

中医普及学堂
曾培杰 陈创涛◇著



岭南药王



×
×

左手医籍 右手小说

快意阅读 开心学医 快意读小说 轻松学中医

中医小说普及系列



岭南药王

中医普及学堂

曾培杰 陈创涛 著

 中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

北京



图书在版编目 (CIP) 数据

岭南药王 / 曾培杰, 陈创涛著. —北京: 中国科学技术出版社, 2017.7

(中医小说普及系列)

ISBN 978-7-5046-7512-5

I . ①岭… II . ①曾… ②陈… III . ①中篇小说—中国—当代 IV . ① I247.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 115842 号

策划编辑 焦健姿
责任编辑 黄维佳 王久红
装帧设计 杨 桃
责任校对 马思志
责任印制 马宇晨

出 版 中国科学技术出版社
发 行 科学普及出版社发行部
地 址 北京市海淀区中关村南大街 16 号
邮 编 100081
发行电话 010-62103130
传 真 010-62179148
网 址 <http://www.cspbooks.com.cn>

开 本 850mm × 1168mm 1/32
字 数 75 千字
印 张 4
版、印次 2017 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
印 数 0001—5000
印 刷 北京威远印刷有限公司
书 号 ISBN 978-7-5046-7512-5 / I · 34
定 价 18.00 元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)



内 容 提 要

本书为中医小说普及系列丛书之一，采用小说的形式讲述了诸多中医学茶疗和食疗方面的真实案例，故事轻松有趣，情节引人入胜，语言通俗易懂，摒弃了以往中医古籍的种种文辞奥古、佶屈聱牙，达到了宣传和教授中医药学知识的目的。故事讲述了骆兄与我们在药王谷，一路跟随岭南药王的徒弟小青师兄，不仅领略了道地药材的神奇疗效，并有幸学习了诸多简便廉验的中医泡茶方及食疗方。本书向人们讲解了中药茶疗方及食疗方的组成和应用，也告诉人们中医学子应有的为学之道，希望读者通过快意阅读，开心学医。相较于传统中医教材，本书的适读性和文学性更优，适合广大中医爱好者阅读和参考，中医院校学生亦可通过本书的内容加深对理论学习的理解和掌握。

缘起

骆水添师兄风风火火地驱车从广东珠海赶至龙山。

他一下车便迫不及待地送给我们一份文件，这几页纸重量虽然轻，它的价值却重于泰山。

骆兄说，我要买下你们写的所有书，《跟诊日记》《中药讲记》《万病之源》《小郎中学医记》《药性赋白话讲记》，我要总结书里所有关于代茶饮的小方子。

我们问，骆兄，你想做什么呢？

骆兄笑笑说，素食馆、养生园里少不了中医知识，中医里这些泡茶方，必定广为普罗大众所喜闻乐道。

我们问，何以见得啊，骆兄？

骆兄说，我一同事，血脂高，大便不成形，按照你们书上讲的用苍术和鸡屎藤打粉泡茶，既有消化油脂之功，还有减肥轻身之效。他用这小方泡茶代茶饮，一个月后瘦了二十多斤，从臃肿不堪、气喘如牛的 180 斤，变到身轻体健的 150 多斤。

我那同事还说，你不做医生真是浪费了。

我们笑着说，这不正是余师的苍鸡排脂二妙药吗，据说当时余师用这两味药，帮一个办公室白领成功减肥排脂后，他们整个办公室的人都无比羡慕，纷纷上来叩求此方。

余师笑笑说，此方对于办公室久坐人群，血脂拥堵，脾湿不运，常食荤腥，油脂盖面的人来说，有廓清脂质，轻身减肥之功。

这组对药用得好，能够鼓舞一大批减肥的庸人懒人。

此二药的特点便是，脾虚湿重，舌苔白腻。

.....

