

# 易经的奥秘 曾仕强

## 第二集 何为阴阳？

[http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_af85ff5f0102yqhb.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_af85ff5f0102yqhb.html)

《易经》中有64卦象，而这些看似复杂的卦象其实只包含着两个符号——一个是阴，一个是阳。曾仕强教授在上一讲中说到，伏羲八卦图告诉了我们一个宇宙最基本的秘密，阴阳是构成宇宙万事万物最基本的元素。

“天底下的变化就是一个阴一个阳”  
(曾仕强语)。

那么，什么是阴？什么是阳呢？

“白天是阳，晚上是阴。天是阳，地是阴。大拇指是阳，那阴呢？四个手指头就叫阴。”（曾仕强语）。

阴阳之间是什么样的关系呢？

“阴中有阳，阳中有阴。它才有生命的。”（曾仕强语）

为什么说中国人是阴阳合一的？又怎么能够证明阴阳是构成宇宙万事万物的基本元素呢？让我们继续跟随台湾师范大学曾仕强教授，一起来探索“易经的奥秘”第二集——何为阴阳。

现在要讲什么叫阴阳。

我们先从大家最熟悉的，晴天算不

算阳？哦，大太阳，阳光很明媚，一定是阳。它出太阳，你自然就感觉到心情很愉快，做事情很奋发。阳本来就是向外扩张的，它不是向内收缩的。你看一热起来大家都是往外伸张，想多得到一点冷空气嘛。可是，阴天下雨的时候，大家就缩了，开始缩起来，这样才不会受寒。

所以，一往外张你知道就是阳，一向内收缩你知道是阴。慢慢地我们就把太阳叫做“阳”，把月亮叫做“阴”。

所以你要看什么时候月亮圆，什么时候月亮缺，你要看阴历，你不能看阳历。阳历对不准的。阴历，十五月一

定很圆。

一年有12个十五，12个月里面哪个月月亮最亮？哪一个月？八月十五。月亮很亮的时候就有一点阳的味道，所以那天晚上大家就很不安宁，所以我们才说这天是中秋节，大家吃月饼，要一家和乐。这是非常了不起的一种措施。

因为月亮它会引动潮水，它还会牵动我们人的感情，它会的。我想我们中国人向自然学习的东西太多太多了。

白天是阳，晚上是阴。所以一个人，白天你要精神好，要阳气足，你才能够做事情。到了晚上，你慢慢要阴起

来，要让它冷静，然后才可以好睡觉。

天是阳，地是阴。有不骨人会颠倒？大概不会。人活着，叫做“我还在阳间

人死了，对不起，已经归阴了，就叫“归阴”了。有谁死说“归阳”了？归阳了那到哪儿去了？死了就归阴了嘛，这是很自然的现象。活着就是阳气要足啊。

好，我们看完外面，再看看里面，那就更有趣了。

你把手伸出来，我问你，哪个是阳，哪个是阴？手心是阳还是阴？手心

是阳，没有人手心是阴的。手背才是阴。手心手背都是肉就表示它归一嘛。你说我不要手背，那手心也没有用；光要手心，手背也没有用。它阴阳是不分开的。

我们打手心，有没有人说打手背？“来，把手背给我打”，那很残酷嘛。打手心是爱护他，打手背是折磨他。你看不一样了。为什么？手背打起来很痛，手心它肉比较多，而且它动得快。一打就收回来，这个（手背）它弯不了。前面活动性比较大的叫“阳”，活动性比较不厉害的、缓慢的就叫“阴”。

这个人很奇怪，人的脸如果朝这边

的话，你那个活动面一定朝这边。没有人说我手心动不了，我手背很厉害。手背难道只抓自己的鼻子？你还能拿东西吗？这非常好的配合的。

这两手哪一手是阴，哪一手是阳？同样是手，怎么忽然间变得有阴有阳？很简单，你常用右手的，右手就是阳，比较笨拙的这手就是阴。我是用左手的，那左手就是阳，这边（右手）就是阴。这是相对的。

