

# 五行起名详解


毛上文 温芳 编著



气象出版社  
China Meteorological Press

# 五行起名详解

毛上文 温芳 编著

 气象出版社  
China Meteorological Press

## 内 容 提 要

本书详细阐述了中国传统文化中的阴阳、五行、天干、地支之道,重点讲解了阴阳五行、干支在生辰八字与姓名学上的应用,同时列举了大量应用实例,以便读者加深理解五行起名的要点。

在起名方法上,作者按照生辰八字五行、姓名数理、姓名意象(MI)、姓名音象(HI)、姓名形象(VI)等五个步骤,系统介绍了“上文五维全息吉祥起名法”。作者引用国内外研究成果论证了姓名对人生的重要作用,还解析了中国名作中的 20 多个人物的姓名、字号。在姓氏文化方面,本书揭示了中华姓氏的八大奥秘,并以考证张姓渊源和黄帝二十五子得姓史话为例简要论述了中华姓氏起源与分流。

本书既是给新生儿宝宝起名的实用工具书,又是读者了解中国传统姓名文化的趣味休闲书。

### 图书在版编目(CIP)数据

五行起名详解/毛上文,温芳编著. —北京:气象出版社,2010. 12  
ISBN 978-7-5029-5102-3

I. ①五… II. ①毛… ②温… III. ①姓名学-中国 IV. ①K810.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 231842 号

---

出版发行:气象出版社

地 址:北京市海淀区中关村南大街 46 号 邮政编码:100081

总 编 室:010-68407112

发 行 部:010-68409198

网 址:<http://www.cmp.cma.gov.cn>

E-mail: [qxchs@cma.gov.cn](mailto:qxchs@cma.gov.cn)

责任编辑:吴晓鹏 黄红丽

终 审:周诗健

封面设计:博雅思企划

责任技编:吴庭芳

印 刷:北京京科印刷有限公司

开 本:710 mm×1000 mm 1/16

印 张:14.5

字 数:205 千字

版 次:2011 年 1 月第 1 版

印 次:2011 年 1 月第 1 次印刷

定 价:29.00 元



## 前 言

姓名学的原理,来源于中国古老的传统阴阳五行哲学,散见于有关命理学古籍中,昔日中国人长达几十年没有深入地研究其中奥秘,致使其长期湮没不彰。后来姓名学传入日本,顿成研究风气,弥漫东瀛。1928年,经过日本人熊崎氏整理归纳,日臻完善,成为一具体专门的学问。熊崎氏将五格姓名学称为圣学,广收门徒,试图用以造福社会,贡献国家。直到现在,日本皇室与民间百姓给新生宝宝起名都要“过五关斩六将”。所谓“五关”,指的是孩子的名字必须符合熊崎氏五格姓名学原理。“六将”就是若干起名辅助规则,比如有的汉字因各种原因是不能用在名字里的。显然,对于大多数日本人来说,给宝宝起名是一件规则复杂、讲究繁多的难事。因此,很多日本人把起名问题交给“专家”解决,花钱委托起名专家更省事、更安全。对此,2006年9月18日《环球时报》就登载了《日本人如何用汉字取名》一文。

日本对汉字取名(姓名学)重视的这股风首先流传到中国台湾和香港等地区,倍受国人有志之士关注。许多人在姓名学专家指导下取得了理想的名字。至于今,你会发现港、台地区多数人的名字取得很好,这是其中一个原因。

社会上一般人取名,只重字义,而不知数理、五行的灵动力以及影响人生的诸种因素,以致造成许多不利影响。一个人的姓名,如与先天八字五行配合得当,姓名数理吉祥则为贵。如果先天五行太过,则以后天姓名制之;先天五行不足,则以后天姓名补之;先天五行中和,取名以姓名数理皆吉为佳。先天者,命也;姓名者,运也。姓名对人生能发生奇妙的心理暗示作用,甚至能影响到人生的好坏。

