

2015年3月28日

やさしい東洋医学(2)・・・「巡るもの」

鍼灸治療の最大の目的は巡りをよくすることです。

巡りについて一般的によく使われる言葉として、血の巡りがいいという表現があります。

東洋医学では「巡るもの」として、その他に気・津・液(き・しん・えき)があります。

軽いもの(陽)から重いもの(陰)を順番にすると、気・津・液・血の配列になります。血は気や津・液を含み、液は津や気を含み、気は血や津・液の中に存在して、単独では機能することはできません。

それでは、東洋医学の気・津・液・血は、いったいどのような機能をもっているのか、私なりにお話したいと思います。

最初にまず、気について。

元気が出るという言葉に代表されるように、私たちは日常の生活の中で「気」という言葉を多く使います。

気が収束して生命が誕生し、気が散じると死ぬといわれるように、気は生命の根源と考えられています。しかし、気は目に見えないものなので、率直に言って、理解しやすいようでとても理解しにくいものです。

先ほど気は生命の根源であるといいましたが、気のみでは、生命現象を起こすことはできません。たとえばいうと、気はいわば電気と同じような存在で、電気は蛍光灯やテレビなどの物体を通して、電気と電気のもつエネルギーを認識します。

気についても血・津・液の物体を通して、私たちはその存在と気のもつエネルギーを認識することができます。

東洋医学には気を表現する言葉がたくさんありますが、その中でも重要な二つの気(先天の気・後天の気)について触れてみたいと思います。

先天の気とは、両親より授かった遺伝的なもので、もって生まれた丈夫さ・エネルギー量・生命力の素で、腎に蓄えられます。

先天の気は水穀の気(すいこくのき=脾の機能によって、飲食物から得られたもの)と結合し、脾と肝の機能によって肺に上昇して清気(せいき=天空の気)と合体して生命活動の原動力(元気・真気・陽気などととわれている気)になります。

様々な「気」の表現がありますが、「気」自体は全て同一なものと考えて下さい。

次は、血について。

血は、腎に蓄えられている先天の素材(腎精)を活性化(腎陽によって)したものと、脾から吸収された素材とが結合し、心を経由して肺に運ばれ、そこで清気によって赤くなり、心に戻り全身に送られます。

血は脈管を流れますが、心の推动作用(すいどうさよう＝送り出す作用)と脾の統血作用(とうけつさよう＝血管から血を漏出させない作用)、肝の疏泄作用(そせつさよう＝末梢まで拡散させようとする作用)の調整がうまくいかないと血の巡りに影響します。気(営気：えいき)が血を先導し、生体の必要な場所に必要なだけ肝の調節によって運び込まれ、清気を放出させます。隅々の細胞まで清気は行き渡り、活性化されます。

高齢になって、あざや皮下出血が多くみられるのは、特に脾の統血作用が弱くなって、脈管から漏れやすくなっているのです。

東洋医学の視点からすると、血が滞って流れなくなったものを瘀血(おけつ)といい、生体の巡りの状態を悪化させ、やがては停滞したまま病理産物となって、様々な病気の原因になります。

刺絡療法(しらくりょうほう)とはこの瘀血を取り除く東洋医学独自の治療法です。

次に津・液について。

簡単に言うと、「体の役に立つ水」である津液は、腎に蓄えられた先天の素材(腎陰)を温める(腎陽により)ことによって、気化し軽くなった素材と、脾によって吸収された後天の素材が結合することによって作られます。吸収する部位(空腸・回腸・大腸)によって、上から順に水穀の濃厚なものから段階的に吸収されて、濃厚なものは液となり、希薄なものは津になります。

液は関節内の滑液や細胞内液、軟骨や真皮などの基質にあります。液は血の到達できない部分に養分を届けます。

よく膝に水が溜まって膝が痛むのは、この液の巡りの状態が悪くなったことが原因だと思います。脾の運化作用(うんかさよう＝水回り)に問題があると思われます。

津はいわば水蒸気のようなものであり、不定形で体内を自由に動き回ることができ、汗や呼吸など気と共に体外に放散します。

生体機能の中で重要なのはあくまでも気と血であって、津液はその両者を補完する役目を担っています。

鍼灸治療の最大の目的は、何よりも巡りの状態を良くすることを、一番重要なポイントとして考えています。

現代医学は、基本的に生体に有益な物質を与えていれば、元気になるという発想になりがちですが、東洋医学は物質そのものだけでなく、その中に含まれる気の状態も意識します。

物質がメインではなく生体が必要としているかどうか、重要なのです。有益な物質も生体にとって過剰になれば邪(病理産物)となり、物質的に有益なものであっても、巡らなくなった時点で、役に立たなくなった邪とみなします。

「巡るもの」が末梢のミクロの細胞にまで行き渡り、清気を吹き込むことによって、小宇宙の有機結合体である人の生命が維持されているのです。

天空の気が巡ることによって、私たちと宇宙は繋がっているとと言えます。