

## · 经典研究 ·

探演《黄帝内经》的医与易<sup>※</sup>杨沐蓉 章 莹<sup>▲</sup>

**摘 要** 以古天文学与古地理学解读《黄帝内经》，通过明晰《黄帝内经》中“太极生两仪、两仪生四象”之阴阳法则，以及诸如“河图”“洛书”数字文化与易经八卦的应用知识，获取真实生命体的医理学，探究华夏民族传统文化的核心基因与重要精髓。

**关键词** 《黄帝内经》；太极阴阳；河图洛书；八卦

中华文明至今绵延不绝、历久弥新，具有强大的生命力<sup>[1]</sup>。中国古代最早的医学名为“道医”，“道医”源于炎帝与黄帝时期，是距今约 5000 年的公元前 26 世纪。道家经典著作《西山群仙会真记》有言：“广成子以内事教黄帝，久不见功，乃于崆峒山，炼大药五金之中。”明确记载了黄帝为道教的重要人物。中医药的鼻祖炎帝、黄帝对中华文明乃至整个人类社会做出的巨大贡献，这也是中华民族自称“炎黄子孙”之根本原因。由于西方文化在中国的传播，东西方文化结合的潮流，催生了为区别于西医的“中医”一词，而真正属于中华民族传统医学之根的“道医”一词却销声匿迹。

《黄帝内经》不仅是华夏文明的重要组成部分，更是开启知识宝库的关键钥匙，其以宇宙自然生命科学为根蒂，犹如一颗璀璨的明珠屹立于人类文明之峰。作为医易、药理学等理论之渊源，《黄帝内经》本就是医易同源的杰作，只有明晰太极、阴阳等意义，才能助力中医实现真正的复兴。

## 1 阴阳应象

《黄帝内经》将阴阳五行之法则贯穿于天地人三才，因此，以《素问·阴阳应象大论》开启对阴阳的解析，以“应”“象”二字作为剖析之始至关重要。“应”即

对应，反映万事万物的阴阳属性；“象”即世间万物因属性相异而生的阴阳征象。人身之阴阳、人事之阴阳，皆与天地间四时、八方等自然规律之阴阳休戚与共。《素问·阴阳应象大论》对“法于阴阳”有明确的阐述，养生、发病、治疗、预后等，只有“法于阴阳”，方可卓有成效。

**1.1 太极生两仪，两仪生四象** 宇宙万物以阴阳二性划分，是基于“太极”，然而在“太极”之前，宇宙中还依次存在“太易”“太初”“太始”“太素”四个阶段<sup>[2]</sup>，与“太极”合为五个阶段，均以“元气”的形、质不同为划分标准。

“太极生两仪，两仪生四象”，说明阴阳二性的先天为一个太极圆。宇宙空间初为混沌一体的“元”，视为单一的整体；无中生有，从无到有，一“元”生先天一气，先天“一”生水，水为圆，此为太极；一太极二分为阴与阳，此为两仪；阴阳二气以“太”“少”衍生为太阳、太阴、少阳、少阴，此为四象；而天地人三才包含于太极、两仪、四象之中。“四象”在中国古代天文学术语中指东、南、西、北四大星区，古人观察二十八星宿，将各方星宿组合形态之“象”以“青龙、白虎、朱雀、玄武”天之四灵相“应”，此为上古时代人类的星象观。《淮南子·天文训》论述了混沌既分、清生浊降、天阳地阴、万物乃生之理。《素问·阴阳应象大论》曰：“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也。”阴阳二气对立统一，却同根于一太极且交感互藏。《道德经》云：“道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。”二者在消长平衡、相互转化的动态运动中，以“应”阴阳之“象”，化生万物。由此可见，两仪为万物形成、化生之本，阴阳二分是对一切事物划分的最基本之准则。应阴阳之“象”的列举如下。

<sup>※</sup>基金项目 江西省高等学校教学改革研究项目(No.JXJG-20-12-9);江西省教育厅科学技术研究项目(No.GJJ190657);江西中医药大学第四批“课程思政”示范课程(No.KCSZ0410)

