◆经典古籍◆

《黄帝内经》三焦理论探源

王德润，于艳红，张衍卿

山东中医药大学，山东 济南 250355

［摘要］三焦理论从古至今存在诸多争议，为探究其源头，对其出处《黄帝内经》原文进行了整理。《黄帝内经》中存在三焦合论和上中下焦分论两种三焦理论，前者仅为水液从肠入膀胱的水道，后者则在前者的基础上又包含了营卫之气出胃的通道，三焦解剖基础当为腹腔中的膜，为“有形”之腑，后世所言“无形”之意指三焦没有自己独立的形状而呈现其所包裹的脏腑之形。文章分析《黄帝内经》三焦理论的矛盾及产生根源，推测了后世部位三焦说产生的渊源。后世部位三焦说是在《黄帝内经》三焦合论及上中下焦分论的基础上，将三焦为腹膜的概念外延扩大为了胸腹膜，胸腹膜联系人体内在脏腑，其借“上焦、中焦、下焦”之名将人体内在脏腑划分为上、中、下三部分，已非《黄帝内经》中三焦理论的本意。

［关键词］《黄帝内经》；三焦；有名无形；解剖实质与功能

［中图分类号］R241.8 ［文献标志码］A ［文章编号］0256-7415（2023）21-0209-04

DOI：10.13457/j.cnki.jncm.2023.21.039

A Probe into the Origin of Triple Energizers Theory in *Huang Di Nei Jing* (The Yellow Emperor´s Inner Classic)

WANG Derun, *YU Yanhong*, *ZHANG Yanqing*

Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan Shandong 250355, China

Abstract: There have been many controversies about triple energizers theory since ancient times. In order to explore its source, the original text of *Huang Di Nei Jing* (The Yellow Emperor's Inner Classic) was sorted out. There are two kinds of triple energizers theory in *Huang Di Nei Jing*: the combination theory of triple energizers and the division theory of upper, middle and lower energizers. The former is only the water channel from the intestine to the bladder, and the latter adds the channel of nutrient and defense qi out of the stomach based on the former. The anatomical basis of triple energizers is the membrane in the abdominal cavity, which is the ‘visible’ bowel. The ‘invisible form’ believed by the later generations means that triple energizers do not have its own independent shape but present the shape of viscera and bowels wrapped in it. This paper analyzes the contradiction and the origin of triple energizers theory in *Huang Di Nei Jing*, and speculates the origin of the theory of triple energizers referring to different parts in later generations. On the basis of the combination theory of triple energizers and the division theory of upper, middle and lower energizers in *Huang Di Nei Jing*, the theory extends the concept of triple energizers as peritoneum to the thoracic peritoneum, which is connected with the internal viscera of the human body, and divides the internal viscera into upper, middle and lower parts by the name of “upper energizer, middle energizer and lower energizer”, which is not the original intention of the triple energizers

［收稿日期］2023-05-31
［修回日期］2023-08-24
［作者简介］王德润（1997-），男，硕士研究生，E-mail：1149607471@qq.com。
［通信作者］于艳红（1975-），女，副教授，E-mail：yhysdutcm@163.com。

theory in *Huang Di Nei Jing* (The Yellow Emperor's Inner Classic).

Keywords: *Huang Di Nei Jing*; Triple energizers; With name but without form; Anatomical substance and function

在脏腑理论中，三焦理论为历代医家与学者争论最激烈的部分之一。三焦理论源于《黄帝内经》，至《难经》言之“有名而无形”，启三焦争端之源。后世医家分为了三焦有形说与无形说两大派别，而提倡有形说的医家则在三焦的实质上产生了分歧，对三焦的争论形成了部位三焦说、脂膜说、腔子说等理论[1]。近代有学者基于现代医学，提出了网膜说、神经系统说等理论，亦有从细胞层面论述者[2]。这些学说丰富了三焦理论，但也存在诸多矛盾和模糊。笔者认为若要对三焦理论有恰当的认识，则应追本溯源，以《黄帝内经》为主要研究对象，探讨不同语境下三焦解剖实质、功能特点，分析后世对三焦概念争议产生的原因，才能准确理解三焦概念的不同内涵，避免三焦概念的失真，解决三焦理论的争议。

