

三才思想与《黄帝内经》的三因制宜

姜青松,王庆其

(上海中医药大学,上海 201203)

摘要: 三才思想是中国传统哲学的重要命题,其核心理念在于人与天地的辩证统一。三因制宜是《黄帝内经》理论体系的重要组成部分,旨在说明天地人三因的特殊性对人的疾病特点与治疗方面的影响。从三才的角度,简论了三才思想在三因制宜思想中的应用和渗透。

关键词: 三才;黄帝内经;三因制宜

中图分类号: R258.8

文献标志码: A

文章编号: 1673-7717(2015)09-2065-03

Sancai Thought and Adjusting Measures to Difference of *Huangdi's Internal Classic*

JIANG Qingsong, WANG Qingqi

(Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 201203, China)

Abstract: Sancai thought is an important proposition of Chinese traditional philosophy. Its core idea is the dialectical unity of man with heaven and earth. Adjusting measures to the difference is an important part of the theoretical system of *Huangdi's Internal Classic*. It illustrates how the particularity of the three factors which are heaven, earth and man impacts disease characteristics and treatment. The paper gives a brief discussion on the application and infiltration of Sancai thought in adjusting measures to the difference thought.

Key words: Sancai thought; *Huangdi's Internal Classic*; adjusting measures to the difference

“三才”指天、地、人,《易传·系辞下》语曰“有天道焉,有人道焉,有地道焉。兼三才而两之,故六。六者非它也,三才之道也”,^[1]是古人用世间最重要的三种存在代表整个宇宙,并强调三者之间的相互关系,认为在处理具体问题时一定要对三者进行综合考虑,才能得到较为圆满的结果。这种思想充分体现在《黄帝内经》中的三因制宜理论中。

所谓三因制宜,就是在治疗疾病的过程中,要根据人体的体质、性别、年龄等不同,以及季节、地理环境的差别以制定适宜的治疗方法,这个原则又称因人因时因地制宜。所有治疗最终都是要落实到一个个具体的人身上,而不仅仅是抽象的书写在纸面上的方法,所以治疗的方法一定要根据个人的具体情况有所变化。这种具体情况大体来说有性别、年龄、体质、个性、社会地位、生活习惯等方面。这是三才思想在中医治疗原则上典型的体现,是把不同的人放在不同的环境中的“具体问题,具体分析”的个性化诊疗方案。

1 因人制宜

1.1 男女性别及年龄的差异 如《素问·阴阳应象大论》中说“阴阳者,血气之男女也”,男体阴用阳,而女体阳用阴,这是对男女差别最根本的论述,所以男子病多从阳化

火,女子病多从阴化寒,男子多阴虚,女子多阳虚,在治疗中要考虑这个差异。《论语·季氏》中有“子曰:‘孔君子有三戒:少之时,血气未定,戒之在色;及其壮也,血气方刚,戒之在斗;及其老也,血气既衰,戒之在得。’”^[2]这是因年龄阶段不同,而需相应的生理心理应对法则较早的描述。《素问·示从容论》云“夫年长则求之于腑,年少则求之于经,年壮则求之于脏”^[3],也是按照少、壮、长三个阶段制定的大体治疗方略,其原因为“年长者,肠胃日弱,容纳少而传化迟,腑病为多,故求之于腑。年少者,起居不谨,风寒袭而营卫闭,经病为多,故求之于经。年壮者,情欲不节,劳伤积而气血败,脏病为多,故求之于脏”^[4]。更细致的年龄划分如《素问·上古天真论》中所说“女子七岁……男子八岁……”一段,七为少阳数,八为少阴数,故男女分别以八、七为阶段,每个阶段有不同的生理表现,病理自然也不同,《灵枢·天年》又有“四十岁……腠理始疏,荣华颓落,发斑斑白,平盛不摇,故好坐;五十岁,肝气始衰,肝叶始薄,胆汁始减,目始不明;六十岁,心气始衰,若忧悲,血气懈惰,故好卧;七十岁,脾气虚,皮肤枯;八十岁,肺气衰,魄离,故言善误;九十岁,肾气焦,四肢经脉空虚;百岁,五脏皆虚,神气皆去,形骸独居而终矣”^[5]的记载,这又是不分男女,以十年为一个阶段的分类方法,描述了从四十岁后每十年的一般体质衰退情况。不同的年龄阶段治疗的方向和目的是不同的,举一个例子来说,若高龄患者见腰腿疼痛,行走不利,当属正常的功能退化,可能无论采取何种治疗方法,效果都不会非常理想,大势使之然也,在针对这样的情况时,便要看清形势,并与患者的主观诉求进行权衡了。

