

中华传统本草 今述



阐述中药学的独特理论及其浓厚的传统文化特色，说明中药『四大金刚』出类拔萃的临床作用，展示中药治疗常见多因性、复杂性疾病令人鼓舞的魅力，提出中药发展与创新的多种途径。

牟重临 ● 著

自然国学丛书
第二辑



深圳出版发行集团
海天出版社



中华传统本草 今述



牟重临 • 著



深圳出版发行集团
海天出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华传统本草今述 / 牟重临著. —

深圳: 海天出版社, 2013. 2

(自然国学丛书)

ISBN 978-7-5507-0656-9

I. ①中… II. ①牟… III. ①本草—研究 IV.

①R281

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第012908号

中华传统本草今述

Zhonghua Chuantong Bencao Jin Shu

出品人 尹昌龙

总策划 尹昌龙

出版策划 毛世屏

丛书主编 孙关龙 宋正海 刘长林

责任编辑 秦海

责任技编 蔡梅琴

封面设计 同舟设计/李杨

出版发行 海天出版社

地址 深圳市彩田南路海天大厦(518033)

网址 www.htph.com.cn

订购电话 0755-83460293(批发) 83460397(邮购)

设计制作 深圳市同舟设计制作有限公司 Tel: 0755-83618288

印刷 深圳市金豪毅彩色印刷有限公司

版次 2013年2月第1版

印次 2013年2月第1次

开本 787mm×1092mm 1/16

印张 11.5

字数 145千

定价 28.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

总序

21世纪初，国内外出现了新一轮传统文化热。广大百姓以从未有过的热情对待中国传统文化，出现了前所未有的国学热。世界各国也以从未有过的热情学习和研究中国传统文化，联合国设立孔子奖，各国雨后春笋般地设立孔子学院或大学中文系。显然，人们开始用新的眼光重新审视中国传统文化，认识到中国传统文化是中华民族之根，是中华民族振兴、腾飞的基础。面对近几百年以来没有过的文化热，这就要求我们加强对传统文化的研究，并从新的高度挖掘和认识中国传统文化。我们这套《自然国学丛书》就是在这样的背景下应运而生的。

自然国学是我们在国家社会科学基金项目“中国传统文化在当代科技前沿探索中如何发挥重要作用的理论研究”中，提出的新研究方向。在我们组织的、坚持20余年约1000次的“天地生人学术讲座”中，有大量涉及这一课题的报告和讨论。自然国学是指国学中的科学技术及其自然观、科学观、技术观，是国学的重要组成部分。长久以来由于缺乏系统研究，以致社会上不知道国学中有自然国学这一回事；不少学者甚至提出“中国古代没有科学”的论断，认为中国人自古以来缺乏创新精神。然而，事实完全不是这样的：中国古代不但有科学，而且曾经长时期地居于世界前列，至少有甲骨文记载的商周以来至17世纪上半叶的中国古代科学技术一直居于世界前列；在公元3~15世纪，中国科学技术则是独步世界，占据世界领先地位达千余年；中国古人富有创新精神，据统计，公元前6世纪至公元1500年的2000多年中，中国的技术、工艺



发明成果约占全世界的54%；现存的古代科学技术知识文献数量，也超过世界任何一个国家。因此，自然国学研究应是21世纪中国传统文化一个重要的新的研究方向。它的深入研究，不仅能从新的角度、新的高度认识和弘扬中国传统文化，使中国传统文化获得新的生命力，而且能从新的角度、新的高度认识和弘扬中国传统科学技术，有助于当前的科技创新，有助于走富有中国特色的科学技术现代化之路。

本套丛书是中国第一套自然国学研究丛书。其任务是：开辟自然国学研究方向；以全新角度挖掘和弘扬中国传统文化，使中国传统文化获得新的生命力；以全新角度介绍和挖掘中国古代科学技术知识，为当代科技创新和科学技术现代化提供一系列新的思维、新的“基因”。它是“一套普及型的学术研究专著”，要求“把物化在中国传统科技中的中国传统文化挖掘出来，把散落在中国传统文化中的中国传统科技整理出来”。这套丛书的特点：一是“新”，即“观念新、角度新、内容新”，要求每本书有所创新，能成一家之言；二是学术性与普及性相结合，既强调每本书“是各位专家长期学术研究的成果”，学术上要富有个性，又强调语言上要简明、生动，使普通读者爱读；三是“科技味”与“文化味”相结合，强调“紧紧围绕中国传统科技与中国传统文化交互相融”这个纲要进行写作，要求科技器物类选题着重从中国传统文化的角度进行解读，观念理论类选题注重从中国传统科技的角度进行解释。

