

# A Preliminary Study of Yang-Qi in Traditional Chinese Medicine

Wei Wenlong, Dong Xiujuan\*

College of Traditional Chinese Medicine, Hainan Medical College, Haikou Hainan  
Email: 2593061275@qq.com, \*1041521584@qq.com

Received: May 7<sup>th</sup>, 2019; accepted: May 23<sup>rd</sup>, 2019; published: May 30<sup>th</sup>, 2019

---

## Abstract

Qi is the most basic substance that constitutes the human body. Among them, Yang-qi, which has the functions of warmth, excitement and promotion, is the basic substance of all human life activities and the power source of human life activities. The water is gasified to form Yang-qi, which is transported to the whole body through the physiological characteristics of the lungs facing hundreds of veins, thus warming the Yin liquid again and making it gasify to form Yang-qi, which starts from cycle to cycle. The function of Yang-qi and Yin-liquid is similar to the positive feedback function of modern medicine. The more Yang-qi is, the faster the effect of Yin-liquid gasification is. Of course, this is proposed without considering the deficiency of Yin-liquid. From the viewpoints of traditional Chinese medicine, such as water metabolism, bladder gasification, and the role of Yang-qi in human body, and combining with some simple physical basis, this paper preliminarily explores the author's understanding and views on Yang-qi.

## Keywords

Yang-Qi, Yin-Liquid, Gravity, Physics

---

# 中医阳气之初探

魏文龙, 董秀娟\*

海南医学院中医学院, 海南 海口  
Email: 2593061275@qq.com, \*1041521584@qq.com

收稿日期: 2019年5月7日; 录用日期: 2019年5月23日; 发布日期: 2019年5月30日

---

\*通讯作者。

## 摘要

气是构成人体的最基本物质, 其中具有温煦, 兴奋, 推动等作用的气即为阳气, 它是人体一切生命活动的基础物质, 也是人体生命活动的动力来源。水液经过气化作用, 生成阳气, 阳气在通过肺朝百脉的生理特性输布到全身, 从而再次温化阴液, 使其气化生成阳气, 周而复始, 循环往复。阳气与阴液的作用是类似于现代医学的正反馈作用, 当阳气越多的时候, 阴液气化的作用就越快, 当然这是在不考虑阴液不足的情况下提出的。本文从水液代谢, 膀胱气化, 以及阳气在人体中的作用, 等传统中医观点, 并结合部分简单的物理学基础, 初步探究一下笔者对阳气的理解和看法。

## 关键词

阳气, 阴液, 重力, 物理

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

人之所本生, 原为四肢着地而行, 欲引上而摘果, 故而沉浊阴而下以实下肢, 使之有抵抗重力之用, 升精气而上以利上肢, 使之做工精细之用。若浊阴不下, 则无以实下肢, 将发下肢痿痹, 瘫痪; 精气不升, 则无以利上肢, 将发手指手臂屈伸不利, 挛急。中焦者若阴液不下, 则胃与大小肠阴液不足, 则便秘, 二便不畅频出; 若气机上提不利, 则将发脏器下垂及其并发症。以上所讲, 皆不绝对, 气液不可独存, 在不同部位分别扮演一主一副的位置, 不可或缺。正如心肾的相交, 交者则为泰, 不交者则为否。心属火, 藏神; 肾属水, 藏精。两脏互相作用, 互相制约, 以维持正常的生理活动。泰者为肾中真阳上升, 能温养心火; 心火能制肾水泛滥而助真阳; 肾水又能制心火, 使不致过亢而益心阴。这种关系, 也称水火相济。而否极泰来中的否, 是为心或肾中任何一方的失调, 均可导致心肾之间“水火既济”的关系破坏而出现相应的病证, 称之为“心肾不交”或“水火不济”。则会出现心火亢于上, 不能下交于肾, 或肾水不足, 不能上济于心, 可出现心悸怔忡、心烦、失眠多梦、五心烦热、眩晕耳鸣、腰膝酸软, 或男子梦遗, 女子梦交等“心肾阴虚火旺”的证候; 或出现肾阳虚衰, 不能温化水液, 阳虚水泛, 则可出现畏寒、尿少、水肿、心悸、心慌等心肾阳虚, 水湿泛滥的证候。也反映了阴阳调和或者是阳气和阴液共同协调的重要性。

