

# 褚澄博涉精诊 阐发中医基础理论

□卜俊成

真正下定决心做一件事,总会突破万难成就经典。比如南北朝时期南齐医家褚澄,他的著作《褚氏遗书》,虽然通篇仅2619个字,但是所论精辟,颇多创见,光耀医史长河。该书对血症及妇科病证治的见解,为后世医家所推崇。当然,信手拈来的从容,从来都是厚积薄发的沉淀。

籍籍为河南阳翟(今河南禹州)的褚澄,字彦道,出生于官宦之家。其祖父褚秀之,父亲褚湛之,哥哥褚渊都权倾朝野,其母亲为宋武帝刘裕第五女吴郡宣公主,其妻子为宋文帝刘义隆之女庐江公主。而褚澄本人则历任吴郡太守、左户尚书、领右军将军等,其女儿则为东昏侯皇后。

官位显赫的家族背景,为钟爱医术的褚澄提供了常人无法企及的便利条件。少年时,褚澄便在名师的指导下学习经史子集。年龄稍长,他便研读《黄帝内经》《神农本草经》《难经》《针灸甲乙经》《肘后备急方》等中医典籍。其中,褚澄尤其喜欢经晋代医学家王叔和整理的《伤寒杂病论》,以及现存我国最早的脉学专著——由王叔和撰写的《脉经》。

《难经》曰:“经言,望而知之谓之神,闻而知之谓之圣,问而

知之谓之工,切脉而知谓之巧。”在研习中,褚澄深知“望、闻、问、切”在疾病诊断中的重要性,依据《黄帝内经》中的藏象经络学说和阴阳五行学说,以及《脉经》有关诊脉方法、脉象病理、脉诊意义等方面的内容,提高自己的望诊和切诊水平。

褚澄在担任吴郡太守时,曾经遇到前来办事的百姓李道念。见到李道念的第一眼,褚澄就说他患有重病。果不其然,李道念无奈地说,自己患有旧疾,被困扰5年了,请了很多医生诊治,都没有明显效果。褚澄便坐下来为其把脉,随后告诉李道念,他的病不是冷热引起的,而是因为平时吃生鸡蛋过多而导致的。由此可见,褚澄望诊和切诊技术精妙。

对患者情况全面的考量,是医生诊治疾病效果凸显的基础。每有患者来诊,褚澄除去运用望诊、切诊等诊断方法之外,还十分看重不同地区的土壤、风俗习惯和个人饮食喜好、精神状况,以及当时季节疾病的流行情况等对患者所患疾病的影响,综合审视开具方药。褚澄具体用药则继承东汉末年著名医学家张仲景的学术思想,擅长运用经方治病。因此,经褚澄诊治过的患者,大多数疗效显著。《齐史》评价褚澄医术曰:“投

剂如神,与卢扁华佗比肩。”

有一次,齐高帝萧道成所疼爱的二儿子豫章文献王萧鸷从外地回都城时染上重病,御医们用尽了能想到的所有办法,可他的病情却一天比一天加重。为了祈求苍天保佑儿子,萧道成特意下令大赦天下。但是,萧鸷的病情丝毫没有好转。

萧道成因此整日郁郁寡欢。一天,他突然想到之前听说大臣褚渊的弟弟医术高明,便急忙下诏请褚澄前来诊治疾病。后经褚澄的精心调治,萧鸷很快痊愈了。看到儿子身体恢复如常,萧道成万分欣喜,特意晋升褚澄为左户尚书。

褚澄为官清正廉洁,治郡颇有成效,再加上他精通医术,不分贵贱,乐于为人祛疾疗伤,因此受到百姓爱戴。褚澄一生撰有《褚氏遗书》《杂药方》传世。然而经过历代战乱等原因,《杂药方》早已散失,仅存今天我们看到的《褚氏遗书》留存。

《褚氏遗书》是继《黄帝内经》《伤寒杂病论》之后,《诸病源候论》之前,影响颇大的中医基础理论著作。全书分为《变形》《本气》《平脉》《津润》《分体》《精血》《除疾》《审微》《辨书》《问子》等10篇医论,首次提出晚婚优生的理论,在

