

# 关于五脏应时理论内涵的探讨

张和韡, 马淑然, 田甜

(北京中医药大学基础医学院, 北京 100029)

**摘要:** 五脏是机体应时而变并在所应季节起主要调节作用的时间调节系统。脏腑在当旺的季节, 其生理功能随着所应季节的阴阳消长出现增强或减弱, 并对其他脏腑处于支配地位, 发挥着对脏腑自身及其他四脏重要的调控作用。正确理解五脏应时的内涵对认识五脏疾病的病因、诊断、治疗与预防养生, 都具有指导意义。

**关键词:** 五脏应时; 内涵; 疾病防治

**基金资助:** 国家中医药管理局刘燕池名医传承工作室项目, 北京中医药大学中医基础理论优秀教学团队 (No.1000061220663)

## Discussion on theoretical connotation of five zang viscera corresponding with the season

ZHANG He-wei, MA Shu-ran, TIAN Tian

(School of Basic Medical Sciences, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China)

**Abstract:** The function of five zang viscera was a time regulation system of the human body which operated according to climate change. Synchronously changing with the waxing and waning of yin-yang, the physiological function of a certain viscus in corresponding season was in a dominant position, which regulating itself and other four viscera. Correctly understanding of the theoretical connotation of five zang viscera corresponding with the season had guiding significances for understanding of pathogenesis, diagnosis, prevention and treatment of five zang viscera disease as well as health maintenance.

**Key words:** Five zang viscera corresponding with the season; Connotation; Disease prevention and treatment

**Funding:** Construction Program for Inheritance Office of National Famous Old TCM Expert LIU Yan-chi, Excellent Teaching Team Program on Basic Theory of TCM of Beijing University of Chinese Medicine (No.1000061220663)

五脏应时理论是中医整体观念的重要内容之一, 数千年来贯穿于中医理论体系, 指导着中医临床生理、病理及治疗等实践活动。五脏应时理论来源于《黄帝内经》“五脏应四时, 各有收受”的观点, 说明人体的脏腑功能同自然界的四时阴阳变化同步, 强调人与自然是相互联系、相互依赖的和谐统一。由此可见, 人体必须顺应天地四时阴阳五行的变化, 才能“疾病不生”, 否则必将“百病蜂起”。本文就目前存在的五脏应时观点进行探讨, 以期能够完整阐述五脏应时理论的内涵。

### 目前对于五脏应时理论的认识

中医学“藏象学说”内容丰富, 但又存在矛盾之处, 尤其是对五藏内容的界定和解释具有多义性, 不同观点间相互结合、穿插, 不同文献之间, 甚至同一文献的不同篇章之间, 存在着不同的见解, 一直没有形成严格统一的定义<sup>[1]</sup>。兹就关于“五脏应时”理论内涵的认识列举如下。

#### 1. 五脏应时理论在生理方面的认识

1.1 五脏功能在应时季节得到增强 藏象应时理论的生理认识出自《素问·六节藏象论》: “心者, 生之本, 神之变也; 其

华在面, 其充在血脉, 为阳中之太阳, 通于夏气……肝者, 罢极之本, 魂之居也; 其华在爪, 其充在筋, 以生血气, 其味酸, 其色苍, 此为阳中之少阳, 通于春气”, 因此有学者指出: 五脏在所应季节功能得到增强, 表现为肝气旺于春, 心气旺于夏, 肺气旺于秋, 肾气旺于冬<sup>[2]</sup>。

1.2 五脏部分功能在应时季节得到增强 《黄帝内经》虽然指出五脏功能在所应季节得到增强, 却并未指明脏腑何种功能增强, 介于此, 有学者提出五脏功能在所旺之季仅部分增强, 而其他功能则相应减弱<sup>[3-5]</sup>。表现为肝在春季疏泄功能增强, 藏血功能减弱; 心在夏季长养功能增强, 以进一步推动血液运行, 发挥濡养全身作用, 藏神功能则相应减弱; 肺在秋季肃降功能增强, 宣发功能减弱; 肾在冬季封藏功能增强, 主生长、生殖功能减弱。

