



强健之源 第五发明

中医历史与文化内涵

肖东发◎主编 乌日克◎编著

药食本草——中医起源 病理探究——中医发展 臻于完善——中医突破 走向辉煌——中医成就



上古神农尝百草而识药性，黄帝与岐伯传下中医“岐黄”之说，商代伊尹创医食同源汤液；汉代《内经》对针灸学进行了系统总结，使之成为有理论有技术的一门学科；张仲景、华佗都是闻名千古的神医，至魏晋时期，葛洪、皇甫谧等为中医发展作出了极大贡献；隋唐时期，医药文化绚丽纷呈，突出代表人物有巢元方、孙思邈、鉴真和王焘等；宋代传统中医更加丰富和规范，代表人物有范仲淹、宋慈、苏东坡等……



中华精神家园

强健之源

第五发明

中医历史与文化内涵

肖东发 主编 乌日克 编著



 北方妇女儿童出版社

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

第五发明 / 乌日克编著. —长春: 北方妇女儿童出版社, 2015. 1

(中华精神家园)

ISBN 978-7-5385-8234-5

I. ①第… II. ①乌… III. ①创造发明—中国—古代—普及读物 IV. ①N092-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第007442号

第五发明：中医历史与文化内涵

DIWUFAMING: ZHONGYI LISHI YU WENHUA NEIHAN

出版人 刘 刚
主 编 肖东发
编 著 乌日克
责任编辑 王天明
开 本 710mm×1000mm 1/16
印 张 11
字 数 152千字
印 刷 北京兴星伟业印刷有限公司
版 次 2015年4月第1版
印 次 2015年4月第1次印刷

出 版 北方妇女儿童出版社
发 行 北方妇女儿童出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编: 130021
电 话 总编办: 0431-85644803
发行科: 0431-85640624

定 价 29.80元

党的十八大报告指出：“文化是民族的血脉，是人民的精神家园。全面建成小康社会，实现中华民族伟大复兴，必须推动社会主义文化大发展大繁荣，兴起社会主义文化建设新高潮，提高国家文化软实力，发挥文化引领风尚、教育人民、服务社会、推动发展的作用。”

我国经过改革开放的历程，推进了民族振兴、国家富强、人民幸福的中国梦，推进了伟大复兴的历史进程。文化是立国之根，实现中国梦也是我国文化实现伟大复兴的过程，并最终体现在文化的发展繁荣。习近平指出，博大精深的中国优秀传统文化是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的根基。中华文化源远流长，积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，为中华民族生生不息、发展壮大提供了丰厚滋养。我们要认识中华文化的独特创造、价值理念、鲜明特色，增强文化自信和价值自信。

如今，我们正处在改革开放攻坚和经济发展的转型时期，面对世界各国形形色色的文化现象，面对各种眼花缭乱的现代传媒，我们要坚持文化自信，古为今用、洋为中用、推陈出新，有鉴别地加以对待，有扬弃地予以继承，传承和升华中华优秀传统文化，发展中国特色社会主义文化，增强国家文化软实力。

浩浩历史长河，熊熊文明薪火，中华文化源远流长，滚滚黄河、滔滔长江，是最直接源头，这两大文化浪涛经过千百年冲刷洗礼和不断交流、融合以及沉淀，最终形成了求同存异、兼收并蓄的辉煌灿烂的中华文明，也是世界上唯一绵延不绝而从没中断的古老文化，并始终充满了生机与活力。

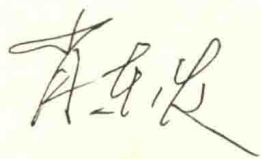
中华文化曾是东方文化摇篮，也是推动世界文明不断前行的动力之一。早在500年前，中华文化的四大发明催生了欧洲文艺复兴运动和地理大发现。中国四大发明先后传到西方，对于促进西方工业社会发展和形成，曾起到了重要作用。

中华文化的力量，已经深深熔铸到我们的生命力、创造力和凝聚力中，是我们民族的基因。中华民族的精神，也已深深植根于绵延数千年的优秀传统文化传统之中，是我们的精神家园。

总之，中国文化博大精深，是中华各族人民五千年来创造、传承下来的物质文明和精神文明的总和，其内容包罗万象，浩若星汉，具有很强文化纵深，蕴含丰富宝藏。我们要实现中华文化伟大复兴，首先要站在传统文化前沿，薪火相传，一脉相承，弘扬和发展五千年来优秀的、光明的、先进的、科学的、文明的和自豪的文化现象，融合古今中外一切文化精华，构建具有中国特色的现代民族文化，向世界和未来展示中华民族的文化力量、文化价值、文化形态与文化风采。

