

中医临床针灸 校注集成

杏林采撷



池敬安 著

池敬安中医针灸诊所负责人、医师，
福州敬安意针研究所所长，
体能医学及其意针疗法创立人。



中医古籍出版社
Publishing House Of Ancient Chinese Medical Books

中医临床针灸 校注集成

杏林采撷

池敬安 著

池敬安中医针灸诊所负责人、医师，
福州敬安意针研究所所长，
体能医学及其意针疗法创立人。



中医古籍出版社

Publishing House Of Ancient Chinese Medical Books

图书在版编目（CIP）数据

杏林采撷/池敬安著.—北京:中医古籍出版社,2016.8

ISBN 978-7-5152-1201-2

I. ①杏… II. ①池… III. ①中医学 IV. ①R2

中国版本图书馆CIP数据核字（2016）第183581号

杏林采撷

作 者 池敬安

责任编辑 梅 剑

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京市东直门内南小街 16 号（100700）

编辑信箱 407274412@qq.com

购书热线 010-84023423（兼传真）

经 销 新华书店

印 刷 北京京海印刷厂

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 14

字 数 207 千字

版 次 2016 年 8 月第 1 版 2016 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5152-1201-2

定 价 48.00 元

自序

苦尽甘来！这是本人经常自医己病的心灵体会，也是自己临床三十六载所领悟的人生哲理！

医学是救死扶伤的高深学术，学习和领悟都需要动用大脑，没有动用大脑思维，高深的医理是难以领会的。但是，如果单靠大脑学医，虽然通过刻苦也能学会书本的理论，却不一定能领悟抽象的医理；如果是通过实践而获得的感受，就是深刻在心灵中的医理。这种心灵感悟的医理，往往就是从事医学事业的动力。其实，日常生活和劳动实践中的感悟也是这样，若肯用心，就会发现世上各种事物都有苦尽甘来的哲理。

人身体的承受力毕竟是有限的，但人意志之坚强却经常会振奋人心。中医临床事实显明，医家所开出的处方中药，求治者只需一口气喝下苦口良药，往往就会获得苦尽甘来的康复效果。可见，苦并不是可怕的，只要有吃苦的精神，人人都是坚强的。

当然，人生需要磨练才能坚强。但在现实生活中，如果舒服的享受过多，却是有害的。记得我年轻的时候，因在煤矿井下采煤，由于自己爱劳动，经常连续加班，但有一次加班得很辛苦，也动了装病住院的念头，觉得那样既可以休息，又能吃到病号饭——面条，于是我也学着装病，到矿山医院去住院。没有想到的是，医院里的医生和护士大多都知道我是矿山宣传队作曲的，所以我颇受欢迎。有经验的护士还私下教我，上午医生查病，要卧床待诊。于是我每天上午都躺在病床上，医生诊查后，我就服用药物，然后卧床休息。结果，才躺了五天，我的身体真出了毛病，又是头疼又是高热，全身像散了架似的难受，后来赶紧出院去上班。

人生在世，不可能都是享受，命再好也难免有苦难，然而，不好受的苦差

事往往对自己的身心还有益。29岁从矿山调回福州时，由于本人不忘少年自治眼睛获效的感受，成年后经常自学中医。刚返城时又因出手点穴救治休克的同事成功，这让我学医更加有信心了。后来为了学针灸，经常在自己身上扎针来体验针感，生病时也自己施针自治，实践的结果，常使自己体会到不同穴道的不同感受，还发现自体经多次刺激经穴后，不但使病治好，还使体质增强。

可见，美好的感受多在痛苦之后，适当地吃苦，定有好处。所以，苦尽甘来，既是经常自治己病的心得体会，也是长期临床领悟的人生哲理。

池敬安

2016年4月于邮电公寓

目 录

第一章 “中医”一词寓意高雅	1
一、“有病不治，常得中医”	1
二、“不治为中医”的理念	4
三、“上医治未病”的理论	5
四、中医含有“中和”之意	8
五、要记住“中医”二字不能拆解	10
六、海外汉医不等现代中医	14
第二章 “中医”二字情深意重	16
一、“中”里有深情	16
二、“醫”中有厚意	26
第三章 中医内涵诸多超越	39
一、医、易相通	39
二、医、政相似	41
三、医、武相联	42
四、医、道相生	44
五、医理渗透道、儒、释、武	44
六、医家名言振聋发聩	46
第四章 中医八卦与现代染色体	50
一、先从八卦的“太极鱼”说起	51
二、染色体性别与八卦阴阳相似	53
三、八卦形象与染色体 XY 相同	57
四、八卦对数与染色体对数吻合	60

