

试述中医阴阳平衡观的实质

俞海虹¹, 周红桥²

(1. 湖北中医药高等专科学校, 湖北 荆州 434020 2. 湖北中医药高等专科学校 2004 级针推 (1) 班, 湖北 荆州 434020)

关键词: 阴阳平衡; 实质

中图分类号: R226

文献标识码: A

文章编号: 1009-5276(2006)06-1074-02

阴阳学说是中国古代哲学认识世界的方法之一, 中医学借以来说明人体的生理、病理等各种现象。阴阳平衡观是其中核心内容。

1 阴阳的原始

阴阳, 原指日照的向背, 向日为阳, 背日为阴。后来逐渐发展成为中国古代哲学中的一对重要范畴。它是古人对自然界相互关联的某些事物和现象的对立双方, 以及同一事物内部相互对立的两种因素的抽象概括, 认为一切运动都源于阴阳两种对立势力的相互作用。《易传·系辞》曰: “刚柔相推而生变化”; “日月相推而明生焉”; “寒暑相推而岁成焉”。这就是说, 无论春夏秋冬的循环推移, 或者昼明夜暗的交替, 却无一例外地产生于阴 (月、柔、寒) 阳 (日、刚、暑) 的相互作用, 正所谓“天地絪縕、万物化醇, 男女构精, 万物化生。”(《系辞》) 可见, 世间的万事万物无不处在阴阳的相互作用中生长、变化; 若阴阳一旦毁灭, 则事物的运动和变化也就不复存在, 认为阴阳的对立统一乃是世界运动变化的总规律。

后世的哲学家和自然科学家大多用阴阳学说作为自己的宇宙观和方法论。明代著名医家兼养生家张介宾在《类经·阴阳类》中就指出: “道者, 阴阳之理也。阴阳者, 一分为二也。太极动而生阳, 静而生阴; 天生于动, 地生于静。

故阴阳为天地之道。”“天地之道, 以阴阳二所造化万物: 人物之理。以阴阳二气而长养百骸。”(《类经图翼·医易义》) 正因为如此, 所以阴阳法则就自然而然地成了古人把握和分析人体物质结构、生理功能、病理变化、辨证论治和养生防病甚则世间万物的基本纲领。

阴阳不是一个空洞的代名词, 它是宇宙间一切事物运动变化的物质基础。阴阳只有与具体事物相联系, 才有它的实际意义。例如, 在天地这一对相关事物中, 天在上为阳, 地在下为阴; 火为阳, 水为阴; 上为阳, 下为阴: 人的五脏 (心、肝、脾、肺、肾) 因“藏精”而为阴, 六腑 (胆、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱) 因“输泻”而属阳。

2 平衡的普遍性

古人认为, 宇宙是物质性的整体, 平衡是物质的本性, 宇宙中一切事象都是平衡的产物, 一切生灭和演化, 都是物质趋向新平衡的表现。古人将事物在维护自身平衡过程中表现出来的相互支撑、相互制约、相互转化、随机消长的两个方面归之为“阴阳”。

笔者认为: 平衡是普遍规则, “阴阳”是基本表达。自然界中, 一切存在都以自身阴阳的消长和互换与自然运动、周边事物保持互动, 都随环境 (自然) 量的变化 (增减) 呈现不同的平衡状态, 从而导致事物的发生、发展、演化和衰亡。

的过程中, 了解病人的机能状态, 心理状态, 以及生存环境 (包括自然、社会) 对机体的影响。在中医学理论中, 虽然没有生存质量的概念, 但问诊的内容基本上包括了现代医学生存质量各主要领域所考察健康内容的各个方面。

4 中医理论中的生存质量观与现代生存质量的各自优势利不足的比较

中医问诊理论详实, 经验丰富, 与疗效相结合, 有效地指导着临床。特别是中医问诊涉及社会、心理、机体机能状态等各方面, 与生存质量注重病人主观感觉的不适在内容上是一致的。此外, 中医学在问诊的过程中, 医生通过与病人面对面地口头交谈, 对病人提出问题的解答, 饮食起居调节的指导, 在不自觉的过程中, 为病人解决某些问题的疑问, 消除心理负担, 这是现代生存质量研究所没有的优势。但是中医学问诊的理论体系, 仍然停留在病人主观叙述的表象, 未能对病人描述的症状进行更深一层的量化分级, 以

