第5章

陰陽で見る世界と人間

これまで読み進まれて、中国医学の臓器とは解剖学的な実体が明らかではない、言わば架空の臓器であり、その機能は古代の中医が考え出したものであることがお分かりいただけたと思います。また古代の自然哲学である五行学説が、病気のメカニズムを考える上で重要な役割を果たしていることもお分かりいただけたと思います。

五行学説とともに中国医学の基礎理論になっているのが陰陽学説です。陰陽学説と五行学説は一つにひっくるめて呼ばれていますが、各々異なった学説であることは既に述べました。この二つの理論がどのように中国医学に応用されているのか理解できると、中国医学の本質に随分と近づけるように思います。

五行学説は五臓の間に働く関係や、五臓と五体との関係など、異なった臓器、あるいは概念を結びつける役割を果たしているように思います。この点については、前章でN氏やY氏の例を挙げて説明しました。

一方の陰陽学説ですが、これは臓器あるいは全身の状態を表すものなのです。つまり陰と陽で、臓器の状態や全身の状態を表すということです。N氏の弁証は「肝腎陰陽虚—陰と陽の不足」でしたが、これは陰陽学説をベースにして臓器の状態を考えているのです。

中国医学の診察や診断治療の全ての根底に陰陽学説が横たわっているように思います。中国医学に対する影響という点から二つの基礎理論を見比べますと、陰陽学説の方が遥か

に大きな影響を与えているように思われるのです

本章では陰陽学説とはどのようなものか、また中国医学とどのように関係しているのか、お話したいと思います。

奥が深い陰陽学説

陰陽学説は、わたしたち現代人にとっては五行学説より馴染み深いように思います。陰・陽という二つの文字はわたしたちの会話にもよく登場します。人の性格を表す時には陰気とか陽気とか使いますし、またベストセラーになった夢枕獏さんの「陰陽師（おんみょうじ）」という小説の名前にも入っています。

このように陰陽はわたしたちにとっても身近な言葉であり、陰とはどういうものか、陽とはどのようなものか、漠然とイメージすることができます。

しかし自然哲学としての陰陽学説が本来意味していることは、実に奥が深いように思います。それは人間あるいは人間と環境との関係という、言わば世界観といってもよい根本的な考え方を示しているのです。そして中国医学を西洋医学とは全く異なる発想にもとづいたユニークな医学にしているのが、陰陽学説のように思うのです。

わたしはこのことに気づくのに随分と時間がかかりました。なぜならば、古代の自然哲学を真面目に考える気がしなかったからなのです。非科学的で幼稚なものという先入観にとらわれていたのです。

しかしある時、古代の自然哲学と最新の科学との共通性はいくつもあるということが分かったのです。これは科学的な常識を身につけたわたしたち現代人にとっては朗報でしょう。古代の自然哲学を抵抗なく受け入れることができるからです。

わたしのような理系人間にとって、陰陽学説のような古代の自然哲学は、中国医学を学ぶ上で大きなハードルになっています。しかし陰陽学説が非科学的な考え方ではなく、現代でも十分に通用する先進的な考え方を含んでいることが分かると、中国医学に対する見方が随分と変わってきます。

「部分の中に全体がある」中国医学の世界観

陰陽学説による世界観についてお話しましょう。

ここで言う世界観とは、人間を含めた自然界、あるいは人間と自然界との関係を指しています。

わたしが中国医学を学びはじめた頃、ある中医が舌診―舌の診察―について説明してくれました。彼の説明は、中医がどのように人間と自然との関係を考えているのか、端的に示しているように思います。

彼は次のように説明してくれました。

「わたしたち中医は、人間の身体も自然界も同じ法則に従っていると考えます。たとえば舌の苔ですが、この舌苔と水辺の苔は同じような生え方をするのです。水辺の苔が生えるには、適度な水と光が必要でしょう。池の水が少なくなると、苔は乾燥してしまいます。太陽の光が強すぎると苔は黄色くなってしまいますね。舌の苔も同じなのですよ。

つまり、陰陽学説では水を陰、光を陽と考えます。

舌苔が乾燥している時は、身体の中の水が不足している陰の不足。また舌苔が黄色い時は、陽の過剰、つまり熱があると考えるのです。

陰陽のバランスがとれている時に、正常の舌苔が生えるのです。」

中医がわたしに説明してくれたような自然現象のたとえ話は、中国医学の教科書にも数多く述べられています。病気のメカニズムを考える時、治療の方法を述べる時、さらには病気の名前にも自然現象に関するものがたくさんあります。

中風（ちゅうふう）というのも一つの例です。昔、わたしたちも手足が動かなくなる病気を中風と呼んでいましたが、これはもともと中国医学の病名なのです。

中風は脳梗塞や脳出血などの脳血管障害のことを指していますが、一般に突然症状があらわれることが特徴です。急にバタッと倒れることも多く、この様子から中国医学では身体の中に風が吹く—中風—と考えたのです。

みなさんは、このような人間と自然との対比をどのように思うでしょうか？

古代から伝承されている考え方を、分かりやすくて面白いと思う人もいるかもしれませんが、西洋医学や科学に慣れ親しんだ人にとっては、なかなか受け入れ難いのではないしょうか。

わたしも最初は抵抗を感じたものです。

「こんなことを考えていて、治療なんかできるのかなあ」といぶかしく思ったものです。中国医学の「人間の中にも自然界がある」という考え方は、原始的で幼稚な考え方のように思われたのです。

しかし、この中国医学の考え方を「部分（人間）の中に、全体（自然）がある」という言い方に変えますと、ベールが取り払われたかのように、にわかに輝いて見えるようになりました。最近の科学者が提案している世界観と中国医学の世界観が似ていることに気が

ついたのです。

科学者—理論物理学者など—の中には、従来の分析的な科学では限界があると考えている人たちがいます。彼らは、部分とは全体の単なる断片ではなく「部分の中に全体が内在している」という考え方を提案しているのです。

これはホログラフィー・パラダイムと呼ばれています。

ホログラフィーというのは写真の一種ですが、異なる点があります。普通の写真ではある部分の情報はあくまで全体の一部分にしか過ぎませんが、ホログラム—ホログラフィーの映像—にはどの部分も全体に関する情報を含んでいるのです。ですからホログラムはどの部分を切り取っても全体を写し出すことができるのです。

