

針灸、五行與五運六氣：中醫天人相應與時間醫學之理論體系與臨床應用研究

1. 五行哲學底蘊與動態調節機制：生剋乘侮與亢害承制

五行學說作為中醫學理論體系的哲學基石，將宇宙萬物與人體的生理病理現象歸納為木、火、土、金、水五種氣化的動態運作模式¹。五行之間並非孤立靜止，而是透過相生、相剋、相乘、相侮以及母子相及等複雜連鎖機制，維持著生態環境與人體內環境的動態平衡¹。

在正常生理狀態下，相生代表著依次遞相滋生、促進與助長的順向滋養循環，其次序為木生火、火生土、土生金、金生水、水生木，每一行皆存在「生我」之母與「我生」之子⁴；相剋則代表著依次遞相克制、制約與防範過亢的平衡機制，其次序為木剋土、土剋水、水剋火、火剋金、金剋木，每一行亦存在「剋我」之所不勝與「我剋」之所勝⁴。生與剋相反相成，生中有制、制中有生，即所謂的「五行制化」，維繫著機體的動態穩定⁵。

當五行之間的動態平衡破裂，便會演變為異常的病理傳變⁴。相乘是指某一氣過度克制其所勝的一行，又稱「倍克」，包含「太過以致相乘」（如木氣過旺引發木旺乘土）與「不及以致相乘」（如土氣過衰引發土虛木乘）兩種路徑⁴。相侮則是某一氣對其所不勝的一行產生反向克制，又稱「反克」，亦包含「太過以致相侮」（如木亢侮金）與「不及以致相侮」（如木虛土侮）⁴。此外，五行相生關係的異常亦會引發「母子相及」，包括「母病及子」（如水不涵木）與「子病及母」（如子盜母氣），造成兩臟俱虛或兩臟俱實的連鎖病變⁵。

在五行結構模式中，「中土五行」佔有樞紐地位⁵。中土模式源自《河圖》，將土居於中央，木、火、金、水分巡東、南、西、北四方，強調「土生萬物」與土對其餘四行的控制作用⁵。在人體臟腑學說中，脾胃屬土，居於中焦，扮演著「脾為孤臟，中央土以灌四旁」的化源與轉輸角色，脾土健運能滋養四臟，若中土失司則四行皆受波及⁶。

五行學說最高階的自律調節機制為《素問·六微旨大論》所提出之「亢害承制」機制，即「亢則害，承乃制，制則生化，外列盛衰，害則敗亂，生化大病」⁷。該理論指出，自然界與人體在正常情況下處於動態平衡中，當某一氣過度亢盛（亢則害）時，其所不勝之氣會隨之興起並予以抑制（承乃制），從而克服失衡狀態，使亢盛回歸常態，維持生命的「生化」功能⁷。例如相火之下有水氣承之，水位之下有土氣承之，土位之下有風氣承之，風位之下有金氣承之，金位之下有火氣承之，君火之下有陰精承之⁷。

從現代系統論與控制論的視角剖析，「亢害承制」即為機體內部高度精密的「負反饋調節（Negative Feedback）」機制⁷。在生理狀態下，如體溫升高啟動出汗等降溫機制、血糖升高刺激胰島β細胞增加胰島素分泌，均屬「亢而自制」的良性循環⁷。然而，當機體自我調節失代償（亢而失制），如持續性高血糖產生糖脂毒性並損害胰島β細胞，陷入「亢而失制受其害」的惡性循環時，即須藉由針灸、湯液等外在醫療手段進行干預，助其恢復承制平衡⁷。

2. 五運六氣之天人相應與氣化規律

五運六氣（簡稱「運氣學說」）主要載於《黃帝內經·素問》之「七篇大論」（包括《天元紀大論》、《五運行大論》、《六微旨大論》、《六元正紀大論》、《氣交變大論》、《至真要大論》、《五常政大論》），是中醫學探索大自然氣候變化對生物及人體生理病理影響的時間醫學體系²。運氣學說強調「必先歲

氣，勿伐天和」與「不知年之所加，氣之盛衰，虛實之所起，不可以為工矣」，將氣候、物候與病候構建於同一時空座標系中²。

運氣學說將十天干與十二地支作為氣候演變的推算符號²。天干用以推算「五運」(包含歲運/大運、主運、客運)，代表木、火、土、金、水五行之氣在天地間的運行變化²；地支則用以推算「六氣」(包含主氣、客氣)，代表風、熱、火、濕、燥、寒六種氣候要素²。

