

只活到69岁，比他的孙子乾隆少了20年 注重“养生”的康熙为何寿命短？

□蔡辉

“朕少时天禀甚壮，从未知有疾病。今春始患头晕，渐觉消瘦。至秋月塞外行围，蒙古地方水土甚佳，精神日健，颜貌加丰，每日骑射亦不觉疲倦。”1717年，康熙皇帝这样谈到自己的身体状况，此时他已63岁。

康熙被视为一代明君，在位期间平三藩、拓疆土、挫外敌，开康雍乾盛世。《清史稿》称他：“早承大业，勤政爱民。经文纬武，寰宇一统，虽曰守成，实同开创焉。圣学高深，崇儒重道。几暇格物，豁贯天人，尤为古今所未覩。”

政治上有作为，在养生上，康熙亦称典范。

康熙喜运动，且通医理，常给臣子看病。他不吸烟，能饮酒而不饮，无不良嗜好，且无事不服药，饮食注重清淡，西洋传教士白晋说：“他（指康熙）满足于最普通的菜肴，从未有过丝毫的过度，他的淡泊超过了人们所能想象的程度。”

如此克制，可康熙（寿至69岁）的寿命却没想象的那么长，比他的孙子乾隆（寿至89岁）少了20年。

康熙54岁时已“朕体渐弱，心跳加增甚重”“气血甚弱”，58岁时主持天坛大祭，更是“行礼时两旁少为扶助亦可”，在发表本文开头那段话的第二年，64岁的康熙便“行走需人搀扶，甚虚弱”。

只看正史记录，很难理解康熙为何衰老得这么快，似是过于勤政，消耗精力太多所致，但深入分析，就会发现：康熙好色，晚年尤甚，可能为此而常用西药德里鸦噶，其中含鸦片，这是他寿不过古稀的重要原因之一。



清代宫廷画家绘《康熙帝读书像》。

养生观领先时代

康熙一生好动，六次南巡，两登泰山，46次出塞北，行围84次（《清史稿》中记，实际次数更多）。自8岁登基起，办公室和寝宫中都摆放弓矢刀枪，随时操练。十二三岁起，常到南苑打猎，“筋力颇佳，能挽十五力（一力约10磅）弓，发十三握箭”。

晚年康熙自夸：“朕自幼至今，凡用鸟枪弓矢，共获虎一百三十五、熊二十、豹二十五、猓猓二十、麋鹿十四、狼九十六、野猪一百三十二，哨获之鹿凡数百。其余围场内，随意射获诸兽，不计其数矣。常人毕生射兽之数，不及朕一日所猎。”

康熙饮食有节，“朕每日进餐两次，此外不食别物，烟酒及槟榔等物皆属不用”。

据学者月三考证，征噶尔丹时，为减少后勤压力，康熙“每日一餐”“俟营中皆炊饭，然后进御膳”。康熙不喜荔枝等，往往批复“不必再进”，唯喜黄瓜，曾批复：“进来的王瓜（黄瓜又称王瓜）甚好，以后每报必须带来。萝卜、茄子，也带来。”

康熙二十八年（1689年）南巡，有人献《炼丹养生秘书》，36岁的康熙掷还其书，斥责道：“人人有生必有死，天地循环之理，如昼如夜。”

康熙也不喜欢吃补药，尤不喜人参，称：“南人最好服药服参，北人于参不合。朕从前不轻用药，恐与病不投，无益有损。”康熙五十年（1711年），曹雪芹的爷爷曹寅患病，康熙说：“曹寅原肯吃人参，今得此病，亦是人参中来。”康熙赐参时，只赐给老臣。

康熙认为养生“惟饮食有节，起居有常，如是而已”，在今天仍属不刊之论。

康熙可能吃过猛犸象

康熙身体的底子不算好。两岁时患天花，面部留下疤痕，传教士白晋说：“他（指康熙）威武雄壮，仪表堂堂，身材高大（其实只有1.69米，在当时属中等身材）……虽然脸上有一点天花留下的痘痕，但是丝毫不影响他的美好形象。”

