



中医文化地理论

彭榕华 著



厦门大学出版社 国家一级出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS 全国百佳图书出版单位

● 教育部人文社会科学研究一般项目资助

中医文化地理论

彭榕华 著



厦门大学出版社

XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

中医文化地理论 / 彭榕华著. — 厦门: 厦门大学出版社, 2016. 8

ISBN 978-7-5615-6215-4

I. ①中… II. ①彭… III. ①中国医药学-文化地理学 IV. ①R2-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 213757 号

出版人 蒋东明

责任编辑 眭蔚

封面设计 蒋卓群

责任印制 许克华

出版发行 厦门大学出版社

社 址 厦门市软件园二期望海路 39 号

邮政编码 361008

总 编 办 0592-2182177 0592-2181406(传真)

营销中心 0592-2184458 0592-2181365

网 址 <http://www.xmupress.com>

邮 箱 xmupress@126.com

印 刷 厦门市金凯龙印刷有限公司

开本 720mm×1000mm 1/16

印张 15.5

字数 305 千字

版次 2016 年 8 月第 1 版

印次 2016 年 8 月第 1 次印刷

定价 40.00 元

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换



厦门大学出版社
微信二维码



厦门大学出版社
微博二维码

内容简介

中医药文化是在特定的地理条件下形成和发展的。不同的地理环境与物质条件,使人们形成了不同的生活方式和思想观念。东西有别的地形地势和南北有异的气候特点,以及各地人生礼俗、岁时民俗和谚语俗语等民俗中反映出来的中医药文化内涵,使中医药文化的发生发展表现出明显的地域性差异。

本书以生态地理环境对人体健康的影响为出发点,分析地域因素对中医理论发展的影响,探讨不同地理环境下特有的疾病证候规律和医药运用特点,以有特色的自然地理环境为主要分界依据,来研究中医药文化地域性分布的社会生态状况,并对近现代地域医学分区模式进行探索。本书研究了中医药文化的地理分布规律,包括地域医学的文化特征与形成背景,学术思想的形成与地域转移,中医药文化的扩散路线与融合过程,以及与中医起源、人体体质、疾病特点、药物利用、治病特点、医学流派的关系等,从人文地理学和生态社会史角度,用历史学、文献学、比较学中所运用的方法,探讨古代医家的成长、医学的发展与环境的关系,勾勒出中医药文化地理版图,以引起人们对中医学发展的环境因素的重视,把握中医生态文化区域发展的规律性。

序

中医学，是与天地、社会、人事紧密相关的全方位学问。《黄帝内经》说，要掌握中医，就必须“上知天文，下知地理，中知人事”（《素问·气交变大论》）。历代围绕着这三个支点的研究很多，成果也非常丰厚。近年来，随着研究工作的不断深入，各种分门别类的研究纷纷展现出各自的靓丽之处，福建中医药大学彭榕华副教授的新作《中医文化地理论》就是其中的一种。

俗云：“百里不同风，千里不同俗。”这“百里”“千里”，就是地理的概念；“风”“俗”，就是丰富多彩的地理（地域）文化现象了。这种文化现象，既包括社会生活文化中的家族、社会、交往、婚丧礼仪，也包括物质生活文化中的衣食住行、生产、交易形式，还包括民族传统中的信仰、岁时节日、游艺竞技、语言艺术等诸多方面。可以说，地理文化是构成中华完整民族史、社会史、生活史的基本构件之一。毫无疑问，这些内容的每一个环节都离不开健康的信息，都交织着与医学科学的纵横联系，并最终成为中华优秀传统文化的重要特征，也是中医学最突出的文化亮点。

