

东晋医家范汪撰方书泽被世人

□卜俊成

对于文人来说,政治上失意未必是一件坏事。出身于魏晋南北朝时期士族名门——南阳顺阳(今河南淅川)范氏家族的范汪,年少博学,崇儒尚经,20岁就出任为官,一生多半陷于时局的纷争之中。范汪曾任东阳太守(他因此被称为范东阳)、安北将军等职,后来因得罪权贵被贬为普通百姓。

1600多年后的现在,范汪经历的社会动荡早已消失,但其撰写的医书《范东阳方》(又名《范汪方》)却始终惠及患者,至今仍被中医医师学习、运用和研究。

虽然范汪的祖父范晷曾经担任雍州刺史、左将军等职,但是范汪出生时已经家道中落,再加上其父范稚早逝,范汪6岁时,不得不和母亲一起投靠庾氏外祖父家(位于现在的河南新野)生活。不过,凄苦的生活并没有消磨掉范汪的母亲秉承家风的意志。她十分重视对范汪的教育,在范汪很小的时候就教授他四书五经。范汪学习十分勤奋刻苦,常常读书到深夜。

孟子曾言:“天将降大任于斯人也,必先苦其心志”。范汪13岁时,命运的残酷之神再一次向他袭来——母亲去世了。范汪忍着悲伤,完全按照当时的礼制为母亲举办了丧事。此后,他更加用心读书。

实际上,外祖父家也很贫穷,并不能给范汪提供很好的读书条件。范汪白天在院子里读书,晚上点燃火把诵读书籍,撰写文章。他涉猎的内容除了经史子集,还有《黄帝内经》《伤寒杂病论》等医学典籍。

时任荆州刺史的王澄十分欣赏范汪的才华,看到范汪如此用功读书,曾断言范汪必定是顺阳范氏家族兴盛的奠基者。果不其然,范汪的儿子范宁曾任余杭令、临淮太守、豫章太守;范汪的孙子范泰为南朝宋大臣,是著名学者;曾孙范晔为南朝宋的史学家、文学家,有《后汉书》存世。当然,这都是后话。

20岁时,范汪来到京师,打算建功立业,碰巧遇到叛臣苏峻

作乱。颍川(今河南许昌)鄢陵人庾亮奉命讨伐叛军。当时,庾氏家族是国内重要的士族集团,范汪外祖父家族的新野庾氏就出自颍川庾氏。范汪向庾亮进献了平定叛乱的策略,并由此仕途扶摇直上。庾氏势力衰落后,其对立面的襄阳桓氏家族桓温则开始拉拢范汪,许诺让其担任江州刺史,但是范汪不愿趋炎附势,遂向皇室自请担任东阳太守。因此,范汪得罪了桓温。后来,桓温的势力进一步扩大,就趁机建议皇室把范汪贬为“庶人”。

范汪官任东阳太守后,少了担任幕僚时的夙兴夜寐,有了更多属于自己调配的时光,便拾起了丢下的医学。他每天忙完政务后,就开始如痴如醉地研究医学书籍,日积月累,医术日益精湛。范汪有着少失双亲的痛苦经历,所以十分体恤患者的苦楚。无论何时何地遇到患者,不分贫富贵贱,他都愿意为患者倾心诊治,而且“所治十愈八九”。

在接下来的日子,随着医

学视野的逐步扩大和治病经验的不断积累,仕途不再顺畅的范汪渐渐从医学中找到了人生的寄托。被免去官职、做了寻常百姓后,没有了官场尔虞我诈和利益得失的羁绊,范汪便隐居在吴郡(今属江浙一带)讲学、从医、撰写书籍。

伟业从来都不是轻易就能成就的。为了搜集前朝及更为久远的医书,范汪常常跋山涉水找寻,并花重金购买。为了验证先代医家验方的疗效,范汪常常谨慎地在自己身上用药。在无数个日日夜夜的艰辛努力后,一部涵盖内科、外科、妇科、儿科等常见病的诊治方法,囊括前人经验和范汪自己行医心得的著作《范东阳方》终于在范汪仙逝之前完成。

《范东阳方》在继承张仲景学说的同时,兼收各家医学经验,重视采用简单方便的中医药方法有效治疗危急重症,尤其在治疗皮肤病方面,为后人提供了多种治疗方法。此外,该书首次提出“十水”及治疗方法,发展了前人对“风病”的认

