

# 论“正气存内,邪不可干”及其在临床上的意义

辽宁中医学院(沈阳 110032) 刘树新

主题词 《内经》——注释 正气

“正气存内,邪不可干”一语,出自《素问·遗篇·刺法论》。此语精辟地概括了《内经》的发病观,并作为中医养生学的指导思想,对临床疾病的诊断、防治及康复等均有重要的指导意义。现就“正气存内,邪不可干”一语及其在临床上的指导意义管见如下。

## 1 中医学的“正气”,是指人体的功能活动(包括抗病能力、康复能力)及其物质基础而言。

《灵枢·九针十二原》曰“神者正气也”,《诸病源候论》曰“人以身内气血为正”,《古代疾病名候疏义》曰“正气者,正犹平也,无病之人,谓之平人,无病之人体中所有‘事物’谓之正气。犹今言生理也”,“人之气血精神者,所以奉生而周于性命者也”,皆为正气。由此可见,正气包括阴精与阳气二部分。阴精,即构成人体并维持人体生命活动的物质基础;阳气,即人体的功能活动,包括调节机能,防御机能、适应和康复能力等。“阳化气,阴成形”,阳气靠阴精充养,阴精靠阳气化生,二者对立统一,共为一体,合而为人体的正气。

邪气,“不正之谓邪”,即“不正之气”(《辞源》)。《灵枢·刺节真邪篇》曰“邪气者,虚邪之贼伤人”,王冰说“邪者不正之目,风寒暑湿,饥饱劳逸,皆是邪也,非唯鬼毒疫病也”,《儒门事亲》则曰“病之为物,非人体所素有也,或自外而入,或由内而生,皆邪气也”。因此,中医学的邪气,泛指一切致病因素而言。邪气既可从外界感受,又可由体内脏腑、经络、气血失调而产生。如痰饮、瘀血之类,既是病理产物,又是邪气。总之,凡能破坏机体阴阳相对平衡状态、导致疾病发生的一切因素,均为邪气。

“邪”与“正”为相对而言,二者是对抗的、互不相容的,是矛盾的两个方面。正气能防御邪气入侵,一旦邪气侵入机体,正气必然与之相争。正邪相争的胜负,决定疾病的发生、发展与转归,其中正气又起主

导作用。

## 2 “正气存内”是健康的标志。

《素问·宝命全形论》说:“人生有形,不离阴阳”。中医学认为,人体是一个阴阳对立统一的有机整体,生命活动就是阴精与阳气对立互根、不断消长转化的过程,即“阳化气”、“阴成形”,是“化气”与“成形”的矛盾运动过程。

正常的生命活动,就在于阴阳双方的协调平衡,故曰“生之本,本于阴阳”、“阴平阳秘,精神乃治”(《素问·生气通天论》)。《素问·调经论》曰:“阴阳均平,以充其形,九候若一,命曰平人。”“阴平阳秘”、“阴阳均平”,正是“正气存内”的表现。“正气存内”、气血充盈、组织结构完整无损、功能活动正常协调、卫外密固,则邪气自然无隙可乘。邪气即使侵入机体,由于正气未衰、抗邪有力,能驱除邪气或抑制邪气,从而维持机体内环境的平衡稳定,即“阴平阳秘”。

《素问·生气通天论》曰“清静则肉腠闭拒,虽有大风苛毒,弗之能害”、“筋脉和同,骨髓坚固,气血皆从。如是则内外调和,邪不能害”。继《内经》之后,历代医家对此理论均有阐发。如汉代医家张仲景之《金匮要略》曰“五脏元真通畅,人即安和”、“不遗形体有衰,病则无由入其腠理”,清代医家高士宗之《医学真传》曰“五脏充足,六腑调和,经脉强盛,虽有所伤,亦不为病”,吴又可之《温疫论》曰“本气充实,邪不能入”,《锦囊秘录》曰“正气旺者,虽有强邪,亦不能感”。可见,只有“正气存内”,才能“邪不可干”,从而维持机体正常的生命活动。因此,“正气存内”是机体健康的标志。

反之,“正不存内”则邪气乘虚而入,正邪相争,由于“正不存内”而不能胜邪,邪胜正负,从而阴阳失调,引起疾病。《灵枢·评热论》曰“邪之所凑,其气必虚”,《灵枢·邪气脏腑病形》曰“故邪之所在,皆为之不足”,《医学真传》曰“人身本无病也,凡有所病,皆自取之。或耗其精,或劳其神,或夺其气,种种皆致病

之由”,《医论三十篇》曰“病之中人,乘乎气虚而入”,《锦囊秘录》曰“正气弱者,虽即微邪,亦得易袭,袭则必重,故最多病,病亦难愈”。诸如此类论述,均说明“正不存内”是发病的内因根据。在实际生活中,也常可见到在同一致病因素作用下,有人发病,有人则不发病,即使发病,又有轻重之别,其原因就在于正气有强弱之异。可见,“正气存内,邪不可干”反映了中医学内因为主的发病观,即强调正气在发病中的主导作用,但是又不忽略邪气的作用。这符合辩证法思想。

