

《黄帝内经》“积精全神”养生思想探赜

吴千言, 徐小港, 张清源, 刘虹, 章德林

(江西中医药大学中医学院, 南昌 330004)

摘要: “积精全神”肇始道家养生思想, 深蕴《黄帝内经》形神一体观。历代医家对其多有阐发, 却鲜有对其全面且系统论述。文章围绕明真义、考愿景、陈生理、得真道4个方面管窥“积精全神”养生内涵, 提出“积精全神”凸显的是身心和谐、形神共养、动态平衡的摄生智慧, 向往的是天人相参、淳德全道、歿世不殆的美好愿景, 具备的是以精为基、以气为体、以神为用的生理特性, 倡导的是葆精自刚、养气自护、毓神自王的养生真道。

关键词: 《黄帝内经》; 积精全神; 养生思想; 形神一体

Discussion on the health-keeping thought of 'Ji Jing Quan Shen' in *Huangdi Neijing*

WU Qianyan, XU Xiaogang, ZHANG Qingyuan, LIU Hong, ZHANG Delin

(College of Chinese Medicine, Jiangxi University of Chinese Medicine, Nanchang 330004, China)

Abstract: “Ji Jing Quan Shen” originated from the Taoist idea of health-keeping, which deeply embodies the concept of the integration of form and spirit in *Huangdi Neijing*. Physicians in the past dynasties have expounded it, but rarely discussed it comprehensively and systematically. This paper explores the connotation of ‘Ji Jing Quan Shen’ in health-keeping from four aspects: clarifying the true meaning, examining the vision, presenting the physiological characteristics, and obtaining the true way. It proposes that ‘Ji Jing Quan Shen’ highlights the wisdom of health-keeping that emphasizes harmony between body and mind, co-nurturing form and spirit, and maintaining dynamic balance. It aspires to a vision of harmony between human and nature, cultivating virtue and upholding the true way, and achieving a long and healthy life. It possesses the physiological characteristics of taking essence as the foundation, qi as the body, and spirit as the function. It advocates the true way of health preservation that emphasizes preserving essence to strengthen oneself, nurturing qi to protect oneself, and cultivating spirit to reign over oneself.

Keywords: *Huangdi Neijing*; Ji Jing Quan Shen; Health-keeping thought; Integration of form and spirit

“积精全神”语出《素问·上古天真论》^{[1]10}。《内经知要·道生》载:“积精全神, 益寿强命”^{[2]3}。《医学心悟·保生四要》曰:“积精全神, 寿考弥长”^[3]。《黄帝内经素问集注·上古天真论篇》又云:“不能积精全神, 是以半百而衰也”^{[4]1}。足见, “积精全神”四字虽简, 实则深蕴中医养生智慧。然《类经·摄生类》释“积精全神”为“聚精会神”^{[5]3}, 笔者认为此解读仅触及字义表面, 未能全面与深刻地揭示其内涵。鉴此, 本文聚焦“积精全神”一词, 围绕明真义、考愿景、陈生理、得真道4个方面剖析探究, 希冀引导今人体悟其中养生精髓。

明“积精全神”之真义

1. “积”字解 积, 原字作“𡵓”, 始见于甲骨文, 历金文演变, 现代汉字简化为“积”。《说文解字·禾部》云:“积, 聚也”^{[6]325}, 字形构造以“禾”为部, 映射“积”字本义与中国古代农耕文明联系甚密, 即谷物堆积、储存之义。段玉裁注“积”:“禾与粟皆得为积,

引伸为凡聚之义”^{[6]325}, 意味“积”的含义范畴扩大, 不再囿于谷物, 而是泛指世间所有可聚集物, 亦衍生出抽象的累积意义。诸如《荀子·劝学》有“积善成德, 而神明自得”^[7]之言, 《管子·事语》中述:“非有积财无以劝下”^{[8]463}, 其引申义在德行、知识、财富等层面均有所体现。

2. “精”字解 精, 形声字, 《说文解字·米部》论:“精, 择也。从米, 青声”^{[6]331}。“精”本义指挑选过的上等好米, 据此可窥“精”字背后隐喻的物质基础与纯净、优质之性。而“精”字内涵又历经物质跃升精神、具体演变抽象过程, 体现于《论衡·论死》“人死精亡而形存”^[9], 《管子·内业》道:“精也者, 气之精者也”^{[8]340}。在中医理论中, “精”字赓续了古代哲学对生命本原认识, 被赋予了更为深刻的意蕴, 并且对于“精”之论述多与“气”相联系, 常以“精气”并称。《灵枢·本脏》曰:“人之血气精神者, 所以奉生而周于性命者也”^{[1]1044}, 《素问·金匱真

