

# 关于“四季脾旺不受邪，即勿补之”的浅谈

于兰岚<sup>1</sup>, 巫红利<sup>2</sup>, 张乐怡<sup>3</sup>, 杨浩<sup>4</sup>, 黎嘉豪<sup>5</sup>, 牟欢<sup>6\*</sup>

<sup>1</sup>成都中医药大学临床医学院, 四川 成都

<sup>2</sup>宜宾市第一人民医院中医骨伤科, 四川 宜宾

<sup>3</sup>成都中医药大学养生康复学院, 四川 成都

<sup>4</sup>宜宾市中西医结合医院骨伤科, 四川 宜宾

<sup>5</sup>成都中医药大学研究生院, 四川 成都

<sup>6</sup>成都中医药大学附属医院功能检查科, 四川 成都

收稿日期: 2025年9月11日; 录用日期: 2025年10月4日; 发布日期: 2025年10月10日

## 摘要

《金匱要略·脏腑经络先后脉证治第一》中“四季脾旺不受邪，即勿补之”，说明了脾脏对于人体五脏六腑，四肢百骸的重要性，也指出何时不用补益脾脏，同时为临床治病和治未病提供了新的思路。本文从原文本义出发，逐渐阐释其内在含义，从而指导临床治疗和治未病。

## 关键词

四季, 脾, 旺, 天人相应

## A Brief Discussion on “When the Spleen Is Strong throughout the Seasons, It Resists Pathogens, thus Requiring No Tonification”

Lanlan Yu<sup>1</sup>, Hongli Wu<sup>2</sup>, Leyi Zhang<sup>3</sup>, Hao Yang<sup>4</sup>, Jiahao Li<sup>5</sup>, Huan Mou<sup>6\*</sup>

<sup>1</sup>School of Clinical Medicine, Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

<sup>2</sup>Department of Traditional Chinese Orthopedics, Yibin First People's Hospital, Yibin Sichuan

<sup>3</sup>School of Health Preservation and Rehabilitation, Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

<sup>4</sup>Department of Orthopedics, Yibin Hospital of Integrated Traditional and Western Medicine, Yibin Sichuan

<sup>5</sup>Graduate School, Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

<sup>6</sup>Department of Functional Examination, Hospital of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

Received: September 11, 2025; accepted: October 4, 2025; published: October 10, 2025

\*通讯作者。

文章引用: 于兰岚, 巫红利, 张乐怡, 杨浩, 黎嘉豪, 牟欢. 关于“四季脾旺不受邪，即勿补之”的浅谈[J]. 临床医学进展, 2025, 15(10): 900-904. DOI: 10.12677/acm.2025.15102835

## Abstract

“Spleen exuberance in four seasons is not affected by evil, that is, don't replenish it” in Synopsis of the Golden Chamber, which shows the importance of spleen to human viscera and limbs, points out when not to replenish spleen, and provides a new idea for clinical treatment and prevention. Starting from the original meaning of the original text, this paper gradually explains its internal meaning, thus guiding clinical treatment and prevention of diseases.

## Keywords

Four Seasons, Spleen, Robust, Correspondence between Man and Universe

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

张仲景在《金匱要略·脏腑经络先后脉证治第一》中提出：“四季脾旺不受邪，即勿补之。”本义为四季之末各取十八日，补益脾脏，脾脏旺盛不受外邪干扰，此时不要补益。本文从其本义出发，一一对其进行分析，从而发现其内在含义，从而指导临床治疗和治未病。

## 2. “四季脾旺不受邪，即勿补之”本义

要想探讨句子的本义则要逐词进行一个探寻，最终表现出句子本来的含义。该部分分别对四季，脾旺以及不受邪分别探求其原意。

### 2.1. 四季的含义

在《素问·太阴阳明论篇第二十九》中：“脾者土也，治中央，常以四时长四藏，各十八日寄治，不得独主于时也。脾藏者常著胃土之精也，土者生万物而法天地，故上下至头足，不得主时也。”此处一是指的是三、六、九、十二各月之末十八日，为脾土当旺之时，二是出自刘明述<sup>[1]</sup>认为脾土所主时应是：每季最后一节十五日及节前三日各计十八日。这里取四季末为三、六、九、十二各月之末的十八日这个含义。通过以上得知四季的本义，接下来将讨论脾旺的含义。

### 2.2. 脾旺的含义

“旺”字取说文解字中的意思，即光美也，光取明之意，美取大，羊大为美，明大即光明盛大，充足充盛之意，所以这里的旺为充足充盛的意思。脾旺即为脾气充足充盛的状态。主要表现为以下几个方面：一是脾主化在《素问·灵兰秘典论》中“脾胃者，仓廩之官，五味出焉。”将脾胃比作贮藏谷物的仓库，五味的阴阳靠它们的作用而得以消化。又有《素问·卷二九》中写到“帝曰：脾病而四肢不用何也？岐伯曰：四肢皆禀气于胃而不得至经，必因于脾乃得禀也。今脾病不能为胃行其津液，四肢不得禀水谷气，气日以衰，脉道不利，筋骨肌内，皆无气以生，故不用焉。”充分说明了脾具有布化水谷津液的作用，同时脾主化的功能充足，才可以使脏腑，经络，四肢百骸以及筋肉皮毛等组织得到充足的营养而发挥正常的生理功能。二是脾主营卫在《灵枢·卷八》中有“脾藏营，营舍意”说明脾主营，营为意所居处，则脾

