

为何夏吃乌米饭冬喝腊八粥

“五月五日过端午，艾香包，插艾草，五月五日过端午，雄黄酒。”这是江南地区的一首童谣。端午插艾草、煮阳佩茱萸，腊八要喝粥，这些传了千余年的民俗，其实颇具医药蕴意，更折射了江南地区丰富的医药文化。

中国第一所，也是当时为市民服务的最大医院“安乐坊”，由时任杭州知府的苏轼建立在今天的杭州；钱塘沈括、瑞安王执中、湖州朱肱、绍兴张景岳、海宁王士雄等人医药造诣精深；胡庆余堂、方回春堂等老字号药铺在全国久负盛名……

浙江中医药大学特聘教授、杭州师范大学人文学院历史系教授朱德明介绍，中医药文化，是江南文化的重要组成。江南地区医药学发展源远流长，在南宋迁都临安后，更是不断进步，犹如擎天巨柱，屹立于世界传统医药之林。



学者名片

朱德明，浙江中医药大学特聘教授，杭州师范大学人文学院历史系教授，中华医学会医史学分会常务委员、中国中医科学院首席研究员全国同行评审专家、浙江中医药博物馆筹建领导小组成员。主要从事中医医史文献学、医药文化研究。出版了《浙江医药通史》(古代卷、近现代卷)、《南宋医药发展研究》等20部学术专著。



小时新闻APP
扫二维码，看
“江南文化”系
列主题报道

秦汉时期已有医家医著

朱德明告诉记者，江南地区不仅是中华民族古老文化的发祥地之一，在中医药发展史上也占据重要地位。

早在距今约8000~7000年的萧山跨湖桥遗址中，就有中药材出土。河姆渡遗址和良渚文化遗址中也发现了芡实、薏仁等药物化石。

到了秦汉时期，江南地区涌现了一批医药学家。上虞王充撰写的《论衡》、《养性》等书中，强调了未病先防、已病早治等医学思想。嵊县的刘晨、阮肇，攀登天台山采药，在今天嵊县的刘门山下留下了采药径。东汉末年的著名药学家甄子训，曾在会稽都亭桥(今绍兴一带)骑驴卖药。

“当时全国医药的中心在黄河流域，江南地区的医药发展还无法与中原地区比肩，”朱德明说，“但医家医著、医药活动等已具雏形。”

隋朝京杭大运河的开通完善，为江南与中原地区贸易和文化往来提供了便利。到了南宋，随着皇室南迁，江浙一带跃居为中国政治、经济和科技文化的中心，“医药学更是突飞猛进，大有独领全国风骚的势头。”朱德明说。

南宋临安(今杭州)是当时中国医政机构建置最为稠密、完善之地。设有太平惠民局、惠民和剂局、施药局等官办的制药、售药场所，城内还有专门的药市，收购从两广、川蜀等地运来的生药材，然后分发给制药作坊和药店。

“这一时期医学队伍的文化素质也很高，江南地区形成了许多医家学派，硕果累累。”朱德明介绍。萧山竹林寺妇科、宁波宋氏女科、绍兴“三六九”伤科等，都形成了自成一体的医药体系，受到朝廷青睐，衣钵薪传。

至清末，仅浙江就涌现出医药学家达3700多人，医药学著作约2000多部。“江南地区的中医药，在中国医药发展史上，创造了不可磨灭的成就。”朱德明说。

药业兴隆药帮林立

朱德明指出，江南地区医药文化的繁荣，有很多具体的例证。

在南宋时期，药业有专门的同业行会组织，杭州城内的商家必须通过行会来雇佣大夫和经营药铺的人才。同时还出现了规模较大的制药工场，由朝廷颁布管理条例，规范药剂的炮制，极大地确保了中成药的质量。

江南地区还存世了很多珍贵的中医药文物，如上海中医药博物馆收藏的宋内府黑釉瓷缸，浙江博物馆收藏的唐三彩脉枕、杭州小和山遗址出土的宋代尚药局药罐等。朱德明还向记者展示了他的藏品，清同治太医院御用瓷质粉彩人物碾药钵和瓷质粉彩双龙戏珠参术健脾丸药坛。

