

从『伤寒论』用桂枝看仲景的护阳养生思想

江西中医学院 基础医学院 中医基础理论¹

刘春援^{1*}

A Study on Zhang Zhong-Jing's Ideology of Health Cultivation by Protecting Yang Analyzed from the Usage of Guizhi in Treatise on Cold Damage

Liuchunyuanyuan^{1*}

¹Section of fundamental theory of Traditional Chinese Medicine, Institute of fundamental Medicine, Jiangxi University of Traditional Chinese Medicine

『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』 is a ancient formula records on keeping in good health, provided 『Internal classic』 is a ancient codes on keep in good health. It can be inferred that Zhang Zhongjing was a first inheritor of academic ideology from “formula followed by establishment of the therapeutic principles”. Before writing and compiling the 『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』, Zhang zhongjing got the essence of 『Internal classic』 after composing and utilizing 『Plain Questions』, 『Miraculous pivot and classic of difficult issues』, so all the theory foundations of 『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』 came from 『Internal classic』.

The keynote of internal classic lies in obeying the Yin and Yang in natural world and preserving and maintaining the yang-qi of human body to attain the longest life-span. Zhang assimilated the essence of 『Internal classic』 and then generated a new ideological system - 『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』 when studying it. This article is to expound ideology inheritance of keeping in good health by protecting Yang in 『Internal classic』 from analyzing the usage of Guizhi in 『treatise on cold damage diseases』.

Key Words : Health Cultivation(养生), Yang Qi(阳气), Yamulus Cinnamomi(桂枝), Zhang zhongjin(张仲景), Treatise on Febrile Diseases(伤寒论)

一. 护阳思想的渊源

倘若说『内经』是一部养生的法典，那么，『伤寒杂病论』就是一部养生的方典，方从法立，可知仲景是『内经』学术思想的第一继承人。昔仲景编著『伤寒杂病论』

* 刘春援. 中国 江西中医学院 基础医学院 中医基础理论. 中国 江西省 南昌市 湾里区 云湾路 18号.
E-mail : liuchunyuanyuan789@126.com
Tel : 86-0791-7118922.

(2008 12 10), (2009 2 7),
(2009 2 9)

之前，曾“撰用『素问』，『九卷』，『八十一难』……”等，尽得『内经』真传。故其『伤寒杂病论』之理论，无不源于『内经』。

『内经』主旨，在于顺从自然阴阳，保养人身之阳气，以尽终其天年。为达此目的，『素问·上古天真论』提出了“法于阴阳，和于术数”，“恬淡虚无”，“积精全神”；『素问·四气调神大论』提出了“春夏养阳，秋冬养阴，以从其根，故与万物沉浮于生长之门”。『素问·生气通天论』则以“生之本，本于阴阳”“阳气者，若天与日”立论，通过对阳气生理功能和因外感六淫邪气，内伤情志，起居，饮食，劳逸等引起阳气功能失常而致病证的详尽论述，强调了阳气在人体生命活动中的重要作用。突出了『内经』重视阳气的养生观点。这一点对后世养生家与医学家都具有重要的指导意义。除此三篇外，『内经』几乎每一篇都在强调阳气在生命，健康与疾病中的重要作用。正如明代医家张景岳所说：“天之阳气，惟日为本，天无此阳，则昼夜无分，四时失序，万物不彰矣。其在于人，则自表自里，自上自下，亦惟此阳气而已。人无阳，犹天之无日，欲保天年，其可得乎？『内经』一百六十二篇，天人大义，此最要者也，不可不察之。”

二. 桂枝的临床效用

1. 桂枝其药

桂枝，在『神农本草经』称之为“牡桂”，“菌桂”而被列为木之上品首药，书中云：“案说文云：桂，江南木，百药之长，-v桂也；南山经云：招摇之山多桂；郭璞云：桂，叶似枇杷，长二尺余，广数寸，味辛，白花，丛生山峰，冬夏常青，间无杂木；尔雅云：-v，木桂；郭璞云：今人呼桂皮厚者，为木桂，及单名桂者，是也，一名肉桂，一名桂枝，一名桂心。味辛温。主上气咳逆，结气喉痹，吐吸，利关节，补中益气。久服通神，轻身不老。”『重广补注神农本草并图经』则称之为“柳桂”。桂枝之名始见于张仲景『伤寒杂病论』。唐·『新修本草』云：“其牡桂嫩枝皮名为肉桂，亦名桂枝。”『本草衍义』谓：“『本经』止言桂，仲景又言桂枝者，盖亦取其枝上皮。其木身

