

中醫藥健康文化教育系列

醫字

醫理的語言文化



醫字

醫理的語言文化



目錄

前言

一、琅琅上口的成語

華佗再世	8
病入膏肓	10
對症下藥	12
無可救藥	14
良藥苦口	16

二、意味深長的典故

杏林春暖	20
懸壺濟世	22
橘井泉香	24
岐黃之術	26
青囊	28
堂醫	30



三、隨處可見的本草

壹·餐桌上的一

紫蘇、薏米、韭菜子	34
-----------	----

貳·花草裡的一

百合、野菊、金銀花	40
-----------	----

參·果實中的一

木瓜、龍眼、羅漢果	46
-----------	----

四、詩詞裡的中醫藥

辛棄疾的兩地相思	54
蘇東坡的本草頌讚	57
葉天士的春夏秋冬	59

五、滿含趣味的漢字遊戲

藥鋪關門	68
酸苦甘辛鹹	68
假期完結	69
一人在世上	69
交遊廣闊	69
故鄉	69
無價之寶	70
牧童	70
皇帝送客	70
空心樹	70
寒冬臘月紙糊窗	71
百歲老人鬢如霜	71

前言

齊來認識 中文字詞盛載的健康智慧

作為中華民族的兩大傳統文化支柱，中文和中醫藥同根同源，在文化血脈中流淌了數千年，至今仍然是中華文化中最具生命力和創造力的兩大標誌。

中文是世界上最古老的表意文字體系。作為世界上唯一從古代一直演變過來沒有間斷過的文字，記錄了中國人民的生活方式和風俗習慣，記載歷史、傳承學術、延續文明。

同樣，中醫藥也是傳承數千年並且還在不斷發展的醫學體系。中醫藥知識藉文字傳播與傳承，同時也傳承了相關文字造字時的用心和用意。

在文字誕生之前，醫藥的理念和技術只能口耳相傳，可能不少寶貴經驗早已散失或煙沒；但在文字誕生之後，無論是龜甲、金石、竹簡或紙張，都能把醫藥文化長期記錄和保存下來。是文字讓我們可以認識古代醫術和理念，也讓醫藥知識和技術得以累積和發展。

漢字是單音節表意的意音文字，每個字的構成，包括圖象、組合、偏旁，甚至部首都表達著深刻而具系統的文化內涵，例如疾、病、痛、醫、藥、健、康、心、腦、消化、驚恐、焦慮、衣食住行等，

從偏旁到部首，從單字到片語，都能望字生義，傳達當時的醫學含意。以「疾病」為例，「疾」，「疒」旁一個「矢」，是中箭等外傷所引起的身體問題；「病」，「疒」旁一個「丙」，「丙」在五行學說中象徵「太陽」、「火焰」，「心火」是生病的徵兆，所以疾病有輕重（輕為疾，重為病）、有內外（疾為外，病為內）。

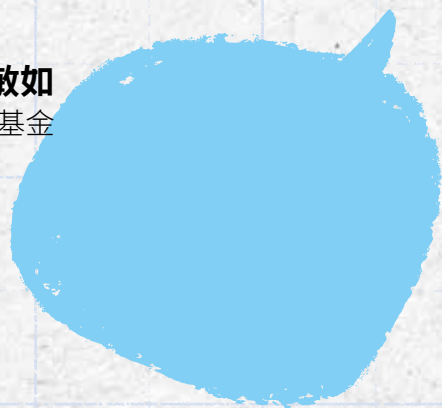
「痛」是「疒」旁一個「甬」，「甬」是通道的意思，通道出現問題、不舒服，自然就「痛」，這就是中醫常說的「通則不痛，痛則不通」。又如「健康」，「健」有「建築」的意思，代表強壯有力；「康」是四通八達的「康莊大道」，代表通暢。這完全反映了中醫體魄壯健、氣血暢通兼重的健康理念。

《說文解字》共收錄漢字9,353個，涉及醫藥、衛生、保健的達1,124個，其中人體骨骼、臟腑、組織器官名稱用字98個，病理表現用字20個，疾病名稱78種。

除了字、詞外，中醫藥亦源遠流長地融入生活，展現著在語言文化中的獨特魅力。成語、典故深入人心，飽含濃厚情感故事的本草名字，以至如辛棄疾、蘇東坡等文學大師揮灑詩詞與中醫藥交融的文化碰撞，都讓中醫藥文化在中國語文中鋪墊出一場盛宴。

不少漢字在造字過程中成為當時醫學經驗與智慧的總結和表達，他們通過造字手法的巧妙運用，把漢字漢詞化成一座蘊含豐富醫學知識的中醫藥寶庫，這是世上其他文字都不具備的功能，讓我們在識字的同時學會了預防保健，讓醫藥知識邁向全民普及，讓每個識字的都有機會成為自己最好的醫生。從這個意義來說，中文自然成為了中醫藥無可取代的代言人。

劉敏如
中華文化傳播基金



一 琅琅上口的成語



華佗再世

華佗是東漢末年著名的醫學家，擅長外科手術，並首創使用麻醉進行手術，並編創「五禽戲」，透過肢體運動來強身健體、預防疾病。

華佗後來因為觸怒了曹操而遭殺害，他在臨死前，曾把一卷醫書送給獄吏，希望可以用來濟世救人，但那個獄吏害怕會受到連累，堅持不收，華佗只好把書燒掉，實在非常可惜。



「再世」的意思是再次來到人世間。比喻某個醫師醫術高明，有如華佗再在世上出現一般。這是對一位醫師醫術非常重大的讚美。



「世」字最早出現於金文，其中一種說法認為是三個「十」字相連，以三十年為一世。

另一種說法認為「世」字就是樹葉的「葉」，金文的字形就是樹枝上的「葉子」，人類子孫繁衍，有如樹上的葉散佈，表示世世代代不斷發展。後來為了區別「世」是說「世代」還是「樹葉」，所以在說樹葉的「葉」時，在「世」下面加上邊旁的「木」，再之後又在上邊加上「艹」表示植物，寫成「葉」。

動畫短片

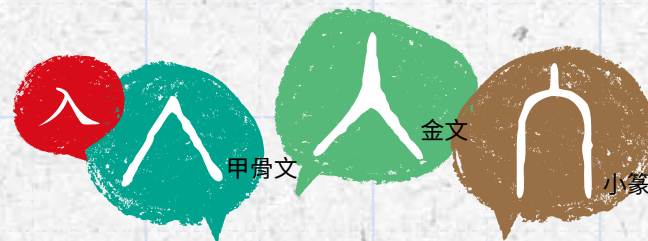


病入膏肓



春秋時晉國景公生重病，秦國派醫生（名叫「緩前」）為景公治病。但當這名醫未到達前，景公夢見疾病化成兩個小孩，為了害怕敵不過這位名醫，所以商討決定分別躲到身體內的「膏」（音「高」）與「肓」（音「方」）位置，令名醫束手無策。及至名醫「緩前」到達和診視過後，確認疾病已經侵入膏肓部位，藥力無法到達，再不能治。之後過不了幾天，景公真的過世了。

「病入膏肓」這個成語，是用來形容病情極為嚴重，深入人體「膏肓」部位（「膏」是心臟以下，「肓」是橫隔膜以上），無法救治，亦用來比喻事情已經到了無可挽回的地步。



「入」字雖然看似「人」字，但文字的起源和意義卻相差甚遠。「入」字最早出現於甲骨文，是一個像盒蓋的東西向下，表示收藏物品，加蓋封存。所以「入」的本義是收納、進入。所有與「入」相關的字，都採用「入」作邊旁，例如內、全。

