私淑元禦岐黃路 氣化升降妙悟真（一）

Reaching the true meaning of Chinese medicine through self-taught manner and understanding the *Qi* transformation and fluctuation ascending and descending

黃斌 *HUANG Bin*

（香港浸會大學中醫藥學院中醫臨床教授、高級主任醫師）

[摘要] 本人崇尚仲景學說，私淑元禦理論，潛心臨床20餘年。主張辨證與辨病相結合，熟讀經典，知藥善用，用藥不拘一格。既注重調理脾胃（調氣機），又強調扶助陽氣（明氣化），擅於運用經方與時方治療內科疑難雜症和婦科雜病，對呼吸系統、消化系統以及心腦血管系統疾病也有較好療效。

[關鍵詞] 學習中醫經歷；黃元禦理論；研究

【簡介】 黃斌（1963~）男，漢族，江西省高安市人。香港浸會大學中醫藥學院中醫臨床教授、高級主任醫師，前北京中醫藥大學教授、副主任醫師。1984年本科畢業於江西中醫藥大學，1987年研究生畢業於中國中醫科學院。1987年至1997年在中國中醫科學院中藥研究所從事本草文獻研究工作，1997年至2000年、2000年至2016年分別在北京針灸骨傷學院和北京中醫藥大學從事教學、臨床和科研工作。2016年底受聘於香港浸會大學中醫藥學院擔任中醫臨床教授及研究生指導老師，主要從事臨床及教學工作。

潛心臨床20餘年，崇尚仲景學說，私淑元禦理論，主張辨證與辨病相結合，熟讀經典，知藥善用，用藥不拘一格。既注重調理脾胃（調氣機），又強調扶助陽氣（明氣化），擅於運用經方與時方治療內科疑難雜症和婦科雜病，對呼吸系統、消化系統以及心腦血管系統疾病也有較好療效。長期主講中藥學、臨床中成藥、本草文獻等課程，曾參與多項國家級科研專題研究，先後發表學術論文30餘篇，出版學術著作12部。主要研究範圍：神志病的內涵與外延、中藥藥性理論與功效的闡發、李東垣用藥規律研究、黃元禦《四聖心源》臨證解讀等。

我1963年8月19日出生於江西省一個風景秀麗的地方—秀江河畔的宜春市。不到3歲那年因為父親工作調動，隨家人遷至宜豐縣芳溪鄉。文革爆發後不久，我被送回高安老家，寄養在大伯家裏，直至讀完小學才回到父母身邊。回城後我就讀於宜豐一中，1979年高中畢業，應屆考入江西中醫學院中醫專業，1984年考取中國中醫科學院醫史文獻所，隨馬繼興先生攻讀中醫文獻專業。

自1987年始，我在中國中醫科學院中藥研究所工作整10年，1997年9月調入北京針灸骨傷學院從事中藥學教學、科研和臨床工作。2000年9月兩校合併，我進入北京中醫藥大學基礎醫學院方藥系，繼續從事教學、科研和臨床工作。2016年底離職來香港，現任職浸會大學中醫藥學院中醫臨床教授，主要從事中醫臨床和教學工作。

研學和工作期間，我曾參與多項自然基金和部級課題研究，發表論文30餘篇，出版專著12部。在科研和教學之餘，一直堅持每週出診，在積累臨床經驗的同時，也提升了自己的教學品質，受到學生的普遍好評。近幾年，我與中國醫藥科技出版社合作，出版了3部中醫古籍名家點評書籍，即《四聖心源》《明醫指掌》《醫學傳燈》。這是我研讀古醫籍與臨證實踐的心得體會，也是我與歷代中醫前輩隔空對話、交流並致以崇高敬意的絕佳良機。

1 陰差陽錯學中醫

我的學醫經過純屬偶然，高考那年原本是打算報考部隊院校從軍的，我第一志願填報的是福州軍區步校，受當時全社會從軍熱潮的影響，我從小嚮往軍旅生涯。以我高考318分的成績，再加上其它因素（如身體狀況、政審等），自認已穩操勝券，不在話下的。豈料那一年福州軍區步校不在我們宜春地區招生，害得我白白浪費第一志願，以致填報的第二志願(江西工學院）、第三志願（南京林學院）均受到連累而作廢，最後落在了第四

