

性感阴阳
听董草原说
《冷热》

田原
编著



YZLI 0890089192

新生态生命文化丛书

性感阴阳

听董草原说“冷热”

田 原 / 编著



YZLI 0890089192

中国医药科技出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

性感阴阳 / 田原编著. — 北京 : 中国医药科技出版社, 2011.1
(新生态生命文化丛书)

ISBN 978-7-5067-4797-4

I. ①性… II. ①田… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 195353 号

责任编辑 许东雷

装帧设计 尹小隐

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 787×1092mm^{1/32}

印张 4^{1/8}

字数 60 千字

版次 2011 年 1 月第 1 版

印次 2011 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市华新科达彩色印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-4797-4

定价 26.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

中医也时尚

这是一套以中医思维体察生活、参悟生命的文化读本，一套专门奉献给青年读者的时尚小书。

本专辑（第一套四册）推出四位各具影响的中医哲人的独家思想创见，用中国传统哲学思想资源和现代文化视角，探讨和展示了各种摆脱现代人身心困境的可贵观点。中里巴人，李可，樊正伦，董草原，他们或多或少已经被主流媒体所关注，其著作或思想甚至风靡一时，且各有大量拥趸，但同时他们也在被误读，这种误读体现在人们更多关注的是他们的治疗方法，及实用疗效，而对于蕴藏其中、他们终其一生心血得来的重要生命观念却轻轻放过……

观念改变生活。为此，我们将其主要思想观念以断片的形式植入当下生活。他们的见解，掠万象而终于大道，异名而同义：真心、阳气、道、阴阳（冷热）……这些看似简单或者深奥的概念，其实无一不绵布于我们的现代生活肌理，凭此可通达个体生命的幽微之处。

哲人说：片段是惟一可以信赖的形式。

让我们忠实于片段，感受新的生命状态。

本书形式时尚精致，文本生动睿智，语言深入浅出，感性与理性相映生趣，目的在于使青年学生、都市时尚一族、中国传统文化爱好者，能够了解以中医思维为主导的中国人的生存方式，能够传承中医所代表的中国文化传统，给当下纷扰的都市生活开辟出一片新鲜的阅读生态。

让中医进入时尚，这是一件前人未曾做过的事情，无所借鉴，贵在尝试，因而本书肯定有稚拙之嫌，希望读者指正，尤其希望青年朋友的参与和批评，使“新生态”生命文化丛书能够健康成长，自成一荫。

“新生态”生命文化丛书

第一辑（四册）

《草本有心》（册一）

《一身阳光》（册二）

《道理生活》（册三）

《性感阴阳》（册四）

“新生态”生命文化丛书编委会

2010年10月22日

1/ 当身体和阴阳相遇

上篇 换个姿势看阴阳

5/ 人和自然是啥关系？

7/ 太阳的辞典

9/ 挂起来的天地

12/ 太阳是一种意识形态

15/ 站在蛋壳上看问题

18/ 离阳光再近一点儿

21/ 用两个汉字创造世界

24/ 给春天找个加油站

27/ 身上自有大天地

29/ 乾坤有六个孩子

32/ 月光照亮健康

34/ 太阳也八卦

37/ 半夜时分好播种

40/ 把阴阳夹在胳肢窝下

42/ 从今天起，关心温度

45/ 健康需要孵出来

48/ 知冷热才是好中医

中篇 有风景的生命

52/ 找个星星做邻居

55/ 环境决定命运

57/ 古人不找病菌的麻烦

59/ 含蓄是一种健身操

61/ 于无声处总受伤

63/ 从窗户吹进来的病

66/ 等风停了再说

69/ 跟水学习升华

71/ 守住身体的“度”

74/ 喝水是人生一件大事

78/ 可以下饭的五行

81/ 夏天应该是甜的

84/ 把酒喝好

87/ 中医，让生活更美好

下篇 癌若莲开

91/ 细胞疯了

94/ 我们自己养出来的祸

99/ 坚决落实身体的政策

103/ 用毛主席的办法治癌

105/ 长在身体里的毒果

109/ 让治癌像治感冒一样简单

111/ 当好身体的家长

114/ 给药找一个向导

117/ 都是乱折腾惹的祸

120/ 惹大祸的都是小病

当身体和阴阳相遇

请跟随我画一条 S 型的线。一道左摇右摆的蛇行，两个首尾相接的半圆。由它，你会想到什么？

有人说，S 是最性感的字母，因为它模拟出人体的自然起伏曲线，当然，是年轻女人的曲线，因此天生地蕴藏了众多会呼吸的细节，性感得一塌糊涂。

而性者，即生也。《说文》解释：性，人之阳气性善者也。即指人之生命、本性、本心。

这 S，除了充当身体的符号，另外一个能指，便是生于太极的阴阳之力。

生命遵循阴阳之道，感应阴阳之力，体现阴阳之理。有阴阳，自然才孕育出美好的生命，生命才生生不息。

阴阳是一种语法，沟通起了人和自然万物，让我们可以在同一个波段相互依存，构成一个不可分割的整体。一荣俱荣，一损俱损。

当人体与阴阳相遇时，枯树发出新芽，花雨从天而降。因为那份无可复制的人之美好，是阴阳之力的原创性代表作，是宇宙中唯一的一次意外受孕。

在我们追寻阴阳真理的过程中，遇到了一位“奇人”。他，就是董草原，一位名医，也是一位怪医。他背靠《易经》里最基本的阴阳法则，推演出独到的理念和方法，剑走偏锋，专治癌症。我们曾亲眼见证“奇迹”一次又一次在他那个偏远的诊所里诞生（详见《破解重大疾病的迹象》一书，中国中医药出版社，2009年）。今天，我们再次邀请他来到我们中间，将那些奇迹背后的阴阳之道“解压缩”，带我们体验神奇阴阳，领略奥妙生命。

