第三节 人体混元气

人体混元气是自然界中最高级、最复杂的混元气，它是随着人的生成逐步发展起来的。为了便于讲解，我们把混元气的形成，发展过程分为四个阶段加以论述。

Ⅰ、受精卵的混元气

受精卵的混元气是精子和卵子结合过程中形成的，它属先天之先天部分。古人认为：只有正真的无形之气，才是先天之先天。

现代医学科学认为，受精卵是由精子和卵子直接结合而成的。精子和卵子所以能结合，是由于精子和卵子都只
有 23
条染色体，各是正常细胞的一半，两者相合正好形成一个完整的细胞。这种通过观察试管婴儿的受精过程得到
了证实的论点，似乎与我们的混元气理论相抵触，其实不然，因为现代医学是宏观上观察与论述的，我们是从
微观上论述的。无论是从古代的气功观点，还是从当代的科学的观点，都认为任何物质的变化均涉及及微观与
宏观两个层次的变化。一物质变成另外一物质都有原物消失（从有到无）与从无到有（无中生有）的过程，受
精卵的形成也不例外，试详述之：精子和卵子所以能结合，如果仅仅是由于精卵各有 23
条染色体（各占正常细胞的一半）的话，那么两个精子或卵子的结合不也同样可以形成正常细胞 23
对染色体吗？实际上这是绝对不可能的。这就说明了精子与精子、卵子与卵子各分属于同一性质，不能结合，
甚至是相排斥的。而精子和卵子之间则有不同性质，是互相吸引有亲合力的。实验中也观察到，一旦精子和卵
子结合，它们就不能再和其他精子或卵子结合，这就说明，精、卵结合后，精卵各自原有的亲合力等特性消失
了，而受精卵的特性则在此基础上建立起来。在这里，从精、卵特性的消失到受精卵特性的形成之间，有着一
定时、空关系的，在宏观世界中虽然未能把这个前后因果关系展现出来（而且是难以置信的）但在微观世界中
则是完全可以理解的，现代理论物理学认为，当时间量度进入了 10-44 秒的领域、长度量度进入 10-33 厘米的领域，物质的变化就分不出过去、未来、现在的差别。因此在受精卵形成的过程中，不仅有精、卵特性
的消失（从有到无）的过程和受精卵特性从无到有的生成过程，而且在消失与生成之间还存在着一段空间的论
点是站得住脚的，不过这一空间不是什么都没有，而是一种无形无象的特殊物态，它是精卵相互作用及其和周
围环境相互作用的结果。这一特殊物态就是先天之先天的混元气，由此气衍化成有形的受精卵。所以我们说此
混元气不是精卵之气的简单迭加，受精卵也不是精子和卵子的机械的融合。

Ⅱ、胎儿的混元气

受精卵形成后，混元气就不复单独存在，而是凝集在受精卵中。受精卵不断分化，从一个单细胞逐步发育成一
个五脏六腑俱全、四肢百骸齐备的胎儿，重复了人类种族发生史的全过程：单细胞生命体、多细胞生命体，这
一阶段属于仅进行新陈代谢的低等生物范畴；待到神经系统形成以后，生物就发生了层次变化，正如恩格期指
出的， “神经系统在发展到一定程度的时候，便占有整个身体，并按照自己的需要来组成整个身体 ”
。因为在脊椎动物中，整个身体都聚集在神经系统周围（见《自然辩证法》），于是人的精（或称形）气神开
始形成。并在此基础上发育为成熟的胎儿。在这些过程中，混元气从中也随之发展：从仅包涵一个受精卵整体
特性的混元气进展为包涵了完整的胎儿整体特性的混元气。此气即旧称的人的先天气，它是处在混沌状态的胎
儿的整体性的体现。

θ

10

Ⅲ

——

——

“ ”

