

中
医
理
论
与
临
床
实
践
文
库

医经理论与临床

主
编
成
映
霞



甘肃科学技术出版社

中
医
理
论
与
临
床
实
践
文
库

医经理论与临床

YIJING LILUN YU LINCHUANG

主 编 成映霞

副主编 段永强 单黎明 吴尚华

编 委 成映霞 陈世龙 段永强 刘压栋 单黎明

常州大学图书馆
藏 书 章



甘肃科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

医经理论与临床 / 成映霞主编. -- 兰州: 甘肃科学技术出版社, 2013.6

ISBN 978-7-5424-1824-1

I. ①医… II. ①成… III. ①中医学 - 临床医学
IV. ①R24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 114516 号

责任编辑 毕 伟 (0931-8773230)

封面设计 崇 微

出版发行 甘肃科学技术出版社(兰州市读者大道 568 号 0931-8773230)

印 刷 兰州中科印务有限责任公司

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 17

字 数 415 千

插 页 1

版 次 2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1~500

书 号 ISBN 978-7-5424-1824-1

定 价 34.00 元

前言

医学的发展和进步一定有其规律性,特别是医学理论对医学临床的发展和进步具有重要的推动作用和指导意义。当今中医学在发展的同时正面临着诸多挑战,如何适应社会需求、符合时代发展的要求,关键问题是中医基础理论如何继承和发展,如何应用传统的中医思维和理论更好的指导临床工作。《黄帝内经》蕴含着丰富的医学理论和临床内容,“上自天文,下至地理,中傍人事”,并以先秦的哲学思想为基础,结合运用古代多学科知识,来阐释人体生理、病理、病因、病机、治则、治法、预后康复等理论,并将人体与自然界、社会环境等作为相互关联的整体来考察。

中医学具有人文科学和自然科学的双重属性,并在长期的形成发展中主要借助人文学科的思维方式,运用“司外揣内”的传统思维方法抽象出系列概念并形成理论,成为中医药学的指导思想和说理工具,其中辨证论治是中医学特色的集中体现,审察病机是辨证论治的前提,谨守病机则是辨证论治必须遵守的原则,而且中医临床“理、法、方、药”的思辨过程都是以原汁原味的中医医经理论为指导。

中医药学的生命力在于其实实在在的临床疗效,而要取得卓越的临床疗效必须要以中医药传统理论(医经理论)为指导,特别需要在全面继承《黄帝内经》等四大经典的核心理论和学术思想基础上,做到触类旁通,举一反三,灵活应用,才能使中医药学的生命力永葆青春并造福于黎民百姓。故本书立足于医经理论,从医经理论的文化源流、哲学基础、医经理论本意以及临床应用等方面探讨了医经理论的核心思想和临床指导意义,以期从医经理论中探寻其临床应用价值,从临床应用中验证医经理论的指导价值。但限于个人学术水平和经验所限,书中难免有不足或错漏之处,望各位同道批评指正。

目 录

绪论 / 1

上篇 医经理论概述

第一章 医经理论的文化源流 / 3

第一节 道家文化对中医学的影响 / 3

第二节 儒家文化对中医学的影响 / 11

第二章 《黄帝内经》理论源流 / 19

第一节 《黄帝内经》的哲学基础 / 19

第二节 阴阳理论的体系及特点 / 27

第三节 医经理论蕴含的思维模式 / 32

第三章 医经养生理论 / 39

第一节 黄帝内经养生理论源流 / 39

第二节 中医养生学的内涵演变 / 45

下篇 医经理论与临床发微

第一章 《素问·阴阳应象大论第五》(节选) / 49

第一节 阴阳的基本概念 / 49

第二节 阴阳学说的内容及其应用 / 66

第三节 人体阴阳互根互用的关系 / 80

第四节 取法阴阳,阐明病理及调治之法 / 82

第五节 诊治之道取法于阴阳 / 86

第二章 《素问·上古天真论第一》(节选) / 93

第一节 养生的意义与法则 / 93

第二节 人体生长壮老已的规律及其与肾气的关系 / 95

第三章 《素问·四气调神大论第二》(节选)	/ 100
第一节 四时养生的方法与意义	/ 100
第二节 四时阴阳从之则生、逆之则死的道理	/ 105
第四章 《灵枢·本神第八》(节选)	/ 112
第一节 神的产生、内容及其重要性	/ 112
第二节 神的病症及其与精气神的关系	/ 118
第五章 《灵枢·决气第三十》(节选)	/ 124
第一节 六气的概念与功用	/ 124
第二节 六气耗脱病变的病证	/ 125
第六章 《灵枢·营卫生会第十八》(节选)	/ 127
第一节 营卫的生成、功用与运行会合	/ 127
第二节 营卫协调的重要性	/ 129
第三节 三焦有关问题	/ 132
第七章 《灵枢·百病始生第六十六》(节选)	/ 139
第一节 疾病的发生	/ 139
第二节 积证的病因病机和证候	/ 142
第三节 五脏所伤及治疗原则	/ 146
第八章 《素问·举痛论第三十九》(节选)	/ 151
第一节 因寒卒痛的病机及诸种卒痛的特征	/ 151
第二节 疼痛的诊断	/ 157
第三节 九气致病的病机与病证	/ 157
第九章 《素问·至真要大论第七十四》(节选)	/ 161
第一节 病机理论及其应用	/ 161
第二节 治法理论及其应用	/ 170
第十章 《灵枢·水胀第五十七》(节选)	/ 177
第一节 水胀、肤胀、鼓胀、肠覃、石瘕、石水六病	/ 177
第二节 水胀、肤胀、鼓胀的症状鉴别及其针刺大法	/ 179
第三节 肠覃、石瘕的病因病机、症状鉴别及其治则	/ 184
第十一章 《素问·痹论第四十三》(节选)	/ 187
第一节 痹证的病因、发病和分类	/ 187
第二节 痹证的症状	/ 198
第三节 痹证的病机	/ 201
第四节 痹证的传变与预后	/ 204
第五节 痹证的治疗	/ 204
第十二章 《素问·咳论第三十八》(节选)	/ 205
第一节 咳嗽的起病	/ 205
第二节 五脏六腑咳嗽的证候	/ 207
第三节 咳嗽的针治大法	/ 212

