

论儒家“中庸”思想对中医学的影响

张 挺

(上海中医药大学, 上海 201203)

摘 要: 儒家中庸思想的内涵即为无太过、无不及的平衡状态。这种思想深深地影响到中医学的基本理论之中。中医学由此认为, 生命的稳态在于平衡、疾病的本质在于失衡、诊断的睿智在于察平、治疗的境界在于调平、养生的秘旨在于持平。

关键词: 中庸; 中医学

中图分类号: R22

文献标识码: B

文章编号: 1673-7717(2010)11-2333-02

Discussing Effect of the Golden mean of the
Confucian school on Traditional Chinese Medicine

ZHANG Ting

(Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 201203, China)

Abstract: The Golden mean of the Confucian school laies stress on balance, which has great effects on TCM. Many important theories are set up in TCM, such as Health is depending on balance, Disease is resting with imbalance, Diagnosis pays close attention on imbalance taking place in different levels. Treatment focuses on restoring balance. Gist of life cultivation is keeping balance.

Key words: the golden mean of the confucian school; traditional Chinese medicine

中国传统文化历史悠久,博大精深。在漫漫的历史长河中,她深深地影响着中国社会的各个方面。对中医而言,中国传统文化也是其酝酿和成型的土壤。在中国传统文化的背景和氛围中产生和发展的中医学,自然而然地将传统文化的思想融入到对生命、健康和疾病的认识之中,并且用来指导临床实践活动。而作为儒家思想的精髓——“中庸”,对中医的影响尤其深远。正确理解和把握这一理念,对我们学习和认识中医学尤为重要。

1 “中庸”思想的内涵

中庸,又名中和,首见于儒家经典《论语·雍也》。孔子曰“中庸之为德,其至矣乎!”朱熹注“中者,无过无不及之名。庸,平常也。至,极也。”认为中庸之德,是一种最好的、平常可行的道德。《礼记·中庸》指出“执其两端,用中于民。”《中庸》对“中和”给予了明确的解释和评价:“喜怒哀乐之未发,谓之中。发而皆中节,谓之和。中也者,天下之大本也。和也者,天下之达道也。致中和,天地位焉,万物育焉。”《周易寻源》更对中和总结出了要诀“抑强扶弱,损多益寡,泄有余,补不足,制太过,化不及,致中和之要诀耳。”

因此,所谓中庸,其核心思想就是不偏不倚,无太过无不及,从而达到平衡,亦即“和”的状态。“致中和”一度成为天下共行的普遍准则,亦被理学家奉为修身养性的圭臬。汉儒董仲舒把中庸之道看成是天地宇宙事物运动变化的规律。如《循天之道》指出“天地之道,虽有不和者,必归之于和,而所为有功;虽有不中者,必止之于中,而所为不

失。”清代章楠也指出“夫致中和,天地位焉,万物育焉。天地之大德曰生,得中和之道也。中和者,阴阳两平,不偏不倚。”

2 中庸思想在中医学中的具体体现

这种无太过、无不及,强调平衡协调的思想深深地渗入中医学之中。中医学所谓的健康状态就是平衡,失衡即为疾病,诊疗的关键在于找到某一层面的失衡,调整失衡状态,恢复平衡。

2.1 生命的稳态在于平衡 阴阳学说认为,人是由阴阳二气交感合和而来。《素问·宝命全形论》曰“天地合气,命之曰人。”人生命活动的维持有赖于体内阴精、阳气的共同调节。体内的阴阳不是固定不变的,而是处于不断的运动变化之中,亦即常出现阴阳的彼此消长。尽管会有阴消阳长,抑或阳消阴长的不同变化,但这种变化多保持在一定范围、一定程度之内,亦即动态的常域平衡。阴阳消长的动态平衡,在人体即标志着生命活动的稳定、有序、协调,中医学视之为健康。《素问·生气通天论》指出“阴平阳秘,精神乃治。”《素问·调经论》曰“阴阳匀平,以充其形。九候若一,命曰平人。”

