

· 中医气论证构研究专题 ·

《黄帝内经》历法的中气与三阴三阳

肖军¹, 刘宇星²(¹北京天文馆, 北京 100044; ²北京工业大学, 北京 100124)

摘要: 文章通过对《黄帝内经》(以下简称《内经》)置闰方法的研究,发现《内经》中“气”的概念与太阳的周年视运行有关,从太阳的运行进一步衍生出日道、中气和三阴三阳等概念,从而构建了《内经》五运六气的系统理论。并从三阴三阳构建了日道与人体脏腑经络的相互关联,奠定了中医辨证论治的模型基础。从中可以看到《内经》“气”的概念,不是一个单一、独立的物质现象,而是一个和天文及人体都有所关联的复合概念。人体的呼吸之气与太阳在冬至至夏至之间来回的中气,都有橐龠的往复特征,说明古人对气有动态及量化的认识,从天地到人体。

关键词: 置闰; 中气; 三阴三阳; 黄帝内经

Mid-air period and three-yin and three-yang in the calendar of *Huangdi Neijing*XIAO Jun¹, LIU Yu-xing²(¹Beijing Planetarium, Beijing 100044, China; ²Beijing University of Technology, Beijing 100124, China)

Abstract: Through the research on the calendric system in *Huangdi Neijing*, this paper finds that the concept of 'qi' in the book is related to the annual apparent movement of the sun, and the concepts of sun's orbit, the mid-air period, the three-yin and the three-yang, etc. are further derived from the movement of the sun, thereby constructing the theory of five yun and six qi (the theory of five circuit phases and six atmospheric influences). In addition, from the three-yin and three-yang, the relationship between sun's orbit and the human body's zang-fu meridians is constructed and became the model foundation of TCM syndrome differentiation and treatment. From this, we can see that the concept of 'qi' in *Huangdi Neijing* is not a single, independent material phenomenon, but a composite concept that is related to astronomy and the human body. The breathing qi of the human body and the mid-air period of the sun going back and forth between the winter and summer solstice have the characteristics of reciprocation, indicating that the ancients had a dynamic and quantitative understanding of qi, from heaven and earth to the human body.

Key words: Calendric system; Mid-air period; Three-yin and three-yang; *Huangdi Neijing*

中气,实际上是一个和太阳相关的概念,不是单纯的气的概念。所以《黄帝内经》(以下简称《内经》)中的气的概念,是和日月相关的,《素问·移精变气论》言:“欲知其要,则色脉是矣。色以应日,脉以应月,常求其要,则其要也。夫色之变化,以应四时之脉,此上帝之所贵,以合于神明也”。色关联太阳,脉关联月亮。在《内经》中含有一部天文历法,这部历法是用“中气”来架构的,所以《内经》中“气”的概念,在历法部分会广延出“中气”的概念。反过来,对“中气”概念的理解,也会为解读“气”的概念增加一条路径。所谓“中气”是24节气的中气部分,24节气分12个中气,12个节气。《汉书律历志》言:

“启、闭者,节也。分、至者,中也。节不必在其月,故时中必在正数之月”。中气与12个月相对应:冬至,

十一月;大寒,十二月;雨水,正月;春分,二月;谷雨,三月;小满,四月;夏至,五月;大暑,六月;处暑,七月;秋分,八月;霜降,九月;小雪,十月。《内经》的置闰方法是“积气余而盈闰”,气余指的是中气长度的天数会有余数,积累4年,闰余1天,说明《内经》历法是一部阳历。而在《内经》中,三阴三阳的定义与中气有关,源于古人对太阳的观测。所以从《内经》历法的角度,探讨《内经》中“气”的概念,就与“中气”“三阴三阳”以及太阳有关,这样就拓展了我们对古代经典中“气”的概念的认识。

