

的不足,把督脉空虚作为妇人不孕的重点病因病机,一改历代医家只重视冲任的观点,并结合现代医学理论创制序贯疗法和基础方剂,应用于月经不调和不排卵的不孕患者疗效显著,同时黄教授从传统治疗不孕的方法中汲取营养,重视五脏同调法治疗不孕,尤其是黄教授重视心、肺两脏对不孕的影响实属创造性应用,为中医病机学研究拓展了空间,黄教授重视身心医学的研究成果和发展动向,对情绪心理因素造成的不孕格外重视,在临床上采取有效的疏导如共情、转移、倾听等方法对患者进行心理疏导,进而取得良好疗效。综上所述,不孕是一种综合因素造成的疾病,黄教授亦采取综合性的方法加以治疗,把辨证论治的中医思想贯穿于治疗始终,全面把握疾病本质,故应之如桴鼓,疗效如神。

参 考 文 献

- [1] 方云芸,黄金珠,马洁,等. 右归丸对雄激素致排卵障碍型不孕大鼠血清 E2、T 和 IGF-1 的水平影响[J]. 环球中医药, 2010, 3(3): 194-197.
- [2] 任豪,喻国华. 喻文球治疗不育症经验[J]. 中医杂志, 2008, 49(3): 205-206.
- [3] 李汉青. 中医对不孕症的认识和治疗[J]. 环球中医药, 2008, 1(3): 13-14.

(收稿日期:2013-08-29)

(本文编辑:蒲晓田)

· 争鸣 ·

治神的气功学解析

葛鹏 张海波 刘峰 陈珑方 郭建红 魏玉龙 陈昌乐 刘天君

【摘要】 通过研究《黄帝内经》经典文献和文字学的方法,分析“治”的含义,提出治神是一长期的锻炼过程,而非局限于医者针刺时的精神状态,这一锻炼的目的是令医者正气充足。“治神”当中的“神”是一个广义的概念,同时包含精神和气血的因素。治神取得成效的标志是进入气功三调(调身、调息、调心)合一境界。

【关键词】 治神; 气; 三调合一

【中图分类号】 R214 **【文献标识码】** A doi: 10.3969/j.issn.1674-1749.2014.04.015

治神这一概念出自于《黄帝内经》,是针灸学临床的重要原则,与针刺疗效密切相关。后世医家对治神都很重视,但大多把治神理解为针刺时医患双方精神的专一状态^[1-2],这一解释看似有理,实则颇为含糊,诸如为什么治神可以解释为专一精神,如何专一精神,达到这种专一精神为何能促进疗效,这些问题并没有完善的回答,笔者试图对此问题做一分析。

1 治神的“治”为一长期过程

治神出自《素问·宝命全形论》,文曰:“故针有悬布天

下者五,黔首共余食,莫知之也。一曰治神,二曰知养身,三曰知毒药为真,四曰制砭石小大,五曰知府藏血气之诊。”在这篇经文里,明确提出了治神是针灸施术的首要原则。

《黄帝内经素问吴注》曰:“治神,专其精神也。”《黄帝内经素问集注》引《灵枢·九针十二原》中“神在秋毫,属意病者,神属勿去,知病存亡”一句来解释治神。《黄帝内经素问校注》一书解释治神为专一精神,依照这种解释,治神是对医者在做针刺手法时的要求。

对比《黄帝内经》其余条文关于针刺的描述如《素问·宝命全形论》云:“如临深渊,手如握虎,神无营于众物。”《灵枢·九针十二原》云:“神在秋毫,属意病者。审视血脉,刺之无殆。方刺之时,必在悬阳,及与两卫。神属勿去,知病存亡。”《灵枢·终始》云:“专意一神。”这些经文大体都在论述医者针刺时的状态,于《素问·宝命全形论》文中治神解释为专一精神似乎很合适,没有矛盾的地方。

高士宗对治神有不同的解释,《黄帝素问直解》云:“以我之神,合彼之神,得神则昌,故治神为先。”提出治神要以医者的“神”合于患者的“神”,医患双方配合才是治神。

上述这些解释,看似合理,但并无切实的依据,“治”可

基金项目:国家自然科学基金面上项目(0973781)

