◆思路方法◆

从内阳外阴本体结构论“阳常有余，阴常不足”

叶晓璐[1]，纪云西[2]

1. 浙江中医药大学第一临床医学院，浙江 杭州 310053；2. 浙江省中医院，浙江 杭州 310006

[摘要] 运用“内阳外阴”本体结构理论从阳在内阴在外的本位结构和阳向上向外、阴向下向内的驱动性，阐释了朱震亨提出的阳有余阴不足论的实质乃肾精不足、虚火上越，认为目前临床上多不解朱震亨“阳常有余，阴常不足”本意而滥用清热泻火、滋阴生津药物，从而针对性地提出补肾填精与引火归元之法。

[关键词] 内阳外阴；本体结构；阳常有余；阴常不足；补肾填精；引火归元

[中图分类号] R226 [文献标志码] A [文章编号] 0256-7415（2023）10-0180-04

DOI：10.13457/j.cnki.jncm.2023.10.037

Discussion on “Yang Is often in Excess, While Yin Is often Insufficient” from Ontological Structure of Internal Yang and External Yin

YE Xiaolu, JI Yunxi

Abstract: Using the ontological structure theory of “internal yang and external yin”, from the ontological structure of internal yang and external yin and the driving force of upward and outward movement of yang and downward and inward movement of yin, this paper explains that the essence of the theory of yang is in excess while yin is insufficient put forward by ZHU Zhenheng is kidney essence insufficiency, and deficiency fire flaming upward. It is believed that at present, in clinical practice, there exists many misuses of drugs that clear heat and drain fire, enrich yin and promote fluid production, because of the misunderstanding of the original intention of “yang is often in excess, while yin is often insufficient” by ZHU Zhenheng. Therefore, the methods of supplementing kidney and essence, and returning fire to its source are put forward pertinently.

Keywords: Internal yang and external yin; Ontological structure; Yang is often in excess; Yin is often insufficient; Supplement kidney and essence; Return fire to its source

朱震亨被后世誉为“滋阴派”创始人，其所提出之“阳常有余，阴常不足”对后人有很大启发。唐农[1]教授基于人体阴阳运动的本质属性以及《易经》《黄帝内经素问》等对阴阳关系的相关论述提出了人体“内阳外阴”本体结构理论，阐释了阳在内在下、阴在外在上是阴阳关系之体，以及阳向上向外、阴向下向内是阴阳关系之用的观点。从“内阳外阴”本体结构出发认识朱震亨的“阳有余阴不

[收稿日期] 2022-10-28
[修回日期] 2023-04-03
[作者简介] 叶晓璐（1998-），女，硕士研究生，E-mail：1097661745@qq.com。
[通讯作者] 纪云西（1975-），男，中医学博士，中西医结合临床专业博士后，主任医师，教授，硕士研究生导师，E-mail：ji-yunxi@163.com。

足”理论，能有更深入的理解。

1 “阳常有余，阴常不足”提出的背景

“阳常有余，阴常不足”理论的提出有其背景。首先，朱震亨生于元代初期，世安民富，人易因纵欲酗酒或情志不畅而导致火炽精竭[2]；其次，唐宋对外交流频繁，香药进口增多，《太平惠民和剂局方》中便记载了许多以香燥药如高良姜、沉香、降香、丁香、木香、豆蔻为主的方剂，时医不分辨阴阳寒热概嘱“多服、常服、久服”，由是产生了滥用之弊，而致人体伤阴耗气[2]；再者，朱震亨为理学大家朱熹的四传弟子许谦的学生，理学强调“存天理，灭人欲”，认为人的禀赋、性格、欲望等因素耗阴伤精，对疾病的发生和发展有着重要的影响，这对朱震亨的医学理论影响深远[3]；此外，朱震亨在医学上尽得罗知悌真传，罗知悌认为“学医之要，必本于《素问》《难经》”，而《黄帝内经》认为，“阳道实，阴道虚”，“一水不能胜二火”，人体五脏属阴，藏精而不泻，易于耗伤；六腑属阳，泻而不藏，易于积滞，故朱震亨继承了《黄帝内经》中阴阳虚实、调治脏腑的理论思想，此对“阳常有余，阴常不足”理论的提出有重要影响[4]。