動畫短片



對症下藥



州官倪尋和李延二人同時病了，一齊找華佗看病。兩個人都是頭很疼，全身發熱，症狀相同。華佗經仔細診斷後，卻給他們開了不同的藥。二人都覺得奇怪，提出疑問，華佗卻回答說：「倪尋是因為昨天飲食不對，病因在體內，引起頭疼身熱，應該通腸胃；而李延是因為外感風寒受涼，病因在體外，引起感冒發燒，應該發汗。病情表面差不多，但倪尋只要一點藥物就會好，李延卻需要借用藥物調節身體機能才能痊癒。治療方法當然不一樣！」於是二人回去吃下不同的藥，第二天就好了。

成語「對症下藥」其中一個直接的意思是針對病症開方用藥。同時亦可比喻解決問題時應該針對問題的癥結所在，然後採取有效的處理方法。



「對」字最早在甲骨文中就有了原型。右邊是一隻手，握持著一把有齒的長柄大刀，與敵人對峙。造字本義是兩軍僵持，臨戰抗衡。從而引伸出朝向、面對的意思。



無可救藥



《詩經》是最早的詩歌總集。當中有一首詩說「多將熇熇，不可救藥」，「熇」代表火勢猛烈、慘酷。這首詩的內容，是勸說周厲王和那些權臣千萬別把憂患當作兒戲，應趁它還沒有到來的時候盡力防止。若是不好的政令和壞事做多了，就像病得很重的人一樣，再沒有藥可以救治了。

「無可救藥」這成語是指病已嚴重到無法用藥物可以醫治的程度，比喻事情已經到了無法挽救的地步。



「救」字右邊是手持武器或工具進行打擊，左邊是一些皮毛，代表被打死的野獸。因此「救」字既是擊打野獸救人的「會意字」，也是從「支」，以「求」為聲的「形聲字」。



良藥苦口



在《韓非子》一書中提到：

「夫良藥苦於口，而智者勸而飲之。知其入而已（止）己疾也；忠言拂於耳，而明主聽之，知其可以致功也。」

意思是有用的湯藥，喝起來雖然覺得很苦，但是聰明的人也會喝下，因為知道苦藥可以治好自己的病；忠直的說話聽起來可能讓人難受，但是英明的君主卻會聽從，因為知道採納之後可以成就大業。

後來「良藥苦口」這句成語由本義治病的良藥通常味道苦澀，難以入口，多演變成比喻衷心的勸告，尖銳的批評，聽起來雖然覺得不舒服，但對改正缺點和錯誤卻很有好處，值得虛心吸納。



「苦」是一個形聲字，以「艹」為邊旁，「古」為聲，同時也表示是古老的植物。造字本義是在採摘食物時代發現的一古老植物，味似黃連的苓草。苓指一種味道極苦的苦菜（亦有說「苦菜」就是茶）。後來，苦的含義由植物引伸為形容一種艱澀難忍的味道，與酸、甘、辛、鹹合稱為「五味」。



動畫短片



小知識：
良藥真的苦口？

在中醫的治療理念中，許多藥物的療效與其苦澀的味道有關。例如能夠清熱、燥濕、解毒的往往具有苦味。一般來說，溫熱藥多為辛溫，清熱藥多為苦寒，補益藥多為甘味。由此可見，中藥的味道是取決於其功效作用，醫師因應不同病情需要，藥物會有著相應的味道變化，所以良藥未必苦口的。



二 意味深長的典故



杏林春暖



三國時代，董奉與張仲景、華佗齊名，並稱「建安三神醫」。

董奉少年學醫，年輕時曾出任縣內小官，不久歸隱，在南方一帶行醫。除了治病賑濟貧苦大眾之外，他還遍訪名山大川，採集野生植物製成丹藥給人治病，至晚年回到廬山隱居，繼續行醫。

董奉住在山裡，不種田，每天給人治病，分文不收，但卻訂定了一個條件，得重病而經他治好的，都要在山上栽種 5 棵杏樹，輕病的治好後栽 1 棵。多年後，他治癒的病人成千上萬，種下杏樹 10 多萬株，後山成了一片杏林。

他讓山中的鳥獸在杏林中嬉戲，擔當管理。每到杏子熟時，他就在杏林裡蓋一間倉房，公告大家，想買杏的，只要拿一罐穀物放置倉內，然後可自行拿走一罐杏子，作為交換。若然遇到貪心多取的人，杏林裡的一群老虎就會吼叫著追撲出來；那些人急於逃命，罐裡的杏子掉了一地，待逃回家時，傳說剩下的杏總是正好和送去的穀物一樣多。每年董奉都把賣杏換來的糧食全部用來賑濟貧苦，一年送出糧食兩萬斛。這事蹟一直為後世所敬仰，後人均以「杏林春暖」、「譽滿杏林」來稱頌良醫的美德。



「春」在金文、篆文中，都是由「草」、「屯」、「日」三形合成，「屯」表示種子萌芽扎根。三形合成會意字，表示嚴冬過後，風和日暖，草地種子都生根發芽。

懸壺濟世

漢代時汝南郡市集中有一個行醫賣藥的老翁叫「壺公」，常常背著一個葫蘆，不許還價，但總能藥到病除。「壺公」亦因此名聲遠揚，收入甚豐，但他卻把大部分用來接濟貧苦大眾。



每當夕陽西下，壺中的藥賣完，「壺公」便會瞬間跳進壺中，消失得無影無蹤。市集中的人們，竟然都沒有注意到這件事。當時有一個管理市集的小官叫費長房，卻在樓上看得一清二楚，意識到這個「壺公」絕非常人，因此有意向他拜師學道。

為表誠意，費長房每天不辭勞苦地為「壺公」打掃座位，送上食物；終於等到有一天，「壺公」約他在晚上無人時見面。當晚費長房依約前來，沒想到「壺公」居然對他說：「我要跳進葫蘆裡，你敢隨我來嗎？」費長房毫不猶豫跟著「壺公」往葫蘆裡跳，才發現裡面竟藏著一個宛若仙境的世外桃源。原來「壺公」本是被貶凡間的神仙，基於費長房的誠意，決定收為門徒，傳授醫術，為百姓驅疫治病。

費長房跟著「壺公」學道，學有所成，四出救病扶危，在給人治病的時候，總是把藥葫蘆懸掛在招牌上，所以後人便紛紛仿效，行醫或賣藥的人都在自己的腰間或店鋪前掛上葫蘆作標誌，成為行醫的代稱，而成語「懸壺濟世」就成了行醫救人的意思。



「壺」字就是繪畫酒壺的形狀，上部的「大」字是壺蓋，中間鼓腹圓足是壺身，旁邊有兩耳，下部是壺底。

動畫短片



橘井泉香

西漢年間，湖南瘴病橫行，民不聊生。相傳一個叫蘇耽的孩子，發現橘樹的樹葉具有治療肺、胃、肝病的功能，於是用屋門前的井水煎熬，分文不取地救濟前來求診的病人，從此坊間鄉親都尊稱他為「蘇仙」，聲名遠播。



另有傳說，有一年蘇耽外出學道，臨行前跟母親說：「明年將會發生流行疫病，只要用庭院中的井水，煎煮屋簷旁的橘樹葉，就可以救急治病。井水一升，橘葉一枚，可療一人。」翌年，瘟疫果然發生，蘇母按照蘇耽的囑咐，用井水煮橘葉救活了鄉民無數。自此，「橘井泉香」的佳話便流傳下來，「橘井」也成了醫藥界的代名詞。