五行学说认为自然界由木、火、土、金、水五大类物质组成,五行之间既可以出现相互资生、相互促进的相生,亦可出现相互克制、相互抑制的相克。五行的稳态应为五行既相生又相克,生中有克,克中有生,从而维持五行之间的动态平衡,亦即“五行制化”。只有生中有克,克中有生,相反相成,协调平衡,事物才能生化不息。故张景岳在《类经图翼·运气上》指出“盖造化之机,不可无生,亦不可无制,无生则发育无由,无制则亢而为害。”

气机升降中同样也有中和的体现。气的运动是自然界一切事物发生发展变化的根源。其基本形式可概括为升、

收稿日期: 2010-05-21

基金项目: 上海市教委资助项目(w0904)

作者简介: 张挺(1971-),男,河南人,副教授,博士,主要从事中医基础理论和中医肾病的研究。

降、出、入。《素问·六微旨大论》曰“是以升降出入,无器不有。”升与降,出与入,虽是对立的,但均保持着协调平衡的关系。《素问·六微旨大论》曰“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危。故非出入无以生长壮老已;非升降则无以生长化收藏。”

2.2 疾病的本质在于失衡 中医学病因学说中同样可见中庸思想的烙印。风寒暑湿燥火为自然界六种正常的气候,陈无择在《三因极一病证方论·卷二》称之为“天之常气”,但六气的太过或不及即演变为六淫之邪。《素问·六微旨大论》:“至而至者和,至而不至,来气不及也,未至而至,来气有余也。”《左传·邵公元年》医和也指出“天有六气……淫生六疾”。淫,即为太过之意。

七情也同样如此,情感是人与生俱来的自然本能,是人对外界刺激的情感反应。《素问·阴阳应象大论》曰“人有五藏化五气,以生喜怒悲忧恐。”人若失去情感,则为病态。同样情感思虑一旦失去调节,过度或滥用,就会演变成内伤七情,成为致病因素。如《素问·疏五过论》指出“暴乐暴苦,始乐后苦,皆伤精气。精气竭绝,形体毁沮。暴怒伤阴,暴喜伤阳。”

又如饮食,就像“水能载舟,亦能覆舟”一样,饮食是人体生命活动和维持健康所不可缺少的营养来源。但是饮食一定要有所节制,无太过,无不及。过饥过饱可以致病,如《素问·痹论》指出“饮食自倍,肠胃乃伤。”饮食偏嗜亦常致病,招致“病从口入”。如《灵枢·师传》曰“食饮者,热无灼灼,寒无沧沧,寒温适中,故气将持,乃不致邪僻也。”

适宜的劳作、运动,有助于气血流通,能强壮体质,增进健康。必要的休息、睡眠,有助于消除疲劳,能恢复精力,养精蓄锐。故劳与逸均是人体生命活动所必要的。只有劳逸相宜,才能气血充盛,形体壮实,精气充沛。而过劳和过逸均可成为致病因素。如《素问·宣明五气》所说的“久视伤血,久坐伤气,久立伤肉,久行伤筋”。

前已述及,生命的稳态或健康的要旨在于平衡。因此在中医中疾病发生的根本或病机即为失衡。如阴阳失调多表现为阴阳的偏盛偏衰,五行失序多出现五行的相乘相侮,升降失常中多出现气逆气陷,抑或气闭气脱。三者中,阴阳失调更被视为人体各种病变最基本的病机。

2.3 诊断的睿智在于察平 《素问·阴阳应象大论》曰:“以我知彼,以表知里;以观过与不及之理,见微得过,用之不殆。”因此可以说中医诊断的关键所在是“观过与不及之理”,只有诊断时详察“微”与“过”,方能在治疗时“用之不殆”。如在望面色上,青赤黄白黑为五种正常的面色,但《素问·脉要精微论》同时也指出“赤欲如白裹朱,不欲如赭;白欲如鹅羽,不欲如盐;青欲如苍璧之泽,不欲如蓝;黄欲如罗裹雄黄,不欲如黄土;黑欲如重漆色,不欲如地苍。”此种思想,不仅体现在望色,也体现在按脉上。如《素问·平人氣象论》指出“人一呼脉再动,一吸脉亦再动,呼吸定息脉五动,闰以太息,命曰平人。平人者不病也。”因此正常的脉象应是不浮不沉,不快不脉,节律一致,和缓有力。反之,则可见浮脉沉脉、数脉缓脉等病脉之象。