1.3 五脏应时理论在病理方面的认识 五脏应时理论在病理方面的认识不同学者之间存在分歧: 有学者认为, 五脏应时指“应时之脏”与所处季节相适应, 脏气旺于当令季节, 容易发生相应脏腑的病变<sup>[6]</sup>, 其理论依据来源于《素问·脏气法时论》:

通讯作者: 马淑然, 北京市朝阳区北三环东路11号北京中医药大学基础医学院313室, 邮编: 100029, E-mail: mashuran64@sina.com

“肝主春,足厥阴少阳主治,其日甲乙,肝苦急,急食甘以缓之……肾主冬,足少阴太阳主治,其日壬癸,肾苦燥,急食辛以润之,开腠理,致津液,通气也”<sup>[7]</sup>。相关数据也显示五脏在所应季节出现疾病的小高峰<sup>[8-11]</sup>;另有学者提出完全相反的观点,认为五脏的病变在所应季节可得到自然界“同气”资助而逐渐好转<sup>[12-14]</sup>。

2. 五脏应时理论内涵的分析 从现存的观点不难看出,学者对“五脏应时”理论的认识表现在两个方面。一是“应时之脏”在所属时令功能的增强或部分增强;二是五脏疾病在对应季节的加重或缓解。他们的观点均有理论依据和临床数据的支持,然而不同观点指导的临床治疗及养生预防大相径庭,给后学者造成了困扰。但可以肯定的是,他们的观点均有一定的临床指导意义。

### 2.1 五脏应时理论内涵在生理的认识

2.1.1 五脏应时理论的生理内涵的本质:五脏应时理论来源于《黄帝内经》,《素问·宝命全形论》中说:“人以天地之气生,四时之法成”,“夫人生于地,悬命于天,天地合气,命之曰人”,顺应自然界春生、夏长、秋收、冬藏的阴阳变化,是五脏应时的内容。换言之,“五脏应时”的科学内涵为:五脏是机体应时而变并在所应季节起主要调节作用的时间调节系统<sup>[15]</sup>。脏腑生理功能随着所应季节的阴阳消长而出现增强或减弱,并对其他脏腑处于支配地位,发挥着对脏腑自身及其他四脏重要的调控作用。

2.1.2 五脏在当旺之季的自身调节:五脏自身内蕴阴阳,随自然四时阴阳改变而实现对自我功能的调节,春夏阳气生长,人体五脏则表现为生长、升发之象,而以肝、心两脏为主导;秋冬阳气潜藏,阴气主事,五脏则表现为收敛、潜藏之象,而以肺、肾为主导,即全身气机的“左升右降”。左升右降源自《素问·刺禁论》“肝生于左,肺藏于右”之说,根据五脏、五行、五季、五方相互配合的规律,肝属木,木性生发,主令在春,居于东方,东方属左,肺属金,金性清肃沉降,主令在秋,秋气收敛肃杀,位居于西,而西方属右。左升右降具体表现为:肝在春令以疏泄为用,而藏血功能则减弱;心在夏令以主血脉功能增强,以发挥温煦、濡润全身作用,而藏神功能减弱;肺在秋令则肃降功能为用,宣发功能减弱;肾在冬令则封藏功能增强,表现为藏精功能增强,而生长、生殖功能减弱。

2.1.3 五脏在当旺之季对他脏的调节:当旺之季所应脏腑处于主导地位,通过调控他脏功能共同完成对外界环境阴阳变化的适应性调节。如春令之时,肝气升发,通过调控他脏的功能,共同适应自然界升发的特性,如对心则表现为藏神功能减弱,睡眠时间减少;对肺则表现为肃降功能的减弱,宣发的功能相对增强;对肾的调节则表现为藏精的功能减弱,而表现为生长、生殖功能的增强。

