

《醫方明大論十之一》 EP5.1

第五章 5.1 思惟的運作：本神論十三個字（含 5.1.1+5.1.2）（十之一・p.147-150）

素材：《醫方明大論》十之一；內容為學習整理，非醫療建議。

主軸：情緒與健康是人體的軟體系統；本神論十三個字，把人的出生與一念成行講成一條靠五臟六腑供能的思惟鏈，情緒即疾病最源頭。

亮點・一句話

第五章開宗明義：情緒與健康就是「人體的軟體系統」；本神論用德、氣、生、精、神、魂、魄、心、意、志、思、智、慮十三個字，把「人如何出生」與「一個念頭如何變成行動」講成一條必須靠五臟六腑供能的思惟鏈，所以情緒是引發病症最源頭的因素。（p.147、150）

開卷：情緒與健康＝人體的軟體系統

第五章延續第四章後半段「情緒如何進入身體」，獨立成章，也可稱為「身體的軟體系統」；現在醫學對這套論述非常缺乏，導致很多病無法從精神層面調理。（p.147）
原書指出人類對大腦的認知還非常粗淺，身體與精神如何互動，現在科學要破解「還在八千里外」；而黃帝內經早就說所有病都從情緒而來。（p.147）

本神論是唯一論述（2015 世界抗衰老醫學年會）

黃帝內經的本神論，是解說精神結合軀體五臟六腑的唯一論述；大部分醫生即便古老中醫，若無很好的佛學素養，也很難解破精神與肉體的相關性。（p.147）
游老師 2015 年應世界抗衰老醫學年會邀請解說「精神與微物質的關係」：身體的健康大部分是精神運作而來，兩者關係非常邏輯、完全是科學的。（p.147）

十三個字：黃帝十三問與歧伯之答

黃帝問：「何謂德、氣、生、精、神、魂、魄、心、意、志、思、智、慮？請問其故。」
歧伯答：「天之在我者德也，地之在我者氣也。德流氣薄而生者也……因慮而處物謂之智。」（p.147）

以上 13 個步驟，是在解說「人」這樣的生命出生到人間的條件，以及思惟運作如何成為行動的細膩過程。（p.148）

白話逐字：德、氣、生與精神魂魄心意志思慮智

德＝天（陽光熱能）、氣＝地（地氣滋養）、生＝人；能同時享用天之德與地之氣而滋養生命的，稱為人，這是「人的定位」。（p.147-148）

精＝父精母血和合的受精卵；神＝生命意識（阿賴耶識的種子）；魂＝神識最初微微一動；魄＝念頭持續運作；心＝能認知的神識；意＝對過去資訊的運作（意者憶也）；志＝堅持；思＝反覆盤算；慮＝由近而遠、擇優而取；智＝分析判定後作決策。（p.148）

十三字對應五臟：情緒靠臟腑供能

精神運作的能量來自五臟：神靠心（心主神）、魂靠肝（肝主魂）、魄靠肺（肺主魄）、意靠脾（脾主思）、志靠腎（腎主志）。（p.148）

原書定調：「以上生命體的精神運作，都需要身體五臟六腑的氣血供應，所以也會對應到五臟運作的關係。所以中醫說『七情對應五臟』。」（p.148）

用芒果講一遍十三字

投胎當活人（精）→阿賴耶識進駐受精卵（神）→看見它（魄）→認出是芒果（心藏神）→芒果的一切資訊湧上（脾藏意：芒果冰好吃、市場價錢好）→立志當芒果大王（腎藏志）。（p.149-150）

接著反覆盤算資金、技術、季節、天災（思、慮），把風險思考圓滿、有條有理成事（智）；十三個字就是我們每一天的思惟運作。（p.150）

情緒是最源頭・腎為情緒後端支撐者・心腎不交的連鎖

「這些精神運作、就是情緒。當思惟運作產生失衡（情緒偏執）、對應的臟器因為過度忙於提供氣血，當超越該臟器負擔時就受傷。所以情緒是引發病症最源頭的因素。」（p.150）

腎臟是情緒後端的支撐者：煩惱放在心上超過一星期，壓力就移轉到腎；在心頭驚慌一年，就是傷腎一年；腎主水、腎傷先白髮；腎又是心臟的冷卻系統，水箱沒水、鍋爐就高溫，上焦聚熱散不掉，就是心腎不交、上熱體質，再熱傷肺臟、肝臟、顱腔。（p.150-151）

「許多的症，病因其實都是同一個……能從症推論到因，猶如佛家的因果觀」；重點提示：把本神論 13 個字對照六臟六腑，解悟了，就對浩瀚的古典醫學奠下成功基礎。（p.151）

延伸閱讀：頻率、意念與慈悲良藥

生物頻率：病是身體的頻率跑掉了——臟器各有運作頻率，頻率跑掉就不舒服，而現有儀器檢查不出來，正呼應本神論「臟器運作振動頻率偏移」。（延伸閱讀：古典醫學釋疑 01 生物頻率）

移精變氣：轉換念頭、變動氣機以治病；情緒先影響氣、再血、再體溫、再內分泌，西方醫學從內分泌入手是顛倒因果；人體 70% 是水，慈悲的念頭讓水分子更易裂解代謝，故「慈悲是最好的良藥」。（延伸閱讀：古典醫學釋疑 43 養身先養神、44 意念進入身體）

跨系列對照（相關節目）

靈樞08 本神論（十之三 EP38-39）+ ☐ 黃帝內經系列 EP056 靈樞08 本神論＝本集十三字與「心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、腎藏志」即出自此篇，可兩系列對聽。（p.147-148）

