

· 经典研究 ·

《黄帝内经》体质判别因素的“三才”思维^{*}丁园^{1,2*} 覃锦^{2▲}

摘要 《黄帝内经》作为中医理论的奠基之作,其思想体系深受阴阳五行思维模式的影响,并从天、地、人“三才”整体视角系统阐述了人体生理、病理的形成机制。“三才”概念源于《周易》对世界结构的划分,《易》将天、地、人三道统合为“大道”,并于各道中分阴阳对立属性。文中从《周易》“三才之道”出发,探析《黄帝内经》中对体质的论述,可见古人对体质形成中空间三维(天、地、人)影响的高度重视,这一认识对当代体质学构建多维、动态的理论模型具有重要的启示意义。

关键词 《黄帝内经》;《易经》;三才之道;体质;多维

《易·系辞下》云:“有天道焉,有人道焉,有地道焉。兼三才而两之,故六。六者非它也,三才之道也。”^[1]“三才”是古人对宇宙与社会结构形式的概括,天、地、人三者的统一构成了其基本框架。这一认识以简明的方式,提供了可被理解的宇宙存在模式^[2]。《春秋繁露·立元神》进一步指出:“天地人,万物之本也。天生之,地养之,人成之……三者相为手足,合以成体,不可一无也。”^[3]中医体质学认为,体质是在先天遗传与后天获得基础上表现出来的人体形态结构、生理功能和心理状态等方面的综合、相对稳定的特质^[4],是人体在某一时期的生理态势与病理倾向的反映^[5]。《黄帝内经》成书时已初具体质学说雏形,《素问》《灵枢》中多从天、地、人三个层面论述体质的分类与特征,或直言其理,或概括其要,虽未明确提出“体质”概念,实已蕴含丰富体质思想。笔者拟基于《周易》“三才”理论,探讨《黄帝内经》中体质分析的评价因素。

1 基于“天道”的体质分析

《易经·说卦传》曰:“立天之道曰阴与阳,立地之道曰柔与刚,立人之道曰仁与义。”^[6]“天道”指天时运行及星辰变化所体现的规律。《黄帝内经》中大量篇幅

论述了对天道的观察与总结,并阐明其对人体的气血阴阳、疾病发生特点、预后转归乃至诊疗原则的影响。正如董仲舒在《春秋繁露》中所论,天之所生、地之所养是形成人自然属性的基础,人的生命活动无时不受天地之气的影 响。与“地道”相比,“天道”主导的阴阳变化是一切现象的本源,通过气候更迭影响人类生活。古人在长期实践中总结出契合天道运行规律的“五运六气”模式,并以此安排农事与生活,实现“春生、夏长、秋收、冬藏”。除生产活动外,人的生命活动亦须顺应天时^[7]。体质正是人体“与天地相应”的结果,《黄帝内经》从年岁、月令、日时及阴阳五行等天道维度阐释体质的特殊性,指出季节、月份、时辰等时间节律与人体 的气血盛衰、脏腑经络功能密切相关,体现“天人相应”的整体观^[8]。

1.1 司天之气影响下的体质变化 不同年份的岁运岁气变化可影响人体气血阴阳的状态。《黄帝内经》以三阴三阳为纲,划分每年的司天、在泉之气,用以阐释不同年份的气候特点及其对人体生理、病理的影响。此举旨在“先立其年,以明其气,金木水火土运行之数,寒暑燥湿风火临御之化,则天道可见,民气可调,阴阳卷舒,近而无惑,数之可数”^[9]¹⁵⁴。阴阳观念源于日光向背,道家由此发展出太极、两仪、三才乃至十方的宇宙认知体系,用以推演天地运行。中医学的阴阳理论承袭于此,并以阴阳的相互作用解释生命活动。基于对阳气盛衰程度的区分,《黄帝内经》形成太阳、少阳、阳明、太阴、少阴、厥阴的三阴三阳理论,用以描述阴阳二气的消长与转化。《素问·五常政大论》中,黄帝与岐伯论及“其岁有不病,而脏气不应不用”的原