还有更妙的。大姆指是什么？是阳还是阴？大姆指是阳。那阴呢？四个手指头就叫阴。

你慢慢就体会到，原来阳就是奇

数，阴就是偶数。凡是天底下的数，成双成对的，偶数的都叫阴，单一的都叫阳，13579都叫阳。这样各位才知道为什么头是阳，脚是阴。因为头只有一个，它是奇数，所以叫阳。脚有两只，偶数就叫阴。

你慢慢听到现在会发现，一切都是向自然去学习，我们不再做人为的操作。大家有空常做这样的动作，对你身体非常好，非常好，因为它会使你全身的经络都带动起来。

阴阳它但是相对的，它不但会变动，而且它也是不可分割的。这点是非常难理解的，经常会忘记，但是你都在

用。因为我们受了太多的现代的教育，都说一切要分得清清楚楚。

你看自然怎么分得清楚，我问你，你怎么分得清楚？

白天跟晚上你分得清楚吗？你根本分不清楚。白天、白天突然间晚（黑）了；黑夜、黑夜突然天亮了。它没有一个很明确地说，像开灯一样——开了、关了——没有啊。今天亮得晚，明天亮得早，每天多少有点不一样。

一切一切它是分不开的。

这个是发芽，这个是叶子。哪个是阳？哪个是阴？发芽是阳，因为它不

断地在成长。这个（叶子）就变阴。所以要摘，摘叶子，不要摘芽，摘芽是不仁道的。叶子你采几个没关系，也许回去还可以替我介绍给别人。

那你说，你这不对，怎么把这个芽摘下来？没有啊。我们讲《易经》的人不能违反自然，这个（发芽）是假的，这个（叶子）才是真的。真的芽我就不能摘了，一摘就是违反自然。假的芽做得很像而已，所以有真就有假，有假必有真，真真假假、虚虚实实就是阴阳。

所以当一个人太强调我这个是千真万确的，就是告诉你不一定是真的。一

下就很清楚了，要不他干吗一再保证。

凡是越强调的就是你内心越虚，你才会讲，否则你根本不用讲。一个很守信用的人不会讲说，我是守信用的人，他不会讲。因为这对他来讲已经很习惯了。他就是这里骗那里骗都没信用了，怕你一眼看穿他是骗子——我从来不骗人——就是常常骗人。

阴阳是合一的。你学了《易经》大概不太会上当，就是你两边会兼顾。

我们再往下看。这是1，是奇数，是阳，但是有几个节啊？两个节，叫做“阳中有阴”。这是偶数，都是三节，阴的反而有三节，阳的只有两节，很奇怪

啊。所以，你以后看到这个（大拇指），你就会知道这是阳，因为它是奇数，但是这里有两节，叫做“阳中有阴”。

第三个，它切不开的。你说我只要大拇指，我不要这两节，那大拇指永远这样，走路也这样，晚上睡觉也这样。

所有人要刚柔并济，你不能刚到底，你才刚得起来。你有柔才会刚，没有柔你就刚不了，你根本就刚不了。

这是偶数（四个手指），它是阴，但是它每一个手指都是三个节，叫做“阴中有阳”。你看这个很妙，只有一个大拇指，这有四个手指头，但是它们

功能是一半一半的。你如果大拇指没有了，你要骑摩托车可能就很难，你怎么发动啊？你想怎么发动啊？你想怎么发动啊？你看猴子不如人灵光，就是它的手不灵活。

所以，有时间多做这个动作，你全身就活络起来。什么末梢神经，反正你讲得出来，它统统给你搞出来，你只要顺乎自然，你不必那么操心，不必那么忙碌，你身心都很健康，你可以过很好的日子。这才叫《易经》，它都在你的手掌中。

如果还想进一步，那就更妙了。你算算这有几个节？一个、两个、三个、

四个、五个、六个、七个、八个、九个、十个、十一个、十二、十三、十四个，这手也是十四个，十四加十四，二十八个，天上有二十八个星宿，都在你掌握之中的。

所以天下大事秀才不出门他都知道了，就是稍微算一算，叫做“袖里乾坤”嘛，一点不稀奇的东西，只是没有把道理说出来，你会觉得很神奇，把道理一说出来你觉得这个很简单嘛。所以，要学《易经》，你什么都可以学，但是先学道理。你把道理搞通了，你就不会走火入魔，你就不会被人欺骗，你就不会上当吃亏嘛。

