



▲從左到右依次為：三皇宮文化旅遊街區；樟樹藥膳十全大補湯；樟幫藥工正在展示中醫藥炮製技藝。

# 藥都樟樹夜市：藥香邂逅煙火氣

當夜幕降臨，這裡的空氣中浮動的不是孜然味，而是陳皮、黃梔子與艾草交織的草本芬芳，藥膳的香氣沁人心脾回味無窮，老藥工鋸刀下的白芍薄如蟬翼，遊客捧著中藥茶飲漫步青石板路。

岐黃夜韻，樟幫藥香。藥都樟樹中醫藥文化夜市以體驗式、場景化、年輕化的形式，讓市民遊客在逛、吃、玩中感受中醫藥魅力，傳統中醫藥文化有機融入民衆「夜生活」。

## 「藥不到樟樹不齊，藥不過樟樹不靈」

江西樟樹地處贛江袁水之交，也是江西四大古鎮之一，文化底蘊深厚。這是一座以樹為名，因藥而興的城市。樟樹，是中國歷史上最大的藥材集散地，至今有 1800 多年的藥業歷史。樟樹，自古便享有「藥不到樟樹

不齊，藥不過樟樹不靈」的盛譽，「樟幫」曾與「京幫」「川幫」並稱為中國三大藥幫。2013 年，樟樹市被授予「中國藥都」稱號。樟樹藥俗和中藥炮製技藝，被列入國家級非物質文化遺產代表性項目名錄。

## 藥膳歷史悠久 養生遇上美食擦出火花

藥都樟樹藥膳歷史悠久、源遠流長，因療效奇特，被譽為「藥中瑰寶，食中奇珍」。早在 1800 多年前，道教靈寶派開山鼻祖葛玄在閩皂山採藥煉丹時，便發明了藥食兩用、美食祛病的藥膳。經過歷代中醫師的不斷探索，藥都藥膳逐漸發展成集中醫學、中藥學、營養學、烹飪學為一體，極具樟樹地方特色的養生美食。夜幕降臨，在樟樹三皇宮文化旅遊街區，青磚灰瓦間燈火流轉、藥香氤氳。循著藥香，一直往前走。一攤位前，幾名藥膳師正在現場製作藥膳，吸引了不少遊客駐足，品嚐中醫美食，體驗中醫養生。「黃芪水餃竟然能吃出口感，真讓

人意外！」一遊客朋友在品嚐中醫藥水餃後驚呼道。活動現場，還有天麻童子雞、葛玄煉丹、杜仲腰花、三鮮果果、百合蓮子肚片湯等中醫藥膳……在熙熙攘攘的人群中，藥膳師現場科普宣講各菜品功效及藥都藥膳歷史傳承。在樟樹，藥膳不僅常備於藥膳館的餐桌上，尋常百姓家也以藥膳為家常菜，每道菜都有著它獨特的養生價值。天麻童子雞補虛益氣，補腦益智；涼拌枳實清熱解毒，止咳化痰；鯪魚淮山丸補中氣，祛濕邪……當養生遇上美食，會擦出怎樣的火花呢？這種藥食同源、醫膳同功的養生之道，一定不要錯過。



▲左圖為樟幫藥工將切製薄如紙的白芍飲片吹起飛舞；右圖為遊客在中醫義診攤位前把脈問診。

## 白芍飛上天，木通不見邊，陳皮一條線……

樟樹中藥材炮製技藝起於東漢，盛於明清。樟樹中藥炮製，不論炒、浸、泡、灸或烘、曬、切、藏等均十分考究，2014 年被列入第四批國家級非物質文化遺產代表性項目名錄。在樟樹夜市上，隨著樟幫炮製技藝傳承人手上切刀上上下下，切出的白芍飲片薄如蟬翼，抓起一把輕吹一口氣，只見片片白芍如白雪飛舞。旁邊展位正在進行陳皮切製、水泛丸製作等樟幫技藝，吸引不少遊客圍觀，並連連驚歎：「太震撼了！」更有遊客躍躍欲試，來一場非遺絕活大挑戰。「刀要斜 45 度，要注意力度和速度……」非遺代表性傳承人手把手教學，但也還是擋不住遊客把白芍切成碎渣渣；更有遊客版「中藥湯圓」（水泛丸），引得遊客哈哈大笑。

白芍飛上天，木通不見邊，陳皮一條線……這是藥界對樟幫中藥炮製技藝的形象比喻。「藥不過樟樹不靈」，其「靈」之處便在於「樟幫」的傳統高超技藝——中藥炮製。眾所周知，中藥必須經過炮製之後才能入藥。藥材炮製又叫修治，主要是起到清除雜質、矯正氣味、降低或消除毒性，以至改變藥物性能的作用。樟樹炮製的飲片色、香、形、味、效俱佳，質量譽滿中國。且劑型多樣，有膏、丹、丸、散、膠、露、酒等七個劑型，六十餘個品種。據介紹，樟樹已具有鮮明地方特色的炮製技術，可以將 100 餘種含毒中藥材、400 餘種藥性燥烈的藥物轉化為安全有效的臨床用藥，顯著增強藥效、提升療效，擴大了藥物使用範圍。



▲左圖為樟樹藥膳八寶養生魚；右圖為精美的養生宴。

## 在望聞問切間、逛吃賞玩中感受中醫藥文化魅力

太極拳、八段錦、字門拳、五禽戲……在樟樹三皇宮文化旅遊街區清江戲台上，正上演著精彩的群體文化演出，不少遊客受邀共舞，感受中醫藥文化的魅力。行雲流水的招式，飄逸靈動的拳法，展現中華傳統文化的剛柔並濟，演繹傳統養生之智慧，現場喝彩聲不斷。太極「遇上」漢服，是一種什麼樣的體驗呢？一身穿漢服的小姐姐在台上打起了「漢服太極」，一招一式都充滿了古典韻味，遊客直呼：太靚了！往夜市深處走去，有幾個攤位前排起了長龍，原來是老中醫變身夜市「攤主」現場義診，為前來諮詢的遊客朋友把脈問診，並提供個性化的中醫養生建議，普及「未病先防」理念。除中醫義診外，在這裡，中醫藥材猜謎、

中藥紮染手作、推拿拔罐針灸等活動，使市民遊客在一場「能吃能玩、可看可買」，充滿濃濃煙火氣的養生集市中瞭解傳統中醫藥學。「感覺我的任督二脈都被打通了，太酸爽啦！」遊客笑著對他推拿理療的醫師說道；一旁熱敏灸區體驗的小姐姐頭上冒著艾煙，她開玩笑說，「真香！是我的天靈蓋在冒仙氣！」這場可參與、有體驗、能互動的「防、治、康」全方位中醫藥盛宴，將傳統中醫藥文化有機融入民衆「夜生活」，讓中醫藥更加「接地氣」「聚人氣」。千年藥韻點亮夜色，藥都三皇宮的夜格外吸睛，逛夜市、看中醫、品藥膳、學養生……在望聞問切間、逛吃賞玩中感受中醫藥文化的獨特魅力。

本圖文均據中新社微信公眾號，原文標題為《人這一輩子，一定要去藥都樟樹逛一場夜市》



▲夜市攤位前陳列著各類中藥。