

· 经典研究 ·

谈《黄帝内经》中的“五味所入”

● 李今庸^{1,2*}

关键词 《黄帝内经》; 五味; 五脏

在中医学领域里, 无论动物、植物、矿物, 只要人们利用了, 它都会对人体发生一定的作用。各种物体中所具有的性和味, 是其对人体发生作用的重要因素之一。试从《黄帝内经》中之有关记载, 简略地谈一下所谓“五味所入”的问题。

酸、苦、甘、辛、咸五味中的任何一味, 都有它自己的一定特性。《尚书洪范》说: “水曰润下, 火曰炎上, 木曰曲直, 金曰从甘, 土爰稼穡。润下作咸, 炎上作苦, 曲直作酸, 从革作辛, 稼穡作甘。”五味的这种特性和人体五脏的肾属水、心属火、肝属木、肺属金、脾属土同类, 从而使一定的“味”和一定的“脏”发生着密切的“亲和”关系, 所以《素问·阴阳应象大论》说: “肝……在味为酸。”“心……在味为苦。”“脾……在味为甘。”“肺……在味为辛。”“肾……在味为咸。”这种五味入五脏的理论, 既是古人长期生活实践和医疗实践的总结, 也是后世处方用药治疗疾病

所必须遵循的用药原则。

《素问·宣明五气》说: “五味所入, 酸入肝, 辛入肺, 苦入心, 咸入肾, 甘入脾。”是水谷五味进入胃中得到消化以后, 各个“味”都循着“同气相求”或者说“以类相从”的规律, 根据自己的“所喜”而有选择地分别入于各脏之中, 以养各脏之形气及其所主之“体”和所开之“窍”等; 同时这种同气相求的规律还不只是养其“所喜”的本脏而已, 而是在首先充养了其“所喜”之脏后, 继而依着五行相生的顺序以轮养其另外之脏。《素问·至真要大论》说: “夫五味入胃各归所喜攻, 酸先入肝, 苦先入心, 甘先入脾, 辛先入肺, 咸先入肾。”《灵枢·五味》说: “水谷皆入于胃, 五脏六腑皆禀气于胃, 五味各走其所喜, 谷味酸先走肝, 谷味苦先走心, 谷味甘先走脾, 谷味辛先走肺, 谷味咸先走肾。”二者均着重提出一个“先”字, 这不是无意义的。《素问·阴阳应象大论》更明确地指出了

这一点: “……酸生肝, 肝生筋, 筋生心; ……苦生心, 心生血, 血生脾; ……甘生脾, 脾生肉, 肉生肺; ……辛生肺, 肺生皮毛, 皮毛生肾; ……咸生肾, 肾生骨髓, 髓生肝。”

根据以上所述, 可以看到: 五味中的每一种味都能随其“所喜”而充养其五脏, 而五脏中的每一个脏又都接受五味的充养。当然, 在五味充养五脏中并不是平均分配而是有先后主次的。

《素问·阴阳应象大论》说: “味归形。”人们在全部生命活动的过程中, 都有赖于五味的不断充养, 五味促进人体的生长和发展。人之有病, 亦须仰于五味之相助, 补虚去病, 恢复健康。在五味对于五脏疾病的治疗上, 一般表现为下面的两个方面。

(1) 由五味的特性, 以类相从而“归其所喜”之脏以治病。《灵枢·五味》说: “脾病者, 宜食粳米饭、牛肉、枣、葵; 心病者宜食麦、羊肉、杏、薤; 肾病者宜食大豆黄卷、猪肉、栗、藿; 肝病者, 宜食麻、犬肉、李、韭; 肺病者, 宜食黄黍、鸡肉、桃、葱。”这正是因为“粳米饭、牛肉、枣、葵皆甘”, “麦、羊肉、杏、薤皆苦”, “大豆、猪肉、栗、藿皆咸”, “犬肉、麻、李、韭皆酸”, “黄

* 作者简介 李今庸, 男, 当代著名中医学家, 国医大师, 终身教授。国家首批中医药传承博士后合作导师, 全国首批 500 名老中医药专家学术经验继承工作导师。中国中医科学院学术委员会原委员, 中华中医药学会终身理事。第一批北京中医药大学中医临床特聘专家。本刊学术顾问。

• 作者单位 1. 北京中医药大学 (北京 100029); 2. 湖北中医药大学 (湖北 武汉 430061)

