

道家“三魂七魄”的内涵及其对中医神理论的启示

王子焱¹, 毛亦文², 梅志刚³, 葛金文^{3,4}

(¹湖南中医药大学第一附属医院, 长沙 410007; ²湖南中医药大学中医学院, 长沙 410208; ³湖南中医药大学中西医结合学院, 长沙 410208; ⁴湖南省中医药研究院, 长沙 410013)

摘要: “三魂七魄”是道家思想的重要组成部分, 且与中医神理论联系密切。文章通过对道家及中医文献资料分析总结“三魂七魄”的内涵, 认为三魂近于神, 主导机体生命活动和思维意识, 七魄近于形, 主导机体生理功能和病理变化, 它们共同构成了人体的完整生命体系。同时, 对比“三魂七魄”理论与中医神理论, 发现道家“三魂七魄”与中医神形相对应, 但在内容上相互补充, 并均以形神失调为核心病机。基于此, 结合两家之精髓, 总结出论治神志病应当坚持“双神并调, 脑心同治”“视其所害, 形神同治”“练精易形, 魂魄同调”3条核心治法, 以期丰富和发展中医神理论赋能。

关键词: 三魂七魄; 道家思想; 中医神理论; 五神; 五志; 神志病

Connotation of the ‘three ethereal souls and seven corporeal souls’ in Taoism and its inspiration for the theory of Shen in traditional Chinese medicine

WANG Ziyang¹, MAO Yiwen², MEI Zhigang³, GE Jinwen^{3,4}

(¹The First Hospital of Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410007, China; ²School of Traditional Chinese Medicine, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410208, China; ³School of Integrated Chinese and Western Medicine, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410208, China; ⁴Hunan Academy of Chinese Medicine, Changsha 410013, China)

Abstract: ‘Three ethereal souls and seven corporeal souls’ are an important part of Taoist thought, which is closely related to the theory of Shen in traditional Chinese medicine. By analyzing the literatures of Taoism and traditional Chinese medicine, this paper summarizes the connotation of the ‘three ethereal souls and seven corporeal souls’, and holds that the three ethereal souls are close to the Shen and dominate the life activities and thinking consciousness of the body, while the seven corporeal souls are close to the forms and dominate the physiological functions and pathological changes of the body, which together constitute the complete life system of the human body. At the same time, comparing the theory of ‘three ethereal souls and seven corporeal souls’ with the theory of Shen in traditional Chinese medicine, it is found that the Taoist ‘three ethereal souls and seven corporeal souls’, correspond with the Shen in traditional Chinese medicine in form, but they complement each other in content, and both of them take the disorder of form and spirit as the core mechanism. Based on this, combined with the essence of the two families, it is concluded that the treatment of mental disease should adhere to the dual spirit and regulation, brain and heart treatment; see its harm, form and spirit together. The three core treatment methods of refining and changing shape and soul harmonization are used to enrich and develop the theory of Shen in traditional Chinese medicine.

Keywords: Three ethereal souls and seven corporeal souls; Taoist thought; Theory of Shen in traditional Chinese medicine; Five gods; Five records; Mental disease

《说文解字》言:“魂,阳气也。魄,阴神也”,定义了魂魄的阴阳属性。《十三经注疏》进一步解释道:

“人之生也,始变化为形,形之灵者名之曰魄也……附形之灵为魄,附气之神为魂也”,表明“魂”属阳,

基金资助:国家重点研发计划“中医药现代化研究”重点专项(No.2018YFC1704904),国家自然科学基金面上项目(No.82174167),芙蓉实验室科技攻关项目(No.2023SK2113),湖南省重点研发计划(No.2022SK2016),湖南省卫生健康高层次人才重大科研专项(No.R2023162)

通信作者:葛金文,湖南省长沙市岳麓区岳华路142号湖南省中医药研究院(岳华院区),邮编:410013,电话:0731-89949007
E-mail: 001267@hnuem.edu.cn

依附于人体之气,“魄”属阴,依附于人之形体,两者均为人体无形的精神意识^[1]。道家对魂魄进一步细化,提出“三魂七魄”之说。“三魂七魄”首见于葛洪《抱朴子·地真》:“欲得通神,宜水火水形分,形分则自见其身中之三魂七魄”^[2]。然文中并未对“三魂七魄”做出解释和论述。“三魂七魄”理论真正成形则见于宋代张君房《云笈七签·魂神部》,提出三魂为胎光、爽灵、幽精,七魄为尸狗、伏矢、雀阴、吞贼、非毒、除秽、臭肺。由此可知,道家认为魂魄依赖于人之形体而存在,其中三魂是指依附于人体之气,居于主导统帅的3种精神力量,七魄是指人体与生俱来,具有功能性的7种精神力量或生理功能(反应和活动能力),此为道家思想的重要组成部分。

