

# 李渔健康观初探

刘佳

**[摘要]**本文通过对李渔的生命养护观念的解构与分析,试图构建李渔以疗病思想体系和运动健康关系模式为基点的健康观。结合明清之际医学、养生学发展脉络,社会环境、思想氛围,以及李渔自身的社会定位与思想观念,呈现其以自我为中心的健康观念以及种种生活面相。认为李渔的健康思想属于当时医学与养生思想范畴的同时,独特之处在于他所体现出来的经验主义和随性追求,在疗病思想中他注重自我实践与感受的总结,排斥神鬼主宰生命的观念,建立具有自身特色的医疗健康理论;在行乐思想引导下的运动与健康关系的认识,突出的体现在他通过内心愉悦,促进身心康健的怡情式的运动观。

**[关键词]**李渔; 疾病; 养生; 生命管理观念

李渔(1611年—1680年),初名仙侣,字谿凡,后改名渔,字笠翁,浙江兰溪人。他在诗文、小说、戏曲,以及史学、园林、饮食、服饰、养生等方面均有自身的实践和理论。上个世纪至今,李渔的相关研究方兴未艾,海内外学者发表了大量的文章著作,研究内容涉及李渔的生平考辨、思想品格、文艺理论、园林建筑、生活美学、养生观念等多个方面,逐步建构了李渔真实生命个体的种种面相。研究在他的小说、戏剧、词学等文艺理论的阐述以及生平事迹的考辨<sup>①</sup>方面做了很多工作。李渔颇富争议的品格与行乐思想也成为研究热点,《近十年来李渔品格研究述评》<sup>②</sup>一文对1998—2008年十年间对李渔生存方式、生活态度、思想行为以及评价说明的研究论著加以总结梳理,认为在“李渔研究整体化和趋于真实化的同时,还存在一定的学术空白和延伸空间”。结合历史和社会背景探查李渔的生平和思想方面,《明清时代之社会经济巨变与新文化——李渔时代的社会与文化及其现代性》一书<sup>③</sup>颇具代表性。李渔的《闲情偶寄》也成为休闲观念与生活美学研究的重要素材<sup>④</sup>,这些研究在反映李渔思想观念的同时,多侧重的是当代的参考意义。其中李渔养生观念的探讨,以现代健康观念为基点,对其养生思想和实践加以考察,着意于知识性的介绍<sup>⑤</sup>,因此导致对个人的时代性和整体性横纵向剖析的缺失。对李渔整体思想观念的研究,杜书瀛先生80年代所作的《李渔生平思想概观》<sup>⑥</sup>一文,通过对李渔生平经历的简要叙述,运用阶级分析的观

<sup>①</sup> 参见于《现代学者研究李渔论文精选》,《李渔研究论文论著索引》,《李渔全集》第二十卷,收录了1990年以前海内外关于李渔的相关研究论著基本属于此范畴。另外有单锦珩先生的《李渔年谱》和《李渔交游考》,载于《李渔全集》第十九卷。近二十年来相关此方面的研究仍在持续。

<sup>②</sup> 李梅:《近十年李渔研究品格述评》,《攀枝花学院学报》,2009年第2期,第90—93页。

<sup>③</sup> (美)张春树、骆雪伦:《明清时代之社会经济巨变与新文化——李渔时代的社会与文化及其现代性》,上海:上海古籍出版社2008年版。还有骆兵:《明清之际学术转变对李渔的影响》,《南都学坛》,2006年第6期,第61—65页,也属于此方面。

<sup>④</sup> 杜书瀛:《李渔美学思想研究》,北京:中国社会科学出版社,1998年版。李敬科:《“享乐自适”——李渔休闲思想漫谈》,《浙江师范大学》,2008年第4期,第35—36页。黄果泉:《回归世俗:《闲情偶寄》生活艺术的文化取向》,《文学评论》,2004年第6期,第49—53页。赵勤、邓少海:《一切从“自我需要”出发——浅析《闲情偶寄》以人为本的生活美学思维》,《江西师范大学学报》,2005年第5期,第92—96页。李昱:《大世若“渔”寄闲情——李渔《闲情偶寄》所折射出的现代意思魅力》,《东南大学学报》2009年第11卷增刊,第189—190。钱水悦:《李渔《闲情偶寄》生活美学思想初探》,2006年浙江大学硕士学位论文。

<sup>⑤</sup> 王淑萍:《试论李渔的生活美学》,暨南大学2004年硕士学位论文,其中第三章将“养生美学”作为“李渔生活美学”的表现形式之一加以叙述。俞为民:《李渔评传》,南京大学出版社1998年版,第397—439页,分析《闲情偶寄》颐养部,介绍李渔的养生美学理论。赵洪涛:《以“心”为乐——李渔的养生美学观》,《湖南科技学院学报》,2006年第7期,第11—12页。

<sup>⑥</sup> 杜书瀛:《李渔生平思想概观》,《文史哲》1986年第6期,第17—23页。

点，阐述李渔复杂矛盾的世界观。最近的一些研究从他的行乐思想出发，概述其人生观<sup>①</sup>。在研究中，李渔医疗世家的家庭背景与他的作品创作被结合起来，探讨二者的关系和产生的影响<sup>②</sup>。总体来说，从养生观念、整体思想、个人经历等角度的研究各有侧重和趋向，较难勾勒出李渔对生命与健康整体观念，因此结合明清之际社会与个人经历背景下的李渔健康观的探讨，有利于李渔研究的进一步深入。

本文通过对文献的收集整理和相关学术研究成果的梳理把握，试图从生命关照的角度，以探讨李渔对疾病、医疗、运动三者与健康关系的基本认识为基础，构建一处李渔关于身心管理的空间，揭示其健康观念，进一步丰富李渔研究成果，并将其视为通向李渔日常生活的出发点之一。同时作为丰富明清之际士人日常生活研究的一个注脚。

## 一、李渔“累世学医”的家庭氛围以及医学发展的时代背景

李渔出生在江苏如皋，祖籍是浙江兰溪，祖辈学医并经营药材生意的商人家族。父亲从事药材生意，与之关系甚好的伯父是如皋有一定知识水平的“冠带医生”<sup>③</sup>。在他的朋友中亦有弃士为医、行医为生的人，他尊重并称赞他们<sup>④</sup>。“累世学医”<sup>⑤</sup>家庭出身的影响为其在疾病与医疗的认识上提供了一个较高的基点，有学者甚至认为李渔身上拥有“根深蒂固的郎中性格”，甚至“医学和养生学是他创作的血肉”<sup>⑥</sup>，可以说这与他的家庭环境不无关系。此外据梁其姿的研究，就地域范围来讲，“明代医者大部分来自浙江、江苏、安徽三个南方省份，医学理论与知识在此得到有效的普及”<sup>⑦</sup>，而浙江、江苏正是李渔的基本生活范围<sup>⑧</sup>，尽管他后来从事举业，但是家庭与社会环境的影响使他对明清之际社会普及的医学及其支端末流有着较为理性的认知，同时为他专注于从实证和怀疑的角度出发提出自己的养生理论，提供了原始自觉的思想基础。

