



# 中国古典诗歌

与

# 中医药文化

炎继明 编著  
王强虎 主审



西安交通大学出版社  
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

(一)

壹



炎继明 编著  
王强虎 主审

# 中国古典诗歌

与

# 中医药文化

(一)

壹



西安交通大学出版社  
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

## 内容提要

《中国古典诗歌与中医药文化(一)》主要选收并阐释与医药、养生、保健、医史人物、医事典故等中医药文化方面相关的古代诗歌。其所选范围,上至中国最早的诗歌总集《诗经》,下迄中唐诸家。共选诗作 162 首。这些诗作,既有丰富的医理,又有耐人寻味的诗趣。全书分为三个部分,即开宗明义从《诗经》谈起、汉魏晋南北朝诗滤医、唐诗滤医。此书体裁新颖,内容丰富,广征博引,阐微标新,其对古典诗歌的详细注释和流畅译文,为读者解决了阅读时的疑难。在滤医中,作者对诗中的医药知识进行了深入的阐释和发挥,使人读后颇受启迪。本书不仅具有学术性、知识性、资料性,而且具有实用性、艺术性、趣味性,为养生保健及中医药文化研究者、古典诗歌研究者、中医大学生以及社会各界读者奉献了一部寓教于诗,诗中有医,开卷有益的新作。

---

### 图书在版编目(CIP)数据

中国古典诗歌与中医药文化(一)/炎继明编著.  
—西安:西安交通大学出版社,2013.11  
ISBN 978-7-5605-5638-3

I. ①中… II. ①炎… III. ①古典诗歌-关系-  
中国医药学-研究 IV. ①I207.22②R2-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 200440 号

---

书 名 中国古典诗歌与中医药文化(一)  
编 著 炎继明  
责任编辑 秦金霞 李晶

出版发行 西安交通大学出版社  
(西安市兴庆南路 10 号 邮政编码 710049)  
网 址 <http://www.xjtpress.com>  
电 话 (029)82668357 82667874(发行中心)  
(029)82668315 82669096(总编办)  
传 真 (029)82668280  
印 刷 中煤地西安地图制印有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16 印张 36.5 字数 781 千字  
版次印次 2013 年 11 月第 1 版 2013 年 11 月第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5605-5638-3/I·123  
定 价 168.00 元

---

读者购书、书店添货、如发现印装质量问题,请与本社发行中心联系、调换。  
订购热线:(029)82665248 (029)82665249  
投稿热线:(029)82668502  
读者信箱:xjtpress@163.com

版权所有 侵权必究

# 序一

两月前,我有幸读了炎继明先生的新作《中国古典诗歌与中医药文化》的书稿。在书稿中,炎继明先生以他医药文献学者的慧眼,从医药歌诀以外的我国古代诗歌中,过滤出有关疾病、药物、养生、医史等方面医药卫生的文献资料,并对这些资料作了初步的研究。这部新作的问世,对于我国古代诗歌的研究,医药文献的发掘,以及医学与文学关系的探讨,都是件很有意义的事情。

我国古代的诗歌与医学,都是我国传统文化重要的组成部分。两者之间不只有质的区别,而且也有着必然的联系。我们知道,医学是研究人类生命过程和与疾病作斗争的科学,是科学技术;而文学中的诗歌,则是以凝练的语言,饱满的激情塑造人物形象来反映社会生活,表达诗人的感情与愿望,是文学艺术。因此,两者之间有质的区别;但也正是这一点,决定了他们之间存在着必然的联系。诗歌与其他文学作品一样,都要用语言来塑造人物形象,其稍有不同的是除叙事诗以外,很多诗歌中的人物形象就是诗人自己。他们在塑造这些艺术形象的时候,不只要写这些人物的社会生活,而且还须写这些人物生老病死的生命过程和维持其生命的医药卫生活动。否则这个形象就是一个没有血肉和生命的形象,就达不到诗人用它来感染人和影响人的效果。所以,一切文学作品中都存在着一些医药卫生的内容。诗歌作为文学中最古老的一种样式,其数量最大,其中存在的医药卫生内容也就更多和更普遍。炎继明先生作为一位对古代诗歌和医学有着很好素养的学者,对于诗歌和医学的区别与联系有着明确的认识,所以他才能写成这部著作,在“诗海”中“滤”出医来。

