

黃帝 內經

中醫經典教學圖解

南京中醫學院（南京中醫藥大學） 編著

吳顯昕 審校



香港中和出版有限公司
www.hkopenpage.com

內容提要

本書是南京中醫學院（現南京中醫藥大學）根據《內經輯要》為教本編寫而成。全書分八章，章節次序均按原教本。每章前冠以概言，簡略介紹本章內容；章後殿以結語，突出該章內容重點。對每節經文逐次分段講解，做到說理淺顯、文字通俗，多採用綜合、歸納、分析、對比等方法，便於學習理解。並於有些經文之後附以「參考資料」，以便根據教學需要，適當選用。

本書是經過集體備課，反覆試教，以及多次課堂教學，再次修訂而成，可作中醫教學參考之用，亦可供中西醫自修以及中醫學徒自學參考。

目錄

005 第一章
/ 「陰陽五行」
060

061 第二章
/ 「攝生」
085

086 第三章
/ 「藏象」
167

168 第四章
/ 「經絡」
181

182 第五章
/ 「病能」
269

270 第六章
/ 「診法」
338

339 第七章
/ 「論治」
384

385 第八章
/ 「五運六氣」
414



第一章

陰陽五行



【概言】



一、陰陽的基本概念

中醫學中的陰陽五行說，是貫徹在整個醫學的各個方面的。它是中醫學的思想體系，也是中醫學的思想方法。因為中醫學的自然觀和對人體的生理、病理的認識，以及對診斷、治療、藥物等的理解，無一不以對立統一的陰陽說和相生相剋的五行說來加以說明和述理的。中醫學中現存最早的一部醫學著作——《黃帝內經》（簡稱《內經》），就是運用陰陽五行來總結當時的醫學經驗和成就的一部代表性著作。因此我們學習中醫學，首先必須明確陰陽五行說在醫學上的運用規律和運用價值，然後才能認識中醫學，在臨床上才能更好地運用中醫的理論來指導實踐。

（一）陰陽的相對性

陰陽並不是甚麼具體物質，而是一切物質的屬性、變化、發展規律的概括，是反映客觀事物矛盾與統一這種規律的機動的代名詞。因此，陰陽在應用上具有廣泛的物質基礎。所謂「相對性」，如天為陽，地為陰；日為陽，月為陰（《素問·陰陽離合論》）；至者為陽，去者為陰（《素問·陰陽別論》）；水為陰，火為陽，陽為氣，陰為味（《素問·陰陽應象大論》）；等等。這些都是很明顯的例證。由此推演，凡是一切活動的、興奮的、明顯的、在外的、向上的、前進的、無形的、熱的、光亮的、剛強的、積極的事物，都屬於陽的範疇；一切沉靜的、抑制的、隱晦的、在內的、向下的、後退的、有形的、冷的、黑暗的、柔弱的、消極的事物，都屬於陰的範疇。因此，陰陽的運用非常廣泛，在一定的情況下，或某一特徵上，任何事物都含有陰陽的意義。也就是一切事物具有相對的兩個方面，都可以陰陽的理論來代表和說明。所以，陰陽是一種與實際事物相聯繫的「論理工具」。

（二）陰陽在相對基礎上的統一和平衡

一切事物的存在，不僅是相對的，而且是相互促進、相互制約的，也就是說，一切事物是在矛盾中發展變化的。所以，古人用水為陰、火為陽，天為陽、地為陰等來說明陰陽的相對性。又用「陰在內，陽之守也；陽在外，陰之使也」（《素問·陰陽應象大論》）「陰者藏精而起亟也；陽者衛外而為固也」（《素問·生氣通天論》）

等來說明陰生於陽，陽根於陰的互根關係，也就是陰陽的統一性。這種陰陽互根的關係，如果從人體的生理功能方面來看，是建立在陰陽相對平衡的基礎上，所以說：「陰平陽秘，精神乃治。」（《素問·生氣通天論》）相反的，如果陰陽在其發生消長變化的過程中不能恢復其相對的平衡時，便會發生偏勝，而導致「陰勝則陽病，陽勝則陰病；陽勝則熱，陰勝則寒」（《素問·陰陽應象大論》）等的病理現象，甚至產生「陰陽離決，精氣乃絕」（《素問·生氣通天論》）的不良後果。也就是有陽而無陰，或有陰而無陽，勢必至「孤陽則不生，獨陰則不長」。所以說，陰陽是合之則一，分之則二，對立而又統一的一個整體。

（三）陰陽的消長轉變

客觀事物是在不斷地發展變化。陰陽既可以概括一切事物，那麼它就不是固定不移的，而是具有一定的轉變性。

例如《素問·金匱真言論》上說：「平旦至日中，天之陽，陽中之陽也；日中至黃昏，天之陽，陽中之陰也；合夜至雞鳴，天之陰，陰中之陰也；雞鳴至平旦，天之陰，陰中之陽也。」因為晝雖屬陽，夜雖屬陰，晝夜陰陽的轉變，就是陰陽對立的兩面發生消長的結果。所謂「陽中之陽、陽中之陰、陰中之陰、陰中之陽」是說明陽長則陰消，陽消則陰長，陰陽相互更迭消長，而出現晝夜的轉變。這種轉變的過程，又在陰陽互根的基礎上發生發展的。故稱陰極則陽生，陽極則陰生，也就是寒極會產生熱，熱極也會產生寒。推之於四季氣候，春天溫和，夏天炎熱，秋天涼爽，冬天寒冷，寒熱溫涼的更遞，實際上也就是陰陽的消長轉變。古人從自然界晝夜四時的轉變現象，相應地聯繫到人體，對某些本屬於寒，因寒極而產生熱的症狀，某些本屬於熱，因熱極而產生寒的症狀等，同樣常常用陰陽的道理來解釋。因此，《素問·陰陽應象大論》裏有「重陰必陽，重陽必陰」的理論。

綜上所述，陰陽是一個有對立面的代名詞，也可以說是一種分類方法和論理工具。自然界一切事物的形態、現象和性能，凡是處於相互對立的兩個方面，都可以用它來作代表說明。由於宇宙間一切事物都不是靜止的，而是在不斷地運動和變化的，因此陰陽不僅是對立地存在，並且是相互聯繫的。正因為陰陽是事物的對立的兩個方面，所以其中包含着矛盾因素。因為它們是相互聯繫的整體，所以既是矛盾的又是統一的。聯繫與矛盾同時存在，就形成了相互促進、相互制約的關係。因而陰陽必須維持相對的平衡。如果平衡失調，對人體來講，那就成為病態。所謂對疾病的治療，亦無非是恢復陰陽的平衡，從而達到健康的目的而已。總的來說，中醫

學從理論到臨床，從辨證到論治，無一不以陰陽為基礎。它和五行說不可分割地結合在一起，形成了一個比較完整的理論體系。

二、五行的基本概念

（一）五行的意義

五行即水、火、木、金、土。它是古人觀察自然界一切事物所得出的一個樸素的唯物概念，認為水、火、木、金、土是構成宇宙萬物的五類物質基礎。後來又發展了這種認識，從五者的不同特性，作為一切事物的歸類方法，和推演事物間相互聯繫及其變化的一種論理工具。