为弘扬中华姓名文化之国粹,造福世人,今不揣鄙陋,撷坊间

版本精华,结合个人研究所得,编著《五行起名详解》一书,以方便父母长辈以及社会各界人士给孩子起名。

本书为了证明姓名学之确实,借用古今人姓名及八字为例,未经请示,恳请海涵,谨表谢意。为结善缘,诚望读者不吝指教,读者如有反馈意见,请与作者联系。

毛上文

2010年10月18日



# 目 录

## 前 言

### 第一章 学会姓名学的第一把钥匙：中华传统阴阳五行观/1

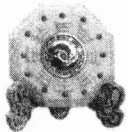
1. 一阴一阳谓之道/1
2. 阴阳的划分/2
3. 阴阳观的核心/3
4. 姓名的阴阳/4
5. 五行的产生与发展/4
6. 五行的内涵与应用/7
7. 五行生克理论是中国最古老的系统论、控制论/8
8. 五行的旺衰之道/11
9. 万物与五行对应关系/12
10. 汉字的五行属性/14
11. 六十甲子纳音五行/17

### 第二章 学会姓名学的第二把钥匙：天干地支/18

1. 天干地支探源及其启示/18
2. 天干及其所属阴阳五行/19
3. 地支及其所属阴阳五行/21
4. 干支与数的对应关系/24
5. 干支是中华民族传统的纪时工具/24
6. 干支是中医学、姓名学的说理工具/31

### 第三章 学会姓名学的第三把钥匙：起名的八大要领/33

1. 姓名的阴阳要调和/33
2. 姓名要符合五行平衡原理/34
3. 姓名要遵循五格数理规则/37
4. 讲究姓名的语义美，重视姓名的意象 MI 识别/46



## 五行起名详解

5. 推敲姓名的音韵美,强调姓名的音象 HI 识别/47
6. 力争姓名的形体美,注意姓名的形体 VI 识别/49
7. 姓名要符合性别/51
8. 姓名要符合法律法规/52

### 第四章 学会姓名学的第四把钥匙:上文五维全息吉祥起名法/53

上文五维全息吉祥起名法/53

### 第五章 学会姓名学的第五把钥匙:观摩宝宝吉祥起名实例/59

- 吉祥起名例一:程善慈/59
- 吉祥起名例二:关开阳/60
- 吉祥起名例三:贺筱晴/61
- 吉祥起名例四:肖季航/62
- 吉祥起名例五:章含/63
- 吉祥起名例六:白欣冉/64
- 吉祥起名例七:董妙言/65
- 吉祥起名例八:舒心/66
- 吉祥起名例九:郑暄禾/67
- 吉祥起名例十:熊恩宇泽/68
- 吉祥起名例十一:陆美潼/69
- 吉祥起名例十二:金墨/70
- 吉祥起名例十三:许汇恩/71
- 吉祥起名例十四:谢松达/72
- 吉祥起名例十五:林厉善、林厉志/73

