

基于中土五行探析“四季脾旺不受邪”在治未病中的意义[※]

张思静^{1,2} 陈淑娇^{3▲}

摘要 脾的功能强健,是保证人体生命健康的重要因素。文中基于中土五行学说阐述脾主四时、脾养四脏,以及脾通过化生气血、调节气机来实现“常以四时长四脏”。一年四季,脾气健运,化源充足,五脏得养,则正气存内,腠理固密,御邪于外,即“四季脾旺不受邪”,对中医治未病具有重要的指导意义。

关键词 中土五行;四季脾旺不受邪;治未病

中土五行,来源于古人对方位和季节认识的“河图”,是指土居中央,而木、火、金、水分别位于东、南、西、北四方^[1],即“中五立极,临制四方”的五行模式。在此模式中,脾土占主导地位。“四季脾旺不受邪”出自张仲景《金匮要略·脏腑经络先后病脉证第一》,意为脾气旺于四时,健运得当,化源充足,脏腑气旺,则“正气存内,邪不可干”,体现了脾胃对维持机体健康的重要作用,这与中土五行思想不谋而合。依据中土五行,脾胃属土,居中央,应四时,养四脏,脾气升、胃气降为脏气升降之枢^[1]。

1 中土五行与脾主四时

关于脾之主时,尚有两种说法:①脾不主时(脾主四时)。《素问·太阴阳明论》曰:“脾者土也,治中央,常以四时长四脏,各十八日寄治,不得独主于时也。”脾不单独主一个季节,而是分主四时之中“各十八日”,蕴藏于四季,居中央灌溉、滋养余四脏的生长。②脾主长夏。《素问·脏气法时论》曰:“肝主春,心主夏,脾主长夏,肺主秋,肾主冬。”王冰注云:“长夏,谓六月也。”长夏是一年的中间,即湿热最盛的农历六月^[2],体现了“脾居中央”的思想,也符合脾脏喜燥恶湿的生理特性。这两种说法虽不同,但并不矛盾,且都与中土五行“脾居中央”的思想相对应。故可总结为脾主

四时,助四脏生、长、化、收、藏,在长夏之时发挥着更明显的作用,使人体更好地适应自然变化。将五脏与四时相对应,意在表明人与天地相通应,体现天人合一,法于自然的思想^[3]。中医学还依据中土五行模式构建了“左肝右肺,心上肾下,脾居中央”的四时五脏阴阳理论体系^[1],丰富了中医基础理论知识。

2 中土五行与脾养四脏

2.1 脾为气血生化之源 《素问·太阴阳明论》曰:“脾脏者常著胃土之精也,土者生万物而法天地。”《国语·郑语》亦说:“土与木火金水杂以成百物。”可见,在万物生成中,土是不可或缺的。中医学认为,气血冲和是维护人体生命健康的基本条件,其主要依赖于水谷精微,而脾胃为“仓廩之官”“五脏六腑之海”,脾主运化,胃主受纳,共同运化和产生水谷精微,化生气血,故称脾胃为气血生化之源。根据中土五行模式,脾居中央,凌驾于其余四脏之上,要转输水谷精微至其他四脏,充养全身。其余四脏的气血津液都来源于脾,故脾必为气血津液生化之源。且脾不仅生血,亦统血。《金匮要略编注·下血》曰:“五脏六腑之血,全赖脾气统摄。”脾的主导地位可见一斑。脾居中央,土生万物,脾为精气血津液的生化之源,为后天之本,与四时四方无配,故《素问·玉机真脏论》称脾为“孤脏”^[1]:“脾脉者,土也,孤脏以灌四傍者也。”

2.2 脾胃为脏气升降之枢 脾主升清,胃主降浊,二者为脏气升降之枢纽。脾脏生化气血津液,转输水谷精微,布散四周,充养全身。脾气在这生化转输的过程,起着极其重要的作用。清代黄元御在前人的基础上完善了中土五行学说^[4],其在《四圣心源》系统阐述

※基金项目 福建省卫健委科技计划项目(No.2020CXB036)

▲通信作者 陈淑娇,女,医学博士,主任医师,教授,博士研究生导师。研究方向:中医健康管理。E-mail:fjcsj12@163.com

•作者单位 1.福建中医药大学中医学院(福建福州 350122);2.福建中医药大学中医证研究基地(福建福州 350122);3.福建中医药大学附属第三人民医院(福建福州 350108)

了脾胃为升降枢纽的生理、病理观,重视脾胃之气的升降合宜,主张“中气之治”“一气周流,土枢四象”^[5]。中医以中土五行模式强调了中央脾土的重要性,认为脾胃为气机升降之枢纽,脏腑之气有赖脾土而升降流转。《素问·刺禁论》:“肝生于左,肺藏于右……脾为之使,胃为之市。”张琦在《素问释义》中对此句解释为:“中枢旋转,水木因之而左升,火金因之而右降。”说明了脾胃的“转枢”之用^[6]。正是脾胃在脏腑间发挥着枢机调衡的作用,心气才能推动,肺气才能宣降,肝气才能疏泄,肾气才能蒸腾气化^[7],气机升降出入正常,机体才能维持内部的动态平衡状态。

