

中医药院校特色通识教育读本

字缘中医

ZIYUAN ZHONGYI

任宏丽 彭卫华◎主编



全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

中医药院校特色通识教育读本

字缘

中医

任宏丽
彭卫华 主编

中国中医药出版社
· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

字缘中医 / 任宏丽, 彭卫华主编. —北京: 中国中医药出版社, 2016.5
(中医药院校特色通识教育读本)

ISBN 978-7-5132-2777-3

I. ①字… II. ①任… ②彭… III. ①汉字—研究 ②中国医药学—文化研究 IV. ①H12 ②R2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第233694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 01064405750

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 710×1000 1/16 印张 10 字数 128千字

2016年5月第1版 2016年5月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-2777-3

*

定价 29.00元

网址 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 01064405720

购书热线 01064065415 01064065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

《中医药院校特色通识教育读本》

编审委员会

主 任 严世芸（上海中医药大学）
 王 键（安徽中医药大学）
常务副主任 胡鸿毅（上海中医药大学）
委 员（按姓氏笔画排序）
 马铁明（辽宁中医药大学）
 王 飞（成都中医药大学）
 王国辰（中国中医药出版社）
 文 庠（南京中医药大学）
 田岳凤（山西中医学院）
 刘平安（湖南中医药大学）
 杨天仁（黑龙江中医药大学）
 李 勇（成都中医药大学）
 来平凡（浙江中医药大学）
 应小雄（上海科学技术出版社）
 陈建南（广州中医药大学）
 周桂桐（天津中医药大学）
 郝东明（长春中医药大学）
 唐梅文（广西中医药大学）
 唐德才（南京中医药大学）
 梁沛华（广州中医药大学）
 蒋希成（黑龙江中医药大学）
 翟双庆（北京中医药大学）
 滕佳林（山东中医药大学）
秘 书 何文忠（上海中医药大学）
 储全根（安徽中医药大学）

《字缘中医》

编委会

主 编

任宏丽 彭卫华

副主编

薛 辉 颜 彦

编 委

（以姓氏笔画为序）

曲如意 任宏丽 陈嘉峤

袁开慧 倪露露 彭卫华

颜 彦 薛 辉

插 画

马麟胤

总前言

《中医药院校特色通识教育读本》是由上海中医药大学联合安徽中医药大学作为发起单位，依托全国中医药高等教育学会教学管理研究会及教育科学研究会这一平台，吸纳相关中医药院校的专家共同完成。本系列读本首批出版9种，以后将逐步推出后续读本。

通识教育（博雅教育）的目的在于造就博学多识、通权达变、通情达理、眼光长远且兼备多种才能与优美情感的人才，属于高层次的文明教育和完备的人性教育。其核心在培养健全的“人”，其实质就是对自由与人文传统的继承。医乃仁术，更是人学。扎实的文化基础、良好的科学素养是培养卓越中医药人才的关键，也是目前院校教育亟待加强的薄弱环节。诸如“夫医者须上知天文，下知地理，中通人事”“博极医源，精勤不倦”“发皇古义，融会新知”“将贍才力，务在博见”等古训所言之意正是如此。因此，有必要从中医药人才职业发展特点出发，以优秀民族文化的独特视角，挖掘中医药文化的内核，帮助学生在成长过程中学会不断反思，唤醒其积极美好的“慧根”，真正静心思考生命的价值，从而最终达到个人发展、人格完善与职业终极目标的有机统一。

本系列读本围绕通识教育特点，以体现中医药院校学科特色为宗旨，立足中医药学科内涵规律及其独特的“审美”维度，在主题选取上既重视传统治学中有价值的瑰宝，又广泛涉及文学、历史、哲学和社会科学、

自然科学基础等各个领域，努力做到传统与现代、东方与西方、人文社会学与医学科学等诸多因素的协调融合，从经史子集、古今中医名家的诗词书画著作赏析、人与社会的关系、现代科技发展动态等几个维度出发，满足读者获取知识、提高素养的要求。读本在语言风格上力求雅俗共赏、饱含情趣、详于叙事、略于说明，体现“学习尽在其中、情怀尽在其中，故事尽在其中”的写作特色。

