·临证体会·

古代哲学视域下“百病生于气”理论探析

张宜帆[1]，周曼丽[1]，罗晓欣[1]，柏雅楠[1]，简维雄[1,2]*

（1. 湖南中医药大学，湖南 长沙 410208；2. 湖南中医药大学国家重点学科中医诊断学湖南省重点实验室，湖南 长沙 410208）

摘要　气是宇宙万物的本源，参与人体的构成，维持人体生命活动。《素问·举痛论》曰：“百病生于气也”，无论是逆于天地之气，还是气机失调，抑或是人体之气失和，都会引起疾病的发生。中国古代哲学思想不仅研究世界的一般规律，也作为中华优秀传统文化的核心要素，为中医学提供了思想及理论基础，是中医学发展的根基。本文结合中国古代哲学中道、变易思维、中和思想及顺势思维浅析“百病生于气”，旨在全面理解气在人体生命中的重要性。

关键词　古代哲学；中医；百病生于气

中图分类号：R241.8　　**文献标识码**：A　　**文章编号**：1002－2392(2025)07－0040－04

DOI：10.19664/j.cnki.1002－2392.250139

气是古人对宇宙与生命的感知，可以看作是组成宇宙万物生命的能量。随着人们对宇宙及生命的不断探索，气的内涵也不断丰富，气逐渐成为最基本的自然哲学概念。《易经·系辞》曰：“形而上者谓之道，形而下者谓之器”，古代医家将无形之气引入中医学的研究与发展中，气成为人体生命活动中不可或缺的核心概念与物质，贯穿中医学理论体系的始终，也使中医学理论更加形象具体。无论是天地之气的变化，还是气机的升降出入，抑或是人体一身之气的盛衰平衡，都与人体的健康和疾病的发生息息相关。为了更好地理解气在疾病中的作用，指导疾病的治疗，本文以古代哲学思想为指导，从不同角度探析了“百病生于气”的理论内涵及重要性，并阐述了“百病当以调气为要”的原则，以期同道共勉。

1　气的含义

《说文解字·气部》载：“气，云气也，象形”，可见“气”最早用于描述云气物质。古代道家学者认为气由道所化，是一种充斥弥散在宇宙时空中的极细微物质，是世界万物得以发生发展的本原。《庄子·大宗师》载：“游浮天地之一气”，天地间一切形体生命都是由气聚合而成。《管子·内业》曰：“是故此气也，不可止以力，而可安以德；不可呼以声，而可迎以音”，从哲学层面论述了气的内涵。先秦儒家对于“气”的理解主要集中在诸如“血气”“浩然之气”“以气治心”等表达身心关系的词汇上。汉代，随着万物生成论的形成，“气”与“精”构成的精气学说逐渐深入和系统，同时与阴阳学说进一步结合，形成了更为完整的体系。思想家王充在《论衡》中提出：“元气未分，混沌为一……天地，含气之自然也。”此言道出元气是天地万物之起源。在唐代，“气”多与太虚、太极相提并论，至此出现“理气论”，并逐渐形成哲学体系[1]。

中医学中的“气”虽多在言中医学相关的特定含义，但其发展也基于古代哲学精气学说，与古代哲学从本质上是相通的。中医学理论基础源于古代哲学对宇宙生命的探索，在体系构建之初就运用了精气学说。早在《左传·昭元公年》中就有记载医和提到疾病的病因在于“六气”，《黄帝内经》更是深入探究了精气学说的内涵，并为中医气学理论体系奠定基础。随后，历代医家在前人研究基础上不断深入探究，创立多种学说，如喻嘉言强调胸中阳气的重要性，创立“大气论”；黄元御着眼于中气在人体的升降变化，创立“一气周流论”；唐容川则从气化角度阐释阴阳、水火、气血的

收稿日期：2024－05－14　　**修回日期**：2024－07－15

基金项目：国家自然科学基金项目(82374334)；湖南省自然科学基金项目(2022JJ30433)；湖南中医药大学研究生创新课题(2024CX038)

