

臧云彩 臧云喜◎编著

# 仲景

方歌方证

速记手册

中原出版传媒集团  
中原传媒股份公司

河南科学技术出版社



仲景

臧云彩 臧云喜◎编著

方歌方证

速记手册

河南科学技术出版社

· 郑州 ·

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

仲景方歌方证速记手册 / 臧云彩, 臧云喜编著. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2022.1

ISBN 978-7-5725-0272-9

I. ①仲… II. ①臧… ②臧… III. ①方歌 - 手册 IV. ① R289.4-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 007934 号

---

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市郑东新区祥盛街 27 号 邮编: 450016

电话: (0371) 65788613 65788629

网址: [www.hnstp.cn](http://www.hnstp.cn)

责任编辑: 邓 为 程 凯

责任校对: 刘逸群 马晓灿

封面设计: 中文天地

责任印制: 朱 飞

印 刷: 河南省环发印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 850mm × 1168mm 1/32 印张: 11.5 字数: 180 千字

版 次: 2022 年 1 月第 1 版 2022 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 48.00 元

---

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系并调换。

## 臧云彩简介

臧云彩，男，1980年4月出生，2005年毕业于河南中医学院（现已更名为河南中医药大学），现任职于河南中医药大学仲景学院，坐诊于河南中医药大学第三附属医院国医馆，每天门诊百余人次。师承国医大师张磊教授和国务院特殊津贴专家、著名中西医结合防治肿瘤专家郑玉玲教授，游学于“火神派”中医大家李可先生及多位民间名老中医。治学于中医四大经典，熟谙《周易》，能够融《易》理为“医”所用，临床擅用六病辨证（六经辨证），长于“经方”治疗肿瘤及内科杂病。



欢迎同仁关注臧云彩医生的公众号（zangyuncai999）  
便于相互间学术交流。

# 序

我的门人臧云彩，是我非常得意的一位弟子（已拜我为师），自2003年他读大三开始，跟随我临床学习，至今已有十余载，大学毕业即开始临证诊病，2010年初调入河南中医药大学第三附属医院上班，至如今已是一方名医，一号难求了，实乃中医后起之秀，栋梁之材！云彩初因父亲病重久治不愈，求治无门，悲恸感伤，矢志岐黄，并于重重困苦之下发愤图强，精勤不辍，立心之苦，实乃可叹！然“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”正所谓“梅花香自苦寒来”，可知其今日之成就，皆往日苦心奋斗的结果。云彩学习刻苦，基本功深厚，结合自己的临床经验，在河南中医药大学讲授《伤寒论》《周易》等课程，深受学生欢迎，并于2015年6月正式调入河南中医药大学仲景学院工作，研究仲景之学，学术思想得

到了进一步提高。今喜闻其整理完成了《仲景方歌方证速记手册》，邀我作序，遂欣然为之。这本书是学习仲景之学的工具书，方歌朗朗上口，简学易记，且方名、药、量、证齐全，记诵起来非常方便，实用性很强，定能为后学者对经方的学习开启方便之门，为仲景学术的传播做出一定贡献！

最后奉诗一首：

从来方药贵精良，登入南阳仲景堂；  
臧氏深研知奥义，珍珠颗颗饱青囊。

张 磊<sup>①</sup>

2020年5月15日

---

<sup>①</sup>张磊系河南中医药大学第三附属医院主任医师，第三届国医大师。今已92岁高龄仍坚持门诊为病人服务。

## 自序

1998年，我正读高二，弟弟臧云喜，低我一级，读高一，父亲突然重病（中风），直接扭转了我们兄弟两个的人生轨迹。我的父亲是黄河两岸有名的说书艺人，当我得知父亲重病住院，便匆忙赶到医院，看到平时乐观开朗、能说会唱的父亲蜷卧在床上，生活不能自理，咿啊难言，一时之间，震惊、心疼、难过，各种情绪涌上心头。这件事对我的震动太大了，时至今日，虽然已经过去二十余年了，但是每当忆起当时的情景，心里仍免不了一阵悸动。父亲过了急性期之后，接下来就是漫长的求医康复之路了，当时我们家可以说是倾家荡产、砸锅卖铁地在为父亲求医治病，不管是中医还是西医，无论路途远近，只要是听说对父亲病情有帮助的治疗方法，我们都去尝试，但父亲的病情却并未好转，痛定思痛，我认为求人不如求己，所以，我决定要学医，要学中医，要让父亲好起来。有了这个念头之