※基金项目 厦门市自然科学基金联合资助项目(No.3502Z20227387);厦门市医疗卫生指导性项目(No.3502Z20224ZD1115)

***作者简介** 丁园,女,副主任医师,博士研究生。研究方向:中西医结合内科学。

▲通信作者 覃锦,男,博士研究生。研究方向:中医药基础理论。E-mail:qinjinad@163.com

•作者单位 1.厦门弘爱医院肿瘤内科(福建 厦门 361006);2.福建中医药大学(福建 福州 350122)

因,指出“天气制之,气有所从也”,说明司天之气对人体气血及脏腑功能具有制约作用。正是在此认识基础上,五运六气学说应运而生,用以指导不同年份的疾病预防与治疗。《素问·六元正纪大论》详细论述了各岁运气条件下,六气时段对人体疾病发生、脏腑功能及症状表现的影响,明确指出瘟疫的发生与客气为火(少阳相火或少阴君火)的时段密切相关,此时气候异常易导致疫病流行^[10]。《中藏经·人法于天地论》亦指出:“人者,上禀于天,下委于地。阳以辅之,阴以佐之。天地顺则人气泰,天地逆则人气否。”^[11]人体后天五脏疾病的易感倾向,与出生时的五运六气禀赋存在内在联系,不同年份出生的人因其先天运气差异,形成了不同的体质基础,进而影响其后天疾病的发生与发展^[12]。

1.2 岁气下五运六气的体质分化 季节更迭影响人体气血阴阳的运行状态,因而形成与时节相应的体质特征。《类经·卷十二·论治类》注云:“五运有纪,六气有序,四时有令,阴阳有节,皆岁气也。”^[13]如《素问·四气调神大论》所述:“春三月,此谓发陈,天地俱生……夏三月,此谓蕃秀,天地气交,万物华实……秋三月,此谓容平,天气以急,地气以明……冬三月,此谓闭藏,水冰地坼,无扰乎阳。”^[9]四季变化源于地球所受日光多少的差异。在此自然规律影响下,中医学提出“人以天地之气生,四时之法成”,强调“春夏养阳,秋冬养阴”的养生原则。《素问·四气调神大论》系统阐述了起居、情志等方面顺应四时变化的养生方法,体现了人体阴阳气血随季节进行的适应性调节。《灵枢》亦指出,“春生、夏长、秋收、冬藏,是气之常也,人亦应之。”^[14]《灵枢·脉度》中亦强调:“四时者,春秋冬夏,其气各异,营卫相随,阴阳已和,清浊不相干,如是则顺治而治。”^[14]基于四时气候对人体气血的影响,《黄帝内经》提出了因时制宜的诊疗原则。《灵枢·四时气》载:“四时之气各有所在,灸刺之道,得气穴为定。故春取经血脉分肉之间,甚者深刺之,间者浅刺之……冬取井荣,必深以留之。”^[14]此外,随着四时阴阳消长,人体气血亦有相应的聚集趋向,《素问·诊要经终论》即指出气血在四季中分别偏重于肝、脾、头、肺、心、肾等不同部位。人若能顺应天时,遵循四时规律与阴阳运行之道,涵养精气,敛藏神气,以身心之“静”应外界之“动”,则可达到健康长寿,实现“无为而无不为”的养生境界^[7]。

