皇甫谧因病发奋终成“针灸鼻祖”

□卜俊成

很多时候，伴随疾病而来的，除了痛苦的折磨，还有全力抗争的希冀。1700多年前，曾在当时的新安（今河南省渑池县）客居20多年的魏晋时期著名医学家皇甫谧（公元215~282年），在病中怀揣对生命的热爱，树立了与疾病抗争的典范。

公元248年，时年33岁而在此前就已功成名就的皇甫谧，突然患了痹证（风湿性关节炎）。面对疾病的打击，皇甫谧并没有消沉。他一方面坚定生存的信念，博览医籍，自学针灸，给自己治病；另一方面孜孜以求，勤奋钻研，撰写出一部与《黄帝内经》共同奠定中医针灸学理论基础的巨著——《针灸甲乙经》，并因此被后世尊称为“针灸鼻祖”。

其实，皇甫谧在20岁之前，整天游荡，不通史书典籍。后来，在家人动之以情、晓之以理的教导下，他才开始发奋读书。为了尽快完成被荒废多年的学业，皇甫谧每天天不亮就起床读书，深夜才开始休息。即使在干农活的休息间隙，他也拿出随身携带的书籍，全神贯注地学习。

就这样，经过6年的苦读，皇甫谧在学业上突飞猛进，26岁时就写出了《礼乐》《圣真》等知名文章，还开始着手撰写历史著作《帝王世纪》《年历》等，因而逐渐成为当时知名的学者。虽然在文学、历史学等方面有了一些建树，但是皇甫谧并没有满足，而是更加勤勉地读书。由于常年过度劳累等原因，他变得越来越羸弱。

公元248年冬天的一个早上，皇甫谧忽然感觉双手僵硬，手关节肿胀疼痛，浑身发热，家人赶快请医生为其诊治。医生号脉后判定皇甫谧是偶感风寒，便开了几剂汤药。服药几天后，他的病情不仅没有好转，反而更加严重了。

不得已之下，家人又请来几位医生为皇甫谧诊治，但是治疗效果都不理想。此时，皇甫谧右侧的身体开始麻木，手关节疼痛难忍，耳朵也出现了问题。每当病情发作时，他就会难受得大呼小叫，父母和妻子、兄弟都不敢直视他，只能躲到门外偷偷掉眼泪。

“从症状上看，先生主要患的是痹证。他常年用功读书，过度劳累，导致正气不足，再加上感受风、寒、湿、热之邪，所以发病。这种病，单纯服用汤药很难奏效，针灸治疗大概会有一定的效果。但是，先生的病情已经被贻误到无可救药的地步了，你们为他准备后事吧！”皇甫谧患病几年后的一天，当地一位年迈的中医四诊合参后这样无奈地告诉皇甫谧的家人。

“我不能就这样悄无声息地死去，我的抱负还没有施展，很多写作计划也没有完成，我必须活下去！”听完老中医的话，躺在病榻上的皇甫谧从心底升腾起一种更为强烈的生的欲望：“哪怕只有一丝控制病情的可能，我都要大胆尝试！”于是，皇甫谧开始攻读医学书籍，并着重研究针灸，与疾病做斗争。

当时，中医针灸学已经初具规模，但仍尚待完善。苦心人，天不负。皇甫谧通过大量阅读医学书籍，按照针灸学理论，针灸一些穴位给自己治病，慢慢地竟然有了效果。然而，就在皇甫谧的病情开始好转的时候，他却服用了寒食散。

魏晋时期，服用寒食散养生是一种风尚。不过，长期服用这种由硫磺等矿物药组成的寒食散的人，最终多半会因重金属超标而死。皇甫谧本来就身患多种慢性病，服用寒食散后，如果不能及时接受治疗，只能命丧黄泉。所幸，在兄长帮助下，皇甫谧通过服用三黄汤祛除了因服用寒食散出现的症状。

这时，皇甫谧的病情得到了有效控制。随后，皇甫谧回到自己的老家。因为皇甫谧是当时不可多得的人才，因此皇室屡次征召他为皇室效命。但是，皇甫谧不愿如此，便在探望过老家亲人后四处漂泊。

后来，皇甫谧隐居在女几山（又名花果山，位于河南省宜阳县）教授门徒，著书立说。考虑到当时针灸学发展的局限性，自己又愿意护佑苍生，他便结合自学针灸为自己治病的经验，重新归纳、总结，整理《黄帝内经·素问》《黄帝内经·灵枢》《明堂孔穴针灸治要》记载的针灸学理论，撰写出自己的著作《针灸甲乙经》。