后，我就转变了学习方向，本来我是数理化为强项的理科生，也梦想着能进入清华、北大等高等学府，但得知父亲重病后，我就把所有的业余时间甚至部分的上课时间都用在了学习中医相关书籍上，并在学习过程中逐渐对中医产生了浓厚的兴趣。更为可喜的是，1999年3月经过近一年的学习，我给父亲开了平生第一张处方，父亲服药后肢体灵便了很多，花白的头发也变得乌黑明亮了，这更加坚定了我学习中医的信心。当时除了高中课本，床头几乎被中医书籍堆满，中医成了我全部的兴趣所在，所以高考填报志愿时，我坚定地报考了河南中医学院（现已更名为河南中医药大学），尽管当时很多人并不看好中医，甚至当地的两位中医师直接说“要么就别学医，要学也学西医，学习中医没有任何前途”，但是通过对父亲病情的观察及自己的学习经验，我坚信只有中医能治疗父亲的病，只有中医行，我要学中医！在这样的信念下，我顶着巨大的压力努力备战高考，也许是上天眷顾，我如愿地拿到了河南中医学院的入学通知书。次年，我弟臧云喜也听从我的建议，跟随我的脚步考入了河南中医学院，开启了我们兄弟俩共同的中医之路。

因为身负重任，所以我一踏进学校便如饥似渴地开始了学习，那时候，并没有什么明确的学习方向，基本上还是沿袭入学之前的学习模式，把主要

精力都放在了学习方药上，摘抄各种名方、验方、偏方，那时我所有的课余时间基本上都是在图书馆、书店度过的，抄录的杂病专方医案有几十本，但是随着时间的推移，也逐渐产生了疑惑，那就是当我遇到一个病人的时候，这么多方，该用哪一个？直到我读到《名老中医之路》这本书，才豁然开朗，因为我总结出一个规律，大部分中医大家都非常推崇经典，且越早重视经典的医家成名越早，从此以后，我就把主要的精力用在了经典的学习和背诵上，从《伤寒论》到《金匱要略》，再到《内经》《周易》，一遍遍地读，直到能熟读背诵。如今每日门诊量百余，自觉能有今日的感化和体悟，是得益于当初的苦读背诵，得益于之前的积累。

由于对中医的痴迷，对经典的热爱，对医道的执着追求，使得我现在在患者中有了很好的口碑，被广大病人肯定，得到了业界同行的认可；为了将我的学习过程及感悟传递给更多人，我在学校开设了《〈伤寒杂病论〉的临床应用》这门课。有许多热爱中医的同学想跟我在临床学习，面对这么多的同学，我自然是非常欣慰，也愿倾囊相授。但是，我给大家提了一个基本的要求，那就是背经典，《伤寒论》《金匱要略》这是最基本的，然后是《内经》，因为自己是过来人，更加知道背诵经典的重要性。经典传承的不仅仅是知识，更是中医人的中医

思维，中医的元理论架构和研究方法，想要学好经典，背会是基本条件，经典之于临床，是康庄大道，也是捷径中的捷径！而且通过实践，也得到了证实，目前，最初跟随我学习的那几批学生，刚刚研究生毕业，甚至是没有毕业病人已经很多了，有不少病人开车来学校求诊，有的学生刚毕业两年，20多岁的年纪，每天都能看六七十个病人，其他一些毕业的学生，不管是在医院还是中医馆或是自己的诊所，都有着不错的口碑，门诊量上升都比较快，有了这些实例，也给热爱中医的学子们树立了榜样和信心。目前在我这里能将《伤寒论》《金匱要略》全部背诵下来的已有150余人，其中最快的不到30分钟能将《伤寒论》通篇背诵，还有不少学生背诵了《内经》《周易》，我相信，这些学子们以后一定能有不凡的成就。

经典是成就大医的唯一出路，只有运用中医人自己的思维指导临床，才能取得理想的疗效，才能传承好中医。今天我编写这部书的目的是帮助更多爱好中医的人能够更好更快地掌握仲景方，努力做好仲景医道的守护者和推广者。

