



小郎中学医记

我的大学中医故事

曾培杰 陈创涛·编著

广州中医药大学

本书以故事为载体，讲解中医理论和古今临床经验，目的是为了将博大精深的中医药文化，以通俗易懂的小说笔法发扬光大，让更多人能从零起点，零距离地接触中医，了解中医，感悟中医，热爱中医。



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



小郎中学医记

——我的大学中医故事

XIAO LANGZHONG XUEYIJI

曾培杰 陈创涛 编 著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

小郎中学医记. 我的大学中医故事 / 曾培杰, 陈创涛编著. —北京: 人民军医出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5091-8449-3

I. ①小… II. ①曾…②陈… III. ①中医学—普及读物 IV. ①R2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 112798 号

策划编辑: 王显刚 文字编辑: 王霞 刘新瑞 责任审读: 李昆

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8707

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市潮河印业有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 16 字数: 273 千字

版、印次: 2015 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—5000

定价: 35.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



前 言

小说源于现实，又高于现实。读小说可以学知识，特别是读相关中医教育方面的小说，更能够学到健康方面的知识。

有个朋友问，人生究竟有哪些是最需要努力做的呢？

我们也在思考这个问题，而且思考了很久，最后发现，人生有三件事。

第一件是家庭，第二件是健康，第三件是事业。

这三门功课必须修，而且要修好，人生才圆满。

如果你事业有成，家庭和谐，但健康却不及格，最后也难以真正步入人生的辉煌。

很多朋友问我们，有没有快速获得健康的方式？

我们跟他说，这正是我们一直研究的，而且我们试图通过教育普及来传播健康的理念。因为当一个人有了正确的健康理念后，他才会有健康的身体。

身体的状态只是你理念的投影，念正身正，念邪身斜。

而大众的健康理念知识便源自于教育。中医的传统教育，就是民间的师带徒传承制教育，现代教育就是大学学院制教育。两种方式相互并存，各有所长。

《小郎中学医记——我的大学中医故事》这部书，讲述主角具备有中医民间师承制教育的背景，再进入大学，接受现代学院制教育而学成中医，这也算对中医大学教育的一种思考和补充。

在本书创作过程中，融入了我们当时大学生活的一些场景，还有这几年拜师学艺的点滴知识，用的还是通俗易懂的中医普及笔法。

大家沉下心性来品读，会发现大学之所以博大，不是因为有高大的建筑物，而是校园里真的像大海、大山那样藏龙卧虎，校园里既有中医大学问家，也有中医临床家。


大学培养的不仅是专业技能人才，更重要的是培养真正具备有大器量、大学问、大涵养的社会栋梁之才。

现在中医界也亟需这些人才的加入，亟需这些大知识的普及，我们中医普及学堂但愿能够以己微薄之力，给中医普及教育这艘大船推波助澜。

希望在这基础上，诞生更多中医的大才！

中医普及学堂

2015年春



目 录

引子	1
1. 老张的感冒	1
2. 路见病痛，拔针相助	2
3. 以阳治阴	3
4. 凉茶退眼目热火	4
5. 以阴治阳	6
6. 军训第一课	6
7. 中暑的阿发	8
8. 痛经的女同学	9
9. 一把草，牙痛消	11
10. 中医真牛	12
11. 第一节课	14
12. 爱读书的桂林	16
13. 理论指导用药——诸花皆升	18
14. 理论指导用药——芳香能止痛	20
15. 理论指导用药——软藤横行经脉中	21
16. 头胀痛与气球上冲	23
17. 电梯升降	24
18. 肝主疏泄——麦芽与木能疏土	27



19. 肝主疏泄——抑郁者身心并调	29
20. 肝主疏泄——解郁三招	30
21. 医古文——珠江与大海	32
22. 大医精诚——医术精通	34
23. 大医精诚——诚心救人	38
24. 大医精诚——大医之体	41
25. 大医精诚——为医之法	43
26. 木生火与逍遥散	44
27. 由晨跑引发的思考	45
28. 《黄帝内经》——老师第一大	48
29. 健康三大基石——饮食有节	50
30. 健康三大基石——起居有常	53
31. 健康三大基石——不妄作劳	54
32. 火主温煦与心其华在面	56
33. 邓老的一节医学史课	58
34. 天桥底下中西医之争	59
35. 应战	60
36. 徒手治落枕	61
37. 立竿见影治咽痛	63
38. 金针通鼻	64
39. 导引之法——跺脚	66
40. 加强版艾灸法	68
41. 纷纷邀请	70
42. 竹叶与源清流自洁	71



