# 还有就是数字脉诊里面的一个问题，好多人问我脉跳的越强越快是不是数值也要相应的加大，我当时说的是不用管，但是我今天要和大家说一声是要加大的，为什么我上次说不用管呢，主要是因为大家有好多的人对号脉一无所知，他能摸到自己的脉就不错了。就尽量的不要再给他们增加附加条件了，但是经过这几天的练习，我相信大家现在是可以增加上这个附加条件了。所以我现在正式的和大家说一下脉跳的越快也可以增加数值。接下来大家可以在看看自己和家脉相，可能又会有新的体会。还是那句话，饭要一口一口吃，路要一步一步的走。步子迈大了容易扯到那啥～

今天咱们的主要内容是补泄，但是在和大家讲补泄之前咱们要先弄清楚几件事。是不是不管是补还是泄，是不是咱们都要在经络穴位上操作呀。对吗？那么什么是经络？经络的走向是不是就显得格外的重要呢？

我想先把这个搞清楚的大家就能回去自己开始在自己身上做各种实验了。我相信大家一定会有很多颠覆自己三观的东西出现的～

先说一下什么是经络。怎么先看PPT，其实经络是经和洛的统称，咱们最常用的也是这次课程里面要讲的内容，就是这十二条正经，以及奇经八脉里面的任脉和督脉。这些要是讲都讲一遍电话我估计咱们今天就后半夜见了。况且就目前来说，大家也就用用这12正经以及任督二脉。放心这十四条经络绝对够大家用了。如果您要龙哥，这十四条经络我都不够用，那好～来来来～你来做我这，我听您讲！您要干呀？这都不够用？！？！？大家可以截个图回去慢慢看去。

咱们继续它分手三阴手三阳足三阴和足三阳。首先咱们要说一下什么是经络。经是经，络是络。经络的解释有很多，今天咱们就简单的解释一下吧。经络是人体里面经脉和络脉的总称，说的再简单点就相当于一个国家里面的公路，每个国家都有它自己的主干道或是高速路和一堆根据主干道衍生出的什么国道，省道。这里面的经脉就相当于高速路或是主干道，络脉就相当于衍生出来的国道省道之类的。经脉都是自上而下的或者是自下而上的，也就是说它们都是纵向的。络脉就是那些经脉，那些主干道没有到达的地方或是作为经脉与经脉链接用的桥梁。所以说络脉都是横着的，这样就在人体上是不是就形成了一个大的交通网络。在形象点就是经脉都是粗大的，络脉都是细小的。咱们先有一个大概其的概念在里面，接下来我会把有些知识揉在课程里面给大家一点点的讲出来，单说这些理论实在是太枯燥了。别说各位的我都受不了。我上大学的时候就有这么一位老教授，课上都是理论，大家都知道他的课全都是满满的干货，但是就以为太干了。我们听的都噎的慌。所以我吸取教训，咱们大家一边聊天一边学。我也尽量的和大家多说一些比较有趣的病例。

那天我和付老师我们聊了一次，就说这个经络到底是什么？现在好多的主流媒体说经络就像一条条的管道，但是付老师不这么认为，他认为经络应该是一条条的河道。具体为什么大家可以发散一下思维。想一下为什么？

接下来这么开始讲补泄。（换到补泄的ppt）我记得很早的时候我看咱们的有一个特别有名的养生类的节目，里面有一个老师讲了一个敲击经络的节目。那时候我就已经开始学习導引按蹻了。所以当时我就有点疑惑。我就不理解为什么要敲击经络沿线。当时看似他解释的内容是敲击经络沿线可以增加气血运行，对呀。表面上看着没问题挺有道理的，但是您要是仔细想想他的目的是什么呀？在这里我和大家普及一下知识，就相当于您什么毛病没有突然不行！我要吃点消炎药。您说可能吗？有这样的人，我也见过那毕竟是极少数人对吧。我相信在做的各位没有吧？！为什么我这么说呢？大家吃药都要有个目的性对吧。要不就是您要对症，要是保健您也要有目的性吧～也要分出补泄吧。这个那小锤子一顿敲，您告诉我这是补了是泄了？！所以不管做什么咱们都要有明确的目的性吧。就算我是想疏通经络也要分个补泄对不对？！所以说分清楚补泄非常重要。

咱们在说回来看图这图上，穴位的补泄有两个补泄的层面一个是脏腑层面的一个是经络层面的脏腑层面层面的这里要牵扯到藏象学里面的脏腑功能的问题。这个是需要再线下课里面详细的讲一下的。我在这里就简单和大家唠叨两句。

