

《醫方明大論》大串接・5 樞紐之四

五行・五臟：天有五氣，人有五臟

跨冊揉捻：十之二（五行學說）＋十之一（相生剋）＋醫典（五行總表）＋黃帝內經
音檔約 10-13 分 | 來源為《醫方明大論》各冊整理，非醫療建議。

亮點・一句話

五行不是玄學，是「天地與人身共用的一套分類語言」：天上五氣垂降五方，地上五方生出五色五味五穀，人身就以五臟承接——看懂五行，就等於拿到一張「天地—人身」的對照地圖。

五行＝古代的大氣科學

天上大氣五色：青（藍天）、黃（黃霧）、紅（夕陽紅）、黑（烏雲黑）、白（白雲飄）；藍風動、黃肥沃、紅是熱、白乾燥、黑含水。（十之二 p.11）

五氣垂降：紅→南方（主火）、黃→中央（主土）、青藍→東方（主木）、白→西方（主金）、黑→北方（主水）；五星反輻射光譜形成二十四節氣。

天有五氣，人有五臟

人要恆溫，靠五臟做冷熱對流（用對流、不是加熱）。五臟定名之理：肝木（東方、轉化力最強）、肺金（西方乾燥、主調濕度）、心火（南方最熱）、腎水（北方多水）、脾土（中央滋養萬物）。

偈頌：在體說五臟、在音說五音、在味說五味、在色說五色、在穀說五穀……萬法都歸五大類、木火土金水、統稱五行。

五臟總結（素問04 金匱真言）

「八風發邪，以為經風，觸五藏，邪氣發病」——東風春病在肝俞頸項、南風夏病在心俞胸脇、西風秋病在肺俞肩背、北風冬病在腎俞腰股、中央病在脾俞脊。

白話：春頸受寒→肝病、夏胸受寒→心病、秋背受寒→肺病、冬腰受寒→腎病、四季脊受涼→脾病。脫離天地時間方位，就找不到病因。

五行相生剋

相生＝滋養助長（木生火…）；相剋＝節制約束（木克土…）。五臟互補互助即「免疫系統能力」；支援不足時整體標準下降＝老化。

附註：五運綜合形成六氣（風火寒濕燥熱）；五運六氣是極深奧的氣象風水學。（十之二 p.29）

內經與醫典印證

素問04 金匱真言（五色入五臟）、素問05 陰陽應象（五臟在天在地在體之對應）、素問23 宣明五氣（心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、腎藏志）。

醫典五行總表：五臟—五行—五色—五味—五音—五竅—五志—五體—五液完整對照。

結論與行動

五行是天地與人身共用的地圖；順四時、調五味、和五志。日常起手式：吃當季、看顏色、調情緒。

本集腦圖

《醫方明大論》大串接
• 5 樞紐之四 五行 •
五臟：天有五氣，人有五臟
跨冊揉捻：十之二

五行 = 古代的大氣科學

天上大氣五色：青（藍天）、黃（黃霧）、紅（夕陽紅）、黑（烏雲黑）、白（白雲飄）；藍風動、黃肥沃、紅是熱、白乾燥、黑含水。（十之二 p.11）

五氣垂降：紅→南方（主火）、黃→中央（主土）、青藍→東方（主木）、白→西方（主金）、黑→北方（主水）；五星反輻射光譜形成二十四節氣。

天有五氣，人有五臟

人要恆溫，靠五臟做冷熱對流（用對流、不是加熱）。五臟定名之理：肝木（東方、轉化力最強）、肺金（西方乾燥、主調濕度）、心火（南方最熱）、腎水（北方多水）、脾土（中央滋養萬物）。

偈頌：在體說五臟、在音說五音、在味說五味、在色說五色、在穀說五穀…萬法都歸五大類、木火土金水、統稱五行。

本集腦圖（續）

五臟總結（素問04 金匱真言）

「八風發邪，以為經風，觸五藏，邪氣發病」——東風春病在肝俞頸項、南風夏病在心俞胸脇、西風秋病在肺俞肩背、北風冬病在腎俞腰股、中央病在脾俞脊。

白話：春頸受寒→肝病、夏胸受寒→心病、秋背受寒→肺病、冬腰受寒→腎病、四季脊受涼→脾病。脫離天地時間方位，就找不到病因。

五行相生剋

相生＝滋養助長（木生火…）；相剋＝節制約束（木克土…）。五臟互補互助即「免疫系統能力」；支援不足時整體標準下降＝老化。

附註：五運綜合形成六氣（風火寒濕燥熱）；五運六氣是極深奧的氣象風水學。（十之二 p.29）

內經與醫典印證

素問04 金匱真言（五色入五臟）、素問05 陰陽應象（五臟在天在地在體之對應）、素問23 宣明五氣（心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、腎藏志）。

醫典五行總表：五臟—五行—五色—五味—五音—五竅—五志—五體—五液完整對照。

本集腦圖（續）



結論與行動

五行是天地與人身共用的地圖；順四時、調五味、和五志。日常起手式：吃當季、看顏色、調情緒。