

◎ 王庆其 / 主编

编写者 / 王庆其 田永衍 赵心华 马凤奇 姜青松

《黄帝内经》 文化专题研究

 复旦大学出版社



◎ 王庆其 / 主编

编写者 / 王庆其 田永衍 赵心华 马凤奇 姜青松

本书为上海市哲学社会科学规划课题项目（编号：2012BZX004）、国家社会科学基金重点项目（编号：120AZD15）、上海中医药大学中医药文化研究与传播中心建设项目、上海中医药大学王庆其名师研究室建设项目、国家中医药管理局王庆其名老中医药专家学术经验传承工作室建设项目成果

《黄帝内经》 文化专题研究

 复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

《黄帝内经》文化专题研究/王庆其主编. —上海:复旦大学出版社,2014.7
ISBN 978-7-309-10696-1

I. 黄… II. 王… III. 《内经》-文化研究 IV. R221

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 103521 号

《黄帝内经》文化专题研究

王庆其 主编

责任编辑/陈 军

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

常熟市华顺印刷有限公司

开本 787×960 1/16 印张 19.5 字数 342 千

2014 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-10696-1/R·1389

定价:45.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

王庆其，男，1944年12月出生，上海市人。1981年毕业于中国中医科学院研究生院，获医学硕士学位。现任上海中医药大学名师、教授、主任医师、博士生导师、上海市名中医，享受国务院政府特殊津贴，国医大师裘沛然先生学术传承人，国家中医药管理局第5批名老中医药专家师承导师。

发表学术论文160余篇，主编或副主编学术著作40余部。代表作有《内经临床医学》、《内经临证发微》、《黄帝内经心悟》、《黄帝内经研究大成》、《黄帝内经理论与实践》（全国研究生教材）、《王庆其内经讲稿》、《王庆其医学选集》、《杏林散叶——王庆其医案医话集》、《内经选读》（教育部本科教材）等。

用文化阐释医学,从医学理解文化

(代序)

在人类的社会活动中,经济和文化是两个基本形态,两者相互依存、紧密联系,共同构成人类社会不断发展进步的支撑与动力。人类社会区别于动物世界的显著标志是,动物只有物质的需求,没有精神的需求;人类在物质需求之外还有对精神、道德、理想、智慧等的需求,这就催生和孕育了另一种文明形态,这就是文化。

文化的定义见仁见智,其中最古老且最有说服力的当推《易·贲卦》所说:“观乎人文,以化成天下。”意思是观察人文现象,以教化天下。文化就是用人文精神教化人,简而言之就是“以文化人”。余秋雨先生说:“文化是一种由精神价值、生活方式所构成的集体人格。”文化看上去虚无缥缈,实际却无处不在,它显现在人的日常生活、行为之中,体现了人的精神品格。“一切文化都会沉淀为人格,每个人的性格都形成于他的文化积淀。”在日常生活中人们常常把知识与文化相混淆,以为知识就是文化。诚然,在习惯上人有了知识就是有了文化,因为知识是传播文化的载体,通过学习知识逐渐掌握了文化,但实际上知识与文化还是有一定区别的。知识是在实践经验基础上总结形成的,知识是经验的标化,是实践中人们获得的认识和经验。而文化是人们长期在学习、生活、社会实践中逐渐形成并内化为人的人格及其价值观念。知识是十分具体的,文化则比较抽象。知识较为实用并常常与人的利益需要相关联。知识一定程度上反映了文化,但是知识不等于文化。事实上,在现实生活中,有知识没有文化的现象,随处可见。如个别明星刚有了一点名气,就颐指气使,到处摆谱,或满口脏话,有失文明,或行为出轨,触犯道德、法律的底线。有报道一位名牌大学的研究生为了生活的琐事而毒死室友,财经大学毕业生因为失恋和经济拮据而去抢劫银行,有人为了晋升职称而抄袭论文,个别当了一官半职的知识分子蜕变为贪腐分子,等等。这些人中不少具有高学历,受过高等教育,不能说没有知识。可是他们的行为绝不能说明其具有良好的文化底蕴和修养,其人格已严重扭曲和堕落,在他们身上,知识与文化相剥离,

