

## · 论 著 ·

## 中医“长夏”的三重内涵\*

李超杰,张其成

北京中医药大学,北京 100029

**摘要:**作为一个立体式的复合型概念,“长夏”应该包括“时间内涵”“地理内涵”“气象内涵”这三重内涵。从时间上来说,长夏时节应该是农历六月,并且和“二十四节气”中的小暑大暑、“三伏天”中的初伏中伏相对应。从地理上来说,在五行归类中和“长夏”这一概念相对应的地理区域“中央者”,应该就是以郑州为中心的中原地区。从气象上来说,农历六月中原地区“高温酷暑、大雨时行”,由此导致了高温高湿的气象条件,进而对人体产生了“湿困脾气”的生理病理影响。

**关键词:**长夏;时间内涵;地理内涵;气象内涵;湿困脾气

**DOI:**10.16368/j.issn.1674-8999.2024.01.002

**中图分类号:**R226 **文献标志码:**A **文章编号:**1674-8999(2024)01-0011-06

## Triple Connotation of "Long Summer" in Traditional Chinese Medicine

LI Chaojie, ZHANG Qicheng

Beijing University of Chinese Medicine, Beijing China 100029

**Abstract:** As a three-dimensional compound concept, "Long Summer" should include three connotations: "time connotation", "geographical connotation" and "meteorological connotation". In terms of time, the Long Summer is in the sixth month in China Nong Calendar, corresponding to the Xiao Shu and Da Shu in the "24 Solar Terms" as well as the Chu Fu and Zhong Fu in the "Three Fu Days". Geographically speaking, the central region, which refers to the region of the Central Plains with Zhengzhou as the center, corresponds to the concept of "Long Summer" in classification of the Five Elements. From a meteorological perspective, in the sixth month of the China Nong Calendar, the Central Plains region is prone to high temperatures, scorching heat, and heavy rain, which leads to meteorological conditions of high temperature and humidity, thereby causing physiological and pathological effects on human body, such as "Dampness injuring the Spleen Qi".

**Key words:** Long Summer; time connotation; geographical connotation; meteorological connotation; dampness injuring the Spleen Qi

《周易·系辞传下》曰:“《易》之为书也,广大悉备,有天道焉,有人道焉,有地道焉,兼三才而两之,故六”<sup>[1]</sup>。按照这个思路分析,“长夏”这一概念也应该是“兼三才之道”,关于“天道”,天有五时(春、夏、长夏、秋、冬);关于“人道”,人有五脏(肝、心、脾、肺、肾);关于“地道”,地有五方(东、南、中、西、北)。可以看出,“长夏”本身也是一个“立体式”的概念体系,单单把“长夏”理解为一年中的某一时间

段,这是对“长夏”的不完整理解。从中医文化学的角度来分析,“长夏”应该理解为:在一年当中的某个时间段内,在地上的某个区域中,高温高湿的气象条件对人体脾脏产生的病理影响。可以看出,完整的“长夏”概念,应该包含着三重内涵,即“时间内涵”“地理内涵”“气象内涵”,这也正是本文探讨的内容所在。

按照中医五行归类,关于“长夏”在中医五行中的对应关系,我们可以总结如下:时间——长夏、方位——中央、五气——湿气、五脏——脾、五行——

\* 基金项目:国家社会科学基金项目(16ZDA234)

土、五色——黄、五志——思。在上述五行归类中,本文从“天文学、地理学、气象学”这三个方面,重点探讨了“长夏”的“时间内涵”“地理内涵”“气象内涵”,试图以多学科的视角重新思考中医“长夏”。

## 1 长夏的时间内涵

“长夏”首先是一个时间概念,这也是目前学术界研究“长夏”的重点所在,本节首先对比思考研究了关于“长夏”的多种时间界定,最终界定“长夏”为农历六月。在中华文化历史上,和“长夏”概念一直长时间并行的还有两个概念,即“小暑、大暑、三伏天”,对比思考研究这三个概念,可以看到,“长夏、小暑与大暑、三伏天”这三个概念有着极强的关联性。