换个姿势看阴阳

上篇

太阳出没，于是人间奏起日与夜、明与暗的交响。

阴阳，是一组又一组的关系。盖满了山河、田野、城市、生活，乃至日月星辰。

每天清晨，这支乐曲都会从天边渐渐传来，令百鸟跟随它奏出渐行渐强的和声。山峦退让出盖满露水的阴影，河流吞咽下昨夜的浓雾。露珠如同被弹奏过的音符，扑哧扑哧砸在地里，留下一串串带有颗粒感的斑驳，预言出一季丰满的收割。

阴阳的力量也以冷热的面目为人所知。温度在高与低之间徘徊循环，厘定出生命的疆界。在长天博地之间，生命固然顽强坚韧，却免不了在超出这一界限时显露出它自身的脆弱。无论是空

气、水、土壤还是我们自身的血液、肌肉，都跳不出温度的定律、阴阳的定律。

地球一转，冷热转换。热胀冷缩之间，阴阳交合，石头里蹦出亿万游的爬的飞的走的，一起红尘作伴，生老病死。

让我们换一个姿势，从太阳和它所照亮的事物之间，从冷热之间，思考阴阳。

人和自然是啥关系？

这么大的宇宙，其实都是阴阳两字；作为万物灵长的人，也无非阴阳两字。

汉代董仲舒说：“道之大，原出于天。天不变，道亦不变。”说明所有自然与人事都受制于“道”，而“道”又受制于“天”。

大医孙思邈也认为：对天道变化了如指掌的人，必然可以参政于人事；对人体疾病了解透彻的人，也必须遵循自然变化的规律。天地有四季，有五行，相互更替，犹如一个圆形无端的轮子。如何运转呢？天道之气，和顺而为雨，愤怒起来便化为风，凝结而成霜雾，张扬发散就是彩虹。这是天道规律。

人和自然之间，是部分和整体的关系，好像是草和草原。草和草之间长得虽然还有些区别，但本质上完全一样。人分享了自然的精华，应该懂得反哺报恩，感谢自然赐给人类以生命和生存环境，而不应像现在这样，没完没了地索取、破坏，变成了个祸害。

在人体中，这祸害就是癌。

小隐漫话

人是自然的儿子。现在这儿子觉得自己天下第一，想骑到老子的头上试一试。结果如何，可想而知。



太阳的辞典

有人将《易经》看作算命的书，其实也有道理。命，当然包括生老病死，精神、生理和心理变化，乃至大自然和人之间的关联、关系。

《易经》最伟大之处，就是揭示了自然之道，生命产生、发展、变化之道及其相关因素。所谓“医易不分家”，《易经》就是中医的科学依据。

生命是怎么来的？有什么样的生长、发展规律？是什么在对生命产生影响？《易经》里面都告诉我们的了。

《易经》的“易”，不仅仅是我们平常理解的那个容易的“易”，更本源的是象形的“易”。易字上面一个“日”字，指太阳、阳光。下面的“勿”，可以看成是太阳的光辉，照着大地万物。其实整个“易”字的意义就是太阳的意义。如果用现代文字的含义和现代文化的表达方法去理解，就会谬以千里。

可以说，《易经》是以太阳为中心，认识自然万物变化现象，研究其变化规律的学问。

《易经》最主要的观点是什么呢？就是阴阳。

小隐漫话

工程师用○和∟编写程序，造物主用阴和阳编写世界。字体不同而已。

挂起来的天地

千百年来，医易不分家。《易》里面的基本要素是一个“卦”字。这个“卦”到底是什么意思？

从《易经》来讲，这个卦，是一种现象，或者说是一个物象，就是在告诉我们天地万物随时都在变化之中。

现在人们提到《易经》，普遍的说法就是《周易》了。可是有的人把这个“周易”的“周”理解成周朝的周，其实不是。它是周全、周备的“周”。为什么说它周全呢？因为《周易》把象形文字时代的“物象”全都搜集到了。

如果从象形文字的角度看，就不难理解八卦的意思了。“卦”是什么？“卦者挂也”，那么这个“挂”又是什么意思呢？《易纬》里说：“……挂物象，以示於人，故谓之卦。”把一个东西挂到那里，然后你看到了，就按照这个物象去展开联想和想象。

“象”，首先是一种物的形象或现象，然后人们根据这个物象或现象，去领会其中蕴含的信息。

比如有的地方经常说这样一句话：大年初一贴错门神。这就是在说一个物象。看字面的意思，是贴错了门神的物