

方·养性序》中强调了养生首先要有德行外,接着就大段抄录了《黄帝内经》关于养生的文字。在很长的时间里,中医古籍的著作方式,都是这种写作与摘录的混合体。但不论是自我写作,还是摘录前人的文献,关于养生的论述,整体上都是在祖述《黄帝内经》之义,而其最初的源头就是先秦道家的以德养生思想。

对立统一,形成互补,逐渐交融

如前所述,儒家的以德养生是加法,道家的以德养生是减法,一加一减,既对立又统一,刚好形成互补。而在实际的中国养生学术思想史上,儒道两家以德养生思想的影响也是逐渐交融的。儒家讲养生也会吸收道家的恬淡虚无、四气调神;而道家讲养生也会吸收儒家的追求意义和积极锻炼。至于在两者基础之上而发展起来的中医养生学,当然更是兼收并蓄的,将两者熔铸一炉。例如在精神养生层面,中医养生学不但强调修德怡神法,同时也强调清静养神法;修德怡神法是出于儒家,而清静养神法则出于道家,两者一正一负,正相互补,缺一不可,同为精神养生方法中最为首要和重要的两种。再以静坐养生

法为例,静坐本导源于道家“抱一守静”之“日损”工夫,以静坐为澄息思虑、解放身心的手段,其受道家之影响自不待言;但在中医养生学中,同时亦强调静坐养生法省过忏悔和涵养仁体的功效,此则是受儒家之影响而有。可见,儒道以德养生思想虽有差异,但却正相互补,两者的交融亦使后世的养生实践更趋完善与全面。

参考文献

- [1] 周振甫,译注.周易译注.北京:中华书局,2013:4
- [2] 东周·老子.老子.李存山,注译.郑州:中州古籍出版社,2006:29
- [3] 西汉·董仲舒.春秋繁露.张世亮,钟肇鹏,周桂钿,译注.北京:中华书局,2012:330
- [4] 战国·庄子.庄子.方勇,译注.北京:中华书局,2010:45-46
- [5] 劳思光.新编中国哲学史.北京:三联书店,2015:111-112
- [6] 唐·孙思邈.孙思邈医学全书.张印生,韩学杰,主编.北京:中国中医药出版社,2015:486
- [7] 于国庆.道教善书“以德养生”思想略论.宗教学研究,2014,105(4):56-60

(收稿日期:2019年12月11日)

• 论著 •

从“和”探讨“阳主阴从”观

杨志敏^{1,2}, 张梦若³, 张晓轩²

(¹中医湿证国家重点实验室, 广州 510120; ²广东省中医院, 广州 510120;

³广州中医药大学, 广州 510405)

摘要:“阳主阴从”观源于先秦时期的太阳文化,是扶阳流派学术思想的重要原则。文章立足“阳为尊,和为本”思想,从先哲渊源、文化内涵、医理脉络等角度剖析阳主阴从理论,厘清气、血、精、津、液的“阳主阴从”之序,论证“阳主阴从”实为阴阳和合之所常,临证切不可片面强调“阳主”而忽视“阴从”。

关键词:阳主阴从;和;气血精津液;扶阳

基金资助:国家重点基础研究发展计划(973计划)项目(No.2011CB505404-G),国家中医药管理局资助项目(No.201507003),广东省中医院扶阳流派工作室项目(No.2013KT1517),广东省中医院颜德馨经验传承工作室项目(No.中医二院[2014]89号-6)

Discussion on the thought of ‘yang dominance and yin accompany’ from ‘harmony’

YANG Zhi-min^{1,2}, ZHANG Meng-ruo³, ZHANG Xiao-xuan²

(¹National Key Laboratory of Dampness Syndrome of Chinese Medicine, Guangzhou 510120, China; ²Guangdong Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Guangzhou 510120, China; ³Guangzhou University of Chinese Medicine, Guangzhou 510405, China)

通信作者: 张晓轩, 广东省广州市越秀区大德路111号广东省中医院, 邮编: 510120, 电话: 020-81887233

E-mail: zhangxiaoxuan2012@qq.com

Abstract: The thought of 'yang dominance and yin accompany' originated from the solar culture in the pre-Qin period and is an important principle of the academic thought of the strengthening yang. Based on the thought of 'yang is respected, and harmony is the basis', this article analyzes the theory of 'yang dominance and yin accompany' from the perspective of ancestral philosophy origin, cultural connotation and medical theory, and clarifies the order of 'yang dominance and yin accompany' of qi, blood, essence, body and fluid, and demonstrates that the thought of 'yang dominance and yin accompany' subordinates to reality to the harmony of yin and yang. In clinical practice, we should not only emphasize 'yang dominance' and ignore 'yin accompany'.

