

源本中医
Yuan Ben Chinese Medicine

古典·创新·极简

全新视角，
气『道』中医

樊学鸿 金薛 编著

复杂中医 极简思考



全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

复杂中医 极简思考

樊学鸿 金薛 编著



全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

复杂中医的极简思考/樊学鸿, 金薛编著. --北京: 化学工业出版社, 2017.3

ISBN 978-7-122-29003-8

I. ①复… II. ①樊…②金… III. ①中医学-研究 IV. ①R2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第022127号

责任编辑: 贾维娜 高霞 王新辉 杨骏翼 装帧设计:  TOPTREE
ctatoptree.com
责任校对: 边涛

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司

710mm×1000mm 1/16 印张14 1/2 字数176千字

2017年4月北京 第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 39.80 元

版权所有 违者必究

一种新的能量认知

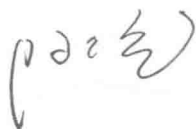
因为母亲心脏不适，经王琼介绍把老樊（樊学鸿）请到家里为妈妈诊治，想不到他用中医的方法，很快把妈妈调理到一个非常好的状态，让我亲见成效，非常佩服，从此我有机会与他交流关于中医的话题。当听说他正在写一本关于中医的书，并希望我写推荐序，我竟然毫不犹豫地答应了下来，可是答应后就后悔了，因为对中医我完全不懂，的确无法去做推荐。不过，想到妈妈快乐的样子，想到让更多人了解有关古典中医的知识，这是一件美好的事情，自己可以做点工作，也是蛮开心的。

中医对我而言实在是一个太大、太深的学问，以我浅薄的能力是无法得以理解的，老樊决定从极简思考的视角去诠释中医，这个立意本身就值得赞赏，因为对于普通人来说，这正是一个有效的解决方案。这本书立足于用极简的方式来解构中医，我没有能力去判断，这样的解构是否可以很准确地转述中医的复杂知识与系统，但是对于我们耳熟能详的“气”“气血”“五行”“经络”等等这些中医常用的词语，作者能够用通俗易懂的语言加以阐释，让这些知识可以更容易进入到寻常百姓之中。

通过这本书的解说和分析，理论结合临床，古典结合现代科学，感觉可以让中医知识更加平民化、大众化，就像马拉松被大众化一样。我们可以简单认为马拉松是跑步，但其实里面囊括了许多对身体和运动体系的科学理解。被大众化后，越来越多本来不怎么运动的人也开始科学锻炼。而理解中医知识，通过这本书的阐释，也变得不那么难以掌握了，也会有越来越多的人更有效地运用中医知识，自在地生活。

阅读本书，让我首先明白的就是，认知自己的身体本身也是认知自己内在能量之境；接着构建合理的生活方式就是重点。如果读者是一个专业人士，也许可以看到更多、更有价值的中医专业领域的探索。而从我一个完全外行的角度来看，反而吸收更多的是，觉得自己可以与中医知识走得很近，可以有一种新的身体能量认知的收获，可以界定一种新的、更健康的生活方式。

看完此书，对于中国传统医学更加敬仰，让我更深地理解中西医之间的差异，同时也更深地感受到中国传统医学所呈现自然、生物、心理、社会“整体医学模式”的魅力，这种涵盖自然宇宙、人、社会的“整体观”给我极大的启发，这可能是阅读此书的另外一种收获。



（陈春花）

北京大学国家发展研究院教授

2017年1月于北京

走近中医 重新认识

现在回想起来，认识老樊（樊学鸿），纯属偶然。那是2013年的4月30日。那天离开家门前，我不太放心地叮嘱母亲：“若父亲体温异常，务必及时告诉我。”有一个念头冒出来：要不就在家守着老父亲？但是由于前几天与某基金会秘书长约好当天讨论药品捐赠的合规性问题，我生生地将此念头压下，吻别八个月大的女儿，赶去学校。我有点心神不宁。父亲已经发烧近半个月了。前一天去医院检查，大夫一再叮嘱若体温异常务必及时复诊。在地铁里，我有一种不祥的预感，但内心还是抱着一丝侥幸。

