

## · 论著 ·

## 《黄帝内经》“法于阴阳，和于术数”新解

王德辰，马友诚，鲁春花，高飞，翟甜

(北京中医药大学，北京 102488)

**摘要：**“法于阴阳，和于术数”出自《黄帝内经》，提出养生的根本在遵循“阴阳术数之道”，“术数”与“术数”不同，若表达具体的应用技术须用“术数”，表达天地万物背后的数理规律则用“术数”，“阴阳术数之道”是以“法象符号”进行诠释的，笔者称作“法象符号诠释体系”，包括“五行系统”“河洛图书系统”“干支字符系统”等，“法象符号诠释体系”均以术数之“数”作为构建的内在依据，从一到九的“天地之至数”“天地之大数”，执简驭繁地概括了“阴阳术数之道”的内涵。

**关键词：**黄帝内经；中医学；阴阳；术数

**基金资助：**中央高校基本科研业务费专项（No.2020-JYB-XJSJJ-036，No.2020-JYB-ZDGG-103）

New interpretation of ‘learn from yin-yang, be harmony with shushu’ in *Huangdi Neijing*

WANG De-chen, MA You-cheng, LU Chun-hua, GAO Fei, ZHAI Tian

(Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 102488, China)

**Abstract:** ‘Learn from yin-yang, be harmony with shushu’ comes from the *Huangdi Neijing*, which puts forward that the foundation of health maintenance is to follow the yin-yang and shushu’s way. ‘Shushu’ is different from ‘shushu’. If you express specific application techniques, you must use ‘shushu’, to express the laws of mathematics behind the world and all things, use another shushu, yin-yang and shushu’s way is interpreted by ‘faxiang symbols’, which I call the ‘interpretation system of faxiang symbols’, including the ‘five elements system’, ‘Heluo Book System’, ‘Ganzhi Character System’, etc.. The ‘interpretation system of faxiang symbols’ is built on the basis of the ‘number’ of arithmetic numbers, from one to nine ‘zhishu of heaven and earth’, ‘dashu of heaven and earth’ sums up the connotation of ‘yin-yang and shushus’ in a simple way.

**Key words:** *Huangdi Neijing*; Traditional Chinese medicine; Yin-yang; Shushu

**Funding:** Fundamental Research Funds for the Central Universities (No.2020-JYB-XJSJJ-036, No.2020-JYB-ZDGG-103)

古今学者对《素问·上古天真论》中“上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去”中的“术数”解释颇多，王冰认为是“保生之大伦”之意，张介宾言是“修身养性之法”，现代有学者认为“术数”主要指房中术<sup>[1]</sup>，还有认为是多种预防保健措施，以及各种体育锻炼、气功养生、却病延年的方术，都应归属于《素问》“术数”的范畴<sup>[2]</sup>。笔者认为，这些观点都有失偏颇。

考刘向《汉志》：“太史令尹咸校数术……凡数术百九十家”，有天文、历谱、五行、蓍龟、杂占、形法6类，其中仅“术数略”中用“术数”一词，“数”的造字本义为列举过错，并加以惩罚，在《说文》中引申为计数之意，先秦两汉尚引申为天数、天命之义，《说

文》释“術”：“邑中道也”，造字本义为园圃中用竹木交错筑成篱栅的通道，引申为技术方法。因此数术可理解为推演天数的技术方法，与“术数”概念有异，数术强调技术、技艺，而术数则侧重这种技术方法背后所遵循的理数、命数，因此若表达具体的数术之学须用“术数”，表达天地万物背后的数理规律则用“术数”。所以刘向仅“术数略”用术数一词，可能意在强调“数”理规律在道的层面，具体方法在“术”的层面。

结合上下文看《黄帝内经》“和于术数”一句，应指宇宙天地万物运行的常数法则，从“法阴阳”到“和术数”再到具体的养生方式“饮食有节，起居有常，不妄作劳”，最后才能“终其天年”。采用了从基本规律到具体方法递进的论述方式，旨在说明把握

