

《黄帝内经》五行人体质类型探析

路漫漫, 鞠宝兆

(辽宁中医药大学, 沈阳 110847)

摘要: 五行学说是我国传统的哲学思想中重要的学说之一, 采用五行来归纳出世间的万物, 并强调事物之间的相互联系作用, 以此说明事物之间的相互关系。《黄帝内经》将五行学说作为其中重要的思维模式之一, 借用五行的特性及其分类方法以及变化规律, 来说明人体的正常功能, 并以此指导临床。五行人体质类型是《黄帝内经》根据五行学说中五行的特点, 将人体的形体、性格等划分为5种类型, 是《黄帝内经》中最为全面的体质分类方法。

关键词: 五行学说; 五行人; 体质; 黄帝内经

Analysis on the constitution of five elements people in *Huangdi Neijing*

LU Man-man, JU Bao-zhao

(Liaoning University of Chinese Medicine, Shenyang 110847, China)

Abstract: Five-phase theory is one of the most important theories of traditional Chinese philosophy, which uses five phases to sum up the world and emphasize the interaction between everything, in order to explain the interrelation between things. Five-phase theory is taken as one of the most important thinking method in *Huangdi Neijing*, features, classification and charge rule of the five phases were used to illustrate the normal function of the human body and to guide the clinical practice. Constitutions of five elements people is the most comprehensive constitution classification method in *Huangdi Neijing*, which is based on the theory of the five phases to divide the body shape, character, etc. into five types.

Key words: Five-phase theory; Five elements people; Constitution; *Huangdi Neijing*

中医理论认为, 人与其所处的周围环境息息相通, 因此在诊疗过程中要结合多方面因素, 即“因时、因地、因人制宜”。其中的“因人制宜”指以个体的实际情况制定的诊疗方案, 选择合适的疗法。“体质”是“因人制宜”的代表。“体质”一词最早由张介宾提出, 后世也相继出现“体质”概念。《黄帝内经》为中医体质学的开端, 对体质类型已有较为全面的论述, 将人的体质从阴阳、五行、形体、气质等角度作为依据而进行分类。其中的按五行分类包括了人的个体形态、心理特征、性格特点等诸多方面, 是《黄帝内经》中最为全面的体质分类方法。本文从《黄帝内经》中的有关内容出发, 进行分析和整理, 为体质学说的深入研究提供理论参考。

五行学说的起源及含义

五行学说是古代哲学思想中的重要学说, 研究木、火、土、金、水五行的概念、特性以及相生相克规律, 并以此揭示宇宙万物的相互影响和联系^[1]。关于五行学说的起源, 就目前总结有五方说、五时说、五材说、五指说、五星说等^[2]。诚然这些说法都未对五行学说以及内涵做出完美的解释, 但从《尚书·洪范》“五行: 一曰水, 二曰火, 三曰木, 四曰金, 五曰

土。水曰润下, 火曰炎上, 木曰曲直, 金曰从革, 土爰稼穡。润下作咸, 炎上作苦, 曲直作酸, 从革作辛, 稼穡作甘”。这一对五行及其功能最早的描述, 学者的观点多倾向于五材说。《尚书大传》中也有“水火者, 百姓之所饮食也; 金木者, 百姓之所兴作也; 土者, 万物之所资生, 是为人用”的记载。都提示五行原为五种与人类的生活关系密切相关的材料。而“行”, 《白虎通义·五行篇》言: “言行者, 欲言为天行气之义也”。表明五行中的“行”指气的运行方式。因此, 五行的含义就从5种材料, 上升为5种气的运动形式, 即事物普遍的运动规律的哲学水平^[3]。

