

## 俯仰天地 天人合一——略谈五行学说与中医

<http://www.firstlight.cn> 2010-03-04

●中医认为，木、火、土、金、水是构成世界所不可缺少的最基本物质形态，由于这五种最基本物质形态之间的相互滋生、相互制约的运动变化构成了物质世界。

●木、火、土、金、水分别与人体五脏（肝、心、脾、肺、肾）、五官（目、舌、口、鼻、耳）、五体（筋、脉、肉、皮毛、骨髓）、五华（爪、面、唇、毛、发）等相配属。通过五行将身体各部位和外在环境有机地联系起来，形成了比较完整的中医五行理论，并以此指导临床实践。

以前，说起五行，我首先想到的是各类“半仙”算卦的念白、风水先生堪舆的道具和各类武林秘笈的要义。传统的中国人不论是绘画、书法，还是建筑、起居甚至婚丧嫁娶都要遵循五行生克的规律。五行学说到底是什么？它又是怎样和中医联系在一起的呢？

### 抽象的五行学说

当我向北京中医药大学基础医学院副教授刘晓燕了解这个问题时，她向我描绘了一个美妙的画面：遥想数千年前，闪亮的星辰布满天幕，植物繁茂，山林深幽，飞禽走兽与人类共聚共存，古人像天真的儿童一样探索着生命，尝试着去理解世界。

他们虔诚地记录着日月星辰的运行变化，悉心体察气候更迭，总结雨露霜雪的生消转化。面对大自然的寒暑交替、人的生老病死、万物的生长衰亡，他们心中充满疑问而上下求索，寄望着能够从天地运行中找到人类自身发展变化的规律。

经过数千年集体智慧的积淀，先人们逐渐总结出五行学说，并用它来认识自然和解释自然，这就是五行学说的形成过程。

《尚书·洪范》中提到：木曰曲直，有生长、升发、条达、舒畅之意，青青嫩苗先是蜷曲着萌发，长大后就变得高且直，这就叫曲直。火曰炎上，温热、上升。土曰稼穡，有生化、承载、受纳之意。金曰从革，主沉降、肃杀、收敛。水曰润下，滋润、下行、寒凉、闭藏。就天地之气而言，木代表其生长之性，火代表其盛大之性，土代表其稳定之性，金则代表其衰落之性，水代表其最后的收藏。

中医认为，木、火、土、金、水是构成世界所不可缺少的最基本物质形态，由于这五种最基本物质形态之间的相互滋生、相互制约的运动变化构成了物质世界。

五行学说中的“行”字是说这五种物质形态是相互变化的、相互影响的。这种变化和影响就是相生和相克。

所谓相生是说一种物质形态对另一种物质形态具有促进、增长和滋生作用。所谓相克，是指一种物质形态对另一种物质形态的生长和功能具有抑制和制约作用。五行之间的相生关系为：木生火、火生土、土生金、金生水、水生木；相克的关系为：木克土、土克水、水克火、火克金、金克木。这种认识最早来自于古人对现实世界的观察，经历了从具体到抽象，从感性到理性的升华过程。

古人钻木取火，所以木能生火。而木柴、枝叶等可燃物体经过火烧后变为灰烬或尘土，所以火能生土。金、银、铜等金属都埋藏在地下，所以土能生金。金属熔化后变成水状的液体，所以金能生水。树木的生长最离不开的是水的滋养，所以水能生木。木能耗尽土中的养分，所以说木克土。“兵来将挡，水来土掩”说明了土是水的克星，所以土克水。水能灭火，所以说水克火。火能熔化金属，所以说火克金。金属做的刀斧可以砍伐树木，所以说金克木。

这种最初的认识局限于五种物质本身，并不完备，无法描述世界的复杂性。所以，五行学说逐渐由“五材”抽象为五种物质形态和运动方式，摆脱了“物”的制约，增强了其解释能力。

### 中医学用五行学说解释生命

刘晓燕说，中医学强调天人合一，具有取类比象的思维方式。肝具有条畅情志、疏泄气机的作用，与木的特性类似，故属木；心具有推动血液运行和温煦肌体的作用，与火类似，故属火；脾运化饮食精微，是人体营养物质的来源，与土类似，故属土；肺具有呼吸、沉降气机的作用，与金类似，故属金；肾具有排泄小便，调节人体水分平衡的作用，与水类似，故属水。

需要指出的是，中医学中五脏的概念并不等同于解剖学上五脏的概念，它不单单指五个脏器，还包括了和这五个脏器相关联的功能，比如中医学上的“肝”实际上包括了现代医学部分神经系统、消化系统的功能，这也是中医学整体观念的一种体现。

木、火、土、金、水分别与人体五脏（肝、心、脾、肺、肾）、五官（目、舌、口、鼻、耳）、五体（筋、脉、肉、皮毛、骨髓）、五华（爪、面、唇、毛、发）等相配属。通过五行将身体各部位和外在环境有机地联系起来，形成了比较完整的中医五行理论，并以此指导临床实践。

中医学为什么没有抛弃五行学说

历经数千年的发展，特别是现代科学技术的介入，使得中医学的诊疗方法、药物、器械等都发生了巨大的改变。一些人认为五行学说神秘、模糊，是一种迷信，进而攻击中医学的科学性，那么，中医学在不断变化的过程中，为什么没有抛弃五行学说呢？

对此，刘晓燕说，中医学讲究天人合一，把人体看作自然的一部分，并且与自然变化紧密互动，在中医眼里，人体不是放在解剖台上孤立的个体，而是生活在自然界中的一份子，这种观念决定了中医学将研究的目光扩展到人体生存的环境——世界万物中，从而和西方医学对人体的生理和病理认识产生了不同。

那么，五行学说应用到人体是否适合呢？这种疑问促使了中医与五行学说最初的结合。比如五行学说认为“木克土”，临床中发现肝气不舒出现脾病症状，通过疏肝解郁有助于脾胃的运化，证实了“肝木克土”关系。

在之后漫长的时间中，这一学说一方面经受着临床实践的检验，另一方面也在大量的临床实践中得到不断的充实和发展，最终在中医生理、病理、药理学、诊断学、养生学中广泛运用。

结语

五行学说是古人用来认识世界、指导实践的一套朴素的哲学思想，中医理论的发展也得其助力。很多有关五行学说的误解都源于过度刻板化，把木、火、土、金、水狭义地理解成五种物质，导致不能体会其间真意。实践是检验真理的唯一标准，在临床实践中去理解中医五行学说才是登堂入室、得窥真容的正道。

[存档文本](#)