

基于中国知网的辟谷文献计量与可视化分析

兰 一¹, 孙 健^{2*}

¹武汉体育学院研究生学院, 湖北 武汉

²武汉体育学院武术学院, 湖北 武汉

Email: 571429719@qq.com, *365871187@qq.com

收稿日期: 2020年8月30日; 录用日期: 2020年9月20日; 发布日期: 2020年9月27日

摘 要

本文采用文献资料法、逻辑分析法与数理统计法分析辟谷相关研究的发布数量与年度分布、资料类型分布、学科分布、来源分布等。以中国知网(CNKI)数据库为资料来源, 搜集辟谷相关研究文献资料(从建库至2018年12月31日), 根据上述指标, 按不同分类方法对文献进行统计, 有效文献195篇。发文量总体呈逐年上升趋势, 以上海气功研究生和上海中医药大学为代表的上海地区发文最多, 张成岗、郭建红、高大文、李志慧等为高产作者, 多载于《中国气功科学》、《中华中医药杂志》、《中医健康养生》、《中国民间疗法》等刊物, 仅有少数文章或文献获得基金资助, 除关键词“辟谷”外, 其次是“道教”、“养生”、“柔性辟谷”居多。“辟谷”受关注度逐年上升, 学科分布主要为医药卫生科技, 但在科学社会II辑(体育属于科学社会II辑)中分布较少。且文献相关权威性的基金资助方面仍有待加强。结论: 导引是辟谷的重要要素之一, 在进行辟谷相关研究时应把导引纳入其中, 作为综合方法, 应该具有更好的养生效果, 为民族传统体育研究提供新的研究方向。

关键词

辟谷, 文献计量学, 中国知网, 养生, 气功

Bibliometric Analysis of BiGu Literature Based on CNKI

Yi Lan¹, Jian Sun^{2*}

¹Graduate Department, Wuhan Sports University, Wuhan Hubei

²Wushu Department, Wuhan Sports University, Wuhan Hubei

Email: 571429719@qq.com, *365871187@qq.com

Received: Aug. 30th, 2020; accepted: Sep. 20th, 2020; published: Sep. 27th, 2020

*通讯作者。

Abstract

In this paper, the quantity and annual distribution, data type, subject distribution and source distribution of BiGu are analyzed by using the methods of document data, logical analysis and mathematical statistics. Taking the (CNKI) database of CNKI as the data source, this paper collected the relevant research documents (from the establishment of the database to January 31, 2018). According to the indexes mentioned above, the literatures were counted according to different classification methods, and 195 valid documents were obtained. In general, the volume of posts has been increasing year by year, with Shanghai Qigong graduate students and Shanghai University of traditional Chinese Medicine as the representatives of the most published articles in Shanghai, Zhang Chenggang, Guo Jianhong, Gao Dawen, Li Zhihui, and other high-yielding authors, most of which are published in the "Qigong Science of China". Chinese Journal of traditional Chinese Medicine, Chinese Medicine Health, Chinese Folk Therapy and other publications, only a small number of articles were funded by the fund, except for the keyword "BiGu", followed by "Taoism", "Health maintenance", "flexible Paigu" is the majority. BiGu has been paid more and more attention year by year. The distribution of the subject is mainly medical and health science and technology, but it is less distributed in the II series of science society (sports belongs to the II series of science society). And literature-related authoritative fund support aspects still need to be strengthened. Conclusion: Guidance is one of the important elements of BiGu. As a comprehensive method, guidance should be included in the study of BiGu. It should have a better health-preserving effect and provide a new research direction for the study of national traditional sports.

Keywords

BiGu, Bibliometrics, CNKI, Health Maintenance, Qigong

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

1.1. 研究背景

从古至今, 延缓衰老、延年益寿是人类所祈求的美好愿望, 几千年以来, 人们千方百计与衰老和死亡进行着不懈的斗争, 探究各种办法, 中国传统辟谷术就是其中之一。辟谷是中国古老而又流传至今的传统养生术。辟谷亦称却谷食气, 辟谷除称其却谷之外, 亦有绝谷、断谷、休粮等名称。《辞海》中定义“辟谷即不吃五谷”, 它也是中国古代一种修养方式。但在修炼中不少辟谷“真人”辟谷时仍食药饵, 并做导引等功夫。食气亦名“服气”, 已达内气充盈, 进入不食五谷或不食其他食物而不感到饥饿, 体力、精力、智力不减, 身感轻快, 有治病防病、延年益寿、开发智慧的作用[1]。

1.2. 研究目的

基于中国知网辟谷的文献计量学研究, 在中医、中药与气功蓬勃发展的现在, 辟谷获得各界学者的广泛关注, 在这样的背景下, 本研究采用文献计量学方法, 试图对辟谷的研究现状进行描述勾勒, 并且在统计分析的基础上, 为进一步研究提供参考意见。辟谷是近些年来研究热点, 其研究方法在不断地改进, 辟谷技术日趋成熟, 虽目前存在一些研究辟谷的经验总结及实验进展, 但缺乏对这些资料、数据全面认识。

综上, 对于辟谷相关研究的发布数量与年度分布变化, 期刊分布, 学科分布, 文献资源类型, 关键词频次, 基金资助等相关信息进行统计数理有利于改善对辟谷这一领域的模糊认识。本次研究基于中国知网, 通过对辟谷研究文献的计量, 统计分析辟谷相关文献, 有助于医务工作者, 科研和教学人员了解辟谷目前的发展现状和趋势, 使其更加充分地认识到目前辟谷研究的优势和不足, 进而更好地促进辟谷这一板块的学术进步、科研攻关及临床推广。

