掬水聞香

主编：李秉信
第三百四十九期
2019年5月25日
联络电话:562-900-5199
向道网
www.ifindtao.com

本版面为付费社区宣传，
内容与本报无关。

易道医法辨业论治
系列之三十四

痰浊内生咳嗽上干于肺

李秉信

咳嗽是一个常见的疾病，大多数的人，都认为，那是小病不去注意它。咳嗽若没有治愈，很容易成为慢性病，成为老年人的致命疾病。绝大多数的咳嗽病症而言，在病理机制上，指肺失宣降，肺气上逆作声，或伴咯吐痰液而言。分别言之，有声无痰为咳，有痰无声为嗽。

一般多为痰声并见，难以截然分开，故以咳嗽并称。咳嗽的病因病机，六淫外邪（风夹寒热燥）侵袭肺卫宣肃失常，情志失调，肝失条达，气郁化火，上逆犯肺。有的时候，饮食不当，脾失健运，痰浊内生，上干于肺，肺失宣肃，都常常是咳嗽的病因。

病人若是反复外感，没有彻底的根治。常常会导致肺气上逆，肺疾久延，日久伤肺，肺气虚弱　肃降无权。在临床上，更可以看到，他脏病变，肺阴耗伤　肺失濡润肺体属金，譬如钟然，钟非叩不鸣，风寒暑湿燥火六淫之邪，自外击之则鸣。劳欲情志饮食炙?之火，自内攻之则易鸣。

咳嗽的诊断与病证鉴别，诊断依据，临床表现：咳嗽、咳痰。外感咳嗽：多是新病，起病急，病程短，初起常兼肺卫症状，邪实。内伤咳嗽：多是宿病，常反复发作，病程长，多兼他脏病证，邪实正虚。

笔者用几个病证鉴别，来说明咳嗽的种类。首先我们要区别，咳嗽与喘证。在病历上而言，均为肺气上逆之病证，临床上也常咳、喘并见。咳嗽与肺痨，咳嗽的辨证论治辨证要点，辨外感内伤。从一般的诊断来说，外感咳嗽多为新病，起病急，病程短，初起常兼寒热、头痛、鼻塞等肺卫表证，属邪实。

若是咳嗽没有痊愈，常常会导致内伤咳嗽，多为久病。发病的特征是，常反复发作，迁延不已，常兼它脏病证。多属邪实正虚。辨证候虚实辨咳嗽及咳痰特点咳嗽一般从时间、节律、性质、声音以及加重因素鉴别；痰液从色、质、量、味等辨别。治疗原则，外感咳嗽，祛邪利肺。顺应肺之生理，使肺气宣畅则咳嗽自止。

忌过早用敛涩留邪之品。风寒、风热、风燥。内伤咳嗽，分清虚实主次。标实为主，祛邪止咳；本虚为主，扶正补虚；本虚标实，祛邪扶正标本兼治。注意他脏病证，治脾、治肝、治肾等。

外感咳嗽，风寒袭肺证候主症。

在临床上，常常可以看到咳嗽声重，气急，咽痒，咳痰稀薄色白，常伴鼻塞，流清涕，头痛，肢体酸楚，或见恶寒、发热、无汗等风寒表证，舌苔薄白，脉浮或浮紧。证机概要：风寒袭肺，肺气失宣。治法：疏风散寒，宣肺止咳。代表方：三拗汤合止嗽散加减。

外感咳嗽——风热犯肺，证候主症：咳嗽频剧，气粗或咳声嘶哑，喉燥咽痛，咳痰不爽，痰黏稠或黄，咳时汗出，常伴鼻流黄涕，口渴，头痛，身楚，或见恶风、身热等风热表证，舌苔薄黄，脉浮数或浮滑。证机概要：风热犯肺，肺失清肃。治法：疏风清热，宣肺止咳。代表方：桑菊饮加减。

外感咳嗽——风燥伤肺，证候主症：干咳，连声作呛，喉痒，咽喉干痛，唇鼻干燥，无痰或痰少而黏，不易咯出，或痰中带有血丝，口干，初起或伴鼻塞、头痛、微寒、身热等表证，舌质红干而少津，苔薄白或薄黄，脉浮数或小数。

证机概要：风燥伤肺，肺失清润。治法：疏风清肺，润燥止咳。代表方：桑杏汤加减。凉燥证——燥证与风寒并见，干咳少痰或无痰，咽干鼻燥，兼有恶寒发热，头痛无汗，舌苔薄白而干——用药温而不燥、润而不凉——杏苏散。