读《易经》读出很多君子，读《易经》同样读出很多小人。而且小人很奇怪，他阴中有阳，他活跃得更厉害，一定要提防。

所以，我们一方面告诉你，我们“害人之心不可有，但是防人之心不可无”，这也是阴阳啊。

各位有没有发现中国人讲话经常是阴阳同时讲的，中国人是全世界唯一的同时讲两句话的人。这句话叫做阳，因为听得见；这句话叫做阴。我们同时讲两句话，“不以成败论英雄”，这里（心里）是什么？“成者为王，败者为寇”。看看你“不以成败论英雄”试试看，

看谁厉害？

这句话（口中）告诉你“人同此心，心同此理”；这句话（心里）说“人心不同，各如其面”。

最妙的就是（口中）“礼让为先”，（心里）“当仁不让”。这个最厉害了。那你说到底要不要让呢？只有一个答案：看着办嘛。

你懂得《易经》，你完全了解中国人，到今天没有改变。尽管我们今天讲了很多西方的话，讲了很多现在自以为是的话，都没有用，因为这个（心）是不会改变的。这已经变成我们血液里面的东西，叫做我们生命当中的基因。

你完全了解中国人他是阴阳合一的。

阴阳是我们非常熟悉的观念，但是它实在是内涵太多，不容易完全去体会。因此呢，**我们首先也提出三个重点，请大家参考。**

### **第一个重点，阴阳是相对的。**

如果没有相对，你就不知道哪个是阴，哪个是阳。头是阴是阳？要看你怎么说了。头跟脚相对，那头就是阳，脚就是阴。有相对才有阴阳，不是绝对地说，这个一定是阴，不一定。

为什么？因为它阴阳会变动。阴的会变阳，阳的会变阴。所以，为什么

“一”那么重要？一是非常重要的，你看九九还是要归一。你再怎么长久去改变，最后还是要归一的。“一”就是原点。

阴阳它是相对的，它会变动，还有一个非常重要的，它是分不开的。有阴就有阳，跑不掉的，叫做“合一”。

这个对我们中国人影响太大了。你看，我们中国人想事情都是合起来想，我们很少象西方那样分开来看，我们很少。尤其是分科教育，越分越碎，分到最后支离破碎，只有知识而丧失了智慧。

所以，我们现在口口声声要科技

整合、科技整合，始终做不出来，就是分科以后分了出去，收不回来。这一分了以后，你就很麻烦了。

你去看医生，他问你挂什么科，糟糕了，我又不是医生，我怎么知道挂什么科，治了半天才说你搞错了，你应该看这里才对。中国人就是去找医生，中医他通才，他会告诉你，你这是哪里引起的。

因为全身是一个整体系统，不可分割的。而且更妙的就是，我们会针灸。

我在英国的时候，很多英国同学一听到针灸他就害怕，怎么拿针往身上

乱插呢。有一些医生他就跟我讲，他说针灸是没有道理的。我说，为什么没有道理？

他说，你针血管，那血不是流出来吗？

我说，我们不会针血管。

针骨头，根本针不进去。谁会针骨头呢？那针肉有什么意思呢？

我说，我们这些都不针。我们专针一种你们不懂的东西——叫经络。

他一听经络他就傻掉了，因为你全身解剖找不到经络。经络是你活着的时候才有，你一死，它气门闭了，经络

就没有了。

所以，有阳就有阴，有虚就有实，有看得见的就有看不见的，有摸得着的就有摸不着的。

你看天上的飞机，它能随便飞吗？那怎么可以。它有航道。可是，你去看航道在哪里啊？汽车的轨道我看得得到，航道看得到吗？航道是飞机飞过的时候，飞机不飞它航道就不见了。那就是天上的经络。

不要相信一句话，说我亲眼看到我才相信。因为我们都知道，眼睛所看得非常非常有限。

伏羲氏他看看天，看看自己，看看四方八面，他是不是悟出一个什么东西来？这个图叫什么图？

你叫它“太极图”，好像也对也不对。你叫它“两仪图”，又好象也对也不对。这个图是后代的人用心去体会伏羲八卦，然后把它画出来的，告诉我们几件事情。

一个，它是圆的。为什么不搞成方的呢？为什么这个图要搞成圆的，不搞成方的？因为圆的东西，它容易变动。你看，所有的车轮都是圆的。你说不行，我这部车子比较特别，我的轮子就要方的。那你开不动，开不动活该