粗厚处，亦不中用。”可见，唐宋以前所说的桂枝，是用嫩枝的枝皮。宋·『重广补注神农本草并图经』云：“今又有一种柳桂，乃桂之嫩小枝条也，尤宜入治上焦药用也。”所称柳桂，与今临床所用桂枝一致。

2. 桂枝其用

关于桂枝的临床功用，诸书众口一词：“散寒（发汗）解表（肌），温通经脉，通阳化气。主治风寒表证，寒湿痹痛，四肢厥冷，经闭痛经，癥瘕结块，胸痹，心悸，痰饮，小便不利。”在这众多功用之中，笔者认为，“通阳化气”是一个关键，其核心就是“护阳”！即帮助机体恢复自身阳气的功能，其具体体现在：①通上焦心肺之阳，则可助卫和营，以达散寒（发汗）解表（肌），除胸痹，心悸之功。②通中焦脾胃之阳，则可燥湿运脾，和胃降逆，以治痰饮诸证。③通下焦之阳，则可温肾助阳化气，以治小便不利诸证。④温通经脉，则可以助阳散寒，以治经闭痛经诸证。⑤温通血脉，以助阳运血，活血祛瘀，治疗癥瘕结块诸证。所以，桂枝的主治关键在于助阳，护阳！

三. 『伤寒论』与桂枝

仲景学习『内经』的特点是吸其精髓而溶化在自己的血液（『伤寒杂病论』）中。本文主要分析仲景在『伤寒论』中用桂枝的情况来看其继承『内经』的护阳养生思想。

纵观『伤寒论』398条原文，其中与桂枝或桂枝汤有关的条文就有74条！占总条文的18.6%。其中太阳篇65条，阳明篇2条，太阴篇2条，厥阴篇4条，霍乱篇1条。以桂枝命名的方剂有20个，占全书总方（114）之17.5%还多，114方中，用了桂枝的方有41方，占总方之36%。

1. 以桂枝命名的方剂中桂枝的作用

在20个以桂枝命名的方中，有2个方是去了桂枝的，其余18方中，桂枝基本上都是作主药，而根据不用的

主治适应症稍有不同而已。

(1) 桂枝汤（其首次应用是P12条原文，还有“宜桂枝汤的原文有13, 15, 24, 42, 44, 45, 53, 54, 56, 57, 95等共12条）。在这12条原文中，桂枝都是作为主药，取其解肌，祛风，助（护）卫阳，以散表寒等作用，配伍芍药，以达调和营卫的目的。治疗素体营卫（阳）气虚，易感风寒而见恶风，寒，发热，汗出脉浮缓等证。

(2) 桂枝加葛根汤（其首次应用是P14条原文），主治太阳中风兼太阳经气不舒证。桂枝在本方中的作用是，助护卫阳以解肌祛风，助护脾阳以化气生津，协助葛根升津舒经以解表。

(3) 桂枝加朴杏汤（其首次应用是P18条原文），主治外感风寒引发宿疾喘息证。桂枝在本方中的作用除了助护卫阳，以散寒解表外，还可以宣通胸阳，以散饮邪，而助朴杏平喘息。

(4) 桂枝加附子汤（其首次应用是P20条原文），主治太阳病发汗太过，致阳虚汗漏并表证不解之证。桂枝在本方中的作用是与附子配伍温通心肾之阳，而达补阳敛汗，扶阳解表之功。

(5) 桂枝去芍药汤（其首次应用是P21条原文），主治太阳病误下，致表证不解兼胸阳不振之证。桂枝在此方中仍是护阳，配合生姜，辛温解表以通胸阳，去芍药在于防其阴柔而有碍宣通阳气。

(6) 桂枝去芍药加附子汤（其首次应用是P22条原文），主治太阳病误下，致表证不解兼损伤胸阳之证。桂枝在本方的作用是温通上焦胸阳以配附子温经扶阳，解表和营。

(7) 桂枝加芍药生姜各一两人参三两新加汤（其首次应用是P62条原文），主治太阳病发汗太过，损伤气营之证。桂枝在本方中主要还是宣通阳气：在上焦通心肺之阳，在中焦通脾胃之阳。桂枝与生姜既走表护卫阳以祛表邪，又走里护中阳以扶胃气，与人参补益气（阳）起相须之用。

