

马有度论中医四大特色

邹洪宇¹, 黄学宽²

(1. 重庆市九龙坡区中医院, 重庆 400050; 2. 重庆医科大学中医药学院, 重庆 401331)

[中图分类号] R249.27 [文献标识码] B [文章编号] 1004-2814 (2019) 09-1161-02

马有度教授积60余年中医领悟与思考, 对中医特色进行了完善和补充, 提出了新的见解, 介绍如下。

1 整体观念, 天人合一

整体观念是中医的基本内核, 是构建中医理论体系的基础, 也是中医最重要的特色^[1]。马老认为, 虽然中医整体观念强调人体是一个有机整体, 人与自然社会环境具有统一性, 但应突出整体观念所蕴含的天人合一思想, 以便更好地指导中医临床和养生保健。

整体观是天人合一的现代阐释。在中医经典著作中, 并无整体观一说, 整体观念的提法在近现代之前是以“天人合一”面目示人的。古人对“天”的理解有多种含义, 最基本的含义是指自然。中国古人关于人与自然、人与社会、局部与全身关系的认识, 统由“天人合一”加以论述, 如认为人身是“小宇宙”, 人这个“小宇宙”应与天地这个大宇宙形成“人天同构、人天同类、人天同象、人天同数”, 从而达到人与自然、人与社会的和谐统一。在人天同运上, 则将人的生命过程及其运动方式与自然规律进行类比, 以自然法则为基础, 尊重和效法自然法则, 达到人与自然、人与社会和谐共处, 整体的人与自身各部分协调统一, 从而实现整体平衡、身心健康之目的。马老认为, “天人合一”才是中医千百年来的理论核心与精神实质, 整体观念只是对天人合一的现代阐释, 把二者并提, 一可澄清源流, 二可加强对中医最基本观念的认识。

天人合一整体观其理论优势明显。天人合一整体观符合系统论的基本定律, 体现了唯物辩证法的科学内涵, 几千年来, 在天人合一整体观的指导下, 中医取得了巨大的成功和辉煌, 保障了中华民族的生存与繁衍。随着科技的进步, 人类认识自然、改造自然的能力越来越强, 但人与环境的矛盾却日益突显, 不断恶化的自然环境反过来又变成了制约人类发展的一大障碍。而以还原分析论为指导的西医学主张把复杂事物分解为较为简单的成分来理解, 从低层次规律来解释高级现象, 这种思维方式割裂了整体内部的相互关系, 把高级运动理解为低级运动, 从根本上是错误的, 其弊端日益显露^[2], 而中医坚持天人合一、人与自然和谐共处理论却受到越来越多国家所重视, 正如汤因比与池田大作在《展望二十一世纪》书中对中医给予了高度肯定, 认为“中国留下的历史遗产也许是救世良方”, 对来自自然科学乃至医学进入一个新的历史里程碑将会起到极大指导作用。

2 辨证论治, 个体诊疗

整体观念指导下的辨证论治, 其状态分析与处理是一种“多因素非线性分析与处理”的认识方法, 不同于西医学的“单因素线性分析与处理”, 是中医药学的最大特色与优势^[3]。马老在“辨证论治”前提下加入“个体诊疗”, 体现了其在辨证论治整体框架下注重患者个体特征的人本主义思想, 有别于教科书上辨证论治特色的单一表述, 更显直观清晰, 更易于理解。

个体诊疗是历史选择的结果。人类生活于自然、社会当中, 受各种因素影响, 每个人因先天禀赋不同, 后天环境各异, 是否发生疾病、发生疾病的形式均各有不同, 要想找出疾病的共性, 找到致病的根源, 从而采取“对抗”的手段治疗疾病, 以期用一种方法治愈同一类疾病, 即使科技发达的今天也极难办到, 更不要说在科技水平与生产力低下的古代。中医已充分认识到人体疾病的复杂性和每个个体的特殊性, 采取从治疗患病的“人”入手, 而非人所患的“病”入手, 特别强调因人而异的个体化治疗, 以调动人体自我康复能力达到扶正祛邪, 以调和中庸达到阴阳平衡, 进而恢复身体健康。从《黄帝内经》到《伤寒杂病论》再到后世诸多医家论述中, 不难看出, 几千年来以个体诊疗为中心的辨证论治, 为解除人类疾苦起到了重要作用, 历代相承而不衰, 其疗效令世人瞩目。