嘛。

**第二个呢，宇宙一切一切都要求圆满，不要去伤害别人。**你看圆的东西就不容易伤害别人。一个有棱有角的人经常跟人家吵架。所以，一定要圆。

可是，圆不是圆滑。我们现在一想到圆就想到圆滑就完蛋了，绝对不可以圆滑，但是一定要圆通。

同时，它也告诉我们，世界上不可能全阳，也不可能全阴，不可能。因为“孤阴不生，独阳不长”。世界上只有男人，人类要毁灭的；世界上只有女人，人类也不见了。要生生不息，它必

定要阴阳互动。

所以，一句话，有好人就一定有坏人，你千万不要疾恶如仇，坏人是杀不（完）的，好人也死不光的，你放心。永远有好人，永远有坏人，你必须面对这个现实。你不能要求太理想，也不能完全走实际的路。

慢慢大家会发现，阳它是代表一种理想，人生一定要有理想。但是，阴呢就是脚踏实地，一定要一步一步地去把它兑现，去把它实现。

大家听到现在，你会发现，天底下的变化就是一个阴一个阳，但是这一

个阴一个阳，就是一个。

所以，我现在问你，阴阳是一还是二？阴阳到底是一还是二？这是非常有趣的事。说一也不对，说二也不对，都不对。这个答案是中国人很能接受，但是外国人很排斥的，叫做“亦一亦二”，也是一也是二。因为它“一分为二”一定要“二合为一”。

现在的欠缺是“一分为二”以后，他不知道回补，一在先，二在后。

你看你走路，你是两只脚一起跳出去，那不跟僵尸一样——阴阴阴——僵尸嘛，僵尸是归阴的。人活着当然一只腿，一只腿——阳阳阳阳，是不是

这样？我问你。阳在先，阴在后。

但这一句话引起很多很多的问题，就是男尊女卑，重男轻女。

你看天高高在上，地低低在下，这本来是事实，但是天就比地尊贵吗？有吗？你没有地，有天有什么用？没有天，有地有什么用？它是相对的，它是不能离开的。

为什么月球上面没有人？为什么地球上有人？什么道理？

地球最大的功能，就是我们这块土地它只做一件事情，就是把天牢牢地拉住，你不要跟我跑掉。因为你是我的

“丈夫”，你跑掉我怎么办？

这门课没有修啊，你看学校从小学到大学到博士班都没有上这门课。

地靠什么去拉住天？就靠地心引力而已嘛。她不说话。所以你看妈妈就是地，她不说话，爸爸都听她的。你一说话爸爸就反感，你说那么多，你不说我都听你的，很奇怪。因为大地不说话，结果老天都听她的，就是因为她懂得把天捧得高高的——你是天，你是我的夫君——他就做牛做马。

