体地炸啊，整体变宽，就是西医的扩血管啊，但是这个通是感受不到的。不过，到了这个窄的地方，就感觉到了，它要过去，两边要撑开。但它还撑不开，就疼。痛则不通，通则不痛嘛，就会产生明显的疼痛。

常用的通药是附子。这个古人通行的说法，附子和桂枝的区别，

附子通卫，桂枝通营。

如果说我们细致来说呀，附子少吃，适量吃，它能兴奋神经，多吃就麻痹神经。吃一点之后，它就会去兴奋神经，让这个神经炸起来。神经一炸起来，神经控制的血管是不是也炸起来了？就这么简单。血管一下就处在扩张状态，血就过去了。附子的作用，就是把这个神经给兴奋起来，炸起来，让血管同时也就炸起来。

那桂枝它直接带着药在血管里流动，它在血管里起作用，这血管儿就变得舒张了，就从里面使紧张的血管、不通的血管变得舒张，所有的药物带到这个血管里面去。所以说桂枝是作用在血管里边的，附子作用在神经上去控制血管，是两个层次。如果附子、桂枝同用，一个作用在血管里面，一个通过神经去作用在血管，就会最大限度地让血管处在扩张状态。

（4.）开方的基本原则为何

开方的基本原则——君臣佐使。这定义了所有药的地位。一堆药搁那，总有个主次吧，总有一个层次嘛。君药起统帅的作用，臣药辅助君药，佐药也是辅助。使药的话，一是当成引经药，使药力更好作用于某一方向。同时，它也起到一个调和的作用，让整体药力更融合，更好去发挥作用，一般用量小。我给你们讲一个例子。羊肉萝卜汤，加入胡椒、香菜。这里面起决定作用的是羊肉，萝卜是配的，然后胡椒是佐，香菜是使。

咱们再来一个方子，桂枝汤。桂枝、白芍、生姜、甘草、大枣。

实际上君臣佐使，它只是一个理想的结构。大多数方子啊，不能生搬硬套，君臣佐使就是打一个配合。这里面，桂枝和白芍是君臣药，起主要作用，调和营卫。通经的时候不至于过燥，这两味药相须相使去通经，桂枝、白芍去通经，为阳。那么，姜枣草作为佐使药，补充能量，为阴。桂枝白芍是起主要作用的，其中最主要的作用就是桂枝。

你们开方一定要讲究搭配。大家一定要记住，开方一定要综合立体地开。千万不要简单粗暴地用单一的药、单一的劲、单一的形式去对治我们复杂的身体。比如，祛风湿的方子里有十味药，可能有八味药都是在祛风湿，是不是太多了？《伤寒论》里面的方子，一个好的方子的特点是啥？几乎每一味药都是一类药。什么叫一类药？不同层次的药。不同层次的药，它只选一到两种。比如说一个方子，它里面要温里，要调肝，要补肾，要通中，共同促成调大气的一个节奏，这也就是一个目的。那只有这些药都加了，才能把大气给掀动起来。就像我们撬石头一样，得有撬棍吧？底下得要有滚木吧？那边还有个绳子拉吧？是不是三种工具啊？如果我们来十个不同类型的撬棍一起给我撬，管用吗？所以比如说，这里面，温里加干姜，调肝加陈皮，补肾加枸杞，通中加大黄，这是不是四类药？

很多人看不懂了，“一会儿又温里，一会儿又理气，又补肾，又通中的，看不出这又攻又补的，干啥呢”？无非就是调大气嘛！无非就是根据你这个人的实际情况、病症特点去调大气啊。所以，各类药都得用那么一点，里面分清主次和掌握好量，以最方便快捷，有针对性的方式把这个大气搬动，这才是关键。

2. 思考题

- (1.) 请举例说明，我们应该通过什么来对方子进行认识。
- (2.) 请问，什么样的方子会起作用？
- (3.) 请问，“八珍汤”体现了方子的什么作用，如何可以更大
地发挥其功效？
- (4.) 请问，在认识“攻补调”中的“调”时，我们应该避免什
么错误认识，保持何种正确认识？
- (5.) 请问，“君臣佐使”的实质为何？

20240320 第四学期方剂精讲第二课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 讲在课前的话

师：今天是第二讲，第一讲给大家讲了一些方子开方的目的，方子进入人体是什么作用，还大概说了开方的基本原则，后边两条简略说了说，没有展开说，我感觉没有必要再展开说了，因为过于抽象，我觉得咱们要往前赶进度。

1. 什么叫时方，什么叫经方

师：咱们还是以《伤寒论》的方子作为蓝本给大家讲一些方子，这些方子并不能代表我们现在方子的全部种类，但是这些方子叫做经方。什么叫经方？

曦琳：经典之方。

师：对。经方跟什么方相对应？

曦琳：时方。

师：什么叫时方？

曦琳：地区性的、时令性的方。

师：就是时代产生的方，因时代不同而产生不同的方子叫时方。经方呢，万古不变的、经典的、可以作为典要法要的方叫经方。

2. 几乎所有的传统文化都是鼻祖最厉害

师：你们最后就会发现，几乎所有的传统文化都是鼻祖最厉害，就是祖师厉害。所有的都是祖师最厉害，头大身子小，像条蛇一样。

达摩祖师（禅宗一祖）、孔孟、老子、书法家有王羲之、书写《葬经》的风水界祖师爷郭璞。几乎都是开宗立派的第一个最厉害，后来的就几乎不可能再超越他了。像蛇一样，头大、身子小、尾巴细，跟现在的科技正好反过来了，科技越往后，越发达越厉害。但传统文化不是，都是第一代是大师，后来几乎都是抄袭，都是徒子徒孙。其实西方的文化也是这样的，亚里士多德、德谟克利特、荷马史诗等等，也是第一代人物厉害。只不过现代的科技，它好像有点模糊了，为什么会是这样的，知道吗？

曦琳：因为我们的传统文化讲究的是要把这个理讲尽了。那他一开始出来的时候，就已经涵盖了万事万物所有的道理了。

师：这说明啥呀？因为这是灵性文化，灵性文化就像彗星一样，突然出现一个彗星，它总是彗核坠下，后面拖个尾巴，如彗星一般划过天空。这些大师都是时代创造的大师，都是灵性精华的体现。他们代表一派，又叫做法脉，一脉相传，这一脉的法流传下去，道教佛教都是这样吧。最开始创造的那个人是最厉害的，后边全是跟随，然后这个学派最后陨落，然后又层出不穷地出现了新的流星。

那么张仲景也是，张仲景写的《伤寒论》里的方子是他创立的吗？

曦琳：可以说是他，也可以说不是他。他也是一个法脉。

师：实际不是他。但流传下来了，他是最厉害的。古人认为谁是创始方子的祖师爷啊？

曦琳：伊尹，《汤液经法》。

师：他是丞相，同时他也是厨子。他创立了很多方子，然后流传

下来，到张仲景这儿。白虎汤、桂枝汤、真武汤，实际这些方子是古已有之。

二. 讲解桂枝汤

1. 明清以后，后世人对于桂枝及桂枝汤有较大的误解

师：那么我们讲第一个方子，群方之祖——桂枝汤。学中医的人没有不知道桂枝汤的，两张方子，一个桂枝汤，一个麻黄汤。现在中医院校对桂枝汤过于忽略，觉得这个方子太平常了，小小的桂枝汤能治什么病啊，而且随着明清医家对桂枝这味药的污蔑，导致后来人用桂枝汤的越来越少，在外感上很少用桂枝汤，觉得桂枝汤过于燥烈。如果是碰着治错了的，下咽立毙。

曦琳：对，桂枝下咽，阳盛则毙。

师：马上就死了，燥热而死，导致现在很少有人敢用桂枝，对桂枝望而却步。一个桂枝，一个麻黄，都望而却步。

那么，你们会发现老师开方，几乎都放桂枝，克数是三到十克不等，一般六到九克，最多可以放到 15 克，我就不愿意再放了。那么实践证明，它是下咽立毙吗？

曦琳：不是。

师：没有吧，我觉得这样用特别稳当。刚开始头几副，有可能会出燥热的情况，但很快就稳定了。如果出汗多的，减半服用，慢慢去服用，他也就适应桂枝汤了。

2. 桂枝汤在《伤寒论》中最初的应用

原文：太阳中风，阳浮而阴弱，阳浮者，热自发；阴弱者，汗自出。啬啬恶寒，淅淅恶风，翕翕发热，鼻鸣干呕者，桂枝汤主之。

师：我们看一下《伤寒论》上是怎么介绍的。

《伤寒论》十二条，“太阳中风，阳浮而阴弱，阳浮者，热自发；阴弱者，汗自出。啬啬恶寒，淅淅恶风，翕翕发热，鼻鸣干呕者，桂枝汤主之”。

主要记住一个什么呢？恶寒。原先咱们讲诊断的时候都讲了，恶风，发热，鼻鸣干呕，你们先解释一下什么意思？

依依：就是怕寒怕风，还觉得热，发烧，想吐，鼻子不通气。

师：啥叫鼻鸣？就是老想擤鼻涕，不然你们无法理解啥叫鼻鸣。你们想想为什么不说鼻塞呢，就是擤鼻涕，鼻子鸣叫嘛。那么最重要的是怕风怕冷，发热，鼻鸣干呕，摸的脉是浮脉，说这叫中风，什么叫中风？中于风邪。不是现在我们说的这个中风。

中于风邪，脉浮，怕冷，发热，鼻鸣干呕，就是我们说的感冒了。

3. 桂枝汤中各药的用量

原文：桂枝（去皮，三两） 芍药（三两） 甘草（炙，二两） 生姜（切，三两） 大枣（擘，十二枚）。

师：那么这种感冒，给出了什么方子？

曦琳：桂枝汤。

师：最经典的方子。你们看看这个桂枝汤。桂枝，它里面写了去皮，三两。你们记住，换算成现在的三两，其实是九克，你们可以理

解成一两是三克到五克，我感觉这对现在的人比较合适。有的还说一两是十克的，也可以。但是我感觉适合现代人的，你们就记住一个换算单位，就是一两是三克，记住就行了。那么这个桂枝三两就是九克，也就是十克。我们这样理解。

白芍写的是芍药，你们直接记住是白芍就行，白芍是十克，也是三两。你们要记住桂枝白芍的比例是 1:1，这个非常关键。

然后甘草二两，二两是六克。所以，你们在方子里用甘草，稍微有点就行，不要多加，我一般也就是用五、六克，不超过十克。甘草不用多加。甘草写了一个炙字，甘草炒一下叫炙甘草。炙甘草有蜜制的，用蜜炒一下，实际简单炒一下就可以。用生的也行。

然后，生姜三两。你们会发现桂枝、白芍、生姜的比例是 1:1:1 的关系。你们就别再问我生姜应该加多少了。桂枝加多少，生姜就加多少，两三片嘛。桂枝、白芍、生姜是 1:1:1，甘草要少一点。然后最后一个，大枣十二枚。这生姜是切，有的人说生姜是不是要去皮啊，不用去皮，没必要。大枣这写了一个擘，为什么要擘？隔着皮，煮不透，大枣肉的营养出不来。大枣十二枚有多少？

曦琳：以前是河南产的那种枣，是小的，不是新疆的那种大枣。

师：不是特别大的大枣，那不得了了，那甜度得多少。实际就是一个小枣，比这个粉笔头大些吧，我估计应该在十五克到二十克之间。抓一把枣，正好。这个出入会大一些，因为有干枣、湿枣，他没说是干枣还是湿枣。大点、小点都无所谓，就十二枚。换算成咱们现在的十五克到二十克之间，我觉得是可以的。

曦琳：老师，桂枝要去皮吗，还是不用去皮？

师：桂枝不用去皮。为什么说桂枝去皮啊？因为那皮是没味儿的，就这么回事。你们尝下那皮就知道了。桂枝、芍药、甘草、生姜、大枣。

4. 煮取桂枝汤的方法

原文：上五味，㕮咀三味，以水七升，微火煮取三升，去滓，适寒温，服一升。

师：首先给你们普及一下《伤寒论》上关于方子的论述的语言。

“上五味，咀三味”，什么叫咀三味？

曦琳：就是把它们切碎。

师：咀三味，哪三味是要咀的？咀就是咬，给它咬碎。

曦琳：桂枝、芍药、甘草这三味。

师：生姜是切，大枣是擘。只有桂枝、芍药、甘草是咀，咀嚼，就把它整碎点，就这意思。然后下面，“以水七升”。水七升是什么概念？一升多少？记住，一升是二百毫升，二百毫升就是一个口杯的水量，也就是一百五到二百毫升。就是咱们喝的那一口杯，一口杯就是一升，需要七口杯的水。

“微火煮取三升”。所谓的微火，古代炉子的火都大，再微，也煮得快，不像咱这个电磁炉慢。七升水加上药，煮去一半多，煮出三升，就三杯。“去滓”，去药渣。然后，“适寒温，服一升”。服一升就是喝一杯。

5. 喝桂枝汤的注意事项

(1.) 喝热稀粥以助药力

原文：服已，须臾啜热稀粥一升余，以助药力。

师：“服已须臾，啜热稀粥一升余”。又喝一碗粥，为什么要喝粥？

曦琳：养胃气，然后协助发汗，微微地发汗，又可以补充能量。

师：以助药力，很简单。你们现在有没有一个感觉，喝完热粥之后浑身热，微微发汗，有吗？有没有用？

曦琳：我觉得有用。

春春：没那么明显。

师：是没那么明显吧。老师的感触特别深啊，随着老师经络的通畅，喝粥的感觉经历了若干个阶段。第一个阶段，喝热粥我没感觉。我记在小时候喝热粥，浑身都特别舒服。后来喝热粥的时候没感觉了，这代表什么呢？

曦琳：经脉不通了，憋住了。

师：都堵了。第二个阶段，一喝热粥，浑身出汗，头上都有汗。

依依：里面堵了，外面开了。

师：第三个阶段，喝热粥，感觉一下子浑身就热乎了。第四个阶段，就回到了儿童喝热粥的那种感觉，喝完之后浑身舒服啊，感觉热粥那劲哪都能直接到了，然后出微汗，这是小时候的那种感觉。就是随着年岁的增加和身体堵得越来越厉害，很多人喝热粥，没有那种浑身通透的感觉了。最后一个阶段是浑身通透的感觉。

你们看我现在穿鞋，脚都出汗了，又恢复了汗脚。

曦琳：老师，我有个问题，如果身体通透了，汗脚应该不会臭吧？

师：臭，肯定臭啊。就像拉屎，屎臭都是好事啊。小孩拉屎越臭越好。那拉屎应该臭，还是应该不臭？拉屎应该臭。这种臭，闻一闻就闻惯了，闻得“香”。必须臭，但不是恶臭，是屎臭。脚汗臭是那种带有能量的骚臭。

春春：小宝宝就不臭。

师：你别着急啊，他火力还没起来呢。火力起来一定会臭，不臭脚，那还了得。

曦琳：反正这种臭跟那种淤滞的臭是不一样的。

师：那种淤滞的臭是恶臭，就像尸体腐败的那种恶臭。

曦琳：那我懂了。就像小动物一样，有一些健康的小动物闻起来是有点那种动物的味道。

师：西方人体臭，他们为什么体臭？身体壮才体臭。当你们发现自己不散发臭味的时候，可能代表机能不行。

春春：原来臭男人是夸男人。

生：左耳朵臭好久

师：耳朵可不能臭啊，耳朵臭好久是排淤的表现。该臭的地方要臭。《笑林广记》里有一个笑话，大家说这个当官的屁是香的，然后这当官的说了一句话，我听闻，屁如果香，代表这人将不久于人世啊。然后大家都说，哎呀，这太臭了，臭来了。

(2.) 温覆发汗要掌握好度

原文：温覆令一时许，遍身絜絜，微似有汗者益佳；不可令如水

流漓，病必不除。

师：“温覆令一时许”，什么叫温覆？

曦琳：就是盖点薄被子，让它温一点，但又不要大热。

师：就是我们老一辈的父母给你们盖被子发汗。我记得我们小时候全都是盖被发汗，给捂着，想出来都出不来啊，然后一挣扎就好了。但现在基本不是了，太少了。现在都是物理降温嘛。

“温覆令一时许，遍身微似有汗者益佳”。遍身汗，你们会发现有的人只头上出汗，余处无汗，一般情况下就说明正气并没有完全拱出来。出汗要出透汗，不是那种大汗，就是说身上从上到下小小出汗，哪都有。就是说我们喝一碗热粥，如果你能感觉到浑身上下都在出汗，说明什么呢？

曦琳：身体很通透。

师：对。有些人下身无汗，谁下身无汗？很多人感觉不到下身会出汗，实际下边也要出汗，大腿要出汗，如果大腿不出汗的话，就说明下焦淤滞得太厉害。喝碗粥，浑身都在出汗，周汗，周身出汗。“不可令如水流漓”，什么叫水流漓？

曦琳：汗像水一样流下来

师：很简单，就是现在的汗蒸。

大凌：还有西药有些也是发汗的，发得很厉害。

师：对。流漓就是遍身出大汗，大汗亡阳，伤津液，病必不除。

(3.) 服用桂枝汤的量和频次要随病情的改变而改变

原文：若一服汗出病差，停后服，不必尽剂；若不汗，更服依前

法；又不汗，后服小促其间，半日许令三服尽。若病重者，一日一夜服，周时观之，服一剂尽，病证犹在者，更作服；若汗不出，乃服至二三剂。

“若一服汗出病瘥，停后服，不必尽剂”。瘥同差，病瘥，就是病好了。病好了，还喝什么药。有人说，开了五剂，再加强一下接着喝。汗出来了，烧退了，那药就可以扔了。人都站起来了，还需要拐杖吗？还需要扶吗？都扶完了。也就是“时”的重要性，随着病机的变化，方子也要相应地调整。如果正邪相争，正气赢了，还要喝药吗？随时看正邪的状态来判断怎么用药。

“若不汗，更服”。就是还在发烧，依前法。“又不汗，后服小促其间”。什么叫小促其间？

曦琳：就是中间可以缩短喝药的时间，喝得密集一点。

师：促当什么讲？

曦琳：促进，催促。

师：本身是六个小时，你给缩短成三个小时，叫小促其间。中午喝，晚上喝，你缩短成中午喝，下午喝，晚上喝，叫小促其间。“半日许令三服尽”。

曦琳：半天就把这一剂的三份药喝完。

师：本来一天喝完，现在半天喝完。“若病重者，一日一夜服”，就不停地喝，不停地喝的目的是什么？

曦琳：继续增强正气，微微汗出。

师：就是不停地拱火。一直在拱，不停地添柴，把这个锅给烧开

了。

“病证犹在者，更作服；若汗不出，乃服至二、三剂”。一剂不行，再来两剂；两剂不行，再来三剂，直到给他拱开。对于常见的简单的外感风寒类的，还有什么需要注意的？

曦琳：就是服药的方法，然后出汗的程度，还有忌口，后面写了。

师：首先，不可令如水流离，不要短时间急火猛攻。但是要时时小攻，持续不断，少量多次，持之以恒。坚持住，直到给它拱开。他没让你一下上二三剂。你们可以小促其间，没让你大促其间。可以小促其间，少量多次，持之以恒，坚持到底。

大家有什么问题？我简单总结一下，我提问吧，一两是几克？一升是现在的多少毫升？

生：一两是三克。一升是一百五十到二百毫升，相当于一杯。

师：咀当什么讲？

生：咀嚼，切碎。

师：温覆什么意思？

曦琳：盖被发汗。

师：水流离什么意思？

生：全身出大汗。

师：瘥当啥讲？

生：好了，痊愈。

师：促其间的促当什么讲？

生：缩短。

(4.) 忌口是为了不对身体有太大的冲击和刺激

原文：禁生冷、粘滑、肉面、五辛、酒酪、臭恶等物。

①不要机械且绝对化地看待忌口

师：最后说“禁生冷、粘滑、肉面、五辛、酒酪、臭恶等物”。为什么要这样呢？其实这些是特异性食物的特点。浓滋厚味的，生冷的，不好消化，伤阳气。粘滑的粘豆包，粘滑就是黏腻的。肉面，肉是很多肉，面是大死面饼，不行。五辛，葱姜蒜胡椒类似这样的东西，就是很辣的，五辛容易导致气机逆乱。古人认为，五辛发嗔。实际能不能吃呢？实际可以，只不过这个五辛代表刺激性太严重的。

春春：一点点应该没事，不要太过。

师：对，不要太多。吃一块肉不行吗？喝一碗淡的肉汤，行不行？行吧。我吃个大馍馍不行吗？行。可别吃一张死面饼。这就是说人体正邪交争的时候，身体发弱，你们不要再加重负担了，吃一些难消化的，扰乱身体气机的，这时候吃个大王八，行吗？吃个羊头，行不行？吃二斤海螃蟹，行不行？都不行，对吧。就是正弱，正邪交争呢，别帮倒忙。一定要活学活用。不能说张仲景说了，不能吃肉，那肉汤不能喝，鸡汤不能喝。

大凌：他们就让人喝白粥。

师：生的水果不能吃。冷的，一点冷饮也不让喝。粘的切糕也不让吃。实际不是这样，少量吃，都能吃。所以你们看，我一般都不会特别嘱咐忌口，牛羊肉也不忌。

师：下面，肉面、五辛、酒酪，酒酪是什么？

曦琳：奶酪发酵物，就是发酵的那些东西。

师：还有臭恶。

曦琳：臭豆腐。

师：榴莲、臭鱼大虾嘛，说白了，就是吃的食物不要对身体有太大的冲击和刺激。

②忌口还是有必要的

师：你们吃的食物当中有什么是会给身体很大冲击和刺激的？说说你们的一些经历。

曦琳：吃冰淇淋，吃了容易肚子痛。生的海鲜、刺身。

师：吃过蛇吗？晚上有反应吗？

曦琳：吃过好几种。我好像还好哎，我吃的这个水蛇是煲汤做的，还可以喝汤的。我觉得它好像有一点点利尿的作用。然后我还吃过另外一种，油炸的蛇。

师：没吃过穿山甲吧。

生：没有。吃过乌龟、甲鱼。

师：这些东西吃完之后，晚上有反应的，都代表会冲击你。我最明显的一次就是吃甲鱼嘛，吃完，热了一晚上。

曦琳：我家人的经历，别人送了一只养了很多年的甲鱼，然后我家人吃完，当天浑身过敏，发荨麻疹，浑身发啊。

师：反正就是吃生猛的东西、怪异的东西之后，一天都不消化，在身体里乱窜。它们的气很强，你们不能很简单地给它们消化掉，驾驭它们。就是说，你们不要病刚好或者发病期间，吃太多怪异的东西。

我记得我年轻的时候，有一次得了一场病，插了五天胃管，插完了，大夫说吃点好的吧，五天都没有营养了。最后我老爹就给我来了一个溜肝尖。

曦琳：粘滑腻之物。

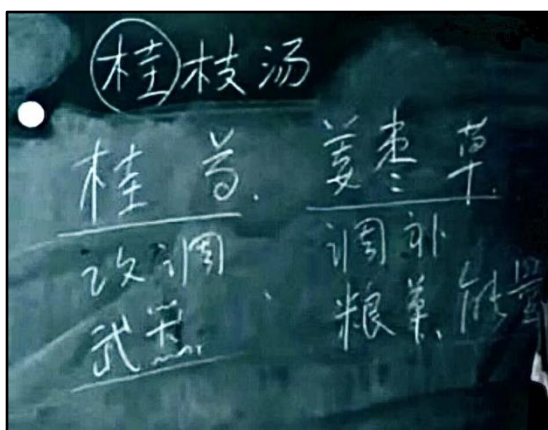
师：吃完了，肚子疼啊，在病床上，从这床跳到那床，又跳那床，来回去跳，给所有人都吓坏了。你们想啊，五天抽胃液，抽胆汁，那胃都抽干巴了。你们说傻不傻呀？

曦琳：原来老师年轻的时候也傻过。

师：不是我傻呀。那时候我还没学医呢，我哪知道这么多呀。插那个鼻饲管到胃部，啥东西都不能吃，在床上干躺着，然后旁边放一个抽胆汁的大桶，就不停地把东西给吸走，往外吸胆汁、胃酸，全都吸走，这胃干巴得不得了了，然后这边就天天输液，一天七瓶。

6. 桂枝汤充分体现了“攻补调”的组方原则

(1.) 桂枝汤里的“阴阳”



师：我们来分析一下桂枝汤，原先咱们有分析过，今天再给你们分析一下。很多的学者、搞中医的，都分析过桂枝汤，但是我感觉他们分析得不好，没有老师分析得好。

桂枝、芍药、姜枣草。左边是攻调药，右边是调补药，这是一对阴阳。左边是武器，右边是粮草，又代表能量，得有能量啊。任何方

子都是攻补调，攻也可以叫通，攻就是通，通就是攻。我们知道任何疾病都是由虚、堵造成的，所以你们开方的基本原则就是攻补调，那么桂枝汤就完美地体现这一点了。最小最小的调补药单元就是姜枣草。这里面不完全是补，还有调，生姜是调，甘草和大枣是补。补中带调，攻中带调。很简单，就是分阴分阳，迭用柔刚。

比如，我们分男女，男中有伪娘；女中还有黑哥，就这么个意思。男中有女，女中有男，那么补中有调，攻中也有调，分阴分阳，迭用柔刚，无限分。比如，一段是阳，一段是阴，阳这段又分阳和阴，阴这段又分阳和阴，不断去分。分阴分阳，迭用柔刚，这是万世之道。

曦琳：就跟卦象一样，这样组合起来的卦象，阳爻阴爻叠加起来。

师：首先桂枝是阳，芍药是阴。攻调药这边整体是阳，调补药这边是阴，能量是阴。粮草是阴，兵器是阳，那么在兵器里面，桂枝是阳，芍药是阴。姜枣草里，姜是阳，枣草是阴，又分阴分阳。枣和草又可以分，从味的浓厚来说，甘草是阴，枣是阳，枣煮出来是稀的，甘草味多浓啊，浓的这边偏阴，稀的偏阳，枣煮出来透亮。

分阴分阳，迭用柔刚，体现得淋漓尽致啊。这边阳，那边阴。阳这边一分，又分阳分阴。阴这边一分，又分阳分阴。枣草一分，又分阳分阴。所以说桂枝汤是万世不易之方，是群方之祖。

(2.) 姜枣茶可以调和营卫、燮理阴阳

师：我建议，明天你们就可以试这个姜枣茶，先不带甘草，以后咱们可以经常喝姜枣茶，可以调和营卫，燮理阴阳，非常有用。什么叫燮理阴阳？就调和阴阳，整顿阴阳，管理阴阳。

春春：我有一阵喝姜枣茶很长时间，然后我推荐一个男生喝，他手上一个月牙都没有，然后坚持了一礼拜，大指上就长出来一个月牙。

师：告诉你们姜枣茶怎么做啊，这个枣一定要焙焦，把枣皮炒焦。因为桂枝汤里有桂枝，可以解这个枣的腻。如果只是姜，它解不了枣的腻，必须把枣的表皮炒焦，它这个腻劲就小了，然后加姜。现在正是时候煮姜枣茶，还没到夏天，现在喝正好。我建议咱们小院儿自己熬姜枣茶，同时加入肉桂粉，以后别喝茶了，咱们就天天喝姜枣茶加肉桂粉。

曦琳：有人问姜枣茶配肉桂会不会有点燥？

师：那你喝喝看呗，看燥不燥。

曦琳：我觉得不要太浓的话，其实还行，因为它是茶水嘛，它不会很浓的。

师：喝咖啡燥不燥？咖啡是苦燥药。喝酒燥不燥？这不一个意思么，怕那么点肉桂吗？稍微撒一点，拧一点肉桂粉下去就行。

曦琳：中焦堵，姜枣茶可以加啥？可以加点陈皮试一下。

7. 桂枝汤最大的作用就是通畅经络

师：那么我接着来讲桂枝汤，桂枝汤又叫解肌汤，又叫阳旦汤。为什么叫阳旦汤？

曦琳：就是升阳，让阳气可以出来。

师：旦当早晨讲，阳就是升阳，让身体里的阳气能够出来，叫阳旦汤。为什么叫解肌汤？由于经脉堵塞，导致风寒湿痹客于肌表，那么桂枝汤还可以通经脉，解十二经，无处不到，所以它就可以解肌和

升阳。那么黄元御善用桂枝，你知道他用桂枝干啥吗？

曦琳：升阳嘛，他不是喜欢说左升右降吗？

师：对呀，左升右降，他是用桂枝去左升，实际他说的不对。他用桂枝去升阳是不对的。为什么不对？

曦琳：首先他把气机简单归为左升右降，这个就不对。然后再说让左边升起来，阳气又不只是这样向上走的，它其实应该要通达全身的。

师：他觉得桂枝走少阳之气，实际根本就不是那回事，实际桂枝的作用是什么呢？就是通经脉，它没有什么明显的方向性，它就是通经脉，经脉通了，大气就转起来了，阳气就出来了，就这么简单。

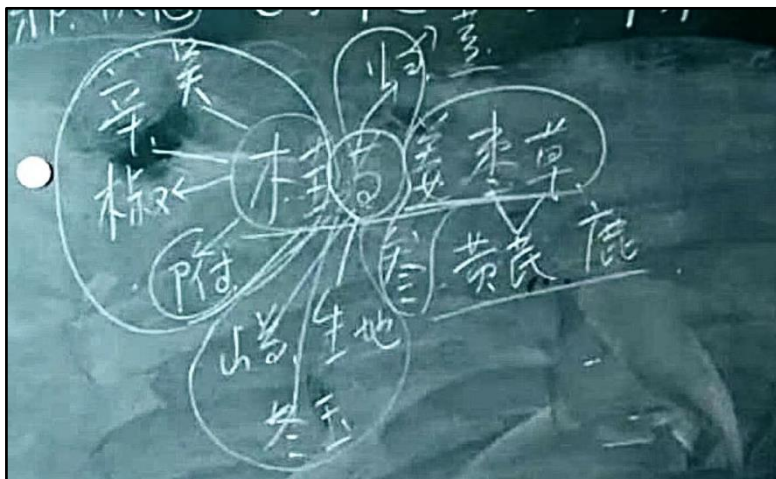
桂枝的作用就是通经脉。如果说桂枝的作用是升阳，那对于亡阳的，桂枝龙骨牡蛎救逆汤，怎么解释？对于奔豚的，桂枝加桂汤、苓桂术甘汤，怎么解释，都没法解释了。它就是通经脉，让真气转起来，避免真气因为堵塞而导致一系列的变症。最简单的就是心脏病、肾病、高烧不退的，不都是堵了、压住了嘛。所以桂枝汤叫通经汤，叫解肌汤，叫阳旦汤。

桂枝汤最大的作用就是通畅经络。上边治头痛，下边治小腹肚子痛，还有例假痛经、胳膊腿疼、无处不疼的这个病，桂枝都能有作用，所以老师就特别喜欢用桂枝这味药。《伤寒论》里的方子大量用桂枝，古代《千金方》里大量用桂枝，大多数大方里都有桂枝。有的人风寒湿痹，不用桂枝，用桑枝代替，可行吗？

曦琳：不行，它都没那个辛温的通劲。

师：对呀。要没有前面桂枝顶着，桑枝根本发挥不出作用来。所以特别有意思，我看很多治风寒湿痹的方子里，竟然没有桂枝。

8. 桂枝汤是所有通的方子的基础方



师：你们看，扩展桂枝汤很有意思。桂枝不足以通经的时候加什么呢？很简单，加附子，叫桂附芍药姜枣草汤，完全可以啊。如果附子不够使，还可以加啥？加麻椒、细辛、吴茱萸，这边是不是构成了攻药？

那姜枣草能量不足的时候可以加什么呢？加人参，叫参草姜枣。可以无限扩展。还可以加啥？加黄芪、鹿角胶。这些都可以，就这样往外扩展。

那么芍药滋阴，芍药再往上，能加啥呀？有偏阳的可以加当归，偏阴的可以加生地，中性的可以加山药、麦冬，这些是不是全是阴的药，无限加。如果当归上面再加大劲儿的药，可以加川芎。

左边是攻，右边是补，中间是调药。大量的调药里边又可以继续分类，这就超出了桂枝汤的范畴了。桂枝汤是最简单的一个攻补调的方子。刚刚有人问中焦堵怎么办，有结怎么办，等等，这就不是这个

方子能够驾驭得了的。咱们下一课就讲麻黄汤，等到讲泻心汤和陷胸汤的时候，那才真正是解结的利器。中焦堵的情况，就需要这两个方子的模型去无限演变了。向外撑的模型就是麻黄汤，通的模型就是桂枝汤。

生：南阳的药材质量不错，地道药材，现在市面上基本买不到了。

师：我也买不到，没必要买到，配伍得当，它有点药效就有作用。而且也跟你们说了，目前所有的慢性病不完全靠药，药起到三分作用就可以了。其他的靠什么呢？拔根五联疗法，养好水养好鱼，欢迎来得明康养中心，荣誉入住康养中心。

所有通的模型就是桂枝汤，所有撑的模型、向外发的模型就是麻黄汤，所有解结的模型就是泻心汤和陷胸汤。为什么叫经典啊？这就叫经典，把理论框架给你，把基本要素、框架给你，剩下就是你们无限发挥去。

三. 课后问答

1. 调药的种类较多

生：白芍是调药吗？

师：你暂且理解白芍是调药。下节课咱们还会讲下桂枝甘草汤和芍药甘草汤。

什么叫调啊？调分很多种，起着调节、补充、增益、和缓、反佐等作用。比如股市，上去回调，再上去回调，这个回调是调。桂



枝是通，往上通，然后白芍拉一下。像麻黄和五味子一样，一个辛一个酸相配合，辛上去，然后酸收回来，然后再上再收。这个回调就叫调。

生：姜枣茶用开水泡吗？

师：是。两三个枣炒焦了，再加一片姜，开水一沏或者煮，煮茶嘛。

生：阳旦汤是不是有让阳气出来？

师：对。

2. 裹束紧的时候用麻黄汤，裹束轻的时候用桂枝汤

生：感冒方是桂枝汤还是麻黄汤，怎么觉得都有。

师：下次跟你们讲，什么时候用桂枝汤，什么时候用麻黄汤。就是寒约束得紧的，光通没用的时候，要用麻黄解一下。如果寒约束得不紧，只需要通经之后，让正气正常树起来，它自然就解表了。就这么简单，说有汗用桂枝，无汗用麻黄，这个不是特别准确，这只是一个表面形式。裹束紧的时候用麻黄，裹束轻的时候用桂枝，因为麻黄汤里也有桂枝，麻黄桂枝啊。先通，不行再撑，一撑就把邪气给撑出去了。一个是有为，一个是无为。

3. 急病用奇，慢病用偶

曦琳：甘草为什么不能多加，是因为加多会滋腻吗？

师：所有的甜药加多了之后，它都有掣肘的作用，就是说攻城打仗，带五个慢性子，你们受得了吗？带五个走路迟缓的大胖子，你们受得了吗？带一个就行了，它起到挡箭牌、肉盾的作用就行了。那边

嗖嗖一放箭，把胖子往前一移，就完了，要带五个，跑都跑不动，全给压那儿了。

曦琳：是的，药气就缓了，滞了。

师：很尖锐的、劲大的方子里，稍微多加甜药，它的劲马上就缓和下来。所以说急病用奇，慢性病用偶。什么叫奇？就是急病用两三味药去快速达到效果，特种兵。那慢性病是一个体质性的疾病，需要慢慢缓缓地给劲，这时候药味要多，偶是多的意思，十味药、二十味药共同济济一堂地慢慢往前推。

红糖喝多了之后，它出痰嘛，太多了。所以开方还要五味调和，过酸过咸过辣过甜过苦都不行。喝老师的方子，那药味基本都很平和。老师做菜也是这样，都是五味调和，叫调羹，羹就是汤。

今天就到这儿了。

四. 教案

1. 本节原文

太阳中风，阳浮而阴弱，阳浮者，热自发；阴弱者，汗自出。啬啬恶寒，淅淅恶风，翕翕发热，鼻鸣干呕者，桂枝汤主之。

桂枝（去皮，三两）芍药（三两）甘草（炙，二两）生姜（切，三两）大枣（擘，十二枚）上五味，㕮咀三味，以水七升，微火煮取三升，去滓，适寒温，服一升。服已，须臾啜热稀粥一升余，以助药力，温覆令一时许，遍身皦皦，微似有汗者益佳；不可令如水流漓，病必不除。若一服汗出病差，停后服，不必尽剂；若不汗，更服依前

法；又不汗，后服小促其间，半日许令三服尽。若病重者，一日一夜服，周时观之，服一剂尽，病证犹在者，更作服；若汗不出，乃服至二、三剂。禁生冷、粘滑、肉面、五辛、酒酪、臭恶等物。

2. 知识点

(1.) 何为时方、经方

因时代不同而产生的不同方子叫时方。经方呢，万古不变的、经典的、可以作为典要、法要的方子叫经方。

(2.) 为何传统文化中，都是鼻祖最厉害

无论东西方，几乎所有的传统文化都是鼻祖最厉害。这与现在的科技正好反过来了，科技越往后，越发达越厉害。这是因为灵性文化，灵性文化就像彗星一样划过天空。这些大师都是时代创造的大师，都是灵性精华的体现。他们代表一派，又叫做法脉，一脉相传，这一脉的法流传下去，后边全是跟随，然后这个学派最后陨落，然后又层出不穷地出现了新的流星。

(3.) 现在为何会轻视桂枝汤

现在中医院校对桂枝汤过于忽略，觉得这个方子太平常了，而且随着明清医家对桂枝这味药的污蔑，导致后来人用桂枝汤的越来越少，觉得桂枝汤过于燥烈。一个桂枝，一个麻黄，现在都望而却步。

你们会发现老师开方，几乎都放桂枝，克数是三到十克不等，一般六到九克，最多可以放到 15 克，我觉得这样用特别稳当。刚开始头几副，有可能会出现燥热的情况，但很快就稳定了。如果出汗多的，减半服用，慢慢去服用，也就适应了。

(4.) 如何煮取桂枝汤

我们看一下《伤寒论》上是怎么介绍的。《伤寒论》十二条，“太阳中风，阳浮而阴弱，阳浮者，热自发；阴弱者，汗自出。啬啬恶寒，淅淅恶风，翕翕发热，鼻鸣干呕者，桂枝汤主之”。

“桂枝（去皮，三两） 芍药（三两） 甘草（炙，二两） 生姜（切，三两） 大枣（擘，十二枚）上五味， 咬咀三味，以水七升，微火煮取三升，去滓，适寒温，服一升”。

你们看看这个桂枝汤。桂枝写了去皮，三两。为什么说桂枝去皮啊？因为那皮是没味儿的。你们记住，三两换算成现在的三两，其实是九克，你们可以理解成一两是三克到五克，我感觉这对现在的人比较合适。白芍写的是芍药，你们直接记住是白芍就行，白芍是十克，也是三两。你们要记住桂枝白芍的比例是 1:1，这个非常关键。

甘草二两，二两是六克。所以，你们在方子里用甘草，稍微有点就行，不要多加，我一般也就是用五、六克，不超过十克。甘草不用多加。甘草写了一个炙字，甘草炒一下叫炙甘草，用生的也行。生姜三两。你们会发现，桂枝、白芍、生姜的比例是 1:1:1 的关系。两三片嘛。注意，生姜不用去皮。最后，大枣十二枚。写了一个擘，隔着皮，煮不透，要掰一下，否则大枣肉的营养出不来。注意，不是特别大的那种新疆大枣，就是一般的大枣。十二枚，我估计应该在十五克到二十克之间。

“上五味，咀三味”，什么叫咀三味？咀就是咬，给它咬碎。生姜是切，大枣是擘。只有桂枝、芍药、甘草是咀，就是整碎点，“以水

七升”。一升是二百毫升，二百毫升就是一个口杯的水量，也就是一百五到二百毫升，需要七口杯的水。

“微火煮取三升”。所谓的微火，古代炉子的火都大，再微，也煮得快，不像咱这个电磁炉慢。七升水加上药，煮去一半多，煮出三升，就三杯。“去滓”，去药渣。然后，“适寒温，服一升”。服一升就是喝一杯。

(5.) 服用桂枝汤后，如何发汗

“服已须臾，啜热稀粥一升余”。为什么要喝粥？以助药力，养胃气，协助发汗。“温覆令一时许”，什么叫温覆？就是盖被子发汗。

“遍身微似有汗者益佳”。你们会发现有的人只头上出汗，余处无汗，一般情况下就说明正气并没有完全拱出来。出汗要出透汗，不是那种大汗，就是说身上从上到下小小出汗，哪都有。“不可令如水流离”，什么叫水流离？汗像水一样流下来，就像现在的汗蒸。大汗亡阳，伤津液，否则“病必不除”。

(6.) 桂枝汤的服用频次为何

“若一服汗出病瘥，停后服，不必尽剂”。病瘥，就是病好了，那药就可以停了。“若不汗，更服”。就是还在发烧，依前法。“又不汗，后服小促其间”。什么叫小促其间？就是缩短间隙。本身是六个小时，缩短成三个小时，叫小促其间。中午喝，晚上喝，缩短成中午喝，下午喝，晚上喝，叫小促其间。“半日许令三服尽”。本来一天喝完，现在半天喝完。“若病重者，一日一夜服”，就不停地喝，目的是不停地拱火，直到把这个锅给烧开了。“病证犹在者，更作服；若汗不出，乃

服至二、三剂”。一剂不行，再来两剂；两剂不行，再来三剂，直到给他拱开。

不要短时间急火猛攻。但是要时时小攻，持续不断，少量多次，持之以恒。坚持住，直到给它拱开。没让一下上二三剂，你们可以小促其间，没让你大促其间。少量多次，持之以恒，坚持到底。这也就是“时”的重要性，随着病机的变化，方子也要相应地调整。随时看正邪的状态来判断怎么用药和服药。

(7.) 为何要忌口

“禁生冷、粘滑、肉面、五辛、酒酪、臭恶等物”。为什么要这样呢？其实这些是特异性食物的特点。浓滋厚味的、生冷的，不好消化，伤阳气。粘滑的，粘滑就是黏腻的。肉面，肉是很多肉，面是死面。五辛，葱姜蒜胡椒类似这样的东西，就是很辣的，五辛容易导致气机逆乱。古代人认为，五辛发嗔，代表刺激性太严重的。酒酪是什么？奶酪发酵物，就是发酵的那些东西。还有臭恶。榴莲、臭鱼大虾嘛。

实际能不能吃呢？实际可以，这些都不要太多。少量吃，都能吃。这就是说人体正邪交争的时候，身体发弱，你们不要再加重负担了，吃一些难消化的，扰乱身体气机的，一定要活学活用。说白了，就是吃的食物不要对身体有太大的冲击和刺激。就是说，你们不要病刚好或者发病期间，吃太多怪异的东西。