易道心法人道篇
系列之三十一

咒诅黑暗不如燃烧自己

李秉信

笔者在念大学的时候，曾经对「六度分隔」Six Degrees of Separation理论，印象极为深刻。这样的说法，勾起了笔者对于关系学的兴趣。到底，人和人之间存在著一个什么样的缘分？这讨论是1967年，耶鲁大学的社会学家Stanley Milgram在实验的基础上提出了，著名的[六度分隔] 理论(Six Degree of Separation)。笔者就直接把这个结论，一针见血地陈述出来。

不管你相不相信，这是一个很奇妙的缘分。无论是，你在街上遇到的流浪汉，或者是，电视上看到的电影明星，世界上两个完全不认识的人之间，只隔了六级分离关系。这个实验是这样开始做起，2002年，哥伦比亚大学的Peter SheridonDodds等人利用互联网，再度精确地验证了Milgram的理论。他们招募了166个国家6万多人来进行研究。

参与者被指派要把一封邮件寄到十八个目标之中的一个人的电子邮箱。这十八个目标与参与者毫无关系，他们可能是美国教授，澳洲的警察，或挪威的兽医。参与者首先将电子邮件寄给一个最可能接近目标的朋友，然后这个朋友再将电子邮件转寄给他的最可能接近目标的朋友，以此类推，直到最后到达目标?止。

这个实验得出了，两个互不相识的人之间的关系链的长度，最平均的中值，?六人的结论。这篇论文可参考Dr.Mark Buchanan所著的《NEXUS》，中文译为《连结》。「六度分隔」理论所提出的理论说，两个完全不相干的人，中间最多只隔了六重分隔的关系；也就是说，你可以透过你的朋友、朋友的朋友、直到你不认识的那个人之间，只隔了六个人就连结出某种关系；

而且，更吊诡的是，有时可能更少。这理论实验的进行，是在近半个世纪前，经过一项邮包转寄实验进行的。那个时候，根本没有网路，也没有手机，连结的速度，是非常缓慢的。连结的效率远不如今日的电子邮件。笔者相信，如果这个理论，若是使用今日弹指可得的网路电子邮件，实验结果一定会发现，人和人之间的连结，是如此接近的。

有心人细心的往下想深一点，人和人之间的距离，竟是如此的接近。我们和周围的每一个人，甚至是，远在天边不相干的人，都存在著一份似有若无的关系。用中国人的话来讲，叫做缘分。印证了，没有一件事会毫无理由地凭空地单独发生。日常会有何事发生、如何发生，彼此之间都是连环相扣的。这样的味道，不就是中国人常常在说的因果关系？

Dr. Mark Buchanan所著的《NEXUS》，中文译为《连结》，与1998年Dr. Watts与Dr. Strogatz两位数学家所提出的「小世界」理论，都提到人类历史的主观规律、事件发生似是很偶发性，但是在历史事件中却必定找得出其相互的关连性，可能隐藏了，但必然有其互相牵涉如网络般的客观规律。东方文化所说的不昧因果，更是这个模型最佳的阐述。

书中有许多有趣的例子，说明这个世界却其实很「小」；如有人在丹佛到纽约的飞机上，邻座竟是四十年前和他的父亲念同一所学校的同学；也许当你在巴黎度假时，和一个偶然遇到的女士闲聊，结果发现她和你远在爱达荷州的好朋友的姊姊是室友……等等这些故事，似是偶然，但在「小世界」理论的实验中，却发现人与人之间的距离只存在约六度分隔的关系。

「…关心别人，同时细心的观察。」，这是一个面对缘分的态度。只要我们愿意，即使小小的善心也可以成为一种力量，甚至可以改变世界。用中国人的话来说，没有针对对象缘分这给予，可以改变自己的命运，也可以改变整个世界。但说易行难！这世界病了：国际间无名的战火、环球的无踪病毒、各国的核武、生化武等等流血死亡事件；

人间种种恩怨情仇、错综复杂的关系，人彼此伤害，多少伤痕来自家人、亲友、同事之间！我们的社会是生病了！我们有需要活下去吗？能活下去吗？有意义活下去吗？人很难摆脱习气的捆绑，就算你再怎么修炼，深藏在内心的自我中心、猜疑、妒恨、贪婪；加上现实生活的竞逐，使人狂妄失控！矛盾是在败坏的人心中，善心仍存；