按照约定与基金会来的几位公益人士畅聊了近两小时，其中就有老樊。他们希望我能够承接政策研究课题，以理清药品捐赠项目中的公益性与合规性问题。因为面临五一假期，我便回复说与团队商量后再定。送走他们，才发现手机上有好几个来自母亲的电话与微信。我暗叫不好，赶紧回电，果然父亲高烧不退。我火急火燎地跑回家，见父亲呼吸都不顺畅了，赶紧打车送到医院，费了九牛二虎之力让他得以住院治疗。还没来得及松口气，大夫却把我叫到一边，让我签下一纸病重通知书——父亲被确诊

为间质性肺炎和重症肺炎并发症，并已经有呼吸衰竭症状，随后他被送到呼吸ICU进行监护治疗。

接下来的几天，我真正体会到了煎熬的滋味。所有的化验都未能检测出病原体是什么，只能使用大量抗生素。主治大夫不容乐观的语气让我胆战心惊。隔天才能去ICU探望父亲一个小时，他丝毫未有好转现象。一周之后的某个下午，我和母亲推着婴儿车在小区里跟没头苍蝇般地转悠，互相安慰着。而远在老家的姐姐和妹妹也正在赶来的路上。这时我的手机响了，是老樊他们来电确认我是否可以承接研究课题的事情。我有气无力地告诉他们因为父亲病重，目前毫无心思承接任何项目。他们问清原委之后，问我是否愿意试试中医？当时但凡有一线希望也会全力以赴的我不假思索地就给了肯定回答，不过没有想到这一选择竟救了父亲。

从最初的半信半疑到后来的深信不疑，费时不长。父亲在第一剂中药入胃之后，体温就趋向正常。后续的治疗使他不仅奇迹般地逃出鬼门关，而且痊愈了。我也因此成为了中医的忠实拥趸。在父亲治疗和康复期间，我与老樊交往密切，甚至笑言要拜他为师学习中医。老樊和金薛年龄都不大，但是却甚懂中医古籍，而且与我交流父亲的病情时，不仅告知该用何种中药治疗，更难能可贵的是，与我充分沟通，告诉我治疗逻辑、治疗步骤和原理，深入浅出，令我受益匪浅。后来我基本上已经明白中医问诊的路子，知道问诊主要关注的问题和背后的目的，因此可以更加精确地对症状进行观察。

我就这样成了中医的“布道者”。作为中医的门外汉，我无

法将蕴含在中医中的科学原理呈献给大家，但是这并不阻碍我领略中医的精妙。老樊他们的这本书却做到了这一点，将中医的玄妙用科技语言和大众语言阐发出来，与大家共享。

如果深入思考，你会发现此书的意义可能就在于：当跨越千百年的文化差异，跨越东西方文化差异，需要让现代人甚至西方人去了解中医的时候，他们使用了一个极简的思路，试着从“气是什么”入手，逐步展开中医理论和人体生理的对应、理论和临床的对应，以极为简单的语言来讲明白中医的复杂原理。也许，这真是一条清晰而简捷的路径，而且如是讲来，中医可能本来就是一套完整的系统科学。这一努力将有助于医者与学生之间沟通、医者与学生之间的沟通、医者与学生之间的沟通、乃至医者与学生之间的沟通，善莫大焉！

希望此书能够帮助我们找到一条走近、走进古老中医的路径，并因此为身在病痛中的人们探寻解救之道。

金锦萍

北京大学法学院教授

2017年2月

自序

和大多数对中医感兴趣的人一样，我们研读过许许多多中医书籍，看过不少老师讲课的视频，然而总觉得无法抓住中医的要领，似乎这也对那也对，老师们讲的总是有道理。不但没有学会中医，反而对中医产生了迷茫、怀疑。

和很多人一样，我们投资过养生馆、诊所，赔了很多钱，我们遇到的最大问题是，坐诊的专家总在换，每位专家的疗效不稳定，专家之间的差异也很大，患者得到的疗效总不稳定，总也找不到中医的标准是什么，疗效的标准是什么。不但投资不利，反而对中医崛起的路径也产生了迷茫、怀疑。

