

李长福 李慧雁 编著

孫思邈

養生全書



社会科学文献出版社

孫思邈養生全書

李长福 李慧雁 编著

社会科学文献出版社

孙思邈养生全书

编著者 / 李长福 李慧雁

封面题签 / 耿宝昌

出版人 / 谢寿光

出版者 / 社会科学文献出版社

地址 / 北京市东城区先晓胡同 10 号

邮政编码 / 100005

网址 / <http://www.ssdph.com.cn>

责任部门 / 国际文化事业部

(010) 65140868

策 划 / 王 静

责任编辑 / 王元佑

责任校对 / 闫晓琦

责任印制 / 同 非

总 经 销 / 社会科学文献出版社发行部

(010) 65139961 65139963

经 销 / 各地书店

读者服务 / 客户服务中心

(010) 65285539

法律顾问 / 北京建元律师事务所

排 版 / 北京中文天地文化艺术有限公司

印 刷 / 北京四季青印刷厂

开 本 / 889×1194 毫米* 1/32 开

印 张 / 16

字 数 / 399 千字

版 次 / 2003 年 4 月第 1 版

印 次 / 2003 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 7-80149-823-2 / B·127

定 价 / 36.00 元

本书如有破损、缺页、装订错误，
请与本社客户服务中心联系更换



版权所有 翻印必究



耀州窑青釉药王像（北宋）

故宫博物院藏品

摄影者 胡锤

序

孙思邈是一位国内外学术界颇为关注的伟大学者，又为广大人民群众爱戴的著名医药学家，卫生保健知识推广普及的工作者。无怪乎历代学者和广大崇拜者尊之为药王。

孙思邈，唐代京兆华原（今陕西耀县）人，公元581年出生于耀县孙家塬一户比较富裕的农民家庭，少年多病，为筹汤药之资而几罄家产。七岁就读，十岁时即攻读经史诸子之学，在钻研黄老之学说的基础上，对医药学产生了浓厚的兴趣，十八岁时立志于医，勤搜博采而有悟，试之于亲朋与己身而每获良验。三十岁时为了丰富自己的才学更长途跋涉，四处拜师钻研。后又隐居太白山与释道宣高僧交游，虚心探求医学奥秘。无论切脉诊候、采药合和、服饵节度、将息避慎，有一事长于己者，他不远千里，不惜百金，伏膺取决，以丰富自己的医药卫生理论与医疗技术经验。四十岁时他已是名闻遐迩、享誉朝野的医学家。

唐太宗李世民即位之初，即召诣京师，嗟其容色甚少，谓曰：故知有道者诚可尊重，羡门广成岂虚言哉？李世民十分钦佩孙思邈的修养与高明的医术，要“授以爵位”，但孙氏“固辞不受。”显庆三年（658年）高宗李治召见，拜谏议大夫，又固辞不受。但他在半个多世纪的四处访觅、勤求搜寻、博采群经以及不断临床实践中，鉴于古医方散乱浩繁，寻检至难，乃删裁繁复，以求简易，完成了自己的第一部著作，以“人命至重，有贵

千金，一方济之，德逾于此”，命名为《备急千金要方》（652年），三十卷。他此刻已是古稀之年，但从不懈怠，继续不断操劳耕耘，取“辘轳之相济，运转无涯，等羽翼之交飞，抃播不侧”之意，继续长途跋涉，搜寻欲阅而未得之前贤论著，终得南阳诸师所秘仲景伤寒之论，“酌华公之绿帙，异术同窥，采葛生之玉函，奇方毕综”，再集三十年之功，更撰《千金翼方》三十卷。正如孙氏自述：“白首之年，未尝释卷”；“今年过百岁，研综经方，推究孔穴，所疑更多矣……聊以养疾之暇撰录灸经，以殆后嗣。”足见他虽已百岁老寿星，身体虽已衰老，却仍然一边养疾，一边还记挂着针灸孔穴之所疑，直至生命最后一息。

