

中医现代研究丛书

周铭心 王树芬 编著

中医时间医学

ZHONGYIXIANDAIYANJ

中医现代研究丛书

中医时间医学

周铭心 王树芬 编著 湖北科学技术出版社

中医现代研究丛书

中医时间医学

周铭心 王树芬 编著

*

湖北科学技术出版社出版、发行 新华书店湖北发行所经销

湖北省新华印刷厂江汉分厂印刷

787×1092毫米 32开本 10印张 1插 240千字

1989年4月第1版 1989年4月第1次印刷

印数 1—6 000

ISBN 7—5352—0264—0

R·56 定价: 3.60元

《中医现代研究丛书》编委会

名誉主编：胡熙明 陈绍武

主 编：王 琦

副 主 编：郑津舟 沙凤桐 傅景华

繁荣中医學術
反映时代水平

一九六九年元月
王化重



△献给热心中医事业的朋友们

中医学作为东方文化的瑰宝，在人类几千年的文明史上，一直依其独具的特色，显示着自身的灵采。不仅其防病治病的显著疗效赢得了长久普遍的赞誉，其科学价值和丰富的内涵亦正不断被人们认识和揭示。一个学习、研究中医的热潮正在世界范围内兴起，并已日益成为世界医学的一大趋势。它深刻表明，中医学已进入了一个新的历史时期。

然而，现代科学技术的飞速发展，现代科学理论的高度分化与综合，把人们认识世界的能力，提高到了一个新的水平。横断科学、边缘科学的不断涌现，已将中医学置身于了一个新的时代背景中：一方面，经历漫长历史的中医学与当今

2148 61

多学科知识的渗透，其自然观、人体观、疾病观、诊疗观、方法论需要作出深刻的反思与变革，以期脱却陈骸，产生质的飞跃；另一方面，随着社会医疗保健需求和疾病谱的变化，大量新事实、新经验的积累，需要进行理论上的总结与升华，一系列新的中医学科分支将日趋分化建立，一个充满生机的、开放性的中医学术体系正在孕育形成。同时，中医学作为社会事业的一部分，在许多方面也向我们提出了崭新的课题。

科学的生命在于创新。如何在继承的基础上，以新的思维和方法，开展整体性的综合研究，使中医学与时代同步而自立于世界医学之林，这是时代赋予我们的崇高使命。

每一门科学都要以思想和概念的形式来表述自己的对象，并从而决定实践方向 and 目标的追求。如何使中医学从古代经验哲学的思辩范畴，发展成为用现代科学技术手段武装的科学，这是几代中医矢志追求的基本目标。

《中医现代研究丛书》正是为把中医学术推向更新的水平，而进行的一次尝试和努力。

世界上没有永恒不变的真理，一初都依条件、地点和时间为转移。为了适应时代的要求，《丛书》的编写宗旨是：

以中医学术为主体，并积极融化、吸收新的知识成果，旨在有利于中医学术的丰富、完善、提高，反映时代特征，显示学术水平；

积极反映当代中医学术的风貌、临床研究进展和最新成果；

对中医学具有重大影响的理论问题，进行历史性的总结和述评；

对当代中医学术研究中，有条件独立分化的内容，进行新的构建，为中医新学科、新理论体系的创建走出探索性的一步；

对中医学术的发展，进行全面的审视和认真的思考，并提供方法论、认识论的武器，把中医学提高到科学的辩证思维水平。

《中医现代研究丛书》将以活泼明快的文风、切实新颖的内容、严谨的立论和深入的阐发奉献给读者。

雏凤新声，固属可爱，但她可能并不十分成熟。我们怀着真挚的感情，希望广大读者关心她，批评她，帮助她，让她成为我们共同事业的伴侣。

《中医现代研究丛书》编委会

1988年元旦

△ 前 言 ▽

时间，并非与人无涉地流逝，而是时时刻刻影响着人类及一切生物的生命活动。人体生、长、壮、老、已每一个环节，均贯穿着时间的作用。时间，是人类生命活动的重要参数。古人对此已有认识。现存最早的中医典籍《内经》中便有大量关于时间与生理、病理、诊断和治疗关系方面的论述，这些便是“中医时间医学”的基本内容。后世医家代有发展，形成了中医诊疗方面一大特色。

但是，时至近代，由于种种原因，祖国医学的发展曾一度受到影响，医学与时间的关系亦未能受到应有的重视。这在一定程度上影响了辨证论治水平的提高。近十余年来，随着系统论、信息论、耗散结

