

《黄帝内经》重阳思想探讨

● 余天泰*

摘要 《内经》重阳思想渊源于《易经》，认为阳气于人至关重要，犹如太阳与天体的关系，不可或缺，是生命的根本和动力，贯穿人的生命现象全过程，与健康息息相关。因此，在养生保健、防病治病中皆应重视阳气。《内经》这一思想对后世影响极大，而且十分深远，值得高度重视和深入研究。

关键词 《黄帝内经》 重阳

阴阳学说是中国古代重要哲学思想之一。素有“医家之宗”之誉的《黄帝内经》（以下简称《内经》）引进并充分发挥这一学说，而且在运用中加以发展，将其与医学理论紧密结合，创造性地构建起了以阴阳为中心的藏象、经络、病因、病机、诊断、治则及养生等医学理论体系。其中，阳气之作用受到了特有的重视。为此，本文拟就此作一探讨。

1 《内经》重阳思想渊源

阴阳概念出自素称百科之母、群经之首的《易经》。如该书《系辞传》上篇说：“一阴一阳之谓道”，明确指出“道”包含阴和阳两个方面，提示阴阳就是道，就是规律和方法，天地万物之理，大而宇

宙，小而一草一木，皆不外阴阳而已。并且认为阴阳是运动变化的，因而说：“是故易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦……。”而推动其运动变化的动力则是阳气，也就是阳气在此中起着主导作用，故开篇即言：“天尊地卑，乾坤定矣；卑高以陈，贵贱位矣；动静有常，刚柔断矣；……乾知大始，坤作成物；乾以易知，坤以简能。”“成象之谓乾，效法之谓坤。”又说：“大哉乾元，万物资始，乃统天。”（《周易·本经·乾》）“至哉坤元，万物资生，乃顺承天。”（《周易·本经·坤》）说明“乾”为天，天之始，主于起始变化，以太阳喷薄云层而出，万物亦随之动变，有如万物运动变化的力量之父；“坤”为地，主于从属，万物皆从地而成

其形体，而坤乃顺承天，为万物之母。此外，《易经》在八卦排列次序上，特以乾卦为开篇第一卦，并以“元亨利贞”四字作其卦辞，而坤卦乃居其后，意在昭示乾就是天，天为阳，为一切万物肇始之源，而且又是万物坚固而善其终之根；坤就是地，地为阴，从属于天，且须待天动而后动等等。所有这些，均充分体现了“阳”为主导，“阴”为从属的重阳思想。正是由于阳气的主导变化运动之作用，使阴阳不断运动发展变化，从而化生万事万物。

《易经》是古代哲学著作，乃中国哲学的总源头，亦是《内经》阴阳学术理论之渊源。作为发生和根植于中华文化沃土成长起来的中医药学，一开始便受其阴阳思想的影响。因此，阴阳学说成了构建《内经》理论与思想体系之重要元素，并且从中闪现着《易经》重阳思想的智慧和光辉。

2 《内经》关于重阳思想的论述

受《易经》影响，《内经》本着“人与天地相参，与日月相应也”

*** 作者简介** 余天泰，男，主任医师，教授、医学硕士、硕士研究生导师。全国优秀中医临床人才，第四批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师，享受国务院政府特殊津贴。兼任中国老年学学会中医研究委员会副主任委员，中华中医药学会内科分会委员、心病分会委员、内经分会委员，福建省中医药学会内科分会副主任委员、心病分会副主任委员，南平市中医药学会会长等。在国内外学术刊物发表论文 41 篇，出版专著 1 部。主要从事高血压、冠心病等心血管疾病诊疗研究和扶阳法治疗疑难杂病的临床研究。

• 作者单位 福建省南平市人民医院(353000)