五、八卦也有群组、密码和裂变信息	62
六、中医八卦的认识论与方法论	65
七、今人当领会古人的特殊功能	66
八、人类进化与退化的现象莫忘	67
第五章 中医针灸现代科学机理	71
一、镇痛有三大作用	71
二、调整有十大功能	73
三、功效有三大因素	94
第六章 中医针灸现代有关问题	96
一、检查诊断问题	96
二、治疗的相关问题	97
三、操作手法问题	98
四、治疗时间问题	99
五、年龄体质问题	101
六、针灸的宜忌问题	102
七、休息、营养、护理等问题	103
八、配合治疗问题	104
第七章 中医生活中的个人领悟	106
一、冬吃萝卜夏吃姜	106
二、酸能减燥润肺护筋	107
三、灸治嗜热点的好处	108
四、应对发物发药有三诀	109
五、治风伤宜辨证论治	110
六、论中药的气味	111
第八章 中医有待论证的命题	121
一、三论人体阴阳	121
二、诊治疑难症疗效需分析	125
三、真的虚不受补吗?	133

第九章 中医有待检验的论述	137
一、针灸的特殊功效.....	137
二、针灸疼痛的奥妙.....	139
三、复诊须重视疗效.....	142
四、人体疾病三段论	144
五、外治法与正负压.....	146
六、风伤症与游走性风湿	147
七、针药互补说.....	149
第十章 中医的超前与不足	151
一、中医对现代生活的影响	151
二、中医是人体健康的学问	153
三、中医模糊方法的科学性	155
四、中医辨证论治的权威性	157
五、中医的超前性较难理解	158
六、中医的不足曾被人误解	161
七、中医的经穴有领会问题	163
八、中医常用的名词莫搬弄	164
九、中医号脉的独到与问题	166
十、中医发展的困难与问题	167
第十一章 中医面临的现代困境	170
一、现代中医的艰难处境	170
二、什么原因影响中医发展	171
三、切莫妄自菲薄制约发展	174
四、当尊重国情振兴中医	176
五、时代铜臭对中医的影响	179
六、中医的问题要自我克服	180
第十二章 中医面对的现实状况	182
一、需知时代对中医的冷落	182

二、现代史的中医依然伟大	184
三、其实西医是抗病救命的	187
四、中医学西医可取长补短	189
五、中西应互补 因各有长短	191
六、可惜中西结合多属作秀	192
七、中医应当努力充实科学	194
中国古代十二大名医	196
一、扁鹊	196
二、华佗	197
三、张仲景	199
四、皇甫谧	200
五、葛洪	201
六、孙思邈	203
七、钱乙	204
八、朱震亨	206
九、宋慈	208
十、李时珍	209
十一、叶天士	212
十二、吴谦	216
附 录	196
后 记	218

第一章 “中医”一词寓意高雅

一、“有病不治，常得中医”

“中医”二字最早出现在班固的《汉书·艺文志·方技略》里，其中有这样一段话：经方者，本草石之寒温，量疾病之浅深，假药味之滋，因气感之宜，辨五苦六辛，致水火之齐，以通闭解结，反之于平。及失其宜者，以热益热，以寒增寒，精气内伤，不见于外，是所独失也。故谚曰：“有病不治，常得中医。”

上文用现代语表述可翻译为：经典的方剂，是本着草木矿物等药物的寒温性质，根据疾病的深浅程度，凭借药物的滋味功能，考虑人体对气候的适应情况，辨别五脏六腑适宜的能力，致以寒凉温热的方剂，以疏通闭塞解除郁结，使身体返回平安。若失当地治疗，用热药来增加病人的内热，用寒药来增加病人的内寒，造成精气内伤，又不显露于外表，这是严重的失误。所以有句谚语说：“有病不找庸医，常符合医理。”