所以人性有丑恶与良善，这两者不停在争持，于是人就在善与恶之间持平，像走钢索摇摆不定，有时也不知何去何从。最痛苦是力不从心知易行难！伟大如圣徒保罗也为此而心烦：「我所愿意的善，我反不做，我所不愿的恶，我倒去作…..我愿意为善的时候，便有恶与我同在….我真是苦啊！」人很难靠自己有所改变，最后他要借助信仰的力量，才能够挣脱罪恶的捆绑。

基督徒要靠著死而复活的主耶稣，他得到弃恶行善的力量！不错，我们经验的事实在令人沮丧，但记住，还有人存盼望，仍有人选择付出，还有许许多多人得著弃恶行善的力量！所以人仍有需要、仍有可能、仍有意义地活下去！接受别人的善意需要勇气，因为人的自尊会叫人受不了被人怜的卑下感，报恩更是一种压力。

如果能够将回报转为施予，不但除掉亏欠的羞愧，更在自卑自怜里重得尊荣，因为能施予而有的价值感。很多人都不知道，给予是摆脱业力捆绑，最有效的修炼。其实，改变世界与改变人性是二而一的，都是十分困难的事，亦不知从何入手，却以一个简单的行动掀开序幕，向我们证明了这个世界仍有美善。

将爱传递给三个人，而且是你不认识的三个人。也许，并不完全能实现受助者的期望，但一点爱，一点善意已经传开了！如果世界逐点逐点小小的改变，一个一个小改变累积起来就成为大变。个人的小善影响一个人，一个又一个的个人续渐累积成了整体的善，慢慢世界就被改变过来。更重要的是，这些看似与你不认识的人，其实和你关系匪浅。

不要低估了人的善意，即使偶尔心境清明的把那一丝一毫的爱意传递出去，因为这一点点爱心，就能引发一股强大的暖流循环不息，为人生添上色彩，使人间倍增温暖！与其咒诅黑暗，不如燃烧自己。

(本文作者现为加州执照中医师，加州五系中医药大学中医及针灸研究所博士生，洛杉矶道家学术基金会易经讲师)

易道中医基础
理论系列之三

辛金诸气膹郁皆属于肺

李秉信

在天干的属性中，辛金属于肺。在先天业力病的判断中，扮演这一个极为重要的角色。我们先把它生理的定位说清楚，肺位于胸腔，左右各一。由于肺位最高，故称“华盖”。因肺叶娇嫩，不耐寒热，易被邪侵，故又称“娇藏”。为魄之处，气之主，在五行属金。肺的主要功能是：主气、司呼吸，主宣发肃，通调水道，朝百脉而主治节，以辅佐心脏调节气血的运行。

辛金所扮演的角色，是一个上下之间的通道。如同大家所了解的，肺上通喉咙，外合皮毛，开窍于鼻，在志为忧，在液为涕。手太阴肺经与手阳明大肠经，相互络属于肺与大肠，故肺与大肠为表里。主气、司呼吸肺的主气功能包括：主一身之气和呼吸之气。肺主一身之气是指一身之气都归属于肺，由肺所主。

《素问・五脏生成篇》说：“诸气者，皆属于肺”。陈修园《医学实在易》说：“气通于肺脏，凡脏腑经络之气，皆肺气之宜。”肺主一身之气，首先体现于气的生成方面，特别是宗气的生成，主要依靠肺吸入的清气与脾胃运化的水谷精气相结合。因此，肺的呼吸功能健全与否，直接影响著宗气的生成，也影响著全身之气的生成。

在八字命盘的结构当中，若是火太旺，一定会克金。肺主一身之气，还体现于对全身的气机具有调节作用。所以火气太旺的命盘，常常会影响到肺的呼吸运动。即是气的升降出入运动受到阻碍，最常观察到的病症，会有先天性气喘对疾病。肺有节律的一呼一吸，对全身之气的升降出入运动起症重要的调节作用。若是辛金被克，呼吸常常不顺。

把这句话的意思说的更清楚，肺主呼吸之气，即是指肺是体内外气体交换的场所。通过肺的呼吸，吸入自然界的清气，呼出体内的浊气，实现了体内外气体的交换。通过不断的呼浊吸清，吐故纳新，促进著气的生成，调节著气的升降出入运动，从而保证了人体新陈代谢的正常进行。当八字命盘中的金受克时，呼吸系统的疾病，常常会随之而生。

《素问・阴阳应像大论》说：“天气通于肺”。肺主一身之气和呼吸之气，实际上都隶属于肺的呼吸功能。肺的呼吸均匀和调，是气的生成和气机调畅的根本条件。反之，呼吸功能失常，必然影响宗气的生成和气的运动，肺主持一身之气和呼吸之气的作用也就减弱；如果肺丧失了呼吸的功能，清气不能吸入，浊气不能排出，人的生命活动也就终结。这就是现在我们所了解的肺癌。

