

## 第3章 東洋医学の人体の認識

### 第1節 臓象学説

「臓象学説」とは、内臓の生理現象を東洋医学の立場から述べたもので、「臓」とは内臓のこと、「象」とは現象のことである。

東洋医学では内臓を次の3つに分類する。

**「五臓」** 肝、心、脾、肺、腎

人体の活動の基礎となるようなエネルギー源「気」「血」「精」を生み出してこれらを貯蔵する役割を持つ。

**「六腑」** 胆、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦

飲食物や栄養素、水分を運び出す役割を持っていて貯蔵しないという特色を持つ。

**「奇恒の腑」** 脳、髄、骨、脉、女子胞

作用は「脳」に類似し、形態は「腑」に類似し、「臓腑」の特色を併せ持つそのどちらにも属さないもの。

「臓象学説」は西洋医学とは異なる独特のもので、例えば「肝」といっても解剖学でいう肝臓とは少し違った理解をする。それは舌や皮膚の状態、顔色、脈などから内臓の病状を推察したり、漢方薬で治療する東洋医学の診察や治療の経験を通して独自の理論を構築していったからである。

例えば肺と皮膚は一見何の関係も無いように思えるが、皮膚が寒気を受けて風邪をひくと、鼻詰まり、鼻水、咳が出ることから、皮毛一鼻一肺の間に密接な関連があると考え、また天然由来の漢方薬を用いる東洋医学は科学的に合成された薬を用いる西洋医学とは異なり、その複雑な成分から、肝臓病に有効な漢方薬が自律神経失調症に使用されたりするのである。このように東洋医学の「肝」は単に肝臓という臓器のみを指すのではないことを念頭に置いて、「五臓六腑」の理解を深めてもらいたい。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## 1 五臓各論

表3-1

五臓	支配	開竅 <sup>カイキョウ</sup>	華 <sup>カ</sup>	表裏 <sup>ヒョウリ</sup>
心	血脉 神志	舌	顔色	小腸
胆	疏泄 蔵血 筋	目	爪	胆
脾	運化、統血、 筋肉、四肢	口	唇	胃
肺	気 宣散・肅降 皮毛	鼻	毛	大腸
腎	水、納気、 骨、二陰	耳	髪	膀胱

(注)

開竅:「竅」は「穴」の意味で、体内にある五臓のエネルギーが、目、口、耳、鼻などに達して表面に現れることをいう。

華 : 五臓の機能が正常であるか否かの様子が現れることをいう。

表裏:五臓と六腑は経絡でつながっており、五臓が「裏」、六腑が「表」という表裏 一体の関係にあり、五臓は「陰」、六腑は「陽」という陰陽の関係にある。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## A 心 (キーワード: 血脉 神志 汗 舌 顔色 小腸)

表3-2 心

A 心	主な働き	他との関係
	血脉をつかさどる 神志をつかさどる	汗との関係 舌との関係 顔色との関係 小腸との関係

①<sup>クツミヤク</sup>血脉をつかさどる : 「血脉をつかさどる」とは血液の運行を支配するということである。健全な「心」の鼓動によって血液を全身に循環させ、全身の組織、器官などを栄養する。このように「心」が正常な状態であれば、脈は穏やかで力強い。

②<sup>ケンシ</sup>神志をつかさどる : 「神志」とは、精神活動や顔色、眼光、言葉、姿などに表われる充実した生命力のことである。血液を全身に循環させる心機能がしっかりしていなければ、意識がはっきりせず、頭は鈍って機敏な対応ができなくなる。従って「心」は人の意識を支配し、生命力をつかさどると考える。

③汗との関係 : 「汗は心の液」といって、漢方医は汗の状態を重視する。動悸がひどい時にあぶら汗や冷や汗をかいた経験のある人は少なくないだろう。心機能が虚弱となれば汗を治めることができなくなり、軽い時にはじみ出る程度、重症時には大量に発汗する。  
このように「心」の状態は汗の有無や量に現われる。

④舌との関係 : 「心」の状態は舌に現れる。舌の機能は味覚と言葉にあるが、心機能の異常は味覚の異常や舌がこわばって喋れないなどの病状となって現れる。また舌の色艶によって「心」の状態を診察する。心機能が正常であれば、舌は紅く生き生きし、しっとり潤い、柔軟でよく働く。これに対して心機能が不足すると、舌は白っぽく膨らんでプヨプヨする。また「心」を養っている血液が不足すれば、舌は淡紅色になり、しなびて痩せる。このように「心」の状態は舌に表れる。

