

画说汉唐文明丛书

药王

YAOWANGSUN
SIMIAO

孙思邈

张世英 著



三秦出版社

画说汉唐文明丛书

主编 魏全瑞

药王 YAOWANGSUN SIMIAO 孙思邈

张世英 著
张文顺 插图



三秦出版社

图书在版编目(CIP)数据

药王孙思邈/张世英著. —西安: 三秦出版社,
2006.6

(画说汉唐文明丛书/魏全瑞主编)

ISBN7-80736-073-9

I.药... II.张... III.孙思邈(581~682)—评传
IV.K826.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第038835号

画说汉唐文明丛书

药王孙思邈

张世英 著

出版发行 三秦出版社

新华书店经销

社 址 西安市北大街131号

电 话 (029) 87205106

邮政编码 710003

印 刷 西安交通大学印刷厂

开 本 787×960 1/16

印 张 11.5

字 数 137千字

版 次 2006年6月第1版

2006年6月第1次印刷

印 数 1-5000

标准书号 ISBN7-80736-073-9/K·52

定 价 18.00元



作者简介

张世英，号寒轩，陕西耀州人，副研究员，香港现代医药研究中心高级研究员，陕西孙思邈研究会理事、副秘书长，国际卫生医学研究院教授，中国科技史学会、中国出版医药学会、中国博物馆学会会员。出版专著十余部，如《药王山医碑录释——海上方》、《药王山医碑录释——千金要》、《孙思邈养生长寿集要》、《千古名胜药王山》、《百岁寿星——长寿之奥秘》、《药王孙思邈医药方集》、《百岁寿星——长寿奥秘》、《孙思邈传奇故事》、《单方名方验方祖传方》等。其书已流传到日本、新加坡、美国、德国、英国、韩国、台湾、香港及东南亚等国家地区。个人事迹被录入《中国当代历史学者辞典》、《中国大百科全书》、《中国科学家人物传集》、《科学中的中国人·中国专家库》、《共和国脊梁》、《中国名人名医大辞典》、《世界优秀医学家辞典》、《世界名医大辞典》（中华卷）等十余部书。荣获人荣名成果“医坛杰出人物奖”等。

画说汉唐文明丛书

漫画西周

秦王扫六合

秦始皇出巡记

惊世奢华——解读满城汉墓

王昭君——献身民族友好事业的奇女子

走访汉代画像石

汉唐养生与时尚健康

隋唐洛阳

药王孙思邈

探寻碑林名碑

古印趣话

责任编辑 贾云

李鸿

封面设计 陈飞

版式设计 李六一





序

中国医学之发展,两千年来出现了数以千计的医药学家,其中最为杰出、贡献卓著者不过百余名。唐代著名医学家——孙思邈,则是最为杰出者之代表,卓越贡献者中之引领人物。如果将他们对医学发展的影响大小予以排名的话,孙氏堪为前三甲之一。

20世纪后半叶,中国传统医学得到政府的重视与扶持,从而获得了许许多多的创新与发展,在医史研究领域,也就是古代医学的卓越创造与发明得以重新放出光辉,为中华民族文明史增添了新的光彩,这当中有不少是与孙思邈的贡献密切相关的。这些成果无论对中医学、中药学、针灸学、中医养生学的教授学徒,医学科学研究,以及对广泛疾病医疗水平的提高,还是对孙思邈学术思想、学术著作、学术成就的研究与继承发扬等,都发挥了重要的作用。因此,孙思邈在国内外医学界的知名度都进一步被扩大了,为更广泛的学者们及人民群众所关注。孙思邈正在恢复着他本应享有的声誉,与此同时,人们对他的出生地,从事学术研究、撰写著作、隐居生活之故处——五台山,也日益关注,以此而改名为药王山。国内外学者、卫生官员不断亲自往拜者日渐增多。

传统的纪念活动更是年年隆重,规模不断扩大。人们从中学习孙氏的伦理思想美德,吸取孙氏的学术思想成就,借鉴孙氏成功的经验等等。我研究孙思邈屈指已四十五年有余,组织全国性

纪念活动与学术会议也已多次。指导国内外硕士、博士研究生考察先后近十次,还与国际朋友合作考察、研究药王山、孙思邈者数次,深知孙氏与其隐居地药王山,不但蕴藏着丰富的学问,还是畅心怡志、修身养性的美好去处。近知药王山博物馆前馆长张世英先生,正在编撰一本《药王孙思邈》的书,深感选题和现实急需。张世英先生有关著作出版已很多,且各具特色。他生在耀县,多年工作在药王山,对民间流传有关孙氏的医疗故事掌握甚丰,又对药王山一草一木,一碑一石,一建一屋,无不成竹在胸,由他完成《药王孙思邈》一书之编撰,是非常合适的选择。他约我为该书撰一序言,我虽考虑自己能否写好,但还是欣然答应了。仅此,希望通过该书之出版使中国伟大的医药学家孙思邈,中国医药名山——药王山,为更多的国内外学者、人群所了解所熟知。

