

再论生命三要素——精、气、神

王小平

(山东中医药大学中医基础学院, 250014, 山东济南//女, 1962年生, 副教授, 博士)

摘 要:《灵枢·本藏》曰:“人之血气精神者,所以奉生而周于性命也。”即血气精神是奉养生命,维持健全人体生理活动的基本因素,其中血由精衍生,因此,概括地说,精气神是生命活动的三大基本要素,后世称之为“人身三宝”。精,是体内精华物质的总称,是构成生命体,产生并维持生命活动的物质基础。精气神学说中的“精”,是“广义之精”。此精,不仅指生命的本原物质,还包括构成人体、维持人体生命活动的精华物质。

关键词: 精; 气; 神; 生命; 中医基础理论

中图分类号: R241

文献标识码: A

文章编号: 1009-5276(2004)01-0157-03

《灵枢·本藏》曰:“人之血气精神者,所以奉生而周于性命也。”即血气精神是奉养生命,维持健全人体生理活动的基本因素,其中血由精衍生,因此,概括地说,精气神是生命活动的三大基本要素,后世称之为“人身三宝”。

1 精——生命活动的本原及物质基础

精,是体内精华物质的总称,是构成生命体,产生并维持生命活动的物质基础。按照不同的划分依据,有不同的名称及类别。依据来源,精分为先天之精和后天之精。先天之精,禀受于父母,与生俱来,是生命的本原物质。后天之精,源于清气和水谷,化生于肺脾胃,是人出生后赖以生存的物质源泉;依据功能,精可分为生殖之精和脏腑之精。生殖之精,是具有生殖能力的精微物质,贮藏并施泄于肾,是人类繁衍及与生殖有关的功能、性别征象的物质基础。脏腑之精,由吸入的清气和饮食的水谷化生,藏于五脏,其余者输藏于肾以备,是诸脏腑功能活动的物质基础;依据内涵范围,精又可分为广义之精和狭义之精。广义之精,泛指构成机体和机体内贮藏的精华物质;狭义之精,特指与生殖有关的精微物质。

精气神学说中的“精”,是“广义之精”。《素问·金匱真言论》所曰:“夫精者,身之本也。”此精,不仅指生命的本原物质,还包括构成人体、维持人体生命活动的精华物质,如张志聪注:“夫神气血脉,皆生于精,故精乃生身之本,能藏其精,则血气内固,邪不外侵。”可见,精气神学说中的精,是涵盖了上述各种类别的“精”所形成的综合概念,是与气、神相对应的特定名词。

2 气——生命机能的动力和能量运动

气原属哲学范畴,被古代哲学家认为是宇宙万物的本原物质。气的概念引入医学领域,便赋予了特定的生理学意义。因此,哲学中的气与中医学的气,虽有相承关系,但却是两个不同的概念。《内经》中的气有多种含义,从其共性而言,有如下特点:第一,运动不息。《灵枢·脉度》曰:“气之不得无行也,如水之流,如日月之行不休……如环之无端,莫知其纪,终而复始。”说明气是不断运动,流行不止的,在人体内有规律地周行全身。一切生命机能都在气的运动变化中完成,故《素问·六微旨大论》曰:“成败倚伏生乎动,动而不已,则变作矣。”可见,生命的存在,以气的运动为前提,气的运动停止,便是生命的

终结。所以《素问·五常政大论》曰:“气止则化绝。”第二,无固定形状。《灵枢·决气》曰:“上焦开发,宣五谷味,熏肤、充身、泽毛、若雾露之溉,是谓气。”指出气虽具有多种功能,但它却象“雾露”般的无固定形状。第三,有征可寻。《素问·气交变大论》曰:“善言气者,必彰于物。”说明气虽然无形可见,但却可通过一定的物质运动形式表现出来。根据上述特点可知,运动是物质的根本属性,气是客观存在的物质,但它不是有固定形状、肉眼可见的物质形态,而是无形有征的能量运动。按照现代科学的认识,能量也是物质存在的形式之一,也属物质范畴。因此,中医学的气,可定义为:人体内具有生命活力、不断运动、无形有征的精微物质。它既是人体的重要生理组成部分,也是机体生命活动的动力。

