

· 经典研究 ·

精、神、气、血、津液的内在联系

● 李今庸^{1,2*}

关键词 精;神;气;血;津液;内在联系

藏府的功能活动,体现了整个人体的生命活动,而“神”则是这种生命活动的概括。藏府的功能活动,依赖于精、气、血、津液等作为物质基础,精、气、血、津液等在营养藏府、保证藏府功能活动的过程中不断地被消耗,又在藏府功能活动过程中从饮食里不断地得到滋养和补充。神是在这些活动过程中产生的,又主导着这些活动的全过程。

1 精、神、气、血、津液等的主要功能活动

精、神、气、血、津液等都有自己的功能和特点,在人体生命活动过程中,发挥着各自的作用。

1.1 精 精是一种液体物质,是构成人体和维持人体生命活动的基本物质。精源于先天,依赖后天水谷之精的滋养和补充,藏于肾中,为先天之本,主生殖,温润五藏六府、十二经脉及五官九窍、四肢百骸。

1.2 气 气是一种微小物质,又是物质运动和功能的反映。气充满全身,主司呼吸,帅血运行,化行津液,温养皮肤肌腠、五藏六府。气有以下几种:

1.2.1 真气 真气充满全身,人体正气皆是真气。《灵枢·刺节真邪》说:“真气者,所受于天,与谷气并而充身者也。”《素问·离合真邪论篇》说:“真气者,经气也。”

1.2.2 大气 大气即真气。《素问·气穴论篇》说:“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。”《素问·五运行大论篇》说:“帝曰:地之为下否乎?岐伯曰:地为人之下,太虚之中者也。帝曰:冯乎?岐伯曰:大气举之也。”

1.2.3 宗气 宗气积于胸中,以司呼吸、声音,推行营卫。《灵枢·五味》说:“其大气之搏而不可行者,积于胸中,命曰气海,故呼则出,吸则入。”《灵枢·刺节真邪》

说:“宗气留于海,其下者,注于气街;其上者,走于息道。”

1.2.4 营气 营气水谷精微的“精专”部分在经脉中运行如雾露灌溉营养人体全身。《灵枢·营卫生会》说:“中焦亦并胃中,出上焦之后,此所受气者,泌糟粕,蒸津液,化其精微,上注于肺脉,乃化而为血,以奉生身,莫贵于此。故独得行于经隧,命曰营气。”杨上善《太素·十二水》注:“营气行经如雾者也,经中血者,如渠中水也,故十二经受血各营也。”

1.2.5 卫气 卫气水谷精微的“慄悍”部分在经脉外循行,昼日行于阳,夜则行于阴,外实皮肤肌腠以抵御外邪,内温五藏六府。《灵枢·邪客》说:“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,昼日行于阳,夜行于阴,常从足少阴之分间行于五藏六府。”《灵枢·本藏》说:“卫气者,所以温分肉,充皮肤,肥腠理,司开阖者也。”

1.2.6 元气 元气又叫“原气”,为肾精所化,藏于肾中,别出一支为三焦后天之运用,促进藏府经络的功能活动。《难经·六十六难》说:“脐下肾间动气者,人之生命也,十二经之根本也,故名曰

*** 作者简介** 李今庸,男,当代著名中医学家,国医大师,终身教授。国家首批中医药传承博士后合作导师,全国首批 500 名老中医药专家学术经验继承工作导师。中国中医科学院学术委员会原委员,中华中医药学会终身理事。第一批北京中医药大学中医临床特聘专家。本刊学术顾问。

• 作者单位 1. 北京中医药大学(北京 100029); 2. 湖北中医药大学(湖北 武汉 430061)

‘原’。三焦者,原气之别使也,主通行三气,经历于五藏六府。”