在我国古代的医药著作中,引用诗歌中的医药内容是很早就有的。比如明代的医学家李时珍,在他的巨著《本草纲目》中,也常引用古诗中一些动植物内容,来考辨其作为药物的名称与形态。但它毕竟是一部以药物为主体的巨著。而炎继明先生的《中国古典诗歌与中医药文化》虽不敢与《本草纲目》相比,但却是一部前所未有的诗歌与医学兼容性的作品。炎继明先生首先把与医药卫生有关的诗歌,编选成一部诗集,并对其作了必要的注释、语译和说明。就此而言,它就是一部完整的诗歌选集。但与其他诗选所不同的,是他在每首诗的后边加了个“滤医”部分。在这部分中作者把诗里的医药内容,另加标题进行论述。在这些论述中,作者不只对其古今异同进行了认真科学的考辨,而且对其在医学上的应用与价值都谈了自己的见解。仅就这部分而言,此书又是一册内容丰富的医学卫生论文集。作者之所以这样安排此书的体例,正是他既尊重了诗歌与医学的区别,又抓住了

两者之间的必然联系,以适应其内容的需要。

《中国古典诗歌与中医药文化》既然是一部诗歌与医学兼容性的作品,于是就能满足不同读者多方面的需要。此书对一般的读者而言,既可以满足他们诗歌鉴赏的需要,而且还可以从中得到一些医药知识,不只陶冶了情操,而且扩大了知识范畴。此书对于医药工作者和医学生而言,不只使他们读到了这些与自己专业有关的诗歌,而且由“滤医”部分受到启示,在其临床和研究中也许有所创新。此书对于文艺工作者而言,也可以从中受到启示:要塑造出生动真实的艺术形象,必须要有多方面的知识素养,认识到医药卫生活动是每个人生活中的重要部分。此书对于一些年老体弱的读者而言,不只这些优美的诗歌能解除其心中的忧郁,而且也许能从中找到适合自己的养生方法,从而益寿延年。

这部书的问世,对于医学而言,是它为医药文献的发掘,找到了诗歌这个新矿源,而且也证明了这个矿源是庞大的,其内容是丰富的。要开发这个矿源,不是一般的学者可以做到的,发掘者必须具有医学与文学方面必要的素养。炎继明先生就是我所知道的具有这两种素养的为数不多的学者之一,希望他能在诗海中滤医不止,滤出更多的宝藏来。

此书对于诗歌研究的意义,是它为诗歌研究开拓了一个新领域。诗歌的内容是丰富多彩的,过去它的研究领域仅限于文学、思想、历史、音韵几个方面。而《中国古典诗歌与中医药文化》却从医药卫生方面发掘它的宝藏,从而扩大了诗歌的研究范畴,使古代诗歌能从多方面为我国新文化的发展,提供更多的营养。

当《中国古典诗歌与中医药文化》出版之际,我写这个小序,除向作者表示祝贺,更希望它的续集能一部接一部地出现在人们的书架上。

张厚墉

2013年3月10日夜

---

张厚墉先生,原陕西医史博物馆馆长,陕西中医学院教授,著名医学史、医古文专家,诗人,书法家。

## 序二

陕西中医学院炎继明教授新近编著的《中国古典诗歌与中医药文化》是一部融中华民族传统文化中的诗词歌赋于中医药学知识之内的力作,是值得每位从文、从医、重养生者认真一读的佳品。

有人说,“文是基础医是楼”,此言不谬。任何一门科学知识体系都是一种文化,中医药知识更是如此。它不仅是一种文化,而且是中华民族传统文化中最重要的组成部分和最为耀眼的明珠。我曾经说过,如若从事国学研究而不研究中医学的始祖《黄帝内经》《难经》和《神农本草经》,那么,这样的国学研究将会是不完备的,有缺憾的,而古代诗词歌赋是中华民族传统文化凝练的精髓。中医药知识虽然与诗词歌赋有着很大的差别,但是两者却同根、同源、同基于中华民族传统文化,因而这两者之间存在着相通相融的关系。炎继明教授正是把握了两者之间的这种联系,在专志攻医的同时,潜心于古代的诗词歌赋久矣。他上溯诗词歌赋的始祖——《诗经》,下逮中唐时期的李、杜,以其扎实丰厚的中医药知识功底,娴熟地运用中医药知识对历时千年的诗词进行了医药科学层面的深刻诠释、演绎,赋予了古典诗词以医药学功能,从而使人们在欣赏古典诗词的同时也能领略和沐浴到医药知识的光芒。

