

(第一辑)

ZAI BEI ZHONG YI TING JIANG ZUO

《在北中医听讲座》编委会 编

听讲座

在北中医

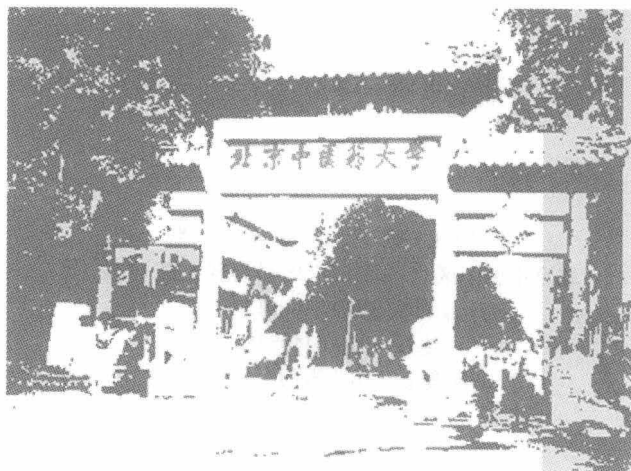


全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

在北中医听讲座

(第一辑)

《在北中医听讲座》编委会 编



中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

在北中医听讲座. 第一辑/谷晓红主编. —北京: 中国中医药出版社, 2011. 12
ISBN 978-7-5132-0706-5

I. ①在… II. ①谷… III. ①中医学 IV. ①R2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 248265 号

中国中医药出版社出版
北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层
邮政编码 100013
传真 010 64405750
三河鑫金马印装有限公司印刷
各地新华书店经销

*

开本 710×1000 1/16 印张 13.75 字数 207 千字
2011 年 12 月第 1 版 2011 年 12 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5132-0706-5

*

定价 25.00 元
网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换
版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720
购书热线 010 64065415 010 64065413
书店网址 csln.net/qksd/

《在北中医听讲座》编委会

主任委员 吴建伟 高思华

副主任委员 谷晓红

成员单位 共青团北京中医药大学委员会
北京中医药大学研究生工作部
北京中医药大学学生工作部
北京中医药大学党委宣传部
北京中医药大学教务处
北京中医药大学科技处
北京中医药大学人文学院
北京中医药大学招生与就业处

编委会成员 (按姓氏笔画排序)

王 伟 王梅红 尹 然 田润平
刘雯华 张小勇 范 璐 侯中伟
郭 辉 梁 军 曾 凤 翟双庆

《在北中医听讲座》 第一辑

编 委 会

主 编 谷晓红

副主编 范 璐 韩 燕

编 委 (按姓氏笔画排序)

马锡明 王 雯 尹 然 田 甜

刘丹彤 李文杰 杨 洋 沈钦华

张小勇 范庆菁 侯中伟 郭振山

郭振宇 傅 骞

编写说明

中医是一门博大精深的学问。具有悠久历史的中医，为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大贡献。在新世纪，依然显示其无穷的魅力。中医吸收了古代朴素的哲学思想，在长期的医疗实践中不断丰富自身理论。近年来，随着中医养生热潮在国内的兴起，民众对中医的关注程度也相应提高，越来越多的人想要认识中医，了解中医。同时，广大的中医学子在浩如烟海的中医文献中不断求索，寻求指引道路的明灯。

北京中医药大学“名师讲堂”系列讲座已举办数年，其间邀请到中医药界和国学界数十位名师大家。其中既有享誉全球的国学大师，也有国家首届国医大师；既有中医经典课程示范教学主讲人，也有学生最喜爱的教学名师……名师们从中医文化、中医思辨、中医实践等诸方面，将中医学博大精深的理论及中医辨证论治的精髓进行深入浅出地讲解，使人获益匪浅。每次讲座都是座无虚席，很多人因为没有座位而站着听完讲座。

同学们说：与名师大家的近距离交流、聆听讲座，给他们带来思想上的启迪，名师大家的广识与博学使他们震撼，坚定了他们学习中医的信念和学好中医的信心。名师大家是他们的榜样和奋斗的目标。