基本的规律才是核心,方是养生的根本,至于具体采用何种方式则相对灵活,只要不偏离“阴阳术数之道”即可。笔者认为“阴阳术数之道”需要以“法象符号”进行诠释。

### 法象符号诠释体系

法象符号诠释的对象是“物象”,“物象”即具体事物在人脑中的反映,由于物象庞杂,为了精简,古人通过观察,发现“法象莫大乎天地”,即“天地”是古人眼中最大的物象,“天地”有二,自然分为“阴阳”,至此一切物象的“阴阳”属性区分的依据便是“天地”。继续观察,天上也有一对最大的阴阳——日月,地上也有一对最大的阴阳——山水,这些都是古人可取法的自然之象,以符号将这几类事物相反相成的关系抽象出来<sup>[3]</sup>,即阴爻和阳爻,或阴和阳,阴阳爻和阴阳即为“法象符号”;我们知道,天地属性相异,就会发生阴阳之气的交感升降,便生成了四时,道教内丹典籍《钟吕传道集》即指出四时节气直接来源于天地阴阳的升降:“冬至之后,地中阳升。凡一气十五日,上进七千里,计一百八十日。阳升到天,太极生阴。夏至之后,天中阴降。凡一气十五日,下进七千里,计一百八十日。阴降到地太极复生阳”,《周易》谓:“变通莫大乎四时”,故“四时”是天地阴阳升降变化的结果,四时可用卦爻表示,也可以“太(老)少阴阳”表示,继续演绎成“三阴三阳、八卦、六十四卦”等,形成阴阳系统的法象符号诠释体系。此外,尚有“五行系统”“河洛图书系统”以及“干支文字系统”的法象符号诠释体系,种类虽多,但万变不离其宗,这些法象符号诠释系统的理论核心不外“阴阳五行”。法象符号诠释系统是“阴阳术数之道”的基本推演工具,其在“术数”“数术”中的地位,就好比数字之于数学一样。

### 术数之术与中医

“阴阳术数之道”的具体应用技术是“数术”,数术学是以阴阳五行为理论基础,以阴阳、五行、干支、卦爻等法象符号为推演工具,探究宇宙万事万物的生成及发展规律,以推算人与时空的关系藉以趋

吉避凶的整体科学和系统模型。《汉志》中的数术仅包括天文、历谱、五行等,但根据民族大学《术藏》的归类,尚有卜筮、堪舆、六壬、命理、奇门、太乙、相术、选择等门类,而当代数术学泰斗陈维辉先生则将《汉志》中“方技略”的医术也列入:“从宇宙最基本的真理规律为基础,以太极、阴阳、八卦、河洛、干支、三五之道的三才、五行作为运筹和谐的原理,以深究洞察宇宙间一切数量关系和时空变化形成,把音律、历法、星象、气候、地理、医术等众多学科统一成系统整体观的学问”<sup>[4]</sup>。笔者认同这种定义,中医学论脏腑以“五行系统”法象符号诠释体系,言经络以“阴阳系统”,论气候致病以“干支字符系统”,述医理以“河洛系统”等,将人体的生成、生理、病理等规律以法象符号体系进行诠释。

从这个角度看,中医学的“子午流注”“五运六气”都是基于“阴阳术数之道”而建立起来的研究人体小宇宙与天地大宇宙的相应机制以趋吉避凶的数术,如五运六气是研究气候与人体生理病理之间变化规律的数术学模型。

### 术数之数与中医

“术数”指宇宙天地万物运行的数理规律,“数”即常数之谓,是一种特殊的象<sup>[5]</sup>,一般的象具有模糊性,而“数”象则相对具有精确性。那么这些常数有哪些呢?《黄帝内经》已经给出了答案,提出“天地之至数,始于一,终于九焉”(《素问·三部九候论》),《灵枢·九针论》述九针之制取法于从一到九的“天地之大数”:“一以法天,二以法地,三以法人,四以法时,五以法音,六以法律,七以法星,八以法风,九以法野”。此外,这些常数还包含在“五运六气、男七女八、九宫八风”等理论中。又如《钟吕传道集》论人体修炼需要“收真一,察二仪,列三才,分四象,别五运,定六气,聚七宝,序八卦,行九州”,也是“天地之大数”的应用。

在战国秦汉时期,数已经与一些基本物质之间形成了较为固定的联系模式。“河洛图书系统”就是以“天地之大数”作为符号体系的,《周易》即有关于天地基本参数的论述:“天一,地二;天三,地四;天

