

• 理论研究 •

三焦探源^{*}

张天星 贺娟[#]

(北京中医药大学基础医学院 北京 100029)

摘要: 提出三焦是人身众多罅隙的观点,并依据经典,从三焦的名义、功能、形质和位置等方面进行阐述和论证;三焦由膈以下的三个大的罅隙和其延伸分化成的无数细小罅隙组成,是遍布于全身的立体网络,行使着生化营卫、通行气血、布散水液、沟通真气、通行原气等功能。膈以下的三个大的罅隙是其作为“腑”存在的主体,人体中“空无”之处就是三焦。并基于罅隙说对三焦有名无形、三焦与经络、三焦辨证等问题进行了阐述。

关键词: 三焦; 罅隙; 溪谷; 三焦与经络; 有名无形

中图分类号: R222.15

doi: 10.3969/j.issn.1006-2157.2015.11.001

Source tracing of triple energizers^{*}

ZHANG Tianxing, HE Juan[#]

(School of Preclinical Medicine, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029)

Abstract: According to *Huangdi Neijing* and *Nanjing*, the triple energizers (sanjiao), a TCM term, is considered and proved to be the collection of lots of crannies in human body from the aspects of its name, function, shape, characteristics and location. Specifically, sanjiao is composed of three wide crannies below the diaphragm and from which countless tiny crannies extended, that is to say, it is exactly a three-dimensional network performing ying and wei production, qi and blood transportation, water spreading, vital qi communication and original qi transportation. The three wide crannies mentioned above can be considered as the main body of san jiao existed, and the voids in the body is just the position of sanjiao. The paper also tries to explain the following issues: sanjiao with name but without form, the relationship between sanjiao and channel, syndrome differentiation of sanjiao.

Keywords: tripler energizers; crannies; cranny; sanjiao and channels; with name but without form

“三焦”一词出自《内经》,在《内经》中有对三焦的功能、形态以及相关生理、病理的详尽论述,但自古以来,三焦的实质始终存在争议,迄今为止,三焦实质的学说有数十种之多。本文认为,三焦是人体中存在的罅隙,此说虽已有学者始倡于前,但本文将以经典为依据,参考后世医家的论述和观点,分别从三焦的名义、功能和形态三方面进行探讨,详细论证,阐明三焦罅隙之说,并解释三焦与经络的关系以及围绕三焦的几个核心问题,冀能发现三焦的本质,把握先贤的本意,梳理清楚三焦的源与流。

1 三焦名义

“三焦”一词中,“焦”是主词,“三”为描述性的用词,“三”是指数量为三,或是“众多”之意,而“焦”何意也?《说文解字》释曰“焦,火所伤也。”“焦”是指火所造成的痕迹,包括颜色(焦黑)、气味(焦臭)、状态(干燥、裂隙)等,笔者认为“三焦”一词中的“焦”字指的是焚烧所造成的裂隙,如《左传·哀二年》中“卜战,龟焦”的用法,焦指龟甲经火而出现裂隙。故“三焦”者,人身中众多的罅隙是也。古人常常援用生活中常见的事物来比拟人身的

张天星 男 在读博士生

[#] 通信作者: 贺娟 女 博士 教授 博士生导师 研究方向: 中医基础理论 五运六气学说 E-mail: hejuan6428@sina.com

^{*} 国家自然科学基金面上资助项目(No. 81273874)

结构,其中的妙思由此可见一斑。由于人身的天然结构和疾病的发生发展规律,所以还有上中下之三焦,这在后文详表。有些学者将“焦”字简单理解为火之意,显然是有违于《说文解字》的。

三焦的“腔隙结构说”^[1]提出已久,《内经》中的记述是该学说之肇端,许多古代医家持此观点,如《难经疏证》所云“凡骨肉脏腑空隙之会,总谓之焦。”