第十三章	《素问·热论第三十一》(节选)	/ 214
第一节	热病的病因病机、病证、治法与预后	/ 214
第二节	遗复的原因、机理、治疗及热病的禁忌	/ 217
第三节	两感热病的传变、主症与预后	/ 219
第四节	温病、暑病的划分及暑病的治疗	/ 219
第十四章	《素问·汤液醪醴论第十四》(节选)	/ 223
第十五章	《素问·痿论第四十四》(节选)	/ 226
第一节	痿证的病因病机	/ 226
第二节	五痿证的鉴别诊断	/ 229
第三节	痿证的治疗原则	/ 230
第十六章	《素问·经别论第二十一》(节选)	/ 235
第十七章	《素问·六节藏象论第九》(节选)	/ 240
第一节	人与自然相通应	/ 240
第二节	藏象关系	/ 241
第十八章	《素问·五脏别论第十一》(节选)	/ 245
第一节	奇恒之腑、六腑与五脏的概念及其功能特点	/ 245
第二节	气口(寸口)脉诊察疾病的原理	/ 247
第十九章	《素问·脉要精微论第十七》(节选)	/ 250
第一节	诊病时间以平旦最为适宜	/ 250
第二节	切脉、察色、闻声、观形以判断疾病预后吉凶	/ 250
第三节	脉应四时与色脉合诊	/ 255
第四节	叙述尺肤诊法	/ 257
第二十章	《素问·标本病传论篇第六十五》(节选)	/ 259
第一节	疾病标本与治法逆从	/ 259
第二节	分辨标本以确定治疗先后	/ 260
第二十一章	《素问·异法方宜论第十二》(节选)	/ 263
第一节	同病异治、五方之域及其特征	/ 263
第二节	杂合以治的意义	/ 265

绪 论

中医学之所以历经数千年而不衰,是因其独特的理论体系、临床思维及诊疗手段,更在于其独特的临床疗效。这一理论体系源于长期的临床实践观察并经过系统化、理论化总结,反过来又一直有效地指导中医的临床实践,并在实践中不断地得到发展与提高。理论源于实践,并在实践中得到检验与发展,这是不争的事实。然而现在在临床实践中,大部分人都认为中医理论与临床脱节,这表现在两方面:一方面中医理论不能很好地指导临床,另一方面临床的诊治不能用中医理论给予解释。实际上并非理论不能指导临床,而是临床抛弃理论,不受理论支配,并与理论脱节。虽然这是不现实的,但却反映出了一个突出的问题,就是在临床实践中真正以中医理论为主导思想的现在已经很少了,人们的思维定势总是容易受到西医的影响。临床上很多情况没有从中医理论来认识中医,不是“以中解中”,而是“以西解中”,这极大地限制了中医理论自身的发展。我们必须明确近代中医发展固然迟缓,在运用现代科技手段与现代科学技术接轨方面与西医比较显得落后,但其学术本身并不落后。事实恰好相反,在对生命体整体恒动性特征的认识越来越深刻,在提倡回归自然,在医学正朝着“生物——心理——社会医学”模式发展的今天,中医理论的科学性、先进性和优势正日益显现,尤其是多学科对中医药的研究成果也说明了这点。我们不反对在临床应用中结合现代诊疗技术、病理生理研究、中药现代药理研究等成果,但应该强调“古为今用”,“西为中用”,坚持以中医为主体的原则。

从中医学发展的过程看,中医很难把基础学科与临床学科截然分开。按现行的分类,把中医基础理论和黄帝内经课程归为中医基础,把伤寒、金匱、温病、各家学说归为临床基础,内、外、妇、儿为临床学科。但中医基础学科与临床学科是密不可分的,对中医的学科分类盲目套用西医的一套方法,根本忽视了中医自身的特点。应该说,中医学没有存在什么纯粹的基础学科,因为这些基础学科,并没有像西医学的基础学科那样独立发展过,而是随着临床的发展而发展的。中医学的基础学科从来没有个自独立发展创新,都是伴随着临床的深入,为了对临床出现的新情况作出解释,为了对新的疗法作出解释而提出新的学说,现在所讲的

基础学科,不管是理论基础还是临床基础的发展都是在临床基础上发展的,抛开临床去研究基础则不能正确理解从伤寒到温病的发展,不能正确理解各家学说所涉及的历代医学大家的学术思想,抛开临床研究的各家学说必然是本末倒置。