因此，朱震亨从天人合一的整体观出发，在《格致余论》中提到：“天大也，为阳，而运于地之外；地居天之中，为阴，天之大气举之。日实也，亦属阳，而运于月之外；月缺也，属阴，禀日之光以为明者也。”认为自然界中天地、日月等普遍存在阳有余阴不足的现象，而人受天地之气以生，故人身同样符合“阳有余而阴不足”的常理。以天地日月而言，阳者为天、为日，阴者为地、为月，然人身之阴阳又为何者也？于此朱震亨提出人身阴气之成后只供得三十年之视听言动，更何况人之无涯情欲更是消耗阴气，故男子到了八八之年便精绝，女子到了七七之年便经绝。由此可知朱震亨所指的“阴”为元阴，即人之精血、肾精。“元阴”主导人的生长生殖、濡养机体的脏腑形体官窍，并有化血化神化气之功。关于阳者，其有云“天之阳气为气”，阳气在人体可发挥护卫抗邪、推陈致新的作用，并调动全身脏腑工作机能，统摄血、津、精等属阴的物质。

朱震亨受“重阴”思想的影响，认为人发病的原因主要在于“阴不足”，即精血不足，故男子精绝，女子经断之后便会出现衰老之态。阳道实阴道虚，且人生在世，不论喜怒哀乐、忧愁思虑、醉饱劳倦，皆耗散元阴，故元阴难成而易亏。阴能敛阳，阴气亏乏之后阳气易亢，阳气轻浮妄动，便为“相火”，相火妄动，人体便会出现诸如头痛口干，食少体热等“阳有余”的症状，故此之“阳有余”应为虚火上炎而非实火上冲。朱震亨被后世称为“滋阴派”的创始人，大补阴丸为其代表方，方中用熟地黄(酒蒸)、猪脊髓、龟板(酥炙)以滋阴潜阳，黄柏(酒炒)、知母(酒炒)以伏龙雷之火，方中诸味看似俱为滋阴降火之药，实则内含阳中求阴之法，分别以酒蒸、酥炙、酒炒等法炮制去其寒性，更增温通之力，如此可使服用者阴精自足，虚火得降。自古云阴阳者乃生命之道也，《周易》云：“大哉乾元，万物资始，乃统天。”而谈及坤元时便提出了“乃顺承天”[5]，乾卦为阳，坤卦为阴，这强调了阳在万物的生命活动中的主导地位，而阴居从属地位，阳气为万物之始。《素问·生气通天论》中也认为“阳气者，若天与日，失其所则折寿而不彰”，阳气不在其所发挥作用，万物便失去生机与光彩，这体现了阳气的决定性作用，离开阳气则万物不生。郑钦安在《医理真传》里讲水为乾分一气落于坤宫所化，于是有了阴阳，然后生出后天坎离二卦，且“阳行一寸，阴即行一寸；阳停一刻，阴即停一刻”[6]，这说明了阳为阴之主，阴为阳所化生并依从于阳而得以发挥其生理功能。朱震亨《格致余论》云：“阴气始成，而可与阳气为配，以能成人。”也说明人之阳气先于阴气而生，在阳气为主阴气为配的情况下，天地日月之精气孕化出的生命才能生长发育成健康的成年人。

由此可知，有些医家对朱震亨的“阳有余阴不足论”的理解尚有其不足之处，其未准确地认识到中医阴阳学说的核心是“阳主阴从”观[1]，阴阳的化生是动态的，天一生水，阳生阴才能长。

2 从“内阳外阴”的阴阳本体结构理论阐释“阳常有余，阴常不足”的内涵

扶阳学派认为生命“以火立极”，强调“扶阳护正”，其视角从《易经》中的乾坤坎离卦象展开，以阴阳二字作为贯穿始终的纲纪。乾卦象征天，象征阳，主动主升；坤卦象征地，象征阴，主静主降。泰为安定之意，意为天与地、上与下都交汇相通。

泰卦的卦象为上坤下乾，阴阳二气走向交感，内为阳外为阴则内健而外顺。否卦中反映出的天地阴阳的走向为不交，乾属阳主升，坤属阴主降，而否卦的卦象为乾在上、坤在下，故二者是走向相反离决的。

