

陈庆元 陈貽庭

古典文学 与 中医学

福建科学技术出版社



中华文化与中医学丛书

陈庆元 陈貽庭

GUDIAN
E YU
YIXUE

2

任顾问。赵朴初先生在与本丛书《佛学与中医学》作者耿刘同、耿引循访谈时，还曾议论了荀子“食气者寿”、孔子“治人事天莫为嗇”、庄子“性与天道”及老子“心物不二”的论点与中医学及养生学的关系，至为可贵。

我希望本丛书对于开创从中国文化的各个层面和各个角度探究中国传统医药学的种种奥秘，起到那怕是一些推陈致新、继往开来的作用，就很满足了。丛书中各分册作者的学术观点可能不尽一致，有些是历来便有争议的，为了尊重各流派的观点，不强作统一，留供大家作进一步争鸣，而后完善。是为序。

陈可冀

壬申年霜降日于北京西苑

同年冬至日改写

78
SEP-81
65

《中华文化与中医学》丛书

学术顾问：

费孝通 赵朴初 汤一介 董建华
耿鉴庭 裘沛然 邓铁涛 俞长荣

主 编：陈可冀

副主编：江幼李



序

中国传统医药学是一门临床实践性极强的科学，它既源于历代的医疗实践，也和数千年华夏文明息息相通。我从医四十年，临床诊疗之余，着力涉猎卷帙浩瀚的中医药学典籍，深深感觉到中国传统医药学思维 and 现代医药学有诸多不同之处，中国传统医药学在哲理上重视宏观思辨性，与后者比较，很具特色，在它身上，处处可以看到中国传统文化思想的脉络，看到中国医药学理论发展的源头或嚆矢；这使我对探讨光辉耀眼的中国传统文化与中医药学间的血缘关系，滋生了十分浓厚的兴趣。

《周易》以阳爻（—）和阴爻（--）为标帜所展示的阴阳概念，是日后传统中医药学阴阳理论的哲学背景：我国春秋时期的思想家李聃《道德经》关于“人法地，地法天，天法道，道法自然”等的议论，也可体察到中医药学中关于“天人相应”、“顺应自然”理论体系的特色和“天地是大宇宙，人身是小宇宙”的道文化的历史轨迹。《庄子》称：“易以道阴阳”，在中医临床诊疗中，阴阳辨证是中医最基本的诊断模式，据此得以立法处方。中医药学最有权威性的典籍《黄帝内经》不少章节，也是在老子“养生之道”的基础上发挥的，因而世有“黄老之学”之谓。庄周宗老子之论，有《养生主》独立篇章，并提倡老子静态气功，实为今日丰富多彩传统养生术之滥觞。《道藏》中的《钟离八段锦》、《太清导引养生经》，更是影响深远，流传到今，富实用性特点。

我出生福建，幼年时代在家居和社会间里中，几乎天天看到“求佛给众生治病”的举动，这也许就是不少香港老百姓所说的

“佛是大医王”、“佛是大药师”的意思。《药师经》称“老、病、死”是人的生理上的三种病，“贪、瞋、痴”是人的心理上的三种病；《大藏经》的论述医理，《易筋经》及《延寿经》之历久不衰，以及以“戒学”为基础的“佛家气功”，物我两忘的“坐忘”，今人仍在汲取其精华而行于保健防病。印度传统医学受佛学影响也很深，足迹未泯，所以1981年出访印度时，我对参观位于恒河沿岸之瓦腊纳西（Vārānasi）的释迦牟尼故乡的佛教殿堂倍感兴趣。