由於原始五行說的概念，是從人們日常生活實踐中最常接觸的五類物質中抽象出來的，因此它是原始的唯物主義宇宙觀。

（二）五行說的應用規律

- （1）**相生規律**：所謂「生」含有「資生」「助長」的意義。

將五行聯繫起來，具有相互促進、相互依靠的關係，這就稱作「相生」。

五行相生的規律是：木生火、火生土、土生金、金生水、水生木（圖1-1），循環生化，無有終時。五行彼此間的關係，也可理解為一種推動發展的作用。

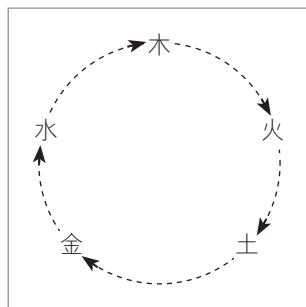


圖 1-1 五行相生

五行相生中任何一行，都有「生我」「我生」兩方面的聯繫，也就是母子關係。以「木」為例，生我者「水」，則水為木之母，我生者「火」，則火為木之子。餘可類推。

- （2）**相剋規律**：所謂「剋」含有制、勝的意思。將五行聯繫起來，具有相互制約、相互克服的關係，這就稱作「相剋」。

五行相剋的規律為：木剋土、土剋水、水剋火、火剋金、金剋木（圖1-2）。如此互相制約，循環不已，無有終時。五行相剋中，任何一行都具有「剋我」「我剋」兩個方面的聯繫，也就是《內經》所謂「所勝，所不勝」的關係。

以木為例，剋我者為金，我剋者為土，那麼，土就是木之「所勝」，金就是木之「所不勝」。餘可類推。

五行的相生相剋，在正常的情况下，都不會是單獨存在的。相生中，必須寓有相剋，在相剋中，亦必須寓有相生。有相生而無相剋，就不能保持相互間的正常平衡狀態；有相剋而無相生，則萬物就不會有生化。所以相生相剋的同時存在，是一切事物保持相互平衡的兩個不可缺少的條件。

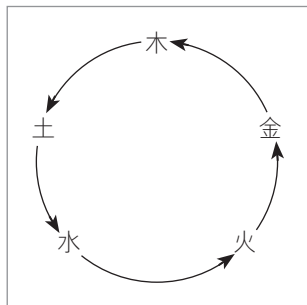


圖 1-2 五行相剋

- (3) **制化規律**：「制化」即是「制約生化」的簡稱，也就是上面所說的相生相剋聯繫在一起，成為五行中相互制約、相互生化、制中有化、化中有制、亦制亦化的正常現象中必須具備的兩個條件。正如張景岳說：「造化之機，不可無生，亦不可無制，無生則發育無由，無制則亢而為害，必須生中有制，制中有生，才能運行不息，相反相成。」可見五行的相生相剋，就包含了陰陽的矛盾統一，也就是相對基礎上的平衡和統一（相反相成）的意義。

五行制化的規律為：木剋土、土生金、金剋木；火剋金、金生水、水剋火；土剋水、水生木、木剋土；金剋木、木生火、火剋金；水剋火、火生土、土剋水（圖 1-3）。

根據制化規律，我們可從以下兩個方面來理解五行的制化關係：

- ① 木能生火，就是「母來顧子」之意。木之生火，對本身來說，似乎是一種負擔，但是木的本身也受水之所生。這在「生我，我生」方面仍然是平衡的，其中水與火之間，又是相剋的關係，所以相生的關係中，又寓有相剋的含義，而不是絕對的相生。
- ② 木能剋土，金也能剋木（我剋、剋我）。而土和金之間又是相生的關係，所以木剋土、土生金、金又剋木，說明了五行的相剋亦不是絕對的，相剋之中，必定寓有相生。這是起着制約而維持平衡的作用。如果沒

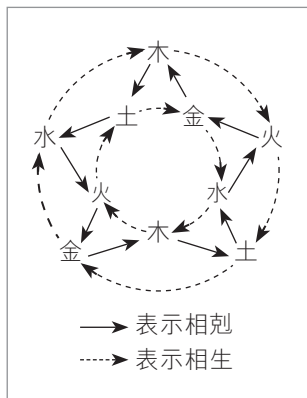


圖 1-3 五行制化規律

有這樣相互制約的關係，也就不能保持正常的平衡。《素問·至真要大論》說：「有勝則復，無勝則否。」意味着既有剋人的一面（有勝），但反面，又會受到人剋的報復（則復），其實也是具有相互制約的含義。後世所謂「子復母仇」，也不外是這個道理。

從以上看來，五行在正常情況下，是既能相生，又能相剋，因而才有其相互制化的規律。不過再要說明的一點是，在五行相生相剋發生太過或不及的時候，那便屬於異常變化的範疇。在後面相乘相侮中將專題加以討論。

五行在制約規律中任何一行，都具有「生我、我生，剋我、我剋」四個方面的聯繫。這也就是它的制化關係。這種論理方法，具有機動靈活、發展聯繫的特點，因此它不是孤立的，也不是固定不變的。

- (4) **相乘相侮**：「乘」有乘襲之意；「侮」是欺侮之意。一般說相乘與相剋的規律相同，其意義卻不同，相侮即反剋之意，所以又名「反侮」。

一切事物，有其正面，必有其反面，有其正常，亦必有其反常。五行生剋的規律，同樣如此。上述相生相剋五行制化，即正常的現象。此言相乘相侮，就是異常現象（圖1-4）。因為任何一行發生太過或不及，則其生與剋便失去平衡狀態，制約生化的正常規律就被打破，因而產生了相乘相侮的賊害現象。如《素問·五運行大論》說：「氣有餘則制己所勝，而侮所不勝；其不及，則己所不勝，侮而乘之，己所勝輕而侮之。」這就是有餘不及，皆能發生異常變化的道理。仍從太過不及兩個方面舉例說明之：

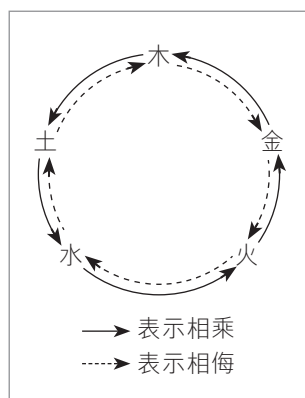


圖1-4 五行相乘相侮規律

- ① 如木氣有餘，則金不能對木加以正常的制約，木便橫決而乘土（制己所勝）；又由於木之太過，金既不能制木，又反受木侮（侮所不勝）。這是由於太過而導致五行相乘相侮的反常現象。
- ② 如木氣不及，除了受到金氣的乘襲剋害而外，本來土受木剋，今因木之不足，不能制約土，而土反來侮木。這是由於不及而出現的反常現象。

五行在醫學上的用處非常廣泛，方式方法也多種多樣，而它的基本精神包含着「相生、相剋」兩個方面，也就是五行學說在理論上的特點。在生與剋的基礎上，又以制化、乘侮來進一步說明事物的複雜變化，成為說明一切事物內在聯繫的一種論理工具。