五行人与五行学说

五行学说也对中医学的发展产生了深远的影响。《黄帝内经》是我国现存最早、内容最丰富的医学著作, 其继承了《淮南子》《吕氏春秋》对于五行及其配属的论述, 将五行学说作为其思维模式, 使中医理论具有广泛的内在联系^[4], 并在此基础上加入相生、相克的关系, 又使中医理论在具有整体性的同时还具有辩证思维^[5]。《黄帝内经》中虽未明确提出“体质”一词, 但出现了“质”“素”“形”等与含义相近的词^[6], 基于五行学说的五行分类法是其中诸多体质分类方

法中最为详尽和系统的一种。起基于五行学说,采用取象比类的方法,将人的体型、肤色、性格等形态以及人的生理以及对环境的适应情况根据五行分为木、火、土、金、水五类,对人体的体质进行了初步的分类^[7]。又根据五音的不同属性,手足三阳经在人体的上下循行和气血盛衰变化,在每一类型的基础上推演出5种亚型,一共25种体质类型^[6],即《灵枢·阴阳二十五人》所言:“先立五行金木水火土,别其五色,异其五形之人,而二十五人具矣”。

1. 木形人

1.1 木的特性 《说文·木部》也有:“木,冒也。冒地而生。东方之行”。表明木具有生长、生发、向上的特性。因此具有与“木曰曲直”,即自然界的木的枝干曲直、伸展类似特性的事物均归属于木^[8]。故在《黄帝内经》中有:“东方生风,风生木,木生酸,酸生肝……在藏为肝……在音为角……在味为酸……在色为苍”。

1.2 木形人体质类型 根据五行中的木,以及其在五音中对应的角音,《灵枢·阴阳二十五人》有:

“木形之人,比于上角,似于苍帝。其为人苍色,小头,长面,大肩背,直身,小手足”。即此类人皮肤为苍色,头部略小而面部偏长,肩背部广阔,身体挺直,而手足偏小而灵活。符合木的巅小、体长而直,枝叶分生细小的特点。木形人多“好有才”,但“劳心,少力,多忧劳于事”。意为木形人似木而随用可成才,善于从事脑力劳动,做事勤劳,但体力稍差,容易思虑过度。在对于季节气候的适应方面,此类型人如张介宾在《类经》中所言:“木得阳气而生长,得阴而凋落”,与自然界木的春生夏长,至秋冬凋零的特征有关,大多能适应春夏季节,而不能耐受秋冬季节,因此容易感受秋冬季节的邪气而罹患疾病。在性格上,性格较直爽,易多愁善感,以上为秉受木气较全的人的特征。在此基础上,因少阳为木之腑,又根据秉木气之偏以及足少阳经脉的左右上下、气血多少的差异,再分为4个亚型,分别具有谦让、随和、上进以及正直的特点。在易患疾病上,木形人多风气。风气轻扬、善行数变,且风气通于肝,因此易发生风气引动肝风的中风、高血压、头痛、头晕等病症,以及肝失条达的精神系统疾病等。

2. 火形人

2.1 火的特性 《白虎通疏证·卷四》中有:“火者,阳也,尊,故上”以及“火在南方”的论述,提示了火属阳性,同时根据南方日照充足,充满的生机的特性,总结出具有温热、光明、向上等阳的属性的事物均属于火^[9]。在《素问·金匮真言论》中有“南方赤

色,入通于心……其味苦,其类火”,对人体与五行中火的联系进行了论述。

2.2 火形人体质类型 五行中火主南方,在五音中对应徵音,《灵枢·阴阳二十五人》提出火形人:

