

《醫方明大論十之三》 EP16

素問70 五常政大論・第五段 天有五運、地有六氣、人有百病（十之三・p.133-139）

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（五運：平氣／不及／太過）；本篇第四段（地理空間）；EP06～EP08（素問66・67・68 五運六氣架構）

亮點・一句話

每到節氣交替，急診人數、病死的人為什麼特別多？素問70 給了一個畫面——「節氣在轉換，身體在大戰」。

開場鉤子

本段標題十個字：「天有五運、地有六氣、人有百病」。要把天、地、人一次串起來講。黃帝問：為什麼有人該病卻沒病、該相應卻沒相應？岐伯答得極簡——「天氣制之，氣有所從也」，是上天的氣在制約，人身的藏氣只能順從。

基本功一：節氣怎麼來的

地球繞日軌道幾乎是正圓，四季與日地距離關係很小（最大差距也只有2.5%）。古人的答案是五大星球——木星、火星、土星、金星、水星——靠近或遠離地球所造成。

某個星球靠近地球，古語叫「司天」：「厥陰司天」＝木星接近地球。五星各帶一種氣：木帶風、火帶熱、土帶濕、金帶燥、水帶雨。

基本功二：五星名字的由來

《史記・天官書》西漢司馬遷依顏色命名五星：歲星青色→木星，熒惑紅色→火星，鎮星黃色→土星，太白白色→金星，辰星灰色（以黑配水）→水星。

冷知識：七曜日

七曜＝日月加五星共七個星球，一日一易、七日周而復始，「一星期」就是這樣來的。民國之後改名「星期」，日本至今還沿用「七曜日」。

五運六氣與二十四節氣

五個星球的運行造成地球六大類氣候，簡稱「五運六氣」。把一年切成六段，每段60.875天、約兩個月，一段含四小段， $6 \times 4 = 24$ ，這就是二十四節氣。

天五運、地六氣日期對照表：大寒～驚蟄＝厥陰風木（少陽在泉，傷脾）；春分～立夏＝少陰君火（陽明在泉，傷肺）；小滿～小暑＝少陽相火（厥陰在泉）；大暑～白露＝太陰濕土（太陽在泉，傷腎）；秋分～立冬＝陽明燥金（少陰在泉，傷肝）；小雪～小寒＝太陽寒水（太陰在泉，傷心）。（p.134）

節氣在轉換，身體在大戰

節氣變、人就病：天氣一轉變，身體內部要調整、五臟相互生剋，猶如一場體內大作戰。這也解釋了為何大節氣時病死的人會比較多。

出遠門、人就累：身體立刻從一個環境轉到另一個環境，條件不同、猶如節氣轉換，五臟要「乾坤大挪移」，搬運與調整新的氣血條件，所以人就疲累。（p.135）

下臨與上從：本段的固定句式

六氣輪流「下臨」大地，人身相對應的那個臟就「上從」——一起來抵抗。

天加一氣 → 臟畏之而奮起抵抗（「X起Y用」） → 一面傷本臟、一面剋其所勝，病症就串成一條線。這是運氣學把「氣候」翻譯成「病機」的核心句式。

少陽・陽明司天

少陽司天，火氣下臨，肺氣上從，白起金用……欬嚏衄衄鼻塞口瘍，寒熱附腫；風行于地則心痛胃脘痛、厥逆鬲不通，其主暴速。（p.135）

陽明司天，燥氣下臨，肝氣上從，蒼起木用而立……脅痛目赤，掉振鼓慄，筋痿不能久立。（p.136）

太陽・厥陰司天

太陽司天，寒氣下臨，心氣上從，而火且明，丹起金迺眚……心熱煩嗌乾、善渴欬嚏、喜悲數欠，善忘甚則心痛。（p.136）

厥陰司天，風氣下臨，脾氣上從，而土且隆，黃起水迺肅……體重肌肉萎、食減口爽、目轉耳鳴，其發機速。（p.137）

少陰・太陰司天

少陰司天，熱氣下臨，肺氣上從，白起金用，草木眚，喘嘔寒熱欬衄衄鼻塞，大暑流行，甚則瘡瘍燔灼，金爍石流。（p.138）

太陰司天，濕氣下臨，腎氣上從，黑起水變……腰膝痛、動轉不便、厥逆、少腹痛時害於食。（p.139）

應用與對照

六氣司天 → 受害臟 → 病症：少陽火 → 肺金、陽明燥 → 肝木、太陽寒 → 心火、厥陰風 → 脾土、少陰熱 → 肺金、太陰濕 → 腎水。被剋者皆是該氣所勝之臟。

本段補上了EP12～EP14只講「五運時間」所缺的天文（五星、七曜）與氣象（六氣・二十四節氣）成因。

「節氣變、人就病」「出遠門就累」——與第四段「高下之理」互為體用，也與十之二〈免疫系統運作大論〉體表調節相呼應；可用《五運六氣查詢軟體》查自己出生／當年的司天在泉。

本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP16

素問70 五常政大論・ 第五段 天有五運、地 有六氣、人有百病

開場鉤子

本段標題十個字：「天有五運、地有六氣、人有百病」。要把天、地、人一次串起來講

黃帝問：為什麼有人該病卻沒病、該相應卻沒相應？岐伯答得極簡——「天氣制之，氣

基本功一：節氣怎麼來的

地球繞日軌道幾乎是正圓，四季與日地距離關係很小（最大差距也只有2.5%）。古

某個星球靠近地球，古語叫「司天」：「厥陰司天」＝木星接近地球。五星各帶一種氣

基本功二：五星名字的由來

《史記·天官書》西漢司馬遷依顏色命名五星：歲星青色→木星，熒惑紅色→火星，鎮

冷知識：七曜日

七曜＝日月加五星共七個星球，一日一易、七日周而復始，「一星期」就是這樣來的。

五運六氣與二十四節氣

五個星球的運行造成地球六大類氣候，簡稱「五運六氣」。把一年切成六段，每段60

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