“南宋以来医药业兴隆，药铺药材的库存增多，从前用缸、坛、木箱保管药材，容易混淆品种、霉变损坏。所以官窑、民窑都开始烧制瓦罐、瓷瓶等医药器皿。”朱德明说。

“江南民间有一句谚语，‘药帮三溪，第一慈溪’，说的是自北宋末到清末，慈溪、兰溪、绩溪这‘三溪’药商称雄南方中药市场数百年。”朱德明说，“明清时期的江西樟树药材集市雄居中国四大药材市场之一。”浙江的胡庆余堂、叶种德堂、张同泰、方回春堂等大名鼎鼎的老字号药店，全都兴起于江南，至今仍生意兴隆，闻名海内外。

江南医药发展还体现在当朝政府的重视上。南宋时有疫情肆虐，朝廷拨款，派遣医师配置专门的汤药，太医局也派出医师和医学生奔赴疫区救



烧腊八粥

治，并雇佣社会上有医技的人员参加救治。

由于医学素养的提升，南宋朝廷还十分重视环境卫生的整治和发病源的管控。意大利旅行家马可·波罗来到杭州时，看到马路十分整洁，路面中间铺有碎石，路面下是拱状的阴沟，用于排引积水。因而，杭州被他称为“世界上最美丽华贵的天城”。

南宋百姓都讲究养生

朱德明说，中医药业的发展，也在一定程度上影响了江南地区的民间文化。

食疗和药膳就是其中一个鲜明的表现。“南宋时期，上至皇帝，下至百姓，都很讲究养生，注意医疗保健。”朱德明说。南宋词人林洪的著作《山家清供》，有关食疗的内容约占全书一半。如书中记载的“苍耳饭”，采苍耳嫩叶洗净，用姜、盐、苦酒调拌，或加米粉做成干粮，有治疗风疾的功效。

南宋绍兴诗人陆游，从小喜读医书，在家中亲自开辟药圃种植药草。他的诗词中吟咏过数百种食疗食品，如赤米、麦仁、蚕蛹、黄甲、金齋、花丝等。陆游认为饮食与养生关系密切，“老无声色娱，戒惧在饮食。要须铭盘盂，下箸如对敌。”

南宋时，江南地区制备的药膳品种繁多。根据周密《武林旧事》记载，药膳有窝丝姜枣、桔红膏、乌梅糖、紫苏饮、沉香水等。市集上的茶摊，在炎热的夏天会增添雪泡梅花酒，或是用砂仁、草果、乌梅、甘草、扁豆、葛根6味药材配制成饮，供路人解暑。这种药食同源的理念传承至今。

江南地区的民风民俗中，也蕴藏着相当丰富的医药知识。

三月三，人们采荠菜花放在灶上除蚂蚁和虫蛇。端午节，则采摘菖蒲、蒿艾挂在门上，并用干艾叶、苍术、白芷烧烟熏屋，驱赶蜈蚣、蝎子等“五毒”。到了立夏，要吃乌糯米饭，因为乌树叶有祛风除湿、清凉解毒的作用。农历十二月八日，寺院及药店用胡桃、松子、柿栗、红枣、米仁、莲子、枸杞、茯苓、糯米等熬成腊八粥，分送民众，祈愿来年健康……“这些传统的医药卫生习俗影响深远，大部分沿袭至今。”朱德明说。

历代以来，尤其是南宋与明清时期，江南地区医家辈出，药市薪南粲北，药店星罗棋布，都与其绚烂的医药文化密不可分。在朱德明看来，中医药文化既是江南文化的重要组成部分，更是中华民族文化中的一朵奇葩。今天的我们仍能从中汲取养分，推动祖国医药事业的发展。

本报记者

王湛

本报通讯员

方诗琪

刘苏蒙



清同治太医院御用粉彩双龙戏珠参术健脾丸药坛(朱德明 藏)