为了使更多的中医学子和中医爱好者了解名师大家的精深思想，我们将讲座内容编辑成书，陆续出版。

《在北中医听讲座》第一辑共收录了 13 位名师大家的精彩讲座。我们希望本丛书能够给中医学子以专业上的指导，给热爱中医的有识之士以视野上的开阔和思想上的启迪。我们将努力把它打造成品牌，通过《在北中医听讲座》让更多的人了解中医，认识中医，热爱中医，为中医药传承和中医药事业的可持续发展贡献我们的微薄之力。

丛书在编辑过程中得到了北京中医药大学学团工作部门和学生的积极参与和大力支持，得到了中国中医药出版社领导和编辑的鼎力相助，在此一并表示衷心的感谢，也恳请读者给我们提出宝贵意见，以便再版时修订提高。

编 者

2011 年 10 月

目 录

CONTENTS

中 医 文 化

智慧的《道德经》 叶曼 / 1

老子为什么叫李耳 / 3

《道德经》的由来 / 4

科学·文化·中医 陆广莘 / 13

科学是什么 / 14

中医是干什么的 / 15

文化是什么 / 17

中医文化是什么 / 18

中医科学不科学 / 19

医学高于科学 / 19

医改改什么 / 20

化学药物带来了什么 / 21

中医要攀登什么高峰 / 22

21 世纪的科学前沿 / 23

生命的自我独立性 / 25

疾病是怎么来的 / 27

中医怎么治病 / 28



与志愿者谈中医 王洪图 / 30

说说中医经典著作 / 31

整体观是中医药的方法论 / 33

如何保持人体的协调统一 / 35

常见病的简易疗法 / 37

中国文化与中医 鲁兆麟 / 39

中医的起源 / 40

中医文化之整体观 / 41

中医文化之“天人合一” / 43

中医文化之“形神合一” / 44

中医文化之辩证思维 / 45

中医治病——药食同源 / 47

中医治病——调理机体 / 48

五音与五行 郝万山 / 51

音乐的效应 / 52

五行的涵义 / 54

五行音乐与保健 / 66

中医学的地位——“三个代表” 张其成 / 74

中医学是中国传统文化的代表 / 76

中医学是东方科学的代表 / 79

中医学是健康医学的代表 / 79



中 医 思 辨

困扰中医发展的悖论 李致重 / 82

悖论形成的过程 / 83

中医西化之路的延续及其原因 / 85

摆脱悖论并非学术或政治难题 / 88

医道涅槃 傅景华 / 91

医道求索 / 92

医道寂灭 / 97

岐黄源于道 熊春锦 / 110

民族“根文化” / 111

中医是慧性医学与智能医学相结合的医学 / 112

如何使自己的内功达到精纯 / 113

如何提高自己的精、气、神 / 116

中医以德为基础 / 117

中 医 实 践

经络与“312”经络锻炼法 祝总驷 / 136

经络是客观存在的 / 137

经络是可以锻炼的 / 139

“312”经络锻炼法的方法 / 140

“312”经络锻炼法的特点 / 142

“312”经络锻炼法的效果 / 144



暑热季节常见疾病的防治 刘燕池 / 147

暑热的季节特点和致病特点 / 148

伤暑和中暑 / 149

暑病的饮食康复 / 152

暑病的预防护理 / 153

得了感冒怎么办 / 153

暑季泄泻怎么办 / 155

得了口腔溃疡怎么办 / 156

《伤寒论》治略与兵法三十六计 陈 明 / 158

三十六计第一计——瞒天过海 / 160

三十六计第二计——围魏救赵 / 163

三十六计第三计——借刀杀人 / 170

三十六计之笑里藏刀 / 173

三十六计之打草惊蛇 / 175

三十六计之擒贼擒王 / 177

温病学辨治思路如何指导热证治疗 谷晓红 / 182

什么是温病 / 183

什么是热证 / 183

温病与热证的关系 / 184

温病学的地位与优势 / 185

温病的特点 / 186

温病的发病与传变规律 / 190

卫气营血和三焦辨证的思维特点 / 194

温病的治法 / 196

温病辨治思路指导临床相关热证举例 / 200



· 中医文化 ·

智慧的《道德经》

叶曼

主持人：

叶曼大师是当今世界极少将儒、道、佛文化融会贯通的国学大师之一。她丰富的东方与西方的人生经历、通达的处世态度与洞察人性的智慧，以及蔼蔼学者的风范和对国学的领悟，使她成为无数海内外朋友的精神导师。让我们跟随叶曼大师走进“智慧的《道德经》”。



