

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2022.23.017

从“胆气春升”理论角度解析抑郁症的发生与发展

刘朋, 滕晶✉

山东中医药大学, 山东省济南市经十路 16369 号, 250014

[摘要] 抑郁症是一种常见的情感障碍性疾病, 其发病的核心机制普遍被认为是肝气郁结、气机不畅。对中医古籍中“胆气春升”相关理论进行分析后发现, 人体全身气机的升发、通畅与充足取决于四季之中春季所对应的信息和能量, 这与抑郁症发病理论的核心机制即气机不畅直接相关。在解析“胆气春升”理论内涵的基础上, 阐述“胆气春升”在人体的生理作用表现为机体阳气升发之源、脾胃气机升降之枢、情志的间接调控之主三个方面。提出“胆气春升”异常与抑郁症的发生发展密切相关, 即“胆气”的升发和通畅决定着情志的舒展, 同时为阳气育化之源、气机升降之枢, 胆气升发的异常可为抑郁症发生的关键; 胆气升发异常可致机体阳气不能升发、气机升降逆乱和情志不舒, 其升发程度亦直接决定着抑郁症病机演化的方向。

[关键词] 抑郁症; 胆气春升; 阳气升发; 气机升降; 信息; 能量

抑郁症是最常见的情感障碍类精神疾病之一, 已成为仅次于心血管疾病、脑血管疾病的全球第三大致残病因^[1]。中医学认为, 抑郁症属于“郁证”的范畴, 其发病机制与机体气机运行受阻和情志不舒直接相关, 临床主要以情绪低落, 胸部满闷, 胁肋胀痛, 或易怒善哭, 或咽中如有异物哽塞等症为主要表现。目前, 在抑郁症的病因认识方面主要集中在“肝气郁结, 病及五脏”的理论背景之下^[2]。五运六气学说认为, 机体少阳相火升发的源头在于肝脏包藏的胆腑经气的推动、温煦、疏解功能, 这种推动、温煦和疏解功能作用于少阳三焦经而流经上焦时, 会起到奉养君火的作用, 君火得养则气机生化有源, 运行畅通无阻^[3], 人才会在心理和生理上处于健康状态。因此, 以“自然界信息和能量”与“机体胆腑经气”形成的和合关系为基点, 从更深层次探明抑郁症(郁证)的发病机制, 是对抑郁症发病原因的一种补充。基于此, 我们提出胆气在时间和空间上的升发程度充足, 可能是全身气机通畅的主要因素, 也可能是决定肝气是否郁结进而诱发抑郁症发生的根本原因。现从“胆气春升”理论角度探讨抑郁症的发生与发展如下。

1 “胆气春升”理论的内涵

人体是一个非线性而具有混沌性质的复杂巨系统, 正常生命活动的维系是“天-地-人”轴中信息与能量守恒的结果。“天-地-人”轴中所承载的能量和信息始终处于平衡状态时, 生命体维持在健康态。这种状态在时间和空间上的变化分为五种, 即自然界和生命体两者都具有的生、长、化、收、藏五种状态。五种状态在其所对应的时间和空间固有信息和能量作用下, 会形成小圆环; 在生命体或自然界初始到终末的全过程, 会形成一个具有螺旋上升和下降特性的大圆环。生命体不管处于小圆环还是大圆环阶段, 圆环本身固有的初始势能与信息和能量的有序运动决定着机体的健康状况。基于此, 结合《素问·金匱真言论篇》中“平旦至日中, 天之阳, 阳中之阳也……鸡鸣至平旦, 天之阴, 阴中之阳也。故人亦应之”“春夏养阳, 秋冬养阴”以及《素问·六节藏象论篇》中“凡十一脏皆取决于胆”的观点, 我们认为, 李杲以《伤寒杂病论》中“胆”或“少阳”为基点, 从“枢机”和“升发”角度出发, 在其著作《脾胃论》中首创“胆气春升”理论并自成体系。“少阳行春令, 生万化之根蒂也”(《脾胃论·长夏湿热困脾尤甚清暑益气汤论》)、“甲胆风也, 温也, 主化生周身之气血”(《脾胃论·胃虚脏腑经络皆无所受而俱病论》)、