1.2 体质的差异 《素问·三部九候论》曰“必先度其形之肥瘦,以调其气之虚实,实则泻之,虚则补之”^[3],说明仅仅肥瘦有不同,治疗方法便应有别。《灵枢·通天》中把人

收稿日期:2015-04-17

基金项目:国家社会科学基金重点项目(12AZD015)

作者简介:姜青松(1972-),男,河北泊头人,副主任中医师,2012级博士研究生,研究方向《黄帝内经》理论临床应用及文化研究。

通讯作者:王庆其(1944-),男,上海人,教授、主任医师,研究方向《黄帝内经》理论临床应用及文化研究。E-mail: wang_qin_qi@sina.com。

分为五类“盖有太阴之人,少阴之人,太阳之人,少阳之人,阴阳和平之人。凡五人者,其态不同,其筋骨气血各不等”^[5],并分述了五种类型人的特点,如太阴之人具有“贪而不仁,下齐湛湛,好内而恶出,心和而不发,不务于时,动而后之”的性格特点,与“多阴而无阳,其阴血浊,其卫气涩,阴阳不和,缓筋而厚皮,不之疾泻,不能移之”^[5]的生理病理特点,并总结为“善用针艾者,视人五态,乃治之。盛者泻之,虚者补之”,即一定要根据个人特点施行治疗。《灵枢·阴阳二十五人》中进一步列举了以木、火、土、金、水五行为纲的二十五种不同体质人的形态及生理病理特点,如“木形之人,比于上角似于苍帝,其为人苍色,小头,长面大肩背直身小,手足好。有才,劳心少力多忧,劳于事,能春夏不能秋冬感而病生。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。钛角之人,比于右足少阳,少阳之上推推然。判角之人比于左足少阳,少阳之下枯枯然。”^[5]在接下来的《灵枢·五音五味》篇中又针对不同体质,从饮食调养到治疗部位提出了不同的治疗方法,堪为针对体质各异,治疗各异的范本。人的体质差异有很多,这二十五种虽然划分细致,很有规律可循,但仍不足以概括全部,所以又在《灵枢·五音五味》中对“妇人无须”、“宦者无须”、“天宦无须”等几类情况进行了分析,其旨在于通过具体的特定表现,析明内在道理,告诉我们同一种结果,可能原因不同,且病变无穷,万端多变,非时时如此细致入微,不能遍彻阴阳之理,更不能在临证之时从容应对。

1.3 人事环境的差异 说到医学的任务,当然是解除患者的痛苦,无论何种地位身份,正如孙思邈在《大医精诚》中所言“不得问其贵贱贫富,长幼妍蚩,怨亲善友,华夷愚智,普同一等,皆如至亲之想”^[6],如嫌贫爱富固有大错,嫌富爱贫也有不妥,能够以同样的态度对待所有不同的患者,是医者应努力做到的。疾病是人的疾病,不是孤立的单独事件,所以就要求医者对患者的情况有尽可能深广的了解,才能制定出最佳的诊疗方案。首先要注意到不同的人对同种治法的接受能力不同,如《灵枢·根结》所说“刺布衣者深以留之,刺大人者微以徐之,此皆因气悍滑利也”^[5],平时经常劳作的人气血旺盛,耐受力强,养尊处优的人则气血不足,耐受力弱,这个原则我们可以酌情使用在体力工作者与脑力工作者之别,男女之别,长幼之别上,诊无常法,总以患者可以接受,又能取效为度。其次还应注意不同的经历对人的心理和生理必然产生影响,《素问·疏五过论》云“诊有三常,必问贵贱,封君败伤,及欲侯王。故贵脱势,虽不中邪,精神内伤,身必败亡。始富后贫,虽不伤邪,皮焦筋屈,痿痹为挛”^[3],很多时候我们所以不能将患者疾病的根本抓住,往往就是因为我们不愿意用心耗神,穷追根源,把资料掌握的更为全面些,将分析进行的更为周密些。最重要的当如《素问·著至教论》中所说“道上通天文,下知地理,中知人事,可以长久,以教众庶,亦不疑殆”^[3],除天地之外,医者必须深通人事,能够犀燃烛照,透彻人心,才能适应不同患者的需要,天地之道易知,而为人之道难明,这应是为医之中最难的事情了。为医者遇到各种病例,不能在自己心中了了分明,便似没有了行动的蓝图,行动怎么会不盲目。对待不同性格、教育背景、经济状况、社会地位不同的人,应有不同的治疗法则,如位高富者骄横,冷淡之折其傲慢;地位微贱者自卑,关怀之使其亲近;心思缜密者喜

