

刘明武 著

换个方法读《内经》

灵枢
枢
导
读

- 医理从道
- 医术从变
- 医德从善
- 用药用针从时



中南大学出版社
www.csupress.com.cn



刘明武 著

换个方法

读

《内经》

灵枢
导
读



中南大学出版社
www.csupress.com.cn

图书在版编目 (CIP) 数据

换个方法读《内经》·灵枢导读/刘明武著. —长沙: 中南大学出版社, 2012. 8

ISBN 978-7-5487-0596-3

I. ①换… II. ①刘… III. ①《灵枢经》-研究
IV. ①R221.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 175639 号

换个方法读《内经》灵枢导读

刘明武 著

-
- 责任编辑 张碧金
 责任印制 周颖
 出版发行 中南大学出版社
社址: 长沙市麓山南路 邮编: 410083
发行科电话: 0731-88876770 传真: 0731-88710482
 印 装 衡阳博艺印务有限责任公司
-
- 开 本 787×1092 1/16 印张 38.5 字数 961 千字 插页 2
 版 次 2012 年 8 月第 1 版 2012 年 8 月第 1 次印刷
 书 号 ISBN 978-7-5487-0596-3
 定 价 76.00 元
-

图书出现印装问题, 请与经销商调换

代序

从《灵枢》到元文化的深层探索

——关于刘明武对于文化根本问题的解答

阎纯德

刘明武研究文化“别开生面”，他的探秘之路从来不是人们常走的轻车熟路，而是拓荒式的艰难探险。他的《换个方法读〈内经〉》（对《素问》篇的文化解读）及此前的《打扫孔家店》《寻找元文化》《呐喊后的文化沉思》《中华元典智慧发微》《清源浊流——黄帝文化与皇帝文化》等著作已经让我们领略了他的治学风格与个性——思路奇伟，观点新颖，独具创造性。他总是提出问题，而这问题不属于老生常谈的那种“家常菜”；他回答的问题，也不是翻手为云覆手为雨的那种“炒剩饭”。他的解读独到，回答得深入厚实，绝不是牵强附会，而是令人信服。这部新著《换个方法读〈内经〉·灵枢导读》是《换个方法读〈内经〉·素问导读》的姊妹篇，也是他对于中国文化之源思考的结晶。这部新著，将引领我们换一种思维来探索中国元文化的“神秘”之源。

“书中的道理在书外，人文的道理在天文。”这是刘明武对中华文化的基本把握。他有一句值得深思的名言：“不懂天文历法读不懂中华文化”。以此为题，《南方日报》先后刊发了两个版对于他的访谈，全面地触及到了他基本的文化观。

刘明武认为，以经解经、以卦解卦、以书解书、以孟子解孔子、以庄子解老子、以君解道、以君理解道理的文化研究，早已进入了死胡同。他对中国文化研究的基本思路是以天文论人文，以天文历法论百科百家。在他看来，中华文化从根本上说就是太阳文化，中医是太阳中医，讲不清太阳历，阴阳五行就成了无源之水、无本之木。他坚信中华文化的品质是优秀的，“神解答的问题，道解答了，神没有解答的问题，道也解答了”。但是，现在信神的人越来越多，问道的人越来越少。中华文化如果失去了“以天文论道”“以道论尽”的论证方式，中华民族就会失去一切。

《黄帝内经》是我中华文化与中医文化的元典之作。这部“其文简，其意博，其理奥，其趣深，天地之象分，阴阳之候列，变化之由表，死生之兆彰……”（班固《汉书·艺文志》）之大书，包括《素问》和《灵枢》两个部分，前者讲人体生理、病理、疾病的治疗原则及人与自然关系的基本理论，后者则是对人体解剖、脏腑经络和腧穴针灸等原理的阐述，由于它全面论述了中医学理论体系及学术思想而被誉为中国医学之祖。但是，这部著作除了中医学，更涉及了中国哲学、历史、语言、文字、天文、地理、气象、历法、生物、社会等众多学科，或者说最重要的，还在于它所论述的自然界的变化规律、人与自然关系的价值。因此，我们说《黄帝内经》实际上奠定了中华文化与中医的基础。从古至今，两千余年来，大约有四百多部关于《黄帝内经》的研究著作及万余篇的论文，但是，研究者往往忽略其巨大而深厚的文化来源，主要地将视角关注点放在了中医学方面。无论是《素问》还是《灵



换个方法读《内经》

枢》，从中医学的层面切入都太专业，而刘明武则是抓住被人忽视或淡化的一面，仿佛是在其“外”，实际上是在核心，不是从书中解读中医学，而是以此为出发，换个角度，换个方法，站在文化的源头，用天文解读人文。从天文历法入手，解读了这部经典的形成思路和方法；解读了这部经典把人放在天地之间来认识，把人放在时间空间中来认识，把人放在太阳、月亮背景下来认识的永恒认识论；解读了这部经典以时间空间论养生论疾病的永恒方法论，最终从根本上解读了这部经典对中华元文化的伟大贡献。

一

在刘明武看来，“科玄之争”至今有几个基础性问题悬而未解，第一个问题就是阴阳五行。“玄虚而不可实证”，是历次文化批判运动对阴阳五行的评价。但批判并没有解释这样的疑问：其一，阴阳五行，为何会成为中华元典的理论基础？其二，诸子百家，为何家家论五行，子子谈阴阳？

只有原则性的否定，没有论据的说明，是文化批判运动的主要缺陷。只谈重要，不谈为什么重要，是诸子百家，甚至是源头经典的主要缺陷。解答不了阴阳五行问题，中华文化与中医文化就成了无源之水。于是我们便有了一个尴尬的局面：文化批判者与文化信守者都无法说明阴阳五行的来源。

