

《难经》与《黄庭经》“命门”说比较考略

林 殷

(北京中医药大学基础医学院 北京 100029)

关键词: 难经; 黄庭经; 命门

中图分类号: R 221.9

现存中医典籍里,是《难经》首先较系统地记载了命门学说。而《黄庭经》是道教经典中最早而详细地论述“命门”的著作。通常所说的《黄庭经》,包括“内景经”和“外景经”两部分,其中直接提到“命门”者有7处,如果加上类似的说法如“生门”、“阳(明)门”等(按唐代两位著名的《黄庭经》注家务成子和梁丘子的解释,这两者都与“命门”同义),则涉及“命门”的论述达11处。明代三位阐发命门学说的著名医家孙一奎、张介宾和赵献可,不约而同地说,他们对命门的阐释均受到《黄庭经》的影响^[1~3]。《黄庭经》的成书年代大约在魏晋(220~334年)之间,与《难经》的成书年代(东汉即25~220年以前)非常靠近。因此,比较上述医道两家经典对命门论述的异同,对理解命门学说的源流及其对中医学术的影响不无裨益。

1 《难经》和《黄庭经》中有关命门的论述

1.1 《难经》命门说

命门之说,直接见于《难经》^[4]者有两处,即三十六难和三十九难,分别指右肾为命门,其气与肾通。此外,在八难、六十六难中,也谈到肾间动气是生气之原、呼吸之门、守邪之神、人之生命和十二经之根本等意思,但原文中并没有将其与命门相提并论。也就是说,《难经》中肾间动气与命门并非同义词。据目前所掌握的文献,是隋末唐初的杨上善,在历史上首次将命门之精气与肾间之动气联系起来^[5]。

1.2 《黄庭经》命门说

如前所述《黄庭经》^[6]直接和间接提到“命门”者有11处。《内景经》的7处为:后有密户前生门,出日入月呼吸存(《内景经·上有章第二》);回紫抱黄入丹田,幽室内明照阳(明)门(《内景经·上有章第二》);两部水王对生门,使人长生升九天(《内景经·肾部章第十二》);坐在金台城九重,方圆一寸命门中(《内景经·脾部章第十三》);内侠日月列宿陈,七曜九元冠生门(《内景经·灵台章第十七》);七玄英华开

命门,通利天道存玄根(《内景经·肝气章第三十三》);耽养灵根不复枯,闭塞命门保玉都(《内景经·隐藏章第三十五》)。《外景经》的4处为:上有黄庭下关元,后有幽阙前命门;立于明堂望丹田,将使诸神开命门;闭塞命门如玉都,寿传万岁年有余;沐浴华池生灵根,三府相得开命门。

《黄庭经》有关命门的论述,既体现出道教对命门位置和功能的定位,也在一定程度上反映了战国、秦汉以来传统医学关于人体解剖和器官生理机能的知识,与《内经》和《难经》等古医经颇有相通之处,并且对宋金元以后中医命门学说的发展产生重要影响。

2 《难经》和《黄庭经》中有关命门位置的论述

2.1 《难经》中命门位置的探讨

《难经》为何以右肾为命门而非相反?历代学者对此的解释都很含糊,多认为是古代“左阴右阳”观念的反映。问题在于,中国古代是以左为阳,还是以右为阳?

据有关学者考证,春秋(公元前771~公元前475年)以前,左右的方位概念似乎没有高下之分。战国初期(公元前403年以后)则开始左右有别,左贱右尊。但到了西汉(公元前206~公元23年),受星象家和易学的影响,出现左上右下、左阳(尊)右阴(贱)的观念,并一直延续至今。如《老子·三十一章》说:“吉事尚左,凶事尚右。……君子居则贵左,用兵则贵右。兵者,不祥之器,非君子之器。”除了用兵,古人只有在办丧事时才尚右。如《礼记·檀弓上》载,孔子的学生颜渊去世,正巧赶上孔子因姐病逝而居丧,有人来志丧送礼,孔子及其徒弟都站在门的右侧还拱手礼,以示感谢。

