

## 【理论探讨】

## 基于《黄帝内经》论“嗜欲”过度对今人健康的影响

朱 叶,王小平<sup>△</sup>

(山东中医药大学中医学院, 济南 250355)

摘要: “嗜欲”作为一种潜在的致病因素,其概念及理论源自《黄帝内经》(以下简称《内经》)。“嗜欲”过度已成为当代常见病因,对今人的健康产生较大影响,其不仅促使疾病的发生,产生扰动心神、耗散阳气、暗伤阴精、变生邪气、损伤五脏等病机变化,还会阻碍疾病恢复,产生加重病情、妨碍治疗、影响预后的后果。因此,针对今人的精神状态,引入适度“嗜欲”的健康理念在延长寿命、提高生命质量、预防疾病、提高临床疗效、缓解医患关系等方面均有积极作用。

关键词: 病因; 嗜欲; 健康 《黄帝内经》

中图分类号: R222.15 文献标识码: A 文章编号: 1006-3250(2019)01-0016-02

## Influence of Excessive Desire On People's Health Based on the Inner Canon of Huangdi

ZHU Ye, WANG Xiao Ping<sup>△</sup>

(Shandong University of TCM Jinan 250355, China)

**Abstract** “Shi Yu” as a potential pathogenic factor which concept and theory are rooted in the Inner Canon of Huangdi. And excessive “Shi Yu” has become a common etiology in recent years. It has a greater impact on human health. Not only causing people to suffer from illness, also cause that disturbing mind, losing Yang Qi and Yin essence, turning pathogenic qi, injury to five zang-organs. Furthermore, excessive “Shi Yu” will hinder the recovery of the disease, which aggravate the disease, interfere with the treatment and prognostic consequences. Therefore, according to the people's mental state, introducing the concept of health “Shi Yu” moderate can prolong life, improve the quality of life, prevent disease, improve clinical curative effect, and alleviate doctor-patient relationship.

**Key words:** Etiology; Shi Yu; Health; Inner Canon of Huangdi

“嗜欲”是中国古代哲学思想影响下,通过生活和临床实践总结出来的一种与疾病关系密切、以人的情感活动为主要内容的潜在致病因素<sup>[1]</sup>。表现为:人为维持生存、满足自身需要,自发地对物质、情感、精神等优先地、过多地、趋向性地追求。中医关于“嗜欲”的记载,最早出自《内经》。嗜欲即欲望、嗜好,是人正常的心理活动及行为动力,属于人人皆有的情绪体验,适当则不会致病。由于“嗜欲”具有“务快其心”(《素问·上古天真论》)的特点,极易使人沉溺其中而致病,所以《内经》中多次论及“嗜欲”过度对发病的影响。当今社会,人们过度追求物质以及情感上的满足,当这种失度的情感体验超越了人生理、心理的适应和调节能力,会影响人体的功能状态并引发疾病<sup>[2-3]</sup>,成为导致脏腑精气紊乱的病因。“嗜欲”过度作为当下的常见病因,在疾病的发生发展中有着不可忽视的作用,现分析如下。

## 1 促使疾病的发生

“嗜欲”的发生,一般受外环境刺激的引导,当“心”的认知水平不足,即“心”不能满足,易形成“嗜

欲”过度。若“嗜欲”过度、所求不得则引发人一定的情志改变,长期为情志所困会影响人的形质,损耗精、气、神,致使人体由健康转向疾病。

随着我国经济的发展、科学技术的进步以及抗生素的广泛应用,各种传染性疾病的发病率已明显下降,但与此同时各种慢性疾病的发生呈明显上升趋势<sup>[4]</sup>。“嗜欲”不节正是一些心血管疾病在全球发达国家及许多发展中国家肆虐的原因<sup>[5]</sup>。王沛教授<sup>[6]</sup>在长期的临床观察中发现,肿瘤患者往往具备共同的心理习性:如思想快于行动,喜好追求难以实现的东西,而行动不如思想积极,造成欲望与现实不相符,致使不良情绪长期存在,进而气机失常导致气滞血瘀,促成肿瘤。临床所见,不惟肿瘤,许多疾病的发生与“嗜欲”过度有关。概括而言,其基本病机有如下几点。