1.3 时段的循环形成特有的时段体质 一日之中阴

阳二气的消长变化,形成了人体在昼夜不同时间段的生理节律与体质特点。《灵枢·顺气一日分为四时》指出:“朝则人气始生,病气衰,故旦慧;日中人气长,长则胜邪,故安;夕则人气始衰,邪气始生,故加;夜半人气入藏,邪气独居于身,故甚也。”^[14]此处“人气”主要指阳气,其盛衰影响着疾病的表现与进退。人体阳气具有兴奋、推动之功,阴气主沉静、敛藏之能,二者交替运转,形成了“昼寤夜寐”的基本生理节律。正因如此,《素问·脉要精微论》提出“诊法常以平旦,阴气未动,阳气未散,饮食未进,经脉未盛,络脉调匀,气血未乱,故乃可诊有过之脉”^[9],强调清晨为诊察的最佳时机。进一步细化,人体气血在十二时辰中依脏腑所主之时而循环流注,形成相对稳定的时辰生理特征,这为从更精细时段观察体质提供了依据。子午流注学说运用天干地支推演人体气血阴阳的时序消长规律,据此判断经穴开阖,以顺时调养、避邪防病^[5]。《素问·藏气法时论》详细论述了五脏疾病在一日不同时辰中的变化规律,如“肝病者,平旦慧,下晡甚,夜半静”“心病者,日中慧,夜半甚,平旦静”“脾病者,日昃慧,日出甚,下晡静”^[9]。《灵枢·顺气一日分为四时》亦提出了“一日分为四时”(朝、日中、日入、夜半)的昼夜节律理论^[8]。后世医家据此发展出五脏与一日不同时辰相应的认识(如肝应平旦、心应日中、脾应日昃、肺应日入、肾应夜半),并据此制定相应的养生调摄方法。

1.4 基于阴阳层次的体质划分 “立天之道曰阴与阳”“阴阳者,万物之能始也”。阴阳是中医理论的根本,亦为体质划分的核心依据。《黄帝内经》从阴阳属性区分男女,即“阴阳者,血气之男女也”;更从个体阴阳盛衰角度,将体质划分为太阴、少阴、太阳、少阳及阴阳和平五种类型。《灵枢·通天》载:“少师曰:盖有太阴之人、少阴之人、太阳之人、少阳之人、阴阳和平之人,凡五人者,其态不同,其筋骨气血各不等。”^[14]文中从情志特征、气血状态等方面对五类人进行辨析,并指出“古之善用针艾者,视人五态乃治之,盛者泻之,虚者补之”,强调辨体质而施治的重要性。《灵枢·行针》进一步从针刺反应角度阐述了阴阳差异对体质的影响:“百姓之气血各不同形……或神动而气先针行,或气与针相逢,或针已出气独行,或数刺乃知,或发针而气逆,或数刺病益剧。”^[14]经文据此针刺感应,提出“多阳者多喜,多阴者多怒”的认知,并将人群分为重阳之人、重阳而颇有阴之人、阴阳和调之人、阴多阳少(阴气沉而阳气浮)之人等类别,阐明这些差异均

由阴阳之气的浮沉、盛衰所致。

2 “地道”下的体质因素考虑

老子曰：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”与“天道”不同，“地道”为人的生存提供物资基础，人的生命活动大多顺应“地道”规则。因此，人“效法天地”主要是效法与自己生命活动联系更紧密的“地道”，而“地道”本身又为“天道”所规约，故人在效法“地道”中实现对天道、大道的顺应^[16]。“地道”主要指人所依存的、以大地为中心的自然环境及其运行规律，包括山、水、土、方位等地理空间要素，以及由此产生的、可被人体感知的物候现象（如气、味、音、色）。

