

引用:苏越,王轩宇,张全德,赵健.傅青主与陈士铎重阴葆精思想[J].中医药导报,2026,32(2):257-261.

医史

# 傅青主与陈士铎重阴葆精思想\*

苏越,王轩宇,张全德,赵健  
(天津中医药大学中医学院,天津 301617)

[摘要] 傅青主与陈士铎书出同源,法本一脉,在滋阴、温补学派和道家理论的影响下形成了独特的重阴葆精学术思想。通过阅读相关文献,归纳其理论发挥和临床应用。理论上,傅青主与陈士铎阐明了肾水与脏腑、奇经的相互关系和病证间的作用联系;治法上,丰富了滋阴法和用药原则;临床上,从男女共患病、妇科病、男科病3个层面展示补阴具体应用;摄生上,倡导“远房帷”与“安神”在日常上的应用。傅青主与陈士铎重阴葆精思想丰富了中医学相关理论架构,为后世提供借鉴。

[关键词] 重阴葆精;傅青主;陈士铎;阴虚;各家学说

[中图分类号] R-092 [文献标识码] A [文章编号] 1672-951X(2026)02-0257-05

DOI: 10.13862/j.cn43-1446/r.2026.02.045

## Exploration of FU Qingzhu and CHEN Shiduo's Thought of Emphasizing Yin and Retaining Essence

SU Yue, WANG Xuanyu, ZHANG Quande, ZHAO Jian

(School of Traditional Chinese Medicine, Tianjin University of Traditional Chinese Medicine, Tianjin 301617, China)

[Abstract] FU Qingzhu and CHEN Shiduo shared the same academic origin and followed the same therapeutic system. Under the influence of the Yin-nourishing School, the Warming and Tonifying School and Taoist theories, they developed a unique academic thought of emphasizing Yin and retaining essence. By reviewing relevant literatures, this paper summarizes the theoretical development and clinical application of this thought. Theoretically, Fu Qingzhu and Chen Shiduo clarified the interrelationships between kidney water and zang-fu organs, extraordinary meridians, as well as the pathogenic links among different diseases and syndromes. In terms of therapeutic methods, they enriched the Yin-nourishing therapies and medication principles. Clinically, they demonstrated the specific application of Yin tonification from three aspects: diseases common to both men and women, gynecological diseases and andrological diseases. In health preservation, they advocated the daily practice of "abstaining from sexual overindulgence" and "calming the mind". The thought of emphasizing Yin and retaining essence by FU Qingzhu and CHEN Shiduo has enriched the theoretical framework of traditional Chinese medicine and provided valuable references for later generations.

[Keywords] emphasizing Yin and retaining essence; FU Qingzhu; CHEN Shiduo; Yin deficiency; doctrines of various schools

傅青主与陈士铎(以下简称“傅氏”“陈氏”)均为明末清初著名医家。长久以来,二者关系众说纷纭。自清代王孟英、陆定圃始,中医学界对二者关系及著作归属问题展开了一场近二百年的争论。新中国成立以来学术界对此主要存有两种观点:部分学者认为世传傅氏医书系后人托名伪造,传抄陈氏著作而成,代表有贾得道、钱超尘等;另一部分学者则认为,陈氏医术乃傅氏所传,增而广之遂成陈氏诸书,代表有李

树德、王象礼等。由于史料的匮乏,傅氏、陈氏真实关系和著作问题始终难有定论。但正如岳美中所言,为医者应有“求其术之可用,无庸核其书之必真”<sup>[1]</sup>的态度,从实践中检验二者的学术价值。近年来已有余邦、洪嘉婧等学者尝试将傅氏、陈氏划为一个整体进行研究并取得不错的成果<sup>[2-3]</sup>,为后续研究提供了思路。傅氏、陈氏相关医著主要有《傅青主女科》<sup>[4]</sup>、《辨证录》<sup>[5]</sup>、《石室密录》<sup>[6]</sup>、《外经微言》<sup>[7]</sup>、《本草新编》<sup>[8]</sup>、《傅青主

\*基金项目:2023年中医药古籍挖掘和保护条件提升项目(GZY-KJS-2023-043);2023年天津中医药大学中医基础学科特支人才项目(A类)

通信作者:赵健,男,副教授,研究方向为中医医史文献

男科》<sup>[9]</sup>，共同构建了一套逻辑联系紧密，理法方药完备的学术体系，而重阴葆精思想尤为突出。笔者通过查阅相关文献并加以整理分析，对傅氏、陈氏重阴葆精思想之源流、内涵、理论创新、用药法度等进行论述、发挥，以期对临床实践有所启发。