作者单位:100029 北京中医药大学针灸推拿学院[葛鹏(博士研究生)、张海波、陈珑方(博士研究生)、郭建红(博士研究生)、魏玉龙、刘天君];北京联合大学特殊教育学院(刘峰);上海市气功研究所(陈昌乐)

作者简介:葛鹏(1984-),2012 级在读博士研究生。研究方向:针灸气功文献。E-mail: 02gerong@163.com

通讯作者:刘天君(1949-),教授,博士生导师。研究方向:气功。E-mail: liutj2911@126.com

以解释为专一或者相合吗?这需要从文字学的角度做一考察。“治”见于《说文解字》,但只有一个含义,它是山东一条河流的名字。段玉裁的《说文解字注》只是考察了这条河流经过的地域,并没有提出其它的含义。

根据学者考证,《黄帝内经》成书于汉代,而汉代之典籍中“治”的含义大体为管理、学习、经营、定都、处理政事的才能等。如《吕氏春秋·察今》云:“治国无法则乱。”《孟子·滕文公上》云:“劳心者治人,劳力者治于人。”这里“治”为管理、治理的含义。《周礼·大宗伯》云:“治其大礼。”这里“治”为训练、学习的意思。《史记·越王勾践世家》云:“父子治产,居无几何,致产数十万。”这里“治”为经营的意思。《汉书·高帝纪》云:“又治秦中。”注:“谓都之也。”这里“治”为定都的含义。《左传·庄九年》云:“管夷吾治于高奚,使相可也。”这里“治”为治理政事的才能。

总的来说,在《黄帝内经》之前以及时代比较接近的典籍之中,“治”均为一相对长期的概念,并非一个临时的状态,也没有专一或者相合的含义,所以上述注解中解释治神为医者针刺施术时专一精神或者医患双方的配合,从医理上可以说得通,但是缺乏文字学的依据。

而根据上述“治”在先秦及汉代的含义,应当把“治神”解释为医者平素对“神”的治理和训练,所谓养兵千日,而用兵一时,《素问·宝命全形论》这段经文强调的是养兵千日,而上述“如临深渊”、“专意一神”等经文强调的则是用兵一时,两者不可混淆。

最后考诸原文,可以看到治神、知养身、知毒药为真、制砭石大小、知府藏血气之诊这五个原则是并列的关系。而知养身、知毒药为真、知府藏血气之诊三个条文里面都有“知”字。《说文》说:“知,词也。”《玉篇》说:“识也,觉也。”结合在一起的意思就是说把一个东西研究清楚以后再用语言表达出来叫做知。这样把一个东西学习清楚,进而能够表达必然需要一个漫长的过程。制砭石小大就是学会制造各种不同的砭石,这也是一个学习的过程。原文治神和这四条原则并列,那么根据文意治神也应当是一个过程,而非医者针刺时的临时举措。

2 治神的“神”是一广义概念

神是先秦哲学的一个重要概念,《说文解字》解释神为“天神,引出万物者也。从示、申”。徐灏笺注说:“申即引也,天主降气,以感万物,故言引出万物。天地生万物,物有主之者曰神。”从这个解释来看,神的原始含义是主宰主导的意思。

《康熙字典》中引用了更多的先秦文献来解释“神”,除了上述主宰的含义以外,还有神明、神妙、鬼神等含义。如《周易·系辞》中“阴阳不测谓之神”的“神”即为神妙的含义;而张衡《东京赋》中“神荼副焉”、《孔雀东南飞》中“故作不良计,勿复怨鬼神”这两句中“神”为鬼神之意。

