

道家内丹术与中医对脏腑水火的认识

张瀚文¹ 柳成刚^{2△}

摘要:道家内丹术与中医在对人体脏腑水火的认识上有很多相似之处,两者均以中国古代哲学文化为理论基础。在认识人体脏腑水火过程中,两者相互促进,共同发展。道家内丹术与中医对人体脏腑水火的认识主要包括心肾水火观与肾命水火观两大体系。此文试从道家内丹术与中医对人体脏腑水火的认识个体体系进行分析,探讨两者在认识人体脏腑水火理论发展中的内在关联,并从方法、范围、部位、目的角度对两者进行辨析。

关键词:道家内丹术;中医;水火;脏腑;命门

doi:10.3969/j.issn.1003-8914.2024.11.057

文章编号:1003-8914(2024)-11-2308-04

《易经》中即出现水火一词。《易经》为群经之首,从中国古代哲学文化的角度系统阐释世界的组成,认为万物是由阴阳两仪化生天、地、火、水、雷、山、风、泽八卦而构成^[1],并对坎水和离火进行描述,从宏观角度阐述对自然界水火关系的认识:“水火既济”“火水未济”。道家内丹术、中医对人体脏腑水火的认知体系均以易学等中国古代通用哲学为方法论,均有“心肾相交”“命门”“真水”“真火”等概念,且两者对相近名词的部分功能论述也相似。但由于道家内丹术、中医在学科发展过程中不断融入具有本学科特色的认识观、方法论,导致两者论述的内容产生了较大差别^[2]。

中医在认识人体脏腑水火的过程中不断融入解剖知识、临床观察、实践经验,不断细化人体水火物质结构功能认识,对出现的各种水火证型进行总结分析,以达到用脏腑水火理论精确指导临床,处理相关疾病的目的。道家内丹术在认识人体水火过程中运用重玄之法。重玄之法由老子在《道德经》中所述“玄之又玄”发展而成的、用于探究人体自然本源的研究方法。唐代成玄英将重玄之法概括理解为“不断遣滞”的研究方法,在对人体水火认识的过程中,一步步形成对人体脏腑水火的认识观点,通过重玄体悟,发现其中的认知缺陷,予以否定,通过不断的“遣”“玄”与否定^[3],达到既不执着于探索人体有形的水火物质结构功能,又不执着于体验身心无形的玄妙感受;在不执着有无一方后,进一步去除对“不追求有形无形”、看似“无为”的认知模式的执着,剥离后天形成的各种形神框架,回归真我本源,达到人与自然相合的境界。

受之于中国古代哲学等思想的影响,道家内丹术与中医在对人体脏腑水火认识中有密切的联系,在发

展中两者相互影响,逐渐形成心肾水火观和肾命水火观两大脏腑水火理论体系。

1 心肾水火观

中医和道家内丹术对脏腑水火的认识,最早是围绕心为火脏,肾为水脏展开,并由此发展为一套完整的理论体系。心肾水火观是探究人体脏腑水火之间联系的早期产物。

1.1 中医心肾水火观 中医对于心肾水火的认识偏于阐述生理、病理特点以及论治疾病,调整人体脏腑盛衰,恢复水火平衡,以达到祛除疾病,强身防病的目的。

《黄帝内经·素问》曰:“水火者,阴阳之征兆也”^[4]。将《易经》通用哲学引用至中医,用于论述人体生理特点。先秦医家通过经验观察发现,肾与水液代谢密切相关,提出“肾主水”的理论,并将哲学中水“趋下蓄积、寒凉”等特点与肾相应,提出肾主伏藏,通于冬气等生理特点。此外,根据河图“天一生水,地六成之”言以水为构成自然界最基础物质的哲学思想,与肾主水的功能结合,得出肾藏先天之精的理论;医家通过解剖发现,心相较于他脏红色更显著,且心中含血,血色亦红,红色在哲学中属火,加之心脏不断跳动如火苗跳跃,将心与火结合到一起,提出心为火脏的理论。将火“升腾、温热”等特点与心相应,提出心推动血行,温煦脏腑,应于夏季等生理特点。

从卦爻上分析朴素哲学中的“水火既济”观,上坎水下离火,坎水自然趋下而离火炎上,两相既济自然产生变化。但从人体解剖结构上分析,肾水居下,心火处上,两者在空间结构上并不能达到水火相济之势,医家不一味套用哲学观念,取水火相济之意与人体生理有机结合,产生独具中医特色的理论观点。大医孙思邈运用这一研究思路,在《备急千金要方》^[5]中明确提出:“夫心者,火也;肾者,水也。水火相济”,指出心肾在生理情况下相交通的状态:心火下温肾水,使肾水不

