

• 论著 •

从《灵枢·九宫八风》浅议“虚邪贼风”中的天人相应理论

唐雨墨, 张宝成, 高永翔

(成都中医药大学, 成都 610036)

摘要:《素问·上古天真论》中“虚邪贼风, 避之有时”通常解释为“对一年四季中的各种病邪, 要根据节气的变化而谨慎躲避”。文章从《灵枢·九宫八风》的角度出发, 通过对“太一”“九宫”“八风”等概念的分析, 初步揭示“太一游宫”理论的内涵, 对“虚邪”的定义进行讨论, 并初步探讨《灵枢·九宫八风》与“天人相应”观之间的联系。

关键词: 九宫八风; 虚邪贼风; 太一游宫; 天人相应; 灵枢; 黄帝内经; 虚邪

Discussion on the theory of correspondence between human body and natural environment in the 'deficiency pathogens and evil wind' from the *Lingshu · Nine Palaces and Eight Climates*

TANG Yu-mo, ZHANG Bao-cheng, GAO Yong-xiang

(Chengdu University of TCM, Chengdu 610036, China)

Abstract: The phrase 'deficiency pathogens and evil wind, avoid it sometimes' in *Suwen · Tianzhen Lun in Ancient Times* is usually interpreted as 'a variety of diseases and evils in the year-round, to be carefully avoided according to the change of the seasons'. From the perspective of *Lingshu · Nine Palaces and Eight Climates*, this paper, through the analysis of the concepts of 'Taiyi', 'Jiugong' and 'Bafeng', preliminarily reveals the connotation of 'polaris parades the palace of sky' theory, discusses the definition of 'deficiency pathogens', and preliminarily explores the relationship between *Lingshu · Nine Palaces and Eight Climates* and the viewpoint of 'correspondence between human body and natural environment'.

Key words: Nine palaces and eight climates; Deficiency pathogens and evil wind; Polaris parades the palace of sky; Correspondence between human body and natural environment; *Lingshu*; *Huangdi Neijing*; Deficiency and evil

“虚邪贼风, 避之有时”为大众耳熟能详, 而从唐代医家王冰对“虚邪贼风”及“有时”的注释可以看出, 这句经文与《灵枢·九宫八风》有密切的联系。笔者通过对《灵枢·九宫八风》中相关概念及理论进行探讨, 意在初步揭示“虚邪贼风”的内涵, 阐述“太一游宫”理论的基础规律, 并探讨《灵枢·九宫八风》与天人相应理论之间的关联。

“虚邪贼风”的内涵

“虚邪”一词首见于《素问·上古天真论》的“虚邪贼风, 避之有时”, 在《黄帝内经》(以下简称《内经》)里出现23次^[1]。唐代王冰注“虚邪贼风”云:“邪

趁虚入, 是谓虚邪, 窃害中和, 是谓贼风”, 故此处的“虚邪”一词理解为正虚时致病的外来因素。《素问·八正神明论》中也提出了“虚邪”的概念, “虚邪者, 八正之虚邪气也”。“八正”一词, 根据王冰所注“四时八正”中“四时八正之气者, 谓四时正气、八节之风来朝于太一者也”, 以及《黄帝内经太素·八正风候》中的“八正候者, 八节之正虚邪候也”来考证, 应当等同于“八节”, 即立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至8个节气。故此处的“虚邪”一词又被赋予了时间性, 当理解为四时八节不当之气。而“贼风”一词, 它与“虚邪”的内涵相同^[2], 但更强调

通信作者: 高永翔, 四川省成都市金牛区十二桥路37号成都中医药大学国际教育学院, 邮编: 610036, 电话: 028-87784606

E-mail: 406084191@qq.com

趁人体之虚而入侵的致病特点。由此可见,“虚邪”一词同时包括了气候的异常性、人体的虚弱状态以及“趁虚而入”的致病特点,而疾病的产生与这三者密切相关。

何为“避之有时”

王冰注“避之有时”的“有时”一词为“谓八节之日,及太一入从之于中宫、朝八风之日也”,与《素问·八正神明论》中对“四时八正”的相应注解互相呼应,而它们都可与《灵枢·九宫八风》联系起来。面对“虚邪贼风”,古人不是正面相抗,而是顺势而为,避其锋芒。而“虚邪”已经违背了正常的气候法则,要做到“避之有时”,便需要一套建立在大量观测基础上、可以重复操作的运算系统,即九宫八风系统。