2.1 地势与地域人群体质差异 不同的地理环境促使人类群体形成体质差异。中国幅员辽阔，地势各异，《素问·异法方宜论》将其概括为：东方之域，“天地之所始生也”；西方者，“金玉之域，沙石之处，天地之所收引也”；北方者，“天地所闭藏之域也”；南方者，“天地所长养，阳之所盛处也”；中央者，“其地平以湿，天地所以生万物也众”^[19]。受日照、湿度、水源等自然条件影响，各地形成独特的气候与生态环境，人体为适应所处环境，逐渐产生相应的形态与功能特点。《素问·异法方宜论》中，黄帝问及“同病异治”之理，岐伯从五方地域差异入手，系统阐述了东、南、西、北、中五方的地理气候特征、居民饮食习惯及其所形成的体质特点，并指出因此衍生出不同的适宜疗法：砭石、毒药、灸焫、九针、导引按跷。这正体现了地势环境对人体体质的塑造作用，以及因地制宜的治疗原则。“人法地”是天人合一思想的重要环节，若忽视“地道”（自然环境）对人体的影响，则“天道”与人体之间的联系将难以建立；脱离“地道”的约束，片面追求“人道”可能带来不良后果^[16]。

2.2 基于五行理论的体质划分 五行是古人运用阴阳理论认识世界的重要工具，五行体质分类体现了古代医学整体观与系统思维。《左传·襄公二十七年》有“天生五材，民并用之，废一不可”之说^[17]；《尚书·洪范》进一步明确，“一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。水曰润下，火曰炎上，木曰曲直，金曰从革，土爰稼穡。润下作咸，炎上作苦，曲直作酸，从革作辛，稼穡作甘”^[18]，奠定了五行与物性、味觉的对应关系。《黄帝内经》在五行理论基础上，将人分为金、木、水、火、土五种基本类型，并进一步细分为二十五种体质。《灵枢·阴阳二十五人》指出：“先立五形金木水土土，

别其五色，异其五形之人，而二十五人具矣。”^[14]^[112-127] 这篇通过音声、肤色、形体、行为特征等，生动描述了各形之人的特点。例如，火形之人“为人赤色，广胛（脊肉丰广），锐面小头……质判之人，比于左手太阳，太阳之下支支颞颥然”^[14]^[123-127]。这种分类不仅有助于辨识体质特征、推断寿夭倾向，更能指导疾病防治与治疗决策，体现中医“因人制宜”的诊疗思想^[19]。

2.3 五音、五味等其他影响因素 在五行学说框架下，古人将自然与人体诸多要素归纳为五类，如五体、五色、五味、五音、五劳等。其中，五味、五音作为人体通过味觉、听觉接收的外在信息，可影响气血运行与体质状态。《素问·异法方宜论》指出，五方地域的饮食偏好塑造了当地居民的体质特点，并由此影响疾病易感性。《素问·生气通天论》从五味偏嗜的角度论述了饮食不节对脏腑的损伤，指出：“阴之所生，本在五味；阴之五脏，伤在五味。”过食五味可导致相应脏腑功能失调，引发不同病证。原文所述“隆”（应为“癃”，指小便不利）、“渴”“洞心”（心中空虚感）及“变呕”“惋心”（心胸满闷）等症状，分别与五味偏嗜伤及相关脏腑有关，体现了饮食因素在体质偏颇与疾病发生中的作用。音声与人的情志活动密切相关。五脏配五音，即肝—角、心—徵、脾—宫、肺—商、肾—羽，体现了五行归属下的音律分类。《灵枢·阴阳二十五人》借助五音及其变调，细致描述了各型体质的外在特征^[20]。《礼记·乐记》载“宫动脾、商动肺、角动肝、徵动心、羽动肾”^[21]，说明不同调式的音乐可引发相应的情志与脏腑反应。长期聆听某种情绪色彩的音乐（如悲曲），可使人产生相应的心理状态，进而影响体质。所谓“音之起，由人心生也。人心之动，物使之然也。感于物而动，故形于声。声相应，故生变”^[21]，揭示了音声与身心之间的互动关系。体质的差异也使个体对音乐调式具有不同的生理心理反应，当乐曲节奏与人体节律和谐时，可产生愉悦舒适感，音乐因此兼具调节情志、辅助疗愈的作用^[22]。此外，《灵枢·根结》还指出“布衣匹夫之士”与“王公大人”因生活环境、劳逸程度的差异，导致形体气血状况不同，针刺治疗时亦需区别对待，进一步体现了社会因素对体质的影响。

