

中医五大疗法出自五方刍议

陈盼碧, 王莱, 杨孝芳*, 陈静, 齐爽爽, 陈艺

(贵阳中医学院针灸推拿学院, 贵州省贵阳市市东路 50 号, 550025)

摘要 《素问·异法方宜论》记载了中医五大疗法砭石、九针、毒药、导引按跷、灸焫分别出自东、西、南、北、中央五方, 结合历史人文、五行属性与民俗文化相关知识, 对中医五大疗法分别出自五方、对应五方进行系统化、多样化查证, 多角度探讨“中医五大疗法出自五方”的内涵。

关键词 砭石; 九针; 毒药; 导引; 灸焫; 五方; 五行

《素问·异法方宜论》曰“砭石者从东方来”, “毒药者从西方来”, “灸焫者从北方来”, “九针者从南方来”, “导引按跷者从中央出也”, 认为人体因受所处地理环境的影响而产生不同的疾病, 故而五方分别产生了五种不同的疗法。后世医家对于五大疗法出自五方的理解也大多基于《素问·异法方宜论》的阐述。经过大量文献查阅, 结合中医基础理论思考, 我们认为五种疗法起源于不同方位这一说法还受历史人文、五行属性与民俗文化等因素的影响。

1 砭石自东方来

古代东方产优质砭石。《山海经·东山经》^{[1] 90-97}曰“高氏之山, 有石如玉, 可以为箴”; “鳧丽之山, 其下多箴石”, 所提到古代的砭石是指高氏与鳧丽之山下质地似玉非玉的一种扁平石块, 形如“箴鱼, 其状如匙, 其喙如箴”, 圆滑的头部可用来按摩经络, 锋利的尖端可用来刺血、排脓。而书中所记载的山正位于古代意义上的东方。《史记·扁鹊仓公列传》^[2]记载“扁鹊乃使弟子子阳厉针砭石, 以取外三阳五会。”大约在 2500 年前, 战国名医扁鹊发扬光大了砭石的医疗作用, 最著名的莫过于他用药石治疗虢太子使其起死回生的事例。褚澄《褚氏遗书》^[3]曰“尼父删经, 三坟犹废, 扁鹊卢出, 卢医遂多”。扁鹊一生主要行医于古卢国即今山东长清及泗水流域, 深谙砭石疗法, 而泗水流域出产泗滨砭石。同样活跃在山东一

带的淳于意生于西汉初年, 今山东省临淄人, 其流派善用砭术, 也可佐证此观点。耿引循《实用砭石疗法》^[4]中记载“6500 万年前, 一颗陨星撞击了鲁西南地区, 在爆炸后高温、高压、等离子的环境中, 星际物质与地表岩层相互交融、渗透形成浮石, 即泗滨浮石。”这种稀有石材的原产地正是鲁西南地区, 位于东方。邻近的莒县、大汶口等地就出土了大量砭具^[5]。如 20 世纪 60 年代山东省大汶口与日照等地出土了虎符及鐏刀型砭石, 1963 年内蒙古自治区多伦旗头道洼新石器时代遗址出土了一枚长 4.5 cm、一端扁平呈半圆形刀状、另一端呈锥状的砭石^[6]。1978 年, 华东地区出土一套春秋时期的泗滨编磬^[7], 引发了人们对砭石的重新认识^[8]。古人苛求石材, 白居易有诗曰“华原磬, 华原磬, 古人不听今人听。泗滨石, 泗滨石, 今人不击古人击”。讽刺当时乐工舍弃泗滨石磬而选华原磬, 令天子听后乱了心智。这从侧面说明了鲁西南地区砭石石材之优良, 用它制成的磬(古代贡皇家专享的乐器)被称为“泗滨浮磬”, 用它制成的医疗工具即为砭石, 鲁西南地区的“泗滨浮石”即是做砭石的最好材质。宋人罗泌《路史》曰:“伏羲尝草制砭, 以治民疾”, 伏羲是古代东部沿海民族东夷的一支太昊部落的酋长, 可以说伏羲是东南沿海人。近年来, 在山东省发现了一批以针砭为题材的汉画像石^[9], 画像石上雕刻着半人半鸟形的神医正在用砭石给人治病。鸟形显然来源于原始氏族的图腾崇拜, 画像石反映了古代关于针砭起源的传说。以上提到的高氏之山、鳧丽之山、古卢国及鲁西南地区等地位处东方, 历史文化遗迹与考古发现众多, 其中有相当部分均与砭石有联系。