**1.1 长夏的时间界定——农历六月** 既然思考“长夏”,那么就必须首先对“长夏”进行时间上的界定。目前关于“长夏”的时间界定主要分为五种情况:第一种是认为一年分为360天,平均分为五季,春、夏、长夏、秋、冬各占一季,每季72天;第二种是“长夏”分别主持春、夏、秋、冬四季的季末18天;第三种是认为“长夏”为农历六月;第四种认为“长夏”其实并没有实际的天数;第五种认为“长夏”应该是同第一种那样的划分方法,但是一季分为73日5刻<sup>[2]</sup>。第一种情况和第五种情况其实本质是相同的,都是来源于古代的“十月太阳历”。“十月太阳历”把全年平均分为五等份,每份为72日或73日又5刻<sup>[3]</sup>。关于第二种情况,就是《素问·太阴阳明论》指出的:“脾者土也,治中央,常以四时长四脏,各十八日寄治,不得独主于时也”<sup>[4]</sup>。在这里表明“长夏”的另一种时间界定就是“四季每季的后十八天”。关于这一说法,本文赞同史佳岐<sup>[5]</sup>的观点:“这是两种不同的五行模式下对应的结果,不能想当然的推论长夏与这四时末之十八日相对应。”“各十八日寄治”这种说法只是表达了“土治中央、脾胃为重、季节转换”这三层含义,况且该段文字并没有出现“夏”字,所以本文对这种说法不再进行讨论。同样原因,关于第四种情况,本文也不再进行讨论。在剩下的第一种情况和第三种情况之中,目前主流的观点是倾向于认为“长夏”就是“农历六月”。王冰注解《素问·脏气法时论》曰:“脾主长夏,足太阴、阳明主治,其日戊己,脾苦湿,急食苦以燥之。”<sup>[4]</sup>王冰认为:“长夏,谓六月也。夏为土母,土

长于中,以长而治,故云长夏。”在这段中已经出现十月太阳历“其日戊己”的概念,王冰依旧认为“长夏”就是六月。同时在此处,林亿《重广补注黄帝内经素问》也记载了古代医家全元起对“长夏”的理解:“脾王四季,六月是火王之处,盖以脾主中央,六月是十二月之中,一年之半,故脾主六月也。”也就是说,全元起也认为“长夏”就是六月。王冰在注解《素问·六节藏象论》中也认为:“所谓长夏者,六月也,土生于火,长在夏中,既长而王,故云长夏也。”<sup>[4]</sup>张其成也认为“长夏”就是农历六月,而没有赞同“长夏”为第三个72日的说法<sup>[6]</sup>。李经纬等主编的《中医大辞典》也认为:“长夏,农历六月。”<sup>[7]</sup>《黄帝内经》(包括《素问》《灵枢》)一共出现“长夏”32次,其中包括4次“季夏”,这4次分别出现在《素问·风论》《灵枢·本神》《灵枢·经筋》《灵枢·五音五味》这4篇。查阅这4篇,本文认为“季夏”和“长夏”隐含的意思相同,所以不再对“季夏”单独讨论。综合以上观点,本文界定的“长夏”也是指“农历六月”。

**1.2 中医“长夏”的相关概念——“小暑大暑”和“三伏天”** 目前我国通用的历法是公历,公历是太阳历,是以地球回归年为单位标准的。但是除此之外我们还使用阴历,阴历是以月相周期制定的历法,以一个朔望月为一个周期。我们在日常生活中还一直在运用“二十四节气”。“二十四节气”也是太阳历,和公历的本质是一样的,这也就是为什么“二十四节气”在每个公历年的日期基本上是固定的,前后最多偏差不会超出3天时间。阳历、阴历、二十四节气合在一起就是中国人独特的智慧“阴阳合历”,即农历。“二十四节气”第一次完整表述出现在《淮南子·天文训》<sup>[8]</sup>,同时在《淮南子·时则训》<sup>[8]</sup>中又对十二个月进行了详细描述,在描述的内容中已经包括了“二十四节气”甚至是“七十二候”所要描述的“时候、物候、气候”等变化,这些内容同样记载在《礼记·月令》中。虽然完整的“七十二候”记载于《逸周书·时训解》<sup>[9]</sup>,但是通常认为《时训解》应该是汉代人依照《礼记·月令》等著作进行的改易增附的内容,所以我们还是依照《礼记·月令》来解读“二十四节气”和“七十二候”:小暑——“温风始至,蟋蟀居壁,鹰乃学习”;大暑——“腐草为萤,土润溽暑,大雨时行”<sup>[10]</sup>。