Key words: Yang dominance and yin accompany; Harmony; Qi, blood, essence and fluid; Strengthening yang

Funding: National Key Basic Research Program of China (973 Program) (No.2011CB505404-G), Funded by National Administration of Traditional Chinese Medicine (No.201507003), Project of Fuyang School Studio of Guangdong Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine (No.2013KT1517), YAN De-xin Heritage Studio of Guangdong Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine (No.[2014]89-6)

“阳主阴从”观源于先秦时期的太阳文化，肇于《周易》《黄帝内经》重阳思想，张仲景宗其思想而立《伤寒论》，近承晚清钦安一脉，历经数代医家之发挥，渐衍为独特的辨治诊疗方法。诸扶阳名家如祝味菊、卢崇汉、李可等，尊崇“阳主阴从，以火为极”的思辨模式，循守“荡尽群阴，乾纲复振”的理法方术，在临床上治疗各种急危重症、疑难疾病而力挽狂澜、屡建奇功。然后世部分扶阳医家片面强调“阳主”而忽视“阴从”，爱干姜、附子而恶当归、地黄，擅燃薪而远救水，易致变证蜂起，祸不旋踵。“和”为中华文明一以贯之的主题，亦是中医学理论体系的核心所在^[1-4]。笔者立足“阳为尊，和为本”的文化思想渊源，从多维度认识“阳主阴从”的先哲智慧，拟厘清气、血、精、津、液的“阳主阴从”之序，以求有助于明晰阴阳两者之间的关系，探求阴阳变化的根本。故不揣浅陋，兹抛砖引玉如下。

“阳主阴从”观理论释义

1. “阳主阴从”观的先哲渊源 中国古典哲学深根且彰明于阴阳学说，其理论旁及百家，虽古今圣贤众说纷纭，著述浩如烟海，但究其旨，不离“阳主阴从”之精髓基石。早至春秋时期，以《周易》为首的先秦典籍推崇“尚阳”的理论思维，强调阳尊阴卑、阳主阴从的哲学观点，对后世农耕、医道、文理、象数等学科的形成发展等产生了深远影响。《系辞·上》开宗明义道：“天尊地卑，乾坤定矣。卑高以陈，贵贱位矣”，又云：“乾，阳物也；坤，阴物也”，“乾知大始，坤作成物”，“夫乾，天下之至健也。夫坤，天下之至顺也”^[5]。故《周易》融天地人之至道于一炉，以乾元象天，性刚健而类万物之阳之始，位尊为主导；以坤元象地，性柔顺而类万物之阴之成，位卑为辅佐。盖坤地承乎乾天，阴柔顺于阳刚，即为最贞吉、亨顺的状态。

自西汉以来，“重阳”的思想得到进一步完善

和升华。以董仲舒为代表的儒学大家在讲求“天人合一”的基础上力倡“天尊地卑、贵阳贱阴”的哲学观，并将其广泛渗透于政经人文、社科伦理等方面。

《春秋繁露》详尽论述了阴阳从属关系与尊卑地位的表现形式，强调正阴阳之序的重要性，文中指出：

“物随阳而出入，数随阳而终始；三王之正，随阳而更起；以此见之，贵阳而贱阴也……阳常居于实位而行于盛，阴常居于空位而行于末”^[6]。然阴阳并非绝对孤立静止的存在，“阴阳和合”也绝非阴阳的完全平等与均衡。就其运动变化而言，阴顺阳之消长而互藏、柔随刚之相推而交济，阳主而阴从是为阴阳和之常态^[7]，即老子《道德经》中云：“万物负阴而抱阳，冲气以为和”，亦如《荀子·礼记》所说：“天地和而万物生，阴阳接而变化起”。两者虽道不同，然其理终归一，故并行而不悖。