1.3 血 血是一种赤色液体物质,为气之府。按一定规律,沿一定方向,循环流动于经脉之中,营养人体内外上下各部组织。

1.4 津液 津液是人体内除血液、精液以外的一切正常液体物质,变血,补精,化气,濡养藏府经脉和皮肤肌腠,滑利关节,濡润空窍。

1.5 神 神是人体和人体组织的生命活动,以精血为物质基础,是血气阴阳对立的两个方面共同作用的产物,调节人体各部组织的正常功能活动,维持人体与外界环境的统一。

2 精、神、气、血、津液等的相互关系

人体的精、神、气、血、津液等都各有自己的功能和特点,但不是各自孤立、互不相干,而是有着内在的联系。在人体生命活动过程中消耗的精、气、血、津液等,其补充来源都在于中焦脾胃化生的水谷精微,都是中焦水谷化生的精微物质通过不同道路分布到不同部位,而变化为具有不同形态和不同功能、营养人体组织、维持人体生命活动的基本物质。神,则贯穿于这种变化的各个过程之中。在藏府组织的功能活动和神的主导下,精、气、血、津液之间,互相渗透,互相促进,互相转化。

2.1 血与气的相互关系

2.1.1 血对气的关系 《血证论·阴阳水火血气论》说:“守气者即是血。”血为气之府,血盛则气旺,血病亦可导致气疾。临床上,血虚常见少气;失血过多则每见气脱;血液瘀滞又易导致气机阻塞,如跌打损伤则每见胸闷便秘,

故《金匱要略·惊悸吐衄下血胸满瘀血病脉证并治》说:“病人胸满,唇痿舌青,口燥,但欲漱水不欲咽,无寒热,脉微大来迟,腹不满,其人言我满,为有瘀血。”

2.1.2 气对血的关系 《血证论·阴阳水火血气论》说:“运血者即是气。”王冰注《素问·五藏生成篇》说:“气行则血流。”气生成于血中而固护于血外。气为血之帅,血在脉中流行,实赖于气之率领和推动,故气之正常运动,对保证血液的产生、运行和功能都有着重要的意义。气旺则血充,气虚则血少,气行则血流,气滞则血瘀。临床上,常见气虚不能摄血则血溢而崩漏,不能行血则血不华色而面色白,治用补气以摄血则血止,以运血则色泽;气滞则失去行血之用而腹胀经闭,治用行气以活血则经通。

《灵枢·营卫生会》说:“血之与气,异名同类焉。”血与气的关系非常密切,临床上每见血液外失无以守气则气脱,气脱又无以摄血则血更外失,治疗用“血脱者固气”,以大剂“独参汤”补气摄血而气充血止,气充又有助于新血的产生而病愈,故《十药神书》治血证,于甲字十灰散止血、乙字花蕊石散破瘀之后,用丙字独参汤补气以生血。

2.2 血与精的相互关系

2.2.1 血对精的关系 《诸病源候论·虚劳诸候·虚劳精血出候》说:“精者,血之所成也。”血液流行入肾中,与肾精化合而变为精。《血证论·男女异同论》说:“男子以气为主,故血入丹田亦从水化而变为水,以其内为血所化,故非清水,而极浓极稠,是谓之肾精。”由于血能化精,故《血证论·男女异同论》谓“男子精

薄,则为血虚”,是以治肾虚精少者,每于填精药中兼以养血药。

2.2.2 精对血的关系 《素问·上古天真论篇》说:“肾者主水,受五藏六府之精而藏之。”冲脉与少阴之大络起于肾下,为十二经脉之海,乃“精血所聚之经”,肾精进入冲脉,与血海之血化合而变为血,毛发为血之余,故《类经·藏象类·藏象》张介宾注谓“精足则血足而发盛”。是以肾精衰少者,每见毛发枯槁甚至脱落,如《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治》所说:“夫失精家,少腹弦急,阴头寒,目眩,发落……”

2.3 血与津液的相互关系

2.3.1 血对津液的关系 《灵枢·邪气藏府病形》说:“十二经脉三百六十五络,其血气皆上于面而走空窍……其气之津液皆上熏于面。”血液在经络之中运行而从脉中渗出于脉外,与脉外的津液化合以濡润皮肤肌腠为津液。《灵枢·营卫生会》说:“夺血者无汗。”治疗上,“衄家,不可发汗,汗出必额上陷,脉急紧,直视不能眴,不得眠。”“亡血家,不可发汗,汗出则寒栗而振。”(《伤寒论·辨太阳病脉证并治》)血液瘀结不能渗于脉外为津液以养皮肤肌腠,则肌肤干燥粗糙甚至甲错。

