

中医理论讲稿

阴 阳 五 行 学 说

北京中医学院 中医基础教研室

刘 燕 池

2226
21Y

阴 阳 五 行 学 说

阴阳学说和五行学说，是我国古代一种朴素的唯物论和自发的辩证法思想。阴阳和五行原是中国哲学史上很古老的两个哲学范畴，其概念的提出，最早可溯源于《易经》和《尚书·洪范》。古人认为物质世界是在阴阳二气的对抗运动推动下不断地滋生和发展着。阴阳既代表自然界两种对立的物质势力，同时也代表矛盾的两个方面，并在实践中进而成为人们对事物运动变化根源进行探索的阴阳说。而五行，则说明木、火、土、金、水五种物质原素之间更具有着相互资生、相互制约的关系，并处于不断地运动变化之中，因此也逐渐成为探索万物构成及其运动规律的五行说。正是由于阴阳说和五行说都是探讨物质世界事物运动变化的发展规律和根源，因此作为认识论和方法论，在历史上对中国各门学科的发展，其影响是很大的，甚至被某些专门学科所吸收，成为研究本学科发展规律的理论基础。中医学即是其中之一。

阴阳五行学说运用于中医学领域，主要是借以说明人与自然的关系人体的生理功能和病理变化，并指导诊断和治疗，成为中医学基础理论的重要内容，对于中医学理论体系的形成和发展，有着重要的意义。

一、阴 阳 学 说

——朴素的对立统一规律的学说

(一) 阴阳的基本概念：

阴阳，是对自然界相互关联的某些事物和现象对立双方的概括。它既代表两个相互对立的事物，又代表同一事物内部所存在的相互对立的



两个方面。

阴阳学说作为我国古代哲学的方法论，是用以概括和说明自然界变化规律的理论方法。阴阳学说认为宇宙间一切事物和现象，都包含着阴与阳两个方面，而且认识到，正是由于这种阴阳两方面的对立统一，运动变化，才构成了一切事物，并推动和促进事物的发展。

人们在长期的实践中所总结出来的自然界阴阳变化规律，具有着朴素的对立统一规律的思想因素，因而阴阳学说认为宇宙间一切事物所具有的既对立而又统一的阴阳两方面的经常不断的运动变化和相互作用，乃是一切事物发展变化的根本原因，阴阳规律乃是宇宙的固有规律。《素问·阴阳应象大论》说：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。”

可以看出，具有朴素的唯物论和自发的辩证法思想的阴阳学说，不仅认为自然界的物体或现象，都存在有阴阳两种属性，而且这两种属性是对立的，但又是相互关联，不断运动变化的，其联系和运动变化，就体现在阴阳对立、阴阳互根、阴阳消长、阴阳转化等方面。而阴阳学说运用于中国医学，就是运用四者关系来概括和说明人体生理、病理，并指导诊断和治疗实践。

（一） 阴阳的基本内容和应用

1 阴阳对立

（1） 阴阳对立之含义：

阴阳对立，是指自然界一切事物或现象，其本身内部都同时存在着相反两种属性，即客观存在着对立的阴、阳两个方面。例如天为阳、

地为阴，外为阳，内外阴，动为阳，静为阴；数为阳，迟为阴；升为阳，降为阴；热为阳，寒为阴；等等，表明阴阳代表着事物或现象中对立的不可分割的两方面，并且普遍的存在于一切事物或现象之中，所以古人说“一阴一阳之谓道”。（《周易·系辞上》）“阴阳者天地之道也”。

事物的阴阳属性，具有矛盾对立的含义，其中一个侧面为阳，一个侧面为阴，合起来就称为阴阳。因为任何事物的运动发展和变化无不处于阴阳的对立之中，所以阴阳具有着矛盾对立统一的普遍意义。

