

五行生克及五运六气

□ 张玉娟

中医学的基本理论,包括了五运六气,天人合一,阴阳五行,脏腑经络等学说。这些理论皆从易学而来。本文主要探讨五运六气及五行相生相克与人体的关系。

一、何谓五行

即是指金、木、水、火、土,宇宙自然界五种基本物质元素的运动变化规律,五行学说是古人用人们日常生活中最熟悉的木、火、土、金、水,五种物质的功能属性为代表,来归类事物的属性,并以五者之间相互资生、相互制约的关系,来论述和推演事物之间的相互关系及其复杂的运动变化规律。五行学说观点,认为宇宙自然界都是由五种属性物质所构成,各种事物的发展变化,都是由此五种属性物质的运动和相互作用的结果。五行学说是我国古代的唯物主义哲学范畴。

现将人体脏腑与五行八卦等的关系归类列表如下:

中医学及气功学运用五行学说来概括脏腑组织功能属性,论证五脏系统,相互联系的内在规律,并归纳人体与自然界的相互关系,特别阐明人体的整体结构关系,从而指导中医及气功临床诊断和治疗,五行学说是中医学及气功学独特理论体系的主要组成部分。

从下表可以看出,五行配五脏六腑、五行配十天干、十二地支,五行配八卦等。由此可使我们在练功中得到启示,如肝有病,可根据五行结合阴阳,结合辨证施功,可

以得到立竿见影的效果。

二、五行的生克乘侮

1. 五行的相生相克

五脏之间存在着相生相克的规律,生与克就是五行学说用以概括和说明事物的联系和发展变化的基本观点。

相生,含有相互资生、促进、助长之意。相生的规律是:木生火,火生土,土生金,金生水,水生木(配以五脏,肝生心,心生脾,脾生肺,肺生肾,肾生肝),相生是顺生。(如图1)

在相生关系中,任何一“行”都具有“生我”、“我生”两方面的关系,生我者为母,我生者为子,所以中医学说又称之为“母子学说”。如肝为心之母,心为脾之母,脾为肺之母,肺为肾之母,肾为肝之母。反之,肝为肾之子,肾为肺之子,其他脏以此类推。

相克,含有相互制约、克服、抑制的意思。五行相克的规律是,木克土,土克水,水克火,火克金,金克木,(隔位相克)。(见图1)

在相克关系中,任何一“行”都有“克我”、“我克”两方面的关系,我克者为“我所胜”,克我者为“我所不胜”,所以相克关系又称为“所胜”和“所不胜”的关系。

五行学说认为,相生相克是事物联系的不可分割的两方面,没有生,就没有事物的发生和成长。没有克,就不能维持事物发展变化中的平衡与协调。只有生中有克,克中有生,相反相成,相互为用,方能

自然界										五行	人体					
五音	五味	五色	五化	五气	五时	五方	十二地支	十天干	八卦		五脏	六腑	五体	五官	五华	情志
嘘	酸	青	生	风	春	东	寅卯	甲乙	震巽	木	肝	胆	筋	目	爪	怒
呵	苦	赤	长	热	夏	南	巳午	丙丁	离	火	心	小肠	脉	舌	面	喜
呼	甘	黄	化	湿	长夏	中	辰戌丑未	戊己	坤艮	土	脾	胃	肌肉	口	唇	思
咽	辛	白	收	燥	秋	西	申酉	庚辛	乾兑	金	肺	大肠	皮毛	鼻	毛	悲忧
吹	咸	黑	藏	寒	冬	北	子亥	壬癸	坎	水	肾	膀胱	骨	耳	发	惊恐

相生——→
相克---→

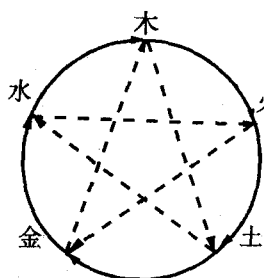


图1 五行相生相克

推动和维持事物正常的发展变化过程。(如图2)

木能克土,土能生金,金又能克木,从而使木不亢不衰,故能滋养火,而使火正常生化。

火能克金,金能生水,水又能克火,从而使火不亢不衰,故能滋养土,而使土正常生化。

土能克水,水能生木,木又能克土,从而使土不亢不衰,故能滋养火,而使金正常生化。

金能克木,木能生火,火又能克金,从而使金不亢不衰,故能滋养火,而使水正常生化。

水能克火,火能生土,土又能克水,从而使水不亢不衰,故能滋养火,而使木正常生化。

从图2说明,从五行整体作用可以明显看出,任何两行之间的关系,并不是单向的,而是相互的,他们之间有相互联系、相互制约的关系。因此说相生相克,对于事物的正常生化和发展,是必不可少的条件,若没有生,则生长发展无源。若无制约,则必然会出现某一方面的过度亢盛而有害。必须生中有制,制中有生,方能运行不息,相辅相成。所以,五行的生克关系是循环无端,往复无穷的。

