

中医名家学术经验集（五）

中医元气论

ZHONGYIYUANQILUN

王平◆主编



中医古籍出版社

中医名家学术经验集（五）

中医元气论

主 编 王 平

副主编 黄 谷

编 委 （按姓氏笔画为序）

马作峰 孔明望 石和元 田代志

李贵海 李 伟 胡玉萍 姜瑞雪

郭 岚 程 静 裴 迅

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医元气论/王平主编. -北京: 中医古籍出版社, 2010. 9
(中医名家学术经验集. 第5辑)

ISBN 978 - 7 - 80174 - 893 - 5

I. ①中… II. ①王… III. ①气 (中医) IV. ①R223. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 181929 号

中医名家学术经验集 (五)

中医元气论

主 编 王 平

责任编辑 伊广谦

封面设计 陈娟

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷 北京义飞福利印刷厂

开 本 850mm × 1168mm 1/32

印 张 10.5

字 数 263 千字

版 次 2010 年 10 月第 1 版 2010 年 10 月第 1 次印刷

印 数 0001 ~ 1000 册

ISBN 978 - 7 - 80174 - 893 - 5

定 价 15.00 元 (全套 150.00 元)

序

中国气学说源远流长，春秋战国时期，人们就已经形成了万物由气构成的思想，认为气是构成自然界各种物质的本源。《管子·内业》说：“凡物之精，比则为生，下生五谷，上为列星；流于天地之间，谓之鬼神；藏于胸中，谓之圣人，是故名气。杲乎如登于天，杳乎如入于渊，淖乎如在于海。”提出精即是气、气即是精，天地间上至列星，下至五谷皆生于精气的观点。这种观点经西汉·董仲舒、东汉·王充、北宋·张载等先贤的不断发挥，逐渐形成了“气聚则为万物”的元气理论。中医学借鉴和吸纳了这种观点，认为人也是由气构成的，人类的生命活动就是气运动变化的结果。

《内经》中有大量关于气的论述，如：“人以天地之气生”、“天地合气，命之曰人”等等，奠定了中医元气理论的基础。《内经》以后，历代医家有关元气的探讨虽然从未间断，但较之藏象学说、病因病机学说等，其发展稍嫌滞后，元气学说的运用无论是从深度上，还是从广度上说，都没有达到其应有的程度。随着社会物质生活水平的不断提高和生存压力的逐步增大，损伤元气的因素越来越多，来自生活、工作、环境、饮食等方面的致病因素在损伤元气的同时，常常引起变证蜂起，痼疾纷繁。然而目前以元气理论为指导的医疗和保健行为尚处于比较初级的阶段，其原因固然很多，但缺乏一部深入研究元气的学术著作应该是其中之一。学术专著的缺失在一定程度上影响了中医元气理论的推广和应用。

“君子务本，本立而道生”，一部深入浅出、论证严谨的学

术专著不仅能够固中医之“本”、弘中医之“道”，而且还能够实现“学”与“术”的统一。《中医元气论》洋洋 30 余万言，就哲学范畴的元气、中医元气的概念、生理、病理及其在中医理论体系中的应用等进行了深入探讨，对于汉代以降论述元气的古代文献进行了详细地梳理，对近现代文献也做了归类分析。尤为可贵的是对元气相关病证的理、法、方、药进行了系统研究。其内容丰富翔实，既有百家争鸣，又有独到分析，对研究元气理论起到了正本清源的作用。相信对于广大读者理解中医元气理论的精髓，并用于养生与临床将大有裨益。

“问渠那得清如许，为有源头活水来”。中医理论的传承创新正是中医学术发展的源头活水，然当今学界能够潜心研究基础理论者甚少，学有所成而仍致力于理论研究者更少，王平教授无疑是其中之一，言为凤毛麟角实不为过。他曾先后师从张六通、陈如泉、邱幸凡等名师，是全国名老中医学术经验优秀继承人，国家中医药管理局内经学重点学科、湖北省优势重点学科中医基础理论学科的学科带头人。王平教授及其团队多年来一直致力于中医理论的传承及应用研究，尤其在中医药延缓衰老、老年病病因病机和防治研究方面多有建树。