为此，在有关专家指导下，我们收集整理了大量古今资料和最新研究成果，特别编撰了本套大型书系。主要包括独具特色的语言文字、浩如烟海的文化典籍、名扬世界的科技工艺、异彩纷呈的文学艺术、充满智慧的中国哲学、完备而深刻的伦理道德、古风古韵的建筑遗存、深具内涵的自然名胜、悠久传承的历史文明，还有各具特色又相互交融的地域文化和民族文化等，充分显示了中华民族厚重文化底蕴和强大民族凝聚力，具有极强系统性、广博性和规模性。

本套书系的特点是全景展现，纵横捭阖，内容采取讲故事的方式进行叙述，语言通俗，明白晓畅，图文并茂，形象直观，古风古韵，格调高雅，具有很强的可读性、欣赏性、知识性和延伸性，能够让广大读者全面触摸和感受中国文化的丰富内涵，增强中华儿女民族自尊心和文化自豪感，并能很好继承和弘扬中国文化，创造未来中国特色的先进民族文化。



2014年4月18日

药食本草——中医起源

- 002 神农氏尝百草造福于民
- 007 伊尹提出医食同源创汤液
- 014 神医扁鹊创立中医脉象学
- 022 《山海经》积累丰富药物



病理探究——中医发展

- 张仲景著《伤寒杂病论》 028
- 《神农本草经》和《难经》 034
- 王叔和依脉理编撰《脉经》 040
- 神医华佗妙手回春疗百疾 045
- 董奉医德高尚杏林春满 054
- 皇甫谧著《针灸甲乙经》 060
- 葛洪撰写多部实用医著 066
- 马王堆汉墓收藏丰富医典 071

臻于完善——中医突破

078 巢元方编撰《诸病源候论》

084 苏敬等编撰《新修本草》

088 孙思邈著宝典《千金方》

100 宋代大力推动医学进步

109 钱乙与董汲推动儿科进步

115 金元医学四大家的争鸣



走向辉煌——中医成就

朱橚编纂多部济世医著 124

李时珍撰巨著《本草纲目》 129

吴又可著传染病专著 136

明清中医内外科积累丰富 143

叶天士桃李满园传授医术 157

中医起源

我国是世界上最古老的文明古国之一。远在270万至170万年前，在我国境内已有了人类居住，并创造着中华民族自己的文明。中华民族在自己的生产、生活实践中，为人类文明、文化、科学技术、医药卫生作出了许许多多杰出的贡献。

我国医药学在其发生、发展过程中，无论是医疗技术、疾病认识，还是诊疗技术、药物知识，都曾走在人类医药学发展的前列，如上古神农尝百草而识药性、黄帝与岐伯传下中医“岐黄”之说，商代伊尹医食同源创汤液等。



神农氏尝百草造福于民

002

第五发明

中医历史与文化内涵

那是太古神农氏的时候，我们的祖先没有多少东西可吃，靠捋草籽、采野果、猎鸟兽维持生活。有时吃了不该吃的东西中了毒，重时就被毒死。人们得了病不知道对症下药，都是硬挺，挺过去就好了，

挺不过去就死。神农帝为这事很犯愁，决心尝百草，定药性，为大家消灾祛病。

有一回，神农的女儿花蕊公主病了。茶不思，饭不想，浑身难受，腹胀如鼓，怎么调治也不见轻，神农帝很作难，想了想，抓了一些草根、树



■ 神农氏 是五氏出现的最后一位神祇。传说因为他的肚皮是透明的，可以看见各种植物在肚子里的反应。这样能分辨什么植物可以吃，什么植物不可以吃，他还亲尝百草，以辨别药物作用。并以此撰写了人类最早的著作《本草》，教人种植五谷，豢养家畜，使中国农业社会结构逐渐完成。



皮、野果和石头面面，数了数，共12味，招呼花蕊公主吃下，自己因地里的活忙，就走了。

花蕊公主吃了那药，肚子疼得像刀绞。不大一会儿，就生下一只小鸟，然后她的病也好了。这可把人吓坏了，都说：“这是个妖怪，赶紧把它弄出去扔了。”