### 第六章 姓名学的玄机:姓名与命运/74

1. 姓名影响健康/74
2. 姓名影响个人职业前程/75
3. 好姓名为什么有好命运/76
4. 怎样改变命运/78

### 第七章 中华姓氏的八大奥秘/80

- 姓氏奥秘之一:姓氏暗藏遗传密码/80
- 姓氏奥秘之二:同姓五百年前不一定同家/81
- 姓氏奥秘之三:中华姓氏为什么最有内涵/84



姓氏奥秘之四:中华姓氏五花八门/91

姓氏奥秘之五:小姓为什么越来越“小”/96

姓氏奥秘之六:有些姓氏为什么不能读其字的本音/97

姓氏奥秘之七:异姓也可能同源/101

姓氏奥秘之八:中华姓氏来源多种多样/103

## 第八章 中国名作中的人物的姓、名、字、号解析/110

《红楼梦》中的人名揭秘/110

《木兰辞》中的主人公姓氏真相:花木兰不姓“花”/125

《三国演义》中的美女貂蝉究竟有没有姓名? /130

细说曹操的姓、名、字、号/132

《西游记》中的唐僧及其原型玄奘的姓名、法名、法号对比/147

孙悟空的姓、名、字、号解析/151

《水浒传》中的人物绰号赏析/156

## 第九章 从张姓渊源一瞥中华姓氏的先秦源流

——兼论张姓的渊源及其始祖挥扑朔迷离的身世/172

揭秘张姓的渊源与得姓始祖/172

辨析张姓始祖挥的扑朔迷离的身世/183

破译黄帝二十五子得姓传说

——详解《国语》所述黄帝二十五子得姓史话/195

话说先秦中华姓氏源流/203

圣裔姓氏起源及其分脉/211





## 第一章

# 学会姓名学的第一把钥匙： 中华传统阴阳五行观

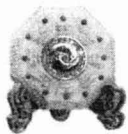


### 1. 一阴一阳谓之道

阴阳思想是我们祖先大智慧的结晶，它太古老太深邃，其源头似乎无法追溯。根据学者们对山西阳高许家窑遗址的考古推断，大约在 10 万年前，许家窑古人就可能有阴阳意识的萌芽了。真正意义上的阴阳观念，应该起源于一万八千年前的山顶洞人，那时山顶洞人对于白天黑夜、温暖寒冷、大小长短、坚柔干湿等等对立现象已经非常熟知了，并且在日常生活中熟练地利用这些概念。随着阴阳对立观念逐渐成形，阴阳观迅速在中华大地更为广阔的区域传播，尤其令人瞩目的是在大汶口文化、石家河文化、龙山文化遗址里竟然已经出现了为今天我们每一个中国人所熟悉的太极图形的雏形。

阴阳观念在中华大地经历了极其漫长的历史，自从阴阳意识的萌芽，到伏羲氏创立阴阳八卦，经夏、商时代，阴阳观念在人们的心目中逐渐加深，至西周，周文王研究先人传下来的古《易》——夏朝的《连山》、商朝的《归藏》，他把自己的研究心得写成《周易》。《周易》号称“天书”，居“五经”之首，是中国传统文化最有代表性的优秀典籍之一。《周易》是由《易经》与《易传》共同构成的典籍。《易传》是对《易经》的文字与内容的解释，《易传》是古代经师和学者解说《易经》的著作汇编，其内容由七种十篇构成：《彖辞》上、下传，《象辞》上、下传，《系辞》上、下传，《文言传》，《说卦传》，《序卦传》和《杂卦传》，因而又称为“十翼”。





## 五行起名详解

在这部既使历代王侯高官又使平民百姓顶礼膜拜的《周易》中，阴阳观得到进一步的发展，《周易·系辞上》说：“《易》有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦。”这里提到一个概念“两仪”，“两仪”就是阴与阳的意思。《周易·系辞传》还说：“一阴一阳谓之道。”即阴阳观是天地人间的根本规律，“道”是由阴阳对立和相互作用来推动的，“道”的过程可以表述为对立面的统一以及二者的互动关系。



### 2. 阴阳的划分

阴阳二字对于我们来说并不陌生，但在阴阳理论中，阴阳究竟代表着什么？何为阴，何为阳，又为什么说阴阳是生命的本源呢？一般来说，凡是具有男、高、刚、动、奇、公等性质的事物和现象属于阳的范畴，凡是具有女、低、柔、静、偶、母等性质的事物和现象就属于阴的范畴。但是我们对事物划分阴阳属性的时候，一定要注意，它是对同一事物、同一类的事务而言的，比如：公狗与母猪就不是一对阴阳，因为二者不同类，对狗而言，公狗与母狗就属于一对阴阳，公狗属阳，母狗属阴。因此，对处在同一个级别的两个事物，或者说处在同一个级别相关联的两个事物，你才能够区分阴阳。再比如一个家庭，一男一女，男为阳，女为阴，这是可以的，但是对两个男人而言，你不能说他们俩谁是阳谁是阴，因为他们同性。对一个女人及其宠物公狗，我们不能划分谁是阳谁是阴，因为他们不是同一个等级的事物。根据天人相应的理论，大自然中有什么，人体内就应该有什么，那么人体中的阴阳是怎么划分的呢？比如说胸部为阴、背部为阳，上部为阳、下部为阴，六腑为阳、五脏为阴。凡是明亮的，温暖的，积极的，向上的，进取的，具有这些特性的事物都属阳。反过来，凡是属于黑暗的，寒凉的，消极的，向下的，退行性的事物都属于阴。

