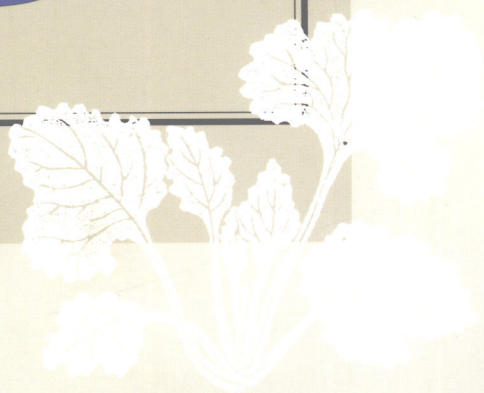


野菜博录

【明】鲍山编 王承略点校 解说

山东画报出版社



【明】鲍山编 王承略点校解说

野菜博录

山东医药出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

野菜博录 / (明) 鲍山编; 王承略点校解说. — 济南:
山东画报出版社, 2007.2

ISBN 978-7-80713-406-0

I. 野... II. ①鲍... ②王... III. ①野生植物: 蔬菜—
食品营养②野生植物: 蔬菜—食物疗法
IV. R151.3 ② R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 115395 号

责任编辑 徐峙立

装帧设计 李海峰

主管部门 山东出版集团

出版发行 山东画报出版社

社 址 济南市经九路胜利大街 39 号 邮编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098470

市场部 (0531) 82098047 82098042

网 址 <http://www.hbcbs.com.cn>

电子信箱 hccb@sdpress.com.cn

印 刷 山东新华印刷厂临沂厂

规 格 150 × 250 毫米

23.5 印张 438 幅图 100 千字

版 次 2007 年 2 月第 1 版

印 次 2007 年 2 月第 1 次印刷

印 数 1-6000

定 价 46.00 元

如有印装质量问题, 请与出版社资料室联系调换。

建议图书分类: 文学

《野菜博录》，明鲍山编。

本书有明天启刻本、《四库全书》本、《四部丛刊三编》影印明天启刻本三种。明本凡三卷，其中上卷、中卷为草部，下卷为木部，共著录草木 435 种；“四库”本多出 3 种，为 438 种。此次整理，以《四部丛刊三编》影印明天启刻本为底本，参照“四库”本及朱橚《救荒本草》标点校勘。

我国自汉代以来就有不少考定名物之作，明人尤注重植物图谱的编著。通行的此类专书计有四种，即朱橚的《救荒本草》、王磐的《野菜谱》、周履靖的《茹草编》，以及鲍山的《野菜博录》。其中，《野菜博录》最为晚出而能后来居上，这一方面是由于此书对于前人的继承，另一方面也实是因为本书作者鲍山曾多年归隐民间，作了许多实实在在的访查。

王承略 山东诸城人，1966年生，文学博士。山东大学文史哲研究院教授。襄助王绍曾先生编纂《山东文献书目》、《清史稿艺文志拾遗》、《订补海源阁书目五种》、《山左戏曲集成》，整理张元济《百衲本二十四史校勘记》。襄助董治安先生编纂《两汉全书》、《二十五史外人物总传要籍集成》、《唐代四大类书》、《高亨著作集林》。点校解说日本汉学家冈元凤的《毛诗品物图考》以及清代学者徐鼎的《毛诗名物图说》，校释《离骚全图》。撰著《郑玄与今古文经学》、《李焘学行诗文辑考》。主持整理《二十五史艺文经籍志考补萃编》。