2. “阳主阴从”观的文化内涵 阴，古作“𡇗”，《说文解字》释曰：“𡇗，暗也，水之南、山之北也”，意为“天空多云、山谷无光的面北暗影处”；阳，古作“𡇗”，《说文解字》释曰：“高明也”，意为“日光照耀、山地受光的面南明亮处”。古人仰观俯察，以日月类阴阳，以天地象日月，从自然的宏观角度将水火、昼夜、寒暑、男女、春夏等抽象归纳出“阴阳”的概念，然阴阳一体二面，彼此交感轮替，随时而变迁，其本质上是动态概念，故万物以阴阳为纲，盖因体用为相对而论，不可执一定象。

“主”，意指“做决策的核心控制者”；“从”，引申为“受支配的次要参与者”。故“主”为阳动之主导，“从”为向阳之从属，“阳主阴从”即是强调二者在相互作用的过程中存在明确的阴阳性质趋向和主次地位之别，不可等量齐观。

“和”，古作“龢”，《说文解字》释之曰“相应也”。又《广韵》释“和”曰：“顺也，谐也，不坚不柔也”^[8]。西周末年，太史史伯提出“和”概念，谓之“和

实生物,同则不继。以他平他谓之和,故能丰长而物归之;若以同裨同,尽乃弃矣。故先王以土与金、木、水、火等,以成百物”^[9]。因此,“和”作为天地万物长养生行的根本法则,更着重倾向于追求一种坚柔合拍、无明显冲突的协调相应状态。延伸至阴阳观,实为阴阳二者主从关系的最佳状态,使阳有所主,阴有所从,各得其位而司其职,无太过不及的状态。

3. “阳主阴从”观的医理脉络 纵观中医理论发展史,“阳主阴从”观作为探讨自然四时更替、日月盈虚转换、人体盛衰寿夭等一以贯之的主题,对古今医家的思维模式和辨治体系产生了深远影响。《黄帝内经》精湛地阐述了这一客观规律,认为阳气之于人体就好比太阳之于大自然,阳气的旺盛与饱满是机体维持正常运转、谋求“阴平阳秘”和合状态的原动力。历代众多著名医家亦十分认同人体之阳的重要性,在治病养生的层面,讲究遵循“阳主阴从”之序,并充分发挥阳气的主导作用。张仲景《伤寒杂病论》继承和发扬了《黄帝内经》的重阳、扶阳思想,主张调理阴阳以顾阳、通阳为先,形成了一套相对成熟的理法方药体系。

及至金元时期,以张元素、王好古为代表的易水学派应运而生,在理论上立足于阴阳尤护阳,发挥为阴证论;临证注重脏腑内伤阳气虚损的一面,明确提出“三阴可补”。明清时期,以张景岳、李中梓为首的温补学派将阳气的重要性提高到了无以复加的程度,针对当时医家动辄使用寒凉、克伐阳气的弊端,用药以温阳、补阳为先。《类经附翼·大宝论》谓:“天之大宝,只此一丸红日,人之大宝,只此一息真阳”,力倡培补脾肾之阳与命门之火。

近代以来,扶阳思想与治法再次兴起,涌现出诸如郑钦安、卢铸之、吴佩衡、祝味菊等一系列医家,人称“扶阳派”“火神派”。该派的学术思想强调人生以“火”立极,临证善用附子、干姜(生姜)、桂枝等辛温辛热药物,并明确提出“阳者阴之根”、“阳统乎阴,阳主阴从”的理论观点。虽“阳”的主导地位已明,然人体性命的根本在于阴阳二者的相交平衡,故亦不可忽视“阴”的从属作用。《素问·生气通天论》云:“凡阴阳之要,阳密乃固。两者不和,若春无秋,若冬无夏,因而和之,是谓圣度”^[10]。是则“阴”以适用为平,“阳”以潜藏为贵,从动静结合的角度看待生命,必须讲求“阳主阴从”的规律性与“阴平阳秘”的目的性二者之间的有序平衡。而“和”作为阴阳变

