

第二节 五行学说

五行学说是研究木、火、土、金、水五种物质的内涵、特性，归类方法以及调节机制，并用以阐释事物之间的相互联系的一种古代哲学理论，属于古代唯物论和辩证法的最原始的质朴的系统论思想，这种思维方法贯穿于中医理论体系的各个方面，用以说明人体生理病理，指导疾病的诊断和治疗，成为中医理论体系不可或缺的重要组成部分。

一、五行的概念

(一) 五行的基本概念

五行，即木、火、土、金、水五种物质及其运动变化。

五行起源于古代的“五方”观念。古人在长期的生产和生活过程中，对生活、生产资料经过长期认真的观察，认识到木、火、土、金、水是日常生产和生活中不可缺少的最基本物质，所以有“水火者，百姓之所饮食也；金木者，百姓之所兴作也；土者，万物之所资生也，是为人用”（《尚书大传·周传》）的认识。在此基础上提出了“五材”概念，后来古代哲学家进一步运用抽象出来的五行特性进行分归五类，以五行“生克制化”的关系来解释各种事物发生、发展、变化的规律。这种制约关系总结为“木得金而伐，火得水而灭，土得木而达，金得火而缺，水得土而绝。万物尽然，不可胜竭。”（《素问·宝命全形论》）

(二) 五行的特性（表 1-3）

表 1-3 五行的特性

| 内容 | 理解要点 |
|------|--|
| 木曰曲直 | 植物具有能屈又能伸的生长特性。引申为凡有生长、生发、条达、舒畅等作用或性质的事物和现象，归属于木 |
| 火曰炎上 | 火具有炎热、上升，光明的特性。引申为凡具有温热、升腾、光明等作用或性质的事物和现象，归属于火 |
| 土爰稼穡 | 泛指人类从事种植和收获谷物的农事活动。引申为凡具有生化、承载、受纳等作用或性质的事物和现象，归属于土 |
| 金曰从革 | 金有顺从变革，去除杂质，刚柔相济之性。引申为凡具有肃杀、收敛、清洁等作用或性质的事物和现象，归属于金 |
| 水曰润下 | 水具有滋润、下行的特性。引申为凡具有滋润、寒凉、向下运动等作用或性质的事物和现象，归属于水 |

(三) 事物和现象的五行归类

古人运用取象比类法和推演络绎法，将自然界各种事物和现象以及人体脏腑组织、生理病理现象的五行属性进行归纳，将人体的生命活动与自然界的生物或现象联系起来，形成了五行结构系统，用以说明人体以及人与自然环境的统一。（表 1-4）

表 1-4 五行系统表

| 自然界 | | | 五行 | | | | 人体 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 五方 | 五气 | 五季 | 五音 | 五化 | 五色 | 五味 | 五脏 | 五腑 | 五官 | 五志 | 五体 | 五声 | 五脉 |
| 东 | 风 | 春 | 角 | 生 | 青 | 酸 | 肝 | 胆 | 目 | 怒 | 筋 | 呼 | 弦 |
| 南 | 暑 | 夏 | 徵 | 长 | 赤 | 苦 | 心 | 小肠 | 舌 | 喜 | 脉 | 笑 | 洪 |
| 中 | 湿 | 长夏 | 宫 | 化 | 黄 | 甘 | 脾 | 胃 | 口 | 思 | 肉 | 歌 | 缓 |
| 西 | 燥 | 秋 | 商 | 收 | 白 | 辛 | 肺 | 大肠 | 鼻 | 悲 | 皮 | 哭 | 浮 |
| 北 | 寒 | 冬 | 羽 | 藏 | 黑 | 咸 | 肾 | 膀胱 | 耳 | 恐 | 骨 | 呻 | 沉 |

二、五行学说的基本内容

（一）五行的生克制化

五行之间不是孤立的、都上不变的，而是存在着资生和制约的调节关系，从而维持着事物之间的动态平衡（图 1-1），这是事物正常状态下的调管。

1.五行相生 相生，指五行之间存在着有序的递相资生、助长和促进的关系。

五行相生次序为：木生火，火生土，土生金，金生水，水生来。

五行相生关系中，任何一行都存在着“生我”和“我生”“母子”关系。

“生我”者为母，“我生”者为子。以木为例，木能生火，故木为火之“母”（“生我”）；火为木之“子”（“我生”），其余类此。

2.五行相克 相克，指五行之间存在着有序的递相克制、制约的关系。

五行相克次序是：木克土，土克水，水克火，火克金，金克木。

在五行相克关系中，任何一行都具有“克我”和“我克”的“所不胜”和“所胜”的关系。所谓“克我”者为“所不胜”，“我克”者为“所胜”。例如水克火的关系，水是火的“所不胜”（即“克我”）；火是水的“所胜”（即“我克”）。其余类此。

3.五行制化 五行制化，是指五行之间既相互资生，又相互制约，能维持平衡协调，推动事物间稳定有序的变化与发展。

五行制化的规律是：五行中一行亢盛时，必然随之得以制约，以防止亢而为害。以火为例，正常状态下，或受到水的制约，即“水克火”，但是“火生

土，土克水”使水对火的制约作用不会发生太过或亢盛而导致的衰弱；同时，“木生火”，火能够受到木的滋生和促进而增强对水的克制，抑制或削弱水对木的助长，结果，木生火的作用不会太过或亢盛而确保火不会发生偏亢。