香港中醫藥學會 版權所有 Copyright HKCMM All Right Reserved

志願上，意外地被江西中醫學院收編。這個志願是我父親在提交志願表之前臨時更改的，事先我完全不知情，我對學醫毫無思想準備，更別說學中醫了。當我收到錄取通知書的時候，不說是五雷轟頂，那也是五味雜陳，悲喜交加。在剛恢復高考的第三年，錄取率只有百分之幾，能上大學是多少人夢寐以求的事，所以，我沒有勇氣複讀重考，只能硬着頭皮接受了。40年後的2014年，我們江中79中醫在廣州舉行畢業35周年聚會，我曾寫了一篇文章《不了情緣—我的江中記憶》，其中就提到了這段「誤打誤撞」的學醫經過，今天聽起來好像有點奇葩，但事實就是如此，我的同學也大多都清楚我學中醫的初始過程。

正是由於這個特殊原因，在入學初期我的專業思想很不穩定，一度萌生過轉專業，甚至是轉學的念頭。要知道那時想轉學比登天還難，而校內轉專業倒是有可能。就在我快要辦成轉系手續的時候，突然之間我又改變了主意！原因也特別簡單，就是我要轉過去的中藥專業因校舍緊張當時不在校本部，而是暫時安置在紅旗製藥廠，它離校本部有好幾公里遠，來去也不太方便。況且入學兩天，我剛剛有點適應新環境，也認識幾個同學，一想到又要去另外一個陌生的地方，心裏有點發毛，所以我很快就打退堂鼓了。這一念之差，決定了我與中醫臨床的不解之緣。

現在回想起來，當年我們的很多任課老師還是非常專業，也很敬業的。他們在課堂上辛勤傳道授業，不遺餘力，為我們這些如饑似渴的莘莘學子打下了良好的中醫學基礎。高年資的老師如丁濤、楊扶國、伍炳彩等，講課都非常精彩，有條有理，神采飛揚，特別有感染力。一些中青年老師也很優秀，像姚梅齡、張曉萍、萬蘭青均有家學淵源，他們分別是姚荷生、張海峰、萬友生的子女，科班畢業，又有一定的臨床經驗，所以講課也非常生動，理論聯繫實際，令人難忘。

那個時期剛剛改革開放不久，大學校園學習氛圍很好，我所在的7902班更是學霸雲集，身處其中也會潛移默化被感染、受影響。大學期間我熱衷於體育，幾乎各個項目都有我的身影，不僅是班級排球、籃球的主力，而且在全校田徑運動會上也拿過800米亞軍、1500米第三名，作為班級的4x400米接力的最後一棒也獲得過名次。所以，我每天的鍛煉佔去不少時間，常常是等我去教室自習的時候，其他同學已經學習正酣，都完成大部分功課的溫習了。這時我心裏也會有點發慌或內疚，但經過一番調整很快就能投入緊張的學習之中。除了專業課之外，我對英語也非常上心，投入不少精力去背單詞、讀課文。為了訓練英語聽力和口語，我在大二下個學期花幾十元買了一台短波收音機，每天夜裏準時收聽《美國之音》英語九百句節目，練習聽力，模仿美式發音。可惜好景不長，沒過兩個月，我的收音機就被入室瘋狂作案的小偷偷走了。那一夜我們寢室被「洗劫」，損失十分慘重，20位室友幾乎都有不同程度的衣物被盜，而損失最大的就是我。這台收音機差不多是我幾個月的生活費，在那時也是一筆不小的數目。此事讓我難過了好一陣，後來就沒有再買過那麼貴的收音機了。

我自認不是個好學生，大學期間成績處於中游偏上一點，但是我的性情敦厚，心地善良，興趣廣泛，可塑性也強，今天看來可能這就是一塊學中醫的材料。但在當時來講，面對就業的選擇，面對臨床實習，面對複雜的人體現象和自我知識經驗的匱乏，從醫前景似乎並不樂觀，我也遇到大多數人面臨的擇業迷茫和選擇困難。然而，不管如何曲折逶迤，兜兜轉轉，我始終與中醫臨床若即若離，不離不棄。隨着時間的推移，我的中醫之路越來越清晰。

大學畢業前發生的一件事徹底改變我的人生軌跡，那就是考研，我是全班當年唯一考取研究生的人，而且還一下就考到了北京。這在當時引起了一點小轟動，要知道那一年研究生的錄取率非常低，而考研最大的攔路虎就是外語。也就是說，多數同學不是輸在專業課，而是敗在外語不過關上。平時的積累使我沒費太多時間複習，英語就輕鬆過關。我把主要精力都放在專業課和專業基礎課上了。最終，我得到了複試的機會，有幸投入到中醫文獻大家馬繼興先生門下，攻讀本草文獻專業，從此與本草文獻結下不解之緣，也影響了我後來的專業發展與人生走向。