晚明时期经济发展、城市兴起，知识分子注重生活细节和优雅文化的雕琢，市民文化崛起，下层民众意识觉醒。“伴随思想领域的开放化与平民化，在与西方展开接触的同时，以科学、技术、医药等为代表的实学研究开始受到普遍关注”<sup>⑨</sup>。明清之际医学普及化成为潮流，最值得一提的是李时珍所著的52卷《本草纲目》在1603—1640年间的多次重印。“医学理论和知识在印刷术的普及与医者数量快速增长下，有了重要的发展”<sup>⑩</sup>，医学形成了比较完善的文化系统。在以疾病为中心的防治体制之外，对于健康观念的探讨集中体现在以预防疾病、保健延年为基本宗旨的传统养生文化领域，这一领域此时呈现出“适用范围普及化、

<sup>①</sup> 钟筱涵：《论李渔的自适人生观》，《华南师范大学学报》，2002年第2期，第58—63页。

<sup>②</sup> 骆兵：《中医药对李渔戏曲创作的影响》，《中医药文化》，2007年第6期，第23—26页。张成全：《笠翁本草翁本草与情海郎中——李渔创作的医学品格》，《明清小说研究》，1992年21期，第343—357页。张成全：《论李渔医养哲学与文学创作的关系》，《殷都学刊》，1995年第1期，第46—63页。

<sup>③</sup> 单锦珩：《李渔年谱》，《李渔全集》第十九卷，浙江古籍出版社1991年版（以下注释版本皆同，不另标注），第4页。“冠带医生”是明代地方的医官，关于明代医官的情况可参见邱仲麟：《明代世医与府州县医学》，《汉学研究》，2004年第2期，第327—359页。

<sup>④</sup> 《沈亮臣像赞》，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷；《赠郑汝器》，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第116页，第173页。

<sup>⑤</sup> “累世学医翻善病，终身问舍只无家”，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷第156页。

<sup>⑥</sup> 张成全：《论李渔医养哲学与文学创作的关系》，《殷都学刊》，1995年第1期，第55页。

<sup>⑦</sup> 梁其姿：《明代社会中的医药》，《法国汉学第六辑（科技史专号）》，北京：中华书局2002年版，第350页。

<sup>⑧</sup> 单锦珩：《李渔年谱》，《李渔全集》第十九卷，第1—130页，李渔1611年出生于江苏如皋，后移家到浙江金华，约1647—1657年他生活在杭州，约1657—1677年移居南京，1677—1680年重返杭州并在此地终老。

<sup>⑨</sup> （美）张春树、骆雪伦：《明清时代之社会经济巨变与新文化——李渔时代的社会与文化及其现代性》，上海：上海古籍出版社2008年版，第225—226页。

<sup>⑩</sup> 梁其姿：《明代社会的医药》，《法国汉学第六辑（科技史专号）》，北京：中华书局2002年版，第345页。

操作简单化、理论浅显化等趋势”<sup>①</sup>。除医士以外，儒士、僧人、道家等也纷纷著书立说，钻研养生之道、关注生命，着力生活细节，如万全《养生四要》、高濂的《遵生八笺》、江南名士袁黄《摄生三要》、晚明隐士陈继儒《养生肤语》、周履靖《赤凤髓》、息斋居士《摄生要语》、曹士珩《保生秘要》等。明清时养生著作尽管在精气神保养上各有侧重，但是均强调综合调理，重视调理方法的研究与阐释，如形神共养、调理五脏、饮食药饵的保健、气功导引、生活起居的合理化、动静结合、心理调摄等方式的运用。“在养生学发展历程中，明清之际总体上特点呈现出三教合一、多种养生思想合流的倾向”<sup>②</sup>。

养生学理论的形成，吸收和采纳了道、儒、释等各思想及其分支流派理论，加之方家道士以长生不老为目的的神秘色彩，医学末流僵化的诊治方法等弊端。同时医学在明清社会的普及与传播的背景下，普及化所带来的这些危险经常被文人和官员提及，“并成为通俗文学讽刺的主题”<sup>③</sup>。在明末实学思潮盛行的情况下，拥有医学背景的李渔对传统医学、养生学的理性认识以及对弊端的质疑和否定便不难理解了。

## 二、以自我为中心的疗病观念

对于身体健康最为直接的关注源于摆脱疾病纠缠的渴望，身不患病是健康的基本要求。在探讨李渔健康观时候，疾病、医药、医生便顺理成章走进叙述的视野。对于身体与疾病的关系，李渔在友人问病做出这样的答复：“身在岂能无痛痒，病来何必有原因”<sup>④</sup>。李渔身体的存在与疾病相关性的合理内涵。当然，并不是认为没有必要寻找治病的原因，相反他十分注意从心理层面进行病因的探讨，认为其为“退病”的关键<sup>⑤</sup>。他主张建立自我为主导的生命管理体系，认为身体与心理同等重要，同时注意说明二者的关系。相对于李渔以迎合观众读者心理，获取生活之资为基本目的而创作的传奇、小说来说，他晚年编著的《笠翁文集》、《笠翁诗集》，较为完整地反映了明清之际社会周遭的百态和他真实的内心世界。康熙十年（1671年）问世的《闲情偶寄》，八部二百三十四题，在戏曲理论之外，保留了李渔的对于生活理论化的追求，颐养部更是对其疗病、养生见解的集中汇聚。诗文中有关其自身罹患疾病、亲人朋友身感疫病甚至与世长辞、对医药的疗效和医生这一社会角色的关注与体验、对超自然力量理性的排斥以及疗病方法的自我探索等诸多论述占有一定的篇幅，这些话语体系较为完整的建立了李渔以自我为中心的生命管理理念，从而形成李渔的健康观基础。

### （一）、以经验与感觉为先见的疗病态度

李渔在作品中热衷于利用医家的权威性，因此文中绝对不乏求医用药的譬喻<sup>⑥</sup>，现实世界里他为医士书写充满赞许性话语的对联与诗文<sup>⑦</sup>，对精通岐黄之术的朋友表达敬意<sup>⑧</sup>，纵观

<sup>①</sup> 王玉川主编：《中医养生学》，上海：上海科学技术出版社，1992年版，第19页。

<sup>②</sup> 甄志亚主编：《中国医学史》，北京：人民卫生出版社1991年版，第344页。

<sup>③</sup> 梁其姿：《明清中国的医学入门与普及化》，《法国汉学第八辑（教育史专号）》，北京：中华书局2003年版，第169页。

<sup>④</sup> 《答王子立山人问病，兼释致病之疑》，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》卷二，第156页。

<sup>⑤</sup> 李渔在《闲情偶寄·颐养部》“却病第五，病已至而退之”中，将病人自悟致病之源，视为退病关键，“召疾来者，我也，非医也。我由寒得，则当使之并力去寒，我自欲来，则当使之一心制欲”，此言亦体现其对已有的医疗方式的排斥，这在后文中会进一步的探讨。《李渔全集》卷三，第345页。

