

前言

一部寫給百姓的實用寶典

屈指算來，我從事中醫藥工作已經 40 多年了。這些年裏，我與一本書寸步不離，那就是明代李時珍的《本草綱目》。

《本草綱目》是家喻戶曉的本草著作。2011 年，《本草綱目》與《黃帝內經》一起被聯合國教科文組織列入了世界記憶名錄。這也是到目前為止，被列入其中的僅有的兩部來自中國的醫藥著作。

《本草綱目》自明末問世以來，先後出現過 160 多個版本，包括不同年代刊刻的版本及外文翻譯版，翻印者更是不計其數。我想就這個版本數量而言，又夠得上一項世界紀錄了。

明代大文豪王世貞曾經在《本草綱目》的序言中稱讚：「豈僅以醫書觀哉！實性理之精微，格物之通典，帝王之秘錄，臣民之重寶也。」意為：《本草綱目》太博大精深了，不能簡簡單單地把它當作一部醫書來看，書中暗含了幫助帝王治國安邦的大道理，更是寫給老百姓的一部日常生活的實用寶典。

2018 年，在李時珍誕辰 500 周年之際，海內外舉辦了很多紀念活動，引起熱烈的反響。

有一天，一位朋友送了我一套《本草綱目》。他說他不懂這個，而我是幹這行的，乾脆送給我。收到精美的書，我自然高興。在感謝老朋友的同时，我告訴他：「《本草綱目》可是李時珍寫給咱們老百姓的健康寶典。」

《本草綱目》的內容涉及中國人的一天、一年、一生，解讀了世界上人人都會遇到的生、老、病、死的大問題。朋友聽了說：「那這本書我要留着自己看了，你可得教我怎麼讀。」

英國生物學家達爾文曾將《本草綱目》比喻為「中國古代的百科全書」。在我看來，《本草綱目》也相當於一部中國古代自然科學方面的「十萬個為什麼」。

那麼，《本草綱目》這本書裏面到底講了甚麼，能讓它產生如此重大的影響？

《本草綱目》是科學的史詩、實用的寶典。古人可用，現代人也可以用；中國人有用，外國人同樣有用。

《本草綱目》中既記載了稀有貴重的補藥，人參、鹿茸、阿膠，也記載了家庭廚房裏的調味料，蔥、薑、蒜、花椒、大料，包括日常生活中「菜籃子」、「米口袋」、「大果籃」的學問，絕大部分所載內容仍可為現代人治療現代疾病做參考。其中專有瘟疫一節，李時珍記載了諸般預防與治療的藥物與治法，對於抗擊新型的瘟疫或仍有參考價值。

《本草綱目》
金陵本（
中國中醫科學
院藏書）





筆者在法國巴黎聯合國教科文組織總部發表演講

除了針對病症治法的病案和研究，李時珍同時告誡人們哪些東西可以放心吃，哪些不可以隨便吃，特別是一些野味不可食用，最好退避三舍。如穿山甲性味鹹寒，有毒，食後會導致慢性腹瀉；蝙蝠治病可，服食不可也！

在開始解讀《本草綱目》之前，我們應了解到《本草綱目》並不是完美無缺的。今日學習、紀念李時珍，不會，也不應停留在 500 年前的認識上，我們應以更加寬闊的視野、博大的胸懷，汲取《本草綱目》的精華，剔除其中不合理的糟粕成分。況且，《本草綱目》還留下了許多未解之謎，留待後人去探索。這也正是其魅力所在。

《本草綱目》成書於明萬曆年間，包羅萬象，目隨綱舉，記述翔實，共 52 卷，190 萬字，文字略為艱澀，較之白話文往往讓人望而生畏。

在這部書裏，我將參照《本草綱目》的順序，以一味味中藥為線索，從博物學的角度入手，對《本草綱目》做一次系統的梳理。

我很高興看到，現在關心養生保健的年輕人越來越多，讀《本草綱目》就是讓大家了解李時珍留下的智慧與啟示，如何吃得好、睡得香，更重要的是養成健康良好的生活習慣。

過去這些年，我曾到國內 30 多個省、市、自治區的藥材產區進行過調查，也曾到海外 40 多個國家進行過傳統醫藥的實地考察，切身的經歷告訴我：岐黃有術、本草無疆；道不遠人，生活處處有中醫。

我的名字趙中振，拼音首字母縮寫 ZZZ 正巧與「中國、中醫、中藥」的拼音首字母縮寫相同。我用 ZZZ 設計了一個自己的標誌，加以自勉。

這本書可作為一個引子，讓我們一起品讀《本草綱目》，一起聽本草故事，一起走進中醫藥王國，共同探尋中醫藥寶藏。



目錄

第 1 章 導論 /26

- 01 李時珍像
瀟瀟風骨見精神 /28
- 02 版本尋源
金陵祖本今何在 /36
- 03 分類系統
綱舉目張啟新程 /44
- 04 看圖識藥
丹青數筆特徵明 /50
- 05 本草大系
本草典籍知多少 /59
- 06 四氣五味
入腹知性效自明 /65
- 07 中藥複方
用藥遣方如用兵 /71
- 08 中藥炮製
減毒增效秉初衷 /79
- 09 安全用藥
水可浮舟亦覆舟 /86
- 10 道地藥材
一道基原一地真 /93
- 11 中藥命名
藥無重名惠萬家 /99
- 12 中藥鑑定
望而知之謂之神 /106
- 13 古今疾病
欲助患者診斷先 /113

序 一 /3

序 二 /7

序 三 /11

前 言 /18

第 2 章 各部專論 /120

水部 / 火部 / 土部 / 金石部

- 14 水部
天地之水生命源 /122
- 15 火部
文明之始一火源 /128
- 16 土部
五行之主坤之體 /134
- 17 金石部之丹藥
為藥慎用物非凡 /140
- 18 金石部之玉石
藥用配飾兩相宜 /145
- 19 金石部之砒霜
是非曲直待評說 /150
- 20 金石部之鹽鹵
百味之王效堪誇 /156

第 3 章 各部專論 /162

草部

- 21 人參
補虛神草藥中王 /164
- 22 三七
人參兄弟金不換 /170
- 23 西洋參
西洋有物類人參 /176
- 24 黨參
同名異物參幾多 /183
- 25 丹參
一味能同四物功 /190
- 26 甘草
功高不負國老名 /198
- 27 黃芪
補氣固表此為先 /204
- 28 桔梗
觀花藥食伴歌聲 /211
- 29 黃精
仙風道骨異凡塵 /218
- 30 肉蓯蓉
曾助天驕氣勢虹 /225
- 31 天麻
射向青空一箭穿 /232
- 32 白朮與蒼朮
弟兄聯袂理沉疴 /239
- 33 淫羊藿
柳公服此癒足疾 /245
- 34 紫草
瑞氣縈身登燭台 /251
- 35 黃連
且品山中一味連 /256
- 36 黃芩
東璧緣結救命芩 /263
- 37 柴胡
營衛表裏任縱橫 /271
- 38 羌活與獨活
胡王使者名天下 /278
- 39 貝母
遠赴川疆覓影蹤 /285
- 40 細辛
細辛用時當細心 /292
- 41 當歸
補血良藥問當歸 /299
- 42 川芎
川藥翩翩天府中 /307
- 43 白芷
內外兼修氣自華 /315
- 44 牡丹
春來花開真國色 /322
- 45 芍藥
方中好藥花中相 /328
- 46 豆蔻
南國四月花爭艷 /334
- 47 薑黃
薑科藥食長相伴 /340
- 48 廣藿香
安居嶺南自風光 /346
- 49 薄荷與紫蘇
芳香解表藥食宜 /353
- 50 薔薇、月季與玫瑰
賞心悅目調氣機 /360