基金资助: 国家中医药管理局中医药古籍文献和特色技术传承专项 (No.GZY-KJS-2021-034), 江西省高校人文社会科学重点研究基地项目 (No.JD23055), 江西中医药大学首批校级科技创新团队 (No.CXTD22016)

通信作者: 章德林, 江西省南昌市新建区梅岭大道1688号江西中医药大学中医学院, 邮编: 330004, 电话: 0791-87116888

E-mail: 19950584@jxutcm.edu.cn

言论》亦云：“夫精者，身之本也”^[129]，阐明“精”是构成和维持人体生命活动的基本物质。

3. “全”字解 全，始见于战国文字，籀文作“全”字形，篆篆作“全”字形。《说文解字·入部》道：“篆文全，从玉，纯玉曰全”^{[6]224}，段玉裁注“全”：“篆当是籀之误”^{[6]224}，明确“全”从玉不从工。玉，自古被视作珍宝，《礼记·玉藻》云：“君子无故，玉不去身”^[10]，《周礼·东官考工记》亦言：“天子用全”^[11]，“全”字本义为完美无瑕之玉，象征着至高无上的品质。而后“全”义逐渐丰富扩展，正如《后汉书·桓荣丁鸿列传》载：“自居全德”^[12]，意指完整、无缺、完备；又《吕氏春秋·本生》语：“天子之动也，以全天为故者也”^[13]，为保全、顾全之义。然其引申义虽多，大不离于此，无不体现古人对完美事物的向往与追求。至于本文所论“积精全神”之“全”，契合文意所需，应解做保全。

4. “神”字解 神，始见于西周金文“𠂔”，《说文解字·示部》谓：“天神，引出万物者也”^{[6]3}，乃“神”最原始含义，即上古神话中天地万物的创造者或主宰者，属物质世界外的超自然力量。后随《三易》以及道教、佛教思想的传播，“神”之内涵发展形成浓郁的宗教意蕴。中医学理法俱全，《黄帝内经》一著论“神”内容多达190处，予“神”多维涵义^[14]。首先，《素问·五脏别论》曰：“拘于鬼神者，不可与言至德”^{[11]07}，彰显其彻底地反宗教化“神”论立场；其次，《素问·阴阳应象大论》道：“阴阳者，天地之道也……神明之府也”^{[11]36}，隐喻“神”是自然界物质变化之规律；再者，《灵枢·本神》载：“两精相搏谓之神”^{[11]825}，《素问·六节藏象论》亦云：“气和而生，津液相成，神乃自生”^{[11]91}，意指生命之“神”，亦是人体外在表现的统称；最后，《素问·宣明五气》载：“心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志”^{[11]97}，映射“神”可译为人的精神活动、意识思维等。

综上，笔者将“积精全神”回归《黄帝内经》文本语境考量，并从中医养生学角度^[15]出发解读，认为“积精全神”的核心在于“人身三宝”精、气、神的俱生俱灭、俱盛俱衰，通过积累、固守人之内在精气，以资人之神旺全健，进而达益寿延年之境，此过程凸显的是一种身心和谐、形神共养、动态平衡的摄生智慧。

考“积精全神”之愿景

1. 天人相参，通达自然 儒释道三家所秉持的“法天”哲学思想是中医“天人合一”自然观与生命观的文化渊源，亦是中医“天地人三才一体”医学模式的文化根基。《黄帝内经》运用阴阳五行作为说理工具，将人置于天地自然的广阔背景中认识，提出“天人相应”“人副天数”观点，认为人的生命过程不能脱离天地自然而存在，人体与天地自然间存在精妙的对应与和谐。《周易·象传》有云：“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”^[16]，此言不仅是对天地灵性与精神的生动描绘，更是对人类效仿天地精神的深刻劝勉。而在《庄子·天下》中，有“独与天地精神往来”^{[17]352}之语，为世人揭开了一种独