<sup>⑥</sup> 骆兵：《中医药对李渔戏曲创作的影响》，《中医药文化》，2007年第6期，第23—26页。文中较为细致的分析了李渔戏曲中对中医药的科学体认和医药比喻的使用自觉，解析了李渔中医药的家庭背景对他潜移默化的影响。

<sup>⑦</sup> 《闵士先医士》，《凌颖仙医士》，《凌颖仙医士郎君乡捷》，《罗育纯医士》，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第277—278页，《次韵赠朱□□医士》：“医国医人二十年，愁多不为利名牵。婆心一动沉痾起，姓字纷传道未传”载于《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第369页。

<sup>⑧</sup> 《沈亮臣像赞》：“居杭十年，仅得一友，沈子亮臣，淡而能久……婆世以心，活人于手”，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第116页。《赠郑汝器》：“汝器，文人也，能诗工书，且笃友谊，以岐黄术噪名于世……指下留人岁几千，才知董奉是神仙”，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二

李渔的一生，他自言“予善病一生，老而勿药，百草尽经尝试，几作神农后身”<sup>①</sup>，虽略显夸张但考察其叙事诗文中关于疾病的大量论述，便知其言不虚<sup>②</sup>。可是一旦涉及到李渔本人对医药疗病效果的看法，似乎就不那么顺理成章了，在他看来医生与服药很大程度上并不能治愈他的疾病。康熙十六年（1677年）李渔晚年携家自南京重返杭州，一病数月，多方求医问药不见起色以至于性命堪忧，没有料到的是最后会不治而愈，李渔并没有借鉴神秘超自然力量的宗教体验，而是根据自身的体会归结了“病不服药、如得中医”这所谓的“八字金丹”，著有《耐病解》<sup>③</sup>一文加以宣扬，虽有借“不药自愈”之共同点，阿谀何紫雯使君的嫌疑，但是这也正与《闲情偶寄》中记载的疗病之道相合。他愿意按照他所实践到和体会到的事实说话，以至于毫不掩饰对医术不精的医生的戏谑与嘲弄：

去买壶公药，壶公亦在床。岂无却病术，欲试起痾方。董奉亲栽杏，华佗自洗肠。寿人先寿己，莫使人膏肓。<sup>④</sup>

这种想法也体现在他的小说创作中，李渔在《连城壁》中借那位明察秋毫的知县之口痛斥世上庸医“近来医生那里知道诊什么脉，不过把‘望闻问切’四字做了秘方，去撞人太岁，撞得着，医好几个，撞不着，医死几个，也是常事”<sup>⑤</sup>对医疗僵化的诊治弊端加以揭露，他很少会去信任他们。李渔叙述经历和情感的时候常常会提到病痛，将其自然地作为写作素材。他凭借对疾病和药性的理性认识从来不掩饰自己的多病，并将其视为生活的一部分，对疗效不佳他似乎也习以为常。在他的《登楼》和《花间偶兴》其中有“雁后书偏少，医来病益深”与“病亦养人缘寡欲，穷能富我为添诗”<sup>⑥</sup>的诗句，是他分别借以表达思乡之情和恬淡之意的，这里医和病在他眼中只是平添生活感悟的道具而已。李渔重视现实生活中的经验和感觉，在真正需要运用医药疗病维护健康的时候，他尤为看重的是“过来人”被治愈的体验，经验和实证是他延医疗病的重要原则。在给好友余怀的信札中他提到自己的病情，并希望同样患过此病经过医治得以痊愈的友人能够告诉他疗病的地点或是医生的所在<sup>⑦</sup>，在游秦归家旅途中患病，央人寻医，也申明其人“过来人”的身份。<sup>⑧</sup>在明代医疗市场普及扩大的前提下，通过亲友的推荐，也正是当时病家择医的重要因素<sup>⑨</sup>。

## （二）、“以‘意’为医，十验八九”的疗病方法

李渔一方面以“不药为药”对医生疗病多不屑一顾，另一方面他创作自己的“笠翁本草”，以“意”为医。他讲“救得命活，即是良医；医得病痊，即是良药”<sup>⑩</sup>。美国学者韩南认为李渔“在生活中，他也是同样的看法，不信任真正的医生，宁可自己治疗”<sup>11</sup>对此李渔这样解释“然吾谓今人之善疑，盖亦为庸医之积习所使，而有不得不疑之处也”<sup>12</sup>。《闲情偶寄》颐养部中却病第五与疗病第六是李渔对健康与疾病关系的总体认识。他注重身体的存在和感

---

卷，第173页。其小说中所塑造的主人公之一便是一位兼通医道的儒生，《无声戏》第十二回，《李渔全集》第八卷，第223—246页。

<sup>①</sup>《闲情偶寄·颐养部》“疗病第六”，《李渔全集》第三卷，第346页。

<sup>②</sup> 见文后附录。

<sup>③</sup>《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第150—151页。

<sup>④</sup>《某医士卧病，屡询未起，诗以嘲之》，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第102页。

<sup>⑤</sup>《贞女守贞来异谤，朋侪相谗致奇冤》，《连城壁亥集》，《李渔全集》第八卷，第413页。

<sup>⑥</sup>《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第120页，169页。

<sup>⑦</sup>《与余澹心五札》之一“昨所语微恙，既为过来人，复有验过之药，何不急于疗我？或引医者至寓，或弟往就之，悉望指南。未示姓名，不知壶悬何地耳？”，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第192页。

<sup>⑧</sup>《旅中病症，倩某子寻医，既得其人，吝不与见，诗以让之》“生死关头学问津，问君却是过来人”，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第171页。

<sup>⑨</sup> 邱仲麟：《医生与病人——明代的医病关系和医疗风习》，李建民主编《从医疗看中国史》，台北：联经出版事业有限公司2008年版，第269页。

<sup>⑩</sup>《闲情偶寄·颐养部》，“疗病第六”，《李渔全集》第三卷，第347页。

<sup>11</sup>（美）韩南：《创造一个自我》，载于《李渔全集》第二十卷，第281页。

<sup>12</sup>《<寿世奇方>跋》，《李渔全集》第一卷，第135页。

觉的同时，习惯于从心理出发寻找治病的原因与疗病的方案。注重日常生活中心理调摄在养生却病中的作用也正是传统养生学的古老方法和精髓所在。作为中医心理疗法形成标志的《黄帝内经》，其中《素问上古天真论》“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来”说明人精神愉悦是身体健康的有效保障，发挥“心”的作用和保养精神是养生的首要着眼点，历代医家也同样重视医病先“疗心”这一原则。一直以来养生观念承袭传统，伴随医学的发展，宋以后心理疗法在理论和实际应用上都明显提高。如宋代医家张杲《医说》认为，对于情志病变，“若非宽缓情意，则虽服金丹大药，亦不能已。法当令病者先存想以摄心，抑情意以养性”，与李渔同一时代的医家李中梓在《医宗必读》强调说“境缘不偶，营求未遂，深情牵挂，良药难医”，均认为由于心理原因而导致的疾患，更需要从情感上加以医治，才能使病情解除。清初医家尤乘在其《寿世青编·勿要须知》中说：“唯知疗人之疾，而不知疗人之心，是由舍本而逐末也。不穷其源，而攻其流，欲其疾愈，安可得乎？”<sup>①</sup>强调“疗心”的重要性，可见心理疗法在明清之际得到广泛的认同并应用于实际的治疗中。