现代也有学者从中国历史上的官职考证,发现只要有左右之分,一般也都是左位比右位略高一等。

*林 殷,女,48岁,医学博士,副教授,医学硕士生导师。

如唐宋时的左右仆射、左右丞相、左右丞,皆以左官为上。明代六部的左右侍郎、左右都御史、左右给事中、左右布政使,都以左官居上。

即使抛开文学、史学方面左右尊卑的争论不谈,至少在《内经》《难经》和《太素》书内,是明显尚左即以左为阳的。如《素问·方盛衰论》:“阳从左,阴从右。”王冰注曰:“阳气之多少皆从左,阴气之多少皆从右。从者为顺,反者为逆。”杨上善在注《素问·阴阳应象大论》“左右者,阴阳之道路也”时也说:“阴气右行,阳气左行。”

在《难经》中,命门是藏精之所,精属阴,因而以右肾为命门。换言之,在《难经》时代,命门属水而并不属火,这种划分与传统文化中左阳右阴的主流观念相一致^[3]。

2.2 《黄庭经》中命门的位置

与《难经》指右肾为命门有所不同的是,《黄庭经》明确记载命门的部位有两处,一指脐或脐周,一指鼻端。

2.2.1 以脐或脐周为命门

唐代务成子和梁丘子对《外景经》“后有幽阙前命门”一句的注释,分别以肾和脐(脐下),对应幽阙和命门:“肾为幽阙……脐为命门”;“幽阙者,两肾也。如覆杯,却着脊,去脐三寸,上小下大,又有日月命门者,及脐下也”。对“后有密户前生门”和“幽室内明照阳门(明)”两句的注释,务成子说:“密户,肾也。……生门,命门也”;“幽室,肾也。阳(明)门,命门也”。

2.2.2 以鼻端为命门

鼻为命门之说,见于《外景经》“将使诸神开命门”和“三府相得开命门”两句的解释,梁丘子说:“鼻引真气,昼夜绵绵,鼻为人根”;“命门者,鼻也。开通阴阳,合会耳目,故令聪明也”。

医道不同学术流派对命门部位和功能的歧义,首先表明命门并不是对人体某一具体器官部位的专称,在古代解剖学不发达的情况下,包括命门在内的所有人体内脏器官的描述都有主观臆测的成分。其次,这恰好说明命门学说的形成主要不是临床医学或实验室的产物,宋代沈括对黄庭部位的解释:“黄庭有名而无所”^[4],用在所谓命门部位之争上,也是贴切的。

3 《黄庭经》和《难经》中有关命门功能的论述

3.1 《难经》论命门功能

《难经》中对命门与肾除做出位置的划分外,也谈到命门的功能有二:一是藏精,但男女有别,所谓

“男子以藏精,女子以系胞”,均与人的生殖生育功能有关;二是精神之舍,三十六难和三十九难两段关于命门的引文,除“精神”与“神精”一词颠倒外,余皆同。

关于五脏藏“神”的说法,最早见于《素问·宣明五气》篇,但其中仅说到心藏神,并未直接提到五脏都藏神的观点。正式提出五脏均藏神者,是《难经·三十四难》,即肝藏魂,肺藏魄,心藏神,脾藏意与智,肾藏精与志。志为肾神,命门之神为何?《难经》中语焉不详,但在八难中,提出肾间动气为“守邪之神”,体现出形神统一的朴素唯物论思想,也渗透出道教文化对传统中医学发展浸润之痕迹。

3.2 《黄庭经》论命门功能

《黄庭经》载命门功能约略有二:一是主呼吸和精气出入(包括藏精),二是主生殖之神。与道教指命门为脐(脐周)和鼻相对应,《黄庭经》始终强调命门的功能之一是呼吸之门和精气出入之门。

所谓“脐为命门”,是说人之始生,胚胎通过脐带与母体沟通,获取生命所需的营养和氧气,因而为生命之门户,“脐为受命之宫”(《外景经》)。等到出生以后,又以鼻为呼吸元气的通道或门户,“脐为昆仑之山,鼻为七气之门”(务成子注《内景经·肺部章第九》:“七元之子主调气,外应中岳鼻脐位”。

