

望聞問切 ～ 搭看趣

第 01 堂 1150913 三層延伸筆記（術・理・道）

授課內容 × 《醫方明大論》人體設計 × 《道器圖融真經》

這份筆記在做什麼？

原本的《圖文筆記》記錄的是上課內容（術）。這份《延伸筆記》替每一章補上兩層：

術

老師這堂課講了什麼（摘要）

理

《醫方明大論》用「人體設計」怎麼解釋同一件事

道

《道器圖融真經》對應的經文原句（十五品）

融合

把三層串成一句話——道・理・術本來就是同一件事

※ 原本的《圖文筆記》《學習重點》《測驗卷》都保留不動，這份是延伸補充。

術	冷藏冷凍保存與藥效遞減；果實類跑糖、根莖葉類特性不同。 建議一年到一年半內用完；冰箱囤積只是浪費。 不可自行混搭，須依配方服用。
理	《醫方明大論》第八章《人體動力診斷與藥理學》——用藥先看「動力卡在哪裡」。 第一品（真經）醫者四德：一者善知病、二者善知病源、三者善知病對治。 「病無大小，只有會不會治」——藥是對治，不是蒐藏。
道	第一品：一者善知病。二者善知病源。三者善知病對治。四者善知治病已。當來更不動發。 第十二品：病是果。必有因。因成果。必有緣。 第十二品：病必有方。
融合	藥是「對治」——先要「善知病」才不會亂配。所以藥材的第一課不是買，而是「知道自己為什麼吃、要吃多久」。

第 2 章 清潤茶與秋燥潤肺

00:03:00

術	清潤茶的來源；秋天屬燥、燥傷津液。 陰液不足不是多喝水就好——水要能「留得住」才算滋潤。 以滋潤而非進補來潤燥；白色食物與時令；雪梨湯與冰糖藥引。
理	肺是「大樓的空調系統」——調節氣與濕度，也決定表皮生長。 肺金主收斂、往下；秋燥＝空調缺水，所以「補水為先」。 食療屬「後天飲食」之氣，是氣的三來源之一。
道	第四品：西方生燥。燥生金。金生辛。辛生肺。肺生皮毛。皮毛生腎。 第五品：蒼天之氣清淨。則志意治。順之則陽氣固。雖有賊邪。弗能害也。此因時之序。 第九品：色身總設計，恆溫又恆濕。
融合	秋天潤肺不是「補」，是「順時之序」——真經第五品講的就是順天時。空調缺水就補水，這是設備保養，不是進補。

第 3 章 貴重藥材、道地藥材與野生養殖

00:07:15

術	石斛、人參不宜自行購買；冬蟲夏草與藏紅花的造假。 野生與養殖、道地藥材的差別。 地氣與產地的重要性；青蒿的採收時機與野生養分。
理	「病症為果，因源環境、生活觸染、六根貪愛等」——環境（含產地）本身就是因。 同一味藥，產地不同則氣不同，這是古典醫學的「地氣」概念。 《醫方明大論》強調「捨五行六氣，即為旁門左道」——藥亦不離六氣。

道	第一品：二者善知病源。 第十二品：二住所。 第五品：故聖人傳精神。服天氣。而通神明。
融合	道地藥材講的是「氣不同」。真經把「住所」列為病因第二項、也把「服天氣」當養生要訣——都在說同一件事：**環境的氣，會進到你的身體裡**。

第 4 章 水梨運用、秋日食材與熬藥學問

00:13:00

術	水梨連皮與農藥清洗；連皮與削皮的差別及保存。 秋日其他白色潤燥食材；保溫壺沖泡藥材。 湯藥有效的原因與熬藥要素；藥液有效成分的時效。
理	氣的三個來源：先天本具、後天飲食、呼吸——食療與湯藥走的是「後天飲食」。 熬藥講究的是「把有效成分留在液體裡」，與水能承載訊息（共振）的原理相通。 《原態》系列：水不是單純 H ₂ O，它會記憶、會承載。
道	第十二品：一飲食。二住所。三神志。 第五品：陰平陽秘。精神乃治。 第九品：能源回收區，水質過濾器。
融合	熬藥與食療都動「飲食」這一項因。真經把病因收成三項，飲食排第一——因為它每天都要做，做得對或錯，複利最驚人。