啊，这段话真值得我们思考！不过，上述谚语中的“中医”二字与现代“中医”概念还不等同，因其“中”字念去声，所以整句谚语的含意是“有病不找庸医，常符合医理。”是的，若不被误治，反而有利于自身的防病能力（也就是现代的免疫功能），因为中医讲究养生，所以“有病不治，常得中医”的内涵，不仅有特殊的含义，而且还深受人们的亲睐。

中医的先贤有很多，如“神农尝百草，一日而遇七十毒”的传说很多人都知道，这是我国古人与疾病做斗争的写照，也是发现药物治疗疾病的艰难历程。更为可贵的是，中医很早就建立了高雅的学术体系，而且在漫长的发展过程中，历代都有不同的经验积累，并涌现了诸多不断推进的名人名著。

根据医史记载,我们知道,在夏商周时期,中国就出现药酒及汤液。在3000多年前的殷商甲骨文中,就已经有医疗卫生及十多种疾病的记载。《诗经》是中国现存文献最早有药物记载的书籍。到周代已经有望、闻、问、切的诊病方法,以及针灸、手术、药物等治疗方法。

战国至秦汉时期,具有系统理论的著作就已成书,《黄帝内经》就是最早的中医理论性经典著作。而《神农本草经》是最早的药学专著,是秦汉时期(公元前221—公元220年)众多医学家搜集、总结而成书的。该书载药365种,至今尚为临床所习用,它的问世标志着中药学的初步确立。

东汉末年张仲景所著的《伤寒杂病论》,专门论述了多种杂病的辨证诊断、治疗原则,为后世的临床医学奠定了发展的基础。汉代外科学已具有较高水平。据《三国志》记载,名医华佗已开始使用全身麻醉剂“麻沸散”进行各种外科手术。

从魏晋南北朝(公元220—589年)到隋唐五代(公元581—960年),脉诊取得了突出的成就。晋代名医王叔和所著的《脉经》归纳了24种脉象。该书不仅对中国医学有很大影响,而且还传到了国外。这一时期医学各科的专科化已趋成熟。针灸专著有《针灸甲乙经》;《抱朴子》和《肘后方》是炼丹的代表著作;制药方面有《雷公炮炙论》;外科有《刘涓子鬼遗方》;《诸病源候论》是病因专著;《颅囟经》是儿科专著;《新修本草》是世界上第一部药典;眼科专著有《银海精微》等等。另外,唐代还有孙思邈的《千金要方》和王焘的《外台秘要》等大型方书。

唐代(公元618—907年)经济繁荣,促进了中药学的发展。唐政府率先完成了世界第一部药典性本草——《唐本草》的编修工作。全书载药850种,还增加了药物图谱,进一步完善了中药学的规模格局。

在宋代(公元960—1279年)医学教育中,针灸教学有了重大改革。王惟一著有《铜人腧穴针灸图经》,后来,他又设计制造等身大针灸铜人两具,教学时供学生实习操作。这一创举,对后世针灸的发展影响很大。明代(公元1368—1644年)时,有一批医学家提出把伤寒、温病和温疫等病区分开。到了清代,温病学说达到成熟阶段,出现了《温热论》等专著。

明代（公元1368—1644年）的医药学家李时珍，历时27年完成了中药学巨著《本草纲目》，全书载药1892种，成为中国本草史上最伟大的集成之作。到明代末，西方医学开始出现并传入中国，一批医学家们主张“中西医汇通”，成为现在中西医结合的先声。

“中医”这个名词，是1936年国民党政府制定《中医条例》时正式法定的。不过，有人认为“中医”这个名词的出现是在鸦片战争前后，是英国东印度公司的西医为了区别中西而给中国医学起名中医的。这种说法是一点都站不住脚的，因为在历史中的中医曾有过许多称谓，如“汉医”“传统医”“国医”，这些都是有别于西医的。

