

# 《醫方明大論十之三》 EP23

素問04 金匱真言論 身體小乾坤、天地大乾坤（十之三・p.208-218）

素材：《醫方明大論》十之三；內容為學習整理，非醫療建議。

對照：十之七～十 EP004（素問04 金匱真言論）

## 亮點・一句話

天有八風，經有五風——天地那一套陰陽五行，縮進身體裡再跑一遍，就是素問04 金匱真言論。

## 開場鉤子：天有八風，經有五風

八風發邪，以為經風，觸五藏，邪氣發病。大自然的風進入經脈成為經氣，不和諧就入五臟成邪氣。（p.208）

得四時之勝者：春勝長夏，長夏勝冬，冬勝夏，夏勝秋，秋勝春——前一節令蓋過下一節令，故稱「勝」。

## 四季方位之風與病位

東風生於春，病在肝，俞在頸項；南風生於夏，病在心，俞在胸脅；西風生於秋，病在肺，俞在肩背；北風生於冬，病在腎，俞在腰股；中央為土，病在脾，俞在脊。（p.208）

春東風傷肝、夏南風傷心、秋西風傷肺、冬北風傷腎、中央之風傷脾。

## 氣的高度＝病的位置

春氣在上、從頸侵入病在肝；夏氣中上、從腋入病在心；秋氣居中、從背入病在肺；冬氣在下、從腰入病在腎。（p.209）

故春氣者病在頭，夏氣者病在藏，秋氣者病在肩背，冬氣者病在四支。

## 四時善病與平人脈法

春善病鼽衄（鼻塞流鼻血，音ㄋㄟˊ ㄋㄨˋ），仲夏善病胸脅，長夏善病洞泄寒中，秋善病風瘧，冬善病痺厥。（p.209）

夫精者身之本也，故藏於精者，春不病溫。夏暑汗不出者，秋成風瘧。此平人脈法也。

## 一日也有四時：陰中有陰

平旦至日中，陽中之陽也；日中至黃昏，陽中之陰也；合夜至雞鳴，陰中之陰也；雞鳴至平旦，陰中之陽也。故人亦應之。（p.210）

言人之陰陽，則外為陽，內為陰——越往皮膚越陽，越往內臟越陰。

## 人身陰陽：背腹與臟腑

背為陽，腹為陰；藏者為陰，腑者為陽。肝心脾肺腎五藏皆為陰，膽胃大腸小腸膀胱三焦六腑皆為陽。（p.211）

背為陽，陽中之陽，心也；陽中之陰，肺也。腹為陰，陰中之陰，腎也；陰中之陽，肝也；陰中之至陰，脾也。

## 五方五色入通五臟

東方青色入通於肝，開竅於目；南方赤色入通於心，開竅於耳；中央黃色入通於脾，開竅於口；西方白色入通於肺，開竅於鼻；北方黑色入通於腎，開竅於二陰。（p.212-216）

「藏精於肝／心／脾／肺／腎」——五臟是天地光譜能量的儲存處，開竅處即臟與天地的通道。

## 五臟的「身份證」欄位

東方：味酸、類草木、畜雞、穀麥、上為歲星、音角、數八、病在筋、臭臊。（p.212）

南方：味苦、類火、畜羊、穀黍、上為熒惑、音徵、數七、病在脈、臭焦。（p.213）

西方：味辛、類金、畜馬、穀稻、上為太白、音商、數九、病在皮毛、臭腥。（p.215）

北方：味鹹、類水、畜彘、穀豆、上為辰星、音羽、數六、病在骨、臭腐。（p.216）

## 五色五味入五臟總表

p.217 列人體表（五臟／五腑／五官／五形／五華／五志／五聲／五液／五脈）與自然界表（五音／五味／五色／五化／五氣／五方／五季）。

p.218 為五行相關彙總表，二十三列：五氣、五位、五時、五運、五化、五臟、五腑、五神、五體、五華、五竅、五液、五脈、五色、五味、五臭、五音、五聲、五情、五變、五穀、五畜、五果。

