

药草芬芳

发现中医药之美

管弦

著



人民教育出版社

药草芬芳

发现中医药之美

管弦

著



人民出版社

责任编辑：刘敬文

版式设计：周方亚

责任校对：吕 飞

图书在版编目（CIP）数据

药草芬芳 / 管弦 著. — 北京：人民出版社，2017.3

ISBN 978-7-01-017013-8

I. ①药… II. ①管… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2016）第 294736 号

药草芬芳

YAOCAOFENFANG

管 弦 著

人民出版社 出版发行

（100706 北京市东城区隆福寺街 99 号）

北京新华印刷有限公司印刷 新华书店经销

2017 年 3 月第 1 版 2017 年 3 月北京第 1 次印刷

开本：880 毫米 × 1230 毫米 1/32 印张：10.5

字数：220 千字 印数：0,001—6,000 册

ISBN 978-7-01-017013-8 定价：39.00 元

邮购地址 100706 北京市东城区隆福寺街 99 号

人民东方图书销售中心 电话：（010）65250042 65289539

版权所有·侵权必究

凡购买本社图书，如有印制质量问题，我社负责调换。

服务电话：（010）65250042

自序

我一直在想，要写一些有用的东西，不作无病呻吟。

现在，我写的她们，就是有用的。

她们，组成了《药草芬芳》这本探索传统中医药和自然、历史、美学、文学奥秘的书，《药草芬芳》也获评湖南省作家协会 2016 年度重点扶持作品。

我是 2011 年开始这本书的写作的，花了大量的心血，考察实物、验证实效、查阅史料文献。我把天地间花草树木等的形态、特点、功效、文化、传说，以及自己的各种实践、认知和感触等，融合在书中的每一篇文章当中，力求达到优美而实用的效果，从而有利于身心健康，对读者有所帮助。

那一味味中草药，是精灵儿，她们精妙绝伦地萦绕着我，让我自甘辛苦、充满感情地读她，写她，爱她，懂她。我清楚地看见她们，盈着笑脸，唱着歌儿，飘摇着，款款地向我走来。她们深情地热烈地拥住了我。我总是忍不住潸然泪下。这是我们应当记住并善待的珍宝。

是的，人们越来越注重养生和保健，国家也越来越重视中医药的发展了，屠呦呦老师的获奖，让我们看到中医药的广阔前景。国务院新闻办发布的《中国的中医药》白皮书，向世界展示了中国中医药发展状况。而全国人大常委会颁布的《中医药法》，更是从法律层面确立了中医药的地位。在不断的实践中，我发现我这类用散文化语言讲述中医药之美的文章，有着较为广泛的市场基础、较好的社会效益。我学过医，能够保证文章中医案、事例、疗养方法等的专业性、准确性和客观性。当然，若是患病，仍需谨遵医嘱，进行综合性的检查与治疗。

至出版之时，我已写了100多篇，在《光明日报》《羊城晚报》《天津日报》《湖南日报》《西藏日报》《四川日报》《华西都市报》《中国医药报》《中国旅游报》《散文》《创作与评论》《散文百家》《湖南文学》《散文选刊》等国家和省级报刊上发表了90余篇，在多家省市报刊上开设专栏“植物弦歌”“本草物语”“发现中医药之美”等，文章多次被《散文（海外版）》《中外文摘》《意林》等报刊转载。

我精选了82篇入书，分成7个板块：“繁花似锦”主要写花，“生生不息”主要写草，“金枝玉叶”主要写枝叶，“绿野仙踪”主要写根茎，“衔华佩实”主要写果实，“树影婆娑”主要写树木，“有风来仪”主要写一些关联之物。

我会继续坚持这类写作和学习。我常常利用业余时间，无偿地去药店、诊所等处帮忙，开方、配药、煎制等，还跟随一些老医者进山采药、辨药、制药等，并多次应邀到高校、企业

等机构进行主题为“发现中医药之美”的授课。我不断请教，不断拥有并更新专业知识和实践技能。我和自然界中这些美丽的生命站在了一起。

所以，亲爱的朋友，我想请你也来读一读她们，你一定会和我一样，爱上她们。

而她们，早已扎根于广袤而厚实的土地上，在深邃而悠长的时空中，傲然盛开。

管弦

2017年1月

目 录

自序 /001



FANHUA SIJIN

繁花似锦

- | | | | |
|---------|----------|----------|----------|
| 芍药 /003 | 水仙 /007 | 桃花 /010 | 甘菊 /014 |
| 石榴 /018 | 茉莉花 /022 | 栀子花 /025 | 郁金香 /028 |
| 牡丹 /032 | 金银花 /035 | 桂花 /039 | 丁香 /043 |
| 萱草 /046 | 油菜花 /051 | 格桑花 /055 | |