第 5 章 望聞問切與老師的學習歷程

00:18:20

術	老師的學經歷；面診的工具與練習；手機色差與蕎麥脈枕。 望聞問切各佔四分之一；切脈是 double check。 單憑脈象的侷限與問診技巧；脈證不符的處理。
理	「古人用六根覺受（望聞問切），心性不穩則誤診。下醫醫病，中醫醫氣，上醫醫神。」 三診辨證：①身體結構（望＋觸）②通訊系統（椎診）③動力系統（脈診＋壇中穴按壓＋腹溫）。 「心性不穩則誤診」——診斷者的狀態也是變數。
道	第十一品：望聞和問切。診病四要訣。三診辯證法。組織神經動力。 第十一品：一診觀外形。二診是通信。三診氣動力。 第一品：成就四德。療眾生病。
融合	四診是「六根覺受」，而真經第十一品把它系統化成三診，還給了先後次序。切脈為什麼只是 double check？因為「氣動力」是最後一關，不是第一關。

第 6 章 五行學說、中醫思維與陰陽邏輯

00:27:03

術	五行的正確順序（木火土金水）；五行是屬性而非物質。 中醫源於巫與哲學；讀懂黃帝內經之難。 中西醫思維的差異；中醫名詞的系統性與陰陽等號邏輯。
理	《醫方明大論》序：「地球生態由七星球運行成四季，五星綜合作用成五行世界；動物皆具五臟以應四季」——人身是小宇宙。 「醫學捨五行六氣，即為旁門左道」。 「人體整個設計是運用大自然的兩個力（重力和浮力），構成整體的動力，也是中醫說的《清升濁降》。」
道	第四品：地水火風為有形。心色兩合成色身。無形為神稱為名。名色和合成人身。 第四品：東方生風。風生木…南方生熱。熱生火…中央生濕。濕生土…西方生燥。燥生金…北方生寒。寒生水… 第八品：一切道理皆如上。醫不離道方真醫。
融合	中醫是「屬性歸類 + 天人一體」的學問。真經第四品講的是「身從何來」與天地五氣的對應——這就是五行的根。所以讀中醫讀不懂，往往是因為少了這一層世界觀。

第 7 章 同病異治、相對運動觀與六淫

00:37:50

術	三位失眠患者的辨證：同一個症狀，不同的因。 同病異治與異病同治；男女與氣血的用藥。 陰陽是相對而非絕對；萬物都在運動；觀察自然是中醫的根柢。
理	疾病最終只有三方面：環境因素、腑臟機能強弱、個人心情因素。 六氣過與不及成六淫——六氣本身不是敵人，「過與不及」才是。 「動」是常態，所以診斷看的是「有沒有在動」（氣動力）。
道	第五品：陰平陽秘。精神乃治。陰陽離決。精氣乃絕。 第四品：東方生風。風生木（五方五氣對應）。 第八品：旋扭陰陽稱為壇。壇在心臟動脈弓。
融合	同病異治＝同一個「果」可能有不同的「因」。真經第五品講「陰平陽秘」——常態是動態平衡，所以治病不是消滅症狀，是**把偏掉的那一邊拉回來**。

第 8 章 五行歸類、六淫與辨證論治

00:46:15

術	六氣過與不及成六淫；秋燥致病與乾燥的潤養。 五行對應五色五臟與相剋治療；經痛的四種證型與誤診之害。 五行對應表與背誦方法；肺主皮毛、冰箱飲品與相生相剋。
理	五臟五行是下藥的依據：虛症用相生調、實症用相剋（疏泄或抑制）調。 相生：「肺金生腎水…腎水生肝木…肝木生心火…心火生脾土…」。 相剋：「肺金剋肝木…肝木剋脾土…」——不是打架，是防止某股能量過頭。

道	第十一品：寸關尺三處。上中下三焦。四相顯五藏。 第十二品：五藏應五色。 第八品：五臟列位上而下，相生相剋依五行。
融合	辨證＝找出「是哪一段卡住」，再決定用相生（補）還是相剋（泄）。真經第十一品把「寸關尺 上中下三焦 五臟」的對應講得極簡，這張表就是辨證的地圖。