基金项目: 贵州省专业学位研究生课程案例库资助项目(黔教研合 YALK 字 [2015] 017)

* 通讯作者: 363110152@qq.com, 13984096366

《素问·异法方宜论》曰“东方者，天地之所始生也。”东方在时为春，在气为风，在脏为肝。肝阳易亢，容易内生肝风化生火热之邪，东方木也，东方肝阳易亢，肝火易蒸化气血使之腐化生脓。《素问·病能论》曰“夫气盛血聚者，宜石而泻之”，故东方砭石疗法兴盛。

《素问·异法方宜论》曰“东方者，鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸，黑色而疏理，皆安其处，美其食。鱼者使人热中，咸者胜血，其病皆为痈疡，其治宜砭石”，即是说饮食习惯也导致东方之民容易得痈疡类疾病。鱼类、海鲜类食物容易生热。饮食嗜咸，咸入血，咸盛则伤血，血虚亦发热。由于多食鱼盐致使内生热邪，日久气血积腐成脓而致病。对于此类痈疡类疾病的治疗，正可用砭石疗法去腐排脓生新，这也是砭石疗法源于东方的原因之一。

2 九针从南方来

山东地区北至燕山山脉，南到淮河，西至黄土高原，包括今河南、山东、河北三省和晋南、苏北、皖北一部分，历史上泛指中原^[1]，是中国古代文化的发祥地。在人类文化迁移与人群移居过程中，迁移的一个大汇聚点“鲁西豫东地区”^[1]，即今黄淮海平原古代处于尚未开发状态，原为荒无人烟的大沼泽区，即《山海经》所称的“大荒”。自公元前 2600 年始，来自四面八方的各地移民陆续进入这一无人区，良渚文化^[2]从南方进入，他们带来了“针术”。这一地区主要是低湿的沼泽环境，瘴气恶水易使人皮肤生痈疡。对这种低湿环境而致的皮肤病，源于江南的良渚文化其故乡的水土环境与鲁西豫东沼泽区类似，在文化交流中他们早期的“针术”最能适应治疗此处的病症，因而有了“伏羲制九针”^[3]的传说。针灸之道古已有之，至今长盛不衰并名扬海内外，正是南方先民率先发展的“九针”进入中原地区进行交流的结果。

《素问·异法方宜论》曰“南方者，天地所长养，阳之所盛处也”。南方在时为夏，在脏为心，在气为火，南方之气易助长心火，热邪合水泽之湿气易生湿热作祟，肢体易“挛痹”。南方阳火易盛，所以筋脉挛缩之疾易生。南方之人“致理而赤色”，心其华在面，面色偏红正是受南方火气的影响，故《黄帝内经素问直解》^[4]曰“故宜微针通其经络，以泄湿热”。

《素问·异法方宜论》曰“南方者，……其地下，水土弱，雾露之所聚也，其民嗜酸而食附，

致理而赤色。”一方面地势低陷易积水湿，气候炎热，湿热熏蒸易犯挛痹；另一方面，居民好食豆豉酱料而“嗜酸”，肝生筋，酸入肝，酸伤筋，亦容易出现“筋脉拘急”的症状。南方之人易犯挛痹之症，所以医者善用九针调理阴阳平衡。

3 毒药自西方来

《山海经·大荒西经》^[5] 250-251 曰“有灵山，巫咸、巫即、巫盼、巫彭、巫姑、巫真、巫礼、巫抵、巫谢、巫罗十巫，从此升降，百药爰在。”诸巫往来灵山采百药，以祛疾疗灾。古代巫、医结合，联系密切，特别聚集在“百药爰在”的灵山。西周时已有专业的“医师”，“聚毒药以供医事”，而西周定都于镐京和丰京（今陕西省西安市西南），也是地理位置上的西方。西周出现了专门的医师，这与当地医者对毒药认识运用的能力是分不开的。由此可见，毒药的运用在当地由来已久，至西周已日趋成熟，已成为一门特定的职业，故毒药自西方来。

