

桂枝汤方义与“啜热稀粥”作用*

曾楚倩, 王华宇, 贺华怡, 贺琪琚, 蔡虎志, 陈新宇

湖南中医药大学第一附属医院, 湖南 长沙 410007

摘要:《黄帝内经》中“食入于阴,长气于阳”的本意为:水谷进入人体,转化成人体所需的营养物质,一方面供养体内脏腑,另一方面也输送至体表形骸,周营遍身,使人体各部分发挥正常功能。“营者,水谷之精气”“卫者,水谷之悍气”,营卫之气均由水谷转化而来,又周营于皮肤腠理之间,当营卫之气转化为津液发散于体表时,即形成了发泄于外的汗液,此即“汗生于谷”的内涵。桂枝汤别名为阳旦汤,其作用本质并非仅仅发散祛邪,而是“助阳以为表”,使体表的营卫之气充盈,汗而邪退。故方后“啜热稀粥”的作用为生长营卫之气,使汗发有源,从而达到“助药力”的效果。

关键词:“食入于阴,长气于阳”;“汗生于谷”;桂枝汤;“啜热稀粥”;《伤寒论》;张仲景

DOI:10.16367/j.issn.1003-5028.2024.04.0091

中图分类号:R222.2 **文献标志码:**A **文章编号:**1003-5028(2024)04-0487-03

The Explanation of Cinnamon Twig Decoction and the Function of "Slurping Warm Thin Porridge"

ZENG Chuqian, WANG Huayu, HE Huayi, He Qijun, CAI Huzhi, Chen Xinyu

The First Hospital of Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, Hunan, China, 410007

Abstract: The original meaning of the statement that "Food enters the stomach and can nourish yang *qi* in the body" from *Huangdi's Internal Classic* implies that when grains and water enter the human body, they are transformed into the necessary nutrients. On one hand, they nourish the internal organs, and on the other hand, they are transported to the body surface, limbs, and skeleton, etc. circulating throughout the body, enabling each part of the body to function normally. "Nutrient *qi* is the essence of grains and water," and "Defense *qi* is the swift *qi* of grains and water," both of which are transformed from grains and water, and circulate between the skin and striae. When the nutrient and defense *qi* are transformed into body fluids and dispersed on the body surface, sweat is formed externally, which is the connotation of "sweat originating from grains." The alternate name for Cinnamon Twig Decoction is Yangdan Decoction. Its function is not merely to dispel pathogenic factors but fundamentally to "assist yang to reach the surface," ensuring that the nutrient and defense *qi* on the body surface are abundant, promoting sweat production, and expelling pathogenic factors. Therefore, the addition of warm thin porridge aims to promote the growth of nutrient and defense *qi*, ensuring the source of sweat production, thus achieving the effect of "assisting the efficacy of the medicines."

Keywords: "Food enters the stomach and can nourish yang *qi* in the body"; "Sweat originates from grains"; Cinnamon Twig Decoction; "Slurping Warm Thin Porridge"; *Treatise on Cold Damage Diseases*; Zhang Zhongjing

* **基金项目:**国家自然科学基金项目(81704061,81173213);湖南省科学技术厅重点领域研发计划项目(2019SK2321);湖南省发展和改革委员会创新引导专项项目(湘发改投资[2019-412号]);全国名老中医药专家陈新宇传承工作室建设项目{国中医药人教函[2022]75号};心病“四时调阳”重点研究室建设专项项目{湘中医药函[2020]51号};“四时调阳”治未病湖南省工程研究中心项目{湘发改高技[2020]1006号}

《素问·病能论》云：“夫食入于阴，长气于阳。”本意为采用夺其食的方法治疗阳厥病。阳厥病为阳气过亢之疾，注家多将“长气于阳”之“阳”解释为阳气，然若“长气于阳”之“阳”为阳气，则句意变为“长气于阳气”，但岂有“长气于气”之说？显然不妥。笔者认为，该句可以与《素问·评热病论》所言之“汗生于谷”相联系，阐释如下。

