



王振国
主编

本草中华



Herbal China

梳理中华药物的发展脉络
思悟道法自然的特色文明

中原出版传媒集团
中原传媒股份公司

河南科学技术出版社



从中原到中国

王战营 / 主编

本草中华

王振国 主编

中原出版传媒集团
中原传媒股份公司

 河南科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

本草中华 / 王振国主编. -- 郑州 : 河南科学技术出版社, 2024. 11. -- ISBN 978-7-5725-1779-2

I . R281

中国国家版本馆CIP数据核字第2024EP8812号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市郑东新区祥盛街 27 号 邮编：450016

电话：(0371) 65788613 65788629

网址：www.hnstp.cn

选题策划：杨秦予

责任编辑：冯俊杰

责任校对：耿宝文

封面设计：张 伟

责任印制：徐海东

印 刷：河南博之雅印务有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：720 mm × 1 020 mm 1/16 印张：17.5 字数：263 千字

版 次：2024 年 11 月第 1 版 2024 年 11 月第 1 次印刷

定 价：96.00 元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系并调换。



从 中 原 到 中 国

王战营 / 主编

“中华文脉”编辑出版委员会

主 编 王战营

编 委 （按姓氏笔画排序）

王 庆 王中江 王守国 冯立昇

刘庆柱 李向午 李伯谦 李国强

张西平 林疆燕 耿相新 顾 青

黄玉国 葛剑雄 董中山

《本草中华》编委会

主 编 王振国

副主编 丁兆平

编 委 （按姓氏笔画排序）

丁兆平 王春燕 王振国 步瑞兰

周 扬 郑文杰

目 录

第一章 本草之光 辉耀华夏.....	1
第一节 溯源	
——萌芽茁发 始尝百草	3
第二节 清波	
——涓流成河 顺风扬帆	6
第三节 竞流	
——江河汇聚 百舸竞渡	11
第四节 融汇	
——西风东渐 会通新知	20
第五节 归海	
——波澜壮阔 深邃宽广	29
第二章 药苑名家 踵事增华.....	47
第一节 神农尝百草	
——人文始祖始创医药	48
第二节 伊尹创汤液	
——烹饪鼻祖悟出煎药	53
第三节 医圣立经方	
——张仲景论广汤液	57

第四节	葛洪炼丹石	
	——开创制药化学先河	62
第五节	雷公定炮炙	
	——中药炮制专著诞生	69
第六节	药王传千古	
	——孙思邈两撰千金方	74
第七节	濒湖举纲目	
	——李时珍药学筑高峰	78
第八节	恕轩补缺遗	
	——赵学敏纲目拾遗	84
第三章	本草典籍 珍珠层积	91
第一节	本草奠基：《神农本草经》	92
第二节	增广药味：《本草经集注》	97
第三节	药典之争：《新修本草》	102
第四节	食药合鸣：《食疗本草》	107
第五节	本草集成：《证类本草》	112
第六节	草木有情：《救荒本草》	118
第七节	博物巨典：《本草纲目》	123
第八节	索图求真：《植物名实图考》	128
第四章	市因药成 集散四方	135
第一节	安徽亳州药市	
	——小黄城外芍药花 十里五里生朝霞	136
第二节	河南禹州药市	
	——山中采药卖都市 药过阳翟倍生香	141
第三节	河北安国药市	
	——一夜秋风度 十里飘药香	147