该书是王平教授继《中医基础理论现代科学基础初探》之后的又一力作。全书旁征博引，文风朴实，编者治学之严谨、用心之良苦由此可见一斑，故乐为之序。



2010.6

目 录

第一章 气与元气	(1)
第一节 哲学意义的气	(1)
第二节 哲学意义的元气	(3)
第三节 元气论的源流	(4)
第二章 元气论的内容及其在中医学中的应用	(7)
第一节 元气论的主要内容	(7)
第二节 元气论在中医学中的应用	(11)
第三章 中医气学说概述	(16)
第一节 中医学气的基本概念	(16)
第二节 气的生成	(21)
第三节 气的运动	(25)
第四节 气的分类	(29)
第五节 气的功能	(41)
第四章 中医元气论的形成与发展	(49)
第一节 中医元气的概念	(49)
第二节 中医元气论的产生	(51)
第三节 中医元气论的发展	(55)
第五章 中医元气的生理	(67)
第一节 元气的生成与分布	(67)
第二节 元气的主要功能	(69)

第三节	元气与元阴、元阳	(71)
第四节	元气与元神	(74)
第五节	元气与肾气、真气、正气	(76)
第六节	元气与脏腑	(80)
第七节	元气与经络、腧穴	(88)
第六章	元气的病理	(90)
第一节	元气亏虚是百病之源	(90)
第二节	元气损伤的常见原因	(91)
第三节	元气损伤的病机	(109)
第七章	元气相关病证的诊断	(126)
第一节	元气损伤的诊法	(126)
第二节	元气损伤相关病证	(154)
第八章	元气损伤与常见疾病	(158)
第一节	内科疾病	(158)
第二节	外科疾病	(171)
第三节	妇科疾病	(174)
第四节	儿科疾病	(179)
第五节	其他病症	(182)
第九章	元气相关病证的治则与治法	(190)
第一节	元气损伤相关病证的治则	(191)
第二节	元气损伤相关病证的治法	(198)
第十章	培补与调理元气常用中药	(203)
第一节	补元气药	(203)
第二节	补元阳药	(213)
第三节	补元阴药	(224)

第四节	收敛元气药	(229)
第五节	调理元气药	(232)
第十一章	培补与调理元气常用方剂	(239)
第一节	补益元气剂	(239)
第二节	补元阳剂	(246)
第三节	补元阴剂	(247)
第四节	收敛元气剂	(250)
第十二章	调补元气的常用穴位及推拿手法	(253)
第一节	调补元气的常用穴位	(253)
第二节	调补元气的推拿手法	(269)
第十三章	元气相关文献研读	(273)
第一节	经典研读	(273)
第二节	名医发挥	(280)
第三节	病案举隅	(312)
后记		(320)
主要参考文献		(322)

第一章 气与元气

在把“元气”作为医学概念之前，中国古代哲学史上，“气”与“元气”一直被作为一个哲学概念，并占有极为重要的地位。气是构成世界的物质基础，由于气的运动变化而形成了自然界各种事物和现象。在中国古代哲学中，气又是一个涵盖物质与精神、自然与社会的概念，其内涵既是客观存在的实体，又是主观的道德精神，兼容并蓄，错综复杂。

元气是在气学说基础上产生的另一个哲学概念，是指产生和构成宇宙万物的原始物质。古代哲学家认为这种气是宇宙的最初本原，故称“元气”。经过近千年的发展，逐渐形成了以研究元气为主要目的的学术体系——元气论。

元气论是研究气的概念、结构和运动规律，并用以解释宇宙万物发生、发展、变化的一种古代宇宙观和方法论。中医学借鉴了哲学中元气的概念，与中医理论结合形成了中医的元气论，以此来研究人体元气的概念、来源、输布、生理功能、病理变化及其应用。本书拟对中医元气论的内涵与应用进行探讨。

第一节 哲学意义的气

不管是古代哲学的气学说，还是中医学的气学理论，其产生皆借助于古人的“观物取象”的思维方法，是古代哲人将观察天地自然的变化与人体自身的生命现象而获得的认识加以抽象、纯化的结果。

许慎《说文》对“气”字形义的解释是：“气，云气也，象

形”。从“气”这一字体的构造看，最早也是对气体的摹拟。可见“气”是古人通过对六气、风气等自然现象的观察和认识，然后加以概括形成“气”的概念。从这一点看，“气”这一概念最初的涵义是物质的。

中国古代哲学认为气不仅是物质的，而且是运动着的、至精至微的物质实体，是构成宇宙万物的最基本元素，是世界的本原，是标示着占有空间、能运动的客观存在，“至大无外”，“至小无内”。《老子·四十章》所谓的“天下万物生于有，有生于无”，《周易乾凿度》所谓的“有形生于无形”。这类无形无状之物则被进一步抽象为“气”，认为它是存在于宇宙之中的无形而运行不息的极细微物质，是宇宙万物的共同构成本原，又是宇宙万物发生发展变化的动力；气的升降氤氲聚散运动，造就天地万物，并推动万物的发展与变化。