《黄庭经》在早期道教经典中,以专论养生延年的方术即“人身扶养修治之理”^[5]而著称,并以“积精累气”为要诀。道教徒认为,服气就是服食元气,鼻纳口吐,吸入后闭气,用意念导引,使元气在体内运行,行到自己所想要它到达的部位。这种功法常与存神、咽津相结合。《抱朴子内篇·微旨卷第六》介绍的元气流通于命门的“真人守身炼形之术”,就是一例。人能呼吸到元气,就能炼精化气,炼气化神,如此不仅可延年益寿,且能得道成仙,所谓“呼吸元以求仙”、“留胎止精可长生”(《内景经·呼吸章第二十》)。

类似的思想在《内经》中也有体现,如《素问·上古天真论》谈到上古真人把握阴阳,呼吸精气,独立守神,因而能寿蔽天地。《灵枢·根结》篇说,通过调节人体与自然界的阴阳和谐,使神气内藏,是长生久视之术。这与《黄庭经》修炼之义相合,都是说善于吐纳阴阳二气,即能得道长寿。

《黄庭经》指脐为命门的第二层涵义,是由出生之门衍化为精气出入之门。如务成子对“闭塞命门保玉都”和“将使诸神开命门”两句的注释:“命门者,下丹田精气出入之处也”;“诸神,一名大神,万物之

先,……出入命门”。在实际操作上,就是要节制性欲,勿妄施泄,使还精补脑,是谓长生久视之道。

《黄庭经》中命门的第二个功能是主生殖之神。按,道教内视养生的方法之一是“存神”或“守神”术,即认为人体的四肢百骸、五脏六腑乃至头面五官,都有神灵驻守,所谓“散化五形变万神,是为黄庭曰内篇。”《内景经·上清章第一》如能时时存思,则可长生。由此构成了一个有系统结构和层次的包括命门之神在内的人体身神理论。

命门之神说见于《黄庭内景经·脾长章第十五》,系指生殖之神:“或精或胎别执方,桃孩合延生华芒。男女迎九有桃康,道父道母对相望。”唐代注家梁丘子引经据典解释说,“桃康”或“桃孩”就是命门之神:“《玉历经》云:下丹田者,人命之根本,精神之所藏,五气之元也。在脐下三寸,附著脊,号为赤子府。男子以藏精,女人以藏胎。主和合赤子,阴阳之门户也。……桃孩,阴阳神名,亦曰伯桃。仙经曰:命门脐宫中有大君,名桃孩,字合延。”此处下丹田的功能与《难经》所论命门之功能如出一辙。桃孩为下丹田命门之神,主生殖而兼具阴阳二性。这或许是明代医家孙一奎、赵献可和张介宾等人以太极之象论命门,说命门兼具水火最初的灵感来源之一吧。

4 《难经》和《黄庭经》命门学说异同的讨论

4.1 《难经》和《黄庭经》在命门学说上的相同点

《难经》和《黄庭经》在命门学说上的共同点在于,两者都非常重视命门的藏精功能,重视命门与元气的关系以及精神因素对健康长寿的影响。

4.1.1 重视命门所藏精气的固摄

命门学说的产生与发展体现出人类早期对生命本源的认知。《内经》首先提出“精者,生之本”说,《难经》进一步谈到命门为“诸神精之所舍”,“男子以藏精,女子以系胞”,是先天之精与生殖之精的混合说。《黄庭经》有“闭塞命门保玉都,万神方胙寿有余”说,是讲命门功能与人体寿命密切相关。唐代道士和道教思想家司马承祯(647~735年)首先提出人类生命源于胎元:“夫气者,胎之元也,形之本也。”^[9]元气构成了人体胚胎的基因,发育成人的形体。因此临床上,对小儿生长发育不良诸证如五迟五软,男女生殖系统病证如阳痿早泄、宫寒不孕、月经不调诸证和老年虚衰如二便失常、耳鸣耳聋、智识障碍诸证,都可以从命门调治。