《针灸甲乙经》确定了中医临床常用的365个穴位中349个穴位的具体位置，统一了穴位名称，详细论述了这些穴位针刺及艾灸的要领、禁忌和操作规范、主治功能，还针对常见病开具了1045个针灸方。它是我国第一部中医针灸学专著，深受历代医家的重视。

疾病锻造传奇。时光荏苒，历史早已成为过往，但是皇甫谧忍痛写下的传世奇书，仍犹如太阳的光芒，穿过岁月的风尘，留给后世中医和患者无尽的慰藉与持久的温暖。

养生堂

阳春时节话榆钱

□郭增宏

榆钱，也称榆实、榆子、榆仁，是榆树之花，在每年的三四月份开放，因形如铜钱被称为榆钱，大部分产于我国东北、华北、西北、华东等地区。榆钱既是一味中药，又是一种蔬菜，是药食两用的养生佳品。

中医认为，榆钱性平，味甘而微辛，具有健脾养胃润肺、清心降火安神、止咳化痰平喘、利水杀虫消肿等功效，对治疗少觉失眠、食欲不振、小便不利、烧伤烫伤以及妇女带下、小儿疳积等有明显作用。榆钱尤以健脾安神之效最为突出，早在三国时期的《养生论》中就有“榆令人瞑”的记载。

榆钱长自榆树，含有多种微量元素，自古以来就是人们餐桌上的美味。《救荒本草》中说：“榆钱树，采肥嫩榆叶，热水浸润，油盐调食，其榆钱煮靡羹食，甚佳。”每逢春天榆钱盛开之季，人们就会争相采摘榆钱回家烹饪食用，这对身体健康是大有好处的。

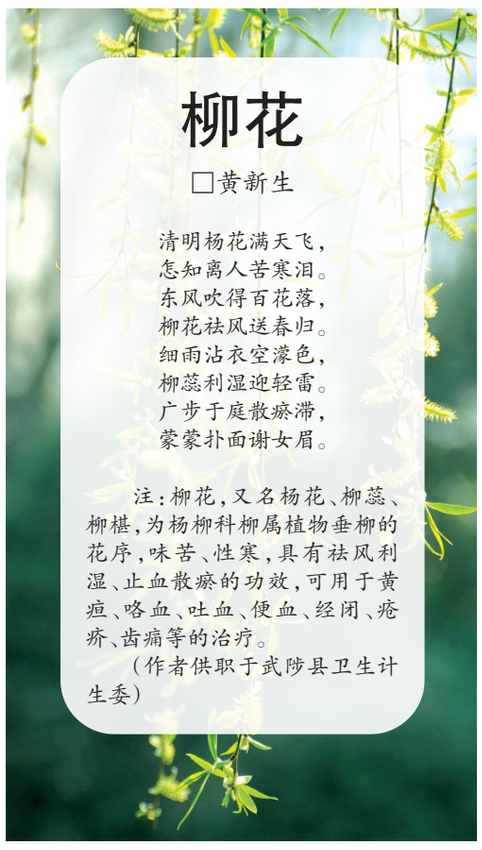
榆钱的食用方法有很多种，制作方法亦不复杂。一般来说，榆钱可以生吃、开水焯后凉拌、煮粥、做馅等，还可以做成酱，可供长期食用。

生吃榆钱的做法比较简单，即把新鲜的榆钱淘洗干净后放在餐具里，然后根据个人口味调味即可：喜甜者，可加入适量白糖；喜咸者，可放入盐、酱油、香醋、香油、辣椒油、葱花等。榆钱亦可用开水焯后，再根据个人喜好放入调料，然后凉拌食之。对于一些年长体虚者来说，煮粥、蒸后食用榆钱效果更佳。先把炒过的蒜苗、葱花等菜加入水中，待水开后放入适量小米或大米煮5分钟，再放入洗干净的榆钱煮8分钟，然后依据个人口味加入调料，此时一锅香喷喷的榆钱粥就煮好了。蒸榆钱就是将洗干净的榆钱加入适量玉米面或白面中搅拌均匀，然后做成窝窝头状，也可以加入适量调料调味，上笼后用急火蒸20分钟，再用温火蒸5分钟即可出笼。榆钱还能做馅。将洗干净的榆钱切碎，然后根据个人口味加上虾仁或肉、鸡蛋等，放入调料后搅拌均匀，包饺子、蒸包子，或做馅饼，口感颇佳。

长得老些的榆钱，最适合做成酱：将榆钱晒干磨成粉后加入各种调料，适当多放些盐，连续在太阳下晾晒10天左右（不可淋雨），等发酵出微微酱香后，放入洗干净的容器中待用，需要食用时就能摆上餐桌，不失为一种美味。