素問05 陰陽應象大論（十之三 EP01-04）＝五志（怒喜思憂恐）傷五臟的上游理論；延伸閱讀亦指出「讀懂陰陽應象大論＋本神論兩篇就掌握養生」。（p.148）

收束與預告

偈頌：「天地德氣生為人，精神魂魄次第分；心意志思慮到智，七情對臟病有根。」（p.147-151）

預告 EP5.2：情緒一旦走到極端，會變成什麼？古典醫學沒有精神疾病，只有情志傷害。（p.151）

本集腦圖

《醫方明大論十之一》

EP5.1

第五章 5.1 思惟的運作
：本神論十三個字

開卷：情緒與健康＝人體
的軟體系統

第五章延續第四章後半段
「情緒如何進入身體」，
獨立成章，也可稱為「身
體的軟體系

原書指出人類對大腦的認
知還非常粗淺，身體與精
神如何互動，現在科學要
破解「還在

本神論是唯一論述（201
5 世界抗衰老醫學年會）

黃帝內經的本神論，是解
說精神結合軀體五臟六腑
的唯一論述；大部分醫生
即便古老中

游老師 2015 年應世界抗
衰老醫學年會邀請解說「
精神與微物質的關係」：
身體

十三個字：黃帝十三問與
岐伯之答

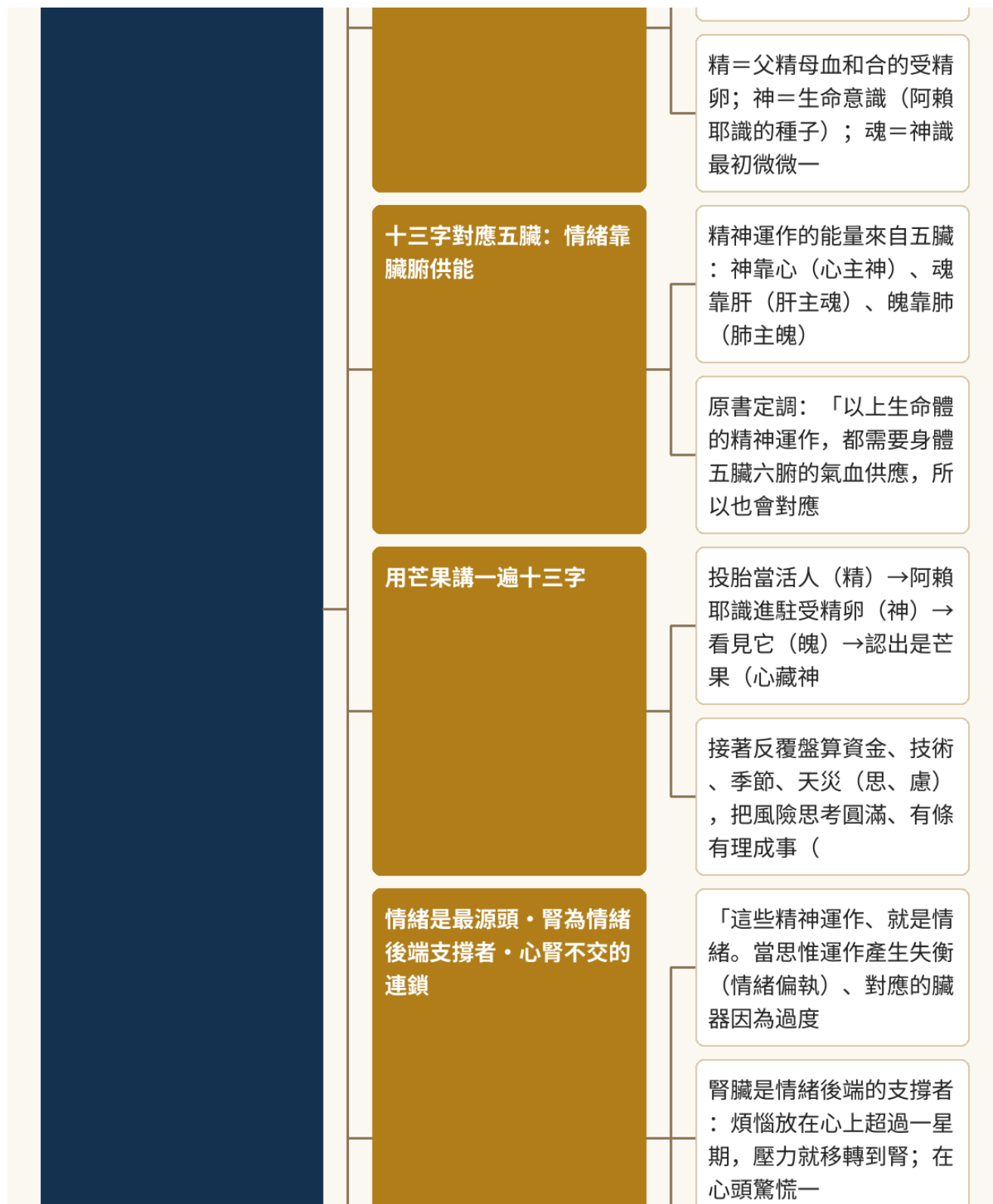
黃帝問：「何謂德、氣、
生、精、神、魂、魄、心
、意、志、思、智、慮？
請問其故。

以上 13 個步驟，是在解
說「人」這樣的生命出生
到人間的條件，以及思惟
運作如

白話逐字：德、氣、生與
精神魂魄心意志思慮智

德＝天（陽光熱能）、氣
＝地（地氣滋養）、生＝
人；能同時享用天之德與
地之氣而滋

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

