

《醫方明大論十之一》 EP3.2

第三章 3.1.1 壇中穴的名稱（十之一・p.100-101）

原檔：游老師第008堂 00:26:58 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

壇中穴的名字最多——膻中、元兒、元見、上氣海、心包募、氣會；名字越多，越說明它是「無形的精神與有形身軀的交會點」。（p.100-101）

3.1.1 壇中穴的名稱

中醫發展歷時長久，對重要穴位的形容和名稱也很多，壇中穴當然是最多的，顯示這個人體最重要穴位的崇高重要。（p.100）

它是無形的精神與有形身軀的交會點；壇中穴之名主要有六個：膻中、元兒、元見、上氣海、心包募、氣會。（p.100）

a). 膻中：身體的熱氣中心

《膻》意為羊臊氣或羊腹內的膏脂，就是暖熱之處；心臟加熱後最初衝出來的暖熱血液在此聚集、再擴散。（p.100）

身體下半身從地而起的水濕陰氣，到達這裡後被加溫再循環；簡單說就是身體熱氣中心。（p.100）

b). 元兒

元是元首、氣的統領；氣集聚成水稱為氣兒（氣的兒子）。（p.100）

元兒意味經過壇中的氣會被滋潤含有水，成為人體需要的濕度之氣，不是乾枯的氣（具有人體標準的濕度）。（p.100）

c). 元見

元是元首、氣的元首，見是分明之意。（p.101）

元見意指壇中會將通過這裡的氣調節其溫度濕度，成為人體最標準的氣，它是能朗朗分辨的。（p.101）

d). 上氣海

上氣海穴，與任脈下部的氣海穴（肚臍下兩指幅）相對應，意指壇中穴為任脈的聚氣之海。（p.101）

e). 心包募 與 f). 氣會

e). 心包募：募者聚集的意思，這個位置由氣聚集而成；氣在此調和濕暖後，首先內行於心包經，是提供心包經氣血的功臣（品質最好的氣直接提供御林軍）。（p.101）

f). 氣會：壇中穴是身體上部氣的聚集處（氣的匯聚所）。（p.101）

跨系列對照（相關節目）

素問08 靈蘭秘典論（十之三 EP24）＝「膻中者，臣使之官，喜樂出焉」；壇中為心之臣使、情志所出，與「心主神」相表裡。（p.100）

醫方法門 23 對稱平衡醫學＝壇中居人體質量中心，即「無形精神與有形身軀的交會點」；醫方法門 09 共振導引＝壇中為氣的會聚、共振之源。（p.100-101）

收束與預告

六個名字合看，是同一個旋轉樞紐的多重身分：熱氣中心、調溫調濕的標準器、任脈聚氣之海、心包血源、上部氣會。（p.100-101）

這些名字不是玄學，而是古人對同一樞紐的觀察。預告 EP3.3：壇中穴對應的症。（p.100-101）

《醫方明大論十之一》

EP3.2

第三章 3.1.1 壇中穴的名稱

3.1.1 壇中穴的名稱

中醫發展歷時長久，對重要穴位的形容和名稱也很多，壇中穴當然是最多的，顯示這個

它是無形的精神與有形身軀的交會點；壇中穴之名主要有六個：臚中、元兒、元見、上

a). 臚中：身體的熱氣中心

《臚》意為羊腩氣或羊腹內的膏脂，就是暖熱之處；心臟加熱後最初衝出來的暖熱血液

身體下半身從地而起的水濕陰氣，到達這裡後被加溫再循環；簡單說就是身體熱氣中心

b). 元兒

元是元首、氣的統領；氣集聚成水稱為氣兒（氣的兒子）。(p.100)

元兒意味經過壇中的氣會被滋潤含有水，成為人體需要的濕度之氣，不是乾枯的氣（具

c). 元見

元是元首、氣的元首，見是分明之意。(p.101)

元見意指壇中會將通過這裡的氣調節其溫度濕度，成為人體最標準的氣，它

本集腦圖（續）