符號類別	天干地支	五行與氣化配屬	盛衰太過不及與三陰三陽標象
十天干(化運)	甲、己	土運 ²	陽干(甲、丙、戊、庚、壬)為太過(氣盛有餘) ²
	乙、庚	金運 ²	陰干(乙、丁、己、辛、癸)為不及(氣衰不足) ²
	丙、辛	水運 ²	太過之年交運於大寒節前三日 ²
	丁、壬	木運 ²	不及之年交運於大寒節後十三日 ²
	戊、癸	火運 ²	歲運統管全年，又稱大運或中運 ²
十二地支(化氣)	子、午	少陰君火 ²	一陰：厥陰風木 ²
	丑、未	太陰濕土 ²	二陰：少陰君火 ²
	寅、申	少陽相火 ²	三陰：太陰濕土 ²
	卯、酉	陽明燥金 ²	一陽：少陽相火 ²
	辰、戌	太陽寒水 ²	二陽：陽明燥金 ²
	巳、亥	厥陰風木 ²	三陽：太陽寒水 ²

六氣的推算分為「主氣」與「客氣」²：

- 主氣：代表一年四季氣候變化的正常恆定規律，年年固定，每年分六步(每步主四個節氣，約60.875日)，依序為初之氣厥陰風木、二之氣少陰君火、三之氣少陽相火、四之氣太陰濕土、

五之氣陽明燥金、終之氣太陽寒水²。

- 客氣：代表各年份變動不居的氣候趨勢，六年一循環²。客氣依三陰三陽順序（一陰→二陰→三陰→一陽→二陽→三陽）逐年輪轉²。其中，主管上半年（初之氣至三之氣）的客氣稱為司天之氣（位於三之氣）；主管下半年（四之氣至終之氣）的客氣稱為在泉之氣（位於終之氣）；其餘四步則稱為間氣（初氣、二氣、四氣、五氣）²。司天與在泉相對，例如一陽少陰司天，必是一陰陽明在泉²。
- 客主加臨：將每年輪轉變化的客氣加臨於固定不變的主氣之上進行綜合分析²。若客主相生或同氣則為「相得」，氣候較為和平；若客主相剋（如客勝主或主勝客）則為「不相得」，易導致氣候異常與疾病暴發¹⁰。

五運與六氣在六十年甲子週期中存在同類化合的「運氣同化」現象，主要包括天符（歲運與司天屬性相同，共12年）、歲會（歲運屬性與歲支方位相同，共8年）、同天符（陽干太過歲運與在泉屬性相同，共6年）、同歲會（陰干不及歲運與在泉屬性相同，共6年）以及既是天符又是歲會的太乙天符（乙酉、戊午、己丑、己未，共4年）²。運氣同化之年，氣化偏勝顯著，疾病發生具有集中性與劇烈性²。

針對歷史上如張飛疇等學者對運氣學說的批評，歷代名家指出，五運六氣所論之「氣」乃無形之氣化運行規律，非僅是有形之局部晴雨或寒暄⁹。運氣理論中的「勝復」（過亢後之報復）與「郁發」（長期受抑後之爆發）能有效解釋大規模傳染病（疫病）的發病規律（如「三年化疫」理論對SARS及歷史流行病的精準預警），為氣象醫學與現代疾病預防學提供了跨時代的時間生物學框架⁹。

3. 五行理論於針灸學之延伸：五輸穴與子母補瀉

針灸學將五行理論深度融入經絡穴位體系中，其最核心的載體即為十二經脈位於肘膝關節以下的五輸穴（井、榮、輸、經、合）¹⁵。五輸穴象徵著經氣如水流般由淺入深、由微至盛的流注過程：《靈樞·九針十二原》言「所出為井，所流為榮，所注為輸，所行為經，所入為合」¹⁵。古代醫家依據陰陽剛柔之性，規定了陰經與陽經五輸穴截然不同的五行配屬規律，即「陰井木，陽井金」¹⁵。《難經·六十四難》指出，陽經五輸穴之五行屬性恰好剋制對應之陰經五輸穴（如陽井庚金剋陰井乙木），然而「乙屬柔木，庚屬剛金，乙庚相合，剛柔相濟」，這種陰陽經五行相剋而相合的結構，使十二經脈在四肢末端構建起極為密實的陰陽氣血平衡網¹⁸。