相关阅读：

《花镜》明陈谟子 撰 刘心明 点校 解说

整理本序

据统计，在我国古老的诗歌总集《诗经》中，所记各类知名草木，竟多达一百三十二种（参见陆文郁《诗草木今释》）。这里所说的“各类草木”，就包括了为数可观的一部分野菜。其中，如“荇菜”（《关雎》）、“荷”（《泽陂》）、“苹”与“藻”（《采苹》、《鱼藻》）、“芹”（《采菽》）、“蓼”（《小毖》）等，是生于水中或水边的野菜；“蕨”（《草虫》）、“荠”（《邶风·谷风》）、“荼”（《七月》）、“薇”（《采薇》）、“遂”（《我行其野》）等，是长在陆上的野菜。诗人志其所见或藉物述怀，大量引用野菜入诗，表明先民对于这类菜蔬的熟悉，也反映了这类菜蔬对于先民生活的一定重要性。

周秦之后，各种词书（如《尔雅》、《广雅》等）、药籍（如《神农本草经》、《本草纲目》等）、类书（如《艺文类聚》、《太平御览》等），于“释草”、“释木”或“菜茹部”、“药部”、“百卉部”之类的诸篇中，往往也可以见到多种野菜的名称及释义，这从另一个方面说明了野菜之于古代民生的重要价值。

先民重视野菜，主要在于其可供食用与药用两个方面。从食用方面来说，人们对于食物的要求，首先是出于果腹的需要，野菜的觅食自然也是如此。丰年之时，尽管“六谷”盈余而菜蔬丰富，野菜的采用，仍可满足不同人群之多层面、多样性的饮食习惯与客观需求，成为一种必要的补充；而每逢荒年乱世，灾民饮食无着，难以为生，各类野生植物就成为他们赖以活命的一点最后的物质资料。就药用方面而言，我国历来有“医食同源”之说，许多野菜在可供食用的同时也兼具一定的药性；特别值得一提的是，两千多年来，大量野生植物一直是我国传统中药构成的主要成分，并且逐渐形成了一整套药物辨别、采集、炮制、栽培的方法，对于先民的强身祛病、益寿延年，起到了不可替代的特殊作用。由此可见，野菜虽属小物，

却也与社会的发展、文明的进步不无一定的关联。时至今日，国家昌盛，四海稳定，饮食无着之虑早已成为过去，而选用“无公害食品”或追求“食疗”之效正蔚为时尚，野菜之受到空前的重视也就更加不足为奇了。

我国自汉以来有不少考定名物之作，明人尤注重植物图谱的编著。通行的此类专书计有四种，这就是朱橚的《救荒本草》、王磐的《野菜谱》、周履靖的《茹草编》以及万历、天启间鲍山所纂的《野菜博录》。其中，《野菜博录》最为晚出而能后来居上，这一方面是由于此书对于朱橚等前人之作有所继承、发展，另一方面作者鲍山曾多年归隐民间，做了许多实实在在的访查。今存《野菜博录》，实录各类草木达438种（包括明刻本435种，又“四库”本多出的3种），虽不能说集历代野生菜蔬之大成，而朱明以前文献所见野菜的主要品种确乎已经大备于此了。

《野菜博录》是一部融学术性、知识性、趣味性于一体的重要古籍，山东画报出版社决定把这部书整理、出版，奉献读者，是一个很有见地的选择。王承略教授的整理态度认真而用心精细，其于版本的选定得当，点校与解说准确而能深入浅出，所附三篇“跋”语以及所作“整理说明”、“常见词总释”，也为读者研读本书提供了很好的参考。

董治安

2006年10月3日

整理说明

一、《野菜博录》，明鲍山编。有明天启刻本、《四库全书》本、《四部丛刊三编》影印明天启刻本。明本凡三卷，其中上卷、中卷为草部，下卷为木部，共著录草木435种。《四库全书》所据底本缺失中卷，乃割裂上卷“野茴香”以下为第二卷，下卷藤花菜以下为第四卷，卷帙增多而内容减少，实著录草木262种。较之明刻本，四库本卷二末多出懒翠蒿、秋水角苗二种，卷四末多出老儿树一种。《四部丛刊三编》据明本影印，而将四库本多出的三种作为附录，一并抄录影印。