特的精神养生之道。此法将人之生命与天地精神相维系，通过与天地精神的沟通和感悟，达到宁静自在、身心和谐及天人合一的境界。“积精全神”语出《素问·上古天真论》“积精全神，游行天地之间，视听八达之外”^{[11]0}。吴昆于《黄帝内经素问吴注·上古天真论》言：“去世离俗，积精全神，心远世纷，身离俗染，故能积精而全神”^[118]，此处意象若庄子“逍遥游”一般，追求的是遨游于天地精神的高远境界，远离世俗，隔绝邪气，固守精气，保全心神，清虚静泰，超越自我限制，更超越时空与万物界限，是天人相参的自然之乐。

2. 执道全养，臻于至德 《素问·上古天真论》详述了真人、至人、圣人、贤人4种品德卓越之士对养生之道的践行与成就。在此篇章中，“淳德全道”置“积精全神”前句，《黄帝内经太素·附篇》亦有注释：“积精全神，能至于德”^[109]，杨上善观点不仅是对“积精全神”实现身心合一、内外兼修的认同，更是将天地之大道用于人身之淳德的高度赞誉，正如《庄子·天地》所语：“执道者德全，德全者形全，形全者神全。神全者，圣入之道也”^{[17]116}。“道”是宇宙的最高主宰，不可言状，“德”则是它的载体与外在显现。《黄帝内经》频提“道”“德”，足见二字于摄生之重要性。譬如，《素问·上古天真论》曰：“所以能年皆度百岁而动作不衰者，以其德全不危也”^[115]，《素问·四气调神大论》谓：“道者，圣人行之，愚者佩之”^{[11]16}，进一步强调了“道”“德”与养生关系密切。《类经·藏象类》载：“其有积精全神，而能以人力胜天者，惟法则天地而合同于道者”^{[15]30}，张志聪亦于《黄帝内经素问集注·上古天真论》中注：“能修德全道，积精养神……此盖从修炼保固得来，亦能复完天真，而同归大道”^[14]，意指德全则精全，精全则气足神旺，使得复返道家养生追求“见素抱朴”的自然、天真状态，实现超越天年的人与天地同道。

3. 益寿延年，歿世不殆 《黄帝内经素问集注·四气调神大论》谓：“惟圣人能修行其道，积精全神，而使寿蔽天地，无有终时”^[147]。诚然，此言是古人对生命之道的求索与领悟，旨在涵养精神，超越天年，与天地共存。反之，“以欲竭其精，以耗散其真”，则“动之死地，离于道也”，这是《黄帝内经》对耗散精神、恣意妄行的警醒，更是对偏离自然法则的严厉批判。姚止庵于《素问经注节解·上古天真论》做了更为具体的论述：“得道之人，精神完固，老而不老，筋骨劲强，无异年少”^[120]，是对得道者生命状态的生动描绘，强调了精神内守，元气充盈，气血和畅，方能四肢强劲，形体不衰。《内经知要·道生》语：“积精全神，益寿强命，名之曰术”^[123]，另张景岳于《类经·摄生类》中深刻洞悉生命本质与养生之道，谓：“善养生者，必宝其精，精盈则气盛，气盛则神全，神全则身健，身健则病少”^[15]，提出“宝精全神”养生观，强调依此践行，有望达成益寿延年、歿世不殆。而相较前述“天人相参”“臻于至德”的至高境界，“益寿延年”这一愿景更贴近世俗常人，亦是今人修行易达到的理想状态。

陈“积精全神”之生理

《类证治裁·内景综要》曰：“一身所宝，惟精气神”^[21]，《类经·运气类》又道：“欲全其神，在精气不散，则神守不分矣”^{[5]464}。精气神主宰人体生长壮老，俱生俱灭，俱盛俱衰，不能截然而论，被历代养生家尊作“人身三宝”。尽管，“积精全神”字面未明提“气”，但其背后所蕴含的生理基础与养生之道，气以及精气神间的辩证关系实为不可跨过的重要环节。

1. 以精为基 《素问·金匱真言论》云：“精者，身之本也”^{[1]29}。《普济方·诸虚门》亦述：“积精全神者是也，人有精而后有神也”^[22]，皆强调精是人体最根本、宝贵的物质基础。另《类经·摄生类》语：“善养生者，必宝其精”^{[5]1}，此言进一步肯定了精在养生方面的基础作用，而“积精全神”修养过程亦赖于精之正常生理功能。精之特性，凝聚而有形质，静谧而客观存在；精盈之时，生机勃勃，恒动不息，衍化为气；精生髓化神，精气积蓄不散，神守不分，形体康健，正如《类经·藏象类》所言：“夫精全则气全，气全则神全，未有形气衰而神能王者”^{[5]30}。

