

读名著·品中医

《红楼梦》中的中医药文化底蕴

吕贵德

端午蒲艾插门,虎符系臂;元宵夜深,贾母嫌鸭子肉粥油腻,改要杏仁茶;林黛玉一人荣府,被人追问“常服何药”,淡淡答一句“如今还是吃人参养荣丸”。这些细节末节,并非闲笔,它们共同指向一个事实:《红楼梦》里的疾病诊疗、方剂用药、节气养生,构成了深厚的中医药文化底蕴。

据统计,《红楼梦》中,出现中医术语161条,记载病例114例,完整病案13个,配制方剂45首,使用中药127味,66个回目中能寻到中医药相关的笔墨痕迹。如果说《红楼梦》是中国古典小说的高峰,那么从中医视角看,它也是一份被文学加工过的“清代城市医疗生活样本”。这些文字绝非随意的文学点缀,而是将中医药与人物的命运沉浮、情节的铺展推进、家族的盛衰起落紧密交融,在清代的医学图景中彰显出传统中医药文化的博大精深。

曹雪芹写作《红楼梦》的时代,中医经典已经高度定型,《黄帝内经》《伤寒杂病论》与宋元明诸家方书广为流传,中医门诊、坐堂郎中、走方医生并存,妇儿专科和祝由、针灸等分科亦已成型,辨证施治已被公认为中医诊疗的灵魂。《红楼梦》中记述的疾病,有内科的咳嗽、泄泻、中暑、癆病,也有妇科的闭经、漏经、儿科的痘疹惊风,乃至精神失常(“走火入魔”);按病机,既有风寒外感、脾胃虚弱,也有水亏木旺、气血两虚、阴阳失调等,与后来的方剂应用一一对应。

第十回“金寡妇贪利权受辱,张太医论病细穷源”,是典型的一次“现场教学”。儒医张友士凝神切脉后,精准道出“左寸沉数,心气虚而生火;左关沉伏,肝气滞血亏;右寸细弱,肺经气分太虚;右关无神,脾土被肝木克制”的诊断,最后开出以气血调和为纲的方药,兼顾药性、炮制、禁忌证与服用方法。这一段几乎可以作为中医诊疗流程的教科书示范,堪称古典文学中描摹中医诊疗的传世范本。而放大到全书层面,秦可卿的“气血虚亏”、林黛玉的“癆证”、薛宝钗的“胎里热”、晴雯的“女儿癆”、凤姐的小产与漏经、贾瑞的遗精、香菱的不孕等,都被严格置于“辨证、处方、配药”的叙事结构中。

体质辨识,亦是《红楼梦》医疗活动的精髓之一。曹雪芹按照每个人的性情禀赋、体质偏颇,量身定制了诊疗养生方案:林黛玉身形纤弱、形容消瘦,常伴咳嗽盗汗之症,是典型的阴虚体质,故常年食用燕窝、百合等滋阴润肺之物;薛宝钗自幼中便带着热毒,属于阳盛体质,故用“冷香丸”这类寒凉之药,以收清热镇毒之功;贾宝玉属阴阳两虚之体,调理则兼顾阴阳与滋阴;贾母气血亏虚,人参养荣丸这类温补方剂便是她的常服之品。这种因人而异、对症调理的诊疗思路,契合了中医个体化医疗的核心精髓,藏着古人“以人为本”的医道智慧。

《红楼梦》中出现方剂约45首,包括人参养荣丸、独参汤、八珍益母丸、左归丸、右归丸、天王补心丹等经典方,以及“冷香丸”“雪香润津丹”“疗妒汤”等颇具文学色彩的“奇方”。这些方剂分布在关键情节节点,林黛玉初入贾府、人事大变前后的贾宝玉病倒、凤姐小产、巧姐犯痘等,几乎所有重大情节拐角,都伴随一次“开方”。而方剂的“君、臣、佐、使”关系,在这里不仅是方剂结构,更是一种象征结构,谁是“君药”,谁是“佐药”,常常暗示人物在家族秩序中的地位与作用。

比如,薛宝钗的“冷香丸”,是文学化的艺术虚构。它以4种白花(白牡丹、白荷花、白芙蓉、白梅花)为主,配以雨水日的雨、白露日的露、霜降日的霜、小雪日的雪调和蜂蜜白糖,埋入花树根下,发病时以黄柏汤送服,通过“白”“冷”“露”“霜”等意象,强化了薛宝钗外冷内热、端方自持的文学形象。而林黛玉的加味逍遥散,则是贴合临床的医理实践,在逍遥散疏肝健脾的基础上,加入丹皮、栀子,增强疏肝清热之效,恰合林黛玉多愁善感、肝郁化火的病根。

