

· 论著 ·

“阴平阳秘” 阐释

高志平, 荣瑞芬

(北京联合大学, 北京 100101)

摘要: “阴平阳秘”语出《黄帝内经》, 是对人体最佳生命活动状态的概括。以往注解多偏于其表征解读, 文章从“平”“秘”含义的本质特征入手, 对其内涵特征的把握及实现方式做了进一步阐释和解析。指出“阴平阳秘”是建立在阴精充足、阴阳完美适配基础上, 阴阳“互动机制”与“互制机制”间的稳态平衡, 是中医的人体健康模板, 也是中医补益和“引火归元”思想的发端, 更是纠正病理状态实现“以平为期”的具体目标和策略所在。

关键词: 黄帝内经; 阴平阳秘; 阴阳平衡; 中医体质; 阴虚阳亢; 引火归元; 太极图

Explanation of ‘relative equilibrium of yin-yang’

GAO Zhi-ping, RONG Rui-fen

(Beijing Union University, Beijing 100101, China)

Abstract: The idea of ‘relative equilibrium of yin-yang’ was initially proposed by the *Huangdi Neijing*, which described the best state of the body. But its meaning is not very clear and can’t be understood accurately. Previously, the idea of ‘relative equilibrium of yin-yang’ was often understood from its external representation, so it has not yet been explained accurately. So from the essential characteristic of ‘relative equilibrium of yin-yang’, we further elucidated its connotation and the methods to realize the ‘relative equilibrium of yin-yang’. Only did the yin essence keep sufficient and the yin perfectly match the yang, the mutual interaction and restraint between yin and yang will maintain balance that stands for the status of the ‘relative equilibrium of yin-yang’. The relative balance between yin and yang is supposed to be a health template in the theory of traditional Chinese medicine, a origin of the thought of ‘guiding fire to origin’, and the goals and strategies for the achievement of the balance.

Key words: *Huangdi Neijing*; Relative equilibrium of yin-yang; Balance of yin and yang; TCM constitution; Hyperactivity of yang due to yin deficiency; Guiding fire to origin; Tai Chi Tu

“阴平阳秘, 精神乃治; 阴阳离决, 精气乃绝”语出《素问·生气通天论》。阴阳是中医理论的基础和核心, “阴平阳秘”一直被认为是人体最佳生命活动状态的描述和概括, 其内涵当不仅是“平衡”, 而要深刻得多, 也丰富得多^[1]。目前对其释义基本沿用王冰“阴气和平, 阳气闭塞”注解, 此注偏于意会而失于笼统, 并未确切说明“平”与“秘”的本质特征, 给后世解读留下困惑。本文从“平”与“秘”含义的本质特征入手, 对“阴平阳秘”内涵特征的把握及实现方式做了进一步的阐释和解析, 以求对经文的理解能更有裨益。

“阴平阳秘”的3层含义

阴阳具有“矛盾暂时的、相对的统一”的基本表征特性, 因而以往曾被简单地理解为阴阳平衡, 而其内涵需要从以下3个层面来深入解析。

1. 表征是稳态平衡 平衡是“阴平阳秘”重要的表征特性, 而基于物质属性的生命体机能状态, 其平衡态的实现显然有别于物理、化学的物质能量平衡, 且其平衡并不能单纯用数或量上的相等来判断^[2], 而是以“若干因素相互作用形成的不随时间变化而变

化的状态”^[3]为特征的稳态平衡。无论是内在平衡还是内外平衡, 这种稳态平衡都存在着物质能量的流动和交互作用, 但其不仅是一种数量平衡, 更是以阴阳对立、互根、互生、互用、相须、相使、消长、转化等一系列相互作用为基础的“互动机制”与“互制机制”之间的稳态平衡, 其突出强调的是机制平衡。阴阳稳态平衡的外在意象表现就是以阴阳的有序性、自调性和相对稳定性为特征的“和合态”。“和合”是中国文化和思想的重要特征, 也是“阴气和平, 阳气闭塞”的状态, 太极图就是阴阳相互作用关系及其稳态平衡意象的完美表达。

2. 核心是阴精充足 在中医古籍中, 从未有将“阴平阳秘”的“平”与“秘”合在一起表述, 均是分开表述的。“平”与“秘”虽是并列对偶结构, 但对应的主体不同, 其含义也不同, 应予以明确区分以便于理解。中医认为“阴者, 藏精而起亟也”, 是生命体物质基础的总体概括, 是实现阴阳稳态平衡的基础条件和重中之重。“平”字, 从于从八, 而“于”是气受阻而能越过之意, 当暗含充足方能越过的前提。

