

中醫藥健康文化教育繪本系列

四

中醫藥文化 好好記憶

工千芊

記憶可以有很多重

記住了中醫藥文化段段典故傳說

流動著的卻是暖暖在心那醫者仁情



工千芊 繪畫

插畫師。設計及藝術系畢業，經營設計公司。曾任香港中文大學CUSCS插畫與漫畫講師，積極參與香港及外地藝術展覽。

首部繪本《Another Rainy Day》，曾於香港、法蘭克福、波隆那、台灣等地展出。2018年榮獲「香港兒童文學圖書創作」佳作獎及The 5th Sharjah Exhibition for Children Book of Selected Illustrations。

歐卓榮 顧問

香港註冊中醫師。2009年創辦無國界中醫慈善服務組織「全仁中醫」，致力以簡、便、效、廉的中醫藥，幫助和教導貧困地區人民防治疾病。

自2008年至今，投身多項公益服務，屢獲獎項，包括2015-2016年度香港浸會大學傑出校友獎，2017年香港青年協會「青年服務大獎」等。

中華文化傳播基金

2016年成立，2017年正式註冊為香港非牟利機構。

踏上悠長的中華文化步道，一直走來，交織著連串的傳承與創新。基金確信，只有走過生活、走進家庭、走向世界，不偏離生活化、大眾化和多樣化，讓文化緊緊連繫著現實生活，才能夠叫人具體領受到當中的真情實感和生命力。

基金宗旨為中國傳統文化注入時代元素與手法，以求演繹當中的現代價值。透過策劃創新項目，為新生代創造文化教育資源，拓闊接觸面，加強傳播力，達致普及推廣，再而面向國際。

擦亮傳統與現代火花
照亮明天中華文化

中醫藥健康文化教育繪本系列 四

中醫藥文化 好記憶

源起



中醫藥文化長流源遠至今，我們一直念茲在茲的，是如何做好一個普及推廣，讓新生代從接觸到接受、由認識到認同的文化澤披工程。

誠如打造一個藝術城市，不單在技術的培訓和意念的創新，還要配合一城群眾欣賞力的提升。然而，立在中醫藥文化的傳承與孕育路口，其難尤甚的，是要走上潛移默化的台階，替早已融於大眾生活中的智慧與態度作出升華。為此，我們盡心細意，決然嘗試在健康、教育和藝術之間畫上連線，試圖組出一個伴著兒童成長學習的文化傳播三角力量。

中醫藥文化精神視「人」為一個整體，內在相互連繫，外在與環境結成一體。這是一種視生命「在天地、與天地」共長共生的思維；這是一種實踐健康與生活相連、生活與自然緊扣的態度。

要真切認識和體會這獨特文化，莫過於由教育與生活體驗開始，踐行學習三步曲——問題、探索、經驗。要了解 and 掌握當今新生代「多發問、重溝通、愛追夢、求創新」的成長特質，進而以引導取代灌輸，從趣味中滲出養分，讓小朋友一步步交流、吸收滿滿的健康生活智慧。

選擇藝術，建構這個三角，為了開放思想框框，可以有效迎來小朋友無拘束的創造、自我表現和現實模仿。圖畫是學習的鎖匙，最直接的訊息傳遞，匯集了觀察力和想像力。繪本，年來一直進佔最受歡迎童書類別的前列，文字簡潔，結合圖畫說著那「沒說出口的話」，正好方便誘發小朋友認識、思考和表達對健康的關顧，鼓勵從生活中體味中醫藥文化。

中醫藥健康文化教育繪本系列不僅是健康生活教育的良好媒介，而且在書末附上精簡易明的導讀，可連結親子伴讀優勢，有效締造家庭愉快的互動關係。

這無疑是一個嶄新的嘗試，我們深切期望在日益追求健康生活的當下，讓「以人為本」的中醫藥文化，能以濃濃的關愛，在兒童成長學習中潤物無聲。

中華文化傳播基金

目錄

春暖杏林	6
百子櫃	22
懸壺濟世	43
導讀	72



前言

「認識」其實可以是一個剝洋葱的過程，一層一層地除去外衣，藏在最深處的情感和價值便會顯露出來。

「重來却怪舊遊稀，綠滿郊原杏子肥」。寫「春暖杏林」一段，是因為看了一篇網上文章「綠滿郊原杏子肥」後有感而發的。由「杏」的滿園香溢，認識「杏」的獨特成長生態；由「杏林」的暖心故事，認識仁醫的醫德醫術；由遠時人物，認識眼前人。