中医学的发展过程中理论与临床是密不可分的,理论发展的关键在于临床,基础发展的目的在于临床。中医面对的是繁杂多变的临床,面对的是生命活动和生命现象,如何在临床中准确高效地总结出各种疾病的理法方药并付诸于治疗当中,需要有娴熟的中医药理论作为指导思想。纵观中医学理论体系的发展,都是伴随着临床的发展而发展的,因此从历代中医的发展轨迹来看,中医没有独立的基础学科,历代医著都是医理与临床紧密相结合,中医学理论大家也必然是临床大师。

中医发展的根本原因在于其临床疗效,没有在中医学理论指导下的临床不可能真正促进中医学的发展,而只能使中医理论停滞不前,无法使中医药在临床中真正发挥它应有的疗效,只能使中医的临床阵地更加萎缩,这是不容忽视的现实。可以说,中医药在临床当中之所以有效的前提就在于它有理论的支持,只有以中医理论指导的临床和科研才能真正促进中医学的发展,也只有在丰富的中医临床实践中,才可能有新的中医理论诞生并最终实现中医药事业的蓬勃发展和有力创新。

上篇 医经理论概述

第一章 医经理论的文化源流

第一节 道家文化对中医学的影响

道家是先秦时期的一个重要的思想派别,以老子、庄子、管子为主要代表。道家的思想崇尚自然,有辩证法的因素和无神论的倾向,同时主张清静无为,反对斗争。道家思想对中医学医经理论的形成有着重大影响。道家思想的核心是“道”,认为“道”是宇宙的本源,也是统治宇宙中一切运动的法则。老子曾在他的著作中说:“物混成,先天地生。萧呵!寥呵!独立而不改,可以为天地母。吾未知其名,强名之曰道”(《老子》第二十五章)。

一、道家阴阳理论的萌发

阴阳学说是我们的祖先在长期的生产和生活实践中总结归纳出来的,被引用到祖国传统医学领域之中,成为中医学的重要组成部分。在《老子》一书中,阴阳学说已经破土萌芽,虽然稚嫩,但却具备了阴阳学说的内涵。老子认为,一切事物都有对立面,失去了对立的一方,另一方也就不存在。“天下皆知美之为美,斯恶矣;皆知善之为善,斯不善矣。故有无相生,难易相成,长短相形,高下相倾,音声相和,前后相随”(《二章》),此就概括为阴阳也就是阴阳的依存互根性。他还认识到对立互根的阴阳是处于不断地发展变化中的,也就是阴阳的消长和转化,他说“祸兮,福之所倚;福兮,祸之所伏……正复为奇,善复为妖”(《五十一章》),正在这里对祸福、正奇(正常和异常)、善妖等生活中常见的现象作了说明。

宇宙间的事物统可概括为阴阳两类,任何事物的内部又可分为阴和阳两个方面,而每一事物中的阴或阳的任何一方,还可再分阴阳,“道生一、一生二、二生三、三生万物,万物负阴而抱阳,冲气以为和”(《四十二章》),老子的道有着较多含义,在此是指最原始的状态。意思

是“道”产生统一的事物,统一事物分裂为对立的两个方面,对立的两个方面产生新生的第三者,新生的第三者产生千差万别的事物。万物内含着阴阳两种对立的势力,它们在看不见的气中得到统一,说明了“阴阳者,数之可十,推之可百,数之可千,推之可万,万之大不可胜数,然其要一也”(《素问·阴阳离合论》)的无限可分性。

二、道家思想对《黄帝内经》的影响

《黄帝内经》是中国医学史上现存最古老的经典著作,是中国古代生命科学知识的集中总结,汇集了中国古代科学文化的优秀成果。其中道家学说对其理论奠基发挥了不可忽视的作用,道家对中医学的影响集中体现在《老子》一书中的医哲思想对《黄帝内经》的影响。无论是思想内容,还是写作体例,二者都有诸多相象之处。试举例对比如下:“躁(急走)胜寒,静胜热”。(《四十五章》)“大成若缺……大盈若冲(空虚)……大直若屈,大巧若拙,大辩若讷。”(《四十五章》)“啬”,是爱惜精神、积蓄力量之意,做到这点“谓长生、久视之道。”(《五十九章》)“天之道,其犹张弓欤?高者抑之,下者举之,有馀者损之,不足者补之。天之道,损有余而补不足……”(《七十七章》)“甘其食,美其服,安其居,乐其俗,邻国相望,鸡犬之声相闻,民至老死,不相往来。”(《八十一章》)“动作以避寒,隐居以避暑。”(《素问·移精变气论》)“大实有赢状”,“至虚有盛候”。(《素问》)“故智者之养生也,必顺四时而适寒暑,和喜怒而安居处,节阴阳而调刚柔。如是,则僻邪不至,长生久视。”(《灵枢·本神》)“因其衰而彰之,形不足者,温之以气;精不足者,补之以味。”“其高者,因而越之;其下者,引而竭之”;“……血实宜决之,气虚宜掣引也。”(《素问·阴阳应象大论》)“美其食,任其服,乐其俗,高下不相慕,其民故曰朴。是以嗜欲不能劳其目,淫邪不能惑其心,愚智贤不肖,不惧于物,故合于道”。(《素问·上古天真论篇》)老子还是天人相应论的倡导者,主张“人法地,地法天,天法道,道法自然”(《二十五章》),这种思想在很多篇章中都有所表现。至此,我们已经可以清楚地看到,《黄帝内经》中的养生思想以及关于病机治则的理论等,都受到了《老子》思想的启迪。