## 善為脈者，是謂得道

故善為脈者，謹察五藏六府，一逆一從，陰陽表裏，雌雄之紀，藏之心意，合心於精。（p.216）

非其人勿教，非其真勿授，是謂得道——此術不輕傳，要對有道之人。

## 收束：一句話

肝八、心七、脾五、肺九、腎六——天地之數與人身之臟完全對上，這就是「身體小乾坤」。下一集看五臟六腑如何組成一個國家政府。

## 本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP23

素問04 金匱真言論  
身體小乾坤、天地大乾坤

開場鉤子：天有八風，經有五風

八風發邪，以為經風，觸五藏，邪氣發病。大自然的風進入經脈成為經氣，不和諧就入

得四時之勝者：春勝長夏，長夏勝冬，冬勝夏，夏勝秋，秋勝春——前一節令蓋過下一

四季方位之風與病位

東風生於春，病在肝，俞在頸項；南風生於夏，病在心，俞在胸脅；西風生於秋，病在

春東風傷肝、夏南風傷心、秋西風傷肺、冬北風傷腎、中央之風傷脾。

氣的高度＝病的位置

春氣在上、從頸侵入病在肝；夏氣中上、從腋入病在心；秋氣居中、從背入病在肺；冬

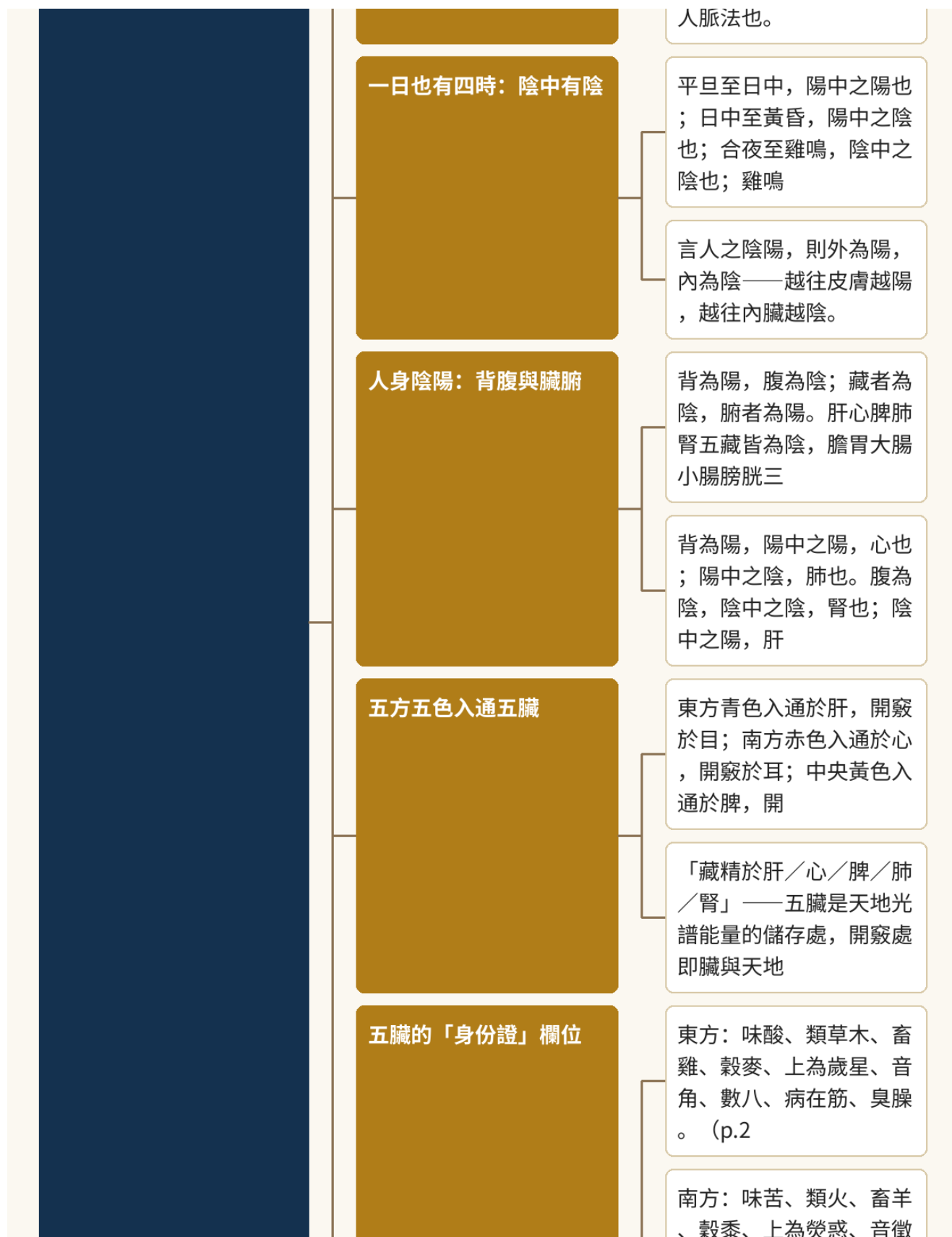
故春氣者病在頭，夏氣者病在藏，秋氣者病在肩背，冬氣者病在四支。

四時善病與平人脈法

春善病鼽衄（鼻塞流鼻血，音ㄌㄧˊㄣˊㄣˊㄣˊ），仲夏善病胸脅，長夏善病洞泄寒中

夫精者身之本也，故藏於精者，春不病溫。夏暑汗不出者，秋成風瘧。此平

## 本集腦圖（續）



## 本集腦圖（續）

