

· 论著 ·

《黄帝内经》气学说探析

邓萍, 赵吉超, 章文春, 杨光华

(江西中医药大学, 南昌 330006)

摘要: 气学说是中医理论的基石, 且根植于中华优秀传统文化这一深厚土壤, 有“道即元气”说、“精气”说等, 包含了“形而上”之道的非实体客观存在和“形而下”之器的实体客观存在。这部分内容普遍存在于中医的各家著作之中。文章通过对《黄帝内经》中道、心、天及气的物质性, 气的升降出入, 五运六气等阐述, 得出《黄帝内经》中气学说的内容既吸收了传统文化气学说的精华, 有“形而上”层面的论述, 亦有作为“形而下”层面的论述, 前者如古代的内证体察修炼“呼吸精气, 独立守神”, 后者如《庄子》中气化思想的体现“人有五脏化五气”等; 也有对气学说的创新发展, 如营卫之气的产生与运行规律, 综合起来构建了中医学理论体系的基石。

关键词: 黄帝内经; 气学说; 元气; 精气; 五运六气; 中医内证体察

Analysis of qi theory in *Huangdi Neijing*

DENG Ping, ZHAO Ji-chao, ZHANG Wen-chun, YANG Guang-hua

(Jiangxi University of Chinese Medicine, Nanchang 330006, China)

Abstract: Qi theory is the cornerstone of traditional Chinese medicine theory, and rooted in the deep soil of Chinese traditional culture, and there are ‘Dao is yuan qi’, ‘essence qi’ and so on, including the non entity objective existence of ‘metaphysical’ Dao and the entity objective existence of ‘physical and inferior’ devices. This part of the content is widely found in the works of TCM. In this article, we have expounded the material nature of qi, the heart, the heaven and the Dao in *Huangdi Neijing*, the movement of qi ascending and descending, five movements and six qi, and so on. It is concluded that the theory of qi in *Huangdi Neijing* not only absorbs the essence of the traditional cultural qi theory, but also has a ‘metaphysical’ level, and it also has a discussion of ‘physical’ level. The former is like the ancient internal syndrome observation practice ‘breathing the essence and keeping the spirit independent’. The latter is like the embodiment of the idea of qi transformation in *Zhuangzi*, for example, ‘people have five viscera that creat five qi’, and the innovation and development of qi theory, for example the generation and operation law of Ying Wei qi. In summary, they have formed the cornerstone of TCM theoretical system.

Key words: *Huangdi Neijing*; Qi theory; Original qi; Essential qi; Five movements and six qi; Traditional Chinese medicine inward observation & examination

章文春提出“气学说是中医理论框架的基石”, 而气学说根源于其产生的中国传统文化背景; 章文春还提出了“以气论为基石的, 或者是以气为对象的整体才是整个科学体系的全部”, 包含了古人所讲的“形而上者谓之道”与“形而下者谓之器”两部分内容^[1]。刘长林在《中国象科学观——易、道与医、兵》一书中说: “所有不能直观觉察得到的无形的联系和存在, 无论是现实起作用的存在, 还是现实未起作用的存在, 都以‘气’称呼”^[2]。张君房《元气论》提出“道即元气”; 《性命圭旨》则提出“道”与“气”同之说, “道也者, 果何谓也? 一言以定之曰: 气也”。张载曰: “太虚者, 气之体……由太虚, 有天之名; 由气化, 有道之名; 合虚与气, 有性之名; 合性与知觉, 有心之名。气之性本虚而神, 则神与性乃气所固

有”^[3], 乃知道、心、天等与气具有相同的内涵。本文基于此视角, 对《黄帝内经》气学说的内容重新归类探析, 主要说明两点: 首先, 《黄帝内经》作为一本医学著作, 其理论思想继承了传统文化气学说的内容; 其次, 无论是治理他人抑或医治他人, 必须从自身内证修炼做起, 如《素问·上古天真论》所描述的真人、圣人等均在说明自身如何通过内证修炼“与道合同”, 说明“气是成圣的内在基础”^[4]。

《黄帝内经》气学说

《黄帝内经》奠定了中医的理论基础, 对其气学说的相关论述, 有从气的分类角度研究者, 如郑洪新^[5]、郝小梅等^[6]将气分为四大类共80余种; 有从气学说相关的理论入手, 进行更细致的研究者, 如苏颖^[7]对五运六气的研究; 有研究气的源流者, 如赵洪钧^[8]将

