

# 专题作业报告

06-16组

题目：炼丹术

组员：方浩宇（2P1） 王浩然（2P1） 方廷浚（2P1） 白旻仓（2P1）

## 1. 研究方向

炼丹有上千年的历史；丹药分为两种，医药丹和仙丹。我们的研究内容主要集中在医药丹上，因为从古到今，没有任何人记载过吃仙丹而升仙的事件。炼药丹的目的是为了治病，含有道家思想“万物负阴而抱阳”的道理，用不同物质来平衡并控制人体内的“阴”气和“阳”气，除去体内病根。

### 研究目的

- a) 揭开中国炼丹术的神秘面纱
- b) 探讨中国炼丹术的医疗效果，并与今天的养身与保健进行连接

## 2. 研究方法

本组使用了文献研究法来完成研究。我们阅读了多本关于炼丹术的杂书，也参考了许多网上博士和专家写的论文，最后进行分析、归纳与整理。

## 3. 文献综述

《Chinese Alchemy: Taoism, The Power of Gold, and the Quest for immortality》~简·库珀 是一本简单介绍中国炼丹术的书，不过书里只基本介绍了中国炼丹术的发展历史，无法完全地揭开炼丹术的秘密。但是，这本书让我们对丹药与现代医药有更深入的理解，而且这本书也给我们了一个研究方向。

葛洪《抱朴子》这本书只是在谈炼丹术的神奇作用，没有特别谈到丹

药的医疗作用，同样地，无法完全地揭开我们对炼丹术的奥秘。虽然抱朴子没有让我们全面了解炼丹术，但是他还是让我们了解炼丹术在古代中国是怎么造出来的。

《神农本草经》是一本汉时期众多医学家写的一本书里记载用汞，砷制药剂治疾病的记录。虽然这本书讲解丹药的医疗效果，但没有提出丹药到底是什么。虽然如此，本草经让我们了解了丹药对古代医学的影响，而这些影响也在现代医学反映出来。

总之，抱朴子的内篇记载的是得到长生不老的方法，*Jean Cooper* 和《神农本草经》的书则是描述道士是怎么研究丹药,和它们的效果。这几本书中只讲解了炼丹的方法和成分，都无法全面让我们理解炼丹术的奥秘，因此我们的研究就有价值。

#### 4. 文学里的炼丹术

炼丹术也存在于中国四大名著，《西游记》中孙悟空偷服太上老君的金丹而长生不老，传说太上老君（一说为老子）就是炼丹高手。炼丹，服丹达到长生是道家的一种方法。古代的炼丹术从东晋的葛洪开始兴盛，唐代的孙思邈也是炼丹高手。

#### 5. 火法，水法炼丹

据《抱朴子·金丹》和《三十六水法》中说：“火法”的反应效果主要是通过加热使固态物质发生变化；“水法”的反应效果则是通过溶解固态物质使之发生变化。简单的说就是“火法反应主要是加热，水法反应主要是溶解”。不管是用火法炼丹，还是用水法炼丹，实际上都是起一个化学反应的过程。炼丹术有两种方法,就是水法和火法。水法指的是经过溶解丹药的材料,再把它凝结起来。火法则指的是把丹药的材料加热,再看有没有体制上的变化。火法:煅（即长时间高温加热）；炼（即对干燥物质的加热）；熔（即熔化、熔解）；抽（即蒸馏）。

#### 6. 丹药真的有用吗？

道术里的炼丹术炼出的丹药有两种，分别是医药丸和仙丹。炼仙丹的主要目的是要让人升仙，达到长生不死的地步，但至今没有任何记载的丹药可以成功实现目的。药丸的目的是为了治疾病，用着道家思的“万物负阴而抱阳”的道理，用不同物质来平衡和控制人体内的“阴”气和“阳”气。虽然药丸的原理不符合科学的逻辑，但大多数药丸却的确有效。这些医药的效果可以在《神农本草经》，一本汉时期众多医学家写的一本书里记载用汞，砷制药剂治疾病的记录里找到。

## 7. 丹药与今天的医药

在现代社会里，也有丹药的存在。其中一个例子是从中国流传到韩国的拱辰丹。这种丹药对头晕、耳鸣等症状有帮助。它也会帮忙解缓压力，减少疲倦。Son Chang-gyu教授的研究团队的研究结果显示，吃了拱辰丹后人体克服慢性疲劳的力量增加1.5倍，压力时分泌激素，皮质醇的浓度超过50%。拱辰丹也有助于减轻更年期的症状。人会在40岁到50岁的期间进入更年期。那时，身体里的荷尔蒙会使人体进行巨大的变化。在更年期时，荷尔蒙的变化会导失眠，肌肉疼痛，体力衰退等症状，而拱辰丹能减轻这些病状。拱辰丹也对颅神经有好处。