2. 五行的相乘相侮

所谓相乘相侮,是属于事物发展变化的反常规律。乘,即乘虚而袭的意思。侮,即恃强凌弱的意思。如金本来克木,木本克土,但当木气亢盛,土气虚衰,金不能对木加以正常克制,亢盛的不仅乘

相生——→
相克---→

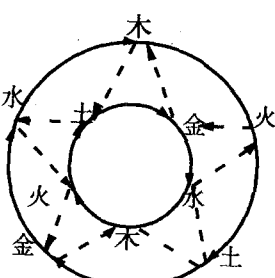


图2 五行制化关系图

土之虚而制之,同时还反过来侮金;反之,木气虚衰;金气亢盛,势必导致金将乘木,土反侮木的结果。

五行学说认为,乘侮的关系是失却正常协调的表现。以人而言,就是病理现象。

根据五行相生相克,相乘相侮的关系比较,有一定的区别,前者为正常生理现象,后者属病理现象。如木亢乘土,即肝脾不和或肝胃不和,肝气横逆犯脾胃,导致消化吸收功能紊乱。所以只有掌握了五行生克乘侮的关系,结合阴阳学说,才有助于对事物进行观察、分析和对人体复杂的病理、生理的研究。

三、五行学说在临床上的具体运用

(1)说明脏腑的生理功能

五行学说把五脏归属于五行,又用五行来解释五脏生理特性和功能作用。

如木有生发的特性,条顺而畅达,肝属木,喜条达而恶抑郁,有疏泄的功能。

火性温热而炎上,心属火,故心阳有温煦之功能,心火易于上炎。

土性敦厚,有生化万物之特性,脾属土,故脾有消化水谷运输精微,营养五脏六腑,四肢百骸的功能,又为气血生化之源。

金性清、肃、收敛,肺属金,故肺具有清宣,肃降之功能。

水性润下,有下行闭藏之性,

专题讨论

肾属水,故肾主水液之蒸化和排泄,并有藏精之功能。

由此可见,五脏的功能活动不是孤立的,而是相互联系的。五脏是人体生理活动的中心,五脏之间在生理功能上相互联系,相互协调,共同完成整体的生理活动。

(2)说明脏腑之间相互联系

肾能藏精,肝能藏血,肾精可以化生肝血,此即肾水生肝木,亦即水生木。肝藏血,心主血脉,肝贮藏血液和调节功能正常,则有助于心主血脉功能正常发挥,此为肝木上济于心,即木生火,心主血脉,又主神明,脾主运化为气血化生之源,又主统血,心阳可以温运脾阳,心功能正常,脾才能发挥主运化、生血、统血之功能,此即为心火温运脾土,即火生土。肺主气宣发肃降,通调水道,脾功能正常则可转输精微,益气充肺,此即土生金。肺主气肃降下行以助肾水功能的发挥,肺金滋养肾水,此即金生水。

反之,肺气肃降,气机调畅以抑制肝气上亢,此即金克木肝气条达,来疏泄脾土的壅滞,此即木克土,脾气运化,调节肾主水的功能,防止肾水的泛滥,此即土克水;肾水的滋润,上济于心,可以制约心火的亢炎,此即水克火;心火来制约肺金清肃太过,此即火克金。

以上这些,即是运用五行理论阐明了人体脏腑之间相互资生、相互制约的关系。

(3)说明脏腑组织之间的病理影响

五行学说还可阐明在病理情况下,不论那一脏受病,还是五脏受病,本脏的病可以传他脏,他脏有病也可以传本脏,肝病可以传脾,脾病可以传肝,肝脾可以同病,等等,怎样传变,都可以用五行相生相克相乘相侮来解释。

(4)用于诊断和治疗

人体本身是一个有机整体,内

专题讨论

脏有病可以反应于机体的体表,其发病与生克乘侮异常有关。因此,首先要了解哪一脏有病,有否累及其他脏器,按五行学说,结合阴阳,四诊八纲,来辨别生克乘侮的异常,来制订治疗措施。

四、何谓六气

六气本是自然界的六种气候变化,即风、寒、暑、湿、燥、火,简称六气亦称为六元,即春风、夏热(暑)、秋燥、冬寒、长夏(农历6月)为湿,这六气本是正常的气候现象,是自然界生物生长变化的气候条件,亦是人类赖以生存的条件之一。在正常情况下,六气对人是无害的,《素问·宝命全形论》曰“人以天地之气生,四时之法成”。《素问·五运行大论》说,“风寒暑湿燥火在人合之奈何?《素问·至真要论》亦说:“夫百病之始生也,皆从风寒暑湿燥火”。古人强调了天人相应的整体观。如果四时六气发生异常或过于急聚的剧烈变化(六气太过),当人体抗病能力下降,不

