

《醫方明大論十之一》 EP3.3

第三章 3.1.2 壇中穴對應的症（十之一・p.101-103）

原檔：游老師第008堂 00:34:16 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

壇中不轉，熱氣憋在上焦：往上燒肺、堵住脾胃、烘烤心臟、也讓乳腺乾堵成瘤——凡是「氣」不順的病，幾乎都從壇中下手。（p.101-102）

呼吸系統

咳嗽、氣喘、氣短、咳唾膿血、肺癰（肺腫瘤）。（p.101）

壇中是旋轉氣缸，沒力轉不動，脾胃之氣堵在上焦與胸口；身體發動上升功能排熱，於是用咳嗽、快速喘息（氣喘）呈現。熱久不散，肺臟機能降低、肺泡垃圾清不出去，形成肺鈣化、纖維化。（p.101）

消化系統

噎膈、脹氣、嘔吐。熱堵上焦，脾胃氣上來吃力，胃氣自己找出口，打嗝、嘔吐從食道洩壓。（p.101）

胃氣積在胃部成脹氣、食慾不佳；胃氣往下走成腹瀉；下行不利、食物停胃太久，胃酸分泌過多，引發胃食道逆流。（p.101）

心血管

胸痹胸痛、心痛、心悸、心煩。熱氣憋在上焦、無法旋轉往下，擴散到心臟，心臟也過熱（心火旺），所以心悸；過熱就呈現心痛心鬱。（p.101-102）

心臟長時間高溫運作，瓣膜猶如密封件失去彈性、無法蓋緊，閉鎖不全（如引擎過熱、閥門密封蓋加速老化）；不正常溫度下也出現心律不整。（p.102）

婦兒科

產後無乳、癰氣（氣滯痰凝血瘀，喉結兩旁結塊腫大）、霍亂、轉筋、屍厥（手足冰冷、肌膚粟起、頭面青黑、精神不守、錯言妄語、牙關緊急、不知人事）。（p.102）

壇中不力沒氣推乳腺，乳汁就少；或因上焦高溫把乳腺水分蒸發，乳水漸成固態、堵死乳房腺體、結成硬塊——乳房腫瘤就是肝火或心火旺太久的結果。（p.102）

交會穴與適用範圍

凡屬心肺病類、尤其氣虛，壇中穴都有調理功能，適用一切《氣》不順暢的病類。（p.102）

靈樞《海論》第三十三「膻中者，為氣之海」；難經《四十五難》「氣會三焦外，一筋直兩乳內也」；壇中為心包經氣聚集處，是任脈、足太陰、足少陰、手太陽、手少陽二陰二陽四氣交會穴，也是先天與後天氣聚會處。（p.102）

上醫醫神與預防醫學

《下醫醫病、中醫醫氣、上醫醫神》，也叫上醫醫未病；上等醫者要在還沒發病前就預知將生什麼病。（p.102）

要談預防醫學，從壇中穴下手最容易也最容易預測；但預防醫學從來沒有真正成功過——預防的錢要自己花費、生病是國家健保支出。（p.102-103）

身體本來就會有預防機制：真正的預防醫學就是《聽從身體的指令》，人為的預防反而落入《人比身體聰明》的錯誤（如「運動前先喝水」之說）。（p.103）

產房冷氣・手腳冰冷・任督二脈

現代產房冷氣太低，嬰兒一出生壇中穴就閉鎖的太多；加上氣候極冷極熱、長期壓力，成年人壇中不開的到處都是。臨床只要《手腳冰冷》，八九不離十都是壇中不力。（p.103）

快速啟動壇中穴、打通任督二脈的神奇妙方已流向道家練功祕方；打通任督能上氣通天、下氣接地，人在天地中旋轉陰陽，道家稱『開天闢地』（天＝上焦、地＝下焦、中焦貫通），如今失傳。（p.103）

跨系列對照（相關節目）

素問08 靈蘭秘典論（十之三 EP24）＝「臚中者，臣使之官，喜樂出焉」；壇中為心之臣使、情志所出，胸中氣機一阻則諸症叢生。（p.101-102）

靈樞《海論》第三十三＝「臚中者，為氣之海」；難經《四十五難》＝「氣會三焦外，一筋直兩乳內也」；壇中為氣會、先天後天氣聚會處。（p.102）

靈樞18 營衛生會（黃帝內經系列 EP058）＝上焦如霧、中焦如漚、下焦如瀆，壇中旋轉即通天達地中軸；醫方法門 09 共振導引＝壇中穴生物頻率共振。（p.102-103）

收束與預告

一個壇中穴，串起呼吸、消化、心血管、婦兒四大系統；凡氣不順的病，都可從這裡下手。（p.101-103）

壇中不轉是第一類病；接著看偏左的「左氣不升」。預告 EP3.4：脾胃氣不升（中焦沒力）。（p.103）

本集腦圖

《醫方明大論十之一》

EP3.3

第三章 3.1.2 壇中穴對
應的症

呼吸系統

咳嗽、氣喘、氣短、咳唾
膿血、肺癰（肺腫瘤）。
(p.101)

