

# 芳菲菲其弥章

## ——读《离骚》识香草

吴潇湘

草木是一种文化。孔子在讲到《诗经》的意义时，曾强调“多识于鸟兽草木之名”。屈原《离骚》中运用大量香草意象比喻诗人高洁的品格，表达了诗人的无限情思与高远抱负。

香草之芬芳，或为馥郁、或为清冽、或为辛辣，不仅寓意，还可祛病，在人们的伦常日用、一饮一啄、摄生养性之中，另有一功。

### 朝饮木兰之坠露兮 夕餐秋菊之落英

木兰

木兰，又称辛夷，姿态优美，芬芳馥郁，多喻君子。为现今的木兰科植物望春玉兰或紫玉兰。其木可制舟桨。

辛夷入药，辛温开窍，解肌散表。南朝医家陶弘景称“小时气辛香”，李时珍在《本草纲目》中记载“其苞初生如萸而味辛”。马王堆汉墓出土的两件香囊、两件草药袋中都有辛夷。可见，自古以来辛夷就作为香草随身佩戴，祛秽保健。辛夷是治疗头面疼痛和鼻塞鼻炎的良药，也可用作面膜，能使肌肤光泽。

秋菊

秋菊，菊花的别称。《礼记》有云，“季秋之月，鞠有黄华”。菊花秋天开花，色彩丰富，香气独特。

《荆川记》记载，汉代南阳有菊水，其源旁悉生芳菊，水极甘馨，常饮能祛病强身，人多长寿。太尉胡广引种至洛阳，处处传植。其苗可以入菜，花可以入药，囊可以为枕，酿之可以饮。陶渊明赋予了菊恬淡超然、不媚于俗的人格魅力。高人隐士常种菊于篱落畦圃之间，以此自喻孤高绝尘。

菊花有疏散风热、清肝明目之效。种类不同，功效各有侧重。白菊长于祛风，贡菊主明目，杭菊善利咽，野菊可消炎。菊花不仅可泡水代茶饮，还能制成药枕香囊一类，取其芳香之功。张爱玲在《金锁记》中有一处闲笔，写赵嬷嬷枕了一个菊花叶子枕头，可使眼目清凉。想来为作者身边所见常事，从另一个侧面可以看出，菊花枕在近现代仍然十分流行。

### 兰芷变而不芳兮 荃蕙化而为茅

芷

芷，一般指白芷。藤类白芷茎烟渚，白芷生长于林下溪边等幽僻之处，幽香阵阵。

古时人们在立春之日多以白芷、桃皮、青木香三种香草煮水沐浴，以示隆重，也可祛除寒邪。白芷入药，解表散寒、祛风止痛、通窍，善治外感风寒和头身疼痛等症。

白芷芳香避秽，是制作防疫香囊的常用材料之一。《当代中药外治临床大全》中记载了一个防

疫香囊三香散，取白芷、苍术、石菖蒲、广藿香等药各3克，共研细末，装袋置于香囊中，佩戴身上，时时嗅闻，可预防时疫。

荃

荃，即菖蒲，得名于蒲类之昌盛者。香气浓郁，可提取芳香油。千百年来，菖蒲是端午节不可或缺的主角。

分食粽子、悬挂蒲艾、饮菖蒲酒的端午民俗沿袭至今。吴地风俗，以雄黄末屑、蒲根和酒以饮，即为传说中的雄黄酒。以余酒点染小儿的额、胸、手足心，可杜绝蛇蝎之患。

夏秋之夜纳凉，燃一把菖蒲和艾叶，轻烟袅袅，可驱蚊灭虫。古人夜读，常置一盆菖蒲于案几之侧，不仅诗意盎然，尤奏护眼之效。

菖蒲种类繁多，如水菖蒲、石菖蒲、九节菖蒲等。端午节悬挂者多为水菖蒲。服食入药则以石菖蒲为上，有化湿开胃、开窍豁痰、醒神益智、理气活血等功效。

### 户服艾以盈要兮 谓幽兰其不可佩

艾

艾，艾草。植株馨香浓烈，入馐入药皆可。

艾草是古代预防瘟疫的一株奇草。《本草纲目》记载有白蒿、白艾等，其中以湖北省蕲春县所产的“蕲艾”为胜。旧称五月五日采艾，或以艾绒熨灸，或以艾草与柳叶桃叶菖蒲等浸泡沐浴，可以辟瘟疫。