哲学意义之气有三层意思：其一，认为“气”是物质世界的本源，宇宙万物都由“气”构成的。战国后期管子等稷下道家学派称“精气”，东汉哲学家王充称“元气”。如《易传·系辞上》记载：“精气之物，游魂为变。”《论衡·谈天》说：“天地，含气之自然也”。《春秋繁露·重政》：“元者为万物之本”。《庄子·知北游》：“通天下—气耳”等，都是这种思想的体现。其二，认为“气”具阴阳两种属性，阴气指有形之物质，阳气指无形之功能。《论衡·自然》说：“天地合气，万物自生。”认为自然有天气与地气之分，宇宙万物都由天地二气所化生。此处的天气即阳气，具有阳的属性，地气即阴气，具有阴气的特质，阴阳二气对立统一。《正蒙·参两》明确指出：“一物二体，气也。”“气”既表物质又表功能。其三，认为“气”是不断运动变化的，其形式有升降、出入、循环、转化等。这种运动形式是“气”之功能的体现，如《素问·六微旨大论》：“升降出入，无器不有”。

气作为中国古代哲学的基本概念，其本义是一切客观的具有运动性的存在；其泛义是一切物质抑或精神现象。它是一个具有普遍意义的、抽象的物质概念。与西方传统哲学所谓的物质概念不同，中国古代哲学是以气为模型提出的物质概念，它的运动不是直线性的，而是始终处于氤氲、聚散、振荡等运动变化之中，无处不在，渗透贯通于一切事物的内外，并相互作用而生成各种不同的新的事物（气）。中国古代哲学强调气的内在运动性，气既是物质存在，又具有功能意义，是物质与功能的辩证统一。

第二节 哲学意义的元气

“元气说”最早见于《鹖冠子》。《鹖冠子·泰录》载：“天地成于元气，万物成于天地，神圣乘于道德，以究其理。”这个“元气”，是最精细的物质，是“天地之始”，这个思想，在先秦道家中是一个重大突破，“元气”不再附属于最高范畴的“道”，它本身就是构成天地、万物的基本物质元素，成了最高范畴。《鹖冠子》对元气论的贡献不可低估。它不仅首先提出了“元气”的概念，而且大体上创造了“元气论”的雏型，实际上开汉代“元气自然论”之先河。因此，中国古代元气论的基本思想，在先秦已经形成。它从一开始就是要解决宇宙生成和物质构成这个最基本的问题，“元气”这一概念是由“道”而“一”而“精气”而“元气”逐渐演变而来的，其主要贡献者是早期道家，这一点在我们讨论中医学之元气的自然科学意义时是不可忽视的。

《易经》说：“大哉乾元，万物资始。……至哉坤元，万物资生”。《易经》中所说的“乾元”、“坤元”即是天、地元气，是创始生成万物的根元。先秦时期诸多气论，如“冲气”、“天地之气”、“阴阳之气”、“五行之气”、“精气”、“元气”等学

说，至两汉时期被“元气说”同化而发展为“元气本原论”。西汉·董仲舒认为：“元者，始也”（《春秋繁露·王道》），“元者为万物之本”（《春秋繁露·重政》），把元气看作是宇宙万物和人类生成的本原物质，天地阴阳二气是元气的存在形式，阴阳二气合和方能生成宇宙万物和人类。东汉·王充在《论衡》中有大量关于元气的论述，如：“万物之生，皆禀元气。”（《论衡·言毒》）“元气，天地之精微也。”（《论衡·四讳》）并提出人也来源于元气的思想：“人，物也，万物之中有智慧者也。其受命于天，禀气于元，与物无异。”（《论衡·辨崇》）“阴阳之气，凝而为人，年终寿尽，死还为气。”（《论衡·论死》）明确提出了元气为宇宙万物本原的思想。北宋·张载认为气是宇宙的最初本原，是宇宙的本体，宇宙中的一切事物和现象都是气的存在形式。“太虚不能无气，气不能不聚而为万物，万物不能不散而为太虚。循是出入，是不得已而然也。”“聚而为万物，”“散而为太虚，”“其聚其散，变化之客形尔。”（《正蒙·太和》）宋以后元气概念的内涵基本定型，即元气是产生和构成宇宙万物的原始物质，这一概念一直沿袭至今。

第三节 元气论的源流

古代先哲们运用“观物取象”的思维方法，“近取诸身，远取诸物”，将直接观察到的云气、风气、水气以及呼吸之气等加以概括、提炼，抽象出气的一般概念。在气概念的形成过程中，先秦时期的先哲们抽象出冲气、天地之气、阴阳之气、五行之气、自然之气、浩然之气、精气等不同概念，但最终被两汉时期的“元气说”所同化，发展为“元气一元论”。