基金项目: 山东省中西医结合专病防治项目(鲁财社指[2019]74号文); 山东省2019-2020年度中医药科技发展计划(2019-0038)

✉ 通讯作者: tengjing1972@163.com

“胆者，少阳春升之气，春气升则万化安。故胆气春升，余脏从之；胆气不升，则飧泄、肠澼不一而起矣”（《脾胃论·虚实传变论》），三者之间的密切关系就是“胆气春升”理论的核心，而这种关系表明，春季自然界气机的升降出入的初始势能与机体胆腑经气的升发直接相关，决定着机体胆腑经气的升发程度；胆气升发正常是保证机体阳气升发、气血调达和脾胃气机升降枢纽等生理作用的前提。因此，胆腑经气的升发“程度”（机体所能承受的正常阈值范围）决定着全身气机的升降出入运动能否有序进行。我们把该过程概括为“天-地-人”三气和合形成的，在整个圆环结构中的一种初始势能，这种势能的健康阈值决定着下一阶段健康阈值的产生。基于以上论述，“胆气春升”的理论内涵可概括为中医学天人和合思想背景下，一种具有升发作用的生命力。若和合的程度够深，则生命力强，人体升发之气的初始动力充足，全身气机调畅，机体健康而有活力；若和合的程度轻浅，则生命力弱，人体升发之气的初始动力不足，甚至无以升发，导致气机郁阻或郁闭在里，而化生百病。

2 “胆气春升”在人体的生理作用

2.1 阳气育化、升发之源

“胆气春升”理论与阳气产生与升发之间的关系，取决于胆气具有激发脾胃和心主神明的功能，也就是说脾胃的枢机和心主神明而统领五脏的作用一旦激发，则全身气机升降出入有序，稳定运行。这表明，胆气是机体全身阳气育化升发的一个枢纽，其存在地位可能在其余脏腑经络所具有的功能之上。因此，《素问·灵兰秘典论篇》提出了“凡十一藏取决于胆也”的观点，李杲在其著作《脾胃论·胃虚脏腑经络皆无所受而俱病论》中提出了“甲胆风也，温也，主化生周身之气血”的观点。两种观点都以“过程流”的方式强调了胆腑经气具有激发全身气血有序运行的作用，认为气血的有序运行不仅依赖于生命体本身固有的功能，还受春季环境能量与信息升发特性与其相互感应的影响，让机体“胆气”和“春季环境的信息与能量”达到阴阳和合、天人合一的状态。因此，明确春季环境的信息、能量与生命体之间的关系，才是理解“胆气”与“机体阳气育化升发”两者关系的关键。

自然界信息与能量的变化离不开不同时间段太阳的热量和引力对地球大气环境、磁场和固有生命物质的作用。春季是地球距离太阳由远到近的初始

阶段，随着太阳和地球距离的逐渐缩小，地球所受的太阳引力和吸收的太阳热量开始慢慢增加，同时引力的增加也导致了磁场强度的增加。地球自身磁场力与太阳热量在接触到孕育生命的物质——水时，会将水分子的微观运动加速^[4]，进而将其一小部分气化。这种气化状态下的微观运动所释放的能量，又在引力和磁场的作用下，将紧密不透的地面打开一些小孔，然后让地核所生的热量通过小孔慢慢升发出来。当处于地表的生命体接收到地核热量之时，自身的密码系统（基因）检测到适应的温度后，则激活自身所特有的生命力，从此开始新一轮生命过程。除此之外，由于地球的球形结构，受球形切面与太阳距离和角度的影响，同一时间点不同地域或同一地域不同时间点所受到的引力、太阳热量和磁场强度则会不同，水分子运动的加速度自然也会存在差异，这也导致不同地域生命体体质以及自身阳气升发在时间和空间上的细微差别。因此，从宏观角度讲，胆气春升理论是当人体受到春季环境的信息和能量的影响时，人体为了适应这种环境，形成了全身气机向外向上运动的状态；从微观角度讲，则是机体自身水液代谢的速度受到磁场、引力场和太阳热量三者的加速，形成了具有向上向外运动的阳属性能量，这种能量运行的方式与胆腑在春天环境背景下的经气运行规律相通应。正如张志聪在《本草崇原》所言“五脏六腑，共十一脏，胆主甲子，为五运六气之首，胆气升则十一脏之气皆升，故取决于胆也”，此胆气可谓一身阳气升发、育化之源^[5]。