中国的文化研究者千千万万，追寻者、探索者并不少，刘明武就是这样一个追根溯源者。他对文化的基本认识是：“树，一定有其根；水，一定有其源。同样的道理，文化也有根有源。只有找到了根，只有找到了源，才能解答文化中的疑难。”他对诸子百家基本认识是：“诸子百家是中华文化的继承者、阐释者，但不是中华文化的奠基者，所以文化研究不能止于诸子百家。”他对经典的基本认识是：“书，是书外人创造的；经典是经外人创造的；所以，研究经典不能止于经典本身，应该重视创作经典的思路与方法。”他研究文化的基本方法是：“书中没有的等等地下，地下没有的到山里看看。源头的文化，不仅仅体现在书中，也体现在文字之外的实物与图画之中，所以研究文化不能仅止于书本，也要研究史前的文物与图画。源头的文化，是民族融合的结晶。因此，研究中华文化不能仅止于汉族一族的文化。彝族、苗族有悠久的历史，研究中华文化应该对彝苗两族的文化给予足够的重视。”研究人文，不能忘记天文。基于以上的认识与方法，他找到了彝族文化所保存的史前十月太阳历，找到了苗族古历，在史前天文历法中找到了完美严密的阴阳五行学说的根基。

二

阴阳学说，源于太阳，这是彝族、苗族天文历法中的共同解释。苗族古历，以冬至为阳旦，夏至为阴旦。阳旦生阳，阴旦生阴。冬至夏至，是一岁之中的阴阳两极。阳旦，太阳对应于南回归线。阴旦，太阳对应于北回归线。阴旦阳旦，与太阳相关，实际上是寒暑两极，是一岁之中寒暑的起始点。苗族文化解释历法，解释在盘古和女娲名下。历，和阴阳观念，远远出现在文字之前。

中原失传的十月太阳历，被彝族文化保留了。与苗族古历一样，十月太阳历也是以太阳解释阴阳的。太阳历一年分两截，两截分阴阳——前半年为阳，后半年为阴。以太阳论阴

阳，论出的是无限循环的寒暑。一寒一暑即一阴一阳，寒来暑往即阴来阳往，是由太阳视运动在南北回归线之间一来一往决定的。寒暑阴阳，相关于太阳。

以太阳论阴阳，只有彝族和苗族文化里还有传承。以日月论阴阳，汉族经典里则已经有了清晰的解释。如《周易·系辞上》：“阴阳之义配日月。”《黄帝内经·阴阳离合论》：“日为阳，月为阴。”《周髀算经·陈子模型》：“昼者阳，夜者阴。”昼往夜来，阳往阴来，是由日月交替决定的。日月论阴阳，论的是无限循环的昼夜。昼夜阴阳，相关于太阳月亮。

周岁之阴阳，取决于太阳。周日之阴阳，取决于太阳月亮。周岁之阴阳，决定着万物的生死；周日之阴阳，决定着万物的动静。小鸟白天歌唱，夜间休息；小花迎着太阳开放，迎着月亮闭合；这是周日之阴阳即昼夜所决定的。“离离原上草，一岁一枯荣。”这是周岁之阴阳即寒暑所决定的。历法中的阴阳，第一特征就是严格的规定性。历法中的阴阳，可以实证，可以重复，可以测量，可以定量，与玄学毫不相干。这是刘明武追溯出的阴阳。

三

五行学说，与阴阳学说同根同源，也是源于太阳。彝族文化保留的十月太阳历，一年分五季，五季用金木水火土五行来表达。五行一有严格的先后顺序，二有严格的时间定量。先后顺序为木火土金水，严格的定量是一行七十二天，五行三百六十天。五行，实际上是太阳回归年的时间长度去尾数（ $365.25 - 5.25 = 360$ ）一分为五的结果。

五行即五季，五季季季相生，这里演化出了五行相生哲理。木行生物金行死（熟），金行生物火行熟，有一行必有相克的一行，这里演化出了五行相克哲理。五行生克，以自然演化解释了自然界的相互联系与相互制约。

五行与四时，名异而质同，都是季节时令的划分。太阳回归年的时间长度一分为四即春夏秋冬四时，太阳回归年时间长度去尾数一分为五即金木水火土五行。今天采用的是四时，当初采用的是五行。四时与五行，出于两种历法。四时出于太阳历、太阴历与北斗历三历合一的阴阳合历，五行出于纯太阳历。阴阳合历一直沿用至今，而纯太阳历却失传了。纯太阳历的失传，是五行无法解释的根本原因。

《尚书》《礼记》《管子》《鹖冠子》《淮南子》都有五行历的记载，但没有详细的阐释。彝族文化中既有五行历的记载，也有详细的阐释。五行学说，源于史前太阳历，这是刘明武所追溯出的五行。

四

干支，十天干、十二地支，同样是一个悬而未解的问题。根据刘明武的追溯与研究，干支与阴阳五行均源于十月太阳历。十月太阳历一岁分十个月，用十天干——甲乙丙丁戊己庚辛壬癸来表达。每月三十六天分三旬，一旬十二天，用十二地支——子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥来表达。

干支，一可以表达时间，二可以表达空间。干支表达时间，《辞海》后面所附录的《历史纪年表》可以证明这一点，日常用语中的“子夜”“中午”可以证明这一点；表达空间，地图中的子午线可以证明这一点。