具体事物与阴阳的对应关系如下表所列。



万物	阴阳	万物	阴阳	万物	阴阳
明	阳	夫	阳	上	阳
暗	阴	妻	阴	下	阴
日	阳	父	阳	动	阳
月	阴	子	阴	静	阴
天	阳	刚	阳	暖	阳
地	阴	柔	阴	寒	阴
君	阳	雄	阳	前	阳
臣	阴	雌	阴	后	阴
男	阳	强	阳	乾	阳
女	阴	弱	阴	坤	阴

### 3. 阴阳观的核心

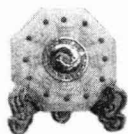
中华传统文化不仅仅用“阴阳”代表不向阳的一面和向阳的一面，而且把“阴阳”提升到一个更高的层次，作为人们认识和掌握人类生命自身规律的一种哲学观。

首先是任何一样东西的阴阳都是对立依存的，“无阳则阴无以生，无阴则阳无以化”，阴阳二者中的任何一方都不能脱离另一方而存在，“孤阴不生，独阳不长”。阴与阳的任一方都以另一方作为自己存在的前提，即有阴就有阳，有阳就有阴，它们相辅相成，循环不已，通过交互作用，组成了天地的法则。

其次是阴阳的消长，任何一事一物一人的阴阳始终处在此消彼长、此进彼退的运动变化状态，处于“阳长阴消，阴长阳消”的动态平衡中，这样事物或人的身体才得以保持正常和生命健康。阴阳消长如果出现了异常反应，事物马上出现失调迹象。

第三是阴阳的相互转化，这是指阴阳双方在一定条件下可以向各自的对立面转化，相互补充，“重阴必阳，重阳必阴”。

阴阳观认为，任何事物都有既对立又统一的阴阳两属性，这两个方面不断地运动和相互作用，是万物运动变化的根源。阴阳是宇



## 五行起名详解

宙生命的一体两面，体现了一分为二的宇宙生命发生论、结构论、功能论。所以，可以用阴阳理论来解释各种事物和现象。

### 4. 姓名的阴阳

宇宙万物都是阴阳构成的，人的姓名也不例外。姓与名可看成是一对阴阳，通常以姓氏为阳、名字为阴；名字也可以看成是一对阴阳，尤其是双字名之间有明显的阴阳关系。

### 5. 五行的产生与发展

在春秋战国时期，五行学说已经很成熟了。此后，五行学说就作为中华民族传统的世界观和方法论，并被应用到政治学、经济学、军事学、医学、伦理学之中，成为认识自然界、人类社会的哲学工具。为什么说五行学说成熟于春秋战国时代？因为那时已经有了阴阳与五行相配合、四时与五行相配合的法则，而且有了五行相胜的学说，即五行相克的理论，接下来又有了五行相生之理，在文献上有《管子》、《黄帝内经》记载了五行学说，在代表人物上有战国时期齐国著名的阴阳家邹衍，他把阴阳与五行学说结合在一起。

《黄帝内经》是运用阴阳五行学说的典范。《黄帝内经》指出：

“五行者，金木水火土也，更贵更贱，以知死生，以决成败，而定五脏之气，间甚之时，死生之期也。木得金而伐，火得水而灭，土得木而达，金得火而缺，水得土而绝，万物尽然，不可胜竭。”

《黄帝内经·素问》阐明了五行五方在天地人方面的对应、生化、特性、作用，《素问》指出：

东方生风，风生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心……南方生热，热生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾……中央生湿，湿生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺……西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮生肾……北方生寒，寒生水，水生咸，咸生肾，肾生骨髓，髓生肝。