在《红楼梦》里常能见到人参养荣丸,清代做官的人家,常拿它当补品,专门治疗气血两虚证。贾府的长辈们,大多靠它补身子,这既能看出豪门养生的精细,也能说明这个方子在那会儿确实常用,也真管用。《红楼梦》里提到的中药有127味,包括根茎、花叶、果实,主要涉及人参、白术、茯苓等补益类药物,黄连、黄柏、大黄、金银花等清热解毒类药物,香附、木香、陈皮等理气活血类药物,以及解表、祛湿、化痰、芳香类药物,就连硝石、雄黄这种矿物药也提到了,差不多把清代中医常用的主要药材都涵盖了。这些药材怎么用,一方面是按照正规的中医书来用,另一方面是顺着每个人的体质、处境来用,把草木的灵性和人间的温情,综合在一起考量。本来冷冰冰的药材,反倒成了牵动人物感情、显出生活细节的东西,也让中医药文化多了一些烟火气,多了一些人情味。

比如,人参、黄芪、当归、熟地等补气养血之品,频繁出现在林黛玉、贾宝玉等“元神亏虚”的人物身上;紫河车、何首乌、茯苓等益气养阴、补肾固精,则多应用于生育、小产、闭经等;“雪白的茯苓霜”、燕窝粥、酸梅汤、普洱茶等,则在日常饮食的描述中被赋予“健脾和胃、化阴生津、清胃消食”的功能。

《红楼梦》中描摹的中医药疗法,涵盖食疗、外治、情志疗法等诸多门类,不追求“速效治病”,更注重“标本兼顾、心身同治”,完美契合中医“顺应自然、养护本源”的养生之道。食疗与药膳贯穿全书,随处可见,如人物并不直接讲“阴虚阳亢”,而是通过偏爱何种食物、何种药材,间接暴露自己的体质类型。

比起方剂,散见于对话与生活细节中的单味药,承担的是“润物细无声”的功能。饭后“第一道茶用来漱口,第二道才是喝的”,并点明“饭后少饮茶可消食去腻”;酸梅汤“化阴生津止渴”,普洱茶“清胃消食”,都通过人物气话自然带出;第五十四回的“鸭子肉粥”,被后世医家引为“凉补、利水消肿”

的代表性食疗方。药材与食材在这里是可以互通的,“药食同源”的理念融入日常生活。

除中药与方剂外,《红楼梦》中还多次出现针灸、推拿和心理调摄等治疗方式。情志疗法,是书中具有深意、贴合人性的疗法,更暗合中医“心病还须心药医”的核心准则。林黛玉的顽疾,根儿就在心绪郁结、肝气不舒,御医王仁仁也直说,她这病“七分在心上,三分在身上”。秦可卿也是思虑太重伤了脾,肝气郁结化了火,心里的重病、家族的重担,才是真正的病根。针对这些“心病”,《红楼梦》也藏着不少润物细无声的情志调摄法子:贾宝玉守着他那“女儿国”的心思,陪着姑娘们共情她们的心事,解开心底的愁疙瘩,用温暖抚慰人心;贾母则讲究怡情养性,常带着众人赏花、摆宴、听戏,在这些闲情逸致里调养心境、舒缓压力。这些法子,正合了中医“心身同治”的道理,也显出古人对身心和谐的追求。

另外,《红楼梦》里还写了一些当时坊间流行的偏方,比如那碗“疗妒汤”,就是用秋梨、冰糖、陈皮熬成,被王道士说成是“专治妇人妒病的汤药”。梨和冰糖甘寒润肺,陈皮能理气燥湿,倒也能清热、化解心里的郁结。端午时“蒲艾簪门,虎符系臂”,老辈人都说能辟除毒害;刘姥姥身子硬朗长寿,只是劳作有分寸、饮食清淡朴素的养生门道。这些说法在医学上未必严谨,却反映出清代百姓对病痛和情绪的理解方式。

(作者供职于安阳市中医学学会)