当我认真玩味《中国古典诗歌与中医药文化》所筛选的古典诗词后发现,炎教授“滤医”的诗词有如下特征。

其一,以药咏诗。以药咏诗与《药性赋》之类歌括有别,前者借药咏诗,抒发诗人情怀;后者借用诗赋体例提炼药物性味归经和主治功效,便于初学者记诵,因此两者的出发点和功能有很大的差异。这一类型约占所辑古体诗词的六成以上,诗中所涉中药有140余种,内中又有如魏晋南北朝谢朓的《咏墙北栀子诗》、江淹的《采石上菖蒲》等一诗咏一药者,此类诗在《诗经》及唐代的诗词中较多,如唐代王维的《山茱萸》《百合》,韦应物的《见紫荆花》,李白的《见野草中有名白头翁者》等,皆是以药引发作者的诗兴,悠然慨叹人间的世态炎凉。此类诗又有一诗咏多药者,如南齐王融和梁国萧纲、庾肩吾三人均有《药名诗》传世,无独有偶,三者均是一诗咏八药,凭借药名抒发诗人的情怀,表达了更深的意境,别有一番情趣,使药物与诗意相得益彰。唐代诗仙李白、诗圣杜甫更擅长于借诗抒情,以药表意,如杜甫就言“草有害于人,曾何生阻修!其毒甚蜂蛰,其多弥道周”(《除茅草》),这是借荨麻、蜂、蝎的毒性喻指社会的恶现及毒瘤,就要“芟夷不可阙,疾恶信如仇”(《除茅草》),表达了诗人疾恶如仇的正义心声和要像铲除有毒的荨麻一样予以连根拔掉的决心。



其二,以方诵诗。以方剂言诗与大量的方剂歌括是有区别的,前者是将方剂作为油头,畅言作者感想是其目的;后者是借古诗体例言方剂之组成和功效,两者的出发点及其意义有所区别。这类诗词约20余首,除“口脂面药方”(杜甫《腊日》)、“松叶酒”(王绩《采药》)外,多为借诗颂扬长生不老方,体现了诗人们对生命的珍重,但汉魏晋唐时期炼丹服食追寻长生之风盛行,即或医药文献学家王焘虽然也发现其严重的毒副作用和弊端,但仍未能摆脱对此风的崇尚(《外台秘要方·卷三十六》)。不过古代诗人中对此风不乏慧眼独具而严厉针砭之人,并以“服食求神仙,多为药所误。不如饮美酒,被服纨与素”(《驱车上东门》),以诗为鞭而抽打之。

其三,采药情趣。历代诗人之中对采药情有独钟者有之,采药时攀岩越岭,不但可以强身健体,饱览山川秀美景色的同时又能增长医药知识,感悟和享受人生无穷的乐趣。诗人们不但野外采药(如庾阐的《采药诗》、王绩的《采药》),还可以在自家庭院中《种药》(唐·韦应物)、《摘药》(唐·杜甫)、《锄药》和采摘后《洗药》(唐·钱起)。

其四,以诗吟病。诗人也是肉体凡胎,必然也会罹患各种疾病。因此,他们以病吟诗,吟诗谈病,抒发其病中复杂的心情,如杜甫暮年不但患有老年性耳聋,视力也很差,于是以《耳聋》为题,将一个被疾病困扰的老者孤苦伶仃的心境展示给读者。“君不见夔子之国杜陵翁,牙齿半落左耳聋”(《复阴》),使人读后不由得心酸落泪。还有10余首咏及风证、痛证、瘴气、冻疮、胼胝、关鬲等近10种病症的诗词。

其五,诗咏腧穴。针灸腧穴富情趣,诗人巧思出佳作。这是古人诗咏腧穴的真实写照。梁元帝萧世诚博览群书,才思敏捷,长于诗赋。他以腧穴双关语意名诗(《针穴名诗》),脍炙人口,刻画出了宫女嫔妃出游,披着彩霞回宫的情景,句句双关,妙趣横生,充分体现了作者深谙腧穴知识和驾驭诗赋语言的高超技巧,堪称以腧穴吟诗的上乘佳作。

其六,诗言保健。尊生、重生、保生是中医药学科终极的价值取向,也是其重要的学术内容。作词吟诗既可以陶冶人的情操,净化人的心境,也是古今养生保健的方法之一。《中国古典诗歌与中医药文化》中辑录了与养生有关的古诗有数十首。究其内容,有言药物养生的,有提倡“恬淡虚无”淡泊名利养生者,有提倡吐纳导引保健者,更具代表意义的是晋代陆机的《百岁歌》,其中应合《灵枢·天年》的10岁为一年龄段的生理、心理特征,蕴涵着一定的养神方法。熟读此诗,不但可以使人感悟健康长寿与颐养天年的道理,也有助于不同年龄段的人们借鉴其中介绍的养生方法。