### 2.1.4 五脏在非旺时令的从属作用:五脏在非旺时令其生理

功能则处于从属地位,通过对他脏功能的促进或抑制进行自适应调节来维持整体阴阳的平衡以适应四时阴阳变化。如肝在夏季通过调节其疏泄作用的增强、藏血作用的进一步减弱来增强心主血脉、温煦机体功能;在秋季则其疏泄功能减弱,藏血功能增强来减少对肺的肃降功能的抑制;冬季则疏泄功能降至最低,藏血功能增强,以适应和加强肾藏精功能。

2.2 五脏应时理论内涵在病理方面的认识 在病理方面的认识,学者持两派观点。笔者认为,出现两种截然不同病理表现的原因是“应时之脏”出现了脏腑本身的阴阳失平衡状态。

《素问·天元纪大论篇》中指出:“水火者,阴阳之徵兆也;金木者,生成之终始也”,“寒暑燥湿风火,天之阴阳也,三阴三阳上奉之。木火土金水,地之阴阳也,生长化收藏下应之”。古人指明了五行与六气是阴阳变化的表现形式,是阴阳交感过程中不同的运动状态。人体自身为一大阴阳,与天地阴阳相应,根据阴阳的无限可分性,人体五脏则是阴阳交感过程中出现的某一特性的脏腑,即为“地之阴阳”,分而言之,肝木为阳中之少阳,心火为阳中之太阳,肺金为阳中之少阴,肾水为阴中之少阴。它们分别与“天之阴阳”即自然界六气(当令时气)相通应。五脏各为一小阴阳,在生理情况下,脏腑阴阳维持动态平衡,随四时阴阳变化而调整自身阴阳,实现阴阳的微妙平衡,达到一种自适应调节状态。在病理状态下,脏腑阴阳失衡,如肝、心系统,若失衡表现为阳偏亢,则是“升发太过”,春夏表现为升发之气占主导地位,则易出现病变加重,即春季肝病、夏季心病加重;若表现为阴偏亢,则是“升发不及”,在春夏则易得自然界阳气的资助而纠正这种“升发不及”的状态,达到暂时的阴阳平衡,因此疾病可得到缓解。肺、肾系统所旺季节为秋、冬季,需顺应此时的“敛藏之气”,若表现为阳偏亢,即“敛藏不及”,在秋冬季节则顺应天地敛藏之性而达到暂时的阴阳平衡,此时疾病可缓解;若表现为阴偏亢,亦即“敛藏太过”,在秋冬则出现病情的加重。

3. 五脏应时理论的指导意义 五脏应时理论作为天人相应学说的重要组成部分,具有切实的理论指导意义。笔者认为,大致可分为以下两点。

3.1 指导病因病机分析,通过辨证指导治疗 在五脏阴阳失衡时,通过观察脏腑所得之病在当旺之时令的加重或缓解,来判断脏腑阴阳的偏胜偏衰,从而指导治疗。如春季肝病、夏季心病加重,是“升发太过”,为“阳偏亢”的表现,治疗上可补其阴虚或制其阳亢;若疾病于此时得到缓解,则是“升发不及”,是为“阴偏亢”,治疗上可温其阳以期恢复阴阳的平衡状态。若秋、冬季肺、肾系统出现病情的加重,即顺应时气而出现“敛藏太过”,即为“阴偏亢”,治疗上可补益其阳以恢复阴阳平衡状态;若疾病在秋冬可缓解,则是“敛藏不及”,即脏腑“阳偏亢”,治疗上可滋阴以达阴阳平衡。

### 3.2 指导养生防病 对于五脏阴阳处于平衡状态之人,顺应

四时阴阳变化而不违,做到如明代医家张景岳所说:“春应肝而养生,夏应心而养长,长夏应脾而变化,秋应肺而养收,冬应肾而养藏”,如此则可“长生久视”。对于医者来说,根据四时阴阳变化来指导治疗和指导患者养生,做到因人、因时、因地制宜,而不拘泥于一种说法及观点,才能在繁杂证候变化的处理中得心应手。顺应自然界阴阳变化来养生防病,正确贯彻天人相应的思想,是中医养生治疗的核心<sup>[6]</sup>,也是中医整体观念的具体体现。正如明代孙一奎在《赤水玄珠》中所说:“用古人之法,审其用法之时,得其立法之心。学无常师,择善而从”。