中医史上最早提出有关男女胚胎形成理论,最早论述了阴阳之气在体内发生的时间、部位和循行路线,重视阴阳精血、津液,提出独特的切诊寸口配位法等。

同时,褚澄还在《褚氏遗书》中表述自己从医学的方法。他主张多读书、多临证,读书以古典书籍为主,以工具书为辅;临证则必求实效,以解除患者疾苦为己任;多拜访良师益友,通过切磋提高自己的医术;重视读书与临证的有机结合,在具体实践中提高疗效,即“博涉知病”“多诊识脉”“屡用达药”。

《褚氏遗书》具有较高的学术价值,为历代医家所重视。唐代医家孙思邈、金元四大家之一朱丹溪、南宋医家陈自明、明代医家张介宾、清代医家吴谦等分别在其所撰或编修的《备急千金要方》《丹溪心法要诀》《妇人良方》《景岳全书》《医宗金鉴》等重要著作中,都有来自《褚氏遗书》相关内容的引述。

在古人看来,包含著书立说在内的立言是达到人生“三不朽”的方法之一。褚澄出身名门,身居要位,禀赋超群,却依然博采众长,自省奋进,匠心独运,躬身实践,以精要医论增辉杏林,让有限的人生实现了另一种形式的不朽。

## 养生堂

自然界的阳气在夏至达到最旺盛,夏至之后,阳气由盛而衰,阴气由衰而盛。秋季为肃杀之始,主收敛。秋季燥邪当令,在人体对应肺脏,而肺又“喜润恶燥”,容易损伤肺阴,出现口干咽燥、干咳少痰等症状,正应中医“春夏养阳,秋冬养阴”的原则,秋季可适当进补。秋季养生,要注意以下几个方面。

### 起居养生

《黄帝内经素问·四气调神大论篇》曰:“秋三月,此谓容平,天气以急,地气以明,早卧早起,与鸡俱兴。”意思是秋季作息时间要根据大自然的调整,早睡早起,使阳气收敛,阴气渐生,正好借此以补偿夏日睡眠不足。通过合理的起居,使人体的气机与大自然相一致,以调神养气,逐步适应,减缓秋天肃杀之气给人带来的影响。

### 饮食养生

秋季燥邪当令,因此,秋季饮食调养的重点,一为润燥,二为养肺。燥邪分凉燥与温燥,在饮食上,根据燥邪性质,凉燥可食用龙眼、银耳、香蕉、蜂蜜等。温燥可食用梨、甘蔗等。此外,还可用一些滋阴润燥的中药,如黄精、地黄、玉竹、沙参等,配合大米煮粥即可。少吃辛温之品,如花椒、辣椒、油炸食品、膨化食品等。同时,还要注意不能暴饮暴食,损伤脾胃,导致土不生金,脾胃亏虚。

### 精神养生

《黄帝内经·素问·四气调神大论篇》曰:“使志安宁,以缓秋刑,收敛神气,使秋气平,无外其志,使肺气清,此秋气之应,养收之道也。”明确地告诉我们:秋季养神的关键是“使志安宁”,即人的情绪也要顺应自然,由兴奋转为宁静,由活跃变为平和,以平常心看待自然界和社会的变化。同时,秋季气温由热转凉,阳气渐收,阴气渐长,要“收敛神气”,为冬季的闭藏做准备。

### 运动养生

“自古逢秋悲寂寥,我言秋日胜春朝。”秋天树叶枯萎,花朵凋零,万物萧条,这个季节让人多愁善感,惆怅连连。因此,要保持积极乐观的心态,多进行户外运动,排解悲伤情绪。可以选择动作和缓、不过于激烈的运动,比如太极拳、八段锦、健身操、站桩、健步走、爬山等。运动要坚持一个原则,就是微微出汗即可,切勿大汗,大汗则伤阳、损耗肺气,而且影响阳气的收敛。