换个方法读《内经》

历法改革，纯太阳历被阴阳合历所取代，干支被保留了下来，但功能发生了变化。太阳历中天干记月，阴阳合历中天干记日。太阳历中地支记日，阴阳合历中地支记月。

劳动工具，是人类跨入文明的标志，这是人们已经习以为常的标准。刘明武的不同看法：有工具，但不知道什么时候下种，会有收获吗？“过了芒种，种了白种。”这是东北今天还在使用的谚语。刘明武认为，有没有历，才是衡量是否文明的标志。中华大地上的历，远远早于文字。《周髀算经》开篇就指出，历是包牺名下出现的。《尸子》指出，八卦就是八节历（立春立夏立秋立冬、春分秋分、冬至夏至）。彝族文化解释八卦，解释出的是宇宙八角（东西南北、东南西南、东北西北）。八角与八节对应，时间与空间在此统一在了一起。在彝族文化中，洛书是历，河图也是历。洛书表达的是十月太阳历，河图表达的是十二月阴阳合历。书表太阳历，图表阴阳合历，远古时期的图与书，是用来表达天文历法的。

刘明武的研究结论是：中华文化的起源，不是始于文字，更不是始于儒家道家，而是始于远远早于文字的天文历法。制定历法与创造工具都重要，制历更重要。天文学是中华民族的第一学；历法是中华民族的第一法。天文历法古老而常青，太阳历确定的冬至夏至，用了几千年，还要几千年地用下去。以冬至夏至为基准确定的二十四节气，同样是要几千年地用下去。这就是中国文化千年不变、万年不变、古老而常青的意义和价值。

五

“天文学是母亲学，历法是母亲法。”奇偶之数，发源于阴阳学说，这是《周易》《黄帝内经》的共同结论；五音六律，发源于阴阳学说，这是《周礼》《周髀算经》的共同结论；医道医理医术，发源于阴阳学说，这是《黄帝内经》的结论；礼仪之邦的礼仪，发源于阴阳学说，这是《礼记》的结论；直角三角形，起源于立竿测影，这是《周髀算经》的结论；规矩方圆，起源于立竿测影，起源于天文历法，这是《周髀算经》《黄帝内经》《淮南子》的共同结论。一颗树开百朵花，一颗树结千个果。刘明武认为，只有抓住了天文历法这一天文根本，只有理解了阴阳这一人文根本，才能明白各个领域的累累硕果。

天文历法本身具有永恒性，由此演化出来的成果同样具有永恒性。历，中华民族今天还在用；律，全世界今天还在用。源于天文历法的阴阳十二律，明世子朱载堉整理为十二平均律并传入西方，成为今天世界通行的标准音调。历与律，几千年不衰不败。落后的文化，落后的思路与方法，会产生出如此精密精美的历与律吗？刘明武提出的问题，是我们整个民族值得深思的问题。

六

中华文化与中医文化所以能延续上下几千年而生生不息，其永恒而常青的奥秘何在？刘明武以三大原因解释了这一奥秘：

之一：永恒的坐标。阴阳学说，源于太阳。中华文化与中医文化均以阴阳为根基，从发源地论，中华文化可以称之为太阳文化，中医可以称之为太阳中医。永恒的太阳，永恒的太阳月亮北斗，知道了这一点，就知道了中华文化、中医文化永恒而常青的第一原因。

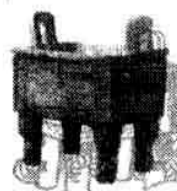
之二：精确的数据。十月太阳历中，冬至夏至的数据是精确的，寒暑的数据是精确的，

五行的数据是精确的，回归年的数据是精确的；在阴阳合历中，朔望月的数据是精确的，四时、十二月、二十四节气的数据是精确的。远古的数据，被元朝郭守敬进一步精确，精确体现在小数点以后。

之三：常青的哲理。“原始反终”“终者有始”“终而复始”“物极必反”“满招损，谦受益”“阳极生阴，阴极生阳”“日中则昃，月满则亏”……这些具有常青意义的成语与至理名言，都是天文历法所孕育的。

文化研究从一般到深入，再到另辟蹊径取得重大发现，不仅需要走出误区和缚绊，还需要转变思想方法。刘明武认为，常青意义的成果背后必有常青的思路与方法。继承了先贤创造中华文明的思路与方法，可以创造出新的领先于世界的中华文明。他用天文说话，用数据说话，没有武断地否定，但他坚信自己的结论，他的结论令人信服。

（2011年8月25日于北京）



目录

代序 从《灵枢》到元文化的深层探索

——关于刘明武对于文化根本问题的解答

.....阎纯德

天文历法与针经《灵枢》——代绪论

..... (001)

九针十二原第一法天..... (017)

本输第二法地..... (040)

小针解第三法人..... (053)

邪气脏腑病形第四法时..... (059)

根结第五法音..... (072)

寿夭刚柔第六法律..... (083)

官针第七法星..... (088)

本神第八法风..... (094)

终始第九法野..... (101)

经脉第十..... (110)

经别第十一..... (126)

经水第十二..... (131)

经筋第十三..... (137)

骨度第十四..... (145)

五十营第十五..... (148)

营气第十六..... (153)

脉度第十七..... (156)

营卫生会第十八..... (159)

四时气第十九..... (162)

五邪第二十..... (165)

寒热病第二十一..... (167)

癫狂第二十二..... (171)

热病第二十三..... (175)

厥病第二十四..... (180)

病本第二十五..... (183)

杂病第二十六..... (185)

周痹第二十七..... (188)

口问第二十八..... (190)

师传第二十九..... (193)

决气第三十..... (196)

肠胃第三十一..... (200)

平人绝谷第三十二..... (203)

海论第三十三..... (206)

五乱第三十四..... (208)

胀论第三十五..... (211)

五癯津液别第三十六..... (216)

五阅五使第三十七..... (218)

逆顺肥瘦第三十八..... (221)