便对病人病情 (生存质量) 有一个精确的评价, 便于运用现代科学技术手段进行分析, 与现代生存质量研究相比, 显然不够系统和全面。

现代医学生存质量研究, 运用生存质量调查表, 以书面调查的方式进行研究。量表的内容详细全面, 不因调查者个体的经验和知识面的差异而受到影响。在方法上, 由病人本人根据自己的第一主观感觉填写问卷或回答问题, 这样就避免了医生在评价过程中的主观影响, 客观地反映病人本人的生存质量状况。但是, 生存质量研究方法失去了医生与病人之间的感情交流, 就没有了在感情交流过程中所起到的治疗方面的积极作用。由于中国的国情不同, 特别是一些老年人的文化水平和文字理解水平还不是很, 很可能限制生存质量的研究。

因此, 发挥中医重视生存质量的优势, 借用现代医学生存质量的量化方法, 大力开展中医生存质量的研究, 必将对中医学发展起到推动作用。生存质量研究也可以吸收中医理论中特有的天人相应观方面的内容, 进一步充实生存质量的理论。

收稿日期: 2005-12-07

作者简介: 俞海虹 (1981-), 女, 湖南东安人, 助教, 学士, 主要从事护理的教学与临床工作。

在基础物理中, 原始意义上的“阴”可理解为物体的“质量”(物质含量), “阳”可理解为与物体质量等价的“张量”(通常表现为作用)。参照空间中, 当一物体的张量恰当地大于参照量时, 该物体便会对环境发生作用, 并在相互作用中获得平衡——生成与自身质量相当的空间; 当参照因素导致物体相反方向(以质心为中心)张量不等时, 该物体便会在张量最小方向上表现为重力、质量、动量; 当物体的张量与参照量之差远大于自身分子的核力时, 该物体就会在平衡本性的驱动下释放当前质量, 以对空间大幅度地占有而表现为能量。

从中医讲, 阴阳失调就有病, 阴多为病, 阳多也为病, 阴阳平衡才合适。许多对中医有深入认识的人称阴阳平衡和中医药实际是致中和医学, 何谓致中和? 孔子曰: “致中和, 天地位焉, 万物育焉。”人要欣欣向荣和健康, 就要致中和, 这是中国传统文化的重要观念。阴阳平衡应当是个动态平衡, 是用阴阳来进行调节。在人体健康或病态时, 都有许多双向调节的分子在起作用。内分泌系统、神经系统及免疫系统等都有双向调节的成份, 由代表阴分子和阳分子的平衡和比例决定是否健康或病态。

祖国传统医学是一门博大精深的, 涵盖天文、地理、生命的学问, 是阴阳学说可以通解万物的典范, 也是古人高度认识自然和自然法则, 生命和生命法则的明证。传统医学中, 古人以自然为参照, 以平衡为准则, 以阴阳为尺度, 量度生命因自然运动而呈现的动量、静量、常量和变量; 以生命相对自然动静量的匹配状态, 认知(生命)总体健康(平衡)状况; 以五脏(五行)与总体阴阳的协调性, 了解体内各脏腑的平衡(健康)状况; 以各脏腑相生相制、相辅相成规则, 了解内在的互动情况; 以六经中气血运行强弱、盛衰状况量化平衡之差, 推导前因后果、发展趋向……然后, 以相应方法调节体内阴阳消长机制, 从而达到恢复健康目的。

3 阴阳平衡观的实质

美国生物化学家 Goyer 研究了 cAMP 和 cGMP 这一对拮抗物对生物细胞的双向调节作用, 并在 1973 年与中医的阴阳学说联系起来, 进而判断中医药所讲的阴阳和阴阳平衡是有物质基础和科学内涵的。Goyer 认为 cyclic GMP 和 cyclic AMP 这种双向控制系统是阴阳学说的原理所在, 是作为二元论的阴阳学说的基础, 这两个比例的平衡, 就决定是否健康或病态。而对患者的治疗, 则可以通过调节 cyclic GMP 和 cyclic AMP 相对平衡和相对健康比例, 而从病态恢复到健康状态。它们之间的相对平衡影响一个人的健康状态。阴阳学说可从微观物质上得到认可, 这一点同样得到中国学者的证实。中外众多研究者对于中医阴阳的实验性研究, 其最重要结论则是: “阴阳是存在的”^[1-2], “传统医学的四诊八纲以辨阴阳为总纲, 上述研究于某种意义上验证了中医的这一理论”^[1-2]。