个体诊疗是中医“活的灵魂”。具体问题具体分析是马克思主义“活的灵魂”, 而重视个体化诊疗的辨证论治, 其实质就是具体问题具体分析。从发展变化的恒动观来看, 世界是随时变化的, 疾病也在随时发展变化, 用僵化、教条式的诊疗方案去套不断发展变化的疾病, 总让人有刻舟求剑之嫌。而中医从个体化入手, 重视因时、因地、因人之差异, 重视外因作用于人体后人体对致病因素的病理反应, 用四诊的方法随时收集病情变化的依据, 明确气血阴阳、脏腑经络失调之所在, 用“有是证用是方”之辨证论治方法, 随病机变化及时调整治疗方案, 因时而变, 随事而制, 唯变所适, 不仅可以更好地切中病情, 提高疗效, 还可有效降低并发症, 实乃诊治疾病的最佳思路, 中医诊治的“活的灵魂”。

个体诊疗辨证论治历久弥新。西医因吸纳新知不断改造自己, 近百年来取得了长足进步, 但针对病因辨病治疗却逃不出机械还原论的桎梏, 诚如250年前西医先哲对西医的批判: “医生们开着自己不太熟悉的药, 诊治着自己不甚了解的病情, 评判着自己一无所知的人体。”医学教育家、现代医学之父威廉·奥斯乐亦指出西医存在“历史洞察的贫乏、科学与人文的断裂、技术进步与人道主义的疏离”之弊端, 这三道难题至今仍然困惑着现代医学的发展与改革。而中医重视个体诊疗之辨证论治以其特有的优势、人本主义的光芒, 越来越受到现代医学重视, 从近代生物医学模式到现代医学模式, 从实验医学到精准医学、整合医学的不断更新就是明证, 可以说这些认识和主张是越来越“中医化”, 是医学模式和疾病诊疗观念的进一步修正和回归。

3 治未病, 重预防

扁鹊三兄弟中, 大哥能在未病前预测疾病, 及时预防; 二哥能在生病时, 及时医治; 扁鹊能把病人膏肓者起死回生。谁的医术最高呢? 扁鹊能治大病重病并能起死回生, 看起来的确不错, 但在中医人眼中却是层次最低的, 大哥仅动动嘴, 告诉人们如何预防疾病, 却被认为是最高

明的医生,这看似有违常识却又寓意深刻,发人深省。马老常以这个故事启迪后学,认为善治重病大病的医学固然是好,但让人不生病、少生病的医学才是真正高明的医学,重视预防、提倡治未病的中医正是这样的医学,其学术思想的先进性和超前性常令后人折服。有人指出,治未病理论是中国古代先民在儒道文化浸润下凝炼出的生存智慧,是伦理观与目标论的统一,强调防重于治^[4]。当然,中医“治未病”与现代预防医学是中西两种医学模式的产物,也是两种文化背景的缩影,本质上及表现形式上均存在诸多区别^[5]。为此,马老把中医称为“智慧之学”,把“治未病,重预防”列为中医的第三大特色。

“治未病”预防观是中医理论体系的重要组成部分。“治未病”是调养、调摄尚未患病的机体,防患于未然,防止疾病发生,是中医的预防观。“治未病”起源于《黄帝内经》,《素问·四气调神大论》云:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎!”《灵枢·逆顺》也明确提出,“上工刺其未生者也,……故曰:上工治未病,不治已病”。此后,“治未病”思想经过历代医家不断发展与完善,成为中医理论体系不可或缺的组成部分,其理论价值在于将“治未病”作为医学理论的基础和医学的崇高目标,倡导人们珍惜生命、注重养生、防患于未然,从而把防病与治病相提并论,创立了系列养生保健理论,并指导人类日常生活,大大减少了疾病的发生。

中医养生“四字论”是中华养生保健的四大基石。马老在上世纪九十年代率先向广大群众倡导“治未病,大智慧”的理念,并大声呼吁:“大千世界,以人为本;人生幸福,健康为本;维护健康,防病为本”,其后又把《内经》“治未病”思想具体化、行动化为“心胸有量、动静有度、饮食有节、起居有常”的中医养生“四字论”,被学界誉为中华养生保健四大基石,与其后WTO推行的“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”十六字防病理念,有异曲同工之妙。怎么防?马老主张心身同调,顺应四时;运动起居,适度为要;讲究卫生,改善环境;重视养生,保护正气。从而达到扶正祛邪之目的,使正气强盛,即便流行病袭来,也可以减少发病风险,减轻病情,有利于康复。

抓好用好“防”字彰显中医突出的社会经济效应。马老认为,“治未病,重预防”还是解决看病难、看病贵的一剂良方,什么时候真正落实好“预防为主,预防第一”的防病观,把以治病为主的重心前移到以防病为主,主动作为,政府、社会在疾病预防上承担起更大的责任,以“君子以思患而预防之”的忧患意识,投入更多人、财、物,就能更好地提高人民身体素质,减少患病风险,把疾病消灭在未起之时,阻挡在医院之外,发病的人少了,疾病轻了,到医院的病人自然也就减少了。为此,马老常打比喻常呼吁“在预防保健上投入10元钱,至少节省医药费100元,节省抢救费1000元、10000元……”,到那时,看病难看病贵的老大难问题也将不再成其为问题。可见,抓好用好“治未病,重预防”,可以产生巨大的社会经济效应。