<sup>▲</sup>通信作者 章莹,女,副教授,硕士研究生导师。主要从事《黄帝内经》理论研究、中医体质及国医大师伍炳彩学术思想研究。E-mail: 53400387@qq.com

· 作者单位 江西中医药大学中医学院(江西 南昌 330004)

在空间、现象中,玉宇为阳,坤灵为阴;曦和为阳,望舒为阴;近日为阳,远日为阴;晨霞为阳,落霞为阴;雾为阳,雨为阴。

在时态中,青阳、朱明为阳,白藏、玄英为阴;芳岁、花朝、桃浪、槐月、天中、徂暑为阳,首秋、仲商、霜序、上冬、葭月、嘉平为阴;昼为阳,夜为阴。

在物质运转中,升为阳,降为阴;动为阳,静为阴;疾为阳,徐为阴;预为阳,滞为阴;聚为阳,散为阴;放为阳,收为阴;启为阳,闭为阴。

在哲理中,实为阳,虚为阴;表为阳,里为阴;奇为阳,偶为阴;释怀为阳,执迷为阴;谅为阳,恨为阴。

在动物界中,属性雄为阳,雌为阴;攻为阳,守为阴;大为阳,小为阴;轻巧为阳,笨重为阴;敏捷为阳,迟钝为阴。

在植物界中,雄蕊为阳,雌蕊为阴;光合作用强为阳,弱为阴;高大为阳,矮小为阴;长于阳坡为阳,长于阴坡为阴。

在人类社会中,做事成为阳,败为阴;初为阳,末为阴;思维灵敏为阳,僵化为阴;性格开朗为阳,沉静为阴;热心为阳,狡诈为阴;面对为阳,退缩为阴;坦诚为阳,隐瞒为阴;八街九陌为阳,颓垣败壁为阴。

在人类关系中,须眉为阳,巾帼为阴;君为阳,臣为阴;椿庭为阳,萱堂为阴;帝王为阳,梓童为阴;尊为阳,卑为阴。

在生命体中,生为阳,绝为阴;盛放为阳,凋零为阴;健朗为阳,体弱为阴;无恙为阳,抱恙为阴;微恙为阳,笃疾为阴。

以上为“象”法阴阳。环境、角度等差异使得“应”阴阳之“象”不胜枚举,同时这也正是对“阴阳者,天地之道也,万物之纲纪”的最佳解释。人类生于天地之间,必定遵循阴阳之道,早在宇宙创造人类形体各部位时,就已经将阴阳鲜明区分,若阴阳不分,则万物永失于平衡,四海之内皆混乱不堪,生物群体永不复存。左升右降阴阳更迭的圆运动循环模式,是医易学能够解释世间万物运动规律的不易之典。“阴阳”看似对立矛盾,实则互根互藏、相互转化;看似唯二之性,实则无限细分,阴阳中复有阴阳。“应”阴阳之“象”千姿百态,须综合运用简易、变易、不易之思。中医药理论本就以阴阳为根本法则,例如,人体经络阴阳相异,十二正经行于上肢、外侧为阳经,行于下肢、内侧为阴经;背阳腹阴,奇经八脉中,行于背部正中线的督脉联系手足三阳经而为“阳脉之海”,行于腹部正中线的任脉

联系手足三阴经而为“阴脉之海”<sup>[3]</sup>。医者若达到为万象细分阴阳之境界,再深入理解《黄帝内经》的中医理论,于临床诊疗、养生治未病之效不言而喻。

**1.2 太极阴阳** 宇宙是立体空间结构,则太极并非平面图,而是立体的圆形球体,阴阳等分,紧紧相扣合成一个生命体。太极球体有阴阳之分,宇宙中可视的物质界面为阳,不可视的能量界面为阴。两者间存在一个分界线,即太极弦,负责黑白两界面的交互、沟通。黑白鱼眼代表正反粒子,阴中有阳、阳中有阴、黑白环抱相扣的态势,在天文学、物理学中即为量子纠缠。从人类视角看,物质世界虽肉眼可见,但明中有暗、露中有藏,在肉眼不可视之处,充斥着由各种粒子携带的场能量,此为白中有黑;从宇宙生命本体视角看,人类不可视的能量场为主体,人类可视的物质世界只是其中的一部分,此为黑中有白。由此可见,黑白阴阳是如影随形的统一整体。