以上六者仅是我这个诗词歌赋门外汉的些许体会,难以涵盖是书丰富的诗、医内容,于此也已见其一斑,因此说,这是一本值得认真一读且有益于健康的好书。

大凡历代名医巨匠或文人雅士多有勤求博采,精医能文的良好传统,如北宋苏轼和沈括即是其例,他们的《苏沈内翰良方》即是这方面的代表作。清代薛雪、徐灵胎、傅青主、何其伟等大医学家,都有诗作传世。如薛雪的《一瓢诗话》是专门探讨诗歌理论的名作,特别强调诗歌的社会教育功能。他不仅医术高明,诗亦写得很好,因此诗歌评论家对其有很高的评价。近现代著名医学家丁福保、曹颖甫、范文甫、秦伯未、程门雪、李鼎、张灿岬等名医

大家都于诗词方面有很高的造诣。袁沛然老先生,既是当代著名的国医大师,也是一位著名的诗人,他的《剑风楼诗集》就彰显了这位国医大师高超的诗作水准。研究《伤寒论》的大家岳美中教授也有《锄云诗集》刊行于世。

纵观古今名医巨匠,不乏填词吟诗的高手。他们常常以诗言志,以词抒怀,或以诗会友,或吟诗论药言疾。举凡世事沧桑,人生感悟,事业兴衰,临床心得,以及生活情趣等,无不见之于诗赋文句之中。对于慢性病患者来说,一首好的诗词不亚于一剂缓释病情的良药,可以使人郁解闷释,心旷神怡。因此,掩卷炎继明教授的《中国古典诗歌与中医药文化》时使我想到,作为中医药事业的后继之人,不仅要学习和继承前辈的高超医术,还应当认真地吟诵、鉴赏和学习他们留给后人不可多得诗赋财富。

张登本

2013年3月27日

---

张登本先生,陕西中医学院教授,陕西省重点学科学术带头人,博士生导师(兼职),陕西中医学院学术委员会顾问,中华全国中医学会内经专业委员会顾问,中华中医学会陕西省分会基础理论委员会主任委员,陕西省中医药学会文献医史专业委员会主任委员(原),陕西省卫生厅及陕西省教育厅高职评委,为国家有突出贡献的专家,享受政府特殊津贴。



## 序三

诗者，立诸情辞，形诸意象，发摅性灵，志夫天理者也；医者，察标求本，援证设方，扶正祛邪，全身葆命者也。以是，意者遂谓其如风马牛，两不相及。然诗者，心之属也；医者，身之属也。夫心之所须存乎身，身之所须主乎心。其常其变，恒必同之。斯二而一，道之本也。故循流讨源，乃知厥来攸自，身心亦不二焉。

吾友炎子继明先生者，杏苑中人也，而属意文坛；业承岐黄也，而才通诗艺。其并辔贰途而未尝有辍，允执两端而一贯厥中，尔来已阅四十余祀矣。古语云：“花开花落春不管，水暖水寒鱼自知。”夫人之于世，驹隙百年；而更代之言，纔一纪耳。以有为之生论之，则炎子以四纪春秋而惟其二而一事之念，庶几终身矣。其终始而忘乎甘苦，与夫家计之蹙，事之穷通，世之冷暖，竟未以为意之情状，莫不长惊乎吾心矣；而悠然而观花开花落，等闲而知水暖水寒之进境，复莫不长美乎吾心焉！

余尝问于炎子：“何事乃尔也？”炎子起而援书盈座，披指而论曰：“夫艺者，道之有形者也。医与诗之为艺而为道也，无须穷其究竟，即知两系身心，矧穷之乎？是以虽有道艺之别，复有儒医之谓。别之者，循入者也；儒医者，大医也。夫大医之为医也，取法乎上，是不离三才，而以心与人为务者也。至其中下，则唯求诸身耳。故不别而别，别而不别。其要者，法与意也。是以古之宿儒，莫不深明医道；而古之良医，亦莫不通会诗心。故白香山《得钱舍人书问眼疾》诗云：‘唯得君书胜得药，开缄未读眼先明。’薛一瓢亦并撰《诗话》，且顾谓随园曰：‘我之医如君之诗，能以神行，所谓人在屋中，我来天外是也。’皆其例焉。然则身心不二，文医亦不二，可知矣。余于医与诗也，亦尝谓其无涉。及夫初会其意，则瞿然而惊，喟然而叹者久之！遂以涉夫岐黄之雅诗为事而博采广搜，肇远乎《葩经》，期迄乎清季，兼细大而不捐，为条分而缕析，冀有以融夫诗道与岐黄家言，发隐就明，有裨于世耳。是余之所以未遑他顾，穷乎末智而作为《中国古典诗歌与中医药文化》者也。余自知诗心难会，医道难穷，而一以贯之，又难之难者也，故有望先生之斤正焉！”