以至于做出了种种有知识没有文化的行为。

那么,文化究竟有什么用?复旦大学钱文忠教授说:“文化有什么用?我真的不知道,但我知道没有文化什么都没有用。”一位哲人说,国家繁荣富强主要靠两种实力:一种是硬实力;一种是软实力。一切可以表现物质力量的实力都是硬实力;一切可以内化为精神力量的实力都是软实力。一个国家硬实力不行,可能一打就败;一个国家软实力不行,可能不打就败。而贯穿软实力经纬、维系软实力灵魂的就是文化。中华优秀传统文化是我们中华民族最深厚的软实力。文化起着塑造个人人格的作用,可以增长智慧、启迪思想、陶冶情操、提升精神品格。文化的作用如用庄子的话来概括就是:寓大用于无用之中。庄子认为,天下都知道有用的东西是有用的,但不知道无用的东西也是有用的。这一思想是极其深刻的。现代学者李泓冰说:“文化虚无缥缈,却能无比坚硬地影响社会人心走向。”

我们学习文化千万别抱着一定要有用的态度去学,因为无用即大用。学习文化的目的不是为了获得知识,而是为了提升人的精神价值。台北故宫博物院前院长周功鑫先生说:“没有文化支撑,再高超的科技都是贫瘠的。”杨叔子院士认为:“没有人文的科学是残缺的科学,而没有科学的人文也是残缺的人文。”钱学森院士曾经说过:“一个有科学创新能力的人,不但要有科学知识,还要有文化艺术修养,它开拓科学的创新思维。”

国医大师裘沛然先生说:“医学是小道,文化是大道,大道通小道易通。”中医学不是纯粹的自然科学,它密切联系自然界和社会环境,它常常把医“人”和医“国”相提并论,中国的医学与哲学息息相通。哲学有医学的目标,关怀人、爱护人;医学有哲学的原理,从宏观整体的角度看人,哲学与医学都被称为“人学”。复旦大学医学院王卫平教授说:“医学所研究的对象是人类本身;导致人类疾病或影响人类健康的因素不仅涉及自然科学领域,而且也紧密联系到社会和人文科学等领域,通俗地讲,医学是人学。”当前医患关系存在着诸多矛盾,原因可能是多方面的,作为医务人员应该从医学的性质和职能来看待,我们既要看病更要看生病的人,医学要有人的温度,而不能只有机器的冰冷。如果医生盲目依赖崇拜技术,而把病人仅仅当成一个疾病的载体,一个病菌的载体,那就背离了医学的根本。中医学强调“医乃仁术”,“夫医者,非仁爱之士不可托也”。中医药文化的内涵是以中国传统文化为母体,解读中医学对生命、健康、疾病、生死等问题的价值观念、独特的认知思维方式、人文精神和医德伦理等。中医药文化是中国传统文化的重要组成部分,中医药文化与中医学术两者血脉相连,不可分割。我们要学习、研究中医学术,必须结合对其文化母体的审视和剖析,才能真正领会中医学术的真谛。

现代教育存在的缺陷是,自然科学往往忽略了人文精神成果的存在,人文科学也没能吸收自然科学的成果。北京大学医学史中心主任张大庆教授说:我们培

养的医生,不能过分依赖高新技术而忽视对医学本源的探求和对医学人性化的追求。过去中医学院的教育偏重于中医学术的教学,忽视中国传统文化的教学,作为中医学人,我们应该努力补上这一课,学习中国传统文化。然而传统文化的范围何其宽泛,往往难以找到切入点。北京大学的一位哲学教授认为,《论语》、《道德经》是中国传统文化经典的代表,是中国仕人必读之书。《论语》的核心是“仁”,是为人经世处事的准则。儒家倡导“仁者爱人”,“己所不欲,勿施于人”,“修身、齐家、治国、平天下”。《道德经》的核心是“道”,是修身养心的准则。道家强调“无为而治”,“道法自然”,“天地与我并生,而万物与我合一”。我们应该从传统文化的经典中汲取营养,提升自己,怡养心身。中国人可以在儒家与道家思想的契合点上找到为人处世以及生存之道。