《内经》历法中的置闰方法

《素问·六节藏象论》言:“天为阳,地为阴;日为阳,月为阴;行有分纪,周有道理。日行一度,月行十三度而有奇焉。故大小月三百六十五日而成岁,积

气余而盈闰矣。立端于始,表正于中,推余于终,而天度毕矣”。后述:“帝曰:‘余已闻天度矣。愿闻气数,何以合之?’岐伯曰:‘天以六六为节,地以九九制会,天有十日,日六竟而周甲,甲六覆而终岁,三百六十日法也’”。此两段有两种岁的安排,一种是按照天度,365日,一种是遵照气数360日法。同篇曰:“天度者,所以制日月之行也,气数者,所以纪化生之用也”。天度是接近自然的日行周期,气数是把余数去掉后的整数。从中引出了《内经》历法置闰的方法。

目前出版的《内经》的注释中,一般都是用十九年七闰来解释“积气余而盈闰”^[1]。但笔者认为这样解释是有问题的,《内经》在后文中对这种闰法有更加具体的说明。《素问·六微旨大论》言:“岐伯曰:所谓步者,六十度而有奇,故二十四步积盈百刻而成日也”。是将1年划分为6步,1步相当于4个节气太阳在黄道上走了60°多一点,这说明古人在当时已经知道1岁应该是365日余1/4,因为24步“积盈百刻而成日也”,也就是4年气余盈满1天,故闰一日。而所谓“气余”指的就是在24节气中,1节的平气是15.21875日,比三候15日要多一点。那么这里从“积气余而盈闰”的置闰法则,可以了解到《内经》中的历法应是一部阳历,而且是一部以中气为主的历法。而所谓气余,是一个节气的日数多出来的部分^[2]。

盖天说中的中气与日道

《内经》历法涉及的宇宙观是汉代之前的盖天说,盖天说是用七衡六间图(见图1)来描述天地结构与太阳的周年视运行的。而且这幅图与《内经》的“天之道六六节”及《易经》复卦中的“七日来复”有关。

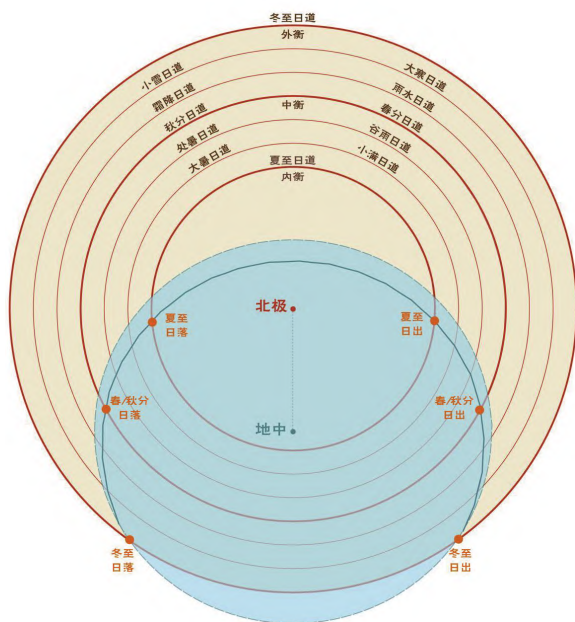


图1 七衡六间图

盖天说的七衡六间图,七衡是不同时节太阳的运行轨道,实际上是12个中气时的太阳视运动轨道—日道。最里面的是夏至日道,内衡;中间是春秋分的日道,中衡;最外面是冬至日道,外衡。古人以为地面上四季温度的变化是因为距离太阳的远近造成的。这幅图看起来像是几何模型式的宇宙观,但实际上,是12个中气的日道图,是一幅和时间相关的图像。