呜呼！吾何人也，敢正夫炎子两全之作？吾于炎子也，惟美然而惭，喟然而称矣！随园先生尝曰：“素位而行学，孰大于是？而何必舍之以他求？”老君曰：“保此道者，不欲盈。夫唯不盈，故能蔽而新成。”炎子于其事也，心如斯而躬行之，若融融然而会心颐兴，著作日丰，宜乎哉！而其新成之《中国古典诗歌与中医药文化》，尤卓尔其选者也。是书也，钩沉

岐黄于雅诗，冠夫诗雅于岐黄，曰诗道乎？曰岐黄乎？诚诗而岐黄，岐黄而诗者也。夫二而一者，其是之谓乎？《诗》云：“瞻彼淇澳，萋竹猗猗。有斐君子，如切如磋，如琢如磨。瑟兮僴兮，赫兮喧兮！有斐君子，终不可谖兮！”《尧典》曰：“克明峻德。”古人论夫布衣君子曰：“被褐而怀玉。”如斯之语者，咸炎子继明先生之谓乎？夫人之常谓世无贤哲也，有炎子矣，尚复强为之言乎？则炎子者，又宜乎世之取则焉。

是为序。

李亚军

岁次癸巳榴月既望于古都咸阳

---

李亚军先生，陕西中医学院人文科学系主任，教授，硕士研究生导师，学院十大名师，国家中医药管理局重点学科中医文化学科带头人，陕西高校哲学社会科学重点研究基地中医药文化传承与发展中心主任，中国诗词学会会员，西安诗词学会顾问。

# 自序

诗歌是文学的一大样式。其最显著的特点是高度集中地反映了社会生活和人的精神世界,具有丰富的想象和充沛的情感,语言要求高度凝练和形象化,音调和谐,一般都有鲜明的节奏和韵律。诗歌是我国文学史的一个光辉的起点。其起源很早,在我国春秋中叶就产生了第一部诗歌总集《诗经》。历代的优秀诗歌作品十分丰富,如楚辞、汉乐府、唐诗、宋词、元曲等。我国古代把不合乐的称为诗,合乐的称为歌,现在一般统称为诗歌。诗歌按内容可分为抒情诗和叙事诗;按写作方式可分为格律诗和非格律诗等。诗歌一般都要要求押韵或大致押韵。格律诗的平仄与押韵要求更严。

日本医学家研究发现,吟诗犹如健身体操。因为它要求朗诵者发音准确,精神集中,同时要保持伸臂引颈的站立姿势。尤其是当吟诵者进入诗人带给我们的空灵境界时,就会获得如痴如醉的美的感受。试验证明,反复吟诵诗歌可使人大脑皮层的抑制和兴奋过程达到相对平衡,体内有益激素和其他生物活性物质分泌增加,血液循环及神经功能的调节也处于良好状态。吟诗可使患者情绪放松,从而有利于排除患者的顾虑、烦恼和痛苦,通过美妙意境,言景、言物、言情、言义的联想产生一系列的心理效应,达到荡涤肺腑、激励情操、悦性怡情、宁神忘痛之目的,有利于消除危害健康的诸多不良诱因,且使生活增添不少乐趣。

诗歌欣赏是一种高雅而有益心身健康的活动。古人说:“诗言志,歌咏言”。就是说,诗歌是表达人的思想、意志、情感和怀抱的文学形式。“情动于中而形于言,言之不足,故嗟叹之;嗟叹之不足,故咏歌之;咏歌之不足,不知手之舞之,足之蹈之也。”说明诗歌乃是人的内心情感的发泄。诗歌在治疗中对个体心理可起到放松、疏导、转移(移情)、排遣、镇静、消解、娱乐等作用,进而促使人体在生理机能上也进一步得以受益。由此可知,诗中有妙药,吟诗可治病。考之经传,征之史册,入之诗海,都能找出许多诗可治病的根据来的。

