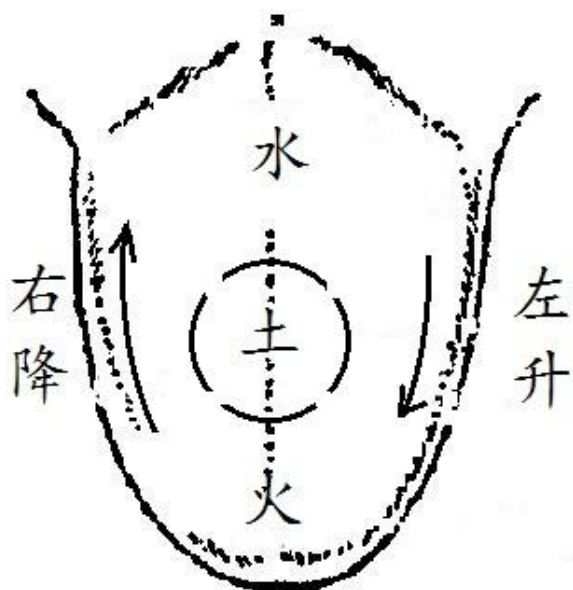


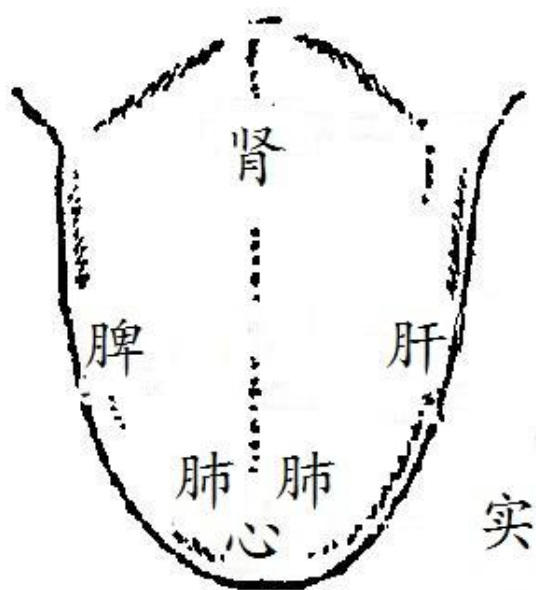
李玉宾老师舌诊讲座

一、舌诊的定位：

舌头的中间是中土，左侧主生发，右侧主敛降；符合一气周流的规律。



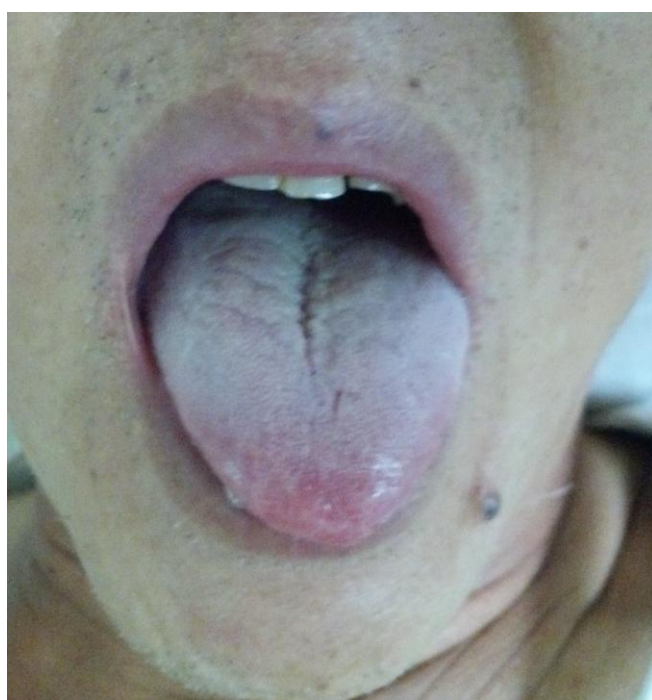
前面舌尖是心火，后面舌根是肾水。脾胃虚证时应中间，多为凹陷；实证时应右侧，多为饱满。



下面我们找几个实例来看。

1、舌尖对应心气、左寸脉：

这是个初发心梗的患者，他的舌尖部位艳红发嫩，明显异于其他，舌尖代表的是心气，脉象对应应在左寸脉。



2、肺对应的位置：

下面这个舌苔仔细看类似一个倒“T”型的分布。横划两侧部分对应的就是两肺，脏器的肺。所以右寸脉应在这个位置。



看看，上面这个也很明显，两肺的位置！

3、尺脉应在舌根部。



这是尺脉虚的一个象，两手尺脉应在舌根部。

4、关脉：关脉分虚实。

右手的关脉，如果是虚的话，应在舌中间。就是中土的这个脉象。只要舌头中间是虚的，虚陷凹陷啊，软啊，他的右关脉是虚的。



这个舌头他的左边还是比较圆润的，右边明显的厚一些，偏大偏硬一些。这就是一个实相，右关脉的实证，或者是整个右脉，因为右侧的舌头主敛降，主右脉；左侧的舌头主左脉。

我们看舌头主要看三个方面：

一个是看**神气**，神气是从舌头的亮度来看的，看他的明暗，从而显示神气的强弱，反应整个人的生气、精神。

再一个就是看**舌苔**，舌苔分布的均匀与否，干净与秽浊，反应整个中气的清浊强弱，苔主要反应的是脾胃之气。

最后看**舌体**，舌体的厚薄啊，红与黑啊，软与硬啊，反应了他的整个的全身气血的一个分布、盛衰的情况。实际上还是从神、气、形三个层面去看。

二、中土：

中土是脾胃，所有的病症无非就是虚实两端，虚则补之，实则泻之，疏通道路，恢复一气的流通。

1-1 虚满 1

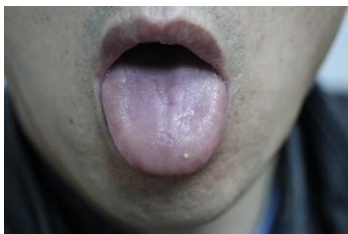


这个舌苔就是明显的中土虚。

像这个舌头看起来还是比较亮的，神气还是不错的。舌苔相对来说比较少，中土的地方又是凹陷的，中土是很虚的。整个舌质呢，也是偏薄一些，明显的是一个中虚，肾气弱这么一个患者。

看看下面这个：

这个就明显发暗，神气弱，阳气虚。一个舌头的明暗，就知道他神气的强弱，或者说是阳气布散的情况。



回过头来继续看我们中土那个。

以 1-1-1 为例，首先神气还可以，这个人不至于有太严重的问题，可能是偏虚。那么他的主要问题是中土，他中土那个地方凹陷下去了，表示这个整个中土非常薄弱。不光是气虚，整个精气都是亏的，空洞了。

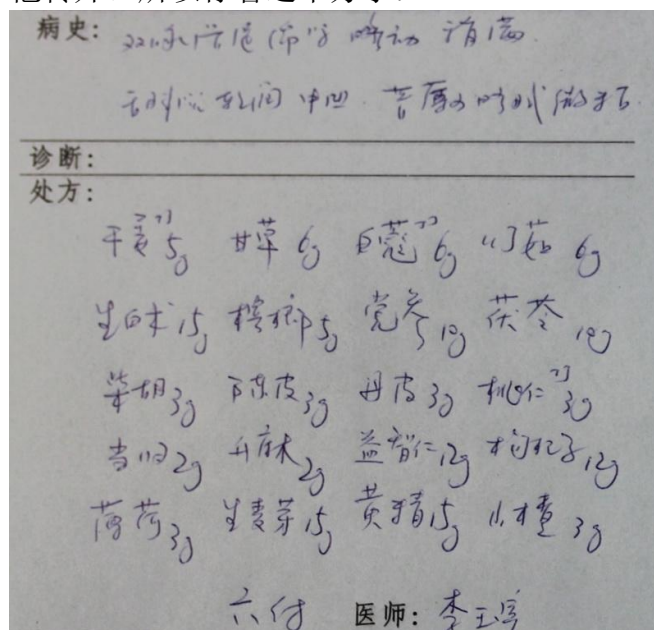
另外还有很多比较清透的粘液，这就是中土生湿了，没有力量运化，水液到了这个地方散不开了，所以有水湿的停留。