(一)道家的“天地之道”与中医学“天人合一”的整体思想

老子主张天道自然无为,人只要顺应自然,就能把握天道,“人法地,地法天,天法道,道法自然”(《老子·二十五章》)。这种尊重客观自然法则的思想,具有一定的合理性。庄子继承了老子天道自然无为的思想,主张“不以心捐道,不以人助天”,“安时而处顺”(《庄子·大宗师》)。由此去追求“天地与我并生而万物与我为一”(《庄子·齐物论》)的逍遥境界。《黄帝内经》承袭了道家思想的精华,把天和人作为一个统一体看待,建立了自己的天人合一观。《黄帝内经》认为,人是在特定的“气交”环境中,由天地两气结合生成的。《素问·宝命全形论》云:“人以天地之气生,四时之法成”、“天地合气,命之曰人”。同时《黄帝内经》还认为,人与天的结构相类似,这种类似表现在人的身体体现了天地的结构。《灵枢·邪客》曰:“天圆地方,人头圆足方以应之。天有日月,人有两目;地有九州,人有九窍;天有风雨,人有喜怒”。《黄帝内经》还从唯物论出发,提出从自然界和人体本身去研究问题:“圣人之为道者,上合于天,下合于地,中合人事”(《灵枢·逆顺肥瘦》)。这些思想都是道家思想对于《黄帝内经》的渗透。

(二)道家的精气阴阳思想与中医学气一元论的哲学基础

《老子·四十二章》云:“道生一,一生二,二生三,三生万物”。老子把“道”作为天地万物的本原,构建了“道——气——物”的宇宙生成模式。战国时期的庄子发展了老子的这一观点,认为气是“道”产生的一种极精微物质,是天地人物构成的共同物质基础,提出了“通天下一

气耳”的观点,并指出阴阳是“气”的最大规律,“阴阳者,气之大者也”(《庄子·则阳》)。在道家学说中,精与气的概念是同一的,如《管子·心术下》云:“一气能变曰精”,并认为气是宇宙万物构成的本原或质料,“生者以其气”(《管子·枢言》)。《淮南子·天文训》也认为精或气是宇宙万物的生成本原:“宇宙生气,气有涯根。清阳者薄糜而为天,重浊者凝滞而为地。”对天地万物的生成,《黄帝内经》也有类似的解释。

《黄帝内经》用气来解释天地人的构成和运动变化,提出宇宙万物的生成本原于气。譬如《素问·五常政大论》云:“气始而生化,气散而有形,气布而蕃育,气终而象变,其致一也。”《素问·天元纪大论》云:“在天为气,在地成形,形气相感而化生万物矣。”认为无论是动物植物的生育繁衍,还是无生命物体的聚散,万物的生成,发展和变更,无不是气的敷布化散。并肯定气本身有克制和反克制的能力,即阴阳二气的对立统一和五行之气生克制化。气分成阳气和阴气两种。阳气轻清,主热,燥,动,浮散形成天空;阴气浊重,主寒,湿,静,凝聚生成大地。《素问·阴阳应象大论》云:“清阳为天,浊阴为地。”《素问·宝命全形论》又云:“天地合气,别为九野,分为四时,月有大小,日有长短,万物并至,不可胜量”。指出,万事万物都是天地之气和合而产生的。道家的精气思想对中医学的精气理论的构建产生了积极影响,但《黄帝内经》在论述人体生命的产生和维系时,是精与气分论的:精是人体生命之本原,“人始生,先成精”(《灵枢·经脉》);气由精化,是人体生命活动的动力。另外,道家的“通下一气耳”的思想,对人体中各种气本于一身之气的理论的产生,也有重要的影响。

(三)道家辨证法思想与《黄帝内经》的“阴阳”理论的相关性

道家辨证法思想对《黄帝内经》的影响首先表现在道家辩证的思维方式对中医理论所产生的重要启发。道家认为人的生命是一个不断运动变化的过程。《道德经》上云:“飘风不终朝,骤雨不终日,天地尚不能久,而况于人乎!”道家这种运动变化的观点使得中医学认识到人的年龄的增长会导致人体生理机能的变化,从而呈现出由强到弱,由盛到衰的过程。道家认为一切事物都包含相互对立的两个方面;“阴阳者,气之大者也”(《庄子·则阳》)《老子·四十二章》云:“万物负阴而抱阳,冲气以为和。”《庄子·田子方》进一步提出:“至阴肃肃,至阳赫赫,肃肃出乎天,赫赫发于地,两者交通成和,而物生焉。”道家认为一切事物都包含相互对立的两个方面。阴阳不仅是气,而且是一切事物普遍具有的属性。《黄帝内经》具体反映了阴阳的这种普遍属性:如《素问·阴阳应象大论》云:“水火者,阴阳之征兆也。”“去者为阴,至者为阳;静者为阴,动者为阳;迟者为阴,数者为阳”。联系结合到人体,则人体的组织结构,生理病理变化,治疗的基本原则,均可用阴阳来阐释。如《素问·宝命全形论》所说“人生有形,不离阴阳”。在谈及人的生理功能和病理变化时,《素问·生气通天论》云:“阴平阳秘,精神乃治;阴阳离决,精气乃绝。”而说到治疗原则,《素问·至真要大论》提出:“谨察阴阳所在而调之,以平为期”。