（减缓痴呆症的发展，增强记忆力等）经过反复的实验，Song教授肯定了麝香丹药可以把人的专心力和记忆力进行恢复，是一个很大的突破。另外，在脑组织中称为海马体，成为BDNF和脑细胞营养因子和称为NGF这种药物被激活，与痴呆症病相似的疗效经科学证明，在未来，研药物的应用预计会更加活跃。科学家也看到了丹药发展的可能性，把它使用成一个痴呆症的药。二，在现代社会里，还是有很多的丹药类型。这些丹药的例子有包括蜈蚣标止咳丸，还有家家户户的必须药品，保济丸。保济丸，是一种治疗胃肠病的中成药，由钩藤、菊花、厚朴、苍术、藿香、薏苡仁、谷芽等组成，具有增加肠收缩幅度、兴奋胃肠平滑肌的作用。五蜈蚣标止咳丸是一种药品，具有生津止咳，祛痰功效，是居家旅行，随身携带，方便有效，必备良药。

## 8. 丹药的流传

丹药最初的概念由古代神话中吃了就长生不老的仙丹得来。中国的炼丹术从公元前三世纪开始出现,秦始皇希望长生不老而求仙丹的事,更是耳熟能详。东汉前炼丹术有两个不同传统:一是致力寻找长生不老药;二则试造黄金。东汉时两个传统汇合为一,炼丹术家尝制长生不老药,而促成两个传统结合的因素实与医药发展有关。

## 9. 总结与建议

总而言之,现代医学里确实存在着有效地丹药。但是,许多人对炼丹术的知识很有限,觉得它只不过是一种迷信,忽略了丹药的医学价值。其次,现有丹药的用途只限制于治疗轻微的病状、用来做保健,而本组坚定地认为丹药还有更深的研究价值。我们这次专题作业中的产品就是一个谈论古代丹药对现代医学的用途和发展性的报告。

## 10. 索引

<https://baike.sogou.com/v554646.htm?ch=ww.xqy.xgbk>

<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1588557625704478909&wfr=spider&for=pc>

<https://baike.baidu.com/item/%E4%B8%AD%E5%9B%BD%E7%82%BC%E4%B8%B9%E6%9C%AF%E4%B8%8E%E4%B8%B9%E8%8D%AF/799213?fr=aladdin>

<http://www.jkb.com.cn/TCM/traditionalChineseMedicine/2019/0602/454627.html>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5472722/>

[https://www.researchgate.net/publication/256190531\\_The\\_Relationship\\_between\\_Traditional\\_Chinese\\_Medicine\\_and\\_Modern\\_Medicine](https://www.researchgate.net/publication/256190531_The_Relationship_between_Traditional_Chinese_Medicine_and_Modern_Medicine)

<https://wenwen.sogou.com/z/q769561116.htm>

<https://baike.sogou.com/v8007873.htm?fromTitle=%E4%B8%B9%E8%8D%AF>

方浩宇：我对我们组做专题作业的过程感到感慨万千。身为组长，我需要学怎么帮组员们安排好时间表，一起定时做专题作业，并考虑好怎么给个个组员分工。我们组在做专题作业中遇到了许多挫折。比如，每个组员都需要参加自己的课外活动，剩下很少的时间来做作业，时间得抓得很紧。我们本来也请了以为医学专家来拜访，但他在采访的前一天有紧急事件出差了。我们用了大部分时间来准备那次采访，所以缺了这部分内容使我们提心吊胆，牺牲了很多睡眠时间用填补我们的文献综述。身为华校的学生，我认为这种经验是对我们以后的生活中很重要的。这次的体验使我更深地了解了一个组织里互相配合的重要性，我期待明年再次参加这种专题作业。

白旻仓：在做这专题作业时,我们遇到了很多问题,但我们从这些问题得了启示。首先,我们的组员都有不同的时间表。由于我们从不同的课外活动,或有些人要参加第三语言, 参加华中一百周年的演出等。因此,我们没有时间一起完成专题作业.但是我们还是尽量找时间来一起做专题作业。虽然有时候我们没有充分的时间来准备, 我们还是坚持做完。

方廷浚：经过今年的专题作业活动，我认识到了许多我以前不闻不问的资料与事件，真是让我大开眼界。因为今年我是和其他同学做作业，所以起初分工合作是非常难的一件事。但是，经过几个星期的合作，我们开始互相合作，而工作效率也开始变快了。因为有一些组员需要为学校百年生日准备，而其他组员需要参加课外活动与第三语言，因此我们有些时候不能在同一个时间一起做专题作业。但，我们还是用我们剩余的时间做完作业，献给老师和其他同学们观赏。

王浩然：这一篇专题作业让我知道不是全部的项目都需要对公众有益，但是更重要的是，我学会了和我的组员配合的重要性。如果组员们不互相体谅，互相帮助，我们这一个专题作业是不可能顺利完成的。很多时候，组员们都不能聚在一起完成我们的专题作业，做的效率不是特别高。不过，我们通过组员之间的分工来接决这个问题，总能把个人的事情做完。当然，也有时候一些组员因为个人的原因无法做专题作业，于是其他组员要帮他做他的一份。