

Research on Guilingji—A Traditional Elixir for Health Preservation and Promotion

LIU Chang-Hua
CHENG Zhi-Li
LIU Hui-Wu

编著
柳长华
程志立
柳惠武

中医养生丹药 龟龄集研究



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

Research on Guilingji—A Traditional Elixir for Health Preservation and Promotion

LIU Chang-Hua
CHENG Zhi-Li
LIU Hui-Wu

编著
柳长华
程志立
柳惠武

中医养生丹药 龟龄集研究



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医养生丹药龟龄集研究/柳长华, 程志立, 柳惠武
编著. —北京: 人民卫生出版社, 2014

ISBN 978-7-117-19885-1

I. ①中… II. ①柳… ②程… ③柳… III. ①丹剂-
中药配伍-研究-中国 IV. ①R289.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 252096 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数 据库服务, 医学教育资 源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

中医养生丹药龟龄集研究

编 著: 柳长华 程志立 柳惠武

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 8 插页: 4

字 数: 148 千字

版 次: 2014 年 12 月第 1 版 2014 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-19885-1/R · 19886

定 价: 28.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

作者简介



柳长华,男,1954年5月生,祖籍山东淄博,国家“百千万人才”国家级人选,享受政府特殊津贴,现任中国中医科学院教授,博士研究生导师,中国医史文献研究所所长兼党支部书记,国家中医药管理局中医文献学科带头人,国家非物质文化遗产保护工作专家委员会委员。主要研究方向为中医古籍整理与数字化研究、传统医药非物质文化遗产保护研究。



程志立(程至立),男,1970年10月生,甘肃张掖人,北京中医药大学博士,中国中医科学院博士后,现为中国中医科学院中国医史文献研究所副研究员、中医药文化重点学科养生文化方向负责人。主要致力于传统医药知识产权保护与中医药养生文化研究。曾先后参与了北京中医群体养生文化研究、国家级传统医药非物质文化遗产名录项目保护现状调研、国家中医药管理局中医药行业专项“中医药传统知识保护技术研究”等科研项目研究。公开发表中医药文化与养生文化相关的论文20余篇(获奖3篇),点校出版了元代名医兼养生家王珪的专著《泰定养生主论》。



柳惠武,男,1955年1月生,山西太谷人。现为山西广誉远国药有限公司生产总监,执业药师,国家级非物质文化遗产项目龟龄集传统制作技艺传承人、定坤丹传统制作技艺传承人。秉承父艺从事中药生产实践40余年,掌握了龟龄集、定坤丹独特的炮制技术与制作工艺。曾参与龟龄集数控电升炉改造和煅姜炭、制熟地炮制工艺等多项中成药生产技术的改进与改造工作。

