

从《易经》理论再论月周律与调周法

夏桂成, 谈勇 (南京中医药大学附属医院, 江苏 南京 210029)



夏桂成

1931年生, 男, 江苏江阴人, 国医大师, 全国著名中医妇科学家, 教授, 博士生导师, 主任中医师, 江苏省中医药学会妇科专业委员会终身名誉主任委员, 享受国务院特殊津贴, 国家第二、三、四、六批师承工作指导教师。2005年获中华医学会颁发“医师奖”, 2011年获江苏省科学技术进步一等奖, 2012年荣获全国“白求恩”奖章。倡导“月经周期节律调节法”及调节“心-肾-子宫轴”治疗不孕不育症及其他各种妇科疑难杂症。

摘要:中医学以阴阳学说为理论基础, 涵盖的医理和哲学思想几千年颠簸不破。用阴阳的观点广泛深入地认识女性生殖生理的内涵和演变, 通过分析阴阳在调周中的整体作用, 认为阴阳互根统一是相对性的平衡, 是周期稳态的前提, 消长对抗所致的不平衡促进了周期的演进, 阴阳转化定格了周期圆运动的规律。八卦学说架构多层次阴阳平衡, 蕴含阴阳圆运动循环往复周期性规律, 其十二辟卦, 表示一年中气候阴阳的消长转化, 与月经周期中的阴阳消长转化相一致, 与妇科的生殖节律及周期节律关系尤为密切。把握中医经典, 从中汲取精华, 创建中医药调治女性生殖周期更为精准的方法, 提升中医妇科学术价值, 跟进时代疾病变迁, 为防治未病奠定良好的基础。

关键词:易经; 月经周期节律; 调周法

中图分类号: R226

文献标志码: A

文章编号: 1672-0482(2019)05-0507-06

DOI: 10.14148/j.issn.1672-0482.2019.0507

引文格式: 夏桂成, 谈勇. 从《易经》理论再论月周律与调周法[J]. 南京中医药大学学报, 2019, 35(5): 507-512.

Further Discuss on Menstrual Cycle Rhythm and Regulation in Terms of the Book of Changes

XIA Gui-cheng, TAN Yong

(Affiliated Hospital of Nanjing University of Chinese Medicine, Nanjing, 210029, China)

ABSTRACT: Traditional Chinese medicine (TCM) was based on the theory of yin-yang, whose medical knowledge and philosophical thought remained enduring after thousands of years. This paper had a deep exploration of the connotation and evolution of female reproductive physiology. With analyzing the role that yin-yang played in menstrual regulation, it was hold that interdependence between yin-yang was a state of relative equilibrium and a premise of periodic steady state. Imbalance of yin-yang promoted the evolution of the cycle. The transformation of yin-yang determined menstrual cycle rhythm. Eight Diagrams theory facilitated multi-level yin-yang balance and contained periodic trends of yin-yang circular motion. Twelve divinatory symbols represented that the growth and decline of natural climate was consistent with those of menstrual cycle, which also had close relation with female reproductive and menstrual cycle rhythm. Based on theories in TCM classics, this paper put forward more precise methods to regulate menstruation with TCM, which had promoted academic value of TCM gynecology, followed the changes of spectrum of disease and provided a good foundation of preventing gynecological diseases.

KEY WORDS: the Book of Changes; menstrual cycle rhythm; menstrual regulation methods

收稿日期: 2019-08-08

基金项目: 国家自然科学基金(8187151651); 江苏省卫生厅科教强卫工程项目

通信作者: 夏桂成, 男, 教授, 博士生导师, 国医大师, 主要从事中医妇科学的研究, E-mail: xijun1025@163.com

中医药在妇科临床运用中疗效卓著,为世人所瞩目,然而其理论的探赜却长久未得以发展。90 年代,我们经过 30 余载临床实践,并结合现代医学对女性生殖生理的认识,总结出中药调整月经周期疗法(调周法)^[1],不断地拓展其临床的运用,迄今仍对临床遣方用药有很大的帮助^[2]。又经 30 余年的临证检验,充分证实调周法是治疗妇科疾病的治疗之法,可以异病同治,达到最终的治疗目的,也促进了中西医药的融会贯通。