《素问·阴阳离合论》说：“天为阳，地为阴，日为阳，月为阴。”《阴阳应象大论》说：“水为阴，火为阳，阳为气，阴为味。”不仅无生命的物质具有阴阳对立的两个方面。就是有生命的物体也丝毫不能例外。如《生气通天论》说：“生之本，本于阴阳。”即是说一切生命现象包括人体在内，都客观存在着阴阳矛盾。所以《宝命全形论》又进一步肯定“人生有形，不离阴阳。”人体本身就是—一个阴阳对立统一的有机整体。

例如：就人体而言，以部位与形态来说：

阳：上部、体表、背部、六腑、气、机能……………。

阴：下部、内脏、腹部、五脏、血、形体……………。

又如：机能状态和变化：

阳：气化功能、兴奋、亢进、增长、分解、氧化……………。

阴：有形物质、抑制、衰退、减退、化合、还原……………。

故《素问·阴阳离合论》说：

“阴阳者，数之可十，推之可百，数之可千，推之可万，万之大，不可胜数，然其要一也。”

这里的“一”，即指阴阳，或曰“一阴一阳之谓道。”

这就说明，世界万有万物，无不存在着阴阳对立统一的两个侧面，因此皆可以用阴阳概念和理论加以概括和阐述，所以说阴阳本身具有矛盾对立的普遍性。

(2) 阴阳属性的归类：

阴阳不仅普遍地概括了事物与现象对立着的两个侧面，而且还代表着这两个侧面的一定属性（这与矛盾的对立又有所不同）。阴阳学说认为，相互关联的事物或现象中对立的两个侧面，具有截然相反的两种属性，可以用“阴”或“阳”来概括，这即是事物或现象的阴阳属性。

但是，与矛盾概念不同，事物与现象中矛盾对立的双方所具有的阴阳属性，既不能任意归属，也不允许颠倒，而是按一定规律所归类的。那么以什么标准来作为划分事物或现象的阴阳属性之规范呢？人们最常接触到的对立事物或现象莫如水火，所以《素问·阴阳应象大论》说：“水火者，阴阳之征兆也”。

就是说，阴阳虽然是抽象的，但可以用具体而明显的水、火来比喻说明。水火既是一对极为明显的矛盾，我们根据水火这对矛盾的特性，就可以很容易的把自然界一切事物或现象，划分成阴阳两大类。凡类似火性的就属阳，类似水性的就属阴。故阴阳所代表的相互对立又相互联系的两个方面，并不局限于某一特定事物或现象，一般来说，只要类似

于水火之特性者，则都可归属阴阳。如：

凡属活动的、外在的、上升的、温暖的、明亮的、功能的、机能亢进的，都属阳；凡沉静的、内在的、下降的、寒冷的、晦暗的、物质的、机能衰减的，都属于阴。

阴阳属性归类举例表

属性	空间	时间	质能	温度	重量	亮度	存在状态
阴	内下	慢	物质	寒凉	重	暗	静降
阳	外上	快	功能	温热	轻	亮	动升
抑制				衰退			
兴奋				亢进			
有形				稠密			
无形				稀疏			

3. 阴阳属性的相对性：

如上所述，从总体方面来看，事物或现象对立的两个侧面的阴阳属性是不变的，绝对的。快属阳、慢属阴，绝不可能慢属阳、快属阴。

但是，对于具体事物或现象来说，事物的阴阳属性又不是绝对的、不变的，而是相对的。事物阴阳属性的相对性表现于两方面，一方面表现为在一定的条件下，阴阳可以互相转化，阴可以转化为阳，阳可以转化为阴。另一方面则体现于事物无穷的可分性，即可以无穷的一分为二。也就是说，如果按不同的概念或范围划分，则阴阳可以具有不同的属性归类。

故《素问·金匮真言论》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。”