目录

引子 / 001

1. 茯苓茶治水湿脱发 / 003

2. 聚龙山庄 / 006

3. 清凉甘露茶 / 013

4. 海金沙茶 / 018

5. 茶树根治口烂 / 025

6. 薄荷园与鼻炎小方 / 027

7. 虚人外感醒龙茶 / 031

8. 清心茶 / 038

9. 秋梨柿饼茶 / 041

10. 富贵三仙茶 / 044

11. 水的学问 / 050

12. 口疮二药 / 054

13. 眼干涩、口干渴、咽干痛 / 056
 14. 清肺茶 / 061
 15. 风热瘙痒银翘茶 / 063
 16. 药王谷里的趣事 / 066
 17. 疮痍圣药金银花 / 068
 18. 中医药膳课 / 074
 19. 风寒型感冒 / 076
 20. 风热型感冒 / 078
 21. 暑湿型感冒 / 080
 22. 胃肠型感冒 / 082
 23. 风寒型咳嗽 / 089
 24. 风热型咳嗽 / 091
 25. 肺燥型咳嗽 / 093
 26. 痰饮型咳嗽 / 095
- 尾声 / 101
- 泡茶方集锦 / 104
- 精彩回顾 / 110

引子

翻开骆兄这密密麻麻的总结，既有单药、对药，还有三药、药阵。

比如喝酒以后头晕昏沉，不醒酒，用生姜、大葱、橘皮，加点葛花，加入沸水一泡，喝完后就能提神醒脑，解酒排浊。

又比如商场之人，应酬过度，暴饮暴食，因此呃逆口臭，尿黄口苦，竹茹芦根茶煮之。竹茹 30 克，芦根 50 克，新鲜的效果倍加。

又比如老年人天寒关节痹痛，经脉拘紧，用苍耳子 15 克，生姜 5 片，大枣 5 枚，每日水煎代茶饮。此乃老人风痹三药。

.....

骆兄边翻阅边讲，某个汤方他曾亲自试效，某个汤方他自己尝过，某个汤方他朋友服了，效果很好。

现在话题是如何让中医的泡茶小方，能够更好地服务于大众。

当时余老师讲，中医发展有十大战略，简便廉验的小汤方、小招法是其中一大战略。

一个人若生了病不去调理，病就会加重，可现在的人分秒必争，又意识不到疾病加重的可能后果，常常忽略这些普通的小病小痛。

因此，相较于中药、针刺和艾灸，最容易推广的还是中药代茶饮。

茶疗保健，是社会各阶层都喜闻乐道的调身安心之法。第一是方便，第二是不难喝，第三有治病保健的效果，第四价格易被接受。通常一个小泡茶方也就几块钱，药方虽小，但也是通过辨证研究出来的，有时候甚至能治好用几百几千块钱都治不好的病。

子弹如果瞄准靶心，不在大小，一击必中。

小小茶饮方里，承载着深厚的中医智慧。

骆兄说，我想要继续深造中药代茶饮的文化，提升这方面的智慧和造诣。

我们笑笑说，好啊，我带你去见岭南药王，在他那里你会见证中药的神奇。他能够熬个米粥，煮个菜汤，泡个清茶，让你喝完以后，还在回味间就将疾病治愈。

骆兄听后，兴奋地说，赶紧去吧！

我们笑着说，别忙，饭还没吃呢！

骆兄说，能见到岭南茶王，我们三天不吃饭也可以。

我们拗不过骆兄，笑笑说，现在弘扬中医的人，有骆兄这种如饥似渴、若棉吸水的劲头，哪有学不成的医道，临症的神力源自于积极地学习。

骆兄真是为法忘躯，为医忘饥啊！

走，我们去药王谷！



1.