构等科学理论的兴起，把人体作为一个子系统认识人与自然环境的关系；从信息论观点认识人与环境的统一；从耗散结构理论认识人体生命活动……，大大提高了人们对中医理论科学性的认识。特别是随着时间生物学的兴起，祖国医学对于时间与医疗关系的论述才又被人重视，学术界也开始重新评价这一课题。不少同志在理论方面做了有益的探索，积累了不少有价值的资料。虽然至今尚无一本专门性著作问世，但不少杂志文章已经使用“时间医学”、“中医时间医学”等概念。临床上也有人从时间角度辨治疑难病症，并收到显著疗效。种种迹象表明：“中医时间医学”作为一个新学科，有越来越突出、越来越成熟的趋势。鉴于祖国医学中蕴含着丰富的时间医学内容，2000多年来对临床发挥过巨大作用，研讨这方面内容，必将对医学和人体生命科学理论发生深远影响，我们认为，建立“中医时间医学”这样一个新学科是可能的，也是必要的。本书拟就“中医时间医学”的理论和实践，诸如中医时间医学的概念、历史渊源、具体内容、临床应用、研究现状及发展前景等问题做一初步探讨。

中医时间医学是个既古老、又年轻的学科。它的理论从上古时代产生，带着上古学术特有的质朴和伟岸。它的发展经历了漫长的历史过程，经受了千百万次医疗实践的充实和检验。它作为一门独立学科出现于科学技术高度发展的今天，势必将其今后的发展创造良好的条件。时间医学是研究时间与医学关系的科学，要深入研究它，进一步开拓、发展这一理论，必须从“时间”和“医学”两个方面深入挖掘，才有可能明瞭时间与生命、时间与疾病的本质联系，才能更有效地从时间角度诊断、防治疾病。当前，人们对生命

的本质、时间的结构等问题的认识还不够清楚。特别是气功、特异功能问题的研究，给科学界提出了许多重大深奥的课题。时间医学也是这样的课题之一。脏腑功能的时间变化，气血、经脉的应时运行，疾病与自然界阴阳寒暑内在联系的机制……，都是需要进一步阐述和研究的。因此，未来中医时间医学的发展，必须与人体生命科学的探索同步进行。充分利用现代科学技术的各项成果和手段，开展对人体生理现象，病理变化的深入研究，把人体作为自然界超巨系统的一个子系统全面考虑，才有希望揭开自然对人的影响之谜。

目前，国内外科学家越来越注意到多学科综合研究的重要性，指出在高度分化基础上的综合是自然科学发展的必然趋势。中医时间医学正是中医学高度发展后形成的与时间因素相结合的边缘学科。因此，与天文学、气象学、生物学、西医学等学科开展协作研究，必将有利于中医时间医学的发展。况且，时间的测定与时间实质的研究，更多的有赖于天文学、气象学界对气候变化规律的研讨，它对时间医学的发展亦大有裨益。新时代的中医学家也应该“上知天文，下知地理，中晓人事”。惟其如此，才能使中医学成为一个开放的、充满蓬勃生机的学术体系，不断探索人体生命的奥秘，以服务于人类。

◁ 目 录 ▷

第一章 中医时间医学的起源和发展	1
一、中医时间医学溯源.....	1
二、时间医学理论的应用和发展.....	8
三、近十年国内研究现状.....	13
第二章 时间的度量	21
一、古代计时仪器.....	21
二、时间单位.....	24
三、纪时方法.....	30
第三章 时间的属性	43
一、阴阳纳时.....	44
二、五行纳时.....	47
三、运气纳时.....	48
四、卦气纳时.....	67
第四章 时间生理学	71
一、人体生理节律的形成.....	72
二、气血阴阳生理与时间.....	77
三、五脏生理与时间.....	89
四、经络生理与时间.....	110

五、体质禀赋与时间	120
六、某些生理现象的时间性	120
第五章 时间病理学	131
一、人体病理应时变化的原因	132
二、疾病发生与时间	134
三、疾病间甚、转归与时间	159
第六章 时间诊断学	179
一、常见症状的时间意义	179
二、诊法与辨证	189
第七章 时间治疗学	196
一、针灸治疗	197
二、药物治疗	218
三、古今验案选析	250
第八章 时间养生学	262
一、逐年养生	263
二、四时养生	268
三、逐月养生	272
四、日时养生	289
附录 干支万年历	209

△ 第一章 ▽

中医时间医学的起源和发展

一、中医时间医学溯源

中医时间医学是祖国医学研究人体生理活动、病理变化与时间的关系，探讨时间在疾病发生、发展、诊断、治疗、预防中的意义和作用的学问。这门学问，从“人与天地相应，与四时相副”思想出发，以阴阳五行、脏腑经络学说为指导，对中医历代古籍中的有关理论和经验加以归纳、概括和整理，探讨时间与人类生命、时间与疾病的内在联系，为提高辨证论治水平，寻找防治疾病的新方法提供理论依据。

中医时间医学作为独立学科虽出现很晚，但其学术思想却源远流长。上古先民在认识自然界和人类

自身时，便注意到年、月、日、时等时间因素对人体生理病理的诸多影响。《周礼·天官·冢宰》在述及疾医职时指出：“四时皆有疢疾，春时有瘠首疾，夏时有痒疥疾，秋时有疟寒疾，冬时有嗽上气疾。”表明周代早期对疾病发生与季节的关系已有一定认识。因之设“司爨”之职，以“掌行火之政令”，使其“四时变国火，以救时疾。”〔1〕这是有关时间与疾病、时间与疾病预防的较早记载。