3 “人道”下的体质思维辨析

人以耳目鼻口身等感官感知世界，通过对天、地、人“象、数、形、器”的观察、分析与综合，形成对宇宙与生命的认识，构建起“人道”观念^[23]。“人道”源于人对

天地的效法,董仲舒言“天德施,地德化,人德义。天地之精所以生物者,莫贵于人”^[24],强调人在天地之间的独特地位与能动性。“人道”可理解为人类在生活实践中对社会与生命规律的总结^[25]。人具有复杂性及对环境的适应能力。《医学源流论·病同人异论》指出,“夫七情六淫之感不殊,而受感之人各殊……受病深浅之各异”^[26],说明相同病因作用于不同个体,可因体质差异而产生不同反应。《周易》的“人道”观,既是对生命活动的归纳,也是人认识自身与客观世界的工具^[23]。《黄帝内经》在论述生理、病理、治则乃至预后时,均贯穿着“天人相应”的思想,其中对“人道”因素的考量尤为突出,分别从性别、年龄、体型、肤色、情志等维度,乃至脏腑组织的特性,对人体进行了系统的体质划分。同时,其通过人的视觉、听觉、触觉等感知特点来辨识体质的方法,亦体现出“人道”思维的具体运用。

3.1 年龄变化的体质层次 人的生长壮老过程伴随着气血的盛衰演变,从先天真元到纯阳、稚阳、阳盛乃至阳衰,体质亦呈现阶段性特征。《素问·上古天真论》以女七、男八为周期,论述了肾气、天癸以及冲任、三阳等经脉的盛衰变化规律及其在不同年龄阶段的生理表现,体现了古人对生命周期中体质变化的系统认识。《灵枢·营卫生会》从“老人之不夜瞑”与“少壮之人不昼瞑”的差异,阐释了年老与年少者因气血盛衰不同而形成的睡眠节律区别,反映了体质随年龄变化的生理特点。《素问·示从容论》提出“夫年长者则求之于腑,年少者则求之于经,年壮者则求之于脏”^{[91]93},指出少、壮、老不同年龄阶段的人群,其正气强弱、气血分布各有偏重,因而邪正相争的层面与方式亦不同,诊疗时应分别侧重于经、脏、腑进行辨治。《素问·缪刺论》亦载“夫邪之客于形也,必先舍于皮毛,留而不去,入舍于孙脉,留而不去,入舍于络脉,留而不去,入舍于经脉,内连五脏,散于肠胃,阴阳俱感,五脏乃伤,此邪之从皮毛而入,极于五脏之次也”^{[91]21},阐述了外邪由表入里、由浅至深的一般传变规律,提示体质状态与邪气侵入层次密切相关,年龄变化带来的正气盛衰直接影响疾病的发展与转归。

3.2 基于五脏的体质分化 五脏分类源于五行学说,并具体应用于体质辨识。《灵枢·经水》指出,“夫人之常数,太阳常多血少气,少阳常少血多气,阳明常多气多血,少阴常少血多气,厥阴常多血少气,太阴常多气少血,此天之常数”^{[14]50},说明六经气血各有偏颇,五

脏亦有相应的生理特性,且个体之间既存在共性,又具差异。《灵枢·本脏》系统论述了五脏六腑的形态差异(如大小、高下、坚脆、长短、厚薄等)及其对生理、病理的影响。该篇认为脏腑形态与功能受天地之道的影 响,形成个体独特的脏腑特质,进而影响其疾病易感性与演变趋势。例如:“心小则安,邪弗能伤,易伤以忧;心大则忧不能伤,易伤于邪。肝小则脏安,无胁下病;肝大则逼胃迫咽,迫咽则苦膈中,且胁下痛。”^{[14]97-98}这说明脏腑的形态、功能状态直接关系到体质强弱与疾病倾向,为“脏象-体质”相关的诊断与调理提供了依据。