血络论第三十九..... (226)

阴阳清浊第四十..... (228)

阴阳系日月第四十一..... (231)

病传第四十二..... (238)

淫邪发梦第四十三..... (241)

顺气一日分为四时第四十四..... (243)


外揣第四十五..... (248)

五变第四十六..... (252)

本脏第四十七..... (256)

禁服第四十八..... (261)





目录

五色第四十九·····	(266)	忧患无言第六十九·····	(343)
论勇第五十·····	(271)	寒热第七十·····	(345)
背膂第五十一·····	(274)	邪客第七十一·····	(347)
卫气第五十二·····	(275)	通天第七十二·····	(357)
论痛第五十三·····	(279)	官能第七十三·····	(360)
天年第五十四·····	(281)	论疾诊尺第七十四·····	(367)
逆顺第五十五·····	(285)	刺节真邪第七十五·····	(371)
五味第五十六·····	(288)	卫气行第七十六·····	(379)
水胀第五十七·····	(292)	九宫八风第七十七·····	(384)
贼风第五十八·····	(294)	九针论第七十八·····	(395)
卫气失常第五十九·····	(298)	岁露论第七十九·····	(403)
玉版第六十·····	(302)	大惑论第八十·····	(409)
五禁第六十一·····	(309)	痈疽第八十一·····	(417)
动输第六十二·····	(313)	【附一】 天文历法与中华文化诸子百科	
五味论第六十三·····	(315)	·····	(423)
阴阳二十五人第六十四·····	(317)	【附二】 常用针灸腧穴表	(438)
五音五味第六十五·····	(324)	参考文献·····	(441)
百病始生第六十六·····	(329)	后 记·····	(442)
行针第六十七·····	(339)	附：《黄帝内经·灵枢》原文	
上膈第六十八·····	(341)	经络穴位图	

天文历法与针经《灵枢》

——代绪论

银针小小，天文宏大，小小银针与宏大之天文有必然联系吗？

银针刺在人体之内，天文历法在人体之外，刺于人体之内的银针与人体之外的天文历法有必然联系吗？

有！请看下面两个论断：

其一，《灵枢·九针十二原》指出：针经之纲纪，“始于一，终于九”。

其二，《灵枢·官针》指出：“敢用针者，不知年之所加，气之盛衰，虚实之所起，不可以为工也。”相似的论断，在《素问·六节藏象论》同样出现过。

第一个论断告诉人们，要想弄懂针经之纲纪，需要先弄懂“一”与“九”的来源及其含义。第二个论断告诉人们，要想为工为上工为圣工，必须先弄清“何谓‘年之所加’”。

“一”与“九”这两个数字源于十月太阳历，“年之所加”之“年”源于太阳历、太阴历与北斗九宫历三历合一的十二月阴阳合历。历法由天文而来，所以，针灸之纲纪在天文在历法。

天文历法，是中华文化的基础，是中医文化的基础；不懂天文历法，既无法理解中华文化，也无法理解中医文化，更无法理解中医的思路与方法。这是笔者站在天文历法的立场上解读《灵枢》这部经典的所以然。解读《灵枢》，肯定会涉及《素问》，还会涉及《周易》，不当之处，希望得到方家的批评、争鸣与否定，希望得到接近医道者的指正。

一、日月之理：《灵枢》之基础

以日月之理为《灵枢》之基础，这一结论的依据何在？请看以下两个论断：

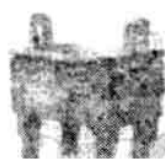
其一，《灵枢·逆顺肥瘦》：“圣人之为道也，明于日月。”——明于日月，是圣人成圣的第一关。这一论断告诉世人，不明日月，是称不起“圣人”二字的。

其二，《灵枢·逆顺肥瘦》：“人与天地相参也，与日月相应也。”——论人，有两个参照坐标：一是天地；二是日月。

从《素问》到《灵枢》，天地日月一直是论证问题的参照坐标。“法则天地，象似日月”，就是《素问》开篇第一篇《上古天真论》所强调的基本哲理。

论证问题以天地日月为坐标，这一立场，这一思路，这一方法始于《周易》。在《周易》里，天地是“如何做人”的第一坐标。凡是人，做人都应该效天法地。“天行健，君子以自强不息。”“地势坤君子以厚德载物。”“天地变化，圣人效之。”“夫大人者，与天地合其德。”这些都是出于《周易》的格言。不论圣人、大人与君子，凡是人，做人都应该效天法地。

在《周易》里，日月是“如何做人”的第二坐标。“与天地合其德，与日月合其明。”这是《周易·乾文言》留下的至理名言。天地之德与日月之明的伟大之处在于大公无私，《礼



记·孔子闲居》曰：“天无私覆，地无私载，日月无私照。”《礼记》告诉世人，大公无私的哲理出于天地，出于日月。

日月之理，合而为道。何谓道？《周易·系辞上》中的答案是：“一阴一阳之谓道。”何谓一阴一阳？这有先后天之分，先天之中的一阴一阳是清浊二气，后天之中的一阴一阳是日月。

是清浊二气的相互作用，形成了有形之天地。“清阳为天，浊阴为地。”《黄帝内经》《列子》以及彝族文化解释天地的起源，都解释在了清浊二气上。清浊二气，是无形之气。清浊二气，是先天中的一阴一阳。

后天之中的一阴一阳是有形之日月。“阴阳之义配日月。”《周易·系辞上》论阴阳，首先论在了日月这里。日月有形，所以后天之道并不玄虚。日为阳，月为阴，日月即阴阳。日月为道，日月之理即是道理。