2 三焦的功能

2.1 水道

“三焦者,决渎之官,水道出焉”(《素问·灵兰秘典论篇》),“三焦者,中渎之府也,水道出焉,属膀胱,是孤之府”(《灵枢·本输》)。三焦的一个重要功能是运输水液,《内经》称其为“水道”。《素问·经脉别论篇》阐述了水液代谢的过程“饮入于胃,游溢精气,上输于脾,脾气散精,上归于肺,通调水道,下输膀胱,水精四布,五经并行。”其中水液从肺到膀胱之间的“通调水道”就是三焦运输水液的过程,由此可见,三焦行使着将水液从肺布达周身,并从周身下输膀胱的重要职责,可以说,三焦是周身水液的通路,一身肌腠的润养都仰赖于三焦的水道功能。三焦是内从脏腑外到肌腠、遍布于周身的罅隙,其范围的广泛性保障了全身的水液供应,其罅隙的特性又是其具备运输功能的前提。

2.2 气道

“三焦者,原气之别使也,主通行三气,经历于五脏六腑”(《难经·六十六难》)。三焦是“三气”通行的道路,三气者,当属原气(即肾间动气)、谷气(营卫)和真气。

2.2.1 原气的通道

三焦是原气的通道。原气者何?生气之原,肾间动气也。《难经·八难》:“诸十二经脉者,皆系于生气之原。所谓生气之原者,谓十二经之根本也,谓肾间动气也,此五脏六腑之本,十二经脉之根,呼吸之门,三焦之原,一名守邪之神。”肾间动气是“三焦之原”,三焦则是肾间动气向外之通路,两者是本与末、源与流的关系。肾间动气通过三焦而达于五脏六腑和体表肌腠,其中在体表留止汇聚之处即是原穴所在,如《难经·六十六难》所云“五脏俞者,三焦之所行,气之所留止也”“原者,三焦之尊号也,故所止辄为原”。

2.2.2 谷气的通道

所谓谷气,是指化生于水谷的营卫之气。《灵枢·营卫生会》有言“人受气于谷,谷入于胃,以传

与肺,五脏六腑,皆以受气,其清者为营,浊者为卫。”营卫之气由水谷化生,营气循十二经而行,阴阳相贯,如环无端;卫气则行于阳二十五度,行于阴二十五度。

营卫之气所行的通路,《内经》称之为“溪”“谷”。《素问·气穴论篇》:“肉之大会为谷,肉之小会为溪,肉分之间,溪谷之会,以行荣卫,以会大气。”溪谷是“肉之会”,即肉与肉交会处的低凹缝隙,大的缝隙是谷,小的缝隙是溪,古人比拟于自然界的河流,把体表的低凹缝隙命名以溪谷,这样的命名涵盖了其形态和功能的双重特征。营卫之气在体表时运行于这些溪谷中。

三焦是指人身众多的罅隙,在体表的罅隙即是这些溪谷,而这些溪谷,又名之为腠理,即肌肤之纹理。如张仲景《金匮要略·脏腑经络先后病》所云:“腠者,是三焦通会元真之处,为血气所注;理者,是皮肤脏腑之纹理也。”三焦是“元真”会通的处所,是“血气”输注的通道,腠理是三焦的一部分。“血气”即是化生于水谷之“谷气”。谷气在体表是循溪谷而行,而溪谷是三焦的体表部分。《灵枢·论勇》中有“三焦理横”“焦理纵”的说法,三焦之理,即是溪谷。

《灵枢·五味》云“谷始入于胃,其精微者,先出于胃之两焦以溉五脏,别出两行营卫之道。”《灵枢·营卫生会》中尚有“营出中焦,卫出上焦”的论述,并描述了谷气在上焦、中焦的走行方式,可见,谷气未出体表之前,其所走行之道,亦是三焦,即三焦的体内部分。所以说,三焦是谷气的通道。该篇还说明了三焦的位置与形质,其所指是与脏腑并存的一些解剖结构,具体在下文“三焦的形质与位置”部分中论述。

