

天人相应思想新探

王振海 淮辉先

(征求意见稿)

河北省邯郸市第二医院

邮编：056001

序

“人与天地相应”一词，源于《内经·灵枢》，是中医药理论体系中的一个基本论点。这个论点，我认为主要包涵以下两个方面的认识：其一是认为人与自然是不可分的统一体。生命现象是在天地间正常气候变化的基础上产生的；正常的气候变化和正常的生命活动又是在气候和人体本身不断进行的自稳调节的基础上维持稳定的；不同的气候变化对生命现象产生不同的作用 and 影响。其二是认为人与天地服从同一规律。认为人身是一小天地，因而也就可以把天地变化的规律，运用于认识和分析人体变化，并以之直接指导临床实践。正是在上述认识的基础上，中医药学提出了它对病因、病机、治则、治法、组方用药、养生防病等一系列规律性的认识，从而贯穿于中医药理论体系的各个方面，并形成了中医药理论的特色。

为了进一步论证中医药学中“人与天地相应”这一基本认识，河北淮辉先、王振海两先生，撰写了《试论天人相应思想的科学性》、《从〈内经〉谈天人相应思想的方法论意义》、《关于“天人相应”思想研究问答》等论文三篇。稿成之后，合为一帙，余译阅。读后深感论文论点明确，论据有力。在当前对于“天人相应”这一基本论点虽系公认，但在实际运用中却又重视不足的具体情况下，对此论点详加阐述和论证，很有意义。

特别是文中所述“天人相应思想，不仅是中医学的理论基础，也应该成为现代医学的理论基础”等提法，更是饶有新意，深获我心。因此不揣谫陋，欣然为序，并弁诸篇首，以示支持。

方药中

一九八九年十二月于北京
中国中医研究院

目 录

试论天人相应思想的科学性·····	1
从《黄帝内经》谈天人相应思想的方法论·····	11
从天人相应思想出发，高屋建瓴一通百通·····	20
浅议非药物疗法在防病治病中的地位 and 作用·····	29
打破病理稳态法刍议·····	34
重视散剂·····	39

附：中医杂家王振海

试论天人相应思想的科学性

提要 本文用现代科学研究提供的资料，从生命和星球的关系、生命的节律、人体在太空中的变化、遗传学以及疾病的产生、诊断和防治等方面论述了祖国医学“天人相应”思想的科学性。提出天人相应思想不仅是传统的祖国医学的理论基础，也应该成为现代医学的理论基础。

主题词 中医学 时空关系组合 生理 昼夜节律

祖国医学中的天人相应思想，正引起越来越多的国内外学者的重视，并进行了大量的观察、分析和探索。当前对天人相应思想的讨论，主要是汲取时间生物学和气象医学的研究成果进行分析和讨论的。我们认为，从具体方面、具体内容论述天人相应思想固然重要，而从整体、从全局、从指导思想的角度进行研究，无论是对于祖国医学还是现代医学，都是很有价值的尝试。本文试根据现代科学研究提供的资料探讨天人相应思想的科学性及其在医学中的地位和意义。

一、从生命和星球的关系看天人相应

地球的表面约70%覆盖着水，而人体水的含量也和这个数字相适应，地壳中含量最多的元素是氧，约占地表总重的一半，而人体的元素组成中含量最多的也是氧，约占体重的65.9%。科学家们承认整个宇宙主要是由轻元素组成的。伦敦大学金氏学院化学系荣誉教授Jay. A. 杨在他所

著的《化学与人类》一书中，用曲线图来说明宇宙的31种轻元素和它们在生物系统分布之间的对比。从中看出一个有趣的问题：这种对比完全一致，也就是说，当生命开始形成时，生物系统元素的分布是地球的化学组成的一张图片或复制品^[1]。迄今为止，在人体中已经发现了近六十种化学元素。我国一些研究人员将人体中和地壳岩石中的元素含量做了测定和比较，他们也发现，人体内近六十种元素成分的相对含量分布情况与地壳中元素的相对成分十分相似^[2]。这些数字和这种相似说明了什么呢？说明人是天（宇宙）生的，是地球的产物，所以人从本质上保持着和生他的天的一致性。

二、从生命的节律看天人相应

宇宙万物，无一不拥有自身的节律，日月星辰，我们的地球都在有节律地运转。面对地球自转的昼夜节律，生物形成了自己的生活习性。日间活动的昼行生物如鸣禽、猪、牛、羊乃至人类适应白天的光亮，安排着一天的日程。晚上活动的夜行生物适应着月夜的昏暗，如猫头鹰。

