

气至、气至而有效、得气、针感的内涵与关系

刘小平¹, 陈飞宇², 包烨华¹, 楚佳梅^{*}

(1. 杭州市中医院, 浙江省杭州市体育场路 453 号, 310007; 2. 杭州市丁桥医院)

摘要 认为“气至”之气分广义与狭义, 针刺作为治疗手段时, 气至多为谷气至, “气至而有效”之气即为谷气。气至是“得气”的前提, 得气是针刺后谷气或正气至病所并与邪气斗争的状态, 正邪相争的预后则需要脉象作为重要的评价标准, 而“针感”则是气至、得气过程中产生的现象, 分为显性针感与隐性针感。

关键词 气至; 气至而有效; 得气; 针感

气至、气至而有效、得气三个概念皆源于《黄帝内经》, 针感一词见于现代论著, 以上四个词语是针灸学非常重要的概念, 但目前学术界对于以上概念各有论断, 致使后学难以鉴别。本文溯本求源, 以《黄帝内经》为源头, 结合历代医家观点, 阐释上述概念的本义及彼此的联系。

1 气至

气至一词在《黄帝内经》中出现 27 处, 气至即气到达之意, 气与至分别又有着深层次的内涵。

1.1 气的性质有别

气至之气应包含广义之气与狭义之气。《黄帝内经》中有谷气、阳气、阴气、少阴气、少阳气、阳明气、营气、卫气、热气、寒气、邪气、八风之虚邪等, 如《灵枢·终始》曰“凡刺之属, ……三刺则谷气至”; 《灵枢·小针解》曰“阳气至则内重竭, ……阴气至则阳气反入”; 《灵枢·口问》曰“少阴气至则啮舌, 少阳气至则啮颊, 阳明气至则啮唇矣”; 《灵枢·营卫生会》曰“其清者为营, 浊者为卫, ……故气至阳而起, 至阴而止”; 《素问·举痛论》曰“寒气客于背俞之脉, 则脉泣, ……按之则热气至, 热气至则痛上矣”; 《素问·长刺节论》曰“病在骨, ……寒气至, 名曰骨痹”; 《素问·阴阳类论》“此阴气至心, 上下无常, 出入不知”; 《素问·疟论》曰“此邪气客于头项, ……气至头项而病”; 《素问·八正神明论》曰“八正之虚邪, ……两虚相感, 其气至骨”。

诸多条文证明, 气至之气绝非一种性质的气可以涵盖, 这些气统称为广义之气, 包括了人身之气与自然之气, 而每个属性不同的气则称为狭义之气。

1.2 至的内涵有别

一是指气到达的状态, 如《灵枢·终始》曰: “三刺则谷气至, ……气至乃休”; 《灵枢·九针十二原》曰“刺之而气至, 乃去之, 勿复针”。二是指气到达的部位, 如《素问·疟论》曰“岐伯曰: 此邪气客于头项, ……故邪中于头项者, 气至头项而病, 中于背者, 气至背而病; 中于腰脊者, 气至腰脊而病; 中于手足者, 气至手足而病”。

2 气至而有效

“气至而有效”一词在《黄帝内经》中出现 2 次。《灵枢·终始》曰“所谓气至而有效者, 泻则益虚, 虚者, 脉大如其故而不坚也; 坚如其故者, 适虽言故, 病未去也。补则益实, 实者, 脉大如其故而益坚也; 夫如其故而不坚者, 适虽言快, 病未去也。故补则实、泻则虚, 痛虽不随针, 病必衰去”。此段是《黄帝内经》对于“气至而有效”的诠释, 结合其历代注本^[1-3], 大意应是: 气至并且有效的意思是, 泻法是为了使病气虚, 泻法操作后, 虽然患者脉象大小和治疗前差不多, 但只要脉象和软不坚硬, 即有效果, 若脉象同治疗前一样坚硬, 虽然医生说治疗后疾病能够痊愈, 但实际病邪并没有被清除。补法是为了使正气实, 补法操作后, 虽然患者脉象大小和治疗前差不多, 但只要脉象较治疗前饱满了, 即有效果, 若脉象同治疗前一样不够饱满, 虽然医生说疾病快好了, 但实际病邪

* 通讯作者: chujiaimei73@163.com

并没有被清除。所以说补法是为了使正气充实,治疗后脉象一定要饱满起来;泻法是为了使邪气虚弱,治疗后脉象一定要和软不坚硬,只要做到这样的效果,病痛虽然没有针刺后即消失,但是病邪已经在逐渐衰退了。《灵枢·九针十二原》曰“凡将用针,必先诊脉,视气之剧易,乃可以治也”;《灵枢·经脉》曰“经脉者常不可见也,其虚实也以气口知之”;《灵枢·终始》亦曰“终始者,经脉为纪,持其脉口人迎,以知阴阳有余不足,平与不平”。以上内容均认为诊脉口、人迎脉象可以了解经脉阴阳之气的盛衰变化,从而为针刺补泻提供依据。现代不少学者也认为《黄帝内经》“气至而有效”是以脉象的变化为标准^[6-9]。