线下课里面会讲到那个穴位对应什么脏腑功能，那个时候的泄和补就是在增加或者减弱这个脏腑功能，可能有人不理解了，脏腑功能不是越强越好吗？我的功能强大了，难道还有坏处？相信我绝对有！因为我们是不是一直在强调一件事就是平衡，我们也是一直在追求平衡。但是当你的某一个脏器由于他的功能过强打破了这个平衡时是不是就会出现问题了呢？咱们举例说明 比如肝胆，它的脏腑功能中就有一项是舒泄功能。咱们在以前的节目中经常会把这哥俩儿拿出来举例子。知道为什么我要说这是哥俩吗？可不是单纯的它们互为表里肝是脏胆是府这两个虽说是一阴一阳这么点关系。肝这小子可坏了，肝又称为五脏之贼，因为它总是夜里偷偷的分泌胆汁然后塞给胆。然后胆这个傻小子就一直装着，这不就是典型的人家偷驴你拔橛子吗？！还有有时候这个肝不听话了，又不太好直接打它那怎么办？就先把胆收拾了，叫肝看着起到敲山震虎的作用。一说到脏腑我就来神儿了跑题了。咱们继续说舒泄功能问题。比如喝酒以后这些酒精是不是要靠肝来降解，咱们吃了一些荤腥的东西是不是要靠胆来分泌胆汁来消化呀。但是如果您的胆的功能越来越强大了以后那么他的肃降功能也会跟着一起越来越强了呢？当它强大到已经超过的脾胃的运化功能时是不是它就替代了脾胃功能了？这时候就会出现一个非专业的人再干着一个专业的事情呢？！往往这样的结果是什么呢？就是胡来。在临床上叫做什么呢？胆能炎。（可以说一下娜姐的病例）因为脏腑功能太强了，它过热了。临床怎么体现呢？就是腹泻，俗称拉肚子。因为它用自己的舒泄功能替代了脾胃的运化功能。它又不会运化，那怎么办？就是不管您来什么我就是一个字~泄！，它是痛快了咱们受得了吗？所以说这时候咱们是不是就要泄一下阳陵泉来减弱一下它的功能呢？这些都是线下课讲脏腑时候的内容。

咱们先说经络层面的事。看到这张图了吧，补增加气机运行，发散邪气。泄就是发散气机。这两个的区别在哪呢？首先咱们要说一下，补和泄它都能排邪气。但是排出邪气的方式是不一样的。如果您去泄这条经络伤的穴位，它的工作原理是直接把邪气发散出去的。 它的好处是当您遇到经络淤堵是时候先把淤堵发散出去了，那是不是也就打到了通淤的效果了呢？ 并且发散也是泄，把淤堵发散到体外了。这时候就会有人开始担心了，我淤堵的比较厉害，要是总这么泄会不会把自己泄大了，泄过了。变虚了呢？放心吧，您这还堵着，咱们先通吧，您都不通何谈发散呢。 所以说很多淤堵比较严重的人对，酸麻胀痛，凉热风湿这八种感觉不明显的原因。如果这个邪气是热邪那么是不是就直接发散出去了。但是这个邪气是要寒邪或是湿邪呢？也能发发散出去！但是万物皆分阴阳邪气也是有阴阳之分的。这些凝滞的滞涩的您要是只靠发散效率就比较慢，发散邪气的同时也需要发散一些自己身上的正气作为代价来逼出去~您可以试一下，当发散完了以后您补一下这个穴位，来让这条经络的气血加强一下，这时你会发现加强后的经络气血运行更旺盛了，这叫正气。正气运行的越来越好了，那是不是自然就把邪气发散出去了？

这就是正气内存邪不可干。这就是补和泄的区别。补是增加气血运行发散邪气，泄是发散气机。

第二点是不管您是补还是泄都能发挥穴位的功效，但是有意思的是有的穴位它补的功效和泄的功效可不是相对应。比如说合谷，大家都常用对吧，泄合谷功效是清热解表。尤其是在发烧的时候会大量的用到它非常好使。但是你要是补合谷呢？刚才说了，泄是发散的。那么补的效果能不能把毛孔都收敛回来呢？是可以的。补合股有一个直接的功效叫固卫潜阳。是巩固卫气。这个卫不是胃炎的胃是防卫的卫，这个卫是什么意思呢，就是散步在体表的防卫之气。比如说有些人又怕风有怕冷又怕热的，这就是他的卫气不足的表现，防卫不够呀。您要是补合谷了把你的毛孔都收敛了是不是就能增加你的抵抗力了呢？同时把你的阳气就能收敛回来了呢？所以叫固卫潜阳。甚至于有些人认为补合谷就能有补益元气的效果。反正我是不太赞同。因为我亲眼见过。

