

《病中人》科④總結 色身結構／違和維修

對應播客：《病中人》科④總結 色身結構／違和維修（9分2秒）

新系列《病中人》第四幕・大科總結（recap，含品六～品十）

素材：《道器圓融真經》（讀本）第六品～第十品（五臟六腑・病從神來・壇轉陰陽・統歸五臟・痠痛五類）

本集為學習整理，非醫療建議。

亮點・一句話

色身的病，起於神、顯於五臟、卡在壇中、痛在痠處。

身體是一個有結構、會壞、也修得回來的系統——先找樞紐，再談維修。

一、品六・五臟六腑——十二官，各司其職

人身像朝廷：心君主、肺相傳、肝將軍、脾胃倉廩、腎作強；十二官不得相失。

主明則下安，主不明則十二官危。

看身體先看分工（哪一官出事），再看整體（缺一角全身受影響）。

二、品七・病從神來——病的根，在神

「兩精相搏謂之神。」神分魂與魄，分居五臟。

七情一動，先傷神、再傷臟：怵惕思慮傷神、愁憂傷意、悲哀傷魂、喜樂傷魄、盛怒傷志、恐懼傷精。

五臟藏精舍神，不可傷；傷則失守。病從神來，也得從神解。

三、品八・壇轉陰陽——找到了樞紐：壇

「旋扭陰陽稱為壇，壇在心臟動脈弓。」壇上為陽、壇下為陰，神主壇。

善念壇開、惡念壇閉——開閉主導免疫力。

治病第一關：病由心起、從心懺；心起懺法壇中開，陰陽一動乾坤轉，乾坤能轉病必除。

四、品九・統歸五臟——五個系統，外加一個神

肝心脾肺腎不是五塊肉，是五個系統，外加一個「神」。

車子比喻：心引擎、肝油箱、脾統油氣水、肺濾網（調溫濕）、腎水箱。

色身百病統歸五臟；神失養則壇失衡，色身百病由此生。

五、品十・痠痛五類——最貼身的訊號

痠痛不出五類：肌肉（情緒血瘀黏）、神經（龍骨壓）、筋膜（寒氣滯）、組織磨損、姿勢。

八虛五邪：心肺→肘窩、腎→膝窩、肝→兩脅、脾胃→兩髀——五臟濁氣出口，也是拍刮下手處。

一切痠痛都是氣滯血瘀、沾黏；開壇中、通氣血才是根本。

六、串成一條主線

結構（五臟六腑）→ 病因（神）→ 樞紐（壇）→ 總收束（統歸五臟）→ 局部顯現（痠痛）。

色身的病，起於神、顯於五臟、卡在壇中、痛在痠處。

維修不只在痛處使力，要回到神／壇：開壇中、通氣血、懺其心。

七、病中人視角

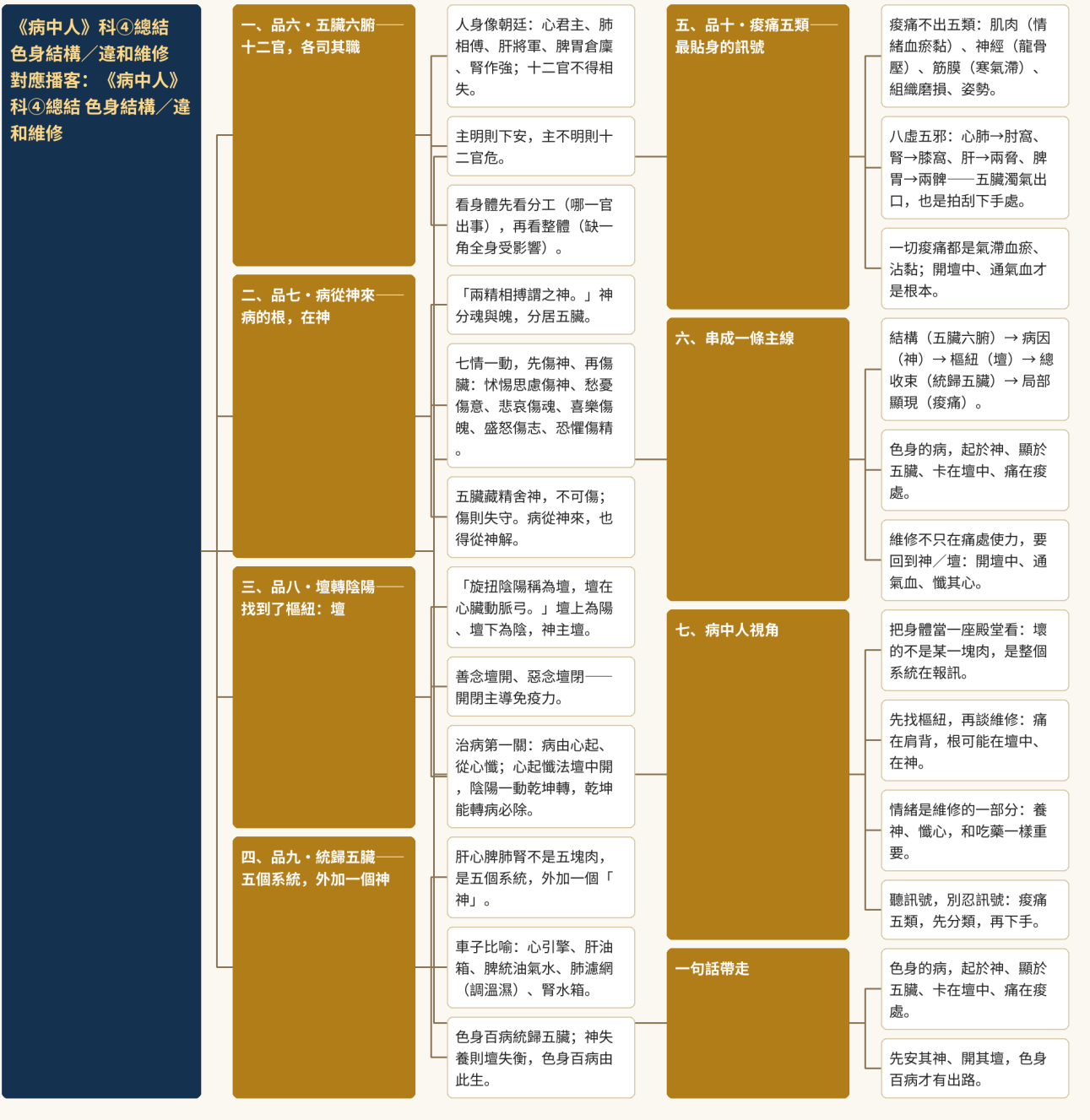
- 把身體當一座殿堂看：壞的不是某一塊肉，是整個系統在報訊。
- 先找樞紐，再談維修：痛在肩背，根可能在壇中、在神。
- 情緒是維修的一部分：養神、懺心，和吃藥一樣重要。
- 聽訊號，別忍訊號：痠痛五類，先分類，再下手。

一句話帶走

色身的病，起於神、顯於五臟、卡在壇中、痛在痠處。

先安其神、開其壇，色身百病才有出路。

本集腦圖



第六品 五臟六腑

黃帝內經。靈蘭秘典論曰

心者。君主之官也。神明出焉。
肺者。相傳之官。治節出焉。
肝者。將軍之官。謀慮出焉。
膽者。中正之官。決斷出焉。
膻中者。臣使之官。喜樂出焉。
脾胃者。倉廩之官。五味出焉。
大腸者。傳道之官。變化出焉。
小腸者。受盛之官。化物出焉。