笔者整理了《黄帝内经》中有关三焦的原文，发现在《黄帝内经》中对于三焦有两种不同的论述方式，一种是合论三焦方式，一种是分论三焦即将三焦分为上焦、中焦和下焦的方式，本文详细考察两种论述方式所论三焦的内涵。

1 《黄帝内经》合论三焦

1.1 三焦形态结构 《黄帝内经》中有关合论三焦的原文显示三焦为有形之腑。如《素问·金匮真言论》：“胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦六腑皆为阳。”《素问·六节藏象论》：“脾、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱者，仓廪之本，营之居也，名曰器……。”《灵枢·论勇》云：“勇士者……三焦理横……怯士者……其焦理纵。”《灵枢·本脏》曰：“肾应骨，密理厚皮者，三焦膀胱厚；粗理薄皮者，三焦膀胱薄。疏腠理者，三焦膀胱缓；皮急而无毫毛者，三焦膀胱急。毫毛美而粗者，三焦膀胱直，稀毫毛者，三焦膀胱结也。”说明三焦是六腑之一，其形态有“厚薄缓急直结”的差异，但对三焦的具体解剖形态未做说明，亦为后世三焦“有形”和“无形”的争议埋下伏笔。

1.2 三焦生理功能 《黄帝内经》中三焦合论之条文，对于三焦的功能论述较为模糊，直接论述三焦功能的条文主要为概述与总结而非详细论述。综合直接论述与从病理角度论述的条文来看，合论之三焦，与膀胱关系密切，为水液入膀胱的通道。

《素问·五脏别论》言：“夫胃、大肠、小肠、三焦、膀胱，此五者，天气之所生也，其气象天，故泻而不藏。……六腑者，传化物而不藏，故实而不能满也。”《素问·六节藏象论》言：“脾、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱者、仓廪之本，营之居也，名曰器，能化糟粕，转味而入出者也。”二者将三焦与胃肠等腑同论，言明三焦作为六腑有“传化物而不藏”的传化水谷之功能。在此基础上，《素问·灵兰秘典论篇》云：“三焦者，决渎之官，水道出焉。”《灵枢·本输》言：“三焦者，中渎之腑也，水道出焉，属膀胱，是孤之腑也。”两篇将三焦称为“决渎之官”与“中渎之腑”，均将三焦功能概括为“水道出焉”。此外，如《灵枢·本输》所言，三焦“属膀胱”，与膀胱关系密切，《灵枢·本脏》言：“肾合三焦膀胱”，将二者一同论述。通过三焦病理角度的论述可以进一步证实三焦与膀胱的联系。《灵枢·邪气藏府病形》云：“三焦病者，腹气满，小腹尤坚，不得小便，窘急，溢则水留，即为胀”，《灵枢·四时气》云“小腹肿痛，不得小便，邪在三焦约”。尿液的排出为膀胱的功能，正因三焦与膀胱相连，二者关系紧密，三焦为病会影响膀胱，使人不得小便，且会导致水留小腹为胀。综上，三焦水道当是水液入膀胱的通道。

1.3 三焦实质 《黄帝内经》认为三焦为有形之腑，其形态有“厚薄缓急直结”的差异，结合《黄帝内经》有关三焦生理功能和病理表现的论述，笔者推测《黄帝内经》中三焦的实质应为腹膜类的膜组织。“焦”在《难经注疏》[3]中谓之“骨肉脏腑空隙之会”，可见“焦”为间隙、空隙、通道，包裹于脏腑之外的膜样组织，而空隙内有水液运行，是水液从胃肠道到达膀胱的通道。腹腔内多数器官均有腹膜覆盖，因此古人在剖开腹腔时最先见到的便是腹膜，腹膜是除五脏六腑外最易观察到的组织，且与体内的其它脏腑有密切的联系，但古人的解剖认识较为粗糙，没有考察到有直接通道联系胃肠道与膀胱，为解释水液是如何从胃肠道下达膀胱的问题，

