

# 『内经』五味宜忌

《内经》中关于五味之功能，归属脏腑及治疗宜忌等论述甚丰。散见于《素问·生气通天论》、《素问·阴阳应象大论》、《素问·六节脏象论》、《素问·脏气法时论》、《灵枢·五味》等篇章。由于言简意奥，每致阅者困惑。

如《素问·脏气法时论》曰：“肝欲散，急食辛以散之，用辛补之，酸泻之”与《灵枢·五味》篇“肝病禁辛”之说，似乎截然相反，但却各有道理。肝之为病，有寒热虚实之分，亦有气滞、血瘀之别。“肝欲散”，是从肝的生理功能而言的，正符“肝主疏泄”之意。怒气伤肝，肝气郁滞，疏泄不及，则宜“急食辛以散之”。若疏泄太过，横逆脾胃，上及头目，而见胃痛呕吐，呃逆腹痛，头痛头晕，目胀耳鸣，则宜理气

敛肝，即所谓以“酸泻之”。辛散以顺肝疏泄之性，犹补也，补其疏泄之不及也，故曰：“用辛补之”，酸敛逆肝之疏泄性，泻其有余，故曰：“酸泻之”。理气剂中有疏肝药配酸敛之白芍者，如柴胡疏肝散、四逆散等方即是其例，可谓是对“肝欲散，急食辛以散之，用辛补之，酸泻之”之说的具体运用。

“肝病禁辛”是针对肝之虚证而言的。

第十一段：〔原文〕“帝曰：其脉至何如？……阴阳易者危。”

〔提要〕本段记述了脉象与季节气候的关系。总结

肝气血阴阳不足，岂堪辛散之品更加耗伤，故曰：“肝病禁辛”。

此处仅举肝脏之宜忌为例，其余四脏，依此类推。

五味可养人，亦可伤人。如《素问·阴阳应象大论》之“味归形……味伤形”与《素问·生气通天论》之“阴之所生，本在五味，阴之五官，伤在五味”就是其例。要弄清这个问题，还要从《内经》原文来分析。《素问·阴阳应象大论》曰：“酸生肝”“苦生心”“甘生脾”“辛生肺”“咸生肾”，《素问·五脏生成篇》曰：“心欲苦，肺欲辛，肝欲酸，脾欲甘，肾欲咸”，此言其生理，而又有言其病理及禁忌者。《素问·生气通天论》：“味过于酸，肝气以津，脾气乃绝。味过于咸，大骨气劳，短肌，心气抑。味过于甘，心气喘满，色黑，肾气不衡。味过去苦，脾气不濡，胃气乃厚。味过于辛，筋脉沮弛，精神乃央”。可见，关键在于“过”字。而《素问·宣明五气篇》：“辛走气，气病无多食辛；咸走血，血病无多食咸；苦走骨，骨病无多食苦；甘走肉，肉病无多食甘；酸走筋，筋病无多食酸”，关键在于“多”字。五味虽然是人体之不可少，也是治病之不可缺，但总以适量为度，五味适量能充养机体，故曰：“味归形”，五味过量能损伤形体，故曰：“味伤形”。

南京中医学院 王三虎

出：“至而和则平，至而甚则病，至而反者病，至而不至者病，未至而至者病，阴阳易者危。”这是对前篇所述“气，脉其应也”的具体说明和补充。

告读者：

根据邮电部（85）邮通字第1、2号通告精神，本刊特做如下规定：凡给本刊来信、来稿，请写清“辽宁省沈阳市皇姑区北陵大街三段五号，《中医函授通讯》编辑部收”一律

贴足邮票，否则拒收。

来信、来稿务必写清寄信人地址，如省、市、区（县）、街（乡）、里（村）及工作单位，以便及时联系。

——编者