（二）五行乘侮相及

五行的相乘和相侮都是异常的相克现象，两者之间既有区别又有联系。相乘是按五行相克次序发生的过度克制，相侮是与五行相克次序发生反向的克制现象。

1. 五行相乘 五行相乘，指五行中一行对其所胜一行的过度制约或克制。

相乘的次序与相克相同，即木乘土，土乘水，水乘火，火乘金，金乘木。

引起五行相乘的原因有太过和不及两种情况。

太过导致的相乘，是由于五行中的某一行过于亢盛，对其所胜一行过度克制，引起其所胜行的虚弱，从而导致五行之间的协调关系失常。以水克火为例，正常情况下，火为水之所胜。若水气过于亢盛，对正过度克制，易造成火的虚弱或不足，即“水旺乘火”。

不及所致的相乘，指五行中某一行过于虚弱，难以承受其所不胜行的正常克制，使其本身更显虚弱。以水克火为例，正常情况下，水能制约火，若火气不足，则使水克火的力量相对增强，使火更加虚弱，即“火虚水乘”。

2. 五行相侮 五行相侮，指五行中一行对其所不胜的反向制约和克制，又称“反侮”或“反克”。

五行相侮的次序是，木侮金，金侮火，火侮水，水侮土，土侮木。五行相侮的原因，亦有太过和不及两种情况。

太过所致的相侮，指五行中的某一行过于强盛，反而对其所不胜一行有所克制。比如木气过于亢盛时，不仅不受金的克制，反而对金进行反克，这种现象叫做“木亢侮金”。

不及所致的相侮，指五行中某一行过于虚弱，不仅不能制约其所胜，反而受其所胜一行的反克。比如正常情况下，金克木，但当金过度虚弱时，则木因金衰而反侮之，这种现象叫做“金虚木侮”。

两者之间的联系在于，相乘时也可同时发生相侮，相侮时也可同时发生相乘。比如木气过盛，既可以乘土，又可以侮金；金气虚衰，既可受到木侮，又可受到火乘。《素问·五运行大论》说：“气有余，则制己所胜而侮所不胜；

其不及，则己所不胜，侮而乘之，己所胜，轻而侮之”，其很好地说明了五行相乘与相侮的原因及其相互关系。

3. 母子相及 母子相及，属于五行之间相生关系异常的变化，包括母病及子和子病及母两种情况。

(1) 母病及子：母病及子是指五行中某一行异常，累及子行，导致母子两行皆异常。一般而言，母行虚弱，引起子行亦不足，最终导致母子两行皆不足。如水为木之母，木为水之子，水不足则不能生木，导致木亦虚弱，最终水竭木枯，母子俱衰。

(2) 子病及母：子病及母是指五行中的某一行异常，影响其母行，导致子母两行皆异常。常见的子病及母有两种情况：一是子行亢盛，引起母行亦盛，结果子母两行皆亢盛，称为“子病犯母”，如火旺导致木亢，以致木火皆亢。二是子行虚弱，累及母行，引起母行亦衰，结果子母两行俱不足，称为“子盗母气”，如木虚导致水枯，以致木水皆不足。

三、五行学说在中医护理学中的应用

五行学说在中医护理学中的应有，主要运用事物属性的五行分类法和生克乘侮的变化规律分析，指导着临床的诊治和护理实践。

(一) 说明五脏的生理功能及其相互关系

1. 说明五脏的生理功能 五行学说将人体的脏腑组织分别归属于五行，以五行的特性来说明五脏的生理功能。如木有生长、生发、调达的特性，肝喜调达而恶抑郁，故以肝属“木”。火有温热的特性，心阳具有温煦作用，故以心属“火”等。

2. 说明五脏的生理联系 五行学说运用五行生克关系说明五脏之间的功能活动是密切相关的，既相互资生又相互制约，这种生克制化关系以维持人体正常的生命活动。如木生火，肝属木而心属火，故肝生心，肝藏血可以济心。又如水克火即肾克心，肾属水而心属火，故肾水上济于心可以防止心火之亢烈。

(二) 阐释五脏的病理变化

五行学说阐释五脏疾病的传变，可分为相生关系的传变和相克关系的传变两类。

1. 相生关系的传变 相生关系的传变包括母病及子和子病及母两个方面。

(1) 母病及子：母病及子即母脏之病传及子脏。如脾胃（土）虚衰日久，

病人在长期食欲不振、脘腹疼痛不适、便溏或泄泻的基础上，反复感冒，进而出现咳嗽、咯痰、气喘等肺（金）病，即属于母（脾土）病及子（肺金）的病传过程。

（2）子病及母：子病及母是指疾病的传变，从子脏传及母脏，又称为“子盗母气”，或“子病累母”。例如肝病日久，累及于肾，出现腰膝酸痛、头晕耳鸣、夜梦遗精，或月经不调等肾虚之症，这一病理传变过程即属于子（肝木）病及母（肾水）的病传过程。