### 参 考 文 献

- [1] 祝世讷.“五藏”是人身功能子系统.山东中医学院学报,1996,20(6):360-364
- [2] 张俊龙,郭蕾.中医藏象学.北京:科学出版社,2006:171-192
- [3] 杨阳,马淑然,张明泉,等.中医“心应夏”理论内涵探讨.中医杂志,2012,53(18):1534-1537
- [4] 覃骊兰,马淑然,王庆国,等.从“肝应春”理论探讨季节性情感障碍的发病机制.北京中医药大学学报,2013,36(3):156-160
- [5] 覃骊兰,蓝毓营,马淑然,等.关于中医“肾应冬”理论内涵的探讨.中国中医基础医学杂志,2013,19(5):482-485
- [6] 陈慧娟,梁尚华.略论从肝辨证论治的时间因素.上海中医药

杂志,2007,41(4):24-25

- [7] 杨永杰,龚树全.黄帝内经.北京:线装书局,2009:49
- [8] 洪丽蓉,沈国理,齐江彤,等.武警某部队官兵患病情况与季节相关性分析.武警后勤学院学报(医学版),2012,21(9):734-735
- [9] 陈红.精神分裂症出生与入院季节的关系.中国行为医学科学,2004,13(1):113
- [10] 陈丽如,王林恒,王红梅,等.胆汁反流性胃炎发病规律的相关调查.中国中西医结合消化杂志,2015,23(2):108-111
- [11] 岳沛平,宋起,申全宏,等.论五季的因地划分及相应的发病规律.南京中医药大学学报,1997,13(2):71-73
- [12] 陈颖之,赵仓焕.刍议“肝旺于春”.贵阳中医学院学报,2009,31(5):44-45
- [13] 崔薏薏,于鲁明,张进军,等.急性心血管疾病发病与气象因素关系的研究.中华急诊医学杂志,2014,23(4):465-469
- [14] 颜荆芬.择时冬敷治疗脾肾两虚型小儿肾病的临床研究.武汉:湖北中医学院,2009
- [15] 刘晓燕.试论中医藏象理论中应时特征的内涵.2011年全国时间生物医学学术会议,2011年
- [16] 袁尚华.中医整体观念对疾病整体预防的指导作用.中华中医药杂志,2015,30(7):2313-2315

(收稿日期:2015年11月28日)

## · 论 著 ·

# 中医文化视域下的中国音乐养生思想探微

王思特, 张宗明

(南京中医药大学中医文化研究中心, 南京 210023)

**摘要:** 受到传统文化和传统哲学的影响,中国古代音乐美学思想中显示出与中医理论同声相应的音乐养生思想,在浩瀚的医史文献中也不乏用音乐来疗疾养生的医案记载。具体来说,中国古代音乐养生思想表现为“以乐养气”“以乐养德”“以乐养形”“以乐养神”4个方面。挖掘中国传统音乐养生思想的精华,不仅可以丰富中医养生思想,拓展中医养生视野,而且提供了更为多样的中医治疗手段。古代音乐养生思想与当下提出的“生态医学”思想不谋而合。

**关键词:** 古代音乐美学; 中医养生; 音乐养生; 生态医学

**基金资助:** 国家社会科学基金项目(No.12BZX099), 江苏省高校哲学社会科学立项项目(No.2015SJB172), 南京中医药大学哲学社会科学基金项目(No.13XSK13)

## Brief discussion on Chinese music regimen from view of traditional Chinese medicine culture

WANG Si-te, ZHANG Zong-ming

(Centre for TCM Cultural Research, Nanjing University of Chinese Medicine, Nanjing 210023, China)

**Abstract:** Influenced by traditional culture and philosophy, Chinese ancient idea of music aesthetics echoes TCM theory through the idea of music regimen. In fact, there are countless medical records of curing diseases and improving health with music

通讯作者: 张宗明, 南京市仙林大学城仙林大道138号南京中医药大学中医文化研究中心, 邮编: 210023, 电话: 025-85811749  
E-mail: zhangzongming23@163.com