

## 四象脾土四时六气和五脏的理论渊源及其 在中医治未病实践中的意义

谢胜,刘园园

(广西中医药大学第一附属医院中医治未病中心,广西 南宁 530000)

**摘 要:** 基于易经河洛象数理论及内经对脾土的“中央”之用、四时主事时间(四季之末各旺一十八日)、“四时生四脏”的认识,在李东垣《脾胃论·脏气法时升降浮沉补泻之图》所构架的“以脾胃为枢的天-地-人”诊治模式启发下,构建了四象脾土模型并提出“四象脾土六气调神论”,认为借天地枢机之力以调人体之枢机,即“以枢调枢”能使脏腑气机通调,由此疾病虽成于枢机也可止于枢机。同时,基于中医“藏象”、“时补”理论提出四象脾土“以象补藏”及时补防治观(包括:一年四季月末一十八日脾主令之时“以枢调枢”、一日之丑辰未戌时脾土的欲解及欲剧时的“以时调衡”),对“四象脾土四时六气以枢调枢和五脏”这一观点在中医治未病实践中的意义进行阐释。

**关键词:** 四象脾土六气调神;以枢调枢;以象补藏;时补防治;中医治未病

中图分类号: R22

文献标志码: A

文章编号: 1673-7717(2016)11-2785-06

### Theoretical Origin of Sixiang Pitu and Four Seasons and Six Natural Factors Reconciling Five Zang-organs and Its Practical Significance on TCM Preventive Treatment of Diseases

XIE Sheng, LIU Yuanyuan

(Center of TCM Preventive Treatment of Diseases, First Affiliated Hospital,  
Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning 530000, Guangxi, China)

**Abstract:** Based on the understanding of the “center” and the administrating periods of four seasons and the four seasons promoting four viscera theory of Pitu from The Book of Changes (Yijing), Hetu Luoshu (the ancient Chinese mythological fiction) and Yellow Emperor's Inner Canon as well as inspired by the treatment model of spleen and stomach centered Heaven, Earth and Man from Piweilun, one of Lidongyuan's work, we constructed the Sixiang Pitu model and proposed the theory of Sixiang Pitu and six natural factors regulating human spirit. We believe that one can regulate the hub of human body by using the power of the hub of Heaven and Earth, that is diseases begin with the hub and end with the hub. Meanwhile, based on the visceral manifestation and timing tonic theory, we proposed conceptions of using Xiang to tonify Zang and timing tonic theory of Sixiangpitu to interpret the practical significance of the concept of Sixiang Pitu, four seasons and six natural factors and using hub to regulate hub reconciling five viscera on TCM preventive treatment of diseases.

**Key words:** Sixiang Pitu; four seasons and six natural factors; using hub to regulate hub; using Xiang to tonify Zang; timing tonic treatment; TCM Preventive treatment of diseases

李东垣《脾胃论》:“五行相生木火土金水循环无端,唯脾无正形于四季之末各旺一十八日以生四脏,四季者辰戌丑未是也,人身形以应九野,左足主立春丑位是也,左手主立夏辰位是也,右手主立秋未位是也,右足主立冬戌位是也”<sup>[1]</sup>。我们进而提出四象脾土六气神中医治未病<sup>[2]</sup>,本文将在探讨四象脾土在四时六气以枢调枢和五脏理论渊源基础上,对其在中医治未病实践中的意义进行阐释。

收稿日期: 2016-06-08

作者简介: 谢胜(1966-),男,江西人,主任医师,硕士研究生导师,硕士,研究方向:脾胃病中医药防治及中医治未病研究。

#### 1 四象脾土模型构建的理论依据

##### 1.1 易经论“中央”

《易·系辞上》:“河出图,洛出书,圣人则之”,传说伏羲氏时,有龙马从黄河出现背负“河图”,伏羲据“图”以成八卦。后有神龟从洛水出现背负“洛书”献给大禹。

河洛之数,五皆居中央。蔡邕《明令章句》:“东方有木三土五故数八;南方有火二土五故数七;西方有金四土五故数九;北方有水一土五故数六”。五为河图之母数,成数赖以生。洛书的图式如《黄帝九宫经》所说“戴九履一,左三右七,二四为肩,六八为足,五居中宫,总御得失”。洛书之数分列于四方四隅,与中央之数五共同形成了纵、横、斜

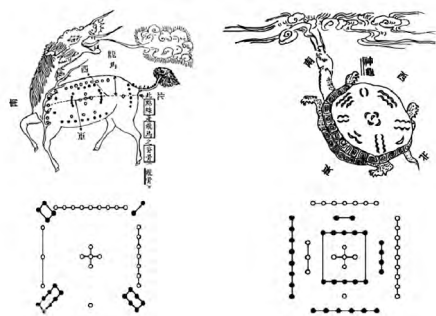


图1 河图洛书

线上3个数的结构,且3个数之和皆为15。洛书配八卦,独中央五无卦相配,形成“中五立极”<sup>[3]</sup>。见图1。

河图洛书用数、象(圆的黑白两色)来反映时间、空间方位、阴阳气的多寡,同时还气的升降出入规律寓于其中,对中医藏象学说、三阴三阳体系的建立及后世对脏腑气机升降、中气、脾胃中枢等认识的形成有重要意义。