《汉书·食货志》有“再登曰平……三登曰泰平”, 王

力先生释“平”为“丰年”^[4],也含有充足之意。我们不妨将其引申理解为“水平,够水平”,这样就能更准确地反映阴精的重要性和不可替代性。因生理性的、功能性的阴精具有“满则溢”的自我调控机制,故其只有不足,而不会有“太过”。刘力红^[5]也认为“阴的作用,是为保藏充担藏精起亟作用的精,使其足以应付各种突然变化的需求”。相较而言,“阴不可盛,以平为度,阳不患多,其要在秘”^[6]的解读,就明显忽略了生理性阴精的自我调控机制。“阴平”的本质特征是“足”,阴的充足是阴平阳秘、阴阳稳态平衡的根本,发挥着决定性的作用,这也是后世“阳常有余、阴常不足”论的认知基础。不以阴精充足为前提条件的所谓“平衡”,都属于病理状态或具有病理趋势的状态,比如阴阳两虚。

3. 关键是阳要适配 《黄帝内经》原文中,与“阴平阳秘”意义相对的表述是“阴阳离绝”,由此也证明阴阳真正着眼点是二者密不可分的关联性。二者的有机联系,既是中医认识事物的立足点,也是治疗调理的归结点。“阳卫外,为阴之固”,固不仅指阳的卫外功能,也表达了阳的主动适配性,阴阳适配性和恰适性的完美形式在太极图中得到了非常形象化的呈现。在阴阳适配过程中,阳的能动性更大,是具有主动性的一方。正常生理状态下“阳”通过“阴阳自和”的方式,可主动实现二者的适配,从而达到“凡阴阳之要,阳密乃固”的目的。这种适配性的极端反证,便是“阴阳离决”。

再有,中医认为“阳化气,阴成形”,且阴阳又是可以相互转化的。在阴阳的转化机制中,阳的功能主要体现为“化”,人体元阳就是精化气的枢机所在^[7]。

“化”就是要充分发挥“阳”的主导性和能动性,促使阴阳实现双向转化,进而实现二者的最佳适配性,这是一个无论阴精足与不足都需要不断地、不停地进行的动态调适过程,也是阴阳互动机制的具体体现之一。

“阴平阳秘”的两种态势

1. 均衡的理想态 阴阳是中医认识自然和人体的出发点和归结点,也是对人体健康状态进行评价的根本依据所在。《素问·调经论》指出“夫阴与阳皆有俞会,阳注于阴,阴满之外,阴阳匀平,以充其形,九候若一,命曰平人”,中医对于健康状态的认识,就是基于阴阳整体认知和综合评价的结果。这里所说的“平人”,可以看做是阴平阳秘、阴阳稳态平衡在人体的一种理想化的体现,即中医的人体健康模板,可以用其比对并区分各种健康状况和体质状态,但其并不等同于我们现在通常所讲的健康人群或平和体质。平和体质内涵和外延较“平人”的理想态都已

经进行了较大的扩充。中医平和体质并非单纯的理想态健康体质,而是一个兼具包容性质的复杂组合体,是一个广义化的集合体^[8]。

2. 求和的目标态 相对于理想态的健康模板,更多的人群、更多的身体状况则处于一种非理想状态,而且是介于“阴平阳秘”与“阴阳离绝”两个极端状态之间的中间过渡状态,是一个涵盖绝大多数人群的、一个跨度极大的、渐进演变的、正邪交争的状态,即“阴不平、阳失秘”的相对病理状态。针对这种状态,中医始终以求和的思想来认识其趋势和转归,

“致中和”便是其追求的主要目标,而其实现路径则主要依赖于自我主动调整和外界干预调治两种方式。源于阴阳稳态平衡的“阴阳自和”过程无时无刻不在发生,是阴阳本身的相互作用机制使然,有赖于此,才得以保持和实现人体的阶段稳态。这是人体回归“和合”目标态最基本、最重要的方式,无论是生理还是病理状态,无论是健康还是疾病状态,人体都会在特定时间段呈现出一种相对的“阶段稳态”,这是人体自身阴阳“互动”与“互制”机制的调控使然,也是生命得以存续的重要原因所在。而当前者不足以实现阶段稳态时,以医者行为为代表的外界干预调治就成为了主要的形式和手段。“调”与“治”本身就都是帮助机体逐渐趋向于“阴平阳秘”理想态的求和方式、手段和过程。