宇宙环境中昼夜更迭对人体的影响是明显的。《素问·金匱真言论》中就有“阴中有阴，阳中有阳。平旦至日中，天之阳，阳中之阳也……合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也……人亦应之”的说法。近二十年来，由于内分泌激素采用微量测定方法，可以在人体上日夜连续地每隔15分钟抽血测定，发现很多激素以及电解质等都有昼夜节律的更迭。以促皮质激素和皮质醇为例，它们的昼夜节律曲

线的高峰和低潮，正与把一天分为“阳中之阳”、“阴中之阴”相应^[3]。

对月节律的适应，最明显的就是女性的月经，平均28天准时而来，月月如此。这个时间正好是在“恒星月”周期的27天7时43分11.47秒和“朔望月”周期的29天12时44分2.78秒之间。女性黄体形成，正好是半月节律，时间是 14 ± 2 天。

生物的节律很不一致，有的与太阳合拍，有的与月落月出同步，有的与海洋潮汐相关，有的是以年为周期而有节律地重现。宇宙各事物运动所造成的节律周期是生物环境的重要信号，生物的生存和发展，都需要与生物环境的节律取得合拍，不然就会出现异常，显示出病理现象，甚至死亡。

不少疾病的发生是与节律失调有联系的，当机体受到冲击的时候，不论这种冲击来自内部还是来自外部，只要打乱了特定的节律，就会导致疾病的发生。一些统计资料说明，由于气象节律的变化，导致大气中电磁波的干扰，造成人体神经反应的迟延，有可能造成工伤、车祸等事故的发生。

生命的节律进一步有力地说明了天人相应对人类正常生存所起的重要作用。

三、从人体在太空中的变化看天人相应

太空是一个完全不同于地球的环境，因而有可能使我们从太空的角度来看一看天人相应。宇宙飞船上为宇航员

设计了模拟地球生活的必须条件，可是宇航员的身体还是出现了变化。美国宇航员威廉·宝格在一本书中写道：宇航员的面貌在太空中出现了不可置信的改变，肌肉变得松弛了，颧骨高出，脸显得臃肿，额前和颈部的静脉肿大凸起，双腿尤其是小腿日渐瘦小，形如鸡腿，脊柱被拉长使每个人的身高都增加了3—4cm，而腰围却减少了5cm。美国加州大学Baldwin博士说，宇航员执行7天宇航任务后就会发生肌萎缩。美苏宇航员都发生过肌萎缩^[4]，并且出现被称为“宇宙空间适应症候群”的宇宙病^[5]。造成这种变化的原因，是宇航员生活在和地球条件不同的太空中，是和太空这个天发生了不相应。人体结构和功能的进化是在地球上进行的，人体与地球引力的对抗在进化中起着重要作用，科学技术可以使宇航员在太空中呼吸氧气、喝水、进食，但还不能重新制造一个重力环境。在失重条件下，肌肉不受引力影响从而发生萎缩。不仅是肌肉，如果脱离引力，人体每一个细胞都要受到影响，重新自行调节^[4]。以上说明，天人相应的规律就是在太空也是发生作用的。

四、从遗传的角度看天人相应

遗传，也称自我复制，是生命物体的最基本的特征。而自我复制又是DNA和RNA表现出来的功能，奥巴林模拟生命起源的“团聚体”试验^[6]就说明了只要给予适当的条件，DNA将以恒定的速率无限制地进行自我复制，并且复制出来的子代与父代没有丝毫差异。然而，正如摩擦阻力的存在使物体不能始终保持恒定的速度一样，变化着的地球环

境条件也不能使自我复制以恒定的速率进行下去。环境条件既然影响自我复制的功能和速率，也必然影响到自我复制的基础——染色体和基因。现代遗传学证明，每一性状的个体差异(表型差异)都是由基因型差异和环境差异两个方面造成的，而在繁殖出来的个体中，只有少数比较健壮、性状和环境比较适应的个体才能存活下来。环境条件不可能永远保持不变，因此，生物适应性总是相对的，生物体不断遇到新的环境条件，也不断地建立新的适应关系^[6]。这样，从遗传的角度也显示了天人相应思想的正确性。

五、从疾病的产生看天人相应

人类生存在地球上，要呼吸，要喝水，要吃饭，要穿衣，要住，要行，要劳动，要生活；职业，习惯，人际关系，社会风尚，思想，情绪，性格，地理，气候，太阳，月亮……这一切就构成了从单个人到群体人生活在其中的天。每个人对他自己来说是人，相对于另一个人来讲又属于天。正是天人之间在这些方面的不相应，构成了我们现在已知和未知的种种疾病。

