

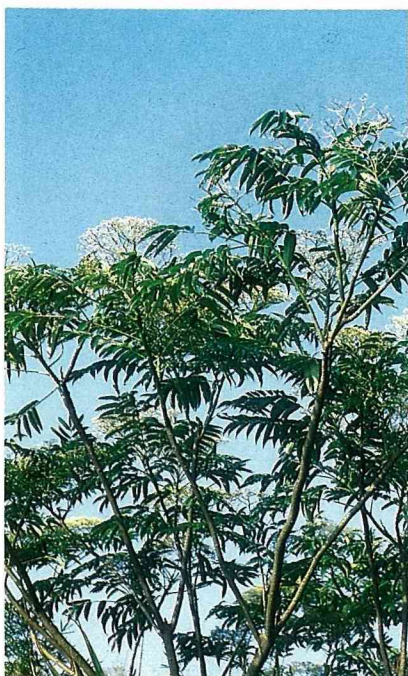
# 遍插茱萸 迎重陽

夏秋之際

北部山區很容易找到食茱萸的群落  
登山郊遊時

可順便找找看

食茱萸嫩葉香氣襲人  
是很不錯的野菜



食茱萸

**農**曆九月九日這日俗稱為重陽節，由於古代的陰陽五行學說裡，九為陽數，因此才有此名。過去也有稱為“重九”或“上九”的，都表示兩個九正好疊在一起，是一個十分特別的日子。在漢代以前，並沒有明顯的典籍記載有這個節日，直到漢高祖以後，這個節日的風俗，才由當時的宮廷傳到民間；東漢時因為恒景重陽避禍的事跡，才使得這個節日的習俗大為風行。由發軔至今，重陽節在我國已至少有1700餘年的歷史了，是我國三大節之外的最重要節日之一，在這個節日的背後，却有一段少為人知的典故呢！

## 深宮慶典傳民間

據說漢高祖時，高祖的愛妾戚夫人被呂后陷害，戚夫人的侍女也被逐出宮廷。後來侍女嫁給了扶風的士儒，在閒談中透露了宮中的節慶活動，才使重陽節的習俗漸次傳襲民間，這事曾被記載於“西京雜記”中，原文為：“戚夫人侍兒賈佩蘭，後來為扶風人段儒妻。在宮內時，九月九日，佩茱萸，食蓬餌，飲菊花酒，使人長壽。”雖然賈佩蘭被逐出宮牆，但終究有一個美滿而平凡的歸宿，不若戚夫人的悲苦。由此可見，重陽節的習俗應起源於漢之前，而且多為皇宮內苑的節慶，庶民同樂則始於漢初。



山茱萸



食茱萸開花了

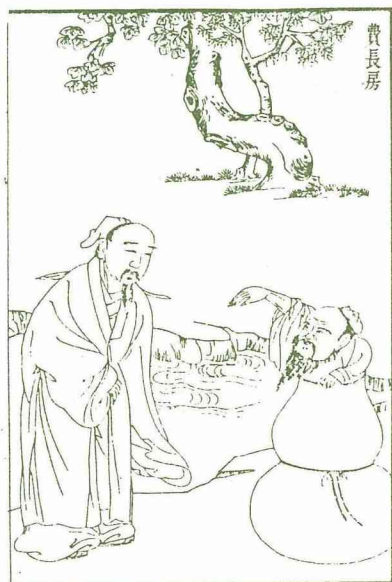


食茱萸樹幹上有瘤刺

## 重陽登高有典故

至東漢年間，道學之說盛行，當時的名修道家費長房更使重陽節的習俗大為風行。其緣由是這樣的，費長房曾有一學子，為汝南人恒景，有一次費長房告訴恒景：“九月九日，你家中有災禍，應該急速回去，令所有的家人各自製作囊袋，盛入茱萸然後繫在手臂上，登高山並且飲用菊花酒，這個災禍應該可以避除。”恒景便遵照指示，於當天全家登山，傍晚才返回，不料進屋後却發現所有的雞犬牛羊全部暴斃。事後費長房說：“這些是代而死的。”

