

## ·专家论坛·

本文引用:程丑夫.略论气为生命之本[J].湖南中医药大学学报,2017,37(2):124-126.

## 略论气为生命之本

程丑夫

(湖南中医药大学第一附属医院,湖南 长沙 410007)

〔摘要〕中国古代哲学关于气的学说深刻地影响着中医学对生命、健康、疾病和死亡的认识。笔者提出气为生命之本:其一,气是生命物质,是构成生命的本原,同时化生新的生命物质;其二,气是生命功能,是生命化生和持续的动力。气的种类繁多,有元气、宗气、营卫之气、大气、水谷之气等正气,也有浊气为代表的病态之气。其中,元气、宗气、营卫之气等四气在化生和维持机体生命中的作用最重要。笔者基于四气的概念、本质和功能进一步阐释:气为生命之本,气的盛衰有无决定了人体的生、长、壮、老、已整个生命过程。

〔关键词〕气;元气;宗气;营卫之气;生命

〔中图分类号〕R2-0

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2017.02.002

## Brief Review: Qi is the Root of Life

CHENG Choufu

(The First Affiliated Hospital of Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, Hunan 410007, China)

〔Abstract〕The theory of Qi in ancient philosophy has deeply affected the cognition of traditional Chinese medicine to life, health, disease and death. In this paper, we put forward the view that Qi is the root of life: firstly, Qi is the vital substance, the origin of life. Meanwhile, it can develop into the new life substance. Secondly, Qi is the function of life, is the developed and sustained power of life. There is a various of Qi, such as the primordial Qi, pectoral Qi, nutrient-defensive Qi, atmosphere, grain and water Qi, and pathological Qi, stand for turbid Qi. The four properties, primordial Qi, pectoral Qi, nutrient Qi, defensive Qi, play the most important role in developing and maintaining life. We elucidate the theory that Qi is the root of life, the prosperity and decline of Qi control the life process (birth, grow, middle age, aged, death) of the body.

〔Keywords〕Qi; primordial Qi; pectoral Qi; nutrient Qi and defensive Qi; life

气是人体生命的原动力,只有气的存在才能表达出生命现象,一旦人体气的活动停止,生命活动也就终结。不管五脏六腑形态如何正常,不论组织结构、基因、蛋白质等形态如何正常,一旦离开了气,所有的五脏六腑、组织结构、基因、蛋白质等均即进入死亡状态。这就是人们常说的“人活一口气”。

气,在古代是一个很抽象的概念。指产生和构成天地万物的原始物质。气是生命物质,气机是生命功能。很长时间,由于气用眼睛看不到,仅凭感知,故谓之无形之气,其实气是客观存在的,观今之氧气即知。当然中医学之气,并不是氧气这么单纯,氧气存在于自然,对人类而言,呼吸获取,乃取摄于

自然的外来之气;人体内部,尚有父母之精结合后化生的先天肾气,尚有摄取食物营养后由脾胃吸收运行而化生的水谷之气。中医之气有诸多命名,如元气、宗气、大气、水谷之气、营卫之气、脏腑之气、清气、浊气等。气具有物质和功能的两层性,气是一种生命的物质,可以化生新的生命物质,如气化血、气化精,是否可化生细胞、基因、蛋白质,有待科学研究证实,但我认为是可以的,而且细胞、基因、蛋白质最初皆由元气化生,而后靠宗气充实、滋养和实现陈新陈代谢过程;气也蕴含生命机能,是生命化生和持续的动力,生命化生之气为父母构精后在母体中形成的肾气即元气,这是生命的原动力;生命

〔收稿日期〕2016-12-18

〔基金项目〕国家中医药管理局“2013年全国名老中医药专家传承工作室”项目资助。

〔作者简介〕程丑夫,男,教授,主任医师,博士生导师,主要从事中医药防治内科疾病研究,E-mail:ccf66@163.com。

维持之气除肾气之外,尚依赖于宗气,宗气是饮食水谷所化生之气与吸入的大气相结合而形成的气,是内气和外气在体内的有机结合,“宗气积于胸中,出于喉咙,以贯心脉,而行呼吸焉”(《灵枢·邪客》)。因此,胸中不仅是宗气积聚之处,也是人体一身之气运动输布的出发点,它有两大大功能:其一是上出于喉咙而行呼吸,也就是维持呼吸功能,它关系言语、声音、呼吸的强弱;其二是贯注心脉运行气血,凡气血循环运行、肢体的寒温与活动能力,均与宗气息息相关。这种气的运动输布促使机体进入有生命状态,是气的生命表达形式,这种气的输布运动形式谓之气机。一旦气的运动输布停止,即人体内气机停止,生命即随之终结。

