

◆ 中国传统中医史话 ◆



金开诚 主编 赵忠伟 编著

中医服食 与神秘的炼丹术



吉林文史出版社
吉林出版集团有限责任公司

◆ 中国传统中医史话 ◆



金开诚 主编 赵忠伟 编著

中医服食 与神秘的炼丹术



吉林文史出版社
吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

中医服食与神秘的炼丹术/赵忠伟编著. —长春:

吉林出版集团有限责任公司, 2011.4

ISBN 978-7-5463-5003-5

I. ①中… II. ①赵… III. ①炼丹(制剂) —研究 —
中国 —古代 IV. ①R28

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第053426号

中医服食与神秘的炼丹术

ZHONGYIFUSHIYUSHENMIDELIANDANSHU

主编/金开诚 编著/赵忠伟

项目负责/崔博华 责任编辑/崔博华 钟 杉

责任校对/钟 杉 装帧设计/柳雨泽 王 惠

出版发行/吉林文史出版社 吉林出版集团有限责任公司

地址/长春市人民大街4646号 邮编/130021

电话/0431-86037503 传真/0431-86037589

印刷/北京兴湘印务有限公司

版次/2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷

开本/640mm×920mm 1/16

印张/9 字数/30千

书号/ISBN 978-7-5463-5003-5

定价/19.80元





编委会

主任：胡宪武

副主任：马 竞 周殿富 董维仁

编 委（按姓氏笔画排列）：

于春海 王汝梅 吕庆业 刘 野 孙鹤娟

李立厚 邴 正 张文东 张晶昱 陈少志

范中华 郑 毅 徐 潜 曹 恒 曹保明

崔 为 崔博华 程舒伟



前言

文化是一种社会现象，是人类物质文明和精神文明有机融合的产物；同时又是一种历史现象，是社会的历史沉积。当今世界，随着经济全球化进程的加快，人们也越来越重视本民族的文化。我们只有加强对本民族文化的继承和创新，才能更好地弘扬民族精神，增强民族凝聚力。历史经验告诉我们，任何一个民族要想屹立于世界民族之林，必须具有自尊、自信、自强的民族意识。文化是维系一个民族生存和发展的强大动力。一个民族的存在依赖文化，文化的解体就是一个民族的消亡。

随着我国综合国力的日益强大，广大民众对重塑民族自尊心和自豪感的愿望日益迫切。作为民族大家庭中的一员，将源远流长、博大精深的中国文化继承并传播给广大群众，特别是青年一代，是我们出版人义不容辞的责任。

本套丛书是由吉林文史出版社和吉林出版集团有限责任公司组织国内知名专家学者编写的一套旨在传播中华五千年优秀传统文化，提高全民文化修养的大型知识读本。该书在深入挖掘和整理中华优秀传统文化成果的同时，结合社会发展，注入了时代精神。书中优美生动的文字、简明通俗的语言、图文并茂的形式，把中国文化中的物态文化、制度文化、行为文化、精神文化等知识要点全面展示给读者。点点滴滴的文化知识仿佛颗颗繁星，组成了灿烂辉煌的中国文化的天空。


希望本书能为弘扬中华五千年优秀传统文化、增强各民族团结、构建社会主义和谐社会尽一份绵薄之力，也坚信我们的中华民族一定能够早日实现伟大复兴！







目录

- | | |
|----------------|-----|
| 一、从秦始皇求“不死药”说起 | 001 |
| 二、服食的起源 | 011 |
| 三、服食的奥秘 | 017 |
| 四、神秘的炼丹术 | 055 |
| 五、丹炉之外的故事 | 101 |
- 



一、从秦始皇求“不死药”说起





两千二百多年前，秦王嬴政灭掉了六国，一统天下，自命为“始皇帝”。秦始皇完成了建造长城的伟业后，虽然坐拥天下，臣民山呼“万岁”的声音不绝于耳，但他知人的寿命有限，自己总有一天会面对死亡，但他无论如何也不愿意相信死亡会降临到自己头上，便开始憧憬长生不老的神话。

