科学技术与教育 2026年第10期
ISSN: 3079-4455

《本草纲目》中蕴含的理学精神

肖乐扬，周若星，皮林君
湖北民族大学医学部，湖北恩施，中国

【摘要】《本草纲目》是一部享誉四方的药学类专著，是理学精神与传统本草学研究结合的典范。然而，现有研究多聚焦于局部维度探讨，在关键问题上存在争议，缺乏系统整合与全面梳理，难以清晰呈现理学影响《本草纲目》编撰的完整路径。本研究以《本草纲目》中的理学精神为研究对象，采用文献梳理与文献计量分析方法，系统整合现有研究成果，从思想渊源、研究方法、分类体系、实践应用等维度深入阐释理学核心精神的具体体现，全面梳理当前研究的核心主题与发展脉络，总结现有研究存在的不足与争议焦点。研究发现，格物致知方法与药物分类逻辑是当前研究的重点领域，但整体呈现研究主题分布不均衡、定量研究与跨学科合作不足等特征。本研究为该领域后续深入研究提供了学术基础，也为挖掘中医药经典的哲学内涵提供了参考。

【关键词】《本草纲目》；理学精神；格物致知；中医药文化；文献综述

1.引言

李时珍明代生人，晚年自号濒湖山人，因其所著《本草纲目》被后世尊称为“药圣”。王世贞在《本草纲目》序中这样赞叹李时珍所著的本草纲目：“上自坟典，下及传奇，凡有相关，糜不备采。”，达尔文在他的书里也多次称赞《本草纲目》为“古代中国的百科全书”[1]。李时珍认真钻研前人书写的药学书籍，归纳融入自己在实践探索中发现的新事物，即“格物”才能“致知”。李时珍参加科举考试屡次未能如愿，毅然决然投身于自己真正的兴趣所在——中医药。李时珍克服重重困难撰写成的《本草纲目》除了在本草方面的重要贡献，还蕴含着深厚理学精神，笔者通过对《本草纲目》中的理学精神进行初探，对我们今天传承和发展中医药具有积极的意义。

明代是宋明理学发展的鼎盛时期，理学作为官方意识形态深刻塑造了明代知识分子的思维方式与学术品格。李时珍（1518-1593）出生于医学世家，早年遵从父命修习理学经典，三次参加乡试不第后弃儒从医，将理学治学方法融入本草学研究，最终完成了《本草纲目》这一传世巨著[2]。作为中国古代本草学的集大成之作，《本草纲目》不仅在药物学领域取得了辉煌成就，更蕴含着丰富的哲学思想，是理学精神与传统科学研究相结合的典范[3]。近年来，随着中医药文化传承与发展受到国家高度重视，学术界开始深入挖掘中医经典中的哲学内涵，《本草纲目》作为中医药典籍的代表，其中蕴含的理学精神逐渐成为研究热点，相关研究成果不断涌现[4,5]。

《本草纲目》的价值超越了单纯的药物学范畴，王世贞在其序言中称赞此书：“理之精微，格物之通典，帝王之秘箓，臣民之重宝也”，明确点出了其在格物穷理方面的思想价值[4]。李时珍自己也说：“虽曰医家药品，其考释性理，实吾儒格物之学”（《本草纲目·凡例》），进一步印证了理学思想对其编撰实践的深刻影响[1,4-6]。从文献计量角度来看，近二十年来该领域研究热度持续上升，相关文献发表数量呈现逐年增长趋势，反映出学术界对这一问题的关注度不断提高，如图 1 所示。

