

二十四节气与脏腑关系谏议

李子祥, 邱华明, 赵海, 吴延军, 吴曙光*

贵州中医药大学实验动物研究所, 贵州 贵阳

收稿日期: 2023年3月30日; 录用日期: 2023年5月5日; 发布日期: 2023年5月17日

摘要

二十四节气是中国古人通过观察太阳周年运动对地球的影响而形成的时间观与实践观。《黄帝内经》基于天人合一的思想, 把“二十四节气”理论纳入中医理论体系, 自此“顺二十四节气养生”、“六气主司”被中医广泛运用于中医学的理论阐释、疾病治疗与预防。《素问》中未见能完全诠释“节气”与中医关系。本文将从“二十四节气”的发展源流, 《内经》和《伤寒杂病论》的天人合一思想, 一气周流的思想, 术数中的象思维, 子午流注学说等角度浅议“二十四节气”与十二脏腑(包括心包)关系, 丰富中医学中“时间医学”与“顺时养生”理论, 更好指导临床疾病预防、诊断、治疗及养生保健等。

关键词

二十四节气, 脏腑, 天人合一, 一气周流

Relationship between the Twenty-Four Solar Terms and Zang-Fu Organs

Zixiang Li, Huaming Qiu, Hai Zhao, Yanjun Wu, Shuguang Wu*

Laboratory Animal Research Institute, Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: Mar. 30th, 2023; accepted: May 5th, 2023; published: May 17th, 2023

Abstract

The 24 solar terms are the time view and practice view formed by the ancient Chinese by observing the influence of the annual movement of the sun on the earth. Based on the idea of the unity of nature and man, the theory of the twenty-four solar terms was incorporated into the theoretical system of traditional Chinese medicine (TCM) in *Huangdi Neijing*. Since then, "Cultivation of health according to the twenty-four solar terms" and "six qi governing division" have been widely used in

*通讯作者。

the theoretical interpretation, disease treatment and prevention of TCM. There is no correct interpretation of the relationship between “solar terms” and traditional Chinese medicine in *Plain Questions*. This article from the origin of the development of “twenty-four solar terms”, and *Typhoid Miscellaneous Disease Theory in Neijing*, the nature of thought, in the thought of traveling, the fortunes of like thinking, meridian lingers theory summary of terms such as “twenty-four solar terms” relation with twelve zang-fu organs (including pericardium), rich in the traditional Chinese medicine “medicine” and the “chronological keeping in good health” theory, To better guide clinical disease prevention, diagnosis, treatment and health care.

Keywords

24 Solar Terms, Zang-Fu Organs, Unity of Nature and Man, Circular Motion

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

二十四节气是中国古人对日影的科学观测和四季变化规律总结，把一年分为 24 等份，每一等份为一个“节气”，统称“二十四节气”，来认知一年中的时令、物候、气候等变化，并应用于社会生产生活的方方面面[1]。天气二十四，在日对应二十四小时，在人体对应二十四节脊椎，二十四肋骨，二十四经脉，中国古人巧妙地利用了气的概念，将中医学中的“经脉”、“四肢百骸”与天文历法中的“二十四节气”理论联系起来，形成了天人一体、时空一体的宏大视野的医学观[2]。

2. 二十四节气源流

二十四节气的雏形很早就已经出现，先民通过日晷、生活经验等已发现节气这些特殊时间。商朝时期人民就已经能够测得夏至、冬至[3]。二十四节气最早记载于《尚书·尧典》：“乃命羲和，钦若昊天，历象日月星辰，敬授民时……日中，星鸟，以殷仲春……日永，星火，以正仲夏……宵中，星虚，以殷仲秋……日短，星昴，以正仲冬。”[4]其中“日中、日永、宵中、日短”指的即是“春分、夏至、秋分、冬至”。

二十四节气在战国时期已基本形成，如《吕氏春秋·孟春纪》：“是月也，以立春……曰：‘某日立春，盛德在木’。”[5]可见《吕氏春秋》就有了立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至等 8 个节气名称。

第一次出现与现代二十四节气完全相同的记录则是出现在《淮南子·天文训》：“两维之间，九十一度十六分度之五而升，日行一度，十五日为一节，以生二十四时之变。斗指子则冬至……小寒……冬至。”[6]