李经纬



引言

药王山在耀县境内。耀县,古称耀州,现属铜川市耀州区。位于陕西中部,是关中平原与渭北高原接壤地带。北依铜川,南界三原,东邻富平,西接淳化、旬邑。东西宽 43 公里,南北长 56 公里,总面积为 1614 平方公里,总人口 30 万。地貌特征是西北高而东南低,群山环绕,气候温和,境内交通方便,咸铜、梅七两条铁路绕城而过,西包、西铜一级公路纵贯南北,是连接关中与陕北的主要通道。

耀县历史悠久,早在 6000 年前,我们的祖先就在这里繁衍生息。《续耀州志》载:“耀上古为阴康氏建都之地。”《陕西通志》载:“阴康氏之时……治于华原,华原即今耀州。”阴康氏领导先民发明了健身舞蹈。早在夏商时期活动在耀州境内的古方国称“华原”,周兴入并。周时,属东豳之地;秦时,属内史地,为京畿之区;西汉景帝二年(前 155)始设祋裯县;魏、晋时名泥阳县,兼北地郡治所;隋开皇六年(586)改泥阳县,称华原县;唐末李茂贞于公元 904 年占据华原县,始置耀州;直至五代、宋、金、元、明、清多称耀州。以漆水东岸之宝鉴山光耀县城而得名。历代建置易名多变,上下隶属更迭频繁。

耀县为古今军事重地,素有“北山锁钥”和“西安北大门”之称,被誉为“关辅之襟喉,延庆之腰肾”,并有“进可取泾原,退可入北山”之说。凡建都长安的历代帝王均视耀县为其重镇要辖,历来为兵家必争之地。秦驰道从耀县纵贯而过,西汉“半两”和“五铢”及交替时期的铸钱遗址都在耀县。西汉末王莽铸

钱作坊遗址仍在耀县。东汉在耀县设有别官——步寿官,并有石门关、金锁关等军事关隘。苻秦时魏王姚襄在耀县香山周围积蓄屯兵,成为巢穴基地,曾建有魏王楼、秦王殿,后其弟姚萇乘机一举夺取长安,建立政权,即历史上的“后秦”。唐代的永安宫等也建于耀县境内,薛刚反唐起于薛家寨一带,驻兵操训,蓄积力量。明末农民起义李自成多次率部陷耀州城。辛亥革命时耀州是陕西山区扎根最早的革命据点,在庙湾一带以垦牧为掩护,聚集人马,购置武器,准备起义。在井勿幕、胡景翼组织率领下,举起“兴汉灭满,光复中华”的大旗,在药王山兴兵起义。民国2年(1912),耀州改称耀县。刘志丹、谢子长、习仲勋等建立西北最早的工农革命根据地的摇篮,即耀县的照金。耀县也是国民党对陕甘宁边区实行封锁的前沿阵地。

耀县山川灵秀,名人辈出。汉至清末见诸史书的耀州籍著名人物达230多人。

耀县古文化遗址星罗棋布,在漆沮、赵氏、浊浴、清浴五河之台地上,新石器、商、周文化遗址40余处,古建筑遗址、古墓葬多达70余处,出土馆藏文物有数千件之多。洞壑幽邃、壁立千仞的照金红军寨,三峰矗峙、林海叠翠的佛教圣地香山寺,殿宇恢宏、巍峨壮观的耀州文庙(国家保护重点),建筑古老、气势雄伟的三塔九冢(步寿原的耀州塔、落星原的延昌寺塔、柏树原的北寺塔与公冶长墓、令狐德棻墓、柳公权墓等),碧波荡漾的桃曲坡水库湖,五台环拱、碑石林立的药王山,更是闻名中外!

“药王山石刻”是全国第一批重点文物保护单位,目前收藏的早期石刻造像碑(北魏、西魏、北周及隋唐)存量为全国之首,具有品位高、价值大、内涵丰富的特点,在我国医药文化史上具有重要的地位。“药王山石刻”已经受到日本、美国、德国、港台等许多国家和地区专家、学者的推崇关注,日益受到国内外文物考古、宗教民族、美术研究、书法艺术、医药卫生等各界人士的重视,研究者愈来愈多。为了深入研究、发掘这些文化遗产的内涵,



弘扬中华文化之精华,促进和加强东西文化的交流与协作,进一步宣传药王山,弘扬孙思邈的医德、医术、医风,让我们更全面地通过本书了解和认识药王孙思邈与千古名胜药王山吧!