第四节	南国樟树药市	
——	水陆交心汇南北 帆樯栉比皆药材	155
第五章	性从地变 质与物迁	165
第一节	中原四大怀药	
——	薯蓣篱高牛膝茂 隔岸地黄映菊花	166
第二节	江南浙药八味	
——	江南三吴胜地 浙药八味称雄	175
第三节	品质鲁药十佳	
——	东阿有井大如轮 山水海岱药尤珍	184
第四节	药聚东北之宝	
——	森林孕育灵草异兽 东北三宝药占其先	195
第五节	云贵药有特产	
——	西南山川美 三七天麻真	201
第六节	岭南四大南药	
——	高高树上结槟榔 谁先爬上谁先尝	210
第七节	海外舶来珍品	
——	连天浪静长鲸息 映日帆多宝舶来	217
第六章	药食同源 健康智慧	227
第一节	食药有道	
——	药食结合, 食养食治	228
第二节	食宜尤胜	
——	茯苓、山药、芡实, 药食均宜	234
第三节	香药调鼎	
——	胡椒、丁香、肉豆蔻, 品味辛香	244
第四节	五果为助	
——	桑椹、乌梅、龙眼, 果果有益	255

第五节 凉茶滋味

——夏枯草、薄荷、金银花，清热解毒 264



第一章 本草之光 | 荣耀华夏

本草学是中国医药的精华，更是中国传统文化重要的组成部分。人类文明是江河的赠礼，中华文明以黄河、长江流域为其发轫之中心，中医药文化从这里孕育、发源、流传、壮大而至今，既为中华民族的繁衍做出了不可磨灭的贡献，并从此扩散、流布，荣耀神州，在全球独领风骚。纵观本草学的发展脉络，梳理其发展成就，更加彰显其璀璨光芒。中华本草文脉流传，融入中国传统文化的血脉，具有鲜明的特色：从道法自然、博识万物出发，药食同源、广积博采，凝聚东方智慧、本土创新，构建开放模式、包容兼收，文明筑基、绵延不绝，必将融汇新知、再创辉煌。丰富多彩的中药宝库必将为世界文明和全人类健康事业做出不朽的贡献。

自从盘古开天地，三皇五帝到如今。

中国传统医药文化，融汇于中华文明的血脉，绵延赓续，如星光璀璨，闪耀于世界文明的银河。科技史学家胡道静在为《出入命门》所作的序言中总结说：“中医学这一‘生命文化’的胚胎，是中国整个传统文化和社会历史推进的舵桨，是中国传统文化区别于其他世界文化的分水岭。”

“医无药不能扬其术，药无医不能奏其效。”中华医药的主体，由医经与本草构筑。医工遵“医经”执医术临证处治疾病，这是古代医药之“医”；至于古代医药之“药”，古人创用“本草”二字，涵盖了传统药物学广泛的层面。本草一词，成为赅通中药研究广博范畴的专门术语，具有开放包容、跨学科通识的特点，成为后世所认知的以自然科学为根基、以医药互联为主体的一门实用学问。

由药而医，由医及药。作为中国医药一端的中华本草，滥觞于远古而源远流长。中华民族在认识人体、疾病、健康以维系生存繁衍的道路上，其治病祛疾的用药智慧，亦如从“盲眼寻星”到“放眼寰宇”，所形成的本草知识的洪流，也是从肇始的“涓流成河”，继之“江河竞流”，终成“百川归海”：源流而下，清波荡漾，吸纳万水，奔腾向前，汇合成浩瀚无垠、博大深邃的中华医药海洋。中华本草理论，如珍珠在磨砺与层积中壮大。回眸审视，其发展道路曲折漫长，跨越时空，脉络不绝，有序可循。其根基立足华夏，精华传播四海，辉光闪耀全球。

中华本草发展的脉络，自有其“薪火传承，代有赓续”的不绝历程，也经历了“跌宕起伏，路转峰回”的雄关曲道，更有着“守正创新，本草重光”的光明前景。爬梳中华本草的脉络，可以观其大概，识来路，循大道，更可放眼向前，使我们以必有的文化自觉与坚定的文化自信，走好传承弘扬之路。