2.2.3 真气的通道

《灵枢·刺节真邪》:“真气者,所受于天,与谷气并而充身也。”真气来源于天地自然,与谷气一道充养身形,谷气来源于水谷需要通过脾胃的运化而为身体所用,而真气则是通过人体的气穴而出入的。如《灵枢·五味》所言“天地之精气,其大数常出三而入一,故谷不入,半日则气衰,一日则气少矣。”人体真气出三而入一,其差额则须摄入水谷来补充,尚能修养得法,使真气收支平衡,即可辟谷。

如仲景之言,三焦是五脏“元真”通会之处,真气又与“谷气并”,三焦是谷气的通道,则三焦自然是真气之通道。

2.3 腑的功能

《难经·三十九难》：“五脏各一腑，三焦亦是一腑，然不属于五脏。”三焦与胆、胃、大肠、小肠、膀胱共为“六腑”，与“五脏”藏精气的功能不同，六腑的生理特点是“传化物而不藏”，又如《素问·六节藏象论篇》所云“脾胃、大肠、小肠、三焦、膀胱者，仓廩之本，营之居也，名曰器，能化糟粕，转味而入出者也。”传化出入是“腑”的主要功能。三焦既然名列于六腑，则自然具有“传化物而不藏”的功能特点。

胆、胃、大肠、小肠、膀胱此五腑是空腔囊形脏器，其大体结构可以目察，其传化的功能与囊形的结构比较容易统一起来，而三焦行使传化功能的结构是微观的，可以意会而难以目察，其所传化之物也与水谷、糟粕有殊，是水谷之精微和气。

《难经·三十一难》有三焦之腑的位置与功能的记载：“三焦者，水谷之道路，气之所终始也。上焦者，在心下，下膈，在胃上口，主内而不出……中焦者，在胃中脘，不上不下，主腐熟水谷……下焦者，当膀胱上口，主分别清浊，主出而不内，以传导也。”三焦作为“水谷之道路”和其他五腑是一样的，而“气之所终始”的功能却是独有的；三焦是有具体位置可寻的，其行使化生和传输营卫功能的部分（即《三十一难》所描绘的三焦），《灵枢·营卫生会》有同样的说法，是在膈以下之腹腔中。

3 三焦的形质与位置

在生物体中，结构与功能是相适应、相统一的，通过上面对三焦功能的总结，并结合经典中对三焦的位置与形质的描述，庶可把握三焦之结构（形质与位置）的全貌。

三焦是周身之罅隙，这些罅隙在体表的部分由皮、肉、筋、骨、脉等围成，在体内的部分或由脏腑围成，或是脏腑中天然存在的空隙。其“空”之性恰恰是其“用”之本——以空为用，打个比方说，一个房间由四面墙围成，房间的作用在于其空间，而非四面墙，三焦亦是如此，周身的罅隙是营卫气血沟通的渠道，是“火游行其间”的解剖基础。

三焦的体内部分在《难经·三十一难》和《灵枢·营卫生会》中均有描述，详见表 1，以示异同。

通过表 1 可见，三焦是人体的解剖结构，该结构的位置和功能经典中均有确切描述，上焦的位置在胃上口，中焦在胃中，下焦在回肠与膀胱之间，这里的三焦当是这些位置的一些大的罅隙，行使着传化水谷精气的独特功能，所以《难经·三十一难》和《灵枢·营卫生会》中的三焦可以认为是腹腔中三

表 1 《难经》《灵枢》对三焦描述的对比

Table 1 Comparison of the description of triple energizers in *Classic on Medical Problems* and *Miraculous Pivot*

部位 Sanjiao	位置 Location		功能 Function	
	难经 Classic on Medical Problems	灵枢 Miraculous Pivot	难经 Classic on Medical Problems	灵枢 Miraculous Pivot
上焦	在心下， 下膈，在 胃上口	出于胃上口， 并咽以上，贯 膈布胸中，走 腋，循太阴之 分而行	主内而 不出	卫气之 所出；上 焦如雾
中焦	在胃中脘	并胃中	不上不 下，主腐 熟水谷	泌糟粕，蒸 津液，化其精 微；营气之所 出；中焦如沤
下焦	当膀胱上口	别回肠，注 于膀胱而渗 入焉	主分别清浊， 主出而不内， 以传导也	渗而俱下， 泌别汁