### 1 傅氏、陈氏重阴葆精思想渊源

1.1 滋阴、温补思想影响 元明两朝，“阴虚”是医学界热点议题，滋阴学派与温补学派先后创立“相火论”“命门水火”等理论<sup>[10]</sup>，从不同角度阐释了阴虚的成因、含义和治法，将中医学阴虚理论的研究推向了高峰。据史料记载，傅氏、陈氏活动于温补学派后期，其理论自然绕不开滋阴、温补学说的影响。总体来看，傅氏、陈氏对于两派思想均有所吸纳。

生理上，傅氏、陈氏取朱丹溪“阳有余而阴不足”“相火易起”<sup>[11]</sup>之说，并结合五行理论加以阐述，认为“五脏有脏火，七腑有腑火”而“水止肾脏之独有，且水中又有火也”<sup>[12]</sup>，论证了人身阴少阳多的生理状态。傅氏、陈氏亦提出“阴火易逆”<sup>[13]</sup>，认为房事、情志、食饮等过极皆易“损精泄水”<sup>[14]</sup>，使阴不制阳而为病，临床上呈现“相火为病甚多”<sup>[15]</sup>的情形。

病理上，傅氏、陈氏所论“阴虚”是以命门水火论为理论基础，其内涵更接近于赵献可、张景岳所谓“真阴不足”<sup>[16]</sup>。《外经微言·命门经主》认为命门为“水火之府也，阴阳之宅”<sup>[17]</sup>，藏先天之水火，是人身阴阳之本，且“真火者，真水之所生；真水者，真火之所生也”<sup>[18]</sup>，命门水火本为一体，互根互化。因此，对于阴虚火旺者，傅氏、陈氏提出“因水之不足，乃现火之有余，火盛者，补水而火自息”<sup>[19]</sup>，认为水亏不能涵阳，是火“假旺”<sup>[20]</sup>原因，因此，补水以涵纳妄动之日是治疗该证关键。对于命门火衰者，傅氏、陈氏尊赵献可“火之不足……就于水中补火”<sup>[21]</sup>之说，提倡“水中补火”<sup>[22]</sup>，即补阳药配伍补阴药一同使用，既使命门之火“真衰者不衰”<sup>[23]</sup>，化生有源，又可“则火起而不愁炎烧之祸”<sup>[24]</sup>，以防温药动火伤阴之患。可见，无论阴虚还是阳虚，傅氏、陈氏都强调补阴的重要性。

治法上，傅氏、陈氏从温补诸家观点出发，认为“命门水火虽不全属于肾，亦不全离乎肾”<sup>[25]</sup>，将命门与肾视作整体，补肾水即是补命门真水。制方上，傅氏、陈氏与张景岳“真阴既虚，则不宜再泄”<sup>[26]</sup>配伍思路相契合，其所立多是“纯补不泄”<sup>[27]</sup>之方，唯用补药，不再加入泽泻、茯苓等淡渗之品。用药上，受薛己“胃气受伤，则虚证蜂起”思想影响<sup>[28]</sup>，傅氏、陈氏多避用苦寒而尚甘补，以防凉药败伤脾胃而“成劳成瘵”<sup>[29]</sup>。

1.2 道教思想影响 傅氏、陈氏同为道门中人，从二人著述中大量提及的“炼形”“飞腾”“顺逆”“三关”等道教术语可知，道教理论已深度融入傅氏、陈氏医学理论体系<sup>[30]</sup>。综合来看，影响傅氏、陈氏学术思想最深的莫过于道教对于水、精的认知。

道教认为，水是生命之源，化生和养育万物，体现了道生育万物而不据为己有的特性，是道教哲学的核心象征之一，即“上善若水，水善利万物而不争”。于人而言，《正统道藏·全真集玄秘要》曰：“天一生水，精藏于肾也。”<sup>[31]</sup>其认为肾精属水数一，是人身最原初的物质。《正统道藏·道法心传》谓：“夫精者，乃先天之元精，为万物之母，得之则生，失之则死。”<sup>[32]</sup>《太

