

## · 理论研究 ·

## “肾应冬”理论气机规律研究\*

赵一博 魏凤琴<sup>#</sup>

(山东中医药大学 济南 250355)

**摘要:** 为了更加清晰、立体地论述肾气应冬的运动特点,本文在文献研究的基础上,由冬季的节气入手,从气机升降的角度研究肾气的运动状态变化。本团队提出了“肾应冬”理论的本质是肾气与冬气时时相通应,即肾气应冬的气机升降应当时和当位,主要表现为其相应气机规律的变化:肾气升降的主次、转折和空间位置等特点皆随冬季时节之气而变。故应用“肾应冬”理论指导临床,尤重因时制宜,以随时把握肾气顺应时序的升降主次、升降转折及空间位置等动态变化规律。通过对“肾应冬”理论在节气层面的进一步研究,更加清晰、立体地阐明了应冬肾气的生理气机特点,同时也进一步明确了因时制宜对肾气病证辨证论治的应用内容,有助于“肾应冬”理论更具体、准确地指导临床相关疾病的治疗。

**关键词:** 肾应冬;肾气;气机;主次;转折;位置

**doi:** 10.3969/j.issn.1006-2157.2023.01.009

**中图分类号:** R221

## Study on the theory of “kidney corresponding with winter”\*

ZHAO Yibo, WEI Fengqin<sup>#</sup>

(Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan 250355, China)

**Abstract:** In order to more clearly and stereoscopically discuss the movement characteristics of kidney qi responding to winter, this paper will be based on a literature review focusing on solar terms in winter, we examine the changes of the movement state of kidney qi from the perspective of the rise and fall of qi, with the aim to clearly and stereoscopically discuss the movement characteristics of kidney qi responding to winter. It is proposed that the essence of the theory of “kidney corresponding with winter” is that the kidney qi and the winter qi are in constant correspondence, that is, the rise and fall of the kidney qi responding to winter should be at the same time and position. This is mainly manifested in the changes of its corresponding qi mechanism laws: the primary, secondary, turning and spatial positions of the rise and fall of the kidney qi change with the winter qi. Therefore, the theory of “kidney corresponding with winter” should be applied to guide the clinical practice, with particular emphasis on adjusting measures to the time; this is important to grasp the dynamic changes of kidney qi at any time, such as the ascending and descending, primary and secondary, and the ascending and descending transition and spatial position. Through further research on the theory of “kidney corresponding with winter” at the solar terms level, the physiological qi mechanistic characteristics of kidney qi corresponding to winter are clarified more clearly and stereoscopically, and the application content of syndrome differentiation and treatment of kidney qi disease according to time is further clarified. This research will aid the theory of “kidney corre-

赵一博,男,在读硕士生

<sup>#</sup> 通信作者:魏凤琴,女,博士,教授,博士生导师,主要研究方向:中医治则治法理论及临床应用研究,E-mail:jnwfq@126.com

\* 国家中医药管理局张珍玉名老中医传承工作室建设项目(No. 2010-112);山东省重点研发计划项目(No. 2016GSF202024)

sponding with winter” to guide the treatment of clinical related diseases more specifically and accurately.

**Keywords:** kidney corresponding with winter; kidney qi; qi movement; primary and secondary; turning point; position

**Corresponding author:** Prof. WEI Fengqin, Ph. D., Doctoral Supervisor. Shangdong University of Traditional Chinese Medicine, No. 4655, Daxue Road, University Sci-Tech Park, Changqing District, Jinan 250355. E-mail: jnwfq@126.com

**Funding:** National Administration of Traditional Chinese Medicine Zhang Zhenyu Old Traditional Chinese Medicine Inheritance Studio Construction Project (No. 2010-112); Shandong Province Key Research and Development Project (No. 2016GSF202024)

**Conflicts of interest:** None of the authors have any conflicts of interest associated with this study, and all of the authors have read and approved this manuscript.