化转归的重要支点,是评价阴阳交泰与否的标准,是治病与养生的准绳。

气血精津液的“阳主阴从”之序

1. “阳主阴从”与气机的升降浮沉 气有阴阳、清浊之分,亦有升浮、降沉之序。诸气清则浮升,为阳;浊则沉降,为阴,乃自然之性也^[11]。《黄帝内经》以天地论阴阳,以四时应五脏,以六气统六经,从日月转换、季节更替、人生始终等方面阐述了气机升降浮沉的表现形式,强调阳气在生命过程中的主导作用。《黄帝内经》云:“阳气者,若天与日,失其所则折寿而不彰。故天运当以日光明,是故阳因而上,卫外者也”^[9]。因此,“阳主阴从”观落实到更具临床实用价值的层次,必须从气机升降浮沉的角度深入。

清代名医黄元御继承和发展了《黄帝内经》“重阳”思想,力倡“阳主阴从”之说。其言:“阳如珠玉,阴如蚌璞,含珠于蚌,完玉以璞,而昧者不知,弃珠玉而珍蚌璞,是之谓倒置之民矣”^[12]。其经典著作《四圣心源》凝练而清晰地诠释了天地四时、五行六气的运动变化与人体脏腑经络相通应的表现形式,指出治疗内伤杂病,应独重脾胃,扶阳而抑阴。后世扶阳医家更在其基础上,传承与发扬了“万物生长靠太阳,阳气为生命的主宰”一说,认为阳气的盛衰虚实、升降浮沉是各种变化产生的根本原因。

笔者立足于“阳为尊,和为本”的整体观,私淑先贤扶阳理论,旁参民国彭子益圆运动学说,就阳气与人体健康的关系展开深入思考,认为阴阳二气的运动变化亦存在“阳主阴从”之序,阳气与人体生命过程密切相关,若阳气气化有常,升降有序,则以致和平;若阳气气化逆乱,升降失衡,则百病乃生。针对阳气逆乱的不同情况,临证禀求“顾护阳气,以和为先”之理念,用药“擅用温阳,不囿温阳;擅用姜附,不囿姜附”,凝练了“固其精、温其气、和其胃、升其陷、降其逆、通其滞”的“和态辨治六法”,建立以顺应阳气的升降有序为基,以阴阳二气的和合守位为纲,解决阴阳、虚实、正邪关系的中医思维框架。

2. “阳主阴从”与津液的输布离阖 津液本身包含阴阳两个层面,既有在表充养百骸温煦卫阳之功,又有在里承载水谷化生营阴之用,故人体生理活动的正常运行有赖于津液功能状态的稳定有序。《黄帝内经》完整论述了津液输布离阖的过程:“饮入于胃,游溢精气,上输于脾;脾气散精,上归于肺;通调水道,下输膀胱。水精四布,五经并行,合于四时五

脏阴阳,揆度以为常也”^[9]。盖胃消磨饮食水谷为津液生化之源,脾游气散精于上焦为津液输布之始,肺通水道注于下焦为津液聚散之归。而上述津液化生的过程,阳气的温煦、推动、气化作用又至关重要。

张仲景在《伤寒杂病论》一书中常将“阳”与津液互称,如原文第245、246条之“太过为阳绝于里,亡津液,大便因硬也”,“脉浮而芤,浮为阳,芤为阴,浮芤相搏,胃气生热,其阳则绝”;又如《金匮要略·水气篇》之“水去呕止,其人形肿者,加杏仁主之。其证应内麻黄,以其人逐痹,故不内之……所以然者,以其人血虚,麻黄发其阳故也”。其于临证时注重发挥津液“阳”之属性与温煦濡养的作用,认为凡病伤及三阴三阳,当固阳防脱为先,存阴防变为守,构建起以“保胃气、存津液、和阴阳”为宗旨,以阴阳二旦合方为主体的六经辨治体系理论框架。因此,和营卫、温腠理,清燥热、濡经脉实为津液“阳主阴从”之所用。

