




马保平  
Mabaoping

著

古方术

研究导引

 甘肃人民出版社





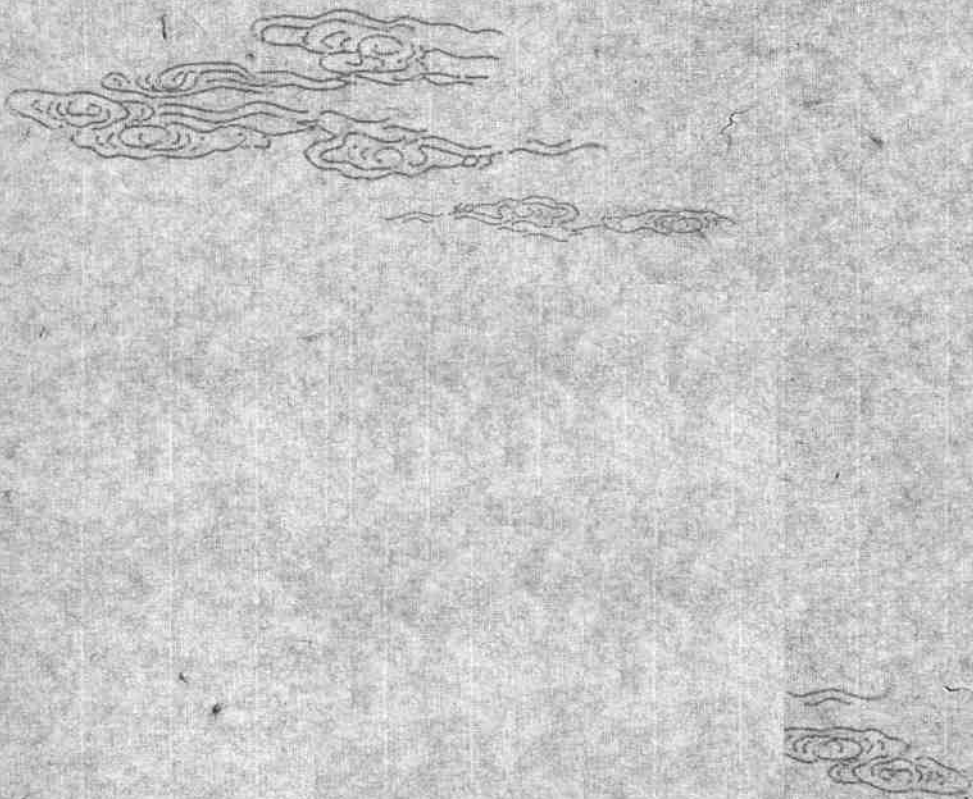
B992  
19

# 古方术研究导引<sup>®</sup>

Gufangshuyanjiudaoyin

马保平  
Mabaoping

著



甘肃人民出版社



图书在版编目(CIP)数据

古方术研究导引/马保平著.—兰州:甘肃人民出版社,  
2009.11

ISBN 978-7-226-03896-3

I.古… II.马… III.方术—研究—中国—古代 IV.  
B992

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 193684 号

责任编辑:马海亮

装帧设计:石 璞

古方术研究导引

马保平 著

甘肃人民出版社出版发行

(730030 兰州市南滨河东路 520 号)

天水新华印刷厂印刷

开本 880 毫米×1230 毫米 1/32 印张 9.125 插页 2 字数 245 千

2009 年 12 月第 1 版 2009 年 12 月第 1 次印刷

印数:1~5 000

ISBN 978-7-226-03896-3 定价:22.00 元

## 前 言

在源远流长而又博大精深的中国传统文化中，有一支神奇玄妙的文化体系，人们习惯称之为古代“方术”。“方术”是个古老的名词，它起源于远古，定名于两汉。“方”指“方技”，是以医药、养生、炼丹、炼炁为主要内容的神奇方法技术；“术”指“数术”，是以天文历算、星、占、相、卜及各类测术与法术为主要内容的玄妙知识体系。