⑤顔色との関係 : 血液が十分に「心」を養っていれば、顔色がよく、光沢もあるが、血液が不足して「心」が養われていなければ、顔色は蒼白で生気がない。心機能が衰えると顔色は青紫となる。このように「心」の状態は顔色に現われる。

⑥「小腸」との関係 : 「小腸」と「心」は表裏の関係にある。「小腸」は「胃」から消化物を水分と糟に分ける働きがあり、水分を「膀胱」に送り、糟を「大腸」に送るが、「心」に熱があれば「小腸」に熱が及ぶため、往々にして小便が赤くなり少なくなる。甚だしいときは小便出血などの症状を伴う。

テキスト見本 実際配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## B肝 (キーワード: 疏泄<sup>ソセツ</sup> 蔵血<sup>ソウケツ</sup> 目 筋 爪 胆)

表 3-3 肝

B肝	主な働き	他との関係
	疏泄をつかさどる 蔵血をつかさどる	目との関係 筋・爪との関係 胆との関係

### ① 疏泄<sup>ソセツ</sup>をつかさどる

「疏」は通じる、「泄」は散じるの意味で、「気血」を全身に巡らす働きをいう。

「その結果、気分は伸びやかになりイライラすることなく、胆汁の分泌も促されて消化を助ける。逆にイライラする、神経過敏、焦燥感、ヒステリー症状などは「肝」の「疏泄」作用が正常でないために起こると考える。さらに「気」が滞ると胆汁の分泌が正常に行われず、消化不良、口苦、ときに黄疸をおこす。

### ② 蔵血<sup>ソウケツ</sup>をつかさどる

「肝」は血液を貯蔵し、同時に血量を調節する。

人が休息している時は、半分近くの血液が「肝」に貯蔵される。人が活動している時は貯めている血液を送り出し、必要に応じて体全体に分散させる。もしも「肝」に蓄えられている「血」が不足すると、狭心症、目眩、筋肉痙攣、などが起きる。逆に「肝」の蔵血機能が不十分だと、出血症状が出る。

### ③ 目との関係

「肝」の状態は目に現れる。これは肝炎のとき黄疸が現れることでよく知られている。

「血」が不足して「肝」が養われないと、目が乾いてショボショボし視力も減退する。肝機能が亢進すると熱が上に昇り目が赤くなる。

### ④ 筋・爪との関係

「肝」は全身の「筋」の活動をつかさどり、関節の屈伸を支配する。

「血」が不足して「肝」が養われないと「筋」に血液が行きとどかず、四肢の痙攣や麻痺が起こる。

またその状態は「爪」に表れ、「肝」が正常であれば丈夫でピンク色をして艶やかだが、「肝」が養われていないと、爪は薄く柔らかく、裂けたりひからびて色も悪い。

### ⑤ 「顔」との関係。

「肝」と「胆」は表裏の関係にあり、「肝」で製造された胆汁は「胆」に貯蔵される。また肝から生まれる謀慮(計略、推測、考慮など)を胆の働きで決定するなど、胆は肝の活動に決定的な作用を及ぼしている。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## C脾 (キーワード: 運化<sup>うんか</sup> 後天の本 統血 口 唇 筋肉 四肢 胃)

表3-4 脾

C脾	主な働き	他との関係
	運化をつかさどる 「後天の精」を作り出す 統血をつかさどる	口との関係 唇との関係 筋肉・四肢との関係 胃との関係

### ①運化をつかさどる

「運化」とは「運輸」と「消化」のことで、飲食物を消化し栄養素を吸収してこれを全身に運び、体内の過剰な水分を吸収して排泄機関に運ぶことである。

「脾」の運化機能が旺盛ならば消化吸収が健全で、全身に行き渡った栄養は「臓腑」や「筋肉」、「皮毛」などの組織を滋養するが、運化機能が衰えると体力減退、倦怠感、食欲不振、体重の減少、腹の膨満感、軟便や下痢となって現れる。また水分は体内に停滞するため、むくみが現れる。

### ②「後天の精」を作り出す

このように「脾」の機能は日々営まれる生命活動の原動力としての意味を持つため、「脾」は「後天の精」（後天的な生命力の源）を作り出すところと言われる。ちなみに生まれ持った生命力は「先天の精」といわれ、「腎」に内蔵されている。

