

柴中元 著

# 老医说医

③ 医林蜩鸣

全国百佳图书出版单位  
中国中医药出版社

# 老 医 说 医③

——医林蜩鸣

柴中元 著

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 ( CIP ) 数据

老医说医③——医林蜩鸣 / 柴中元著. —北京: 中国中医药出版社, 2013.3

ISBN 978-7-5132-1238-0

I . ①老… II . ①柴… III . ①医案—汇编—中国—现代  
②医话—汇编—中国—现代 IV . ① R249.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2012 ) 第 268619 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京市泰锐印刷有限责任公司印刷

各地新华书店经销

\*

开本 880×1230 1/32 印张 14.125 字数 304 千字

2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-1238-0

\*

定价 35.00 元

网址 [www.cptcm.com](http://www.cptcm.com)

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 [csln.net/qksd/](http://csln.net/qksd/)

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

## 马 序

柴中元先生的新作《老医说医》完稿之际，郑重其事地囑我为序，这是大大出乎意料的。一是我非达人名家，实在不具备为人作序的学养资历；二是我于医道是全外行，且长年累月辛苦劳作，蓬头垢面，只可作为养生学的反面典型。想来想去，唯一的原因恐怕是，我与中元先生结缘于中国民主促进会这一组织，彼此系同志者也。

与中元先生相识的十多年里，我常常随上虞民进医卫支部的专家医生去农村乡下巡医义诊，最爱听他缓缓地讲说医学与养生、修身与养生的种种道理。有一回在岭南山区，看到一丛“草”，长得异常繁茂。中元先生说这就是枸杞，它的全身都是宝，春采嫩芽秋摘实，冬季津汁聚于根。他说，这种草还有一个俗名：打老儿草。然后又娓娓地讲了一个有趣的故事：古时有个释家信徒去西方朝圣取经，走到一个大山里，看到一年轻美妇在狠狠地揍一白发苍苍的老头，那老头唯唯诺诺无反抗之意。出家人心善，连忙劝阻：“看你年轻的，不尊老敬老，还

打老人，成何体统？”那妇人叹了一口气说：“哎呀师傅，你是有所不知，这老儿太犟了，让他天天吃些草，他就是不肯吃。”“阿弥陀佛，罪过罪过，不给吃饭也罢，为何倒要叫他吃草？”“哎哟师傅，你是不知道啊，你看我天天吃这草，三百岁了还这么年轻，他不肯吃这草，一百岁不到就这么老了。”那佛徒惊问：“啊？是什么仙草？”妇人指着一丛青葱的枸杞：“就是这个草。”于是“打老儿草”就成了枸杞的俗名。

中元先生是谦谦真君子。先生潜心于中医养生学研究已有年头。虽不敢说“著作等身”，但是大部头的专著已出版有十几部了，其中的《温病求真》《老寿星彭祖长寿秘诀》等，曾在中医、养生界引起颇大反响。中元先生关于温病治疗的辨证理论，关于伤寒、肾病的医理分析，无不头头是道，言必有据。其新作《庄子养生解密》一书于2011年出版，从养生学的角度重新诠释千古奇书《庄子》，令人眼目为之一亮。紧接着，中元先生又捧出了《老医说医》这厚厚一叠稿子。先生的医术本自家传，五十余年苦心孤诣而不改初衷，虽非华佗重生，仲景再造，但悬壶济世，乃医者之本，先生始终恪守不渝，无数次妙手回春，解人于困厄，活人于绝境，故享有“浙江中医界三杰”之美誉。作为一名资深老中医，中元先生布衣蔬食任平生，无官无爵一身轻，将荣辱得失看得淡之又淡，日日坐堂问诊，夜夜笔耕灯下。老医者，实为山野之人，故先生自号“散人”。

