

● 岐黄随笔 ●

引用:唐逸岚,喻正科,万钰铃,赵启,朱筱婧,陈志红. 基于精气神理论探析心与神明的关系[J]. 湖南中医杂志,2024,40(4):102-105.

基于精气神理论探析心与神明的关系

唐逸岚¹,喻正科²,万钰铃¹,赵启²,朱筱婧²,陈志红²

(1. 湖南中医药大学,湖南长沙,410208;

2. 湖南省中西医结合医院,湖南长沙,410006)

[摘要] 精气神理论是构成中医学的基石,心是主宰人体生命活动的重要器官,而心与神明的关系,随着时代的进步,二者关联逐渐模糊,通过对精气神理论的还原,能够进一步阐述心与神明的关系。对于古人而言,神的本义是关于可观测到但却无法解释其来源现象的内在运转原理的集合体,古人从观测自然、人体之神得到了水地学说,发展到精气学说,再发展到精气神理论,精是组成人体生命的物质基础,气是精实现变化转归的动力,神是精气功能的终极体现,而心在体主血、主脉,血脉恰恰是精气输布流转的具象化表现,因此,从精气神运转的角度来看,心与神明之间存在着必然联系。

[关键词] 精气神;中医学理论;心;神明

[中图分类号]R22 **[文献标识码]**A **DOI:**10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2024.04.029

精气神理论脱身于精气学说,古代精气学说认为,世界上的一切事物都是由精气构成的,精气是宇宙之中的无形而运动不息的极细微物质,其中精气概念一致,或称为气、精、精气,宇宙万物皆为精气自身运动变化的结果^[1]。而精气神理论认为精是组成人体生命的物质基础,气是精实现变化转归的动力,神是精气功能即生命功能的终极体现,对于精、气有着调控作用^[1],这里的精、气有了不同的概念。《素问·灵兰秘典论》载:“心者,君主之官也,神明出焉”;《素问·痿论》载:“心主身之血脉”;五脏六腑各司其职,其中心是五脏中一个最重要的器官,具有主宰一身上下、统管五脏六腑的特殊职能,心的主要生理功能是心主血脉和心主神明。古人认为心与神明有着非常深厚的关系,但随着时代的进步,观测手段的不断发展,部分中医对于此关系持怀疑或否定态度,本文基于对精气神理论的还原,进一步阐述心与神明的关系。

1 精气神理论

1.1 从神的本义到人体之神

1.1.1 从自然到神 神的本义是无法解释的可观测现象的内在原理,是古人发现未知事物并求知的中间过程,在商周时期把“申”作为“神”。“申”的古字形是天空中闪电的形象描绘。后来“申”加上“示”分化出“神”字。金文的左边的示字,是一个供台、祭台,表形^[2];古人对于神的概念,最初是出于对自然的初步认识以及敬畏,其观测到“闪电”“云雾”,结合古代著作中对于神的理解,《孟子·尽心下》载:“圣而不可知之之谓神”,《易传·说卦传》载:“神也者,妙万物而为言者也”;《素问·天元纪大论》中提到“阴阳不测谓之神”,神在当时指代无法解释的可观测现象的内在原理,比如闪电、云雾、生殖、繁衍、生老病死等自然现象,神代表着古人对于宇宙内在奥妙的追求。

1.1.2 从自然之神到知识体系 随着观测手段的

基金项目:湖南省卫生健康委科研重点指导项目(C202319018666);第七批全国老中医药专家学术经验继承项目(国家中医药人教函[2022]76号)

第一作者:唐逸岚,男,2021级硕士研究生,研究方向:中医药防治心血管疾病

通信作者:喻正科,男,主任医师,硕士研究生导师,研究方向:中医药防治心血管疾病,E-mail:yzkymc@163.com

进步,古人通过观测这些现象,得出总结,如《易传·系辞传下》中提到“仰则观象于天,俯则观法于地,观鸟兽之文与地之宜,近取诸身,远取诸物,于是始作八卦,以通神明之德,以类万物之情”,效仿自然,总结规律得到了八卦,并以八卦卜算,预测事物发展;古代哲学家通过观测男女繁衍、自然万物生长,认为水和地是构成一切的基础,得到了水地学说,现代中医基础理论认为精气学说源于水地学说,并从水地学说演化出了精的概念,继而有了精气学说;而阴阳学说及五行学说也同样源于自然现象,如阴的本义为背阳,阳的本义为向阳,五行更是直接赋予自然界中事物的性质,阴阳、五行学说将精气运动的变化规律,分为阴阳、五行两种运转体系,古人通过观测神而得到了新的理论基础,并将阴阳、五行用以解释所观测到的现象^[3-4],以上均是对于神的进一步揣测与解析,也代表着古人对于世间万物的形成与发展有了相对成熟的思考体系。