和“长夏”密切相关的还有一个概念,即“三伏

天”,所谓冷在三九,热在三伏。“夏至三庚便数伏”,夏至后的第三个庚日为头伏第一天,夏至后的第四个庚日是中伏第一天,立秋后的第一个庚日是末伏第一天,并且规定头伏和末伏都是10日,这就造成了每年的中伏会出现或者10日或者20日的情况。谚语道“小暑大暑,上蒸下煮”,高温、多雨、潮湿、闷热、蒸腾,这些都是“三伏天”的典型特征。“三伏天”的概念是基于“天干地支历法”,十天干指的是甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸,十二地支指的是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥。十天干配合十二地支共有六十种组合,这种组合适用于年、月、日、时。如果从天文历法的角度来看,天干地支历法应该是一种独特的“阳历”,因为有一种说法是十天干指的是十月太阳历,而十二地支指的是十二太阴历,也就是说天干地支历法描述的是“日—地—月”这三者运行的规律体系。查看日历,每年的“长夏”“小暑大暑”“三伏天”在时间上几乎都是重合的,这也说明古人早就认识到这三者在气象上的相似性。关于“长夏”与“小暑大暑”以及“三伏天”的关系,弓明燕等<sup>[11]</sup>认为:“长夏应该包括小暑与大暑两个节气,也正是三伏天的初伏与中伏这个时间段。”“长夏”时间的界定对“五行”概念的形成意义重大,“春、夏、长夏、秋、冬”这才是完整的“五季”,正如张登本所说:“正本清源,五行学说的源头只能是一个,这就是五季说”<sup>[12]</sup>。

## 2 长夏的地理内涵

“五季说”是“五行说”的重要源头,但是“东、西、南、北、中”等“五方说”也是“五行说”的另一个重要源头,时间和空间的结合才是完整“五行说”的理论基础。在《素问·异法方宜论》中指出了“中央者”这一概念,但是并没有给出“中央者”的具体范围。按照“五行说”归类,时间“长夏”、地点“中央者”、五气“湿气”是归为一类的,这就需要我们从中医学文化的角度来探析“长夏”的“地理区域”。通过地理学的视角界定,“中央者”的地理区域其实指的就是“中原”,广义的“中原”指的是以洛阳至开封一带为中心的黄河中下游地区,狭义的“中原”指的就是河南省,而郑州在本文中从中医文化学的视角来看,可以作为“中央者”这一中医文化代表性具体地点。

### 2.1 中医理论之“五方”概念 《素问·异法方宜

论》中指出,“东、西、南、北、中”等“五方”不同地区的地理环境、气候差异、诊断治疗,可以看出这是一篇地理医学论,篇中指出:“中央者,其地平以湿,天地所以生万物也众”<sup>[4]</sup>。篇中把当时能够研究到的地理范围分为“五方”,并且以中原地区为“中央”。关于“东、西、南、北、中”等“五方”也出现在《素问·阴阳应象大论》中,说明《黄帝内经》是非常重视“五方”的。甚至在《素问·五常政大论》中也指出:“西北之气散而寒之,东南之气收而温之,所谓同病异治也”<sup>[4]</sup>。“辨证论治辨的是“天、地、人”,“地”指的就是“地理环境”。回顾文献,“五方”的概念可能最早要回溯到河图洛书之中,考古发现,安阳殷墟的大墓多呈现“亚”字形状,这说明在商代已经形成了“五方”的模糊概念,也就是后世“五行”理论的最早源头。到战国至秦汉时期,“气—阴阳—五行”这一中华传统文化的权威理论体系逐渐成熟,并且渗透到包括医学在内的学术界<sup>[13]</sup>,在这个过程中,“五方”和“五行”也逐渐融合在一起。为了探析“中央者”的区域范围,我们可以尝试从另外一个视角,即地理学的角度和思路来解读这一问题。