### 1.2 内经论脾土

《素问·金匱真言论》:“中央黄色,入通于脾,藏精气于脾,其类土,其应四时,上为镇星,其数五”。如前所述,五为河洛母数,乃中央之数、行中央之用;而自然之土有顺厚之性、备化之德,于四时中灌养四傍;于人则应之脾胃,“四维之病,悉因于中气”,故可知中央、土、脾等皆为数五之“象”。同理,《素问·金匱真言论》:“东方青色,入通于肝……其数八;南方赤色,入通于心……其数七;西方白色,入通于肺……其数九;北方黑色,入通于肾……其数六”。可见,河洛由数而成,衍生众“象”,而五行之象皆承袭于河洛。《内经》正是基于这一思维方式与认知方法构筑了庞大的藏象体系并确立了“以象测藏”的方法论,逐步完善并形成了一套以五脏为中心的整体观及五脏系统与自然“天人相应”的统一观,以认识自然气候、物候、人体病候的相关性并指导临床实践。

《内经》中多个篇章涉及土与四时的配属关系,如《素问·脏气法时论》:“肝主春,心主夏,脾主长夏,肺主秋,肾主冬”,《素问·太阴阳明论》:“脾者土也,治中央,长以四时长四脏,各十八日寄治,不得独主于时也”<sup>[4]</sup>。其中存在“主时”与否及主一“季”、“月”、“十八日”之不同,即:(1)一年均分五季,木为首,土居中,对四时置而不论;(2)以季夏为土;(3)土制四时不配时日;(4)土王四时而配四季末月;(5)土王四时而配各季末十八日。<sup>[5]</sup>基于以上不同认识后世医家的争论主要集中在两个方面:一年分五季而土王一季之“土王长夏”;一年四季土皆主之的“土王四季”。

《素问·阴阳应象大论》:“中央生湿,湿生土”。“湿”乃中央所生、土所仰长,无湿不成土。刘河间“五藏六腑、四支百骸受气皆注于脾胃,土湿润而已。”肝体阴而用阳,土体湿而用中央,土用之施无处不有、无时不在,即所谓“中央”之深意。故《素问·玉机真脏论》:“脾脉者土也,孤脏以灌四傍也”,又曰“夫子言脾为孤脏,中央土以灌四傍。正因“中央”之用,故土不得独主于时,其地位也由此不同与他脏而被称之为“孤脏”。可见,“长夏”一季当不起“孤脏”之职、“中央”之用,因此,“土王一季”之说欠完善。

吴瀛洲认为出现“土王四季”和“土王长夏”这一分歧的根源在于《内经》中存在两套不同的五行模式,即:五行生克模式与河图五行模式<sup>[5]</sup>。首先,从数理上进行分析。五行最早的次序见于《尚书·洪范》:“一曰水,二曰火,三曰木,四曰金,五曰土”。对应于河图中一二三四五为生数,六七八九十为成数,五行中唯土只用生数,即明土为“中”、“本”、“枢”之性。再者,河图五行模式是一种方位四时五行模式:土居中,木、火、金、水分居东、南、西、北;土王四季,木、火、金、水分别配属春、夏、秋、冬;以上五行在方位、时位的配应是此模式的根基,并由此行成了中土为本、为枢,水火南北(上下)交济,木金东西(左右)回还之态势,当将五行配属五脏后,就形成了心上肾下、左肝右肺、脾居于中的方位四时五脏体系<sup>[5]</sup>。可见,河图方位四时五行模式明晰的阐释了土为“孤脏”、用“中央”、司“中枢”、“生四脏”之理。

内经中将土旺于四时中的主事时间定为四季末“十八日”而非四时季月“三十日”,也是因为这样取数可同时兼顾五行生克模式与河图五行模式。张介宾《类经》释“考之历法:凡于辰戌丑未四季月,当立春立夏立秋立冬之前,各土王用事十八日,一岁共计七十二日,凡每季王月各得九十日,于九十天中除去十八日,则每季亦七十二日,而为五行分王之数,总计五七三十五,二五一十,共得三百六十日,以成一岁之常也”。春夏秋冬四季末各十八日为土用事之时,共七十二日,而每季除去了一十八日剩余七十二日,一年三百六十日均分为五也是七十二日(《素问·阴阳离合论》:“大小月三百六十日成一岁”,此指太阴历,田合禄认为360天是太阳历和太阴历的平均年长度,恰合于周天运行圆轨道的360度<sup>[6]</sup>)。因此,四季末“十八日”即兼顾了五行生克模式的一年五行分旺平均又切合了河图五行模式土的“中央”之用。故《素问·刺要论》:“脾动则七十二日四季之月。病腹胀烦满不嗜食”,这七十二日四季之月即四季之末各一十八日。