西汉文学家枚乘写过一篇有名的赋——《七发》。赋者,古诗之流。所不同者,赋是“铺陈其事而咏叹之”也。这篇《七发》,记述楚国太子有疾,已到了气息奄奄、人命危艰、朝不保夕的程度。适好吴客来探病,进献了一番节俭保身的高论,太子听了以后,忽然出了

一身冷汗，病就好了。以诗治病，生效之速，令人称奇。许多文学作品的医学价值有待我们重新认识。如枚乘《七发》应看做是通过开启冥想之门来引导患者分泌脑内啡，从而实现自然治愈的诗可治病的最早的典型病例。而《高唐赋》则是宋玉以“梦会神女”的冥想来疏导楚王长期受压抑的情结，获得彻底的宣泄疗效的诗可治病的又一明证。

谢朓是南齐著名诗人。他的作品，佳句甚多，如“余霞散成绮，澄江静如练”，“鱼戏新荷动，鸟散余花落”，等等，使后辈诗人，为之倾倒。李白甚爱谢诗，每当忧从中来，郁结难抒时，便放声朗诵。从药理医理上来看，谢诗的好处在于能够疏肝解郁，使人心旷神怡，气和志达。梁武帝可能是胃火过盛，或患有牙周炎等口腔疾病，所以他说：“三天不读谢朓诗，便觉口臭”。由此可知，好诗不仅脍炙人口，而且如同兰麝，芬芳馥郁，沁人心脾。真是，竹头木屑，俱为有用之物；牛溲马渤，可为药物之资，何况是诗呢？

白居易与刘禹锡，两人是交情甚笃的诗友，也是唐代著名的文学家。刘兼通医理，还编有《传信方》二卷（原书散佚，1959年，上海科技出版社出版《传信方集释》，主要是从古方书中辑录而得，共45方）。不幸，两人都得了眼病。刘禹锡延请中医治疗，未见良效，又延请西医。他写的《赠眼医婆罗门僧》诗云：“三秋伤望眼，终日哭途穷。两目今先暗，中年似老翁。看朱渐成碧，羞日不禁风。师有金篦术，如何为发蒙？”这种“金篦术”的疗效如何？据说不甚显著，因为他以后仍在闹眼疾。白居易的眼疾亦较严重，他的《眼暗》诗云：“早年勤俭看书苦，晚岁悲伤出泪多。损眼不知都自取，病成方悟欲如何？夜昏乍似灯将灭，朝暗长疑镜未磨。千药万方治不得，唯应闭门学头陀。”眼病既然如此严重，当然引起朋友们的关心，不少人都写诗寄信来问候。谁知这些诗札却成了治疗眼疾的灵丹妙药。他的《得钱舍人书问眼疾》云：“春来眼暗少心情，点尽黄连尚未平。唯得君书胜得药，开缄未读眼先明。”白氏之疾是用功过度，忧郁伤肝所致。黄连清心去火，亦清肝胆之火。《神农本草经》将其列入上品，并说：“黄连，味苦寒，主热气目痛。眦伤泣出，明目。”黄连点眼当为对症下药，但想不到声价甚高的黄连，却顶不上一首区区的小诗。诗可治病，诗之为用，可谓大矣！

宋代大诗人陆游《山村经行因施药》诗曰：“儿扶一老候溪边，来告头风久未痊。不用更求芎芷辈，吾诗读罢自醒然”。由此可知，陆游曾向一位患头风眩晕的老翁说：“不用更求芎芷辈，吾诗读罢自醒然”。陆游用自己的诗治愈了老人的头风病，真是医学史上的奇迹。读诗比服用川芎、白芷之类活血祛风的药物更有除风定痛、健脑醒神的作用。

清代青城子的《志异续编（卷四）·杜子美》载有一则医案说：“白岩朱公患气痛，每当

疾发时,取杜诗朗诵数首即止,习以为常,服药无是神效。”书中分析其机理说:“朱公平日,酷爱杜诗,取所爱读之,则心怡神适,疾不觉自忘,非真能止痛也。或曰:气痛原属气不舒畅所致。杜诗气象万千,半山老人所谓力能排天斡地,壮颜毅色者也。故读之令人气旺,气旺则不痛矣”。读诗真是一剂疏肝理气、解郁消忧的灵药。能够沉湎于读诗的意境里,便能少一些寂寞与焦虑,多一份安详和健康。

