

《醫方明大論十之三》 EP15

素問70 五常政大論・第四段 地有高低，壽有長短（十之三・p.130-132）

素材：《醫方明大論》十之三；內容為學習整理，非醫療建議。

對照：EP12～EP14（素問70

第一～三段：平氣／不及／太過）；本段由「時間軸」轉入「空間軸」

亮點・一句話

前面三集都在講「時間」，這一集講「空間」——同一時間，站的地方不一樣，氣候和壽命就不一樣。素問70 只給一句：高者氣寒，下者氣熱。

開場鉤子

為什麼黃河以北的人、跟赤道附近的人，同一種病、同樣的藥，效果不一樣？二千年前素問70 就回答了——因為「地有高下，氣有溫涼」。

第四段「地有高低，壽有長短」：黃帝開口就問兩件怪事——天為什麼「不足西北」？地為什麼「不滿東南」？

經文：天不足西北，地不滿東南

帝曰：天不足西北，左寒而右涼，地不滿東南，右熱而左溫，其故何也。岐伯曰：陰陽之氣，高下之理，太少之異也。……是以地有高下，氣有溫涼，高者氣寒，下者氣熱。（p.130）

書上註：太＝太過；少＝不及。

拆解東南西北

東南方，陽也，陽者其精降於下，故右熱而左溫；西北方，陰也，陰者其精奉於上，故左寒而右涼。（p.130）

東南屬陽（近赤道、日出方向），陽氣精華沉澱於下方；西北屬陰（離赤道遠），陰氣精華浮在上層。

核心：高者氣寒，下者氣熱

地勢高則氣寒，地勢低窪則氣熱——氣體在陽升陰降過程是動態挪移，受地勢高低、河川湖泊與凹地影響，會有太過與不及的差異。

這不是玄學，是海拔與氣溫的樸素觀察。

病機：脹與瘡

故適寒涼者脹之，溫熱者瘡，下之則脹已，汗之則瘡已，此湊理開閉之常，太少之異耳。（p.130）

適應寒涼者，寒氣入身生溼氣脹滿；適應溫熱者，熱邪入身生膿瘡。利下即消脹、發汗即癒瘡——關鍵在「湊理（肌表毛孔）開閉」失常。

壽夭：陰精所奉其人壽

帝曰：其於壽夭何如。岐伯曰：陰精所奉其人壽，陽精所降其人夭。（p.131）
陰固為精、陽氣在上穩定不散失，壽命就長；陽精下降、常常外洩，人就夭壽。

同病異治：西北散而寒之，東南收而溫之

帝曰：善。其病也，治之奈何。岐伯曰：西北之氣散而寒之，東南之氣收而溫之，所謂同病異治也。……氣寒氣涼，治以寒涼，行水漬之。氣溫氣熱，治以溫熱，強其內守。必同其氣，可使平也，假者反之。（p.131）

西北多內熱外寒，用寒涼藥加湯液浸泡去外寒；東南多內寒，用溫熱藥強化內守。醫療手段要與當地氣候同步，狀況相反就「假者反之」用反法。

一州之內也分壽夭

高下之理地勢使然也。崇高則陰氣治之，污下則陽氣治之，陽勝者先天，陰勝者後天。……高者其氣壽，下者其氣夭，地之小大異也，小者小異，大者大異。（p.131）
地勢高、陰氣主導，人壽較長；地勢低窪、陽氣外洩，人壽較短。落差小差別小，落差大差別大。