于是我们研究古典中医，从内经到伤寒金匱，全力以赴，提出上千个问题，不断思考，自问自答。终于找到了一个全新的视角，极简地展示中医理论到实践的方方面面。

对中医的思考和表达，以前各位大医家都有各种思路，我们赞同黄元御的《四圣心源》，首先界定基本概念，然后指向临床使用这些概念。

我们的核心观点在于以下几部分：

1. 假定“气是水分子”，并以此假设为核心，重新从物理学角度诠释气和阴阳、五行、经络脏腑、情志内伤、五运六气的关系。

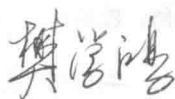
2. 论述营气、卫气在毛细血管层次相伴而行的解剖结构，从热力学角度解析疾病症状在经络营卫层次上的表现，并落实到中医诊断和治疗。

3. 将疾病症状分为三个类别，“气量的多少”“气温的高低”“气压的大小”，将中医八纲辨证表达为可感知的物理维度，并解析针灸、用药在这三个类别症状上的作用原理。

4. 将方书之祖《伤寒论》的六经辨证，解析为六经气化的诊断治疗方法，落实到六气和人体解剖的六经模块，使普通人可判断、可设计药物和针灸的治疗路线。

5. 试论疑难病、疫病和中医现代化的可能性。

由于本书涉及中医的理论和实践的广泛层次，并且使用了大量现代物理等科学知识，难免出现表达不够精确、问题阐述不够深入，甚至观点发生错误等问题。也欢迎各界朋友给予批评指正！您可以用微信扫描二维码与我们互动，我们将及时给予反馈，感谢您的支持！



