

中醫不切西瓜

作者簡介

李宇銘，香港註冊中醫師，曾任香港中文大學中醫學院講師，經常在個人網誌分享行醫經驗，推動中醫普及化；又秉承濟世之心，與數位中醫成立慈善組織「全仁中醫」，幫助和教導貧困地區人民防治疾病。

內容大要

本書分為《解答中醫之謎》、《醫學文化共融睇》和《中醫如此看病》三輯，共有十六篇文章。

作者指出中醫與中華文化關係緊密，學中醫要先掌握中華文化、哲學的涵義。他通過「中醫不切西瓜」等比喻，說明中醫的文化基礎。「從挑西瓜的方法，可以看出兩種醫學本質的區別。……西醫學所採用的，就是『切開』西瓜的方法，將人體打開，直接研究內裏的物質結構；而中醫學採用的，就是『不切開』，只通過觀察瓜的外在，測知內在的情況。」他又根據中醫的醫理，解釋人何以生病，並介紹中醫治病、診症的方法，兩者背後的理念，以及澄清一般人對中醫的誤解。

作品特色

本書是一本中醫入門讀物。作者喜用有趣的比喻、生活例子和漫畫，深入淺出，帶引讀者認識中醫學和中華文化。香港中文大學中醫學院院長梁榮能教授在序言中指本書把讀者帶進中醫的宮殿中，一睹中醫的「奇珍異寶」。

每篇文章除正文外，還包含「引言」、「杏林啟思」、「醫文化」和「通識挑戰題」。

- 引言：以趣味故事、個人經歷或一般人常有的誤解，引發讀者的閱讀興趣。
- 杏林啟思：從中醫學引伸到其他問題的思考，以及分享處世所得的啟示。
- 醫文化：補充有關中醫的文化知識，如介紹與中醫相關的字詞、成語，以及說明中醫與中華文化的關係。
- 通識挑戰題：針對每篇內容或相關事物，設定問題，讓讀者思考。

活動舉隅

1. 引起動機

在學生閱讀本書前，先進行導入活動，例如：

- 問學生若生病時，會找中醫把脈還是找西醫診治，並了解其原因。
- 着學生猜猜書名的含義，並就個人的認識解釋中醫「不切西瓜」的原因。
- 安排學生觀看李宇銘分享習醫或行醫等經驗的視頻。

2. 閱讀分享

着學生閱讀本書後，結合已有知識和生活經驗，談談印象最深刻的部分，以及對中醫的觀感。例如作者在《生病跟月亮算賬？——天人相應有道理》指出中醫認為月亮盈虧、太陽升沉及四季變化等，都會影響人體，令人生病，因此在診治時也要考慮外在的因素，學生可連繫自身經歷分享讀後感。

3. 思考問題

從每篇後附設的「通識挑戰題」選取一些題目，着學生思考、討論，例如：

- 為什麼中醫不重視施手術而西醫卻發展了外科手術？

請根據答案說明中、西醫學理論的主要不同之處。

- 中醫和西醫診症和治病的方法究竟有什麼不同？試引例證加以解釋。
- 試引證說明陰陽五行學說與中醫理論的關係。
- 中醫的「中」是什麼意思？跟儒家所提倡的「中庸之道」有沒有關係？試引例證明。