SHENGSHENG BUXI

生生不息

- | | | | |
|----------|----------|-----------|----------|
| 蒲公英 /061 | 兰草 /065 | 徐长卿 /068 | 刘寄奴 /072 |
| 益母草 /075 | 车前草 /078 | 水性杨花 /082 | 韭菜 /085 |
| 黄芪 /089 | 书带草 /092 | | |



JINZHI YUYE

金枝玉叶

艾 叶 /097	马齿苋 /101	紫 苏 /104	紫贝菜 /108
鱼腥草 /112	石 斛 /116	蓴 荑 /120	钩 吻 /123
毒 芹 /126	商 陆 /129		



LUYE XIANZONG

绿野仙踪

黄 连 /135	天 麻 /139	百 合 /143	远 志 /147
仙人掌 /150	生 姜 /154	三 七 /158	当 归 /162
大 蒜 /166	红 薯 /170	芦 荟 /174	芎 藭 /178



XIANHUA PEISHI

衔华佩实

苍 耳 /185	栗 /189	豆 蔻 /193	南 瓜 /196
木 瓜 /200	薏苡仁 /204	榴 莲 /209	菠 萝 /213
猕猴桃 /217	橘 子 /221	芝 麻 /225	黄秋葵 /229
枸 杞 /233	龙 眼 /237	柚 子 /241	



SHUYING POSUO

树影婆娑

- 香樟树 /247 竹 子 /251 银 杏 /256 侧 柏 /260
红豆杉 /264 香椿树 /268 杜 仲 /271 杨 柳 /274
花 椒 /278 茱 萸 /282



YOUFENG LAIYI

有风来仪

- 狗尾巴草与牵牛花 /289 凤仙花与凤凰 /293 山楂与墨 /297
茶藨与木香 /301 樱桃与甘蔗 /305 向日葵与太阳 /309
含羞草与合欢树 /312 白头翁与黄柏 /316 月季与玫瑰 /320
酒与葛花 /324



繁花似锦

FANHUA SIJIN

这是繁茂盛开的花儿，在清风疏雨的朗润下，欣欣
靚地张开了眼。红的像火，粉的像霞，白的像雪。她们，
是植物精华，含有各种生物甙、植物激素、花青素、香精
油、维生素和微量元素等，能够疏通脉络，改善血液循
环，护肌肤，润颜色。看，那样的娇容、甜美、清香，都
在温润透明的空气里，酝酿着，欢腾着。



—
药草芬芳
—

SHAORYAO

芍药

芍药，真是美的。

那或红或白的花瓣儿，层层叠叠地相挨在一起，密密然地簇拥着花蕊儿，圆融，紧凑，大气，像天边的彩霞，映衬着春日的笑脸。娇嫩艳丽、妩媚多姿的模样儿，流淌着无限的温柔。

就连很少从花的容貌上表达赞扬的明代医药学家李时珍也在《本草纲目》中说：“芍药，犹绰约也。绰约，美好貌。此草花容绰约，故以为名。”她花大色艳，还被称为“娇容”“余容”。

据说，芍药不是凡花种，她和牡丹一样，是某年人间瘟疫、玉女或者花神为拯救世人从王母娘娘那儿盗下的仙丹。这被撒到人间的仙丹，一些变成了木本的牡丹，另一些变成了草本的芍药。她们确实都是可以治病救人的，芍药至今还带有“药”字呢。而且，由于她们都国色天香，更是备受人们青睐，牡丹被誉为“花王”，芍药被誉为“花相”，位列草本之首。



芍药花

芍药还是中国的爱情之花，现在也是“七夕节”这中国“情人节”的代表花卉，在国外还有“花中皇后”的美称。她那楚楚动人的情态，的确让人生出许多爱怜和不舍，古代男女交往，就常常以芍药相赠，表达结情

之约或惜别之意。别离之时，多情女子总爱将芍药赠予心上郎君。想来，在那执手相看泪眼、无语凝噎之时，有美丽的芍药相依相伴，是多么令人心动的慰藉啊。芍药又因此而被称为“将离”。君将离去，我心悠悠。多情女子就是这样借芍药的药性来表明自己的心情，微寒中透着些许心酸。

这微寒小酸的芍药对于女子也确实有特别的关怀，她能够滋阴补血、益气安神、解痉止痛、镇静消炎，还被称为“女科之花”。她有白芍和赤芍之分，白的花是白芍，红的花是赤芍，“根之赤白，随花之色也”。尤其是白芍，更是女科良药。传说，东汉末年医药学家华佗的妻子就得过她的恩惠。