唐农教授提出的内阳外阴本体结构理论认为，人体只有阴阳气化交感才能化生、维持生命，根据阳向上向外、阴向下向内的驱动性，此过程中阴阳的位置关系应是阳在内在下、阴在外在上，如此可使阳运阴中，阴包阳外，万物交感化生，反之则阴阳运动后便会走向离决[1]。根据此阴阳本体结构，元阴不足，阴不敛阳，坎中真阳不能运于阴中则脱离本位，阳气当其位则正，非其位则为邪，向上向外浮越超出本位便成为邪火，是以“有余”。如郑钦安所言，真阳指坎中一阳，有龙之名，为先天乾金潜于二阴之中，若虚火上冲之症，乃为水盛则龙亦盛，水高则龙亦高[6]。由此则导致虚火上越，外现口疮、齿痛、面热、目赤、耳肿等热象之症，但其实为体内真阳不足。是以朱震亨所言“阳常有余，阴常不足”之阳有余为虚火上越而非实火上冲，阴不足为人之肾精、精血不足而非津液不足。元阴不足，虚火上越，人身之阴阳变为阳在外阴在内，便违背了阴阳交感化生的一般规律，故为病理之象。此上浮之阳需令其潜入本位，成为元阳，才能发挥生命真种子的作用，令阳气源源不断地化生阴血。

3 基于“内阳外阴”本体结构理论论治“阳常有余，阴常不足”的理法

唐农教授的“内阳外阴”本体结构理论[1]秉承扶阳派郑钦安的思想。郑钦安在《医理真传》中论阴阳，指出阳之根在于坎水，一点元阳含于二阴中，阴之根在乎离，一点元阴藏于二阳之内。坎为水在下，离为火在上，故唐农教授据此提出阴阳之本体结构为阳在内阴在外；郑钦安对坎离交济描述为坎中“一阳发动，起真水上交于心”，离中“一阴初生，降心火下交于肾”[6]，而生命就立于这往来无穷的坎离升降交汇之上。“内阳外阴”本体结构理论也认为阴阳在本位上按照阳向上向外、阴向下向内的趋动本性后走向交感。故二者的阴阳观一脉相承又相互贯通。扶阳学派言坎离中立极二气[5]，着重落实在肾之阳火与心之阴水，且唐农教授还明确指出就人体根本而言，阴阳二气的交感活动实指先天坎离之真阴真阳的活动，而非后天脏腑五行中所言心为火下降于肾、肾为水上济于心的理论。

朱震亨提出的“阳常有余，阴常不足”的本质乃元阴即肾精不足，不能使阳运阴中，阴包阳外，从而导致虚火上越出现虚热之象。因此，治疗上应交通人体一身之阴阳：一为引火归元，使“有余”浮越之阳得以潜藏；二为补肾填精，使“不足”之阴得以涵养，如此便可达到阳运阴中，阴包阳外，阴阳自和，水火既济，则机体自然痊愈。

对于虚火上浮者，郑钦安《医理真传》中载有潜阳丹与封髓丹两方，前者由砂仁、附子、龟板、甘草组成，后者由黄柏、砂仁、甘草组成。西砂仁辛温，可温中行气以宣中宫之阴邪并有纳气归肾之效；附子辛甘大热，可补坎中真阳；龟板咸甘寒，得水之精气而生，可引阳入阴、通阴助阳；对于黄柏，郑钦安认为其味苦入心，禀天冬寒水之气而入肾，可泻火除蒸；甘草甘平，可补中伏火，调和上下。共奏潜阳纳气、引火归元之功[7]。虎潜丸出自《丹溪心法》，应用的病机为上实下虚，阴不涵阳，正如《临证指南医案·虚劳》所云“丹溪虎潜法，潜阳坚阴”，方中黄柏、熟地黄、知母、龟板、白芍滋阴潜阳降火，虎骨、锁阳补阳壮骨，干姜、陈皮温中理气健脾，兼制方中黄柏等主药之苦寒，牛膝引药下行。诸药合用，共奏潜阳坚阴、强壮筋骨之功[8]。

对于元阴亏虚者，郑钦安在《医理真传·阴虚证门问答》中提出，“元阴寓于血之内，元阳寓于气之内”[6]。故其常采用有“阳生阴长”之意的当归补血汤，以求气血双补，方用当归、黄芪、鹿茸、麦芽、黑姜、甜酒、葱头子、炙甘草，心为生血之源，当归能入心、活血补血，肺为正气之宗，黄芪甘温大补肺气，鹿茸为纯阳之品，可助真阳之气，佐以姜、草可温中，又有用阳化阴之意，用葱头以降离中之阴而下交，用甜酒以鼓坎中之阳上行，用麦芽能消中焦壅滞，使上下阴阳调和达到补气补血以化肾精之功。《丹溪心法》载有五子衍宗丸，为滋阴补肾、固精助阳之经典方剂，被誉为“古今种子第一方”。方中枸杞子性平味甘，滋肾填精，菟丝子性温味甘，温肾益精，二者俱滋补肝肾之功效；覆盆子性温味甘酸，温肾而不燥、固精而不凝；五味子性温味酸，益气补虚，强阴涩精，车前子清肝肺