《素问·异法方宜论》曰“西方者，金玉之域，沙石之处，天地之所收引也，陵居而多风，水土刚强。”西方在时为秋，在脏为肺，在气为燥，金性刚强易折，所以此地居民生性勇武好强，爱好运动。而“金多水浊，金多土弱，金多火熄”^[6]，此地民风剽悍好斗，顺应金性，然而西方刚强之金过亢就易损伤其他五行。《难经》曰“东方实，西方虚”，西方居民容易患上内科脏腑虚证，治疗此类疾病常用毒药之药性来调理脏腑，使得阴阳五行归于平衡，毒药之学正是他们在生活中探究所得。因此，毒药之学源于西方、兴盛于西方方可加以肯定。

《素问·异法方宜论》曰“西方者，金玉之域，沙石之处，天地之所收引也，陵居而多风，水土刚强，其民不衣而褐荐，华食而脂肥，邪不能伤其形体。”西方金地属性刚强，而草木不如东部茂盛且多风沙，相比之下少了湿热水气的困扰，腠理开阖正常，所以不易患外感。虽机体强健，但饮食肥腻厚味，饮食之毒积聚在脏腑故易生“内病”。西方行医者对于毒药的运用就比较精擅，现在很多优秀的各具特色的少数民族医药文化仍在流传。

4 导引按跷来自中央

春秋战国时期就已出现与“吹响呼吸、吐故纳新”相结合的名为“熊经”“鸟申”的二禽戏，即为古代导引术。一般认为，导引按跷即是动功体操与按摩，但我们认为，“导引”属于动功气功，“导气循经”中“导”指导气，导气令和“引”

指引体,引体令柔。除去外在形体运动,太极拳、少林内功功法同样是有呼吸配合在内的。道家注重养气炼气,认为气是人体生机的根本,在这一点上与医家同源。《却谷食气》是现存记载汉代以前辟谷服气术最早的文献,即将“行气导引”作为辟谷的辅助;而《庄子·刻意》曰“吹响呼吸,吐故纳新,熊经鸟申,为寿而已矣,此导引之士,养形之人”,又将行气与导引联系在一起,表明导引、行气、辟谷三者联系密切且大体于先秦时期同时出现。食气辟谷在调畅气机层次上,与导引按跷两者同源异流,与导引相互指导。

食气、辟谷最早的记载源自《庄子·逍遥游》^[14],曰“藐姑射之山,有神人居焉,……吸风饮露,乘云气,御飞龙……”。“藐姑射之山”,“汾水之阳”,说明姑射山邻近山西汾水,应位于今天的晋地临汾市西,属吕梁山脉,这是与食气、辟谷发展密切相关的导引按跷来自中央之地的佐证之一。1973 年长沙马王堆汉墓出土的帛书中有《去(却)谷食气》篇,则是现存记载汉代以前辟谷服气术最早的著作。同样出土于长沙马王堆汉墓的帛书中还有导引图^[15]与行气玉佩铭等物。湖南省属华中地区,证明中央之地导引按跷疗法的兴盛。服气功法可包括调、淘、咽、行、散、委、炼、闭等环节,又有导引、按摩、咽津等手段。通过服气,既可养生却老,又可作为辟谷的配合。服气在六朝隋唐时期颇为盛行,早在汉书中便有记载。两汉、六朝、隋唐时期,我国主要政权位于中央之地,控制范围小,但文化兴盛,医疗手段较为先进,导引盛行。《魏书·释老志》^[16]载“道士寇谦之托言太上老君授以导引辟谷口诀,弟子十余人皆得其术”《云笈七签》^[17]载“茹术却粒,服谷仙丸六十七年,颜彩轻润,精爽秀洁。”《南史·隐逸传》《北史·隐逸传》《旧唐书·隐逸传》等均有类似记载。食气辟谷在中央之地的发展与《黄帝内经》的成书时间一致,且不断兴盛,故导引按跷来自中央之地也是有充分依据的。

“中央者,其地平以湿,天地所以生万物也。”中央在时为长夏,在气为湿,在脏为脾,“湿化成中央”,中央湿气多使人困倦,虽然稼穡万物成长容易,但人易觉困重懒动,湿邪易合他邪共同致病,所以有了多种“痿厥寒热”之疾。《黄帝内经素问吴注》^[20]曰“湿伤筋,则病痿弱;湿伤足,则病下厥,谓逆冷也,中央当南北之冲,水火之所交,故病寒热”,解释得更为详细。认为病之根源与湿致“身困”有关,正应以身体之矫捷、气