茯苓茶治水湿脱发

骆兄跟着我们开始攀爬百年龙山古栈道。

烈日当空，我们常在古丛林中穿行，不单没有一点烦热，反而隐隐感到清凉与惬意。

骆兄笑笑说，我若在外面这样翻山越岭，肯定体力不支，但在这里怎么不知疲倦。

徜徉在这深山大氧吧，你自然精神百倍。

当我们走完十八个大山弯，迎来的是一片瀑布群。

深潭底下，鱼虾戏逐，清晰可见。

骆兄惊讶地说，怎么还有这等胜景。

我们随手一指说，看那百年古松。

骆兄问，古松身上缠绕满满的是什么？

那就是菟丝子。百年古松，上有菟丝，下有茯苓。

骆兄跑过去，惊讶地呼喊道，不会吧，真有茯苓，那地面的土壤松裂。

骆兄说，松树下的茯苓，就是安神茶，慈禧太后最喜欢服用，宫中贵族没有不争相品尝的。

我们问，骆兄，关于茯苓，你还有什么见解呢？

骆兄笑笑说，我看到书中讲名老中医岳美中，曾治疗一例头皮流油、掉头发的病人，服用过大量补肝肾乌须发之品，头发还是长不出来。

岳美中老前辈看了后，发现病人舌苔水滑，都是平时暴饮所致。常年坐在那里泡茶应酬，肚子里都是水湿，头顶上就会烂发根。

我们听后，竖起大拇指。

骆兄继续说，中医取象比类，认为花盆水太多，会腐烂花根，人体肠胃水湿太重，头发便会掉。所以花盆下面要开孔以利水，人体要淡渗除湿排小便，我们观察那些被水淹过的田地，庄稼都会烂根脱落。

所以那些长期闲来无事，便坐在茶桌旁对饮的人，肠胃水湿重，就会多痰掉头发。

岳美中只开一味茯苓给病人泡茶，淡渗利水，而且这茯苓最好是生在松树底下的。这脱发病人吃了后，小便量增大，头皮不留油，头发就长起来了。

我们说，用茯苓茶治水湿脱发，辨证要点是舌苔水滑。

骆兄接着说，我在城市里就找不到这道地的药材，如

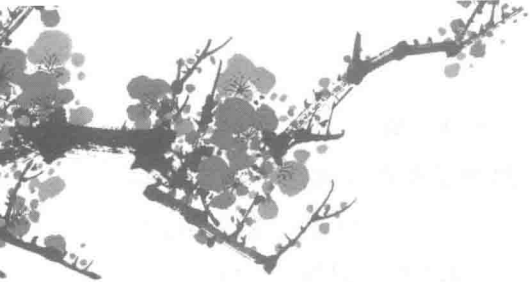
果有这道地的药材，中医扬眉吐气，指日可待。

我们遥手一指说，瞧，这方圆数百亩山林，都生长着参天巨松，松树底下常有茯苓，这就是岭南药王的杰作。

骆兄问，究竟是岭南茶王，还是岭南药王？

我们笑着说，有人叫他岭南茶王，有人叫他岭南药王，老人家桃李满天下，上至达官显贵，下至贩夫走卒，有千百弟子，我们刚才走过的这些山林，都是老人家的百草园。

骆兄再次惊呆了，说，见过百草园，没见过这样大的百草园。一眼望不到边，走半天，都还没有走到个歇脚的村落，居然还是岭南药王种药、养生、科研、临证、教学的场所。我对药王谷充满期待。



2. 聚龙山庄

骆兄不禁问，为何我进到这里，感觉和外面完全不一样？

我们问，有何不一样呢？

骆兄说，完全没有疲劳感，人很精神，心中有莫名其妙的喜悦感。

我们说，骆兄，你有没有注意到我们一路走来的林木？

骆兄说，是啊，都是古松林。

我们说，没错，孙思邈、葛洪、陶弘景这些大医，他们为什么要躲到深山中的人迹罕至之处？

骆兄说，为了僻静方便写作，且采药方便啊？

我们摇头说，采药哪里都可以，静谧之所也不缺少，

为何要到这深山老林出人都极不方便之处，这里有奥秘。

骆兄说，愿闻其详。

我们说，灵气灌顶，文思泉涌。

骆兄不解地问，什么是灵气？

我们答，当今时代，温室效应严重，四处砍伐，种上经济林速生桉，导致山不出泉，水不回旋，灵气锐减。这个时代，聪明俊秀的种子越来越难成圣成贤，其中一个原因就是缺乏山川灵气滋养。

