

• 论著 •

论《黄帝内经》“天人合一”思想下的时序发病观

孙瑶瑶, 鞠宝兆

(辽宁中医药大学, 沈阳 110847)

摘要:《黄帝内经》(以下简称《内经》)中蕴含丰富的时间医学思想和发病学观点,其是在中医“时序”观以及“天人合一”思想的指导下,从整体层面上研究宇宙与人体生命活动的周期性及其关联性。文章整理总结《内经》中时序发病观的相关内容,从时序的概念与内涵、失于时序与发病的关系、时序与《内经》不同发病观之间的联系、时序发病观的临床应用4个方面论述《内经》“天人合一”思想下的时序发病观,以期能够更好地理解中医经典中的理论内涵,探索生命现象的节律性,为临床诊疗以及养生防病提供指导价值。

关键词:黄帝内经;时序;发病观;时间医学;天人合一;中医经典理论;节律

On the time sequence pathogenesis view under the thought of ‘unity of nature and human’ in *Huangdi Neijing*

SUN Yao-yao, JU Bao-zhao

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

Abstract: *Huangdi Neijing* contains abundant chronomedicine thoughts and pathogenesis viewpoint. They study the periodicity and correlation between the universe and human life activities from an overall level under the guidance of the ‘time sequence’ view of traditional Chinese medicine (TCM) and the thought of ‘unity of nature and human’. This paper summarizes the relevant contents of the time sequence pathogenesis in *Huangdi Neijing*, and discusses the time sequence pathogenesis in *Huangdi Neijing* from 4 aspects: the concept and connotation of the time sequence pathogenesis, the relationship between the time sequence pathogenesis and the different pathogenesis views, the connection between the time sequence pathogenesis and the different pathogenesis of *Huangdi Neijing*, and its clinical application. It is expected that we can better understand the theoretical connotation of TCM classics, explore the rhythm of life phenomena, and provide guidance value for clinical diagnosis and treatment, health preservation and disease prevention.

Key words: *Huangdi Neijing*; Time sequence; Pathogenesis view; Chronomedicine; Unity between nature and human; TCM classics theory; Rhythm

《黄帝内经》(以下简称《内经》)作为中医学理论体系的奠基之作,是我国古代生命科学的集汇和总结,其中的人体观、疾病观和疾病防治观对整个中医学体系的形成和发展产生了至关重要的影响。《内经》在探索人体发病与自然界的关系到时,提出“因时之序”与“因天之序”的观念,认为养生防病要顺应自然界天时气序的变化,而失于时序则会导致人体疾病的发生。时序的变化在人体疾病的发生中起着重要的影响作用,因而对养生防病和治疗具有重要的指导意义,可以说《内经》整个“四时五脏阴阳”理论体系的核心内容都是围绕时序的变化来讨论的,笔者称其为时序发病观。《内经》这一观念的形成,

来源于古人对疾病发生规律的长期观察和总结,同时与中国古代的自然哲学及中医学当时独特的思维方式密不可分,其背后的指导思想是“天人合一”^[1-2]。

《内经》中时序的概念与内涵

“时序”一词并未出现在《内经》的早期原文之中,而是最早出现在《素问遗篇·刺法论》之中,该篇在论及“三年化疫”理论时提到:“假令甲子,刚柔失守,刚未正,柔孤而有亏,时序不令,即音律非从,如此三年,变大疫也”。时序在此条文中指的是时间的次序,指出天地气运不能按照其固有的规律正常运转,在一定时间后会化生大疫。而在《内经》的早期原文中,相关的概念出现在《素问·生气通天论》中,

篇中两处提到“因时之序”的概念。该篇开篇提到:

“夫自古通天者,生之本,本于阴阳”,指出人体的生命活动要顺应自然界的阴阳运动变化的规律,接着后面提出“苍天之气,清静则志意治,顺之则阳气固,虽有贼邪,弗能害也,此因时之序”,说明人体要顺应自然界阴阳运动变化的规律,抵御贼邪之气的关键在志意调匀和固养阳气,而要想做到这一点,就要“因时之序”。

