

解读时空基因密码

轻松知道你的先天体质

陆致极◎著

ANALYSING SPACE
TIME GENETIC CODE

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

解读时空基因密码

轻松知道你的先天体质

陆致极 ○ 著

中国中医药出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

解读时空基因密码: 轻松知道你的先天体质 / 陆致极著. —北京: 中国中医药出版社, 2017.7

ISBN 978 - 7 - 5132 - 4205 - 9

I . ①解… II . ①陆… III . ①体质学—研究 IV . ① Q983

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 102244 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

保定市中画美凯印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 12.5 字数 137 千字

2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 4205 - 9

定价 49.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

侵权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010 64405510)

版权专有 侵权必究

序言 | 致知格物探时空 极本穷源话健康

2016年11月30日，联合国教科文组织保护非物质文化遗产政府间委员会正式通过决议，将“二十四节气——中国人通过观察太阳周年而形成的时间知识体系及其实践”列为联合国教科文组织非物质文化遗产代表作名录，中华先哲的智慧再次获得世界性的广泛认可。

二十四节气是中国干支记时传统历法体系中必不可少的因素，也是干支年月划分的标准。古代先哲“采五行之情”，根据四季物候变化、阴阳更替之理，赋予了干支特有的五行属性，使不同出生时间者（年月日时）具有各异的先天禀赋，用现代的语言来解释就是个体时空“基因”。在阴阳五行的框架下，古代中医根据五行化生的原理又演化出了“五运六气”理论，至唐宋而为盛，这是中医“天人相应”概念的具体运用，相对于朴素的五行生克模式又前进了一步，在临床实践中意义巨大。

五运六气理论从年干推算五运、从年支推算六气，并从运与气之间判断该年气候的变化与疾病的发生。天人相应，不同个体在五运六气规律“太过”或“不及”状态下所受影响不一，通常以年为单位，有以公元纪年尾数将个体分成十类者，然而茫茫人海，仅分为十类，似乎失之于简。是否能更精细一些呢？本书的作者、著名文化学者陆致极先生成功地解决了这个问题。

六七年前，陆先生开始对出生时间与体质之间相关性进行研究。他创造性地建立了出生时间（时空结构）的数学模式，将出生时间干

支阴阳五行数据转换为数学变量表示式，根据数值分析先天禀赋，这是他研究方法上的独到之处。他又以王琦教授九种基本体质类型为切入点，通过测试与数理统计来探寻时空结构与九种基本体质之间的关系，结果发现了两者之间存在相关性。他认为个人出生时的“这个特定时空结构，可以称作是他与生俱来的‘基因’图谱”。他正是从这个“基因”图谱出发，探索和描写个人出生时由宇宙生物场所赋予的“先天体质”。其成果记录于2012年出版的《又一种“基因”的探索》，这是陆先生有关出生时空与健康研究工作的第一个阶段。

归纳容易演绎难，陆先生的第二阶段工作向纵深发展。近五年来，他呕心沥血，从原先105例逐渐积累至3000余例（包括疾病），他以其中1085例作为体质统计实案，进行样本的数理分析。分析结果表明，出生时间干支五行数据与人体九种体质的相关性很强。在考察了各家自然体质学说之后，陆先生毅然以四柱时空结构为本，作为人的先天禀赋，接着与五运六气相结合，探讨不同先天体质人群在每年运气“太过”“不及”状态下所受到的影响。这主要是时相框架中年运、司天、在泉、主气、客气诸因素，有助于精准地进行个体健康“预测”，有的放矢地开展养生保健而“治未病”。这种方法将五运六气作为背景，使静态的先天禀赋与动态的五运六气相结合，以2小时为基本单位，将原先的10类人群（以天干十年）发展到561,600种个体，显然更精细化了。他还根据总样本，推算出九种体质强脏、弱脏的均值，并将此均值设定为五脏系统数值中的上界和下界，哪个脏腑的数值超出这个区域，它就越出了“警戒线”，而“警戒线”数值的设定，对于观察脏腑失衡有着重要意义，由此而提出一种全新的动态个性化养生