作者单位:1. 黑龙江中医药大学本科生 2019 级(黑龙江 哈尔滨 150040);2. 黑龙江中医药大学伤寒教研室(黑龙江 哈尔滨 150040)

△通信作者:E-mail:liukaifu86904003@126.com

至过于寒凉;肾水上滋心火,使心火温煦不至燥热正是这一理论的总结性论述。

中医心肾水火理论产生后,衍生出一系列相关辨证论治体系。《伤寒论》^[6]中即有黄连阿胶汤治疗心肾不交的应用,“少阴病,得之二三日以上,心中烦,不得卧,黄连阿胶汤主之”,张仲景采用滋阴泻火、交通心肾的治则,治疗肾阴亏虚,水不济火,心火亢盛,扰动心神,心肾不得相交的黄连阿胶汤证,体现了医家重视心肾水火之间的关系,将相关理论应用于临床的治疗思路。“心肾不交”一词首见于南宋严用和的《济生方·虚损论治》^[7]，“芡实丸治思虑伤心,疲劳伤肾,心肾不交,精元不固,面少颜色,惊悸健忘,梦寐不安,小便赤涩”,论述心肾俱损所致心肾不交类型的治疗方药,辨治内含心肾水火理论思想。中医心肾水火观从宽泛哲学论述,到独具中医特色生理病理认识,最终落实于指导治疗心肾相关疾病,实现一套从理论到临床各部分衔接良好的实用中医理论体系。

1.2 道家内丹术心肾水火观 道家内丹术认识心肾水火主要是通过内观内景,即将心肾观想为一些特定物品或场景,将自然界水火的功能特点赋予心肾,在此基础上练习操作心肾水火在内景中按特定的轨迹运行,以达到祛除体内杂质,修炼身心,与自然相合,回归本源的目的。

宋代陈楠在《金丹诗诀》中言:“心肾水火自交感,金木间隔随便然,黄庭一气居中宫,宫制万象心掌权,水源清如玉镜,孰使河车如行船”,即有心肾水火相互作用产生变化的记载,以及内丹术将脏腑结构观想为特定场景的理论。南宋时期,紫虚了真子萧廷芝在《金丹大成集·金丹问答》中有“下品丹法,以身为炉,以气为药,以心为火,以肾为水”的论述,即体现视身为炉、视气为体内大药、视心肾为水火,在身内炉鼎用心肾水火炼药成丹的内丹术理念,也体现了道家内丹术道法自然,修炼身形的学科特点。

2 肾命水火观

肾命水火观围绕肾与命门进行研究,形成相应理论体系,晚于心肾水火观。

2.1 中医肾命水火观 “命门”一词首见于《黄帝内经》,“命门者,目也”。眼睛、精明之意,此时虽有命门之名,但与后世命门学说中所述命门功能大不相同,后世多不论《黄帝内经》之命门^[8,9];《难经》取内经命门之名,将其定义为有形脏腑,提出相关概念理论,为后期肾命水火理论体系奠定基础。《难经·三十六难》曰:“肾两者,非皆肾也,其左者为肾,右者为命门”,认

为左肾右命^[10]。《难经》还提出:“诸神精之所舍,原气之所系也,男子以藏精,女子以系胞”,论述命门内含原气、藏精等功能,与《黄帝内经》中所述肾藏精的功能描述相似,有以命门取代肾主先天部分的功能,细化脏腑分工,明确肾、命门与水、精之间联系的趋势^[10]。历代医家发展命门相关认识理论,明代命门学说基本定型完备,张介宾提出:“肾两者,坎外之偶也”,反对《难经》左肾右命的观点,同时期的赵献可对命门位置更进一步论述,其在著作《医贯》^[11]中指出:“命门无形之火,在两肾有形之中”,明确命门于两肾之间的观点,实现命门位置从理论到结构逻辑的连贯性。