中医地理文化的基因渗透于中医学的骨骼、肌肉、组织、细胞之中，无处不在，从对健康的认知到疾病的病因、病机、诊断、预防、治疗、康复和药物的应用，都随时可见。《中医文化地理论》要展示给读者的正是这些内容。全书共分八章，从中医文化地理总论、地理环境与中医源流、地理环境与人体体质、地理环境与疾病特点、地理环境与治病特点、地理环境与药物利用、地理环境与医学流派、中医文化地理版图等方面多视角地勾勒出地理环境与中医学的关系，诠释了中医地理文化的深邃内涵。书中不仅引用了历代医家们大量研究中医地理文化的论述和成果，而且也有颇多作者本人的学习体会和研究心得，为中医地理文化的研究注入了新鲜血液。

民谚有“一方水土养一方人”的说法，引申到中医学就是一方医生善于防治某一方人的疾病、一方药物善于防治某一类疾病的意思。这是形成中医学众多学术流派、众多特色绝技、众多道地药材的土壤，使它表现出道同法异、精

彩纷呈、异曲同工、各显千秋的特点,维系着中华民族的繁衍昌盛和健康生存。

“凡用药,皆随土地所宜,江南岭表,其土暑湿,其人皮肤薄脆,腠理开疏,用药轻省;关中河北,大地干燥,其人皮肤坚硬,膜理闭塞用药重复。”(唐·孙思邈《备急千金要方》)地理位置不同,疾病的表现不同,治法和用药也不同,这种因人、因地、因时制宜的学说,是中医学活的灵魂。这样的证据比比皆是,可以随手拈来,如宋·方勺在《泊宅编》中记载的“蜀人石藏用以医术游都城,其名甚著。陈承余杭人,亦以医显。然石好用暖药,陈好用凉药,俗语曰‘藏用担头三斗火,陈承篋里一盘冰’”的故事就是一例。石藏用的行医范围在今四川成都一隅,陈承、刘寅的行医范围则在今江、浙一带,后来这两个地区分别成为火神派和滋阴派活跃的地域。

关于药物的地域性,东汉药物学专著《神农本草经》说得明白:“土地所出,真伪新陈,并各有法。”它强调的药物与产地的关系,虽然包括土壤、气候、光照、雨水等诸多因素,但都与地理文化难以分割。古代大量的医学典籍都是立足于以中原地区为代表的黄河流域的地理文化为背景的,包括一些民谚也是如此:“正月茵陈二月蒿,三月割了当柴烧”“正月二月三月间,荠菜可以当灵丹”……若放在长江以南,这个时间概念就得提前半个月到一个月左右;若放到华北或东北地区,那就要推迟一个月乃至更长的时间了。中医人对中药的选择、应用有诸多考究,其看重并确立地理因素与药物质量、疗效的关系从中可见一斑。

中医药文化是在特定的地理条件下形成和发展的,表现出明显的地域性差异。研究中医药文化,绝不能忽略了这个重要的特征。对中医药文化研究的整体定位和方向,也不能脱离这个大前提,否则就有可能掩盖中医药文化应有的民族地位和国家功能,对中医药文化的评价就可能缺乏分量。这个定位,是中华大文化圈的层面;这个方向,是国家发展的战略高度。打开中华数千年的文明史,不难发现,中医药文化是中华文化传播发展的风向标、标识和灯塔,是中华文化对外开放的名片,对中华文化的传承和复兴具有示范、启迪和推动作用。它的宇宙观包含着的天人合一、天人一体、世界一家、顺应自然、绿色开放的生态体系;哲学观包含着的循序渐进,继承、创新并行,在继承的基础上发展,与时俱进的发展体系;认识论包含着的以人为本、和谐共存,求同存异、和而不同,包容吸纳、共荣共享的学术体系;伦理观包含着的自信自律、自强不息,美人之美、与人为善,团结友爱、奋进奉献的道德体系;方法学包含着的因人、因地、因时制宜的个性化理念,灵活多变、简便效验、科学实用的服务体系,与中央提出的“创新、协调、绿色、开放、共享”五大发展理念是一脉相承的。