这就说明白天为阳，黑夜为阴，但白天黑夜之中还可以再分阴阳，即白天之上午为阳中之阳，下午为阳中之阴；黑夜的上半夜为阴中之阴，下半夜为阴中之阳。

这种阴阳中再分阴阳的情况，说明阴阳不仅存在于一切事物或现象之中，而且每一事物或现象中之阴阳则都是一分为二的，不是固定不变的。这正说明了具体事物或现象阴阳属性的规律性和复杂性。而对阴阳概念的这种灵活细致的分析，正反映出中医学对客观事物的错综联系，变动不居，有了较为深刻的了解。

(4) 在中医学中的运用：

A 概括正常人体

根据阴阳对立的观点，认为人体是一个复杂的阴阳对立体，人体内部充满着阴阳对立的现象。在概括人体组织器官的阴阳属性方面：

属性	阳	阴
人体		
人体部位	身半以上 背 体表 四肢外侧	身半以下 腹 体内 四肢内侧
脏腑功能特点	六腑	五脏
脏腑五行属性	心、肝 (火) (木)	肺、脾、肾 (金) (土) (水)

而且在每个脏器中又分阴阳，如心阴心阳；肾阴肾阳；胃阴胃阳等。

在经络系统，又分为阴经和阳经两大类。

而在概括人体生理的阴阳属性时，则人体的物质（包括脏器组织、气血、津液、精等）属阴，其功能活动属阳。如心阴指心脏的器质和心血、津液。心阳则指心搏动的机能和主血脉的功能活动。

而在人体物质之中，又分为阴精、阴血、阴液和阳气等等。总之，人体周身内外无不以阴阳而概括说明之。

B 概括致病因素：

自然界所存在的致病因素（包括细菌、病毒等在内），从其致病特点及机体之反应来说，其根本属性，可分为阴邪和阳邪两大类，如概括外感六淫致病因素，风、热（火）、暑属阳邪；湿、寒属阴邪。

(8) 概括药物性能：即药物的四气、五味、升降浮沉等特性皆可用阴阳来归属。如

	阳	阴
四气	温 热	寒 凉
五味	辛甘（淡）	酸苦咸
升降	升浮	沉降

2 阴阳互根

(1) 阴阳互根的含义：

阴阳互根，系指事物或现象中对立的两方面，具有相互依存、相互为用的联系，即阴或阳的每一侧面都以另一侧面作为自己存在的前提。

无阴，阳就不能存在无阳，阴也不能存在，故《素问阴阳应象大论》说

“阳根于阴，阴根于阳”。

古人又说“阳生于阴，阴生于阳”“孤阴不生，独阳不长”。正如没有“上”也就无所谓“下”，没有“外”也就无所谓“内”之道理一样。这深刻地说明了阴阳两方面的不可分离性。

古人用自然界的云雨变化，生动地论证了这种阴阳互根关系。如：

《素问·阴阳应象大论》说：

“地气上为云，天气下为雨，雨出地气，云出天气。”

地气指水湿之气（阴），天气指云（阳），地湿之气上升于天而成为云，天上之云下降而形成雨，雨是地气上升的云所转变而成，云是天气下降之雨蒸发而成，这就体现了阴阳的互根关系。

(2) 在中医学中的运用

A 说明生理联系：

正常的对立互根关系，贯穿于人体生理活动的全过程。如生理活动中物质与功能的演变过程，即包含着阴阳互根之理。

《素问·阴阳应象大论》说：

“阴在内，阳之守也，阳在外，阴之使也”。

守，是内守。使，是表现于外之作用。

物质属阴，功能属阳。物质是功能的基础，功能则是物质的反映。脏腑功能活动健全，就会不断促进营养物质的化生，而营养物质的充足，方能保证脏腑功能活动的健全和正常。所以只有物质（阴）和功能（阳）

两者互根关系协调平衡，才能保证人体生理活动之正常。

B 概括病理变化，主要表现为如下二种情况：

一是阴阳相损：即人体阳气或阴液，一方之不足，而导致另一方的耗损。例如长期食欲减退病变，多反映为脾气（阳）虚，即运化功能减退。则会导致人体血液（阴）的来源减少（脾胃为气血生化之源），此证称之为阳损及阴、气血两虚证。

