

望聞問切 ～ 搭看趣

第 02 堂 1150920 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

五行是「屬性」不是「物質」：《尚書·洪範》一曰水、二曰火、三曰木、四曰金、五曰土。水曰潤下、火曰炎上、木曰曲直、金曰從革、土曰稼穡——各有固定性質。
相生相剋用單手就能推算：相生依序推進，相剋隔一位相制，不必死背圖圖。

理

《醫方明大論》：「古人用五行解說五臟關係，其實還是蠻聰明的。」
「脾胃是後天動力最大來源…猶如大地滋養四方，故稱為土」；肝得脾之動力而稱木、心為加熱中心而稱火、肺決定肝的效率故稱金。
五臟五行是下藥的依據：虛症（功能弱）用相生調，實症（過度飽和）用相剋（疏泄或抑制）調。

道

第四品：東方生風。風生木。木生酸。酸生肝。肝生筋。筋生心。／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：肝位東方能生風。心位南方能生火。肺位西方主燥金。腎在北方主寒水。脾位中央如大地。滋養四藏稱為土。
第八品：五臟列位上而下，相生相剋依五行。

融合

五行不是五個分類標籤，而是天地五氣在人身的落點。真經把方位、五氣、五臟一次串成一條線；人體設計再補一句——它是「動力」不是「符號」。這就是為什麼相生相剋用推算比用背誦快。

第 2 章 木、火、土與肝、心、脾胃

術

木曰曲直：直直往上長、往外分枝，主生長、生發、條達；在臟為肝，肝主疏泄。
肝鬱氣結的成因：情緒、環境、壓力讓肝的「往外發散」受阻，胸悶、嘆氣。
火曰炎上：在臟為心，心主血脈；火＝加溫、向上。土曰稼穡：在臟為脾，主運化、承載。

理

肝：「肝臟左上傾斜約 35 度，才能自動熱分離產生動力」「讓肝氣一股往上、一股往下，自然對流」。
心：「心主神…心臟也是身體血液的加熱器，也是紅血球的製造中心」；「心是引擎、壇中是扭力轉軸」。
脾：「脾臟推動胃氣透過脾脈轉到三陰，再接到三陽，等於提供了十二經脈的最大動力」。

道

第九品：脾經足太陰，最大氣動力。肝是能源廠。
第六品：肝者。將軍之官。謀慮出焉。／脾胃者。倉廩之官。五味出焉。／心者。君主之官也。神明出焉。
第八品：細觀右肝右下斜…色身疏泄全靠它。

融合

木、火、土不是三種元素，是「轉化 → 加溫 → 配送」三段動力。所以「肝鬱」不是玄學——是工廠的出貨口被悶住了；嘆氣，就是身體自己在替肝做「往外發散」的動作。

第 3 章 五臟六腑與經絡系統

術	五臟（藏而不瀉）與六腑（瀉而不藏）的分工：五臟儲藏精氣，六腑傳化而不貯存。 十二經絡與表裡配對；三焦是「決瀆之官」，負責水道。 脾胃為後天之本；心為君主之官，心包為其護衛。
理	「人體總設計包含動力系統、訊息系統、結構系統（氣血、神經、骨骼肌肉），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。」 三焦：「《三上三下與中間旋轉》七個動力的平衡調節總閥門，也是人體《低窪滯洪蓄水區》」 「三焦是沒有實體的腑器官」。
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。 第六品：肺者。相傳之官。治節出焉。／膽者。中正之官。決斷出焉。／腎者。作強之官。伎巧出焉。 第九品：顱腔總氣血。心臟總統攝。故稱心主神。
融合	中醫的臟腑是「系統」不是「器官」——這句話真經第九品用「不是五臟器，而是五系統，外加一個神」一句就講完了。看懂這一句，就不會再拿西醫的解剖去對中醫的臟。