中元先生认为，养生学是中医学的半壁江山。《老医说医》一书，以“养生曝言”为开篇，沿袭了中元先生那种娓娓道来的委婉风格，从体式和内容上，则更加活泼自如。先生仔细地

搜集了从《庄子》《战国策》到《夷坚志》《太平广记》《阅微草堂笔记》《仙传拾遗》等古籍中的故事，阐述了“至道之本，在于养生”、“五谷养生”、“持强伤身”等道理，读来令人颇受教益。

所谓仓廩足而思康健。随着经济的发展，近年来，养生学成了一个热门学科。与此同时，一些打着养生旗号的伪科学也大行其道，什么绿豆治百病，什么生吃茄子、吞活泥鳅，什么悟本堂、老神医……大有乱哄哄你方唱罢我登场的架势。一些伪养生家们披着“传统文化”的外衣，干着骗人害人的勾当。中元先生对此是向来不以为然的，曾以“知残”来讥讽那些盲目追随“养生风”的人。他多次与我说起，上世纪初盛极一时的补药“艾罗补脑汁”其实就是一个精心设计的大骗局。从中元先生的不少著作中都可以悟出这样一个道理：养生首先要重视养心。培养一种好心态，保持不以物喜、不以己悲的宽广胸襟，拥有敬天悯人的慈悲情怀，这才是养生学的根本。光知道一味地服用补药，以求长生不老，不管缘木求鱼、刻舟求剑，历史上的秦始皇、汉武帝就是极好的反面教材。对于这一点，我是极为赞同的。这就如信佛，其虔诚的标准并非是烧了多少炷香，叩了多少个头，最难得的莫过于“佛在心中”了。养生也是一样，心地干净明亮，近善避恶，亲君子而远小人，这样才能得以接近养生之真谛。就如种庄稼，先得有一块好地，播下好的种子后才能得丰收，在贫瘠的土地上是无法收获丰硕果实的。常常可见很多人在问着同一个问题：什么是幸福？有人说健康是幸福，有人说平安是幸福，有人说爱情是幸福。这些当然也有道理，但真正的幸福我以为在心里，心的安宁、平

#### 4 | 马 序

和、满足就是最大的幸福。

养生先养心。我想，中元先生的本意也即在此吧！  
是为序。

马亚振

于壬辰年春日

上虞市作家协会副会长

# 前 言

我自幼随父学徒，从医五十余年，素来热爱自己的专业。钻之弥深，信之弥笃。受废止论之激，曾立志为之奋斗终生。但20世纪90年代后，用眼过度，视力日差，跌跌剋剋，小病不断，发白齿落，相继踵至，未老先衰，成了现实，尤其精力，大不如前，竟赶早露出了那下半世的光景来。虽说晚年穷经，还想做做学问，毕竟真君偕形，“其形尽如驰，而莫之能止”。夫人之一生，如日之升落，年龄一过午，生机便趋衰，且白驹过隙，光阴似箭，谁能例外？所以觉得：年轻时的壮志凌云，其实是好高骛远；年老后的安于伏枥，却也算脚踏实地。总之，世间万物，俱随日徂而流变，意志亦然，忆先前“锐意进取，不敢懈怠，焚膏继晷，手不释卷”的状态，“逝者如斯夫”，现已成陈迹，我想这大概就是所谓的自然规律吧！加之如鲁迅先生所说，“中（了）些庄子的毒”之后，慕古圣陆沉自埋、不愿有声在外之高风，近十多年来，深居简出，闲事不管，是非不惹，门诊之外，“二线一线”，交游日稀，同事不



识<sup>①</sup>，不但商场少去，就连好友来信及年终寄来贺卡问候之类，亦概不回复，打印函件，更是极少开拆，信债越欠越多，明知这样不合常情，但懒散成习，本性难改，仍是拿了庄子“苞苴竿牍，蔽精神于蹇诚”这话作托词，不想还。何况还有发表文章需买版面，没这条件、思想也不通等一些其他原因，便无意再写文章再写书（只是遇垂青邀约，情意恳切者催要，不好意思时，才稍微写些，其实也是搪塞），对此，我早就戏称：已“木盆洗脚”<sup>②</sup>，这样似觉更可保全一个临床医生的本色。但自我封闭，是是非非？茫乎昧乎，混沌模糊，当何去从，实不知何适<sup>③</sup>。