### 2.2 中医文化学“中央者”指的就是“中原”

我国地处欧亚大陆的东端,从地形地貌上来看,大致呈现出西高东低的三级阶梯状分布。第一阶梯是青藏高原(包含柴达木盆地);第二阶梯包括内蒙古高原、黄土高原、云贵高原、塔里木盆地、准噶尔盆地、四川盆地;第三阶梯包括东北平原、华北平原、长江中下游平原,以及辽东丘陵、山东丘陵、江南丘陵。参照“中央者,其地平以湿”,就可以很容易把“中央”的位置锁定在华北平原之内。华北平原又称“黄淮海平原”,地处燕山、太行山、淮河之间,可以看出这个平原的范围是极为广阔的。在历史文化意义上,有一个词汇和“中央者”以及华北平原有着深刻关联,那就是“中原”。中原,又称华夏、中土、中州、中华、中国,广义的“中原”指的是以洛阳至开封一带为中心的黄河中下游地区,狭义的“中原”指的就是河南省。在夏商周乃至秦汉时期,中原地区一直都是中华文化精华之所在,“中原”一词蕴藏着丰富的文化意义。按照这个思路来理解,广义的“中央者”指的就是以洛阳至开封一带为中心的黄河中下游地区,狭义的“中央者”指的就是河南省。自古有云“得中原者得天下”,反思这句话,古代冷兵器时代,中原地区一马平川,其实这并不利于政权的稳固,这是因

为无险可守。如果从文化的意义来讲,“得中原者得天下”的这个“中原”也可以理解为某一个具有象征性意义的具体地点,比如十三朝古都洛阳、八朝古都开封、七朝古都安阳、夏商古都郑州。也就是说,只要一个政权能够攻占这几个具有象征性意义的都城,就算是取得了政权合法性,这就是具体地点层面上的“中央者”。

### 2.3 “中央者”的中医文化代表性具体地点——郑州

正如上文所论述,无论是广义的、狭义的,还是具体地点层面上的“中央者”,绝对不仅仅是一个地理概念,而更多的是一个文化概念,中医文化当然包括在里面。下文试图结合“郑州”这一具体地点,来解读“中央者”这一概念。首先,从历史和文化意义上来分析“郑州”的独特位置,正如上文所说,“中原”指的是以洛阳至开封一带为中心的黄河中下游地区,狭义的中原指的就是河南省。注意这里的“洛阳至开封一带为中心”这句话,查阅地图就会发现,郑州几乎正好位于洛阳和开封正中间,也就是说郑州几乎是“洛阳至开封一带为中心”这个地区的“正中心”。其次,从黄河来说,按照目前国家地理标准的界定,从黄河河源到内蒙古托克托县河口镇为黄河上游,从河口镇到河南郑州的桃花峪(花园口站)为中游,桃花峪(花园口站)以下为下游,可以看出,以桃花峪为标志的郑州正好处于黄河中下游的分界点。桃花峪这个分界点意义非常大,因为这涉及到另外一个重要概念,即“二十四节气”,这是我国古代特殊的阳历体系。而“二十四节气”恰恰是以黄河中下游地区为参考区域的,而黄河中游和下游的分界点恰恰就在郑州的桃花峪,这也就是郑州为“中央者”的另一个佐证。“小暑大暑,上蒸下煮”,以及大暑节气的“大雨时行”,这些都完全应验了黄河中下游的分界点“郑州”处于“中央者”。最后还有两个历史故事来证明郑州的特殊地理位置,一个就是传说中《黄帝内经》的作者——黄帝,黄帝曾经建都于现在的郑州新郑市,“受国于有熊”<sup>[9]</sup>,现在郑州市还在那里建立了新郑市黄帝故里风景区来纪念黄帝。无论以上传说真实与否,以黄帝的名义著成的《黄帝内经》中“中央者”定位于“郑州”也是合情合理的。这就是《帝王世纪》记载的“以土承火,位在中央,故曰黄帝”<sup>[9]</sup>。还有一个传说就是五岳之一的“中岳嵩山”,而中岳嵩山恰恰位于郑州登封市,郑州“中央者”的地位再次得到体现。这里需