2.3.2 津液对血的关系 《灵枢·决气》说:“中焦受气,取汁,变化而赤,是谓血。”中焦水谷化生的津液,从中焦进入肺脉,与经脉中运行的血液化合即通过心藏变化而为血。《灵枢·痈疽》说:“肠胃受谷……中焦出气如露,上注溪谷而渗孙脉,津液和调,变化而赤为血。”《灵枢·营卫生会》说:“夺汗者无血。”汗乃津液之所化,汗出过多则津少血伤,血伤则无以养心而心慌,故《伤寒论·辨

太阳病脉证并治》说：“汗家，重发汗，必恍惚心乱……”临床上亦见吐泻过甚则津液衰少，无以充实血脉而脉微欲绝者，故《伤寒论·辨霍乱病脉证并治》谓：“恶寒脉微而复利，利止，亡血也，四逆加人参汤主之。”成无己注说：“《金匮玉函经》曰：‘水竭则无血’，与四逆汤温经助阳，加人参生津液益血。”

2.4 血和神的相互关系

2.4.1 血对神的关系 杨上善《太素·营卫气》注：“血者，神明之气，而神非血也。”血气在经脉中运行不止，环流周身，滋养五藏六府、四肢百骸、五官九窍，产生神的活动，保证人体组织器官的正常功能，“目受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄”。血盛则神旺，故血虚则神怯，血尽则神亡。

2.4.2 神对血的关系 《灵枢·经水》说：“经脉者，受血而营之。”王冰注《素问·诊要经终论篇》说：“脉者，神之用。”经脉营运血气流行周身，实赖神明之运为，神主导经脉运动和血液流行，故神正则血流和畅，神恐则血气不升而面色白，神怒则血气逆上而面色红赤，甚至血溢络伤而吐血。

临床常见有女子月经不调而神躁易怒，且又悲哭；亦见有女子郁怒久久未解而月经失调，且又头偏痛而眼睛失明。

2.5 精和气的相互关系

2.5.1 精对气的关系 《素问·阴阳应象大论篇》说：“精化为气。”张介宾注说：“精化为气，谓元气由精而化也。”精藏于肾，为阴，在肾阳的蒸动下，化为元气，通过三焦，升腾于上，布达周身，以养人体的藏府组织，促进藏府

组织的功能活动。精盈则气盛，精少则气衰。故失精家每见少气不足以息，而行则气喘，口咽干燥，懒于言语，所谓“元精失则元气不生，元阳不见”，即是此义。

2.5.2 气对精的关系 张介宾引张紫阳：“精依气生……元气生则精产。”元气充塞于周身，流布不已，入肾中与肾精化合变为白色浓稠的膏状之精，其精在化成之后而不漏泄走失，实又赖元阳之气固护于外。气聚则精盈，气弱则精走。故元气亏损每见失精，“精升则化为气”，“气降则化为精”，“精之与气，本自互生，精气既足，神自旺矣。”

2.6 精和津液的相互关系

2.6.1 精对津液的关系 《素问·逆调论篇》说：“肾者水藏，主津液……”肾精通过肾阳的蒸动化为元气，别出一支为三焦所用，以保证三焦通行津液之能。故肾精虚则三焦失职而津液不布，时见尿短黄，咽喉干，皮肤燥，或为水渍皮肤而浮肿；肾精伤耗，肾阳不用，无以化气布津，则口咽干于上而渴欲饮水，水液溜于下而小便常多，如《金匮要略·消渴小便利淋病脉证并治》所谓“男子消渴，小便反多，以饮一斗，小便亦一斗，肾气丸主之”是其例。

《灵枢·口问》说：“液者，所以灌精濡空窍者也。”液能灌精以濡空窍，是津液之中本自有精，津液的精华部分即是精，此殆即所谓“广义之精”也。《灵枢·平人绝谷》中所谓“水谷之精气”、《灵枢·五味》中所谓“天地之精气”，皆是广义之精。

