

· 新安医学研究 ·

孙一奎养生学术思想探析

张 倩¹, 牛淑平²

(1. 安徽中医药大学科技处, 安徽 合肥 230038;

2. 安徽中医药大学针灸骨伤临床学院, 安徽 合肥 230038)

[摘要]新安医家孙一奎为新安医学“固本培元”派代表人物,其倡导命门动气说,重视元气;受道家思想影响,重视养生,主张清心寡欲、恬淡虚无;受师祖汪机影响,重视脾肾,固本培元,先后天并重。孙一奎的养生学术思想至今仍具有一定意义。

[关键词]新安医学;孙一奎;养生;孙文垣医案

[中图分类号]R2 **[文献标志码]**A **[DOI]**10.3969/j.issn.2095-7246.2014.04.007

孙一奎(1522—1619年),字文垣,号东宿,别号生生子,安徽休宁人。其著作主要有《赤水玄珠》30卷、《医旨绪余》2卷、《孙文垣医案》5卷。孙一奎为汪机的再传弟子,既得汪机之学,又推崇薛己治病必求真阴真阳之本之说,将疾病的原因大多责于下元不足。其将汪机参芪用法与薛己温补下元法有机结合,温阳药与益气药同用,温阳在肾,益气在脾,先后天并重,从而完善“固本培元”理论^[1]。孙一奎养生学术思想主要体现在以下几个方面。

1 倡命门动气说,重视元气

中医养生学认为,先天禀赋的强弱,是人体寿夭的决定性因素,并提出命门元气说。该学说认为,人的寿夭总体上取决于命门之功能,命门功能之强弱又取决于元气之多少,元气之多少是先天遗传的,其量是恒定的。孙一奎于《医旨绪余·命门图说》中指出:“夫二五之精,妙合而凝,男女未判,而先生此二肾,如豆子果实,出生时两瓣分来,而中间所生之根蒂,内含一点真气,以为生生不息之机,名曰动气,又曰原气,禀于有生之初,从无到有。此原气者,即太极之本体也。名动气者,盖动则生,亦阳之动也,此太极之用所以行也。”^[2]孙一奎认为,两肾间动气为人一身之原气,并指出此乃命门之所在也。同时,其认为命门非水非火,反对医者妄以命门阳气为相火,概投以滋阴降火之剂的做法。

2 受道家思想影响,重视养生

孙一奎自述其遇一道士,授之以仙术,从其医学著作中也确能窥见其深受道家思想影响。

其于《赤水玄珠·虚怯虚损癆瘵门》中指出:“凡为道者,常患于晚,不患于早也。余古采仙经要语以示人之摄养须当及时,药饵须早修制,不可尽委之天命。盖人定亦可以胜天也。”这与《素问·上古天真论》中上古之人法于阴阳、和于术数、度百岁乃去的观念不谋而合。中医养生的基本原则之一即是强调养生应持之以恒,贯穿人之一生。刘完素《素问病机气宜保命集》亦指出:“人欲抗御早衰,尽终天年,应从小入手,苟能注重摄养,可收防微杜渐之功。”孙一奎指出“养生以不伤为本”中的“伤”,范围甚广,五味、七情、饮食、寢息失时、醉酒、饱食、色欲等皆可伤正。故其强调“是以养生之家,行不疾步,耳不极听,目不极视;坐不至久,卧不及疲;先寒而衣,先热而解;不欲极饥而食,食不过饱;不欲极渴而饮,饮不过多……不欲甚劳甚逸,不欲起晚,不欲汗流,不欲多睡,不欲多啖生冷,不欲饮酒当风,不欲数数沐浴,冬不极寒,夏不穷凉,不露卧星下,不眠中见肩,大寒、大热、大雾、大风皆不欲冒之”^{[3]184},指出了起居养生、饮食养生、四季养生的禁忌。孙一奎认为,“故善摄生者,卧起有四时之早晚,兴居有至和之常制,调利筋骨有仰偃之方,杜疾闲邪有吞吐之术,流行营卫有补泻之法,节宣劳逸有与夺之要。忍怒以全阴气,抑喜以养阳气,然后先服草木以救亏缺,后服金丹以定无穷。长生之理,尽于此矣”,集中体现了孙氏受道家思想影响,主张清心寡欲、恬淡虚无。但其“方外还丹”等诸法,则属于糟粕部分,应予以批判。

3 固本培元,先后天并重

肾为先天之本,脾为后天之本。补虚益精是补肾强身的关键,增强运化是健脾养胃的关键。二者相互促进,互为补充,即“先天养后天”“后天补先天”。在养生活动中,必须高度重视脾肾功能的维护和促进。

基金项目:安徽省高校人文社科研究项目(SK2013B263)

作者简介:张倩(1984-),女,硕士,编辑,助教

通信作者:牛淑平,shuping12345@tom.com

作为新安医学“固本培元”派的代表人物,孙一奎主张通过培补肾与命门元气从而达到“固本培元”的目的。其接受师祖汪石山善用参芪的治法,并汲取薛己治病必求真阴真阳的思想,将益气药与温阳药共用,从而达到“固本培元”的效果。其创制温补下元的名方“壮元汤”就是以人参、白术等益气药与附子、桂心、干姜等温阳药物同用,方中附子、干姜、桂心温补下元,人参、白术健脾行气,温阳在肾,益气在脾,先后天并重。