自诞生之日起，二十四节气就指导着人们的生产生活，其对人体气机的影响即在医学中的应用，有待我们后人进一步努力挖掘、阐释和应用。

3. 二十四节气与十二脏腑存在对应可能

3.1. 《黄帝内经》天人相应的思想

“天人相应”的思想是从古人“天人合一”的思想发展而来，吸收了天人和諧的思想，综合了天文、地理、人文等知识，这一观点首见于《黄帝内经》。《灵枢·岁露》曰：“人与天地相参，与日月

相应也。”[7]天人相应的思想贯穿《黄帝内经》全篇，表明人体的构成及生命活动是整个大自然的一部分，在生理、病理、养生、诊治等方面都受自然的直接影响，是中医学的基本观念。

《素问·宝命全形论》曰“人以天地之气生，四时之法成”、“夫人生于地，悬命于天，天地合气，命之曰人”。《素问·阴阳应象大论》曰：“天有四时五行，以生长化收藏，以生寒暑燥湿风。人有五藏化五气，以生喜怒悲忧恐。”《素问·六节藏象论》曰：“心者……通于夏气。肺者……通于秋气。肾者……通于冬气。肝者……通于春气。脾……此至阴之类，通于土气。”《素问·四气调神大论》曰：“逆春气则少阳不生，肝气内变；逆夏气则太阳不长，心气内洞；逆秋气则太阴不收，肺气焦满；逆冬气则少阴不藏，肾气独沉。”《素问·宝命全形论》云：“人能应四时者，天地为之父母。”《灵枢·本神》云：“故智者之养生也，必顺四时而适寒暑。”古人认为，人是天地二气交合而生。人与天地相应，表现在人生于天地之间，天是大宇宙，人是小宇宙，天与人都在阴阳五行体系之内，故天与人在阴阳、四时、五行等都有相似相通的规律。

3.2. 《伤寒杂病论》中的天人合一思想

张仲景继承和发扬了《黄帝内经》中的天人相应思想，将该思想运用于临床实践。张仲景的天人相应观在认识、诊断、治疗疾病及养生保健方面均有体现[8]。《伤寒论》云：“太阳病，欲解时，从巳至未上；阳明病，欲解时，从申至戌上；少阳病，欲解时，从寅至辰上；太阴病，欲解时，从亥至丑上；少阴病，欲解时，从子至寅上；厥阴病，欲解时，从丑至卯上。”《伤寒论》中的六经病欲解时，最能体现张仲景对疾病预测的天人观[9]。《伤寒论·伤寒例》云“是故冬至之后，一阳爻升，一阴爻降也；夏至之后，一阳气下，一阴气上也。斯则冬夏二至，阴阳合也；春秋二分，阴阳离也。”说明了四时阴阳变化的节律。

3.3. 一气周流的思想

《圆运动的古中医学》曰：“二十四节气，简言之，就是夏季太阳射到地面的热，经秋将入土下，经冬藏于土下的水中，经春由土下的水中，升出地面，经夏浮于地面之天空，再同夏季太阳射到地面的热，降于土下。升降一周，则生中气。中气者，万物之生命也。”[10]这就是节气之间气的运动，虽名二十四节气，实为一气，只是在天地之间循环往复，周流不息。人与自然界是一个整体，脏腑之气升降相因，五行之气更替有序，交节和平为顺[11]。气的运动生成变化或节气交替，均会导致人体机能变化，若相应协调失常，从而可致病。

基于以上几点，笔者认为二十四节气与十二脏腑之间会存在对应关系。

4. 二十四节气与十二脏腑的对应可能

4.1. 象思维的角度

象思维是指以客观事物自然整体显现于外的现象为依据，以物象或意象为工具，运用直觉、比喻、象征、联想、推理等方法，以表达对象世界的抽象意义，把握对象世界的普遍联系乃至本原之象的思维方式[12]。象思维是《黄帝内经》的主要思维方式和论述工具，依靠取象比类、推演络绎，立象以表意，用意以求理。它不是一种简单的排列过程，而是有着直觉和演绎思维的推理。根据中医象思维，列出表1对应关系。