2. 以气为体 《素问·五常政大论》云：“气始而生化，气散而有形，气布而蕃育，气终而象变”^{[1]566}。人体生命活动由气化过程产生、维持与调节，人体“生、形、育、变”也是气“始、散、布、终”所现，若气之运动停止，意味生命泯灭。《厚生训纂·养老》曰：“人由气生，气由神住，养气全神可得真道”^[23]。人体之气，流经全身，内至脏腑经络，外达筋骨皮毛，影响精气血等生命物质的生成与互化。《类经·摄生类》言：“积气以成精，积精以全神……养身之道，以养气为本也”^{[5]3}。《素问·上古天真论》载：“形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去”^{[1]4}。因此，维持体内气的稳定与和谐状态，确保精气神合一，可达百病不生、延年益寿之效。

3. 以神为用 《素问·六微旨大论》曰：“出入废则神机化灭……无以生长壮老已”^{[1]520}。神在人体生命活动中发挥主宰作用，并借脏腑、经络、官窍与意识等将其彰显于外，也就形成神的客观性、可观察性与可调控性。《类经·摄生类》道：“虽神由精气而生，然所以统驭精气而为运用之主者”^{[5]3}。《内经博议·心肾论》谓：“故人之心，为神之主，而前后上下，皆积精以养神”^{[24]6}。显然，精气不仅是神生成的物质基础，还为神发挥主宰作用提供源源不断的动力，而神的活动又能反过来促进精气化生，中医理论称此为“精神互用”，其存在形式乃“积精全神”^[25]。

总之，精气神三者犹如天地人三才，存在互化互补、互涵互摄的动态平衡，若精亏、气虚、神衰则生命难续，更不必言养生。而此些特性也使“积精全神”具备生理基础的条件，亦使其在中医养生理论中得以阐释与应用。

得“积精全神”之真道

基于前述“积精全神”所涵生理基础，归结其养生真道无非是对精、气、神的“涵三为一”，具体而言不外乎葆精、养气、

毓神3个方面。而鉴于三者间的辩证关系，对其中一项要素的调摄，便是对另外二者的保全。

1. 葆精以自刚 《医学研悦·心肾说》录：“贵益精以全神”^[26]，《素问·金匱真言论》云：“精者，身之本也”^{[1]29}。“精”是维持生命活动的基本物质，是人体生命本原。葆精之道，主要涵盖3个方面：一为寡欲，《素问·上古天真论》载：“高下不相慕，其民故曰朴。是以嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心”^{[1]5}，《广嗣纪要·寡欲篇》进一步论述：“养其气以输其精，积精以全其神。人身赖此以为根蒂，盖欲恬澹怡养……须当修省积精，以养天真，寡欲情而益眉寿”^[27]，古代养生家早已了然积蓄精气的重要性，尤其推崇寡欲葆精，强调摒除杂念，内心朴素，清静明澈，含蓄不露，知足常乐，随遇而安，不为物欲所惑，不为声色所扰，由此涵精气，沛精神，延性命，以应“精神内守，病安从来”之语。二为节劳，《养生四要·寡欲》言：“施泄多，则伤精”^[28]，生殖之精适量有度的外泄能使肾中精气保持更新和充盈状态，反之房劳不节，耗伤肾精，精失难固，形虚神劳，病起寿损。《内经博议·心肾论》述：“肾家无主，不蛰不藏，命门水火两亡，则精衰而神耗，精亡而神去矣”^{[24]7}，同样强调保肾藏精的重要性。另《济阴纲目·求子门》道：“目劳于视，则血于视耗；耳劳于听，则血以听耗；心劳于思，则血于思耗”^[29]，今时之人的生活节奏紧张，多有积劳伤血损精，不妨量力而行，少视听闻，节劳保精，滋养精神。三为服药，精气严重耗伤往往导致神志异常，此时非单纯调养所能奏效，须得遣方用药补养精气。具体而言，可予沙参、六味地黄丸等滋阴填精；或以鹿茸、肾气丸等温阳生精；或施熟地黄、四物汤等养血益精；或投五味子、金锁固精丸等精神同调。总之，借此三法针对性地葆精，亦为积精全神之修养。