ホログラフィー・パラダイムの創始者の一人、大脳生理学者カール・プリブラムは、人間や宇宙全体の構造について、

「宇宙はたぶん一個のホログラムなのだ」と述べています。

これは中国医学の人体と自然界—宇宙—に対する考え方と同質のものと言って良いでしょう。

西洋医学では、人間を自然界から独立した存在とみなします。わたしたちもそのように信じて生きています。中国医学の「人間の中にも自然界がある」という考え方は西洋医学

やわたしたちの常識とは随分と異なりますが、決して非科学的なものではなく、むしろ最近の科学的な考え方に共通する面を含んでいるのです。

陰陽学説から見た世界の構造

陰陽学説を、もう少し詳しくご紹介しましょう。

まず自然哲学としての陰陽学説とはどのようなものかお話します。

陰陽学説の全ての内容はグラフィックに表現することができます。

図六は太極図と呼ばれるものですが、陰陽学説の世界観を表現したものなのです。韓国の国旗の中にも使われていますので、ご存じの方も多いと思います。

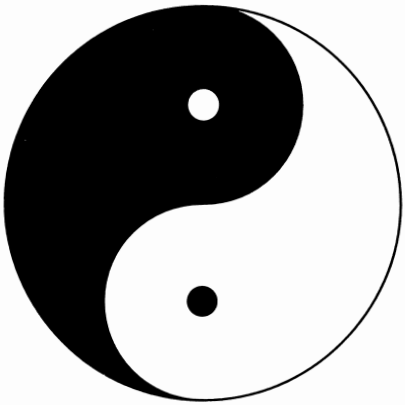
この太極図をもとにして、陰陽学説の意味するところをご説明しましょう。

太極図のまん中はS字状—正確には逆S字—に区切られて、左側が黒、右側が白になっています。

黒い部分が陰を、白い部分が陽を表しますが、陰陽学説では全ての事物や現象を陰と陽の二つに分類できるとします。

代表的なものは水と火ですが、水は陰に、火は陽に属します。水と火の性質の差は、陰

図六◎太極図



陽を区別する基本になっています。

水のように静止しているもの、下に降りるもの、冷たいもの、暗いものは陰に属します。一方、火のように動くもの、上昇するもの、暖かいもの、明るいものは陽に属します。また外に向かうものは陽に、逆に内に向かうものは陰に属するとされています。

このように陰と陽は正反対の対立した存在です。この対立関係を太極図では白と黒で表しているのです。

ここで陰というものの重要性について指摘しておきましょう。

わたしたちはとかく陰というものをネガティブなものと考えがちではないでしょうか。つまり陽は良いもの、陰は悪いものという考

え方です。確かに陰気とか陰湿など、陰という字の入った言葉にはあまり良い意味のものはないようです。

しかし陰陽学説でいう陰とは、陽と対立はしているものの、決して悪い存在でも不必要なものでもないのです。陰は陽と同じように世界を成立させている重要な要素であり、不可欠な存在とされているのです。

中国医学の病気の中には陰の不足—陰虚—というものがあります。N氏の弁証を思い起こして下さい。彼の弁証は肝腎陰虚、つまり肝腎の陰が不足しているというものでした。このように陽だけではなく、陰が不足しても病気になるのです。

わたしたちは陰というものに対するイメージを変えた方がよいかもしれません。

たとえば人の性格について考えてみましょう。一般に陽気な性格の人は好まれ、逆に陰気な性格は嫌われるようですが、果たしてそうでしょうか？

陽気な人ばかりいる社会は騒々しくてかないません。また陰気な人ばかりいても暗くなってしまいます。陽気な人もいれば陰気な人もいる、そういう社会がバランスのとれた健全な社会でしょう。

わたしは陰陽学説を知るようになってから陰に対するイメージが変わってきたように思います。陰の重要性を再認識したと言って良いかも知れません。

話がそれてしまいました。もう一度、太極図に戻りましょう。

太極図の黒い陰の部分に白い丸が、白い陽の部分に黒い丸が書かれています。これらは極化点と呼ばれ、陰と陽の中には反対の要素が存在することを示しています。つまり陰と陽は相対的なもので、陰の中にも陽が、陽の中にも陰があるというのです。

これは陰陽学説の世界観を考える上で重要な意味を含んでいます。

つまり陰の中にも陽があるとすれば、その陽もさらに陰と陽に分けられることになります。これをくり返しますと、地球あるいは宇宙というマクロの世界から、人間やその臓器、さらには細胞というミクロの世界まで、これらの全てが陰と陽に分けられることになります。

このように陰陽学説では、人間を含めた宇宙のどこをとっても太極図のように陰と陽に分類されますので、臓器もからだ全体も太極図と同じような構造をしていることになります。つまり部分も全体も同じ構造をしていることになるわけです。

陰陽学説は「部分の中に全体がある」という中国医学の考え方の基礎になっているように思います。

フラクタルな陰陽学説の世界観

陰陽学説に従って、全てのものが無限に陰陽に分けられた世界は、特殊な世界かもしれません。なぜならば、この世界ではどのような部分をとっても陰と陽に分けることができ、それらは同じ構造をしていることになるからです。

しかしこのような世界は一見、非現実的なものと思われますが、実はわたしたちの身の回りにも存在することが分かってきたのです。

それはフラクタルと呼ばれるものです。

フラクタルとは最近の数学理論の一つで、複雑な自然現象の変動あるいは不規則性を分析する理論として注目を集めました。啓蒙書も数多く出版されていますので、ご存じの方も多いと思います。

フラクタルとは「なんらかの仕方で全体と相似な部分からなる形」と定義されていますが、自然界にも存在することが分かってきたのです。

雪の結晶はその典型例です。結晶のある部分を取り出して、それを拡大するともとの結晶に良く似た形になっています。つまり大きくても小さくても同じ形をしているというこ

とです。このような性質を自己相似性と呼んでいます。

しかしわたしたちの身の回りにあるものが必ずしもフラクタルとは限りません。むしろフラクタルでないものの方がずっと多いでしょう。たとえば自動車です。自動車のハンドルをいくら拡大しても全体の形にはなりません。ですから車はフラクタルではありません。