(8.) 身体好的几个表现

随着老师经络的通畅，喝粥的感觉经历了若干个阶段。第一个阶段，喝热粥我没感觉，说明经脉不通了，憋住了。第二个阶段，一喝

热粥，浑身出汗，头上都有汗，说明里面堵着，外面开了。第三个阶段，喝热粥，感觉一下子浑身就热乎了。第四个阶段，回到了儿童喝热粥的那种感觉，喝完之后浑身舒服，感觉热粥那劲儿哪都能直接到了，然后出微汗。

我现在穿鞋，脚都出汗了，又恢复了汗脚。汗脚应该臭，就像拉屎，屎臭，都是好事啊。小孩拉屎越臭越好。这种臭，闻一闻就闻惯了，闻得“香”，不是恶臭，是屎臭。脚汗臭是那种带有能量的骚臭。小宝宝火力还没起来呢，火力起来一定会臭脚。

西方人体臭，他们为什么体臭？身体壮才体臭。当你们发现自己不散发臭味的时候，可能代表机能不行了。

（9.）桂枝汤是如何体现出“攻补调”的

我们来分析一下桂枝汤，桂枝、芍药、姜枣草。一边是攻调药，一边是调补药，这是一对阴阳。一边是武器，一边是粮草。我们知道任何疾病都是由虚、堵造成的，所以你们开方的基本原则就是攻补调，攻也可以叫通，攻就是通，通就是攻。那么，桂枝汤就完美地体现了这一点。

最小最小的调补药单元就是姜枣草。这里面不完全是补，还有调，生姜是调，甘草和大枣是补。补中带调，攻中带调。很简单，就是分阴分阳，选用柔刚。比如，一段是阳，一段是阴，阳这段又分阳和阴，阴这段又分阳和阴，不断去分。分阴分阳，选用柔刚，这是万世之道。

桂枝是阳，芍药是阴。攻调药这边整体是阳，调补药这边是阴。能量是阴，粮草是阴，兵器是阳。在兵器里面，桂枝是阳，芍药是阴。

粮草里，姜是阳，枣草是阴，又分阴分阳。枣和草又可以分，从味的浓厚来说，甘草是阴，枣是阳，枣煮出来稀，甘草味多浓啊，浓的这边偏阴，稀的偏阳。

分阴分阳，选用柔刚，体现得淋漓尽致啊。所以说桂枝汤是万世不易之方，是群方之祖。

(10.) 如何煮姜枣茶

咱们可以经常喝姜枣茶，可以调和营卫，燮理阴阳。燮理阴阳就是调和阴阳，整顿阴阳，管理阴阳。

那姜枣茶怎么做啊，这个枣一定要焙焦，把枣皮炒焦。因为桂枝汤里有桂枝，可以解这个枣的腻。如果只是姜，它解不了枣的腻，必须把枣的表皮炒焦，它这个腻劲就小了，然后加姜。同时加入肉桂粉，稍微撒一点，拧一点肉桂粉下去就行。现在正是时候煮姜枣茶，还没到夏天，现在喝正好。

(11.) 桂枝汤的主要作用为何

桂枝汤又叫解肌汤，又叫阳旦汤。旦当早晨讲，阳就是升阳，让身体里的阳气能够出来。为什么叫解肌汤、阳旦汤？由于经脉堵塞，导致风寒湿痹客于肌表，那么桂枝汤可以通经脉，解十二经，无处不到，所以它就可以解肌和升阳。

桂枝的作用就是通经脉，它没有什么明显的方向性，它就是通经脉，经脉通了，大气就转起来了，阳气就出来了。所以，桂枝汤最大的作用就是通畅经络。上边治头痛，下边治小腹肚子痛，还有例假痛经、胳膊腿疼、无处不疼的这个病，桂枝都能有作用。《伤寒论》里的

方子大量用桂枝，《千金方》里大量用桂枝，大多数大方里都有桂枝。

（12.）桂枝汤如何扩展应用

你们看，扩展桂枝汤很有意思。桂枝不足以通经的时候加什么呢？很简单，加附子，叫桂附芍姜枣草汤，完全可以啊。如果附子不够使，还可以加麻椒、细辛、吴茱萸。是不是构成了攻药系？

那姜枣草能量不足的时候可以加什么呢？加人参，叫参草姜枣。可以无限扩展。还可以加啥？加黄芪、鹿角胶。就这样往外扩展。

那么芍药滋阴，芍药再往上，能加啥呀？有偏阳的可以加当归，偏阴的可以加生地，中性的可以加山药、麦冬，这些全是阴的药，无限加。如果当归上面再加大劲儿的药，可以加川芎。

一边是攻，一边是补，中间是调药。大量的调药里边又可以继续分类，这就超出了桂枝汤的范畴了。

桂枝汤是最简单的一个攻补调的方子。所有通的模型就是桂枝汤，所有撑的模型、向外发的模型就是麻黄汤，所有解结的模型就是泻心汤和陷胸汤。为什么叫经典啊？这就叫经典，把理论框架给你们，把基本要素、框架给你们，剩下就是你们无限去发挥。

（13.）什么叫调药

暂且理解白芍是调药。什么叫调啊？调分很多种，起着调节、补充、增益、和缓、反佐等作用。比如股市，上去回调，再上去回调，这个回调是调。桂枝是往上通，然后白芍拉一下。一个辛一个酸，相配合，辛上去，然后酸收回来，然后再上再收。

(14.) 桂枝汤与麻黄汤的应用区别

什么时候用桂枝汤，什么时候用麻黄汤。就是寒约束得紧的，光通没用的时候，要用麻黄解一下。如果寒约束得不紧，只需要通经之后，让正气正常树起来，自然就解表了。有汗用桂枝，无汗用麻黄，这个不是特别准确，这只是一个表面形式。裹束紧的时候用麻黄，裹束轻的时候用桂枝。

(15.) 何为急病用奇，慢病用偶

所有的甜药加多了之后，它都有掣肘的作用，就是说攻城打仗，带五个走路迟缓的大胖子，受得了吗？带一个就行了，它起到挡箭牌、肉盾的作用就行了。要带五个，跑都跑不动，全给压那儿了。很尖锐的、劲大的方子里，稍微多加甜药，它的劲马上就和缓下来。

所以说急病用奇，慢性病用偶。什么叫奇？就是急病用两三味药去快速达到效果。那慢性病是一个体质性的疾病，需要慢慢缓缓地给劲，这时候药味要多，偶是多的意思，十味药、二十味药共同济济一堂地慢慢往前推。

3. 思考题

- (1.) 请问，桂枝汤的服用，需要注意些什么？
- (2.) 请分析一下桂枝汤的组方。
- (3.) 请问，桂枝汤的主要作用为何？
- (4.) 请问，如何拓展应用桂枝汤？

20240403 第四学期方剂精讲第三课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 一定要把单味药放在方子里去体会

师：咱们上堂课讲的是桂枝汤。桂枝汤是啥呀？万方之祖。老师就特别喜欢开桂枝汤，开得不是标准的桂枝汤啊，但是老师还是本着桂枝汤的本意开，叫大桂枝汤。桂枝汤的主要组成是桂芍、姜枣草，桂芍是君臣药，姜枣草是佐使药。桂枝三两，芍药三两，姜枣草是粮草。桂枝、芍药起主要作用，通经与和血，桂枝通经，白芍和血，通行的说法叫调和营卫，桂枝和白芍体现了男女搭配干活不累。这个方子不能再精简了啊。桂枝白芍是阴阳，桂枝辛辣，白芍酸苦，它们正好对应着男人和女人相配合，它们俩一起干事儿去通经和血，调和营卫。姜枣草就是补充能量，不至于只有桂枝、芍药而显得过于单薄，如果去掉这个，只用桂芍，就像在那炒辣椒一样，没有甜没有菜啊，这个特别关键。在姜枣草当中加入桂枝、白芍，就像在生姜红糖水中加入桂皮一样。如果单煮桂皮去喝，效果就大打折扣了，导致整个这个药没有层次感了，同时也会伤正。用少了不起作用，用多了伤正。

嘎巴嘎巴嚼桂皮，有什么意义啊？我记得早年我试附子啊，我还知道搭配，附子甘草汤去搭配着喝。单味药去试啊，我感觉都有些单薄呀，一定要把某一味药放在方子里去试。这就是现在的科技无法试出每一味药的主要功效的原因。因为每一味药的主要功效并不是单独发挥作用的，明白吗？

曦琳：对。

师：民间的单方治大病。单方就是一味药。比如，就喝蚂蚁酒通经活络；小便不利，就用车前子。这个都很局限。不是说不能，但是很局限，遇到稍微重点的、复杂点的、长期慢性的，单味药的作用就极其微小了。这个明白吗？就是现在通过去研究每一味药的药理成分作用到身体里面的反应，我感觉南辕北辙，明白吗？

曦琳：对，是的。

师：一定要在综合性、整体性的背景下去考虑，那这个没法研究了，化学成分太多了，四味药的化学成分就太多了。就像现在西医这么发达，一个细胞，它制造不了，一个单细胞，植物也好，动物也好，它都制造不了。他们说这里面的化学成分太多了啊，还有 DNA 啥的，都制不了，就是说从化合物变成单细胞生命，这里面涉及到的事情太多了，西方科学无法去胜任啊。那这个方子也一样，通过分析单味药，然后再分析两味药在一起的这个拮抗作用，这基本就没有办法分析了，明白吗？

二. 浅谈灵体与肉体

1. 符合某种条件的肉体，灵体就会自然注入

曦琳：对。老师，我想问一下啊，就是即使这些物质我们都能合成，是不是因为我们没有办法注入神，所以是不可能合成任何有机生命的，就是说去合成物质，但生命永远是不能合成的。因为它有神这个层次的东西？

师：我感觉随着 AI 的发展，人类应该能够合成生命。为什么这样说？当具备灵魂钻到这里面的这种机体结构的时候，这个生命就产生了。因为现在产生生命的这个生命结构，还有它的组合呀，太复杂，以目前人类的技术无法完成各种链，大分子链，各种 DNA，等等。就是说当 AI 超级计算机出现之后啊，有可能会合成这个生命所需要的所有的结构。一旦合成之后，灵魂就从那个空间出来直接附着在这个结构上，就变成活的了，知道吗？

曦琳：哦，就是说，只要你这个物质条件具备，那么灵魂自然会相结合，形成有生命的东西。

师：我们整个的世界里到处充满了灵魂、灵体，灵体都要附着于某种肉体结构，才能生存啊。那只要创造了这种结构，这就赋予生命了嘛，就这么简单。

生：神不会允许。

师：不是神允许不允许啊，我就跟你们说，还有一种方法，比如，有的结构不符合灵魂注入的条件，但是通过某种操控，它也会附着到一些纸片上、纸人上、木偶上。它是一种短暂的和浅层次的，使灵魂和物质结合而去显灵嘛，但不是真正的生命，是暂时性附体。但是如果 AI 通过研究，它能够去完全模拟出这个结构来了，我估计这个灵魂也就产生了。就是那个小灰人，小灰人是被制造出来的，他是一种不完整的合成人，没有肠道，是一种高级的布偶，也就是一种合成人。这种合成人，灵魂也是可以注入进去的，明白了吗？

2. 灵体有高低之分

曦琳：嗯，那就是这个灵魂和那些比如说正常人的灵魂，它是不一样的？

师：都一样。所有的灵魂，它的本质都是一样的呀。只不过受制于灵体的高级程度啊，它通过肉体能够展现出来的深度不同。比如一个科学家，他出了事故成了植物人，灵体就被封在这个残缺的肉体里了。还有一些长得宽大大的，肉体特别良好，经脉特别通达的，但他注入的灵魂层次比较低啊，他就变成了一个猪一样的人。

曦琳：就是说灵魂跟灵魂间还是有层次的区别的。

师：嗯，对。就是我们很多饱受肉体折磨的人，但是特别有灵气，他们就属于灵魂大、肉体小的那种嘛，肉体不行，但是灵魂很厉害，很多是这样的，他们就注定来这个世间受苦受磨难嘛，锻炼其灵体。

曦琳：哦，原来是这样。

师：你一看这人就与众不同，就知道他的灵体还是不错的。肉体能像躯壳一样被抛掉，这个灵体、灵魂，你们这意识体是不断轮回的。就是说我们这一辈子，上辈子、下辈子，我们修的是我们的意识体，就是你们意识层次的高低决定了你们的归宿。明白了吗？

曦琳：嗯，是的。

师：所以说我教你们的这些东西都是法，最终都转换成意识体整体的提高嘛。所以说我们锻炼来锻炼去，不要怕死。但这一辈子锻炼得很好，神很高级，很清澈，很纯粹，很灵动，这辈子我们就相当于锻炼得很好，及格甚至优秀嘛。然后下辈子还是接着锻炼，然后会有

更高级的灵，你们会触到更高级的灵，然后它会更进一步指引你们如何继续向上走，这是一个渐进和漫长的过程。明白了吗？

曦琳：嗯，对。但是这个灵跟我们的躯壳之间还是有一定层次区别的，就好像猪的灵魂一般它就找猪的肉体嘛，然后人的灵魂就找人的肉体，就还是有个相应性的。

师：对呀，就是这个高级的灵体啊，比如，我们的神都会去看，就像老师看你们一样啊，一看，这人行不行啊，搭一眼就看出来了。他们也是啊，在那个超出我们这个物质界的地方，他们就会看你们这个整个意识体修炼得怎么样啊，修炼好的就去录用、提拔、指引啊，修炼不好，他们就卡掉了。和老师选你们的道理一样啊，起码在这个物质界，现在这个世界是老师带着你们的，教你们怎么去学这些东西啊，是不是？

曦琳：对，其实就是哪一界都有自己的规则。

3. 这辈子是人，下辈子大概率还是人

生：人的灵魂下辈子不一定还是人吧？

师：你们大多数应该还是人，也有可能往上走的，但是我感觉很难变成猪狗羊猫，除非错因果错得太大。如果一旦变成人这个物种，他还是会比较稳定地在人界不断轮回的，很难超越向上，也很难堕落向下。只不过佛经上讲，人身难得，这是一种激励，甚至是一种吓唬的方式。

曦琳：哦，原来这样。

师：除非做了大恶，十恶不赦什么的，除非你太蠢了，已经蠢得

要变成牛马了，就往下掉了。就像你一旦上了大学，即便是差生，你也是在这个大学待着，除非你干了非常出格的事，大学直接给你开除了。

曦琳：对，就是要开除也是不容易的啊。

师：上了大学，只要不是特别出格，不会给你们开除的，起码保证这大学四年都是大学生。只不过很多佛经吓唬你们，其实你们作恶能作到什么恶？作不了什么大恶呀，只有大奸大恶大至善那种人才往上走，或者往下掉，一般人都是在人间轮回。

4. 灵魂在灵魂海里周流不息

师：“新增的人的灵魂从哪儿来”？这很简单啊，有一个意识海嘛，起起伏伏，周流不息嘛，那下层的上来变成人了，上面的掉下来也变成人了，局部的增加不代表整体都增加呀。那猪狗啥的都转变成人了，人口不就增加了吗？你们把格局打开，这个地球、金星、火星，星宿人，星宿之间都是有灵魂啥的，地球上人越来越多，可能地球上的动物都变成人了，或者其他星宿的，比如金星的灵魂不断向地球去转移，它投到地球上了，就像潮汐一样，潮起潮落。就是说我们的宇宙当中充满了灵魂，而且这些灵魂还受到某种秩序的统治，可以这样理解。“猪狗都变成人了，世风日下”。你说的太对了。要在一个大的灵魂场里面去理解我们这个微小的地球。

三. 三个桂枝汤的变方

1. 对葛根持保留态度

师：这说多了啊，就不再说了啊，咱不是讲这种课的。那么接下来，看《伤寒论》。那桂枝汤下面有一个葛根汤吧？葛根汤咱们不讲了，往下看有一个桂枝附子汤。“为什么不讲葛根汤”？因为葛根这个药只出现在极少数的方子里。

曦琳：一个葛根汤，一个桂枝加葛根汤。

师：而且这个是有争议的，葛根这味药不讲，因为我也不常用这个药，因为它只是说那个“项背强几几”，就加葛根嘛，以后就再也没有出现过，项背就太阳，太阳经不舒嘛，加葛根和加桂枝，说那个葛根通太阳嘛，这个莫衷一致，我也没有试验出来，我也没怎么试验这个葛根到底那个确切的效果是怎么整的。而且在《千金方》里面，这个药也不常用，省得你们迷糊，因为需要讲的方子太多了。

注：老师在第四课对葛根有所讲解。

2. 桂枝汤加附子是为了加大通经脉的劲儿

原文：20. 太阳病，发汗，遂漏不止，其人恶风，小便难，四肢微急，难以屈伸者，桂枝加附子汤主之。桂枝（去皮，三两）芍药（三两）甘草（炙，三两）生姜（切，三两）大枣（擘，十二枚）附子（一枚，炮，去皮，破八片）。

（1.）用附子加快通开经脉，气血自回，汗自收

师：把那原文打出来，我看一看，就是桂枝汤的基础上要加附子，为什么？还没到讲麻黄汤的时候呢，先稍微讲一下桂枝汤的一些加减，

你们要知道这个桂枝汤它不是一成不变的，它是会不断加减的。

曦琳：“太阳病，发汗，遂漏不止”。关键就是说遂漏不止。

师：对，遂漏不止。你们记住啊，什么叫漏汗？就是自汗，出汗很多。我们很多人出汗很多，一吃就出汗，老年人浑身出汗，这个都是经脉非常不通的一种表现，这个汗液回不去了，收汗要用什么办法？有的说漏汗是阳气不收，要用桂枝收阳气。

曦琳：有的人是这样理解。

师：以桂枝复其阳嘛，用桂枝、用附子复其阳嘛，实际都不是这个意思。为什么要加附子啊？就是赶紧把你们的经脉张开呀，让汗能回去，让气血都回去，汗就收了，特别简单。那桂枝汤能不能回去啊？也能回去，但来的慢，桂枝通经嘛，再加附子，这所有的经脉一下就张开了。原先里边满了，没空了，汗液就往外溢啊，现在里边一通，这个外边溢出去的汗液就回去了，就像通马桶一样。这是一种情况，说明里边阳气严重不通了，导致汗液回不去产生了不停的漏汗，那赶紧通里面，光一个桂枝通不动，加附子加快通。附子一来，那个神经就炸开了，然后带着血管就张开、炸开了，知道吗？

曦琳：对，相当于双管齐下。

师：对啊，一往外炸，里边是不是就张开了？一张开之后，这个气血是不就回去了？汗就收住了，就这个道理。

曦琳：大家明白这个汗为什么会溢出来？然后为什么加附子可以让它回去吗？其实就是把经脉一下子冲开，就行了。

师：嗯，你们看，“太阳病，发汗，遂漏不止，其人恶风，小便

难，四肢微急，难以屈伸”。“小便难，四肢微急”，它里面处在一种紧张的状态，把原有的经脉给压住了。小便难说明什么呢？小便不通了，那就是小便被卡住了、压住了。四肢微急拘挛，里边是不是紧了？里边有结了，难以屈伸，桂枝加附子汤主之。明白了吗？

曦琳：对，就是经脉一缩一紧。

师：“经络通了，汗哪儿去了”？汗回去了，以气血的方式在身体面转，它里面一堵了之后，气血转不动了，这个汗被甩出来了嘛。就像一个悍妇堵门口了，丈夫回不来了，出去玩去，是不是？你把悍妇打倒了，丈夫就回来了，懂了吧？进不了家门了。还有很多，那手老冷汗直出的那种，心脏不好，手老爱出冷汗，或者一着急，一紧张，是不是手心就出汗？这一紧手心就出汗，是吧？手少阴心经、手厥阴心包经，这经脉一紧，那汗刚想回去，一紧回不去了，就从手心出去了。

曦琳：很多人一紧张，胸口也出冷汗，胸口、手掌心。

(2.) “虚”与“堵”往往会相伴出现

师：“为什么出现在发汗后”？

曦琳：因为他说太阳病，发汗，然后再说遂漏不止，因为一发汗，气血一下子虚了，脉就闭住了。

师：对啊，一发汗，气血一少，本身里边就紧，气血一塌瘪不就压住了吗？如果说不发汗，这气球是鼓的，它里边压不住啊。一发汗，一泄里边的气，是不是就压住了啊？

曦琳：对，所以虚和堵一起出现，虚就容易堵，堵也容易虚。

师：哎，对，一虚就软了，软了就压了，不虚，他就壮，他就不压，一虚就压，明白吗？所以虚和淤是一对儿“搭档”。

(3.) 《伤寒论》的很多内容都在谈误治

曦琳：太阳病不一定是先用桂枝汤，其实就是太阳病正病，它是用麻黄汤嘛。比如说你用麻黄类的，它可能会发汗过度。

师：对，里边有很多就是误治的这个例子。很多误治的例子：发汗过多，下过多，吐过多，攻伐过多，导致真气回不来，经脉卡在那儿。到时候怎么解决？就是整这玩意儿。误治太多了，这些误治完全可以去对标现在西医的一些误治啊。这《伤寒论》整本书都是在说误治了，怎么办。有一半到三分之二都在说误治了怎么办？因为只有误治了，才会出现各种症状，要不误治，很容易就好了，没有必要有这么多方子了。就说这个东西坏了，怎么修回来，修的过程中再修坏了，又怎么再扳回来，就讲这个。中医里面一堆误治，西医更多，西医都是误治。

3. 桂枝汤去芍药也是为了加大通经脉的劲儿

原文：21. 太阳病，下之后，脉促、胸满者，桂枝去芍药汤主之。
桂枝（去皮，三两） 甘草（炙，二两） 生姜（切，三两） 大枣（擘，十二枚） 。

师：这个讲完了，然后接下来讲一个桂枝去芍药的。“下之后，脉促”，脉促还把芍药给去了，为什么要去芍药？我讲一下。

曦琳：太阳病，下之后，脉促、胸满。

师：下之后，脉促、胸满，这个其实有一定争议的。什么叫下之

后啊？古代人特别爱用汗吐下的方法，一看这个表邪入里，有一些里证了，就用下法。比如说承气汤，拉不下来粃粃，里急，他一下，下了之后，这人很虚，脉蹦蹦跳，脉促。什么叫促脉啊？蹦蹦速度加快，突突突的。心脏开始突突了。完了，感觉憋在这儿动不了了。你们有过这种例子吗？

曦琳：之前不是有个患者找您看，就是值夜班熬夜之后，突然间，心蹦蹦直跳？

师：对。他为什么心蹦蹦跳啊？一是气血也不足了，同时胸被压住了，这两个一般都同时出现。气血一不足，本身胸在这个空间是挺的，气血不足，一塌，就压住心脏，心脏感觉供血不足，啪啪跳啊，同时感觉胸满胸闷，还有一个闷，感觉特别闷。那这个时候，就用一个最简单的方子，桂枝汤去芍药，因为一加芍药，这个桂枝就走慢了。

曦琳：对，就缓了。

师：缓慢。你们可以试啊，单喝桂枝汤啊，感觉通经的劲儿一下特别明显啊，但再加上一些生地、白芍等其他药，这桂枝汤就走不动了。这也一样，为了加速解决胸满闷被压的这个症状，直接就把芍药给拿掉了，直接用桂枝去通开升阳。其实这就是一两剂的药，在姜枣草的基础上，加桂枝通开胸腔，就这么简单。通完了之后，再加白芍去和血。

曦琳：嗯，是的，其实这个条文是想告诉你一个道理，桂枝通经的时候要用芍药佐一下，它会缓一点。如果不用它，就会直接通，但

是这种方子不能久服。你用的时候并不一定说拘泥于这个方法，一定就刚好要去芍药这样去用。

师：太阳病，下之后，脉促、胸满，直接马上解决这个脉促、胸满和心脏病这个问题，直接去了芍药加桂枝，它通的效果就立竿见影。但通完了之后，它没有后劲儿啊，或者还会造成血燥的情况，所以说这个桂枝去芍药汤就是解燃眉之急，不得已而为之啊。刚才那个漏汗的，是不是也可以去芍药？

曦琳：其实还是有点不一样的，漏汗和它。

师：你去芍药，我担心它通不动，不能让它炸开，知道吗？

曦琳：对，因为那个都已经四肢危急了，遂漏不止的，相当于津液流失得很厉害了，还是得加上补津液的药，不能光通。

师：还有你们不要拘泥于条文，我给你们说，这个桂枝的加减方，你们记住可以这样加减就可以了。在实践过程当中，要不断总结调整。比如，这个桂枝去芍药汤，是要加强桂枝的量，还是要加附子，还是去掉芍药，体现桂枝。是一个女人加两个男人好，还是只是一个男人好啊？你们想想，很简单啊，前者是相当稳定的。所以说这个桂枝去芍药，只是偶尔为之。一般情况下，还是多加一个男人比去掉一个女人要好。那是不得已而为之啊，没有附子，就把芍药去了，单剩桂枝，喝一剂看看，实际我是不赞成用桂枝去芍药那个方的。

4. 桂枝麻黄各半汤是在少许桂枝汤中加入少许麻黄、杏仁以通经宣肺

原文：23. 太阳病，得之八九日，如症状，发热恶寒，热多寒少，

其人不呕，清便欲自可，一日二三度发。脉微缓者，为欲愈也；脉微而恶寒者，此阴阳俱虚，不可更发汗、更下、更吐也；面色反有热色者，未欲解也，以其不能得小汗出，身必痒，宜桂枝麻黄各半汤。桂枝（去皮，一两十六铢）芍药 生姜（切）甘草（炙）麻黄（去节，各一两）大枣（擘，四枚）杏仁（汤浸去皮尖及两仁者，二十四枚）。

（1.）桂枝麻黄各半汤的用量比较少

师：接下来的一个方子，是桂枝麻黄各半汤，你们看一下。

曦琳：是的，它后面先有一个是桂枝去芍药加附子汤。不过这个原理老师刚才讲了啊。

师：那没必要再多说了，很多人就专门研究这个方子、方证，其实这个症状很少，又是孤例，没有必要去深究。去不断区别啊，辨别它们之间的区别和联系，没有必要，咱大踏步往前走。

曦琳：接下来就是桂枝麻黄各半汤了。

师：桂枝麻黄各半汤就是在桂枝汤的基础上，加麻黄和杏仁啊，而且量都变成一了，桂枝也一了。但是最后还有一个顿服，什么叫顿服啊？

曦琳：就是一下子一顿喝下去。

师：那桂枝汤是分几服？

曦琳：三服。

师：你们会发现分三服和这个顿服是一样，量是一样的。如果说分为三服，那也是桂枝三，麻黄三，杏仁三，是不是啊？

曦琳：对，它有一个版本，配置是一两十六铢，其实也就是一两

多一点，差不多桂枝汤一半的样子，一半桂枝汤的量。

师：对，实际上就是少许桂枝汤，加入麻黄和杏仁，就这么简单。也就是说，你们会发现，张仲景会熟练地运用桂枝汤，在其基础上加麻黄、杏仁，还有石膏。你们就记住，老师开方是不是经常桂枝、麻黄、杏仁、白芍加参草姜枣这样去用啊？桂枝、芍药、麻黄、杏仁、参枣姜草，这是一个特别好的方子，桂枝这边可以再加附子。这个附子不用，就是桂枝白芍麻黄杏仁参枣姜草，这个参用党参就行，这是一个非常好的万能感冒方。

(2.) 麻黄可以兴奋心脏以使整个肺张开

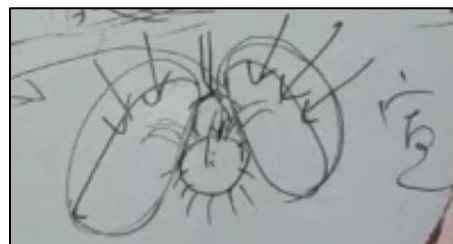
师：就是不断调整桂枝和麻黄的比例嘛。那桂枝多一点，麻黄少点，那个麻黄就是宣麻，桂枝就是通麻，什么叫宣呢？就是把肺给张开，这叫宣。（右图：原先的肺如中间瘪的状态，宣发后如外面那一圈鼓起来了。）



肺咳嗽，这个邪气压下来就瘪了，然后麻黄就这样把肺给鼓起来了，麻黄就起这个作用。

生：麻黄怎么起的这个作用啊？

师：我简单跟你们说一下。比如说这是肺，这是心脏，这是另一个肺，这被邪气压住之后啊，这肺就开始咳嗽，那么麻黄有麻黄碱这个有毒成分嘛，它进入之后啊，这个心脏就开始兴奋和加速跳动，不断往两个肺里打血，



就把整个肺给张开了，这个叫做宣肺。你们会感觉到每一个肺泡啊都胀大了，感觉整个气道都张开了啊，感觉特别舒服，这就是麻黄的作用。没有任何一味药有麻黄那种特异性，去作用在心肺这个地方。你们今天学的这个，就知道了所有的咳嗽哮喘都要从宣肺这上头下手。

曦琳：有的患者也会感觉心蹦蹦跳的。就是如果有的医生给他麻黄量用大了的话，用多了，可能他身体本来又比较弱，一喝麻黄会觉得心蹦蹦跳，很难受。

师：唉，对，它有兴奋作用啊，兴奋心肺嘛，你们可以试试，感觉整个肺原先被压抑之后，慢慢肺整个鼓起来了，它鼓起来之后，就把压在这里头的这个寒邪全都往外顶嘛，这叫宣肺。对，和咖啡差不多，它就是兴奋刺激药。所以说桂枝和麻黄是治疗所有感冒的基础药，感冒发烧、咳嗽哮喘的基础药。

（3.）常年哮喘，已无法单用麻黄宣肺来解决

师：那么为什么有些人常年哮喘，他用麻黄不能很好解决问题？这个你们知道吗？

曦琳：因为他不仅是这个心肺的问题啦，其他地方也有问题，而且粘连经脉，扭曲变形，不是一宣就能解决的。

师：你这个说对了。有些哮喘呢，邪气压住主要的气道之后啊，这里压个大石头，那块儿已经变形了，有一个大的病灶在那个地方，结节也好，屈曲也好，曲张也好，它已经在这儿了，单纯用麻黄无论怎么宣，它宣不动这个地方。那么短时间内，就算宣得再厉害，兴奋得天天晚上睡不着觉，这个地方也纹丝不动。如果时间短了无所谓啊，

时间长了，它就坐根儿了，那就变形了，肺的那个气道就变形了，就整个压住了，甚至肺外是压迫状的，这种压迫状通过短暂的、单一的宣肺是无法解决的，所以说治疗这种长期顽固性哮喘，就要加破结的药，活血、破结、祛瘀的药，最后一口老血黑血，哇哇往外吐，或者吐出一个肉蛋、肉球啊，或者说吐米粥状的东西，就感觉哮喘好了。那个《千金方》上有很多呀，从胃里或者从肺里面呕出一个如鸡子黄大的肉片儿、肉球，慢慢跟你们讲啊。“啥药破结”？都是毒药破结。

四. 白虎加人参汤——在补充津液、气血的基础上清热

原文：26. 服桂枝汤，大汗出后，大烦渴不解，脉洪大者，白虎加人参汤主之。知母（六两） 石膏（碎，绵裹，一斤） 甘草（炙，二两） 粳米（六合） 人参（三两）。上五味，以水一斗，煮米熟，汤成去滓，温服一升，日三服。

1. 白虎加人参汤的用量

师：接下去，讲一下白虎汤吧，白虎汤也很好玩儿。“服桂枝汤，大汗出后，大烦渴不解，脉洪大，白虎加参汤主之”。把那个白虎加参汤的方子打出来。

曦琳：知母六两，石膏一斤，炙甘草二两，粳米六合，人参三两。

师：你们看组方，知母六两，三克为一两，至少十八克，这脉洪大，大烦渴不解嘛，这已经是一种很明显的气分热，一种散漫的热了。石膏五十克嘛，石膏一斤，一斤是几两啊？

曦琳：这个有不同的说法，我一直不确定，大概有的说是十六两，

有的是十两，这个不知道按哪个准。

师：这个不好说，一斤，但是石膏如鸡子大，一个鸡蛋那么大，你称吧，石膏如鸡蛋大，我估计至少有五十克，应该是十六两，十六两乘三啊，四十八克。一个鸡蛋大的石膏应该很沉啊，我感觉甚至都不止五十克。

曦琳：对，有的说法就差不多一百克。

师：对对，鸡蛋有大有小嘛。

曦琳：反正石膏一点点就挺重的。

师：对，甘草二两，六克。粳米，什么叫粳米啊？

曦琳：就是我们吃饭的大米。

师：实际就是大米。六合是多少啊？十合是一升。你们可以搜一下。什么叫合呀？两手一合，就是一捧，这是六合，就是六捧呗。

曦琳：差不多三十克，三十到五十克，三十克肯定有。

师：最后人参三两，十克。

2. 大汗之后，用甘淡之药补津液非常重要

师：这里面关键是哪啊？我跟你们说，粳米非常重要。知道粳米的作用吗？

曦琳：就是补津液，养胃气，也是一个粮草的作用。

师：太重要了，如果单纯下石膏，不起作用，因为大汗之后，亡津液，但是这人身体壮实，还会出现脉洪大，整个身体呈火烧燎原之势。那么这时候需要降雨，去扑灭这个火，拿什么降雨啊？

曦琳：石膏、知母。

师：不对，用粳米去降。

曦琳：哦，你说的雨是指这个意思，就是津液，就是偏阴性的津液来降雨，是指这个意思啊。

师：对啊，津液，要大量补充津液，就是很多产后病人大汗出之后，出现了津液亏损的一系列的产后症状啊，那么这时候就大量补充津液，这时候就上甘淡药。你们记住啊，甘淡，极其重要。白虎汤里面的灵魂就是粳米。你们看老师有时候经常开山药三十克，就起这个作用啊，就是粳米这个作用啊。当你们不知道怎么开方的时候，大量加甘淡的药。甘淡的药比如有哪些？

曦琳：茯苓。

师：山药、芡实、泽泻、百合、麦冬，甚至甘蔗，咱都说过了，葛根，这都是甘淡的药，很多很多。你们就开这样的药，要在大量这样药的基础上，再去败火，拿石膏知母去败火，就是下霜啊。这知母、石膏就是下霜啊，这个粳米就是降雨。

曦琳：对，它们的那个力度和作用的这个方面不一样。

3. 补津液的同时要注重补气

师：大汗出，大烦渴不解，脉洪大，为什么加人参啊？赶紧补气啊，补津液补气，这是不是一对阴阳啊？就是说脱气的时候一定要补气，不然没力气了。为什么咱们产后病，很多虚损的病，老师一定要加党参呢？党参十克到二十克呀，这东西一加上，人马上有劲儿了，不加，这个人就没劲，特别明显。你们看，一般我加党参十克，黄芪十克十五克，到二十克，都不会加到三十克，知道为啥吗？

曦琳：太多就会生热。

师：这个气血弱的时候啊，党参只是补气，不断加大量的党参，它不能跟气血化合，一定要记住，它化合不了，还要加入其他的药，共同化成类似于气血的物质。很多人大量加党参黄芪，我觉得都没必要，点到为止，党参、黄芪都是十克，十五克，二十克就完了，加太多就会燥、热，浑身难受，烦，不能化成能量，化生不了能量，就化成热和那个垃圾了。

你们看，这个人参加十克，然后是大量的粳米，粳米补津液。补气用人参，这个是不是化合了啊？然后甘草让它浓点儿，粳米气太稀，加甘草让它浓点儿啊，然后在人参、粳米、甘草这个补气血的基础上再用药。你们会发现，不是姜草了，没有姜了。为什么不加姜啊？因为姜是烈的，燥的，这已经脉洪大，大烦渴不解啊，还加姜干啥呀？这大夏天的已经汗出如雨了，还加姜？不得给喝点败火的吗？

4. 石膏、知母主要清气分热，现在不能普遍适用

师：甘草六克，粳米六合，人参十克，在这个基础上加下霜的药，就是石膏、知母。你们知道知母喝了之后，人有啥感觉吗？

曦琳：觉得就是凉凉的，一下子往底下凉透过去的感觉。黏黏凉凉的，也不是很黏啦，就是有一点滑，滑凉的感觉。

师：你们可以试试啊。有人喝知母，胃不好的，马上就胃凉的不得了，有的都凉到屁股。这个石膏也是寒的啊，说是大寒的。这个石膏我没怎么好好尝过，不知道这个石膏到底咋样，有说它是微寒的啊，我感觉它不像是大寒的，但是它必须放在方子里和有症状的时候才起

作用。你们看那个石膏，那个冰冰凉凉的结晶，啪一敲，像那个冰碎了一样。大量的石膏，鸡子大的石膏啪啪敲碎之后，然后煮，析出来的那个东西跟知母化合，就有迅速清热，清气分热的作用。气分热不是实热，实热不用它，那个热，石膏、知母都整不了。哪种，石膏、知母能整啊？浑身热，脉洪大，大烦渴不解，现在有吗？我很少遇到这样的人，只有身体特别壮实的才会出现这种症状。为啥我老也用不上石膏啊？没有遇到过这种病啊，真的没遇着，脉洪大砰砰砰的，热的不得了，浑身简直热冒烟儿了。没有啊，哪有这种人呢？

曦琳：对，现在全是虚寒郁的，顶多有点堵着，郁着的热，不是这种气分热。

师：对啊，都是堵着热呀，都不动啊，那热都不动啊，变成了实结热呀，实结热的都少，现在的人都是阴结，都不热，三黄用的都少，我都不咋用三黄。这种鲜红大热，这个石膏、知母我也没用的时候，无非是在那个骨蒸潮热，里面加点知母，这石膏很少用。还有就是这种急症啊，大烦渴不解，脉洪大，感觉要死了，估计推医院去了，也找不着我啊。

曦琳：对，很多人发高烧，很紧张，就立马去医院住院了。

师：你们想，脉洪大是什么样的啊？嗡嗡嗡的，哎呀不行了，赶紧送我去医院，是不是？什么叫大烦呢？已经在家躺不住了，叫大烦。你们说这会找我吗？不会找我呀，没有机会用这个白虎汤，好像从来没用过白虎汤。我感觉人生不完美啊，没有用过白虎汤。

曦琳：谁病成这样的时候，记得要找老师？

师：那得身体多好啊？

曦琳：我觉得进得明的应该没有这样的人。

师：我从来没遇着过这样的，他也不找我呀。早拉医院抢救去了。

曦琳：我们可以去国外找一下目标人群。

五. 甘草干姜汤以复其阳，芍药甘草汤以复其阴

原文：29. 伤寒脉浮、自汗出、小便数、心烦、微恶寒、脚挛急，反与桂枝，欲攻其表，此误也。得之便厥、咽中干、烦躁吐逆者，作甘草干姜汤与之，以复其阳。若厥愈足温者，更作芍药甘草汤与之，其脚即伸；若胃气不和谵语者，少与调胃承气汤；若重发汗，复加烧针者，四逆汤主之。甘草干姜汤方：甘草（炙，四两）干姜（二两）。芍药甘草汤方：白芍药 甘草（炙，各四两）。

1. 小便数为阳气不足，脚挛急为阴血不足

师：接下来讲个叫辨证方。那啥辨证方呢，桂枝甘草汤，芍药甘草汤和调胃承气汤。“脉浮、自汗出、小便数、心烦、微恶寒、脚挛急”。小便数、心烦、微恶寒，这伤阳了。什么叫小便数呀？

曦琳：小便次数多呗，尿频尿急。

师：对呀，你们会发现，有的人招寒了之后，阳气不能行于表，就往下走，小便就多，还有就是很多男人在酒桌拼酒同时也拼憋尿，这个你们知道吗？

曦琳：有道理，喝啤酒什么的，特别容易上厕所。

师：对呀，为什么要拼憋尿啊？一看老上厕所，这身体不行。因

为啥？你们喝了大量的酒之后，生机旺的话，那个酒、水液就都从汗走了，不走小便，喝很多酒都从汗走，就是身体壮的人，它都喷上去。喝七八瓶了，也不上一次厕所，而且这种人酒量很大。代谢好都从汗走，那代谢不好的、阳气弱的，就走小便，老上厕所。所以说你们会发现，阳气一弱，喷不动了，阳气被遏制住了，马上就小便，包括看那个肾气好不好，就看有没有夜尿啊。“有些人理疗后小便多”。那就是排淤了嘛，就是理疗之后导致的一些短暂性的翻病，理疗之后吐痰、咳嗽，甚至头晕、胃疼、小便多、来经，什么都有。

“脚挛急”，这是什么原因呢？就是抽筋儿，阴气不足，阴血不足，就脚挛急。“反与桂枝欲攻其表，此误也”。这说明啥呀，内虚了，里面阳气不足，阴血不足，又通过桂枝汤去发汗，是不是不好啊？

曦琳：对，更加让他阴血虚了。

师：对，“得之便厥”。厥是什么呀？四肢厥冷，头昏眼花呀，厥逆嘛。咽干，为什么？津液不足导致咽干，我们的人很多口渴，渴不解，很多老年人口渴呀，为什么口渴呀？

曦琳：津液没有办法上承到这个口腔了啊。

师：对呀，就是整个大气转了之后，到这儿就回去了，喝多少水，嘴巴也感觉渴。“烦躁吐逆者，甘草干姜汤与之，以复其阳”。烦躁吐逆，胃要玩儿完，用甘草干姜汤温中嘛，以复其阳。我怎么记得不是甘草干姜汤，是桂枝甘草汤啊？

曦琳：不是不是，这里是甘草干姜汤，然后后面用芍药甘草汤，就是一个偏阳，一个偏阴嘛。厥逆是另外一条的厥逆啊，是那个发汗

过多，叉手自冒心的那个桂枝甘草汤，就是也是把精血发太多了，叉手自冒心，用桂枝甘草汤。

师：先来这个吧，以复其阳，“若厥愈足温者”，足温者说明脉通了，脉通了之后，更作芍药甘草汤，其脚乃伸。为什么芍药甘草汤下去之后，其脚乃伸啊？

曦琳：因为把津液阴血补上去了。

师：哎，这个非常关键啊，也就是说怕小孩烧抽了、烧惊厥了，就是桂枝汤里面加白芍就行。脚挛急，抽筋儿一定要加白芍，记住和血的重要性。芍药甘草一和这个血呀，血一得到滋养之后，一下就舒缓了，人就舒缓了。

2. 钱从某种意义上讲就是阴血

师：就像很多人很困顿，但吃上大包子就感觉舒缓很多。但是你们会发现好些人，比如有的画家、作家、歌手啊，没出名的时候，他们生活非常艰苦，面容憔悴，面色发暗，一看就是没财运的样儿。他们一般不爱运动，就专注于自己的事儿嘛，也不爱跟人打交道，思维比较局限在他们本身的艺术嘛，就和那个朴树一样，都是那类人。搭眼一看就没钱。这就是“脚挛急”嘛，生活非常拮据。什么叫拮据啊？舒展不开嘛，身心不能得到舒展，这种人执着于一面，一面精，不能舒展，如果这时候给他们很多钱，局面会马上改观。

