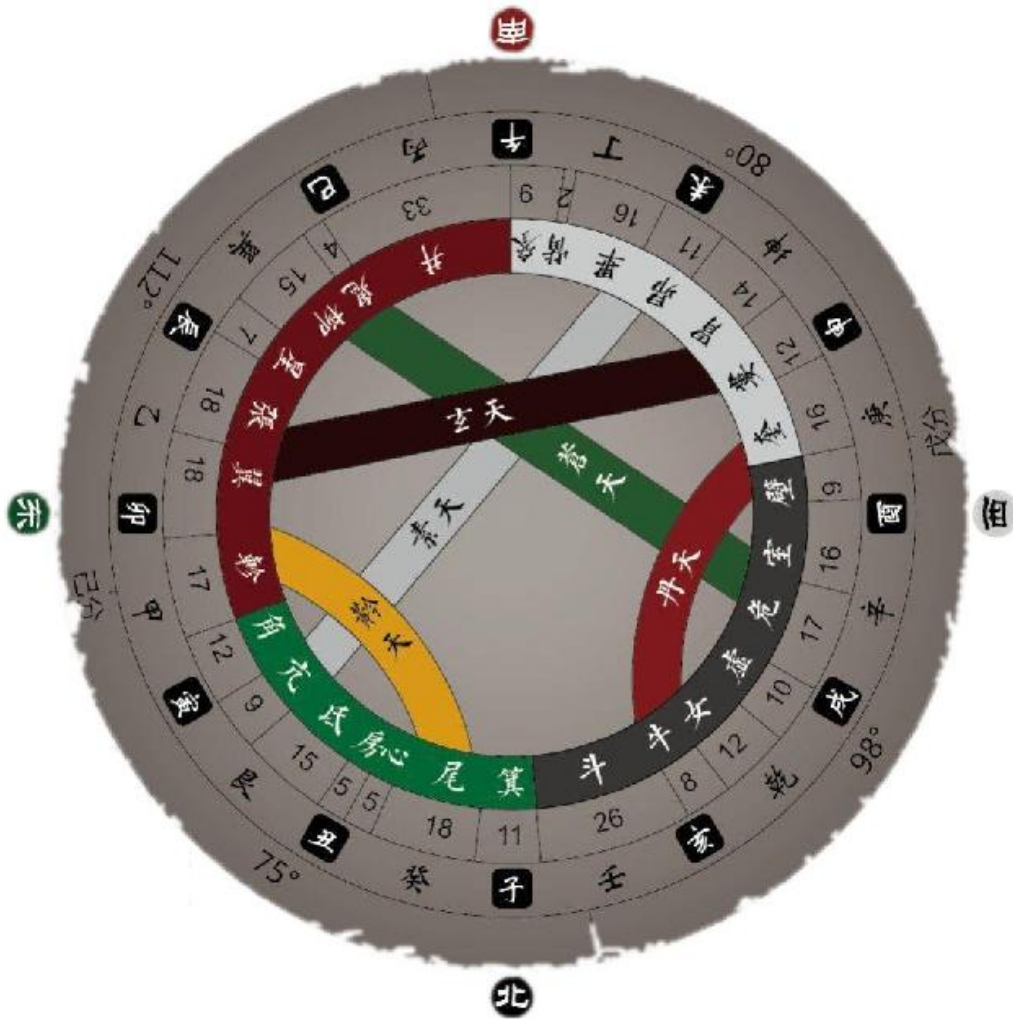


二〇二二年度中医运气白皮书

[3]



Copyright © 2022 ECENGINE.COM 版权所有

目 录

1. 前言	1
2. 年度运气大势	2
3. 中医运气治疗原则	3
4. 年度备疗方	5
5. 后记	5
6. 参考文献	6

1. 前言

《黄帝内经·素问·天元纪大论》：“夫五运阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也，可不通乎！故物生谓之化，物极谓之变，阴阳不测谓之神，神用无方谓之圣。夫变化之为用也，在天为玄，在人为道，在地为化。化生五味，道生智，玄生神。神在天为风，在地为木；在天为热，在地为火；在天为湿，在地为土；在天为燥，在地为金；在天为寒，在地为水。故在天为气，在地成形，形气相感而化生万物矣。然天地者，万物之上下也；左右者，阴阳之道路也；水火者，阴阳之征兆也；金木者，生成之始终也。气有多少，形有盛衰，上下相召，而损益彰矣。”

