



述《黄帝内经》中“近气不失，远气乃来”

陈夏暄^{1,3}, 冶尔西², 张旭², 庞雨倩²

(1. 甘肃中医药大学, 甘肃 兰州 730000; 2. 宁夏中医医院暨中医研究院, 宁夏 银川 750021;

3. 北京中医医院内蒙古医院, 内蒙古 巴彦淖尔 015000)

摘要:“气”在中医学中占据重要作用,而“气”和针刺又有着妙不可言的关系,《黄帝内经》记载了许多有关于传统针刺的基础理论与知识,其中得气、候气等传统针刺理论和方法均来自《黄帝内经》,如针刺部位为“气穴”,针刺的主要作用在于“调气”,判断针刺产生效果的标准为“气至”“得气”,得气之前应“候气”,是医者采用各种方法候其经气到来,针刺补泻手法的前提和基础等理论。是传统针刺的重要组成部分,“近气不失,远气乃来”最早出自《素问·调经论篇》,本文通过对经典原文的探析,简析“近气”“远气”的概念及其关系,从传统针刺角度出发,对《素问·调经论篇》中所说的:“近气不失,远气乃来”展开论述,对候气进行论述,为针灸临床工作者掌握针刺得气的方法提供新思路。

关键词:黄帝内经;候气;得气

中图分类号:R221

文献标志码:A

文章编号:1671-7813(2024)09-0060-03

A Brief Analysis of the *The Yellow Emperor's Inner Classic* in "Jin Qi is not lost, Yuan Qi is coming"

CHEN Xiaxuan^{1,3}, YE Gaxi², ZHANG Xu², PANG Yuqian²

(1. Gansu University of Chinese Medicine, Lanzhou 730000, Gansu, China; 2. Ningxia Hospital of

Traditional Chinese Medicine and Research Institute of Traditional Chinese Medicine, Yinchuan 750000, Ningxia, China;

3. Inner Mongolia Hospital Affiliated to Beijing Hospital of Traditional Chinese Medicine, Bayannur 015000, Inner Mongolia, China)

Abstract: "Qi" plays an important role in Chinese medicine, and "qi" and acupuncture have a wonderful relationship. The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine records a lot of basic theories and knowledge about traditional acupuncture, in

基金项目:全国中药特色技术传承人才培养项目(国中医药人教函〔2019〕43号);宁夏回族自治区卫生健康系统科研项目(2019-NW-042);宁夏科技厅科技攻关项目(2018BEG03061)