你看这里的空气透明，洁净得一尘不染，古松木释放出来的纯阳之气提神醒脑，比服用什么活血化瘀药的疗效都好。

骆兄说，是啊，大气候已经被污染浑浊了，越来越难孕育出俊秀贤德，没有这片群山峻岭的滋养灌溉，确实不容易啊！

言语间，我们便来到了高山顶上一处天池。这片天池广阔无比，水呈深绿色，绿宝石一般。

水含珠而川媚，石蕴玉而山辉。山川因为有玉石方显得格外光辉润泽，人因为有智慧，才看起来特别有灵气，这就叫腹有诗书气自华。

骆兄惊讶地说，我怎么感觉竟进了洞天福地，这里真不像是人间。

我们笑笑说，这里曾经是葛洪先师游访的岭南聚龙池。据说，这里已经被葛洪先师定为三十六福地、七十二洞天之一。

当时先师说，此地有崇山峻岭汇聚一处，山顶常有祥云环绕，紫气回旋，群山落脉处有一大池，号称飞仙池，又名瑶池，此乃龙气大旺处，产生的奇花异草都是世间罕有。

这里的草药功效是平常草药的十倍百倍，在这片云雾滋灌下的普通花草，都带有奇异的香味。

此山顶上有连环七座山峰，号称七星连珠。葛洪先师曾在此山顶上铸炉炼丹，著书立说，并且传授岭南当地居民草药常识。

骆兄惊讶得合不拢嘴。

这里真是：明堂宽阔，万象森罗；众水归朝，群山聚会；草繁木盛，水深土厚。

我们遥手再指说，看，那边草屋成群、灵药飘香之处，便是药王的聚龙山庄了。

骆兄说，能在这种地方读书学药，养生科研，不知道要多少世修来的福啊！

我们一起又登上了聚龙山庄的一处晒谷场，旁边有一些学生在安静地读书，还有些学生拿着竹竿在沙地上练习书法。有些学生读累了，便在松木底下压腿练功。

我们不禁叹道，站在这宽阔的平台上，如同大将登台，精神百倍，群山朝服。左右两边群山包绕，拥护重重，前后山峰连成一线，气象万千，尊贵无比。

这真是高山上的一处聚宝盆啊！

《地理歌诀》讲：明堂如掌心，家富斗量金。又讲，真正适合人居住的山川灵地，如同红木家具，贵人座椅，

必定有后面玄武山低垂，如母顾子，左右龙虎山环抱，如将军出帐，士卒拥护。前面朱雀山耸跃，欢喜展翅，如鸟飞翔。

骆兄感慨地说，若是在这里办中医大学城，那不得了了。医子之福，国家之福，世界之福啊！

我们笑笑说，骆兄，你想到事，药王已经在做了。

药王他正在用岭南的山川灵气，与古圣先贤的经典、医籍，来培养灌溉中医学子。

药王语：山东的门诊医生小六子进山来，我们便一起分享《〈病因赋〉白话讲记》，珠海的骆水添师兄进山来，我们则准备把中医的药茶文化普及开来。

骆兄是个有心人，一下子就预见到药茶文化走进千家万户的普及效应。

广东乃中医药强省，岭南草药资源丰盛，品种繁多，基本家家户户都懂一些草药常识。老一辈人更是耳熟能详，这些知识已经成为他们寿康路上巨大的保护神。

可是现在城市化进程过快，原生态的岭南药茶文化的一脉传承，早已渐渐模糊了。

比如小孩子夏季热，烦躁，哭闹，体倦乏力，睡不着觉，本来就是很简单的治法，却要花大量的时间和金钱。

没有走对路，代价是很高的。

而中医以益气生津之品，如金银花、香薷、杏仁、淡竹叶、绿茶，这几味巧妙地组配，用沸水泡茶代饮，既能解除夏天暑热干渴，还能消除烦躁不安，而且这样泡出来的茶叶，