二、作者鲍山，明末万历天启间人。明天启刻本自署“新安鲍山在齐编”，自序称香林主人，书后有鲍山好友程大中跋，言“与元则交”，又有鲍山道友赵洪中跋，称“歙之鲍君”，则鲍山字在齐，一字元则，号香林主人，明代安徽歙县人，歙与新安为古今地名，故鲍氏自题为新安人。四库本将鲍序及程赵二跋概行删弃，径题“明鲍山撰”，不著籍贯字号，而于提要中云“字元则，号在斋，婺源人”，不知何据。鲍山隐士，事迹难寻。参合自序二跋，知其少游太学，弱冠即归。万历三十八年（1610）入黄山，肄业七载。期间从社友潘穉春处得朱橚《救荒本草》，以其为蓝本，著为是书。万历四十六年（1618）赵洪中慕鲍山之名，与之结识，相交甚深。越五春秋，怱怱其付之剞劂。鲍山于天启二年（1622）撰写自序，遂刊刻行世。

三、明刻本《野菜博录》之内容，主要取自朱橚《救荒本草》，惟二者所载野菜顺序大异。凡鲍氏所撮录，有与朱书文字完全相同者，有与朱书大意略同而用字稍异者，大多数情况则为朱书之删简。其朱书原无而新增补者，为数甚少。卷首鲍山自序；次总目，但举草木部或叶或茎或根或实或花可食总若干种；正文凡三卷，每卷卷前为本卷所载野菜细目。书后附程大中、赵洪中跋。《四部丛刊三编》

影印本在二跋之后，除附录明刻本所少三种野菜，又有赵万里跋。

四、此次整理，以《四部丛刊三编》影印明天启刻本为底本，参照四库本及朱橚《救荒本草》标点校勘。将卷首总目与每卷之前细目合而为一，作为目录，置于正文之前，以便检索。将附录野菜三种移于程大中、赵洪中二跋之前，以使正文联贯，而三跋聚为一处。每一野菜，参考朱橚《救荒本草》、姚可成《救荒野谱》、王磐《野菜谱》、孙星衍、孙冯翼辑《神农本草经》、李时珍《本草纲目》等，略为解说，或详野菜出处，或述野菜表征，或明野菜吃法，或论野菜功用，或纠原书讹误，不一而足，以期简明扼要，通俗易懂。为节省篇幅，避免重复，特选全书中常见之疑难字词十一个，总为解释，置于正文之前，正文中不再一一解说。因见闻有限，耳目难周，又囿于整理体例，不能作琐碎考证，故书中解说多有疏漏不当之处，恳请读者批评指正。

常见词总释

焯，音 zhá，同炸，一种烹饪方法，把食物放在较多的沸油里熬熟，如炸酱、炸丸子。书中的焯，则是指把野菜放进沸水中煮烫致熟。焯在全书中共出现 356 次，如“大蓝”条“食法”：“叶焯熟，水浸去苦味，油盐调食。”

《本草》，书名，指宋唐慎微撰《证类本草》三十卷。全书中共出现 32 次。

搨，音 dá，贴。全书中共出现 30 次。如“舌头菜”条：“苗叶搨地生。”

葶，音 tíng，从植物的地下部分抽出的无叶花茎。全书中共出现 30 次。如“粉条儿菜”条：“叶间擗葶，开淡黄花。”

攢，音 cuán，聚集。全书中共出现 26 次，如“绞股蓝”条：“五叶攢生一处。”

蒴，音 shuò，果实的一种类型，由合生心皮形成，一室或多室，具多数种子，成熟时干燥开裂。全书中共出现 17 次，如“费菜”条：“结五瓣红小花蒴儿。”

艸，音 shào，尖锐上扬。全书中共出现 15 次，如“青荚儿菜”条：“脚叶花叉颇大，状似荏子叶，狭长尖艸。”