令人感动的是，严世芸教授、王键教授等中医教育大家怀着对中医药事业的强烈使命感亲自参与策划，同时，各位作者在繁忙的教学和科研工作之余，仍以一腔热情，组成跨校、跨学科的共同体，潜心投入读本编写之中。首批读本的编写历时两年余，其间召集各类研讨活动二十余次，其编写过程本身就创造了一次次沉淀学术、积极思辨、凝练共识的机会。在此，对各位前辈和同道致以崇高的敬意。

期待通过读本写作这一纽带，引发大家对中医药教育和医学事业的深度思考，尤其希望获得各位读者的学习心得和智慧贡献，以致教学相长，共同进步。

上海中医药大学副校长

胡鸿毅

全国中医药高等教育学会常务理事、教学管理研究会理事长

2014年9月

温 序

汉字是形音义的结合。其形有书法美，讲造型布局；其音通音乐美，有韵律节奏；其义富哲理美，蕴思想内涵。陈寅恪说：“依照今日训诂学之标准，凡解释一字即是作一部文化史。”（林木《品读汉字，品读中国文化》）如果说，中国优秀传统文化是人类历史发展的载体，那么作为这个载体上的文字，正是承载着中华民族数千年文明史、发展史的基本符号和工具，记录了人的主体意识的滥觞和变异，完成了集群博雅思维的传播和扬弃。换句话说，要了解一个民族的文化本始和发展态势，研究一种文化的内涵外延和前世今生，就不能不从文字上去下功夫。

中医学是我国优秀传统文化的有机组成部分，它随着文化进程的发生、变化而不断发展、进步。物同一理，对中医学的研究和传承，必须渗入文化的思维，真正从源头上认识它的本质。这些思维既包括历史的复原和历史的再现，也包含着历史的激活和历史的推动，几乎涵盖了继承与创新的全过程。与西方文化不同的是，中国文化的连续性和渐变性特质决定了立足继承和在此基础上有的放矢地进行创新是其发展方向。我们欣喜地看到，近年来，我国中医学者研究工作的主流正是朝着这一方向逐渐迈开坚实步伐的，上海中医药大学的任宏丽博士就是其中一位颇有作为的青年学者。她热衷于汉字与中医药文化关系的研究，用心挖掘蕴藏于汉字中的中医元素、中医内容、中医智慧及其间折射出的先民

们的思维方式、思维特点、思维优势，力图用近距离聚焦的手段去透视、抚摸深埋于这些文字背后的医学瑰宝。继《中医汉字解码》之后，她的这一部新书《字缘中医》很快又与读者见面了。

《字缘中医》一书，立足于“字”，重心在“缘”，所阐释的是汉字与中国社会文化、生命文化缘起之关系，与中医学认知理念、认知方法缘由之关联。作者从丰富的汉字中采撷出57个字——57朵芳华，尽情运笔泼墨，求本溯“缘”，透过一幅幅生动的历史画卷去剖析先民们曾经的历史沧桑，展示了中国古代历史文化的原始辉煌和发展轨迹。本书分为“阴阳五行”“身形意蕴”“天地之化”“病里乾坤”“药食芬芳”“未病先防”等六个部分，既具高品位的文化性和思想性，又有接地气的可读性和趣味性，使读者既徜徉于中华文化的广阔领域，享受美味的文化大餐，又在中医文化的特定课堂探幽览胜，品味多彩的医学盛宴。

全书行文隽洁，活龙活现地描述了汉字形义发生的来由；文辞敦厚，有证有据地考究了汉字形义变迁的历史。通过钩稽史实，深入解读汉字中大量包含着的古代生理观、疾病观、预防观和治疗观的事实，以把汉字中与中医学相关的复杂信息用现代的手法直观送进读者的视野。如“阳”字篇，从探究“阳”的来龙去脉，引申出阴阳学说在中医学中的含义；“木”字篇，从剖析中国古代农业社会背景下“木”作为特有元素的理由，说明生态与生存环境的关系；“舌”字篇，从表述“舌”所具有的一般功能，揭示中国传统文化中“节制”“有度”的伦理观；“枣”字篇，从勾勒枣的优美形态，解析古人“修道”“求仙”文化的奥秘。书中还注意结合通识教材的特点，或点评诗文，或解读名著，借助文学作品的赏玩性来提升表现主题的阅读趣味。如说到“寒”，开篇就从边塞诗人岑参的《白雪歌送武判官归京》引入，透过诗中对塞外雪景的生动描述，引起读者对“寒”的遐思；论及“茶”，则引用《红楼梦》第四十一回中“栊翠庵品茶”的场景，表现茶文化之清新、高雅的内在美。书中还通过