黍、鸡肉、桃、葱皆辛”(均见上篇),可以直补其本脏。

(2)由五味的作用,随五脏之“苦”“欲”即去其苦、顺其欲以治病。《素问·藏气法时论》说:“肝苦急,急食甘以缓之……心苦缓,急食酸以收之……脾苦湿,急食苦以燥之……肺苦气上逆,急食苦以泄之……肾苦燥,急食辛以润之,

开腠理致津液通气也。”又说:“肝欲散,急食辛以散之,用辛补之,酸泻之……心欲软,急食咸以软之,用咸补之,甘泻之……脾欲缓,急食甘以缓之,用苦泄之,甘补之……肺欲收,急食酸以收之,用酸补之,辛泻之……肾欲坚,急食苦以坚之,用苦补之,咸泻之……”《素问·至真要大论》亦说:“木位

之主,其泻以酸,其补以辛;火位之主,其泻以甘,其补以咸;土位之主,其泻以苦,其补以甘;金位之主,其泻以辛,其补以酸;水位之主,其泻以咸,其补以苦。”后世本草学家多对此义补出药例,兹根据《本草纲目》和《本草求真》所载略加修改而列如下表(表一、表二)。

表一

五脏	苦 / 欲	治则	药物举例
肝	急	甘缓	甘草
	散	辛散	川芎
心	缓	酸收	五味子
	软	咸软	芒硝
脾	湿	苦燥	白术
	缓	甘缓	甘草
肺	气上逆	苦泄	葶苈子
	收	酸收	五味子
肾	燥	辛润	细辛
	坚	苦坚	黄檗

表二

五脏	补 / 泻	药物举例
肝	辛	川芎
	酸	芍药
心	咸	芒硝
	甘	甘草
脾	甘	甘草
	苦	白术
肺	酸	五味子
	辛	桑白皮
肾	苦	黄檗
	咸	芒硝

上列两表清楚地表明了五味的各个作用,辛主散,酸主收,甘主缓,苦主坚,咸主软,亦即辛味有散结、润燥、致津液通气的作用,酸味有收缓敛散的作用,甘味有缓急、调中的作用,苦味有燥湿、坚软的作用,咸味有软坚的作用,且五味还随其所入之脏而为补泻。

五味对五脏的治疗,当然还表现在其他方面,如后世所谓“虚则补母”“实则泻子”的五味之治五脏,因不属本文讨论范围,兹不赘述。

上面论述了五味对人体的有利作用方面。它既可以充形养体,又可以祛邪治病,为人生命过程中不可缺少的东西,但另一方面它又可对人产生极其有害的作用。《素问·生气通天论》说:“阴之所生,

本在五味,阴之五官,伤在五味。”《素问·至真要大论》说:“夫五味入胃,各归所喜攻……久而增气,物化之常也,气增而久,天之由也。”都说明了这一点。《素问·阴阳应象大论》也说过:“味伤形。”

五味伤人,是有其一定法度的,那就是除其反伤本脏之形气和贼其所不胜之外,还表现为《素问·宣明五气》中所说的“辛走气”“咸走血”“苦走骨”“甘走肉”“酸走筋”。它谆谆告诫,叫人们“气病无多食辛”,“血病无多食咸”,“骨病无多食苦”,“肉病无多食甘”,“筋病无多食酸”。因为五味偏于多食,是会导致病变的。这种多食五味的病变情况,在《灵枢·五味论》中有着详细的记载,如:“酸走筋,多食之令人癃;咸走血,多食之

令人渴;辛走气,多食之令人洞心;苦走骨,多食之令人变呕;甘走肉,多食之令人悦心。”不仅如此,而且它对这些病变的病机,也有较详细的论述:“……酸入于胃,其气涩以收,上之两焦弗能出入也,不出即留于胃中,胃中和温则下注膀胱,膀胱之胞薄以懦,得酸则缩卷,约而不通,水道不行,故癃;阴者,积筋之所终也,故酸入而走筋矣。……咸入于胃,其气上走中焦,注于脉则血气走之,血与咸相得则凝,凝则胃中汁注之,注之则胃中竭,竭则咽路焦,故舌本干而善渴;血脉者,中焦之道也,故咸入而走血矣。……辛入于胃,其气走于上焦,上焦者,受气而营诸阳者也,姜韭之气熏之,营卫之气不时受之,久留心下,故洞心;辛与气俱行,故

辛入而与汗俱出。……苦入于胃，五谷之气皆不能胜苦，苦入下脘，三焦之道皆闭而不通，故变呕；齿者，骨之络也，故苦入而走骨，故入而复出，知其走骨也。……甘入于胃，其气弱小，不能上至于上焦，而与谷留于胃中者，令人柔润者也，

