

• 理论研究 •

诠释气、气机、气化运行学理与健康^{*}王永炎 廖星[#] 王忠

(中国中医科学院临床基础研究所 北京 100700)

摘要: 气、气化的运行是中医国学原理的精华。中医药学以“气”为万事万物本源。真气、灵气和合为人的生命力,是身心健康自然联结的表述,且以“冲气”为和而辩证统一。气是象、是系统化的信息,应以回归太虚原象的原创生性论气。从气本质的诠释与延伸、身心疾病的调治以调气为重点,以及重视真元之气与心灵之气和合的养生之道 3 个方面进行了不同维度的阐述。尤其对临床诊疗中异常情志所伤的五脏临证要点、调情志病重在治肝疏畅气机两方面进行了详细论述,旨在为中医药临床医生、科研人员充分了解气相关理论知识和应用价值提供借鉴和参考。

关键词: 气; 气机; 气化运行; 诊疗

doi: 10.3969/j.issn.1006-2157.2022.10.009

中图分类号: R2-05

Interpretation of qi, qi movement, qi transformation and health^{*}WANG Yongyan, LIAO Xing[#], WANG Zhong

(Institute of Basic Research in Clinical Medicine, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100700, China)

Abstract: Qi and qi transformation are the essence of the principles in traditional Chinese medicine (TCM). TCM takes ‘qi’ as the origin of everything and the combination of ‘*zhen qi* (genuine qi)’ and ‘*ling qi* (spiritual qi)’ as the vitality of the human body, which is the expression of the natural connection between physical and mental health. It also takes ‘*chong qi* (clashing qi)’ as harmony and dialectical unity in clinical practice. Qi is *Xiang* (manifestation), a kind of systematic information. Qi should be understood based on its original creativity and the original *Xiang* of *Taixu* (the great void). This paper theoretically explored qi from different dimensions: the interpretation and extension of the essence of qi, the treatment of physical and mental diseases with emphasis on qi regulation, and the way to maintain health by paying attention to the harmony between the genuine qi and spiritual qi. In particular, this paper expounded in detail the key points of diagnosis and treatment of the five zang organs injured by abnormal emotions and the regulation of emotional diseases with emphasis on treating the liver and unblocking the qi movement, aiming to provide a reference for TCM clinicians and researchers to fully understand the theory and application value of qi.

Keywords: qi; qi movement; qi transformation; diagnosis and treatment

Corresponding author: Prof. LIAO Xing, Ph.D., Research. No. 16, Nanxiaojie Road, Dongzhimen Nei Avenue, Dongcheng District, Beijing 100700, E-mail: okfrom2008@hotmail.com

Funding: Basic Scientific Research Project of the China Academy of Chinese Medical Sciences (No. Z0754)

王永炎 男 教授 主任医师 中国工程院院士 中央文史研究馆馆员

[#] 通信作者: 廖星 女 博士 研究员 主要研究方向: 中医药循证评价方法 E-mail: okfrom2008@hotmail.com

^{*} 中国中医科学院基本科研业务课题(No. Z0754)

Conflicts of interest: None of the authors have any conflicts of interest associated with this study, and all of the authors have read and approved this manuscript.

中华民族优秀传统文化文明重视宇宙时空周期节律的变化。春夏秋冬四季、二十四节气、六十花甲都揭示了一切生命活动均与气象、物候密切相关。其中气、气机、气化的运行与人的健康、疾病、维护生命至关重要。古贤哲于甲骨文中论天气、云气、雾气、地气;伏羲神农轩辕皇帝时期,对气的认知引入了华夏民族人文科学文明体系的哲学概念;通过观察中原黄河流域天文、地理、人群生存状况,曾绘制出多种阴阳符号、洛书太极图形及先后天八卦阐释气的质性^[1-2]。既至夏、商、周三代易学,连山易、归藏易、周易之深邃哲理融入中医学基础理论与临床实践。于晚周战国托名百家《黄帝内经》的撰著为中国医药学经典著作,并丰富了人文科学的内涵。作为统辖司命苍生之学,尊崇仁德中和、无朴纯素民族伦理精神。其论气、气化的运行是中医国学原理至重至要的精华,中医学人必须认真学习^[3]。