认为水液是通过腹腔的“焦”即腹膜而渗入膀胱的。综上三焦之解剖基础当为腹腔中的膜，为“有形”之腑，后世所言“无形”之意指三焦没有自己独立的形状而呈现其所包裹的脏腑之形。

2 《黄帝内经》分论上中下焦

分论之三焦包含上中下焦三部分，其功能论述围绕着饮食水谷在胃肠中的运行，而不再限于水道，涉及的范围从膀胱扩增了胃、肠，主要的论述见于《灵枢·营卫生会》与《灵枢·五味》。

2.1 上焦 《灵枢·营卫生会》对上中下焦的部位及功能进行了论述。其中认为上焦的部位为“上焦出于胃上口，并咽以上，贯膈而布胸中，走腋循太阴之分而行，还至阳明，上至舌下”。上焦的生理功能《灵枢·营卫生会》概括为“上焦如雾”“卫出上焦”。《灵枢·决气》：“上焦开发，宣五谷味，熏肤、充身、泽毛若雾露之溉。”《灵枢·痈疽》：“上焦出气，以温分肉，而养骨节，通腠理。”《灵枢·平人绝谷》言：“上焦泄气，出其精微，慓悍滑疾。”《灵枢·本脏》言卫气“所以温分肉，充皮肤，肥腠理，司开阖者也”，与上焦所出之气正合，可知上焦所出为卫气。

2.2 中焦 《灵枢·营卫生会》认为中焦的部位为“中焦亦并胃中，出于上焦之后”，中焦的生理功能《灵枢·营卫生会》概括为：“中焦如沤”“营出中焦”。《灵枢·决气》言：“中焦受气取汁，变化而为赤，是谓血。”《灵枢·痈疽》言：“肠胃受谷，……中焦出气如露，上注溪谷，而渗孙脉，津液和调，变化而赤为血。”《灵枢·营卫生会》言中焦“此所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺脉，乃化而为血，以奉生身，莫贵于此，故独得行于经隧，命曰营气”，论述了营气上注肺脉化而为血，可知中焦所出为营气。

综合《黄帝内经》对上焦与中焦的论述，在部位上均出于胃，功能上均与营卫之气相关，《灵枢·营卫生会》将其概括为“营出中焦，卫出上焦”。《灵枢·五味》则对此进一步阐述为“谷始入于胃，其精微者，先出于胃之两焦，以溉五脏，别出两行，营卫之道”。二者综合可见，胃中水谷精微出于上中二焦，而营卫之气为水谷之悍气与精气，亦出胃中从上中二焦而走。

2.3 下焦 与上中二焦行营卫之气不同，下焦则与水密切相关。《灵枢·营卫生会》言：“下焦者，别回肠，注于膀胱而渗入焉；故水谷者，常并居于胃中，成糟粕而俱下于大肠，而成下焦，渗而俱下。济泌别汁，循下焦而渗入膀胱焉。”这段论述提及了水谷及糟粕在胃肠膀胱间的运行，古人通过解剖观察不难认识到水谷入胃，化为二便从膀胱大肠而出的现象。大肠小肠皆连于胃，糟粕可顺而下之，但膀胱却与胃、肠均不相连，尿液进入膀胱必另有所走。参考历代的五脏图谱，并未见言及输尿管者，而是认为水液是从大小肠交界之阑门渗入膀胱[4]。有学者对小肠泌别清浊功能的源流进行了梳理，历代医家对泌别清浊的主流观点是指小肠将胃中的饮食分别开来，水液走膀胱，糟粕走大肠[5]。泌别清浊一词，其来源当为《黄帝内经》中的“济泌别汁”与《难经》中的“分别清浊”，但《黄帝内经》与《难经》中原文的论述对象均是下焦而非小肠，历代医家所论述的泌别清浊功能其实是下焦所主，小肠仅是分离部位。综上，下焦之功能为分离肠中的水液与糟粕，并为水液入膀胱的通道。上中下焦三部分，上中二焦为营卫之道与水谷精微之道，下焦为水液之道，三者的功能均为对饮食水谷的通行，这或与三者的解剖结构相同有关。