曦霖：看来钱就是我们的阴血啊。

师：对啊，就是阴血啊。很多特别粗的那些富婆，满脸光彩照人。那一身富贵，珠光宝气的，走到哪儿，都嘿嘿嘿笑，其实那人都挺坏

的，但是就能感觉到，她们是一种舒缓的状态。就是芍药甘草汤，给他之后一舒缓啊，身心舒畅。这“钞能力”有多重要啊。

曦琳：但是那些艺术家，就是那种很拧巴很轴的，他们很容易某一方面特别出彩，就是必须把所有的精力阳气放在一个方向，是吧？

师：哎，那些作家一旦得到社会的认可呀，换来了金钱、财富、地位啊，这人的精神面貌完全就不一样了。你们看那毕加索是不是？非常奔放啊，一旦摆脱了这个物质的匮乏，他会很自我、很奔放。

曦琳：嗯，看梵高长得就很拧巴的感觉。

师：对呀，那好多一辈子都不成的，一辈子都处在一种拘谨的状态，只不过靠他们超凡的天赋，在某一方面获得了一样成就，其他方面全都是一无是处。人间辛苦有钱无阻，“钞能力”的重要性，一分钱难倒英雄汉哪。

六. 创建家庭小药房的相关事宜

师：这样吧，说说药房的事吧，这承气汤是一个大方子，下周讲吧。

曦琳：行，那可以几个承气汤一起讲，到时再讲吧。

师：对，什么叫调胃啊？什么叫承气啊？还有组成啊，且讲呢。

曦琳：上周老师和我们说，大家建家庭小药房嘛，现在老师给我们了一个清单。大家看一下有什么想法建议，目前我们的计划就是按这个清单让成贤堂准备药，大家可以去购买，如果有人需求量大呢，可以多买，比如说我买两份、三份这样子。里面是一些常用药，用量

相对大的是 500 克为单位，用量小的是 100 克或者 250 克。具体拍的方法和以前一样，在 app 或论坛可以拍。大家有少数几味药想要额外买更多或者说自己想买别的，可以单独在成贤堂的连接上拍，输入某味药的名字加数量就可以了。这些药一定要放冰箱，因为马上夏天要来了，容易长虫，所以我建议大家可以买，但也不要一次性囤太多。放冰箱储存还是蛮久的，放一年没问题的。

师：得买个小冰箱，小冰箱冷藏就行了。建议你们买个冷柜吧，小点的冷柜，找个角一放，里边药一堆。然后再整一个小药案，配药的药案，然后买一个电子称或者小称。

曦琳：对，淘宝上买个小称，买一些可以检药的小工具，其实大家自己家里用的话用不了多少，可以看着有需求的时候再买。

师：看着多，可不多呀，200 克，100 克，500 克，称几次就没。而且咱接下来，尝《伤寒论》的药，这些方药都得尝啊，不尝能行吗？

曦琳：对，其实你们想嘛，如果一味药用 10 克的话，500 克才能用 50 次哎，那吃一个方，比如说吃 6 剂或家里人吃个 6 天 10 天的，这个不是太多，我觉得可以用的。

师：这个小药房支上之后，一年半载的，你们都不用加新药。然后家里的所有的大事小情，大病小病，都可以在这里面去挑，到时候都告诉你们。你们不尝不行，都得尝，接下来再讲一课，就开始让你们尝药了，不能光我在这说呀，你们就去实践吧。

七. 教案

1. 本节原文

20. 太阳病，发汗，遂漏不止，其人恶风，小便难，四肢微急，难以屈伸者，桂枝加附子汤主之。方七。桂枝（去皮，三两）芍药（三两）甘草（炙，三两）生姜（切，三两）大枣（擘，十二枚）附子（一枚，炮，去皮，破八片）。上六味，以水七升，煮取三升，去滓，温服一升。本云桂枝汤，今加附子，将息如前法。

21. 太阳病，下之后，脉促、胸满者，桂枝去芍药汤主之。方八。（促，一作纵。）桂枝（去皮，三两）甘草（炙，二两）生姜（切，三两）大枣（擘，十二枚）。上四味，以水七升，煮取三升，去滓，温服一升。本云桂枝汤，今去芍药，将息如前法。

23. 太阳病，得之八九日，如症状，发热恶寒，热多寒少，其人不呕，清便欲自可，一日二三度发。脉微缓者，为欲愈也；脉微而恶寒者，此阴阳俱虚，不可更发汗、更下、更吐也；面色反有热色者，未欲解也，以其不能得小汗出，身必痒，宜桂枝麻黄各半汤。方十。桂枝（去皮，一两十六铢）芍药 生姜（切）甘草（炙）麻黄（去节，各两）大枣（擘，四枚）杏仁（汤浸去皮尖及两仁者，二十四枚）。上七味，以水五升，先煮麻黄一二沸，去上沫。内诸药，煮取一升八合，去滓，温服六合，本云桂枝汤三合，麻黄汤三合，并为六合，顿服，将息如上法。

26. 服桂枝汤，大汗出后，大烦渴不解，脉洪大者，白虎加人参汤主之。方十三。知母（六两）石膏（碎，绵裹，一斤）甘草（炙，

二两) 粳米(六合) 人参(三两)。上五味，以水一斗，煮米熟，汤成去滓，温服一升，日三服。

29. 伤寒脉浮、自汗出、小便数、心烦、微恶寒、脚挛急，反与桂枝，欲攻其表，此误也。得之便厥、咽中干、烦躁吐逆者，作甘草干姜汤与之，以复其阳。若厥愈足温者，更作芍药甘草汤与之，其脚即伸；若胃气不和谵语者，少与调胃承气汤；若重发汗，复加烧针者，四逆汤主之。方十六。甘草干姜汤方：甘草(炙，四两) 干姜(二两)。上二味，以水三升，煮取一升五合，去滓，分温再服。芍药甘草汤方：白芍药 甘草(炙，各四两)。上二味，以水三升，煮取一升五合，去滓，分温再服。

2. 知识点

(1.) 体会每一味药的背景为何

嘎巴嘎巴嚼桂皮，有什么意义啊？单味药去试啊，我感觉都有些单薄呀，一定要把某一味药放在方子里去试。这个就是现在的科技无法试出每一味药的主要功效的原因。因为每一味药的主要功效并不是单独发挥作用的，一定要在综合性、整体性的背景下去考虑。单方治大病很局限，遇到稍微重点的、复杂点的、长期慢性的，单味药的作用就极其微小了。

(2.) 灵体与肉体

当具备灵魂钻到这里面的这种机体结构的时候，生命就产生了。我们整个世界里到处充满了灵魂、灵体，灵体都要附着于某种肉体结构，才能生存啊。只要创造了这种结构，这就赋予生命了。比如，有

的结构不符合灵魂注入的条件，但是通过某种操控，它也会附着到一些纸片上、纸人上、木偶上。它是一种短暂的和浅层次的，使灵魂和物质结合而去显灵，但不是真正的生命，是暂时性附体。如果 AI 通过研究，它能够完全模拟出这个结构来，我估计这个灵魂也就产生了。

所有灵魂的本质都是一样的呀，只不过受制于灵体的高级程度啊，通过肉体能够展现出来的深度不同。不过，灵魂跟灵魂间还是有层次的区别的。比如，很多饱受肉体折磨的人，但是特别有灵气，他们就属于灵魂大、肉体小的那种嘛，很多是这样的，他们就是注定来这个世间受苦受磨难嘛，锻炼其灵体。你一看这人就与众不同，就知道他的灵体还是不错的。

肉体能像躯壳一样被抛掉，这个灵体、灵魂是不断轮回的，就是说这一辈子、上辈子、下辈子，我们修的是我们的意识体，你们意识层次的高低决定了你们的归宿。所以说我教你们的这些东西都是法，最终都转换成意识体整体提高嘛。所以说我们锻炼来锻炼去，不要怕死。这一辈子锻炼得很好，神很高级，很清澈，很纯粹，很灵动，这辈子就相当于锻炼得很好，及格甚至优秀。然后下辈子还是接着锻炼，然后你们会触到更高级的灵，它会更进一步指引你们如何继续向上走，这是一个渐进和漫长的过程。

你们大多数人下辈子应该还是人，也有可能往上走的，但是我感觉很难变成猪狗羊猫，除非错因果错得太大。如果一旦变成人这个物种，他还是会比较稳定地在人界不断轮回的，很难超越向上，也很难堕落向下。佛经上讲，人身难得，这是一种激励，甚至是一种吓唬。

“新增的人的灵魂从哪儿来”？有一个意识海嘛，起起伏伏，周流不息嘛，那下层的上来变成人了，上面的掉下来也变成人了，局部的增加不代表整体都增加呀。那猪狗啥的都转变成人了，人口不就增加了吗？你们把格局打开。比如，星宿之间都是有灵魂啥的，地球上的人越来越多，可能地球上的动物都变成人了，就是说我们的宇宙当中充满了灵魂，而且这些灵魂还受到某种秩序的统治，要在一个大的灵魂场里面去理解我们这个微小的地球。

（3.）桂枝加附子汤的立意为何

“太阳病，发汗，遂漏不止，其人恶风，小便难，四肢微急，难以屈伸者，桂枝加附子汤主之”。

这就是在桂枝汤的基础上加附子。“遂漏不止”，就是自汗，出汗很多。我们很多人出汗很多，一吃就出汗，老年人浑身出汗，这个都是经脉非常不通的一种表现，这个汗液回不去了。再比如，手汗直出的，一着急，一紧张，是不是手心就出汗？手少阴心经、手厥阴心包经，这经脉一紧，那汗刚想回去，一紧回不去了，就从手心出去了。经脉通的话，汗回去了，以气血的方式在身体面转，里面一堵了之后，气血转不动了，这个汗就被甩出来了嘛。“小便难，四肢微急”，它里面处在一种紧张的状态，把原有的经脉给压住了。小便难说明小便被卡住、压住了。四肢微急、拘挛，里边是不是紧了？

为什么要加附子啊？就是赶紧把经脉张开呀，让汗能回去，让气血都回去，汗就收了，特别简单。桂枝汤也能回去，但来的慢，桂枝通经，再加附子，这所有的经脉一下就张开了。原先里边满了，没空

了，汗液就往外溢，现在里边一通，这个外边溢出去的汗液就回去了，就像通马桶一样。

那为啥会紧？一发汗，气血一少，本身里边就紧，气血一塌瘪不就压住了吗？如果不发汗，这气球是鼓的，它里边压不住啊。一发汗，一泄里边的气，是不是就压住了啊？所以，虚和淤是一对儿“搭档”。

(4.) 《伤寒论》主要在谈什么

《伤寒论》中有很多误治的例子：发汗过多，下过多，吐过多，攻伐过多，导致真气回不来，经脉卡在那儿。《伤寒论》有一半到三分之二都在说误治了怎么办？因为只有误治了，才会出现各种症状，要不误治很容易就好了，没有必要有这么多方子了。就说这个东西坏了，怎么修回来，修的过程中再修坏了，又怎么再扳回来，就讲这个。

(5.) 桂枝去芍药汤的立意为何

“太阳病，下之后，脉促、胸满者，桂枝去芍药汤主之。桂枝（去皮，三两） 甘草（炙，二两） 生姜（切，三两） 大枣（擘，十二枚） ”。

下之后，脉促、胸满。什么叫下之后啊？古代人特别爱用汗吐下的方法，一看表邪入里，有一些里证了，就用下法。什么叫促脉啊？就是脉蹦蹦速度加快，突突突的。心脏开始突突了。一是气血也不足了，同时胸被压住了，这两个一般都同时出现。本身胸在这个空间是挺的，气血不足，一塌，就导致压住心脏，心脏感觉供血不足，啪啪跳啊，同时感觉胸满胸闷。

桂枝汤去芍药，因为一加芍药，这个桂枝就走慢了。单喝桂枝汤

啊，感觉通经的劲儿一下特别明显啊，但再加上一些生地、白芍等等其他药，这桂枝汤就走不动了。为了加速解决胸满闷被压的这个症状，直接就把芍药给拿掉了，直接用桂枝去通开升阳。但通完了之后，它没有后劲儿，或者还会造成血燥的情况，所以说这个桂枝去芍药汤就是解燃眉之急，不得已而为之啊。

你们不要拘泥于条文，这个桂枝的加减方，你们记住可以这样加减就可以了。在实践过程当中，要不断总结调整。比如这个方，那是不得已而为之啊，没有附子，就把芍药去了，单剩桂枝，喝一剂看看，实际我是不赞成用桂枝去芍药那个方的。

（5.）桂枝麻黄各半汤的立意为何

“桂枝麻黄各半汤。桂枝（去皮，一两十六铢）芍药 生姜（切）甘草（炙）麻黄（去节，各一两）大枣（擘，四枚）杏仁（汤浸去皮尖及两仁者，二十四枚）”。

桂枝麻黄各半汤的用量都变成一两了，就是少许桂枝汤，加入麻黄和杏仁，麻黄就是宣嘛，桂枝就是通嘛。张仲景会熟练地运用桂枝汤，在其基础上加麻黄、杏仁，还有石膏。

老师开方是不是经常桂枝、麻黄、杏仁、白芍加参草姜枣这样去用啊？这个参用党参就行，这就是一个非常好的万能感冒方。

（6.）麻黄宣肺的机理为何

什么叫宣呢？就是把肺给张开。这个邪气压下来，肺就瘪了，开始咳嗽。麻黄有麻黄碱这个有毒成分嘛，它进入之后啊，心脏就开始兴奋和加速跳动，不断往两个肺里打血，就把整个肺给张开了，把肺

给鼓起来了，麻黄就起这个作用，这个叫做宣肺。你们会感觉到每一个肺泡都胀大了，感觉整个气道都张开了，感觉特别舒服。没有任何一味药有麻黄那种特异性，去作用在心肺这个地方。

今天学了这个，就知道了所有的咳嗽哮喘都要从宣肺这上头下手。麻黄和咖啡差不多，它就是兴奋刺激药。所以说桂枝和麻黄是治疗所有感冒发烧、咳嗽哮喘的基础药。

那么为什么有些人常年哮喘，用麻黄不能很好解决问题？那是因为邪气压住主要的气道之后啊，肺的某处压个大石头，那块儿已经变形了，不管是结节、屈曲、曲张，那单纯用麻黄无论怎么宣，它宣不动这个地方。所以说治疗这种长期顽固性哮喘，就要加活血、破结、祛瘀的药，最后吐一口老血黑血，或者肉蛋、肉球，或者米粥状的东西，就感觉哮喘好了。破结的药多是毒药。

(7.) 白虎加人参汤的立意为何

“服桂枝汤，大汗出后，大烦渴不解，脉洪大者，白虎加人参汤主之。知母（六两） 石膏（碎，绵裹，一斤） 甘草（炙，二两） 粳米（六合） 人参（三两）”。

你们看组方，知母六两，十八克。石膏一斤，五十克，我感觉都不止五十克。甘草二两，六克。粳米就是大米，六合，就是六捧。最后人参三两，十克。

这里面关键的是粳米。如果单纯下石膏，不起作用，因为大汗之后，亡津液，这人身体壮实，出现脉洪大，整个身体呈火烧燎原之势。那么这时候需要用粳米降雨，要大量补充津液，就像很多产后病人大

汗出之后，出现了津液亏损的一系列症状，那么这时候就要大量补充津液，这时候就上甘淡药，极其重要。白虎汤里面的灵魂就是粳米。甘淡的药有哪些？茯苓、山药、芡实、泽泻、百合、麦冬、甘蔗、葛根，还有很多很多。要在大量这样的药的基础上，再去败火，拿石膏、知母去败火。这知母、石膏就是下霜啊，这个粳米就是降雨。

为什么加人参啊？赶紧补气啊，补津液补气，这是一对阴阳啊。比如，很多虚损的病，老师一定要加党参、黄芪，十克、十五克，到二十克。但一般都不会加到三十克，因为气血弱的时候啊，参芪只是补气，不断大量加，不能跟气血化合，点到为止就行，加太多就会燥、热，浑身难受，烦，不能化成能量，化生不了能量，就化成热和那个垃圾了。

粳米气太稀，加甘草让它浓点儿啊。你们会发现，不是姜草了，没有姜了。因为姜是烈的，燥的，这已经脉洪大，大烦渴不解了，还加姜干啥呀？

甘草六克，粳米六合，人参十克，在这个基础上加下霜的药，就是石膏、知母。你们知道知母喝了之后，人有啥感觉吗？有人喝知母，胃不好的，马上就胃凉的不得了，有的都凉到屁股。这个石膏也是寒的，说是大寒的。这个石膏我没怎么好好尝过，不知道这个石膏到底咋样，有说它是微寒的啊，我感觉它不像是大寒的，但是它必须放在方子里和有症状的时候才起作用。石膏，冰冰凉凉的结晶，一敲，像那个冰碎了一样。

(8.) 石膏、知母为何用得少

石膏啪啪敲碎之后，然后煮，析出来的那个东西跟知母化合，就有迅速去清气分热的作用。气分热不是实热，实热不用它，那个热，石膏、知母都整不了。

哪种，石膏、知母能整啊？浑身热，脉洪大，大烦渴不解，现在有吗？我很少遇到这样的人，只有身体特别壮实的才会出现这种症状。为啥我老也用不上石膏啊？没有遇到过这种病啊，脉洪大砰砰砰的，热的不得了，浑身简直热冒烟儿了。现在都是堵着热呀，那热都不动啊，变成了实结热呀，实结热的都少，现在的人都是阴结，都不热，三黄用的都少，我都不咋用三黄。无非是在那个骨蒸潮热，里面加点儿知母。还有就是这种急症啊，大烦渴不解，脉洪大，感觉要死了，估计推医院去了，也找不着我啊。

(9.) 甘草干姜汤与芍药甘草汤的立意为何

“伤寒脉浮、自汗出、小便数、心烦、微恶寒、脚挛急，反与桂枝，欲攻其表，此误也。得之便厥、咽中干、烦躁吐逆者，作甘草干姜汤与之，以复其阳。若厥愈足温者，更作芍药甘草汤与之，其脚即伸”。

“小便数、心烦、微恶寒”，这伤阳了。什么叫小便数呀？就是小便次数多，尿频尿急。有的人招寒了之后，阳气不能行于表，就往下走，小便就多。还有就是很多男人在酒桌拼酒的同时也拼憋尿，一看老上厕所，这身体不行。喝了大量的酒之后，生机旺的话，那个酒、水液就都从汗走了，不走小便，喝很多酒都从汗走，就是身体壮的人，

它都喷上去。代谢好都从汗走，那代谢不好的、阳气弱的，就走小便，老上厕所。所以说你们会发现，阳气一弱，喷不动了，阳气被遏制住了，马上就小便。包括看那个肾气好不好，就看有没有夜尿啊。“脚挛急”，就是抽筋儿，这是什么原因呢？阴气不足，阴血不足。

“反与桂枝欲攻其表，此误也”。这时都内虚了，里面阳气不足，阴血不足，又通过桂枝汤去发汗，是不是更坏了？“得之便厥”。厥是什么呀？四肢厥冷，头昏眼花呀，厥逆嘛。为什么咽干？津液不足导致咽干。我们很多人口渴，渴不解，就是整个大气转了之后，到这儿就回去了，喝多少水，嘴巴也感觉渴。

“烦躁吐逆者，甘草干姜汤与之，以复其阳”。烦躁吐逆，胃要玩儿完，用甘草干姜汤温中嘛，以复其阳。“若厥愈足温者”，足温者说明脉通了，脉通了之后，更作芍药甘草汤，其脚乃伸。为什么芍药甘草汤下去之后，其脚乃伸啊？把津液阴血补上去了，也就是说怕小孩烧抽了、烧惊厥了，就是桂枝汤里面加白芍就行。一定要加白芍，记住和血的重要性。就像很多人很困顿，但吃上大包子就感觉舒缓很多。

3. 思考题

- (1.) 请对比一下“桂枝加附子汤”与“桂枝去芍药汤”的异同。
- (2.) 请说一下何为“宣肺”，以及麻黄是如何“宣肺”的。
- (3.) 请解释一下“白虎加人参汤”的组方。

20240410 第四学期方剂精讲第四课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 调胃承气汤是以下法来使胃和降、和顺

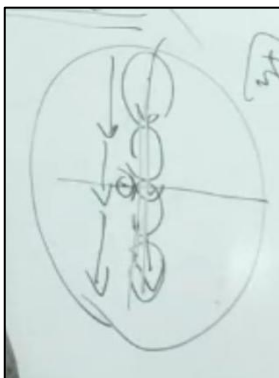
师：今天想到一味药治小孩高热惊厥，一会儿跟你们说说。咱们回顾一下，前面的课咱们讲了桂枝汤，然后是桂枝麻黄各半汤、桂二越一，这些方的特点都是里面有桂枝、麻黄、姜枣草，还讲了生石膏，大热加生石膏，这个热不是火，而是散漫的热，脉洪大嘛，然后还讲了甘草干姜汤和芍药甘草汤这两个方子。

原文：29. 若胃气不和谵语者，少与调胃承气汤。调胃承气汤方：
大黄（去皮，清酒洗，四两） 甘草（炙，二两） 芒消（半升）。

1. 承气汤也可以叫做顺气汤

师：今天咱们开始讲承气汤，非常重要的一个方子。承气汤分大承气汤、小承气汤和调胃承气汤。什么叫承气？

曦琳：之前老师讲过，就是让这个腹结通了之后，让那个气机转起来。



师：承就是继承的意思，气就是气机的意思。这是个人，吃的东西，气机到这儿之后，由下边继承，再往下走，再继承，再往下走。由食管到胃，由胃到肠，中间有一个地方堵了，是不是整个气机就断了？为了把这些东西接续上，让它

接续上的这个功效，就是承气，一个个承接下去叫承气，也可以叫做顺气汤。

我们的消化管、消化器官，必须一步步地向下，然后被吸收，被利用，这个向下顺气的过程就叫做承气。启承转合也对，击鼓传花也对。那么气不承了，人就病了。

2. 调胃承气汤由三味药组成

师：调胃承气汤由什么组成？由大黄、甘草和芒硝组成。

(1.) 大黄的应用

①大黄是第一泻下药

师：所有的承气汤都有大黄，大黄是主药。大黄干什么呀？吃了会怎样？

曦琳：容易腹泻。

师：咱们先讲一下大黄。大黄苦寒。你们要去尝大黄，老师也经常开大黄。它推陈致新，涤荡肠胃。大黄是经典的泻下药，最著名了，一说泻下药就是大黄，而不是巴豆，也不是番泻叶。经典的泻下药就是大黄。什么叫做泻下药？

曦琳：就是汗吐下三法中的下法。

师：就是打通整个肠道使之拉稀，主药就是大黄，通肠便。那是不是吃了大黄就拉稀？

曦琳：不一定。有的人不拉。

师：有的人闻大黄味都拉稀。

生：被庸医开过单味大黄，拉死我了，拉到最后都不拉稀了，肠子拉干了，最后变成了羊屎蛋了。

师：那么就是腹部不通，第一个想到的药就是大黄。

笑鱼：不敢尝。

师：其实稍微尝点儿没事，我经常开大黄。多少克呀？我开的药当中稍微加点儿大黄的话，就三到五克，很少，大多数人没有拉稀的表现。这个大黄一般是酒制。很多都是酒大黄，就是去其寒性，酒是热的嘛。炮制一下大黄，就是去其寒性。大黄的劲像将军一样，酒大黄又叫酒军。这一开酒军，就是指酒大黄。你们可以去尝大黄，这是非常有意思的一味药。有句话说得好，“人参杀人无过，大黄救人无功。”古人都知道大黄是泻药，都怕泻，都虚成这样了，还让他去拉，都躺在床上爬不起来了，还给他下大黄，这不要他命吗？

②要在复合方中去应用大黄

师：很多虚症的病，在床上爬不起来，气机堵了导致的假虚之症，很多很多呀，癌症不就是典型的嘛。今天看病，一个七十多岁的，严重的腹部不通，拉不下来粃粃，折腾了好几年啊，粃粃也拉不下来，而且有各种症状，头晕，嗜睡，浑身刺疼，腹胀啊，反正就是解不下来。无论吃泻药，吃补药，吃西药，做手术，就是拉不出来，这病人痛苦万状。那么这个时候用大黄，一用大黄之后，就变成羊屎蛋了。

曦琳：他精血太虚了。

师：那么这个时候应该怎么办啊？

曦琳：又通又补，通调。

师：就是需要掌握度和量。我经常给大家讲，开方用药如探汤。什么叫汤？就是热水。你们拿手指头去试它的温度，稍微一停顿，手就烫伤了；点不到，你们也不知道温度是多少。就是刚刚好的那个劲儿。老师为什么开三、五克，一般都三克，就是探汤之量。很多人说，“哎呀，大千老师，你开方是好，但是你有一点不好，量太小，太拘谨，不敢下家伙”。你说对吗？

曦琳：现在的人，身体的真气情况还能下什么大家伙啊，得看现在的人的体质了。

师：对。原先我愣头青，年轻的时候也敢下家伙，不是不敢下，一下完之后就羊屎蛋，就浑身大汗淋漓了。我年轻的时候批判过那些老家伙，开三六九克，我说，“什么玩意，能治病嘛？二十克起”。

曦琳：对，很多伤寒派的很容易用大量。

师：一两十克，那三两就三十克呗，干！结果咋样啊，啪啪打脸。那么酒大黄主要以泻下为主。很多人就说了，“那我就不泻了，我就不用泻下药了”，这对吗？这也不对。你们要知道复合开方的重要性，什么叫复合开方？就是啥都有。啥都有的重要性。开方用药不能要么就开泻下药，要么就开发表药，或者要么就开温里药，都不是这样去开的，而是啥都有的复合开方法，关键就是在这儿。

(2.) 调胃承气汤的用量

师：那么芒硝，咱们学过了，也是第二泻下药。大黄是第一泻下药，它第二，没人敢说第一。大黄第一，芒硝第二。加入甘草以调和这两个药，使之不至于过于峻烈和猛烈。大家看一下用量，大黄四两，甘草二两，芒硝半升，换算一下，大黄是十二克，甘草是六克，芒硝半升是半个口杯的量。我感觉有二十克，就相当于一撮大粒盐，半升，一百毫升的盐，可能还不止二十克呢，二十到五十克都有可能。这个量我们成人服用，主要是针对一些壮实的，这个量下去，病人会泻吗？肯定泻啊。承气汤干啥的？它就是泻药。那么我们自己服用呢，是不是马上就拉呀？马上就拉，这是调胃承气汤，还不是大小承气汤呢，喝调胃承气汤就马上泻了。

3. 简单的判断疾病深浅的方法

师：我们看一下条文，“若胃气不和谗语者”，什么叫胃气不和？

曦琳：中间堵了。

师：不和，什么叫和？和顺，胃气以降为和，不和就是胃气不降了，卡在那儿了。我们很多人都肚子胀，吃了不消化，大多数胃病、胆病都是胃气不和。你们记住，现在绝大多数人得病，都从胃气不和开始，不爱吃东西了，人就病了，也叫中焦失运。跟什么有关？跟胃有关，跟胆有关。深层次跟脾有关，跟肝有关。

我经常给大家总结，你啥病啊，胆胃不和；深层次的，肝脾不和。胆胃不和在外，肝脾不和在里，都导致中焦失运。在腑的，胆胃不和；

在脏的，是肝脾不和。

怎么辨别深浅？这个就很简单了，以它凝结的程度去判断，深还是浅。一个最简单的办法，就是叩击，叩击肝区产生明显疼痛的，胀的，影响到肝了，人脸色都发青了，情志明显抑郁了，往里面走了，这都是肝脾不和。脸色正常，脉实大，叩击不痛，多实证，这是胆胃不合。

就是邪气一深之后就进入阴分了，阴症就出来了。什么叫阴症？缓和，持续，深入，难缠。什么叫阳症？急躁，外表，偏阳，偏热。阳症就是胆胃，阴症就是肝脾。

还有，摸大腿外侧，小腿外侧，膝盖外侧，阳陵泉胀疼得厉害，内侧不疼，阳症。内侧疼痛厉害，拒按，阴症。阳经阴经嘛，阳经的症状明显是阳症，阴经的症状明显是阴症。脸色发红，声音气粗，多是阳症。脸色发暗，声音低沉，多是阴症。厥阴经症明显的，在里的，都是阴症。少阳经症明显的，在阳的，在表的，是阳症。也有复合型的，由阳入里的，由阳入阴的，阴阳都有表现。

4. 要在复合方中应用调胃承气汤

师：那么对于现代人，如何用这个方子？就是在其他方子的基础上，少量加入酒大黄、炙甘草和芒硝。比如大黄三克，炙甘草六克，芒硝五到十克。在复合方中加入调胃承气汤。就像在复合方中加入桂枝汤。

曦琳：复合处方，就是需要同时攻补调结合。

师：对，攻补调结合。很多人觉得，用泻下药，我就拼命泻他，给他泻拉稀，根本不是那回事，点到即止，触动气机就可以了。这个气机稍微触动一下，微微动一下就可以，而没有必要大剂量地去冲击它。这就是咱们开方的一个非常精妙、精要的地方，特别重要。

解表，就拼命拿麻黄，十克、三十克去发，没必要，点到即止。我开麻黄，三克、五克，都不会往大了开。感冒发烧在原有方的基础上加入三、五克麻黄，十克杏仁。在我这看过病的，我是不是这样开方啊？让他整体的气机有向外宣张的势态就完了，然后通过调动真气，等待时机，就慢慢痊愈了。然后，病人就给老师反馈，“老师，吃了你开的方子，剧烈咳嗽了一天，之后咳嗽，经四五天之后，就慢慢好转了”。

5. 常用的几味调中药

师：当你们去开解表方的时候，发现他胃不和，就是中焦堵塞，胆胃不和的情况下，也就是当他出现胃不和的时候，要少少给予调中之药。它这叫调胃承气汤，我叫调中，调一下中，在桂枝汤的基础上调一下中，加陈皮，我没有加酒大黄这些东西。陈皮也能调中，陈皮不够使，加大黄三两。调中也可以加厚朴、枳实，这些都是调中药，我没有用芒硝调中，因为个人喜好，可能芒硝调中也可行。一般都是大黄、陈皮、枳壳、厚朴去调中，这中一调，气一沉，大气转起来，表就解了。就这么简单的道理，一定记住，要转大气，《伤寒论》里的，“大气一转，其气乃散”，这句话说得太好了。

二. 四逆汤主要就是温经通经

原文：29. 若重发汗，复加烧针者，四逆汤主之。四逆汤方：甘草（炙，二两）干姜（一两半）附子（生用，去皮，破八片，一枚）。

1. 里热外寒与里寒外热都适合健身

师：接下来讲四逆汤。什么叫四逆，逆当什么讲？

曦琳：厥逆，气机憋住了，过不去了。

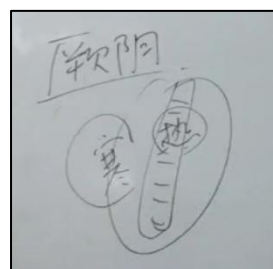
师：逆，手足厥冷叫逆，手足温叫顺。如果一个病人，你们一摸，四肢冰冷。说明什么？阳气在里面出不来了。我们很多人，年轻的也好，上岁数的也好，都四肢冰冷。你们谁年轻的时候都四肢冰冷？就是说，下肢过膝盖，上肢过肘，冷成那样。我记得我年轻的时候，我下肢就凉到膝盖。

曦琳：老师以前也凉过。

师：我小时候身体不好的那几年，膝盖都是凉的，冰凉，但是我的冰凉不是里边凉，是外边凉，不怕冷啊，我小时候不怕冷，但是腿是凉的。就是说我这个气机是淤在中间的，不出来。手也凉，手冰凉到什么程度，整个肘全凉了。手脚都冰凉。我感觉我在年轻的时候也是典型的厥阴人。

曦琳：说明本身气血还充盛，只是憋在里边，所以人并不怕冷。

师：这是骨头，里边我是内热的，外面是寒的，热深厥亦深，这叫做外寒内热。我吃冰棍啥



问题没有，我从来不怕冷，但早年都是外寒内热。我吃冰棍一根接一根，吃十根也没事，也从来不拉稀，就是阳气郁在里的一种表现。里热外寒，跟你们产后风不一样。

生：怕冷，手脚热，是不是更不好？

师：还有一种人，是里寒，寒到骨头里了，外边憋在四肢，都发烫，这叫里寒外热，这个更不好了。这叫离，火在外嘛，很多女性都是这样的。我是坎，阳气郁在里面。很多人里边寒得不得了，外边手脚都烫了，这可是真是要命的。



曦琳：对，有的女的就这样。

师：大冬天我都爱吃棍，吃十根冰棍没事。

曦琳：老师特别适合健身。

师：所以我这样伸展伸展，气都出来了。里边堵得太厉害了，所以它完全是寒的，把仅有的阳气往外挤，就是里寒外热，这也适合通啊，适合健身，把里头通了，里边就热了。

曦琳：对，这种也适合通。但是有一种，就是内外都很虚很寒，一开始让他健身，他没有力气动起来。那种人还得一边吃药，一边慢慢建立动起来的观念才行。

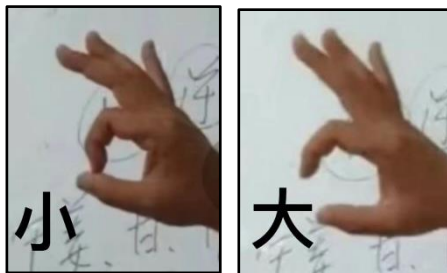
师：你们记住，这种外寒里热的是表被堵住了，里边的气出不来，里边还处在活跃和通顺的状态，所以会产生里热外寒。那么如果换过来，外热里寒，这里边都凝结成大疙瘩，完全不通了，表还是相对通畅的，把热挤到外边，这个是要命的。所以都适合健身，把里边拉开，

把表里都拉开，整个寒热就均了，气机一转起来就均了嘛。像一杯水一晃，是不是冷热就均了？

2. 附子会兴奋神经，从而打开血管

师：逆就厥逆的意思，那四当啥讲？就是四肢。那治疗四肢厥逆这种毛病的汤药，叫四逆汤。四逆汤由什么组成？干姜、甘草、附子。干姜的用量一两半，甘草二两，附子一枚，有时候叫一枚，有时候叫大者一枚。

一枚多大？大的这么大，小的这么大，整个附子。那么这个附子一枚，拿秤一量，我估计五六克，七八克是有的。六、七克，生的，它还要炮一下，我亲自炮过附子。



甘草是六克，干姜一两半是四五克。量不大。

四逆汤里边主要就是体现附子的功效。我简单再讲一下附子。附子是一味毒药，它有明显麻痹神经的作用，量大致人死亡。附子通经，就是附子会兴奋我们的经络神经，让闭塞的血管张开。神经绑定血管，神经决定血管的开闭。当你们一紧张的时候，一收，所有的血管都一收，手脚就冰凉了。平时舒缓的时候手脚不凉，遇到紧张的事情手脚冰凉。

曦琳：很多人是这样的。一冷，手脚又冰凉，又冒汗。

师：哎呀，一下一拖，神经性紧张嘛，神经一拖，血管收缩，导致手脚冰凉。那么这个时候附子来了，附子作用在神经上。这神经原

先是收的，它让神经一放，这血管自然也就放了，血管一放，血就下去了，就热乎了。从来没有别人这样讲过。

曦琳：老师，你觉得附子作用在神经，这也是您尝药感觉出来的吗？

师：感觉总结出来的，你们到时候尝了就知道了。然后如果继续用量，这个神经就由兴奋转成麻痹和抑制了。

曦琳：对，它发不动了。

师：就是你敲几下，好精神，再敲，给敲死了。很多西药也是，少量用是兴奋剂，多用是抑制剂，这是一种普遍现象，并不是附子独有的。那些毒品也是，少量也是兴奋中枢神经，多量就是抑制中枢神经。

曦琳：对，很多药理作用是和量有关系。

师：然后加干姜，为什么要加干姜？干姜守中，附子通经。

师：四逆汤讲差不多了，喝了之后什么感觉？就是温经通经，把神经都扎开，血管就通了，四逆汤特别简单。

三. 老师浅谈自己治疗思路形成的过程

1. 通过尝服附子而了解了“通”的重要性

师：老师二十岁就尝过附子，而且有非常丰富的尝附子的经验。当年，我就直接只身一人就去安国了嘛，安国是北方最大的药都，药材批发市场。北方药都是安国，南边药都是亳州。所有学中药的应该都知道。安国在保定，北方最大的药材批发市场、药都，只限于中药

药都。南方是亳州，亳州在安徽。剩下西安有一个，成都有一個，还有广州有一个，成都的叫荷花池，广州叫清平。中国几大药材批发市场，有机会，你们就近的过去看一看，非常壮观啊。当地人全是以中药材批发生意为主。

老师当时一个人数次去安国，去“朝圣”去。那时候我极其痴迷中药，还没痴迷健身呢，然后到那去，自己买生乌头、生附子，各种各样的，买回来之后炮。我都拿麻袋买，那时候老师也没啥钱，背麻袋回来特别自豪，就好像捡到宝一样。我自己上山采药，自己买药，自己炮制，那时候是一个人在站斗，如痴如狂啊。老师为啥能取得今天的成就，跟老师下的功夫是密切相关的。虽然老师是天选之子、天纵英才，但是仍然需要极其刻苦努力地去学习，我能背的书我都背了，我能炮的药材我都炮了，都是我一个人在战斗，最后老师也是伤痕累累，我感觉差点咽气了。

曦琳：老师尝药的时候，一个人尝不害怕吗？出点啥事，也没人能帮你。

师：那时候就是一股斗士精神去尝。生附子，炮令坼，就像炒花生仁一样，炮令坼就是啪啪裂开了。炒花生仁，炒栗子都是啪啪的，炒附子也是啪啪的，也炸开，也爆开。爆开之后，这附子熟了嘛，趁热切，它凉的时候切不开，太硬。像花生仁一样，给它炒熟了就软了，炒的表皮是黑的，里边是黄白色的。有一种里面是粉的，还有一种里面是亮面的，我特别喜欢买里面是亮面的，粉的不如这亮面的好，这是我自己探索的。然后我拿刀一个附子一个附子切，切一小盆儿生附

子，然后就拿出半个黄豆那么大的，直接拿起来搁嘴里就嚼，嚼了没啥反应。

生：炮附子是熟的吗？

师：炮附子是熟的。咱们说的制附子，当中的一种是炮附子，就是炒过的附子。还有盐渍附子，黑顺片就是盐渍的，加盐煮，煮过之后用的都是黑顺片，煮完了之后把汤扔了，焯出来的那个东西，黑顺片加盐。

我吃半个黄豆那么点附子后，当时没反应，过一会儿有反应，我那反应特别有意思，我那时候脚还凉呢，大冬天脚凉，出去之后，一会儿脚就热了，不凉了。当时我就感觉这东西当御寒剂多好啊，在野外一冷了，吃一点，就像高反的时候打肾上腺素一样。爬雪山的时候，他们都带肾上腺激素注射剂，一旦出现水肿、心肾衰竭，打一针救命。我说这东西太好了，不用喝酒了，吃一粒脚就热乎了。

那么接下来老师就深入探索，就会加量，一加量就坏了，出问题了。嘴唇开始麻，舌头麻，半边脸麻。然后到这的时候，我就知道“药不眩暝，其病不瘳”的含义了。就是说吃上药之后，不折腾得颠三倒四，头晕目眩的，这个病好不了。这是中毒反应吗？也是，也不是。

生：为啥不是全麻？

师：也全麻，先一边麻，再另一边麻，整个脸都麻，整个脸都胀，浑身都胀都麻。我没有敢再放量，因为老师也是聪明人，没有为尝药献身。

2. 通过红糖水，知道了“补”的重要性

师：再加量的后果，我爱人经历过。她那时候也是怕风怕冷，就拿她做小白鼠了，给她加量服，那心脏不行了，心脏开始偷停了。一是心脏偷停，二是腿麻站不起来，眼睛发黑，根本就站不起来了，一站起来就要摔倒，她用到这个量。

曦琳：这个时候会脉结带吗？

师：对，脉结带了，就是心脏开始出问题了。那为什么她敢去这样服啊？因为她第一次服用附子的时候，怕风怕冷的症状明显缓解。第一次用效果极好，后来就入坑了嘛，就不断地去喝，以为越喝越好，结果越喝越差。因为它消耗人的气血，气血没跟上，当时还不知道补气血的重要性，当时只知道这个通经的好处。那时候我还行啊，我觉得这好，浑身暖和的，但男人和女人不一样，我是外寒内热，所以吃点，效果特别明显。她是气血虚之后的里寒，刚吃这个管事，再吃就不管事了。就是说，你们很多人在外面吃带附子的方子，刚开始有效，后来越吃越差，都是这么回事。

曦琳：对，很多学火神派的，自己也会走上这条路。

师：大量的黑附子，吃得浑身突突的。当时我整这个实验的时候，火神派还没起来呢。全国从来没有人去这样研究的，我认为我是特别早的，就是说我还是在个人奋斗当中，再过十年，火神派才起来。那时候我才二十岁，就干这事了，想想现在快五十了，那时候是九几年，那时候火神派还没起来呢，那时候是中医最完蛋的时候。

然后那时候就让我感觉到，只通有问题，那时候还不知道补呢。

接下来奇妙的事发生了，我爱人去喝红糖水，喝好了。我才基本建立了通和补之间的联系。我就奇怪，寒怎么能通过喝红糖水得到缓解。她吃附子吃得脸上全是斑，后来喝红糖水，斑下去了，有意思吧，也是二十多岁。

生：论补的重要性。

师：她让我正式知道了补的重要性。后来应用到治疗产后风当中，探索补气血的方子才知道，不能一味地通。

3. 总结出现在的处方原则——攻补调、立体式全方位、调理元真

师：我整个的治疗思路历程，第一个阶段就是通，第二个阶段就是补，第三个阶段才叫适中。我摸索了很多很多年，才知道适中的重要性，光补不行，光通也不行。最后发现，当我保持通补等量或者适量的前提下不动，不去追逐病症，不去一味地偏向去寒，也不去一味地偏向补气血，我守住中间，发现很多毛病，尤其产后的毛病开始慢慢好转，那时候我才认识到攻补适中的重要性。

