

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

刘春媛^{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

Liuchunyu^{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』是古代方书记录上保持健康的方法，提供了『Internal classic』是古代方书记录上保持健康的方法。可以推断张仲景是学术思想从“方从法立，法从方出”的学术思想。在编写和编纂『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』之前，张仲景得到了『Internal classic』的精髓，在编写和编纂『Plain Questions』、『Miraculous pivot and classic of difficult issues』之后，所有『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』的理论基础都来自于『Internal classic』。

内经的精髓在于顺应阴阳在自然世界中的规律，并保护和维持人体的阳气，以达到最长的寿命。张仲景吸收了『Internal classic』的精髓，然后生成了一套新的学术思想——『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』。在研究它的时候，这篇文章旨在从分析『Internal classic』中桂枝的使用来阐述张仲景在『Treatise on cold damage and miscellaneous disease』中保护和维持阳气的学术思想。

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』

* 교신저자 : 刘春媛, 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 : liuchunyu789@126.com
Tel : 86-0791-7118922.

접수일(2008년 12월 10일), 수정일(2009년 2월 7일),
게재확정일(2009년 2월 9일)

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”，“恬憺虚无”，“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，一曰桂也；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：一曰，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，盖亦取其枝上皮的本身

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，配伍白芍，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，助脾胃阳以化气生津，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），主治以火劫亡心阳而生惊狂证。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) 温经通路：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治法为主，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，都应该的首选之品。

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.