

·国医大师·

国医大师孙光荣教授学术思想传承专题研究(七)

中医临证四大核心理念之中和观

刘应科,孙光荣*

(北京市和平里医院,北京 100013)

[摘要] 国医大师孙光来临证崇奉“中和”之道,创建中和医派,倡导治疗目的是实现人体内外环境的协调平衡,因此要重视自然、社会、气候、食物、水源、情志、劳逸、阴阳、气血津液代谢与人的关系。将中和观视为中医学健康观、疾病观、治疗观和养生观的核心与精髓;认为身体健康有中和;身体疾病为失中和;主张治疗疾病求中和;养生保健顺中和。

[关键词] 临证理念;中和观;阴阳和合;气血中和

[中图分类号]R2-0 **[文献标识码]**A **[文章编号]**doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2016.09.001

Moderation View of Four Key Ideas on Clinical Symptoms of TCM

LIU Yingke, SUN Guangrong*

(Beijing Hepingli Hospital, Beijing 100013, China)

[Abstract] Great TCM Master Sun Guangrong believes in the theory of moderation (in Chinese "Zhong He"), then builds the Zhong He Medicinal School. He advocates that the treatment is to coordinate and balance the overall environment both inside and outside of the human body. Therefore, we should focus on the relations of the human body with nature, society, climate, food, headwaters, emotions, labour and rest, Yin-Yang, Qi-blood-body fluid mechanism. The Zhong He view is regarded as the core and essence of TCM concepts of health, disease, treatment and health preserving. He thinks that Zhong He exists in the healthy body, the diseases of the body are led by the loss of Zhong He, the treatment demands Zhong He, and health care should obey the theory of Zhong He.

[Keywords] clinical symptoms; moderation view; harmony of Yin-Yang; moderation of Qi-Blood

中和观为中医临证的四大核心之一^[1]。在对中医学的认识中,此观念可视为最为重要的理念。此观念贯穿中医的生理、病理、诊治、养生等,涉及方方面面,孙光荣教授历来倡导。然,孙教授言及中和理念非他之首创,上至《黄帝内经》,而后《伤寒杂病论》,迨至今日之诸多学者均强调此理念,但孙教授据其临证实践及研究率先提出“中和观”,后有孙教授友人提议创建“中和学派”,孙教授一直未曾应

允,私下问及孙教授缘由,一者,此观实为中医之本质内涵,大凡中医治病均为“致中和”,于此而言,所有的中医均是此学派;二者,尚有一些提法不甚完善,期待更多优秀人才深入挖掘并整理该理论,从而形成系统的诊疗指导思想。此观为中医之本质内涵之一,能够解释疾病、维系健康,一旦形成完善的相关理论,中医也就大同了。

中和观实为正统儒家之主流思想,历代儒学大

[收稿日期]2016-03-25

[基金项目]国家中医药管理局“孙光荣国医大师工作室建设项目”资助;北京市和平里医院名中医工作室学术经验传承项目。

[作者简介]刘应科,男,医学博士,研究方向:孙光荣教授学术思想的挖掘、整理及传承。

[通讯作者]*孙光荣,男,国医大师,教授,主任医师,E-mail:13911126358@139.com。

家均强调中和的思想,上至治国,下至治家,均采用中和之道。中医学肇源于中国古代传统文化,此观当然渗透当中。然中和观引入到中医学后,赋予了更加具体的内涵,人之生命存在、健康的维系全靠“位中和”,人之疾病的产生因为“失中和”,故而治疗疾病就是要想尽一切办法“求中和”。

中也者,不偏不倚,无过与不及之名矣,考其更细节含义,大凡有三:一指中间、中等、两者之间之意;二指适宜、合适、合乎一定标准;三指人心、内心,即人的内在精神。中和之“中”取意合乎其宜之意,宋之理学家程颐称之为“天下之道”也。

和也者,相应也(《说文解字》),细考其义,大凡有二:一指调和,二指和谐,表示协调、均衡、统一的状态。中和之“和”二者之意均有。“和”之内容,包罗万象,可大可小,无处不有和,不处不期盼和,以和为贵、和气生财、和生万物。于国家而言,应该构建和谐社会;于邻里而言,要和睦相处;于家而言,家和万事兴,和乃大同,众望所归,其地位居高,故《孟子·公孙丑》言:“天时不如地利,地利不如人和”,《荀子·天论》言:“万物各得其和以生”,《春秋繁露·循天之道》言:“和者,天地之所生成也”,可见,万物不离和。

“中”以度言,“和”以状态言,合言“中和”,又称“中庸”、“中行”、“中道”,指一种和谐、平衡、稳定的状态。“中和观”历来是儒家的核心观点,“中”与“和”密不可分,儒家之经典《中庸》言:“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”。此论一语切的,为中和理解之集大成之概况,“中”与“和”均是机体中存在两种状态,有而未发谓之中,发而不过谓之和,此为天之大本、天之道,若能如此,便达到了“致中和”状态,于是“天地位焉,万物育焉”。

中和之理,大凡至简。天道有和,地道有和,医道亦和。人之生皆因和,人之病皆因失和,人之死皆因不可调和之严重失和。医者仁术,但求一和,若能“致中和”,疾病康复,妙手回春,救人水火之中,医道虽繁,设若明此之理,得其精髓矣。

1 身体健康有中和

1.1 人之健康要求阴阳中和

天地有阴阳,《周易·说卦》言:“立天之道,曰阴

与阳”,又曰:“一阴一阳之谓道”(《周易·系辞上》),万物有阴阳,人也不例外,《素问·阴阳应象大论》言:“阴阳者,天地之道也,万物之纲纪,变化之父母,生杀之本始,神明之府也”。人之健康要求阴阳“中和”,即阴阳平衡。

阴阳之间要时刻处在一个动态平衡中,即《素问·生气通天论》强调之“阴平阳秘,精神乃治”,如此,才能“阴阳和合”而达到“阴阳匀平,以充其形,九候若一,命曰平人”(《素问·调经论》)。平人者,和平、平和、平者,和也,就是没有太过与不及,亦即健康状态。然,阴阳的平衡时刻受到外界的干扰侵袭,故而阴阳要通过如下方式不断调整维系平衡。

阴阳要有对立制约。对立制约要达到《素问·生气通天论》中的“阴平阳秘,精神乃治”,亦即“阴气和平,阳气闭塞,则精神之用,日益治也”。“阴平”者阴气盛满和平,“阳秘者”阳气充盛闭塞,二者各自达到最佳相互感和谐状态,最终达到《素问·生气通天论》所言“阴者藏精而起亟也,阳者卫外而为固也”的整体最佳状态,亦即“致中和”。

阴阳要有互根互用。阴和阳任何一方都不能脱离另一方而单独存在,每一方都以相对的另一方的存在作为自己存在的前提和条件。正如《素问·生气通天论》说:“阴者,藏精而起亟也;阳者,卫外而为固也。”王冰注释此语曰:“阳气根于阴,阴气根于阳,无阴则阳无以生,无阳则阴无以化。”只有不断地消长和平衡,才能维持正常的生命活动。

阴阳要有相互转化。阴阳转化是阴阳运动的又一基本形式。阴阳双方的消长运动发展到一定阶段,事物内部阴与阳的比例出现了颠倒,则该事物的属性即发生转化,所以说转化是消长的结果。阴阳相互转化,一般都产生于事物发展变化的“物极”阶段,即所谓“物极必反”。正所谓“物生谓之化,物极谓之变”(《素问·天元纪大论》),诸如《素问·阴阳应象大论》所言:“重阴必阳,重阳必阴”、“寒极生热,热极生寒”。

阴阳要有交感互藏。阴阳交感是宇宙万物赖以生成和变化的根源。正如《周易·系辞下》言:“天地氤氲,万物化醇;男女构精,万物化生。”亦如《管子·内业》言:“凡人之生也,天出其精,地出其形,合此以为人。和乃生,不和不生”。互藏是指相互对立的阴阳双方中的任何一方都包含着另一方,即阴中有阳,阳中有阴。

如此,阴阳的调节形成了一个复杂的体系,一切的出发点均是要达到阴阳的平和,亦即“中和”,所有介质都是为了“节阴阳而调刚柔”,正如《素问·生气通天论》曰:“凡阴阳之要,阳密乃固,两者不和,若春无秋,若冬无夏,因而和之,是谓圣度”。亦正如严用和所言:“一阴一阳之谓道,偏阴偏阳之谓疾。夫人一身,不外乎阴阳气血,相与流通焉耳!如阴阳得其平,则疾不生。”

1.2 人之健康要求气血中和

气是构成物质的本源,《庄子·知北游》言:“通天下一气耳”,人体也不例外,气也是构成人体的最基本的物质,《素问·宝命全形论》载:“人以天地之气生,四时之法成”,“天地合气,命之曰人”,血是流淌于脉管中的红色营养物质,多是由后天脾胃化生而来,也是人体的基本组成物质。气血也是维持机体生命活动的基本物质,《素问·调经论》曰:“人之所有者,血与气耳。”气与血的缺乏、阻滞不通均会导致不同疾病,气血的亡失会导致人体的死亡。

气与血之间有密切的生理关系,即“气为血之帅,血为气之母”。气为血之帅包含三个方面,即气能行血、气能摄血、气能生血。血为气之母包含两个方面,即血能生气、血能载气。气血之间相互依存,相互转化、相互促进、相互制约,密不可分,从某种角度而言,二者是一个统一体,即“气即无形之血,血即有形之气”,因此二者必须和谐,此即气血的中和,如此才能保证气血功能的正常发挥。

孙教授常言:“气血中和百病消”、“万病离不开气血”、“治病必求于气血”、强调要牢记“人之一身唯气血耳”,辨证的过程中全程兼顾气血,着眼于气血,执中和的气血观,处中和之方药,如此气血常,气血畅,疗效确切,奇效如神,尤其是一些疑难杂症。孙教授还言除调气血,还要善于平升降、衡出入,如此气血才能处于一个良好的中和状态,达到不生百病、百病结消的效果。这些均体现了孙教授临证过程中重气血、调气血的学术思想。

1.3 人之健康要求自然环境中和

人居于天地之间,正如《素问·六微旨大论》言:“上下之位,气交之中,人之居也”。人、天、地是一个统一的整体,即天人合一,人处天地之间,要和谐,不能逆天行事,不能肆意践地。“人能应四时者,天地为之父母”(《素问·宝命全形论》),故而,人之健康生

存,必须与天地“父母”融洽的处理好关系。天地之间,四方有别,寒热冷暖,各相差异,江南多湿热,人体腠理多稀疏,北方多燥寒,人体腠理多致密,正因为有偏颇,故而人体体质产生了偏颇,尽管有差异,尚不构成病理性因素,久之会形成一种适应性平衡。长期居于某地之人,一旦迁居他处,常感不适,此曰“水土不服”,实则为适应性平衡被打破。居住之地,尽可能要平和。早期西方医学泰斗阿维森纳在其著作《医典》中写道:“在所有的人种中,那些居住在昼夜平分线(即春秋分线)之间的人要比其他人群更接近理想的均衡配属;居住在昼夜平分线之间,并且远离山区、大海的人,又要比其他人群更接近理想的均衡”。他认为“当人们一旦生活在昼夜平分线区域,而他们的身体状况近乎完美。”然,人之居有东、西、南、北、中之差异,我们无法规避,只能寻求适应性平衡。

1.4 人之健康要求社会环境中和

人生活在复杂的社会环境中,社会环境对健康有着重要的影响。一方水土养育一方人,一个好的社会环境塑造健康完美的人。社会的发展及变迁,给人民的生活带来不同程度的影响,继而影响人的身体机能。所居之处,若能歌舞升平,具有较好社会环境,有利的社会地位,融洽的社会关系,可以使人精神振奋,积极进取,营造健康氛围。反之,可以使得精神压抑,情绪紧张,继而影响情绪,危害健康。战乱时期,生灵涂炭,何来健康体魄。金元四大家李杲记载:“向者壬辰改元,京师戒严,迨三月下旬,受敌者凡半月。解围之后,都人之有不病者,万无一二;既病而死者,继踵不绝。”个人的政治、经济地位对健康影响较大,《灵枢·师传》言:“王公大人,血食之君,骄恣纵欲,轻人”。李中梓进而指出:“大抵富贵之人多劳心,贫贱之人多劳力;富贵者膏粱自奉,贫贱者藜藿苟充;富贵者曲房广厦,贫贱者陋巷茅茨;劳心则中虚而筋柔骨脆,劳力则中实而骨劲筋强;膏粱自奉者脏腑恒娇,藜藿苟充者脏腑坚固;曲房广厦者玄府疏而六淫易客,茅茨陋巷者腠理密而外邪难干”(《医宗必读·富贵贫贱治病有别论》)。于此,要执允取中,大富大贵者不自傲,贫穷百姓者不自卑,方能拿得起放得下,为官者终有成为百姓的一天,大富者生不带来,死不带去,终究一张嘴吃饭,一席地安寝。

1.5 人之健康要求食物中和

民以食为天,人要生存,必须要进食物。然天下

万事万物,为什么选择当今之食物?此亦为取“中和”之道,气有寒、热、温、凉,味有酸、苦、甘、辛、咸,气味甘平无毒者多位于“中和”之列,有利于人体,故选五谷稻、黍、稷、麦、菽,觅六畜马、牛、羊、猪、狗、鸡。人素喜平和之物,若有饮食偏嗜,久而久之,便失和,病态生,健康失。大凡用药物治病,即取药物之偏性调失衡之偏颇,以找回健康,正所谓“把吃出来的病吃回去”。

1.6 人之健康要求气候中和

自然界是人体生存的必要环境,自然界的气候环境、生态环境、物质条件直接或间接的影响人类的生存、繁衍、发展。在适宜的气候环境下,人类和自然和谐相处,这就是气候中和,若出现不适合人类生存的现象,这就是失中和。

人类是宇宙万物之一,与天地万物有着共同的生成本原,人体的生理活动必受天地之气的变化。一年四季春温、夏热、秋凉、冬寒,故而春生、夏长、秋收、冬藏,而人体生理也随季节气候的规律性变化而出现相应的适应性调节。如《灵枢·五癯津液别》言:“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”;《素问·脉要精微论》载:“四变之动,脉与之上下。”“春日浮,如鱼之游在波;夏日在肤,泛泛乎万物有余;秋日下肤,蛰虫将去;冬日在骨,蛰虫周密。”均表明人体的生理机能随季节气候的变化自有相应的适应性调节。健康体格需要“中和”气候,该来即来,不该来即不来谓之有“节”,该来还没有来曰“不及”,不该来而来的曰“太过”,春天应暖而寒,夏天应热反凉,秋天应凉反温,冬天应寒反热,凡此种种,皆曰气候失“中和”,疾病生矣。

1.7 人之健康要求水源中和

人之生,不离水,一方水土养育一方人,水源对健康影响较大。水质、水量应该“中和”,水质酸化、水质碱化,水质污染,甚至水的硬度过大,均会影响健康。水量的多寡对健康有影响,水灾泛滥,瘟疫流行,疾病横溢;水源干枯,土地贫瘠,一毛不生,饥荒饿殍,健康不存。

2 身体疾病失中和

和生万物,不和则有害于万物。于人体而言一样有害,于是疾病产生,此即中医之“失中为病”病因

观。人体生理状态要呈现一个中和状态,“入”不能太过、太多、太快,也不能太少、太慢,否则就是病态。“出”不能太过、太多、太快,也不能太少、太慢,否则也是病态。“升降出入”要适中、要和谐,否则:“出入废,则神机化灭;升降息,则气立孤危。故非出入,则无以生、长、壮、老、已;非升降,则无以生、长、化、收、藏。”这是一个最基本的规律,是生命的大道理、硬道理。违犯了即失和,于是疾病生矣。

然不和因素多矣,气候可以不和,于是六淫生;情志可以不和,遂七情内伤生;饮食可以不和,性味偏嗜,脏腑受损;津液代谢不和,痰饮酿生;血液代谢不和,瘀血化生;最终可导致气血不和,阴阳不和,凡此种种,皆病态也。

2.1 气候失和致病

气候失和即六淫,正所谓“未至而至,此谓太过,则薄所不胜而乘所胜也,命曰气淫。至而不至,此谓不及,则所胜妄行而所生受病,所不胜薄之也,命曰气迫。”(《素问·六节藏象论》)。六淫指不正常的风、寒、暑、湿、燥、火(热),是六种致病因素,或称“六邪”。正常情况下,为六种气候,称为“六气”。在正常情况下,人体对六种气候适宜则不会产生疾病,是一种中和状态。若气候出现遽然的、巨大的变化,如暴风雪、暑热、地震、泥石流等,人体的适应平衡被打破,超越了正气所能保护的范 围,遂生疾病,此为失和状态。尚有一种乖戾之气,称为“疠气”,或称“疫气”、“异气”、“戾气”、“毒气”,感受邪气即发病,具有较强传染性。其可以通过不同渠道,或经皮肤,或经呼吸道,或经食道,侵犯机体,导致疾病的发生,失却中和。

2.2 情志失和致病

情志,人体之情绪,正常情况下,人有喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种情志活动,若过大的,激烈的,持久的情志刺激,可导致情志失和,损伤人体脏腑精气而致病,即“七情内伤”。脏腑精气为情志活动的物质基础,或言情志由脏腑精气所主,即心主喜、肝主怒、脾主思、肺主悲、肾主惊恐。正如《素问·阴阳应象大论》说:“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐”。七种情志的异常,分别对应相应的脏腑,即心在志为喜为惊,过喜或过惊则伤心;肝在志为怒,过怒则伤肝;脾在志为思,过度思虑则伤脾;肺在志为悲为忧,过悲则伤肺;肾在志为恐,过恐则伤肾。可见,七情失调,神气损耗,五脏气乱,故曰:“百病皆生于气也,怒则气

上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下,惊则气乱,思则气结。”(《素问·举痛论》)心主藏神,七情内伤最易伤及心神。《类经·疾病类·情志九气》明确指出:“情志之伤,虽五脏各有所属,然求其所由,则无不从心而发。”

2.3 饮食失和致病

饮食的不洁、不节均是饮食失和,不节包括饮食无度(或过多,或过少)、五味偏嗜等。饮食过多,损伤脾胃,正如《素问·痹论》说:“饮食自倍,肠胃乃伤”、《素问·生气通天论》所说:“因而饱食,筋脉横解,肠澹为痔”,“高粱之变,足生大疔”。诸多典籍均论述了食不可多,《论语·乡党》强调“不多食”,《十三经注疏》指出“不可过饱也”,孙思邈在《千金要方·养性序》言:“如食五味,必不得暴慎”、“是以养性之士……不易极饥而食,食不可过饱;不欲极渴而饮,饮不欲过多;饱食过多则结积聚,渴饮过多则成痰癖”,在《千金要方·养性》说:“善养性者,先饥而食,先渴而饮,食欲数而少不欲顿而多,常欲令饱中饥,饥中饱耳”。食不可过少,俗语云:“人是铁,饭是钢,一顿不吃饿得慌”,饮食过少则化生气血原料不足,如《灵枢·五味》言:“谷不入,半日则气衰,一日则气少矣”。饮食有偏性,称为酸、苦、甘、辛、咸。五味应五脏,故《素问·至真要大论》说:“夫五味入胃,各归所喜,故酸先入肝,苦先入心,甘先入脾,辛先入肺,咸先入肾”。正常的、适宜的、均衡的五味食物搭配是中和的,若出现偏嗜,即为失中和,《素问·至真要大论》言:“久而增气,物化之常也。气增日久,夭之由也”。《素问·生气通天论篇》曰:“阴之所生,本在五味;阴之五官,伤在五味”。又言:“味伤形,气伤精,精化为气,气伤于味”(《素问·阴阳应象大论篇》)。长期嗜好某种性味的食材,会导致相应脏腑的功能偏胜,如此平衡被打破,疾病发生,正如《素问·五藏生成》所言:“多食咸,则脉凝泣而变色;多食苦,则皮槁而毛拔;多食辛,则筋急而爪枯;多食酸,则肉胝皱而唇揭;多食甘,则骨痛而发落”。

至于饮食的不洁净,直接导致脾胃、小肠、大肠等脏腑的损伤,出现腹泻、便秘等症状,继而引起其他脏腑紊乱而致疾病发生。

2.4 劳逸失和致病

过于劳累、过于安逸均为失和。过劳,包括形劳、心劳、房劳,均可导致疾病的发生。形劳,又称劳力

过度。是指过于劳动、运动等,损伤脏腑精气,损害五脏六腑、四肢百骸、诸般官窍。正如《素问·举痛论》说:“劳则气耗”、“劳则喘息汗出,外内皆越,故气耗矣”,《素问·宣明五气》说:“久立伤骨,久行伤筋”。心劳,又称劳神过度。心为五脏六腑之大主,藏神明;脾主思。用脑过度,思虑胶着,容易耗伤心神,损伤脾胃,出现心悸、失眠、纳少、腹胀等,正如《灵枢·本神》曰:“心怵惕思虑则伤神……”。肾劳,又称房劳。指过度房事,耗损精液,导致肾精亏损而致病。正如《素问·痿论篇》曰:“入房太甚,宗筋弛纵,发为筋痿,及为白淫”,《素问·生气通天论》说:“因而强力,肾气乃伤,高骨乃坏”。

过逸亦为失和,包括体力过逸和脑力过逸等。人体少动、少思,气机不能舒畅,脏腑功能呆滞,继而引起津液代谢紊乱,形成痰饮、瘀血等病理产物,导致或加重疾病。《素问·宣明五气》说:“久卧伤气,久坐伤肉”。

2.5 气血津液代谢失和致病

气血是构成人体的根本,是人体生命活动的必需物质;津液是人体正常水液,脏腑的功能发挥,离不开津液。气血津液代谢失和,即气血津液代谢紊乱。其会酿生痰饮、瘀血。正如《素问·五运行大论篇》言:“气相得则和,不相得则病”、《素问·调经论》强调:“血气不和,百病乃变化而生”。气的失常包括气虚、气机紊乱(气滞、气逆、气陷、气闭、气脱),血的失常包括血虚、血瘀、出血、血热等。尚有气血的组合异常,如气滞血瘀、气不摄血、气血两虚、气随血脱等。津液的失常包括津液不足、津液的排泄及运输障碍。尚有气血与津液的组合异常,如津停气阻、气随液脱、津枯血燥等。

2.6 阴阳失和致病

阴阳失和可谓一切疾病之根基。阴阳失调有阴阳偏胜、阴阳偏衰、阴阳互损、阴阳格拒、阴阳亡失五种情况。阴阳偏胜,指阴偏胜或阳偏胜,属“邪气盛则实”的实证。正如《素问·阴阳应象大论》言:“阳胜则热,阴胜则寒”。阴阳是相互制约的,一方偏胜必然制约另一方面而使之虚衰。故又可言“阳胜则阴病,阴胜则阳病”(《素问·阴阳应象大论》)。阴阳偏衰,指阴偏衰或阳偏衰,属“精气夺则虚”的虚证。阴气或阳气的某一方减少或功能减退时,则不能制约对方而引起对方的相对亢盛,形成“阳虚则阴盛”、“阳虚则寒”、

“阴虚则阳亢”、“阴虚则热”。阴阳是互根互用的,故而阴阳是互损的。正常状况下,阳气根于阴,阴气根于阳,无阴则阳无以生,无阳则阴无以化。病理状态下,任何一方虚损的前提下,病变发展影响及相对的一方,形成阴阳两虚的病机。阴阳格拒,包括格阴和格阳两个方面,是在阴阳偏盛基础上由阴阳双方相互排斥而出现寒热真假病变的一类病机,如虞抟《医学正传》说:“假热者,水极似火,阴证似阳也……此皆阴盛格阳,即非热也”、“至若假寒者,火极似水,阳证似阴也……亦曰阳盛格阴也”。亡阴、亡阳是一种严重的失和状态,阴亡,则阳无所依附而散越;阳亡,则阴无以化生而耗竭。亡阴可以迅速导致亡阳,亡阳也可继而出现亡阴,最终导致“阴阳离决,精气乃绝”,生命活动终止而死亡。

3 治疗疾病求中和

失和为生病,求和为治病。故医者的一切仁术,均是为了求和。《素问·至真要大论》言:“谨察阴阳所在而调之,以平为期,正者正治,反者反治”,此即为医道中和之精髓。具体调治方法《素问·至真要大论篇》有详细记载:“寒者热之,热者寒之,温者清之,清者温之,散者收之,抑者散之,燥者润之,急者缓之,坚者软之,脆者坚之,衰者补之,强者泻之”,在《素问·阴阳应象大论篇》尚有补充:“留者攻之”、“逸者行之,惊者平之”。明末清初医学家张志聪在《侣山堂类辨》亦论:“医者以中庸之道,存乎表,则虚者补,实则泻,寒者温,热者凉”,此即史伯言及的“以它平它谓之和”。在用药上亦得取中和之道,性味有度,故《汉书·艺文志·医经》称医之治疗为“调百药齐和之所宜”,其理由为“经方者,本草石之寒温,量疾病之浅深,假药味之滋,因气感之宜,辨五苦六辛,致水火之齐,以通闭解结,反之于平。及失其宜者,以热益热,以寒增寒,精气内伤,不见于外,是所独失也”(《汉书·艺文志·经方》),故遣方施药要达到一个度,即《素问·生气通天论篇》强调的“凡阴阳之要,阳秘乃固,两者不和,若春无秋,若冬无夏;因而和之,是谓圣度”。

阴阳调和原则有:若有余则损之,即实则泻之,泻其阳盛,损其阴盛;若不足则补之,即“虚则补之”。阴阳调理有法有度,可采用阴阳互制而调理阴阳,即王冰所谓“壮水之主,以制阳光,益火之源,以

消阴翳”;可运用阴阳互济而调补阴阳,即张景岳所言“善补阳者,必于阴中求阳,则阳得阴助而生化无穷;善补阴者,必于阳中求阴,则阴得阳升而泉源不竭”(《景岳全书·新方八阵》)。尚可采用阴阳并补,但须分清主次而用,阳损及阴者,以阳虚为主,则应在补阳的基础上辅以滋阴之品;阴损及阳者,以阴虚为主,则应在滋阴的基础上辅以补阳之品。还有回阳救阴之法,亡阳者,当回阳以固脱;亡阴者,当救阴以固脱。对于阴阳格拒的治疗,则以寒因寒用,热因热用之法治之。综上之法,从而达到“阴平阳秘,精神乃治”。

气血失和者,虚则补之,实则泻之,气虚者,采用补气之法;血虚者,采用补血之法,“脾胃为后天之本”、“脾胃为气血生化之源”,故而补气、补血之时,时刻不要忘记对脾胃的补养。气机异常者,要区分气滞、气逆、气陷、气闭、气脱等,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,气脱者则宜益气固脱。牢牢把握,脾气主升,肝气疏泄升发,常宜畅其升发之性;胃气主通降,肺气主肃降,多宜顺其下降之性。血运失常时,要调理血运,血瘀者宜活血化瘀,出血者宜止血。对于气血异常者,若气虚生血不足,而致血虚者,宜补气为主,辅以补血,或气血双补;气虚行血无力而致血瘀者,宜补气为主,辅以活血化瘀;气滞致血瘀者,行气为主,辅以活血化瘀;气虚不能摄血者,补气为主,辅以收涩或温经止血。若血虚不足以养气,可致气虚,宜补血为主,辅以益气;但气随血脱者,因“有形之血不能速生,无形之气所当急固”(清·程国彭《医学心悟》),故应先益气固脱以止血,待病势缓和后再进补血之品。综上之法,气血方能平和,生机方能蓬勃。

气血、阴阳一旦调和,大局已定,疾病处于顺境,余之气候寒暑、寒热冷暖、饮食偏嗜均按“中和”之法而调之。治法法则需要“中和”,治疗具体方法亦需要中和,根据不同的病证,采取不同方药,能食补者,不药补,能药调者,不手术。故而《素问·五常政大论篇》曰:“病有新久,方有大小,有毒无毒,固宜常制矣。大毒治病,十去其六,常毒治病,十去其七,小毒治病,十去其八,无毒治病,十去其九,谷肉果菜,食养尽之,无使过之,伤其正也。不尽,行复如法,必先岁气,无伐天和,无盛盛,无虚虚,而遗人天殃,无致邪,无失正,绝人长命。”要恰到好处的选择

治疗方法。

不仅是治疗方法,在立法选方方面,宜尽中和。八法之中,专有一法,名曰“和”法,转尽调和之功,组方平稳,各方面均兼顾到,故而,临床疗效确切,孙教授在临床上根据小柴胡汤化裁出孙光荣扶正祛邪中和汤,诸多病症以此方为底方,进行随证加减,效果确切。在用药方面,宜取中和。寒者热之,热者寒之,此热药和此寒药并不是争对性的杀罚,否则就变成了对抗思想。此应该理解为调和,调和具有双向性,故而在寒药中设少量热药作为佐引,在热药中设立少量寒药作为佐引,如此两不相拒,并能从阴引阳,从阳引阴。孙教授从不主张附子大量,黄连大量,若如是就变成了滥伐无辜,更有浪费药材之嫌。从中和的核心来理解,人之疾病的产生,是一切相关因素的失和,换句话说就是机体内环境的改变,机体内环境变得适应病理因素的生存,从这个角度去确立治疗原则方法的话,就是要调理内环境达到中和,如此,稍微用药,便能调整内环境至中和之境,内环境“中和”了,就不利于自然病理因素存在,故而有四两拨千斤之妙。孙教授之临床用药,剂量较少,砂仁常用4g,灯芯草常用3g,肉桂常用1g。

可见,一切的手段都要取意“中和”,要仔细体悟当中理论,并且提升到应用层面。孙教授治疗热者,除了采用“寒者热之”的调理性药物,尚会考虑到给邪以出路,但见小便黄者,多加车前子、滑石等利尿通淋的药物。

4 养生保健顺中和

养生即养命,想方设法延长生命,保证身体健康。养生即养和,一切的行为方式应该遵循中和,要规避不中和之物,要远离不中和之事,要修中和之心。要遵行外三和:一者与天和,顺四时而适寒暑;二者与地和,就是《内经》所说:“天食人以五气,地食人以五味”;三者与人和,就是与人交往以仁为本,以和为贵。要讲内三和,一者性和,秉性,与生俱来;习性,可以后天习得,养成良好的习性,以化掉人们秉性里阴的一面,使人们回归阳光心态,故而要养性;二者心和,就是强调志闲而少欲,心情舒畅,心态平和。

三和要意和,不能贪得无厌,常修一颗知足常乐之心;不可怨天忧人,常修一颗安得现状之心;不可心存邪念,常修一颗慈悲仁爱之心。

凡此,中和观念无处不在,无处不体现。中和之思想并非孙教授首创,而是中医的本质内涵,自《黄帝内经》便全面深入,迨至张仲景之《伤寒杂病论》更是承袭此思想,其医学观、生命观、疾病观、治疗观均可以用“和”字来概括,《金匱要略·脏腑经络先后病脉证治》云:“若五脏元真通畅,人即安和”,强调五脏协调即安和;书中散见多处论述,如:“此卫气不共营气谐和故尔”、“表解里未和”、“胃气不和”、“睛不和”、“脉不和”等,强调病理状态为失和;指出“下之则和,宜大陷胸丸”,“此卫气不和也,先其时发汗则愈,宜桂枝汤”,强调治疗目的旨在“和”。治疗手段方面承袭《内经》“谨察阴阳之所在而调之,以平为期”之意,提出“病痰饮者,当以温药和之”、“宜桂枝汤小和之”、“以小承气汤,少少与微和之”,凸显治疗手段;甚至,立方小柴胡汤、半夏泻心汤、乌梅丸,后世解析为“寒热并用谓之和,补泻合剂谓之和,表里双解谓之和,平其亢厉谓之和”,并确定其为八法中之重要之法,均体现“和”的思想。孙教授之体悟只是将“中和”作为一种思想,作为一种观念提出来,冀求有理论体系、诊疗体系,进而服务临床,或能形成流派,甚幸。

通过对“中和”思想的梳理,或许对中国之中,中医之中,有独到的理解。“中”与“和”是中国文化的基本精神。“中”不是偶然,拥有五千年文明的泱泱大国称之“中国”,拥有几千年的祖国医学称之“中医”,正是尧传舜时期秉承下来的“允执致中”。“尚中”与“中和”是中医之“中”的真正含意,中医临床历来提倡“持中守一而医百病”的说法,即身体若无阳亢,又不阴虚,一直保持中和之气,百病全无。中和之观博大精深,中和之用取之不尽,用之不竭。

参考文献:

- [1] 刘应科,孙光荣.中医临证的四大核心理念之整体观[J].湖南中医药大学学报,2016,36(5):1-5.

(未完待续)

(本文编辑 李杰)