窠，音 wā，低凹。全书中共出现 13 次，如“匙头菜”条：“其茎面窠背圆。”

蓇葵，音 gū tū，果实的一种类型，由单心皮或离生心皮所构成，单室，多子，成熟时果皮仅一面开裂。全书中共出现 13 次，如“水蓇衣”条：“每叶间皆结小青蓇葵。”

拈，音 pū，散布，铺展。全书中共出现 11 次，如“紫云菜”条：“叶似山小菜叶，颇长，拈梗对生。”

黦，音 cǎn，灰黑色。全书中共出现 11 次，如“山芹菜”条：“开黦白花。”

原书自序

闻上古粒食未兴，民藉以生养者，唯是草衣木食。自神农氏作，尝及百草，以疗诸疾，而民无夭岁，则草木之益于人，从古然矣。予性稟澹泊，家常日用，觉与蔬菜宜，诸凡甘毳，不喜纵嗜。及阅王西楼《野菜谱》若干种，每访采茹，植其异者于家圃，以供野味，惜其种类局而未广。庚戌岁肄业黄山七载，每过普门师道场，见诸方游释多采根芽花实茎叶，供终日餐。因随叩索，备尝之，而识所未识者若干种。然犹限之境内，境以外辄遗之。又值社友潘稚春出《备荒本草》，云得关中王府抄本若干种。阅之，予益欣艳。用是按时采取，如法调食。虽性有温平寒热之异，味有甘苦辛酸之殊，皆清利爽口，总之宜人，此尤澹泊者之所怡情，其于腥膻之味，直将唾弃之矣。矧夫疗医以愈疾，备荒以赈饥，种种藉是，益知草木之功，足以广仁爱，而佐粒食于不穷也已。且孟子曰：“五谷者，种之美者也。苟为不熟，不如莠稗。”兹采集野蔬以防岁歉，随处便于民取，岂非过于莠稗者乎？今所得若干余种，共四百数十种，皆予亲尝试之，分作草部二卷，木部一卷。次其品汇，别其性味，详其调制，并图其形而胪列之。即野叟山童一搜阅而知采茹焉，其于民用未为无补矣。因付之剞劂氏以广其传，而题之曰《野菜博录》。亦谓所遗者尚多，如茹芝、饵术、餐松实、服黄精，能引长年而辟谷者，虽有其理，而未征其事，则犹遗于索取之外，姑俟博雅君子一政之。天启壬戌仲春香林主人书于天都青莲庵中。

整理本序
整理说明
常见词总释
原书自序

卷一 草部

■ 叶可食 (140种)

- | | |
|----------|----------|
| 大蓝 /2 | 蛇床子 /23 |
| 大蓟 /3 | 山薺菜 /24 |
| 刺蓟菜 /4 | 米蒿 /25 |
| 山苋菜 /5 | 珍珠菜 /26 |
| 兔儿丝 /6 | 风轮菜 /27 |
| 粉条儿菜 /7 | 凉蒿菜 /28 |
| 歪头菜 /8 | 葛公菜 /29 |
| 红花菜 /9 | 八角菜 /30 |
| 舌头菜 /10 | 螺鳢儿 /31 |
| 匙头菜 /11 | 婆婆纳 /32 |
| 蛇葡萄 /12 | 节节菜 /33 |
| 水蓑衣 /13 | 野艾蒿 /34 |
| 拖白练苗 /14 | 堇堇菜 /35 |
| 酸桶笋 /15 | 地槐菜 /36 |
| 瓠菜 /16 | 老鹤筋 /37 |
| 和尚菜 /17 | 金刚刺 /38 |
| 鹿蕨菜 /18 | 狗筋蔓 /39 |
| 山芹菜 /19 | 耐惊菜 /40 |
| 胡苍耳 /20 | 地棠菜 /41 |
| 水葫芦苗 /21 | 蚰蛄菜 /42 |
| 马兰头 /22 | 野粉团儿 /43 |