说中国传统医学是在中华文化大环境中形成和发展的，还有更多生动的实例。《尚书·洪范》五行体系之在中医药学术中的兴替；《吕氏春秋》“筋骨瑟缩不达，故作舞以宣导之”的音乐舞蹈疗法思路，对后人皆多所启迪。至于殷墟甲骨文卜辞，马王堆汉墓帛书，龙门石窟医方及敦煌所见之中医药文化，皆十分诱人。他如贾谊《新书·胎教》之论孕期卫生，《礼记·月令》及《汉书·王莽传》关于尸解之阐述，《左传·僖公二十三年》“男女同姓（指同族婚配），其生不蕃”之谈优生，《周书·五会篇》及《汉书·平帝本纪》关于医疗养生设施之草创，《诗经》及《山海经》关于本草药石之认识，均可印证中华传统文化与中医学间之种种胶柱。

为了比较系统地阐发华夏文化与传统医学的因缘，三年前，在我回福建省亲时，与福建科学技术出版社谈及出版丛书的萌想，不意竟得到他们的很大共鸣，多方支持和鼓励。为此，我们着手这一比较吃力的工程。《中华文化与中医学》丛书将囊括中医学与远古文化、周易、儒文化、道文化、佛学、兵家、文物学、饮食文化、传统美学、文学、艺术、天文学、象数、史学、典章制度、民族学及民俗学等之间的联系，探隐溯源，继承发展。

为使本丛书臻于完善，我们衷心感谢著名社会学家费孝通教授、著名宗教学家赵朴初教授、著名中国化学家汤一介教授及著名中医学家董建华、裘沛然、耿鉴庭、邓铁涛、俞长荣教授俯

目 录

序	陈可冀 (1)
第一章 绪论	(1)
第一节 涉及中医药的古典文学作品	(2)
第二节 中医学与古典文学的相互影响	(13)
第二章 传统文化背景下的古典文学与中医学	(26)
第一节 关心现实人生——古典文学与中医学的共同 精神传统	(26)
第二节 形象思维——古典文学与中医学的共同思维 方式	(31)
第三节 “文以气为主”与中医学“气”的理论	(36)
第三章 诗词曲赋与中医药	(44)
第一节 “栏药吐红尘，虚坐诗情远” ——种药诗、采药诗的情趣	(44)
第二节 “青桠缀紫萼，圆实堕红米” ——古代的咏药诗赋	(53)
第三节 “何事沉痾久，含毫问药王” ——有关疾病和医疗的诗歌	(68)
第四节 “胸次岂无医国策，囊中幸有活人方” ——借疾病医药以抒情的诗赋	(78)
第五节 “自有延年术，心闲岁月长” ——养生诗的启示	(92)
第六节 “烛映合欢被，帷飘苏合香” ——以俗为雅的药名诗词曲	(102)

第四章 笔记、散文与中医药	(114)
第一节 一座蕴藏丰富的中医药资料宝库.....	(114)
第二节 塑像树碑 褒奖良医.....	(122)
第三节 嬉笑怒骂 针砭庸医.....	(132)
第四节 以医药取譬的说理散文和寓言故事.....	(139)
第五节 独具情趣的药名散文.....	(152)
第五章 戏曲、小说与中医药	(157)
第一节 活生生的世俗医生形象.....	(157)
第二节 小说中的异案良方.....	(166)
第三节 与医药相关的社会心理习俗.....	(174)
第四节 《红楼梦》的中医药知识.....	(179)
第五节 草木有情——药名戏曲《草木传》.....	(191)
第六章 文学化的中医学著述	(199)
第一节 韵文形式的中医著作——中医药歌赋.....	(199)
第二节 叙事性的中医医案.....	(205)
第三节 《本草纲目》的文学色彩.....	(211)
第七章 古代文学家与医学家	(217)
第一节 古代文学家的医学著述和医药实践.....	(217)
第二节 古代文学家的养生观和养生之道.....	(224)
第三节 古代文学家对中医学发展的影响.....	(233)
第四节 古代医学家的文学成就.....	(238)
第五节 古代文学家与医学家的交往.....	(245)
后 记	(251)

第一章 绪 论

中国是一个具有悠久历史的文明古国。在古代社会，勤劳智慧的中国人民曾经创造过灿烂的文化，为世界文明的发展进步作出了重要的贡献。而在中华民族传统文化的百花园中，古典文学和中医学这两朵奇葩尤为艳丽，引人注目。

