

· 论著 ·

《灵枢·阴阳二十五人》“形”“色”内涵发微

孟月^{1,2}, 刘立安³, 崔殿坤^{1,2}, 秦俊俊^{1,2}, 梁金凤^{1,2}, 侯淑涓¹

(¹北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院, 北京 100029; ²北京中医药大学中医学院, 北京 100029; ³北京中医药大学国学院, 北京 100029)

摘要:《灵枢·阴阳二十五人》中多处提及“形”“色”, 其中“形色相得”“形色相胜”的内涵较难从字面理解。文章从“形”“色”二字的本义入手, 在天地时空视角探讨其内涵为物质载体与能量的内外循环, 指向天人合一; 再回归人体维度, 以古琴二十五音为桥梁, 解“形”“色”以五脏经脉及血气状态; 并对血气状态的外在征象进行论述, 包括皮肉毛发状态、面色、脉象。

关键词: 形; 色; 灵枢·阴阳二十五人; 天人合一; 经脉气血; 黄帝内经; 内涵; 外在诊察

基金资助: 国家自然科学基金青年科学基金项目 (No.82004260)

Understanding of 'physique' and 'color' in *Lingshu · Twenty-five Kinds of Yin-Yang Persons*

MENG Yue^{1,2}, LIU Li-an³, CUI Dian-kun^{1,2}, QIN Jun-jun^{1,2}, LIANG Jin-feng^{1,2}, HOU Shu-juan¹

(¹National Institute of Body Constitution and Disease Prevention of Traditional Chinese Medicine, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China; ²School of Traditional Chinese Medicine, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China; ³School of Chinese Classics, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China)

Abstract: In *Lingshu Twenty-five Kinds of Yin-Yang Persons*, there are many references to 'physique' and 'color', among which the connotations of 'equilibrium between physique and color' and 'predominance of physique and color' are difficult to understand literally. This article started with the meaning of 'physique' and 'color', then explored their connotation as the internal and external circulation of material carriers and energy from the perspective of space and time, pointing to the unity of nature and man. What's more, we focused on the human dimension with the 25th sound of the guqin as a bridge, it told us that 'physique' and 'color' were based on the meridians of the five internal organs and the state of blood gas. Finally we discussed the external signs of the state of blood and qi, including the state of skin and hair, complexion, and pulse.

Key words: Physique; Color; *Lingshu · Twenty-five Kinds of Yin-Yang Persons*; Harmony between man and nature; Meridian qi and blood; *Huangdi Neijing*; Connotation; External examination

Funding: Young Scientists Fund of the National Natural Science Foundation of China (No.82004260)

《灵枢·阴阳二十五人》是《黄帝内经》(以下简称《内经》)中以五行属性进行分类的最系统、全面的体质分类论述^[1]。根据人的形态特征、生理功能、行为习惯、心理特征、对环境的适应能力等划分出木、火、土、金、水5种基本类型, 又进一步比类五音的变化、经脉左右上下, 分为5个亚型, 最终分为25种类型。《灵枢·阴阳二十五人》^[2]中多处同时提

及“形”“色”概念, 引起笔者的关注。第一处为“先立五形金木水火土, 别其五色, 异其五形之人, 而二十五人具矣”, 第二处为五形人分别论述中提及, 如“木形之人, 比于上角, 似于苍帝。其为人苍色”, 算作一处。第三处为“黄帝曰: 得其形不得其色者, 何如? 岐伯曰: 形胜色、色胜形者, 至其胜时、年加, 感则病行, 失则忧矣。形色相得, 富贵大乐。黄帝曰: 其

通信作者: 侯淑涓, 北京市朝阳区北三环东路11号北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院, 邮编: 100029

电话: 010-64286766, E-mail: housj2009@163.com

形色相胜之时,年加可知乎?”“形”“色”之间由此建立了关系,成为一对范畴,生活中亦用“形形色色”来形容种类繁多的人或物。

如果单以字面,五形、五色来理解“形”“色”,前两处尚可理解,第三处“形色相胜”则较难解释,五形乃木、火、土、金、水形,五色为苍、赤、黄、白、黑,二者如何相胜?就算同样映射到五行生克体系中,又该如何在临床应用中具有可操作性?