名人题词



图1 广东商会张学良题词



图2 叶剑英题词

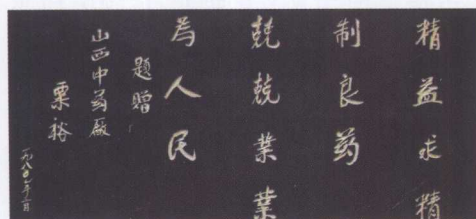


图3 栗裕题词

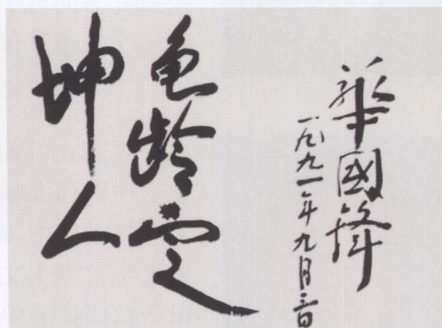


图4 华国锋题词

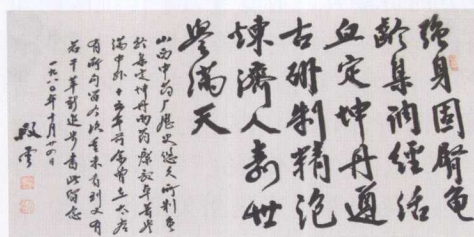


图5 段云题词

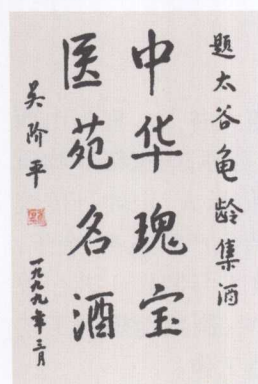


图6 吴阶平题词



图7 赵朴初先生题词

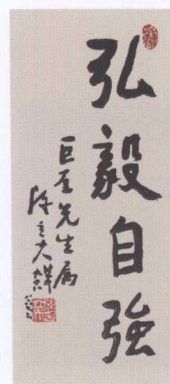


图8 陈立夫为原山西中药厂厂长杨巨奎题词

有关历史文物

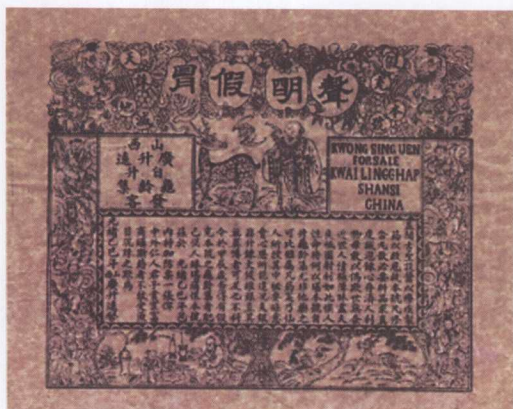


图9 民国时期龟龄集的打假声明

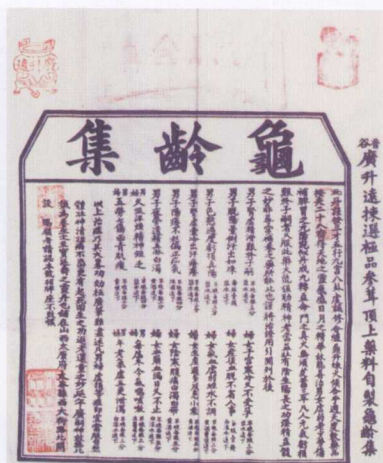


图10 民国时期龟龄集的产品说明书



图11 民国时期龟龄集、定坤丹的广告



图12 民国时期龟龄集的商标



图13 民国时期广誉远的发票

龟龄集制作工艺器具仪轨



图 14 龟龄集药物选配与炮制



图 15 九蒸地黄炮制



图 16 九晒地黄炮制



图 17
龟龄集的炼丹炉



图 18 修合龟龄集的仪轨（泥塑）



图 19 升炼龟龄集的锡泥锅

龟龄集(广誉远)有关人物



图 20 广誉远国药的现任领导班子



图 21 龟龄集的老药工柳子俊(92岁)



图 22 广誉远合伙人李杜深、齐子愚、牛晋侯(1929)



图 23 年轻时的柳子俊(前排右二)

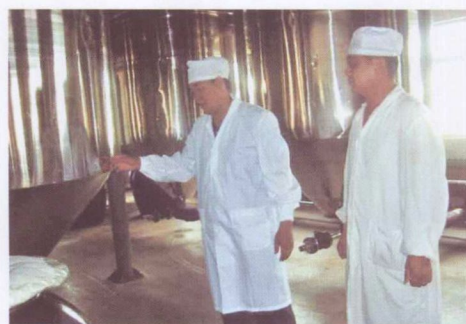


图 24 龟龄集的代表性传承人
柳惠武(左)



图 25 龟龄集代表性传承人柳惠武



序 言

中医学认为,人的生命是由形神两个部分构成,这种生命观引导出以颐养形神为核心的养生要旨。《文子·下德》:“太上养神,其次养形,神清意平,百节皆宁,养生之本也。”《素问·上古天真论》:“形与神俱,而尽终其天年。”汉代以来服食、行气、导引等各种养生方术均离不开对形神的养护。