壇中是旋轉氣缸，沒力轉
不動，脾胃之氣堵在上焦
與胸口；身體發動上升功
能排熱，於

消化系統

噎膈、脹氣、嘔吐。熱堵
上焦，脾胃氣上來吃力，
胃氣自己找出口，打嗝、
嘔吐從食道

胃氣積在胃部成脹氣、食
慾不佳；胃氣往下走成腹
瀉；下行不利、食物停胃
太久，胃酸

心血管

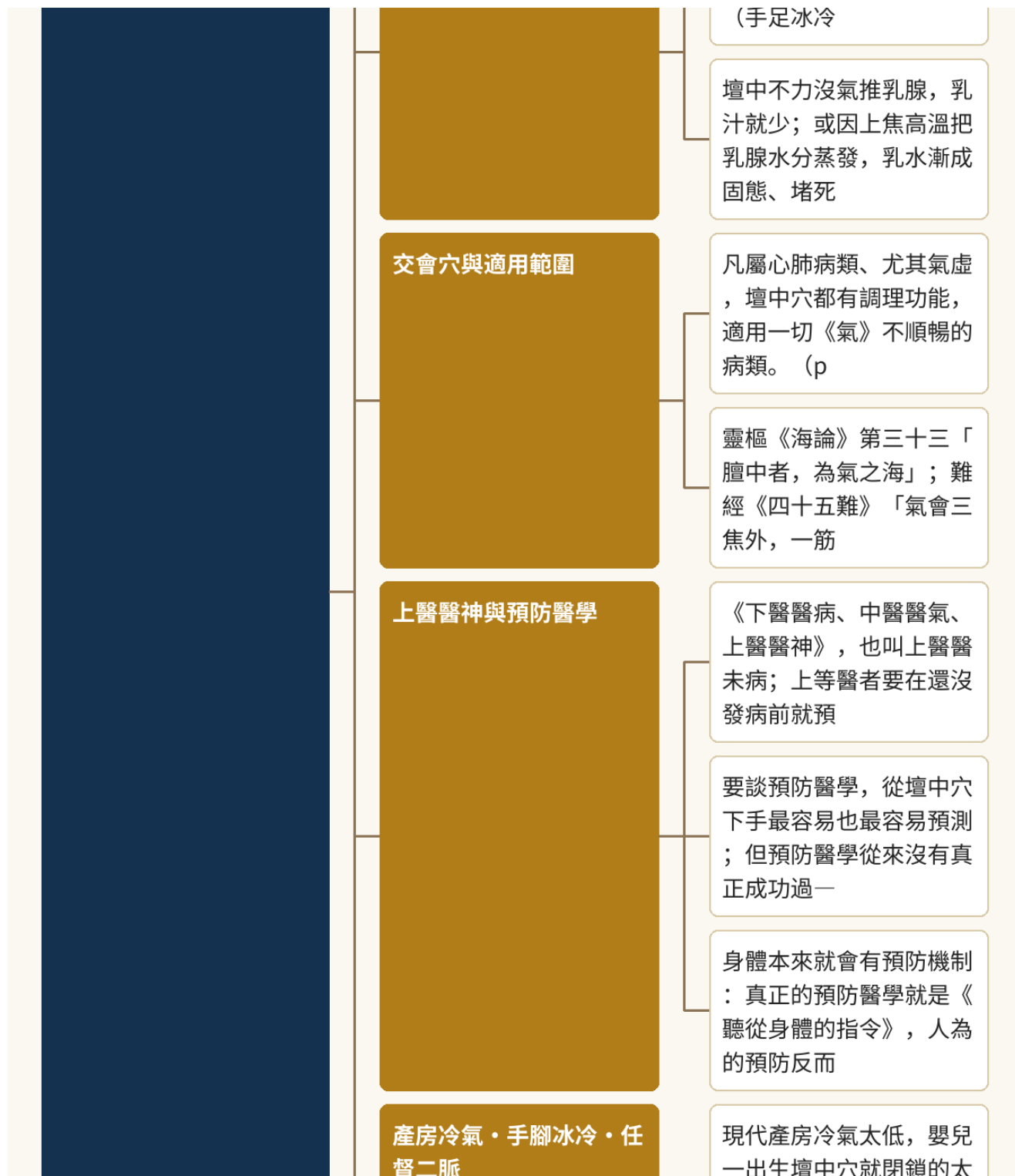
胸痹胸痛、心痛、心悸、
心煩。熱氣憋在上焦、無
法旋轉往下，擴散到心臟
，心臟也過

心臟長時間高溫運作，瓣
膜猶如密封件失去彈性、
無法蓋緊，閉鎖不全（如
引擎過熱、

婦兒科

產後無乳、癰氣（氣滯痰
凝血瘀，喉結兩旁結塊腫
大）、霍亂、轉筋、屍厥

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

