

# 样 本 库

出 版 北 京 中 国 医 学 史 讲 义

这套中医教材，計有：中国医学史講义、医古文講义、內經講义、中医诊断学講义、中藥学講义、中医方剂学講义、伤寒論講义、温病学講义、中医內科学講义、針灸学講义、中医外科学講义、中医伤科学講义、中医妇科学講义、中医兒科学講义、中医眼科学講义、中医喉科学講义、中医各家学說及医案选講义等。

中华人民共和国卫生部在全部編审过程中召集了一系列的會議：1959年4月在成都召开編写中医教材計划和具体分工会議。會議决定由北京、南京、上海、广州、成都五个中医学院分負这套教材的編写任务。同年6月又在南京召开會議，由五个中医学院集体审查各科講义的編写提綱。会后，各学院遂按會議精神分头积极进行編写。初稿完成后，复于1960年3月至6月召集五个中医学院負責編写各科教材的教研組代表分別在上海、广州、青島三地开审查會議，决定“作为当前中医学院、校和西医学习中医班的試用教材”。

本教材的各科內容，包括了中医基本理論知識及临証实践經驗。本教材除了取材于四部古典医籍——黄帝內經、神农本草經、伤寒論、金匱要略——和历代名著的基本內容外，并密切結合各个学院的教学和临証的实际經驗，用現代語言尽可能全面和系統地介紹了中医藥学知識。

1 ★ 2382

(1)

52956

同时，还注意了各科之間的有机联系，理論密切联系实际。务求达到“既全面，又簡明”的基本要求，以适应当前教学上的实际需要。

当然，科学文化事业是不断发展的，特别是在我們国家里正在以惊人的速度向前发展。在医学教育方面，也正在开展着轟轟烈烈的教学改革运动，因而这套教材正如审查會議决定的精神那样：“試用这套教材必須隨時补充中西医结合研究的成果和教研实践中的新体现；并以这套教材为标的，聚集全国中西医放出修改补充的箭，以便于最短期内修正再版，提高它的質量”，使之成为科学性强、教学效果高、合乎教科書水平的中医教材。为此，热望全国中西医教师們、各地讀者們多多提出宝贵意見，共同完成这项光榮的任务。

中医教材审查会议 1960年6月

21.03/22

# 目 录

绪言	1
导论	3
第一章 人与自然	3
第一节 自然变化对人的生理的影响	3
第二节 自然变化与疾病的关系	4
第三节 自然环境与治疗	6
第四节 摄生	7
第二章 阴阳	8
第一节 阴阳的基本概念	9
第二节 阴阳在医学上的应用	12
第三章 五行	14
第一节 五行的基本概念	15
一、事物的五行属性(15)	二、五行的生克规律(16)
第二节 五行在医学上的应用	19
经络	23
第一章 十二经脉	24
第一节 十二经脉循行部位	24
第二节 经脉循行顺逆	43
第三节 十二经表里和气血多少	44
第四节 三阴三阳开阖枢	45
第二章 奇经八脉	47
第三章 经别、别络、经筋	57
第一节 十二经别	57
第二节 十五别络	59
第三节 十二经筋	62

脏象	66
第一章  脏腑	66
第一节  五脏	67
第二节  六腑	75
第三节  奇恒之府	79
第四节  脏腑間的相互关系	81
第五节  脏腑与身体五官諸窍	84
第二章  精、气、神	89
第一节  精	89
第二节  气	92
第三节  神	96
病机	99
第一章  发病	99
第二章  病因	102
第一节  六淫	102
第二节  七情	107
第三节  饮食劳伤	109
第三章  病机十九条	111
第四章  辨証	113
一、阴阳(114) 二、表里(114) 三、寒热(115) 四、虛实(116)	
病证	118
第一章  风	118
第二章  伤寒	122
第三章  五脏热病	124
第四章  疰	125
第五章  咳	126
第六章  痹	127
第七章  痿	130

第八章	厥	133
第九章	积聚	135
第十章	水肿	136
第十一章	脹	139
第十二章	泄瀉	140
第十三章	腸澼	141
第十四章	消	142
第十五章	癲狂	143
诊法		145
第一章	望診	146
第一节	辨五色	146
第二节	分部位	148
第三节	察目	150
第四节	診血脉	151
第五节	望形态	152
第六节	望舌	153
第二章	聞診	154
第三章	問診	155
第四章	切診	156
第一节	切脉	156
第二节	按診	169
治則		174
第一章	治未病	175
第二章	标本	176
第一节	病气标本	176
第二节	治序标本	177
第三章	分辨逆从	178