在很多人看來，我的從醫經過似乎輕而易舉，中醫院校的正經科班出身，又直接考取研究生，前途一片光明。其實並非如此，我當初考研也是無奈之舉，因為自己對臨床缺乏信心，所以選擇了醫史文獻專業，而沒有報考中醫臨床專業。儘管碩士期間的專業築基對後來的影響舉足輕重，但在當時來講只是權宜之計，以為將來的工作方向

香港註冊中醫學會 版權所有 Copyright HKRCMP All Rights Reserved

是專心於文史研究，這樣就可以脫離令我手足無措的臨床。後來才發現並非如此，很多搞醫史文獻研究的老師，臨床照樣做得風生水起。

我的碩士導師是中醫文獻學大家馬繼興先生，他治學嚴謹，精通中醫各類文獻，特別是在本草、傷寒、針灸等文獻方面造詣頗深，著述甚豐。研究生期間，導師的耳提面命，言傳身教，使我受益終身。辨章學術，考鏡源流；治學嚴謹，知行合一。這是我從馬老身上學到的最寶貴的東西。同時，攻讀中醫文獻專業使我養成了手不釋卷，對文字錙銖必較的學習習慣，這對於我在後來的醫學實踐中，準確辨識有益的臨床經驗知識，更好地向中醫先賢學習，更好地傳承傳統中醫理念也有很大幫助。

現在回想起來，我的學醫經歷中既無家學浸染，又無名師傳承，似乎是個野蠻生長的典型案例。但是，循跡於我祖父輩們的經歷，冥冥之中，我與中醫也頗有淵源。在早期的鄉村，很多時候草醫草藥就是安身活命的手段。我的奶奶出身於中醫世家，其父是當地小有名氣的郎中，她在娘家耳濡目染，也懂得不少草藥。我的老家田南地處三縣交界的窮鄉僻壤，缺醫少藥。奶奶雖然不識字，但心地善良，自嫁入黃家後，她經常利用艾灸、拔罐、野草生藥等簡單的醫技，義務為鄰里鄉親治病。可惜奶奶去世太早，我出生不久她還進城照看了我兩年，在我不到3歲時即已辭世。80年代我學中醫後常回老家走動，一些健在的老人見到我，都會主動念叨起我的奶奶，對她當年的仁心仁術、施藥救治讚不絕口。

1949年參加工作的父親，受奶奶的影響，識得一些草藥。他古道熱腸，待人誠懇，對中醫藥也情有獨鍾。文革期間曾主管宜豐縣文化、教育、衛生工作，擔任縣革委會文教衛組長，有機會接觸不少名老中醫，他們中間很多人的身份是「民間草醫」或郎中，可是各個身懷絕技。我父親工作之余也會向他們「偷技」或「切磋」。那時他經常要下鄉蹲點，有時遇到老俵病痛無醫，或小病，或急症，他也會就地取「藥」，大膽地施以援手。今天看來奶奶和父親這樣屬「非法行醫」，但在當年母子倆不知救助過多少人！

所以，我後來想，父親替我選擇了中醫，冥冥之中是不是有奶奶在天之靈的指引呢？所以，我一直很感激我的奶奶，還有我親愛的父親！「醫不三世，不服其藥」。如此算來，我也是「中醫三世」了。