脉之通顺来改变中央之地湿气对人体的凝滞。相比于其他医疗方法,此法受众最广效果最好,“湿伤经络,营卫不运,易生痿厥寒热之证,故宜导引按摩,以通气血”。

从地理环境与生活习惯来看,《素问·异法方宜论》提及中央之地风调雨顺、稼穡容易生长,食物多样而无偏性,正适合脾土调和,所以不会像西方那样因饮食毒积而患病。然而属易积水之地,人多感染湿气郁邪,故能致“痿厥寒热”诸疾。中央之人不必辛苦劳作就能温饱,一方面来说,因为劳作不难,所以有精力去探索医药文化,对机体的认识较为深刻,在对本源物质“气”的思考中发展出导引按跷之术;另一方面,缺乏运动而病,所以探求出导引按跷术,不像一般劳作可能伤身,还能调畅经络平衡五行。

5 灸熯来自北方

作为温热疗法,与火关系密切。火的历史在我国可以追溯到 50 万年前的“北京人”,或 80 万年前的“蓝田人”时代。据考古学研究,在北京周口店发掘的含骨化石地层中,就发现有遗留灰烬和烧过的动物骨骼及土石。早在大约 5 万年前的原始氏族公社时期,祖先就懂得了用火来取暖、制作熟食,尤其是发展到 1.8 万年前的“山顶洞人”时期已掌握人工取火。山顶洞人是原始蒙古人种,从古至今都生活于北方^[21],而灸法随着火的应用萌芽并发展。先民取火,往往用艾绒引火,源于原始社会晚期的骨卜也是用艾绒烧灼动物骨。从北方山顶洞人开始使用火到能自主点火,艾灸发明的必要条件出现。以古之点火器具“阳燧”^[22],“照物则影倒,向日则火生,以艾炷之则得火”,阳燧呈铜质圆盘形,似镜而小,凹面,可聚阳光成焦,可采火。先人发明了这点火器具之后,在运用中又产生了对引火材料的需求,发现艾炷来源广、易制作、成本低廉,便将其作为引火材料使用。随着火的广泛使用与艾绒的出现,“灸熯”在殷商时期已普遍得到应用,甲骨文中已出现“熯”字。北方人学会烤火取暖之后,随着经验的积累发明了灸法和熨热疗法。《辽史·耶律倍传》^[23]载“倍初市书至万卷,……通阴阳,知音律,精医药、砭熯之术”,宋朝时位于北部的辽国人正是《素问·异法方宜论》中提到的“惯于在野外活动、乳食、易生寒满”的“北方人群”的典型代表,耶律倍作为学识渊博的辽国皇族,精擅灸熯之学,反映了灸熯在北方的实用与兴盛。

“北方者，天地所闭藏之域也”，北方在时为冬，在气为寒，在脏为肾，与南方相反，北方寒冷，五行属水压制了心火温阳之功，故易感染寒邪；同时寒气通于肾，阳气不足、肾阳衰弱为常见病机，脏腑受寒而收引，水液积聚凝滞故患满病。在与寒病斗争中，北方居民将灸熯之法发扬光大。

《素问·异法方宜论》认为，北方地势高，居民习惯在野外活动，极易感染风寒之邪；且所食用的乳酪性寒湿滑，使得脏腑易受寒生满病，故北方居民率先发展灸熯之法驱寒助阳。

综上所述，砭石、九针、毒药、导引按跷与灸熯这五大中医疗法作为中医的精髓被继承与发展，直至今日仍然是中医疗法的核心主体。在历史文化的变革中，在五气五方的分布中，中华民族发扬智慧、顺应自身需要，成就了与东方肝木对应的功能多样、除壅泻实的砭石疗法；与西方肺金对应的内治脏腑、疗效独特的毒药疗法；与中央脾土对应的气与意合、辅食食气的导引按跷疗法；与北方肾水对应的扶阳驱邪、温养肾火的灸熯疗法；与南方心火对应的方便易携、补虚泻火的九针疗法。五种疗法在今天的临床治疗中早已交汇融合使用，然而在反复推考《素问·异法方宜论》中这段文字的时候，对于它们的历史源流与疗法特点的思索仍能给读者深深的启发。

参考文献

- [1] 山海经 [M]. 方輅, 译. 北京: 中华书局, 2009.
- [2] 司马迁. 史记 [M]. 韩兆琦, 译. 北京: 中华书局, 2007: 309.
- [3] 赵国华. 《褚氏遗书·辨书》注析 [J]. 中医药文化, 1986 (2): 5-6.
- [4] 耿引循, 谷世. 实用砭石疗法 [M]. 北京: 学苑出版社, 2014: 12.