2. 相克关系的传变 相克关系的传变包括相乘和相侮两个方面。引起相乘的原因不外两种：一是某脏过盛，而致被克之脏受到过分制约；二是某脏过弱，不能耐受所不胜之脏的制约，从而出现克伐太过。如肝木过旺可乘脾土，脾土过弱易被肝木所乘（土虚木乘）。引起相侮的原因亦不外两种：一是某脏过盛而使所不胜之脏受到反向制约；二是某脏过弱，其所胜之脏对其反向制约。如脾土虚衰不能制约肾水，称之为“土虚水侮”。总之，脏腑之间病变的相互影响，可用五行的母子相及和乘侮规律来阐释。

（三）指导疾病的诊断

《灵枢·本藏》说：“视其外应，以知其内藏，则知所病矣。”人体内脏功能活动及其相互关系的异常变化，可以从病人的面色、声音、口味、脉象等方面反映出来。所以在临床诊断时，综合四诊合参，可根据五行的配属关系及其生克乘侮的变化规律来确定五脏病变的部位或推断病情进展和判断疾病的预后。

1. 确定五脏病变部位 《难经·六十一难》说：“望而知之者，望见其五色，以知其病；闻而知之者，闻其五音，以别其病；问而知之者，问其所欲五味，以知其病所起所在也；切脉而知之者诊其寸口，视其虚实，以知其病，病在何脏腑也。在临床诊疾病时，联系五行的归属及其生克乘侮的变化规律来推断或诊察病情。如面见青色，喜食酸味，脉见弦象，即可诊断为肝病。

2. 推断病情的轻重顺逆 临证中常根据五行生克理论，从脉象与面色的五行属性，判断疾病的传变趋势。如脾虚病人，面见青色，又见弦脉，是为肝木乘脾土（土虚木乘）等。

另外，五行学说还通过色脉合参来推断疾病的预后，此即如《灵枢·邪气脏腑病形》所说：“见其色而不得其脉，反得其相胜之脉，则死矣。得其相生

之脉，则病已矣。”比如肝病面见青色、弦脉，则属色脉相符；若反见浮脉，则属相胜之脉，为逆，预后不佳；若得沉脉，则属相生之脉，为顺，预后较好。

（四）指导护治的原则

运用五行学说指导疾病的护治，可体现为指导脏腑用药、控制疾病传变、确定治则治法，指导针灸取穴和治疗情志疾病几方面。

1.指导脏腑用药 根据药物的五行属性归类，可分为青、赤、黄、白、黑之五色和酸、苦、甘、辛、咸之五味。不同的药物，其性味、归经不同，所入之脏腑也不同，可以用来治疗不同脏腑的病变。如黑色、咸味入肾，玄参、生地色黑味咸入肾经以滋养肾阴等。需要指出的是，临床用药还须结合药物的寒、热、温、凉之气和升、降、浮、沉等理论综合分析，辨证应用。

2.控制疾病传变 根据五行学说，五脏病证可以按照生、克、乘、侮规律发生传变。一脏受病，可以波及他脏而致疾病发生传变。因此，在治疗时，除对本脏病进行治疗外，同时还要根据五行的生克乘侮规律，来调整脏腑的太过和不及，以控制其进一步的传变。《金匱要略》指出：“见肝之病，知肝传脾，当先实脾。”就是说，肝病时，如肝气太过，木旺则必克脾土，根据木乘土的规律，治疗时就要先一步健脾，以防肝病传脾。

疾病的传与不传主要取决于脏气的盛衰。“盛则传，虚则受”，是五脏疾病传变的基本规律。在临床应用中，我们既要掌握五脏病变的传变规律以防患于未然，也要依据具体的病情辨证施治，不能将其作为刻板公式而机械地套用。

3.确定治则治法

（1）依据五行相生规律确定治则和治法

根据五行相生规律确定的基本治疗原则包括补母和泻子两方面，即《难经·六十九难》中提到的“虚则补其母，实则泻其子”原则。在“虚则补其母”的治则指导下，常用的治疗方法有：滋水涵木法、培土生金法、金水相生法、益火补土法等。实则泻其子，主要适用于母子关系的实证，重点是泻子，如肝火泻心法、心火泻胃法等。

（2）依据五行相克规律确定治则和治法

根据五行相克规律确定的基本治疗原则是抑强和扶弱，适用于五脏病变中相乘或相侮的病证。人体五脏相克关系异常主要包括“太过”和“不及”两个方面。“太过”表现为功能亢进，属强；“不及”表现为功能衰退，属弱。临

床治疗时应抑强与扶弱并施，并侧重于制其强盛，使弱者易于恢复。常用的治疗方法有：抑木扶土法、泻南补北法、培土制水法、佐金平木法等。

此外可根据五行学说的生克理论指导针刺选穴；运用“以情治情”的精神疗法，治疗因情志内伤所致的一些慢性疾病；运用五行归类理论指导脏腑用药。

运用五行生克规律指导疾病的治疗，有其一定的临床应用价值。但是五行生克规律不能用来治疗所有的疾病，我们要根据具体的病情进行辨证论治。