胃柔则缓，缓则虫动，虫动则令人悦心；其气外通于肉，故甘走肉。”

总之，五味是人体生长、发展和维护健康不可缺少的东西，与医疗工作息息相关。人们往往用药物性味之功能而救治人身阴阳之偏颇，从而达到愈病的目的。因

此，对于五味的一般规律和五味所入的基本原则必须正确地掌握和利用，使其更好地为人类服务。

（附注：本文只谈到五味各作用于五脏的一些基本规律，不涉及临床上处方用药多味并用的制方原则，勿机械视之）

（收稿日期：2017-10-12）

（本文编辑：金冠羽）

中医故事

秦观赏画疗顽疾

宋哲宗元祐三年（公元 1087 年），著名文学家秦观在蔡州（今河南省汝南县）担任学官，主管一州学政。有一年，他忽然患了肠澼之症（一种肠胃疾病），很久都没有医好。养病期间，内心难免焦躁，秦观想到自己虽满腹经纶、一心报国，却不受朝廷重视，至今还于偏僻之处当闲差，才华无处发挥，心中更添了几分烦恼。

一天，他的好友、精通医理的高符仲来访，带给他一幅唐代大诗人、大画家王维的画作《辋川图》，说：“您要是坚持天天欣赏这幅画，用不了多久，保管疾病全消。”秦观对《辋川图》慕名已久，只是从来不曾见到过。今日得观真迹，心中大喜，便一边卧床调养，一边细细地欣赏起来。看着看着，他不知不觉地吟起王维《辋川闲居赠裴秀才迪》中的优美诗句：“寒山转苍翠，秋水日潺湲。倚杖柴门外，临风听暮蝉。渡头余落日，墟里上孤烟。复值接舆醉，狂歌五柳前。”这一刻，他仿佛已经离开病榻，来到了风景秀丽的辋川（在今陕西蓝田县南）。放眼望去，远处峰峦叠翠，近处秋水潺湲，村外蝉声起伏，渡口边落日余晖。在这里，与梅輿（春秋时代隐士）和陶渊明（号五柳先生）醉酒狂歌，随他们一起登华子冈，倚文杏馆，坐临湖亭，踏柳浪，走遍辋川诸胜迹。或弈棋饮茶，或赋诗作画，精神为之一振，心境豁然开朗，竟忘记了自己的病躯和种种不愉快遭遇。

不过半个月时间，他便觉得神清气爽、烦恼渐消、食欲增加，与病魔告别了。秦观十分高兴，特地把病愈的经过写成《书辋川图后》，与画一起还给高符仲，还把文章收在他编纂的《淮海集》中。

（摘自《中国中医药报》）

“撮药”的来历

《水浒传》第二回：“我有个医心疼的方，叫庄客去县里撮药来，与你老母亲喫。”旧时去药铺买药通常会说去“撮药”，现在“撮药”一词仍然广泛用于口语，意指拿着中药方子去药店配药。那么，所谓“撮药”是从何而来呢？

相传，唐代药王孙思邈擅长医、道，终身不仕，隐于太白山等地，边行医，边采集中药，边临床试验，对内、外、妇、儿、五官、针灸各科都很精通。平时，为了方便将顺手采到的中药分类，他常常穿着一件全身缝满小口袋的衣服。走到哪里，他就将身上的“百草堂”带到哪里，为无数的病人解除痛苦。有一天，孙思邈经过一个村口，见到一位妇女躺在地上，口中不断呻吟，他急忙上前一看，这位妇女的小腿上被狗咬了一口，鲜血直流，他赶忙从围身口袋内取出药来，给她敷上，这位妇女的血止住了、疼痛一下减轻了许多，不久这位妇女的丈夫赶到，见此情景，十分感谢孙思邈救妻之恩。

孙思邈走到哪里，就行医到那里。每次为病人看完病，他总是将拇指、食指与中指伸入身上的小口袋中“撮”出中药进行配药，往往药到病除，其医德医术为世人景仰。久而久之，人们便把他这一“撮药”动作，比喻为病人配药治病。

后来，随着中药的种类越来越多，药铺为了方便贮药、找药，也参照孙思邈的方法，把药存放在装有一个个小抽屉的药柜里，并把一个抽屉分成四个格子，按照一定顺序贮药，以方便“撮药”。

（摘自中华中医网）