我们可以设想,也可以实验,同一个人活着与他死亡不久,即机体未变质腐烂之前会有什么区别呢?我认为:从脏腑组织结构等检查是没有区别的,西医不正是进行活检,即采集组织离体后进行组织学检查来确诊疾病吗?不也进行尸体解剖来明确死因吗?而且将组织学检查作为疾病诊断的金指标。采集的离体组织,特别是经过染色固定后,这些组织已经丧失了生命,是一块没有生命的死组织,即采集的是活组织而检查的是死组织,即使最简单的血常规检查也是这样,去抽的血是活血,用于检查的放置在显微镜下检查的血细胞就是死细胞了。所以采集活人的组织与人刚死亡的组织,用西医组织学检查方法检查的结果是完全相同的,是不会有差异的。那么,组织学检查完全相同,为什么一个是活人,一个又是死人呢?同一个人活着的时候与死亡的时候差异到底在哪里?我认为关键不在于组织结构,也不在于基因蛋白质,关键在“气”的有与无。有气,即有元气、宗气存在和支撑时就有生命,就是活人;一旦丧失气,即丧失元气、宗气存在和支撑时生命就终结了,就是死人。所以“气”的有与无,即人体内元气、宗气的存在与否,这才是人体生与死最大的、最本质的区别。

元气、宗气、大气、水谷之气、脏腑之气、清气、浊气等诸气之中,元气、宗气、营卫之气、大气、水谷之气、脏腑之气、清气等诸气皆属于正气范畴,而浊气则属于病态之气。诸气中,化生和维系机体生命的最重要的是元气、宗气和营卫之气。

有关元气论述,始见于先秦哲学著作《鹖冠子》。元是开始的意思,也就是说元气是万事万物的根源,我们常说“一元复始”,是指新的一年的开始,出处

《公羊传·隐公元年》:“元者何?君之始年也。春者何?岁之始也”。元气论是最重要的中国传统宇宙观之一,其发源早,流传长久,影响广泛而深入。自上古产生气论思想之后,历经汉唐宋元明清各代而长久不衰。而且经历代思想家对元气论不断发挥引申,使得元气论思想内容不断丰富,日趋严密。元气论宇宙观的思想内容,既可以反映出其哲学立场,也可以显示出其思维水平。事实上,元气论宇宙观不仅具有比较完整的思想体系,而且渗透到了中国古代科学认识的诸多领域,成为中国古代说明理解各种自然现象的思想工具。先秦和西汉时期有不少涉及“气”的著作;如《老子》《列子》《庄子》《管子》《鹖冠子》《荀子》《淮南子》《黄帝内经》等著作。

《庄子·知北游》“人之生,气之聚也;聚则为生,散则为死。若死生之徒,吾又何患!故万物一也,是其所美者为神奇,其所恶者为臭腐;臭腐复化为神奇,神奇复化为臭腐。故曰,‘通天下一气耳’。圣人故贵一。”这段话可译为:人的诞生,是气的聚合,气的聚合形成生命,气的离散便是死亡。如果死与生是同类相属的,那么对于死亡我又忧患什么呢?所以,万物说到底是一的。这样,把那些所谓美好的东西看作是神奇,把那些所谓讨厌的东西看作是臭腐,而臭腐的东西可以再转化为神奇,神奇的东西可以再转化为臭腐。所以说,“整个天下只不过同是气罢了”。圣人也因此看重万物同一的本质特点。

中医学认为元气是人的生命与天地自然统一的物质基础,是人体生命形成的肇始之气。《素问·宝命全形论》“夫人生于地,悬命于天,天地合气,命之曰人”,生命活动过程,即是元气的消长变化及升降出入运动。“人之生此由乎气”(《景岳全书》),“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危”(《素问·六微旨大论》),这正是强调如气的出入升降运动停止,则生命也就终止了。

由此可见,元气的盛衰聚散及运行正常与否,直接关系到人的生老病死。元气充足,运行正常,是人体健康的保障;元气不足或气机失调,则为致病之因,故有“百病皆生于气”、“元气虚为致病之本”之说。因此,防病治病也应以调护元气为本,善养生者更应正视护养元气。故明·张介宾说:“盖天地万物皆由气化,气存数亦存,气尽数亦尽,所以生者由乎此,所以死者亦由乎此。此气不可不宝,能宝其气,则延年之道也”(《类经·运气类》)。

如果说元气是中医学引入的古哲学概念,那么宗气、营气、卫气、水谷之气等则是古代医家创造发明的中医学自己的专业术语了。《说文解字》对“宗”的解释是:“尊祖庙也。…传曰。宗、尊也。凡尊者谓之宗。尊之则曰宗之。大雅。君之宗之。笺云。宗、尊也。礼记。别子为祖。继别为宗。继祚者为小宗。…尊莫尊於祖廟。故谓之宗庙。宗从宀从示。示谓神也。”宗气的命名亦本于“宗祖庙”之义,此祖庙当为元气,即元气为宗气之祖庙,事实上人生若无元气之肇启,则无生命化生,无生命化生则何来宗气?