由于是第一套自然国学丛书，加上我们学识不够，本套丛书肯定会存在这样或那样的不足，乃至出现这样或那样的差错。我们衷心地希望能听到批评、指教之声，形成争鸣、研讨之风。

《自然国学丛书》主编

2011年10月

目录

前言	1
第一章 中药的形成	1
一、从“神农尝百草”说起	3
二、中药的发展历史	7
三、中药的性能	13
四、怎样认识“是药三分毒”	22
第二章 中药运用的神奇魅力	27
一、发挥药物功效的技巧	29
二、常用中药功用举隅	38
三、中药里的四大金刚	52
四、药物配伍展现奇特功用	70
第三章 药食同源——理想的药物	79
一、理想的药物能当食物	81
二、药食两宜佳品选粹	85
三、科学地选择保健品	94
第四章 中药凸现传统文化特色	99
一、独特的中药理论	101
二、中药与美学	109
三、用药如用兵	112



四、用药的艺术	115
第五章 中药的发展前途	119
一、面临的困境与对策	121
二、中药的发展与创新	126
三、中药现代研究简述	131
四、令人瞩目的前景	144
参考文献	151
索 引	153

第一章

中药的形成



一、从“神农尝百草”说起

《史记·三皇本纪》记载：“神农尝百草，始有医药。”^① 这是假托上古历史人物的作用。实际上我们的祖先在长期的生活实践中不断积累防治疾病的经验，进而有意识地利用，由此产生了中草药。

（一）最原始的口尝认识

中药的起源早于中医，是出于人类求生的欲望与行为而产生。人类在寻找食物的过程中，不可避免地误食了一些非食用植物，产生了一些反应。有些吃了使人体出现不适症状，甚至中毒，也有些吃了使原来不适症状得到减轻或消除。在遭到外伤，或肢体疼痛时，人们就会不自觉地用一些草茎、树叶、苔藓等，以石块捣烂或用口嚼成糊状，敷涂伤口、疼痛处，久而久之，便发现了一些具有缓解和消除病痛的植物。经过世代相传，口尝身试，反复的实践，逐渐积累了有关的认知经验，用于治疗病痛，形成了早期的中医学。



图1-1 神农尝百草的传说

^①陈梦雷.《图书集成医部全录·医部纪事》，通俗图书刊行社，1938年，第60期，第145页。



“口尝”是人类认识事物的本能行为，是人类出生后认识外部世界的基本行为，也是识药最原始的行为。婴儿出生后接触外界最原始的动作就是“口尝”，出于摄食的本能，无论接触到什么东西，认识外部世界，以口尝感觉最为真切。口尝是探寻药物的主要行为之一，这是对中药性能的认识方法，和中医学的“内证实验”的道理一样，先经感官，逐渐体味出药物的性能。这不仅仅是“神农尝草木而知百药”的中药起源问题，事实上，历代许多医家认识中药，大都从口尝开始，再体验于临床。

（二）最先认识的止痛药与消化道药

在人们认识药物过程中，最早被用作治病的是止痛作用的植物。因为人们在艰苦的生活中，与大自然搏斗，发生最多的病害就是伤痛，所以解决伤痛的植物就很快被认识与利用。由于认识药物从“口尝”开始，所以人类最早认识的药物是对胃肠道有刺激作用的植物。有些植物吃下去会引起恶心、呕吐，有些会引起腹痛、腹泻，于是最先发现了泻下药与催吐药。由于多数药物是通过消化道的反应而总结出它的药物性能，这给后来形成以“脾胃”为核心的中医药理论和脏腑学说打下了认识基础，而且在医药发展的历史长河中不断地趋向成熟。这些理论学说至今仍属于极有研究价值的课题。

到了氏族社会，人类进入定居生活。由于农业与畜牧业的发展，中药的范围扩大，许多动物、天然矿物、种植物成了药物。药物的来源也由自然生长发展到部分人工栽培和驯养，同时也出现了药物的加工与贮存。出现文字之后，人类的药物知识由“口授”“师承”发展到文字传播，更有利于药物知识的积累与传承。