另外舌尖部分有很多小点点，这就是心火郁结不能通降，就是通常讲的相火不降。

黄元御讲：“方见上热，必知下寒”。这个上热就是他中土虚，升降的力量都不足，郁在上面了，这个肾气一定是亏的，这个人是偏瘦的，肾气亏，升达的力量不足，中气弱，也没有一个很好的收纳能力，火气飘在上面，郁而生火，这个小点也不是很大，说明气比较虚。颜色又比较深，说明时间比较久了。

总的来说就是：中土虚，肾气弱，然后又有上面火气的郁结。但是他整个气相对来说还是比较清透的，不算太浊。

这个情况的治疗：固运中土，加上补肾和开达上焦郁结，疏散肝气的瘀滞，因为他那一圈，满满的，这个气要散一散。就是开通道路要让他转开。所以你看这个方子：



党参、茯苓、白术、槟榔、白蔻、竹茹、干姜、甘草，上来全都是运中焦的；

用了很少量的柴胡、陈皮，破破气，因为他本质是虚的，量不大；

微量的丹皮、桃仁活活血；

后面用益智仁、枸杞子补肾；

薄荷、生麦芽稍微鼓动一下子；

黄精、山楂，都是偏于补中土的，以填补固守中土为主，加上补肾，气血流通的药。

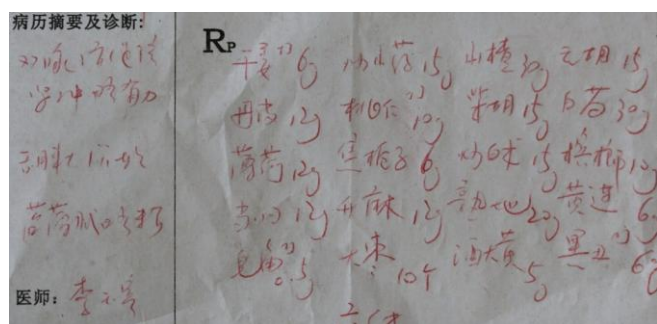
这个方子和他的这个舌头基本上是吻合的，是一个虚象。

1-1 虚满 2



这个跟上一个类似，也是中间凹陷，前面有一些小点，他这个气比较足，亮度稍好一些，小点子长得比较大，舌头上没有那么多水液了，舌根看到比较清楚。

这个格局和 1-1-1 是一样的，主要是虚，不过这个正气比较足一些。这个就好调一些。的方子也类似，不过用了一些熟地、黄连来补肾，力量相对强一些，因为他本身的正气强一些，脉稍微有力，所以用药的力量也可以大一些。

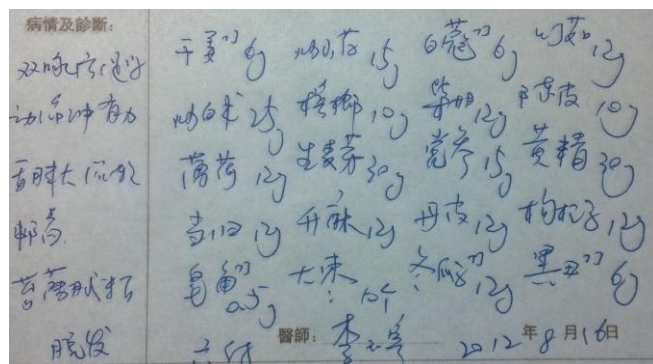


总体的思路是运中、疏肝、补肾。所以你就知道，这种前面有郁结，要记得去疏通；中间虚弱，要记得去补。那么这是比较简单的虚证。

1-2 虚软 2



有时候不光虚，还有浊气！看这个，当然这个凹陷偏后一些，实际上他的亏偏向肾气了，这是一个产后身体虚的妈妈，你看她这个舌苔是很粘的，中下焦偏于下焦的地方凹陷进去了，下焦亏虚，从湿气的角度，你要运中才能除湿。下焦的凹陷你要学会用补肾的药。

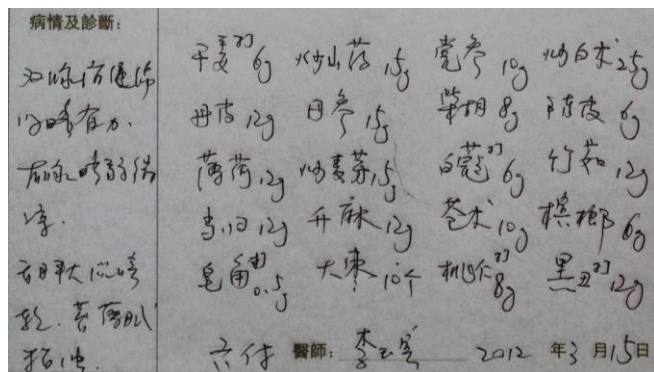


用药的时候当时处理的我是以运中化痰为主，补肾的稍微用了一点枸杞子，用的还不是很，就是先给她祛浊。这个舌头为什么放在脾胃这一块儿来讲呢，你要知道这个虚证的时候，给她补的时候一定要先把它这个浊气去掉。浊气不去，肾气很难给补进去。所以我们看到了虚，不是要马上补，一定要看他正气的虚实。正气只要不是太虚，就要先给他祛浊，再扶正。

1-3 凉滞 1

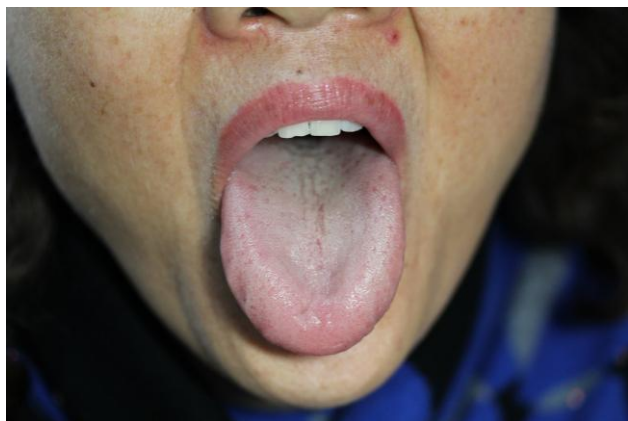


这个舌头和虚满那个有点类似，只不过舌苔比那个要粘一些，舌苔反应的是中焦胃气的清浊，舌苔越粘，痰浊越重，所以要加强化痰的力量。其他的比如中土凹陷，还是一致的。



苍术、白术并用，运化的力量就更强一些。其他就是该化痰的化痰，该流通的流通。丹参、丹皮是血分的流通，柴胡陈皮是气分的流通。只要中焦的痰浊重一些，你运化的力量强一些就行了。比方说平时只用到白术，现在就苍术和白术一块儿用，或者把苍术的量再大一些都可以。

我们的目的无非就是让这个气能够流通起来。哪儿虚就给他扶助一下，脾胃虚了，党参，白术，干姜、炒山药、白蔻、竹茹这些都是扶助脾胃的药。干姜偏温运，白术偏固守，白蔻偏运转，芳香运转，化湿。只要有痰浊，皂角、大枣是必用的。一般来说我都会用上一组调血调气的药，丹皮、桃仁、柴胡、陈皮，这个地方用的是丹参。为什么用上调气血的药，气血双通双调，让这股气动起来。



这个舌头也是，所有的中土虚都是中间凹陷，这个有一种明显偏凉的感觉。这个舌苔啊，如果生气旺盛，像地上长得草一样，是带着一股气的，这个看不出来，舌苔很薄，贴在上面，长不起来，有点凉的感觉。这个方子可以适当的用些生麦芽，量大一些，适当用一些细辛、肉桂啊把这个气给鼓动一下，比较合适。