01 李時珍像

瀟瀟風骨見精神

/ 畫像之謎 /

要想真正讀懂一部書，了解作者的創作背景是必要的，作者的人生經歷和創作意圖都是創作的起點。所以讀《本草綱目》之前，必須先了解作者李時珍。

如何認識李時珍呢？不妨從李時珍的樣貌開始。

記得在一次講座中我問過一個問題：「有誰見過李時珍的模樣？」當時在場好多人舉起了手。不過他們看過的是李時珍的畫像或塑像。那麼，李時珍畫像畫的真的是李時珍本人嗎？

1951 年，莫斯科大學主樓正在修建，建築師們準備將全世界歷史上公認的著名科學家塑像請進這座科學的殿堂。

莫斯科大學是俄羅斯頂尖學府，可能有些中國人比較熟悉那裏。1957 年十月革命 40 周年之際，毛澤東主席就在這座大樓的大禮堂裏接見過中國留學生，並發表了那篇著名演講：「你們青年人，朝氣蓬勃，好像早上八九點鐘的太陽，希望寄託在你們身上。」



毛主席曾經發表演講的大禮堂

莫斯科大學向中國政府尋求李時珍的原型，於是，時任中國科學院院長的郭沫若先生，特別委託著名國畫大師蔣兆和創作一幅李時珍的肖像畫。這可真是個難題，因為李時珍同中國眾多歷史人物一樣，在生前並沒有留下任何肖像。可考的唯一與李時珍見過面，並對李時珍的形象有所記述的人就是王世貞。王世貞是明代文學家、史學家，曾為《本草綱目》作序。在他寫的序言裏，對李時珍的樣貌是這樣記錄的：「粹然貌也，癯然身也，津津然談議也。」李時珍是一位看上去氣度不凡、身材清瘦、說起話來有滋有味的老人。

/ 莫大尋像 /

僅憑王世貞這 14 個字的外貌描寫，即便是國畫大師，蔣兆和也很難畫出來。若要畫肖像畫，總得有個模特。模特選誰呢？蔣兆和請來了他的岳父——蕭龍友。蕭龍友是大名鼎鼎的醫家，入選過清朝拔貢，與施今墨、孔伯華、汪逢春合稱「京城四大名醫」，中華人民共和國成立後擔任中國科學院的學部委員。於是，蔣兆和就以老泰山為模特創作了李時珍的畫像。

一位是當代大畫家，一位是當代大儒醫，又是翁婿關係，共同參與到李時珍畫像的創作中，成就一段佳話。作品完成後，馬上就得到了國人的一致認同。

畫卷上的清瘦老人，目光炯炯，人們一看，都說這就是我們心目中的李時珍了！這幅畫像逐漸成了李時珍的「標準肖像」。此後，無論是國家出版的紀念郵票，還是各地所建的塑像，大都以它為藍本。20 世紀 50 年代末，著名電影演員趙丹又成功地將李時珍鮮活的形象呈現於銀幕之上。

這幅畫像當即就被送到莫斯科大學。當地的藝術家拿到這幅畫像後進行了再創作，搬入莫斯科大學。那麼莫斯科大學裏的李時珍像究竟是甚麼樣的呢？由於一些歷史原因，幾乎沒有人知道。流傳的說法不一，有說李時珍像是大理石的，有說是青銅的，有說是站着的，也有說是坐着的。



終於在李時珍
紀念館見到了
蔣兆和重繪李
時珍畫像真跡

／ 名垂青史 ／

李時珍自述：「幼多羸疾，質成鈍椎，長耽典籍，若啖蔗飴。遂漁獵群書，搜羅百氏……」「歲歷三十稔……稿凡三易。」他自幼多病，卻特別熱愛鑽研典籍，於是博覽群書，進行野外中藥調查與考證，鍥而不捨，前後用了近 30 年的時間，修改 3 次後，終於完成了《本草綱目》。

治病救人是李時珍畢生所做之事，而著書也是他心甘情願之為，登山採藥探求真知更是樂在其中。但書完成以後沒有書商出版，則是最大的難題，一生的心血，難道要付諸東流？

他拖着老弱之軀八方奔走，卻四處碰壁。苦苦期盼中度過的歲月使他身心備受煎熬、心力交瘁。

終於在等待的第 10 個年頭他碰到了一位熱心的金陵（現南京）書商胡承龍，慷慨解囊為他出書。李時珍用毛筆一筆一畫地寫了 27 年；胡承龍需製木刻板來印刷，鴻篇 190 萬字要一刀一刀地刻，下刀一刻又是 3 年。

當李時珍的兒子把印刷出版的《本草綱目》獻給朝廷的時候，呈疏中寫了這樣八個字：「甫及刻成，忽值數盡。」李時珍一生為《本草綱目》而拼搏，就像春蠶一樣，嘔心瀝血。李時珍在 61 歲的時候寫完《本草綱目》，但等這部書出版，卻等待了足足 13 年。就在李時珍得知《本草綱目》即將出版的時候，他倒下了，最終沒能親眼看到作品的問世，但他心願已了，把這部偉大的著作留給了人們，造福後代，功在千秋。

常說人生有三不朽：立德、立功、立言。李時珍都做到了。正如郭沫若所題：偉哉夫子，將隨民族生命永生！





14 水部

天地之水生命源

/ 生命之源 /

《本草綱目》各論按不同類別編錄，16 部為綱，60 類為目，首先是水、火、土、金、石部，李時珍認為水火為萬物之先，土為萬物母，金石從土，所以從水開始。水、火、土、金、石部之後，接着是草、穀、菜、果、木、服、器、蟲、鱗、介、禽、獸及人部，從微到巨、從賤至貴，以人部結束，李時珍以他的理解將諸般名目一一記錄。進入《本草綱目》的系統從第一類水部開始。

海洋覆蓋了地球表面約 70% 的面積，人體約有 70% 由水組成。人可以不吃藥，但不能不喝水，其實水也是藥。水為萬物之源，所以李時珍將水放在《本草綱目》藥物的第一部分。生命孕育於水中，水汽上升，變化為雨、露、霜、雪，下降到地面形成了江、河、湖、海，在地下則形成泉水、井水等。《本草綱目》總體將水分為了天水和地水共 43 種。

/ 天之水 /

由液態的水凝固而成的冰，氣態的水蒸氣在空中凝結再下降到地面的雪，古人認為他們都屬天水。《本草綱目》記載，冰味甘，性寒，無毒，可消除心煩，除悶熱。

原清宮收藏的清代《北京民間風俗百圖》中有一幅《捨冰水圖》。圖中冰車前，掛着「皇恩浩蕩」4 個大字。過去的皇恩不僅實施在減稅減息、大赦天下，鬧災荒的時候發粥，酷暑天發冰，為百姓解暑，也都是皇恩。

皇恩浩蕩——捨冰水圖（摘自《北京民間風俗百圖》）



北京黑龍潭
敕造龍王廟

「冰，水為之，而寒於水。」冰雖可解暑，但如果貪多也不好。北宋張擇端的《清明上河圖》中，一處趙太丞家的診所前，有一塊幌子「理中丸專醫腸胃冷」。《本草綱目》中特別記載了一段小故事，宋徽宗曾因夏天貪涼吃多了冰受了涼，就是服用理中丸治好的。