从这个基点出发去认识和研究中医药文化,既需要加强文化自信,又需要

提升文化自觉,还需要提高文化悟性,真正把中医药文化建设落到实处。许多学者感到文化研究是“软饭”,研究工作无从入手,写不出新意,抓不住亮点,归根结底还是文化自信、文化自觉,尤其是文化悟性不足的表现。“运用之妙,存乎一心”(《宋史·岳飞传》)是说兵法的,其关键问题就在这个“心”字上,核心是如何解决善于判断、善于思考的问题,也就是悟性。从中华大文化圈切入去感悟中医药文化,用多元化的手段去研究、破解中医药文化的密码,永远有做不完的文章。全身心投入之后才会发现,中医药文化的每个研究领域之内都隐含着无数的闪光点,把它们连成一片就是繁星满天了。彭榕华副教授的这本书,虽然还不尽完美,还存在一些需要商榷和完善之处,但其立意中透发出的对中医药文化的自信、自觉和悟性是值得肯定和称赞的。新书付梓之际,她发来了电子版书稿,并邀我作序,写上这些话,算是我先睹为快的感言,也算借机向中医界的朋友们发出一点呼吁:希望在国家中医药文化建设大旗的引领下,有更多的学者融入中医药文化研究的队伍中来,踏踏实实做好关于中医药文化研究的文章,为中医的传承、发展,为人类的健康事业谱写出更加绚丽的篇章。

国家中医药管理局中医药文化建设与
科学普及专家委员会专家
中国健康管理产学研联盟指导专家
中华中医药学会学术顾问

2016年7月1日

洪书路

前 言

我国地域辽阔,北有神秘壮美的蒙古戈壁,西有世界上最高的青藏高原,东南有浩瀚无际的太平洋,开阔的腹地上有中华传统文化的发源地黄河和长江,造就了中华传统文化鲜明的地域性。著名学者金克木认为,中国的地理环境造就了两种文化:一是长城文化,即隔绝阻塞的文化;二是运河文化,即南北贯通的文化。与西方文明史上世界地理的大发现和大探索相比,中国古人始终把精力放在内向自足的探求上,没有向外扩张的企图,从而形成一种内向的、求稳的文化类型。

中医学正是我国各族人民在几千年的社会生产实践活动中,在与疾病的斗争中逐步形成并不断丰富发展起来的医学科学,中医学发生发展的过程始终植根于中华传统文化的土壤之中,形成了独具特色的中医药文化。

中医药文化集中体现了中医学的本质与特色,深深植根于老百姓的风俗习惯、饮食文化之中,并在历史的变迁中不断包容、发展、创新,也为不同地域、不同民族的人民所接受,具有鲜明的地域性特征。中医药文化讲求天时、地利、人和,正是这种顺应天地自然的理念,使得中医药文化在数千年的风雨变幻中历久弥新,毅然屹立于医学之巅,为人类的生命健康默默地服务。

中医药文化的产生与发展,与地域环境有着极为密切的联系,注重中医药文化的地域性特色,不仅要关注不同的地域环境对人的体质、疾病以及治疗方案的影响,也要关注中药材的生长环境及药物的栽培、采收、加工、炮制、储存等对药物品质的影响,还要考虑到气候以及人文因素的影响。

中医药的发展就是为了防治疾病,保卫人类的生命健康。历代中医家都强调治病“因地、因时、因人”制宜对治病救人的重要性,但由于各时期客观条件的限制,每位医家只能将自己接触到的一些地域性的特殊疾病进行归纳总结,各自有所局限,所述理论也较零散,没有形成完整的体系,不利于后世学者

研究地域性疾病和人文。本书拟从地域文化的角度阐述中医药文化在不同的历史时期,气候、人文的不同,而对中医药文化产生不同程度的影响,以及在同一历史时期地域、环境的不同,所形成的文化性差异。