三、五行與陰陽的關係

五行說在醫學的運用上和陰陽說有着不可分割的關係，同樣是中醫學理論體系中的主導思想。不過，陰陽說在運用上是以對立平衡（矛盾統一）為特點，五行說是以生剋制化（相互依存、相互制約）為特點。但五行中的「生我、我生」「剋我、我剋」，就具有陰陽互根以及矛盾統一的含義。所以論陰陽必須推及五行，論五行同樣是不能脫離陰陽的。

五行和陰陽這兩種學說結合起來才能相得益彰地把醫學上千變萬化、錯綜複雜的問題，加以全面地分析和說明。因而成為一套比較完整的理論體系。

在未討論《內經》原文之前，我們首先應該了解以上基本概念。

【原文講解】

陰陽者，天地之道也，萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始，神明之府也。治病必求於本。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝內經

提示

陰陽說總的概念，也是陰陽說的總綱和最基本的論點。

詞解

「生殺之本始」：「本」，根本也。「始」，終始也。王冰：「寒暑之用也。」張景岳：「陽來則物生，陽去則物死。」以上兩種說法，當然也不是絕對的機轉。這一句的意義，就是說自然界一切事物的生長毀滅，都不離乎陰陽的法則（規律）。

一、以陰陽說明宇宙變化的規律

「陰陽者，天地之道也……神明之府也。」

「陰陽者，天地之道」，指出陰陽是宇宙間的一種自然規律。因為萬物都具有對立的兩個方面，所以陰陽可以作為萬物之綱紀；同時也可以用它來說明萬物變化的根本原由（變化之父母）。萬物必須有陰陽的統一而生，也由於統一的破壞而死（生殺之本始）。所以說，宇宙間一切事物的發生、存在、發展、變化以及死亡、毀滅，都不離乎陰陽對立統一的法則（神明之府也）。

二、運用陰陽說明疾病的本質

「治病必求於本。」

最後一句聯繫到醫學治病方面——「治病必求於本」。所謂「本」，就是本於陰陽，說明人體疾病的產生，亦不離乎陰陽的道理。所以掌握陰陽便可以探求疾病的本質，這是臨床首先必須解決的一個根本問題。

例如：潮熱是一種症狀，陰虛（如肺病）、陽盛（如陽明病）均可產生潮熱。如何診斷，便在於考慮這個「本」。《素問·陰陽應象大論》有：「善診者，察色按脈，先別陰陽。」所以在疾病的診斷方面，首先必須辨別其屬陰屬陽。在治療上也必須掌握「陰病治陽，陽病治陰」的法則。

三、陰陽說總的概念

為甚麼要說這一節是陰陽說總的概念，原因是據原文的精神。

- (1)「陰陽」是整個自然界存在着的一種自然規律（天地之道）。這種規律的形成，也就是因為陰陽的基本意義是「對立與統一」，而自然界任何事物的存在，都是對立的統一。
- (2)「陰陽」是一切事物的綱領（萬物之綱紀）。
- (3)凡一切事物之所以有發展變化（變化之父母，生殺之本始，神明之府也），也正是以陰陽作基礎的。所以說本節是陰陽說總的概念，亦可說是陰陽說的總綱。

張隱庵：「本者，本於陰陽也。人之臟腑，氣血、表裏、上下，皆本乎陰陽；而外淫之風寒暑濕、四時五行，亦總屬陰陽之二氣。至於治病之氣味，用針之左右，診別色脈，引越高下，皆不出乎陰陽之理。故曰：治病必求其本。」



小結

總之，古人通過實踐、觀察，認識到人體和自然界是息息相關的，具有統一性的，所以從自然規律聯繫到治療疾病問題。這是古人從「天人相應」的整體觀念作出的基本論點。

積陽在天，積陰為地。陰靜陽躁。陽生陰長，陽殺陰藏。陽化氣，陰成形。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝
內經

提示

運用陰陽來分析事物的現象、性質和功能。

一、運用陰陽說明事物的現象

「積陽為天，積陰為地。」

天是無形之氣屬陽；地是有形之質屬陰。古人有「清經者上為天，濁重者下為地」（《列子·天瑞》篇）「積陽至大而為天，積陰至厚而為地」（張景岳）的說法。也就是「積陽為天，積陰為地」的意義。這是從宇宙的現象來區分的。又如「日為陽，月為陰」「白天為陽，黑夜為陰」，是以日夜不同的現象來區分的。因為日間明亮而屬陽，夜間黑暗而屬陰。

「陽化氣，陰成形。」

「氣」指氣化功能；「形」指一切有形的物質。物質的氣化功能，也就是生化能力，是無形的，故屬陽；一切物質均為有形，故屬陰。所以說「陽化氣，陰成形」。

二、運用陰陽表明事物的性質

「陰靜陽躁。」

同是有形物質，從其事物運動的動態上來作區別，也就是從它的性質來區分，凡是躁動的屬陽，靜止的屬陰。這是從它的性質比較而來的，所以是相對而非絕對的。例如臨床上，區別陰證或陽證時，凡有煩躁不安，喜活動的，名為陽證；如果嗜臥倦怠，喜安靜的，名為陰證。當然還必須結合到脈象、舌苔、神色等來作鑒別，才能正確診斷。但在臨床上，有時也可見到陽證安靜，陰證煩躁的反常現象。這是《素問·陰陽應象大論》所謂「重陰必陽，重陽必陰」的道理。但這也不能越出陰陽的範疇。

三、運用陰陽分析事物的功能

「陽生陰長，陽殺陰藏。」

「陽生陰長」就是說，促進萬物生發的功能屬陽；供給成長發育的物質屬陰。所以《素問·天元紀大論》說：「在天為氣，在地為形，形氣相感，而化生萬物。」就是說明陽生陰長之義。反過來說：「陽能生萬物，亦能殺萬物。」例如凡是能使植物枯萎，呈現一種蕭條景象的（陽亢）就謂之「陽殺」；凡是能使植物保存根芽，呈現一種像冬天蟄藏景象的就謂之「陰藏」。

總的來說，這兩句都是說明陰陽的功能。「陽生陰長」是陰陽的生長功能；「陽殺陰藏」可說是陰陽的變化功能。也就是上面第一節經文中所說的「生殺之本始」的意義。這是從萬物變化的影響來具體說明陰陽在代表事物功能上的相對性和統一性。

按：「陽生陰長，陽殺陰藏」這兩句，諸家說法不同，今摘選數則，以資參考。

張景岳：「此即四象之義。陽生陰長，言陽中之陰陽也。陽殺陰藏言陰中之陰陽也。蓋陽不獨立，必得陰而後成，如發生賴於陽和，而長養由乎雨露，是陽生陰長也。陰不自專，必因陽而後行，如閉藏因於寒冽，而肅殺出乎風霜，是陽殺陰藏也。此於對待之中，而復有互藏之道，所謂獨陽不生，獨陰不成也。」（《類經》）

李念莪：「陽之和者為發育，陰之和者為成實，故曰陽生陰長。此陰陽之治也。陽之亢者為焦枯，陰之凝者為封閉，故曰陽殺陰藏。此陰陽之亂也。」（按：此說本於張景岳）又《素問·天元紀大論》曰：「天以陽生陰長，地以陽殺陰藏。夫天為陽，陽主於升，升則向生，故曰天以陽生陰長，陽中有陰也。地為陰，陰主於降，降則向死，故曰地以陽殺陰藏，陰中有陽也。此言歲紀也。上半年為陽升，天氣主之，故春生夏長；下半年為陰降，地主之，故秋收冬藏。」（《內經知要》）