服食是中医养生之精髓,《汉书·艺文志·方技略》著录的“神仙家”文献205卷,其中就包括《黄帝杂子芝菌》、《黄帝杂子十九家方》、《泰壹杂子十五家方》等61卷服食方。汉晋时代,通过服食以养性延命是当时社会的一种信仰,并形成社会上层人物服饵药物的风尚。《史记·留侯世家》谓张良“乃学辟谷,道引轻身。”《后汉书·方术列传》注引魏文帝《典论》云:“颍川郃俭能辟谷,饵茯苓,甘陵甘始亦善行气,老有少容,庐江左慈知补导之术,并为军吏。”汉初以来,服食单方尤其盛行,至东汉时期汇成《神农本草经》的上品、中品药。汉代服食养生在伊尹《汤液经法》等经方的基础上,使得服食之品的形态也产生质的飞跃,即由单方向复方的发展,并积累了丰富的药物炼制、合成经验。晋唐以来,养生家重视安全、有效的草木方,并以草木药为主炼制出种类繁多的服食之品。明代服食之品的炼制已发展至极致,嘉靖时期的龟龄集是其代表。龟龄集原由民间道门中人创制,在宫廷中以外丹炉火炼制而成,其炼制工艺来自民间,成熟于宫廷,后又流回民间,数百年来成为民众的养生服食之品。

2010年我们与山西广誉远国药有限公司代表性传承人柳惠武合作完成了《中医养生丹药龟龄集研究》的课题。龟龄集所蕴含的天地人三才合一、阴阳互根互用、五行生克制化、物我合一、身心合一等中医药文化思想,四气中和、五味调和、升降沉浮、开阖出入、周天火候等中医药制作技艺,以及“修合虽无人见,存心自有天知”、“炮制虽繁,必不敢减人工;品味虽贵,必不敢省物力”、“不义而为,分文不取;合情之道,九百何辞”的中医药经营理念,蕴含着中华民族的文化特征与人文精神。本书之出版,意在引导公众了解中华民族养生的智慧,以指导人们的养生实践,进而倡导服食乃养生之精髓的理念。版行之际,略叙片语。

甲午年仲夏柳长华谨识



前言

中医学在古代叫做方技,《汉书·艺文志·方技略》对方技的定义为“方技者,皆生生之具,王官之一守也。太古有岐伯、俞跗,中世有扁鹊、秦和,盖论病以及国,原诊以知政。汉兴有仓公。今其术晦昧,故论其书,以序方技为四种”。并将方技划分为医经家、经方家、房中家和神仙家。尽管古代“方技”被认为等同于今天的中医学术,但二者的内涵已经大相径庭。实际上,今天的“中医”与《汉书·艺文志》中所言“方技”全然不同,前者是我国近代沦为半殖民地半封建社会,西医传播普及后才产生的与之相对的概念,其内涵缩小为“医经家”与“经方家”的综合甚至部分综合,重点已经偏向于以“疾病”为对象的中国特色的“治疗”;后者则是涵盖了一切人体生命、生理、病理现象的以“健康长寿”为目的的全方位的“医学”。由于数千年来中华民族从未间断过对人类生命奥秘的探索,甚至不惜以生命的代价来获得延长寿命的经验、方法与技术,从华夏文明伊始,就有了伏羲“制九针”、神农“尝百草”、岐黄论医道,处处体现着“重德贵生”的思想,也造就了我国数千年来的神仙信仰和以“长生不死”为追求目标的神仙家。《汉书·艺文志》将神仙家列入中医学术范畴,说明古人对于医学的理解更切合今天的健康理念。

但是,由于封建统治的需要,历代统治者都对追求长生不老的“神仙”加以利用和异化,使人们对“长生不老”和“神仙”的理解发生了偏差,“长生不老”与“神仙”沾满了迷信色彩,只能被划入神道设教的“道教”范畴,这使得“神仙”养生学术虽然在传统医学中始终为历代医家所重视并研究应用,却隐而不显,只能在背后发挥作用。近代西医学术范式和以“治病”为主导的“分子生物”医学模式的主流地位,进一步使得古人流传下来的中医养生学术与参照西医学构建的狭隘的现代中医学脱离,完全隐迹于道教或埋没于民间。实际上,“长生不老”乃是使动用法,即使“生”长,使“老”不,也就是如何使疾病与死亡的威胁远离而延长寿命。而“神仙”也仅仅是一种对于身心健康、品德高尚、心智体能超常的一类人的称呼而已,世俗所理解的无所不能、神通广大的“神仙”并不存在。人们常说“活神仙”,本身就表明“神仙”实际不存在于现实社会。在科学昌明的今天,我们有必要对中华文明最独特的文化遗产——“长生不老”的养生学术以及“丹药服食”等加以挖掘和重新解读。而被列入国家级非