九宫八风理论概述

1. 九宫 “九宫”一词,可追溯至《礼记·月令》中关于“九宫”以及《大戴礼记·明堂》中关于“明堂”的记载^[3]。“明堂九宫”乃天子之居所,古时天子依时令之序移动,在居所中的9个不同区域起居和工作。《灵枢·九宫八风》中核心的“太一游宫”理论即可视为天子行为的抽象化。“九宫”亦合于洛书,《灵枢·九宫八风》“九宫图”中的数字与洛书九宫有着相同的布局,证明它与洛书存在一定的关联。“九宫”中亦有方位的内涵。九宫包含9个方位:四方(东、西、南、北)、四维(东北、西北、东南、西南)以及正中方位。《灵枢·九宫八风》中涉及的方位包括天之九宫及地之八方。篇章中的“九宫图”则是从俯瞰的角度观察天空各个方位在大地上的投影,暗合天地相应。九宫与方位的联系十分重要,因为在确定方位的前提下,才可准确观测风向,从而推测风气带来的影响。而在“太一游宫”理论中,九宫还具有一重象征意义,指“太一之神”巡游时经过的9个天空区域。

2. 八风 “八风”最早见于《左传》,至《吕氏春秋》时才有了具体的名称^[4]。“八”在《灵枢·九宫八风》中具有两种内涵:①八方,即地面的四正与四维相加的8个方位;②八节,含义等同于《素问·八正神明论》中的“八正”。《灵枢·九宫八风》中的“风”,主要指实际气候。从《灵枢·九宫八风》中的“因视风所从来而占之”、“是故太一入徙立于中宫,乃朝八风,以占吉凶也”可以看出,“八风”具体指从8个方位所生的风气。八风与方位的联系同样重要,根据篇章中附录的“合八风虚实邪正”图显示,地之八方的排布格局与后天八卦相同,亦合于洛书之序。如果说

九宫中的方位象征了“太一之神”(“天”)的运动轨迹,那么八风中的方位则反映了地上的“人”的观测角度。

3. 太一游宫理论概述

3.1 太一 在古代文献中,“太一”一般具有三重意义:①哲学意义:等同于《道德经》中的“大”、“大即道”、道生一^[4];②天文学意义:指北极星;③神学意义:指天神。北极星及北斗七星组成的系统在视运动上始终相对稳定地居于北方天极处,适合作为天文观测的基础点,古人围绕它们总结出了一系列的观测经验,如《鹖冠子》中的“斗柄东指,天下皆春;斗柄南指,天下皆夏;斗柄西指,天下皆秋;斗柄北指,天下皆冬”。同时,它们也被赋予了哲学象征,体现出了天文科学意义,如《史记·天官书》言:“斗为帝车,运于中央”、“分阴阳,建四时”等,指北辰为帝,驱北斗为车,太一之神的运动轨迹借由北斗七星的转动代为指示,而北斗七星的运动又指示着季节的更迭。

3.2 太一游宫 在既有“象”的基础上,结合“数”之演算,古人设计出一套象数合一的系统,即是《灵枢·九宫八风》中的“太一游宫”理论,见于《易纬·乾凿度》中“故太一取其数以行九宫,四正四维,皆合于十五”。东汉郑玄注云:“太一者,北辰之神名也,居其所曰太一,常行于八卦日辰之间,曰天一,或曰太一,出入所游,息于紫宫之内,其星因以为名”。太一在一年中按节气顺序共巡行8个宫位(中宫乃其本位,故不在出游巡行之列),巡行途经的天宫各区域与洛书九宫相互对应,分别为:叶蛰对应坎一,合冬至;天留对应艮八,合立春;仓门对应震三,合春分;阴洛对应巽四,合立夏;上天对应离九,合夏至;玄委对应坤二,合立秋;仓果对应兑七,合秋分;新洛对应乾六,合立冬。太一在每个宫位停留的时间为45或46日,此为太一巡行的大周期;而大周期是以小周期累计而成^[5],每个小周期从一到九计数,共九天,一个小周期结束后立刻接续下一个小周期直至该大周期结束,即原文中的“数所在日从一处,至九日,复返于一”。

“虚邪贼风”与《灵枢·九宫八风》的联系

前文已经提及,王冰注“避之有时”中的“有时”为“八节之日,及太一入从之于中宫、朝八风之日”。与此相应,《灵枢·九宫八风》云:“故圣人曰避虚邪之道,如避矢石然,邪弗能害,此之谓也”。由此