收束：必明天道地理

故治病者，必明天道地理，陰陽更勝，氣之先後，人之壽夭，生化之期，乃可以知人之形氣矣。（p.131）

應用與對照

四段軸線：一平氣、二不及、三太過走「時間（五運）」，第四段轉入「空間（地理方位・地勢）」。

「同病異治」＝中醫三因制宜（因人・因時・因地），可與《素問》異法方宜論互參；

「湊理開閉」＝體表屏障，與十之二〈免疫系統運作大論〉相通。

「陰精所奉其人壽，陽精所降其人夭」＝後世「腎精宜藏不宜洩」的養生觀原型。

預告

記住三組對比：高寒下熱、高壽下夭、同病異治。下一集講素問70 第五段「天有五運、地有六氣、人有百病」——節氣一轉，身體就開打。

本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP15

素問70 五常政大論・ 第四段 地有高低，壽有長短

開場鉤子

為什麼黃河以北的人、跟赤道附近的人，同一種病、同樣的藥，效果不一樣？二千年前

第四段「地有高低，壽有長短」：黃帝開口就問兩件怪事——天為什麼「不足西北」？

經文：天不足西北，地不滿東南

帝曰：天不足西北，左寒而右涼，地不滿東南，右熱而左溫，其故何也。岐伯曰：陰陽

書上註：太＝太過；少＝不及。

拆解東南西北

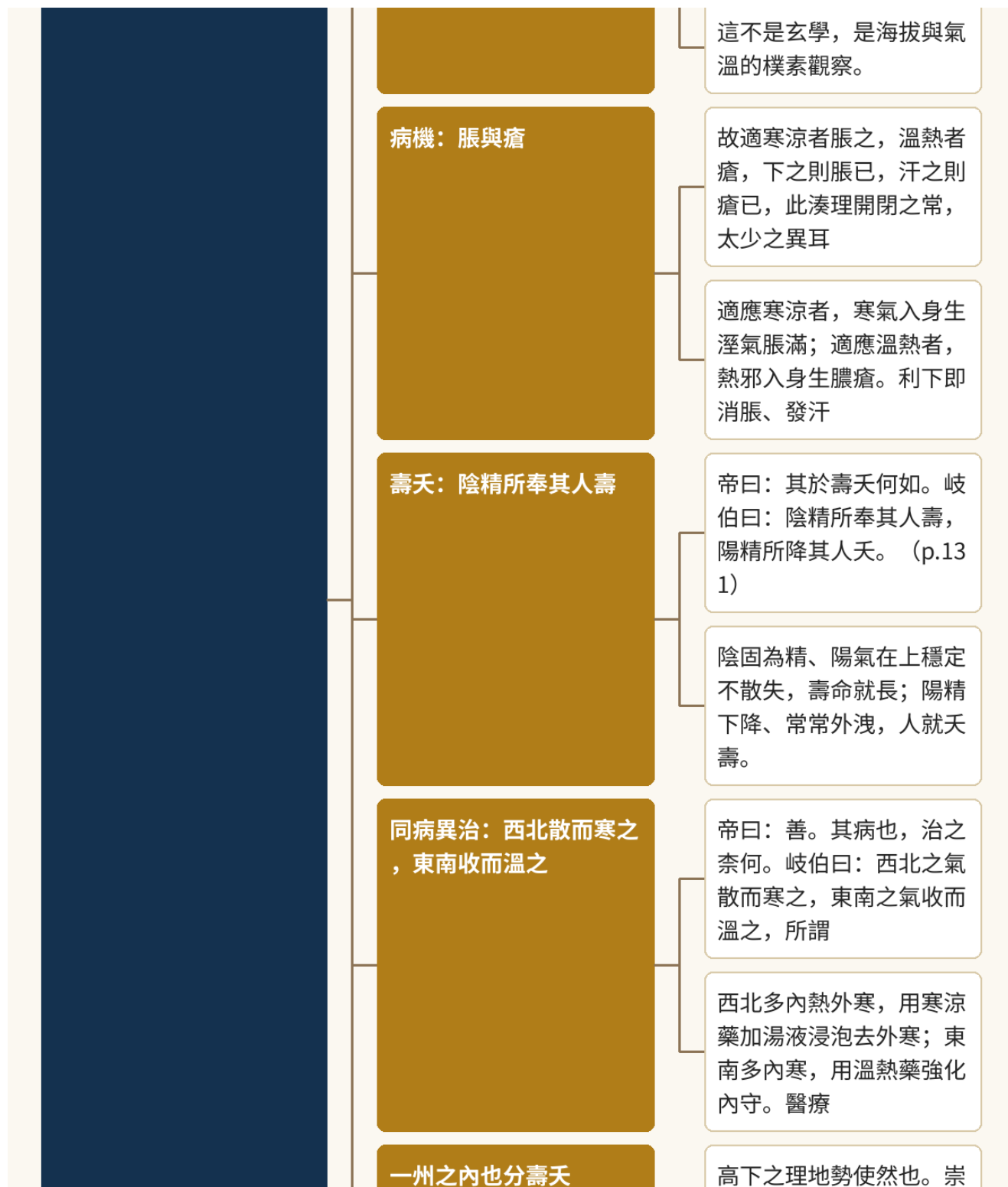
東南方，陽也，陽者其精降於下，故右熱而左溫；西北方，陰也，陰者其精奉於上，故

東南屬陽（近赤道、日出方向），陽氣精華沉澱於下方；西北屬陰（離赤道遠），陰氣

核心：高者氣寒，下者氣熱

地勢高則氣寒，地勢低窪則氣熱——氣體在陽升陰降過程是動態挪移，受地勢高低、河

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