乙金华宗旨·元神识神》言：“精水云何乃先天真一之炁。”<sup>[33]</sup>可见，道教认为，水、精是人身立命之本，倘若有失，则难长久。内丹修炼中，《性命圭旨全书·三家相见图说》言：“精、气、神，谓之三元。三元合一者，丹成也。”<sup>[34]</sup>精是上药三品之一，是道教北宗“炼精化气”，南宗“采药”“炼药”的物质基础。可以推知，在道教理论的影响下，傅氏、陈氏医著所谓“精”“水”包含道教与中医理论的双重认识。（注：参考《外经微言·奇恒》所述“阴者，即肾中之真水也。真水者，肾精也”<sup>[35]</sup>，笔者认为傅氏、陈氏书中“肾水”“阴”“真水”“肾精”等概念内涵一致，又因肾水在二者书中出现频率最高，故后文选择以“肾水”进行讨论。）病因探讨上，二人著作中多有“纵欲伤精”“泻精”等描述，将“失精”视作诱发疾病重要因素。理论发挥上，傅氏、陈氏提出了“补精引血”“肾水养胎”<sup>[36]</sup>等理论，扩充完善了疾病辨治理论。用药上，傅氏、陈氏尤为擅长使用补阴填精药，代表有熟地黄、山萸肉、覆盆子、胡桃仁等。摄生上，傅氏、陈氏认为“精即人之命根也”<sup>[37]</sup>，并因之提出“安神”“远房帟”<sup>[38]</sup>等养生方式。

综上，傅氏、陈氏重阴葆精体系融入结合了道教、中医诸家理论和自身临床实践经验，丰富完备而不流于俗，是取诸家之所长的集大成之作。

### 2 理论掇菁

2.1 肾水与脏腑关系 《素问·逆调论篇》云“肾者水脏，主津液”<sup>[39]</sup>，肾水为一身阴液之本。傅氏、陈氏在前人基础上创立了“生不全生”理论，将肾水对各脏腑的作用细化，即：“心得肾水，而神明始焕发也；脾得肾水，而精微始化导也……六腑亦无不得肾水，而后可以分布之。”<sup>[40]</sup>可见，在二人理论中，肾水为支撑脏腑运作的基础物质，即“五行得水则润”<sup>[41]</sup>。倘若肾水不足，无以制阳，阴火侵袭五脏则会出现“克不全克”现象，“于脾干涸矣，于肺喘嗽矣，流于肝焚烧矣，冲击于七腑燥渴矣”<sup>[42]</sup>，广泛地影响各脏腑生理功能的运行，即“失水则损”<sup>[43]</sup>。临床上，各脏腑阴亏证的辨治多以此为理论依据。

在肾水与脏腑关系中，傅氏、陈氏进一步完善了心肾水火既济的相互作用的体系。《外经微言·脏腑阐微》提出“胞胎处水火之两歧，心肾之交……宁独妇人育之，男子未尝无也”<sup>[44]</sup>，“心肾之交亦责在肝胆”<sup>[45]</sup>等观点，阐明了胞宫、肝胆等脏腑与心火、肾水之间的相互关系，使之形成了一套适用于疾病辨证和养生修行的体系。而由于肾水难成易亏的特性，临床多见肾水不足所引起的心肾不交、体系失衡的相关病症，男科、妇科、外科中的一系列病种均与此有关。

2.2 肾水与奇经关系 《黄帝内经》最早论及奇经及相关理论，如《素问·骨空论篇》言“任脉为病，男子内结七疝，女子带下瘕聚”，“冲脉为病，逆气里急”<sup>[46]</sup>，介绍了奇经病症特点并奠定了理论框架。后世李时珍《奇经八脉考》和叶天士《临证指南医案》等均有所发挥，丰富完善了中医奇经证治理论体系。

傅氏、陈氏在著作中重点探讨了肾水与督脉、任脉、冲脉、带脉四脉的关系和相关病症。对于任督二脉，《外经微言·考订经脉》云：“足少阴者，脉起于足少阴……上膊出膈上股脊骨，乃河车之路，即任督之路也。”<sup>[47]</sup>其认为任督二脉直接隶属于肾，是肾水通行之路，肾水充足则“则车之路通”<sup>[48]</sup>，反

之则“河车之路塞”<sup>[7]</sup>。二经病多因纵欲伤精，肾水不能上注所致，病证则多与外科、内科等疾病相关。至于冲脉，傅氏、陈氏认为“冲为血海”“居于下焦”<sup>[8]</sup>，处“胞胎之上”<sup>[9]</sup>，而“胞为神室，即下丹田也”<sup>[10]</sup>为两肾命门之所在，其为病多由肾中水亏，虚火上冲扰动血室所致，病证多与妇科疾病相关。至于带脉，傅氏、陈氏认为“带脉束于任督之间”<sup>[11]</sup>，为“纵欲泄精……任督脉伤，不能行其气于腰脐，则带脉亦伤”<sup>[12]</sup>所致。可见，带脉之伤多由肾水亏损耗伤任督，继而累及带脉所致，其病证亦与妇科有关。治法上，奇经之疾虽由肾水亏虚所引起，但其证亦常与脾胃亏虚、湿邪内生相关，临证用药宜视情况酌加益胃健脾除湿之品。