經脈類別	井穴	榮穴	輸穴	經穴	合穴	臨床特定主病（《難經·六十八難》）與選穴規律
陰經（臟）	木 [cite: 15]	火 [cite: 15]	土 [cite: 15]	金 [cite: 15]	水 [cite: 15]	井主心下滿：氣銳力猛，善開閉塞、醒神志，主急症鬱

						結¹⁵。 榮主身熱 :專清臟 腑實火與 虛火, 清 熱不傷正 ¹⁵。 輸主體重 節痛:主 運化、散 濕濁, 專 治關節酸 痛麻木與 濕濁纏身 ¹⁵。 經主喘咳 寒熱:調 和表里、 通達氣機 , 專治咳 嗽氣喘與 寒熱往來 ¹⁵。 合主逆氣 而洩:降 逆和胃、 收納經氣 , 專治嘔 吐泄瀉與 臟腑內傷 久虛¹⁵。
陽經(腑)	金 [cite: 15]	水 [cite: 15]	木 [cite: 15]	火 [cite: 15]	土 [cite: 15]	(陰經相生 次序:木 →火→土 →金→水 ;陽經相

						生次序： 金→水→ 木→火→ 土) [cite: 15, 18]
--	--	--	--	--	--	---

五輸穴在臨床應用上展現出多維度的選穴與針刺法：

首先是依據《難經·六十九難》建立的子母補瀉法（「虛則補其母，實則瀉其子」）⁴。子母補瀉可分為本經取穴與他經取穴：例如手太陰肺經屬金，若逢肺氣虛證，可取本經屬土之母穴太淵施補法（補土生金）；若逢肺實熱證，則取本經屬水之子穴尺澤施瀉法（瀉金生水）¹⁵。若採用他經取穴，肺實證亦可取子經（足少陰腎經，屬水）上屬水的合穴陰谷施以瀉法¹⁵。臨床若逢虛實證需取井穴時，因井穴位處指尖、針刺感劇烈，古法講究「補井當補合，瀉井當瀉榮」，即虛證取合穴替代，實證取榮穴替代，以達溫和穩妥之效¹⁷。

其次是依據《難經·七十五難》建立的瀉南補北法（「東方實，西方虛，瀉南方，補北方」）¹⁹。當出現肝實肺虛（木實金虛）之證時，不直接治療肝肺，而是透過瀉南方火（心火）以削弱肝木之子，同時補北方水（腎水）以資助肺金之母並抑制心火，達到「損其有餘，補其不足」的整體調和目的¹⁹。

此外，現代臨床更衍生出高度精細的五行針法體系，包括：

- 相生針法：藉由母子相生補益虛損（如太淵補土生金）²¹。
- 相剋針法：利用五行制化清瀉邪熱（如二間為大腸經水穴，能清大腸火熱；尺澤為肺經水穴，能清肺火瀉咽喉腫痛）²¹。
- 真五行針法：取各經之本穴（如足三里為土經土穴，調理脾胃極強；大敦為木經木穴，治肝木鬱結；勞宮為火經火穴，瀉心火胸膈熱）²¹。
- 相應與相通針法：如陷谷（土經木穴）治療木土不和之腹痛；陰陵泉（土經水穴）補土制水以利尿消腫；尺澤（金經水穴）與復溜（水經金穴）合用實現「金水相通」，治肺不肅降、腎不受納之慢支哮喘；少海（火經水穴）與然谷（水經火穴）合用實現「水火相濟」，專治心腎不交之失眠多夢²¹。

4. 時間針灸學：五運六氣與開穴針術之交融

時間針灸學（又稱運氣針灸）是將五運六氣的時間週期規律與人體經氣開合相結合的高階針刺技術¹⁴。古代醫學認為，人體氣血在經脈中的運行與天體運轉高度同步，在特定時間點，特定穴位的氣血最為旺盛，此時針刺能獲得顯著提升的臨床療效¹⁴。

時間針灸學的三大核心體系包括：子午流注針法、靈龜八法與飛騰八法¹⁴。

時間針術體系	理論核心與哲學來源	推算依據(天干地支)	主要開穴標的	臨床應用特色與範疇
子午流注針法	氣血隨十二經脈與五輸穴按時序盛衰流注 ¹⁴	納甲法(按日天干推算)	十二經脈之五輸穴 ²²	著重於十二臟腑與五輸穴五行氣血的流注