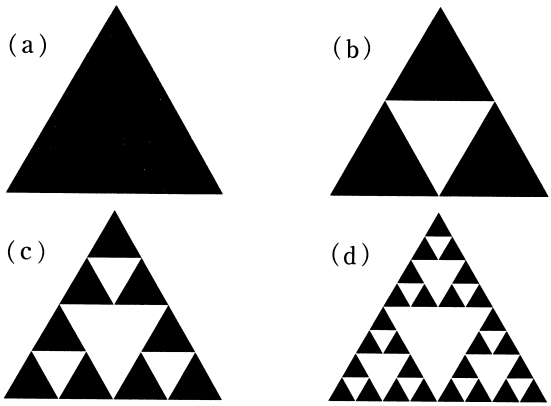
さて、先に陰陽学説による世界では大小にかかわらず、どの部分をとっても同じ構造をしていると申し上げました。これをフラクタル理論で表現すると、「陰陽学説による世界は自己相似性を有している」と言い換えることができます。

しかしこの自己相似性は完全ではないかもしれません。なぜならばそれぞれの部分によって、陰陽の比率が異なっている可能性があるからです。

実際、自然界で見つかったフラクタル—雪の結晶—の自己相似性は完全なものではありません。これを数学用語では「統計的に自己相似性を有する」と言っています。陰陽学説による世界も同じようなものかもしれません。

さて、陰陽学説による世界はわたしたちの目に見えるわけではありません。また、数式で表されているわけでもありません。ですから、陰陽学説による世界が本当にフラクタルかどうかを数学的に証明することはできないのです。

図七◎シルピンスキー・ガスケット――フラクタル図形



しかし次のフラクタル図形をご覧になれば、なぜ陰陽学説による世界はフラクタルのようだ、と思うようになったかお分かりいただけると思います。

シルピンスキー・ガスケットと呼ばれる図形で、人工的に作り出したフラクタルの一例です。これは自然界のフラクタルと異なり、完全な自己相似性を有しています。シルピンスキー・ガスケットの作成過程を見ながら、陰陽学説の世界と比較してみましょう。

まず黒い正三角形を作ります(a)。次に、この正三角形の中に一辺が半分のサイズの正三角形をくり抜きます(b)。そして残った黒塗りの正三角形からさらに一辺が半分のサイズの正三角形を抜き出します(c)。

この操作を無限に続けてゆくと、この図形

のどの部分を取り出しても全体と相似な図形が得られるのです。

シルピンスキー・ガスケットの黒い部分を陰、白い部分を陽と考えてみましょう。もし宇宙の果てまで広がる三次元のシルピンスキー・ガスケットを作ったとすれば、宇宙のどの部分―人間も含めて―をとっても陰と陽が同じ構造であらわれてきます。これはまさしく陰陽学説に述べられている世界と同じものなのです。太極図自体はフラクタル図形ではありませんが、その意味するところはフラクタルな世界なのです。もし太極図を考えた古代人がフラクタル理論を知っていれば、太極図をフラクタル図形にしたのではないでしょうか。

中医は人体をフラクタルなものと考える

ここで、陰陽学説の世界観が中国医学の中にどのように反映されているのか考えてみましょう。つまりフラクタルな世界に住んでいる中医には人間―患者―がどのように見えるのかということです。

中医は人間自体もフラクタルな性質を持っていると考えます。なぜならばフラクタルな世界では、その中にいる人間自体―部分―もフラクタルだからです。

この考え方は診察法にあらわれているように思います。

たとえば先に述べた舌診です。

舌は身体の小さな一部分に過ぎませんが、舌は身体全体の状態を表している、あるいは舌の中に全身が内在している、と中医は考えます。そして中医は、舌の色、大きさ、舌苔などから全身の状態を推定するのです。

中医が行う舌診を見ていますと、このことが良く分かります。まるで歯科医のように患者に大きく口を開けさせ、舌の隅々まで詳細に観察していることに驚かされます。西洋医も舌を診ることもありますが、診察の重点の置き方はその比ではありません。

西洋医も全身の状態を考えますが、中医の考え方とは随分異なります。西洋医は人間のからだとは、臓器などの部品から構成された一つの器械のように考えて診察するのです。

ここであえて部分ではなく部品という言葉を用いたのは、全体の情報が含まれていない、単なる断片であるという意味を強調したかったからです。このような部品が寄せ集まってできた全体――人間――の構造は、フラクタルではありません。

西洋医が聴診器で心音や肺音を調べるのも、部品としての心臓や肺の状態を把握するためです。またX線検査など各種の検査もやはり臓器という部品を調べるために行うのです。そして最後に、それぞれの部品の所見を寄せ集めて全身の状態を考えるのです。

これを車の修理にたとえてみましょう。

車が動かなくなった時、修理工はエンジンや電気系統など順番に調べていきます。それぞれの部品がうまく作動しているかどうか確認するわけです。車を構成している多くの部品をチェックしなければなりません。そして最後に、どの部品が故障したために車が動かなくなったのか見つけ出すのです。

なぜ修理工は多くの部品を調べないといけないのでしょうか？

それは車がフラクタルな構造をしていないからです。いくらハンドルを眺めていても、どこが故障したのか分からないからです。

同じ人間の身体でも、中医と西洋医では全く別物に見えているのです。西洋医の基準で中医の診察を見ますと、あまりにも単純で、分析が不十分とも思えるのですが、実はそうではなく身体に対する考え方が違うのです。

ここで申し上げたいのは、「西洋医と中医のどちらの考え方が正しいのか？」ということではなく、わたしたちの知っている西洋医学の他に別の見方もあるということです。

そして中医の見方は古臭い、非科学的なものではなく、西洋医がいまだに取り入れていない現代科学の新しい見方と共通性があるということです。

陰陽学説のダイナミックさ

これまで述べてきました陰陽学説の世界観とは、世界がどのような構造をしているかということです。静止している世界と言えるかもしれません。

しかし世界と言うものは、静止しておらず刻一刻と変化しています。そして陰陽学説は世界がどのように変化しているのか、についても述べているのです。

もう一度、太極図に戻りましょう。まことに単純な絵図なのですが、この中には陰陽学説のダイナミックな世界観も含まれています。

太極図の中の黒い部分は陰を、白い部分は陽を表していると言いました。陰と陽の部分はS字状—正確には逆S字—に区切られていますが、世界が単に陰と陽に無限に分割できるというだけであれば、丸い円のまん中を直線で二つに分けても良いわけです。

しかし、陰と陽を直線ではなく、あえてS字状に区切っていることに意味が込められているのです。つまり陰と陽で成り立った世界は静止しておらず、刻一刻とダイナミックに変化していることをシンボリックに示しているのです。