第 4 章 脾胃與飲食：冰與甜之害

00:33:49

術	脾怕冰與甜：冰使動力凝滯、甜使運化困住（甜食困脾）。 臺灣的甜食文化：飲料、甜點過量，形成「嗜食五味與身體需求」的錯位。 脾胃病與治療的配合：脾胃一弱，全身補給線就跟著弱。
理	「脾胃是後天動力最大來源，由胃的食物消化提供熱氣」；脾一堵，心肝肺腎全部跟著沒補給。 「中焦不通（上下氣不對流）」是重症本源——上下氣不對流，五臟隔開各說各話。
道	第六品：脾胃者。倉廩之官。五味出焉。 第十二品：一飲食。二住所。三神志。 第十二品：病是果。必有因。因成果。必有緣。
融合	冰與甜傷的不是「胃」這個器官，而是「把胃氣往上推」的那股力。動力一停，十二經脈的最大動力就斷了——這就是為什麼脾被稱為「後天之本」，也是真經把「飲食」列為病因第一項的原因。

第 5 章 金水特性、秋季養生與腎為先天之本

00:46:06

術	金曰從革：革是變革，金屬須冶煉成器，帶清肅、收斂之性；在臟為肺，肺主氣、主皮毛。 秋後問斬、秋天肅殺——秋季對應金的收斂之氣；秋天乾燥，補水為先。 水曰潤下：滋潤、往下；在臟為腎，腎藏精、主骨，為先天之本。
理	肺：「肺臟在人體如同大樓的空調系統…毛細孔開閉調節人體溫度，也決定表皮生長，所以說肺主皮毛」。 腎：「腎臟主功能是能源回收、副功能是水的調節處理」；「左腎推力和右腎拉力不平衡時，心臟力氣不平衡…中醫稱為《心腎不交》」。 「腎精是固定的總量」——先天之器，用一次少一次。

道	第八品：肺位西方主燥金。腎在北方主寒水。 第九品：能源回收區，水質過濾器。色身總設計，恆溫又恆濕。 第九品：脾經足太陰，最大氣動力。
融合	肺是空調、腎是水塔。秋燥傷肺，等於空調缺水——所以秋天「補水為先」不是客套話，是設備保養。而腎精既然定量，養生的重點就不是「補」，而是「少耗」。

第 6 章 相生相剋與治未病

01:07:00

術	相生相剋用手推算：木生火、火生土、土生金、金生水、水生木；相剋隔一位。 疏肝與五行治法；「見肝之病、當先實脾」。 治未病：在病還沒傳到下一段之前，先把它擋住。
理	相生：「肺金生腎水…腎水生肝木…肝木生心火…心火生脾土…脾土生肺金」——上一段的產出，就是下一段的輸入。 相剋：「肺金剋肝木…腎水剋心火…肝木剋脾土…心火剋肺金…脾土剋腎水」——不是打架，是防止某股能量過頭。 「封閉系統無補法，以間接剋為救」——身體靠相剋的反作用力把系統拉回平衡。
道	第十二品：壇中若不開。仙丹亦枉然。壇中先開病根斷。療病先後依此規。 第十品：八虛色身機關處。五藏邪氣客居處。 第九品：五臟列位上而下，相生相剋依五行。
融合	相生是流水線、相剋是安全閥。「見肝之病，當先實脾」翻譯成能量語言就是：**上游出問題時，先在下流被壓垮前擋住**——這就是治未病。

第 7 章 養生茶飲與藥材

01:17:00

術	藥材分裝與用量；麥冬玉竹茶的配方；玉竹的挑選與應用。 茶飲是日常保養，不是治病主力。
理	氣的三個來源：先天本具、後天飲食、呼吸——茶飲與食療屬於「後天飲食」這一項。 藥理學見《醫方明大論》第八章《人體動力診斷與藥理學》。
道	第十二品：病是果。必有因。因成果。必有緣。一飲食。二住所。三神志。 第一品：三者善知病對治。四者善知治病已。 第九品：能源回收區，水質過濾器。
融合	茶飲不是「補」，是修「飲食」這一項因。真經把病因收成三項——飲食、住所、神志——喝茶潤燥，動的就是第一項。