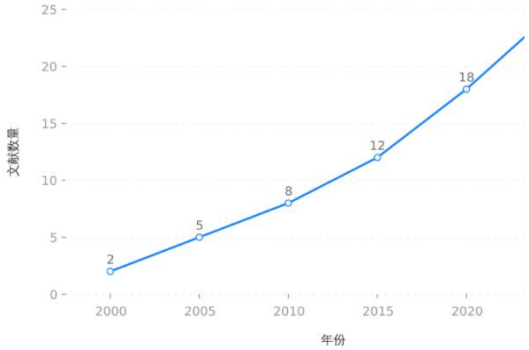


图 1.《本草纲目》研究文献发表年份趋势

1.1 初识理学

一个人的思想境界毫无疑问是会被他的生活背景、成长环境所影响的，随之改变的还有他的心性与能力。李时珍之所以能克服重重困难完成一部旷世奇作，与他成长环境中的主要思想也是息息相关的。《本草纲目》中涵盖了一门被大多数文人学士认可且非常有价值的学说：“理学者，佛学之反动，而亦兼采佛

学之长，亦必有其流弊。”李时珍所生活成长的明代，朝廷常以“开科取士”的竞争途径选拔人才以发展社会经济。如果李时珍想要入仕做官，参加八股文考试或许是他唯一的选择，理学也就包含了八股文考试必考书目《大学》。

李时珍遵从父亲的意志，自年幼时就开始研习四书五经，苦练八股文。只可惜天不遂人愿，尽管李时珍在十三岁就考中秀才，但在三年一度的三次乡试后，他还是没能如愿所偿考上举人，他的仕途停留在了秀才这一中转站；这也从侧面映证了八股文考试的局限性。经过长期的学习后，他的身上不仅有了寻常读书人有的对于国事的忧患感。“不为良相，便为良医”在与父亲商量他也决定弃儒从医，重拾自己年幼时对中医文化的热爱。这也是他后来决心要修改错误百出的陈旧的药集的前提；他为了准备科举考试所阅读的四书五经、正史经文等也极大的增长了他的文化素养，而四书五经中《大学》中的理学之中程朱理学的部分，即以“二程”与他们的四传弟子朱熹为代表的这部分理学，是宋明时期中国哲学之代表形式，也是儒学的一种历史形态，是继魏晋把儒学玄化改造后，对儒学的道（教）释（教）化改造后，是有思想有见识的中国古代学者在思考和解决现实和文化问题所生发出来的“哲学智慧”[2]。当中“格物致知”的理论也浸润了他的骨髓血脉，并在《本草纲目》中得以体现出来。

1.2 运用理学

格物致知是理学的基本概念，所谓格物即“即物穷理”，致知则是在考究物理之后得出的结果。没有格物就没有致知，格物致知的根本目的则是为了穷尽万事万物先验之“理”，即“闻见之知”到“德性之知”[3]，这一点也完美的在《本草纲目》中体现了出来。

1.2.1《本草纲目》药物分类中的理学

最为明显的是《本草纲目》的目录就是受了《大学》中“三纲八目”（三纲：明明德，亲民，止于至善；八目：格物，致知，诚意，正心，修身，齐家，治国，平天下）的影响，他“标名为纲，列事为目”[4]，将全书 1892 种药分为了 16 个部，摒弃了将药分为上、中、下三品的三品分类法，这种分类方法起源于东汉末年，是《神农本草经》所采用的分类方法，它的特点是不以药物性质、特点分类，而是以药物中的“官职”进行分类，如果药数量少，可以很清晰的选择出自己所需要的药，但随着药物数量的增多，就难免出现同名异物、同物、异名等混乱的现象，三品分类法就显得愈发不实用。

与此同时，李时珍所新创立的纲目分类法，也体现了“从微至巨”、“从贱至贵”的进化发展思想。这是格物致知的实践，也是格物致知的再应用。也正因为这样，《本草纲目》既可以从头到尾的通读，也可以根据个人需要选择性的阅读，是一本极其规整、条理清晰、结构严谨的“药学大词典”。它所创立的药物学科学体系分类，使我国中药学发展进入一个更科学化的划分时代。[4]

