

## 《黄帝内经》思维方法论

张其成

21世纪规划教材  
《内经讲义》人民卫生出版社  
2002年8月

方法论是关于认识世界和改造世界根本方法的理论。有哲学科学方法论、一般科学方法论、具体科学方法论之分。思维方法论属于哲学科学方法论，指在思维过程中复制和再现研究对象或现象的各种方式。具体地说就是思维主体按照自身的特定需要与目的，运用思维工具去接受、反映、理解、加工客观对象或客体信息的思维活动的方式或模式，本质上反映思维主体、思维对象、思维工具三者关系的一种稳定的、定型的思维结构。传统思维方式是传统文化的最高凝聚和内核。中医思维方法论即中医研究人的生命活动、形成医学理论体系以及应用于临床实践的根本方法。

在中国传统哲学思想的深刻影响下，中医学形成了不同于西医学的思维方式。这一独特的思维方式主要表现为整体思维、意象思维、变易思维等。

### 一、 整体思维

#### （一）整体思维的涵义

所谓整体思维，就是以普遍联系、相互制约的观点看待世界及一切事物的思维方式。这种思维方式不仅把整个世界视为一个大的有机整体，世界的一切事物都是连续的、不可割裂的，事物和事物之间具有相互联系、相互制约的关系，而且把每一个事物又各自视为一个小的有机整体，部分作为整体的构成要素，其本身也是一个连续、不可割裂的整体，部分与部分呈现出多种因素、多种部件的普遍联系。认为天与人之间、事物与事物之间同源、同构、同序、同律。

中国传统哲学，不论儒家还是道家，都强调整体思维。《周易》一书提出了整体论的初步图式。例如，从全书结构形式上看，《周易》最基本的单位是阴爻（--）和阳爻（—）。阴爻和阳爻三次组合构成八卦，六次组合构成六十四卦。一切自然现象和人事吉凶纳入八卦、六十四卦系统中，表现出一种整体观念。《易传》以普遍联系、相互制约的观点解释《周易》。六十四卦六爻同时具有下中上、初中末、天地人之义，是一个天人时空统一的整体系统。道家代表人物庄子讲“天地与我并生，而万物与我为一。”（《庄子·齐物论》）天地是一个整体，人与世界是一个整体。任何一个局部都体现着全体，比如庄子认为“道”无所不在，甚至在“蝼蚁”、“稊稗”等。

“天人合一”是这种整体思维的根本特点。所谓天人合一，是指天道与人道、自然与人相通、相类和统一。在传统思维中，儒道两家都主张“天人合一”。道家倾向于把人自然化，儒家倾向于把自然人化，但他们都认为，人和自然界是一气相通、一理相通的。老子的道天地人“四大”，《易传》的天地人“三才之道”，是这种整体思维的早期表现。而董仲舒以阴阳五行为框架的天人感应论，则提出了更加完备的整体模式。中国传统哲学的这一思维倾向，直接孕育了中医学的整体性思维方式。当然，在长期的医学实践中，《内经》又将传统哲学的整体性思维具体化、科学化。

#### （二）《内经》中的整体思维

在整体思维指导下，《内经》建构了一个三才合一的整体医学模式，如《素问·阴阳应象大论》说：“其在天为玄，在人为道，在地为化。化生五味，道生智，玄生神。”并以三才为经，五行为纬，论述天、地、人诸事物的类属及其相互关系。《内经》的整体思维主要体现在以下两方面。

1、人体本身是一个有机联系的整体。《内经》将人体本身看成是一个有机联系的整体，人体内部部分与部分之间既是连续的、不可割裂的，又是互相制约、互为作用的。《内经》将人体生命活动整体系统各部分、各要素（子系统）的有机联系归结为阴阳对立统一、五行生

克制化、气机升降出入三种模式。用阴阳模式说明人体生命活动由相互联系、相互对立、相互制约、相互转化的两大类生理机能结构组成；用五行模式说明人体五脏功能活动是多级多路反馈联系的有机系统；用气机升降出入模式说明人不但与自然界交换物质、能量，而且人体内部物质与能量也是运动转化的。