古典文学是传统文化中所占比重最大、流传最广、影响深远的一部分。二千多年的古代文学史上，产生过一大批伟大的作家和诗人，涌现出了无数优秀的作品。《诗经》、《楚辞》、汉赋、汉乐府、唐诗、宋词、元杂剧、明清小说，这一座座丰碑，展示了中华民族杰出的文学创造才能；屈原、司马迁、李白、杜甫、白居易、苏东坡、曹雪芹，在中国几乎是家喻户晓的人物。作为中国人，有谁不会吟诵几首古典诗词，有谁不能说出一串古典文学作品中的事物与故事？

中医学是中华民族另一项伟大的创造。在古代的自然科学技术中，中医学一枝独秀，成就最高。中医不仅形成了一套独特的理论体系，同时拥有比较完善的诊疗技术和方药，为保障人民身体健康，维护中华民族的繁衍昌盛作出了不可磨灭的贡献。在中国人的心目中，扁鹊、华佗、孙思邈、李时珍这些名医，也是妇孺皆知，深受人们尊崇的历史人物。

古典文学和中医学都是中华民族宝贵的文化遗产。它们在长期的历史发展过程中曾经相互影响，两者的实践主体文学家与医学家也相互渗透，由此产生了一些有趣的、值得注意的文化现象。本书的目的，就是想探讨一下这些现象及其产生的背景和原因。

第一节 涉及中医药的古典文学作品

涉及中医药的古典文学作品，是指那些创作内容或形式涉及到中医药知识的古典文学作品，我们简称之为“涉医文学”。它既包括以中医药为题材、或内容中包含中医药知识的作品，还包括用中医药名词术语为语汇创作的药名诗文等。

古典文学涉医的起源很早，我国第一部诗集《诗经》中就有不少篇章涉及中医药。此后涉医文学创作不断发展，历久不衰，不仅一般作家从事涉医文学的创作，历史上许多著名文学家如杜甫、白居易、柳宗元、苏轼、陆游、蒲松龄、曹雪芹等，也都曾将他们的笔触伸向这一领域。诗词、散文、笔记、小说、戏曲，几乎古典文学的各类体裁都有一批涉及中医药的作品；反过来，中医学的各类知识包括医理、临床疾病诊疗、方药，乃至针灸、养生、医史人物事件等，也都在古典文学中得到了充分反映。

如果根据性质不同来划分，古代的涉医文学作品大致可以分成以下四类。

第一类是专以中医药为题材的作品。它们把中医药知识或与中医药有关的人物事件作为创作的对象，或是记述疾病医疗的情况，或是表现方药养生的功效，或是描写医林人物的生平事迹。从体裁上看，这类作品以诗赋、散文、笔记和传记居多。

第二类是在作品的描写中涉及到一些中医药内容。中医药知识作为情节或细节进入这类作品，构成作品所反映的社会生活的组成部分。这类作品主要是一些叙事性的戏曲、小说。

第三类是一些借助中医药作为比兴形象、抒情对象或说理工具的抒情诗、说理散文和寓言故事等。这类作品中的医药内容，是文学家思想情感的载体、取喻设论的对象。

第四类是以中医药专业名词术语为语汇创作的药名诗文、穴名诗等。这类作品数量不多，但在涉医文学中独具特色。在前三类作品中，中医药都是文学表现的内容，唯有这类作品只是在表现形式上涉及中医药，它典型地反映出中医学对古典文学的渗透和影响。

涉医文学是古典文学与中医学交融的产物。它不仅是我国古代一份宝贵的文学遗产，也是一份珍贵的医学遗产。历史上许多优秀的涉医作品，既有医学认识价值，又能给人以艺术上的美感享受，让人们在欣赏之余，同时获得医药学知识。当然，不同的作品，它们的医学价值和文学价值也各不相同。有的文笔生动优美，艺术性较高，但所包含的医药知识不多；有的则侧重于医药的描写，艺术性稍差一些。如果从中医学的角度来看，上述四类涉医作品的价值是大不一样的。

