

中国 文化

医药

宣歆燕
永雪
梁赵甄著



中国文化

医药

梁永宣 赵 歆 甄雪燕 著

 辽宁广播电视出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

中国文化·医药 / 梁永宣, 赵歆, 甄雪燕著. -- 北京: 五洲传播出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5085-2734-5

I. ①中… II. ①梁… ②赵… ③甄… III. ①文化史—中国②中国医药学—医学史 IV. ① K203 ② R-092

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 067645 号

中国文化系列丛书

主 编: 王岳川

出 版 人: 荆孝敏

统 筹: 付 平

中国文化·医药

著 者: 梁永宣 赵 歆 甄雪燕

责任编辑: 苏 谦

图片提供: 梁永宣 FOTOE CFP 东方 IC

装帧设计: 丰饶文化传播有限责任公司

出版发行: 五洲传播出版社

地 址: 北京市海淀区北三环中路 31 号生产力大楼 B 座 7 层

邮 编: 100088

电 话: 010-82005927, 82007837

网 址: www.cicc.org.cn

承 印 者: 北京利丰雅高长城印刷有限公司

版 次: 2014 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 889×1194mm 1/16

印 张: 9.75

字 数: 180 千字

定 价: 56.00 元

中国 文化

医药

梁永宣 赵 歆 甄雪燕 著

图书在版编目 (C I P) 数据

中国文化·医药 / 梁永宣, 赵歆, 甄雪燕著. -- 北京: 五洲传播出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5085-2734-5

I. ①中… II. ①梁… ②赵… ③甄… III. ①文化史—中国②中国医药学—医学史 IV. ① K203 ② R-092

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 067645 号

中国文化系列丛书

主 编 : 王岳川
出 版 人 : 荆孝敏
统 筹 : 付 平

中国文化·医药

著 者 : 梁永宣 赵 歆 甄雪燕
责任编辑 : 苏 谦
图片提供 : 梁永宣 FOTOE CFP 东方 IC
装帧设计 : 丰饶文化传播有限责任公司
出版发行 : 五洲传播出版社
地 址 : 北京市海淀区北三环中路 31 号生产力大楼 B 座 7 层
邮 编 : 100088
电 话 : 010-82005927, 82007837
网 址 : www.cicc.org.cn
承 印 者 : 北京利丰雅高长城印刷有限公司
版 次 : 2014 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
开 本 : 889×1194mm 1/16
印 张 : 9.75
字 数 : 180 千字
定 价 : 56.00 元

目录

■ 前言	6	血液和津液	55
■ 古代中医的发展历程	8	中医谈五脏	57
浅谈中医与中国传统文化	10	人为什么会生病	64
古典医籍的流传	16	中医的诊法：望闻问切	66
古代医生的术与德	21	中医的辨证论治	74
古代临证各科掇菁	27	中医治未病	76
■ 中医基础理论	38	■ 中药知识	78
中医学奠基之作		中药的起源	80
——《黄帝内经》	40	包罗万象的中药	83
日月和阴阳		炮制与加工	86
——中医的阴阳理论	42	中药的性与味	90
从五色土说起		中药的不同剂型	93
——中医的五行	45	医生手中的治病团队	98
天人合一话整体		历久弥新的中药	100
——中医的整体观	48		
中国人的精、气、神	50		

■ 针灸与外治	102
经络与腧穴	104
针刺与艾灸	111
内病外治方法多	116
■ 中医话养生	122
平衡与健康	124
情志与疾病	126
药食同源	128
五谷为养	131
四时养生	134
动静有度	136

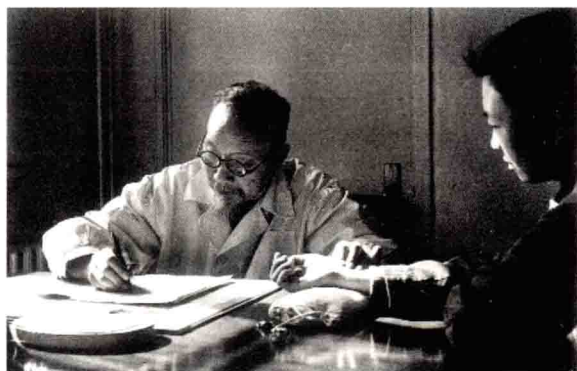
■ 近现代中医学的发展	138
近代中西医之争	140
中西医汇通的尝试	142
中西医结合的探索	144
现代中医教育与传承	146
现代中医诊疗特色	148
民族医药概况	150

前言

中国传统医药学是一个伟大的宝库,是中国汉民族和其他少数民族通过长期的生产和生活实践,在总结前人经验基础上形成的宝贵财富。中医学以解除人类的疾病痛苦为目的,以人与自然的和谐相处为基本思维,在吸收中国古代哲学理念的基础上,构建了自己的理论框架,形成了独特的诊疗方式。