孙思邈，中国唐代最富盛名的医学家，他以其百年默默奉献于人类的《备急千金要方》与《千金翼方》而名震中外，他是中国医学史上三大名医之一，他的功名贡献与影响应当榜列第二，仅次于医圣张仲景。中国医学史上誉为药王者多人，惟孙氏享誉最广，影响最大，为中外学人所肯定。为历代学界、医界与人民群众所推崇，纪念活动最为经常。据说唐代即有纪念活动，如现存药王山之《唐太宗赐真人颂碑》，即为纪念孙氏而立。尽管史实如何尚待考证，不过从现存碑石之可靠者，其纪念孙思邈最晚的活动亦当始于北宋，十分有意义的是宋·王岷撰文刻石之碑，其碑端刻有孙思邈坐虎针龙之画像，栩栩如生。立碑之时正值孙氏诞辰500周年纪念的公元1081年。更有意义的是在孙思邈逝世500周年纪念的公元1182年，元代道士李济道复刻金代之《唐太宗赐真人颂碑》，该碑书有“巍巍堂堂，百代之师”八个大字，以寄后来学人仰慕追念之情怀。正当孙氏逝世890周年（1572年）时，明代秦王守中，精心摘选孙思邈两部《千金方》之要，刻立《千金宝要碑》，四方、八面刻文，各高丈余，以广其传，其用心之良苦令人崇敬。公元1661年，是孙思邈诞辰1080周年纪念，顺治时重修药王故居，所刻碑石书有“功在生民，则民祀之”八个大字。百年后的公元1782年，适值孙氏逝

世1100周年之际，重修在药王山之十大名医塑像，孙氏为十大名医之一，也说明这一举措对弘扬中医学及纪念孙氏功绩的重要意义。20世纪50年代，中国中医研究院医史研究室李涛教授率领助手赴各地调研医学家遗址遗迹时，也对孙思邈故里进行了比较深入的调查，其报告颇为后来者所重视。1961年，我有幸在中华医学会医史学会在京隆重举办纪念孙思邈诞辰1380周年学术会议上，作了专题报告。同时，邮电部发行了孙思邈纪念邮票一套两枚。1982年，中华医学会医史学会在西安隆重举行纪念孙思邈逝世1300周年全国学术交流大会，以医德思想为重点，全面交流了学界研究孙氏学术思想及临床各科的学术成就。卫生部领导、中华医学会领导、陕西卫生厅领导及全国专家学者近200人参加了大会。会后，全体代表专程至耀县拜访了孙思邈生前隐居的五台山（现名药王山）遗址、历代纪念碑刻及孙氏故里孙家塬等。1999年又举办了国际孙氏学术研究会会议。

关于历代医学家对孙氏之评价：首先要指出的是距孙氏逝世约半个世纪的唐代医学文献整理大师——王焘强调：“近代释僧深、崔尚书、孙处士……等十数家，皆有编录，并行于代，美则美矣。”北宋·林亿、高保衡、孙奇、钱象先等，在校正《备急千金要方》之序中强调：“苟知药而不知灸，未足以尽治疗之体；知灸而不知针，未足以拯表里之变；如能兼是圣贤之蕴者，其名医之良乎。有唐真人孙思邈者，乃其人也。”

宋·郭思：“世皆知此书为医经之宝，余亦概尝阅诸家方书内，唯《千金》一集，号为完书，有源有证，有说有方，有取有舍，关百圣而不惭，贯万精而不忒，以儒书似之，其医师之集大成者欤。”

南宋·叶梦得（1077～1148）：“孙真人为《千金方》两部……今通天下言医者，皆以二书为司命也。”

赵希弁：“思邈博通经传，洞明医术，著用药之方，诊脉之诀，针灸之穴，禁架之法，以至导引养生之要，无不周悉，后世或能窥其一二，未有不为名医者。”

耀州（即今陕西耀县）乔世宁：“史称公（按：指孙思邈）道洽古今，学殚术数，今考其书，信然。”

明·王肯堂：“今独张仲景方最古，其次莫如孙真人《千金方》，如是止矣。真人以应化圣贤，现神仙身，行良医事，其所著书，抉玄扃，顾秘籍，宜不涉世情一字……何止只字千金而已。”