……天有四时五行，以生长收藏，以生寒暑燥湿风。



四时就是指春夏秋冬。四时配五行，即春属木、木主生、其化以风，夏属火、火主长、其化以暑，长夏属土、土主化、其化以湿，秋属金、金主收、其化以燥，冬属水、水主藏、其化以寒。长夏，就是夏季的末尾阴历六月，这段时间，中国古人把它叫做长夏，长夏的土气平稳。大自然的变化，春夏秋冬四时的交替，产生了寒暑燥湿的气候，木、火、土、金、水五行之气随四时而变化，形成了生长收藏的规律。

阴阳家学派的代表人物邹衍提出了“五德终始”学说，他认为人类社会都是按照五德（木、火、土、金、水等五行之德）转移的次序进行循环的。五德终始说是依照自然界的五行相克（即土克水、木克土、金克木、火克金、水克火）的规律来解释社会朝代更换的。人类社会的历史变化同自然界一样，也是受木、火、土、金、水五种物质元素支配的，历史上每一个王朝的出现都体现了一种必然性。邹衍说：“五德之次，从所不胜，故虞土、夏木、殷金、周火（《淮南子·齐俗训》篇高诱注引《邹子》）”。《文选·魏都赋》李善注引《七略》曰：“邹子有终始五德，从所不胜，木德继之，金德次之，火德次之，水德次之。”《吕氏春秋·应同》讲得更具体：“凡帝王之将兴也，天必先见祥乎下民。黄帝之时，天先见大螾大蜃。黄帝曰：‘土气胜！’土气胜，故其色尚黄，其事则土。及禹之时，天先见草木秋冬不杀。禹曰：‘木气胜！’木气胜，故其色尚青，其事则木。及汤之时，天先见金刃生于水。汤曰，‘金气胜！’金气胜，故其色尚白，其事则金。及文王之时，天先见火，赤鸟衔丹书集于周社。文王曰：‘火气胜！’火气胜，故其色尚赤，其事则火。代火者必将水，天先见水气胜。水气胜，故其色尚黑，其事则水。”上述引文据近代学者考证，应属于邹衍的佚文，至少体现了邹衍的学说精神，即依据五行相克次序，周火德，则秦以水德代之；秦水德，则汉以土德代之。邹衍的这种学说为齐闵王称东帝，燕昭王称北帝奠定了理论基础，因而受到他们的礼遇和重用是不难理解的。这种学说后来被秦始皇利用，为他的称帝及其统治服务。《史记·封禅书》说：“邹子之徒论著终始五德之运，及秦帝而齐人奏之，故始皇采用之。”王应麟《汉书·艺文志考证》说：“东



## 五行起名详解

莱吕氏曰：‘方邹衍推五德之运，人视之，特阴阳末术耳，若无预于治乱之数也。’及至始皇始采用之，定为水德。以为水德之治，刚毅戾深，事皆决于法，刻削毋仁恩和义，然后合五德之数。”邹衍的五德终始说认为人类社会的历史是按照五行的相克顺序循环往复的发展过程，既具有阶段性，又具有周期性。

到了隋代，著名术数家萧吉撰写了《五行大义》，这是的一部专论五行的著作。该书是中国历史上关于五行学说最为权威的读本。书中对我国传统的五行思想作了全面的讲解，分门别类、深入浅出、文字流畅、析义明白。该书内容极广，包括了五行的生数、成数，五行在四时的旺相休囚的规律，五行的生克，五行与河洛，五行与纳甲、纳音，五行与干支等各方面的知识。英国近代生物化学家和科学技术史专家李约瑟亦曾提及该书，谓之迷信成分最少，科学成分最多。可见该书对于文史及思想研究学者之重要。

