

## 执中致和是中医文化的核心理念

<http://www.firstlight.cn> 2009-06-05

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。从本质上讲是构成中医学的母体，是中国灿烂文化的有机组成部分；从功能上讲又是传承中医药学的载体，承载了中医药学数千年的文明史、光辉史。研究中医药文化，就是以中国哲学、文学、史学为基础，以中医典籍、中医名家、中医文物、中医史迹为对象，研究中医理论与证发展规律、中医名家学术思想，中医道德观念、价值取向、行为规范以及名家风范，为中华民族的文化复兴、为中医药文化的国际交流和传播服务，从而推动中医药事业的发展。

通常认为，中医文化应包括文化理念、文化实践和文化环境三个方面，其中理念是主宰认识论的关键所在。在中医的认知方法中，整体思维、辩（辨）证思维、直觉思维、中和思维、意象思维，无一不有。但体现最充分的莫过于中和思维，中医认识论中的“天人合一”、治疗原则上的“执中致和”、药物应用上的“补偏救弊”等，无不是中和思维的具体应用。

因此，我们有理由认为，“执中致和”是中医文化的核心理念。为了说明这一问题，我们不妨以中医学现存最早的、最能代表中医学特征的《黄帝内经》的相关论述为例来加以阐释。

### 适中是生理状态的前提

生命存在的前提是什么？中医学给我们的答案是：适中。“适中”者，不偏不倚、不卑不亢、不多不少、执中适度、执两用中、恰到好处也。其中包含适中的外环境、适中的内环境和适中的内外环境的统一。

适中的外环境，又包括自然的和社会两个方面。“人与天地相参”，宇宙的构成不外乎“一者天，二者地，三者人”。天在上为阳，地在下为阴，人居“天地之间，六合之内”，“阴平阳秘，精神乃治，阴阳离决，精气乃绝”。“两者不和，若春无秋，若冬无夏”。人体的生理状态就会遭到破坏。适中的内环境，是从人体作为一个完整的小天地来认识的。假如人能够做到“恬淡虚无”，思想中没有超越适中的要求，就能使“精神内守”，任何致病因素都无法入侵。“为无为之事”，乐于清心寡欲，就能“寿命无穷”。适中的内外环境的统一，既强调人要适应自然的变化，又强调人体的自我调节作用。“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”。

一言以蔽之，适中的内、外环境和二者的统一，是人类生存的前提；求适中，是人类与自然斗争、与疾病斗争，改造自然、改造自身的积极措施。

### 失中是疾病发生的条件

适中既然是人类生理状态的前提，那么适中环境的破坏就必然会引起各种病理状态和病理过程。其中起决定因素的是什么呢？就是“失中”，或者叫失衡、偏激。它的表现是，或过于左而呈现太过、有余，超越人的正常承受能力；或过于右而呈现不及、不足，不能够满足人的生理需要，这都会导致疾病的发生。

以病因学为例：就六气而论，风、寒、暑、湿、燥、火是大自然的六种表现形式，在正常情况下是不会危害于人的。但“天寒地冻，则经水凝泣；天暑地热，则经水沸溢；卒风暴起，则经水波涌而陇起”，各种疾病就会接踵而来。或表现为太过，“风胜则动，热胜则肿，燥胜则干，寒胜则浮，湿胜则濡泻”；或表现为不及，“逆春气，则少阳不生”，“夏为寒变”；“逆夏气，则太阳不长”，“秋为痰疟”；“逆秋气，则太阴不收”，“冬为飧泄”；“逆冬气，则少阴不藏”，“春为痿厥”。就饮食而论，民以食为天，正常的饮食不仅无害于人，而且还有利于人的生存。但太过、不及的失中状况同样会使疾病发生。“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”。多食者，过量也；禁食五味虽然没有明说，显然也是不行的。“饮食有节”，这个“节”就是“度”，就是适中。就精神、气血而论，人体精神充沛、气血冲和，人们的生命力就旺盛。“气血不和，百病乃变化而生”。“神有余则笑不休，神不足则悲”，“气有余则喘咳上气，不足则息利少气”，“血有余则怒，不足则恐”，“形有余则腹胀泾溲不利，不足则四支不用”，“志有余则腹胀泄，不足则厥”。