《素问·六节藏象论篇》曰:“肾者,主蛰,封藏之本……通于冬气。”<sup>[1]20</sup>“肾应冬”是指人体的肾气与冬季相通应。目前大多数学者着眼于“肾应冬”理论与肾主封藏、肾主生殖、肾主骨等特性的研究,而缺乏对肾气上升特性与冬季的相关性研究,且以上研究多从季节层面入手研究肾气的应冬特性,未进一步深化和细化应冬肾气的气机变化规律<sup>[2-4]</sup>。从时间医学的角度来说,一时(季)包含 6 个节气,正如《素问·六节藏象论篇》中言:“五日谓之候,三候谓之气,六气谓之时,四时谓之岁,而各从其主治焉。”<sup>[1]18</sup>冬季由立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒 6 个节气组成,肾气在不同节气有不同的规律性变化。当前,已有学者发现,在冬季,正常 SD 大鼠皮质酮及甲状腺素会随节令变化而变化<sup>[5]</sup>,也佐证了由节气入手研究“肾应冬”理论或成为新的发展方向。与此同时,通过研究肾气在冬季节气间的规律性变化也可将肾气封藏和肾气上升这两个看似矛盾的生理特性统一起来,从而进一步深化“肾应冬”的理论内涵,更准确地指导临床相关疾病的治疗。

## 1 肾气应冬,气机升降应当时

冬为四时之末,应传统历法中阴历十月、十一月和十二月。《素问·四气调神大论篇》曰:“冬三月,此谓闭藏。水冰地坼,无扰乎阳。”<sup>[1]3</sup>冬季寒为主气,夫气之常,热则流通,寒则坚凝。故冬气以闭藏为主,肾气应冬亦主闭藏而沉。然肾气虽以沉降为主,但降中有升,且冬季始自立冬终于立春,冬之半为冬至。立冬至大雪,天气收引,地气下降,冬季闭塞之象显,肾气应冬气而沉降闭藏。冬至日则气由降转升,自此一阳初生,北宋邵雍《冬至吟》中谓:“一阳初动处,万物未生时。”《素问·脉要精微论篇》亦曰:“是故冬至四十五日,阳气微上,阴气微

下。”<sup>[1]31</sup>皆言冬至之后,天地之间阳动气升,天人相应则肾气亦应冬气而由降转升。此后至大寒,天气下达,地气上升,肾气应地气而升,水能生木之象显。因气机升降随节气而变,故应以冬季的 6 个节气与物候为引,以阐明肾气在“冬三月”6 个节气之间的变化规律。

### 1.1 肾气应时主降

立冬至大雪,乃肾气主降所应节气。自立冬天地之间阳气始杀,阴气始藏,阴多阳少,冬季闭藏潜降之象初显。《礼记·月令第六》中载:“天气上腾,地气下降,天地不通,闭塞而成冬。”<sup>[6]</sup>天人相应而肾气应之,故此时肾气以降为主为显,以升为次为隐。而后随着冬季的深入,至小雪和大雪节气,天地之间阳杀阴藏愈演愈烈,阳气愈杀,阴气随之愈藏。然而,由于天地之间阳杀先于阴藏,阳气肃杀之速快于阴气封藏之速,故相对而言阴气的量愈多,阳气的量愈少,阳气虚弱之象愈显,阴多阳少,故此时肾气仍以降为主为显,以升为次为隐。再者,由于冬季闭藏潜降之象逐渐明显,随之肾气之降愈发缓和。到冬至时节前,肾气始终保持降多升少而以降为主为显的运动状态,逐渐缓和地达到潜降闭藏至极的生理状态。

肾气应冬在立冬至大雪具有应时主降的特点,故此时治疗肾气病证尤宜顺应肾气主降的气机特点,“因时制宜”。如冬季肾气虚弱一证,在遵《黄帝内经》“虚则补之”治疗原则的同时,还应考虑到应冬肾气的气机变化规律,对遣方用药进行相应的加减变化:刚入冬时属少阴时节,肾中阴气多阳气少,肾气降多升少以降为主。此时补肾应补中寓降,为应时而治,宜地黄之类,地黄能补肾且性沉降,五行属水,同气相求能补肾水,且水曰润下,地黄之性亲