识,所用方剂精简,深受后代著名医家推崇。

晚于范汪的南朝著名医家陶弘景曾在自己的著作中记述,他家原保存有一部《范东阳方》,用书中记载的方剂给亲朋好友和邻居等治病多获良效,多年来治愈的患者多达“数百千人”。到了唐朝,《范东阳方》是学医之人必读之书。当时的著名医家孙思邈曾在著作《备急千金要方》中开宗明义地指出,要想成为大医者,必须深谙《黄帝内经》《针灸甲乙经》以及“张仲景、王叔和、范东阳”等诸部经方。时至今日,《范东阳方》原书在岁月更迭中已经丢失,其部分精髓散见于《外台秘要》《医心方》《证类本草》等著作中。

一时的荣辱,时常说明不了什么;永垂的著作,则是恩泽众生的写照。凝视范汪,利益的嘈杂、权力的纷争早已被裹进历史的云层,但是可以推断,随着时间的推移,《范东阳方》的精髓依然会焕发无穷的魅力,因为它饱含着仁心虔敬。

『无药可救』的白居易

□薛松

从文献记载中,人们了解到文人墨客似乎都与酒结下了不解之缘:东晋的陶渊明,诗中有酒,酒中有诗;“诗仙”李白斗酒诗百篇,留下传世佳作;欧阳修著名的《醉翁亭记》也可被视为佐证。

若论喝酒,白居易堪称大酒徒。他不仅以狂饮著称,而且以善酿出名。他为官时,分出相当一部分精力去研究酒的酿造方法。他为官上任一年自惭毫无政绩,却为能酿出美酒而沾沾自喜。

白居易常常一醉方休,结果染上了眼疾,40岁时已有“书魔昏两眼,酒病沉四肢”之感,从而写下《眼病二首》:

散乱空中千片雪,蒙笼(朦胧)物上一重纱。纵逢晴景如看雾,不是春天亦见花。僧说客生来眼界,医言风眩在肝家。两头治疗何曾瘳,药力微茫佛力除。

眼魔损伤来已久,病根牢固去应难。医师尽劝先停酒,道侣多教早罢官。案上漫铺龙树论,盒中虚捻决明丸。人间方药应无益,争得金篦试刮看?

现代医学研究发现,少量饮酒的确能增强肝肠的消化吸收功能,促进血液循环及提高大脑思维能力,使人浮想联翩、文思泉涌。但是,过量饮酒则有害健康,对眼睛的损伤更为明显,因为酒中的有害醇类(如甲醇)会对视网膜、视神经产生明显的毒害作用。若饮酒过多,酒中的有害成分能使视神经萎缩,严重时甚至可导致失明。李时珍在《本草纲目》中也提到:“饮酒不节,杀人顷刻。”

大家从白居易的诗中可以看出,眼疾已经严重干扰了他的工作和生活。为此,他只好求助于眼科专著《龙树菩萨眼论》,期望从中找到“灵丹妙药”,他也在药盒中存放有决明丸。在我国药史上,决明丸被视为防治眼病的要药。我们从医药典籍的记载中可以了解到,决明丸由决明子、车前子、五味子等中草药配伍而成。同时,白居易也考虑一旦服药无效,就得求助于手术治疗,用金篦来刮除眼中的障翳。

(作者供职于濮阳市中医院)

养生堂

常按穴位 促进健康

□董玉娥

《黄帝内经》说:“春三月,此谓发陈。天地俱生,万物以荣。”春季的3个月,是推陈出新、生命萌发的时节,是柳絮漫天飞舞的季节,也是季节性皮肤过敏、季节性过敏性鼻炎和哮喘的高发季节。

新野县康复医院中医堂专家提醒,随着气温的逐渐升高,各种细菌、病毒等致病微生物也开始生长、繁衍,传播疾病。做好春季养生及疾病预防工作,是健康一整年的良好开端。体质过敏者,应禁食含异性蛋白的刺激食物,如羊肉、狗肉、虾、蟹等。

此外,人们还要特别注意室内卫生,保持室内空气新鲜、阳光充足,预防春季常见传染病的发生;按摩三阴交穴、舒肝解郁、培补元气,调节心情;经常按摩双侧太阳穴、风池穴、百会穴,能够有效缓解颈部肌肉疲劳。