「井」，古制八家共汲一井。「井」字像兩根木頭縱橫相交的形狀，構成方形框架。造字本義是人工開鑿提取地下水，有方形護欄。篆文在方形框架中加一點，表示井中有水。



岐黃之術

岐黃之術，黃指的是軒轅黃帝，岐是他的臣子岐伯。相傳黃帝常與岐伯坐而論道，探討醫學問題，對疾病的成因、診斷以及治療等原理設問作答，其中的很多內容都記載於《黃帝內經》這部醫學著作中。除醫學方面外，《黃帝內經》還涉及到哲學、天文、物候、曆法等諸多領域，並以這些方面的理論來論證中醫學的醫理。

後世以黃帝、岐伯二人合稱「岐黃」，將《黃帝內經》視為中醫藥學理論的淵源、最權威的中醫經典著作。



「術」這個字最早出現於戰國時代，形聲字，以「彳」「亍」為形，以「朮」為聲。「行」本義是指道路，四通八達的十字路口。「術」是指城邑中的道路，也泛指道路，由於道路縱橫交錯，井然有序，顯得很嚴謹，由此引伸為方法或策略，例如戰術；又或是技術和學術，例如武術、醫術、美術等。

青囊



「青囊」有好幾種意思，其一是指裝醫書的布袋，其二是指醫術或醫生，這與華佗的傳說有關。

《後漢書》及《三國志》中均有記載，當時，曹操患有長期頭風病，聽說華佗醫術高超，於是召他到身邊醫治。及後華佗申請回鄉，之後又以妻子生病為由，多番請求延期不歸。曹操大怒，決定派人查探，結果謊言被揭穿，華佗被打入監牢。曹操的謀臣荀彧為華佗求情，希望曹操即使不理別人性命，至少也為自己的健康著想，從寬處理，可是曹操卻不為所動，最終華佗在獄中被拷問致死。



在獄中，華佗受到獄吏厚待，臨死前以一卷《青囊書》贈給獄吏，說「這是救活病人的書」，可惜獄吏害怕獲罪，不敢接受，華佗只好忍痛把書燒燬，致使這一寶貴的醫學遺產失傳。難怪《三國演義》以詩慨歎「惆悵人亡書亦絕，後人無復見青囊」。



「青」字的古文字形，上半部是小草，下面是一口井。「青」宛如一口被青草環繞的水井。井邊的草木因汲取水分而生機勃勃，呈現青綠色。因此，最初的「青」便與草木的綠色緊密相連，展現了水與草木之間滋養的關係。及後隸書誤將篆文下半部的「丹」寫成「月」，導致字形越見偏離。



堂醫

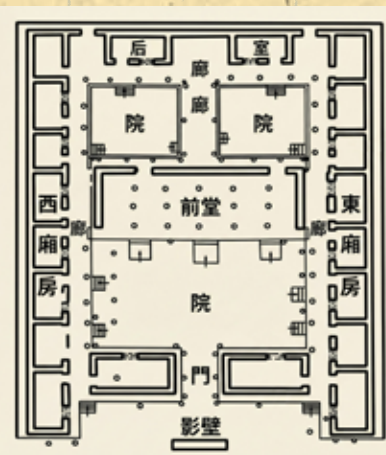


東漢末年，是一個戰亂頻繁且瘟疫肆虐的時代，各地方勢力割據，互相攻打，屍橫遍野，人民流離失所，引致一種叫「傷寒」的疫病流行，這種病傳染性強，致死率高。由於當時社會混亂，經濟衰落，醫療條件低下，所以疫病死者不計其數。據《傷寒雜病論》序言記載，名醫張仲景的家族原有兩百多人，不到十年時間，死去的就有三分之二，其中七成是死於傷寒。這慘痛的經歷激發他深切關注瘟疫及急性傳染病的防治。

張仲景自此發憤鑽研醫學，醫術長進神速，醫名日盛。在長沙出任太守期間，積極推行仁政，鼓勵耕種，把長沙治理得井井有條，百姓安居樂業，同時時刻不忘救治百姓的病患疾苦。可是在那個時代，為官的不能入民宅，也不能隨便接近一般老百姓；為了給老百姓治病，他費盡心思，終於想出了一個辦法，就是「坐堂」。傳說，張仲景選擇每月初一和十五，衙門大開，不問政事，堂堂正正地坐在大堂之上，為患病進來的老百姓診脈治病。自此，各方前來求醫者眾多，成為一時佳話。

後來為了紀念張仲景，人們就把醫生坐在藥店裡給人看病都通稱為「坐堂」，而醫生就叫作「坐堂醫生」。再往後，人們給藥店取名時，往往在名字後面附上一個「堂」字，就是這個緣故了。

動畫短片



「堂」是一個會意字，上面是「尚」，下面是「土」，會意為土台上所建的高大建築。古人的每個院內一般分為三個部分：堂、室、房。在最前面的是堂，主要功能是祭祀神靈，祈求豐年，不屬居室，後來引伸泛指房屋的正廳。所以才有「殿堂」的稱呼，而且是「登堂」才「入室」；從而明白何以有「五代同堂」、「堂堂正正」、「相聚一堂」的用語。

三 隨處可見的本草



紫蘇

紫蘇在中藥中是藥食同源的一种植物，紫蘇葉、紫蘇子（果實）和紫蘇梗（莖）皆可入藥，主要功效在散寒解表、行氣和胃、化痰止咳，常用於風寒感冒、咳嗽氣喘、腸胃不適、解魚蟹毒，現代研究也發現具抗炎、抗病毒等作用。

紫蘇是南方比較常見的一種蔬菜，可以炒吃、做粥、茶飲，平時吃烤肉、大閘蟹時也常作配菜。



相傳東漢末年，名醫華佗給病人看完病後到一家酒館裡小飲，巧遇一群青年正在吃螃蟹，時值九月九日重陽節，螃蟹肉厚膏肥，青年都邊喝酒邊吃得忘形。華佗上前勸說：「螃蟹性寒，多吃會傷脾胃，易拉肚子。」眾人正興高采烈，當然聽不進去。結果到得半夜，吃螃蟹的幾位青年捧著肚子痛得在地上打滾。由於當時還沒有治療這種病的良藥，華佗非常著急。忽然，華佗想起日間所見的一件事。

華佗在採藥時，見到一隻小水獺吞吃了一條大魚，肚子撐得圓鼓鼓的。牠一會兒下水，一會兒上岸，顯得很難受。後來牠爬到岸上，吃了些紫色的草葉，不久便沒事了。華佗如今想來，那種紫色的草葉能解魚毒，相信也能解蟹毒。於是他立即喚人去採那些紫色草葉回來，煎成湯藥給幾個青年服下。過了一會，非常見效，眾人的肚子果然不痛，對華佗的醫術讚不絕口，拱手稱謝。

由於這種藥草是紫色，吃了會令人腹中舒服，所以華佗給它取名「紫舒」，後人因為字音相近，屬草類，所以又把它稱作「紫蘇」，沿用至今。「紫蘇」目前仍是民間用於治療食魚蟹中毒的常用中藥。