在求學、教學、行醫的過程中，我也遇到過很多臨床造詣高超的老師、學兄、同事，甚至是在職學習的「學生」。我認為他們很多是真正的同道中人，他們對中醫的執着與探索精神，深深地感染着我，很多前輩和同道對我的啟發、鼓勵和支持更是讓我永遠難忘。有一位對我影響很大的前輩，他是我讀研期間的任課老師。他講課風趣詼諧，熱烈而真誠，深深地打動了我，以致我當了老師以後，心裏總以他為偶像，不經意地會去模仿他。他可能不記得我，但我一直在追蹤他的音訊，關注他的動態，直到有一天他在香港突然離世，令人扼腕歎息，這個人就是何紹奇老師。若干年以後，追尋何老師的腳步，我也來到香港，從同事口中瞭解到更多他的故事，令人感佩和唏噓的同時，也為曾經是他的學生而自豪。何老師是國醫大師朱良春的得意門生，生活中也是一個真性情的人，他不僅課講得好，很生動形象，頗具感染力，而且勤於著述，筆鋒犀利，見解獨到，屬於那種敢「放炮」的學者。他早年寫的一本小冊子《讀書析疑與臨證得失》一直都是我的案頭必備，反復研讀，幾乎被我翻爛了。我不但極力推薦學生們研讀此書，而且書中一些內容也成為我講課時的素材，為我的教學內容增色許多，使我備受學生的青睞。在我求學期間還有一事印象深刻，那是我剛讀研的1985年初，在方藥中先生的親自主持、王琦院士等具體運作下，研究生部舉辦了一次全國名老中醫學術經驗講座，邀請了當時仍健在的一大批名老中醫來北京西苑醫院（研究生部所在地）做專題學術報告。我記得有鄧鐵濤、朱良春、李今庸、李克紹、周鳳梧、張燦岬、張琪、劉紹遠、淩耀星、黃星垣等，每個人都從自己的治學經歷談起，既有臨床經驗，又有治學方法，是一場學術上的饕餮盛宴，對我來說有很大的觸動和啟發，以至於後來我在研習中醫的過程中常常會浮現出他們的身影。感恩在我學醫之路上對我有影響和啟發的所有中醫前輩，他們的警示良言或諄諄教誨，至今還在耳邊迴響，記憶猶新，歷歷在目。譬如針對出版社反映的問題，名老中醫蒲輔周作出了這樣的回應：「出版社說我的東西不多，古人的東西多了一些。我有啥東西？能把古人的東西用活就不錯了，我不能貪天之功，談自己甚麼都超出古人，把自己無端拔高。」活用古人的東西，成就蒲老一生傳奇。任應秋先生對中醫後繼乏人亦曾作詩曰：「乏術乏人難後繼，中醫中藥總先憂。傳承未解窮薪火，侈口創新緣木求。」榜樣的力量

Copyright HKRCM All Rights Reserved

是無窮的！說起來他們對我們這一代人的成長具有不可估量的重大影響，我就是踏着他們的足跡，亦步亦趨地走上從醫之路的。因此，研習中醫，能夠拜在名師門下潛心學得老師真傳固然是一件幸事，但是如果無緣入門拜師，只要我們真心向學，虛心求教，不管是私淑還是面授，都是能夠達到博采眾家之長，求真學、辨真理的效果。

2　天道酬勤教中醫

1987年8月研究生畢業後，我被分配到中藥研究所本草文獻室，正趕上參與一項全國協作大課題《中華本草》編撰工作。期間我與同事曾多次遠赴東北、西南及上海等地，調研、考察各地館藏本草文獻，取得了第一手資料，為編寫古代本草文獻綜述打下了堅實的基礎。中藥研究所是以研究中藥為主的，所裏雲集了多學科、多專業的各路精英，可以說大咖雲集，例如從事生藥鑒別的謝宗萬，研究中藥炮製的王孝濤，藥性理論專家高曉山以及研究中藥化學、榮獲諾貝爾獎的屠呦呦，都是近代中藥研究各領域的領軍人物。身居其中，耳濡目染，我也曾經對自己的未來有很多美好的設想。但是工作幾年之後，漸漸地我發現自己不太適應所裏的工作節奏，而且將來的職業發展定位也不明確，我覺得自己的專業特長發揮不出來，可能需要另外一個平臺。1997年一個偶然的機會，我瞭解到北京針灸骨傷學院有一個中藥學的授課教師職位空缺，當時聽了真是喜出望外。我已工作10年，又熟悉本草文獻，去教中藥學應該沒有問題的，關鍵是當老師不但有寒暑假，而且還有大把課餘時間，可以出門診看病，把我之前荒廢了的「舊業」重新操持起來。於是，在順利通過試講之後，1997年8月我正式調進學院基礎部，從此走上了教學崗位，直至2016年底我離開大學南下香港，歷時近20年。這次的工作轉換，我也自認為是對我母親的致敬，因為她曾執教30餘年，是大家口中的「汪老師」，並最終在小學校長崗位退休。後來每當提到這次轉崗，我總不由自主的感歎：抓住機會固然重要，但冥冥之中老天可能也自有安排！