食用冰一定要保證冰潔淨。南極的淡水資源約佔全球的七成。我曾親眼見到南極的冰山，沒有污染，晶瑩剔透，經過千年積澱的冰層內部沒有氣泡，有的融化成浮冰漂浮在洋面上，陽光下映出夢境般的幽藍。我將小小一塊冰放進嘴裏，甘甜潤喉。

21 人參

補虛神草藥中王

/ 百草之王 /

中藥裏的百草之王，人參當之無愧。李時珍的父親李言聞曾寫過兩本書，一本是有關家鄉蕪春道地藥材艾葉的《蕪艾傳》，另一本便是《人參傳》。

李時珍對人參推崇備至，《本草綱目》中人參條目的記載共用了 9,300 多個字，可見李時珍對人參的重視程度。

人參的大名常被提及，中醫認為人參能夠大補元氣，補脾益肺，安神益智，生津止渴。從藥學專業的角度看，人參是來自五加科（Araliaceae）植物人參 *Panax ginseng* C. A. Mey. 的乾燥根和根莖。植物學當中，科是一個大家族，種是一個基本單位。市面上可以見到山參、園參與炮製過的紅參。

《本草綱目》記載：「人參年深，浸漸長成者，根如人形，有神，故謂之人參。」

人參的「參」，字形就像一株人參的形態。甲骨文和金文中都有「參」字。「參」字上半部形似人參傘形花序上的三個漿果，下面是邁開雙腿的人形並帶有三條鬚根。

/ 尋覓野山參 /

現今野生人參已經相當罕見。2003 年，我收到有「長白山藥王」之號的嚴仲鎧教授從吉林打來的電話，長白山裏發現了一株野生人參。我馬上訂了張機票，飛了過去，希望一起見證採獲野生人參的全過程。



人參藥材



學生們參加校外實習參觀價值不菲的野山參

中國採人參的傳統有很多講究。採人參的「老把頭」先用一根紅繩子拴在人參的莖上，口中要喊着：「棒槌。」據說這樣拴住是因人參有「靈氣」，怕它跑掉。我們都屏住呼吸，只見老師傅小心翼翼地用鹿骨製成的工具將人參起出，確保這株人參毫髮無損。這株「人參娃娃」個頭兒雖不大，但正如李時珍所言，呈明顯的人字形，彷彿正在行走。

商品人參有野山參、林下山參和園參三大類。在市面上售賣的標名山參的商品，實則不一定是山裏的人參。目前人參已大面積栽培成功了。種植林下參，需要人工將人參的種子播種在森林中，使其自然生長，一般 15 年以上方可採收，也有保留 20 年或 30 年的。林下參不僅在長白山森林中，東北三省都有分佈，但因為種植時間長，對土壤要求嚴苛，所以林下參並不是市場主流。市場上供應的人參以栽培品為主，也稱為園參，一般種植 5 年以上才可藥用。

/ 真偽鑑別 /

人參市場上，以次充好，以賤品賣高價，用年限不足的來冒充年限長的情況很常見。但更要注意的是，在挑選購買時可別買到了假人參，人參的偽品多種多樣。歷史上一度有用桔梗、商陸冒充人參的，現在基本見不到了，但是其他方法的造假情況時有出現。

了解人參一些標準的外觀特點，可幫助識別人參、判斷年限。判斷人參的年限有一個簡單的方法。人參是五加科植物，具有典型的五加科外觀性狀特徵。它的葉片多為似五指分開狀的掌狀複葉。第一年人參生三片小葉，第二年長成五片小葉的掌狀複葉，以後每年增加一片掌狀複葉，有規律且排列自然。當人參長到第七年形成6片葉的掌狀複葉（六批葉）以後就不增加複葉了。園參可根據掌狀複葉的數量推斷生長年限。

人參並不是越粗大參齡越長，可以從根莖部位判斷真偽與年限。人參是多年生草本，每年都會在其根莖頂端長出一個芽苞，芽苞會長成地上莖，每年地上部分脫落後，會留下一個莖痕，藥材行內稱為蘆碗，一個蘆碗代表年限增加一年。數蘆碗的數目就像數樹木的年輪一樣，可以大致數出人參的年齡。

/ 大補元氣 /

關於人參的功效，《本草綱目》中記載了這樣一個故事。故事發生在宋代，有兩個人一起跑步，一個人口含人參，一個人不含。跑了三五里路後，口含人參的人呼氣均勻，神態自如，而口不含人參的人，則累得上氣不接下氣。說明人參能補虛，李時珍寫明人參能治男女一切虛證。

中醫理論認為「虛則補之，實則瀉之」。不虛不要補，不要亂吃補品，否則會出問題的。前些年國外出現了一個詞「人參濫用綜合症」，由於一些人濫用人參，導致高血壓、失眠、煩躁不安等症狀。特別是身體健壯的青少年，不推薦隨意食用人參。

- 1 人參鑑定專家嚴仲鎧在長白山
- 2 2,374 棵人參組成的壽星公
- 3 野生人參蘆碗多



坊間一直流傳着「用人參吊命」的傳說。老人在病危的時候用野山參熬的獨參湯能再堅持一段時間，是有一定道理的。但也有一部分患者就算藥不對證也要吃人參，而釀成一齣齣悲劇。

百草之王的光環，容易讓人覺得得了最難治的病，就得找最難得的人參去治。人參彷彿擁有「擋箭牌」、「免死牌」，病治不好也不怪人參。所以中醫自古就有「人參殺人無過，大黃救人無功」的說法。這是盲目地崇拜人參，把人參神話了。

「人參殺人無過」之說其實在李時珍的年代已有，為此，李時珍特別在人參下寫了【正誤】一欄。李時珍的觀點很明確，人參是否殺人，不能偏執一端。人參是藥，不能隨便使用。應當在了解人參的藥性後，綜合用量、炮製及配伍幾個方面來考慮，配合得宜。《中國藥典》規定，用於煎煮的人參，用量一般是每天3~9克。研成粉末吞服的話，一次2克，每日兩次。凡事都要有個度，用藥時需要格外注意。

/ 紅參高麗參 /

很多人誤認為紅參和人參是不同的品種，實則紅參是人參的炮製品，它們來源於同一種植物。

現在《中國藥典》已將人參與紅參分列條目。紅參與僅洗淨乾燥加工的生曬參相比，性味功效有別。中醫認為，紅參的藥性是偏溫熱的。體質偏寒的人多適合用紅參。

高麗參特指朝鮮和韓國加工的紅參。我曾先後幾次到韓國人參的主產地大邱、大田一帶，對韓國紅參的栽培與加工進行了系統考察。他們大多選用6年生的人參，將人參蒸製以後，除去不定根及一部分支鬚根，再烘到全乾。市場上將這種高麗參分為天、地、良三個商品等級。