臧云彩

2020年10月15日

# 臧云彩学术思想简介

1. 阴阳为纲。在临床诊疗中，从整体出发，通过四诊合参，先判断病人的阴阳状态，再细辨其“六病”归属，进而对六病辨证有一个系统性的把握。不拘泥于西医病名与病人的局部症状，始终把辨别病人的阴阳状态放在首位。

2. 重视表证。表病篇在《伤寒论》中占有较大篇幅，如太阳病篇共有上中下三篇，几乎是整部《伤寒论》的一半，仲景反复强调“先表后里”的治病原则。表证与杂病关系密切，表未解而误补，则闭门留寇，后患无穷；误攻，则引邪入里，使疾病长期不愈，变证丛生。正如仲景在《伤寒论·伤寒例》中所言“诸变不可胜数，轻则困笃，重者必死矣”。临床上很多疾病的发生、发展与外感关系密切，故在治疗各科疾病时，注重病人表证的有无，通过先表后里的原则，常能取得满意的疗效。

3. 重视气机。《金匱要略》有云“五脏元真通

畅，人即安和”，意在表明人体气机贵在流通和畅，故而临床治病时，运用方药升降浮沉的偏性，来纠正人体气机的紊乱失调状态，以宣上可以畅下，开闭可以散结等治疗方法，使人体气机恢复本有的“升降出入”的规律，气机得畅，则诸症可愈，非仅仅是见痰治痰，见血止血。《素问·六微旨大论》中有言：“出入废则神机化灭，升降息则气立孤危。故非出入，则无以生长壮老已；非升降，则无以生长化收藏。”人体局部或者整体气机的“升降出入”的“常态”平衡被打破了就是万病的根源，即《素问·六微旨大论》中所说：“四者之有，而贵常守，反常则灾害至矣。”所以临床治病就是“守住”或者是“维护”人体“常态”不变，也就是疾病向愈或者健康。

4. 研读国学。《周易》素有“群经之首”之称，从2002年以来，笔者十余年如一日潜心于《易》理，并把《周易》中阴阳辨证观运用到中医学中，融《易》理为“医”所用，才能够更准确地把握古圣人的思维模式。

5. 演习医典。对于中医经典，致力于经典理论的临床化而非“以文演文”，侧重于中医经典理论的实际运用与推广，并在临床中验证了“经方”的实效性，体验了“仲景之道”的魅力，积累了丰富的临床经验。

6. 推演医道。提出“阴阳三才六病论”。经多年演习经典，汇《周易》《黄帝内经》《伤寒杂病论》的理论于一体，根据患者的禀赋强弱，总结出人体之病性无外乎寒热，即病性之阴阳，人体病性之阴阳以应自然界四季与药物四性；人体之病所在部位无外乎“表”“中”“里”三部，以应《周易》八经卦即三爻卦之“天人地”三才学说，又总结得出规律“表部之病通于天气”，即表病多是天时之气加于人体，或者说是人体感召天时之气所得；“中部之病通于人气”，即中部之病多因人文环境所致，多为情志所伤；或表病内陷于中，或里病外出于中所致，多伴有情志异常；“里部之病通于地气”，即里部之病多由饮食起居失常，或外邪入里所致；以应天人合一整体辨证观，从而提出“阴阳三才六病论”（已著《阴阳三才六病论》即将出版），在临床上把病人的病因、病性、病位、病势与所用药的药性和人体禀赋、天时、地宜完美合和成了一个整体。

## 编写说明

张仲景撰写的《伤寒杂病论》（宋本谓《伤寒论》和《金匱要略》）是最早将理法方药融为一体的一部临床经典巨著，被历代医家推崇为“方书之祖”，是研习中医的必读之书。该书组方基于阴阳理论，顺应辨证规律，理法兼备，其收录的方剂被誉为“经方”。方剂是临床应用的基础，掌握并熟练运用方剂于临床，是对每位中医人的基本要求。

古人云：“千方易得，一效难求。”所有的方剂都是在天人合一的整体系统体系下经辨证论治总结而来的，反此才会导致古人所谓的“千方易得，一效难求”“背方容易用方难”的现象。“用药如用兵”，特别是对经方的应用，更是失之毫厘，谬以千里。每个方子中一味药或剂量上的差异都会对临床疗效有很大的影响，如茯苓甘草汤和苓桂枣甘汤，仅是生姜大枣的区别；如四逆汤与白通汤仅是甘草和葱白的区别；桂枝汤与桂枝加芍药汤仅是芍药剂

