

# 《黃帝內經 × 醫方法門》 EP83

靈樞64・陰陽二十五人——木火土金水各五型：看外形膚色，讀出內在氣血

素材：《醫方明大論》十之十（黃帝內經系列）；內容為學習整理，非醫療建議。

## 本篇定位

靈樞第六十四篇，《醫方明大論》\*\*十之十\*\*。經名釋義：「依據陰陽五行學說，人體也有木、火、土、金、水五種類型，每一類型稟賦不同，每一型再以五音分類，合為二十五種人，故篇名陰陽二十五人。人的體態特徵與膚色相應則貴，相剋則病；膚色與體態不相應者都有大忌之年。人體有鬚髮、鬍鬚、腋毛、胸毛、陰毛……各有其道理。還有陰陽二十五類人的針刺原則。」

## 游老師科判綱目

1 天機為秘・法不輕傳（1 總問・陰陽之人何如／2 伯高粗解：a 天地之間、不離於五／b 五五二十五人之政／c 其態又不合於眾者五／d 願聞二十五人之形、從外知內／3 岐伯婉拒：a 此先師之秘／b 黃帝祈求・金櫃藏之／c 願卒聞之・慎之慎之） | 2 陰陽二五人的分類・觀其形色可窺天機（2.1 木型之人：完美木型上角 a 膚青小頭・c 病於秋冬・d 雍容華貴／其餘四型大角正直、左角溫和、欽角氣高、判角公正；2.2 火型之人：完美火型上徵 a 大帝氣質・b 膚紅多肉・c 處事安穩・d 有氣多慮・e 重視名譽・f 病於秋冬・g 沉穩有力／其餘四型質徵、少徵、右徵、質判；2.3 土型之人：完美土型上宮 a 如古黃帝・b 膚黃頭大・c 體態壯碩・d 不攀權勢・e 春夏易病・f 如同脾經／其餘四型大宮柔順、加宮喜悅、少宮圓潤、左宮用心；2.4 金型之人：完美金型上商 a 身如白帝・b 膚白方臉・c 肩小腹小手腳小・d 廉潔急心靜悍好官・e 春夏易病・f 處事果斷／其餘四型欽商鋒芒、右商舒緩、左商明察、少商威嚴；2.5 水型之人：完美水型上羽 a 如同黑帝・b 膚黑頭大・c 肩小腹大・d 無所畏懼・e 病在春夏・f 身常汗水／其餘四型大羽自滿、少羽不直、眾之潔淨、桎之安閒） | 3 五型分類結論（是故五形之人二十五變者，眾之所以相欺者是也） | 4 外型膚色・相應富貴・相剋則病（4.1 型色相應：a 形勝色、色勝形者至其勝時年加／b 形色相得者富貴大樂；4.2 形色相勝・大忌年歲：七歲起每加九歲） | 5 體態外型・氣血觀察・六陽經脈・即可知曉（5.1 陽明胃經主掌鬍鬚陰毛／5.2 少陽膽經主掌腮鬚腿毛／5.3 膀胱經脈主導眉毛腳跟／5.4 大腸經脈主導唇鬍腋毛／5.5 三焦經脈主導手臂肌肉／5.6 小腸經脈主導下巴鬍鬚） | 6 二五類人・氣血狀況・可觀體態皮膚（6.1 觀察氣血也有方法：a 美眉者足太陽之脈氣血多／b 惡眉者血氣少／c 肥而澤者血氣有餘／d 肥而不澤者氣有餘血不足／e 瘦而無澤者氣血俱不足／f 審察形氣有餘不足而調之；6.2 陰陽調和也有法則：a 按其寸口人迎以調陰陽／b 切循經絡之凝澀、致氣以溫之／c 結絡者決之乃行／d 氣有餘於上者導而下之／e 氣不足於上者推而休之／f 其稽留不至者因而迎之／g 寒與熱爭者導而行之／h 宛陳血不結者則而予之；6.3 法則結論：必先明知二十五人，則血氣之所在，左右上下，刺約畢也）。

## 三診辨證

一診・動力：\*\*「不離於五，人亦應之」\*\*——人體的氣血運行也依五行之數；五型之人「比於」五音（角、徵、宮、商、羽）、應五色（蒼、赤、黃、白、黑），氣動力各有偏向與強弱。

二診・結構：二十五型由「五行 × 五音 × 經脈四方（左上、左下、右上、右下）」組成——完美型（上角、上徵、上宮、上商、上羽）是該行的標準態，其餘四型分居經脈的「之上／之下」，故有「大角、左角、鈇角、判角」等二十五變。

三診・通訊：\*\*「從外知內」\*\*——形色（蒼、赤、黃、白、黑）與體態相得則貴、相勝則病，逢大忌之年（七、十六、二十五、三十四……）易感而病；毛髮分布（髭、髥、鬚、眉、腋毛、脛毛）與肥澤枯瘦，都是六陽經脈氣血盛衰對外發出的訊號。

## 重點條列

- \*\*「不離於五，人亦應之」\*\*——古人把體質分成二十五型，其實就是最早的「體質分類學」：沒有標準答案，只有不同的稟賦與偏性。
- \*\*「形色相得者，富貴大樂」\*\*——外型與氣色一致，是最順的狀態；一旦不一致，身體就在提醒你要當心。
- \*\*「必先明知二十五人」\*\*——不管養生或調理，第一步都是先看懂自己的體質，再談補什麼、瀉什麼。