可见,“虚邪贼风”与《灵枢·九宫八风》有相当的关联,具体体现在它对“虚风”性质的判定及规避虚邪的具体时间的判定中。如按实施观测的时间来分类,则有以下两种判别方法。

1. 八节交替之当日 “太一移日,天必应之以风雨,以其日风雨则吉,岁美民安少病矣。先之则多雨,后之则多汗”(《灵枢·九宫八风》)。在八节交替之日,即太一从某个宫位移动到下一宫位的当天,观察该日是否有风雨,且风雨是否准时、和顺。若风雨应时,则为实风,“主生,长养万物”。若风雨来在交节前一天,则太一处于新宫位内的这段时间就会多雨,若来在后一天,则会多旱,这种未在八节交替当日按时到来的风,即为虚风。

2. 太一下中宫之日 “所谓有变者,太一居五宫之日,病风折树木,扬沙石”,“是故太一入徙立于中宫,乃朝八风,以占吉凶也”(《灵枢·九宫八风》)。在太一下中宫之日,观察风向是否与所处季节相应,以及天气是否有异常变化,即指可以摧折树木、飞扬沙石的烈性气候。郑玄注《易纬·乾凿度》云:“每四乃还于中央”,由此可知,每个小周期的第5日即是“太一下中宫”之日。当太一回到中宫时,便处于洛书中的数“5”(即正中心)之处,此时可对当日的具体风向进行最精准的判定,这也是“太一下中宫”的特殊性^[5]。故性质暴烈,以及从与所处季节相应的“冲后”、即相反方向而来的风,即是虚风。

由此,我们可以概括出“实风”及“虚风”在《灵枢·九宫八风》中的定义:实风,指与季节所对应的方位一致的风气,性质柔和,有利于人体生长发育;虚风,指未能按时而至、或与季节所对应的方位相反的风气,其性质暴烈,不利于人体健康。根据季节的不同,第2种“虚风”的风向也随之改变,其致病特点

表1 《灵枢·九宫八风》八虚风表

名称	风向	对应脏腑	在体	其气主
大弱风	南	心	脉	热
谋风	西南	脾	肌	弱
刚风	西	肺	皮肤	燥
折风	西北	小肠	手太阳脉	暴死
大刚风	北	肾	骨,肩背之筋	寒
凶风	东北	大肠	两胁、腋骨下、肢节	-
婴儿风	东	肝	筋纽	身湿
弱风	东南	胃	肌肉	体重

注:“-”指原文未说明。

也不同,《九宫八风》中将其分类为8种,笔者将其整理如下,见表1。

从《灵枢·九宫八风》与“虚邪贼风”的联系看“天人相应”

1. 天人相应观简述 天人相应,是一种认为自然界与人之间存在某种感应、映照关系的传统学术思想。天人相应观的起源可追溯至先秦,西汉董仲舒乃集大成者,他主张“天道各以其类动”“人副天数”(《春秋繁露》),认为虽然在现象上有不同的体现,但天地人三者在本质上是统一的,若把握住这种共性,就可以在万物之间创造感应^[6]。

2. 《内经》中的“天人相应” 《内经》深受天人相应观的影响,如《灵枢·岁露》云:“人与天地相参也,与日月相应也”。由于天人之间存在某种可以感应的共性,在形态结构、运转规律等方面体现出种种共通点^[7],故时空的变化会在人体中引起相应的反应,如“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”(《素问·八正神明论》)。人生活在自然中,生长与疾病都与自然息息相关,若人能更好地顺应天道,那么便能减少疾病的发生,或者更有效地治疗已发生的疾病,反之则会受到不良的影响,正如《灵枢·顺气一日分为四时》所云:“顺天之时,而病可与期,顺者为工,逆者为粗”。

3. 天人相应观在《灵枢·九宫八风》中的体现 “九宫”,象征着“天”的动态,古人通过将季节配洛书之宫位,再以宫位配方位的方式,为天之时八节找到了地理位置上的映照,将时间对应到空间。“八风”,则是“人”在具体的时空中对真实风气的观测结果,在不同气候的影响下,人群或“民安少病”(《灵枢·九宫八风》),或相应产生不同的疾病、反映出不同的疾病特征。这与前文所提及的“虚邪贼风”所拥有的三重内涵——天时之虚、人体之虚及致病之虚不谋而合,亦与“天人相应”思想相互呼应。经过长期对时空规律和患病人群的观察,以人群的生存状态为纽带,以“天人相应”思想为中心,以“同类相感”为基础,古人采取象数结合的方式,将气候、地理、疾病三者联系起来,完成了天地人三者的统一,创造出了独特的“太一游宫”理论,为五运六气学说的发展创造了基础^[8]。

