

漁樵問對（七）一大一小兩把尺：元會運世 × 五運六氣

對應播客：《漁樵問對七・兩把尺》（7 分 42 秒）

系列：漁樵問對（延伸題材）第七集

取材：邵雍《皇極經世》、《黃帝內經》運氣學說、《醫方明大論》

一、兩把尺，一種方法

- 邵雍最出名的是《皇極經世》的元會運世；醫方明最常用的是五運六氣。
- 一個看 129,600 年，一個看 60 年——同一種「以數觀時」，用週期去對位，不是用預言去猜未來。

二、大尺規與小尺規

	元會運世	五運六氣
尺規	一元 129,600 年	一週 60 年（30 年一紀）
週期基數	12 與 30	5 與 6
看什麼	格局、文明階段、大勢	當年氣候、臟腑、疫病
用途	對位：我們在哪一段	對位：今年該顧哪一臟
危險用法	拿來算個人命運	拿來取代就醫

三、大尺怎麼算

- 1 元 = 12 會；1 會 = 30 運；1 運 = 12 世；1 世 = 30 年。
- $12 \times 30 \times 12 \times 30 = 129,600$ 年。
- 邵雍以它推歷史消長，提出「皇、帝、王、霸」四時期——不是後代一定更差，而是每個階段有它自己的運作方式；越往後越靠制度與力氣，越不靠德與感化。
- 這是「勢」的推移，不是道德的敗壞。

四、小尺怎麼算

天干	五運	地支	六氣
甲己	土運	子午	少陰君火
乙庚	金運	丑未	太陰濕土
丙辛	水運	寅申	少陽相火
丁壬	木運	卯酉	陽明燥金
戊癸	火運	辰戌	太陽寒水
（陽干太過・陰干不及）		巳亥	厥陰風木

五、舉例：2026 丙午年

- 水運太過、少陰君火司天、陽明燥金在泉。
- 關鍵詞：寒熱交爭、忽冷忽熱。
- 這種年份顧的是心肺與腸胃的協調，不是一句「補」或「瀉」能解決。

六、邵雍本人不卜吉凶

- 《邵氏聞見錄》：張橫渠來問病，說「先生論命，來當推之」；康節答：「若天命則知之，世俗所謂命則不知也。」
- 朱熹說邵雍的易學是「推步」（推天文曆法），不是「卜筮」。
- 他的數不是拿來問「我會不會發財」，是拿來問「現在是什麼時候」。

七、走偏的地方

- 邵雍死後，邵伯溫把元會運世拿去配卦，越配越複雜；黃百家說這是邵雍之學流傳困難的一大原因。
- 後世又把《梅花易數》掛在他名下——那是後人依托。
- 王夫之、黃宗羲嚴厲批評先天象數；批評有一半是對的：數一旦離開理，就變成遊戲。

八、怎麼用才對

- 大尺規用在「對位」：我這一生在哪一段？這個時代需要什麼？
- 小尺規用在「調身」：今年客主加臨是什麼？哪一臟容易出事？該早睡、少思、拍哪裡？
- 兩把尺都要配「理」：數是座標，理是方向。只有座標沒有方向是迷信，只有方向沒有座標是空談。

九、接到醫方明

- 運氣講外在的動力環境（天時），三診講內在的動力狀態（人身）；兩個合起來，才知道今年這副身體怎麼顧。
- 壇中是人體樞紐；天時的寒熱，最後都打在這個樞紐上——顧壇中，是兩把尺的交會點。
- 收尾：尺規不是用來預言，是用來對位。知道自己在哪一段、知道今年什麼氣，人就不慌。

十、免責

- 本集為《皇極經世》《黃帝內經》運氣學說之導讀與延伸整理。
- 文中健康建議不能取代專業醫師的當面診斷與治療；身體不適請就醫。