道，用自然哲理解释就是生生之源。有生生之物必有生生之源。人从何处来？小草小花、小鱼小虾从何处来？狗猫鸡鸭、狼虫虎豹、高山流水、风雷闪电、天地日月星辰从何处来？万物的来源之处即是生生之源。生生之源生出了生生之物，生生之源论证了生生之物。生生之源之理既可以论证一物之理，也可以论证万物之理。万物之理是物理，人文之理是人理。生生之源之理，既可以论证物理，也可以论证人理。生生之源，道也。

道中有物理，道中有人理，道中有数理，道中有医理……应有尽有，这就是道理。医道、棋道、剑道、兵道、茶道、饮食之道、宰牛之道、养生之道，一个“道”字，是论证所有问题的坐标。道，是论证一切问题的依据。道，是论证一切问题的基础。

道，可以用“一”字来代替。一，是道的代名词。《韩非子·扬权》：“道无双，故曰一。”一即是道，道即是一。明白了这一代换关系，才能理解《素问》中的“言一而知百病之害”这句至理名言的所以然，才能理解《灵枢》中的“知其要者，一言而终；不知其要，流散无穷”这句至理名言的所以然。

道论阴阳，日月即阴阳。认识了日月即阴阳，认识了道理，才能真正进入《黄帝内经》的大门。就《灵枢》而言，只有明白了日理月理，才能知道针灸之纲纪从何而来，才能知道经络从何而来。

日月，这里有光和热，这里有数和理。光和热，养育着万物；数和理，演化出了中华文化与中医文化。

二、十月太阳历：针灸之纲纪

《灵枢》讲针刺，针刺有纲纪。针刺之纲纪从何而来？答案：针刺之纲纪，从太阳之理而来，从太阳之数而来。

1. 十月太阳历简介 太阳历，是太阳回归年（日影回归重合点）为依据制定出来的。十月太阳历，就是太阳回归年分十个月的历。十月太阳历，汉族已经失传，但在彝族文化里还完整完美地得以保存。在彝族文化里，十月太阳历是用洛书表达的。

2. 洛书 十月太阳历出现于文字之前，文字之前的十月太阳历是用洛书表达的。洛书又是用抽象符号实心圆与空心圆表达的，奇数用空心圆表示，偶数用实心圆表示：上，九个空心圆；下，一个空心圆；左，三个空心圆；右，七个空心圆；左上方，三个实心圆；右上方，七个实心圆；左下方，八个实心圆；右下方，六个实心圆；中间，五个空心圆。“上九