风热，导膀胱水邪，利水而不动气。五药相伍，共俱填精、补髓、益肾之功[9]。

临床上，证型常错综复杂，医者常不能正确理解朱震亨“阳常有余，阴常不足”之本意，以“阳”为实火，多采用清热泻火之法，如黄连、栀子、石膏、知母等；以“阴”为津液，多用滋阴生津之品，如生地黄、沙参、梨汁等。而不知“水盛则龙亦盛，水高则龙亦高”，往往不得其效。故治疗上需识得“病在阳者，扶阳抑阴；病在阴者，用阳化阴”。扶阳抑阴，即在生命以火立极和以阳为基础的思想指引下，扶助真阳以去阴寒之邪；用阳化阴，指真阳不足乃为真阴不足的根本原因，因此以阳化生阴血仍需采用温补元阳的方法[1]。

纪云西教授在深刻理解朱震亨“阳有余，阴不足”理论内涵的基础上，融汇了郑钦安扶阳的理法方药，在临床运用上往往疗效颇佳。对于虚火上浮者，常选用潜阳封髓丹、桂枝甘草龙骨牡蛎汤、大剂量山萸肉等引火归元，以温潜的方式使阳气回归本位。潜阳封髓丹为潜阳丹与封髓丹的合方，具有潜阳纳气、引火归元之效。桂枝甘草龙骨牡蛎汤中龙骨、牡蛎咸寒，可重镇敛降潜阳，桂枝辛温，可振奋心阳、通阳化气从而使阴阳互济，甘草甘平，可补心气、健脾气并有伏火之功，四药合力，使虚阳得降、真阳得复，心神得安。山萸肉味酸、涩，性微温，可大敛元气，收涩固脱，被张锡纯誉为救脱第一要药[10]。李可老中医治疗心衰的验方破格救心汤中也用到大剂量山萸肉以收涩滑脱，临床上往往具有起死回生之效[11]。元阴即肾精亏虚者，纪云西教授在临床上常选用阿胶、巴戟天、制黄精、覆盆子等温热性质之品以补肾填精，取真火实能生真阴之意，而寒凉滋腻之品当少用，如生地黄、麦冬等，以防阻遏上中二焦之阳而生寒湿浊气。

4　小结

朱震亨在《格致余论》中明确提出阳气易亢而阴气难成易亏。唐农教授的“内阳外阴”本体结构理论从阳在内阴在外的本位结构和阳向上向外、阴向下向内的驱动性阐释了“阳常有余，阴常不足”的实质乃肾精不足、虚火上越，在治疗上应交通人体一身之阴阳，并提出补肾填精与引火归元之法，以保全天和。此于因不解朱震亨“阳常有余，阴常不足”之本意而滥用清热泻火、滋阴生津药物者有可借鉴之义，且于中医理论的深度挖掘有益。

［参考文献］

[1] 唐农．论人体内阳外阴本体结构理论与扶阳学派核心思想的贯通[J]．中医杂志，2017，58(23)：1981-1984．
[2] 朱近人．论朱丹溪“阳有余阴不足”[J]．中华中医药学刊，2015，33(6)：1461-1463．
[3] 段泽华，贾成祥．“阳有余阴不足”的文化根源初探[J]．南京中医药大学学报(社会科学版)，2022，23(6)：385-388．
[4] 陈姝宇，张雪丹．宋元时期医家罗知悌学术思想探析[J]．中华中医药杂志，2021，36(6)：3222-3225．
[5] 唐农．论“立极阴阳”——谈谈扶阳学派的理论支点[J]．成都中医药大学学报，2017，40(4)：77-81．
[6] 郑钦安．中医火神派三书[M]．周鸿飞，校．北京：学苑出版社，2007．
[7] 楼静雯，纪云西．纪云西运用潜阳封髓丹经验介绍[J]．新中医，2020，52(12)：51-52．
[8] 姚鹏宇，赵家有．叶天士运用虎潜丸经验探析[J]．成都中医药大学学报，2018，41(4)：69-71，95．
[9] 李浩，俞旭君，阳方，等．五子衍宗丸治疗男性不育症64例临床研究[J]．中国性科学，2020，29(10)：123-126．
[10] 安俊义，安俊虎．重用山萸肉救脱57例临床探讨[J]．中国中医急症，1994，3(5)：214．
[11] 邓贤斌，陈路军，方艳琳，等．破格救心汤的圆运动解析临床应用拓展[J]．中医药导报，2021，27(9)：183-186．

（责任编辑：刘淑婷）