「百子櫃」從前是中藥店的標記。由「百子櫃」的源起，認識儲藥、抓藥、包藥的責任與關懷；由「百子櫃」的精神，認識在廚房弄餐，到一粥一飯在桌上冒煙的愛；由「百子櫃」的自學自律，認識珍惜每一天的美好。

「懸壺濟世」源自一個傳說，演繹著救人於疾苦的醫者精神。由「葫蘆」與「藥鈴」的故事，認識醫師代代相承、任重道遠的堅持；由小紅雨Rainie的兒時志願，認識醫師的真正標記，不是「葫蘆」，也不是「藥鈴」，而是在洋葱的深處。

每個故事都在追逐一顆心，所以都是「心的故事」。

劉敏如

PS 與芊芊同樣喜歡著小紅雨，喜歡著這些故事，喜歡著中醫藥文化，所以我們一起完成的，不是「工作」，而是各自領域的「創作」，和領域相匯、心念相連的「合作」。



春暖杏林



記得小時候，曾經在這裡過了半個暑假。

這裡的房前屋後，全都栽滿杏樹，
放眼望去，是杏的海洋。



爸攀坐樹杈上，用力搖動樹枝，
如桃般大的杏子劈哩啪啦，落到黃土地上。

我開心地一面撿拾，一面往嘴裡送，

專挑熟透的，
輕輕咬下，慢慢一吸，
甜甜的汁液便順著喉嚨
流入腸胃，很滿足。

場主是一個老人，熱情好客，
搖下了一堆杏子給我和爸媽。

杏樹可以不擇土壤，在乾旱嚴寒中自由生長，
結出果實，奉獻大家。老人說。