就在这时，齐国有个叫徐福的方士



看透了秦始皇的心思。徐福是一个头脑聪明、胆大心细的骗子，因为当过“方士”，所以大概略通炼丹之术。公元前 219 年，徐福来到秦王的面前，声称《山海经》上面记载的蓬莱、方丈、瀛洲三座仙岛就在东方海中，而他愿意为秦王去那里取来不死之药。

秦始皇欣然应允。第一次东渡，徐福并没有带回长生之药，他告诉始皇，东方的确有神药，但是神仙要求他贡奉三千童男童女和各种人间礼物，同时，海上航行又有鲸鱼拦路，他要强弓劲弩射退大鱼。秦始皇全盘答应了他的条件，并助他再次东渡。结果，徐福一去不复返，在东方平原广泽之地自立为王，再也不回来复命了。

就在徐福出海访仙的同时，秦始皇也开始了南巡。他一边视察，一边寻仙。他先到衡山，又顺江逆流而上到达洞庭湖，在湖中遇到大风。那浊浪排空、阴风怒号的场面令秦始皇惊恐万分，于是

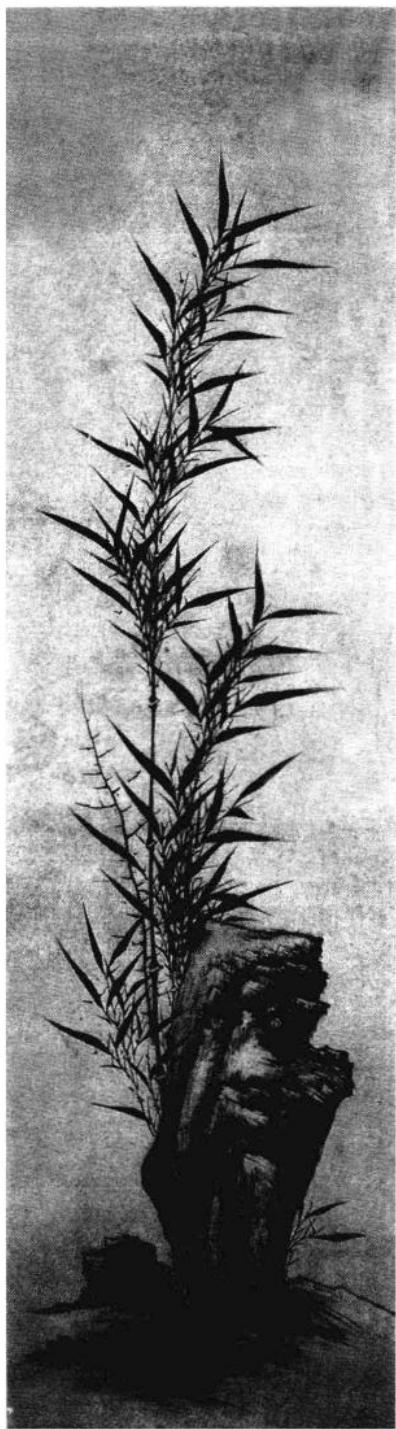


不再南行，而取道荆州北返了。第二年，秦始皇又东巡到山东，希望能见到仙人，但未能如愿。

秦始皇的长生梦并没有结束，想要长生的欲望反而急剧膨胀，他认为这个世上没有什么是他办不到的。于是，他又转而求术士来炼丹以达到目的。炼丹的人是找到了，可是他接连发现所有的人都是骗子，并不能给他长生不老的希望，秦始皇一怒之下将他们都杀掉了。

被派往各地寻仙的方士卢生、韩终等人对皇帝说：“我们求仙人仙药往往不顺，这是因为有恶鬼在捣乱。恶鬼为什么能得逞呢？这是因为主上平时接见臣下太多，沾上了俗人之气。皇上最好深居简出，这样就不怕恶鬼来捣乱了。”秦始皇听了，就下令将咸阳之旁的宫殿甬道全部连接起来。命令一下，咸阳宫殿间的道路全改成封闭式，绵延二百余里。