下一，左三右七，四二为肩，八六为足，五居中央”，这是从洛书图形之中抽象出来的洛书之歌。

在洛书之中，奇数分布于四方，偶数分布于四隅。阳奇阴偶，奇数为阳，偶数为阴。太阳历，就隐藏在分布于四方四隅的阴阳奇偶之数之中：

阳数九表达的是火行 72 天；

阳数一表达的是水行 72 天；

阳数三表达的是木行 72 天，

阳数七表达的是金行 72 天。

这里四个 72 天，分布在洛书的四方。

阴数八表达的是冬春之间的 18 天；

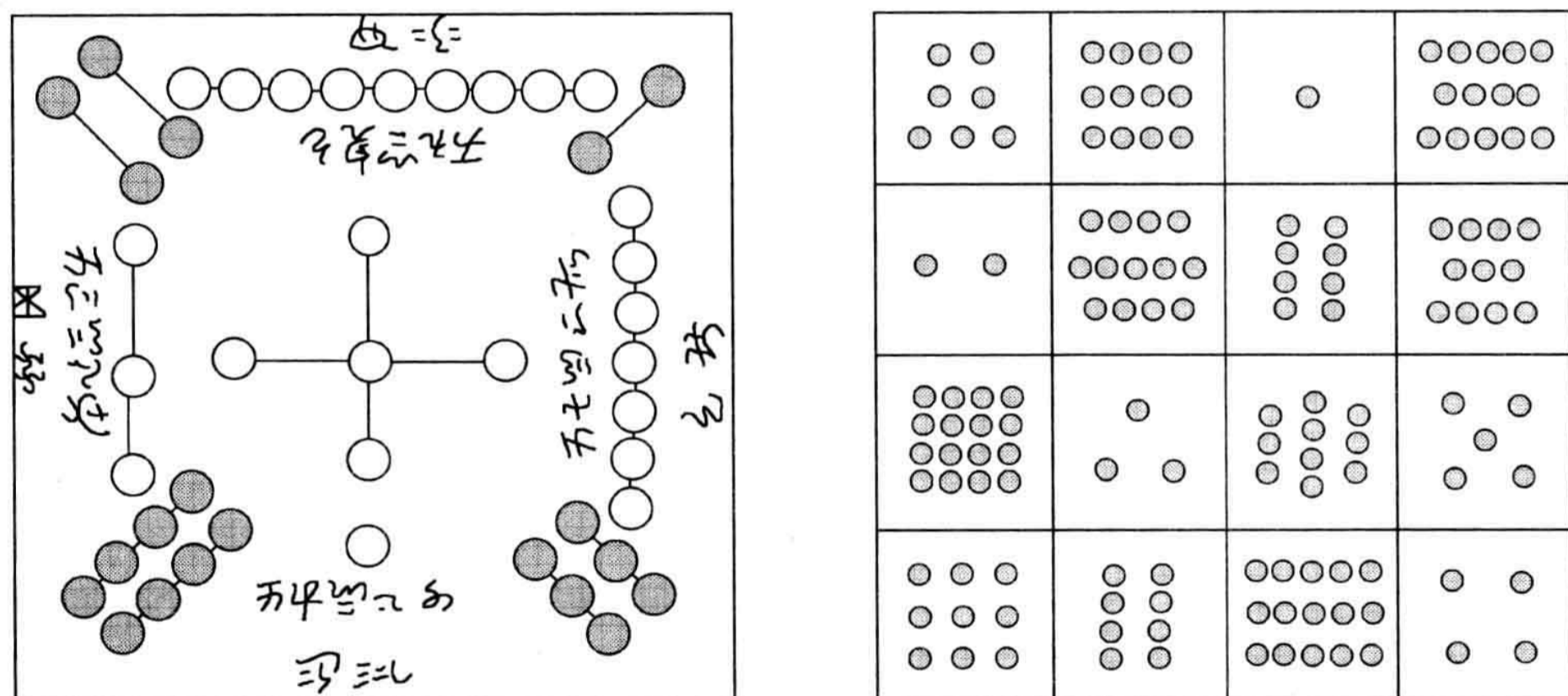
阴数二表达的是夏秋之间的 18 天；

阴数六表达的是秋冬之间的 18 天；

阴数四表达的是春夏之间的 18 天。

这里四个 18 天（一共 72 天），分布在洛书的四隅。四个 18 天组成的 72 天，归中央统领，表达的是金木水火土五行中的土一行。

以上是彝族典籍《土鲁窠吉》对十月太阳历与洛书关系的解释（图 1）。



◎ 图 1 彝族洛书图形和四阶幻方图

左图是彝族文化所保存的洛书，彝文名为“鲁素”，音近洛书。汉语意思为“龙书”，表达的是十月太阳历。阴阳五行、天干地支，均由十月太阳历所奠定。美国发射寻找外星人的太空探测器上，刻有代表地球人智慧的几个标志，其中之一就是脱胎于洛书的四阶幻方图（右图）。四阶幻方图上下左右相加皆为 34，洛书上下左右相加皆为 15。洛书为三阶幻方，是幻方之鼻祖。

这里，笔者有责任提醒天下读书人，读书人应该知道书的起源。书，起于天文，起于历法，具体起于十月太阳历。一二三四五六七八九，这一组奇偶之数，就是一部完美的十月太阳历。“始于一，终于九”中的“一”与“九”，就出于十月太阳历。

在中华民族大家庭中，只有汉族与彝族两族文化里有图书之说——河图洛书。汉族文化解释图书，解释在了神话里——神龟出书，河马出图，这个解释使自然文化变成了神秘文化。而彝族文化解释图书，解释在了天文历法里。图书，书在前图在后。洛书，表达的是十月太阳历。河图，表达的是十二月阴阳合历。这一解释，符合天文学是人类第一学，历法是



人类第一法的历史。在彝族文化的解释中，阴阳五行、天干地支均源于天文，奠定于十月太阳历。这样的解释，阴阳有了根基，五行有了根基，天干地支有了根基，中医玄学的帽子就摘掉了。

3. 十月太阳历的基本结构 十月太阳历由四大要素所构成——天、月、行、年。360天为一年，一年分五行十个月。十月太阳历论行不论季，实际上，行相似相通于季，五行即是五季。一行两个月，一月36天，十个月360天。行，运行之行。五行，即运行不息的五个季节。

太阳回归年实际是365~366天（四年之中，三年365天，一年366天，平均365.25天）。365天的太阳回归年，定为平年。平年尾数的5~6天不计入月，而用于过大小两个年。大年3天，小年2天。366天的太阳回归年，定为闰年。闰年尾数的6天不计入月，用于过大小两个年。大、小年均3天。

这样四年之中，三个平年，一个闰年。

以上是彝族典籍《土鲁宾吉》（意即宇宙生化）对十月太阳历的解释。

4. 阴阳五行学说：以太阳论出的哲理 阴阳五行学说，是由十月太阳历奠定的。失传了十月太阳历，阴阳五行学说就成了无源之水无本之木，玄学与迷信的帽子由此而来。十月太阳历中的阴阳五行，是那样的严密，那样的完美。

先说阴阳。十月太阳历，将一个太阳回归年分为阴阳两截，前一截为阳年，后一截为阴年。两截的划分，实际上是以日影长短变化为依据的。太阳由南回归线到北回归线，日影由长变短，这半年为暑为阳；太阳由北回归线到南回归线，日影由短变长，这半年为寒为阴。太阳回归年分寒暑两截，寒为阴，暑为阳。阳主生主长，阴主收主藏。

一个太阳回归年是一岁。岁可以论阴阳，月可以论阴阳，日可以论阴阳。岁论阴阳，月论阴阳，奇数月为阳，偶数月为阴；太阳历十个月，一三五七九为阳，二四六八十为阴。日论阴阳，夜为阴昼为阳。周岁之阴阳，决定着万物的生死；周日之阴阳，决定着万物的动静。这里的阴阳，可以实证，可以重复，可以测量，可以定量。

阴阳，中华文化与中医文化基础的第一大基石。

再说五行。十月太阳历分五季，一季72天，五季360天。五季用金木水火土五行来表达。五行即五季，五季即五行。五行相生、相克的哲理由此衍生。生亦自然，克亦自然。五行生克，制出了一幅自然界相互联系、相互制约的简图。自然界相互联系、相互制约的简图，恰恰是西方科学家想绘而没有绘出的。

五行历，《管子·五行》与《淮南子·天文训》中还有记载。金木水火土五行，一行72天。五行的顺序，依次是木火土金水。五行以木行为首，以水行为终。

五行，中华文化与中医文化基础的第二大基石。

五行论五脏，肝木心火脾土肺金肾水。不用十月太阳历，无法解释中医文化的五行之说。

《素问·刺要论》：“脾动则七十二日四季之月。”（注：72日四季之月，指的是春、夏、秋、冬每季后18天）。《素问·阴阳类论》“春甲乙，青，中主肝，治七十二日。”脾主72日，肝主72日，同样的道理，心、肺、肾三脏也是各主72日。一脏主72日，哲理之源源于十月太阳历。丢掉了十月太阳历，无法解释一脏主72日之说。