结果可能就不那么美丽了，这件事谁最有发言权呢？我的小师弟，外号道长。这个家伙呢是我的小师弟，正所谓师哥我惹不起师弟还惹不起吗？所以他将来很有可能会经常出现在我的课程里。他当年就拿自己赶出来这么一件为導引按礄事业添砖加瓦的事。大哥就自己当着我们的面实实在在 的好好的给自己补了一把合谷。反正当时初期没什么感觉，后来感觉越来越强烈。觉得这个手呀开始胀了。然后发现被补的那只手越来越有力，最后还亲测了一下手劲的确大了不少，当时还洋洋得意的和我们显摆呢。打算以后那这个和人家掰手腕的时候作弊。然后呢，就没有然后了。这个家伙就三天没来师父家。结果见到以后问他你这三天去哪里？道长就一脸苦相说，别提了。我回家后就觉得自己头有点晕，紧接着牙就肿了，喉咙也肿了然后就发烧了。我们说那你自己在泄一下合谷呀？道长说，我想看看能发展到哪一步就自己生抗着，但是第二天就好了，自己有在家观察了一天才来。所以说大家要是有兴趣可以自己在步一下道长的后尘。

咱们再说另外一件事。为什么在经期是不要泄合谷的。就因为它的功能是发散功能，它会直接影响到肺的肃降功能。

您都发散出去了，它就降不下来了。所以说经期尽量不用合谷。轻了能当时就不来了，重了能改变以后的经期。 还有您要是补合谷原本最多也就是和道长一样的结果。但是要是遇到特殊人群比如孕妇就麻烦了。因为一补就增加了身体里面的阳气，气的特点就是肃降。这时候是不是就会造成流产呢？大家记住孕妇是绝对禁止补合谷的。

所以说补和泄都是可以发挥穴位的功效的但是他们之间未必是对应的

咱们接下来再看最后一条 补是增加局部与共振位置的气血 泄是发散局部与共振位置的气血。局部的气血好理解，比如说您脚扭了，您就泄一下丘墟，这个位置正好是阳经上的穴位，又是扭伤扭伤一般都是热邪，您这时候用泄的方式是最快的。哪个穴位都有近端的功效和远端的功效。再比如说比如说，您现在胆的舒泄功能不行，那这个时候您在补一下丘墟增加远端效果，就是增加一下胆的舒泄功能。这时候大家可能要问了那么我就提什么时候应该补什么时候应该泄呢？我告诉大家一个大概的方向。就是实则泄之虚则补之。听起来是不是更晕了？一就是看脉象越大越突出越明显的时候就应该泄，越沉越弱越不明显的时候就应该补。在说的直白一点就是来的越猛烈的越热的越疼的，就要泄。但是相反的越阴的越寒的越弱越要补。但是这里补的时候是不涉及肝经和心经的。

说到补泄大家又要问了，那我们怎么分呀？我告诉大家一句话，叫做顺经则补，逆经则泄。古籍上记载是虚则补之实则泄之~是不是听着跟废话一样。毕竟古人都是惜字如金的，别说多一个字了~就连标点符号都没有。毕竟这都是超浓缩的精华。

禁忌 肝经一般不要补 禁用心经(极泉除外) 任脉只能平躺着补 补泄时候的感觉 凉热风湿 酸麻胀痛 咱们什么是补什么是泄 有些人为什么补不进去，不是所有的都是补好，泄有泄的好处。泄是疏通的表现。为什么心经不能碰

有人补泄的时候发现点的地方疼，要不要继续点？您要是我的目的就是通常经络的，那就一直点下去，点到它不痛了为止，一般这时候也就通了。

看一下肺经的PPT

可能有认真的同学说了，左寸是标准的50数值这个是不变的，那么我右寸的数值比如是80，甚至到了100明显高于左寸。那么我是不是要写一下肺经呢？但是你又说不能泄阴经那我该怎么办？首先要是左右寸脉差的这么多您应该是发烧了，就算不发烧您估计咳嗽呢，对吧。

比如说太渊，我最喜欢的穴位之一，现在我要补太渊谁能告诉我手指朝向是哪？

云门呢？天府呢？