第一节 溯 源

——萌芽茁发 始尝百草

本草的起源或者说孕育前期，主要在秦代以前，可远溯到原始社会，其间经过夏、商、周等朝代，到秦汉时期，《神农本草经》横空出世，本草学体系初创。

茹毛饮血，以求果腹。如此形容远古时期我们先人的生活状态当不为过。

应当说，中医药文化的发源与孕育，是伴随着远古人类的生活生存而开始的。对云南的元谋人、陕西的蓝田人、北京的周口店人等远古人类文化遗址的考古发现，古代先人们在与自然灾害、猛兽、创伤以及疾病等长期抗争的过程中，产生出了治病求存等健康需求。随着人类进化的步伐与文明的不断进步，人们逐渐形成了对生命、健康与病痛的思考以及对药物的认识，开始了早期外治工具的运用，发现了某些简便治疗方法。与药物起源有关的，莫过于“药食同源”的本草发生学观点。

药物知识的积累，来源于生活与生产活动。有关中药起源的传说颇多，但以中华人文始祖伏羲氏和神农氏为引领，并且食物与药物同源的说法得到普遍公认，这与原始社会畜牧业、农业的发展有着密切关系。原始社会初期，生产力极其低下，原始部落的人们共同采集，成群出猎，共同享用得来的食物，其间可能误用误食一些有毒的植物，引起诸如腹泻或呕吐或昏迷等各种不适，甚至造成死亡。经过长期的生活实践与经验积累，逐渐掌握了一些植物的形态和性能，哪些植物对人有害，哪些植物对人有益。有关植物药的知识就这样慢慢积累丰富起来。随着生产工具制作技术的不断改进，生产力不断提高，渔猎经济发展，为原始人提供了较多的畜禽、鱼、蚌蛤类食物，并渐渐认识了某些动物的脂肪、血液、肝胆、骨骼和壳甲等有一定的治疗作用。随着采矿业的发展，人们对矿物的性能有所了解，并认识到某些矿物对治疗疾病有一定作用，这样，人们又逐渐掌握了矿物药

的知识。由此，有关植物、动物与矿物的知识共同与避害、治病产生联系。

追溯中医药起源，不能不提及中华人文始祖的“三皇”——伏羲、神农与黄帝，他们都是中华医药创始的祖先。在古典文献中，《帝王世纪》有“伏羲氏……画八卦……乃尝味百药，而制九针”的记载；《路史》有伏羲“尝草治砭”的记载。《淮南子·修务训》所载更详，谓：“古者民茹草饮水，采树木之实，食羸虻之肉，时多疾病毒伤之害。于是神农乃始教民播种五谷，相土地宜燥湿肥堯高下，尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所辟就。当此之时，一日而遇七十毒。”《补史记·三皇本纪》有神农氏“以赭鞭鞭草木，始尝百草，始有医药”的记载。这些都是对古代华夏祖先不断积累医药知识的认同与记述。



中华人文始祖三皇五帝雕像

中华文明创始，古代华夏从原始社会进入奴隶社会阶段，从器具到文字，识病与识药的人类基本需求，是医药专门学科诞生与发展的基础。

夏代制陶，商代制铜器，为中药调剂、煎煮提供了器具。在此时期，已出现药酒及汤液。商代伊尹是创制“汤液”的鼻祖，据晋代皇甫谧在《针

灸甲乙经·序》中说：“伊尹以亚圣之才，撰用神农本草，以为汤液。”

夏商周时代，中医药文化相关的记载还较少，但在中医药发展史上此时期是不可或缺的奠基与过渡阶段。现存最早的成熟汉字是甲骨文，据统计与疾病有关的甲骨有 323 片，记载疾病 40 多种。甲骨文所记载医治疾病的方法，包括针刺、按摩、接骨、拔牙以及药物治疗。在商代的金文中已经有了“药”字，《说文解字·草部》将其训释为“治病草”。

据《周礼·天官》记载，西周时已有食医、疾医和疡医的分工，并且周代已经开始使用望、闻、问、切等诊病方法，运用药物、针灸、手术等治疗方法。其中疾医以“五味、五谷、五药养其病”，据汉代郑玄注释：五味，酸、苦、辛、咸、甘也。五谷，麻、黍、稷、麦、豆也。五药，草、木、虫、石、谷也。这些都是由“疾医”掌管用以治病的，体现了周代医者对药物的认识和初步的自然分类方法。