43. 火生土与桂附理中丸	73
44. 医古文——医生三个层次	74
45. 火冷金寒的咳嗽	77
46. 百岁老人的长寿经	78
47. 减小肚子与脾主运化	81
48. 脾开窍于口与理中汤	82
49. 骑自行车和土枢四象	84
50. 拜访吴老师	86
51. 土生金与久咳不愈	87
52. 爬白云山	89
53. 低估了医学史的价值	91
54. 书店老板的牙痛	93
55. 一大袋烧饼	95
56. 一日不作，一日不食	98
57. 遛狗的阿姨	99
58. 脾在液为涎	101
59. 八段锦	102
60. 由木凳椅脚烂想到升阳除湿	104
61. 医古文之《扁鹊传》	107
62. 讲故事学医学史	108
63. 脾主肌肉与术后康复	110
64. 医普团	112
65. 肺咳治肝与用心体验中医	113
66. 学点中医之寒气伤葱姜汤	116



67. 花升子降茶	119
68. 姜枣茶，治痛经	120
69. 普及与临床一样重要	124
70. 提壶揭盖与哮喘	125
71. 肺主宣发肃降	126
72. 采药罗浮山	128
73. 止血的墨旱莲	129
74. 车前草，利尿药	130
75. 青苔也是药	132
76. 山溪边的菖蒲	133
77. 满山绿草皆是药	134
78. 大医药家、大养生家葛洪	137
79. 鼻不闻香臭	139
80. 学习之道	141
81. 知柏地黄丸与金生水	143
82. 先天之本——肾	145
83. 恐伤肾与肾气丸	147
84. 肾主骨与强力伤肾	149
85. 贫血与头痛	151
86. 老阿婆的软脚病	153
87. 取类比象的教学	156
88. 人体使用手册——《黄帝内经》	158
89. 经络	163
90. 经络的运用	166



91. 经络的运用(续)	167
92. 医学史之孙思邈	169
93. 老爷子的急性胃痛	173
94. 诸痛痒疮, 皆属于心	174
95. 诸风掉眩, 皆属于肝	177
96. 诸湿肿满, 皆属于脾	179
97. 制造一个秋天的场	182
98. 诸气贲郁, 皆属于肺	183
99. 诸寒收引, 皆属于肾	185
100. 钱乙的六味地黄丸	188
101. 张景岳的镇阴煎	190
102. 许叔微和《普济本事方》	194
103. 李中梓与《诊家正眼》	196
104. 李时珍与《本草纲目》	199
105. 照亮人生路	208
106. 伤风头痛	209
107. 颈部受寒按摩散	210
108. 中暑与生脉饮	212
109. 在南方要学会治湿	213
110. 干咳与燥邪伤肺	214
111. 火性炎上牙肿痛	215
112. 情志病——喜胜忧	216
113. 情志病——恐胜喜	218
114. 情志病——思胜恐	219



115. 情志病——怒胜思	220
116. 情志病——忧胜怒	221
117. 运动疗法——劳作治郁	221
118. 运动疗法——干活治失眠	222
119. 黄埔军校之行	224
120. 传道	226
121. 二翁登泰山	227
122. 病机之邪正盛衰	230
123. 病机之阴阳失调	231
124. 病机之气血失常	232
125. 病机之经脉堵塞	235
126. 病机之脏腑失调	237
127. 大学之道	239
后记	243

引子

蓝天，白云，小山村，以及常年流淌着的小溪水。

千百年来，不知换了多少主人。但这些山还是山，水还是水。这些主人纷纷都成为天地间的过客。

我收拾好行囊，准备踏上大学之路时，对这片竹篱茅舍恋恋难舍。

爷爷笑笑说，指月啊，茅舍别墅，穷人富人，最后都是天地过客，没什么好眷恋的。人生百年，要珍惜当下！

竹篱茅舍外面，摩托车的喇叭响了好几下。原来摩托车司机老张早在外面等候多时。他怕耽误了赶火车的时间，所以催我抓紧收拾行李。

爷爷说，这大山里永远有你的温馨家园，但你不能一辈子窝在这里，要走出去，看看世界。教育要面向世界，面向未来，面向四个现代化。

但我始终都认为传统中医的师承教育，最重要的是要面向古代的经典。

可是爷爷却一定要我去中医学院历练一番，并且说，小鱼要游到大海去，才能成大鱼，在山溪里永远是小鱼小虾……

1. 老张的感冒

老张是竹篱茅舍的老病号，也是个铁杆中医迷。以前他一感冒、头痛，就吃消炎药、止痛片，后来越吃越没有效果，而且身体越来越差。

有一次，老张连夜开车，冒雨赶路，一下子病倒在床。整天头痛，身重，怕风。打吊瓶，吃西药，治了十多天也没治好。钱没赚着，反而损失了大量药钱。这生病不但身体受苦，经济上也受苦啊！