中国古代，有不少政治家、思想家、军事家与科学家都曾醉心过方术，并利用方术获得过诸多方面的成就。历史上也有许多骗子借此行骗并麻醉民众以达其目的。但纵观数千年的中国古代文明史，几乎没有人不曾直接或间接地受过“方术”的影响，也几乎没有人能够完全摆脱方术思想的笼罩。可见古代方术对中国人的思维方法与思维模式的直接与间接（或潜在的）影响都是不可忽视的，而且在某种程度上可以认为古代方术对整个中国文化的发展，甚至可以说，对中国人的发展都起着不可估量的影响作用。因此，中国文人理应了解中国古代方术，理应鉴别与扬弃古代方术文化，理应传承古代方术中的近于合理的系统知识与准科学内容，以及现代科学目前还难以解释的神奇技术与玄妙法门，以待未来科学的鉴定。

由于古代方术神奇玄妙，加之著述者大多仅述其用而不究其理，或仅述其玄理而不道其本理，致使具有科学意识的现代文人们大多难以接受，也使绝大多数爱好者找不到对其深研细究的门径而难以登堂入室，以致无法对其进行科学的鉴别与分析。本书

命名为“古方术研究导引”就是从现代文人较易理解的，较接近现代科学意识的角度去认识、辨别与研究古代方术，而非古代方技与数术的具体技术研究。本人通过多年的考察研究获悉：中国古代方术根植于古人对天地复合运动周期与周期节律的认知；贯穿于古人对宇宙能、生命能的作用与运变法则及其对人类与世间万物影响节律的认知；效法于古人认知的天地复合运转法则，能量在不同时态下的交变运动法则与动态平衡法则等。简单地说：中国古方术之根，是古人认知的天地复合运转的周期与周期节律和随天地复合运转而形成的阴阳运变周期与交变节律；贯穿并连接各门类方术的连线是古人对宇宙能（即“炁”）与生命能（即“炁”）的认知，及其对上述能量态（炁与炁）运动交变法则的认知；而各门类方术所用的基本方法则理于阴阳思辨与五行辩证和以数代象，法于河洛及八卦模型与六十四卦模型和各类式盘模型。

古方术产生于原始社会，原始人在长期与大自然的相处中，很早就产生了对天地运转、大地冷暖变化、气候变更，动植物生灭规则、荣枯变化等的规律性认识。古人在对这些规律性认识的基础上进一步认知了天地复合运动的周期与周期节律；大胆地设想了宇宙能及生命能的运变法则与交变节律，并由此推断出了其对人体生命与万事万物的影响作用节律。这就是中国古代方术的根基，其具体表述为二十四节气七十二候、升降沉浮、八节运转与阴阳交合、五运六气等的运变周期与周期节律法则等。

古人在对大自然的长期探索中意识到，日、月、星、宿均有大量能量射入大地，并存于人们生存的大地空间，古人将其表述为炁（气），并认为这些能量（炁）随天地复合运动形成周期型的运转交变，而且在周期型运变中对大地生命产生着周期型的影响作用。古人在对人体生命的长期探索中意识到，人体生命的运动依赖于人体生命中的生命能，古人将其表述为炁（气）并依此推论到所有大地生命。古人认为：生命能（炁）与宇宙能（炁）

密切相关，宇宙能始终对生命能产生着直接与间接的影响作用，并在一定条件下可转化为生命能；生命能有三种形态，其灵性状态称为“神”，气化状态称为“炁”，物化状态称为“精”；人体生命的本质是生命能，生命能以其物态、气态，灵态三种形式体现了人体生命质量形态的气质表象，即：“精、炁、神”。在各类古代方术中，几乎所有的方技技能与数术方法均与气、炁、氮相连或密切相关。所以说，古语中的这三个气字是古人对能量的表述，它是联结古代方术中各门类（指中医、养生、炼炁、算命、算卦、风水、相术等）方术的连线。

古人在对天地复合运动、阴阳交变、能量运动等的周期与周期节律认识的基础上模拟了周期运变模型，表述了周期节律的时态变化与运势规律和相互影响作用规律，归纳了运变法则，形成了基础性的理论学说。这就是各门类方术的基本方法与基础理论，其具体表述为河图洛书、先后天八卦、易经六十四卦、各类式盘、阴阳五行理论等。