量的不同，临床的应用就有很大的差异，所以临床用方是需要辨证施治的。只有娴熟地掌握方药特点辨证施用，才能更好地作用于临床，才能做一个合格的中医人，只有悟得仲景医道，娴熟掌握仲景方药，才能称得上是仲景传人。为此，笔者参考现行中医高校通行的宋本《伤寒论》《金匱要略》和社会上能够搜到的其他版本，如桂林古本（本书中均简称为桂本）《伤寒杂病论》、白云阁本《伤寒杂病论》等诸多版本共集成 370 首方剂，和每一个方剂所涉及的所有条文，其中包括杂疗方中“还魂汤”和“三物备急丸”，经我多年研读及临床验证，这些方子疗效确切，这些条文所描述的症状表达准确，在临床上有很大的指导意义。为了便于传承仲景之学，特把这 370 首方子编写成歌诀，便于传诵记忆，把每个方子所涉及的所有条文列于方药之下，便于对比研究“仲景学术”和“方证学说”及方证临床运用，特别对“方证学说”有很大的指导意义，也可以作为一部工具书，便于中医临床医师、中医学生及中医爱好者更好地演习“经方”，熟谙“方证”，更快地全面掌握仲景学术，更好地服务社会。

现对方歌及条文问题说明如下：

1. 该部书收录了现通行的宋本（即《伤寒论》和《金匱要略》）和桂本《伤寒杂病论》的所有方剂共计 370 首，其中人参汤的方歌同理中汤，三物小

白散、桔梗白散方歌同白散方，八味肾气丸、崔氏八味丸方歌同肾气丸，因其剂量均相同，故不再重复整理，即有 365 方。每个方子附有自编方歌，囊括了每个方子的方名、药物组成、药物用量、煎煮方法、服用方法，以及每个方子所涉及的所有条文。

2. 编写顺序：按照笔画从小到大的顺序整理，以方统症，其中从第 327 条到第 365 条皆为宋本独有。

3. 每首方剂下列出方歌、方名、药物组成和剂量、煎服方法、所见条文，其中桂本《伤寒杂病论》独有方药、条文下面加下划线，并且标明出自桂本《伤寒杂病论》哪一篇，其中鼻塞方、胶姜汤、黄连粉、禹余粮丸，宋本有方名无药物剂量，也加下划线以作区别。桂本比宋本共多出 92 个方子。

4. 个别方剂，宋本和桂本药物和剂量差别大的，分别编有方歌，或者在方歌下面标明小注。同一方剂桂本和宋本方名不一样的，也均有小注标明。

5. 条文通篇以桂本《伤寒杂病论》为轴线，桂本《伤寒杂病论》独有的条文标示下划线和条文出处，出处不标下划线；宋本独有的条文在条文前面标出【宋】，不用下划线；宋本和桂本雷同但内容差别较大的条文，宋本放在桂本后面列出来，前面标【宋】。宋本与桂本共同条文不做特殊说明。

6. 本书是本着传承和贴近临床实践的宗旨，因书

的版本较多，故桂本和宋本之间“之”“乎”“者”“也”之类的用词区别，及条文标点符号不做深究，以不影响阅读文意为前提。

7. 条文中古本和宋本明显不同的内容，则做小注标明如①②③……在后附有解释说明。

8. 本书提及的“宋本”即现通行的宋本（即《伤寒论》和《金匱要略》），“桂本”即桂本《伤寒杂病论》。

9. 个别方歌是按药物顺序排列药物用量。如“大黄香蒲汤”中“大黄香蒲连地丹，四一连三八六验”，就是大黄四两 香蒲一两 黄连三两 地黄半斤 牡丹皮六两；如“大黄厚朴甘草汤”中“大黄朴草四六三”，就是大黄四两 厚朴六两 甘草三两。

“只有熟读经典，才能做好临床”，是历代中医人总结出的宝贵经验，特整理本书，为研究仲景学术的朋友们提供一部工具书，供中医同道们演习，为临床奠定坚实的基础。因水平有限，疏漏难免，恳请读者提出宝贵意见，便于我们今后进一步修正和完善。

编者

2021年7月