Table 1. Correspondence table of internal organs and seasons

表 1. 脏腑节气对应表

胆	心包	心	小肠	脾	胃	肺	大肠	肾	膀胱	三焦	肝
清明	立夏	芒种	小暑	立秋	白露	寒露	立冬	大雪	小寒	立春	惊蛰
谷雨	小满	夏至	大暑	处暑	秋分	霜降	小雪	冬至	大寒	雨水	春分

肝属木，对应春天，一派升发的迹象，故将肝对代表春天开始的惊蛰、春分；肝胆互为表里，故胆对应清明、谷雨；心属火，为阳中之阳，故对应一年之中阳气最旺的芒种、夏至；心与小肠相表里，故将小肠对应小暑、大暑；脾属土，对应长夏，即夏秋相交时节，故对应立秋、处暑；脾胃互为表里，故胃对应白露、秋分；肺属金，主肃杀，有沉降之意，故对应寒露、霜降；肺与大肠相表里，故大肠对应立冬、小雪；肾属水，主封藏，故对应大雪、冬至；肾与膀胱相表里，故膀胱对应小寒、大寒；心包为心外覆盖的一层包膜，属相火，有代心受邪之功，故将心包对应立夏、小满；“三焦者，决渎之官，水道出焉”，三焦通行水液元气，故将三焦对应立春、雨水。

4.2. 子午流注学说角度

子午流注学说是“天人合一”思想的一个代表。子午流注学说以“天人相应”的整体观为理论基础，依照不同的时辰，气血流注不同经穴的原则，讲究定时、择时取穴，因时制宜。子午流注学说将一天十二时辰与十二脏腑对应，又将十二时辰与十二月份相对应[13]，故存在时辰 - 脏腑 - 月份 - 节气对应关系。如表 2 所示。

Table 2. Time-internal organs-month-seasonal correspondence table

表 2. 时辰 - 脏腑 - 月份 - 节气对应表

子时	丑时	寅时	卯时	辰时	巳时	午时	未时	申时	酉时	戌时	亥时
胆	肝	肺	大肠	胃	脾	心	小肠	膀胱	肾	心包	三焦
十二月	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月
大雪	小寒	立春	惊蛰	清明	立夏	芒种	小暑	立秋	白露	寒露	立冬
冬至	大寒	雨水	春分	谷雨	小满	夏至	大暑	处暑	秋分	霜降	小雪

4.3. 一气周流的角度

本角度需借助二十四节气圆运动图来解释。如图 1 所示。

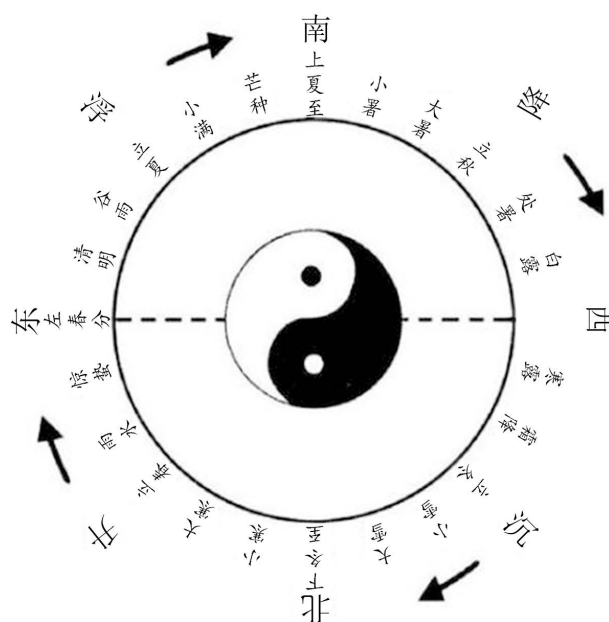


Figure 1. The 24 solar terms circle movement map

图 1. 二十四节气圆运动图

脏为阴，腑为阳，故脏对应“阴鱼”，腑对应“阳鱼”。笔者参照《素问·六节藏象论》《黄帝内经太素》《针灸甲乙经》认为，心为阳中之阳，肺为阳中之阴，脾为阴中之至阴，肝为阴中之少阳，肾为阴中之阴。心包属相火，火热不及心而又超过肺，故六脏中按阳气多少排序为：心 - 心包 - 肺 - 肝 - 脾 - 肾。同理，六腑按阳气多少排序为：小肠 - 三焦 - 大肠 - 胆 - 胃 - 膀胱。与图 1 对应则如表 3 所示。