2.2 脾胃气机升降之枢

对于“胆气春升”与“机体气机升降”之间的关系，我们基于李杲在《兰室秘藏》中提出的“手足经同法，便是少阳元气升发也”，认为足少阳胆与手少阳三焦两大系统所藏之气，皆具有温化全身元气，进而激发机体脾胃系统的纳化水谷精微的作用^[6]，最终提出了以“胆气”为轴心、“三焦”为通道、“脾胃”为作用靶点的“胆气-三焦-脾胃”轴向枢纽系统。在这个系统中，胆气的本质是少阳相火，相火的运行通道是三焦，当胆气或少阳相火经过中焦脾胃时，脾胃系统的升降作用在相火温煦振奋的作用下被激活，机体才能开始进行分清泌浊的生理活动。清气在脾主升清的作用下向上运动，滋养机体的中上二焦；浊气在胃主降浊的作用下向下运动，小部分进一步分清而滋养在中下二焦的胃肠系统，大部分从下窍排出体外。如此二者协同，

形成了一个斡旋而升降的气机运行稳态系统。

唐宗海在《血证论》中提出的“胆中相火如不亢烈，则为清阳之木气，上升于胃，胃土得其疏达，故水谷化”和现代医学已经明确的“胆汁中的胆汁酸和胆盐对胃肠的蠕动具有刺激作用”的观点^[5]，均建立在该理论之上，但两者都没有形成类似于“胆气-三焦-脾胃”三者互通互惠的轴向枢纽系统。总之，脾胃系统的升降功能与胆气的推动作用密切相关，只有胆气充足、运行有序、三焦通畅，脾胃系统的升降功能才能有序稳定，反之则发生逆乱。因此，“胆气升发”的生理作用正常，不仅是保证胆气充足和运行有序的前提，也影响着脾胃气机的升降，可谓气机升降之枢纽。

2.3 情志间接调控之主

对于“胆气春升”与“情志”之间的关系，《素问·灵兰秘典论篇》中“胆者，中正之官，决断出也”给出了明确的解释，即阐明了胆腑具有一定的认知功能，认为人体对事物做出不偏不倚的判断和决定始终离不开胆腑的作用^[7]。我们在此基础上梳理相关文献发现，《素问·灵兰秘典论篇》中的“心者，君主之官，神明出焉”、《灵枢·邪客》中的“心者，五藏六腑之大主也，精神之所舍也”与《素问·六节脏象论篇》中的“凡十一脏皆取决于胆”三者与“胆主决断”均有密切关系，即胆气对心主神明背景下的生理、心理活动有激发、约束和辅佐的作用，反过来心主神明也孕育着胆主决断的情志活动；又因为心受五脏六腑的充养，同时又主导调控五脏六腑，故胆腑是全身脏腑气机通畅和情志舒畅的核心枢纽^[8]。张景岳在《类经·藏象类》中指出：“五脏六腑共为十一，禀赋不同。情志亦异，必资胆气，庶得各成其用，故皆取决于胆。”基于此，我们结合胆气是机体脾胃气机升降之枢的观点，建构出了以“胆心”为启动子、“脾胃”为中心以及“十一脏”为执行通道的具有过程流属性的气机运行结构。该结构以“胆气”为枢纽形成了两条轴，即“胆-心-十一脏”轴、“胆-三焦-脾胃”轴。“胆-心-十一脏”轴中，人体相火生于命门，寄存于肝肾。以命门之火为体，又以命门之火为用^[9]，但必须借胆腑经气所具有的疏泄功能，才能释放于三焦，激发和推动全身正常的生理和心理活动；当相火的运行经过上焦时则奉养君火，保证心主神明并统领五脏的生理作用，进而调节和宣畅情志，完成人体的行为和情志活动。“胆-三焦-脾胃”轴中，“胆气”为脾胃气机升降之枢，