对时间与疾病关系的认识，促进了医学理论的发展。我国殷商时代虽已有较多的疾病和医药知识，但未形成医学理论，治病主要以向祖先、神明问卜、求佑为手段。到了周代，随着生产力水平的提高，天文、历法知识的进步及医药知识的积累，医学理论逐渐产生。《左传》昭公元年（公元前541年），秦国医和在为晋侯诊病时指出：“天有六气，降生五味，发为五色，征为五声，淫生六疾。六气者，阴、阳、风、雨、晦、明也。分为四时，序为五节，过则为菑。”〔2〕医和提出“六气”“过则为菑（病）”的疾病发生理论。在医和所云六气中，阴阳，当指四时之变换；风雨，概指气候和天气；晦明，即昼夜。就是说：四时寒暑，昼夜兴寐，顺之则康，逆之则为灾为病。这其中便蕴含了失时致病的观点。

对时间医学理论的形成有重要意义的，是古代哲学的发展。首先是阴阳学说。上古思想家仰观天文，俯察地理，远

〔1〕见《十三经注疏·周礼正义》，1983年，中华书局影印本，842页。

〔2〕见《十三经注疏·春秋左传正义》，1983年，中华书局影印本，2025页。

取诸物，近取诸身，体味出天地之开辟，寒暑之运行，日月之迭出，万物之化生，莫不由阴阳二气相互作用以使然。

“故圣人初画八卦，设刚柔二划象二气，布以三位，象三才也，谓之为易，取变化之义。”^{〔1〕}即作《易》以类万物之情。古书记载，《易》有连山、归藏、周易三种。保存至今的只有《周易》。《周易》以“一”表示阳；以“——”表示阴，设“三才之位”（即以三爻组成一个卦），共成八个基本卦象；☰（乾）、☷（坤）、☵（坎）、☲（离）、☳（震）、☴（巽）、☶（艮）、☱（兑），分别代表天、地、水、火、雷、风、山、泽八种事物。其中，天地为“父”、“母”，是化生其他一切事物的依据；水火是阴阳的征兆；雷、风、山、泽是天地阴阳的产物。其中，雷、风为“长男”、“长女”；山、泽为“少男”、“少女”。八卦自身不能变化，必两两相互作用乃能变化。故八卦互重而有六十四卦。六十四卦依次表示阴阳二气的进退盛衰及相互联系，也表示事物发展的不同阶段和趋势。由此可见，《周易》的指导思想，始终把人与天地结合考虑。阴阳学说，既可解释自然界事物的生长化灭，又可解释人事的吉凶祸福。同时，《周易》六十四卦的排列不是杂乱无章的，而是按照阴进阳退，阴极阳生，阳生阴退，阳极阴生的规律排列的。这种阴阳进退、转化的规律恰与四时寒暑、昼夜兴替的规律相契合，故六十四卦中的十二卦（复、临、泰、大壮、夬、乾、姤、遁、否、观、剥、坤）便被用来表示十二个朔望月。

〔1〕见《十三经注疏·周易正义》卷首，1983年中华书局影印本，第1页。

复、临、泰、大壮、夬、乾，分别表示阳气由复至极的六个月（农历十一月至四月）；姤、遁、否、观、剥、坤，分别表示阴气由弱至极的六个月（农历五月至十月），后世太极图就是在此基础上产生的。

《周易》阴阳进退及转化的规律，也同样适用于人。中医学正是借用了这一理论作为总骨干，把阴阳学说与人体结构、生理功能、病理变化、药治转归结合在一起，形成了关于人体生命和疾病的专门学科。《素问·阴阳应象大论》篇指出，“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。治病必求于本。”张景岳注曰：“生之本，本于阴阳。”时间、医学在共同的运动变化规律下统一起来，后世灵龟八法、飞腾八法以穴位配八卦，以日时干支配五行选穴论治方法，盖源于此。

阴阳学说揭示了事物运动变化的内部原因和规律，但对事物间的相互关系解释不力。随之而起的五行说弥补了这一点。五行说以木、火、土、金、水五行相生、相克解释事物间的既有助益、又有制约的辩证关系，事物在这种生克制化关系中达于动态平衡。中医学也把这一学说引进医学，与人体生理、疾病现象相结合，并有所发展，成为解释生命和疾病的重要理论。

和阴阳学说一样，五行学说也被用来认识时间过程。成书于《春秋》时期的《管子》一书已具备把四时、十干、十日与人体结构、阴阳五行相配合的雏型。《管子·四时》篇云：“然则春夏秋冬将何行？东方曰星，其时曰春，其气曰风，风生木与骨，其德善羸而发出节……故春三月以甲乙日发五政”；“南方曰日，其时曰夏，其气曰阳，阳生人与