### 1.3 后世医家论脾土

脾胃学说,发展于仲景,建立于东垣,充实于叶桂。《古今医统》:“汉仲景著《伤寒论》,专以外伤为法,其中顾盼脾胃元气之秘,世医鲜有知之者”。仲景经方用药重视调和脾胃,《金匱要略》中使用频次最多的前10位药物:甘草(77次)、桂枝(49)、生姜(42)、大枣(40)、芍药(31)、半夏(29)、茯苓(29)、干姜(28)、白术(23)、人参(22)<sup>[7]</sup>。仲景在立法、组方、用药、服法上匠心独具,处处顾护脾胃,其养胃扶正以祛邪及祛邪而不伤脾胃的治法;诊察脾胃之气的盛衰可测知疾病的传变及预后;药后饮热粥、禁生冷和久病的调补之法均意在顾护和恢复胃气,无不体现了以脾胃为本的指导思想<sup>[8]</sup>。同时,仲景提出“四季脾旺不受邪”是继承内经“脾不主时”的思想,奠定了脾胃在中医治未病中的重要作用。

金·李东垣基于《内经》对土的认识“中央”之用、四时主事时间(四季之末各旺一十八日)及在各主事阶段“生四脏”之功,进一步发挥构架了“以脾胃为枢的天-地-人”诊治模式。《脾胃论·脏气法时升降浮沉补泻之图》:“五行相生木火土金水循环无端,唯脾无正形于四季之末

各旺一十八日以生四脏,四季者辰戌丑未是也,人身形以应九野,左足主立春丑位是也,左手主立夏辰位是也,右手主立秋未位是也,右足主立冬戌位是也”。



图2 脏气法时升降浮沉补泻之图

从图2可以看到,“左足主立春丑位,左手主立夏辰位,右手主立秋未位,右足主立冬戌位”与河图洛书方位四时五行模式相契合。“戴九履一,左三右七,二四为肩,六八为足”人体部位与洛书象数相应,数之为象,其意深远,手足上下左右之数多少不一、圆点黑白阴阳属性不同即是言明存在空间方位、四时阴阳更替、人体气机升降等诸多差异,而众多差异中又有共性,即:皆由土生(丑、辰、未、戌)。

叶天士认为脾胃与其他四脏关系密切,五脏以脾胃为本,他指出“土旺四季之末,寒热温凉,随时而用。故脾胃有心之脾胃,肺之脾胃,肝之脾胃,肾之脾胃”。周慎斋认为五行中的任一行偏颇,必累及脾胃,中气失和则其生生之用不及,故在慢性病、疑难病的治疗中应重视脾胃调理,他提出“诸病不愈,必寻到脾胃之中,方无一失。何以言之?脾胃一伤,四脏皆无生气,故疾病日多矣。万物从土而生,亦从土而归”。

#### 1.4 四象脾土模型的构建

Uematus S. 等人的研究结果得出身体大部分部位的两侧温差在 $0.2^{\circ}\text{C} \sim 0.5^{\circ}\text{C}$ ,认为原因除了人群的不同外,更可能是仪器的稳定性即环境温度波动产生<sup>[9]</sup>。Niu 等人的结果和 Uematus 基本一致,温差也是在 $0.2^{\circ}\text{C} \sim 0.5^{\circ}\text{C}$ 之间<sup>[10]</sup>。多年来应用红外热成像技术对人体经络气血进行检测,临床中我们同样注意到:经络红外热像图常表现为左右热图不完全对称的情况。同时,我们还观察到:人体双下肢主要反映“水”、“土”、“木”的枢转情况(肾之阴阳、脾胃与肝经、胆经、膀胱经的关系),即“水生木”;双上肢反映“木”、“土”、“火”的枢转情况(肝、脾胃与心经、心包经、三焦经、小肠经、“心火”、“相火”的关系),即“木生火”<sup>[2]</sup>。人体气机左升而右降,脾胃斡旋于中,脏腑经络气血流注循环无端,我们认为出现这一常态下“左右失衡”之象是因为双

侧下、上肢的左右虽同为水木、木火之枢转,却有着生与藏、长与收的区别,因此生理状态下左右会存在一定的差异,而当病态下人体气交失常尤其“肝肺失和”<sup>[11]</sup>时,四肢、头面、躯干部左右经络经气失衡的表现会更为明显。

