

中医药文化征文优秀作品展示



李时珍，字东壁，号濒湖，晚年自号濒湖山人，代表作品有《本草纲目》《奇经八脉考》《濒湖脉学》《五脏图论》等。其中，《本草纲目》被达尔文称为：“中国古代的百科全书。”可以说，李时珍是我国中医药学的集大成者。一般认为，李时珍出生于一个世代“医家”家庭。其实，李时珍的家庭有着浓厚的文化氛围，正是这种浓厚文化氛围的熏陶，促使李时珍成为一位伟大的医药学家，且使他的著作流芳百世。

李时珍的父亲是一位有文化、

有思想的人。李时珍世代为医，到李时珍的父亲李言闻时，家境已经比较富有，李言闻也成为地方名医。同时，李言闻清醒地认识到，只有学习文化知识，才能从根本上改变家族的命运，所以李言闻替李时珍规划了人生道路：读书参加科举考试。正是读书，为李时珍撰写《本草纲目》奠定了坚实的文化基础。

李时珍虽然没有考中举人，但与同时代的名人相比，考试成绩还是不错的。李时珍14岁便考中了秀才，而明朝三大才子之一的徐渭，20岁才考上秀才，此后8次参加乡试，均名落孙山。明朝第一清官海瑞，28岁才考中秀才，直到35岁时，才勉强考中举人。35岁的李时珍，已经成为一方名医。由于名气太大，不久之后，他出任楚王府“奉祠正”，兼管良医所事务。

《本草纲目》是一本百科全书式

的医药著作，正如李建元在《进本草纲目疏》中指出：“上自坟典、下至传奇，凡有相关，靡不收采，虽命医书，实该物理。”这并非虚夸之言。写这样的著作，没有深厚的文化功底是不行的。据《明史》记载，李时珍为了撰写《本草纲目》，“阅书八百余种”。如果我们觉得这句话过于抽象，那么，明代的大文学家王世贞（李时珍的朋友）为我们进行了解释：“长耽典籍，若啖蔗饴，遂漁猎群书，搜罗百氏，凡子史经传，声韵农圃，医卜星相，乐府诸家，稍得有处，辄著有数言。”王世贞的这几句话，如果放在别处，我们会觉得王世贞在描写元代著名的戏曲家关汉卿，或者是明代的大才子唐伯虎。而王世贞描写的却是医药学家李时珍，李时珍的文化功底，可见一斑。

李时珍的妻子姓吴，是一位才女。《本草纲目》中有精美插图1160幅，据说有相当一部分出自吴才女之手。有一首描写妻子思念丈夫的药名词，缠绵悱恻、凄婉动人，传说也是吴才女所写：槟榔一去，已过半夏，岂不当归耶？谁使君子，效寄生草缠绕他枝，令故园芍药花无主矣。妾仰观天南星，下视忍冬藤，盼不见白芷，茹不尽黄连苦！古诗云：“豆蔻不消心上恨，丁香空结雨中愁。”奈何！奈何！文中融入槟榔、半夏、当归、使君子、寄生草、芍药、天南星、忍冬藤、白芷、竹茹、黄连、豆蔻、丁香等十三味中药，却不留痕迹，真是一位填词高手。

“红娘子一别，桂枝香已凋谢矣！几思菊花茂盛，欲归紫菀。奈常山路远，滑石难行，姑待从容耳！卿勿使急性子，骂我曰苍耳子。明春红花开时，吾与马勃、杜仲结伴返乡，至时有金相赠也。”李时珍的回词也相当有特色，文中融入红娘子、桂枝、菊花、紫

菀、常山、滑石、苁蓉（从容）、急性子、苍耳子、红花、马勃、杜仲、蛭石（至时）等，也是十三味中药。琴瑟和鸣，堪称杏林佳话。

在这种浓厚的文化氛围影响下，李时珍的儿子李建中成为科举考试的佼佼者，官至四川省蓬溪县知县；另一个儿子李建元继承父亲衣钵，成为一代儒医。由于家庭政治地位的提高，使得李建元有机会将《本草纲目》献给万历皇帝。“天子嘉之，命刊行天下，自是士大夫家有其书”（《明史》）。如果没有万历皇帝的肯定，《本草纲目》很可能像历史上许多医学书籍一样，湮没在历史的长河中。值得一提的是，万历皇帝看了该书后龙心大悦，赐给已经去世的李时珍一个颇具文化色彩的官职——文林郎。