何况，由于历史的背景因素不同，中医的其他称谓还有多种，应当特别提及的是下面最特殊的四种。

一是岐黄。这个名称来源于《黄帝内经》。因其书是黄帝与岐伯讨论医学的专著，所以后人便称《黄帝内经》为岐黄之术，所以“岐黄”就成了中医的别名。

二是青囊。它的来源与三国时期的名医华佗有关。据说华佗被杀前，为报一狱吏酒肉侍奉之恩，曾将所用医书装满一青囊送与他。华佗死后，狱吏亦行医，使华佗的部分医术流传下来，所以后人称中医为青囊。

三是杏林。这个名称也起始于三国时期。有资料介绍，三国时吴国有位名医叫董奉，他是福建福州长乐人，曾一度在江西庐山隐居。因远近百姓闻名求医，董奉却不收钱财，只求轻证者愈后种一棵杏树，大病重病治愈者种五棵杏树。10年左右，董奉门前杏树成林，一望无际。从此，人们便唤中医为杏林。

四是悬壶。传说河南汝南的费长房，在街上看到一卖药老者的竿杆上挂一葫芦，奇怪的是，天黑散街后，老者就跳入那葫芦中。为弄清底细，费长房以酒款待，老者后来约他同入葫芦中，只见玉堂俨丽，甘肴旨酒。费长房即拜老者为师，学修仙之道。数载后，他术精业成，辞师出山，又得壶翁传赠的治病鞭鬼之竹杖，从此费长房也悬壶行医。从那时代起，医生腰间挂的和诊所前悬的葫芦，便成了中医的标志。

二、“不治为中医”的理念

上文说过，“有病不治，常得中医”的含义，翻译成现代语就是“有病不找庸医，常符合医理”的意思。该句子的意思，在《辞源》的辞条里，也被解释为“符合医理”。所举证的也是《汉书·艺文志·方技略》的记载，在举证之后，辞条还慎重地告诉人们说，庸医治病会造成内伤，如让庸医治病，不如不治为好，并提出“不治为中医”的名言。

啊，这句“不治为中医”的含义，相信旧时代的读者一般都能领会，因为中医是防病于未然的，到有病了才去治，已经违反了中医的养生之道。可见，“不治为中医”也是古人的高雅概括，其中蕴含着两层深意：一是疾病可激励人体自身免疫功能，二是不被庸医误治利于自我保护，所以反而符合中医的深意。

在《黄帝内经》的开篇卷首中，有过这样的阐述：“上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去。”又说：“虚邪贼风，避之有时，恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来？”可见，只要能明白中医的“防病于未然”，相信也必能领会“不治为中医”的含义。是的，因为身体健康了，当然就不用治病了。

1943年，诺贝尔物理学奖获得者、奥地利科学家埃尔温·薛定谔先生(Erwin Schrodinger)在探索生命的过程中，提出了“生命的基本问题是信息问题”。是啊，生命的基本问题是“信息”问题，这种见识的确是很了不起的。

但是，若将其与我们中国古人所说的“气”相比，那又没什么了不起了，因为“气”里面也含有“信息”的意思，而且“气”的概念比“信息”大，“气”的内涵更令人惊叹。因为在《黄帝内经》里，“气”有决定生命的论断，并提出人体需要益气、补气的主张，这观念不仅与现代科学不谋而合，而且对生命的功效还有更深层的认识，这与现代科学相比，超前了两千多年。

须知中医的“气”，不仅有“信息”的含义，还有“功能”“状态”“物质”“气候”等的意思，其内涵博大精深。有一位专家曾经这样告诉我们，《黄帝内经》提及气的地方有2800多处，论述气的名称有300多种，如正气、真气、

精气、神气、营卫之气、经络之气、脏腑之气、宗气；还有病理的邪气、六淫之气、七情之气……

中国人特别看重“气”，其认识极其深刻，虽然现在已经是基因、量子时代，但“气”的价值和意义现代人还必须领会，切莫遗忘失传致使“断气”。

三、“上医治未病”的理论

在《黄帝内经》中，有“上医治未病，中医治欲病，下医治已病”的特殊理论，其《素问·四气调神大论》还提出：“圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。”其《灵枢·逆顺》也再次强调：“上工治未病，不治已病。”

北京中医医院王国玮副院长曾经为大家解释说，“上医治未病”的意思是：医术高明的医生并不只是擅长治病的人，而且还是具有能够预防疾病的人。中医，历来防重于治，面对现代五花八门的疾病以及发病年龄越来越低、亚健康人越来越多的状况，利用中医进行养生保健，无疑是最合适的方式之一。