《素问》中《阴阳应象大论》《阴阳离合论》《阴阳别论》《阴阳类论》这四个关于阴阳的篇目隐藏着《黄帝内经》的巨大奥秘。古人通过物质、能量与阴阳破解了万事与万物的规律,以事物的形态划分,物质为阴,能量为阳。显而易见的是,太极图的阴阳也是破解《黄帝内经》的关键。《黄帝内经》通过《阴阳应象大论》引出以事物与阴阳的“应”“象”来解读太极生阴阳的基本来历,使得学者有拨云见日之感。

## 2 河图洛书之数在医易与人类生命中的价值

数字赋予人类巨大的能量,任何事物一旦被量化,则会带来强烈的认同感和冲击力。古人仰观天文得知各方位星象排布之数,产生了标示宇宙能量的河洛之数,成为人类数字能量的来源。天一生水,地六成之;地二生火,天七成之;天三生木,地八成之;地四生金,天九成之;天五生土,地十成之。1至5分属水、火、木、金、土之生数,6至10分属水、火、木、金、土之成数。河洛之数为数字五行说奠基,数与五行属性相应,则万物皆有其数,当生则生,当成则成,生成交互相依。

古人将宇宙拟定为一个生命体,则先天河图为机械结构图,后天洛书为生命体的运动说明书。2500年前古希腊数学家、哲学家毕达哥拉斯才提出“数是万物的原型”<sup>[4]</sup>,而早在远古时期的中国古人就以1~9做成数理模型,即九宫图,以九宫图作为河洛之数的

研究基础。九宫图中无10,因为古文化中0不为数,而0又表示初始太极圆,由此才有“九九归一”之说。河图洛书以“数”成为非物质文化遗产,宇宙空间之“数”即天下万物生存之密码。既然河洛之数为“宇宙魔方”,那么《黄帝内经》中的数若皆以河洛之数解读,定会迎刃而解。

**2.1 河图数** 河图象征地“方”,地分东、南、中、西、北,应春、夏、秋、冬四时。河图之数下为1、6,上为2、7,左为3、8,右为4、9,中为5、10,即1、2、3、4、5、6、7、8、9、10共10个自然数。

《周易·系辞上》载:“天数五,地数五,五位相得而各有合,天数二十有五,地数三十,凡天地之数五十有五,此所以成变化而行鬼神也。”1至10这10个自然数中,阳数有五、阴数有五,阴阳各五,合而为十;阳数1、3、5、7、9之和为25,阴数2、4、6、8、10之和为30,阴阳数之和为55。也就是说,这10个自然数,以及其总和之数“55”,可以算遍天地万物。

然而,仅10个自然数还不足以知悉天地人与生命体生长壮老已的全部现象,故古人以河图之方位、时刻等容纳天文数据规律,从而描绘了宇宙这一大生命体,如宇宙空间中的太阳系生命体也有其自身的“五脏六腑”“十二经络”等,由此,更易探究《黄帝内经》中人体生理、病理过程等数之根源。河图这一创举为人类点明了量化与量变关系的本质,是人类数文明智慧有迹可循的伟大贡献。例如《素问·阴阳别论》记载:“凡持真脉之脏脉者,肝至悬绝急,十八日死;心至悬绝,九日死;肺至悬绝,十二日死;肾至悬绝,七日死;脾至悬绝,四日死。”其中数字“18、9、12、7、4”都可用河图之数解读疾病在天数上的量变结果。

**2.2 洛书数** 洛书象征天“圆”,天分东、东南、南、西南、西、西北、北、东北,即四方加四隅。洛书又名龟书,1、2、3、4、5、6、7、8、9共九个自然数,其方位分布之象恰成一个完整的人体基本结构:正上9为头项,正下1为下部,左上2、右上4为两肩与上肢,左3、右7与中5为人体中段内部分布,右下6、左下8为双足。