谁知这小鸟通人性，见家里人都讨厌它，就飞到地里寻神农。

神农帝正在树下打瞌睡呢，忽然听到：“叽叽，外公！叽叽，外公！”神农抬头一看，是一只小鸟。嫌它吵的人心烦，就一抡胳膊：“哇嗤——”的一声，把它给撵飞了。

但是没多大一会儿，这小鸟又飞回到树上，又叫：“叽叽，外公！叽叽，外公！”

神农帝觉得非常奇怪，他拾起一块土坷垃，朝树上一扔，就把它吓飞了。

但又没多大一会儿，小鸟又落到树上，又叫：“外公，叽叽！外公，叽叽！”

神农这回犯了寻思，听懂了，就把左胳膊一抬，说：“你要是我的外孙，就落到我的手脖上！”

那小鸟真的扑棱棱飞下来，落在神农左手脖上。神农细看这小鸟，浑身翠绿，透明，连肚里肠肚物也能看得一清二楚。神农嘴一吐，这小鸟接过一口唾沫星儿咽了。嘿，唾沫是咽到肚里也看得清清



■ 神农画像

经脉 中医指人体内气血运行的通路。经脉可分为正经和奇经两类。正经有手足三阴经和手足三阳经，合称“十二经脉”，是气血运行的主要通道。奇经有督、任、冲、带、阴跷、阳跷、阴维、阳维，合称“奇经八脉”，有统率、联络和调节十二经脉的作用。

楚楚。神农高兴极了。

神农托着这只玲珑剔透的小鸟回到家，家里人一看，吓得连连后退，说：“快扔了，妖怪，快扔了……”

神农乐呵呵地说：“这不是什么妖怪，是宝贝哟！以后就叫它花蕊鸟吧！”

神农又把花蕊公主吃过的12味药分开在锅里熬。熬一味，喂小鸟一味，一边喂，一边看，看这味药到小鸟肚里往哪走，有啥变化。自个儿再亲口尝一尝，体会这味药在自己肚里是啥滋味。12味药喂完了，尝妥了，一共走了手足三阴三阳“十二经脉”。

神农托着这只鸟上大山，钻老林，采摘各种草根、树皮、种子、果实；捕捉各种飞禽走兽、鱼鳖虾虫；挖掘各种石头矿物，一样一样地喂小鸟，一样一样地亲口尝。观察体会它们在身子里各走哪一经，各是何性何味，各治何病。

可哪一味都只在“十二经脉”里打圈圈，超不出。天长日久，神农就认识了人体的“十二经脉”，编写了《本草经》。

神农想想，还不放心，就手托这只鸟继续验证，他来到太行山，转悠了九九八十一天，来到小北顶，

捉全冠虫喂小鸟，没想到这虫毒性太大，一下把小鸟的肠打断，死了。神农真后悔，他悲痛极了，大哭一声。哭过后，就选上好木料，照样刻了一只鸟，走到哪就带到哪。

有一天，神农来到山西太原金冈一带，品尝草木，发现草木有酸甜苦辣等各种味道。他就将带有苦味的草，给咳嗽不止的人吃，这个人的咳嗽立刻减轻不少；把带有酸味的草，给肚子痛的人吃，这个人的肚子就不疼了。

神农尝百草是十分辛苦的事，不仅要爬山走路寻找草木，而且品尝草药还有生命危险。神农为了寻找药品，曾经在一天中毒70次，神农被毒得死去活来，痛苦万分。可是他凭着强壮的体力，又坚强地站了起来，继续品尝更多的草木。

大地上的草木品种多得很，数也数不清，神农为了加强品尝草木的速度，使用了一种工具，叫“神鞭”，也叫“赭鞭”，用来鞭打各种各样的草木，这些草木经过赭鞭一打，它们有毒无毒，或苦或甜，或寒或热，各种药性都自然地显露出来。神农就根据这些草木的不同赋性，给人们治病。

神农来到成阳山上，他使用神鞭发现了不少疗效显著的

妖怪 通常存在于人类想象与传说之中，难以运用科学方法证明其真伪。有关妖怪的起源，已经无从稽考。被称为妖怪之列的，大多给人的印象都是鬼异邪祟，倾向做坏事为多的一类；有些则给予人神秘莫测，不知是敌是友的感觉。有些则是被当作神一样尊敬，令人崇拜。