1.3. 研究意义

通过对关于辟谷文献的计量学分析发现多数人接触到辟谷首先联想到的是西方的禁食疗法。而忽略了辟谷是我国自古有之的养生术, 其余禁食疗法有本质区别, 其中辟谷是通过导引、药饵等加以限制饮食, 其核心技术包括导引、药饵, 其中导引中的“服气”是通过呼吸吐纳以达到“气满不思食”的状态。因此, 本研究通过对辟谷研究文献计量学分析, 促使人们重视这一中国传统养生方法并且重视服气、服饵等核心辟谷技术, 大力开展中医辟谷研究, 探究辟谷的功能作用, 造福于人民。并使之重视服气辟谷这一中医辟谷技术, 开展相关研究填补服气辟谷在中医气功范畴的空白。

1.4. 研究现状

1.4.1. 关于可视化分析的研究

中国知网的计量可视化分析: CNKI 计量可视化分析作为一款分析软件, 相比传统的文献综述法, 其覆盖范围更为广泛, 研究角度更为全面, 围绕辟谷的研究主题, 通过对研究对象的数量、研究机构、研究作者等展开统计分析, 从而得出相关结论[2]。

王坤, 吕慧芬等人发表的《我国职业教育扶贫研究述评——基于中国知网的计量可视化分析》通过中国知网 CNKI 的计量可视化分析工具对于主题为“职业教育扶贫”的文献进行分析并且得出如下结论: 通过对 1996 年至今的全部主题为“职业教育扶贫”的文献作出分析, 文献数量正在不断增加; 相关研究主题呈现多样化; 机构与作者主要分布在云南、贵州等地。通过对现有的文献资料做出梳理与分析发现, 相关理论研究十分缺乏, 实证研究以及比较研究不足。在之后的研究中, 应加强基础理论研究以进一步指导扶贫实践的理论基础, 另一方面也需加强实证研究以及比较研究, 为服务扶贫开发新的实践研究[2]。

1.4.2. 关于文献计量学的研究

文献计量学是指用数学和统计学的方法, 定量地分析一切知识载体的交叉科学。它是集数学、统计学、文献学为一体, 注重量化的综合性知识体系。其计量对象主要是: 文献量(各种出版物, 尤以期刊论文和引文居多)、作者数(个人或集体或团体)、词汇数(各种文献标识, 其中以叙词居多)文献计量学最本质的特征在于其输出必定是“量”[3]。

龙熙, 田祥坤, 刘晓庚等人发表的《基于文献计量分析无花果的研究现状与发展趋势》中通过分析国内外无花果的研究现状与发展趋势, 为无花果未来的深入研究与信息交流提供文献依据。以中国知识资源总库(CNKI)、中国知识产权网数据库(CNIPR)、Elsevier、Springer Link 和 ACS (American Chemical Society)数据库为文献源, 采用文献计量学方法, 对无花果文献按年度分布、研究领域、基金来源、关键词、载文期刊等特征进行检索与计量分析[3]。

1.4.3. 关于辟谷的研究

孙文, 桑小普, 宿滨, 冯琳, 黄婧儿, 刘长喜等人发布的《辟谷的概念与内涵解析》辟中, 谷中导引的方法是源于古人对蛇、龟、蟾蜍等动物的姿势形态与呼吸的模仿。在习练服气、吞津等导引术一段时间后, 达到“气满不思食”的练功态, 顺其自然避却五谷, 称为服气辟谷。这是辟谷的雏形, 也是辟谷最传统的方法。随着医学与社会的发展, 出现了在辟谷过程中服用特定的食饵或药饵的方法, 称为服

饵辟谷。综上, 辟谷基本概念是指采用导引和/或服饵的方法达到不摄入日常食物的状态, 是实现养生保健和治疗疾病的一整套综合、全面、系统的自然疗法。辟谷的基本内涵包括“导引和/或服饵”和“禁食”两部分。首先, 导引和/或服饵是辟谷的核心技术[4]。

刘峰、赵勇、李巧林、陈全福等人发表的《辟谷本义》里基于二十四史及小道藏——《云笈七签》中有关“辟谷”文献的梳理, 结合笔者自身辟谷经验, 探讨辟谷真实的涵义。认为辟谷其修炼涵义的核心是“服气”, 服气达到一定水平, 可以伴随“辟谷”现象; 辟谷是为达到或者促进修炼境界而设, 也可以成为修炼境界层次的一个或然的客观标准。因而辟谷是“服气辟谷”的简称, 服气技术属于中医气功范畴。对照现代医学, 辟谷可相当于中医气功和限食疗法的复合方法[5]。

燕晓雯, 郭建红, 殷振海发表的《中医传统辟谷养生技术对血脂影响初步观察》中辟谷养生是中国传统养生技术的一种, 对各类慢性疾病有很好的预防及治疗作用。我们开展辟谷养生活动, 并观察了辟谷对受试者血脂的影响。方法: 辟谷限食期前、辟谷限食期后、辟谷限食期后 1 个月清晨空腹抽静脉血检测血脂, 测量体质量等指标。结果: 所有受试者辟谷期间血压、血糖水平均轻微下降, 并处于正常范围。结论: 辟谷短期可降低受试者体质量, 改变血脂浓度, 尤其是甘油三酯的浓度, 辟谷限食期后机体血脂代谢状况会得到改善[6]。