后来也犯了很大的错误。比如，你们师母喝红糖喝好了，我就大量去补，而且大量去加熟地，那时候我加熟地加到三十克，对于阴虚火旺的人，所谓阴虚火旺自汗的，表现出虚火的，不断加滋阴的药，老师都干过呀。大量地加滋阴的药，但发现有些病人反而更加严重了。也就是老师并不是最开始就知道现在给你们说的这些方法原则——攻补调，既要补气血，又要攻，还要调，海陆空立体式地、全方位地

掌握火候，调理元真。那时候哪知道这些呀，都是在不断摸索中前进。虽然老师确实挺聪明，但是方法也是一个一个需要总结出来的，而且也走了很多弯路。现在我给你们讲，你们还走弯路吗？你们现在只是不勤奋，不好好学，总结不出来，但是给你们的方向都是完全正确的。

曦琳：我们是轻轻松松站在巨人的肩膀上。

师：那可不是嘛。就像发动机一样，经历过多少年，科学家才发明了发动机。都是这么回事，我给你们总结出来，你们按这条路走，就是对的，就这么简单。

曦琳：感觉我们太幸运了，省了多时间和这种互相伤害。

4. 老师的感慨

师：包括勇敢地去尝巴豆、斑蝥、雄黄，都是毒药啊，一系列的毒药都是自己亲自去尝。我感觉其实我的尝药也不是充分的，因为还有大量的药和品类没有尝过，没有很好地去总结，但是我已经尽力了，我要再接下去，可能就 over 了。因为这是需要耗费极大精力体力的，在自己非常困难的情况下，鼓励自己前行啊，否则哪有今天这个局面。自己没有工作，身体还不好，对整个社会充满了迷茫恐惧，不知道今后的路在哪儿，顶着这些巨大的压力，还忘我地去干这件事情。你想想为啥老天选择我呀。

曦琳：感觉今天听了老师这些故事，对老师的思维变化有了更深切的体会，太不容易了。

师：当别人去赚钱的时候，别人问我，“你缺钱吗”？我说，“我

不缺钱”。问我，“你想赚钱吗”？我说，“我不想赚钱”。我总结，我是一个不缺钱的人，因为前面没钱的时候我不想钱，后来我办事业有钱了，但也不是为了赚钱去做这些事情，也不缺钱。有意思吧。我办这个事情是为了什么呢？不说把真理洒向人间，那起码也是让更多的人通过这条路可以走上健康之路。

曦琳：老师是理想主义者。

生：师母也很伟大，那么艰难的环境一样支持老师。

师：那后来她怎么一百八十度转弯，就不信我了呢？就因为吃附子，后来她说给她心脏吃坏了。

曦琳：吃了多久的附子？

师：吃了几个月吧。后来发现脸上的斑越来越多，一看实在不行，停了之后想各种办法，最后天天喝红糖水，把那个斑都喝没了，那时候年轻啊。现在也不是不信我，但是上次她吃药，她说吃完药兴奋燥热了。我说你再吃吃，这是翻病的一种表现。她就不信了，说你这药一吃就热，但是她那个怕冷的劲又缓解了一些，但是她不知道翻病啊。她说，“你啥都翻病”。

生：时间会证明一切。

师：有时候时间虽然会证明一切，但一辈子就过去了。曦琳，你来说说药包和尝药的事。第一个尝桂枝汤，一会儿我给出桂枝汤的用量，你们尝桂枝汤。

曦琳：大家拍的药包，药房陆陆续续都会寄出。后面老师会给出一些方子，我们就用上这些药尝药，以及有一些可以给旁边的家人朋

友治病用的，也可以用到这些药。老师刚刚也说了，第一个尝的方是桂枝汤，等会老师会给出量的。

四. 老师浅谈自己的心路与思想历程

生：大千老师是不是当年身体差，寻求出路，所以特别勤奋，踏上中医之路的？

师：不是，老师可不是啊，身体再差，那时候也年轻啊，当时也不认为身体差，感觉也不是那么回事。不会说差到已经生活不能自理了，才寻求中医去自救的。我从来没想过这个问题，年轻时候二十多岁，你们觉得身体差到要喝中药吗？没有吧，没有那种意识，身体弱也感觉不到自己身体弱。

曦琳：我感觉老师是先对传统文化有兴趣，先学的《周易》嘛，就是有兴趣。

师：对，二十多岁没有人会觉得自己需要中药自救，除非已经严重得不得了了。

曦琳：老师可能灵魂里带有前几辈子的记忆，然后没到二十的时候就开始慢慢捡回来了。

师：这说得太对了。你们还不知道我学《周易》下了多大功夫吗？原先说过，我不再重复了。在大学期间，我就拿一本《周易》，啥也不看，如痴如狂，天天就学，有种儿找慈母的那种感觉，就是走丢的孩子寻找母亲的那种感觉。我就拿出所有的精力去寻找我认为我要寻找的东西，用了三四年的时间，我就找到了我想要的了，拼了命地找，

中医是顺带着去做的一件事情。如饥似渴，就必须找到，不找到，我就没什么可活的了，没什么意义了，一定要找到。

不是有一个“煤炉之悟”嘛，跟你们说过的，我们家租的房子，在屋子里生了一个火炉，里面是通红的蜂窝煤，你们见过蜂窝煤吗？就像个蜂巢一样的，中间有很多眼的，一块一块的蜂窝煤。然后当拿出一个煤渣，掉到这个烧红的煤眼里的时候，瞬间发生了变化。红的接触到黑煤块的时候发黑，这个煤块一掉进去之后，它开始发红。那时候我正在研究阳爻和阴爻的关系，当阴爻阳爻碰在一块儿的时候，阴爻的温度上升，阳爻的温度下降，这就是“煤炉之悟”，一下子，我就明白了《周易》里面的爻辞在讲什么。就在讲阴阳之间融合的问题，阴阳感应的问题。然后我再一看《周易》，再看其他那些解释，我感觉都说错了，从那时起我开始建立了超级自信，这个超级自信一直陪伴我到现在，让我走过了最艰难的时候。

现在事业也起来了，头二十年也没有事业嘛，也不是没有事业，反正就不是自己想象当中的样子。那个时候，什么支撑着我走过来的，就是这个超级自信。

曦琳：老师一下子把阴阳之间的关系想明白了，知道它是变动的。

生：老师也说过，上帝让他知道了真相，但又让世人不相信。

师：现在苦恼的就是，太难以让人相信。现在咱们做的所有事情都是让更多的人相信。

生：还想听老师把《易经》的卦补全。

师：差不多会补全吧，再过几年再讲《周易》。

曦琳：太好了。其实我们自己学老师的东西，随着年龄的增长，体悟也是完全不同的。就是以前你看到古人讲故事，觉得他们很夸张，怎么会这样，然后自己体会了之后，发现真是这样。古人以前学东西，是某个人给他传了一句话，然后他就靠这一句话获益匪浅，就可以度过他的一生。然后我听到十年前老师的某一句话，某一个观点，然后你会发现你这十年其实都是在这一个世界观的照射下去认知这些事物的。你把老师的理论用到生活和中医各方面的细节里边去填充它，就真的和古人说的一样，其实有一些道理，就是你知道那一句话就够了。

师：对，一句话就够了。这一句话，一个理就支撑你们走一生。那个时候奠定了我未来所有的基础。我第一次思想绽放的时候，就是二十多岁。后来近二十年都是沿着这个思想绽放走过来的。我第二次巨大的突破就是四十岁。就是咱们走过的这十年，是我第二次真正完全超越了上一次。我等了将近十年。我十八岁到二十八岁达到第一次绽放的顶峰，用了十年；然后二十八岁到三十八岁，是对绽放的大总结和和实践嘛；然后三十三岁到三十八岁这五年是处在寻求突破的五年，一直没有成。然后三十八岁到四十岁，忘了是哪年了，也机缘巧合，开始大爆炸，到现在。这是老师整个的思想历程。还会不会有第三次大爆炸，不好说，我估计这次至少能吃到六十岁吧。

曦琳：我感觉我每一个十年都遇到了老师的一次突破，然后感觉轻轻松松跟着老师，很多事情就很简单了。十年前我遇到老师，老师让我明白了这个世界是由神气形构成的，奠定了我的世界观，用气去

认识这个世界。然后最近前两年开始，又再一次遇到老师，老师说人体是个通道，人体通顺性的问题，如何去理解和实践，又是我现在一个和以前不同的点，重新再去认识很多细节的问题。就刚好都赶上了老师的一个新台阶，感觉特别幸运。

五. 葛根主要是在解表时补入津液以免过于躁烈

原文：太阳病，项背强几几，反汗出恶风者，桂枝加葛根汤主之。

葛根（四两） 麻黄（去节，三两） 芍药（二两） 生姜（切，三两）

甘草（炙，二两） 大枣（擘，十二枚） 桂枝（去皮，二两）

太阳病，项背强几几，无汗、恶风，葛根汤主之。方一。

葛根（四两） 麻黄（去节，三两） 桂枝（去皮，二两） 生姜（切，

三两） 甘草（炙，二两） 芍药（二两） 大枣（擘，十二枚）

师：接下来我简单说一下葛根汤。其实葛根汤就是麻黄汤加葛根，桂枝汤加葛根或者桂枝麻黄汤加葛根。葛根用到的是四两，十二克。葛根有柴葛根和粉葛根两种。有那个葛根粉，冰冰凉凉的。

曦琳：有。就是冲来喝的。

师：葛根在北方南方都有，大葛条，盘树的。大葛条一掰开，软软的，葛条是软软的。

曦琳：我们平时看到的都是晒干的，感觉没那么软。

师：葛条，锯开，那里面富含汁液，冰冰凉凉的，一看就能清热解暑生津，它不滋腻，通透，把握住这三点就可以了。它就是在解表的情况下补入津液，不至于过于躁烈。葛根对于津液缺乏的外感症适

用。

曦琳：是用柴葛根，还是粉葛根比较好？

师：这个不好说。

曦琳：老师，你一开始说的治感冒高热惊厥的药，是想说葛根吗？

师：对，就这个葛根。当津液缺乏，那个筋缺乏津液的滋养，又突然发生高热，就会产生抽筋，抽筋惊厥的时候，尤其抽筋，就加入适量的葛根。就是原先我让你们加白芍、醋、山药，加滋阴的、加滋阴液的。你们也可以选用葛根。就是说在解表时，防止过于燥烈伤津液的时候，就加葛根。你们看一下条文，项背强几几，就是后背僵硬，这是缺乏津液之后产生的僵硬。你们记住，这不是外感风寒产生的僵硬，而是缺乏津液之后产生的项背僵硬。

接下来的那几条，都是跟下利有关。为什么？缺津液了。下利完了之后，是不是少津液啊？这时候表还没有解，应该仍然是解表，但是下利又伤津液了。为了护住津液，那么加葛根，再加麻桂去解表。下利伤了津液，加葛根，都是这回事。而且葛根的气往上、往外走，不像其他补充津液的，比如玉竹、黄精，待那不动，就不会对桂枝、麻黄产生掣肘。

曦琳：玉竹、黄精那些，气更浊重一点。

师：这些东西是不动的，葛根是非常动的，葛根是一味灵动的药，气上行，引津液上行。那么你喝一碗葛根粉，同时喝麻黄汤，不至于在发汗伤津液的同时过于燥烈，导致进一步伤津液，葛根起的就是这个作用。

生：有种说法是，葛根能抽地下水头上头。

师：别扯淡了，都不是啊。喝一喝葛根粉就知道了。首先它能生津液，同时又能整个上扬。

曦琳：对，《金匱要略》里面也有说，葛根汤可以治“欲作刚痉”。

师：对，刚痉，什么叫刚痉？缺乏津液之后导致的抽搐痉挛。葛根就是生津，不至于过于滋润。

生：平时可以吃葛根粉吗？

师：可以吃啊，挺好的，加点儿白糖啥的都行。也就是说治小儿抽搐惊厥，感觉伤津液了，就加点儿葛根。其实加白芍、醋、山药、粳米，都可以。加藕粉也行，也不错。你们记住，没有说一定要加什么的，只要知道了方向就可以，方的馒头能吃，圆的馒头也能吃。

生：当地人解酒用葛根解酒汤。

师：对。葛根为什么解酒？酒是燥烈的，葛根是生津液的，二者能互相抵消。就像让你吃点糖拌山楂，糖拌西红柿，醋泡饭，这都能解酒。

六. 课后闲聊与布置作业

生：一直以为葛根很寒。

师：葛根是微寒的，有桂枝麻黄，还怕寒？比如很多虚寒性体质的，我在一堆药里加了大黄，结果他说，老师，不行啊，我凉寒，后来我就把大黄给隐到一个别名里边去了。

曦琳：对，不要让患者知道是什么药，要不然他想多了。

师：我好多药都隐到别名里了。为啥？就是不告诉他，告诉他干啥呀？无事生非嘛。还有一味药，甘遂，我也用了别名。有的人一看甘遂，吓死了。其实我开甘遂，我感觉很稳当，尤其对于肺肿瘤、心口积液、心包积液类似的，用甘遂三到五克，不用多加。不用开大小陷胸汤，也不用开峻利的。加那么一点辣椒，辣不辣？一碗面里面扔那么一点辣椒粉，点到为止。要是呼啦一大勺子扔进去，那肯定完蛋了，就加那么一点儿。

生：我们不需要用别名。

师：你们还没到那段位呢，你们有那个抗击打能力吗？“坏了，老师又给我加甘遂了”，那你不找我了吗？“哎呀，老师，这个附子半夏同用啊，这不是十八反吗？这还了得，把老师告了。”

我经常附子半夏同用，啥问题没有啊。虽然是十八反里面的，十八反准吗？十八反不准。为什么我敢附子半夏同用？因为你们会发现，《千金方》里面全都是附子半夏同用。唐朝以前那些方子都是附子半夏同用，那我有什么不敢开的。

曦琳：对，就怕那些对中医有点兴趣又不懂的人，他们真的会很偏执。我家人就遇到过，因为他们医院的处方是必须公开给患者的，然后看到附子半夏同用，就说中毒了，然后各种折腾，特别麻烦。我觉得真的不要让患者看到还好一点。

师：你们药包到了之后，就尝桂枝汤。里面的甘草白芍生的炙的都可以。我把量写出来了，桂枝六克，白芍六克，炙甘草六克，生姜三片，枣六枚，别拿和田那么大的枣，那玩意加俩就行了。这是小枣，

加六枚，掰开。一天分两次温服，上午一次，下午一次，然后看反应。

曦琳开个帖子，下周三前，大家把反馈意见贴上去，我看看。

你们有毛病的也没事，这个量很小啊，桂枝六克，桂枝、白芍等分量就行了，就不会出大问题。我曾经二十年前治疗一个产后风，桂枝上来我给加了二十克。晚上就烧得吡哇乱叫了，第二天又找到我，不敢再吃了。

曦琳：老师，大枣不用炒吧，就是直接生用就行了。

师：对，不用炒，枣不用炒，也不用去皮，生姜也不用去皮。

曦琳：小邱问，还吃着老师的中药。单服桂枝汤，喝下去半小时之内就有感觉的。

师：吃大方里面有桂枝汤，和单纯喝桂枝汤是不一样的，你们喝吧。你如果这里面再加八珍就坏了，一加八珍，桂枝通的感觉马上一下子就被捏住了。它就缓慢去发力了，而不像桂枝汤喝了就管事。

曦琳：明白。煮沸之后煮半小时，这个量很小，半小时就够了。

师：对。

七. 教案

1. 本节原文

29. 若胃气不和谵语者，少与调胃承气汤；若重发汗，复加烧针者，四逆汤主之。方十六。调胃承气汤方：大黄（去皮，清酒洗，四两）甘草（炙，二两）芒硝（半升）。上三味，以水三升，煮取一升，去滓，内芒硝，更上火微煮令沸，少少温服之。四逆汤方：甘草（炙，

二两)干姜(一两半)附子(生用,去皮,破八片,一枚)。上三味,以水三升,煮取一升二合,去滓,分温再服。强人可大附子一枚、干姜三两。

太阳病,项背强几几,反汗出恶风者,桂枝加葛根汤主之。

葛根(四两)麻黄(去节,三两)芍药(二两)生姜(切,三两)
甘草(炙,二两)大枣(擘,十二枚)桂枝(去皮,二两)

太阳病,项背强几几,无汗、恶风,葛根汤主之。方一。

葛根(四两)麻黄(去节,三两)桂枝(去皮,二两)生姜
(切,三两)甘草(炙,二两)芍药(二两)大枣(擘,十二枚)

2. 知识点

(1.) 调胃承气汤的立意为何

“若胃气不和谵语者,少与调胃承气汤。调胃承气汤方:大黄(去皮,清酒洗,四两)甘草(炙,二两)芒硝(半升)”。

今天咱们开始讲承气汤。什么叫承气?承就是继承的意思,气就是气机的意思。人吃东西,由食管到胃,由胃到肠,中间有一个地方堵了,整个气机就断了,为了把这些东西接续上,让它接续上这个功效,就是承气,一个个承接下去叫承气,也可以叫做顺气汤。气不承了,人就病了。

调胃承气汤由大黄、甘草和芒硝组成。所有的承气汤都有大黄,它是主药。大黄苦寒,推陈致新,涤荡肠胃,是经典的泻下药。什么叫做泻下?就是打通整个肠道使之拉稀,通肠便。这个大黄一般是酒

制，酒是热的嘛，就是去其寒性。大黄的劲像将军一样，酒大黄又叫酒军。我经常开大黄，就三到五克，很少。

芒硝，咱们学过了，是第二泻下药。大黄是第一泻下药。加入甘草以调和这两个药，使之不至于过于峻烈和猛烈。大家看一下用量，大黄四两，甘草二两，芒硝半升，换算一下，大黄是十二克，甘草是六克，芒硝半升是半个口杯的量，一百毫升，可能还不止二十克，二十到五十克都有可能。这个量我们成人服用，主要是针对一些壮实的人，这个量下去，病人会泻。

那么对于现代人，如何用这个方子？就是在其他方子的基础上，少量加入酒大黄、炙甘草和芒硝。比如大黄三克，炙甘草六克，芒硝五到十克。在复合方中加入调胃承气汤。攻补调结合。很多人觉得，用泻下药，我就拼命泻他，给他泻拉稀，根本不是那回事，点到即止，触动气机就可以了。这个气机稍微触动一下，微微动一下就可以，而没有必要大剂量地去冲击它。

再比如解表，感冒发烧在原有方的基础上加入三、五克麻黄，十克杏仁，我都不会往大了开，让他整体的气机有向外宣张的势态就完了，然后通过调动真气，等待时机，就慢慢痊愈了。

(2.) 如何在虚实夹杂下应用大黄

很多虚症的病，在床上爬不起来，气机堵了导致的假虚之症，很多很多呀，癌症不就是典型的嘛。今天看病，一个七十多岁的，严重的腹部不通，拉不下来粃粃，这个时候用大黄，一用大黄之后，就变

成羊屎蛋了。那么这个时候应该怎么办啊？就是需要掌握度和量。我经常给大家讲，开方用药如探汤，就是刚刚好的那个劲儿。老师为什么开三、五克大黄，一般都三克，就是探汤之量。此外，你们要知道复合开方的重要性，什么叫复合开方？就是啥都有。开方用药不能要么就开泻下药，要么就开发表药，或者要么就开温里药，都不是这样去开的，而是啥都有的复合开方法，关键就是在这儿。

(3.) 如何简单判断疾病的深浅

“若胃气不和谗语者”，什么叫胃气不和？什么叫和？和顺，胃气以降为和，不和就是胃气不降了，卡在那儿了。我们很多人都肚子胀，吃了不消化，大多数胃病、胆病都是胃气不和。你们记住，现在绝大多数人得病，都从胃气不和开始，不爱吃东西了，人就病了，也叫中焦失运。跟胃有关，跟胆有关。深层次跟脾有关，跟肝有关。

怎么去辨别深浅？以它凝结的程度去判断。一个最简单的办法，就是叩击，叩击肝区产生明显疼痛的，胀的，影响到肝了，人脸色都发青了，情志明显抑郁了，往里面走了，这都是肝脾不和。脸色正常，脉实大，叩击不痛，多实症，这是胆胃不合。

邪气一深之后就进入阴分了，阴症就出来了。什么叫阴症？缓和，持续，深入，难缠。什么叫阳症？急躁，外表，偏阳，偏热。脸色发暗，声音低沉，多是阴症。脸色发红，声音气粗，多是阳症。

还可以摸大腿外侧，小腿外侧，膝盖外侧，阳陵泉胀疼得厉害，内侧不疼，阳症。内侧疼痛厉害，拒按，阴症。阳经阴经嘛，阳经的

症状明显是阳症，阴经的症状明显是阴症。厥阴经症明显的，在里的，都是阴症。少阳经症明显的，在阳的，在表的，是阳症。也有复合型的，由阳入里的，由阳入阴的，阴阳都有表现。

(4.) 哪几味药可以调中

当你们去开解表方的时候，发现胃不和，就是中焦堵塞，胆胃不和的情况下，也就是当他出现胃不和的时候，要少少给予调中之药。它这叫调胃承气汤，我叫调中。陈皮也能调中，陈皮不够使，加大黄。调中也可以加厚朴、枳实，这些都是调中药，我没有用芒硝调中，因为个人喜好，可能芒硝调中也可行。一般都是大黄、陈皮、枳壳、厚朴去调中，这中一调，气一沉，大气转起来，表就解了。

(5.) 四逆汤的立意为何

“若重发汗，复加烧针者，四逆汤主之。四逆汤方：甘草（炙，二两）干姜（一两半）附子（生用，去皮，破八片，一枚）”。

什么叫四逆。逆当什么讲？手足厥冷叫逆，手足温叫顺。那四当啥讲？就是四肢。那治疗四肢厥逆这种毛病的汤药，叫四逆汤。四逆汤由什么组成？干姜、甘草、附子。干姜用一两半，四五克；甘草二两，是六克；附子一枚，有时候叫一枚，有时候叫大者一枚，有六、七克，是生的，它还要炮一下。

四逆汤里边主要就是体现附子的功效。附子是一味毒药，它有明显麻痹神经的作用，量大致人死亡。附子通经，就是附子会兴奋我们

的经络神经，让闭塞的血管张开。神经一拖，血管收缩，就会导致手脚冰凉。那么这个时候附子来了，附子作用在神经上。这神经原先是收的，它让神经一放，这血管自然也就放了，血管一放，血就下去了，就热乎了。如果继续加量，这个神经就由兴奋转成麻痹和抑制了，就像好比你敲几下，好精神，再敲，给敲死了。很多西药也是，少量用是兴奋剂，多用是抑制剂，这是一种普遍现象。

然后加干姜。干姜守中，附子通经。四逆汤就是温经通经，把神经都扎开，血管就通了。

（6.）里热外寒与外热里寒的基本病理为何

如果一个病人，你们一摸，四肢冰冷，说明阳气在里面出不来了。

我小时候身体不好的那几年，膝盖都是凉的，冰凉，但是我的冰凉不是里边凉，是外边凉，我吃冰棍啥的，问题没有，我从来不怕冷。就是说我这个气机是淤在中间的，出不来。我感觉我在年轻的时候也是典型的厥阴人，外寒内热。

还有一种人，是里寒，寒到骨头里了，外边憋在四肢，都发烫，这叫里寒外热，这个更不好了。

你们记住。一种是表被堵住了，里边的气出不来，里边还处在活跃和通顺的状态，所以会产生里热外寒。那么如果换过来，外热里寒，这里边都凝结成大疙瘩，完全不通了，表还是相对通畅的，把热挤到外边，这个是要命的。这两者都适合健身，把里边拉开，把表里都拉开，整个寒热就均了，气机一转起来就均了嘛。像一杯水一晃，是不

是冷热就均了？

(7.) 老师的治疗思路是如何形成的

老师二十岁就尝过附子，而且有非常丰富的品尝附子的经验。生附子，炮令坼，就像炒花生仁一样，炮令坼就是啪啪裂开了，这附子熟了嘛，趁热切，它凉的时候切不开，太硬。给它炒熟了就软了，炒的表皮是黑的，里边是黄白色的。有一种里面是粉的，还有一种里面是亮面的，我特别喜欢买里面是亮面的，然后我拿刀切，切一小盆儿生附子，然后就拿出半个黄豆那么大的，直接拿起来搁嘴里就嚼，嚼了没啥反应。过一会儿有反应，我那时候脚还凉呢，大冬天脚凉，出去之后，一会儿脚就热了，不凉了。我说这东西太好了，不用喝酒了，吃一粒脚就热乎了。那么接下来老师就深入探索，就会加量，一加量就坏了，出问题了。嘴唇开始麻，舌头麻，半边脸麻。

再加量的后果，我爱人经历过。她那时候也是怕风怕冷，给她加量服，那心脏不行了，心脏开始偷停了。二是腿麻站不起来，眼睛发黑，根本就站不起来了，一站起来就要摔倒。她第一次服用附子的时候，怕风怕冷的症状明显缓解，以为越喝越好，结果越喝越差。因为它消耗人的气血，气血没跟上，当时还不知道补气血的重要性，当时只知道这个通经的好处。然后那时候就让我感觉到，只通有问题，那时候还不知道补呢。接下来奇妙的事发生了，我爱人去喝红糖水，喝好了。我才基本建立了通和补之间的联系。她让我正式知道了补的重要性。

我整个的治疗思路历程：第一个阶段就是通，第二个阶段就是补，第三个阶段才叫适中。我摸索了很多很多年，才知道适中的重要性，光补不行，光通也不行。最后发现，当我保持通补等量或者适量的前提下不动，不去追逐病症，不去一味地偏向去寒，也不去一味地偏向补气血，我守住中间，发现很多毛病，尤其产后的毛病开始慢慢好转，那时候我才认识到攻补适中的重要性。也就是老师并不是最开始就知道现在给你们说的这些方法原则——攻补调，既要补气血，又要攻，还要调，海陆空立体式地、全方位地掌握火候，调理元真。我也是摸索了很多年，犯了很多错。

（8.）葛根的作用为何

葛根有柴葛根和粉葛根两种，在北方南方都有，葛条软软的，一掰开，那里面富含汁液，冰冰凉凉的，一看就能清热解暑生津，不油腻，通透，把握住这三点就可以了。

它就是在解表的情况下补入津液，不至于过于躁烈。葛根适用于津液缺乏的外感症。比如，津液缺乏，那个筋缺乏津液的滋养，又突然发生高热，就会抽筋惊厥，尤其抽筋，就加入适量的葛根。就是原先我让你们加白芍、醋、山药、粳米，加滋阴、滋阴液的，你们也可以选用葛根。

你们看一下条文，“项背强几几”，就是后背僵硬，这是缺乏津液之后产生的僵硬，这不是外感风寒产生的僵硬。接下来的那几条，都是跟下利有关。为什么？一下利，缺津液了。为了护住津液，加葛根，

而且葛根的气往上、往外走，不像其他补充津液的，比如玉竹、黄精，待那不动，就不会对桂枝、麻黄产生掣肘。葛根是一味灵动的药，气上行，引津液上行。

葛根可以解酒。酒是燥烈的，葛根是生津液的，二者能互相抵消。就像吃点糖拌山楂，糖拌西红柿，醋泡饭，这都能解酒。

3. 思考题

- (1.) 请问，现在我们应该如何应用“调胃承气汤”？
- (2.) 请问，“四逆汤”中的主药为何，它是如何发挥作用的？
- (3.) 请问，《伤寒论》中的“项背强几几”的病理为何，此时为何要用葛根？

20240417 第四学期方剂精讲第五课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 老师对尝服桂枝汤反馈的答疑

曦琳：老师，晚上好。

师：嗯。桂枝汤这个方子都谁尝了？什么感觉？你们上来说，
“背发热”，“后背微微有热感”，“身上发热，迷糊了十分钟”。

曦琳：我们广州组蛮多人都尝药了。很多人反映热，出汗，感冒
喝桂枝汤好了。还有热，十二点才睡着的。孩子喝了，流鼻涕就好了，
像喝了兴奋剂。

师：嗯，“喝了睡得很好”，你喝了吗，曦琳？

曦琳：我喝了，我也是觉得温温的。刚入口的时候，首先觉得甘
草的甜味特别明显，和桂枝那个辛甜的味道，桂枝的那个甜和甘草的
甜不太一样。然后那种辛味，我觉得是这药里边最开始最明显感觉到
的，喝下去之后，一开始觉得温温热热的。如果稍微动一下是有一点
微汗，其他睡眠啊，这些我倒没有什么明显感觉，可能喝的量少。

师：嗯，“喝咳嗽方汗多，喝桂枝汤收汗”。“口有甘味儿，持续很
久”，“我动到下焦了”。

曦琳：这个方喝起来也微微带有苦味。我觉得那个酸苦味就是白
芍来的。其他几味药都是辛温甜的，关键就那个有个酸苦味。

师：桂枝汤给我们最普遍的感觉就是发热，也叫温暖。对吧？

曦琳：对。

师：“由里向外那种的微热”。“热到头顶、手指尖、脚趾头了”，这反应很好。那么什么叫做桂枝可以温通十二经啊？这叫温通十二经，明白吗？让你们能感觉到明显的温暖感，就是全身到处都可以温暖起来，它到处都通，知道吗？我年轻的时候放桂枝啊，有的给放二十克，给产后风喝下去，知道吗？

曦琳：躁热吧。

师：对，晚上都烧着了，受不了，第二天向我反馈，再也不敢喝了。然后那个鼻炎方啊，你们不都想要鼻炎方吗？我给我那同学开的，也是二十克。

曦琳：他身体好，扛得住。

师：他身体好啊，三十岁啊，年富力强的时候，他鼻子堵得特别厉害。

曦琳：难怪老师说不能给，给了我们不能用，这个量是不行。

师：对吧？这身体不好的，扛不住，晚上就烧死了，吱哇乱叫。他烧了一晚上，这一晚上特别清醒，然后鼻子不停出水儿，然后鼻子烧着了，然后鼻炎就好了。

曦琳：哎呀，大力出奇迹也只能用在年轻人身上。

师：哎对，大力出奇迹啊，说的不错，就年轻人出奇迹。其他老弱病残啊，千万别上二十克，能烧死。我麻黄也用二十克，老师不是不敢用大力，知道吗？现在用麻黄只守三、五克，三、五、七、九吧？很少用到九克，一般都是三、五克，桂枝一般都六到十克，很少用到十五克啊。我跟你们说，有的人用桂枝，用多少克，身体起不了

热，知道吗？

曦琳：哦，那就是太弱了。

师：有时候用二、三十克，有可能只会拉稀，不会产生任何热。你知道为啥吗？

曦琳：那这个药气进去都没有被真气运化开，它就变成一团给泄下去了。

师：对。就是说很多那个虚症的怕风怕冷啊，用桂枝附子太多，他们也不会产生任何温暖感，那就是我们原先说的，它不能跟真气化合产生能量，明白了吗？你们能产生热的，就是你们都能化成能量。拉稀有用吗？拉稀没用啊，肠胃都受不了了，这种浓稠的桂枝啊，下肚之后不能为真气吸收利用化成能量，反而给肠胃带来负担，肠胃怎么办呢？就给它拉出去了，明白了吗？

你们可以勇敢地尝二十克，喝之前健下身，身体热起来，就像喝酒一样啊，喝酒时又唱又跳，很快酒精就蒸发掉了嘛。你要不唱不跳，身体还差又郁闷，酒精就代谢不掉。这桂枝也一样，桂枝汤化成能量之后，以热的形式表现出来，身体热几个小时之后就消散了。“有什么后遗症”？桂枝不是毒药，没什么后遗症。但是有可能，身体好的就燥热得不得了，能持续六、七、八个小时啊，像喝酒一样。

曦琳：身体好的一定有感觉。喝桂枝汤，身体一定有感觉。

师：对，身体好的有感觉。要十克没感觉，就十五克，十五克没感觉，二十克。“本身身体很热的，喝后没感觉，正常吗”？你多喝呀，三服不行，就分为两服，两服不行，就顿服，顿服还不行，加量，

对不对？你们一定要喝出感觉啊，喝出感觉就知道自己的边界在哪儿了。像喝酒一样，你们酒量大的，桂枝量大的就加量，没有感觉都试试加量，有热感的，停了就行了。

曦琳：对，整个大剂量版本的。

师：嗯，白芍也放二十克，有可能都放到二十克之后，这个胃受不了，开始胃胀，拉稀。

曦琳：喝葛根，是单喝葛根还是配上葛根加桂枝，可以配起来试试。

二. 小柴胡汤是将心下、胁下的结破开并疏解其气机

原文：37. 太阳病，十日以去，脉浮细而嗜卧者，外已解也。设胸满胁痛者，与小柴胡汤。小柴胡汤方：柴胡（半斤）黄芩 人参 甘草（炙）生姜（切，各三两）大枣（擘，十二枚）半夏（洗，半升）。

师：那这个就说完了是吧？然后咱们接着来讲，讲那个小柴胡汤。四逆讲完了，葛根汤讲了，对吧？

曦琳：对，上节课讲了。

师：葛根的作用很简单，就是不至于发的过于燥烈，伤津液了加葛根嘛，就这么简单。葛根也讲了，桂枝也讲了，承气也讲了，对不对啊？

曦琳：对，麻黄的也讲了，桂二麻一。

1. 小柴胡汤针对的病机

(1.) 胸满胁痛是“小柴胡汤”主要针对的病机

师：主要的都讲了，然后今天讲小柴胡，非常重要，我记得我原先给你们剖析过小柴胡，今天再剖析一遍，按《伤寒论》上的那个方子、量和服法，给你们再剖析一遍。“太阳病，十日以去，脉浮细而嗜卧者，外已解也”，按理说应该是瘥，脉和身凉之类的，但是胸胁苦满，是吧？

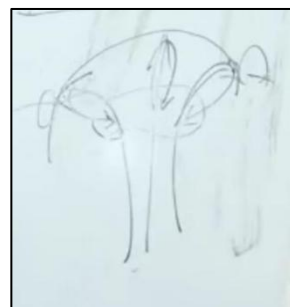
曦琳：胸满胁痛者。

师：胸满胁痛。脉浮细而嗜卧者，外已解。脉浮细而嗜卧者，哎，这总算过去了，身体发虚，是不是这个意思啊？

曦琳：嗯，对。

师：外已解，这时候变成胸满胁痛了，说明什么呢？说明邪气入里，卡在了肋和胸中。

我们讲过喷泉理论，三股势力向外喷涌，那么当外有邪的时候，卡住了这三股势力，卡住后，它掉头往回窝。



曦琳：对，就憋在里边。

师：卡在两边了，是不是胸满胁痛啊？多形象啊？两胁痛是左右两股力量回窝导致的，这个地方按理说应该喷上去，它没喷上去，卡在这儿了，中间应该开放出来，它也没有，卡在这儿了，是不是胸满胁痛？中间胸满，两边胁痛，明白了吗？

曦琳：嗯，对。

师：这种胸满胁痛。下面又说但脉浮，与麻黄汤。什么叫脉浮啊？一摸还在外边儿浮大，还是邪在外呀，就用麻黄汤解邪，把这个邪顶出去之后，这个自然就解了，就出来了。但不是脉浮，证明邪气入里，卡在这个地方不化了。

(2.) 慢性的胸满胁痛就是现在的抑郁症

师：胸满和胸口堵是一个道理啊，感觉胸部满闷不舒服，都是胸满，两肋疼痛都是胁痛。也就是说我们现在的人，不是外感急症导致三条喷泉路线都分别回弯卡在这儿，而是慢性的，就是我们的抑郁症，知道吗？就是我们大多数人没有绽放出来，都没有喷出来，肝胆经回弯卡在两肋，阳明经，任脉，冲脉回弯卡在心口。慢性病的胸满胁痛，就是现在的抑郁症，也就是现在的癌症，肝癌、肺癌、心脏病、胃癌，都是由于三股能量喷泉没有得到很好的舒展，向回打弯，窝在两肋和心口啊。也就是我们现在大多数人得的是慢性的小柴胡汤症。急性的小柴胡汤症就是由于外感寒邪，外邪入侵导致三股能量不能很好地向外喷涌，而卡在胸中和两肋，叫做胸满胁痛。心有千千结，抑郁成疾，都是这回事啊。

“只胸满不胁痛”。那有的是卡在中间，向心性的结卡在中间，有的是怒放式的卡在两边。阳症卡两边，阴症卡中间，明白了吗？那为什么会这样啊？它喷到中间，都没有喷开，就结在这儿了，就是卡中间啊，阴症；它喷开了没有喷出去，卡两边，阳症。明白了吗？外向型的人受到郁滞挫折卡两边，内向型的人受到郁滞挫折卡中间，明白了吗？有些人火急火燎的，“真烦呐，这事儿怎么这么讨厌呢？哎

呀”！这种人都是卡两边；安安静静的人，不烦不躁的，抑郁成疾的，积劳成疾的，卡中间。

（3.）气机严重卡在中间的是结胸症

师：卡中间严重的就不是小柴胡汤了，小柴胡汤就干不了它了，就是小陷胸汤，后来叫做结胸症。我们现在的绝大多数癌症患者都是结胸症。结胸，还没讲呢。浅层次的卡顿用小柴胡汤，胸胁胀满。就是浅表性卡住的，用小柴胡汤中的半夏，泻心汤中有半夏啊，半夏破结。如果说严重的就上毒药了啊，就像大小陷胸汤用毒药，甘遂、大戟、芫花，破阴节，懂了吗？

曦琳：对，破结的程度不一样。

师：哎，破结的程度不一样，就是说这已经形成瘤子了，就得用大戟、芫花与甘遂，再配以调气血的药物。如果只是稍微感觉满闷不舒，没有拍片拍CT，没有明显的实质性的淤结，就是瘤子，那么就用带有半夏的小柴胡汤。但是必须加减，因为慢性病和急性病，结的程度是不一样的。就像你们家的抽油烟机的油腻子一样，一天沾上的油和半年沾上的油，能一样吗？那油腻子油渍马虎的，一摸全都是粘手扒不掉的，是不是啊？

曦琳：嗯，是的。

师：啊，就是说一天积攒的油，可以用小柴胡汤去解决，半年积攒的油，还能用小柴胡汤吗？

曦琳：力度不够。

师：：对，力度不够，所以必须变方，在哪变方啊，只有老师教你

们怎么变方，明白吗？再守小柴胡就不好使了。

曦琳：是的。

2. 小柴胡汤的用量

师：那我们看一下小柴胡汤的组方啊。柴胡用多少？

曦琳：六两。

师：半斤，八两，古代的一斤是十六两，知道吗？

曦琳：哦，十六两。

师：他写的是半斤，半斤，就是八两，二十四克。但是你会发现老师一般都用六到十克柴胡，对于慢性的来说是六到十克。喝了柴胡到底是什么感觉啊？你们知道吗？

曦琳：老师之前说过，是有一种往上顶的感觉，就是两肋这里的气往上。

师：两肋往上走，疏散、发热，你们到时候马上就会尝小柴胡汤。你们到时候可以用一下二十克，咱们看一看。人参，甘草，生姜，都是三两。然后半夏是多少啊？半升是吧？一升是多少克呀？

曦琳：这个反正说法不一，大概就可能五、六十克，半升就三十克。但是有的量会说的大一点，可能半升都得整到四十八克。

师：一升大概一口杯嘛，应该有一百克左右或一百克以上，那半升就是五十克。五十克半夏很多了，生半夏啊。生半夏应该可以用到十克，没啥问题啊。你们到时候可以尝半夏。你们原先我记得尝过生半夏么？

曦琳：好像没有这个。

师：“拉嗓子”，是不是？

曦琳：这个是小柴胡的组成，还有它的变方。

师：大枣十二枚。黄芩三两，九克，我现在一般给别人都用九克、十克呀。那么这个就是小柴胡汤的组方啊。柴胡用到二十克，黄芩用到十克，人参、甘草、生姜也都用到十克，半夏用了十五克到二十克，大概就是这么个情况。

3. 具体讲解小柴胡汤的用药

(1.) 半夏破结

①半夏可以直接扩张肌肉

师：实际这个生半夏应该用的更多，应该用到二十克到五十克，知道吗？二十克到五十克呀。我曾经有一次专门喝这个半夏秫米汤，搁了很多半夏，喝了之后，一下子心胸就有豁然的感觉，就是心情憋得很厉害，喝了之后一下就豁然了。你们可以体会半夏开结的作用，它怎么开结啊？跟大家说过吧？

曦琳：老师讲《伤寒论》的时候说过，就是它直接作用在我们的平滑肌这个层面，让它松开，直接把肌肉结的东西给它破开松开。

师：嗯，它直接扩张啊，扩张平滑肌。你们有结的话，是不是平滑肌收紧的呀？它扩张，甚至让其水肿。总之它想尽一切办法让那地方张开。

曦琳：地里刚挖出来的半夏，很滑的。

师：嗯，要洗去滑嘛。“半夏为什么会有这个功效”？它就有这个功效，就像喝酒会醉人一样，它就有这个功效。这半夏是破结神药，

知道不？所以半夏这个药是不可替代的。不是只破心结啊，整个肠胃啊，平滑肌嘛，整个消化道系统全破嘛，甚至所有的肌肉，比如脖子、嘴。你们看那个本草上写的呀，半夏主心下坚，这没有比它更好的了。

20240424 第四学期方剂精讲第六课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 喝药反馈答疑及再谈整体观

1. 喝药的表现就说明了气血的状态

师：看来可心身体好，二十克桂枝没烧着，下肚没反应，那就证明身体可以。

生：喝了一小碗一半量的麻黄汤，喝完没什么感觉，坐了一会儿感觉乏力，困，以为没睡午觉有点累，然后感觉心脏砰砰的，心脏兴奋，竟然慢慢睡着了。

师：桂枝加量和麻黄，有反应的都说说，我看看。

曦琳：有的说没有感觉，有的六克桂枝就觉得热、燥。

师：春有百花说，“麻黄汤，鼻子通气，心跳快”，这是对的。

生：喝了一碗，五分钟马上头晕站不起来，想睡觉，后头晕缓解，散步之中；有点累，蒙蒙的，尿量增加；头很痛，低血糖；出汗头晕，心跳，思维过度发散；想吐，口干；胃痛。

曦琳：我们组很多人都尝了。我看了我们组的反馈，大多数人的反应就是心跳加快，心肺这个区域觉得有点胀，心慌。然后也有很多人反馈说，觉得变精神了，好像头脑一下子清醒了；也有的是喝十克麻黄没有反应，然后加量到十五克喝了，才会有这种感觉；还有晚上睡不着，失眠的。

师：我说一下。首先，你们喝的都是麻黄汤和桂枝汤，本身就中

和了，它偏性就变小了，有白芍，有姜枣之类的，所以应该是能够护住一些正气的。凡是有心跳加速的，这都证明是麻黄起作用了。头晕恶心的，一般都是你们中焦不好，麻黄桂枝刺激到中焦了。变精神，这是麻黄加速心脏泵血，脑部供血得到改善，感觉精神。那有的人感觉不精神，犯困，这是怎么回事呢？

