第三节 人混元气的运动

对于混元气的开合出入聚散化运动，在第二章混元气理论中已经作过论述，这里是结合人的混元气作更加具体地阐述。

人混元气的运动包括开合出入聚散运动和混化运动两部分内容，两者是不可分割的互相联系着的内容。开合出入聚散是混化的准备过程，混化是开合出入聚散所达到的目的。没有开合出入聚散的混化，没有混化的开合出入聚散运动都是难以想像的。

Ⅰ、人混元气的开合出入聚散运动

混元整体的人进行的开合出入聚散运动，是在自身与外界作用的界面（即外在界面）、自身内部组织两个层面上进行的。尽管人混元气有形气神的不同，但神气的运动往往需要通过形来体现。鉴于此，我们拟从形的层次入手，来讲述这一运动。

一、外在界面上的开合出入聚散运动

人体与外界作用的界面指人体与外界接壤的周身皮肤和有关的粘膜。按照这个标准来分析，在粘膜范围内，不仅上呼吸道与口腔应包括在内，就是气管、支气管的粘膜、肺泡中的上皮组织、食道、胃、肠粘膜等也应该包括在内。只不过整个消化道被咽喉、肛门等 “封 ”
到人的身体里面，似乎成了人的体腔。致使人们竟把它们忘记了是与外界接触的界面了。

在有形的界面的运动形式主要是开合出入。混元整体理论认为，有形之界面不仅有供有形之物出入的毛孔、汗腺孔、脂腺孔，还有供无形之气出入的窍穴、腠理，以至更细微的毛孔。对于有形之物的开合出入，如皮肤通过外开而释放出有形之物，如汗液（内有无机盐与有机化合物）、油脂、水分以及特异气味的气体、粘膜的各种分泌物等，也可以内合而吸收有关的物质，有很多中药就是通过皮肤吸收的。皮肤与呼吸道粘膜有吸收氧与排出二氧化碳的作用，胃肠的粘膜吸收水分与各种营养物，而且它的分泌物包含的内容是多种多样的。这一切无一不是在开合出入的运动形式中完成的。这些有形之物的出入过程，现代科学基本上已经认识了；但对于混元整体理论中更为重要的内容，即无形之气随着形体的开合而出入的过程与实质，现代科学尚一无所知，因而讲述起来比较难于理解。

在第一章混元气理论里指出，在实体物周围有该物的较稀疏的混元气散布着，这些混元气就是通过实体物的外在界面的 “气道 ”
开张散发出来的，在人体周围也是如此，混元气场既是实体物与外界混元气联系、混化的先导，又是内外之间的缓冲。这一混元气场直接受实体物界面开合出入的影响，不同的混元气有不同的调节两者平衡的方法与规律，在人体是通过呼吸、组织代谢与意念三者调节开合出入的。

在正常的人体生命活动中，呼气时人的皮肤、粘膜的腠理、毛窍、气道开张，内气外出，体周混元气场向外扩展、强度加强，敏感的人可以感到皮肤毛窍开张，有气流出或往外冒气的感觉。这些感觉在手的指尖、掌心、头顶、印堂、膻中、命门、脐、会阴、涌泉等大的穴窍部位可能会更突出一些。在吸气时，皮肤、粘膜的毛窍、腠理、气道内合，外气随之而入内，体周的混元气场范围回缩，强度减弱，敏感的人可能感到前述部位有气

流入，但一般来说，不如外开时感觉明显。这里所说的由呼吸而形成的开合出入，属于鼓动引动，即呼吸引动了大气的外出、内入，由此而鼓动（好象风箱那样）混元体界面的开合出入。另外，当人体内形成的混元气增多与减少时，也可因混元气 “压力强度 ”
而推动混元体界面的开合出入，如当人的精气神充足时，则外开而出，反之则内敛而入。在精神因素方面，神注于外，引气外出，神守于内，引气内入；惊、怒、悲的情绪使气外开而散失，思、恐的心理使气内聚，但太过则气滞。凡此种种，不一而足。只不过常人还不了解更未掌握神意对气的开合出入聚散的巨大引动作用，其实意识不仅是通过情绪，而且可以通过主动的指令使之发生变化。无论是外在界面的还是内部层次的，无一例外，以后要谈的混化运动也是如此。智能气功运用意识的原则就是以此制定的。