清·张璐：“继长沙而起者，惟孙真人《千金方》，可与仲景诸书，颉颃上下也。伏读三十卷中，法良意美，圣谟洋洋。其辨治之条分缕析，制方之反激逆从，非神而明之，其孰能与斯乎。”

关于国外学人对孙思邈之评价：日本著名医学家——丹波元坚，据说其远祖为汉灵帝之玄孙，是因避难移居日本的。元坚十分崇敬孙思邈，于书斋录孙思邈语为座右铭：“古之哲医，寤寐俯仰，不与常人同域，造次必于医，颠沛必于医，故能感于鬼神，通于天地，可以济众，可以依凭，若与常人混其波澜，则庶事堕坏，使夫物类将何仰焉。由是言之，学者心当摒弃俗情，凝心于此，则和鹊之功，因兹可得而致也。”

日本医史学家石原明：“最早正式传入我国（指日本）的医书是以《千金方》为嚆矢之说（《真本千金方》文章证明）是无可非议的。”“当时能编纂出如此广泛的医学全书……至今还保留其实用价值，作为集大成之医学书籍，在世界上使用汉字的文化圈中，应引以自豪。”

日本著名医史家富士川游：“医书有《诸病源候论》、《千金方》之类宏篇，以此二书为中心，发达之隋、唐医方遂取代韩医方，予当时之医学以显著影响，从唐医方兴盛七十余年后所制定的《大宝令》中即可窥一斑。”

日本《千金要方》研究所顾问——景嘉：孙思邈在唐宋时期“几乎被当作仙人或传奇人物，他的医术是极为高超的，同时又是非常大众化的。”

日本东大名誉教授、日本医史学会前理事长——小川鼎三：“唐·孙思邈《备急千金要方》是中医的宝鉴，这一古代医学全书，

是以人命重于千金这一意义而命名的，所以在第一卷中强烈而详细地论述了医师道德。医学伦理贯通古今东西，并且是不变的。”

日本京都大学名誉教授、人文科学研究所前所长藪内清：“现在正在大声疾呼尊重人命，可是孙思邈早在一千三百年前就已经极力主张并把它作为书名，日本似乎是最能选拔中医古典的，米泽候所藏宋刊本是世界上惟一的版本……学术界为之欣喜。”

日本北里研究所附属东洋医学综合研究所前所长，日本著名中医学家大塚敬节：“关于《千金要方》在东洋医学历史上所占有的价值和权威，自不待言”，“我想每日新闻社和《千金要方》刊行会协作，呼吁对这一古典进行再认识，这不是单纯的所谓医学复古这一狭隘意义的运动，而是有更广更深的意义，我想这是否在于探索人类文明的起点。”

日本关西大学教授、医史学家宫下三郎：“孙思邈《备急千金要方》在以中国为中心而发展的传统医学中占有显著地位，内容丰富多彩——是直接为人类服务而写成的。”“《备急千金要方》是划时代的著作，因而流传甚广，仅通过日中两国现存版本，已知的即有十六种传抄本……以上这些版本说明，此书在各个时代作为治疗的实用书籍，仍保持了原书的生命力。”

另外，在东南亚、在美国、在欧洲等许多国家的学者也都或多或少涉足于孙氏的著作、思想之研究，例如关于其炼丹术之实验研究，医学伦理学研究等，并各有专著出版。新加坡大巴窰中华医院、中医学院院长训：“慎勇端勤”四个大字，就是根据孙思邈“智欲圆而行欲方，心欲小而胆欲大”的治学思想而制定的。在东南亚各国的中医学家十分重视孙氏德、术兼备的学术思想修养，临床运用孙氏创制之千金苇茎汤、独活寄生汤、温胆汤者亦多。

关于近现代中国研究孙思邈学术之状况，孙思邈及其两部《千金方》是中国医学发展的思想宝库，医疗技术与经验的源泉。其流传刻印之版次也因历代学者之需要而日益频繁。前已引用宫下三郎先生的统计，有 16 种版本，而刻印出版者，据统计由宋

