

# 青魅流蕴药香漫，乾坤难辨色纷繁

文 / 北京中医药大学东直门医院 古欣 刘璐



古欣，北京中医药大学东直门医院主管中药师，执业中药师。北京市第三批中药骨干人才。国医大师金世元教授再传弟子、著名中药专家李京生教授入室弟子。北京中医药学会中药炮制专业委员会青年委员。北京非物质文化遗产技艺传承协会中医药专业委员会委员兼秘书。2022年、2023年《药物与人》杂志优秀药学科普作者。

五光徘徊，十色陆离。色彩，如同一枚独特的文化印记，存诗词歌赋中熠熠生辉，于笔墨丹青间流转生姿，在陶瓷瓦罐里饱经沧桑，更贯穿于华夏文明的脉络深处。

“雨过天青云破处，这般颜色做将来”，宋徽宗的这道“圣旨”使得汝瓷有了钦定的颜色。在北京大运河博物馆（首都博物馆东馆）盛大开幕的“故宫博物院藏古代颜色釉瓷器展”上，我们得以一睹“天青色”的神韵风骨。

论及青色，于我中华，实难有颜色能与之媲美，其覆盖面广，文化寓意繁复，历史变迁波谲云诡，无出其右。然则何为青？各个领域皆有自己的专属臆想。此篇，请静听吾辈中药人对“青”字的别样诠释。

## 一、青黛凉血，湛蓝之色应是青

凡中国传统之颜料皆源于自

然，或为植物，或为动物，或为矿物，此与中药之渊源，若合符节。其中，“青”就是把天然植物之色用作颜料的鲜明代表。东汉古籍《说文解字》载：“蓝，染青草也。”此中“蓝”者，即蓼蓝，本是一种草本植物（叶子可以用于染色），后引申为蓝色之意。至唐时，于诗文之中，“蓝”已明确作为颜色词而使用。自此，青色里表意为蓝色的部分渐为“蓝”所替代，“蓝”亦成“青”之俗谓。

那青黛又是什么呢？其初为波斯青黛，是一种进口蓝色矿物染料。《红楼梦》云“西方有石名黛，可代画眉之墨”，可知其为画眉所用的青色染料。另从“青，取之于蓝，而青于蓝”的名句中，我们也可以窥见“青”与“蓝”之间的微妙关系。《本草纲目》草部第十六卷“蓝淀”的释名中记载了它的来历：“南人掘地作坑，以蓝浸水一宿，入石灰搅至千下。澄去水，则青黑色。亦



可干收,用染青碧。其搅起浮沫,掠出阴干,谓之靛花,即青黛。”此青黛者,是制作染料靛蓝的副产品,其虽源自蓝草,色却更胜于蓝草。它并非单一的植物,乃爵床科植物马蓝、蓼科植物蓼蓝或十字花科植物菘蓝的叶或茎叶经加工制得的干燥粉末、团块或颗粒。外观呈深蓝色,体轻易飞扬;或呈不规则多孔性的团块、颗粒,用手搓捻即成细末。微有草腥气,味淡。

青黛之妙,不止于目之可观,更有医之可用,其具有清热解毒、凉血消斑、泻火定惊的功效,对于温毒发斑、血热吐衄、胸痛咳血、口疮、疔腮、喉痹、小儿惊痫等症,皆有良效。有一方名黛蛤散,正是青黛与海蛤壳配伍,善治肝火犯肺、咳嗽胸痛、痰中带血之疾。此

外,中成药复方青黛胶囊也是青黛的现代应用之一,适用于血热所致的白疔、血风疮、银屑病进行期、玫瑰糠疹等多种皮肤疾病。除了内服,青黛亦可外敷用于治疗火毒疮疡,如《普济方》中的青金散。这些药理作用与其主要成分靛蓝及靛玉红密不可分。药理研究显示,二者具有显著的抗炎、调节免疫、抗菌、抗病毒、抗肿瘤及抗氧化等药理效应,这使得其在治疗烧伤、烫伤、术后切口、难治性创伤性溃疡等方面发挥着重要作用。

## 二、青果利咽,翠绿之影亦是青

青,也是春天的颜色。无论是“江碧鸟逾白,山青花欲燃”的绚烂,还是“谁唤春来春不知,草自

青青花自放”的悠然,抑或是“青青园中葵,朝露待日晞”的清新,均为世人勾勒出了春之青韵,读来令人赏心悦目。正因如此,《说文》释为“青,东方色也”,刘熙也在《释名·释彩帛》中说“青,生也。象物生时之色也”。先民深谙四季草木之变,睹春之勃发,见万木吐青,遂以青为草木之色、万物生长之象也。又因受传统农业思维影响,古人甚至依月令在春季着青衣,期与天和。由此,“青”与“东方”“草木”“春季”相系,继而衍生出催萌万物之“青风”,悠然赏春之“踏青”,活力四射之“青春”,等等。