通信作者: 杨光华, 江西省南昌市东湖区阳明路56号江西中医药大学(阳明校区), 邮编: 330006, 电话: 0791-87119820

E-mail: 329587915@qq.com

《黄帝内经》的研究置于其产生的时代背景中进行研究;亦有发挥气在临床中的具体应用者,如将“标本中气学说”^[9]用以阐述临床症状的产生与疾病的发生发展规律等。本文主要涉及了两个方面:对气学说“形而上”本体的论述;“形而下”层面的论述,包含了气的规律性与物质性。

1. 气学说“形而上”层面的论述 此部分包含了道、心、天等内容,而这些在《黄帝内经》中均有论及。如《素问·上古天真论》中“天真”之“天”的含义即是“形而上本体论”^{[10]7},也指道,因天之一字,两横代表天、地,加一人,代表天人合一,而“气是天人合一整体观之的中介”^{[4]33},对“黄帝”的描述中提到的“成而登天”的天,是指得道,亦即“天人合一”的境界。此外还通过上古、中古的真人、至人以描述体悟本体应有的状态,如“提挈天地,把握阴阳”等,“将从上古合同于道”,可以通过一定的方法使自身与道合同。

《素问·生气通天论》中的“生气”与“天”的关系,前述“天”与气相同,具有形而上哲学层面的内涵,此处的生气是“天”(本体)的用,具有“生生”之能,“苍天之气”性是“清静”,故能体悟到这种境界,那么即找到了生命的根本,“本身生命有个生生不已的力量”^{[10]111},“此寿命之本也”。此外,对气的本体的描述亦包括了“道”,如《素问·灵兰秘典论》中“余闻精光之道”的“光”即是道家“炼精化气”最终返还意识的“空灵”的明镜境界,亦是对道体的体悟。“至道在微,变化无穷”包含了传统文化儒家道统的十六字心法的“道心唯微”,“变化无穷”则是对道体性的描述,与传统文化气学说所论内容一致。

此外,对气学说形而上层面的论述也包含“心”相关的内容,在《素问·八正神明论》中有所论述,即“神乎神……目明心开而志先,慧然独悟……故曰神”,即是对悟道境界的阐述,并说明了在这种状态下可以直接起治疗疾病的作用,如此则“三部九候”“九针之论”“不必存也”。因此与形而上本体有关的论述中,气学说的内容涉及到了修炼体悟的内容,也涉及了对本体性、用的描述,包含了心、道、天等相关的论述,从这一角度看,传统文化气学说形而上层面的内容对中医学产生了十分重要的影响。

2. 气的物质性论述 对气的物质性描述,包含了众多不同的气,作为人体重要的生理物质,现代科学统称之为“能量”^{[10]110}。能够维持人体各项生理活动需要的物质如精、血、津、液等,《黄帝内经》中虽然设定了许多名称,但究其本质只是“一气周流”产生的不同现象,因所论为形而下的内容,故随有形之所在表现出不同的功能(象),故赋以“某气”之名。如

果从一气周流的角度理解,则必然涉及“形”,如此方可展现作为物质的气的运行轨迹,以及在不同位置产生的一系列物质变化,《庄子》称为“气化”或“物化”,气的运动引起了形的变化,从一种物质“化”成另一种物质,从而使人的形体表现出生长、衰老等不同的现象,都是基于“气”。现以“生气”为例说明。

俗话常说某个人生机勃勃,或者生气勃勃,说明生命充满生气,而生命的基本过程如《素问·阴阳应象大论》所述,由生长化收藏推动自身的“生长壮老已”,一个始终具有生气的人方称得上一个“活人”。反之,由生到死的过程即是生气不断减少、死气不断增加的过程,如许多肿瘤晚期的患者,面容中很少能看到“生气”。

第一,生气即肝气。《素问·四气调神大论》曰:“春三月……此春气之应,养生之道也”。养生所养为生气,生长化收藏,春天“天地俱生”,因为“此谓发陈”,推陈出新。而肝气来源于元气,亦即“肾间动气”^[11],此则源于《难经》,“生气”之后是“长气”(阳气),水生木,木生火,木为生气,火为长气,水乃藏气,化气即脾气。故患者生气不足,即需要推动其生机。

