

对中医体质本源的认知与探索

张树生*

(中国中医科学院研究生院, 北京市东城区东直门内南小街 16 号, 100700)

摘要 提出构体中的内生潜质与活力系中医体质之本源, 并基于内生潜质的内涵, 结合中医体质运动变化观特征, 从体质分型的阴阳观、体质分型的五行观、体质分型的经络观和六经体质角度, 阐发中医体质特色, 探索中医体质分型与本源。

关键词 中医体质学; 体质本源; 体质分型; 内生潜质

中医体质禀赋于先天、摄养于后天, 笔者认为, 其系指中医运用实践观、理论观、哲学观, 以象数信息为抓手, 从不同角度对个体与群体在生命过程中的人形构体与生理、生命力状态, 以构体的内生潜质与活力为切入点, 对人体质量所作的客观、全面、准确的评估与概括。其中所提及的中医体质的内生潜质与活力是一对组合, 为中医体质之本源。其除来自先天禀赋外, 更多的来源于后天。人与天地自然为生命共同体, 人的生命存在, 要借天气、日月星辰、阳光雨露、风寒暑湿燥火六气, 借昼夜之养息, 春、夏、秋、冬四时之养护; 人又要接地气, 借木、火、土、金、水运气之造化, 土生万物之所养; 人居天地之间, 又借高下相招、天地相因之力, 而进行自稳调节。总之, 人得天地之精气而化生, 并在体内生化、气化、分化等, 一方面源源不断地贮蓄潜质与活力以壮体质, 另一方面又根据生理功能、生命的需要而释放。现基于内生潜质的内涵, 对中医体质的本源进行分析与探讨。

1 内生潜质的含义

内生潜质在体内蕴藏丰富, 在中医体质中所常用的构体为五脏六腑、奇恒之腑, 十二经脉、奇经八脉, 皮、肉、脉、筋、骨、腠理, 募原, 三焦、关窍等; 而常用的潜质、活力有精、气、神, 血, 精、津、液, 天癸等。由于历史科技水平的限制, 现代看来中医体质学的内生潜质还应当包含糖类、蛋白质类、维生素类、生物碱类、生物酸类、生物酶类、激素、胰岛素、甲状腺素等, 还当含钾、钠、

钙、铁、锌、硒、铜、镁各种微量元素等, 这些潜在人体中含量虽少, 但蕴藏着强大活力。

内生潜质在人体内分布广泛, 构体部位不同, 其功能各异, 根据人体自稳调节功能的需要, 各藏象与组织中的潜质与活力也不尽相同。其在体内不是孤立的, 而是互联互通的, 主要有以下 3 种联通方式: 1) 串联: 在同一系统构体中的潜质与活力传导、接力, 有序地完成本系统的功能及信息的传递。2) 并联: 由于人的构体和功能有对称的两侧, 故潜质与活力的分布又有对称, 可称之为并联, 以完成两侧功能和协调, 亦利于反向循环。3) 网联: 在人的生命体中存在着极为复杂的网联, 该网联的至高处在头脑 (内含髓海), 而分布在藏象 (内含五脏、六腑、五神、五官七窍、五体、五气、五液)、在经络 (内含十二经脉、奇经八脉、十二经别、十二经筋、十五络脉、十二皮部)^[1], 据此可按五脏分为五大自稳调节系统网道^[2], 其中经络不仅分属五大系统网道, 而且联系全身, 纵横交织, 无处不到, 形成了人体赖以存在的自稳调节有机整体网道。自稳调节的本源在于体质内的内生潜质与活力。此外, 在人体内还有许多通道, 如气、血、津、液、神等的通道, 其各有所主, 各有通行。需要说明的是, 以上联系方式亦非孤立, 尤其在功能与象数信息的传递等方面是协调、联通的。

2 中医体质运动变化观

中医体质具有诸多自身特点, 如性别、年龄、区域特点等, 笔者特别强调体质整体观、运动变化观、自稳观。因整体观已多有论述, 故在此针对运

* 通讯方式: 1812866276@qq.com

动变化观探讨如下。

人的生命在于运动，运动息则生命止，正如《黄帝内经》所云“升降息则气立孤危，出入废则神机化灭”。《素问·上古天真论篇》云“女子七岁，肾气盛，齿更发长；二七而天癸至，任脉通，……七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也……”，该段描述提示人的体质是运动、变化的，不仅有量变，在一定条件下还有质的变化，这虽然是缓慢、逐渐的过程，但经一段时间节点来看，还是明显的。