又如大失血的病人，由于血（阴）的损失，往往会出现形寒肢冷的阳虚或亡阳证（如出血性休克），则称之为阴损及阳的气血两亏证或气随血脱证。

二是阴阳相离：是指人体阳气和阴液，物质和功能等阴阳互根关系破坏到了极点，以至一方已趋消失，从而使另一方失去了存在的前提。此种阴阳之相离，阴阳矛盾关系的消失，作为人体来说，也就意味着生命活动的告终，即所谓“阴阳离决，精气乃绝”（《素问·生气通天论》）。

C 指导立法和某些治法：

临床上根据阴阳互根的理论，可以益其所损，促其滋生，而恢复正常互根的生理平衡。从气血关系来说，气属阳，血属阴，血虚病人，不仅要补血（阴），而且要补气（阳）。以补气（阳）而促进生血，含有“阳生阴长”之意。

又如某些阳萎病人的治疗，单纯补阳，效果不一定好，而从助阳之中，再填补其阴，以达到“阴生阳长”恢复生理功能之目的。

3. 阴阳消长

(1) 阴阳消长的含义：

消长，是指事物或现象对立的阴阳两方面不是处于静止的状态，而是处于运动变化之中。阴阳的消长（此消彼长或此长彼消）乃是阴阳运动的基本形式之一。

在正常情况下，由于阴阳之间有着相互制约的关系，因而其消长运动总是维持在一定的生理限度之内，始终保持着此消彼长，此进彼退的动态平衡。即阳得阴济，阳不致过分亢盛，阴得阳和，阴就不致过分衰沉，从而并不表现为某一方面的偏盛偏衰，只是维持了正常事物的发展变化。

举例如自然界四季气候的运动变化，即是阴阳消长的典型之例：由春至夏，寒气渐减，温热日增，此为“阴消阳长”。由秋至冬，热气渐消，寒气日增，此为“阳消阴长”。正是四季这种正常的阴阳消长，从而产生了寒热温凉四季正常的气候变化。

(2) 在中医学中的运用

▲ 解释人体生理活动：

人体的生命活动，就是一个不断运动变化的过程，正常生理上的阴阳消长关系，是在一定生理限度之内保持着相对的动态平衡，从而维持人体的正常代谢。

例如，人体各种机能活动（阳）（包括能量）的产生，必然要消耗一定的营养物质（阴）——阳长阴消。

各种营养物质（阴）（包括气血、精、津液）的化生，又必然消耗

一定的能量（阳）——阴长阳消。

故《素问·生气通天论》说“阴平阳秘（消长平衡），精神乃治（平治）”，所以生理上的消长，即是人体正常的生理生化过程，对外并无寒热之表现。

B 概括病理变化的基本规律

当人体阴阳消长生理动态平衡失调而发生病理变化的时候，阴阳消长就超出了一定的限度，而表现为明显的偏盛偏衰。这就是阴阳异常消长病变规律的概括。

阴阳偏盛：即阳盛或阴盛，是属于阴阳消长中某一方面“长”的太过病变。**阳盛：**即病理变化中阳邪亢盛之热证。一般表现为机能亢奋，机体反应性增强。如临床经常出现的高热、口渴、面赤、脉数等。

阴盛：即病理变化中阴邪亢进之寒证。一般表现为机能抑制或障碍，或减退。如：暴饮生冷，受寒所引起的形寒肢冷、腹痛，脉沉等症。

这就是中医学所说的“阳盛则热，阴盛则寒”（《素问·阴阳应象大论》）但是阴阳异常消长的偏盛，常导致另一方的损耗，如阳盛可煎耗阴液导致阴液的消耗，而阴盛又常导致阳气的损伤。此即所谓“阴胜则阳病，阳胜则阴病”（《阴阳应象大论》），这也是阴阳偏盛病变发展的重要组成部分和趋势。