哲学家张岱年先生说:中国文化对人类的独特贡献,一是重视自然与人统一的“天人合一”观;二是以“和”为贵的人际和谐论。

季羨林先生说:“天人合一”的思想是东方思想的普遍而又基本的表露。我个人认为,这种思想是有别于西方分析的思维模式的东方综合的思维模式的具体表现。这个思想非常值得注意,非常值得研究,而且还非常值得发扬光大,它关系到人类发展的前途。马中先生认为:西方哲学强调“天人相分”,用“分”的方法思天,产生了天文学和广义的物理学,促进了自然科学的形成和发展;中国哲学提出“天人合一”,用“合”的方法思天,强调“自然界和精神的统一”,产生了真正的哲学。中国哲学中“合”的方法及系统整体原则,深刻体现在中国的兵法、医学、农学、艺术等学术领域,形成中国传统文化的鲜明特色。

哲学从本质上来说是对人类基本问题的回答:即人与自然的关系、人与他人的关系、人与自身的关系。马中先生认为:中国哲学纲领可归纳为两条。从研究对象讲,它注重社会人生问题,体现“以人为本”;从研究方法讲,它崇尚和谐的原则,可谓“以和为本”。何谓“和”?《国语·郑语》:“以他平他谓之和。”用不同的事物来平衡、联合、协调一定事物,就是“和”。“和”是宇宙的根本状态,是阴阳运化的最终归宿。“和”有三重意义:一是人与自然和谐,道家提出“天人合一”的理念;二是人与人的和谐,儒家主张“和而不同”;三是身与心的和谐,中医学强调“形神一体”。中国的哲学智慧,集中体现在一个“和”字上。它不仅是中华民族的基本精神和基本特质,也是中国哲学和中华文化的最高价值标准。《天地阴阳》:“天地之美莫大于和。”《道德经》:“圣人之道,为而不争”,“天之道,不争而善胜”,“夫唯不争,故天下莫能与之争”。按照中国哲人的理解,“争”只是矛盾的表层道理,“和”才是矛盾运动的深层本质。人类的智慧和出路在于把握大道,懂得变理阴阳、调和矛盾,把和谐精神推广于天地之间。中华民族“和”的理念或和谐哲学的实践意义,在于能够化解和匡正人类面对的生存和发展这一基本矛盾所引发的各

种危机,使其沿着体现“和而不同”的理性智慧的大道前进。西方大哲罗素说:“中国至高无上的伦理品质中的一些东西,现代世界极其需要。这些品质中,我认为‘和’是第一位的”,“若能够被世界所采纳,地球上肯定会比现在有更多的欢乐和祥和”。

整部科学史告诉我们,任何一门学科的建立和发展,都离不开文化和哲学。恩格斯说:“不管自然科学家采取什么样的态度,他们还是得受哲学的支配。”爱因斯坦说:“如果一个自然科学的理论,没有认识论作为依据,是站不住脚的。”中医学理论体系的构建离不开中国传统文化的影响,几乎所有的中医学理论或基本观点无一不与传统文化有着千丝万缕的联系。笔者认为,中医人学习传统文化的意义有三:有助于深刻领会中医学理论的真谛;有助于我们形成中医学思维的方式;有助于提高中医人的文化素质。从文化解读中医学的意义,把传统文化与中医学有机融合,将使我们每个中医人能够正确对待社会、对待自然、对待人类自身,成为一个科学精神与人文精神相统一的、有思想、有智慧,有一定品格和精神境界的中医药人才。

有感于此而曰:文化如春雨,润物细无声;识通天地人,养吾精气神。

王庆其

岁次甲午夏月于上海中医药大学

目 录

用文化阐释医学,从医学理解文化(代序)	1
第一章 《黄帝内经》的文化内涵	1
一、《内经》关于生命、健康、疾病、生死的价值观念	1
(一) 关于生命的观念	1
(二) 关于健康的观念	2
(三) 关于疾病的观念	3
(四) 关于生死的观念	4
二、《内经》的认知思维方式	5
(一) 天人合一,五脏一体——整体系统思维	5
(二) “候之所始,道之所生”——取象思维	5
(三) “人生有形,不离阴阳”——辩证思维	6
(四) 直觉领悟——灵感思维	7
三、防治疾病的实践方式	8
(一) 防病的方式——“不治已病治未病”	8
(二) 治病的方式——因人、因时、因地制宜	8
四、《内经》的医德伦理思想	9
(一) 关于医德	9
(二) 医患关系	9
(三) 人生境界	10