如前所述,李东垣脏气法时升降浮沉补泻图秉承于河洛与《内经》阐释的是不同时间方位下的阴阳转换和气机升降之理,因此,我们认为以上热图规律可充分印证此图以“脾胃为枢的天-地-人”时位辨证观:(1)左足主立春,在少阳相火温升之力推动下,脾胃中气斡旋,厥阴风木由土下水中得以生发,实现水木之枢转,此土为丑位之土;(2)左手主立夏,脾胃中气冲和,肝木发挥其敷和之用,君、相二火温煦升明,实现木火之枢转,此土为辰位之土;(3)右手主立秋,脾胃中气氤氲,备化之力盈满,肺行肃降之用,木、火之性收,实现木火之枢转,此土为未位之土;右足主立冬,脾胃中气静定,实现水木之枢转,藏于土下水中,此土为戌位之土。

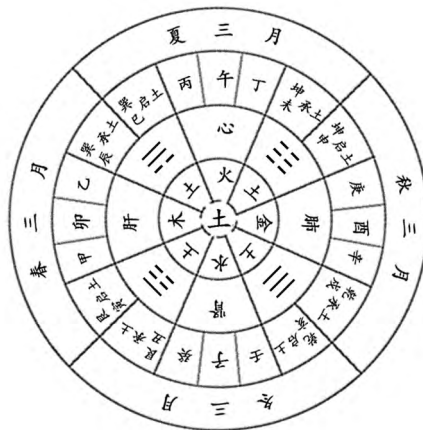


图3 四象启、承之土四时生四脏图

将李东垣脏气法时升降浮沉补泻图与后天八卦相对应,见图3,可知一年四时之土有四象之常态:艮土(丑位)、巽土(辰位)、坤土(未位)、乾土(戌位)。卦由阴爻、阳爻组成,揭示脾胃作为枢机随四时阴阳变更而所涵阴阳盛衰、所处阴阳消长状态不同,因此于四时中所生脏腑不同,体用有别,基于此,我们构建了四象脾土模型:艮土枢机主事寓意阳气来复、推陈致新,承艮丑之土性于艮寅之土中以枢转水木之气,行“生发”之令;巽土主事则阳生阴长,承巽辰之土性于巽巳之土中以枢转木火之气,行“生长”之令;坤土主事则阴充盛,肺行肃降之用,承坤未之土性于坤申之土中以枢转火金之气,行“从革”之令;乾土主事则阳收阴藏,承乾戌之土性于乾亥之土中以枢转金水之气,行“封藏”之令<sup>[2]</sup>。

#### 2 四象脾土以枢调枢和五脏六气调神的探讨

##### 2.1 枢机,中央之用,脏腑生克制衡之要

枢,木门门轴,区,确保门轴运转的凹槽;机,发射弓弩的扣板。孔颖达“枢谓门枢,机谓弩牙”,王弼“枢机,制动之主”。门户的“开”与“合”是运动方向完全不同的两种状态,门轴发挥的是制衡、承而后再启的作用。对应于人体,枢则是顺接、透转人体阴阳的关键。《素问·六微旨大论》:“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危”。可见枢有

两层涵义:(1)气机“出入”之枢,即孔窍:口、鼻、眼、耳、前后二阴、皮肤腠理;(2)气机“升降”之枢,如脾与胃、肝与肺、心与肾、肝与胃、脾与肺等。

枢在中医文献中始见于《素问·阴阳离合论》:“三阳之离合也,太阳为开,阳明为阖,少阳为枢……三阴之离合也,太阴为开,厥阴为阖,少阴为枢”。基于三阴三阳开阖枢理论的认识张仲景构建了《伤寒论》六经辨证体系;后世医家更是从经络、脏腑两个角度对枢经生理功能、病理变化、病因病机、治疗方法不断完善,形成了“枢经学说”;内经对脾胃“中央”之用的阐释促使李东垣、黄元御等医家重视调理脾胃,而枢机发挥的正是中央之用,故形成“脾胃枢”为中心的脏腑辨证论治理论;唐军伟等提出“肝为枢机”,认为肝既为阴阳之枢,亦为气机升降出入之枢,其枢转交接的功能体现在升发元气、水谷精气、营卫之气及协调下降肺气、六腑浊气<sup>[12]</sup>;丰广魁则认为大凡表里之间(少阳之阖)、上下之间(咽喉、中焦)、前后之间(身侧、胁),俱可谓之枢机<sup>[13]</sup>。

肝升肺降、心肾水火既济,脾胃斡旋于中,脾胃以“冲和”之德舒缓其余四脏之太过不及从而实现“气归于权衡”、“以平为期”,但四脏气的太过与不及反过来也会影响脾胃枢机的“冲和”之德,如肝升太过则肝脾失和,肺失清肃则胃失和降,“火乘土位”则脾胃失和……故张志聪曰:“开阖如户扉,枢犹转纽,舍枢则不能开阖,舍开阖则无从运枢”。可见,人体脏腑气血的升降出入是维系生命活动之关键,而枢机体现的是脏腑间生克制衡关系,故,枢机不利则疾病丛生。