3 《黄帝内经》三焦理论矛盾及产生根源分析

对比上文的论述可以发现，下焦与合论之三焦在功能与部位上是高度重合的，而上中二焦的功能则非“水道出焉”所能概括。因此，合论之三焦可能便是指下焦而言，二者除在条文论述上接近，《黄帝内经》中尚有将二者混淆之处，《素问·宣明五气论》中言：“胃为气逆为哕，为恐，大肠小肠为泄，下焦溢为水，膀胱不利为癃，不约为遗弱，胆为怒。”将六腑之一的三焦写作了下焦，对此丹波元简[6]注曰：“高云：下焦病不能决渎，则汎溢而为水。”简按《素问·灵兰秘典论》云：三焦者，决渎之官，水道出焉。此以下焦与胃大肠小肠膀胱胆并称，则下焦即灵兰秘典论之三焦(详义见《素问·六节脏象论》)而为六腑之一。彼此互考，乃知六腑之三焦，专指下焦而言也”，亦提出了下焦与三焦含义相同之观点。如此则表明，上中二焦并未被《素问·灵兰秘典论》等篇概括进三焦功能中，这便是《黄帝内经》三焦理论的矛盾所在。

探究三焦理论矛盾产生的原因，笔者认为，《黄帝内经》非一人一时之作，其中的许多理论为出自不同医家的不同理论体系，而并非单个理论在时间层面的演变。如以与三焦经为表里的手厥阴心包经为例，《灵枢·本输》篇中无心包经，故其称三焦为孤腑，而《灵枢·经脉》、《灵枢·经别》、《灵枢·经水》、《灵枢·经筋》则均有手厥阴经，且与三焦

经为表里。从形成时间早于《黄帝内经》的老官山人像看[7]，手厥阴经其实早已存在，并非《黄帝内经》时期形成的理论，可见“十一经”与“十二经”当为两种不同的经脉理论，而非理论演变关系。三焦的功能可以概括为“道”，即气道与水道，其来源当与其解剖实质有关。《素问·太阴阳明论》中提及“脾为胃行其津液”一说，认为胃中的水谷精微需脾才能到达四肢，下文黄帝曰：“脾与胃以膜相连耳，而能为之行其津液何也?”说明脾为胃行其津液的功能与脾胃以膜相连是有关的，连于脏腑间的膜结构对古人认识脏腑间功能联系有启发作用。上中二焦为营卫出于胃的通道，下焦为水液从肠至膀胱的通道，其认识必然来自连于胃，连于肠与膀胱间的膜结构。人体的胸腹腔中存在极多的膜，这些膜结构虽极易被观察到，但不同医家对其认识却未必相同。如在观察到心脏之时，必然能观察到心包，但却并非所有经络理论均包含心包经，因此腹腔中的膜虽均可被观察到，但部分医家仅将连于膀胱及肠间的膜作三焦，有的医家却将与胃部相连的膜也作三焦，其对三焦解剖实质的认识不完全相同，故在此基础上产生了不同的三焦理论，导致了《黄帝内经》中三焦理论的分歧与矛盾。