林億：「詳陰長陽殺之義，或者疑之，按《周易》八卦佈四方之義，則可見矣。坤者陰也，位西南隅，時在六七月之交，萬物之所盛長也，安謂陰無長之理。乾者陽也，位戌亥之分，時在九月十月之交，萬物之所收殺也，熟謂陽無殺之理。」（《素問》新校正本）



小結

總的來講，本節是說明了陰陽的相對統一性。一切事物，不論是現象、性質或功能等，只要是存在相對的兩個方面，都可用陰陽來代表說明之。

從這節經文，也可以體會到陰陽學說的運用是很機動的。所以可用取類比象的方法，推廣演繹運用到醫學上來。

天地者，萬物之上下也；陰陽者，血氣之男女也；左右者，陰陽之道路也；水火者，陰陽之徵兆也；陰陽者，萬物之能始也。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝內經

提示

舉例說明陰陽的意義。

詞解

「左右」：太陽與月亮總是從東方升起，西方落下。古人取象自然，面南而立，則左東右西。所以說左右是陰陽升降之道路。《素問·方盛衰論》：「陽從左，陰從右。」也是這個意義。

「徵兆」：亦可作象徵解。也就是極明顯而容易見到的意思。吳崑：「陰陽不可見，水火則其有徵而兆見者也。」

一、用事物說明陰陽的相對性和統一性

「天地者萬物之上下也……陰陽之徵兆也。」

這是用自然現象和人體的氣血等舉例說明陰陽的相對性和統一性。「天地」「上下」「血氣」「男女」「左右」「水火」等都是相對的事物和現象。這些事物和現象之間是既對立又統一，所以都可用陰陽來代表和說明。其中「水火」是最常見的東西，而水與火的對比，很明顯是兩相反對的，所謂「水火不相容」。因為水性寒，火性熱，所以水屬陰，火屬陽；而且水火又屬五行範圍，從而說明了五行與陰陽亦具有不可分割的關係。

二、用陰陽說明萬物生成變化的根源

「陰陽者萬物之能始也。」

所謂「能始」就是能力變化生成的原始，亦即「變化之父母」的意思。這種生成變化的能力，哪裏來的呢？這就是有陰陽在其中起的作用，所說「陰陽為萬物之能始」。這和前面第二節「陽生陰長」一句，可以聯繫起來理解。例如一切動物的生存，必須具備兩個基本條件：一為功能活動，一為食物營養（生理功能屬陽，營養物質屬陰）。這樣由於陰陽的互相作用，才能維持生命。如果單有功能而無食物的營養，則功能不能持久；相反的，如果單有食物而無功能加以消化和吸收，則食物亦無以發揮營養的效果。這是一個最普通的例子。

小結

宇宙間一切事物具有相對的兩個方面，都可以陰陽代表和說明之，而萬物的生長變化，都離不開陰陽對立統一的道理。

天為陽，地為陰；日為陽，月為陰……陰陽者數之可十，推之可百，數之可千，推之可萬，萬之大，不可勝數，然其要一也……陰陽之變，其在人者，亦數之可數。（《素問·陰陽離合論》）

黃帝內經

提示

說明自然界和人體運用陰陽的範圍。

一、自然界陰陽的範圍

「天為陽，地為陰……然其要一也。」

開始以舉例來說明自然界陰陽的範圍。因為自然界所有的事物或現象，都不是孤立存在的，而是存在着相對的兩個方面，所以都可以用陰陽來代表和說明。天為陽，地為陰……就是說明自然界一切事物的相對性。又由於自然界的事物極為複雜和變化多端，因而推演下去，可以由十到百，由千到萬，甚至無窮無盡，不

可勝數。這就是說明陰陽運用的範圍極其廣泛。但是只有一個基本原則，就是不外乎事物相對性的兩面（「然其要一也」）。也就是說，一切無窮無盡的事物和變化，不越陰陽這一「相對和統一」的範疇。

二、人身陰陽的範圍

「陰陽之變……亦數之可數。」

這是說明人身陰陽的範圍。陰陽說的運用，在自然界來說是極其廣泛的；而人身陰陽的運用，也和天地的陰陽一樣，雖然非常複雜，但亦「數之可數」。因為它也不外乎「對立與統一」這個原則。正如張景岳所說：「知其數，則無不可數矣。數，推測也。」

按：本節經文是摘錄《素問·陰陽離合論》。原文是「黃帝問曰：余聞天為陽，地為陰，日為陽，月為陰。大小月三百六十日成一歲。人亦應之。今三陰三陽，不應陰陽，其故何也？」也就是黃帝問人身三陰三陽之氣與天地定位、日月成象的陰陽不同，這是甚麼緣故呢？岐伯回答的大意是：人身的三陰三陽亦應乎天地四時的陰陽，亦如天地四時陰陽變化的無窮無盡「數之可千，推之可萬……不可勝數」的含義相同，所以說「亦數之可數。」這也是在「天人相應」的整體觀念上的取類比象的推演方法。

小結

本節總的精神是說明大如宇宙的天地日月、小如人體都可用陰陽這個學說來分析說明。宇宙間的事物是無窮無盡的，但是它們的發生、存在和發展、變化，不外一陰一陽的相對統一性。所以陰陽的推演，可由簡而繁，亦可由博返約。

清陽為天，濁陰為地。地氣上為雲，天氣下為雨；雨出地氣，雲出天氣。故清陽出上竅，濁陰出下竅；清陽發腠理，濁陰走五藏；清陽實四肢，濁陰歸六府。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝
內經

提示

用取類比象的方法，說明人體的生理現象。

一、從雲雨的變化說明陰陽互根的道理

「清陽為天……雲出天氣。」

這一段是從自然界雲雨的變化來說明「陰陽互根」的道理。所謂「陰陽互根」，就是「陰生於陽，陽根於陰」的意義。

「清陽為天，濁陰為地」和第二節「積陽為天，積陰為地」的意義相同。就是清陽之氣上升為天，濁陰之氣下凝為地。

從天為陽，地為陰，說到雲雨的成因及來源，重點說明了雲雨相互轉變的關係（圖1-5）。

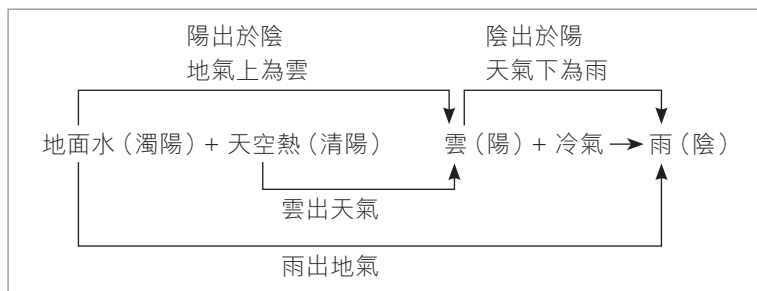


圖1-5 雲雨相互轉變的關係

地面上的水，由於天空熱力的蒸發，化氣上升為雲。所以說：「地氣上為雲」「雲出天氣」。地面的水化為氣，上升為雲，還必須遇到天氣的變化（冷氣），才有可能變成雨而降落到地面。所以說「天氣下為雨」。推究雨的來源，是由於地面向上升的水氣。所以說「雨出地氣」。這節經文說明了「無陰則陽無以生，無陽則陰無以化」的陰陽互根的道理。