- | | |
|-----------|-----------|
| 金盏儿花 /44 | 野生姜 /76 |
| 𧄸蓬 /45 | 水辣菜 /77 |
| 虎尾草 /46 | 变豆菜 /78 |
| 野蜀葵 /47 | 委陵菜 /79 |
| 郁臭苗 /48 | 麦蓝菜 /80 |
| 酸浆草 /49 | 白蒿 /81 |
| 山芥菜 /50 | 龙胆草 /82 |
| 紫香蒿 /51 | 猪牙菜 /83 |
| 鸡儿肠 /52 | 款冬花 /84 |
| 雨点儿菜 /53 | 篇蓄 /85 |
| 小虫儿卧单 /54 | 薄荷 /86 |
| 野西瓜 /55 | 苜蓿 /87 |
| 草零陵香 /56 | 漏芦 /88 |
| 水落藜 /57 | 仙灵脾 /89 |
| 独行菜 /58 | 桔梗 /90 |
| 山蓼 /59 | 连翘 /91 |
| 野茴香 /60 | 婆婆指甲菜 /92 |
| 野同蒿 /61 | 马兜铃 /93 |
| 前胡 /62 | 后庭花 /94 |
| 透骨草 /63 | 芸台菜 /95 |
| 绞股蓝 /64 | 鲫鱼鳞 /96 |
| 鸡肠菜 /65 | 青英儿菜 /97 |
| 水苏子 /66 | 苦荬菜 /98 |
| 鹅儿肠 /67 | 荇菜 /99 |
| 六月菊 /68 | 山白菜 /100 |
| 费菜 /69 | 南芥菜 /101 |
| 紫云菜 /70 | 牻牛儿苗 /102 |
| 鸦葱 /71 | 毛女儿菜 /103 |
| 水棘针苗 /72 | 山小菜 /104 |
| 沙蓬 /73 | 小桃红 /105 |
| 川芎 /74 | 黄耆 /106 |
| 防风 /75 | 威灵仙 /107 |

- | | |
|----------|-----------|
| 地花菜 /108 | 回回蒜 /125 |
| 耧斗菜 /109 | 香茶菜 /126 |
| 青杞 /110 | 薔藤 /127 |
| 车轮菜 /111 | 山宜菜 /128 |
| 金盏菜 /112 | 牛耳朵菜 /129 |
| 泥胡菜 /113 | 水芥菜 /130 |
| 豨莶 /114 | 山苦荬 /131 |
| 泽泻 /115 | 水葛苣 /132 |
| 旋覆花 /116 | 驴驼布袋 /133 |
| 风花菜 /117 | 苦麻 /134 |
| 花蒿 /118 | 春踏菜 /135 |
| 獾耳菜 /119 | 荞麦苗 /136 |
| 兔儿伞 /120 | 山黑豆 /137 |
| 大蓬蒿 /121 | 黄豆苗 /138 |
| 泽漆 /122 | 赤小豆 /139 |
| 茴香 /123 | 油子苗 /140 |
| 石芥 /124 | 刀豆苗 /141 |

卷二 草部

■ 叶可食 (76种)

- | | |
|----------|-----------|
| 地锦苗 /144 | 辣辣菜 /155 |
| 星宿菜 /145 | 杓儿菜 /156 |
| 萱草花 /146 | 佛指甲 /157 |
| 石竹子 /147 | 地榆 /158 |
| 山甜菜 /148 | 葛勒子秧 /159 |
| 剪刀股 /149 | 铁扫帚 /160 |
| 夏枯草 /150 | 羊角苗 /161 |
| 鼠菊 /151 | 尖刀儿苗 /162 |
| 绵丝菜 /152 | 杜当归 /163 |
| 茴蒿 /153 | 燕儿菜 /164 |
| 竹节菜 /154 | 黄鹌菜 /165 |