## 1.1 扰动心神

《内经》认为“嗜欲”过度是伤精耗神的主要原因。因为“嗜欲”的形成与心神关系密切,《格致余论》云:“心,君火也,为物所感则易动。”<sup>[7]</sup>因心具有“为物所感易动”的特性,“心”有所动便能形成“嗜欲”,“嗜欲”通过“意”“志”“思”“虑”“智”(《灵枢·本神》)这一系列认知活动作用于神志,所以“嗜欲”过度则“五神”皆不能安宁。由于精气、营卫是化神的物质基础,因此“嗜欲”过度、暗耗精气、扰乱营卫运行,影响神的化生。《素问·调经论》指出:

作者简介:朱 叶(1988-),女,山东济南人,在读博士研究生,从事《黄帝内经》的理论及临床研究。

<sup>△</sup>通讯作者:王小平,女,山东济南人,教授,医学博士,从事《黄帝内经》的理论及临床研究, Tel: 0531-89628076, E-mail: jnwxp1962@163.com。

“神不足则悲。”临床中“嗜欲”过度者易出现疲惫、消极、莫名烦躁、悲伤、多虑等心神失常的状态,久之在酝酿疾病发生的过程中也影响患者的生活质量。

### 1.2 耗散阳气

《素问·生气通天论》曰“苍天之气,清静则志意治,顺之则阳气固,虽有贼邪,弗能害也。此因时之序……阳气者若天与日,失其所,则折寿而不彰。”人能效法天道,意志不被外界扰乱,阳气自然充固而不受邪。《灵枢·大惑论》曰“神劳则魂魄散,志意乱。”因此“嗜欲”过度,内心清静被扰动,会使得阳气被扰,难以固密于外。《素问·生气通天论》认为“阳气者,烦劳则张”“阳强不能密,阴气乃竭”。强读作 jiàng,乖戾、不顺之意,即“嗜欲”无度,劳形劳神于外,则阳气被扰而耗散,不能内守,致使阴精流失并易感受外邪,增加疾病的发生率。

### 1.3 暗伤阴精

“嗜欲”过度发越阳气的同时,也可直接伤及阴精。由于阴阳既互根互用又相互制约,《素问·阴阳应象大论》谓“阴在内,阳之守”,指出阴精是化生阳气的内在基础;又说“阳胜则阴病”,即阳气太过会损伤阴精。所以若阳气因“嗜欲”烦劳而亢盛,一则阳气不得安息,阴精不断“起亟”而过度耗损;二则阳气偏盛直接损伤阴精,则可出现《素问·生气通天论》所说之“精绝”“目盲”“耳闭”等病症。此外,“嗜欲”过度的行为,如情志不节、房劳无度等本身就消耗人体阴精,严重者可危及生命。

### 1.4 变生邪气

《礼记·礼运》提出“喜、怒、哀、惧、爱、恶、欲,七者,弗学而能。”<sup>[8]</sup>其将“欲”与其他6种情感表达统称为七情,认为这是人本能存在的情感,但“欲”与“情”之间还具有因果关系,“欲”亦是一部分“情”产生的直接原因。《说文解字》<sup>[9]</sup>曰“情,有欲者。”人的“嗜欲”可以变生出情感,当个体欲求得到满足时,会产生“喜”这种肯定性情绪<sup>[10]</sup>;而当“嗜欲”得不到满足时,则会产生悲哀、愤怒以及苦闷、忧愁等否定性情绪。《素问·汤液醪醴论》曰:“嗜欲无穷,而忧患不止,精气弛坏,营泣卫除。”这里“而”是递进关系。“嗜欲”无穷进而忧患更多。因此由于“嗜欲”驱动着人追求物质以及情感上的满足,在得失之间人的情志不断起伏变化。当“嗜欲”过度,这种情志的波动就变生为邪气,具备了“七情内伤”的致病特点。首先会扰动人体气机,导致气机失调;若诱因不去,还会进一步影响津液、血的运行,变生出痰饮、瘀血等病理产物。其次情志变化过激,脏腑不能调节,可直接引起“阳厥”(《素问·病能论》)这一类神志异常的病证。

### 1.5 损伤五脏

《灵枢·本藏》曰“志意和,则精神专直,魂魄不散,悔怒不起,五藏不受邪矣。”志意是指人的自

我调控能力。志意和则能自我控制,“嗜欲”适当,机体正常运行则邪无空隙进入,五脏则不受邪。而“嗜欲”过度说明志意不和,人无法控制自己的欲望,势必外扰情志内伤五脏。龚廷贤<sup>[11]</sup>指出“嗜欲而伤脾,此富贵之患也。资以浓味,则生痰而泥隔。纵其情欲,则耗精而散气。”认为“嗜欲”过度最易伤脾生痰。张介宾<sup>[12]</sup>指出“人之情欲本以伤心,母伤则害及其子。”认为“嗜欲”过度易出现心脾两病。