2.6.2 津液对精的关系 《灵枢·五癃津液别》说：“五谷之津液，和合而为膏者，内渗入于骨空，补益脑髓，而下流于阴股。”水

谷在中焦化生的津液，通过三焦元气的作用，输布人体全身，濡养藏府及其所属各部组织器官，其滑利关节的津液，一部分渗入骨空，与髓液化合，入于肾中，为肾精的组成部分。故补精药多能生津，如肉苁蓉、菟丝子、枸杞、黄精、熟地、山药等。《素问·阴阳应象大论篇》所谓“精不足者，补之以味”即是。且时见补肾兼补脾之法，以脾健则化谷，谷化则津液生，津液生则精之化源始充，近人所谓“后天滋先天”者是也。

2.7 精和神的相互关系

2.7.1 精对神的关系 《灵枢·本神》说：“肾藏精，精舍志。”肾精进入冲脉而化血，血气随经脉运行于肾中而产生肾志，志者肾之神。志舍于精中而赖精以滋养。精盛则志强。肾精不足，无以养志，则每病善忘之证。《灵枢·本神》所谓“志伤则喜忘其前言”，《类证治裁·健忘》谓“惟因病善忘者，或精血亏损，务培肝肾，六味丸加远志、五味”是其例。肾中之精气，上交于心中，化为心中真液，以养心神，则心神得以守舍而藏于心。精可养神，神赖精养，精盛则神旺，精衰则神扰。故肾精衰少不能上交于心而每见心烦失眠。且肾中之精滋养于髓，髓液充满养于骨而会聚于脑。精髓所聚，于脑为最多，故脑有“髓海”之称。惟其聚精最多，则为心神之所居，是之谓“元神之府”也。精盛脑盈，神安其居，则耳目聪明；精衰脑空，神失其正，则脑转耳鸣，目眩昏冒而无见，故失精家耳目多不精爽，肾精虚少亦可病眩晕之证，即所谓“下虚则高摇”。

《灵枢·本神》说：“两精相搏谓之神。”杨上善《太素·藏府之一》注：“两精相搏，共成一形，一

形之中,灵者谓之神者也,即乃身之微也。”此当指精、血、津液等广义之精所生之神。

2.7.2 神对精的关系 张介宾《类经·摄生类·古有真人至人圣人贤人》注:“神由精、气而生,然所以统驭精、气而为运用之主者,则又在吾心之神。”心藏脉,脉舍神,人体在心神的主导下,气血循经脉流行,进入肾中,遂化生肾藏之神,是名曰“志”。肾志统于心神,而居于肾精之中,以为肾精之主宰。神守则志安而精固,神散则乱而精失。《灵枢·本神》说:“恐惧而不解,则伤精,精伤则骨酸痿厥,精时自下。”

2.8 气和津液的关系

2.8.1 气对津液的关系 《血证论·阴阳水火气血论》说:“水化于气。”津液在人体内升降循环,输布排泄,实赖三焦元气之统帅、推动和蒸化。张介宾《类经·藏象类·十二官》注:“元气足则运化有常,水道自利。”故三焦元气失职,则津液停聚转化为水湿之病,内而为水饮,外而为水肿。《杏轩医案续录·答鲍北山翁》说:“气可化水。”正气流行,触物即还原而为水液。故水热互结于膀胱,气化不行,津液不布,则小便不利而口渴欲饮,治以五苓散助气化以行水散邪,膀胱津液得以化气,升腾于上,敷布于藏府口舌而还原为津液,不生津而渴自止。《伤寒论·辨太阳病脉证并治》说:“若脉浮,小便不利,微热消渴者,五苓散主之。”即是其义。

2.8.2 津液对气的关系 《杏轩医案续录·答鲍北山翁》说:“水可化气。”《血证论·阴阳水火气血论》说:“气生于水。”水谷化生的津液,通过三焦元阳的作用,并在各藏府功能活动的配合下,使

其精专部分从中焦进入肺脉化为营气,慓悍部分从上焦布于皮肤肌腠化为卫气;水液中上升部分从肺藏经由三焦下入膀胱,下降部分在小肠济泌别汁从下焦渗入膀胱。《素问·灵兰秘典论篇》说:“膀胱者,州都之官,津液藏焉,气化则能出矣。”津液藏于膀胱,通过三焦元阳的蒸动,化而为气,升腾敷布于藏府组织,发挥温养作用,以保证藏府组织的正常功能活动。故《素问·经别论篇》说:“水精四布,五经并行。”临床上,暑病伤耗津液,不仅口渴喜饮,且津液虚少无以化气而见少气懒言,肢体乏力,治以白虎加人参汤之加人参即为生津而益气。