宗气指聚积在人体胸中的气,又称大气。主要由水谷精微和自然界的清气结合化生形成后,聚集在胸中气海之处,气海又名膻中。宗气的主要功能有三:一是走息道而行呼吸,宗气上走息道,推动肺的呼吸,凡语言、声音、嗅味、呼吸皆与宗气有关;二是贯心脉而行气血,宗气贯注入心脉之中,帮助心脏之推动血液循环,所以气血的运行与宗气盛衰有关,宗气具有推动心脏的搏动、调节心率和心律等功能;三是宗气还可以沿三焦向下运行于脐下丹田,以奉养先天元气,使元气不衰,这也是宗气尊祖庙的具体体现,否则元气再强再多,也不可能维持人体几十年上百年的生命过程,也很容易消耗殆尽,所以先天的元气是依赖后天之气不断补给奉养、充实加强的。生命的化生依赖元气,生命力的加强和生命的延续则依赖于宗气了。

《灵枢·五味》:“其大气之转而不行者,积于胸中,命曰气海”;《灵枢·邪客》:“宗气积于胸中,出于喉咙,以贯心脉而行呼吸焉”;《灵枢·刺节真邪》:“宗气留于海,其下者,注于气街;其上者,走于息道”;《靖盒说医》:“膻中者,大气之所在也。大气亦谓之宗气”;《读医随笔·气血精神论》:“宗气者,营卫之所合也,出于肺,积于气海,行于气脉之中,动而以息往来者也”;《医门法律·明辨息之法》:“膻中宗气主上焦息道,恒与脾胃关通”。古代医家的这些论述,可以加深我们对宗气在人体生命过程中重要性的理解。

营卫之气即营气和卫气,分属于阴气和阳气。

营气和卫气均具有生命物质和生命功能两个层面。

营气乃营养生命体之气,是水谷之精微形成的,《素问·痹论》很明确的说“营者,水谷之精气也”;其化生于中焦脾胃,行走于血脉之中,营运周身,《灵枢·邪客篇》说:“营气者,秘其津液,注之于脉,化以为血,以荣四末,内注五脏六腑”;《素问·痹论》说:“营者,水谷精气也,和调于五脏,洒陈于六腑,乃能入于脉也,故循脉上下,贯五脏络六腑也”。于此可以看出:营气化生于水谷精微,具有赤化为血并推动血液在脉道中运行流动的功能,即包括了血液和血流动力两个方面。故而营气对维系生命具有十分重要的作用。

卫气为保卫生命机体之气,卫气又称卫阳,卫有保卫、卫护之义。卫气是化生于水谷精微的稠浊部分,《灵枢·营卫生会篇》说:“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”。卫气的运行部位在脉外,不能进入脉中,所谓“卫者,水谷之悍气也,其气慄疾滑利,不能入于脉也”(《灵枢·痹论》)。“卫气者,出其悍气之慄疾,而先行于四末,分肉皮肤之间,而不休者也”(《灵枢·邪客篇》),《素问·痹论》则云:“卫者,水谷之悍气也,其气疾滑利,不能入于脉也,故循皮肤之中,分肉之间,熏于肓膜,散于胸膻”。对于卫气的产生、运行,应该说《内经》的阐述是清楚的,但我们现在怎么理解和想象卫气呢?好像类似于西医所说的组织液之类,但卫气不仅包括组织液,还包括组织液运行的推动力,亦包括机体防卫机制、免疫功能等。

卫气的功能是司腠理开合,调节汗液,抗御外邪,起固表作用。《灵枢·本脏篇》说:“卫气者,所以温分肉,充皮肤,肥腠理,司开合者也。”又说:“卫气和,则分肉解利,皮肤调柔,腠理致密矣”。由上不难看出营卫之气也具维系机体生命健康的重要功能。

鉴上,元气、宗气、营气、卫气,共同起到了生命的化生、持续和增强作用,气的盛衰有无决定人生的生、长、壮、老、已整个生命过程。因此,气是生命之本。没有气也就无所谓生命了。

(本文编辑 李路丹)