）充斥在周身各部，供人体生命活动之用。这种气是由各具单经特性的经脉之气形成的，所以它具有人体的先天特性与后天特性，所以它标志了人体的根本特征。

Ⅳ、人体混元气

上面讲的仅是作为一个自然的人的混元气。而人既是自然的人，也是社会的人。我们所谓的自然的人指人的生命活动按照自然规律来进行；所谓的社会的人是指人进行生命活动需要有意识的活动。人刚生下来就进入了生命活动，这个时候还不能成为真正的人，还需要接受人的信息、语言等等，慢慢建立起第二信号系统，产生意识活动，才称其为真正的人。如果小孩生下来之后，长期不让他接触人，只能有人的形体，没有人的语言，不具备人的意识，就不能成为真正的人了，现在国外发现狼孩、虎孩、象孩，我国东北发现猪孩，就是这个情况，小孩生来下的时候，大脑细胞里的树突不多。需要通过外界的刺激来促进使其生长、变化。小孩与外界接触后，经常接受能量、信息等外界刺激，使大脑细胞兴奋，脑细胞里的树突慢慢生出增强脑细胞功能。前面也讲到，各种后天变化需要逐渐完成，神从心脏上升到大脑皮层，才能产生思维活动。初生婴儿哭起来手脚一块动，还没有改变胎儿那种整体的混合状态，受周围事物的刺激之后，各部功能才逐渐分化出来。这个分化过程，即使身体各部分的功能具体化了，同时又和意识的开展结合直来。比如，婴儿刚出生，神还没有上升到头，还不能看东西。有了视觉，还没有空间感，看见远处的东西也用手去抓。经反复实践、认识，建立了距离的意识，知道要过去拿，但是拿的动作也不准也不稳，这是因为意识和动作结合得不够准确和密切。而且从气功的角度来讲，身体各种运动的产生，不仅要有神的活动，还要有气的作用，要完成一个动作，光有意念与动作的配合还不够，还要能做到意念与气的结合。因为当人能够用大脑神经去支配身体各部分进行活动，还能够使脑神经活动与气的活动结合起来，做到意念一动，身体里面的气就动，才可以说形成了真正的人的混元气。这个气因为加进了意念，已经不是单纯的气，而是气与意念混合的混元气了。更确切地说，意念统帅气机的关系建立起来了，意动气就动，意行气就行。自然的人（婴儿）的混元气一旦听命于意识，就成了真正的人的混元气了。由此可知，混元气与经络之气，不是整体与部分的关系，而是有着不同层次的区别。

综言之，人体混元气是人体的先天混元气及由它产生出来的整个人体与人体在后天生命活动中所具有的特性相合而成的。具体到身体的气机来说，混元气是由各条经脉之气散入到人体组织中混为一体，而且意识渗入其中并统帅之。对初练功来说，能掌握这点就够了。

Ⅴ、人体混元气在各部组织中分布与功用

人体混元气在各部组织中分布是不平衡的。如前所述，在胎儿期间以及早期婴儿的混元气，在体内的分布基本
是均衡的，随着人与外界接触的频繁，使人的各种反应趋向于外，因之人的意识活动也多是外向的。随着意识
活动的深化与完善，随着混元气与意识活动的紧密结合，混元气在体内原有的匀态分布受到了破坏，而随着意
识的外向而趋向于外，多用的器官，如手、脚、皮肤、各感觉器官随着功能的增强，混元气逐步充盛，在这大
的趋热下，大至整个人体，小至在内的各器官甚至深入到细胞，混元气都从内而趋向于外，因此处于外表的膜
（如内脏的膜、肌肉血管、神经、骨骼的膜）混元气都比较充斥，当意识支配混元气运行时，亦多表现于膜络
部分，这是膜与外表功能旺盛的内在根据。此论点虽然与现有中医理论有别，但是练过 “膜 ” 功的人是有切身体会的。这一论点在《卫生易筋经、膜论》中也有近似的描述。

人体混元气的分布除了外向特点之外，还根据人体形气神存在形式之差异，致使与之相关的混元气的分布。集
中部位与功用也产生了差异，依此我们又把人体混元气分成了三部分：

一、躯体混元气。集中在丹田（脐与气海部位），散布在全身各组织，供躯体各组织（包括内脏的形）的组成
与分解以及各种形式（主要是宏面的）运动，它是人体混元气最基本的内容。

二、脏真混元气。人体各组织的生成变化，不是各自独立地进行的，它是受人体的气化规律 ——
生、长、化、收、藏来制约的。而这些规律正是由五脏分别所主的，它不仅与每一脏的体性相关，而且和五脏
有关的情绪紧密地结合在一起。因之显现了五脏在人体混元气中的重要性。然而五脏又不是各自为政的，而是
一个有机整体。因之五脏又形成了人体混元气中的子系统 ——脏真混元气。集中表现在五脏活动之中心 —— 上腹正中 ——我们称之为混元位。

脏真混元气与躯体混元气的区别在于，虽然也有形体的生成变化 ——
这一点是和躯体其它组织相同的，但它更重要的是有特殊的功能，而维系这些功能的混元气与维系躯体运动之
混元气是不相同的，如常人的意识活动不能主动地支配它，却受人的情绪的影响 ……
这就是五元庄功法重在音声引气，重以情绪调节的理论依据。

三、神意混元体。这关系到意元体理论，这里不赘述。

当然上述这三种混元气都是人体混元气的子系统，不仅相互联系而且在一定条件下互相转化，从而维系人体的
整体生命活动。

Revision #1
Created 2026-09-26 11:23:07 UTC by 劉一木
Updated 2026-09-26 11:24:16 UTC by 劉一木