(8) 桂枝麻黄各半汤（P23条原文），主治服桂枝汤后，表里俱虚，无力发汗而邪郁身痒证。桂枝在本方主要是宣通郁阳，扶正解表。

(9) 桂枝二麻黄一汤（P25条原文），主治服桂枝汤后，形似疟，一日再发者。桂枝在此护阳扶正，小

发其汗。

(10) 桂枝二越婢一汤（P27条原文），主治太阳邪郁兼里热轻证。此方中桂枝护阳，通阳以散邪郁。

(11) 桂枝甘草汤（P64条原文），主治太阳病发汗过多损伤心阳之证。桂枝与甘草合用通，补心阳。

(12) 桂枝甘草龙骨牡蛎汤（P118条原文），主治火逆，下之，烧针等误治而致心阳虚烦躁证。桂枝在此方中护阳，通阳，补益心阳，合龙骨牡蛎以镇潜安神。

(13) 桂枝去芍药加蜀漆牡蛎龙骨救逆汤（P112条原文），主治以火劫汗亡失心阳而生惊狂证。桂枝在此方中配伍甘草共作主药，通阳，复阳，使心阳得以恢复正常。

(14) 桂枝加桂汤（P117条原文），主治烧针误汗损心阴伤心阳而使心阳虚致发奔豚证。桂枝在本方中加量用之，意在护卫，温通心阳，平冲降逆，通阳复阳，使阳气恢复其“若天与日”之功用。

(15) 桂枝人参汤（P163条原文），主治太阳病误下之后脾气虚寒而表邪不解证。桂枝在本方中剂量加大，取其通（补）脾阳，助卫阳，配伍人参以达表里双解之功。

(16) 桂枝附子汤（P174条原文），主治伤寒八九日，身体疼烦，不能自转侧，不呕，不渴，脉浮虚而涩之证。此属里外阳气皆虚证，桂枝在本方中重用，其义为：在表助卫阳和营气，在里，通肾阳助附子补肾气，温肾阳，以达表里同治之用。

(17) 桂枝加芍药汤（P279条原文），主治太阳病误下邪陷太阴腹满时痛证。误下伤脾阳，脾阳虚则失其温煦，中焦虚寒，寒邪收引凝涩则腹满时痛，桂枝在此方中护，通脾阳，在脾阳不虚的情况下，倍用芍药缓急止痛，以救护太阴。

(18) 桂枝加大黄汤（P279条原文），主治太阳病误下邪陷太阴，大实痛证。误下伤脾阳，脾气滞而不运，积滞不去，阻碍气机，故而大实痛，桂枝温通，振奋脾阳，脾阳振则气得通，加上大黄以去积滞，则大实痛证除。

2. 其他方中剂中桂枝的作用：

在其他二十多个用了桂枝的方剂中，桂枝的作用主要有以下几个方面：

(1) 护阳，通阳：不论是表证或里证，还是表里错杂证，或卫阳虚，或中阳不足，桂枝就有使用指征。如麻黄汤，大，小青龙汤，葛根加半夏汤等。

(2) 化气行水：通阳即能化气，气行则水行。如五苓散，茯苓甘草汤等。

(3) 降逆平冲：如茯苓桂枝甘草大枣汤，茯苓桂枝白术甘草汤等。

(4) 交通上下阳气：如黄连汤，乌梅丸等。

(5) 温经通络：如当归四逆汤，当归四逆加吴茱萸生姜汤等。

(6) 温经活血：如桃核承气汤等。

(7) 温化水饮：如柴胡桂枝干姜汤等。

四. 从『伤寒论』用桂枝看仲景之护阳养生思想

1. 从『伤寒论』的病因看

从『伤寒论』的篇幅看，其以讨论外感风寒之邪所引起的病变和证治为主，故其病因也就是风寒之邪，尤其是寒邪为主，寒为阴邪，易伤阳气。即寒邪入侵的基本病理先是郁遏卫阳，进而损伤全身阳气。而“阳气者，若天与日，失其所则折寿而不彰”（『素问·生气通天论』）故『伤寒论』之治则，无论是早期还是后期，护阳，救阳是第一要务。所谓留得一息真阳，便有一分生机。