综上所述, 目前一些学者对于辟谷的历史起源、修炼方法、功能作用、实际应用等方面进行了研究, 且获得一些成果, 如通过辟谷技术对人体身体机能具有积极有效的影响, 但根据丰富的古籍关于辟谷的论述显示辟谷技术研究仍然不够丰富, 缺乏权威性、系统性、全面性。

2. 研究对象与研究方法

2.1. 研究对象

以中国知网中辟谷相关文献资料为研究对象。

2.2. 文献检索范围

中国知网(CNKI)数据库为资料来源, 通过中国知网检索相关文献, 具体检索策略如下:

检索途径: 中国知网 CNKI;

检索时间: 2019.02.26;

检索策略: 期刊 - 高级检索;

主题: 辟谷;

时间范围: 建库至今;

检索结果: 255 条(实际时间范围 1985~2018 年);

筛选策略: 排除没有实验对象或观测目标的研究文献(综述文献保留);

筛选结果: 得到以辟谷为主的研究文献 195 篇, 为研究的文献范围将此 195 篇文献的题名、作者、关键词、参考文献等信息导出, 并全文一同保存, 以供研究分析。

2.3. 研究方法

2.3.1. 文献资料法

通过中国知网检索关于辟谷的相关文献资料, 阅读部分文献并通过中国知网(CNKI)的计量可视化分析整理文献并且得出相关分析图表, 以便后期分析。

2.3.2. 逻辑分析法

对搜集来的文献资料进行概括、分析再综合, 对所查阅、搜集文献的语言表述进行逻辑分析和梳理。

2.3.3. 数理统计法

通过中国知网(CNKI)的计量可视化分析这一功能, 根据直观的图表分析并得出相应的结论、提出建议。

3. 研究结果与分析

3.1. 辟谷文献发布数量与年度分析

文献量是指某一学科研究者在某一段时间内所发表论文的多少。在科学技术的领域里, 某一学科的文数量及其增减的变化, 标志着该学科的兴衰起伏。换句话说, 文献数量的变化可以反映某一学科或技术领域发展变化。

图 1 所示, 是辟谷文献年度分布与发文数量。为便于直观表达和展示, 本论文以 5 年为 1 个时间段进行文献统计(首尾 2 个时间段例外)。各时间段的发文量以及占比依次为: 1985 年至 1990 年 7 篇(3.6%), 1991 年至 1995 年 27 篇(13.9%), 1996 年至 2000 年 35 篇(18.4%), 2001 年至 2005 年 14 篇(7.2%), 2006 年至 2010 年 23 篇(11.9%), 2011 年至 2015 年 31 篇(16.0%), 2016 年至 2018 年 56 篇(28.9%)。文献的年代分布在一定程度上, 展示了目前研究的发展趋势。从图 1 可以发现, 中国知网每个时间段辟谷文献数量不是太稳定, 随着年度变化呈现波动式上升。文献在 1993~1997 年, 有一个降落期; 1997~2001 年则波动式上升; 2001 年文献又一个回落, 2004~2011 年再次呈现缓慢地增。2013~2017 呈现快速地增长。总体呈现上升增长趋势。2017 年辟谷相关文献数量达到一个峰值。具体见图 1。

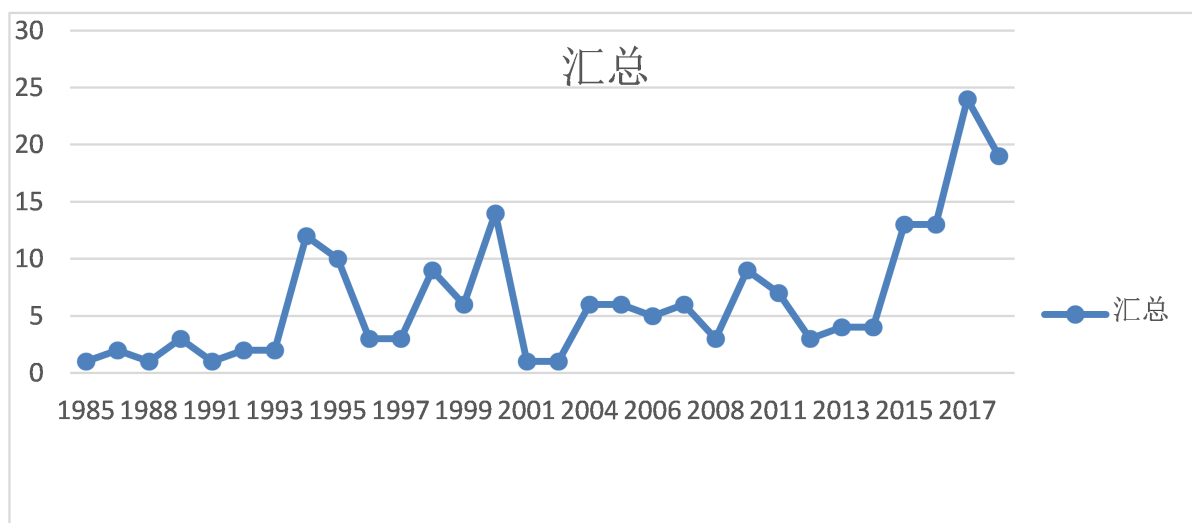


Figure 1. Number of publications and annual distribution of BiGu literature

图 1. 辟谷文献发布数量与年度分布

3.2. 辟谷文献资源类型分布

根据数据库来源, 资源类型主要包括会议论文, 硕博学位论文以及期刊论文和报纸。我们可以观察到大多关于辟谷文献都来自于期刊。在数据库来源占比来说, 期刊论文 153 篇, 所占的比重最大, 约为 78.9%。会议论文共 15 篇, 分为国家会议 2 篇(1.0%)和中国会议 13 篇(6.7%), 共占比约为 7.7%。硕士论文与报纸各 9 篇, 占比各约为 4.5%。如图 2 所示。硕博论文发布量甚少, 对于硕士生和博士生来说一个很好的研究方向。

