

《醫方明大論十之三》 EP04

素問05 陰陽應象大論・第四段 人體結構形成的原因（十之三・p.30-35）

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

人體就是一個小天地——治身如治國，法天則地，才不會讓災害找上門。

開場鉤子

陰陽是重力與浮力、氣味形精化、五行生成——第四段回到「人」：人要怎麼效法陰陽？

本篇定位

素問05 第四段，講「人體結構形成的原因」，也是全篇的落地與收尾。

原書直釋綱目

- 陽勝則身熱、腠理閉、喘麤、齒乾、煩冤腹滿，能冬不能夏；陰勝則身寒汗出、數慄而寒、厥、腹滿，能夏不能冬——陰陽更勝之變，病之形能也。
- 七損八益：能知則二者可調，不知則早衰。年四十陰氣自半、五十體重耳目不聰明、六十陰痿氣大衰九竅不利。知之則強，不知則老。
- 智者察同，愚者察異；聖人為無為之事、樂恬憺之能，壽命無窮與天地終。
- 天不足西北（右耳目不如左明）、地不滿東南（左手足不如右強）；在上則右甚、在下則左甚。
- 養生三層：上配天以養頭、下象地以養足、中傍人事以養五藏。
- 天氣通於肺、地氣通於嗙、風氣通於肝、雷氣通於心、谷氣通於脾、雨氣通於腎；六經為川、腸胃為海、九竅為水注之氣。
- 陽之汗以天地之雨名之；陽之氣以天地之疾風名之；暴氣象雷，逆氣象陽。治不法天之紀、不用地之理，則災害至矣。

對照火花（EP005 科判）

科判指出此篇後半直接給「術」（治療九法、望聞問切）。

火花：直釋把道理讀通，科判把它變成能上手的診治——理與術在此合起。

三診辨證

動力：陽勝身熱、陰勝身寒——升降失衡就是病的樣子。

結構與溫度：齒乾、腹滿、數慄而寒——溫度與形體同步受影響。

通訊：暴氣象雷、逆氣象陽——情緒之氣與天地之氣同頻。

重點條列（給現代人的話）

- 治不法天之紀、不用地之理，則災害至矣——治身也要法天則地。

●七損八益：四十一半、五十耳目衰、六十氣大衰——早知道，早保養。

●素問05 全篇總結：陰陽（重力/浮力）→氣味形精化→五行生成→法陰陽；本＝升降。

本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP04

素問05 陰陽應象大論

• 第四段 人體結構形成的原因

開場鉤子

陰陽是重力與浮力、氣味形精化、五行生成——第四段回到「人」：人要怎麼效法陰陽

本篇定位

素問05 第四段，講「人體結構形成的原因」，也是全篇的落地與收尾。

原書直釋綱目

陽勝則身熱、腠理閉、喘麤、齒乾、煩冤腹滿，能冬不能夏；陰勝則身寒汗出、數慄而

七損八益：能知則二者可調，不知則早衰。年四十陰氣自半、五十體重耳目不聰明、六

智者察同，愚者察異；聖人為無為之事、樂恬憺之能，壽命無窮與天地終。

天不足西北（右耳目不如左明）、地不滿東南（左手足不如右強）；在上則右甚、在下

養生三層：上配天以養頭、下象地以養足、中傍人事以養五藏。

天氣通於肺、地氣通於嗑、風氣通於肝、雷氣通於

本集腦圖（續）