康熙幼时多病，常用针灸调理。正史只录康熙正确的养生观念，不记错误的，其实康熙有“孢子肉治百病”情结。

据学者屈维英等在《太医难当》一文中钩沉，康熙四十六年（1707年），武英殿总监造赫世亨患痢疾，久治不愈，康熙令停药，赐孢子肉，赫世亨奏称：“遵旨即停止服药，由御药房做点稀饭、孢子肉，就菜能喝一小碗。前曾有过一至二次腹泻，亦停止了。说话声也高了，夜间亦能安睡片刻。”同事们也凑热闹说：“奴才我武英殿众人等，均纳重病，大夫未能治愈，经皇上皆令停药，并赏食孢子肉、鹌（小型鸟）、野

鸭、米饭后，均已痊愈。皇恩如此神奇，无不为之惊奇。”

此外，康熙还有“普洱茶治百病”情结，自己喝，且常赏赐大臣。

在日常生活中，康熙好奇求异。

据《康熙几暇格物编》（康熙谈话笔录，共93条，保留大量技术史料），主粮吃白粟米、沙蓬米、黑龙江麦、御稻米，沙蓬米是风滚草的种子，“米似胡麻而小。性暖益脾胃，易于消化，好吐者食之多有。作为粥，清腻可食”。盐都分石盐、阿巴垓盐两种，后者“味甚美”。

书中还记录了鼯鼠，即猛犸象，早已灭绝，西伯利亚冻有大量尸体，据说“其肉性寒，食之可除烦”，康熙可能吃过。

让数学老师给他看病

康熙三十二年（1693年）五月，康熙患疟疾，“从一开始就发高烧”，太医用人参，病情反而加重。服用传教士白晋的药锭才退烧。

白晋是数学家，不是医生，他的药锭是法王路易十四免费发的“穷人药”，治疟特效药金鸡纳树皮产自秘鲁，价格高昂，只好易以杨树皮。杨树皮含水杨酸，是阿司匹林的主要成分，可退烧。

康熙为何敢吃西洋医生的陌生药？一因好奇求异，二因康熙对西药有好感。

白晋来自法国。明末清初，天主教中耶稣会被认可，得人中国传教，被葡萄牙人把持。法王路易十四横扫欧洲，海上却无地位，想在东亚找到突破口，故派白晋、洪若翰等6人到中国传教（1人中途留在暹罗，剩下5人到了中国）。

在南怀仁推荐下，康熙同意接见白晋等，可白晋他们还在路上，南怀仁便病死了。康熙对5名法国人不太满意，只留白晋、张诚在身边。

康熙让白晋、张诚给自己上数学课。二人每天凌晨四点起床，赶到康熙处，让白晋吃惊的是：“康熙皇帝一有空闲时间就钻研数学，即使他前一天晚上工作到很晚，第二天也会早早起来，有时候甚至比我们起的更早。”

数学课讲完后，白晋又给康熙讲解解剖学，将欧洲最新研究成果引入中国，让康熙大开眼界，视白晋为医生。

初患疟时，康熙先请来自葡萄牙的传教士卢依道诊治，卢依道知金鸡纳霜能根治，可他没把握找到，只好说治不了。法国人有了压倒葡萄牙人的机会，康熙也只能听白晋的，为确保安全，康熙只服了规定药量的一半，竟有奇效。

把科学当成私人财富

路易十四的“穷人药”只能治表，恰好

此时，传教士洪若翰、刘应带1公斤金鸡纳树皮到了北京。在御医反对下，先找三名疟疾患者试药，效果奇佳。又有4名重臣主动以身试药，均未中毒。

有金鸡纳树皮，康熙的病被彻底治好，从得病算起，共辍朝近40天。

康熙病好后，先惩罚御医。因“强用人参，致朕烦躁甚病”，孙斯百、孙严百、郑起鹏、罗性涵被判死刑，康熙“从宽免死，各责二十板，永不许行医”。

清朝控制御医甚严，到慈禧时，需四名医生同时出诊，开四张药方，再诏司书太监取《证治准绳》《本草纲目》等查对，拼成一张药方，慈禧认可后，余皆焚毁。换言之，每用一味药，都需慈禧认可、太监尝试后，才可使用。