物质文化遗产项目名录的龟龄集则正是这一古老养生技术与文化现象的载体,也是本研究的主要动因。

非物质文化遗产保护由来已久。1950年,日本提出无形文化财概念并立法保护。1962年,韩国立法保护文化财。1972年11月16日,联合国教育、科学及文化组织大会在巴黎召开第十七届会议,通过《保护世界文化和自然遗产公约》。此后非物质文化遗产保护工作在全球范围内展开,20世纪90年代至今尤盛。2003年10月17日,联合国教育、科学及文化组织大会在巴黎举行第三十二届会议,通过《保护非物质文化遗产公约》(以下简称《公约》),受到许多国家尤其是拥有丰富传统文化资源国家的重视与支持。2005年10月20日,联合国教育、科学及文化组织大会在巴黎举行第三十三届会议,通过《保护和促进文化表现形式多样性公约》。截至2010年10月,已有130多个国家成为缔约国。我国于2004年加入联合国教科文组织《公约》,制定了“保护为主、抢救第一、合理利用、传承发展”的方针,出台了一系列政策法规:2004年2月15日,国务院办公厅国办发[2004]18号文件转发文化部、建设部、文物局、发展改革委、财政部、国土资源部、林业局、旅游局、宗教局《关于加强我国世界文化遗产保护管理工作的意见》。2004年4月8日,文化部、财政部联合发出《关于实施中国民族民间文化保护工程的通知》。2004年8月28日,全国人大常委会通过关于批准《保护非物质文化遗产公约》的决定,并在2005年展开全国非物质文化遗产普查工作。2005年3月26日,国务院办公厅下发《关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》。2005年6月30日,文化部下发了文社图[2005]17号文件,下发《关于申报第一批国家级非物质文化遗产代表作的通知》。2005年12月22日,国务院国发[2005]42号文件发布《关于加强文化遗产保护的通知》,2006年11月2日,文化部第39号令颁行《国家级非物质文化遗产保护与管理暂行办法》,并确定每年6月第二个星期六为我国“文化遗产日”。2011年2月25日,第十一届全国人民代表大会常务委员会第十九次会议通过《中华人民共和国非物质文化遗产法》,将非物质文化遗产界定为“各族人民世代相承的、与群众生活密切相关的各种传统文化表现形式和文化空间”。将传统医药界定为非物质文化遗产十大类保护项目之一,又将传统医药项目细分为八类:中医生命与疾病认知方法、中医诊法、中医针灸、中医疗法、中药知识与技艺、中医方剂知识与技艺、中医养生方法、医药卫生民俗等。

需要指出的是,根据《公约》,非物质文化遗产(intangible cultural heritage)是指“被各群体、团体、有时为个人视为其文化遗产的各种实践、表演、表现形式、知识和技能及其有关的工具、实物、工艺品和文化场所。各个群体和团体随着其所处环境、与自然界的相互关系和历史条件的变化不断使这种代代相传的非物质文化遗产得到创新,同时使他们自己具有一种认同感和历史感,从

而促进了文化多样性和人类的创造力”。其保护的宗旨是实现尊重、承担价值和提供国际援助。中医药作为中华民族文化的瑰宝,也是人类珍贵的非物质文化遗产,理应得到国际社会共同的理解和尊重。按照联合国教科文组织《公约》和我国《非物质文化遗产法》的要求,加强国际合作,开展中医药非物质文化遗产研究,在国际上提升对中医药的理解和尊重,推动中医药的传播、传承和发展,是中医药行业的重要使命和任务。2010年,我国的中医针灸成功列入联合国非物质文化遗产保护名录。目前我国已有3批10类1530项国家级非物质文化遗产,其中包含传统医药非物质文化遗产项目33项。在33个传统医药非遗项目中,中医养生项目仅有1项,其中包含3个子项目,具体为山西太原药膳八珍汤、福建省晋江灵源万应茶和永定万应茶。这对数千年来基于神仙信仰而追求长生不老的中华养生学术内容犹如沧海一粟。在养生热潮涌动的今天,中医养生的内涵与外延究竟是什么,中医养生学术中有哪些值得保护和挖掘推广的内容,源于炼丹术的中医丹药有哪些特点,其制作工艺究竟承载着什么样的文化内涵与精神追求,对于中华文化究竟有着怎样的价值与意义,都需要作出合理而令人信服的解读,而源于炼丹术的中医养生丹药无疑是这一研究的最佳载体。