洛书图又称“九宫图”,纵、横、对角线,每组3个数之和均为15,此为九宫图之无穷奥秘。前文已阐述五行与数相应及生成关系,河图为结构图,则洛书为五行木、火、土、金、水的运行数。例如,宇宙空间的经络,是以地球公转运动为主体,与其他天体能量交换时不可视的暗物质气流带、射线;而宇宙空间的五脏,是木、火、土、金、水五大行星,其与宇宙六气相联系,

由六气调控、引导运动,这在五运六气中有所明示,即《素问·天元纪大论》所言:“天有五行御五位,以生寒暑燥湿风;人有五脏化五气,以生喜怒忧思恐。”

**2.3 河图与洛书的关系** 先天是宇宙自然规律,为道;后天是生命体的主动努力,为术。后天必遵从先天之道,即“道法自然”。“体用”是中国哲学的一对范畴,“体”是最根本的、内在的本质,“用”是“体”的外在表现、表象。河图为“体”,洛书为“用”,提醒世人医易中应当辨清体用关系。河洛之数藏于古代历法,如西汉学者京房曰“五十者,谓十日、十二辰、二十八宿也,合五十”;“50”对应朔望月中朔、上弦、下弦、望约五十个月相,留一表示太极圆,择其中四十九个月相变化编制历法,即所谓“其用四十有九”。河图为阳,洛书为阴,即天地的关系。“天不变,道亦不变”,道出于天,人类当顺天应人,追求天地人浑然一体的“天人合一”境界,亦是“先天而天弗违,后天而奉天时”的现实表现。

河图洛书于生命科学的价值非同小可,其理寓于众典籍中。《灵枢·经脉》曰:“人始生,先成精,精成而脑髓生,骨为干,脉为营,筋为刚,肉为墙,皮肤坚而毛发长,谷入于胃,脉道以通,血气乃行。”先天之精成于有形之体诞生前,髓、骨、脉、筋、肉、皮、发接而成形;有形之体诞生,则后天水谷入先天已成之各部中,充养以运转生命。《西山群仙会真记》曰:“男子先生右肾,以外精而内血,阴为里也;女子先生左肾,以外血而内精,阳为里也。”说明了男女阴阳相异的先天结构。“三焦生八脉,八脉生十二经,十二经生十二络,十二络生一百八十系络,一百八十系络生一百八十缠络,一百八十缠络生三万六千孙络,三万六千孙络生三百六十五骨,三百六十五骨生八万四千毛窍”,其中涉及“3”“8”“12”“180”“365”等数据,皆与河洛之数密不可分。《太上老君内观经》曰:“天地媾精,阴阳布化,万物以生……一月为胞,精血凝也。二月成胎,形兆胚也。三月阳神为三魂,动而生也。四月阴灵为七魄,静镇形也。五月,五行分藏以安神也。六月,六律定腑用滋灵也。七月,七精开窍,通光明也。八月,八景神具,降真灵也。九月,宫室罗布,以定精也。十月气足,万象成也。”可见,天地阴阳化生万物,从第一月至第十月均有定数,此为天道,每一月份所生之物,正是河洛数的内涵之理。

《黄帝内经》《西山群仙会真记》《太上老君内观经》三段原文深刻描述了生命体先天、后天及生命之

数,说明了河洛数这一世界最早数字体系在生命的运算奥秘。自人类社会使用数字以来,河洛之数的内涵便永无穷尽,尤其于人体是生命科学之密钥,价值不可估量。其实,人类日用河洛之数而不知,如“十月怀胎”,其中的“10”即河图洛书生命密码。实际上,人出生历经时间约九个半月,这是由 0 到 1 到 9 的过程:“0”是胎盘,“9”是最大数,九九归一,“1”象征新生命后天的开端;九个月又十五天,“15”正是九宫图纵、横、对角线之和。因此,河图是先天生命结构图,洛书是后天生命运行图。生数 1~5 各与 5 之和,则可得成数 6~10,“5”之关键性显而易见,亦明示人体中焦之地位举足轻重。