## 2.2 脾胃 四时调衡之枢,以生四脏

由表1我们可以发现以下规律:(1)每季主事之五行都遵循“以阳干为始、次第至阴干,而后阳干不显,阴干退居”的次第变化,揭示了自然四时更替、阴阳消长规律。寅为甲木,至卯则乙木为本气;巳为丙火,至午则丁火

为本气;申为庚金,至酉则辛金为本气;亥为壬水,至子则癸水为本气,而在四时之季月则阳干不显,阴干退为中气。“甲木为雷、乙木为风;丙火为日、丁火为星;庚金为月、辛金为霜;壬水为秋露、癸水为春霖”。通过用相应主事五行的阳干、阴干加临本气及中气的次第变化来阐释自然阴阳消长的规律,如丙火为日、丁火为星,在天日薄而星回,可知,丙火胜于丁火,丙火象阳中之阳,丁火象阳中之阴。(2)每季初月之“中气”行亢害承制之用。如寅月本气为甲木,中气为丙火,寅为立春,甲木为雷,此时天地阳气萌动生发,人体肝气由土下水中而上,“厥阴从乎中气(少阳相火)”相火温煦,则水暖土温木达。又如巳月本气丙火、中气庚金,火得肺清肃之力则不亢,2015乙未年大运金不及,二之气主气、客气皆为少阴君火,火炎上而无制故临床中出现“肺肾失交、心脾两虚”所致口腔溃疡、耳鸣、头痛、面部红热、心烦、失眠等症状。(3)每季第二月为相同五行的阴、阳干。春应肝、主风;夏应心、主火;秋应肺、主燥;冬应肾、主寒。卯、午、酉、子为四正位,其气纯,主事的木火金水四行之气最旺,故易学又称“四帝王”。(4)四季月,即:丑、辰、未、戌,五行象属性为土。亥子丑冬三月中的丑月所承五行为土、水、金,寅卯辰春三月辰月所涵五行为土、木、水,巳午未夏三月所禀五行为土、火、木,申酉戌秋三月所孕五行为土、金、火。一方面,因丑、辰、未、戌处四隅位,故其气不纯,掺合其余四行,但相对于土而言其它几行力量较弱,故丑、辰、未、戌的五行象属性仍为土;另一方面,我们可以看到四季之末对应之土即辰未戌丑各自承载着四时相应主事之四行(木、火、金、水)之政令德施,化修丰满四脏。如寅卯辰春三月,木气由土下水中升发,故辰土所含五行:中气为木、余气为水;申酉戌秋三月,肺行肃降之用,将夏季浮游于外之火收归于土中,故戌土所含五行:中气为金、余气为火。此即《内经》所谓“四时生四脏”之意,故易学中称此时之土为“四库、四墓”。

表1 十二地支藏干表

地支	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
本气	癸水	己土	甲木	乙木	戊土	丙火	丁火	己土	庚金	辛金	戊土	壬水
藏干	中气	壬水	癸水	丙火	甲木	乙木	庚金	丙火	丁火	壬水	庚金	辛金
余气		庚金	艮土		壬水	戊土		甲木	坤土	丙火	戊土	戊土

可见,脾胃土不仅是人身脏腑气机之中枢,更是四时顺接承启之枢、阴阳变更调衡之枢,因此才能担当主中央、于四时生四脏之职。

## 2.3 非时之气,气交有变,枢机失用

《素问·六微旨大论》:“帝曰:其有至而至,有至而不至,有至而太过,何也?岐伯曰:至而至者和;至而不至,来气不及也;未至而至,来气有余也。帝曰:至而不至,未至而至如何?岐伯曰:应则顺,否则逆,逆则变生,变则病”。四象之脾土旺于四时,枢转天地阴阳而行春生夏长秋收冬藏之令,调和人体五脏以生肝心肺肾之神机。这是指常态的土,是四时之气“至而至者和”的结果,而“时有常位而气无必也”故四时之土有备化之德也有卑监之态。正所谓“非其位则邪,当其位则正”,年运更替、六气轮转中“太过、不及”所致“未至而至,至而不至”或可使天地气机升降不前、气交有变而产生郁滞,四象脾土枢机由此而枢转不利,感应

于不同体质人群出现相应脏腑阴阳失和。如太阳寒水、太阴湿土加临于艮土,寒湿困阻、壅滞气机而影响肝木升发;少阳相火加临于坤土、乾土,变为“焦”土则不足以伏火反伤及肺之气阴。

如上所述,十二地支藏干表揭示每季第二月为相同五行的阴、阳干,且卯、午、酉、子为四正位,其气纯,主事的木火金水四行之气最旺。故一年四时中各有所主、所养之脏,一有所逆则不仅本脏为病,且累及其余之脏,五行的常态循环因此破坏,生长化收藏之众“象”因而生变,即《素问·四气调神大论》所说“春三月,此谓发陈,养生之道也。逆之则伤肝,夏为寒变,奉长者少……秋三月,养收之道也。逆之则伤肺,冬为飧泄,奉藏者少”。