而今,面对现代妇科疾病谱错综复杂的变迁,我们再次重温经典,反复研学《易经》,从客观的角度,结合临床实际,对调整月经节律法的内涵再次进行探究,为临床精准调周再树新帆。

1 阴阳对调周的整体作用

阴阳是构成世界万物的基础,其对立、互根、消长、转化具有一定的规律性,这一规律秉承客观的自然规律,有条不紊。

1.1 阴阳互根统一,相对平衡奠定周期稳态

阴生于阳,阳生于阴;孤阴不生,孤阳不长。阴阳各依对方存在而存在,没有阴就没有阳,没有阳也就没有阴^[3]。《内经》曰:“生之本,本于阴阳”^[4]，“阴阳离决,精气乃绝”^[4]。自始至终,生命是一个阴阳相互联系、相互斗争的变化过程。如果阴阳失去联系,生命也就停止了。女性生殖,即月经周期的节律,实际上也是阴阳互根前提下所发生的一种消长转化、动静升降的圆运动,由太极阴阳钟的变化所致。总的来说,阴阳互根,全身功能属阳,物质基础属阴,功能活动需要物质基础,而物质的不断补充又需要包括摄食、消化、吸收、代谢、血液循环等一系列功能来完成。在女子性激素中,阴(雌激素)的生长和提高,需要阳(雄激素)的参与,特别是在治疗方面,阴阳互根,显得更为重要。张景岳曰:“善补阳者,必于阴中求阳,则阳得阴助,而生化无穷;善补阴者,必于阳中求阴,则阴得阳升,而源泉不竭。”^[5],是以在我们的调周法中,经后期阴长阳消,阴长较为缓慢,所以有初、中、末三个时期。初期一般以阴药滋阴;中期滋阴为主,辅以助阳;末期滋阴、助阳并重。但若在经后初期,阴药滋阴无益;或者在证候中出现阳虚者,滋阴不忘助阳;或者予以健脾滋阴,同时务必予以心肾合治,清心安神,养心镇心等法。一般来说,阴不足者为多见,但亦有阴盛有余,是阴阳之间的互根生长出现问题,补不足,抑有余,调复阴阳之

间的不平衡状态。经前期重在助阳,阳长快速。所以经前期分为两个时期,即经前前半期,经前后半期。经前后半期者,即前人所称的经前期,大多易出现心肝气郁的证候,故经前以理气为先,此乃强调调经。从调周法来说,仍然以助阳为主,结合理气,并须重视清心、调心、安神等法。我们认为,阴阳间的互根统一,不仅互根生长,还有推进阴阳运动向前发展的意义,如太极阴阳鱼钟图中的 S 状(图 1),表明阴中有阳,阳中有阴。

