

中医学的哲学基础(五)

继“五方说”“五时说”之后,同时出现了“五材说”。五材原是我国古代劳动人民在长期的生活和生产实践中不可缺少的五种物质,如《左传·襄公二十七年》载:“天生五材,民并用之,废一不可。”而且进一步认识到木、火、土、金、水这五种物质,对于人类之生存具有重要的作用,且是缺一不可的。故《尚书·大传》说:“水火者,百姓之所饮食也;金木者,百姓之所兴作也;土者,万物之所滋生,是为人用。”在此基础上,古人又发展其成为“元素说”,认为木、火、土、金、水乃是五种物质元素,是构成宇宙自然界万事万物的物质本源。如《国语·郑语》说,“故先王以土与金木水火杂,以成百物。”五材说的出现,说明了古人试图从五种物质元素的结构关系上来把握一切有形事物的整体联系。

《幼官》《月令》的四季阴阳刑德之数、邹衍的五德终始之数、中医的河图五脏模型、魏伯阳的契数、气象医学之运气数,以及《易》之大衍数和扬雄的太玄数等等均效法此河图五行生成数而用者,取数规模与所配置的各种五的单相系列各因需要而定。

《尚书·洪范》是先秦论述“五行”的重要著作,它的成书标志着五行学说哲学思想的形成。如《洪范·九畴》说:“五行,一曰水,二曰火,三曰木,四曰金,五曰土;水曰润下,火曰炎上,木曰曲直,金曰从革。土爰稼穡;润下作咸,炎上作苦,曲直作酸,从革作辛,稼穡作甘。”至此,五行的含义已经超出了作为“五材”的范围,已经上升为事物属性的抽象概念。木、火、土、金、水五行的五种属性,已经不仅仅属于木、火、土、金、水五种事物本身所具有,而是作为“润下”“炎上”“曲直”“从革”“稼穡”等五类事物特性的代名词,且又与酸、苦、甘、辛、咸五味等联系起来,并以此推演,认为其他一些复杂事物的内部或其相互关系,也可按上

述特点分成五个方面。这就说明,五行的意义已经发生了质的变化,它已不再是单纯指木火土金水五种事物本身的运动,而是成为了一种能够代表五大类事物属性的抽象的哲学概念。所以,五行学说也是我国古代的自然哲学之一,其生克制化的原理,即在于说明事物在其运动变化过程中的联系法则,以及各种不同事物在其发展过程中的相互关系。因此,五行学说亦属于古代唯物辩证观的哲学范畴。

(2)五行的概念和五行学说的主要内容:五行,即是木、火、土、金、水五种基本物质的运动变化。所谓五行学说,即是古人用人们日常生活中最熟悉的木、火、土、金、水五种物质的功能属性为代表来归类事物或现象的属性,并以五者之间相互滋生、相互制约的关系来论述和推演事物之间或现象之间的相互关系及其复杂的运动变化规律。

五行学说认为,事物系统结构的五个方面之间的相生(木→火→土→金→水)、相克(木→土→水→火→金)关系,构成并促进着事物正常情况下的循环运动,并保持着相对动态平衡。五行系统结构中的每一行都与其他四行发生一定的联系。从相生看,有“生我”和“我生”两种关系;从相克看,又有“胜我”和“我胜”两种关系。这就表明五行系统结构中的各部分之间不是孤立的,而是密切相关的,每一部分的变化,必然影响着其他部分的状态,同时又受着五行系统结构整体的影响和制约。相生、相克,对于事物的正常生化和发展,又是必不可少的条件。如《素问·六微旨大论》说,“亢则害,承乃制,制则生化”。《类经图翼》则说:“造化之机,不可无生,亦不可无制。无生则发育无由,

无制则亢而有害。”五行系统结构关系在外界因素的影响下所产生的反常状态多见相乘和相侮,即五行之间不正常的相克。两者既有区别,又有联系。区别在于:相乘是按五行相克次序的克制太过,相侮则是与相克次序相反方向的克制异常。联系在于:当发生相乘时,有时也可出现相侮;发生相侮时,有时又常伴有相乘。故《素问·五运行大论》说:“气有余,则制己所胜而侮所不胜;其不及,则己所不胜侮而乘之,己所胜轻而侮之。”

(3)五行学说在中医学中的应用:中医学应用五行学说,主要在于运用五行的属性归类、生克、制化、胜复、乘侮等规律,来概括脏腑组织器官的功能属性,论证五脏系统相互联系的内在规律,并归纳人体与自然界的某些相互关系,特别是阐明人体的整体系统结构关系,从而指导中医临床之病理分析、诊断和治疗。