上述方术之根、方术连线、方术的基本方法，是中国古代方术中的精华，也是学习与研究古代方术的要领。本书将其作为学研古代方术的门径推荐给读者，是希望大家能真正地学懂并认知古代方术，只有真正学懂并认知了古代方术才有可能真正从现代科学的角度去认识与鉴别古代方术，也才有可能真正地传承中国古老的方术文化。

古代方术作为中国传统文化的重要组成部分之一，几千年来一直对国人的社会生活、思维方式与意识习惯等都产生着较大的影响。古代方术也是民俗文化中的主要内容，由于它在民间的普遍性与历史悠久性使它的思想、意识深藏于国人的思维习惯与潜意识之中，时常会显露出来，影响着国人的思维与意识。近年来，随着市场经济的发展，古代方术的思维意识经常影响着某些决策者的思维、判断与选择，使古方术的思想意识在市场行为中一直起着潜在的影响作用。由于许多民营企业的老板们在选址、

择期、选合作单位及合伙人以及投资趋向等方面，都要进行数学测算，加重了古方术吉凶判断在人们对各类社会事项抉择中的相应地位。另外，古代方术中还存在着许多现代科学尚无法解释，或者说是还没有明确认识各类奇妙现象，如某些风水实例、心灵感应、武术硬炁功，以及北纬 30°现象等。这些现象都需要现代科学工作者予以认真对待并认真从事研究。对这些现象的研究，不仅是对传统文化的整理与发展，而且有些现象的研究很可能将成为人类进一步认识宇宙本质、认识生命本质的突破口，甚至有可能成为我们打开宇宙众多迷宫的钥匙。因此，古代方术不仅是历史中存在的文化现象，而且也是在当前的社会现实中仍然起着一定社会作用的文化思想，并有可能成为引发未来宇宙科学与生命科学突破性进展的文化基础。所以，科学地认识与鉴别古方术，扬弃地传承古老的方术文化，不仅是历史文化发展的需要，而且也是研究现实社会发展的需要，甚至可以说是研究人类社会未来发展的需要。

马保平

2009年元月于兰州

## 目 录

<b>第一章 古方术简介</b> .....	(1)
一、古方术分类 .....	(1)
二、预测术 .....	(2)
三、长生术(神仙术) .....	(8)
四、杂术 .....	(10)
<b>第二章 古方术基础知识</b> .....	(14)
一、常用基本概念与基本关系 .....	(14)
二、古人的“天人合一”观念 .....	(21)
三、古人的阴阳思辨法 .....	(34)
四、古人的五行辩证法 .....	(42)
五、古人的以数代象法 .....	(50)
<b>第三章 古方术之根</b> .....	(62)
一、天地复合运动周期与周期节律 .....	(62)
二、阴阳运变周期与交变节律 .....	(70)
三、风水学的基础理论依据 .....	(81)
四、六十四卦描述了阴阳运变的法则与周期及周期节律 .....	(89)
<b>第四章 古方术连线(一)</b> .....	(92)
一、古人对宇宙能与生命能的认识 .....	(92)
二、古人对天地能作用的推论 .....	(96)
三、中国古代算命术简介 .....	(109)
四、天地能对大地生命的感应与影响分析 .....	(117)



五、古人对人体生命的认识 .....	(127)
六、古人的生命炁场学说与生命回归观念 .....	(136)
<b>第五章 古方术连线(二)</b> .....	(147)
一、天人交接的基本思路 .....	(147)
二、儒家浩然之气修炼法 .....	(152)
三、武术内功的一般修炼方法 .....	(160)
四、道家的天人交接法 .....	(164)
五、佛家修炼法 .....	(176)
六、“天人合一”的境界 .....	(191)
<b>第六章 方术基本法(一)</b> .....	(194)
一、古人的相似法则思想 .....	(194)
二、相似法则模型的雏形 .....	(202)
三、简易相似法则模型 .....	(223)
<b>第七章 方术基本法(二)</b> .....	(235)
一、《周易》简介 .....	(236)
二、六十四卦简介 .....	(245)
三、简单断卦 .....	(256)
四、纳干支法 .....	(258)
五、六爻测算法(纳甲筮法) .....	(262)
六、《易经》测算数中的次数分布规律 .....	(266)
七、古人的“万物一体”观念 .....	(270)
八、中国古代的著名预言 .....	(274)
<b>参考文献</b> .....	(280)