杏林撷萃

二月初二吃爆米花的习俗,主要流行于苏北和鲁南地区,安徽、河南与江苏的一些地区也存在。相传,武则天当了皇帝,改了国号,玉皇大帝十分恼火,便传令龙王3年内不许向人间降雨。但是,龙王不忍见人间生灵涂炭,动了恻隐之心,不顾玉皇大帝的命令,偷偷降了一场大雨。玉皇大帝得知此事,把龙王打下凡间,压在一座大山下,山上立碑:龙王降雨犯天规,当受人间千秋罪;要想重登灵霄殿,除非金豆开花时。人们为了拯救龙王,到处寻找开花的金豆。到了第二年二月初二这一天,人们正在翻晒玉米种子时,猛然想起,这玉米就像金豆,如果炒开了花,不就是金豆开花吗?于是,家家户户爆玉米花,并在院里设案焚香,供上“开花的金豆”。龙王看见后,知道是百姓在救它,就大声向玉皇大帝喊道:“金豆开花了,放我出去!”玉皇大帝一看人间家家户户院里金豆开花,只好传谕,召龙王回到天庭,继续给人间兴云布雨。从此以后,民间形成了习俗,每到二月初二这一天,人们就爆玉米花,也有炒黄豆的。

田文敬

二月初二炒豆爆米

民间还有一个说法,春节过后进入二月,农村很快就要进入春耕春种的时节,要对种子发芽率进行鉴定。古时的鉴定方法不够科学——把上一年留作种子的玉米、大豆弄一点儿放到锅里炒一炒。遭受虫蛀或者受潮变质的种子是不会炸裂的,古人以此来判定种子的发芽率,以确定种子是否可以使用。炒熟的玉米、豆子,就分给全家做零食了。有的地方叫作“炒虫眼”。虽然现在有了科学的鉴定方法,老方法不再使用,但是爆玉米花作为一种味美的零食深得大众喜爱。因此,此习俗被保留了下来。

“料豆”即黄豆,又称“蝎子爪”,传说吃了“蝎子爪”不挨蝎子蜇。每到二月初二,要炒“料豆”,大人小孩都要吃。俗话说:“二月二,龙抬头,吃豆子,人不害病地丰收。”有的地方还把“料豆”或爆米花扔向屋顶,这样害虫就不能进家了,寓意来年五谷丰登,一切平安。

现在,生意人也充分利用二月初二吃“料豆”、爆米花的习俗招揽生意,有的饭店在这一天炒“料豆”、爆米花,放在门厅送给前来吃饭的人。在超市里,也有炒黄豆、青豆、豌豆、绿豆,大的、小的、甜的、咸的一应俱全,选购的市民很多。“料豆”用黄豆炒制,又叫大豆,《本草纲目》说能“治肾病,利水下气,制诸风热,活血,解诸毒”。《延年秘录》云:“大豆五升,如做酱法,取黄捣末,以猪脂炼膏,和丸梧子大。每服五十丸至百丸,温酒送下,可令人长肌肤,益颜色,填骨髓,加气力,补虚能食。”现代研究人员认为,黄豆中的大豆蛋白质和豆固醇能明显降低血脂,从而降低患心血管疾病的风险。大豆脂肪富含不饱和脂肪酸和大豆磷脂,有保持血管弹性、健脑和防止脂肪肝形成的作用。

爆米花松脆可口,深受孩子们的喜爱。但是,多吃爆米花对小儿的健康十分不利。这是因为加工爆米花的铁质容器壁上含有一定数量的铅,铅的熔点和沸点都较低,在密闭加热时,铅会大量挥发并渗入被爆的谷物中。常吃爆米花,容易发生慢性铅中毒,造成食欲减退、腹泻、烦躁、牙龈发紫及生长发育缓慢等现象。小儿体内的各种屏障功能都比较差,特别是血脑屏障不完善,脑功能还不成熟,铅摄入量过多不仅会妨碍身高、体重的增长,还会对智力发育造成不利影响。此外,血铅过高,还会干扰血红蛋白的形成,削弱人体的抵抗力。因此,小儿应尽量少吃爆米花。

(作者供职于河南省中西医结合医院)

用艾灸调养身体

李珮琳

艾灸疗法是一种调理方式。依据体检结果,量身定制个性化的艾灸调养方案,让传统智慧为群众健康保驾护航。免疫力偏低、容易感冒者,可以艾灸关元穴、足三里穴,培补元气;慢性胃炎患者、消化不良患者等,可以艾灸中脘穴、脾俞穴,调理脾胃;妇科指标异常或者痛经患者,可以艾灸关元穴、三阴交穴,温经散寒。