《内经》认为在人的生命活动中，人的生理、心理、躯体三者是有机联系的，即生命能力与躯体形骸之间、精神心理与躯体生理之间有着密切关系，提出了“形神一体”和“心身一体”观念。在形态结构上，中医学认为人以五脏为中心，通过经络系统把六腑、五体、五官、九窍、四肢百骸等全身组织器官组合成一有机的整体，并通过精、气、血、津液的作用，完成机体统一的机能活动。在生理功能上，中医学认为人体的各个脏腑器官都是互相协调活动的，任何一个脏腑、器官、组织的活动都是整体机能活动不可分割的一部分，每个器官、组织在这个整体中既分工不同，又密切配合。在人体这个系统中，脏腑经络、形体官窍、精气神等要素之间具有相互作用的整体调控规律，在每一脏腑经络、形体官窍的子系统中又有更小的子系统，又各有阴阳、气血。在病理变化上，中医着眼于分析局部病变所反映的整体病理状态，局部病变对其他部分、对整体的影响，从人天系统、人体内五脏经络系统、五脏经络内各子系统等各类系统调控其病理变化。在疾病诊断上，由于各脏腑、组织、器官在生理、病理上的相互联系和相互影响，决定了中医在诊断疾病时，可以通过观察分析五官、形体、色脉等的外在病理表现，借以分析、揣测内在脏腑的病变情况，从而对患者作出正确的判断，并进行治疗。《内经》中有关脉诊、目诊、面诊等全息诊法记载，正是整体思维的反映。在疾病治疗上，既注意脏、腑、形、窍之间的联系，也注意五脏系统之间的联系。在养生保健上，也体现整体观念，如在养生动静关系上强调要动中寓静、动静结合、动而中节。

2、人与外界环境构成一个有机的整体。《内经》不仅认为人体本身是一个有机整体，而且认为人与天也是一个有机整体。《内经》有“生气通天”的论断，认为“人与天地相参也，与日月相应”强调人与外界环境的密切联系，从人与自然环境、社会环境的整体联系中考察人体生理、心理、病理过程，研究人体开放系统与周围环境交换物质、信息、能量以及随宇宙节律进行新陈代谢活动的规律，并提出相应的治疗养生方法。

人生活于自然环境之中，当自然环境发生变化时，人体也会发生与之相应的变化。如季节气候的变化，中医学根据五行学说，把一年分为五季，认为春温、夏热、长夏湿、秋燥、冬寒就是一年四时中气候变化的一般规律。在四时气候的规律性变化影响下，人也表现出春生、夏长、长夏化、秋收、冬藏等相应的生理性适应过程。一日昼夜昏晨自然界阴阳的消长也对人产生一定的作用。《灵枢·顺气一日分为四时》说：“以一日分为四时，朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。”人体的机能活动产生与昼夜节律变化相似的变化以适应环境的改变。如《素问·生气通天论》说：“故阳气者，一日而主外，平旦人气生，日中而阳气隆，日西而阳气已虚，气门乃闭。”地理区域是自然环境中的一个重要因素。在不同地区，由于气候、土质和水质不同，也可在一定程度上影响人们的生理机能和心理活动。如江南地区地势低平，多湿热，故人体的腠理多疏松，体格多瘦削；西北地区地势高而多山，多燥寒，故人体的腠理多致密，体格偏壮实。生活在已经习惯的环境中，一旦易地而居，许多人初期都感到不太适应，但经过一定的时间，大多数人是能够逐渐适应的。

人是社会的人，社会环境同样会影响人的机能活动，关乎人体的健康与疾病。《内经》指出：“故贵脱势，虽不中邪，精神内伤，身必败亡。始富后贫，虽不伤邪，皮焦筋屈，痿蹙为挛。”说明社会环境的剧烈变动对人的心身机能的巨大影响。《内经》强调人因社会经济、政治地位不同，在体质方面存在一定的差异，因此在疾病治疗时要因人而异。

总之，《内经》整体思维是一种有机论思维，它与西方的整体思维有所不同。《内经》强调人体的功能，把现实事物看成是一个自组织的有机系统，整体不可以还原为部分。西方的整体观是机械决定论的，它注重的是实体和元素，把现实事物看做是无数的小部分组成的复合体，整体可以还原为部分。这一有机整体性思维具有西方精密的还原分析思维所不可及的视野，能够发现用分解方法所不能及的客体的一些属性和特点。因此，中医学整体思维成为其优势和特色所在，成为立足于世界医学之林几千年的不可或缺的基石之一。但是，我们应当清醒地看到，中医学的整体思维虽然强调对人体、人与自然社会的整体性、统一性的认识，却缺乏对这一整体各个细节的认识能力，因而对整体性和统一性的认识也是不完备的。这种思维虽然缺少片面性，但它的片面是建立在模糊直观的基础上，中医理论整体观带有原始的、朴素的、直觉的、想象的成分。这是我们在把握中医学整体思维时应当注意的。《内经》整体思维与现代系统思维有相同之处但不能等同。《内经》整体思维是系统思维的原始形态，具备了系统思维的基本特征，在一定意义上两者是一脉相承的。但我们更应该看到两者之间存在较大的不同之处。现代系统论作为严格意义上的科学方法论是二十世纪以来人类科学研究的成果，是在科学技术高度发展的基础上产生的。中医学整体论与现代系统论并不在同一层次上，因此应积极吸取现代系统论的新思路、新方法，使中医学整体论跃上新的层次。