表1 天地之大数对应内容

项目	无/十	一	二	三	四	五	六	七	八	九
《灵枢》	太虚	天	地	人	时	音	律	星	风	野
易学数理	无极	太极	两仪	三才	四象	五行	六合	七曜	八卦	九宫
天地大宇宙	太一	天	天地	三才	四方	五星	六气	七纬	八节	九天
人体小宇宙	虚空	元气	阴阳	三焦	四肢	五脏	六腑	七门	八虚	九窍

五,地六;天七,地八;天九,地十”。《尚书大传·五行传》以之配属五行:“天一生水,地二生火,天三生木,地四生金。地六成水,天七成火,地八成木,天九成金,天五生土”。笔者将天地之大数对应内容列表,见表1。

需要强调的是,我国古代数字中没有0,但常论及“无”,无即0之意,作为十进制循环的结束,0与10是等同的。下面笔者从“天地人”的角度分述“无到九”天地大数的内涵。这些常数能够帮助我们在学习中医时知常达变。

1. 无之解 《道德经》云:“道生一”,道即是无,《吕氏春秋》认为太一是道的别称,因为一是道所生,前加表示元始之意的太字,就表示生一之母:“道也者,至精也,不可为形,不可为名,强为之(名),谓之太一”。《道德经》进一步阐释无是万物的本原,“天地万物生于有,有生于无”,事物产生之前,包括人出生前,均本合于虚空,无实体之质:“道之为物,惟恍惟惚。惚兮恍兮,其中有象……其精甚真,其中有信”。由于道是无,因此没有木火金水的区别,而只能用中和了木火金水的土表示,土主信,故曰“其中有信”,表明道的运作有如“桴鼓之应”的守信之至德。这也是为何“恬淡虚无,真气从之”的原因所在,人能与生成自己的源头同频共振,就可以得到滋养与修复。

2. 一之解 《五行大义》云:“天以一始生水于北方,地以其六而成之”,水之生数为阳数“一”,在河图与洛书中五行都属水,对应先天八卦为乾,后天八卦为坎。

《灵枢·九针论》言:“一以法天”,郭店楚墓竹简《太一生水》认为“一”和“道”共同生成了“天”:

“大(太)一生水,水反(辅)大(太)一,是以成天”,道经《太上九要心印妙经》与《灵枢》“一以法天”的认识一致:“道分三成,不离一气。一气者,天也。乃天清虚自然之气”。与《太一生水》类似,《太清境中精经》同样指出这一气是水:“夫人之生,皆是天气正北位居中一炁生水,万物皆因水而生”。

《周易》言:“是故《易》有太极,是生两仪”,《周易乾凿度》释曰:“易变为一,一变而为七,七变则为九。九者,气变之究也,乃复变而为一,一者变形之始”,“道”无变化的实体,但可用变化的本身即“易”来称之,故易为“道”,“易变为一”,《道德经》云:“道生一”,“一”即道化生万物的起点,《悟真篇》指出婴儿是“一含真气”所生:“婴儿是一含真,十月胎圆入圣基”。甄淑注解认为一就是真阴真

阳未判的先天一气,可见婴儿直接由居正北位的“天一之水”所生,故肾水为先天之本。

3. 二之解 《五行大义》云:“地以二生火于南方,天以七而成之”,火之生数为阴数“二”,在河图中五行属火,洛书中五行属金,对应先天八卦为兑,后天八卦为坤。

《道德经》云:“一生二”,《灵枢·九针论》言:“二以法地”,《周易》言:“是故《易》有太极,是生两仪”,太极一气进一步就生成了两仪阴阳,阴阳在古籍中论述极多,如《太平经》认为阴阳相对派生是“道之根柄、神灵之至意”:“自天有地,自日有月,自阴有阳,自春有秋,自夏有冬,自昼有夜,自左有右,自表有里,自白有黑,自明有冥,自刚有柔,自男有女,自前有后,自上有下,自君有臣,自甲有乙,自子有丑,自五有六,自木有草,有牝有牡,自雄有雌,自山有阜”。阴阳所派生的事物是无有穷尽的,但只要把握最根本的阴阳之形——天地,也就把握了阴阳。《周易》言:“是故法象莫大乎天地”,《庄子》曰:“形之最大者为天地,气之最大者为阴阳”,在古人看来天地是最大一对可见的阴阳法象。