而与上面这些意象最相匹配的当属“青果”。青果即橄榄,李时珍曰:“橄榄名义未详。此果虽熟,其色亦青,故俗呼‘青果’。”《康



熙字典》“青部”项下有载：“青，又果名。青子，橄榄也。”青果在中国这片广袤的土地上生根发芽，福建、四川、广东、云南等多地都有它的踪迹，其栽培历史至今已逾两千多年。青果之形，似纺锤，两端钝尖，为橄榄科植物橄榄的干燥成熟果实。其性平，味甘、酸，有清热解

毒之能，具利咽生津之功，可化咽喉肿痛之疾，解咳嗽痰黏之苦，消烦热口渴之症，解鱼蟹中毒之厄。酚类、黄酮类、苯丙素类、香豆素类、多糖类、三萜类及挥发油类等都是它丰富多样的化学成分，其中酚类成分含量居首，是其药效的关键所在。

现代研究证实，青果提取物或其活性成分在清热解毒、抗菌消炎、调血脂、降血糖、抗氧化、抗癌、解酒护肝等方面发挥着重要作用。不仅如此，它在现代美容领域的功效也不容小觑，可以抗皱、抗衰老、美白祛斑。作为药食同源的佳品，青果在民间有着多种多样的食用方式。有人将青果与鸭子或猪肚合炖，有人直接食用新鲜青果，有人将青果经简单晾晒处理后泡茶，亦有人将青果置于蜂蜜中腌制后泡水服用。

### 三、青礞坠痰，墨黑之貌仍是青

在中国古代的色彩哲学中，颜色不仅仅是视觉的体验。《周礼·冬官考工记》中将方位、天地与颜色巧妙对应，曰：“东方谓之青，南方谓之赤，西方谓之白，北方谓之黑，天谓之玄，地谓之黄”，构建了一个独特的色彩体系，其中青、黄、赤、白、黑五色被尊为“正色”。

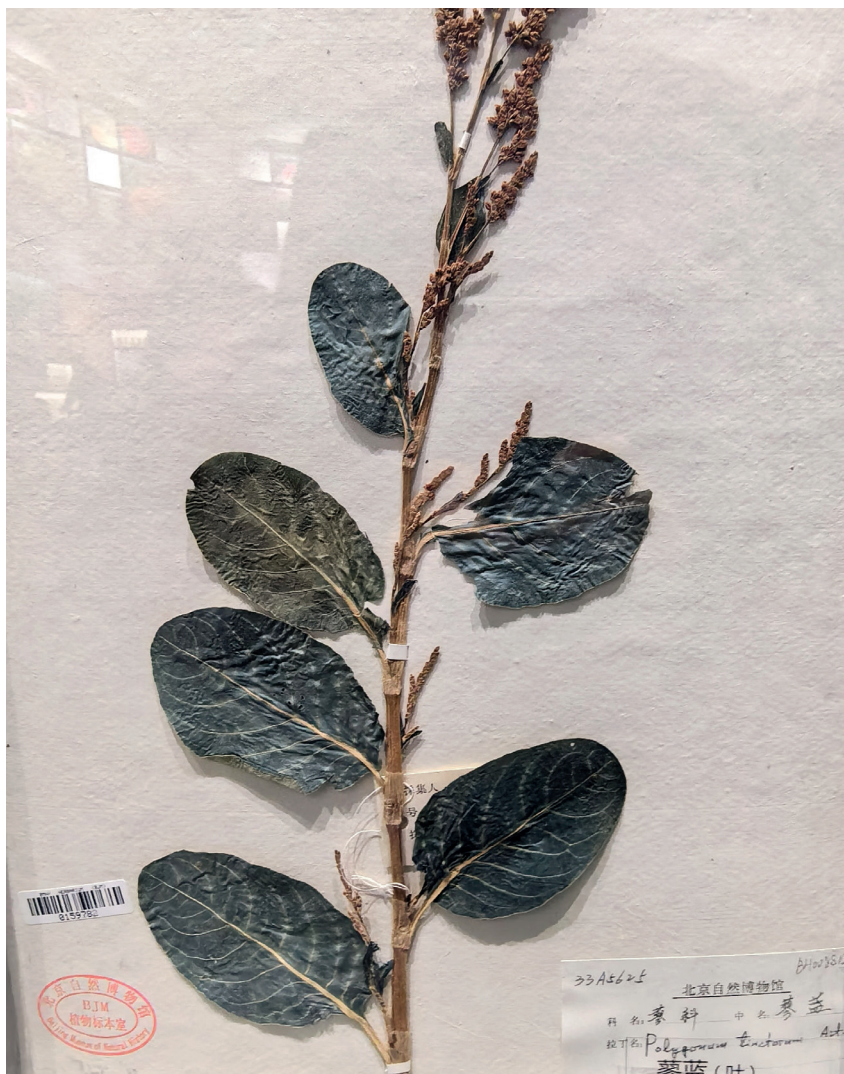
不期而然，与“五正色”的观点有些矛盾的是，青色同样含有黑色的含义。日本汉学家清水茂对此进行了解释：“青”作为一种颜色，从色彩视觉的角度来说，浓度大、光亮度暗，所以感觉上跟“蓝”比较接近；但是，如果它一直暗下去，到了最终的极点，也就变成了“黑”。（出自《清水茂汉学论集》）而最早将“青”解释为“黑”的，据考证是魏晋时期的学者王肃。孔颖达在《尚书·禹贡》“（梁州）厥土青黎”的注释中引用了王肃“青，黑色”的说法，明确指出“青”即为黑色。在古代文献中，用“青”来表示黑色的