1.2.2《本草纲目》编撰过程中的理学

《本草纲目》中除了一部分药物是由李时珍从旧书和文献上摘录改编的，其余的很大一部分药物都是由李时珍亲自考察过的。譬如土茯苓，书中除了对于它常规的性状、功效主治的描述外，还有这样一段话：“…其肉软，可生啖，有赤白两种，入药用白者良。”日常中土茯苓常以根茎入药，不用特意分别赤与白，但李时珍以他敏锐的观察力以及持之以恒的信念，很好的做到了格物才能致知，及常人之所不能及，“远穷偏壤之境，险采山麓之华”[5]，倾尽三十余年心血，最终完成了这本巨著。

2.李时珍对理学精神的创新

在《本草纲目》被创作出来的年代，尽管物质条件相对于今天还是很匮乏的，但是在精神文化层次已经呈现出百花齐放的景象，因此要想突破前人已经建立好的思想格局、重新开辟自己的思想领土、让《本草纲目》这本书有更高的成就，李时珍就必须要在合理运用理学思想的前提下、在前人创作的基础上，再创造出属于自己的的思想产物。

2.1 生活化的事物实用化

《本草纲目》中也体现出了李时珍的开拓进取敢于创新的精神。首先就是《本草纲目》比前人所撰的药物学书新增药物 374 种，其中尤为特别的是书中的土部新增的 21 种药物中，首先就包含了香炉灰。对现在的我们来说，香炉灰或许在生活中并不是随处可见的，我们只会在逢年过节祭祖，或是去寺庙上香时才会见到。但在李时珍那个年代，家家都有自己的祠堂，香炉灰常见的就像现代社会的无线网络信号那样普遍。因此，李时珍所新增的这味药，无论是平民百姓，还是文武百官，都是能在应急时迅速获取到的。在书中对于香炉灰是这样写的：跌扑金刃伤损，罨之，止血生肌。香炉案，主疥疮。由此可以看出香炉灰对于当时的人来说是一味在生活、劳作中都必不可少的可以拯救生命的药物。

2.2 已存在的事物具体化

穿山甲，古称鲮鲤，是一种常见于山麓潮湿地带的挖穴而居的对人类无害的动物，各类医书中也没有对其详细的记载，李时珍为了研究清楚穿山甲的生活习性，弥补旧时医书上的空缺，专程跟随樵夫去深山捕捉穿山甲，并借此观察到穿山甲捕食白蚁的情形，再根据《德经验方》，在《本草纲目》中写道：“通经脉，下乳汁。”

意疗，即采用中医的方法去治疗患者心理上的疾病，通常采用语言、行为，或是借用特定的场景来调节患者的心理活动，使患者对于治疗疾病的态度变得积极主动，进而使疾病痊愈[6]。中医临床诊疗术语中指出中医意疗法包括情志疗法（意示入眠、语言开导、移情易性、暗示解惑）、音乐疗法、歌吟疗法、舞蹈疗法。在《本草纲目》中也有对于意疗诊法的描述与创新。“《圣惠》，令耳目聪明：用戊子曰，取东引桃枝二七寸枕之。又方：五月五日日未出时，取东引桃枝刻作三寸木人，着衣领带中佩之。”《本草纲目·果部第二十九卷·桃茎·附方》[6]。上述方法可用来治疗心气虚而引起的健忘：健忘是指患者记忆力差，严重者记忆力“转瞬即逝”，多与五脏虚损、情志失调、痰瘀互结等密切相关，如不及时治疗有一定几率加重发展为痴呆。在中医历史上第一次出现“健忘”的有关描写是在《黄帝内经》，称为“喜忘”、“善忘”；第一次出现“健忘”一词则是在《太平圣惠方》，并将其沿用至今。而历代对于健忘的治法多集中在肝肾以及痰瘀行血、道法鬼神上，而前文提到的李时珍在《本草纲目》中采用了情志疗法中的移情易性的方法，既可以从心理层面安抚患者情绪，在治疗层面也是有很大的促进作用。