### ③統血をつかさどる

「統血」とは、「血」が血管の中を正常に巡行する作用のことで、「脾」の機能が弱まると慢性出血の症状が現われる。特に下部の出血が多く、月経過多、血便、血尿、潰瘍性下血などが起こる。

### ④口との関係

「脾」の状態は口や味覚に現われ、「脾」の働きが健全でないと、口が甘い、口が苦い、口がネバネバする、味がしないなどの味覚異常が起きて食欲に影響する。

### ⑤唇との関係

「脾」の状態は唇に現れる。「脾」が健全であれば、唇は紅く潤っており、不健全であれば、蒼白または枯れた黄色で光沢はなくなる。

### ⑥筋肉 四肢との関係

「脾」の状態は筋肉と四肢に現われ、「脾」の運化機能が十分であれば、栄養分がいき届いて筋肉は豊満となり、四肢も力強く、機動的となる。

### ⑦「胃」との関係

「脾」と「胃」は表裏の関係にあり、「脾」と「胃」は共同で消化吸収、栄養物質の輸送を行う。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## D 肺 (キーワード : 気 呼吸 宣発 肅降 涕 皮毛 鼻 大腸)

表3-5 肺

D 肺	主な働き	他との関係
	「気」をつかさどる 「宣散」と「肅降」	「皮」「毛」との関係 鼻との関係 「大腸」との関係

### ① 「気」をつかさどる

「肺」は呼吸をつかさどり、さまざまな「気」を生成する。

呼吸によって取り入れた「天の気」と、「脾胃」の働きによって飲食物から得た「後天の精」を結合させ、「宗気」「衛気」「營気」「津液」「血」を作り出す。(第2節 図3-1を参照)

「肺」の働きが正常でなくなると、呼吸の異常や発声の異常が起こる。

### ② 「宣発」と「肅降」

「宣発」とは体の隅々まで水分、栄養素、「衛気」を散布する作用、「肅降」とは水分を納めて降ろす作用をいう。

「宣発」作用により水分や栄養は全身にいき渡り、不要な水分は汗となって排出される。

また体を防衛する「衛気」は体中をくまなく巡って「病邪」の進入を阻止する。

また「肅降」作用により全身の水分を納めて、「腎」、「膀胱」にまで降ろし、小便として排出させる。もしこれらの機能が衰えると体液が滞って浮腫が生じる。

### ③ 「皮」「毛」との関係

皮膚とうぶ毛に「肺」の状態が現れる。小児喘息の子供は肌に湿疹があることが多いといわれ、「皮」「毛」の生理機能が低下すると「病邪」に対する抵抗力が弱まり、風邪にかかりやすくなる。

### ④ 鼻との関係

「肺」の状態は鼻に現われる。鼻と咽頭はつながって「肺」に連絡しており、外部から侵入する「病邪」が「肺」を襲うときは、ほとんど鼻や喉から侵入する。

### ⑤ 「大腸」との関係

「肺」と「大腸」は表裏の関係にあり、「大腸」は「小腸」から下りてきた食物の中から、その水分を吸収し、滓を便として排出する。もし「肺」に異常があると、便秘や下痢など「大腸」の症状が出る。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## E 腎 (キーワード: 先天の精 水 納気 骨 髪 耳 二陰 膀胱)

表3-6 腎

E 腎	主な働き	他との関係
	先天の精 水をつかさどる 納気をつかさどる	「骨」「髪」との関係 「耳」「二陰」の関係 膀胱との関係

### ①「先天の精」を内臓する

「先天の精」は受精した時に備わった先天的な生命力で「腎」に内臓される。胎児はこの「先天の精」によって成長し、生まれた後は発育のエネルギー源となる。また「脾」が飲食物を消化吸収することで生み出した「後天の精」は身体を養った後、余剰となったものは「腎」に貯められる。このように「先天の精」は「後天の精」によって養われ、男子は16歳、女子は14歳で生殖機能が備わり、男子は32歳、女子は28歳で筋骨が最高潮に達する。その後は「脾」の衰弱で「後天の精」の補充が受けられなくなり、身体は老化する。

### ②水をつかさどる

「脾」の「運化」作用、「肺」の「肅降」作用によって「腎」に送られた水分は、尿の生成と排泄によって調節される。

### ③ 納気をつかさどる

「肺」の呼吸によって吸入した「気」を体内の奥底に引き込む作用を「納気」といい、「肺」で呼吸しても「腎」の「納気」が弱いと「気」は体内の深部まで降りず、すぐ咳となって体の外に出てしまうといわれる。東洋医学の治療経験では、好転しにくい喘息に腎機能を強化する治療を行うと劇的な成果が上がることもある。