分析明理,重视解释沟通;豁达者不拘小节,应抓住细微;愚鲁迟钝者易从,强调势大力足取效快捷。正如中国佛教分为天台、贤首、唯识、净土、华严、南传、藏密、禅宗等各派,皆是为了教化人心而设,从教义上看,并没有根本区别,不过是因受教者根器不同,当机而发罢了,治病亦如此理。若不能把疾病放在患者诸多具体情况的大背景下去思考,只能是纸上谈兵的理论。

2 因地制宜

中国疆域辽阔,版图巨大,地理地貌复杂多变,从青藏高原到东南沿海之垂直落差达到五千米,由大兴安岭到南海之滨则能经历寒温带,中温带,暖温带,亚热带,热带诸多不同气候类型。如此复杂的地理环境,对人的生理病理和疾病特点,治疗方法等,定会产生巨大的影响。

2.1 南北东西,水土不同 一方水土养一方人,不同地理条件造成人的差异是多方面的,如外貌、口音、性格特点等,关于水土之不同,在先秦典籍多有涉及,如《管子·水地》有云“夫齐之水,道燥而复,故其民贪粗而好勇;楚之水,淖弱而清,故其民轻果而贼;越之水,浊重而洿,故其民愚疾而垢;秦之水,泔而稽,淤滞而杂,故其民贪戾罔而好事”^[7];《吕氏春秋·尽数》中说“轻水所,多秃与癯人……苦水所,多尪与伛人”^[8];《大戴礼记·本命第八十》云“坚土之人肥,虚土之人小,沙土之人细,息土之人美,耗土之人丑”^[9],可见水土二字就是那个时代人们对地理环境的高度概括。“天不足西北,地不满东南”(《素问·阴阳应象大论》)这是《内经》中对地貌的一般描述,西北阳气弱而阴气强,清阳为天,浊阴为地,所以西北以高原为主,人也表现的性格稳健厚重些,东南则阳气盛而阴气较弱,故东南地势较低,人的性格也更聪敏灵活些。《黄帝内经》中并没有对“水土”的直接阐述,但若换成另一个概念便毫不陌生,那就是阴阳五行杂合而成的五方之气不同,所谓水土不同就是受天地之气不同而致,前段“因人而异”中所说的个人体质不同,与此水土的地方性差异有密切关系。故在治疗中要根据不同地域人的体质差异,有所分别,《素问·异法方宜论》所说“医之治病也,一病而治各不同,皆愈何也?岐伯对曰:地势使然也……”^[3],又如《素问·五常政大论》中所说“西北之气,散而寒之,东南之气,收而温之,所谓同病异治也”^[3],都是说同一种疾病,对待的方法因地有不同,就是“同病异治”。