3.理学在《本草纲目》中养生疗法的体现

任何人类的发明创造如果失去了实用性，那也就失去了它本身所存在的意义，书籍也不例外。因此《本草纲目》的价值也就在于李时珍在撰写时并没有注重用不切实际的花架子来博人眼球，李时珍认为：“欲疗病，先察其源，先候病机。”因此李时珍在治疗疾病时用药遣方中辨证施法，不仅有了很好的疗效，也和人们的生活紧密的结合着。《本草纲目》中记载了大量与民众日常生活密切相关的养生疗法，据统计，与人们生活饮食起居直接相关的疗法就有六十余种，其中代表性的包括药浴疗法、药酒疗法、药粥疗法、药茶疗法、香气疗法等，这些疗法均具有取材方便、操作简单、疗效确切的特点，非常适合普通民众在日常生活中自行使用，充分体现了实用性特征[2,7]我们对《本草纲目》中主要日常养生疗法的记载数量进行统计，结果如表 1 和图 2 所示。

表 1.《本草纲目》中主要日常养生疗法记载数量统计图

养生疗法类别	记载数量	主要药物来源	适用场景
药浴疗法	108 种药物	草部、木部	皮肤病、风湿痹证、全身调理
药酒疗法	69 个方剂	植物类、矿物类、动物类	经络瘀阻、气血亏虚、强身保健
药粥疗法	42 种方剂	谷部、菜部	脾胃调理、病后调养、日常养生
药茶疗法	28 种方剂	草部、果部	清热解暑、消食导滞、安神
香气疗法	16 种药物	芳草类	辟秽防疫、开窍醒神

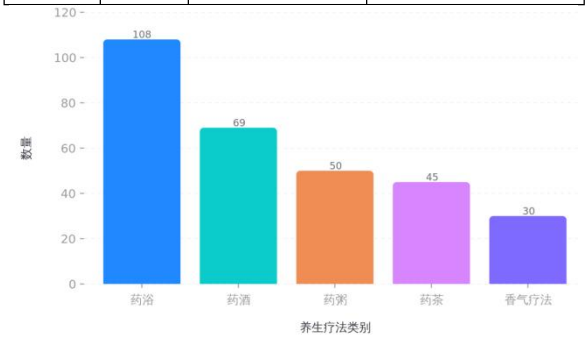


图 2.《本草纲目》中主要日常养生疗法记载数量分布图

3.1 药浴

沐浴是人们自洁身体的一种方法，药浴则更多的被用来日常养生或是治疗疾病：将药物溶于水中，再用水对身体进行擦拭，从而起到治疗的效果。考古资料表明，殷商时期已有关于“沐”、“浴”的相关记载[8]，《礼记》也有对药浴疗法的介绍；而到明清时期，药浴开始频繁的出现在大家医书中：清末名医吴师机的《理渝骈文》中有这样的描述：“外治之理，即内治之理；外治之药，亦即内治之药，所异者法而。”中医药浴通过洗、浸、擦、蒸等多种途径由外至内的治疗，简便易行且疗效显著。《本草纲目》中也有对于药浴的更深一步的描述：“浴令暖气透达，和畅郁蒸，气血通彻。[8]”换言之，药浴与正常服用汤剂相比，非但没有减弱药性，在一定程度由于其方法与药物性质的适应程度加大，反而使药性变得更加显著了。

在《本草纲目》中记载的可用于药浴的药

物共计 108 种，主要出自于草部与木部，药味以苦、辛、甘为主，酸、咸、涩则次之[8]。苦味药常用以抗菌消炎；甘味药用以濡养、补充营养；辛味以其挥发性极好而用以各种表层的皮肤病。与正常服药不同的是药浴的药物种类在《本草纲目》中的记载多以单一的一种药为主，在日常生活中使用更为方便。例如，食盐煎汤后用于沐浴可以治疗体如虫行的风热症；石菖蒲主治风寒湿痹与肺气上逆，在煎水、药浴时可以用来治疗小儿阵发性的先热后寒之疟。不仅如此，在《本草纲目·木之二》中还记载了药浴与食物结合的实例：“若内服助气血药，借此升之，其效更速”；“浴讫，当大虚惫，可随病与药，及饮食补。”这也说明，药物虽有治疗之功，但有了合适的食物进行进一步滋养后，药力也会变得更胜一筹。

