

土生文化系列丛书

土生说字

养

养生篇

李士生 著

人民日报出版社





# 士生禱字

養生篇

李士生著

人民日報出版社

图书在版编目(CIP)数据

土生说字·第二部·养生篇/李土生著

—北京:人民日报出版社,2006.12

ISBN 7-80208-431-8

I.土... II.李... III.汉字-通俗读物

IV.H12-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第115286号

书 名: 土生说字-养生篇

---

作 者: 李土生

责任编辑: 田玉香

设计排版: 萧 健

---

出版发行: 人民日报出版社

社 址: 北京市朝阳区金台西路2号

邮政编码: 100733

发行热线: (010) 65369527 65369529

编辑热线: (010) 65369525

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市达利天成印刷装订有限责任公司

---

开 本: 787 x 1092 1/16

字 数: 925千字

印 张: 91印张

印 数: 1—5000

印 次: 2006年12月第一版 第一次印刷

---

书 号: ISBN 7-80208-431-8/Z.020

总 定 价: 150.00元(共5册)

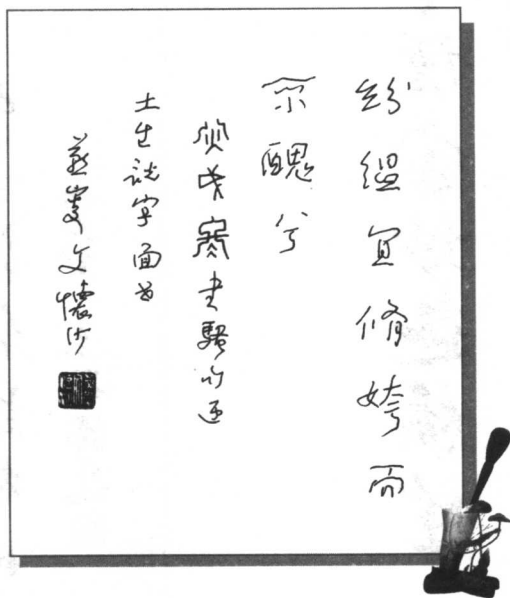
**版权所有, 不得翻印!**

# 字中有道

向守志  
上将  
题

——原南京军区司令员向守志上将题“字中有道”

国学大师文怀沙先生题  
纷纭宜修姱而不醜兮  
丙戌冬书骚句迎土生说字面世



## 汉字是人类共有的财富

土生先生嘱书

项怀诚 二〇〇六年七月三日

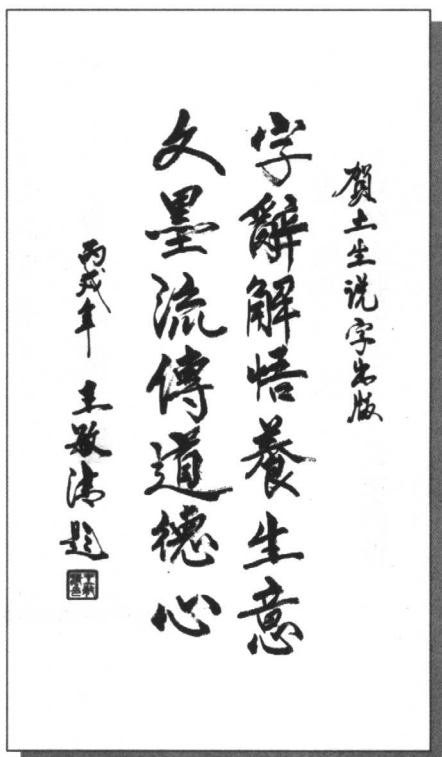
——原财政部长、现全国社会保险基金理事长  
项怀诚先生题“汉字是人类共有的财富”

——漫画家方成先生  
题“土生说字，妙趣横生”



