

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2024.11.001

学术探讨

中医香疗理论内涵解析

陈谦峰¹, 黄小英^{1,2}, 杨明^{1,3}✉

1. 江西中医药大学, 江西省南昌市新建区梅岭大道 1688 号, 330004; 2. 江西中医药大学中医香疗研究院; 3. 经典名方现代中药创制全国重点实验室

[摘要] 中医香疗通过选取特定药性的芳香药物调节人体内在气机, 促进气血运行正常与脏腑功能协调, 同时注重精神调养, 实现形神共养的治疗目标。其理论特点包括天人合一的整体观、阴阳平衡的动态观、三因制宜的辨证观、上工治未病的养防观、形神同治的调护观。从气学说的角度深入解析中医香疗的理论内涵, 包括中医香疗理论的生命观与疾病观、气血观、气机论, 并强调形、气、神三位一体观在中医香疗中的体现、同气相求原理在中医香疗实践中的指导意义。系统梳理中医香疗理论特点和内涵, 可为中医香疗的实践提供指导。

[关键词] 芳香疗法; 气学说; 理论内涵

中医香疗又称中医芳香疗法, 其作为传统中医药疗法的重要分支, 近年来受到越来越多的关注。中医香疗理论以中医药理论为指导, 运用现代科学技术, 研究芳香药物防治疾病的基本理论和方法、香疗产品的制备与评价及其合理应用^[1]。中医香疗不仅具有独特的理论体系和治疗方法, 而且在实际应用中展现出显著的效果^[2]。然而, 尽管中医香疗在现代获得了新的发展机遇, 但现有研究多集中于具体疗法和个别药物的应用, 而对于香疗理论体系的深入探讨和系统梳理则相对薄弱^[3-5]。这种研究现状在一定程度上限制了中医香疗理论的传承与创新, 亦难以满足现代医疗需求和产品开发的实际指导。气学说作为中医学的核心理论之一, 其对生命活动、疾病发生及治疗过程的阐释, 为中医香疗提供了坚实的理论基础。为此, 我们从气学说的角度出发, 对中医香疗理论的特点和内涵进行剖析及阐述, 为其传承与创新提供参考和指导。

1 中医香疗理论的特点

中医香疗理论作为中医理论的重要分支, 既继承了中医整体观、阴阳平衡、三因制宜、治未病及

形神同治等核心理念, 又结合芳香药物特性, 形成了独具特色的治疗体系。中医香疗通过香薰、香浴、香敷等方式, 非侵入性地调节人体机能, 体现了中医理论的深厚内涵与现代应用的良好结合。

1.1 天人合一的整体观

中医香疗理论注重从整体角度出发, 全面考虑人体内部环境及其与外界环境的相互关系, 利用纯天然植物, 并据自然、社会、个体等综合因素对人体机能进行全面调理, 实现治疗作用, 体现“天人合一”理念。例如, 春天是万物复苏的季节, 此时可以选择具有升阳散表功效的芳香药物, 如薄荷、艾叶等, 帮助人体的阳气升发以顺应自然。

1.2 阴阳平衡的动态观

《素问·生气通天论篇》言:“阴平阳秘, 精神乃治。”中医香疗理论强调阴阳平衡, 认为人体内部的气血运行和脏腑功能处于动态平衡状态, 因此在进行香疗时, 需要根据患者的体质特征和疾病性质判断其阴阳偏颇, 并选择相应的芳香药物调节身体的阴阳平衡^[6]。根据芳香药物的属性, 可以将其分为阴阳两类, 如对于阳虚患者, 可选择肉桂、丁香等具有温阳散寒功效的阳性芳香药物; 对于阴虚患者, 可选择百合、麦冬等具有滋阴润燥功效的阴性芳香药物。

基金项目:江西省重大科技研发专项(20194ABC28009);江西省中医药标准化项目(2023A16);教育部国家级大学生创新创业训练计划项目(202310412026)

✉ 通讯作者: yangming16@126.com

1.3 三因制宜的辨证观

《灵枢·岁露论》曰：“人与天地相参也，与日月相应也。”中医香疗理论强调三因制宜，根据天时、地域、个体三个因素的不同灵活制订香疗方案。在实践中，需要根据季节、气候、地域、患者体质等因素综合考虑，选择合适的芳香药物和治疗方式，对于提高治疗效果具有重要意义。例如，对于冬月风寒感冒的患者，推荐使用具有解表散寒功效的芳香药物，如桂枝；对于夏日风热感冒的患者，则宜选择具有清热解毒功效的芳香药物，如菊花。