さらに太極図は陰陽のダイナミックな変化の仕方についても表しています。

一つは陰陽が増えたり、減ったりする時の変化の仕方です。陰陽の量的変化の法則と言えるかもしれません。

太極図では陰と陽はＳ字状に分割されていますので、陰と陽のそれぞれは、頭が太く尾が細い格好をしています。陰の頭の部分は陽の尾っぽの部分になり、逆に陽の頭の部分は陰の尾っぽの部分になっているのです。

このことは、一方が増えれば片方が減り、一方が盛んになれば片方が衰えるということを示しているのです。

これを陰陽学説では「陰陽消長」と言っています。

陰陽消長には陰が減り陽が増える陰消陽長と、陽が減り陰が増える陽消陰長があります。しかしこれもべつだん難しいことではないのです。

季節にたとえてみましょう。冬を陰、夏を陽としますと、冬から夏に移る時には、陰（冬）が減って陽（夏）が増えるでしょう。これを陰消陽長と言うのです。また夏から冬に変わる時には、陽が減って陰が増えますので、陽消陰長になるわけです。

太極図が示す、もう一つの陰陽の変化は、陰陽の質的変化です。

つまり、陰が陽に変わったり、また逆に陽が陰に変わるということです。この陰陽の質的な変化を「陰陽転化」と言っています。

太極図の極化点—黒い部分の白い丸、白い部分の黒い丸—が、陰陽の質的変化を表しています。先ほど極化点は陰と陽の相対性を示していると述べましたが、同時に陰陽の質的な変化も表しているのです。

陰陽の質的な変化はどのような時に起きるのでしょうか？

わたしたちに身近な日本の経済で見てみましょう。

景気を陽として製品を陰としましょう。陰陽のバランスがとれている時に経済は順調に発展しますが、陽—景気—が増え過ぎるとどうなるでしょうか？

モノが足りないインフレ状態に陥り、さらにはバブル景気になってしまいます。

そしてある時、バブル景気が崩壊します。景気は急激に落ち込み、不景気に陥ってしまいます。つまり陽であった景気は、不景気という陰に突然変わってしまうのです。

このように陰陽転化は陰陽の量的変化—その多くは過剰—にともなって発生する特徴があるのです。

中国医学の本に経済のたとえ話は不釣り合いかもしれませんが、陰陽学説はもともと医学とは関係のない自然哲学でした。

古代の自然哲学で現代社会の現象を説明できるのも不思議な気がしますが、社会を動かしている根本的な原理というものは、古代も現代も変わりないのかもしれません。

第6章

陰陽学説をベースとした中国医学

前章では、自然哲学としての陰陽学説の基本的な考え方やその世界観について述べてきました。本章では、陰陽学説がどのように医学—中国医学—に応用されているのか、お話したいと思います。

からだの中の陰陽——気血陰陽

陰陽学説の基本は事物や事象を陰と陽に分けることでしたが、古代の中医も医学に応用する時に、まず人間のからだを陰と陽という二つの基本的要素に分類したようです。

では、からだの中の陰陽とは何なのでしょうか?

中国医学には「体陰用陽」という言葉があります。「体は陰であり、用は陽である」という意味ですが、体と用はからだの最も基本的な陰と陽を示しているのです。

体とは人のからだを構成している物質のことを指しています。用とは物質の運動や機能と言われていますが、エネルギーという言葉で置き換えた方が分かりやすいように思います。つまり、古代の中医は人のからだとは、物質とエネルギーでできていると考えたわけです。

陰陽学説をベースとした中国医学では、からだの中の物質(陰)とエネルギー(陽)は、

陰陽学説の法則に従ってダイナミックに変化しながら生命現象を司り、この陰と陽のバランスが崩れた時に病気になると考えるのです。

からだの中にはもう一つ重要な陰陽があります。それは気と血液—中国医学では血（けつ）と呼んでいます—なのです。

陰陽学説では陰陽の分類は相対的なものであり、陰の部分もさらに陰と陽に分けることができました。そこで、古代の中医は陰—からだを構成する物質—をさらに陰と陽に分けたのです。気は動く性質があるので陽とし、水のような血は陰に分類したのです。

古代の中医は陰（物質）と陽（エネルギー）だけで人の機能や病気を考えようとしましたが、陰陽だけでは不便を感じるようになったのではないでしょうか。もう少し人のからだに関係する具体的なモノが必要と感じたのかもしれません。そこで最も基本的な陰（物質）をさらに陰（血）と陽（気）に分類したのではないでしょうか。

実際、気と血という新しい概念は、からだの機能や病気のメカニズムを考える上で大きな役割を果たしているのです。たとえば、気血弁証というのがありますが、これはからだの状態を気と血のバランスで考える弁証で、臓器弁証などとともに中国医学の診断—弁証—の中核をなしているのです。

気血という概念は、陰陽学説と人間の身体機能を結びつける役割を果たしている、とも言えるでしょう。

この話の最後に、陰陽と気血の関係を図に示して整理しておきましょう（図八）。わたしは長い間これらの概念が混乱してなかなか理解できませんでした。同僚の中医から話を聞いたり中国医学の教科書を読みますと、「気血陰陽」とひっくるめて呼ばれ、あたかも気血陰陽は四つの異なったモノのように表現されることが多いのです。

図八のAがからだの最も基本的な陰陽の分類で、Bが上段のAで陰と分類した物質（気血水）を、さらに陰陽に分類したものです。水とあるのは体内の水分のことで、中国医学では津液（しんえき）と称しています。