第二章 《黄帝内经》的文化渊源及价值研究	11
一、《黄帝内经》文化内涵探析	11
(一) 文化的含义	11
(二) 中医药文化及《黄帝内经》文化的含义	12
二、《黄帝内经》文化渊源探究	13
(一) 先秦文化与《黄帝内经》的哲学思想	13
(二) 先秦文化与《黄帝内经》的思维方式	29
(三) 先秦文化与《黄帝内经》的医学观念	38
(四) 先秦文化与《黄帝内经》的人文精神	50
三、《黄帝内经》文化价值探讨	56
(一) 为构建中医学的理论体系奠定了文化基础	56
(二) 直接影响了中医学思维方法的形成	58
(三) 百家争鸣的先秦文化启迪中医学术的多学科发展	60
(四) 适应和促进未来医学的发展	71
四、《黄帝内经》文化思想引发的思考	73
(一) 从医学的特殊性看重视文化的必要性	73
(二) 作为医者需要文化的滋养	75
(三) 中医人需要文化自觉	76
第三章 《黄帝内经》的人与天地相应观	78
一、古代哲学中的“天人合一”	78
二、《内经》中的“人与天地相应(参)”观	80
三、评析	81
(一) 关于“天人合一”	81
(二) 关于“人与天地相应(参)”	82
四、“人与天地相应”观在中医学的运用	83
(一) 异常气候变化是致病之因,天人失和是发病的根本机制	83
(二) 诊察疾病必须联系自然界的變化	84
(三) 立法用方因时因地制宜	84
(四) 养生防病效法自然	85
五、结语	85

第四章 《黄帝内经》的心身观	87
一、心身医学的概念	87
二、《黄帝内经》对心身关系的基本认识	88
(一) 心身关系的理论基础:天地人三才一体医学模式	88
(二) 心身关系的本质:形神合一	88
(三) 《内经》心身观的特点:心总统形神功能	90
三、心身相关疾病的发病机理	90
四、心身相关疾病的防治原则	93
(一) 心身相关疾病的预防	93
(二) 心身相关疾病的治疗	94
五、心身相关理论的研究前景	96
(一) 发扬中医特色和优势	96
(二) 完善病因病机学	96
(三) 提高诊治疗效	97
(四) 增强心理保健意识	97
第五章 《黄帝内经》的生命观	98
一、“气-精-神”是《黄帝内经》生命观的核心内容	102
(一) 《黄帝内经》生命观受古代哲学影响	102
(二) 生命本源	103
(三) 生命过程	106
(四) “气-精-神”是《黄帝内经》生命观的核心内容	109
二、《黄帝内经》“气-精-神”生命核心理论的发生学	112
(一) “气”的发生学	112
(二) “精(气)”的发生学	122
(三) “神”的发生学	129
三、《黄帝内经》中的“气-精-神”生命核心理论内涵	147
(一) 《黄帝内经》之“气”	147
(二) 《黄帝内经》之“精(气)”	166
(三) 《黄帝内经》与哲学的精(气)比较	174
(四) 《黄帝内经》之“神”	175
(五) 《黄帝内经》气、精、神三者之间的关系	186
四、《黄帝内经》“气-精-神”生命核心理论的意义和启示	198

(一) 促进中国传统文化的发展	198
(二) 对中医临床实践的指导	199
(三) 为解决当代天人矛盾提供启示	201
(四) 为促进心身和谐健康提供启示	201
(五) 为当今研究和发展生命科学提供启示	203
第六章 《黄帝内经》“天地人三才观”研究概述	206
一、《内经》“三才观”的思想来源	206
(一) 源于《周易》	206
(二) 源于儒家思想	206
(三) 源于先秦诸子思想之融合	207
二、三才观与《内经》理论的构建	207
(一) 三才贯通一气	207
(二) 三才观与中医整体观框架	207
(三) 三才观与《内经》三分法	208
三、“三才观”与中医临床	209
(一) 三才观与脉诊	209
(二) 三才观与治疗原则	210
(三) 三才观与方剂配伍	210
(四) 三才观与针灸	210
(五) 三才观与养生	212
四、天地人三才医学模式的提出	213
五、讨论与展望	214
第七章 《黄帝内经》“和”思想研究	216
一、“和”的含义	218
(一) “和”义考释	218
(二) “和”的内涵	219
二、先秦“和”思想渊源	221
(一) “和”思想产生的社会基础	221
(二) 先秦“和”思想述略	223
三、《内经》“和”思想探析	239
(一) 《内经》天道观中的“和”思想探析	239