Table 3. Correspondence table of internal organs and seasons
表 3. 脏腑节气对应表

胆	大肠	三焦	小肠	心	心包	肺	肝	脾	肾	膀胱	胃
惊蛰	清明	立夏	芒种	小暑	立秋	白露	寒露	立冬	大雪	小寒	立春
春分	谷雨	小满	夏至	大暑	处暑	秋分	霜降	小雪	冬至	大寒	雨水

5. 结语

大量现代研究表明，节气与人体发病有着密切联系。如焦虑等心理疾病立冬、冬至发病率显著高于其他节气[14]；高血压疾病多在惊蛰、寒露时段发病率最高，夏季发病率最低[15]；慢性胃炎在夏季发病率最高，秋冬季发病率最低[16]；失眠、多梦等睡眠问题仅在立秋不显著，其余均显著[17]等。相信将会有更多的疾病与节气的规律被发现。

从总体来看，近年来对节气与人体对应的理论缺少可靠的临床研究，多为个人理解，未成为可靠、系统的总结。本文从“象思维”、“子午流注”、“一气周流”三个角度分别探析二十四节气与十二脏腑对应关系，但结论并不相同，可见二者的关系是多样的，本文亦是抛砖引玉，这一理论值得进一步发掘，以期对临床预防、诊断、治疗疾病及养生保健等有所帮助。

基金项目

国家自然科学基金地方项目(No.82160957)，贵州省科技计划项目(黔科合支撑[2021]一般 148)，2021 年国家自然科学基金后补资金科研创新探索专项(2018YFL170810516)，贵州中医药大学研究生教育创新计划自然科学项目(YCXZR2020008)。

参考文献

- [1] 隋斌, 张建军. 二十四节气的内涵、价值及传承发展[J]. 中国农史, 2020, 39(6): 111-117.
- [2] 姜青松, 韩彦君, 罗建, 等. 二十四节气与中医学[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34(4): 1653-1656.
- [3] 沈志忠. 二十四节气形成年代考[J]. 东南文化, 2001(1): 53-56.
- [4] 王世舜, 王翠叶. 尚书[M]. 北京: 中华书局出版社, 2012: 7-8.
- [5] 张双棣, 张万彬, 殷国光. 吕氏春秋[M]. 北京: 中华书局出版社, 2016: 1-8.
- [6] 陈广忠. 淮南子[M]. 北京: 中华书局出版社, 2012: 130-134.
- [7] 蒲晓田, 马淑然, 陈玉萍, 等. 关于中医“天人相应”理论内涵的探讨[J]. 中医杂志, 2012, 53(23): 1984-1986.
- [8] 魏丽丽. 从“六经病欲解时”看仲景天人相应观[D]: [硕士学位论文]. 杭州: 浙江中医药大学, 2013.
- [9] 朱红俊, 陆曙. 基于《伤寒论》学术思想探析六经欲解时内涵[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(5): 2593-2596.
- [10] 清·彭子益. 圆运动的古中医学(重校合订本) [M]. 太原: 山西科学技术出版社, 2018: 22-23.
- [11] 颀龙飞, 付姝菲, 章清华. 交节病作相关理论源流考[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(6): 3675-3677.
- [12] 邢玉瑞. 中医象思维的概念[J]. 中医杂志, 2014, 55(10): 811-814.
- [13] 李洪海, 李晓, 马月香. 基于辟卦的时间节律-脏腑体系谈脏腑应时调摄[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(7):

4348-4352.

- [14] 吴昊. 基于四时八节调查及心理学实验的悲伤情绪中医辨证研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2014.
- [15] 李杉, 张立德, 程岩岩, 等. 基于中医时间医学探讨高血压病血压节律性变化及治疗进展[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(6): 3011-3014.
- [16] 罗晔, 张声生. 中医时间医学在消化系统疾病的应用[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(1): 202-205.
- [17] 唐利龙. 从大学生健康状况“四时八节”动态变化规律探讨“肝主疏泄”生理调节功能的研究[D]: [博士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2013.