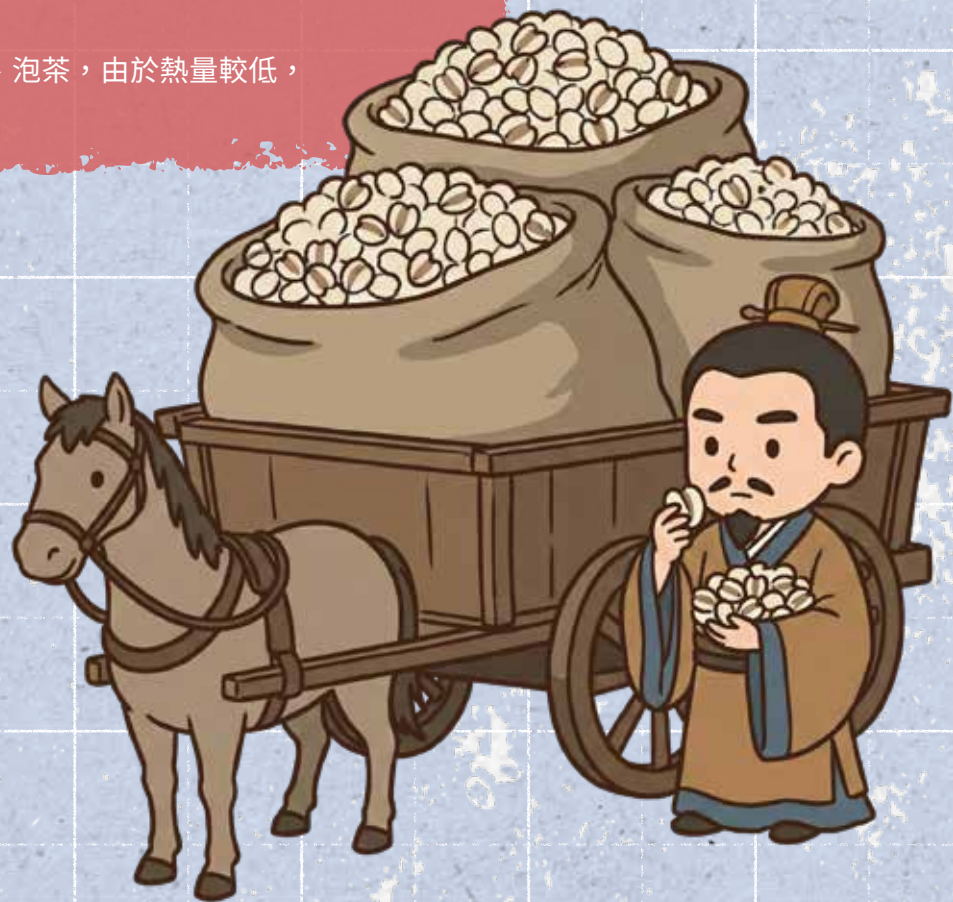


「蘇」字最早見於金文。屬「艹」（草），左邊是「魚」，右邊是「木」。古人發現，用樹枝或稻草穿過魚鰓來提魚，雖然會傷及魚鰓，但不會令魚因缺水而死，只要短時間內讓魚再投入水的環境中，魚就可以「復活」了。所以造字本義是用樹枝或稻草穿鰓提魚，使魚可以落水復活。後來篆文將金文字形中的「木」（樹枝）寫成「禾」（稻草），字義不變，有復蘇、復活的意思。

薏米

薏米又稱薏苡仁，是常見的藥食同源中藥，具有健脾、利尿、止瀉、清熱、排膿、去腫、降血脂等作用；當中分為生薏米（清熱利濕較強）和熟薏米（健脾胃較佳），需依體質選用，孕婦及體虛的宜小心。

薏米可以熬粥、做湯、泡茶，由於熱量較低，甚至適宜作纖體食物。



東漢的開國名將馬援在統一國家，平定叛亂中立下不少戰功，被封為伏波將軍。由於深受漢光武帝重用，所以一直招惹權貴嫉妒。

馬援在南征交州時，由於當地濕氣重，將士容易患病，所以常會食用薏米，薏米不僅能飽肚，還具有健脾、補肺、清熱、利濕功效。在班師回朝時，他就曾帶回一車薏米籽，準備用作種植，卻因此而種下了禍根。

由於薏米籽是卵形球狀的，看上去有點像珍珠。馬援在軍中病死，監軍待馬援死後上書誣告他經常搜刮珍珠財寶，漢光武帝聽後大怒，傳旨收回所賜爵位。馬援家人惶恐不安，不敢報喪，偷偷把馬援的棺材埋在城外，親戚賓客都不敢前來吊唁，境況淒涼。所以後來出現了「薏苡明珠」這成語，比喻人們的蒙冤受屈。



「米」的甲骨文實際上就是米粒的象形，上下三點表示米粒，中間以一橫線隔開，是穗的梗（莖），小篆將甲骨文上下的米粒連接成一條分隔線，連寫成「十」字，而其餘四點則各自延伸，構成了我們今天的「米」字。其實古人所稱的「米」，實為「粟」，亦即「小米」；現今我們稱的「米」，實為「稻」，是「大米」。



動畫短片



韭菜子

韭菜在中醫裡是溫性的辛辣食材，韭菜子（韭菜籽）屬常用中藥，是韭菜乾燥成熟的種子，有溫補肝腎、行氣活血、潤腸通便等功效，但上火內熱、瘡瘍、有眼疾及正服用寒涼中藥時應忌食。

韭菜是飯桌上常見的一種蔬菜，除炒蛋外，也常用於餃子、燒烤，營養豐富，被譽為「長壽菜」。

「韭菜」的「一」代表地面，而「非」是露出地面的葉，全年生長，容易種植，生命力強，割了不久，又長出新的一輪，有種生生不息的感覺，只要有「一」的存在，上面的「非」是割不完的，所以又稱「久菜」。



東漢開國君主漢光武帝劉秀在立國前，一次戰敗逃亡中，在破爛農村向一家農戶求救。農戶給劉秀弄了一盆野菜，劉秀飢不擇食，馬上吃個精光。之後農戶連續多天都端出相同的野菜，好像長吃長有的，令劉秀感到非常奇怪。一問之下，農戶表示這是這野菜的特性，割了一截，很快又長回來，所以像是割不完似的。

後來當劉秀當上皇帝後，偶然想起那盆美味野菜，於是命人採摘進宮，御廚問起野菜名字，劉秀認為這是救他一命的美食，所以稱為「救菜」。大臣聽著覺得奇怪，於是建議改為「韭菜」。由於「韭菜」為皇帝喜愛的，所以往後吃韭菜的人越來越多，甚至在居住範圍內自行種植。

御醫隨後發現韭菜的種子是一種補肝腎良藥，於是運到方劑之中，至唐代藥王孫思邈更正式把韭菜子寫進醫學名著《千金要方》之內。



「菜」是由上方的「艹」（草）和下方的「采」構成。形聲會意字。「草」作邊旁，「采」作聲。「采」是「手」+「木」，是描繪用手採摘植物的形象，作會意時表示百草中可以食用的植物。在之上加上「艹」，字的本義就成了「可食用的草」，也就是「菜」。