和保健策略。这些探索，构成了本书的基本内容。

陆先生近十年来的研究工作，真是匪夷所思，成果接二连三。不仅梳理了术数肇始与古今理论发展的脉络，又以人体健康信息作为突破口，运用现代的数理统计方法，进行客观论证。我曾问过陆先生，未来第三阶段的研究重点将会如何？他毫不犹豫地，将从时空“基因”分析由体质健康进一步发展到疾病层面，探寻某些特定疾病的时空“基因”特征。在大数据处理的新时代，将时空与运气两者结合起来，可算是一种创举。可以预期，其研究成果将进一步丰富中医体质学的理论与实践，使人们进一步了解自己的体质，把握自己的健康，防病治病。当然这项研究有相当难度，虽前程艰险，仍胸有成竹，迈步前进，不断探索，这就是我认识的陆先生。

自宋代而降，有儒医之称，范仲淹名句“不为良相，便为良医”之所谓也。儒医在中医界具有崇高的声誉，他们不仅通医术，又通经史诗词，学术功底深厚，著书立说，影响深远。如苏东坡、沈括撰《苏沈良方》，程颢、程颐兄弟精脉学，司马光著《医问》，陆游编《陆氏续集验方》，而近代国学大师章太炎出身中医世家而独悟《伤寒杂病论》、恽铁樵痛失爱子弃文从医著书立说而为中医翘楚，他们均有儒医之雅称。而今陆致极先生当属其列。

唐代孙思邈在其《备急千金要方》开篇“论大医习医第一”中阐述：“凡欲为大医，必须谙《素问》、《甲乙》、《黄帝针经》、明堂流注、十二经脉、三部九候、五脏六腑、表里孔穴、本草药对、张仲景、王叔和……等诸部经方，又须妙解阴阳禄命、诸家相法及灼龟五兆、《周易》六壬，并须精熟，如此乃得为大医。”又说：“至于五行休王、七

耀天文，并须探赜。若能具而学之，则于医道无所滞碍，尽善尽美矣。”当代中医倘若以现代的思维与方法将先哲时空观应用于临床，以提高疗效并“治未病”，则“尽善尽美”矣。陆先生的探索在这方面为我们提供了一个范例。

愿陆先生学术精进之“梦”早日实现。

是为序。

陈业孟

2016年12月29日

陈业孟（1962—），医学博士，先后毕业于上海中医药大学与北京中医药大学。曾任职上海医科大学（现复旦大学）附属华山医院。现为美国纽约中医学院院长，兼任美国针灸与东方医学院校论证委员会（ACAOM）副主席、全美华裔中医药总会（NFCTCMO）执行会长、世界中医药学会联合会主席团执行委员、上海中医药大学国际教育学院客座教授、人民卫生出版社中医药专家委员会委员。

前言 |

2012年初出版的拙著《又一种“基因”的探索》是一份关于出生时间与体质之间相关性的研究手记。当时只有100多个案例，通过计量分析，我发现人出生时的时空结构与他的健康之间确实存在着某种相关性。我把这种时空结构称作“又一种基因”，以区别我们身上带有的来自父母的生理基因。它映射了深深植根于东方古老传统文化土壤中的一个伟大的假说：人出生的时空结构联系着他的生命信息。正是中华先哲这种超越“时代”的睿智，鼓动了我不停上下求索的热情。

近五年来，我一直埋头在这方面的研究之中。今年春天，我在上海应象中医举行讲座。讲座期间，感谢我的朋友和学生，使我的案例数目有了迅速的增长，对此的数理统计工作也有了突破性的进展。如果说《探索》是第一步工作：发现“先天体质”，证明其与出生时空的相关性。那么，第二步工作就是：如何根据先天体质的时空特征，去进一步预测人的体质类型。具体言之，是要从体质自测结果中找出对应于出生时空结构的每一类体质类型的“深层”结构，即每一类体质的基本式及其变体。这些基本式和变体，都是由反映出生时空结构要素的一系列变量组成的数组。它们构成了先天体质预测的基础。经过反复的测试实验和计算机数理统计运算，终于形成了计算机自动预测的程序：只要输入一个人出生的年、月、日、时，通过运算，计算机程序会立刻输出这个人的先天体质类型。这个程序放在“至易健康”公