3.3 基于外观色泽的体质划分 “有形于外,必应于内”,色泽是气血盛衰的外在反映,也成为古代医家通过视觉辨识体质的重要依据。《素问·脉要精微论》指出,“切脉动静而视精明,察五色,观五脏有余不足,六腑强弱,形之盛衰”,强调诊察色泽对判断脏腑状态的意义。《灵枢·论勇》针对“年之长少等也,衣之厚薄均也,卒然遇烈风暴雨,或病或不病,或皆病,或皆不病”的现象,提出肤色(五色人)与皮肉厚薄相关,影响人体对四时邪气的反应差异,说明色泽与体质强弱、邪气易感性存在联系。《灵枢·五色》进一步将面部划分为脏腑对应的色部,指出“五色之见,各出其色部”,通过观察色泽变化、部位凹凸等,可判断疾病所在与轻重预后,如“部骨陷者必不免于病,色部承袭者,虽病甚,不死”。《灵枢·五音五味》还通过各脏所主本色、经络气血多少及外在特征(如胡须有无、肤色差异等),分析人体气血状态,体现了色泽在体质辨识中的系统应用。

3.4 基于形体特征的体质划分 不同个体受先天禀赋与后天环境的影响,形成各异的形体特征,这为体质辨识提供了直观依据。《灵枢·卫气失常》将人之肥瘦分为脂、膏、肉三种类型,并指出其寒温、大小、气血各有差异,强调“必先别其三形,血之多少,气之清浊,而后调之,治无失常经”^{[14]17},体现了形体分类对治疗的指导意义。《灵枢·逆顺肥瘦》进一步论述了肥人、瘦人、常人、壮士(真骨者)及婴儿五类人群的气血盛衰特点及病理倾向,并提出相应的针刺方法,说明形体差异直接关联气血状态与疾病易感性。人的形体大小、壮硕、枯瘦等外在特征,可在一定程度上反映阳气盛衰趋势,也预示其对不同病邪的易感性与疾病转归特点,为“因人制宜”的诊疗提供了形态学基础。

3.5 其他体质分类 体质的划分具有多元标准。《灵

枢·论勇》从“勇怯”角度分析人对疼痛的耐受差异,指出“夫忍痛与不忍痛者,皮肤之厚薄、肌肉之坚脆缓急之分也,非勇怯之谓也”^{[14]106},说明体表的生理结构影响心理行为表现。《灵枢·五音五味》以胡须之有无区分妇人、宦者与常男,并从冲脉气血盛衰阐释其成因,体现了体质在性别与生理状态上的外在表征。《灵枢·五变》指出,虽同感邪气,但因个体“骨节、皮肤、腠理之不坚固”程度不同,可分别易患风厥漉汗、消瘴、寒热、痹证、肠中积聚等不同病证,说明形体结构的强弱直接影响疾病易感性。《灵枢·血络论》记载刺络出血后出现的仆倒、血射、肿、血浊、血清、面色苍苍、烦闷等不同反应,认为与脉中气血的阴阳偏盛、清浊多少有关,提示气血状态是体质的重要内涵。《灵枢·本神》还从情志损伤角度论述五脏与神志的关系,如“怵惕思虑者则伤神”“脾愁忧而不解则伤意”“肝悲哀动中则伤魂”“肺喜乐无极则伤魄”^{[14]125},说明情志倾向与调节能力亦是体质的重要组成部分。