二、從人體清陽濁陰的變化說明正常的生理現象

「清陽出上竅……濁陰歸六府。」

這是以人體內清陽濁陰的變化，來說明正常的生理現象。而這所謂「清陽、濁陰」不是固定指一種物質或功能，它的所指不同。如圖1-6。

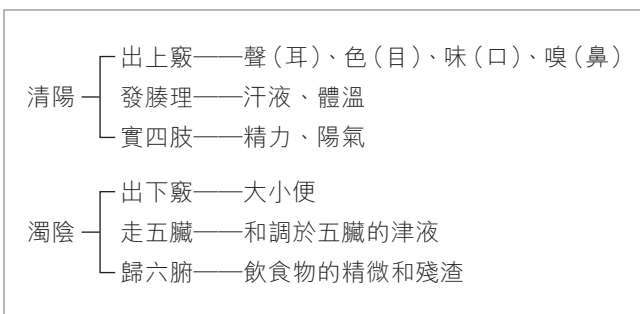


圖1-6 人體清陽濁陰的變化

從這裏可以理解兩個問題：

- (1) 同樣是「清陽濁陰」，但所指不同。這是陰陽的機動性。所以說，陰陽學說的運用是靈活的。
- (2) 本節的「濁陰」不完全指的是廢物，它是和「清陽」相對而言，含有「混濁」或「濃厚」的意義。《素問·經脈別論》有「食氣入胃，濁氣歸心」的記載（見後藏象章）。此「濁氣」和本節的「濁陰」有近似之處。所以我們不能機械地把濁陰一概看作是「廢物」。

小結

總的這一節的意義，開始以自然界的變化，就是將雲雨作比喻來說明陰陽相互轉變及其互根的道理；從而再以取類比象的方法，以天例人，說明人體的生理現象；並且靈活地運用了陰陽學說，以說明生理上的種種問題。

陰中有陰，陽中有陽。平旦至日中，天之陽，陽中之陽也。日中至黃昏，天之陽，陽中之陰也。合夜至雞鳴，天之陰，陰中之陰也。雞鳴至平旦，天之陰，陰中之陽也。故人亦應之。（《素問·金匱真言論》）

黃帝內經

提示

用陰陽說明氣候轉變的規律性，以及對人體的關係。

一、晝夜陰陽消長轉變的過程

這一節經文以晝夜分陰陽，是從一年四季分為陰陽的基礎上進一步的分類。一年四季是春夏屬陽，秋冬屬陰。以晝夜來說，晝為陽，夜為陰。而本文從晝夜的陰陽中，又各分出陰陽。這是以上午、下午、前半夜、後半夜來分的。如圖 1-7。

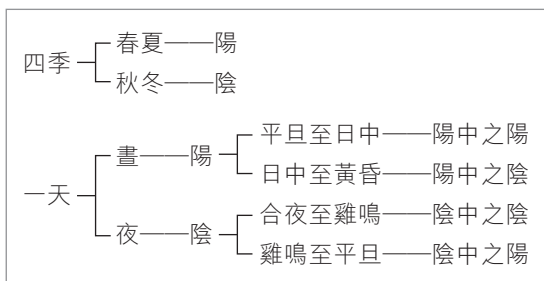


圖 1-7 四季晝夜分陰陽

李念義：「平旦至日中，自卯至午也。日中至黃昏，自午至酉也。合夜至雞鳴，自酉至子也。雞鳴至平旦，自子至卯也。則子午當二至，卯酉當二分，日春為春，日中為夏，日入為秋，夜半為冬也。」如圖 1-8。

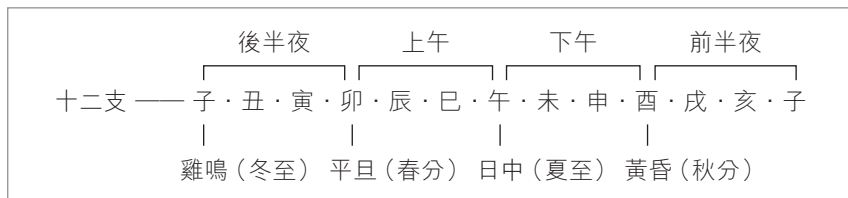


圖 1-8 四季晝夜分陰陽

所謂「陽中之陽」「陽中之陰」「陰中之陰」以及「陰中之陽」，其意就是說明陽長則陰消，陽消則陰長。這是盛極則衰，物極則變的自然規律。由於陰陽的互為消長，而出現了晝夜四時的變化。這就是陰陽消長的轉變規律。另一方面，也意味着陰陽之中復有陰陽，無論是陰的一面或陽的一面，其內在關係又包含着陰陽的對立面，更表達了事物內在的複雜性。所以陰陽又可作為由簡為繁、愈分愈細的推演法則。

二、氣候的陰陽轉移與人體的關係

「人亦應之。」

張景岳：「人身之陰陽，亦與一日四時之氣同。故子後則氣升，午後則氣降，子後則陽盛，午後則陽衰矣。」這是說，從天之晝夜陰陽的變化，結合到人身之陰陽，同樣是順應着這樣的轉變。同時人體內臟亦可根據其性能與部位從陰陽中再分陰陽來。

從四時的陰陽來講，凡四時節氣的轉移，對疾病是有一定影響的。例如有些慢性病，每逢節氣交替的時候就加重，尤其是在大的節氣，所謂「二至二分」，每每有很多疾病在這個時候死亡或加劇。還有一些老年人在這個時期感到周身骨節酸痛，也是同樣的道理。

再從晝夜轉移的小範圍來講，很多疾病有日輕夜重，或者日重夜輕的。從病人死亡的時間來看，大多數死在中午、半夜、早晨，或晚上。這是在氣溫轉變，陰陽交界的時候。又如濕溫症，一般在下午比較嚴重，肺癆病亦多在下午發生潮熱。諸如此類例子，總的是說明了不論四時陰陽或晝夜陰陽的變化，對人體是有相當影響的。

《靈樞·順氣一日分為四時》：「夫百病者，多以旦慧，晝安，夕加，夜甚，何也？岐伯曰：四時之氣使然。黃帝曰：願聞四時之氣。岐伯曰：春生，夏長，秋收，冬藏，是氣之常也，人亦應之。以一日分為四時，朝則為春，日中為夏，日入為秋，夜半為冬。朝則人氣始生，病氣衰，故旦慧；日中人氣長，長則勝邪，故安；夕則人氣始衰，邪氣始生，故加；夜半人氣入藏，邪氣獨居於身，故甚也。」