2.9 气和神的相互关系

2.9.1 气对神的关系 《脾胃论·省言箴》说:“气乃神之祖……气者,精神之根蒂也。”气帅血液在经脉中运行以濡养藏府组织而生神。气血流行,神即应之而生,气至神亦至,故《灵枢·小针解》谓“神者,正气也”。神寓于气,气以化神,气盛则神旺,气衰则神病,气绝则神亡。故张介宾谓“人之生死由乎气”。临床上,正气不足,常见心慌而视昏。《灵枢·决气》说:“气脱者,目不明。”故治暴盲证,《张氏医通》主以人参、白术。《素问·逆调论篇》说:“荣气虚则不仁,卫气虚则不用,荣卫俱虚则不仁且不用。”荣卫气少,神不能周,故肢体不知痛痒且不为我所使。《伤寒论·辨阳明病脉证并治》说“虚则郑声”,即《素问·脉要精微论篇》所谓“言而微,终乃复言者,此夺气也”之义,是气衰则神乱而妄为言语;还有气衰神乱而为狂者。

2.9.2 神对气的关系 杨上善

《太素·痾疽》注:“神之动也,故出入息动。”神是气之主而御气之动,气之流行为神所主宰,神住气亦住,神往气亦往,神安则气正,神惊则气乱,神内守则气流布于周身而不已。观日常生活中,导引家运神以御气,呼吸达于丹田,甚至流通任督;武术家运神以御气,气聚于臂则臂能劈石。神悲则气消,恸哭之后,语声低微;神思则气结,忧思不解,时发太息。故《灵枢·口问》说:“忧思则心系急,心系急则气道约,约则不利,故太息以伸之。”

2.10 津液和神的相互关系

2.10.1 津液对神的关系 《灵枢·本神》说:“脾藏营,营舍意。”《素问·六节藏象论篇》说:“……津液相成,神乃自生。”意亦是神,神在脾为意,意乃脾之神。中焦脾胃化生的水谷津液,入脉中以助血气之营运,流行周身,以濡养藏府组织,化生神气。津液充盛则血旺而神全,津液丧失则血少而神乱。临床上,误用汗、吐、下等法过伤津液则每见神乱惊悸或神昏妄语,故《伤寒论·辨少阳病脉证并治》说:“少阳中风,两耳无所闻,目赤,胸中满而烦者,不可吐下,吐下则悸而惊。”“伤寒,脉弦细,头痛发热者,属少阳;少阳不可发汗,发汗则谵语。”还有泪出过多,失去神明之照而目盲无见,即《灵枢·口问》所谓“泣不止则液竭,液竭则精不灌,精不灌则目无所见矣”。

2.10.2 神对津液的关系 《素问·解精微论篇》说:“宗精之水,所以不出者,是精持之也。”(这里所谓之“精”,是指“神”,观下文“水之精为志,火之精为神”可证)津液在体内不妄溢于体外,是

(下转第 22 页)

久行久立后加重,休息后减轻。妇检未见明显异常,带下色黄,量稍多,无异味,育 1 男,1-0-1-1,经断 3 年。自觉神疲,纳寐尚可,大便正常。舌淡红,苔薄黄,脉沉细。辨证属湿热瘀阻,肾气亏虚。治拟清热化瘀,益肾固冲。处方:知母 12g,炒黄柏 12g,生地黄 15g,生山药 15g,制山茱萸 9g,泽泻 15g,白茯苓 15g,牡丹皮 12g,川牛膝 9g,柴胡 12g,败酱草 20g,大血藤 20g,制香附 12g,生薏苡仁 30g,生黄芪 15g,甘草 12g。共 7 剂,水煎服,日 1 剂,分 2 次服用。

2015 年 9 月 21 日二诊:小腹下坠感减轻,带下减少,仍觉神疲。宗前法,加强补气,驱邪外出,改生黄芪为 30g,加太子参 18g。

如此调理至 2016 年 2 月,小腹隐痛坠胀除,带下正常。吴师嘱注意生活调摄,避免复发。

按 盆腔炎性疾病后遗症可因身体素质虚弱而不经急性盆腔炎直接发生,长期反复的下腹部隐痛为其典型症状,劳累后易诱发。《景岳全书·火证》云:“虚中有实者,治以补为主,而不得不兼乎