能顺应其反常的变化时,破坏了人体正常生理功能的协调平衡,使人患病,这时的“六气”变成了致病因素,中医学称之为“六淫”之邪。如果,四时气候变化不按一定顺序发展,出现其气太过或不及,如春季应温暖反而寒冷,秋季应凉爽反而火热等,无论风寒暑湿燥火之六气的太过或不及,均为六淫,侵袭人体即能发病。另外,人平时不注意锻炼或保养自己的身体,机体正气虚弱,抗病能力低下,虽然在正常气候变化之下,则机体也不能适应,此时,人也可能生病。

六气与五脏的关系极为密切,如《素问·至真要论》说:“诸风掉眩,皆属于肝。”“诸寒收引,皆属于肾。”“诸湿肿满,皆属于脾。”“诸气胀郁,皆属于肺。”“诸热瞀瘈,皆属于火”等病机共有十九条。中医认为,六气为病,“亢则害,承乃制”。所以说五运六气所致主要病因病机,从不同证候中,认清其病因属性的本质,求其病变的共同

点,从而正确地进行防治,有着非常重要的意义。

叶芳扬老师对气功下了很确切的定义:即气功是在特定的良性意念诱导下,身心合炼的高级运动。虚灵功是上乘功法,练功中的人静可以协调五行相生、相克的互相制约,传变规律,使机体内环境与外界环境取得动态平衡;练功中的精、气、神,天人合一等,可以使机体更能适应五运六气的变化,从而提高机体免疫力和抗病能力,达到祛病强身,延年益寿的目的,从而能全心全意为人民身心健康服务,发挥余热,多做奉献。以上所述还有不当之处恳请批评指正。

参考文献

内经·素问·阴阳应象大论》

《素问·金匱真言大论》

《素问·五运大论》

叶芳扬老师著《人体信息气功
诊治法》

地址:福州铁路中心医院

邮编:350013

人体生命信息密码调整法

您想改变过去,创造未来吗?

通过系统修持,您将实现所愿。

由道家秘传功法整理创编,省时、见效快。法效天地阴阳,以象数、阴阳、时空、制化,转换为基础;不讲门派、慧根、机缘、个体、气感;以实用性、必然性、整体性为要求。

运用社会、人体场能及宇宙生命场共振之独特法门,可调精、神、气场,祛除不良信息、密码,得吉祥信息。进入良性宇宙场和人体生物场态中,且每年只须一次高能内闭关即可达到功效。以遥感带功、传功,助学员修炼长功得法。对增功开能、疗效、强化自身信息密码,改变自身不良磁场,以利练功等,皆有立竿见影之效果。使您在婚姻、练功、家庭、财运……诸多方面来个脱胎换骨的改变。主辅结合,有七星法、时空转换法、民间秘法等。

特别承诺:达不到广告功效,双倍退还费用。

函授费:125元,款到开班,为期一年。并对下岗人员、贫困者、老年人优惠20%。

另有灵感系列功及龙门绝技,招收传人。可随师传功,对学员开发特异功能活动,非学员附10元参加,欲知详情,附资2元,我部备有功法简章。

联系地址:河南省信阳县明港镇红卫街71号

联系人:盛超

邮政编码:464194

家庭气场调整学常年招生

家庭气场调整学是一门崭新的宅居布置学。它由著名的易学堪舆教授、《易经》气功研解的作者潘长军先生悟创并逐步完善,成为一门独立的学术体系,现已演变为实用性、极强的应用技术,被许多气功、易学组织指定为函授教材。该技术依据“万物相感”之理论,揭示出了宇宙间一切物质(包括空间与时间)都存在感应气场,以人字共和为基点,合理地利用此感应气场去安排人们的居室床位、办公室、学习桌及练功位置,对于优化家庭环境、增长功力、保健转运、调理疾病、提高经营者的经济效益、学生的学习成绩、谐调夫妻关系等皆有立竿见影之神效!本班由潘长军先生亲自执教,讲授内容以门、主(院中高房、室内指床)、灶为主线,全面展开,披露秘诀,直指真谛。该教材深入浅出,一学即会;为方便应用,关键性问题都列有专表,读者只须按表查对,即可判定宅居气场的吉凶优劣以及对居住者的影响效果。欢迎广大气功、易学爱好者踊跃参加。从接到报名及汇款之日起,为期半年,期满签发结业证。一朝函授,终生答疑,直到彻底学会!

函授总费用180元(包括教材)。

汇款地址:河南省开封市劳动路邮电局903信箱

联系人:潘长军

邮编:475002

联系电话:(0378)2932277 潘长军、杨顺利