刻本至今,《备急千金要方》30余次,《千金翼方》约20次,两部《千金方》合刻本6次。另如《千金方衍义》、《千金宝要》、《孙真人海上方》各刻印10余次。平均约10年即重新刊刻出版孙思邈之医方著作一次。至于印数已无法统计其详了。其影响之大可知一斑。大约在20世纪初,中国学者即以孙思邈为专题,以探索从其生涯中汲取有益经验,现在看来其学术水平虽然不高,但其创造性劳动与开拓性是应予高度赞赏的。例如:徐伯英以《孙思邈记》为题,于《三三医报》1924年第七期,发表了自己的研究论文。孙思邈的崇拜者——黄竹斋先生,于1936年在《光华医药杂志》第三、九期,以《孙真人思邈传》为题连载了自己的调研论文,使20死纪初研究孙氏之专论达到较高水平。1903~1978年国内发表的有关医学家传记性论文,孙氏的专题文章不到30篇,而80年代两次纪念孙思邈的学术活动,在其引导下于1979~1986年间,全国学术性刊物发表的研究论文等达到140篇。其内容涉及孙思邈生平、生卒年代、医学伦理道德、世界观、哲学思想、医学教育、学术思想、本草、方剂、养生、老年疾病、食疗、预防思想、内科杂病、伤寒、温病、传染病、外科、骨伤科、皮肤科、妇产科、优生胎教、小儿科、针灸、美容、护理、基础理论、化学及其著作等等,为全面系统评价孙氏之学术成就做出了重要贡献,从而也为启迪后学,为科研借鉴,促进行政管理等发挥了无可估量的作用。适应时需,关于卫生保健,养性养生,食疗食养等等著述明显增多。

我从事中国医学史科研教学工作四十余年,涉足孙思邈之研究已近40年,回顾自己的处女作——《孙思邈生卒年代考》实在有些偶然性。1959年,陕西耀县有一封来信给中华医学会,希望能就孙思邈确切的生卒年代提出论证,这封信转给陈邦贤老师,陈老可能出于我是陕西人的考虑,便启发我接受这一任务。我虽没有把握,也从未做过这类考证,但或许由于自己是陕西人、热爱陕西名医的关系,便在陈老师的指导下完成了这一研

究，将结果撰文寄给来信者。不料此次实际调研、考察竟培养了我十分热爱孙思邈其人其书的感情。中华医学会为了纪念孙思邈诞辰 1380 年，我以《孙思邈在医学发展上的伟大贡献》为题，作了我生平第一次在如此庄严的学术报告会上的中心发言，当时确实很紧张，不料得到与会各位专家的好评和鼓励，给予我这个初出茅庐的青年医史工作者许多启发。该文于次年在《中医杂志》发表。接着我又将《孙思邈生卒年代考》送《中医杂志》发表。这些研究中的若干疑问又一次将我带到了深入孙思邈的课题之中。当我首次招收培养医学史硕士研究生时，便将赴耀县考察作为必修课，他们五人除了作总的综合报告外，各自还选题作了有关调研的学术论文，收集了大批资料。接着在我任职中华医学会医史学会副主任兼秘书时，在陕西耀县、卫生部、中华医学会有关领导的重视和支持下，负责筹办了 1982 年全国首次大规模的纪念孙氏逝世 1300 周年学术大会（由于生年有分歧），我也在我自己力所能及的情况下继续着自己的研究。1984 年，我亲自陪同日本医史学考察团团团长藪内清、副团长赤堀昭、秘书宫下三郎，一行七人，到耀县孙思邈故里考察，他们回国后发表了若干调研文章，作了相当详实的报导。1994 年 9 月我又亲自带领我国第一位学习中国医学史的外国博士生到耀县调研考察，进一步促进了孙思邈成为国际学者所关注的中国著名医学家。

孙思邈学术思想、医疗技术成就等之研究，在近半个多世纪间已相当广泛，并取得十分显著的成绩。专门之学术论文截至 1995 年已发表 1104 篇，专门研究之巨著如《孙思邈千金方研究》洋洋百余万字及专题著作也已有 20 余种。为繁荣中华医药文化增添了丰富的光彩。在这些研究中，有不少涉及孙思邈哲学思想的论文、养生学内容的论文，或已达到较高的水平，但给予孙氏养生保健以系统全面深入的论述，或因篇幅所限，尚未涉及，特别是从自然科学和哲学、社会科学两大方面力求尽量完整论述孙氏的养生学思想与保健延年技术，基本上还是一个空白。