“形”“色”的概念及其背后的内涵值得探讨。

首先参看历史上医家对这一段落的注解,明代马蒨^[3]注:“伯言有形胜色者,如木形人而黄色现也。有色胜形者,如木形人而白色现。但此等之人,不以本形之本色相见,而有他色来见”。可见,此处将五形、五色映射到五行系统中,根据生克规律进行解释。“形”做“五形人”解,泛指五形人特征,如“其为人苍色,小头长面,大肩背,直身,小手足。有才,好劳心,少力,多忧劳于事。能春夏不能秋冬,秋冬感而病生”。“色”,则普遍解释为“肤色”^[4-6]。《医宗金鉴·四诊心法要诀》载:“五藏之色,随五形之人而见,百岁不变”。五藏之色皆外荣于面,由于人的禀赋不同,藏气则有所偏盛,因此面色有不同的倾向。然而从藏色本身来说,其显露于外,不仅要与血色之赤相间,还要隐含于皮肤本色之内,所谓“如缟裹”,最终并非苍、赤、黄、白、黑之状。中医的“五色诊”对于病色主寒热、善恶的判断源于取象比类思维方式,五色应五脏的认识基于五行属性的推演络绎,五色应时的认识源于顺势思维的指导^[7]。古人更多的是将五色应五行理解为功能上、规律上的抽象联系,而非客观实物的真实色彩^[8]。因此,笔者认为将此处的“色”做“肤色”解并不恰当,而是应以“五行”为纽带,分析五形、五色所指代内涵的差异与关联。

天地时空观下的形色内涵探析

《说文解字》段注“形,象形也。当作像。谓像似可见者也。在天成象,在地成形”“色,颜气也。颜者两眉之间也心达于气”^[9]。可知,形之重点在于可见的有形实体,色之重点在于无形的“气”的体现。《黄帝内经灵枢集注》言:“在天成气,在地成形,天地合气,命之曰人”“人之形体,秉在地五行之所生,然本于天之五气。是以形合五行,而气合五色五音也”^[10]。由此,将“形”“色”概念置于天地时空视角来理解,“五形”归属于“地”的范畴,为地所生的物质性载体;而“五色”归属于“天”之范畴,为天所

生的无形的、功能性的“气”的体现。顺着这条思路运用类比思维,自然界的植被随着一年四季的变化产生不同的色彩,地球的表面地质结构相对稳定,而其表层风云变幻,随着季节、昼夜而更换面貌,人体的新陈代谢也具有时间节律,随着季节变化。气的特征包括动而不息、有时间性、有循环性、流动性。因此,

“形”“色”概念蕴含着空间-时间、静而守位-动而不息的相对性与相互作用性。“形”指的是有形载体,而五色所指的5种颜色在一定程度上可以代表温度的高低,能量的强弱,而五色的循环,代表了能量的循环流动。能量的循环包含两方面:一方面是人体与自然界感应的,与天地规律相一致的人体内循环,另一方面是人体与自然界之间进行能量交换的外循环。

关于人体内部循环,《中医学状态学》给出定义:中医状态是结构与功能的统一体。状,即机体局部或整体部位、形状和结构的概括;态,即特定阶段生命活动的态势、特征和变化规律^[11]。因此,中医的诊疗观一定要引入时间维度,重视“变化规律”,即如何运用人体自身能量内循环来调节病理状态,为身体的自愈能力提供帮助。中医的圆运动理论亦是重视人体内部循环,彭子益言:“人身中气如轴,四维如轮,轴运轮行,轮运轴灵”^[12],若“轴不旋转,轮不升降”则人体内循环受阻,百病丛生。

关于人体与外界环境的能量外循环,《望诊遵经》言:“一方之间,一邑之内,地形有高下,则风气有寒温,地形有燥湿,则风气有刚柔,风气既感于中,形色必应于外”^[13]^[17]。人体系统与周围环境间存在物质、能量和信息的交换,人体能从周围环境中吸取有序能,并向周围环境中排出自己在代谢中产生的无序能。有序能增加到一定程度会自发地使生命在时间、空间和功能上形成有序的超稳态,这就叫人体的自组织性^[14]。因此在中医养生中,要避其虚邪贼风,合理饮食,调摄情志,避免外界致病因素的侵袭,扰乱人体的内部平衡。

由此,“形”“色”关系可以梳理为“形”为有形的载体,相当于空间坐标,承载气(能量)的循环流动,而“色”为气的表现,融合时间维度,为外在表现的变化规律,体现循环性与流动性。“形”“色”是相互转化的,其动静具有相对性,同时具有相互作用性。“形色相得”不仅要在空间上相合,也要在时间上相合,从而保持能量与载体的和谐统一。那么,何谓“形色相胜”?“形色相胜”即物质载体与能量的