中医学运用了五行类比联系的方法,根据脏腑组织的性能及特点,将人体的组织结构分属于五行系统,从而形成了以五脏为中心,配合六腑,联系五体,开窍于五官九窍,外荣于体表的脏腑组织功能系统,从而为藏象学说的系统化奠定了基础。通过生克关系,即把脏腑紧密地联结成一个整体,从而维持了人体内环境的统一。人体与外界环境,诸如四时、五气,以及饮食五味等的关系,中医学亦是用五行的规律来加以说明的。

从五行规律来说,病理上的传变主要是应用五行相生的母子关系,以及五行相克的乘侮关系,来说明脏腑间疾病相互影响的传变规律。

由于对五脏与五色、五官、五味、五音等进行了五行分类

归属,并作了一定的系统联系,形成了五脏系统的层次结构,即为临床诊察疾病奠定了理论基础。在临床实际运用时,我们即可以综合四诊材料,再根据五行之所属及其生克乘侮规律来推断病情。

在治疗时,除对所病本脏进行适当处理外,特别应考虑到与有关脏腑的传变关系,并根据五行学说的生克乘侮规律,来调整其太过或不及,以控制其病证的传变,使之恢复其正常的功能活动。运用相生规律来进行治疗,除母病及子或子病犯母可采用补母或泻子等方法外,若系单纯的子脏虚证除补虚外,亦可运用母子关系,兼补其母以加强其相生力量,从而有助于子脏虚证之恢复。根据相克规律确定治疗原则抑强或扶弱,适应于因为相克关系紊乱而出现的乘侮病证。还应用于针灸疗法和精神疾病的治疗方面。

(4)五行学说的现代研究:近年来,很多学者以控制论、信息论、系统论等诠释五行学说,大体都以五行学说在传统医学中所起的自我调节功能为例证展开论述;从逻辑学的意义上,诠释五行学说的唯一性、符号性、公理性(或准公理性)等。都在一定程度上注意到五行结构是一种区别于分析哲学的思维构架,或谓之系统思维,或谓之有机整体思维,或谓之符号逻辑思维,名称虽有差异,实则可以相互贯通。五行学说是系统思想的雏形。

系统论是综合思维方式中的一种方法,它要求将诸多子系统之间的关系组合成为一种最佳的整体结构。五行结构在限定的范围内满足了这一要求,因此与其说五行结构是系统论的一种独特构架,不如说五行结构

是古代系统思维方法创造出来的一种思维形式。当多维系统的经验材料一旦进入这一思维形式的框架之后,便在这个框架中受到筛选,并通过由各单相性系统交织而成的一般逻辑规则的整合,提炼出具有极高应用价值的特殊的逻辑规则。运用系统论的理论方法来研究中医的五行学说,认为五行学说是古代的一种普通系统理论,而且根据这种理论认为自然界的一切事物都具有共同的结构,这种共同的结构就是“五行系统结构”。五行学说的特点在于它不侧重于研究自然界的实体究竟是由何种质料所构成,也不侧重于考察事物之间具体的作用方式,其着重研究的是事物内部和事物之间最一般的结构关系和系统联系,并用五行系统结构观念建构成关于自然的理论体系。已故著名中医学家任应秋教授《中医基础理论六讲》中指出中医学的五行学说是东方色彩的比较完整的普通系统论的哲学理论。普通系统论的观点包括如下几个方面:一是强调研究事物要从整体着眼,并认为整体是由其组成部分以一定的联系方式所构成。二是认为认识事物,必须既认识其各个组成部分,又要观察它们的联系方式与结构关系。三是认为整体系统的存在,不能脱离其一定的周围环境。四是要求找出世界上任何系统普遍适用的共同规律,因而以肯定各种不同类型和不同等级的系统之间有着类似性和逻辑上的同调为其前提。可以看出,中医学的五行学说正是基本上体现了上述系统论的理论观点和思想方法,并以此观点和方法来概括和分析事物的结构组成及其内在联系,从而形成了以五行方法论的思维方式和系统结构医学模式,用以阐释医学理论,总结临床经验,并指导医疗实践,对中医学理论体系的形成和发展做出了重大贡献。

(李庆业)

高血压病的中医康复及运动指导

高血压是最常见的慢性病,也是心脑血管病最主要的危险因素,其脑卒中、心肌梗死、心力衰竭及慢性肾脏病等主要并发症,不仅致残、致死率高,而且严重消耗医疗和社会资源,给家庭和社会造成沉重负担。