1 气本质的诠释与延伸

中医学的学理认为宇宙中万事万物以气为本源。在天为气,在地成形,形气相感,化生万物,而形立神生。太虚寥廓,肇基化源,气有聚散,聚则布气真灵,真气者呼吸天之清阳之气,气积于胸中为宗气;饮食谷物蔬菜营养机体之元气;灵气者心灵智慧意志神韵之表述;真灵和合为人生活生产的生命力,是身心健康自然联结的表述;概念延伸必须认知气的物质属性,又为精神知觉的和合,和合是生机、是存养生命能量的第三象限。中医生命哲理,举凡阴与阳、动与静、邪与正、顺与逆、刚与柔、白与黑、显与隐,亦此亦彼,是既对立又关联、同步消长的符号系统。以冲气为和而辩证统一。所言冲气即氤氲、相荡、冲撞而归于正中和合之气所发挥的功能作用。气和为正,气失和为邪,气顺守静笃护正气,安宁祥和,气逆神伤或焦虑或抑郁而神志昏乱。理解正负、显隐、白黑的转化,和合于生理心理与身心自我调节气、元气、神气,和合稳态才能守常、守神、宁静地生活工作。

中医药高等教育历届中医基础理论教材对气的物质形态的描述,多称“气”是极其微小的物质颗粒。气与精、神相关^[4]。言“神”恍兮惚兮起于毫厘,毫厘之数,起于度量,以言神识意志运行的微小颗粒是可测量感知的物质。随着21世纪生命科学的进化,多学科、多维度、多模式的深化研究,尤其是

信息守恒定律的提出,学者们开始接受黑洞天体物理大数据的搜集分析,渐次认知了黑洞辐射的信息,受到比特计量的启发,应对“气”的物质性作概念延伸的理解。气是象、是知识的潜在的科学化、系统化的信息。以回归太虚原象的原发创生性论气。学习宋明理学,张载《正蒙》曰“知太虚即气,即无无。”气既具体又抽象,是原始的、混沌的质料,一切个体事物都由它形成,是“无生有”之理,若气散则离明不得施而无形。太和为气之总名,浮、升、动之阳性,沉、降、静之阴性,气主阴阳动静升降浮沉之气机、气化运动。邵雍《皇极经世》曰“太极一也,不动,生二,二则神也,神生数,数生象,象生器。”神数象器一体,以“二”为基数,二四八,八卦易化六十四卦。一天二十四小时的昼夜交替,一年四季的交替,破解宇宙万物阴阳生灭演化的规律。观生灵万物之象,观象议病辨证疗伤治病。所谓器者,业医诊疗的设备仪器。周敦颐《太极图说》诠释了国学原理,以无极而太极,太极动而生阳,动极而静,静而生阴,静极复动,一动一静,互为其根,阳变阴合而生水火木金土,五气顺布。五行,阴阳也;阴阳,太极也。阴阳五行学说体现中国哲学间性论^[5]的关系本体,是象思维的前学科的知识。当今是系统化、信息化、高概念大科学的时代,以象论“气”,气是信息承载的功能效应。人通过眼耳鼻舌身对外物寒暖风雨的感觉是物象、具象的信息表述;人处世事、人际关系、喜怒哀乐情绪神态折射出心理镜像同样是可感知信息,感觉与知觉的具象通过大脑自身心、生理心理的信息做系统化的联结,阐释气机运行气化升降功能的正常或异常。从科技文明进化来看,古贤哲谓善言化言变者,通神明之理也,即社会与自然一切事物有理必有气,理、气尚一、尚同,即为道术和合,也是易理与医理的相通。

2 重视身心疾病的调治

《素问·举痛论篇》云“余知百病生于气也,怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下,寒则气收,炅则气泄,惊则气乱,劳则气耗,思则气结。”九气之说是致病因素,包括内因、外因、不内外因;其怒、喜、悲、恐、惊、思为六种情志致病的内因;寒、热乃外感致病的外因;劳即劳伤倦怠是致病的不内外因。情志内伤而“气上”“气缓”“气消”“气下”“气乱”“气结”与五脏气机运行失调相关;外感引发“气收”“气

泄”等卫气失司致病;劳倦则“气耗”反映元气所伤。概论九气引起气机运行障碍致病的发病学,总以气机失调及气化升降、出入失常,致百病丛生。九气为病,重视情志致病思想是显而易见的。依病因学、发病学视域看,情志所伤直接影响脏腑之气机运行与气化的平衡协调,造成机体功能活动异常,不仅致病,而且对多种旧病恶化有重要影响。联系身心医学的发展,对于心灵境界的精神修养与美育培训互鉴互动,朝向身体与心灵的自然联结与习惯联结相融通,体现至善的人生格局,防止过度亢奋与情绪焦虑抑郁,维护生理心理的平衡,避免生病。