### ④「骨」「髪」との関係

「腎」の状態は骨や髪に現われる。「腎」に蓄えられた「精」は「髓」を生み、「髓」は「骨」を養う。「精」が不足すると幼児の場合は「骨」の発育不全、老人の場合は「骨」が脆く なる骨折しやすくなる。

「髪」は「精」と「血」に養われており、「精」が衰えると白髪や抜け毛となって外に現れる。また「髪は血の余り」といわれ、血液が不足しても同様に「髪」に現れる。

### ⑤「耳」「二陰」との関係

「二陰」とは「前陰」(小便口)と「後陰」(大便口)で、「腎」に蓄えられた「精」の衰えは、性機能不全、排尿排便の不全、音が聞こえにくいなどの老化現象となって現れる。

### ⑥ 膀胱との関係

「腎」と「膀胱」は密接に関連し、「膀胱」は表、「腎」は裏の関係にある。

## 2 六腑各論

### A 胆

#### 胆汁の貯蔵と排泄

「胆」は「中精の話」といわれ、中に胆汁をしまっているために、他の「五腑」と区別する。その働きは、飲食物を上から下に送る働きを順調に行わせることで、決断力、大胆さ など精神面とも関係深く、「肝」と表裏の関係にある。

### B 胃

#### ①「受納」と「腐熟」

「胃」は「穀の海」といわれ、「受納」とは飲食物を入れることであり、「腐熟」とは飲食物を消化することである。このように「胃」はその栄養分を全身に送り出すもととなる所である。

「胃」の機能をつかさどる「気」、及び「脾胃」の働きによって得た「後天の気」を総称して「胃の気」という。「胃の気」の有無は病人の予後を判断するうえで重要であり、「脾」と表裏の関係にある。

#### ②「通降」をつかさどる

「胃」の「通降」作用とは、消化された飲食物を「小腸」に降ろすことをいう。

### C 小腸

#### 「受盛」と「化物」

「受盛」とは「胃」が消化した飲食物を受け取ること。「化物」とは飲食物を消化吸収して栄養素とすることである。その残りは「大腸」送られるが、この機能が崩れると食物の糖が「大腸」に降りず、腹が張り、腹痛、便秘、嘔吐が起こり、逆に吸収されるべき栄養素が吸収されずに「大腸」に降りてしまうと、軟便や下痢となる。また「心」の影響を受けやすく、「心」と表裏の関係にある。

### D 大腸

#### 水分の吸収と排便

食物の糖を「小腸」から受け取り、その中から水分を吸収して、その残りを大便として排出する。また「肺」の影響を受けやすく、「肺」と表裏の関係にある。

### E 膀胱

#### 貯尿と排尿

尿を貯め、排出する機能であり、「腎」と表裏の関係にある。

### F 三焦

## テキスト見本 実際配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

これまで述べてきた5つの「腑」は、解剖学的に実在し、「五臓」に対応して表裏を成しているものだが、「三焦」はこれらとは異なるもので、1つの抽象的な概念であり、複数の臓腑の機能的なまとまり、と考えたほうがよい。

「三焦」は「上焦」、「中焦」、「下焦」の3つに分けられ、「上焦」は横隔膜から喉元まで、「中焦」は横隔膜から臍、「下焦」は臍から下部に位置する臓器のグループと考える。

清代の呉鞠通は「温病弁証」の中で、「温病」という病気について、初期は「上焦」にあたる「肺」から、中期は進行して「中焦」にあたる「胃」「腸」や「脾」に及び、晩期は「下焦」にあたる「肝」や「腎」にまで深く達することを観察している。

- ① 「三焦」は「気」が昇降出入する通路であり、人体の「気」は「三焦」を通過して「五臓六腑」に運ばれ、全身に満ちる。
- ② 「三焦」は人体の水液が昇降出入する通路であり、水液代謝に関わる「肺」、「脾、胃」、「腸」、「腎」、「膀胱」をつなぐ。