(二)《内经》天人观中的“和”思想探析	242
(三)《内经》人事观中的“和”思想探析	244
(四)《内经》生命观中的“和”思想探析	246
四、《内经》后“和”思想在医疗实践中的丰富与发展	258
(一)仲景之“和”思想及“和”法研究	258
(二)仲景后“和法”的流变	262
五、“和”思想的评价与反思	266
(一)“和”思想的文化价值	267
(二)“和”思想的医学价值	268
(三)“和”思想的反思	271
 第八章 《黄帝内经》“治未病”思想的文化意义	 275
一、“治未病”思想是传统文化中忧患意识的集中体现	275
二、“治未病”思想的实质是对生命的尊爱,是医学的最高境界	277
三、“治未病”思想显现了未来世界医学发展的趋势	278
四、弘扬“治未病”思想,传承中医学文化,发挥中医学的特色和优势	279
 第九章 《黄帝内经》的养生文化	 280
一、《内经》关于生命、健康、长寿、疾病及其防治的基本理念	281
(一)生命的本源——阴阳两气的交会融合	281
(二)健康的本质——和谐	283
(三)长寿的秘诀——天寿过度、气血常通、肾气有余	284
(四)疾病发生的主要原因——生病起于过用	285
(五)防治的原则——不治已病治未病	286
二、《内经》养生的基本原则	288
(一)基于“天人合一”的顺时养生	288
(二)基于道家“淡泊清静”的精神养生	290
(三)基于“谨和无味”的饮食养生	294
(四)基于“气血以流通为贵”的运动养生	295
(五)基于儒家“仁者寿”的道德养生	297

第一章 《黄帝内经》的文化内涵

中华中医药学会第八届中医药文化研讨会对于“中医药文化”的初步定义是：“中医药文化是中华民族优秀传统文化中体现中医药本质与特色的精神文明和物质文明的总和。”^①笔者认为，所谓内涵即概念中所反映的对象的特有属性，对中医药文化概念的界定过于宽泛反而无助于对中医药文化的学习和研究。中医药文化是以中国传统文化为母体，解读中医学对生命、健康、疾病、生死等问题的价值观念、独特的认知思维方式、人文精神和医德伦理等。中医药文化是中国传统文化的重要组成部分，两者血脉相连，不可分割。我们要学习、研究、弘扬中医学，必须结合对文化母体的审视和剖析，才能真正领会中医学理论的真谛。所谓“用文化阐释医学；从医学理解文化”（邱鸿钟语）。

《黄帝内经》（以下简称《内经》）作为中医学的经典，集中反映了先人们对生命、健康、疾病、生死等问题特有的思维方式和价值观念，充分彰显了中国古代先哲的智慧和实践经验。中医学是医学，也是文化，《内经》则是文化与医学相结合的结晶。因此从文化角度探讨《内经》所蕴含的深刻理念，必将有助于弘扬中医学。

一、《内经》关于生命、健康、疾病、生死价值观念

（一）关于生命的观念

中国哲学的基本精神就是生命精神^②。《内经》不仅汲取了古代哲学的理念，从哲学高度对生命的本源进行了诠释，而且从医学角度对生命的形成、生命的特征、生命的过程作了较为详细的演绎。

1. 生命源于自然

《素问·宝命全形论》：“人生于地，悬命于天，天地合气，命之曰人。”人类生命是天地演化的产物。人类的产生不是来自超自然的神，人类生命和其他动物一样，都来自自然界天地阴阳之气交感和合而生成。这一观点彻底摆脱了神创造人

^① 《全国第八届中医药文化研讨会在黄山市召开》，《中国中医药报》2005年8月25日。

^② 李霞：《生死智慧——道家生命观研究》，人民出版社，2004年，第1—2页。

类的说法,充分体现了唯物主义无神论的生命观。

人类是自然演化过程中产生的不可胜数的生物之一,人类是迄今为止宇宙间一切生命现象的最高存在形式。《素问·宝命全形论》说:“天覆地载,万物悉备,莫贵于人。”在天地万物之中,最高贵的莫过于人,人类较其他生物具有更高级、更复杂的生命活动,人区别于其他动物的关键在于精神、意识。人不仅具有对外部世界的意识,而且还有自我意识,使之能认识和掌握自然规律,能够在自然规律面前有效地调控自己,并保持人与自然的和谐。