命门是藏精之处,医道两家均有共识。就其藏精功能而言,医道两家都认为,命门以闭藏状态为佳。如杨上善以关、闿、枢三者论门(包括命门)^[4],

明代李梴以柝喻命门,都是强调命门主秘藏之职。张景岳治疗真阴不足的名方左归丸,以纯阴柔滋润和“血肉有情”之品组方,也体现出藏精固摄的思路。

4.1.2 重视命门元气与“扶正祛邪”的关系

《难经》和《黄庭经》注重元气与命门关系的观点,对明清医家和临床医学影响很大,如明代张景岳《质疑录》“论气有余即是火”条中,有“人身元气生于命门”说,清代徐大椿在《医学源流论》中有“元气存亡论”一文,也谈到元气与命门的关系。王清任强调元气在气血关系上的关键作用,创立补阳还五汤、黄芪桃红汤等名方,重用生黄芪大补元气,治疗气虚血瘀诸证^[19]。

命门学说在中医学发展史上的意义,不仅局限于内伤虚损诸证治。在外感热病的治疗学中也占有重要地位。明代张景岳以理阴煎、大补元煎治夹虚伤寒,是其在真阴证治方面的发挥,此说推动了清代温病学滋阴疗法的发展,也为当代中医药以扶正固本、清热解毒方法治疗免疫缺陷性疾病如艾滋病提供了一条新的思路^[19]。

4.1.3 重视心神宁静与健康长寿的关系

《黄庭经》中反复阐明,要使命门开阖适度,必须做到心神宁静。如“恬淡无欲养华茎,服食玄气可遂生”“清静无为神留止,精神上下开分理”(《外景经·下部经第三》)。“恬淡闭视内自明,物物不干泰而平”(《内景经·琼室章第二十一》)。“高拱无为魂魄安,清静神见与我言”(《内景经·治生章第二十三》)。“内守坚固真之真,虚中恬淡自致神”(《内景经·紫清章第二十九》)。以上都谈的是这个意思。上述原则在《内经》等医典和道教经典中都是非常重视的。及至宋金元时期,朱丹溪《格致余论》中特撰“饮食色欲箴”之论,其中可见道教命门说之影响。

4.2 《难经》和《黄庭经》在命门学说上的不同点

除了命门的部位所指之歧义外,医道命门说最显著的区别,是对命门的脏腑归属。《内经》指命门为目,因而对它没有做出确切归属。《难经》强调命门为藏精之所,按照中医学脏与腑的分类原则,脏者,藏也,藏精气而不泄,命门似应归到脏的范围。因此现代中医学通常将命门归属于奇恒之腑。但在《黄庭经》中,命门属于道教“六腑”之一。

4.2.1 命门属道教“六腑”之一

《黄庭经》中关于六腑(腑)的解释有四种。前两种与命门无涉。其一,与医家完全相同,即以胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦,为六腑,此说见于《内景经·心神章第八》。其二,以肺为玉堂宫,属尚书府;心为

绛宫,属元阳府;肝为清冷宫,属兰台府;胆为紫微宫,属无极府;肾为幽昌宫,属太和府;脾为中黄宫,属太素府。此说见于《内景经·常念章第二十二》和《老子中经·谷神妙气诀》^[13]。该“六府”实际上是传统的“五脏”加上一个胆腑。按《灵枢经·本输第二》也说胆为“中精之府”,并且《素问·六节藏象论》有“十一藏取决于胆”之说,是否与道教六府说有学术上的渊源关系,值得进一步探讨。

4.2.2 七窍流通是命门功能正常的条件

道教将命门归属于“六府”,因而更强调它做为门的枢纽功能,无论指呼吸之门还是精气之门,都要求它能有开有阖且开阖适度。《黄庭经》认为,命门正常的枢纽功能在相当程度上取决于人体孔窍的流通。所谓“七玄英华开命门”也好,“七曜九元冠生门”也罢,均指人体耳目口鼻和前后二阴等孔窍的畅通无阻,是命门开阖适度的一个重要条件。因此,漱口、咽津、叩齿、运舌、梳发、呼吸吐纳,都是为了使“七窍流通无留滞”(《内景经·肝气章第三十三》),以便使呼吸和精气出入正常。

