

中华优秀传统文化中医药知识启蒙系列青少年读物

世间草木

人间至美是本草

贾晗

编著

皆有故事

和孩子们一起
去看最美的大自然

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

世间草木皆有故事：人间至美是本草 / 贾晗编著 . —北京：

中国中医药出版社，2021.8

(中华优秀传统文化中医药知识启蒙系列青少年读物)

ISBN 978-7-5132-6997-1

I . ①世… II . ①贾… III . ①中草药—青少年读物

IV . ① R28-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 100820 号

中国中医药出版社出版

北京经济技术开发区科创十三街 31 号院二区 8 号楼

邮政编码 100176

传真 010-64405721

保定市中华画美凯印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 12.5 字数 115 千字

2021 年 8 月第 1 版 2021 年 8 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-6997-1

定价 66.00 元

网址 www.cptcm.com

服务热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 **zgzyycbs**

微商城网址 **<https://kdt.im/LIdUGr>**

官方微博 **<http://e.weibo.com/cptcm>**

天猫旗舰店网址 **<https://zgzyycbs.tmall.com>**

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究



亲爱的小朋友们：

很高兴你能翻开这本书。

我是一名普通的中医药文化传播工作者。

八年前，我成为一个可爱宝宝的母亲。宝宝清澈、充满好奇的眼睛和纯净天真的心灵，让我常常在想该教他些什么，才能让他更理解他出生的这个国家和民族。

我从事中医药宣传工作已经十余年了，我越来越敬畏和热爱我们的中医药学。我很想让我的孩子也知道，我们国家拥有如此博大精深、真实有效的医药技术。

2020年的一场大疫，至今余波未平。我们的中医与西医一起对抗着新冠病毒。在这场蔓延全球的疫情中，中医药的治疗效果举世瞩目。为了让孩子更加了解中医药，我每天给他准备一个中医药相关的小故事。我想让孩子知道，在我们生活的自然界里，很多花草树木都是治病救人的良

药。我想让他记着，我们的祖先是怎样披荆斩棘，寻找药物；精心整理，代代传承这些真实有效的医药经验；中医药又是怎样帮助我们的民族繁衍生息的。我想让他思考，我们生活中的衣食住行，是怎样渗透着中医药的养生智慧。

一本小书，寥寥数语。希望这些文字，能使孩子们关注到身边的一草一木，能唤醒孩子们对于自然生灵的好奇，能激发青少年对中医药的热爱，以及我们内心深处对传统文化的感动。

希望你能通过这本书，阅读世间草木的有趣故事，发现人间至美是本草。

贾晗

辛丑年夏



缘起 / 1

源于神农尝百草 / 3

一、东北地区 / 9

“百草之王”人参 / 11

美丽的“鹿茸” / 15

五种“味道”的五味子 / 19

药食两用的桔梗 / 22

二、华北地区 / 27

冰糖葫芦里的山楂 / 29

冬凌草“碎米桠” / 32

金银花与金银木 / 35

人字柏与柏子仁 / 38

事事如意的柿子 / 42



“五行草”马齿苋 / 45

杏林春暖与“苦杏仁” / 48

雍和宫里的檀香大佛 / 51

三、华东地区 / 55

白娘子盗灵芝 / 57

崇明岛上的西红花 / 60

古老的银杏 / 63

甲骨文与龙骨 / 66

江南可采“莲” / 69

黔驴与阿胶 / 72

四、华南地区 / 75

鲍鱼壳是“石决明” / 77

陈皮是橘子皮吗 / 81

洛阳桥下有牡蛎 / 85

买椟还珠里的珍珠 / 88

劈山救母的“沉香” / 91

蛇杖与蛇蜕 / 94

陶渊明爱菊花 / 97

月亮上有桂花树 / 101



五、华中地区 / 105

- 黄牛肚里有牛黄 / 107
- 大槐树上的药材 / 111
- “焦糖味”的玄参 / 115
- “金蝉脱壳”的蝉蜕 / 118
- 矿石也分“雌雄”吗 / 121
- 洛阳牡丹甲天下 / 125
- 木兰与辛夷 / 129
- 丝绸与僵蚕 / 132
- 唐代壁画上的百合 / 135