王冰对“因时之序”的解释为“因天四时之气序”^[3],即因循四时季节的先后次序,后世医家多循此说,如黄元御《素问悬解》曰:“此善因四时之序,顺其开阖而莫违者”^[4],江幼李教授也解释说:“因时之序,就是认为春夏秋冬四时气序在健康与疾病中起着重要作用”^[5]。王冰此处解释并无不妥,但放于整篇《素问·生气通天论》及整本《内经》中来看,这个解释并不全面。在本篇中段,在论及阳气的重要性及如何调养阳气来养生防病时再次论道:“故风者,百病之始也,清静则肉腠闭拒,虽有大风苛毒,弗之能害,此因时之序也”,紧接着其后论道:“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……反此三时,形乃困薄”。显然,这里的“因时之序”指的是因循昼夜晨昏阳气的变化规律。另外,与“因时之序”相应的,《内经》提出“因天之序”的概念,《素问·八正神明论》曰:“是以因天时而调血气也。是以……月生无泻,月满无补,月郭空无治,是谓得时而调之。因天之序,盛虚之时,移光定位,正立而得之”。“因时之序”与“因天之序”其说为二,其意则一,都是指因循天时的变化顺序和规律,这也是《内经》所秉承的“天人合一”思想的重要体现,人与天相合,最重要的是与时序相合^[6]。此处的“因天之序”,指的是因循月节律空满盈虚的时间次序。因此,《内经》中“时序”的内涵除了一年四时季节的先后次序外,还包括昼夜晨昏的时间次序,月相空满盈虚的时间次序,还有前文提到运气理论中的干支甲子年份演变次序4个方面的维度。

失于时序则发病是《内经》的基本发病观之一

发病是指致病因素作用于人体以后导致疾病发生的过程。中医基础理论将人体的发病机理概括为邪正盛衰——正气不足是人体发病的内在因素,邪气是发病的重要条件,正邪相搏,邪正胜负决定发病与否。这一认识来源于“正气存内,邪不可干”(《素

问·刺法论》)、“邪之所凑,其气必虚”(《素问·评热病论》)的正邪相争发病观。然而,通过解读《内经》对生命与疾病的认识可以发现,在探索人体疾病的发生时,《内经》更加注重时序变化在疾病发生中的作用,正如《周易·系辞》曰:“是故法象莫大乎天地,变通莫大乎四时”。

1. 失于时序是发病的重要因素 《素问·宝命全形论》曰:“人以天地之气生,四时之法成……人能应四时者,天地为之父母……能经天地阴阳之化者,不失四时”。可以说,《内经》不论在养生防病还是治疗过程中都强调时序的重要性,而“四时”只是时序的代名词,并不单纯指代四季。前文提到养生防病要“因时之序”,而“失时之序”则会引起疾病的发生。如《素问·生气通天论》在提出“因时之序”的概念后,紧接着说:“失之则内闭九窍,外壅肌肉,卫气散解,此谓自伤,气之削也”,这里的“失之”指的就是失时之序。再如《素问·六节藏象论》曰:“不知年之所加,气之盛衰,虚实之所起,不可以为工矣”。此处有两层含义,一是文中的“气之盛衰,虚实之所起”应当指的是天地运气之气,它们随着时间的流转而发生变化;二是医者若要担负起维护健康的责任,就要了解时间的变化对于人体和疾病发生的影响。

2. 失于时序的表现形式

2.1 天度失于时序 失于时序的表现形式有两种:一种是自然界不能按照其固有的时间规律正常运转,即《素问·刺法论》所言“时序不令”“天运失序”“天运化易”之谓,这种不合时序产生的影响在《内经》的运气理论中更被重视。在论及时序变化与天地运气变化的关系时,《内经》提出“太过”“不及”“至”与“未至”的概念。《素问·六节藏象论》谓“至而未至,此谓太过……至而不至,此谓不及”,进一步解释五脏何以应五时而相胜,从而用来阐释天度与气候变化的关系及天度、气数对人体生命活动的影响。因而其后又曰:“所谓求其至者,气至之时也。谨候其时,气可与期,失时反候,五治不分,邪僻内生,工不能禁也”。后世叶天士《温热论·三时伏气外感篇》也提到:“夫春温、夏热、秋凉、冬寒,四时之序也。春应温而反大寒,夏应热而反大凉,秋应凉而反大热,冬应寒而反大温,皆不正之乖气也”。也就是说,如果自然界不能按照原有的时间规律正常运转与变化,就会产生异常的气候,从而对人体的健康产生影响。