也主营，营气具有化血和随脉留注全身的作用，所以脾旺则血液运行正常，周身得以滋养。在《灵枢·卷二九》中有“脾者主为卫，使之迎粮”脾主卫气，而卫气主要是防御外邪，温养全身，调节腠理同时也与睡眠也有关系，脾气旺盛则卫气充足，抗邪能力提升，使其能够接受饮食。也就是自身的健康状态。营卫二气均为气，具有气的普遍作用，对血液有固摄作用，间接的说明脾有固摄血液的作用。脾气充足的时候也可使血液不溢出脉外。三是脾主升清在《素问·经脉别论》有“脾气散精，上归于肺”的说法，主要体现了脾主升清的作用，脾主升清功能正常则思之充实，头脑清晰。

以上说明了脾旺的时候人的生理状态，接下来将说明不受邪的本意。

### 2.3. 不受邪

发病是正邪相争的结果，正气不足是疾病发生的内在根据，邪气是发病的重要条件，这里的不受邪，并不是说所有的邪气都不受，正气虽存于内但面对戾气，高温高压，虫兽伤等，正气再强也受其损伤。

综上，“四季脾旺不受邪，即勿补之”，是说于四季之末于四季之末各取十八日，此时脾气旺盛充足则不受除戾气高温高压，虫兽伤等其他邪气的干扰，此时不是不需要补充脾气的。解释清楚其本义，则从其本义出发可以延伸出三个内在的含义，以此可以指导临床治疗和治未病。下文将逐一分析说明其内在含义。

## 3. 三个内在含义

### 3.1. 脾脏的重要性

脾为后天之本，气血生化之源，因脾为气血之源，四肢百骸、脏腑经脉皆禀受气血于脾胃，故脾胃受戕，脏腑失濡，诸症百出[2]《景岳全书》也有“脾为土，灌溉四旁，是以五脏中皆有脾气”《金匱要略注》云：“五脏六腑之血，全赖脾气统摄。”脾气的充足充实使全身气血调和，肌肉充实，滋养四肢百骸，补益卫气，增强机体抗邪能力。脾气不足则四肢百骸，脏腑功能都下降，人体卫外功能失司，则易感外邪而生病，所以在临床治疗之时要多加留意脾的功能变化，及时调整。

### 3.2. 不必补脾的时刻

脾气充足充盛之时不必补脾，此时五脏通胜，肌肉充实，四肢百骸营养充足，卫外功能正常，气血调和，此时没有阴阳偏失，脏腑失常，营卫不和，情志失调所以不必补脾，若此时补脾，在《素问·气交变大论篇》可见“岁土太过，雨湿流行，肾水受邪。民病腹痛，清厥、意不乐、体重烦冤、上应镇星。甚则肌肉痿，足痿不收行，善瘕，脚下痛、饮发中满、食减、四肢不举……”这句是说土的力量过强，则肾受邪湿。人多病腹痛。四肢厥冷，情绪忧郁，身体困重而烦闷，甚至见肌肉枯萎，两足痿弱不能行动，抽掣挛痛，土病则不能克制水，以致水饮之邪积于体内而生胀满，饮食减少，四肢无力，不能举动。若遇土旺之时，水气无权，土气独旺，则湿令大行，人们就会病肚腹胀满，大便溏泄，肠鸣，泄泻不止。而太溪脉绝，多死亡无法治疗。故不宜在脾气充足之时补益脾气，反致疾病灾祸。

### 3.3. 天人相应治未病

对治未病的记录最早可见于《内经》之中，“天”即天地自然，包含时间层面的年月日时和空间层面的地方和方位。天人合一之法，即在疾病治疗时以“天人相应”理论为指导，依据时间与空间的差异选取不同的治疗方法。[3]本句主要表现的是时间层面，脾的当令之时为四季末的十八天，此时看护脾胃可以治未病。此时根据脾气是否充足充盛的状态，和当季的主脏的关系，可以进行相应的调理，从而可以抵御外邪，即“正气存内，邪不可干”的状态。

综上, 本部分根据其本义延伸出了三层含义, 一是说明了脾与人体产生疾病之间的关系, 说明脾对于人体的重要性, 二是说明何时不用补益脾气, 三是说明人要于自然, 天人相应, 可治未病。根据其延伸的含义指导临床诊疗和治未病, 接下来将逐一说明其具体内容。