而且七衡六间图与周易复卦中“七日来复”和《内经》“天之道六六节”直接相关,是经文所言的现象依据,也都是在描述和时节相关的事情。复卦的六爻,直观的看像是在说离家的路越走越远,走的天数越多走的越远,所以寻找回家的路越来越困难。但复卦讲的是冬至阴极一阳生,是1年的事情,所以是太阳在7个日道上来回往返的现象。《内经》中的“天之道六六节”就更加形象,从最远的冬至外衡向里面走,外衡为零起点,大寒、雨水、春分、谷雨、小满,第六步走到夏至;然后从最里面的内衡夏至往外走,内衡为零起点,大暑、处暑、秋分、霜降、小雪,第六步走向冬至,所以天之道六六节,就是在讲时间,时节的变换。所以盖天说是与时间相关的宇宙观,描述的是太阳在12个中气时的视运行轨道。

《内经》中三阴三阳的定义

《素问·六微旨大论》言:“岐伯稽首再拜对曰:明乎哉问,天之道也!此因天之序,盛衰之时也。帝曰:愿闻天道六六之节盛衰何也?岐伯曰:上下有位,左右有纪。故少阳之右,阳明治之;阳明之右,太阳治之;太阳之右,厥阴治之;厥阴之右,少阴治之;少阴之右,太阴治之;太阴之右,少阳治之。此所谓气之标,盖南面而待之也。故曰:因天之序,盛衰之时,移光定位,正立而待之,此之谓也”。此段最后一句实为立杆测影。所谓“因天之序,盛衰之时”,就是在1年里的四时变化,这里古人用立杆测影定义了《内经》中非常重要的三阴三阳的概念,用晷仪来模拟一下这段文字的描述:站在晷仪的南面,从冬至开始,少阳、阳明、太阳对应了冬至、春分、夏至太阳的升起方位;厥阴、少阴、太阴对应了夏至、秋分、冬至太阳的落下方位。古人用二分二至的太阳升落方位定义了三阴三阳。结果是在《素问·六微旨大论》前后篇中的三阴三阳的上下、左右的位置关系都可以从此获得很好的对应^[3]。见图2。

解读三阴三阳的标、本、中气

《内经》中五运六气学说,五运为木火土金水;风热湿火燥寒,此是六气的本,三阴三阳(厥阴、少阴、太阴、少阳、阳明、太阳)是六气的标,标本相合成为厥阴风木、少阴君火、少阳相火、太阴湿土、阳

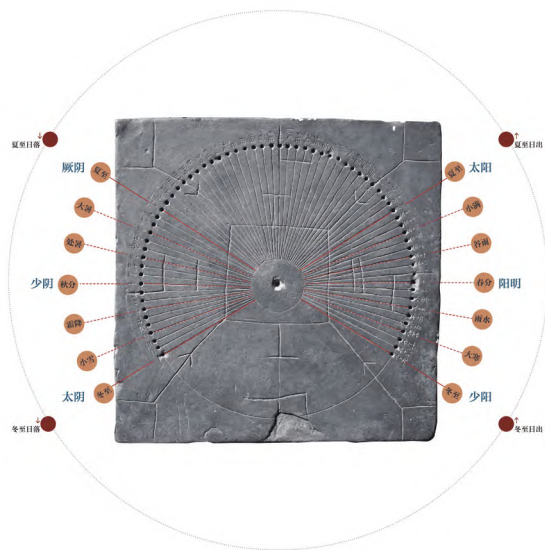


图2 三阴三阳的定义图

明燥金、太阳寒水，五行也与三阴三阳合在了一起。标指的是二分二至时立表的影子，本风热湿火燥寒六气，中气就是二分二至。冬至太阳升起时的日影指向厥阴风木，太阳落下时的日影指向太阳寒水；夏至太阳升起时的日影指向太阴湿土，太阳落下时的日影指向少阳相火；春分太阳升起时的日影指向少阴君火，秋分太阳落下时的日影指向阳明燥金。冬至时的风与寒，夏至时的湿与热，春分时的火，秋分时的燥，古人对标本中气的定义和四季的气候特点也是相互对应的。用晷仪的实测演示，为我们理解《内经》中的概念设计提供了直观的现象说明^[4]。