### 3 补阴法及用药原则

3.1 补阴通法 傅氏、陈氏治阴虚诸证以甘酸平润为通法，慎用“寒凉”“辛热”<sup>[13]</sup>，过寒则败伤脾胃，过热则助其虚热，故以中治之，用甘酸平润之法。用药上多以熟地黄、山萸肉、麦冬、五味子等4味药为核心进行加减配伍。其中熟地黄、山萸肉二药为直补之品，熟地黄性甘微温，质重味厚，功能益精填髓；山萸肉味酸涩而性温，能补肝肾精血，“佐熟地实有水乳之合”<sup>[14]</sup>。麦冬、五味子二药则为肺肾同治之法的体现，前者甘而微寒能“助肺金下气，清肃下行，以生肾水”<sup>[15]</sup>，而后者味酸性平功在固涩，可“收敛肺气，正所以生肾水也”<sup>[16]</sup>。故而四药合用，不寒不热，滋补平润，酸甘合化，共奏补阴之功。此外，傅氏、陈氏认为补肾之品“必须多用”<sup>[17]</sup>，尤其是熟地黄这味药常用至一两以上，意在使药得入“无何有之乡”<sup>[18]</sup>，直入肾命，便自无所谓“臆膈”<sup>[19]</sup>之说。《石室密录·立治法》中健腰丹<sup>[20]</sup>便是傅氏、陈氏补阴通法运用的典例，方用：熟地黄一两，山萸肉四钱，北五味子一钱，麦冬二钱，白术一两，杜仲五钱。本方为精亏腰痛所设，以熟地黄、山萸肉、北五味子、麦冬四味药为基础填补肾之阴精；另择以白术“利腰脐间气”<sup>[21]</sup>去其湿，杜仲“入肾以健腰”<sup>[22]</sup>止其痛。诸药相合共奏补肾强腰之能。不过补阴通法的临床应用不必过分拘泥，亦应随证加减配伍，如热重者可去山萸肉、熟地黄，改为生地黄、玄参等。

此外，对于兼症的处理亦相当关键。若阴亏较轻而有骨蒸潮热等症，则用玄参、青蒿、地骨皮等清其浮游之热，代表方为清骨滋肾汤。若阴亏较重而见虚阳浮越者，则辅以“以火拈火”<sup>[23]</sup>之法，选用补骨脂、肉桂、附子等温热之品，同气相求，使龙火归肾，代表方为引火汤、八味地黄汤。若阴亏累于阳，可选用巴戟天、补骨脂等益其阴阳，代表方菟丝地黄汤。若阴亏日久损及脾胃，不能运药者，应开其胃气，另入白术、巴戟天、肉豆蔻等味，代表方为开胃填精汤。若阴精虚少，草木之品不可补者，则需加入紫河车、脐带、鹿角胶、鱼鳔、阿胶等益其精髓，代表方为降补汤。若阴亏牵累奇经，未兼脾虚湿盛者，可加入白果、巴戟天等，引药入奇经；反之，则需加入白术、人参、芡实、山药、莲子等调补脾胃，益精祛湿，代表方为宽带汤。

3.2 救阴法 观二人著书，补阴通法并不适用于亡阴证，傅氏、陈氏认为阴竭之时“阳气亦在将脱未脱之际”<sup>[24]</sup>，故亦应“急救其阳气”<sup>[25]</sup>，并且“徒补其阴则迂缓之极”<sup>[26]</sup>，单用熟地黄、山萸肉等补阴药则难以奏效，应用“补阳可以续阴”之法，以人参为救阴固脱主药。《本草新编·人参》认为：“人参是气分之药，而又兼阴分，所以阳生而阴亦生，救元阳正所以救真阴也。”<sup>[27]</sup>用量上，傅氏、陈氏认为“人参少用则泛上，多用则下行”<sup>[28]</sup>，临床应用至一两以上，使其“能下达病源”<sup>[29]</sup>以补其元阳元阴。以《辨证录·阴阳脱门》回阳救阴丹为例，方用：人参三两，黄芪三两，当归一两，茯神五钱，酸枣仁三钱，北五味子一钱。傅氏、陈氏认为“此方先用参以挽回于一时”<sup>[30]</sup>可“一剂阳回，二剂阴生”<sup>[31]</sup>，二剂后于原方加入熟地黄一两、山萸肉五钱补其阴亏，服用1个月可以“还原如故”<sup>[32]</sup>。