1.4 上工治未病的养防观

《灵枢·逆顺》云：“上工治未病，不治已病，此之谓也。”中医香疗理论注重预防为主，强调未病先防、既病防变。在疾病尚未发生或处于早期阶段时，通过使用芳香药物和其他调理方法，可以有效增强人体免疫力、调节身体机能，预防疾病的发生或控制疾病的进一步发展^[7]。这种以预防为主的观念体现了中医治未病思想，是一种积极、主动的健康管理方式。例如，对于容易感冒的人群，可以使用荆芥、藿香、佩兰等芳香药物来达到芳香辟秽之功。

1.5 形神同治的调护观

《素问·上古天真论篇》言：“形与神俱，而尽终其天年。”中医香疗理论注重形神兼治，不仅关注身体的调理，还要关注精神的调养。在香疗过程中，不仅要通过芳香药物调节人体的气血运行和脏腑功能，还要关注患者的心理状态和情绪变化。例如，对于焦虑、失眠的患者，可以使用薰衣草、檀香等具有安神定志功效的芳香药物来缓解压力、改善睡眠；对于抑郁、情绪低落的患者，可以使用玫瑰花、代代花等具有疏肝解郁功效的芳香药物来改善心情、振奋精神。

2 气学说视角下的中医香疗理论内涵解析

2.1 中医香疗理论的生命观与疾病观

中医香疗理论深刻体现了中医学的生命观与疾病观，其将“气”视为生命活动的原动力和健康的关键^[8]。在生命观方面，中医香疗遵循“人之生，气之聚也。聚则为生，散则为死”（《庄子·知北游》）的理念，认为人体之气源于天地自然，通过草本植物的香气激发、调和体内的元气、宗气、营卫之气等，促进生命的活力和机体的自我修复能力。从疾病观出发，中医香疗谨遵“百病生于气”

（《素问·举痛论篇》）的思想，通过选用具有不同药性的香药，以香气为载体调整体内气机升降出入，恢复脏腑功能协调。同时，中医香疗还强调精神层面的调养，认为情志不畅可致气滞，石菖蒲等芳香药物能安神定志、清心开窍，有助于实现身心同治。因此，中医香疗不仅是一种外治法，更是一种融合了生理、病理与心理的整体治疗理念。

2.2 气学说视角下中医香疗理论的核心构成

在中国哲学中，“本体”是指事物存在和变化的根本实质。在这个语境下，中医的“气”可以被视为一种本体性的存在，特别是在中医香疗理论中，它着重强调“气”这一概念，认为“气”是构成万物、维持生命活动的基本物质和原始动力。基于此，以下从气学说的一元论、象数观、形神观、运动观、变化观、联接观来论述中医香疗理论的核心构成。

2.2.1 气为一体的一元论 《医门法律》提出“气聚则形成，气散则形亡”，强调“气”是万物及人体生命活动的基本物质和动力。中医香疗遵循此一元论，通过芳香药物调节人体气机，促进气血流通，保持脏腑功能，实现与自然、社会的和谐。具体实践中，香疗利用药物的气、性影响人体，如用温性药纠正寒邪引起的气血不畅，或用凉性药治疗热邪导致的脏腑功能紊乱。此方法不仅可恢复体内平衡，也强化了人与外界环境的和谐，展现了中医香疗深植于“气一元论”的治疗哲学。

2.2.2 取象运数的象数观 运数思维是以“数”为工具来认识客观世界的思维方式，象数是指自然界中事物的形象、物象及应象。在中医香疗实践中，取象运数的应用体现在对芳香药物的精心挑选和对治疗手段的精准运用上^[9]。例如，根据植物的生长习性、季节变化、颜色和气味等自然属性，来推断其对人体气机的影响，进而选择适合个体体质和病情的香疗方案。这种方法不仅体现了对自然规律的尊重，也彰显了中医香疗在调和人体气机、促进健康方面的独到见解。

2.2.3 形神一体的形神观 《灵枢·决气》曰：“五脏安定，血脉和利，精神乃居。”只有当形体与精神达到统一时，才能实现身心的和谐与健康。例如，长期焦虑不安可能导致脾胃虚弱，此时选择适宜的香疗方案，既可以直接滋养脾胃以调“形”，又能通过香气安抚情绪以调“神”，实现形神共养。