## 第一章 古方术简介

古代方术起源于原始社会，是原始人关注命运、指导人生、适应自然并长期探索自然、探索生命奥秘所形成的经验认知与应对技术。它所包含的内容随时代不同，像滚雪球一样伴随历史长河的流淌而越滚越大。其开头是原始的，越到后来它的形式便越多样，制作也越精细，手段也越巧妙。

### 一、古方术分类

古代“方术”虽然繁复驳杂，但归纳起来可分为三大类。第一类是预测术。古代预测术是以卜术为基础发展起来的。最早出现的是龟甲卜与兽骨卜，商周时期的甲骨文大多是卜辞的遗文。稍后出现的是蓍卜（卜筮）、星占、梦占以及后起的杯筮卜、金钱卜、灵鸟卜、测字、卦影、圆光，还有看相、算命、择吉、看风水等等。古人的占卜最初是为了解疑断惑、解释怪异现象、决定行为趋向。后来根据对天地复合运动的认知模拟出了天地万物运行变化的法则模型，才发展成为推断未来与其他未知情况的预测手段，所以称其谓预测术。第二类是长生术（神仙术）及炁功养生术、食炁辟谷术、房中术等。长生术认为，人通过自身的行为可以与大自然相接，并且可在交接中熔合并摄取宇宙能量以达到提高生命质量、增强生命能量的目的。第三类可称其谓杂术。例如佛教中的“陀罗尼”即密咒，据说有消灾获福、防祸避害的作用，“陀罗尼”虽非中国产生的法术，但久而久之已被中国佛教徒所信奉；又如道士使用的符篆和咒语，据说有劾召鬼神、镇

邪驱鬼、治病救灾的作用；此外还有巫蛊、魇魔、祝由科等。上述杂术的施术者用符咒或带有加持力的实物，欲伤害敌人、或禁制对手，明显带有进攻与防御的意念。由于此类杂术迷信色彩较浓厚、合理成分较少，所以本书不作介绍。本书所说的杂术主要是以养生为目的的各类民间炼炁术与除邪避害、治病救灾之术。

上述分类，是按其目的划分的。预测术的目的是预测未来，决定行为趋向；长生术的目的是养生保命、追求长生与其他超常规功能；而以防御进攻、除邪避害、治病救灾为主要目的各类法术，统归于第三类，称其谓杂术。

## 二、预测术

预测术包括占卜术与星相术。占卜术最早是先民们使用的一种非理性的用来探测世间事物信息的神秘方法，直到人们对天地万物的运行变化法则有了较成熟的认识并模拟出了运行法则模型之后，它才真正具有预测的性质。占卜的思想反映了先民对自然界和人类的基本认识，表达了先民对“天”的敬畏与期望获得“天”的启示的心情。现存可考最早的占卜术为甲骨卜。考古发掘表明，在新石器时期古人已广泛使用骨卜，至商代甲骨卜已臻于极盛。周代以后筮占法的流行，表明古人对天人关系、阴阳关系有了较为明确的理解。战国时期，阴阳五行理论逐步成熟并与天文历法的推究结合起来，产生了择吉术并进一步发展了各类形法与式法。周代至秦汉，以《周易》的成书与阴阳五行理论的日臻完善，表明古人对天地万物的运行变化法则有了明确的认识，并模拟出了各种模型（如六十四卦、太乙式盘、六壬式盘、遁甲式盘等），说明筮占已具有预测的性质。但古人并没有明确地认识到这一点，因而直到封建社会末期，各类神占巫卜与模型预测仍然一直混搅在一起。星相术包括星命术（占星术与占梦术均属占卜类）、相人术与相地术。星命术是根据星占术或出生八字（即人出生年、月、日、时的干支）推算个人命运的方术，主要

有“五星术”（包括紫微斗数）和“三命术”（包括八字算命术）两大流派。相人术是观察人的形体相貌以测断其贵贱夭寿、吉凶祸福之术。相地术称相地理炁（气）学又叫堪輿学或风水学，它是通过观察宅舍或墓地的地形与环境以测断吉凶，并通过布局来改造或调整地形与环境（形成有利人体生命的地炁）以达到趋吉避凶的方术。