阴阳偏衰：即阴虚阳虚，是属于阴阳某一方“消”的太过病变。

阴虚：系指人体阴液亏虚的病证。

阳虚：系指人体阳气损耗之病证。

但是，一方的不足常可导致另一方的相对偏盛。阴虚则相对阳亢，临床常出现机能虚性亢奋，如潮热、颧赤、盗汗等症。阳虚则相对阴盛可出现形寒肢冷、阳热功能减退、衰竭之象。

这种寒、热，称之为虚寒、虚热，在热度与特点上与阴阳偏盛之病热、病寒有明显之不同。

0 指导确定治疗法则

疾病既然是阴阳失调之反映，因此治疗之目的，即如《素问·至真要大论》说：

“谨察阴阳所在而调之，以平为期”。

即是主要调整阴阳的偏盛偏衰，促使其病理性的异常，转化为生理性的动态平衡，以达到“以平为期”。

调整阴阳的偏盛偏衰，主要是采用消长拮抗的原理。对于所谓阴阳偏盛，则可“热者寒之”即用寒凉药拮抗过盛之阳热。“寒者热之”用温热药以拮抗过盛之阴寒。

对于阴阳偏衰，阴虚有热则滋阴以清热，阳虚有寒则益阳以祛寒，这就是中医学所说的“壮水之主以制阳光，益火之源以消阴翳”的原则。水之主，火之源，即指肾阴、肾阳，为五脏阴阳之本源。

4 阴阳转化

(1) 阴阳转化的含义

所谓转化，是指事物或现象的阴阳属性，在一定条件下，可以向其对立面转化，即由阴转阳，由阳转阴，因而事物或现象的性质也就发生

了根本的变化。所以，如果“阴阳消长”是一个量变的过程，则“阴阳转化”便是一个质变。然而，阴阳的转化是有条件的，中医学所谓“重阴必阳，重阳必阴”、“寒极生热，热极生寒”（《素问·阴阳应象大论》）说明了物极必反的规律，但必须指出事物的量变到质变，必须在“重”“极”的内在条件下才可能产生。

(2) 在中医学中的运用

A 解释人体生理活动

在人体生理活动过程中，包含着物质与功能、物质与物质之间的代谢演变过程，如营养物质（阴）不断转化为功能活动（阳）等等，皆可以用阴阳转化加以概括说明。

B 概括病证演变和相应的治疗

病证包括病变的部位、病变的性质，和邪正盛衰等几个方面。从病变性质分有寒证热证；从病变部位分有表证里证；从邪正关系分有虚证实证。而在病变发病的过程中，在一定的条件，寒证与热证，虚证与实证，表证与里证是可以相互转化的，而这些病变的演变转化，都可以用阴阳转化予以概括说明，并根据转化而采取相应的治疗措施。

总之，阴阳的对立、互根、消长、转化是用以说明事物内部和事物之间变化规律的思想方法，含有对立、统一的意义。这四者之间是相互联系的。阴阳对立的两个侧面，必须以对方的存在，作为自己存在的前提。对立面的消长运动是绝对的，对立面的平衡则是相对的。对立面的消长运动，在一定条件下可以产生质的飞跃，从而形成阴阳转化。这就

是阴阳学说的全部内容。

（三）对阴阳学说的正确理解和估价

应当指出，作为朴素的对立统一规律学说的阴阳学说渗透于中医学，对于中医学理论体系的形成作出了重要的贡献。中医学的许多医学原理之所以具有巨大的生命力，甚至今天仍有不可否认的临床实践指导意义，其重要原因之一，就在于其中正是贯穿着朴素的对立统一思想观点。但是，阴阳学说在古代毕竟还是自发的、朴素的，不能与当代科学的矛盾法则相提并论，它的朴素性突出地表现于阴阳范畴和唯物辩证法的矛盾范畴，有着本质的区别。