(《灵枢·岁露论》)之观点,把宇宙万物之一的人放到天地自然界里考察研究,发现阳气在人的生命活动过程中至关重要。认识到阴阳是各种事物的规律,也是人体的根本规律,而且是以阳气为本的。如《素问·四气调神大论》曰:“天气清静光明者也,藏德不止。”《素问·阴阳应象大论》云:“阴静阳躁,阳生阴长,阳杀阴藏,阳化气,阴成形。”《素问·阴阳别论》说:“静者为阴,动者为阳。”《素问·方盛衰论》言:“阴阳并交者,阳气先至,阴气后至。”认为阳气系推动自然界万物生化的作用和力量,永无止息,并且是阳主动而阴主静、阳前而阴后(即阳主阴从),阴阳之中若无阳气的推动,则世间万物只能是死水一潭,大千世界包括生命在内也就不可能生生不息。因而《素问·六节藏象论》称:“气合而有形,因变以正名,天地之运,阴阳之化,其于万物。”由于天之阳气的下降,地之阴气才能上承,使天地之气合化,阴阳交泰而万物方得以化生,并且呈现刚柔相济,阴阳调和而又生动活泼的正常局面。否则阳气一旦破散,阴气便随之消逝。所以说“阴之所生,和本曰和。是故刚与刚,阳气破散,阴气乃消亡;淖则刚柔不和,经气乃绝。”(《素问·阴阳别论》)

阳气之作用,贯穿人的生命全过程。人之生长发育、生长壮老已、健康与疾病等,无不体现阳气的盛衰主导作用。如关于生长发育,《素问·上古天真论》之“女子七岁,肾气盛,齿更发长。二七而天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下,故有子。三七,肾气平均,故真牙生而长极……七七,任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子也。丈夫八岁,肾气

实,发长齿更。二八,肾气盛,天癸至,精气溢泻,阴阳和,故能有子。三八,肾气平均,筋骨劲强,故真牙生而长极……五八,肾气衰,发堕齿槁……七八,肝气衰,筋不能动,天癸竭,精少,肾脏衰,形体皆极。八八,则齿发去。”其中所讲的“肾气”实际上就是指肾阳而言,也就是说人之生长发育乃至衰老过程,是由于肾阳的盛衰变动而主导的结果。关于正常生理状态,亦是以阳气为主导的。若阳气能固密,阴气便能和平,则可达到“阴平阳秘,精神乃治”境界,人体才有健康可言。即所谓“凡阴阳之要,阳密乃固。”(《素问·生气通天论》)

阳气于人之地位,犹如太阳与天体的关系,不可或缺,是生命的根本。因此,在《素问·生气通天论》中旗帜鲜明地说:“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。”生动形象地根据天体之所以能正常存在与健康运行,并且光明爽朗、万物化生,全仰赖于太阳有规律的运动不息和光辉照耀,以此来比喻阳气对于人体的重要作用,突出了阳气在人体生命活动中的极端重要性。这一论断,成为后世重视阳气之中医学学术流派的重要理论依据。同理,人的生命存在、生命活动与健康维系,也必需依靠阳气的推动而运行畅通,不然亦会“折寿而不彰”。故在养生保健中应顺乎自然,不违四时阴阳规律,重点保卫养护阳气,如此才能维系身体健康,正所谓“苍天之气,清静则志意治,顺之则阳气固,虽有贼邪,弗能害也。”(《素问·生气通天论》)

阳气是人体生命活动的动力,身体的强健和精神的聪慧与否,是以阳气的充沛并运行正常为前提

的,不然“阳气者,精则养神,柔则养筋”(《素问·生气通天论》)则难以实现。阳气贵在温煦、温通、温化,如体内之血液阴津的流动循环,有赖于阳气的温通推动,即《素问·调经论》所讲:“血气者,喜温而恶寒,寒则泣而不能流,温则消而去之。”