### 4 临床应用

根据病症治疗特点，傅氏、陈氏重阴葆精思想在临床上的应用可由男女共患病、妇科疾病、男科疾病3个方面体现。

4.1 男女共患病 男女共患病方面体现了傅氏、陈氏以“生不全生”理论指导脏腑阴亏辨治体系的临床具体应用。（见表1~2）

表1 肾与诸脏水亏

水亏之脏	病症	治法	用药	代表方/药
肾水亏	发热、脱证	补肾水、清肺金	熟地黄、山萸肉、麦冬、五味子/人参等	八味地黄汤/续阴救绝汤
心肾水亏	不寐、心悸、疮疡	补肾水、沟通心肾、补心阴	熟地黄、山萸肉、麦冬、五味子、酸枣仁、远志、茯神等	心肾两滋汤
脾肾水亏	痿、虚损	补肾水、益气健脾、清火	玄参、生地黄、白术、芡实、薏苡仁等	调脾汤
肝肾水亏	腰痛、胁痛、经闭塞	补肾水、养血疏肝	熟地黄、山萸肉、当归、白芍、荆芥、柴胡等	肝肾两舒汤
肺肾水亏	久嗽、喘	补肾水、清肺金、降肺气	熟地黄、山萸肉、麦冬、五味子、牛膝、杏仁等	子母两富汤

表2 肾与诸腑水亏

水亏之脏腑	病症	治法	用药	代表方/药
小肠肾水亏	小肠细小不能出溺	补肾水、利小便	熟地黄、山萸肉、麦冬、车前子、刘寄奴等	治本消水汤
胃肾水亏	发狂、舌肿、痿证	补肾水、清胃火	玄参、生地黄、生石膏、丹参等	遏火汤
胆肾水亏	目不明、耳鸣、胸乳上发	补肾水、养肝血	熟地黄(玄参)、山萸肉、麦冬、当归、白芍等	四物汤加味
大肠肾水亏	便秘、呕吐	补肾水、清肺金	熟地黄、山萸肉、麦冬、五味子等	济艰催挽汤
膀胱肾水亏	小便不通	补肾水、利小便	熟地黄、山萸肉、车前子、薏苡仁等	启结生阴汤
三焦肾水亏	消渴	补肾水、利小便	熟地黄、山萸肉、车前子、薏苡仁等	六味地黄汤加味
心包络肾水亏	发狂、喜笑不休	补肾水、清热泻火	玄参、生地黄、黄连、丹参等	卫主汤
任督肾水亏(附)	各类疮疡、背痛、小儿不食	补肾水为主	补骨脂、山萸肉、麦冬、玄参、白果等	蔓花汤

表中列举了各脏腑阴亏病证治疗的立法配伍思路,显然该证治体系是以补益肾水为核心,辅以各脏腑的相应治法。值得注意的是,傅氏、陈氏论腑水亏虚证,强调腑火亢盛之害<sup>[21]</sup>,因而临证组方多择以玄参、生地黄代替熟地黄、山萸肉以增强清热之力。

4.2 妇科应用 妇科疾病的证治中,傅氏、陈氏将肾水与女科月经、妊娠等生理活动相联系。(见图1)