所谓元气一元论，是指以元气作为宇宙万物之本原的一种古代哲学思想，即认为元气是哲学逻辑结构中最高层次的概念，是

构成宇宙万物的最原始的本原，在元气之上，没有“道”、“太极”等的存在。由于把“气”作为宇宙的最初本原，故称“元气”。因而凡将气作为宇宙最初本原的哲学思想，皆可称为“元气一元论”，或“气一元论”，或“气本原论”。

西汉时期董仲舒的《春秋繁露》。该书《王道》认为，气即是本始之气，说：“元者，始也。”该书《重政》又指出，元气存在于“天地之前”，是产生天地万物的本原，说：“元者为万物之本。”

东汉时期，元气思想广为传播。张衡主张“浑天说”，认为“浑天如鸡子，天体圆如弹丸，地如鸡中黄，孤居于内，天大而地小。”天地万物由元气产生，而元气由“玄”产生。《全后汉文·玄图》说：“玄者，无形之类，自然之根，作于太始，莫之与先，包含道德，构掩乾坤，橐龠元气，禀受无原。”“玄”是万物的最初本原，包含天地最大的道德，故又称为“道”。道经过长久的运动产生元气，元气是一种未成形的“气体”，但蕴含万物，又称为“太素”。可见此时的元气，是一种原始物质，是道生万物的中间环节，还未发展到“元气本原论”。

《古微书·春秋纬》认为：“元者，气之始。”但元气并不是宇宙的最初本原，宇宙的最初本原是“太易”。《周易·乾凿度》说：“夫有形生于无形。……有太易，有太初，有太始，有太素也。太易者，未见气也；太初者，气之始也；太始者，形之始也；太素者，质之始也。”元气生于太易，无形而动，产生天地，也并非宇宙之最初本原。

王充在《论衡》中说：“万物之生，皆禀元气。”（《论衡·言毒》）、“元气，天地之精微也。”（《论衡·四讳》）认为没有任何东西在元气之前存在，也没有任何东西可以支配元气。元气是天地万物的构成本原，也是人类智慧的产生本原。此元气是王充哲学逻辑结构中的最高层次，是宇宙的最初本原。两汉以前的有

关气的各种思想、各种学说，至此也被“元气本原论”所同化。

从“元气一元论”的形成过程可见，两汉时期对宇宙本原的探讨，基本上沿着两个方向发展：一是发展先秦道家的“道—气—物”的宇宙生成模式，提出了“玄—元气—万物”和“太易—太初—太始—太素—万物”的宇宙发生模式，把元气作为玄和太易化生宇宙万物的中间环节；二是以王充的《论衡》为代表，发展了董仲舒《春秋繁露》的“元气说”，明确提出了“元气”为宇宙万物之本原的思想，开“气本论”哲学之先河。

其后唐初成玄英的《庄子集释》认为“气为生物之元”，但又由道生的思想，无疑是继承和发展了先秦道家的“道本原论”；而北宋张君房辑成的《云笈七签》指出“元气本一，化生有万”、“元气无号，化生有名”的“元气本体说”，以及“道即元气也”的“道气合一说”，则是发展了王充的“元气本原论”。

北宋张载在《正蒙》中指出“太虚无形，气之本体”，“太虚不能无气，气不能不聚而为万物，万物不能不散而为太虚”，认为太虚是气的无形和自然状态，气是宇宙的本体，太虚与万物为气之聚散的两种不同形态。

鸦片战争之后，中国哲学气范畴的发展表现出与古代不同的特色，气范畴被赋予了近现代科学的说明与规定，视气为光、电、质点、原子、量子、场等，现代理论物理学界更趋向以“场”来解释气。因此气由抽象的物质概念，越来越趋向于某种特定的具体存在，其抽象性、普遍性的程度越来越低。其所包含着抽象性与具体性、普遍性与个别性的内在矛盾更加明显。