《黄帝内经》云:“阳气衰于下,为寒厥”,出现以人体下部阳气虚为病因的论述。张仲景在《原序》中提出:“天布五行,以运万类”,内含主动、主温煦气化的阳性气机,书中虽未直接阐释气化与温煦功能的联系,但所用方药多含温煦气化动力内核。张仲景在《伤寒杂病论》中,针对阳气衰于下导致的“虚劳腰痛,少腹拘急,小便不利”,将肾与气虚的病机结合,并对其典型症状进行了描述,其中,腰痛表现病位主要在下焦肾,由“虚劳”可知,此病为肾气虚,不能气化水液而致“小便不利”,并提出用八味肾气丸治疗此病^[12]。张仲景虽未明确提出肾阳虚、命门火衰等相关词汇,但治疗上选用桂枝、炮附片温阳,体现出张仲景对于肾气偏阳、具有温煦作用的认识,为肾阳虚、命门火衰辨证论治奠定了基础。

唐代王冰利用水火相制衡的关系,在《素问·至真要大论》中言:“壮水之主,以制阳光。益火之源,以消阴翳”^[4],提出阴病治阳,阳病治阴的治疗方法。孙思邈、王焘等医家相继提出“肾虚寒”“肾气不足”“阳气少”等病证^[13]。南宋时期严用和援易入医,在《重订严氏济生方·五脏门》^[14]中提出“肾气若壮,丹田火经上蒸脾土,脾土温和,中焦自治疗”,将“真阳”“真火”“丹田火”等理论引入中医^[15],指出“肾气”与“真阳”“丹田火”的密切关系,细化精确肾命水火理论相关概念,为肾命水火理论运用于临床奠定基础。

刘完素创立“河间学派”后,后世医家多重用苦寒攻邪之品,伤及脾胃之脏,继生其他寒凉疾病,加之明代中国处于一个气候较为寒冷的时期,伤及人体真阳的现象普遍,在这种大环境下,薛己从脾胃、肾、命门气火不足,水火失衡的角度入手,善用甘温,提倡用温阳补虚的治法治疗相关寒凉疾病,创立肾命学说^[16]。

张介宾、赵献可等人吸取薛己温补思想,融会贯通,更深层次阐释了肾命学说,形成完备的中医肾命水火理论体系。

张介宾言:“肾两者,坎外之偶也”,取源于《易经》,将易学等哲学观点与脏腑认识密切结合,阐述脏腑间阴阳水火理论,他提出“造化之权,全在水火”^[17],水火为阴阳的直接代表,水火共同作用,能化生万物,认为命门统掌人体生命早期物质与状态,在人体生长发育中发挥着重要作用。“命门为元气之根,为水火之宅。五脏之阴气,非此不能滋;五脏之阳气,非此不能发”^[18],认为命门内寓元阴元阳,对五脏阴阳生成、生发、补充有根本性的作用;“命门总主乎两肾,而两肾皆属于命门,命门者,为水火之府,为阴阳之宅,为精气之海,为生死之窠”“命门居两肾之中,即人身之太极,由太极以生两仪,而水火具焉”^[19],认为命门为受身之初,性命之本,精气出入汇聚之所,为太极。太极生两仪左右肾,右肾通命门火,具有阳火的功能,左肾通命门水,具有阴水的功能,尤重命门对肾阴肾阳的直接影响^[20]。张介宾结合肾与命门宽泛属性关系、功能认识,提出“命门与肾本同一气”“子宫者,肾脏藏精之腑也,肾有精室,是曰命门,为天一所居,即真阴之腑”^[17],发展命门藏精等结构具体功能理论。

中医对人体肾命水火的认识重点偏于有形物质结构功能,如滋养人体的有形“真水”,以及依托有形脏腑产生的机能“真火”,能够通过食药、砭针作用于人体,对真水真火进行直接调整,并从望闻问切得到相对一致的反馈结果,可以将相关理论广泛用于临床治疗疾病。张介宾在肾命水火理论的指导下,扩充六味、八味之功用,创立右归丸、右归饮、左归丸、左归饮等滋阴补肾或温补肾阳、益精填髓的方剂。左归丸取六味地黄丸中的三补:熟地黄、山萸肉、麸炒山药,肝脾肾三阴并补,去泽泻、牡丹皮、茯苓渗泻,加菟丝子、枸杞子滋补肝肾,鹿角胶性温补阳,鹿角胶、龟胶血肉有情峻补精髓,川牛膝引血下行,诸药配伍,重在滋阴,在滋阴之中少配温阳药,意在“阳中求阴”,用于治疗真阴肾水不足导致的一系列病症;右归丸取怀熟地黄、山萸肉、麸炒山药,肝脾肾三阴并补,去茯苓、泽泻、牡丹皮渗泻,加炮附片、肉桂温壮元阳,鹿角胶温肾阳、益精血,菟丝子、杜仲补肝肾、强腰膝,当归补肝养血,诸药配伍,重在温壮肾阳,在温阳之中少加滋阴药,意在“阴中求阳”,用于治疗命门火衰导致的一系列病症,肾命水火理论体系从理论到临床日臻完备。