到唐代，吕才专门撰写了讲述阴阳五行八卦的占卜书——《阴阳书》。唐代以前的占卜书很少流传下来。作者在整理敦煌占卜文书的间隙，恰好有个机会去日本访问，就顺便调查了一下日本保存的唐代占卜典籍，发现有一些为国内所不存，其中最重要典籍就是日本保存的占卜典籍《大唐阴阳书》。《阴阳书》在唐初很流行，唐太宗曾“以《阴阳书》近代以来渐致讹伪，穿凿既甚，拘忌亦多，遂命（吕）才与学者十余人共加刊正，削其浅俗，存其可用者。勒成五十三卷，并旧书四十七卷，十五年书成，诏颁行之”（《旧唐书·吕才传》）。《旧唐书·经籍志》所载吕才撰《阴阳书》五十卷（《新唐书·艺文志》作五十三卷），到宋代就只剩下“吕才《阴阳书》一卷”，到现在，除敦煌文书中有《阴阳书》残卷一件以及《玉函山房辑佚丛书》收有从史籍中搜集的七八条记载外，其他已经荡然无存。

中国近代历史学家、民俗学家顾颉刚先生说：“五行是中国人的思维律，是中国人对于宇宙系统的信仰，两千余年来，它有极坚固的势力。”可见，阴阳五行源远流长，经历了漫长岁月的积累和发展，它始终与人类的生命意识密不可分。阴阳五行理论在中国历史上占有举足轻重的地位，其影响直至我们生活的当代和未来。

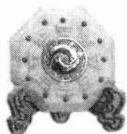




## 6. 五行的内涵与应用

在中国，有很多人对五行学说到底是怎么回事弄不清楚，一直存在许多偏见，把五行学说当成迷信的东西，甚至有人说只用它看风水或者算命，读者了解了五行学说的来龙去脉与应用，不但有助于理解中华传统文化，而且对五行的发生变化与人类生命活动有何关系？人为什么会得季节病？大树又为什么会有深深浅浅的年轮？一年四季的寒来暑往和生命体之间究竟有着怎样的关系？人的运气为什么有周期？等等问题作出令人信服的解释。中华传统五行哲学，对理解中医学、姓名学等能起到很大作用。

大家都知道了五行是木、火、土、金、水。那么这五个字是指的我们看得见、摸得着的具体的五种东西呢？还是另有所指？古人说得很清楚，在古代，木、火、土、金、水这五个字，有两个层次的含义，一指狭义上的五材——物质，即木、火、土、金、水五种具体的物质材料，这五种具体的物质，是看得见、摸得着的。《左传》襄公二十七年载：“天生五材，民并用之。”在《左传》昭公三十二年载：“天有三辰，地有五行。”这两处的概念含义都是狭义层次上的“五材”。二指广义上的五气。五行是一年不同季节变化的气，木气（属于阴阳之气）代表万物向四周展放运动状态和特性，木气在春季最旺盛，在夏季木气休囚。在秋季木气死亡，在冬季木气则比较旺。火气（属于阴阳之气）代表万物的上升运动状态和特性，在夏季火气达到最旺盛的状态，在秋季火气休囚，在冬季火气处于死的状态，在春季火气则比较旺。土气（属于阴阳之气）代表万物的平稳运动状态和特性，在四季末包括长夏土气最旺，在春季土气处于死的状态，几乎没有一点生机，在冬季土气休囚，在夏季土气则比较旺，在秋季土气休囚。金气（属于阴阳之气）代表万物的收敛运动状态和特性，在一年中秋季金气最旺，冬季金气休囚，夏季金气处于死的状态，几乎没有生机活力。水气（属于阴阳之气）代表万物的潜藏运动状态和特性，一年内在冬季水气最旺，夏季水气休囚无力，秋季水气则较旺。《黄帝内经》提到的五行内涵