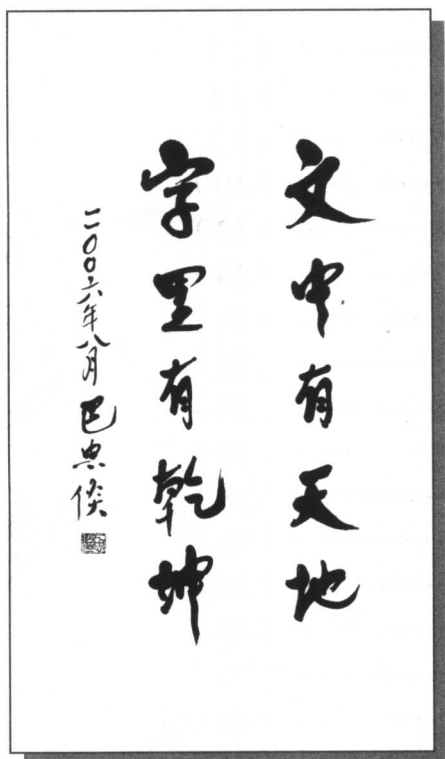
方成

土生说字妙趣横生



——原中央保健局局长王敏清先生  
题“字辞解悟养生意，  
文墨流传道德心”

——原武警总部司令员巴忠倓将军  
题“文中有天地，字里有乾坤”



智藏漢字 漢字藏智

賀士生說字出版

成中英 二〇〇六年首



——美国哈佛大学哲学博士  
国际易经学会会长  
国际东西方大学校董会总监  
成中英先生  
题“智藏汉字，汉字藏智”



# 序

古老的汉字，在中华大地上已经延续了四五千年，至今犹保持着旺盛的生命力，而世界上与其同样性质的其它几种古文字都早已消失。作为象形表意文字，汉字在人类文化宝库中可谓硕果仅存。汉字不仅是汉语的书写符号，而且是一种文化信息载体，这是汉字独有的文化特色。

经过数千年的沿革和发展，汉字积蓄了极其丰厚的文化底蕴，这是拼音文字所无法比拟的。汉字本身已经成为一种公认的文化系统。书法、碑刻、篆印、诗词、楹联、灯谜，乃至识字、解字、说字、测字等，无不发散着浓厚的传统文化气息。汉字蕴藏了中华民族的价值观念、思维方式、审美情趣、历史渊源、风俗习惯等诸多文化信息。说汉字是中华传统文化基因，一点也不为过。

汉字学在古代谓之小学，古人将其置于经学的



崇高地位，视为读书人的必修之课。东汉时期许慎对汉字进行了第一次大规模的结集整理，编纂成不朽巨著《说文解字》。自此以后，汉字的研究，大多遵循着许氏的轨迹进行。近百年来，由于西方文化的巨大冲击，汉字研究受到西方语言学研究的影响，多在语法、语音层次上徘徊，未能展现出汉字的传统特色和文化实质。盖因西语有词而无字，其拼音字母仅是语言的从属产物，故西方没有文字学。以西方表音文字的理论来比量汉字，把汉字与西文的不同之处一概视为落后，只能导致对汉字的否定。因此，一百多年来，以淘汰汉字为目标的汉字改革运动，一直主导着汉字研究。直至二十世纪八十年代后期，汉字学研究在改革开放大潮的推动下，才艰难地迈出了创造性的一步，一门新的学科——汉字文化学由此诞生了。在综合继承汉字音、形、义研究成果的基础上，汉字研究不断向历史和社会纵深层次延展，直指其文化内蕴，并获得了累累硕果。尽管有些成果还不够成熟，甚至带有生涩的滋味，但毕竟已突破了古人和洋人的局限，进入“久在樊笼里，复得返自然”的境界。