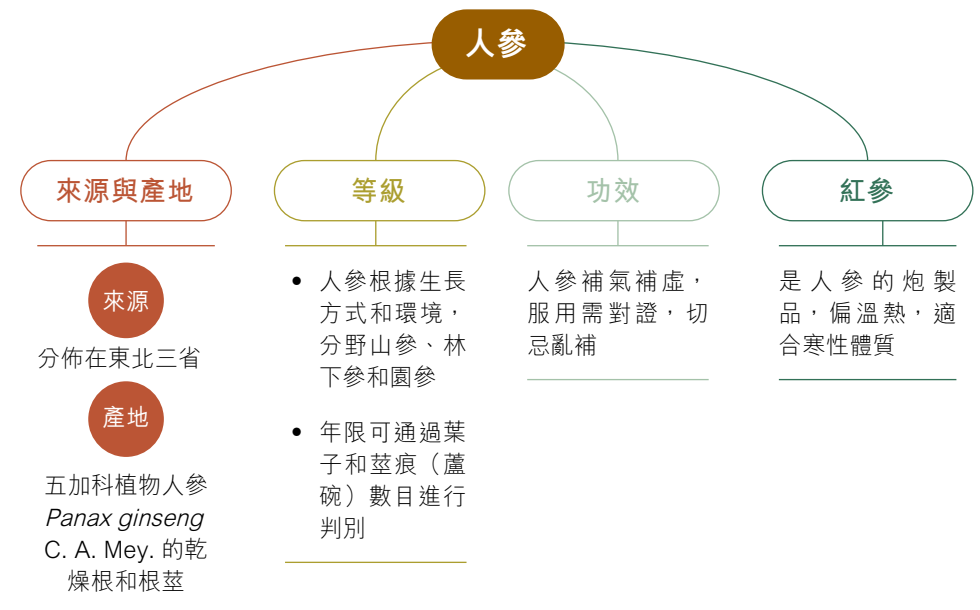
記得有位朋友去韓國旅遊，詢問我韓國有甚麼值得買。我推薦了高麗參。過了不久，他回來哭喪着臉對我說：「你告訴我高麗參好，我吃完怎麼直流鼻血呀？」我問他吃了多少，他回答：「3根。」我開玩笑說：「你要是再多吃點，我可能就要去醫院看你了。」這就是亂吃了人參的結果，幸虧沒出大事。



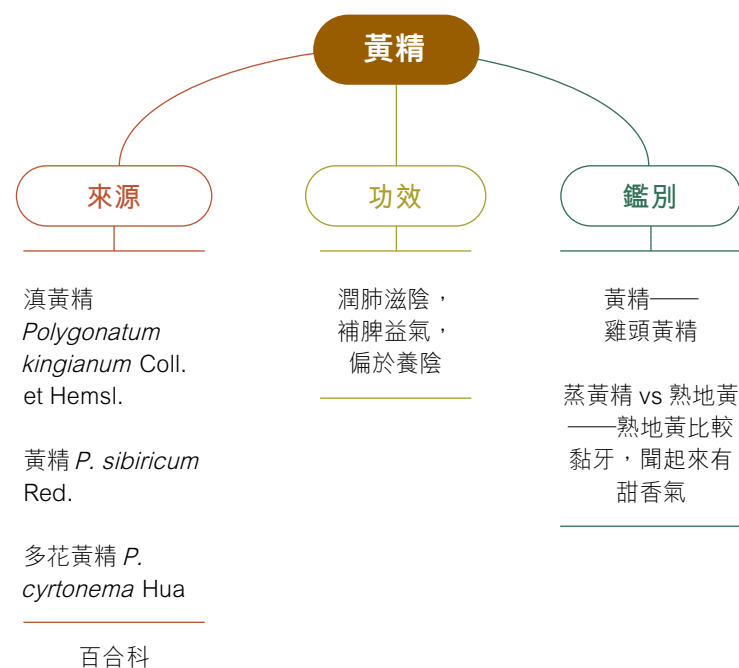
筆者在韓國人參栽培基地

韓國人參雞湯

氣虛可吃人參補氣，但是吃人參又容易上火，這時就可以考慮用人參的另外兩位兄弟，一個是位於大洋彼岸的洋兄弟西洋參，另一個是駐守在祖國西南邊陲的親兄弟三七。



黃精是藥食兩用的常用中藥，也是一味道家常用的藥物。道教是發祥於中國的宗教，包括儒、釋、道在內的理念都對中醫藥的發展產生了深遠的影響。相較之下，道家更注重人與自然的關係。《本草綱目》體現出李時珍正是這樣一位融入天地之間的大學者。



30 肉蓯蓉

曾助天驕氣勢虹

/ 初識肉蓯蓉 /

中藥肉蓯蓉有「荒漠人參」之稱。

我初識肉蓯蓉時還在日本。20 世紀 80 年代末到 90 年代初，日本電視節目裏每天都播養命酒的廣告。養命一詞，使用的就是《神農本草經》上品中藥「主養命，以應天」的概念。暢銷國際市場的日本「養命酒」裏面含有 10 幾種中藥，其中之一便是肉蓯蓉。



肉蓯蓉藥材

在日本留學期間，我曾受邀到長野縣養命酒的工廠去參觀，還做過一次學術講座。到討論環節時，對方向我提出了一系列問題。比如，肉蓯蓉的肉是甚麼樣的？肉蓯蓉有甚麼功效？肉蓯蓉生長在哪裏？肉蓯蓉的花是甚麼樣的？肉蓯蓉與寄主關係如何？肉蓯蓉現在的資源有多少？我逐一回答了對方的疑問，因此還獲得了 10 萬日元的獎學金。