第二,生气通于天气。《素问·生气通天论》曰:“夫自古通天者,生之本,本于阴阳……皆通于天气”。生气本于阴阳,“一阴一阳之谓道”,“道即元气”,乃是因为肾阴肾阳在两肾之间旋转交媾,即肾气(肾间动气),所以生之本,本于阴阳,乃是生生不息之义,与前述形而上层面本体论的“天”之生生不已之功能一致,故此处已经牵扯到传统文化诸子百家论述的形而上道(气)的“用”——生生不已。另外,阳在外,阴在内,“阴者,藏精而起亟也”“阳者,卫外而为固也”“万物负阴而抱阳”,故“圣人转阴阳”,说明养“生气”必须要阴阳并济,所以“筋脉和同,骨髓坚固,气血皆从”。

第三,天运当以日光明。“阳气者,若天与日”,说明了重阳气的思想。人体的功能活动都要依靠阳气,虽然阴阳同调,但养生气还更重阳气。

故针对生气不足,《金匱要略》运用小建中汤的变方——黄芪建中汤。黄芪用一两半,用量相对较少,王旭高在《西溪医书夜话录》中提到小剂量黄芪具有“补肝气”的作用,可升肝的生生之气。芍药、甘草养生气,因为生气在肝,所养为肝气。胶饴可用麦芽代替,因胶饴主要为“麦芽糖”,但麦芽有其优势之处,即胚芽的生生之气可补肝之生生之气。人体生气向上为长气,生长化收藏,水生木,木生火。补生气用小量黄芪,补长气用桂枝、甘草,化气用生姜、

大枣。而收气、藏气没有,因为患者生气不足,需要推动其生机。而小建中汤与小柴胡汤均可以对人的生气产生影响,易于辨错,其区别在于,小建中汤属于虚证,小柴胡汤属于实证。此处,则又涉及脾胃为后天之本,脾胃之气的运“化”功能,外界水谷等物质进入人体后,必须经过脾胃之“气”的“化”,或者如传统文化所讲的“混化”,方才能成为自身的一部分,“土”的特点与关键即是“化”。

3. 气规律的论述 气的规律性的内容所描述的是气的运动变化规律,有对人体之气运动变化的描述,有对天地自然之气运动变化的描述。而规律反映的是现象背后的本质,亦即通过认识、掌握规律,可以透过现象了解本质,而一旦有不合规律的行为产生,即会导致不正常现象的产生,亦是规律。因此,《黄帝内经》运用许多语言阐述“道”的规律,希望都能掌握规律、运用规律,使天人真正的合一。现结合标本中气学说阐释卫气的运动变化规律。

首先,《素问·六微旨大论》曰:“太阳之上,寒气治之,中见少阴”,是后世有名的“标本中气学说”的根源。太阳经为阳经,但其性寒,故太阳病首先表现为“恶寒”,这是其生理特性的本质决定的,中见少阴热化,此为太阳病之后发烧的原因,即少阴经的热气作用,出现发烧、发热、脉浮;反之,少阴热气不出,则不会发热,并且出现脉沉。故《伤寒论》太阳病篇最关键的即是营卫的问题。麻黄可以解散太阳之寒,桂枝可以温少阴之阳,用桂枝而不用附子,因为心阳出于瞳孔,周行全身,即是营卫之气。如果患者未见发烧恶寒,仅有一点咳嗽,则去桂枝,即为三拗汤(《太平惠民和剂局方》);如果少阴热气不足,脉不浮反沉,即为麻黄附子甘草汤,因为肾阳虚则用桂枝易附子,无咳嗽则不用杏仁,若患者体质偏热,少阴热气太过,则伤寒以后化热,去桂枝加石膏则为麻杏石甘汤。

第二,太阳的卫气从何而来?心阳根于肾阳,下焦为肾阳,水生木,木生火,“长气”为心阳,心阳出于瞳孔,周行全身即为营卫之气。中医称人体中间的脉为“冲脉”,奇经八脉之一,道家称为“中道”“黄道”。气血沿冲脉上下起伏,最下为会阴穴,最上为百会穴。白天气血从肾到心,出于瞳孔,夜间睡觉闭眼时,又从瞳孔回到心,然后下入肾,人则入睡。这个规律表现在两点:①人在睡觉时一定要盖被子,无论白天还是夜晚,因为人的卫气从瞳孔回到心再到肾,人即会觉着凉;②人与其他动物的区别是直立行走,因此血液升到大脑,心脏的负担则增加,同时下肢离心脏的距离远,受地心引力的作用,回流困难。故下焦气血从肾上升至心出于瞳孔,需要借助冲脉的力量,