## 3 奇恒の腑

### A 脳、髓、骨

東洋医学では「脳」と「髓」は本質的に同じものと認識されており、現代医学でいう中枢神経にあたる。「脳」は精神、思考をつかさどり、「髓」は造血作用を営んで、「骨」を滋養する。また「腎は骨をつかさどり、髓を生じて、脳に通じる」といわれ、「脳」「髓」「骨」、共に「腎」の機能に影響される。

### B 脉

「脉」とは脈のことで、血管にあたる。「気血」が運行する通り道であり、栄養素を全身に運行する通路で、「心」がこれをつかさどる。

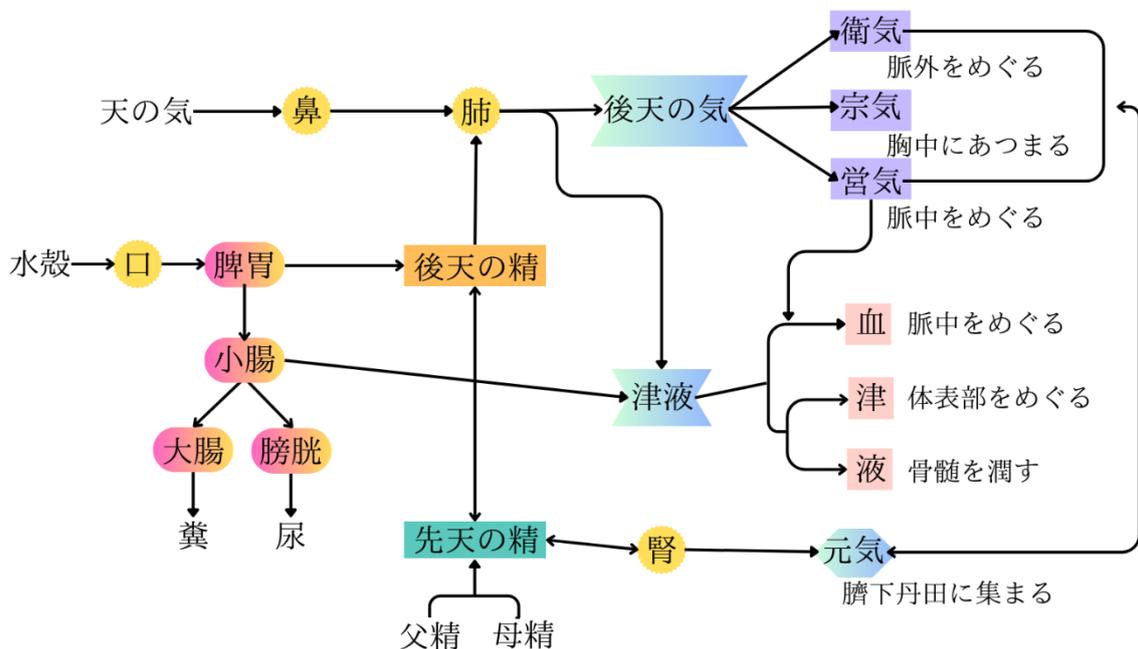
### C 女子胞

「女子胞」とは子宮のことで、月経と妊娠をつかさどり、「腎」との関係が深い。

## 第2節 精、気、神

「精」「気」「神」とは臓腑の機能を推進するために必要な物質であり、生命活動の素となるものである。「精」「気」「神」はそれぞれの臓器に蓄えられて、さまざまな働きを推し進めるが、同時にこれらは臓腑の機能によって生み出され、五臓六腑と「精」「気」「神」は相互に深く 関係し合うものである。

図3-1 精気の生成



### 1 精

「精」は生命の源となる物質で、「腎」に蓄えられているため「腎精」と呼ばれる。「精」は両親から受け継いだ「先天の精」として生まれながらに「腎」に蓄えられているが、飲食物から得られた栄養物質「後天の精」によって絶えず滋養されている。

広義に解釈すると、精は気が凝縮して液体になったものと言え、この中に、津液と血が含まれるといえる。

#### A 先天の精

(ア) 両親より受け継いだ精をいい、生命の素であり、構成される人体諸器官、諸組織の素でもあり、それを成長させていくものである。

(イ) 「先天の精」は、誕生後、五臓の「腎」にしまわれ、人の発育、成熟、老化、および生殖と いう基本的な生命活動を起こさせるものである。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