4. 三之解 《五行大义》云:“天以三生木于东方,地以其八而成之”,木之生数为阳数“三”,在河图与洛书中五行均为木,对应先天八卦为离,后天八卦为震。

《道德经》云:“三生万物”,阴阳二气的运动一如雌雄相合,产生出新的生命,或许就是所谓“三生万物”的最直观表达<sup>[6]</sup>。《灵枢·九针论》言:

“三以法人”,即人居天地气交之中,由天地两仪化生:“上下之位,气交之中,人之居也”(《素问·六微旨大论》),《素问·宝命全形论》载:“人生于地,悬命于天,天地合气,命之曰人”。如此天地人“三才”立极。

“三才”或“三材”首见于《周易》:“易之为书也,广大悉备,有天道焉,有人道焉,有地道焉。兼三材而两之”。“三”在哲学中具有重要地位,《说文解字》曰:“三,数名,天地人之道也”。哲学上,三是形成结构的基础,如阴阳结合的基础是三,文字结构的原理基础是三(点、线、钩),杠杆原理的结构也是三,“三”基本上涵盖了自然界所有的结构形态。三阴三阳更是《伤寒杂病论》理论体系、五运六气理论构建的基础。其次,三为均衡点,前后、左右、上下、内外、南北等二元对立结构,都有一个中间均衡衔接的问题,这个中就是三,故有上中下,南中北。故卦是三爻,鼎是三足。“三”因为可在阴阳之中找到平衡点,产生冲和之气,儒家的中庸“过、不及”共同构成“一分为



三”的行为模式：“不及—中庸—太过”，五运六气也是建立在“平气、太过、不及”的基础上。中医的本质就是调整阴阳太过、不及从而使其适中。可见，三才天地人的分类模式不仅在医学，在国学中亦应用广泛，又如术数略的分类似乎也是按照三才模式：天文（天文、历谱）、人事（五行、蓍龟、杂占）、地理（形法）。

5. 四之解 《五行大义》云：“地以四生金于西方，天以九而成之”，金之生数为阴数“四”，河图中五行属金，洛书中五行属火，对应先天八卦为震，后天八卦为巽。

“四”是阴阳二分法的扩展。《灵枢·九针论》言：“四以法时”，四时即春夏秋冬，其起点是四立（立春、立夏、立秋、立冬）。《周易》“两仪生四象”就有阴阳各分为二为四时之意，战国中期《黄帝内经》的《十六经·观》已蕴含二阴二阳的思维萌芽：“今始判为两，分为阴阳，离为四时”，《太一生水》亦言：“阴阳复相辅也，是以成四时”。四时以卦交四象表示为：春为少阳，夏为太阳；秋为少阴，冬为太阴（亦有秋太阴，冬少阴的模式）<sup>[7]</sup>。

此外，天有四时、四象、四神（青龙、白虎、朱雀、玄武），地有四方、四维（东北、西南、东南、西北），四方一般被称五方，但为与天象相应，故舍去中央位置不论而为四。《淮南子》指出“阴阳相错”即阴阳再分阴阳而生四维：“天地以设，分而为阴阳，阳生于阴，阴生于阳，阴阳相错，四维乃通”。

考《灵枢》《春秋繁露》中均有“天有四时，人有四肢”的论述，中医认为“脾主四肢”，而十二地支中有“辰戌丑未”4个属土的月份（方位也正是上文四维），是人数与天数在时空层面相应的例证。另外，《灵枢》认为地有四海与人体四海相应，是空间上的天人相应：“海有东西南北……人有髓海，有血海，有气海，有水谷之海”（《灵枢·海论》）。

6. 五之解 《五行大义》云：“天以五合气于中央生土，地以十而成之”，土之生数为阳数“五”，在河图与洛书中均属土，对应先天八卦为巽，后天八卦为中位，临制四方。

《灵枢·九针论》言：“五以法音”，“五者，音也，音者，冬夏之分，分于子午，阴与阳别，寒与热争，两气相搏，合为痈脓者也”，声音是阴阳交感、两气相搏产生的，故对应冬夏子午之分的中气。