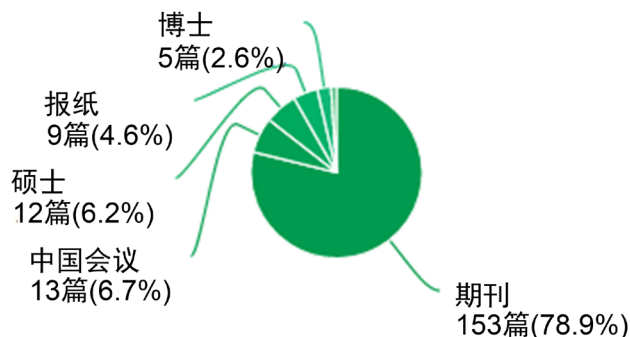


Figure 2. Type distribution of BiGu literature resources
图 2. 辟谷文献资源类型分布

3.3. 辟谷文献学科分布

根据数据库来源, 如图 3 所示, 在数据库来源占比来说, 医药卫生科技类 144 篇, 所占的比重最大, 约为 62.4%。其次是哲学与人文科学类 33 篇, 占比约为 14.6%。科学社会 II 辑 22 篇, 占比各约为 9.7%。工程科技 I 辑 10 篇, 占比各约为 4.4%。基础科学类 8 篇, 占比为 3.5%。如图 3 所示。图中可看出辟谷文献大部分归属于医药卫生科技类, 而归属于科学社会 II 辑类仅占 7.6%。最新辟谷相关文献详细解释辟谷的概念内涵, 辟谷应归属于科学社会 II 辑。体育属于科学社会 II 辑这一类别, 在这一学科中研究甚少, 需鼓励体育学科的研究者们向这一方向发展。也应鼓励民族传统体育专业的师生在这一方面进行研究探索。

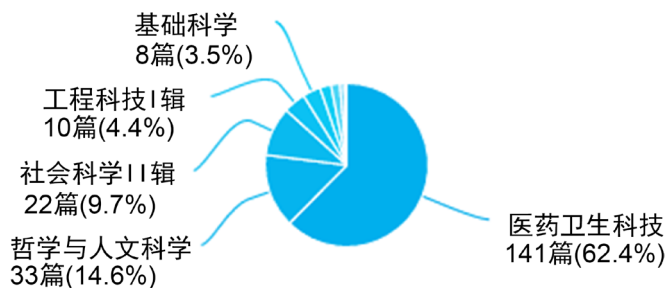


Figure 3. Discipline distribution of BiGu literature
图 3. 辟谷文献学科分布

3.4. 辟谷文献研究作者分布

根据图 4 所示, 根据辟谷相关研究的科研作者分布图可观察到辟谷相关研究的作者发文量以及发文较多的前几位作者, 张成岗 7 篇(3.2%)、高大文 6 篇(2.7%)、李志慧 6 篇(2.7%)、郭建红 6 篇(2.7%)以及其他 173 篇(78.3%)。高产作者较少, 专注于研究辟谷相关领域的科研作者更少。

3.5. 辟谷文献来源分布

期刊往往由于内容专精, 新颖性, 系统性强以及传播速度快等突出优势, 向来是学术交流与知识传播的重要渠道。尤其是研究者对期刊文献的仰赖往往高于对图书文献的需求。科研人员从事科研活动时, 一个基本条件就是获取和阅读大量的期刊论文, 用以了解同行的研究情况和学科的发展动态; 尽可能大的范围内传播研究成果, 获得同行的认可的同时。对期刊分布的探索, 可以帮助我们确定投稿的杂志。

目前根据数据库来源, 如图 5 所示。有效文献涉及的刊物中载文量较多 8 种刊物依次是《中国气功

科学》(42 篇),《中医健康养生学》(7 篇)、《中国民间疗法》(4 篇)、《中华中医药杂志》(3 篇)、《中国医学气功 2016 年学术论文集》3 篇、《宗教学研究》(3 篇)、《中医文献杂志》(3 篇)、《中国中医药报》(3 篇)。通过图 4,我们发现《中国气功科学》、《中医健康养生学》和在《中国民间疗法》对辟谷文献收录量占较大比重,说明在气功、中医健康养生和中医药这些领域对辟谷关注度比较高。《中国气功科学》是辟谷文献涉及最多的刊物,发文量高达 42 篇,有关于辟谷的文献能刊登导《中国气功科学》上,说明辟谷这一技术与中国气功联系是比较密切的。然而从上述学科分布分析来看,辟谷在学科上隶属于科学社会 II 辑(体育属于科学社会 II 辑)较少,但在发文期刊中却与气功联系紧密。这一点更加说明了在体育研究领域,辟谷相关于体育领域的研究甚少,需重视其发展和研究。