1.1.3 从知识体系到中医学 医学与当时的先进思想巧妙结合,精气、阴阳、五行与生命高效结合,并运用于解释人体现象。古代医家认为,人体与宇宙同样都是由精气组建而成,人体与宇宙精气运转规律都遵循阴阳、五行两种方式运转,《素问·宝命全形论》中记载“天地覆载,万物悉备,莫贵于人,人以天地之气生,四时之法成”“天地合气,命之曰人。人能应四时者,天地为之父母;知万物者,谓之天子”,其中基于精气学说提到了人与宇宙、人与万物之间的关系,而由神到人体之神,其观测的范围从宇宙缩小到了生命本身,其中不同的是人体之神代表着对于生命内在奥妙的追求。人体之神就是中医之神,现代中医基础理论中认为中医中的神有广义、狭义之分。广义的神指人体生命活动的主宰或其总体现;狭义的神指人体的意识、思维、情感等精神活动^[5]。狭义是由精神这个词转换而来,广义更贴近神的本义,中医通过观测生命本身,以望闻问切观察异常的外在表现,总结其表现得到不同的病、症、证,通过多种辨证体系,反应了人体内在精气变化,并将精气变化进一步细化,原本基于精气学说,精气二者并无差异,而到了中医体系中,将精气进一步分化,其中精为精气的物质层面,气为精气的运转层面,亦可称为气机,动静分而论之,更贴合所观测到的生命现象,并通过导引、针砭、药石

等,恢复人体内在精气秩序,从而使外在病、症、证消失,以达到治疗目的。

1.2 精气神与疾病发生的关系

1.2.1 人体内在精气变化决定了生命外在表现 《素问·天元纪大论》中记载:“夫五运阴阳者,天地之道也,万物之纲纪,变化之父母,生杀之本始,神明之府也,可不通乎”,可见当时具体的人体内部精气运转规律被划分为阴阳五行,如人体内在精气能按照阴阳平衡、内在五气运转不息的规律运行,生命各项功能也能正常发挥,神明得养,内外通透,则无病无邪,中医古籍中不少文字是通过精气及具体的阴阳五气来表述与病、症、证的因果关系,如《素问·阴阳应象大论》中提到“故先痛而后肿者,气伤形也;先肿而后痛者,形伤气也”,《景岳全书·论调气》中提到“夫百病皆生于气,正以气之为用,无所不至,一有不调,则无所不病”,《脾胃论·脾胃胜衰论》中提到“大抵脾胃虚弱,阳气不能生长,是春夏之令不行,五脏之气不生”。患者的病、症、证是生命功能即人体之神受损的表现,通过病、症、证即能推断人体内在精气之虚实偏盛及精气之阴阳、五行是否调和。

1.2.2 外感与内伤均与精气相关 精气变动会引发疾病,中医学认为疾病发生的原因不外乎外感与内伤,《素问·上古天真论》中提到“夫上古圣人之教下也,皆谓之虚邪贼风,避之有时,恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”,其中探讨的是疾病的预防需要避免正气虚弱,则无内邪丛生、贼风外扰。《素问·金匱真言论》言“天有八风,经有五风,何谓?岐伯对曰:八风发邪,以为经风,触五脏,邪气发病”,描述了在正气不敌外邪,天之八风对于人体五脏经络的侵入,引起发病,可见人体之精气会受到自然异常精气的影 响。故《素问·阴阳应象大论》载:“故天之邪气,感而害人五脏;水谷之寒热,感则害于六腑;地之湿气,感则害皮肉筋脉”,《灵枢·百病始生》载:“夫百病之始生也,皆于风雨寒暑,清湿喜怒……其中于虚邪也,因于天时,与其身形,参以虚实,大病乃成”,《四圣心源》载:“六气五行,皆备于人身。内伤者,病于人气之偏,外感者,因天地之气偏,而人气感之”。从精气的角度分析,如何避免自身精气的异常状态,并避免受外在极端环境的影响,是避免疾病发生的关键。