“阴平阳秘”的实现策略

对于多数人而言,“阴不平、阳失秘”的相对病理状态是持续伴随的,是生命动态平衡过程的一部分,只不过有轻重缓急暂久之分,这其中的绝大多数状况又可以通过阴阳自和的自我求和方式得到解除或暂时缓解,因而许多状况并未引起我们足够的重视。所有病理状态的发生发展都有其可查的物质基础,阳气之亏也多是阴精亏虚的连锁反应或连带结果,故阴精的亏虚不足是大多数病理状态形成的根本原因所在。人体自然生理本身就是一个不可避免的、逐渐加剧的阴分亏耗过程,未成年前,阴分的消耗主要是最具有变数的“精”,因人体“形”的生长发育全部依赖精的赞化,这是一种持续的、不可替代的内消耗;而成年之后,其形已成,则更多的是各种因素造成的外消耗和源于情志因素的内消耗,因而造就了人体阴阳失衡紊乱的自然趋势和态势。人体各种病理状态发生、发展的诱因多在“阳”,而本质多可归咎于“阴”。“秘”本身就有向内收的含义,即阳向阴归拢的意思,这是“阴阳自和”的重要手段和方式。反之则可表现为“阳强不能密,阴气乃绝”。

要实现“阴平阳秘,精神乃治”的目标,除了以日

常调护、养生保健为主要形式的自我求和外,适时适度的外界干预调治也是必不可少的手段。极具中医特色的“补益”思想就是针对“阴平阳秘”这个大目标的重要策略,也是一个非常独特的中医文化理念,其包含了3层含义,一是补虚,以补阴为主,阳为辅,即以平为期,首当不虚;二是补漏、补缺,含有防耗的意思,也可理解为不能使其受到损伤;三是促使阳气向阴归拢,除常用的敛气治疗外,另一极具中医特色的理念和方法就是引火归元,即引阳气归于命门真元,方能因“蓄”而“养”,并真正起到元阳的动力作用^[9]。

总而言之,“阴平阳秘,精神乃治”与“阴阳离绝,精气乃绝”描述并强调了人体阴阳互动与互制机制变化两端的典型状态。“阴平阳秘,精神乃治”强调了精与气,即阴与阳二者相通、相互滋生的理想态和目标态。“阴阳离绝,精气乃绝”则表达了二者不能相互滋养化生而导致的严重后果。“平秘”与“离绝”既是极端的,也是相对的,是侧重于过程的、渐进型的表达。精气神是这个过程发生、发展的基础和主要内容,而和合则是其重要的、终极的表现形式。“执两用中”的自我求和与干预求和,以及由此

衍生的补益思想和方法,都是谋求阴阳稳态平衡的具体路径和重要策略。

参 考 文 献

- [1] 祝世讷.再论阴平阳秘不等于阴阳平衡.山东中医学院学报, 1996,20(2):74-78
- [2] 陈新宇,陈青扬.谨熟阴阳,以平为期.湖南中医药大学学报, 2013,33(1):53-56
- [3] 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):2-6
- [4] 王力.王力古汉语字典.北京:中华书局,2000:825
- [5] 刘力红,赵琳.“藏精起亟”论辩.上海中医药杂志,1999, 33(4):42
- [6] 沈耿杨,吴丽丽.“阴平阳秘”之思想探微.世界中医药,2012, 7(2):99-101
- [7] 高志平.“春夏养阳、秋冬养阴”辨析.中华中医药杂志,2015, 30(9):3380-3382
- [8] 高志平.论中医平和体质的包容意义.中国中医基础医学杂志, 2013,19(3):255-256
- [9] 高志平.冬病夏治论析.中国针灸,2014,34(4):401-404

(收稿日期:2016年6月8日)

·论著·

甲状腺为奇恒之府的探析及其证治规律

计焯¹, 李云楚², 左舒颖³, 倪青²

(¹北京市丰台区王佐镇社区卫生服务中心, 北京 100074; ²中国中医科学院广安门医院, 北京 100053; ³北京中医药大学研究生院, 北京 100029)

摘要:近年来,甲状腺疾病的发病率逐年增高,不断引起人们的重视。中医学在治疗甲状腺疾病方面有着独特的优势,但也存在着不同的学术观点,临床上多从肝肾论治。目前甲状腺并无确定的脏腑归属,林兰教授根据多年经验,从甲状腺的功能、结构及经络循行,提出其非脏非腑,乃为奇恒之府,并针对甲状腺疾病的病因病机总结出九大证候证治。

关键词:甲状腺疾病;奇恒之府;辨证论治;林兰

Analysis of the thyroid as the extraordinary fu-organ and treatment rules

Ji Ye¹, Li Yun-chu², Zuo Shu-ying³, Ni Qing²

(¹Wangzuo Community Health Center, Fengtai District, Beijing 100074, China; ²Guang'anmen Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100053, China; ³Graduate School of Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China)

Abstract: In recent years, the incidence of thyroid disease increases year by year, which constantly causes people's attention. The traditional Chinese medicine has a unique advantage in treating thyroid disease, but there exists different academic

通讯作者:倪青,北京市西城区北线阁5号中国中医科学院广安门医院内分泌科,邮编:100053,电话:010-88001832

E-mail: 13701253942@163.com