

出和改善外周胰岛素抵抗、噻唑烷二酮类可增加靶细胞胰岛素敏感性、磺脲类和二肽基肽酶Ⅳ抑制剂可促进基础胰岛素分泌,以上药物均主治气化失司。此外,胰高糖素样肽-1受体激动剂既刺激胰岛素分泌和抑制胰高糖素分泌,同时增加肌肉和脂肪组织葡萄糖摄取,并可抑制肝脏葡萄糖的生成,同时抑制胃排空及食欲,针对的是气化失司和消化失司双重机制。

### 小结

笔者以谷精溢脉为核心全新构建了糖尿病中医辨治体系,但限于个人水平,若文中观点有不妥之处,还请各位同道不吝指正。

### 参 考 文 献

- [1] 中国心血管健康与疾病报告编写组.中国心血管健康与疾病报告2021概要.中国循环杂志,2022,37(6):553-578
- [2] 刘鑫,吴琪琪,石岩,等.基于中医古籍研究糖尿病病名理论框架.

中华中医药学刊,2020,38(2):199-202

- [3] 赵昱,周丽波,董柳,等.《黄帝内经》消渴相关病名考辨.中国中医基础医学杂志,2007,13(8):574-576
- [4] 郑玉娇,苟筱雯,逢冰,等.“糖络病”学说及其诊疗要点发微.中医杂志,2019,60(22):1920-1923
- [5] 吴勉华,石岩.中医内科学.11版.北京:中国中医药出版社,2021:339-345
- [6] 茅瑛琦,都佳安,徐友华,等.基于“脾失健运”探讨舌苔菌群对2型糖尿病发生发展的影响.中华中医药杂志,2022,37(10):5860-5864
- [7] 孙瑞茜,肖永华,傅强,等.吕仁和分期治疗2型糖尿病药对应用经验.中医杂志,2021,62(18):1573-1577
- [8] 王艳梅,张久亮.基于《黄帝内经》对谷物精微转化的阐述探究糖尿病的病机.中华中医药杂志,2021,36(12):6963-6966
- [9] 中华医学会糖尿病学分会.中国2型糖尿病防治指南(2020年版).中华糖尿病杂志,2021,13(4):315-409
- [10] 张耀夫,张楷童,赵进喜,等.基于胃强脾弱论治糖尿病经验.中华中医药杂志,2022,37(4):2069-2072

(收稿日期:2022年9月23日)

·仁心雕龙·

## 基于体质观探讨五志人

马晓娟, 林法财

(南京中医药大学针灸推拿学院·养生康复学院, 南京 210023)

**摘要:**五志和调则身体康健,五志失调则情志内伤,进而影响机体脏腑之气机,情志内伤是中医学理论中一种重要的致病因素。文章根据《黄帝内经》中体质与五种情志的相关记载,探索体质分类,提出“五志人”的概念,分析五志人与五行人、五态人之间的对应关系,总结归纳五志人的性格特点,并延伸出五志人的病理表现与情志辨证、疗效和预后情况。五志人的提出,拓宽了中医体质的内容,为从情志角度辨别体质提供理论依据,为体质的情志辨证提供借鉴。

**关键词:** 体质; 五志人; 五行人; 五态人; 情志辨证; 黄帝内经

**基金资助:** 江苏省中医药健康养生技术工程研究中心项目, 南京中医药大学自然科学基金青年项目 (No.NZY81804161)

### Discussion on five-emotion people based on the concept of constitution

MA Xiao-juan, LIN Fa-cai

(School of Acupuncture-Moxibustion and Tuina, School of Health Preservation and Rehabilitation, Nanjing University of Chinese Medicine, Nanjing 210023, China)

**Abstract:** The harmony of the five-emotion leads to physical health, while the disorder of the five-emotion leads to internal emotional injury, which affects the qi mechanism of the organism's viscera, and the internal emotional injury is an

通信作者: 林法财, 江苏省南京市栖霞区仙林大道138号南京中医药大学针灸推拿学院·养生康复学院, 邮编: 210023

电话: 025-85811663, E-mail: facai\_lin@njucm.edu.cn

important pathogenic factor in the theory of traditional Chinese medicine. According to the related records of physical constitution and five-emotion in *Huangdi Neijing*, this paper explores the classification of physical constitution and puts forward the concept of ‘five-emotion people’, analyzes the corresponding relationship between the five-emotion people, the five elements people and people with five kinds of characteristics, summarizes the personality traits of the five-emotion people, and extends the pathological features and the emotion differentiation, curative effects and prognosis of the five-emotion people. The proposal of the five-emotion people broadens the content of the constitution of traditional Chinese medicine, provides a theoretical basis for the identification of constitution from the perspective of emotion, and provides a reference for the emotion differentiation of constitution.