（作者供职于武陟县卫生计生委）

关于节气



今年的7月7日是小暑节气，小暑表示“季夏”时节的正式开始。《月令七十二候集解》：“六月节……暑也，就热之中分为大小，月初为小，月中为大，今则热气犹小也。”小暑虽然不是一年中最炎热的季节，但紧接着就是一年中最炎热的季节，民间有“小暑大暑，上蒸下煮”之说。此时，由于出汗多、消耗大，再加之劳累，人们更不能忽略对身体的养护。中医认为，长夏属脾，脾受湿邪侵袭容易出现周身乏力、脾胃不和、手足水肿等症状。因此，人们在饮食方面应多吃一些解暑、健脾的食物。

小暑时节，正值农历六月，小暑后15天为大暑，大小是按照热的程度而分的。而农历六月是夏季农历的最后一个月，又称为“季夏”，也标志着“长夏”的到来。《黄帝内经·素问》中云：“长夏者，六月也。土生于火，长在夏中，既长而旺，故云长夏也。”“长夏”对五行而言，土生水，水生火，故此时的养生既要注重养心，又要护养脾胃。

小暑时节，荷花娇艳。那湖中的荷花亭亭玉立在一汪碧水中散发着沁人心脾的清香，使人心旷神怡。而接天莲叶的无穷碧色，却令人赏心悦目、流连忘返。《本草纲目》中记载荷花、莲子、莲衣、莲房、莲心、荷叶、莲藕等均可药用。尤其是荷叶，可以说是夏季养生的必备佳品。荷叶味苦性平，归肝、脾、胃经，具有清热解暑、凉血止血的功效，鲜品、干品均可入药，常用于治疗暑热烦渴、暑湿泄泻、脾虚泄泻以及血热引起的各种出血等。荷叶其气清香，善于消除夏季之暑邪以化秽浊，因此人们常将荷叶作为制作夏季解暑饮料。其中，最方便的莫过于荷叶粥，取新鲜的荷叶，洗净煎汤，再用荷叶汤与大米或绿豆共同煮成粥，可加少许冰糖，清爽可口，解暑生津。经常食用荷叶粥对中暑、头昏脑涨、胸闷烦渴、小便短赤等颇有疗效。

小暑时节标志着“三伏天”已至。“三伏天”是中国农历小暑与处暑之间的一段时间，它是一年中气温最高且潮湿、闷热的日子。气温升高，各类健康问题也将接踵而至。从小暑节气到立秋节气，即“三伏天”，是全年气温最高、阳气最盛的时期。对于湿热体质者，应用清热、解暑的办法祛除体内的湿热；在情志方面应静养，静则心神安定，不消耗真气；在饮食起居方面要饮食清淡，提高睡眠质量。人们可多食清热、解暑之品，比如丝瓜、冬瓜、西瓜、黄瓜、苦瓜、豆芽等；可泡（煮）茶饮，比如菊花、绿豆、荷叶、淡竹叶、莲子、薄荷、百合等；可用煮湿、利水的药膳汤或煮粥，比如茯苓、西瓜翠衣、白扁豆、薏苡仁、泽泻、生姜等。另外，增加沐浴的次数或游泳等也可促进血液循环，缓解暑热、暑湿。

对于冬季发作的慢性病患者，比如慢性支气管炎、肺气肿、支气管哮喘、腹泻、痹证等，此时正是最佳的防治时机，也就是“冬病夏治”。其中，以老年慢性支气管炎的治疗效果最为显著。具体方法：可内服中成药，也可外敷药于穴位之上。内服药以温热药为主；在外治方面可采用“三伏贴”予以治疗。根据“冬病夏治”的理论，对支气管哮喘、过敏性鼻炎等冬天易发的疾病，以辛温、祛寒的药物（白芥子20克，元胡15克，细辛12克，甘遂10克，鲜姜60克）贴在背部不同的穴位进行治疗，亦可配合针刺、汤药等方法，以减轻冬季发病的症状。

（作者为河南中医药大学研究生）

小暑养生应祛除湿热

□ 王志翔

杏林撷萃

此“五毒”彼“五毒”