2.2.4 物由气化的运动观 《素问·五常政大论篇》云“气始而生化，气散而有形”，强调了气的

运动变化对于万物化生和形态的影响。在中医香疗中,物由气化的运动观具体体现为芳香药物的香气不仅被视为信息载体,更被看作是一种动态的能量,它能够激发或平衡人体的气机。例如,具有疏通作用的香药(如檀香)可以帮助气血流通,而具有收敛作用的香药(如没药)则有助于稳定和凝聚气血。

2.2.5 象由气生的变化观 “象”指由“气”的运动和变化所显现出的可感知现象,包括自然现象和人体生命活动的外在表现。在中医香疗理论中,“象”常指芳香药物的香气,它作为“气”的一种表现形式,与人体的“气”相互作用。香气通过作用于人体的感官和经络系统,调节人体内气的流动,进而影响生理功能。例如,升散性质的薄荷之气可能促进气的上升和外达,有助于清醒头脑、提神醒脑;而沉降性质的薰衣草之气可能引导气下行和内收,有益于放松身心、安定情绪。^[10]

2.2.6 沟通中介的联接观 气学说中沟通中介的联接观是指气是人体内部气血运行和脏腑功能之间的沟通中介。以此观念为指导,中医香疗利用香气这一媒介,作为形气神、脏腑经络间的桥梁,在生理、病理、环境以及心理等多个层面上建立起人与自然、人与自身的和谐联系与调节机制,实际上也是整体观念的体现。

2.3 中医香疗理论的气血观

气血是人体内部的重要物质之一,二者相互依存、相互为用。中医香疗通过选用适宜的芳香药物,运用其独特的香气属性,从多个层面发挥对气血的调节作用,也体现了中医整体观念和辨证施治的原则。如通过鼻吸气化,作用于肺主一身之气,调畅气机运行;藏红花等芳香药物具备活血化瘀功效,有助于改善血液循环;当归等芳香药物可补益气血,促进脏腑功能正常,养血益气^[11]。此外,香疗还借由归经原理和心神调节效应,综合调理机体气血状态,展现了其在养生保健中的独特价值。

2.4 中医香疗理论的气机论

2.4.1 中医八法与香疗应用 汗、吐、下、和、温、清、补、消是中医的基本治法。在中医香疗中,这些治法通过芳香药物的特殊作用得以实现。例如,香气通窍、开郁散结之功与汗法、吐法相呼应,通过发散外邪或化除内滞来调理气机;温热性芳香药物则与温法相契合,助阳和煦以调理寒凝气滞;而清冷淡雅之香则类似清法,有助于清心安神,调治热邪上扰。香疗的和中调达作用则与和法

相似,能够调整脏腑失和。此外,中医香疗还通过养阴润燥、益气温阳等不同芳香药物的选择与配伍,实现对机体气血阴阳的补充与调节,这体现了下法与补法的功效^[12]。

2.4.2 中医香疗特色治气法 中医香疗在调治气机失调方面,除了借鉴八法外,还发展出了更具特异性的治气方法。这些方法可以归纳为疏肝、活血、行气、破滞、化痰、降逆、宣肺、健脾、温阳、清心、安神等十一法。通过选取特定的草本芳香药物,如沉香疏肝、乳香活血、苍术化痰、款冬花平喘、麝香开窍等,其香气作用于人体后,实现对人体气机升降出入的调节,能够有针对性地调整脏腑功能、畅通气血运行、消除病理状态,帮助恢复气机平衡。

2.4.3 中医香疗中的治气药物 治气药物在中医香疗体系中占据核心地位,其通过特殊的气味与药性,对人体气机的运行起到关键的调节作用。这类药物种类繁多,如沉香、檀香等具有疏肝解郁、调畅情志的功效,可有效缓解因情绪不畅引起的气滞;又如乳香、没药等能活血化瘀,促进气血循环,对于血脉阻滞造成的气机不通有独特疗效^[13]。通过中医香疗兼具身心疗效的独特方式,体现“治未病”及整体调节的理念。

2.5 形、气、神三位一体在中医香疗中的体现

形气神三位一体生命观认为,人体的生命由形、气、神三个要素组成,三者之间相互联系、相互影响,构成一个整体^[14]。中医香疗理论深受此影响,强调人体在组织结构(形)、能量流动(气)和精神意识(神)三个层面上的统一与协调,以维护生命健康。

2.5.1 形神相依,形神共养 在香疗实践中,通过选择具有调理作用的草本植物制成精油、香品等,不仅可以润养肌肤、强健脏腑之“形”,还能够通过呼吸系统进入体内,调畅情志、安神定志,滋养维护“神”。通过香疗的方式,实现了对身体与精神的同时养护,体现了形与神相互依赖、共同保养的生命观。