叶曼，原名刘世纶，1914年生，湖南人，旅居美国洛杉矶。1935年被时任北京大学文学院院长胡适特别录取，就读北大法学院经济系。中年为明了生死而学佛，先后师侍南怀瑾先生、陈健民上师。接触过基督教、伊斯兰教等不同西方宗教，并研学佛教、道家、儒家多年，对东方和西方文化、哲学与宗教有独到的见解。曾任辅仁大学哲学系副教授，《妇女杂志》主编，世界佛教友谊会副会长。

20世纪60年代，为传播中国儒、道、佛三大文化在中国台湾成立了“文贤学会”。70年代，在美国洛杉矶的家中成立“文贤书院”。1990年，筹善款32万美金。其中30万美金用于重建北京云居寺，2万美金捐建贵州希望小学。迄今为止，已建成13所文贤希望小学。1992年，获得世界佛教协会及27国代表参加的佛教大会赠予的金奖。



中国现在越来越受到世界的关注。满清末年，中华民族被外国人认为是一个又穷又笨的民族，现在世界开始重视中国，而且会越来越被关注。

在远古的时候，人类存在着三大文化：汉文化、古埃及文化和古巴比伦文化。这三大文化到现在还继续在发扬。但其他两个文化对于现代人类已经没有什么贡献了，而中国文化不一样。大家都有手机，手机的发明人曾说：我发明手机的灵感来源于7000多年前一个中国人的感想，这个人就是伏羲。伏羲的八卦一阳一阴就是手机发明的一个原因。所以很多国家、很多人都想要了解中国文化。

孔子在国外很有名，孔子学院在国外也有很多。我们不要轻视老子。老子在国外也很出风头。在世界各国的译文里，《圣经》排第一，其次就是《道德经》，他们称为《老子》。

在春秋时候，各家学说百家争鸣，有孔子、老子、韩非子、孙子、孟子等等。“子”的意思是先生、老师，是对人的一个尊称。

老子姓“老”。在唐朝有一些所谓的“外国人”，其实是西域的人来到中国，并统一了中国，称为大唐天下。这就是唐高祖的大唐。他觉得自己是以一个外国人来统一中国的，我不能让人家把我看成外国人，我得找个祖宗。那么在哪儿找呢？越远、越古老越好。于是他就想到了老子。因为老子在历史上有记载，说老子西出函谷，不知所终。西出函谷不知道到哪去了？所以他说那我们就是老子的后代。

这里面还有一个笑话：有一个叫杜光庭的人，老子既然“不知所终”，于是他就写了一本书，说“老子化狐精”，老子去教化狐精了。老子到了印度，收了个徒弟，这个徒弟就是释迦牟尼。释迦牟尼来到中国发扬了佛教。当然这只是个笑话。我们常把瞎编瞎说的话叫“杜撰”，指的就是杜光庭。

老子西出函谷，按照中国历史的记载，函谷关守关的关令尹喜观察天象之地，看到东边有股紫气。中国认为“紫”是很好的颜色。比如说“紫荆”。他就看见一股紫气从东边来。他说：不得了，从东边要来一个了不起的大圣人。然后就看到老子骑着一头青牛慢慢走来。

他说：“原来这股紫气是你带来的。你要去哪呢？”

老子说：“我要出关。”



他说：“出关可以，你先到关里面。你一定是个很有学问的人，必须把你的学问留下来。”

所以他就把老子留在了关内。老子写了 5264 个字，也就是五千言的《道德经》。这本书是留下了，但老子的去向不知所终。据秦国的古史记载，老子到了秦国。

你们知道，春秋的时候我们的文化是在中原，关外都是没有文化的。所以我们认为，关外的国家一个是秦，一个是楚。我们之所以自称中国，是因为只有中原有文化，其他南蛮、东夷、西戎、北狄都没有文化。