第四章 立法制方 .....	179
第一节 气味性能 .....	180
第二节 辨証立法 .....	181
第三节 配伍方剂 .....	183
第四节 异法方宜 .....	185
第五节 制約适宜 .....	186
第六节 針刺大法 .....	187
第七节 飲食宜忌 .....	188
附一、五运六气 .....	190
一、干支甲子(190) 二、五运(193) 三、六气(198)	
四、五运与六气(203)	
附二、标本中气 .....	209
附三、十三方 .....	211

## 緒 言

“內經”包括“素問”和“靈樞”兩個組成部分，在現存的中医文献中它是最早的著作。它的成書年代，約在二千年以前“諸子讙起，百家爭鳴”的春秋戰國時期，以後隨着醫學的不斷發展而續有補充，不是一時一人的手筆，而是古代勞動人民長期與疾病作鬥爭的經驗總結，是一部經過多次修訂而成的醫學巨著。

“內經”的內容非常豐富，它不僅對人類本身的生理活動、疾病現象以及診斷和治療，作出了全面的符合當時科學要求的說明，而且還具有與宗教迷信作尖銳鬥爭的朴素的唯物辯證觀點。例如“素問”五藏別論曾指出：迷信鬼神的人，是不會相信真理的（“拘于鬼神者，不可與言至德”）；又如“素問”湯液醪醴論在論述醫生與病人的關係時，亦明確地提出：病人及其病理變化是主要的，是客觀存在的，而醫生的診斷和治療是根據客觀存在，經過分析研究後所作出的決定和措施（“病為本，工為標”）。諸如此類的例子不勝枚舉（詳見本講義“導論”）。因此，“內經”的價值，不僅在於它成功地總結了戰國以前的醫療經驗，並且在於它把醫療、保健的實踐提高到古代朴素唯物論的理論原則，向迷信鬼神主宰的“宿命論”進行鬥爭，反過來並以朴素的辯證法指導醫療實踐，給中醫學奠定了理論基礎。雖然，它是原始的不完備的東西，而幾千年來，中醫學在醫療技術和醫學理論方面，也有許多新的發展；但是凡帶有根本性的醫學觀點，基本上還是以“內經”的理論為依據的。換句話說，“內經”的學術思想和理論原則一直對臨床實踐起着指導性的作用，因此，“內經”是祖國醫學遺產的重要組成部分，我們今天用毛澤東思想和現代科學知識來學習、研究、整理中醫學，首先還應當掌握它，以便不斷提高。

在繼承和發揚祖國醫學遺產方面，黨提出了“系統學習，全面掌握，整理提高”的方針。幾年來，在黨的正確領導下，貫徹執行了這一英明方針，使整個中醫工作有了蓬勃的發展。通過以往的教學實踐證明，學習“內經”和掌握“內經”的理論，對於學好其他中醫課程和指導臨床實踐是有着很大的作用。同時，為了進一步研究、整理和提高祖國醫學，使它更好地為廣大勞動人民的保健事業服務。

本講義分為：緒言、導論、經絡、臟象、病機、病證、診法、治則等八篇。本着“既要全面，又要簡明”的要求，把“內經”的主要內容作了比較系統的介紹，並盡量用現代語言加以闡述，使讀者容易理解中醫的基本理論知識，並為學習其他中醫課程打下基礎。

本講義是以實用為主，以符合當前教學上的實際需要為目的。但是，由於“內經”的內容非常豐富，限於我們的水平，不可能全部地擷取“內經”的精華，加以進一步的闡明，這是一方面；另一方面由於科學是在不斷地高速地發展着的，對於某些古代的醫學理論和學術問題，亦將不斷有新的理解和論證。因此，本講義也必須在今後科學發展和教學實踐過程中，得到不斷地修正、補充和提高，使之更好地繼承和發揚祖國醫學遺產為當前社會主義建設事業作出貢獻。