## 2 阻碍疾病恢复

疾病的康复不是一蹴而就的,当临床症状消除后,仍需要一定时间的调养,以期重新达到阴平阳秘、精神调和的状态。在这个过程中,适度控制“嗜欲”在饮食、情志、房劳等方面加以节制,对帮助患者康复意义重大。但如果“嗜欲”过度反而会加重病情,妨碍治疗,更会影响预后从而阻碍患者的康复。

### 2.1 加重疾病

《素问·生气通天论》曰“风客淫气,精乃亡,邪伤肝也。因而饱食,筋脉横解,肠澼为痔。”高世宗<sup>[13]</sup>注“此风木之邪,始伤肝气,因饱食、大饮、力强而病及五脏。”所以人在受邪后纵其“嗜欲”会加重病情,变生肠澼、痔疮等病症。《灵枢·九针论》在论述节制饮食的5种情况论述到“口嗜而欲食之,不可多也,必自裁也。”在疾病状态下,患者平素所喜纳的饮食物也不应食之过量,必须加以节制,防止“嗜欲”过度而加重病情。

### 2.2 妨碍治疗

《素问·汤液醪醴论》曰“嗜欲无穷,而忧患不止,精气弛坏,营泣卫除,故神去之而病不愈也。”因为“神者,正气也”(《灵枢·小针解》),神是人体的正气,是人体的自愈系统。如今“嗜欲”无度,则神气耗散,正气衰败,人的自愈机制不能对各种治疗作出反应而自我调节,则出现“神不使”而病不愈的严重后果。《内经》认为“嗜欲无穷”正是“神不使”的原因,“神不使”是指人体神机衰败不能遣使治疗方法到达病所发挥的治疗作用,使得临床任何治疗手段都无法产生疗效。滑寿<sup>[14]</sup>《读素问钞》亦云“药非正气不能运行,针非正气,不能驱使,故曰针石之道,精神进,志意治,则病可愈;若精神越,意志散,虽用针石,病亦不愈。”所以无穷的“嗜欲”会致使患者“神不使”而影响治疗效果。另外,患者不切合实际的要求也会留下影响医患关系的隐患,使医患双方难以相互配合,出现所谓“标本不得,邪气不服”的后果。

### 2.3 影响预后

《素问·热论》提出了热病的饮食禁忌“病热少愈,食肉则复,多食则遗,此其禁也。”提示热病之后,脾胃虚弱,消化力差,应注意饮食禁忌。热势旺(下转第20页)

主阖为向下,结合病痿当升阳的论述,容易让读者对阳明合对胸中气化的作用产生疑惑。

实际上胸中大气向身体各处布散即是开,即开放之意,开时有升有降,上下皆到;布散后,胸中大气逐渐收敛即是合,为收拢之意,升降是开合运动的作用过程,两者不能完全等同。

痿病可以因有开无合使胸中大气耗散一空,无以接续,而需升阳举陷使气升已而降,令阳明合;也可以因阴寒凝聚使胸中大气痹阻不畅,升降都受到影响,而需通阳除痹,使因痹阻而膨胀不能收合之气行,令阳明合……不论是何种原因造成的升降失常,最终都需在阳明合的作用下,使胸中大气恢复正常运转方能治痿。若仅以下降论合,不符合气化运动规律。

## 6 结语

综上,《内经》“合折,则气无所止息而痿疾起矣”,实际是从气化运动开阖枢的角度,对因阳明合的作用受损,影响胸中大气的正常运行,引发痿病的情况进行了总结,同时进一步支持了“治痿要独取阳明”的论述。

因此对于痿病的治疗,不应胶柱鼓瑟于气虚、气滞、血瘀、湿热等某一种致病因素,重要的是将着眼点放在阳明对胸中大气“合”的作用上,任何可以影响阳明“合”的因素都可能导致痿病的发生。

若因胸中大气有开无合、耗散一空引起痿病,则

可仿张锡纯升陷汤,使气升已而降,令阳明合;若阴寒凝聚,使胸中大气痹阻不畅,则可仿《金匮》胸痹法以通阳除痹,令阳明合;若因燥气偏胜,肺热叶焦,令胸中大气无有来源,则可仿李东垣清燥救热,令阳明气化复清而后能合。如此类推,在阳明合的作用下使胸中大气恢复正常运转,就能有效治疗痿病,也就是“痿疾者取之阳明,视有余不足”之意。