生、长、壮、老、已是生命过程中的普遍规律和法则，在此过程中，人的构体在生、长、壮、老、已，人的体质也在生、长、壮、老、已。这是因为人在地球上都处于等同的运动，都有日周期、月周期、季周期、年周期，并在这些周期中，以阴阳、五行调节以应之，以自稳调节以应之。自稳调节也是运动中调节、运动中自稳，总是根据人生命体的正常、有序、平衡、维稳的需要，有的应调之以动静，有的应调之以升降，有的应调之以出入，有的应调之以开阖，有的应调之以脏腑组织，有的应调之以经络，不可尽数，总以平为期。所有这些均依赖于人的构体及其内生潜质与活力，离不开体质。

3 中医体质分型与本源

体质与分型有所不同，体质重整体、重全面、重质量，即功能与生命力；而分型可以是整体的，也可以是脏腑、系统、性别、生长阶段、先天后天、阴阳、五行、经络的。体质的评估相当复杂，是一个系统工程，而分型重在特征与差别。

中医体质分型始创于《黄帝内经》，理论博大精深，内涵丰富，其分型中的阴阳观、五行观、经络观等更具特色及前瞻性。目前对体质分型有七型或九型之分，笔者认为，《黄帝内经》体质分型观更能反映中医学实践、理论体系、哲学思想。

3.1 体质分型的阴阳观

中医体质阴阳分型在《黄帝内经》多篇中都有体现，而其代表当为《灵枢·通天》，其云“天地之间，六合之内，不离于五，人亦应之。……盖有太阴之人，少阴之人，太阳之人，少阳之人，阴阳和平之人。凡五人者，其态不同，其筋骨气血不等”。文中还对五种类型之人从习惯、思想品德、生理特点、外观形态和表现特征等方面一一作了描述，如“太阳之人，其状轩轩储储，反身折膂”；“太阳之人，居处于于，好言大事，无能而虚说，

志发于四野，举措不顾是非，为事如用自用，事虽败，而常无悔，此太阳之人也”。《医宗金鉴·四诊心法要诀》解曰“阳盛则过刚，故自大轩昂，仰胸挺腹，足高气阳也。好志大者，阳性好刚强也，好虚说者，阳性好夸张也。作事好强，虽事败而无悔者，以其常好自用自是，亦阳过刚，果于断也，此太阳人之情状也。”该文对阳虚少阳体质、阴虚少阴体质、阴盛太阴体质、阴阳平和体质均有介绍。在《黄帝内经》的基础上，后世又据五脏阴阳分型与实践，而分肝太阳型、肝少阳型、肝太阴型、肝少阴型、肝阴阳平秘型，心、脾、肺、肾仿此。此外还有阴阳错杂型，其中整体分型如阳盛阴虚型、阴盛阳虚型、阴阳俱虚型；五脏分型如心之阴盛阳虚型、心之阳盛阴虚型、心之阴阳俱虚型，余脏仿此。如果以《周易》视角思维，阴阳还可细分。凡上可见，各型阴阳体质本源在构体及其内生潜质与活力均有不同。

3.2 体质分型的五行观

体质分型的五行观始创于《黄帝内经》，其在《灵枢·阴阳二十五人》设专篇讨论“而二十五人具矣”，如曰“木形之人，比于上角似于苍帝，其为人，苍色，小头，长面，大肩背，直身，小手足，好有才，劳心少力，多忧劳于事。能春夏不能秋冬，感而病生，足厥阴佗佗然”。“比于上角”，比，意类比；角，为五音之一，音调在清浊高下之间者为角。“似于苍帝”，东方属木，其色为苍，古人把东方称为苍帝所居，此处借喻木形之人。“佗佗然”，形容其雍容自得之神态。五形之人的定义在《医宗金鉴·四诊心法要诀》中亦有详解。从医家的实践来看，“二十五人形”应该含有五行五脏体质、五行五气体质、五行五体体质、五行神志体质等，因为这些都是人的构体与功能的重要组成部分，不仅展示脏器组织的各个部分，而且展示了五大系统的潜质与活力，都体现着体质本源^[3]。