道家另一重要的哲学思想就是矛盾的观点,认为矛盾存在于一切事物之中,矛盾无处不在,无时不有。“有无相生,难易相成,长短相形,高下相倾,音声相合,前后相随,恒也”被认为是对矛盾最经典的记载。道家矛盾的观点被中医学所吸纳,成为其诊断和治疗的重要依据。在诊断的过程中,医师会注意到阴与阳、寒与热、表与里、虚与实等方面的对立,从而在治疗的过程中对症下药,如寒者热之,也就是对于寒病,要使用热药,使之不寒。如果医师不能注意到这些矛盾的对立方面,则会犯寒其寒或热其热的大忌,贻误病人的病情。道家还认为矛

盾的双方在一定的条件下可以向相反的方向转化,正如老子所说的“正复为奇,善复为妖”,指的就是在条件具备的情况下,矛盾的一方正可以转化为另一方奇,善良可以转化为邪恶。这一思想对中医的启发,使之形成了诸如“寒极生热,热极生寒”、“重寒则热,重热则寒”的理论。道家哲学辩证的思维方式为中医理论的形成提供了方法论的指导,扩展了中医学的理论视野。

道家尚柔,主要指老子的思想。实际上道家还有尚阳思想,尚阳思想主要以稷下道家为代表。《黄帝内经》特重阴阳之刚柔属性,强调阴阳调和,认为阴平阳秘,精神乃治,阴阳离决,精气乃施。《黄帝内经》虽重视阴阳调和,但《黄帝内经》的特点则是在“阴阳调和”中偏于“尚阳”。《素问·生气通天论篇第三》云:“阳气者若天与日,失其所,则折寿而不彰,故天运当以日光明,是故阳因而上卫外者也”,认为“阳化气,阴成形”。(《素问·阴阳应象大论篇第五》)中阳代表生命,阴代表物质,阳气枯竭则意味着生命的结束,表达了一种尚阳思想。《黄帝内经》强调“阴阳调和”的思想源于老子“冲气以为和”是个不争的事实。偏于“尚阳”思想主要受稷下道家的影响,如成书于先秦或秦汉的《文子》一书,尚阳思想颇多,较明确的是《上德》篇:“阳灭阴,万物肥,阴灭阳,万物衰”。文子的这种思想可能源于较早的《管子·枢言》等篇。《枢言》云:“先王用一阴二阳者霸,尽以阳者王,以一阳二阴者削,尽以阴者亡”;《五行》云:“通乎阳气,所以事天也,经纬日月,用之于民;通乎阴气,所以事地也,经纬星历,以视其离”,这均是中国古代有关尚阳思想的珍贵文献记载。

老子曰“万物负阴而抱阳,冲气以为和”。(《道德经》第四十二章)“冲气”是指阴阳二气相互合。老子这句话说明了天地万物都是由阴阳二气的和合构成的。这是中国哲学史上第一次明确提出以“气”为化生万物的元素的思想,中国哲学史中的“天下一气”、“生死一气”的思想皆由此而出。《黄帝内经》直接把这一思想引入了中医学,如《阴阳应象大论》云:“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。”把阴阳二气的作用当作天地万物的总规律和一切生死变化的主宰,并用以解释人体疾病的发生和治疗的总的根据。《黄帝内经》中的阴阳学说固然与《易传·系辞》提出的“一阴一阳之谓道”对阴阳关系的概括有关,但这一概括却比老子的思想晚。

老子还专门谈到人体之气,“载营魄抱一,能无离乎?专气致柔,能婴儿乎?”(《道德经》第十章)“营魄”指人的精神,其本质也就是阴阳二气。“抱一”是强调精神与形体的合一。老子认为,健全的人生必须是形体与精神合一而不偏废;也就是要集守精气,使其达到婴儿般的无私、柔和的境地。第五十五章也同样说“含德深厚”的人是如同婴儿般的精气饱满。基于此,《老子章句》中云:“治身者爱气则身全”。(《道德经》第十章注)强调人身一气,应当集气、爱气。老子这种以气为生命之根本,这种强调形神抱一、阴阳平衡的思想直接影响到《黄帝内经》的人体观。《黄帝内经》认为“气”是维持人的生命活动的基本物质元素,它具有有一种特殊的生命力,表现为包括形神统一的生命活动。不管是生命之本的精气,还是智慧之源的神气,其生理作用都可用阴阳之气来概括,阴阳的法则最主要的是平衡、和谐的状态,生命的最高智慧就是能调和阴阳。《素问·生气通天论》云:“阴平阳秘,精神乃治;阴阳离决,精气乃绝”。

老子曰:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”(《道德经》第二十五章)这里的“自然”就是自然而然的意思。道以及由它所派生的天地万物都是自然而然,遵循自然规律,并非人为如此。因此,人应当效法自然,与自然保持一致。如果违背自然,任意妄行,就会招致祸害,自

取灭亡。“道法自然”的观点是老子哲学的基本精神,同时也是《黄帝内经》医学的指导思想,并进而成为中国传统医学理论的基本模式。《黄帝内经》中所阐述的内容,无论是人体生理病理、施治用药,还是预防养生等,无不是以“顺乎自然”为中心。《黄帝内经》开篇就指出:“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄作劳……”。这里的“道”就是修养之道。“阴阳”是指天地盈虚消长的规律。“术数”是指个人修身养生的方法,说明上古之人之所以健康长寿,是因为懂得修养之道,饮食起居一应生命的自然变化,不妄作劳。《素问·四气调神大论》篇据此还十分详尽地论述了人应如何顺应自然界四时气候的变化规律来调整、安排自己的生活,“夫四时阴阳者,万物之根本也。所以圣人春夏养阳,秋冬养阴,逆之则灾害生,从之则苛疾不起,是谓得道。”这段话认为得“道”就是顺乎自然,而非逆于自然,完全反映了老子“道法自然”的思想。