曦琳：有的人他气血不够。

师：不是下沉，是元真带不动麻黄，反而导致耗气，就是这个元真必须跟麻黄相和。这就像很多人喝了桂枝汤，一点儿热量都没有，为什么呢？这是由于桂枝不能通过元真把它的热量化出来，就是点不着火嘛，就感觉不到桂枝的热，反而会导致肠胃负担，甚至拉稀、呕吐。同样，喝了麻黄之后，感觉乏力，晕，是气血带不动麻黄，不能让麻黄把气血展开，反而伤气血。

好多人一吃药之后，别人不恶心，自己想吐，那就是中焦卡住了。在盘运中焦的时候有卡点，就产生了呕吐和头晕。就像很多人喝酒一样，喝酒爱吐的都是中焦不好。喝酒话多的，出汗的，兴奋的，一般酒量都大，而且不会产生呕吐，因为马上就往外散了，散不开，就憋在这儿了。中焦不好，反而容易闷住和呕吐、头晕。还有些人，一喝酒就头疼。假酒喝了会头疼。如果别人不头疼，你头疼，那就是你头部明显不通。还有人越喝越兴奋，刚开始不胜酒力，后来酒量越来越大，他们讲是喝通了，喝通透了，也有这种现象。气血很旺，但是气血有一定的淤滞，通过喝酒把这淤滞打开，自己整个经络在酒精的作用下进入了一个新的通透的境地，就是喝通了。也就是说你们喝药之

后，你们的表现就说明你们气血的状态。

还有就是爱晕车的人都是中焦不好，一晃荡，在这一上一下，他就晕了。如果中焦没有卡点，晃一下，身体里面整个的气血就这样左右上下均匀地晃，如果憋在中间，左右这样动不了，就往上顶，就爱晕车，而且会产生呕吐。

曦琳：是的，我去国外坐船，我发现中国人很容易晕船，外国人不太容易晕船的，我觉得中国人普遍脾胃好像是偏弱一点。

师：爱吐痰，爱晕船，这都是中焦不行。

曦琳：还有喝了药，觉得尿多或者大便变通畅的。

师：麻黄本身是开肺利水的，有利水功效。所以利尿，就是治疗西医讲的肾炎。中医讲的小便不利，会用麻黄开肺，以利小便。外感型闭塞的，会用五苓散、猪苓散，里面点一点麻黄，开一下肺，有利于利尿。

2.通过遗尿的问题谈追根溯源的整体观

师：然后还有你们会发现一个现象，有人一咳嗽就有尿，就是肺和膀胱之间的关系。肺是膀胱尿液的上源。肺一张开，小便就出来了，也就是治疗外感类的小便不利、肾病综合症、肾炎，很多上来要开肺。我治了一例小孩的肾病综合症，完全好了，去医院治的归宿就是换肾透析。他那会肚子很大，像个青蛙一样，现在全正常了，他们全家都在我这调理。

生：小孩遗尿怎么回事？

师：小孩遗尿有很多原因，最常见的小儿遗尿就是肾气发育不全，

下焦淤滞。正常的小儿遗尿不用管，小儿的囟门不合，心脏瓣膜关闭不全，这些随着婴幼儿年龄的增长，三焦通顺之后，自然就完善了。要十岁还遗尿，那得看一看是惊吓，是有寒，还是先天不足等等原因导致的。女性漏尿这个问题也是肝脾肺的原因，都不是肾的问题。

可心：西医说是盆底肌的问题。

师：可心，你怎么这么可笑呢。咱是整体来看问题，把人看成一团气，这个气之间都是互相联系的，它不是单独某一个地方的问题。那像痔疮一样，还是肛门的问题啊？那是整个淤滞，厥阴经淤滞，太阳经淤滞，阳明胃经淤滞，导致对肛门的压迫，最后产生痔疮。

我再说一下遗尿，上边是肺，下边是膀胱。肺不张，向下传导压迫到膀胱，导致膀胱括约肌的机能不能很好地发挥作用而产生遗尿。那么解决的办法，就是不断疏通下焦，然后将肺向上一提，不再压迫膀胱，膀胱附近的气血循环变得通畅，那膀胱的括约肌就恢复正常了，遗尿的问题就解决了。

肺一张，一提，下边环境马上改善，不再压迫，就这么简单，极其简单。还有大肠、结肠、直肠癌症、顽固性痔疮、痔瘘，都是这种治法，都是提上面，把整个心气、肝气、胆气、肺气往上提，同时疏通下边。往上提，疏通下边，这些问题就好解决了。

为什么漏尿？肯定是漏尿那个地方的括约肌功能不好使了。那你光看到它不好使，换一个，行吗？不行，得再往上倒，它为什么不好使？因为长期受到压迫，工人阶级嘛，长时间受到压迫，朝不保夕，压迫之后，它肌肉变形，血管来血不正常，变形了又得不到营养的补

充，它的开合功能慢慢就失调了。神经控制括约肌，原先神经传导很通畅，这回也不通畅了，它里面的淋巴液、组织液不能很好地回流，那这个地方就处于病态中。

这种病态谁导致的呢？往上找，是整体大环境往下一压迫，然后到这个个体。那大环境怎么了？有好几种原因，好几条线，好几条经络都有可能影响到这个小括约肌。就像一个小办事员自杀了，那什么导致这个小办事员自杀了，是他本身的问题吗？

曦琳：因为上面有领导压迫他。

师：很简单，他本身肯定也有问题。他没有问题，他不会自杀。但是得倒根子的原因，就是一个个别的社会现象，要往上倒，最后就倒出整个社会整体环境出了问题。出了什么问题啊？各有各的问题，把握住大势，然后扭转大势，最终这个小办事员才能有一个相对舒缓的环境，能够活下来。

如果说为什么要自杀呀？以后杜绝自杀，安防盗网，在楼下放充气软垫，同时让家里人盯着，这不是西医干的事嘛，这解决自杀的问题了吗？不解决，想死都死不了，更难受。所以说治病治本，看问题看根源，往上倒。

你们看各个朝代或者各个公司、各个家庭，都有自己整体的大气。比如有的家庭整体大气是女强男弱，或者是男强女弱，或者男女都强，或者男女都弱，这都容易出问题。还有的夫妻聚少离多，有的夫妻天天在家里，谁也不出门，是不是都出问题了？都有问题，最后都导致家里的小 baby 没长好。

曦琳：就必须根据具体的情况来解决问题。

师：那怎么调啊？就看它是哪种状态，然后调。聚少离多的，让他们距离合适。天天在家窝着的，导致小 baby 长不好，那就得让他们出去，就这么简单嘛。佛经讲调御丈夫，修行人叫做调御丈夫。调，可以理解成调羹。御，御马。调御丈夫就是调服人心，降伏人心，说白了就是把我们将到尽量正常。什么叫正常？正常都是一样的，方方面面都合适，叫正常。什么叫不正常？不正常，各有各的不正常。家家有家家的不幸，不幸是千差万别的，幸福的家庭总是相似的。丈夫当大夫、大人讲。

二. “四神”各有含义

师：接下来讲小青龙汤。为什么叫小青龙啊？青龙、朱雀、白虎、玄武。咱们有白虎汤、青龙汤、玄武汤，玄武汤又叫真武汤，就是四神嘛。也可以叫六神，六神就多了腾蛇、勾陈，六神兽。

四神兽的方位。左青龙、右白虎，青龙要抬头，一个往上升，一个往下降，一个抬头，一个低头。然后是朱雀，朱雀要翔，飞起来，主飞，上下，一气周流嘛。那么这个真武，真武是伏，像个乌龟一样趴着，真武就是乌龟嘛，又叫玄武。这是古人用兽来表示气机。这青龙就上去，上了天上之后变成朱雀，在天上飞。然后气降下来之后，像老虎一样，从山上扑下来。然后白虎再接下去，到地上之后就趴着不动了，变成乌龟，玄武。一个是升，一个是降，一个是翔，一个是伏。

曦琳：老师，那为什么还要搞多两个，腾蛇和勾陈呢？

师：中间勾陈和腾蛇。勾，勾住。

腾蛇盘绕。勾陈和腾蛇盘绕在中间，一个钩，一个盘。现在的地图上北下南，左西右东。古人不是这样的，古人的地图是上南下北，左东右西，现在全搞反了。

如果按古代地图来走，那就是朱雀在上面，左边是龙，右边是虎，上边是雀，下边是武。龙腾虎跃，从上往下跃。雀翔武伏。然后再配上颜色，青、朱、白、玄，玄又当黑讲，这颜色不就配上了嘛。白应西方，青应东方，朱应南方，玄应北方。

然后《伤寒论》里面有大小青龙汤，还有白虎汤、玄武汤（真武汤），没有朱雀汤。后人仿照这个四兽，又给加了一个大小朱雀汤，实际有没有朱雀汤，不可考。因为自古就没有出现朱雀汤，后来人给加了朱雀汤，这咱就不说了。

青龙什么意思？为什么叫青龙汤？就是青龙蒸腾而作雨，它发表，蒸腾以作雨。小青龙汤、大青龙汤都是解表的方，蒸腾真气，蒸腾气机以作雨，让人出汗，所以叫做青龙汤。

白虎汤，石膏、知母、粳米、甘草，它主要是肃杀以清热，所以叫做白虎汤，肃杀之气。肃清，肃杀而清热。

玄武汤是针对整个下焦，尽量地马上去通下焦，作用在下，所以叫玄武汤，也叫真武汤。作用在里，赶紧通里。

三. 小青龙汤——解表的同时温化心下的水饮

1.小青龙汤的病机

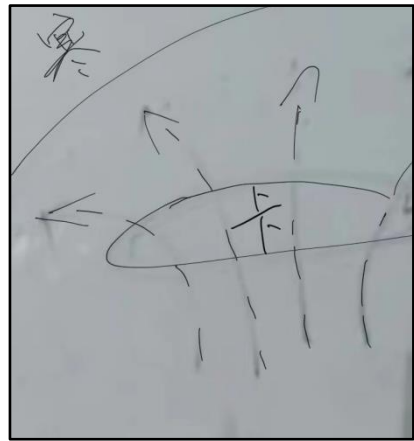
原文：伤寒，表不解，心下有水气，干呕、发热而咳，或渴，或利，或噎，或小便不利、少腹满，或喘者，小青龙汤主之。

师：然后咱们先讲小青龙汤，再讲大青龙汤。四十条，“伤寒，表不解，心下有水气”，心下有水气很关键啊，然后是干呕、发热而咳，一堆或症，小青龙汤主之。这关键就是心下有水气，受寒了之后心下有水气，什么原因呢？

曦琳：就是寒凝气滞，让这个气结在这里，寒结在这里。

师：给大家讲过很多次了，就像流清鼻涕一样，不能气化了，变成了水气停在心下了。

我们的喷泉理论，原先是很快乐地这样去喷的，一下子外边被寒阻碍住了，它喷不了了，它到这里都断了，按理说真气会以雾化的形式往外走，但没有走了，就卡在这里，这地方出现了堵塞，它就变成了像鼻涕一样的水气停在心下这儿。这个心



下有水气，也叫做饮，什么叫饮？就是水饮，水饮停在心下，有时候一晃，咕噜咕噜有响声。

心下有水气是因寒凝导致的，不是因为忧郁啊。我们很多人心下出了问题，停滞不动，很多是情志原因。但这显然不是，这是由于受寒导致水液蒸化不利，卡在这地方。

生：水咣当的。

师：有的有，有的没有，有的水在里头咣咣咣。

生：以前这有轱辘声。遇冷空气变成雨滴。

师：对。

生：好多人按心下都有水声。

师：那么这叫水饮停在心下，当它影响到心脏的时候，还有的就叫水气凌心。凌嘛，凌驾，欺凌。心脏病就出来了，心悸、心慌、房颤、心动过速，都是这个东西，阴邪抓住了心脏。

好多人胃里按着咕辘咕辘也是啊，有的水饮停在心下，有的停在胃脘，还有的停在小腹、少腹的，都有，凡是有水声，证明水液代谢出了问题。

生：水克火。

师：你可以理解成水克火，我在《中医漫谈》里面讲过什么叫水克火，都讲过。你们一定不要只是停留在模型上，要知道背后气机的推运规律，什么叫水克火，然后可以用水克火来表达。

曦琳：对，不能机械地去套。

师：不能去套，光玩水克火，火克金，这就没意思了。只不过这是方便表达的一个词汇而已。

2.小青龙汤组方的讲解

原文：麻黄（去节）芍药 细辛 干姜 甘草（炙）桂枝（去皮，各三两）五味子（半升）半夏（洗，半升）。

(1.) 细辛、桂枝和干姜温化水饮，半夏破水饮

师：“伤寒，表不解，心下有水气”，这个时候应该怎么办？应该解表，温化水饮。它形成实实在在的水饮了，用小青龙汤。实际你们看这里面，就是麻黄、桂枝、芍药、姜、甘草，这个打底，没有用枣，一会儿告诉你们为什么不用枣。这是一个最简单的解表的方子，那么在这基础上又加了什么药？单纯用麻黄、桂枝、芍药、姜草能不能把这个水给化掉？

曦琳：我觉得也可以，可能需要的时间稍微久一点，或者说量的比例上稍微调整一下。

师：看用量，麻黄三两，九克，桂枝三两，芍药三两，姜三两，甘草三两，全是三两。其实这个就可以温化水饮，用这个也能治，没什么毛病，只要知道单味药和这个最小药的组成的方式的意义就可以了。最开始要以它为蓝本去看待加的药的意义，就特别好记。

那么，为什么要加细辛？其实细辛是桂枝的增强药，细辛是温里温通的，加强去除寒气的能力。因为寒气已经把心口的真气化成水饮了，我们要加强温化水饮的能力。一个是加了细辛，一个是把鲜姜变成了干姜，就这么简单，温化水饮加了这两味药。

同时，光温化行不行？又加了非常厉害的半夏去破这个结，也是加了半升。用细辛、桂枝和干姜去温它，温的同时又用半夏去破这个水饮。

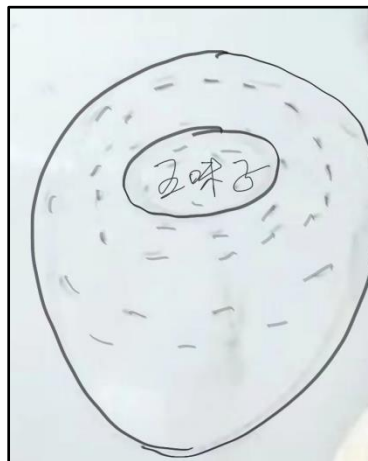
(2.) 大量的五味子将其他的药效集中于中上焦

师：那么还加了五味子半升，半杯五味子。加五味子的用意是什么？

曦琳：反佐一下，因为有很多辛燥的药发表。

师：不完全是反佐，给你们放大招了啊。

你们看，如果不用五味子，它的整个气是散漫在全身的，尤其是偏于上边。加了半升五味子之后，酸啊，把所有的气机收在中上焦了，作用在这个地方。就像靶向药一样，它一下子把散漫的药气收住。你们看，麻黄作用在表，桂枝哪儿都走，干姜、细辛哪儿都有，一加大量的五味子，



一下子收在这儿了，它重点作用在这个部分。约束气机啊，把整个气机凝在中上焦，然后让这些药大部分停留在这儿起作用，去温化这个水液。

曦琳：让它更有针对性地去解决问题。

生：定向爆破。

师：这不是加三、五克，加了个半升，半杯呀，加那么多。同样接下来咱们还会讲一味药，龙骨。一加龙骨之后，它把所有的气机收在中下焦了。五味子收在中上焦，龙骨收在中下焦，这才是关键。五味子收在上边，龙骨收在下面。小青龙汤用五味子把气机收在这儿去水饮。龙骨牡蛎救逆汤把桂枝的气收在下边，通下边。

生：为啥不说用多少两。而要用升？

师：很简单啊，比如说用两瓣蒜，为什么不说用三两蒜，二两蒜呢？为什么两瓣蒜呢？

曦琳：因为方便去使用嘛，五味子，它一粒一粒的，直接倒杯里，方便衡量。

师：因为五味子的重量是恒定的。桂枝有的轻，有的沉，要称一下。

曦琳：对，不同批次的有点区别。

(3.) 大枣容易腻中

师：这个方子就很简单了，那还有一个，为什么不用大枣？为什么去了大枣？

曦琳：大枣的劲特别甘缓，会把药效缓下来。

师：大枣本身停留在中焦了，大枣这味药腻中。所以肝脾郁滞、痰湿厉害的，吃点大枣，它就卡在中焦不动。单独加点大枣，带枣皮的，它是不是粘着不动啊？就跟那柿子一样。所以吃大枣，一定要烤焦，烤焦之后泡水，那个腻劲就没了。像很多人不爱吃粘豆包一样，很多肝郁的人不能吃粘豆包，一吃粘住了。烧心、窝心、反酸的人都不能吃粘的，不能吃腻的。巧克力吃多了也烧心，有的巧克力吃多了心脏跳动加快的。

生：那是有咖啡因吧？

师：那不是，有的很通达的人，他喝了没事。凡是有肝郁，心气不舒的人，一喝咖啡，心脏砰砰地跳。

生：桂枝去皮呀？

师：你尝尝啊，那皮上能尝出啥来，啥都没有，就是增强有效性嘛。它那个有效性在里边那个枝条里，外面的老皮粗皮都没用。

再总结一下，这样小青龙汤拿出来就非常简单了，永远记住了，用五味子收一下，用半夏破一下，再用细辛、桂枝和干姜温化它。打底就是麻黄、桂枝、白芍、姜枣草去枣，非常简单。

3.古代的一两，应该等于十克到十五克

生：五味子、半夏各用 50 克吗？

师：五味子、半夏，各用十五克就行了。其实我感觉古人的一两等于现在的十克。比如桂枝三两，实际是三十克，这个是比较靠谱的。但是为什么让大家换算成一两三克呀？因为现在的人的体质不行了，正好是古人体质的三分之一，所以除三。不然的话无法理解，上来说石膏鸡子大，一个鸡蛋那么大的石膏。一个鸡蛋大的石膏，多重啊，二百克了，二百到三百克了。那半升呢？二百克除二，甚至二百五十克除二也得一百克，受得了吗？受不了。所以在古人的这个基础上除三正好。石膏除三，五十到七十克。二百克除二是一百克，一百克除三是三十克，二十到三十克。如果再往小放，放到十五克到二十克。要活变。不是说古人的一两是三克，那还了得。按理说古人的一两是十来克，十克到十五克都有可能。

曦琳：对，要根据现代人的情况来。

师：最后我折算成适合现代人的，就是把《伤寒论》的方子，一两换算成三克，而不是真的一两就等于三克，一两应该等于十克到十

五克。

四. 大青龙汤——强力解表清热

1.大青龙汤的病机

原文：太阳中风，脉浮紧、发热、恶寒、身疼痛、不汗出而烦躁者，大青龙汤主之；若脉微弱，汗出恶风者，不可服之。服之则厥逆、筋惕肉瞤，此为逆也。大青龙汤方。

师：那么接下来咱们讲大青龙汤，这很简单，就是一个表邪重症，表闭重症，现在我们很少遇到。“太阳中风，脉浮紧”，什么叫浮？

曦琳：脉浮在上边。太阳病基本都是浮的。

师：浮则邪在表，紧则有寒，合起来就是表有寒。“发热、恶寒、身疼痛”，发热、恶寒都导致身体疼痛了，而且根本不出汗，表现为里气郁症，也可以叫怫郁，里气怫郁。怫当逆讲。里气怫郁都影响到心神了，导致烦躁，非常烦躁。为什么烦躁？表闭得太厉害，里气怫郁，解不开，想出门出不去，在家跺脚。你们很多更年期的，犯病了，就会这样吧。

曦琳：对，就是憋闷的，开始烦躁。

师：好些啊，就烦，随便看着路人就烦，就想揍他一顿。

生：一点也不烦。

师：你不烦，不一定是好事儿，烦不一定是坏事儿。就是说气机被压抑住，挣脱的这个过程当中一定会烦，想给他一锤子，这就是烦躁。为什么烦躁，出不来呀。原先是这气可以散出来的，很舒服，现

在表闭了，重重地给卡住了，里气憋着，出不来，整个里气压力过大，影响心神，就烦。“明明我是做生意的天才，非得不让我做生意；我本来我能考上大学，非得让我在家务农；天天瞅你不顺眼”。

师：“借着更年期的由头大杀四方；夏天闷热就会烦”。都是这么个原因，说明还有一定的挣扎能力，要没有挣扎能力，就呆了，是不是就认了呀？

师：“这两天在果园就是这表现，吃饱了就闲得，烦”。很正常啊，有的时候无缘无故就骂人，骂一通就好了。所以得让你们在果园劳动啊，拿锄头往地里刨啊，刨着刨着，这个烦劲就出来了。打沙袋呀，啪啪啪。那日本不是提供抽嘴巴服务吗？

曦琳：是憋闷得太厉害了，欠揍。

师：就得让他使出那劲来，使不出劲，烦就在里面出不来。

曦琳：得明搞一个踢屁股服务。

师：那个受虐狂，被拿鞭子抽，他们还觉得好舒服啊，这都是刺激经脉嘛。

2.大青龙汤重用麻黄、杏仁及石膏以强力解表清热

原文：麻黄（去节，六两）桂枝（去皮，二两）甘草（炙，二两）杏仁（去皮尖，四十枚）生姜（切，三两）大枣（擘，十枚）石膏（如鸡子大，碎）。

师：那么这个时候咱们就用大青龙汤了，麻黄、杏仁，桂枝、姜枣草，没有芍药。这又是一个基础方，这回加杏仁。为什么小青龙汤不加杏仁，大青龙汤加杏仁。

曦琳：加强解表的力度。

师：大青龙汤是往外走的。小青龙汤是作用在心下，结在心下，所以没加杏仁顶肺，杏仁是用来顶肺的，小青龙汤没有必要用杏仁顶肺。

大青龙汤用麻黄六两，18克，杏仁四十枚，其实用十枚或十五枚就行。桂枝二两，少了。姜三两。大枣十枚，由十二枚变十枚。甘草二两。桂枝变少了，主要体现麻黄往外发，拼命让心脏往外顶。这里面加了石膏，为什么加石膏？

曦琳：因为表闭住了之后，它会有一些散在的热。

师：表闭住了之后里头就很热了，它不是散在的热，是烦热，这个时候已经高烧了，一定是高烧啊，四十多度，41、42度。

曦琳：我说散在的热，是想说石膏和黄芩的区别，整个身体里面弥漫着散漫的热。

师：里大热，烦躁，在那躺着，一量体温四十二度，一点汗都没有，就是出不来呀，太难受了。那这时候用正治方，不是偏治，直接就往外顶啊，正面硬刚。麻黄放量到18克、杏仁四十枚、桂枝二两。可见是主要重用麻黄，同时用石膏赶紧清一下里热，不然温度太高。也就是当你们孩子如果发热到40、41、42度，我那个方子是不是就非要加石膏了啊，也可以说避免烧坏脑子，实际烧不坏。石膏就是清热，相当于冷敷。在用热药的情况下加点石膏冷敷，不至于在没有解表的情况下里热过盛。其实表一解，里热就退了，在表未解的时候，为了防止里热过盛加石膏，这就是大青龙汤。

发烧到 39 度，甚至 40 度，也可以不加石膏。怕烧得太多会对身体有损伤的时候就加石膏。里面如果有实热，比如口腔溃疡等等，那就加黄芩。芩连知柏都可以加，但是它们的用量一定要是以基础方的宣导为主。不要学现在的清热派以清热为主，连解表药都没有。他们开的很多方子都是一派清热，不是解表啊。我们是在解表的同时佐以清热，因为这个热是由于郁导致的，郁结则热，要佐以清热，而不能以清热为主。

曦琳：广东地区岭南派还蛮爱用清热的，包括这里的凉茶经常非常苦，很难喝啊。

师：对，一定要是寒热错杂，冷热相加，才能有一个好的效果。

3. 现代人不适用大青龙汤

曦琳：大青龙汤后面提到了误治。

师：如果误治，会导致什么呢？“若脉微弱，汗出恶风者，不可服之。服之则厥逆、筋惕肉瞤，此为逆也”。就是说一看脉微弱，这和产后很像，不能大发汗。脉微弱导致的烦躁，不能大发汗。就是身体很弱，津液亏虚的人不能大发汗，发汗之后，就导致一系列变症。

曦琳：他本来精血就不够了，大发汗，精血就更虚了。

师：所以现在一般用得到大青龙汤吗？一般都用不着大青龙汤。其实能用着的，小柴胡汤、桂二越一汤、越婢汤、麻黄汤，这样是可以的。大青龙汤很少用到，而且对于现代人也不敢轻易用大青龙汤这种正治法，正面硬刚。大青龙麻黄用了 18 克，这 18 克是现代人的用

量,要说古人十克一两,六两为 60 克,这人喝了 60 克麻黄什么感觉,不得了。

曦琳:我可不敢试。

师:所以你们知道这个就可以了,慎用大青龙汤。一般是表不解,加点调中药,表也解了。现代人中焦卡顿导致表不解,加上调中药就行了,不要用大青龙汤。

生:古人壮,现代人都弱鸡。

师:这周先不用尝药,等到时尝半夏吧。桂枝、麻黄尝了,还有一个就是生半夏,体会生半夏,然后再体会小柴胡汤。

五. 教案

1.本节原文

38. 太阳中风,脉浮紧、发热、恶寒、身疼痛、不汗出而烦躁者,大青龙汤主之;若脉微弱,汗出恶风者,不可服之。服之则厥逆、筋惕肉瞤,此为逆也。大青龙汤方。方八。麻黄(去节,六两)桂枝(去皮,二两)甘草(炙,二两)杏仁(去皮尖,四十枚)生姜(切,三两)大枣(擘,十枚)石膏(如鸡子大,碎)。上七味,以水九升,先煮麻黄,减二升,去上沫,内诸药,煮取三升,去滓,温服一升,取微似汗。

40. 伤寒,表不解,心下有水气,干呕、发热而咳,或渴,或利,或噎,或小便不利、少腹满,或喘者,小青龙汤主之。方十。麻黄(去节)芍药 细辛 干姜 甘草(炙)桂枝(去皮,各三两)五味子(半

升)半夏(洗,半升)。上八味,以水一斗,先煮麻黄减二升,去上沫,内诸药。煮取三升,去滓,温服一升。

2.知识点

(1.) 喝药之后的表现说明了什么

你们喝的都是麻黄汤和桂枝汤,本身就中和了,它偏性就变小了,所以应该是能够护住一些正气的。凡是有心跳加速的,这都证明是麻黄起作用了。头晕恶心的,一般都是你们中焦不好,麻黄、桂枝刺激到中焦了,在盘运中焦的时候有卡点,就产生了呕吐和头晕。就像很多人喝酒一样,喝酒爱吐的都是中焦不好。变精神,这是麻黄加速心脏泵血,脑部供血得到改善,感觉精神。那有的人感觉不精神,犯困,这是元真带不动麻黄,反而导致耗气。还有喝了药,觉得尿多,麻黄本身是开肺利水的,有利水功效。也就是说你们喝药之后,你们的表现就说明你们气血的状态。

(2.) 有些人何为爱晕车

爱晕车的人都是中焦不好,一晃荡,在这一上一下,他就晕了。如果中焦没有卡点,晃一下,身体里面整个的气血就这样左右上下均匀地晃,如果憋在中间,左右这样动不了,就往上顶,就爱晕车,而且会产生呕吐。

(3.) 我们应该如何调整局部的症状

你们会发现一个现象,有人一咳嗽就有尿,就是肺和膀胱之间的

关系。肺是膀胱尿液的上源。肺一张开，小便就出来了，也就是治疗外感类的小便不利、肾病综合症、肾炎，很多上来要开肺。

我说一下遗尿。小孩遗尿有很多原因，最常见的小儿遗尿就是肾气发育不全，下焦淤滞。正常的小儿遗尿不用管，小儿的凶门不合，心脏瓣膜关闭不全，这些随着婴幼儿年龄的增长，三焦通顺之后，自然就完善了。要十岁还遗尿，那得看一看是惊吓，是有寒，还是先天不足等等原因导致的。女性漏尿这个问题也是肝脾肺的原因，都不是肾的问题。

上边是肺，下边是膀胱。肺不张，向下传导压迫到膀胱，导致膀胱括约肌的机能不能很好地发挥出来而产生遗尿。那么解决的办法，就是不断疏通下焦，然后将肺向上一提，不再压迫膀胱，膀胱附近的气血循环变得通畅，那膀胱的括约肌就恢复正常了，遗尿的问题就解决了。肺一张，一提，下边环境马上改善，不再压迫，就这么简单。还有大肠、结肠、直肠癌症、顽固性痔疮、痔瘘，都是这种治法，都是提上面，把整个心气、肝气、胆气、肺气往上提，同时疏通下边。

咱们得再往上倒，括约肌为什么不好使？是整体大环境往下一压迫，然后到这个个体。那大环境怎么了？有好几种原因，好几条线，好几条经络都有可能影响到这个小括约肌。所以说治病治本，看问题看根源，往上倒。

比如有的家庭整体大气是女强男弱，或者男强女弱，或者男女都强，或者男女都弱，这都容易出问题。还有的夫妻聚少离多，有的夫妻天天在家里，谁也不出门，是不是都出问题了？最后都导致家里的

小 baby 没长好。

那怎么调啊？就看它是哪种状态，然后调。佛经讲调御丈夫，修行人叫做调御丈夫。调，可以理解成调羹。御，御马。调御丈夫就是调服人心。丈夫当大夫、大人讲。说白了就是把我们将到尽量正常。正常都是一样的，方方面面都合适，叫正常。什么叫不正常？不正常，各有各的不正常。

（4.）“四神”背后的气机为何

青龙、朱雀、白虎、玄武。就是四神嘛。也可以叫六神，六神就多了腾蛇、勾陈，六神兽。青龙嗽就上去了，上了天上之后变成朱雀，在天上飞。然后气降下来之后，像老虎一样，从山上扑下来，鸣。然后再接下去，呼，到地上之后就趴着不动了，变成乌龟，玄武。一个是升，一个是降，一个是翔，一个是伏。中间勾陈和腾蛇。勾，勾住。腾蛇盘绕。勾陈和腾蛇盘绕在中间，一个钩，一个盘。这是古人用兽来表示气机。然后再配上颜色，青、朱、白、玄，白应西方，青应东方，朱应南方，玄应北方。

然后《伤寒论》里面有大小青龙汤，还有白虎汤、玄武汤（真武汤），没有朱雀汤。为什么叫青龙汤？就是青龙蒸腾而作雨，它发表，蒸腾以作雨。小青龙汤、大青龙汤都是解表的方，蒸腾真气，蒸腾气机以作雨，让人出汗，所以叫做青龙汤。白虎汤，石膏、知母、粳米、甘草，它主要是肃杀以清热，所以叫做白虎汤，肃杀之气。肃清，肃杀而清热。玄武汤是针对整个下焦，尽量地马上去通下焦，作用在下，所以叫玄武汤，也叫真武汤。作用在里，赶紧通里。

(5.) 小青龙汤的病机为何

“伤寒，表不解，心下有水气，干呕、发热而咳，或渴，或利，或噎，或小便不利、少腹满，或喘者，小青龙汤主之”。

“伤寒，表不解，心下有水气”，心下有水气很关键啊，受寒了之后心下有水气，就像流清鼻涕一样，不能气化了，变成了水气，停在心下了。

喷泉理论，原先气机很快乐地喷出去，一下子被外边的寒阻碍住了，它喷不了了，它到心下这里断了，按理说真气会以雾化的形式往外走，但没有走了，就卡在这里，这地方出现了堵塞，它就变成了像鼻涕一样的水气停在心下这儿。这个心下有水气，也叫做饮，就是水饮，水饮停在心下，有时候一晃，咕噜咕噜有响声。

这时候的心下有水气是因寒凝导致的，不是因为抑郁啊。我们很多人心下出了问题，停滞不动，是情志原因。当它影响到心脏的时候，就叫水气凌心，心脏病就出来了，心悸、心慌、房颤、心动过速，都是这个东西，阴邪抓住了心脏。好多人胃里按着咕噜咕噜也是啊。有的水饮停在心下，有的停在胃脘，还有的停在小腹、少腹的，都有。凡是有水声，证明水液代谢出了问题。

(6.) 小青龙汤的组方用药为何

“伤寒，表不解，心下有水气”，这个时候应该怎么办？应该解表，温化水饮。它形成实实在在的水饮了，用小青龙汤。

你们看这里面，就是麻黄三两，桂枝三两，芍药三两，姜三两，甘草三两，全是三两，九克，这个打底，这是一个最简单的解表的方

子，其实这个就可以温化水饮。那么在这基础上又加了细辛，其实细辛是桂枝的增强药，细辛是温里温通的，加强去除寒气的能力，加强温化水饮的能力。还有一个是把鲜姜变成了干姜。光温化不行，又加了非常厉害的半夏，去破这个结，也是加了半升。用细辛、桂枝和干姜去温通，同时又用半夏去破这个水饮。

那么还加了五味子半升，半杯五味子。如果不用五味子，它的整个药气是散漫在全身的，尤其是偏于上边。加了半升五味子之后，酸啊，把所有的气机收在中上焦了，作用在这个地方。就像靶向药一样，它一下子把散漫的药气收住。然后让这些药大部分停留在这儿起作用，去温化这个水液。同样接下来咱们还会讲一味药，龙骨。一加龙骨之后，它把所有的气机收在中下焦了。

还有一个，为什么不用大枣？大枣这味药腻中。所以肝脾淤滞、痰湿厉害的，吃点大枣，它就卡在中焦不动。吃大枣，烤焦，烤焦之后泡水，那个腻劲就没了。

总结一下，用五味子收一下，用半夏破一下，再用细辛、桂枝和干姜温化它。打底就是麻黄、桂枝、白芍、姜枣草去枣，非常简单。

其实我感觉古人的一两等于现在的十克。但是为什么让大家换算成一两三克呀？因为现在的人的体质不行了，正好是古人体质的三分之一，所以除三。

(7.) 大青龙汤的立意为何

“太阳中风，脉浮紧、发热、恶寒、身疼痛、不汗出而烦躁者，大青龙汤主之；若脉微弱，汗出恶风者，不可服之。服之则厥逆、筋

惕肉瞤，此为逆也。大青龙汤方”。

“太阳中风，脉浮紧”，什么叫浮？浮则邪在表，紧则有寒，合起来就是表有寒。“发热、恶寒、身疼痛”，发热、恶寒都导致身体疼痛了，而且根本不出汗，表现为里气郁症，也可以叫怫郁，里气怫郁。怫当逆讲。里气怫郁，解不开，想出门出不去，在家跺脚，影响到心神了，导致烦躁。烦不一定是坏事儿，气机被压抑住，挣脱的这个过程中一定会烦，说明还有一定的挣扎能力，要没有挣扎能力，就呆了。

那么这个时候咱们就用大青龙汤了。“麻黄（去节，六两）桂枝（去皮，二两）甘草（炙，二两）杏仁（去皮尖，四十枚）生姜（切，三两）大枣（擘，十枚）石膏（如鸡子大，碎）”。麻黄、杏仁、桂枝、姜枣草，没有芍药，这又是一个基础方。这回加杏仁，小青龙汤不加杏仁，大青龙汤是往外走的，小青龙汤是作用在心下，结在心下，所以没加杏仁顶肺。

大青龙汤用麻黄六两，18克，杏仁四十枚，其实用十枚或十五枚就行。桂枝二两，少了。姜三两。大枣十枚，由十二枚变十枚。甘草二两。桂枝变少了，主要体现麻黄往外发，拼命让心脏往外顶。

这里面加了石膏，表闭住了之后里头就很热了，这个时候已经高烧了。

用石膏赶紧清一些里热，不然温度太高，相当于冷敷，不至于在没有解表的情况下里热过盛。其实表一解，里热就退了，怕烧得太高会对身体有损伤的时候就加石膏。里面如果有实热，那就加芩连知柏，但

是它们的用量一定要是以基础方的宣导为主，不要学现在的清热派以清热为主，连解表药都没有。一定要是寒热错杂，冷热相加，才能有一个好的效果。

如果误治，会导致什么呢？“若脉微弱，汗出恶风者，不可服之。服之则厥逆、筋惕肉瞤，此为逆也”。就是说一看脉微弱，这和产后很像，不能大发汗。脉微弱导致的烦躁，不能大发汗。就是身体很弱，津液亏虚的人不能大发汗，发汗之后，就导致一系列变症。

现在一般都用不着大青龙汤。其实能用着的，小柴胡汤、桂二越一汤、越婢汤、麻黄汤，这样是可以的。大青龙汤很少用到，而且对于现代人也不敢轻易用大青龙汤这种正治法，正面硬刚。一般表不解，加点调中药，表也解了。

3.思考题

(1.) 请问，遗尿的根源是不是括约肌出了问题，应该如何治疗，其治疗思路反映了什么样的看问题的理念？

(2.) 请问，小青龙汤的立意为何？

(3.) 请问，现在一遇见高烧无汗，大青龙汤是否为首选？

20240501 第四学期方剂精讲第七课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 新加汤——在通脉的基础上补益

曦琳：老师，五一节好。

师：你好。咱们上次讲了大、小青龙汤，是吧？

曦琳：是的。

师：小青龙汤中的五味子的作用是什么？还记得吗？“将气机收在中上焦”。那么也就给你们提供了一个治疗的思路啊，就是向心性的肺结节，用破药的时候，是不是可以加五味子给它们收到肺中心的那个地方啊？深层咳嗽，是不是也可以用五味子往里面收啊？那么大青龙汤大家要慎用，因为麻黄量太大。

1.新加汤的病机

原文：发汗后，身疼痛，脉沉迟者，桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤主之。

师：然后咱们看六十二条，六十二条我重点讲一下啊，“发汗后，身疼痛，脉沉迟”，说明什么问题啊？

曦琳：伤津液伤气血了，过度发汗了。

师：对啊。比如现在的产后发汗，发汗后身疼了，是吧？身体弱的人发汗后会出现什么症状啊？身疼痛，为什么身痛呢？气血瘪了，瘪了之后啊，就像海水倒灌一样，邪气内侵啊。这么粗的血脉，一发汗，是不是干瘪了？一干瘪，这个邪气是不是顶过来压着脉了？就产

生了痛。这时候用附子、干姜、细辛去去寒。但是这脉管里面是否充实呢？不充实，那这个病人的症状就会越来越多，因为没有足够的气血让这里的脉管鼓起来啊，那我们所有的攻邪是不是都是徒劳的？甚至相反的？这就是我们一再强调的，“既要补正又要攻邪，双管齐下”。《伤寒论》的方子就秉承这一思路。

2. 正邪一体，要补正驱邪

师：可以看一下啊，桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤。什么意思呢？其实就是桂枝汤加人参，只不过桂枝加芍药，生姜各一两，这个桂枝汤变成了小桂枝汤，是不是啊？加人参三两，加足了人参。那么这个地方，有一个谣言，不攻自破啊，“发烧感冒勿补，补则留邪”，听过这句话吗？明清的大夫爱干这事儿。比如，你们看，现在开那个外感方的，全都没有补药，很多人都不敢加人参，尤其是老人，身体再差的都不敢加人参啊，觉得一加人参就留邪了，没给正气喂，给邪气喂了，要饿死邪气，有这种说法吧？所以说，不吃不喝老母鸡汤啊，红糖生姜啊，人参啊，什么东西都不敢加，因为越喂越给邪喂，是不是啊？有一种说法就是，邪气的耐饿程度不如正气，所以要把邪气饿死，正气就起来了。对吗？

曦琳：当然不对啦。

师：像放疗化疗，是吧？根本就不对，正邪是一体的。

生：邪是变异的正气。

师：对，邪是变异的正气啊，就像我们发放赈灾粮的时候，那正邪不都吃吗？没有说都让邪气抢去了。那这个也一样啊，只不过在补

正的时候，要驱邪呀。补正驱邪，不能一味补正。我跟你们说，谎言其实很好戳穿的，就是没人去说呀。都信奉《伤寒论》，那《伤寒论》上明确说外感加人参，大量加人参，好多这个，比如白虎加参汤，是不是加人参？为什么不加？那不是傻吗？

3.补益方的的基础方——八珍汤

原文：桂枝（去皮，三两） 芍药（四两） 甘草（炙，二两） 人参（三两） 大枣（擘，十二枚） 生姜（四两）。上六味，以水一斗二升，煮取三升，去滓，温服一升。

师：其实这个方子就是小桂枝汤，桂枝、芍药、生姜各一两，加人参三两新加汤，这个方子还是很有名的。新加汤的组成，小桂枝汤少少与之，加人参，三两，九克，是吧？

曦琳：是小桂枝汤啊？不是芍药、生姜都加量了吗？就是三两的基础上又加多了一两。

师：桂枝三两，芍药四两啊，那就不是小桂枝汤，就是桂枝汤的基础上多加芍药一两，用来滋阴，加人参用来补气。这就是发汗后脉管变细，有的时候既要补气又要滋阴，同时要升阳。大枣十二枚，生姜四两，“上六味，以水一斗二升，煮取三升”。量还是比较大的啊，原先都是煮六升吧？这是一斗二升，煮取三升，温服一升。芍药和生姜的量都各加一两。你们喝我的药也好，喝这个比如说带八珍的啊，身体差的喝完，是不是感觉马上就有劲儿啊？有的五分钟就有劲儿，有吗？

曦琳：对，是的。

师：很难受了，已经感觉虚的不得了了，只要喝上带八珍的啊，我跟你们说啊，最快的五分钟。我感觉八珍是《千金方》里面的基础补益方，阴阳双补、气血双补。八珍方知道是啥吗啊？

曦琳：之前讲过，四君子加四物汤。

师：对，这个八珍汤是《伤寒论》补益方的扩展啊，《伤寒论》的补益方，最简单的就是参草姜枣，也可以叫小补益方。那大补益方呢？在《千金方》上，我们经常可以看到大补益方的八珍汤，就是四君子加四物。四君子是什么呢？参苓朮草。那四物是什么？归芍地芍，也可以叫芍归地芍。参苓朮草，芍归地芍，你们会发现在我的方子里面经常会有八珍。八珍的基础上再加一味桂枝，就叫做九品方，也可以叫九珍，今天正式给它起个名字叫九品方，会经常出现在《千金方》里面。如果再加一味药，加附子，加附子、桂枝，那么就是十全大补汤，明白了吗？小补益方参草姜枣，姜枣草也行；大补益方是八珍，八珍是四物加四君子，参苓朮草加归芍地芍；再加一味桂枝，就是九品方；再加桂枝和附子，就是十全大补方，这基本就构成了我们基础的补益方。几乎所有的补益都在这个八珍的基础上向外扩展。