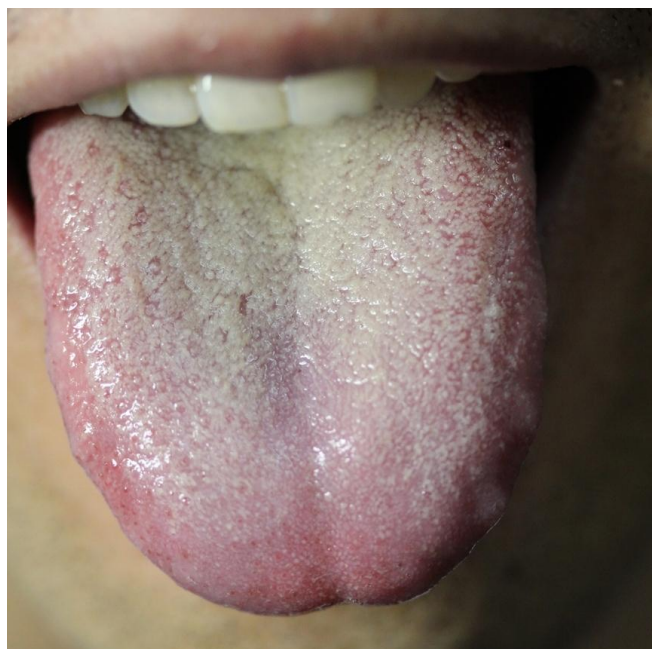
凡是中土虚的，你看多了就知道，要么就是中间凹陷，要么就是比较软。

1-5 沉软 1

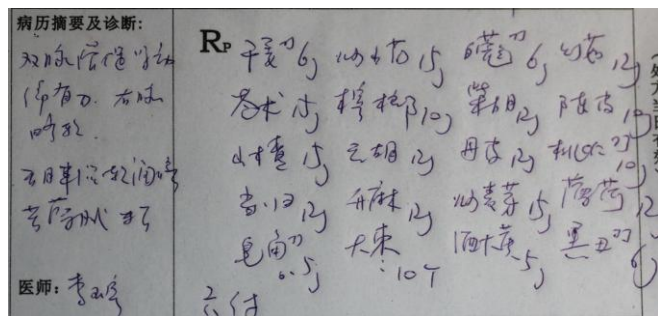


这个舌头有些不对称，是肝郁的现象，先不管他，咱们分重点看一下，这个你主要看他的舌苔是不是比较粘腻啊，凡是舌苔粘粘的，连成一片了，整个把舌头盖住了，这都是中土虚，运转无力，痰浊壅重的现象。这种情况一定要运中土、化痰浊。

2-1 绵软 1



这个舌苔也是很粘滞，又有一种软软的，水泡时间长了的感觉，虚得很厉害时才会出现这种泡的感觉。像这种看着特别不干净的粘苔就一定得用皂角这种化痰的药，和运中焦比较强劲的药。



苍术 15 克，一般 10 克就行了，这儿皂角用 1 克都不为过。这儿用的是炒麦芽，一般用生麦芽，因为这个舌头看着水水的，湿气比较重。

所有的痰浊我最后都用大黄、黑丑，因为浊气要排出去，得有出路。治疗的时候无非就是运转，疏通，排浊。

2-2 绵软 2



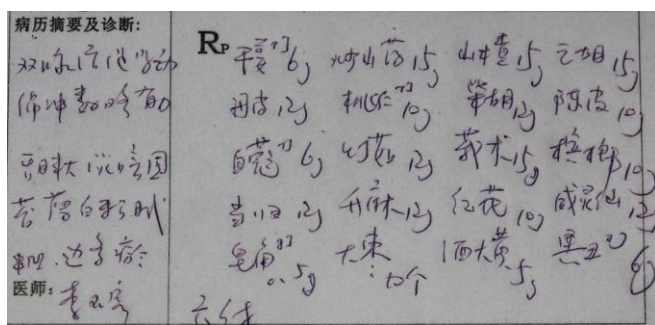
不同的舌头舌苔粘腻的程度不一样，这个舌苔就比较细腻，好像盖得比较严。你只要看到这个苔好快把舌头盖住了，不透气了，这种苔基本上都要用到皂角，不用皂角很难化开。

2-3 绵冲 1



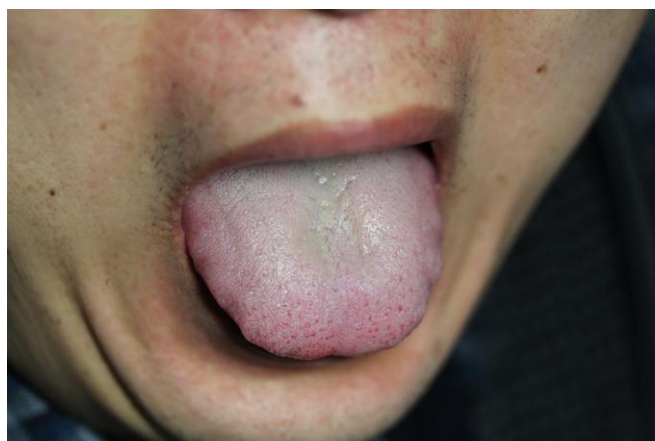
这个舌苔也比较有意思，舌苔一绺一绺像小孩儿头发打卷儿一样。这就是气结在一块儿了，中焦气滞。

这个也是，这么多小点点，它为什么这么多小点点，整个气机好像封上了，出不来了。整个中土之气相对来说还可以，还能有舌苔长出来，这种小点点，长得越大越红越结实，说明这个气郁的越厉害，郁在血分上了。药用活血清热的药。



一般的情况下我用丹皮、桃仁，这个地方用了红花、莪术加强了破血分破结的力量。其他的还是这个运中化痰。

2-4 绵滞 1



这个也是，中间凹陷吧，舌苔腻吧，前面有小红疹吧，都是中土气郁上了，气不能敛降了。这个时候你说你是清热还是运中？先运中，然后再敛降，不要轻易清热。清热的话会伤中阳。所以很多老人上火啊，脾胃虚啊，一吃清热药就好，不吃又犯了，吃时间长了，脾胃更差了。慢慢吃出大病来了。

2-5 软滞 2



这个舌苔你看，小疹子从舌根就有，一直长到舌尖，当然这个小疹子它不是突出的，也可以认为它是一个小的剥苔，不是明显的突出，但是实际上也是一个火气郁结的象。

可以看到舌根部的舌苔是很腻的，也就是说气从肾气的地方就开始郁上了，出来的就是一股郁结之气，走到哪儿郁到哪儿。如果只是郁在中焦，肾气还比较通透的话，底下是不会有小疹子的，一般都是郁在舌尖或者舌头偏前偏上的两侧部分。

因此有时候这个气啊，你看他郁在什么位置，郁的位置越靠下，越靠里越深，他表现出来的郁结可能就更重一些。

2-6 软滞 1



这个舌头边缘比较软，不饱满，好像气没吹饱一样。这种软象也是中土虚、肾精亏的象。舌苔粘腻，肯定是中土壅滞了。这些都是中土偏虚，舌苔比较粘，中间凹陷，舌头看着比较软，不够饱满，都是中土虚。

后面也就是渐渐由虚到实的一个象。

沉滞 1



这个你看，舌头中间呢稍微有点凹陷。整体的感觉就是这个舌头偏硬，不够柔和，看着愣愣的，那么就是沉寒瘀结。这就是病的时间比较久了，瘀结更重一些。

像这种用药的时候要先破郁结，我们前面看到的都是偏虚，都是在气的层面上。水湿的层面有郁结，形成痰浊，我们只要运中化痰就可以了。像这种瘀结比较重的一定要用上破结的药，你看都用上茜草了。

病历摘要及诊断：
双颌前牙低萌
有力 右偏
舌体红润
苔薄白腻粉

医师：李红

Rx 干姜 6g 炒山药 20g 山楂 30g 元胡 15g
枳实 12g 枳壳 10g 柴胡 12g 枳壳 6g
薄荷 30g 陈皮 30g 茜草 5g 麦冬 30g
白芍 12g 升麻 12g 玉竹 15g 威灵仙 12g
皂角 0.5g 大枣 10g 麻黄 1g 杏仁 40g
党参 10g 黑丑 6g 六付