1 “食入于阴，长气于阳”

王冰及林亿均未对该句进行校注，杨上善《黄帝内经太素》^[1]言：“谷气热，故推入腹内，阴中长盛阳，所以憎于狂病。”但未言明“阴”与“阳”代表何意，马蒨和张景岳认为，食化于太阴脾，即“食入于阴”，气长于阳明胃，为“长气于阳”^[2-3]。“阴”为太阴脾，“阳”为阳明胃。虽然合乎逻辑，但将原句之“入”字改成了“化”字，未免欠妥当。张志聪在《素问集注》^[4]中云：“食气入胃，散精于肝，食气入胃，浊气归心，淫精于脉，毛脉合精，行气于腑，是食入于阴，长气于阳也。”他认为“阴”指“心肝二脏之阴”，“阳”指“巨阳少阳”。该理解将《素问·经脉别论》中关于食物精微布化过程的描述解释本句，有断章取义之嫌。高士宗^[5]则认为，本句指的是，食入于胃内，生化出阴精，阴精又化生出阳气，即“阴”为阴精，“阳”为阳气，但原文并未言“生阴”之后再“长阳”。现代注家多将“阴”归为脾，“阳”归属气，认为饮食水谷由脾运化，转输精气，上散于肺，再由肺通过宣发肃降，使精气熏蒸充达于皮肤毫毛^[6-7]。然此解亦似是而非，因为“阴阳”是中国古代哲学中用于表示对立事物的概念，而“脾”与“气”显然不相对，故笔者对此观点亦不赞同。

“食入于阴”的“入”字，本有“进入”“由外到内”之意，故笔者认为，句中的“阴阳”代表“内外”这一相对概念更为合适。《素问·金匱真言论》云：“夫言人之阴阳，则外为阳，内为阴。”《素问·阴阳应象大论》云：“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也。”故凡言人体整体之“阴阳”，则当指“内外”。近代名医李今庸对本句的注释为：“饮食进入体内，其精气输布于四肢体表等组织以资助正气”^[8]，亦以为本句之“阴阳”指“内外”，即以脏腑为中心的体内系统与四肢肌肉皮肤等外在形体的相对概念。

2 “汗生于谷”

“汗生于谷”出自《黄帝内经》，《素问·评热病论》云：“人所以汗出者，皆生于谷，谷生于精。”王冰注云：“谷气化为精，精气胜乃为汗。”而谷气是如何化为精气、汗液的呢？《灵枢·营气》云：“谷入于

胃，乃传之肺，流溢于中，布散于外。”《灵枢·五味》云：“谷始入于胃，其精微者，先出于胃之两焦，以溉五脏。别出两行，营卫之道。”谷入于胃，其精微物质一方面灌溉五脏等内在系统；一方面布散到体表等外在形身，即化为营卫二气，走“营卫之道”。营气行于脉中，卫气走于脉外。“营气者，泌其津液，注之于脉，化以为血，以荣四末，内注五脏六腑，以应刻数焉。卫气者，出其悍气之慄疾，而先行于四末分肉皮肤之间，而不休者也。”（《灵枢·邪客》）营气既可内注于五脏六腑，又可周流于四肢；而卫气则先走于四肢、肌肉、皮肤等体表处，使皮肤分肉得以温，腠理毫毛得以密。因此，人体体表之气，由谷气所化之营卫二气共同形成，若营卫俱虚，机体则会“不仁且不用”（《素问·逆调论》）。

汗液发于体表，是人体五种津液之一。“汗者，精气也”“营卫者，精气也”，汗液是营卫之气的外泄。三焦为气道，统御营卫精气，使二者分注于肌肉皮肤，再转化为津液，发泄于体表，则成汗液。故汗液来源于精气，即营卫之气，根源于谷气，此即“汗生于谷”内涵。