据秦国的历史记载，老子在秦国继续活了 26 年。他的文化普及秦国大众。老子死的时候，全国人都在痛哭。“老者哭之如哭其子，少者哭之如哭其父”。你们可以想象，老子对秦国的文化有多大的影响。

春秋过后，强国战胜了弱国，大国吃掉了小国。周文王封八百诸侯，诸侯互相吞并，到战国时期只剩下七国了。这七个国是齐、楚、燕、赵、韩、魏、秦。最后，秦国灭了其他六国。灭了六国的人就是秦始皇。秦始皇用远交近攻的方法把六国灭了，他统一了中国，所以自称“始皇帝”。中国历史上有“三皇五帝”的说法，秦始皇认为自己兼为“三皇”和“五帝”，从他开始可以一直到万世。但没想到没过二世，秦国就灭亡了。秦始皇以一个没有文化的塞外人的身份将中国统一，虽然他“焚书坑儒”，但他有个很大的功劳，就是他统一了六国的文字、语言、车的轨道，被称为“书同文，车同轨，行同伦”。

秦始皇把中国统一以后，孔子、老子这两个人在春秋诸子百家中可称得上是最有名的两大家。孔子认为君主非常要紧，做臣子的要好好地忠心于君主。因为孔子十分推崇君主制度，因此历代领导人都推崇孔子。孔子就是这么被捧起来的。



老子为什么叫聃耳

那么老子呢，到了唐朝，中国统一，成为大唐的天下。唐高祖是“外国人”，他得找个祖宗，中国的祖宗啊。想来想去，孔子学不成了，其他的诸子



也没什么了不起的，后来就想到了老子。哎，这个人不错，我们就认老子做祖宗吧！这样他就把老子奉为唐朝的祖先。因为那时候汉字用的是小篆体。小篆的“老”字和“李”字非常相像，不容易辨，所以唐朝就说自己姓李，是老子之后。老子虽然叫老子，但老子也姓李。老子姓李，名耳，字聃。本来老子叫老聃，他就把老子改成姓李了。为什么叫李耳呢？老子生下来，两个耳朵很大，看相的说，这耳朵与人的关系非常之大，小的时候，耳朵大表明家庭、家世非常好，到了六七十岁以后，耳朵大就幸福，就长寿。那么就叫他李耳吧。于是唐朝就把老子变成了李耳。



《道德经》的由来

之后他又想：老子这本子书跟韩非子或跟其他的“子书”放在一起太不公平了，于是就把老子这个子书中的 5264 个字中的上部“道可道，非常道”中的这个“道”字和下部“上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德”的“德”各取一个字，于是《老子》一书就变成了《道德经》。即取前半部的“道”和后半部的“德”。老子写《道德经》还有他的道理。他的“道”写的是本体，“上德不德”写的是本体如何启用。这里的“道”是指道路，人可以在上面走。你走在道上会有什么所得呢？所得的就是“德”。所以“有道可通，就有德可得”。唐玄宗认为老子就是我的祖宗，所以他就把老子这本书改为《道德经》。《道德经》就是这么来的。

在国外，中国的哲学非常受到尊崇，其代表人物一个是孔子，一个就是老子。但孔子的翻译作品不如老子的多。国外翻译老子的作品书名就用《LAOTZE》，而不是《道德经》，它仅次于《圣经》。因为他们认为老





子这个人很了不起。在《道德经》里，对于怎么治理国家、怎么管理百姓、怎么待人、怎么处事都有论及。不只是有关政治和社会方面的内容。老子在书里还提到如何保养自己的身体，以及我们怎样将我们的名声、我们的思想传到后世。即使我们死了，我们的教训、我们的名声还会继续流传下去，这就是老子这 5264 个字一直传到今天的原因。所以作为中国人，我们要了解中国的古老文化，有两个人一定不要忘记，一个是孔子，一个就是老子。其他像孙子、韩非子这些人的书我们都要好好地读一读。