个（或是三群）重大的罅隙。这一观点还可以在《灵枢·经脉》中得到印证，某一脏或某一腑的经脉与脏腑是“属”此而“络”彼的关系，三焦经“下膈，循属三焦”，心包经“下膈，历络三焦”，三焦必须是一个有形的空间结构方能说得通，如果三焦是膈下三个重大的罅隙，便能和其他脏腑一样与经脉产生“络”“属”的关系，三焦经连属着这 3 个罅隙，心包经则连络着这 3 个罅隙。

这 3 个重大的罅隙与体表的溪谷是何关系呢？它们必然是相连续而贯通的，膈下的 3 个大罅隙通过上焦和肺与体表的微小罅隙相连通，理由有三：①水液是由肺而布达三焦水道的，即“脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱”；②营卫之气也是由肺和上焦布达体表的，“人受气于谷，谷入于胃，以传与肺，五脏六腑皆以受气，其清者为营，浊者为卫”“上焦开发，宣五谷味，熏肤充身泽毛若雾露之溉”；③《素问·调经论篇》云“阳受气于上焦，以温皮肤分肉之间”，皮肤分肉能否得到气的温养，取决于上焦开发的功能。所以说体内之三焦与体表之罅隙是通过上焦及肺相连属的。体内的三个大罅隙犹如一条河流之干流，干流在上焦心肺处则分化成无数的细小支流，流向一身之肌肤脏腑以行滋养。

由此便好理解“肺朝百脉”了，百脉即是体表的众多溪谷，溪谷中的“水”来源于肺，犹如河流的水来源于天上的降雨一般，是谓“肺朝百脉，输精于皮毛”也。

综上所述，三焦由体内的 3 个大罅隙和周身无数的小罅隙组成，内从脏腑外到皮毛腠理无不有之。

肾间动气循这些罅隙上行,经历于五脏六腑十二经脉;营卫之气循这些罅隙外达,敷布于皮毛腠理;水液循这些罅隙通行,滋润百骸,下归膀胱;真气则循这些罅隙出入,与谷气并行充身。此外,在体内的三焦还承担着“腑”的功能,是运化水谷、化生营卫气血和排泄糟粕的重要场所。

4 三焦的生理意义

三焦是周身的通道,是内外表里气机通畅的物质条件,其生理意义十分重大。

三焦通畅是气血正常运行的保障。《灵枢·营卫生会》中谓壮者“肌肉滑,气道通,荣卫之气不失其常”,而老者则“肌肉枯,气道涩,五脏之气相搏”,营卫之气失其常,故老者“昼不精,夜不瞑”。《灵枢·天年》中甚至直接将三焦通畅列为人长寿的条件,谓“五脏坚固,血脉调和,肌肉解利,皮肤致密,营卫之行不失其常,呼吸微徐,气以度行,六腑化谷,津液布扬,各如其常,故能长久”。三焦之生理意义可于其中有所领会。

“三焦膀胱者,腠理毫毛其应”,三焦的强弱状态可通过其腠理毫毛之外应来判断,“密理厚皮者三焦膀胱厚,粗理薄皮者三焦膀胱薄,疏腠理者三焦膀胱缓,皮急而无毫毛者三焦膀胱急,毫毛美而粗者三焦膀胱直,稀毫毛者三焦膀胱结也。”(《灵枢·本脏》)此处之三焦是作为腑之三焦,即腹腔中的3个大罅隙。体表之毫毛腠理是体内三焦的延续,由此亦可得到印证。

5 几个问题

5.1 有名而无形

“有名而无形”之说出自《难经·三十八难》——“所以腑有六者,谓三焦也。有原气之别焉,主持诸气,有名无形,其经属手少阳,此外腑也,故言腑有六焉。”此处之三焦是“主持诸气”之三焦,即体表之三焦,经谓“此外腑也”,所以笔者认为,所谓“无形”,非谓其无有形质,而是其形状难名;若无形质,名亦随灭,“有名”之说,亦不可立。三焦是遍布周身的立体网状结构,其范围广泛,而又微小难察,以空为用,以无为有,犹如字画中的留白,难怪前贤称其“有名而无形”。《难经疏解》注三十一难云:“此(三十一难)详言三焦之功用,因知不可谓其无形也。”^[2]