由于历史上“罢黜百家,独尊儒术”和道家炼丹术所产生的负面影响,导致古代方技中追求“长生不老”的神仙家学术开始分化。神仙家一方面以服食成仙逐渐走向以精气神为主的内丹修炼而隐迹江湖或跻身宗教,形成道士或隐士群体;另一方面外丹烧炼开始转向以济世行善成仙为目的的医疗活动,从而形成以葛洪、陶弘景、孙思邈等为代表的中医群体,传承和进一步发展了中医丹药制作技艺。如目前已经被列入国家级非物质文化遗产(传统医药类)项目名录的山西广誉远生产的“远”字牌龟龄集就是源于炼丹术的中医养生丹药。该药物制作工艺中包含着“天人合一”、“水火交炼”、“三元五行”等复杂的丹药“修合”之道与“丹药”服食等养生思想。所以,对龟龄集所承载的中医养生丹药制作工艺及其文化内涵与养生思想加以研究阐发,无疑能够提炼出传统医药非物质文化遗产保护的主要内容及其核心要素。本书所涉及的药物剂量单位均保持原文献原貌,并未按照现代计量单位换算,望读者阅读时自行换算。



目 录

第一章 龟龄集研究述评	1
一、龟龄集研究概况	1
二、龟龄集研究内容概要	2
1. 文献综述	2
2. 实验研究	4
3. 临床研究	6
4. 文史研究	9
5. 其他研究	14
三、小结	16
1. 龟龄集研究的结构格局	16
2. 龟龄集研究的局限性	17
3. 龟龄集非物质文化遗产研究的广阔性	19
第二章 龟龄集的历史渊源及药号传承	21
一、龟龄集的前世今生	21
1. 龟龄集的命名及由来	21
2. 龟龄集的皇家身世	22
二、龟龄集的民间生产与发展	22
1. 龟龄集的药号缘起	22
2. 1949 年以前龟龄集的药号传承与发展	23
3. 1949 年以后龟龄集的药号传承与发展	24
第三章 龟龄集的组方用药及功效	27
一、国家药典对龟龄集的记载	27
二、记载龟龄集的有关文献	27
三、龟龄集的组方用药及比较	28
1. 老君益寿散的组方用药	28
2. 各类文献中龟龄集的组方用药及比较	29

(1) 龟龄集的用药	29
(2) 龟龄集药物用量及百分比	31
(3) 龟龄集的组方特点	32
(4) 龟龄集与龟龄丸、龟苓膏的区别	35
四、龟龄集的功效	36
1. 龟龄集的现代临床功用	36
2. 龟龄集功效的文献记载	37
3. 龟龄集酒的制作及功效	49
4. 龟龄集的传统说明书及传承人的认知	50
 第四章 龟龄集传统制作技艺与炼丹术	52
一、龟龄集的传统制作工艺简介	52
1. 龟龄集的制作原理	52
2. 龟龄集的制作工序	53
(1) 龟龄集单味药物炮制方法及辅料、器具使用	54
(2) 龟龄集的炼制及器具	65
二、龟龄集所承载的炼丹术工艺	67
1. 龟龄集与炼丹术比较	67
2. 龟龄集的炼制工艺归纳及依据	68
(1) 立方	68
(2) 备药	69
(3) 置器	69
(4) 炮制	69
(5) 择地	70
(6) 择人	70
(7) 禁忌	71
(8) 修合	71
(9) (制) 药泥	71
(10) 安炉设鼎	72
(11) 运火	72
(12) 采药	73
三、龟龄集制作工艺的讨论与思考	73
1. 炼丹术中的“沐浴”与龟龄集的炼制	73
2. 龟龄集升炼时间的思考	74
3. 服食与炼丹术工艺的关系	74