(一)前面已经说过，地球化学元素含量最多的是氧，人体化学元素中含量最多的也是氧，地球表面70%是水，人体中水的含量也占一半以上。人对氧和水之间的相应，氧和水对人的生命的重要性不言自明。临床上最常见的缺氧、失水也就是最典型的天人不相应。

(二)气候变化与人体健康的关系十分密切，冬天穿厚，夏天穿薄，冬天汗少，夏天汗多就是人与天相应的结果。

祖国医学中的天人相应思想直接来源于气候变化对人体的影响。运气学说的实质就是把自然现象和生物现象统一起来，把自然气候和人体发病统一起来，从客观表现上探讨气候变化和人体健康的关系。中医把伤寒、中暑、风湿、瘟疫以及时气等归结为外因病，把“风、寒、暑、湿、燥、火”作为外感病的六大因素，其来源也是认为这些疾病的发生和气候的变化有密切关系。

医疗气象学也是研究天气和气候对人体健康作用的规律，研究如何避免对人体有害的气象条件，进而研究、创造和利用人工气象条件来增加人的体质和防治疾病。实际上就是研究人和气候之间的天人相应问题。

(三)天人相应，既包含人的机体对生存环境的适应，还包括生存环境对人的影响。在这方面，地理环境的因素表现得特别明显。水土不服也是最简单的反映天人不相应会导致疾病的例证。由于地理环境、天时气候的差异，人体的生理情况和病类也有显著的不同。《素问·异法方宜论》和《素问·五常政大论》中就有身体健康和疾病与地理环境密切相关的论述。现代医学称之为克山病、大骨节病、甲状腺肿的疾病，就是因为它们具有明显的地方性。连癌症也有明显的地理分布特点。在第三届全国胃癌学术会议上，杨奎元就提出了饮用第三系地质浅层地下水地区胃癌发病率最高的新观点^[7]。包括现在的边缘学科——医学地理学在内，都是天人相应思想在医学中的具体体现。

(四)当前世界上和我国出现的环境问题，实质上是一个天人相应的问题，是由于人类与其赖以生存的天出现了不相应，造成从急性、亚急性中毒到慢性中毒和致癌、致畸、

致突变等一系列危害，从而引起人们的注意才提出来的问题。空气污染、水的污染、食品污染产生的一系列问题，均说明了天人不相应疾病发生中的作用。

空气是人类时刻不能缺少的生存条件，成分虽多，最主要的是氮气、氧气、氩气，三者合计占空气总重量的99.9%以上。地球大气历经了亿万年自然演变才有了这种相对稳定的组成，人类的进化过程就伴随着对空气中的氧气的依赖和对空气中其它气体的适应。肺癌在上世纪还属罕见病，现今已成为常见病，且有不断加剧之势。尽管对肺癌病因尚未彻底阐明，由空气污染造成的天人不相应作为肺癌的原因之一，已由大量的实验和事实所证明。

水既是人体的基本成分，又是人体进行新陈代谢的一种介质。由水污染引起的急慢性中毒，就是人体对水体中突然出现的大量有害物质表现出的明显的不适应。

“民以食为天”，自然界为我们准备的，也可以说我们身体可以适应的是综合的自然的食物，在这些综合的自然的食物中包含了人的身体必需的营养要素，也包括所有必要的金属元素。随着人类改造自然的力量的扩大，生活习惯的改变，一方面精加工的食物把一部分必需的营养素丢掉了，另一方面一些有害物质如重金属元素汞、镉、铅、砷等通过各种途径污染了环境，最后到达食物链的终端——人体，从而引起人体的急性或慢性毒害作用。如农药的污染、亚硝胺的污染、黄曲霉毒素的污染等等所引起的种种疾病，都是由于人体对食物的成分变化发生了不相应。

正是由于最近几年人们才认识到人与自然必须“和平共处”，保持天人相应，所以“环境科学”、“生态科学”才应运而生。

(四)人又是社会的人。每个人为了自己的生存而直接结合在生产关系以及其他种种社会关系之中。当一个人的个人意识与其所生活在其中的天(单位、家庭等)发生了不相应时,往往产生疾病。