□ 陈永坤

此“五毒”是指5种治疗外伤的药性猛烈的济世良药。据《周礼·天官》记载：“凡疗伤，以五毒攻之。”此“五毒”是指石胆、丹砂、雄黄、礫(yu)石（礫石是制砷和砷酸的原料）和慈石（即磁石，俗称吸铁石）。这5种药各具非凡的药性和药力；石胆主诸邪毒气；丹砂主身体五腑百病；雄黄主鼠瘘；礫石和慈石主周痹风湿。这5种药材毒性强、药力猛，故被医家称为“灵丹”。

因为这5种药材被称为“五毒”，所以人们会认为它们是毒药。其实，这5种药材不全是“剧毒”，譬如丹砂、慈

（作者为退休老中医）

石榴花可当药食

“五月榴花照眼明，枝间时见子初成。可怜此地无车马，颠倒青苔落绛英。”这是唐代诗人韩愈写在《题榴花》中的诗句。作者热情地歌咏盛开的石榴花红艳似火、璀璨夺目，又惋惜地感叹一些人不看重榴花，任其花开花落。

石榴花又名榴花、酸石榴花，为石榴科植物石榴的花，性温味酸涩，具有涩肠止泻、止血之功效。李时珍在《本草纲目》中言其“阴干为末，和铁丹（即铁粉）服，一年变白发如漆。干叶治心热吐血，又研末塞鼻止衄血”。石榴花酿酒在我国很早就有记载，比如宋代祝穆在《方舆胜览》中记载：“崖州女人以安石榴花著釜中，经旬即成酒，其味香美。”（时 眼）



话离别

□ 马传胜

紫苑话别，合欢树前。
马宝吾友，生地困难。
春吃山药，百合做膳。
夏暑莲子，扁豆为餐。
秋凉胡桃，栗子上盘。
冬寒防风，生姜祛寒。
心莲寄语，送君车前。
两载当归，吾迎桂圆。
（作者供职于长垣县县长门诊）

作者用8句话，16个中药名，描述了一位女子心莲送别心上人时牵挂与难分难舍之情。巧妙地应用春夏秋冬四季，中医适时养生膳食的理念，表达出对心上人生活、起居的关心及相思之情。本诗既是离别诗又是中医药四季养生膳食理论的代表诗。

本版图片均为资料图片

中药传说

柴胡

□ 唐英



哀求，胡进士怕此事张扬出去，别的长工都不能好好干活，便让他找个地方待些日子，等病好了再回来。二慢没有办法，只觉得浑身一阵儿冷、一阵儿热，两腿酸痛，每走一步都费很大的劲儿。他迷迷糊糊地走出了胡进士的大院，来到水塘旁边，看到四周杂草丛生，还长着茂密的芦苇、柳树。二慢再也不能动了，就躺在杂草丛中。一天后，二慢又渴又饿，便用手挖了一些草根吃。7天后，二慢把周围的草根吃完了，他试着站起来，忽然觉得身上有劲儿了，就朝胡进士家的大院走去。胡进士看到二慢的病好了，便让他继续工作。过了一些日子，胡进士的儿子

也得了瘟病，跟二慢的病一样。胡进士只有一个儿子，他急忙请来几个医生为其诊治，均不见好转。胡进士忽然想起二慢得过此病，问他前些日子生病时吃了什么药。二慢想一想，告诉胡进士，他只是吃了一些当柴烧的那种草根。少爷服了这种草药，几天后竟然痊愈了。胡进士十分高兴，想给这种草药起个名字，想来想去，这种药本来是当柴烧的，自己又姓胡，遂起名为“柴胡”。

柴胡为伞形科植物柴胡或狭叶柴胡的干燥根。按其性状可分为北柴胡和南柴胡。北柴胡主产于河北、河南、辽宁、湖北等地，南柴胡主产于湖北、四川、黑龙江、安徽等地，均以条粗长、须根少者为佳。柴胡始载于《神农本草经》，历代本草对柴胡的植物形态多有记载。《本草图经》记载：“（柴胡）今关、陕、江湖间，近道皆有之，以银川者为胜……七月开黄花……根赤色，似前胡而强。芦头有赤毛如鼠尾，独窠长者好。二月八月采根。”其别名有地熏、山菜、葛草、柴草等。