我忽然感覺，眼前的老人就是杏樹。





晚上，一家人在杏樹下乘涼休息，
呼吸著撲鼻芳香的陶醉。

陶醉中，媽眯著眼半睡，
陶醉中，爸說了一個比老人更老的老故事。

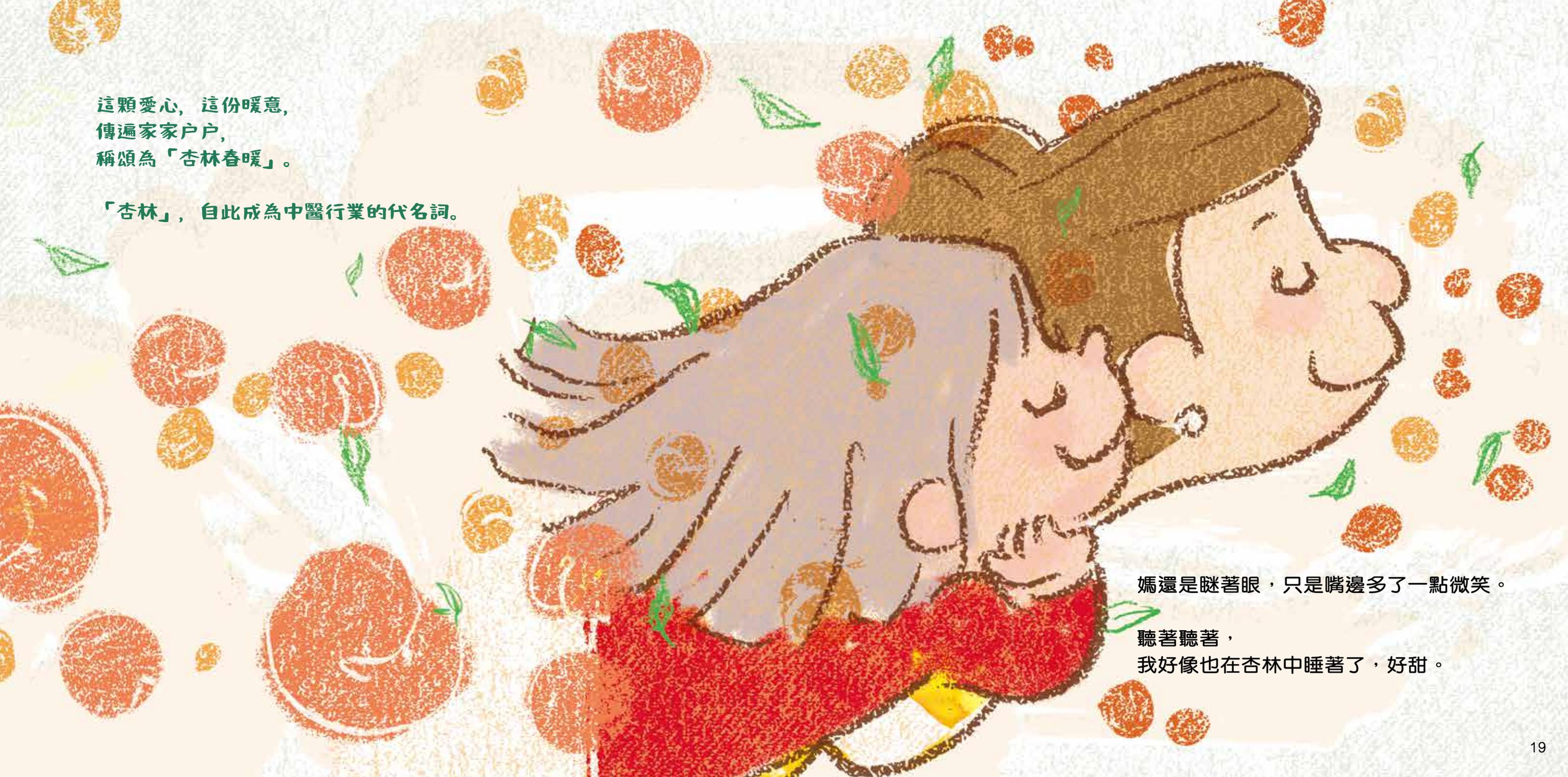


一千七百多年前，三國時代有位名醫叫董奉。

治病不收診金，
病好了的只需在後園山坡上種杏樹，
重病的種五棵，輕病的種一棵，
一年一年過去，山坡變了一片杏樹林。



杏花開了，滿山粉白清香；
杏果熟了，掛滿枝頭，堆滿倉庫。
想要杏子的，可用米穀交換，
轉而用來賑災救民。



這顆愛心，這份暖意，
傳遍家家戶戶，
稱頌為「杏林春暖」。

「杏林」，自此成為中醫行業的代名詞。

媽還是眯著眼，只是嘴邊多了一點微笑。

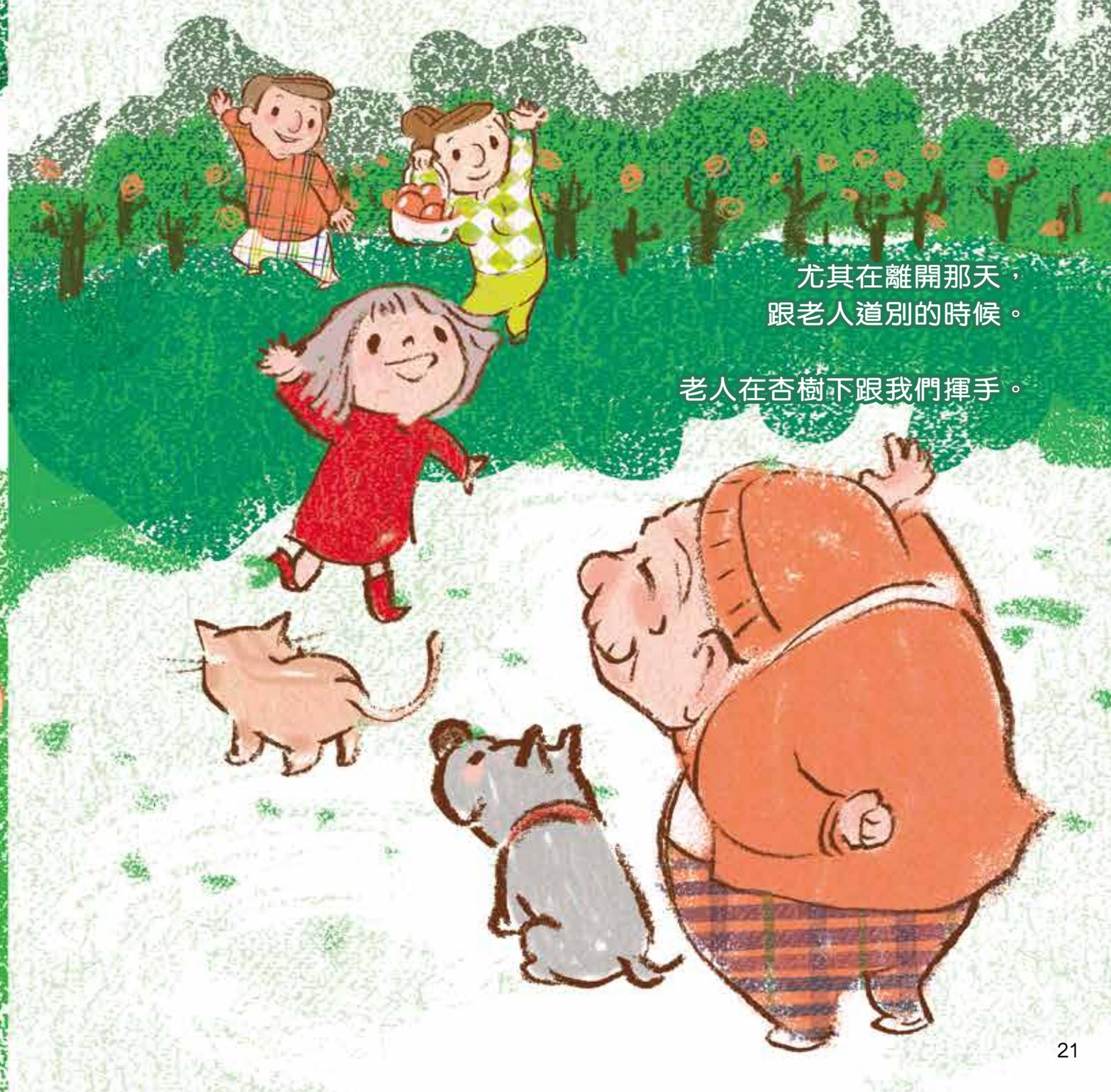
聽著聽著，
我好像也在杏林中睡著了，好甜。

之後每天我都往杏林裡走，
再見黃得發亮的杏子，甜美可口之外，
總多了幾分敬意。



尤其在離開那天，
跟老人道別的時候。

老人在杏樹下跟我們揮手。





記得小時候，
第一次走進中藥店。

中藥店

百子櫃



抬頭，仰望高高的木櫃，
一排排嚴肅的抽屜，