中医命门水火与肾不可分割,初期中医将藏精、气

化温煦等水火物质功能从肾中剥离,单独归于命门一脏,后期为了方便临床应用,将发展后的命门物质功能回归于肾,弱化命门之脏。张介宾在《景岳全书·新方八阵》^[18]中提出:“治元阳不足……以致命门火衰……真阳不足者,必神疲气怯……以培右肾之元阳”,在理论上,阐述命门火、命门元阳与右肾肾阳之间的密切关系,在临床上,有将命门火衰与右肾不足、肾阳虚治法合并融合的趋势,后世中医顺从这一发展趋势,常将命门火与肾阳作为同一概念,将肾虚分阴阳论治,简化相关水火理论应用。

2.2 道家内丹术肾命水火观 与张仲景同时期的丹鼎派奠基人魏伯阳撰《周易参同契》,融合《易经》、炼养、黄老于一体。根据外丹术“外炼铅汞,服饵药金”“不死之药,道在神丹”的思想,魏伯阳认为,身内之火是内丹术炼养身心的核心要素,用“内火”可以锤炼人体内的精微物质,化而生变,产生作用类似药金、丹药的物质,达到与自然相合,长生的目的。道教创立后,受当时新兴的命门理论“命门藏精,为生命之要”启发,结合内丹术的炼养思想,形成将人体视为炉鼎,炼化命门所藏之精的炼养方法,为发展内炼功法,道法自然提供了理论基础^[21]。

魏晋时期,道家内丹术重要经书《黄庭经》问世。《黄庭经》数言命门,将人体精气出入汇聚之所统称为命门,取生命要门之义。《内景经·隐藏章第三十五》提及“闭塞命门宝玉都”。玉都之玉,乃玉关之义,玉关又名丹田,丹田分上下^[22]。务成子在此处援引元阳子对命门的理解:“命门者,下丹田精气出入之处也”,直述道家内炼重要部位下丹田精气汇聚出入的核心部位为命门,内丹术中并未说明命门居于两肾之间,更有将脾、脐、鼻统列为广义命门的观点,指出脾、脐、鼻在精气出入上也具有类似门户的功效益,即脐为先天胎儿与母体精气出入交换之门户,鼻为后天人体与外界气体交换的主要门户,脾为后天人体水谷之精转化的枢纽,三者精气出入转化中发挥重要的作用,与中医所述命门部位功能有较大的差别。道家内丹术引入命门理念后,较明确地区分肾与命门,注重命门在精气出入变化中的重要作用,强调命门在回归先天、与自然相合中的内炼作用,而弱化实质肾代谢水液等器质性功能。

肾火一词最早见于内丹术,唐代吕洞宾《指玄篇》有言:“吾有真火三焉:心者君火也,其名曰上昧;肾者臣火也,其名曰中昧;膀胱者民火也,其名曰下昧”,总结心、肾、膀胱具有“火”炼化生变的功能,明确提出

“肾火”“真火”的概念。道家内丹术多有以运行小周天,即“真火炼精化炁,蒸腾命门真炁,始随河车运转,练成丹胎”为心法炼养身心,作为与自然相合的内炼基础,所炼之精又称“水”“真水”。真水一词,首见于《道德经》“真水无香,真人,无智,无德,无功,亦无名”,作为一个哲学名词代指水德。道家外丹术中,真水指炼外丹所用的原料水银。吕洞宾提出真火概念后,内丹术中相继出现“水”“真水”的概念,与“真火”相应。宋末元初隐士郑所南云:“水炼之曰水者,非水也,吾精之泽也,炼吾之精,而生彼之精”,说明道家内丹术中的水为人体之精、人身之药,通过炼化人身之精,产生不同的精微物质,在人体产生变化。道家内丹术没有详细描述脏腑水火具体的生理功能,也不区分其与体内其他物质功能的差别,而是重视其运行轨迹与炼化后产生的变化。

道家内丹术对人体脏腑水火的认识不执着于有无之“相”,虽有时会从有形的脏腑物质结构功能进入体悟研究,但其更加重视个人修养身心的练功活动,认识更偏向于对人身内外的“觉感”,具有浓郁的个人主观色彩,从外在表现无法准确探知个人内部“真水”“真火”的情况,也无法在人群之中快速获得广泛统一的经验。