自古学中医者，必应熟读中医经典著作《黄帝内经》。在《黄帝内经·素问·六节藏象论》和《黄帝内经·灵枢经·官针》中均有云：“不知年之所加，气之盛衰，虚实之所起，不可以为工矣。”此处指的便是五运六气理论，然现实的功利性教育导致大批从医者中懂得五运六气者并不多，能应用于临床诊疗更是了了。

回顾 2011 年，根据《黄帝内经》理论，二〇二一年（辛丑年）的总体运势是：水运不及；太阴湿土司天，太阳寒水在泉；为同岁会且天刑之年。

《黄帝内经·素问·气交变大论》：“岁水不及，湿乃大行，长气反用，其化乃速，暑雨数至，上应镇星。民病腹满身重，濡泄，寒疡流水，腰股痛发，胸膈股膝不便，烦冤，足痿清厥，脚下痛，甚则跗肿。脏气不政，肾气不衡，上应辰星，其谷秬。上临太阴，则大寒数举，蛰虫早藏，地积坚冰，阳光不治，民病寒疾于下，甚则腹满浮肿，上应镇星、荧惑，其主黔谷。复则大风暴发，草偃木零，生长不鲜，面色时变，筋骨并辟，肉瞶癧，目视眈眈，物疏璜，肌肉胗发，气并膈中，痛于心腹，黄气乃损，其谷不登，上应岁星。”

《黄帝内经·素问·刺法论》：“丑未之岁，天数有余，故太阴不退位也，湿行于上，雨化布天”

2021 年夏（7 月下旬），多地大暴雨，特别是河南省多个地区发生的强降雨造成了巨大损失。人们在脾胃消化方面也有更多的不适感。2021 年大寒节之前，北京只（在 11 月下旬）降了一场雪，而刚刚过了大寒节气，就开始刮大风并接连下了几场雪，2022 年的运气如约而至，顺利迁正。种种迹象表明《黄帝内经》的运气理论仍然具有指导现实人们生产、生活和中医诊疗甚至疫情防控的实践价值。

2. 年度运气大势

根据《黄帝内经》理论，二〇二二年（壬寅年）的总体运势是：木运太过；少阳相火司天，厥阴风木在泉；为同天符且小逆之年。同时，从属相来说，今年是虎年，古人云“云从龙、风从虎”，可见今年多风，夏季的沿海台风可能会造成更大的破坏；木主生发，其应春，其象青龙，五行八卦更定义震为木行，可见今年的地震、塌方、泥石流类自然灾害依然不可不防；木火相煽，且木为火之母，森林防火工作也需要充分戒备。

论五运三纪，《黄帝内经·素问·气交变大论》：岁木太过，风气流行，脾土受邪。民病飧泄食减，体重烦冤，肠鸣腹支满，上应岁星。甚则忽忽善怒，眩冒巅疾。化气不政，生气独治，云物飞动，草木不宁，甚而摇落，反胁痛而吐甚，冲阳绝者死不治，上应太白星。又《黄帝内经·素问·五常政大论》：发生之纪，是谓启陈，土疏泄，苍气达，阳和布化，阴气乃随，生气淳化，万物以荣。其化生，其气美，其政散，其令条舒，其动掉眩巅疾，其德鸣靡启坼，其变振拉摧拔，其谷麻稻，其畜鸡犬，其果李桃，其色青黄白，其味酸甘辛，其象春，其经足厥阴少阳，其脏肝脾，其虫毛介，其物中坚外坚，其病怒。太角与上商同。上徵则其气逆，其病吐利。不务其德则收气复，秋气劲切，甚则肃杀，清气大至，草木凋零，邪乃伤肝。

论运气升降，《黄帝内经·素问·本病论》：“少阳、太角、厥阴、壬寅（同天符）、壬申（同天符）、其运风鼓，其化鸣紊启坼，其变振拉摧拔，其病掉眩、支胁、惊骇。太角（初正）、少徵、太宫、少商、太羽（终）”，又云：“是故寅申之年，阳明升天，主室天英，胜之不前，又或遇戊申戊寅，火运先天而至，金欲升天，火运抑之，升之不前，即时雨不降，西风数举，咸卤燥生。民病上热喘嗽，血溢，久而化郁，即白埃翳雾，清生杀气，民病胁满，悲伤，寒飏嚏，嗑干，手坼皮肤燥。”又云：“是故寅申之岁，少阴降地，主室地玄，胜之不入；又或遇丙申丙寅，水运太过，先天而至，君火欲降，水运承之，降而不下，即彤云才见，黑气反生，暄暖如舒，寒常布雪，凛冽复作，天云惨凄。久而不降，伏之化郁，寒胜复热，赤风化疫，民病面赤、心烦、头痛、目眩也，赤气彰而温病欲作也。”