众号平台，读者可以去自己测算，并以此了解自己的先天体质和应对方案，实践中医“治未病”的崇高目标。自然，先天体质是后天体质状态的根基。论述先天体质概念及其构成，探求先天体质类型的特征及其基本式和主要变体，是本书的主要内容。

本书还讨论了中医五运六气的应用。运气学说是《黄帝内经》的重要组成部分，是中华民族传统文化的结晶。在认真检点了前人的研究成果后，作者认为，直接将五运六气所展现的时空节段状态作为出生人的先天体质，则过于粗略。应当跨越五运六气，直接以反映出生人年、月、日、时的四柱时空结构作为先天禀赋的基础。我在书中详尽地论证了这个结论，并找到了刻画这个结论的量化方式。接着，在深入探讨了四柱展现的先天体质特征以后，又“回归五运六气”：把五运六气所刻画的自然环境的变迁，作为出生人外部动态演变的客观环境，探讨不同体质的人对不同的环境变迁所产生的不同结果，并在此基础上做出具体的动态描写。这是本书最后一章讨论的主要内容，期待由此产生一种全新的动态的个性化的保健策略。

近些年来，在自然科学方面常常谈到“量子纠缠”。所谓量子纠缠，是指两个纠缠的量子，不管相距多远，它们都不是独立事件。当你对一个量子进行测量的时候，另外一个相距很远的量子居然也可以被人知道它的状态，可以被关联地测量，这是一种很不可思议的现象。清华大学施一公教授说：“但这样一个简单的现象既然存在于客观世界，我相信它会无处不在，包括存在于我们的人体里。是不是这样呢？当然是这样。”^[1]我常常想，量子纠缠现象是不是可以跟我们传统文化中的“气”联系起来。在我们古人心里，“气”就是一种构成世界万物的

物质微粒。气的“交感”或感应存在于天地之间，当然也存在于自然和人体之间。传统中医谈论的“天人合一”，正是讨论这样的交感现象。自然科学的量子纠缠，或许正是这种气的交感现象的现代版注释。

大数据时代为我们的研究开创了新的机遇。即使我们目前还无法在物质结构层面解开这种“气的交感”之谜，但对收集到的较大数据进行数理统计，可以彰显“气”的相互作用的影响。这正是本书所做的工作，希望本书的工作能开启生命科学的新的研究天地。

本书的研究得到了不少朋友的帮助和支持，尤其要感谢王永成、吴春晖、卢津源、陈业孟、鲍卿、戴理宏、熊月之、何重建、董向慧、邢斌、胡志强、金晓常、郑英旻、庄圆、谢平、夏林、帅政宏、张楠、王建涛、安广青、秦敏禾、王克军、徐飞、史越、郁雷、曹晓明、洪大德、唐保兴、袁家骥、袁卫东、奚颂华等好友的热情关怀和帮助。作者还要感谢妻子魏晓明的支持。本书的责任编辑华中健女士为此书出版付出了辛勤的劳动，在此致以衷心的感谢。

又一本研究报告完成了。虽是雪泥鸿爪，但的确浸透了我这些年的心血。谨以此书奉献给每一个热爱中华传统文化的读者。

陆致极

2016年12月9日于上海五行斋

[1] 施一公教授在“未来论坛”演讲：生命科学认知的极限（2016年1月）。

目录 |

第一章 问题的提出	001
1. 中医体质学	003
2. 九种体质类型	005
3. 先天禀赋	008
第二章 五运六气	011
1. 运气学说	013
2. 汪德云：人体胚胎发育期学说	016
3. 李阳波：中医运气学探索	018
4. 庄一民：中医运气与健康预测	024
5. 楼中亮：算病	030
6. 田合禄等：中医自然体质论治	032
第三章 先天体质	037
1. 跨越运气学说	039
2. 干支符号	041