好像藏著一個個秘密，
等著隨時偷走出來的機會。



這是中藥櫃，又叫「百子櫃」，是我的天地。
店員說。

我的天地在家裡廚房，
也有我的「百子櫃」。
媽說。



「百子櫃」，中藥的儲存櫃，
寓意從櫃中配齊藥物，
病人藥到病除，百子千孫。



「廚房」，是做飯的地方，
儲藏、清潔、烹調、食用，工具齊備；
在那裡，可弄出一餐餐可口美食。

五千多年前，
藥王神農氏嚐百草，為大家找藥治病。
後來，找到的藥，多了就易亂，亂了就易錯，
對病人反而有害。

要分類擺放，要方便尋找，做出一個秩序來。

藥櫃成了一列列抽屜，
內裡多格，放置藥材，
外面記下藥名。



常用的放近處就手處，
不常用的放高處遠處，
需要時還會爬爬梯子。

每次看藥單，
每次抽屜的開開合合，
每次抓藥、秤藥，都有「百子櫃」的見證。
店員說。

儲藥、抓藥、包藥；
細心、責任心、關懷心；
結合成中醫藥的一個藝術符號。



抬頭再看，
木櫃又闊又高，
是藥店中最美麗的風景畫。



在我的天地裡，
要分類擺放，要方便尋找，
做出一個秩序來。

櫥櫃裡，
杯杯碟碟疊在一起，高高直直；
冰箱中，
蔬菜肉魚各就各位，保持新鮮；
雪格內，
雪糕獨自瑟縮，凍肉互相取暖；



一盤一鍋，伸手要可及；
