

“阴平阳秘”之思想探微

沈耿杨¹ 指导:吴丽丽²

(1 广州中医药大学, 511400; 2 广州中医药大学第一附属医院)

摘要 “阴平阳秘,精神乃治”出自《内经》,在中医学中作为人体的一种生理常态,是人体最佳生命活动状态的高度概括,指“阴”以适用为平,“阳”以潜藏为贵,相互协调,维持正常状态。立足现代医学,可以看成是指人体内环境的稳态,而且是一种有序的稳态。“气阳血阴,人身之神,阴平阳秘,我体长春”,因此法于阴阳,和于术数,深谙“阴平阳秘”之道,如此才是养生得法,形神协调,才能实现健康长寿。

关键词 阴平阳秘;阴阳相对平衡;内环境稳态

Subtleness of ‘balanced yin and consolidated yang’

Shen Gengyang¹, Wu Lili (mentor)²

(1 Guangzhou University of Chinese Medicine, post code: 511400; 2 1st Hospital of Guangzhou University of Chinese Medicine)

Abstract ‘Balanced yin and consolidated yang, resulting in good health and spirit’ from Neijing, refers to a physical conditional in which the human body operations at best. Yin is balanced when properly applied, yang is valued in terms of hidden and storage, yin and yang regulate one another and achieved balance. From the point view of western medicine, that’s inner orderly and peaceful state. As an old says goes, ‘qi, yang, blood, yin, spirit of human body, balanced yin and consolidated yang, I enjoy long time health’, therefore, action in compliance with yin-yang and shushu is the ultimate life preserving method to coordinate form and spirit, arriving at healthy long life.

Key Words Balanced yin and consolidated yang; Inter balance of yin-yang, Inner peaceful state

1 生之本,本于阴阳

黄帝曰:“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。”人禀天地之气而生,本于阴阳,于是周易画八卦,定乾坤,乾为纯阳,坤为纯阴,乾道成男,坤道成女,男女结合,阴阳交媾,才得以有人身,人生立命之极即在于一阴一阳。人生于阴阳,这是从生理角度说的,“阴平阳秘”即是这种常态的高度概括,是最早的人体稳态模型;“阴阳失调”“阴阳离决”则是从病理角度说的。《内经》曰:“生之本,本于阴阳”,所以只有法于阴阳,维持阴阳之间的正常关系,才能达到形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去,故《内经·生气通天论篇》曰:“阴平阳秘,精神乃治;阴阳离决,精气乃绝。”

阴阳是对自然界事物或现象对立双方属性的概括,它不仅含有对立统一的蕴意,还具有特殊的质的规定性^[1],他们之间的关系包括对立、互根、互生、消长、转化等,《内经》说“阴平阳秘”,概括了生命的最佳状态,是从整体而言的。阴阳之间存在永恒的运动,然而有序并且稳定,生命体的活动则本源于这种矛盾运动。《素问·阴阳应象大论篇》说:“积阳为天,积阴为地。阴静阳躁,阳主生长,阴杀阴藏。阳化气,阴成形。”这

就是所谓之阴阳。

《内经》之“阳化气,阴成形”解释了阴阳为何物。阴为肉眼看得见的有形物质,而阳为肉眼看不见的无形的存在,落实到人体,“阴”指人身之躯壳血肉,经脉肌骨,五脏六腑,包括食入之一切营养物质,“阳”指人体之生理功能,五脏六腑运动的动力,包括机体抗病能力,维持内稳态的能力等。《说文解字》中“平”指“语平舒也”,指阴精必须平和,不偏颇,适量,丰满;“密”字,字典中有五意:一者,稠密,细密;二者,密切,亲切;三者,寂静;四者,密闭,闭合;五者,秘密,隐蔽。“固”者,即是坚固也,《内经》曰“阳气者,卫外而为固也”。可知阳气的作用之一是作为守卫体表的士兵,如人体之抵抗力,使肌表坚固而可抵御外邪的入侵,故本句中的“密”的意思应为“密闭,闭合”较为妥当,意思就是阳气必须密闭,只有阳气密闭,才能使得机体有着坚固的卫外屏障,即所谓“正气存内,邪不可干”也。总而言之,“阴平阳秘”即是指:阴不可盛,以平为度,阳不患多,其要在秘。有形之躯壳,是后天之体质,是一团死机,阳则是运行于其中之能量动力,使死机化成生机。人体之阴血津液,食入之一切营养物质,在于供阳之用,要谋供求相等,以适用为平,过则无益,成为负担