《灵枢·九宫八风》是“虚邪贼风”概念的来源,包含了传统医学中的流行病学研究方法,保留了珍贵

的病理观测资料,对今天的临床工作仍有一定指导意义。与董仲舒带有神学色彩及政治目的的天人相应观不同,《内经》中的“天”更多是指自然之天,即“宇宙”。《灵枢·九宫八风》中虽借助所谓“太一之神”的行踪来建立演算统计的模型,但实质仍是对自然规律的观察及总结,并非单纯将命运托付于“天”,而是更加凸显“人”的主观能动性。而以“人”为主体去探索“天”的规律,并顺势而为、“不妄作劳”,或许才是古人所追求的“天人合一”的至高境界。

参 考 文 献

- [1] 张登本.古今“虚邪”名同义别辨.陕西中医函授,1998,2:1-2
- [2] 边玉麟.论虚邪.中国中医基础医学杂志,2001,7(1):9-11
- [3] 崔自默,李志强.汉代时空图式解析.徐州师范大学学报(哲学社会科学版),2012,38(3):48-55
- [4] 张灿理.浅谈对《九宫八风》篇的认识.山西中医,1985,1(1):7-10
- [5] 孙基然.《灵枢·九宫八风》考释.辽宁中医杂志,2012,39(4):601-606
- [6] 余治平.天人感应的发生机理与运行过程——以《春秋繁露》、“天人三策”为文本依据.衡水学院学报,2018,20(5):21-32
- [7] 施娜,郭霞珍,许筱颖.中医学“天人相应”的本质与“天-人”时空结构的相关研究.世界中医药,2018,13(5):1091-1094,1099
- [8] 吴新明.《黄帝内经》的术数理论探析.世界科学技术-中医药现代化,2008,10(2):105-108

(收稿日期:2019年9月24日)

• 论 著 •

西贝助便操及其源流初探

翟孟凡, 贾小强

(中国中医科学院西苑医院, 北京 100091)

摘要: 西贝助便操由贾小强主任医师在总结多年临床经验,结合古代中医思想上创立的防治慢性便秘的功法。此功法以中医升降清浊为理论依据,以传统导引术、服气法、撮谷道、摩法、捏脊等疗法为动作基础,运用意念、呼吸、动作配合,对阳明胃经、任脉、督脉、太阳膀胱经相关穴位进行有序导引和推揉,改善脏腑气机升降机能,促进腑气畅通,恢复大肠传导功能,从而达到治疗慢性便秘的作用。

关键词: 西贝助便操;便秘;功法;贾小强;导引术;服气法;摩法;源流

Discussion on Xibei facilitation exercise and its origin

ZHAI Meng-fan, JIA Xiao-qiang

(Xiyuan Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100091, China)

Abstract: Xibei facilitation exercise is established by the JIA Xiao-qiang chief physician with the summary of many years of clinical experience. It's a prevention and treatment of chronic constipation combined with the ancient Chinese medicine thought. This method is based on the theory of ascending clear and descending turbid in traditional Chinese medicine, and taking the traditional guiding technique, the breathing method, the method of pinching grain, rubbing and chiropractic as the foundation of action, using the mind, breathing, movement coordination, guiding and pushing the related acupoint of Yangming stomach channel, conception channel and governor channel, Taiyang bladder channel orderly, to improve viscera qi activity lifting function, promote relieving gas flow, restore the conduction function of large intestine, so as to achieve the effect of the treatment of chronic constipation.

Key words: Xibei facilitation exercise; Constipation; Method; JIA Xiao-qiang; Guiding technique; Breathing method; Rubbing; Origin

西贝助便操由贾小强教授创立,为区别于其他类似操,特以创制者姓氏“贾”分为“西贝”二字来命名,以示原创。西贝助便操操作简单,患者可独立完成,既

可单独运用防治慢性便秘,又可配合汤药治疗便秘。此功法在临床长期运用,并通过电视、广播、多媒体广泛推广,取得良好的效果和反馈。现简要介绍如下。

通信作者: 贾小强,北京市海淀区西苑操场1号中国中医科学院西苑医院,邮编:100091,电话:010-62835357, E-mail: jxq391@sina.com