（作者供职于河南省医学情报研究所）

本版图片均为资料图片



柳花

□黄新生

清明杨花满天飞，
怎知离人苦寒泪。
东风吹得百花落，
柳花祛风送春归。
细雨沾衣空濛色，
柳蕊利湿迎轻雷。
广步于庭散瘀滞，
蒙蒙扑面谢女眉。

注：柳花，又名杨花、柳蕊、柳棯，为杨柳科柳属植物垂柳的花序，味苦、性寒，具有祛风利湿、止血散瘀的功效，可用于黄疸、咯血、吐血、便血、经闭、疮疡、齿痛等的治疗。

（作者供职于武陟县卫生计生委）

中药传说

蚕沙

□张 健

很久以前，江南有一户人家住在山里，父子俩终年外出做生意，只有婆婆和儿媳在家里。婆媳二人经常吵架，吵起架来没完没了。

有一年夏天，媳妇害了“火眼”，两只眼睛肿得像一对烂桃儿一样，眼睫毛被黏住了，眼睛也睁不开，她只能一天到晚闭着双眼流眼泪。后来时间长了，她的眼珠外面长了一层白膜，什么东西也看不清。

媳妇病成这个样子，婆婆却幸灾乐祸，对媳妇说：“孩子，这回你用上我了吧，要不要我给你请个医生开点儿药啊？”媳妇听到婆婆的话心里很不是滋味，但又担心自己从此再也看不见东西了，只好恳求婆婆：“妈，您就发发慈悲，请医生给我看看病吧！”

婆婆给媳妇请来的医生开了药方，但是婆婆并没有去抓药，只是在心里想：“平日里你对我心似辣椒、嘴如快刀，我才不给你买药呢！”

婆婆撕了药方，在山坡上捡了点儿兔子屎，从山洞里掏了点儿蝙蝠粪，又弄了点儿蚕屎。然后，她把这3种粪便掺在一起并包成几个小包，用水煎了一包后端给媳妇：“快喝吧！”媳妇喝完“药”后觉得味道很奇怪：“妈，这是什么药啊，怎么没一点儿药味儿？”

婆婆骗她说：“这里面有一味好‘药’，叫‘夜明砂’，专治眼病。医生说，喝了这‘药’，眼睛不仅能好，而且在晚上也能像在白天一样看清东西。”

媳妇心里纳闷儿，不知道婆婆怎么突然对自己好起来了，又问：“里面还有什么？”

“还有……”婆婆想了一会儿说，“还有一味‘药’叫‘望月砂’，连吃几剂，你就能看清月亮里的树影和仙女啦！”

将信将疑下，媳妇连吃了几天，没想到眼睛竟能慢慢地睁开，而且能看见东西了。有一天，婆婆没在屋里，媳妇看见柜子上有几个纸包，闻着味道跟自己吃的“药”一样；仔细一看，才发现这是蚕屎、兔子屎和蝙蝠粪。媳妇气得咬牙切齿，偷偷把纸包藏起来，想等公公、丈夫回家后再跟婆婆算账。

说来也巧，媳妇的眼病刚好，婆婆也得了同样的眼病，而且比媳妇还严重。媳妇也像婆婆一样请来医生，却用纸包里的3种粪便当“药”，用水煎后端给婆婆。

婆婆天天喝“药”，几天后眼病也好了。一天，婆婆发现盛“药”的碗底有蚕屎，忍不住动了肝火，恶狠狠地骂了媳妇一顿。

不久后，外出做生意的父子俩回家了，婆婆、媳妇争着告状。生意人脑筋动得快，父子俩听后心想：“莫非这3种粪便掺在一起能清火解毒、治眼病？”

不知道为什么，那年夏秋之间，得“火眼”的人特别多，父子俩就把这3种粪便掺在一起当药送人，结果还真治好了不少人的病。从此，婆媳俩也不吵架了，一家四口就把兔屎、蚕屎、蝙蝠屎掺在一起制成丸、散，改行卖眼药，开了一家江南最大的“眼药铺”，并为此药起名蚕沙。

征稿

您可以发表自己的看法，说说您与中医药的那些事，或者写一写身边的中医药故事，推荐您喜爱的中医药书籍。

《中医学说》《养生堂》《中药传说》《读书时间》等栏目期待您来稿！

联系人：索晓灿

投稿邮箱：525480296@qq.com

谢觉哉“撞上”叶天士

□孔祥科

叶天士

革命前辈谢觉哉，是中共延安时期著名的“五老”之一。他不是专业的诗人，但具有深厚的国学底蕴，又酷爱诗词写作。从1905年开始，直到1971年逝世，他写了大量古典诗词，保留下来的就有1000多首。