作者简介:陈夏暄(1995-),男,内蒙古巴彦淖尔人,硕士在读,研究方向:针灸治疗神经系统疾病。

通讯作者:冶尔西(1971-),男,宁夏固原人,主任医师,硕士研究生导师,研究方向:针灸治疗神经系统疾病。E-mail:711510ygs@163.com。

- [32] 侯海晶,王永生,卢富华.“风能胜湿”理论在肾性水肿中的运用[J].安徽中医药大学学报,2015,34(4):5-7.
- [33] 张勉之,沈伟梁,张宗礼,等.张大宁教授学术思想探讨[J].天津中医药,2003,20(6):6-9.
- [34] 孙海舒,司晓华,殷剑,等.从“火郁发之”探讨针灸治疗“阴伏”类皮肤瘙痒思路[J].中华中医药杂志,2022,37(7):3898-3900.
- [35] 郑平东.慢性肾衰竭病因病机与临证辨治[J].上海中医药大学学报,2008,22(2):1-3.
- [36] 王建挺,李述捷,阮诗玮,等.加味养血润肤饮治疗血虚风燥型尿毒症皮肤瘙痒32例[J].福建中医药,2019,50(6):13-14.
- [37] 王郁艳,靳锋,王丽军,等.靳锋治疗慢性肾脏疾病相关性瘙痒经验[J].亚太传统医药,2023,19(1):99-101.
- [38] 赵怡蕊,陈曦,肖肖媛,等.国医大师张大宁教授巧用炭剂治胃病[J].世界中医药,2015,10(12):1906-1908.
- [39] 朱宝华,陈继红,杜长明.余承惠运用解毒法治疗慢性肾脏病皮肤瘙痒经验[J].山东中医杂志,2019,38(9):857-860.
- [40] 林威,姜晨.杨洪涛运用麻桂合剂治疗慢性肾脏病皮肤瘙痒经验[J].山东中医杂志,2019,38(5):472-474.
- [41] 龙红琼,李玉倩.中药皮肤透析治疗慢性肾衰皮肤瘙痒的疗效观察[J].时珍国医国药,2019,30(5):1156-1157.
- [42] MAKAR M, SMYTH B, BRENNAN F. Chronic Kidney Disease - Associated Pruritus: A Review[J]. Kidney Blood Press Res, 2021, 46(6): 659-669.
- [43] LU P H, LAI C C, LIN I H, et al. Clinical Efficacy and Safety of Chinese Herbal Medicine in the Treatment of Uremic Pruritus: A Meta - Analysis of Randomized Controlled Trials [J]. Pharmaceuticals (Basel), 2022, 15(10): 1239.
- [44] BADIEE A S, RAVANSHAD Y, AZARFAR A, et al. A Systematic Review and Meta - analysis of Using Acupuncture and Acupressure for Uremic Pruritus [J]. Iran J Kidney Dis, 2018, 12(2): 78-83.
- [45] ELSAYED M M, ELGOHARY I E, ABDELHAMID H, et al. The effectiveness of sertraline in alleviating uremic pruritus in hemodialysis patients: a randomized clinical trial [J]. BMC Nephrol, 2023, 24(1): 155.
- [46] HERCZ D, JIANG S H, WEBSTER A C. Interventions for itch in people with advanced chronic kidney disease [J]. Cochrane Database Syst Rev, 2020, 12(12): 11393.
- [47] KRAJEWSKI P K, KRAJEWSKA M, SZEPIETOWSKI J C. Pruritus in renal transplant recipients: Current state of knowledge [J]. Adv Clin Exp Med, 2020, 29(6): 769-772.

(本文编辑:张丽)



which traditional acupuncture theories and methods such as obtaining qi and waiting for qi are derived from the Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine, for example, the site of acupuncture is a "qi point", the main function of acupuncture is to "regulate qi", and the criterion for determining the effect of acupuncture is "qi to". The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine (HUNDI NEIJING) records many basic theories and knowledge about traditional acupuncture, in which traditional acupuncture theories and methods such as obtaining qi and waiting for qi are derived from the HUNDI NEIJING, e. g., the site of acupuncture is a qi acupoint, and the main function of acupuncture is to regulate qi. It is an important part of traditional acupuncture, "near qi is not lost, far qi is coming" first came from the "Suwen - regulating menstruation", this paper through the analysis of the original classic, brief analysis of the concepts of "near qi", "By analyzing the classic text, this paper briefly analyzes the concepts of "near qi" and "far qi" and their relationship, and discusses "near qi will not be lost and far qi will come" in "Su Man - Tuning the Ching" from the perspective of traditional acupuncture, and discusses waiting qi, so as to provide a new idea for the acupuncture clinicians to master the method of obtaining qi by acupuncture.

Keywords: *The Yellow Emperor's Inner Classic*; Qi - awaiting; deqi

针灸治疗疾病能够取得良好疗效的关键常常建立在得气的基础上,古代文献记载“气至病所”的重要性^[1],如《灵枢·九针十二原》记载:“刺之要,气至而有效,效之信,若风之吹云,明乎若见苍天,刺之道毕矣。”岐伯以“动气候时,近气不失,远气乃来”论述候气及得气后“气至病所”后的理想状态。本文通过查阅文献,以现代针灸医学研究为依据,结合临床实践,对“近气不失,远气乃来”理论进行初步探讨。探讨候气与临床疗效的关系,明确候气的作用及候气以期得气的目的,探讨候气过程中为得气而操作的手法^[2]。基于这些问题,本篇就“近气不失,远气乃来”之内涵、影响因素及如何做到“近气不失,远气乃来”予以探析。