- 3. 气运动状态的表述 043
- 4. 先天体质 046

第四章 分析框架 ————— 049

- 1. 样本 051
- 2. 数据转换 054
- 3. 从“一气周流”到五脏系统 060
- 4. 五脏气机模型 064

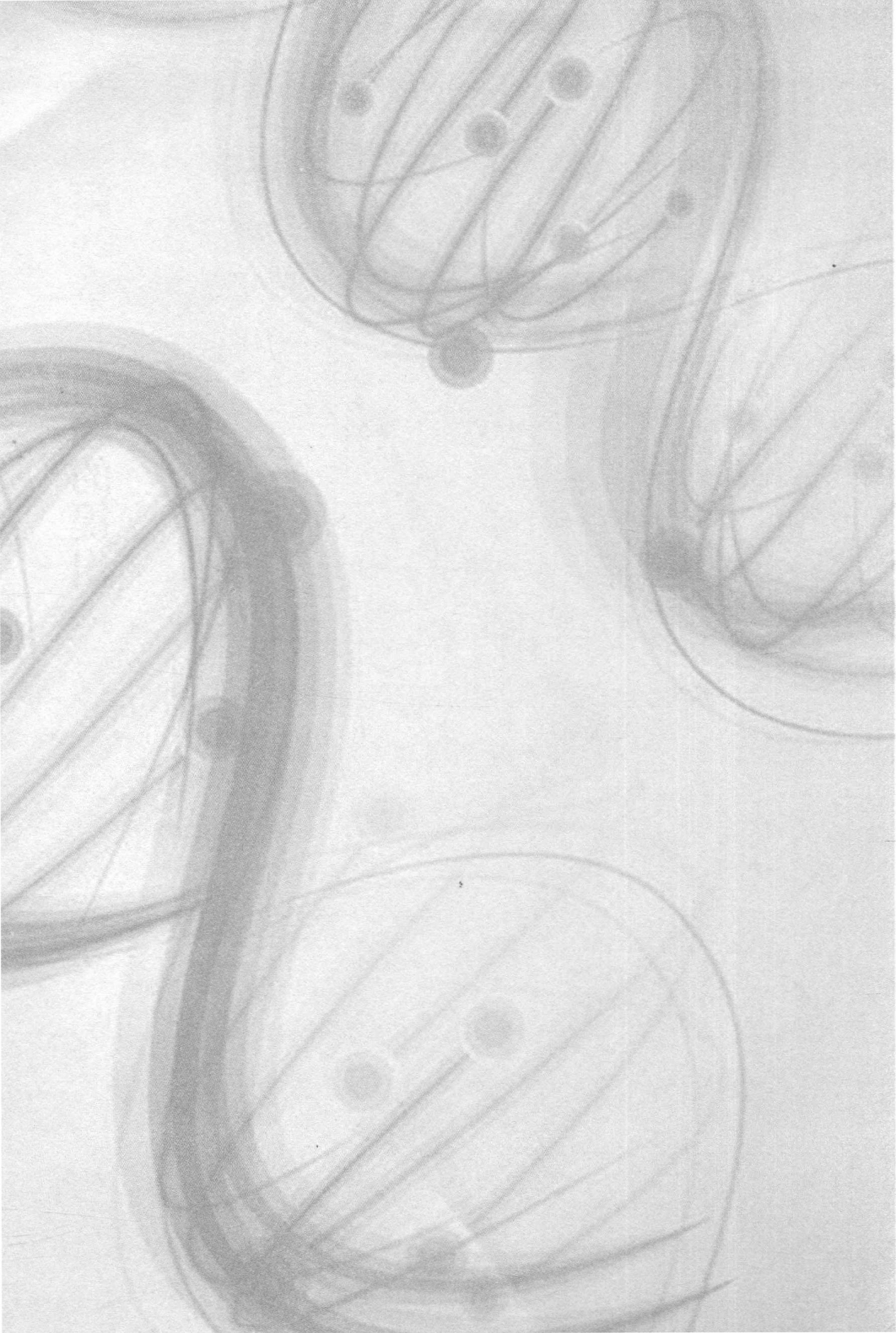
第五章 九种体质的基本式 ————— 069

- 1. 样本的分类统计和分析 071
- 2. 平和质 075
- 3. 气虚质 077
- 4. 阳虚质 082
- 5. 阴虚质 087
- 6. 痰湿质 091
- 7. 湿热质 096
- 8. 血瘀质 100
- 9. 气郁质 104
- 10. 特禀质 108

第六章 先天体质识别和保健	115
1. 先天体质类型的程序识别	117
2. 先天体质的确认	122
3. 偏颇体质的疾病倾向	125
4. 偏颇体质的调养方案	131
5. 平和体质的保健方案	145
第七章 回归五运六气	149
1. 强脏和弱脏	151
2. 返归五运六气	159
3. 一个全新的个性化保健策略	165
附录 一场次别开生面的讲座（秦敏禾）	173
主要参考文献	179

第一章
问题的提出

I



1. 中医体质学

体质研究源于最初对个体差异现象的发现。正如自然界没有完全相同的两片树叶，人世间也没有两个完全相同的人。大千世界，人各百态。体质现象是人类生命活动中的一种重要表现形态。

早在中医经典《黄帝内经》中对体质的形成、特征、分型以及与疾病的关系，就有了论述。以后，经过汉代张仲景、隋代巢元方、金元四大家、明代张景岳、清代叶天士等历代名家的探索和临床实践，中医体质理论逐渐深化，代有建树。尤其在叶天士的《临证指南医案》一书中，明确应用了“体质”这个词。