脾胃土不仅是人身脏腑气机之中枢,更是四时顺接承启之枢、阴阳变更调衡之枢,因此,我们提出了“四象脾土六气调神论”,即是:人体脏腑神机因天地之气立的变化而

出现偏颇,顺应天地生长化收藏“常态下运转”的四象脾“土”枢机常受到不同运气的影响而出现枢转不利,依据每年运气变化下的四时脾主令之特性,即时给予相应干预措施并调整失衡之脾“土”,以调人体肝肺、心肾、肺肾等枢机,和脏腑气血、阴阳、体用之神机<sup>[2]</sup>。

### 3 四象脾土六气调神论治未病的意义

现代健康医学模式理念正逐步向“预防为主、防治重心前移”进行转变,中医“治未病”是集未病先防、既病防变、病后防复于一体的中医哲学思维,是中国特色的健康管理理念,其主要内容是健康管理、健康评估、健康信息预测及相应的个体化干预方案的制定<sup>[14]</sup>。我们认为,健康管理最核心的部分是体质辨识,因为疾病的发生固然与时间、空间的变化、饮食、环境等多种因素密切相关,人的体质却是这张“病理网”上一个关键的内核;而脾土的先天状态是构成人先天体质格局的基础,因此,通过“调理后天脾土以充养先天脾胃”进而调衡后天的体质偏颇状态是中医治未病的重要环节。

#### 3.1 五运六气构建先天脾土格局

《素问·天元纪大论》:“寒暑燥湿风火,天之阴阳也,三阴三阳上奉之。木火土金水火,地之阴阳也,生长化收藏下应之……气有多少,形有盛衰,上下相召而损益彰矣”。天复地载,气交之中,形气相感而万物化生,人生于天地之中,其生理特点、病理变化及体质特征的形成皆根植于天地的影响,因此,中医学通过五运六气理论推演以构建人体质的先天格局(五行中失衡之脏及其阴阳偏颇)。

人之脾土有三态,即:备化之土(常态之土)、卑监之土及敦阜之土(病态之土)。(1)既非太过,又非不及,谓之平气,平气之下,五行之气施用冲和。《素问·五常政大论》:“备化之纪,气协天休,德流四政,五化齐修。其气平,其性顺,其化丰满,其类土,其候溽蒸,其令湿”。备化之土气厚性顺,禀其湿润溽蒸之体,承载四时生长收藏之政令德施,从而化修丰满四脏;(2)《素问·五常政大论》:“帝曰:其不及奈何?岐伯曰:土曰卑监。卑监之纪,是谓减化。化气不令,生政独彰,草木荣美,秀而不实成而秕也。其气散,其动痲涌分渍痲肿。其主飘怒振发,其病留满否塞,从木化也”。如己年,若土湿之性绝竭,则四脏之化皆空而成秕。土虽卑少,犹监万物之生化,土厚而化气盈满,土薄则其否“从木化”;(3)《素问·五常政大论》:“帝曰:太过何谓?岐伯曰:土曰敦阜。敦阜之纪,是为广化。至阴内实,物化充成。其变震惊飘骤崩溃,其病腹满,四支不举”。如甲年,若湿令大行,湿困土壅,木郁而不疏。

一年四时均分六步,风火寒湿燥火各有所主,而土“于四时生四脏”。因此,除“平气”之年四象之土为常态,其余“太过”、“不及”之年四象土均表现为不同程度的病态,而在这样的“胜复郁发”年,某一脏的失衡或与当其时生其脏之脾土枢机的失调有关,而此脏的失衡又必将进一步累及当时或之后主事的脾土枢机。也就是说,“五行十态”体质中的任一体质,除了相应之脏的偏颇,脾土枢机不利的因素不可或缺,即:先天体质格局中的脾土格局。

通过构建先天脾土格局,以了解脾胃的阴阳偏颇(如脾虚湿蕴或脾阴亏虚),结合先天体质中其余脏之失衡,可

以明确脾与他脏的关系。如己酉年五之气,大运土不及,而客气厥阴风木,故先天脾阴亏虚,肝脾不和为主要矛盾。可见,疾病发生的内核是体质,而体质中五行失衡的关键在脾胃(即“体质-脾胃-疾病”轴),因此,体质的调理或疾病的治疗皆以脾胃为基石,即所谓脾胃为“后天之本”、“调后天以充养先天”之意<sup>[15]</sup>。

#### 3.2 四象脾土脏气失和,时补防治,以时调衡

《内经》明确提出了外治施治应遵循“法天则地,合以天光”的原则,后人在这一认识的基础上日臻完善了“时补”理论,即中医时间医学、择时治疗等借天时以行补泻的法要,并将其应用在临床实践中,认为可以事半功倍,具体应用包括:五运六气理论、子午流注及灵龟八法开穴法、《伤寒论》六经病欲解时、三伏及三九治疗、时令膏方、24节气养生等。