2.1 五脏为异常情志所伤的临证要点

《素问·阴阳应象大论篇》云“人有五脏化五气,以生喜怒思悲恐。”以五脏为异常情志所伤梳理临床表现及病机概要如下。

①怒为肝之志。暴怒伤肝,肝气疏泄太过而上逆为病,血随气升,症见头晕头痛,面赤耳鸣,甚则骤然昏厥;肝气横逆或气郁克伐脾土,“土”运化失常而湿邪害人最广,缘气郁而生。暴怒不仅伤肝,还会伤肾,乙癸同源,藏血藏精之脏伤,精衰出现恐惧、健忘、腰脊酸软等症。

②喜为心之志,喜则气缓多为常态。“喜则气和志达,荣卫通利”可为正常生理状态。“喜伤心”“暴喜伤阳”,《灵枢·本神》云“喜乐者,神惮散而不藏。”九气之说俱言病因,气缓当是气散之虞,由喜乐无极超乎常度,心气缓散致病。古有范进中举之例,今世也有心脑血管病之危者。

大惊心气散乱列属为心之志。心主神明,“惊则心无所倚,神无所归,虑无所定,故气乱矣”(《素问·举痛论篇》)。由于大惊暴喜突然面世,使心神失于内守,心气动摇散乱,气血失调以致心神无所依附,思虑无所定力,症见心悸失眠,惊惕不安,心烦意乱,思绪无定,甚至精神昏乱等。

③悲忧为肺之志。“悲则心系急,肺布叶举而上焦不通,荣卫不散,热气在中,故气消矣”(《素问·举痛论篇》)。悲哀太过则心系急,肺叶扩张,失于宣肃,上焦之气不得宣通,营卫之气不得布散,以致热气郁于胸中而消气耗气,故曰“悲则气消”。临证耗伤肺气而波及心、肾、肝、脾出现种种病变,加重气弱消乏。症见胸闷气短,意志消沉,乏力懈怠,精神萎靡不振等。涉及于心,致心气内伤见心悸失眠、神思恍惚,注意力不集中。影响肝气而胁肋满闷疼痛,经脉挛急,甚至精神抑郁。波及脾气则中焦气滞,运化力弱而湿重,脘腹胀痛,乏力食少,身重倦怠等。

④恐惧为肾之志。“恐则精怯,怯则上焦闭,闭则气还,还则下焦胀,故气不行矣”(《素问·举痛论篇》)。气不行当作“气下行”。肾气主升,水火互济为气机气化之常态。若大恐则精怯气陷而无升。临床症见二便失禁,男子滑精阳痿,女子月经失调,精神抑郁与焦虑可交替出现。因恐及五脏气机运行紊乱,症状多样并见。

⑤思则气结为脾之志。“思则心有所存,神有所归,正气留而不行,故气结矣”(《素问·举痛论篇》)。过思则气机郁结,气结于中而中焦气滞,运化无权,症见脘痞腹胀,纳呆便溏,肢倦乏力等。思发于脾而成于心,思虑过度可耗伤心血,可见心悸失眠、怔忡健忘等症。脾运不健、心脾两虚为临床常见证候。

综观人的自然生命维系离不开“气”。五脏之气表述人生格局的情志活动是中医学学理的重要内涵之一。保持气机正常运行,气化升降出入及生理心理的稳态平衡是健康生活的保障。

2.2 诠释调情志病重在治肝疏畅气机

清代周学海《读医随笔·证治类》云“医者善于治肝,乃善治百病。”清代名医王旭高指出“肝病最杂而治法最广”,自创治肝30法。任继学《悬壶验录》记有“肝是诸脏器气化枢纽,升降机能之轴心,肝的生理功能是疏泄,其疏泄之道便是肝的气化之道,主要是通过气街——经络,将肝之气血疏注于各脏,则肺有治节、肃降、呼吸之能;脾有运化、消磨、转输、升降之力;心有行血、藏神之功;肾有开阖、封藏之机。”阐释治脏腑诸病以先期治肝融入疏调肝气为至要。