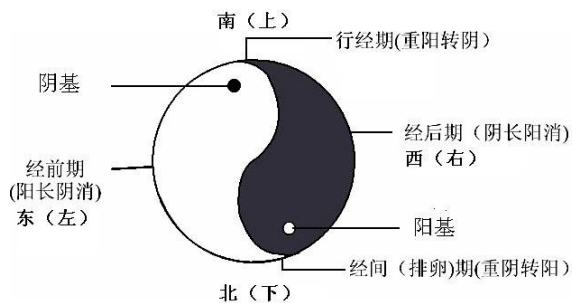


图 1 太极阴阳鱼钟图

《傅青主女科》认为,以其阴中有阳,阳中有阴,之所以通于变化也。此外,太极阴阳鱼钟图还有更深层次的含义,互根统一还含有维护相对性平衡,所谓相对性者,指暂时性平衡,总体上平衡。因为从月经周期节律、生殖节律而言,均以月圆周期节律为主,半个月阴,半个月阳,阴阳各半,总体上保持平衡。此外,在消长对抗期,阴阳各半月的总体平衡中,还有阴阳内含数的一致性,亦即是在阴长的经后期中,阴长需要最基本的四阴,而达重阴时有六阴,而阳长的经前期时,亦必须要有最基本的四阳,达重时有六阳,以符合总体阴阳相对性平衡。在两次转化时期,重阳转阴的行经期所体现的“7、5、3”时数律,而重阴转阳的经间排卵期也须有“7、5、3”时数律的活动。特别表现在行经期的排出物,是应泄之经水(血)及污血浊液,而经间排卵期所排出的是精(卵)及大量液体,所有这些排出物,总体上亦要保持相对的一致性、对等性,当然,这种相对性平衡,除了阴阳自我调控外,与心、肾、肝、脾、子宫轴的整体调节系统关系极大。

此外,互根统一协调平衡,还包括与大自然界的协调统一,太极阴阳鱼钟图所揭示的阴阳消长转化四期,与月经周期中四期以及自然界的四期是相应的,月相中的望、朔、上弦、下弦与月周中的行经期、经后期、经间期、经前期也是相一致的。年节律中的

春温、夏热、秋凉、冬寒所致的春生、夏长、秋收、冬藏生物状与月经周期中的四期也必须是协调的。日节律亦是如此,当女性年事已高,生殖功能衰退时,需藉自然界的阴或阳来弥补其不足,协调使内外平衡,如冬至一阳生,夏至一阴生,以及子夜一阳生,日午一阴生,在古人的医案中不乏其例。均是凭借外在阴阳协调体内阴阳,从而达到相对性平衡,为生殖健康服务。

1.2 阴阳消长对抗,不平衡状促进周期演进

阴消阳长,阳消阴长,就是说阴阳双方此消彼长,经常变动,正由于此消彼长的不平衡状变化,而推动了阴阳运动的发展。就妇科而言,月经周期节律的演变,正是在阴阳消长的对抗中形成。经后期阴长阳消,阴长为主,阳消为次,就形成阴多阳少的不平衡状态。但阴消到一定程度,一定时间内,亦会出现消少长多,由于阴消极易,而长则缓慢,故行经期,甚则经后期阴长很差。阴阳消长的对抗性,在病理方面表现尤为突出,如阴虚阳亢、阳虚寒胜等。在月经周期中,经后期阴虚不足,阴长不利,故会推迟月经周期的演变,经常推迟排卵,带下量少,甚则极少,阴虚程度较重,则带下全无,月经后期量少,甚则闭经;经前期阳虚者,基础体温高温相偏低、偏短、偏后,欠稳定,不仅宫寒不孕,并且酿生痰脂、湿浊、血瘀内阻,导致月经量少、痛经、经期延长等;甚至出现月经过多等截然相反的病证。在阴阳消长对抗中,亦有少数患者出现阴盛、阳盛的反常情况,亦会影响消长对抗的变化,不仅导致月经病、不孕症,还给患者的心理上带来很大的痛苦。此外,还有一种阴阳水平低下,没有消长对抗,即是阴阳低水平的绝对性平衡,如原发性闭经、卵巢早衰性闭经等极为难治。消长对抗是在阴阳互根统一的前提下形成的,即阴阳的消长各以对方为依存条件,所以一旦消长到极限时,可以出现消中有长,甚者长甚于消,使消长的不平衡状态控制在生理所许可的前提下。