高血压是指在未使用降压药物的情况下,非同日3次测量血压,收缩压 ≥ 140 mmHg和/或舒张压 ≥ 90 mmHg。

患者既往有高血压史,目前正在使用降压药物,血压虽然低于140/90mmHg,也诊断为高血压。

高血压患者除了必须的药物治疗外,也可以有选择性的采取一些中医调护措施,辅助高血压的治疗。中医治疗安全可靠,是治疗高血压的有效手段之一,下面介绍高血压治疗常用的中医疗法。

常见症状

头晕、头痛、眼花、耳鸣、失眠、乏力、注意力不集中等症状,

特别是情绪激动,过度疲劳加重或者停用降压药后,建议去最近的社区医院检查您的血压。当您有下列症状时:剧烈头痛、视力障碍、恶心、呕吐、抽搐、昏迷、一过性偏瘫、失语等,表明您的血压急骤升高,尽快到最近的医院就诊。

中医康复指导方案

1. 头部按摩法

中医认为“头为诸阳之会”。头部有几十个穴位。正确的按摩对高血压患者可以起到保健作用。

(1)梳头。可促进头部血液循环,疏通经脉,畅通气血,调节大脑神经,刺激皮下腺体分泌,增加发根血流量,减缓头发的早衰,并有利于头皮屑和油腻的清除。梳头方法是每天早、中、晚各梳头一次,用力适中,头皮各部全部梳理一遍,每次2~3分钟。

(2)推发。两手虎口相对分开放在耳上发际,食指在前,拇指在后,由耳上发际推向头

顶,两虎口在头顶上会合时把发上提,反复推发10次,操作时稍用力,两掌自前额像梳头样向脑部按摩,至后颈时两掌手指交叉以掌根挤压后颈有降压的作用。

2. 足部按摩法

“人老脚先衰,树老根先竭”。足是人类的“第二心脏”,足部与全身脏腑、经络关系密切,承担身体全部重量。脚心是肾经涌泉穴的部位,手心是心包经劳宫穴的部位,用手掌摩擦脚心,可健肾、理气、益智、交通心肾,使水火相济、心肾相交,能防治失眠、多梦等,对高血压病也有很好的疗效。足与整体的关系类似于胎儿平卧在足掌面,头部向着足跟,臀部朝着足趾,脏腑即分布在跖面(脚掌)中部。根据以上原理和规律,刺激足穴可以调整人体全身功能,治疗脏腑病变。

饮食疗法

饮食方面应尽量清淡,若是

患者经济条件较好,可以适当吃一些清蒸甲鱼,并可用菊花、枸杞子泡水饮,主要起到清心除烦的作用。建议高血压患者日常增加全谷类、新鲜水果、蔬菜、豆类等富含纤维食物的摄入,因膳食纤维可帮助降低胆固醇水平,减少动脉硬化风险。做到饮食有节、少食多餐,避免暴饮暴食,避免消化不良等负面效应,多注意加强营养。

情志干预

情志干预是指通过调节患者情绪和心理状态来达到护理和治疗目的。高血压患者情绪波动和心理压力常常是引发血压升高的主要原因,通过情志干预合理调节患者心理状态,有效控制血压上升。患者需学会自我调节情绪,可参加一些适合自己的娱乐项目,如读书、看报、听音乐、看电视等,进而放松自己的情绪。也可尝试进行一些身体运动,如跑步、散步、打太极等,也可缓解紧张情绪。作为家

人也可通过关系和理解患者情绪变化,及时给予其温暖和和鼓励。家庭环境中需创造一个和谐、合适的氛围,可利于患者更好调节情绪。

高血压运动指导

1. 起居调养法:有规律的生活习惯,劳逸结合,保持心情舒畅,脑力劳动者避免用脑过多。控制饮食,减轻体重。服用降压药要慎重,不可降压太低太快,以免引起不适和其他并发症。此外,需指导患者定时作息,保证充足的睡眠做到静心休养,以达到培养正气,早日康复的目的。如春夏应晚睡早起,秋季应早睡早起,冬季应早睡晚起;避免以昼作夜,阴阳颠倒。

2. 气功调养法

取坐位练放松功。练功时意守丹田,耳不旁听,目不近视,心静神凝,引气血下行,反复默念放松,全身肌肉放松,呼吸自然。每次30分钟,每天2次。采用气功调养有益于改善体质,提高血压控制效果。

(广西国际壮医医院 王文卢)
广西国际壮医医院院级课题(编号 2021039)