## 二、 意象思维

### （一）意象思维的涵义

所谓意象思维，就是指运用带有感性、形象、直观的概念、符号表达对象世界的抽象意义，通过类比、象征方式把握对象世界联系的思维方式。意象思维作为中国传统思维方式的重要内容之一，与西方人重抽象思维的倾向形成反差。

中华民族的意象思维在古代得到特别的发展而早熟，《周易·系辞传》说：“易者，象也。象也者，像也。”“夫象，圣人以有见天下之赜，而拟诸其形容，象其物宜，是故谓之象。”“见乃谓之象。”“象”字有三重涵义：一指事物可以感知的现象，包括肉眼可以看见的物象和虽肉眼无法看见但可以感知的物象；二指摹拟的象征性符号，如卦象、爻象；三指取象、象征，为动词意。“意”是“象”所蕴涵的事物共的特性和规律。《易传·系辞上》说：“立象以尽意，设卦以尽情伪。”所谓“意象”就是经过人为抽象、体悟而提炼出来的带有感性形象的概念或意义符号。就“象”与“意”的关系而言，意为象之本，象为意之用；象从意，意主象。意象思维的含义在于：一方面它通过形象性的概念与符号去理解对象世界的抽象意义，另一方面它又通过带有直观性的类比推理形式去把握和认识对象世界的联系。传统哲学的意象思维渗透到《内经》中，成为中医学思维方式的主要内容之一。

意象思维主要体现在取象比类的思维方法之中。取象思维就是在思维过程中以“象”为工具，以认识、领悟、模拟客体为目的的方法。取“象”是为了归类或比类，即根据被研究对象与已知对象在某些方面的相似或相同，从而认为两者在其他方面也有可能相似或类

同，并由此推导出被研究对象某些方面形状的逻辑方法。取象的范围不是局限于具体事物的物象、事象，而是只要功能关系、动态属性相同，就可以无限地类推、类比。

## （二）《内经》中的意象思维

中医学的意象思维主要体现在以下方面：

1、运用取象比类法建构藏象理论。对于藏象理论的形成，《素问·五脏生成论》提出“五脏之象，可以类推”的原则。王冰注释：“象，谓气象也。言五脏虽隐而不见，然其气象性用，犹可以物类推之。”张介宾说：“象，形象也。藏居于内，形见于外，故曰藏象”。（《类经·藏象类二》）根据五行之象，《素问·金匱真言论》从直观经验入手，按照功能行为的相同或相似归为同类原则，将自然界和人体分为五类，然后发掘出蕴涵于“象”中的深层的藏象理论。

2、运用取数比类法说明生理病理现象。取数比类是以易数表示抽象意义，并通过易数推演事物变化规律的方法。易数主要有卦爻数、干支数、五行生成数（河图数）和九宫数（洛书数）。《素问·金匱真言论》用五、六、七、八、九说明“五脏应四时，各有收受”的整体联系。《素问·六元正纪大论》以“太过者，其数成，不及者，其数生，土常以五”及数的生克胜复之理阐释五运六气的常变规律。《素问·运气七篇》用的是干支之数，通过取数比类推测六十年气候的变化规律及其与人体疾病的关系。《素问·上古天真论》人体发育与生殖基数的女七男八，即阴阳进退之数；《素问·金匱真言论》五脏四时应数，即五行生成之数。

值得注意的是，取象比类作为人类把握对象世界的一种方式，历来就具有很重要的认识论价值和科学价值。通过类比，可以启迪人的思维，帮助人们打开想象的翅膀，由此推彼，触类旁通，去认识和发现新的事物。医家们在医学实践中运用这一思维方法，发明了不少新的诊法。但是，取象比类这一思维方法的缺陷也很明显。那就是过于注重事物或现象的共性、共同点和相似点，忽视了不同事物的特性和不同点。如果要推导出的属性恰好是它们的不同点，那么得出的结论就必然是错误的。

## 三、 变易思维

### （一）变易思维的涵义

所谓变易思维是从运动变化观点考察一切事物的思维方式。变易思维强调事物的运动变化，注重在两极对立中把握事物的辩证统一，因而具有辩证法的特征。变易思维从属于辩证思维。辩证思维包含整体思维、相成思维、变易思维。相成思维把任何事物都看成是相互对立、相互依存、相互转化、相互包含的两个方面的统一体。可以说相成思维是变易思维的基础，变易思维强调对立两面的相互作用推动事物的发生发展变化。

