



炎夏，体内阳气确实虚

<http://www.firstlight.cn> 2010-08-19

赞成“空虚”论

笔者赞同王玉生医师的观点：炎热的夏季，人体内阳气空虚。自然界的阳气在一年四季中经历着升、浮、降、沉的圆运动。即春天，阳气从地下升起，逐渐上升；夏天，阳气浮越在高空；秋天，阳气开始下降，逐渐降入地下；冬天，地下的阳气进一步沉入地下的水中，潜藏起来，以便来年再升发。所以冬天地下阳气充足，高空阳气空虚；夏天高空阳气旺盛，地下阳气空虚。这种现象可从冬天井水是温的，土窑洞里很暖和，而夏天井水是凉的，窑洞里也是凉的得到验证。

中医认为人体是一个小宇宙，且与大自然保持着同步的规律性变化，此即谓“人与天地相应”或“天人合一”。故人体内的阳气在一年四季中同样经历着春升、夏浮、秋降、冬沉的运动。冬天阳气潜藏在体内的肾里，所以冬天人体内阳气充实，体表阳气虚弱；相反，夏天人体内阳气外越，所以此时体内阳气空虚，体表阳气旺盛。临床常见一些脾肾阳虚的病人，冬天如果不慎食冷，最多也就腹部隐隐作痛；但如果在夏天饮冷，则常会引起洞泻不止。究其原因就是因为夏天体内阳气空虚，使人体更加虚弱的缘故。

近治患者刘某，34岁，女，商场营业员。素体阳虚，近日因天气炎热，酷暑难当，为消暑先吃西瓜，再吃雪糕，不料很快引起腹痛，继而开始腹泻。泻出稀水样便，每日七八次。进食渐少，疲乏无力。诊见脉沉弱无力，手指凉，舌淡体大，边有齿痕，苔水滑。此乃寒邪直中，戕伐虚阳，中焦失职，脾虚不运，水走肠间，发为泄泻。治以温阳化气，健脾止泻。处方：炒白术15克，茯苓20克，干姜15克，制附子10克，苍术15克，砂仁10克，车前子15克，炙甘草8克。2剂，水煎服。3天后患者告曰：服药1剂，便次减少，大便变稠；剂尽大便成形，每日1次，饮食正常。

笔者认为人体内阳气的升、浮、降、沉的运动是造成夏天人体内阳气空虚的根本原因，是内因。而王玉生医师列举的诸如夏天人体腠理疏松，汗出增多；人们喜欢冷饮；喜欢开空调等只是促进阳气散发并引起体内阳气空虚的诱因，是外因。

反对“旺盛”论

笔者不能苟同王金成医师的观点。因为人体是一个立体的整体，按层次分有表层的皮肤、腠理；中层的肌肉骨骼及里面的脏腑。就脏腑而言又可分为上焦的心、肺，中焦的脾、胃和下焦的肝、肾。如果笼统地说人体，所指部位就不够准确。因为正如我们在前面论述的那样，体表和体内阳气的虚实，在不同的季节是不一样的。王金成医师说“炎夏，人体阳气当最为旺盛”。如果这里的“人体”是指体表，那当然是对的；如果是指体内，那显然就不对了。但是“造化之气，以中下为本”。照此观点，人体的根本应该是指下焦的肾。也就是说，看人体阳气的虚或旺，要用肾阳作标准。肾阳虚就是阳虚，肾阳旺就是阳旺。由前面的分析可知，夏天人体内肾的阳气是空虚的，这样王金成医师认识的错误之处就显而易见了。

红学家周汝昌先生曾说：“‘咬文嚼字’是中国文化之最高境界。”细思一个“人体”，一个“体内”，所指范围和部位大相径庭。如果不能准确地把握，就会造成认识和理解上的模糊和错误。

人们都知道《素问·四时调神大论》中“春夏养阳，秋冬养阴”的名句。笔者认为正是因为古人认识到了春夏人体内阳气空虚，才谆谆告诫人们去养护、去补充，对于素体阳虚的人来说尤其是这样。至于说到秋冬养阴，那是因为充足的阴液才更有利于阳气的潜藏。

[存档文本](#)