4 天、地、人“三才”综合的体质考量

时代变迁对人群体质具有深刻影响,各历史时期因自然环境、社会状态、生活方式等差异,往往形成具有时代特征的体质倾向。《素问·上古天真论》对比“上古之人”与“今时之人”在养生方式、寿命长短及健康状况的差异,指出因顺应天地的程度不同,而有“真人”“至人”“圣人”“贤人”等生命境界的区分,实已蕴含时代体质观。《素问·汤液醪醴论》进一步从“道德”(指自然之道与生命真气)变化角度,论述诊疗方式的演变:上古以汤液为备,中古服之万全,今世则需“毒药攻其中,镵石针艾治其外”,反映随着自然与社会环境变化,人体正气渐衰,疾病复杂化,治疗手段亦随之调整。后世医家对此亦有阐发:东汉张仲景立足于战乱频仍、伤寒多发之世,创立六经辨证体系;魏晋南北朝时,世人求长生而盛行服食“五石散”,导致燥热伤阴、痈疽疮疡等症,实为时代习尚对体质的扭曲;金元李东垣处兵乱饥馑之秋,提出“脾胃内伤,百病由生”,强调补中益气、顾护脾胃;至明清,叶天士、吴鞠通、王孟英等着力于湿热、温病辨治,亦与当时气候、疾病谱变化密切相关。这些均说明,体质不仅是个体特征,亦具有鲜明的时代印记。天(自然气候)、地(地理环境与社会生态)、人(生活方式与群体行为)三才因素的互动,共同塑造了不同历史阶段人群的体质共性与

疾病易感倾向。

5 小结

人体呼吸吐纳、饮食出入皆与时空环境息息相关,体质正是时空因素在多维层面交织作用的结果。《灵枢·五变》指出,“夫天之生风者,非以私百姓也,其行公平正直,犯者得之,避者得无殆,非求人而人自犯之”^{[14]94},说明外邪虽普遍存在,然是否发病则取决于个体体质状态,体质差异决定了对疾病的易感性与表现复杂性。《易·说卦》言“立天之道曰阴与阳,立地之道曰柔与刚,立人之道曰仁与义,兼三才而两之,故《易》六画而成卦”,强调天、地、人三才一体、相互贯通。《黄帝内经·称》亦云“天制寒暑,地制高下,人制取予。取予当,立为圣王;取予不当,流之死亡”^[27],揭示人当顺应天地规律而审慎取舍,方能安康。中医药学理论深受道家宇宙观影响,而道家思想渊源于《易》。作为中医理论奠基之作的《黄帝内经》,充分运用“三才”思维,从天、地、人三个维度系统分析生命态势^[28]:从天时(阴阳、五运六气、昼夜节律)、地理(五方、地势、水土)、人道(年龄、性别、形色、情志、音味等)多层面面对体质进行分类与阐释。这种从外因到内因、由天及人、由人及地的整体辨析方法,体现了中国传统文化“执简驭繁”的智慧,是对人体复杂现象的系统性归纳,有利于实现全生命周期的养生防病与个体化诊疗^[29]。其所奠定的“三才”体质观,为当代体质学说的的发展提供了宝贵的思想资源与理论框架,值得深入继承、研究并创新发展。

参考文献

- [1]周易[M].余敦康,解读.北京:国家图书馆出版社,2017:583.
- [2]葛志毅.黄老学三才思想考论[J].古代文明,2021,15(1):64-80,157-158.
- [3]董仲舒.春秋繁露[M].北京:中国书店,2018:141.
- [4]王琦.中医体质学对共病诊疗的理论创新与实践[J].北京中医药大学学报,2025,48(11):1481-1486.
- [5]覃锦,李梓荣,陈羽凡,等.中医势数观之用势[J].时珍国医国药,2022,33(4):926-928.
- [6]易经[M].于春梅,译评.长春:吉林文史出版社,2006:255-256.
- [7]邢瑞敏.董仲舒天道哲学的“无为”向度[J].文化学刊,2020(9):34-37.
- [8]孙晓生,江启煜.十二时辰养生与时间保健学[J].新中医,2013,45(10):127-129.
- [9]黄帝内经素问[M].田代华,整理.北京:人民卫生出版社,2020.
- [10]周小涵,陈梦琳,熊为锋,等.疫病流行与六气之少阴、少阳的关联

(下转第14页)