柴胡味苦性微寒，归肝、胆经，具有疏散退热、疏肝解郁、升举阳气之功效，用于感冒发热、寒热往来、疟疾、胸胁胀痛、月经不调、子宫脱垂、脱肛等。其用法用量：水煎服，一般3~10克。用于治疗感冒时，时常将柴胡与葛根、羌活等同用，具有很好的退热作用；用于治疗“寒热往来”的癫痫时，时常将柴胡与黄芩、半夏等同用（如小柴胡汤）；用于治疗疟疾时，柴胡又可与草果、青皮等配伍应用；用于治疗月经不调或痛经等，均可将柴胡与当归、白芍、香附、郁金等药同用。

（作者为成都中医药大学研究生）

读名著品中医

从夏侯惇拔矢啖睛说起

□ 胡献国

《三国演义》第十八回中写道：曹操手下大将夏侯惇与吕布的部将高顺在小沛城外交战。两军相交，战有四五十合，高顺抵敌不住，败下阵来。惇纵马追赶，顺绕阵而走，惇不舍，亦绕阵追之。阵上曹性看见，暗地拈弓搭箭，觑得亲切，一箭射去，正中夏侯惇左目。惇大叫一声，急用手拔箭，不想连眼珠拔出，乃大呼曰：“父精母血，不可弃也。”遂纳于口内啖之，仍复挺枪纵马，直取曹性。

这段文字说的是夏侯惇左目中箭，拔矢啖睛，忍痛不惧，勇猛杀敌的故事。为什么夏侯惇特别珍惜自己拔出的眼睛，不肯轻易丢弃呢？这除“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也”外，可能是眼睛在人体器官中特殊的地位所致。

眼睛对脏腑能够保持联系，主要依靠经络连通，比如心主血脉，肺主皮毛；肝主筋脉；脾主肌肉；肾主骨髓；膀胱主津液。眼睛在脏腑中属肺，肺为气之主，气和目明等。因此，脏腑的功能如果发生了异常变化，就可以反映在眼睛的有关部位上，表现出不同的症状。

中医学对眼睛结构的认识，基本上和现代医学的解剖学相似。中医称眼珠为“目珠”，位于眼

睛内，靠前部中央，形圆似珠。中医把眼珠的外壁称之为黑睛和白睛，它的前端中央为黑睛。黑睛内为黄仁，黄仁正中有圆孔，称为瞳孔。黑睛后连接白睛。中医又认为，眼珠内有神水、神膏、视衣等，其后端接目系，上入于脑。

在中医学中，眼睛与脏腑的关系，体现在“五轮学说”之中。

“五轮学说”将眼局部由外至内分为胞睑、两眦、白睛、黑睛和瞳孔等5个部分，分别内应于脾、心、肺、肝、肾五脏，命名为肉轮、气轮、风轮、水轮，总称五轮。

肉轮指睑。包括解剖学之眼睑皮肤、皮下组织、肌肉、睑板和睑结膜。白睛在脏腑中属肺，肺主气，故称气轮。因肺与大肠相表里，所以气轮疾病常责之于心和小肠。

气轮指白睛。包括解剖学之球结膜和前部巩膜。白睛在脏腑中属肺，肺主气，故称气轮。因肺与大肠相表里，所以气轮疾病常责之于心和小肠。

风轮指黑睛。现在主要指解剖学之角膜。黑睛在脏腑中属肝，肝主风，故称风轮。因肝与胆相表里，所以风轮疾病常责之于肝胆。

水轮指瞳孔。黑睛之后为黄仁，黑睛与黄仁之间充满神水，瞳神位于黄仁中央，故当黑睛之病邪深

入时，容易影响黄仁、神水，并波及瞳神。

水轮指瞳神。狭义的瞳神专指解剖学之瞳孔；广义的瞳神不仅指瞳孔，还包括葡萄膜、视网膜、视神经以及房水、晶状体等。水轮一般多指广义的瞳神，是眼睛能够明视万物的主要部分。“五轮学说”主张瞳神在脏腑中属肾，肾主水，故称水轮。

《晋书》记载神医华佗曾用割治法治疗景王的目疾。关于夏侯惇的眼伤是怎么治疗的，《三国演义》中没有详细说明，就今天来说，除预防感染外，也没有更好的良法。目前，可以使用角膜移植术，使盲人重见光明。但夏侯惇说“父精母血，不可弃也”，遂纳入口内啖之，即使是华佗再世，恐怕也难以使夏侯惇重见光明了。

（作者供职于湖北省远安县中医院）

眼睛能够明视万物，辨别颜色，是赖五脏六腑精气的滋养。