2017.2.4

引子：20年的鼻炎，10分钟起效 / 001

第一章 利用物理知识重新认识中医科学

“气”在中华文化里面是一个非常常见的符号，汉语里有很多词提到“气”，脾气、正气、生气……但这看不见、摸不着的“气”，到底是什么呢？

第一节 看不见、摸不着的气——复杂中医的极简钥匙 / 007

灵感：从甲骨文看气和水的关系 / 009

线索：从《黄帝内经》看气和水的关系 / 011

气的体验：从人体水代谢感知中医的气 / 014

气与鼻炎：用气来重新理解疾病 / 017

第二节 气的阴阳五行——不只是哲学，更是物理学 / 019

气化：气的同化作用 / 020

阴阳：装载不同能量的气 / 025

五行：气的五种运动状态 / 028

五行生克：五种状态气的制约关系 / 031

六气：六种不同性质的气 / 037

第三节 气在人体的运作机制——能量代谢的秘密 / 041

气在人体流动的通道 / 041

经络真实存在 / 046

营气和卫气，如妻与夫，分主内外 / 051

营卫调和才不生病 / 057

病例讨论：1. 为什么针刺人的同时，牙痛消失了？ / 061

2. 脱发竟然是因为头皮不出汗：营卫调和的价值 / 063

第四节 中西医原理的差别——缺失对气的认识 / 063

能量的生命还是肉体的生命 / 063

器官之间是联网运作，还是独立运作 / 065

环境异常还是物质异常 / 069

治疗的差异：治“病”，还是治“人” / 078

第二章

什么是疾病？

气化异常和气运行受阻

疾病和症状的发生，说明人体的气机气化出现了问题。只有搞清楚病机，才能精准地设计治疗方案。

第一节 气量过大过小——虚实类症状 / 083

气量为什么会变化？ / 083

气量过大过小——落实到营卫的虚实 / 092

针灸和药物对气量问题的治疗原理 / 093

第二节 气化太过不及——寒热类症状 / 095

气化的细节——落实到营卫的气化 / 095

针灸和药物对气化问题的治疗原理 / 098

病例讨论：1. 针灸 30 秒，突发哮喘停止了 / 101

2. 三周治疗儿童过敏性哮喘 / 101

第三节 气机堵塞——压力类症状 / 102

气机的正常运行模式 / 104

气机堵塞的类别和后果 / 107

气机堵塞——落实到营卫的堵塞 / 109

针灸和中药对气机堵塞的治疗原理 / 110

第四节 外气致病——天人合一的秘密 / 113

天气气化致病 / 115

地气气化致病 / 118

月经：人体的月度潮汐 / 119

五运六气预测疾病发生——大医必备的天文数学知识 / 127

如何诊断疾病 ——关于气状态的判断

中医基于望、闻、问、切四诊来对人体的气进行判断，检查气的状态。六经六气模型是一个非常简捷有效的诊断治疗体系，就像截拳道一样，用最简捷的方式将敌人击倒。

第一节 四诊皆为气——有诸内必形于外 / 134

望：看一看就知道疾病之“望而知之谓之神” / 134

闻：听声音就知道疾病之“闻而知之谓之圣” / 143

问：提问题就知道疾病之“问而知之谓之工” / 145

切：把把脉就知道疾病之“切而知之谓之巧” / 155

第二节 六经模块化诊断——截拳道式诊断 / 159

病例诊断示范：青春痘是怎么回事儿 / 163

如何治疗疾病 ——将气调回平衡状态

药物简洁、效果快是古典中医经方派的重要特征。认为中医复杂、很玄的人，其实并没有真正了解中医，中医恰恰是把复杂的疾病简单化。

第一节 治什么，怎么治，用什么治 / 166

第二节 六经六气，模块化治疗 / 167

六经六气的治法 / 167

六气疾病的治法 / 170

桂枝苓胶汤 / 170

黄连丹皮汤 / 171

柴胡芍药汤 / 171

术甘苓泽汤 / 172

百合五味汤 / 172

苓甘姜附汤 / 173

第三节 六经六气治法的原理在于调和营卫 / 173

营气郁而生热，则汗出，用桂枝汤 / 174

卫气郁而生寒，则无汗，用麻黄汤 / 176

桂枝汤与麻黄汤：营卫分治的理论框架 / 177

病例示范：1. 一天治愈的新发高血压 / 178

2. 非典型红斑狼疮 / 180

系统地展开对古典中医基础理论的研究并加以应用，真正发挥古典医学的巨大潜力，对于当今医学和医疗服务的发展都是极大的好事，可能需要几代医者的不懈努力。

中医系统化、模块化、标准化 / 185

问诊结构化示例 / 186

中医医疗设备和可穿戴设备 / 191

根据气候特点治未病 / 193

疫病预防和治疗 / 194

疑难病治疗 / 197

尘肺病可能还有希望 / 198

埃博拉古人有方案 / 201

艾滋病可以放入六经框架考虑 / 205

盖茨的梦想，疟疾的“古老解决方案” / 207

肿瘤君可以滚蛋吗？ / 211

基于气逻辑的中医大数据 / 213

引子：20年的鼻炎，10分钟起效

中医溯本求源，对我而言是一个理想，一种修行。笃信笃行，不断提问，刨根问底，坚持探索，落到实处，临床验证，这是我们研究中医的真实写照。然而，疾病的世界是一个无法穷尽的世界，我们经常会遇到各种难以克服的困难、无法治愈的疾病、无法理解的古籍经文、无法清晰理解的概念、无缘实际临证的疾病类别……种种困难总是一次次横亘在面前，令人却步！经历过无数次的内心挣扎，烦闷孤独，时而灵光一现，顿悟关窍，心生法喜！有些问题会很快豁然解，有时一个问题甚至会困扰数年之久，无法解决。我想，大多数深入研究中医的人，应该和我们是一样的。

一个偶然的机缘，朋友相邀，希望能将多年研究中医的心得做个总结，出版一本中医科普书。经朋友引荐，在出版社见到了翼君。

翼君原本就对中医颇感兴趣，听我介绍探求中医的经历和一些治验的病案，物理解析中医的一些内在逻辑，交流一些“江湖闯荡”的奇遇，对我们研究中医的方式越发好奇，说第一次见到有人将中医聊得这么有趣，让人这样兴奋，仿佛运用我们谈到的方法，天下就没有治不好的病了。这话真是让我为难了，因为虽然过去很大一部分的病例都是痊愈的，但确实也存在无法治愈的。不过翼君说话的时候，我注意到她克制不住地咳嗽了好几次，她好像是感冒了，鼻音很重。