为进一步全面系统地探索、发掘和揭示汉字的文化意蕴，弘扬中国传统文化，吾友李土生先生撰写了《土生说字》系列丛书。这部丛书对常用字、次常用字和通用字等进行分类讲析，其规模和深度远远超出同类专著。《土生说字》在融汇前人成果的基础上，采用全方位的视野和辩证的思维方法，引入社会、历史、人文和逻辑理念，对每个字予以独特、新颖和全面系统的阐述。它上溯字源，下掘新意；纵谈万事万物，直抒人文人生；既具知识性、学术性，又具艺术性、趣味性，既不割断历史，又不脱离现实，可谓熔社会、历史、文化、人生于一炉，创一家之言，兼百家之长，形神兼备，图文并茂，用简识繁，交古融今。值当今汉字学“柳暗花明又一村”之际，世人正以崭新的目光重新审视汉字，重新解读汉字，国内外学习汉字的热潮正在兴起。《土生说字》的问世，可谓应运而生，恰逢其时，为汉字艺苑又添一枝奇葩。实乃中华汉字学一大幸事！

李土生先生以弘扬祖国传统文化为己任，创立了北京土生文化发展有限公司。他常说：“没有传统支撑，现代文化只能是无本之木，





无源之水。”

我们提倡“以热爱祖国为荣”，如果丢掉了祖先留下的文化而数典忘祖，甚至欺师灭祖，“爱国”二字还从何谈起？没有历史和文化认同，安能培养出爱国主义精神？我赞赏土生之处，就在于他有着浓郁的民族情怀和深厚的人文修养。本书是土生弘扬中国传统文化的又一力作。书名所以曰“说字”，而不曰“字典”，盖“典”者，典范准则也；“说”则是仁者见仁，智者见智，非典则也。倘若读者在阅读此书时能获得一定的文化启示和精神陶冶，品味出中国传统文化的博大精深，即已遂作者之心愿。

吉文辉

2006年5月18日于南京



# 前言

汉字是一种象形表意文字，相比以字母为载体的表音文字，具有以下两大特点：一是形体上的可视性，二是概念上的意象性。形体上的可视性，为我们从字形上把握字义提供了一条有效的途径；概念上的意象性，为我们提供了文化联想的巨大空间。

通常认为，文字是记录语言的书面符号，这没错。但这是西方语言学给文字下的定义，并不完全适合汉字。近百年来，国内诸多语言学家认定这一结论，并把它生搬硬套地安在汉字头上。这种削足适履的做法导致了对汉字特色和汉字文化意蕴的漠视和否定，其负面影响至今未能消除。

汉字具有记录语言的功能，但又不局限于这一功能。文字通过视觉加以识别，是手眼





的合作；语言则通过听觉加以识别，是耳口的合作。汉字通过视觉不仅能区分字形，而且在某种程度上还能够直接显示一定的字义，这是拼音文字所不具备的。如“消”、“销”、“道”、“硝”、“削”、“绡”等字，单从读音上，如何区分？汉字造字基本方法除象形外，指事、会意、形声均不离形，独体成文。汉字是音形义三位一体，其不仅具有形值，而且具有音值，同时还包含义值，这是表音文字无法达到的效果。三者之中，形值是基础。言出音消，字落形存。文化的传承，文字所起的作用应大于语言。古人很早就明白了这个道理，故汉字重形不重音。这就是汉字能不受八方异域古今百代语言差异的影响，而独立发展数千年的关键所在。这种视觉与听觉并重的文字，对人们思维功能的锻炼往往优于视觉依附听觉的文字，这也是汉字的一大特色。

汉字的可视性，主要表现为见形而知义。汉字的基本形态是象形，如天上日月，地上山水，鸟兽之形，草木之状，人体之耳目，器物之车舟等等，最基本的汉字几乎都源于象形。许慎在《说文解字》中指出：“仓颉之始作





书，盖依类象形，故谓之文；其后形声相益，即谓之字。文者，物象之本；字者，言孳乳而浸多也。”许氏说得很明确，象形是文字的本源，形声是在象形的基础上衍生扩展出来的。古人造字往往从最贴近现实生活的事物开始，这是符合人类文明发展逻辑的。汉字之所以能与中国传统文化水乳交融，浑然一体，也得益于这种以形表意的功能。