1.3 阴阳转化定格周期性圆运动的规律

重阴必阳,重阳必阴,说明阴或阳在互根生长的过程中,已经达“重”的水平,必须转化,这是阴阳运动的必然规律。《素问·阴阳应象大论》云:“天有四时五行,以生寒暑燥湿风。人有五藏化五气,以生喜怒悲忧恐。……故重阴必阳,重阳必阴。”^[6]近代已故名医任应秋先生在注释重阴、重阳时说,重者,重叠之意也。《素问》《灵枢》在论述日节律时亦提到阳隆、阴隆,以及阳中之阳、阴中之阴,均含有重阳、重

阴之意。就妇产科的生殖而言,月经周期的演变主要是阴阳的消长转化而形成。其中转化尤为重要。经后期的阴长阳消,阴长是主要的,阳消实际上是为了阴长,阴长达重,重阴必阳时就进入经间期,开始新的月经周期中第一次极为重要的转化。此为生殖节律中的一个重要时期,具有两个显著的特点:一是锦丝状带下;二是氤氲状活动,亦即排卵活动。这里的重阴,不单是两个阴的重叠,经临床长期观察,重阴包括:天癸之阴的达重,精卵之阴的达重(卵子发育成熟),血海充盈达重(子宫内膜丰厚),水阴(经血)充满达重,天癸之少阳亦必近重。因为阴长阳消,阴愈长阳愈消,实际上经后中末期阳消的同时,阴中之阳亦在长,且长甚于消,使癸水阳火有相当的基础,不仅为转化后的阳长服务,更为重要的是协助“重阴必阳”的顺利转化。所以重阴者包括四阴和天癸之少阳,缺一不可,否则将会引起转化不利,排卵欠利,或排卵障碍,或者排卵后不能受孕,或者先兆流产,或堕胎小产等。重阴转阳后,进入经前期,经前期阳长阴消,阳长极为快速,大约6~7天,即阳长达重,但重阳尚不能转化,因为阴阳的总体平衡性,制约了重阳必阴的转化,故尚需6~7天的重阳维持期,由于阳长达重,故心肝之郁火易动,出现胸闷烦躁,乳房乳头胀疼,夜寐较差等症状。前人对于此期提出“经前以理气为先”的治法。重阳必阴,进入真正的转化期,亦即是行经期,这里的重阳,根据临床长期观察,亦应有四个阳到五个阳的重叠:天癸之阳,或称阴中之阳,必须达重,这是最为重要的;水中之火,亦即血海之阳,简称海阳达重;子宫内膜呈正常分泌状态,气中之阳,即是免疫功能,亦应达重;火中之阳,亦应达重;此外,还有血中之阳,或称肝阳,五者达重转化顺利,五者间特别是天癸之阳与海阳有所不足,或不协调,将会影响转化,导致转化不利,排经失常。行经期亦有两个显著特点,或称标志:血气活动,排出经血。经血又称为经水,亦即是经后期阴长所带来的精卵、浊液水湿以及血海中应排泄的一切物质。排出经水意味着旧周期的结束,新周期的开始,所以行经期是月经周期节律演变中的重要时期,是重阳必阴的转化期,是月经周期中的第二次转化,是新的阴阳消长转化运动开始,然后“重阴必阳”生殖活动开始,到“重阳必阴”排出月经,结束本次月经周期,又开始新周期的阴阳运动,一次又一次,周而复始,形成圆运动的月周律。但需注意,这种循环往复并非重复,而是在不断的更新发展,直至