### 3 “正气存内,邪不可干”在诊断学上仍有其重要意义。

既病之后,正气在邪正斗争中仍起主导作用。若“正气存内”,则抗邪有力,邪不得深入,故病位浅、病势轻。只有“正气存内”,才能胜邪,使病情好转,最后邪去而恢复健康。反之,“正不存内”,则抗邪无力,正不胜邪,邪气深入,病势加重,甚则正气衰竭、阴阳离决而死亡。

“正气存内”与否,可从神色、形态、脉象等方面反应于外,故临床可通过望神色、形态与切脉来诊断疾病,并推测其预后。如“有胃气则生,无胃气则死”,“得神者昌,失神者亡”。“胃气”与“神”,均属正气范畴。胃为水谷之海、气血生化之源、后天之本,五脏之气皆禀气于胃,胃者五脏之本也,故胃气可反映正气之盛衰。“神”为正气的外在表现,有神即“正气存内”,无神为“正不存内”的表现。他如《伤寒论》所提出的“阳回则生,阳亡则死”,温病学的“存得一分阴液,便有一分生机”,说明正存则生、正亡则死。可见,“正气存内”与否,也是判断病势轻重、推测预后的重要依据。

### 4 “正气存内,邪不可干”这一内因为主的辩证法思想,也是中医摄生学的指导思想。

“正气存内,邪不可干”,才能健康长寿。“邪之所凑,其气必虚”,故“正不存内”,则体弱多病。中医摄生学的任务,在于保养人体的正气。明代医家张景岳说“善养生者,必宝其精,精盈则气盛,气盛则神全,神全则身健,身健则病少,神气坚强,老而益壮,皆本乎精也”,《仁斋直指方》说“人能平时爱护元气,保养精血,禀不可得而传”,《医说》又说“善养生者,不劳神,不苦形,神形既安,祸患何由而致也”。诸如此类论述很多,说明“养正”是摄生学的指导思想。古代摄生学家在此思想指导下,结合个人的实践经验,总结出很多具有民族特色、行之有效的摄生方法。如“慎房事”戒色保精,“谨和五味”调节饮食,以保先天、养

后天、恬淡虚无、精神内守、志闲少欲、心安而不惧,以调摄情志;起居有常、劳逸适度、呼吸精气、独立守神等。总之,一切摄生方法都围绕“助正”,使之“正气存内,邪不可干”,从而防病、延年、益寿。

“治病求本”是中医学治疗疾病的根本原则。“本”,即指疾病的本质而言。实际上疾病的实质就是正气的改变,因此治疗疾病以“正复”为目的。中医治疗学的各种治疗手段,无论是药物还是非药物疗法,均借助人体的“正气”,从而发挥其治疗作用。若正气虚衰,则无论采取什么措施也难以奏效。因此,中医治疗疾病重视顾护正气。《素问·疏五过论》曰“治病之道,气内为宝”,《张氏医通》提出“治虚邪者,当先顾正气,正气存,则不致于害,且补中自有攻意……世未有正气复而邪不退者,也未有正气竭而命不倾者”。正气若虚,虽有邪气也不可攻,即使邪气盛的实证,其治疗也应“中病即止”,勿使过之而伤其正气。《素问·五常政大论》曰“大毒治病,十去其八,无毒治病,十去其九……无使过之,伤其正也”,《伤寒论》曰“若一服汗者,停后服”,告诫后世用发汗剂不可太过,以免伤正。《伤寒论》一百一十三方总的治疗原则,不外乎“扶助阳气”,很多方中都有人参、甘草、大枣,其目的就是为了保护正气。温病的治疗强调护阴,而扶阳护阴就是扶正。中医治疗学主张治病于萌芽,其原因就在于此时正气未衰,邪浅病轻易治,且可防止疾病的传变。

总之,无论是治未病还是治已病,都应重视保护正气。只有“正气存内,邪不可干”,才能健康长寿。既病之后,其治疗贵在保护正气,使“正气存内”,才能恢复健康。

### 5 “正气存内,邪不可干”,不仅表明了正邪之间的关系及其在发病学中的作用,而且其以内因为主的发病观也是中医养生防病、诊治疾病的指导思想。

“正气存内,邪不可干”才能维持正常的生命活动;“正气存内”是发病的内因根据;“正气存内”与否在诊断学上也有其重要意义;养生防病重在“养正”,使“正气存内,邪不可干”,而能健康长寿;治疗疾病则当“护正”,以“复正”为目的。可见,“正气存内,邪不可干”这一科学论断,具有重要的理论意义与实用价值。

(作者简介:刘树新,女,54岁。1965年毕业于辽宁中医学院,现任辽宁中医学院中医基础教研室教授。)