(ウ) 「先天の精」は、「後天の精」によって補給され、生きている間は渴することがないものである。

この精が、気に変化すると、「原気(元気)」となり臍下丹田」にあつまり(三焦の原気)、人体の基礎活力として働く。

## B 後天の精

(ア) 「後天の精」とは、飲食物より得られる「水穀の精」をいい、「脾胃」(中焦)で作られるものである。

(イ) 「後天の精」は、実際に人体で活動する「営気」、「衛気」、「宗気」、「津液」、「血」の素となるものである。

(ウ) 「後天の精」は、「先天の精」を補給し、生命活動を支える基盤として働き、この「精」が盛んであれば、気力も充実し、生命活動も活発で疾病に対する抵抗力も強いと考えられている。

## C 津液

「津液」とは、津と液のことであり、体内の水分を総称して言うものである。

### (ア) 津液の生成と循環

「津液」の源は、飲食物であり、これらが胃や腸に入って、水様のものが分離されて作られたものが「津液」である。「津液」は「肺」に昇って全身に散布され、不要になった水液を膀胱におろす。

#### (イ) 津

「津」とは、陽性の水分を言い、すんで粘りけが無く、主として体表部をめぐる、体温調節に関与するものである。また汗や尿となって体外に排泄されるものである。

#### (ウ) 液

「液」とは、陰性の水分を言い、粘りけがあり、体内部をゆっくりと流れるもので、「骨」や「髄」をうるおすものである。

体表部では、目、鼻、口などの粘膜や皮膚に潤いを与えるものである。

※「津液」と「臓腑」の関係は、その生成と分配において、「中焦」の「脾胃」が関係深く、その管理と排泄において、「下焦」とかかわる「腎」と「膀胱」が関係深いものである。

### (エ) 津液と気

「血」と「気」が「陰陽」の関係にあるように、「津液」と「気」も「陰陽」の関係にある。「津液」は「気」の機能とエネルギーによって生成され、全身に運ばれ、汗や尿として排出されるが、「津液」には「気」も付着していると考えるので、多汗や多尿、嘔吐によって多量の「津液」が排出されると、「気」も「津液」と共に流失してしまい、「気」までもが不足してしまう。

### (オ) 津液と血

テキスト見本 実際配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

「津液」と「血」は共に液状で、滋養、保湿の作用があって、「陰」に属する。また「津液」と「血」は共に「水穀の精」から生成されるので、「津血同源」といわれている。もし多量の出血があると、「津液」が血管内に浸透して血液の不足を補うので、「津液」不足となって喉が渇く。逆に汗が多量に出て「津液」が奪われると、心臓がドキドキしたり、目眩や全身の虚脱症状が出て、「心血」も不足する。

## D 血

「血」は血管内を流れて全身を巡り、人体のあらゆる場所に栄養を運ぶ。「血」が充実していれば臓器は滋養され、精神は安定し、顔色はよく、髪の毛や皮膚も潤う。

### (ア) 血の生成

「血」が人体の中でどのようにして生成されるか、東洋医学は現代医学とは異なる独特の理論をもって説明する。

飲食物は「脾胃」によって消化され、栄養物質である「水穀の精」が生成される。この「水穀の精」から生成されるのが「血」であり、素材としては「津液」と「営気」である。「血」は「肺」から「心」に送られて血管を巡り、「肝」に貯蔵されて血量の調節がなされ、「脾」の統血作用により血管外に漏れることなく全身を巡るように統治される。

### (イ) 血と気

「気」は「陽」に属して臓器の機能を推し進め、「血」は「陰」に属して臓器を滋養するが、両者は非常に密接な関係にあり、「血」の生成は「気」の機能とそのエネルギーによって行われ、「血」の運行は「気」によって推し進められている。

このように「血」の生成は「陰陽」の相互作用によって成され、「五臓」すべてが「血」の生成に関わっていることになる。このような考え方が1つの病気を体全身から捉えるという東洋医学独特の治療方針を支えており、科学的ではあるが、専門的でありにも細分化しすぎる現代医学と異なる東洋医学の特色となっているといつてよい。

## 2 気

「気」にはいろいろな働きがあり、その名称は場所によって異なり、働きも異なる。

「気」とは目に見えなくても働きのあるものであり、人体にあつては生命活動の動力となるものである。

表3-7 気の働き

気の名称	生成	働き
元気	「先天の精」より生じ「腎」に貯えられ、「神」より生成した 「後天の精」により滋養される	生命活動を推し進めるエネルギー
宗気	「肺」において吸引された「天の気」と「陣」より生成する「後天の精」が結びついて作られる	呼吸と血流を推し進める
営気	「脾」によって生成された栄養成分が、気化したもの。血液 中に含まれる	血管内を流れて体内を滋養する