当时正巧我经过他家，听到老张叹气，便问他为什么？才知道原来是小事一桩，就叫老张找点姜、枣，然后我在外面采了荆芥和薄荷。

先煮姜、枣，荆芥、薄荷后下。利用姜、枣调和营卫中焦，荆芥、薄荷开汗孔解表。姜、枣补其里气不足，荆芥、薄荷开其表气闭郁。

结果老张喝了一剂，汗出病轻，第二天再吃一剂，头痛、身重遂愈。

爷爷曾说过，若非表里相兼顾，体虚受风何能康？



从此老张铁了心信中医，身体稍有不舒适，要么自己看书调理，要么上竹篱茅舍来请教爷爷。爷爷并不喜欢有病就交给医生的人，他喜欢病人先自己琢磨怎么得的病，然后学点中医常识。所以当病人自动问起中医问题时，爷爷总是不厌其烦地帮他们答疑解惑。

这次老张听说我要去广州上大学了，便自告奋勇，一定要用三轮摩托车拉我去火车站。

2. 路见病痛，拔针相助

老张边开摩托边问，指月老弟，想起你第一次抓把药就治好了我的重感冒，真是神奇啊！我笑笑说，没什么，爷爷也是这样做的。

老张问，为什么我吃了那么多消炎止痛片都没好，你就搞点热腾腾的药汤，喝了出出汗就舒服了。

我说，消炎药是往下打压，采点荆芥、薄荷是往外宣发。

老张说，为什么我刚开始吃感康，往外发汗也不管用？

我说，这就是放姜、枣的道理。兵马未动，粮草先行。你中焦脾胃气血不足，再用药往外宣发，就会伤到津液，这时用点调和中焦的药，再去解表，标本兼治，就容易治好。说着说着，到火车站了。我挥挥手，跟老张道别。

车厢里的人真多，非常拥挤。据说这车只要到广州火车站，就会有师兄、师姐在那里接站。

大家都在车厢里，吃泡面、嗑瓜子，而我却带着早上爷爷煮好的番薯和饭团。虽然不是那么香喷喷，但吃起来心里特别踏实。

一切都那么新奇，车厢里居然有一种叫冷气的东西，不仅能吹出风来，而且这风还带着丝丝凉意，这使得那些心烦气热的人暂时觉得快意舒服。而且火车里还卖冰冻饮料，手一碰就觉得如碰冰块一样。

我旁边的一位大叔，一上车就买了两瓶，仰头就喝，还说，真爽！

我从小都没有这样喝过，爷爷说，坐卧不当风，喝水莫低温。所以把头对着空调冷风吹，喝凉水，我都不会去做。但我发现火车里的许多人都喜欢这样做，于是很奇怪。爷爷说过，爽口之物多作疾，快心之事每为快。而他们那么喜欢食冰爽、贪凉快，难道不怕出问题吗？