2. 从『伤寒论』的治法特点看

『伤寒论』根据『素问·热论』六经分证的基本理论，创造性地把外感疾病错综复杂的证候及其演变，加以总结，提出较为完整的六经辨证体系，还把『内经』以来的脏腑，经络和病因等学说以及诊断治疗等方面的知识有机联系在一起，创立了汗，吐，下，和，温，清，消，补的八法。然而，在伤寒早期，即太阳病证之期，首选的治法就是汗法，汗法虽然好用，但也难用。好用在于，伤寒早期辨证只须抓住“太阳之为病，脉浮，头项强痛而恶寒。”即可用，然而用之不当，如发汗太过，或发汗不及，都可以伤阳而产生更

为错综复杂的变证。在这里，汗发不当可以伤阳。

另外，伤寒之病因既为寒邪，则除了汗法以外，医者根据『素问·至真要大论』“寒者热之”的治疗原则，常常会采用温针，火疗等治法，而温针，火疗也是最容易导致大汗伤阳之结果的。

因此，在伤寒病证的治则中，不论使用何法，护阳，救阳都是第一要务。

3. 从桂枝的药性特点看

桂枝，味辛，甘，性温，入膀胱，心，肺经。辛，甘，温属阳，膀胱经属阳，心肺位于上焦，属阳，心属火，属阳。更有『医学启源』指出：“<主治秘要>云：气味俱薄，体轻而上行，浮而升，阳也。”综上所述，言桂枝为“纯阳”之品，一点都不为过。既是纯阳之品，则无论是通阳，护阳，甚至补阳，都应该为首选之品。

4. 从『伤寒论』中的服药将息法看

综观『伤寒论』中之服药将息法，关键在于两个字，即“护阳”。请看服桂枝汤将息法：“服已须臾，啜热稀粥一升余，以助药力。温复令一时许，遍身絜絜微似有汗者益佳，不可令如水流漓，病必不除。若一服汗出差，停后服，不必尽剂。若不汗，更服依前法。又不汗，后服小促其间，半日令三服尽。若病重者，一日一夜服，周时观之。服一剂尽，病证犹在者，更作服，若不汗出，乃服至二三剂。禁生冷，粘滑，肉面，五辛，酒酪，臭恶等物。”

在这一大段原文中，仲景念念不忘的是“护阳”：

① “服已须臾，啜热稀粥一升余，以助药力。”是恐桂枝发表而入里通阳，护阳力量不够，故喝热粥，热者助阳，粥者入通脾胃，意在顾护中阳。② “温复令一时许，遍身絜絜微似有汗者益佳，不可令如水流漓，病必不除。”是恐大汗伤阳，则病必不除，意在顾护心阳，因“汗为心之液”。③ “若一服汗出差，停后服，不必尽剂。”恐其重发其汗而伤心阳。④ “若不汗，更服依前法。又不汗，后服小促其间，半日令三服尽。”意在及时通阳，若不及时通阳，则寒邪郁遏，更伤其阳。⑤ “禁生冷，粘滑，肉面，五辛，酒酪，臭恶等物。”恐饮食不当，重伤脾胃之阳。

与服桂枝汤后相似的将息法，在『伤寒论』的其他方剂中还有不少，读者只要细心注意，必不难看出仲景在这些“将息法”中的良苦用心就是“护阳”。

『伤寒论』虽然是一部临床治疗学的经典，然而，其继承和发展的都是『内经』学术思想，『内经』以顺从自然阴阳，保养人身之阳气，以尽终其天年为宗旨，仲景不会不知。“上工治未病”，“上工救其萌芽”之养生观，是为了尽终其天年，而既病之后，时时顾护阳气，尤其是伤寒之后，时时处处必须顾护人身之阳气，其真谛也是为了保养生命，以尽终其天年。

参考文献

1. 牛兵占 等. 黄帝内经素问译注. 中医古籍出版社. 2003.
2. 李培生 等. 伤寒论讲义. 上海科学技术出版社. 1985.
3. 吴普 等 述. 孙星衍, 孙冯翼 辑. 神农本草经. 人民卫生出版社. 1963.
4. 张介宾. 类经图翼(附 类经附翼). 人民卫生出版社. 1985.
5. 张无素. 医学启源. 人民卫生出版社. 1978.
6. 唐慎微. 大观本草. 安徽科学技术出版社. 2004.
7. 陈承. 重广补注神农本草并图经. 安徽科学技术出版社. 2004.