《灵枢·终始》衔接上文曰“凡刺之属,三刺至谷气,……故一刺则阳邪出,再刺则阴邪出,三刺则谷气至,谷气至而止。所谓谷气至者,已补而实,已泻而虚,故以知谷气至也。”此段是对上文的进一步诠释,因此,气至而有效之气当特指谷气至,治疗手段为针刺,有效的衡量标准是脉象的变化。《灵枢·九针十二原》又言“气至而有效,效之信,若风之吹云,明乎若见苍天,刺之道毕矣。”该句是对“气至而有效”后疾病逐渐痊愈的类比,以自然界常见的现象说明一个道理。

3 得气

“得气”一词见于《素问·离合真邪论》《灵枢·终始》《灵枢·小针解》《灵枢·热病》《灵枢·热病》中,即在《黄帝内经》中共出现 5 处。如《灵枢·终始》曰“凡刺之法,必察其形气,……必一其神,令志在针,……男内女外,坚拒勿出,谨守勿内,是谓得气。”其中“男内女外,坚拒勿出,谨守勿内,是谓得气”古医家多认为是针刺的禁忌^[1-2,11],意为男子忌内,女子忌外,忌外者,坚拒勿出,忌内者,谨守勿内。现代学者则将男、女引申为阳气、阴气或正气、邪气,如张湖德等解释为,阳气内入,阴气外出,元气充盛而内守,邪气不得深入是得气^[11]。李磊认为,“男内”指正气在内,“女外”指邪气在外“坚拒勿出”是指不可使正气外泄,“谨守勿内”是指不可使邪气内入^[12]。我们认为,这是《黄帝内经》惯用的类比手法,这点可以参考与《黄帝内经》同时代的《素女经》^[13],因此,得气是谷气至病灶,并与邪气斗争的一种状态。正如《灵枢·小针解》所言“空中之机,清静以微”,得气是难以被具体感知的。《道德经》^[14]言“道可道,非常道,名

可名,非常名”,亦说明得气是一种状态,非一个具体的指标能够表达。得气需要用心体会,对医疗环境、医者、患者均有要求,即“深居静处,占神往来,闭户塞牖,魂魄不散,专意一神,精气之分,毋闻人声,以收其精,必一其神,令志在针”。《灵枢·小针解》曰“针以得气,密意守气勿失也”,说明得气后的操作要注重守气,即气至病所,使正邪相遇、相争,但要维持二者的状态,即守气,要维持有效治疗时间,从而治愈疾病。

《素问·离合真邪论》曰“吸则内针,无令气忤。静以久留,无令邪布。吸则转针,以得气为故。候呼吸引针,呼尽乃去,大气皆出,故命曰泻。”此是针刺得气的具体操作法,即进针引正气来,勿使邪气布散,吸气则捻针使正邪交战,候呼气出针,驱邪不留寇。在《灵枢·热病》中也有“得气”一词,如“热病,体重,肠中热,取之以第四针,于其俞,及下诸趾间,索气于胃络(应作络)得气也”。我们认为,这里是介绍一个疾病治法的例证,告诉医家从哪里下针,从何处引气。

综上所述,得气应是针刺后正气至病灶,并与邪气斗争的一种状态,但是临证须重视守气,保证有效治疗时间,且需配合呼吸、捻转来完成。

4 针感

针感是现代针灸文献和著作中出现的新名词,是指毫针刺入腧穴一定深度后,施以提插或捻转等行针手法,使人体针刺部位获得的经气感应^[15]。我们认为,针感是针刺时气至、得气过程中产生的现象。《黄帝内经》虽无针感一词,但是对这种现象的描述散见,如《灵枢·四时气》中“飧泻,补三阴之上,……热行乃止”。后世医家亦有描述,如《备急千金要方》曰“凡热病刺陷谷,足先寒,寒上至膝乃出针”^[16];《席弘赋》曰“下针麻重即须泻”^[17]。对后世影响较广的是窦汉卿的《标幽赋》,曰“轻滑慢而未来,沉涩紧而已至,……气之至也,如鱼吞钩饵之沉浮,气未至也,如闲处幽堂之深邃”。再如《针经指南》曰“待针沉紧时,转针头向病”^[18];民国时期《承淡安中国针灸治疗学》言“医家运针,必待气至,病者觉针下酸重,医者捻动针柄亦觉针下沉紧之象是也”^[19]。可以看出,历代医家都是在对针刺时气至、得气过程中产生的现象进行总结描述。