衰老终止。

总的来说,重阴重阳的转化,是明显的血气活动,是一致的,但亦有五点的差异:其一,生殖节律与月经周期节律的要求不同,经间排卵期,重阴必阳,排出精(卵),受孕生殖,繁殖下一代;而行经期,重阳必阴,排出应泄之经水及污浊残液。其二,活动面与层次的不同,经间排卵期,节律活动的面大,层次较多,不仅在子宫、卵巢、冲任、血气,而且涉及心(脑)肾、肝脾多脏器,多系统的活动,尤其心(脑)的活动更为显著;行经期的节律活动面较小,层次亦少,主要在子宫、冲任之间,是以调经就在于调血气。其三,排出的物质不同,经间排卵期重阴转阳,排出精(卵)及大量液体,是一种新生的活性物质;而行经期重阳转阴,排出应泄之经水(血)及污浊残液。其四,转化活动的形式不同,经间排卵期重阴转阳的活动呈上升向内状,欣欣向荣;而行经期重阳转阴,其活动呈下降向外状,子宫开放,行泻的作用。其五,排出的物质及要求不同,经间排卵期排出精(卵)及大量液体,意在营养精(卵),促进孕育,需要保留;而行经期排出应泄之经水(血)及污浊残液,要求完全、干净、彻底,全部排出。所谓“留得一分瘀,影响一分新生”^[7],也是本次月经周期的结束,新的周期的开始。

2 八卦学说架构多层次阴阳平衡

经后期阴长的运动形式特点是静、降、藏、缓、凉、夜,但精阴、心阴稍动。总的阴长运动形式是静、降、藏、缓,待至经后中末期时,转变为快、动、升、泻的运动。形式类似阳长,受阴阳各半月的相对性平衡规律所制约,有时较阳长还要快。

静:相对性静,非绝对性静,辅之以动,亦是静中有动,如精阴以及心阴,处于一种稍动的状态,随着时间的后移,其静中之动亦日益明显起来。

降:亦是相对性的,降中寓升,或辅之以升,且随着时间的后移,其降中之升,升之渐强,至经后末期,其升最强。

藏:亦是相对性的,藏中有泻,泻是次要的,随着时间的后移,藏中之泻日益明显起来,泻者,排出之分泌液体,俗称带下。

缓:慢也,亦是相对性的,缓中有快,且随着时间的后移,其阴长也必然加快,至经后末期,阴长迅速。

凉:以凉为主,亦有暖意,随着时间的后移,其暖也日益明显。

夜:阴长是在夜间进行的,入夜才能体现出静、降、藏、缓、凉的特点。

经前期阳长的运动形式特点是动、升、泻(开)、快、暖、昼,但海阳、脾阳较静。待至经前,后半期时阳长运动转变为慢、静、降、藏的形式,类似阴长,但又有所不同,亦是受阴阳相对性平衡规律所制约。

动:相对性动,动中有静,以动为主,气中之阳,火中之阳,其动态尤为明显,但随着时间的后移,其动态趋缓。

升:亦是相对性的,升中有降,以升为主,水中之阳,阴中之阳,其升动较缓,但随着时间的后移,其升者趋缓。

泻(开):亦是相对性的,泻中有藏,而且藏泻居半,这是经前期的特点,至行经期,才能体现以泻为主,藏为次。

快:快速也,亦是阳长的特点,但快中有缓,以快为主,是以经前期阳长极为迅速,但随着时间的后移,快速趋缓,使阳长至重后维持阶段更缓。

温:即暖也,在经前期阳长的观察指标,可测量基础体温,基础体温上升是高温相,高温相预示着阳长温煦,子宫促进生殖,或有利于行经期排经。

昼:白天也,阳长大多在白天,因为动、升、泻、快、温体现在白天。

人的生物钟节律与天地相应。李时珍在《本草纲目》中说:“女子,阴类也,以血为主,其血上应太阴,下应海潮,月有盈亏,潮有朝夕,月事一月一行,与之相符,故谓之月信。”^[8]月亮者,天也,一月一次月圆;海潮者,一月两次涨落,每半个月涨落一次;而月经者,人也,一月一次,在月经周期中亦有两次涨落。经间期,重阴必阳,阴长达重,必须转化,以纠正长消对抗的极限。重阴转阳后开始阳长阴消,然后阳长至重,重阳必阴,行经期通过排经来纠正重阳的不平衡极限。而且阴长在夜间,是以重阴必阳的排卵转化亦在夜间。7 数律的女性属少阳,早晨和上午为少阳,故 7 数律者,其行经大多在早晨或上午;5 数律者属阳明,日晡,即下午,为阳明,故 5 数律者,其行经大多在下午;3 数律属太阳,午时为太阳,亦即中午 12~14 时之间,故 3 数律者,其行经大多在中午。

