

中华文化视野下的中医中药

中医是一种生活方式

北京中华文化促进会 编

北京市社会科学界联合会社会组织重点资助项目

杜茂波
吴浩恺
主 编

中国华侨出版社



中华文化视野下的中医中药

——中医是一种生活方式

北京中华文化促进会 编

杜茂波 吴浩恺 主编

中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中华文化视野下的中医中药 : 中医是一种生活方式 /
北京中华文化促进会编. —北京: 中国华侨出版社,
2018.12

ISBN 978-7-5113-7794-4

I. ①中… II. ①北… III. ①中国医药学—文化—普
及读物 IV. ①R2-05

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第264288号

中华文化视野下的中医中药 : 中医是一种生活方式

主 编 / 杜茂波 吴浩恺

出 版 人 / 刘凤珍

责任编辑 / 高福庆 应 浩

装帧设计 / 杨 琪

经 销 / 新华书店

开 本 / 880mm × 1230mm 1 / 32 印张: 15.75 字数: 338千字

印 刷 / 三河华东印刷有限公司

版 次 / 2018年12月第1版 2018年12月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-7794-4

定 价 / 68.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编 辑 部: (010) 64443056 传真: (010) 64443979

发 行 部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E - m a i l : oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

北京中华文化促进会文丛

编委会

顾问：钱光培 方 鸣

主任：高福庆

编委（按姓氏笔画排序）：

王 田	王 磊	史义军	史继中	朱 波
刘从明	孙殿国	杜茂波	李世轩	李剑凤
李家宁	吴浩恺	应 浩	陈 松	陈 明
杨程琳	秦 朗	奚传斌	高福庆	黄海星

2018 年度论文集主编

杜茂波 吴浩恺

前 言

中华优秀传统文化历史悠久、源远流长、博大精深，是中华民族生存发展的内在动力。中华优秀传统文化在经济、文化全球化背景下受到冲击和挑战的同时，也遇到了发展的机遇。作为中华优秀传统文化重要组成部分的中医药文化和中医药学说，既受到中华优秀传统文化的重要影响，也对中华优秀传统文化思想体系的形成和发展发生过重大的影响。

习近平总书记指出“中医药学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验，是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙，更是中华文化伟大复兴的先行者。”

国务院副总理刘延东提出“中医药是我国独特的卫生资源、潜力巨大的经济资源、具有原创优势的科技资源、优秀的文化资源、重要的生态资源”。

为贯彻党的十九大以来党和政府大力弘扬中华优秀传统文化的精神，落实《中医药发展战略规划纲要（2016～2030）》关于推进中医药文化研究发展的相关要求、落实北京市建设全国文化中心的要求，促进中华文化和中医药文化的传承推广，多角度、多视角地反映中医药文化对百姓生活的积极影响；研究中医药文化与中华文化的关系；总结中医药文化对人们健康的作用，以及如何运用中医药文化指导养生保健实践，倡导更加健康的生活方式；反映中医药文化研究的进程和成果，北京中华文化促进会决定编辑出版《中华文化视野下的中医中药——中医是一种生活方式》

论文集。

论文集收录论文近六十篇，内容包含中华文化与中医药、中医药文化与疾病的关系、中医药的特色制剂及植根于中华文化的特色中医药传承流派。论文作者多数是北京中华文化促进会的会员，他们有的供职于大学及科研院所，有的供职于三甲医院，有的是来自民间的中医药高手，也有来自社会的中医药文化爱好者。本论文集分析梳理中华传统文化与中医药文化相依相存的紧密关系，提出中华文化是中医药的灵魂、源泉和根本，中医药作为一种生活方式，是融入国人血脉、护佑国人健康的民族瑰宝。

论文集的编撰得到了许多中华文化及中医药从业者的大力支持，各位对中华文化及中医药的热忱使我备受感动，在此一并感谢。由于编者的水平有限，其中不免疏漏，请各位不吝提出。

