

《病中人》EP07 五臟六腑

對應播客：《病中人》EP07 五臟六腑（8 分 25 秒）

新系列《病中人》第一幕・第六品（試播第 7 集）

素材：《道器圓融真經》（讀本）第六品〈五臟六腑〉（黃帝內經・靈蘭秘典論）

本集為學習整理，非醫療建議。

亮點・一句話

人身就是一座朝廷：十二官各司其職、不得相失；主明則下安。治病如治國——君主要明，百官要通。

一、十二官——朝廷百官圖

臟腑	官位	白話
心	君主之官	神明出焉——一身之主，管神明
肺	相傳之官	治節出焉——宰相，管調節、治理
肝	將軍之官	謀慮出焉——將軍，管謀略、思慮
膽	中正之官	決斷出焉——管決斷、拿主意
膻中	臣使之官	喜樂出焉（經文作「膻中」）
脾胃	倉廩之官	五味出焉——糧倉，管消化、供養
大腸	傳道之官	變化出焉
小腸	受盛之官	化物出焉
腎	作強之官	伎巧出焉——管精力、伎巧
三焦	決瀆之官	水道出焉
膀胱	州都之官	津液藏焉，氣化則能出

二、主明則下安

● 主明則下安——心（君主）清明，底下百官就安；以此養生則壽，歿世不殆。

● 主不明則十二官危——使道閉塞不通，形乃大傷；養生則殃。

凡此十二官者，不得相失也。

三、至道在微

「至道在微，變化無窮」；「恍惚之數，生於毫釐」。

一個人身的大道理，就從細微處（毫釐）開始累積——千之萬之，可以益大。

四、法義

- 分工—整體：十二官各司其職，又「不得相失」；缺一角，全身受影響。
- 主明則下安——心為君主，心（神）清了，五臟六腑才安。這是「病從神來」的前奏。
- 養生即治國：君主要明、百官要通。

五、病中人視角：先顧好「君主」

- 先安其心、定其神，再談其他臟腑——心亂則百事亂。
- 看六腑的「通不通」：吃得下、排得出、氣路順；腑一堵就是病訊。
- 別讓任何一官過勞：肝（將軍）長期熬夜會敗、脾（倉廩）暴食會傷。

一句話帶走

十二官各司其職、不得相失；主明則下安。

治病如治國——君主要明，百官要通。

本集腦圖