当年，华佗为了方便而全面地研究中草药，在自己住宅前建了一个药园，种药草、建药房，向人们传授技艺。一次，华佗得到一位外地人送来的一颗芍药籽，他就把它种在药园。他仔细研究了芍药的叶、茎、花，觉得没有什么可做药用，也就没有特别关注了。甚至华佗的妻子见芍药好看，提醒

华佗留意，华佗都没有放在心上。之后的某一天，华夫人血崩腹痛，用过好些药都不见好转。望着窗外的药园，华夫人突然想起还没用过芍药，便瞒着丈夫，挖起芍药根煎水喝了。不过半日，腹痛渐止，又服了二日，其病全无。华夫人把此事告诉了华佗，华佗才意识到自己忘记研究芍药的根了，真是委屈了芍药。华佗对芍药的肉质块根做了细致的研究和试验，发现她可作多用：生品长于平肝、益气，麸制长于养血、敛阴，酒制长于活血，碳制长于止血。由此，芍药就被广泛地使用了。

美得精致、美得华实的芍药就这样留在了人间，这令人想起了唐代诗人王勃那佳句迭出的《滕王阁序》，“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”，隽永悠长，用在芍药身上都是适合的。只是可惜，在那落花飘摇着的影子中，远去了史湘云。



芍药

最能将芍药之美展现到极致的，就是清代文学家曹雪芹所著《红楼梦》中的史湘云啊。那醉情溢言、酡红沉梦的日子里，那一袭清风中，她醉眠芍药茵，吐气若兰，香梦沉酣。她枕着一包用精美的手帕包了的芍药花瓣，任四方芍药飞满一身，手中精巧的扇子也被落下的芍药花瓣掩埋过半。一群群蝴蝶、蜜蜂热热闹闹地飞来飞去，她们围着芍药，绕着史湘云。她们一定认为，史湘云就是和芍药一样美丽的花。

美人如花花满天的场景，生生地炫疼了多少人的眼睛啊。清朗的悠远、飞动的飘逸、馥郁的清香、浪漫的柔美，还有漫不经心的和谐，无一不展示着人花合一的美妙与神奇。

是的，美人儿都是和着芍药出现的，她们原本为一体。仿佛几缕飞云，悄然生动；又犹如远方篷船里透出的灯光，隐约着许多温暖，印记着了无痕迹的瑰丽。这，就是芍药永远的形象。



SHUIXIAN

水仙

我曾经养过水仙。

我把她放在盛有清水的浅盆中，在水里放上几颗浅黄淡白的小石子。我看着水仙像大蒜子一样的底盘，亭亭玉立于清波之上。她的身体慢慢地张开翅膀，露出绿色的嫩叶，开出白色有着黄蕊的小花。

那时，我还很小，住在集体宿舍里。寒冬时节，百花凋零，而水仙花花叶俱在。因为有了水仙的陪伴，室内便有了足够的温暖和清香。常常有人来宿舍坐，看花，聊天。人和花，都欢喜着，交相辉映。

水仙别名金盏银台，早在宋代就已受人注意和喜爱。记载漳州历史、经济、文化信息的典籍《漳州府志》记载，明朝航海家郑和在明初出使南洋时，漳州水仙花就已经被当作名花而远运外扬了。元代学者程棨的《三柳轩杂识》谓水仙为花中之“雅客”，她的花语有两说，一是纯洁，二是吉祥。

水仙无疑是属于一切爱美的人，据说她是希腊神话中的



水仙

美男子纳西塞斯变成的。纳西塞斯刚出生就被神预言：会是天下第一美男子，只要不看见自己的脸就能一直活下去。为了逃避神谕的应验，纳西塞斯的母亲刻意安排儿子在山林间长大，远离溪流、湖泊、大海，不让纳西塞斯

看见自己的容貌。长大后的纳西塞斯的确俊美非凡，是天下第一美男子。见过他的女子，无不深深地爱上他。然而，纳西塞斯性格高傲，对于倾情于他的女子不屑一顾。追求者们生气了，要求众神惩罚他。爱神阿弗洛狄忒怜惜纳西塞斯，把他化成清幽脱俗而高傲孤清的小花，盛开在有水的地方，让他永远看着自己的影子。

这花儿即是水仙。

其实，纳西塞斯只是没有遇见可以来爱的人。貌似高傲的人，往往有一颗善良多情、敏感孤独的心。而对那些因爱生恨的人，也幸亏没有爱上。世界这么冷，谁还可以爱？既然没有爱，脆弱给谁看？爱自己，还真的是最好的。在西方，水仙花的意译便是“恋影花”，也因为纳西塞斯的故事，人们用水仙花来形容那些异常喜爱自己容貌、有自恋倾向的人。

由此，水仙更有特色了，真的就是水中的仙子。她独善其身，不能容忍脏毒，还能祛风除毒，但凡她盛开之处，水总是