恩格斯在《自然辩证法》中说:“生命是整个自然界的成果。”一方面,大自然是人类赖以生存的源泉,人离不开大自然,也必然要受到自然的制约;另一方面,人体对自然环境具有调节适应能力,以维持人与自然的协调和人体内环境的平衡,从而保持身体健康。

2. 生命是男女两精相搏的产物

《灵枢·决气》:“两精相搏谓之神。”即男女交媾,阴阳精气结合,才有了胚胎,有了新生命的孕育乃至诞生。精气是构成人体的根本,《灵枢·经脉》:“人始生,先成精,精成而脑髓生,骨为干,脉为营,筋为刚,肉为墙,皮肤坚而毛发长。”明确指出构成人体各种器官,如脑髓、骨、脉、筋、肉、皮肤、毛发等均是由父母精气相结合后化育而成。此从医学角度对人类个体生命的起源,作了科学的探索。

3. 精气神是生命的基本要素

《灵枢·本藏》:“人之血气精神者,所以奉生而周于性命者也。”“气”的概念肇始于古代哲学中的“气一元论”,是构成自然界万物(包括人体)的基本物质;“精”的概念导源于古代哲学的“精气学说”,精是“气之精专者也”,是人体中精、血、津、液等精华物质的统称;“神”是人体生命机能活动的总括。精、气、神是生命的内涵和基本要素;精和气是维护生命活动的基本物质,神是生命活力的外在体现。精气充盛则神旺;精气衰惫则神衰。“阴平阳秘,精神乃治;阴阳离决,精气乃绝。”(《素问·生气通天论》)

4. 生长壮老已是生命的基本规律

生命的本质特征是什么?《素问·上古天真论》和《灵枢·天年》篇对人体“生长壮老已”的过程作了比较详细的记载,并指出肾中精气在生命活动过程中具有主导作用。中医学正是围绕着生命的本质特征展开生命过程的探索。

(二) 关于健康的观念

健康是生命的一种自然状态,在《内经》称为“平人”、“常人”等。《灵枢·本藏》有一段关于“人之常平”(健康人)生理特征的精彩描述:“是故血和则经脉流行,营复阴阳,筋骨劲强,关节清利矣;卫气和则分肉解利,皮肤调柔,腠理致密矣;志意和则精神专直,魂魄不散,悔怒不起,五藏不受邪矣;寒温和则六府化谷,风痹

不作,经脉通利,肢节得安矣。此人之常平也。”本节提示健康的概念集中体现在一个“和”字,即“血和”、“卫气和”、“志意和”、“寒温和”。概括地说,健康的内涵有三:一是人体功能活动正常,即“血气和”;二是人的精神活动正常,即“志意和”;三是机体能适应外界的环境,即“寒温和”。要言之,健康的本质是“和”——气血和、心身和、天人和。健康就是人体的内环境以及人体与自然社会环境的一种和谐状态。

以上三条内容,联系近年来世界卫生组织关于健康的定义:躯体无异常,心理活动正常,能适应外界环境。其实质与《内经》有异曲同工之妙,然而一个“和”字,充分凸显了中国数千年传统文化的积淀,而且其内涵更加深刻、丰富。《内经》告诉我们,医学的最终目的和意义就是维护人体健康,而健康必须保持人与自然、社会环境的和谐及人体心身与气血的和谐。

(三) 关于疾病的观念

《灵枢·九针十二原》:“余哀其不给,而属有疾病。”所谓疾病,《内经》认为疾病是异常的生命活动,是人与自然、人体本身阴阳动态平衡失调的总称。

1. 疾之所生,人自犯之,非鬼神所为

战国时期名医扁鹊有“信巫不信医,六不治也”之说。《素问·五藏别论》进一步提出:“拘于鬼神者,不可与言至德;恶于针石者,不可与言至巧”;“病不许治者,病必不治”;“言不可治者,未得其术也”。旗帜鲜明地指出医学与鬼神迷信势不两立,疾病的发生是由于感受了邪气或不注意养生所致,有些疾病治不好是因为没有掌握良好的医疗技术。