六、西北地区 / 139

- 调和诸药的甘草 / 141
- 红花染里的红花 / 144
- 红色“葡萄干”枸杞子 / 147
- 康熙皇帝与大黄 / 150
- 岐黄与黄芪 / 153
- 阴阳共生的麻黄 / 156

七、西南地区 / 161

- “梅花落”与蜡梅花 / 163



琵琶与枇杷 / 166

冬虫夏草是虫还是草 / 170

千金不换的三七 / 173

善恶一念间的乌头 / 176

书房里的麝香 / 179

应物象形的川贝母 / 182

缘果 / 185

“神医”孙悟空 / 187

后记 / 190

参考文献 / 191



缘 起



在湖北和重庆的交界地带，有一个神农架林区，传说那里就是我国农业和医药的始祖——神农活动的地方。所以第一个故事，我想先给大家讲一讲“神农尝百草”的故事。要了解中医药的起源，就不能不说起“神农”这个人。

传说，神农是中国古代农业和医药的发明者。他牛头人身，出生在烈山的一个石洞里。由于他特殊的外貌和勤劳勇敢的性格，长大后被人们推选为部落首领。他带领人民种植五谷（稻、黍、稷、麦、菽），制作农耕用具，观察农时。后来，他看到身边的人常常被各种疾病折磨得苦不堪言，却得不到有效的救治，于是就下定决心去寻找药物进行治疗。

为治疗疾患，神农亲尝百草，辨识药性，据记载他曾经一天就遇到七十种有毒的植物。最后，他误尝了一种叫断肠草的剧毒植物，因这种草毒性剧烈，神农不治而身亡。这个故事我们可以在汉代刘安（约公元前 179—公元前



神农架林区

122年)所著的《淮南子·修务训》中看到:“神农尝百草之滋味,水泉之甘苦,令民知所避就,当此之时,一日而遇七十毒。”

还有一个神奇的传说,说神农有个“水晶肚”。他的身体几乎是透明的,五脏六腑都能看得见,还可以看见吃进去的东西和经脉的走向。他上深山,穿老林,采摘各种草根、树皮、种子、果实;捕捉各种飞禽走兽、鱼虾鳖虫;挖掘各种石头、矿物,一样样亲口尝试,体察其寒、热、温、凉的药性,辨别其君、臣、佐、使的配伍关系,体会它们可以作用在人体的哪些部位,治疗哪种疾病,直到尝了剧毒的断肠草而身亡。

晋代干宝（约 286—336 年）的《搜神记》中还有一种记载：“神农以赭鞭鞭百草，尽知其平毒寒温之性，臭味所主。”是说神农为了拯救百姓疾苦，不畏艰险，登上天帝的花园去取仙草，碰巧遇见了天帝。天帝赠予他一条神鞭，神鞭可以识别草药有毒无毒、功能主治、作用部位等。于是神农就拿着这根神鞭在山野里，走一路鞭一路。他一边观察，一边详细记录：哪些草是苦的，哪些草是甜的；哪些是温热的，哪些是寒凉的；哪些能充饥，哪些能治病，他都记得清清楚楚。



神农像（清代象牙雕刻，上海中医药博物馆藏）



采药人雕像（神农架天燕景区）

后来，人们将神农亲尝百草所得到的知识传承下来，大约于东汉时期汇集整理成书。这本书就是我国现存最早的药物学著作，也是中医四大经典著作之一——《神农本草经》。

其实，《神农本草经》是秦汉时期众多医药学家搜集、总结、整理当时药物学经验成果而成的著作，是对中国传统药物的第一次系统总结，也是中药学理论发展的源头。书中所确立的中药学基本理论，至今仍有效指导着临床实践。

无论历史上是否真的有“神农”这个人，他所代表的无数古代先民们遍尝百草、辨识药性，为救治百姓疾苦而付出生命代价，这种“无私无畏”的伟大精神，是值得一代代中医药人传承和发扬的！

思考：你能给身边的人分享一下神农尝百草的故事吗？

一、 东北地区