（三）中药命名的内涵与意义

中药大都来自民间的经验积累，由于全国各地的方言、风俗、环境等差异，流传的别名也特别多。往往一种药材各个出产地的名称都不一

样，有些甚至有十个以上的名称。有些药名相互容易混淆，有些同一个药名有好多种植物，所以药物必须要有全国统一的命名与品种规格。中药的命名有它的独特之处，有的药名加入引人入胜的内容，从中也可以领悟到源远流长的中药文化。

1. 按药用部位、形态、气味、颜色命名

这种命名较多，直观，容易记忆。按药用部位命名的如桑叶、金银花、苏子、葛根、牡丹皮、羚羊角、熊胆、鳖甲等。以形态命名的如人参、牛膝、狗脊、大腹皮、罂粟壳、马兜铃等。以气味得名的如鱼腥草、败酱草、丁香、臭梧桐、五味子、苦参、甘草、细辛等。以颜色命名的如白芷、青皮、绿豆、红花、赤芍、黄芪、黑丑等。^①有些一看药名就可领会出药物的一些性能，如花叶质轻升浮，子实质重沉降，取皮能达皮，气香会行气，味苦可清火，色红则入心等。

2. 按药物的功效命名

从药名就可知道其突出的作用与效果，如益母草能治妇女月经不调、产后淤阻腹痛。决明子、草决明能明目，治疗眼病。续断与骨碎补能续筋骨、疗折伤。防风能祛风息风，治疗头风痛、风湿痛。覆盆子善治肾虚尿频遗尿。王不留行为帝王之命不能留其行，比喻通经下乳之功甚速。墓头回、金不换、威灵仙等，一见药名就知道这些药物有非凡的治疗作用。附子别名“五毒”，可见其毒性之大。

有些从药物命名推断出临床功效。如祛痰药半夏，在夏季之半（农历五月半）挖取，时值“夏至”前后，是天地间阳气最盛，阴气将生之时，取其受气于阴阳之交。从“天人相应”观念来看，半夏不独化痰降气，且能交通阴阳，引阳入阴，治疗失眠效果独特。夏枯草因生长到夏至则花穗自行枯萎而得名。“夏至一阴生”，《本草纲目》谓夏枯禀纯阳之气，补厥阴血脉，以阳治阴。^②夏枯草与半夏恰好是阴阳配合，治

①高学敏主编.《中药学》，人民卫生出版社，2000年，第22～23页。

②李时珍.《本草纲目·草部》，人民卫生出版社，1977年，第958页。



疗郁火内扰、阳不交阴之顽固失眠极妙。“望梅止渴”成语出于《世说新语·假谲》，梅子味道很酸，一提到它，人们会不自觉地流出口水。中药理论言“酸甘益阴”，酸乌梅能生津止渴，用于治疗消渴病，胃阴不足及多汗、久泻引起的津液耗损。

3. 蕴藏着故事与传说的命名

中药里有许多精彩的故事，蕴藏丰富的文化内涵。如刘寄奴、徐长卿、何首乌等以发现药物的人名为药名。如禹余粮、仙鹤草、槟榔的发现，有动人的故事。鹿衔草出于《滇南本草》，关于其来历的传说很多，有说是山鹿遭到猎人追捕时受伤，跑到树林里，用口衔来一草，贴敷在伤口，血流即止，伤口很快痊愈，后人于是称该草为鹿衔草。《聊斋志异》讲述的则是个神话故事：“关外山中多鹿。土人戴鹿首，伏草中，卷叶作声，鹿即群至。然牡少而牝多。牡交群牝，千百必遍，既遍遂死。众牝嗅之，知其死，分走谷中，衔异草置吻旁以熏之。顷刻复苏。急鸣金施铙，群鹿惊走。因取其草，可以回生。”^①鹿衔草并没有这样的奇功，但有不凡的功效：补肝肾，祛风湿，益肺肾，平咳喘，通血脉，止衄血。