杜茂波

2018. 11 于北京

目 录

中医药是中华文化复兴的先行者	张 悦 焦 玥(1)
一部中医史就是一部中国思想史	尤 虎(9)
中华传统文化是中医养生的根基	刘从明(21)
中 医——文化基础上的医学	贾鹰珏(29)
中华传统文化“体用论”对中医学的影响	姚鹏宇(39)
中医文化与中国式控癌	高福庆(46)
传承振兴中医药事业为人类健康服务	吴浩恺(53)
中医养生理论体系的建构与文化价值思考	国 华(60)
大健康产业发展方向浅析	张 震(82)
禅修养生,智慧的健康生活方式	朱志伟(88)
“数字化中医典籍”建设经验谈	丁 侃(93)
针灸起源的文化意象	刘 兵(106)
中医药文化的发展与传承之我见	马占先(112)
亳州中医药文化背景下的养生	盖国峰(119)
从俗语浅谈中华文化与中医药文化关系	汤怡婷 陈玉鹏 鲍艳举(126)
中医与西医的辨别	王 芮(134)
用通俗、实用的方式发展中医药文化 ——针对长夏我的用药方法和实践	王丽娜(138)
浅谈中医养生文化	徐 君(145)
人口老龄化视野下的中医食疗文化浅论	代民涛(155)

► 中华文化视野下的中医中药

中医养生是一种生活态度——传播中医药文化

- 倡导中医养生理念 杨 艳(161)
- 自然医学——让现代人自然康复 李十针(170)
- 中医学与象思维 张 强(175)
- 防治“未病”的最佳路径——人体经络 林 宏(186)
- 五运六气养生 宋玲辉(194)
- 道家对立、循环思想与《内经》针灸理论构建
..... 朱 玲 杨 峰(200)
- 道医养生与现代文明病 陈飞龙(216)
- 从方证与药证总结张仲景学术思想 张 忠(225)
- 《伤寒论》药物剂量问题探讨 杜茂波 刘淑芝(234)
- 论古法诊疗在临床医学应用中的重要性 刘 彬(249)
- 阐述艾灸在治疗亚健康中的重要作用 韩秀萍(255)
- 江苏中医流派简介 苏克雷(259)
- 中医养生与中西医结合 姚俊梅(271)
- 中药治疗湿疹的临床研究进展
..... 朱聪聪 潘会君 朱全刚(275)
- 浅谈中西医对2型糖尿病的认识 白颖慧(285)
- 史欣德教授运用桂枝汤合方的临证思路解析
..... 郭海燕 王文靖(290)
- 基于中医“宗气”理论的慢性心力衰竭病机认识的思考
..... 唐仕欢 杨洪军(297)
- 从肾论治眼病的理论基础及临床应用
..... 王晶莹 梁丽娜 许 凯 陈雪峰(306)
- 中西医结合治疗视网膜中央动脉阻塞 宋剑涛 王诗惠(317)
- 论癌症、癌痛和中医药治疗癌痛的方法及展望 郭鉴仪(325)
- 变应性鼻炎、慢性咳嗽与“形寒寒饮则伤肺” 张 敏(330)
- 浅谈中医与疼痛 胡 骏(336)

中医辨证论治理论在刮痧疗法中的运用

- 李俊杰(340)
- 从中医药的发展谈风湿骨病的治疗与保养 李英杰(345)
- 中医药未来的中流砥柱——经筋疗法 任加峰(347)
- 《伤寒论》制剂工艺探讨 杜茂波 刘淑芝(370)
- 浅析回族医学用药特色——香药的使用 杨 静(389)
- 回医香药文化源流及其临床应用 展慧慧(395)
- 名方若要倍奇效,炮制得当显神功 邱丽丽(401)
- 中成药敷脐治疗小儿腹泻 付丹丹(407)
- 雨林寻桂 韩旭阳(413)
- 小儿扶脾颗粒对功能性消化不良大鼠胃排空功能及胃肠激素的
影响 王婷婷 贤明华 高金环
唐纯玉 唐代凤 卫军营 杨洪军(416)
- “首辅小金丹”治疗冠状动脉粥样硬化性心脏病一例
..... 吴汉涛(427)
- 经方麻黄类方在皮肤病中的运用 熊兴江(431)
- 解酒三神方 杜茂波 王柳青(440)
- 从安全环保角度浅谈透皮剂的选用 高 山(446)
- 足部穴位贴敷产品的保健优势 寿 平(450)
- 漫谈中兽医学 武 毅(459)
- 中医 37 度热疗渗透养生技术 朱国清(471)
- 以墨入药,济世救人 包采文(476)
- 书画与养生之随想 唐一文(480)
- 肿瘤中药热疗 高汉卿(488)

中医药是中华文化复兴的先行者

张悦 焦玥

中医药文化是中医药事业的根基和灵魂，它既决定了中医药的本质和特色，又阐述了中医药事业的发展方向^[1]。因此，加强中医药的文化建设既是中医药事业发展的必然要求，也是保持发挥中医药特色优势的重要举措。北京中医药大学张其成教授认为，中医药走向世界是中华文化伟大复兴的先行者，在此之前首先需要明确中医药“走出去”的主体就是体现着中华优秀传统文化精髓的中医文化，即阴阳合和、天人相应、仁和精诚等中医核心价值观念和思维方式。随着科技的飞速发展，在全球一体化、信息化以及各种价值观念交融的今天，中医药事业持续发展的内在动力，是中医药学术创新进步的不竭源泉，也是中医药行业凝聚力量、振奋精神、彰显形象的重要抓手。