而笔者认为, 人体如一水缸, 其中的气阴本身是没有属于自己的规则的, 因气为轻, 阴为重, 受浮力与重力之作用, 才会使气上升, 阴下降。

## 2. 阴液与阳气的关系

### 2.1. 阴液生气

《黄帝内经·经脉别论篇第二十一》曰: “饮入于胃, 游溢精气, 上输于脾, 脾气散精, 上归于肺, 通调水道, 下输膀胱。水精四布, 五经并行。合于四时五脏阴阳, 揆度以为常也。”意思就是说, 水液入胃, 经脾胃共同作用生化精气, 然后输布全身, 供人体利用。其中兴奋的部分即为阳气。

## 2.2. 阳气催动膀胱气化

《素问·灵兰秘典论》曾云：“膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出矣。”讲的是膀胱经气化功能使水液正常代谢的过程。自内经之后，后世医家对膀胱气化皆有所论。《灵枢·营卫生会》曰“下焦如渫”，意指下焦灌溉水液，泌别清浊，排泄二便等，而小肠，大肠，膀胱同居下焦。小肠的作用在于受盛化物，泌别清浊，而《灵枢·营卫生会》一文中也说明：“下焦者，别回肠，注入膀胱而渗入焉。故水谷者，常并居于胃中，成糟粕而俱下于大肠，而成下焦。渗而俱下，济泌别汁，循下焦而渗入膀胱焉。”两者相结合之后，得出结论，小肠在接受水谷、津液之后，经过泌别清浊，将水液与糟粕分别注入膀胱和大肠之中，故而小肠的作用可以视作为膀胱气化，提供最初的物质来源。正如小肠实热证，实为心火下移小肠，导致小肠里热炽盛，从而影响了小肠泌别清浊和下焦气化功能。也正是因为心火下移小肠而损伤了津液，才导致了膀胱被蒸腾所引起的尿黄尿热，才引起了膀胱气化功能受损引起的气机不利导致的小便涩滞疼痛。在《试论膀胱“气化则能出”》一文中，作者详细总结了膀胱气化的多种说法，即肾、肺、脾、三焦是后世医家论膀胱气化的焦点所在，但由于肾与膀胱相表里。因此，多数学者更倾向于肾阳是膀胱气化之源的观点。这一点在前文所提及的《灵枢》两则，以及贺娟老师的《试论膀胱“气化则能出”》皆可体现。另外一点，作者亦详细论述了膀胱属足太阳之经，其经脉阳气是膀胱气化功能的重要来源[1]。同时论及脾在于气化过程中的作用，中医认为肾为先天之本，脾为后天之本，而脾主运化水谷、运化水液，其表在于依赖脾阳，其根本却在于肾中元阳，肾为先天之本，肾阳是全身阳气之根本，故脾阳根于肾阳，脾脏依靠肾阳的温煦才能运化正常[2]。

综上所述，水液经过气化作用，生成阳气，阳气在通过肺朝百脉的生理特性输布到全身，从而再次温化阴液，使其气化生成阳气，周而复始，循环往复。阳气与阴液的作用是类似于现代医学的正反馈作用，当阳气越多的时候，阴液气化的作用就越快，当然这是在不考虑阴液不足的情况下提出的。例如：孔明灯的升空，需要酒精的燃烧，从而催动孔明灯饱满，然后升空。而最初的一把火，就是人体的先天之阳，酒精就是人体摄入的水谷水液，所产生的气，即为阳气。而正是阳气的升动，才给了孔明灯上升的力量。