	。	納子法(按時地支推算) ²²		開合, 專治臟腑本經病變 ²² 。
靈龜八法	結合九宮八卦、奇經八脈與天干地支數理 ²² 。	日干支與時干支之九宮算數積餘 ²²	奇經八脈之八脈交會穴 ²²	將人體空間(八卦方位)與時間(干支)高度統一, 專治奇經八脈與全身性疑難病 ²² 。
飛騰八法	以時天干為主, 直捷對應八卦開穴, 法簡效捷 ²² 。	僅依據時天干(配合五虎建元歌訣推算) ²²	奇經八脈之八脈交會穴(公孫、內關、臨泣等) ²²	簡化數理計算, 純以時天干隨時起卦開穴, 極適合急診與即時點穴、針灸治療 ²² 。

飛騰八法首載於元代王國瑞《扁鵲神應玉龍經》，其基礎由竇漢卿奠定²²。飛騰八法的開穴完全依循八法飛騰歌訣：「壬甲公孫即是乾，丙居艮上內關然，戊為臨泣生坎水，庚屬外關震相連，辛上後溪裝巽卦，乙癸申脈到坤傳，己土列缺南離上，丁居照海兌金全」²²。

在臨床推算時，醫者先以「五虎建元法」(歌訣：「甲己之辰起丙寅，乙庚之日戊寅行，丙辛便起庚寅始，丁壬壬寅亦順尋，戊癸甲寅定時候」)推算出當前時辰的天干，隨後直捷對應八卦與八脈交會穴²²。例如逢壬時或甲時開乾卦公孫穴(通衝脈)，逢丙時開艮卦內關穴(通陰維脈)，逢戊時開坎卦足臨泣穴(通帶脈)，逢庚時開震卦外關穴(通陽維脈)，逢辛時開巽卦後溪穴(通督脈)，逢乙時或癸時開坤卦申脈穴(通陽蹻脈)，逢己時開離卦列缺穴(通任脈)，逢丁時開兌卦照海穴(通陰蹻脈)²²。

此外，《黃帝內經》中還記載了「四時分刺法」與「一日四時分刺法」，將四季氣候或一日之內的四時變化與五輸穴相結合(如春及早晨氣在榮，夏及中午氣在輸，長夏及下午氣在經，秋及傍晚氣在合，冬及深夜氣在井)¹⁹。這表明季節與時間的動態變化對人體臟腑與經絡氣血具有直接的引導作用，為針灸臨床提供了極其嚴密的時間醫學指南¹⁹。

5. 結論與現代跨學科展望

五行學說、五運六氣與針灸術的有機結合，構成了中醫學極具特色的「天人相應」多維時空醫學體系²。五行學說提供了臟腑功能與生剋承制的系統自穩模型¹；五運六氣將此模型擴展至宏觀的天體氣候與週期演變中²；而針灸(特別是五輸穴與時間針術)則作為微觀與實踐的介面，使醫者得以透過針石調控人體氣血，達到「補偏救弊、致中和」的治療境界⁸。

從現代跨學科研究的角度來看：

首先，五行生剋與亢害承制完美契合現代系統論與控制論中的負反饋調節機制，以及遺傳學中多基因調控與基因多效性的自穩平衡⁷。這為解析人體神經-內分泌-免疫網絡的動態平衡提供了宏觀的理論框架⁷。

其次，五運六氣與時間針灸學預告了現代時間生物學(Chronobiology)與氣象醫學(Meteorological Medicine)的前沿方向¹⁴。現代研究證實，人體生理指標、激素分泌以及免疫細胞

活性均存在著顯著的生物鐘節律，而五運六氣對疫病暴發規律的預測（如「三年化疫」理論對SARS與流感疫情的契合），更展現了古代氣候氣化模型在流行病學與精準預防醫學中的巨大潛力⁹。深入研究五行與運氣針術的內在聯繫，不僅有助於提升現代臨床對疑難病與季節性疫病的辨證論治水準，更能推動傳統醫學在現代時間醫學與系統生物學領域的跨學科創新與發展⁷。