# 導 論

## 第一章 人与自然

古代医学家根据当时自然科学和哲学(二者当时是不分的)的認識,确立了人与自然界是一个整体的概念,认为人生活在自然中,必然受着自然界运动变化的影响。如“灵樞”邪客篇說:“人与天地相应也。”这就明确地指出了人与自然是有关切关系的。这种人与外在环境統一的整体观,在“內經”里非常突出,它具体貫串在生理、病理、診斷、治疗等各个方面,尤其在摄生防病方面,起着主导作用。

### 第一节 自然变化对人的生理的影响

自然界的一切事物是运动不息而不断变化着的,其中四时气候的变化即是一例。四时气候的变化对生物与人体的影响很大。在四时气候中,春属木、其气风,夏属火、其气热,长夏属土、其气湿,秋属金、其气燥,冬属水、其气寒。春溫、夏热、秋凉、冬寒,这是一年中气候变化的正常規律。生物在这种气候变化的影响下,就会有春生、夏长、长夏化、秋收、冬藏等有規律的适应性变化。人体也毫不例外。以气血活动情况的改变为例,則春夏阳气发泄,气容量易趋向于表,表现为皮肤松弛、疏泄多汗等;自秋至冬,阳气收藏,气容量易趋向于里,表现为皮肤致密,少汗多溺等。同样的情况,四时脉象,也有相应的变化,例如“素問”脉要精微論說:“春日浮,如魚之游在波;夏日在肤,泛泛乎万物有余;秋日下肤,蟄虫将去;冬日在骨,蟄虫周密,君子居室。”

春浮在波,夏浮在肤,秋沉下肤,冬沉在骨,这种脉象的浮沉变

化，只是一种现象，它的实质应当是整个机体受四时气候影响后，在气血方面所起的适应性调节的反映。

不但四时如此，在昼夜晨昏的阴阳变化过程中，亦复如此。如“灵枢”顺气一日分为四时篇说：“以一日分为四时，朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。”

虽然一昼夜中的变化，在幅度上并没有象四时季节那样明显，但必然也有它一定的变化过程。人体在昼夜阴阳的变化过程中，生理上也同样起着适应性的变化。如“素问”生气通天论说：“故阳气者，一日而主外，平旦人气生，日中而阳气隆，日西而阳气已虚，气门乃闭。”

这说明了人体阳气白天多趋向于表，夜晚多趋向于里。此外，在地方水土以及饮食习惯等方面，也能在一定程度上影响着人体生理的变化，例如热带的人，一般发育较早，寒带的人就比较迟些；江南一带气候湿润，北方一带气候干燥，居民习惯地生活这样的环境中，一旦易地而处，环境突然改变，就会感到不太舒适，但住了一定时间，也就逐渐地适应了。

## 第二节 自然变化与疾病的关系

四时六气的变化，是生物生长化收藏的重要条件之一，但有时也能成为生物的不利因素。如以人来说，因为人体的适应能力毕竟有着一定的限度，如果气候变化过于急剧，超过了机体调节机能的一定限度；或者由于机体的调节机能不够健全，不能对外界变化作出适应性的调节时，就会发生疾病。因此，疾病的形成关系到自然与人两个方面。古人就把这种超越人体适应能力的自然界变化和足以致人于病的其他外在因素称为“邪”，把人体的调节机能和抗病机能称为“正”。疾病的发生与否，就决定于邪正双方势力的对比，如果正气充沛，能胜过邪气，就不会生病；反之，邪气过盛，正不胜邪，就不免要发生疾病。所以“灵枢”百病始生篇说：“风雨寒热，

不得虛，邪不能独伤人。卒然逢疾风暴雨而不病者，盖无虛，故邪不能独伤人。此必因虛邪之风与其身形两虛相得，乃客其形……其中于虛邪也，因于天时，与其身形，参以虛实，大病乃成。”

在四时的气候变化中，每一季节都有它不同的特点，因此，除了一般的疾病以外，常常可以发现一些季节性的多发病，或时令性的流行病。例如春季多溫病，秋季多疟疾等，故“素問”金匱真言論說：“故春善病飧衄，仲夏善病胸胁，长夏善病洞泄寒中，秋善病风疟，冬善病痹厥。”

医生在治病的时候，倘能掌握和了解季节与疾病的关系以及疾病的流行情况，对诊断和預防是有一定价值的。此外，又有某些慢性宿疾，往往在气候剧变或节气变换的时候发作或增剧；反之，亦可从身体病痛的增减，預測气候季节的变换，这都充分说明了自然变化对人体疾病的影响。