秦始皇还有一个非常了不起的特点就是知人善任。他善于用人，知道一个人并非全才，他在哪方面有能力就把他安排在哪里。这是一个开国君王（领导人）最重要的智慧。作为领导者，虽然不能样样事情亲力亲为，但知道识别人才，使用人才，将他安排到合适的位置，这叫做知人善任。这是作为领袖最应该注意的。老子在《道德经》里就告诉了我们这个道理。老子常说的“无为而无不为”就是这个意思。是说我们不能样样都自己做，要做到无为，才能无所不为。

今天我就给大家介绍一下《道德经》。《道德经》共有 5264 个字，历史上把它分为 81 章。第一章是绪论，老子的整个思想就在第一章有体现，后面 80 章就是详细描写第一章所要表述的东西。老子与孔子是同时代人。关于孔子，老子有这么一段记录。

孔子这个人喜欢提问题，比如孔子去太庙。太庙是周王祭祀祖先的地方，孔子进了太庙以后，什么都要问。用孔子自己的话说这叫“是礼也”。这就是“礼”。孔子曰：“知之为之知之，不知为不知，是知也。”知道的就是知道，不知道的就是不知道，这就是“知”。我们也要知道我们不知道的，这才叫做真正的知道。因为你知道的东西有限，不知道的很多，所以不要“强不知以为知”。“是知也”，这就是“知”。真正知道自己无知，这是一个了不起的“知”。

孔子是我们的万世师表，但官瘾很大，他自己在鲁国做到大司寇，可他实在行为太莽撞，不懂得政治的花招，于是得罪了鲁国的“三大家”，呆不下去了，就只好离开鲁国。但他舍不得，所以就在鲁国的边界内停留了 3 天，他希望鲁国人民或政府把他劝回去，但是没人理他，他只好走了。走后在各



国转，各国国君都非常有礼貌地招待他，但都不用他，因为他那一套仁义说法，国君们没法接受。国君们所需要的是如何巩固他们的力量，怎么用兵，怎么能够富强，而孔子跟他们谈的是仁义。孔子周游列国，直到自己 67 岁，实在老了，也累了，于是就又回到鲁国。这时候他才说：“哎，我实在很累了，而我没有学的东西太多了。我过去犯的错误也不少。”所以他说：“假我数年以学易念，可以。”意思是说：请老天爷借给我几年，这几年我活着干什么呢？就是把《易经》学好。把《易经》学好了，我就可以不再犯大的过错了。

孔子是非常好问的。一天，他带着他的弟子去拜访老子。

老子问：“你来干什么？”孔子说：“我想问问什么叫‘礼’？”结果老子当着学生的面把孔子说了一顿。

按说孔子应该非常生气地离开，然后再把老子批评一番。可是没有。孔子离开老子后对他的学生说：鸟在天上飞，我可以拿弓箭射下来；走兽在大路上走，我可以把擒住；鱼在水里游我可以用网把它捞上来；但有一种动物，它既可以飞上九天，也可以在陆地上走，我们没有人能追到它。它还可以在水里游，可以到九渊之下，这是什么动物呢？是龙。老子这个人呢，“犹龙也”。意思是说，老子就像龙一样。

整个《道德经》讲的都是真话，它教你怎么做人，怎么做事。《道德经》云：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”我们以地为法，你看这个大地多了不起，你下什么种子，它就长出什么东西。即使不下种子，只要有太阳，有大自然的雨露，大地就能长出东西。所以我们人就应该以地为法。我们吃的、穿的、住的、用的都是大地给我们的。那么我们怎么报答大地呢？就是“以地为法”。那么地要以什么为法呢？地以天为法。天要是没有太阳照射，就不能生长万物。天要是不下雨，不给我们雨露，不给我们阳光，植物就长不出来，所以地是以天为法。

春天在向外生发的时候，你下了种子后，天给我们雨露。到了夏天，太阳给我们能力，植物越长越好。到了秋天，天慢慢凉下来，种下的种子就结成果实了。果实结成后，每一粒种子又都能长出很多果实。这些果实又变成种子。一个因生出一个果，反复无穷，势所必然。所以老子提出“人法地，