失去了十月太阳历，阴阳五行成了历史上的最大谜团。找到了十月太阳历，阴阳五行的



所以然，半个小时之内清清楚楚。

5. 天干地支：以太阳论出的时空 以天干地支记时，是《周易》与《黄帝内经》的特色。天干地支，中华文化与中医文化基础的第三大基石。奇怪的问题是，两部经典却都没有说明干支的来源。打开今天的《辞海》或《大辞典》，后面无一例外地附录有干支纪年表；地图无一例外地会出现子午线；“子夜”与“中午”两个词语，现实中无处不在使用。干支，一可以表达时间——年月日时，二可以表达空间——东西南北中。天干地支与阴阳五行一样，是中华文化与中医文化的基础。因此，要想弄懂中华文化与中医文化，绝对不能忽略了天干地支。

天干地支源于十月太阳历。在十月太阳历中，十天干用来表达月序，十二地支用来表达日序。

先介绍天干。天干有十，甲乙丙丁戊己庚辛壬癸。太阳历十个月，依次记为甲月、乙月、丙月、丁月、戊月、己月、庚月、辛月、壬月、癸月。十天干，是对十个月的抽象表达。甲乙丙丁戊己庚辛壬癸十天干，太阳历中十个月，在平面上可以摆放成一个圆环。圆环循环不休，原始反终，终而复始。

再介绍地支。地支有十二，子丑寅卯辰巳戊未申酉戌亥。太阳历每月36天。36天分三旬，每旬12天，依次记为子日、丑日、寅日、卯日、辰日、巳日、戊日、未日、申日、酉日、戌日、亥日。十二地支，是对一旬12天的抽象表达。

十二地支，一可以记时，二可以表达空间。空间中，子午两支的连线是南北线，卯酉两支的连线是东西线；东西南北，子午卯酉，是一个完美的“十”字坐标。

十二地支，在平面上也可以摆放成一个圆环。圆环循环不休，原始反终，终而复始。

在彝族文化中，十二地支是用六种家养动物、六种野生动物来表达的。六种家养动物是马、羊、鸡、狗、猪、牛；六种野生动物是虎、兔、龙、蛇、鼠、猴。这样一来，枯燥的历法变为生动有趣的形象，顺利轻松地走入了万户千家。

阴阳五行、天干地支，我们汉族经典里一样不少，可是部部经典都没有清晰地解释阴阳五行、天干地支的出处；诸子百家，子子谈阴阳，家家论五行，可是子子家家谁也没有解释阴阳五行的来源。彝苗两族的文化完整地保留了阴阳五行学说，彝族十月太阳历与苗族古历完美地解释了阴阳五行、天干地支。两千多年来讲不清的阴阳五行，用十月太阳历与苗族古历，一个小时就可以讲清楚。所以，我们应该虚心学习，认真研究彝苗两族的文化。

6. 冬至夏至：阴阳两极 十月太阳历中有两个年节——大年与小年，冬至过大年，夏至过小年。冬至夏至，实际上是一岁之中的阴阳两极。

冬至，太阳相交于南回归线；立竿测影，这一天的日影最长。夏至，太阳相交于北回归线；立竿测影，这一天的日影最短。

冬至夏至，阴阳两极；冬至为阴极，夏至为阳极；阳极生阴，阴极生阳；一岁之中，天地之间的阴阳二气是在冬至与夏至这两天转换的。

这里特别要介绍一下苗族古历中的阴阳观。苗族古历以冬至为阳旦，以夏至为阴旦。阴旦，阴气初生第一天。阳旦，阳气初生第一天。一岁之中，阳气初生于冬至，阴气初生于夏至。从冬至这一天开始，地下阳气一步步上升。从夏至这一天开始，天上阴气一步步下降。苗族古历以天文历法合理地解释了“阳极生阴，阴极生阳”的阴阳转换。

阴阳两极，在自然界中，是论证万物生死的依据，是论证草木枯荣的依据。在《黄帝内

经》中，阴阳两极是论证天地之道的依据，是论证寒暑气候变化的依据，是论证人体变化与疾病变化的依据。

7. “一”与“九”：以太阳论出的数理 表示两个重要的节令：冬至与夏至。冬至点，在洛书中位置在下在北，数理在一。夏至点，在洛书中位置在上在南，数理在九（古时方位于今时的相反）。“一”与“九”，出于洛书表达的是十月太阳历。一，冬至；九，夏至。冬至夏至，阴阳两极。冬至阴极，阴极生阳。夏至阳极，阳极生阴。一阴一阳，制约着万物的变化，制约着万物的生死，制约着“离离原上草”的“一岁一枯荣”，一阴一阳是万物之纲纪，人是万物中的一员，一阴一阳也是人之纲纪。大纲纪之中有无数个具体纲纪，具体纲纪之中包括针刺之纲纪。