作 者

2016 年 6 月

目 录

第一章 中医文化地理总论.....	(1)
第一节 中医药文化的地域性特征.....	(1)
一、中医学的文化特征	(1)
二、中医药文化的核心理念	(9)
三、我国的地理环境概况.....	(11)
第二节 研究中医文化地理的意义	(19)
一、对于区域发展的意义.....	(20)
二、对于体质研究的意义.....	(20)
三、对于养生保健的意义.....	(21)
第二章 地理环境与中医源流	(23)
第一节 中医学产生的特定地域	(24)
一、地形对中医学的影响.....	(24)
二、气候对中医学的影响.....	(25)
三、水源对中医学的影响.....	(27)
第二节 中医学传布的地域因素	(28)
一、地理环境对学术特点的影响.....	(28)
二、“因地制宜”对中医传布的影响.....	(30)
三、中医的传承方式.....	(34)
第三章 地理环境与人体体质	(38)
第一节 人类生活地域的差异	(39)
一、体质的形成因素.....	(39)
二、地理环境因素在体质形成中的作用.....	(46)
第二节 人体体质的地域特征	(48)
一、体质的分类.....	(48)

二、不同体质导致不同疾病类型	(51)
三、《内经》中的体质理论	(55)
第四章 地理环境与疾病特点	(57)
第一节 人体疾病的环境因素	(57)
一、人是一个有机的整体	(57)
二、人与自然环境的统一性	(59)
三、人与社会环境的统一性	(62)
第二节 地域差异与疾病类别	(65)
一、地理环境与地方性疾病	(65)
二、天人相应观与环境疾病	(69)
三、不同地域的疾病类别	(72)
第五章 地理环境与治病特点	(81)
第一节 诊疗疾病的环境因素	(81)
一、中医学特点之辨证论治	(81)
二、中医学中的“天人相应”观	(83)
第二节 地域性疾病防控与养生	(88)
一、疾病的预防	(88)
二、中医养生的地域特色	(96)
第六章 地理环境与药物利用	(107)
第一节 药物生长与因地制宜	(107)
一、中药的起源与发展	(108)
二、中药的产地与采集	(114)
三、中药与环境因素	(119)
第二节 用药中的环境因素	(122)
一、中药炮制运用的差异性	(123)
二、不同地域的用药差异	(129)
三、少数民族用药	(132)
第七章 地理环境与医学流派	(141)
第一节 医学流派形成的地域因素	(141)
一、中医学流派的发展及特点	(141)
二、各区域中医流派的背景差异	(147)
三、医学流派变迁的社会生态探析	(149)
四、中医学的主要流派	(153)

第二节 不同地域医学流派的特点·····	(170)
一、新安医派·····	(170)
二、孟河医派·····	(176)
三、海派中医·····	(183)
四、岭南中医·····	(188)
五、南冉北张·····	(192)
六、湖湘中医·····	(195)
七、黑龙江中医·····	(198)
八、其他医派·····	(199)
第八章 中医文化地理版图·····	(204)
第一节 中医文化的地理分布·····	(204)
一、中医文化地理分布特点·····	(205)
二、中医文化地理分布的历史轨迹·····	(208)
第二节 中医药文化地理性比较·····	(211)
一、城乡中医药文化地理性分布·····	(212)
二、当代中医药文化产业地理性分布·····	(215)
小 结·····	(223)
后 记·····	(224)
参考文献·····	(225)

第一章

中医文化地理总论

中医文化地理研究中医药文化的分布规律包括中医药区域文化特征及其形成背景,医学文化中心的形成及地域转移,中医药文化的扩散路线与融合过程,以及与中医起源、人体体质、疾病特点、药物利用、治病特点、医学流派等的关系。中医文化地理在地理学科、社会文化艺术学科和自然技术学科的交融中成长,是中国区域地理的重要组成部分。加强中医文化地理研究可以把握中医药文化区域性发展的规律性。