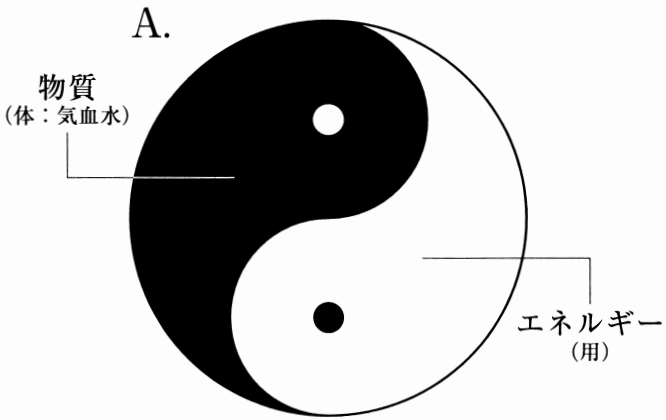
誤解されている気

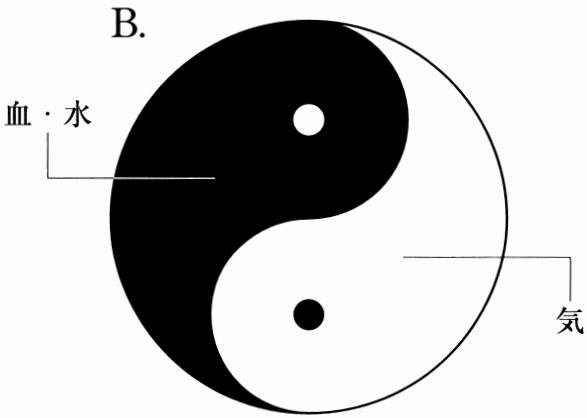
まず気について考えてみましょう。

中国医学に興味が有る無しにかかわらず、気という言葉を知らない人はおそらくいないでしょう。

しかしわたしたち現代人にとって、気ほど分かり難いものもないのではないでしょうか。

図八◎陰陽と気血の関係





特にわたしのような理系人間にとっては、分かり難いというよりも、受け入れ難い概念と言えるでしょう。なぜならば気の存在は科学的に示されていないからです。

以前、ある日本の有名な外科医が、わたしにこうおっしゃったことがあります。

「気というものは訳が分からん。そんなものを信じている中医がハバをきかせていると、この病院はいつまで経っても発展しないよ。」

この病院とは、わたしの働いていた中日友好病院のことなのです。中日友好病院は西洋医学系の病院ですが、中国医学の占めるウエイトが他の西洋医学系の病院よりも大きいのです。その外科医は中日友好病院に招かれた専門家でした。

その頃、わたしは中国医学に興味を感じておりましたが、その外科医に反論できるほどの知識も経験もありませんでした。

科学を重んじる西洋医の世界では、中国医学を一つの医学として考えようとする医師はまだまだ少数派なのです。まして気の存在を信じる西洋医など皆無といって良いでしょう。

一方、気というものから中国医学に興味を覚える人も少なくないようです。

実際、気の存在や気功の効果をうたいあげた書籍は、ちょっと探せばすぐに手に入るでしょう。雑誌でも、気や気功に関する特集記事を目にすることが少なくありません。

こういう書籍や記事を書く人、あるいは好んで読む人は、どちらかというと気を精神的なもの、あるいは神秘的なものとして考えようとしているように思います。

しかし気を毛嫌いする人間も、気に興味をもつ人間も、彼らが思い描いている気と、中国医学でいう気とは随分と開きがあるのです。

彼らが思い描く気とは、相手に気を送って手を触れずに投げ飛ばすとか、あるいは気功で難病を治療するとかいうものではないでしょうか。

実はわたしも中国医学を知る前は同じように考えていました。

確かにこのような気も中国医学にはあります。身体から発生する気を患者に送り治療しようというもので、外気功と呼ばれています。しかし現代の中国医学では、外気功による治療は決して一般的な治療法ではないのです。

同僚の中医に外気功について尋ねてみましても、一人としてその治療効果に対してポジティブな意見を言ってくれませんでした。

わたしの質問に対して困ったような顔をしながら、「そのような治療をする中医もいますが、わたしには信じることはできません。」と言う中医もいるのです。

この中医は主に生薬で治療する中医内科の医師でしたので、気功専門の中医に尋ねてみることにしました。

中日友好病院には「気功按摩科」という診療科目があります。この科に勤める中医は、生薬も鍼灸も使用しないで気功と按摩だけで治療しているのです。

治療室に見学にいきますと、手を患部にかざしたりする外気功も確かに行っています。しかしこれは補助的なもので、主な治療は按摩—マッサージ—のようでした。

どのような患者さんが受診しているのか聞いてみました。

「頸椎症や腰椎症などの手足の痺れや痛みを訴える患者さんが多いですね。癌の患者さんですか？　そのような患者さんはここには滅多に来ませんね。」

という返事だったのです。

外気功で難病を治療している中医は、北京の他の病院におられるということでしたが、その治療効果がどれほどのものか知らないとのことでした。少なくとも難病患者がどんどん良くなっているという評判ではないようでした。

中医が考えている気とは？

中国医学でいう気とはどのようなものでしょうか？

皆さんの中には中国医学に興味をもたれ、一般書や専門書などを読まれた人もいらっし

ゃると思います。わたしも何冊か専門書を買い込んで読んでみました。

一般書にしろ専門書にしろ、気とはどういうものか、かなりの紙面を割いて述べています。しかし、わたしはこのような本をいくら読んでも、気とはどのようなモノかなかなか理解できなかったのです。

たとえば、気をいくつにも分類しています。「先天の気」、「後天の気」、「元気」、「宗気」、「営気」、「衛気」などです。しかし、それぞれの気がどのように異なるのか分かり難いのです。説明が詳しくなればなるほど、頭が混乱してしまいます。専門書を読まれた皆さんの中にはこのような感想をもたれた方もおられるのではないでしょうか。

そこでわたしは中医がどのように気を理解しているのか聞いてみました。

経験豊かな四十歳台の教授クラスの中医の意見です。彼は少し考えた後、こう答えてくれました。

「冬にブタを殺すとしましょう。包丁で腹を裂くと、はらわたが出てきて白いけむりが立ち上るでしょう。これが気ですよ。」

「?」

白いけむりとは湯気のことではないでしょうか?

「そうです。古代の中医が気をどのように認識したのか、ちょっと想像してみたのですよ。

ブタは死んでいたら、腹を裂いても湯気は出てこないでしょう。あの白い湯気はブタが生きている証拠なのです。こういうものから気の概念が生まれたのではないでしょうか。

古代の中医が気という概念を生み出した時には、気を細かく分類していなかったのでないでしょうか。生命現象を考える過程の中で、こういう気があるに違いにない、と多くの中医が少しずつ分類していったように、わたしは考えています。

このような気の分類は、臨床的にはあまり意味がないように思います。たとえば気が不足している患者さんに対して気を補う治療があります。これを補気療法と言いますが、この時には気は特に区別していないのです。」

では、先生は気をどのように考えていますか?