此亦所谓“卫出于下焦”,因而“命门者,目也”成为了下焦肾阳出入人体的重要门户,故称其为“命门”。

第三,《难经》云:“人之有尺,譬如树之有根,树叶虽枯槁,根本将自生。脉有根本,人有元气,故知不死”。这里是说切脉左手的尺脉,将之比喻为树的根,则寸脉像树的枝,树干为人的冲脉,如此尺脉有根本,说明人有元气,树叶虽枯槁,但是转年“根本将自生”,所以“枝叶”用桂枝,“根本”用附子,附子为根。因此,麻黄汤的发表作用就会出现几个不良反应:①可以使气血沿冲脉而上,会致人烦躁、血压升高;②气血上升到心脏,可使人的心率加快而出现心悸;③《黄帝内经》讲“天枢以上”为阳,“天枢以下”为阴,气血沿着冲脉上升,则平素下元不足的人,元气出表,肠道之气减少,胃肠蠕动受到抑制,故脾虚的人“发汗后,腹胀满”,用人参补元气。这也从另外的角度说明了“气是万物的本原”^[12],具有生生不息之功能。

最后,《黄帝内经》中还有对气的升降规律、三阴三阳规律的相关论述。如《素问·八正神明论》以“日之寒温,月之虚盛,以候气之浮沉”,从而判断天地间气机的“浮沉”,即升降规律的体现,并且借助这个规律,“调之于身,观其立有验也”,这不仅体现了天人整体观的思想,亦印证了人体之气所具有的升降规律;《素问·六微旨大论》进一步说:“气之升降,天地之更用也”,而这“用”的具体表现则是天地之气彼此交互的“升已而降”“降已而升”。对于三阴三阳,《素问·天元纪大论》云:“阴阳气各有多少,故曰三阴三阳”,也就是说三阴三阳各自的名称代表了其中阴阳二气的各自占比情况,因此也就展示了各自病理条件下阴阳各有盛衰的明显差异,三阴三阳还被运用于五运六气的体系构建,用以更细致地描述天地之气的运动变化,并且与人体六经对应,为《伤寒杂病论》六经辨证体系的搭建奠定了基础。

对传统气学说的继承与发展

综上所述,《黄帝内经》内容涵盖了阴阳、五行、干支、天象、气脉及传统文化天人合一等内容,涉及了形而上的学理与形而下的具体的事物与实践。这不仅涉及了中医学理论与相关的医疗,也与人体生命、生活息息相关,其立于生命的原始点,崇高而根本,是一本包括了医人、医国、医社会、医“心”的书,这是全书的中心,故可称之为中华文化之“至精”。

1. 继承 先从如何养生寿人切入。如《素问·上古天真论》以肾气、天癸的盛、实、平均、衰等阐述人体生命生长壮老已的规律与现实表现,并基于此说明了“年老有子”的根本在于“气脉常通,肾气有余也”,紧接着列举了上古真人、中古至人、圣人、贤人

等是如何修炼行持的。如“呼吸精气,独立守神”,可以达到“寿敝天地”,达到“道生”的境地,从形而下的生命的修炼开始,从而证入形而上道的境界,然后将所证得的生命真谛融入到医学为大众服务,如《灵枢·九针十二原》云:“余子万民……余欲勿使被毒药,无用砭石,欲以微针通其经脉,调其血气”。这与《管子》《老子》分别讲述的“守静”以长寿、“守一”以悟道,《列子》讲述的精神宁静专一的“疑独”,《庄子·逍遥游》所描述的“海运将徙于南冥”,《庄子·养生主》所讲的“缘督以为经”的修炼,成就内圣“逍遥游”的境界,成为自身之“主”,然后《庄子·人间世》入世,治世、治社会,成就《庄子·大宗师》《庄子·应帝王》的精神内核是一脉相承的。

《素问·举痛论》云:“善言古者,必有合于今”,强调了做学问须博古通今,过去、现在都应了知,“善言人者,必有厌于己”,从医、从政乃至一切,治理他人、治理社会,则是儒家《四书》思想的具体体现,必须先从自身实践做起,因此,无论是传统文化气学说的修炼体悟,作为帝王将相治理国家,还是《黄帝内经》所讲述的气功修炼乃至作为一个医生,都讲究“内圣”;而“善言天者,必有厌于人”,则是指天道自然规律在人的生命、生活中均有具体的应验,此则是指“天人合一”。