论六气，《黄帝内经·素问·六元正纪大论》：凡此少阳司天之政，气化运行先天，天气正，地气扰，风乃暴举，木偃沙飞，炎火乃流，阴行阳化，雨乃时应，

火木同德，上应荧惑岁星。其谷丹苍，其政严，其令扰。故风热参布，云物沸腾，太阴横流，寒乃时至，凉雨并起。民病寒中，外发疮疡，内为泄满。故圣人遇之，和而不争。往复之作，民病寒热泄泄，聋瞑呕吐，上怫肿色变。

初之气，地气迁，风胜乃摇，寒乃去，候乃大温，草木早荣，寒来不杀，温病乃起，其病气怫于上，血溢目赤，咳逆头痛，血崩胁满，肤腠中疮。

二之气，火反郁，白埃四起，云趋雨府，风不胜湿，雨乃零，民乃康，其病热郁于上，咳逆呕吐，疮发于中，胸膈不利，头痛身热，昏愤脓疮。

三之气，天政布，炎暑至，少阳临上，雨乃涯，民病热中，聋瞑血溢，脓疮咳呕，鼯衄渴嚏欠，喉痹目赤，善暴死。

四之气，凉乃至，炎暑间化，白露降，民气和平，其病满身重。

五之气，阳乃去，寒乃来，雨乃降，气门乃闭，刚木早凋，民避寒邪，君子周密。

终之气，地气正，风乃至，万物反生，霖雾以行，其病关闭不禁，心痛，阳气不藏而咳。

抑其运气，赞所不胜，必折其郁气，先取化源，暴过不生，苛疾不起。故岁宜咸宜辛宜酸，渗之泄之渍之发之，观气寒温以调其过，同风热者多寒化，异风热者少寒化。用热远热，用温远温，用寒远寒，用凉远凉，食宜同法，此其道也。有假者反之，反是者，病之阶也。

《黄帝内经·素问·天元纪大论》：“丁壬之岁，木运统之”、“寅申之岁，上见少阳”。《黄帝内经·素问·五运行大论》：“寅申之上，少阳主之”。《黄帝内经·素问·气交变大论》：“少阳之上，火气治之，中见厥阴”。《黄帝内经·素问·五常政大论》：“少阳司天，火气下临，肺气上从，白起金用，草木眚，火见燔炳，革金且耗，大暑以行，咳嚏鼯衄鼻窒，口疮寒热附肿。风行于地，尘沙飞扬，心痛胃院痛，厥逆膈不通，其主暴速。”

3. 中医运气治疗原则

对于运气在中医临床诊疗中的作用，《黄帝内经·素问·五常政大论》：“必先岁气，无伐天和”。《黄帝内经·素问·至真要大论》：“谨候气宜，无失病机”、“审察病机，无失气宜”。历代名医也大都有如何重视都不为过的体悟。元代滑伯仁：“不读五运六气，检遍方书何济。”明代王肯堂：“运气之说，为审证之捷法，疗

病之秘钥。”明代马蒔称之为“医籍中至宝”。

宋代陈无择：“夫五运六气，乃天地阴阳营运升降之常道也。五运流行，有太过不及之异；六气升降，则有逆从胜复之差。凡不合于德化政令者，则为变眚，皆能病患。故《经》云：六经波荡，五气倾移。太过不及，专胜兼并。所谓治化，人应之也，或遇变眚，聿兴灾，因郁发以乱其真常，不德而致折复，随人脏气虚实而为病者，谓之时气。与夫感冒中伤，天行疫，显然不同。前哲知夫天地有余不足违戾之气，还以天地所生德味而平治之。”

与去年的太阳湿土易造成脾湿、肠胃粘滞不爽和肝郁不同，今年是木旺乘土，应当心肝气横逆犯脾，导致脾土失运、胃气不降，产生中脘胀痛、呕逆，以及上热火旺之症。宜多用疏、泻肝胆之木，与和降胃土之法。针对壬寅年，《黄帝内经·素问·六元纪大论》中给出了药食原则：“上少阳相火，中太角木运，下厥阴木。火化二，风化八，所谓正化日也。其化上咸寒，中酸和，下辛凉，所谓药食宜也。”表 1 给出了一些常见的五味药性中药，至于四气类药性这里不再罗列（注意，对于党参、山药、甘草等平性药应否入性，各医家见解不同，有的认为虽称平性但实际上也有偏温偏凉的不同，如甘草性平，生用偏凉性，炙用则偏温性），具体请参照专业医书。