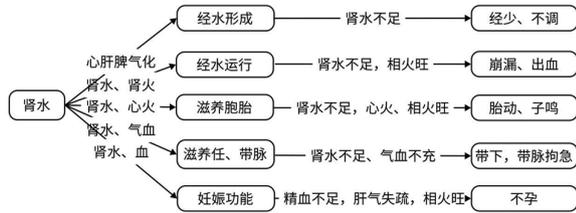


图1 肾水与女科诸病关系

经水生成方面,《傅青主女科·调经》秉持月经“乃天一之水,出自肾中之气”<sup>[22]</sup>、“肾水之化,实有关于心肝脾”<sup>[23]</sup>等观点,认为月经以肾水为源,经心、肝、脾气化所成,其期先后、多寡与肾水密切相关。因此,培补肾水为调经之要,代表方为益经汤。经水运行方面,《外经微言·精气引学》言“血之妄行,由肾火之乱动也”<sup>[24]</sup>,认为经量过多、非经期血崩等出血证多由肾水不足,虚火上犯冲任血室所致,故应“补精引血”<sup>[25]</sup>,其法即是在人参、黑姜、当归等补气、止血药基础上,另入熟地黄、山萸肉、山药、莲子等补益肾水,调理奇经之品,使血归而经止。《外经微言·年老血崩》《外经微言·血海太热血崩》中疾病的论治亦多用此法,代表方为清海丸。滋养胞胎方面,傅氏、陈氏认为胞胎由肾水滋养,即“胎半系于肾水”<sup>[26]</sup>,若肾水充足则“胎安”<sup>[27]</sup>,反之则“胎动”<sup>[28]</sup>,轻则出现口干、子鸣等不适症状,重则小产、堕胎。因此,治娠期诸证,傅氏、陈氏常于方中加入生地黄、熟地黄、玄参等药以顾护肾水,代表方为润燥安胎汤。滋养带脉方面,傅氏、陈氏认为带脉由肾水、气血等精微物质充养,倘若不足既会招致湿邪侵袭而致带下诸病,又可使带脉“缩而不伸,挛而不达”<sup>[29]</sup>,不能负载胞胎而致不孕、小产等病。用药当选用补阴之品配伍建莲子、白术、补骨脂、巴戟天等味以补益脾肾、调补奇经,代表方为易黄汤、宽带汤。妊娠功能方面,精血不足可致肝木失养、虚火内动,“逼干男子之精”<sup>[30]</sup>而不孕。法当大补肝肾精血,以制其亢阳,故选用熟地黄、当归、山萸肉等大队补益精血之品,代表方为养精神玉汤。

4.3 男科发挥 《辨证录》《傅青主男科》和《石室密录》收录了大量男科疾病,其中肾水亏虚是男科诸疾发病的重要因素。(见图2)

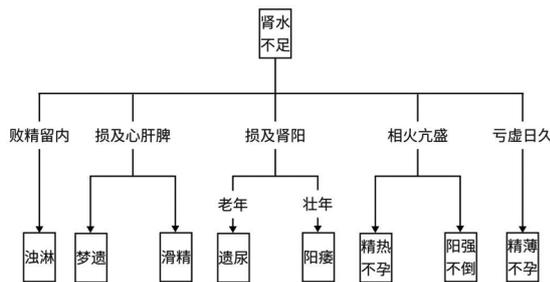


图2 肾水与男科诸病关系

若肾水不足,相火亢盛,可致阳强不倒<sup>[31]</sup>、精热不孕,法当滋阴;火旺不能制者,另投以肉桂引火归元,代表方为养阳汤。若水亏已极而累于火,则阴阳并衰,临床上年壮者可见阳痿、早泄等病,年老者则多成遗尿,用药当以熟地黄、山萸肉、肉桂等同补其阴阳,代表方为强阳神丹、八味地黄汤。若肾水不足,败精留内,小便不利,则成“浊淋”<sup>[32]</sup>等病,法当利水补阴,于补阴药中配以牛膝、车前子等药使“尿窍”开而“精窍”闭<sup>[33]</sup>,代表方为化精丹。若肾水不足,累于心肝脾,可致梦遗、滑精,法当大补肾水,兼调诸脏,以补阴药配酸枣仁、肉桂、白芍等味,代表方为夜梦梦遗方。若肾水亏耗日久,则可致男子精薄不育,法当以血肉有情之品填其阴精,宜另加入鹿茸、鱼鳔、龟甲胶等,代表方为生髓育麟丹。

### 5 重阴葆精思想摄生上应用

《辨证录·虚损门》指出:“夫阴精足者其人寿,未有精虚而能长年者也。”<sup>[34]</sup>陈氏认为人体唯有阴精充盈,方能致长生;倘若不知葆涩,则会“血耗气散,髓竭精亡”<sup>[35]</sup>而早夭,因而葆涩阴精方为“返还之道也”<sup>[36]</sup>。总结傅氏、陈氏诸书,对应做法有二:一者在行为上“远房帟”以保阴;二者在心态管理上“安神守寂”以护精。