汗生于谷即谷食入于胃，生化出营卫精气，充养于体表，而后营卫之气又转化为津液，发泄于体表而成汗液。在这个过程当中，笔者认为同样也蕴含了“食入于阴，长气于阳”之义。

3 桂枝汤方义与“啜热稀粥”作用

3.1 桂枝汤方义——“助阳以为表” 仲景关于桂枝汤证的论述，散见于《伤寒论》条文中，如第 12 条：“阳浮而阴弱。阳浮者，热自发，阴弱者，汗自出。”第 53 条：“卫气不共营气谐和。”第 54 条：“此卫气不和也。”第 95 条：“荣弱卫强”。卫者，阳也；营者，阴也。“阳浮而阴弱”即是“营弱卫强”之意，故而桂枝汤证的本质即是营卫不和，“汗出”为其核心症状，如柯琴所言：“本方重在汗出、恶风，而汗出尤为亲切，汗不出者，便非桂枝证”^[9]。

在体表的营卫二气，但有一方不强，即可出现以“汗出”为主要表现的桂枝汤证，非必是“营弱卫强”也。对于《伤寒论》第 53 条和第 54 条条，柯韵伯云：“发热时汗便出者，其营气不足，阳邪下陷，阴不胜阳，故汗自出也；无热而常自汗者，其营气本足，因阳气不固，不能卫外，故汗自出。”^[9]前者是营弱卫强，后者是卫弱营和^[10]。营弱则阴失内守，卫弱则阳失固密，皆可病汗出。而营卫之气，皆是充养人体体表之气，但有一方偏弱，即是体表之气不足。以人体整体的阴阳言，内为阴，外为阳，故体表之气的不足，无论在营在卫，又统归是“阳不足”。故尤怡以

为桂枝汤之所以异于麻黄汤者,是“以其汗出而邪不出,故不用麻黄之发表,而以桂枝助阳以为表”^[11]。桂枝汤实有温补中焦、滋益营卫之效用^[12]。

3.2 “啜热稀粥”作用 啜,乃大口喝之义^[13]。桂枝汤服后啜热稀粥者,仲景用其“以助药力”,尤在泾云:“盖药力必藉胃气以行也。”既往学者们认为,啜热稀粥的作用,一是借水谷之精气以充汗源;二是借热能以鼓舞胃气,振奋卫阳^[14]。汗液乃营卫之气所化,生于水谷,啜粥可充汗源。热稀粥是在桂枝汤服已须臾所进,与白虎汤、竹叶石膏汤、附子粳米汤、桃花汤及麦门冬汤等药与米同煎的方法不同。先饮发散剂,再进热稀粥者,是欲发散之药力先行,醇和之粥力后进,而后进者得先进之药气亦可行发散之功。药与米同煎者,则药性虽劲强,得米食醇和之性,亦和调于中焦,使药力留著于胃也^[15-16]。白虎汤、竹叶石膏汤皆清中之剂,附子粳米汤、桃花汤为温中之剂,麦门冬汤乃养中之剂,五方皆行于中焦。“啜热稀粥”之稀粥能随药物的发散之力,迅速转化为营卫之气,走窜到体表,若是稠粥则易留恋于胃中,反碍药物的发散作用。故“啜热稀粥”使胃内有了水谷之精的充养,与桂枝汤“助阳为表”的作用相辅相成。

3.3 医案举隅 曹颖甫先生所撰的《经方实验录》中有医案一则如下^[17]:“有袁性少年,其岁八月,卧病四五日,昏不知人……询之,形无寒热,项背痛,不能自转侧,诊其脉,右三部弦紧而浮,左三部不见浮象,按之则紧……今按其左脉不浮,是阴分不足,不能外应太阳也……用葛根二钱、桂枝一钱、麻黄八分、白芍二钱、炙草一钱、红枣五枚、生姜三片……又恐其阴液不足,不能达汗于表,令其药中加粳米一酒杯”。