■ 炎帝神农氏之墓





草药，如甘草可以治疗咳嗽，大黄可以治疗便秘，黄连可以消肿等。所以对成阳山，后人管它叫“神农原”，也叫“药草山”。

白天，神农领着臣民到山上尝百草；晚上，他叫臣民生起篝火，他就着火光把它详细记载下来：哪些草是苦的，哪些热，哪些凉，哪些能充饥，哪些能医病，都写得清清楚楚。

有一次，神农把一棵草放到嘴里一尝，霎时天旋地转，一头栽倒。臣民们慌忙扶他坐起，他明白自己中了毒，可是已经不会说话了，只好用最后一点力气，指着面前一棵红亮亮的灵芝草，又指指自己的嘴巴。

臣民们慌忙把那红灵芝放到嘴里嚼嚼，喂到他嘴里。神农吃了灵芝草，毒气解了，头不昏了，会说话了。从此，人们都说灵芝草能起死回生。

阅读链接

有一次，神农在品尝一种攀缘在石缝中开小黄花的藤状植物时，把花和茎吃到肚子里以后，没有多久，就感到肚子钻心地痛，好像肠子断裂了一样，痛得他死去活来，满地打滚。最后神农没有能顶得住，被这种草所毒死了。

神农虽然被毒死，却用他的生命，发现了一种含有剧毒的草，人们给它起名叫“断肠草”。而且，神农的探索，也为我国古代中医打开了光明之门。后世历代都有人以神农的精神，将中医发扬光大。

伊尹提出医食同源创汤液

商王朝的建立者汤，与有莘氏通婚。有莘氏陪嫁的奴隶中有一位叫伊尹的人，他十分善于烹调。由于他有一套理政治国的才华而得到统治者赏识，最初汤用他做“小臣”，后为“相”。伊尹的出生便有一段传奇的记载，《吕氏春秋·本味》说：

有佚氏女子采桑，得
婴儿于空之中，献之其君。
其君令嫪人养之。察其所以
然，曰：其母居伊水之上，



■ 伊尹曾辅佐商汤王建立商朝，被后人尊之为我国历史上的贤相，奉祀为“商元圣”。他创立的“五味调和说”与“火候论”，至今仍是我国烹饪的不变之规。是杰出的思想家、政治家、军事家，我国历史上第一个贤能相国、帝王之师、中华厨祖。

甲骨文 又称“契文”、“甲骨卜辞”或“龟甲兽骨文”，主要指商代晚期王室用于占卜记事而在龟甲或兽骨上镌刻的文字。其是我国已知的最早成体系的文字形式，它上承原始刻绘符号，下启青铜铭文，是汉字发展的关键形态。

孕，梦有神告之曰：白出水而东走，毋顾。
明日，视白出水，告其邻，东走十里而顾，
其邑尽为水，身因化为空桑，故命之曰伊尹。

伊尹自幼成为孤儿，被庖人所养，长大了也就自然成为有佚氏的庖人。但他与一般庖人不同，是个有理想有抱负的青年，被时人称为“贤”，后来连汤也知道了。这时的商正在兴盛之际，伊尹也愿投明主。

汤想了一个主意，“请娶妇为婚。有佚氏喜，以伊尹为媵。”

有佚氏国的国君就糊里糊涂地把一个人才作为陪嫁送给了商族首领汤。

伊尹画像



伊尹辅佐汤努力发展农业、手工业以及商业，并制定典章制度，使官吏尽心尽力；还任用贤人，施行仁政，取信于民，使商部落政治安定，百姓乐业。在此情况下，伊尹又帮助商汤讨伐其他诸侯，攻打夏桀。先后经过11次战争，终于灭夏。辅佐商汤登上天子位，建立了商朝，并出现了国泰民安的大治景象。