2.2 五方各异,治法有别 地域造成体质差异外,还有诸多因素之区别,如《素问·异法方宜论》中说“故东方之域,天地之所始生也。鱼盐之地,海滨傍水,其民食鱼而嗜咸,皆安其处,美其食。鱼者使人热中,盐者胜血,故其民皆黑色疏理。其病皆为痈疡,其治宜砭石。故砭石者,亦从东方来。……西方者……北方者……南方者……中央者……”^[3]这是对五方之地的地理环境、饮食特点、气候特点、发病特点及适宜的治疗方法,如砭石、药物、艾灸、导引、按摩及微针疗法做出大略的总结。这样的归纳对后世因地理环境不同而出现各种不同中医学派的分化有深远的影响,如北方多用麻黄、桂枝以解表散寒,南方多用藿香、佩兰以芳香化湿等。当然我们也不应完全拘泥于此,在考虑地域之差异时,要注意到同中有异,异中有同,如新疆吐鲁番盆地虽地处西北,但夏季十分炎热,福建武夷山区地处东南,夏季却十分凉爽,这种不甚相符的例证还有很多。《异法方宜论》中的归纳是深受五行学说影响的,有一定的机

械性,但是其大方向是没错的,我们应当看到,黄帝内经中所讲的道理多是方向性、战略性的,不能生搬硬套在每一个具体问题上,更多地是要学习这个思维方法,才能够以不变应万变,万变中见不变,正如《素问·异法方宜论》中云:“故圣人杂合以治,各得其所宜,故治所以异而病皆愈者,得病之情,知治之大体也。”^[3]

3 因时制宜

因时制宜是根据时令气候节律特点,采取适宜的治疗原则。具体来说,一是时令,即四季和节气之不同;二是时间,即指年、月、日、时的时间变化规律,分类方法不同。因为时间是由于天体之间的相互运动而产生,故因时制宜实际上就是因天制宜。

3.1 顺四季而治 一年四季中,春生夏长秋收冬藏是个必然的规律,不可能改变,若违背了这个规律就会产生疾病,同样在疾病治疗中也应与季节相适应。一方面,要顺四时之序以温阳补阴,这样对于阴阳不足的可以借势而行,顺水推舟,则能起到事半功倍的效果,故《素问·四气调神大论》中说“春夏养阳,秋冬养阴”,现代的三伏灸来治疗哮喘疾病就是在阳气最盛之时使用,冬令膏方进补则多体现了秋冬养阴的精神。另一方面,在顺的同时,也应避免过亢,《素问·厥论》中说“春夏则阳气多而阴气少,秋冬则阴气盛而阳气衰”^[3],春夏阳气盛,容易出现阳热过度的疾病,秋冬阴气隆,容易出现阴寒凝聚的疾病。所以就要注意在春夏阳气盛时佐以寒凉以折其盛,或用热药时避免用温热太过等,秋冬阴气隆时佐以温热以制其寒,或用凉性药时避免寒凉过度。《素问·六元正纪大论》中说“用寒远寒,用凉远凉,用温远温,用热远热,食宜同法。有假者反常,反是者病,所谓时也。故曰:无失天信,无逆气宜,无翼其胜,无赞其复,是谓至治”^[3],对这个顺讲的最为明确,“无失”、“无逆”、“无翼”、“无赞”,此四无指出了四种错误,就是不及或太过,说明真正的顺应,一定是在合适的范围之内,使之达到相对平衡的状态。

3.2 顺月时而治 阴阳二气,化生万物,对于人来说,月亮应是对其阴气影响最大的了,所以在治疗中便一定要考虑到月的节律。《素问·八正神明》中说“月生无泻,月满无补;月郭空无治。是谓得时而调之”^[3],并解释道“月始生,则血气始精,卫气始行;月郭满,则血气实,肌肉坚;月郭空,则肌肉减,经络虚,卫气去,形独居。是以因天时而调气血也”^[3]。这是说当朔日之时,月亮只有一个小芽,代表阴气始生,若此时进行泻实的治疗,势必会损伤正气,犯虚虚之戒,反之若当望日之时,月亮是满月状,代表阴气隆盛至极,当有盛极而衰之象,若反以为补益之法,则会造成邪气壅滞,致实实之误。大量现代研究证据也证明,人体气血盛衰与月相变化存在密切的关系,如有美国学者对1000例出血患者进行了调查,结果其中82%的患者出血危机发生在月亮四分之一上弦和四分之一下弦之间的日子里,并且月圆时出血的患者病情最危险。同时认为这种现象的出现与月亮对人体的引力有关,就象月亮引力影响海水形成潮汐一样^[10]。