### （一）甲骨卜

甲骨卜是根据烧灼龟甲或兽骨所得的兆象来预测吉凶的一种占卜方法。我国甲骨卜起源甚早，新石器时期已在中原一带流行。早期占卜全用直灼，无钻凿，且只用骨不用甲，灼痕密集而无规则。骨卜早期以牛羊胛骨为主要卜用材料，后逐渐被龟甲代替，而古代典籍大多只言龟卜不言骨卜，可能是受洛书九宫以龟背为灵图的思想影响。晚商时期是甲骨卜的极盛时期，占卜所受重视与占卜技术的考究都达到了相当的高度。从甲骨的征集、审定、修制及钻凿、灼兆、刻辞等均有一套严密的制度。周代甲骨卜，钻凿兼施并排列整齐，卜辞字体纤细近似于商末第五期风格，体现出周卜与商卜的继承关系。周有“食墨卜法”曾为周公卜洛所用，《周礼》中亦有“致其墨”之说。《史记·龟策列传》中记有秦汉时的龟卜制度，从选龟、杀龟、被龟、灼兆到各类卜事的祝辞、兆象判断及不同卜事与不同兆象所主的不同吉凶判断等均有详细的记述。隋以后甲骨卜使用极少，唐以后有生龟卜之法，蒙古族、裕固族等游牧民族亦有用牛、羊胛骨占卜吉凶的方法，这种用未经烧灼的甲骨求兆应属杂卜。

### （二）易占

与《周易》筮法相同或相近的占测术均属易占。易占起源于伏羲时代，典籍中有“三易”之说即：“夏曰连山、商曰归藏、周曰易。”三易中流传至今的是《周易》，包括《易经》与《易传》。《周易》的成书表明了我国古文化由卜筮文化向人文文化发展的演变；反映了中国文化的起源、演变和发展轨迹；表述了

我国古人对宇宙、物质世界与人体生命的基本认识，和古人对宇宙万象及世间万物运动变化法则的基本认识与模拟；同时也反映出了古人的卜筮由非理性的神秘占卜方法已趋于接近理性的模型推断预测方法。但因古人的理性认识并不明确，使近于模型推断的预测方法一直蒙着浓厚的卜筮色彩，从而造成迷信与准科学至今交织在一起良莠不分，实为遗憾。

### （三）象占

象占是根据事物表现出来的特异现象来推测未来吉凶的一种方术。占卜是古人遇到事有疑难，设法求助于“天”而进行的各种卜筮，有明显的人为性质。象占则是当客观事物出现了某种特异表象之后，人们据此以推测吉凶，其主要依据是客观事物特异现象的启示与连锁反映的经验积累或相关推断。象占是先民们测知未来最原始的方法，其产生应早于各种占卜。原始社会早期，先民们驾驭自然的能力极弱，把不常见的现象与自然灾害及人事的吉凶祸福常联系在一起，由此而产生了象占。后根据奇特现象所产生的连锁反映或相关反映的史验进行判断，使象占具有一定的经验推断性质。文献中象占的记载大多是异象对应自然灾害或风调雨顺变化的相关推断。《山海经》中“可以考禎祥变怪之物”的记载中有“见则其邑大旱”、“见则其国大疫”、“见则其国大穰”等的占验记录。可见，象占是古人认识天地自然运行影响人类及人类社会的周期与周期性节律的方式之一。但由于古人受“天”的人格化意识观念的影响，使象占直到晚清时期仍然是以祥瑞祥兆与灾祸凶兆的预示形式被人们所接受。

### （四）梦占

梦占是根据梦中所见的兆象预测人事吉凶的方术。梦象没有一般物象的现实存在，但确能给人留下如亲眼目睹般的记忆。因此使古人产生了存在着独立于肉体之外的精神体的设想，以致形成梦象是“天”及已故先祖之灵对人的启示的观念，并由此形成了占梦迷信。占梦虽然包含有较多的迷信成分，但其中也隐含着