李渔备受推崇的“本性酷好之药”、“其人急需之药”、“一生钟爱之药”、“一生未见之药”、“平时契慕之药”、“素常乐为之药”、“生平痛恶之药”<sup>②</sup>等七种独到药方正是传统中医学上“顺志从欲”与“移情易性”<sup>③</sup>等心理疗法的通俗性解说，他的“却病”观念着重讲求的亦在于身心调和，均属于医学和养生学的范畴。他的创新之处，体现在他的务实治疗实践中，这些行为均是他身体力行尝试过的，“每患一症，辄自考其致病之由，得其所由，然后治之以方，疗之以药”<sup>④</sup>。在对待传统的医药和治愈疾病方法探索方面他注重实践经验，通过对李渔疗病思想的具体考察，可以看出他对健康的个性化追求。其中尊重自我的觉察，显示个人的意志，是具体的表征。

### （三）、对神秘力量的排斥与自主性的健康观

自主性的疗病观念以外，对于死生与神秘力量关系的探讨可以视作生命与健康观念的重要组成。神秘的宗教体验和神鬼观念是古代社会生活和文化体系的重要组成部分，个人的生命历程与魔幻神鬼交织在一起，超自然的力量扮演着重要的角色。“天人感应”“阴鹭延寿”等词汇建构起来的神秘世界是诡异和让人敬畏的。明清之际包括笃信儒家思想的士绅阶层也对此加以承认和宣扬，比李渔年代稍早的袁黄以及与他同一时期的明末四公子之一冒襄对神秘宗教的体验均有特殊的偏好。<sup>⑤</sup>在李渔的叙述视野中，他虽然在诗文，尤其是传奇、小说中热衷于神鬼性的劝惩描绘，但是在现实世界关于生命与鬼神的论述中，他肯定个人心理的感觉。他在闽南之游途中的五显岭庙，所提对联的下阕可以作为佐证“善者敬神，恶者畏鬼，究竟都非异物，须知鬼神出在自心头”。<sup>⑥</sup>

对于李渔来说，父母的病逝、爱妾的早夭，与疫病与亡逝相暗通的是明清之际文化环境间接赋予的超自然力量，借此进一步探讨李渔所表现出来的生命管理的自主性意识。据单锦珩先生编撰的《李渔年谱》<sup>⑦</sup>，崇祯二年（1629年）李渔19岁父亲病逝后，作有《回煞辩》<sup>⑧</sup>一文，申明自己的神鬼观念。从传统的儒家先王之教，慈善、孝道理念出发，以与他人对话的形式阐明了自己不信神鬼的观点，并加以实践。他不认为人死之后灵魂会回归，生人没

<sup>①</sup> 以上的内容和引用的三条文献参考和转引自霍磊：《〈黄帝内经〉心理疗法及后世应用研究》，北京中医药大学2007年硕士论文。

<sup>②</sup> 《闲情偶寄·颐养部》“疗病第六”，《李渔全集》第三卷，第346—354页。

<sup>③</sup> 吴志超：《中国古代养生心理学思想试探》，《北京体育大学学报》1995年第1期，第16页。

<sup>④</sup> 《闲情偶寄颐养部》，《李渔全集》第三卷，第347页。

<sup>⑤</sup> 李孝悌：《儒生冒襄的宗教生活》，《恋恋红尘——中国的城市、欲望和生活》，上海：上海人民出版社2007年版，第103—126页。一文从冒襄对超自然的神秘力量的偏好与体现的细节着手，诠释了在宗教世界中17世纪文人儒生角色的扮演。其中对袁黄与宗教体验的事迹也有记述和分析。

<sup>⑥</sup> 《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第300页。

<sup>⑦</sup> 《李渔全集》第十九卷，第1—130页。

<sup>⑧</sup> 《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第120—122页。

有必要回避，最后他坚持不回避，正如他所料，并没有看到死去父亲灵魂的归来，因此“回煞”一说不攻自破，他将其解释为对死生的刻意神化，不足为信。崇祯三年（1630年）五月家乡如皋疫病流行，李渔及其妻子先后染病，《闲情偶寄·颐养部》疗病第六“本性酷好之药”记载，他此时不遵医嘱，贪食杨梅，得以病痊的事迹，亦有《问病答》<sup>①</sup>一文，对于祈禳之事竭力避之，他讲到“死生一大数，岂为鸡豚移。予为孔子徒，敬神而远之”。相对于在他作品中充斥着戏剧化的因果报应神秘力量来说，死生在他看来是严肃和不可琢磨的问题，而生命过程的管理是可以凭靠个人的，譬如提到的疗病，他习惯做自己的主人，在嘲讽医生抵制神鬼的同时，热衷于个人经验主义的宣传。康熙十一年（1672年）和十二年（1673年）乔、王二姬先后早夭，李渔做《断肠诗二十首》、《后断肠诗十首》和两阙挽词来追忆她们与他共处的时光，感凄情切，哀婉难绝，凄楚的情感流露笔端。他不遗余力地夸赞她们聪明、善良、坚贞的美德，把她们的离去归结为自己福分的浅薄和红颜薄命的传统，宁愿相信她们死亡是神女的羽化登仙。但他却不得不承认这样的现实“修短不均难损益，彭殇注定枉祈禳”<sup>②</sup>。续写的《乔再来王复生二姬合传》中他使自己回到了现实之中，跳出神秘力量的约束，开始较为理性地从身体和心理等方面分析说明二姬致病之由，而对于死生他仍认为是千古难明之事，无能为力。康熙十六年（1677年）晚年李渔在重阳节做《不登高赋》，他反对重阳节登高避祸的习俗，申明每个人的命运不尽相同，个人的行为的善恶与其命运福祸真正相关，羊犬代人罹祸乃是无稽之谈，“凡于无赦之罚者尽可以物代乎？”<sup>③</sup>李渔一生，自言厌恶“影响”之谈，并撰文加以批驳。由此可见，超自然的力量在李渔的思想历程中发生了趣味性的逆转，在一定程度上从反面加强了他对现实世界的重视和生命的自主观念。对待死亡的看法，实际上是李渔疗病思想在对神秘力量探讨上的延伸与发展，主张生命经营的自主性和独立性。他对于身心健康的维护，主张不依附于外界的力量，并彰显个人的思想与经验。

### 三、享乐自适的生命状态与健康观念

李渔的健康观，在罹患疾病时所体现出的以自我为中心的疗病思想之外，他执着于充满个体生命情趣的生存状态，对这种健康基调的把握和呈现有助于更加完整的认知李渔的思想。李渔经历了明清朝代更替之际的兵燹祸患和社会身份的尴尬转型，至此以后他遵循自己的选择绝意仕途，“归圃学农”，进而“砚田糊口”，三年隐逸山林的生活之后，他权衡利弊重新定位自己的社会角色，以文人的才情和风范开拓出一条异于其他士人的商业道路，于此同时也逐渐形成了其注重世俗享乐与生活精致化的人生追求<sup>④</sup>。