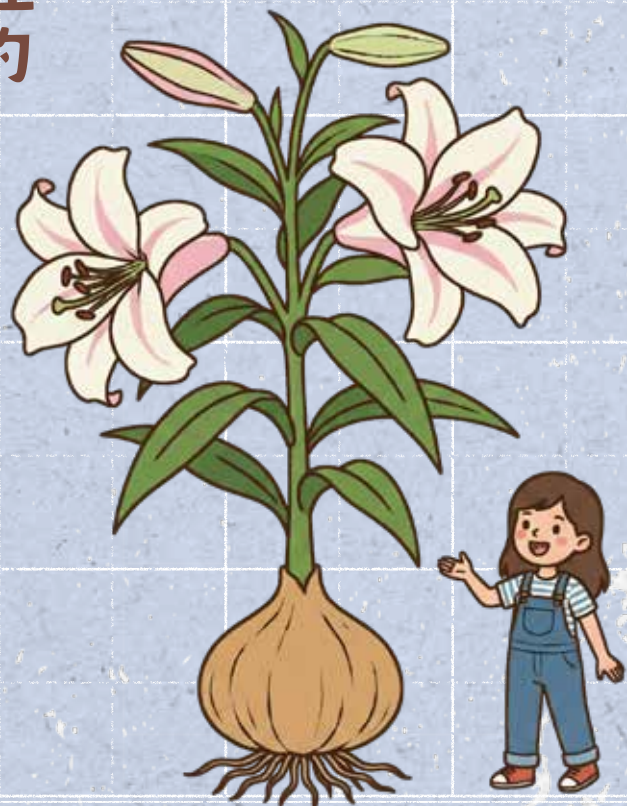
動畫短片



百合

中藥百合（乾燥肉質鱗莖）味甘性寒，功效為潤肺止咳、清心安神，常用於治療陰虛久咳、虛煩失眠、神志恍惚等症狀，但風寒咳嗽或脾胃虛寒者不宜多用。

百合的地下球莖，營養豐富，是滋補食療的上品，既可作為藥材入方劑，也是常見的藥食同源食材，常見煮粥、燉湯、清炒入菜，甚至茶飲。



相傳東海經常有海盜打劫漁民。有天海盜在搶劫中，把財物糧食搬上賊船，又把婦女和兒童劫走，然後駛向大海中的一座孤島。後來當海盜獨留婦孺在島，再往別的地方搶劫時卻遇上狂風大作，惡浪翻湧，被劫的婦女紛紛跑到海邊，祈求龍王把賊船掀翻。說來巧合，強盜最終真的全掉進大海餵魚了。

再見不到強盜的蹤影，婦女和孩子們都非常高興，但過了些日子，當賊窩裡留下來的糧食吃光後，大家便擔心起來，不知該到哪兒找食物。有個婦女不知從哪裡挖來圓圓像大蒜頭一樣的野草根子，煮熟後既香且甜，一連吃了好幾天，不單可以抵餓，連原先瘦弱、抱病的都健康起來。

及至第二年，一艘採藥船偶然來到這孤島，眼見這裡不長糧食，但各人都健健康康、白白胖胖，細問之下，發現那「野草根子」很可能具有藥性。當重回中土，採藥人正式以「野草根子」進行栽種、試驗，果然發現具有潤肺止咳、清心安神的作用，由於在島上遇難的婦女和孩子，合起來一共百人，就把這「野草根子」稱為「百合」。



合

合
甲骨文合
金文合
小篆

「合」，有說是象形字，有說是會意字。「合」字由「亼」和「口」組成，就形體上來看，像一個器皿，是煮飯用的鍋，下面的「口」為鍋，上面的「亼」為鍋蓋，鍋蓋正好與鍋相合，所以是象形字。

說是會意字的認為「合」是從「亼」、從「口」，把口閉起來，有集合的意思。「口」視作一個較小的範圍或區域，來自不同地方、不同方向的事物聚集在一起為「合」，例如合作、合力、聯合，意料之外聚於一點，則為巧合。

動畫短片



野菊

野菊花是中藥材，性微寒、味苦辛，功效為清熱解毒、消腫、平肝明目，與一般菊花相比，野菊花解毒消腫能力更強，常配金銀花、蒲公英等入方，內服外用皆可。

野菊花日常可以用來泡茶、做菜。很多人心目中，與菊花名稱只是一字之差，但菊花是「名花」，而野菊是「野花」，受重視程度就有了很大分別。



野菊花的自然教育

野菊花沒有牡丹的雍容，也沒有玫瑰的嬌豔，卻能於貧瘠土壤、石縫之間，用最堅韌的生命力成長。野菊花「不擇地而生」，不因環境惡劣而放棄開花，只要有一線陽光、一點水分，也會努力抽長出花莖，樸素地化身成為不起眼卻無比動人的花海。有說它是仙女的眼淚，有說它能驅邪避災，這些傳說的神話色彩，無損它作為傳統中醫藥文化瑰寶的實用價值。野菊花性寒味苦，具有清熱解毒、明目降火的功效，常被採摘曬乾後泡茶飲用，是民間流傳已久的養生佳品。

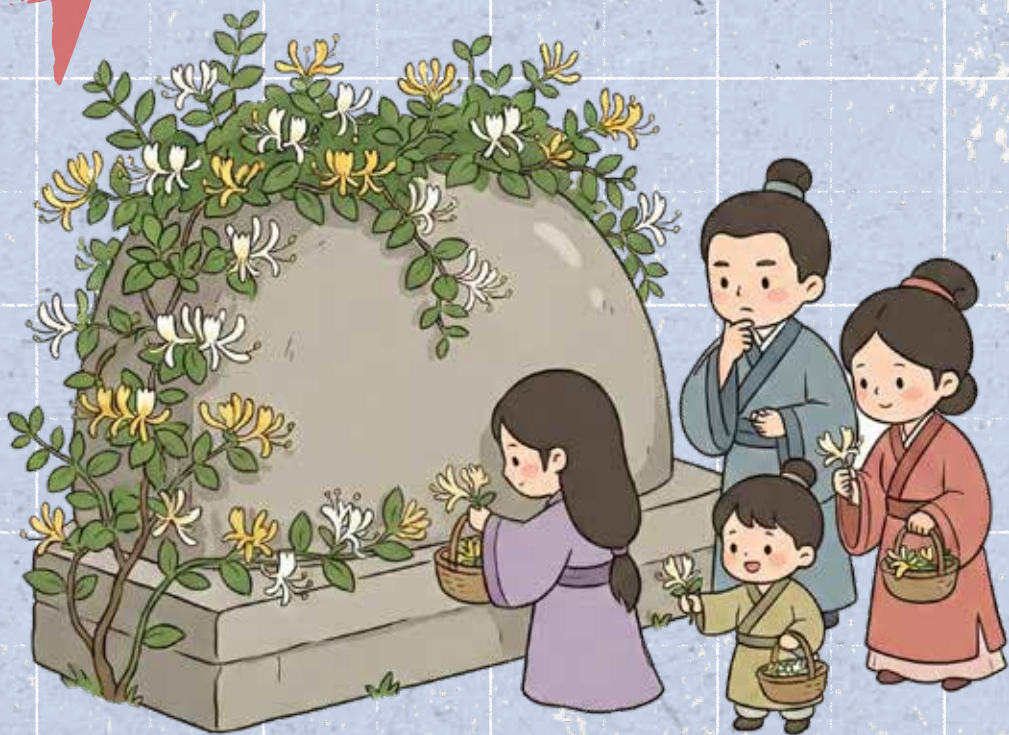
「野」在金文中是山林和土地，到篆文時從「里」、從「予」，「里」是田園，「予」是通過。由「林」改為「田」，表示田園的人煙與森林之間的過渡。造字本義是從田園到山林之間的地帶。古人稱城市到鄉村之間的過渡帶為「郊」；稱鄉村田園到山林之間的過渡帶為「野」。



金銀花

金銀花是中藥，性味甘寒，主要功效是清熱解毒、疏散風熱。它適用於風熱感冒、咽喉腫痛等熱性病症，例如「銀翹散」就是以金銀花和連翹入藥。

金銀花原名忍冬花，因為植物在入冬後老葉會枯落，新葉再生，歷冬季而不凋，所以有「忍冬」的稱號。至於「金銀花」的名字，是源於它的花會生成一白一黃，像金色與銀色，因此稱作「金銀花」。



從前有對貧窮的姊妹花，名字叫「金花」和「銀花」。兩人從小感情要好，姊妹情深。但在一次瘟疫之中，妹妹不幸染病，躺在床上奄奄一息。姊姊不避傳染風險，侍奉左右，結果姊妹倆同時病入膏肓，終於相繼離世。家人想將為她們合葬，可是當時官方面對疫情，嚴令火化，於是家人惟有偷偷將姊妹葬於公墓的偏僻一角。