再從生理方面來說，《素問·生氣通天論》：「陽氣者，一日而主外，平旦人氣生，日中而陽氣隆，日西而陽氣已虛，氣門乃閉。」這是說，人身的陽氣是隨着氣溫的變化，在體內的部位不同。根據《內經》的意思，人體的陽氣，白天活躍在體表，早晨（平旦卯時）陽氣漸趨體表；中午為陽氣活躍最旺盛的時候，充盛於體表；至太陽偏西（就是下午），陽氣則漸向裏，體表的陽氣漸減，汗孔漸漸閉合了。

總的說，以上兩節經文是說明四時或晝夜的變化，對人體生理、病理上，都是有一定影響的。這就是「天人相應」的道理。所謂「天人相應」，也就是「人與自然的關係」。因為人生活在自然界中，一呼一吸都不能離開自然，一切生活的需要都必須依賴於自然。可見人與自然的關係是極其密切。因而自然界的一切變化，必然對人體發生影響。這就是古人所謂「人身一小天地」「人亦應之」的道理。

夫言人之陰陽，則外為陽，內為陰；言人身之陰陽，則背為陽，腹為陰；言人身之藏府中陰陽，則藏者為陰，府者為陽，肝、心、脾、肺、腎五藏皆為陰，胃、膽、大腸、小腸、膀胱、三焦六府皆為陽……故背為陽，陽中之陽心也；背為陽，陽中之陰肺也；腹為陰，陰中之陰腎也；腹為陰，陰中之陽肝也；腹為陰，陰中之至陰脾也。此皆陰陽表裏、內外、雌雄相輸應也，故以應天之陰陽（《素問·金匱真言論》）

黃帝
內經

提示

以陰陽說明人體的部位及臟腑的性能。這節經文是連接前一節經文說的。

一、以陰陽說明人體的部位

- (1) **以內外分**：「外」，指人體的整個軀殼，屬陽；「內」，指體內一切臟器，屬陰。這是將整個人體以陰陽來區分，所以稱「外為陽，內為陰」。
- (2) **以腹背分**：「背」向天向上；「腹」向地向下，因此說「背為陽，腹為陰」。張隱庵以經脈的分佈來解釋，他說：「背為陽，腹為陰。督脈循於背，總督一身之陽；任脈循於腹，統任一身之陰也。」

亦有「以背為陰，腹為陽」的說法。如老子：「萬物負陰而抱陽。」張景岳：「老子所言，言天之象；本經之言，言地之象。」



二、以陰陽說明臟腑的性能

- (1) **以臟腑分**：五臟為陰，六腑為陽。《素問·五藏別論》：「五藏者，藏精氣而不寫……六府者，傳化物而不藏。」五臟藏而不瀉，屬陰；六腑瀉而不藏，屬陽。所以說，這是以陰陽說明臟腑的性能的。

另外，五臟屬陰，六腑屬陽，以經絡來說，亦是如此。六臟（即五臟加心包）——手足六陰經；六腑——手足六陽經。

- (2) **以部位配合五臟分**：膈上為陽，膈下為陰。但心、肺同居膈上，肝、脾、腎同居膈下，而有心為陽中之陽，肺為陽中之陰，肝為陰中之陽的區別。這是除按照部位的陰陽來分外，還結合到五臟的性能來區分。以下王冰的註解可供參考。

「心為陽臟，位處上焦，以陽居陽，故為陽中之陽。肺為陰臟，位處上焦，以陰居陽，故為陽中之陰。腎為陰臟，位處下焦，以陰居陰，故為陰中之陰。肝為陽臟，位處中焦，以陽居陰，故為陰中之陽。脾為陰臟，位處中焦，以太陰居陰，故為陰中之至陰。」

前面談到「五臟為陰」，但在五臟中再分陰陽，則心、肝為陽臟；肺、腎、脾為陰臟。《靈樞》稱心、肝為牡臟；肺、腎、脾為牝臟（見《靈樞·順氣一日分為四時》）。牡者為陽，牝者為陰，也是雌雄的意思。所以在本節經文中說：「陰陽表裏、內外、雌雄相輸應也。」（輸應，就是相互聯繫）說明了人體部位的表裏內外與臟腑的陰陽雌雄，雖然是相對的，但也是相互聯繫而統一的。至於臟腑之間的相互關係，在後面藏象章中介紹。

小結

本節和上節這兩節經文的總的精神是說明陰陽對事物的分類是愈分愈細的，可以陰陽中再分出陰陽。因為任何事物的本身，不論是陰的一面，或陽的一面，都可包含有無數的陰陽對立面。所以陰陽的推演，可以由簡而繁，愈分愈細；但也可以由繁而簡，從博返約。例如前面所說的「陰靜陽躁」，在這靜與躁之下，就包括了許多的動態。譬如臨床上的陰證和陽證，其症狀就是複雜多變的，而是用陰陽將其概括成兩大類型，便於診治，這就是由繁而簡的歸納方法。

同時，古人在「天人相應」整體觀念的思想指導下，認為自然界一切變化，都可以影響到人體，而人體是與天地息息相關的。所以說：「人亦應之」「故以應天之陰陽也」。我們再聯繫到臨床上，這些理論不但可以推演生理現象，同時可以結合病情和病理變化，作為診斷和治療的依據。

四時之變，寒暑之勝；重陰必陽，重陽必陰。故陰主寒，陽主熱。故寒甚則熱，熱甚則寒。故曰寒生熱，熱生寒。此陰陽之變也。（《靈樞·論疾診尺》）

黃帝內經

提示

以陰陽的消長轉變說明四時寒暑的勝復。

一、陰陽與四時氣候轉移的關係

我們知道，四時季節的轉移情況，是春去夏來，秋去冬至。而四時氣候的常規是春溫、夏熱、秋涼、冬寒。這種氣候的轉變，也就是寒暑勝復的意義。正因四時氣候有不同，所以劃成春、夏、秋、冬四季。四時之變，雖有春溫、夏暑、秋涼、冬寒的不同，但實際上不外「寒暑之勝」的道理。因為溫之與暑（熱），涼之與寒，不過是程度上的差別。「陽主熱，陰主寒」。所以由春之溫暖而至夏之炎熱，乃是陰氣漸消、陽氣漸長而發展至極盛的現象，故稱春夏為陽。由秋之涼爽而至冬之寒冷，乃是陽氣漸消、陰氣漸長而發展至極盛的現象，故稱秋冬為陰。是故四時

寒暑之勝，也就是由於陰陽之氣消長更勝的結果。

但是正常氣候的轉變，是一種自然的規律。李念莪說：「冬寒之極，將生春夏之熱；冬至以後，自復至乾也。夏熱之極，將生秋冬之寒；夏至以後，自姤而至坤也。」說明事物發展過程中，是盛極則衰，物極則變。故而四時氣候的陰陽變化亦是如此。陰發展到極盛以後，會出現陰消陽長的轉變；陽發展到極盛以後，就出現陽消陰長的轉變。但是四時陰陽的往復，並不等於事物的循環重複，而正由於陰陽的消長變化而推動着一切事物的發展。所以說，儘管事物是變化多端的，我們掌握了陰陽的規律，自然就有規矩可循了。