神话和历史故事，清晰理出汉字背后纵横交错的文化脉络。如“土”字篇，从中国“女娲造人”和西方“普罗米修斯”的神话故事破题，由此引申出黄土地上繁衍起来的汉民族对“土”元素不同寻常的眷恋之情。

唐代医家孙思邈曾言，医者“不读五经，不知有仁义之道；不读三史，不知有古今之事；不读诸子，睹事则不能默而识之；不读《内经》，则不知有慈悲喜舍之德；不读《庄》《老》，不能任真体运，则吉凶拘忌，触涂而生。至于五行休王，七曜天文，并须探赜。若能具而学之，则于医道无所滞碍，尽善尽美矣”（《备急千金要方》）。按照他的标准，对中医药文化的传承，若不从语言文字之学入手，是绝无其他蹊径可走的。的确如是，人类对文化继承和创新的要求越高，就越需要对语言文字研究不断细化、深化、精化。本书的作者正是本着对发扬中医药文化的热忱和责任，从最干涩的汉字研究做起，去扬起中医药文化的风帆，开拓中医药文化的沃野的。这种甘受寂寞，耐受考验，扎实攻关，集腋成裘的精神，在中医学振兴的今天尤其需要提倡。

“语言能够把我们带到复杂的层次，因为这，我们的生命才会深刻、幸福。”（王勉《欧阳江河与顾彬对话：我们的汉语受伤了》）年湮代远的历史，传续着汉字不变的风骨，又催化着汉字多变的风姿，“以不变应万变”，造就了汉文字、语言学既能固守阵地，又可与时俱进的古韵今风。对语言文字之学的研究，既不能忽略不同时代背景下词义延伸引出的新意，也不能不顾其固有规律，强行加给它不恰当的功能。任何理由造成的词义失真、语言失真的多米诺效应，对文化遗产的危害都是非常可怕的。《字缘中医》虽然对汉字与大中医、汉字与大健康的关系做了诸多有益的探索，但文字的凝固性与语境变迁可能造成的不对称问题、文字的一般性意义与中医学特殊性表达之间客观存在的距离问题等，使得这个学问很难做到极致。或许，这正是历史留给后学者进行承前启后研究的极好空间和极佳机遇，让他们在艰辛的寻觅、开掘中去施展才华。希望

宏丽博士和她的团队迎风而上，百尺竿头更进一步，能不断出新知、出新意、出新著。

读了《字缘中医》一书，思绪良多，顺手写下了这篇有感想、感受，也有感动、感慨的感言。作者要把它放在书的前面，那就滥充为序吧！

温书路

2015年8月16日于北京

前言

在中华历史长河中，中医药文化如同合浦明珠一样，始终闪耀着璀璨的光芒。然而中医药文化又深深植根于中国传统文化的坚实土壤中，需要中医界同仁和有识之士细心揣摩体会。本书即尝试在中医学与中国传统文化之间搭建起一座坚实的桥梁。

首先，在笔者看来，一个个人们喜闻乐见的普通汉字，就好似一个个美妙的音符，汇集成动人心弦的篇章，向我们讲述华夏文明的沧桑巨变。再换一个角度，这一个个汉字又好似一粒粒神奇的种子，在中医学的百草园里争奇斗艳，生长为美丽的花树，尽显迷人的魅力。所以，我们创作本书的目的，是希望从源至流，由字及医，描摹古老文字中折射出的传统生命观、诊疗观、疾病观和养生观等信息，力争寓动于静，寓教于乐，启发读者的兴趣和思考。