二. 桂枝甘草汤——通心脉、补心气虚

1. 桂枝甘草汤的病机

原文：发汗过多，其人叉手自冒心，心下悸欲得按者，桂枝甘草汤主之。

师：然后我们看一下六十四条啊，“发汗过多，其人叉手自冒心，

心下悸欲得按”，咱们说过，是心气虚造成的。叉手自冒心，什么叫冒心呢？手捂心。

曦琳：对。

师：叉手自冒心，心下悸，为什么会心下悸啊？发汗过多导致宗气亏呀，什么是宗气？胸中大气，胸中气叫宗气。上面的叫宗气，下面的叫底气。一虚了之后，胸中整个的气血运行少气，少气就引起心悸。就像那个女的突然一下子晕倒了，亏气亏血的一下就晕倒了。当然这个前提都是经脉细和淤滞嘛，然后导致短暂性的这个地方缺血缺氧，也就是宗气啊。那这个亏跟什么有关啊？跟少和堵有关。如果身体都通畅，它会亏吗？基本就不会亏呀，除非大出血。那都是由于堵的很严重，导致局部开始出现亏虚。那么这个时候叉手自冒心，心下悸，欲得按。为什么想按一按？就像胃疼，想按一按一样。

曦琳：按一按，通一通呗，舒服一点。

师：对，这样一按压一缩，是不是相对来说这地方气血就多了？如果这样敞着，这个气血是不是就少了？按还能有通的效果。就像这个红军啊，原先他们为什么要系腰带呀？

曦琳：可以系在上面，有力去走。

师：哇一系腰带，武装带一系，气儿充满胸中下不去了。这个时候是不是能干很多事情啊？就这个意思嘛！如果噗嗤一下，气下去了，是不是感觉上面这地方空了？但是系腰带呀，那下边就亏了。明白了吗？你们想想，长时间的话，下边就亏了。扎腰带，这是短时间调度气血往上走的临时办法，还有绑护腿也是这个意思啊，那后来都不绑

了，容易导致下肢循环变差，都肿。还有就是老人上厕所拉屎，噗嗤一下尿没了，气儿下去了，马上人也就走了，知道吗？很多人撒尿也不行啊，一撒尿，晕过去了。撒尿、拉屎都会让很多老人和身体虚弱的人受不了。

生：小便不利的那种人一下子不能放的太多。

师：对，一放马上就受不了。

2. 高血压的错误治疗

师：比如说那个高血压，服用利尿剂就会导致进一步心悸心慌，甚至出现房颤，都知道吧？老去排尿。这个西医太蠢了，高血压，这水位抬高是由于淤阻造成的，把水位抬上去了，他们把水给抽了，但是水是财呀，水是气血呀，水是长养身体的。水少了，整个身体还好得了？那西医傻不傻呀？

曦琳：他们只要结果。

师：反正水位下来了，对不对啊？很多那个治疗高血压的，一个利尿，一个扩血管啊，还有一个让心脏泵血变缓。心脏原先是蹦儿蹦儿蹦儿，现在是蹦儿——蹦儿——蹦儿，他们把这个心跳降下来了，下来了，缺血了，人还不迷糊？那心脏为什么蹦那么快啊？就是因为它不得不这样，吃使心动过缓的药让它缓下来，太傻了，这西医气死我了。

3. 致病二因——虚、堵

原文：桂枝（去皮，四两）甘草（炙，二两）。上二味，以水三升，煮取一升，去滓，顿服。

师：然后用什么呀？桂枝甘草汤。为什么桂草汤啊？很简单，少，用甘草去补；堵，用桂枝来通。最简单的一个方子，最辩证的一个方子。

曦琳：对，相当于一个用在急的情况下，药味少，有针对性的一下子让他缓解下来。

师：很有意思，用桂枝甘草汤。为什么呢？宗气亏，亏的原因是什么呢？一个少一个堵，少用甘草，堵用桂枝，不能再简单了吧？

曦琳：这个人本来应该身体没有那么弱，然后一下子发汗过多出现的，就用这个方法。

师：一旦出现心悸的情况，往往出现堵了，心悸的人，心区一定是堵了的。

那有人说了，“亏了之后，为什么要表现为心悸呢”？因为心堵了，导致心脏的来血更少，冠心病嘛。如果说心通，宗气亏，有可能少气，肺呼吸不畅，或者胃出问题，或者肝胆出问题，都有可能，就是邪之所凑，其气必虚。出问题的那个点一定是有问题的，表现症状明显的那个点一定是有问题的，它本身就处在淤堵和不通的状态。就像涨水了，结果张三提前被淹死了。为什么呢？个矮啊，是不是啊？涨水是不对，但是张三也不对，谁让他长那么矮呢？先被淹死了。就是亏的时候，亏到一定程度，哪一个先有问题，它先暴露出来，因为心脏堵，那心脏开始出问题。如果不亏的时候大家都好，这个问题也表现不出来。是不是？

曦琳：是的。

师：就是老师一直强调的，一个不足，一个是不通，二不嘛，不足和不通。

三. 苓桂甘枣汤——通腹的同时补虚

1. 苓桂甘枣汤的病机

原文：发汗后，其人脐下悸者，欲作奔豚，茯苓桂枝甘草大枣汤主之。

师：那么下一个六十五条，“发汗后，其人脐下悸，欲作奔豚”，苓桂甘枣汤。这甘草我爱简称叫草，不爱叫甘。

曦琳：对，草枣汤，苓桂草枣汤。

师：但是他们一般都叫苓桂甘枣汤和苓桂术甘汤。脐下悸，欲作奔豚。什么叫脐下悸啊？肚脐那有跳动感，肚脐下边有跳动感，尤其身体差的。使劲按的时候也会感觉到有跳动感，身体很差的时候，晚上躺着的时候也会感觉到有跳动感。你们谁原先听过自己心脏的声音的？这叫心下悸动，心下悸动和脐下悸动，这东西都是不正常的现象，还有人听到自己耳朵蹦蹦跳。老听见心脏跳，实际说明啥呀？心脏那堵了，如果不堵，心脏它很顺利地将气血流到四方，很顺利的话，就没有声音。如果心周围都堵了，泵血就受到阻碍，那心跳的声音传导就不畅，就在那顶着，就有感觉了。那脐下悸也是，在脐下这个地方蹦蹦跳。那这个地方是什么呢？

生：腹主动脉。

师：腹主动脉。腹主动脉下边堵了，血下来到这儿，下不去，相

当于有鼓包老在那跳，如果下边通了，是不是就下去了？它就不在这顶了，就不会出现脐下悸。脐下悸，是欲作奔豚、什么叫奔豚呢？我跟你们说啊，这个只是很难下去，但还能下去，会出现脐下悸，那一旦堵死了，短暂性堵死了，这血下去之后，到这儿下不去，是不是就逆返往上冲啊？带着整个气机往上冲，那血一下子往回逆流冲心脏，回胸主动脉，人就有种淹没感。就这么一个简单的东西啊。你们找任何资料，没有一家说清楚奔豚病的发病机理啊。这个中医，总是认为是什么呢？

曦琳：会认为什么肾气或者肝火上逆啊，什么底下寒气上逆之类的，还是在肝肾上想，水气凌心。

师：他们以为是下边水气太大，水气凌心，水克火。火是心嘛，水是肾嘛，肾中浊水向上侵袭心脏，水气凌心，你们说蠢不蠢？因为他们看到里面有茯苓了，茯苓利水，所以认为是水气上客或者上泛，欺凌心脏，所以要用桂枝温阳利水，用茯苓去渗利水湿，去治这个水气凌心，是不是这样讲的呀？实际大错特错呀，什么水气凌心啊，就是那个腹主动脉下边不通，堵了嘛，导致整个血液向上回流、逆流，奔豚。在下边咚咚咚老蹦，它还能通下去，不往回流，叫欲作奔豚。一旦向上逆流，那就变成奔豚了。奔豚症也是一种常见的中老年疾病，一下子那劲儿就上来，然后一会儿就好了。为什么会好啊？这一上来一顶，人应激反应嘛，下边就开了。有的一月一犯，有的一周一犯，看程度轻重嘛。非常简单，到咱这哪有那么难的呀？没有，老师都能给讲清楚。

2.重用茯苓来化开中下焦因虚导致滞的局面

原文：茯苓（半斤）桂枝（去皮，四两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十五枚）。上四味，以甘烂水一斗，先煮茯苓，减二升，内诸药，煮取三升，去滓，温服一升，日三服。

师：那么用的方子是什么呢？苓桂甘枣汤。为什么要用苓桂甘枣汤啊？

曦琳：又通脉又补虚。

师：“发汗后，其人脐下悸”，因为有一个发汗后，发汗后虚了，越虚越堵，越堵越虚，懂了吧？本身下边就堵的，发汗后，这个宗气的力量是不是更弱了，无力向下推运，下边是不是就堵得更严重了？就脐下悸，欲作奔豚啊。那么赶紧要补，补燃料嘛，那用什么呢？用甘草大枣。给点粮食，其实用饴糖、大米、小米粥也行，这是红枣。不能完全局限在甘草、大枣，它只是提供了这么一个思路。因为那时候大枣是最容易找到的，吃点蛋糕也行，喝杯朱古力，卧鸡蛋，大鹅蛋，喝碗羊汤，都管事儿。然后在这个基础上赶紧加桂枝。

你们知道为什么要加茯苓吗？这茯苓，我跟大家说过，好就好在这啊，大量加茯苓。当在虚和滞的时候啊，当气出现滞的时候，用茯苓一扎，用桂枝扎，如果再有茯苓，通透性会更好。这咱讲过啊，就是茯苓的通透性，它像沙子一样，迅速把中下焦的因虚导致滞的这个局面化开。用桂枝、茯苓去化开。

为什么不用白术啊，下边有苓桂术甘汤啊。白术的功效是什么，你们知道吗？白术喝多了能怎样，你们知道吗？白术喝多了，放屁啊。

白术像小推土机一样，它推运脾气的运转，但没有渗透的这个劲儿，一点渗透的劲儿没有，渗透是茯苓，白术茯苓相配，就是一边渗透一边推运。明白了吗？这个白术没有渗透的劲儿，喝这个白术就知道了，它会不断让我们产生屁，它推动脾气运转。那这个地方因为要赶紧解决因虚而滞的虚滞现象，那么就用甘草、大枣补虚，茯苓、桂枝通阳，渗利通阳。

这时候加白术，对吗？也可以加，没什么问题。这个方子只是一个经典的原则方。加白术，加很多药，都对。我在这个基础上也可以加很多药，以后会给大家讲我开方的经验，我都爱用哪些药。那么咱们现在还是讲张仲景《伤寒论》里面的基础方，这叫经方，大原则，明白了吗？

那么咱们看一下它的用量啊，茯苓，要重用茯苓，用多少啊？

曦琳：半斤。

师：半斤是多少啊？半斤八两，八两是多少？二十四克。这茯苓啊，二十四克到五十克都可以用，茯苓可以放量。茯苓是一味非常好的药，它能疏通我们整个的滞气、黑气、晦气、乌气。你们吃过茯苓饼吗？

曦琳：吃过。

师：茯苓这个药，虚症的人都可以放量，十克到三十克，是我常用的一个量，最多可以放到五十克。桂枝用了四两，甘草二两，大枣十五枚。桂枝多加了一两，迅速通啊。通哪啊？通下腹，这作用在下腹，就是欲作奔豚，脐下悸这个地方。

3.被晒过的流动的水对人是很好的

原文：作甘烂水法：取水二斗，置大盆内，以杓扬之，水上有珠子五六千颗相逐，取用之。

师：然后这里面有一个作甘烂水（亦称甘澜水）法啊，这个跟大家提一下啊。什么叫甘澜水啊？

曦琳：底下有说做法。

师：“取水二斗，置大盆内，以杓扬之”，五千遍，“水上有珠子五六千颗相逐，取用之”。这相当于啥意思啊？就把这个水打活，就像打鸡蛋一样，相当于把水抽活，能理解吗？甘澜水，什么叫澜呢？

曦琳：波澜，澜就是波澜的意思嘛，让它荡起来、动起来。

师：对，流动的水嘛，甘澜水，长流水、活水。这水的分类和作用，你们去看《本草纲目》，里面说的很清楚，这水有长流水、江河水、雨水等等。同样都是水，但是水的活性、气机不一样，起的作用也不一样。就像鲤鱼，有池塘鲤鱼，还有黄河大鲤鱼，是不是黄河大鲤鱼见过世面哪？肉也好吃啊，它在气场强大的大江大河旅游过，这个鱼肉也不一样，对不对啊？

曦琳：就是。

师：同样是鲤鱼，生活的环境不一样，就决定它们的气场不一样，它们的肉质不一样。同样，我们用水，水对我们的重要性就不必言说了，但是我们现在大多数人都吃不上好水。首先就是自然环境中形成的江河湖海。穷山恶水出刁民，那反之好山好水养育中华好儿女，是不是啊？那么现在一般都是自来水，自来水在地下伏行，它就变成了

阴水，见不到阳光嘛，始终在管道里面待着。所以说我们鼓励大家直接饮用自来水吗？

曦琳：不鼓励。

师：要不就烧开了，烧开又变成了死水。

生：那井水也是。

师：井水，身体弱的人也喝不了井水啊。那井水也是伏行之水啊，所以说最好直接喝江河湖海的被晒过的水，直接打上来喝呀，这对人身体是很好的。没有被污染的青山绿水的那个水，我们直接喝，对人身体有益啊。明白吗？虽然里面有大量的微生物，但是喝的是流动的水，它不断地流，是最有益的，而不是有害的，而且微生物的含量也是可控的，而且流动的水非常活跃，我们喝了之后也会直接活跃我们的身体。那么我们就不能喝死水和阴水，没有见过太阳的水和不流动的水，还有被污染的水。对不对？

曦琳：唉！那不是我们天天喝这种水嘛？

师：比如说那一桶纯净水放那儿，一动不动，搁很长时间，啪嚓倒过来让你们喝，你们觉得这个水好吗？还有那个矿泉水拧开了，静止很长很长时间，三个月五个月甚至更长时间，你们觉得这种水好吗？都失去活性了。那么这个甘澜水，就是说已经激发了这个水的活性，让水非常活跃起来，然后和药一起煮了之后，这个活跃马上进入了我们的身体，蹦蹦跳跳的，它就开始工作了。

曦琳：对，是的。

师：“小时候每次喝桶装水，都要在阳光下激动地摇晃，才能喝”，

是吧？好好摇一摇再喝。其实很简单，如果既想避免烧开水又想避免自来水的阴水，就准备一个大缸嘛，自来水倒缸里，然后让太阳晒一天，舀出来就可以喝。我感觉这是最有益健康，也是最简便的方法，搁点朱砂也行。

一个是水一个是火嘛，家居必备水和火嘛，现在全完蛋了，水没有缸，火没有灶。水和火是居家日用的，现在全完了。所以现在的人的身体全都病了。

曦琳：唉！现代人吃的喝的都是不好的东西，质量差的东西。

师：啊，浇花的水都得晒一下吧，直接用，不管浇花还是别的，都太硬。大中午的，拿那个自来水一浇，对植物好不好？突然抑郁了，不好。突然直接将养的鱼放到自来水中，鱼也养不好，这都没经过太阳晒，这都是阴性的呀，而且很硬啊，都不好。你们要让水中存在一定量的微生物，无论是养鱼浇花，还有我们喝啊，对我们都有好处，明白吗？其实，这个甘澜水就是告诉我们这个水，我们虽然都在喝水，但是水是有差别的，作用是不一样的，同时为了增加药效的活性，我们可以用甘澜水。

生：那为什么他就光在这一节用？

师：他就这么一说，你就这么一听，实际其他想增加活性的，也可以用这个办法，或者用其他办法都可以。可千万不能泥古，要知道道理所在。崇古，包括对孔子的完全崇拜啊，导致了很很多笑话。包括覆杯而愈，喝上药就好了，是吧？痊愈的速度快就像把杯子倒过来一样。但是后来有的说，喝药时候啊，喝完药了把杯子扣过来，能

加速愈病。

曦琳：这都太呆了吧？这什么脑子啊？

师：呆的有的是啊，明清啊，整那啥嘛，说搞两对雌蟋蟀或者两对雄蟋蟀，要雄的，要单的，要这个要双的，这东西，那整的乌七八糟的，你们知道吧？这太多了。把那个中医完全给糟蹋了。纯净水是不好的，缺少矿物质。

四. 朴姜夏草参汤——疏通中焦郁滞的同时补气虚

1. 半夏与生姜和厚朴是药对

师：看六十六条，“发汗后，腹胀满”，这是厚朴生姜半夏甘草人参汤，这个方子也很好。跟大家说啊，一般半夏跟生姜是同用的，小半夏汤啊，小半夏汤就是半夏、生姜，为什么半夏跟生姜同用啊？

曦琳：有个说法是生姜可以解半夏毒。

师：哎对啊，生姜可以解半夏毒，所以有一个姜半夏。姜半夏就是半夏和生姜同熬，去半夏毒。实际通过我的实践呢，咱们的方子也可以不加生姜，咱们方子里那么多药，再加半夏，这半夏的毒一样是大大缓解了啊。

曦琳：其实半夏煮透的话，挺安全的。

师：对，煮透就行。你们就记住生姜、半夏同用，这是一个药对儿，什么叫药对儿啊？药对就是两味药合在一块经常用，想到这个药，就想到另一味药。比如说桂枝加白芍，当归要放川芎，有的是阴阳搭配的，有的是互相促益的，不一样。这就是药对，共同促益。桂枝白

芍就像夫妻一样，它是阴阳双补。一看麻黄，就想到杏仁。见半夏就想到生姜，有时候见半夏，还想到厚朴，夏朴也对，还有就是夏朴姜，这都是药对，药对有时候有三个出现的，姜枣草这都是药对。想到白术，想到茯苓，术苓。

曦琳：是的。

师：看到黄芩就想到黄连，芩连也是。看到桃仁就想到丹皮，看到大黄就想到枳实。

2. 朴姜夏草参汤的病机与用药

原文：发汗后，腹胀满者，浓朴生姜半夏甘草人参汤主之。

曦琳：我大学的时候刚学《伤寒论》，有一次出去和同学打球，出了汗之后又吹到冷风，然后开始肚子胀、吐，很难受，一开始没去管它，结果吐了两天都没吐好，然后当时刚好自己在看那个《伤寒论》条文嘛，其实没懂是什么意思，但就感觉好像发汗后腹胀满者，像我，然后我就自己给自己开了这个方，还是我同学帮我去药店买的，结果真的就喝了一次，一剂药喝了一半，就不吐了。

师：嗯。你们看那个发汗后腹胀满，为什么会腹胀满啊？气机不运了。气机不运因为什么呢？因为一个虚一个郁，发汗后导致气机郁滞在中焦不运。那怎么办？很简单，补其虚化其结，这个不是完全不通了，而是卡在中焦那儿导致胀满，腹部胀满痛，要消满，怎么消啊？用健脾理气化痰的药，健脾理气化痰的药去消这个胀，明白吗？用什么呢？很简单，要想到这两个（夏朴），半夏、厚朴去消那个满，实际上非常好使啊，只不过要加姜嘛，要有一个小尾巴，姜就跟着夏，开

夏就要开姜，明白吗？夏朴姜都带上，一定带着人参和甘草。为什么要加人参、甘草？

曦琳：他也虚了嘛，经脉虚了憋住了，所以必须粮草跟上补气。

师：对啊，如果不发汗有腹胀，实际不加人参，直接用这个就行了。因为夏朴姜都太愣了，都辛嘛，辛甘发散为阳，辛甘化阳。这三个药全是辛药啊，半夏辛温，厚朴辛苦，生姜辛热，那么一定要加入甘药，辛甘发散为阳，这个甘药是甘草。由于发汗后人身体虚，要加人参。

3.新病在气分，需要赶紧补气，久病入血分

师：为什么发汗加人参不加补血的药，知道为啥吗？

曦琳：因为还没有到血分呢，他只是气分，这个病刚刚得。

师：对。你们记住啊，短暂性突然的虚啊，都没伤及血分，赶紧补气就来得及，补血太慢了，久病入血，新病都在气分，赶紧补气。这人参可以用党参，我经常加党参、黄芪，喝了马上就有劲儿啊，马上就有精神了。气短的喝了之后，马上不气短，乏力的喝上，马上就不乏力啊。所以说这个补气药的重要性可不能小瞧啊，它能迅速补充我们，一下让我们的精神起来。

为什么有一个独参汤啊？虚乏的，独参汤救急嘛，因虚导致气机大乱，喝一碗人参汤马上能定住。整个人能定住，定是稳定住啊，不是让他停住不动啊。这个人参不是指党参，就是指人参。人参，《神农本草经》说，“补五脏，安精神，定魂魄，止惊悸”，大补元气啊。党参和人参不是一个品种。当时说的上党人参，明确说是上党人参，

现在的党参和这人参不是一个科啊。人参是五加科，党参是桔梗科。

师：那时候咱们这个中原啊，还到处能挖到人参呢，人参肯定要比党参的劲儿大多了。功效不一样啊，不是说那时候的人参就是党参。但现在用的人参好像都是辽参了，以辽参为主，这个品种就不好说了。

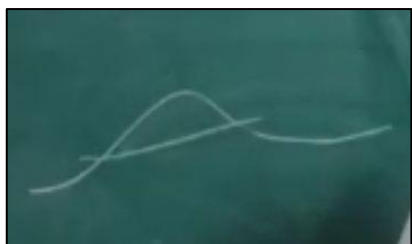
4. 《伤寒论》的方子多是针对外感和急病的，需要变方变量

原文：厚朴（炙，去皮，半斤）生姜（切，半斤）半夏（洗，半升）甘草（二两）人参（一两）。上五味，以水一斗，煮取三升，去滓，温服一升，日三服。

师：你们看量也不小啊，厚朴用了半斤啊，半夏用了半升啊，这个量相当可以，生姜用了半斤呢，半斤八两，甘草用了二两。所以说重用生姜、半夏和厚朴，人参只是简简单单加上一两。那么发汗后，腹胀满，这个还是应该以去实为主啊。如果我开方，就不那样干，我的量都会放很小，半夏六克，厚朴六克，生姜三片，甘草三克，人参六克，如果产后腹胀，就这么简简单单的，这小方就行啊，就适合现在的人。如果身体很虚弱了，骤然把半夏、厚朴的量放大，就受不了。你们要不断去临床实践，这个量上就有把握了。开方用药，你们记住啊，宁小勿大，宁少勿多，一旦见效，马上减量。一旦明显见效，马上减量，知道为什么吗？

曦琳：说明那个量其实已经有点儿偏大了，所以要减一点，说明那个劲儿已经是挺猛了，所以一下子会明显见效。

师：如果长期服药的，明显见效了，知道为啥啊？就是劲大了。



比如削这个土坡，上去一下就削到这儿了，因为明显见效了，那接下去再这么削，就到肉了，就得一点点去削。产后腹胀可以用，但不能完全用，《伤寒论》上的方子主要是对付外感和急病的，一般在气分和阳分，腑病和经病。现在的人得的病，是内伤呀，暗气暗憋呀，老婆给的，丈夫给的，社会给的，家庭给的，都是内伤性疾病，都在血分、阴分，在脏。为什么一得一个癌症啊？都在血分、阴分、脏分。《伤寒论》上的好多病，都是在气分、阳分、经络四肢，所以治法就不一样。等我给你们讲内科的时候，就告诉你们。

20240508 第四学期方剂精讲第八课

整理：整理部 编辑：理论中心 校对：理论中心

一. 调胃承气汤——稍微帮忙，让肠胃自己恢复通畅

师：六十八条，这有一个疑非仲景方，有争议咱就不讲了，我感觉是有问题的，“发汗病不解，反恶寒者，虚故也，芍药甘草附子汤主之”，里没有大枣，姜枣草应该加呀。

1. “调胃”的本质是帮胃气自己去恢复

原文：发汗后，恶寒者，虚故也；不恶寒，但热者，实也，当和胃气，与调胃承气汤。

师：咱讲一下七十条，“发汗后，恶寒者，虚故也；不恶寒，但热者，实也，当和胃气，与调胃承气汤”。这很重要，他给了我们一个思路。发汗后不解或者不恶寒，但热，这热是怎么来的？

曦琳：中焦堵住了。

师：发汗后表已解，但还怕冷，是虚，这时候表现的脉已经不是浮脉，浮则表未解，应该是这个意思。如果不恶寒，反热，有实热，不爱吃东西，这种是什么？

曦琳：阳明经堵着了，淤热。

师：中焦气机失去了斡旋的能力，卡在了中焦，变成结热。现在的人不常见，现代人身体都不壮实，但是给了我们一个治疗思路——当和胃气。什么叫和胃气？

曦琳：调和胃气就是调和中焦。

师：和胃气，让胃气调达，那为什么不叫通胃气？

曦琳：因为不仅有通，还有让阴阳相合的意思。

师：因为通的过了，马上就伤胃气了。我们老讲要通畅肠胃，不停地吃大黄，不停地给番泻叶，现在很多减肥的用番泻叶，还有的不停灌肠，能通畅肠胃吗？西方中世纪特别流行灌肠，有的贵妇一天灌一百多遍，而且大庭广众之下灌肠。这些东西只会破坏肠胃的大环境，很关键啊，虽然肠道以通为美，但是不能破坏性、无节制地通。要让它通，而不是替它通。让它通和替它通能一样吗？

曦琳：就像小孩一样，要让他学会做事情，而不是替他做事情。

师：春春讲讲今天的事。

春春：我讲一下怎么放手让小孩做决定的。我们每周有一天孩子们的快乐日，快乐日就是带他们出去吃好吃的，不在民宿吃，出去吃，比如肯德基、牛排。然后今年变了，一顿给他们三十块钱，让他们自己决定吃什么，他们选地方，我们带他们去。去了以后，他们拿自己手里的钱去买，今天就这么做的。

师：一个月给一百二十块钱，每周有一次。

春春：如果这周没吃，可以攒到下一周吃一个好的。那他们马上就算起来了，“哎，我要吃这顿，如果我三十块钱都点了，那没有钱喝饮料了”，我得把饮料也保住。

师：他们就马上会节俭了。让每一个孩子自己点菜，自己花钱，小孩就马上不瞎要了。这就是让它通和替它通的区别。你替他花钱，孩子没有任何感觉。你要让他花钱，他才有感觉。

曦琳：自主性必须要有。

师：这说明要让肠道自主地通畅，而不是你直接去通它。

曦琳：大人不要抢小孩的戏，让他们自己演好自己的人生就好了。

师：不瞎要了，汤不点了，饮料也不点了，就一个卤肉面，特别自觉。

曦琳：之前花别人的钱，那花得越多越好。那现在花自己的，马上不一样了。

师：所有人都不能惯着，都要自食其力，都要有所付出，才有获得。

春春：有出，才能进，光想进不出，就坏了。

师：对。什么叫调胃？调荡，涤荡。胃卡住之后，它自己翻不动，你们稍微涤荡一下，胃自己能翻动了，它自己就通了，而不是你们直接去给它通。小孩因为摔了跑不起来，扶起来，他自己就跑了，不要扶着他去跑。现在过度治疗太多了，比如大腿静脉血栓，西医怎么弄的？

春春：弄一个勾血栓的机器人进去。

师：对呀，把血栓给通完了，当时一下通了，但是马上就恶化，因为把血管自身的真气环境给破坏了。

曦琳：是的，这些通栓的方法很容易复发，这里通了，另外地方又容易堵。

师：对，代替它通是不行的，要给它创造环境去自己纠偏、自己去通。西医干的事儿就是替它做决定。我们是鼓励，但不代替。现在

很多孩子的家长代替太多，代替孩子做决定，觉得这是对孩子好，实际没有让孩子真正地成长起来。

黑土地：当一个人身体太差的时候，指望他自己能起来？

师：先力所能及的一点点来，先让他坐起来，然后慢慢再让他站起来，再让他走起来，再让他跑起来，循序渐进嘛。

2.气有余便是热，气不足便是寒

原文：芒硝（半升）甘草（炙，二两）大黄（去皮，清酒洗，四两）。上三味，以水三升，煮取一升，去滓，内芒硝，更煮两沸，顿服。

师：所以这里用调胃承气汤，承气咱们讲过，接承、顺承的意思。然后这个方子，芒硝（半升）、甘草（炙，二两）、大黄（去皮，清酒洗，四两）。大黄又叫酒军，一般拿酒去呕它，去其寒气。“上三味，以水三升，煮取一升，去滓，内芒硝，更煮两沸，顿服”。肚子里咕噜咕噜一叫，这个热结就去了。

热实、热结，身体里面形成很多的热，为什么会形成热呀？如果人体是不断循环的，这个热能留在一个地方不动吗？不会。很多人后心巴掌大的地方发热，腰也发热，乳房下缘发热，两肋发热，腹部发热发烫，两股间发热，这些地方都非常常见。为什么发热？

曦琳：堵着了，结着了。

师：很简单，都堆在这儿，不能往前，就发热。什么叫热呀？气有余便是热。什么叫寒呢？气不足便是寒。那么什么原因导致气不足？

曦琳：不通，过不去，或者说整体气少了。

师：一个虚，一个不通，都会导致气不足。一个人，中焦卡了之后，气上不来，说话没气儿。他是不足，还是不通？腿上有劲，就是说话没劲。

曦琳：那就是不通为主。

师：对，都堵在中焦这儿了，气上不来，就是说胸中这个地方不能充满气供他去说话。很多人就是说着说着没气了，但是你让他走走，还行，都是卡在中焦和上焦。

还有我跟大家说过，发热烧不退，也要调胃，稍微加点陈皮、枳实、甚至大黄，吃完了，肚子咕噜咕噜，晚上烧就退了。你们有这个案例吗？

曦琳：就像有的小朋友喝奇壮壮也好了。

师：三天五天不退烧，稍微调中，烧马上就退了。这是咱的惯例了，给他喝点奇壮壮，喝点奇真，揉揉肚子，手上按按合谷，脚上按按内庭，咕噜咕噜，肚子一转，就好了。奇猛也行，非常简单的事情。这个地方“但热者，实也”，就用调胃承气汤。

二. 五苓散——温（通）阳利水

1.五苓散的病机为何

原文：71. 太阳病，发汗后，大汗出、胃中干、烦躁不得眠，欲得饮水者，少少与饮之，令胃气和则愈；若脉浮、小便不利、微热、消渴者，五苓散主之（即猪苓散是）。

师：下面七十一条，也是非常常见的一个病。“太阳病，发汗后，

大汗出，胃中干，烦躁不得眠，欲得饮水”，是不是缺水了？那么这时候就提出了“少少与饮之”。为什么要“少少与饮之”？

曦琳：因为中间转不动了。

师：津液匮乏的时候，要补充津液。也就是说我们感冒发烧的时候容易导致阳气虚，还有阴气亏，阴气亏当中以津液亏为主要的表现形式，除非时间长了会亏血，一般情况下是亏津液，说白了就是脱水，发烧时间长了，容易脱水。不停拉稀又得不到水液和盐分的补充，眼窝深陷，上吐下泻，叫霍乱。此时，补水很重要。大汗出，不停地发汗，不停地拉稀，不停地呕吐，很容易导致脱水，霍乱很快就死人了，吐一两天就死了。

“若脉浮、小便不利、微热、消渴者”，这是一条重要的，马上就要什么呢？肾炎。脉浮说明什么？

曦琳：表上还有邪气。

师：只要一说脉浮，一定是发烧，这都是《伤寒论》上常见的。若脉浮，发烧，这时候小便不利，说明什么？发烧引起肾炎啊。什么叫小便不利？首先尿没了，那一查很有可能是肾炎，然后肾炎就转成肾病综合症，尿有潜血，然后肾炎、肾病综合症，很容易转成尿毒症。你们看《伤寒论》上这么一个简单的条文，就说出了现在的一个绝症。那么这时候出现小便不利，而且还发烧，应该怎么办？

曦琳：既要解表，也要解客在下焦小便这个位置的邪气，让它通出去。

师：对，其实就是邪气客在膀胱，导致膀胱产生淤结，牵引膀胱，

导致小便不利。邪气沿足太阳膀胱经客在膀胱，导致膀胱收引，产生小便不利，非常简单，如果当时处置得当，很快就好了。但西医不是这样的，西医怎么治啊？

曦琳：透析，然后还会建议换肾。前一周我就遇到这样一个患者小朋友，他平时体弱，很容易感冒，然后这一次感冒又很严重，送去医院一检查，说他肾衰，让他去透析。我就跟他说了，我说这不就是我们老师说的典型的感冒之后，邪气一下子入里嘛。因为他平时经常感冒，也没好好治过，一直都是西药抗生素，都没有用。我就说这种情况下可以尝试用中医治治看。但他家属很紧张，医院说他的肾已经萎缩，然后要换肾，还让他妈妈去捐肾。我想问，这种小朋友会这么快，肾一下子就萎缩吗？还是说他本来这个肾脏就体积长得小，并不一定因为这个肾炎立马萎缩的。然后说他的肾功能已经百分之九十以上没有用了，让他立马换肾。

师：他容易得肾炎，这肾本身就不好。肾脏处在代偿浮肿的状态，它不一定是萎缩，但它会浮肿，那个肾胀大了，而一旦被邪气客住之后，它由浮肿变成萎缩。因为整个气血不通，来血变少，本身功能就不正常，由代偿马上就转入失常，很快就会出现萎缩。

曦琳：对，他感冒可能才一个星期吧，然后肾就萎缩了。

2.五苓散的组方

原文：猪苓（去皮，十八铢）泽泻（一两六铢）白术（十八铢）茯苓（十八铢）桂枝（去皮，半两）。上五味，捣为散，以白饮和服方寸匕，日三服。多饮暖水，汗出愈，如法将息。

师：五苓散是《伤寒论》上非常著名的温阳利水的一个方，也就是通阳利水，是治疗因寒邪客在膀胱导致小便不利的经典方剂。五苓散为什么叫散？

曦琳：因为它可以做散剂吃。

师：上五味，捣为散，以白饮和服方寸匕，什么叫方寸匕？

曦琳：就是匕的头上那么一点点，就是尖尖去怼一下那一点儿。

师：啥叫匕？

曦琳：小刀，匕首的匕。就是匕首的那个握把去怼一点点。

师：什么叫方寸？就这么点，一抄，取一点。“日三服。多饮暖水，汗出愈，如法将息”。五苓散由五味药组成。猪苓、泽泻、茯苓都是利水的药，在利水药的基础上加桂枝、白术。那么，邪客在下焦产生小便不利，说明什么？



曦琳：说明局部那个地方经脉不通。

师：说明客于水分。有时候客在膀胱或者膀胱外周，它有可能没有客到水道，也不会产生小便不利。客于膀胱，下血如狂，就是跑血分了。它有可能跑血分，有可能跑水分，有可能跑气分，还有可能跑阴分。主要是四分，阴分是深层次的，客在深层次就是阴分；客在表层次的就是气分；客在水道，导致小便不利，就是水分；客在血管上，引起下血出血，就是血分。或者是整个不下血，比如女的例假不来，这就客在了血分。阴分不是血分。

那么这个时候我们要用五苓散去治。什么意思呢？寒邪客在膀胱、

水道，导致小便不利，我们要去解这个寒邪，同时又让猪苓、茯苓，泽泻去通利水道，同时通过桂枝的阳气顺势一通一捣。你们看这里面猪苓十八铢，泽泻一两六铢，十八铢是多少？24铢是一两，如果一两10克的话，那十八铢约7克；如果一两3克的话，那就是2克。这是一个散剂，我建议你们也尝一尝五苓散。

春春：相当于不用熬？

师：不用，打粉直接冲服。

春春：因为客在水分，所以不用水熬，用干粉去冲，是吗？

师：不是。丸散膏丹，各有所宜啊。其实，也可以煮，后边还有猪苓汤，还有茯苓四逆汤，利水方其实最重要的是五苓散、猪苓汤，还有文蛤散、茯苓戎盐汤。

曦琳：还有滑石白鱼散，这些没用过。

师：那是《金匱要略》里面的。然后风水，还有一个防己黄芪汤。

曦琳：这里提到的白饮和之，这个白饮是指米汤还是米酒？

师：这不知道。我觉得米汤和酒都对，具体是啥不知道。

三. 梔子豉汤——香豉宣散心中的滞热并以梔子清掉

1. 梔子豉汤的病机

原文：发汗后，水药不得入口，为逆。若更发汗，必吐下不止。发汗、吐下后，虚烦不得眠；若剧者，必反复颠倒，心中懊憹，梔子豉汤主之。

师：然后我们看一下七十六条，也很有意思，提出了吐的概念。

这里面有一个方子——栀子豉汤。你们看，“发汗后，水药不得入口，为逆。若更发汗，必吐下不止。发汗、吐下后，虚烦不得眠；若剧者，必反复颠倒，心中懊憹”。什么意思？吐下后，心中烦躁不安。为什么烦躁不安？

曦琳：一方面是发汗过多，一个是里边虚软，这个地方阴分虚了一点，同时邪气往里走了，所以导致这个地方烦躁不安。

师：说白了，就是又吐又下，心胸、心下、中焦这儿紊乱了，代谢失常了，不上不下了，停在这儿，就心烦意乱。就像很多产后的，发汗过多之后，产生抑郁症、烦躁症等等，难受啊，抑郁，情绪异常，都是气血乱了之后的表现。气血逆乱就导致精神类疾病，心中懊恼，反复颠倒。《伤寒论》里面有大量的关于情志症状的描述，什么谵语、心中烦、心中懊恼、心悸等等的，都表现出心神类的一些问题。那是什么导致的？

曦琳：那里散漫的邪气，气血逆乱。

师：对。

2. 栀子豉汤是清宣剂，不是涌吐剂

原文：栀子豉汤方。栀子（擘，十四个）香豉（绵裹，四合）。上二味，以水四升，先煮栀子，得二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分为二服，温进一服，得吐者，止后服。

师：那么这时候用栀子豉汤。栀子能干啥用的？

曦琳：可以清上焦的热，有一点轻微的郁热，它可以散一下。

师：栀子苦寒，也是经典的清热药。我们知道有三黄，黄芩、黄

连、黄柏，是清热的。然后加上石膏、知母，那么剩下的竹叶、栀子清心热，然后龙胆草清肝胆热。三黄清上中下三焦热，石膏知母清气分热。

心中烦，心中有热用栀子，它能很顺利地清掉心中热。那为什么要用香豉？

曦琳：就是发酵过的豆豉。它是不是属于酸苦的？既可以酸苦涌泻，也带一点清热，但是它发酵过就没有那么苦寒，就不会那么伤气血。

师：对。香豉，为什么叫香？香能醒脾，能发。香豉是发物，它本身就是发酵的东西，能往外发，同时又秉土气，浑合之气。放在栀子里，它能搅动中焦的虚热。为什么是虚热，不是实热，它没有结实，相当于处在一种松散的热结的状态，叫滞热。很轻微的一些热停在心口不化，用栀子豉去清宣。谁来清，谁来宣？

生：栀子清，香豉宣。

师：刚才有人说栀子豉是吐剂，涌吐剂，咱们看一下。“上二味，以水四升，先煮栀子，得二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分为二服，温进一服，得吐者，止后服”。后来就说，这栀子豉是吐剂。

曦琳：其实就是上焦的邪气可以通过吐的方法吐出来，但也并不一定会表现成吐，它直接散了，排出去也行。

师：对。栀子本身就不是催吐的药，它不一定会产生吐，就像我们喝酒一样，可能会吐，也可能不吐。“得吐者，止后服”。很多人就以为必须通过栀子豉去催吐，实际不是这样。看我们喝酒，心中懊恼，

一吐就好了，但也不一定会吐，有可能压回去了，气顺了就不吐了。所以这个情况你们记住，梔子不一定是吐剂，它不是吐剂。它是什么剂？

曦琳：清宣剂。

3. 梔子豉汤的两个变方

原文：若少气者，梔子甘草豉汤主之。梔子甘草豉汤方。梔子(擘，十四个)甘草(炙，二两)香豉(绵裹，四合)。上三味，以水四升，先煮梔子、甘草，取二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分二服。温进一服，得吐者，止后服。

若呕者，梔子生姜豉汤主之。梔子生姜豉汤方。梔子(擘，十四个)生姜(五两)香豉(绵裹，四合)。上三味，以水四升，先煮梔子、生姜，取二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分二服。温进一服，得吐者，止后服。

师：接下来，若少气者，梔子甘草豉汤。什么叫少气？

曦琳：气没有那么足，有一点短气、虚弱的感觉。

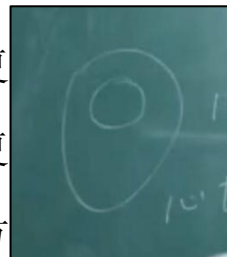
师：吃点甜甘草吧，所以这时候加甜甘草，或者加大枣，加其他一些蜜都对，就是给补充一些糖分。很简单的少气，补些糖分就行了。

那么，“若呕者，梔子生姜豉汤”。胃气不顺，胃气不下降了，就给加点儿生姜。

“温进一服，得吐者，止后服”。这就像催吐一样，如果不是心中懊恼，反复颠倒，吃梔子豉汤下去之后，会吐吗？你们到时试试，要是吐了，我都服了你，基本都不会吐。它就相当于抠嗓子，梔子豉

汤吃下去，一发，一下子就吐了。

你们记住，以后如果有心中热，就用栀子。栀子、竹叶是清心的。如果心中堵、心脉堵，用什么呢？用远志、菖蒲。心下堵用半夏、生姜，半夏作用在肉上，它不作用在窍上，半夏主要作用在平滑肌嘛。咱会讲半夏生姜汤，就是小半夏汤，这也是重点来尝的。栀子豉汤。这是一个人，这地方凝滞，产生一定的客热。



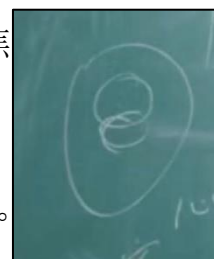
四. 栀子厚朴汤——增强通腹行气的力度的同时清心中热

原文：79. 伤寒下后，心烦、腹满、卧起不安者，栀子浓朴汤主之。栀子（擘，十四个）厚朴（炙，去皮，四两）枳实（水浸，炙令黄，四枚）。上三味，以水三升半，煮取一升半，去滓，分二服。温进一服，得吐者，止后服。

我们再来看七十九条，“伤寒下后，心烦、腹满、卧起不安”。前面栀子豉汤是反复颠倒，心中懊恼，这里不得劲，老想吐，吐不出来。那么这里又加了腹满，卧起不安。心中懊恼，反复颠倒，本身就觉得很难受，辗转反侧，睡不好觉。这里卧起不安，一会儿起来，一会儿躺下。躺着不得劲，起来还不得劲，老是翻来覆去。说明什么呢？