①疏肝为治肝通法。因情志不遂致肝气郁结常是疾病始端,古今中外社会人群均以气郁为生病之始。肝性疏泄条达,喜散而恶敛,故疏肝贯穿于治肝诸法之中。“肝欲散,急食辛以散之”,肝郁以辛味药为主疏散,从其性疏肝为常理。肝性刚喜柔,体阴用阳,从其性为补,逆其性曰泻,辛能散,酸则收。疏肝名方逍遥散中柴胡、生姜、薄荷等辛散药以随“肝欲散之性即是补”,配伍酸收作用的白芍与肝性乖违即是泻,辛散酸收并用。尚有四逆散、小柴胡汤方中白芍着眼于肝藏血之体阴,治肝勿忘调护肝阴确是遣方用药之要务。辛散与酸收主次和合制方不仅适用肝郁气结不舒,也可治肝虚而力不能舒。再如滋水清肝饮中栀子、柴胡与白芍、山萸肉等配伍亦体现辛散与酸收并用之法。还有肝喜柔恶刚燥,肝体阴用阳失柔润则疏泄太过。论治法疏肝与柔肝需要

和合 遣方用药宜轻清之品,调气可选橘叶、佛手、代代花等品。

②治肝实脾扶土抑本之法。仲师明示,“上工治未病”“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”。肝与脾胃的关系至为密切。脾气散精于肝,则肝木得以滋养。木克土,肝病犯脾胃是临床最常见的证候之一。善治脾胃病者,时时涉及肝,从理法论肝脾两合、肝脾兼治。又善治肝病者,常需顾及脾胃,实脾对肝脾两虚之证有防治作用。一是肝既病而脾胃尚无病象者,予实脾以防肝病传脾,如逍遥散用茯苓、白术;二是脾胃素弱已受累而病者,也应预先实脾以防肝病传脾,遣方加强益气健脾,如柴芍异功散用人参、白术、茯苓。

③治胆也是治肝。肝胆均属五行之木。肝为“将军之官”,主谋虑。胆为“中正之官”,受肝之余气而主决断,五脏六腑皆取决于胆。肝胆阴阳相合,为表里之脏腑,厥阴与少阳同位。肝主升发斡旋,胆主气机开阖,胆寄相火故胆之功能失常,肝胆互济不调则少阳不生,相火离位致胆气不舒,气机运行不畅,临证可见激情亢奋,亦可见情绪抑郁。再者气化失常,致清气不升浊气不降,斡旋失职,情志为内因之邪侵扰,发生多样病症。所以治胆亦是治肝的内涵,治胆方药多与治肝方药和合,如蒿芩清胆汤、柴芩温胆汤。

④脏腑相关疾病治肝为先。华夏传统文明伏羲氏以“二”为基数名四季、八卦、二十四节气定位天地时空;神农氏以“三”为基数,三生万物,开合枢为“三”,言气运变化、六经、九气,以木为天三之数,木合五脏为肝,能生发万物。《黄帝内经》谓“酸生万物”为肝木所主,说明肝在五脏气化中有重要的作用,故与脏腑相关联的病证以调肝为先。《临证指南医案》指出肝脏“全赖肾水以濡之,肺金肃降下之气以平之,中宫敦阜之土以培之,则刚劲之质,得为柔和之体,遂其条达畅茂之性”。治肝之法常融于治肺、治心、治脾、治肾之中。方如治肺的黄芩泻白散,治心的栝楼薤白半夏汤,治脾的柴芍六君汤,治肾的杞菊地黄丸等。概言之气含真灵,气机调畅为常态。脏真之气化阴阳,气血升降出入和顺稳态,维护生命健康。一旦气机运行失常则生百病。惟情志所伤以郁、肝郁为先,故先调肝气继调脏腑之气至为重要。