阴阳学说与八卦图密切相关,先后天八卦图见图 2~3。先天八卦以乾坤为中心,乾坤代表天地。后天八卦以坎离为中心,坎离代表水火,水火在人体与心肾相应,是以医学应用多以后天八卦为主。六十四卦的排位,乾卦是第一卦,坤是第二卦,直至六十三卦既济卦、六十四卦未济卦,体现着阴阳消长的

转化,象征着自然界万事万物生长、成熟、衰老的发展过程。坤卦☷是两个坤卦☷的重叠,坤卦的阴爻有六条,如果中间两条作为人和不计外,重阴有四。再则既济卦☵☲系坎卦☵在上离卦☲在下,坎者水也,水性就下,离者火也,火性炎上,自然容易交合,故称既济卦。未济卦☲☵,即离卦☲在上,坎卦☵在下,水性就下,火性炎上,不能既济,故为未济卦。蒙卦☶☵是由艮卦☶及坎卦☵重叠而成,其中艮卦☶居上,坎卦☵居下;大壮卦☱☳由乾卦☰及震卦☳重叠而成,其中震卦☳居上,乾卦☰居下。蒙卦☶和大壮卦☱是六十四卦发展过程中的两个卦,代表了阴阳的转化过程,其中蒙卦☶阴爻有四,大壮卦☱阳爻有四。由此可知,重阴重阳的基本数者四也。



图2 伏羲氏先天八卦

妇女的生殖节律关系密切。由重阴坤卦☷开始,到十一月冬至时,一阳来复,成复卦☱,从此阴消阳长,到达重阳乾卦☰,然后进入姤卦☴一阴生,然后再开始阴长,具体可见表1、图4。

表1 十二辟卦

卦名	卦象	月份	地支	阴阳消长
复卦	☱	十一月	子	一阳
临卦	☵	十二月	丑	二阳
泰卦	☳	正月	寅	三阳
大壮卦	☱	二月	卯	四阳
夬卦	☱	三月	辰	五阳
乾卦	☰	四月	巳	六阳(重阳)
姤卦	☴	五月	午	一阴
遁卦	☱	六月	未	二阴
否卦	☷	七月	申	三阴
观卦	☱	八月	酉	四阴
剥卦	☷	九月	戌	五阴
坤卦	☷	十月	亥	六阴(重阴)

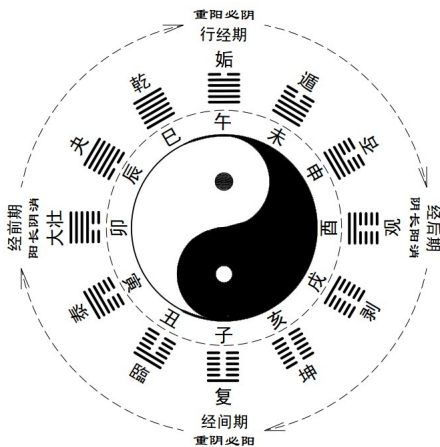


图4 十二消息卦

由上表可以看出,由复卦开始,坤卦的阴爻,由下向上,一爻一爻阳息变成阳爻,到乾为止,六爻都是阳爻,所以叫息卦;再由乾卦开始,由下向上,一爻一爻阴消变成阴爻,到坤卦为止,六爻都是阴爻,所以叫消卦。

2.2 八卦与妇女月经

八卦包括四阴卦和四阳卦,四阴卦和四阳卦是最基本的卦象,医学上应用较多的文王后天八卦次序见表2。

四阴卦为坤卦、兑卦、离卦、巽卦,以坤卦为母;四阳卦是乾卦、艮卦、坎卦、震卦,以乾卦为母。是以四阴、四阳是阴阳运动的基本点,而重阴、重阳最多要达到六阴爻和六阳爻,但仍然以四阴、四阳为基本点。四阴中尚须加阴中之少阳,水中之少火,为六