因为事物内部所包含的一切对立都是矛盾，矛盾范畴对于各对立面的性质，除了指出它的对立统一外，并不加其他任何限定。而阴阳在中医学中却包含着一定的具体内容，对于对立双方的性质做了某种限定的概括。因此我们说，矛盾范畴是对世界上一切具体矛盾现象的最抽象、最一般的概括，它比阴阳所概括的内容和范围要广阔得多，阴阳仅是矛盾中的一类而已。

另外，中医学通过阴阳学说体现出对矛盾的相互依存、相互转化和相互斗争（如《素问·症论》所说：“阴阳上下相争，虚实更作，阴阳相移。”）虽有一定的认识，但只限于直观的范围，天才的想象。尚不可能概括出矛盾统一性的相对性和斗争性的绝对性这一原理，不可能懂得同一性和斗争性的辩证关系。而且关于阴阳转化，只局限于周期性的循环方面，尚未能明确指出事物由低级向高级发展的螺旋式的前进过程

当然，这也正是需要我们对阴阳学说继承发扬，整理提高的方面。

三 五行学说

(一) 五行学说的基本概念

所谓“五行”，即是木、火、土、金、水五种基本物质元素的运动变化。五行学说，就是古人用人们日常生活中最熟悉的木、火、土、金、水五种物质为代表来归属事物的属性，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。

据文献记载，中医学理论很早就从唯物观点出发明确地把“五行”作为宇宙的普遍规律而提出。如《灵枢·阴阳二十五人》说：“天地之间，六合之内，不离于五，人亦应之。”《素问·天元纪大论》亦说：“夫五运阴阳者，天地之道也”。五运，即五行。

以此观点出发，古人认为宇宙自然界都是由此五种属性物质所构成自然界各种事物和现象的发展变化，都是此五种属性的物质运动和相互作用的结果。中医学，主要是用“五行学说”来概括和说明脏腑组织的属性和内在联系，归纳人体与自然界的某些内在联系，从而指导病理分析，以及诊断和治疗等临床实践。

(二) 五行属性归类

五行学说概括宇宙间万事万物，其主要思想方法是按照“五行”之特性，将事物或现象分为五大类，采用“取类比象”的方法，分别归属之，并根据五行之间的相互关系及其规律，说明各类事物或现象的联系和变化。

1. 五行特性及归类方法:

原始的木、火、土、金、水五种物质元素说，上升为五行学说之后，基本上已经不是单纯的指五种物质本身，而是作为事物属性的抽象概念来应用。

古人通过对自然界的观察体验和总结认为

“木”，具有生发、条达特性。

“火”，具有炎热、向上特性。

“土”，具有长养、化育特性。

“金”，具有清洁、收杀特性。

“水”，具有寒冷、向下特性。

因此，根据五行特性，采用比类取象方法，把需要说明的事物或现象朴素地分成了五大类。从而将相似属性的每类事物或现象，分别归属于五行之中，并在五行属性归类的基础上，运用五行规律，借以解释或说明事物或现象的联系和变化。

历代医家为了说明人体内外的整体性和复杂联系，从而把人体脏腑组织、生理、病理现象以及与人类生活密切相关的自然界事物或现象作了广泛的联系。归纳如下表：**五行属性归类表：**

自然界					五行	人 体				
五味	五色	气候	发展	季节		脏	腑	五官	五体	五志
酸	青	风	生	春	木	肝	胆	眼	筋	怒
苦	赤	暑	长	夏	火	心	小肠	舌	脉	喜
甘	黄	湿	化	长夏	土	脾	胃	口	肉	思
辛	白	燥	收	秋	金	肺	大肠	鼻	皮毛	悲
咸	黑	寒	藏	冬	水	肾	膀胱	耳	骨	恐