本章以生态地理环境对人体健康的影响为出发点,分析地域因素对中医理论发展的影响,探讨不同地理环境下特有的疾病证候规律和医药运用特点,以有特色的自然地理环境为主要分界依据,来研究中医药文化地域性分布的社会生态状况,并对近现代地域医学分区模式进行探索。

第一节 中医药文化的地域性特征

中医药文化是在特定的地理条件下形成和发展的,具有悠久的历史、深厚的底蕴、丰富的内容和广泛的影响。中医学在发展过程中形成了独特的文化特征,地理环境对中医药文化的特征产生了深远而持久的影响。

一、中医学的文化特征

(一)“三才一体”的整体观

天、地、人最早出自《易经》:“一生二,二生三,三生万物。天、地、人,合为

‘三才’。天主气。天数乃大势，气数应之。地主精。精血为体，依托魂灵。人主神。神、形相倚，心性相果。”

中医学认为天文、地理、人事是一个有机整体，强调天人合一、形神一体，认为人既有自然属性又有社会属性，以人与自然和社会的关系去认识生命、健康和疾病等问题，从而确立了生物-心理-社会的医学模式。中医学要求医者需上知天文、下晓地理、中通人事，这是中国传统文化整体观念在中医文化中的体现。

中医学非常重视人体本身的统一性、完整性及其与自然界的相互关系，认为人体是一个有机的整体，构成人体的各个器官在结构上不可分割，在功能上协调补充，在病理上相互影响。人体与自然界也是密不可分的，自然界的变化随时影响着人体，人类在能动适应自然和改造自然的过程中维持着正常的生命活动。这种机体自身整体性和内外环境统一性的思想即为整体观念。整体观念是中国古代唯物论和辩证思想在中医学中的体现，它贯穿于中医学的生理、病理、诊法、辨证和治疗等方面。

1. 人体是一个有机的整体

人体由若干脏腑、组织和器官组成，每个脏腑、组织或器官各有其独特的生理功能；人体各个组成部分之间，在结构上是不可分割的，在生理上是相互联系、相互支持又相互制约的，在病理上也是相互影响的。中医学在整体观念指导下，认为人体正常的生理活动一方面依靠各脏腑组织发挥自己的功能作用，另一方面又要靠脏腑组织之间相辅相成的协同作用和相反相成的制约作用，才能维持其生理上的平衡。每个脏腑都有其各自不同的功能，但又是在整体活动下的分工合作、有机配合，达到人体局部与整体的统一。在认识和分析疾病的病理状况时，中医学首先从整体出发，将重点放在局部病变引起的整体病理变化上，并把局部病理变化与整体病理反应统一起来。在诊治疾病时，可以通过面色、形体、舌象、脉象等外在的变化，来了解和判断其内在的病变，以作出正确的诊断，进行适当的治疗。人体是一个有机的整体，在治疗局部病变时，也必须从整体出发，采取适当的措施。如“从阴引阳，从阳引阴，以右治左，以左治右”^①“病在上者下取之，病在下者高取之”^②等，都是在整体观指导下确定的治疗原则。

① 林亿，高保衡，孙奇整理. 黄帝内经素问[M]. 北京：人民卫生出版社，2012：31-32.

② 中医出版中心整理. 灵枢经[M]. 北京：人民卫生出版社，2015：26.

2. 人与外界环境的统一性

外界环境是指人类赖以生存的自然环境和社会环境。中医学的整体观念强调人体内外环境的整体和谐、协调统一,认为人体是一个有机整体,既强调人体内部环境的统一性,又注重人与外界环境的统一性。天人关系是中国古代哲学的基本问题,在中国古代哲学中,天的含义有三种:一是指自然之天,二是指主宰之天,三是指义理之天。人的含义有两种:一是指现实中认知的主体或实践主体,二是指价值意义上的理想人格。天人关系实质上包括了人与自然和社会的关系。中国古代哲学“气一元论”认为天人一气,整个宇宙都统一于气。天和人有物质的统一性,有着共同的规律。中医学根据“天人合一”的理论,用医学、天文学、气象学等自然科学材料,论证并丰富了天人合一说,提出了“人与天地相参”^①的“天人一体观”,强调“善言天者,必有验于人”^②,把人的需要和对人的研究放在天人关系理论的中心地位。