## 五行起名详解

都是从广义上讲的。

中医学认为五行学说与阴阳学说一样是中医整个体系的总纲，它贯穿人体的生理、病理、诊断和治疗，贯穿中医藏象、经络、药物、心理、地理、气象、时间等等全部理论，离开了阴阳五行，中医就失去了神奇的灵性。《黄帝内经》强调阴阳五行的失调是疾病发生发展的根本原因，一旦人体的阴阳失调、五行过旺或过衰，人体正常的平衡状态遭到破坏，于是导致疾病的发生，因此，对临床上错综复杂千变万化的病情，都可用阴阳五行来加以概括说明，治疗疾病也是把失调的阴阳五行让它和谐起来，人体的阴阳五行平衡则身体健康。人体生命活动的正常状态，是阴阳五行生克平衡的结果，调整阴阳五行是中医治疗的基本原则。汉代著名医学家张仲景用五行生克的理论，通过脉象和病症的关系，来判断病症。他用五行生克的思想，来预测疾病的发展趋势。他曾经说，见肝之病，知肝传脾，当先实脾。《伤寒杂病论》。什么意思呢？你要见到肝病的话，那你就会知道，这个肝病容易影响消化系统，容易影响脾胃，治疗肝病时，你要先把脾胃补好了，肝病就不容易犯脾胃了，这个病就容易好，这都是运用的五行生克理论。

姓名命理学认为，人禀阴阳五行之气而生身，既然天地万物的发展变化和五行生克有密不可分的联系，那么可根据五行生克之理，结合每个人的先天五行情况测算一生的吉凶祸福和起名。

### 7. 五行生克理论是中国最古老的系统论、控制论

隋代的萧吉撰写的《五行大义》序说：“夫五行者，盖造化之根源，人伦之资始，万品禀其变易，百灵因其感通，本乎阴阳，散乎精像，周竟天地，布极幽明。”

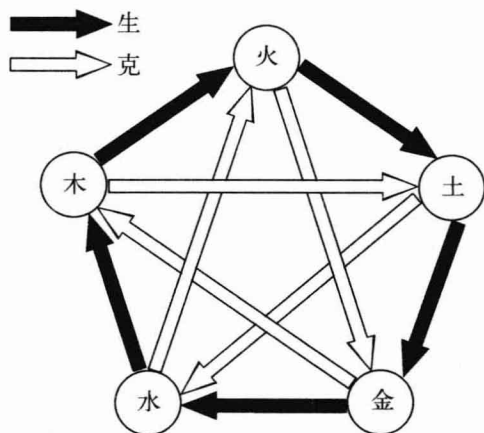
#### ①五行生克规律

五行学说认为，任何事物并不是相生就好，相克就坏，五行相生相克是宇宙间一切事物运动变化的规律，事物只有在生中有克，克中有生，相辅相成，才能正常运行。

五行生克，就是指五行及其所代表的人、事、物之间相生相



克的关系。相生，即一事物对它事物的滋生、促进、助长作用。五行相生规律是：水生木，木生火，火生土，土生金，金生水。相生关系就是五行之间的相互生养，没有这种生养，就不会有宇宙万物的存在。五行相生的结果，是事物形态的转化，五行之间顺次相生，循环不已，但事物不能总这样循环相生下去，一直相生下去的结果，那就是事物发展没节制了，“造化之机，不可无生；亦并不可无制（克）。无生，则发育无由；无制（克），则亢而有害”，生克互根，有生还必须有克（制约），整个宇宙万物才能保持动态平衡。相克，是指一事物对它事物的制约、抑制、约束等作用。五行相克，也称“五行相胜”，其规律为：水克火，火克金，金克木，木克土，土克水。《黄帝内经·素问》在“宝命全形论”篇对“五行相克”是这样记述的：“木得金而伐，火得水而灭，土得木而达，金得火而缺，水得土而绝。万物尽然，不可胜竭。”在下面的五行生克图中，五行之间是隔一相克、顺次相生。顺次相生形成一个促进性的循环系统；隔一相克造成一个抑制性的循环，如下图所示。



## ②五行乘侮规律

五行乘侮是指五行在异常情况下发生的生克关系。乘侮，是指五行及其所代表的人、事、物之间的亢乘、反侮的关系。相乘与相侮，都是不正常的相克现象，两者之间既有区别又有联系。