至于鬼神之事，我则素来不信，但受乡贤王充命定论思想影响很深。有些事，真的，我感到确实是冥冥中注定的缘分。如近年中，虽说“年齿长矣，聪明衰矣”，但有时读庄有得，“虚室生白”，恬悦之际，欣然命笔，或多或少，仍时而会写下些东西，这是习性使然，并非想要发表。总的来说，晚年的确脑子变笨，进取之心大减，捉刀随性所致，大都断断续续，文字零碎散乱，有时随写随丢，纵有存留，也无非是些一鳞半爪的札记或眉批。加之出版社早已不再收手写稿，而我又不会电脑……诸因相加，早就没了集腋成裘、整理成书、联系出版的念头。但后来有缘碰到了王老师，我真是多了一只手，没这只手，我哪里还会发心整理零散乱丢的“养生注”；该稿整理

---

① 认识本单位同事，仅约十分之一。

② “金盆洗手”我没资格。文章如俗话说：“是蟹脚爪爬出来的。”故云。

③ 庄周留一《庄子》，与我今献曝言，恐是同样心态。

好后，经与几家出版社联系，先后都吃了闭门羹，在放弃努力、准备束阁时，不意有缘，又再次得到了中国中医药出版社的支持，《庄子养生解密》这才有了与读者见面的机会。对“求真”、“解密”两稿，我因自信而有自美之心，比之为两乔（只是能力戒自美之行以避招嫌罢了<sup>①</sup>）。这两稿没有“铜雀春深锁两乔”，全靠了“终于有缘遇东风”，这似乎就是所谓的命定。

又如20世纪90年代前发表过的文章，早时确有过整理成集的打算，唯情随事迁，后来没了此念，就连资料保存，也不再当回事，结果在搬家等过程中，连同未发表的手稿，一同丢失。但去年底，我收到一封来自上海中医药大学的信。素无联系的寄信人邢斌老师告诉我，他们正在筹办以振兴中医、提升专业杂志学术水平为目的的刊物——《中医思想者》，此刊不收审稿费、版面费，文作者给予稿酬，而编者办刊无报酬，在告知情况、寄来发刊词并约稿的同时，建议我整理论文出书。我有感于“长江后浪推前浪”，觉得此刊今后很可能会“一枝独秀”，希望“江山代有才人出，各领风骚数百年”这老话，能用在他们身上，但对出书，我坦率对他说：这靠缘分，很难。不意嗣后不久，邢斌老师在业余办刊、计划出丛书等诸务必然大的情况下，主动拨冗帮我联系好了出版社，而竟又是既给他们以支持，也已给我以大力支持的同一家出版社——中国中医药出版社。在市场经济形势下，该社不因“求真”稿学术性强、读者面窄而曾予出版，此事铭记在心，“解密”刚刚问世，

---

① 这样一说，便涉嫌自美之行了，真无可奈何！

#### 4 | 前 言

竟又得获垂青，这要说不是缘分，还真没法子解释。

这次我查找已发表文，得两百五六十篇，忆所丢失者，约十分之一，不算太多；翻检手稿，亦尚存近百万字，考虑到秃笔无华，是在矮中取长，拟扩大筛选范围，故将这些资料连同已出版书中之文，择自己满意者，分类爬梳，编为此书。书成，爰述其缘起以代序。冀问世之后，对关心养生、关心中医的读者，能有参考的作用。