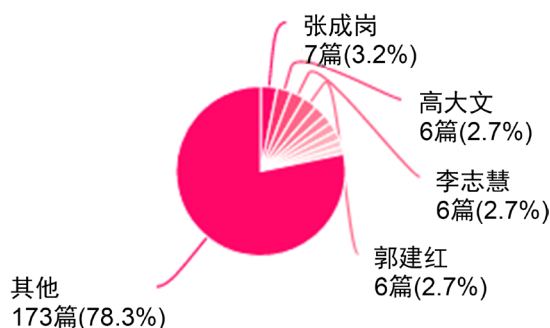


Figure 4. Distribution of BiGu literature research authors

图 4. 辟谷文献研究作者分布

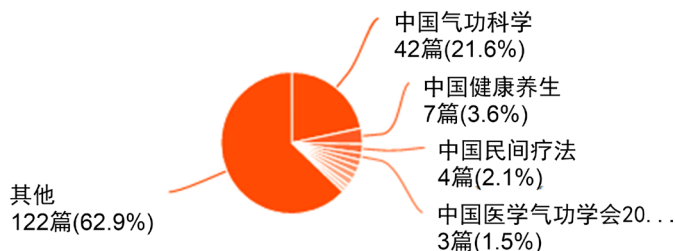


Figure 5. Distribution of BiGu literature sources

图 5. 辟谷文献来源分布

3.6. 核心期刊中的辟谷文献分析

通过中国知网期刊检索,核心期刊包含 SCI 来源期刊、EI 来源期刊、核心期刊、CSSCI、CSCD。在核心期刊数据库中,以“辟谷”为主题检索出 30 篇文献。如表 1 所示,从文献主题来看,与所有文献主题中出现频次较高的基本重合,如辟谷养生、辟谷术、中国医药学、养身思想、宗教思想等。从发表的期刊来看,主要发布于中医药学类与宗教学类的杂志,如中华中医药杂志、时珍国医药、中医杂志、中国宗教、中国道教、宗教学研究等。从辟谷相关文献在核心期刊上发布年限来看,1992~2008 年间核心期刊上仅发表 10 篇文章,而 2010 年一年就发表 5 篇文章,2011~2014 年间发表 4 篇后,2016 年之后至今,每年核心期刊上发表文章在 3~4 篇。

3.7. 辟谷文献机构分布

目前根据数据库来源,如图 6 所示。各机构发文量最低 1 篇、最高 10 篇。其中排名前 7 的单位依次是上海市气功研究所(10 篇)、北京中医药大学(8 篇)、军事医学科学院放射与辐射医学研究所(7 篇)、宁夏医科大学(6 篇)、上海中医药大学(6 篇)、成都中医药大学(5 篇)、浙江师范大学(5 篇)等。

Table 1. BiGu literature statistics in core journals

表 1. 核心期刊中的辟谷文献统计

序号	题目	作者	期刊	年份
1	基于形气神三位一体生命观的辟谷研究	邹雪芳	中华中医药杂志	2018
2	“辟谷-服气-服药”三联法治疗脊髓损伤及并发症的理论初探	黄彬洋	时珍国医国药	2018
3	辟谷非平人养生法考辨	马芳芳	北京中医药大学学报	2018
4	道教辟谷术的理论与方法发展略析	孙禄	中国道教	2018
5	辟谷本义	刘峰	中华中医药杂志	2018
6	辟谷的概念与内涵解析	孙文	中医杂志	2017
7	道教养生对辟谷的解说	康德衡	中国宗教	2017
8	唐宋时期食治的嬗变	蓝皓月	中医杂志	2017
9	柔性辟谷技术在青年人群体重控制中的应用	巩文静	军事医学	2016
10	服饵辟谷养生术防治 2 型糖尿病的理论初探	刘晓	时珍国医国药	2016
11	6 名辟谷受试者体质量、血压、血糖观察及辟谷养生技术分析	燕晓雯	中华中医药杂志	2016
12	限食疗法与中医“脾主散精”理论的关系探微	汤灵翼	中医杂志	2014
13	辟谷的方法与体验	宫哲兵	中国道教	2014
14	道教医学辟谷养生术浅析	李德杏	中华中医药杂志	2012
15	道教服食术演进的认识论研究	黄永峰	中国哲学史	2011
16	丹道辟谷与胎息功漫谈	胡孚琛	宗教学研究	2010
17	雕版印刷术始于后赵道教辟谷方说不可信	周斌	宗教学研究	2010
18	关于道教辟谷养生术的综合考察	黄永峰	世界宗教研究	2010
19	道教胡麻饭考	杨宏	中国文化研究	2010
20	浅论辟谷	聂磊	船山学刊	2010
21	道教服食的技术哲学意蕴	黄永峰	哲学动态	2008
22	“服食”新论	黄永锋	宗教学研究	2007
23	从神仙信仰的发展看汉代养生文化的兴衰	张文安	河南师范大学学报(哲学社会科学版)	2007
24	食素 少食 辟谷——道教徒的饮食习俗	周高德	中国宗教	2005
25	媒体不要宣扬“辟谷神功”	文有仁	新闻实践	2004
26	在《生物》课中实施素质教育点滴	徐兆麟	生物学教学	2003
27	汉唐佛道饮食习俗初探	姚伟钧	浙江学刊	1998
28	“辟谷”纪实	戚汝国	山东中医杂志	1995
29	辟谷气功 62 例体外模拟血栓指标的观察	戴闽星	上海中医药杂志	1995
30	两例辟谷(自愿饥饿)者甲状腺激素水平变化的观察	刘广贤	军事医学科学院院刊	1992

