

陰陽學說的具體內容

文／廖邨德 中華養生研究協會理事長

醫學及養生學以陰陽學說做為一種說理的工具，
用它來說明人體的組織結構、生理活動、病理變化；
用於診斷症狀和疾病的分類，進而指導臨床治療，也用來歸納藥物的性味功能。

陰陽學說的理論有對立、依存、消長、轉化等，其中對立、依存，就有事物相互對立和統一的含義，消長、轉化則具有事物量變與質變的含義。

陰陽對立

陰陽對立是用陰陽來說明事物相互對立的兩方面屬性。上期談到的自然分陰陽、飲食分寒熱、疾病分虛實，就是陰陽對立的最佳說明。

陰陽互根

陰陽互根係指事物或現象中對立雙方，具有相互資生、相互依存、相互為用的關係。也就是說，任何一方都不能離開另一方而單獨存在。例如養生學講氣（陽）血（陰）的關係，就是典型的陰陽互根的最佳說明。「血為氣之母、氣為血之帥」。

血和氣的關係非常密切，血的生成和運行，有賴於氣的化生和推動，故說「氣為血之帥」；而氣的生成和作用的發揮，有賴於血的滋養，氣必須依附於血，才能運行，所以說「血為氣之母」。

現代醫學，對於血液(blood類似血)的成分分析，很微觀很深入，但是對於氣(能量)似乎所知有限。要提醒各位的是，只要是中醫養生學所談到有關「氣」的生理病理，以現代的高科技是檢查不出來的，且沒有任何可治療和預防的法寶。

陰陽消長

陰陽消長是指事物運動變化的形態。陰陽對立、依存關係不是靜止不變的，而是互相拮抗、互相作用，不斷處於「陽消陰長」或「陰消陽長」互為消長的運動變化之中。

例如二十四個節氣，也是陰陽消長的一種形式。例如「冬至」那一天，就太極圖來說，全部是黑色，也就是純陰或是陰中之至陰。第二天「陽始生」，就太極圖來說，全部是黑色當中開始出現白色，天氣開始溫暖。各位可以依此類推，舉一反三。

再就感冒流鼻涕和痰來說，清涕(透明的)、淡白、白、稠白、淡白淡黃、淡黃、黃、稠黃、淡青淡黃、青，就表示感受觸冒風邪，症狀由寒(陰)轉變成熟(陽)的消長變化。當然其中會隨著邪(一切的致病因素)、正(臟腑組織的生理功能和抗體抵抗疾病的能力)雙方力量的對比有所變化。

陰陽轉化

陰陽轉化是指事物運動變化由舊的轉變為新的過程。陰陽學說認為事物或現象的陰陽屬性，在一定的條件下，可以各自向著相反的方面轉化，陰可以轉化為陽，陽可以轉化為陰，從而事物或現象的性質也就發生根本的變化。我們不是常說「物極必反」「亢龍有悔」嗎？

五月特價書籍

有效期間：93年5月16日至93年6月16日

1 食用菇栽培技術

定價：145元 價待價：120元



2 高品質台灣水果

定價：630元 價待價：500元



3 設施園藝技術

定價：800元
價待價：640元



豐年叢書內容豐富實用

敬請讀者訂購利用 (郵購另加掛號郵資60元)

豐年社

台北市溫州街14號 郵撥帳號00059300財團法人豐年社洽詢電話：(02) 23628148分機230