我想日本人提出的這些問題，也是現在很多中國人想了解的，下面逐一解答。

肉蓯蓉被收錄在《本草綱目》草部第 12 卷，屬山草類。

目錄

第 3 章

各部專論 /4

草部（續）

51 外來香草

悅人身心體自香 /6

52 鬱金香和鬱金

荷蘭歸來說鬱金 /15

53 菊花

重陽秋高對花飲 /23

54 艾葉

端午時節話醫草 /31

55 青蒿

鮮草一握可截瘧 /38

56 番紅花

藥染同源兩紅花 /44

57 大薊和小薊

薊州刺菜故鄉情 /51

58 牛蒡

祖居華夏耀東瀛 /58

59 麻

論罷善惡問源頭 /64

60 地黃

藥之四維說地黃 /70

61 天冬與麥冬

滋陰生津有二冬 /78

62 決明子與石決明

明目良藥海陸尋 /86

63 車前

當道輪前行不懼 /93

64 青黛

青出於藍勝於藍 /101

65 麻黃

中西良藥各千秋 /109

66 牽牛花與雞冠花

花市男孩說種花 /116

67 七葉一枝花

民族醫藥放異彩 /123

68 大黃

杏林英豪頌將軍 /131

69 半夏與天南星

良醫駕馭虎狼藥 /139

70 洋金花

令人笑舞人迷醉 /146

71 杜鵑花

嶺上開遍映山紅 /153

72 五味子

五味小果品百態 /160

73 覆盆子

五子衍宗賴此君 /168

74 馬錢子

桀驁不馴是非多 /174

75 瓜蒌

樂家傳人與瓜蒌 /181

76 葛根

一條葛根延千年 /189

77 何首烏

解鈴還須繫鈴人 /197

78 土茯苓

風靡歐洲中國根 /203

79 金銀花與連翹

形影不離兩兄弟 /209

80 木通

尋求憑證赴英倫 /217

81 菖蒲

芳驅五毒避瘟神 /223

82 仙人掌

故鄉源自墨西哥 /230

83 石斛

莖為佳藥花為蘭 /237

84 仙鶴草

誰人識得石打穿 /244

85 冬蟲夏草【部外漫談】

一物二身價如神 /252

86 天山雪蓮【部外漫談】

冰山盛開雪蓮花 /258

87 蕨類【部外漫談】

潔身自好長生草 /265

第 4 章

各部專論 /272

穀部

88 芝麻與亞麻

身源西域入中原 /274

89 麥子兄弟

麥分大小與青稞 /280

90 麥類親朋

昔日雜糧今興盛 /286

91 稻米類

五穀為養孰為先 /293

92 高粱與玉米

一出蜀地一為番 /299

93 薏苡仁

似米非米憶馬援 /305

94 罌粟

天生麗質劍刃雙 /310

95 粥

百樣粥食最養人 /316

96 豆類

青赤黃白五豆糧 /321

97 豆製品

名揚天下自中華 /329

98 蒸餅與饅頭

方寸白案花樣多 /336

99 醬

五穀加工醬味香 /341

100 醋

杜康之子續新篇 /346

101 酒

瓊漿玉液盛千秋 /352

102 神曲

腐朽神奇曲作媒 /358

103 番薯與馬鈴薯【部外漫談】

尋常二薯出異鄉 /364

/ 身世之謎 /

近些年來，品質稍微好一些的野生冬蟲夏草價格都沒有低於每千克 20 萬元，計算下來每一根冬蟲夏草大概要 150 元人民幣。

有一次我到雲南，一位當地朋友告訴我，他們雲南的冬蟲夏草也不錯，是《本草綱目》裏面說的。

我告訴他《本草綱目》沒有冬蟲夏草這個藥。冬蟲夏草是在清代的《本草備要》和《本草從新》中才有收錄。

清代《聊齋誌異》的作者蒲松齡也提到過冬蟲夏草，文中這樣寫道：

冬蟲夏草名符實，變化生成一氣通。

一物竟能兼動植，世間物理信難窮。

冬蟲夏草以前的價格並非如此高昂。

藥用植物學老前輩蕭培根院士，曾給我講過這樣一段經歷：20 世紀 60 年代初，他曾到西藏考察。那時無論你用甚麼牌子的香煙，一包就可以換到一千克的冬蟲夏草。20 世紀 50 年代到 70 年代的香煙，「大豐收」、「大前門」、「牡丹」，從 8~9 分錢到最貴的，不過幾毛錢。當地人把冬蟲夏草當作蔬菜和土豆一同炒着吃。

我父親是西醫，我小的時候，他曾帶回幾根冬蟲夏草，我還拿來當玩具玩兒。誰能想到如今冬蟲夏草的價錢上漲了成千上萬倍。



冬蟲夏草藥材



採挖冬蟲夏草

/ 物以稀為貴 /

2013 年 9 月，香港有線電視台播放了一部海外拍攝的兩集紀錄片《喜馬拉雅大淘金》(Himalayan Gold Rush)，講述的是一個尼泊爾村落的居民，每年冒着生命危險，翻山越嶺到西藏，挖掘冬蟲夏草的故事。

香港有線電視台放映該片時，邀請我擔當了專業解說。

冬蟲夏草之奇，只是在它的生長特性上。冬蟲夏草是蟲與草的結合，冬天是蟲，夏天是草。

在青藏高原夏天的高山草甸之上，蝙蝠蛾在翩翩起舞，撒下蟲卵，孵出幼蟲。冬天到來，土壤上凍之前，蝙蝠蛾幼蟲蟄伏在土地裏度過嚴寒。這時，它的天敵冬蟲夏草菌就來了，這種菌悄悄地進入了冬眠的幼蟲，靠着吸取蟲體內的營養物質而生活，鳩佔鵲巢，說來這種習性很類似僵蠶。

等到下一年，高原上積雪消融，冬蟲夏草菌絲體形成的子座就從幼蟲的頭部生出，形如長棒狀。不明真相的人，還以為是蟲子頭上長出來一棵草。因此得名「冬蟲夏草」，簡稱蟲草。

冬蟲夏草這種特殊的生物學現象，出現在人煙稀少的高原之上，讓人覺得神秘而不可思議。於是，在互聯網上也被列入了「仙草」的行列。

常言道：物以稀為貴。

/ 芝麻 /

芝麻與亞麻，既可榨油又可入藥，不僅收錄在《本草綱目》中，也收錄在現在的《中國藥典》中。芝麻曾名為胡麻，「胡」體現它是由外國進口的，「胡」地來的麻。《神農本草經》裏記載了胡麻，又名巨勝、方莖、油麻、脂麻。李時珍在《本草綱目》裏解釋了這些名稱的由來。

李時珍引用了宋代沈括《夢溪筆談》的記載，很久以前中原地區只有火麻仁，做麻布的麻，漢朝通西域後胡麻才從西域傳來。胡麻的莖是方的，古人叫它方莖。《本草圖經》的作者蘇頌說胡麻在八穀之中，最為大勝，因而叫巨勝，且出油多，又叫油麻、脂麻，這就進一步貼近芝麻的名稱了。

宋代《事物紀原》記載，京師皆食胡餅。南北朝十六國時期後趙的開國君主趙明帝石勒，是少數民族羯人。他避諱胡字，這時胡餅被改名為麻餅，也改胡麻為芝麻。也有學者認為，胡本身為黑的意思，以黑色種子者入藥，稱之為胡麻。

現在《中國藥典》規定，脂麻科植物脂麻 *Sesamum indicum* L. 的乾燥成熟種子入藥，藥名黑芝麻。

芝麻是一個廣泛分佈的物種，現在我國除了青藏高原外，各地區均有栽培。



白芝麻



黑芝麻

芝麻開花節節高。芝麻在開花之後，就進入了成熟期。每開花一次，就拔高一節，接着再開花，再繼續拔高，每一節上都可結果。它的果實是蒴果，蒴果通常像個豆莢一樣，剝開外皮，裏面是兩排整整齊齊的種子。一顆芝麻果實裏可有 60~80 粒種子。

李時珍把芝麻分成了黑芝麻和白芝麻。李時珍認為，食用或榨油用白芝麻較好，因為白芝麻更香。入藥則用黑芝麻更好。黑芝麻味甘，性平，具有補益肝腎，養血益精，潤腸通便的功效。

/ 應用 /

關於芝麻，《本草綱目》中還敘述了一段神話故事。劉郎與阮郎兩個年輕的小夥子，來到天台山中採山貨，迷了路遇到仙女，仙女分給他們一些餐食，其中包括芝麻飯。李時珍同時詳細記錄了芝麻的具體食養方法。他引用了孫思邈的方子，用黑芝麻，挑除黃褐色者，蒸 30 遍，微炒香為末，加入白蜜，再搗藥 300 下，製成梧桐子大小的丸子。此丸藥可每天早上吃 50 丸。人過 40，久服明目，腸柔。

美食家、文學家蘇軾也有與芝麻食養的故事。蘇軾認為，胡麻和茯苓都有延年益壽的功效。他留下了一個養生方子，凡患有痔疾，宜斷酒肉、鹽和奶酪、醬菜、濃味，唯宜食淡麵一味。以九蒸九製的胡麻，同茯苓、白蜜一同製丸藥。服用後，日久氣力不衰而百病自去，痔疾也能慢慢好了。