二、陰陽寒熱的轉變在臨床上的重要意義

「重陰必陽，重陽必陰」，這種陰陽轉變的規律，就是《素問·天元紀大論》所謂「物極謂之變」的道理。這種規律在臨床上有極為重要的意義和價值。古人常藉以說明真寒假熱，或真熱假寒的病機——疾病的本質與外象不一致。因其基本機轉，也就是本節所說的「寒甚則熱，熱甚則寒」。我們知道了這一道理，對診斷上大有裨益，不致為假象所迷惑而診斷錯誤。在治療上，就可以採取「從治」「反佐」等方法加以處理。具體的內容，將在以後診治章中再進行討論。

陽氣者，若天與日，失其所，則折壽而不彰。故天運當以日光明，是故陽因而上衛外者也（《素問·生氣通天論》）

黃帝內經

提示

以日光比類人體陽氣，從而說明陽氣在人體的重要性。

本節經文以「取類比象」的方法，從天與太陽的關係，聯繫到人體與陽氣的關係。因而強調了陽氣在人身的重要作用。如再分析一下陽氣究竟是甚麼，在人體有哪些重要性。根據《內經》的精神歸納起來有下列三個方面。

一、運行和生化作用

人體血液、津液等運行循環，均需要陽氣為之輸佈運行。而血液、津液等，所以能營養全身而產生精神活動和一切的臟腑功能活動，又需要通過陽氣的氣化作用，才能生化不息。

二、宣化輸送五穀精微

「上焦開發，宣五穀味，熏膚、充身、澤毛，若霧露之溉是謂氣。」（《靈樞·決氣》）這是說明五穀精微的生成和宣化輸送，都需要通過陽氣才能溫養全身和潤澤皮毛。

三、衛外作用

「陽者衛外而為固也。」（《素問·生氣通天論》）這是指陽氣有防禦和抵抗外邪等衛外功能。

從以上的歸納來看，陽氣的功能是比較廣泛的，有關人體的營養消化，以及保衛身體抵抗外邪等都離不開陽氣的功能。因此，古人把它比作天與太陽的關係。如果天空裏沒有太陽，或失去正常的運行規律，則宇宙間黑暗而不明，萬物亦不能生長。所以天的運行，必須要有太陽的光明。而人身的陽氣，要調和才能發揮其衛外功能；不然，就會招致病邪的侵襲，而造成夭折壽命的危險。另一方面，沒有陽氣很好地進行消化運行，則營養的來源缺乏，也可導致身體的衰弱。於此可見，陽氣在人體的重要性。但是我們必須注意，此節雖然強調陽氣的重要性，並不等於說「陰」的不重要。如《素問·五常政大論》所指出的：「陰精所奉其人壽。」就足以說明陰精的重要性。與此合參，更能證明陰陽二者對於人體是不可偏廢的。

李念莪：「天之運行，惟日為本。天無此日，則晝夜不分，四時失序，晦冥幽暗，萬物不彰矣。在於人者，亦惟此陽氣為要。苟無陽氣，孰分清濁、孰佈三焦、孰為呼吸、孰為運行，血何由生、食何由化，與天之無日等矣，欲保天年其可得乎？」



陰在內，陽之守也；陽在外，陰之使也。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝
內經

提示

說明人體內外陰陽相互為用的關係。

詞解

「陰」：指體內的有形物質、營養成分、液體等。

「陽」：指人體無形的氣以及由氣所產生的生化、運動功能等。

「陰在內，陽之守也。」

這是說，人體內的營養物質居於內部各組織之間，屬於陰，而必須有屬於陽的生化運動和衛外功能，才能發揮營養的作用和保證機體的健康。所以馬蒔認為：「陰指營，陽指衛。」又說：「營者，將之所居在內；衛者，兵之所護在外。」我們認為本節經文的基本精神，在於說明整個人體陰陽兩個方面相互依存、相互為用的關係。營衛僅是本文所指的陰陽的一部分，並不等於本文的陰陽單指營衛而言。

「陽在外，陰之使也。」

這是說，人體屬陽的功能，必須要有體內屬陰的營養物質的不斷支援，才能發揮它在外所起到的保衛等作用。因為屬陰的營養物質是屬陽的活動功能的原動力，所以稱為「陰之使」。例如人們歇一頓不吃飯，工作時就會感到倦乏。這證明營養物對機體活動有密切關係。

按：這一節的「守」，又可作為後備力量的意思。故將「陰在內，陽之守」解釋為「內在的陰，是陽在外面活動的後備力量」，亦通。

張景岳：「陰性靜，故為陽之守；陽性動，故為陰之使。守者守於中，使者運於外。」

參考
資料

小結

從這裏可以進一步體會到陰陽所代表的事物，雖然是相對的，但又是相互依賴、相互生成的（陰陽互根）。如果陰陽不能相互維繫，對人體來講，就成病態，即所謂「孤陽不生，獨陰不長」。

陰陽互根的道理，可以從人的整體來解釋。例如：自飲食物入口，至產生能力這一過程，就是陰陽相互為用的過程，即陰陽互根的道理。

飲食物屬陰，至消化變成的營養物質也是屬陰。這一過程中的消化功能屬陽，至最後產生的活動能力也是屬陽。如圖 1-9。



圖 1-9 陰陽互根

營養物質的來源，主要是靠消化功能（屬陰的營養物產生於屬陽的消化功能）；而消化功能又需要營養物的供養才能產生能力（屬陽的消化功能產生於屬陰的營養物質）。這就是「陰生於陽，陽根於陰」，陰陽相互為用的例子。

凡陰陽之要，陽密乃固。兩者不和，若春無秋，若冬無夏；因而和之，是謂聖度。故陽強不能密，陰氣乃絕；陰平陽秘，精神乃治；陰陽離決，精氣乃絕。（《素問·生氣通天論》）

黃帝內經

提示

體內陰陽的平衡和協調，是生理正常的基本原則。

一、人體陰陽應該保持平衡和協調

「陰陽之要，陽密乃固。」

「陽密乃固」這一句，不僅談到陽的一面，同時也包含着陰的一面在內。

李念莪：「陰主內守，陽主外護。陽密於外，則邪不能侵而陰得固於內也。」根據李氏的見解，意思是說，陰精之能固守於內，一定要陽分之衛外周密，從而才能達到「陰陽平衡」的目的。這就是所謂「陽密乃固」的含義。

「兩者不和……是謂聖度。」

這是以形容和比喻，指出人體的陰陽不平衡（兩者不和），就好像四時氣候的

反常變化一樣。只有春天的氣候而無秋，只有冬天的氣候而無夏。這就是四時氣候中陰陽不和的現象。因為四時的氣候應該順序出現的，如果反常，即對萬物不利。因此人體陰陽不平衡，也就會引起病變。

在這種情況下，使陰陽求得平衡協調，是很重要的。故以下指出「因而和之，是謂聖度」。聖度的意義，張隱庵說：「是聖人調養之法度。」李念莪：「瀉其太過，補其不足，俾無偏勝，聖人之法度也。」



二、體內陰陽的正常與反常

「故陽強不能密……精氣乃絕。」

人在正常情況之下，體內陰陽是相對平衡的。即原文所說「陽密乃固」，「陰平陽秘，精神乃治」，也就是說人體的功能不能過於亢奮或衰退，而是應該保持相對的平衡。

如果過呈亢奮，就是陽盛，過於衰退，則為陽虛；而陽盛則陰成盛，陰虛則陽必亢。這樣就造成「陽勝則陰病」「陰勝則陽病」的病理現象。從此可見，人體陰陽相對平衡是屬於正常的生理現象。