油鹽醬醋，記號要分明。

每一餐飯，每一道菜，
都離不開「我的百子櫃」。媽說。





之後的第二、第三天……

之後之後，





書，排好了；
玩具，分好了；
常用的，放好了。

我有我的城堡，我也有我的百子櫃。



這裡還有一個小小的秘密，
「哈哈瓶」和「悶悶瓶」儲著我的玻璃彩珠，
睡前加一顆，
是我的「心情百子櫃」。

「哈哈瓶」的彩珠
已經裝得滿滿。



懸壺濟世



記得小時候，
預備上第一天的課。
我說，我要做個好學生。



一星期後，爸媽都笑著說，
這裡有個「一天好學生」。



魔法師



合眾軍之重九員

糖果店老闆



之後，
很多次，很多志願，
很認真，很大聲的宣布，
都是無聲的結束。





直至，跟媽從中藥店回來。
我開始建我的城堡，
建我的百子櫃。



有一天，放學後，
把茶几推到「百子櫃」前，
歪歪斜斜、堂堂正正，
貼上「小紅雨堂」幾個字

我說，我要學習做醫師。

不知過了多久，
大約是不久，大家就散去了。
只有爸。



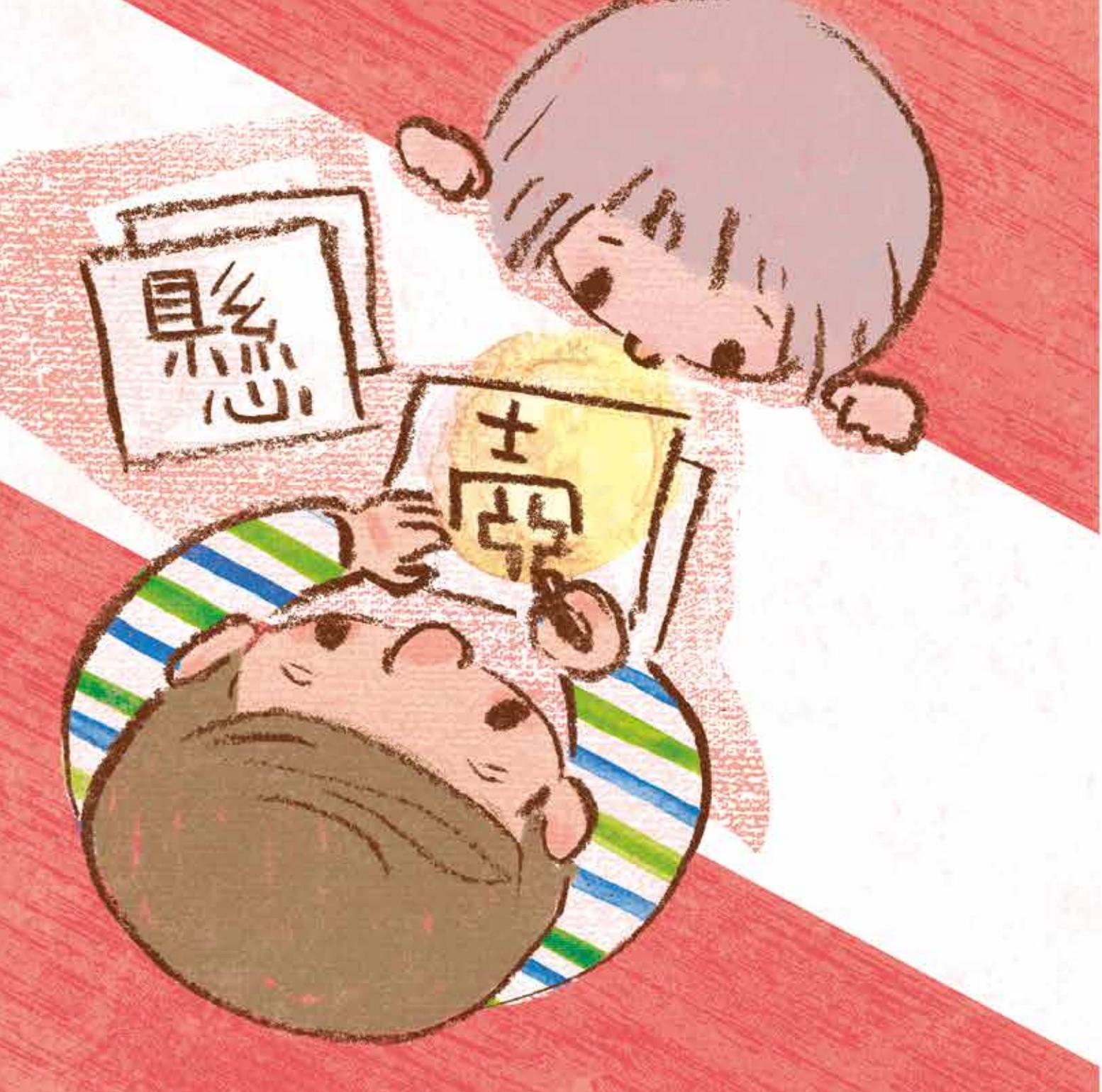
為什麼要當醫師？
這個不容易。



我病過，好了；
爸媽也病過，都好了；