狗皮膏中學問多

目錄

第 5 章

各部專論 /4

菜部

104 葱	112 大小茴香
一枝獨秀體青白 /6	作料驅寒腸胃康 /64
105 大蒜	113 芋之家族
細甲包裹玉容妝 /13	佛焰苞下眾芋生 /72
106 韭菜	114 野菜家族
位列五辛素中葷 /20	苦菜野味能救荒 /79
107 辣椒	115 山藥
有人懼之有人誇 /27	道地懷山與親朋 /86
108 花椒	116 百合
滿目椒紅笑口開 /35	花馨可人藥食佳 /93
109 大白菜	117 海帶和紫菜
北國冬季菜中王 /42	出海逐浪尋藥源 /100
110 蘿蔔	118 靈芝
蘿蔔青菜保平安 /50	菌類王國無冕王 /108
111 冬瓜與南瓜	119 鹹菜【部外漫談】
清利溫補兩瓜菜 /58	小菜亦可登殿堂 /116

第 6 章

各部專論 /124

果部

120 桃	129 山楂
五果為助桃為先 /126	冰糖葫蘆憶兒時 /189
121 杏	130 荔枝與龍眼
虎守杏林佳話傳 /133	無患子科兩弟兄 /196
122 梅	131 枇杷
一枝先放報春來 /139	果熟金黃潤肺喉 /204
123 柿子	132 檳榔
凌霜紅染有七絕 /146	樹高百尺採檳榔 /210
124 棗	133 無花果與羅漢果
秋來碩果壓枝繁 /152	天堂有果若無花 /217
125 核桃和栗子	134 石榴
藥不苦口最堪誇 /159	多子多福紅石榴 /224
126 梨與蘋果	135 胡椒
常食水果少求醫 /166	家藏百石勝王侯 /232
127 柑橘	136 茱萸
橘井千年飄藥香 /173	登高扞枝佳話成 /239
128 銀杏	137 茶
千年古樹秋葉黃 /181	中華國飲天下茗 /246

第 7 章

各部專論 /306

木部

145 松	149 辛夷
高風亮節鐵骨錚 /308	毫端方欲吐春霞 /335
146 柏	150 沉香
森森柏樹壽千年 /315	亦香亦藥亦雕材 /343
147 杉	151 乳香
名聞天下效非凡 /322	荒漠千年乳香濃 /350
148 肉桂	152 蘇合香
十萬大山此稱王 /329	藥物興廢古今同 /358

/ 廚房佐料 /

中醫藥既博大精深，又貼近生活，其中有不少中藥的原料來自廚房。

葱被收錄在《本草綱目》菜部第26卷。李時珍列了3個條目，用了5,000多字來描述葱及其應用。

葱屬（*Allium*）植物是一個龐大的家族，全世界有400~500種，主要分佈在北半球。我國約有100種，入藥的主要有13種，葱白、大蒜、韭菜、薤（xiè）白等。

我國大江南北的人都在吃葱，但品種有些不同。北方常吃的是大葱，南方常吃的是小葱。北方主要栽培的大葱 *Allium fistulosum* L.，又叫北葱，從外觀看主要有兩個類型，長白型和雞腿型。

「小葱拌豆腐——一清二白。」南方的小葱植物學名叫分葱，屬於大葱的一個變種 *A. fistulosum* L. var. *caespitosum* Makino。與大葱相比，小葱植株矮得多也細得多，味道偏香，沒有大葱那麼辣，又叫香葱。

/ 葱之藥用 /

李時珍在《本草綱目》中記載：「蔥從囟。蔥外直中空，有囟通之象也。」「蔥」通「蔥」，蔥的形狀像煙囪一樣，外形筆直，中空，可以通氣。李時珍還寫道：



市售「長白型」大葱



大葱原植物

「昔人正月節食五辛，以避癘氣，謂韭、薤、葱、蒜、薑也。」葱在古代被視為五辛之一，認為正月時吃葱可以防病。

在古羅馬時代，古羅馬人上戰場前會把一片葱貼在胸口，他們認為常吃葱能夠鼓舞士氣。葱也被賦予類似古代的興奮劑、護身符的功能，還與大蒜一樣有實際的殺菌作用。

葱一身都是寶，葱白、葱鬚、葱葉、葱汁都能入藥。

中醫理論認為，葱白性溫，味辛，能通陽發汗，解毒消腫。常用處方葱豉湯，用的是鮮葱白和淡豆豉，出自東晉葛洪的《肘後備急方》。葱豉湯是防治感冒的名方，須用新鮮的葱白和淡豆豉一起煎煮，趁熱服用，之後最好加些衣服或者蓋上被子，把汗發出來。對外感初起時鼻塞、流涕、頭痛等症狀的緩解效果較好。在葱豉湯裏加入生薑、香菜、紫蘇這幾味新鮮的藥材，增改組方，可以加強發汗的作用。

葱白能青史留名屢建奇功，也得益於其另一個重要的功效——通陽氣。醫聖張仲景在治療厥逆、脈微欲絕的少陰病

/ 桃之文化 /

中國人對桃再熟悉不過了，桃可食用，可藥用。中醫治療講究的是扶正與祛邪，這種觀念在中國民俗文化當中，也在桃子身上得到了充分體現。

桃原產於中國，有 3,000 多年的栽培歷史。在浙江河姆渡遺址中發現了六七千年前野生桃的桃核。

早在春秋戰國時代的《詩經》當中就有描寫桃花的《周南·桃夭》：「桃之夭夭，灼灼其華。」這首詩借怒放的桃花來比喻美麗的新娘，表達新婚祝賀。後衍變成「逃之夭夭」就不是一個意思了。

桃子象徵着健康長壽、幸福吉祥，祝壽時少不了桃的元素。桃能給人帶來正能量，還是文人墨客筆下的好題材，成就了許多著名的詩詞和美妙動人的故事，在民間廣為流傳。《三國演義》當中的「桃園三結義」，陶淵明筆下的《桃花源記》，吳承恩筆下的《西遊記》中齊天大聖孫悟空偷吃蟠桃的故事，皆是家喻戶曉。

我曾為香港浸會大學中藥標本中心請來一座鎮館之寶——由 2,374 根人參組成的壽星公。壽星公形象栩栩如生，手上托着一個醒目的大壽桃。

傳統觀念裏，桃符、桃木劍可以驅邪保平安。《本草綱目》中也收載了桃符，即門上掛的桃符。做桃符的習俗古已有之。早在《山海經》



桃核仁（摘自《本草品彙精要》羅馬本）



新鮮上市的桃子

中已記載神荼和鬱壘兩位神仙，手持桃枝，專門捉妖拿怪。人們常常在桃木上雕刻這兩位神仙的肖像或他們的名字，做成桃符、桃木板，掛在門兩旁以驅邪。每逢過年時，家家戶戶都要從門框上撤下舊桃符，更換上新桃符。桃符可視為春聯和門神畫的前身。

在西方，聖誕節是盛大的節日，過聖誕節時家家戶戶都擺上一棵聖誕樹。在中國，過年是最重要的節日，特別是在嶺南地區過年的時候，家家都會擺上一棵專門觀賞的桃樹。因為紅色的桃花——紅桃，「紅桃」粵語的諧音似「大展鴻圖」的「鴻圖」，預示着來年事業興旺。過年時擺放桃花，未婚的人希望新的一年有桃花運，找到心儀的人生伴侶；已經結婚的人，寄望來年有個好人緣。

