

# 大健康理念下 中医药的哲学思维、独特优势与传承诉求

■ 辛晓宁

健康是人民追求美好生活的基 础，也是促进人的全面发展的必然要求。大健康理念下的人民健康更是对人的生命质量全过程、全方位的关注与呵护，是始终坚持人民至上，切实增进民生福祉的重要要求。中医药在守护人民的健康和提高生命质量方面有着独特的优势，中医药文化蕴含哲学思维，也对树立大健康相关的价值观、经济观、社会观、人文观等具有重要作用。挖掘其中的哲学思维理念及传承诉求对于增强文化自信、树牢大健康理念、促进中医药传承创新发展、推进健康中国建设甚至促进人的全面发展都具有重要的作用。

马克思主义唯物史观认为人是生命性和社会性的统一，人首先是具有生命的个体的存在，人的生命性是社会性的基础，因此重视人的健康和生命质量也成了人民的基本福祉和人自由全面发展的前提。习近平总书记指出：“要倡导健康文明的生活方式，树立大卫生、大健康的观念，把以治病为中心转变为以人民健康为中心”，这一要求坚持人民至上，强调对人的生命进行全过程、全方位、全要素的关注和呵护，不仅追求“没有病痛”的健康，而且还要关注人的心理、精神、道德和所处环境的健康，此所谓“大健康”。这是在马克思主义科学思想指导下的对中国传统生活理念和健康养生理念的继承，也是适应新时代发展和社会需求提出

的一种全局的理念。

2019年10月，习近平总书记对中医药工作作出的重要指示，强调“中医学包含着中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验，是中华文明的一个瑰宝，凝聚着中国人民和中华民族的博大智慧。”中医药是中国几千年的医学实践经验、规律探索、生活方式和文化积淀的结晶，它不仅是一种独立的文化形态，而且辐射到中国的饮食文化、传统习俗、文学艺术、茶文化、养生文化等方方面面，成为中国人特有的一种思维方式，其中蕴含中国传统的世界观、方法论、价值观和修养论等，挖掘其中的文化价值和科学思维方式对于增强文化自信、树牢大健康理念、促进中医药传承创新发展等具有重要的作用。

## 中医药的核心理念及哲学思维

“中医药是包括了少数民族医药在内的我国各民族医药的统称，是反映中华民族对生命、健康和疾病的认识，具有悠久历史传统和独特理论及技术方法的医药学体系”，<sup>[1]</sup>中医药是几千年中华文明优秀文化成果的积淀，是中国哲学思维和思想智慧的深刻实践，内在的包含了中医的理论学说、思维方式和实践经验，体现了自然科学与人文科学的深度融合和统一，是对中华民族几千年的健康养生理念及实践经验的总结，同时也蕴含着丰富的马克思主义哲学智慧。



中医药在守护人民的健康和提高生命质量方面有着独特的优势