在一昼夜的变化中，对疾病的影响也很明显，一般疾病大多在清晨比較輕些，下午起逐渐加重，正如“灵樞”順气一日分为四时篇說：“夫百病者，多以旦慧昼安、夕加夜甚……朝則人气始生，病气衰，故旦慧；日中人气长，长則胜邪，故安；夕則人气始衰，邪气始生，故加；夜半人气入脏，邪气独居于身，故甚也。”

这就是說，早晨，人的阳气开始生发，病气相对地比較衰微，所以病人比較清醒爽朗；中午，人体阳气旺盛的时候，能制胜邪气，所以病人比較安寧；黄昏时，人体的阳气趋向于衰微，病气也就相对地开始活跃，所以病情又会加重；到了夜半，人的阳气潜藏，邪气就橫行无阻，于是病情就更厉害。例如一般热病多是早輕夜重，瘧病多見日晡骨蒸等，这是說明病情的变化往往符合一昼夜生长收藏的規律；但亦有不依这个規律的，如五更泻每于清晨发病，反見早重暮輕，这又是什么規律呢？“灵樞”順气一日分为四时篇所說：“黃帝曰：其时有反者何也？岐伯曰：是不应四时之气，脏独主其病者，是必以脏气之所不胜时者甚，以其所胜时者起也。”

这說明了一日之中，因阴阳升降变化，又有平旦属木，日中属火，日西属土，日入属金，夜半属水的区分。五脏之病在一日里受着阴阳五行变化的影响，便按五行生克之理显示出来。上述經文中所說的“所不胜”和“所胜”，就是指时间在脏腑的五行生克关系而言的。

以上昼夜变化对疾病影响的两种情况，虽有它不同的規律，但說明人与自然的密切关系則是一致的。

此外，地方环境的不同对疾病也有一定影响，如許多疾病的发生与地方、环境有关，这就充分說明了自然环境与疾病的密切关系。

### 第三节 自然环境与治疗

人与自然的密切关系既如上述，故医生除了掌握病情，認識內在原因外，还不能把病人看成是与外在环境毫无关系而只是孤立地去对待疾病，必須注意外在环境与人体的統一性，注意外在环境与病理变化的有机联系，从而进行治疗。如“素問”五常政大論說：“必先岁气，无伐天和。”又說：“地有高下，气有溫凉，高者气寒，下者气热，故适寒凉者脹，之溫热者疮，下之則脹已，汗之則疮已……西北之气，散而寒之，东南之气，收而溫之。所謂同病异治也。”

地势高而寒凉的地帶，其气主收斂，所以病者多寒在外而热在內，治疗上宜表散外寒，清其內热；卑下溫热的地区，其气主疏泄，所以病者多气泄于外，寒盛于中，治疗时宜收斂其气，溫暖其中。正由于地区环境气候的不同，人的体質和疾病情况也不相一致，治疗就必須根据具体情况，作出不同的处理。如“素問”异法方宜論所說：“黄帝問曰：医之治病也，一病而治各不同，皆愈何也？岐伯对曰：地势使然也。……故圣人杂合以治，各得其所宜，故治所以异而病皆愈者，得病之情，知治之大体也。”

所以只有全面掌握了內在原因，同时注意天时气候、地方环境

和生活情况等外在原因，才能作出正确的診斷和有效的处理，也才能灵活地选用多种多样的治疗方法。

#### 第四节 攝 生

攝生問題，是古人在人与自然統一的整体观念上提出来的；是在掌握了自然界的規律后，进一步为增进身体健康、預防疾病发生以达到延长寿命的目的而提出来的。

預防疾病的发生，在攝生方面是有重要意义的，因此，“內經”里特別強調未病防病，較已病治病更为重要。如“素問”四气調神大論說：“是故圣人不治已病，治未病，不治已乱，治未乱，……夫病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而鑄錐，不亦晚乎？”

这种防重于治的思想，是祖国医学的突出成就之一，不仅对我国民族繁衍有贡献，即对维护世界人类的健康也是有贡献的。

既然是生活在自然界中的，因而讲究攝生，也必须从两个方面着手：

第一、关于人体内在环境方面，要注意調攝精神形体，培养正气，飲食起居劳动休息都要有适当的安排，所以“素問”上古天真論說：“其知道者，法于阴阳，和于术数，食飲有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱而尽終共天年，度百岁乃去。”