基于以上认识我们提出四象脾土时补防治观,包括一年季月之末十八日、一日之丑辰未戌时辰针对脾土不同病态(卑监之态、敦阜之态)的欲解、欲剧时。

(1)一年季月之末十八日。湿为天地氤氲之气,土备厚德载物之性,而脾胃为人体后天生化、补益、强基之本,其气厚性顺,禀湿润溽蒸之体,承载四时生长收藏之政令德施,化修丰满四脏,故曰其“不得独主于时也”,各十八日寄治于四季之末,在四时六气更替中发挥启承枢转之用。多年来我们应用经络红外热成像检测观察到:四时六气中脾胃枢机主令阶段平和性经络红外热像图出现几率会明显增加,而病变经络的失衡状态在此阶段也会得到一定的纠正而趋向相对平衡<sup>[2]</sup>。因此,我们认为:四季末一十八日之脾胃土主事阶段即调理脾胃之“天时”,借此时机根据不同阶段脾胃土的气血阴阳状态施以相应调衡,顺时而和中以强基固本。例如2014甲午年五之气客气少阳相火、未之气客气阳明燥金,热与燥皆煎灼人体肝肾精血、耗伤肺之气阴,致“精绝”,影响“乾亥启土”格局的开启,同时致“艮丑承土”金水之性封藏涵养不足而处于“卑监”之态。临床中,若能于乾土主事之时及时干预以补益肺脾、益阴润燥,则可助其金、水之藏养,由此,既能和缓2014年冬季“燥气横行”之害又能预防2015乙未年初之气“风木大行其令、肝脾失和”的影响。

(2)一日之丑辰未戌时,脾土之欲解、欲剧时。《灵枢·卫气行》:“日有十二辰……子午为经,卯酉为纬”,一日分四时,寅卯辰时对应于春三月,巳午未时对应于夏三月,申酉戌时对应于秋三月,亥子丑时对应于冬三月。《伤寒论》中述及六经病欲解时“少阳病欲解时,从寅至辰上;太阳病欲解时,从巳至未上;阳明病欲解时,从申至戌上;太阴病欲解时,从亥至丑上;少阴病欲解时,从子至寅上;厥阴病欲解时,从丑至卯上”。

可见,戌在阳明病欲解时中,此时阴渐充盛而阳有所依,则得以由外入于内,对应于乾土;丑在太阴、少阴及厥阴病欲解时中,此时,天地阴气盛,对应于艮土,涵金水之性。故丑、戌之时是脾土卑监之态的欲解时,阴亏焦灼之象于其时得缓。辰在少阳病欲解时中,相火主事,未在太阳病欲解时中,天地阳气升发敷布至极。故辰、未之时是脾土敦阜之态的欲解时,寒湿之困于其时得解。《伤寒论》中并无“欲剧

时”之说,刘力红认为与欲解时相对、相冲、相反之时为欲剧时<sup>[16]</sup>,可知,丑、戌阴盛之时脾土敦阜之态更甚,而辰、未阳升之时脾土卑监之态益加。例如经方加“脾土调枢药”在相应欲解时或欲剧时服用,若逢司天或客气为太阳寒水,形成“水寒土湿木郁”的艮寅启土格局。艮寅启土主事,枢转水木之气,少阳相火、厥阴风木皆为初生之阳,最忌寒抑,而素体阳虚之人若遇太阳寒水加临多表现出“水寒土湿木郁”之象。故补益艮土,宜温中健脾、暖肝肾、条达生发之气,仲景经方可选用清酒三两煮当归四逆汤加脾土调枢药:吴茱萸、肉桂、益智仁、干姜、陈皮、木香等散寒、健脾、化湿、理气。服药时间选为晚上丑时欲剧时及早上辰时欲解时各一次。

### 3.3 四象脾土藏象失衡,以象补藏,以平为期

中医根据《周易》象思维建立了天人合一的“象”医学模型,将五气、五色、五音、五味、五方等自然属性与人体五脏系统相统一,彼此之间因“同气”而相感、相求。《素问·阴阳应象大论》:“中央生湿,湿生土,土生甘,甘生脾,脾生肉,脾主口。其在天为湿,在地为土,在体为肉,在脏为脾,在色为黄,在音为宫,在声为歌,在变动为哕,在窍为口,在味为甘,在志为思”。基于对藏象理论“以象测藏”、“取象比类”及“五行制化”的认识,我们提出“以象补藏”之说,探求以自然五行属性(金、木、水、火、土)作用于人体从而达到调整脏腑、平衡阴阳之用。