中医理论认为阴阳平衡是人体健康的基本标志。《黄帝内经》提出: “阴阳匀平, 以充其形, 九候若一, 命曰平人。”又曰: “平人者不病, 不病者, 寸口、人迎应四时也。上下相应, 而俱往来也, 六经之脉不结动也。上下相应, 而俱往来也, 六经之脉不结动也。本末之寒温之相守司也, 形肉血气必相称也, 是谓平人。”(《灵枢·终始》)既然机体阴阳平衡标志着健康, 那么平衡的破坏自然也就意味着疾病的发生。

历代医家都把整个人体以及人和自然界看作一个整体

或一个系统。系统是指相互联系、相互作用的若干要素构成的有特定功能的整体。系统方法要求人们把对象和过程视为一个相互联系、相互作用的整体, 并且尽可能将整体做形式化的处理。人与自然、人与社会、人的群体, 人体内的各个系统、每个系统内的器官、每个器官内的各种组织, 都构成生态系统。此外, 人体内某处的各种细菌(如胃或肠内的细菌), 某部分的细胞群体, 甚至一个细胞, 也构成生态系统。上述各层次的生态系统又是相互交叉与相互影响的。自然界与人身之阴阳, 无时无刻不在消长变化之中, 但是, 只要这种消长平衡在一定范围之内, 而没有超越一定的限度, 皆可认为处于平衡状态。人体各个层次的生态平衡是维持正常生命活动与健康的基本条件, 医学的根本任务是调节和维持人体各层次的生态平衡。天人合一或天地人合一, 就是生态概念。人的生理活动、健康状况甚至心理活动, 在一定程度上受自然环境、社会环境甚至气象与天体活动的影响。中医学的阴阳, 也应理解为生态关系; 阴阳不是静态的, 而是动态的; 阴阳平衡应当理解为生态意义上的动态平衡。中医阴阳平衡观正是这一科学的方法论的运用, 并且能够从大处入手, 将复杂无比的对象简单化, 运用整体性原则和动态原则认识和处理事物。

4 阴阳平衡观在疾病防治中的运用

阴阳是中医药的最高原则。不仅在使用中药进行疾病的预防、治疗、康复、保健时要讲阴阳, 中医之生理、病理、针灸等也讲究阴阳。调理阴阳, 使之保持或恢复相对平衡, 达到阴阳秘, 则是中医防治疾病的基本原则, 也是阴阳学说用于疾病防治的主要内容。

4.1 指导养生 注重养生是保持健康无病的重要手段, 而养生最根本的就是善于调理阴阳。人体的阴阳, 是生命的根本。自然界有春、夏、秋、冬四时之变化, 即所谓“四时阴阳”。善于养生者, 就要使人体中的阴阳与四时的阴阳变化相适应, 以保持人与自然界的协调统一, 以延年益寿。《素问·四气调神大论篇》说: “夫四时阴阳者, 万物之根本也, 所以圣人春夏养阳, 秋冬养阴。以从其根, 故与万物沉浮于生长之门。逆其根, 则伐其本, 坏其真矣。”指出了调养四时阴阳的基本原则及其重要性。

4.2 用于疾病的诊断与治疗 中医理论中是以阴阳学说用于疾病诊断的。审辨阴阳是中医诊断病辨证的总纲, 即最基本的方法。人体疾病千变万化, 临床表现错综复杂, 但万变不离其宗, 均离不开阴阳两方面的范围。即从阴阳来归其大类, 便能执简驭繁。因此, 中医学在诊断疾病时, 辨别阴阳是基础, 是总纲, 也是首选方法。

阴阳学说用于指导疾病的治疗, 其根本点, 就是首先把握阴阳失调的状况, 用药物、针灸等治疗方法调整其阴阳的偏胜偏衰, 实则泻之, 虚则补之, 以恢复阴阳的协调平衡。故《素问·至真要大论篇》说: “谨察阴阳所在而调之, 以平为期。”因此, 调整阴阳, 补其不足, 损其有余, 恢复阴阳的协调平衡, 促使阴阳秘, 使其达到一种动态的平衡, 是为治疗疾病的根本原则。

参考文献:

- [1] 邝安堃, 顾德官, 顾天华, 等. 中医阴阳的实验性研究[J]. 中西医结合杂志, 1984 4(12): 742
- [2] 沈自尹. 阴阳学说研究[M]. 文康, 中西医结合医学. 北京: 中国中医药出版社, 2000. 97