天与人的关联

天人合一，古人是如何做到的？是不是古人的一个想法或是理想？或者是一个直观的理念？如《淮南子》中有说天是圆的，地是方的；人的头是圆的，脚是方的，一种直观的对应。现在我们一般都是从《内经》中的“四时调神”，来理解顺应自然时节来养人的五脏、情志，这样的天人合一论像是早期的自然哲学。严格的说，为什么春、夏、秋、冬的养生是对应着肝、心、肺、肾的呢？而且五脏六腑的区别是中医独具的，西医就没有脏腑的区别，统称内脏，这是为什么呢？

《素问·阴阳应象大论》言：“帝曰：余闻上古圣人，论理人形，列别脏腑，端络经脉，会通六合，各从其经，气穴所发，各有处名，溪谷属骨，皆有所起。分部逆从，各有条理。四时阴阳，尽有经纪。外内之应，皆有表里，其信然乎”。从文义上看，人之脏腑、经络与天的四时、阴阳，各有条理，尽有经纪，内外表里都有对应。这可能吗？文中也是听闻上古圣人这么说的，所以文末言：这可信吗？

图2所示，把晷仪放在中间，最外面标示出1年里太阳的升落方位，然后对应画出12个中气的刻度方位，再把三阴三阳对应到二分二至上。这就是晷仪与十二中气及三阴三阳的关系图。图3所示，上对应南，左为东、右为西，从左上角冬至、少阳开始，画出二十四节气，左面冬至—春分—夏至；右面夏至—秋分—冬至。然后从三阴三阳对应出六气：少阳相火、阳明燥金、太阳寒水，厥阴风木、少阴君火、太阴湿土。最后写上手足三阴三阳的脏腑。此为天人同构图。

古人是用三阴三阳将人之五脏六腑与天的四时阴阳链接起来，所以三阴三阳是古人构建天人系统的核心概念，而这一概念的原初是来自于时序的。古人是在时间的维度上构建了天人合一的系统理论，反观上文《素问·阴阳应象大论》中所述，其阴阳表里，一目了然。

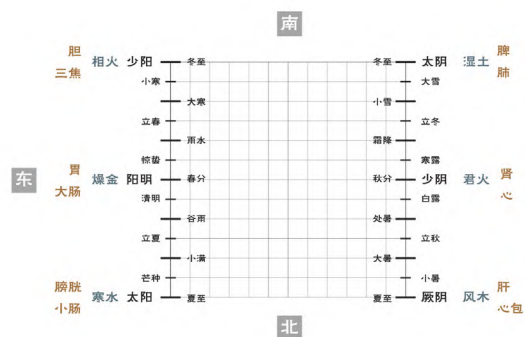


图3 天人同构图

小结

综上，五运六气中的六气，历法中的中气，三阴三阳的概念源头都与太阳的周年视运行相关，简单的说就是与太阳相关。气可能直接与呼吸和太阳的往复有关，一呼一吸是一个往复的过程，跟太阳从冬至到夏至，夏至到冬至的往复相同，故老子曰橐龠，用它比喻气在“天地之间，其犹橐龠乎？虚而不屈，动而愈出”。所以气带有一种动态的往复过程，太阳的往复与人体的呼吸都像橐龠一样。古人对气的理解，是有动态的量化描述的。通过对《内经》中“气”的概念的理解，应该看到古人“气”的思想的深刻与丰富，源于天文观测，然后构建系统的理论模型，用三阴三阳打通了天与人的关系，构建了天之日道与人的脏腑经络之间的对应关系，奠定了中医辨证论治的模型基础，是中医理论的天学之源。

参考文献

- [1] 程士德.素问注释汇粹.北京:人民卫生出版社,1982:138-141
- [2] 肖军.解析黄帝内经历法.天文爱好者,2020(7):79-83
- [3] 肖军.五运六气的天学基础.天文爱好者,2019(2):108-110
- [4] 肖军.对晷仪的再认识.中国科技史杂志,2010,31(4):458-460

(收稿日期: 2022年2月12日)