中华文化源远流长，四大古文明中，中华文明是唯一没有断过的文明。中华民族在长期的生产和生活实践中认识生命、维护健康、战胜疾病，总结出了宝贵的经验，由此中医药文化就诞生了，可以认为中医药文化根植于中国传统文化之中，是中华优秀传统文化中哲学思想、思维方式和价值观念的体现。

从传说“神农……尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就，当此之时，一日而遇七十毒”的神农尝百草故事到殷商时期发明治疗疾病的汤液及酒；从《左传》记载秦名医医缓：“攻之不可，达之不及，药不至焉”的针、灸、药治法到《史记·扁鹊仓公列传》记载扁鹊“切脉、望色、听声、写形，言病之所在”的四诊疗法雏形；从医学鸿篇巨著《黄帝内经》《难经》《伤寒

杂病论》《千金要方》等古代名医籍到《中国医学大成》《医学衷中参西录》等近现代医书，中医药始终是中华文明的瑰宝，它体现于中国文化最为充分的保留、延续和现实生活应用。

一、中医理论富含文化属性

中医学所包含的哲学思想浓缩了中国文化特有的传统。哲学是关于自然、社会和思维中最一般的共同规律的学问，任何一门自然科学的发展都离不开哲学。中国古代朴素哲学包括精气、阴阳、五行等学说，这些也都是中国文化的脊梁。他们潜移默化地进入中国人的世界观、人生观，这些学说不仅与古代中国的天文、地理、政治、农业等多个领域相关，还渗透到了医学领域，对中医学理论体系的形成产生了深刻的影响。中医学运用这些朴素的哲学思想来解释人体的生理、病理、诊断以及防治。

老子曰“万物负阴而抱阳”，世界上万事万物都离不开“阴阳”这个概念，《周易》也说，“一阴一阳之谓道”，整本书都是阴阳以及阴阳无限可分的体现。《易经》是中国文化的源头，中华文化的基本精神之一就是“阴阳平衡”或者“阴阳中和”，虽然后世又分儒释道三流，但却体现了一样的宗旨。阴阳学说是中医药学理论的核心内容，不仅对中医药学的形成和发展起了重要作用，还指导其临床的行医用药。阴阳的概念大约形成于西周，至西周末年，古代先贤们开始用阴阳来分析问题，如“阳伏而不能出，阴迫而不能蒸”，于是有地震。春秋战国时期，阴阳五行等哲学思想快速发展，医学家开始将阴阳的概念运用于医学理论之中，如秦名医医和曾说：“天有六气，降生五味，发为五色，徵为五声，淫为六疾。”战国到秦汉时期，《黄帝内经》运用很多阴阳学说内容来阐释中医药内容，如阴阳学说的对立制约、互根互用、交感互藏、消长、转化、自和与平衡等理论。就拿阴阳的

对立制约理论来举例,《素问》:“是故冬至四十五日,阳气微上,阴气微下;夏至四十五日,阴气微上,阳气微下。”这里说的是从冬至到立春,天气逐渐变暖和,从夏至到立秋,天气逐渐变凉,如此循环,年复一年。自然界规律如此,则人体治疗疾病、防病保健也应该是如此,“阴平阳秘,精神乃治”。生理情况下如此,那么病理情况下就是阴阳两者的关系失调,如制约太过,出现“阳盛则阴病”,“阴盛则阳病”;或者制约不及,出现“阳虚则阴盛”“阴虚则阳亢”,中医上就会有对应的治则治法,针对阴阳偏盛,一般采取“热者寒之”“寒者热之”的治疗方法;针对阴阳偏衰,一般采取“壮水之主,以制阳光”“益火之源,以消阴翳”的治法。阴阳学说不仅可以用于中医的疾病治则治法的确立,还能指导临床用药,用于判定药物药性的升降浮沉、四气五味。