相反的，人體陰陽反常的結果，即原文所說：「陽強不能密，陰氣乃絕」，「陰陽離決，精氣乃絕」。（離決即分離不協調之意）這是人體功能不平衡所出現的病變。在這種情況下，就要「調和陰陽」，使其達到平衡協調。例如：大出血，或大吐大瀉失水的病人，是屬於陰不足，但至嚴重階段，就會導致陽氣虛乏，出現冷汗淋漓，脈微細或空而大，四肢逆冷，甚則導致死亡。這就屬於「陰陽離決，精氣乃絕」的瀕危證象。在治療方面，應採用「陰陽兼顧」的法則，目的在使陰陽取得協調。如單純滋陰，陽氣又要脫，單純固陽氣，則陰液更傷。因此，必須採用「陰陽兼顧」的方法，始能得到挽救。

又如，暑溫白虎加人參湯證，壯熱心煩、喘渴、多汗，就是陽強不能密之候。既然陽強，故治以白虎湯，加人參者，在於保護陰氣。如果任其陽氣太盛，大耗陰氣，進一步必至陰氣乃絕。

總的說，「陰陽離決」「陽強不能密」都是屬於陰陽失去平衡的現象，不過程度有輕重不同而已，即前者為重，後者為輕。因而其產生的後果也就不同，前者是「精氣乃絕」，後者是「陰氣乃絕」。

王冰：「陰氣和平，陽氣閉密，則精神之用，日益治也。」

李念莪：「陰血平靜於內，陽氣秘密於外。陰能養精，陽能養神，精足精全，命之曰治。」（治，不亂的意思）

參考
資料

小結

通過以上的討論，我們體會到「陰陽」在這裏是作為生理現象、病理機轉和診斷治療的說理工具。同時，本節又必須與第九節經文聯繫起來看。因為那一節經文專談陽氣，所以雖強調陽氣在人體的重要性，而並不意味着「陰分」的不重要。

陰勝則陽病，陽勝則陰病。陽勝則熱，陰勝則寒。重寒則熱，重熱則寒。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝
內經

提示

說明陰陽偏勝，是產生寒熱證的病理機轉。

一、陰陽偏勝的一般病變

「陰勝則陽病……陰勝則寒。」

「陰勝則陽病」與「陰勝則寒」，「陽勝則陰病」與「陽勝則熱」聯繫起來，其意義是一致的。比如：陰勝則陽病——陰勝則寒——寒證。陽勝則陰病——陽勝則熱——熱證。（《甲乙經》：陰勝則寒，陽勝則熱。作陰病則寒，陽病則熱。）

由於陰的一方面偏勝，使陽的一方面發生病變，因而產生寒證；陽的一方面偏勝，使陰的一方面發生病變，因而產生熱證。如《素問·調經論》說：「陽虛則外寒，陰虛則內熱；陽盛則外熱，陰盛則內寒。」其詳細的病理機轉，在後面病能章中作介紹。

這一節經文也必須與上一節聯繫起來看。因為人體的陰陽是應該保持平衡的，如失卻了此種平衡，就會產生疾病。在臨床上的實際病例，確是這樣。

- (1) **陰勝則陽病，陰勝則寒的病例**：如《傷寒論》少陰病寒化證，在症狀上表現有脈微細（欲絕），但欲寐，下利清穀，四肢厥冷，背惡寒等。這均是陰盛而導致陽虛的現象。治療時，宜用逐寒回陽，以消陰霾，陰霾消，則陽氣自復，如附子湯、四逆湯之類。
- (2) **陽勝則陰病，陽勝則熱的病例**：如《傷寒論》陽明病，不管是經證或腑證，都是陽勝的結果。在大熱、大渴，大汗、便秘的情況下，陰液必然受損。而在治療時，並不以滋陰為主，仍是用白虎之類清熱、承氣之類瀉實為主。採取這種「清熱、瀉實以存陰」的治療方法，以期達到陰陽平均的目的。

汪昂：「陰何以病，由於陽勝則太熱也；陽何以病？由於陰勝則太寒也。」



二、陰陽偏勝的嚴重病變

「重寒則熱，重熱則寒。」

重寒則熱（重陰必陽，陰極似陽）——真寒假熱。乃陰盛格陽、內真寒而外假熱。例如，《傷寒論》：「少陰病，下利清穀，裏寒外熱……身反不惡寒，其人面色赤……或咽……通脈四逆湯主之。」（《傷寒論》第317條）

重熱則寒（重陽必陰，陽積似陰）——真熱假寒。此乃陽盛格陰，內真熱而外假寒。

例如：「傷寒脈滑而厥者，裏有熱也，白虎湯主之。」（《傷寒論》第350條）

張景岳：「此即上文寒極生熱，熱極生寒之義。蓋陰陽之氣，水極則似火，火極則似水，陽盛則格陰，陰盛則格陽。故有真寒假熱，真熱假寒之辨。此而錯誤，則死生反掌。」

小結

本節總的說明了陰陽偏勝的病變，亦有一般的與反常的兩個方面。從陰陽偏勝的病理機轉上，可以進一步理解到陰陽相互間的轉變關係。

陰味出下竅，陽氣出上竅。味厚者為陰，薄為陰之陽；氣厚者為陽，薄為陽之陰；味厚則泄，薄則通；氣薄則發泄，厚則發熱。（《素問·陰陽應象大論》）

黃帝
內經

提示

用陰陽的原理，來分析藥物、飲食物中氣和味的性能。
從這一節經文的分析，可以理解到藥物的功用。

一、陰味出下竅、陽氣出上竅

陰味，指飲食物的五味（酸、苦、甘、辛、鹹），味厚而沉降，屬陰。陽氣，指藥物、飲食物的五氣（臊、焦、香、腥、腐），氣薄而升浮，屬陽。王冰註：「味有質，故下流於便瀉之竅；氣無形，故上出於呼吸之門。」張景岳：「味為陰，故降；氣為陽，故升。」

本節所謂陰味、陽氣，與第五節原文清陽、濁陰的含義不同。第五節是說明人體正常的生理現象；本節是指飲食物中的氣和味對人體的不同作用。

二、飲食物氣味的性能

「味厚者為陰……厚則發熱。」

(1) **味**：味分厚薄，味厚的屬純陰；味薄的屬陰中之陽（也是愈分愈細，從陰陽中再分出陰陽來），這是它的性質。味厚的有泄下作用；味薄的有通利作用，這是它的功能。

(2) **氣**：氣亦有厚薄之分，氣厚的屬純陽；氣薄的為陽中之陰，這是它的性質。氣厚的能助長陽氣，

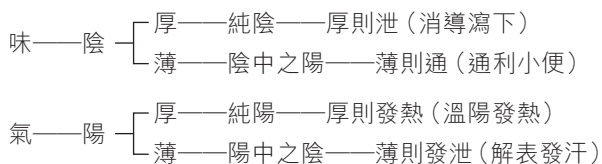


圖 1-10 飲食氣味的性能

發生熱力的作用；氣薄的有發散作用，這是它的功能。如圖 1-10。