以中医药为题材创作的作品，作者的立意或是为中医药知识写照传真，或是为弘扬医药之道，虚构的成分和夸张的色彩不能说完全没有，但是相对来说少一些，因此这类作品中所写的医药内容一般较有科学性，从中可以挖掘整理出许多有价值的医药资料，值得中医学界重视。尤其是历代笔记、医家传记中，更蕴藏着十分丰富的医药资料。

故事情节或细节涉及中医药的戏曲和小说，其中的医药内容与作品中的其它内容一样，也是虚构的。但文学的虚构并非子虚乌有的编造，而是作家从生活中提炼出来的。因此戏曲、小说中的医家形象，虽不是真人真事，却可以从生活中找到原型依据；戏曲、小说中的医方医案描写，也多来源于人们的医学实践，符合医理。这些内容对于人们认识中医学的面貌及其精神实质，作用有时甚至超过了第一类作品。例如《红楼梦》等古典小说描绘的医家，就很有典型的意义。从他们身上，我们能够清晰而深刻地

认识到医生在封建社会生活中所处的地位和所扮演的角色，弥补阅读医家传记的不足。

第三类作品，即那些借助中医药作为比兴形象抒情对象或说理工具的抒情诗、说理散文和寓言故事，情况比较复杂，其医药内容的科学性和价值，很难一概而论。一般说来，以中医药作为比兴形象和抒情对象的抒情诗，其医学价值比较小，有些则几乎没有什么医学价值；而以中医药为说理工具的说理散文、寓言故事，作者的用意虽在说明事理，但文中对医药的描写往往比较多，有的还相当真实详尽，对人们求医问药、诊疾治病有一定的认识启发作用。

至于药名诗文和穴名诗，虽然也涉及中医药，但只是将它作为创作的表现形式，因此这类作品几乎没有医学价值。

中国古典文学从诞生伊始，就与中医学结下了不解之缘。历代涉医文学作品数量之多，令人难以胜计。考察一下文学史，我们可以发现，古典文学反映中医药，经历了一个从无意识到有意识的发展过程；作品的医药内容和表现手法，也由早期比较单一，逐渐变得丰富多彩。

《诗经》是我国现存最早的一部诗歌总集，共收录了从西周初年到春秋中叶五百多年间的诗歌三百零五首。在这部早期的诗集中，就已经有不少篇章涉及到中医药特别是药用植物。有人作过统计，《诗经》全书提到的各类病名有十五种，涉及的药用植物多达二百多种。在《诗经》里，医药主要是作为比兴的形象进入诗歌的。例如下面这首《唐风·椒聊》，就用了药用植物“椒”来作比：

椒聊之实，蕃衍盈升；
彼其之子，硕大无朋；
椒聊且，远条且。

椒聊之实，蕃衍盈掬；

彼其之子，硕大且笃；

椒聊且，远条且。

诗中写到的“椒”即花椒，又称山椒，中医以其果皮入药，有温中止痛、燥湿杀虫之功。由于花椒结籽很多（所谓“聊”，即草木结籽或果实成串的意思），诗人在这首诗中用它来比喻妇人多子；又因为花椒有芳香之气，诗中又用它来比喻妇人之美。

以药用植物起兴，在《诗经》中更为常见，下面是诗歌《王风·中谷有蓷》中的第一节：

中谷有蓷，暵其干矣。

有女仳离，嘅其叹矣！

嘅其叹矣，遇人之艰难矣！

这是一首弃妇诗，全诗共三节，写一位妇女无故被丈夫抛弃，满腔悲愤而无处申诉。诗歌每一节开头两句都用中药“蓷”（即“益母草”）来起兴：弃妇看到山谷中生长的益母草，无奈地被水浸湿了又晒干，晒干了又泡湿，由此联想到自己流离失所（“仳离”）的悲惨遭遇，引发了无尽的伤心和慨叹！