火车开了两个多小时，旁边的大叔突然表情痛苦，面目扭曲，皱着眉，用手捂着肚子，冷汗淋漓。我一看就知道这是腹中冷痛。

大叔说，乘务员，有没有医生？我肚子好痛啊！

乘务员过来后，赶紧用大喇叭对着车厢的人说，请问有没有医生啊？这里有病人，如果是医生的话，就来帮一下忙。武侠小说上常说，路见不平，拔刀相助。

只是叫了好几声都没人站出来。然后我说，大叔，让我帮你看看吧。

大家都投来异样的眼光，一个小伙子，会看病吗？

为了让他们解除疑惑，我就说，我是医学生，可以试试看。

我一切这大叔的脉，双关弦紧，明显中焦寒凝气滞。救急莫速于针。像这种急性腹痛，最快的是用针，所以路见病痛，爷爷经常拔针相助。

我随手从竹筒里拔出满天星斗针，这是爷爷在我学习针灸时，亲手给我配制的。该扎哪个穴位呢？只要是初学针灸入门的人都知道，肚腹三里留。

于是我迅速从病人右腿足三里那里扎了一针。捻转提插，来回几下，针感马上有了，如鱼吞饵。我问，怎么样了，大叔？

大叔愣了，竟然不痛了，只有惊讶。整个车厢的人好像看变魔术一样。

这病痛急得像山崩海啸，怎么一下子就去得无影无踪？

大叔拍拍肚子，哈哈大笑说，我不痛了，我不痛了，小郎中，你真行，你把我的病变到哪里去了呢？整个车厢都传来鼓掌的声音。

3. 以阳治阴

对于很多急性痛症，针刺见效的速度可以用秒来计。

很多时候，你熬了汤药，都觉得来不及，或者旅途中，没条件熬汤药。这时用针就显得格外重要，所以以前的草医郎中、赤脚医生，都是一根针、一把草。

俗话说，一针二灸三用药，这都是中医的瑰宝啊！

我再一摸这大叔的脉，明显脉和、紧去、痛愈。原本脉象如绳索打结、紧绷的状态，一针扎下去就松了，平和了。

如果在竹篱茅舍，我会再点一把艾条来熏，这大叔肯定会更舒服。为什么呢？

爷爷教我学阴阳的时候就说，医道虽繁，然一言以蔽之，曰阴阳而已。

我就在琢磨，既然学“阴阳”两个字就够了，为什么还要读那么多书？



爷爷笑着对我说，阴阳是医道之体，千经万论只是医学之用。千经万论，往往提玄勾要者，寥寥数语而已。但寥寥数语，又可以像撒网一样铺天盖地。

爷爷说，把握阴阳之理，就到日常生活中去历练吧。所以小时候，我喝凉水，肚子痛，爷爷就说，不怕，不怕，冷者温之，寒者热之，阴者阳之。

既然是阴寒引起的病痛，爷爷就用最雄壮的阳火——艾火，帮小指月烤烤肚子。一烤就像纯阳融雪，疼痛瓦解冰消，非常舒服。好像在冰库里被冻得打哆嗦后，突然躺在草坪下，晒着温暖的阳光一样。这就是用阳热来治阴寒阴病的道理。

火车上点艾条不方便。大叔担心，还会不会肚子冷痛，问我该怎么办？

我说，你肚子冷痛，是外面吹了空调，里面喝了凉饮，表里寒气交加在打架，所以难受。用针只是帮它们劝架，让它们暂时不打。想要将来不再肚子痛，很简单，不要引狼入室，要少喝凉饮，少吃冷果。

这大叔说，还有呢？如果再冷痛怎么办，我又不会针灸。

我笑笑说，很简单啊，火车上不是卖糖果吗？我刚才听到叫卖声，有一种糖果叫姜糖。你可以吃这东西，一是不容易晕车，因为姜是降逆止呕要药；二是不容易受寒腹痛，因为姜可以温中散寒。

这大叔高兴地说，学中医真好，有病治病，无病可以防病。将来我要让我孩子多学点中医，免得我老了不知道怎么保健养生。

4. 凉茶退眼目热火

时间过得很快，下午就到广州了。七月流火，这时广州的天气正炎热。

山里经常有凉风，可一到广州，却是一阵又一阵的热浪。我拖着行李箱，走出火车站，一眼就看到有很多高年级的师兄师姐们，拿着大大的招牌。上面写着，广州中医药大学，欢迎新生到来。

也有些牌子写着，中山大学，欢迎新生到来。

华南理工大学，欢迎新生到来……

我从来没看到过这么多人，这么多车，这么多的楼房。

我深呼吸一下，空气夹杂着汽车的尾气，再往天空一看，有些灰蒙蒙的。

没看到像山里那样的蓝天白云，我心中就想，难道这就是书本里说的红尘。

听说大城市的人们呼吸系统疾病比较多，我吐纳着这空气，便深有体会了。

中医认为肺对应的是天空，当一个地方空气污染比较重时，这地方的人心肺功能就会差些。所以抽烟的人容易咳痰，容易得各类咽炎、气管炎、肺病。空气环境污染重的地方，肺癌的发病率也会高些。