俗話說得好：「學然後知不足，教然後知困」。對我來說何嘗不是如此！我搞了10年的本草文獻，但中醫的底子相對還是很薄弱的，以往閱讀的中醫書籍也很有限，所以為了真正講好中藥學這門課，我開始大量閱讀各類中醫藥的書籍，特別是對四大經典進行了回爐式的溫習。不同於學生時代的是，現在是帶着問題來重新讀經典，那種感覺是不一樣的。以前不理解的，慢慢就領悟了；過去有疑惑的，逐漸也釋疑了。

我把自己讀過的原文或者讀書體會抄錄在教材上，以便講課時能做到旁徵博引，幫助學生觸類旁通，更好地理解中藥學的要義。不到幾年功夫，我使用的教科書密密麻麻的幾乎全寫滿了，而且不同時期我用的筆也不同，所以五顏六色的，只有我自己能看明白。等到變更新版教材時，我會將有用的素材重抄一遍，然後再補充一些最新動態或趣聞。我用過的幾版教材全都被我翻閱和增補批註得非常舊，它們是我近20年教學生涯的見證，到現在我還珍藏在家中，不忍丟棄。

我不僅承擔大學本科、高職大專的教學，還承擔過成人大專教育，以及大學或醫院在職人員學中醫的教學任務。不管是哪一類教學任務，我都認真對待，精心準備，把自己的觀點和盤托出，與大家坦誠交流。我自己最喜歡成人教育，因為可以得到更多的回饋和交流。教學互動中，大家對我的觀點有刨析、有贊同、也有質疑，有會心一笑，也有激烈爭論，我非常享受這個過程。

在從事中醫教學的過程中，每每看到學生普遍在求學中存在不少困惑，再聯想自己臨床方面成長進步的艱難，我對中醫教育也開始有自己的反思。我認為中醫教育的現狀令人堪憂，主要是師資和模式出了問題。有的教課老師自己不參與臨床實踐，或者對中醫療效缺乏信心，卻極力貶低中醫，挫傷學生的中醫熱情，這怎麼能培養出好中醫？而教學模式幾十年一成不變，學生除了中醫課程，還要學一大堆西醫及其它公共課程，耗費大量時間與精力，真正花在中醫經典上的功夫卻很少。這就使得現代環境下成長的年輕人，無法真正建立中醫思維模式，無法理解中醫理論的深刻要義，更遑論向先賢學習，與古人對話了。幾年學下來，不少人連中醫的門都未入，馬上就要應付臨床各科的學習和實習，難免顧此失彼，親西疏中，慢慢變得對中醫越來越不自信了。

儘管近年來也有一些調整和改革，但終究成效甚微。要解決這個問題並非一日之功，如果不從頂層設計上去改良的話，振興中醫就只能成為一句空口號。我們一直都在提倡如何繼承與發揚中醫，但在人才培養方面和

香港註冊中醫學會 版權所有 Copyright HKPCMP All Rights Reserved

中醫評價體系方面，繼承做的不夠，而發揚、創新的風頭過勁，以致一些學生熱衷於申報課題，沉浸在科研創新的喜悅之中，殊不知這樣離真正的中醫愈來愈遠，等到要畢業了才發現自己對中醫原來很「無知」。所以，在頭兩年打基礎的關鍵時期，設置的課程一定要以繼承為主，不能夾雜其它，更不應該急於「創新」。就好像小兒學步，如果沒有經歷自然的學習走路過程就要去跑，是不利於腿部肌群發育和身體協調的，那麼勢必頭重腳輕，常常會摔跟頭！與此同時，所配備的老師一定要熱愛中醫，最好是會看病，這樣學生在聽課之餘，就可以直接去跟診見習，以便親眼目睹中醫療效。這樣的話既能密切師生關係，又可鞏固專業思想，一舉兩得。同時，我覺得大學選修課的設置，應該更加開放，更多引入社會名師。注重國學思想的融合，中醫傳統生活習慣和養生理念的培養，這些中醫人文傳統如果能潛移默化地影響學生，將對培養興趣非常有裨益，畢竟興趣是最好的老師。此外，中醫臨床也是實踐科學，診療技術的提高是一生的研修，大醫精誠、大醫習業也是畢生的追求。因此，在職教育，進修教育，以及同行間自發、平等的技術交流等，也是對院校教育很好的延續和補充。

（未完：待續下一期）

（編委：莫飛智審校 2021.07.13）

香港註冊中醫學會 版權所有
Copyright HKRCMP All Rights Reserved