类似这样以药用植物作比兴的例子，在《诗经》里比比皆是。《诗经》的大部分诗篇是民歌，它们的创作者也就是劳动者。这些民间诗人接触大自然的机会多，写诗时自然而然就会想到以药用植物来作比起兴；他们当中的一些人或许还是中草药的采集和应用者，同为民歌的《周南·芣苢》描绘采药劳动的生动场景，显然系采药者所创作，可以证明早期的民歌作者中确有中草药的采集者，他们写诗时以药用植物作比兴，更是十分自然的。

继《诗经》之后产生的《楚辞》，是我国文学史上另一部著名的诗集。与以北方民歌为主体的《诗经》不同，《楚辞》生发于南方的楚国。楚国地处南方沅湘流域，那里不仅山青水碧、景物秀

丽，同时还有独特的文化传统和风俗习惯，流传着许多动人的古史传说和神话故事。由秀美的自然景观和历史悠久带有蛮野风味的文化共同催发出来的《楚辞》，艺术形象明丽生动，想象丰富奇幻，语言瑰丽多彩，具有无穷的艺术魅力。《楚辞》中的大部分作品为伟大诗人屈原的诗作，其代表作是被后人誉为“逸响千古”的长篇抒情诗《离骚》。与《诗经》一样，《楚辞》也大量采用了药用植物入诗作为比兴。但是《楚辞》运用比兴，有它自己的特点。王逸《离骚序》说：“《离骚》之文，依《诗》取兴，引类譬喻。故善鸟、香草以配忠贞；恶禽、臭物以比俚佞；灵修、美人以媲于君；宓妃、佚女以譬贤臣；虬龙、鸾凤以托君子；飘风、云霓以为小人。”这段话说明《楚辞》比兴的形象比《诗经》更丰富，同时也说明《楚辞》中的禽鸟草木不再只是简单的比喻，还带有象征的作用，例如《离骚》的这一段描写：

余既滋兰之九畹兮，又树蕙之百亩。畦留夷与揭车兮，杂杜衡与芳芷。

诗人用兰花蕙草的高洁与芬芳，来象征自己高尚纯洁的品格。与此相反，他把无耻小人比拟为萧艾之类的臭草恶木：

兰芷变而不芳兮，荃蕙化而为芳。何昔日之芳草兮，今直为此萧艾兮。

除了作为象征物外，《楚辞》还常以药用植物来塑造人物形象，如《山鬼》这首诗是这样来描绘“山鬼”形象的：

若有人兮山之阿，披薜荔兮带女萝。既含睇兮又宜笑，子慕予兮喜窈窕。乘赤豹兮从文狸，辛夷车兮结桂旗。被石兰兮带杜衡，折芳馨兮遗所思。

这个“山鬼”披着薜荔、石兰做的衣裳，佩着女萝、杜衡结的腰带，坐车上点缀着辛夷花，飘扬着结挂桂花的旗帜……形象是何等的美艳！这类形象，在《楚辞》中随处可见。由此可以看出，

《楚辞》以药用植物入诗，已不仅是简单的比兴，而是用它们来构成审美的意象，增强诗歌的艺术魅力。上面所引的几段诗句中写到的兰、蕙、辛夷、揭车、杜衡、芷、萧、艾、薜荔、桂、石兰等，都是药用植物。

以《诗经》、《楚辞》为代表的先秦文学，很少有专门以医药为题材的作品，这一时期文学涉及医药，还处在初步的阶段。不过这两部诗集中有关药物和疾病的记载，仍可供人们参考。孔子曾说过，读《诗经》可以帮助人们“多识于鸟兽草木之名”，其中的“草木”有不少也就是药物，识草木即有益于识药物。旧时的中药店门口有这样一副对联：细考虫鱼笺《尔雅》，广收草木续《离骚》。可见人们也早已认识到《离骚》包含有丰富的药物学资料。

汉代统治文坛的文学样式是汉赋，也称古赋或大赋，梁代钟嵘《诗品序》说：“自王（褒）、扬（雄）、枚（乘）、司马（相如）之徒，词赋竞爽，而吟咏靡闻。”汉赋兴盛一时，竟取代了诗歌。