5.1 “远房帟”以保阴 “远房帷”思想是中医养生学保健防病基本守则。孙思邈曰:“所以善摄生者,凡觉阳事辄盛,必谨而抑之,不可纵心竭意以自贼也。”<sup>[37]</sup>其认为摄生之要在于节制房事。朱丹溪指出“古人必近三十、二十而后嫁娶”<sup>[38]</sup>,认为男女待其年长,阴精充盛后成婚,方能优生优育。傅氏、陈氏则着重强调房事过度的致病作用,《辨证录·淋证门》认为交接之时,“百节骨髓,无不同趋下走于阴器而出”<sup>[39]</sup>,长此以往会使人骨髓阴精亏空,疾病蜂起。于男子而言,房事不节先损肾水,后累肾阳,阳痿、阳强不倒、梦遗、不育等疾病都因之直接或间接引起。于女子而言,纵欲过度则先伤肾水及“任督之脉”<sup>[40]</sup>,后累冲、带脉,进而影响经、产等妊娠活动。另外,傅氏、陈氏认为服药期间节制房事与否关乎治疗效果,《傅青主女科·种子》规定服药期间应以节欲3个月为期,应“节欲三月,心静神清”<sup>[41]</sup>,倘若治疗期间仍不知节制,那么治疗“不过取目前之效耳”<sup>[42]</sup>,遂迁延不愈而成劳。

5.2 “安神守寂”以护精 “安神守寂”理论是道教心性学说在中医养生上的应用,《性命圭旨·性命说》认为“性不离命,命不离性”<sup>[43]</sup>,形体与心性相互作用影响。唯有守持内心之明静,方能达到“真气从之”<sup>[44]</sup>的状态,以实现健体去疾的疗效。

《外经微言·命根养生》提出“精之不动,仍在心之寂也”<sup>[45]</sup>,认为心神内收与否关乎人身阴精的收摄。若心性明静,则“肾水升而心火降,水火既济而精不动”<sup>[46]</sup>,脏腑生理功能运行正常,故能长视久生;但倘若人不知守持,耽于外物,使心神驰张于外而“心动”<sup>[47]</sup>,会使“精动”<sup>[48]</sup>而暗耗,长此以往会导致癫狂、中风、惊悸、不寐等疾病。因此,安神守寂是预防疾病、摄生保健的重要举措。具体做法上,《外经微言·阴阳颠倒》引用《庄子·在宥》相关论述:“无视无听,抱神以静……无劳汝形,无摇汝精,无思虑营营,乃可以长生。”<sup>[49]</sup>通过摈弃视听,断念除妄,使心神收摄于内,以达到养生修炼的目的。

病理情况下,若“精之小动”<sup>[50]</sup>,症状轻微者,可用《外经微

言·善养》所载内观修炼法,“闭目塞兑,内观心肾……养阴则津津送入肾也”<sup>[7]</sup>,以培补阴精;若“精之大动”<sup>[7]</sup>,火旺不能制者,则需服食药饵,心身同调,以使精安。

## 6 小 结

傅氏、陈氏学术体系法承诸家而自成一脉,其理论体系复杂庞杂,包罗万象。有鉴于陈士铎“遇仙传书”之案和傅青主著书真伪难辨等客观原因,历来医家对于二者医理多是毁誉参半。毁者嗤其文辞荒诞不经,或疑其用药匪夷所思;誉者称其医理承仲景之后,冠以“奇中”之名。始终各执一词,难有定论。近年来,中医妇科和男科病的治疗以及“引火汤”“散偏汤”等方已经得到临床验证<sup>[23-24]</sup>,可见傅氏、陈氏之医学思想是亟待发掘利用的学术宝库。笔者聚焦傅氏、陈氏“重阴葆精”思想,将其理论视作整体,从源流上探讨滋阴、温补学派与道教影响下“重阴葆精”思想之内涵与理论体系,从肾水与五行、奇经关系展示傅氏、陈氏理论创新,从补阴法论述其临床应用,从养生方式探讨葆阴精的重要性,多角度入手阐述其临床价值。后续可在本研究基础上继续深入探讨傅氏、陈氏医学理论间的关联,或进一步研究“重阴葆精”思想的临床病例,明确二者的学术体系和用药思路。