4 后世部位三焦说理论的来源

后世部位三焦的理论来源为《灵枢·营卫生会》与《难经·三十一难》中对上中下焦的论述。后世多认为上焦包含心肺，中焦包含脾胃等脏腑，下焦包含肾、膀胱等脏腑，并将“上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎”看做是对上述脏腑功能的概括[8]。这种观点使得六腑之一的三焦变得边缘化，脱离了《黄帝内经》与《难经》的本意，仅从三焦部位上看便可发现其问题。《灵枢·经脉》中论及三焦经与心包经循行时言：“心主手厥阴心包络之脉……下膈，历络三焦……三焦手少阳之脉……下膈，循属三焦。”三焦均位于膈下，与上焦为隔上心肺不符。《灵枢·营卫生会》中提到中焦并胃中，出上焦之后，下焦则别回肠注膀胱，《难经·三十一难》言：“中焦者，在胃中脘……下焦者，当膀胱上口”，二者与部位三焦论述的完全不符，可见部位三焦之说并非直接来自《黄帝内经》《难经》中的理论，《黄帝内经》中的三焦仅是指六腑之一而言。

部位三焦说的基础是上中下焦分论的条文，探究部位三焦理论出现的原因，笔者认为是因为《黄帝内经》非出于一时一人之作，上中下焦分论与三焦合论的条文确实存在着无法统一之处，后世在《黄帝内经》三焦及上中下焦分论的基础上，将三焦为腹膜的概念外延扩大为了胸腹膜，胸腹膜联系人体内在脏腑，其借《黄帝内经》“上焦、中焦、下焦”之名将人体内在脏腑划分为上、中、下三部分，即后世多认为的上焦包含心肺，中焦包含脾胃等脏腑，下焦包含肾、膀胱等脏腑，但上述理论已非《黄帝内经》三焦理论的本意。

5 小结

三焦理论早在《黄帝内经》时期便已提出，而至今却仍存在争议，这与其独特的解剖结构密切相关。作为六腑之一，却有着与其它脏腑区别极大的外形，使得随时间流逝，医家学者们已难窥其原，产生了诸多学说与争论。因此只有紧扣《黄帝内经》的原文，力争还原其理论诞生时的基础与构想，方能尽可能贴近三焦理论之本意。通过对《黄帝内经》有关三焦原文进行整理，笔者认为三焦为有名有形的六腑之一，其解剖基础当为腹腔中的膜，为“有形”之腑，后世所言“无形”之意指三焦没有自己独立的形状而呈现其所包裹的脏腑之形。通过对三焦功能与理论矛盾的分析，《黄帝内经》中当存在两种三焦理论，即合论和分论。前者仅为水液从肠入膀胱的水道，后者则在前者的基础上又包含了营卫之气出胃的通道，三焦的功能可以概括为“道”，即气道与水道。后世部位三焦说是在《黄帝内经》三焦及上中下焦分论的基础上，将三焦为腹膜的概念外延扩大为了胸腹膜，胸腹膜联系人体内在脏腑，其借《黄帝内经》“上焦、中焦、下焦”之名将人体内在脏腑划分为上、中、下三部分。

[参考文献]

[1] 张庆祥. 三焦的形态与功能辨析[J]. 山东中医药大学学报，2004，28(1)：7-10.
[2] 李洪海，韩琦，李萍，等. 从膜谈三焦实质[J]. 中华中医药杂志，2018，33(7)：2846-2848.
[3] 名古屋玄医. 难经注疏[M]. 上海：上海中医书局，1929：77.
[4] 靳士英. 五脏图考[J]. 中华医史杂志，1994，24(2)：68-77，66.
[5] 于东林，丁宝刚，王斌胜，等. 小肠“泌别清浊”文献源流探析[J]. 陕西中医药大学学报，2018，41(3)：13-15.
[6] 丹波元简. 素问识[M]. 北京：中国医药科技出版社，2019：103-104.
[7] 邱科，曾芳，孙睿睿，等. 成都老官山汉墓经穴髹漆人像手三阴经循行考证[J]. 中华中医药杂志，2018，33(4)：1480-1482.
[8] 郑洪新. 中医基础理论[M]. 北京：中国中医药出版社，2021：73-74.

（责任编辑：郑锋玲）