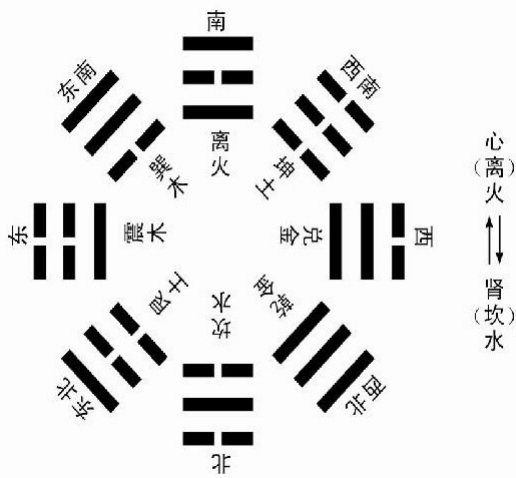


图3 周文王后天八卦

2.1 十二辟卦与妇女生殖节律

在六十四卦中,前人提出了十二消息卦,称十二辟卦,反映了十二月的阴阳消息变化。十二辟卦与

阴,为阴长及重阴转阳服务,以适应阴中有阳,通于变化。

表 2 文王后天八卦次序

卦名	卦象	说明
坤	☷	四阴卦之母
乾	☰	四阳卦之母
兑	☱	兑为少女,得坤上爻,阴卦
离	☲	离为中女,得坤中爻,阴卦
巽	☴	巽为长女,得坤初爻,阴卦
艮	☶	艮为少男,得乾上爻,阳卦
坎	☵	坎为中男,得乾中爻,阳卦
震	☳	震为长男,得乾初爻,阳卦

天癸之阴,简称癸阴;血海之阴(子宫内膜),简称海阴;精卵之阴,亦即是育卵之阴,简称精阴;水液之阴,简称水阴。此四者是经后期阴长至重的最基本、最重要的物质。四阳者,天癸之阳,阴中之阳,简称癸阳;血海之阳,或称水中之阳,简称海阳;气中之阳,有较强的免疫功能,简称气阳;火中之阳,亦即命火之阳,简称火阳。此四者是经前期阳长至重的基本四阳。

还有两阴者,即带阳之阴(阴中之少阳)、带火之水均属于天癸范围。带阳、带火者,与心关系密切,在经后中末期时更为重要。阴中之阳,或称癸阳;水

中之火,或称水阳,亦可称精阳;血中之阳,或称血阳,实即海阳;气中之阳,或称气阳,符合八卦学中的四阳卦,还有火中之阳,或称命门之阳;土中之阳,或称脾肾之阳,合成六阳,符合十二辟卦中重阴、重阳的要求。

综上所述,《易经》的阴阳概念是万事万物变化总的规律,经典的《易经》理论与现代临床及女性月经周期节律有着一定的联系,需要我们潜心研究,让中医理论更好地、更科学地为病患解除痛苦,是我们现代中医人必须努力的目标。

参考文献:

[1] 夏桂成. 月经周期中分期调治的临床意义[J]. 陕西中医, 1989, 10(8): 357-358.

[2] 夏桂成. 月经周期与调周法[J]. 南京中医药大学学报, 1998(3): 14-16.

[3] 陈士铎. 外经微言[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011: 12.

[4] 黄帝内经素问[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963: 14, 21.

[5] 张介宾. 景岳全书[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011: 650-653.

[6] 黄帝内经素问[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963: 34-35.

[7] 夏桂成. 妇科方药临证心得十五讲[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2006: 32.

[8] 李时珍. 本草纲目[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2004: 2336.

(编辑: 叶亮)