下而能降肾气,故能使肾脏得补而肾气潜降。故明代张介宾曰:“阴虚而火升者,非熟地之重不足以降之;阴虚而躁动者,非熟地之静不足以镇之。”<sup>[7]</sup>且随着冬季的深入,肾气继续以降为主,且其降愈缓和,则在继续使用地黄类药补肾的同时还应适当减少剂量,使肾气之降逐渐缓和以应时。

### 1.2 肾气应时转折

冬至前后,乃肾气由降转升所应节气。冬至时节一阳初生,即一阳来复,故冬至后四十五日至立春,阳气以渐而微上,阴微上则阴微下。明代赵献可《医贯·阴阳论》曰:“至者,极也。阴极生阳。”<sup>[8]</sup>冬至之前,肾气逐渐沉降至极。冬至节气一到,肾气便由降极转而反折上升,而后极则生变,是以阳气渐长。清代医家何梦瑶《医碥》中载:“肝肾位下,而肾尤下,为黄泉之分,故属坎水。坎外阴而内阳,阳气潜藏于黄泉之中。静极复动,故冬至而一阳生,惊蛰而雷出于地。”<sup>[9]</sup>此时若肾气的运动状态不由降转升而继续下降,则其运动将不圆而下泄离开人体,肾气亦不得藏。故肾气但降不升,则肾精将由下而泄,可见男子失精及女子带下等症。此即前人所谓之肾气不固,实由肾气但降不升所致。肾精当随肾气之升而上达于心,以化血生神,则肾气得藏。故清代张璐在其《张氏医通·卷五·诸血门·诸见血证》中曰:“精不泄,归精于肝而化清血。”<sup>[10]</sup>清代黄元御《四圣心源·劳伤解·精遗》中亦曰:“精藏于肾而交于心,则精温而不走。精不交神,乃病遗泄。”<sup>[11]</sup>

肾气应冬在冬至当日具有应时升降转折的特点,故此时治疗肾气病证尤宜顺应肾气升降转折的气机特点,以“因时制宜”。肾气升降发生主次的转变,由以降为主转为以升为主,为肾气升降主次的转折点。当此物极必反、阴极阳生之时,天之一阳初生,则人身应之。此时补肾要注意顺应和促进肾气的升降转折,稍加温升肾气药以应肾中初生阳气,使肾气得补且升降顺利转折,则肾气仍得闭藏而不下泄。如《金匱要略》肾气丸于补肾药中稍加桂枝、附子,取少火生气而非补阳之意,故此方名曰肾气丸而非温肾丸。方中附子暖肾水以气化蒸腾,桂枝疏通肝脾,使肾气上行之路无碍,故而肾气得以顺利应天之一阳初生而由降转折上升。因此,肾气丸可治肾水下趋之消证,亦治肾气不上升之渴证,为顺应肾气之性以治肾的典范。正如《医宗金鉴》曰:“肾气丸纳桂、附于滋阴剂中十倍之一,意不在补火,而在微微生火,即生肾气也。故不曰温肾,而名肾气。”<sup>[12]</sup>黄元御《素灵微蕴·消渴解》中亦曰:“相火在水,是