相互作用,偏离了和谐统一的周期性稳态。举例来讲,人体的正常体温是有范围的,体温也是能量的一种直观表现。如果人的体温过低,身体机能都趋于缓慢,尸体就是冰冷的;而体温过高,身体结构难以承载高温,会出现物质性散失,造成器官的不可逆损害,甚至死亡。因此,“形”“色”之间具有其内在的相适应的范围和阈值。现代医学形容的人体内环境稳态,中医叫做“阴平阳秘”,其核心就是调节人体内在的节律,通过人体的内外循环,将能量与物质良好的自洽兼容,在时空中维持在相对稳定的范围之内,这种调节能力人本身具有,但是对于人体无法自我调节完善的情况,需要养生保健或医学的干预介入。

在天地时空视角下解读“形”“色”概念,反映的是宇宙自然作用于人体生命的影响,有助于理解“天人合一”思想、环境制约论^[15]以及中医“三因制宜”的治疗原则。

人体视角形色探析:“五脏经脉”与“血气状态”

“天人合一”的全息观启示,人体生于自然,而本身亦是一个小自然,将“形”“色”的概念置于人体维度,对其在《灵枢·阴阳二十五人》中的具体内涵进行探讨。本篇将每一形人对应一经脉,同时依据左右上下又分出四型,共5个亚型。如“木形人……足厥阴佗佗然。大角之人,比于左足少阳,少阳之上遗遗然。左角之人,比于右足少阳,少阳之下随随然。钗角之人,比于右足少阳,少阳之上推推然。判角之人,比于左足少阳,少阳之下牯牯然”。

五形人分别对应五音角、徵、宫、商、羽,二十五音是五音升降而产生的分音。至于“佗佗然”“随随然”等形容词汇的解释,分为三类:人的性格气质特征^[3]、五音分音的音色特征^[16]以及对应经脉部分的症状特征^[16]。

《灵枢·阴阳二十五人》最末句“必先明知二十五人,则血气之所在,左右上下,刺约毕矣”,《内经》治疗大多以针刺为主,“刺”字说明了经脉是《灵枢·阴阳二十五人》中的重要内容。而二十五音作为关键的取类象工具,与经脉血气状态的联系值得研究。在试图还原古人构建二十五音相关中医理论时,古琴作为传统乐器屡受研究者青睐,有人指出:只有古琴可以在两个八度内存有25个符合五声音阶的乐音,并在古琴上排列出二十五音^[17],尽管对二十五音的音位分布排列有多种考证及推论,尚不

统一,但均是通过琴弦音位与经脉的左右上下进行坐标对应,以古琴固有的声音特性来理解和表示经脉血气左右盛衰的天生禀性^[16],并引申出相应的针刺治疗原则,如以左治右,以右治左;依据大于或小于上音音位而予补泻手法^[18];左右择取刺约^[16]等。

《灵枢·邪客》云:“天有五音,人有五脏”。《灵枢·阴阳二十五人》中五音与五脏经脉相对应,其20个分音又与五脏相表里经脉的左右上下相对应,此乃琴弦音位与经脉坐标的对应。《素问·阴阳应象大论》言:“角谓木音,调而直也;徵谓火音,和而美也;宫谓土音,大而和也;商谓金音,轻而劲也;羽谓水音,沉而深也”^[19]。五音对应五脏经脉,对应古琴五弦,在此基础上排布二十五音位,音色变化高低,琴弦震动频率、幅度随之变化,与经脉血气盛衰变化相对应,此乃音色与血气状态的对应。我们可以借古琴五音为桥梁,以古琴弦位之形,将人体经脉之形,归于“形”的范畴,以古琴音色之色,将经脉内血气的功能状态,归于“色”的范畴。

经脉血气状态的外在诊察方法

1. 皮肉毛发状态 原文对经脉血气状态的描述包括5种:血气盛者、血少气多、气少血多、气血皆少、血气和者。其中血气盛、血气和者皮肉毛发外在表现健康,如“通髯美长”“美色”“掌肉充满”等,血气有偏或皆不足者,外在表现欠佳,如“恶眉”“手瘦以寒”等。通过诊察经脉走形所及之体表的毛发浓密长短美恶、皮肤软硬薄厚、肌肉肥瘦、寒热等多种外在表现判断血气的多少。“肥而泽者血气有余;肥而不泽者,气有余,血不足;瘦而无泽者,气血俱不足”。

2. 面诊 面部色诊是《内经》重要的望诊理论。面色可以良好地反映人体生理、病理状态下内部脏腑功能状态和病证的性质。面部的色泽提示血气状态,《望诊遵经》言:“夫光明润泽者,气也”“色以润泽为本,盖润泽者,血气之荣光明者,润泽之者,有血气即有润泽,有润泽即有光明也”。平人面部皮肤得到了精血荣养,透露着血色,自然焕发光明生气。而对于已病之人而言,面部之“气”为病色的分布特征及动态变化,如《灵枢·五色》言:“五色各见其部,察其浮沉,以知浅深;察其泽夭,以观成败;察其散搏,以知远近;视色上下,以知病处”。新安医家汪宏在此基础上进一步拓展,提出相气十法:“十法者,浮沉清浊微甚散抟泽夭是也”^[13]。