“神”是中医学的特色和核心概念,是生命现象的产生或存在,以及对生命主宰过程的体现,其中脑神、心神、识神、欲神、五神、七情等概念贯穿于中医神理论当中,指导中医认识人体生理病理及指导诊断治疗的全过程^[3]。其中,道学的许多概念对中医学神理论的发展产生了深远影响,如道家的“天人观”思想深刻推动了中医“形与神俱”的产生和发展^[4]。然而目前学界对于以“魂魄”为代表的中医神理论研究较为全面,而对于道家“三魂七魄”的研究和解读则关注甚少。因此,对道家“三魂七魄”内涵的探究有助于探究医道两家对“神”的不同分类和阐述,同时也可彰显两种分类体系的理论价值,为论治神志病提供新角度。

道家“三魂七魄”考

1. 三魂 胎光为太清阳和之气,为元神,源于母体,属于天,主命。《尔雅·释诂上》言:“胎,始也”。胎光意为从母体带来的初始生命之光,如《金宝内炼丹诀·神为主论》所云:“元神者,乃先天以来一点灵光也”,表明其为先天之真性,神明之祖。《云笈七签·魂神部》认为胎光“常欲得人清静,欲与生人,延益寿算,绝秽乱之想”^{[5]1188},对延长寿命,助断绝秽乱之想,常在人身中则可以长生。“头有九宫,上应九天,中间一宫,谓之泥丸……乃元神所住之宫”(《道藏·谷神不死论》),元神源于先天,舍于脑内泥丸中,后世李时珍在《本草纲目》中亦指出:“脑为元神之府”,由此可知胎光居于脑中。三神之中,元神主宰生命及意识活动。《仙籍旨诀·道生旨》云:“元神如主,千神如臣……能生其三魂七魄及诸体之神尔”,表明胎光具有化生形体的核心功能。《元气论》中讲道:“人之生也,禀天地之元气,为神为形”。由此可知,胎光来源于天地之元气,化生三魂

七魄,是先天生命活动固有的内在机制及规律。

爽灵为阴气之变,为元气,又称识神,阳神,属于五行。“爽”本义为明、明亮(《说文解字》),“灵”繁体字写作“靈”,本义指古代跳舞降神的巫。古代人们认为巫能通神,并认为是神的化身,所以“灵”以后又引申指神,人神沟通天地鬼神,谓之灵应、灵验。同时灵亦可代表聪明,通晓事理,如《庄子·天地》所云:“大惑者终身不解,大愚者终身不灵”。聪明伶俐即是机灵。由此可知,爽灵表主感官意识思维活动及情志活动^[6],如《段正元文集》道:“具知觉运动之灵者,则有识神”。吕洞宾曾在《太乙金华宗旨·元神识神》中提出:“识神居下心”,可知识神存于心内。识神主外,以人的意志为转移,“有思有虑,灵而不虚”^[7](《医学衷中参西录·人身神明论》),由此可知,爽灵其作用在于感知客观事物后产生思维意识和表现于外的生命活动。《云笈七签·魂神部》认为爽灵“常欲人机谋万物,摇役百神,多生祸福灾衰利害之事”^{[5]1751},亦指出爽灵不加以调控,常让人思虑甚多,产生操控事物的欲望,并试图使役百神,所以让人有祸福灾变等。

幽精为阴气之杂,为元精,又称欲神,阴神,属于地,其决定男性或女性的性取向与生育能力。《云笈七签·魂神部》认为幽精“常欲人好色、嗜欲、秽乱昏暗、耽著睡眠”^{[5]1752},即让人陷入好色嗜欲、秽乱昏暗的状态。张伯端《青华秘文·神为主论》云:“欲神者,气禀之性也。元神者,先天之性也。形而后有气质之性,善返之,则天地之性存焉”。元神乃先天具有的善性,乃先天得之,欲神是人禀气而形成的,为后天得之。“盖神亦役心,心亦役神,二者交相役,而欲念生焉”(《青华秘文·心为君论》),表明欲神随后天之气而生,在元神和识神的相互作用下逐渐发展。识神动后,人思虑利害关系而产生操控事物的欲念,并导致神明不安,如此则欲神得现。由此可知,幽精乃爽灵之变,阴气之杂气,常掩盖元神之性而使人陷入欲念之中。