想着想着，我就走到了广州中医药大学的招牌下。只见一个粗壮的高年级学生走过来，说，请问你是广州中医药大学的新生吗？我点点头。

他笑了笑说，我叫大熊，是学校武术协会的会员，今年大三，学校学生会派我们来接待新生。请跟我到这边来。

大熊两只粗大的手，一下子帮我把行李提了起来，带我走到一辆大客车前。大客车里已经有了很多新生，他们都是从全国各地考进广州中医药大学的。

大熊问我，师弟，渴不渴？

大客车里放了我们学校的邓老凉茶，现在天气正热，可以解暑。

一句师弟，让我倍感亲切。我笑笑说，师兄，多谢了。然后我从包里拿出一个保温瓶，瞧，我爷爷给我泡了茶了。

在客车里，大伙儿高兴极了，虽然来自五湖四海，但大家都对大学生活充满向往。大家互相介绍，谈天论地，却很少谈到中医。因为很多学生以前都没接触过中医，要么学数理化，要么学文史哲。很少像我这样跟爷爷从小学医，所以当我自我介绍，说我从小就跟爷爷爬山采药时，他们都投来羡慕的目光。

车厢里有一个同学，来自北京，他叫小新，一路长途颠簸，在车上又没睡好觉，所以眼睛又红又肿。这时大熊走过去说，让我摸摸你的脉象。

大家都把注意力集中过来，都知道中医靠望闻问切来诊病，可没真正仔细看过把脉。以为只有老中医会把脉，现在师兄都能替师弟把脉了。

大熊师兄说，小新师弟，我看你舟车劳顿，睡觉不好，肝脉弦数，是不是口苦、尿赤啊？

小新惊讶地说，师兄，难道你是我肚里的蛔虫，怎么知道我口苦、尿赤？

大家都投过来不可思议的眼光。大熊师兄笑笑说，我也刚大三见习，跟几个老中医抄方，病人看多了，就有点心得。

大家都很兴奋，才大三就能摸脉诊病，大家对中医的学习就更加向往了。

随后大熊师兄从车厢里拿出两瓶邓老凉茶，然后说，这是凉茶协会特别送给师弟师妹的，你们如果有些热火，不管是烦躁失眠，口苦尿赤，咽干眼红，都可以喝。后来小新喝了两瓶邓老凉茶，就舒服多了，眼睛也没有那么红肿赤热了。



5. 以阴治阳

我在旁边看着，点了点头。原来这就是疗热以寒药，以阴治阳就是凉茶的基本功效。凉茶偏于寒凉，性阴，而身体烦热，眼目赤，如同一派阳火。

也就是说，火热上扰的人，一般脉象上越，弦数。火之色为赤，所以小便容易变黄赤；火之味为苦，所以火气不降的人，便容易口苦。

肝又开窍于目，眼睛是肝的窗户，也可以透过这窗户看到五脏六腑。古人说，五脏六腑之精气皆上注于目。

所以碰到这种肝胆热火上扰的，如果在竹篱茅舍，就会有N种方法可以治疗。

比如，采点野菊花、桑叶泡水喝就会好，也可以采些夏枯草、白花蛇舌草煎水，喝后也无大碍，或者搞点田基黄，拔点车前草，吃上一两回也会好。

有人会以为中医这样不就没有标准了吗，怎么一种病用这么多方法？

爷爷曾经说过，对证就是中医的标准。寒热阴阳大方向分清，用药就无大过。所以药虽然多变，但如果都是疗热以寒药，那么你喝邓老凉茶会好些，喝王老吉、王振龙凉茶也会好些，甚至喝夏桑菊或冬瓜茶、菊花茶，都会好些。

坐了将近一个小时的车，就到了美丽的校园。原来这就是广州鼎鼎有名的大学城，这里有十所高校云集，坐落在番禺的小谷围岛。这个岛处于珠江边。也就是说，大学城是一所没有围墙的大学，环岛都是水。

小熊师兄一下车，就叫其他等候的师兄们过来，帮助新生提行李，领着新生去报到。我在师兄的带领下，第一次坐了电梯，一下子就到了三楼，住进了301宿舍，这里早有三个舍友在等候。大家都期待相互认识，相互交流，因为一切都是新鲜的。这三个舍友分别为阿发、向明、强仔。

阿发留着长头发，有些飘逸，就像一个艺术家，原来他喜欢文学。

向明心胸坦荡，非常朴实，来自农村，黝黑的脸上露出洁白的牙齿。

强仔最爱搞怪，常在逆境之中自娱自乐，充满幽默和激情。

宿舍的床铺早就收拾好了，我只需要把蚊帐挂上去，把竹席铺开，今晚就可以在这异地他乡的大学城好好睡一觉。

6. 军训第一课

大学第一课，不是学医习药，而是军训。