第二章 元气论的内容及其在中医学中的应用

第一节 元气论的主要内容

元气论作为中国传统文化的自然观之一，其蕴含的内容极其丰富。

一、元气是构成宇宙万物的本原

在中国传统哲学中，宇宙又称天地、天下、太虚、寰宇、乾坤、宇空等等。寰宇茫茫，生物吐纳，有一种有形无形而存在的东西，中国古代哲学称之为气。气是一种肉眼难以相及的至精至微的物质，古代哲学家认为“气”是世界的物质本原。东汉·王充谓“天地合气，万物自生”（《论衡·自然》）。北宋·张载认为“太虚不能无气，气不能不聚而为万物”（《正蒙·太和》）。气和物是统一的，故曰：“善言气者，必彰于物”（《素问·气交变大论》）。气是世界的本原，是构成宇宙的元初物质，是构成天地万物的最基本元素。“太虚寥廓，肇基化元，万物资始，五运终天，布气真灵，总统坤元，九星悬朗，七曜周旋，曰阴曰阳，曰柔曰刚，幽显既位，寒暑弛张，生生化化，品物咸章。”（《素问·天元纪大论》引《太始天元册》语）《内经》称宇宙为太虚，在广阔无垠的宇宙虚空中，充满着无穷无尽具有生化能力的元气。元气敷布宇空，统摄大地，天道以资始，地道以资生。一切有形之体皆赖元气生化而生成。元气是宇宙的始基，是世界万物的渊源和归宿。气本为一，分为阴阳，气是阴阳二气

的矛盾统一体。“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”（《素问·阴阳应象大论》）。“天气”是自然界的清阳之气，“地气”是自然界的浊阴之气。阴气浊重，降而凝聚成为有形的物体，构成了五彩缤纷的大地；阳气清轻，升而化散为无形的太虚，形成了苍茫的天宇。天地阴阳之气上升下降，彼此交感而形成天地间的万事万物。“本乎天者，天之气也。本乎地者，地之气也。天地合气，六节分而万物化生矣。”（《素问·至真要大论》）

在中国哲学史上，周、秦以前称“天”或“天地”为自然，从《淮南子》始方有宇宙的概念，“往来古今谓之宙，四方上下谓之宇”（《淮南子·齐俗训》）。宇宙便是物质世界，便是自然界，宇宙观即世界观。总之，元气是连续性的一般物质存在，充塞于整个宇宙，是构成世界的本原，是世界统一性的物质基础。元气是构成万物最基本的物质要素之一。

二、元气是天地万物的中介

气贯通于天地万物之中，具有渗透性和感应性。未聚之气稀微而无形体，可以和一切有形无形之气相互作用和相互转化，能够衍生和接纳有形之物，成为天地万物之间的中介，把天地万物联系成为一个有机整体。

气是阴阳的对立统一体，阴阳对立的双方共同组成气的统一体，它们是一切运动变化的根源。气之阴阳两端相互感应而产生了事物之间的普遍联系。“以万物本一，故一能合异，以其能合异，故谓之感。……阴阳也，二端故有感，本一故能合。天地生万物，所受虽不同，皆无须臾之不感。”（《正蒙·干称》）相互感应和普遍联系是宇宙万物的普遍规律。“感之道不一，或以同而感”，“或以异相应”，“或以相悦而感，或以相畏而感”，“又如磁石引针，相应而感也”，“感如影响，无复先后，有动必藏，

咸感而应，故曰咸速也。”（《横渠易说·下经·咸》）阴阳二气的相互感应产生了天地万物之间的普遍联系，使物质世界不断地运动变化。这种阴阳二气相互感应的思想具有朴素的辩证法因素，把人与自然、社会视为一个具有普遍联系的有机整体。

三、运动是元气的根本属性

天地之气动而不息，运动是气的根本属性。气是具有动态功能的客观实体，始终处于运动变化之中，或动静、聚散，或氤氲、清浊，或升降、屈伸，以运动变化作为自己存在的条件或形式。天地运动一气，毂万物而生。《内经》称气的运动为“变”、“化”，“物生谓之化，物极谓之变”（《素问·天元纪大论》）。“物之生，从乎化；物之极，由乎变。变化之相薄，成败之所由也。”（《素问·六微旨大论》）自然界一切事物的变化，不论是动植物的生育繁衍，还是无生命物体的生化聚散，天地万物的生成、发展和变更、凋亡，无不根源于气的运动。“气有胜复，胜复之作，有德有化，有用有变”（《素问·六微旨大论》）。气有胜复作用，即气本身具有克制与反克制的能力。气这种胜与复、克制与反克制的作用是气自身运动的根源。

气分阴阳，阴阳相错，而变由生。阴阳相错，又称阴阳交错、阴阳交感，即阴阳的相互作用。阴阳相错是气运动变化的根本原因。换言之，阴阳的对立统一是气运动变化的根源和宇宙总规律，故曰：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始”（《素问·阴阳应象大论》）。气的阴阳对立统一运动，表现为天地上下、升降、出入、动静、聚散、清浊的相互交感，这是气运动的具体表现形式。《内经》以“升降出入”四字概之，故曰：“气之升降，天地之更用也。……升已而降，降者谓天，降已而升，升者谓地，天气下降，气流于地，地气上升，气腾于天。高下相召，升降相因，而变作矣”，“出入废，