

H 华夏名医

孙思邈(581—682年),唐代京兆华原(今陕西省铜川市耀州区)人,医药学家、道士。他出生于贫苦家庭,青年时代隐居陕西终南山,爱好道家老庄学说。他重视民间医疗经验,经过长年积累,集思广益,著就《千金要方》《千金翼方》,被后世尊为“药王”。他更看重医德,要求医者不得问病患的贵贱贫富。



医术精湛

孙思邈幼年好学,天资聪颖,每天熟读上千字的文章。他自己也认为“幼遭风冷,屡造医门,汤药之资,罄尽家产”。《旧唐书》记载:西魏大臣独孤信对孙思邈十分器重,称其为“圣童”。他立志研究医学,“颇觉有悟,是以亲邻中外有疾厄者,多所济益”。

他在行医过程中不断丰富知识,就连当时著名文学家孟诜、卢照邻等也常常向他请教,拜他为老师。唐代宰相魏征编写齐、梁、陈、周、隋、五代史时,恐怕有遗漏,也多次向他请教,而他“话周、齐间事,历历如眼见”,可见他的知识渊博。

孙思邈隐居太白山,一方面钻研医学著作,一方面亲自采集草药,研究药物学。他认真学习《黄帝内经》《伤寒杂病论》和《神农本草经》等古代医籍,同时广泛收集民间流传的药方,热心为人治病,积累了宝贵的临床经验。从理论到实践,再由实践经验中提炼出新的医药学研究成果,用毕生心血撰成医学著作《千金要方》和《千金翼方》。

孙思邈七十多岁应诏入宫,其容貌气色、身体形态有如少年,令唐太宗感叹不已。唐太宗想授予孙思邈爵位,被他婉拒,仍回到乡间为民治病。

孙思邈不但精通内科,而且擅长妇科、儿科、外科和五官科。他一直主张,治疗妇女儿童疾病要独立设科,并在著作中首先论述妇、儿医学,声明是“崇本之义”。孙思邈重视妇幼保健,著《妇人方》三卷、《少小婴孺方》二卷,置于《千金要方》之首。

孙思邈总结:“胆欲大而心欲小,智欲圆而行欲方。”“胆大”,是指自信且有气质;“心小”,是如同在薄冰上行走,在峭壁边落足,时时谨慎;“智圆”指遇事圆活机变,不得拘泥,须有制敌先机的能力;“行方”,是指不贪名、不夺利,心中自有坦荡天地。

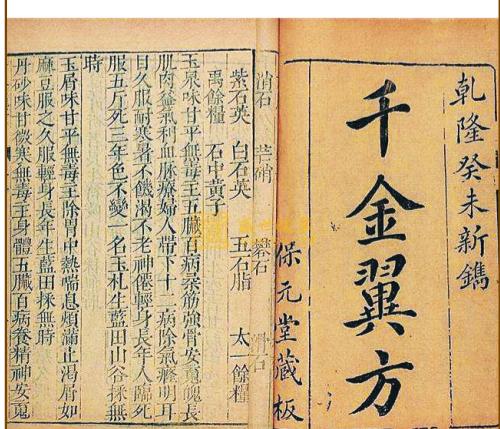
孙思邈在临床实践中总结宝贵经验,如“阿是穴”和“以痛为腧”临床取穴;用动物肝脏治疗夜盲症;用羊的甲状腺治地方性甲状腺肿痛;用牛乳、豆类、谷皮等治脚气病;对孕妇他提出住处要清洁安静,保持心情舒畅,临产时不要紧张;对于婴儿,提出喂奶要定时定量,平时要多见风日,衣服不可穿过多等。这些主张,时至今日仍有现实意义。

孙思邈对古典医学有深刻的研究,对民间验方非常重视,一生致力于医学临床考证,对内、外、妇、儿、五官、针灸各科都很精通,他有二十四项成果开

药王孙思邈

不慕名利

文本刊特约撰稿 蒙乐生



清代乾隆年间刊行的《千金翼方》
(资料图)

创了中国医药学史上的先河,特别是论述医德思想、倡导妇科和儿科、针灸穴位等都是前人所未有。

他提出医学之妙:在于至精至微,不能设想通过至粗至浅之思,即可有所收获。他要求对技术精益求精,强调博极医源,精勤不倦,不得道听途说而言医道已矣。

由于他勤奋学习,勇于实践,因而对祖国医学的生理、病理、诊断、治疗、方剂等基本理论,以及内、外、妇、儿、针灸、按摩等各科疗法均有较大的贡献。他搜集整理民间的治疗经验,“一事长于已,不远千里,服膺取决”,认真考证,不耻下问。