曦琳：说明堵的程度变重了，而且往下走了，中焦也堵住了。

师：说明严重到什么程度啊？腹部胀满，看症状。说明下面这个地方也堵了。



那么既然这样，在栀子豉汤的基础上不加豉了，这解决不了问题。那加什么？这浓朴是厚朴的意思，加厚朴和枳实，这两味药是大承气汤里有的，大黄、芒硝、厚朴、枳实。厚朴和枳实这两味药叫药对，是通腹行气的药。我一般会开这两味药？曦琳：会开，但是开的量不大。

师：老师经常开这两味药，枳实 3 克，厚朴 6 克。稍微有点腹胀，中焦淤滞的，老师就会用厚朴、枳实。有时候枳实还改成枳壳，5 克，有时候要再加陈皮 6 克到 10 克。如果还想加点儿劲，就会加大黄 3 克到 5 克。

一般老师开方是这么个顺序，如果是简单的肠胃不调，老师用陈皮。有一个基础方、打底方——白术、茯苓和陈皮。如果感觉腹部淤滞要严重一些，就要加药了，枳壳就要上了。如果再接着往下开，是枳实和厚朴。再严重就会开大黄。有时候老师这些药全开。那用量呢？陈皮 6 克，茯苓 20 克，白术 10 克，枳壳 6 克，枳实 3 克，厚朴 6 克，大黄 5 克。那整体是 56 克，这 56 克全都是通腹的。通腹的药或疏通肠道的药，大概是这些药，我很少去加芒硝。

曦琳：为什么不用芒硝？

师：用药习惯嘛。芒硝得最后冲进去，有人最后都喝完了，发现里头还有一些亮晶晶的小块（芒硝）。用芒硝麻烦，而且用量的大小不好把握，那样一冲服，马上就拉稀了。这都是经验。而且陈皮、茯苓、白术、枳壳、枳实、厚朴、大黄都是《千金方》里的，就是唐以前所有方子的常用药，就是通腹常用药。吃了这些药，阳明经就通气

了。

五. 小建中汤——通阳、通脉与补阴、补虚并重

1.小建中汤的病机与用药

原文：伤寒，阳脉涩，阴脉弦，法当腹中急痛，先与小建中汤；不差者，小柴胡汤主之。小建中汤方。桂枝（去皮，三两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十二枚）芍药（六两）生姜（切，三两）胶饴（一升）。上六味，以水七升，煮取三升，去滓，内饴，更上微火消解。温服一升，日三服。呕家不可用建中汤，以甜故也。

师：下面讲小建中汤。我们有个带建字的穴位叫什么？上脘、建里、中脘、下脘，我们讲过建里。建中的道理是一样的，什么叫建中？让我们的中焦能够立起来，实起来。真气立起来，实起来叫建中。

“伤寒，阳脉涩，阴脉弦”。阳脉涩，代表什么？代表气血虚了。涩，难行貌。难行貌，什么原因导致的？一是前面有阻力难行，二是没有水血了，没有水血供应了，旱地行舟，行不动啊。那么这属于什么？

曦琳：就是一开始可能误治，发汗过多，或者什么原因导致他气血少了。

师：对。阴脉弦，弦代表什么？

曦琳：代表有邪气客在那儿，有一点紧。

师：弦、紧代表紧张，代表痛。一紧肯定痛。那么这个时候说，“法当腹中急痛”。很多时候，我们会出现这种阴虚导致的痉挛疼痛，

那这时候怎么治？

曦琳：补虚通脉。

师：很简单，痛则不通，同时不通又因为虚而产生。那么两手都要抓，一是补虚，二是通经。我们知道温通的良方是桂枝汤，那补虚的呢？

曦琳：胶饴，这里用了饴糖。

师：其实就是大量用糖。这是用饴糖，就是高粱糖。实际我们大量加红糖也是没错的，不一定加大量的饴糖，加红糖完全可以。就是桂枝汤里大量加糖。

曦琳：对，还有芍药也加多了，加到了六两。

师：加六两代表什么？阴血要足，叫酸甘化阴。大量的芍药和红糖是不是一下子就救急补虚了？阴血亏虚嘛。就是说，你们会发现有很多高烧之后的，小孩抽筋，惊厥。那这时候怎么办？如果是因为阴血亏虚导致的，加醋，加糖，给孩子吃糖醋萝卜、白糖拌西红柿都行，马上就好了。就像皮肤，比如拿火一烤猪皮，是不是就卷着了？猪皮一遇寒是不是也卷了？都是这样，因寒，因干，它就卷，给它放到水里，是不是又舒张开了？所以这种拘挛，如果是缺血水的拘挛，马上补充酸甘的东西。如果因寒导致的拘挛，马上温通。辛甘化阳去解决拘挛，或者是酸甘化阴，或者同步去化，辛酸甘去共同化合去解决这个问题。

2.开方忌讳同类药的堆砌和同类药的“一边倒”

师：很多傻子怎么开方啊，一看疼，马上开延胡索、枳壳、香附、

青木香、砂仁、细辛，最后可能会加甘草。一派辛温通燥的药。你们知道这些药上去之后，病人有什么反应吗？

曦琳：可能会更加痛了，或者会觉得燥热。

师：燥热、虫子爬、咽干等等都会出现。有可能喝上之后，马上缓解，但是随后加重，导致更多的坏病。

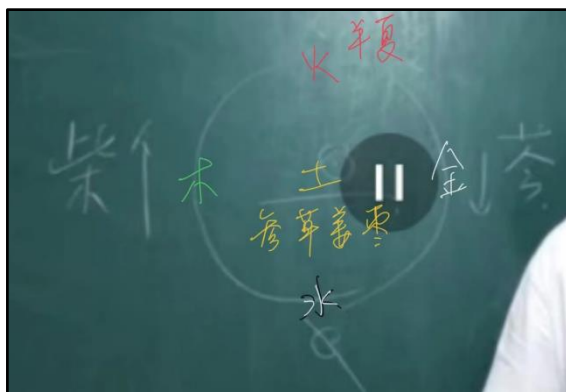
曦琳：真气损耗之后，后面就更痛了。

师：没有补养气血的药跟着，也没有酸药去滋阴。其实一个小建中汤就完全解决。如果他有肝郁的话，小建中里面加陈皮、枳壳。

我给大家讲过，开方子是开类方。什么叫类方？就是这个方子里面每一味药都是一类，上面说的那些药是不是都是一类药？至少五、六味药都是一类，而且所有这些类又都是偏向一边的，这样开的方就是傻方、蠢方、呆方。有时候这些方也能治病，但是更多的时候不能治病。

你们看，类方至少有五类，木火土金水，它就是个模式，中间是土，左边是生发，右边是肃降，上边是苦药，下边是咸药，中间有个土药，一个方子里都要有。

比如小柴胡汤，柴胡是生发的，在左边。黄芩，降，在右边。半夏在上面，参草姜草在中间。下边没有，有四类，就是这样的



形式，而不要都是生发的，升麻、紫苏、荆芥都上来了，这都是一类药，不要都开一边的。要这边开点，那边开点，上边开点，下边开点。

五味子算肃降这边的，有阴阳嘛。就是一个方子一定要济济一堂，各类人才都有，都加一点。比如桂枝汤。

曦琳：桂枝是生发的，白芍是偏降的。

师：桂枝在左边，白芍在右边，是相反的两样东西。姜枣草在中间。一定要开平衡方和多类方，而不能开同类方和偏一边的方。如果开全都偏一边的方，那就坏了。还要有另一边的，上边的，中间的，下边的。海陆空立体式开方。

3.经方只是提供了开方的思路，并不能完全照搬

师：那么下面有一句话，“法当腹中急痛，先与小建中汤；不差者，小柴胡汤主之”。为什么小建中汤不瘥，用小柴胡汤主之？去年我说过了，很简单，痛有两种，实痛和情志导致的痛。一个胃本身会痛，还有着急的时候，生气上火的时候，肝邪克着痛。胃本身痛用小建中汤就可以，如果肝郁克胃，不舒服，用小柴胡汤。

曦琳：对，就是说辨证不一定一次就辨准确，有可能会一次不是太准确，然后再调一下。

师：这已经说了阴脉弦，这弦有可能是肝邪克胃导致的。所以小建中汤不瘥，用小柴胡汤。其实这时候一看脸色就可以看出来。我开方啊，都不会用《伤寒论》上的原方，包括肾炎、肾病综合症。你们觉得只用五苓散能解决问题吗？

曦琳：现在很少有这么单纯的病人了。

师：我治的一个肾病综合症的小孩，绝对不是一个五苓散就可以解决的，哪有那么清晰的症状、那么简单的症状，让你们去治疗啊。

要是死抱着它，终于来了一个病人，是五苓散症，一看还发烧，还小便下不来，就用五苓散。用了就是死脑瓜，不停地用也没见好。那你们说他还相信不相信经方？左一个右一个都治不好，有可能还是不断执着地实验经方，那有些人就不相信了。

实际经方只是给你们提供了一条思路。如果同时还遇到肝郁、肠胃不通、气血弱等等一系列复杂的情况出现，是不是要在五苓散上加药啊？我一般都会加药。还有包括小柴胡，你们觉得很多肝郁的病人用小柴胡能解决吗？万一肝硬化了，用小柴胡能解决吗？所以到时候讲内科的时候，我会大量地给大家讲我的用方思路和病例。

六. 大柴胡汤——比小柴胡汤的劲大，增强了通里、通腹的能力

原文：太阳病，过经十余日，反二、三下之。后四、五日，柴胡证仍在者，先与小柴胡。呕不止、心下急、（一云呕止小安。）郁郁微烦者，为未解也，与大柴胡汤下之则愈。柴胡（半斤）黄芩（三两）芍药（三两）半夏（洗，半升）生姜（切，五两）枳实（炙，四枚）大枣（擘，十二枚）。上七味，以水一斗二升，煮取六升，去滓再煎，温服一升，日三服。一方，加大黄二两；若不加，恐不为大柴胡汤。

师：最后讲一个大柴胡汤。小柴胡汤是柴胡、黄芩、半夏、参枣姜草。这里面补药是参枣姜草。大补方是参枣姜草，小补方是姜枣草。那么大柴胡汤加了什么？

曦琳：它去掉了人参，然后加了枳实、芍药。

师：实际就是加了枳实、芍药，就是加了通里的药。为什么加芍药？

曦琳：它要补阴液嘛，所以去掉人参，人参是先补气，补阳面的。然后芍药补阴。

师：芍药也是通里的药，芍药治急腹痛，也有通腹的作用。你们喝芍药试试，它也能让肚子咕噜响。很多人认为桂枝芍药相配，芍药只起滋阴的作用，不是这样，芍药也有通腹的作用。

曦琳：对，因为《本经》里面说芍药主治邪气腹痛，除血痹。

师：腹痛，实际加芍药、枳实、大黄就可以了。所以大柴胡汤就是在小柴胡汤的基础上加上通腹的枳实、芍药，然后去掉人参。就这么简单。

很多伤寒家治疗一些急腹症，胁下胁痛、腹痛，还有一些急症，还有包括乳腺癌等乳腺类疾病等等，都喜欢用小柴胡和大柴胡。尤其有实症、热症的时候，更愿意用大柴胡，就是小柴胡的基础上加枳实、芍药。

这个时候柴胡可以放量，10克到20克，甚至到30克，黄芩10克，半夏10克，甘草6克，姜枣无所谓了，芍药10克，枳实6克到10克，大黄5克到10克，治疗急腹症，也就是说大柴胡汤还是一个不错的方，劲比小柴胡大，它增强了通里的能力，加了芍药、枳实。

曦琳：是的，老师讲到这里，我就想到《伤寒论》，二百八十条，就说是太阴病的时候，脉弱，其人续自便利，设当行大黄、芍药者，宜减之。那个时候就把芍药和大黄并论的，就是它里边脾胃、胃气弱

的时候是要少用大黄、芍药，就刚好符合老师说的芍药也通腹。

师：对。看后边有一条，“一方，加大黄二两”。这里也可以加上大黄。大黄、枳实、芍药，变成一个综合性的大柴胡汤。

曦琳：老师，大柴胡汤把甘草也去掉了，就是去掉这种甘缓的药，加大它通腹的力。

师：我给大家开个方子，生半夏 5 克，生姜 10 克，煮 1 小时，煮出 1 碗，先喝半碗，没有反应，两小时后，再喝半碗。这是小半夏汤。

七. 教案

1. 本节原文

70. 发汗后，恶寒者，虚故也；不恶寒，但热者，实也，当和胃气，与调胃承气汤。方三十三。芒硝（半升）甘草（炙，二两）大黄（去皮，清酒洗，四两）。上三味，以水三升，煮取一升，去滓，内芒硝，更煮两沸，顿服。

71. 太阳病，发汗后，大汗出、胃中干、烦躁不得眠，欲得饮水者，少少与饮之，令胃气和则愈；若脉浮、小便不利、微热、消渴者，五苓散主之。方三十四。（即猪苓散是。）猪苓（去皮，十八铢）泽泻（一两六铢）白术（十八铢）茯苓（十八铢）桂枝（去皮，半两）。上五味，捣为散，以白饮和服方寸匕，日三服。多饮暖水，汗出愈，如法将息。

76. 发汗后，水药不得入口，为逆。若更发汗，必吐下不止。发

汗、吐下后，虚烦不得眠；若剧者，必反复颠倒，心中懊憹，栀子豉汤主之；若少气者，栀子甘草豉汤主之；若呕者，栀子生姜豉汤主之。方三十八。

栀子豉汤方：栀子（擘，十四个）香豉（绵裹，四合）。上二味，以水四升，先煮栀子，得二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分为二服，温进一服，得吐者，止后服。

栀子甘草豉汤方：栀子（擘，十四个）甘草（炙，二两）香豉（绵裹，四合）。上三味，以水四升，先煮栀子、甘草，取二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分二服。温进一服，得吐者，止后服。

栀子生姜豉汤方：栀子（擘，十四个）生姜（五两）香豉（绵裹，四合）。上三味，以水四升，先煮栀子、生姜，取二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分二服。温进一服，得吐者，止后服。

79. 伤寒下后，心烦、腹满、卧起不安者，栀子浓朴汤主之。方四十一。栀子（擘，十四个）浓朴（炙，去皮，四两）枳实（水浸，炙令黄，四枚）。上三味，以水三升半，煮取一升半，去滓，分二服。温进一服，得吐者，止后服。

100. 伤寒，阳脉涩，阴脉弦，法当腹中急痛，先与小建中汤；不差者，小柴胡汤主之。方五十一。小建中汤方。桂枝（去皮，三两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十二枚）芍药（六两）生姜（切，三两）胶饴（一升）。上六味，以水七升，煮取三升，去滓，内饴，更上微火消解。温服一升，日三服。呕家不可用建中汤，以甜故也。

103. 太阳病，过经十余日，反二、三下之。后四、五日，柴胡

证仍在者，先与小柴胡。呕不止、心下急、（一云呕止小安。）郁郁微烦者，为未解也，与大柴胡汤下之则愈。方五十三。柴胡（半斤）黄芩（三两）芍药（三两）半夏（洗，半升）生姜（切，五两）枳实（炙，四枚）大枣（擘，十二枚）。上七味，以水一斗二升，煮取六升，去滓再煎，温服一升，日三服。一方，加大黄二两；若不加，恐不为大柴胡汤。

2. 知识点

（1）调胃承气汤的立意为何

“发汗后，恶寒者，虚故也；不恶寒，但热者，实也，当和胃气，与调胃承气汤”。

发汗后表已解，但还怕冷，是虚，这时候表现的脉已经不是浮脉，浮则表未解。如果不恶寒，反热，有实热，不爱吃东西，说明中焦气机失去了斡旋的能力，卡在了中焦，变成结热。现在的人不常见，身体都不壮实，但是给了我们一个治疗思路——当和胃气。

什么叫和胃气？让胃气调达，为什么不叫通胃气？因为通的过了，马上就伤胃气了。我们老讲要通畅肠胃，但不停吃大黄、番泻叶，不停灌肠，这些只会破坏肠胃的大环境，虽然肠道以通为美，但是不能破坏性、无节制地通。要让肠道自主地通畅，而不是你直接去通它。什么叫调胃？调荡。胃卡住之后，它自己翻不动，你们稍微涤荡一下，胃自己能翻动了，它自己就通了，而不是你们直接去给它通。

这里用调胃承气汤，承气咱们讲过，接承，顺承的意思。然后这个方子，芒硝（半升）、甘草（炙，二两）、大黄（去皮，清酒洗，四

两)。大黄又叫酒军，一般拿酒去沏它，去其寒气。“上三味，以水三升，煮取一升，去滓，内芒硝，更煮两沸，顿服”。肚子里咕噜咕噜一叫，这个热结就去了。

还有我跟大家说过，发热烧不退，也要调胃，稍微加点陈皮、枳实，甚至大黄，吃完了，肚子咕噜咕噜，晚上烧就退了。再比如，喝点奇壮壮、奇真，揉揉肚子，手上按按合谷，脚上按按内庭，咕噜咕噜，肚子一转，就好了。奇猛也行，非常简单的事情。这个地方“但热者，实也”，就用调胃承气汤。

(2.) 什么叫热、什么叫寒

热实、热结，身体里面形成很多的热，为什么会形成热呀？如果人体是不断循环的，这个热能留在一个地方不动吗？不会。很多人后心巴掌大的地方发热，腰也发热，乳房下缘发热，两肋发热，腹部发热发烫，两股间发热，这些地方都非常常见。为什么发热？很简单，都堆在这儿了，不能往前，就发热。什么叫热呀？气有余便是热。

什么叫寒呢？气不足便是寒。那么什么原因导致气不足？一个虚，一个不通，都会导致气不足。比如，很多人就是说着说着话没气了，但是让他走走，还行，都是卡在中焦和上焦，胸中这个地方不能充满气供他去说话。

(3.) 五苓散的立意为何

“太阳病，发汗后，大汗出、胃中干、烦躁不得眠，欲得饮水者，少少与饮之，令胃气和则愈；若脉浮、小便不利、微热、消渴者，五苓散主之（即猪苓散是）”。

这也是非常常见的一个病。“太阳病，发汗后，大汗出，胃中干，烦躁不得眠，欲得饮水”，是不是缺水了？津液匮乏的时候，要补充津液。也就是说我们感冒发烧的时候容易导致阳气虚，还有阴气亏，阴气亏当中以津液亏为主要的表现形式，除非时间长了会亏血，一般情况下是亏津液，说白了就是脱水，发烧时间长了，容易脱水。

“若脉浮、小便不利、微热、消渴者”，这是一条重要的。只要一说脉浮，一定是发烧，这都是《伤寒论》上常见的。若脉浮，发烧，这时候小便不利，首先尿没了，那一查很有可能是肾炎，然后肾炎就转成肾病综合症，尿有潜血，然后肾炎、肾病综合症，很容易转成尿毒症。那么这时候出现小便不利，而且还发烧，应该怎么办？其实就是邪气客在膀胱，导致膀胱产生淤结，牵引膀胱，导致小便不利。如果当时处置得当，很快就好了。

五苓散是《伤寒论》上非常著名的温阳利水的一个方，也就是通阳利水，是治疗因寒邪客在膀胱导致小便不利的经典方剂。“猪苓（去皮，十八铢）泽泻（一两六铢）白术（十八铢）茯苓（十八铢）桂枝（去皮，半两）。上五味，捣为散，以白饮和服方寸匕，日三服。多饮暖水，汗出愈，如法将息”。猪苓、泽泻、茯苓都是利水的药，在利水的药的基础上加桂枝、白术。寒邪客在膀胱、水道，导致小便不利，我们要去解这个寒邪，同时又让猪苓、茯苓、泽泻去通利水道，同时通过桂枝的阳气顺势一通一捣。

（4.）邪气会客于什么位置或层次

有时候客在膀胱或者膀胱外周，它有可能没有客到水道，也不会

产生小便不利。客于膀胱，下血如狂，就是跑血分了。它有可能跑血分，有可能跑水分，有可能跑气分，还有可能跑阴分。主要是四分，阴分是深层次的，客在深层次就是阴分；客在表层次的就是气分；客在水道，导致小便不利，就是水分；客在血管上，引起下血出血，就是血分。或者是整个不下血，比如女的例假不来，这就客在了血分。阴分不是血分。

(5.) 梔子豉汤的立意为何

“发汗后，水药不得入口，为逆。若更发汗，必吐下不止。发汗、吐下后，虚烦不得眠；若剧者，必反复颠倒，心中懊憹，梔子豉汤主之”。

看一下七十六条，提出了吐的概念。吐下后，心中烦躁不安，为什么烦躁不安？就是又吐又下，心胸、心下、中焦这儿紊乱了，代谢失常了，不上不下了，停在这儿，就心烦意乱。都是气血乱了之后的表现，气血逆乱就导致精神类疾病。

那么这时候用梔子豉汤。梔子苦寒，也是经典的清热药。竹叶、梔子清心热。那为什么要用香豉？香能醒脾，能发。香豉是发物，它本身就是发酵的东西，能往外发，同时又秉土气，浑合之气。放在梔子里，它能搅动中焦的虚热。还不是实热，它没有结成实，相当于处在一种松散的热结的状态，叫滞热。很轻微的一些热停在心口不化，用梔子豉去清宣。

“上二味，以水四升，先煮梔子，得二升半，内豉，煮取一升半，去滓，分为二服，温进一服，得吐者，止后服”。有人说梔子豉是涌吐

剂，实际不是催吐的药，它不一定会产生吐，就像我们喝酒一样，可能会吐，也可能不吐。有可能压回去了，气顺了就不吐了。它是清宣剂。

“若少气者，栀子甘草豉汤”。吃点甜甘草吧，或者加大枣，加蜜，都对，就是给补充一些糖分。很简单的少气，补些糖分就行了。

“若呕者，栀子生姜豉汤”。胃气不顺，胃气不下降了，就给加点儿生姜。

(6.) 有关于“心”的三类药

如果有心中热，就用栀子。栀子、竹叶是清心的。如果心中堵、心脉堵，用什么呢？用远志、菖蒲。心下堵用半夏、生姜，半夏作用在肉上，它不作用在窍上，半夏主要作用在平滑肌嘛。咱会讲半夏生姜汤，就是小半夏汤。

(7.) 栀子浓朴汤的立意为何

“伤寒下后，心烦、腹满、卧起不安者，栀子浓朴汤主之。栀子（擘，十四个）浓朴（炙，去皮，四两）枳实（水浸，炙令黄，四枚）”。

“伤寒下后，心烦、腹满、卧起不安”。前面栀子豉汤是反复颠倒，心中懊恼，这里不得劲，老想吐，吐不出来。那么这里又加了腹满，卧起不安，说明严重了，中焦肠胃这个地方也堵了。

那在栀子豉汤的基础上就不加豉了，这解决不了问题。那加什么？加厚朴和枳实，这两味药是大承气汤（大黄、芒硝、厚朴、枳实）里有的。厚朴和枳实这两味药叫药对，是通腹行气的药。

(8.) 唐以前的通腹常用药为哪些

一般老师开方是这么个顺序，如果是简单的肠胃不调，用陈皮。有一个基础方、打底方——白术、茯苓和陈皮。如果感觉腹部淤滞要严重一些，就要加药了，枳壳就要上了。如果再接着往下开，是枳实和厚朴。再严重就会开大黄。有时候老师这些药全开。那用量呢？陈皮 6 克，茯苓 20 克，白术 10 克，枳壳 6 克，枳实 3 克，厚朴 6 克，大黄 5 克。那整体是 56 克，这 56 克全都是通腹的。通腹的药或疏通肠道的药，大概是这些药。

我很少去加芒硝。用药习惯嘛。芒硝得最后冲进去，有人最后都喝完了，发现忘加芒硝了，所以用芒硝麻烦。而且用量的大小不好把握，那样一冲服，马上就拉稀了。这都是经验。而且陈皮、茯苓、白术、枳壳、枳实、厚朴、大黄都是《千金方》里的，就是唐以前所有方子的常用药，就是通腹常用药。吃了这些药，阳明经就通气了。

(9.) 小建中汤的立意为何

“伤寒，阳脉涩，阴脉弦，法当腹中急痛，先与小建中汤；不瘥者，小柴胡汤主之。小建中汤方。桂枝（去皮，三两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十二枚）芍药（六两）生姜（切，三两）胶饴（一升）”。

我们有个带建字的穴位叫什么？建里。建中的道理是一样的，让我们的中焦能够立起来，实起来。

“伤寒，阳脉涩，阴脉弦”。阳脉涩，代表气血虚了。什么原因导致的？一是前面有阻力难行，二是没有水血了，没有水血供应了，早

地行舟，行不动啊。弦、紧代表紧张，代表痛。一紧肯定痛。

出现这种阴虚导致的痉挛疼痛，怎么办？痛则不通，同时不通又因虚而产生。那么两手都要抓，一是补虚，二是通经。我们知道温通的良方是桂枝汤，那补虚的呢？其实就是大量用糖。实际我们大量加红糖也是没错的，小建中汤就是桂枝汤里大量加糖。芍药也加到六两，说明阴血要足，叫酸甘化阴。大量的芍药和红糖是不是一下子就救急补虚了？

就是说，你们会发现有很多高烧的小孩，抽筋、惊厥。那这时候怎么办？如果是因为阴血亏虚导致的，加醋，加糖，给孩子吃糖醋萝卜、白糖拌西红柿都行，马上就好了。所以这种拘挛，如果是缺血水的拘挛，马上补充酸甘的东西。如果因寒导致的拘挛，马上温通。辛甘化阳去解决拘挛，或者是酸甘化阴，或者同步去化，辛酸甘去共同化合去解决这个问题。

那么下面有一句话，“法当腹中急痛，先与小建中汤；不瘥者，小柴胡汤主之”。痛有两种，实痛和情志导致的痛。一个胃本身会痛，还有着急的时候，生气上火的时候，肝邪克着痛。胃本身痛用小建中汤就可以，如果肝郁克胃，不舒服，用小柴胡汤。其实这时候一看脸色就可以看出来。

(10.) 开方的忌讳为何

很多傻子怎么开方啊，一看疼，马上开延胡索、枳壳、香附、青木香、砂仁、细辛，最后可能会加甘草。一派辛温通燥的药。没有补养气血的药跟着，也没有酸药去滋阴。

我给大家讲过，开方子是开类方。什么叫类方？就是这个方子里面每一味药都是一类。上面说的那些药都是一类药，而且所有这些类又都是偏向一边的，这样开的就是傻方、蠢方、呆方。有时候这些方也能治病，但是更多的时候不能治病。

类方至少有五类，木火土金水，它就是个模式。比如小柴胡汤，柴胡是生发的，在左边。黄芩，降，在右边。半夏在上面，参草姜草在中间。下边没有，有四类，就是这样的形式，而不要都是生发的，升麻、紫苏、荆芥都上来了，这都是一类药，不要都开一边的。就是一个方子一定要济济一堂，各类人才都有，都加一点。

(11.) 《伤寒论》上的方子能完全照搬吗

我开方啊，都不会用《伤寒论》上的原方。比如，肾炎、肾病综合症。你们觉得只用五苓散能解决问题吗？用了就是死脑瓜，不停地用也没见好。那你们说他还相信不相信经方？实际经方只是给你们提供了一条思路。如果同时还遇到肝郁、肠胃不通、气血弱等等一系列复杂的情况，是不是要在五苓散上加药啊？我一般都会加药。还有小柴胡汤，你们觉得很多肝郁的病人用小柴胡汤能解决吗？万一肝硬化了，用小柴胡汤能解决吗？所以到时候讲内科的时候，我会大量地给大家讲我的用方思路和病例。

(12.) 大柴胡汤的立意为何

“太阳病，过经十余日，反二、三下之。后四、五日，柴胡证仍在者，先与小柴胡。呕不止、心下急、（一云呕止小安。）郁郁微烦者，为未解也，与大柴胡汤下之则愈。柴胡（半斤）黄芩（三两）芍药

（三两）半夏（洗，半升）生姜（切，五两）枳实（炙，四枚）大枣（擘，十二枚）。一方，加大黄二两；若不加，恐不为大柴胡汤”。

小柴胡汤是柴胡、黄芩、半夏、参枣姜草。那么大柴胡汤加了什么？实际就是加了枳实、芍药，就是加了通里的药。为什么加芍药？芍药也是通里的药，芍药治急腹痛，也有通腹的作用。你们喝芍药试试，它也能让肚子咕噜响。大柴胡汤就是在小柴胡汤的基础上加上通腹的枳实、芍药、大黄。看后边有一条，“一方，加大黄二两”，这里也可以加上大黄。然后去掉人参、甘草。

很多伤寒家治疗一些急腹症，胁下胁痛、腹痛，还有一些急症，还有包括乳腺癌等乳腺类疾病等等，都喜欢用小柴胡和大柴胡。尤其有实症、热症的时候，更愿意用大柴胡。这个时候柴胡可以放量，10克到20克，甚至到30克，黄芩10克，半夏10克，甘草6克，姜枣无所谓了，芍药10克，枳实6克到10克，大黄5克到10克，治疗急腹症，也就是说大柴胡汤还是一个不错的方，劲比小柴胡大，它增强了通里的能力。

3.思考题

（1.）“发汗后，恶寒者，虚故也；不恶寒，但热者，实也，当和胃气，与调胃承气汤。”请解释一下“和胃气”的含义。

（2.）“太阳病，发汗后，大汗出、胃中干、烦躁不得眠，欲得饮水者，少少与饮之，令胃气和则愈；若脉浮、小便不利、微热、消渴者，五苓散主之（即猪苓散是）”。请问，此时为何会“小便不利”，五苓散又是如何解决这一症状的？

(3.)“发汗后，水药不得入口，为逆。若更发汗，必吐下不止。发汗、吐下后，虚烦不得眠；若剧者，必反复颠倒，心中懊，栀子豉汤主之”。请问，栀子豉汤是不是涌吐剂，并解释原因。

(4.)“伤寒下后，心烦、腹满、卧起不安者，栀子浓朴汤主之。请问，此时为何要换掉香豉，常用的通腹药有哪些？

(5.)“伤寒，阳脉涩，阴脉弦，法当腹中急痛，先与小建中汤；不瘥者，小柴胡汤主之。小建中汤方。桂枝（去皮，三两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十二枚）芍药（六两）生姜（切，三两）胶饴（一升）”。请解释这一条文。

“柴胡（半斤）黄芩（三两）芍药（三两）半夏（洗，半升）生姜（切，五两）枳实（炙，四枚）大枣（擘，十二枚）。一方，加大黄二两；若不加，恐不为大柴胡汤”。请对一下大小柴胡汤的异同。

五. 苓桂术甘汤——通开心下，让气机调顺

1. 苓桂术甘汤的病机

原文：伤寒，若吐、若下后，心下逆满、气上冲胸、起则头眩、脉沉紧，发汗则动经，身为振振摇者，茯苓桂枝白术甘草汤主之。

师：然后讲六十七啊，“伤寒，若吐、若下”，若当“或”讲，“若吐、若下后，心下逆满、气上冲胸，起则头眩、脉沉紧，发汗则动经，身为振振摇”，心下逆满、气上冲胸，这什么意思啊？心下逆满，现在很多人都是这样啊。起则头眩，就是头晕。你们现在头晕的人多不

多？太多了。心紧，心胸、心下这地方闷胀，心脏病，都在这啊。然后气上冲胸，不仅冲到胸，而且是冲到头，高血压、头晕，美尼尔综合症，多不多啊？心下逆满，气上冲胸，头晕迷糊，恶心想吐，是不是太多了？发汗则动经，身为振振摇，浑身乱颤是吧？太多了。刀刀说说为什么会出现这种情况？

刀刀：中气虚吗？

师：中气虚？看看心下逆满。

曦琳：卡，往上顶，堵着了，往上顶。

刀刀：汗吐下。

师：汗吐下后，气机怎么了？

刀刀：堵了，满了。

师：都拧在中间这儿了，包括下边这整个都拧住了。他本身是一个纠结的人，然后发汗吐下之后里面乱了，就拧在那儿。这是一个人儿，吐下之后中间乱套了，本身气机都拧在这个地方了，气下不去，往上顶，一直顶到脑瓜门。太多了，现在小孩都头晕，为什么头晕呢？中下焦的气机整个盘不开呀，气下不去都往上走啊，同时气都在下面，还会肚子疼，经常会肚子疼和头晕配合。



曦琳：现在男男女女都头晕。

师：都头晕，睡眠差，性格也不好。为什么会头晕呢？就是中下焦盘不开，气下不去才会头晕，现在绝大多数都是这样的。这个地方怎么解决？很简单，就是把我们的中下焦打开、盘开。

“脉沉紧”，在里啊，正气被邪气压着，压到这个地方了，起不来就变沉脉。你们记住，只要一说脉沉，就是气在里，病在里边。一说脉浮就是邪在表。这都是程式，脉浮在表，邪气在表，脉大邪大，脉微正气弱。脉迟为寒啊。脉疾，脉跳的快为热，古人是这样认为的。但现在脉迟，很多是气机盘不动，转的慢，压在底下，压在下面就现迟脉。浮在上面，那个正邪交争严重，就现疾脉，快啊。

2.用苓桂术去通开、磨开心下

原文：茯苓（四两）桂枝（去皮，三两）白术 甘草（炙，各二两）。上四味，以水六升，煮取三升，去滓，分温三服。

师：你们看看张仲景用的什么方子？苓桂术甘汤。非常典型的一个方子，我们茯苓、桂枝说了，为什么加术啊？

曦琳：加强中焦推运的作用。



师：心下逆满，心下，哪儿是心呢？这是心下。逆满对不对啊？就用白术去磨中焦啊，然后茯苓、桂枝通开气机，这地儿盘开，是不是整个心下逆满的气儿就散了啊？心下散了，心下逆满，气上冲胸的这个问题不就得到解决了啊？有的说痰多上逆到头，导致头晕，都扯淡。就是中焦气逆了。什么叫逆呀？向下叫顺，向上叫逆，它往上返啊，气上冲胸啊，头晕啊。就靠桂枝、茯苓去盘活。

曦琳：老师，我有个问题，我想就是这种情况下，首先它的气机

逆反是本质，但是否从现象上说，它也会存在一些水饮的逆呢？是因为伤寒里边有一条嘛，三百五十六条，说伤寒厥而心下悸，宜先治水，当服茯苓甘草汤，却治其厥不而水渍入味，必作利也。

师：这相当于啥呀？鼻子一招寒就流鼻涕一样，是治寒还是治鼻涕呀？

曦琳：肯定是治寒。但我的意思就是说，从那个实际的症状上来，就是从结果来说。

师：也会出现痰饮，但是不要去治痰饮，只要疏通气机，痰饮就散了，就这么简单啊。所以说半夏化痰，其实半夏的作用根本就不是化痰，什么只要有痰就用半夏，实际是不对的。半夏散结，结散痰自化，就这个道理。所以说，要抓住本质啊，是环境的改变导致的病理产物。懂了吗？

曦琳：对对，就是大方向是这样嘛，有一个细节，我想就是有时候喜欢重用茯苓的时候，是不是相当于鼻子着寒之后，刚好鼻涕多的时候，就是喜欢重用茯苓，说明可能这个结果导致气机堵了之后，结果导致这个水气的症状相应也明显一点，所以这种时候又特别喜欢用茯苓。

3.不必固守苓桂术甘汤

师：那这个方子苓桂术甘汤，能不能加半夏呀？

曦琳：可以啊。

师：完全可以加半夏啊，苓桂术甘汤完全可以加半夏，心下逆满，为什么不加半夏啊？半夏厚朴都可以上啊。咱们看一下量，茯苓四两，

桂枝三两，白术甘草各二两。如果是我还会在加半夏、厚朴，完全可以加，半夏、厚朴、陈皮。知道吧？

曦琳：嗯，是的是的。

师：术苓是基本盘活中焦的药，加强版加夏朴姜，没有必要拘泥于《伤寒论》，就用苓桂术甘汤，不敢僭越一步。当临床实践时，你们会发现，只要掌握基本原则，用方用药非常灵活，不用半夏就用皂角或用枳实、白芥子，用瓜蒌等等都可以。你们要根据当地的地道药材和你们的用药习惯总结出自己的药方和药对儿。

师：差不多了吧。咱们目前还是没有尝药安排啊，因为要尝半夏了，五一之后尝半夏了啊。然后直接买生半夏啊，直接用生半夏。

曦琳：好，大家可以去成贤堂拍生半夏。老师五一节快乐。

师：讲的很清楚是吧？然后下次就讲栀子豉汤了啊，栀子豉汤也是一个很有意思的一个方啊。那就这样，今天到这儿吧。

曦琳：好的，老师再见，谢谢老师。

六. 教案

1. 本节原文

62. 发汗后，身疼痛，脉沉迟者，桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤主之。方二十五。桂枝（去皮，三两）芍药（四两）甘草（炙，二两）人参（三两）大枣（擘，十二枚）生姜（四两）。上六味，以水一斗二升，煮取三升，去滓，温服一升。

64. 发汗过多，其人叉手自冒心，心下悸欲得按者，桂枝甘草汤

主之。方二十七。桂枝（去皮，四两）甘草（炙，二两）。上二味，以水三升，煮取一升，去滓，顿服。

65. 发汗后，其人脐下悸者，欲作奔豚，茯苓桂枝甘草大枣汤主之。方二十八。茯苓（半斤）桂枝（去皮，四两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十五枚）。上四味，以甘烂水一斗，先煮茯苓，减二升，内诸药，煮取三升，去滓，温服一升，日三服。

作甘烂水法：取水二斗，置大盆内，以杓扬之，水上有珠子五六千颗相逐，取用之。

66. 发汗后，腹胀满者，浓朴生姜半夏甘草人参汤主之。方二十九。厚朴（炙，去皮，半斤）生姜（切，半斤）半夏（洗，半升）甘草（二两）人参（一两）。上五味，以水一斗，煮取三升，去滓，温服一升，日三服。

67. 伤寒，若吐、若下后，心下逆满、气上冲胸、起则头眩、脉沉紧，发汗则动经，身为振振摇者，茯苓桂枝白术甘草汤主之。方三十。茯苓（四两）桂枝（去皮，三两）白术 甘草（炙，各二两）。上四味，以水六升，煮取三升，去滓，分温三服。

2. 知识点

（1.）小青龙汤中对五味子的应用有何启示

小青龙汤中的五味子的作用是将气机收在中上焦。那么也就是说给你们提供了一个治疗的思路啊，就是向心性的肺结节，用破药的时候，是不是可以加五味子给它们收到肺中心的那个地方啊？深层咳嗽，是不是也可以用五味子往里面收啊？

(2.) 新加汤的立意为何

“发汗后，身疼痛，脉沉迟者，桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤主之”。

“发汗后，身疼痛，脉沉迟”，说明气血瘪了，瘪了之后啊，就像海水倒灌一样，邪气内侵啊。这么粗的血脉，一发汗，是不是干瘪了？一干瘪，这个邪气是不是顶过来压着脉了？就产生了痛。这脉管里面不充实，病人的症状就会越来越多，因为没有足够的气血让脉管鼓起来啊，那我们所有的攻邪是不是都是徒劳的，甚至是相反的？这就是我们一再强调的，“既要补正又要攻邪，双管齐下”。

可以看一下啊，桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤。什么意思呢？其实就是桂枝汤加人参，有一个谣言，“发烧感冒勿补，补则留邪”，觉得一加人参就留邪了，没给正气喂，给邪气喂了，要饿死邪气。有一种说法，邪气的耐饿程度不如正气，所以要把邪气饿死，正气就起来了。其实正邪是一体的，就像我们发放赈灾粮的时候，那正邪不都吃吗？没有说都让邪气抢去了。只不过在补正的时候，要驱邪呀。补正驱邪，不能一味补正。

“桂枝（去皮，三两）芍药（四两）甘草（炙，二两）人参（三两）大枣（擘，十二枚）生姜（四两）。上六味，以水一斗二升，煮取三升，去滓，温服一升”。

这个方子就是桂枝汤的基础上多加芍药一两，用来滋阴，加人参用来补气。这就是发汗后，脉管变细，有的时候既要补气又要滋阴，同时要升阳。大枣十二枚，生姜四两，“上六味，以水一斗二升，煮取

三升”。量还是比较大的啊，一斗二升。煮取三升，温服一升。

（3.）基础的补益方为何

很难受了，已经感觉虚的不得了了，只要喝上带八珍的啊，我跟你们说啊，最快的五分钟，就有劲儿了。我感觉八珍是《千金方》里面的基础补益方，阴阳双补、气血双补。这个八珍汤是《伤寒论》补益方的扩展啊，《伤寒论》的补益方，最简单的就是参草姜枣，也可以叫小补益方。

小补益方参草姜枣，姜枣草也行；大补益方是八珍，八珍是四物加四君，参苓术草加归芍地芍；再加一味桂枝，就是九品方；再加桂枝和附子，就是十全大补方，这基本就构成了我们基础的补益方。几乎所有的补益都在这个八珍的基础上向外扩展。

（4.）桂枝甘草汤的立意为何

“发汗过多，其人叉手自冒心，心下悸欲得按者，桂枝甘草汤主之”。

咱们说过，是心气虚造成的。叉手自冒心，手捂心。心下悸，发汗过多导致宗气亏呀，胸中气叫宗气，胸中少气，少气就引起心悸。当然这个前提都是经脉细和淤滞嘛，然后导致短暂性的这个地方缺血缺氧。那这个亏跟什么有关啊？跟少和堵有关。如果身体都通畅，基本就不会亏呀，除非大出血。那都是由于堵的很严重，导致局部开始出现亏虚。

“欲得按”。为什么想按一按？这样一按压，一缩，是不是相对来说这地方气血就多了？如果这样敞着，这个气血是不是就少了？按

还能有通的效果。就像红军咋一系腰带，气儿充满胸中下不去了，这个时候是不是能干很多事情啊？如果噗嗤一下，气下去了，是不是感觉上面这地方空了？但是系腰带呀，长时间的话，那下边就亏了。扎腰带，这是短时间调度气血往上走的临时办法，还有绑护腿也是这个意思啊，那后来都不绑了，容易导致下肢循环变差，变肿。还有就是老人上厕所拉屎，噗嗤一下屎没了，气儿下去了，马上人也就走了，很多人撒尿也不行啊，一撒尿，晕过去了。撒尿、拉屎都会让很多老人和身体虚弱的人受不了。

一旦出现心悸的情况，往往出现堵了，心悸的人，心区一定是堵了的。然后用什么呀？桂枝甘草汤。“桂枝（去皮，四两）甘草（炙，二两）。上二味，以水三升，煮取一升，去滓，顿服”。为什么桂枝汤啊？很简单，少，那甘草就补；堵，用桂枝来通。