五行,是指木、火、土、金、水五种物质及其运动变化规律。古人在长期生活和生产实践中对这五类物质的直观感受,“木曰曲直”“火曰炎上”“土爰稼穡”“金曰从革”“水曰润下”。它与阴阳的概念一样,深深烙在中国文化的各个领域和层面。五行概念出现后,以“五”来认识自然界和人事制度就变成了一种约定俗成的形式。比如人伦有“五常”、地理有五岳、饮食有“五谷”、典制有“五律”。中医学的五行学说构建了以五脏为中心,人体的形体、官窍、精神、情志相联系的整体。古人运用取象比类和推演络绎法表明五行和人体五脏、五腑、五脉、五色、情志等关系,从五行的相生、相克、制化胜复三方面阐述机体生理变化,从相乘、相侮、母子相及三方面阐述人体病理变化。生理上相互为用,病理上相互联系,指导临床用药、针灸取穴及情志疾病治疗等,如:针灸将四肢末端的井、荥、输、经、合“五输穴”分别配伍木、火、土、金、水,治疗脏腑疾病时根据其配伍关系选择穴位,例如:手太阴肺经,本穴是属金的

经渠，根据“实则泻其子，虚则补其母”的原理，若肺经出现实性症状，取尺泽穴；若肺经出现虚性症状，取太渊穴。

中国文化基本精神的重要体现是民族的凝聚力，中华民族的整体观念，就是国家利益至上的观念，这也是我们民族心理上的文化认同。中医学理论体系基本的特点之一是整体观念^[2]。“整体观念”，在中医上指的是人体自身是一个整体，人与自然、人与社会都是统一的整体。中医运用中国古代哲学基础阴阳、五行学说来解释“整体观念”。例如：四季的气温规律一般是：春温、夏热、秋凉、冬寒；自然界的生物也顺应气候变化，出现相应的：春生、夏长、秋收、冬藏的适应性变化，人体对四季气温的变化也会做出相应的调控，在《黄帝内经》中记载：“天暑衣厚则腠理开，故汗出……天寒则腠理闭，气湿不行，水下留于膀胱，则为溺与气”。

综上所述，阴阳、五行和整体观念，是中医理论的核心内容和基本特点。也是中华文化的特征和骨架。因此，中医理论富含中华文化的属性，中医理论的传承发展，也是中华文化的继承和发扬。

二、中国传统医德体现文化精神

中医传统医德是中国古代医学道德和医学伦理思想的总称。其产生于古代社会，经过历代发展，在中国传统文化的影响下，不断丰富完善，到明清时期，形成了中医学独特的医德传统^[3]，并成为中华民族道德传统的宝贵财富。

战国时期，处于古代中国社会大变革时期，生产关系的改变和生产工具的改进，极大地提高了当时的生产水平，因而在西周时期形成的以农为本的经济结构，在战国的社会发展之下得到了进一步的巩固，此时的农业、天文学、历算、植物

学、军事等有了诸多的创新，这些进步，都对中医学理论体系的构建产生了有利影响。“仓廩实而知礼节”，在战国时期，思想方面也出现了“诸子蜂起，百家争鸣”的新局面，形成了儒家、道家、阴阳家、法家等诸子百家。时代变迁，汉代出现“罢黜百家，独尊儒术”的新局面，将“仁义”当成做人做事的准则，这一准则深深影响着后世。古代医生的家国情怀，对生命的关爱，让他们充分认识到“医乃仁术”，要“以人为本”，古代医生诊病，不管天黑路远依然提灯赴救，淡泊名利、志存高远、潜心关爱的人文精神也是中华文化精神的体现。唐代孙思邈在《千金方》中曾写过：“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦。若有疾厄来求救者，不得问其贵贱贫富，长幼妍蚩，怨亲善友，华夷愚智，普同一等，皆如至亲之想……但发惭愧、凄怜、忧恤之意，不得起一念蒂芥之心，是吾之志也。”

三、中医走向世界促进中华文化伟大复兴

毛泽东同志曾指出：“中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。”^[4] 中医药学是一门富含文化元素的自然科学，中医药文化属于中国传统文化的重要组成部分，中医学在发展过程中，充分汲取哲学、文学、历史、天文、地理等多种自然和人文学科的知识，较完整地保留了中国传统文化，其理论原理和方法在当今社会文化生活中具有非常重要的作用和价值。同时又融进了中华民族优秀传统文化的血脉之中，成为传统文化的一个重要的组成部分和载体，集中体现了中国的传统科学文化和人文文化、科学精神和人文精神。从阴阳角度而言，儒家思想强调乾阳刚健、自强不息的精神，偏重于“阳”；道家强调阴柔的归藏、包容功能，以贵柔尊、自然无为、致虚守静为“道”，偏于

“阴”。那么中医学则是强调“阴平阳秘，精神乃治”，是注重“阴阳合和”，阴阳并重，兼蓄儒道两家之精髓。所以，就此而言，传统文化的复兴离不开中医学的振兴，而中医学的复兴无疑是推动中华民族文化复兴的一个重要途径。