当体检指标处于“临界值”(如虽然血压、血脂偏高,但是尚未达到用药标准)时,配合艾灸来调理相应经络,往往能取得令人意想不到的效果。

(作者供职于河南省中医院健康管理中心)

药食同源

姜黄为姜科植物姜黄的干燥根茎,主产于四川,冬季茎叶枯萎时采收,经过炮制后入药。姜黄是一味常用的活血化痰类中药材,以切面颜色金黄、有蜡样光泽者为佳。

清代赵瑾叔有一首《本草诗·姜黄》,诗云:“香浓宝鼎透金炉,片子姜黄产蜀都。迷药功功原有异,郁金形似岂无殊。积痼可破经前阻,败血能消产汗。手臂不愁风痹痛,初生疥癣亦堪辅。”该诗写明了姜黄的产地、外形、功效,与同科植物诃子(莪术)、郁金有所不同。

性味功效

姜黄,性温,归脾经、肝经,味辛、苦,有活血行气、通经止痛等功效,尤以止痛(缓解各类疼痛)见长,常用于治疗气滞血瘀、胸肋刺痛、胸痹心痛、痛经、经闭、症瘕、跌打肿痛和风湿肩臂疼痛等,外用可疗疮癣等皮肤病。

药理学研究结果表明,姜黄富含挥发性油类物质,姜黄素类物质等活性成分,有抑制血小板聚集、降低血液黏度、抗炎、抗氧化、降血脂、降血压、保护胃黏

餐桌上的中药之五十二

姜黄

尚学瑞 郭慧兰

膜、护肝等作用。因此,姜黄可以治疗心脑血管病、胃炎、肝病、风湿性关节炎等疾病。

除药用外,姜黄还是上乘的调料和食材。用姜黄鲜品或干品做成药膳,既是舌尖上的美味,又有养生治病之效。

药食养生

姜黄瘦肉汤 材料:鲜姜黄10克,猪瘦肉150克,食盐适量 做法:姜黄洗净,切成薄片;猪瘦肉洗净,切成丁;将二者放入锅内,加清水约1000毫升,大火煮沸后,改小火慢炖约50分钟,待肉质酥烂后,放入食盐调味即成。

功效:益气活血、补虚调经。本品适用于面色萎黄、四肢乏力、精神疲惫、外伤后肢体疼痛及月经不等等。

姜黄木瓜赤小豆汤

材料:鲜姜黄10克,木瓜100克,赤小豆50克,食盐、花生油适量。 做法:将姜黄、木瓜、赤小豆洗净,姜黄切成片,木瓜切成丝,赤小豆提前浸泡30分钟以上;先将姜黄、赤小豆放入砂锅中,加清水约1500毫升,大火煮沸后,转小火煮约40分钟,放入木瓜丝、花生油,再煮20分钟,最后用食盐调味即成。

功效:破血行气、清热化湿、

宣痹止痛。本品适用于关节灼热、局部皮肤肿胀变形、屈伸不利之风湿性疼痛,以及水肿病、小便不利等。

姜黄粥

材料:姜黄粉5克,粳米100克,红糖适量。 做法:将粳米洗净,放入锅中,加入清水约600毫升,大火煮沸后改小火熬煮成粥;待粥快熟时,放入姜黄粉,煮沸后用红糖(糖尿病患者不放)调味即成。

功效:活血化痰、行气止痛。本品适用于跌打损伤、肋肋胀痛、肩臂疼痛及妇女经闭腹痛等。

姜黄炖乌鸡

材料:乌鸡肉250克,姜黄粉5克,丹参、鸡血藤各10克,木瓜20克,生姜、大葱、料酒、食盐适量。

做法:乌鸡肉洗净,切成块;生姜切成片,大葱切成段;丹参、鸡血藤、木瓜洗净,切成片,装入布包中;将食材、药材放入锅内,加入料酒、姜片、葱段,注入清水1500毫升,大火烧沸后改小火炖1小时,至乌鸡肉软烂时放姜黄粉,收汁后弃药包即成。

功效:滋补肝肾、通络散瘀。本品适合头晕乏力、月经量少、肢体麻木酸痛、腰膝酸软、潮热盗汗等人群,以及体质虚弱者、贫血患者、脑血管病后遗症患者服用。

注意事项

姜黄有活血作用。因此,孕妇、哺乳期妇女及平素月经量多者,不宜食用姜黄;凝血功能障碍者、胃溃疡患者、胆结石患者,慎用姜黄。

姜黄粉用量不宜过大,以免口感发苦。

(作者分别供职于辉县市中医院、河南省第二人民医院)