艾以全草入药，温经散寒、去湿止血。端午前后，湿热之气渐长，此时家家户户洒扫庭除，采来艾草挂在门楣或烟熏房屋，其特殊芳香可驱蚊虫。艾叶性温，晒干捣碎得“艾绒”，灸上一柱，温通经脉，强身健体。以艾沐浴泡足，散寒通痹。

兰

兰，此处多指佩兰。兰若生春夏，芊蔚何青青。佩兰芳香宜人，可纫可佩，可膏可浴。

佩兰入药，性平味辛，有芳香化湿、醒脾开胃、发表解暑的功效。制作香枕，可安神助眠；制成香囊，可醒脑辟秽。马王堆汉墓出土文物中也有内装佩兰的香囊。用佩兰泡水洗澡，正是“浴兰汤兮沐芳”，可止痒舒筋活络，还能缓解皮肤病。

兰叶春葳蕤，桂华秋皎洁。《离骚》中香草繁多，虽意象相似，却各美其美。草木有本心，正如诗人借香草所喻的高志美德，香草的性味功效也本自天成，它们各自含芬吐芳。

（作者为国家中医药博物馆展览策划部主任，本报记者施芳采访整理）

端午前夕，记者在国家级非遗中医传统制剂方法传承人俞柏堂的指导下，体验香囊制作。

◆选药：严选地道药材，包含白芷、甘松、山柰、陈皮、丁香、檀香等，烘干后研磨成细末。

◆布料：选择棉麻等较为透气的布料，将布料折叠，正面在里，反面朝外，沿边缘用棉线缝制，开口折叠处缝一条线，并将正面由内侧翻出来，另一端开口处暂时留着不缝。

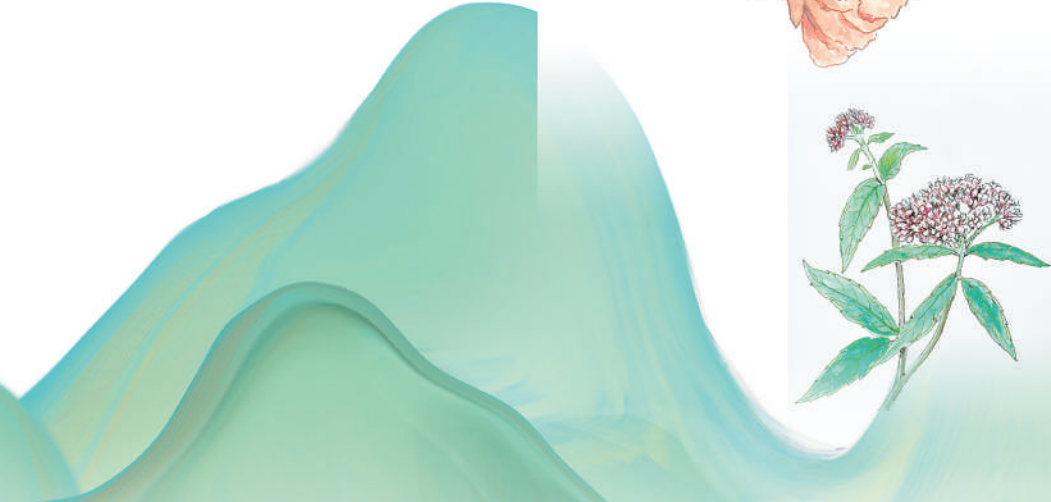
◆填装：用药勺舀取中药粉末填装至茶袋或无纺布袋里，开口处留出0.5厘米至1厘米距离，再加入足量棉花填充至饱满、均匀。最后将开口处缝制好，一个香囊便制作完成。

## 身佩荷囊衣袂香

本报记者 窦瀚洋

在浙江杭州，端午节有佩戴香囊的习俗。民间有“戴个香草袋，不怕五虫害”之说，蕴含着丰富的中医药智慧。

近日，杭州方回春堂等老字号医药馆早早开门，组织开展传统端午习俗活动。市民们凑到艾盆旁边，让艾香绕身，将关节处熏一熏，可在黄梅花天赶走湿气。除此之外，也会佩戴别致的香囊，祈求安康。香囊以五色丝线弦扣成索，编织成各种不同形状，玲珑夺目，清香四溢。