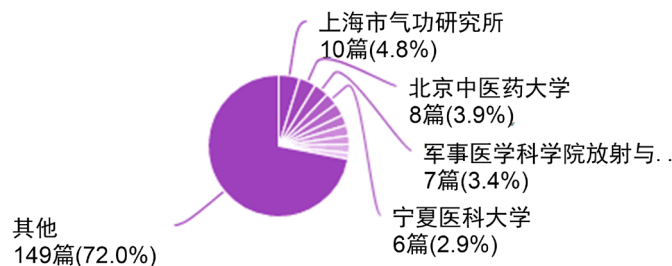


Figure 6. Agency distribution of BiGu literature sources
图 6. 辟谷文献来源机构分布

从上图可以看出,上海市共发表辟谷相关论文 17 篇,远超与其他城市,可以看出上海市在辟谷的研究方面处于全国领先水平。在辟谷的研究中,医学院校总共发文 22 篇,占总发文量的 10%,说明医学院校比较重视辟谷方面的科研。反观辟谷这个中国传统养生项目,体育院校没有发表 1 篇论文,对于民族传统体育专业的师生来说,应该是一个很好的研究方向。

3.8. 辟谷文献基金资助统计

基金资助反映的是在国际、国内、省内的热点研究课题,虽然不能完全肯定与获得基金资助的论文一定是好论文,但其所承载的相关点却值得我们深入研究。在一定程度上,基金论文是衡量期刊论学术质量的重要指标之一。对论文基金的统计汇总的同时,在另一方面也有助于科研工作者们,更加目的明确地去申请基金。

目前根据数据库来源,有效文献中仅 27 篇文章获得基金资助,占比 13.8%。其中国家自然科学基金 11 篇(5.6%)、国家重点基础研究发展计划 4 篇(2.0%)、陕西省教委基金 3 篇(1.5%)、上海教委曙光计划 2 篇(1.0%)、辽宁省科学技术基金 1 篇(0.5%)、其他文献 179 篇(89.1%)。具体见图 7。

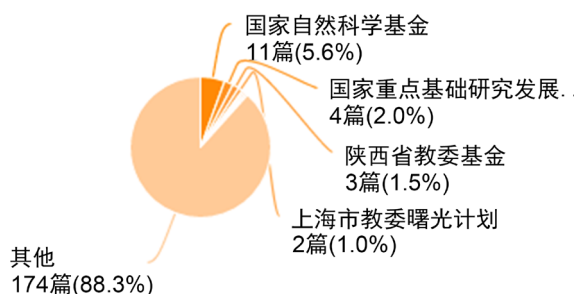


Figure 7. Distribution of BiGu literature fund
图 7. 辟谷文献基金资助分布

所以从上图 7 来看,关于辟谷相关文献获得基金较少,科研工作者们在辟谷这一领域尚未完全探索。关于辟谷的相关研究仍需要更多科研工作者们的关注与探索,以弥补这一板块的空白。

3.9. 辟谷文献主题分布

目前根据数据库来源(图 8),中国知网中的文献主题主要为辟谷养生、辟谷疗法、辟谷术、柔性辟谷、辟谷养生术以及代谢病。其中主题为辟谷养生的文献有 28 篇,约占 15.91%。主题为辟谷疗法的文献有 19 篇,约占 10.80%。主题为辟谷术的文献有 16 篇,约占 9.09%。主题为柔性辟谷的文献有 12 篇,约占 6.82%。主题为代谢病的文献有 9 篇,约占 5.11%等。具体见表 2 主题大多包含养生,辟谷疗法柔性辟谷以及代谢病一类词,说明辟谷与它们联系十分密切且现已有研究都是在这些方面上探索。