要交代一个问题,如果从纯粹地理学的角度来说,我国的地理正中心——大地基准点(我国经度和纬度的起算点和基准点)位于陕西省咸阳市泾阳县永乐镇石际寺村<sup>[14]</sup>,在当时确定这个基准点的时候对西安、洛阳、武汉、兰州、重庆等地都进行过考察和测定,这五个地点各有其代表意义,但最终还是选择在永乐镇石际寺村。而本文所探讨的“中央者”——郑州,也是有着特定的内涵,主要是从文化学的角度来界定的。

## 3 长夏的气象内涵

从《黄帝内经》开始,“长夏”这一概念一直受到中医界的重视,最重要的原因其实还是“长夏”时节所展示出来的气象特征“高温、高湿、多雨、潮湿、闷热”,特别是对人体脾胃脏腑生理病理的影响,这就是“湿困脾气”。研究“长夏”气象必须结合气候、天气这两个方面综合分析,这三者的关系大致可以总结如下,即:“气候是大气的长期状态,也就是大气长时间内气象要素和天气现象的平均或统计状态”<sup>[15]</sup>。气候、气象、天气这三者是密切相关的。从气候来说,中原地区属于温带季风气候区,“夏季高温多雨”,我国东部夏季雨带由南至北大约7月中旬到8月中旬是华北雨季,中原地区在这段时间内极易发生短时间、强对流、大雨乃至暴雨为主的降雨气象。从天气来说,正是因为“高温酷暑”和“大雨时行”的原因,长夏时节的天气状况展现出“高温、高湿、多雨、潮湿、闷热”的特征。从中医理论来看,这样的天气状况对人体来说极易产生“湿困脾气”的影响。下文通过现代气象学的统计方法,以“中央者”地区为例,一方面探析了“长夏”时节“中央者”地区“高温酷暑”以及“大雨时行”的缘由,另一方面也对“高温高湿”对人体生理病理的影响进行了分析。

### 3.1 “长夏”气象之“高温酷暑”与“大雨时行”

按照目前我国气候学的标准,中国大致可以分为温带季风气候、温带大陆性气候、亚热带季风气候、热带季风气候、高原高山气候这五大类型。其中的温带季风气候区域主要包括华北平原、东北平原、黄土高原。温带季风气候的主要特点就是:夏季高温多雨,冬季寒冷干燥,四季分明。从上文“中央者”的地理位置可以看出,“中央者”正好处于温带季风气候区域,夏季高温多雨正是这个地区的气候特点。

“气候”一词的英文 climate 来源于希腊语中的 klima 一词,这一词的原意就是“倾斜”,指的就是地平线上太阳光线的角度。古希腊人早就意识到各地的冷暖与太阳光线的倾斜角度有关,倾斜角度越小,则当地越寒冷,倾斜角度越大,则当地越暖热。中国的“气候”一词,来自于二十四节气和七十二候,起源于对黄河流域的天文、地理、物候的整体观察和记录<sup>[15]</sup>。关于气温,排除地形因素、海洋和大气环流、人为影响等因素,各地某个时段的气温主要决定于太阳高度角和昼夜长短的变化。“夏至”是每年的公历6月21日或者22日,就在这一天太阳直射北回归线,太阳黄经到达90°,这一天北半球白昼最长、黑夜最短,也就是预示着夏天的真正来临。从我国的地理位置来看,我国大部分地区位于北回归线以北,考虑到地面热量收支的消长变化,从“夏至”开始整个地面热量的吸收大于热量的散发,大概在一个月后(即小暑末大暑初),整个地面温度达到最高值,这就是“长夏”时段高温的原因所在<sup>[16]</sup>。也就是说,“长夏”期间我国绝大部分的地区都会接收到一年当中最强的太阳照射,全国平均温度也达到一年当中的最高值。“长夏”期间,“中央者”当然也是达到了一年当中的气温最高值。正是“长夏”期间有如此高的温度,才使得“长夏”高温酷暑、大雨时行、湿困脾气的特征成为可能,因为太阳的热量分布是地球上热量分布的最终决定性因素。

