

《醫方明大論十之三》 EP03

素問05 陰陽應象大論・第三段 人體臟器官的生成道理（十之三・p.20-29）

素材：《醫方明大論》十之三；內容為學習整理，非醫療建議。

對照：《黃帝內經 × 醫方法門》EP005（十之七・素問05 陰陽應象大論）

亮點・一句話

五行不是五個東西——是五種體性、萬千相貌；人體就是這套設計的成品。

開場鉤子

黃帝問：人的外形為什麼長成這樣？岐伯用五個方位，把整套人體設計講完——東方生風…北方生寒。

本篇定位

素問05 第三段，講「人體臟器官的生成道理」。

書上提示：每個方位都分三小段——相生（生成鏈）→ 生起萬相（屬性）→ 相剋（物極必反）。

原書直釋綱目

- 東方・木：東方生風→風生木→木生酸→酸生肝→肝生筋→筋生心，肝主目。屬性：蒼角呼握目酸怒。剋：怒傷肝、悲勝怒；風傷筋、燥勝風；酸傷筋、辛勝酸。
- 南方・火：南方生熱→熱生火→火生苦→苦生心→心生血→血生脾，心主舌。屬性：赤徵笑憂舌苦喜。剋：喜傷心、恐勝喜；熱傷氣、寒勝熱；苦傷氣、鹹勝苦。
- 中央・土：中央生濕→濕生土→土生甘→甘生脾→脾生肉→肉生肺，脾主口。屬性：黃宮歌噦口甘思。剋：思傷脾、怒勝思；濕傷肉、風勝濕；甘傷肉、酸勝甘。
- 西方・金：西方生燥→燥生金→金生辛→辛生肺→肺生皮毛→皮毛生腎，肺主鼻。屬性：白商哭欬鼻辛憂。剋：憂傷肺、喜勝憂；熱傷皮毛、寒勝熱；辛傷皮毛、苦勝辛。
- 北方・水：北方生寒→寒生水→水生鹹→鹹生腎→腎生骨髓→髓生肝，腎主耳。屬性：黑羽呻慄耳鹹恐。剋：恐傷腎、思勝恐；寒傷血、燥勝寒；鹹傷血、甘勝鹹。
- 收束：天地者萬物之上下也；陰陽者血氣之男女也；左右者陰陽之道路也；水火者陰陽之徵兆也；陰陽者萬物之能始也。陰在內陽之守、陽在外陰之使。
- 文化的根：太極生兩儀→四象→八卦；易經八卦與內經結合，成天人合一。
- 五行真義：體性為木火土金水，相用萬千；五行歸一心，一心生萬法。

對照火花（EP005 科判）

科判把這一大段定位成「廣答設計源起五行」——人體設計的源頭。

火花：直釋教你「怎麼推」（每一鏈的因果）；科判教你「怎麼定位」。

三診辨證

動力：五臟各有生成鏈（肝生筋、筋生心…）——臟器是為動力而設。

結構與溫度：五方之氣（風熱濕燥寒）→五味→五臟→五體（筋脈肉皮毛骨）。

通訊：五志（怒喜思憂恐）與五聲（呼笑歌哭呻）——情緒就是臟器的頻率。

重點條列（給現代人的話）

- 五行＝體性，不是五個東西：同體性會歸為一類（風木酸肝筋）。
- 相剋＝物極必反：同一屬性的東西過度，反而傷害自己。
- 看一臟就知全身：肝主目、心主舌、脾主口、肺主鼻、腎主耳——開竅處就是觀察窗。

本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP03

素問05 陰陽應象大論

• 第三段 人體臟器官的生成道理

開場鉤子

黃帝問：人的外形為什麼長成這樣？岐伯用五個方位，把整套人體設計講完——東方生

本篇定位

素問05 第三段，講「人體臟器官的生成道理」。

書上提示：每個方位都分三小段——相生（生成鏈）→生起萬相（屬性）→相剋（

原書直釋綱目

東方・木：東方生風→風生木→木生酸→酸生肝→肝生筋→筋生心，肝主目。屬性：蒼

南方・火：南方生熱→熱生火→火生苦→苦生心→心生血→血生脾，心主舌。屬性：赤

中央・土：中央生濕→濕生土→土生甘→甘生脾→脾生肉→肉生肺，脾主口。屬性：黃

西方・金：西方生燥→燥生金→金生辛→辛生肺→肺生皮毛→皮毛生腎，肺主鼻。屬性

北方・水：北方生寒→寒生水→水生鹹→鹹生腎→腎生骨髓→髓生肝，腎主耳。屬性：

收市：天地者萬物之上下

本集腦圖（續）