然而开与出、合与收并不总是相并而行的。因为开与合的动力学因素有压与引的区别，如内压高的压开与外引而开都可引起外出，但合则不一样，只有内引而合可以入，外压则容易招至闭拒而不能入。由是而知，合与入在一定程度上是有矛盾的。这里所谓的开合都是相对的，开不是全开，合也不是全合，否则走上极点，正常生命就难以维持了。这里我们虽然没着重讲聚散，其实开合出入过程中必然伴随一定程度的聚散，如开与出的过程就是人混元气向外疏散过程，合与入的过程则是向内集聚的过程。

二、自身内部组织层面的开合出入聚散运动

人体是一复杂的多层次的巨系统。现代医学将其分为若干系统，系统内又分成器官，进而区分出不同组织，最后是细胞。从混元整体理论来看，虽然无需条分缕析地划分，但混元整体也是讲层次的，整体中也是有部分的。虽然整体中的部分都决定于整体，但它又有自己的独立性，从形体上也有自己所属的界面。如体内的任何组织器官的界面都有膜，不仅内脏有膜，身体各组织也有膜，骨有骨膜，肌有肌膜，神经有膜，血管有膜，直至细胞也有膜。细胞内的核仁、线粒体等也有膜。这个膜就是该物与周围环境的界面，就是该物混元气进行开合出入聚散运动的场所。这一层面运动的动力主要是组织代谢引起的混元气强度的变化。试以细胞为例作一具体说明。人体内的细胞尽管千差万别，每个细胞内进行的生化反应也各不相同，但细胞都是以细胞膜把自己和周围的环境分开以保证自身的独立性。细胞通过胞膜和外界联系，从而形成了胞膜层次上的开合出入聚散运动，当细胞内混元气压高时，细胞膜外开，膜上的气道开张，膜内之气挟物外出加入到全身的混元气，同时又在周围环境中吸收所需的混元气内入而合，如此反复进行。

Ⅱ、人混元气的混化运动

混化运动是在开合出入聚散的基础上进行的，同样有外在界面与内部组织层次两个层面的混化，不过混化过程有的借有形之物进行混化，有的则是无形之气直接进行混化，前者往往是在局部进行，后者多是在整体中进行。

在一定状态下，人可以凭借与无形的混元气混化来生活，譬如，练气功的辟谷就是。不练功的人也有可以不吃食物只喝少量的水就可以维持生活的。笔者曾遇到 3 例多年不吃食物的女性，未练任何功夫，但能照常生活并生儿育女，只是体形较常人瘦弱一些。看来这些人就是靠与无形混元气进行混化，来维持人的生机。其实每个人都有这种机能，只是功能的强弱不同罢了。常人习惯了从实体物摄取生活物质，产生了意识上的偏执，使上述功能受到了排斥，就似乎是没有那些功能了。

在第二章混化理论曾讲过，实体物的混化过程是主体与外部客体的混化过程。其过程包括复杂的整体物的裂解，形成小的实体的简单混元气以失去其原有复杂实体的整体特性，而有了小的个体特性，然后与主体混化，进入主体实体中，成为复杂主体实体的一部分。在人体内这一实物混化过程是在两个层面即外在层面、内部组织层面上进行的。

一、外在界面进行的混化

这里所谓的外在界面进行的混化，是指外在界面附近形成的混元气场的混化。主要指胃和胃肠粘膜对食物有形混元气进行的混化，属于实体物混化的第一步。
胃肠里进行的与有形实体物的混化，首先是使有形实体物失去它固有的混元整体特性的过程，这是通过对有形实体物的磨碎，加入胃肠粘膜以及其他消化腺的分泌物与之混合，再加上胃肠腔中形成的混元气场的作用，原食物的整体混元气被分解成小单元。我们知道大自然中的不同层次的物类有不同层次的基本单元（称作基砖）。如电子、质子、中子是元素层次的基砖，元素是化合物的基砖，氨基酸是有生命的细胞的基砖，细胞是复杂的生命体的基砖 ……
由于任何生命体都是建立在细胞基础上的，因而生命体内进行的实体物层次的混化，必须符合细胞层次基砖的要求。任何层次的整体，都是把该层次的基砖整合到特定的时空结构中而形成的，如果不符合基砖的规格则不能进行整合。食物中大分子的裂解，不是简单的裂解，而是和人体混元气进行的初步混化。从现代的生物化学来看，胃肠的消化过程是通过各种酶的使用，使蛋白质、糖、脂肪等实体物解体的。这些酶是人体混元气凝聚而成的。因此，这个消化过程，就是人的混元气混入客体的过程，使客体实物不仅要符合生命基砖的规格，而且与人的整体有了同一性。不是吗？把牛奶直接注射到肌肉里的吸收过程，由于未能进行有效的混化，可以引起发烧；进入消化道的牛奶经过混化再吸收则平安无事，这一事实充分表明了混化过程的重要性。不仅如此，胃肠粘膜对营养吸收的过程，也是有效的混化过程。这时客体实物已失去它原有的整体特性成为人体的一部分，但还不是生命活动直接参与者。