1.2.3 精气变化与情志 《素问·上古天真论》言：“适嗜欲于世俗之间，无恚嗔之心……外不劳形于事，内无思想之患，以恬愉为务，以自得为功，形体不敝，精神不散，亦可以百数。”情志包括七情、五志，其中七情是指喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种情志变化，是人体对外界环境或内源性刺激所产生的正常的情绪反应，五志是心志喜、肝志怒、肺志忧、脾志思、肾志恐，《素问·宣明五气》提到“精气并于心则喜，并于肺则悲……心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志”，《素问·阴阳应象大论》中记载“人有五脏，化五气，以生喜怒悲忧恐”，将神、思维、相关情绪变化对应五脏，且五脏对应五气，对应精气中五气，生克制化，可见五脏精气会引起情志变化，呆病、肝积^[6]、肺积^[7]、癥瘕^[8]等均可因相关脏腑功能过盛或过衰引起情志异常。《素问·举痛论》载：“余知百病生于气也，怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，寒则气收，炅则气泄，惊则气乱，劳则气耗，思则气结”，可见情志还与气机相关联，情志极端化会引起气的变化，脏腑气机不顺，致使脏腑功能失调，如狂病、癫病、百合病、郁病等，《丹溪心法》载：“郁者，结聚而不得发越也，当升而不得升，当降而不得降”，便是情志致病。《素问·玉版论要》中提到“神转不回，回则不转，乃失其机”，张景岳在《类经》注“神即生化之理，不息之机也。五气循环，不愆其序，是为神转不回。若却而回复，则逆其常候而不能运转，乃失生气之机也”，这是五气生克制化异常、气机升降循环往复失常引起脏腑精气异常，继而影响神及情志，可见情志与脏腑精气、人体之神变化密切相关。

1.2.4 精气变化与养神 精气所构成的即是人体之神，相较于精气，人体之神的概念更能够涵盖生命功能，因此中医学对于神的调养极为重视，并视为最终目标，如《素问·四气调神大论》整篇都是提倡顺应天时恬静养神，《素问·上古天真论》提出“形体不敝，精神不散”，《素问·疏五过论》提到“精神内伤，身必败亡”，而在其他著作中也同样提到了对于养神的重要性，《保生要录·养神气门》中提及“故心不挠者神不疲，神不疲则黑不乱，气不乱则身泰寿延矣”，《医学心悟》中提到“人之有生，惟精与神。精神不敝，四体长春”，《景岳全书·治形论》中提到“善养生者，可不先养此形，以为神明之

宅”，所以对于神的养护不能脱离精气本身，需要先有形入手，以医疗手段恢复内在精气的正常运转，调理内在的阴阳五气，使精气充沛，滋养形体，才能使精神内守，治病于未病，人体之神才能和谐稳固，不受外来精气侵扰。

2 心主神明

心主神明的说法自《黄帝内经》而始，心为君主之位，神居于心中，依附于心之形，而随着近现代科学探究方法的逐步增加，部分中医学家认为神应该藏于脑，基于对大脑功能的探索以及反推，逐渐打破了心主神的垄断地位，然而人体之神并不是单一的指神志、情志、意识、思维，而是精气功能，即生命功能的最终体现，外感、内因为病皆是源于精气变动影响人体之神。笔者基于精气神理论，从以下三点阐述心与神的关系。

2.1 心为神之府 “神明”二字由“神”与“明”组成，《左传·昭公二十八年》指出“照临四方曰明”，《素问·灵兰秘典论》中对于明的理解如下“故主明则下安，以此养生为寿……主不明……以此养生为殃”，心为君主主宰其余十一官，君主明则精气得以施布于脏腑，其中提到主明是养生的前提，是精气得以正常输布的前提，精气输布有序，则精气多多益善，精气输布失序，则精气瘀阻于内反而为害，《灵枢·本神》载：“心藏脉，脉舍神”，血是精气输布的载体，脉是血液循行的通道，而心主血脉，心为精气输布提供了车辆及驰道，心为精气运转的核心，基于精气与神的关系，所以说心是神的府邸。

2.2 血为精气之车，脉为精气之道 《素问·六节藏象论》云：“心者，生之本……其充在血脉”，心主神明主要是依托于心主血脉，血脉承载了精气的输布，《诸病源候论》中记载：“凡荣卫大虚，腑脏伤损，血脉空竭，因而恚怒失节，惊忿过度，暴气逆溢，致令腠理开张，血脉流散也，故九窍出血”，可见血为病与情志变化密切相关，血脉空虚，脏腑失养，会引起情志变化，情志极端变化下引起气机逆乱，甚至引起血行脉外，九窍出血，其中可以明确的是，血与血中负载的精是维持脏腑功能的两大必要物质，且气为血之帅，气机正常运转是血正确循行脉中的必要条件，所以气、血、精、脉是维持脏腑功能的重要基础，《素问·灵兰秘典论》中提到“主不明则十二官危，使道闭塞而不通，形乃大伤”，其中主是心，而