而脾胃气机的升降直接关系到全身气机的通畅，气机通畅无阻是机体情志调和的前提。通过对两条轴的分析可以发现，胆气所特有的主决断功能，通过其激活心主神志的功能而调控着机体的情志活动，也通过调控机体升降之气而间接调控着全身脏腑的气机，影响着机体的情志活动，此可谓“胆气”为情志的间接调控之主。

3 “胆气春升”异常与抑郁症的发生与发展

3.1 胆气升发异常与抑郁症的发生

研究抑郁症的发生，实际是解决其病因或病机如何形成的问题。抑郁症的发生往往与情志、环境等密切相关，其根本原因为情志不舒。在中医学中多与肝、脾、心三系统异常关系密切，而导致三系统出现异常的主要观点有三种：1) 朱震亨在《丹溪心法·六郁》中提出“凡郁皆出中焦”，认为中焦气机斡旋运动的失常是郁证发病的关键^[10-11]；2) 将《素问·生气通天论篇》“阳气者，精则养神，柔则养筋”与《灵枢·行针》“多阳者多喜，多阴者多怒”相联系，认为机体阳气运行有序，精神情志活动才能受到阳气温养而舒畅，若人体阳衰，神失所养，导致脏腑功能失调，全身气机升降出入失常，是抑郁症发病的根本^[12]；3) 情志活动直接导致机体气机的郁滞，气机郁滞则情志不舒，两者恶性循环^[10]。《类经·情志九气》云：“思之无已，则系念不解，神留不散，故气结也”，《诸病源候论·气病诸候》云：“结气病者，忧思所生也。心有所存，神有所止，气留而不行，故结于内”，两者都以“异常的情志活动”为基点，反推出了郁证的发生直接与情志刺激相关。将以上三点高度概括则发现，阳气虚损、脾胃气机升降失和与情志刺激三者相互影响、恶性循环是抑郁症发病的根本。而上文已述，机体阳气的育化与升发、全身气机的升降枢纽和情志舒畅，均受机体“胆气”的通畅和充盛共同调控；反之，阳气虚损、气机的升降失因和情志不舒也会导致胆气不能正常升发或运行受阻。因此，胆气升发正常和运行通畅无阻是情志舒展的枢纽，可谓避免抑郁症发生的关键。

3.2 胆气升发异常与抑郁症的发展

研究抑郁症的发展，实际是解决其病机的演变或传变问题。分析胆气升发和抑郁症发展之间的关系，主要是在抑郁症已经发生的基础上，分析“胆-心”轴异常、胆气和自然界阳气升发育化之间和合是否充分，以及“胆-三焦-脾胃”轴异常三者

在临床上出现的先后顺序问题。临床上,抑郁症常以一派静止的、内守的、下降的症状为主要表现,通常以前期、中期和后期划分病情的轻重。其中前期以低频次轻微的情感活动障碍为主,临床表现包括低频次情绪低落、胸胁偶尔胀满、善叹息、意志力下降等,舌脉无明显异常变化;中期以高频次情感活动障碍和消化系统功能紊乱为主,临床表现包括长期情绪低落、胸胁胀满、思维迟缓、记忆力减退、轻微失眠、痰多、腹胀、大便黏腻、小便黄、不欲饮食、四肢轻微厥冷等,舌苔薄腻,肝区瘀点,脉弦滑;后期以长期情感活动障碍、消化系统功能紊乱和阳虚为主,临床表现包括重度情绪低落、不欲见人、悲伤欲哭、思维停滞、失眠、入睡极其困难、有自杀倾向、平素口苦无味、畏寒肢冷、腹冷腹胀、大便溏泻、小便清长等,舌胖大有齿痕、苔白厚腻,肝区瘀点或青紫,脉沉弦细滑弱,其中左寸和关位脉弱,甚至指下不显。