## 参考文献:

- [1] 张邵青,邱美榕,吴迪乐.“治痿独取阳明”的古今研究及临床应用[J].陕西中医药大学学报,2016,39(2):9-12.
- [2] 李济仁.痿病通论[M].北京:人民卫生出版社,1995.
- [3] 樊永平.痿证理论的源流梳理[J].北京中医药大学学报,2011,34(1):12-17.
- [4] 刘完素.素问玄机原病式[M].孙桐,校注.南京:江苏科学技术出版社,1985:3.
- [5] 张锡纯.张锡纯医学全书·奇效验方[M].北京:中国医药科技出版社,2014:7.
- [6] 喻昌.医门法律[M].孙晓梅,等校注.北京:中国中医药出版社,2002:9.
- [7] 黄元御.黄元御医书全集·素问悬解[M].北京:中医古籍出版社,2016:304.
- [8] 吴中珍.医籍4种[M].江一平,等校注.北京:中国中医药出版社,1998:80.
- [9] 邹澍.本经疏证[M].海口:海南出版社,2009:141.
- [10] 喻嘉言.尚论篇[M].北京:学苑出版社,2009:192.
- [11] 中国免疫学会神经免疫学分会.重症肌无力诊断和治疗中国专家共识[J].中国神经免疫学和神经病学杂志,2012,19(6):401-408.

收稿日期:2018-05-27

(上接第17页)

盛,不易强食,热病初愈不宜进食肉类等助热难化之物,否则余热再起导致疾病复发。并告诫人们热病的康复护理应当清淡、少食,杜绝为满足口腹之欲而“食肉”“多食”,以致影响热病的向愈。临床所见,屈从病人之“嗜欲”而影响疾病恢复者不胜枚举,医生若不加以叮嘱,任患者纵其“嗜欲”则易导致病情反复,从而影响预后。因此,《素问·疏五过论》在论述医生常见的5种过失时指出“医不能严,不能动神,外为柔弱,乱至失常,病不能移,则医事不行。”要求医生不能放纵患者不合理的“嗜欲”而影响医疗方案的实施,进而影响预后。

世界卫生组织关于健康的定义:“健康是指身体、心理的健康和社会完满幸福的状态,而不仅仅是没有疾病或虚弱。”《素问·上古天真论》在论述养生法则时将“恬淡虚无”作为养神的最高境界,认为只有“志闲而少欲,心安而不惧”“美其食,任其服,乐其俗,高下不相慕”,才合乎养生之道能“度百岁而动作不衰”。因此,保持内心清净自然,才能使个人到整个社会都达到完满幸福的状态。

当今社会,在物质及精神生活得到极大丰富的同时,人们的欲望也大大增强,随之带来前所未有的健康隐患,关注“嗜欲”过度作为病因对今人健康的

影响,并加以引导“适嗜欲”(适度嗜欲)(《素问·上古天真论》)的健康理念,在延长寿命、提高生命质量、预防疾病、提高临床疗效、缓解医患关系等方面均有积极的作用。

## 参考文献:

- [1] 张纪梅.七情学说的历史与心理学研究[D].哈尔滨:黑龙江中医药大学,2006:42.
- [2] 鲁明源.情志相关概念内涵探讨[J].山东中医杂志,2014,33(11):875-876.
- [3] 杨天仁.“欲”的精神分析与疾病病因[J].中医药学报,1986,6:14-16.
- [4] 雷顺群.论大健康理念形成的立论基础和根据[J].中医杂志,2016,57(15):1261-1265.
- [5] 高红勤.用《内经》养生理论指导心血管病防治[J].中国中医药现代远程教育,2010,8(19):2-3.
- [6] 张可睿.肿瘤病因病机和外治法理论研究[D].北京:北京中医药大学,2011:34.
- [7] 朱震亨.格致余论[M].北京:人民卫生出版社,2005:2.
- [8] 贾德永.礼记·孝经[M].上海:上海三联书店,2013:133.
- [9] 许慎.说文解字[M].北京:九州出版社,2006:843.
- [10] 张伯华.《内经》情志治疗思想临床应用研究[D].济南:山东中医药大学,2003:94.
- [11] 龚延贤.寿世保元[M].北京:中国医药科技出版社,2011:15.
- [12] 张景岳.类经[M].北京:中国医药科技出版社,2011:217.
- [13] 高世宗.黄帝内经素问直解[M].北京:学苑出版社,2011:24.
- [14] 滑寿.《读素问钞》校注[M].郑州:河南科学技术出版社,2014:98.

收稿日期:2018-06-08