如今,在意大利、美国等地用诗歌疗病已成为时尚。在那里,无论去医院还是药店,都可以看到与普通药品一样的药盒,上面清楚标有作用、用法及禁忌等说明,只不过里边装的不再是寻常的膏丹丸散,而是一部部装帧考究、印刷精美的“诗药”书籍。

如果我们撇开诗可治疗某些具体的病证这一点不谈,而就其可以治疗思想病情、社会病情这点来说,则又是非常之现实的,合乎科学的。因此,欣赏诗歌,特别是与医药、养生、保健内容有关的诗歌,既可以使人领略这种艺术的形式美,更重要的是通过对诗歌感情内涵的体味和感知,达到诗歌作者与读者之间的感情共鸣,从而起到陶冶情操、促进心身健康的作用。另外,还可以使我们学到许多有关医药、养生、保健等方面的知识。诗歌欣赏,真可谓身心俱益,其乐无穷。

欣赏古代诗歌,要讲究一定的方法。首先,诗歌是诗人激情的产物,一定要把握他的感情。欣赏时必须设身处地仔细品味情中之景,景中之情。其次,一定要反复吟诵,方能领略“韵外之致,言外之意”。对一些名篇名句,最好能背诵出来。再者,古代诗歌十分讲究意境美,作品中的思想情趣和具体形象构成了诗歌完美的艺术整体。只有领悟了意境,才能充分感受诗歌之美,激发读者的情思和联想,回味无穷。除了要有一定的诗歌格律知识和语言文字修养外,还要特别注意对诗歌用典的理解。后者乃是一般读者欣赏古代诗歌时的一大障碍。平时可以多读一些文史书籍和诗话作品,以逐渐增加对诗歌用典的理解力。初学者,可以先读一些有注解的古诗歌选本,等到积累一定基础知识后,再去广泛阅读古人诗歌原著。

目前,古代诗歌的选注本很多,各种各样,琳琅满目。其中有历代诗选及某一朝代的诗选;有诸家诗选及某一作家诗选;有爱国诗选或爱情诗选;有论史诗选或叙事诗选;还有关于田园、山水、花鸟、风景、名胜、旅游的诗选,等等。这么多的诗选,都是从编者各自目的出发而编选的,也都充分发挥了它们相应的作用。但是,截至目前,还没有关于医药、养生保健方面的古诗歌选注本。为了给医学生及社会上广大读者提供一个比较好的适宜的选本,并为读者排除字词、术语、典故等障碍,解决阅读古代诗歌的一些困难,使他们不仅

能够读懂这些作品,而且能够轻松地学到有关医药、养生、保健知识。有鉴于此,我编写了这部《中国古典诗歌与中医药文化》。

孔子曾把《诗经》看成重要的诗教课本,他说:“小子何莫学夫诗?诗可以兴,可以观,可以群,可以怨。迩之事父,远之事君,多识于鸟兽草木之名。”在这里,孔子主要是论述和强调诗歌的社会效果、认识价值、审美作用和教育功能。

诗教对塑造学生的健全人格和美的灵魂,有着不可低估的作用。可以说,诗教是素质教育的一个重要的组成部分。江泽民同志在接见“中国唐宋名篇音乐朗诵会”的演创人员时说的一番话,其实对这个问题已经做出了十分精要的回答。他指出:“中国的古典诗词,博大精深,内涵深刻,意存高远,也包含很多哲理。学一点古典诗文,有利于陶冶情操,加强修养,丰富思想……有助于弘扬祖国的优秀传统文化,增强民族自信心和自豪感。”唐诗,我们的灵魂伴侣;宋词,我们的忧郁抗体;元曲,我们的压力解药;古诗,我们的能量补给。中国古典诗歌是我们的精神导师,是缓解压力的良方。针对现代人身心的各种不适,选择阅读中国古典诗歌,可以抚慰人们的心灵,以使处在纷扰浮躁中的人们获得心灵的宁静。