为肾气……桂枝达肝脾之遏陷……附子温肾水之寒。”<sup>[13]</sup>

### 1.3 肾气应时主升

冬至至大寒,乃肾气主升所应节气。此时肾气已由沉降至极而转升,随冬阳气以渐而微上,故肾气微升。此时肾气升多降少,以升为主为显,以降为次为隐。冬至当日过后,阳进阴退,昼渐长则天气进入大地的量渐渐增加,夜渐短则地气出于虚空的量渐渐减少,但由于地气出的量仍大于天气入的量,故而腊月大寒,冰雪反盛。此时天地之间阴阳气的量继续减少,且减少的速度越来越慢,但阳气减少的速度仍然超过阴气减少的速度,故而气候愈发寒冷,却已有由阴转阳之机,故此时肾气仍以升为主为显,以降为次为隐。随着时间的推移,经过小寒和大寒节气,由于相对的阴气的量(阴阳气的差)越来越多,阳气愈郁于内而表现为相对的热愈多。且阳气愈郁而疏泄之力越强,故而肾气继续保持以升为主为显,以降为次为隐,且其显象之升愈发迅猛。因此,在冬至到冬季结束之前,肾气始终保持升多降少而以升为主为显的运动状态。

肾气应冬,在冬至至大寒时具有应时主升的特点,故此时治疗肾气病证尤宜顺应肾气主升的气机特点,以“因时制宜”。冬至日之后属厥阴,阴极阳生之时,一阳初生,天地之间一片寒风凛冽的闭藏外象,然而内里却是万物郁发欲升之象。天人相应,人体亦是如此,肾气已由降转升,此时肾气升多降少,以升为主。如东汉张仲景《伤寒论》中所言厥逆之病,“阴阳气不相顺接,便为厥”<sup>[14]</sup>。在外一派寒象,内里却有郁而愈发的热象,外寒则手足厥寒,关节冷痛;内热则消渴,心烦,心中疼热,饥不欲食等。此乃厥阴外寒内热之象,亦上寒下热之象。这时在补肾的辨证论治基础上,还应注意补中有升,酌用温阳药,温通以助肾气之升。同时,由于肾之阴阳气俱虚少,人体所表现出的内热只是相对于外寒的虚热,故而所用温阳药的目的为温通,仅助内热散开以温养和通达四肢,且使之不可散失于体外。因此,为使肾气升而不散,在使用具有走窜性质的温通药基础上,可适当稍加酸敛药如乌梅以敛气,如此则可使肾气得升,以升为主且升而不散。如张仲景治厥阴病主方之乌梅丸,补中有升,温敛并用,令肾气温升而不散失,为此时治肾气不升法的典范。故使用补法治疗肾气虚弱证须顺应肾气的升降主次、转折的运动状态变化,补而不碍肾的气机,方可效如桴鼓。

通过由节气入手对肾气在冬季的气机规律变化



分析后发现,“肾应冬”的理论内涵不应局限于肾气封藏,还存在升降有主次、方向有转折等生理特性。临证应用“肾应冬”理论指导肾气失常病证的诊治时,不仅需要顺应天时补肾或泻肾,还应重视肾气升降主次和转折的动态变化,此为“因时制宜”“顺势而为”宗旨的体现,据此遣方用药才能效如桴鼓。

## 2 肾气应冬,气机升降应当位

冬三月,肾气随立冬到大寒的节气推移而有相应的升降主次和转折的变化。此外,肾气在冬三月的空间位置也随着时间的推移同样有相应的改变。而肾气在冬三月的空间位置变化具有由上及下和由下及上2个阶段。

### 2.1 肾气由上及下之位移

立冬、小雪、大雪三气,肾气在这段时期降多升少,以降为主,肾气的沉降也表现出由上及下的位移。人身之气有升降浮沉,随四季更替而变换,冬季人气整体偏沉,然沉中亦有升降浮沉。故立冬至大雪,肾气主沉降,且肾气的位移首先表现在由上向下的次序。从五行的角度来看,水处金木之间,为金木之间气,乃金气向木气转变进程中的必要中间状态。以脏腑的五行配属而言,人身肺属金,肾属水,金生水,西方肺金充足,降收而下生北方之肾气,肾气方能充实,沉降有度,封藏牢固。冬季伊始,肾气方始从西方肺金中沉降而出,位置相对偏上,与上焦肺的空间位置最近且关系最密切,此时肾气的空间位置为沉中偏浮;随着冬季的深入和空间位置的下降,肾气与上焦肺金的空间距离愈来愈远,及至冬至之前,肾气的空间位置降至最低。