由此以後，許多人便於此日登山飲菊花酒。由於重陽節不見得一定是晴朗而適宜登山的日子，因此便有於第二天再補行登高的，這一日便叫“小重陽”。萬一還是陰雨連綿數日呢？這時便延至九月十五日或十九日補登高，這一天便稱為“展重陽”。由這個節日的習俗看來，重陽登高在古人的眼中似乎是勢在必行的。



食茱萸嫩葉是不錯的野菜

## 時空變化中的民俗

佩茱萸的風俗後來變成戴茱萸或插茱萸，食蓬餌則演變成後來的重陽糕，而“久”與“九”同音，所以這個日子便特別有祈求長壽的意味。以後登高又引伸為“步步高升”和“壽比山高”，意義衍演的愈來愈廣泛。民國以後為了推廣國民體育運動，特別定這天為體育節，並且延用至今。民國40年又接受建議定為老人節，以後敬老的活動也於重陽舉行。雖然重陽被賦予的時代意義愈來愈多，但登高飲菊花酒的雅意，似乎也愈來愈淡遠，至於茱萸，知道的又有多少人呢？

唐代詩人王維，曾以一首“九月九日憶山東兄弟”，描寫他在重陽節思念親人的心憶，十分膾炙人口，內容如下：

獨在異鄉為異客，  
每逢佳節倍思親；  
遙知兄弟登高處，  
遍插茱萸少一人。

這首詩使“佳節倍思親”和茱萸傳頌千古，前者大家應不難體會，但熟識茱萸的，依筆者看來也是永遠少一人。

## 茱萸一門三傑

茱萸是芸香科的落葉性中喬木，在古代的典籍裡有三種，分別為吳茱萸、食茱萸以及山茱萸，三種皆可做為藥用，吳茱萸和食茱萸的藥用見於李時珍的本草綱目，山茱萸則出於陳學謙的本草備要。由於過去的人對於植物的分類十分集約，因此所謂的吳茱萸、食茱萸及山茱萸究竟是不是同種，並沒有十分確切的分析，但在本草綱目中，則將吳茱萸與食茱萸區分得十分清楚。現在便分別介紹如下：

●吳茱萸（學名 *Evodia rutae carpa* Hook. f. & Thoms.）。別名有很多，如吳萸，臭辣樹，毛臭辣樹，臭腥仔，黑雞母，由名稱不難想像其特殊的氣味。

吳茱萸最早的使用出現於神農時代，並且列入本草經的中品，由使用的歷史看來，至少有四千多年了，是一



味中醫臨床十分經常運用的方劑，主要使用其植株的果實。

吳茱萸是芸香科(Rutaceae)的落葉性中喬木，分布於全中國，以長江流域、江西至華南各地較為常見，本省則散見於全境的山麓至中海拔潤葉樹林內。全株具有濃厚的氣味，幼枝、葉面、花序等部分，密被黃褐色絨毛。葉片對生為奇數羽狀複葉，小葉對生，具短柄或無柄，葉片橢圓形或長橢圓形。兩面被淡黃色柔毛，紙質具油點。花為單性且雌雄異株，聚繖花序呈圓錐狀，花小而呈黃白色。蒴果扁球形，長0.3公分，徑約0.6公分，熟呈紫紅色，每心皮具種子一枚，卵圓形，黑色，花期6~8月，採收則於8~10月間，古人則講究於9月9日採收，而且以陳年的為佳。



●果實入藥：吳茱萸的果實、葉、枝、根及白皮都可入藥，但主要使用還是果實的部分。在臨床上的功效為溫中止痛，降逆止嘔，殺蟲。成分分析中發現，吳茱萸含有揮發性油，油中有吳茱萸烯、黃藥內脂、吳茱萸鹼、去甲吳茱萸鹼

及吳茱萸新鹼等。其煎劑對金黃色葡萄球菌及人型結核桿菌都有明顯的抗菌作用，對致病性皮膚真菌亦有不同程度的抑制作用。吳茱萸在體外對豬蛔蟲、蚯蚓及水蛭有顯著殺蟲效力，動物實驗則發現對子宮有收縮作用。