作者简介：张宜帆(1997－)，女，博士研究生，从事心血管疾病中医证治机理研究。

*通信作者：简维雄(1977－)，男，博士，教授，博士生导师，从事心血管疾病中医证治机理研究。

关系,创立“阴阳水火气血论”。这些学说不断丰富了“气”学理论,也使“气”成为中医学理论体系的重要组成部分。

2 从道论天地之气与发病

气由道所生,《淮南子·天文训》就阐述了哲学中道与天地之气的关系,曰:“道始于虚霩,虚霩生宇宙,宇宙生气,气有涯垠,清阳者薄靡而为天,重浊者凝滞而为地。”虚空法界化而为道,道根生干,从无到有,而后演化出宇宙,宇宙运作,道干再长,化气,而生天地万物[2]。《黄帝内经》继承了道家“气为天地万物本原”的学术思想,深入论述了天地之气对人的影响,《素问·阴阳应象大论》载:“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·宝命全形论》言:“天地合气,命曰平人”。同时,气也是天地万物的中介,如张景岳《类经附翼·运气》云:“万物之气皆天地,和之而为一天地;天地之气即万物,散之而为万天地。”《类经附翼·医易义》载:“乃至天地之道,以阴阳二气而造化万物;人生之理,以阴阳二气而长养百骸。”说明阴阳二气不仅是天地万物也是人体华盛之本。吴谦《医宗金鉴·运气要诀》曰:“惟太虚中之一气化生天地之形也……而太虚之气即已寓于天地之形也。是以天得之以资万物之始,地得之以资万物之生也。”可见,后世医家秉承古人研究基础并不断完善,充分说明了气与天地万物运动变化的关系。

人应天地之气而生,人体生理病理与自然变化密切相关。《素问·四气调神大论》云:“阴阳四时者,万物之终始也,死生之本也”,季节变化会影响人的生理功能及病理变化,又载:“春三月,此谓发陈……养生之道也”“夏三月,此谓蕃秀……养长之道也”“秋三月,此谓容平……养收之道也”“冬三月,此谓闭藏……养藏之道也”,即所谓春生、夏长、秋收、冬藏。《素问玄机原病式》曰:“所谓四时天气者,皆随运气之兴衰也。”六气之特性外应天地四时之气的变化,六气过极之于人体即六淫,发而为病,故应顺应六气变化,发病时应重视六气性用以及时调和,正如《图解素问要旨论·五邪生病》所言“大凡治病,必明此之寒暑燥湿风火六气,最为要也”。此外,昼夜晨昏之变与地域气候之异也会影响人体之气,从而影响疾病的变化,如疾病盛衰会随阴阳之气的变化而出现“旦慧、昼安、夕加、夜甚”(《灵枢·顺气一日分为四时》)的变化。天地之气不可逆,“逆之则灾害生”(《素问·四气调神大论》),诸病生,理应从之,“从之则苛疾不起”(《素问·四气调神大论》),体健正平,这就是所谓的“得道”。由此可见,百病可生于逆天地之气也。

3 从变易思维论气机与发病

《易传·系辞下》载:“天地之道,恒久而不已也”,又云:“易,穷则变,变则通,通则久。”《小雅·广诂》言:“变,易也。”变易思想在先秦就开始形成,“变”是宇宙运作的根本法则,“变易”乃宇宙万物皆变化之意。北宋哲学家程颐曰:“随时变易以从道也”(《易传序》),于中医学而言,变易是对人体生命变化规律的探究,而运动变化的视角也是中医诊疗模式的精髓所在[3]。

《素问·六微旨大论》曰:“夫物之生从于化,物之极由乎变,变化之相薄,成败之所由也……成败倚伏生乎动,动而不已,则变作矣”,气的运动永无止境,气时刻处在运动变化的弥散状态,其运动变化推动着事物的变化发展。气的运动又称气机,升、降、出、入是气的运动形式。气机的正常运作对人体生命尤为重要,不仅利于人体与自然界的物质交换,也有利于保持人体内环境的稳态,所以,《素问·六微旨大论》有“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危。故非出入,则无以生长壮老已;非升降,则无以生长化收藏”之论。人体五脏六腑正常功能的发挥、气血的正常运行、津液的代谢、精气血津液的相互作用、饮食的消化吸收与排泄无不是气升降出入作用的结果。气的运动产生的各种变化又称气化,《黄帝内经》中论述了气与形、精、味之间通过气化而相互转化,《素问·阴阳应象大论》曰:“阳化气,阴成形。”又载:“味归形,形归气,气归精,精归化……化生精,气生形……精化为气,气伤于味”。只有气机在人体规律运动,气化才能正常,人体才能正常运转,正如《素问·五运行大论》言:“气相得则和,不相得则病”。《景岳全书·诸气》曰:“夫人之有生,无非受天地之气化耳……而总惟血气为之用。然血无气不行。血非气不化,故经曰:血者,神气也……是以天地间阴阳变迁……无非气化之所为。”此言深刻阐述了气化的重要性,故气机失常则百病丛生[4],“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”(《素问·举痛论》)。

4 从中和思想论一身之气与发病

《中庸》曰:“喜怒哀乐之未发,谓之中;发而皆中节,谓之和。中也者,天下之大本也;和也者,天下之达道也。”中和思想在中国古代哲学发展史中占有重要地位,“中”指一种合乎事宜的适中状态,“和”为一种运动变化中的协调。“中和”反映了人们对和谐有序的追求,是一种境界、一种状态,也是一种准则,“致中