2.2 人体失于时序 失于时序另一种表现形式是人体本身不能因循四时气序的变化而引起疾病的产生。中医学重视外界环境对人体的影响,同时也强调人体本身在疾病发生中的主体作用及在疾病防治中的主观能动性,这种主观能动性一方面指患病者本身而言,一方面指医者,即疾病的施治者而言。因此,《素问·移精变气论》曰:“当今之世不然,忧患缘其内,苦形伤其外,又失四时之从,逆寒暑之宜,贼风数至,虚邪朝夕,内至五脏骨髓,外伤空窍肌肤,所以小病必甚,大病必死”,指出人体不能因时而动,“失四时之从,逆寒暑之宜”,导致病邪的侵袭,从而引起疾病的发生,此指患病者本身而言。其后曰:“暮世之治病也则不然,治不本四时,不知日月,不审逆从,病形已成,乃欲微针治其外,汤液治其内,粗工凶凶,以为可攻,故病未已,新病复起”,提出医者治病不能按照四时逆从施以适当的治疗,不但不能治愈已得之病,还会引起新的疾病的发生,此指医者而言也。因此,《素问·离合真邪论》曰:“因不知合之四时五行,因加相胜,释邪攻正,绝人长命”。这也提示医者在诊治疾病时应当谨慎对待时序在发病中的重要作用。

3. 失于时序对人体的影响 《灵枢·口问》指出:“夫百病之始生也,皆生于风雨寒暑,阴阳喜怒,饮食居处,大惊卒恐,则血气分离,阴阳破败,经络厥绝,脉道不通,阴阳相逆,卫气稽留,经脉虚空,血气不次,乃失其常”。人体在发病的时候体内会产生一系列的变化,最主要的是阴阳、气血、脏腑、经络功能变化,而脏腑和经络的功能变化也基本都是通过气血阴阳的变化来体现的,因此,笔者认为,当人体失于时序而发病时,体内最主要的变化表现在阴阳失调和气血失常两个方面。

3.1 阴阳失调 阴阳学说作为中医学认识和解释自然界的世界观和方法论,它的本质是一种关系认识论,作为“关系实在”的阴阳是对人体系统内的相对关系的描述,它在人体系统之中的具体体现为系统功能属性和系统状态变化的过程阶段^[7]。而阴阳理论的产生本就与古代的四时思维密不可分^[8],可以说整个自然界的阴阳消长变化都是在时间的周期性流转之下而产生的,《内经》更是把四时与阴阳作为对生命活动影响最为重要的因素,因而《素问·四气调神大论》曰:“夫四时阴阳者,万物之根本。所以圣人春夏养阳,秋冬养阴,以从其根,故与万物沉浮于

生长之门”。而人处天地之中,若失时之序,首先对人体产生的影响就是阴阳的失调。如一年四季中春夏季节阳气升发,人体生命活动要顺应天时养生养长,以养阳气;秋冬季节阳气收敛沉降,人体要养收养藏,以养阴气。若逆其根,则伐其本,坏其真矣,故曰“从阴阳则生,逆之则死”。同样,在一日的昼夜交替中,阴阳之气存在着“平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭”的变化规律,因此,《内经》告诫我们:“是故暮而收拒,无扰筋骨,无见雾露,反此三时,形乃困薄”(《素问·生气通天论》),即不要因失于昼夜的时序而扰乱了身体的阴阳平衡。

3.2 气血失常 气和血都是构成人体和维持人体生命活动的基本物质,在正常的生理状态下人体气血调和,各司其职,而在人体发病的过程中,气血变化也是首先受到影响而产生紊乱的环节。《素问·八正神明论》载:“天温日明,则人血淖液而卫气浮,故血易泻,气易行;天寒日阴,则人血凝涩而卫气沉”,在自然状态下,随着四时寒暑的不断变化,昼夜阴阳的更迭,包括月相的圆缺盈亏,人体的气血均会产生相应的生理变化,因而该篇在后面指出:“验于来今者,先知日之寒温,月之虚盛,以候气之浮沉,而调之于身,观其立有验也”。而当我们的人体不能顺应这种时序的变迁,或寒暑失宜,或饮食失节,或情志失和,或劳逸失度,或治疗失法,就会使体内的气血变化超越常度而产生病理性的改变。因此,《内经》在这一认识的基础提出“因天时而调气血”的养生和治疗原则:“是以因天时而调血气也……月生无泻,月满无补,月郭空无治,是谓得时而调之”(《素问·八正神明论》)。

时序与《内经》不同发病观之间的联系

《内经》中提出了多种不同的发病观,如《灵枢·百病始生》“两虚”相得、《灵枢·岁露论》“三虚”相得的发病观,《灵枢·贼风》的“因加而发”发病观,《素问·阴阳应象大论》的伏邪发病观,《素问·经脉别论》的过用致病发病观,以及运气学说中的相关发病理论等。