李长福研究员是中国社会科学院哲学研究所从事研究工作多年的学者，在他的研究实践中，逐渐对孙思邈的哲学思想、养生学学术等产生了浓厚的兴趣，他也为孙氏养生保健思想的光辉业绩所吸引，在不断深入的接触、浏览、收藏中，决心予以系统全面的研究，特别对养生保健之研究，日益产生着强烈的爱与深入探索的信念。经过多年的努力，长福和他的搞文化人类学的女儿李慧雁终于完成了一部颇富特色的专著《孙思邈养生全书》，从而填补了这一重要的空白。

长福和他的女儿在完成这一艰辛的巨著后，希望我能给他的大作写序，我不顾自己思想迟钝，对哲学可以说是一窍不通的缺陷，欣然应允。其原因：一则出于我对孙思邈学术的热爱和尊崇；二则是长福的研究给予我诸多启示，他把孙思邈研究推向一个新的深度。长福将他的巨著命名为《孙思邈养生全书》确也基本上反映了实际。在研究孙思邈养生学方面，前人虽然确有诸多论述，我也曾发表多篇论文，并有专题讲座等，但均不能冠以“全”字。长福和他的女儿历尽艰辛，收集孙氏养生论述与著作可谓大全，不但从养生思想与延年益寿技术上予以论述，特别从其哲学思想、社会科学诸多方面给予整理，颇富新意与创见，实为释放出新之创作。使孙氏养生学既显其原貌，又为现今研究习用创造了良好的借鉴条件，这也是我乐于撰此拙序之缘由。作者的新见解，特别是对其养生哲学、社会科学思想的揭示，开创了孙思邈研究的新领域，有着很好的参考价值。我也坚信，长福及他的女儿辛勤劳动的结晶，必将为中国步入老龄化社会的广大中老年人群如何保持健美，提供一份宝库指南。同时，我也认为，该书的出版同样也会被国外学界、老龄社会所重视。在此，我预祝成功。

李经纬

1999年春节于北京

自序

孙思邈的著作把我强烈地吸引住了。多年来，我和女儿李慧雁经常翻阅、学习和研究家中珍藏的日本嘉永二年（1849年）江户医学影宋本的《备急千金要方》和日本文政十二年（1829年）重雕元·大德刊本的《千金翼方》。我们的《孙思邈养生全书》也是根据这两个版本编撰的，而以其他版本为参考。我家珍藏的这两部书，因为版本的珍贵，已于1997年由中医古籍出版社用宣纸线装、影印出版。这是对我的一个很大的鼓励。同时，通过继续学习和研究《孙真人福寿论》等能搜集到的孙思邈的其他著作和有关历史文献，使我们深切地感觉到：中国唐代伟大的医学家、养生家孙思邈的养生、治病理论的确博大精深。而且，十分突出的一点是：他从自然科学和哲学、社会科学两大角度，从整体上研究人的养生与治病问题，这是同他对人的本质及人的价值的深刻认识紧密相连的。他不但指出了人的“禀受天地中和之气”的自然属性，而且也指出了人的“法律礼乐，莫不由人”的社会属性。这样，他在从整体的高度研究人的基础上，得出了“夫二仪（指天地）之内，阴阳之中，唯人最贵”的结论，并从价值论的高度指出：“人命至重，有贵千金”的重要论断。我们通过进一步认真的研究还发现：孙思邈提出的“人命至重，有贵千金”的论断，实质已经包含了人的最高价值是人的本身思想的萌芽。因此，这一论断，不但确定了人崇高无比的价值，而且，