据《道枢·入药镜》所言,三魂藏于人体脑、心、气海脐下3个丹田处,分别代表神、气、精,且元神、元气、元精最终是由下丹田所藏的“先天一炁”所化生^[8]。同时,三魂间则各有联系:胎光为元神,乃神明之体,主宰生命活动和精神情志,居于主导地位;爽灵为识神,乃神明之用,以元神为基础感应认识外界,并受其制约^[9]。元神与识神相互为用,协同完成人身之神的功能。若是识神不加以控制,则产生欲神,则为神明之变,干扰正常的神志活动。此即《云

笈七签·魂神部》所述：“三魂不定，爽灵浮游，胎光放形，幽精扰唤”^{[5]752}。总之，三魂彼此关联，相互影响，分主次先后，为人独有。

2. 七魄 “尸狗魄”，又称“中枢魄”，为心所主。“尸”，《说文解字·尸部》载：“尸，陈也。象卧之形”。“卧下曰‘伏也’，此字象首俯而曲背之形”（《说文解字注》），那么尸狗即为象卧之狗。狗天性警觉，即便卧下于睡梦中亦有较强的感知力，因此多承担看家护院之责，由此引申尸狗乃主宰人的睡眠与警觉之魄。尸狗魄使人即使在睡眠中也能保持对周围环境的感知，确保身体在睡眠中的预警能力，可知其为心接受外界事物所做出的反应，为心之神明所现。

“伏矢魄”，又称“天冲魄”，为脾胃所主。“伏”，“司也”（《说文解字》）。“司者，臣司事于外者也”（《说文解字注》）。“矢”，通“屎”，如“杀而埋之马矢之中”（《左传·文公十八年》）。由此可引申伏矢魄主二便的生成、储存和排放，为中焦脾胃升清降浊的运化之功。

“吞贼魄”，又称“力魄”。“吞”，“咽也”（《说文解字》），亦可引申为“灭也”（《广雅》）。贼，指代致病的邪气，如“虚邪贼风”（《素问·上古天真论》）。由此引申吞贼魄发挥祛除外邪、清化内邪之功，以保护身体免受病邪的侵害，乃大小肠传导糟粕的作用。

“臭肺魄”，又称“气魄”。臭通“嗅”，代表气味及闻的过程，指向肺脏为代表的呼吸系统功能，由此可知臭肺魄主管机体呼吸功能，亦是肺主治节的体现。

“雀阴魄”，又称“精魄”。《尔雅·释鸟》言：“桃虫，鷦。注：鷦，桃雀也，俗呼为巧妇”。由此可知，雀多指代女性。阴亦可指代妇人，也可指代生殖器。由此引申为雀阴魄主导人的生殖功能，其为肾及二阴所主。此外，古代称燕雀为“雀”，唾液为“阴津”，故古代称燕窝为“雀阴”，其具有补益肾精之效，亦可参。

“非毒魄”，又称“灵慧魄”。“毒，厚也”（《说文解字》），代表积聚，气血津液、外感六邪在体内积聚，损害正常气血运行，称之为“毒”。由此可知，非毒魄主祛除体内邪毒瘀阻，恢复气血之正常运行，其为心包及三焦系统调控人体的气血津液运行之表现。

“除秽魄”，又称“英魄”。秽即为体内秽浊，由此可知除秽魄的主要功能是排出体内的代谢产物和废物，确保身体的正常代谢，此为肝调节津液输布，

血液运行，胆汁泌泄，气机升降以发挥疏泄之功的表现。

《太丹隐书·一名三元浩篇》载：“人有三魂，利人之存，人有七魄，害人之命”。不同于三魂，道家理论中七魄地位较低，《云笈七签·魂神部》认为七魄为“身中之浊鬼也”，并指出：“七魄流荡，游走秽浊，或交通血食，往鬼来魅……或将鬼入、呼邪杀质、诸残病生人，皆魄之罪；乐人之死，皆魄之性；欲人之败，皆魄之病”^{[5]1193}。《太上洞玄灵宝无量度人上品妙经注·卷上》简要阐释了七魄对人体所害：“尸狗主贪，伏矢主食，雀阴主淫，吞贼主偷，非毒妄想，除秽败善，臭肺主一切烦恼，以其不善，故名亦恶”。由此可知，七魄主人的一些基本欲望，在修道角度来看这是恶行，会引人人入邪道，并导致疾病灾厄的发生。