- | | |
|-----------|-----------|
| 干屈菜 /166 | 狗掉尾苗 /193 |
| 香春菜 /167 | 粘鱼须 /194 |
| 女娄菜 /168 | 蝎子花菜 /195 |
| 嫩叶青 /169 | 野园荑 /196 |
| 兔儿酸 /170 | 铁杆蒿 /197 |
| 扯根菜 /171 | 水蔓菁 /198 |
| 蓼芽菜 /172 | 荆芥 /199 |
| 水蕲 /173 | 滑藤菜 /200 |
| 火焰菜 /174 | 蕨菜 /201 |
| 山葱 /175 | 野韭 /202 |
| 兔儿尾苗 /176 | 背韭 /203 |
| 牛妳菜 /177 | 紫豇豆苗 /204 |
| 香菜 /178 | 豇豆苗 /205 |
| 山莴苣 /179 | 眉儿豆苗 /206 |
| 鸡冠菜 /180 | 苏子苗 /207 |
| 牛尾菜 /181 | 地踏菰 /208 |
| 白屈菜 /182 | 马齿苋 /209 |
| 白水苕苗 /183 | 乌英 /210 |
| 姊娘蒿 /184 | 水春苔 /211 |
| 山梗菜 /185 | 玉带春苗 /212 |
| 柴胡 /186 | 毛连菜 /213 |
| 藁本 /187 | 水马齿 /214 |
| 邪蒿 /188 | 雀舌菜 /215 |
| 葵菜 /189 | 银条菜 /216 |
| 孛孛丁菜 /190 | 苦苣菜 /217 |
| 遏蓝菜 /191 | 丝瓜苗 /218 |
| 独扫苗 /192 | 芝麻 /219 |

■ 茎可食3种

- | | |
|----------|----------|
| 水慈菰 /220 | 黑三稜 /222 |
| 苕丝菜 /221 | |

■ 茎叶可食 2 种

凤仙花 223

蒹草 224

■ 根可食 28 种

菽蓲根 225

萎蕤 239

鸡儿头苗 226

沙参 240

山蔓菁 227

菖蒲 241

山萝卜 228

野胡蘿蔔 242

百合 229

金瓜儿 243

天门冬 230

绵枣儿 244

苍术 231

地参 245

苕根 232

细叶沙参 246

土圉儿 233

地瓜儿苗 247

葛子根 234

甘露儿 248

鸡腿儿 235

獐牙菜 249

老鸦蒜 236

野山药 250

章柳根 237

茅芽根 251

麦门冬 238

芭蕉 252

■ 实可食 24 种

龙芽草 253

山黧豆 262

泼盘 254

山扁豆 263

蒺藜子 255

胡豆 264

地稍瓜 256

野豌豆 265

鸡冠果 257

踯豆 266

马脰儿 258

棘子 267

鸡眼草 259

野黍 268

燕麦 260

回回米 269

锦荔枝 261

川谷 270

稗子 /271	莠草子 /274
穆子 /272	回回豆 /275
地角儿苗 /273	山葇豆 /276

■ 叶实可食 20 种

荏子 /277	猪尾把苗 /287
荠菜 /278	土茜苗 /288
羊蹄苗 /279	御米花 /289
姑娘菜 /280	山丝苗 /290
米布袋 /281	苍耳 /291
王不留行 /282	蓬子菜 /292
胡枝子 /283	丁香茄儿 /293
天茄儿苗 /284	舜芒谷 /294
紫苏 /285	灰菜 /295
白薇 /286	苦马豆 /296

■ 花叶可食 4 种

望江南 /297	大蓼 /299
金银花 /298	菊花 /300

■ 根花可食 2 种

何首乌 /301	葛根 /302
----------	---------

■ 根叶可食 14 种

牛皮消 /303	草三奈 /307
地黄苗 /304	野蔓菁 /308
黄精苗 /305	牛旁子 /309
远志 /306	杏叶沙参 /310