病，好了的，辛苦；好不了的，
更辛苦。



以前，
坐在診所和藥堂前為病人診治的，
叫「坐堂醫」；
閒時可鑽研醫術，收納學生，
就和「小紅雨堂」一樣。
爸說。



這個「壺」，
不是銅壺，不是鋁壺，
也不是塑膠壺，
其實是葫蘆。

不用鐵盒、木箱、陶瓷罐。

挖空了的葫蘆，既輕便，又可以防水、防潮。
裝了藥，就成為「藥葫蘆」。



身懷醫術，掛著「藥葫蘆」，
走進街頭巷尾，走到貧病當中，
關懷缺醫少藥的鄉間鄰里，
這雲遊四方的，叫「遊方醫」。



懸

壺

濟

世

那一夜，「百子櫃」前的「懸壺濟世」，
在斜斜走進來的月光中，特別明亮。



那一夜，我畫了一個葫蘆。



接著，下了多天的雨，濕漉漉的；
假如有個葫蘆可以鑽進去多好。



雨剛停，
枝葉上還掛著的水珠，
閃著馬上跑出來的陽光。

叮鈴噹啣，叮鈴噹啣，
誰跑來為陽光伴奏？

曄，很美很別致的銅環！



這本來是採藥擔挑上的鐵環，
後來成為了「遊方醫」的標記。

病人聽到搖著的鈴聲，知道醫師來了，
一一走出門來求醫。

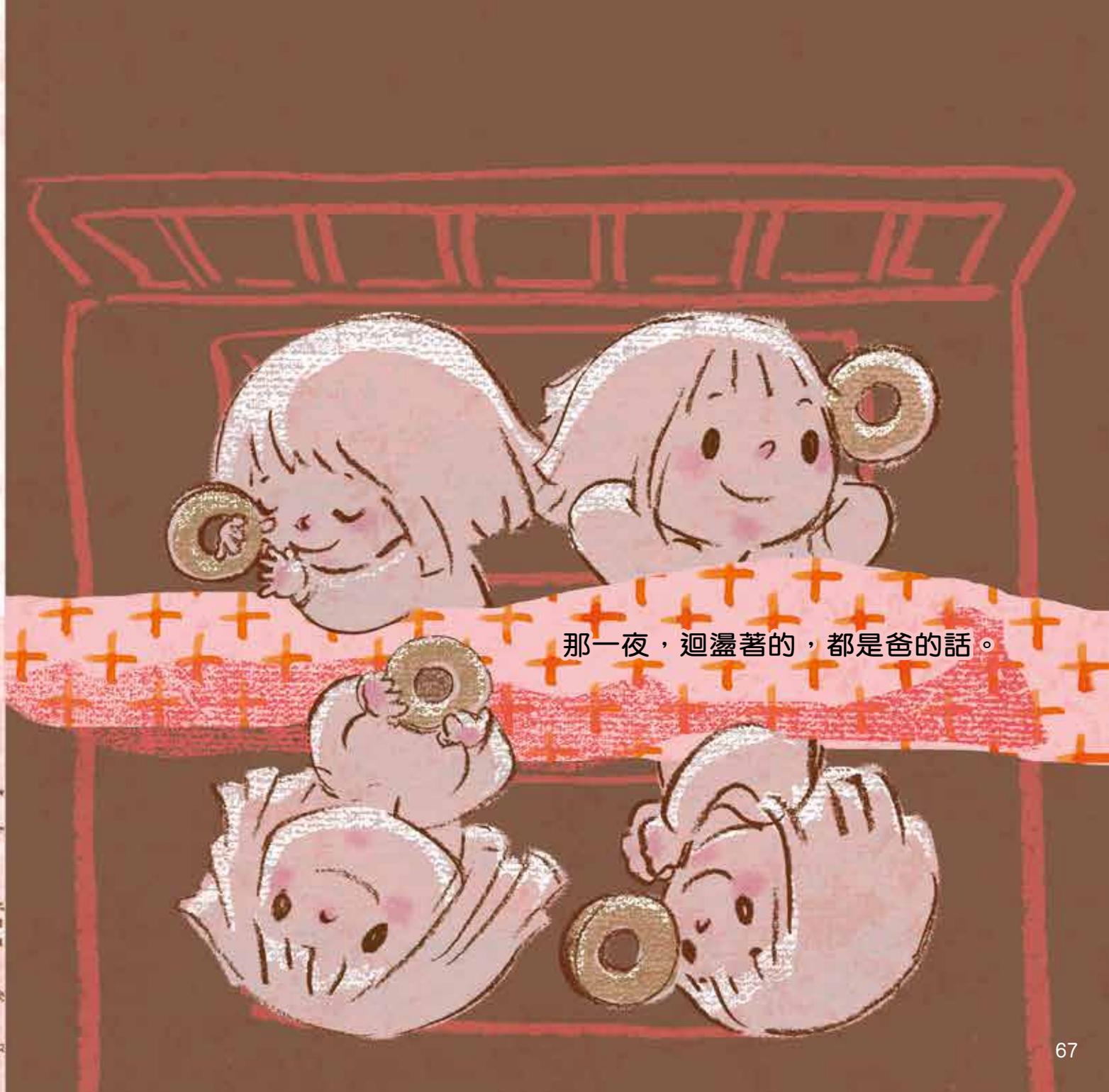
一手搖「藥鈴」，一手拿招牌，
肩背藥箱，腰掛葫蘆。
有人叫他們作「鈴醫」。
爸說。