天人相应,人体内阳气也伴随着自然界阳气的盛衰而发生相应的变化。一年当中,自然界有春生、夏长、秋收、冬藏的四时气象节律,而一日之内也有相似的变化,因而人体阳气亦具有朝生、日中长、日入收及夜藏的周期性或规律性变化。“故阳气者,一日而主外,平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭。”(《素问·生气通天论》)人若违“三时”(即平旦、日中、日西)阳气变化规律而妄动,则身体之阳气将困顿衰薄。故该篇紧接其后说:“是故暮而收拒,无扰筋骨,无见雾露,反此三时,形乃困薄。”阳气的这种节律不仅体现在生理上,也表现在病理变化方面。如《灵枢·顺气一日分为四时》中云:“夫百病者,多以旦慧昼安,夕加夜甚,何也?……朝则人气始生,病气衰,故旦慧;日中人气长,长则胜邪,故安;夕则人气始衰,邪气始生,故加;夜半人气入藏,邪气独居于身,故甚也。”表明病情的轻重与阳气的盛衰变化息息相关。

阴阳失调或失衡是人体基本病理变化之一,而其失调或失衡则是以阳气受损和阳气失常为先导的。因此,阳气受损与失常,乃疾病甚或死亡之根源。所以《素问·生气通天论》明言:“故阳强不能密,阴气乃绝。”造成阳气受伤为病的因素是多方面的,风寒暑湿之邪、饮食不节及情志劳倦等均能损

伤阳气而引起不同类型的病证。其中以寒邪伤阳为最厉害,故曰:“因于寒,欲如运枢,起居如惊,神气乃浮。……四维相代,阳气乃竭。”(《素问·生气通天论》)综观《内经》在阐述外感内伤等诸多疾病时,每每以寒邪立论,由此显明了其重阳思想的病因观和发病观;而阳气虚则易招致外邪而成疾,如“开合不得,寒气从之,乃生大倮……”(《素问·生气通天论》),意指阳气先虚,外邪乘虚而入,可引发“大倮”等多种疾病。反之,若人体阳气充实调顺,则外邪难犯,于是说:“清静则肉腠闭拒,虽有大风苛毒,弗之能害。”(《素问·生气通天论》)然而,尽管阳气至为宝贵,但“亢则害,承乃制”,如果阳气过于亢盛,或运行失调,阻隔不通,亦可为邪为害,因而《素问·阴阳应象大论》道:“壮火之气衰……。壮火食气……。壮火散气……。”《素问·生气通天论》更进一步指出:“阳气者,烦劳则张,精绝,辟积于夏,使人煎厥。”“故阳畜积病死,而阳气当隔,隔者当写,不亟正治,粗乃败之。”

当然,《内经》重视阳气,在强调以阳气为本的同时,并非否认阴气的存在价值及其重要性,而是认为阴阳是互生、互用、互制的,两者之间应保持和平协调关系。否则,一有失和不调,即为病理状态而发生疾病,甚至死亡。是故曰:“阴在内,阳之守也;阳在外,阴之使也。”(《素问·阴阳应象大论》)“阴者,藏精而起亟也,阳者,卫外而为固也。阴不胜其阳,则脉流薄疾,并乃狂。阳不胜其阴,则五藏气争,九窍不通。”(《素问·生气通天论》)“两者不和,若春无秋,若冬无夏,因而和之,是谓圣度。……阴阳离决,精气乃绝。”(《素问·

生气通天论》)

3 《内经》重阳思想对后世学术的影响

《内经》作为确立中医学理论体系之医学典籍,为中国医学的发展奠定了坚实的基础,其重阳思想对后世影响深远。医圣张仲景深悟《内经》重阳之理,提出“若五脏元真通畅,人即安和”(《金匮要略·脏腑经络先后病》)之说,认为人若能保持五脏“元真”(实指阳气)运动通畅,即可得以安和健康。因此,仲师在实践中极其重视阳气,其不朽的篇章——《伤寒杂病论》之所以冠以“伤寒”二字,意在示人阳气至重而易伤,应时时顾护阳气,因而书中附、桂、姜之使用频率极高,其所创制的诸多扶阳名方经久不衰,堪称重阳扶阳之典范。