和,天地位焉,万物育焉”(《礼记·中庸》),“中和”也是人之生命所追求的目标。一身之气分为元气、宗气、营卫之气,由先天之气、后天之气构成,一身之气是人体内之气的最高层次,一身之气“和”于人体是维持健康的基础。

4.1　元气

《鹖冠子·泰录》载:“天地成于元气,万物成于天地”,元气是万物化生之原动力。中医学秉承此论,认为元气是人生命之根本,五脏六腑之气非此不能发。元气“和”于先后天之精,才能推动人体的生长发育、激发脏腑功能,维持人的生命活动。若先后天之精不足,元气“失和”,则生长发育迟缓、脏腑功能减退,抗邪能力弱,疾病随之而生。因此,百病可生于元气不和也。

4.2　宗气

宗气来源于肺吸入之清气与脾胃运化之水谷精气,积聚在胸中气海,上走息道与呼吸之气相合推动呼吸,中贯心脉鼓动气血促血运行,下至丹田以资养先天[5]。当肺与脾胃功能正常,宗气化源充足,则其功能“和”。若宗气“失和”,则呼吸不利、气血失和,疾病自起。故百病可生于宗气不和也。

4.3　营卫之气

“阴阳者,一分为二也”(《类经·阴阳类》)。营气主内属阴,化生血液以营养全身,卫气走外属阳,抵御外邪以保卫机体,二者对立制约,又互根互用,此消彼长,保持动态平衡。只有营卫之气各司其职,协调内外阴阳,不失其和,才能发挥“阴在内,阳之守也,阳在外,阴之使也”(《素问·阴阳应象大论》)的功能,调节腠理开阖,抵挡外邪入侵,协调脏腑阴阳。若营阴、卫阳失和,则阴阳调节失常,正气失和,脏腑功能失调,发为疾病。所以,百病亦可生于营卫之气不和也。

5　从顺势思维论百病以调气为要

《国语·越语下》曰:“因阴阳之恒,顺天地之常,柔而不屈,强而不刚”,又云:“天因人,圣人因天。”“因”即遵循、顺应,在这里范蠡首次明确提出“因”的概念,强调圣人处事与决策必须顺应自然规律。《史记·太史公自序》载:“有法无法,因时为业;有度无度,因物兴舍。故曰圣人不朽,时变是守。虚者,道之常也。因者,君之纲也。”由此可见,“因”天时、“因”变化之势在事物发生发展中的重要性,“顺势因时”也逐渐成为中国古代哲学思想的核心特点,这一思想显著推动了中医学思维方法的形成和发展。

“百病生于气也”,无论是逆于天地之气,或是人体气机失调,抑或是一身之气失和,都会引起疾病的发生。因此,百病的治疗应遵循顺时、顺势、顺人的原则,以调气为要。

《灵枢·顺气一日分为四时》言:“顺天之时,而病可与期,顺者为工,逆者为粗”。治病理应“顺天之时”,不仅考虑季候变化对人的影响,还应考虑昼夜晨昏与日月运行等对人的影响。四时用药应注意“用寒远寒,用凉远凉,用温远温,用热远热”(《素问·六元正纪大论》),秋冬季节渐冷避免过用寒凉,春夏季节逐渐炎热避免过用温热,还应结合“春夏养阳,秋冬养阴”(《素问·四气调神大论》)以防治未病。李东垣《脾胃论·用药宜禁论》载:“凡治病服药,必知时禁。夫时禁者,必本四时升降之理,汗、下、吐、利之宜。”如春生、夏长之时,其时势上行,可行吐法鼓舞胃气,使邪气随上逆之胃气而出;又如春夏气升之时可行汗法,发汗以透邪外出,因其药性发散,故秋收、冬藏之际当慎用。妇女气血随月令圆缺而产生盛衰变化,治疗上应注重“月生无泻,月满无补,月郭空无治”(《素问·八正神明论》)。此外,还应根据昼夜之气的阴阳变化,择时治之。

“人之生死,全赖乎气。气聚则生,气壮则康,气衰则弱,气散则死”(《医权初编》),气的升降出入是生命活动得以维持的动力,故治病必须“顺应人体气机之势”。《素问·至真要大论》中记载调气之法,“逆之从之,逆而从之,从而逆之,疏气令调,则其道也。”在辨证论治基础上,结合五脏六腑的生理特点及精气血津液的生理关系,益气升提以调脾,通腑降浊以和胃,宣降肺气以理肺,疏肝行气以顺肝,静补以应脏虚,通泄以顺腑实。通过调节气的升降出入运动变化,使气机调畅,气顺则病祛[6]。

《丹溪心法·痰》云:“人之气道贵乎顺”,一身之气当“和”,机体功能才能正常发挥,故治病须“顺人之气道”,以和为本。元气、宗气以及营卫之气都与先后天之精气密切相关,因此,调人体之气尤当注意调补脾肾,人体之气化源充足才能保证气“和”。同时,营卫之气的调摄还应结合机体之阴阳偏重,“谨察阴阳所在而调之”,损其有余,补其不足,“以平为期”。