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

衛気	「腎」「肺」「脾」が連携して生成するもの	血管外を巡って外邪を防衛し、汗を管理する
----	----------------------	----------------------

#### A 元気 (体を温めて生命活動を押し進めるエネルギー)

「元気」は「原気」などともいわれ、生命活動の根源である。

「元気」は母の体内で受精したときに宿った「先天の精」から生じたもので「腎」に貯えられ、「脾」が飲食物から生成した「後天の精」によって滋養される。その働きは人の成長や発育を促し、人体の各器官を温めて、生理活動を始動させる。「先天の精」がもともと不足していたり、「後天の精」の滋養が十分でないと「元気」が不足してさまざまな病変が発生する。

#### B 宗気 (呼吸と血流を押し進める)

「宗気」とは「肺」において吸引された「天の気」と「脾」が生成する「後天の精」が交わって生まれるもので、酸素と血液中の栄養成分が結合したものと考えてもよい。

「宗気」は「肺」と「心」に関係が深く、これらの活動を支えている「気」であり、「心」の拍動を力強く規則的に行わせ、呼吸や発声をしっかりとさせる。「宗気」の不足は呼吸の異常、言葉に力がなく細くなったりする、「心」の拍動が弱まったり、規律性を失ったりする。

#### C 営気 (血管内を流れて体内を滋養する)

「脾胃」によって生成された栄養成分が、さらにエッセンスとして気化したもので、血液中に含まれ、血と一体になって体中を流れる。体内の臓器や四肢、皮膚を栄養する。

#### D 衛気 (血管外を巡って外邪を防衛し、汗を管理する)

「腎」、「肺」、「脚」が連携して生成するもので、血管の外を素早く流れ、皮膚の中、筋肉の間を自由に走って、外界から体内に入ろうとする「邪」と戦う働きをする。

また「衛気」は筋肉を緩め、皮膚を潤して、その肌理を細かくし、汗腺の開閉を管理する。

#### E 五臓の気、六腑の気、経絡の気

いままで述べた「元気」、「宗気」、「営気」等は生命を維持するエネルギーとされるのに対し、「五臓」などがそれぞれに持っている「気」は各臓器の機能といってよい。「肝気」「心気」「脾気」など各臓器にはそれぞれに「気」が備わっており、「血」が臓器を滋養する物質であるのに対し、「五臓の気」は機能、働きのことを指す。

### 3 神(神気)

「神」とは「五臓」の中に納まって、生命活動を支配、統制しているものである。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

## A 神

「心」に納まっているもので、他の「神気」よりも上位にあり、生体のあらゆる活動を主宰するものである。

心拍動、呼吸、手足の運動、顔の表情、言語表現、知覚活動、精神活動などを正しく行わせる。

また、視る、聴くなどの知覚活動や、思考、判断などの精神活動も正しく行わせている。

## B 魂

「神」が意識的な活動を支配するのに対し、「魂」と「魂」は無意識的、本能的な活動を支配し、人格に深くかかわる。

「魂」は「肝」に納まり、「神」の支配が薄れたとき(睡眠時、酩酊時、高熱時)、夢、非合理的な空想、幻覚、幻想などを生じさせるものである。「魂」が衰えると自信がなくなり、「魂」が傷つけられると狂気、現実と非現実の不認識、人格の崩壊が生じる。

「魂」は人の死後、しばらくあたりを浮遊して、天に昇る「陽性」の霊と考えられており、「こころ」に密接な「たましい」のことである。

## C 魄

「魄」は「肺」に納まり、乳児の吸乳など本能的な行為、習慣化した日常動作、痛み、かゆみなどの感覚を起こさせ、注意を集中させる働きをする。

「魄」が衰えると注意力が散漫、物覚えが悪くなり、皮膚感覚が鈍くなる。

「魄」が傷つけられると狂気となり、他人を気かけず勝手な振る舞いをしたり、日常的な言語や動作を忘れてたり、誤ったりする。

「魄」は人の死後、長く死体にとどまって離れず、死体が朽ちるとともに地にもどる「陰性」の雪と考えられており、肉体と密接な「たましい」のことである。

## D 意

「意」とは記憶や意思にかかわる「神気」で「脾」に収まり、「意」が傷つけられると「おもい」に苦しみ、こころが落ち着かなくなる。

## E 志

「志」とは目的を持って思ったり、思いを持続させる「神気」で「腎」に収まり、「志」が傷つけられると記憶の混濁や忘却が生じる。

## F 思、慮、智

この3者は、意、志とともに知的な思推過程と関係する神気であり、神の統制下にある。

- ・思とは、物事を工夫し、考える心である。
- ・慮とは、先のことを思いめぐらし、深く考える心である。
- ・智とは、熟慮したうえで、最善の判断を下す心である。