/ 桃的故鄉 /

南北朝時期賈思勰的《齊民要術》對桃的栽培有了詳細的記載。晉代陶淵明筆下的《桃花源記》、明末清初孔尚任的著作《桃花扇》、曹雪芹《紅樓夢》中林黛玉作的《桃花行》，其中桃的元素都為人們所熟知。

/ 獼猴桃出遊記 /

水果獼猴桃，在國際市場上，有一個更響亮的名字——奇異果。提到奇異果人們很自然地會聯想到新西蘭，奇異果是新西蘭的「國果」。實際上，獼猴桃真正的故鄉原來是中國。

19 世紀，西方的傳教士、探險家紛紛來到中國，其中有一位被稱作植物獵人的英國園藝學家威爾遜（E. H. Wilson）。他曾用 12 年時間深入中國的西部考察，對中國植物學的現代研究產生了重大的影響。分佈在湖北西部的獼猴桃，引起了威爾遜的注意，他把獼猴桃介紹給了在湖北宜昌的一些在華洋人，並把獼猴桃引種到了英國和美國。由於獼猴桃雌雄異株，不走運的是他帶回西方的都是雄株，導致獼猴桃只在這些國家的植物園裏安家落戶而已，並沒有結出果實。

1903 年，新西蘭女教師伊莎貝爾（M. I. Fraser）利用假期來到中國宜昌，看望她在中國當傳教士的姐姐。伊莎貝爾在返回故鄉時把獼猴桃的種子帶了回去。伊莎貝爾的一位學生的親屬艾利森（A. Allison）是農場主，獼猴桃種子被艾利森種植在他的農場裏。1910 年，獼猴桃終於在新西蘭結果了。



獼猴桃花



獼猴桃藤攀附在高的棚架上，垂掛着的獼猴桃果就要成熟了

新西蘭當地有一種翅膀和羽毛都退化了不會飛的小鳥，新西蘭的國鳥——幾維鳥（Kiwi）。Kiwi 這個單詞是新西蘭土著毛利語的形聲詞，因幾維鳥的叫聲 Ki-Wi 而起。該鳥有長而尖的喙，身體渾圓呈褐色。因獼猴桃果實的外形和這種鳥相似，圓滾滾的、着生褐色絨毛。新西蘭人就以幾維鳥 Kiwi 的名字稱獼猴桃，獼猴桃的英文名也就成了 Kiwi，後來翻譯成中文的時候就有了奇異果此名。

經過一代代品種的栽培選育，到 20 世紀三四十年代，新西蘭的獼猴桃生產已成規模，並且出口其他國家，逐漸打出了品牌，風靡世界。

從新西蘭考察回來後我寫了一篇隨筆，新西蘭給我的印象有青、赤、黃、白、黑五色。青指新西蘭連綿起伏的大草原，是蒼翠交織的山林。赤指新西蘭每日相伴的晚霞，及印證地球生命起源佈滿了紅藻的紅石灘。黃指新西蘭原野中大片金黃色的



獼猴桃



劉家上色沉檀揀香（《清明上河圖》局部）

/ 神聖之香 /

本草文獻記載過的香，既包括辛香料（Spice），如胡椒、豆蔻、八角、小茴香等，也包括香道香薰用的香（Incense），多來自動物或植物的分泌物，生活及工作中多種場合都會用到。

《清明上河圖》裏畫了幾家香料舖，其中一家店前掛着一個醒目的招牌，上面寫着「劉家上色沉檀揀香」。揀香指的是乳香。《本草綱目》記載乳香又名薰陸香，且有不同的等級，薰陸香為總名，上品為乳香，最高級的為揀香。

古人相信通過祈禱、焚香，可到達一種至高無上的境界，在西方的宗教活動中，乳香通常作為祭拜神靈的熏香料。《聖經》中有記載，耶穌誕生時有東方三博士前來朝拜，獻出了黃金、乳香和沒藥。各大宗教的重要活動中都會使用乳香熏香，體現出它是一種神聖之香。

/ 尋香之路 /

阿拉伯的民間故事集《一千零一夜》又名《天方夜譚》，其中有一段辛巴達的故事。辛巴達的原型是阿曼著名的航海家阿布·奧貝德。據史料記載，阿布·奧貝德曾經在公元8世紀，即中國唐朝時，從阿曼的首都馬斯喀特出發，遠航到達中國。

往事越千年，1990年，應阿曼衛生部的邀請，中國醫藥專家組到阿曼進行了一次學術考察，考察小組一共3人，我也有幸參與其中。中西醫結合學科有很多先學西醫後學中醫的大家，考察組組長薛崇成教授是先學中醫後學西醫的大家，他的學術涉及針灸、心理、中醫體質等多領域，赴阿曼考察那一年他71歲。在杏林整整耕耘了80年後，2015年薛老師96歲時離開了人世。考察組的第二位成員是當時衛生部的阿拉伯語翻譯邢漢平先生。考察組成員裏我最年輕，我負責的工作是對當地的藥物資源進行考察。

在地圖上看阿曼是個小國，國土面積只有30多萬平方公里，1990年的人口約有150萬人，現在人口有460多萬人。但阿曼的歷史並不短。阿曼古稱馬乾，早在《後漢書》中已記載了這個國家。

在對外交流的歷史上，阿曼是一個舉足輕重的國家。公元7世紀，被古代中國稱為大食的阿拉伯帝國在西亞興起，逐漸形成了一個地跨亞、非、歐三大洲的大帝國。阿曼地處海灣地區咽喉要道，是阿拉伯帝國的一部分，那裏的人們自古擅長航海與造船。我在阿曼首都馬斯喀特的公路旁見到了一艘遠航中國的巨型古船模型。