秦始皇在这隔绝外界的宫殿群中走马驰车，外臣就很难知道他的去向了。卢生要皇帝办的事，皇帝办到了。可皇帝要卢生求的仙药，卢生却拿不出来。卢生和几个方士只得悄悄溜走。临行前，留下一番话，大意是说秦始皇每天读奏章不足120斤就不休息，是迷恋权力过甚的表现，不配得到仙药。

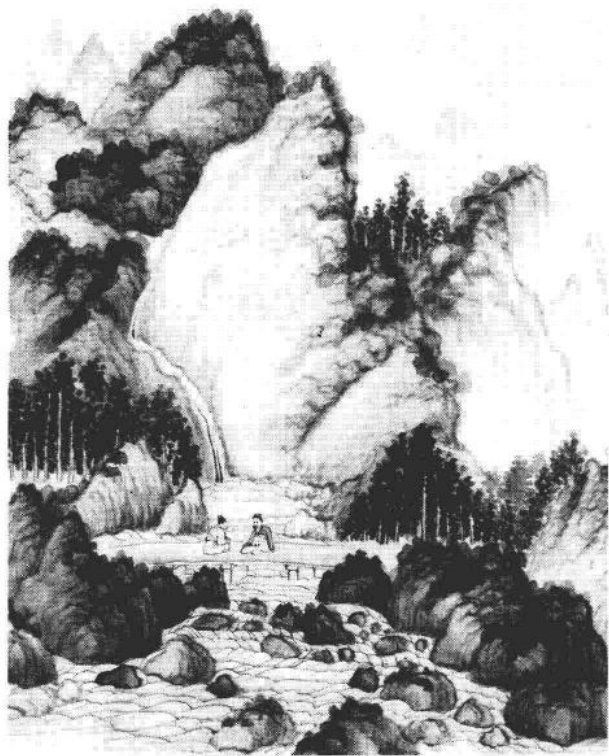
秦始皇一怒之下把未走的方士抓起来，要他们相互揭发各人的“不臣之言”。方士们互相检举中又把事情牵扯到儒士身上。秦始皇又把身边的儒士抓了起来，要他们也相互揭发。结果，方士和儒士聚在一起，所论又都成了犯上的诽谤性言论。始皇帝大怒，下令活埋咸阳的儒士和方士，共460余人。这就是后人所说的“坑儒”。

至此，秦王朝的万世皇帝梦破灭了，但他大张旗鼓地寻找长生不老药的事迹一直长久流传，外派人员和先进技术由

于管理不严而大量流失，也为某些时期内的东亚地区动荡，埋下了历史性的隐患。

据记载，秦始皇遍寻不着的长生不老药，俗名叫“太岁”。

《太平广记》记载了这样一个故事：兰陵有一位姓萧的逸人，平时喜好神仙方术，一天因为要建造房屋而开挖地基，从地下掘出一个怪东西，看上去好像一





只人手，肥腴而滋润，泛着微微的红色。萧氏看到它就犯了嘀咕：“这是不是祸胎呀，人说太岁头上不可动土，若有违犯，就会在地下挖出肉条来，这是不祥之兆，今天果真如此，我该怎么办呢？听说将肉吃掉，可以免灾。”于是他便将怪物煮来吃，发现味道十分甘美，吃完后他顿觉耳聪目明，体力倍增，后来容貌也发生了变化，变得越来越年轻，秃发的地方也长出了头发，掉了牙齿的地方，又重新长出了新牙。后来一位道士告诉他，被他吃掉的原来是“地下肉芝”，也就是稀有的“太岁菌”。

这种“太岁菌”学名叫“肉灵芝”。“肉灵芝”现在叫“粘菌聚合体”，呈肉状、分层、表面层乳白色，中层或下层为深色、肉质、表面胶质。在太阳暴晒下不会发臭腐烂，在结冰的水缸中也不会被冻死，生命力极强。

明代名医李时珍在《本草纲目》中