「現代医学で言えば、代謝活動でできるエネルギーが、一つの気だと考えてよいでしょう。もう一つは、体外から体内に入る気体のことです。まあ、酸素のようなものと考えて結構です。」

彼の説明はさらに続きましたが、要約しますと次のようになります。

一、気とは物質であり、またエネルギーを有している。

二、体外から入る気と、体内でできる気がある。前者は大気中の酸素のようなもの(清気と呼ばれます)、後者は食物が消化されてできた代謝エネルギー(営気と呼ばれ

ます）のようなもの。

三、気は臓器や器官の活動エネルギーの源になっている。

これらの気の特性は、西洋医学における呼吸機能や消化機能というメカニズムで、かなり説明できるのではないでしょうか。

そして、もう一つ気のユニークな特性があります。

気は全身の経絡を巡りますが、このことは皆さんも御存じのことと思います。重要な点は、経絡は臓器や器官を結合しており、気が言わば媒体となってそれらを機能的に結びつけているということです。

五行学説をベースに臓器の間の機能的な関係を説明した図（第四章、図五）をもう一度ご覧になって下さい。この図の中で、それぞれの臓器を結んでいる線が経絡であり、気とはその線の中を通る媒体なのです。

中国医学の臓器が解剖学的根拠の薄い、架空の臓器であるならば、それらを機能的に結びつけている気もまた、架空の媒体であっても良いわけです。

彼の説明してくれた気は、わたしたち西洋医にも理解できる範囲内のものですが、この説明からは外気功で難病を治すとか、気で人を投げ飛ばすなどという作用はでてこないようです。

しかし、この中医こそN氏を治療した医師なのです。
彼はN氏に対して補気治療を行い、西洋医学では決して良くならなかった症状が改善しましたが、その気とは魔法のような気ではないのです。
気に対して神秘的なイメージを持っておられる方には申し訳ありませんが、現代の中医が理解している気とは科学とかけ離れたものではなく、西洋医学でも説明できるような概念のように思います。

身体から発生する気は存在するのか？

では、外気功はまやかしの治療法なのでしょうか？
身体から発生する気というのは存在しないのでしょうか？
わたしはこの問いに対して答えることができません。なぜならば、そのような気は存在しないという確たる証拠もないからです。
もっと正直に答えますと「あるかもしれない」と考えているのです。
実はこのように考えるようになった、ある出来事があるのです。

わたしは日本の企業の研究所と共同で光工学の研究を行ってきましたが、そこの研究所で奇妙な研究が行われたことがありました。

日本の某病院に中国の気功師が働いているのですが、その気功師が発する気の効果を調べる実験が行われたのです。

その実験を担当した研究者は、気はもとより中国医学にも全く興味がなかったのですが、会社を通じて実験の依頼があったため、しぶしぶ実験のお手伝いをすることになったわけです。

実験の方法は、生きたラットの脳を薄くスライスにしてリンゲル液で環流する、スライス実験というものです。このようにすると脳細胞はある程度の間は生き続けることができます。次にそのスライスした脳組織を特殊な色素で染色し、脳細胞の中のカルシウムイオンの濃度を時間を追って連続的に測定したのです。

気功師は別のリンゲル液に気を入れました。彼は手をかざすのではなく、細い鉄の棒を握りその先端から気を送るという独特の方法だったそうです。

そしてそのリンゲル液を環流したところ、細胞内のカルシウムイオンの濃度が急に上昇したのです。

「えーっ、なんだこれ！」

と叫んだ研究者は腰を抜かさんばかりに驚いたのでした。

なぜならばそのリンゲル液は最初のものと全く同じものだったのです。さらに気を入れていないリンゲル液に変えると、上昇していたカルシウムイオンの濃度が正常レベルに戻ったのです。

彼の目の前で科学の常識では考えられないことが起きたのです。

皆さんはこの話をどう思われるでしょうか？

わたしはこの研究者とは一緒に実験を行ったこともあり、信頼できるベテランの研究者であることは良く知っています。いい加減なことを面白おかしく話をするタイプではないのです。

彼の話はわたしが中国医学に興味を持つ前に聞いたのですが、最近この話が思い出されてならないのです。こんな気あるわけないよな、と思う反面、もしあれば面白いな、と思っているのです。

中国では以前から外気功を研究する学者はいましたが—怪し気な研究がほとんどですが—、最近は日本でも科学的に研究しようという動きがあります。

もしかすれば将来は、身体から発する気の存在が科学的に証明されるかもしれませんが、

現在のところ確たる証拠は出ていないようです。

血と血液の違い

次に血（けつ）について考えてみましょう。陰陽学説では気は陽に属しますが、その対になっている陰が血なのです。

中国医学の血も、西洋医学の血液も同じモノです。

傷口から流れ出てくる赤く粘稠（ねんちゅう）な液体を指さして、中医は「これは血です」と言い、西洋医は「これは血液です」と言うでしょう。しかしその意味するところは、血と血液とでは似ているところもありますが、随分と異なっている点も多いのです。

最も大きな違いは血の組成でしょう。

中国医学では、血は気と水が結合してできていると考えるのです。

先述した営気（食物が消化されてできた代謝エネルギー）が、体内の水と結合して血ができると考えるのです。このように血と気は一体化しているので、血の性質や機能は気と密接に関係しています。

血を「気を水で溶かしたジュース」のようにイメージすると、血というものの性質や機

能が理解しやすいように思います。古代の中医もそのように考えたのかもしれません。

まず血の機能を考えていきましょう。

中国医学では「血載気」と言っていますが、血が気を載せて運搬すると言う意味です。血を気のジュースと考えますと納得のいく機能でしょう。

血は酸素（清気）や栄養エネルギー（営気）を臓器に供給するわけですが、また体内でできた老廃物を運搬する作用もあると考えられています。

このように、血の機能は西洋医学の血液と良く似ていますが、その循環は、随分と異なるのです。

中国医学では、血が身体を循環するのは「気行血行」と言われていますが、これは「血の循環は気の力による」という意味なのです。

西洋医学で言うところの血液は、心臓のポンプの働きによって全身を循環します。中国医学でも心臓に血液の循環作用があることは認識していますが、この循環作用は気の力によるというのです。

つまり気が溶けたジュースは、媒質としての気の働きによって体内を循環すると考えるのです。そして気が不足する「気虚」や、気の巡りが滞る「気滞」では、血の循環が悪くなるとされています。このような状態を瘀血と称していますが、第八章で詳述します。