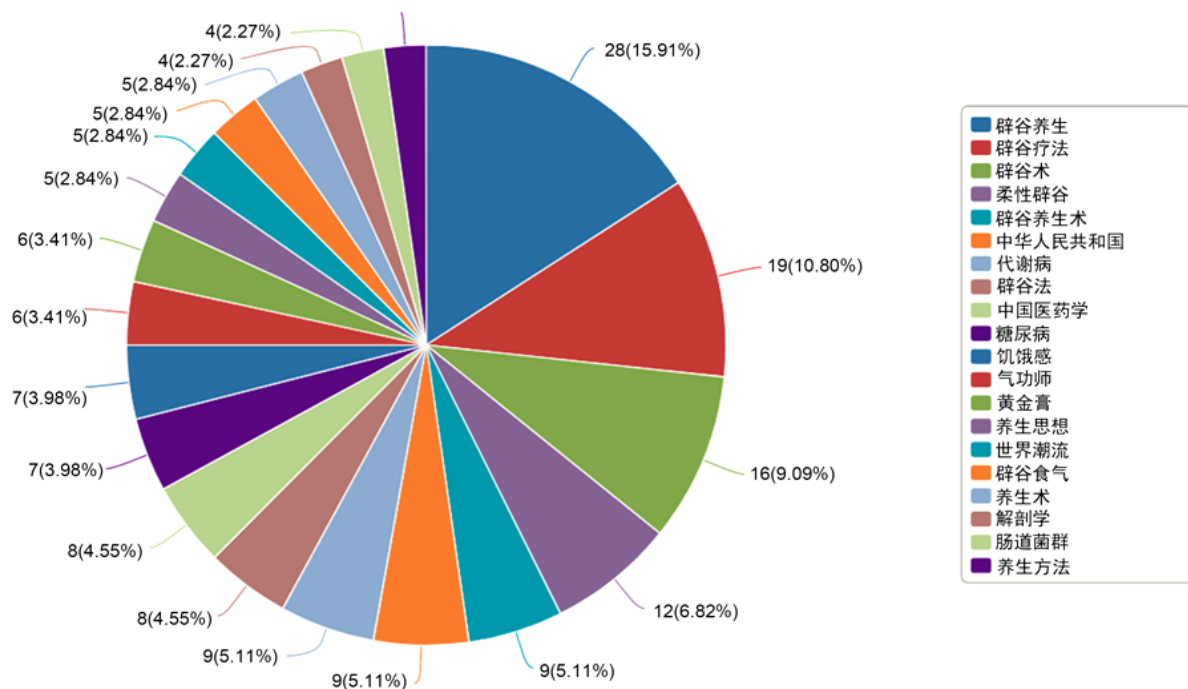


Figure 8. The subject distribution of BiGu literature

图 8. 辟谷文献主题分布

Table 2. Thematic distribution table of BiGu literature

表 2. 辟谷文献主题分布表

序号	主题	篇数	百分比
1	辟谷养生	28	15.91%
2	辟谷疗法	19	10.80%
3	辟谷术	16	9.09%
4	柔性辟谷	12	6.82%
5	辟谷养生术	9	5.11%
6	中华人民共和国	9	5.11%
7	代谢病	9	5.11%
8	辟谷法	8	4.55%
9	中国医药学	8	4.55%
10	糖尿病	7	3.98%
11	饥饿感	7	3.98%
12	气功师	6	3.41%
13	黄金膏	6	3.41%
14	养生思想	5	2.84%
15	世界潮流	5	2.84%
16	辟谷食气	5	2.84%
17	养生术	5	2.84%
18	解剖学	4	2.27%
19	肠道菌群	4	2.27%
20	养生方法	4	2.27%

3.10. 辟谷文献关键词词频统计

根据资料库来源有关文献关键词出现频率次较高的关键词计有以下九个, 依次是: “辟谷”(27 篇)、“道教”(18 篇)、“养生”(14 篇)、“柔性辟谷”(11 篇)、“肠道菌群”(6 篇)、“养生术”(6 篇)、“气功”(6 篇)、“服气”(5 篇)、“中医”(5 篇)、“菌心说”(5 篇)。具体见图 9, 在关键词的统计中, 从中可以看出研究对象的发展趋势。大体集中在养生、宗教、柔性辟谷、肠道菌群、气功、服气和中医几个层面。柔性辟谷是辟谷的一种, 辟谷既是古老传统的养身术又是与中医相挂钩的复合疗法。之所以这些关键词出现高频, 说明辟谷与它们练习非常密切。

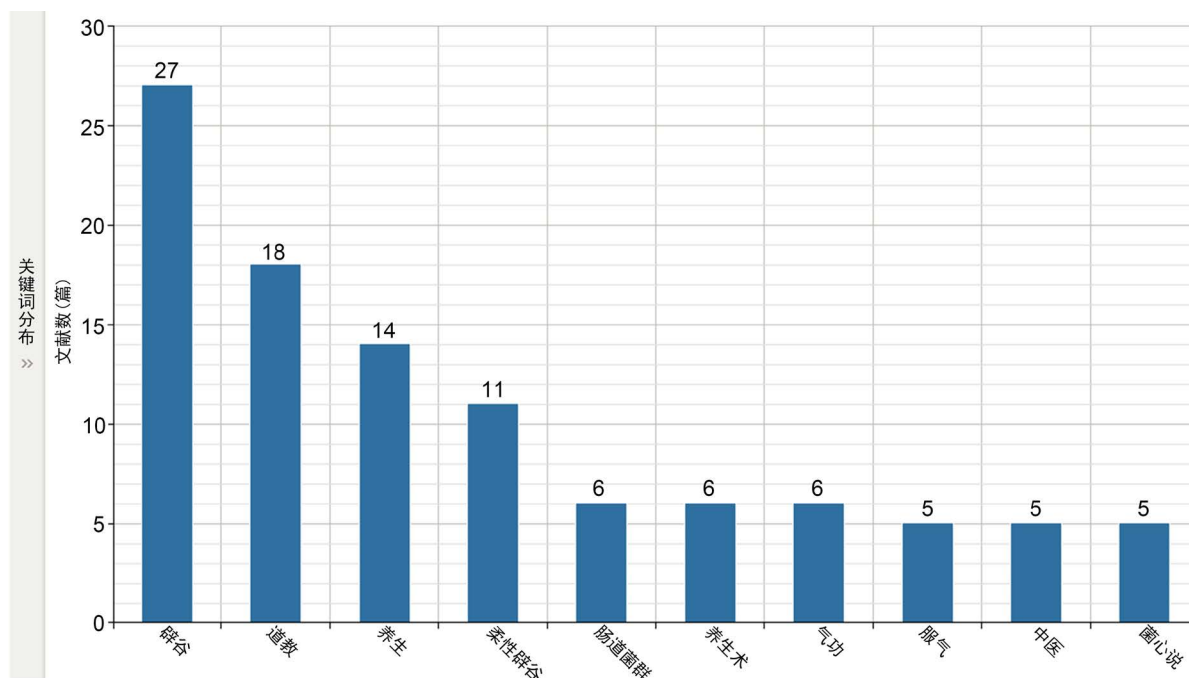


Figure 9. Keyword frequency statistics of BiGu literature
图 9. 辟谷文献关键词词频统计

3.11. 辟谷文献下载量与被引用量统计

根据表 3 所示, 辟谷相关研究文献的被引用量, 引用超过 20 次的文献有四篇, 如下《中医养生思想古今文献整理研究》被引用 43 次、《周秦两汉神仙信仰研究》被引用 36 次、《中国道教文化资源开发及产业化研究》被引用 22 次、《辟谷食饵养生术的探析》被引用 20 次。文献的引用次数可以反映出文献的重要性, 在一定程度上也可以反映研究的热点与潮流, 特别是在某个方向刚刚兴起的时候, 热门方向的文献就比较容易引用。