《诗经》是周初至春秋中叶的文学作品，也是我国传世文献中最早记载具体药物的书籍。书中收录上百种供药用的动物、植物名称，如藁耳（今苍耳）、芣苢（今车前草）、桑椹、合欢、瓜蒌、蕤（今益母草）、芍药、枸杞、鲤鱼、蟾蜍等，并对一些品种的采集季节、性状、产地及服用等有着具体的记载。

《山海经》是古代地理、神话传说著作，里面记载了先秦时期我国各地的名山大川、动植物产，也记载了许多药物，甚至明确指出了药物的产地、效用和性能，说明人们对药物的认识又深入了一步。《山海经》记载的药物数量，各家的统计有所差异，大致可分为四类：动物药 67 种，植物药 52 种，矿物药 3 种，水类 1 种，另有 3 种不详何类，共计 126 种。服法则有内服（汤服、食用）和外用（佩带、沐浴、涂抹等）的不同。所涉及的病种 31 种，包括内、外、妇、五官、皮肤等科疾患。其中也有补药和疾病预防的记载，反映了当时已有预防医学思想的萌芽。

春秋战国时期，医药专门文献已经形成，从出土文献中可以得见其一二。《万物》是 1977 年考古发现的汉简文献，出土自安徽阜阳，其编制年代约在春秋时代或战国初期。所载药物 70 余种，对各药所治疾病的记载

较《山海经》更加具体，并已有复方的出现。因此，有学者认为《万物》是迄今为止发现最早的我国药物学专著。

《五十二病方》是1973年考古发现的帛书，出土自长沙马王堆汉墓，约成书于战国时期。2012年出土自成都老官山汉墓的医简《六十病方》，经专家研究认为此书较《五十二病方》晚出。故《五十二病方》是我国迄今为止最早的医方，书中共载药名247个，能够反映与说明其时所用药物品种的广泛情况。

经过原始社会、奴隶社会和封建社会初期各阶段的萌芽孕育，本草学已经具备了形成专门学科的基础，为秦汉时期本草学的建立与发展奠定了基础。基于以上的“溯源”，对自秦汉以来所确立的本草学科及其历史成就，将从“清波”到“竞流”，再从“融汇”到前行“汇海”为关键词，沿着历史发展的脉络，予以梳理与审视，并总结与概括本草学的优势与特色。

第二节 清 波

——涓流成河 顺风扬帆

神农尝百草而始有医药。本草学的建立，以《神农本草经》的成书为典型标志。“本草”既是专门的术语，更成为专门的学问。本草学从秦汉时期初步架构，历经魏晋南北朝并隋唐时期，涓流成河汇为盛世清波。

一、秦汉时期

秦汉时期，社会政治、经济、文化显著发展，学术思想趋于活跃。秦统一六国，统治较为短暂，而汉代社会出现长久安定的局面，不仅政治、经济、文化稳定发展，中医药的发展也呈现出“百家争鸣”的态势。中医学四大经典著作《神农本草经》《黄帝内经》《难经》和《伤寒杂病论》在此时期初步形成或者已经成型，也说明传统中医学从“本草”到“医经”得以初步完备。以神农、黄帝等中华始祖之名来命名本草与医经，更彰显

了中医学与中华文明的血脉联系。

1. 本草学的奠基：《神农本草经》

《神农本草经》，书虽托名为“神农”所作，实成书于汉代，是已知最早的中药学著作。其所载述的本草专门知识，相传起源于神农氏，代代口耳相传，于东汉时期集结整理成书。然其成书绝非一时，作者更非一人，是秦汉时期众多医家搜集、整理、总结当时与此前药物学经验成果的专著。