其实,七窍流通与五脏之间的关系,在中医学里同样极受重视。《灵枢经·脉度第十七》有“五脏不和则七窍不通”之论,是谈五脏病变会影响到七窍的流通。《黄庭经》则是从另一个侧面来说七窍的闭塞,也会危及内在气机的流通。命门虽是人身精气或元气出入之门,但必须以七窍为窗牖,七窍不通,命门通天之路也将因此闭塞。所以,“七玄英华开命门,通利天道存玄根”,花开两朵,各表一枝,恐怕也是医家和道教命门说相通的一个方面。

及至明代,李时珍在《本草纲目》“辛夷花”条下,提出“脑为元神之府,而鼻为命门之窍”^[13]的说法,除了受到李杲脾胃学说的影响外,也流露出道教命门说的痕迹。按,李杲《脾胃论》卷下有一篇“胃虚则九窍不通论”,李氏是根据《内经》的理论中有清阳出上窍、发腠理和实四肢的作用,提出如脾胃被“阴火”损伤,使清阳之气不能上达,就会导致九窍不通的病证^[14],可取辛夷花之辛温之气,帮助胃中清阳上行而治九窍之病。李时珍盛赞李杲是自《内经》之后,唯一明白这个道理的人,这似也可视为医道两派命门学说沟通的另一例证。

唐末内丹术兴盛后,道教徒也有“四书五经”之经典说《黄庭经》与《阴符经》《道德经》《清静经》、《龙虎经》并列,为道教徒必修之“五经”。不仅道教

徒研究、传诵《黄庭经》,不少文人士大夫,一半是受东晋书圣王羲之“写经换鹅”之“名人效应”影响,一半是受当时宋代尊道风气之熏陶,都非常喜欢研读《黄庭经》,宋人欧阳修在《集古录》中对《黄庭经》碑帖的考证就是一例。宋代诗人陆游也非常喜欢《黄庭经》,据笔者统计,五本《陆游诗集》中,竟然有 15 首诗词是说他如何诵咏《黄庭经》的!正是这些文人学者对《黄庭经》的偏爱,当宋代以后诸多儒生步入医家行列时,也把他们对于《黄庭经》的喜好和研究带入医学领域,从客观上促进了中医命门学说的兴盛。

总之,命门学说的萌芽与道教金丹术和存神术有错综复杂的不解之缘,其发展既有道佛儒哲学思辩的影响,也有中外医学交流的促进作用渗透其中,同时,更反映出古人对人体生命本源的探索和复杂临床病证诊治的把握。

参 考 文 献

- 1 明·孙一奎撰,凌天翼点校.赤水玄珠全集.北京:人民卫生出版社,1986.1183
- 2 明·张介宾.类经图翼.北京:人民卫生出版社,1965.437~478
- 3 明·赵献可.医贯.北京:学苑出版社,1996.7
- 4 吴·吕广,唐·杨玄保,宋·丁德用,等注;明·王九思,万友谅,王鼎象辑.难经集注.上海:商务印书馆,1955
- 5 林 殷.命门学说研究[学位论文].北京:北京中医药大学,2003
- 6 唐·务成子,梁丘子注.道藏(22册)·黄庭经.文物出版社,上海书店,天津古籍出版社,1988.62~83
- 7 宋·沈括.梦溪笔谈.四部丛刊续编子部(53册).上海:上海书店,1984.14
- 8 宋·欧阳修.四库全书(618册)·集古录.上海:上海古籍出版社,1987.136
- 9 宋·司马承祯.道藏(18册).文物出版社,上海书店,天津古籍出版社,1988.448
- 10 清·王清任.医林改错.沈阳:辽宁科学技术出版社,1997.12,18
- 11 吕维柏.艾滋病中西医预防与治疗的进展.浙江中西医结合杂志,2001,11(5):267
- 12 守一子.编纂.道藏精华录(下册)·老子中经.杭州:浙江古籍出版社,1989.3
- 13 明·李时珍.本草纲目.北京:人民卫生出版社,1982.1936
- 14 金·李杲.脾胃论.天津:天津科技出版社,1994.586~587

(收稿日期:2003-07-11)