#### （一）、以行乐思想为导向的养生理念

李渔的行乐思想历来是相关研究学者关注的重点，近年来这方面的研究从享乐思想整体性的说明过渡到形成原因的切实探讨，俞为民认为李渔的遁世，目的是“追求现实的享乐，他注重现实，看到人生的短暂，提倡及时行乐”<sup>⑤</sup>；钟筱涵将“既求享乐又重实用，既超世又入世”<sup>⑥</sup>归结为李渔的人生观总特征，并认为与晚明的个性思想解放潮流、明清易代的社会现实、李渔的个人遭际相协调；大多数学者的观点与之相近。张成全从中国古代哲学思想出发，将李渔的行乐思想与杨朱哲学中的贵生观念做比较，认为二者有遥相呼应之态。<sup>⑦</sup>黄

<sup>①</sup> 《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第6页。

<sup>②</sup> 《断肠诗二十首哭亡姬乔氏》其二，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第204页。

<sup>③</sup> 《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第15页。

<sup>④</sup> 此处参考李渔的传记，加以总结归纳。万晴川：《风流道学——李渔传》，杭州：浙江人民出版社2005年版。

<sup>⑤</sup> 俞为民：《中国思想家评传丛书——李渔评传》，南京：南京大学出版社1998年版，第452页。

<sup>⑥</sup> 钟筱涵：《论李渔的自适人生观》，《华南师范大学学报》，2002年第2期，第58—63页。

<sup>⑦</sup> 张成全：《论李渔养生思想与杨朱学派养生哲学》，《河南社会科学》，2006年第2期，第44—47页。

果泉提出《闲情偶寄》最能体现李渔的思想旨趣,表现了李渔在物质享乐的同时,寻求精神的享受,并将其提升到了“为世俗生活注入艺术的审美内涵”的高度<sup>①</sup>。李渔的这种以自我为中心追求享乐的思想既源自于明清之际社会风气的浸淫<sup>②</sup>,也镌刻了他个人遭际的印记。

行乐这一心理原则是李渔养生理念中富有特色,也为他所看重的原则。这种满足内心愉悦的种种方法体现在那本被誉为“古代生活百科全书”的《闲情偶寄》和他的大量创作之中。李渔的行乐思想集中体现于明亡之后,可想而知,在亲历战乱祸患、生人死别后,亲手掩埋故友骸骨的李渔,内心的巨大触动,对未来的生活、社会的处境将会有一番重新的甄别和见解,“行乐”、“忘忧”等词汇开始频繁出现在他的诗文中,颇具代表性的是他的五言绝句《生日口号》<sup>③</sup>:“人生愿百年,岁多愁亦多。不如听修短,行乐戒蹉跎。”诗文中弥漫着忘忧的气息,似乎于年龄的增长都不是他关照的范围,对既已存在的生命,他认为及时行乐是生活的价值所在。

李渔的行乐思想与传统的以本能欲望的遏制为主要特征的养生思想多有背离,特别是宋以后程朱理学的确立使“节欲养生观”成为养生思想中的重要部分<sup>④</sup>。清心寡欲、淡泊名利等养生思想同样是儒、道、医家等养生学派积极论述的<sup>⑤</sup>。值得注意的是“行乐”与“纵欲”的区别,他提倡的行乐不是追求生理本能欲望的满足,在《闲情偶寄·颐养部》中就对“节欲”思想进行了系统叙述<sup>⑥</sup>。他是以追求生活的精致化和生命的健康状态为目的的。因此他追求生活的行乐,自然要建立在身心健康的理念之上,行乐思想与健康观念的结合使他在《闲情偶寄·颐养部》中总结出一套自我的养生理论。传统养生将养生作为一种生命的刻意修炼并以延年益寿为主要目的,李渔则在行乐思想的指导下使养生与生活相融合,正如周作人所讲的李渔是一个“懂生活法的人”<sup>⑦</sup>,免去了复杂和形式化的诸多规条<sup>⑧</sup>,使其健康观念进一步随性化和生活化。台湾学者陈秀芬在其著作中就认为在《闲情偶寄》中李渔所列举的颐养方法,是“试图以务实的态度,针对起居坐卧,食衣住行育乐等提倡不涉及道佛之术的养生法”,“多几分逸乐,愉悦的取向,更为简单易行,更具有世俗与通俗的意味”<sup>⑨</sup>。

李渔以生命意旨的提升为中心的健康观念,相关学者从养生学、生活美学、人生哲学、休闲思想等多个角度均有广泛的形塑与研究<sup>⑩</sup>。在丰富李渔的整体形象、消除和改善人性单一化与平面化的同时,由于学科理念与研究方法的差异,使得李渔逐渐脱离明清之际的社会氛围,迥然成为现实社会中拥有养生思想和休闲观念的生活美学家。笔者试图从李渔的整体人生行乐思想出发,选取李渔的运动与健康观念这一切切入点进行分析,从一个侧面建构其身心健康理念体系。

## (二)、运动观念的养生学背景和李渔的运动健康观

古代养生学体系中并没有“运动”这一概念,以生命保健为目的身体活动均可以列入此范畴,在这里身体与心理并没有截然的分界,《吕氏春秋》尽数篇中“流水不腐、户枢不蠹”

<sup>①</sup> 黄果泉:《回归世俗:〈闲情偶寄〉生活艺术的文化取向》,《文学评论》,2004年第6期,第49—53页。

<sup>②</sup> 相关的论述见于,常建华:《论明代社会生活性消费风俗的变迁》,《南开学报》,1994年第4期,第53—63页。

<sup>③</sup> 《笠翁一家言诗词集》,《李渔全集》第二卷,第276页。

<sup>④</sup> 林殷:《程朱理学对中医学“节欲养生观”的影响》,《医学与哲学》,1997年第1期,第29—30页。

<sup>⑤</sup> 黄渭铭:《论道教、儒家、释家的养生思想》,《体育科学研究》,1998年第1期,第4—11页。

<sup>⑥</sup> 《闲情偶寄》,《李渔全集》第三卷,第338—343页。

<sup>⑦</sup> 周作人:《笠翁与兼好法师》,《李渔研究资料选辑》,《李渔全集》第十九卷,第338页。

<sup>⑧</sup> 万全:《养生四要》,冷谦《修龄要旨》,高濂《遵生八笺》,陈继儒《养生肤语》,(清)尤乘《寿世青编》等明清之际的养生著作,对起居坐卧、衣食沐浴、心理调节均有细致不紊的规则记述。以上文献载于万春阳主编《中国养生大成》,长春:吉林科技出版社,1992年版。