さて血は体内のどこを流れるのでしょうか？

血は経絡を流れるのです。

「えっ、経絡には気が流れているのではないですか？」

と疑問に思われる方もいるのではないでしょうか。

実はこういうことなのです。血は脈を流れると考えられています。第四章で五体をご紹介しましたが、脈はその一つです。

脈は血管ですのでわたしたちにも理解できるのですが、問題は、脈―脈絡とも呼ばれます―は経絡の一部と考えていることです。

ご承知のように、経絡には気が流れると考えられていますが、経絡も気も実体がはっきりしないものです。古代の中医は、その経絡に解剖学的実体の明らかな血管―脈―を含ませているのです。しかしこれは、かなり乱暴な考え方のように思われないでしょうか。

いったい、血管は経絡とどのように繋がっているのでしょうか？

液体の血が経絡の中にどのように入っていくのでしょうか？

古代中医の考え方では、このような疑問は当然出てくると思いますが、考えていると頭が痛くなってしまいます。

このような混乱は、中国医学が解剖を重視していないことから来ているように思います。

現代の中医、特に西洋医学を学んだ若手の中医は、このあたりの事情をよく理解しているようです。彼らは気と同じように血も実体の明らかなものと考えずに、架空の臓器を養い、それぞれの臓器を機能的に結びつける媒体と考えているようです。

陰陽で考える病気（一）――正常人の生理活動

これまで中国医学独特の概念である気血とはどのようなものか述べてきました。体の中で最も重要な陽が気であり、また最も重要な陰は血であることがお分かりいただけたと思います。

これからしばらくは、陰陽学説をベースとした中国医学の基本的な考え方についてお話したいと思います。古代の中医が陰陽でどのように人の生理機能や病態を理解していたのか、ということです。

陰陽学説を基礎とした中国医学と言うと、いかにも難解な医学をイメージされるかもしれませんが、実は極めてシンプルな考え方にもとづいているのです。中国医学を学び出した頃、中医がこう言って励ましてくれました。

「中国医学は西洋医学よりずっと簡単ですよ。陰陽学説のいくつかの法則を覚えるだけで

診断も治療もできるのですから。」

西洋医学も勉強しているこの中医は、西洋医学の知識量の多さをこぼしていました。中国医学も記憶しなければならない事項は少なくありませんが、その量は西洋医学よりはるかに少ないのです。

たとえば病気の原因を見てみましょう。西洋医学ではウイルスや細菌などの感染症、癌などの悪性腫瘍、出血や梗塞などの血管障害、その他にも実に多くの原因があります。

一方、陰陽学説をベースとした中国医学では、陰と陽で人のからだや病気を考えますので、病気の原因もいたってシンプルです。陰陽のバランスがどうなっているのか、バランスが崩れていればそれをどのように戻すか、とだけ考えれば良いのです。西洋医学で治らない難病でも、風邪のような感染症でも、陰陽だけで考えることができるのです。

まず自然哲学としての陰陽学説を簡単におさらいしておきましょう。次の三つに集約されます。

一、この世の全ての事物や現象は無限に陰と陽の二つに分けられる。

二、陰と陽には、「対立」と「依存」そして「消長」（一方が増えれば他方が衰える）と「転化」（相手に変化する）の四つの性質がある。

三、この四つの性質により、陰陽で構成された世界はダイナミックに変化しながらバランスを保って存在している。

それでは本題に入りましょう。

病気を考えるには、まず正常の人のからだについて知らなければなりません。まず陰陽学説から見た正常の人のからだの活動についてお話しましょう。これは陰陽学説による生理学と言えるかもしれません。

科学が進歩するに従って、西洋医学の生理学はより詳細に、また複雑になってきましたが、陰陽学説による生理学は極めて単純なものです。

「陰陽消長」のたった一言で、人の生理活動を表しているのです。

ここで言う陰陽とは、からだの最も基本的な陰陽、すなわち物質（＝陰）とエネルギー（＝陽）のことを指しています。

先ほどおさらいしましたように、「消長」とは陰陽の一方が増えれば、他方が衰えることですが、陰陽消長には、陰が減少し陽が増大する「陰消陽長」と、陽が減少し陰が増大する「陽消陰長」があります。

「陰消陽長」と「陽消陰長」の陰と陽に、それぞれ物質とエネルギーを当てはめて考える

と、次のようになるでしょう。

陰消陽長＝物質（陰）が減少し、エネルギー（陽）が増大すること。
陽消陰長＝エネルギー（陽）が減少し、物質（陰）が増大すること。

一見単純な考え方ですが、これは驚くべきことに、西洋医学の代謝活動における異化作用と同化作用と同じことを意味しているようなのです。

異化作用とは蛋白質や脂質などの高分子化合物を二酸化炭素や水などに分解しながら、エネルギーを生成する反応のことです。

一方、同化作用とは、エネルギーを消費しながら、小さな分子から蛋白質や脂質などの高分子化合物を合成する反応のことなのです。

つまり異化作用では物質を分解してエネルギーを発生し、同化作用ではエネルギーを消費して物質を合成しているのです。

これらの代謝活動を陰陽学説の陰陽消長と比較すると、次のようになるでしょう。

陰消陽長＝異化作用（物質を分解してエネルギーを発生）

陽消陰長＝同化作用（エネルギーを消費して物質を合成）

中国医学や漢方医学にご興味のある方は「健康には陰陽のバランスが大事である」ということを一度は耳にされたことがあると思います。これまでお話しました「陰陽消長」をもとに考えますと、陰陽のバランスを保つということは、陰消陽長と陽消陰長がバランスよく働いていることのように思います。

これはわたしたち西洋医にも理解できることです。なぜならば、異化作用と同化作用がバランスよく機能しないと健康は維持できないからです。

このように、中国医学のからだに対する活動の基本的な考え方を見ていきますと、西洋医学と実に良く似ているところがあるように思います。

前章で、自然哲学としての陰陽学説には現代科学の考え方に共通する点があることを指摘しましたが、陰陽学説を医学に応用した時にも近代の西洋医学に共通した点があることは、極めて興味深いことと思います。

陰陽で考える病気(二)——病気の発生メカニズム

最近は漢方医学が広まっていますので「陰陽のバランスが崩れると病気になる」ということをご存じの方も多いのではないでしょうか。これは陰陽学説から見た病気の起こり方をあらわしていますが、陰陽学説をベースとした中国医学の入り口にしかすぎません。