**Key words:** Constitution; Five-emotion people; Five elements people; People with five kinds of characteristics; Emotional differentiation; *Huangdi Neijing*

**Funding:** Project of Jiangsu Provincial Technology Engineering Research Center of TCM Health Preservation, Young Scientists Fund of the Natural Science Foundation of Nanjing University of Chinese Medicine (No.NZY81804161)

《灵枢·阴阳二十五人》按照木火土金水之五行特征并结合心理、性格特征,将人群体质分为“木形人、火形人、土形人、金形人、水形人”五大类<sup>[1]</sup>。《灵枢·通天》按照阴阳含量之多少,将体质分为五类,“少阳之人、太阳之人、阴阳和平之人、少阴之人、太阴之人”,即五态人<sup>[2]</sup>。《灵枢·行针》根据针刺得气快慢,将人体分为“重阳之人颇有阴、重阳之人、阴阳和调、阴气多而阳气少、多阴而少阳”5种。根据《黄帝内经》中五态人与五行人的描述,可以得知3种体质分类方法相互对应,即木形人与少阳之人、重阳之人颇有阴相对应,火形人与太阳之人、重阳之人相对应,土形人与阴阳和平之人、阴阳和调相对应,金形人与少阴之人、阴气多而阳气少相对应,水形人与太阴之人、多阴而少阳相对应。《素问·阴阳应象大论》云:“东方生风……神在天为风,在地为木,在脏为肝,在志为怒;南方生热……其在天为热,在地为火,在脏为心,在志为喜;中央生湿……其在天为湿,在地为土,在脏为脾,在志为思;西方生燥……其在天为燥,在地为金,在脏为肺,在志为悲;北方生寒……其在天为寒,在地为水,在脏为肾,在志为恐”。明确了五行与五种情志的关系,即怒属木,喜属火,思属土,悲属金,恐属水。若从情志角度来探讨体质,体质则可分为怒志人,喜志人,思志人,悲志人,恐志人,即“五志人”,五志人的提出为体质的情志辨证奠定基础。

五志人的体质对应关系

《灵枢·行针》言:“多阳者多喜,多阴者多怒,数怒者易解,故曰颇有阴”。从“多阳者多喜”可推断出喜志人与重阳之人相对应,“多阴者多怒,数怒者易解,故曰颇有阴”可推出怒志人与重阳之人颇有阴相对应。因五志人对应五态人,五态人对应五行人,故三者相互对应。具体见表1。

表1 五志人的体质对应关系			
五志人	五行人	阴阳(五态人)	
怒志人	木形人	少阳之人	重阳之人颇有阴
喜志人	火形人	太阳之人	重阳之人
思志人	土形人	阴阳和平之人	阴阳和调
悲志人	金形人	少阴之人	阴气多而阳气少
恐志人	水形人	太阴之人	多阴而少阳

五志人的性格归纳

《灵枢·通天》描述了五态人的性格特点,《灵枢·阴阳二十五人》描述了五行人的性格特点<sup>[3-4]</sup>,由五行人与五态人的性格特点来推导归纳五志人的性格特点。

1. 怒志人 “木形之人……劳心,少力,多忧劳于事”“少阳之人,諛谛,好自贵,有小小官则高自宜,好为外交而不内附”。由此推演怒志人为人直爽,活泼好动,好劳心,易发怒,虽做事精细审慎,但爱虚荣,小小成就便沾沾自喜,善交际,喜与外人往来。
2. 喜志人 “火形之人……有气,轻财,少信,多虑……急心”“太阳之人,居处于于,好言大事,无能而虚说,志发乎四野,举措不顾是非,为事如常自用,事虽败而常无悔”。由此推演喜志人性格外向,积极乐观,慷慨大方,聪慧敏捷,自信大胆,少才干而喜空谈,志向高远在四方,精力旺盛,傲慢冲动,固执己见,做事不计后果。
3. 思志人 “土形之人……安心,好利人,不喜权势,善附人也”“阴阳和平之人,居处安静,无为惧惧,无为欣欣,婉然从物,或与不争,与时变化,尊则谦谦,谭而不治,是谓至治”。由此推演思志人性格沉稳,乐于助人,平素心安意静,从容和缓,不受物惑,顺应事物发展规律,与世无争,谦虚谨慎,善于说服而不压制,治理才能突出。