习近平总书记说：“文化是一个国家、一个民族的灵魂”，一个国家的人民对自身文化的强烈认同，是这个国家和民族最伟大的精神力量。黑格尔曾经说过：“我们之所以是我们，乃是由于我们有历史。”中医药是中华民族哲学智慧、独到健康理念及其实践经验的结晶，我国是中医药的发源地，是传统医药大国。习近平总书记指出，“中医药学是我国各族人民在长期生产生活和同疾病做斗争中逐步形成并不断丰富发展的医学科学，是我国具有独特理论和技术方法的体系”，“凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验”，强调“中医药学是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。当前，中医药振兴发展迎来天时、地利、人和的大好时机”，要“切实把中医药这一祖先留给我们的宝贵财富继承好、发展好、利用好，在建设健康中国、实现中国梦的伟大征程中谱写新的篇章”^[5]。自2017年7月正式施行《中医药法》以来，切实规范了中医药服务、中医药保护与发展、中医药人才培养、中医药科学研究和中医药传承与文化传播等工作，对于构建中国特色基本医疗卫生制度、呵护国人健康具有重要的意义。

中医学作为一门人本医学，不但为中华民族的繁衍健康做出了重要贡献，至今仍是医疗实践中不可或缺的一门重要学科。中医注重保护人体，以望、闻、问、切四诊为基本方法对人体进行诊断和治疗，以不伤害人体为本，不随便、不任意地打开人体。同时，中医四诊合参在疾病的诊疗过程中以给人最小的损伤和刺激为基本原则，不会给病人造成特殊的压力。中医治病所选用的药物以天然药物为主，也就是对人体的损伤和毒副作用较小、较

少的药物为主；另外，中医针灸推拿也是对人体刺激和伤害较小、较轻的治疗方法。所以说，中医药诊疗技术所具有的科学及文化价值在当今的医疗工作中仍有着特殊的意义。

当前，中医学作为中国的特色医学，具有简、便、验、廉的特点，无论是在服务群体、药用资源还是文化心理接受方面，都体现出我国自主发展的特有优势，同时也是建设和谐社会，使人人享有健康的重要保障与途径之一，而且中国作为一个人口众多的发展中国家，在现代卫生资源严重不足的情况下，中医学以其特有的后天优势使得保障国民健康，保证人人享有健康成为可能，是解决未来卫生事业发展的困境的一个重要选择。所以，中医学的复兴不仅关系到我国卫生事业发展的前途，更是衡量我国卫生事业是否实现跳跃式发展的关键因素之一。

中医学作为中国的原创医学，在结合了现代科技成果及吸纳借鉴其他学科理论技术的基础上，也是最有可能对人类健康事业发展产生积极影响并有贡献的一门科学。如今国外悄然兴起的“中医热”已使中医未来发展的光明前景初见端倪，中医不再因为不符合国外信奉的“科学标准”而被拒绝，越来越多的人开始接受中医疗法，因为无可辩驳的疗效证明了科学不是唯一的，而是多样性的，治疗形式也由单一平板变得更加丰富多样。当然，随着世界由单一平板向多样性转变，传统文化的发展也应该与时俱进，在继承的基础上加以创新，以更加合理有效的治疗措施和方法为人类的健康事业服务。

总之，中医学能够重现昔日辉煌既是中华民族文化复兴的一个重要表现，也是中华民族文化复兴、精神复兴的一个重要引擎，能够为中华文化精神的复兴提供源源不断的动力。而中华文化精神是我们国家和民族文化的内核，是我们国家和民族凝聚力与向心力的源泉，也是中华文化绵延五千年垂续至今的重要保证。我们要增强传承和发展中医药文化的自觉性和主动性，从发

展繁荣社会主义文化、建设社会主义文化强国的全局来认识和把握加强中医药文化建设的重大意义。

参考文献

[1] 张其成 周晓菲. 北京中医药大学. 认识中医药文化的内涵. 中国中医药报. 2009-07-16 (4).

[2] 孙广仁 郑洪新. 中医基础理论. 上海: 中国中医药出版社, 2012, 1.

[3] 朱贻庭. 伦理学大辞典: 上海: 辞书出版社, 2010.

[4] 王晨. 我国推动中医药法贯彻实施. 促进中医药健康发展. 人民日报, 2017-07-31 (10).

[5] 黄璐琦. 推进中医药事业创新发展. 人民日报, 2016-11-30 (08).