六、从疾病的诊断看天人相应

人生活在复杂的天的环境中,不是生活在单一因素的环境中(单一因素的环境只有在科学家的实验室中才存在)。所以致病的因素就不是一个,而是多个,是多种因素或同时或先后交织在一起发生的综合作用。正是认识到了这一点,目前病因学的观点已经从过去那种单病因(特别是“细菌和病毒病因”)的看法转为多病因的看法,认为人类多数疾病多是由于若干致病因素的相互交织作用而产生的,基因突变也是其中之一。例如:冠状动脉疾病就很难肯定是遗传、高脂肪饮食、吸烟、精神方面的压力或紧张或其它因素中某一因素为其病因,应该认为这些因素都有一定的重要性,而且是相互作用的^[8]。基于这个认识,所以诊断疾病就是运用天人相应的观点,去分析什么因素通过什么方式在人体什么部位造成了什么性质、什么程度的不相应。诊断疾病的方法,就是有关天人知识的综合运用。

七、从疾病的防治看天人相应

由于疾病是天人之间多种因素综合作用的结果,所以对疾病的防治就不是单打一,而是针对天人两个方面进行综合防治,并且综合防治也必须遵循天人相应的规律。

中医学、西医学、中西医结合医学以及群众中存在着丰富的防治疾病的方法。这些方法所用的工具不同，所依据的理论有别，但都是为了变天人不相应为天人相应。这些方法或作用于人，或作用于天，或作用于天人两个方面，或作用于天人不相应过程的不同阶段和环节。如对传染病的防治必须针对病原体、环境和人采取综合措施，必须与隔离、消毒、检疫、流行病学的调查、卫生宣传教育等各项措施紧密结合进行。通过这些综合措施，控制传染病的流行，恢复人在进化中形成的与微生物之间的适应平衡，或者使天人之间在新的条件下建立新的相应。即使在临床上治疗具体的病人，也必须采取综合措施。以动脉粥样硬化的治疗为例，就不是单纯依赖降血脂药，而是降血脂药和合理膳食、适当的体力活动、乐观愉快的情绪、充分的睡眠以及对烟酒的控制结合在一起的综合治疗。

择时服药，就是在天人相应思想指导下，根据人体生理变动的节律，选择合理的服药时间，从而提高疗效的方法。比如：现代医学研究发现血浆皮质醇浓度在早晨8—9时前最高，黄昏至半夜1—2时最低，于是对一部分需要长期应用皮质激素的病人，就采取了每日上午6—8时一次给药或隔日上午一次给药的方法，疗效并不降低而又可能避免长期应用激素出现的不良反应。中医子午流注理论认为：温补剂在该脏功能最低时服用可收事半功倍的效果。肾功能最低是在上午5—7时(卯时)，因此补肾药应在早晨服。而攻下剂应在该脏功能最旺盛时(酉时)进药。过去认为只要机体内环境稳定不变，无论何时用药，只要剂量相同，则效应也必须相同，现已证明此种概念不恰当。1978年在巴黎召开的时间药理学会议上，有人指出：相当一部分药

物在使用时不仅要考虑剂量,还要研究最适当的使用时刻,以提高治疗指数,达到用较小剂量收到较好疗效而副作用也最小^[9]。

八、天人相应思想在医学中的地位 and 意义

通过以上的讨论,我们看到:天人相应不仅是祖国医学关于天人关系的基本看法,而且是生物界的一条基本规律。天人相应思想不仅站在中医角度来看是正确的,就是从现代科学研究所提供的资料来看也是正确的。

医学研究的对象是人,而人又是大自然的产物并且生活在一定的环境中。要想真正认识人类本身与人类疾病,就必须把人与其生活在其中的天联系在一起。因此,对天人关系的看法就成了医学领域一个最基本的问题。

天人相应是人体正常生理状态的反映,天人不相应是人体病理状态的反映。保持天人相应,避免、防止天人不相应的出现和变天人不相应为天人相应是医学的根本目的。那么,天人相应思想就不仅仅是传统的中医学的理论基础,也应该成为现代医学的理论基础。

天人相应现象是一种最普通的现象,天人相应问题也是一个最简单的问题,在这个最普通的现象、最简单的问题中包含着深刻的道理。天人相应思想必将开阔人们的眼界,拓展新的研究领域,给医学增加更为丰富的防治疾病的方法和工具。中国应当对人类有较大的贡献,天人相应的思想理论应该是其中之一。

参考文献(略)

(原载《中国医药学报》1988年第1期)