用柴胡、枳壳来破气；山楂、元胡来破有形瘀结；用上党参来养中气。

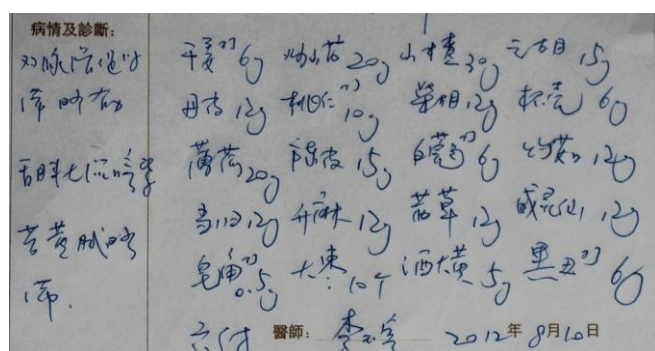
他明显的是中土这个地方的舌苔偏薄、少，也就是中土偏虚偏寒，生气不足，要加强中焦本身运转的力量。

这儿为什么用麻黄、杏仁，麻黄杏仁就是推动的，让他的气能动起来。有时候用麻黄杏仁，比用附子肉桂的效果都要好。附子肉桂只是往上推，麻黄杏仁是一升一降，能把这个气给你摆起来。

滑滞 1



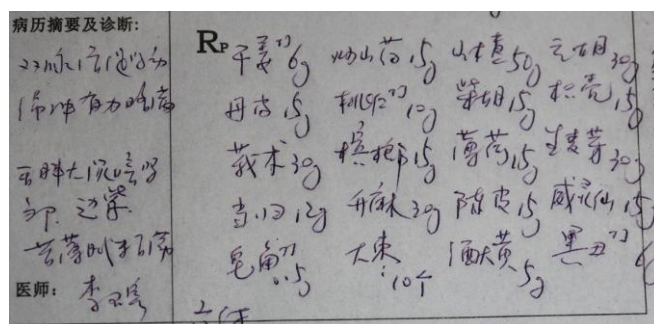
这个慢慢偏于瘀结比较重了，舌头慢慢比较胖大，比较厚，舌苔比较粘腻、厚浊。



这个时候都用上了茜草，在化痰的同时要加强破结的力量。一般我用柴胡、陈皮是行气的，用上柴胡、枳壳就是破气了。是完全不一样的概念，柴胡、陈皮是可以用于虚证的，柴胡、枳壳只能用于实证。枳壳这个药是很苦的。茜草一般也是气瘀的比较厉害的时候才用，用它来破肝气的瘀结。山楂你看用到 30 克，元胡用到 15 克，量都比较大，同样的方子，量不一样那么它对应的虚实不一样的概念。这个就是实证，你一看：大舌头是吧！郁的比较厉害，凡是实证都要先破，先通，然后再补。



那么这个舌头瘀的更厉害了，舌头中间都裂开了，裂开之后中间又长出舌苔了，一定病了很久了，这个舌苔给人的感觉是什么，硬硬的，不软，偏暗，气都郁在里头出不来。这个肯定得破啊，通破，他病在有形的层面，强烈通破。舌苔也是比较黏浊，不清透。这就跟石头一样了，跟胶粘在一块的。破气化痰就不行了，要破结化痰。

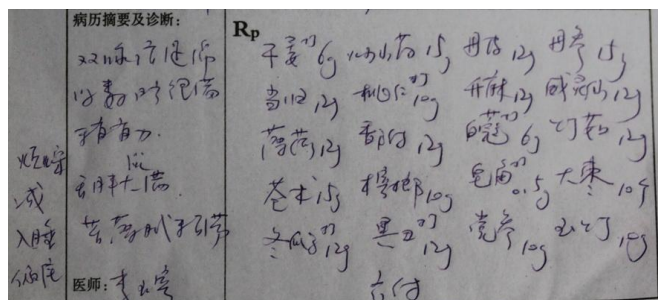


也是莪术、槟榔都用上了，柴胡、枳壳，山楂用了 50 克，元胡用了 30 克，量都很大，因为这个瘀结的比前面那个更重，更结实一些。其实不同的舌象反应的郁结轻重不一样，虚证倒是相对比较容易处理的，一般来讲它表现在气分的情况，而实证偏于表现在血分和有形的方面，所以你需要用更多的破结的药，我们最终的目的无非是把它的郁结破开，不管他是在哪个层面上。

满滞 2



这个既有虚，郁结还比较重，舌苔是很粘滞、很不干净的，但是整个又有一点点齿痕，舌苔比较薄一些，有齿痕都是虚啊，还比较暗一些，虚实夹杂这个情况。



所以他这个用苍术养中化痰，用党参玉竹养中气，其他的就是流通的药了。这是一个扶正和驱邪并重的方子，既有党参、玉竹养中土，又有苍术、槟榔、皂角、大枣化痰。

腻滞 1



这个舌苔有点黄腻，粘滞。舌苔发黄有点微微郁而化火的意思。他这个也是痰浊分布很广的。这些都属于中土，中土生湿，主要是看怎么化痰，主要用化痰的。

腻滞 2

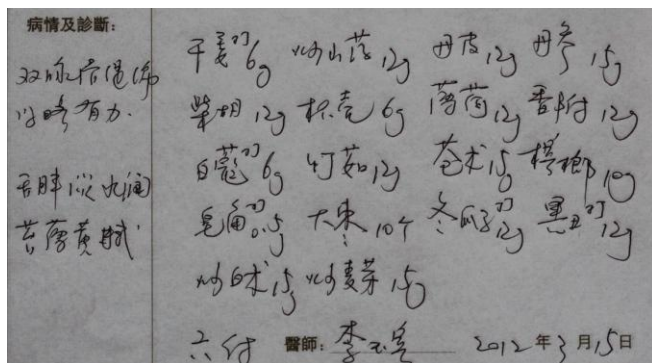


这个就是化火比较明显了，他舌尖也红得比较厉害，舌苔黄的很明显，中间凹陷，舌苔也

比较粘腻。这个时候他的郁热是因为土虚，无力运转，同样不要用清热的药，湿气凝滞，郁结在中焦，引起气机的局部的郁而化火，本质上还是一个虚火。一清热，马上就要伤中阳。中阳一伤，中焦运转无力，整个气机就更转不动了，所以轻易不要用清火的药。

像这种情况，《眼科奇书》里面讲：舌苔白，微寒；舌苔黄，为大寒、陈寒，为什么呢？因为瘀得越厉害越虚，所谓的寒就相当于中阳虚弱嘛，阳气越弱，内寒越盛，越没有劲运转，郁火越重，所以一定要加强运转。

《眼科奇书》是用麻黄来治这个病的，他是治眼病，但道理是一样的。你要知道像这种情况你要通过疏通、运转来使这个火气自己散开，而不是用清热药去相对消。要有这个全局流通的理念。看这个用的是炒白术，和苍术。



弦冲 1



这是一个小孩儿的，他主要是上焦的火气比较旺了一些。

弦滯 1



看这个也是中焦瘀的很厉害吧，苔很粘滞。看到这种很粘滞的苔，至少白蔻、竹茹、苍术、皂角这些药都用吧，要把中焦的痰浊给他化开，而不是单纯用利湿的药，利湿的药是化不了痰浊的。