### 调适养生

调适养生意思是指调节适应自然界的变化规律,以避免或减少疾病的发生。比如“春捂秋冻”,为什么要“秋冻”呢?中医认为,“六邪”(风、寒、暑、湿、燥、火)通过身体的皮肤、口鼻侵入人体,皮肤是最主要的人侵途径,正气及皮肤自身防御能力的强弱,决定了“六邪”对身体伤害的程度。也就是说,同样的吹风、受凉,身体会不会生病,取决于人体的正气强弱、腠理是否致密,以及身体皮肤的毛孔处于什么状态。正气弱、毛孔在扩张的状态下,人体易受外邪侵袭;正气强、毛孔在收缩的状态下,人体不易感受外邪,即使感受外邪往往在程度上也比较轻。夏季由于天气炎热,裸露在外面的皮肤比较多,随着气温逐渐下降,毛孔慢慢地收缩,在这种状态下,风邪、寒湿之邪便不容易进入体内,加之衣着增多,这个时候吹点风、受点凉,一般对身体的影响不大,反而可以增强人体对环境的适应能力,不容易感冒。这就是我们常说的“四时欲得小儿安,常要三分饥与寒”的道理。对应的“春捂”,是因为冬天穿的衣服比较厚,皮肤被衣服保护着,总处在温暖的环境下,毛孔多是张开的。初春天气多变,过早地脱掉厚衣服,风邪、寒湿之邪很容易通过张开的毛孔侵袭人体,导致疾病发生。

秋季多发过敏性鼻炎。鼻为肺之窍,秋天在人体对应肺脏,所以过敏性鼻炎在秋季非常容易发作,天气转凉,稍一受寒,就出现鼻塞、打喷嚏、流鼻涕、鼻腔痒痒,甚至还伴随咽喉、眼睛痒及皮肤痒痒等。虽然是个小毛病,但是反复发作,给人带来的不适感是很痛苦的。过敏性鼻炎与人的体质和周围环境有关,不仅仅是单纯的鼻腔黏膜问题。中医的优势在于调理人体自身机能,同时还要通过调整生活习惯增强体质,比如多晒太阳、多运动使卫气通畅,饮食有节以强健脾胃,少熬夜以顾护肾气,少吃辛辣刺激食物保护胃气,少吃油腻食品以免阻碍中焦气机升发。所谓三分治、七分养,做到这些,体质会逐渐改变,过敏性鼻炎也会慢慢好转。

“秋气凄悲未必然,轻寒正是可人天。绿叶落尽红蕖却,荷叶犹开最小钱。”这是宋代诗人杨万里的《秋凉晚步》,充分表达了乐观向上的心境,虽然秋气凄悲,但是轻寒可人,看红色荷花落尽,又有小荷新生。人们要始终以健康积极的人生态度,安然度过春夏秋冬。(作者供职于河南省中医药学会、河南中医药大学第三附属医院)

## 征稿

您可以发表自己的看法,说说您与中医药的那些事,或者写一写身边的中医药故事,推荐您喜爱的中医药书籍。

《读书时间》《我与中医》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《中医典故》等栏目期待您的来稿!

联系电话:(0371)85967078  
联系人:李歌  
投稿邮箱:258504310@qq.com  
邮编:450046

## 读书时间

# 阳气是生命的根本 ——读《黄帝内经·阴阳应象大论篇》有感

□范彩云

《黄帝内经·阴阳应象大论篇》中有这样一句话:“阳化气,阴成形。”无独有偶,明代医学家张景岳认为:“阳动而散,故化气;阴静而凝,故成形。”这里的阳和阴是指物质的动与静、气化与凝聚、分化与合成等运动形式,体现了物质和能量的相互依存、相互转化的关系。看似简单的六个字,仔细分析,却能包罗万象。

自然万物的产生、发展和变化,都离不开阴阳的相互作用。阳主动而散,可促进万物的气化;阴主静而凝,可促进万物的成形。化气与成形是物质的两种运动形式。阳的特点是主动,阳有气化功能,可以促进脏腑发挥其功能。阳性热,可以化阴为气。阴的特点是主静,阴性凝敛,可以凝聚而成形。

中医认为,一切生命活动其本质是阳以生物阴体为媒介,气化的外在表现,气化运动的本质就是化气与成形。人体的正气是无形的,属阳;精血津液为有形的,属阴。而阴精和阳气可以互相转化,简单来