3 道家内丹术与中医对人体脏腑水火认识的联系

道家内丹术与中医对人体脏腑水火的认识多由中医结合中国古代朴素哲学理论,通过解剖、观察、实践等方法研究提出相应的心肾、肾命水火理论结构框架,道家内丹术引入中医相关认识框架后,结合易学等哲学思想,通过内观、内证等本学科方法,探究扩充脏腑水火功能,以丰富脏腑水火认识体系,并以此作为修炼身心、道法自然的理论依据。医家再通过援道入医,将内丹术中对脏腑水火功能认识有助于解释生理病理,能应用于辨证论治的相关理论引入中医,丰富中医理论并指导临床^[23]。两学科在交流过程中不断促进对脏腑水火的认识,共同发展相关理论,形成了独具中国文化特色的传统学科。

4 小结

道家内丹术和中医在学科发展中联系密切,在对人体脏腑水火认识上相互促进,但由于两者的学科研究目的、研究方法、研究对象等的差异,形成了以追求修炼身心,与自然相合为特点的道家内丹术脏腑水火观,以及将理论切实应用于临床,治疗具体疾病的中医脏腑水火观的不同方向,两者存在较大的差异,当予以鉴别。参考道家内丹术和中医对人体脏腑水火的认识

源流,可更加深入地理解相关理论、更好地指导中医临床;通过道医互参的方法,在对人体脏腑水火认识方面进行更深一步的研究,可为传承中医经典,发展中医特色提供新的思路。

参考文献

- [1] 陈良,张青,汪子涵.先秦哲学背景下中医学中“肾主水”理论源流初探[J].湖北中医杂志,2021,43(8):55-57.
- [2] 翟双庆,王洪图.试论中医学“脑主神明”与道家、道教的关系[J].中国中医基础医学杂志,2001,7(1):13-15.
- [3] 李海林.成玄英道教哲学认识思想研究的新成果:罗中枢教授《重玄之思:成玄英的重玄方法和认识论研究》读后[J].中华文化论坛,2011,6(6):184-186.
- [4] 唐·王冰.重广补注黄帝内经素问[M].北京:中医古籍出版社,2015:34-468.
- [5] 唐·孙思邈.备急千金要方[M].北京:人民卫生出版社,1955:476.
- [6] 汉·张仲景.伤寒论[M].晋·王叔和,撰次.钱超尘,郝万山,整理.北京:人民卫生出版社,2005:36-100.
- [7] 宋·严用和.济生方[M].北京:人民卫生出版社,1956:18.
- [8] 清·张隐庵.黄帝内经灵枢集注[M].太原:山西科学技术出版社,2012:30.
- [9] 李如辉,方宇茜,林明欣.《难经》命门原旨索隐[J].中华中医药杂志,2022,37(7):3722-3726.
- [10] 凌耀星.难经校注[M].北京:人民卫生出版社,2013:62-65.
- [11] 明·赵献可.医贯[M].郭文双,整理.北京:人民卫生出版社,2017:1-9.
- [12] 汉·张仲景.金匱要略[M].刘蔼韵,译注.上海:上海古籍出版社,2010:77-93.
- [13] 李秀娟.基于中医古籍探讨肾虚阳虚证的理论源流[D].沈阳:辽宁中医药大学,2022.
- [14] 宋·严用和.重订严氏济生方[M].湖北中医院,整理.北京:人民卫生出版社,1979:1-12.
- [15] 何振中.试论道教内丹术与命门水火概念的变迁[J].宗教学研究,2007(3):175-177.
- [16] 席崇程.明代温补学派肾命学说及其对《黄帝内经》继承发扬的研究[D].北京:北京中医药大学,2021.
- [17] 明·张景岳.类经图翼·类经附翼·质疑录[M].太原:山西科学技术出版社,2013:296.
- [18] 明·张介宾.景岳全书[M].李继明,整理.北京:人民卫生出版社,2017:52-1202.
- [19] 明·张介宾.类经图翼[M].北京:人民卫生出版社,1965:433-454.
- [20] 王勇.明清时期“援易入医”之探微[D].济南:山东中医药大学,2018.
- [21] 张中豹.外丹术的没落与内丹术的兴起[J].体育学刊,1999,6(6):75-77.
- [22] 唐·梁丘子.黄庭经集释[M].北京:中央编译出版社,2015:124-197.
- [23] 陈昱良,周立群.道教内丹术对张景岳命门学说的影响[J].中华中医药杂志,2022,37(7):3727-3730.

(编辑:张文娟 收稿日期:2023-07-21)