1 气,近气,远气,候气及得气

1.1 气

气是中国古代哲学思想的核心概念,又是贯穿中医基础理论始终的要点。《素问·宝命全形论篇》言:“人以天地之气生,四时之法成。”人体生命活动的维持,需要不断地汲取营养物质,而人体从自然界汲取的营养要经过一系列的气化过程才能转化成机体各部分组织的生命物质,以维持人体正常的生命活动,故气病则百病丛生^[3]。“气”为经脉之气,经气的运行无处不在,经气不仅通过十二经脉循行传导,还通过不同经络调节途径顺利运行,如十二皮部、十二经筋、络脉等显性病灶,守住已至之气,通过调气之法,即可激发未至之气^[4]。

1.2 得气

《灵枢·九针十二原》言:“气至而有效,效之信,若风之吹云”“刺之要,气至而治”。《标幽赋》言:“气速至而速效,气迟至而不治。”无论是从理论上或是从历代医家对“得气”的理解还是临床实践证明,“得气”是临床疗效至关重要的环节^[5]。

1.2.1 得卫气 针轻刺皮肤层,而不刺入肌肉层,会出现轻微疼痛,而不会出现酸胀感,如刺井穴,刺痛感觉为主,又如“腕踝针”“耳针”,“腕踝针”是沿皮肤刺入,视觉上平行于皮肤;再如针刺耳廓部穴位,此多为痛感为主,并无酸胀之感,此乃得浅层之“卫气”。李鼎^[6]教授通过局部耳门、翳风浅刺取卫气用来治疗患者突发耳内麻木如蚁行走感。

1.2.2 得营气 如七星针扣击皮肤,皮肤逐渐出现潮红,甚则微微出血,此乃为得“营气”。

1.2.3 得谷气 一般所说的得气主要是指更深层的“谷气”,谷气为“分肉”之间的气,针下出现的沉紧感,如鱼吞钩便是由此而来。在临床中,我们常常将得谷气作为主要的得气^[7]。

1.3 近气和远气

“近气不入,远气乃来,是谓追之。”《素问·调经论篇》^[8]中首次提及“近气”“远气”,但因其其在《黄帝内经》中论述较

少,各医家对此有不同见解。王冰注:“近气,谓已至之气,远气,谓未至之气也。”结合《内经》原文及王冰所注,此处所提及的“近气”“远气”可认为是得气的先后之别,是时间上的差异,先得之气往往也是易得之气,通过耐心守气,使“未至之气”源源不断、徐徐而来。

杨上善在《黄帝内经太素》认为针刺补泻中,近气乃所补之处的气,可称之为“病所之气”,由此理解,“近气”“远气”也可理解为据病所的远近,是距离上的差别,近部之气聚于针下,远部之气通过循经感传。

2 近气不失,远气乃来

此句来源于经气虚实证的治法,原文为:“帝曰:补虚奈何?岐伯曰:岐伯曰:持针勿置,以……动气候时,近气不失,远气乃来,是谓追之。”“动气”是说针刺调动起正气,即指针感;“候时”是说正气还没有调动起来,要等候针感的出现,即留针,如《素问·离合真邪论篇》所云:“如待所贵,不知日暮”,不管天有多晚,也要像等贵客一样的等候,因为虚证较重的人针感来得很慢。“近气不失,远气乃来”,是说要耐心地等候针感,离得近的正气来了不会丢失,离得远的正气还会不断地补充过来。“是谓追之”,这是引《灵枢·九针十二原》所言,原文是:“追而济之”,是讲补法,是说人体的阳气离得再远也要把它引导过来调济之,简曰“追之”。

3 近气与远气的关系

经络系统和人体都是完整系统的整体,腧穴位于整条经络之上,当针刺得气或者说守住近气之后,整条经络之气甚至全身之气都会围绕着所刺腧穴产生变化或运动。根据《内经》所言:“动气候时,近气不失,远气乃来,是谓追之”,“追之”即为“补之”,补法的关键是调动远气直达病所,充盈近气,远近之气相互交融,才能使已虚之气引令实。可见近气是针刺补法显效的基础,远气是显效的关键,“近气”散失,“远气”无从谈起,“远气”不至,“近气”也无所作为。“近气”“远气”相互为用、彼此依存。对针刺得气是气至病所的基础和前提,只有当近气和远气都到达病所,才是针刺的理想效果。