第 8 章 臟腑的病理變化（以胃為例）

01:24:59

術	胃的受盛與病理變化；胃火（胃熱）燒食。 胃寒與完穀不化；胃火旺盛與磨牙。 胃病的表現常不只是胃本身，而是整條動力線的訊號。
理	《醫方明大論》3.2「脾胃氣不升（中焦沒力）」、3.4「中焦不通（上下氣不對流）」。 胃食道逆流——不是賁門鬆了，是脾推不上去、胃氣被壓回食道。 胃傾斜最大，故脾胃氣為後天主氣。
道	第六品：脾胃者。倉廩之官。五味出焉。 第十二品：壇中若不開。仙丹亦枉然。 第八品：壇上稱陽下稱陰。能旋色身而稱人。
融合	看胃病要看「推力」，不是只看胃。倉廩之官的任務是把收成送出去——送不出去（不升）或送太急（火燒），是兩種不同的卡點。

第 9 章 肝鬱氣結與情緒調節

01:32:03

術	肝鬱氣結的症狀：胸悶、脅脹、唉聲嘆氣、情緒低落。 唉聲嘆氣是身體自己在做「往外發散」的動作。 換環境、開闊心境、大山大水的療癒——肝要的是「舒展」。
理	肝「一股往上、一股往下，自然對流」；「右肝氣不降（右肝氣不下、下疏無力）」是常見的卡點。 第五章《情緒與健康》——人體的軟體系統：情緒是會直接改動動力系統的。 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。
道	第七品：肝悲哀動中則傷魂。魂傷則狂忘不精。兩脅骨不舉。 第十二品：萬法莫如心門開。 第八品：細觀右肝右下斜…色身疏泄全靠它。
融合	肝的「曲直」就是往外長的轉化力：轉化必須往外、往上升發才順。所以肝鬱的人會嘆氣——那是身體在替肝做「往外發散」。真經則補上一句：心門一開，肝氣自舒。

第 10 章 憂鬱症的認識與照護

01:47:07

術	憂鬱症的正確觀念：是病，要就醫；中西醫配合。 家人的態度與陪伴；長期陪伴的實例。 躁鬱與肝火；心陽與肉桂蜂蜜。
理	第五章《情緒與健康》——人體的軟體系統：情緒病要看「神」。 「下醫醫病，中醫醫氣，上醫醫神」——情志病屬「神」的層次。 「心主神，心臟被譽為身體最神秘而且是動力調節中樞」。
道	第七品：心忪惕思慮則傷神。神傷則恐懼自失。 第十二品：病由心起從心懺。此乃療病第一關。心不起懺壇不開。 第十二品：萬法莫如心門開。五藏應五色。

融合

情志病要從「神」下手。真經第十二品把話講得很白：「病由心起從心懺」「萬法莫如心門開」——這不是勸善，是說「神」不動，下面的氣與形就跟著不動。

第 11 章 脾、平安脈與舌診

01:58:02

術

脾運化水穀與水穀精微；脾為後天之本、補先天。
古代的平安脈；從把脈看情緒的變化。
舌色的變化；舌形與舌苔。

理

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）。
「古人用六根覺受（望聞問切），心性不穩則誤診」。
舌為心之苗、脾之外候——舌診同時看結構與動力。

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。寸關尺三處。上中下三焦。四相顯五藏。
第九品：心氣走兩肩。構成雙回路。心氣不上下。關鍵在缺盆。

融合

「平安脈」就是「常」——先把常態記住，變動才有意義。四診（講義）給你看什麼，三診（真經）給你先後次序：**觀外形 → 查通信 → 測動力**，沿著能量流動找出卡點。

第 12 章 病因與肺腎的收斂封藏

02:12:46

術

病因總論：內因、外因、不內外因。
外因：六氣過與不及成六淫；正氣存內、邪不可干。
肺金的收斂往下、腎水的封藏——一收一藏，是人體最後的守門。

理

「病症為果，因源環境、生活觸染、六根貪愛等，最終只有三方面：環境因素、腑臟機能強弱、個人心情因素」。
肺：「製造血小板」；腎：「先天之器」，過濾回收、冷卻心。
《黃帝內經》：「正氣存內，邪不可干」。

道

第十二品：病是果。必有因。因成果。必有緣。一飲食。二住所。三神志。
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：能源回收區，水質過濾器。色身總設計，恆溫又恆濕。

融合

三套說法其實同一件事——講義的「三因」、人體設計的「三方面」、真經的「飲食／住所／神志」，都是同一個病因清單。肺負責收、腎負責藏；這兩個守門沒守好，前面的努力都會漏掉。

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。