## 漫谈端午植物

白文明

吃粽子、佩香囊、斗百草……古往今来，人们在日常生活中逐渐形成了许多端午习俗，这些习俗与形形色色的植物有着千丝万缕的关联。

### 就地取材 南北粽叶各不同

粽子是端午节的标志性食品，深受人们喜爱。论口味，有甜咸之分；论形状，有尖角、四角等不同样式；论粽叶，有箬竹叶、棕榈叶、芭蕉叶、柞叶、竹笋衣、苇叶等多种选择。

种类繁多粽叶是人们就地取材的结果。箬叶是禾本科箬竹属箬竹的叶子，箬竹广泛分布于我国长江流域，是南方常见的地被竹种之一。箬竹叶含有丰富的粗蛋蛋白质、氨基酸、矿物质等多种营养物质。《本草纲目》中记载箬竹叶具有清热止血、解毒消肿等药用价值。此外，箬竹叶片阔长、宽度适宜，因此在南方常被用作粽叶而广为栽培。

北方常用苇叶作粽叶。苇叶是禾本科芦荻属芦荻的叶子，芦荻是多年生高大禾草，水生或湿生，多生长于北方的江河湖泽、池塘沟渠沿岸和低洼地等，具有耐盐碱、耐水涝、适应性强的特点，在南方也有分布，是我国分布最广泛的草本植物之一。

芦荻中含有芦荻多糖、有机酸、黄酮类化合物等活性物质，对增强免疫功能有重要作用。由此可见，粽叶一般都含有对人体有益的叶绿素和多种氨基酸等成分，闻之清香四溢，其特殊的防腐作用也使粽子易于保存。

不同粽叶做成的粽子味道略有差异，正因为如此，它们才代表了故乡的味道。粽子已经成为中国历史文化积淀最深厚的传统食品之一。在湖南邵阳等地，粽叶还成为乡村振兴的“致富叶”。

### 祈福保健 香囊里的传统意蕴

佩香囊也是端午节常见的习俗，心灵手巧的妇人喜欢手工缝制香囊，它既是一种民间刺绣工艺品，也把吉祥安康的祈福之意密密匝匝缝入其中。香囊里包的大部分是中草药，如苏藿香、薄荷、川芎等，可以起到提神醒脑、化湿消暑、驱蚊辟秽的作用，蕴含着中医“治未病”的健康理念。

苏藿香为唇形科藿香属植物全草，多年生草本，茎直立，四棱形，略带红色，稀被微柔毛及腺体。叶对生，椭圆状卵形，先端锐尖，基部圆形或略带心形，边缘具不整齐的钝锯齿。花序聚成顶生的总状花序，花冠唇形，紫色或白色，花冠外被细柔毛。具有健脾益气、解表散邪、利湿除风、清热止渴的功效。

薄荷是唇形科薄荷属植物，叶对生，叶片长圆状披针形或椭圆形，两面沿叶脉密生微毛，叶缘基部以上具有整齐或不整齐扁尖锯齿。茎方形，密生白色绒毛。花顶生，开紫色、白色和粉红色的花穗，唇形。多生于山野、湿地、河旁。全株青气芳香，是常用中药之一，治感冒发热喉痛、头痛，目赤痛，肌肉疼痛，皮肤风疹瘙痒。

川芎属伞形科藁本属草本植物，茎直立圆柱形，中空，上部分枝，基部的节膨大成盘状，叶柄基部扩大抱茎，复伞形花序生于分枝顶端。具有祛风止痛、理气活血、生肌排脓等功效。

孩童佩戴的香囊，一般会加入朱砂、雄黄。外层包裹五彩的丝布，系以五色丝线，精致美观、清香四溢。

2000多年以来，各地端午习俗虽有差异，但都离不开各类植物的科学应用，无不表达了人们对美好生活的殷殷期盼。

（作者为中国科学院植物研究所研究员，本报记者施芳整理）

题图：从上至下、从左至右分别为金莲花、葛蒲、蜀葵、石榴花、佩兰，这些花草均在端午前后生长、绽放。 张晓楠绘

图①：端午时节，安徽黄山市黟县县城西街外的大片荷塘里，荷花盛开，令人陶醉。

吴寿宜摄（资料图片）  
图②：制作香囊的六味药材。 郭瑞亭绘

本版责编：孟扬 肖遥  
唐中科 曹怡晴  
版式设计：张丹峰

六味药材

①

②