汉赋的兴盛是汉代社会经济文化发展的结果。刘邦统一天下，建立了汉王朝。汉初的统治者总结秦朝二世而亡的历史教训，采取了许多措施来巩固封建国家制度。经过不断的开拓和建设，汉代的疆域逐渐扩大，经济文化有了很大发展。在这种封建大一统和经济文化高度发展的背景下，汉赋应运而生。汉赋的内容多是描写封建王朝的都邑宫廷园林建筑景观和帝王的骄奢生活，讴歌大一统的封建国家的赫赫声威和事功，题材壮阔，气势宏大；创作方法上，多用夸饰的手法，骈偶对称的句式，极力铺排各类事物，形成了铺张扬厉、词藻繁丽的艺术特征。

汉赋涉及的生活面不广，中医药在汉赋中反映不多。不过在一些描写都邑园林景观的作品中，作者往往极力铺排其中的各类草木虫鱼、动植矿物。这些事物，多半也都是药物，它们成为赋

作中不可缺少的铺排板块。司马相如的《子虚赋》和《上林赋》、张衡的《西京赋》和《南都赋》，都有大段此类的描写。例如《子虚赋》描写楚国云梦泽的壮丽景观时就写道：“其东则有蕙园，衡兰芷若，芎蒻菖蒲，茝蓂薜荔，诸柘巴苴。其南高燥则生葳薺苞荔，薜莎菁蘋。其埤湿则生藏蓂蒹葭，东藩雕胡，莲藕觚卢，菴间轩于……其西则有涌泉清池，外发芙蓉菱华，内隐钜石白沙。其中有神龟蛟鼉，玳瑁鳖鼃。其北则有阴林，其树梗柟豫章、椒桂木兰，檟离朱杨，楂梨棗栗，橘柚芬芳。”作者在这段文章中铺叙的许多动植物，大多就是药物。晋代左思作《三都赋》，亦属汉赋体式，其中描述各类动植矿物更为丰富。如《蜀都赋》有一段写道：“百药灌丛，寒卉冬馥。异类众伙，于何不育？其中有青珠黄环、碧罽芒硝。或丰绿萸、或蕃丹椒。麋芜布濩于中阿，风莲薤蔓于兰皋。红葩紫饰，柯叶渐苞，敷蕊葳蕤，落英飘飘。神农是尝，卢跗是料。芳追气邪，味蠲疴瘳。”直接描绘了蜀都药物的丰盛。

汉赋中最引人注目的涉医作品是枚乘的《七发》。这篇问答体的散赋，假托楚太子有病，一位吴客前去探问。吴客指出楚太子的病是由于生活奢靡放逸所致，非药石所能治疗，必须改变志趣和生活方式，于是他向太子陈述了音乐、饮食、车马、宫苑、田猎、观涛和“要言妙道”七事，终于使太子幡然醒悟，“泠然汗出，霍然病已”。文章客观上揭露了封建贵族奢侈腐朽的生活，从医学角度看，文中关于不健康的精神和生活方式是致病之因的观点，反映了古人对病因的一种科学认识；吴客用心理疏导来治疗楚太子的病，也是中医学较早的一则有关心理治疗的记载。

汉代涉医文学中值得一提的还有司马迁《史记》中的《扁鹊仓公列传》，这是我国古代最早的一篇医家传记，详尽地记载了扁鹊和淳于意两位名医的生平事迹和医学成就。这篇文章不仅是研

究医学史的重要文献，对后世医家传记创作也有深远的影响。中医医案的叙事性写作方式，显然也受到了这篇文章中的“诊籍”的启发。

到了魏晋南北朝，涉医文学出现了较大发展。先秦两汉文学反映医药，基本上处于初步的无意识的阶段，而魏晋南北朝时期，这种情况有了改变，文学家们开始自觉地将中医药纳入文学创作的视野，涉医文学的内容和体裁都有了较大的扩展。