综上可知，三魂七魄相互依存、相互影响。三魂近于神，主导机体生命活动和思维意识，七魄近于形，主导机体生理功能和病理变化。它们共同构成了人体的完整生命体系，它们之间的平衡和协调是人体健康和精神状态良好的重要保障。

道家“三魂七魄”理论与中医神理论的关联

1. 三魂主神 道家三魂理论与中医学五神理论联系密切。清代道医刘一明于《修真后辩》曰：“元精，如珠如露，纯粹不杂，滋润百骸；元气，如烟如雾，贯穿百脉；元神，至灵至圣，主宰万事”。由上文可知，胎光、爽灵、幽精即为元神、元气、元精，乃机体神、气、精之来源。元神主宰人一生的生命活动，调精气而合于五脏，调控、主导和分化五脏之神，而五神则依赖于五脏之精的滋养，并统一受元神的统领，如此才能“心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志”（《素问·宣明五气》）。元气生识神，主感官意识思维活动，“所以任物者谓之心，心有所忆谓之意，意之所存谓之志，因志而存变谓之思，因思而远慕谓之虑，因虑而处物谓之智”。意、志、思、虑、智，均源于心，为识神所主^[10]，为心“任物”到“处物”的感应思维认知过程。元精生欲神，主人之七情，七情按照五行配属五脏，则为五志。喜、怒、思（忧）、悲、恐（惊）等情志活动，是情绪、情感、欲望等身心需求的外在表现，如清代闵一得《关窍要旨》所言：“神本由心，然心无为则神明自性现，有为者，则欲神自性彰”。总之，元神、元气、元精相互为用，协同完成人身之神的功能。

2. 七魄主形 七魄的功能与中医学藏象学说有诸多对应。《灵枢·本神》曰：“并精而出入者谓之魄”。《类经·脏象类》对此解释道：“盖精之为物，

重浊有质,形体因之而成也。魄之为用,能动能作,痛痒由之而觉也。精生于气,故气聚则精盈;魄并于精,故形强则魄壮”。由此可知,魄为与生俱来的基本功能,与有形实体的关系更为紧密,并且依附于有形实体发挥运动和感知能力^[11]。道家七魄之功能,如尸狗魄的感知预警能力,伏矢魄升清降浊的运化之功,吞贼魄的传导糟粕作用,均为中医脏象功能的体现。由此可知,道家对七魄功能的论述偏向于对脏腑生理功能的部分表达,与中医学中魄主管运动和感知能力的论述相互补充,共同体现了魄依附于形体发挥与生俱来的本能性反应和活动能力。

3. 形神失调,百病始生 形神合一,魂魄毕具;形神失调,百病始生。三魂七魄中,胎光秉天地之气,最为纯净,主导生命及意识活动,若三魂不定,则爽灵滋生烦恼和欲望,使人思虑,劳伤心神,久之心气涣散,元气不居于体内,幽精使人沉迷于色欲,导致肾精耗伤,元精枯竭,最终导致生命消逝。七魄流荡,脏腑生理功能失调,则导致机体易感“秽浊鬼魅”(《云笈七签·魂神部》),诱人犯罪、招致灾祸,甚至导致疾病,故为诱人入邪道的“身中之浊鬼”,魂非纯善,而魄则纯恶,修炼要“以魂炼魄”,以回归清静的“胎光”为终极目标^[12],正如《道德经》第十六章所言:“至虚极,守静笃,万物并作,夫物芸芸,各复归其根,归根曰静”。在中医理论中,以“形与神俱”为代表的形神一体观同样占据重要地位,神与脏腑生理相关,病理上亦相互影响。神机失用,心身失衡,导致五脏神活动异常,并引发躯体不适症状。如《灵枢·本神》所言:“神伤则恐惧自失……魂伤则狂忘不精……魄伤则狂……意伤则惋乱……志伤则喜忘其前言”。同时,神伤则脏伤,五志过极,情志失调,迁延日久,导致脏腑气机紊乱,影响气血津液活动,从而诱生百病,如《三因方·七气叙论》所言:“神静则宁,情动则乱,故有喜怒忧思悲恐惊,七者不同,各随其本脏所生所伤而为病”。由此可知,无论是道家“三魂七魄”思想还是中医神理论,形神失调均可导致人之精神、人格、行为和脏腑、气血功能异常^[13],诱发神志病。