而有害^[2],缺也不可,立足现代生理学,阴不足,可以看成营养不良之证,阴太过,则成营养过剩之病。阳指人体运化之功能,抵抗疾病之力量,不患多,而以潜蓄秘藏为贵,若以势妄作,亦足以致病,《内经》曰:“阳气者,若天与日,失其所,则折寿而不彰,故天运当以日光明。”阳之作用,则相当于天之一丸红日,发育万物,生养命根。《内经》又云:“凡阴阴之要,阳密乃固,两者不和,若春无秋,若冬无夏;因而和之,是味圣度。故阳强不能密,阴气乃绝。”阳气在生命中有主导作用,主动、主热,有温煦、鼓舞、固卫及化生阴精等作用,上面所讲阳为功能,故须平密、冲和、安静,若阳气过亢,势必销铄阴精,阴精多损,阳无根基,则阳亦必随之而虚^[3]。《周易》画先天八卦以明后人人身立命之根,乾坤交媾,乾分一气落于坤宫,化而为水,阴阳互根,变化出后天坎离二卦,元阴元阳二气往来,遂化生中土,万物赖焉,人身亦赖焉。郑钦安重视坎中一阳,称之养于坤土之下,潜于坤水之中,即《周易》所说“见龙在田”。阳气秘藏,虽无飞腾之志,却有化育之功,水中有阳,而水不至寒极,地得阳潜,而地能冲和,可见水土和德,阳秘乃固,人体之功能方能正常发挥^[4]。

简而言之,“阴”就是指物质之人体,“阳”就是指人体之功能,阴为物质,阳为机能。“阴平”指人体组织器官的生命物质质量在正常范围内,“阳秘”指人体的各种内外调节功能正常^[5]。故古人说:“形与神俱。”形体与机能相协调,方能维持健康。

2 阴平阳秘不等于阴阳平衡

老子曰:“万物负阴而抱阳。”阴阳处于永恒的运动中,互根互用,也存在对立斗争,《易传·系辞》曰:“刚柔相推,变在其中矣。”在相对的平衡之中,包含着绝对的不平衡,也正是这种绝对不平衡的矛盾运动,才维持着“阴平阳秘”,立足现代之生理学,阴阳运动可看成是人体新陈代谢的过程,从微观的角度也证明了机体内几乎所有的细胞膜两侧都存在着电位差(膜电位),即细胞膜两侧的电荷不平衡,而这种不平衡电荷对细胞的功能具有极其重要的作用^[6]。《格致余论》曰“天之生物,故恒于动,人之有生,亦恒于动”,阴阳则通过种种矛盾斗争,通过“动静相召,上下相临,阴阳相错,而变化由生也”推动机体的新陈代谢。

《中医诊断书》中把“阴平阳秘”解释为“阴阳(相对)平衡”,其实是把概念浅化、简化了。平衡就是矛盾的暂时的相对的统一,相当于现代物理学的相对静止^[7]。首先,阴阳在性质上是对立的,这是阴阳关系最基本的形式,消长转化等都以此为基础,《内经》关于“阴阳相逆,则阳病”等则说明了这一点。既然

是对立的,是非平衡的,由此产生了矛盾运动,生命便有了生机,同则不继,生化必息。其次,阴阳之间除了对立还有互根、互用、互生、自和等关系,《素问·阴阳应象大论篇》说:“阴在内,阳之守也;阳在外,阴之使也。”阴包括阴血津液,一切食入之营养物质,需要阳之推动运化,阳为生理机能,需要阴之物质基础,阴藏精,阳卫外,阴阳之间存在复杂的相互作用,有物质、能量的交换和流通,是不平衡的。再次,“阴平阳秘”是人体生理的最佳状态,是阴阳相互运动的总状态,是“矛盾的暂时的相对统一”,是从整体上呈现出来的相互协调,是大量非平衡组建而来的,这也是物理的、化学的、西医的平衡概念难以表达清楚的^[8]。