家人四時掃墓不絕，有天發現墓前突然長出一株蔓藤植物，整年開花不輟，凋謝次日隨即又開花，更奇怪的是花剛開時純白，不久轉黃，直至凋謝。一株藤上同時有黃、白花朵，就像金銀一般，所以才被稱為「金銀花」。

數年後，瘟疫再臨村莊，居民束手無策，那對姊妹唯一的弟弟也被傳染而臥病在床。就在家人徬徨之際，姊妹託夢家人到墳前摘花，熬煮湯液給弟弟服用。家人遵照指示，弟弟果然得以痊癒。

家人念及金銀花既有防疫功效，何不讓其他感染者也可獲救？他們摘回所有花朵，煮成大鍋湯液供病人服用。想不到原本已摘光的樹，隔沒多久又已開滿花朵。大家於是同心協力，熬製湯液不絕，直至把瘟疫趕走，恢復健康生活。為了感謝姊妹救命之恩，之後就在墓前加蓋廟宇供人上香，成為佳話。



「花」的本字是「華」，最早見於金文。像一棵樹上花開滿枝的樣子。篆文將金文字形變形，同時加「艹」（草），定出「華」的草本屬性，於是「華」的含意就由「木」變成了「草」。



木瓜

中藥木瓜（川木瓜）味酸性溫，主要功效是舒筋活絡、化濕開胃；它與我們常見的水果木瓜（番木瓜）不同，藥用木瓜不能生吃，主要用作中藥方劑，可配合其他藥材治療關節炎、消化不良等

木瓜是一種藥食同源的中藥材，除入藥外，還可做菜、煮粥、糖漬、泡酒。尤其木瓜酒，具有祛風散寒、祛濕通絡的功效，還能治療風濕性關節炎、四肢麻痺等症狀。



在《本草綱目》中，李時珍記載了一位商人因勞累導致腳氣水腫、雙腿疼痛的故事。這位商人在船上隨意將腳墊在一個包裹上，過不多時，腳氣水腫現象有所減輕。好奇詢問船家，得知包裹中裝的原來是宣州木瓜。這一故事不僅驗證了木瓜的藥用價值，更彰顯了宣州木瓜作為道地產品的獨特魅力。

另一相傳故事，是北宋時期高俅因懂得討皇帝歡心而當上太尉。高俅是個孝子，深知母親腸胃欠佳，腰膝關節酸痛無比，所以每次探望母親，都帶上一些木瓜。為了方便運送，高俅專誠修了一條用青石板鋪成的路，從江邊碼頭一直鋪至高家門口。

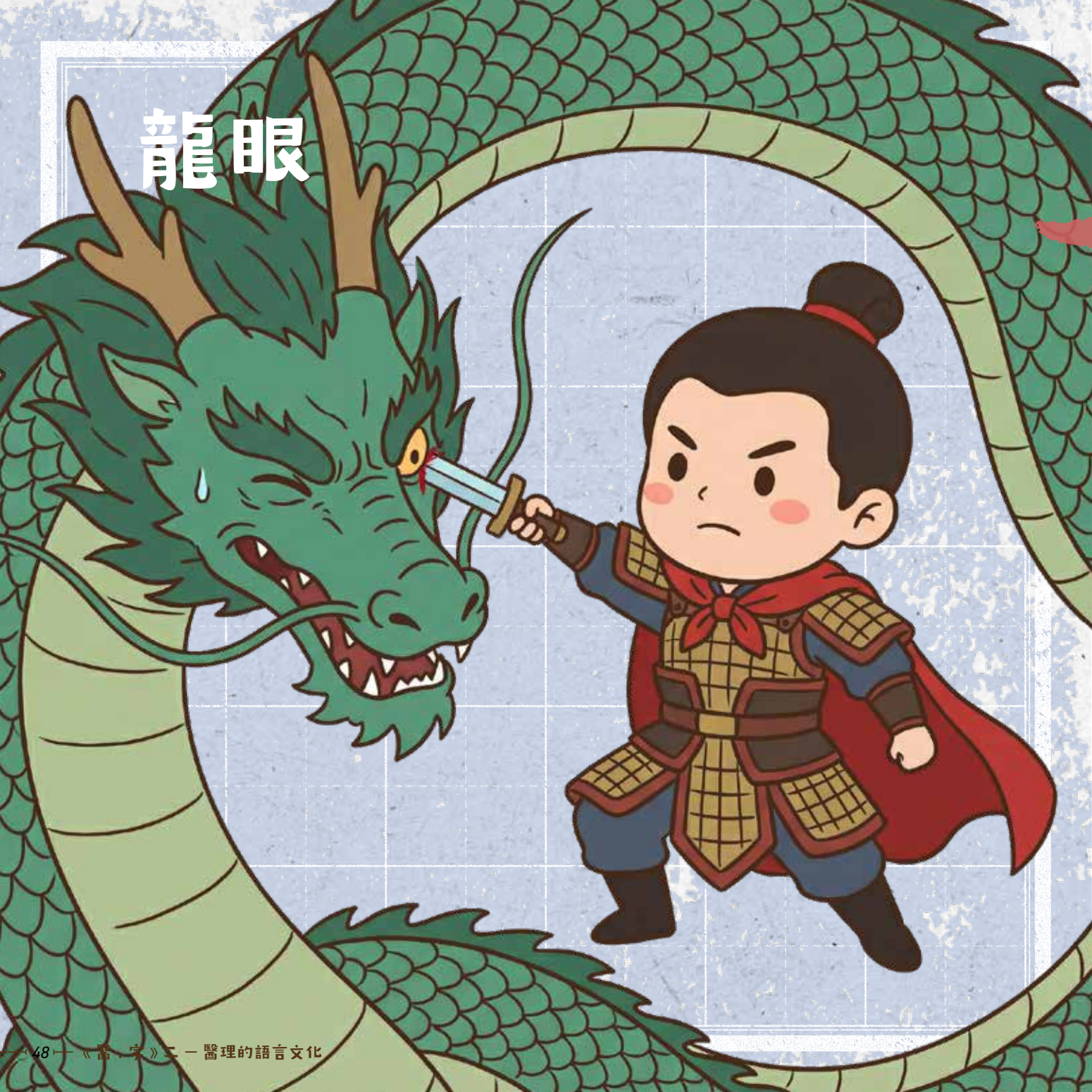
高俅攀上太尉之位，長期貪污受賄，給國家及人民帶來不少災難。正當高俅派人為母親送上一筐木瓜，高母由於感到羞愧難當，隨手扔掉，並下令家人不可撿回來食用。後來相傳在高俅故居有兩棵枝葉茂盛的木瓜樹，就是當年高母扔掉木瓜的地方。



瓜 匏 匏
金文 小篆

「瓜」，在金文像藤莖上掛著的瓜果。造字本義是藤蔓上所結的瓜果。篆文將葫蘆寫成「匏」。

龍眼



龍眼（又稱桂圓）在中藥中主要指其果肉（龍眼肉），性甘溫，能補益心脾、養血安神，主治心悸失眠、健忘、氣血不足，有抗焦慮、抗菌、抗衰老等作用。

龍眼是水果，可新鮮食用，也可曬乾煲湯、泡茶，常與紅棗、枸杞等搭配入藥或食療；其他部分如核、殼、葉亦有不同藥用，但龍眼肉甘甜易上火，多吃導致口乾，痰濕重及糖尿病患者忌用。