2. 发展 《黄帝内经》发展了气学说的内容,如针对人体生命之气,明确了各种气的分类、名称、功能、运行规律,如《灵枢·营气》《灵枢·卫气》《灵枢·营卫生会》《灵枢·卫气行》;《黄帝内经》还将天地间四时气的变化与人体生命相应,阐述疾病产生的原理并发展了具体的治疗方法,如《灵枢·四时气》,而《灵枢·顺气一日分为四时》则将四时之气的理论发展对应到一日之气的变化。《黄帝内经》建立并完善了经络的理论体系,使十二经脉的理论、系统与自然界十二月、十二时辰相结合,用以阐释人体之气运行的各种特征与规律,使原来需要通过气学说修炼体悟才能了知的内容固定下来,使学习者可以循门而入,如《灵枢·九针十二原》云:“必明为之法,令终而不灭,久而不绝,易用难忘……先立针经”,以及《素问》七篇大论所阐述的五运六气的自然规律等,即是最好的明证。

小结

综上所述,《黄帝内经》气学说的核心要义有3点,即《素问·举痛论》所言3个方面。第一,“善言天者,必有验于人”,譬如中医学所述的“天人合一”,从形而上角度谈抽象的天文、自然规律,只是学问上空谈道理,必须在人相关的事情上有实际运用与

经历方可,所以现今对《黄帝内经》气学说的相关论述,五运六气、标本中气、气的升降浮沉等内容的研究即是形而上抽象的学理在人类疾病预测、治疗中的运用,如用《三因极一病证方论》指导具体的临床治疗^[13]。第二,“善言古者,必有合于今”,说明古今一贯,应通晓古今绵延演变的因果关系,其中也蕴含了“规律”的内容,如《素问·上古天真论》描述的“贤人”“将从上古合同于道”而实现“可使益寿而有极时”,只是将气学说的学理通过如何养生寿人这一角度切入而已。第三,“善言人者,必有厌于己”,说明医治他人必须从自身实践做起,即“内求法”^[14]。以传统文化气学说的视角看《黄帝内经》气学说内容,包含了形而上本体论的道、天等,继承了传统文化中气学说的精要内容,因其需要像圣人、至人等一样对天地自然的规律有充分的理解掌握,亦需要通过切身的修炼体悟方能明了,在中医学称为“中医内证体察”^[15]。对普通人而言是一项十分高远的存在,而与人息息相关的生老病死则难以避免,故气学说在形而下的认知、运用研究较多。这也造就了气学说成为医学理论框架基石的地位,通过整理也可知中医学在《黄帝内经》时代是注重对“气”的内证修炼与体悟的,这对现代中医学的研究、教学、科研都将有重要的启发意义。

参考文献

- [1] 章文春.气论是中华优秀传统文化的瑰宝.中国中医药报,2020-01-23(003)
- [2] 刘长林.中国象科学观——易、道与兵、医.北京:学苑出版社,2016:69
- [3] 张载.张载集.北京:中华书局,2012:387
- [4] 尹真.传统修身法理.北京:中国发展出版社,2016
- [5] 郑洪新.试论《内经》中的“气”.辽宁中医杂志,1981(11):27-29
- [6] 郝小梅,刘梅,陈群.试谈《内经》关于气的分类.中医药研究,2000(5):5-7
- [7] 苏颖.中医运气学.北京:中国中医药出版社,2017
- [8] 赵洪钧.内经时代(修订版).北京:学苑出版社,2019
- [9] 吴雄志.标本中气学说初探.中国中医基础医学杂志,2000,6(3):1-4
- [10] 南怀瑾.小言黄帝内经与生命科学.北京:东方出版社,2008
- [11] 赵吉超,章文春.形气神三位一体的生命观与《难经》.中华中医药杂志,2018,33(12):5338-5341
- [12] 王健.中医基础理论.北京:中国中医药出版社,2016:17
- [13] 聂金娜,苏颖,陈无择.《三因极一病证方论》六气时行民病证治探析.中国中医基础医学杂志,2020,26(6):723-725
- [14] 庞鹤鸣.中华心学沿革简述.北京:中国发展出版社,2018:18
- [15] 章文春.中医内证体察学.北京:人民卫生出版社,2019

(收稿日期:2020年9月23日)