总之，不管疾病发生的原因多么复杂，它的核心总离不开失中这个环节，中医学把千姿百态的疾病总括为阴、阳两大类，而病“生于阳者，得之风雨寒暑”之失中；病“生于阴者，得之饮食居处，阴阳喜怒”的失中；病生于房屋、金刃、虫兽所伤者，得之社会、自然或人类自身调节方法上的失中。说到底，这个失中就是太过或不及这两种倾向，哪种倾向成为矛盾的主宰时，疾病就朝着那个倾向发生了。

### 执中是治病健身的法宝

如前所说，适中能保持身体健康，失中会导致疾病发生，那么治病的手段当然应当是调失中为适中，即求得机体的相对平



返回首页

衡了，我们把这种基本方法称为“执中”。必须认识到，执中是人类在长期同疾病斗争过程中创造的一种对付疾病的积极手段，是体现人的因素促使矛盾转化的一个作用过程，这实质上就是祖国医学倡导的整体观念下的辨证施治思想，亦即中医治疗学的理论核心。

执中的思想贯穿中医学说的全部：执中首先反映于中医的治疗原则，中医诊病不仅要“察色按脉，先别阴阳”，“观权衡规矩，而知病所主”，并且要“观过与不及之理”，然后采取各种调平的具体对策。按照八纲辨证的理论，阴阳辨证是一切辨证的总纲。执中，首先就是要调平阴阳，这个阴阳既包括天、地、人这个大环境，也包括人体这个小世界。表里辨证也是中医重要的辨证方法之一，其目的同样也是要求机体的平衡状态。在生理状况下，人体表里如一，“阳(表)注于阴(里)，阴满于外，阴阳匀平，以充其形”，并不为病。一旦失中状态发生了，就必须运用执中的方法“泻有余，补不足”，“从内之外者，调其内；从外之内者，治其外”，以保证人体三阴三阳经脉气血多少之常数，恢复表里平衡之常态。寒热辨证、虚实辨证的方法也离不开执中这条轨道，或“寒者热之，热者寒之”，以求不热不寒；或“实则泻之，虚则补之”，以求不实不虚。执中还反映于中医的治疗方法上，以达到补偏救弊的目的。就病势而言，“其剽悍者，按而收之；其实者，散而泻之”，“其重而减之，其衰而彰之”，无一不是求得机体不偏不倚。从病位而论，“高者抑之，下者举之”“同者逆之，异者从之”，无一不是“佐以所利，和以所宜，以安其主客”。其他像“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”的治疗方法，也都是运用抑强扶弱的平衡理论，以执中纠失中而求适中的。

显而易见，中医学理论的立论基础就是执中。运用它，可以把失中引起的病态调整为适中的生理状态，也可以维持机体的相对健康状态。

#### 致和是防病疗疾的归宿

如果把“执中”作为中医学思维的基点和认识上的方法学的话，其目的就是求和了，我们且把它称为“致和”。和平、和谐、调和、中和、协和、平和等，皆是要“和”，“和”就是中医学的目的。老子有“道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲起以为和”的话，把“和”含义说得再清楚不过了。《黄帝内经》中早就说得明白：“谨守病机，各司其属，有者求之，无者求之，盛者责之，虚者责之，必先五脏，疏其气血，令其调达，而致和平。”也就是说，攻邪是包含在“和”的范畴之内的。

根据邪气致病的特点，我们可以把邪的存在、性质分为三种性状，并据此提出三套应对的祛邪方案来。在二者的对比中，我们的问题就有了答案：对于肆虐横行之邪采取抗邪之法，即是与病邪的抗争，属于对峙战；对于坚顽难化之邪采用化邪之治，可以理解为对邪的改造，属于持久战；对于留滞体内之邪施以排邪之举，就是把邪驱逐出国门，属于速决战。“人之受病，如寇入国，不先逐寇而先抚循，适足以养寇而扰黎民也。”（《医旨绪余》）表现不同，治理手段和方法亦不同，体现出的正是中医辨证施治的基本法则。这并不等于说，中医就没有灭邪的欲望和可能。在激烈的正邪交战中，怎么可能排除正邪之间相互的伤亡呢！只是不能把杀灭邪气的原则作为中医学体现的主题，更不是唯一的主题。

由此我们联想到对中西医学科不同理念及中医学特色、优势的认识和界定的问题，脱离了“执中致和”这一核心理念和基本原则，肯定是要走到歧路上去的。

[存档文本](#)