其次，本书内容丰富，涉及文字学、训诂学、中医学、历史学、社会学、天文学、地理学、艺术等各科知识，如文学方面引用汉赋、诗歌（唐诗、宋词等）、明清小说（如《三国演义》《红楼梦》《水浒传》《西游记》等）及唐宋笔记小说、杂谈等多种体裁的作品，历史著作方面旁涉《左传》《史记》《汉书》《三国志》等经典史书及民间野史杂记等，艺术方面融汇书法、绘画、音乐等多方面知识，力求于娓娓道来之中，开阔读者的视野，展示中华传统文化的美丽画卷。

再次，医者，意也。在组织编写的过程中，我们始终坚持“中医学”

这个贯穿始终的主线。我们的创作原则是：不求其全，而求其特；不求其多，而求其精。以文字为切入点，注重通识性、系统性、连贯性和一致性，如若读者在阅读本书后能掩卷深思，对中医学知识、中医基础理论、中医药文化有一层朦胧的认识，进而生出进一步学习、研究的动力，那么即是本书最大的成功。书中引用中医古代典籍如《黄帝内经》《难经》《伤寒论》《诸病源候论》《外台秘要》等二十余种，从中医基础理论、中医诊断学、中药、方剂，到内、外、妇、儿、针灸等，各科知识都有涉猎，还以适当篇幅穿插名医的医案掌故，向读者充分展示祖国医学的博大精深。

当然，因为时间、篇幅所限，本书还有许多不尽如人意的地方。他山之石，可以攻玉；筚路蓝缕，以启山林。我们不揣其陋，在汉字和中医学之间进行了一次有益的跨界尝试，可能有些文字是稚嫩的，也可能有些文字学知识的阐释是不够严谨的，我们诚挚地希望读者提出宝贵意见，以便使本书在今后的修订中日臻完善。我们也真诚地希望读者在阅读、学习后如有收获和感悟，能与我们积极分享。读者的识见，是我们最大的喜悦和感动。

《字缘中医》编委会

2016年3月

目 录

引 言·····	1
第一单元 阴阳五行·····	5
阴 ·····	6
阳 ·····	8
木 ·····	10
火 ·····	12
土 ·····	14
金 ·····	16
水 ·····	18
第二单元 身形意蕴·····	21
自 ·····	22
口 ·····	24
齿 ·····	27
目 ·····	28
舌 ·····	31
耳 ·····	34
发 ·····	36
皮 ·····	38
肉 ·····	40
孕 ·····	43
第三单元 天地之化·····	47
风 ·····	48
寒 ·····	49

暑	51
湿	53
燥	55
青	57
赤	59
黄	61
白	63
黑	65
第四单元 病里乾坤	69
疾	70
蛊	72
痕	74
疡	75
痺	77
疔	79
痿	81
烦	82
瘞	85
第五单元 药食芬芳	89
茶	90
蜜	93
鱼	95
盐	97
豆	99
泥	102
豕	105
羊	107
兰	109
醋	111
枣	113
第六单元 未病先防	117
精	118

目

录

III

气		120
神		122
经		124
络		127
情		129
舞		131
沐		133
走		136
和		138

引 言

世界上的文字可以分成三种类型，即表意文字、音节文字和音素文字。汉字属于表意文字，是悠久的华夏文明的重要组成部分。汉字中蕴涵着丰富的中华优秀传统文化信息。本书从汉字出发，以汉字的形、音、义为切入点，探析中医药传统文化。为使读者更好地了解本书内容，我们对书中所涉及的汉字训诂学知识与古代常用工具书扼要介绍如下：

一、汉字的造字原理

汉代学者把汉字的构成和使用方式归纳为六种，即象形、指事、会意、形声、转注和假借，称为“六书”。其中象形、指事、会意、形声是造字法，转注、假借是用字法，本处仅就前者予以简要介绍。

东汉著名文字学家许慎在《说文解字·序》中说：“象形者，画成其物，随体诘屈，日、月是也。”汉字象形字最本质的特点是——画。象形字是文字的最早形式，它描画具体事物的形状外貌，是图画文字的遗留与发展。这种构字方法将词语及其内部单位意义所指，通过直观的形状描画出来，如甲骨文中的（日）、（月）两字。

2. 指事

指事，即用象征性的符号或在象形基础上增加指事性符号。《说文解字·序》言：“指事者，视而可识，察而见意，上、下是也。”古人发现，一些抽象的概念无法用象形的方法来直观描述，如表示方位的