“比于上徵,似于赤帝。其为人赤色,广面,锐面小头,好肩背骱腹,小手足,行安地,疾心,行摇,肩背肉满”。即此类人的皮肤呈赤色,符合火的色赤;脊部的肌肉宽厚,“ ”张介宾注为:“脊肉”,头小而脸瘦尖,肩背骱腹部发育均较为匀称,手足不大,符合火势自下而炎,中势炽而大,上端锐而小的特点;走路时肩背摇动、步履稳重,符合火势猛而势动的特点。火形人多“有气轻财”,“见事明,好颜”,但“少信,多虑”,“急心,不寿暴死”。意为火形人具有看轻钱财,明事理而爱好漂亮,但缺乏信用,多忧虑,心急,多急躁,有干劲,易冲动的性格特点^[10],易感受暴病死亡因而寿命较短。此也与火的易发而不聚,性通明美好,但性不长久对应。火形人能耐春夏而不耐秋冬,因而易感受秋冬的寒冷之气生病。正如张志聪所言:“耐春夏者,木火相生之时,不耐秋冬者,火畏寒凉也,故秋冬感而病生焉”。以上是秉受火气较全的人的特征。另外,在此基础上,还有4种禀赋火气之偏的人,根据手太阳经的左右上下、气血多少的差异,再分为4个亚型,分别具有见识短浅、多疑、不甘落后、乐观等特征。在易患疾病上,火形人易患热病、血证以及心火偏亢的而致的心烦、心悸、中风、胸痹、失眠等病证。

3. 土形人

3.1 土的特性 古人认为“万物皆生于土”^[11],在中医中,五行中的土亦占有重要的地位。认为“长夏乃夏秋之交”,此时介于气机较为平稳的状态,也没有夏天的炎热,不象秋天一样干燥,因此性质较为平稳、平和的事物均属于土的范畴。张介宾在《类经》中也有:“土王中央,其气化湿……湿润则土气王而万物生”的记载。表明土具有承载、孕育万物的特性。

3.2 土形人体质类型 五行中土主中央,在五音中对应宫音,“比于上宫,似于上古黄帝,其为人黄色,圆面,大头,美肩背,大腹,美股胫,小手足,多肉,上下相称,行安地,举足浮”(《灵枢·阴阳二十五人》)。即土形人皮肤呈黄色,头大而面圆,肩背部发育比较健壮,腹部较大,下肢强壮,手足较小,肌肉丰满,全身上下均匀相称,这符合土的色黄而体厚丰满,灌溉四旁的特征。走路步履稳重而无声。土形人多“安心,好利人,不喜权势,善附人也”。意为他们内心安定,乐于助人,不喜依附权势,善于听取他人意见。这与土性静,以生物为德的性质相关。土形人

能耐受秋冬而不能耐受春夏,易感受春夏的病邪患病。对此,马蒔认为是由于土喜滋润而恶亢燥的缘故所致。在性格上,土形人多忠厚可靠,意志坚定,所谓“心有所主,乃能不动,贫贱不能移,威武不能屈,是无惧惧也”。以上是秉受土气较全的人的特征。禀赋土气不全者根据足阳明经的左右上下、气血多少的差异,分为4种,分别具有柔顺、神情喜悦、为人圆滑以及不怕困难的特性。在易患疾病上,土形人易患湿气困脾的腹胀、泄泻等脾胃消化系统疾病。

4. 金形人

4.1 金的特性 具有沉降、收敛、肃杀等性质的事物,均属于五行中金的范畴^[12]。金质地坚硬,但又能够更改其形状因而具有刚柔并济的特性。如秋季阳气开始内敛,肺脏具有肃肃通降的作用,均为属金的范畴。

4.2 金形人体质类型 五行中金主西方,“比于上商,似于白帝。其为人方面,白色,小头,小肩背,小腹,小手足,如骨发踵外,骨轻”。即此类人的体型特征为面色多为白色,头、肩背、腹部以及手足都较小,符合金的色白、体坚而性收敛的特点。足跟坚厚,好像有小骨生在踵外,全身骨轻。金形人多“身清廉,急心,静悍,善为吏”。意为他们为人清廉,心情急躁,能静能动,能够担任一定的职务。张介宾在《类经》中认为这与金的“性洁而刚,肃而威”的特点有关。金形人耐秋冬而不耐春夏。张介宾认为是由于金的“喜寒而畏火”的性质。在性格上,金形人多组织力强,做事认真。以上是秉受金气较全的人的特征。另外还有4种禀赋金气不全的人,分为左、右、上、下4种,分别具有廉洁、潇洒、明察是非以及威严的特性。在易患疾病方面,金形人多燥气,而燥最易伤肺,大肠与肺互为表里,因此容易引起肠燥、哮喘、气管炎等病症。