4. 悲志人 “金形之人……清廉, 急心, 静悍” “少阴之人, 小贪而贼心, 见人有亡, 常若有得, 好伤好害, 见人有荣, 乃反愠怒, 心疾而无恩”。由此推演悲志人轻快敏捷, 思维敏锐, 动则凶悍, 静则沉稳, 细心稳重, 谨慎内敛, 柔弱, 易悲伤, 做事有计划, 警惕性高, 喜贪图小利, 有害人之心, 暗藏贼心而生性嫉妒。

5. 恐志人 “水形之人……不敬畏, 善欺给人” “太阴之人, 贪而不仁, 下齐湛湛, 好内而恶出, 心抑而不发, 不务于时, 动而后之”。由此推演恐志人待人接物心不诚, 善欺诈, 内心贪婪而心地不善, 表面谦卑而内心险恶, 喜不劳而获, 内心想法不外露, 保守, 心怀疑虑, 常见风使舵, 阴柔寡断, 胆小, 易惊恐, 外表忠厚, 实则内心奸诈。

### 五志人的病理表现与情志辨证

《素问·天元纪大论》言: “天有五行御五位, 以生寒暑燥湿风。人有五脏化五气, 以生喜怒忧思恐”。五脏精气是情志化生的物质基础, 五脏功能正常则情志正常化生<sup>[5]</sup>。五志失于调和可导致疾病<sup>[6]</sup>。若5种情志表达过甚, 则表现为大怒、大喜、过思、大悲、大恐, 五志表达不及则忿(抑郁)、恨(羞耻)、怨(内疚)、恼(嫉妒)、烦(焦虑)<sup>[7]</sup>。具体见表2。

表2 五志表达

五志	五脏	五志过亢	五志不及
怒	肝	大怒	忿(抑郁)
喜	心	大喜	恨(羞耻)
思	脾	过思	怨(内疚)
悲	肺	大悲	恼(嫉妒)
恐	肾	大恐	烦(焦虑)

1. 怒病 《素问·本病论》曰: “人或悲怒, 气逆上而不下, 即伤肝也”。愤怒是肝失于调达而引起肝气上逆, 肝阳上亢或肝火上升, 以耗伤肝阴肝血。《素问·生气通天论》云: “大怒则形气绝, 而血菀于上, 使人薄厥”。《素问·举痛论》曰: “怒则气逆, 甚则呕血及飧泄, 故气上矣”。大怒使肝气上逆, 血随气逆, 并走于上, 可见怒发冲冠、面红目赤, 甚则呕血, 或肝气乘脾而生飧泄, 甚则昏厥卒倒。故怒志过极为大怒, 怒志不及则为忿<sup>[7]</sup>, 参照《中医神志病诊疗指南》<sup>[8]29</sup>, 可见无故突发狂怒, 甚则暴跳如雷, 冲动伤人, 难以自控, 头晕眼花, 四肢麻木, 半身不遂, 若怒气长期积压则肝气郁结而善太息, 胸闷不适、胁肋胀痛。结合兼症, 怒病可辨为肝郁气滞证、肝胆火旺证、肝脾失调证、肝肾阴虚证<sup>[9]</sup>。

2. 喜病 《医醇剩义·劳伤》载: “喜则伤心, 此为本脏之病, 过喜则阳气太浮, 而百脉开解, 故心脏受伤也”。喜乐伤心, 是心的本脏之病, 过度喜乐使心气大开, 阳气浮于外, 经脉弛纵, 故曰伤心。《医碕·气》云: “喜则气缓, 志气通畅和缓, 本无病。然过于喜则心神散荡不藏, 为笑不休, 为气不收, 甚则为狂”。喜则气缓, 指舒缓和达精神情绪和心气涣散两个方面。适度喜乐可缓解精神紧张, 使营卫通利, 心情舒畅; 而喜乐过度, 则心气涣散, 神不守舍, 甚至失神狂乱。故喜志过极为大喜, 喜之不发则生恨<sup>[7]</sup>, 参照《中医神志病诊疗指南》<sup>[8]25</sup>, 可见未遇喜乐之事却经常喜笑不止或进而失眠癫狂, 若心中所想未成真则会产生心理落差而易生恨。结合兼症, 喜病可辨为阴虚火旺证、心火亢盛证、痰火扰心证、肝火扰心证<sup>[9]</sup>。