2.4 治疗的境界在于调平 “中庸”、“中和”的思想也同样体现在中医的治疗之中。针对阴阳失调,《素问·至真要大论》指出“谨察阴阳所在而调之,以平为期。”“治之何如……夫气之胜也,微者随之,甚者制之。气之复也,和者平之,暴者夺之。皆随胜气,安其屈伏,无问其数,以平为

期,此其道也。”若阴阳偏盛,则采用“损其有余”的方法治疗。阳偏盛的实热证应“热者寒之”,阴偏盛的实寒证应“寒者热之”。若阴阳偏衰,则采取“补其不足”的方法治疗。阴虚不能制阳的虚热证,应“壮水之主,以制阳光”;阳虚不能制阴的虚寒证,应“益火之源,以消阴翳”。

针对五行相生的异常,中医学确立了“虚则补其母,实则泻其子”的原则。临床多采用滋水涵木、培土生金、益火补土、金水相生等方法。对五行的相乘或相侮,应采取“抑其太过,扶其不足”,亦即抑强扶弱的原则。临床常用的如抑木扶土、培土制水、佐金平木、泻南补北等。

对气机失常而言,大的治则无非是调理气机,恢复平衡。气滞者宜行气,气逆者宜降气,气陷者宜补气升气,气闭者宜顺气开窍通闭,气脱者宜益气固脱。

综上所述,无论是补虚泻实、抑强扶弱、抑或升气降气,治疗的目的是恢复平衡。因此,我们可以说,中医治疗的终极目标,即为“调平”。

2.5 养生的秘旨在于持平 人们常说,生命在于运动。有动才能生生不息,尽终天年。然而“人欲常动,但不可大疲耳。”必须动中寓静,动静结合、动而中节。《素问·上古天真论》曰“其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。”“虚邪贼风,避之有时……处天地之和,从八风之理。”董仲舒在《春秋繁露》中也指出“男女体其盛,臭味取其胜,居处就其和,劳佚居其中,寒暖无失适,饥饱无失平,欲恶度礼,动静顺性,喜怒止于中,忧惧反之正。此中和常在乎其身,谓之大得天地泰。大得天地泰者,其寿引而长。不得天地泰者,其寿伤而短。”用长寿医家孙思邈的亲身体验来概括,即为“人之寿夭,在于撙节。”孙希旦集解“有所抑而不敢肆谓之撙,有所制而不敢过谓之节”。可见养生之要在乎持平。亦即无太过无不及的中庸思想。故中医养生提出要啬神、惜气、节劳、省食、葆精等。

3 小 结

综上所述,中庸平衡的思想已深入到中医学术体系的各个层面。在健康观上中医学提出阴阳五行要平衡有序,气机要升降相因,脏腑需功能协调。在病因观上,六气的太过与不及即为六淫,七情、饮食、劳逸的太过与不及即为内伤七情、饮食失宜、劳逸失常。在发病的机理上即为“失衡”,如阴阳失调,五行乘侮、气机失常等。诊断上重在观察“失衡”所在,治疗原则上强调恢复平衡,“以平为期”,养生学上强调撙节持平。因此烟建华教授认为“机能协调是中医学术的基本特征”^[1]。裴学重先生认为中庸之道即为人体的黄金分割律^[2]。欧阳琦教授也指出,“求衡”是中医基本理论体系的核心^[3]。笔者同时还认为,系统、深入地探研及把握中庸思想的内涵和蕴意,以及在此思想影响下的中医健康观、疾病观和治疗观,对于正确理解中医学术的基本特点及优势大有裨益。也惟有如此,方能高屋建瓴,融会贯通,准确地把握中医的精髓。

参考文献

- [1] 烟建华. 关于中医研究思路的思考[J]. 中国医药学报, 1993 (1): 40.
- [2] 裴学重. 探索天地人中和之道的黄金分割率[J]. 中国中医基础医学杂志, 1998 9(8): 14.
- [3] 欧阳琦. 中医基本理论体系有关问题的探讨[J]. 中医药研究, 1991(1): 13.