不过，常有令人费解的现象是，现代人面对“上医治未病，中医治欲病，下医治已病”的理论一般都能理解，可一回到现实生活中，这道理的把握却显得十分不易。比如经常“黑白”颠倒，晚上迟迟睡，白天迟迟起，造成身体出问题了，还表现为“小病不去看，大病找专家”，而且对医生能力的辨别，总是以职称头衔为标准。这种现象听起来有点不好受，但若能平静思想，相信是可以理解的。

早在春秋战国时期，神医扁鹊就有过类似的故事。有一次，扁鹊到魏国时，魏文王接见了，他，问道：“听闻你家中有兄弟三人，都精于医术，但不知哪一位的医术最好？”扁鹊答道：“我大哥医术最好，我二哥排第二，三兄弟中我医术最差。”魏王觉听后觉得奇怪：“那为什么你会最出名呢？”扁鹊答道：

“我大哥，于病情发作之前就进行处理，使周围人的疾病消弥于无形，可外人无从知晓，所以只有我们家里面的人才知道他的医术最高。而我二哥，在病情还十分轻微时，就将疾病治愈，在他手上，疾病不能发展成大病、重病，可周围的乡亲都认为他只能治小病，所以名声只限于本乡。只有我，到了病情比较

明显，或者比较重的时候，才知道病因，而运用药物、针灸等方法治好重病、难治之症，大家都以为我的医术高明，所以我的名声响遍数国。”

扁鹊的话语令人三思。是的，高明的医生不仅能治病，还善于防治，教人应时起居、合理饮用、及时防治等等，人若学习领会，则不生病少生病，这就是治未病的“上医”。后来，“上医治未病”的认识，经过历代医家的发展与完善，成为中医理论体系不可或缺的高明内容，其意义就是让人们掌握养生的方法，使自己身体强健少生病。

人们当如何把握自己的健康呢？实践告诉我们，健康全靠自己。曾有高人这样说过：治未病之先，需防患于未然，养生防病；治未发之前，要防微杜渐，重视先兆，防止发病；治未盛之时，当见微知著，防疾病加重，择时而治；治未传之脏，要掌握疾病传变规律，已病防传；治传与否，当辨虚实，妙用承制，目的是让人不生病、少生病，防护抗病，提高生存质量，实现延年益寿。

20世纪30年代，美籍著名公共卫生学家兰安生(J.B.Grant)博士有句名言：一盎司的预防，胜过一磅的治疗。可见，挖掘和发挥中医“治未病”的特色和优势，以预防为主，不仅可以解决老百姓看病难、看病贵，因病致贫、因病返贫的问题，还可让老百姓实实在在地享受到中医养生保健和治疗疾病方面的优势，达到人人享有健康的目的。

长期以来，由于生态环境的污染，饮食结构的改变，学习、工作、生活的压力增大，人口的剧增，疾病谱的改变等因素的影响，现代医学的理念，由治愈疾病向预防疾病和提高健康水平方向做出了调整，医学模式也由生物模式向生物、心理和社会环境相结合的模式转变。

近几十年来，不仅政府经常进行环境消毒，广大人民也懂得强身健体，所以2003年的非典型性肺炎和后来流行的高致病性禽流感，都被我们国家及时地防治了。

中医“治未病”具有丰富的内涵，包括天人相应、形神合一、辨证施养、平衡阴阳、精神内守、正气为本六个方面，主张通过饮食、运动、精神调摄等个人养生保健方法和手段来维护人体的阴阳平衡。可见，“治未病”注重预防和治本的特点，愈加符合现代医学发展趋势。

古人“恬淡虚无，真气从之；精神内守，病安从来”的论述，使学者明白，人们若通过精神调控，使真气从顺，疾病就不容易发生和发展。“治未病”就是强调人们注重保养身体，培养正气，提高机体的抵御病邪能力，达到预防疾病的目的。这对于亚健康、常见病、多发病，特别是高血压、糖尿病以及恶性肿瘤等慢性疾病的预防、治疗和康复养生，都可以消除或减少精神、心理以及不良生活习惯等“致病因素”的影响。“治未病”是中医奉献给人类的伟大医学模式，其“未病先防、既病防变”也是中医积极防治的科学理念。