2. 养气以自护 《素问·宝命全形论》载：“人以天地之气生”^{[1]202}，《难经·八难》亦云：“气者，人之根本”^[30]。气，布散全身，无处不在，无时不有，运化不息，不断地推动和激发脏腑经络组织器官的生理活动，是维系人体生命活动的重要物质。关于“气”之养护，有以下六点：一者，少语言以涵真气。《福寿丹书·碧霞采补长生》曰：“凡修真养气者，省言语养内真”^[31]，此处倡导并非绝对缄默，而是言语适度，戒急戒快，避免喋喋不休，以助真气内敛。二者，薄滋味以养血气。强调食宜清淡，勿过食肥甘厚腻之品，否则痰湿内生，阻碍水谷精微运化，损害中焦脾胃，影响气血化生。三者，咽津液以充脏气。叩齿吞津是道家传统养生术，常行此法，可达健脾和胃、补肾益气、纳气归元之功。四者，莫嗔怒以护肝气。《老老恒言·燕居》亦语：“人借气以充其身，故平日在乎善养，所忌最是怒”^[32]，气欲柔不欲刚，肝在志为怒，怒则相火妄动，气逆不得顺，气血疏泄过亢，故强调不生嗔怒，平心静气，怡神畅情，是为养护肝气。五者，美饮食以滋胃气。所谓“美饮食”并非追求珍馐美味，而是强调膳食均衡，不得偏嗜，食饮有节，易于消化，方能养护胃气，稳固后天。六者，行导引以培生气。唐代孙思邈于《备急千金要

方·调气法》中谓：“善摄养者，须知调气方焉”^[33]。导引以形引动人体内气流动，以意引动气机变化，导气令和，通畅腑气，养生延年。《素问·举痛论》道：“百病生于气”^[128]，若能遵上述六点，则气充有力，气机条畅，邪不可干，形神合一，人体自然康健。

3. 毓神以自王 《素问·移精变气论》言：“得神者昌，失神者亡”^[111]，揭示人体生命活动皆系于神之主宰，形与神离则死。然“神不全”多咎于虚实两端，虚者多因物质基础虚乏，诸如肾精、心血等虚不养神，以致神疲健忘、反应呆滞、失眠多梦等症；实者多由邪淫犯神，诸如痰、瘀、火等扰乱神机，使得神无所归，引发谵语、癫狂等疾^[34]。总览《黄帝内经》，对“神”之调摄不过养心、清静与顺时^[35]。第一，养心调神。《素问·灵兰秘典论》云：“心者，君主之官也，神明出焉”^[180]，可见唯心者旺，则心血充，心脉畅，心神明。《灵枢·本神》又语：“怵惕思虑者则伤神”^[1826]，意指思虑太过，劳心伤神；反之思虑减少，心志舒畅，神安无惧，清明自在。第二，清静调神。《脾胃论·省言箴》载：“积精以全神，必清必静，御之以道”^[36]。《淮南子·原道训》言：“夫精神气志者，静而日充者以壮，躁而日耗者以老”^[37]，“神”有任万物理万机之用，若神静志安，则精气日渐充盛，形体随之健壮；若神躁不宁，则精气日益耗损，形体必然早衰，故养神当以平和恬淡，亲近自然，摒除杂念，心无妄动，而至滑寿所述“法道清静，精神内守，故虚邪不能为害”^[38]之境。第三，顺时调神。《黄帝内经》设“四气调神大论”^[111-13]专篇阐述四时养神之道。当中，春季养神应春之“发陈”“以使志生”，情志条达；夏季养神当应夏之“蕃秀”“使志无怒”，宣畅气机；秋季养神须应秋之“荣平”“使志安宁”，情志内敛；冬季养神则应冬之“闭藏”“使志若伏若匿”，安静自如，藏而不放，旨在形神同调。

综上，经“神”之调摄，驾驭思维意识，充盈精气血液，调节脏腑生理，这既是精神上的修养，也是对自我生命的把握和主宰。

小结

“积精全神”言辞简练，却为《黄帝内经》养生精髓所现，凸显的是一种身心和谐、形神共养、动态平衡的摄生智慧，向往的是一种天人相参、淳德全道、歿世不殆的美好愿景，具备的是一种以精为基、以气为体、以神为用的生理特性，倡导的是一种葆精自刚、养气自护、毓神自王的养生真道。本文以“积精全神”为视角，管窥《黄帝内经》养生思想，然囿于学识所限，未能穷尽其深邃与广博，亟待相关学者整理补充，以期全面揭示《黄帝内经》养生奥旨，为人类健康事业贡献智慧与力量。