孙思邈像
孙家塬孙氏祠堂

CONTENTS

目 录

引 言

一、药王孙思邈生平 /1

(一)聪慧神童,诞生乱世 /1

(二)充当学徒,改量效佳 /3

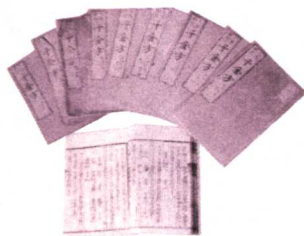
(三)为医不仕,离家隐居 /4

(四)坚持科学,斥鬼神说 /7

(五)尝百草味,食疗治疾 /9



- (六)详察形候,价廉药验 /11
- (七)入宫救急,太宗赐爵 /13
- (八)高宗诏请,居京巡游 /16
- (九)称疾请归,隐居五台 /19
- (十)著书立说,辞世永垂 /21

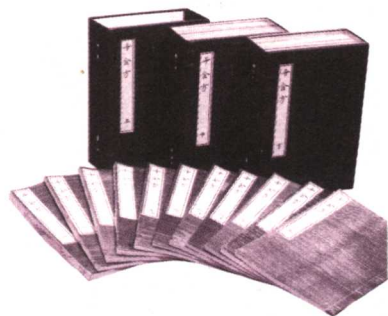


二、药王巨大贡献 /27



- (一)《千金方》——我国现存最早的临床实用医学百科全书 /27
- (二)世界上首创医德规范第一人 /31
- (三)开创妇产与儿科雏形第一人 /33
- (四)世界上记录治疗脚气等病第一人 /34
- (五)开我国古代全面系统论述毒理学之先河 /37
- (六)首创阿是穴、指寸法等,丰富发展针灸术 /39
- (七)导尿术超前列,世界水平影响远 /41

- (八)世界上首创磁疗法第一人 /42
- (九)世界历史上火药的最早文字记载者 /43
- (十)开创我国美容护肤新风第一人 /45
- (十一)开创中外医学结合的新篇章 /46
- (十二)世界上最系统的性科学研究者 /49



(十三)老年保健医学形成体系之第一人 /56

(十四)中药由野生到种植,率先详述药物贮藏及功效分类者 /57



三、药王文化追踪 /61

(一)孙思邈与儒 /61

(二)孙思邈与道 /67

(三)孙思邈与佛 /75

(四)孙思邈与书法 /80

(五)孙思邈敕封印章 /82

四、孙思邈养生长寿秘要 /87

(一)养生大旨德为首 /87

(二)护“三宝”身心健康 /92

(三)记“三戒”排除“五难” /97

(四)养生秘妙“十大”要 /100

(五)饮食调理有常节 /109

(六)动静之中求长寿 /113

(七)居处环境择佳地 /116

(八)日常保健十四法 /120



五、千年名胜——药王山 /133

- (一) 自然环境 /135
- (二) 古迹胜览 /140
- (三) 重点石刻 /150
- (四) “二月二”古会 /163



药王孙思邈

后记 /168



一、药王孙思邈生平

(一) 聪慧神童, 诞生乱世

药王孙思邈是唐京兆华原(今陕西耀州)人,于西魏大统七年(541)农历四月二十八日,在今耀州孙家原村东,名为“旧堡子”的古城堡遗址诞生。他历经西魏、北周、隋、唐四个朝代,于唐永淳元年(682)农历二月十五日逝世,享年 141 岁。《长安志》载:“磬玉山下,有真人故宅。”乔世宁《耀州志》称:“孙家塬即真人籍里,在太玄洞东北八里。”

孙思邈诞生时的西魏,正是南北朝战乱频繁、政权更迭之际。这一时期的主要特点,应该说一个“乱”字。长安及其关中附近地区又是全国乱得最厉害的地区。长安和关中发生了无数历史事件。古都长安始终处于战乱的中心。南北长期分裂后,隋、唐统一,封建经济有了恢复和发展,从民族大融合过渡到繁荣的时期,为中国封建社会的盛世——隋、唐两代奠定了基础。所以魏晋南北朝是中国历史上一个重要的历史时期,是古代中国跃上又一个高峰的前奏。

孙思邈出生于地处黄土高原的农民家庭,周围深沟大山,沟壑纵横,山峦重叠,土地贫瘠,水缺原高,百姓困苦,旱枯干涸,靠天吃饭,缺医少药。

幼儿时期孙思邈是“夙婴沉疾、早缠疔瘵”,“幼遭风冷,屡造



医门”，“汤药之资，罄尽家产”，饱尝了疾病折磨之苦。每当他面黄肌瘦、病疾在身时，母亲总是日夜守护，给他熬药喂药。父亲背着he翻沟过岭去找医生。次数多了，时间长了，支付不起医药费用，只好变卖家产。看到家里因自己的病痛，给父母造成这么大的困难，心里很难过。加之动荡的社会，频繁的战乱不知使多少贫苦人家得病受伤后，因缺医少药而送命啊！幼年的病痛，家庭的困难，百姓的痛苦，周围的环境，使孙思邈从小就认识到疾病对人的危害，渐渐萌发了学医的愿望。

孙思邈天资聪慧，勤奋好学，“七岁就学，日诵千余言”。他在离家较远的私塾土窑洞里上学，不仅在课堂上用心听讲，还经常苦