肾气应冬在立冬至大雪的位移具有应时由上向下的特点,故此时治疗肾气病证尤宜顺应肾气的空间位置变化,以“因时制宜”。冬季之初,肾气与西方肺金关系密切。肺金不足,肾气失其上源,可致肾气亏损;肾气沉降无力,则致肾气不降甚则上逆;阴不配阳,可致虚阳上浮。所以,立冬之前在辨证论治时,可适当稍加沙参、麦冬、百合之类润肺敛肺药以降气,且金能生水,补肺即可补肾。如叶天士所说:“沙参气微寒,禀天初冬之水气,入足少阴肾经。味苦无毒,得地南方之火味,入手少阴心经,气味俱降,阴也”<sup>[15]</sup><sup>[17]</sup>。再如沈金鳌认为麦冬“味甘,性微寒,无毒,禀天春生之气,感地稼穡之甘以生,降也,阳中微阴也”<sup>[16]</sup>。立冬之后,肾气的位置逐渐深入下焦,与东方肝木的关系也逐渐密切;若肾气不足虚而上逆,水不涵木,肝之相火不藏,以随之亢逆,则可致相火妄动证,治宜滋水涵木。故而立冬后的辨证论治中,

在顾护冬时羸弱阳气的前提下,亦可适度使用地黄类药。地黄类药能补肾水而降肾气,补中有降,以顺应肾气的空间位置变化,同时亦可涵养肝木,助相火敛藏。

### 2.2 肾气由下及上之位移

冬至、小寒、大寒三气,肾气在此阶段已由降转升,肾气在这段时期升多降少,以升为主,肾气在沉中升浮也表现出由下及上的位移。冬至过后,一阳初生,肾气感时气由沉降至极而转升浮,则肾气的位移转而表现在由下向上的次序。肾气由自身空间位置的最低点转而上升,与下焦偏上之肝木的空间距离愈来愈近,及至立春之前,肾气的空间位置升至最高,与肝木的空间位置最近且关系最密切。实则立冬一过,肾气的位置便开始逐渐向东方肝木靠拢,肾气的状态与下焦偏上之肝木的关系也逐渐密切起来,至春季,人身之气则交由肝木所主。肝属木,肾属水,水生木。肾水充盈,沉降有度,封藏牢固,则肝血充足,肝气不亢,气血和畅。所以,应冬之肾气随着冬季前半段的节气演变,进行着从人体上焦逐渐沉降而深入下焦的层次及关系的过程;随着冬季后半段的节气演变,发生着从人体下焦最下逐渐升浮接近下焦最上的相对层次及关系的过程。

肾气应冬在冬至到大寒的位移具有应时由下向上的特点,故此时治疗肾气病证尤宜顺应肾气的空间位置变化,以“因时制宜”。故待到冬至时节,肾气降已而升,此时与肝木的关系尤为密切。若肾气不足,推动无力,水不生木而肝气不升,则肾气随之不升而下郁,可致肾气郁而不守。故此时用滋水涵木法更应注意不碍肾气之升,滋水药用菟丝子、枸杞子之类降中含升药,以顺应此时肾气的位移方向与位置变化,使水能涵木亦能生木,水木生长而不下郁。如清代张秉成《成方便读》中载:“菟丝子补少阴之精,能蒸腾肾水上升。”<sup>[17]</sup>再如清代叶天士《本草经解》曰:“菟丝子,气平……气味升多于降。”<sup>[15]</sup><sup>[8]</sup>清代周岩《本草思辨录·菟丝子》亦曰:“他物补肾,补之而已,此能于补中寓升。”<sup>[18]</sup>此外,常用药中如枸杞子亦是此类,清代陈修园《神农本草经读》认为枸杞子“严冬霜雪之中,红润可爱,是禀少阴水精之气兼少阴君火之化,为补养心肾之良药”<sup>[19]</sup>。故其阴中含阳而能引肾水上济心火,顺此时肾气升多降少、以升为主之性。