阿曼首都馬斯喀特街頭千年古船模型

目錄

第 7 章 各部專論 /4

木部（續）

153 冰片與樟腦
冰心一片能醒神 /6

154 丁香
形似雞舌味香濃 /14

155 紅木
花梨藥屬降真香 /20

156 檀香
金鳳相伴生妙香 /27

157 皂角
除垢蕩污清穢濁 /33

158 漆
力猛功盛審慎加 /39

159 厚朴
千年古藥正名記 /47

160 槐樹
枝繁葉茂蔭民昌 /55

161 香椿與臭椿
鮮新咬出碧饅珍 /61

162 黃柏
內外兼治建奇功 /67

163 杜仲
腰膝有痛問杜仲 /75

164 桑與蠶
成就萬里絲綢路 /82

165 梔子
花開素雅伴錦程 /89

166 枸杞
賀蘭山麓寶石紅 /97

167 寄生與菟絲子
生存有道益蒼生 /104

168 茯苓
碧松根下樹靈生 /111

169 竹子
勁節虛心傲雪寒 /117

170 木棉與棉花【部外漫談】
物出草木兩家棉 /125

171 蘆薈【部外漫談】
遠渡重洋遍五洲 /132

第 8 章 各部專論 /140

服器部 / 蟲部 / 鱗部 / 介部 / 禽部 / 獸部 / 人部

服器部

172 服器部之服帛
錦衣玉帛青布衫 /142

173 服器部之器物
鍾馗桃符迎新年 /148

蟲部

174 蜜
百煉蜂蜜功效多 /155

175 蠟
蜂蠟蟲蠟兩天然 /163

176 蜚蠊
變害為益新藥源 /170

177 蟬
一朝羽化自在鳴 /176

178 蟾蜍與蟾酥
六神丸中顯功勞 /183

179 蠍子、蜈蚣與壁虎
斷尾再生可救傷 /190

180 桑螵蛸與海螵蛸
樹梢水下兩螵蛸 /198

鱗部

181 龍涎香
前世今生盡是謎 /204

182 蕘蛇
龍頭虎尾翹天鼻 /210

183 河豚與海洋藥
嘗罷此物不問鮮 /218

介部

184 龜板與甲骨文
占卜神龜錄古文 /225

185 牡蠣
洛陽橋下固基牢 /233

186 珍珠
飾物醫人效兩殊 /239

禽部

187 雞
五德之君助益多 /247

188 燕窩
絲燕吐哺築玉巢 /254

獸部

189 畜類中藥
五畜為益六畜興 /260

190 牛之藥
病牛出黃價若金 /269

191 麝香
傳聞眾多偽與真 /276

192 阿膠
時珍一錘始定音 /283

193 印度猴棗
實地解剖獲真知 /290

194 鹿茸
強督助陽展雄風 /297

195 海狗腎
南極巧遇釋謎團 /304

人部

196 人部
人部中藥知多少 /312

部外漫談

197 鮮藥
滋陰清熱效宏彰 /320

198 植物油
百樣油有千般用 /326

199 中獸醫藥
福佑天下眾生靈 /334

第 9 章 總結 /342

200 序之鑑賞
功在千秋當一歌 /344

金華昌
域外岐黃一豐碑 /352

後記 /360

特別鳴謝 /365

/ 不可以貌取石 /

中國古代四大香，龍、檀、沉、麝，龍涎香一直保持着一些神秘感。關於龍涎香，幾年前有一條新聞。2014年6月1日，有位陳先生和家人一起到廈門的觀音山海濱去遊玩。他在海灘上看見了一塊拳頭大的「石頭」，他撿起來一摸是軟的，分量也不重，看上去又有些像被海水浸泡過的樹樁，但是氣味難聞，於是他趕緊扔掉了。陳先生走出去沒多遠，忍不住好奇又轉回來了，再撿起來又聞了聞，又丟在海灘上了。第三次，他已經走出去很遠了，但又折回去撿了回來。就這樣，一日三回頭，最後還是把這塊「臭石頭」帶回了家。他去找專家鑑定，得到令他喜出望外的結論，這塊「石頭」居然是傳說中的龍涎香。經過化學分析後，其中龍涎香醇的含量高達25%，屬龍涎香中的上品。

這條新聞播出後，那片海灘一下成了尋寶聖地。原本在海邊遊玩的人，也不撿貝殼了，注意力轉移到了海岸邊的石頭上。可是貝殼易尋，龍涎香可遇而不可求。



印度尼西亞博物館內展覽的抹香鯨骨架



抹香鯨捕食大王烏賊（段煦創繪）

/ 灰色琥珀之謎 /

在各種香料之中，龍涎香價位最高，也最為神秘。

龍是傳說中的動物，常出沒於大海，而龍涎香來自海上，古人把它和龍掛上了鉤，這給龍涎香更增添了一層神秘的色彩。

古時候，不僅中國人不清楚龍涎香的來源，外國人也不清楚。龍涎香是個外來香藥，最初在阿拉伯海及非洲海岸被發現。

晚唐時期，段成式的筆記小說集《酉陽雜俎》中有關於龍涎香的描寫，在拔拔力國有象牙及阿末香。阿拉伯語中龍涎香的讀音為 Ambar，所以在中國古代將其音譯為俺八兒香或阿末香。龍涎香的英文名字 Ambergris，字面意思翻譯成中文是灰色的琥珀。

龍涎香被收錄於《本草綱目》鱗部第43卷。李時珍記載，龍涎香，出西南海洋中。關於龍涎香是何物，李時珍沒能溯清來源，只按前人記載作出推斷。古有記載它是龍的涎沫，又說可能是大魚腹中的產物。究竟是哪一種，李時珍沒有下定論。

到了現代，科學家們終於釐清了龍涎香的基原。

《本草綱目》第 51 卷中記錄了一種動物叫膾肭（wà nà）獸，來自牠身上的動物藥叫作膾肭臍，又叫作海狗腎。腎，多數是指腎臟，古代表達比較含蓄，腎在這裏實際上指的是雄性動物的外生殖器，又稱為鞭。比如，有一款常見的藥酒叫三鞭酒，用的就是鹿鞭、驢鞭和海狗鞭。膾肭臍、海狗腎就是海狗鞭。

/ 至寶三鞭丸 /

1995 年，我曾對山東煙台某藥廠生產的中成藥「至寶三鞭丸」進行過顯微鑑別研究。那是一種大蜜丸，藥丸中共有 39 味藥，其中 38 種的粉末我都鑑別出來了，還制定了標準，報到日本厚生省，拿到了批文。這個藥在日本市場非常暢銷，當年曾位居中成藥銷售的第二位。雖做完了以上工作，並發表了論文，但留下了一個問題沒有徹底解決，也是一直存在我心中的謎團。那就是：這個藥中的海狗腎究竟是甚麼？

/ 有魚尾的狗 /

李時珍在《本草綱目》中收錄了眾多古籍對海狗腎的描述，各家記述五花八門。有的說牠是魚類，出自東海；有的說牠是生自陸地，長着狐狸尾巴；還有的說牠似狗非狗，非獸非魚，長着魚尾巴，乃一種怪獸。

古籍上的文字描述沒有定論，倒是有幾部本草典籍配上了圖。從古圖的描繪，我認為大概可分為 3 類：

膾肭臍（摘自《補遺雷公炮製便覽》）



宋《本草圖經》中的膾肭臍墨筆圖與明《本草品彙精要》中膾肭臍彩圖所繪動物比較相似，二者都類似現代動物分類的斑海豹的樣子。

《本草綱目》中的配圖膾肭獸長有鬃毛，則與有鬃毛的海狗（又稱毛皮海獅）的特徵比較相近。

明《補遺雷公炮製便覽》中，膾肭臍項下，有一幅精美生動但是畫得最失真的彩圖。圖中的膾肭獸竟然是長着金魚尾巴的小黃狗。可想而知，宮廷畫師沒見過原動物，這幅圖是畫師僅憑文字描述主觀臆造出來的。

/ 南極邂逅 /

2020 年年初，我參加了一個南極探險團，我此行的意外收穫之一，就是揭開海狗腎之謎。

有朋友問我，在我去過的這麼多國家中最難忘的是哪裏？我的回答是一個沒有國家的地方，地球上唯一的一片淨土——南極大陸。

登上南極大陸不容易，要過幾關。首先，我從中國香港到阿根廷最南端烏斯懷亞市，30 多個小時的飛行還算好對付，也是在進入無人之境之前的調整。接下來是最艱難的一關，乘船闖過被稱作「魔鬼海峽」的德雷克海峽。那片海域上，12 級以上的大風、幾米高的大浪都司空見慣。

航船一進入德雷克海峽風暴圈，我就想起了西遊記中《孫悟空三打白骨精》的故事。孫悟空用金箍棒為唐僧劃定了一個保護圈，外人不能進入。德雷克海峽風暴圈就是隔絕南極大陸與外界的天然屏障。歷史上的航海家穿越德雷克海峽抵達南極時是九死一生，有的進不去，有的回不來。一旦闖進去了，又好似穿越大海，進入了龍宮，目之所及美輪美奐。



膾肭獸圖（摘自《本草綱目》）