3.2.1 五行五脏型 如“肝”可分，肝强型：气血阴阳充盛，超于平和，至上限（指生理上限）；肝平型：气血阴阳平和；肝弱型：气血阴阳低于平和，至下限（生理下限），其他四脏分型方法同此。此外，还有五行五脏错杂型体质，如心强肝弱、心弱肝强等。

3.2.2 五行五气体质 五气，此处指风、火、湿、燥、寒，属于天气，人亦有之，并应天之道，合于人体，平调内外。由此五气，内为脏主，外为经属，其功能外应于天地，内调于升降出入，关乎生

命及发病、病机、治法,理应在中医五行体质范畴。其分型如下:1) 风,内为肝主,经属厥阴,在体质为风型,可再分风强型、风平型、风弱型。2) 火,内为心主,经属少阴,在体质为火型,可再分火盛型、火平型、火弱型。3) 湿,内为脾主,经属太阴,在体质为湿型,可再分湿盛型、湿平型、湿低型。4) 燥,内为肺主,经属太阴,在体质为燥型,可再分燥盛型、燥平型、燥低型。5) 寒,内为肾主,经属少阴,在体质为寒型,可再分寒盛型、寒平型、寒微型。此外,还有五气错杂型,如风火型、湿热型等。

3.2.3 五行五体体质 五体者,筋、脉、肉、皮、骨,是人体质的重要构体,富含内生潜质与活力,展现多种生理功能。五体体质是中医体质的重要组成部分,与先天禀赋及后天养护、锻炼等密切相关。具体含义:1) 筋,指肌腱和韧带,内为肝主,在脏腑、组织构体中多有分布,是运动系统中不可或缺的组织,在体质中为筋质,可再分筋粗坚韧、筋平柔韧、筋细柔弱型。2) 脉,这里指脉管,而为心主,是血液循环系统的主要组织,可再分为脉粗流涌型、脉平流畅型、脉细流弱型。3) 肉,主指肌肉,次带脂肪,而为脾主,是运动系统的主要组织,可再分为肌盛力大型、肌平力中型、肌瘦力小型。4) 皮,这里指皮肤,处身之表层,而为人之屏障,为肺所主,可再分皮肤厚糙型、皮肤细腻型、皮肤中平型。5) 骨,这里指骨骼,身之柱架,内护脏器组织、外主运动,而为肾主,可分为骨质密坚型、骨质疏松型、骨质中平型。凡上五者,构体不同,功能有异,内生潜质、活力差异不等。

3.2.4 五行神志体质 得神者昌,失神者亡。神机在人体自稳调节中至关重要,这不仅体现在人与天地相应的对外因素的调节上,而且在人体内部极其复杂的生理协调、维稳中也发挥着重要作用。望神志可以了解脏腑功能的强弱和精、气、血、阴、阳等内生潜质的盛衰与活力,亦是中医体质的重要内涵。神志体质分型极为复杂,此处可概况为神志兴奋型、神志平和型、神志忧郁型。

3.3 体质分型的经络观

经络是人体结构的重要组成部分,经络内连脏腑、外联肌肤,无论人体内外、上下,相通相贯,无所不到。同时经络在人体中有着重要功能,借经络网络全身以为联络网;借经络运行气血以为濡养网;借经络与脑髓、五官七窍、皮肤相连,以发挥人的视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉等,以为接收

传递象数信息的传递网;借经络调节机体以应天地之道网;借经络传正气、抗御邪气以为防御网;借经络传导病邪,反映病态,以为病传网等,所有这些都反映着经络的功能状态及体质状态,同时反映着经络富有的潜质与活力的体质本源。

中医体质经络观内涵丰富,其理论博大精深,分型极其复杂,本文仅从先天禀赋,后天养护,人之生、长、壮、老、已的普通规律将其分为十二经脉体质,可分为经脉未充型、经脉充平型、经脉充盛型、经脉衰退型、经脉衰竭型;奇经八脉体质,亦可分为经脉未充型、经脉充平型、经脉充盛型、经脉衰退型、经脉衰竭型。

3.4 六经体质

六经其内本于脏腑,外行布于机体,为人体中六个层次的构体,即三阳之表、里、半表半里,三阴之表、里、半表半里;反映着六个层次的功能状态,即人体三阳门的开、阖、枢,三阴门的开、阖、枢,为人体内升降出入运动之功能状态,以应天地之道、生存之道。人在常态时,“太阳常多血少气,少阳常少血多气,阳明常多气多血,少阴常少血多气,厥阴常多血少气,太阴常多气少血”(《素问·血气形态篇》)。六经体质是脏腑经络之构体与气、血、精、津、液等内生潜质与活力形成的个体特征,也是在常态下人体适应自然、防御外邪入侵以及自稳调节的能力状态。