#### 4. 临床诊疗和治未病中的应用

1) 五脏六腑之血, 全赖脾气统摄[4]。脾所化生的水谷精微也充养着五脏六腑, 四肢百骸, 同时也有抵御外邪的作用, 故在脏腑生病, 御外失司的时候要考虑到是否影响了脾气的功能, 如果已经影响了那此时要在治病之时加入补脾药, 若将传未传也要加入相应的药物, 防止传变, 若不影响脾的作用, 此时万万不可加补脾的药物, 防止补脾太过反引新病。

2) 《素问·太阴阳明论》: “脾者土, 脾者土也。治中央, 常以四时长四藏。”脾分于四季则与四季气候变化有所关系, 春生, 夏长, 秋收, 冬藏, 春天主生, 为肝所主季节, 此时脾气也需配合肝气的疏泄功能, 此时调理脾气主要是其运化和统血功能, 可以服用促进脾运化和统血功能的, 可以用促进运化和统血功能的药物, 如陈皮, 黄芪, 乌梅, 白术, 茯苓等; 夏天主长, 主蕃秀, 为心所主季节, 此时要使气得泄, 阳气能宣发于外, 此时调理脾气主要是血液运行和血液生成的功能, 即运化水谷精微的能力, 此时可用促进运化的药物, 如, 麦芽, 山楂, 四物汤等; 秋天主收, 主容平, 为肺所主季节, 此时调理脾气主要是其运化水谷精气从而促进气的生成和运化水饮津液代谢的功能, 可用药物如, 百合, 麦冬, 玄参等; 冬天主藏, 为肾所主季节, 此时主看脾的运化水谷精微和津液代谢的功能, 可用桂枝, 芍药, 炙甘草等。所以在治未病时要根据四季的气候变化和所主脏腑的关系对脾进行养护。

3) 在脾当令之时, 要少食肥甘厚味, 多食甘淡之品, 甘以入脾, 甘多则伤脾故多食甘淡之品, 应多运动筋肉关节, 脾主四肢, 萎废不用反伤脾气, 在脾当令之时需要格外的养护但同时也要注意根据身体的具体情况进行养护[5][6]。

4) 在治未病之时, 要根据自身的身体状况进行补益, 脾气充足旺盛则运化正常, 四肢充实, 头脑清晰, 内脏各在其位, 不见口中甘, 不见明显的黄色病象[7]。此时便不益补脾, 过犹不及, 物极必反。持而盈之, 不如其已。这提示我们在面对治未病时不要抱着越多越好的思想, 治病时也不要方补益脾气, 应该根据患者的具体情况选择是否补益。

综上所述, 仲景提出“四季脾旺不受邪, 即勿补之”主要是有三大含义: 一是脾对于五脏六腑, 四肢百骸的重要作用, 临床要时常考虑脾的功能是否受到影响; 二是过犹不及, 如果脾气充足充盛即不必补充脾气, 要根据患者的身体情况进行治疗, 要因人而异; 三是天人相应, 在四季之中, 每季的后十八日都为脾所主之时, 此时结合当季的主脏对脾的功能进行调理, 以达到天人相应。同时在脾所主的时节也要对脾本身所不喜的事物进行控制。

#### 5. 结论

本文围绕张仲景《金匮要略》“四季脾旺不受邪, 即勿补之”进行探讨, 指出脾为后天之本、气血生化之源, 其充盛有助于维持五脏六腑与机体抗邪能力, 而在四季土旺之际若脾气本已充足, 则过度补益反致气机失调、运化失常, 体现了“天人相应”下因时因人制宜的治未病思想。本研究的不足在于仅停留于文献与理论阐释, 缺乏临床和实验验证, 亦未对历代医家分歧与古籍版本差异作深入考证。未来有必要通过临床观察或真实世界研究检验“勿补”原则的有效性, 并结合现代医学在消化、代谢、免疫等方面的客观指标建立量化参照, 从而推动该理论的现代转化与科学化应用。

#### 参考文献

- [1] 刘明述. “四季脾旺”正义[J]. 四川中医, 1990(7): 8.

- [2] 李彬, 陈静, 赵慧辉, 王娟, 王伟. 《金匱要略》重视脾胃思想浅析[J]. 河南中医, 2015, 35(12): 2873-2875.
- [3] 吴大洲, 田永衍, 李兰珍, 王一心, 高建平. 《黄帝内经》“和法”研究概况[J]. 中国中医基础医学杂志, 2018, 24(7): 879-880+893.
- [4] 黄博威, 刘启鸿, 黄文彬, 等. 谈“四季脾旺不受邪” [J]. 福建中医药, 2019, 50(3): 45-46.
- [5] 李玮. “四季脾旺不受邪, 即勿补之”析疑[J]. 名医, 2018(8): 13-14.
- [6] 熊斌, 钱会南. “四季脾旺不受邪”刍议[J]. 中国中医基础医学杂志, 2009, 15(5): 343-344.
- [7] 刘宏潇, 刘谟桐, 傅汝林. 四季脾旺不受邪今析[J]. 陕西中医, 2002(3): 252-253.