传统中药铺



中医师给病人把脉。中医在发展中形成了独特的理论框架和诊疗方式。



中医药正越来越多地为不同文化背景的人群认识和接受，很多外国医生特地来到中国学习中医技术。

中医学重视人与社会的密切联系，具备有朴素辩证法思想，强调天人合一，重视整体观。中医药理论中最重要的“气”“阴阳”“五行”等概念，体现了中国古人对人体功能的独特认识，包括对人体内部脏腑之间相互关联和影响的充分认识。中医学具有两个特征：既认识了自然，又认识了人类本身。认识自然使中医学精选提炼出植物、动物、矿物等药物资源，形成治疗疾病的基本手段。认识自身又使得中医学能正确了解人体病因，掌握五脏六腑的功能，并根据诸多人类的不适感觉而分析诊断疾病，从而利用药物加以治疗，并将其总结为方剂学理论。同时中医学还在实践中不断摸索防病养生方法，有效地提高了人类寿命。而神奇的针灸疗法，更在中医学体系中发挥着重要的作用，并得到世界很多国家人们的认可。

中医学所书写的辉煌历史，与历代名医息息相关，他们保存了大量的医药古籍和十分有效的治疗经验，也为后世留下了宝贵的财富。

历经 2000 多年的中医学，为中华民族的繁衍生存、健康长寿提供了基本保障，作出了巨大贡献，至今仍发挥着不可替代的作用。作为东方医学的璀璨明珠，它对周边的日本、韩国、东南亚各国，都产生了巨大影响。

如此灿烂的中医学，是怎样认识人体的？其来龙去脉是什么？其主要理论思维如何？它所采用的药物、针灸治病方法包括哪些内容？本书将以简朴的语言娓娓道来，带领读者一起走进中医领域的深奥大门。



古代中医的发展历程

浅谈中医与中国传统文化

天文、数学、农学和医学是中国古代科技最主要的四门学科。其中，医学自古以来一直被认为是最具人文传统的。中国传统医学深深受到中国传统文化的影响。

“良相”与“良医”

“不为良相，便为良医”是中国古代士人提出的口号，意思是说如果不能做官，那定要成为一位好医生！医生是古代知识分子的第二职业选择。这是为什么呢？

“仁”是儒家学派道德规范的最高原则，是孔子（前 557—前 479）创立的儒家思想体系的理论核心。“仁”最初是指人与人之间的一种亲善关系，儒家讲求的“仁”，要求社会中每个成员都要做对社会或别人有利的事情。作为“活人之术”的医术能够解除疾苦，这就符合了儒学“仁”的思想，因此医术在古代又被称为“仁术”。在这种“仁术”思维的影响下，众多儒士便将学习医学作为自己的业余爱好，当这些人从政无门时，多转而投身医学，因为他们看到医学可以给人民大众带来广泛的福祉，其作用与“德政”相当，他们可以通过医学活动来实现自己“仁”的人生理想。

中庸是儒家思想的另一个重要组成部分，儒家提倡在相反的双方中，常处于一种不偏不倚的中正地位，认为保持事物相对平衡是发展的根本条件。儒家的中庸思想深刻影响了中国人看待问题和处理事情的态度、方法，同时也广泛地贯穿和渗透到传统医学的各个方面。中医学认为，人体由阴阳两部分组成，当人体中的“阳”和“阴”处于一种动态的平衡状态时，人体就是健康的；反之，当人体“阴阳失调”时，

阴阳的相对平衡遭到破坏，疾病便由此产生了。因此，一切治法最终目的都是将阴阳、气血调到平衡的状态，达到“中和”的程度。中医的配方也讲究“四平八稳”，一张方子中的药物须严格按照君、臣、佐、使的原则和位置排列，主要目的是为了调和不同药物的偏性，既要制约其中的毒性药物，又要增强或改变某些药物的功用，从而使各具特性的群药联结成为一个新的有机整体，更充分地发挥药物的作用。

经学是指中国古代研究儒家经典，解释其字面意义、阐明其蕴含义理的学问。儒家的“经学”发展模式对中医学术的传承有很大影响。中国古代的医家仿照经学的模式研究医理，大多以中医经典著作《黄帝内经》《伤寒论》等为中心，通过对经典著作的解释、阐述、专题发挥等方式，发表新的见解，创立新的学派，充实和完善医学理论，促进医学实践的发展。直到今天，《黄帝内经》《伤寒论》等仍然被奉为中医的经典，人们围绕这些中医理论的源头，不断开展新的研究和解读；同时也用经学的方法研究中医学，使中国传统医学的发展轨迹与模式与儒学非常相似。



有三百多年历史的同仁堂是中国最著名的中药店，从它的店名即可看出中医学深受儒家“仁”的思想影响。



被誉为“北同仁，南庆余”的胡庆余堂，创立于1874年，门楼上至今保留着创始人所立“是乃仁术”四个大字。

“医”与“道”同源

道家学派创始人老子（约前 571—前 471）有一句名言，叫“人法地，地法天，天法道，道法自然”。“自然”是指自然界的各种规律。老子认为，人与自然界是一个统一的整体，因此，人与自然应当遵循共同的规律。无论是人体的养生，还是疾病的预防与治疗，都必须把人放到整个自然环境的背景下去考察和分析。例如，中国古人遵循“日出而作，日落而息”这种最朴素的生活方式，如果反其道而行之，晚上熬夜，白天不起，身体与自然规律相反，必然会产生疾病。