传说矿物药无名异，出自山鸡含该石自摩疗伤消肿的启示。淫羊藿的温肾强阳功效，是由牧羊人对羊交媾仔细观察而获得。可见寻求植物药自疗也是动物求生的本能。灵芝药用，有一个美丽的传说《白蛇传》，说白娘子冒着生命危险盗取灵芝仙草，救活被惊吓昏死的丈夫。灵芝虽非仙草，却是味好药，能养心安神，益肺平喘，健胃护肝，现今发现其能抗肿瘤、抗衰老，更是身价倍增。

4. 以产地与道地药材命名

许多药名含主要出产地名，如巴豆、巴戟天、蜀椒、蜀漆、秦皮、秦艽、吴茱萸、阿胶、代赭石等都带地名，巴、蜀、秦、吴、东阿、代

^①蒲松龄.《聊斋志异·卷八》，辽宁古籍出版社，1994年，第760页。

州都是西周前后的古国名或地名。药材的质量、有效成分含量、临床效果与其产地密切相关，中医十分注重道地药材的选择。民国时，全国许多中药店招牌写着“川广云贵道地药材”。现称川黄连、怀牛膝、杭菊花、云茯苓、浙贝母、广橘皮、吉林参、关白附、潞党参、台乌药等都是指道地药材。现代研究表明，中药功效与产地有密切关系。如比较四川、云南、贵州、山东、陕西等不同省份产的半夏在止咳祛痰功效上的差异，发现贵州产的半夏效果更为明显^①。又如黄芩的护肝和抗氧化作用，河北北部产的优于山西、河南、陕西、内蒙古及东北等地^②。

二、中药的发展历史

中药古称“本草”，含义是“诸药以草木为基本”。虽然中药还有矿物、动物药，但中药的起源以及占主导地位的始终是植物药，所以历代中药学著作大都称“本草”。据全国中药资源种类的普查统计，药用植物约占87%，药用动物占12%，药用矿物占1%。

（一）历代有影响的“本草”著作

中药的文字记载很早，甲骨文中就有药物记述。嗣后，中药知识陆续见于各类典籍，如《尚书》《诗经》《周礼》《山海经》等。现存最早的中药学专著是汉代《神农本草经》，历代医家都很推崇，是学习中药的启蒙教材，对中医药学发展发挥了巨大的作用。该书记载了中药

① 湛立巍等.《不同产地半夏的初步药效学评价实验研究》，载《成都中医药大学学报》，2008年，第2期。

② 朱立革等.《道地药材与非道地药材黄芩对小鼠急性化学性肝损伤的影响》，载《齐齐哈尔医学院学报》，2010年，第7期。



365种，根据药物补虚攻邪的性能不同与毒性大小分上、中、下三品。^①所载药物大都为实践总结，至今习用仍很有效。如黄连治痢疾、麻黄定咳喘、当归调月经、海藻消癭瘤常山治疟疾等^②。由于历史条件，书中也存在一些缺点。

各个时期，国家对医药管理十分重视。唐朝由朝廷组织编修了《新修本草》（又名《唐本草》），颁布于659年，是一部世界上最早的国家药典，共载药844种，新增114种。该书编修严谨，动员全国各地选送道地药材，吸收了国外传入的药物，修订讹误，求实存真，图文对照，具有很高的科学价值，对周边国家的医药发展产生了很大影响。宋代应用药物种类大幅度增加，政府组织重修本草。975年刊行了《开宝本草》，1060年刊行了《嘉祐补注本草》，1061年刊行了《图经本草》。宋代的本草代表作是唐慎微（约1056—1093）的《经史证类备急本草》，广泛引证了宋代以前的本草，载药1558种，较前新增476种。该书资料丰富，有很高的文献价值。此书后经政府多次修订增补，1247年修订更名为《重修政和经史证类备急本草》，载药1746种，成为宋代最完备的本草专著。^③明代政府组织编纂了本草学专书《本草品汇精要》，全书载药1815种，列目详细，叙述精要，绘图考究，是一部有价值的参考书。

在本草史上，以明代李时珍（1518—1593）的成就最大。他在《证类本草》基础上，参考了800多部著作，历时27年，完成200多万字的中药巨著《本草纲目》，载药1892种，新增374种，附方11096首。该书采用先进的自然分类法，对每味药的各项叙述精详，特列发明一项“以前人未到之处”，载入作者新认识。李时珍经常实地考察研究，如刀豆治呃逆，穿山甲、王不留行能通乳，是采录于民间；对药物记载注重临床验证，亲身体验曼陀罗的麻醉作用；对土茯苓治梅毒、延胡止痛、金银