- [5] 张利剑, 杨峰, 李素云, 等. 针灸出土文物概说 [J]. 上海针灸杂志, 2011, 30(5): 343-354.
- [6] 叶又新. 早期锥形砭石 砭石形制初探之二 [J]. 山东中医学院学报, 1986, 10(1): 48-55.
- [7] 于娟, 耿引循. 传统砭石疗法在风湿病康复中的作用探讨 [J]. // 中国针灸学会砭石分会. 第二届全国砭石疗法学术研讨会论文集, 北京: 2004: 15.
- [8] 平志军. 白居易音乐诗论析 [J]. 山西师大学报(社会科学版), 2016, 43(2): 75-78.
- [9] 李戎. 砭石、九针说源 [J]. 医古文知识, 2001(2): 31-33.
- [10] 万一. “中原”指哪些地方 [J]. 人才资源开发, 2015 (1): 98.
- [11] 林甘泉. 世纪之交中国古代史研究的几个热点问题 [J]. 云南大学学报(社会科学版), 2002, 1(2): 57-69.
- [12] 童恩正. 中国北方与南方古代文明发展轨迹之异同 [J]. 中国社会科学, 1994(5): 164-181.
- [13] 甄雪燕, 梁永宣. 伏羲制九针 [J]. 中国卫生人才, 2012 (7): 90-91.
- [14] 高适宗. 黄帝内经素问直解 [M]. 北京: 学苑出版社, 2001: 87.
- [15] 萧吉, 徐子平, 徐升原. 子平精粹 [M]. 北京: 华龄出版社, 2010: 172.
- [16] 孟庆祥, 关德民, 孟繁红, 等. 二十二子详注详译: 庄子译注 [M]. 哈尔滨: 黑龙江人民出版社, 2003: 11.
- [17] 唐兰. 马王堆帛书《却谷食气》篇考 [J]. 文物, 1975 (6): 14-15.
- [18] 魏收. 魏书 [M]. // 许嘉璐, 安平秋, 周国林, 等. 二十四史全译. 上海: 汉语大词典出版社, 2004: 2466.
- [19] 张君房. 云笈七签 [M]. 北京: 华夏出版社, 1996: 25.
- [20] 吴崑. 黄帝内经吴注 [M]. 北京: 学苑出版社, 2001: 61.
- [21] 白寿彝, 苏秉琦. 中国通史: 远古时代 [M]. 上海: 上海人民出版社, 2004: 34.
- [22] 李智. 漫谈阳燧 [J]. 文物鉴定与鉴赏, 2012(5): 81.
- [23] 脱脱. 辽史 [M]. // 许嘉璐, 安平秋, 曾枣庄. 二十四史全译. 上海: 汉语大词典出版社, 2004: 659.

Opinion on the Five Therapeutic Methods in Chinese Medicine Sourcing from Five Directions

CHEN Panbi, WANG Lai, YANG Xiaofang, CHEN Jing, QI Shuangshuang, CHEN Yi

(College of Acupuncture and Massage, Guiyang University of Chinese Medicine, Guiyang, 550025)

ABSTRACT It is recorded in “Yi Fa Fang Yi Lun” in *Plain Questions* (《素问·异法方宜论》) that the five therapeutic methods in Chinese medicine includes stone needle, nine classical needles, poisonous substance, somatic twisting daoyin, and moxibustion, which source from the east, west, south, north and center. Combined with history, humanity, five phases property and folk culture related knowledge, the authors carry out systematic and diversified verification on the five therapeutic methods in Chinese medicine sourcing from five directions and corresponding to five directions. The authors explore the connotation of “the five therapeutic methods in Chinese medicine sourcing from five directions” from multi aspects.

Keywords stone needle; nine classical needles; poisonous substances; somatic twisting daoyin; moxibustion; five directions; five phases

(收稿日期: 2017-04-28; 修回日期: 2017-06-05)

编辑: 黄 健