第 9 章 五臟六腑與行醫見聞

01:02:20

術	中醫是理科工科、講究歸類；五臟六腑各是一個系統。 十二臟之相使與各司其職；腎主生殖生長發育。 中醫臟腑與西醫臟器之別；中醫重經驗與養生體悟。
理	「人體總設計包含動力系統、訊息系統、結構系統…跟一部精密機器完全一樣，差別在訊息系統連結了精神思惟。」 五臟功能各有明確分工：脾（土）提供十二經脈最大動力、肝（木）熱分離成雙缸、肺（金）是空調、腎（水）是能源回收、心（火）是引擎。 「古人用五行解說五臟關係，其實還是蠻聰明的。」
道	第九品：此身四大合。肝心脾肺腎。不是五臟器。而是五系統。外加一個神，成為此命軀。 第九品：顱腔總氣血。心臟總統攝。故稱心主神。 第六品：心者。君主之官也。神明出焉。
融合	中醫的臟腑是「系統」不是「器官」。真經第九品用一句話就講完：「不是五臟器，而是五系統，外加一個神。」——看懂這句，就不會再拿解剖圖去對中醫。

第 10 章 陰陽平衡、上火與陰虛

01:18:29

術	五行是運動變化與中庸之道；陰陽平衡與晚睡傷肝膽。 熱證忌猛降火、勿喝冰水；上火與陰虛的圖示區別。 誤把陰虛當上火、越降越虛；上火與陰虛的症狀鑑別。
理	「壇中不力，類似汽車的汽缸漏氣或縮缸，整個血氣循環變慢。」 三焦是「人體《低窪滯洪蓄水區》」——水的調節總閥門。 陰虛＝冷卻水不足；上火＝局部過熱。兩者處置完全相反。
道	第五品：陰平陽秘。精神乃治。陰陽離決。精氣乃絕。 第十二品：體虛切莫泄。先補提陽氣。 第八品：壇上稱陽下稱陰。能旋色身而稱人。
融合	陰虛不是火大，是水不夠——所以真經第十二品才說「體虛切莫泄，先補提陽氣」。把陰虛當上火猛降火，等於冷卻水已經不夠還把水箱放掉。

第 11 章 陰陽水、補陰與靜心養生

01:36:37

術	陰虛的辨識與肌肉觸診；陰陽水與薑水的做法。 補陰後自動早睡、陰不斂陽。 玉竹麥冬補陰；臟腑平衡與環境適應。
理	腎：「能源回收、水的調節處理」「心腎不交＝心臟和腎臟的熱不交換」。 腎精是固定的總量——先天之器，用一次少一次。 補陰＝把水塔存量補回來，並讓心的熱有地方交換出去。
道	第九品：能源回收區，水質過濾器。色身總設計，恆溫又恆濕。 第十二品：萬法莫如心門開。 第五品：陰平陽秘。精神乃治。
融合	補陰是把水塔的存量補回來。真經第九品把腎叫「能源回收區、水質過濾器」——它不是「比較弱的器官」，是整套系統的循環末端；末端通了，全身才穩。

第 12 章 環境適應、秋冬養生與泡腳

01:56:16

術	阿拉斯加的適應體驗；適應力取決於臟腑經絡。 四季養生與白開水；當歸酒與料酒運用；泡茶的專注養生。 晚間茶飲、曬太陽與肉桂蜂蜜水；肉桂泡腳、泡腳要領與課程結語。
理	六氣與環境：人體要靠動力系統去「適應」外在六氣。 「清升濁降」——升靠浮力、降靠重力，這是人體運用大自然兩個力的物理設計。 泡腳＝從末端把循環帶起來，屬於物理療法（非侵入）。
道	第五品：故聖人傳精神。服天氣。而通神明。陰平陽秘。精神乃治。 第四品：北方生寒。寒生水。水生鹹。鹹生腎。腎生骨髓。髓生肝。 第九品：色身總設計，恆溫又恆濕。
融合	養生＝順時之序。真經第五品「服天氣」「順之則陽氣固」，講的不是玄學，是「人體是一台靠天時運轉的機器」——泡腳、曬太陽、喝對的茶，都是在幫這台機器對準季節。

一句話總結

這堂課講的是「術」，人體設計給的是「理」，道器圖融真經給的是「道」。
三者對上的時候，你就不必再死背任何一個名詞——因為你看到的是同一股能量在跑。