道为脉,道闭塞则血不通,血不通则形失养,形失养则神无所依靠,而《素问·八正神明论》载:“故养神者,必知形之肥瘦,荣卫血气之衰盛。血气者,人之神”,《医宗必读》中提到:“气血者,人之所赖以生者也”,明确指出气血对于生命的重要性,《景岳全书》中提到“人有阴阳,即为血气。阳主气,故气全则神旺;阴主血,故血盛则形强。人生所赖惟斯而已”“而形以阴言,实惟精血二字足以尽之……,脾为五脏之根本,肾为五脏之化源,不从精血,何以使之灌溉?然则精血即形也。形即精血也……,故凡欲治病者,必以形体为主;欲治形者,必以精血为先”,张介宾认为,形、脏腑及精血三者联系密切,形依赖脏腑运转、脏腑运转依赖精血,《灵枢·营卫生会》云:“营卫者,精气也;血者,神气也”,张志聪《黄帝内经灵枢集注》注云:“营卫者,水谷之精气也。血者,中焦之精汁奉心神而化赤,神气之所化也。血与营卫皆生于精,故异名同类焉”,水谷之精气形成营气,血承载营气,所以血是精气的载体,《素问·脉要精微论》载:“夫脉者,血之府也”,《灵枢·决气》载:“壅遏营气,令无所避,是谓脉”,《素问·三部九候论》载:“必先去其血脉而后调之,无问其病”,《灵枢·小针解》中提到“宛陈则除之者,去血脉也”,所以血脉的通调对于疾病的诊疗尤为重要,《灵枢·经脉》云:“脉道以通,血气乃行”,可见脉是精气的通道,血通过脉濡养脏腑,充养形体,最终形成人体,充养人体之神。故病影响血、脉之时,神志、情志改变相较于其他病证更为明显,因为其影响整体血脉中的精气流转,进一步影响整体脏腑功能,造成的人体之神变化相较其他更为显著;而心主血脉,相较于其他脏腑更能代表精气神三者,故心与神密不可分。

3 结 语

中医学遵从整体观念,而神是一个整体,将人体所有的精气变化都囊括其中,所谓见微知著、司外揣内都是从生命外在表现推导精气变化,所以对于心主神明应该有更细微的认识,并不能单以养心安神,而应将调神作为治疗的最终目的,在治疗中,养神应从以下几个点入手,首先使精气有源,顾护脾胃、肺腑,得天地之五气、五味充养精气,然后通调血脉,使精气得以濡养脏腑、机体,调畅气机,通交心肾,阴阳五行升降循环往复有序,调养情志,使之平和宽厚,恬然自得,如此才得养神真意。结合以上对于精气神、心主神明的探讨,笔者认为相较于基于原本的以对症为主的治疗模式,在治疗中应该更加注重养神,应该以调节血、气、脉三者的和谐为切入点,以充足的精气供养脏腑,维持脏腑功能稳定,以达到神的稳定,从而提高整体疗效及预后。

参考文献

- [1] 王新华. 中医基础理论[M]. 北京:人民卫生出版社,2001.
- [2] 李学勤. 字源[M]. 天津:天津古籍出版社,2012.
- [3] 兰凤利. 中医古典文献中“阴阳”的源流与翻译[J]. 中国翻译,2007(4):69-72,95.
- [4] 王继训. 先秦秦汉阴阳五行思想之探析[J]. 管子学刊,2003(1):47-51.
- [5] 孙广仁,郑洪新. 中医基础理论[M]. 北京:中国中医药出版社,2012.
- [6] 王晶,许翠萍,杜巧荣. 肝硬化患者的心理状态分析[J]. 临床医药实践杂志,2009,18(3):170-172.
- [7] 周紫伊. 情志因素与肺癌相关性研究[D]. 南昌:江西中医药大学,2021.
- [8] 王瑞婷,须义贞. 子宫肌瘤发病的相关因素和中医证型研究[J]. 吉林中医药,2017,37(6):571-574.

(收稿日期:2023-09-02)

[编辑:徐琦,徐霜俐]