这个也是，瘀、粘滯的中土。凡是中土的问题，基本上都是中土虚，本身的运化能力不强。再一个就是粘痰壅滞中焦。以这两个类型为主，当然也有有形的郁结，后面就是了。

虚寒 1



这个很明显就是偏寒了，他没有化火是吧，也是痰浊的壅滞，你看这个舌苔，都把舌头糊上了。

虚凉 1

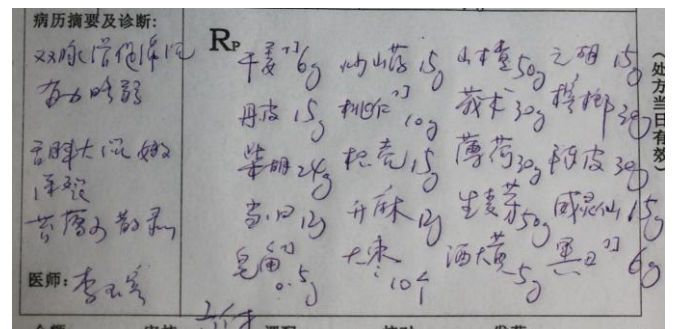


这个也是，这是个老年人了，这个寒象更明显，有点润润的，没有生气。

虚滞 1



这慢慢的就是实症了，整个舌头很厚重，壅滞上了，舌头厚重，比较结实，就是那种实性的中土壅滞，要用山楂去消磨，这个山楂我用了 50 克。



浊冲 1



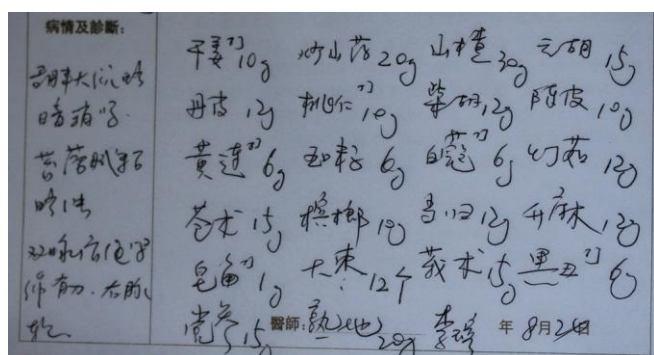
这是一个结滞，这种舌苔你看，都是很干净的，碰到这种舌苔你就化痰就行了。

浊滞 1



这是个重症肌无力的患者。这个舌苔还是不错的，你看他这个中缝是偏歪的，舌面凹凸不平，这就是有形的郁结很重。

凡是舌面比较平的，说明气的通透还可以，路径还是畅通的，舌面都已经凹凸不平了，这个有形的瘀结都已经很严重了。一定要用消磨、破结的药，在有形的层面上疏通。再加上这个舌苔很黏浊，不干净，也要在无无形的气、痰、湿的方面流通。



这个皂角都用了1克，莪术也是破有形的郁结。

浊滞 2



这个也是，这个中缝都是歪的，凡是中缝歪的都是郁结久了，像这种有明显的偏鼓偏暗，都是有形的郁结，要加上破血分的药。

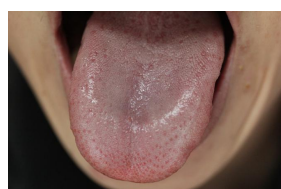
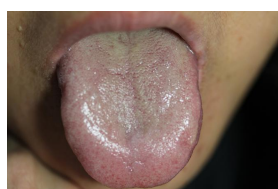
浊滞 1



这个主要是看舌苔了，舌苔很黏浊是吧。一看到舌苔不清透你就要想到脾胃这一块。

那么以上这些主要就是中土这一块。

总结一下，前面几个都是单纯的虚。



后面有几个粘苔啊，黏浊苔比较多的。



黏浊苔也比较多，那么他的邪气在痰湿方面，他相对来说流通还比较，好去！



那么这种：有形的郁结比较重，大、厚、胖、歪舌头，比较硬的，一定要用上破结的药，破有形郁结的药。

基本上就是这三个问题：

第一：是正气虚的问题，就要从固守中焦的角度去用药。

第二：湿气和痰气比较重，主要从化痰的角度去用药。

第三：有形的郁结重，你要从破结的角度去用药。都是针对中焦的问题。

而补虚呢，白术是个很好的固守中焦的一个药，要善于用白术。化痰用皂角，破结呢，元胡、红花、山楂、莪术。我一般山楂、元胡，莪术、红花，这是我的对药。破气的对药，柴胡、陈皮，薄荷、香附，薄荷、生麦芽，行气

的，麻黄、杏仁是吧，化痰的就是皂角、大枣；排痰的就是冬瓜子、黑丑，酒大黄。这些药你就分情况倒过来倒过去，所有的情况都治了。

你分析一下，我们也不过是从这三个层面，当然有的时候是结合在一块儿的，不是分的那么细，那你就灵活去处理。但大的原则就是，只要他不是很虚，就要先驱邪，再扶正，先去病气再扶正气。不要一看大胖舌头堵上了，哎呦，这是肾虚啊，你着急给他补肾是补不进去的。

时间少，也不能讲的太细，咱们主要是把握大体的方向，具体到我的每一个方子，也不是尽善尽美，可能针对的是他当时的一个情况，不见得就是把他所有的问题都解决了。可能这个方子我先给他破有形的郁结，并没有考虑他虚的问题，就是你有一个选择，有一个取舍的，有一个全局观念！

三、木气：

下面我们来看木气的舌头，我们平时遇到的问题大多都是中土、升降的问题，只有病比较严重的时候才会牵扯到心肾水火的问题。

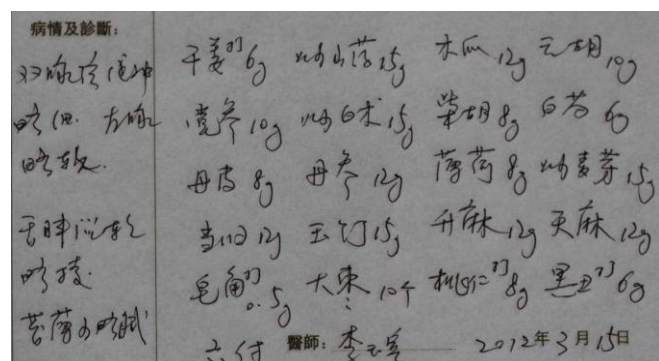
木气呢，最明显的就是气郁，血瘀，有形的郁结，再就是虚。先看虚，



肝胆候在两侧，我们讲左升右降，这个木气，一气周流升达的这股气，不管他升还是降，都是木气在推着走啊，它的降其实也是有木气推动的作用，这个气它是无形的，但是血以载气

啊，没有血，气也通行不了。就是有形层面的东西它是作为气的一个载体来存在的。所以呢凡是你看见这个舌头比较薄，比较软，比较瘦，撑不起来的，都属于阴精亏，血虚，肾精亏。

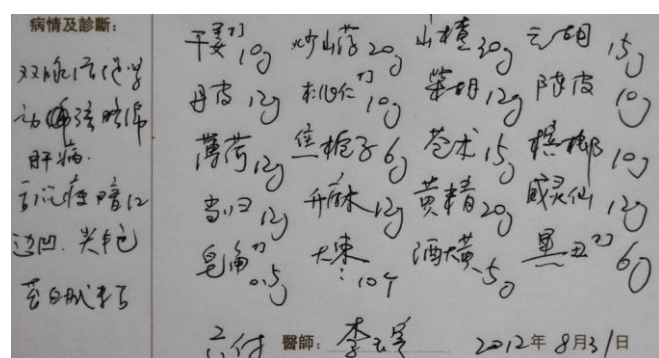
这是个很典型的舌头，你看两侧是凹进去的，凹槽一样，这就是肝阴虚，肝血虚，肾阴虚。一定要用滋阴的，往回收，给他养。用什么啊，黄精啊，枸杞子啊，熟地啊，何首乌啊，



玉竹、天麻、党参、山药、比较滋润的都可以。



这个也是有一点，凡是肝血虚的时候，特别明显两侧是偏凹陷的，这是一个特征，一个虚证。一发现这样的舌头，肯定是血虚的，女性月经量少，眼睛容易干。得用上养血、养精的药。这个就用上黄精了。