所以说，肺主一身之气的作用，主要取决于肺的呼吸功能。但是，气的不足和升降出入运动的异常，以及血的运行和津液的输布排泄异常，均可影响及肺的呼吸运动，而出现呼吸的异常。（宣发和肃降所谓“宣发”，即是宣布和发散，也就是肺气向上的升宣和向外周的布散。所谓“肃降”，即是清肃、洁净和下降，也就是肺气向下的通降和使呼吸道保持洁净的作用。

肺主宣发的生理作用，主要体现于三个方面：一是通过肺的气化，排出体内的浊气。二是将脾所转输的津液和水谷精微，布散到全身，外达于皮毛，即是《灵枢・决气》所说的“上焦开发，宣五谷味，熏肤、充身、泽毛，若雾露之溉，是谓气”。三是宣发卫气，调节腠理之开合，将代谢后的津液化为汗液，排出体外。因此，肺失于宣散，即可出现呼气不利、胸闷、咳喘，以及鼻塞、喷嚏和无汗等病理现象。

肺主肃降的生理作用，主要体现于三个方面：一是吸入自然界的清气。二是由于肺位最高，为华盖之脏，故将肺吸入的清气和由脾转输至肺的津液和水谷精微向下布散。三是肃清肺和呼吸道内的异物，以保持呼呼道的洁净。因此，肺失于肃降，即可出现呼吸短促或表浅、咳痰、咯血等病理现象。

肺的宣发和肃降，是相反相成的矛盾运动。在生理情况下，相互依存和相互制约；在病理情况下，则又常常相互影响。所以说，没有正常的宣发，就没有很好的肃降；没有很好的肃降，也必然会影响正常的宣发。宣发与肃降正常，则气道通畅，呼吸调匀，体内外气体得以正常交换。如果二者的功能推动协调，就会发生“肺气失宣”或“肺失肃降”的病变，而出现喘、咳、肺气上逆之证。

所以《素问・脏气法时论》说：“肺苦气上逆”，《素问・至真要大论》亦说：“诸气膹郁，皆属于肺。”通调水道通，即疏通；调，即调节；水道，是水液运行和排泄的道路。肺的通调水道功能，是指肺的宣发和肃降对体内水液的输布、运行和排泄起著疏通和调节的作用。肺主宣发，不但将津液和水谷精微宣发于全身，而且主司腠理的开合，调节汗液的排泄；

肺气肃降，不但将吸入之清气下纳于肾，而且也将体内的水液不断地向下输送，而成为尿液生成之源，经肾和膀胱的气化作用，生成尿液而排出体外。这就是肺在调节水液代谢中的作用，也就是肺的通调水道的生理功能。所以说“肺主行水”，和“肺为水之上源”。如果肺的水道功能减退，就可发生水液停聚而生痰、成饮，甚则水泛为肿等病变。

肺朝百脉、主治节朝，即聚会的意思；肺朝百脉，即是指全身的血液，都通过经脉而聚合于肺，通过肺的呼吸，进行气体的交换，然后再输布到全身。《素问・经脉别论》说：“食气入胃，浊气归心，淫精于脉，脉气流经，经气归于肺，肺朝百脉，输精于皮毛。”全身的血和脉，均统属于心，心脏的搏动，是血液运行的基本动力。

而血的运行，又依赖于气的推动，随著气的升降而运行至全身。肺主一身之气，由于肺主呼吸，调节著全身的气机，所以血液的运行，亦有赖于肺气的敷布和调节。《医学真传・气血》说：“人之一身，皆气血所循行，气非血不和，血非气不运”。“治节”，即治理和调节。肺主治节，出自《素问・灵兰秘典论》的“肺者，相傅之官，治节出焉”。

肺的治节作用，主要体现于四个方面：一是肺主呼吸，人体的呼吸运动是有节奏地一呼一吸；二是随著肺的呼吸运动，治理和调节著全身的气机，即是调节著气的升降出入的运动；三是由于调节著气的升降出入运动，因而辅助心脏，推动和调节血液的运行；四是肺的宣发和肃降，治理和调节津液的输布、运行和排泄。因此，肺主治节，实际上是对肺的主要生理功能的高度概括。

(本文作者现为加州执照中医师，加州五系中医药大学中医及针灸研究所博士生，洛杉矶道家学术基金会易经讲师)