## 参考文献

- [1] 中医研究院西苑医院.岳美中医学话集[M].北京:中医古籍出版社,1984.
- [2] 俞邦,覃庭威,张津铖,等.傅青主与陈士铎辨治喘证[J].中医药导报,2024,30(3):112-116.
- [3] 洪嘉婧,王瑞,王艺晴,等.从消渴病的治疗探析傅青主—陈士铎学派学术体系[J].吉林中医药,2014,34(11):1084-1086.
- [4] 傅山.傅青主女科[M].欧阳兵,整理.北京:人民卫生出版社,2006.
- [5] 陈士铎.辨证录[M].张灿理,校注.北京:中国中医药出版社,2011.
- [6] 陈士铎.石室秘录[M].王树芬,点校.太原:山西科学技术出版社,2019.
- [7] 陈士铎.外经微言[M].王雅丽,校注.北京:中国中医药出版社,2011.
- [8] 陈士铎.本草新编[M].柳长华,校注.北京:中国中医药出版社,2008.
- [9] 傅青主.傅青主男科[M].欧阳兵,整理.北京:学苑出版社,2001.
- [10] 宋佳.从丹溪学派到温补学派阴虚概念嬗变研究[J].新中医,2024,56(21):191-197.
- [11] 朱震亨.格致余论[M].王英,校注.北京:中国医药出版社,2011.
- [12] 李梦茜,宋佳.朱丹溪与张景岳对阴虚认识以及滋阴治法之异同比较[J].浙江中医药大学学报,2024,48(3):319-323.
- [13] 赵献可.医贯[M].晏婷婷,校注.北京:中国中医药出版社,2009.
- [14] 张介宾.景岳全书[M].赵立勋,主校.影印本.北京:人民卫生出版社,1991:231-235.
- [15] 寇世琼,宋佳.朱丹溪与薛己对“阴虚”的认识及证治思路比较[J].江苏中医药,2024,56(6):23-25.
- [16] 何振中.浅析道教思想对陈士铎命门水火理论的影响[J].中国道教,2007(1):41-43.
- [17] 张宇初.正统道藏[M].郑同,主校.北京:九州出版社,2015.
- [18] 华胥子.太乙金华宗旨:羊皮卷珍藏版[M].北京:华龄出版社,2023.
- [19] 尹真人高弟.性命圭旨[M].沈志刚,点校.北京:中央编译出版社,2013.
- [20] 黄帝内经·素问[M].田代华,整理.北京:人民卫生出版社,2010.
- [21] 朱惠鉴,李宇欣,刘城鑫,等.陈士铎运用玄参降火特色之管窥[J].中华中医药杂志,2020,35(10):4895-4897.
- [22] 孙思邈.备急千金要方[M].焦振廉,校注.北京:中国医药科技出版社,2011.
- [23] 王雨轩,马新宇,张孟娇,等.从“肾为水火之脏”论引火汤引火归元之功[J].实用中医内科杂志,2024,38(9):20-23.
- [24] 刘林华.散偏汤加减联合头针治疗偏头痛急性发作临床观察[J].实用中医药杂志,2024,40(10):1964-1966.

(收稿日期:2025-03-23 编辑:刘国华)

## (上接第252页)

- [13] 李敏,何庆勇.基于“失精家”新解桂枝加龙骨牡蛎汤证治[J].中华中医药杂志,2023,38(5):2181-2184.
- [14] 闫德祺,张星平,梁政亭,等.桂枝加龙骨牡蛎汤对魄不安于肺不寐大鼠焦虑样行为的镇静机制[J].中华中医药杂志,2024,39(3):1468-1475.
- [15] 谭丽丽.桂枝加龙骨牡蛎汤治疗慢性荨麻疹临床观察[J].中国中医药现代远程教育,2020,18(18):94-95.
- [16] 戚璐,杨锡燕.老年性皮肤瘙痒症的中医药临床治疗进展[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(99):73-74.
- [17] 池溢逸.愈肤膏联合丁酸氢化可的松乳膏治疗儿童特应性皮炎(血虚风燥型)的疗效观察及安全性分析[D].成都:成都中医药大学,2022.
- [18] 果姗姗.基于测定屏障修复因子caspase-14、FLG水平评估愈肤膏联合当归饮子治疗慢性湿疹(血虚风燥型)的临床疗效观察[D].成都:成都中医药大学,2022.
- [19] 柳慧琴.牛脊髓肽的制备及其抗氧化活性研究[D].长春:吉林大学,2019.
- [20] 陈明岭.艾儒棣教授学术思想及临床经验简介[C]//中华中医药学会.2016年中华中医药学会外科分会学术年会论文集,2016:26-31.
- [21] 李智勇.基于“以皮治皮”理论研究药浴五皮泡腾片治疗老年性皮肤瘙痒症的临床疗效观察[D].成都:成都中医药大学,2023.
- [22] 宋玮,陈明岭,肖敏,等.艾儒棣从“皮积”论治原发性皮肤淀粉样变经验[J].中医杂志,2024,65(13):1323-1327.

(收稿日期:2025-03-04 编辑:罗英姣)