老子辩证法思想的特点主要有二,一是重视人的生命及其万物都是包含有矛盾的运动变化的过程;二是认为任何矛盾的双方都是相互转化的,各自向着自己的对立面转化。老子从矛盾的普遍性出发,提出了一系列的矛盾概念,诸如有无、难易、长短、高下、正奇、内外、同异、盈虚、损益、吉凶、静躁、寒热、刚柔、利害、攻守等等,所有这些矛盾概念都包括在阴阳这对总的矛盾之中,所谓“万物负阴而抱阳”是也。正是这些矛盾观念使《黄帝内经》中医学理论与实践充满了对立的内容,成为它用以诊察和治病的理论依据。如《黄帝内经》根据阴与阳的对立统一关系确定的寒者热之,温者清之,满者泄之,燥者润之,急者缓之,脆者坚之,衰者补之,同者逆之,下者举之,虚者实之等等,都是对人体内部矛盾关系的认识和处理。医师若不能正确辨认这些对立的情况,就会出现误诊或误治的不良后果,就会犯实其实或虚其虚的大忌。

正是由于事物内部矛盾的多样性,人体致病的因素也可能是多种多样的,“夫邪之生也,或生于阴,或生于阳”(《素问·调经论》),病邪可能来自外在因素,也可能来自身体内部;可以是生理上的,也可能是心理上的;既可以由于简单的原因而产生,也可以是复杂的原因所为;而且不同的原因可能导致同样的结果。“风寒湿三者,合而为痹也。”(《素问·痹论》)同一原因也可能导致不同的结果,“夫风百病之长也。”(《素问·玉机真藏论》)因此医师必须综合地、具体地考察与病人有关的各种因素或原因,从中找出最根本的原因。有人据此认为《黄帝内经》医学的诊治方法不够标准、规范,因人因时而异,令人难人捉摸,殊不知人体内部及其与外界因素本来就处于复杂多变的矛盾关系之中,而每一矛盾关系的变化都可能对人的机体产生影响,因此任何的标准化或规范化都是相对的,有着局限性的。中医辨证的特色及深奥就在于其非规范化,在不规范中掌握事物的发展方向和规律。老子曰:“反者道之动”(《道德经》第四十章)任何矛盾的双方无不向其相反的方面转化。人体的病变和诊治也是这样。一般来说,阳的方面偏胜,就会出现热的症状;阴的方面偏胜,就会出现寒的症状。但是重寒又会出现热的现象,重热又会出现寒的现象。所谓“寒极生热,热极生寒”、“重阳必阴”,“重阴必阳”就是这个道理。这一病理的机转正合乎“反者道之动”的矛盾运动法则。《黄帝内经》根据这一法则提出了“阳病治阴,阴病治阳”的理论,认为只有从相反的方面着手,才能从根本上消除病症,恢复机体的平衡。

老子论述事物向其反面转化时,有一个由微到著、由小到大的变化过程,也即事物总是发展到一定程度才会向其相反的方面转化。因此圣人总是趁着事物还十分简易、细微的时

候,即尚未发展到一定程度时就着手治理,此即“为之于未有,治之于未乱”。(《道德经》第八十三章)因为等到事物有了一定发展,形成一定势力之后,就难以控制和把握了。这在医学上就是强调预防疾病,“圣人不病,以其病(预防)病,是以不病。”(《道德经》第七十一章)圣人因为能做到提前预防,将疾病消灭于未有之时,所以不会害病。与此相关《黄帝内经》中的“圣人”标准也是这样。《素问·四气调神大论》篇云:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱。”强调未病先治,防患于未然;认为病已成而治之,无异于“渴而穿井,斗而铸锥”,实在是太晚了。能够做到“未病先治”的当然是具有极高智慧的人,他是在对人体的本质和现象及其变化充分了解、掌握的基础上对其未来趋向的一种预知,这比一般的诊治已病不知要难多少倍,这种人才是真正的圣医、圣人。

唐代名医孙思邈说过,学医必须读老子之书。从以上老子思想与《黄帝内经》医学的联系中,不难看出,《黄帝内经》医学理论的形成,究其原因,老子思想起着直接的、不容忽视的指导作用。也正是由于《黄帝内经》中的医学理论体现了老子及其中国哲学的基本思想,所以它的科学价值已超出时代的和专业的范围,具有了普遍的认识论意义,这是《黄帝内经》中医学理论经久不衰,并越来越显示出其优越性的一个根本原因。

庄子的辩证思想对《黄帝内经》阴阳理论体系的构建也有重大影响。庄子,名周,宋国蒙(今安徽蒙城)人。他继承和发展老子“道法自然”的观点,认为“道”是无限的、“自本子根”、“无所不在”的,强调事物的自生自化,否认有神的主宰。他的思想包含着朴素辩证法因素。他认为“道”是“先天生地”的,从“道未始有封”(即“道”是无界限差别的)。他看到一切事物都处在“无动而不变,无时而不移”中,却忽视了事物质的稳定性和差别性,认为“天下莫大于秋毫之末,而泰山为小;莫寿乎殇子,而彭祖为天”。主张齐物我、齐是非、齐生死、齐贵贱,幻想一种“天地与我并生,万物与我为一”的主观精神境界,安时处顺,逍遥自得,不免倒向了相对主义和宿命论。