女性同胞懂得《易经》，你就知道把男人哄一哄，捧得高高的，他一辈子为你做牛做马。但是这门学问我们都

失传了。

“合一”的意思就是“阴中有阳，阳中有阴”，它才有生命力，完全是阳没有用。所以一个人你要脾气很硬，硬到底，最后是气死了，你还能做什么？你不能做什么。

这样，各位才知道，我们中国人练身体很少像西方人练到有肌肉的，我们很少。中国人都是练内脏的，要让它健康，外面无所谓，叫做“外柔内刚”。

胳膊一伸出来，这边是阳，这边是阴，所以你打自己，敲自己，这边敲得重一点这边千万别使劲，一使劲微血管就出血了。像这些道理都是很自然

的。

当然，有阳必有阴，不可能两边都阳，两边都阳就弯不进来了。所以中国人学了很多就是胳膊无论如何要向内弯，你胳膊向外弯试试看，就断了。

它是“一体两面，如影随形”。

因为我学《易经》比较晚，我不像很多人十几岁就开始学《易经》，所以我不太主张用背的。

人家问我为什么不背？

我说，背错了怎么办？记错了怎么办？那不糟糕吗？

脑筋现在要记得太多东西，你整

天背那个，什么事情都不要做了。因为它是宝典，宝典就是让你查的，你要用就去查好了，放在脑袋里面干吗？

可是你不背不背，久了以后你就记住了，那记住多少算多少，才叫自然。我们中国人常讲，一回生二回熟嘛，你不用背的，你根本不用背。你只要记住它的道理，你自然会画得出来。

我们会有一次让大家自己来画八卦图，不用背，你一画就是八卦图。

下面，我们先看这个表。

这是太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦。你看，“太极”这四个字非

常重要，就是“亦阴亦阳”，就是也是阴也是阳，也有阴也有阳。

记住一句话：阴阳永远分不开。一分开就麻烦了。

你看，一划开天，“天”里面有阴有阳，这边有阳，这边就有阴。我先说一句话，是跟我们每个人都有关系的。这个就叫“中”，上面就叫“华”。

我们为什么叫“中华”？我们为什么万变不离其宗？其实就是变来变去离不开“太极”。你怎么变都可以，就是太极不能变。

“中”就是你要守住“中道”，中国人

不管你长成什么样子，什么肤色，什么血统，我们都不管。我们只在乎你脑海里面有没有这个“中”字，只要没有这个“中”字，你长得再像中国人，我们说这个人根本不是中国人。因为他脑筋已经没有“中”了。河南人到现在还说“中不中”，“中中中”，“中”就可以了，他是最了解中华文化的。

你散出去，你不管到天涯海角，你到哪里穿什么衣服，过什么日子，都不在乎。我们只在乎你脑海里面有没有《易经》这套系统。

所以，很多人说，叫“中国”是因为我们在全世界的中间，因为我们很自

大。不会那样的，不可能的。因为我们都知道地球是圆的，哪里是中心？谁也不知道哪里是中心。不要用字面上解释事情。

那“中”是什么呢？这句话我们要好好讲了。

中国人之所以叫“中国”，就是因为他一定要“中”，而“中”就是太极。

太极是什么？太极是万事万物的总源头。

孔子有一次讲说：吾道一以贯之。大家都很熟悉“吾道一以贯之”。那个“一”是什么？就是太极。我所讲的道

理统统是太极这个系统一路讲下来的。

孔子的“一贯之道”就是“中”，就是“仁”，就是“太极”。发出去可以讲忠恕，讲一大堆都可以，收回来就是一个“仁”字。

其实“仁”就是阴阳，这边“人”旁是阳，这边两划是阴。最古老的“仁”字是一竖两横，就是一阳一阴，这是“仁”的古字，它没有这一撇。这边就是阳，这边就是阴。写的时候，你看，把阴写到这边来，叫做“女”，把阳写到那边去，叫做“子”，一阴一阳就是男女好合。

其实很多字，它都跟阴阳是有相关的。两性和合就叫“仁”，所以“仁”是

做人的基础，这就很清楚了。这句话就是说，人开始有两个的时候问题就出来了

只有一个人，那你骂谁啊，也没有人好骂，只好去工作，只好自谋生活。

有两个就开始骂：“怎么不提水呢？”

“我昨天提的。今天该你提了。”

就开始争吵了。所以，从两个人怎么处得好，怎么和谐，这种出发点就出来了。因此，我们把它最后归根到夫妇。这个大家好好去想一想，不是从父

子开始，是从夫妇开始。夫妇关系处不好，其他都很难相处。

你看，全家人睡觉的时候，你去查一查。全家人，彼此之间都有血统关系，只有睡在你旁边的那个人没有血统关系。其他不是父子就是父女，就是兄弟就是母女，有血缘关系比较放心嘛。不行，有血缘关系，你睡那个房间，我睡这个房间。我专挑一个跟我没有血缘关系的人住在一起。你说妙不妙。

就告诉你，如果连这个跟你血统不一样的人你都能相处好的话，整个家就齐了，就齐了。

一阳一阴就叫“仁”，就叫“中”，就

叫“太极”。大家有没有发现，一个果仁，它栽进去以后，它就会发芽，就会又长出一个很茂盛的树来，就靠那个“仁”而已。

仁是最核心的东西，天地万物都有仁。这些道理我们慢慢都会把它分析出来，一切一切都是“太极”。

所以，我们下一讲就要讲，为什么叫“太极”，你总要讲出道理来。

谢谢大家！