我与中医

指尖藏医理 针穴显真章

李贞一

我自幼沉醉于金庸笔下的武侠世界,书中经脉流转、气血运行、点穴制敌的描写,对于我而言言满神秘与向往。

“奇经八脉纵横周身,三百六十五穴各司其用。”运力于经脉、制敌于穴位,曾是少年眼里天马行空的想象,也在心底悄悄埋下一颗种子:人体之中,是否真有纵横交错的经络?方寸穴位之间,又是否真藏着通调气血、平衡阴阳、疗愈身心的至理?

带着这份好奇与憧憬,我走进针推科见习,终于走出文字的印象,亲眼见证中医药传统技艺延续千年的生命力、真正读懂《黄帝内经》中“经络者,所以能

决死生,处百病,调虚实,不可不通”的深刻内涵。

跟随老师坐诊时,一位急性落枕患者匆匆前来,脖子僵硬歪斜,俯仰转侧皆疼痛难忍。中医认为,落枕多因风寒侵袭、气血瘀滞、筋脉拘急所致,正应了“通则不痛,痛则不通”的医理。老师神色从容,循经取穴,辨证施针。金庸小说中“刺穴通气血”的场景,竟在我的眼前真实上演。不过数分钟,患者紧绷的肩颈渐渐舒展,缓缓转头,惊喜之情溢于言表。那一刻,我真切地认识到经络穴位不是虚拟的传说,而是人体气血运行的真实通路。

还有一位长期受腰痛困扰

的患者,因常年弯腰劳作,久病入络,气血不畅,经络痹阻,加之肝肾不足,多方治疗效果不佳。老师沿足太阳膀胱经与腰部要穴有序施治,或按,或揉,或推,或点,力道沉稳有度,以手为术,以指代针,以术通脉,通过手法激发经气,疏通瘀滞,调和气血。

起初,患者还紧锁眉头,十几分钟后却长长舒出一口气:“腰里像解开了一道绳子,感觉一下子就轻松了!”我在一旁仔细观察,认真记录,深深体会到:中医推拿不是简单地按揉放松,而是以手法“通经络、调气血、平阴阳、养筋骨”,将千年医理融于指尖,是历经无数临床验证的“活人技艺”。

见习期间,我亦亲眼见证“艾灸温经散寒、扶阳固本,拔罐行气活血、祛瘀通络”的实效。一灸一拔、一推一按,看似朴素,背后皆藏着“整体观念、辨证施治、标本兼顾”的中医智慧。中医强调“正气存内,邪不可干”,无论是针灸、推拿还是拔罐、艾灸,核心都是扶助正气、祛除病邪、调和阴阳,让人体恢复自身的平衡与健康。曾经只存于书页间的经络气血、腧穴奥秘,化作解除病痛、抚慰身心的真实力量,让我对中医药的敬畏之心油然而生。

张仲景云:“上以疗君亲之疾,下以救贫贱之厄,中以保身长全。”中医药不是束之高阁的

古老学问,而是护佑苍生的实用之学。它植根于中华优秀传统文化,以阴阳五行、经络气血为理论根基,历经数千年实践检验,成为中华民族同疾病斗争的智慧结晶。

这段经历让我更加坚信:中医药文化是中华民族历经岁月淬炼的瑰宝。作为新时代青年,我们应以敬畏之心勤学精研,以坚守之心薪火相传,以创新之心正法发扬,深入挖掘中医药文化精髓,传承中医药经典理论与技艺,让中医药这颗古明药珠,在新时代绽放更加璀璨的光芒,为健康中国建设贡献青春力量。

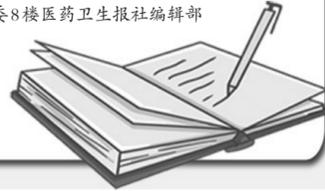
(作者系新疆医科大学临床医学部学生)

征稿

您可以发表自己的看法,说说您与中医药的那些事,或者写一写身边的中医药故事,推荐您喜爱的中医药书籍。

《读名著·品中医》《读书时间》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《药食同源》《杏林夜话》《中原医迹》等栏目期待您的来稿!

联系人:李歌 投稿邮箱:258504310@qq.com 地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委8楼医药卫生报社编辑部



本版图片由李歌制作