此后,崇尚重阳思想之医家辈出,并代有发扬。例如,宋代医学家窦材就十分强调人身阳气的重要意义,指出“……为医者,要知保扶阳气为本。人至晚年,阳气衰,故手足不暖,下元虚惫,动作艰难。盖人有一息气在则不死,气者阳所生也,故阳气尽必死。人于无病时,常灸关元、气海、命关、中脘,更服保元丹、保命延寿丹,虽未得长生,亦可保百余年寿矣。”(《扁鹊心书》)明代医学家张景岳反对“阳常有余”之说,主张“人是小乾坤,得阳则生,失阳则死”,认为“凡万物之生由乎阳,万物之死亦由乎阳。非阳能死物也,阳来则生,阳去则死矣。试以太阳证之,可得其象。”“……可见天之大宝,只此一丸红日;人之大宝,只此一息真阳。孰谓阳常有余,而欲以苦寒之物,伐此阳气,欲得生者,可如是乎?”

“尝见多寿之人,无不慎节生冷,所以得全阳气。”“故凡欲保重生命者,尤当爱惜阳气,此即以生以化之元神,不可忽也。”(《类经附翼》)李念莪云:“天之运行,惟日为本,天无此日,则昼夜不分,四时失序,晦冥幽暗,万物不彰矣。在于人者,亦唯此阳气为要,苟无阳气,孰分清浊,孰布三焦,孰为呼吸,孰为运行?血由何生?食由何化?与天之无日等矣,欲保天年,其可得乎。”(《内经知要》)周之干称:“人身以阳气为主,用药以扶阳为先。如上焦闭塞,阳气不能下降,须开豁之;中焦阳气不能上升,须温补之;下焦阳气不能收藏,须求肾纳气。”(《慎斋医书》)清代医学家黄元御奉行“阳主阴从”,说:“阳如珠玉,阴如蚌璞,含珠如蚌,完玉似璞,而昧者不知,弃珠玉而珍蚌璞,是之谓倒置之民矣。”(《素灵微蕴》)

近代著名医学家、“火神派”之开山宗师郑钦安,极力推重阳气,明确指出:“子不知人之所以立命者在活一口气乎,气者阳也,阳行一寸,阴即行一寸,阳停一刻,阴即停一刻,可知阳者阴之主也,阳气流通,阴气无滞,自然百病不作。阳气不足,稍有阻滞,百病丛生。”“仲景立四逆,究竟是专为救这点阳气说法,……此方不独专为少阴立法,而上中下三部之法具备。知得此理,便知得姜附之功也。今人不知立极之要,不知姜附之功,故不敢用也。非不敢用也,不明也。”“余非爱姜附,恶归地也,功夫全在阴阳上打算。”(《医理真传》)临证“以扶阳为纲”,善以扶阳大法治病疗疾,擅长运用大剂姜、桂、附等辛热药物,起死回生,屡建奇功,积累了十分丰富的经验。

现代名医祝味菊先生,在郑

钦安及其传人卢铸之的影响下,对重阳学说推崇备至,力主“阳为生之本”之理念,极为重视阳气在人体生理、病理、治疗及预后中的作用,认为人体免疫力、抵抗力和修复能力等皆与阳气密切相关,称“抗力之消长,阳气实主持之。阳气者,抗力之枢纽也。”“克奏平乱祛邪之功者,阳气之力也。夫邪正消长之机,一以阳气盛衰为转归。”(《伤寒质难》)提出“阳常不足,阴常有余”之划时代论断,因而临证广用温法,擅用附子,并发前人所未发,大胆创新,创立了温散、温潜、温滋、温清、温化和温润等温阳方法,素有“祝附子”之称;著名医学家和医学教育家吴