五可认为是由三派生而来的，阴阳再分为四象，加上阴阳之中数即为五。五还是天地大数一至九的中数，同时作为天地之数的构建基础，即《易经·系辞上》所言：“天数五，地数五，五位相得而各有合。

天数二十有五，地数三十，凡天地之数，五十有五，此所以成变化而行鬼神也”。

五行学说是五在中医上应用的集中体现，包括五季、五脏、五官、五色、五音、五体、五志、五乱等。五的倍数如二十五阳、二十五变、阴阳二十五人，解释营卫运行周数：“卫气行于阴二十五度，行于阳二十五度”“营周不休，五十度而复大会”等。这些都可能与天数二十有五及“天地大衍之数五十”有关，有待进一步研究。总之，“五”在人有五脏、五神，“天有五星，地有五行”（《史记》），天地气相交荡则生“五音”，五还是十天干形成的数理依据，内含五行各分阴阳之理。

7. 六之解 水之成数为阴数“六”，在河图与洛书中五行均属水，对应先天八卦为坎，后天八卦为乾。

《灵枢·九针论》言：“六以法律”“律者，调阴阳四时而合十二经脉”，十二音律分阴阳为六律六吕，十二律管以候十二月之中气，故六是十二经脉、十二月的数理基础。

五和六无法截然分开论述，在河图十数中，“一、三、五、七、九”表示天之五行，“二、四、六、八、十”表示地之五行，可见五为天之中数，六为地之中数，但在后天流行时，则天以地六为制，地以天五为制，乃阴阳交感之意，即《国语》：“天六地五，数之常也”。《汉书》言：“‘天六地五’，数之常也……夫五六者，天地之中合，而民所受以生也。故日有六甲，辰有五子，十一而天地之道毕，言终而复始”。《素问·天元纪大论》载：“天以六为节，地以五为制。周天气者，六期为一备；终地纪者，五岁为一周”。故不论在易理还是在医理上，“天六地五”天地常数是通用的法则，是五运六气、五脏六腑、原始十一脉、十干、十二支、六十甲子等的数理基础。

此外，六爻以六言卦理是以三才各分阴阳而成：“是以立天之道曰阴与阳，立地之道曰柔与刚，立人之道曰仁与义。兼三才而两之，故《易》六画而成卦”“兼三材而两之，故六六者，非它也，三材之道也”，此或与三阴三阳有关，机制尚需进一步探索。

8. 七之解 火之成数为阳数“七”，在河图中五行属火，洛书中五行属金，对应先天八卦为艮，后天八卦为兑。

《灵枢·九针论》言：“七以法星”“星者，人之七窍”，即北斗七星与人之七窍相应，北斗七星在北天旋转的中心点（北天极，星空的统帅）附近，人的七窍在头面部（神明所居，人体的统帅），可能是如此类比的原因。

另外,日月五星合称“七曜”,有1周7天七曜日的规定。而伤寒六经传变以第7日为一个完整周期的结束,如“七日来复”“七日以上自愈”。内丹学有人身七门之称:天门在泥丸,地门在尾闾,中门在夹脊,前门在明堂,后门在玉枕,楼门在气管,房门在心窝,均为养生的重要门户,密宗认为人体中脉有7个脉轮,太阳光有七色等。

另外,男、女的生长各以八、七为周期,河图中,一~五是生数,六~十是成数,成数中以八为少阴数,以七为少阳数,以六为老阴数,以九为老阳数,易理规定少阴、少阳之阴阳未极故不变,老阴、老阳则变,按道家之论,男子为坎,体阴而用阳,故有阳刚之性;女子为离,体阳而用阴,故有阴柔之态,但是男女的成长变化非用可主宰,实是量多者(体)影响大,因此,男子以少阴之数八作为生长壮老的周期,女子则以少阳之数七作为生长壮老的周期<sup>[8]</sup>,男女房中之术又有“七损八益”之说,七为少阳之数,故主泻气、散气,八为少阴之数,故主补气、固气。