通过构建先天体质格局,了解先天脾土格局及其余失衡之脏的阴阳偏颇状态,在此基础上,叠合加临于诊治之时的天地气、运以综合评估,明确当下的体质状态及其中的脾土状态。通过藏象五行疗法“以象补藏”恢复五行常态运转:施以藏象五行疗法(针对卑监之土及敦阜之土的藏象治疗包括坤土建中疗法、蜡疗、背俞指针疗法、灸法等),调不足或太过之脾土所应之象,对当下的脾土枢机进行调和<sup>[17]</sup>。同时,可配合其余失衡之脏所应之象的藏象疗法,使壅滞之五行恢复循环,协助病态下的枢机完成枢转,实现气交,是在动态变化中纠正失常以维持相对平衡。

### 4 结语

基于易经河洛象数理论、内经及后世医家对脾土的认识,构建了四象脾土模型并提出“四象脾土六气调枢”的观点,基于中医“藏象”、“时补”理论进而提出四象脾土“以象补藏”及时补防治观,我们认为“四象脾土四时六气以枢调枢和五脏”这一认识,旨在强调以后天脾胃为本在四时当中养生防病意义,为当今中医治未病实践提供了重要的理论参考,具有重要的现实意义。

### 参考文献

- [1] 金·李东垣.脾胃论[M].北京:人民卫生出版社,2005:6.
- [2] 谢胜,刘园园,梁谊深,等.四象脾“土”模型及其在四时六气“以枢调枢”和五脏的应用[J].世界中医药,2015,8:1177-1181.
- [3] 顾植山.易学模式对《内经》理论体系形成的影响[J].南京中医药大学学报,1991,4:196-197.
- [4] 黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,1963:180.
- [5] 吴瀛洲.河图五行模式与生克五行模式的比较性研究[D].济南:山东中医药大学,2012.
- [6] 田合禄,田蔚.中医运气学解密[M].太原:山西科学技术出版社,2007:104.

- [7] 许美凤.《金匱要略》之脾胃观述论[D].福州:福建中医药大学,2010.
- [8] 黄贵华,纪云西.《伤寒杂病论》脾胃学思想概述[C]//中华中医药学会脾胃病分会.中华中医药学会脾胃病分会第二十三次全国脾胃病学术交流会论文汇编,中华中医药学会脾胃病分会,2011:2.
- [9] Uematsu S. Quantification of thermal asymmetry - Part I: normal values and reproducibility - Journal of Neurosurgery. 1988,69:556-561.
- [10] Niu HH, Lui PW et al. Thermal symmetry of skin temperature: normative data of normal subjects in Taiwan [J]. Chinese Medical Journal (Taipei), 2001,64(8):459-68.
- [11] 谢胜,刘园园,梁谊深,等.运气经络红外热成像在胃食管反流病辨证分型及方药的应用探索[J].江西中医药,2014,8:19-21.
- [12] 唐军伟,张扬.肝为枢机理论初探[J].四川中医,2012,08:40-41.
- [13] 丰广魁.“枢机”探微[J].中国中医药信息杂志,2006,13(7):6-7.
- [14] 黄守文.“治未病”健康管理服务的推广对策研究[D].广州:华南理工大学,2012.
- [15] 谢胜.“治未病”思想指导下的脾胃病防治模式探索[J].中医药管理杂志,2012,02:122-125.
- [16] 刘力红.思考中医[M].南宁:广西师范大学出版社,2003.
- [17] 谢胜,刘园园.基于藏象理论坤土建中疗法的理论构建及其应用探索[C]//世界中医药学会联合会消化病专业委员会第五届消化病国际学术大会论文汇编,世界中医药学会联合会消化病专业委员会,2015:164-167.

## 6 种食物最伤大脑

吃对食物可提高智力,而某些食物则影响警觉度、记忆力、情绪和神经系统,危害大脑健康。美国《医药日报》最新载文,刊出经研究证实的“6种最伤大脑的食物”。

咖啡因。美国宾夕法尼亚州布林莫尔医院心理学家劳伦·纳波利塔诺博士表示,有心理问题的人群应该避开咖啡因。许多人试图通过喝咖啡应对嗜睡等症状,却在无意中将自己陷入焦躁的心理之中。

味精。特拉华州医学专家查德·劳伦斯博士表示,研究发现,吃过多味精不仅会导致头痛和胸闷,而且会严重影响大脑健康。原因是,味精会过度刺激神经细胞受体,甚至会导致神经细胞凋亡。

含防腐剂的加工食品。运动营养学家布兰登·曼托尔博士表示,加工食物含有防腐剂、色素、人工香料等影响行为和大脑认知能力的成分。

高盐。《衰老神经生物学》杂志刊登一项研究发现,高盐饮食会加速老年人认知能力退化。

糖。曼托尔博士表示,长期大量吃糖会导致记忆力下降等问题。《生理学杂志》刊登一项研究发现,果糖降低大脑和记忆功能。

反式脂肪酸。2012年一项研究发现,反式脂肪摄入过多不仅会升高“坏”胆固醇(LDL)和降低“好”胆固醇(HDL)水平,而且会导致大脑萎缩。反式脂肪酸会增加脑血管退化和硬化危险。