所以根据表 3, 我们可以看出被引用前十二名中, 除个别试验外都是关于养生思想、信仰与道教文化这一板块的内容。说明在对辟谷做出相关研究时, 多数都是关于养生思想、信仰与道教文化的内容。

根据表 4 所示, 辟谷相关研究文献的被下载量, 下载次数统计前十篇文献, 如下《中国道教文化资源开发及产业化研究》被下载 7515 次、《中医养生思想古今文献整理研究》被下载 6854 次、《周秦两汉神仙信仰研究》被下载 3314 次、《魏晋至唐宋道教饮食养生思想探析》被下载 2521 次、《论道教文化对中医养生思想的影响——兼论武当山道教养生医学的形成与发展》被下载 2396 次、《关于道教辟谷养生术的综合考察》被下载 1658 次、《论道教服食辟谷术对中医“饮食有节”养生思想的影响》被下载

1121 次、《道教医学辟谷养生术浅析》被下载 996 次、《辟谷实践及探讨》被下载 946 次、《6 名辟谷受试者体质量、血压、血糖观察及辟谷养生技术分析》被下载 897 次, 文献的下载次数主要反映了该文献被阅读的次数。

Table 3. Ranking table of the number of citations of BiGu literature
表 3. 辟谷文献被引用量排名表

序号	题名	作者	数据库	被引	下载
1	中医养生思想古今文献整理研究	曹娜	硕士	43	6854
2	周秦两汉神仙信仰研究	张文安	博士	36	3314
3	中国道教文化资源开发及产业化研究	陈雅岚	博士	22	7515
4	辟谷食饵养生术的探析	沈晓东	期刊	20	757
5	灾害救援中柔性辟谷提高救援效率的应急方案	黄清健	期刊	16	121
6	柔性辟谷技术在青年人群体重控制中的应用	巩文静	期刊	16	481
7	关于道教辟谷养生术的综合考察	黄永峰	期刊	16	1658
8	辟谷养生术与其他限食疗法比较探讨	郭建红	期刊	15	753
9	道教医学辟谷养生术浅析	李德杏	期刊	12	996
10	魏晋至唐宋道教饮食养生思想探析	赵敏	硕士	12	2521
11	6 名辟谷受试者体质量、血压、血糖观察及辟谷养生技术分析	燕晓雯	期刊	11	897
12	隔日禁食结合耐饥食饵对小鼠生理生化指标的影响	沈晓东	期刊	10	292

Table 4. BiGu literature download ranking table
表 4. 辟谷文献下载量排名表

序号	题名	作者	数据库	下载	被引
1	中国道教文化资源开发及产业化研究	陈雅岚	博士	7515	22
2	中医养生思想古今文献整理研究	曹娜	硕士	6854	43
3	周秦两汉神仙信仰研究	张文安	博士	3314	36
4	魏晋至唐宋道教饮食养生思想探析	赵敏	硕士	2521	12
5	论道教文化对中医养生思想的影响——兼论武当山道教养生医学的形成与发展	温茂兴	硕士	2396	7
6	关于道教辟谷养生术的综合考察	黄永峰	期刊	1658	16
7	论道教服食辟谷术对中医“饮食有节”养生思想的影响	温茂兴	期刊	1121	9
8	道教医学辟谷养生术浅析	李德杏	期刊	996	12
9	辟谷实践及探讨	郭建红	期刊	946	6
10	6 名辟谷受试者体质量、血压、血糖观察及辟谷养生技术分析	燕晓雯	期刊	897	11

4. 结论与建议

4.1. 结论

(1) 辟谷相关文献数量近年来处于稳步增长状态, 对辟谷的研究处于活跃期。

(2) 辟谷作为研究热点也在不断的深入,其切入点也不断地被刷新,这些都将会不断地推动辟谷研究的发展。

(3) 辟谷关于中医养生康复方向的研究将是未来的主导。

4.2. 建议

辟谷相关研究多是将“禁食”部分进行实验研究。而“导引和服饵”也是辟谷的核心技术。与欧洲禁食、热量限制疗法相比它的独特优势被掩盖。所以导引是辟谷的重要要素之一,在进行辟谷相关研究时应把导引纳入其中,作为综合方法,应该具有更好的养生效果,为民族传统体育研究提供新的研究方向。

基金项目

湖北省教育厅哲学社会科学研究重大项目(17ZD035);湖北省高等学校优秀中青年科技创新团队计划(T201925),武汉体育学院“体育教育与健康促进”学科群资助项目,武汉体育学院东湖学者计划资助项目(2018)。

参考文献

- [1] 刘骞,王建强,陈彦坤.中国传统辟谷的解读与“现代修炼”[J].体育科技文献通报,2018,26(7):17-19.
- [2] 王坤,吕慧芬.我国职业教育扶贫研究述评——基于中国知网的计量可视化分析[J].职教论坛,2018(3):36-42.
- [3] 龙熙,田祥坤,刘晓庚.基于文献计量分析无花果的研究现状与发展趋势[J].食品工业科技,2019,40(13):277-282.
- [4] 孙文,桑小普,宿滨,冯琳,黄婧儿,刘长喜.辟谷的概念与内涵解析[J].中医杂志,2017,58(21):1811-1814.
- [5] 刘峰,赵勇,李巧林,陈全福.辟谷本义[J].中华中医药杂志,2018,33(2):641-644.
- [6] 燕晓雯,郭建红,殷振海.中医传统辟谷养生技术对血脂影响初步观察[J].中医临床研究,2017,9(26):79-81.