佩衡,大力倡导经方学理,十分尊崇仲景温扶阳气之治疗大法,善用附子和四逆辈,而且在剂量及应用范围等方面均有所突破,对阳虚阴寒证的治疗研究造诣颇深,形成别具一格的学术流派。此外,唐步祺、范中林、卢崇汉等火神派传人,临床上皆强调温扶阳气,限于篇幅,恕不一一叙述。

如今,重阳学术思想正受到前所未有的重视,扶阳理念也日益得到越来越多学者的认同与推崇,并展现出勃勃生机和广阔的前景。

4 结语

综上所述,《内经》之重阳思想

渊源于《易经》,认为阳气是万物之源,生命之本,是人体生命活动的动力,贯穿人的生命现象全过程,与健康息息相关,对后世影响极大,而且十分深远,值得高度重视和深入研究。

参考文献

- [1]田代华整理.黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,2005.
- [2]田代华,刘更生整理.灵枢经[M].北京:人民卫生出版社,2005.
- [3]余天泰.论“阳常不足,阴常有余”[J].中医药通报,2008(6):14-16.

医 论

为医首重读书论

医乃古圣人设法以济后世,生死存亡所系焉。欲探其精微,务在博览古今,潜心体贴。

如上古有轩岐,以下代不乏人。神农氏尝百草,一日而化七十毒,是有《本草》。黄帝与岐伯天师更相问难,上穷天文,下穷地理,中极民瘼,《灵枢》、《素问》作焉。其间推原运气之变迁,阐明经络之标本;论疾必归其要,治法务合其宜。井然而有条,粲然而不紊;其道至精至微,知人之所不能知,发人之所不能发,诚万世全生之大典也。扁鹊得其遗意,演而为《难经》。皇甫士安次而为《甲乙》,杨上善纂而为《太素》,王叔和因之而作《脉经》,俱彪炳璀璨,为一时宗。独汉长沙太守张仲景,推本求源,探微索隐,而作《伤寒论》、《金匱要略》。其方取大小奇偶之,制定君臣佐使之宜,真千古不传之秘;而于春温、夏热、中暑、伏暑等症,则有未尽也。幸守真刘子,作《要旨论》、《原病式》、《直格书》、《宣明论》四书,补长沙所未及。如改桂枝麻黄各半汤为双解散,变十枣汤为三花神佑丸,可谓青出于蓝,真有功医门者。同时有张子和者,作《儒门事亲》,方分汗吐下三法,其曰吐中有汗,泻中有补,圣人止有此三法,无第四法,乃不易之确论,于是世人知有刘张之派矣。其奈后学欠于精详,用之失当,至东垣老人阐《素问》之理,宗仲景之法,作《济生拔萃》十书,以传于世。独于内伤一门,立《脾胃论》,补中益气等汤,出千古之特见,开后来之瞽蒙。及丹溪朱氏,伤寒火热,内伤杂病,无不精研。其时世人泥于局方,故立补阴诸法,以救偏弊。其因不一,概无善法救人之夭,乃发神明之识,各撰成书,以为世之准绳也。至于巢元方之《病源》书,孙思邈之《千金方》,王焘之《外台秘要》辞繁方广,足称往代之大作。如陶节安之《伤寒六书》,似胜朱奉议之《活人书》。因节安发仲景所未发,奉议不遵阴阳为表里,解阴阳为寒热,差之毫厘,谬以千里,其活人也固多,而其杀人也岂少哉!薛己之《外科》,补东垣所未备。戴元礼之《证治要诀》,葛可久之《十药神书》,钱瑛之《小儿方论》,张景岳之《大宝论》,赵养葵之《水火论》,如牛渚燃犀,无微不照。秋燥是嘉言独得,瘟疫属又可新裁,皆近代之皎皎者也。至于国朝名家叠出,接脉前贤,咸宜购览,以广见闻。名医著作,汗牛充栋,不胜备载,兹举其要耳。业斯者,探讨以上种种,兼之临症权衡,以时为要,亦不失为大丈夫也哉!

(摘自清·黄凯钧《友渔斋医话》)