“一”与“九”，简单的两个数字，丰富的自然哲理，丰富的自然意义与人文意义：

天文，表达的是太阳与地球的两个对应点；

地理，表达的是阴阳二气的两个升降点；

人文，从天文到人文，基础观念仍为阴阳。一与九在人文中表达的是阳极生阴、阴极生阳的阴阳两极；

在物，表达的是万物“一岁一枯荣”的生死点；

在气，表达的是一寒一暑的无穷交替；

在历，表达的是两个重要的节令冬至与夏至；

运动，表达的是太阳视运动在南北回归线之间的一往一来；

时间之中，表达的是一岁的起点与终点；

空间之中，表达的是贯穿南北的子午线；

立竿测影，表达的是日影最长点与最短点。

明白了这些，才能真正明白《灵枢》为何将“一”与“九”列为针灸之纲纪。

“一”与“九”，是以太阳为坐标论出的数理。阴阳五行，是以太阳为坐标论出的哲理。针灸，以“一”与“九”为纲纪，以阴阳五行学说为基础为依据，太阳之理即中医医理，太阳之理即针灸之理也。

《管子·枢言》：“道之在天者，日也。”太阳可以论天道。天道，是地道人道的的基础，也是医道的基础。医道之中包括针灸之道。针灸之道，针灸之纲纪也。

针灸之纲纪，奥秘在哪里？奥秘在太阳，在历法之数，在阴阳升降，在时空变化，在寒暑交替，在四时循环，在五行的运行不息。

总之，针灸之纲纪，奥秘在“太阳如此，天道如此，医道如此，针道如此”的道理里。

三、思路与方法

以太阳为坐标论针灸之纲纪，以太阳为坐标论医道医理，以月亮为坐标论气血盈虚，以北斗星为坐标论邪风论疫病，总而言之，以天文论针灸论补泻论医道医理是《灵枢》的基本思路，以历法之数论人体之数——关节之数与穴位之数，这是《灵枢》的基本方法。

一部《黄帝内经》有太阳历、太阴历（月亮历）、北斗历、阴阳合历四种历。四种历，构筑起了中医文化的理论基础。弄懂了这四种历，就明白了中医文化的思路与方法，同时也就明白了针灸的思路与方法。这里先介绍一下天文历法与中医理论基础的关系，然后再讨论思路与方法：

阴阳五行、天干地支，出于太阳历；月亮盈亏理论出于太阴历；九宫八风，出于北斗历；春夏秋冬四时、二十四节气，出于太阳、北斗两种历；阴阳合历则将囊括一切。

历，构筑起了中医文化的理论基础；历，奠定了中医文化论证问题的思路与方法。

现在，集中讨论思路与方法，历本身的内容会在讨论中顺时带出。

1. 以四时论之 “四时”一词，是在《素问》中出现的，《素问》第二篇的题目为“四时调神大论”。调神即养生，养生论四时。《素问》奠定了重视四时的思路，奠定了“以四时论之”的方法。

一时有一时之气，一时有一时之病；四时有四时之气，四时有四时之病。以四时论病的思路与方法，始于《素问》，延续于《灵枢》。

一时有一时之气，一时有一时之脉象；四时有四时之气，四时有四时之脉象，以四时论脉象的思路与方法，始于《素问》，延续于《灵枢》。在《灵枢》中处处都可以看到“以四时论 A，以四时论 B”的方法。

(1) 以四时论“守气”：在《灵枢》中，“四时”一词也是在第二篇出现的。《灵枢·本输》：“四时之所出入。”论针刺，须先论十二经络。论十二经络，须先论“此时”的气在何处。论经络之气，须先论四时之气。“四时之所出入”之论断，首先讲的是阴阳二气在四时之内的变化，其次讲的是天气与人气的统一。针刺最高的境界是“守神”。“守神”守什么？守神，守的是气。守神，一是要清楚地知道“今时之气”在四时之中为“何时之气”；二是要清楚地知道人体之中“今日今时，此时此刻”的气在何处？在脏在腑在经络？在阴经在阳经？要达到“守神”这一境界，必须以四时论之。四时，一能够界定天气，二能够界定人气，界定出气在何脏何腑与何条经络。

(2) 以四时论针刺之大纲：《灵枢·本输》篇在结尾之处有对四时作用的纲领性总结：“四时之序，气之所处，病之所舍，脏之所宜。”这一论断告诉世人，四时之序之中，有寒暑阴阳二气盛衰变化之序，有脏腑经络之气循环之序，有疾病出现的部位之序，关乎针刺刺于何经何脏为宜之序。病在人体之内，针刺之大纲在人体之外，在人体之外的四时之序之中。

(3) 以四时论针刺之泻：医道，关键在补泻。针刺之道，关键也在补泻。补，讲究四时；泻，同样讲究四时。《灵枢·官针》：“泻于井荥分输，取以四时。”这一论断指出，泻经络上的井、荥、输、经、合五种穴位，必须以四时之序为准则。四时之序中，井穴对应东方春，荥穴对应南方夏，输穴对应中央季夏，经穴对应西方秋，合穴对应北方水。《难经·第74难》：“春刺井者，邪在肝；夏刺荥者，邪在心；季夏刺输者，邪在脾；秋刺经者，邪在肺；冬刺合者，邪在肾。”《难经》中的这一论断，可以解释“泻于井荥分输，取以四时”的所以然。经络有气，穴位有气；经络之气合于四时，穴位之气同样合于四时。气，可补可泻。补泻，必须合时，合四时之时。

(4) 以四时论养生：《灵枢·本神》中有如是之论：“故智者之养生也，必顺四时而适寒暑。”春夏秋冬，温热凉寒，这是养生必须顺应的自然气候。《素问》：“夫四时阴阳者，万物之根本也，所以圣人春夏养阳、秋冬养阴。”又：“故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也，逆之则灾害生，从之则苛疾不起，是谓得道。道者，圣人之行之，愚者佩之。”养生讲究合道，四时之序就是道。

(5) 以四时论正常脉象：《灵枢·终始》中有如是之论：“所谓平人者不病，不病者，脉口人迎应四时也，上下相应而俱往来也，六经之脉不结动也，本末之寒温之相守司也，形肉