在臨床運用方面，常配伍用來治療頭痛、吐瀉、脫腹脹痛、腳氣、疝氣、口瘡潰瘍、齒痛、濕疹、黃水瘡、高血壓、消化不良及肝炎等，運用範圍頗廣。

食療本草中有一個治牙痛的簡便方法，提供讀者參考：用茱萸酒煎，然後含其汁液漱口，有止痛作用。另外，千金翼方中以吳茱萸3升，水5升，煮取3升，用綿擦拭髮根，可以治療頭風，都是十分簡便的方法。

## 古人的茱萸文化

“淮南萬畢術”中曾有記載，在井上種植茱萸，葉片落入井水中，人飲用這樣的井水，可以不感染瘟疫。其果實懸掛在屋內，則可以避鬼魅。“五行志”則說在房舍的東方種白楊茱萸可以延年益壽，並且去除災害。這樣的記載同樣見於後魏人賈思勰的齊民要術中，其原文為：“舍東種白楊、茱萸三根，增年益壽，除患害也。”“懸茱萸子於屋內，鬼畏不入也。”“井上宜種茱萸，茱萸葉落井中，有此水者無瘟疫。”由此可見古人重視吳茱萸的程度了。今人多半飲用自來水，感染瘟疫的可能性自然降低；但古人則不然，茱萸葉入井水，多半利用茱萸的抗菌和殺蟲功效，確實有部分的

實際意義；但陳葉多亦成腐水，則是另一缺點，由此不難觀察古人的生活智慧，以及因應之道。

●食茱萸 學名則為(*Fagara ailanthoides* Engl)，主要分布於台灣、大陸、日本與琉球，最早使用始於唐本草的記載。古名為艾子、欖子、辣子，本省則稱為刺蔥或大葉刺蔥、仁荊蔥、刺江茱、刺江梅。根莖的切片，民間藥名為刺公牡、刺江牡、紅刺蔥等。

食茱萸的葉片類似油麻，花為黃色，同為聚繖花序，頗為美觀，台灣的郊野不難發現其踪跡。在藥性上與吳茱萸相類似，但力較小，也就是功效較不明顯。



果實與樹皮可入藥。其嫩葉可作為蔬菜食用，有香氣，因此稱為“食茱萸”。

食茱萸的根幹切片主治跌打損傷與風濕等症，果實性大熱，為健胃劑，可治療便秘、消化不良、霍亂、中暑。皮於夏秋剝取，曬乾後充當海桐皮使用。

●調味品：在古代南閩一



山茱萸盆栽



帶的人，常於8月採食茱萸子，搗碎濾其汁液，入於石灰中攪成，名為艾油，又稱辣米油，入口辛辣哲口，是一種調味品，“周處風土記”中，曾以椒、欖、薑為三香，古來即十分風行，後來辣椒與薑的使用較普遍，而欖（食茱萸）便愈來愈被遺忘了。

●山茱萸 則可補腎溫肝、固經秘氣、強陰助陽、安五臟、通九竅，可以暖腰膝、縮小便，可以治療風寒、風濕麻痺、鼻塞、眼睛黃、耳鳴和重聽等，在作用上略不同於吳茱萸。

茱萸一門三傑，不但在臨床上有極重要的功效，而且在我國的典術民俗裡，亦有特殊

的象徵與地位，尤其吳茱萸，古來即被視為一種辟邪符，在迢遙而文明未開的時空裡，曾是不可或缺的植物。時至今日，只怕遺忘者多而識之者少。雖然科學昌明，有些事可以不再迷信，但是那份生活的雅意實在值得保存和珍惜。

重陽佳節又將至，為什麼我們不以這樣的心境來渡過呢？

江涵秋影雁初飛，  
與客攜壺上翠微，  
人世難逢開口笑，  
菊花須插滿頭歸，  
但將酩酊酬佳節，  
不用登臨悵落暉，  
古往今來只如此，  
牛山何必淚沾衣！  
～杜牧～