第五章 龟龄集与服食养生	75
一、服食养生源流述要	75
1. 服食养生的思想根源	75
2. 服食养生的理论渊源与载体	76
3. 服食养生文化理念的变迁	77
(1) 从注重养神到形神并重	77
(2) 从形神并养到注重养形	78
4. 服食理论和实践向日常饮食的转型	78
5. 服食理论与实践的普及流行与大众化	79
6. 服食养生流变之体要	79
二、服丹养生之流变——“丹”“药”融一	80
1. 服丹养生之缘起与流行	81
2. 服丹养生之高潮、流弊及医疗转型	81
3. 丹药服食成仙目标的否定与原料使用之转变	82
4. 服药与服丹的融合	83
5. 服药与服丹融合的标志与活证	84
6. 丹药服食的现代研究与认识	84
三、龟龄集与服食养生	85
1. 明代龟龄集的皇家服食与修合记载	85
2. 清代龟龄集的皇家服食与修合记载	85
3. 服食珍品——龟龄集功能定位的再认识	87
4. 龟龄集——炼丹术与中药炮制技术融合的标志与活证	87
第六章 龟龄集的非物质文化遗产内涵	89
一、龟龄集所承载的皇家养生文化	89
二、龟龄集所承载的传统医药文化	90
三、龟龄集所承载的儒家文化	91
1. 太谷“诚信和义”的儒商文化底蕴	91
2. 儒家文化凝炼的“广誉远”厂训	92
四、龟龄集所承载的晋商文化	93
1. 广誉远的“公座金”制度与管理模式	93
2. 广誉远的资本运营——“太谷标”与“周行镜宝”	93
(1) 广誉远所处的资本运营环境	93
(2) 太谷标	94
(3) 周行镜宝	95

五、龟龄集所承载的养生文化	95
1. 龟龄集体现了“尊德贵生”的养生思想	95
2. 龟龄集的制作技艺承载了道家炼丹术的思想	96
六、龟龄集说明了什么	97
1. 龟龄集说明炼丹术有一定的合理性	97
2. 龟龄集说明丹药服食养生应该占有一席之地	98
七、结语	99
附录(根据录音整理)	100
后记	117

第一章 龟龄集研究述评

龟龄集是我国现存的唯一采用炉鼎升炼技术炼制的养生丹药,因其历史之久、出身之尊、配方之精、选材之严、炮制之繁、工艺之奇、功效之显、应用之广、口碑之佳、名声之著、影响之远、市场之广、销量之大而号称“补王”。不仅成就了“广誉远”的老字号品牌与太谷十店九“龟”的中医药养生文化,而且成为仁、义、和、信与“修合虽无人见,存心自有天知”,“非义而为,一介不取;合情之道,九百何辞”,“炮制虽繁,必不敢减人工;品味虽贵,必不敢省物力”等晋商文化的载体与传播使者,故而历史上备受青睐,从皇室贵胄的服食与赏赐,到富商大贾的随携与私制,乃至民间庶黎的珍藏与馈赠,都说明这一产品在过去数百年曾引领了中医药养生文化的潮流。惟其如此,2009年龟龄集(传统制作技艺)被列入我国非物质文化遗产项目名录,对龟龄集的研究成果也十分丰富,可谓见仁见智,现评述如下。

一、龟龄集研究概况

龟龄集的研究可以划分为四个阶段。1978年以前几乎没有对龟龄集的研究,历史文献虽有龟龄集的内容,但多为对龟龄集配方及制作方法、功用等的记载,只能说是传承与传播,谈不上研究。这有三个方面的原因:一是龟龄集本身是由皇帝为自己服食而亲自主持开发的养生服食之品,药性平和,几乎没有什么副作用,而且经历了十八代帝王的享用和近500年的历史检验,龟龄集本身值得信赖,没有必要按现代标准来重新检验其合理性与科学性。二是在改革开放以前,中药管理并未完全与现代接轨而标准化与国际化,中医药本身的发展并没有受到化学制药标准的影响,所以龟龄集基本保留了传统的理念与制作工艺,而且龟龄集在国有企业的计划经济体制下,市场状况良好,产销两旺,生产经营与供销模式十分成熟,无论是科研、实验还是市场都没有研究动力。三是受“文革”等运动的影响,学术活动不能正常开展。

1978年拨乱反正后,龟龄集的研究开始启动。山西中药厂技术科首开龟龄集研究之先河。此后,学术界开始对龟龄集产生关注,1980年之后,研究龟龄集的学者和临床专家日益增多,对龟龄集的研究也逐渐涉及药理、临床应用与疗效、动物试验、有效成分测量、历史源流,甚至关于龟龄集研究的总结与