可以看出,神这一概念的引申大体有两个方面,其一向人格化方向转变,将神变为主宰、影响万物命运的神灵;其二

向哲学化方向转变,把神解释为规律或者功能。

《黄帝内经》多处经文都有“神”,含义复杂,在上述义项的基础上,还结合医学理论及实践,对神的含义做了进一步的引申。其突出的特点概而言之,是凸显“神”在人身上的含义。如“心藏神”,“心者,五脏六腑之大主也,精神之所舍也”,“心者,君主之官,神明出焉”等经文将“神”和“心”做了密切的关联,指人的精神;再如“神乎神,耳不闻”指一种灵感和直觉的状态;如“故神者,水谷之精气也”,“血气者,人之神”,“神者,正气也”,“神失位,使神采不圆”这些经文中的“神”偏重于指人的整体功能,水谷充足的供给和吸收,气血的正常运行,正气的充沛,神志的光彩这些都是人“神”充沛的物质基础和表现。现行的《中医基础理论》总结《黄帝内经》当中对“神”的认识,提出“神”有广义和狭义两个概念,广义的“神”就是人的整体状态,狭义的“神”指人的语言、逻辑、表情等精神的状态。

“神”在《黄帝内经》中的含义如此丰富,那么“治神”的“神”究竟是哪种含义更为合适呢?回答这一问题需要从“治神”的目的来考虑,只有清楚了“治神”的目的,才能明确“治神”的“神”具体包含了哪些含义。笔者认为,治神的目的使使医者的正气或者气血充盛,理由如下:

其一,杨上善在《太素》中说:“存身之道,知此五者,以为摄养可以长生也……五神各安其脏,则寿延遐算也。”杨上善将“治神”解释为五脏气血正常运行,目的是养生长寿。

其二,张介宾在《类经》中说:“此以病人之神为言,神者正气也,得神则昌,失神则亡,故刺之真要,必先以正气为主。”张介宾认为“治神”主要目的是调理患者的正气。中医治疗的目的是“以平为期”,这里说的平是平人,是中医构建的一个健康标准,所谓的“常以不病调病人”也是这个意思。在临床操作中,医者只能根据自己来做“平人”和“不病”的标准,比如脉诊中一息几至,一息就是医者的一次呼吸。所以医者本身的健康状态直接会影响疗效,也就是说医者气血充足,正气充沛才能充分地影响和调节病人的气血,从而使之恢复正常,取得较好的疗效。

其三,在《黄帝内经》时代,医者最主要的治疗方式是针刺,方药的比例微乎其微,针刺对医者的精力消耗远大于方药。今天的临床也可以看到,同样是专家门诊,针灸半天看三十人就很累了,而内科的大夫,看三四十人则相对要轻松得多。治神作为针灸的原则,会强调医者的正气充盛,是理所当然的事情。

总的来说,治神的目的是医者的正气充足,医者正气充足,才能充分影响和调动患者的气血,使之恢复正常,这也是张介宾强调治神要调理和调动患者的正气的目的。

“治”是医者长期训练的过程,“治神”目的是增强医者气血或正气,明确了上述内容,那么“治神”中“神”的含义也就清楚了,神就是具体锻炼的内容。

在锻炼中,可以主动控制身体的内容不外乎姿势动作、呼吸和精神状态,所以中医气功学将一切锻炼都用调身、调息、调心三调来概括^{[3]2}。《黄帝内经》时期对三调已经有了

明确的认识,如《上古天真论》中“呼吸精气,独立守神,肌肉若一”这三句话,很明显就是分别说的调息、调心、调身。锻炼时可以从调息入手,采用吐纳的方法来进行练习;也可以从调心入手,采用观想、意守等方法来进行练习;还可以从调身入手,采用导引的方法来进行练习。

不管是以精神为主的调心,还是以气血运行为主的调身和调息,长期坚持下去,都可以达到强健身体,精力充沛的目的。所以“治神”的“神”是一广义概念,包含人体精神和气血两方面。

3 治神和三调合一

治神的目的是医者的正气充足,但是正气充足仍然是一模糊的概念,其标志是什么?换句话说,医者到达什么样的状态就可以说治神有了成效呢?这还需要回到《素问·宝命全形论》的经文上,文曰:“凡刺之真,必先治神……见其乌乌,见其稷稷,从见其飞,不知其谁,伏如横弩,起如发机。”乌乌和稷稷指的是气运行的状态,“从见其飞,不知其谁”说气的往来,而医者针刺就如埋伏好的弩箭,看到鸟就直接扣动扳机,完全是一种直觉,患者气到了,医者的针也就刺了,其效如神。这是针刺的理想境界^[4],这种状态,是治神取得成效的标志。