古代中医学家爱好诗歌者甚多,如明代伟大的医药学家李时珍就非常喜爱读诗写诗。他曾以诗言志,以诗会友,以诗论药,在其巨著《本草纲目》中经常引用古人诗句,从而使草木添彩生辉,花鸟活灵活现,生动传神。又如清代进士陈梦雷等编修的《古今图书集成·医部全录》,该书艺文类就收录邵雍、王安石、文天祥、王世贞等人诗作23首。清代医家薛雪,字生白,号一瓢。他不仅医术高超,而且诗文俱佳,写有诗论《一瓢诗话》一卷。此书重视诗歌创作的思想内容,强调诗人必须具有高尚的胸襟、人品,在此前提下作者提倡艺术风格的多样化,主张写诗应有“语不惊人死不休”之精神。书中强调“温柔敦厚”的诗教。雪亦以医术自高,尝谓袁枚曰:“我之医如君之诗,能以神行。所谓人在屋中,我来天外是也”。又自作楹联曰:“九重天子垂清问,一榻先生卧白云”。薛氏晚年隐逸山林,行医吟诗,年九十而卒。又如清代医家尤怡,字在泾,号饲鹤山人。尤氏不仅精通医学,治病多奇效,而且工诗善书,淡于名利。他的诗作被收入清代沈德潜编选的《清诗别裁》。这些都充分说明前辈医家是非常重视诗教的。诗歌确实可以涵咏胸次,陶冶情操,广博见闻,开拓境界,使人灵秀。已有几千年历史的中国诗歌,如同古老的中医学一样,是一个蕴藏极为丰富的文化宝藏,需要我们认真加以发掘,并继承下来,弘扬开去。

“江山代有人才出,各领风骚数百年”。在我们这个诗的国度里,有影响的诗人,众若

星辰；有影响的诗集，浩如烟海。至于诗歌中那些脍炙人口，流传古今的清词丽句，更似葱茏之秀木，璀璨之珠玉，不可胜计。本套丛书虽集我多年心血于此，但因著者知识能力有限，选诗疏漏和注释不当之处，在所难免。我热诚期待广大读者批评指正！

炎继明

2013年3月5日于咸阳



# 凡例

一、《中国古典诗歌与中医药文化(一)》主要选收与医药、养生、保健、医史人物、医事典故等方面有关的诗歌。其所选范围,上至中国最早的诗歌总集《诗经》,下迄中唐司空曙诸家。

二、本书选诗一百六十二首,其中大多为耐人寻味的佳作。可供诗歌研究者、医学与文学及中医文化研究者、中医大学生以及各界诗歌爱好者阅读与欣赏。

三、本书编写体例,所选诗歌均按作者集中,作者按朝代归属,朝代按先后排序。每首诗歌,先录原作,以下依次为出处、作者简介(只在其第一首有此项)、注释、译文、滤医、说明。

四、出处:说明此诗选自某人某书第几页或第几卷。此项具有索引的作用,以便研究者检索查考。

五、作者简介:介绍其生平、事迹、著述以及有关情况,以便读者对作者有初步了解并深入玩味其作品。

六、注释:注释此诗中的疑难字词、术语、典故或与医药有关的问题等,为读者解决阅读过程中遇到的有关疑难。

七、译文:是对此诗的白话翻译,只译出其大意,以便初学者或社会上一般读者理解和鉴赏原作。其中部分译文仍是句式整齐并和谐押韵的。

八、滤医:祖国诗歌典籍浩如烟海,初学者每有望洋兴叹之感。如欲了解其中的医药知识,则更是“且将升岱岳,非径奚为?欲诣扶桑,无舟莫适”。此书意在为初学者指一路径,将诗海中的医药珠宝探索过滤出来。此项是对诗歌中有关医药问题的阐释和发挥。这也是本书的特色和重点,因此占有一定的篇幅。阅读此项,可以使读者了解许多医药、养生、保健知识。

九、说明:这是关于此诗的补充说明或赏析,或是关于医药问题的补充阐释。亦当参考,不可忽视。

十、为突出《中国古典诗歌与中医药文化(一)》的特色,此书目录除采用原诗题目外,又另拟了句式整齐的十四字标题,回行加破折号标明原诗题目。如“时珍读诗考苢菜,道

人疗伤用鸮骨——《诗经·关雎》滤医”。有些标题直接摘自原诗或稍对原诗增字酌拟而成，如“黄独无苗山雪盛，短衣数挽不掩脰”及“爽口滑忆雕胡饭，扑鼻香闻锦带羹”，等等。前者为杜诗原句，后者仅增加了“爽口”与“扑鼻”四字，目的是为了标题的整齐统一，并无篡改古诗之意。

十一、有人说：“此书体裁新颖，内容精湛；融医学、文学于一炉；集学术、知识为一体；诗文并茂，雅俗共赏，陶冶心身，开卷有益。”但是，著者自思学识浅陋，此评过高，实不敢当。此书，稿虽三易，但错误难免，我真诚期待广大读者批评指正！