

# 古今花疗与药用对花

## ——悠远花之源

撰文 党毅 摄影 陈虎彪

花能怡情，花能祛病，花能强身，花能美容。

中国传统医学认为：鲜花草木，以其色、香、味构成不同的“气”和“性”。根据中医药理论，这些“气”和“性”可以发挥出治疗保健功能，并对人的身心产生相应的治疗保健作用，于是，“花疗”便应运而生。

“花疗”，是指通过亲手种花养草，赏花色，闻花香，以花代茶，寓花于膳等方式防治疾病、促进康复的一种疗法；或者通过以花为题材写诗填词、谱曲歌唱、摄影绘画等方法，收修身养性、保健养生、益寿防病之效。

自古以来，我们的先人就善于以花疗病。例如，《神农本草经》这样记载：“鞠华（菊花），味苦平……久服利血气，轻身，耐老延年。”古代妇女还习惯在身上佩戴装有花卉的布袋，以防止细菌感染，并起到芳香的效果。

食用花卉在我国已有2000多年历史，屈原的“朝饮木兰之坠露兮，夕餐秋菊之落英”诗句就是关于食用菊花的最早记载。唐朝以前，食用花卉还只散见于本草学、食学和文学作品中。到了宋代，一些传类列谱开始出现，如林洪的《山家清供》收录了梅粥、雪露羹等10多种花饌。明代高濂的《遵生八笺》中记录了多种可食用花卉，如“服莲花法”“金雀花”“梔子花”等。清代曹庭栋的《老老恒言》记有梅花粥、菊花粥等。这些食用花卉的菜谱还记载了食用花卉的栽培、采撷、加工、烹饪等方法，集录了中国古代利用花卉制作食品的成果。

俗话说“上品饮茶，极品饮花”。以花代茶饮用的方法，来源于古代宫廷贵族的美容习惯。清朝宫廷饮用花卉茶非常盛行，尤其推崇采自塞外坝上的金莲花。康熙皇帝御笔题词“金莲映日”以表赞赏之情，并列为宫廷贡品。乾隆皇帝在《御制热河志》中封金莲花为“花中第一品”。

笔者于2008至2009年间，曾在香港《大公报》开办过一个题为“花中自有驻颜术——药花诗赏”的栏目，就是将花疗的这一跨学科特点用图文并茂、诗词摄影的形式展现出来的一种尝试。之后，我们又将其整理分类，编辑成书并出版了《花疗》一书。

本期专集参照《花疗》的编辑思路进行策划，希望读者能对绚丽多彩的鲜花有一个全新的认识，在领略悠久的花卉疗法的同时，也能亲身感受到花文化的深厚底蕴。■

### 作者简介

党毅，博士，曾任北京中医药大学教授、英国密德萨斯大学客座教授。现于香港浸会大学中医药学院执教，从事中医养生康复、营养食疗教学与研究20余年，发表研究论文30余篇，主编20余部教科书或参考书。

陈虎彪，博士，曾任日本金泽大学药学部助理教授、北京大学药学院教授。现于香港浸会大学中医药学院执教，从事药用植物学教学与研究20余年，发表研究论文120余篇，主编或参编专著、教材、辞典30余部，获奖多项。

（责编 桑新华）