这就是說生活要有規律。所說不妄作劳，就是要有一定的劳动，但不能过度或作不适当的劳动，这样就能保持身体健康，疾病也就不容易发生了。反之，如果生活沒有一定規律，飲食沒有节制，嗜酒无度，妄作胡为，肆意斲伤，必然会导致形体衰弱，时常发生疾病。正如“素問”上古天真論所說：“以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持滿，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。”

調攝精神，除了一般注意保持胸襟开暢，乐观愉快，防止过度

的情志变动的精神修养以外，更值得一提的是“素問”上古天真論所說的：“恬憚虛無，真氣從之，精神內守，病安從來。”“把握陰陽，呼吸精氣，獨立守神，肌肉若一。”

這是古代調攝精神的一種特殊的養生方法，屬於現在氣功的範圍。在練氣功的時候，必須調節呼吸，摒除一切雜念，把精神集中起來，意守丹田，內觀臟腑，不但可以却病延年，同時在治療疾病方面，也可獲得顯著的效果。常見練功比較好的人，每多精神煥發，行動矯健，年老不衰。

第二、關於外在環境方面，要注意趨避邪氣的侵襲，適應四時陰陽的變化。如“素問”上古天真論說：“……虛邪賊風，避之有時。”素問四氣調神大論說：“夫四時陰陽者，萬物之根本也，所以聖人春夏養陽，秋冬養陰，以從其根，故與萬物浮沉於生長之門，逆其根則伐其本，壞其真矣。故陰陽四時者，萬物之終始也，死生之本也，逆之則災害生，從之則苛疾不起，是謂得道。”

得道，也就是能掌握四時氣候變化的規律。四時陰陽是促使萬物生成發展和消亡的根本力量，春夏為陽，秋冬為陰，陽根於陰，陰生於陽，所以善攝生的人，必須春夏養陽，以為秋冬收藏之基，秋冬養陰以為春夏生長之本，這樣，才能生生不息。具體地講，春夏氣候由寒轉暖，生物界充滿着新生繁茂的景象，在這兩個季節里，人們也要朝氣蓬勃地生活着，應該早些起身，晚些睡眠，多勞動，使陽氣充沛於周身，以與外界相適應。秋冬氣候逐漸轉涼，人們必須注意保暖，休息時間也可以作適當調整，使陰精潛藏於內，不致妄泄，這樣便能“陰平陽秘”與外界適應自如而不病了。

## 第二章 陰 陽

古人对事物变化的認識，除了提出人与自然的关系外，認為最

主要最基本的問題，乃是任何事物都具有既对立而又統一的两个方面。这两方面的內在联系、相互作用和不断地运动，是事物生长、变化和消亡的根源。对于这个根本問題，古人就以阴和阳來說明，这就是阴阳学說的主要內容。因此，它是属于認識和掌握事物发展規律的一种思想方法。正如“素問”阴阳应象大論說：“阴阳者，天地之道也，万物之綱紀，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。治病必求于本。”

“內經”就是运用这种認識事物的方法来分析人体生理病理的变化現象，并进一步探求其本質及規律，以便指导临床实践。

## 第一节 阴阳的基本概念

古人在生活实践中对物质世界的認識，是从自然現象开始的，通过长期的观察，对日月星辰的运行，寒往暑来的变迁，逐渐有了認識，发现宇宙是一个运动不息的变化着的統一整体，大地在宇宙大气包圍之中也循着一定的方向不断地运行。如“素問”五运行大論說：“帝曰：动静何如？岐伯曰：上者右行，下者左行，左右周天，余而复会也。……夫变化之用，天垂象，地成形，七曜緯虛，五行丽地，地者所以載生成之形类也，虛者所以列应天之精气也，形精之动，犹根本之与枝叶也，仰觀其象，虽远可知也。帝曰：地之为下否乎？岐伯曰：地为人之下，太虛之中者也。帝曰：馮乎？岐伯曰：大气举之也。”

这說明了宇宙是可知的，地的靜只是相对的。实际上，天在动，地也在动，整个宇宙万事万物都在运动中，沒有运动，就沒有一切，故“素問”六微旨大論說：“成敗倚伏生乎动，动而不已，則变作矣。帝曰：有期乎？岐伯曰：不生不化，靜之期也。帝曰：不生化乎？岐伯曰：出入廢則神机化灭，升降息則气立孤危。故非出入則无以生长壮老已，非升降則无以生长化收藏。是以升降出入，无器不有，故器者，生化之宇，器散則分之，生化息矣。”

