

《内经》“气”的论述概览

□ 盛国荣* (福建中医学院 福建 福州 350003)

关键词 气 内气 外气 《内经》

“气”之一词，涵义甚广，《内经》所述已蔚为大观，现仅就一己之见，陈列如下，以飨读者。挂一漏万，在所难免，祈同道指教。

1 气的概念

“气”在中国哲学史上是指能够化生世界万物的始者。汉·董仲舒认为：“元者为万物之本。”《公公举传》说：“元者，气也。”张载《正蒙·太和篇》：“太虚不能无气，气不能不聚万物，万物散为太虚。”又说：“聚与散是气二种运动不同的形态，当气聚时，它是有形万物，表现为有显，当散时，它是无形的太虚，表现为无隐，气聚则氤氲而生化有形之万物，气散则万物形溃为无形之太虚。”从上所述，世界物质的有形与无形、聚与散，

都是因为气的运动和变化的关系。

东汉·王充说：“人禀气而生，含气而长。”《难经·八难》云：“气者，人之根本也。”《庄子》说：“人之生，气之聚也，聚则生，散则死。”明确指出了气是构成人体及维持人体生命活动最基本的物质。《素问·宝命全形论》说：“人生于地，悬命于天，天地合气，命之曰人。”这就是“天人合一”的中医理论基础。《说文解字》说：“气，馈客刍米也。”指出气由基础物质所产生，而成为人体的动力。“阴阳”二气、“五行”生克都离不开气的运动，所以“气”学是中医学的主要组成部分。

2 气的分类

2.1 内气 《孟子》认为：“气，

体之充也。”内气是维持人体生理活动而抵御外邪的正气。《素问·上古天真论》说：“虚邪贼风，避之有时，恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来。”《灵枢·刺节真邪篇》说：“真气者，所以于天，与谷气并而充身者也。”所谓“真气”与肺主一身之气、呼吸之气以及肾之元气，同属于正气范畴。

孟子浩然之气以及文天祥所指天地之正气，亦可作内气解。元气及五脏六腑、经络、三焦、七情之气等亦属内气的范畴。

2.2 外气 外气是相对于内气而言，包括自然之气。论及外气，离不开天。《说文解字》说：“气，云气也。”气的概念源于中国先民们对自然烟气、云气以及动物与人类呼吸气息等五运六气的直接观察。《素问·宝命论》：“人乃天地之气生，四时之法成。”又说：“天地合气，命之曰人。”所以，

* 作者简介 盛国荣，男，福建中医学院终身教授，主任医师，全国首批 500 名老中医药专家学术经验继承工作导师，著名中医教育家，原福建中医学院副院长；厦门大学海外教育学院名誉院长。

“五运六气”之六气为天气，五运为地气，天气降，地气升，相辅相成，影响着人体。正如《灵枢·岁露篇》说：“人与天地相参也。与日月相应也。”因此，五运六气与人体生理病理变化密切相关。

《素问·六节脏象论》：“天度者所以制日月之行也，气数者所以纪生化之用也。天为阳，地为阴；日为阳，月为阴。”又说“五日谓之候，三候谓之气，六气谓之时，四时谓之岁，而各从其主治焉。五运相袭，而皆治之，终者之日，因而复始，时立气布，如环无端，候亦同法，故曰：不知年之所加，气之盛衰，虚实之所起，不以为工矣。”人与天地相应，故古代良医治病，既要知生理、明病理，还要识天时、通地理等。

3 气的生理与病理

《灵枢·决气篇》说：“何谓气？岐伯曰：上焦开发，宣五谷味，熏肤、充身、泽毛，若雾露之溉，是谓气。”《灵枢·阴阳清浊篇》说：“受谷者浊，受气者清……岐伯曰：气之大别，清者上注于肺，浊者下走于胃，胃之清气，上出于口，肺之浊气，下注于经。”《素问·经脉别论》说：“饮食入胃，游溢精气，上输于脾，吸气散精，上输于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行。”这就阐述气的升降运行机理以及气在人体生理循环代谢中的作用。《素问·六微旨大论》说：“是以升降出入，无器不有。”又说：“出入废则神机化灭，升降息则气孤危。”故非出入，则无以生长壮老已；非升降，则无以生长化收藏。

《素问·阴阳应象大论》说：“阳化气，阴成形。……故清阳为天，浊阴为地，地气上为云，天气下为雨；雨出地气，云出天气。故清阳出上窍，浊阴出下窍；清阳发腠理，浊阴走五脏，清阳实四肢，浊阴归六腑。”又说：“天地者，万物之上下也，阴阳之征兆也，阴阳者，万物之能始也。”从上所引，气包括阴阳之气，无论万物之生长壮老死均与气有关，如阳化气，阴成形，男女、左右、云雨、气血、水火等，皆由气之变化才能运动。宋·朱熹答道夫曰：“天地之间，有理有气，理也者，形而上之道也；气者形而下之器也；生物之具也。因此，气为阳所化，阴乃成形之具，气聚则有形，气散则无形。”

《素问·阴阳应象大论》说：“天有四时五行，以生长收藏，以生寒暑燥湿风。人有五脏化生五气，以生喜怒悲忧恐。”又《素问·举痛论》说：“百病生于气，怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，寒则气收。”又云：“热则气泄，惊则气乱，劳则气耗，思则气结。”气之升降出入与人的神志和生理活动是密不可分的，人的情志活动和生理变化也会影响气的升降运行而出现气的病变。所以医者在诊治疾病的过程中，要调和气机，使之升降有序。

《素问·刺法论》说：“正气存内，邪不可干。”指出正气在人体中至关重要，正气足，则百病无从以生。反之，疾病的发生，则正是由于“正气”虚所导致的。如《素问·玉机真脏论》说：“邪胜者，精气衰也。”又《素问·评热病论》

说：“邪之所凑，其气必虚。”《素问·通评虚实论》说：“精气夺则虚。”总之，病与不病乃正邪相争的结果。可以通过补气（药补与食补）来增强体力、提高人体的抗病能力，如《素问·藏气法时论》说：“毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合和而服之。……补精益气。”此乃用药治病及病后调养的原则。

《素问·生气通天论》说：“苍天之气清净，则志意治，顺之则阳气固，虽有贼邪，弗能害也，此因时之序。故圣人传精神，服天气，而通神明。失之则内闭九窍，外壅肌肉，卫气散解，此谓自伤，气之削也……凡阴阳之外，阴密及固，两者不和，若春无秋、若冬无夏、因而和之，是谓圣度。故阳不能密，阴气乃绝；阴平阳秘，精神乃治；阴阳离决，精气乃绝。”中医认为阴阳（包含阴阳二气）动态平衡乃人体健康的条件。所以《素问·阴阳应象大论》说：“阴阳者，天地之道也，万物之纲也，变化之父母，生杀之本始，神明之府也，治病必求于本。”

总之，人的生理和病理变化与气有密切关系。因此，笔者认为气乃世界的实质，气乃构成万物生长壮老死的要素。

综上所述，《内经》中人体生理、病理、疾病、诊治等都与“气”有关，后世历代医家对“气”的研究也具有丰富的内容，但都是在《内经》的基础上阐发的。所以掌握《内经》“气”的论述对研究后世医家对“气”的发挥具有重要意义。（万文蓉整理）