3. 人与自然环境的统一性

人与自然有着统一的本原和属性,人产生于自然,人的生命活动规律必然受自然界的规定和影响。人与自然的物质统一性决定生命和自然运动规律的统一性。人类生活在自然界之中,自然界存在着人类赖以生存的必要条件。自然界的运动变化又可以直接或间接地影响着人体,人的机体则相应地发生生理和病理上的变化。这种“天人一体观”认为自然界阴阳五行的运动变化,与人体五脏六腑之气的运动是相互通应的。所以,人体与自然界息息相通、密切相关。人类能主动地适应自然,并且改造自然,从而保持健康、生存繁衍,这就是人体内部与自然环境的统一性。

(二)以人为本的医德观

传统文化的人文精神在于以人为本,强调人的主体地位。基于这种人文精神,中医学强调人的生命与价值,认为“天覆地载,万物悉备,莫贵于人”^③,把保护人类健康、减少疾病、追求长寿作为医学伦理的核心,把人的生命价值视为医学的出发点和归宿。所以中医学强调医乃仁术,把不计名利、潜心医道、厚德济生、精诚仁爱作为医德的标准,是中国传统文化重视人伦道德修养

① 林亿,高保衡,孙奇整理.黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,2012:147.

② 林亿,高保衡,孙奇整理.黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,2012:149.

③ 林亿,高保衡,孙奇整理.黄帝内经素问[M].北京:人民卫生出版社,2012:108.

的体现。

医德观念,是指一个人对医德行为规范及其执行意义的理解。在医疗实践中,医德观念表现为对他人和自己行为的是与非、美与丑的判断和评价,是一切自觉的医德行为的基础和动力。医学道德观念作为一种社会意识形态,它的形成和发展受到社会经济、政治、文化、科学等多种因素的制约。由于人们的世界观、人生观不同,医务人员的医德观念和修养水平也不尽相同。把人的生命价值视为医学的出发点和归宿;把维护和保障病人的生命和健康作为医务人员的神圣职责;把不为名利、无欲无求、潜心医术、志存救济、仁爱至尊、认真负责作为医德的标准,自觉履行“医乃仁术”,始终保持珍重普济众生、恻隐仁爱之心,是对于一名医者最基本的医德要求。强调“坚持以病人为中心”的服务理念就是强调以人为本的医德观。

关于“医德”概念,唐代“药王”孙思邈在《大医精诚》一文中有精当的论述:“凡大医治病,必当安神定志,无欲无求,先发大慈恻隐之心……见彼苦恼,若己有之,深心凄怆,勿避昼夜寒暑,饥渴疲劳,一心赴救……夫为医之法,不得多语调笑,谈谑喧哗,道说是非,议论人物,炫耀声名,訾毁诸医,自矜己德。”^①孙思邈的这一论述,被后世奉为悬壶济世的圭臬。古往今来,医生皆以救死扶伤为宗旨,以济世活人为天职,赢得了全社会普遍的敬重与拥戴。《宋史》载:“名医庞安时,为人治病,率十愈八九,踵门求诊者,为辟邸舍居之,亲视饼粥药物,必愈而后遣。其不可为者,必实告之,不复为治。活人无数,病家持金来谢,不尽取也。”^②在市场经济条件下,商品经济的竞争性、求利性,金钱的诱惑和利益的驱动,使少数医务人员忽视了道德修养,见利忘义,医患之间出现了信任危机,严重影响了医务人员的良好形象。为了养成与市场经济相适应的医德,与病人保持和谐的医患关系,树立高尚的敬业精神,医务人员应该注重自己的医德修养。

(三)动静互涵的恒动观

中医学用运动变化的观点来看待生命运动,以及健康与疾病的变化,认为天地万物本源于气,人之生死亦由于气。运动是气的根本属性,生命就是一个气化的有机体,健康、亚健康、疾病和死亡是气机之阴阳运动的结果。中医学重视用运动变化的观点来认识生命过程,指导防病治病,这是中国传统文化动

① [唐]孙思邈撰,刘清国等主校.千金方[M].北京:中国中医药出版社,1998:5-16.