2.5.2 形气相依,以神御形 中医香疗通过特定香气激发体内气血运行,促进新陈代谢,调整因气滞血瘀或气虚血弱导致的机体失衡状态。同时,优质的香氛环境有助于培养纯净的心境,使人在闻香过程中调适心态、静心养性,从而发挥精神对形体的调控作用,达到以神御形的效果。

2.6 同气相求原理在中医香疗实践中的指导意义

中医香疗中的同气相求理念,源自对于生命活动和疾病发生发展规律的理解。人体与外界环境之间存在着一种“气”的相互感应和作用关系,即“同气相感”。借助芳香之气这一特殊的媒介,能实现对人体生理机能的温和且有效的干预和改善。

从自然界万物共生的角度理解,芳香药物取自自然界,其所蕴含的生命能量(即“气”)与人体生命活动所需的天地之气相通,故而可以通过香疗的方式实现天人合一,促进机体内外环境的和谐统一^[15]。在临床实践中,根据患者体质、病情以及四时气候变化等因素,选择与病位、病性相匹配的芳香药物。例如,春季万物生长,人体肝气相应旺盛,此时宜选用能够疏肝解郁的芳香药物,如佛手柑,以助肝气顺畅。又如,对于脾胃虚弱的患者,可选择健脾和胃的广藿香。这种以“气”为核心的治疗方式,体现了中医香疗的“同气相求”。

3 小结

本文以气学说为切入点剖析中医香疗理论体系,指出其在疾病治疗中依托于天人合一、阴阳平衡等理念,并运用气学说的核心思想,通过选取特定药性的芳香药物调节人体内在气机,促进气血运行正常与脏腑功能协调,同时注重精神调养,实现形神共养的治疗目标。

中医香疗实践中强调气的生命观和疾病观,认为气是生命活动的关键动力,并且气机失常是多种病症的根本原因。芳香药物的香气能够调节体内气机升降出入,恢复健康状态,并对情绪有稳定作用,体现了整体观念下的个性化治疗策略^[16]。此外,中医香疗中依据不同芳香药物的药性特点进行针对性治疗,通过方剂八法和治气十一法,达到调理气血、通畅气机的目的,有效应用于各种病理状态的改善。

总之,中医香疗以气学说为基础构建了一种全方位、多层面的诊疗方法,旨在借助自然芬芳之力,调和身心内外环境,防治疾病,提升生活质量,并追求个体身心和谐的健康境界。为了提升其在现代医疗中的实用性和适应性,未来可以加强香疗作用机理的科学研究,并探索其在现代综合治疗

框架中的应用,如开发现代化香疗产品,以及将其融入日常健康管理和临床治疗中。这将有助于中医香疗的传统智慧与现代医疗需求相结合,为新时代的健康挑战提供解决方案。

参考文献

- [1]杨明,薛晓,李慧婷,等. 中医香疗产业发展现状及对策研究[J]. 江西中医药大学学报, 2021, 33(2): 114-119.
- [2]陈华,金阳. 香疗在中医临床的应用[J]. 湖北中医杂志, 2013, 35(2): 42-43.
- [3]马思淼,李玉霞,杨楠,等. 中医芳香疗法在辟疫方面的研究进展[J]. 中国民间疗法, 2023, 31(24): 120-123.
- [4]邢艺缤,朱焱,陆明. 芳香类中药临床应用进展[J]. 中医临床研究, 2023, 15(15): 108-111.
- [5]宋宁,周欣,弓宝,等. 中医芳香疗法历史溯源及现代临床应用初探[J]. 香料香精化妆品, 2021(6): 94-98.
- [6]赵海平,康林之,罗云,等. 芳香中药“以气(香)用事”探析[J]. 中医杂志, 2021, 62(9): 743-747.
- [7]逢冰,刘文科,周强,等. 芳香药物效用探析[J]. 中医杂志, 2013, 54(18): 1616-1618.
- [8]陈丽华,张建林,管咏梅,等. 中医之气与针灸、气功及芳香疗法的相关性探讨[J]. 中华中医药杂志, 2018, 33(8): 3252-3255.
- [9]宋鑫,张彦维,蒋力生. 基于体质学说的中医香疗治病思想探析[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(10): 6112-6114.
- [10]段鸣鸣. 论中医香疗文化[J]. 亚太传统医药, 2019, 15(8): 13-15.
- [11]胥玉林,丁桃,涂梦婷,等. 芳香疗法防治心血管疾病研究进展[J]. 亚太传统医药, 2023, 19(10): 219-224.
- [12]王正引,褚克丹,徐伟,等. 中医芳香疗法溯源及闽地香疗应用探析[J]. 福建中医药, 2023, 54(4): 21-25, 35.
- [13]俞雷飞. 中医香疗:条达气血清心宁神[J]. 中医健康养生, 2023, 9(1): 70-72.
- [14]肖微,杜菁,章文春,等. 基于形气神三位一体生命观探讨音疗对人体的作用[J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(8): 3923-3925.
- [15]叶孟娜,景蕊,吕政,等. 《中医方剂大辞典》香疗防疫用药规律[J]. 中医药导报, 2021, 27(11): 217-221.
- [16]滕春风,陶晓雯,尹倩,等. 基于体质的中医香疗在新冠肺炎治疗中的应用思路[J]. 现代中医药, 2020, 40(5): 1-4.