按语:此案患者精液耗损,阴分不足,故虽得太阳病,其左脉不浮,不能外应太阳。《素问·金匱真言论》言:“夫精者,身之本也。故藏于精者,春不病温。”人身之精气有所耗损,不能充养人体,则易得外感病。本案患者因得太阳伤寒病,而用葛根汤,以葛根解肌、“起阴气”^[18];麻黄发表邪;桂枝、白芍、生姜、大枣、甘草调和营卫。又虑其阴液不足,精气不充,化汗无源,故加入粳米一酒杯,藉谷气之力充养胃气,助长精气,使汗发有源。

4 小结

《黄帝内经》“食入于阴,长气于阳”本意为:水谷进入人体,转化成人体所需的营养物质,一方面供养体内脏腑,另一方面也输送至体表形骸,周营遍身,使人体各部分发挥正常功能。“营者,水谷之精

气”“卫者,水谷之悍气”,营卫之气均由水谷转化而来,又周营于皮肤腠理之间,当营卫之气转化为津液发散于体表时,即形成了发泄于外的汗液,此即“汗生于谷”的内涵。桂枝汤别名为阳旦汤,其作用本质并非仅仅发散祛邪,而是“助阳以为表”,使体表的营卫之气充盈,汗而邪退。故方后“啜热稀粥”的作用为生长营卫之气,使汗发有源,从而达到“助药力”的效果。

参考文献:

- [1] 杨上善. 黄帝内经太素[M]. 北京:人民卫生出版社, 1965:593.
- [2] 马蒔. 黄帝内经注证发微[M]. 北京:中医古籍出版社,2017:323.
- [3] 张景岳. 类经[M]. 太原:山西科学技术出版社,2013: 545.
- [4] 张志聪. 黄帝内经素问集注[M]. 孙国中,方向红,点校. 北京:学苑出版社,2011:394-395.
- [5] 高士宗. 黄帝素问直解[M]. 北京:科学技术文献出版社,1982:335.
- [6] 山东中医学院,河北医学院. 黄帝内经素问校释[M]. 北京:人民卫生出版社,1982:602.
- [7] 黄帝内经素问[M]. 北京:人民卫生出版社,2012:132.
- [8] 李今庸. 黄帝内经研究新法[M]. 武汉:湖北科学技术出版社,2018:228.
- [9] 柯琴. 伤寒来苏集[M]. 北京:中国医药科技出版社, 2011:51.
- [10] 阚湘苓,郑凯,许妙如. 营卫不和与桂枝汤[J]. 天津中医,2000,17(6):35-36.
- [11] 尤在泾. 伤寒贯珠集[M]. 北京:中国中医药出版社, 2008:69.
- [12] 张敏,张雪亮. 略论桂枝汤的补益中焦作用[J]. 中国中医基础医学杂志,2017,23(10):1462-1464.
- [13] 俞洁. 《伤寒论》煎服法启示[J]. 山东中医药大学学报,2012,36(1):23-24.
- [14] 蔡逢雨,王军. 仲景煎服法中重脾胃思想浅析[J]. 亚太传统医药,2017,13(5):88-89.
- [15] 潘晓丽. 桂枝汤煎服法对临床的启示[J]. 光明中医, 2009,24(5):955-956.
- [16] 彭飞,李华. 伤寒论桂枝汤煎服法刍议[C]. 南阳:全国张仲景学术思想及医方应用研讨会论文集,2001: 100-101.
- [17] 曹颖甫. 经方实验录[M]. 上海:上海科学技术出版社,1979:18-19.
- [18] 神农本草经[M]. 沈阳:辽宁科学技术出版社,1997:24.

收稿日期:2023-12-19

作者简介:曾楚倩(1998-),女,广东河源人,硕士研究生。

通信作者:陈新宇,E-mail:chenxinyuchen@163.com

(编辑:刘华)