①高学敏主编.《中药学》，人民卫生出版社，2000年，第7页。

②《神农本草经》，人民卫生出版社，1963年，第26、64、74、105页。

③李经纬.《中医史》，海南出版社，2007年，第173~174页。

花疗痢等，作了证实与肯定。该书不仅是一部药理学著作，对临床医学作了不少记述，而且对植物学、动物学、矿物学、物理学、化学、农学、天文、气象等也作了许多论述，丰富了科学资料。该书刊行后，很快风行全国，17世纪传到国外，被翻译成六种文字流传世界各国，其作用远远超过药理学范围。清代赵学敏（约1719—1805）著《本草纲目拾遗》，是对《本草纲目》进行的补编，补充许多常用及珍贵的中药，引进了一些外来药。^①

历代各种内容的本草著作很丰富，如药物加工专著最早是两晋南北朝雷敫的《雷公炮炙论》；饮食疗法专著有唐代孟诜（约621—713）



图1-2 李时珍《本草纲目》影响世界科学发展

《食疗本草》，元代吴瑞《日用本草》、忽思慧（1260—1366）《饮膳正要》，明代朱橚（1360—1425）《救荒本草》，清代柴裔《食鉴本草》。有地方特色的如明代兰茂（1397—1496）《滇南本草》，南宋王介（1157—1213）《履巉岩本草》。有关用药理论有寇宗奭（12世纪）《本草衍义》、明末倪朱谟《本草汇言》、张元素（1151—1234）《珍珠囊》、王好古（1200—1264）《汤液本草》，阐述药性各具特色。切合实用、删繁就简的本草著作也不少，如明末清初刘若金《本草述》、汪昂（1615—1694）《本草备要》、清代吴仪洛《本草从新》等。^②

民国时期，对中药学发展影响较大的是陈存仁（1906—1990）主编

^{①②}高学敏主编，《中药学》，人民卫生出版社，2000年，第9~19页。



的《中国药学大辞典》，1935年出版。全书约200万字，收录词目4300条，广罗古籍，博采新说，附有标本图册，受到药界的推崇，是近代第一部有重要影响的大型药学辞书。^①

当代中药新著繁多，种类齐全，较为出色的是江苏新医学院编写的《中药大辞典》，1977年出版，收载中药5767种，其中植物药4773种，动物药740种，矿物药82种，传统作单味使用的加工品（升药、神曲等）172种。^② 全书内容丰富，资料齐全，有重要的文献价值，是新中国成立以来最全面的巨型中药工具书之一。还有如《中药志》《中华本草》等。特别是《中华本草》，为迄今收载中草药最多的一部著作，共8980种，是具有标志性的综合性本草巨著。

（二）在实践中扩展中药品种与效果

古人在长期生活、医药实践中不断地扩展中药品种，积累运用经验。春秋时期医药家将古代哲学理论引进医药领域，将中药提升到理性认识，对药物作阴阳别类，进一步在理论上解释药性，以四气五味、升降浮沉，指导临床用药。由于自然科学知识，如气象、地理、物候学等的渗透，对药物采集、加工与贮藏水平的提高，有着很大的影响。

促进中药学发展主要来自：一是历代医药学家的用药体会与发明，使药物功用不断地扩展更新；二是医药学家亲自寻找与验证药材，使历代本草著作中品种不断增加；三是深入民间收集劳动大众所积累的经验方。如陶弘景（456—536）说：“藕皮散血，起自庖人；牵牛逐水，近出野老。”^③ 四是搜集各种文献中的有关记载来丰富药学内容。如李时珍著《本草纲目》时所参阅的800多部书中，除历代诸家本草、医家书目，还引据历代经史百家书籍440家，“上自坟典，下及传奇，凡有相关靡不备采”，所谓纳百川而汇成“药海”；五是吸收民族药与外来药物。

① 高学敏主编.《中药学》，人民卫生出版社，2000年，第9~19页。

② 《中药大辞典·凡例》，上海人民出版社，1977年。

③ 李时珍.《本草纲目·序例》，人民卫生出版社，1975年，第52页。