无论在同时期的老一辈人中，还是在青年人中，谢觉哉的诗词都享有很高的声誉。董必武称赞谢觉哉的诗说：“传家绝业诗千首，报国多方笔一支。”林伯渠称赞谢觉哉：“清词如海复如潮，健笔春秋百宝刀。”

我最早接触谢觉哉的诗词时还很年轻。那时，我带儿子去他姥姥家，恰好看到刚刚离休的岳父挂了一幅中堂，上面写的就是谢觉哉的一首诗：“行经万里身犹健，历尽千艰胆未寒。可有尘瑕须拂拭，敞开心扉给人看。”

这几年，我也爱读一点儿古典诗词。近期，我在网上搜集购买到的谢老诗词有《谢老诗选》（叶帅题签）、《谢觉哉诗选》（胡耀邦题签）、《谢觉哉诗词选》（陈云题签）；还买到了《中共五老诗词鉴赏》和《十老诗选》。这后两本书也收录了谢觉哉的诗词。阅读这些诗词，我不但了解到前辈们的奋斗历史、高尚情操，也增加了文化涵养。比如对于前面引述的那首古诗，我现在才知道写于1962年4月25日，是谢老在解放军总医院做胸透时的“戏占”，显现出他的乐观和坦荡。

人老了，难免生病，谢老也不例外。但是与一般人不同的是，他常用诗词的形式，把治病用药的体会记录下来。这不但给后人留下了艺术性很强的诗词，也留下了很具体的医学资料。

1959年7月下旬，谢觉哉去北戴河海滨休假，休假期间写了十几首诗词。其中一首为《喜渴病愈》，反映了他的糖尿病症状消失后的兴奋心情：“文园病渴几经年，久旱求泉竟及泉。辟谷尝参都试过，一丸遇到不妨千。”

文园，本来指汉文帝的陵园；后来，因为司马相如曾任文园令，故又指司马相如；再后来，泛指陵园、园林或一般文人。由于司马相如患消渴病（即糖尿病），古代文人有时便把消渴病雅称为相如渴或相如病。辟谷是指不吃粮食；尝参，指吃人参。从谢觉哉的诗中，我们能够知道他患糖尿病好多年（即几经年）了，曾用辟谷和食用人参的方法治疗，但他对疗效不甚满意。“求泉及泉”是说他得到了一个好的药方，依方抓药，效果很好。那么，什么样的药方如此神奇呢？

谢老为这句话加了一个详细的注释：

糖尿病旧称消渴症。我病消渴有年，喝水多，小便也多；夜间睡醒，口干欲裂，要喝水。有时肚子是饱的，但仍要吃，不吃就头昏眼花。西医要我限制吃米面，每顿只能吃二两左右；中医要我睡时含参片，可免口渴，但收效都不大。偶于叶天士手集秘方中得一方名玉泉散：白葛粉三钱、天花粉三钱、麦冬三钱、生地（黄）三钱、五味子一钱、甘草一钱、糯米三钱。服之，病若失。谚云：“吃药一千，遇药一丸”，其然乎！

从这个补注上来看，谢老得到的这个药方是他在叶天士的手集秘方中偶然发现的，依方吃药，收效甚佳，“病若失”（疾病好像不存在了）。于是，他就用诗的语言把这件事情记录下来，目的是把这个药方推荐出去，让更多的糖尿病患者受益。

叶天士是清朝名医，生于康熙五年（公元1666年），逝于乾隆十年（公元1745年）。他生平不善著述，去世以后，由其学生取其验方，辑录整理成《临证指南医案》一书。谢觉哉生于清朝光绪十年（公元1884年），逝于1971年。在1949年以后，谢老曾任我国内务部部长、最高人民法院院长、全国政协副主席等职。他身患糖尿病后仍勤奋学习，并因此与中医大家叶天士“碰撞”出这样一段故事。他们之间虽相距139年，但这无论在中国诗史上还是在中国医疗史上，都应算作一个佳话。

不过，话说回来，看病要因人而异。谢老抄录的这个药方虽出自叶天士，但也不宜简单照搬照用。“糖友们”如果感兴趣，可以将此方抄送给自己的主治大夫参考。

本报地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角 邮政编码：450046 电话区号：0371 广告经营许可证号：豫工商广字第014-1/1号 照排：本报美编设计中心 印刷：河南日报印务中心 定价：全年190元