然后呢，我们先看**气郁**，气郁呢他有几种形式，我们先看这个：



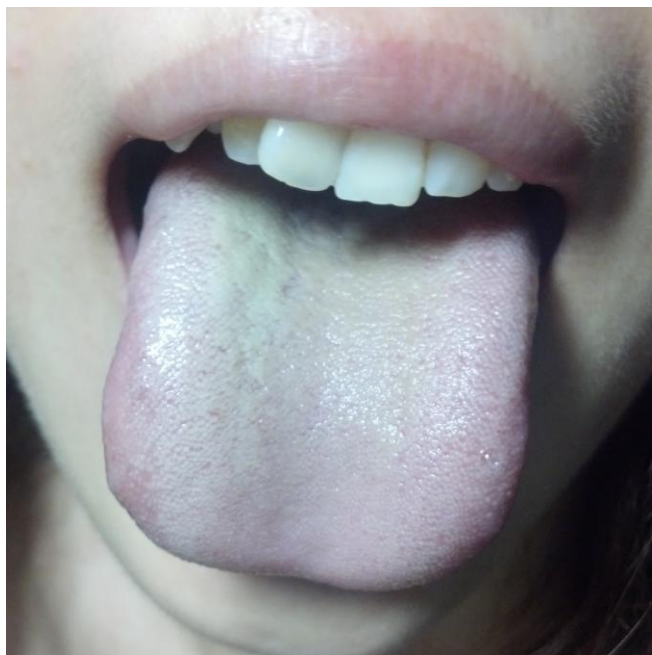
这个舌头的特点呢，是这个舌苔有两条往上冲的感觉，凡是两条对称的舌苔，或者舌头上出现两条比较对称的粘液线，在舌苔的层面上，舌苔代表的是胃气嘛，凡是出现两条的都是典型的肝气郁！这是气分上的两条，说明他这个郁结还不算重，粘液的话比舌苔的这种情况更轻一些。这个就是要疏肝气啊，疏肝气用柴胡、陈皮、麦芽、薄荷，看病情轻重选择。

还有的舌苔呢，伸出来一看明显的两条棱，那就是在有形的方面有郁结了。比较重一些，那就要从气分、血分上去流通、破结就可以了。

气分层面的肝郁表现起来，一个就是左右不对称，一个就是两条棱、苔、液线。



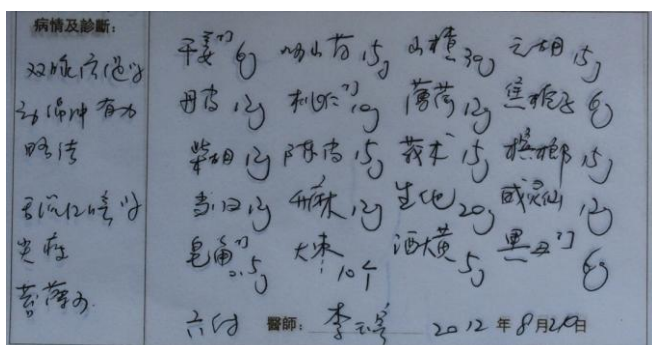
凡是出现左右不对称的，一定是肝郁，两边失衡了，一定是有郁结，一定要加重疏肝的药。还有下面这个也是：



这个明显左边薄，右边厚。这就是浊气壅滞在右路上了，从气分的角度上是木郁，从有形的方面是右路出现问题。那么这个时候你就要从气分疏肝，从有形的痰浊、淤血层面你就要加强化解、通下的力量。浊气在右侧，相当于在六腑的层面，右路是斡降的，宜泻法，比较好治。同时舌头比较暗要用温通、温化。



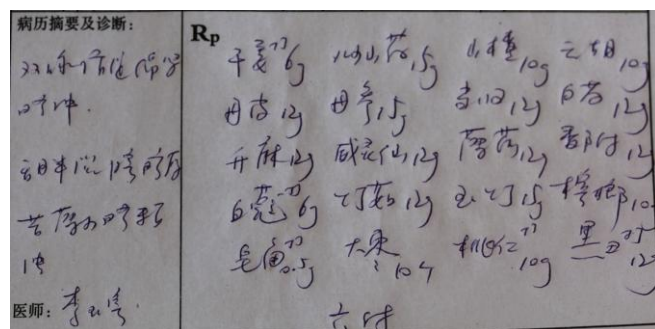
这是郁结比较重的舌头，气出不来。舌面凹凸不平，有形的郁结比较重。所以要先把破结和破气的药用上。既要破结破气，还要养胃气。



莪术、山楂、元胡破有形郁结，柴胡、陈皮破气分的郁结，生地用来养养阴，因为他都偏瘦了，郁久伤阴啊，这种没有舌苔的舌头一定要知道它是郁结比较深了。单纯养阴，效果是不好的，因为气走不动。先要破结，有形的破结，无形的流通。然后加上养阴的药，才能慢慢好起来。这个就是先破结后扶正的一个体现。



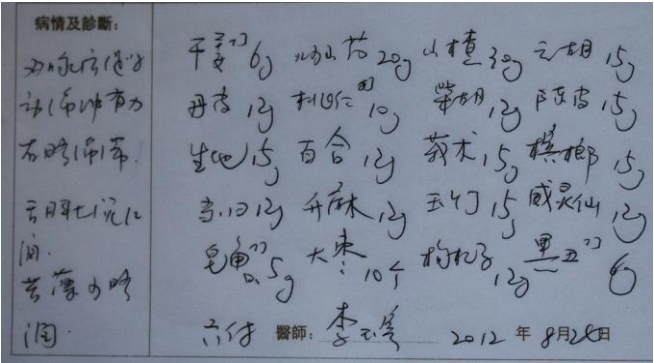
这个也是，比那个稍微好一些，同样舌苔比较少，颜色比较暗，比较深，说明瘀得久，神气比较差。也是要破结，所有的肝气的郁结，都要先破结！其实中土也牵扯到肝气的郁结，只不过这个更重一些。



这个用上白芍看，一般我不用白芍，白芍也是破阴结的药。疏肝用薄荷、香附，郁结比较重舒达的药我用的就比较多一些，



这个还有一点舌苔，也是舌头比较紧，偏瘦，偏暗，气郁得很深了，出不来，都是要破有形的郁结，然后破气分郁结，再加上养阴、运中。他这个郁而化火，火耗伤阴精，要用养阴的药。



用了百合、玉竹、生地。但是不能单纯养阴，一定要破结行气。

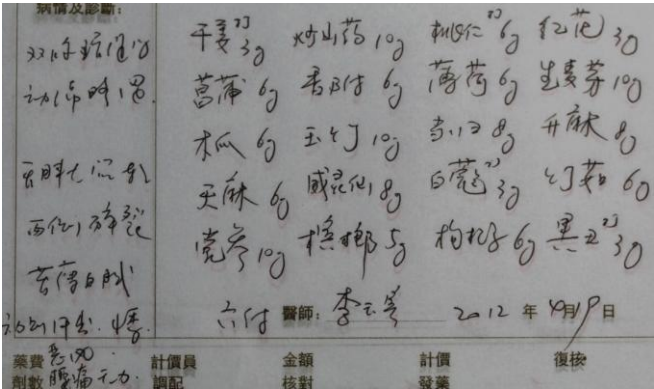


那么还有一种，就是郁结厉害了会开裂，那么这个裂纹是什么意思呢。

所有的裂纹都是郁结太重，气在这个地方不能通行。没有气来濡养这个组织了，慢慢的就开裂了，枯裂了，这就是郁结太重造成气血的局部缺损造成的。

一发现裂纹的舌头，肯定是郁结重，气阴亏。也是破郁结的同时加强养阴的力量。但是这个比前两个收缩的比较皱的那个还要好些，那个气郁在里面完全出不来，容易积攒在内部。这个虽然裂开了，他至少还有个通道，在裂开的过程中，还能排出一部分郁结之气。相对来讲，邪气有个外出的通道。