分析抑郁症各期临床表现可发现,抑郁症前期至中期、中期至后期是一个由心主神明功能的轻微异常慢慢发展到脾胃升降与运化功能失用,脾胃升降与运化功能的失用又逐渐导致全身阳气虚衰,气机闭阻的过程。根据本文提出的胆气升发异常是抑郁症发生的基础,抑郁症前期属于“胆-心”轴异常的范畴,中期属于“胆-心”轴和“胆-三焦-脾胃”轴异常的范畴,后期属于“胆气”不能促使机体阳气育化升发、“胆-心”轴和“胆-三焦-脾胃”轴共同异常的范畴;抑郁症前期、中期和后期之间的关系,是“胆气”在量和升发程度上由强到弱、由高到低有序减弱的一个发展过程。因此,胆气升发异常不仅会导致机体阳气不能升发、气机升降逆乱和情志不舒的发生,其升发的程度也可能直接决定着抑郁症病机演化的方向。

4 结语

《脾胃论》中提出的“胆气春升”,是机体阳气育化、脾胃气机升降和间接调控情志三方面正常运行演变的核心枢纽。该枢纽在春季气候大环境中信息和能量的启动下,在人体形成了以“胆气”为枢

纽的“胆-心”轴、“胆-三焦-脾胃”轴,以及“春季自然界能量信息”与“胆气”在机体和合状态共三个链条,此三个链条的平衡被打破可能是导致抑郁症发生发展的根本原因。由此可见,以“胆气春升”为中心,对抑郁症进行多维度的认识,将对认识抑郁症的发病机制和演变过程产生指导意义。

参考文献

- [1]GBD 2017 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017 [J]. Lancet, 2018, 392(10159): 1789–1858.
- [2]李亚芹,瞿融.从“胆主决断”论治抑郁症[J].中国中医基础医学杂志, 2018, 24(6): 745–747, 753.
- [3]杨磊.相火理论的本义溯源及理论探讨[D].北京:北京中医药大学, 2011.
- [4]张军,张立红.磁场对水扩散系数影响的分子动力学模拟研究[J].曲阜师范大学学报(自然科学版), 2003(1): 64–67.
- [5]王瀚康,傅休,吴明月,等.“胆气春升论”的病机探讨与临床运用[J].天津中医药大学学报, 2021, 40(2): 192–194.
- [6]魏丽.试述李杲“胆气春升论”[J].中国中医基础医学杂志, 2016, 22(12): 1599–1600.
- [7]马丹,周斌.“胆气春升理论”溯源及其与脾胃病的机理探究[J].中华中医药杂志, 2020, 35(9): 4331–4333.
- [8]刘云芳,过伟峰.过伟峰教授从“心胆神合”论治精神系统疾病[J].中华中医药学刊, 2016, 34(10): 2332–2334.
- [9]张怀亮.从少阳论治抑郁症[J].中医杂志, 2008, 49(9): 781–784.
- [10]王萌,周永学.中医郁病理论的源流与发展[J].中华中医药杂志, 2022, 37(4): 1878–1881.
- [11]夏梦幻,刘文平,王庆其.脾胃病与情志的相关性初探[J].中医杂志, 2019, 60(16): 1351–1354.
- [12]余金珊,林丹红.从阳论治抑郁症的中医康复[J].中医杂志, 2017, 58(9): 748–751.

(收稿日期: 2022-04-09; 修回日期: 2022-06-15)

[编辑: 崔京艳]