“三魂七魄”对论治神志病的启示

1. 双神并调,脑心同治 三魂不定,神明不安,则形神失调,因此论治神志病当同调胎光、爽灵(元神、识神)。胎光舍于脑内,爽灵居于心中,协同完成人身之神的功能,此即脑心共主神明之表现。中医学认为脑心通过人体的经络系统与五脏六腑、四肢百骸等紧密联系成一个整体^[14],营血、肾精得以

通过经络濡养心体、脑窍,以发挥神明之功。因此,双神并调、脑心同治是论治神志病的重要法则,在临床过程中当有所侧重,视其所害辨证施治。胎光主宰生命活动,若胎光不居于脑内,乃阳脱神散之危急表现,急当回阳救逆,益气固脱,方以四逆加人参汤,阴竭阳亡,合生脉散。爽灵主感官意识思维活动,爽灵失常主要表现为智能、知觉、运动、情志失常等症状,如善忘、失语、失用、癫狂等表现,同时兼有脑病则表现为头痛、眩晕、半身不遂、口眼歪斜等症状,兼有心病表现为胸部闷痛、惊悸怔忡、喘促等原发病之症状,其核心病机主要为痰瘀互结、血脉闭阻^[15],临床常使用益气活血、化痰通络、理气消痰、补益气营等治法,以补阳还五汤、半夏白术天麻汤、酸枣仁汤、生脉散等加减化裁。一项系统综述显示,补阳还五汤联合常规治疗显著改善缺血性卒中患者恢复期神经功能,提高生活质量,同时不良反应少^[16]。此外,针刺治疗亦有良好的疗效,临床常使用醒脑开窍、调心安神等治法,以头面部取穴为主,配以心经、心包经腧穴,手法以泻法为主。李洁等^[17]使用脑心同治针刺法联合利培酮能够有效改善精神分裂症患者的攻击行为,且不良反应少,在改善认知功能方面具有优势。

2. 视其所害,形神同治 七魄流荡,表于外则为五志七情太过或不及,脏腑气机失调则百病由生。当今,社会生活节奏加快,生存压力增大,抑郁症、焦虑症等情志病的发病率日益增高^[18],心理疾病、心身疾病日益受到重视。同时,近年来我国慢性非传染性疾病发病率逐年升高^[19],各类慢性疾病病程较长,患者长期受到疾病影响,导致抑郁、焦虑,如“双心疾病”。由上可知,七魄主形乃藏象学说的部分体现,因此,当视其情志所害之脏腑,根据其藏象特点同治原发病及继发的情志病。一方面,肝主疏泄,畅达气机,和调气血,对情志活动发挥调节作用,因此调畅情志的核心在于疏肝解郁,临床常用柴胡疏肝散、逍遥散加减。刘红旭结合“心主血脉”“心主神明”的生理功能,认为肝脾失调为双心疾病的重要病机,多以丹栀逍遥散随证化裁^[20]。另一方面,五志七情是五脏气化功能体现,根据五脏生克之法,运用药物调理五脏,或者运用情志生克疗法以五志调节五志^[21],能够调七魄以疗情志。秦利格^[22]发现,结合中医七情理论予以针对性护理能够显著改善自闭症患儿社交能力,并能提高生活质量及护理满意度。

3. 练精易形,魂魄同调 “闭气三息,叩齿三通……咽液七过,叩齿七通,呼七魄名”^{[15][19]},此为

《云笈七签·魂神部》拘三魂、制七魄法,本质上体现了道家练精易形、魂魄同调的修身养性之法。爽灵不制而欲神生,使人生欲念而导致神明不安,七魄更是会激发人之欲念而使人入邪道。因此,通过道家养生实践术法达到少私寡欲,恬淡虚无,方能“形神俱妙,与道合真”^[23]。“练精”即通过修炼精气或去除滞精以达到颐养天年、祛邪避灾之法^[24]。练精法能够使人秉持神安气定,濡养脏腑阴精,同时练气去浊,祛除体内痰、饮、瘀等滞精,发挥内练三魂、外制七魄之效,如此则胎光安宁,五志和柔,精神内守,以达“神气清爽,五行不拘,百邪不侵,疾病不缠”^{[5]1188}(《云笈七签·魂神部》)。其他传统练精法如服气、胎息法,或医道结合之传统导引术如太极拳、八段锦,兼蓄肢体运动、呼吸吐纳、气功导引以及心神意念等的综合应用^[23],可在平和安定的情志下,达到形神共调之效。一项纳入了20项临床研究的Meta分析显示,太极拳在减少老年人的焦虑和抑郁症状方面有益^[25]。