5. 水形人

5.1 水的特性 水具有滋润、向下、伏藏的特性。

《白虎通疏证·卷四》还有:“水之为言准也,养物平均,有准则也”。意为水面平准,能够滋养万物,也说明了水的特性。此外,由于五行中的水在方位中属于北方,北方天气较为寒冷,人们多伏藏,因而将伏藏的特性也纳入五行中水的特性中。

5.2 水形人体质类型 五行中水主北方,在五音中对应羽音,“比于上羽,似于黑帝,其为人黑色,面不平,大头,廉颐,小肩,大腹,动手足,发行摇身,下尻长,背延延然”。即此类人的体型特征为肤色黑,面部凹陷,头大,颐部呈菱形,肩部狭小,腹部宽大,

手足好动,走路时摇摆身体,自腰至尻的距离较长,背部较长。符合水的色黑,时有波浪,水面广,好流动,水流长以及支流细小的特点。水形人多“不敬畏,善欺给人,戮死”。意为他们为人的态度不敬畏,善于欺骗别人,容易遭杀身之祸。张志聪认为:“秋冬者,金水相生之时,春时木泻水气,夏时火燥水涸也,故春夏感而病生焉”。因此水形人能够耐受秋冬,在春夏季节容易感受病邪而发病。在性格上,水形人多内敛而深沉。以上是秉受水气较全的人的特征。另外还有4种禀赋水气不全的人,分左、右、上、下4种,分别具有好得意、郁闷不舒、文静以及心静安定的特点。水形人偏寒,因此四肢不温,怕凉;寒气通于肾,容易罹患水肿、小便不利等病症。

小结

《黄帝内经》中有关体质的内容已经十分丰富,五形人的体质类型基于五行学说,涵盖了关于人体体质学方面的诸多内容,是其中最为完善的体质分类方法。随着时代的变化,现代人的体质在环境的影响下也发生着变化,则需要在继承这一理论的基础上,进行更加深入的探讨,以适应现代人的体质体系,提高人们的健康水平。

参 考 文 献

- [1] 白春清.用二元关系描述中医五行之间的关系.中国中医基础医学杂志,2006,12(5):321-322
- [2] 贺娟.论五行学说的起源和形成.北京中医药大学学报,2011,34(7):437-447
- [3] 郝万山.关于五行的讨论.北京中医药大学学报,2009,32(1):8-11
- [4] 毛海燕.官窍与情志关系初探.福建中医药,2003,34(5):39-40
- [5] 任秀玲.《黄帝内经》建构中医药理论的基本范畴——五行.中华中医药杂志,2008,23(3):241-243
- [6] 陈震霖,张景明.《内经》体质理论及其应用.陕西中医学院学报,2010,33(5):3-4
- [7] 刘汉红.中医五行人之体质辨识.湖北中医杂志,2015,37(1):36-38
- [8] 孙欣峰,彭晓松,刘春梅.从“木曰曲直”谈治肝之法.国医论坛,2014,29(2):64
- [9] 刘熙如,孙理军.浅谈《黄帝内经》中的体质理论.湖南中医杂志,2015,13(5):134-136
- [10] 庄梅云,郭璿,贾春华.基于家族相似性理论的五行“火家族”范畴分析.吉林中医药,2015,35(5):436-441
- [11] 张道宗,韩为.对五行学说中“土”的思考.安徽中医药大学学报,2002,21(1):8-9
- [12] 张弘,张小霞.肺五行属金与金曰从革.中医文献杂志,2006(4):39

(收稿日期:2016年7月24日)