关于“大雨时行”,如果按照王冰和李经纬的观点,长夏即为农历六月。“长夏”重要的气象特征之一就是“降雨频发”,也就是二十四节气“小暑大暑”里面描述的那样“大雨时行”。关于“大雨时行”这一现象,我们可以从现代气象学的角度来解读这一问题。从我国东部地区来说,在东亚夏季风影响下,东部雨季带呈现出由南向北推进的走势,4月上旬到6月下旬是华南前汛期,6月上旬至7月中旬是江淮流域梅雨季,7月中旬至8月中旬是华北雨季<sup>[15]</sup>。从这个雨季推进图可以看出,7月中旬至8月中旬左右,在华北地区极易发生短时间、强对流、大暴雨为主的降雨气象现象,以郑州为中心的“中央者”正好处于这个区域之内,这就解释了为什么“小暑大暑”期间黄河中下游流域会出现“大雨时行”的气象现象,这也正是“长夏”期间“大雨时行”的原因所在。关于这一问题,其实早在《素问·五运行大论》中已经讲的非常明白:“中央生湿,湿生

土……其政为谧,其令云雨,其变动注,其眚淫溃。”<sup>[4]</sup>“淫溃”指的就是因为大雨时行导致的土崩地裂,这说明古人对这一区域的气候特征早就有详细的观察和记录。而在2021年发生的震惊全国的河南郑州“7·20”特大暴雨灾害,就是正好出现于2021年7月17日至23日这7天时间之内,这7天正好处于当年的农历六月“长夏”时节、小暑末大暑初、初伏末中伏初,这些时间节点正好和“大雨时行”相互印证。

**3.2 湿困脾气** 在上文“高温酷暑”和“大雨时行”的基础之上,本文以郑州地区的天气现象历史统计数据为例来论证上述观点。“中国天气网”官网给出的郑州地区1971—2000年7月份天气数据统计结果如下,平均最高气温31.8℃,为全年最高;平均降雨量155.5 mL,占全年平均降雨量(632.3 mL)的24%;平均降雨天数11.6 d,为全年最多<sup>[17]</sup>;单日平均降雨量为13.4 mL,按照中国气象局的官方标准,这个降雨量属于“中雨等级”。但是,现实中降雨不可能如此平均,复杂的气象条件会使得降雨集中于某一个时间段内的某个地区,这就极易发生大雨乃至暴雨这样的极端气象现象。长夏时节高温、多雨,这正是天气潮湿、闷热的直接原因,也就是高湿。从“湿困脾气”来说,《素问·脏气法时论》曰:“脾主长夏,足太阴、阳明主治,其日戊己,脾苦湿,急食苦以燥之。”<sup>[4]</sup>李东垣在《脾胃论》中也指出:“时当长夏,湿热大胜,蒸蒸而炽,人感之多四肢困倦,精神短少,懒于动作,胸满气促,肢节沉疼。”<sup>[18]</sup>中医极为重视长夏的“湿气”,脾(胃)为后天之本,喜燥恶湿,即“脾苦湿”。长夏时节外湿最盛,很容易困遏脾气引起湿浊内生,而一旦水湿痰饮内生又会反过来困遏脾气,最终影响脾气正常功能的发挥,进而产生一系列的人体病变。据相关人体观测实验显示,最怡人的室内温度湿度如下:冬季温度为18~25℃,湿度为30%~80%;夏季温度为23~28℃,湿度为30%~60%。还以郑州地区为例,据笔者统计,郑州2021年7月平均温度为32.3℃,平均湿度更是达到78%。无论是从温度还是湿度来看,2021年郑州7月份的天气都是“高温高湿、湿热交加、上蒸下煮”,这也正是李东垣所说的“时当长夏,湿热大胜,蒸蒸而炽”。公历7月包括了“小暑大暑”这两个节气,这和每年的长夏时节、初伏中伏基本上是相符的,这个时间段湿热交加,极为容易发生湿困脾