Works cited

1. 中医学理论体系中五行生克制化应用 - 今日采访网,
<http://www.tianxiawushi.com/m/view.php?aid=2955>
2. 五運六氣- 維基百科, 自由的百科全書,
<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E4%BA%94%E9%81%8B%E5%85%AD%E6%B0%A3>
3. 醫學真傳: 五運六氣- 中國哲學書電子化計劃,
<https://ctext.org/wiki.pl?if=gb&chapter=254031>
4. 五行学说是内经辨证思维的核心思想 - 北京中医药大学,
<https://www.bucm.edu.cn/kxyj/9e3411c63652410d8d7c99d8435e7ef5.htm>
5. 全屏显示专题章节,
https://mooc1.chaoxing.com/mooc-ans/ztnodedetailcontroller/visitnodedetail?courseId=215227200&knowledgeId=367995876&_from_=&rtag=&nohead=1
6. 五行相乘相侮与中医病理的深度解析,
https://m.baidu.com/bh/m/detail/ar_9473225080554060337?frsrcid=rec
7. 戴恩来教授中西医结合学术思想-“中说西证”-第二录 - 甘肃中医药大学附属医院,
https://www.zyxyfy.com/mzygzz1/yjcg_mzygzz1/sjmzy/del/yjcg9/content_49719
8. “亢则害，承乃制”辨析及其治法举要_中医助理医师 - 医学教育网,
<https://www.med66.com/html/2008/10/li166230585117101800224600.html>
9. 五运六气概说(1) - 好大夫在线,
<https://www.haodf.com/neirong/wenzhang/175384.html>
10. 五運六氣,
<https://johnnywang1994.github.io/book/articles/daily/%E4%B8%AD%E9%86%AB/%E5%9F%BA%E7%A4%8E%E7%90%86%E8%AB%96/09%E4%BA%94%E9%81%8B%E5%85%AD%E6%B0%A3.html>
11. 第六节五运六气学说_中医入门到精通,
<https://read.novel.qq.com/read/1023348434/19>
12. 五运六气推算方法 - 百度,
<http://filefile.baidu.com/view/2287b1d5b9f3f90f76c61b82.html>
13. 五运六气预测疫病的科学态度和方法探讨 - 湖南中医杂志,
https://www.hunanzzyz.com/ch/reader/view_reference.aspx?pcid=A9DB1C13C87CE289EA38239A9433C9DC&cid=B5F35A1FC27C1FF7&jid=BF943C915CAD2F6E81199186FEFBF6A5&aid=9999517388484B697D1816DBA80C239C&yid=37904DC365DD7266&vid=0B39A22176CE99FB&iid=0B39A22176CE99FB&sid=205BE674D84A456D&eid=A8DE7703CC9E390F
14. 我们积极推动“中医药文化传播行动”……多种渠道和途径我们普及推广阴阳五行、灵枢天年 - 中国电力建设企业协会,
http://m.cepca.org.cn/index_health_project_tcm.html
15. 针灸五输穴运用记忆最全总结 - yourTCM,

<https://www.yourtcm.sg/post/%E9%92%88%E7%81%B8%E4%BA%94%E8%BE%93%E7%A9%B4%E8%BF%90%E7%94%A8%E8%AE%B0%E5%BF%86%E6%9C%80%E5%85%A8%E6%80%BB%E7%BB%93>

16. 针灸学考点:五输穴的五行属性及组成(满满的干货) _ 中西医执业医师 - 医学教育网, <https://www.med66.com/zhongxiyiyishi/fudaopeixun/qi2004264907.shtml>
17. 千古五输穴配伍玄机:古医家针灸传承固本真髓, https://h5.ifeng.com/c/vivo/v002wLYQibWdlih1npix0ahtgOThnG2yJwgBQwz7nSvt9A__?vivoBusiness=hiboardnews
18. 2. 五腧穴配属阴阳五行图书阅览 - 齐齐哈尔市第一医院, <https://qqhrdyyy.com.cn/Html/News/Articles/4500.html>
19. 中醫針灸配穴系統的研製Design and Implementation of a Traditional Chinese Medicine Acupuncture Point Combination Syst - 南華大學, https://necis.nhu.edu.tw/Object/download.aspx?File_System_ID=6b2933bb-a4fd-4fb4-8556-3469011b6228
20. 十四腧穴命名的涵義及其臨床經驗 - 台灣必安研究所, https://www.brion.org.tw/_tw/news_content.php?id=769
21. 十(總89)、五輸穴同氣相求療法之內容是什麼? - Dr. Wei-Chieh Young, <http://www.drweichiehyoung.com/ch-clinical-discussions/2014/9/9/89>
22. 醫療保健講義——飛騰八法(二) - 金蘭觀, <https://www.kamlankoon.com.hk/2008/health2008/H2008L12.htm>