通过研读《内经》发病观相关的条文可以发现,每种发病观均涉及到时序变化在其中发挥作用,如“因于天时”“失时之和”“寒温不时”“四时阴阳”“待时而作”等,用来阐述时序变化对人体生命活动和发病的影响。《内经》认为,人体发病是在邪

气侵袭与正气不足的共同作用下而产生的结果,这一观点在外感疾病的发病中体现得更为明晰。在论述“两虚”相得、“三虚”相得发病时,指出“虚”与“实”的不同是发病的关键,这里的“虚”与“实”既是指外界气候的“正”与“不正”,也指人体正气的强弱与否。如“两虚”,指自然界异常的气候(“虚风”)和人体正虚;“两实”,指自然界正常的气候(“实风”)和人体正气充实^[9]。这里一方面强调人体正气的强弱是疾病发生的决定因素;另一方面特别指出,人体感受的是“虚风”还是“实风”,与“天时”变化有密切的关系,故曰“因于天时”。同样,在伏邪发病观理论中也是一样,人体在感受了邪气以后,邪气未即刻发病,或藏于腠理皮肤之中,或藏于骨髓脏腑之间,当时间流转,自然界在时序变化中产生阴阳寒暑的转换,使人体触发原本伏于体内的邪气而发病,即《内经》所谓“四时之气,更伤五脏”。

时序发病观的临床应用

正是由于《内经》认识到时序的变化在人体发病中起到的关键性作用,因此,在疾病的诊断、治疗、预测、养生、预防等方面均重视时序的重要性。如在疾病预测方面,《灵枢·顺气一日分为四时》提出:“夫百病者,多以旦慧、昼安、夕加、夜甚何也?岐伯曰:四时之气使然”。指出人体病情在一天之中的变化规律,而出现这种规律的原因是昼夜节律下的四时之气的影 响。包括伤寒六经病欲解时以及五运六气理论中对于疾病的预测,都是建立在时序的周期性流转变化的基础上而确立的。在疾病治疗方面,《内经》提到比较多的是在择时针刺方面,而后世医家则是补充发展了择时用药方面的理论,丰富了中医学因时施治的内容。

小结

《内经》中蕴含丰富的时间医学思想和发病学观点,它们是在中医“时序”观以及“天人合一”思想的指导下,从整体层面上研究宇宙与人体生命活

动的周期性及其关联性^[10]。现代有学者将研究时间变化与疾病现象之间关系的学科称为时间病理学^[11],而中医学的时间病理学早在数千年前的《内经》中就已经有了较为详细的论述,不过由于论述相对分散,尚未形成系统的理论,因此有必要对其进行文献上的整理和理论的挖掘。另外,我们也应该继续对中医学中的经典理论做出现代化诠释,不使经典理论的内涵遭到误解和忽视,从而推动中医学基本原理的复兴^[12],使其能够更加明晰地解释生命现象的节律性,为临床诊疗以及养生防病提供指导价值。

参 考 文 献

- [1] 唐农.论“天人合一”观何以为中医与国学最高精神之共同归宿.广西中医药,2019,42(1):1-6
- [2] 钱穆.中国文化对人类未来可有的贡献.中国文化,1991(1):93-96
- [3] 唐·王冰.黄帝内经素问.北京:人民卫生出版社,2012:12
- [4] 清·黄元御.素问悬解.北京:学苑出版社,2008:9
- [5] 江幼李.论《内经》的因时之序与因天之序.中医杂志,1996(9):521-523
- [6] 陈蓓,李艳.《黄帝内经》时间医学理论研究.辽宁中医药大学学报,2013,15(2):126-127
- [7] 薛公佑,程旺.中医阴阳学说的本质是关系认识论.医学与哲学,2020,41(17):20-22
- [8] 尹怡,蔡超产,王超.四时思维与阴阳五行.中华中医药杂志,2019,34(8):3658-3660
- [9] 王洪图.内经.2版.北京:人民卫生出版社,2011:744
- [10] 李鸿泓,张其成.中医与现代医学对时间的解读与互通.中华中医药杂志,2015,30(8):2678-2680
- [11] 黄旺,曾梦祥.信息时代的时间病理学分析——以时间现象学与技术现象学为视角.中国矿业大学学报:社会科学版,2022,24(1):69-82
- [12] 祝世讷.中医学原理探究.北京:中国中医药出版社,2019:409-410

(收稿日期:2021年11月28日)