古人对人体生命炁场在睡眠状态下与外界信息交往与反馈的认识，同时也为中医学研究人体脏炁及阴阳失调与梦象的相关对应提供了大量素材。

### （五）星占

星占是根据天体星象（含日、月）与气象的变化来推测人事吉凶的一种方术，俗称占星术。星占以恒星为观测坐标，视彗星、流星、新星的出现，日、月、五行星等的位置移动，以及星气与云气的变化为预兆，推测人事的吉凶祸福。我国星占起源甚早，据《尚书·尧典》载，帝尧时就设置了观测日、月、星、辰运行的职官，殷商甲骨中也有以星象变化测定人事吉凶的记录。两汉是星占发展的重要时期，在《星经》与《史记·天官书》及《汉书·天文志》等著述中，已基本形成了一整套系统的占星术理论，从恒星的位置、职守、星次的分野到行星的运行规律、星象的所主吉凶，以及各种杂星、各类云气所主之妖祥等均有详细的论述。而后，《晋书·天文志》、《隋书·天文志》、唐代李淳风的《乙巳占》等均有所补充。

### （六）式法

古代有多种式法，其中最著名的有三式即：太乙式、六壬式与遁甲式。式法在春秋时已普遍使用，《周礼·春官·太史》，中有：“大师，抱天时与大师同车”，该书注中有：“郑司农云：大师出则太史主抱式，以知天时处吉凶，史官主知天道。”古文献显示出，三式中以六壬式为最早，《吴越春秋》中记述了吴子胥所卜的鸡鸣课就是用六壬式推测的。六壬式分天盘、地盘。地盘不动以十二地支顺序排列，天盘地支顺序与地盘一致但处于动态运行之中。测算时，通常以月将临时把天盘加临地盘，以测算日的干支定出四课，按五行生克确定三传进行吉凶推断。传说以太乙式为最早，《易·乾凿度》中记有太乙行九宫法。太乙星君指北辰即北极星。古人把北斗星比作战车，认为太乙星君坐在战车上巡视外八宫（即洛书九宫中的外八宫）而不入中宫，每宫

巡视三年：一年巡天、一年巡地、一年巡人。太乙式的六十四卦排列是按先天卦中的人伦排序的。太乙式法中将六十四卦分为太乙十二运：第一运为天地交、第二运为男女正交、第三运为男晶守政、第四运为阴毛权衡，等等。三式中流传较广、名气最大的是遁甲式，俗称奇门遁甲。遁甲式有天、人、地三盘（也有天、地、人、鬼四盘的式盘）。遁甲式中以乙、丙、丁为三奇，以戊、己、庚、辛、壬、癸为六仪。十天干中以甲为贵，六甲隐于六仪之中，故称遁甲。三奇六仪分布于九宫，以外八宫分列休、生、伤、杜、景、死、惊、开八门，所以又称作奇门。三式均属于更深奥的测算术，三式的式盘与六十四卦有共同的性质，它们都是古人模拟出的天地万物运行变化的法则模型，用式法占测同样具有动态模型预测的性质。

#### （七）杂占

杂占是指流行于民间的数术，通常没有什么理论，也没有典籍记载或记载很少。但杂占大多简便易行，其占验结果通常以约定俗成为准则，其术也主要由民间师徒传承。杂占在民间流传较广且内容庞杂，可简略归纳为七类。一是降神类，即以念咒请神灵，让神灵附体，然后代表神灵用口头或笔书来回答占问者问题的民间方术。包括：扶乩、卜紫姑、箕姑、伏仙姑、请篮姑、请毛姑神、降仙童、碟仙、卜南失等。二是物情占，即以事物表现之情状为占验对象，以物情出现的早晚、强弱程度等为依据判断吉凶的民间方术。包括：心惊占、眼跳占、耳热占、鸟鸣占、生龟卜、狼卜、虎卜、灯花占、釜鸣占等。三是俯仰奇偶占，即以物体的俯仰或数目的奇偶测断事项结果的民间方术。包括：筊卜、木卦、赛萨、擲算、茅卜、司帅报克、竹节占、麦秆占等。四是人为取象占，是指通过对物体施加外力后，根据所呈现的物象变化来测断吉凶的民间方术。包括：生骨卜、瓦卜、胆卜、草卜、油花卜、竹占等。五是自然抽验，即随物自然而以偶然抽中者为依据占测吉凶的民间方术。包括：拈阄、抽签、鸟衔牌、转