《素问·生气通天论》王冰注:“夫逆苍天之气,违清静之理,使正真之气如削去之者,非天降之,人自为之耳。”《灵枢·五变》:“夫天之为人生风者,非以私百姓也,其行公平正直,犯者得之,避者得无殆,非求人而人自犯之。”自然界是客观公正无私的,人之所以会得病,是因为不能躲避外邪,由邪气侵袭所致。

2. 生病起于过用

儒家文化倡导“中庸之道”,把处理事情不偏不倚、无过无不及的态度,作为最高道德标准以及处事的基本原则和方法。《内经》提出“生病起于过用”的疾病观是对“中庸之道”的发挥。过用,即过度使用或过度作用。它使机体生理功能被过度耗损,或致病因素过于强烈,超出了人体生理限度,扰乱脏腑气血阴阳,导致疾病的发生。所谓“过则为灾”、“过则曰淫”。诸如情志过用、饮食过用、劳力过用、药物过用等均可致病。所以养生贵在保持“中庸”,《素问·生气通天论》:“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,如是则僻邪不至,长生久视。”

在2009年国际健康生活方式博览会上,专家指出,我国已经进入“生活方式

病”高发时代。癌症、高血压、肥胖、心脑血管等慢性非传染性疾病的高发蔓延，都是生活方式病的具体体现。《内经》“生病起于过用”的观点，对于当前民众改变不良生活习惯，积极倡导健康生活方式新理念，不无启迪。

3. 疾病是天与人、心与身、气与血失调的结果

如前文所述，既然健与神、气与血和谐协调是健康的标志，那么疾病就是致病因素作用于人体而导致天与人、心与身、气与血失调的结果，概言之就是阴阳平衡的失调。“两虚相得，乃客其形”（《灵枢·百病始生》），就是天人失和；“忧恐忿怒伤气，气伤藏，乃病藏”（《灵枢·寿夭刚柔》），就是心身失和；“气血以并，阴阳相倾，气乱于卫，血逆于经，血气离居，一实一虚”（《素问·调经论》），就是气血阴阳失和，所谓“阴阳乖戾，疾病乃起”。

（四）关于生死的观念

生死是医学永恒的主题，是一种自然规律。北宋张载说：“存，吾顺事；殁，吾宁也。”“生”总是联系着“死”。医学是“活人之术”，目的是为了“宝命全形”，养生是为了提高“生”的质量，达到延年益寿。《素问·上古天真论》提出，健康长寿取决于天寿过度、气血常通、肾气有余。“帝曰：有其年已老而有子者何也？岐伯曰：此其天寿过度，气脉常通，而肾气有余也。”经文本意是说明年已老尚有生殖能力的原因，实际也提示了健康长寿的原因：①“天寿过度”，用现代的话来说就是先天的长寿基因，科学研究证明人的寿命25%取决于先天遗传因素；②气脉常通，气血流动畅通，人以气血为本，生命活动在于气血流动畅通；③肾气有余，肾为先天之本，“受五藏六府精气而藏之”，人体肾气旺盛，可臻寿域。

死亡是人生最后的归宿，死亡有两种：一种是“尽终天年”，即自然死亡，如《灵枢·天年》：“百岁，五藏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣。”《内经》认为人类的自然寿命是“度百岁乃去”，到了百岁，脏气衰竭，就自然死亡。一种是中于病邪得病不治而死亡，如《灵枢·天年》所说“不能终寿而死者”，其原因是“其五藏皆不坚，使道不长……数中风寒，血气虚，脉不通，真邪相攻，乱而相引，故中寿而终也”。死亡的主要机制有：“阴阳离决，精气乃绝”（《素问·生气通天论》）；“出入废而神机化灭，升降息而气立孤危”（《素问·六微旨大论》）；“从阴阳则生，逆之则死”（《素问·四气调神大论》）；五藏“得守者生，失守者死”，“得强则生，失强则死”（《素问·脉要精微论》）；“得神者昌，失神者亡”（《素问·移精变气论》）；等等。

医学的目的是“救生死于万一”，唐代医家孙思邈在《大医精诚》中说：“凡大医治病，必当安定神志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦。”挽救生命不仅是医道问题，更是合乎“天道”的重大问题，“人命至重，重于千金”。