小结

道家“三魂七魄”理论与中医神理论有着诸多异同点,且各自从不同的角度论述“形神一体观”。本文基于古今文献归纳总结道家“三魂七魄”理论的内涵及其与中医神理论的关联,并获得其对神志病论治的启示,对于丰富和发展中医神理论具有重要意义。然“三魂七魄”理论博大精深,本文仅从少量文献窥测其内涵,难免出现错漏和偏差,尚需要广大中医药工作者一同挖掘整理,同时开展相关基础、临床研究,以为中医药事业的传承、创新赋能。

参 考 文 献

- [1] 贺娟.论《黄帝内经》之魂魄.中华中医药杂志,2022,37(10):5622-5626
- [2] 东晋·葛洪.抱朴子内篇校释.王明,校释.北京:中华书局,2021:326
- [3] 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
- [4] 徐蕊,王果,王忠.中国传统文化背景下的心身健康观.中国中医基础医学杂志,2024,30(7):1197-1202
- [5] 宋·张君房.云笈七签:三.北京:中华书局,2003
- [6] 庄淑涵,曹姗,沈翠珍,等.基于元神与识神探析中医神理论.中华中医药杂志,2021,36(6):3512-3515
- [7] 张锡纯.重订医学衷中参西录:下.柳西河,重订.北京:人民卫生出版社,2018:571
- [8] 颜文强,陈振宗,蔡义勇.道医学心脑关系体用论及其临床价值:“心主神明”与“脑为元神之府”新解.中国中医基础医学杂志,2024,30(3):472-475
- [9] 贾耿.略论元神与识神.中国中医基础医学杂志,2002,8(8):8-10
- [10] 林丹瑶,宋高峰,徐正富,等.从元神、识神的关系浅谈“心肾之交”.环球中医药,2022,15(6):1043-1047
- [11] 李思墨,于淼,王浩田,等.魄理论探讨.中医药学报,2021,49(2):1-3
- [12] 王德辰,马友诚,高飞,等.五神理论的内涵与临床价值探微.中华中医药杂志,2023,38(3):1320-1324
- [13] 莫慧,王挺,何苗,等.从“神”角度探讨《黄帝内经》中五情致形神失调的病机与表现.中华中医药杂志,2021,36(4):1845-1849
- [14] 张志强,郑利群,白伟杰,等.“脑心同治”理论和临床应用进展.中国实用医药,2023,18(17):169-171
- [15] 刘悦,张哲,关雪峰,等.心脑合病中医临床辨识.中医杂志,2017,58(3):205-208
- [16] WANG R,REN J,LI S,et al.Efficacy evaluation of Buyang Huanwu Decoction in the treatment of ischemic stroke in the recovery period:A systematic review of randomized controlled trials.Front Pharmacol,2022,13:975816
- [17] 李洁,李新纯,李杰,等.脑心同治针刺法联合利培酮对精神分裂症攻击行为及认知功能的临床疗效观察.湖南中医药大学学报,2020,40(10):1244-1248
- [18] LU J,XU X F,HUANG Y Q,et al.Prevalence of depressive disorders and treatment in China:A cross-sectional epidemiological study.Lancet Psychiatry,2021,8(11):981-990
- [19] THE L.Non-communicable diseases in China:A rising tide.Lancet,2023,402(10417):2045
- [20] 连妍洁,佟彤,刘红旭,等.刘红旭基于肝脾同调论治双心疾病.中国中医基础医学杂志,2023,29(12):2082-2084
- [21] 邱佳慧.中医五志理论研究.福州:福建中医药大学,2020
- [22] 秦利格.结合中医七情理论予以针对性护理对自闭症患儿的影响.光明中医,2021,36(15):2620-2622
- [23] 谭春雨.道家养生文化的哲学原理及其实践精神.中华中医药杂志,2022,37(9):4949-4951
- [24] 王子焱,刘承鑫,魏佳明,等.“练精”法与心力衰竭的论治.中华中医药杂志,2024,39(5):2247-2251
- [25] KUANG X,DONG Y,SONG L,et al.The effects of different types of Tai Chi exercise on anxiety and depression in older adults:A systematic review and network meta-analysis.Front Public Health,2024,11:1295342

(收稿日期:2024年12月18日)