《伤寒论》中未出现“体质”一词,但张仲景对体质的内涵多有运用,如:1) 太阳者,以足太阳膀胱经为主,主一身之肌表,为三阳门之开。太阳体质:卫实,阳多,气盛,阴弱,故其病多实。其中表实证,如麻黄汤证治;经实证,如葛根汤证治;腑实病水,五苓散证治;腑实病血,抵当汤证治;各种原因太阳体质虚、正气不足者,邪气较盛,虚实夹杂病,如桂枝汤证治。2) 阳明者,以足阳明胃经为主,位在三阳之里,为三阳门之阖。阳明体质,气血旺盛,阖机畅通,传导有力,其病容易热化、燥化。经证气分热盛不能透泄者,如白虎汤证治;腑证阖机障碍,而为痞、满、燥、实、里、坚,如承气汤证治;体质有虚,阖机受损,而病虚实夹杂,如麻仁丸证治。3) 少阳者,以足少阳胆经为主,居三阳之间半表半里而为枢。其体质阳、气不足,而易郁,少阳为病,枢机障碍会影响到太阳、阳明之开阖及升降出入,这是枢机病变的一个特征。调节枢机,便能调节开阖及升降出入,临床用小柴胡汤及其化裁能解外、调内,和解上、

中、下三焦之病，其根本就在于此。4) 太阴者，以足太阴脾经为主，居三阴之表而为开，体质虚寒，阴湿有余，阳气不足。病则开机受损，不能温养脏腑、四末，蓄养阳气，而寒化、湿化。其治下利不止，属脏寒者，当温之，宜服四逆汤类方；其治痞，不能运化者，宜泻心汤类方；影响少阴者，宜兼顾肾阳。5) 少阴者，以足少阴肾经为主，居足太阴、厥阴之间而为枢。体质藏阴而少阳，病则枢机受损，水火不能既济，或水太过而寒，其治麻黄附子细辛汤、白通汤；或火太过而必热，其治黄连阿胶汤等。6) 厥阴者，以足厥阴肝经为主，体质阴盛而阳升，位居阴之至里，而为三阴门之阖，而主升发，气血畅达。病则阖机受损，阳郁于里而不得外出，则生内热、血热，出现白头翁汤证；或气血寒滞或厥，出现四逆汤证；寒热错杂，蛔虫、久利者，乌梅丸证。还应指出的是，六经体质是可以转化的，特别是在疾病与治疗条件下，条文多见，在此不再赘举。

Cognition and Exploration of the Origin of Traditional Chinese Medicine Constitution

ZHANG Shusheng

(China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100700)

ABSTRACT This paper proposed the origin of endogenous potential and traditional Chinese medicine (TCM) vitality constitution, and elucidate the characteristics of TCM constitution, based on the connotation of endogenous potential, combined with the characteristics of TCM constitutional movement change, from the perspectives of constitution classification *yin* and *yang*, the five elements, meridians and collaterals, and six meridians, so as to explore the TCM constitution classification and origin.

Keywords traditional Chinese medicine constitution; constitutional origin; constitutional classification; endogenous potential

凡上可见，中医体质之说历史悠久，内涵丰富，博大精深。人的体质是开放、包容、多元的，并非一身一质型；人的体质是运动、变化的，不仅有量变，在一定条件下还可产生质变，并非一生一体质。人的体质也是在运动变化中维持稳定的，可称之为“相对稳定”。应该特别指出，中医体质属生理范畴，体质的本源在于构体中的内生潜质与活力。中医学强调体质个性，人体质的差异、功能的差异，其本源都在于构体中的内生潜质与活力不同等。这一提法对于全面认识体质有一定参考价值。

参考文献

- [1] 张树生. 中医藏象内涵与特色简议 [J]. 中医杂志, 2017, 57(23): 1985-1988.
- [2] 张树生. 中医自稳调节概说 [J]. 中医杂志, 2016, 57(20): 1719-1723.
- [3] 张树生. 对中医五行学说的思考与认知 [J]. 中医杂志, 2016, 57(5): 370-374.

(收稿日期: 2018-07-25; 修回日期: 2019-02-15)

编辑: 崔京艳