3.3 顺时而治 人体的节律有很多种,在一日之内有昼夜节律和十二时辰节律。昼夜节律体现的是人体的阴阳变化,如《素问·生气通天论》中说“故阳气者,一日而主外,平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭”^[3],是说阳气从日出夜半阴气隆盛使萌芽,至早晨日出

时生发,中午时达到最盛,而在太阳落山时减弱,人的阳气规律与太阳的运行规律一致,故也遵循这个原则。阳虚者在外界阳气盛时可得到援助,故而昼轻夜重,而阳盛者则因阳分有邪,故昼重夜轻,故在治疗阳虚证时可在晨起或黄昏时服药或艾灸,顺势而补,此为补须一方虚,而阳盛者则可在中午阳气正隆时治疗,折其盛势,此为泻须一方实。在内经中只说了阳气的盛衰规律,并没有提到阴气,但只要明白了阳气,阴气便可推知了,那么阴气虚实证的治疗自然也有规律可循了。脏腑昼夜功能活动还可按照十二时辰的节律进行划分,《灵枢·经别》中说“六律建阴阳诸经而合之十二月、十二辰、十二节、十二经水、十二时、十二经脉者,此五脏六腑之所以应天道”^[11],十二经脉与十二时辰可以一一对应,因经脉是脏腑的外候,所以也可以说与十二脏腑对应,构成了一个“周而复始,如环无端”的按照时辰节律的气血运行体系,这在后世形成了颇具特色的子午流注针灸理论,按照“迎而夺之者,泻也;追而济之者,补也”(《灵枢·小针解》)的原则,可以在本经气血方盛之初予以泻邪,在气血方衰之后予以补虚。

另外还需注意的是,内经中还有关于大的时期不同,造成发病不同的观点,这部分内容在运气七篇中颇多阐发。如有学者研究20世纪50年代与80年代的慢性肾小球疾病的证型有很大差别^[12],这是从大的时间跨度上存在的差异,这方面的内容很多,也很关键,可从运气学说以及从历代中医各家学说的差异两方面着眼进行研究。

4 小结

三因制宜是中医理论体系中极有特色的一部分,它要求在进行治疗的过程中,必须将人的个人体质、性格、年龄及地理环境的特异性,和发病时间的特异性结合在一起综合进行考虑,既是天地人三才的系统论,又是针对性很强的个体化诊疗方案,强调知常达变,是原则性与灵活性的有机结合。

三因制宜肇端于《黄帝内经》,经过后世诸多医家的发挥,加入了很多地域元素和时代特点,形成了很多颇具地域特色和时代特点的诊疗流派。今天我们在学习这些流派时,应注意到其演变的过程,才能在了解枝末的基础上追根溯源,最终回到中医学整体观念的总根上来,只有如此,才能纲举目张,驾简驭繁,万变不离其宗。

参考文献

- [1] 杨天文,张善文,周易[M].北京:中华书局,2011:638.
- [2] 朱熹.四书章句集注[M].北京:中华书局,1983:173.
- [3] 张隐庵.黄帝内经素问集注[M].上海:上海科学技术出版社,1959:363,367,36151,288,50,51,172,301,10611.
- [4] 黄元御.素问悬解[M].太原:山西科技出版社,2012:213.
- [5] 河北医学院.灵枢经校释下册[M].北京:人民卫生出版社,1982:126,287,200,133.
- [6] 孙思邈.千金要方集要[M].沈阳:辽宁科学技术出版社,2009:10.
- [7] 黎翔凤.管子校注[M].北京:中华书局,2004:831.
- [8] 陆玖,译注.吕氏春秋[M].北京:中华书局,2011:74.
- [9] 戴德.大戴礼记[M].北京:中华书局,1985:227.
- [10] 何裕民.月亮盈亏与人体机能[J].北京中医学院学报,1986,2(2):20.
- [11] 河北医学院.灵枢经校释上册[M].北京:人民卫生出版社,1982:281.
- [12] 刘宏伟.慢性原发性肾小球疾病研究新论[N].中国中医药报,1991-11-04:03.