3 神——生命活动的主宰及外在征象

《内经》论神与先秦诸子同出一源。“神”字本义指北斗的斗柄,后衍生出万物“主宰”之意。《说文解字》曰:“神,天神引出万物者也。”徐灏笺:“天地生万物,物有主元者曰神。”限于生产力发展水平,古人对自然界众多复杂的事物和现象无法解释,认为有变化莫测的力量主宰着自然及人类。随着社会生产力的发展及人们认识水平的提高,人们逐渐认识到:“神”是自然界阴阳五行变化“自造”而成,并不是某种超自然的力量,因此,神可以被认识、被观察。《内经》作者是坚定的唯物主义无神论者,引入“神”的概念,主要有如下含义:第一,指自然界物质运动变化的规律。如《素问·气交变大论》曰:“天地之动静,神明为之纪。”谓自然万物的变化规律即神明。第二,指生命活动的主宰。《灵枢·天年》曰:“失神者死,得神者生也。……血气已和,营卫已通,五藏已成,神气舍心,魂魄毕具,乃成为人。”说明神是决定生命存亡的关键,在胚胎发育过程中,只有具备了“神”,才能发育成为有生命的人。这种主宰生命的“神”,一旦失常,便会影响生命活动,甚至导致生命机能的丧失,所以,《素问·玉版论要》曰:“神转不回,回则不转,乃失其机。”张介宾注曰:“神者,阴阳变化也,易曰:知变化之道者,其知神之所为乎。转,运行不息也。回,逆而邪也。神机之用,行百环无穷,故在天在人,无不赖之以成化育之功者,皆神转不回也。设其回而不转,则至数逆,生机失矣,故曰神去则机息,又

曰失神者亡也。”第三,指人体生命活动的外在征象。“有诸内,必形诸外”,内在的神机运动,可通过外部征象表现出来,凡视听言动、形色舌脉、喜怒忧思悲恐惊等都是神的具体体现,故中医学将生命活动的外部征象,即信息反映,亦称作“神”,并据此判断生命机能的得失存亡,如《素问·移精变气论》曰:“得神者昌,失神者亡。”又曰:“理色脉而通神明。”第四,指人的精神、意识、思维活动。《素问·八正神明论》曰:“请言神,神乎神,耳不闻,目明心开而志先,慧然独悟,口弗能言,俱视独见,适若昏,昭然独明,若风吹云,故曰神。”说明人对外界事物的体察、领悟、见地、把握、理解等意识思维过程皆属于神的内容之一。

以上关于“神”的四种含义,前者属于哲学范畴,后三者又相互关联,可分不可离。神居内则为生命活动的主宰,现于外则为生命活动的征象。精神、意识、思维活动是为强调人区别于一般动物的本质特征而分化出来的,其意义可涵盖于“主宰”、“征象”之神中。因此,《内经》中人之“神”的三个含义实为三位一体。

4 精气神之间及其与五脏之间的关系

精气神的关系 精、气、神分别代表着生命活动的本原及物质基础、生命活动的动力及能量运动、生命活动的主宰及外在征象。在生命活动中,精气神密切相关,缺一不可。其中,精主静而内守,气与神动而外运,故精与气、精与神之间存在着阴阳既对立,又互根互用的辩证关系。

《素问·阴阳应象大论》曰:“气归精,精归化……精食气……化生精。”“气归精”,谓气的运动变化是化生精的动力源泉;“精归化”即精是气化的物质基础;“精食气”,是说精能供给气化功能的需要,与“精归化”类同;“化生精”,指气化活动过程中可产生新的阴精,意同“气归精”。可知,精与气之间的阴阳互根关系,具体体现为精是气的物质基础,气是精的功能表现。

精与神常并称,如《素问·生气通天论》曰:“阴平阳秘,精神乃治。”张介宾注曰:“人生所赖,唯精与神,精以阴生,神从阳化,故阴平阳秘,精神乃治。”可见,精与神之间,亦如阴阳相随,须臾不离。精为神之根,如《灵枢·本神》曰:“两精相搏谓之神。”又神为精之主,故《灵枢·本神》有:“恐惧而不解则伤精”的记载,张介宾注曰:“神伤而心怯,心怯则恐惧,恐惧则伤肾,肾伤则精不固。”说明神对精有控制调节作用。