魏晋以来，由于社会动荡，政治环境险恶，士大夫文人纷纷逃避现实，到老庄的虚无思想中寻找精神的寄托和安慰。以老庄思想为主体糅合儒家经义的玄学因此兴盛一时。这种情况到了东晋南渡后更明显，“有晋中兴，玄风独振”（《宋书·谢灵运传论》）。当时的文人热衷于虚无玄远的清谈，精神上力求超脱世俗，可是另一方面又极力追求侈糜的人生享受，与此相伴随的是养生服食、求寿求仙之风盛行。服食的药物主要是五石散（又名寒食散），由钟乳石、紫石英、白石英、硫黄和赤石脂等五种矿物药所组成。服食者认为它可以治百病，保精气，颐性养寿，甚至以此为风雅之举。许多著名的文学家如阮籍、嵇康、陶渊明等都参与服食。名士出身的医家葛洪、皇甫谧等，同样醉心于此道。嵇含甚至专门写过一篇《寒食散赋》，用文学语言来宣扬它的功效：“伟斯药之入神，建殊功于今世；起孩孺于重困，还精爽于既佳。”说得神乎其神。到了后来，有些草木药物也逐渐成为服食的对象。服食必然要通晓一些药理药性，有时还得亲手采制药物，“登岳采玉芝，涉涧将六草”（郭璞《游仙诗》）。在这种背景下，产生了最初的一批采药诗，如晋代庾阐的《采药诗》，刘宋鲍照的《遇铜山掘黄精》、梁代江淹的《采石上菖蒲》和吴均的《采药大布山》等。这类诗歌写的是采药，但透出的却是放浪形骸，求寿求仙的气息。与服食养生之风相伴生的还有一批养生诗歌，如晋代郭璞的《游

仙诗》，嵇康的《秋胡行》，应璩的《三叟》，嵇绍的《赠石季伦》等，都从不同侧面宣扬了养生之道。

咏物赋赞是魏晋南北朝文学创作的一个重要内容。当时的文人争相以各类事物为吟咏对象，借以寄寓人生的感慨，或抒发柔靡的情思，其中尤以吟咏草木者居多。本来魏晋人服食以五石散等矿物药为主，他们相信金石性坚，能够久存，服后人的性命也可以像金石一样坚固。但他们同时又认为草木翠绿葱茏，有蓬勃的生命力，十分符合心目中所崇尚的生道和自然。因此尽管他们少服草木药，却仍极力推崇和赞颂它们。延及南朝，草木药物的养生功用更多地被认识和开发，于是吟咏草木药物的作品更是大兴。这类作品如晋代傅咸的《款冬花赋并序》、孙楚的《茱萸赋》、刘宋王微的《茯苓赞》、《禹余粮赞》、《黄连赞》和梁代江淹的《草木颂十五首》等。至于一般吟咏草木的赋赞，更是多得难以胜计。这些作品文笔华美妍丽，主要在借物抒情，标示文人的风雅清逸，但对药物的形态、特性和功用等，也多少作了一些描述，例如王微《黄连赞》说“黄连味苦，左右相因。断凉涤暑，阐命轻身。”江淹《草木颂十五首》写“藿香”：“桂以过烈，麝以太芬。摧沮天寿，夭折人文。诂及藿香，微馥微薰。摄灵百仞，养气青璵。”点明了黄连和藿香的气味及功用。

在形式主义诗风和药理学发展的共同催发下，南朝时期开始出现了以中药名、腧穴名作语汇创作的药名诗和穴名诗。这说明中医学不仅影响到古典文学创作的内容，也开始影响到它的表现形式了。

涉医文学在唐宋进入了全盛期。唐宋是我国封建社会高度发展的时期，中医学也获得了长足的进步。当时文人学医的风气很盛，许多文学家还积极参与医学实践，像白居易、刘禹锡、苏轼、黄庭坚、陆游等著名诗人，都兼擅医药。文学家学医知医，重视