清。”本案患者年逾七七,为肾气衰败之年,体质亏虚,遇外邪入侵胞宫,寄于下焦而发病,故诊为湿热血瘀为标,肾虚为本。一诊时患者已反复下腹隐痛坠胀 3 年之久,同时伴有带下色黄量多等症,吴师抓住病机,以益肾清热之法标本兼治。即以知母、黄柏、泽泻、丹皮、红藤、败酱草清热利湿,化瘀除壅,减轻炎症反应,松解盆腔局部的粘连;又以柴胡、制香附疏肝解郁,清理久郁之内热,理气止痛;川牛膝引药下行,使药达病所;生地、山药、山萸肉固肾培元;黄芪补气、增加机体免疫力,避免劳而复发;生薏苡仁加强健脾利湿之效;甘草调和诸药。全方补中有清,清亦兼补,标本同治,共奏益肾固冲、清热化瘀之效。二诊时小腹坠胀感减轻,黄带减少,说明辨证准确,效不更方,继以原方加健脾益气之太子参并加大生黄芪药量,以补不足之气,增加身体免疫力,防止病症反复。如此调理 5 个月,诸症悉除。

4 结语

盆腔炎性疾病后遗症是一种

慢性妇科疾病,多为本虚标实之证,治疗时应注意把握祛邪与扶正的关系。吴师在清热利湿的同时注重补肾,治病求本,做到扶正而不留邪,祛邪而不伤正,攻补兼施,且用药精、简、效、廉,多管齐下,更好地发挥了中医药在盆腔炎性疾病后遗症治疗中的强大优势。

参考文献

- [1]郭慧宁,张静,胡国华.盆腔炎性疾病后遗症中西医结合治疗浅谈[J].黑龙江中医药,2013,42(2):4-5.
- [2]史正刚,于霞,张士卿.知柏地黄丸对肾上腺皮质激素致肾阴虚幼龄大鼠免疫功能的影响[J].中国实验方剂学杂志,2006,12(1):62.
- [3]《全国中草药汇编》编写组.全国中草药汇编(上册)[M].北京:人民卫生出版社,1975:56-57.
- [4]时燕平,傅友丰.中药三联法治疗盆腔炎性疾病后遗症 34 例观察[J].中国中西医结合杂志,1997,17(2):99-100.
- [5]史玉芬,郑延彬.牛膝抗炎、抗病毒作用的研究[J].中药通报,1988,13(7):44.
- [6]徐燕,李大祥,凌铁军,等.香附化学成分研究进展[J].中国实验方剂学杂志,2010,16(11):214-218.

(收稿日期:2018-03-09)

(本文编辑:蒋艺芬)

(上接第 10 页)

赖神的主持。其津液在体内流布不已,也有赖于神的主持。神内守,持之有权,则津液安流于体内,化精,化气,化血,化神,温肌肉,充皮肤,滑利关节,濡润空窍;神失守,无以主液则津液妄溢,如神遇猝恐则可见汗出、尿遗,神悲则泣涕交流。《灵枢·口问》说:“悲哀愁忧则心动(神动),心动则五藏六府皆摇,摇则宗脉感,宗脉感则液

道开,液道开,故泣涕出焉。”

总之,饮食水谷在藏府功能活动下化生的津液,流行濡布于全身,一部分进入脉中化为血,一部分进入骨中与髓液化合入肾为精;血聚脉中,随经脉流行,进入肾中与肾精化合变为精,渗于脉外为津液;精藏于肾,进入冲脉化为血,化气触物为津液,津液和血中的精华部分也叫精,故精、血、津液可统称

为精,殆即所谓“广义之精”是也。精、血、津液在全身输布流行,若雾露之溉一样,叫作气。气充满周身,帅精、血、津液正常运行,以滋养藏府组织器官,使其产生生命活动,是谓之神。神藏于心,随血脉以达于全身各部,反转来主导藏府活动化生精、气、血、津液和主导精、气、血、津液的正常流行以及滋养藏府组织。

(收稿日期:2018-05-31)

(本文编辑:蒋艺芬)