从清宫医案看，当时医生胆大，敢用大黄、芒硝等“虎狼之药”。传说给女眷看病，需悬丝诊脉，其实脉案记录详细，且有慈禧的舌苔记录，应无遮拦。

成功治愈疟疾后，康熙让白晋将西医药方写成书，很可能就是《西洋药书》（故宫所藏《西洋药书》未署作者名），白晋另有《格体全录》，介绍解剖学最新成果。

康熙将两本书誊抄后，藏入深宫，借口内容深奥，怕被误会，不许出版，且严禁外人翻阅。其实，康熙的小心思是独家占有，变成统治工具。

曹雪芹的爷爷曹寅晚年患疟疾，让人求康熙：“我病时来时去，医生用药不能见效，必得主子圣药救我……若得赐药，则尚可起死回生，实蒙天恩再造。”

康熙连忙派人送药，可曹寅远在南京，没等到药，就病死了。

“神药”已走下神坛

西方传教士将治愈康熙的疟疾，视为标志性事件，称康熙因此允许传教。其实，康熙患病前一年已批准传教。康熙未必真的承认传教士们的价值，在《起居注》中，压根儿没提他们。

第一次鸦片战争，英法联军攻占北京，白晋的两本书流向欧洲，人们才意识到，康熙认为“内容敏感”，可能指一味西药——德里鸦噶。

德里鸦噶即底也迦，是一种含鸦片的古西药，已有6000年历史，古希腊医书中已录此方，罗马帝国五贤王之一马可·奥勒留专门找了一位希腊医生，每日为他调配底也迦。

底也迦的配方有很多种，但主要成分是鸦片和毒蛇肉，它曾被视为“包治百病”的良药，至迟在唐代，被记入《本草》中，有学者称《伤寒杂病论》已载，原书佚，今本未见。

底也迦有甜版和苦版。苦版加入各种

动物的胆汁，且鸦片味苦。甜版则用蜂蜜合成药丸，经印度传入中国。古印度眼科发达，底也迦有麻醉作用，便于眼科手术。此外还有一种替代的底也迦，即四味版，用四种药材，无鸦片，疗效大降。

从历史记载看，康熙服用的是苦版底也迦，康熙让白晋等在紫禁城建一个实验室，专藏西药，不归太医院管，而由内务府直管。

康熙曾给赫世亨下令，到海外去购买底也迦，称：“多罗所携得利雅噶（即底也迦）有余，赫世亨向伊求取，若少则勿取，可捎信到广东后寻得寄来。若有掉科拉（即巧克力），亦求取。”

底也迦初期是解毒药，到康熙时，它已褪去“万能药”的光环，康熙为何重视底也迦？可能与他晚年沉迷女色有关。

晚年也同样发昏

康熙以理学家自居，刻意营造高尚、善良、负责任的公共形象，白晋说：“很难相信在东方也有这样的统治者。他人格高尚，才能卓越，胸怀宽广，治民严谨，虽然如此，他仍然刻苦修身，本国人民和邻国都尊敬拥戴他。”

名臣李光地记，康熙出巡，山西巡抚噶礼接驾，进献四美女，康熙怒斥：“用美人计耶？视朕为人此等人乎？”

似乎是坐怀不乱的君子，但学者陈捷先在《康熙好色》中指出，康熙随葬妻妾达55人，清代皇帝中最多，还不包括他曾“临幸”过的、无名分的女子。

康熙共有55名子女，康熙四十年（1707年）前，生44名子女，37人的母亲是满洲籍，康熙四十年后，生子女11人，仅3人的母亲是满洲籍，剩下都是“江南美女”。

康熙要求子女“寡嗜欲所以养精”，自己却相反。据传教士马国贤记：老年康熙在避暑山庄，妻妾环绕，康熙会突然扔出假蛇、假癞蛤蟆等，看女性们惊逃，这是“他最喜爱的游戏”，有时，康熙让妻妾们争摘山坡下果实，“可怜的跛子们争先恐后，叫嚷着朝山下奔去，以致有人摔倒在地”，康熙则哈哈大笑。

马国贤将这一切称为“可鄙的”。

康熙64岁时，需搀扶才能行走，可65岁又有了孩子。底也迦在明代宫廷中便被皇帝当成春药，康熙常说明代无明君，可他晚年也同样发昏。人皆明他人之短，昧自己之短，权力无约束，康熙也没逃出荒淫二字的封印。

晚年康熙感慨：“朕近想精神渐不如前，凡事易忘，间有怔忡之疾，每一举发，愈觉昏迷。”活到69岁，已属侥幸。