所以凡是看到裂纹舌，一定是内部郁结比较重，气血不能通行，没有气血了，治疗要加强破结养阴。



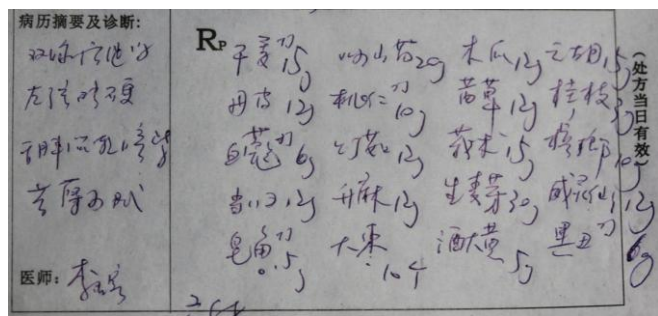
木瓜、玉竹、党参、天麻，都是偏养阴的。



这个就裂的更厉害了，那么中间这个裂纹，舌中缝对应都是脊柱，你发现中缝深，有问题的，都是脊椎有问题的，脾胃不好的，有颈椎腰椎病的，舌中缝都有问题。也是只要中缝有裂纹就是郁结比较重，气血通行不好，后背发凉啊，脖子发僵啊，一定有这样的问題。



这个整个舌体是发黑，比较厚，比较结实，满滞的感觉。这是个偏于血瘀的一个舌象，气郁、血瘀都有。那么跟我们看中土时候那个痰郁还是不一样的，痰郁结是舌苔，这个是看舌质，像这个一定是活血行气的。



你看用了茜草，桂枝、莪术、槟榔，活血，生发。还可以用点行气的柴胡陈皮也可。

那么用药，去郁结的时候要先从有形的层面开始，从难到易。这样比较好，比较快。

无形的郁结偏于流动的，好处理。像那些看着比较硬的，比较结实的都是有形的郁结，都可以用那些比较硬的药，莪术、槟榔、元胡、三棱啊这些药。破结后再去调气分和痰的郁结，这是从去病气的角度，你要先难后易！

那么肝郁呢也是：

第一：是虚，虚的话主要从养阴养血的方面考虑，肝主血，主生发，是由阴出阳的一个过程。所以一般来讲我们看到舌头比较瘦弱，比较凹陷，凹陷在舌体两侧，都是肝血虚，肝阴虚。要偏于养阴。

第二：从实证的角度，从郁结的角度来讲，我们最常见到的是气分的郁结。

那么气分的郁结他有两个表现形式，一个就是两条棱；一个是左右不对称，偏苔、偏舌，或者是歪，都是左右不对称。这些都是属于比较轻的，属于气分上的，再重一点，就是整个气郁在里面出不来了，加深了，就是你看那个舌头，偏暗啊，气郁滞不能外出，没有什么苔出来啊，就是开始看那个。

除了这种完全出不来，郁火内耗的，会伤阴的，还有一种就是成为裂纹舌。这些都要破结，养阴，只不过没有裂开的要加强破气的力量。让他出来，而裂开的可能虚的厉害一点，要加强养的力量。木气的郁结就讲这么多，他无非就是气的郁结，血的郁结，郁结的深浅不一样。

四、金气



这个主要是两个肺，他右寸脉明显的瘀滞不通，痰浊堵在了两个肺上。这是一个肝炎患者，不是肺炎，肝气这股浊气把肺气瘀上了。

由这个案例你也知道，其实金木是一体的，升降是一体的。肝炎的病根郁在肺上了，为什么？降不下去，其实就是他挡在肺气这个地方，降不下去也自然也升不上来。

另外呢，凡是舌头右路比较大的，就是右路降不下去了。这个，明显的右侧比较硬，发暗，



整个右侧通行没有左侧那么缓和，愣愣的，这就是右路通降出了问题。



这个也是，右路明显厚一些，这些人都是右脉摸着比较大，比较紧。偏壅滞一些，而且胃口也不会很好。你就要加强右路通降的力量。

右路的问题我们概括一下：

从实症的角度来说，一个就是肺气本身的郁结、壅滞也就是这个舌苔。导致气下不去，不能行使敛降的功能。

这个时候要用开肺气，舒达肺气的药。像川椒、紫菀、杏仁、桔梗，调畅肺气。

如果他属于那种整个右路舌头厚重，这个是通路的问题，降不下去了，你就用上大黄、芒硝、黑丑、槟榔，通下就可以了。

那么虚证，肺气虚，这个时候就要用上点人参啊，五味子啊，花椒啊，黄芪啊，补气的药，因为是气虚。

肺气要柔柔的，当然他也是有瘀滞的，他有些薄苔了，有瘀滞才导致气不能通行的。你要先破郁再补气，单纯补气是补不起来的。再者说他这个舌头有点瘦有点硬，一股虚寒之象，单纯补气是补不进去的。

这个舌头其实是肺气很虚的，心气也很弱，



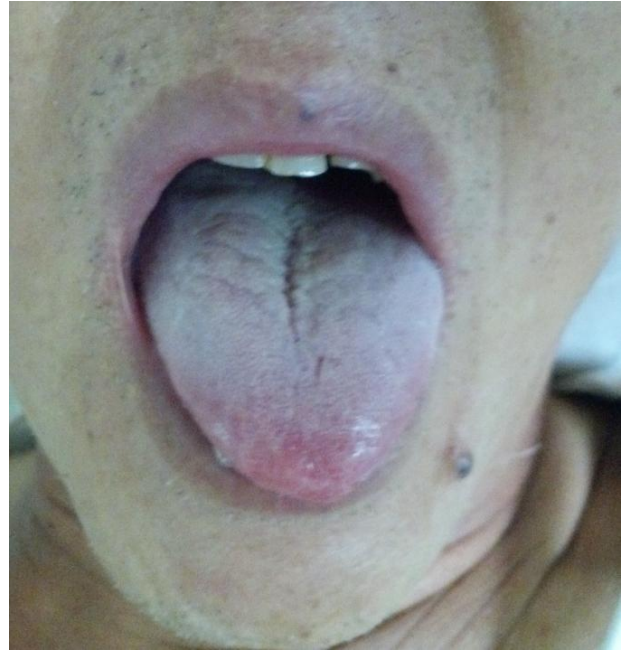
大吃大喝，脾胃壅盛了，这个要适当的补补气。

所以我们金气呢，右路的问题是一少部分，属于特例了，因为大部分都是郁在左路。右路主要抓住两点，一个就是肺气不开。一个就是腑气不通。一个开达一个通下两个原则。

他的舌象一个就是肺脏本身对应的部位有着明显的变化。再一个就是右侧偏大。

五、火气

火气也就是心气、心火。



这是一个心梗急性发作的舌象，陈寒瘀结的一个象，所以一定要温破啊，养心气，温破。他舌尖部分嫩嫩的，暗暗的，实际上是气血过不来了。没有气血来濡养了。

治疗的原则就是强烈温通，把浊气排出去，然后再养养心气。心气的特点就是升达而降，先升起来再降。降下去，不能散出去，这是心火的特点，所以你治疗心气的病一定要注意。

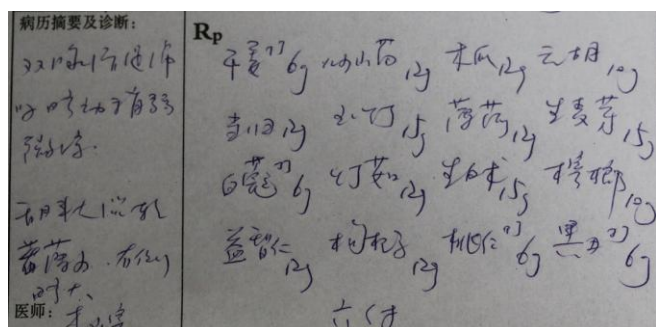


这个小孩也是，舌前面泡泡的，嫩嫩的，小孩感冒了，用消炎药用多了，有点伤了心肺了，这种舌苔搞不好就成了心肌炎了。所以不能完全用寒凉，一定要温通。



那么还有一种，这种舌苔很亮很软，又有很多小疹子。这就是整个一个阳气虚，心火弱。这也是一个弱的象，只不过他更多的表现为他气散了。

这个时候你用药的时候要用往回收的药。大量补肾的药，用补肾的药把这个心火收回去，心肾是一家的。这些小点点就是心火外散。中焦也是软的，转不动了，所以一定要固守中焦，补肾。