液为人体之津液，易查易触，此处暂且不论，先论气，而气为中医中最重要的物质，体内一切的运动，皆依靠气之推动。故气为上，液为下之规则，也依靠气之运动。

## 3. 阳气

### 3.1. 阳气的定义

中医学认为，气是构成人体的最基本物质，同时也是维持人体生命活动的最基本物质。气者，分阴阳，即阴气与阳气，而阴阳者，也是对立而言的，有医家认为，阴气者，是人体内具有凉润，宁静，抑制等作用的气；阳气者，是人体内具有温煦，兴奋，推动等作用的气[3]。《黄帝内经·上古天真论篇第一》中提到：女子“二七，而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。”以及男子“二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。”而其中肾气，就可以理解为肾气中能够推动人类身体进度的部分，即为肾中之阳气。从此篇中可以了解到女子从二七到四七，男子二八到四八均为肾气强健之时，人体就保持在快速的成长与持续的强壮时期，而从女子五七到七七，男子五八到八八肾气处于一个衰败的阶段，而人的身体机能在不同阶段也有了或多或少的、各个部位的减退，也说明了，阳气之于人体的重要性，以及阳气之于人体的作用。如：小儿为纯阳之体，出生时，其两手紧握，便将其看作握着自己的命，也是自己的阳气，进一步说就好比老人去世，都说撒手人寰，没有撒脚人寰，撒心人寰等等说辞，也说是，没气了，从未见过说没血津液精了之类的，所以大胆推测之后得出了小儿出生手握阳气的说法。

### 3.2. 阳气的作用

笔者认为正是阳气才给了人类抵抗重力的根本。正如开篇所说, 人类能够直立, 是浊阴下降实其四肢所致, 那么是什么给了浊阴下降的动力呢? 毫无疑问, 正是阳气。此外, 再来比较一下阳气足与阳气不足的人的行为, 便说的清楚明白了, 孩子为纯阳之体, 有些老人阳气虚衰最为常见, 我便以此比较, 孩子小时候爱高处, 爱坐在父亲的肩头, 爱“骑马”, 这些行为全是在增加自己的重力势能, 换句话说就是在抵抗重力做功; 而老人则相反, 他们往往喜欢弯腰, 喜欢脚踏实地的, 喜欢安安静静的坐着, 就是因为其阳气不足, 导致其没有了抵抗重力的动力, 所以只有靠外部的椅子, 床, 大地来给他弹力, 使其外部构成与重力的平衡。男女之间也看的出来, 男为阳女为阴, 所以有些男生在走路的时候就爱蹦, 就爱跳, 而女生则是安安静静, 一步一步地走。“天人合一”为中医的哲学理论基础, 而又源自于自然, 例如稻谷成熟的时候, 谷穗都会下垂, 就是因为稻谷在未成熟之时, 需要阳气的温煦和推动, 使其能够快速成长, 在这个时候, 因为阳气向上、向阳的特性, 就会牵拉谷穗使其向上, 而稻谷一旦成熟, 其中的物质就大多数转化为了淀粉, 就需要减缓代谢功能, 来减少淀粉的消耗, 在这个时候, 其内部就不需要太多的阳气, 只需要维持正常、必须的生命活动即可, 而其阳气减少之后, 就不存在足以抵抗重力的阳气的量, 所以谷穗才会下垂。

### 3.3. 有关阳气的假设

笔者做了如下假设: 阳气, 笔者认为, 可以将其理解为给予了人更多的能量, 如同气虚之人使用补气药, 可以举例为事实的方子比比皆是, 例如补中益气汤, 补阳还五汤之类。为方便理解, 可以认为是为能量缺少的人补充能量, 就好像手机没电充电一样。人好像一个容器, 当他承受不了这么多能量的时候, 就会出于其本能, 寻找宣泄的出口, 人就会不自然的上升, 因为消耗能量, 抵抗重力是最方便的了。而且单纯从运动学的角度来做功,  $W = F \cdot l = m \cdot a \cdot l$ , 当人的质量与移动的距离一定时, 如果想做功大于重力, 其加速度必须大于  $9.8 \text{ m/s}^2$ , 对于人类来说, 这个加速度实在难以达到。但是与其说难以达到, 不如说难以持续, 例如, 100 米短跑, 现在的记录为 9 秒 58, 但如果人能以加速度为  $9.8 \text{ m/s}^2$  跑上 100 米, 大概只需四到五秒的时间, 这种速度, 已经超越了目前人体所能承受的极限了。

### 参考文献

- [1] 贺娟. 试论膀胱“气化则能出”[J]. 北京中医药大学学报, 2002, 25(4): 10-11.
- [2] 吕银娟, 张智华, 吴建红. 从四神丸探析脾阳根于肾阳[J]. 中医研究, 2012, 25(5): 10-12.
- [3] 孙广仁. 中医学的阴气、阳气概念辨析[J]. 中华中医药杂志, 2005, 20(11): 6-8.

#### 知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>  
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2166-6067, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>  
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>  
期刊邮箱: [tcm@hanspub.org](mailto:tcm@hanspub.org)