5.2 三焦与经脉

营卫之气通行于十二经脉,如《灵枢·营气》所述,营气一周之循环始于手太阴肺经,终于足厥阴肝经,一日一夜五十周于身;营卫之气亦行于肉交会而

形成的溪谷中,如《素问·气穴论篇》所言“肉分之间,溪谷之会,以行荣卫,以会大气。”那么,溪谷与经脉说的便是同一事物,经脉所行即是溪谷,溪谷之处必有经络。《素问·气穴论篇》将“孙络”和“溪谷”并称,并且有“孙络三百六十五穴会”和“溪谷三百六十五穴会”2种说法,可见孙络和溪谷是一非二。《灵枢·九针十二原》还将穴位称为“节之交”“三百六十五会”,察“交”“会”之意,穴位所在亦是溪谷。可见溪谷、孙络和穴位是一体的。经是孙络的上源,其所行之处当是未派生为小溪之前的大谷。

体表的溪谷是三焦的一部分,所以经脉可以认为是三焦这个庞大的空间网络中的一条条重要通路,就像公路系统中的国道一样,亦如地表水系中的大江河一样,联系着脏腑和外表的皮肉筋骨脉,“行血气,营阴阳”,是沟通表里内外的大通道、大路径。这些“重要通路”是人体的天然结构,而非人为划定。

“脉”字古作“脈”,即肉之派,《说文解字》释曰“血理分袂行体者。”指将人体分割开来的血脉纹理,相互连属,派生成系。其本身就具有肌肉之纹理的含义。经脉与三焦的关系在古人的命名中就有所体现。本文认为,经脉是三焦这个大网络中具有独自规律的一条条大通路,两者是局部与整体的关系。

5.3 三焦辨证

清代吴鞠通总结叶天士治疗温病的经验,附以己意,提出了“三焦辨证”。温病有卫气营血的横向传变规律和由上到下的纵向传变规律,吴鞠通《温病条辨》中将病位在心肺的温病阶段列入上焦篇,将病位在脾胃的温病阶段列入中焦篇,将损及肝肾的温病阶段列入下焦篇,三焦至此已经演化成了指示大致方位的术语,上焦指膈以上的心肺和胸中,中焦指膈以下的腹中和脾胃,下焦指脐以下的腹腔和肝肾。这对后世影响极大,教材中均载此说^[3],至今已几乎成为一种共识。严格来说,吴鞠通仅仅是借用“上焦”“中焦”“下焦”这样的术语来划分疾病的阶段,所运用的不是三焦的本意。所以说“三焦辨证”和“三焦”之间没有本质上的关联。

5.4 上焦如雾,中焦如沤,下焦如渌

“上焦如雾,中焦如沤,下焦如渌”之说出自《灵枢·营卫生会》,这里的上中下三焦指的是腹腔中的三个大罅隙,如前文所述,上焦在胃上口,与肺相连,分化成无数细小分支,行使着将气血津液布达周

(下转第731页)

的条畅,故常配合川楝子、延胡索等疏肝理气止痛,条畅人体气机。再如“赵听樵令妹,每汛至则腹胀呕吐,腰脊酸痛,两腿肿痛,筋掣腕痛,甚至痊厥,多药不效。孟英以金铃子散合左金(丸)加‘二陈’(橘皮、半夏)、竹茹、枳实、桂(枝)、茯苓,数剂而愈。续用:苡蓉、菟丝、淫羊(藿)、杜仲、桑椹、木瓜、续断、香附、(当)归、(白)芍、茴(香)、楝(实)调之,汛至如期,略无痛苦。初冬适杨子朴,寻即受孕。”^[9]肝为女子之先天,肾为先天之本,腰为肾之府。肝肾亏虚故每汛至经期血去时,冲任空虚则发病。肝肾亏虚,失于濡养,则肝气横逆,上犯脾胃而腹胀呕吐。肝肾亏虚,肝风内生,内风挟痰袭络则腰脊酸痛,两腿肿痛,筋掣腕痛,甚至痊厥。本病本虚标实,王氏先缓其标,以温胆汤合桂枝化痰通阳,川楝子、柴胡疏肝理气止痛,条畅人体气机以助化痰;后治其本,以当归、白芍、桑椹滋养肝阴;肉苡蓉、菟丝子、淫羊藿、杜仲温补肾阳;木瓜、香附、茴香行气舒筋活络。