告訴我，看到了什麼？爸問。



那一夜，迴盪著的，都是爸的話。





雲遊四方的「鈴醫」：
藥物取平不取貴，
效用要快不要慢，
採藥找近不找遠。



那一夜，
我畫了一個藥鈴。

為什麼要有「鈴醫」？
「鈴醫」為什麼要這樣做？
爸問。



你要學習的是什麼？
爸問。

最後，我多畫了一個「心」。

「杏林」與「杏壇」

「杏林」是中醫界的代名詞。在東漢末年三國時代，戰亂連年，民不聊生。醫術高超的董奉在小村子裡行醫，但慕名而來的仍絡繹不絕。當時有鄉紳身患重病，長期臥床不起，家人用轎將他抬到董奉處求醫。董奉為他施針並輔以藥製杏仁餅，個多月後，鄉紳逐漸康復，最終行走自如。

鄉紳一心重酬回報，但都給董奉婉拒，只要求在後山種植杏樹。鄉紳依言種下了一百棵。此後董奉與求

診者提出約定，報酬分毫不收，凡是重病治好的，在園子裡栽種杏樹五棵，輕病的一棵。經年累月，杏樹成林，紅杏滿枝。凡來買杏的，只需以糧穀交換，董奉再以換來的滿倉糧食救濟貧弱。大家為了表揚董奉的德行，寫了「杏林春暖」橫幅掛在他的家門，成為佳話。

杏，也和教學有關。「杏壇」是教育界的代名詞。相傳孔子在杏壇講學，收弟子三千，授六藝之學。現在泛指教書授人的地方。

有「杏」，認識

杏樹原產於新疆，現遍布華北、華東、西北，各地都有杏花的影子，形態多樣。

杏，生命力強，喜光、耐旱、抗寒，可於零下二、三十度生長；一般達五至七米高；壽命長，百年以上的也有；四月開花，花朵含苞待放時色澤豔紅，之後由濃變淡，歸於白色；五月結果，果實由綠轉黃。

杏可以是美味的水果，亦可製成杏脯、果醬、果汁、杏酒。在藥用方面，居重要地位，主治風寒肺病、潤肺化痰、生津止渴、清熱解毒。杏仁是杏樹的種子，為常用中藥，有止咳定喘、潤腸通便功效；當中分苦、甜兩種，苦杏仁（北杏）治實咳氣喘，甜杏仁（南杏）偏於滋養，治長期咳嗽或體虛長者。

「藥王」與「藥櫃」

傳說中，神農氏與燧人氏、伏羲氏合稱「三皇」。

神農氏教人播種五穀，發明農業生產工具，傳授打井技術，是農業神；教授人民作市交易，是商業神；創製五弦琴，是音樂神；嚐百草初訂《神農本草經》，是醫藥神。

傳說上古時代，五穀與雜草混雜生長，哪些可以食用，哪些可以治病，確實難以分辨。百姓以打獵為生，飛禽走獸不足，經常捱餓；無醫無藥，常見傷病致死。為減輕民間疾苦，神農氏到山上嚐遍百草，作出詳細記錄，能充飢的就把種子帶回去種植，成為五穀；同時記下三百六十五種草藥，編成《神農本草經》，內記植物藥二百五十二種、動物藥六十七種、礦物藥四十六種，成為現存最早的中藥學分類著作。

在嚐百草的過程中，神農氏多次中毒，幸好均能以茶化解，直至嚐到毒性猛烈的「斷腸草」，終於獻出了生命。後人為推崇和紀念他的功績，都稱他為「藥王」。

此後，一般藥行都信奉有「藥王」稱號的神農氏，每年都會慶祝「藥王誕」。傳統的中藥店會將各種藥材分別存放在「百子櫃」內。所謂「百子櫃」，即中藥櫃。自從藥店出現後，為使眾多草藥不混亂，方便抓取，便仿照藥王分類方法，把藥櫃做成一個個抽屜，內裡再分隔成幾個方格，放置各種藥材。習慣上，常用藥會放在近處方便處，不常用的放在遠處較高處，甚至還有些需要爬梯子的。