从《黄帝内经》 谈天人相应思想的方法论

提要 天人相应是贯穿《黄帝内经》(简称《内经》)的根本指导思想和方法。抓住了天人相应思想方法就从根本上理顺了《内经》理论体系的逻辑结构:①用对天的认识说明对人的认识;②用认识天的方法认识人;③从人和天的关系中研究人;④研究天人相应规律和运用天人相应规律。对这个问题的探讨说明,我们不仅应该继承中医学中的具体理论和具体方法,尤其应该继承中医学的根本指导思想和根本方法,才能主动、自觉、广泛地吸收现代科学知识以发展自身。

关键词 《内经》 天人相应 方法论

中医学具有独特的理论体系。但是,理论之所以能够成为体系,并不在于它的组成完整,而在于这一理论的各个组成部分之间存在着一种贯穿始终的统一的内在联系,而这种内在联系就是构成某一理论体系的原则和方法⁽¹⁾。认为人与天存在着统一性,这是天人相应思想。以这种思想为指导来观察和研究问题,就是天人相应方法论。越来越多的人已经认识到了天人相应思想在中医学中的地位和意义⁽²⁻⁴⁾,但对天人相应思想作为方法论在中医学中的作用却很少有人专门论及。而抓住了天人相应的思想方法,就能从根本上理顺整个《内经》理论体系的逻辑结构。本文试结合对《内经》的学习,探讨天人相应思想的方法论意义。

用对天的认识说明对人的认识

因为天人是相应的，所以，从方法论的角度就可以用对天的认识来说明对人的认识。

古人认为，宇宙一开始是一团浑浑沌沌的气，这种气慢慢分成轻清的阳气和沉浊的阴气。阳气上升为天，阴气下降为地。然后，天地阴阳二气又互相化合，形成了世界上的万事万物。《内经》根据古人对天地万物起源的认识，提出“人以天地之气生，四时之法成”，“人生有形，不离阴阳”（《素问·宝命全形论》），说明人与天地万物有共同的起源和属性。

古人认为，气虽然是无形的，但并非是不可捉摸的。“气有定舍，因处为名”（《灵枢·百病始生》），它通过一个个具体的事物表现出自己的存在和功能。气在天就叫天气，在地就叫地气，表现为风就叫风气，表现为寒就是寒气。《内经》认为，气在自然界是“因处为名”，那么气在人体就是“得脏而有名”（《灵枢·顺气一日分为四时》）。气在脏称脏气，在腑称腑气，在胃名胃气，在肺名肺气。

古人认为“气生形”（《素问·阴阳应象大论》），形是气的产物，形必然反映着气，气的强弱多少就可以从形的外观上表现出来。《内经》认为，人的寿夭就决定于气与形的统一，“形与气相任则寿，不相任则夭”，“必明乎此立形定气”而后才能“以临病人，决死生”（《灵枢·寿夭刚柔》）。

气是万物的本源，气分阴阳，“阴阳者，天地之道也”

(《素问·阴阳应象大论》)。万物都是由阴阳二气构成，并且“阴中有阳，阳中有阴”(《素问·金匱真言论》)。

《内经》也从“天地之道”、“生气通天”的角度，赋予人体形态结构以阴阳的属性。万物由气构成，自然，致病的因素也应该是一种气——邪气；气分阴阳，邪气同样可以分为阴邪、阳邪，疾病是邪气与人体正气相互作用的产物，因此疾病也应该有阴阳之别。

气是运动的，天地万物之所以发展变化，就是因为气在不停地运动变化，“阴阳往复，寒暑迎随”(《素问·气交变大论》)，“行有分纪，周有道理”(《素问·六节脏象论》)。《内经》也把这种认识用来说明人体气血的运行，指出“营在脉中，卫在脉外”，“阴阳相贯，如环无端”(《灵枢·营卫生会》)。自然界的阴阳二气存在着盛衰的周期变化，作为人体功能活动代表的阳气同样存在着平旦生、日中隆、日西虚的节律。

从马王堆汉墓出土的医学帛书可以看出，在《内经》之前，医学理论似尚没有完成统一⁽⁶⁾。《素问·五脏别论》中“或以脑髓为脏，或以肠胃为脏，或以为腑”的记述，也说明当时人们对脏和腑的概念是含混不清的。《内经》以对天地的认识作依据，根据“其气象天”、“藏于阴而象于地”的原则，从“藏精气而不泻”、“传化物而不藏”的功能特点上明确了脏和腑的区别。

“五运阴阳者，天地之道也”，“阴阳之气各有多少，故曰三阴三阳也”(《素问·天元纪大论》)。古人通过对自然界的长期观察，把构成事物运动变化的各种因素归纳为在天的以三阴三阳为标记的六气，和在地的以木、火、