

《醫方明大論十之一》 EP2.7

第二章 2.2.2 三焦動力學（三）腎臟（十之一・p.55）

原檔：游老師第004堂 26:28 起

素材：《醫方明大論》十之一；內容為學習整理，非醫療建議。

亮點・一句話

腎是三焦的下焦主力、也是身體的冷水箱：左腎推冷水上去冷卻心臟、右腎把熱氣往下拉，一升一降就是「心腎相交」；左右一不平衡，就是心腎不交。（p.55-56）

d). 腎臟動力學：生命最早的三個臟器官

腎臟、心臟、肝臟是生命最初形成、還在母胎時期最早開始運作的臟器官；心臟蘊藏神識、不屬後天動力，所以腎氣提供心臟的動力稱為《先天之氣》。（p.55）

消化系統的脾胃是後天飲食形成，與肺臟清氣結合後稱為《後天之氣：宗氣》——先天之氣與後天之氣就是身體兩個主要的動力。（p.55）

心臟最初為什麼能自己跳？

佛家說「識依名色」——生命意識依附有形的物質體，精神與物質結合稱《名色》，所以最早的動力來自生命自體的意念（念力）。（p.55）

道家直接說《天外一道靈光》，基督教說神的旨意；這股能量超越人類已知，歸入玄學宗教，中醫稱為先天之氣，與生俱來。（p.55）

解剖學的證據：心腎相交

從解剖學來看，心臟的動力也來自腎臟（左腎升力，右腎推力，一上一下，構成循環），中醫說《心腎相交》——這是人體另一組升與降的動力。（p.55）

心腎不交：散熱失去平衡

左腎推力與右腎拉力不平衡時，心臟力氣不平衡，心臟的熱氣無法平均散熱，中醫稱為《心腎不交：心臟和腎臟的熱不交換》。（p.55-56）

控制心臟的神經會錯亂（胸椎第一節、第二節），久了心臟各部位動作失去節奏；心臟瓣膜問題、心律問題都跟這個動力直接相關。（p.56）

左陰右陽：冷水箱與熱水槽

左腎臟是冷水箱，上升冷卻心臟溫度後下來、變成熱水儲存於右腎臟，所以腎臟是右熱左冷，中醫稱為《左陰右陽》。（p.56）

圖24 下焦動力學：右腎為陽，推力往上；左腎為陰，動力往下。（p.55）

三焦加強（一）：下焦如瀆——水道出口在腎

靈樞18 營衛生會「上焦如霧、中焦如漚、下焦如瀆」（黃帝內經系列 EP058）：瀆是水溝排水道，下焦主「出」、主排泄決瀆，腎臟是這條排水道的第一道閘門。（p.55）

素問08 靈蘭秘典論（十之三 EP24）：「三焦者，決瀆之官，水道出焉」——三焦有水道之名，腎有主水之實。（p.55）

三焦加強（二）：下焦動力的三個缸合力

下焦的下拉力量是三個缸合起來的：肝氣下推、膽汁在膽管形成抽真空、右腎陽氣把熱氣往下拉；任何一缸沒力，下焦就「失去一個動力」。（p.50、55）

左腎（陰）把冷水推上去冷卻心臟，心臟降溫後的水變熱、下來儲存在右腎（陽），再由右腎把熱氣往下拉——這條看不見的水循環就是三焦「行水」與「氣化」的實體。（p.56）

三焦加強（三）：氣化與升降的經文對應

素問68 六微旨大論（十之三 EP08-09，天氣六位／地氣六位）講升降出入；左腎升、右腎降就是「地氣」這一組的下焦版本。（p.55）

《三焦：全身代謝的主角》：三焦是全身水液代謝樞紐、也被稱為「水的滯洪區」；2018 年紐約大學醫學院發現的間質組織最為相應；通三焦第一步是回到嬰兒式腹式呼吸。（p.55）

跨系列對照（相關節目）

素問08 靈蘭秘典論（十之三 EP24）＝三焦決瀆之官、水道出焉；素問68 六微旨大論（十之三 EP08-09）＝升降出入與六位；靈樞18 營衛生會（黃帝內經系列 EP058）＝下焦如瀆。（p.55）

靈樞08 本神論（十之三）＝心藏神、腎藏精與志（識依名色）；素問05 陰陽應象大論（十之三 EP01-04）＝北方生寒、在臟為腎、在體為骨；醫方法門 23 對稱平衡醫學＝左陰右陽；醫方法門 26 五行學說＝水剋火、水生木。（p.55-56）

收束與預告

腎是先天之本、三焦水道的閘門：左升右降則水火相濟，左右失衡則心腎不交、心律瓣膜跟著出問題。（p.55-56）

下一集 EP2.8 《氣動力系統總圖》：六缸合看——三上三下、中間旋轉，人體為什麼左高右低，以及這些缸為什麼「既連結又獨立」。（p.56-58）

本集腦圖

《醫方明大論十之一》
EP2.7
第二章 2.2.2 三焦動力學

d). 腎臟動力學：生命最早的三個臟器官

腎臟、心臟、肝臟是生命最初形成、還在母胎時期最早開始運作的臟器官；心臟蘊藏神

消化系統的脾胃是後天飲食形成，與肺臟清氣結合後稱為《後天之氣：宗氣》——先天

心臟最初為什麼能自己跳？

佛家說「識依名色」——生命意識依附有形的物質體，精神與物質結合稱《名色》，所

道家直接說《天外一道靈光》，基督教說神的旨意；這股能量超越人類已知，歸入玄學

解剖學的證據：心腎相交

從解剖學來看，心臟的動力也來自腎臟（左腎升力，右腎推力，一上一下，構成循環）

心腎不交：散熱失去平衡

左腎推力與右腎拉力不平衡時，心臟力氣不平衡，心臟的熱氣無法平均散熱，中醫稱為

控制心臟的神經系統與 /

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