这里经文重点强调的是一种自发的状态,医者在针刺时没有意识的主观操作,他只是保持空灵的心态,精神集中,感觉患者的气血运行,患者气到和医者针刺是同时自然而然发生的,没有先后的差别。这种自然而然的状态正是中医气功学所说的三调合一的境界^{[3]80-83}。

气功锻炼是从调身、调息、调心三调入手的,但是仅仅只有三调,那和别的锻炼方式并无区别。任何锻炼方式都可以用三调来概括,比如平时跑步,如果为了减肥,那就重点在肢体运动,这属于调身;如果为了锻炼心肺功能,那要注意呼吸,这属于调息;如果是为了放松或者发泄情绪,那要放空头脑,不去想工作或者那些烦心的事情,这属于调心。

气功和其他锻炼最大的区别在于是不是三调融为一体^[5]。其他锻炼的三调不管从目的还是操作上来说,都是可以区分的,它们的三调相对独立,三调的操作需要主观去

控制。而气功不同,无论练习什么功法,都要求三调融为一体,以三调合一为目的。

气功刚开始和其它锻炼一样,是三调的各自练习。三调练习熟练以后,逐渐深入,使三调产生有机的联系,每一调都同时伴随其他两调,比如在调息的时候,调身和调心自动随着呼吸而发生。然后继续深入,三调的界限逐渐模糊,三调之间的有机联系越来越突出,直到这种自然的联系完全取代了主观意识的操控,一切都是自然地发生,这时候就进入了三调合一的境界^{[3]80-83}。

达到三调合一的境界以后,人体气机运行就不受主观意识干扰,这时完全是一种自然而活泼的状态,它会根据身体和外界的情况,自发地作出反应,使身体处于最合适的状态,这也就是中医讲的天人合一的境界。对内而言,三调合一时气血能自发地感受到身体不协调的状态,自动作出调整,从而起到治疗预防疾病、补充正气的功效;对外而言,三调合一时医生能感觉到病人气血的运行情况,针下自然能做出最适合的操作,从而治疗患者的疾病。

总之,治神是一长期的锻炼过程,这个过程需要医者通过主动调节自己的身心,从而补益自身的正气。治神取得成效的标志是到达气功所说的三调合一的境界。

参 考 文 献

- [1] 赵吉平. 论《素问·宝命全形论》“凡刺之真,必先治神”[J]. 北京中医药大学学报, 2009, 32(2): 77-79.
- [2] 王文远. “凡刺之真,必先治神”是针刺的核心[J]. 中国针灸, 2009, 29(2): 87-90.
- [3] 刘天君. 中医气功学[M]. 3版. 北京:中国中医药出版社, 2012.
- [4] 卓廉士. 感应、治神与针刺守神[J]. 中国针灸, 2007, 27(5): 383-386.
- [5] 刘天君. 气功治疗心血管疾病的基本方法[J]. 上海中医药杂志, 1999, (4): 21-23.

(收稿日期:2013-12-20)

(本文编辑:黄凡)

· 信息之窗 ·

本刊核心影响因子为 0.603

据 2013 年 9 月 27 日中国科技信息研究所每年一次发布的《2013 年版中国科技期刊引证报告(核心版)》显示,《环球中医药》核心影响因子为 0.603(2011-2012),比去年统计的 0.338 有较大的提升,在 29 种中医药类中国科技核心期刊中排名第 5。在 1930 种中国科技核心期刊中,《环球中医药》影响因子排名从原来的 1149 位上升到 523 位,综合评价总分从原来的 1358 位上升到 617 位。

同期,本刊扩展影响因子 0.821,扩展他引率 0.89,扩展 H 指数 6(至少有 6 篇文章被引不低于 6 次)。