3. 思病 《琉球百问·琉球原问》曰: “思虑过多, 脾血必耗”。思虑劳神过度, 耗伤脾血。《医学衷中参西录·资生汤》云: “心为神明之府, 有时心有隐曲, 思想不得自遂, 则心神拂郁, 心血亦遂不能濡润脾土, 以成过思伤脾之病”。心为五脏六腑之大主, 心主神明, 有时心中有难言之隐, 自身不能调节, 则心情抑郁, 心之血亦不能濡养滋润脾土, 则思虑过度而伤脾成病。《素问·举痛论》言: “思则心有所存, 神有所归, 正气留而不行, 故气结矣”。若思虑过多, 精神过度集中, 则体内正气停留在局部而不能正常运行, 所以思则气结。故思志过极为过思, 思之不发则生怨<sup>[7]</sup>, 参照《中医神志病诊疗指南》<sup>[8]33</sup>, 可见长期闷闷不乐, 思虑绵绵, 忧郁不解而神思恍惚, 影响脾胃运化而脘腹胀满, 纳差, 便溏, 倦怠神疲, 若长期思虑无果, 精神得不到寄托则会满腔怨气。结合兼症, 思病可辨为心脾气结证、肺气不足证<sup>[9]</sup>。

4. 悲病 《医醇剩义·劳伤》载: “悲则气逆, 膈郁不舒, 积久伤肺”。大悲使得气机逆乱, 肺气抑郁不得舒, 积存过久耗伤肺气。《素问·举痛论》曰: “悲则心系急, 肺布叶举, 而上焦不通, 营卫不散, 热气在中, 故气消矣”。过度悲伤使得心联系其他组织的脉络痉挛拘急, 还会影响到肺, 肺叶胀大, 呼吸异常, 致胸腔胀满, 气体运行不通畅, 营卫之气不能布散全身, 只能积存胸中, 久而化热, 耗伤肺气, 出现倦怠乏力、萎靡不振、意志消沉等症状, 所以悲则气消。故悲志过及为大悲, 悲志不发则生恼<sup>[7]</sup>, 参照《中医神志病诊疗指南》<sup>[8]35</sup>, 可见无故悲伤, 悲痛欲哭, 平素遇事易激动流泪, 因肺主皮毛, 也会出现皮枯毛焦, 若他人优于自己, 则患得患失, 苦恼无法排解而



生嫉妒。结合兼症,悲病可辨为心肺气虚证、肝脾失调证、痰浊内盛证<sup>[9]</sup>。

5. 恐病 《养生余录》言:“大恐伤肾,恐不除则志伤”。恐惧过度耗伤肾精,若恐惧不能解除,则会损伤情志。《素问·举痛论》曰:“恐则气下……恐则精却,却则上焦闭,闭则气还,还则下焦胀,故气不行矣”。恐使气下行,大恐会伤肾伤精,升降不交,故上焦闭,上焦闭则气归于下,病为胀满而气不得行。《灵枢·本神》云:“恐惧而不解则伤精,精伤则骨酸痿厥,精时自下”。恐惧不缓解会耗伤肾精,出现肾气不固,二便失禁等,肾精耗伤可见骨节酸楚和阳痿、手足微弱无力、气血厥逆,精气下陷,常伴有男子遗精、孕妇滑胎现象。故恐志过极为大恐,恐志不发则生烦<sup>[7]</sup>,参照《中医神志病诊疗指南》<sup>[8]37</sup>,可见恐惧怵惕,终日恐惧,坐卧不安,骨节酸楚,肾气不固,二便失禁,遗精滑泄,若恐惧不能排解,长此以往心烦意乱,烦躁不安,浑身无力。结合兼症,恐病可辨为肾精不足证、气血两虚证、肝胆两虚证<sup>[9]</sup>。