4 治养结合,贯彻始终

健康是人类共同的美好愿望。马老提倡:“健康是防病防出来的,健康是治病治出来的,健康更是养生养出来的。”中国人重视养生,热爱养生,懂得养生,把养生当成保养生命,可以说养生是中华民族独有的智慧,是中国传统文化的瑰宝,而“治养结合,贯彻始终”的治养观,正是把中医养生与疾病防治有机结合起来加以实践运用,故马老视之为中医的第四大特色。

养好生少生病。“养生”一词见于《黄帝内经》:

“故智者之养生也,必顺四时而适寒暑,和喜怒而安居处,节阴阳而调刚柔,如是则辟邪不至,长生久视。”从中可见养生的重要性,“辟邪不至,长生久视”,难道不正是医者追寻的终极目标吗?正所谓“正气存内,邪不可干”,正气是决定人体是否病,患何种病,病后能否康复的决定因素。外邪何时何地伤人,不得而知,也掌控不住,改变不了,正如“非典”暴发不得而知一样,但人们可以掌控和改变自己,把身体调养好,使正气旺盛,外邪就很难侵犯人体。故养生就是培养正气、培养生机,目的就是预防疾病、争取健康长寿。

善治更需善养。常言道“善治不如善养,三分吃药,七分调养”,指的是患病后治疗固然很重要,但是更不要忘记调养,要真正做到心理平衡、膳食合理、动静结合、起居有常、不沾陋习,再配合正确治疗,方可大病变小,小病变了,更快治愈、更好康复,而时下所推行的医养结合模式无疑就是中医治养结合特色的良好实践。

养生不是老人的专利。防病治病要求治养结合,更要贯彻始终,力倡“全程都要养”,即从胚胎开始,直至寿终正寝为止,都应重视养生。胚胎时,日月未满,阴阳未备,脏腑骨节未“全”,禀质未定,要求孕妇衣食住行合乎卫生,饮食有节,起居有常,调适寒温,不妄作劳,动静合宜,调养有方,保证身心健康,胎儿就能“逐物变化”,对胎儿的生长、发育、胎养、胎教就有着积极作用;出生之后,婴幼儿养生全靠父母调养,若调养有方,婴幼儿身心发育自能康泰;少壮时代,注重养生,常保终生健康,不服药物,可免药物之害;人到中年,多事之秋,养生更应注意少应酬、管住嘴、多运动、少焦虑,这样可延长中年期,推迟衰老的到来;人到老年,保养更为重要,老年人生理功能日趋老化,故应性情开朗,调整心态,坚持运动,生活自理,老有所为,养成良好的生活习惯,使内外百病皆悉不生,终生保养,享尽天年。

总之,整体观念,天人合一,是中医认识世界、认识疾病的世界观和疾病观,是中医学的指导思想,重在“总”;辨证论治,个体诊疗是中医治病的方法论,是中医治疗疾病的基本原则,重在“治”;治未病,重预防是中医的预防观,是维护健康的重要理念,是中华民族最为突出的生存智慧,重在“防”;治养结合,贯彻始终则是中医的养生法,是预防观的具体实施,是让人少生病、易康复的方法,重在“养”。在整体观念总原则的指导下,防、治、养三结合,构成了中医认识疾病和防治疾病的四大特色。而在加强中医药现代化和国际化的今天,深入理解中医思维的特色,也是中医药现代化、国际化的基本前提^[6]。

[参考文献]

- [1] 毕礼明,王朝晖,奉典旭,等.从医学的动态性和整体观谈中医优势[J].医学争鸣,2019,10(1):12-14,18.
- [2] 刘家强,王米渠.中西医学的优劣及中医的再发展[J].辽宁中医杂志,2008,35(3):375-376.
- [3] 罗超应,罗磐真,王贵波,等.基于复杂性科学论中医药学特色与优势[J].中国中医基础医学杂志,2018,24(10):1368-1372.
- [4] 刘晓艳,吕艳明,张永德,等.中医“治未病”理论的研究与应用现状[J].吉林中医药,2019,39(3):417-420.
- [5] 姜青松,罗才贵.中医“治未病”与现代预防医学的区别[J].医学争鸣,2019,10(1):65-68.
- [6] 吴寒斌,高虹.现代化国际化背景下中医思维特色刍议[J].中华中医药杂志,2018,33(1):30-32.

[收稿日期] 2019-06-15