月有十二月,经络有十二正经;日有二十四时,年有二十四节气;天地有五运六气,人体有五脏六腑。《黄帝内经》之数屡见不鲜,如《素问·天元纪大论》曰:“五六相合,而七百二十气为一纪,凡三十岁,千四百四十气,凡六十岁,而为一周,不及太过,斯皆见矣。”河图洛书是人类生命的起源,若将中医理论之数视为应河洛之数的“象”,则探寻至《黄帝内经》最原始、最古老的根源思路便不再遥远。例如《素问·上古天真论》中阐述女子与男子生理变化分别以“7”和“8”为周期,数字不仅代表了年龄,更是生命状态的映射,因为作为数之起源的河图洛书富含万意,以其解读《黄帝内经》,即是对古人初始思维的追溯。

### 3 易经与《黄帝内经》

易经并不局限于《周易》,而是从广义上代表了将天地人三才融为一体的思维体系,是于人类诞生、进化后观察、总结而成的一套理论逻辑。由于易经的问世远早于《黄帝内经》,《黄帝内经》的中医理论深受易经影响并将其思想蕴藏于内。易经源于自然、用于生活,具有广泛的应用价值,且以八种自然现象天、泽、火、雷、风、水、山、地作为宇宙万物的基本要素<sup>[5]</sup>,为《黄帝内经》提供了明确的思想基石。

**3.1 易经八卦的唯物性** 以八卦与人的形体相通应,即《周易》所谓的“近取诸身”。人体结构恰为八卦结构。《周易·说卦传》云:“乾为首,坤为腹,震为足,巽为股,坎为耳,离为目,艮为手,兑为口。”张介宾《医易义》记载:“以形体言之,则乾为首,阳尊居上也;坤为腹,阴广容物也;坎为耳,阳聪于内也;离为目,阴明在外也;兑为口,折开于上也;巽为股,两垂而下也;艮为手,阳居于前也;震为足,刚动于下也。”

《周易》八卦是朴素唯物主义气一元论的发端。“与天地合其德,与日月合其明,与四时合其序”,“卦”最初是天地间八种有形可视物质的代号,隶属于唯物主义,其真正玄妙之处在于,易经以变易和换象思维展示其宇宙自然观和深刻哲理。《易经·系辞》曰“易有太极,是生两仪”,与《道德经》所言“道生一,一生二,二生三,三生万物”可相参解读。“道生一”,宇宙元气混沌一体;“一生二”,一太极动静相召,则阴阳两仪环抱;“两仪生四象,四象生八卦”,天、泽、火、雷、风、水、山、地八种物质被古人视为自然界万物衍化滋生的物质基础。易经以乾、坤天地两卦为万物之父母,万物生于天地之间,如《周易·序卦传》曰:“有天地然后有万物。”万物之源、阴阳之基的“水火”,因“风雷”的鼓动,形成“山泽”;山、泽成而命始生,万物生长而人类衍生。

由成语“扭转乾坤”“朗朗乾坤”,诗句“静即等闲藏草木,动时顷刻遍乾坤”等可以看出,代表天地的乾坤两卦对于生命具有重要意义。“大哉乾元,万物资始,乃统天……至哉坤元,万物资生,乃顺承天”,乾元、坤元上统下承,相对相应,抚育天地间之人、事、物,乾坤一动则天翻地覆。卦象昭示着宇宙自然永恒不息的运动,以无形之变为“体”作用于有形之物为“用”。八卦阴阳鲜明且相互依存,即“孤阴不生,独阳不长”,天地万物之生长化收藏须刚柔并济、阴阳相和,而“肝体阴用阳”正印证了天地乾坤“阴柔为体、阳刚为用”之理。《素问·阴阳应象大论》曰:“地气上为云,天气下为雨。”天地交融交媾方可生命充盈、万古长青。水为生命之源,胎儿在母体的羊水中生存,且以“人体水占比约 70%”之象,应“地球海洋占比约 71%”之实;离卦属火,坤卦属土,万物之母的“土”由火而生;气为宇宙的本原,道家讲龙虎交媾则心肾之气相交。故水火为化生万物之过程的关键。震为雷、巽为风,清洁、活跃天地之气皆有赖于两种自然现象;艮为山、兑为泽,地形高低相异,为天地气脉相通提供足够的空间。