应冬肾气的空间位置变化具有先后上下的层次性,提示辨证论治中的治疗意义在于:在临证辨证论治时,因时制宜中,不仅有度势以把握肾气升

降主次和转折,还包含着审时以确定肾气的空间位置。

### 3 小结

“肾应冬”理论的实质是肾气与冬气时时相通应,主要表现在气机规律的变化:肾气在立冬至大雪节气主降,在冬至日由降转升,在冬至到大寒节气主升;在立冬至大雪节气空间位置变化由上及下,在冬至到大寒节气空间位置变化由下及上。如此应冬肾气的运动特点得以更加深化和细化,其升降有主次、有转折,空间位置等特点皆随冬季时节之气而变,同时也是进一步研究“肾应冬”理论的方向。基于此,本文更加清晰立体地阐述应冬肾气的运动特点,在冬季调肾气的治疗过程中,丰富了因时制宜对肾气病证辨证论治的内容,彰显了肾气顺应时序的升降主次、升降转折及空间位置等随时动态变化规律在临床治疗中的意义。本团队还应更进一步地探索和发展应冬肾气的运动特点,使肾气病证无论发生于任何季节、任何时间,都能在辨证论治过程中把握肾气的运动特点,随时而灵活地立方遣药,才能顺肾气之性,应手而效。

#### 参考文献:

- [1] 黄帝内经素问[M]. 田代华,整理. 北京:人民卫生出版社,2005.
- [2] 覃骊兰,蓝毓营,马淑然. 关于中医“肾应冬”理论内涵的探讨[J]. 中国中医基础医学杂志,2013,19(5):482-485.
- [3] 马淑然,刘晓燕,郭霞珍,等. “肾应冬”睾丸差异基因表达的实验研究[J]. 北京中医药大学学报,2006,29(9):610-612,616.
- [4] 刘晓燕,郭霞珍,刘燕池,等. “肾应冬”与性腺轴相关性的研究[J]. 中国医药学报,2003,18(9):522-524,575.
- [5] 许凯霞,刘仕琦,季新燕,等. 基于松果腺摘除对大鼠CORT、E<sub>2</sub>、T<sub>3</sub>、T<sub>4</sub>的影响探讨“肾应冬”的机制[J]. 世界中西医结合杂志,2018,13(11):1537-1539.
- [6] 四书五经[M]. 陈戌国,点校. 长沙:岳麓书社,2002:496.
- [7] 张景岳. 本草正[M]. 北京:中国医药科技出版社,2017:18.
- [8] 赵献可. 医贯[M]. 郭君双,整理. 北京:人民卫生出版社,2005:11.
- [9] 何梦瑶. 医编[M]. 上海:上海科学技术出版社,1982:3.
- [10] 张璐. 张氏医通[M]. 王兴华,张民庆,刘华东,等,整理. 北京:人民卫生出版社,2006:194.
- [11] 黄元御. 四圣心源[M]. 孙洽熙,校注. 北京:中国中医药出版社,2009:60.
- [12] 吴谦. 医宗金鉴[M]. 北京:人民卫生出版社,1963:756.
- [13] 黄元御. 素灵微蕴[M]. 杨枝清,校注. 北京:中国中医药出版社,2015:73.
- [14] 张仲景. 伤寒论[M]. 钱超尘,郝万山,整理. 北京:人民卫生出版社,2005:94.
- [15] 叶天士. 本草经解[M]. 上海:上海卫生出版社,1957.
- [16] 沈金鳌. 要药分析[M]. 孙玉信,朱平生,点校. 上海:第二军医大学出版社,2005:172.
- [17] 张秉成. 成方便读[M]. 杨威,校注. 北京:中国中医药出版社,2002:125.
- [18] 周岩. 本草思辨录[M]. 邹运国,点校. 北京:人民军医出版社,2015:54.
- [19] 陈念祖. 神农本草经读[M]. 北京:中国医药科技出版社,2018:30.

(收稿日期:2022-06-14)

责任编辑:骆斌