4 如何得气

4.1 治神守气方得气^[9]

“近气不失,远气乃来,是谓追之”,体现的是针刺补法思想,针下气至对于已虚之体来说微不足道,只有调动远部之气,充盈针下,气足方能实已虚之气,补已虚之体。《素问·离合真邪论篇》言:“呼尽内针,静以久留,以气至为故。”可静置以留针,也可行针以催气,只有治神守气,才能气至有效。《素问·宝命全形论篇》云:“凡刺之真,必先治神。”何谓“治神”,神是生命活动的外在表现,治神重在医患双方意念交流,直接影



响针灸疗效的一个关键因素。《金针梅花诗钞》又说：“用针者，人也。医者之精神治，则造化通，料事明，决断果，使之临危则不乱，卒遇大恐而不能惊。病者之精神治，则思虑竭，气血充，使之信针不移，信医不惑，则取效必宏，事半功倍也。”可见“治神”在针刺治疗过程中对医者和患者皆具有重要意义。由此看来，在针灸临床中，我们应该重视守气，重视局部穴位的守气^[10]。

4.2 候气之时，间歇运针而得气

《内经》强调调气，《灵枢·刺节真邪》用针之类，在于调气”。《灵枢·终始》记载：“凡刺之道，气调而止”，《灵枢·官能》云：“是故工之用针也，知气之所在，而守其门户，明于调气，补泻所在，徐疾之意，所取之处”。

“调气”指的是针刺进入腧穴得气之后，促使“气至病所”的方法。其通过针刺手法操作，导气到达病所，以调节虚实，实现纠正机体阴阳盛衰状态的作用^[11]。

“近气不失，远气乃来”在《针灸大成·经络迎随问答》中被引用以说明“补针导气之法”。“推而按之者，是用右指捻针按住，近气不失，则远气乃来也”。其指的即是针刺得气后，调节气脉的调气、导气法。其具体的操作方法是：针刺得气后，刺手持针按压不动，调节针尖之上下以使得经气或上火或下循行，医者应全神贯注，将意念集中在针下，促使经气运行以至病所^[12]。

《针灸大成》中所记载的治疗“瘫痪，遍身走痛，顽麻冷痹及癰风寒疔，一切冷证”的烧山火手法以及治疗“风痰壅盛，中风，喉风，癰狂，疟疾，单热，一切热证”的透天凉手法，在操作完深浅、捻转、提插等手法后所应用的“通法”即与“近气不失，远气乃来”所强调的“导气、调气”之法接近。烧山火中的具体操作是：压倒针身朝向病所，让患者深吸气五口，可使经气上行，从而使得“阳回阴退”，以实现进气之法。透天凉中的具体操作是：缓慢上提针身，以使病止。

此外，针刺的目的在于透过深浅、徐疾、开合、捻转、提插、是否闭合针孔等针刺操作手法实现“补虚泻实”之效。“近气不失，远气乃来”强调“调气、导气”使气至病所，而气至病所的目的在于实现针刺的补法。通过针刺调节针尖的指向、医者集中意念催逼经气，促使经气到达病所，以使病所处已至之经气不致丢失，未至之气能够续来病所，以使经气汇聚于病所之处，实现补虚之功，此即为“追之”。

气至病所是针刺取效的关键和核心，而实现气至病所，离不开“调气”“导气”手法的应用。此即“用针之类，在于调气”之意。对于机体正气亏虚之患者，临床上应恰当使用调气法，以使经气汇聚病所，达到补虚之目的，实现补针之用^[13]。

候气之时可耐心静等，也可以间歇施以手法运针，直至气至。其中常见的运针导气手法如下。

4.2.1 运气调气法 《针灸大成·三衢杨氏补泻》云：“凡用针之时，先行纯阴之……治疼痛之病”针入皮肤后行六阴之数，紧提6，慢按1次，使气得；针尖朝向病所，让患者吸气5口，使气到达疾病的位置^[14]。

4.2.2 逼针调气法 《席弘赋》云：“逼针泻气须令吸，若补随呼气自调。”持针之手压针而不动，欲使气上行则针尖向上，欲使气下行而针尖向下，同时，医者聚神于针，经气运行。