气。

#### 4 结语

本文从多学科思考中医“长夏”，得出结论，“长夏”是一个立体式的复合型概念，本身就应该包括“时间内涵”“地理内涵”“气象内涵”这三重内涵。从中医文化学的角度，“长夏”指的是农历六月（即小暑大暑以及初伏中伏）期间，在以郑州为中心的中原地区，由于“高温酷暑”以及“大雨时行”的气象条件，引发了“高温高湿”的气象现象，由此也对人体产生了“湿困脾胃”的生理病理影响。

“长夏”的时间内涵为农历六月，这已经是学术界主流观点，“长夏”的地理内涵为以郑州为中心的中原地区，这也是符合实际情况和文化习俗的。但是“长夏”的气象内涵还需要客观和辩证看待。由于我国幅员辽阔，且各地地形复杂多变，从全国气象数据来看，在夏季比中原地区温度更高、湿度更高的地区还是很多的。之所以会出现理论与实际的偏差，主要还是因为本文只是从中医理论体系和中医文化学的角度对“长夏”进行了多角度分析，并且结合《黄帝内经》《淮南子》《礼记》等古典文献对“长夏”进行了印证性分析，也就是说，“长夏”丰富的文化内涵远比其量化指标更加有意义。

#### 参考文献：

- [1]张其成.张其成全解周易[M].北京:华夏出版社,2018:668.
- [2]王家琪,王彩霞.“脾不主时”与“脾主长夏”的内涵及发展[J].中医杂志,2017,58(9):724-728.
- [3]陈晓辉,李敏,杨博文,等.浅析十月太阳历对脾主时令的影响[J].中国中医药现代远程教育,2016,14(20):44-46.
- [4]张登本,孙理军.王冰医学全书[M].2版.北京:中国中

医药出版社,2015:153,123,64,77,355,314.

- [5]史佳岐.《黄帝内经》脾与岁时关系的研究[D].济南:山东中医药大学,2020.
- [6]张其成.张其成全解黄帝内经-素问[M].北京:华夏出版社,2021:336.
- [7]李经纬.中医大词典[M].北京:人民出版社,2005:329.
- [8]刘安.淮南子[M].北京:中华书局,2022:130,239.
- [9]皇甫谧.帝王世系 世本 逸周书 古本竹书纪年[M].济南:齐鲁书社,2010:55,5.
- [10]礼记[M].北京:中华书局,2017:323-326.
- [11]弓明燕,王森.“长夏”考辨[J].中医药导报,2018,24(14):10-12.
- [12]张登本.五行概念源于一年分为五季[J].中医药通报,2018,17(4):5-6.
- [13]张其成.中医哲学基础[M].北京:中国中医药出版社,2016:5.
- [14]窦贤.走进泾阳:中华大地原点[J].西部大开发,2004(11):44-45.
- [15]郑国光.中国气候[M].北京:气象出版社,2019:3,56.
- [16]姜世中.气象学与气候学[M].2版.北京:科学出版社,2020:54.
- [17]中国天气网.郑州基本气候气候情况(据1971-2000年资料统计)[EB/OL].(2000-12-12)[2023-05-01].<http://www.weather.com.cn/cityintro/101180101.shtml>.
- [18]张年顺.李东垣医学全书[M].2版.北京:中国中医药出版社,2015:50.

收稿日期:2023-07-11

作者简介:李超杰(1987-),男,河南淇县人,博士研究生,研究方向:中医文化与中医哲学。

通信作者:张其成(1958-),男,安徽黄山人,教授,研究方向:中医文化与中医哲学。E-mail:zhangqicheng96@163.com

编辑:孙铮