6　“百病生于气也”验案举例

包某,女,72岁,2023年4月3日以胃痛、反酸、烧心半月余为主诉就诊。患者自觉胃部隐痛,反酸,烧心,食道及咽部有烧灼感,情志不畅时加重,不呃逆。舌暗红,苔黄,脉弦滑。西医诊断为胃食管反流病,中医辨证为肝气犯胃、胃气上逆证,治以疏肝和胃。处方:百合15 g,吴茱萸5 g,柴胡10 g,白芍15 g,黄连10 g,法半夏10 g,沉香6 g,枳壳10 g,桔梗10 g,夏枯

草 20 g,郁金 10 g,旋覆花 15 g,生甘草 6 g,14 剂,水煎服,日 1 剂早晚分服。患者服用 14 剂汤药后胃部已无不适症状。

按语:患者为胃食管反流病,自觉胃部隐痛、反酸、烧心,结合发病季节为 4 月,正值春季阳气升发之时,属胃气随春之升发之气而上逆。肝主疏泄助脾胃运化,当肝气失和时,横逆犯脾,故情志不畅时症状加重。舌暗红,苔黄,脉弦滑,为肝气郁滞之征。此病案印证了“百病生于气”,故当“以调气为要”,宜疏肝降气,调理气机。方中柴胡、郁金既疏泄肝气解郁,又顺应春季之性,防止升发太过;夏苦草、黄连、法半夏辛开苦降,清肝热,调和胃气;白芍、甘草柔肝疏肝,缓急止痛;胃以降为顺,故用百合配吴茱萸、沉香、旋覆花增强降气和胃止痛之功,以顺应胃气;脾胃为升降枢纽,桔梗与枳壳相伍,升降相因,调畅脏腑气机,促进机体自愈。

7 小结

“气”是中国文化中的重要元素,“气”也是中医学理论体系中的重要内容。本文结合古代哲学中道、变易思维、中和思想,通过分析天地之气、气机及气对人体的影响,论述了“百病生于气”的内涵,并在顺势思维指导下结合气生百病的机制阐述了“百病以调气为要”的治则,即治病当参天地之气、顺气机之变、调一身之气,旨在强调气在人体中的重要作用,同时展现中医学与古代哲学的紧密联系。中国古代哲学是中医学理论发展的根基,只有深入领会中国古代哲学思想,将其融会贯通于中医学理论,才能全面深刻地掌握中医学理论的内在真谛,并将中医学理论运用于中医诊疗过程中。

参考文献:

[1] 张其成. 中医哲学基础[M]. 北京:中国中医药出版社,2004:198 - 199.
[2] 严家凤,林家虎. 论哲学之气与中医之气的分殊[J]. 医学与哲学,2019,40(19):17 - 19,64.
[3] 尚力,张苇航. 变易思想·生生之道[M]. 上海:上海科学技术出版社,2020:131.
[4] 胡慈姚. 论“百病生于气”与气机理论的临床价值[J]. 中华中医药杂志,2007,22(6):392 - 394.
[5] 王键. 中医基础理论[M]. 2 版. 北京:中国中医药出版社,2016:137 - 138.
[6] 冯兴中,王永炎. 论“百病生于气也”[J]. 北京中医药大学学报,2014,37(1):5 - 8,14.

Exploration of the Theory “All Diseases Originate from Qi” from the Perspective of Ancient Philosophy

ZHANG Yifan[1], ZHOU Manli[1], LUO Xiaoxin[1], BAI Ya'nan[1], JIAN Weixiong[1,2]
(1. *Hunan University of Chinese Medicine*, *Changsha* 410208, *China*; 2. *National Key Discipline of TCM Diagnosis and Hunan Provincial Key Laboratoy*, *Hunan University of Chinese Mecidine*, *Changsha* 410208, *China*)

Abstract Qi is the fundamental source of all things in the universe, participating in the composition of the human body and maintaining life activities. It is said in the Plain Questions · Treatise on Pain that All diseases originate from Qi. Whether it is due to imbalance with the cosmic Qi, disruption of the Qi mechanism, or disharmony of the body's Qi, qi disorder can lead to the onset of diseases. Ancient Chinese philosophical thought not only explores general laws of the world but also serves as a core element of traditional Chinese culture, providing both ideological and theoretical foundations for traditional Chinese medicine (TCM) and serving as its root. This paper combines the Daoist, transformative thinking, the theory of harmony, and the principle of going with the flow in ancient Chinese philosophy to analyze the theory of “All diseases originate from Qi,” aiming to provide a comprehensive understanding of the importance of Qi in human life.

Key words Ancient philosophy; Traditional Chinese medicine; All diseases originate from Qi