#### 疗效及预后

《针灸大成》曰:“针若得气速,则病易愈而效亦速也;若气来迟,则病难愈而有不治之忧”。针刺得气之迟速直接影响疗效。每一个体在生长壮老过程中,会受内外环境诸多因素的影响,这使得体质具有相对稳定性与动态可变性,此种特性说明体质可调,用针刺等相关治疗纠正机体阴阳、气血、津液失衡来调节<sup>[10]</sup>。《灵枢·行针》言:“重阳之人,阳气滑盛而扬,神动而气先行。重阳之人颇有阴者,其阴阳之离合难,其神不能先行也。阴阳和调,血气淖泽滑利,针入而气出,疾而相逢也。阴气多而阳气少,阴气沉而阳气浮,沉者内藏,针已出气乃随其后独行。多阴而少阳,其气沉而气往难,数刺乃知”。不同体质的人阴阳含量不同,对针刺的反应也不同,疾病的疗效和预后也是各异。有研究<sup>[11]</sup>发现,偏阳质的人多患实证,且疾病容易治疗,而偏阴质的人多为虚证,且疾病相对难治,预后一般较差。五态人中太阳之人阳含量最多,其效果当属最好,而太阴之人阴含量最多,其疗效当属最差,预后亦是如此。由此得知五志人中怒志人、喜志人为偏阳质,悲志人、恐志人为偏阴质,又因喜志人对应太阳之人,其阳含量最多,恐志人对应太阴之人,其阴含量最多,思志人对应阴阳和平之人,故疗效及预后由好到差依次是喜志人、怒志人、思志人、悲志人、恐志人。

#### 小结

五志和调则养身心,安五脏,但表达失度会导致病。五志失调可直接伤及脏腑,也会通过扰乱气机、耗伤气血间接使脏腑产生病理改变,故可根据五志异常表达的外在表现来定位内在病变脏腑,正所谓“有诸内必行诸于外”,以此来指导疾病的早期治疗。邱佳慧<sup>[9]</sup>以五行理论阐释五志之生克制化,提出五志互藏、思志调衡,二者协同调节情志变化,共同维系情志活动的复杂与稳定。体质表现为一种相对稳定的特质,决定着机体对某些疾病的易感性和病变类型的倾向性<sup>[12]</sup>,文章提出“五志人”,从性格的生理特点与病理表现来分析辨别体质,更易于体质的划分,为不同体质疾病的预防奠定基础,也为制定情志干预方法来调节体质提供依据。辨证施治是中医学认识和处理疾病的基本原则,通过四诊合参辨病治病,情志辨证是观察情绪变化来辨病,可作为四诊合参的补充,辨志施治是辨别情志体质加以治疗,可为辨证施治的延伸。

#### 参考文献

- [1] 吴长汶,陈淑娇,杨小婷,等.五行人的形态特征与体质分类的临床意义.中华中医药杂志,2016,31(7):2725-2727
- [2] 王昊,王克勤,薛崇成,等.中医人格体质论的内涵探析.中医杂志,2013,54(7):551-554
- [3] 刘汉红.中医五行人之体质辨识.湖北中医杂志,2015,37(1):36-38
- [4] 杨秋莉,徐蕊,于迎,等.五态人格、体质类型与抑郁症的中医证型的关系探讨.中医杂志,2010,51(7):655-657
- [5] 陈晓鹏.论脏腑与五志的关系.福建中医药大学学报,2013,23(1):48-51
- [6] 林法财.基于《黄帝内经》五音理论探析辨证施乐.中华中医药杂志,2018,33(12):5535-5537
- [7] 王香玉.《内经》“五志”理论研究.郑州:河南中医药大学,2016
- [8] 中华中医药学会,编.中医神志病诊疗指南.北京:中国中医药出版社,2015
- [9] 邱佳慧.中医五志理论研究.福州:福建中医药大学,2020
- [10] 王琦.中医体质三论.北京中医药大学学报,2008,31(10):653-655
- [11] 林法财,费飞.论《黄帝内经》中“五态人”对针刺得气的影响.北京中医药大学学报,2013,36(2):90-91,107
- [12] 王琦.9种基本中医体质类型的分类及其诊断表述依据.北京中医药大学学报,2005,28(4):1-8

(收稿日期:2022年9月23日)