二、内部组织层面的混化

无论是从胃肠吸收的营养物还是从肺中吸收的氧，只有通过血液运输到内部组织在细胞层面进行混化，才能使
从外界摄入的混元气参与到人的生命活动的新陈代谢中来。现代科学己经认识到细胞层次的代谢包括能量代谢
（主要指糖、脂肪的供能代谢）与物质代谢（主要指蛋白质的合成与分解），并认为这些过程（尤其是能量代
谢）已经搞清楚了，其实不然，因为这是一个非常复杂的混化过程。就拿一般的躯体细胞的代谢来说，无论能
量代谢还是物质代谢的过程，都是一个非常复杂的在酶的作用下的物质结构与能量转移的变化过程，而参与这
一过程的各种酶的产生与调节，又有一个酶生成与破坏的过程。另外，细胞层次的代谢，不仅受着细胞自身遗
传因素的影响，而且还要受全身激素的不同影响，甚至还要受神经系统的影响 ……
总之，能量代谢中也有物质的生成（从无到有的混化），物质代谢中也需要能量参与，而这一切（譬如蛋白质
合成中的酶的作用机制以及能量转移变化等）还有很多问题远未搞清，因为这些过程中都不是简单的变化，而
是整体的混化。这个整体混化也是一个长链连锁反应，譬如能量代谢过程（现代医学称为 “三羧循环 ” ）中需要十几种酶，而酶的产生又需要另外的酶，因为生物体内任何生物化学变化必须有酶的参与才能完成，
这是一长串酶的应用与酶生成的复杂的催化因果链。混化理论不要求对此穷究，因为任何层次的酶与作用物之
间的关系基本都是一种对立互补的混化关系。激素的调节作用与受体（靶细胞）也是这么对立互补的混化。神
经的调节在一定程度上也要通过激素起作用。混化理论研究细胞层面的混化过程，目的是要发挥神的作用，使
神的主导渗透到细胞层次，这是把人类意识作用所及的范围进一步扩大，使人类能够全面掌握自己的生命运动
。

话再说回来，能量代谢消耗了实体物的气，为人类生命活动提供了能量，而物质代谢则是消耗一定能量把实体物的混元气整合到自身的时空结构中去，使之成为人的时空结构的实体物态的体现。这种代谢形式的混化运动，在人体各部分组织中都无例外地进行着。只不过在躯体细胞内进行的混化，产生的能量与物质，都是供细胞本身应用的。而内脏细胞进行的这两种代谢的混化，除了自身应用以外，产生的有些物质是供全身有关组织应用的，如各内分泌腺分泌的激素、消化腺对消化液的分泌等都是这样。神经细胞进行的这两种代谢的混化，除供自身应用外，还要供思维活动所需的全部信息及其运动所需能量。这就是说，在躯体细胞、内脏细胞、神经细胞所进行的混化的内容是不完全相同的，这就是我们把人体混元气划分为躯体混元气、脏真混元气、意元体的道理所在。不仅如此，意识活动还有它特殊混化内容，尽管意元体是脑细胞的混元气，但形成具有独立的意

识活动以后，就与生命活动层次的混元气有了质的不同，意识活动成了思维领域里的概念性活动，形成意识活动与生命活动 “两极 ”
分立状态。然而两者又是统一的整体，而且意识是生命的主宰，两者统一的过程就是两者混化的过程（详见第四节《人混元气在生命活动中的形成过程》）。

混化运动除了上述的人作为一个主体摄取外物的混化外，还有与外物相互作用的混化，无论是施作用于外物或是接受外界的刺激都有一个混化过程。施作用于外物，通过形体或直接把意与气注入客体中，使客体发生变化，这是使自然物打上人的烙印的过程，无疑是一种混化；认知外物的接受信息的过程，也有一个与外物的混化过程。主动寻找外物固然有近似于施作用于外物的混化，就是被动接受信息时，只要能引起注意（不管是有意注意还是无意注意），就会把意识注入到客体中，形成意念和客体物的信息交换，并在意识领域里打上一定的印记。这是一种特殊的混化。

Revision #1
Created 2026-11-12 05:51:22 UTC by 劉一木
Updated 2026-11-12 05:52:24 UTC by 劉一木