也由此确定了人的养生理论与实践的重大价值。因而，“人命至重，有贵千金”的论断，构成了孙思邈养生理论体系的价值论的基础。

孙思邈从“一人之身，一国之象”的整体高度出发，从自然科学与哲学、社会科学的两大角度研究人的养生、治病问题，这是从方法论的角度上，对养生、治病理论的杰出贡献。马克思指出：“人的本质并不是单个人所固有的抽象物，实际上，它是一切社会关系的总和。”实践证明：人的健康问题，不仅仅同自然因素有关，也往往同人的社会关系的状况有密切的联系。孙思邈早在中国唐代就能从自然科学与社会科学的两大角度研究人的养生与治病问题，这实质上是从人的本质的高度，在方法论方面对养生与治病理论的杰出贡献。

孙思邈提出了人的寿命“可得一二百年”的论断。这一论断至今仍然是正确的。他感叹“百年之内，斯须之间”的实际人生的暂短，这就从价值论的高度指出了值得珍惜的人的暂短人生。从而，也肯定了通过养生以延长人的生命的重大价值。

孙思邈提出了“寿夭休论命，修行在本人”的重要论断，并主张“深究其道。”这说明了它不仅认为在客观上存在着养生规律，而且，这些规律是可以被认识、掌握和运用的。而他对一系列的有关自然科学与哲学社会科学的养生、治病规律的发现与运用，证明了他提出的论断与主张是完全正确的。这样，实质上，他就把养生与治病的问题，看成是有规律可循的科学问题。为了发现和运用这些规律，他的一生都充满了“深究其道”以及“一事长于己者，不远千里，伏膺取决”的坚忍不拔而又十分谦逊的精神。

孙思邈提出了“体育可愈之疾”的论断。这就是说，他认为人体的一切疾病都可以治愈。这一论断的哲学实质是：认为人的认识能力是无限的。因而，人的治愈疾病的能力和养生的能力也是无限的。这一论断至今仍然是正确的。并鼓舞着人们征服一切

疾病和进行养生的理论与实践的活动。

孙思邈还提出了“生不在于我”的认识。这就从生命的惟一性的角度，指出了人的生命的可贵和养生的重大价值。

孙思邈的名言是：“人命至重，有贵千金。”因此，实行救死扶伤的人道主义，是他养生和行医的强大动力。为了造福于人类，他从自然科学的角度，发现了一系列的养生、治病的规律；同时，又从哲学的高度，深刻地研究和阐述了以上一系列重大问题。此外，他又从经济、政治、道德、家庭以及老年人的退居等社会科学的角度，研究与阐述了养生治病的规律。

孙思邈在《孙真人福寿论》中指出：“粟帛之非分者，其植也广，其获也劳，其农也负，其利也倍，蓄乎巨廩，动余岁年，盗贼之羈縻，雀鼠之巢穴，及乎困农负债，利陷深冤。此非分也。神已知之，人不知也。”在这里，孙思邈深刻地揭露了中国封建社会的地主阶级对广大贫苦农民残酷的经济上的剥削和政治上的压迫。地主阶级对农民的残酷剥削的结果，使得地主把粮食储在巨大的粮仓中，存粮几年都吃不完，以至成了雀鼠的巢穴和盗贼的活动场所。相比之下，困农负债，利陷深冤。对这种现象，“神已知之，人不知也。”如果从养生的角度来看，实质上是指出了残酷的剥削制度，激烈的阶级矛盾和阶级斗争，使统治者难以养生，使被统治者更难以养生。这实质上，是从社会的经济、政治制度的角度研究与阐述养生的问题。这是对开辟经济、政治制度与养生这一研究领域的一大贡献。

孙思邈又具体地指出种种腐败的社会现象。说道：“屋宇之非分者，人不多而构其广厦，价不厚而罚其工人，以不义之财，葺无端之舍……不知环堵之贫，蓬户之陋。神已记之，人不知也。”（《孙真人福寿论》）这就深刻地揭露了统治者不但人不多而身居广厦，而且，用低工资雇工盘剥工人，用不义之财，修造根本用不上的房屋。这同广大贫苦农民的“环堵之贫，蓬户之陋”形成了鲜明的对比。孙思邈痛恨统治者的腐败行为，认为对以上

的种种丑恶现象，“神已记之，人不知也。”