汉字的意象性，表现为它的基本概念大多带有类称属性，既非确指，又不离确指，形成一种介于具指与虚指之间的状态。如“车”字，它虽不是确指汽车、火车、马车、风车、战车、缆车、自行车、摩托车，但又离不开这些车。离开这些具体的车，“车”字就失去了意义。传统哲学的核心概念，如阴阳、五行、天干、地支、八卦等都是典型的意象概念，这也是中国传统思维的一大特色。所谓意象，就是客观上的形象、现象、物象等与主观上的分析、归纳、综合、联想等意识活动相结合的产物。

由于汉字象形表意，使其相对于语言来说就具有较强的独立性，这是附丽于语言的表





音文字所不可比拟的。正是这一独立性，才使汉字免去了因东西南北的方言不同而像欧洲那样变成了各种不同文字的后果。另外，汉字意象超时空的灵活性，使汉字具有极强的构词功能。因此，常用汉字始终保持在3000—4000个左右，没有出现表音文字那种单词递增失控的现象。

在上世纪初，研究东方文化多年的美国人芬诺罗萨认为：“中国每一字之源流，观此字即知之，虽隔数千载，而其隐喻进展之迹，犹显而易见，且或即存于其字之意义中焉。”英国汉学家李约瑟也认为：“因为字的形制是以图画象形为主，所以我们还可以从联想上寻绎它们的意义和相互关系。”正是汉字本身所具有的可视性和意象性，使我们得以透视它所包涵的极其丰厚的传统文化和古代文明。我们可以透过汉字的语源和演变，看到古代哲学的内涵及思维方式；可以从汉字的结构，探求传统文化的礼仪制度和人文底蕴。古人认为：“盖文字者，经艺之本，五政之始，前人所以垂后，后人所以识古。”这也正是本书撰写的出发点和立足点。





中国传统文化，有文字记载者已五千余年，可谓源远流长，博大精深。胡锦涛主席2006年4月21日在美国耶鲁大学演讲时指出：

“中华文明是世界古代文明中始终没有中断、连续五千多年发展至今的文明。中华民族在漫长历史发展中形成的独具特色的文化传统，深深影响了古代中国，也深深影响着当代中国。”“在五千多年的历史长河中，中华民族为人类文明进步作出了巨大贡献。”这是对中国传统文化历史地位和历史价值的高度概括和充分肯定。中国传统文化不仅是中国人民，也是全世界人民的宝贵财富，她所包含的深邃、睿智、宽容、大度的精神内蕴，始终是中华民族艰苦奋斗、自强不息的原动力，也是我们建设和谐社会必不可少的精神源泉。对祖先留给我们的这份宝贵的文化遗产，我们没有任何理由不珍惜她、呵护她、继承她、弘扬她。

汉字作为传统文化的一个重要组成部分，一个记录着五千年历史文化的形象载体，绝不像西方拼音字母那样简单。通过汉字，我们可以与传统文化亲切对话、直接交流、友情沟通，并进行无限联想。通过汉字的形体、构





件，乃至笔画、读音，来分析汉字的内涵及其丰富的人文意蕴，并通过汉字，展现恢弘博大的中国传统文化无穷魅力，这就是本书编写的宗旨。之所以把书名定为“说字”，说明并非单纯的汉字训诂考证。书中有一些拆字方法和联想方式，尤其是赋予汉字新的、具有时代特色的文化内涵，并不一定完全符合传统文字学的规范。因为我的本意毕竟不在于做汉语文字学的学术研究。诸多不妥之处，尚企读者不吝指正，以使汉字这份宝贵的文化遗产得以继续发扬光大。

李士生

2006年12月10日於北京



# 目录

序 .....	(1)
前言 .....	(5)
癌 .....	(1)
病 .....	(4)
补 .....	(7)
畅 .....	(10)
吃 .....	(12)
愁 .....	(15)
丹 .....	(18)
淡 .....	(21)
调 .....	(24)
耄 .....	(26)
动 .....	(28)
妒 .....	(31)
锻 .....	(34)
乏 .....	(37)
烦 .....	(39)
防 .....	(41)
房 .....	(44)
涵 .....	(47)
寒 .....	(50)
喝 .....	(53)
和 .....	(55)