※ 現代では、思考も感情も精神活動の一面とされるが、古代中国では、神と情とは、別々のものと考えた。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

○「神」と感情

「神」は感情を統制し「神」が充実して健全に働けば、感情が人の心を乱すことはない。  
「神」に乱れがあると感情が人の心を乱し、それがまた「神」を不安定にする。

○「気」と感情

「喜怒哀楽」などの感情に変調が生じると、体内の「気」の巡りに影響を与え、さまざまな弊害をもたらす。

○「五臓」と「五情」

「喜」<sup>キ</sup>「怒」<sup>ド</sup>「息」<sup>シ</sup>「憂」<sup>ユウ</sup>「恐」<sup>キョウ</sup>の「五情」に変調があれば、「神気」を損ね、特定の臓器に障害をもたらす。

テキスト見本 実際に配布するテキストと同じ内容ですがレイアウト等が異なります

### 第3節 経絡

経絡とは、人体の気血が運行する通路である。経脈と絡脈よりなり、経脈は、人体を縦方向に走り臓腑に連なっているが、絡脈は経脈と経脈をつなぐ横に走る通路で、そこから細かく分かれている孫脈を含めて呼ばれる。

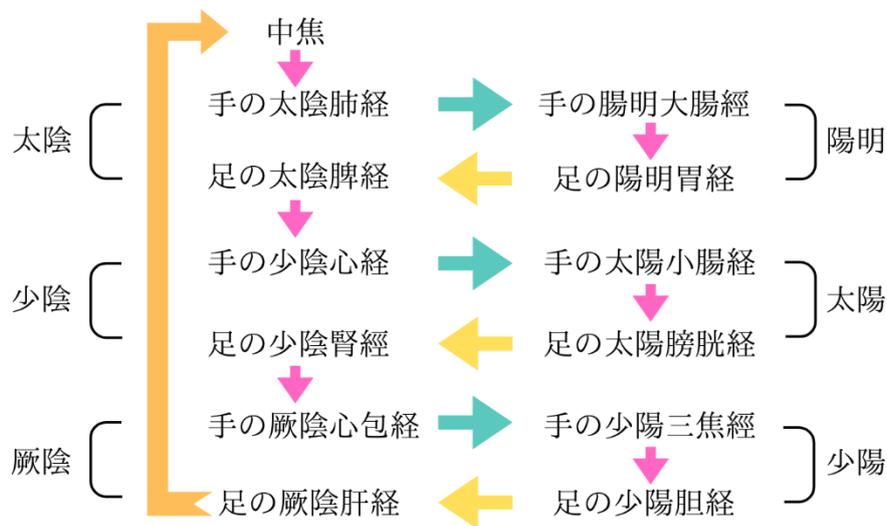
経脈は、十二経脈、奇経八脈、十二經別よりなり、絡脈(広義)は、十五別格、格脈(狭義)、孫脈よりなる。経絡は、体内の組織器官に気血をめぐらし、人体の健全な生理機能を維持するものであるが、気血の過不足や外邪の侵入により、疾病の生ずるところとなる。

#### 1 十二経脈(正経)

十二経脈には、太陽、少陽、陽明、太陰、少陰、厥陰の三陰三陽の名称が付けられており、表裏関係にあるもの同士は、強い関係にある。

十二経脈に気血がめぐる順序は、中焦よりはじまり肺へという循環を繰り返すものである。肺経から厥陰肝経まで、環の端なきがごとく十二経を循環しているのである。以下に、十二経脈の循行を述べておく。

図 3-2 十二経脈と循行



#### 2 経絡と臓腑との関係

経絡は全身に分布し、気血を運び生命活動を司っている。それぞれ臓腑の名をつけた十二経脈がそのおのおのの臓腑をまとめており、臓に異常があれば、経絡の異常として現れる。故に、経絡は脳と体表を結ぶもので、臓腑の気が発現するルートである。

この経絡を利用し臓腑の変調を整えることができるのである。