相傳古時有一條惡龍興風作浪、為害鄉民，一個叫桂圓的英勇少年挺身而出與惡龍搏鬥，他先用鋼刀刺出惡龍的左眼，在惡龍反撲時，再挖出其右眼，最後惡龍因流血過多而死，但桂圓也因傷勢過重而去世。鄉親們將龍眼和桂圓埋在一起以作紀念，結果第二年長出兩棵大樹，樹上結出叢叢果實，果核圓亮，極像龍的眼睛，所以自此稱為龍眼。



「艮」是「眼」的本字，金文「艮」像一個人在回頭張望。採用「目」作邊旁，「艮」作聲，也是形。造字本義是雙目，人類觀察的工具。

羅漢果

羅漢果在中醫裡屬於藥食同源的甘涼性味食材，主要功效是清熱潤肺、化痰止咳、滑腸通便，適合用於風熱引起的喉嚨痛、聲音沙啞、乾咳、痰多，以及腸燥便秘等問題。羅漢果主要產地位於廣西，經常作為茶飲，提升免疫力，可預防呼吸道疾病。



相傳有一個姓羅的樵夫，父早過身，與母親相依為命。後來羅樵夫的母親不慎著涼，感染風寒，咳嗽不止，但羅樵夫卻苦無對策。一天，羅樵夫上山砍柴，不小心捅到了蜜蜂窩，匆忙逃避之下，慌不擇路，直至成功擺脫了蜜蜂群，累下來稍作休息，卻聞到一陣沁人心脾的水果香味，看見不遠處青藤上結滿了圓圓的果子，摘下來吃，香甜可口，於是決定多摘些果子回家給患病的母親。

羅母吃了野果後，覺得清涼潤喉，神清氣爽，咳喘開始減輕：羅樵夫高興極了，於是天天上山採摘新鮮的果子回來給母親吃，過不多久，母親的咳喘病竟不藥而癒，令母子二人喜出望外。羅母自此吩咐羅樵夫大量採摘這種野果，曬乾備用，每當遇上患有咳喘病的窮人，便免費送上，教病人煎水飲用，治癒了不少患咳喘病的窮人。

後來，懸壺濟世的漢郎中聽說羅樵夫以野果治癒母親咳喘病的事跡，親臨樵夫家中試吃，發現這果子非同一般，於是在羅樵夫的帶領下，親自上山採摘了，潛心研究，確認野果性味甘、涼，具有清肺止咳、化痰平喘、利咽潤喉和潤腸通便的功效，於是將其廣泛應用於治病藥理之中。

由於樵夫姓羅，郎中名漢，漢郎中就把這種不知名的野果稱為「羅漢果」。



動畫短片



「果」，樹結的籽實。字形採用「木」作邊旁，描畫果子長在樹上。造字本義是草木結出的球狀果實。在甲骨文中像樹上結滿球狀的籽實，金文將甲骨文的三顆果實省略成一顆，再畫出當中的籽粒，篆文將金文的籽實形狀進一步簡化。



四 | 詩詞裡的中醫藥



古代的藥名詩詞，是一個很獨特的文化現象。它的創作興盛期在唐宋時期，尤其是宋代。宋代的詞作最盛、成就最高，藥名詞就誕生在這時候。著名的文學家如黃庭堅、辛棄疾、蘇東坡等作品使藥名詩詞的題材有所擴大，思想內容更為豐富，運用藥名進行創作的手法更加巧妙自然。可以說，到了宋代，藥名詩詞才真正進入成熟階段。

辛棄疾的兩地相思

相傳，辛棄疾新婚不久便需趕往戰場殺敵，夜靜無人時便以藥名為妻子寫了一首詞《滿庭芳 靜夜思》，以表達對妻子的思念。

雲母屏開，珍珠簾閉，防風吹散沉香。

離情抑鬱，金縷織疏黃。

柏影桂枝交映，從容起，弄水銀堂。

連翹首，驚過半夏，涼透薄荷裳。

一鉤藤上月，尋常山夜，夢宿沙場。

早已輕粉黛，獨活空房。

欲續斷弦未得，烏頭白，最苦參商。

當歸也！茱萸熟，地老菊花黃。



語譯和賞析

詞的上闕通過對室內景物的描寫和一系列動作，瀰漫著一種沉靜而略帶憂鬱的氛圍。

用雲母石裝飾的屏風打開，垂著一排珍珠簾，避免風把沉香吹散。離別的情緒顯得憂鬱，惟有寄情編織金線疏曠色帷幕。柏樹影子和桂樹枝條在互相輝映；緩慢隨意地站起來，在明亮如水銀般的大堂裡閒逛。抬頭，驚覺已過了半夏時節，帶秋的涼意浸透了有薄荷清香的衣裳。

詞的下闕在夢境與現實交織，體現出詞人的離情別緒和孤獨，同時也透露對時光流逝、人生變化的感慨。

一彎如勾在藤蔓間懸掛的月，在尋常的山中夜晚，又夢縈著征戰的沙場。這時該已卸了粧，孤單獨留空房之中。未能重新接合斷了的琴弦，思念至頭髮變白，苦莫過於彼此如天上的參星和商星，各處南斗北斗，永不相見。一直盼望著丈夫回來。茱萸都熟了，重陽已到。時光飛逝，秋菊已盡黃。

這首詞淋漓盡致地描述一個深閨中的婦女，在戰亂年代的夜闌人靜時，獨守空房，思念遠離家鄉在沙場征戰的丈夫，從而流露悲切淒涼的心情。而詞中最特別和為人津津樂道的，是巧妙地嵌入了 25 味中藥的名稱，依次是：雲母、珍珠、防風、沉香、鬱金、硫磺、黃柏、桂枝、茯苓（從容）、水銀、連翹、半夏、薄荷、鈎藤、常山、縮砂（宿沙）、輕粉、獨活、續斷、烏頭、苦參、當歸、茱萸、熟地、菊花。



蘇東坡的本草頌讚

蘇東坡是北宋的大文豪，寫詩隨興而灑脫，他不僅文學修養高，同時也對中藥有相當了解，所以他為中藥材寫的詩，流傳下來的也不少。

他寫紅豆（赤小豆）：

綠畦過驟雨，細束小紅霓。
 錦帶千條結，銀刀一寸齊。
 貧家隨飯熟，餉客借糕題。
 五色南山青，幾成桃李溪。

雨後種豆的田野被細雨洗刷，豆子都呈現美麗的赤紅色，顆顆飽滿，成熟整齊；貧家煮飯時可加入充饑，亦可製成糕供客人品嚐。豆子的深紅，正好點綴著南山的翠綠，如同桃李園的景色一般美麗動人。

由色彩到形態，從田間到餐桌，再與大自然環境融合，極其細緻動人。





紅豆，性平味甘酸，主要有去水腫、利氣，去腳氣、健脾的功效；一般食用的紅豆是純食材，較少用來入藥；赤小豆則會藥食兩用，可用來煲粥、湯，有祛濕、去下肢水腫的作用。

蘇東坡對藥材相當熟悉，懂醫理，通醫學，人稱「儒醫」。

他詠黃芪，提到「白髮敲簪羞彩勝，黃芪煮粥薦春盤」，以黃芪煮粥作春節食物，表現出對健康與傳統節慶的關注；寫橘子「一年好景君須記，正是橙黃橘綠時」，以正面積極的精神，提醒友人雖已步入秋冬，但要記住這也可能是一年中最好的景致，橙子金黃、橘子青綠，依然展示著生機與美好；讚薏苡仁「不謂蓬狄姿，中有藥與糧，春為芡珠圓，炊作菰米香」，在憶述薏米的藥用價值和伏波將軍*（東漢的開國名將馬援）的遭遇後，便生動地描寫春天的薏米像珍珠一樣圓潤，煮成飯時散發著像菰米一樣的香氣，是良藥，也是美食。