参考文献

- [1] 明·马蒨.黄帝内经注证发微.北京:中医古籍出版社,2017
- [2] 明·李中梓.内经知要.陆鸿元,包来发,校注.北京:中国中医药出版社,1994

- [3] 清·程国彭.医学心悟.闫志安,徐文兵,校注.北京:中国中医药出版社,1996:5
- [4] 清·张志聪.黄帝内经素问集注.王宏利,吕凌,校注.北京:中国医药科技出版社,2014
- [5] 明·张介宾.类经.郭洪耀,吴少祯,校注.北京:中国中医药出版社,1997
- [6] 汉·许慎.说文解字注.清·段玉裁,注.郑州:中州古籍出版社,2006
- [7] 战国·荀子.荀子.孙安邦,马银华,译注.太原:山西古籍出版社,2003:6
- [8] 春秋·管仲.管子.北京:北京燕山出版社,1995
- [9] 汉·王充.论衡.陈蒲清,点校.长沙:岳麓书社,1991:323
- [10] 佚名.礼记.长春:吉林人民出版社,2005:212
- [11] 商·周公.周礼.崔高维,校点.沈阳:辽宁教育出版社,2000:99
- [12] 南北朝·范晔.后汉书.北京:中华书局,1965:1254
- [13] 战国·吕不韦.吕氏春秋.刘亦工,校译.武汉:崇文书局,2007:1
- [14] 蔡光先,瞿岳云,肖子曾.中医神-脏相关论.中国中医基础医学杂志,2010,16(12):1085-1088
- [15] 马烈光,章德林.中医养生学.北京:中国中医药出版社,2021:74-77
- [16] 萧圣中,编著.周易.北京:金盾出版社,2009:144
- [17] 明·庄子.庄子.俞婉君,译注.南昌:二十一世纪出版社,2014
- [18] 明·吴昆.黄帝内经素问吴注.济南:山东科学技术出版社,1984:4
- [19] 隋·杨上善.黄帝内经太素.北京:人民卫生出版社,1965:606
- [20] 清·姚止庵.素问经注节解.北京:人民卫生出版社,1963:5
- [21] 清·林珮琴.类证治裁.上海:第二军医大学出版社,2008:3
- [22] 明·朱橚.普济方.北京:人民卫生出版社,1959:3303
- [23] 周臣,张孙彪,校注.厚生训纂.北京:中国中医药出版社,2016:68
- [24] 罗美,杨杏林,校注.内经博议.北京:中国中医药出版社,2015
- [25] 周荣易,马丙祥,任献青,等.《黄帝内经》中医之“神”视角下的中医生命观.中华中医药杂志,2022,37(9):5260-5264
- [26] 明·李盛春.医学研悦.田思胜,注解.北京:中国中医药出版社,1997:200
- [27] 万全.万全妇科二书.郑州:河南科学技术出版社,2019:99-100
- [28] 万全,范崇峰,校注.养生四要.北京:中国中医药出版社,2016:7
- [29] 明·武之望.济阴纲目.北京:中国中医药出版社,1998:168
- [30] 佚名.难经.成都:四川科技技术出版社,2008:36
- [31] 明·龚居中.福寿丹书.北京:中医古籍出版社,1994:146
- [32] 清·曹庭栋.老老恒言.蒋力生,叶明花,点评.北京:中国医药科技出版社,2021:38
- [33] 唐·孙思邈.备急千金要方.鲁兆麟,点校.沈阳:辽宁科学技术出版社,1997:415
- [34] 张惜燕,邢玉瑞,胡勇.中医神理论的系统研究.中华中医药杂志,2023,38(2):526-529
- [35] 王庆其,周国琪.黄帝内经百年研究大成.上海:上海科学技术出版社,2018:396
- [36] 金·李东垣.脾胃论.北京:人民卫生出版社,2005:96
- [37] 汉·刘安.淮南子.杨坚,点校.长沙:岳麓书社,2015:10
- [38] 元·滑寿,注.明·汪机,续注.读素问钞校注.郑州:河南科学技术出版社,2014:91

(收稿日期:2024年12月18日)