The Theoretical Connotation of Aromatherapy in Traditional Chinese Medicine

CHEN Qianfeng¹, HUANG Xiaoying^{1,2}, YANG Ming^{1,3}

1. Jiangxi University of Chinese Medicine, Nanchang, 330004; 2. Institute of Traditional Chinese Medicine Aromatherapy, Jiangxi University of Chinese Medicine; 3. National Key Laboratory of Modernization of Traditional Chinese Medicines Classical Formulas

ABSTRACT Traditional Chinese medicine (TCM) aromatherapy regulates the internal *qi* of the human body through the selection of specific aromatic medicinals, promoting the normal transportation and circulation of *qi* and blood and the coordination of *zang-fu* organs, and at the same time focusing on spiritual harmonization and nourishment, to achieve the therapeutic goal of nourishing both body and spirit. Its theoretical characteristics include the holism view of the unity of human beings and nature, the dynamic view of the balance of *yin* and *yang*, the pattern differentiation view of the three categories of disease cause, the preventive view of treating disease before it arises, and the regulation-care view of treating both body and spirit. From the perspective of *qi* theory, the theoretical connotation of TCM aromatherapy was analysed in depth, including the concept of life and disease, the concept of *qi* and blood, the theory of *qi* movement, and stressed the embodiment of the trinity view of body-*qi*-spirit in TCM aromatherapy, and the significant guidance of the principle of seeking the similar *qi* in TCM aromatherapy practice. This paper systematically summarized the theoretical characteristics and connotations of TCM aromatherapy, which could provide guidance for the practice of TCM aromatherapy.

Keywords aromatherapy; theory of *qi*; theoretical connotation

(收稿日期: 2024-01-16; 修回日期: 2024-03-25)

[编辑: 侯建春]

广告

欢迎订阅 2024 年《中医杂志》

《中医杂志》(ISSN 1001-1668, CN 11-2166/R)是由中华中医药学会和中国中医科学院主办的全国性中医药综合性学术期刊。创刊以来始终坚持“以提高为主, 兼顾普及”的办刊方针, 是我国中医药界创刊早、发行量大、具有较高权威性和学术影响力的国家级中医药期刊之一, 是中文核心期刊和科技核心期刊、中国精品科技期刊、首届国家期刊奖获得者和中国期刊方阵双奖期刊、新中国 60 年有影响力的期刊、中国百强科技期刊、中国百种杰出学术期刊, 中医药科技期刊分级目录 T1 级期刊。荣获第五届中国出版政府奖期刊奖, 第二届、第三届、第四届中国出版政府奖期刊奖提名奖。

《中医杂志》主要栏目中当代名医和临证心得分别介绍名老中医和临床医生辨证用药治疗疑难病的经验; 临床研究介绍中医药治疗的新方法、新成果; 学术探讨、思路与方法、循证中医药、病例讨论、综述、百家园等栏目, 提供最新学术观点、研究成果与治疗方法, 成为学习中医药、研究中医药, 不断提高临床及研究水平的良师益友。

《中医杂志》为半月刊, 每月 2 日和 17 日出版, 每期定价 40.00 元, 全年 960 元。国内读者可以到全国各地邮局办理订阅手续(邮发代号: 2-698), 也可以与本刊读者服务部联系邮购, 邮购免邮费。电话: 010-64035632, 010-64089195。国外发行: 中国国际图书贸易集团有限公司(北京 399 信箱, 邮编: 100044, 代号: SM140)。

本社地址: 北京市东城区东直门内南小街 16 号, 邮政编码: 100700。

网址: <http://www.jtcm.net.cn>。