由于伊尹是奴隶出身，精于烹调，生活于奴隶之

中，所以接触和认识到许多既是食物又是药物的知识。他不但掌握了精湛的烹调技术，还总结出不少治疗经验。医食同源之说，可以从伊尹的身上得到证明。

伊尹在商代的身份除了在政权为相之外，更为重要的身份他还是一个巫师。

商是一个非常崇信鬼神的朝代，国家大事小情皆要通过占卜，“国之大事，在祀与戎”，因此巫师具有崇高的地位，伊尹是商代第一大巫师。

在上古的时期，巫、史、医合一，巫师本身多兼有医的功能，如闻名遐迩的巫彭、巫咸等皆以擅长医术闻名。

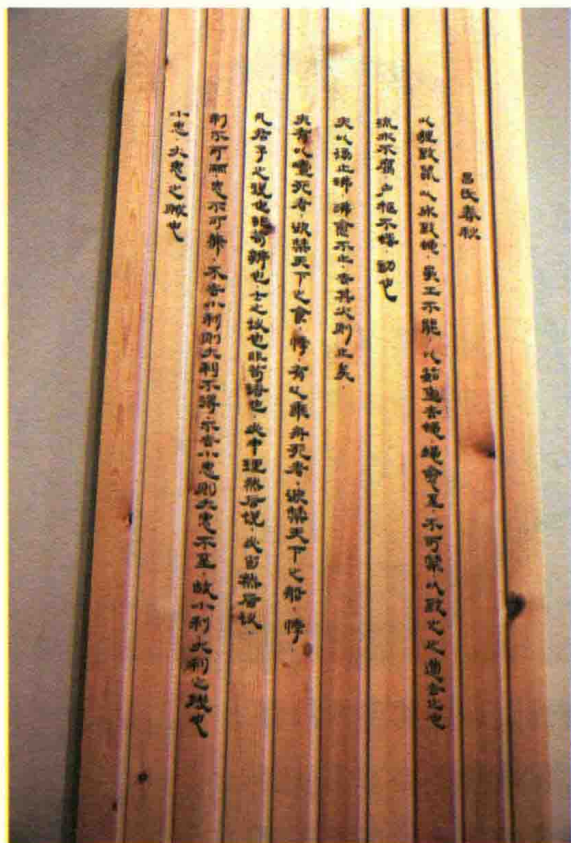
在《汉书·艺文志》中托名伊尹的著作有属于道家者流、小说者流、兵家者流等，而后世医家都认为在医家者流的经方11家，274卷中有《汤液经法》32卷，也是伊尹所著。如玉函山房辑佚书有《伊尹书》一卷，马王堆汉墓出土的帛书也有伊尹篇。

商代给后代留下的最大一笔遗产就是殷墟甲骨文，甲骨文的产生就是由于巫师主持祭祀鬼神，占卜吉凶记事的结果，其中还有关于后代祭祀伊尹的内容，在甲骨文中“伊尹”、“伊”、“伊奭”、“黄尹”，皆指伊尹。



■ 殷墟甲骨文

汤（？~约前1588年），子姓，名履，庙号太祖，为商太祖，河南商丘人。商朝的创建者，公元前1617年至公元前1588年在位，在位30年，其中17年为夏朝商国诸侯，13年为商朝国王。今人多称商汤，又称武汤、天乙、成汤、成唐，甲骨文称唐、大乙，又称高祖乙，商人部落首领。



■ 《吕氏春秋》竹简

方剂 方，指医方；剂，指调剂。方剂就是治病的药方。我国古代很早已使用单味药物治疗疾病。经过长期的医疗实践，又学会将几种药物配合起来，经过煎煮制成汤液，即是最早的方剂。方剂一般由君药、臣药、佐药、使药4部分组成。

甲骨文中记载的疾病大约有20多种，如疾首、疾目、疾耳、疾口、疾身、疾足、疾止、疾育、疾子、疾言、蛊、龋等，还有疾年、雨疾、降疾等，虽然不能说与伊尹有着直接关系，但伊尹肯定曾经参与过类似的占卜活动。

《吕氏春秋·本味篇》记载伊尹回答商汤有关烹调问题时曾讲过这样一段话：

“阳补之姜，招摇之桂。”

姜和桂都是厨师烹调中常用

的佐味品，同时又是医师处方中常用的药物。一般在后世都有经验，如果突遇风寒或暴雨侵袭，为了预防感冒，普遍应用姜汤祛风寒。

有研究认为，中医最古老的医方可能是桂枝汤，由5种药物组成，其中桂枝、生姜、大枣、甘草4种都是烹调佐料或果品，而且桂、姜正与伊尹所说的“阳补之姜，招摇之桂”相合，两者当有渊源关系。桂枝汤及其加减运用是非常广泛的，一直普遍用于临床。

伊尹同商汤论述学问涉及政事时，曾用医理比作政事，如《吕氏春秋》所说：“用其新，弃其陈，腠理遂通，精气日新，邪气尽去，及其天年。”

以人体新陈代谢的道理回答商汤取天下之道。从