“阴平阳秘”是一种有序稳态,既不能用“要么是平衡的”“要么是不平衡的”来定义,更不能把已知的物理学、化学、生理学中的任何一种平衡来定义,应当尊重“阴平阳秘”的经典含义,从机体的实际过程(而不是字面)出发,做出更深入的认识和解释^[9]。

3 “阴平阳秘”当注重“阳主阴从”

《内经》云:“谨熟阴阳,无与众谋。”万物可分阴阳,俱为阴阳二气所化,二气交合,阴阳和合,故生物成物;阴阳二气,互根互用,你中有我,我中有你,一而二,二而一。要想协调统一,体用不二,处于“和”的状态,势必一为主,一为从^[10]。《周易》乾卦曰:“大哉乾元,万物资始,乃统天。”坤卦曰:“至哉坤元,万物资生,乃顺承天。”乾坤为万物之元始,万物因乾坤的交感运动而生生不息,但两者之间,乾是“统天”,是主导的,坤是“顺承天”,是被动的^[11],是故知阳为主导,阴为从属。《素问·阴阳应象大论》曰:“阳生阴长,阳杀阴藏。”可见《内经》也体现了阳主阴从的思想。《医理真传》曰:“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。”又如《春秋繁露》所云:“阳始出物亦始出,阳始入物亦始入,阳方盛物亦方盛,阳初衰物亦初衰。物随阳而出入,数随阳而终始。”这都体现了古人重视“阳主阴从”,重视阳气,因此,以阴为体,阳为用,以阳为主,阴为从。

“阴平阳秘,乃曰平人”,而成为真正意义上的“平人”,是有条件的,这其中的关要,在于阳气。杨上善注《内经》曰:“人之阳气,若天与日,不得相无也。如天不得无日,日失其行,则天不明也。故天之运动,要借日行,天的光明也。人与阳气不得相无,若无三阳行于头上,则人身不得彰延寿命也。”郑钦安先生深明此中要害,《医理真传》中最为强调坎中一阳,称之为人身之真种子,人身之立命及枯荣俱赖于此。是故阳气乃人身立命之根也,阴阳处“中”处“和”之要道也,“阴平

阳秘”之至要在于“阳统乎阴,阳主阴从”也。

4 “阴平阳秘”是有序的内稳态

19 世纪中叶法国生理学家伯尔纳首先提出内环境和内环境恒定性的概念,至今稳态已成为现代生理学乃至整个生命科学中具有普遍意义的基本概念。《素问·宝命全行论》曰:“人生有形,不离阴阳。”中医的“阴平阳秘”即是人体最佳生命活动状态的高度概括,与内稳态之本意殊途同归,但要区别于平衡,它更多指的是一种远离平衡的“有序稳态”。这个“有序稳态”,即是“阴气和平,阳气闭秘”,体现在人体整体水平上的功能活动有序调节和稳定,实现整体和局部的统一,结构和功能的统一^[12]。

《内经》曰:“谨察阴阳之所在而调之,以平为期。”“阴平阳秘”就是一种“平”的状态,仲景称之为“阴阳自和”,曰:“阴阳自和,必自愈”。而疾病发生的根本原因即是阴不平,阳不秘,包括“阴阳失调”“阴阳离决”。因此,调整阴阳,促使“阴平阳秘”,恢复阴阳常态,就是治疗的基本原则。总而言之,人的全部生命过程就是在“阴平阳秘”“阴阳失调”和“阴阳离决”这 3 种基本状态中转化,其中“阴平阳秘”就是人体之最佳状态^[13],其最终目的则在于达到“阴阳自和”,这也是养生治病的目的。

《国语·邵语》曰:“和实生物,同则不济。”《内经》中以“和”为“圣度”,张景岳也提出“故圣人之治天者,

在于和阴阳而已”。可见,古人很重视“和”的概念,“阴平阳秘”作为人体健康的最佳状态,正体现了“和”的精神,是诊断和治疗的标准。古人云:“和也者,天下之大道也。”“阴平阳秘”既有医学方面的境界,也有哲学的境界,需要我们去继续探讨,继续研究。