依据历代医家的总结又可将针感分为被医患双方感知的显性针感与不易被医患双方感知的隐形针感两类。显性针感包括患者的感觉,主要有酸、

麻、胀、重、凉、热、触电感、跳跃感、蚁走感、气流感、水波感和不自主的肢体活动，医者的感觉主要是医者手下可感知的沉、涩、紧或如鱼吞钩的感觉。隐性针感少有研究，陈佑邦曾提出“辨隐性得气”^[20]，如“还有的病人得气感不明显，或没有什么得气感觉，而经过一段的治疗，病情却逐渐好转，或者在治疗时病痛即刻消失，就是对隐性针感的叙述。田道正提出了“隐性针感”概念，而且认为相较陈佑邦提出的“隐性得气”，隐性针感概念更合适^[21]。

5 小结

“十一五”国家规划教材《针灸学》认为“得气又可称为气至，现代又称针感或针刺感应”^[22]，另有教材也持相同观点^[23-24]。综合本文对于气至、气至而有效、得气、针感的概念梳理，我们认为，气至之气分广义、狭义，针刺作为治疗手段时，气至多为狭义气至中的谷气至，后世医家据谷气的性质，又称谷气为元气、真气、正气、神气^[25]，“气至而有效”之气亦指谷气。得气是针刺后谷气或正气至病所，并与邪气斗争的状态，因此，气至为得气的前提，正邪相争的预后如何则需要以脉象作为重要的评价标准。而针感则是针刺时气至、得气过程中产生的现象，可分为显性针感与隐形针感。

参考文献

- [1] 马蒨. 黄帝内经灵枢注证发微 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1998: 60.
- [2] 张景岳. 类经 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 1997: 304-305.
- [3] 楠虚谷. 灵素节注类编 [M]. 杭州: 浙江科学技术出版社, 1986: 425.
- [4] 张隐庵. 黄帝内经灵枢集注 [M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1960: 60.
- [5] 李学川. 针灸逢源 [M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1987: 15.

- [6] 邢玉瑞. 《内经》“气至而有效”诠释 [J]. 陕西中医学院学报, 2008, 31(3): 1-2.
- [7] 胥荣东, 张军伟. 《内经》中“气至”一词的本来含义 [J]. 中国针灸, 2005, 25(6): 445-445.
- [8] 刘农虞. “得气”与“气至” [J]. 中国针灸, 2014, 34(8): 828-830.
- [9] 张玲, 申松希, 朱世鹏, 等. “得气”含义及客观化研究 [J]. 吉林中医药, 2013, 33(10): 1049-1051.
- [10] 黄元御. 灵枢悬解 [M]. 北京: 学苑出版社, 2015: 20.
- [11] 张湖德, 马裂光, 童宣文. 《内经》通释 [M]. 北京: 人民军医出版社, 2009: 220.
- [12] 李磊. 释得气 [J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2010, 12(1): 86-87.
- [13] 刘凝. 素女经 [M]. 北京: 中央编译出版社, 2008: 82-83.
- [14] 王弼. 老子道德经注 [M]. 楼宇烈, 校释. 北京: 中华书局, 2011: 14.
- [15] 陆寿康, 杨华元, 黄迪君, 等. 刺灸灸法学 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 52.
- [16] 孙思邈. 备急千金要方 [M]. 鲁兆麟, 点校. 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 1997: 466.
- [17] 高武. 针灸聚英 [M]. 天津: 天津科学技术出版社, 1999: 218.
- [18] 窦桂芳. 针经指南 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1983: 1.
- [19] 承淡安. 承淡安中国针灸治疗学 [M]. 上海: 上海科学技术出版社, 2016: 117.
- [20] 陈佑邦. 中国针灸治疗学 [M]. 北京: 中国科学技术出版社, 1990: 119.
- [21] 田道正. “隐性得气”还是“隐性针感” [J]. 中国针灸, 1997, 17(10): 602-603.
- [22] 石学敏. 针灸学 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 147.
- [23] 梁繁荣. 针灸学 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2005: 195.
- [24] 李忠仁. 实验针灸学 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2003: 88.
- [25] 丹波元简. 灵枢识 [M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1959: 17.

Connotation and Relationship of Qi-arrival, Effective Qi-arrival, Obtaining Qi and Needling Sensation

LIU Xiaoping¹, CHEN Feiyu², BAO Yehua¹, CHU Jiamei¹

(1. Hangzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Hangzhou, 310007; 2. Hangzhou Dingqiao Hospital)

ABSTRACT The *qi* in *qi*-arrival have generalized meaning and narrow meaning. When acupuncture was regarded as a treatment, *qi* in *qi*-arrival usually refers to food essence, as in effective *qi* arrival. *qi*-arrival is the premise of obtaining *qi*, which refers to the struggling statement between food essences or arrival of healthy *qi* and pathogenic *qi* after needling. The prognosis of the struggling between healthy *qi* and pathogenic *qi* takes pulse manifestation as important evaluation standard, while needling sensation is a phenomenon that comes from the process of *qi*-arrival and obtaining *qi*, including dominant sensation and recessive sensation.

Keywords *qi*-arrival; effective *qi* arrival; obtaining *qi*; needling sensation

(收稿日期: 2018-05-05; 修回日期: 2018-06-15)

编辑: 黄 健