“药王”孙思邈画像。(资料图)

医德高尚

孙思邈的医术高超,医德高尚,不慕名利,以医药救人,受到民众爱戴。

孙思邈重视医德,主张治病救人,一视同仁。他说:“若有疾厄来求治者,不得问其贵贱贫富,长幼妍媸,怨亲善友,华夷愚智,普通一等,皆如至亲之想。亦不得瞻前顾后,自虑吉凶,护惜身命。见彼苦恼,若已有之,深心凄怆,勿避险巇,昼夜寒暑,饥渴疲劳,一心救治,无做功夫形迹之心。如此,可为苍生大医,反此则是含灵巨贼。”

每一次诊治疾病,他必定排除杂念,做到审之又审,慎之又慎,力争药到病除。他一再强调“到病家,纵绮罗满目,勿左顾右看,丝竹凑目,无得似有所娱;珍馐迭荐,食如无味;醻醻兼陈,看有若无。所以尔者,夫人向隅,满堂不乐。而病人苦楚,不离斯须,而医者安然欢娱,傲然自得,兹乃人神之所共耻,至人之所不为,斯盖医者之本意也。”

孙思邈教导医家,提出“无医之体,省病诊疾,致意深心,详察形候,纤毫勿失。判处针药,无得参差。虽曰病宜速救,要须临事不惑,唯当审谛覃思,不得于性命之上,率尔自逞俊快,邀射名誉……此皆医之深戒,病者可不谨以察之,而自防虑也。”

他认为:临床医疗情况复杂,瞬息万变,诊治既要敢想敢做,当机立断,又要小心谨慎,周密考虑;既要灵活通变,不可墨守成规,又要按照客观规律办事,切忌主观武断。其思想不仅在历代临床医学上有指导意义,而且在古代哲学史上也占有一定位置。

孙思邈的《千金要方》及《千金翼方》影响极大,这两部著作被誉为中国古代的医学百科全书,起到上承汉魏,下启宋元的作用。该书问世后备受世人瞩目,漂洋过海,广为流传。日本在天宝、万治及宽政年间都曾经出版过《千金要方》,其影响可见一斑。

崇尚养生

孙思邈小时候体弱多病,家人为了解决他的问题,倾家荡产,最后孙思邈致力于中医,淡泊名利,也不去当官,就在民间行医,得到人们的广泛尊敬。孙思邈的作品研究黄帝内经以及其他医学典籍,还有他治病的养生经验和心得总结。

孙思邈将道、佛、儒、医等各家思想熔于一炉。孙思邈指出要健康长寿,必须掌握养生方法,养成良好生活习惯就能做到。

孙思邈提出“养性十要”:一要珍惜精神,二要爱护精气,三要保养形体,四要导引身体,五要慎言,六要注意饮食,七要节制房事,八要反对追求长生不老,九要正确使用医药,十要遵从常规养生禁忌。

就爱护精气而言,孙思邈认为养生要节制欲望,调节情志,保持情绪稳定,淡泊明志。如果房事不节制,就会耗精损气,另外总结出在下面这些情况不宜进行房事:情志异常,患病期间,劳累出了大汗,酒醉了还没有醒,女性月事期间,气候突然变化等。

又如饮食禁忌和食疗方面,孙思邈提倡饮食清淡,不暴饮暴食,少吃多餐,不适宜吃得过饱,重视食疗调理,恢复身体健康。他提出历史上最早的营养食谱,顺应自然养生,劳逸结合,起居规律,按照春夏秋冬四季养生方法保养身体,让身体维持自然健康。

孙思邈认为“人命至重,有贵千金,一方济之,德逾于此”,故将自己著作冠以“千金”二字。《千金要方》三十卷,全书合方、论五千三百首,内容丰富,书中既有诊法、证候等医学理论,又有内、外、妇、儿等临床各科,已接近现代临床医学的分类方法。

医学巨著《千金要方》是中国历史上第一部临床医学百科全书,在食疗、养生、养老等方面做出巨大贡献,被国外学者推崇为“人类之至宝”。孙思邈之所以能寿逾百岁高龄,是因为积极倡导这些理论与其自身实践相结合的结果,被誉为“扶危拯弱,应效如神”。(图)