4.2.3 循摄调气法 《金针赋》说：“循而摄之，行气之法。”押手拇指食中三指腹在上下往来轻柔循按所刺穴位的经脉，促使经气运行，气至病所^[15]。

4.2.4 弹针调气法 《针经指南》云：“弹者，凡用针时，可用大指甲轻弹针”。用指甲轻弹针柄，气至病所。

4.2.5 推捻调气法 针刺入后，针尖朝向病所，拇指用力向前推捻针柄，均匀有力，推至拇指指腹后横纹处，轻轻回拨，至气至病所，反复施术。

5 小结

《灵枢·终始》曰：“凡刺之道，气调而止”。“气”的概念是中医内涵丰富、临床应用广泛的特定术语和概念，针刺离不开“气”，离不开“调气治神”，而气的含义又多种多样，有营卫之气，有深浅之气，亦有远近之气。“近气不失，远气乃来”是候气法的一种，亦是“导气、调气”法则的一种，其强调针刺候气，以及引导经气归向病所。“近气不失，远气乃来”旨在强调针刺候气的重要性，《内经》对候气尤为重视，施行针刺补法时，除强调治神守气，也强调候气使浅近之气勿散失，则才可使气至病所，引导深远之气的到来^[16]。在针灸临床工作中，医者在局部行针时往往忽略了候气，近气散失，远气不来，忽略候气则气至难得，从而影响疗效，“近气不失，远气乃来”透过“导气”，其核心在于实现针刺补法，以达到补虚之目的。在临床中，应注重“调远近之气”法的应用，应通过调节针刺深浅、针尖朝向，以使针感传导向病所。同时，在具体操作中，医者应全神贯注，集中精力，努力达到和实现气至病所，以发挥“拔刺、雪污、解结、决闭”的针刺疗效。

参考文献

- [1] 王洪图.《黄帝内经》研究大成[M].北京:北京出版社,1997:1126.
- [2] 王华,杜元灏.针灸学[M].北京:中国中医药出版社,2012:335.
- [3] WHITE P,PRESCOTT P,LEWITH G. Does needling sensation (de-qi) affect treatment outcome in pain? Analysis of data from a larger single-blind, randomized controlled trial [J]. Acupunct Med, 2010, 28(3):120-125.
- [4] 尹巧,董国锋,衣华强.营气卫气理论对针灸指导作用探析[J].中国民间疗法,2023,31(20):22-24,32.
- [5] 楼百层.试论针刺的“得气”、“候气”与“调气”[J].浙江中医学院学报1981,5(6):44-46.
- [6] 李恒,李鼎.针方导引两相通——李鼎教授针法调气的临床运用[J].上海针灸杂志,2011,30(9):584-585.
- [7] 张学梅,史淑慧,方晓丽.浅谈对“针刺候气”的认识[J].针灸临床杂志,2010,26(1):59-60.
- [8] 田代华.黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,2005:119.
- [9] 曹志文,刘洁,黄红喜,等.基于《黄帝内经》理论的治神守气思想探析[J].光明中医,2023,38(5):834-837.
- [10] 张爱军,盛燮荪.影响气至病所的因素初探[J].浙江中医杂志,2012,47(12):899-900.
- [11] 林驰,马良宵,苑鸿雯,等.“得气”“气至”“针感”概念之我见[J].中华中医药杂志,2014,29(9):2892-2895.
- [12] 来奕恬,周竞颖,任玲,等.针刺治神的医学心理学理论探析[J].光明中医,2023,38(18):3490-3492.
- [13] 王栩.浅析“用针之类，在于调气”[J].中国针灸,2018,38(12):1347-1350.
- [14] 方依依,武明霞,鲁海,等.刍议针刺补泻之要点[J].中华中医药杂志,2019,34(3):921-923.
- [15] 黄红叶,刘芸,许昊纯,等.针刺补泻效应的影响因素探析[J].福建中医药,2020,51(2):46-48,53.
- [16] 柳芳.浅谈《内经》中有关留针的论述[J].上海针灸杂志,2008,27(12):46-47.

(本文编辑:张丽)