相傳「百子櫃」源自神醫華佗的藥櫃，寓意從櫃中配好藥物，病人服後藥到病除，百子千孫。現在，大多中藥房已不見「百子櫃」，一般藥材放在櫃子裡，名貴一點的都改放在玻璃瓶中了。

「葫蘆」與「藥鈴」

葫蘆果實外殼色白，外層有蠟質，堅硬而輕，古人常作碗、杯、壺使用。由於防水防潮，密封而不走味，確實是裝藥的好容器。

葫蘆與中醫結緣可以說源遠流長，不少神話故事都有涉及，尤其在「懸壺濟世」這個醫者救人於危難病痛之中的讚頌，與「葫蘆」更結下不解之緣。

「藥葫蘆」故事當由壺翁說起。壺翁是一個神秘老人，身懷高超醫術，卻在一條巷子裡開一間小小藥店，門前掛一個葫蘆，裝有藥丸。凡有求醫的，壺翁就從「藥葫蘆」中拿藥救人，一個個都藥到病除。當時有一個人叫費長房，窺見壺翁在所有人散去後一溜煙跳進葫蘆中，驚為天人，於是在葫蘆外等待拜訪問道；壺翁見其誠摯，收他為徒，把一身醫術盡授。費長房學有所成，同樣樂善好施，為民請命，壺翁有見及此，亦孑然一身，雲遊四方遠去。

之後，費長房為紀念壺翁，行醫時總掛著葫蘆；後人紛紛仿效，「藥葫蘆」再不只是一個盛藥的「藥壺」，而是行醫賣藥的招牌，同時亦向大眾表明心懷「懸壺濟世」的仁心仁術。



「藥鈴」是周遊大街小巷、穿鄉過里的「鈴醫」標記。古時「鈴醫」走街串巷，一手搖銅鈴、一手拿招牌，肩挑藥囊，懸掛葫蘆，治病賣藥，為基層缺醫少藥的鄉村羣眾提供相當大的作用。

「藥鈴」的起源同樣有著一個神怪的傳說。相傳名醫孫思邈一天上山採藥，發現一隻老虎追上來，於是放下藥囊，拿起扁擔自衛；可是老虎只在跟前站著，張著嘴露出痛苦和哀求神色。孫思邈走近虎嘴一看，才知原來有一根骨頭卡在喉嚨裡，如果想伸手拔出，恐怕可能會給老虎咬去一條胳膊；稍作思考，他決定拿起扁擔上的銅環，套在手上才伸進虎口，既可救老虎於危難，又可自保。

骨頭取出後，老虎走向山林。自此，孫思邈每次上山採藥，老虎都會相伴左右，保他安全。而這銅環輾轉相傳，成為「鈴醫」的代表，串鈴稱為「藥鈴」，俗稱為「虎撐」。

文字 · 劉敏如
圖畫 · 工千芊
顧問 · 歐卓榮
協作 · 全仁中醫
設計 · 譚德穎
編輯 · 關慧珊
統籌 · 葉美欣
製作 · 鍾志豪

出版 · 中華文化傳播基金有限公司
香港九龍觀塘巧明街95號世達中心17樓F室
電話：(852) 2557 6608
電郵：info@cccfoundation.com.hk
網址：www.cccfoundation.com.hk

印刷 · 快雅圖專業印刷
九龍官塘道472-484號官塘工業中心1期7樓P室
電話：(852) 2389 3145

版次 · 2022年6月

書號 · ISBN 978-988-75067-3-7

版權所有，翻印必究

Copyright © 2022 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、食物及衛
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。

中醫藥健康文化教育繪本系列 四

中醫藥文化 好記憶

中醫藥發展基金「中醫藥推廣資助計劃」資助項目



中華文化傳播基金
CHINESE CULTURAL COMMUNICATION FOUNDATION

「認識」其實可以是一個剝洋葱的過程，一層一層地除去外衣，
藏在最深處的情感和價值便會顯露出來。

由「杏林」的暖心故事，認識仁醫的醫德醫術。

由「百子櫃」的源起，認識儲藥、抓藥、包藥的責任與關懷。

由「葫蘆」與「藥鈴」的故事，認識醫師代代相承、任重道遠的堅持。

然後，還有……

每個故事都在追逐一顆心，所以都是「心的故事」。

本項目由中醫藥發展基金全數資助



中華文化傳播基金
CHINESE CULTURAL COMMUNICATION FOUNDATION

ISBN 978-988-75067-3-7