有学者认为，人体状况可分为健康常态、疾病萌芽态、疾病生发态三种，针对这三种状态，人生可分为重养生、治欲病、治已病三类。

是的，重养生，可防患于未然。人体健康的维护，重点是通过养生，对人体正气进行保养，使精足、气充、神全，气机旺盛、平衡、畅达，从而增强人体调节能力和抵抗能力。这是预防疾病的关键，是延缓衰老、享受天年的基础，是维护健康的基本法则。治未病旨在居安思危，未雨绸缪，防患于未然。

治欲病，可预防疾病的发展。什么叫“欲病”呢？其实“欲病”就是亚健康，是已病而未发作之时，也就是已有病情，但还没有出现症状。疾病的发生，有从病生至病成的发展过程，在这生成过程中，气机变化微弱，形体尚未损害，疾病尚未形成，是一个治疗很省事的好时机。唐代大医家孙思邈也称此时为“欲病”，如果欲病积而不愈，就会发展成为已病。珍视欲病，便能了解疾病的所在和发生，治疗欲病就不会发生疾病，即：治欲病可预防已病。

治已病，可预防疾病传变。可见已病也要早治，因传变是疾病发展变化的规律，其中传是病位的改变，变是变化和程度加重。疾病传变是一个由轻到重，由重到危的过程，认识过程的各个阶段，可把握疾病的轻重和治疗的效果，可促使身体愈后的康复。一般早、中期治疗效果好，可彻底治疗，因此主张早、中期治疗预防疾病传变，避免造成严重损害和因病而亡。

自然学科一般都只有一个学术体系，而医学则不然。医学是研究生命规律的科学，是以科学技术的成就体现人文关怀为目标的，所以中医与西医两个独立的体系，至今仍共同存在。当然，若中西医学能真诚地互补发挥，相信世界医疗事业则会更上一层楼。

面对生活现实，人们关心的是健康长寿，都希望能有质量地过好每一天。因此，大力倡导与扶持“治未病”理念，继承先祖养生、预防的方法，构建现代的精神调养与生活方式，是我们时代同人的共识，也具有美好的实际价值。

四、中医含有“中和”之意

中医文化是悠久而高雅的，其形象，犹如史前篝火由点到面形成燎原之势，其现代文明之光，已经映照东方并波及世界。

前面说过，“中医”一词不是为了区别西医，因为《黄帝内经》形成于秦汉时期，“中医”一说最早见于《汉书·艺文志》。可见，距今两千多年前的时代就有了“中医”一词，而西医传入中国是在明末，至今只有一百多年的历史，在那古老的年代，西医连影子都不存在，怎可能为区别而称谓呢？

当然，中医是我们历史悠久的医学，这是国人都心领神会的。但是，中医还含有“中和”之意就不是人人都能领会的，只有通过领会中医调理阴阳的含义，才容易理解其“中和”之意。

事实上，中医的“中”字并不是指中国。须知中国古代的《易经》，曾将世界一切事物均纳入阴阳的轨道，对后世的哲学，社会、堪舆、天文、地理、医学……都有着重要的影响。所以，中国古代的医学理论也认为，人体的阴阳要保持“中和”，才会取得平衡而不生病，若阴阳失衡，则疾病必来。

在《中庸》一书中，有一至关重要的哲学命题是“致中和”这一思想。《中庸》曰：“中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”意思是中和乃是世界万物存在的理想状态，各种方法达到这一理想状态就是致中和，天地就是因此各得其所，万物便生长发育。中医所阐明的“阴阳和合”“阴平阳秘”生理机制，就是儒家致中和思想的最佳体现。在这个终极目标下，中医又用精气学说、阴阳学说和五行学说来阐释生命的奥秘。

须知中国数千年的医学史，若与近现代的西医科学史相比，虽然在治病救人的层面上，两者有异曲同工之妙，但毕竟还有分明的层次和差别。曾有一篇医学文章为我们指出中医的历史发展历程，并作了简要分述：春秋战国之际，