上虞散人

2012年10月

## 心 愿

祈尽天年积经验，  
愿耗精神做学问。  
血荐轩辕饷来者<sup>①</sup>，  
性疾虚妄求实诚。

上虞散人 柴中元

注①：三、四借句鲁迅、王充

## 蜡烛颂

发光何惜自毁身，  
朗照为人指迷津。  
脂膏消尽全不悔，  
甘愿点燃作明灯。

上虞散人 柴中元

## 吐丝吟

校稿有感，舒志述怀，录供补白，聊作纪念。

因见飞鸟拉溘泄，激起知了冲天志。  
变革医风非易事，今知凡事有定势。  
无缘厚风未展翅，光阴如箭老骤至。  
精力虽衰心未死，春蚕到老犹吐丝。  
春蚕到老犹吐丝，精力虽衰心未死。  
大浪淘沙存真知，抉疵重言毋疑迟。  
后继接力盼同志，中医振兴必有时。  
激起知了冲天志，因见飞鸟拉溘泄。

上虞散人 柴中元

<b>第一章 诊余闲话</b> .....	1
<b>第一节 医案医话</b> .....	3
一、《金匱》“脉脱”之我见.....	3
二、《金匱》“暴腹胀大”之我见.....	9
三、白塞氏病的治法.....	10
四、大黄牡丹汤异病同治举隅.....	13
五、便秘治肺琐谈.....	17
六、经带同治琐谈.....	20
七、“聆音察理，鉴貌辨色”谈.....	22
八、治学中的崇古与蔑古.....	23
九、盗名与托名.....	25
十、芭蕉分绿上窗纱.....	27
十一、护生净肠话芥菜.....	29
十二、扭痧的困惑与联想.....	31
十三、说古道今话灌肠.....	33
十四、诊余话猪胆.....	35
十五、女贞与冬青不应混淆.....	38
十六、络石藤小考.....	40
十七、三拗汤小议.....	42
十八、柴胡治疟之争评议.....	45

十九、柴胡补劳之争评议 .....	48
二十、柴胡解表之争评议 .....	50
二十一、竹头木屑曾利兵家，寻常食品拯危救急 .....	54
二十二、油盐酱醋治急症 .....	55
二十三、王充对养生论中厚古薄今思想的反驳 .....	60
二十四、太炎的辨病观 .....	61
二十五、林则徐的戒烟方 .....	62
二十六、“附子不宜与瓜蒌同用”之我见 .....	63
二十七、发挥外治法治疗急症的优势 .....	66
二十八、《素问》“术数”之我见 .....	68
二十九、烦、躁有别琐谈 .....	72
三十、慎药论 .....	75
三十一、怪病今释 .....	78
三十二、《潜厂医话》选按 .....	83
<b>第二节 中医科普</b> .....	<b>88</b>
一、谈谈吃中药“忌口”的问题 .....	88
二、从“杨乃武与小白菜”谈到饮食禁忌 .....	92
三、治病养生话足浴 .....	93
四、人到中年防阳痿 .....	96
五、就青少年手淫谈对肾精的认识 .....	99
六、从苏东坡练气功谈起 .....	101
七、气功与性生活 .....	103
八、从越剧《汉宫怨》谈吃补药要对证 .....	106



九、艾子毋诋小儿方 .....	107
十、老人患病莫乱补 .....	108
十一、鱗鱼的有毒说及药用 .....	110
十二、警惕白木耳中毒 .....	111
十三、古怪的病名与味精 .....	113
十四、魔术般的保健饮料——茶 .....	114
十五、茶的药用与药茶 .....	116
十六、饮茶之道 .....	118
十七、姜茶治痢小议 .....	120
十八、话醋 .....	121
十九、与诗与医结下不解之缘的酒 .....	123
二十、治病养身话药酒 .....	125
二十一、补虚肉食的状元——羊肉 .....	128
二十二、治病补虚话猪肉 .....	130
二十三、蜂蜜宜熟吃 .....	131
二十四、赞绿珠 .....	135
二十五、营养素周而全的鸡蛋 .....	136
二十六、蔬中最有利益者——萝卜 .....	138
二十七、食谱冠上的明珠——黄豆 .....	140
二十八、菜中皇后——洋葱 .....	142
二十九、香菇抗癌，老药新用 .....	143
三十、果中绝品推荔枝 .....	144
三十一、不等成熟就可采摘的香蕉 .....	146