《庄子》作为中国古代哲学家的重要著作、道家哲学的代表作,自然也与中医学基础理论的关系是很密切的,《庄子》中的有关论述为中医学所借鉴,并成为中医学理论的基础。中医学认为,“人与天地相应也”,天地的基本构成是阴阳,《素问·阴阳应象大论》云:“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”,即阴阳是天地之基本要素,是一切事物的纲纪,是千变万化的根源,是生杀长灭的根本。

《庄子·田子方》提出:“至阴肃肃,至阳赫赫,肃肃出乎天,赫赫发于地,两者交通成和,而物生焉。”大自然即天地是和谐一体的,气运其中,四时调畅,“阴阳四时运行,各得其序”,人也应法天地自然之道,不但随顺自然的“阴阳和静”,而且也要做到“阴阳和静”。也就是说人只有同天地的“本根”同步相应,才能“四肢强,思虑恂达(通达),耳目聪明”。

《庄子·则阳》云:“阴阳相照,相盖相治;四时相代,相生相杀。”意思是说阴阳是相互作用的,是相互消长的,四时循环,相生相杀。这正是中医基础理论中阴阳理论的概括。阴和阳的相互制约、相互消长,是使事物不断的产生变化,由旧事物化生出新事物,使事物不断的发展、进化的原动力。阴阳的相互制约的过程,也就是相互消长的过程,没有消长就没有制约。人的机体之所以能进行正常的生命活动,就是阴与阳的相互制约相互消长取得统一的结果。只有阴与阳之间相互制约、相互消长,事物才能发展变化,自然界才能生生不息。故云:“积阳为天,积阴为地。阴静阳躁,阳生阴长,阳杀阴藏。阳化气,阴成形。”(《素问·阴阳应象大论》)

如果阴阳的统一体没有阴阳的对立和消长,就不可能得到制约和统一。没有制约和统一,阴阳的对立运动也就终止了,事物便因之而消失。

管子的辩证思想对《黄帝内经》阴阳理论体系构建有着密切关系。《管子》是我国春秋战国时代诸子百家中一部非常重要的作品,它托名春秋时齐国著名政治家管仲,但并非管仲本人所著,而且也不是一人一时之作,它是汇集了从春秋到秦汉各家学说的一部论文集。此书的内容可谓包罗万象,博大精深,涉及政治、经济、军事、哲学、伦理以及医学等自然科学的诸多方面。尤其它的精气说和阴阳五行思想,在中国哲学史上占有相当重要的地位,对《黄帝内经》医学理论体系的形成影响甚大,特别是《管子》对《黄帝内经》阴阳理论的影响。

在《管子》中阴阳对举约三十次左右,并且大都作为哲学范畴来使用。《管子·四时》云:“阴阳者,天地之大理”,可以说是《管子》一书中阴阳思想的总纲,“大理”就是“道”。所以《素问·阴阳应象大论》云:“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。”此条乃《黄帝内经》阴阳学说的总纲,旨在强调阴阳是包括人在内的自然界万事万物运动变化规律。从人体的生理病理现象,到临床诊断治疗,无不以阴阳学说为指导。如《素问·保命全形论》云:“人生有形,不离阴阳。”正常的生理活动,完全有赖于人体阴阳的相互协调,即所谓“阴平阳秘,精神乃治”(《素问·生气通天论》)。阴阳的动态平衡是健康的保证,当阴阳失衡,出现偏盛偏衰时,人体就会生病,此即《素问·阴阳应象大论》所言“阴胜则阳病,阳胜则阴病”。当阴阳离决时,人的生机就会消亡。治疗时则“谨察阴阳之所在而调之,以平为期”(《素问·至真要大论》)。

《管子》认为四季往复,时节更迭,日夜交替,都是阴阳的推移、利用、变化所致。如《管子·乘马》云:“春秋冬夏,阴阳之推移也;时之短长,阴阳之利用也;日夜之易,阴阳之化也。”《管子·四时》又强调指出:“四时者,阴阳之大经。”《黄帝内经》在此基础上,进一步指出四季的气温变化即春温夏暑,秋凉冬寒亦是由阴阳二气消长运动所引起。如《素问·至真要大论》云:“阳之动,始于温成于暑;阴之动,始于清盛于寒。”《素问·金匱真言论》还将昼夜分为“平旦”、“日中”、“黄昏”、“合夜”、“鸡鸣”五个时段,详细地论述了“阴阳之化”的道理。《黄帝内经》是研究人体的生理、病理、诊断、治疗及养生的医学专著。它在《管子》“阴阳者,天地之大理也,四时者,阴阳之大经也”的阴阳思想指导下,认为“人以天地之气生,四时之法成”(《素问·宝命全形论》),