<sup>⑨</sup> 陈秀芬:《养生与修身——晚明文人的身体书写与摄生技术》,台湾:稻香出版社2009年版,第75页,第80页。

<sup>⑩</sup> 参见注释4、5。

的“动养”思想与《黄帝内经》中的“神养”思想相结合，构成后世以形神统一、动静结合的观念为重要特征的养生学理论。注重虚、实、动、静的平衡，用整体观和“中和”、辩证的思维说明人与自然、形与神、动与静、虚与实、内与外的矛盾与平衡在辩证统一关系。实际上，在养生学理论中，“动以养形的思想是在以精、气、神的养护为基础发展起来的”<sup>①</sup>。

最早见于《庄子》刻意篇的“导引”一词，经过长时间与儒、道、释等思想流派养生观念融合并发展演变，逐渐成为一种以形、神、意结合为主的绵缓的身体运动练习的名称，作为直接以运动养护身体的重要形式。华佗的“五禽戏”以及后来相继出现的导引按摩、八段锦、十二段锦、小劳术等均属于此范畴。特别是宋代以来导引与疗病方法进一步结合的同时，对士大夫社会的生活方式和生存状态也产生了一定的影响，苏轼、欧阳修、朱熹等人对导引气功都有一定程度的修炼与研究。明清之际养生学著作大量涌现、养生学说进一步普及和世俗化，养生流派和方法趋于合流。结合生活起居细节的养生方法出现在众多养生学论著中<sup>②</sup>。如高濂《遵生八笺》、陈继儒的《养生肤语》等就饮食起居、活动睡眠、行起坐卧等均有细致的论述，动静结合的观点因而得到深入的贯彻实施。传统文化的惯性使然，养生学者研究身心互动关系多是以心理为主导，以精神安恬，气理顺畅，神情愉悦为目的，对身体本身的状态多有忽略。因此，在以导引为基础的直接身体养护方式以外，士人社会所推崇的登山游园、踏春游湖、寻梅雪眺，徐行漫步、种竹养花、林泉赏玩等生活方式，在他们的情志世界里多是以怡情养性的方式促进生命质量的提升<sup>③</sup>，思想层面的意味才是他们所赞同和宣扬的，对于生理机能的改善很少提及，这里游乐的“身体”可以说是精神的载体，或被隐含或以附属的地位才会得以提及。这样就不难理解李渔《闲情偶寄》以及大量描写生活的诗文虽然涉及养生，但是除去他本人的奇思怪想和有感而发，在精神与身体养护方面的影响却是始终难以清晰地界定和清楚地描摹。

依据上文所论述的观点，“运动”一词所表达的以“身体的活动带来的生命状态的良性发展”<sup>④</sup>这一意义，此时没有脱离以精神为主导的身心观念独立存在。而是恰恰反之，身体的体验要通过心理的印证才会得到情智的体认。李渔的运动健康观念难免赫然在列，因此这里不得不套用现代的健康观念，以其整体的人生行乐观念与自我管理的生命理念为背景，对李渔含有“运动”意味的创作加以考察。他注重个人的体验和感悟，他对历代养生学者所推崇的导引术，不屑为之，称那些奉行此道的人为“愚者”，行为是“动舍中庸而趋隐怪”<sup>⑤</sup>，进而导致对民众的恶性影响，实属可恶。对社会流行的养生之方“益寿之方，全凭导引，安生之计，惟赖坐功”<sup>⑥</sup>加以贬斥，认为是“借口颐生而流于放辟邪侈者”的“比家”之言。相对于导引和坐功，他认为自己“懒而好动”完全没有必要以那种方式折磨自己。我们可以明确的是李渔对传统养生学中身体直接养护方式，保健式的运动——导引，持有排斥反对的态度，而在他的创作中表现出对士大夫推崇的贴近自然娱乐性的运动的推崇。或许可以归为明末清初士大夫阶层旅游实践活动盛行的一种彰显和诠释<sup>⑦</sup>。

在《闲情偶记》颐养部中“浇灌竹木”一题，文中附带提到“身任微勤，节其劳逸，亦颐情养性之一助也”<sup>⑧</sup>是从身体角度入手谈颐养的论述，但身体所表现出来的状态并没有被

<sup>①</sup> 黄渭铭：《论中国传统养生之道》，《体育科学研究》，1997年第2期，第1页。

<sup>②</sup> 邱丕相主编：《中国传统体育养生学》，北京：人民体育出版社2007年版，第16—39页。

<sup>③</sup> 曹莉：《儒家养生思想的演进及其特征》，《体育文化导刊》，2008年第5期，第127页，陈秀芬：《养生与修身——晚明文人的身体书写与摄生技术》，第14页。

<sup>④</sup> 林清江：《健康运动与健康长寿关系再辨析》，《体育科学研究》，2008年第4期，第66页。

<sup>⑤</sup> 《寿张俊升泉宪序》，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第54页。

<sup>⑥</sup> 《闲情偶寄》，《李渔全集》第三卷，第322页。

<sup>⑦</sup> 相关研究有，巫仁恕：《品味奢华——晚明的消费社会与士大夫》第四章《消费品味与身分区分——以旅游文化为例》，北京：中华书局2008年版；陈建勤：《明清旅游活动研究：以长江三角洲为中心》，北京：中国社会科学出版社2008年版。

<sup>⑧</sup> 《闲情偶寄·颐养部》，《李渔全集》，第三卷，第332页。



论及，而且对于身体的活动，适度是被极力提倡的原则。与《闲情偶寄》以行乐为目的，少量论述“运动”的篇章相比，在李渔的诗文中有他一生山居享乐、悠游山水、周游各地、登山逾岭等大量的“性灵”之作。李渔主张生活中行起坐卧的随情适意，如《山居杂吟》五首、《我爱江村晚》七首、《和友人春游芳草地三十咏》、《垂纶》四首，《伊山别业成，寄同社五首》、《伊园杂咏》七首，《伊园十便》和《伊园十二宜》、《植枣》、《养苔》、《移蔷薇》、《芭蕉二首》、《午坐》、《趺坐》、《午睡》、《春眠》，还有《山居漫兴》等词作。对李渔而言，运动与健康的观念并未成为独立的思想体系，它只是包含在随情适意的范围之内的生活享乐形式。

他一生游历各地，自言“二十年来负笈四方，三分天下，几遍其二”<sup>①</sup>，写就了许多寄情之作，如《前过十八滩行》、《后过十八滩行》、《山行两首》、《黄河篇》、《过太阳岭》、《登华岳四首》、《吴王庙》、《登仙华绝顶》、《渡扬子》、《度庾岭》、《登黄鹤楼》、《自常山抵开化道中即事六首》以及《严陵西湖记》、《黑山记》、《登燕子矶观旧刻诗词记》等。在登临游览的过程中，身体只是偶尔作为“济胜”的工具而被提及<sup>②</sup>，“原来济胜非奇事，兴至登高若等闲（1647年左右）”<sup>③</sup>“山形如削，虽有济胜具，莫能以履登”<sup>④</sup>，而对于身体的感知和效用却是较少论述的。在1668年游粤诗文《度庾岭》其二中李渔这样描述他的观感“踏碎岭云身不倦，冲开烟瘴病翻除。须知矍铄非由我，力到名山自有余”<sup>⑤</sup>，表面看起来李渔将自己的矍铄归因于名山的感染，实际上却是年老的他豪情满怀的自我表现，愿意将这份得意赋予名山，怡情雅兴以取互相印证之意。相关的诸如“寻诗莫避山溪险，好句多从险处来”“征人为得行吟趣，闲却肩舆不肯乘”（1648年左右）<sup>⑥</sup>，“春时载酒情犹泛，岁暮登山兴始豪（1677年）”<sup>⑦</sup>，“老步原难放足行，杖藜缓款适闲情”（1678年）<sup>⑧</sup>，等诗句，逐渐勾勒出李渔的尚未脱离身心观念的怡情式的“运动”观念，这与他的行乐思想和健康观相协调。这种注重内心体验的运动观念正是他行乐思想指引下健康观随性化的具体体现。