例子不胜枚举, 比如“朝如青丝暮成雪”“金乌长飞玉兔走, 青鬓常青古无有”“座中泣下谁最多? 江州司马青衫湿”等。

有意思的是, 在中药“青礞石”中, 一个“青”字, 巧妙地涵盖了其来源中的两种颜色, 即黑云母片岩的褐黑色或绿黑色、绿泥石化云母碳酸盐片岩的灰色或绿灰色。在《中华人民共和国药典》(2020年版)中, 青礞石以其坠痰下气、平肝镇惊的功效, 被收载于多种成方制剂之中, 如贝羚胶囊、金振口服液、竹沥达痰丸、儿童清肺丸等, 成为对抗顽痰胶结、咳逆喘急、癫痫发狂、烦躁胸闷、惊风抽搐等病症的有力武器。

在药理作用方面, 尽管目前对青礞石的研究尚浅, 但仍有学者努力尝试揭开它的神秘面纱。他们将目光聚焦于青礞石(云母族)的结构, 认为静态电位差的存在能促进阳离子交换, 产生吸附作用, 这一特性被视作其化痰利水效果的基础之一。再者, 云母分子晶体结构层间富含活性氧, 有助于促进组织氧交换, 利于气机升降, 从而实现坠痰下气、平肝镇惊的功效。除此以外, 临床关于青礞石治疗癫痫、精神性疾病的报道屡见不鲜。现代研究表明, 钙离子与癫痫的关联不容忽视, 鉴于青礞石中Mg、Ca元素含量较高, 其与精神类疾病治疗的相关性值得进一步深入探究。

在医疗实践中, 青礞石已应用于精神性疾病(如精神分裂症、狂证)、癫痫、咳嗽、小儿抽动秽语综合征、脑瘤、脑梗死、脑震荡后遗症、呃逆、顽痰痼疾、水肿、肾病综



合征、消化性溃疡、食管贲门癌梗阻等多种疾病的治疗, 潜力引人注目。

#### 四、本草洋洋, 幻化之相皆是青

《说文解字·叙》曰:“盖文字者, 经艺之本, 王政之始, 前人所以垂后, 后人所以识古。故曰: 本立而道生, 知天下之至赜而不可乱也。”从古至今, 这一抹青色绵延不绝, 呈现出同源异流的复杂特征, 仿若大隐于市的智者, 于喧嚣尘世中坚守本真, 不随俗浮华, 亦不通形寂灭。

它, 安于自然一隅, 于日月星辰下, 倾诉万古心声, 或许是幽深山谷中那一簇滴水不羸的蓝草, 在细叶间提炼疗愈的精华; 或许是丰饶果园里那一串盈实饱满的果实, 在阳光下孕育生命的甘甜; 又或许是古老矿脉内那一方深邃无垠的黑壤, 在岁月中沉淀大地的厚重。

这就是中医药与青的故事, 有造有化, 生生不已。 

(本文图片皆由作者提供, 摄于故宫博物院藏古代颜色釉瓷器展)