4 孙一奎养生验案举隅

《孙文垣医案》,又名《孙氏医案》,记录了孙一奎的临证经验。该医案以行医地点命名,分为《三吴治验》2卷,《新都治验》2卷,《宜兴治验》1卷,集中体现了孙氏的养生学思想。

4.1 郁怒吐血案 “有金良美者,年十八,患咳嗽吐血,下午潮热梦遗……予语之曰:此症气虚血热,而肝脉甚弦,弦则木气太旺,脾土受亏,不能统血,殆始怒气所触,继为寒凉之剂所伤,以致饮食恶心,肌肉瘦削……后以大造丸调理全安矣。乃嘱之曰:病愈虽可喜,而弦脉未退,须切忌怒气及劳心劳力之事。庶几可保无虞。苟不守予言,而劳怒相触,血来必不能御,戒之防之。此后精神日旺,肌体丰肥,六年无事。一日遇事拂意,大怒,而又结算劳心,则血如泉涌,顷刻盈盆,上唇黑肿,汗出淋漓……其为人也,量窄而紧于财,因记此以戒世之重财轻生者。”^{[3]751} (《孙文垣医案·三吴治验》)

按 中医养生强调“精神内守”,主张“恬淡虚无”,然而本案中患者气量狭小,锱铢必较,未能豁达处世,不能做到看淡钱财等身外之物,从而导致大怒于上,怒则伤肝,肝木克制脾土,脾不统血,导致血溢脉外,故咳嗽吐血。孙一奎指出,保持心境愉悦,不被财物所累,为养生之要。

4.2 顺时施治案 “见所公弱冠,患白浊……其脉两寸短弱,两关滑,两尺洪滑……予曰:公疾易愈,第待来春之仲,一剂可瘳,而今时不可……《素问》有云:升降浮沉必顺之。又曰:天时不可伐。公脉为湿痰下流症也。经曰:治痰必先理气。而脉书亦谓,洪大而见于尺部者,阳乘于阴也。法当从阴引阳,今冬令为闭藏之候,冬之闭藏,实为来春发生根本,天人一理。若不顺天时而强用升提之法,是逆天时而泄元气,根本既竭,来春何以发生。故《素问》曰,必先岁气,毋伐天和,必养必和,待其来复。”^{[3]744} (《孙文垣医案·三吴治验》)

按 顺应四时气候变化规律,是养生的重要环节。《素问·四气调神大论》提出了顺应四时养生的

原则,孙一奎临证过程亦谨守顺应天时之法,“春夏养阳,秋冬养阴”。在阳气深潜之冬季,不妄用升提之法,而是待来年春季,阳气生发之时,再行理气之法。

4.3 饮食失宜案 “大柱史严印台夫人,年近六十,已孀居十年余,以孀居而食长素……今鼻塞,大便泻,胸膈不畅……两寸沉弱,关弦大,两尺亦弱。予曰:此阳气其弱,脾气大虚,不当而下而误下之,故鼻作塞而胸痞闷也……复用东垣木香化滞汤,加吴茱萸、干姜而安。乃嘱之曰:病虽渐愈,第阳气虚,脾气弱,不宜久食素,恐中气不充,防作中满。”^{[3]759} (《孙文垣医案·三吴治验》)

按 《素问·六节藏象论》指出:“五味入口,藏于肠胃,味有所藏,以养五气,气和而生,津液相成,神乃自生。”可见饮食是化生精气这一人体生命活动的基本物质的必要条件。中医养生学认为,五味不可偏嗜,宜做到全面膳食、合理搭配。《素问·生气通天论》:“是故谨和五味,骨正筋柔,气血以流,腠理以密,如是则骨气以精,谨道如法,长有天命”。本案中患者长期茹素,饮食偏嗜,营养不均衡,导致后天之本脾胃受损,变证丛生。

4.4 纵欲中风案 “太塘程晓山,征妓行酒,宴乐月余……近觉两手小指及无名指,掉硬不舒,亦不为用。口角一边,常牵扯引动……切宜戒酒色,以自保爱……迨行年五十,召妓宴乐者亦如旧,甘酒嗜音荒淫,而忘其旧之致病也……月余中风,右体瘫痪矣……阅二十日而卒。”^{[3]818} (《孙文垣医案·新都治验》)

按 中医养生学尤其反对醉酒入房,因酒性大热,既能灼耗人体精液,又能煽动性欲之火。醉酒者往往放纵情欲,施泄无度,不但损伤身体,而且会造成其他危害。本案中患者恣情纵欲,酒醉入房,最终导致中风不治,孙氏特告诫世人引以为戒。

总之,孙一奎受汪机“固本培元”思想及道家思想的影响,在养生方面注重培护命门元气、温补脾肾,主张调畅情志、顺应四时、饮食适宜、节欲养精等养生措施。

参考文献:

- [1] 张倩. 新安医家汪机、孙一奎“固本培元”学术思想研究[D]. 合肥:安徽中医学院,2010:6.
- [2] 孙一奎. 医旨绪余[M]. 王亚丽,校注. 北京:中国医药科技出版社,2012:2.
- [3] 韩学杰,张印生. 孙一奎医学全书[M]. 北京:中国中医药出版社,1999.

(收稿日期:2013-10-21)