参考文献

- [1] 马砚涛,张丹. 对“阴平阳秘”的诠释. 甘肃中医,2008,21(11):2.
- [2] 祝味菊,陈苏生. 伤寒质难[M]. 北京:人民军医出版社,2010:55.
- [3] 方药中. 凡阴阳之要,阳秘乃固. 黑龙江中医药,1982,(1):16.
- [4] 郑钦安. 中医火神派三书[M]. 学苑出版社,2007:6.
- [5] 梁启军. 论阴平阳秘和中医精神观的科学性. 河南中医,2008,28(10):10.
- [6] 唐瑜之. 阴阳不平衡性的重要意义. 光明中医,2010,25(7):1131-1132.
- [7] 祝世讷. 阴平阳秘不等于阴阳平衡. 山东中医学院学报,1989,13(5):2.
- [8] 卢志雁,黄玉云. 从阴阳自和析阴平阳秘. 大同医专学报. 1997,17(2):35.
- [9] 祝世讷. 阴平阳秘不等于阴阳平衡. 山东中医学院学报,1989,13(5):6.
- [10] 周磊. 浅述郑钦安先生对阴阳学说的应用. 泛中医论坛·思考中医 2007 论文集,2007:146.
- [11] 李康铭. 浅论郑钦安的中医元气观. 中国中医药现代远程教育,2009,(7):11.
- [12] 李国彰. 中医稳态关于稳态学说. 北京中医药大学学报,1994,17(6):7-8.
- [13] 卢志雁,黄玉云. 从阴阳自和析阴平阳秘. 大同医专学报,1997,17(2):34.

(2011-04-28 收稿)

真寒假热治验举隅

丁 树 栋

(山东省诸城市精神卫生中心,262200)

关键词 真寒假热/中医药疗法

1 典型病例

某,男,48 岁,2008 年 5 月 26 日初诊。平素常有畏寒肢冷、便溏等症状。自 4 月 12 日始,每日 16~22 时出现发热,体温最高时达到 39.5℃,一般都在 38℃~39℃之间,曾在当地某医院治疗月余,诊断为“不明原因发热”,先后用青霉素、丁胺卡那霉素、林可霉素、阿奇霉素、甲硝唑、异烟肼等多种药物治疗,未见明显效果,故自动要求出院。出院后改投当地某中医治疗,予服黄连、黄芩、金银花、连翘等清热解毒药治疗,体温不降反升,最高时达 40.2℃,畏寒症状更甚,出现恶心呕吐,腹痛腹泻,遂停剩余中药来诊。诊见:身体消瘦,精神不振,形寒肢冷,面色萎黄,伴全身乏力,头晕心悸,自汗不止,食欲不振,便溏。自述腰背部冷甚,似有冷水浇灌。舌质淡胖,舌边有齿痕,苔白腻而润滑,脉沉细。辨证为脾肾阳虚,气血两亏。治宜温肾暖脾,益气养血。自拟方药:附子 10g,桂枝 10g,干姜 10g,炙甘草 10g,当归

15g,苍术 15g,白术 15g,白芍 10g,半夏 10g,补骨脂 10g,鸡内金 10g,大枣 15g,木香 10g,黄芪 20g,党参 15g,酸枣仁 20g,茯苓 15g,菟丝子 15g。每日 1 剂,水煎,早晚分服。连服 7 剂,体温渐至正常,精神明显好转,食欲改善,腹泻亦止。后改服附子理中丸、归脾丸调理 2 周,诸症全消。

2 讨论

本病属中医学真寒假热范畴,是内有真寒而外现假热症候。其发生的机理,是由于阴寒内盛,格阳于外,阴阳格拒而成,又称“阴盛格阳”。其体温升高为标,而畏寒肢冷、便溏等寒性症状为本,故用黄连、黄芩、金银花、连翘等寒凉药物治疗无效,反使病情加重。究其病因,本病乃由脾肾阳虚,气血双亏所致,故用温肾暖脾,益气养血之法指导遣药组方,亦系循中医学“治病求本”“热因热用”“甘温除热”“虚则补之”等治疗法则,而不是一味的用寒凉攻伐之品。“有是证用是药”,药证相符,故能收到满意的治疗效果。

(2011-03-09 收稿)