3 “四季脾旺不受邪”与治未病

《素问·四气调神大论》曰:“是故圣人不治已病治未病。”“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”则很好地体现了“治未病”这一思想,还表明了“实脾”是治未病的关键,这与“四季脾旺不受邪”有异曲同工之意。治未病可从扶正气和防邪气入手^[8],二者均离不开脾的作用。喻昌在《医门法律》中指出,人之内气是元气也,气和则为正气。《奇效良方·宿食内伤门》记载:“脾胃一伤,则真元之气败坏,致生诸虚百疾而夭人寿命。”说明脾胃与元气密切相关^[9],脾旺则正气充。脾主肌肉,脾气健运,则气血旺盛,充养肌表,肌肉健硕,腠理固密,防外邪由肌表而入。并且,卫气营血作为人体抵抗外邪入侵的物质基础,二者均赖脾所化生,因此认为,脾在防治疾病中具有重要作用。《杂病源流犀烛·脾病源流》言:“盖脾统四脏……四脏有病,亦必待养于脾……脾气绝,四脏不能自生。”可见,脾胃有损,不能濡养四脏,则五脏不安^[10]。在治疗他脏病变时,也要兼护脾胃,脾旺则他脏方能安定。《脾胃论·脾胃盛衰论》云:“百病皆由脾胃衰而生也。”现代研究发现,脾主升清、运化、生血的功能可促进人体新陈代谢,维持生理平衡。脾还与免疫系统密切关联,脾不旺时,免疫力下降,大大增加了患病的概率^[11]。综上,脾旺是治未病的关键点。

中土五行模式下的“四季脾旺不受邪”还应注意建立整体性的调理模式,不能忽视其他脏腑。人是一个整体,五脏六腑亦是一个整体,环环相扣,相互影响,只是脾土的生理功能,在协调机体的阴阳动态平衡中,扮演着“总指挥”的角色,发挥着统领、协调的重要作用,使机体达到阴平阳秘的健康状态。所以,在治未病或治已病时,不可仅着眼于已病的一脏,应五脏并重;调治其他四脏病变时,应注意兼顾脾胃。未

病先防要顾护脾胃,既病防变要复脾健运,瘥后防复要补养脾胃^[12]。调护脾胃既可服用调养方药,也可进行非药物的健脾疗法,如药膳、茶饮、艾灸等。通过调理脾胃、补益中焦等治法来滋补元气,强固卫气,充养肌肉,增强体质,防微杜渐^[9]。此外,调理脾胃还要顺应四时自然规律,天人合一,三因制宜,整体调控,如“春不食肝,夏不食心,秋不食肺,冬不食肾,四季不食脾”。

4 结语

脾为后天之本,元气之母,主运化水饮谷物,化生营卫气血,转运脏腑之气,居中央,主四时,灌四傍,养四脏^[13],故脾旺则气血冲和,营卫调和,阴阳自和,百病不生。《黄帝内经》中“脾者土也,治中央”“脾为孤脏,中央以灌四傍”等重视脾胃的记载,就是中土五行思想的体现。中土五行理论合理地解释了“四季脾旺不受邪”的深刻内涵,体现了“四季脾旺不受邪”的养生思想在中医治未病中具有重要的指导意义。

参考文献

- [1]孙广仁,郑洪新.中医基础理论[M].北京:中国中医药出版社,2012:48-49,55-56.
- [2]王家琪,王彩霞.“脾不主时”与“脾主长夏”的内涵及发展[J].中医杂志,2017,58(9):724-728.
- [3]刘华,袁卫玲,孟静岩,等.脾主四时内涵之探析[J].中华中医药杂志,2016,31(12):4931-4934.
- [4]程勋树,王海军.中土五行理论中脏腑与情志的关系研究[J].天津中医药,2019,36(11):1082-1085.
- [5]黄元御.四圣心源[M].北京:中国中医药出版社,2009:1-3.
- [6]陆敏,王德明.浅谈《内经》之“脾为之使,胃为之市”[J].时珍国医国药,2010,21(12):3371.
- [7]高振华.“四季脾旺不受邪”与肿瘤防治[J].实用中医内科杂志,2014,28(9):182-183.
- [8]李书楠,林平.脾为后天之本与中医治未病[J].光明中医,2017,32(3):340-342.
- [9]熊斌,钱会南.“四季脾旺不受邪”刍议[J].中国中医基础医学杂志,2009,15(5):343-344.
- [10]黄博威,刘启鸿,黄文彬,等.谈“四季脾旺不受邪”[J].福建中医药,2019,50(3):45-46.
- [11]申定珠,崔瑾.浅探“四季脾旺不受邪”与免疫的关系[J].国医论坛,2003,18(6):18-19.
- [12]钟阳红,皮鹰,伍庆华.从“脾统四脏”谈“治未病”[J].江西中医药大学学报,2015,27(1):20-22.
- [13]蔡华珠,刘启鸿,纪立金.“居中央,灌四傍”之刍议[J].陕西中医药大学学报,2017,40(6):7-9.

(收稿日期:2022-04-17)

(本文编辑:黄明愉)