道家认为，“顺应自然”是养生的根本，人在“顺应自然”“返璞归真”的同时，还要做到“养心”与“养身”并重。人与自然和谐相处的同时，也要学会与社会、与他人和谐共处。“养心”其实就是让人始终保持心情的平和，对人与事不斤斤计较，不过分执着于结果，做到知足常乐。

“养生”是时下中国人的热门话题之一，“养生”一词最早出自道家学派的另一位创始人庄子（约前 369—前 286）。庄子认为，养生之道重在顺应自然，保持心性的纯朴，不为外物所滞。后来，依托道家思想，发展出中国本土宗教——道教。道教追求长生不老，为了实现长生的愿望，又不断进行炼丹术的研究。道教炼丹的目的，原本是想寻求长生不死之药，以得道成仙，这个目的显然是荒唐的，然而其炼丹的实践，却在客观上导致了制药化学的开端。早在汉（前 206—220）、魏（220—265）、两晋（265—420）时期，道教已经能炼制出适用于治病的矿物药，如用水银软膏治疗疥癣，用水银制剂通利大便等，



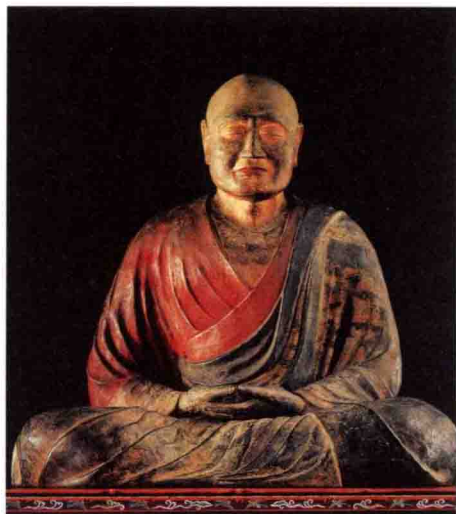
杭州葛岭抱朴道院，相传葛洪曾在此炼丹修道，故而此山得名“葛岭”，又因葛洪道号“抱朴子”，遂名“抱朴道院”。



陶弘景画像。这位著名的道教人士著有《本草经集注》，是中医发展史上一部重要的药理学著作。

均为炼丹的直接产物。唐代（618—907）开始将丹药由内服转为外科、皮肤科用药，炼出了轻粉、红升丹、白降丹等中医外科的常用特效药。

中国有一句老话叫“医道同源，十道九医”。由于道家思想和道教在理论、实践两方面都与中医学息息相通，不仅在历代中医典籍中可以找到不少道家先师的语言，还有许多道教人物同时也是著名的医药学家，如葛洪（284—364）、陶弘景（456—536）等，对中医学的发展都作出了杰出贡献。



日本奈良唐招提寺藏鉴真塑像。唐代高僧鉴真（688—763）同时也是著名医家，他东渡日本传授佛法，同时也在当地传授中医学，热忱为患者治病。

佛说“医”与“药”

佛教起源于古印度，在两汉之际经西域传入中国，开始在中国本土化发展。至晋唐，中国进入了佛教发展的鼎盛时期。作为医治人们身心创伤的宗教性思想体系，佛教与医学有着千丝万缕的联系。

佛教医学是古印度医学的重要组成部分，古印度医学伴随佛教传入中国，中医、藏医、蒙医都在某些程度上受到了它的影响。同时，由于佛教本身重视医学，借医弘佛，促进了佛教医学与中医学相互融摄，相互影响。据说中国传统医学中治疗白内障的“金针拨障术”就源自古印度医学，汉代所译著的佛经中就有金针拨障术的记载。此外，古印度医学中的按摩术在唐代传入中国，并成为中国传统按摩术中的一种，受到中国历代医家的重视。如唐代孙思邈（581—682）的《千金要方》中记载有“天竺国按摩”十八势，即是一套活动身体的自我按摩术。

佛教有“天下物类，皆是灵药”的观点，这种思想开拓了中医学的视野。佛典中记载论述的草类、木类、动物类等生物达数千种，其中包括常用药物约320种。很多原产古印度、东南亚和西域等地的外来药物，如木香、丁香、龙脑、豆蔻、诃黎勒、乳香、郁金、阿魏、返魂香等，伴随佛经传入中国，被中医界所认识，成为中药的重要组成部分。唐代名医孙思邈的《千金翼方》中还收录了不少以佛门名医耆婆命名的方剂。

自隋唐时期开始，由于统治者对佛教的大力支持，寺院有了独立的经济来源，一些寺庙开始设立医疗慈善机构，收留无家可归者与病人。据唐代文献记载，中国古