

# 从《伤寒论》用桂枝看仲景的护阳养生思想\*

★ 刘春援\*\* (江西中医学院 南昌 330004)

**摘要:**对《伤寒论》中运用桂枝的方剂进行详细分析,并结合桂枝助阳、护阳的临床效用,以及《伤寒论》的治法及服药将息法特点等,认为张仲景继承并发展了《内经》重视阳气的养生思想。

**关键词:**伤寒论;桂枝;护阳养生

**中图分类号:**R 222.2 **文献标识码:**A

## 1 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》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。”

## 2 桂枝的临床效用

### 2.1 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,侵桂也;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:侵,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。

### 2.2 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

\* 基金项目:国家十一五科技支撑计划项目(2008BAI10B03)

\*\* 作者简介:刘春援,女,教授,硕士生导师。主要从事《内经》教学、研究。研究方向:中华传统养生。

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。

### 3 《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,约占全书总方(114)的17.5%,114方中,用了桂枝的方有41方,占36%。

#### 3.1 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。

### 3.2 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。

## 4 从《伤寒论》用桂枝看仲景之护阳养生思想

### 4.1 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。

### 4.2 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。

### 4.3 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,都应该是首选之品。

### 4.4 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。温覆令一时许,遍身紫紫微似有汗者益佳,不可令如水流漓,病必不除。若一服汗出,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,遍身紫紫微似有汗者益佳,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。

(收稿日期:2008-09-15)