3. 脉象 《医学入门》言：“脉乃气血之体，气血乃脉之用也”。三部九候是《内经》中脉诊方法之一，属于全身遍诊法，包括头部、上肢、下肢三部诊脉，每部各有上、中、下动脉，健康状态应该“九候若一”，若不同部的脉出现大、小、疾、迟，则表示该经的脏气有寒热虚实之变化。《难经》提出的三部九候，是指独取寸口的脉诊法，分寸、关、尺三部，又依照指力大小的不同，细分为浮、中、沉三候。其基本逻辑均为通过诊断搏动点的异常来判断经脉是否处于正常状态^[20]。

小结

《灵枢·阴阳二十五人》中“形”“色”概念解读见表1。“形色相得”“形色相胜”等概念，需要深入挖掘其内涵，开拓思维，多视角考察，对整体思想有所把握。形色的互相作用提示中医诊疗观既包含体现定位信息的空间坐标，又包含体现循环、周期性的时间坐标，与中医“因地制宜”“因时制宜”治疗原则相吻合。对于人体生理病理状态而言，“形色相合”为人体的气血盛衰分布正常、与人体节律和自然节律相和谐一致，反之“形色相胜”为人体自调节失衡，打破了气血的正常分布模式、气血盛衰的节律。对“形”“色”的理解可以有助于我们动静结合的看待人体的生命现象，从调整气血分布模式和气血运行盛衰节律的角度落实临床实践，提高临床疗效。

表1 《灵枢·阴阳二十五人》中形色概念解读

形	色
定位-载体-静态位置	定性-能量-动态趋向
经络定位	血气状态
经脉走形所及之体表相关部位	毛发浓密长短美恶、皮肤软硬薄厚、肌肉肥瘦、寒热
色部	色泽浮沉泽夭等
三部九候	脉大小缓急滑涩等

参 考 文 献

[1] 王琦.中医体质学研究与应用.北京:中国中医药出版社,2012:8

[2] 田代华,整理.灵枢经.北京:人民卫生出版社,2005:5

[3] 明·马蒨.黄帝内经灵枢注证发微.北京:人民卫生出版社,1994:311-322

[4] 刘佩东,安琪,史丽萍,等.《阴阳二十五人》《通天》中医体质学说的理论框架.世界中医药,2018,13(2):312-316

[5] 李晓刚,陈耀辉.阴阳二十五人中土形之人易患疾病倾向性研究.辽宁中医杂志,2018,45(9):1835-1837

[6] 崔笛,杨殿兴,殷海宽,等.中医阴阳五行人体质分类法的建构.时珍国医国药,2018,29(5):1173-1175

[7] 王颖晓.中医五色诊的思维方式探析.中医药文化,2017,12(1):25-28

[8] 张瑾.中医传统理论的现代表述:从“如帛裹朱”到“红黄隐隐”.医学与哲学(A),2014,35(3):66-69

[9] 汉·许慎.说文解字注.清·段玉裁注.上海:上海古籍出版社,1988

[10] 清·张隐庵.黄帝内经灵枢集注.上海:上海科学技术出版社,1958:11

[11] 李灿东.中医状态学.北京:中国中医药出版社,2016:1-11

[12] 彭子益.圆运动的古中医学.北京:中国中医药出版社,2007:135

[13] 清·汪宏.望诊遵经.李海波,校注.上海:上海科学技术出版社,1959

[14] 樊代明.试论医学的正确实践(一)——自然力与医学干预.医学争鸣,2020,11(1):1-6

[15] 王琦.中医体质学.北京:中国医药科技出版社,1995:1

[16] 赖海华,赖韦折仑.从古琴参透“阴阳二十五人”经脉左右择取的刺约.中华中医药杂志,2019,34(7):3157-3161

[17] 张伟.五音调节经脉的理论及临床应用的研究.北京:北京中医药大学,2010

[18] 高也陶.《黄帝内经》二十五音和经络调理的再思考.医学与哲学:人文社会医学版,2008,29(5):61-62,68

[19] 曹炳章.中国医学大成续集·黄帝内经素问.上海:上海科学技术出版社,2000:82-90

[20] 张靖,佟鑫,贾倩男,等.三部九候脉诊法探析及其对临床应用的启发.中医药学报,2020,48(6):5-8

(收稿日期:2020年11月19日)