本項では、この入り口からもう少し奥に入り、陰陽学説では病気をどのように考えるのか、お話したいと思います。

陰陽のバランスが崩れることを陰陽失調と称していますが、大きく分けて二つの原因が考えられています。

一つは「陰陽偏盛」です。これは陰陽の一方が増加して、他方が相対的に低下する場合です。

もう一つは「陰陽偏衰」です。これは陰陽の一方が衰弱し、他方が相対的に優勢になる場合です。

中国医学では、陰陽偏盛の状態を「実証」、陰陽偏衰の状態を「虚証」と呼んでいます。この実と虚の意味ですが、実とは「多い」とか「余る」ことを意味し、虚とは「少ない」

とか「足りない」ことを表しています。

余談になりますが、日本漢方の実証と虚証は、中国医学—陰陽学説—で言う意味と異なっています。陰陽学説の実証、虚証は、言わば陰陽の量による分類ですが、日本漢方では体質の分類に使用されているのです。実証とは、栄養状態が良く筋肉質のがっしりしたタイプを指し、虚証とは、血色が悪く痩せている人を指します。日本漢方と中国医学は共通点もありますが、意味が異なることもありますので注意が必要です。

さて、実証と虚証は増減する陰と陽の違いにより、それぞれをさらに二つに分類できます。図を使って説明しましょう。

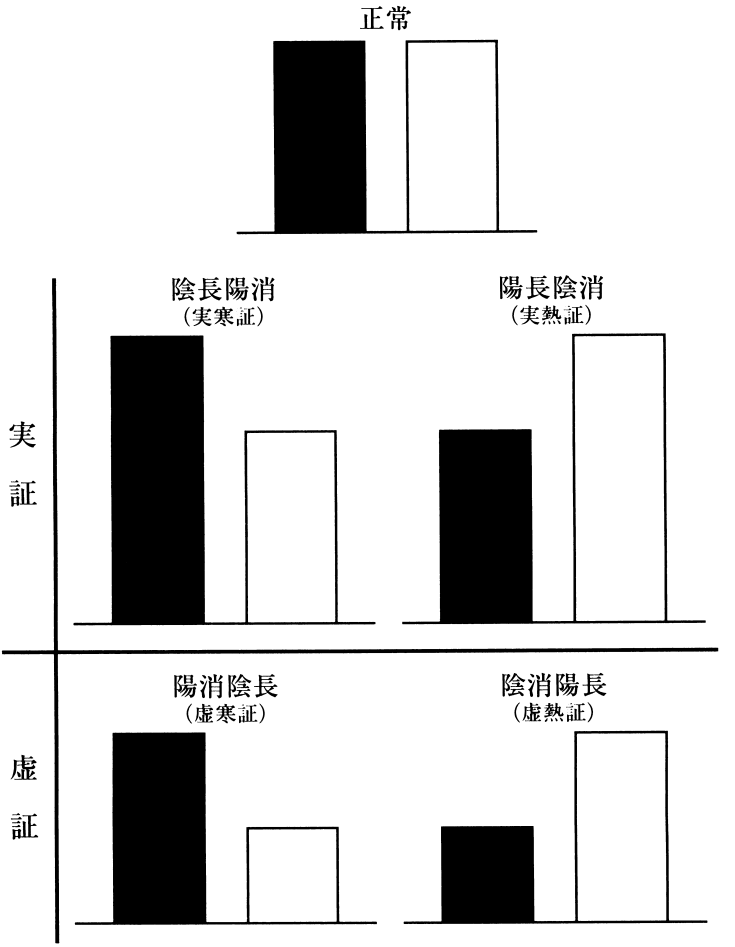
図九の中の黒は陰、白が陽を表しています。正常では陰と陽が同じ大きさでバランスがとれています。

まず実証ですが、陰が増える「陰長陽消」と、陽が増える「陽長陰消」の二つがあります。陰長陽消を実寒証、陽長陰消を実熱証と称しています。

この増加する陰と陽は、陰邪または陽邪と呼ばれ、病的なものと考えられています。

次に虚証ですが、実証と同様に二つに分類できます。陰が正常レベルよりも低下する「陰消陽長」と、陽が低下する「陽消陰長」の二つです。

図九◎実証と虚証——増減する陰と陽の違いによる分類



陽消陰長では陽の減少のために陰が相対的に増加しています。陰が絶対的に増加する実寒証と区別して、虚寒証と称しています。同じく陰消陽長では陰の減少のために陽が相対的に増加しており、これを虚熱証と呼んでいます。

文章だけ読むと頭が混乱しそうになりますが、図を見ると、主に陰と陽の量の違いによる単純な分類であることがお分かりいただけると思います。

陰陽学説による治療

病気を陰陽のバランス障害—陰陽失調—と考えると、病気の治療とは陰陽のバランスを取り戻すこと、となります。

バランス障害のパターンは四つしかありませんので、治療原則も極めて単純なものです。実証では増加したものを抑制し、虚証では減少したものを補給することが、治療原則なのです。

陰陽偏盛の場合ですが、優勢になったものを抑制します。これを「瀉其有余」と言います。一方、陰陽偏衰の場合では衰弱したものを補います。これを「補其不足」と言います。

まとめると次のようになります。

陰陽偏盛

実熱証（陽長陰消）＝熱を下げる（清熱）

実寒証（陰長陽消）＝寒を払い除ける（祛寒）

陰陽偏衰

虚熱証（陰消陽長）＝陰を補う（補陰）

虚寒証（陽消陰長）＝陽を補う（補陽）

この治療原則は一見して対症療法のように思われるかもしれません。しかしそうではないのです。

たとえば、熱がある時に水で冷やすのは対症療法ですが、陰陽学説による治療では、同じ熱でも実熱と虚熱では治療法が全く違うのです。実熱に対しては清熱、虚熱に対しては補陽の治療原則に従って治療するのです。

中国医学―陰陽学説―による治療は、症気の原因を陰陽のバランス障害から考えて治療する、対証療法と言えるでしょう。

陰陽学説の治療方針は単純なものなので、少し勉強すれば誰にでもできるように思われ

るかもしれません。しかし治療方針が単純であればあるほど、その選択の正否は治療結果に大きな影響を及ぼしてきます。もし治療方針を誤れば、全く治療効果が無いことも往々にしてあるのです。

また実際に生薬で治療する場合は、それぞれの生薬には作用——清熱や補陽など——が決まっているので、それらを配合して処方していきますが、効果的な処方内容を決めるのには医師の経験が大きく影響してくるようです。

患者の病状を的確に診断して適切な治療方針を決めるのには、かなりの臨床経験が必要だと思います。