3 结语

王孟英在治疗痰饮病时不仅承袭了温病学派清化热痰的学术思想,更是结合其自身的临床经验进行了创新。王氏结合温病学从火热角度认识外感病的观点,提出邪热生痰的理论,主张清热化痰;结合气血津液辨证,认为气滞生痰也是痰饮生成的重要

原因,长于理气豁痰。王氏运用温胆汤治疗痰病的证治方法,既继承了温病学家清化热痰的主流思想,又有所创新,促进了学术的进步,对现代痰病的治疗仍有指导意义。

参考文献:

- [1] 危亦林. 世医得效方[M]. 北京: 科技出版社, 1986: 418.
- [2] 吴谦. 医宗金鉴·妇科心法要诀[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1985: 1191.
- [3] 吴谦. 医宗金鉴·幼科心法要诀[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1985: 86.
- [4] 宋炎阁. 王孟英痰病学说思想研究[D]. 杭州: 浙江中医药大学, 2010: 10.
- [5] 盛增秀. 王孟英医学全书[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1999: 470.
- [6] 刘珉. 王孟英温病治痰经验探讨[J]. 中医杂志, 1982, 23(11): 8-11.
- [7] 彭景星. 《王氏医案》热痰治法初探[J]. 辽宁中医杂志, 1989, 16(3): 4-6.
- [8] 王念祖. 王孟英医案译注[M]. 北京: 学苑出版社, 2009: 114.
- [9] 周振鸿. 回春录新论[M]. 湖南: 湖南科学技术出版社, 1982: 334.

(收稿日期: 2015-04-20)

(上接第 728 页)

身的功能,所以说“上焦如雾”;中焦在胃中,与胃协同消化水谷,所以说“中焦如沤”;下焦在回肠与膀胱之间,收集水液,下输膀胱,功如沟渠,所以说“下焦如渎”。

6 总结与展望

三焦由膈以下的三个大的罅隙和其延伸分化成的无数细小罅隙组成,是遍布于全身的立体网络,行使着生化营卫、通行气血、布散水液、沟通真气、通行原气等功能。膈以下的 3 个大的罅隙是其作为“腑”存在的主体,人体中“空无”之处就是三焦,以空为用,以无为有,是三焦区别于其他脏腑的特点,但恰恰是其通行气血的结构基础。

现代解剖更倾向于发现人体“有什么”,着力于描述实体,而忽视了人体空无的缝隙处,也许智慧的古代先哲早早地发现了这些罅隙的生理功能,并巧妙地用“焦”字来命名。《道德经》有云“卅辐共一

毂,当其无,有车之用;埴埴以为器,当其无,有埴器之用;凿户牖,当其无,有室之用。故有之以为利,无之以为用。”这种“无之以为用”的思想也许是启发先贤的源泉。

然而,归根结底,既然三焦是客观存在的结构,那就可通过解剖得到实证,也许细微的溪谷实证起来有困难,但膈下作为“腑”存在的三焦理论上是可以发现的。这有待于进一步的研究。

参考文献:

- [1] 邢玉瑞. 中医基础理论[M]. 山西: 山西科学技术出版社, 2001: 140.
- [2] 郭霭春. 郭洪图. 八十一难经集解[M]. 天津: 天津科学技术出版社, 1984: 70.
- [3] 李德新. 刘燕池. 中医基础理论[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2001: 282.

(收稿日期: 2015-06-20)