古人把物質的運動方式歸納為升降出入，也就是內在的活動與內外的聯繫。任何物質都不能沒有內在的活動，也不能脫離周圍事物而孤立存在。升降出入的運動，是永遠不會停止的，而升降出入的運動形式，也只有在物質基礎上才能表現出來。故沒有一種物質不具有升降出入的運動的。所以它又說：“故無不出入，無不升降，化有大小，期有近遠，四者之有而貴常守。”

這就是說：升降出入是物質運動的普遍現象，但在普遍的運動現象中，各個物質又有它不同的情況，範圍有大小，時間有長短，然而總離不開內在活動與內外聯繫的基本原則。

由於物質在不斷地運動，於是物質的變化，便無窮無盡了。誠如“素問”六微旨大論所說：“故高下相召，升降相因，而變作矣。”

事物的變化循着一定規律，經歷着生長壯老已的必然過程，它是由初生而成長壯大，當它發展到極度的時候，就歸于消亡而變為另一種新的事物。故“素問”六微旨大論說：“夫物之生，從于化，物之極，由乎變，變化之相薄，成敗之所由也……成敗倚伏生乎動，動而不已則變作矣。”

“素問”天元紀大論也說：“故物生謂之化，物極謂之變。”

由物生到物極，由物極到另一個物生，這種由化而變的過程中，一方面是舊的事物敗，一方面是新的事物成。當新事物成熟時即已倚伏着消亡之因，當舊事物的敗壞時便孕育了新生之機，這樣不斷地除舊布新，就推動了事物向前發展。

古人樹立了運動變化的觀點以後。就進一步去探求變化的根源，發現自然界一切事物和現象，無不包含着相互對立的陰陽兩方面，如上與下，左與右，天與地，動與靜，出與入，升與降，成與敗，乃至晝與夜，明與暗，寒與熱，水與火等等。所以，陰陽是從無數事物中抽象出來的概念，如“素問”六節藏象論說：“天為陽，地為陰，日為陽，月為陰。”

又，陰陽別論說：“所謂陰陽者，去者為陰，至者為陽，靜者為



阴，动者为阳，迟者为阴，数者为阳。”

这互相对立着的两方面，是互相矛盾着牵制着的，例如上升的力量必然与下降的力量相牵制，左旋的力量一定与右转的力量相反。也就是说对立着的任何一面，都对另一面起着制约的作用。一方面太过，必然会引起另一方面的不足；一方面的不足，也必然会导致另一方面的太过。故“素问”阴阳应象大论说：“阴胜则阳病，阳胜则阴病。”

⑥ 这相互对立的两个方面，不但是相互对立，相互制约，同时又是相互联系、相互依存、相互为用、相互转化的。它们之间是相反相成、对立而又统一的。兹分述如下：

1. 阴阳中可以再分阴阳。就是说每一事物都有阴阳两方面，而任何一方面之中，又有其相对的两方面。如“素问”金匱真言论说：“阴中有阴，阳中有阳。平旦至日中，天之阳，阳中之阳也；日中至黄昏，天之阳，阳中之阴也；合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。”

2. 阴阳两方面有着互相依存不可分割的关系。例如没有上就无所谓下，没有左就无所谓右等，古人所说的“孤阳不生，独阴不长”和“无阴则阳无由生，无阳则阴无由长”，就是这个意思。

3. 阴阳两方面是相互为用的。如果应用阴和阳来说明物质的“体”与“用”或“质”与“能”的话，质为阴，能为阳，体为阴，用为阳。也就是阴是阳的物质基础，阳是阴的作用和力量的表现。故“素问”阴阳应象大论说：“阴在内，阳之守也，阳在外，阴之使也。”

4. 阴阳两方面在一定的条件下是可以互相转化的。当阴阳两者向着对方不断发展到了物极的阶段，阴可以转为阳，阳可以转为阴。所以“素问”阴阳应象大论说：“故重阴必阳，重阳必阴。”

“素问”六元正纪大论也说：“动复则静，阳极反阴。”

古人应用这一阴阳转化的原则来解释四时寒暑的迁移、日夜