⑤心灵净化、气运常态是防控情志病的关键。古贤哲称太虚寥廓、布气真灵、总统坤元。若人体藏真之气失调,心灵之气失职必致气机气化失于常态,

这是中医学情志病发生的核心病机,涉及身体与心灵、物质与精神、生理与心理的平衡。当今身心医学的兴起,应重始源,认知理解国学原理对情志病防控的引领指导作用^[6]。联系西方哲学,身心自然联结与身心习惯联结两条原则统一互动。论身心互动先是眼耳鼻舌身官窍对外物的知觉,进而是身疼痛、眩晕乏力、纳呆、身重的知觉,继之心神的喜怒哀乐的知觉,三者汇总居心灵的知觉。身体对于心灵的作用过程称为知觉。上述三种知觉和合可以引发心灵激情。身心的自然联结互动,其理性安置在大脑中,依神经打开脑功能内环境的不同则心灵有各种不同的知觉。心灵与身体的统一,直接自然的联结是灵魂的本性,足以在灵魂中对各种事物的位移变化产生所用的感觉。回馈中医学,则是人学,人的本性是身心自然的联结。欲求身心习惯联结,人生格局的变迁需要在适合的时空机遇中,通过美育修养寻求适宜的位置体现“任我”(无私欲)的能力,顺应自然。另例“五志所胜”2003年重症急性呼吸综合征(SARS)肆虐,某大学在校研究生入住医院,因临床患者病逝,心灵恐惧万分,仅带去一本难懂的“数学”,集中精神沉思复读以“思胜恐”度过惶恐的时间,展示身心自然联结与习惯联结。

3 重视真元之气与心灵之气和合

社会人群的每一项意愿,包括渴望事业的成功及追求美好的未来都需要不懈的努力。身心的联结升华为“习惯”。人们通过习惯将相关的思想联结。中华民族优秀的传统文明,仁德中和、无朴纯素儒道互补的思想,仍然是当今社会重教化、敢担当、负责任、培育身心习惯联结的重点。远见与努力让人们唤启真元之气与心灵之气和合,训导与培养身心习惯联结。灵魂的激情本性是好的,我们需要警惕失误与过量,以美育净化心灵,引导“激情”的建设性创新,克制“激情”破坏性的过量行径^[7]。从中医学看待灵魂的激情当是神识、神韵、意志思想的范畴;治学执业、文艺创作、生产工艺等都具备良好的建树,具有可感知发挥的明知识,同时存在幽玄模糊的暗知识。神者恍兮惚兮不可测量,全凭身体藏真之气的维护。原象思维的创生性表述由幽玄向彰明的易变,展示激情的灵动与创造,身心是浑然同体道通为一,永远融汇于大自然中,让自然真正成为自然而止于至善^[8]。

人生活在社会自然复杂多维的环境中,加强生命美育是净化心灵、抵御物役干扰所必需的,人的生命能够存在是因为有自然生命的能量即精气神

生命力的存在,人应该保持强化生命的力度,使有限的生命具有无限的生命力^[9]。

郁乃人生大忌,尤其隐郁则心灵不净,背负疾苦心结,致使气化升降出入失常而神机化灭;人生禀气清、静、明,价值观异化妄求私欲则气机失于纯素,确是多种隐性致郁的病因。郁证首犯肝脾,后伤五脏真灵之气而生百病。

医者当认真聆听患者多年积压胸中的委屈、坎坷、挫折带来的痛苦,揭示郁证隐性病机,重视遗传禀赋、认知能力、人格特征,谋求理法方药道术和合,积极探索防治方案,以共识疗效为终极目标,嘉惠医林^[10]。

参考文献:

- [1] 冯友兰. 中国哲学简史[M]. 北京: 北京大学出版社, 1996: 229-295.
- [2] 王永炎, 王忠, 廖星. 重始源, 守正创新 奋力中医中药学科建设[J]. 中国中药杂志 2022 47(9): 2273-2276.

- [3] 王永炎. 易理医理相通气运学说之渊薮: 读《素问·六元正纪大论篇》的感悟[J]. 北京中医药大学学报 2021 44(11): 965-968.
- [4] 范金茹. 中医临证思辨录[M]. 北京: 中国中医药出版社 2008: 59-63.
- [5] 方松华. 求道: 在古今中西之间[M]. 北京: 商务印书馆, 2019: 155-539.
- [6] 王永炎, 高颖, 张允岭. 把握气运 寻踪国学哲理 诠释辨证论治: 读《素问·至真要大论篇》的感悟[J]. 北京中医药大学学报 2021 44(8): 677-681.
- [7] 王永炎, 王子旭, 范逸品, 等. 提高生命美育的自觉优化医德医风[J]. 北京中医药大学学报 2021 44(5): 389-391.
- [8] 王永炎. 加强中医基础理论研究 推动中医药事业发展[J]. 中国中医基础医学杂志 2022 28(1): 3-5.
- [9] 王永炎. 禅修与美育的结合[J]. 中医杂志 2021 62(6): 461-62.
- [10] 王永炎. 复读儒学净心明道 树立优良医风[J]. 中医杂志 2021 62(5): 369-370.

(收稿日期: 2022-04-01)