说,阳有化气的功能,可以把机体的物质化为无形的气,因此阳以化气为主。而阴有成形的功能,可以把外界气化的物质合成自身所需的物质,因此阴以形体为主。但是精血津液转化为气,离不开阳的气化作用;气转化为精血津液,离不开阴的成形作用。从这个意义上讲,人体生理活动过程中的新陈代谢,都可以用“阳化气,阴成形”来解释。生物阴体的能量与物质就是通过阴与阳的成形和气化的运动形式而互相作用、相互转化的。

众所周知,水蒸气如果遇到冷的东西,就会凝结成水珠,温度再低到一定程度,水珠就会凝结成冰。从无形的气到有形的水珠,再到有形的冰,这就是阴成形。它需要两个条件,一是有无形的气,二是有阴寒的媒介。比如,在锅内煮水,水蒸气只能在锅盖上面形成水珠,而由于锅底以及侧面太热,阳气太旺,就不会形成水珠。再看豆腐的制作,黄豆做成豆浆,煮沸后并不成形,要想变成豆腐,必须点卤。点卤就是加盐卤

或石膏水,这两种东西都是阴寒之物,于是阴得以成形,豆腐就做成了。所以说,豆浆是温性的,而豆腐是凉性的。

从生理上来看,细胞的分化、死亡,属于“阳化气”,而细胞增殖相关于细胞数量、形体增长,属于“阴成形”,而发育异常、增殖失控、分化障碍及死亡阻遏就是肿瘤的基本生物学特征。由此可以推出,肿瘤的本质应该是阳气不足、阴寒积聚。而改变阳虚体质需扶阳,扶阳就要用温热性的中药。应当改变体质与攻逐邪邪互相结合起来,分段进行,扶正以加强气化功能,等正气稍足,即可攻除邪气,攻邪必然伤正,所以不能一攻到底。所以说,肿瘤其实质应是“阴成形”,其临床表现虽然复杂多样,但源于命门火衰,本属寒痰凝滞,治本之道当扶阳、散寒、祛瘀。以温化为主,需用附子等温热性药物为主治疗。

从病理上来看,凡是成形的疾病,一般多数是阴性的。例如:有的疾病是局部成形的。如足内踝肿胀或者水肿,那是因为

肾经的阳气不足而寒水太盛,阳不能化水为气,结果阴寒凝滞于肾经的下段,形成水肿。这种情况可用真武汤来扶助阳的气化功能。再如肿瘤,这是典型的阴寒性质的疾病。三阴体质的人得肿瘤的概率高于三阳体质的人,三阴体质的最明显特征是阳气不足,对阴邪已经不能形成有效的抵抗。因此,邪气深入三阴,在体内阳气最虚弱之处成形,发为肿瘤。

总而言之,所有“阴成形”的慢性疾病,多属阳虚体质而生。阳气不足以抵抗邪气(邪气为阴,正为属阳),外邪因而客入人体,耗伤阳气,久之阳益虚而阴愈盛,聚痰血等阴物而成形,发为大病。《黄帝内经》曰:“积之始生,得寒乃生。”治疗任何“阴成形”的疾病,都需扶阳气以化阴寒。

所谓生命,其实就是阳气以阴体为介质的外在表现。有了阳气的支持,我们的躯体才是活灵活现的。我们的躯体整个属阴,阴是足够的,向来也不会缺少,我们喝的水,吃的食物均属阴,缺少的是真阳。只有阳气旺了,水液才能气化而为机体所用。

如果有入阴虚,那喝水不就是最好的滋阴补阴的方法吗?可是,喝水根本就补不上阳,因为没有阳的气化,喝入体内的水只能增加体内水湿,不能为我们的机体所用。所以扶阳的意义在于可以改变三阴体质,增加阳气,进而阳气可以化去阴邪。由此可见,阳气才是生命的根本。

(作者为河南中医药大学第一附属医院2019级规培医师)