易经以卦象将人类诞生前自然环境的变迁再现,阐明天地、水火、风雷、山泽成为宇宙万物之象征的来由,以实体道理说明易经的唯物性。卦象于人类探究生命科学极具指导意义。

**3.2 易经八卦的医学应用** 《周易》以“天地定位,山泽通气,雷风相薄,水火不相射”展现地球自然形成过程,于人体则说明形体结构分布之原理;再由《黄帝内

经》将《周易》八卦引入医学应用,古人以六爻比作一个人体上、中、下部位,用六爻传导人体能量与空间能量的未来。

“乾以君之”,“君”有主宰、统治之意,《灵枢·经脉》曰“人始生,先成精,精成而脑髓生”,《本草纲目》曰“脑者人身之大主,又曰元神之府”,说明乾与人脑相应。“坤以藏之”,“藏”有保藏谷物之意,《素问·六节藏象论》曰“脾……者,仓廩之本,营之居也”,仓储物,说明坤与脾相应。“雨以润之”,“润”有滋养之意,《素问·逆调论》曰“夫水者,循津液而流也。肾者水脏,主津液”,人体各部位需津液滋养,说明坎卦与肾相应。“日以烜之”,“烜”有火势旺盛之意,《素问·阴阳应象大论》曰“南方生热,热生火,火生苦,苦生心”,《黄帝内经》曰“命门,火也,无形有气”,说明离卦与心、命门之火相应。“艮以止之”,“止”有停留之意,《素问·五脏别论》曰“胃者,水谷之海,六腑之大源也。五味入口,藏于胃”,《灵枢·平人绝谷》曰“胃满则肠虚,肠满则胃虚,更虚更满,故气得上下,五脏安定”,水谷皆首停留于胃,进而下入肠道,说明艮卦与胃、大小肠相应。“兑以说之”,“说”有开导、愉悦之意,起辅助之效,《素问·灵兰秘典论》曰“肺者,相傅之官,治节出焉”,说明兑卦与肺相应。“风以散之”,“散”有抒发之意,清代医家周学海在《读医随笔》记载“肝之性,喜升而恶降,喜散而恶敛”,说明巽卦与肝相应。“雷以动之”,“动”为有意图、有力量的行为,有改变之意,《素问·灵兰秘典论》曰“胆者,中正之官,决断出焉”,决断需要力量,有决心改变之意,说明震卦与胆相应。

古人运用天地规律创造易经八卦,八卦六个爻是六个波段,以六爻为沟通天地人三才的中介,呈现世间的生长壮老已。通过以上对八卦的简单解读,大家便可得知八卦于《黄帝内经》具有重要意义,倘若今后的研究能进一步明晰八卦在中医的古法应用,将会是中医研究的巨大贡献,更能还原《黄帝内经》的历史全貌。

## 4 结语

《黄帝内经》为医易同源的重要典籍。太极阴阳、河洛之数、易经八卦等知识,是《黄帝内经》中隐藏的巨大奥秘。这启迪后世学者应当以此作为打开《黄帝内经》宝库的金钥匙,如此才能真正探寻古文化之源。

## 参考文献

- [1] 汪翔,郭静.试论新安医学儒医文化对中医教育的价值[J].成都中医药大学学报(教育科学版),2021,23(1):4-7,29.
- [2] 郑万耕.从太极学说看易道宇宙观[J].吕梁学院学报,2023,13(1):1-5.
- [3] 冉维佳.奇经八脉的结构观探讨[J].中医药导报,2020,26(4):67-68,71.
- [4] 周胜男,申俊龙,李洁.河图洛书原型文化对中医藏象知识组织的影响[J].中华中医药杂志,2024,39(2):641-644.
- [5] 丁亮,肖燕,李文林,等.《周易》对中医学的影响[J].河南中医,2017,37(2):204-207.

(收稿日期:2024-01-04)

(本文编辑:金冠羽)