# 成语“三阳开泰”出自哪里？其中又有哪些典故呢？

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2025-06-06

*三阳开泰是什么意思?三阳开泰是一个汉语词汇，意思是动则升阳、善能升阳、喜能升阳。另一种解释是“三条阳线开启泰卦的意思;泰卦画法是先画一、二、三个阳爻，后画一、二、三个阴爻，占此六爻，就是三阳开泰。三阳开泰出自：《易·泰》：“泰，小往大来...*

　　三阳开泰是什么意思?三阳开泰是一个汉语词汇，意思是动则升阳、善能升阳、喜能升阳。另一种解释是“三条阳线开启泰卦的意思;泰卦画法是先画一、二、三个阳爻，后画一、二、三个阴爻，占此六爻，就是三阳开泰。三阳开泰出自：《易·泰》：“泰，小往大来，吉亨。”和《宋史·乐志》：“三阳交泰，日新惟良。”，

　　三阳开泰出自《易经》，认为冬至是“一阳生”，十二月是“二阳长”，正月则是“三阳开泰”。“三阳”表示阳气逐步超越阴气，冬去春来，万物复苏。“开泰”则表示吉祥亨通，有好运即将降临之意。人体的阳气升发也有类似的渐变过程，称其为人体健康的“三阳开泰”，即动则升阳、善能升阳、喜能升阳。

　　1、动则升阳 ：三国时期的名医华佗创编的《五禽戏》里面有一句至理名言：“动摇则谷气消，血脉流通，病不得生”，人只要动一动，摇一摇，就气血流通，百病不生了。学五禽戏的人都知道这句话，却不知道这句话的真正含义。动摇正是对动则升阳最好的诠释。

　　2、善能升阳：内心光明磊落，多为他人着想，那种累在身、暖在心的感受，是能延年祛病的。《太上感应篇》有言：前贤说人，性情清冷的，受福必薄，乃知慈心，正是胸头暖气。什么是暖男?暖男就是性情很暖的，说的话、做的事让人身心愉悦的，这才是暖男，帅一帅就暖了?不见得!

　　3、喜则升阳古人说，喜则阳气生：只生欢喜不生愁的人，在古代就被称为神仙。喜是人生的一种大境界，能够保持一颗欢喜心，对身体的滋养是比吃什么灵丹妙药都管用的。

　　免责声明：以上内容源自网络，版权归原作者所有，如有侵犯您的原创版权请告知，我们将尽快删除相关内容。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn