

本文引用: 吴泳蓉, 何清湖, 孙光荣, 孙贵香. 国医大师孙光荣中和思想在中医养生学人才培养中的运用与思考[J]. 湖南中医药大学学报, 2025, 45(8): 1408-1412.

国医大师孙光荣中和思想在中医养生学人才培养中的运用与思考

吴泳蓉¹, 何清湖², 孙光荣³, 孙贵香^{1*}

1. 湖南中医药大学, 湖南 长沙 410208; 2. 湖南医药学院, 湖南 怀化 418000;

3. 国医大师孙光荣湖南工作室, 湖南 长沙 410208

[摘要] 新医科背景下, 中医养生学人才培养面临理念创新与模式改革的迫切需求。本文探讨了国医大师孙光荣“中和思想”在构建中医养生学人才培养体系中的应用。“中和”作为中国传统文化的核心哲学思想, 贯穿于宇宙观和人生观之中。基于这一思想, 本文提出“德道学法术器”六位一体的人才培养模式。养生之德为根本, 德引领道、道主导学、学统领法、法指导术、术选择器, 该思想形成了系统的培养模式, 实现了传统中医理论与现代教育需求的有机融合, 为培养中医养生学专业复合型人才提供了理论依据和可操作性的参考, 对推进医学教育改革, 服务“健康中国”战略具有重要意义。

[关键词] 中和思想; 六位一体; 人才培养; 创新与应用; 中医养生学

[中图分类号] R212

[文献标志码] A

[文章编号] doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2025.08.002

Application and reflection of National TCM Master SUN Guangrong's philosophy of Zhonghe in cultivating Chinese medicine health preservation talents

WU Yongrong¹, HE Qinghu^{1,2}, SUN Guangrong³, SUN Guixiang^{1*}

1. Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, Hunan 410208, China; 2. Hunan University of Medicine, Huaihua, Hunan 418000, China; 3. Studio of National TCM Master SUN Guangrong, Changsha, Hunan 410208, China

[Abstract] Under the new medical education paradigm, the cultivation of Chinese medicine (CM) health preservation talents faces urgent demands for conceptual innovation and model reform. This paper explores the application of National TCM Master SUN Guangrong's philosophy of Zhonghe (harmony and balance) in constructing a talent development framework for CM health preservation. As a core philosophical concept in traditional Chinese culture, "Zhonghe (harmony and balance)" permeates both cosmological perspectives and human life philosophies. Building on this philosophy, the paper proposes a six-in-one integrated cultivation model encompassing "De-Dao-Xue-Fa-Shu-Qi" (virtue, principle, knowledge, methodology, techniques, and tools). In this framework, virtue serves as the foundation, guiding philosophical principles; principle directs knowledge acquisition; knowledge

[收稿日期] 2025-01-20

[基金项目] 湖南省自然科学基金面上项目(2024JJ5309); 国家中医药管理局首届青年岐黄学者项目(1022/000103101201); 湖南省普通高等学校教学改革研究项目(HNJG-20230544); 湖南省普通高校青年骨干教师培养项目(湘教通[2024]185号); 2024年湖南中医药大学教学改革研究项目(校行教评字[2024]6号); 九芝堂股份有限公司重点项目(5001/0319, 5001/0320)。

[通信作者] * 孙贵香, 女, 教授, 博士研究生导师, E-mail: 84663423@qq.com。

governs methodological design; methodology informs technical application; and techniques determine tool selection. This systematic cultivation model achieves an organic integration of traditional CM theories with modern educational requirements, providing a theoretical basis and practical reference framework for cultivating interdisciplinary professionals in CM health preservation. It holds significant implications for advancing medical education reform and supporting the "Healthy China" initiative.

[**Keywords**] philosophy of Zhonghe (harmony and balance); six-in-one integration; talent cultivation; innovation and application; Chinese medicine health preservation

随着医学模式从生物医学向生物-心理-社会医学模式转变,公众健康需求已从单一的疾病治疗扩展为预防、治疗、康复与健康促进一体化的多元化、多层次综合需求^[1-2]。新医科建设背景下,医学教育正着力加强人才胜任力培养,以适应日益复杂的健康服务需求。因而要求教育机构更新教学理念与方法,强化学生的实践创新能力和跨学科团队协作能力^[3-4]。中医养生学专业作为预防医学的重要组成部分,其人才培养模式亟须与时俱进^[5]。如何创新中医养生学专业人才培养模式、明确专业定位并探索实践路径,已成为推动中医养生学教育发展的关键课题^[6]。这要求我们系统梳理其专业发展历史、深入剖析现有模式的瓶颈问题,在继承传统的基础上进行创新实践,培养适应健康中国战略需求的复合型人才。

国医大师孙光荣教授创立的中和医派学术思想,源于儒家“致中和”的哲学理念。“中和”作为中国传统文化的核心概念,强调动态平衡与整体和谐,不仅是认识宇宙万物的哲学基础,更是修身处世的根本原则^[7]。这一思想与中医养生学“天人合一”“形神共养”等核心理念高度契合^[8]。在构建人才培养体系的过程中,将“中和思想”融入其中,有助于实现多重教育目标。一是帮助学生在理论学习与实践操作建立动态平衡,避免重理论轻实践或重技能轻理论的偏颇;二是引导学生树立整体观念,在面对复杂健康问题时能够综合运用多学科知识进行系统分析;三是培养学生的辩证思维能力,使其能够灵活运用中医养生理论与方法。通过“中和思想”指导下的教育实践,我们期望构建一个既传承经典又富有创新活力的人才培养体系,为中医养生学在现代医学教育体系中的发展提供新的思路和范式。

1 中医养生学专业的建设及发展现状

1.1 专业发展历程:从早期探索到复兴发展

中医养生学专业其发展历程可追溯至20世纪80年代末,彼时北京中医学院、南京中医学院等院校率先进行了相关专业方向的探索性设置^[9]。然而,受限于当时经济发展水平相对滞后、大众健康意识及养生需求不足等因素,毕业生就业前景受限,导致专业建设一度陷入萎缩与停滞^[9]。近三十年来,随着疾病谱系已转向慢性非传染性疾病转变^[10],同时人口老龄化进程加速^[11],社会对健康管理及养生保健的诉求空前高涨。这一背景为中医养生学专业的复兴与发展提供了前所未有的历史契机。

1.2 当前建设现状:规模化布局与院校实践

2016年教育部正式批准设置“中医养生学”本科专业,该专业进入快速发展阶段。湖南中医药大学于2018年获批设立该专业,并于2019年启动首届招生。这些院校依托自身学科优势,积极探索人才培养模式,承担起为蓬勃发展的“大健康”产业输送高层次应用型中医养生专门人才的重任。尽管发展势头良好,创新中医养生学专业人才培养模式、重新定位并探索其实践路径,乃保持专业发展活力的根本路径。

1.3 存在问题与未来机遇

尽管发展势头良好,中医养生学专业建设仍面临诸多挑战。比如学科体系与标准建设待完善、高水平师资与教学资源相对短缺、产教融合深度有待加强等。同时,专业发展也迎来重要战略机遇期。首先,“健康中国”战略、积极应对人口老龄化国家战略以及中医药振兴发展重大工程等,为专业发展提供了强有力的顶层支持和广阔空间。其次,慢性病防控、

老龄健康维护、亚健康状态干预等领域的巨大需求,为中医养生人才提供了多元化的职业发展路径。最后,人工智能、大数据、可穿戴设备等新兴技术与中医养生的深度融合,为专业内涵更新和人才培养模式创新提供了新动能。

2 中和思想对中医养生学人才培养的指导

国医大师孙光荣基于“中和”哲学思想,创造性地提出“德、道、学、法、术、器”六位一体的人才培养理念^[12]。该体系以“调燮阴阳”的动态平衡机制为核心,通过六要素的有机整合与相互作用,构建了完整的人才培养框架。“六位一体”培养模式的内在逻辑体现在三个层面:(1)德道之和:遵循“医乃仁术,德业双修”的理念,将“德”(医德)与“道”(医理)通过“中和”思想统合^[13]。(2)学法术的动态耦合:强调“学”(理论)、“法”(方法)、“术”(实践)三者的有机联动与动态平衡。该模式以中医经典为根基,以临床实践为导向,以现代技术为辅助,形成了“以学明法、以法导术、以术验学”的闭环培养路径。(3)器术之衡:强调在人才培养过程中,既要重视现代技术工具(器)的应用,又要坚守中医传统技艺(术)的精髓,最终实现二者的动态平衡与有机融合。在国医大师孙光荣中和思想引领下,湖南中医药大学中医养生学专业系统实施“六位一体”人才培养模式,已初见成效。在此思想指导下,学生能更好理解中医养生精髓。系统学习使学生掌握中医养生理论体系,用现代科学方法研究实践;实践操作让学生将理论与实际结合,提高实践能力;在导师指导下开展科研课题研究,提升科研水平;学习中医养生历史文化,理解内涵并传承文化;参加国际活动,了解国际发展现状,提高国际竞争力;参与综合素质教育活动,实现全面发展,成为高素质人才。该专业通过此模式,使学生在理论、实践、科研、文化、国际视野和综合素质等方面全面提升,为中医养生学发展提供有力支持。

2.1 养生之本根于养生之德

“德”指人的内在品德、心性 with 价值观,乃立身之

本。养生之本根于养生之德乃以“德行养命”为核心,融合儒家“仁者寿”、道家“上善若水”的哲学思想,强调修身养德对身心健康的根本性作用。“德”字的甲骨文构件(彳+直)揭示了两大核心准则^[14]。行为准则“彳”强调医者需躬行正道,体现于临床实践中的规范操作;认知准则“直”象征明辨是非的洞察力,要求医者具备正确的医学伦理观^[15]。《素问·上古天真论篇》记载:“中古之时,有至人者,淳德全道……此盖益其寿命而强者也。”“淳德全道”说明医学生需具备醇厚的德行才能掌握医学之道。孙思邈之德育观乃“大医精诚”,要求医学生需要同时兼具医学知识的深度、广度及医德,乃成大医。通过深挖中医经典中的德育元素、专业及课程思政等综合手段,将“立德树人”贯穿人才培养全过程,培养兼具精湛医术、高尚医德、深厚人文素养和坚定文化自信的中医养生人才。

2.2 养生之德引领养生之道

“道”为宇宙万物的运行规律,是最高层次的认知。正道,是中医养生学人才培养的核心。在养生之德的引领下,养生之道在于“天人合一”与“形神兼养”的道法自然。中医养生学人才培养过程中,既需要明“未病先防”“欲病救萌”“既病防变”“瘥后防复”的“治未病”之道,更需要掌握“治已病”的完整理、法、方、药体系。因此,中医养生学人才培养的生命力在于“治已病”基础上的“治未病”。

2.3 养生之道主导养生之学

“学”为系统化的学问、知识体系,是对“道”的具体阐释。在治已病结合治未病的养生之道主导下,中医养生学人才完整的知识架构的建立是其具备治已病基础上治未病工作胜任力的关键。这种胜任力要求中医养生学医学生既具备处理临床常见病及多发病的能力,又能运用治未病的理念进行未病、已病、瘥后状态的生命全周期调养能力及健康科普宣传。因此,在“养生之学”的指导下,中医养生学人才培养的知识目标在于构建以中医理论为主体,融合现代医学、食疗学、营养学、运动科学的“治已病+治

未病”的跨学科知识体系。

2.4 养生之学统领养生之法

“法”为解决临床问题的途径、步骤或手段。在“养生之学”的统领下，“养生之法”的课程布局是中医养生学人才培养的基础。为了培养跨学科知识体系的全面人才，课程既包含了传统的中医理论及经典课程，又涵盖了西医课程，更是设置了“中医养生学”“亚健康学”“临床营养学”等中医养生特色课程。此外，中医养生学专业人才需早临床、早实践、多临床。通过建立完善的跟诊制度和管理机制、加强师资队伍建设和加强临床实践基地的建设和管理、注重养生知识和技能的培训和学习，以及加强评估和反馈机制等措施的实施，可以有效提升中医养生学医学生的临床技能和养生实践能力^[16]。

2.5 养生之法指导养生之术

“术”乃实践中的具体策略、技术或手段。在上述“养生之法”的指导下，掌握有关养生的方法，即是养生之术。养生之术，是在养生之法的指导下实施，涵盖传统技法（如八段锦、艾灸、推拿等中医特色疗法）；现代技术（如正念冥想、功能训练、生物反馈治疗）及 AI 健康管理工具实现精准智慧养护等多层次技能。为了培养与理论相适应的实训及临床能力，中医养生学学科融合了校内外、线上线下及校企合作等多种模式，设置了传统功法养生技能实训、亚健康评估诊疗技能实训、中医药科普技能实训和中医养生适宜技术实训等四大实训模块，以培养具有扎实实践能力的中医养生学人才。

2.6 养生之术选择养生之器

“器”即工具、载体，为有形的工具或物质基础，是最表层的实现手段。养生之器的选择基于实践需求，规范器具选用标准。在实施精神、饮食、起居、雅趣、经络、功法、药物养生等神养、内养及外养的过程中需要规范器具选用标准，如传统器具砭石、紫砂药罐等材质与使用规范等，遵循国家标准与临床使用规范选择智能穿戴设备、理疗仪器等现代设备。在充分利用好现有的养生之器的基础上，仍需要挖掘

其存在的不足，不断创新^[17]。养生之器的规范选择运用及不断创新是中医养生学人才培养过程中的内在要求。

3 小结

本研究深入探讨了国医大师孙光荣所倡导的“中和思想”在中医养生学人才培养过程中的具体应用。研究团队创新性地构建了一个全新的培育体系，该体系涵盖了“德、道、学、法、术、器”六个方面，形成了一个有机的整体。在这个体系中，以德为根本，铸就学生的道德灵魂；以道为指导，阐明养生的哲学原理；以学为基础，构建扎实的理论知识体系；以法为路径，引导学生掌握正确的学习方法；以术为核心，增强学生的实践技能；以器为工具，提升教学和实践的效率。通过这种全方位、多层次的培育模式，研究成功地将传统医学的智慧与现代社会对健康的需求紧密结合，实现了二者的深度融合，从而为培养出更多具备深厚中医养生学知识和技能的优秀人才奠定了坚实的基础。

本研究的创新之处在于，首次系统地将孙光荣国医大师倡导的“中和思想”这一核心哲学理念全面应用于中医养生学人才培养体系的构建。这一举措不仅在理论上实现了突破，在实践中也彰显了其独特价值。通过将孙光荣大师的“中和思想”融入中医养生学人才培养过程，为培养具备深厚理论基础和实践能力的中医养生人才提供了全新思路和方法。在此基础上，提出了“德道学法术器”六位一体的整合式人才培养模型。该模型强调在人才培养过程中，应有有机整合道德修养、理论学习、方法技巧、实践操作和工具运用等方面，构建完整的培养体系。特别是，该模型注重在培养过程中实现“治已病”能力与“治未病”思维的有机融合，从而在培养模式上实现创新。同时探索了“理论+实训+临床+科普”闭环培养的具体实施路径。这一路径不仅涵盖从理论学习到临床实践的全过程，还特别强调科普教育的重要性，旨在培养既具备专业技能又能普及中医养

生知识的复合型人才。在路径实施过程中,尤其在早期跟诊、多元实训模块及校企合作等方面,本研究进行了创新性探索和实践,为中医养生学人才培养提供了新思路和方法。通过这些创新实践路径,我们有望培养出更多适应现代社会需求的高素质中医养生人才。

参考文献

- [1] 何珂,汪玲. 健康中国背景下“新医科”发展战略研究[J]. 中国工程科学, 2019, 21(2): 98-102.
- [2] 梁亮亮. 以健康为中心的医疗模式与医药卫生科技创新成果转化[J]. 健康体检与管理, 2023(3): 299-302.
- [3] 马骏,邵莉. 新医科背景下临床医学专业八年制学生毕业后发展研究[J]. 四川大学学报(医学版), 2025, 56(2): 596-602.
- [4] 曲建升,黄珂敏,刘昊. 开放科学背景下科学基金推动教育、科技、人才一体化发展的探讨[J]. 中国科学基金, 2024, 38(2): 254-262.
- [5] 戴霞,焦鸿飞,向楠,等. 基于大健康和新医科的中医养生人才培养模式改革[J]. 中医教育, 2025, 44(2): 43-48.
- [6] 孙荪,狄留庆,倪菲菲,等. 健康中国战略下中医学类专业结构优化与人才培养创新实践[J]. 时珍国医国药, 2024, 35(9): 2247-2250.
- [7] 刘应科,孙光荣. 中医临证四大核心理念之中和观[J]. 湖南中医药大学学报, 2016, 36(9): 1-7.
- [8] 陈元. 中医学“和”文化研究[D]. 长沙: 湖南中医药大学, 2018.
- [9] 戴霞,郭栋. 新形势下中医养生学本科专业建设及人才培养的思考[J]. 中国中医药现代远程教育, 2019, 17(2): 27-29.
- [10] 潘杰,王秀丽,王朝辉,等. 疾病控制优先的演进及应用[J]. 四川大学学报(医学版), 2024, 55(1): 95-100.
- [11] 颜丹虹,甘同舟,袁空军,等. 1990—2019年中国高BMI所致的疾病负担分析与预测研究[J]. 中国全科医学, 2025, 28(10): 1200-1206.
- [12] 胡宗仁,张媛婷,胡思,等. 中医治疗方法学对完善中医学理论体系的作用研究[J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(12): 5896-5899.
- [13] 叶培汉,孙贵香,何清湖,等. 国医大师孙光荣论继承师尊独有的学术经验[J]. 中医药导报, 2018, 24(19): 128-130.
- [14] 许慎. 说文解字[M]. 北京: 中华书局, 1963: 90.
- [15] 李学勤. 字源[M]. 天津: 天津古籍出版社, 2012: 1113-1114.
- [16] 司建平,王先菊,郭清. 中医药高等院校健康服务与管理专业人才培养方案比较研究[J]. 医学与社会, 2022, 35(7): 92-96, 112.
- [17] 陈小平,孙相如,何清湖. 中医养生文化产业发展的瓶颈及对策研究[J]. 湖南中医药大学学报, 2014, 34(4): 62-65.

(本文编辑 许盈)