孙思邈还批判了在官爵问题上的非分者，指出：“官爵之非分者，崎岖而居之，贿赂而得之，德薄而执其位，躁取而窃其缘。求其躁取而必强，强而取之非分也。即有灾焉、病焉、死焉，神而记之，人不知也。”从以上深刻的揭露可以看出：孙思邈的一生虽然过着行医和隐居的生活，但是，他对中国封建社会在官爵问题及一系列社会问题的腐败现象看得清清楚楚，揭露得淋漓尽致。并愤怒地指出，腐败的非分者“即有灾焉、病焉、死焉的后果。”这就明确指出了，腐败是养生的大敌，腐败分子的下场是：灾焉、病焉和死焉。如果从养生的角度来看，则说明了：腐败分子无法养生，腐败是养生的大敌。

孙思邈还批判了社会两性关系上的非分者，指出：“妻妾之非分者，所爱既多，费用必广，淫佚之道，必在骄奢……人之为苦，余之为乐。此非分也。神又记之，人不知也。”这就严厉地批判了中国封建社会统治者把妇女视为玩物的丑恶现象。并从道德的高度，开辟了关于两性关系与养生的重大课题。

孙思邈还批判了“无义之富”者，指出：“金之得盈，福之已竭，且无义之富，血属共之，上之困焉，下之丧焉。如此者，于我如浮云，不是以为富也。”（《孙真人福寿论》）明确指出了“无义之富”者的伤生的必然性。同时，也深入到了金钱与养生这一重大研究领域。

孙思邈把以上种种非分的行为视为不善的行为，并从总体的角度指出：“福者，造善之积也；祸者，造不善之积也。鬼神盖不能为人之祸，亦不能致人之福，但人积不善之多而煞其命也。”（《孙真人福寿论》）实践证明，积不善之多者，必定引起人民群众的谴责和反对，此者，被绳之以法，哪里还谈得上什么健康和养生？古人云：“多行不义必自毙。”这是完全正确的。这样，孙思邈在实质上研究了人的社会关系，人的道德与养生关系的重大问题。这也是对养生理论的重大贡献。

孙思邈又严肃地指出：“贫者多寿，富者多促。贫者多寿，以贫穷自困而常不足，不可罚寿；富者多促，而奢侈有余，所以折其命也，乃天损有余而补不足。”（《孙真人福寿论》）这充分体现了孙思邈养生、治病思想的人民性。他这一宝贵的思想，完全符合历史发展的规律，所以越发显示出其强大的生命力。

中外学者，对孙思邈的养生、治病的思想主旨都给以极高的评价。日本江户医学在影宋本《备急千金要方·序》中说：“我烈祖好生之德，根之天性。”中国宋代学者林亿等人在《新校备急千金要方·序》中也指出：“恭惟我朝以好生为德。”这样，中外的学者都把人的好生看成是根之天性的一种美德。

那么，人的好生，为什么根之天性呢？因为人是在一定的社会关系中，是会制造工具和使用工具的高级动物。人的本质是一切社会关系的总和。人的生产能力是无限的，因而，人的发展能力和享受能力也是无限的。世界是发展的、美好的。而人们愿意以长生为人类的发展做出贡献，从中，也得到个人相应的享受。由此可见，孙思邈的养生思想，同人的本质的规定是完全一致的。这也正是他强大的生命力所在。

于是，在以上认识的基础上，我们尽力把孙思邈的有关养生思想的全部著作编辑成书，名之曰《孙思邈养生全书》，并从哲学、社会科学的角度加以研究和阐述。书稿草成之后，专程拜访了我国研究孙思邈的大专家李经纬教授，李教授是中国中医研究院中国医史文献研究所研究员、中华医学会中华医史学会主任委员、中华医史杂志总编、中国医史博物馆名誉馆长、中国医学通史编审委员会常务副主编，他身兼数职、工作繁忙，但热情地接待了我们，并对我们按以上思路编撰的《孙思邈养生全书》给予了充分的肯定。这对我们来说起到了决定性的鼓励。我们在修改此书的过程中，多次请教李教授，并都得到了他的热情肯定和精心指导。当时，中医古籍出版社原负责人傅景华教授，对此书的编著和出版，也给予了鼎力支持。书成之后，李经纬教授满足了