② 史仲序.中国医学史[M].台北:“国立”编译馆,1984:97.

静平衡观的体现。《周易》说：“一阴一阳之谓道”^①“刚柔者，立本者也”^②。宇宙间一切事物的变化，无不是阴阳相互对应的作用，在阴阳交错的往来中，阴退阳进，阳隐阴显，相互作用，相反相成，生化不息。《素问·生气通天论》中记载：“阴平阳秘，精神乃治，阴阳离决，精气乃绝。”^③阴与阳相互对立制约，而又交感互藏，互根互用，矛盾统一，不断维持着相对的动态平衡。真阴有收敛收藏阴精的作用，并能滋养真阳收敛真阳（阴平）；真阳有生长生发抵御外邪的作用，并不让真阴外泄而固束真阴（阳秘）。

动和静，是物质运动的两个方面或两种不同表现形式。人体生命运动始终保持着动静和谐的状态，维持着动静对立统一的整体性，从而保证了人体正常的生理活动机能。王夫之《周易外传》说：“动静互涵，以为万变之宗。”^④辩证法认为：“孤阳不生，独阴不长。”故阴阳互涵互根是宇宙万物的根本法则，也是生命活动的要谛。《思问录》谓“太极动而生阳，动之动也；静而生阴，动之静也”，“静者静动，非不动也”^⑤。又《张子正蒙注》说：“动而不离乎静之存，静而皆备其动之理，敦诚不息，则化不可测。”^⑥这就是说“动”不离“静”，“静”不离“动”，“动静”相对立，而又相互依存。因此，只承认运动或者只承认静止的观点都是不对的。所以王夫之又说：“流俗滞于物以为实，遂于动而不返，异端虚则丧实，静则废动，皆违性而失其神也。”^⑦只承认一方面而否认另一方面，把运动和静止割裂开来，都是违反事物运动变化的本质的。朱熹也明确指出：“静者，养动之根，动者所以行其静。”^⑧动与静互为其根，无静不能动，无动不能静，阴静之中已有阳动之根，阳动之中自有阴静之理，说明动静是一个不可分割的整体。古代哲学认为，既无绝对之静，亦无绝对之动。“动静”即言运动，但动不等于动而无静，静亦不等于静止，而是动中包含着静，静中又蕴伏着动，动静相互为用，才促进了生命体的发生发展与运动变化。

运动和静养是中国传统养生防病的重要原则。动静结合的摄生保健，以动静来划分我国古代养生学派：老庄学派强调静以养生，重在养神；以《吕氏春

① 黄寿祺，张善文撰，周易译注[M]. 上海：上海古籍出版社，2004：503.

② 史仲序，中国医学史[M]. 台北：“国立”编译馆，1984：530.

③ 林亿，高保衡，孙奇整理，黄帝内经素问[M]. 北京：人民卫生出版社，2012：14.

④ [清]王夫之著，周易外传[M]. 北京：中华书局，1977：120.

⑤ [清]王夫之，船山思问录[M]. 上海：上海古籍出版社，2010：32.

⑥ [清]王夫之著，张子正蒙注[M]. 北京：中华书局，1975：95.

⑦ [清]王夫之著，张子正蒙注[M]. 北京：中华书局，1975：329.

⑧ 黄坤，曹姗姗注评，朱子语类[M]. 南京：凤凰出版社，2013：73.