在中国哲学史上，变易思维的产生渊远流长。首先，道家学说中含有丰富的辩证法思想。道家的创始者老子认为，“道生一，一生二，二生三，三生万物，万物负阴而抱阳，冲气以为和。”（《老子》四十二章）说明“道”作为宇宙的本源，其内部总是包含着阴阳对立的两种势力，正是这两种对立力量的推动，产生了万事万物，由“一”到“二”到“三”到“万物”的过程正是道化万物的过程。老子还提出“反者道之动”的著名命题，说明事物的发展是一个向其对立面转化的过程。庄子也强调事物的变化，将事物生杀盛衰之化视为一个具有连续性、整体性的变动不息的洪流。儒家也把宇宙看成是变动不居的过程。孔子曾说：“四时行焉，百物生焉。”（《论语·阳货》），把自然界的化看成是一个如江河之水流动的连续过程：“子在川上曰：逝者如斯乎，不舍昼夜。”（《论语·子罕》）。提出“叩其两端而竭焉”（《论语·子罕》），强调要考察问题的两个方面。作为先秦哲学的集大成者，《易传》表现出更为明显的变易思维特征。如果说《易经》本身就是一部研究“变易”的著作，那么，作为《易经》解释之作的《易传》更是明确的把宇宙规定为一个运动变化的大过程。《周易·系辞传》曰：“易之为书也不可远，为道也屡迁，变动不居，周流六虚，上下无常，刚柔相易，不可为典要，唯变所适”。“一阴一阳之谓道。”“刚柔相推而生变化。”认为宇宙的本性就是变动不居的，天地万物均处于运动变化的状态，相反相成，相反的双方、对立的两面（阴与阳，刚与柔）是事物变化的根本原因。这一思想直接影响了《黄帝内经》医学体系的形成。

### （二）《内经》中的变易思维

1、运用变易思维说明人体生命运动变化过程。《内经》认为人体生命是一个生长壮老已的运动变化过程，脏腑经络气血具有升降出入运动机制与规律。《素问·玉版论要》说：“道之至数……神转不回，回则不转，乃失其机”，认为有序的运动变化是生命存在的基本形式。《内经》还认为，要维持人体生命的正常运转，关键是保持动态平衡，具体表现为阴阳对立统一，气血相辅相成，气机升降出入，以及营卫循环不止。

2、运用变易思维说明病理现象及其变化和发展的规律。《内经》从致病因素与抗病能力双方的对立斗争与胜负关系论疾病发生机理，导致疾病发生的双方又互为消长，具有相对的性质，因而提出“生病起于过用”（《素问·经脉别论》）的发病观。又如《内经》从人体各层次机能的紊乱失调以至于衰竭分离认识病理变化，人体阴阳的和谐平衡被破坏如阴阳失调、气机升降出入逆乱，则会致病。从气的升降出入来看，《素问·六微旨大论》中说：“故非出入，则无以生长壮老已；非升降，则无以生长化收藏。是以升降出入，无器不有。”说明没有升降出入，便没有生长壮老已的生命过程，也没有自然界生长化收藏的生化过程，升降出入的反常会导致疾病的发生。

3、运用变易思维指导中医临床诊断和治疗。《内经》认为诊断施治，必须先审阴阳。要依据阴阳、寒热、虚实、表里、气血、水火、标本等对立统一的关系的不同性质及其在一定条件下相互转化的规律确立不同病症的证治规律。就治疗而言，《内经》依据本质与现象的辩证关系，提出了治病求本、补泻调整、因势利导等治疗法则。形成了病治从逆、病治异同等具体治法，法随病变。《内经》还提出病有标本，治有先后缓急的治则和因势利导、补虚泻实治法。

4、运用变易思维指导疾病的预防与养生。《内经》认为，疾病应以预防为主，人体如能阴阳协调，并与天地间阴阳变化相协调，就可以作到防患于未然，达到延年益寿的目的，故《素问·生气通天论》曰：“是以圣人陈阴阳，经脉和同，骨髓坚固，气血皆从。如是则内外调和，邪不能害，耳目聪明，气立如故。”

综上所述，《内经》在研究人体生理、病理和疾病诊治过程中，大量运用了变易思维的原则，使主观认识符合生命运动的客观变易过程。从变易思维本身的性质来看，它与现代系统科学的某些原则非常接近，都主张把事物当作一个有机整体来看待，并强调从组成事物整体的各个要素间的相互联系、相互作用上理解事物的本质及其发展规律，它们都强调事物的变化是一个“反复”的转化过程。但是，《内经》变易思维对组成事物整体的各要素间的相互联系和相互作用缺乏明确的科学根据，因而，只能说它是朴素的系统变易观，它对事物整体的认识也是笼统的、模糊的。往往更强调事物的变化是一个循环反复的封闭性过程，而不是系统科学不断向更高层次发展的开放性的变化过程。从实现传统医学的现代化来看，变易思维既有崇尚变易、穷则思变的积极的一面，也有因循保守、安于现状的消极一面。

---

Copyright©2005All rights Reserved 北京易和书院

网站建设: 北京易和书院

联系电话: 010-64208625

E-mail: zhangqi cheng@yahoo. com. cn