《神农本草经》将其成书以前所积累的采药、制药、用药的经验进行了系统的总结，将药物按良毒之药性厘分为上、中、下三品，提出了中药学基本理论如“四气五味”药物属性和“君臣佐使”的配伍原则等，在其后几千年的用药实践中发挥了巨大的指导作用，是中药学专门理论发展的源头。

2. 医学经典的形成：《黄帝内经》与《伤寒杂病论》

春秋以前，临证医学基本上处于凭借朴素经验治病的阶段，所用药物以单味药为主，而《黄帝内经》的出现，标志着中国传统医学理论体系基本形成，其理论体系被后世尊为医经。《黄帝内经》包括《素问》和《灵枢》两部分，系统总结春秋战国以前的医疗成就，确立中医学临床理论原则，标志着中医学临床理论体系的构建与完善，奠定了人体生理、病理、诊断以及治疗的认识基础。《黄帝内经》并非由一位作者完成于一个短时间内，而是众人参与并且跨越了较长的时间段集结而成的专门著作。由于它是属于“医经”的典籍，故详于阐述医理，而略于方药。治疗措施，多以针刺为主，对方药的运用，仅记载了十三首方剂，被后人通称为“内经十三方”。这些方所涉药味尚少，但已经是汤液醪醴兼备。

东汉末年，《伤寒杂病论》由张仲景编撰而成，被称为“方书之祖”。《伤寒杂病论》提出了外感热病包括瘟疫等传染病的诊治原则和方法，论述了内伤杂病的病因、病证、诊法、治疗、预防等辨证规律和原则，确立了辨证论治的理论和方法体系。辨证论治是中医学的一大特色，是理法方药的概括，对疾病的诊治，以辨证、治则和方药的次序加以阐发，形成指导临床的规范模式。《伤寒杂病论》在流传过程中不幸散失，后经过整理而

析分为《伤寒论》和《金匱要略》。《伤寒论》载方 113 首，《金匱要略》载方 262 首，合计共载药方 375 首，除去重复，实载方剂 269 首，共使用药物 214 味。

中医学从形成之初，即不断向周围或更远地域传播并发挥重要影响。秦汉时期，中医学已从其所统治的疆域不断传入周边甚至更远的异域，而且也伴随着药物的相互交流，如汉代时通过丝绸之路已将中药材大黄、枸杞、生姜等播散到亚洲其他地区甚至远传到欧洲之地。

二、三国与魏晋南北朝时期

三国与魏晋南北朝时期，中医学得到全面发展。在汉代的基础上，人们广泛总结新的实践经验，本草学、方剂学以及脉学、针灸学等方面的医学著作大量涌现。

本草药物与方剂等专门学问得到进一步的发展。东晋时的葛洪编撰完成了《肘后救卒方》，后经补充而成为《肘后备急方》，是临床第一部急救手册。书中描述临床常见疾病的疗法，也包括预防策略，如隔离防止传染病蔓延，同时又提出利用药物预防疾病发生。葛洪主张利用简、便、廉、验的疗法，一些方法沿用至今，如麻黄及常山分别用于治疗哮喘及疟疾。当时对于一些传染病如伤寒、痢疾、疟疾、天花、麻疹及霍乱等已有较清楚的认识。葛洪著的《抱朴子》总结炼丹经验，反映了炼丹技术的成熟，所积累的冶炼技术和化学知识，是制药化学的肇始。凡提及 20 世纪惠及全球的青蒿素的发现，国人莫不联想到屠呦呦所强调的启示来自传承，成功得益于葛洪《肘后备急方》中那段宝贵的记述：“青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之。”

这一时期，《神农本草经》得到第一次系统的深化与扩展。南朝齐梁时医药学家陶弘景编撰完成《本草经集注》，共记录 730 种药物，使《神农本草经》收载药物数量从 365 味得到倍增。除了增加对每种药物的说明外，还将药物按自然属性分为玉石、草木、虫兽、米食、果、菜及有名未用七大类，成为后期中药分类的标准，也为中药学分类奠定基础。陶弘景还将先前