然而，这些论述终究散见于各家著述之中，并未形成专门的学科体系。直到20世纪70年代后期，随着中医理论整理研究的深入，中西文化在新时代的交融影响，中医体质学说的研究出现了崭新的突破。以王琦、匡调元为代表的一批学者，不仅对历代医家有关体质的论述做了系统的挖掘和整理，而且在理论研究、社会调查、临床实践、实验研究等多方面，对体质的形成及其基本原理、体质的差异规律及类型、分类方法、体质构成要素、体质与病证等多项内容进行了深入的探讨和研究，相继有《中医体质学说》《人体体质学》《中医体质学》等著作以及大量学术论文发表，它标志了中医体质理论体系的确立。中医体质学作为一门独立学科，终于在中医学的百花园里绽放出迷人

的光彩。

那么，何谓“体质”？

作为中医体质学的奠基者和开拓者，北京中医药大学王琦教授说：

体质是指人体生命过程中，在先天禀赋和后天获得的基础上所形成的形态结构、生理功能和心理状态方面综合的、相对稳定的固有特质。其表现为结构、功能、代谢以及对外界刺激反应等方面的个体差异性，对某些病因和疾病的易感性，以及疾病传变转归中的某种倾向性。它具有个体差异性、群类趋同性、相对稳定性和动态可变性等特点。这种体质特点或隐或现地体现于健康和疾病过程之中。

他进一步指出：

中医体质学是以中医理论为指导，研究人类体质特征、体质类型的生理病理特点，分析疾病反应状态、病变性质及发展趋向，阐述人体体质与健康、疾病的相关性，指导疾病预防、治疗以及养生康复的学科，是一门以传统方法和现代科学方法相结合的交叉性、应用性学科。

中医体质学把人体健康和疾病的共同规律性跟个体的特异性结合起来，顺应了21世纪现代医学从“疾病医学”向“健康医学”发展、以“预防疾病，促进健康”为目的的世界医学新潮流，强调了以“人”为中心（这是相对于近代西方医学发展以“病”为中心而言的。随着现代医学模式从生物医学模式向社会-心理-生物医学模式的转变，医学发展由以“病”为中心向以“人”为中心转变，诊疗方式也从群体医学向个体医学转变，由重视“人之所病”向重视“患病之人”转