表 1 若干常见中药药性（来自网络）

五味	五行	五脏	功能	中药
咸	水	肾	咸软：软坚散结、通下	芒硝、旋覆花、海藻、牡蛎、文蛤、鳖甲、水蛭等
酸	木	肝	酸收：收敛、固涩	五味子、五倍子、白芍、乌梅、山茱萸、豆豉、麦门冬、赤小豆、赤石脂等
辛	金	肺	辛散：发散、行气行血	桂枝、附子、干姜、蜀椒、葱白、细辛、桔梗、贝母、苏叶、通草、木香、川芎、当归等
甘	土	脾	甘缓：缓急、补益和中	党参、熟地、饴糖、当归、甘草、大枣、石膏、代赭石等
苦	火	心	苦坚：泻火、降逆、坚阴	半夏、陈皮、枳实、麻黄、大黄、黄芩、黄连、黄柏、苍术、厚朴、知母、栀子、杏仁、茵陈、瓜蒌、葶苈子、龙胆草等
淡	“淡附于甘”		利水、渗湿	薏苡仁、茯苓、猪苓、泽泻等
涩	同酸		收敛、固涩	莲子、芡实、诃子、禹余粮、乌贼骨、山茱萸、金樱子等

4. 年度备疗方

南宋陈无择认为古代医家流传的五运六气备疗方“经论昭然，人鲜留意，恐成淹没，故叙而纪之。”限于篇幅，这里摘录了与壬寅年相关的两个备疗方。

『苓术汤』^[2]

主治：脾胃感风，飧泄注下，肠鸣腹满，四肢重滞，忽忽善怒，眩冒颠晕，或左胁偏疼。

中药：白茯苓、厚朴(姜汁制，炒)、白术、青皮、干姜(炮)、半夏(汤泡去滑)、草果(去皮)、甘草(炙)，各等份，锉散。

服法：每服四钱，水盏半，姜三片，枣两枚，煎七分，去滓，食前服之。

『升明汤』^[2]

主治：病者气郁热，血溢目赤，咳逆头痛，胁满呕吐，胸臆不利，聋瞑渴，身重心痛，阳气不藏，疮疡烦躁。

中药：紫檀香、车前子(炒)、青皮、半夏(汤洗)、酸枣仁、藿藜、生姜、甘草(炙)，各半两，锉散。

服法：每服四钱，水盏半，煎七分，去滓，食前服。自大寒至春分，加白薇、玄参各半两；自春分至小满，加丁香一钱；自小满至大暑，加漏芦、升麻、赤芍药各半两；自大暑至秋分，加茯苓半两；自秋分至小雪，根据正方；自小雪至大寒，加五味子半两。

中医诊疗提倡“三因制宜”(因时、因地、因人)、“病证结合”、“四诊合参”、“辨证论治”，有同病异治和异病同治之说，应把控病机，对方剂进行加减化裁与剂量的调整，绝无守方之说。《黄帝内经·素问·至真要大论》：“时有常位，气无必也。”金元四大家的张从正：“病如不是当年气，看与何年气运同，便向某年求治法，方知都在“至真”中。”

5. 后记

风者，风邪也。《黄帝内经·素问·风论》：“风者，百病之长也，至其变化，乃为他病也。无常方，然致有风气也”。《黄帝内经·灵枢·九宫八风》：“圣人避风，如避矢石焉”、“谨候虚风而避之，故圣人日避虚邪之道，如避矢石然，邪弗能害，此之谓也。”对于一般的邪气，《黄帝内经·素问·刺法论》：“正气存内，邪不可干”。对于如今传染性极强的新冠病毒，任何人都不可盲目自信和心存侥幸，

而应主动做好个人防护措施，学习古代圣人躲避风邪一样躲开新冠的流行。

今天，人体生命科学的研究仍未达到足够文明高度，从村镇医务室到世界顶尖医院皆奉行西医，西医之道视人之于机器也，动辄去人肌体脏腑却不能生之也，行杀伐之道却不能存之也，离水之鱼、去根之花岂能长久？杀敌一千自损八百可谓善乎？古中医视人为升降出入之一贯气机也，以通、平回调之力，阴阳合和五脏胜复为首要也。国学之繁荣，中医之传承，首在明士之自持也。

6. 参考文献

[1] 《黄帝内经》，黄帝等，

<https://www.zysj.com.cn/lilunshuji/huangdisuwen/index.html>

<https://www.zysj.com.cn/lilunshuji/huangdilingshu/index.html>

[2] 《三因极-病证方论》，陈无择，

<https://www.zysj.com.cn/lilunshuji/sanyinjiyibingzhengfanglun/index.html>

[3] 中国古代的天文和历法，医学顾事，

https://www.sohu.com/a/452746859_100029692