人体的阴阳二气消长运动与自然界阴阳消长运动是一致的。《管子·形势解》云:“春者,阳气始上,故万物生;夏者,阳气毕上,故万物长;秋者,阴气始下,故万物收;冬者,阴气毕下,故万物藏。”即自然界的四时阴阳消长变化,是万物生长化收藏的根本原因。所以《黄帝内经》云:“夫四时阴阳者,万物之根本也”(《素问·四气调神大论》)。同时《黄帝内经》又指出:“春生,夏长,秋收,冬藏,是气之常也,人亦应之”(《灵枢·顺气一日分为四时》)。也就是说人体五脏功能系统与自然界的四时阴阳消长变化是相通应的。故《素问·六节脏象论》云:心为“阳中之太阳,通于夏气”;肺为“阳中之少阴,通于秋气”;肾为“阴中之太阴,通于冬气”;肝为“阴种之少阳,通于春气”;脾为“至阴之类,通于土气。”人体的脉象也随着自然界阴阳的消长而出现春规、夏矩、秋衡、冬权的不同。另外,人体的阳气在一日之中亦具有生、长、收、藏的周期性变化。当机体发生病变时,其病情也会随阳气的盛衰而有着“旦慧、昼安、夕加、夜甚”的相应改变。《黄帝内经》就是在《管子》四时阴阳思想指导下,将五脏功能系统与之紧密结合,形成

了四时五脏阴阳理论。

《管子》并非管仲所著,但它却托名齐国政治家管仲,是因为《管子》一书中充满了管仲的治国思想。《管子·四时》篇云:“唯圣人知四时,不知四时,乃失国之基”,要求圣王“务时而寄政”,其德与刑,赏与罚,合于四时则“福”,不合于四时则“祸”,就会出现“春凋、秋荣、冬雷、夏有霜雪”(《管子·四时》)的异常自然现象,国家亦会灾害频生。《黄帝内经》是一部医学专著,它对圣王的要求不是“务时而寄政”,而是审时以施治,顺时以养生。如《素问·水热穴论》就提出“春取络脉分肉”,“夏取盛经分肉”,“秋取经俞”,“冬取井荥”的因时取穴方法。明代医家李时珍在药物配伍上亦强调审时施治的原则:“春月宜加辛温之药”,“夏月宜加辛热之药”,“秋月宜加酸温之药”,“冬月宜加苦寒之药”(《本草纲目·卷一》)。顺时以养生,更是中医一大特色。《素问·四气调神大论》云:“春三月”为“养生之道也”;“夏三月”为“养长之道也”;“秋三月”为“养收之道也”;“冬三月”为“养藏之道也”。逆四时阴阳养生则“灾害生”,顺四时阴阳养生则“苛疾不起”。

在《管子》的阴阳观中还有一点是不容忽视的,即尚阳思想。《管子》在承认“阴阳者,天地之大理”的同时,崇尚阳道。如《管子·枢言》云:“先王用一阴二阳者霸,尽以阳者王,以一阴二阴者削,尽以阴者亡。”又如《管子·四时》云:“量功赏贤,以助阳气”,这些都是尚阳思想的体现。成书于先秦或秦汉的黄帝作品《文子》中亦有此类思想。如《文子·上德》云:“阳灭阴,万物肥,阴灭阳,万物衰;故王公尚阴道则万物昌,尚阴道则天下亡。”尚阳思想对中医重视阳气在生命中的主导作用以及温补学派的形成有着很大的影响。如《黄帝内经》在尚阳思想指导下,指出阳气在人体“若天与日”,其性主升主动,具有护卫肌表、抗御外邪的功能。因此,在疾病的发生中,阳气起着决定性的作用。阳气失常,卫外不固,则易发病,甚则影响寿命。故曰:“失其所,则折寿而不彰”(《素问·生气通天论》)。在阴阳二者的关系上,阳气亦处于主导地位,只有阳气致密于外,阴气才能固守于内,故曰:“凡阴阳之要,阴密乃固”(《素问·生气通天论》)。后世温补大家张景岳更是崇尚阳气,认为“天之大宝,只此一丸红日;人之大宝,只此一患真阳”(《类经附翼·求证录·大宝论》),在治疗上主张以补阳为要务。

《黄帝内经》充分吸收了道家关于阴阳的哲学思想,道家辨证法思想为中医学阴阳理论奠定了坚实的基础。道家思想作为一种符合天地自然发展规律、生物生命活动规律的辨证思想,对《黄帝内经》阴阳理论体系的构建起到了重要的底蕴作用。

三、道家养生思想对中医养生理论的影响

《老子》重视养生之道,主张“道法自然”(《二十五章》),“贵柔”、“守雌”,后来的庄子祖述其学而光大之,明确提出了“道”是万物之本源,养生之哲理,“道”是万物之源,它决定着万物生长壮老已这个全过程,具体表现在人类,那就是重视“精气”(也就是先天禀赋)的作用。这是老子养生思想的重要一点。他指出:“载营魄抱一(精神与身体合一)”,“专气致柔(专精守气,致力柔和)”(《十章》),又说:“……骨弱筋柔而握固,未知牝牡之合而交作,精之至也,终日号而不嘎,和之至也”(《五十五章》)。尚不谙世事的孩子,虽筋骨柔弱,但握持牢固有力;不知性交,而小生殖器却常常勃起,原因是他们的禀赋,即“精气”充沛。

老子养生的又一特点是,强调恬淡虚无、顺应自然。他在《十六章》中说:“致虚极,守静笃”,又强调“涤除玄览”(《十章》),这样清心寡欲,“我独泊兮,其未兆,如婴儿之未孩”(《二十章》)如赤子一样单纯天真,就是养生正道。这与《素问·上古天真论》的主旨是极为一致的,