你看用了玉竹、白术、益智仁、枸杞子。主要是一个运中补肾的思路。



这是刚才看过的那个舌头，首先我们知道他肯定心气不足，肺气弱，上焦气血很虚，虚的原因是什么呢，中焦瘀滞，你看右侧舌头偏大。

右路通降的不痛快，因为他吃喝没规律。天天在外面应酬，浊气太多。整个肾气不能上达，心气不开，右边又堵着降不下去。上焦这个气就被挤得空间很小了，所以气虚。

这个时候上面虽然很虚，但是这个虚呢，看舌尖是有虚火的是吧，这个都是假象，他的根源在中焦不能运转，要把他这个浊气排出去，然后再补一补心气就行了，补心气一定要用好人参、五味子，人参部脏腑之气，五味子把这个气收回来，人参五味子是必用的。

从补的角度来讲，当然我们要先祛病气再补正气，从这个角度来讲呢，浊气你去不干净，补正气的药用上效果也不好。



这个也是，偏虚寒，两个肺的地方偏虚寒了，舌尖偏瘦，整个上焦气阴两亏。这个都是运中的同时，加强上焦温通的力量。看到这个舌象你就知道他上焦一定是亏了，但是他中焦一定是瘀的，肾气也是弱的。不能单纯的直接补上焦，而是要运中焦，然后慢慢开达上焦。



这个舌头的特点是，舌头两边有点鼓，中间

凹了。这实际上是两侧郁得比较厉害引起的，不是中间凹了，是两边鼓出来了。碰到这样的舌头你要知道他是瘀结比较重的，要加强破瘀的力量。



这个也是你看，舌尖很红是吧，中焦很虚是吧，两侧很瘦，都是阴精亏啊，中土弱。虚火飘在上面下不来，把阴精都消耗了，都是要破结，运中补肾，慢慢开通。

看一个舌苔你就知道他是一个什么格局，知道怎样用药，具体药方可以灵活掌握，但大的原则你要清楚。不能一看有火了，哎呦就清火。这就很明显的体现黄元御讲的“方见上热，必知下寒”是吧。上热是假象，下寒是真相。

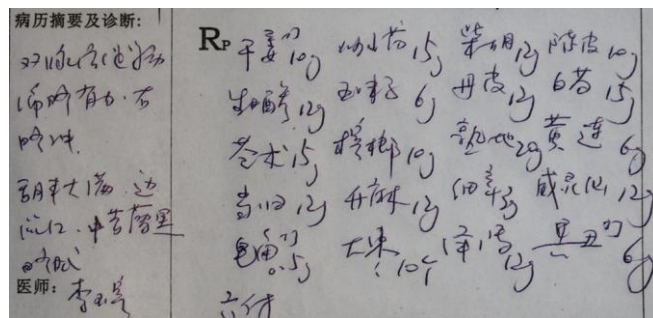
所以舌苔呢会让我们更直观的体会这个一气周流的状态。其实摸脉完全是可以摸到这个东西的。那种动态更准确。但是呢摸脉不见得每个人都有那么好的感觉，那就看舌头，看舌头也能看个八九不离十。

六、水气

水气就是肾气，肾主收藏；



凡是肾气弱了，收藏无力的时候，一个就是舌头胖大，看这个：大胖舌头，吐不出来了，一定是肾虚。再一个水气外散，水气也是黑色的。凡是舌苔发黑的一定是肾虚了。这是一个特别简单的肾虚的情况，这种情况怎么办？就一定要运中、收肾气。

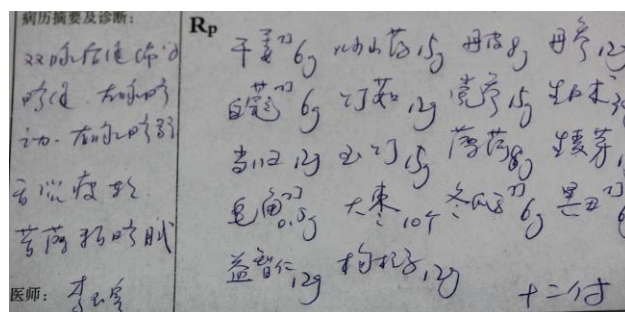


你看我用熟地、黄连来收肾气，用苍术、槟榔来运转中土。用泽泻导泻一下，细辛把里面疏通一下，细辛直接入下焦少阴的，也有相应的疏通的药。那么这种呢就是偏于水气的那种虚，他流通性比较好，相对好治一些。

那么还有一种是偏于薄弱的虚，



这个也是肾虚，特别薄很瘦了。小孩的舌头长得没东西，这也是肾精亏。这个小孩发育不良，脾胃弱，都撑不起来。养中土、慢慢补肾气。那个是水气外散，他散开了，他有东西啊，往回收。这个不光要往回收还要往里面填东西。

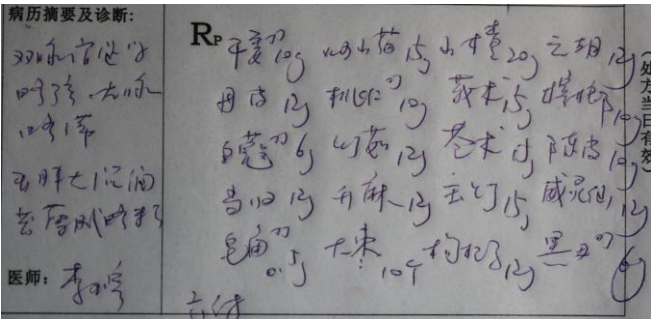


益智仁啊、枸杞子，党参、白术、运中土，补肾气，给他往里面加东西。

还有一些偏实的，就是说瘀结比较重，也是大胖舌头但是瘀结很重的。



这个你看，舌头很硬是吧，硬硬的，愣愣的，舌根裂开了，肾气散出来了，这也是一个肾气虚的现象。这个时候补肾的前提是先要破郁结。先要把气给流通，你知道他是肾虚了，其实我们知道大部分病都多少有肾虚。也是要按照传统的路子，运中、活血、化痰、疏通，先把这个瘀结破开加上补肾的药就行了。



包括这个也是。



他这个苔气很浊啊，很黏浊。舌头比较胖大，都属于肾虚。



大胖舌头，一看嘴巴都伸不出来的都是属于肾虚。肾虚那么你就知道一定给他补肾，什么时候补肾，当他那个气能流通的时候。



这个也是，软软的没有力气，这个算中土虚也可以。就是那种特别薄，特别软的舌头也是肾虚。一个是特别大，大舌头，他是壅滞的。肾气收不住了，一个是特别软。



这个是又瘦，又有点散、胖的感觉。这个就是虚的有点重，整个舌苔没有生气了。



这个也是，大胖舌头，特别大。



那么这个是一个比较典型的郁结比较重的，肾气郁结，前面还好一些，后面你看明显的没有苔气，舌头发硬的感觉。

那么这种你就必须得用比较强的破瘀的药。你看我们讲的所有的舌象都是有虚有瘀，而肾气呢以虚为主，其他的是以瘀为主。因为很少说有这个肾气过于饱满的，这都没有尽头，越强越好。

所有的病都是肾虚，那么肾虚的表现，就是你一看明显的肾虚了，我给他用什么药都没有效果啊。肾气虚，没有力量推动了，要兼顾，先兼顾补肾。他的表现就是大舌头，吐出来满满的大舌头，收不住了，气散了，肾不能收藏了，要加强收藏的力量。加强疏通，然后呢那种特别瘦弱的，没有东西的，你要慢慢养，养小孩一样，运中土，慢慢扶持他。也有郁结的，痰浊比较重的。要化痰啊，破结啊。

我们看多了，所有的概括起来无非就是扶正驱邪，先驱邪再扶正。保持一起的流通，就这

么个东西，很简单。

至于用药，你们天天看我的方子也就知道了，基本上就是一个方子天天来回倒腾。就把这个所有的病都给治了，这个框架确立了，你就有重点的去调整一些药。是该破、该通、该运中焦、收肾气、降肺气、生肝气、敛心气，有不同的侧重点。根据病的轻重缓急，刚柔强弱。