黃芪



橘子



薏苡仁（薏米）

* 伏波將軍的故事可參閱本書「奇妙古怪的藥名」中的「薏米」記述。

葉天士的春夏秋冬

清代名醫葉天士曾獲乾隆皇帝親筆賜匾「天下第一名醫」。他的一首《四季詩》，將一年四季的特徵生動描繪出來，同時還嵌入二十多種中草藥名，成為一首充滿情趣的佳作。

《春》

春風和煦滿常山，芍藥天麻及牡丹。
遠志去尋使君子，當歸何必問澤蘭。

語譯和賞析

春季宜養肝，理氣活血，當溫和的春風吹遍常山，各樣花草都充滿生機。心神不定時用「遠志」安神、「使君子」調養；至於活血養血用「當歸」就可以了。

後兩句其實還包含特別的深意，表明如果有遠大志向就應去追隨正直的君子，若然心意是要歸隱回頭，就立心不要再聽其他的閒言閒語了。

這首詩巧妙地融合的中藥名包括：常山、芍藥、天麻、牡丹、遠志、使君子、當歸、澤蘭



常山



芍藥



天麻



牡丹 (皮)



遠志



使君子



當歸



澤蘭

天下第一名醫



《夏》

端陽半夏五月天，菖蒲製酒樂半年，
庭前嬌女紅娘子，笑與檳榔同採蓮。



語譯和賞析

端午時節的五月天，人們都用菖蒲製酒享樂；庭院前的少女都歡樂地採蓮子吃檳榔。末句中的「檳榔」或許是少年或朋友的代名詞，大意是一同快樂地前往湖中採摘蓮花。

端陽的「五月為毒月」，要利用中藥芳香驅除濕熱、毒蟲，防疫保健。這個時間主要使用艾草、菖蒲、雄黃、藿香、薄荷等芳香中藥。同時還流傳於門前懸掛艾草、佩戴香囊、進行藥浴等習俗。

這首詩巧妙地融合的中藥名包括：半夏、菖蒲、紅娘子、檳榔



半夏



菖蒲



紅娘子



檳榔

《秋》

秋菊開花遍地黃，
一回雨露一茴香。
牧童去取國公酒，
醉到天南星大光。

語譯和賞析

秋天菊花盛開，滿地都是金黃色的花朵，每一次的雨露滋潤，都伴隨著香草的芬芳。牧童提著美酒，在秋夜天南星高掛下暢飲，直醉至天亮。

這裡描繪出秋日農家景象，在豐收時節，牧童飲酒作樂，悠然自得，充滿詩情畫意。

這首詩巧妙地融合的中藥名包括：茴香、國公酒、天南星



茴香



國公酒



天南星

《冬》

冬來無處可防風，
白芷糊窗一層層。
待到雪消陽起時，
門外戶懸白頭翁。



語譯和賞析

“ 冬天來時，無處可避風寒，窗戶上糊著一層層既防風，又能帶來藥香的白芷。等到冰雪融化，陽光普照大地，萬物復甦的時候，門外便會開出白頭翁花了。

這首詩同時描繪了冬日的嚴寒與春日的溫暖，「白芷糊窗」形象地描畫了冬季保暖的場景，白頭翁是春季野花，預示著春天的來臨與希望，暗示了自然的循環和生命的復甦。

”

這首詩巧妙地融合的中藥名包括：防風、白芷、白頭翁



防風



白芷



白頭翁



五 滿含趣味的 漢字遊戲



中醫藥是中華文化的一部分，中藥的名字，除了少數不明原意外，大部分都有一定來歷出處和意義。自古以來，文人都喜歡以有趣的中藥名化成燈謎供人猜度，成為節慶或聚會的文化娛樂項目，讓燈謎與中醫藥兩種傳統的文化瑰寶結合起來，除了有豐富的文化底蘊外，還見不少心思和當中的盎然意味。



● 謎面：**藥鋪關門**



性味：味苦、性平
功效：可以活血化瘀、行氣止痛，並促進傷口癒合。

● 謎面：**酸苦甘辛鹹**



性味：味酸、甘，性溫
功效：用於治療久咳虛喘、失眠心悸、久瀉不止等症狀，對肝臟有保護作用，可延緩衰老。

● 謎面：**假期完結**



性味：味甘、辛，性溫
功效：具補血活血、調經止痛、潤腸通便功效。

● 謎面：**交遊廣闊**



性味：味苦，性平
功效：主要功效為祛風活絡、利水通經，行氣止痛。

● 謎面：**一人在世上**



性味：味辛、苦，性溫
功效：主要功效在祛風除濕、散寒止痛，常用於治療風寒引起的腰膝痠痛、頭痛、牙痛等痛症。

● 謎面：**故鄉**



性味：味甘，性溫
功效：主要功效在補血滋陰，常用於治療血虛引起的頭暈心悸、腰膝酸軟等症狀。

● 謎面：無價之寶



性味：味苦，性寒

功效：李時珍重視的珍貴藥材，主攻止血、散瘀、消腫，用於跌打損傷和心血管疾病。

● 謎面：牧童



性味：味苦，性寒。有毒

功效：主要功效為利尿消腫、通便、消痰、殺蟲。

● 謎面：皇帝送客



性味：味苦，性平

功效：主要功效是活血通經、促進產後乳汁分泌、利尿通淋。

● 謎面：空心樹



性味：味苦，性寒

功效：主要功效為清心火、利小便、消腫、活血通絡。

● 謎面：寒冬臘月紙糊窗



性味：味辛、甘，性溫

功效：主要功效為治療風寒或風熱感冒引起的頭痛、發熱、風濕痺痛、關節疼痛、身體沉重等症狀。

● 謎面：百歲老人鬢如霜



性味：味苦，性寒

功效：主要功效在清熱解毒、清涼血液，停止腹瀉。

謎底依次為：
沒藥、五味子、葛歸、獨活、路路通、熟地、金不換（又稱三七、田七）、
牽牛子、王不留行、木通、防風、白頭翁

醫字

醫理的語言文化

編輯及文字審訂 · 劉敏如

顧問 · 陳家偉博士、黎錦添醫師、蔡嘉慧醫師

設計 · 譚德穎

出版 · 中華文化傳播基金有限公司

香港九龍觀塘開源道64號源成中心607室

電話：(852) 2557 6608

電郵：info@cccfoundation.com.hk

網址：www.cccfoundation.com.hk

印刷 · 視角文化資源有限公司

九龍觀塘巧明街99號巧明工廠大廈3樓D座21室

版次 · 2026年3月

書號 · ISBN 978-988-71689-4-2

版權所有，翻印必究

Copyright © 2026 Chinese Cultural Communication

Foundation Limited

Published in Hong Kong by Chinese Cultural Communication

Foundation Limited

All rights reserved including the rights of reproduction in

whole or in part in any form.

本資料/ 活動（或由獲資助機構）所表達的任何意見、研究、結果、結論或建議，並不代表香港特別行政區政府、醫務衛生局、中醫藥發展基金諮詢委員會、中醫藥發展基金執行機構或香港生產力促進局的觀點或意見。



中華文化傳播基金
CHINESE CULTURAL COMMUNICATION FOUNDATION

本項目由中醫藥發展基金資助



中醫藥發展基金
Chinese Medicine Development Fund





中文是世界上唯一從古代一直演變過來沒有間斷過的文字體系
中醫藥是傳承數千年並且還在不斷發展的醫學體系

中醫藥知識藉文字傳播與傳承
同時也傳承了相關文字造字時的用心和用意



本項目由中醫藥發展基金資助



中華文化傳播基金
CHINESE CULTURAL COMMUNICATION FOUNDATION

ISBN 978-988-71689-4-2



9 789887 168942