盘、镜听、月光书、刀卦、筷卜等。六是字画图解，是以图示或拆字分析为手段的民间方术。包括：水仙术、卦影、相印、测字术等。七是天文占候，指民间依据观测经验的积累，根据天象变化推测天气晴雨冷暖及早涝情况的判断，其大多属于经验判断与天气预测的土法，通常以民谚形式出现，不含有迷信色彩，但同样具有预测的性质。

#### （八）相术

相术包括相人术与相地术（还包括相牛、马术，相刀、剑、琴、瑟术等）。相人术是通过观察人的形体、相貌及声音、言行等以测断其性格、福寿、吉凶的方术。据《左传》、《吴越春秋》记载，早在春秋时代，谈相论面已相当普遍。相人术的观察内容包括头、面、手掌、手纹、体型、动静、声音、骨骼、言行举止等，通常以相面和相手为重点。相地术全称相地理炁（气）术又称堪舆术或风水术，是以观察宅舍或坟墓的地形与环境以测断吉凶休咎的方术。早期的相地术以观察地形为主、占卜吉凶为辅，战国时期受当时盛行的阴阳五行学说的影响，古人把兴工动土的人事活动与天体运行相连系，并提出了“生炁”之说，认为地气的优劣对人体生命影响很大。对人有益的地气称“生炁（气）”和“命炁”，并认为通过宫室布局可聚集“生炁”与“命炁”。魏晋以后，相地术除承袭阴阳五行、天人感应诸法外，更加强调布局，尤其重视审察山川形势和墓穴、宫室的方位、向背及排列结构。晋人郭璞强调“乘生炁”，认为死者骸骨中的灵元残骸可通过地中的“生炁”与在世的子孙产生感应，从而影响并作用于子孙的命运。

#### （九）择吉

择吉也称择日、诳日、诳吉，是推算日辰吉凶及宜何事、不宜何事的方术。诸事均宜的好日子称为吉日，《诗·小雅·吉日》中有：“吉日庚午，我差我马。”《越王钟》中有：“惟正月孟春吉日丁亥。”择吉的家数与方法很多，清乾隆皇帝曾召集众术



家推荐择吉法，据说众术士荐出了数十种方法，乾隆帝钦定了八种，后人称其为“乾隆择吉八法”。

#### (十) 星命术

星命术是推算个人命运的方术，包括占星推命与八字算命。古人有禄命之说，这里“禄”指人生的兴衰存废，“命”指人生的富贵贫贱。《史记·日者列传》中有“夫卜者多言夸严，以得人情，虚高人禄命，以说人志”，可见西汉时已有专门为人推算禄命的卜者。《三国志·魏书·管辂传》中记有管辂曾多次为人推算寿数，且“前后过百人略无差错”。大约南北朝后期由印度传入西方星占术，按人出生时星宿所在黄道十二宫的位置推算人的禄命，南朝梁武帝称其为五星术，后来北宋陈抟又据此创立了“紫微斗数”。南北朝后期，以中国传统的阴阳五行学说为依据的推命术发展起来，称为“三命术”。唐朝李虚中“以人之始生年、月、日所值日辰支、干相生、胜、衰、死、旺、相，斟酌推人寿夭、贵贱、利不利”（韩愈著《李虚中墓志铭》），北宋徐子平根据李虚中的命理以人出生的年、月、日、时的干支推衍人的命运与祸福贵贱，后人称谓“四柱推命”或“八字算命术”。

### 三、长生术（神仙术）

长生是人类的梦想，也是人类共同的期望。传说长生的思想是祝由的弟子鬼臾区最早提出来的。鬼臾区作过黄帝的医官，他一生致力于医药学与炼炁养生学的研究，据说黄帝曾向其求教过炼炁之法。

长生术产生于黄帝时代，发展于春秋战国，盛行于汉唐宋元，其理论至今仍在研究探索之中。长生术包括外丹术、内丹术、养生术、房中术、避谷术等。

#### (一) 外丹术

外丹术是利用外物追求长生的思想体现，主要是通过炼制并服用丹药以求长生。外丹术始于秦汉，承于魏晋南北朝，盛于