向道网www.IFindTao.com
我找道了

掬水闻香，清净无染觉察力系列，意识合一系列，合灵的力量，易经讲义，易经心法开讲等文章及易道心法初级班开课内容都已登录在向道网www.IFindTao.com欢迎上网查询

紫微斗数第二系列星系系统格局及敏感组合
李秉信老师授课

开课日期:5月25日(星期六)
下午4:00–6:00欢迎插班
本次课程重点:紫微斗数第二系列星系系统格局天同星系敏感组合
地点: 崇华堂道德会
1417 New Ave., Alhambra
洽询电话: 626-308-1417
626-409-8108
粤语: 626-991-2994

道德经句解
系列之二

名,可名,非常名

李秉信

道德经句解系列之二

名，可名，非常名

李秉信

名，可名，非常名：

由道所生的常德。何谓德：德是道的表现，是道的作用。

德：不能独生、独立，由道而生，发露出来是道的表显，是道的作用。很多人用自己的起心动念，讲究德。但那都是自己的以为，而不是来自于道。我们可以把这句话说得更清楚一点，德本身没有，是由道来指挥的，道在内，德在外。作用的

道：体也，静也，真空也，万化之主宰。

德：用也，动也，妙有也，万物之生母。

名：上「名」代表道所产生之常德，无名之原朴。道德经由无形的，讲到有形的，再由有形的回归到无形的，灯就是要照我们的路，我们不能熄灭掉。

可名：

就是名相，就是说有形相；德依道生，既然不可道，由不可道所产生出来的当然不可名。由无产生出来的一定无，你凭真理良心所发露出来的行为，绝对是无为的。（达到无相、无执、无住，就会无妄。）

非常名：

如果所发出来的常德，可以讲出来的，那就永远不是常名，如果有相、有执、有住，那绝非永远不变的德，不是真正的常德。

常名：

永远让人怀念不已。

(二) 依天地的立场来阐释：无名，天地之始，有名，万物之母。

1.无名：无极也，道的本体。

2.有名：太极也，道的作用，有者德也。

无名天地之始：

道本无名无形、无声无臭、空中妙有，未有天地先有此道，可称之为天地的始祖。「无名就是道，始就是源头。」借天地的道德行为来做人类道德行为的标准。

所以修道者要观天之道，执天之行，故应行无为之法：看天地怎么做，因为天地离我们最近，最可效法。从前我们老祖宗，不管有什么事，就祭拜天地，因为人把天地视为最高、最上、最可效法的。譬如：结婚首先就是一拜天地，二拜高堂，三夫妻相拜。如果我们能跟天地一样普施，普化万物，那就是道德了。

有名万物之母:

是天地阴阳二气生出万物，故称为「有」。有: 指天与地。无:生天地万物之母。有天有地做什?？有天有地，就有功用出来。有生育，延续，生生不息。如果以自性来讲，自性是?灵不灭的，感而遂通。将道的力量发露出来，要育化万物的。

因为万物说起来，虽生于道，，但亦必须经过德之化育，使能成就道生之德蓄之」之义。也就是天下万物生于有，有生于无的道理。我们更可以说，上句的「无」就是天地的始祖。那么此「有」，当然是万物的生母了。

我们可以从另外一个角度来切入，由人生的立场来阐释。常无欲，以观其妙。常有欲，以观其徼。把无欲意思说的更深入一点，无所思欲，心清静，杂念尽除。喜怒哀乐之未发，谓之中的境界。观，是心观之意，使念头集中在一处的意思。

妙，是道体寄居于人身之所在，亦是三教心传的幽密处。有欲: 有所思欲，有所动作。微，在应事上不偏不倚，发而皆中节之和也。

常无欲以观其妙

道之奥妙，须由致虚寂・守静笃中聆悟。当人常静，而无思欲的时候，若能将心神集中在玄关，冥思静悟自己身上之妙处，能够抱守此妙处，就是抱道守一，就是道体的所在。

老子借生天地的无，和生天地之有，把道德的定义说完了以后，又恐人不能用之于身，故又把话题，转到人身来。因为人身也是一小天地，所以当你?的时候，如果能够把一切的思念，一切的想法通通集中在那一点上，各位不得了，能观察出一切万物的本来面目。

如果我们没有守住中，就会心猿意马,一直奔跑，守不住。若能守得住，那佛性会流露，佛光会显现的。

(本文作者现为加州执照中医师，加州五系中医药大学中医及针灸研究所博士生，洛杉矶道家学术基金会易经讲师)