(5.) 高血压的三个误治为何

高血压，服用利尿剂就会导致进一步心悸心慌，甚至出现房颤，都知道吧？这水位抬高是由于淤阻造成的，他们把水给抽了，但是水是财呀，水是气血呀，水是长养身体的。水少了，整个身体还好得了？

很多那个高血压，一个利尿，一个扩血管啊，还有一个让心脏泵血变缓。他们把这个心跳降下来了，那就缺血了，人还不迷糊？

(6.) 病因相同，为何症状不同

那有人说了，“亏了之后，为什么要表现在心悸呢”？因为心堵了，导致心脏的来血更少，冠心病嘛。如果说宗气亏，有可能少气，肺呼吸不畅，或者胃出问题，或者说肝胆出问题，都有可能，就是邪

之所凑，其气必虚。出问题那个点一定是有问题的，表现症状明显的那个点一定是有问题的，它本身就处在淤堵和不通的状态。

（7.）苓桂甘枣汤的立意为何

“发汗后，其人脐下悸者，欲作奔豚，茯苓桂枝甘草大枣汤主之”。

什么叫脐下悸啊？肚脐下边有跳动感。比如，老听见心脏跳，这叫心下悸动，这是不正常的现象。实际说明啥呀？心脏那堵了，如果不堵，心脏它很顺利地将气血流到四方，很顺利的话，就没有声音。如果心周围都堵了，泵血就受到阻碍，那心跳的声音传导就不畅，就在那顶着，就有感觉了。

那脐下悸也是，在脐下这个地方蹦蹦跳。实际是腹主动脉下边堵了，血下来到这儿，勉强能通下去，相当于有个鼓包挡着，老在那跳，但不往回流，叫欲作奔豚。什么叫奔豚呢？一旦堵死了，短暂性堵死了，这血下去之后，到这儿下不去，带着整个气机往上冲，那血一下子往回逆流冲心脏，人就有种淹没感。奔豚症也是一种常见的中老年疾病，一下子那劲儿就上来，然后一会儿就好了。

那么用的方子是什么呢？苓桂甘枣汤。“茯苓（半斤）桂枝（去皮，四两）甘草（炙，二两）大枣（擘，十五枚）。”

发汗后虚了，越虚越堵，越堵越虚。本身下边就是堵的，发汗后，这个宗气的力量是不是更弱了，无力向下推运，下边是不是就堵得更严重了？那么赶紧要补，补燃料嘛，那用什么呢？用甘草大枣。给点粮食，其实用饴糖、大米、小米粥也行，不能完全局限在《伤寒论》给的，它只是提供了这么一个思路。然后在这个基础上赶紧加桂枝。

为什么要加茯苓？当虚和滞的时候啊，当气出现滞的时候，用茯苓一扎，通透性会更好。茯苓有通透性，它像沙子一样，迅速把中下焦的因虚导致滞的这个局面化开。为什么不用白术？白术喝多了，放屁。白术像小推土机一样，它推运脾气的运转，但没有渗透的这个劲儿，渗透是茯苓，白术茯苓相配，就是一边渗透一边推运。那这个地方因为要赶紧解决因虚而滞的虚滞现象，那么就用甘草、大枣补虚，茯苓、桂枝通阳，渗利通阳。这时候加白术，对吗？也可以加，这个方子只是一个经典的原则方，张仲景《伤寒论》里面的基础方，叫经方，是大原则。

这茯苓用了半斤，二十四克。茯苓，二十克到五十克都可以用，可以放量。茯苓是一味非常好的药，它能疏通我们的整个滞气、黑气、晦气、乌气。虚症的人都可以放量，十克到三十克，是我常用的一个量，最多可以放到五十克。

桂枝用了四两，甘草二两，大枣十五枚。桂枝多加了一两，迅速通啊。通哪啊？通下腹，这作用在下腹，就是欲作奔豚，脐下悸这个地方。

(8.) 何为甘澜水

“作甘澜水法：取水二斗，置大盆内，以杓扬之，水上有珠子五六千颗相逐，取用之”。

甘澜水，又称甘澜水。这相当于把这个水打活，就像打鸡蛋一样。什么叫澜呢？流动的水。甘澜水：长流水、活水。这水的分类和作用，你们去看《本草纲目》，里面说的很清楚，同样都是水，但是水的活

性、气机不一样，起的作用也不一样。

那么这个甘澜水，就是说已经激发了这个水的活性，让水非常活跃，然后和药一起煮了之后，这个活跃马上进入了我们的身体，蹦蹦跳跳的，它就开始工作了。

(9.) 什么样的水对我们是有益的

水对我们的重要性就不必言说了，但是我们现在大多数人都吃不上好水。现在一般都是自来水，自来水在地下伏行，就变成了阴水，要不就烧开了，烧开又变成了死水。最好直接喝江河湖海的被晒过的水，直接打上来喝呀，这对人身体是很好的。虽然里面有大量的微生物，但是喝的是流动的水，它不断地流，是最有益的，而不是有害的，而且微生物的含量也是可控的，而且流动的水非常活跃，我们喝了之后也会直接活跃我们的身体。那么我们不能喝死水和阴水，就是没有见过太阳的水和不流动的水，还有被污染的水。

其实很简单，如果既想避免烧开水又想避免自来水的阴，就准备一个大缸嘛，自来水倒缸里，然后让太阳晒一天，舀出来就可以喝。我感觉这是最有益健康，也是最简便的方法，搁点朱砂也行。

一个是水一个是火嘛，家居必备水和火嘛，现在全完蛋了，水没有缸，火没有灶。所以现在的人的身体全都病了。

(10.) 朴姜夏草参汤的立意为何

看六十六条，“发汗后，腹胀满者，浓朴生姜半夏甘草人参汤主之”。厚朴生姜半夏甘草人参汤，这个方子也很好。

你们看，那个发汗后，腹胀满。为什么会腹胀满啊？气机不运了。

气机不运因为什么呢？因为一个虚一个郁，发汗后导致气机郁滞在中焦不运。那怎么办？补其虚化其结，这个不是完全不通了，而是卡在中焦那儿导致胀满，要消满，用健脾理气化痰的药。这里，半夏、厚朴去消那个满，再加姜，带着人参和甘草。

如果不发汗有腹胀，实际不加入参，直接用这个就行了。因为夏朴姜都太愣了，都辛嘛。半夏辛温，厚朴辛苦，生姜辛热，那么一定要加入甘药，这个甘药是甘草。由于发汗后，人身体虚，要加入参。

为什么发汗加入参不加补血的药，短暂性突然的虚都没伤及血分，赶紧补气就来得及，补血太慢了，久病入血。新病都在气分，赶紧补气。这个补气药的重要性可不能小瞧啊，它能迅速补充我们，一下让我们的精神起来。为什么有一个独参汤啊？虚乏的，独参汤救急嘛，因虚导致气机大乱，喝一碗人参汤马上能稳定住。这个人参不是指党参，就是指人参。

“厚朴（炙，去皮，半斤）生姜（切，半斤）半夏（洗，半升）甘草（二两）人参（一两）。上五味，以水一斗，煮取三升，去滓，温服一升，日三服”。量也不小啊，厚朴用了半斤啊，半夏用了半升啊，生姜用了半斤呢，半斤八两。甘草用了二两，人参只是简简单单加上一两。所以说重用生姜、半夏和厚朴。那么发汗后，腹胀满，这个还是应该以去实为主啊。

（11.）什么叫药对儿

什么叫药对儿啊？药对就是两味药合在一块经常用，想到这个药，就想到另一味药。有的是阴阳搭配的，有的是互相促益的。

比如，半夏跟生姜是同用的，生姜可以解半夏毒，所以有一个姜半夏。姜半夏就是半夏和生姜同熬，去半夏毒。实际通过我的实践呢，咱们的方子也可以不加生姜，咱们方子里那么多药，再加半夏，这半夏的毒一样是大大缓解了啊，煮透就行。有时候见半夏，还想到厚朴，还有就是夏朴姜，这都是药对。药对有时候有三个出现的，姜枣草这都是药对。再比如，桂芍、归芍、麻杏、术苓、苓连。见桃仁就想到丹皮，看到大黄就想到枳实。

(12.) 明显见效后，为何要马上减量

如果我开方，就不那样干，我的量都会放很小，半夏六克，厚朴六克，生姜三片，甘草三克，人参六克，如果产后腹胀，就这么简简单单的这个方子就行啊，就适合现在的人。

开方用药，你们记住啊，宁小勿大，宁少勿多，一旦见效，马上减量。一旦明显见效，马上减量，知道为什么吗？如果长期服药的，明显见效了，就是劲大了。比如削一个土坡，上去一下就削了大半，因为明显见效了，那接下去再这么削，就到肉了，就得一点点去削。

(13.) 《伤寒论》的方子更适用于何种情况

《伤寒论》上的方子主要是对付外感和急病的，一般在气分和阳分，腑病和经病。现在的人得的病，是内伤呀，暗气暗憋呀，都是内伤性疾病，都在血分、阴分，在脏。所以治法就不一样。

(14.) 苓桂术甘汤的立意为何

“伤寒，若吐、若下后，心下逆满、气上冲胸、起则头眩、脉沉紧，发汗则动经，身为振振摇者，茯苓桂枝白术甘草汤主之”。

心下逆满、气上冲胸，起则头眩（就是头晕）。心紧，心胸、心下这地方闷胀，然后气上冲胸，不仅冲到胸，而且是冲到头，头晕迷糊，恶心想吐。“发汗则动经，身为振振摇”，浑身乱颤。都拧在中间这儿了，包括下边这整个都拧住了。本身是一个纠结的人，然后发汗吐下之后里面乱了，就拧在中下焦那儿。中下焦的气机整个盘不开呀，气下不去都往上走啊，同时气都在下面，还会肚子疼，经常会肚子疼和头晕配合。

“脉沉紧”，在里啊，正气被邪气压着，压到这个地方了，起不来就变沉脉。你们记住，只要一说脉沉，就是气在里，病在里边。

怎么解决？很简单，就是把我们的中下焦打开、盘开。张仲景用的什么方子？苓桂术甘汤。为什么加术啊？心下逆满，用白术去磨中焦啊，然后茯苓、桂枝通开气机，这地儿盘开，是不是整个心下逆满的气儿就散了啊？心下散了，心下逆满、气上冲胸的这个问题不就得到解决了啊？

那这个方子苓桂术甘汤，能不能加半夏呀？完全可以加半夏啊，半夏、厚朴都可以上啊。咱们看一下量，茯苓四两，桂枝三两，白术甘草各二两。如果是我，还会加半夏、厚朴、陈皮。术苓是基本盘活中焦的药，加强版加夏朴姜，没有必要拘泥于《伤寒论》，就用苓桂术甘汤，不敢僭越一步。当临床实践时，你们会发现，只要掌握基本原则，用方用药非常灵活。你们要根据当地的地道药材和你们的用药习惯总结出自己的药方和药对儿。

（15.）脉象的背后为何

一说脉浮就是邪在表，这都是程式。脉浮，邪气在表，脉大邪大，脉微正气弱。脉迟为寒啊。脉疾，脉跳的快为热，古人是这样认为的。但现在脉迟，很多是气机盘不动，转的慢，压在底下，压在下面就现迟脉。浮在上面，那个正邪交争严重，就现疾脉，快啊。

3.思考题

（1.）请问，“桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤”，体现了何种治病思路？

（2.）请问“苓桂甘枣汤”中，为什么要重用茯苓？

（3.）通过“甘澜水”的制作，谈一下我们现在饮用水的问题在哪儿。

（4.）“发汗后，腹胀满者，浓朴生姜半夏甘草人参汤主之。浓朴（炙，去皮，半斤）生姜（切，半斤）半夏（洗，半升）甘草（二两）人参（一两）”。请问，甘草和人参的用量为何不大，这个方子适用于现代人吗，现在应该如何变方？

（5.）“伤寒，若吐、若下后，心下逆满、气上冲胸、起则头眩、脉沉紧，发汗则动经，身为振振摇者，茯苓桂枝白术甘草汤主之”。请问，照搬这个方子是否能应对现代人身体出现的这种状况。

②半夏化痰源于半夏破结的作用

师：后来温病派以及那些杂家都不用半夏，我都觉得匪夷所思，现在我看很多人开方都不开半夏，发现了吗？

曦琳：是的，觉得它是个毒药。

师：嗯，有的用皂角代替半夏。化痰嘛，他们说是半夏化痰，实际半夏化痰，我感觉特别不好。就是那个朱丹溪啊，朱丹溪善用半夏、天南星、胆星去做化痰神药。他认为万病皆由痰。痰是什么呢？水液非正常代谢的产物啊，他认为这个半夏、南星可以化痰，然后后代都认为半夏化痰平喘、理气平喘。翻一下那个中药教材怎么说的？半夏说破结了吗？没有说破结我记得。

曦琳：中药书里边从来不提破结这些字的。半夏燥湿化痰，降逆止呕，消痞散结。

师：散结是吧？消痞散结，止咳祛痰，降逆止呕。实际半夏的主要工作就是散结，就是消痞，其他所有的功效都来源于它能破结。它能破结，这是它的第一功劳。结没了，淤滞解除了，痰自然就没了，就不要去提化痰了。因为有些痰不是结导致的，比如身体虚，水泛，也会出痰，这时候就不能用半夏了，明白了吗？

曦琳：对，如果就提半夏化痰的话，感觉把它的功效给弱化了，只是说了它表面上可能起到的一个作用而已。

③为啥现在善用半夏的人不多

师：而且很有意思啊。火神派重用附子，居然没有发现半夏是味特别好的药。我太奇怪了，这火神派一根筋儿，善用毒药居然不用半夏，没有发现半夏。如果附夏同用，相对来说，效果会很好。你们看，火神派只用附子、干姜、细辛啊，不知道用半夏，这么多年我就没发现谁善于用半夏，知道吗？不知道怎么回事儿？

曦琳：我感觉是不是被那个十八反给带偏了？说附子半夏不能同

用。

师：那也可以光用半夏，不用附子啊？来一个破结派。半夏这个药这么好，我就特别喜欢用半夏。北京那些年，我认识的大夫，我问他们，为啥不用半夏？说半夏有毒，就用皂角。你知道吗？

曦琳：嗯，因为他们以为只是用来化痰而已嘛，把半夏这个功效完全放低了。

师：而且现在都用法半夏，法半夏都没劲儿。但生半夏是严令禁止的呀，我估计跟这个都有关系啊。

我一般都会用少许生半夏。给你们开方，我都会用少许生半夏，三克五克啊。其实有三味药啊，就是说神药啊，附子、半夏、大黄。这是特别厉害的三味药，我的方子里多多少少都有它们的身影。老师就善于用附子、半夏，清半夏和生半夏同用，对于体弱的和容易起医疗纠纷的，我只用制半夏、法半夏。如果感觉你们还不至于给我告了的，我就用生半夏，明白了吗？

曦琳：取决于患者的信任度。

师：对呀，患者的凶猛程度啊，要过于凶猛，我就直接守规矩啊，要说很温柔，像小羊似的，我就整点儿生半夏，明白了吗？伴病人如伴虎啊，说过来叼你一口就叼你一口。

④再略谈附子、桂枝、柴胡的作用

师：“附子主要是扩张血管”？跟你说这个附子是通过刺激神经，通过神经去控制血管，桂枝是直接舒张血管，让血管好像洗了一个小桑拿似的，使它全都舒张开了，知道吗？这是桂枝的作用，它作用在

血管壁里面，然后影响血管壁，让血管壁都舒展开了，从拘谨和蜷缩的状态一下就舒张开了。附子是刺激神经，神经控制血管，让那血管一下扎起来。

曦琳：那老师啊，半夏是什么表情啊？

师：半夏，水肿了嘛，面部都张开了。

曦琳：大黄是啥表情。老师？

师：大黄是眉头一紧，大黄是拉呀。

曦琳：太形象了，太好玩了啊。

师：特别明白，是吧？柴胡的劲儿，你们去尝啊，它就是不断将两肋都顶起来，呼呼啦啦往外走。

(2.) 黄芩清热的同时还可以破散在的结

师：那么这个小柴胡汤里面为啥要加黄芩呢？黄芩有很好的作用啊，首先它能消掉燃起来的热，同时还有破散在的结的作用。就是说柴胡疏解出来的和半夏破开的边边角角的散在的所有的结，黄芩能像发射小散弹一样都给打掉，同时产生的热，黄芩能消解一半。如果说不加黄芩，有用吗？有用，但是会过于燥烈和闷，满闷，一加黄芩就不燥烈嘛，它有清热的作用。

(3.) 用药不能伤正

曦琳：老师为什么说黄芩能消解一半热？

师：黄芩能消解一半的热呀。

曦琳：为什么才一半啊？

师：它如果都消了，不就伤正了吗？

曦琳：哦哦。

师：这才用了十克，柴胡用到了二十多克，半夏用到了二十克。

曦琳：嗯，明白。

师：如果用了二十克或者三十克黄芩，就会产生凉意了，也就是用清热的药的时候，一定不要过。很多人大量喝清热的药之后，开始拉稀啊，浑身发冷啊，浑身没劲儿啊，腿发软。民间有那个啥泻下派嘛，那黄芩，有的我看开到八十克，知道吗？

曦琳：啊？这么多，这么夸张。

师：大黄三十克。

曦琳：天哪！

师：黄连三十克，净是干这个啊。然后病人就咕哝咕哝拉，有的身体壮的，一下感觉好舒服，身体弱的就咕哝咕哝拉，然后浑身虚脱爬不起来。

曦琳：这种医生只能在农村吧？

师：在农村给那些壮劳力们喝呀，哎，真好啊，然后他就慢慢出名了，就给他搬到城里来了嘛，然后没半年，就灰头土脸撤回去了，惹上好几个官司。

曦琳：城里人这种肉鸡可受不了折腾啊。

师：你们记住啊，农村的民间中医一到城里，就水土不服了，这个知道吧？

曦琳：还真是。

师：那些个民间中医一到城里就完，马上就歇菜，那些方子全都

不灵了，就是大力派的方子全都不灵。好些大力派的，用那个全蝎、蜈蚣、蛇、斑蝥，好些呢，现在民间还有用的呢，这些东西泡个药酒、做汤剂等等。还有用那个什么的，那东西我现在忘了，好像也是一个毒药，去治病很容易伤正，就是治癌症啊，这个方子治癌症有治好的，但大多数都治不好，都伤正，明白了吗？我遇到过这样的，我十六岁的时候得了一场病，还用过全蝎呢，给我诊断出肝病，要平肝息风啊。就是那个啥大夫，你们搜现在还能搜到，张必清，后来还挺出名，他出了一个必清神鞋，后来又搞什么来的？然后前几年还上电视呢，他给我看过病。

曦琳：给老师看过病。

师：嗯，给我看过病，吃的浑身窜的疼，医生还给我做保证，要给我治好，这个人倒不是说坏人，反正到现在他不算坏人吧，说包好也没好。

曦琳：老多东西嘞，又搞什么针法，又搞膏药，又搞外贴各种东西。

(4.) 参枣姜草是张仲景的御用“四补将”

师：这个小柴胡明白了，剩下就是补充能量嘛，人参补充能量，甘草还有那个大枣生姜啊，参枣姜草。你们记住啊，参枣姜草，这是张仲景的御用四补将，我也特别爱用参枣姜草四补将。如果没有这些东西，整个就显得干巴巴的了，起不了多大作用，除非身体特别好，气血充足。

这个方子特别好记吧？柴芩夏参草姜枣。如果说没有柴胡，芩夏

连参草姜枣就变成半夏泻心汤了，芩夏连，夏连的比例是三比一。芩夏连参草姜枣是半夏泻心汤，把这连去了，换成柴，柴芩夏参草姜枣，这个就是小柴胡汤。

4. 小柴胡汤的煎服法

原文：上七味，以水一斗二升，煮取六升，去滓，再煎取三升，温服一升，日三服。

师：现在咱讲它的服法啊。七味，“以水一斗二升”，一斗是十升，就是十二升，十二升多少啊？如果说一百毫升一升，那就是一千二百毫升，一千二百毫升大雪碧，是吧？那一个大雪碧是一点五升吧？

曦琳：嗯。

师：“煮取六升”，水消耗一半，倒出一半来六升。“去滓，再煎取三升”。为什么要再煎取三升吗？

曦琳：把它浓缩。

师：一是浓缩，二是久煮去半夏毒，知道吗？

曦琳：哦，对。

师：煮完之后再煮，去半夏毒，最后煮出三碗，“温服一升”，一升就是一小碗，“日三服”。

“若胸中烦，若胸中烦不呕，去半夏人参。”若胸中烦，不呕，去半夏人参，知道为啥吗？

曦琳：就是它的结还没有结的那么明显，只是有一些散在的一点结热，但是没有结的很实。

师：啊。又说“加枳实一枚，若渴，去半夏加人参合前成四两

半，栝楼根四两；腹中痛，去黄芩加芍药，加牡蛎；若心下悸小便不利，去黄芩加茯苓，若不渴外有微热，去人参，加桂枝”。

曦琳：有的人是不认可的。

师：对，这段就不讲了啊，没法讲，这段就略了。

三. 麻黄汤就是通过将肺胀大邪气顶走而解表的

原文：太阳病，头痛、发热、身疼、腰痛、骨节疼痛、恶风、无汗而喘者，麻黄汤主之。

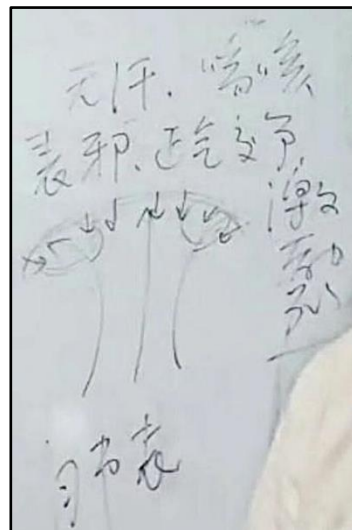
师：麻黄汤出现了吗？咱讲过麻黄汤吗？

曦琳：老师讲桂二麻一的时候，顺便讲了麻黄汤。

师：哎呀，咱们那个麻黄汤中间落了。三十五条，麻黄汤没讲。我给忘了，我给你们讲一下这个条文，咱讲讲麻黄汤吧。这个小柴胡讲完，讲麻黄汤吧，然后再讲一下小青龙，基本这个解表方就都出来了。这些方子很多人都有争议的呀，而且是这个学院派一直不了解桂枝、麻黄和小柴胡、小青龙之间的区别。

1. 麻黄汤是解表宣肺之王

三十五，“太阳病，头痛、发热、身疼、腰痛、骨节疼痛、恶风、无汗而喘”。我们很多人都遇到过，什么叫无汗而喘啊？发烧之后转成咳喘，其实就是咳喘，就是变成咳喘、发热、无汗。说明什么呢？是不是憋在表和肺了？



如果用喷泉理论来说，一股、两股、三股，这两边就是两肺，到这儿要顶出去，顶不出去的时候，这个地方就被压抑住了，知道吗？

曦琳：嗯，对。

师：把肺给压住了，明白了吗？无汗、喘，就是一点汗没有，表邪与正气交争激烈，完全一下子把肺表给按在那儿，一下压住使其完全动弹不得呀，一点也不出汗了，而且表现出喘咳的症状，是不是矛盾骤然激化呀？

曦琳：对。

师：桂枝汤的这个外感还没有激化到这种程度，所以说通过温通经脉，鼓舞正气，这表邪就能解了。但是到了这种无汗而喘的程度的时候，正邪交争在表的这种事态骤然紧张，一下子就把肺表给压住了。这时候用桂枝汤，桂枝汤是缓剂，它没有指向性，它只是把所有的经脉重新打通了。就像此时，别人给你个嘴巴子，一下扇懵了，那这时候让你吃点有营养的东西，管用吗？

曦琳：不管用，先得把这个东西给掀开。

师：对方一下按住头了，想的办法应该是挣扎，而不是通经脉。桂枝缓，麻黄急，明白吗？那么这时候应该怎么办啊，就要用我们的解表宣肺之王麻黄汤。麻黄汤干啥用的呢？它就是把两个肺给吹鼓了，给肺里打气儿，原先肺这么点儿大，一下就更大了。

2. 麻黄汤的君臣药——麻黄与杏仁

(1.) 麻黄、杏仁共同把肺撑开

师：怎么打气啊？它兴奋心脏，加速心脏泵血，心脏不是有那个

肺动脉嘛，让心跳明显加速，小马达开始运转起来，这就是加气泵，不断往两肺打气儿，把肺给撑开，这就是麻黄的作用。

曦琳：把肺鼓胀振奋起来。

师：那杏仁的作用是什么呢？杏仁是有毒的，有小毒，杏仁的作用跟麻黄一样，杏仁的小毒作用到了肺部，直接让肺处在舒张和扩张的状态，杏仁吃多了，容易引起呼吸衰竭，知道吗？要让肺处在麻痹状态，就是舒张状态，然后让麻黄去不断给心脏加压打气，把这两个肺撑开，然后再用桂枝去通行十二经，加速血液流动，温通啊，再加甘草。也就是桂枝、甘草起到啥作用啊？建立整个正气的循环。麻黄、杏仁啥作用啊？把肺撑开。那么这个时候就处在一种什么状态呢？整个肺不是受到压抑嘛？这时候，这个肺都胀成大气球了，是不是“砰”一下就把压抑顶出去了？

曦琳：对，就可以顶开束缚它的邪气了。

(2.) 麻黄是肺部神药

师：原先受到压抑了，也就是说当你们有那个咳喘症状很明显的时候，服用一定剂量的麻黄，就会感觉呼吸是顺畅的。它能很好的把肺撑开，去舒张肺叶中的支气管。很多由于外感，最终哮喘，进而导致肺纤维化或者是肺气肿，肺水肿的呀，其实就是破坏了整个肺作为气球的张开功能，并且产生堵塞，导致一些不可测的病症出现。

曦琳：对，整个肺被压住了，然后板结扭曲在一起。

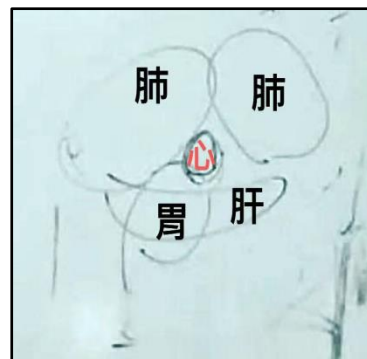
师：老慢支可以用啊。几乎所有的肺病，你们都可以酌情应用麻黄汤。小量啊，不用大量，只要心脏的功能还可以，让心肺处在张开

的状态去撑住肺就好。这个肺被压住之后就产生了各种血块、血栓、结节，心脏也扭曲变形，那么这时候只靠麻黄去撑，是不解决问题的。那还要上一些毒药或者一些血药，把这个血栓、血块、屈曲给它调开、调正，去结啊。但是麻黄是一个不可或缺的肺部神药。

(3.) 心既是主人又是奴隶

师：“心功能不好的人能用吗”？心功能不好的人要少用，马上就会引起心慌。

那为什么呢？你们看心脏在这，这肺像两座大山一样就压了下来，肺也不好，这胃也挤在这儿，肝也挤在这儿，这个心脏叫做独木难支。这时候拼命撑肺也撑不动，还加重心脏的负担，有可能导致心肌梗死。两个



肺变成了废物压下来，胃又顶在这儿，肝又横在这儿，共同挤压小小的心脏，你们说受得了吗？

现在为什么那么多人得心脏病啊？就是因为这“几员大将”，胃、肝、肺挤压心，使原有心的空间越来越窄。原来肺在两边，心脏在中间，胃很舒张，肝也很舒张，这个心周围是心包嘛，有很宽阔的地方，感觉心胸特别敞亮。那么随着岁月的更迭，七情六欲啊，人生挫折呀，半生不如意啊，那肺就越来越不行了，它就压下来了，“心呐，我不行了，压你”。然后胃也往上缩缩，“心呐，我不行了，我顶你”。肝也硬化了在这儿，泵血也下不去了，然后肝说“不行啊，我挡你”。这心脏就欲哭无泪了，时不时的它就“咯噔”一下子，结代脉就出来了，

心律不齐、心慌心悸。说，“你们几个都欺负我呀，我还得任劳任怨干活啊，干不动了”，开始叫唤了。

那应该怎么办啊？通过得明健身往外拽，对不对啊？把这个胃往下拉，肝让它软一些，不要过硬，抻哪拽呀，这就慢慢透出一点儿气来了。然后心脏就感觉，哎呀我好舒服，你们都离我远点儿了。虽然说心是五脏之大主，但其实心又是所有五脏六腑的奴隶。就像你们家老妈子一样，你们家的主人其实也是你们的奴隶，拖家带口，一家都需要他来承受。那怎么办呢？你们离当家的远点，别太碍眼了，让他减少点儿负担，别啥事都压过来，这边压过来，那边顶过来，这边横过来。横挑鼻子，竖挑眼，那心脏它就好不了。是不是啊？

曦琳：好的，老师。

师：所以说咱们要离心式拉伸嘛。

3. 麻黄汤的用量

原文：麻黄（去节，三两）桂枝（去皮，二两）甘草（炙，一两）杏仁（去皮尖，七十个）。

师：麻黄是一节一节的，用的时候麻黄去节，知道为什么去节吗？就是保持麻黄的通性。这个节容易影响通性。麻黄一长一节，一长一节，它一通一收，一通一收，把这个收的劲儿砍掉，让它更好地发挥麻黄的作用。也就是麻黄碱的主要成分是在杆儿里面，不在节里。麻黄用三两，就是十克，我一般用到六克，三到六克，一点问题没有。这里桂枝要没有用到三两，用到二两，就是六克，因为方子的主要作用在于麻黄啊，桂枝只是保持基本的气血的通透性。甘草用到一两，

为什么甘草只用到一两啊？如果用的多，它就揪住麻黄的劲儿了。杏仁去皮尖儿，七十个，杏仁的功效不在皮，去尖儿我倒不知道为什么啊？其实也可以不去尖儿啊，尖上有什么特殊的化学成分吗？不好说啊。七十个，一把，应该有十多克。

曦琳：老师，你平时用杏仁会用去皮的吗？

师：这买来的就是去皮的呀。

曦琳：有两种选，就是可以去皮也可以不去皮。我不知道哪种更好一点。

师：都是去皮的，都是炙杏仁嘛，去皮的，炒杏仁嘛。

曦琳：好的。

4. 麻黄汤的煮取服用之法

原文：上四味，以水九升，先煮麻黄，减二升，去上沫，内诸药，煮取二升半，去滓，温服八合，覆取微似汗，不须啜粥，余如桂枝法将息。

师：“上四味，以水九升”，小柴胡是一斗二升，十二升，这是九升，“先煮麻黄，减二升，去上沫，内诸药”，其实我感觉没有必要啊。

曦琳：直接煮就行。

师：对，直接煮就行了，去上沫，有没有上沫？有时候它没有浮沫，直接煮它是没有浮沫的，我不知道为什么？麻黄的品种不一样？还是说新鲜的和陈旧的不一样啊？我煮的麻黄没有什么沫。说是有那个沫，令人烦，我感觉都不用这样，不用先煮麻黄。直接所有药一起下，“煮取二升半，去滓温服八合”，八合是多少啊？一升十合，温服

八合，煮取二升半，三八二十四，是不是啊？

曦琳：对，就喝三分之一呗。

师：哎对，大概就喝三分之一，“覆取微似汗”，什么叫覆取啊？

曦琳：就是盖被子。

师：就是盖被，然后取微似汗，出汗，不需啜热粥。为什么不需啜热粥啊？

曦琳：因为这个人强啊。

师：其实麻黄就是发汗的药，它不需要再通过啜热粥的方式去发汗，桂枝是啜热粥微发汗嘛。“余如桂枝法将息”，不能服用肉面、五辛那些东西，只要吃饭清淡可口，不吃肥甘厚腻、生冷黏滑就可以。

四. 布置尝药作业

师：明天，桂枝汤加量，你们去服啊，最高量二十克，看看有没有反应，好不好？从三分之一服，二分之一服到顿服都可以，自己掌握。

曦琳：嗯，好的，我们本周尝药的计划就是这些了，加大量试一试。

师：然后紧接着，你们就服麻黄汤，那个麻黄汤我给个量啊，麻黄、杏仁、甘草，你们记一下啊。桂枝六克，麻黄十克，杏仁十五克，炙甘草六克，服这个就行了，煮取两碗，喝一碗，看什么反应。这是这周的任务啊，那个桂枝加量，是没有反应的加量啊，有反应就不用加量了啊。

曦琳：好的，老师，明白，老师拜拜。

师：好了，拜拜啊。

五. 教案

1. 本节原文

35. 太阳病，头痛、发热、身疼、腰痛、骨节疼痛、恶风、无汗而喘者，麻黄汤主之。方五。麻黄（去节，三两）桂枝（去皮，二两）甘草（炙，一两）杏仁（去皮尖，七十个）。上四味，以水九升，先煮麻黄，减二升，去上沫，内诸药，煮取二升半，去滓，温服八合，覆取微似汗，不须啜粥，余如桂枝法将息。

37. 太阳病，十日以去，脉浮细而嗜卧者，外已解也。设胸满胁痛者，与小柴胡汤；脉但浮者，与麻黄汤。方七。（用前第五方。）小柴胡汤方：柴胡（半斤）黄芩 人参 甘草（炙）生姜（切，各三两）大枣（擘，十二枚）半夏（洗，半升）。上七味，以水一斗二升，煮取六升，去滓，再煎取三升，温服一升，日三服。

2. 知识点

（1.）尝药要尝出感觉

尝药后没感觉的，可以多喝，分三服不行，就分为两服，分两服不行，就顿服，顿服还不行，加量。你们一定要喝出感觉，喝出感觉就知道边界在哪儿了，就像试酒量一样。

（2.）小柴胡汤的病机为何

“太阳病，十日以去，脉浮细而嗜卧者，外已解也。设胸满胁痛

者，与小柴胡汤。小柴胡汤方：柴胡（半斤）黄芩 人参 甘草（炙）生姜（切，各三两）大枣（擘，十二枚）半夏（洗，半升）”。

“太阳病，十日以去，脉浮细而嗜卧者，外已解也”，按理说应该是脉和身凉之类的，但是胸满胁痛。脉浮细而嗜卧者，总算过去了，但身体发虚。这时候变成胸满胁痛了，说明邪气入里，卡在了两肋和胸中。我们讲过喷泉理论，三股势力向外喷涌，那么当外有邪的时候，卡住了这三股势力，它们就掉头往回窝。卡在两边了，两边胁痛；卡在中间，中间胸满。

那我们看一下小柴胡汤的组方啊。柴胡用到二十克，黄芩用到十克，人参、甘草、生姜也都用到十克，大枣十二枚，半夏用了十五克到二十克，大概就是这么个情况。

（3.）小柴胡汤在当下的应用前景为何

胸满和胸口堵是一个道理啊，感觉胸部满闷不舒服，都是胸满，两肋疼痛都是胁痛。也就是说我们现在的人，不是外感急症导致三条喷泉路线分别回弯卡顿，而是慢性的，就是我们的抑郁症。就是我们大多数人没有绽放出来，都没有喷出来，肝胆经回弯卡在两肋，阳明经，任脉，冲脉回弯卡在心口。也就是现在的癌症，肝癌、肺癌、心脏病、胃癌都是由于三股能量喷泉没有得到很好的舒展，向回打弯窝在两肋和心口。我们现在大多数人得的是慢性的小柴胡汤证。急性的小柴胡汤证就是由于外感寒邪，外邪入侵导致三股能量不能很好地向外喷涌，而卡在胸中和两肋，叫做胸满胁痛。

“只胸满不胁痛”。那有的是卡在中间，向心性的结卡在中间，

有的是怒放式的卡在两边。阳症卡两边，阴症卡中间。它喷到中间，都没有喷开，就是卡中间，阴症；它喷开了没有喷出去，卡两边，阳症。外向型的人受到郁滞挫折卡两边，内向型的人受到郁滞挫折卡中间。

卡中间严重的就不是小柴胡汤了，就是小陷胸汤，后来叫做结胸症。我们现在的绝大多数癌症患者都是结胸症。浅层次的卡顿用小柴胡汤，如果说严重的就上毒药了啊，就像大小陷胸汤用毒药，甘遂、大戟、芫花，破阴节。破结的程度不一样，就是说这已经形成瘤子了，就得用大戟、芫花与甘遂，再配以调气血的药物。如果只是稍微感觉满闷不舒，没有拍片拍CT，没有明显的实质性的淤结，就是瘤子，那么就用带有半夏的小柴胡汤。

（4.）再谈半夏的作用为何

我曾经有一次专门喝这个半夏秫米汤，搁了很多半夏，本来心情憋得很厉害，喝了之后一下就豁然了。那半夏怎么开结啊？它直接扩张平滑肌。有结的话，是不是平滑肌收紧的呀？它扩张，甚至让其水肿。总之它想尽一切办法让那地方张开。这半夏是破结神药，不是只破心结啊，整个肠胃啊，平滑肌嘛，整个消化道系统全破嘛，甚至所有的肌肉，比如脖子、嘴。

后来温病派以及那些杂家都不用半夏。有的用皂角代替半夏，可能他们觉得半夏就是化痰。实际半夏的主要工作就是散结，就是消痞，其他所有的功效都来源于它能破结。结没了，淤滞解除了，痰自然就没了。有些痰就不是结导致的，比如身体虚，水泛，也会出痰，这时

候就不能用半夏了。

这么多年我就没发现谁善于半夏，说半夏有毒，而且现在都用法半夏，法半夏都没劲儿。但生半夏是严令禁止的呀。我一般都会用少许生半夏，三克五克啊。有三味药啊，附子、半夏、大黄。是特别厉害的三味药。

柴胡的劲儿，你们去尝啊，它就是不断将两肋都顶起来，呼呼啦啦往外走。

(5.) 黄芩的作用为何

黄芩有很好的作用啊，首先它能消掉燃起来的热，同时还有散在的破结的作用。就是说柴胡疏解出来的和半夏破开的边边角角的散在的所有的结，黄芩能像发射小散弹一样都给打掉。如果不加黄芩，有用吗？有用，但是会过于燥烈和满闷，一加黄芩就不燥烈了嘛，有清热的作用。

(6.) 如何煎服小柴胡汤

现在咱讲它的服法啊。七味，“以水一斗二升”，一斗是十升，就是十二升，十二升多少啊？如果说一百毫升一升，那就是一千二百毫升。“煮取六升”，水消耗一半，倒出一半来六升。“去滓，再煎取三升”。为什么要再煎取三升？一是浓缩，二是久煮去半夏毒。最后煮出三碗，“温服一升”，一升就是一小碗，“日三服”。

(7.) 麻黄汤的病机为何

“太阳病，头痛、发热、身疼、腰痛、骨节疼痛、恶风、无汗而喘者，麻黄汤主之。”

“太阳病，头痛、发热、身疼、腰痛、骨节疼痛、恶风、无汗而喘”。我们很多人都遇到过，什么叫无汗而喘啊？发烧之后转成咳喘，其实就是咳喘，就是变成咳喘、发热、无汗。说明什么呢？是不是憋在表和肺了？

如果用喷泉理论来说，两边就是两肺，到这儿要顶出去，顶不出去的时候，这个地方就被压抑住了。表邪与正气交争激烈，完全一下子把肺表给按在那儿，一下压住使其完全动弹不得呀，一点也不出汗了，而且表现出喘咳的症状，是不是矛盾骤然激化呀？

桂枝汤的这个外感还没有激化到这种程度，所以说通过温通经脉，鼓舞正气，这表邪就能解了。桂枝汤是缓剂，它没有指向性，它只是去把所有的经脉重新打通了。这时候对方一下按住头了，想的办法应该是挣扎，而不是通经脉。那么这时候应该怎么办啊，就要用我们的解表宣肺之王麻黄汤。麻黄汤干啥用的呢？它就是把两个肺给吹鼓了，给肺里打气儿，原先肺这么点儿大，一下就变大了。

（8.）麻黄汤的立意为何

麻黄兴奋心脏，加速心脏泵血，让心跳明显加速，不断往两肺打气儿，把肺给撑开。杏仁有小毒，作用到了肺部，直接让肺处在舒张和扩张的状态，杏仁吃多了，容易引起呼吸衰竭。然后再用桂枝去通行十二经，桂枝、甘草建立整个正气的循环。麻黄、杏仁把肺撑开。那么，整个肺不是受到压抑了吗？这时候，这个肺都胀成大气球了，一下就把压抑顶出去了。

几乎所有的肺病，你们都可以酌情应用麻黄汤。小量啊，不用大

量，只要心脏的功能还可以，让心肺处在张开的状态去撑住肺就好。

但心功能不好的人要少用，否则就会引起心慌。心脏在中间，肺像两座大山一样压了下来，这胃也往上挤，肝也挤在这儿，这个心脏叫做独木难支。这时候拼命撑肺也撑不动，还加重心脏的负担，有可能导致心肌梗死。

(9.) 麻黄汤的用量、煮取与服用为何

麻黄去节。为什么去节吗？就是保持麻黄的通性，也就是麻黄碱的主要成分是在杆儿里面，不在节里。麻黄用三两，就是十克，我一般用到六克，三到六克，一点问题没有。桂枝用到二两，就是六克，因为方子的主要作用在于麻黄啊，桂枝只是保持基本的气血的通透性。甘草用到一两，如果用的多，它就揪住麻黄的劲儿了。杏仁去皮尖儿，七十个，杏仁的功效不在皮。七十个，一把，应该有十多克。

“上四味，以水九升，先煮麻黄，减二升，去上沫，内诸药”，其实我感觉没有必要啊。直接煮就行了，不用先煮麻黄，直接所有药一起下。“煮取二升半，去滓温服八合”，一升十合，温服八合，煮取二升半，大概就喝三分之一。“覆取微似汗”，就是盖被子，然后取微似汗。不需啜热粥。因为麻黄就是发汗的药，它不需要再通过啜热粥的方式去发汗，“余如桂枝法将息”，就是不能服用肉面、五辛那些东西，吃饭清淡可口，不吃肥甘厚腻、生冷黏滑。

(10.) 现在为什么那么多人得心脏病

现在为什么那么多人得心脏病啊？原来肺在两边，心脏在中间，胃很舒张，肝也很舒张，这个心周围是心包嘛，有很宽阔的地方，感

觉心胸特别敞亮。那么随着岁月的更迭，七情六欲啊，人生挫折呀，半生不如意啊，这“几员大将”，胃、肝、肺就挤压心，使心原有的空间越来越窄。那应该怎么办啊？通过得明健身往外拽，离心式抻拉，这就慢慢透出一点儿气来了。

3. 思考题

(1.) 请问，小柴胡汤在当下，是否只适用于外感，请具体结合组方用药来分析。

(2.) 请问，麻黄汤的立意为何？