有趣的是这些登临远眺、听溪观竹的怡情活动，作为晚明士大夫一种彰显自身阶层高雅志趣的方式，在李渔看来确有另外一种医治“俗病”的功效：“稳步如行平地，同看却在云层，听彻潺湲十里，医可俗病三分”<sup>⑨</sup>“不但居无竹，庭荒少绿苔，正难医俗处，邻笋过墙来”<sup>⑩</sup>

与现代的健康与运动观念<sup>11</sup>不同的是，李渔的运动观并不注重生理机能的调节和完善，因此他的运动观念并没有超出传统养生学形神共养、动静结合的范畴。独特之处在于他对保健式的运动方式导引所表现出来的排斥态度以及与日常生活相融合的运动思想，原因在于对待运动与健康这一关系时，他行乐思想的贯彻实行。在此思想的影响下，登山、踏春等运动

<sup>①</sup> 《上都门故人述旧书》，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第224页。

<sup>②</sup> “明清文人强调游人的‘济胜具’，不仅在于有矫健的‘足力’，有灵巧的双手，有过人的‘识力’，还有不怕艰难险阻的胆量。”陈建勤：《明清旅游活动研究：以长江三角洲为中心》，第263页。

<sup>③</sup> 《衢游返棹》，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第165页。

<sup>④</sup> 《黑山记》，《笠翁一家言文集》，《李渔全集》第一卷，第74页。

<sup>⑤</sup> 《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第182页。

<sup>⑥</sup> 《自常山抵开化道中即事六首》其三，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第305页。

<sup>⑦</sup> 《丁巳冬日，余霁岩使君拉游道场、岷山二名胜，赋得三首》其一，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第245页。

<sup>⑧</sup> 《次韵和张壶源观察题层园十首》其三，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第247页。

<sup>⑨</sup> 《山行二首》，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第299页。

<sup>⑩</sup> 《寓中即事》，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第279页。

<sup>11</sup> 林清江：《健康运动与健康长寿关系再辨析》，《体育科学研究》，2008年第4期，第66—67页，文章认为现代社会倡导的运动观念，多是建立在人体生理机能的科学分析基础上，运动通过改善生理机能，例如心血管系统、消化系统等，以达到健康长寿的目的。

多是陶冶性情，养心乐事，促进健康，并不是刻意追求身心健康而履行养生活动的复杂形式和内容<sup>①</sup>。

#### 四、结语

李渔作为明清易代之际妇孺皆知的人文、戏曲家、商人，奔忙于市井之中，流连于缙绅之间，虽然世人对其毁誉掺杂，但是才子佳人的劝惩作品和诙谐戏谑的性格以及敏锐的商业头脑<sup>②</sup>，使他在传统世俗社会中的游刃有余差强人意。<sup>③</sup>在思想层面，他得以拥有属于自己的生存领域，对于生命与健康他拥有自己的创建，在他的独立的身心空间，他有充分的个人自觉的观念和闲情雅致的诉求，他以高度的自我管理精神在生活中推行及时行乐的理念，这也是他健康观的基本思想。此外还有他通俗的创作，高调的行事等在某种程度上使他看起来是个“怪人”，通常会被认为是士大夫阶层中特立独行的个案。

实际上放在明末上层社会文化的脉络中加以考察，李渔的言行，实际上较难被品评为是一个异数。李渔以个人为中心的经验主义、理性的分析头脑在生命与健康观念的幕布上投射出来的种种面相，或多或少表现着明清之际士大夫生活理念的支离片段<sup>④</sup>。他的不同之处，在于他“言人所不能言，言人所不敢言”<sup>⑤</sup>之言，行人所不能为，行人所不敢为之为。他自有其标新立异、别出机杼之处，正如其自言：

渔自解觅梨枣以来，繆以作者自许。鸿文大篇，非吾所敢道；若诗歌词曲以及稗官野史，则实有微长。不效美妇一颦，不拾名流一唾，当世耳目，为我一新。使数十年来，无湖上笠翁，不知为世人减几许谈锋，增多少瞌睡？以谈笑功臣，编摩志士。<sup>⑥</sup>

总体来说并没有真正脱离传统的文化熏染和士大夫的生活传统<sup>⑦</sup>。

从附录所载李渔对其自身及其亲友的病况描述中，不难看出关于医疗疾病及其所囊括的事理关涉到个人生活种种面相，在具体的实际意义的范畴以外，可以是某种个人意志的间接体现，亦可以作为一种社交的工具和辞令，换言之，对于身体及其产生的影响关注是社会文化的一个重要方面。日常生活史视野中对生命与健康的关注需要人文关怀的理念支撑，在时空脉络的交汇点的个人可以作为这种理念的承载主体。笔者认为李渔以行乐思想为行为导向，提倡自主性和实证性的疗病观念，坚持运动观念的随性化与生活化，表现了他以自我为中心、随情适性的健康观，李渔健康观念的个案研究中细节的探讨与情理的廓清，可以作为从寻常人情的视角，探讨明清之际士大夫生命观念的一点初步尝试。

---

<sup>①</sup> 同注释 50。

<sup>②</sup> 李渔一生面向市民社会撰写小说、戏曲，经营出版、印刷，对于市场动态、社会人情有着透彻的见解，“俗情喜附热，热则争趋”《〈观音大士持验录〉序》《李渔全集》第一卷，第 38 页；“今人喜读闲书，购新剧者十人而九；名人诗集，问者寥寥”《与徐冶公二札》，《李渔全集》第一卷，第 232 页。