9. 八之解 木之成数为阴数“八”,在河图、洛书中五行均属木,对应先天八卦为坤,后天八卦为艮。

《灵枢·九针论》言:“八以法风”“风者,人之股肱八节也”,《灵枢·邪客》载人体有“八虚”,即上文“八节”,四肢上各有二:两肘(肺心邪所居)、两腋(肝邪所居)、两髀(脾邪所居)、两腠(肾邪所居),认为此八虚为“真气之所过,血络之所游”“八风伤人,内舍于骨解腰脊节腠理之间,为深痹也”。而九宫八风所用的占盘正是以洛书为基础而分8个方位,占测的正是八方的虚邪贼风,如此看来二者是一体的理论。

《易经》云:“四象生八卦”,故易有八卦、天有八节(节气二分二至加四立),地有八风,人有八虚,天之八节为天地气机枢转之时,人之八虚为机体真气游行血络的关键之处,可予类比。八风之邪伤人容易留止于八虚之处,八风可应八卦,故此八虚有对应八卦的内在依据。

10. 九之解 金之成数为阳数“九”,在河图中五行属金,洛书中五行属火,先天八卦无配,后天八卦为离。

《灵枢·九针论》言:“九以法野”“野者,人之节解皮肤之间也”,《吕氏春秋》言:“天有九野,地有九州”,九野是四正方、四维加中央的对应区域,以此类比人体关节间皮肤区域。《紫清指玄集》言人与天相应而有九宫:“头有九宫,上应九天”。九野即是洛书九宫的对应方位,洛书九宫模型是奇门遁甲、太乙

神数等数术所用的演算模型。

九为“天地至数”的最大数,古人常用以表示事物至极之意,如结合了阳数至极与居中之数的“九五之尊”。古人将黄钟律称作“万事根本”,并将黄钟律管定为九寸:“黄钟之律九寸而宫音调”(《淮南子》),故《灵枢·九针论》中以天地至数之极数九九自乘作为黄钟数,以示总括万物之意:“九而九之,九九八十一,以起黄钟数焉”。

中医学上,有“天以六六之节,人以九九制会”之论,天为阳,故以老阴之数为用,人法地,故以老阳之数为用。并认为人体经脉须符合九九之数,《灵枢》言营气流注共为“八百一十丈”。《素问》类比九州与九窍,并提出九藏的概念,对应天之九野:“其气九州九窍,皆通乎天气”“九分为九野,九野为九藏,故形藏四,神藏五,合为九藏以应之也”,另外,还有三部九候脉法取三才中复分三才的9个脉位以更为全面地查候人体疾病。

11. 十之解 土之成数为阴数“十”,在河图中五行属土,洛书无对应,先后天八卦无配,天地之大数中并没有十,但河图出现了阴土之数,表达了先天是完美无缺的,阴土解散则进入洛书的后天状态,因此,河图的土也可以看作是“无”——“道”的化身,即一个周期结束后的“十”。

## 小结

法象符号诠释体系,如卦爻与干支法象符号均以术数之“数”作为内在依据:天干从阴阳、五行而来,地支从阴阳、四时、五行而来,卦爻从阴阳、三才、六合而来,根源于数字一、二、三、四、五、六,但根本源头只是一、二、三,老子“三生万物”是最好的诠释。综上,从一到九的“天地之至数”“天地之大数”执简驭繁地概括了“阴阳术数之道”的内涵。

## 参考文献

- [1] 柴中元.《素问》“术数”之我见.河南中医,1995(1):4-5
- [2] 翟福兴,翟林海.《素问》“术数”小议.河南中医,1994(1):7
- [3] 邹学熹.象数与中医学.北京:中国中医药出版社,2018:15-16
- [4] 陈维辉.中国数术学纲要.上海:同济大学出版社,1994
- [5] 张其成.“象”模型:易医会通的交点——兼论中医学的本质及其未来发展.周易研究,2002(2):71-80
- [6] 卓廉士.数术——传统中医理论的重要架构.中国中医基础医学杂志,2011,17(1):42-44
- [7] 熊益亮,张其成.中医三阴三阳思维的形成.中华中医药杂志,2015,30(9):3061-3063
- [8] 邓力,林炜濠.“女七”“男八”奥义解.山东中医杂志,2018,37(7):543-545

(收稿日期:2021年3月3日)