气与神,相对于精而言,皆属于阳。两者有“同声相应”、“同气相求”的同步变化关系。所以,《灵枢·小针解》曰:“神者,正气也。”气分阴阳,“阴阳不测谓之神”(《素问·天元纪大论》),阴阳之气运动变化,达到协调,神的主宰作用及其外在征象便自然而然地表现出来。因此,《素问·六节藏象论》曰:“气和而生,津液相成,神乃自生。”气是体内正常的生理物质及现象,其运动变化也要受神的调节和控制,《素问·上古天真论》曰:“恬[†]虚无,真气从

之”。肯定了神安与气顺的必然联系。

综上所述,精、气、神之间的关系可总结为:精能化气、生神,是气与神的物质基础;精足则气充,气充则神旺;气能生精、化神,气足则精盈,精盈则神明;神能驭气、统精,神明则气畅,气畅则精固。三者协调统一,才能维持人体正常的生命活动。正如汪绮石《理虚元鉴·心肾不交论》所曰:“以先天生成之体质论,则精气生,气生神;以后天运用之主宰论,则神役气,气役精。精、气、神,养生家谓之‘三宝’,治之原不相离。”

精气神与五脏的关系 中医学认为,人以五脏为本,一切生理过程均离不开五脏的功能活动。精、气、神是生命活动三要素,一方面,精、气、神是五脏功能活动的重要保证,精为五脏提供物质基础,气是激发五脏的动力之源,神主宰调控五脏的整体协调。另一方面,精、气、神的化生、贮藏及运行又都是由五脏主持完成的。《灵枢·本藏》曰:“五藏者,所以藏精神血气魂魄者也。”由于五脏所藏精、气、神的内容及形式各异,形成了五脏不同的功能及特点。

精是五脏功能活动的物质基础,来源于父母及后天水谷,其化生与肾脾两脏关系密切。精藏于五脏,是谓脏腑之精;藏于肾者,即肾精。因精主静内守,故《素问·脉要精微论》曰:“五脏者,中之守也……得守者生,失守者死。”强调五脏藏精内守的重要性;《素问·六节藏象论》又曰:“肾者,主蛰,封藏之本,精之外也。”指出因五脏之精皆藏于肾,故封藏乃肾之功能特点。

气是五藏的功能及动力。它由元气、水谷气及清气化生,是肾、脾、肺三脏综合作用的结果。气生成之后,不断运行于全身,其运动形式不外升降出入。气的升降出入运动具体体现在脏腑的功能活动之中,《素问·刺禁论》曰:“肝生于左,肺藏于右,心部于表,肾治于里,脾为之使,胃为之市。”诸脏在各自的生理活动中,构成了肝升肺降,心肾相交(心降肾升),脾升胃降三个特定的结构单元,以完成气在体内的环周运动。

神是五脏的主宰及外在征象,由五脏功能活动所化生。《素问·阴阳应象大论》曰:“人有五藏化五气,以生喜怒悲忧恐。”神分藏于五脏,即神、魂、魄、意、志,如《素问·宣明五气》曰:“五藏所藏:心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、肾藏志。”神统归于心,即为全身之主宰,《素问·灵兰秘典论》曰:“心者,君主之官,神明出焉……主明则下安……主不明则十二官危。”说明心藏神主明,心神昌明,则诸脏协调;心神失明,则诸脏功能皆失。

总之,精气神与五脏关系十分密切,两者均是生命活动的主要内容,精气神着重于生命基本要素的阐发,五脏是对生命整体功能系统的概括,是生命活动的执行者。因此,精气神是五脏系统的功能保障,而五脏系统是精气神发挥作用的场所及载体。

(上接第 147 页)因此仍需进一步作大规模、多中心的临床流行病学研究以确定其疗效。在大规模、多中心的临床流行病学研究之前,临床上可结合患者的个体差异和对药物的耐受能力适当选用。

中草药治疗水肿、虚劳等病在中国已有 2000 多年的历史并仍然在广泛使用。根据作者检索的中文文献资料统计,近 10 年来每年发表的中草药辅助治疗肾病综合征的随机临床试验至少有几十篇,且几乎都报告了有效的