<sup>③</sup> 万晴川：《风流道学——李渔传》，杭州：浙江人民出版社，2005 年版。

<sup>④</sup>（美）张春树、骆雪伦：《明清时代之社会经济巨变与新文化——李渔时代的社会与文化及其现代性》，第 110—126 页。

<sup>⑤</sup>《多丽·过子陵钓台》，《笠翁一家言诗词集》，《李渔全集》第二卷，第 495 页。

<sup>⑥</sup>《与陈学山少宰》《笠翁一家言文集》《李渔全集》第一卷，第 233 页。

<sup>⑦</sup> 巫仁恕：《品味奢华——晚明的消费社会与士大夫》。

附录：李渔及其亲友患病情况一览表<sup>①</sup>

时间	病者	病症、治疗及其它	出处
1629年	李渔父歿	“予生平恶影响之谈，于妖邪惑众之事，必辟之是力”。	《回煞辩》
1630年5月	李渔、妻孥	疾疫盛行，李渔因食杨梅而病痊，“无病不可自医，无物不可当药”。	五律《内子病》《病疫》 《闲情偶寄》
1641年左右	李渔	有欲为予祈禳者，故述此以告“偃卧积时日，与病成相知”“凡人孰无病，所忧在难医”“我病在腠理，易笃亦易差。但能节嗜欲，自不致濒危”“鬼神能福善，恶则非可私。天苟降之罚，调停安所施”。	《问病答》
?	李渔	“尽日绳床卧欲僵，起来自选越人方。目昏手战强抄取，缓就翻成急就章”。	《病起作书》
1660年	李渔长子	“豚儿病剧，医卜纷来，应酬不宁”“豚犬病魔，近虽稍却，然为邓伯道之子，恐难必其无后虞耳”。	《复沈泽民太亲翁》
1662年	“举家”	“闻入秋以来，举家善病，回生之力，全藉刀圭。先鸣谢，尚容归时泥首”时李渔在苏州，家在金陵。	《与赵声伯文学》
1666年	李渔及其仆从	“别后即逢虐暑，日坐火山汤海中。自主人以及臧获，总无一人不善病”。“中暑抱疴，方幸小愈，若更往返骄阳下，是避暑而得暑也”时在北京。	《与林安国三札》其一、其三
1666年	张其山	“盛暑灼人，易致河鱼之疾，非刻刻慎餐不可。然伏天稍泄，秋后无虞，仁兄此恙，可谓损益相半者也。”时在北京。	《与张其山》
1667年	李渔	“神思恍惚意怦怦，才欲加餐腹早盈”时再陕西	《答张大将军飞熊问病》
1667年?	李渔	疴疾“生死关头学问津，闻君却是过来人。怜予剧病同消渴，惠我空言许乞邻”。	《旅中病疴，倩某子觅医，既得其人，吝不与见。诗以让之》
1671年	李渔	“昨所语微恙，既为过来人，复有验过之药，何不急于疗我？或引医者至寓，或弟往就之，悉望指南。未示姓名，不知壶悬何地耳？” “饮药后，襜被蒙头，诗从汗出，得无从此霍然乎！乞讯医王，嗅其中有寒湿气否？”时苏州。	《与余澹心五札》之一、之四
1672年	李渔	目疾 “不知登眺日，何以慰双眸”“十年心醉此楼名，今日登临体较轻，目眺神仙追鹤去，酒浇鸚鵡吊狂生”“病馀始为花开眼，笑罢还惊雪满头”时在汉阳。	《抵汉阳十日，目疾未愈，不获即登黄鹤楼》 《登黄鹤楼》 《吴平輿招集园亭，偕周伯衡观察、纪子湘郡伯观梅，时予病目初愈，未及终席而返》
1672年	诸妾	“伏枕再逾月，呻吟敞咽喉。医尽药亦穷，疾为纤毫瘳。曩者止一人，今忽增其侍”“诸崇避男子，鬼物欺纤柔”。	《舟中怀诸病妾》
1672年	乔姬病故	“不善摄生而致病，然素善讳疾，不使人知”“奈楚无良医，一二至者，皆同射覆，非曰寒，即曰疴，即曰中暑，总无辩其为瘳者” “不禱香魂犹不灭，愈呼天道愈无知”在汉阳。	《乔复生、王再来二姬合传》 《断肠诗二十首哭亡姬乔氏》
1673年	王姬病故	“从予七年，不识参、蓍、芝、朮为何物，胡于舟中的疾，天癸不止，腹渐怦然，误以为娠”“始知从前见食而呕，肌渐削而腹渐高者，是病血非兵儿也”“沉顿不起者才四五日，竟溘然死矣”。	乔复生、王再来二姬合传 《后断肠诗十首》

<sup>①</sup>同时在李渔的其他诗文中，以疾病、医药为素材，抒情叙怀未列入下表者，仍有一定数量，一为时间难以确定，二为多托病述志，似“病思家食好，老觉素心违”《早发》“病除闲有力，愁破酒无功”《闲》等，同时在《耐歌词》中多有叙述女子相思致病之小女儿情态者，不录。

1674年	毛稚黄	“久怀吾友病支床，一见随分思转长，不为苦吟身始瘦，反因多药鬓添霜”。	《寄怀毛稚黄同学，时卧病已久》
1674年?	毛稚黄妾室朱静子病故	“（朱静子）尤善调摄病者，以均寒燠、防饥节饱代医，择饮食之有补于人者代药”。“乃病者（毛稚黄）稍有起色，而不病者反病，且入膏肓”。	《朱静子传》
1675年	李渔	“渔彼时抱疴在床，未及趋蹕道喜”。	《与陈次升封翁》 <sup>①</sup>
1677年	李渔	“弟自孟春移家至杭，即染沉疴，三愈三反，死而复活者数四”。“药以勿药，不期月而霍然起矣。且善饭健步，过于畴昔”“古云病不服药，常得中医，予曰非特中医，直医国手耳”。	《与孙宇台、毛稚黄二好友》 《耐病解》
1678年	李渔	“岁丁巳（1677年），自春徂冬，湖上笠翁善病不起，刀圭罔效，入冥疆而复出者三。因索验方于古人，取枚乘《七发》暨陈琳愈头风檄，辗转读之，疾且愈甚。古语真欺人哉！”“非书非词，乃方与药也。读未竟而病退十舍。”	《〈香草亭传奇〉序》
1679年	李渔	一病经年不能出游 <sup>②</sup>	
1680年正月十三日病逝			

## Preliminary Research on Medical Health Concept of LiYu

### Abstract:

The paper undertakes the analysis and deconstruction of LiYu' s view of nourishing life and attempts to construct his medical health concept which consists of treatment ideology and relations between physical exercise and health. It incorporateds the development of science of preservation of traditional Chinese medicine, social setting, thought process and social location and concept of LiYu in the end Ming and Qing Dynasty to express his healthy concept and various his life scenes that are self-centered. LiYu' s health concept is a part of science of preservation of traditional Chinese medicine at that time in which the empiricism and spontaneous action may be his peculiarities. He paid attention to the importance of practice and experience by himself , rejected supernatural things and committed himself to build his own healthy concept. To a certain extent, he thought that physical exercise contributed to personal enjoyment which help to fortify the health in his pleasureseeking,

**Keywords :**LiYu; Disease; Nourishing life;View of managing life

作者刘佳，女，南开大学中国社会史研究中心研究生。

<sup>①</sup> 时有钱塘知县梁冶涓《寄讯笠翁抱病》五律一首“每念文园病，黄花又送秋。胡为消渴久，愧乏片肝投。喜见多洗羽，无烦虑首丘。加餐需努力，好向越人谋”

<sup>②</sup> 《李渔年谱》，《李渔全集》第十九卷，第125页。