## 杏林撷萃

# 朱元璋与荷叶

□楚尧娟

夏季是一年中最热的季节,减肥的话题也如夏季的气温一样,热度不减。提到减肥的中药药方,都会提到一味中药——荷叶。说起荷叶减肥的典故,与明太祖朱元璋还有一段渊源。

明太祖朱元璋年少时,深受元朝贪官污吏残害,家破人亡,心里恨透了他们。他自己坐上皇位后,就立下了志向,一定要杀尽天下贪官,制定了一系列的法规和严酷的刑罚。明代洪武二

十五年(公元1392年),朱元璋颁布了严厉的肃贪法令《醒贪简要录》:官吏贪赃60两(古代计量单位)以上银子者就斩首示众。朱元璋还命令官员将贪官处死后,把贪官的皮剥下来,在皮内塞上稻草,挂于官吏办公的座席旁,以警示继任官吏不要重蹈覆辙,这就是朱元璋发明的酷刑“剥皮草草”。他还下令百姓可以不分贵贱,皆可直接到京城告发地方官吏的贪污罪行,并设立了锦衣卫,专门搜集大臣的犯罪证据。通过实施这些严厉的措施,对贪污污吏起到极大的震慑作用。

整顿吏治本是利国利民的好事,但因用刑太滥、不重证据,使许多无辜者受牵连,甚至丧命。比如明初四大案之一的“郭恒案”,户部侍郎郭恒和北平承宣布政使司李或、提刑按察使司赵全德等相互勾结,贪污官粮2400多万石(古代计量单位),通过进一步追查,六部大部分官员和很多地方官员也牵连其中,朱元璋下令将他们统统处死。为了追赃粮又引起全国骚动,遭到抄家破产的官员不计其数,很多富户、粮长也被牵连处死。朱元璋为了平息民怨,最后又

将杀死众多官员的判刑官吴庸处死。此案一共杀掉了3万余人,结果是“百家中产之家大抵皆破”,把朝廷上下一扫而空。

经过一连串大案,朝中官员如惊弓之鸟,每天都担心自己脑袋不保,在不知明日祸福的极大压力下,很多官员承受不住,纷纷想要辞官,但辞官也没有那么容易,“奸贪无福小人,故行诽谤,皆说朝廷官难做。”诽谤朝廷又是一条重罪。于是,朝中官员走也不是,留也不是。有些大臣就想出装病的法子不上朝,这样不上朝就可以不做事,不做事就挑不出毛病,可装病得装得像,锦衣卫天天盯着,装得不像是欺君之罪,还是难免一死。于是他们就秘密约见当时赫赫有名的中医戴思恭,戴思恭给他们开了个方子,让他们照方喝药,数日后,只见大臣们渐渐消瘦,形似病危,朱元璋见状,便让他们在家养病,无须上朝。

这个方子到底是什么呢?可以让人这么快地消瘦?这个方子只有一味中药,就是荷叶。戴思恭在他的著作《证治要诀》中提到:“治阳水浮肿,败荷

叶烧存性,研末,每服二钱(古代计量单位),米饮调下,日三次。荷叶灰服之令人瘦劣,令假病。欲容体瘦以示人者,一味服荷叶灰,故可以退病。”意思是说,服用荷叶灰可以使人身体消瘦,如果一个人装病,想要给别人因病导致身体消瘦的印象,服用荷叶灰一味药就可以了,其用法是每次10克,用米汤送服,每日3次。

荷叶灰就是煨用的荷叶,其制法为:取净荷叶,放锅内装满,上面覆盖一锅,两锅结合处用黄泥封固,上面的锅底贴白纸,用火煨至白纸显焦黄色为止,待凉取出。

荷叶为睡莲科植物莲的干燥叶,味苦,性平,归肝经、脾经、肾经;具有清热解暑、升发清阳、凉血止血、清心去热等功效;用于暑热烦渴、暑湿泄泻、脾虚泄泻、血热吐血、便血崩漏等。现代药理研究表明,荷叶提取物能降低肌体消化能力、减少脂质和碳水化合物的吸收,加强油脂代谢。荷叶中含有的黄酮类成分能明显降低体重、总胆固醇和甘油三酯。

(作者供职于郑州大学第一附属医院)