3.2 药酒

酒，一种多喝伤身、少喝怡情的饮品，由于其制作的特殊工艺以及原材料的缘故，它本身就具有通经活络、滋养气血的功效，因此，“酒，百药也。”在《本草纲目》中的谷部中，李时珍将酒类药分为酒、烧酒、葡萄酒[9]，且在各种药条目的附方中，也都包含了药酒方，李时珍认为：“酒，天之美禄也。面鞠之酒，少饮则行血壮气，壮神御寒，消愁遣兴，痛饮则伤神耗血，损胃亡精，生痰动火。”

酒有酒的酿法，药酒自然也有它酿造的方法，《本草纲目》中就记载了两种方法：浸渍法和将药物与酿造酒的原料同时制作的方法[10]。书二十五卷酒条中统共记载了 69 个药酒方，分别包括了植物类、矿物类、动物类。

这其中就包括了人参酒和当归酒。“人参酒，补中益气，通治诸虚，”人参，主补五脏，安静神，定魂魄，除邪气，久服可益寿延年，将人参与白酒以 1：40 的比例混合后，可以达到补气、温通血脉的效果；当归也是常见的补血活血的药物，性温，将当归入酒，不仅可以保持它原本的药性不受到损害，与酒的功效相结合后，还可坚筋骨，应用范围变得更加广泛，起到了事半功倍的效果。

4.结语

《本草纲目》不只是对我国古代本草学成就的系统梳理与集大成之作，书中药浴、药酒、情志意疗等诸多养生治法，均是李时珍在继承前人经验的基础上，结合实地考察与独立思考整理、完善而来。“万石谷，粒粒积累；千丈布，根根织成”，《本草纲目》能够流传后世，远播海外，被译为英、法、德等多国文字，绝非偶然。这背后是李时珍对中医药事业的赤诚热爱，是不畏艰辛、求真务实的治学品格。中医典籍是中医学理论与思想的重要载体，研读《本草纲目》，不能只局限于汲取其中药物、方剂等实用知识，更应当挖掘书中蕴藏的理学精神与科学思维。对这份思想内核加以整理与阐释，对当代中医药守正创新、传承发展具有重要的现实意义。

参考文献

[1] 左刚，谭爱华，宋子瑜，石和元，李清安，王平.从《本草纲目》探析李时珍格物明理、求实创新的科学精神[J].时珍国医国药，2020，31（08）：2000-2002.
[2] 王剑，何诚道，邓鹏飞.试论李时珍医道文化思想体系[J].时珍国医国药，2010，21（08）：2104-2106.
[3] 顾云湘.宋明理学对后世中医学发展的渗透与影响[J].中医教育，2013，32（04）：80-82.
[4] 刘英杰，李欣，文卉，孙玲.从《本草纲目》管窥李时珍之医学精神[J].时珍国医国药，2018，29（7）：1760-1761.
[5] 周彭，邓小川，王尚勇.李时珍中医药文化建设及产业发展的研究[C]//2012 年中华中医药学会李时珍研究分会第五次学术交流会暨第四届中医浊毒理论论坛论文集.2012：145-154.
[6] 王玲，熊斌，王朝阳.《本草纲目》中意疗应用概况及其当代价值探讨[J].时珍国医国药，2020，31（11）：2779-2780.
[7] 陈蕾蕾，姜梦笔，黄高，刘杨，赵梦雅.《本草纲目》药浴研究[J].时珍国医国药，2021，32（10）：2529-2531.
[8] 徐江雁.中国医学史（第 2 版）[M].上海：上海科学技术出版社，2017：12.
[9] 孙晓生，陈晔.李时珍《本草纲目》用酒的五点认识[J].新中医，2012，44（10）：119-120.
[10] 张焱，李应存，张丽，王巧宁.中医典籍文献历史文化探源及其在海外的传播与译介[J].中医药文化，2019，14（02）：10-20.