近年来,部分扶阳医家乃至世俗常忽视津液的重要性,笔者认为,津液可以涵养真阳,津液的输布离阖亦存在“阳主阴从”之序,主张从表里、正邪的角度统摄辨治六经津液或有余、或不足、或停滞、或冲逆的状态,以复津液运化之常。若津液失去温度无力运化,就会形成表位之废水与里位之痰饮,治当“辛药散之、温药和之”;若津液过于耗散生化乏源,就会形成表位之中风与里位之虚热,治当“酸药敛之,甘药缓之”。因此,扶阳不忘津液,即是“扶阳不囿于姜附桂”的进一步阐述。

3. “阳主阴从”与精血的宣化启闭 清代扶阳名家卢铸之有云:“阳气者,乃化生精血、津液之本源,为人生立命的根本”^[13]。又清代医家汪古珊曰:“万物之精,莫不以阳统阴,故阳者,阴之主也。阳盛则壮,阴盛则老”^[14]。气、津液、精血三者之间存在显而易见的“阳主阴从”关系,是则气为阳,津液、精血皆属阴。《黄帝内经》以水火象阴阳,提出“相火之下,水气承之”、“君火之下,阴精承之”,又云:“亢则害,承乃制”,认为人身君、相二火有赖体内阴精的涵蕴承制,方能守其位而发挥其生理功能。精血的化生取决于气与津液的相互作用,津液与营气相合,受心阳之温煦而化赤为血;血得肝阳之疏泄、获肾阴之敛藏而纳聚成精,故精血本身兼具阴阳两种属性,且其生化过程亦遵循“阳主阴从”之序。

另一方面,精血宣化启闭的运动变化同样离不开气机升降浮沉与津液输布离阖的共同作用。精血凡温升为阳,气散而敷布于体表;清降为阴,气收而敛藏于五脏,如此则化生无穷,用之不竭。明代温补学派代表人物张景岳临证用药独辟蹊径,方阵中就有大量使用熟地黄、人参等药的方剂,力倡精血“阳主阴从”之说,其曰:“阳盛则精血盛,生气盛也;阳衰则精血衰,生气衰也”,“善补阳者,必于阴中求阳,则阳得阴助而生化无穷”。近代扶阳名医李可先生临证以“回阳救逆,引火归元”为法,对于阳虚或阳脱患者,破格重用干姜、附子等温阳药物,回阳固津以摄血;对于阴虚或亡阴患者,擅用傅青主引火汤,救阴伏火以敛阳。

小结

阴阳和合是天地运行的客观规律,“阳主阴从”则是人体气血精津液生化的有序稳态,为阴阳和合之所常。传承与弘扬“阳主阴从”观,须明人体皆由气血精津液所化生,其正常生理功能的稳定有序有赖阳气的主导,亦需要阴精从而和之。切不可片面强调“扶阳”,忽视“益阴”,而犯“虚虚实实”之弊。

参考文献

- [1] 杨志敏.论《黄帝内经》“和态健康观”.中国中医基础医学杂志,2016,22(10):1285-1287
- [2] 张晓轩,管桦桦,杨志敏.从“和”探讨中医治未病.广东医学,2017,38(11):1632-1634
- [3] 孙可兴.《黄帝内经》“中和观”探赜.中华中医药杂志,2017,32(9):3916-3918
- [4] 白亭文,阎兆君.“阴阳失和”的三态模型构建和临床应用.中华中医药杂志,2019,34(5):2309-2312
- [5] 黄寿祺,张善文.周易译注.上海:上海古籍出版社,2007:243-271
- [6] 汉·董仲舒.春秋繁露·天人三策.长沙:岳麓书社,1997:188
- [7] 吴心立.试论“阴阳和”的实质是阳主阴从.西部中医药,2009,22(8):22-23
- [8] 清·张玉书.康熙字典.北京:中华书局,1958:78
- [9] 东周·左丘明.国语.上海:上海古籍出版社,1978:515
- [10] 佚名.黄帝内经素问.北京:人民卫生出版社,2012:4-6
- [11] 清·黄元御.四圣心源.孙治熙,校注.北京:中国中医药出版社,2009:1
- [12] 清·黄元御.素灵微蕴.北京:中国中医药出版社,2015:16
- [13] 卢崇汉.钦安卢氏医学的扶阳理论及其临床应用.北京:第二届扶阳论坛论文集,2008:1

(收稿日期:2020年2月6日)