本版图片均为资料图片

中药传说

青风藤



经10多年了。他天资聪颖,又勤奋好学,学医10多年就已经熟读经典、精于临床,在当地小有名气。

由于常年战乱,老百姓流离失所,食不果腹,衣不蔽体,很多老百姓都患上了风湿病,四肢疼痛难忍。但是因药价昂贵,老百姓没钱看病,只能拖着,导致病情越拖越严重,最后卧床不起,丧失劳动能力。

刘达看到老百姓遭受如此痛苦,心急如焚,发誓要将老百姓的病治好。于是,他常常免费给老百姓治病。但是,由于患者太多,没几天他家里的存药就全部用完了,

他只好四处购买治疗风湿病的药材。谁知,药材商趁机哄抬药价,药材价格节节攀升。为了购买足够的药材,刘达已经家徒四壁,妻儿也都跑到岳父家借住去了。但即便如此,还有很多老百姓没有药材治疗疾病,病情逐步恶化。

刘达正犯难时,看到自家的墙壁上和门前的树上攀爬着许多草藤,便想起古医籍中有“凡藤蔓之属,皆可通经入络”的记载。他想,这种草藤是不是也能用来治疗风湿病呢?他尝了一小节这种草藤,有点儿苦苦的味道。秉持着谨慎的态度,他不敢随便给患者用药,但是前来找他就诊的患者越来越多。正在他进退两难的时候,有个患者看出了刘达的忧虑,便对他说:“刘大夫,您为了医治我们这些素不相识的人弄得家徒四壁。有您这份心意,即使治不好我们的病,我们也没有半句怨言。如果您觉得这个草藤能治好我们的病,就大胆地用药吧,我们相信您!”

听到这些话,刘达心里暖暖的,觉得之前受的苦都值得。于是,刘达便将这种草藤煎煮后给那些患者喝,那些患者的风湿病竟慢慢好了。见此效果,刘达欣喜若狂,因为这种草藤在野外到处都有,老百姓可以自己采摘草藤煎药喝来治疗风湿病,既不用花钱,疗效又好,他也不用于那些老百姓没钱看病而犯愁了。

由于这种草藤能够治疗风湿病,于是老百姓都管这种草藤叫清风藤,也就是现在说的青风藤。

(佚名)

牡丹皮

□黄新生

富贵花开冠群芳,牡丹根皮泥中藏。苦辛寒气傲女帝,经肝走肾戏纯阳。清热凉血常大用,活血化瘀国色香。潜龙井中伤魏紫,沉香亭北恨姚黄。

注:牡丹皮,是芍药科芍药属植物牡丹的根皮,味苦、辛,性微寒,归心、肝、肾经,具有清热凉血、活血散瘀的功效,可用于温热病热入血分、发斑、阴虚骨蒸潮热、血滞经闭、痛经、肿毒疮毒、风湿热痹等的治疗。

(作者供职于武陟县卫生计生委)

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》等栏目期待您的来稿!

联系人:索晓灿
投稿邮箱:525480296@qq.com

招聘启事

郑州市职业病防治院是隶属于郑州市卫生和计划生育委员会的副县级事业单位,是一所承担全市职业病预防、治疗、科研、教学、管理等职业卫生技术服务机构。现因工作需要,该院特面向社会招聘内科、外科、眼科、口腔科、影像科等执业医师、技师及全科医生,具体要求如下。

一、热爱本职工作,具有执业医师资格;
二、有良好的政治素质、思想品德和职业道德;
三、身体健康。

咨询电话:(0371)63847740

联系地址:郑州市金水区红旗路2号郑州市职业病防治院。

郑州市职业病防治院
2017年3月31日

踏青,感受植物之美

□王志翔

春季是游玩、踏青的季节。人们走出屋子,感受春日的惬意。绿色植物似乎也有着和人一样敏锐的知觉,慢慢地复苏与生长,让诗意的春天处处充满生命的色彩。

感受嗅觉与视觉的交错

春季踏青,首先刺激人体感官的是清新的香气。未见其物,先闻其味。桃花、栀子花、牡丹花等都有着独特的香气,雨后的泥土、雅致的草木都散发着独特的气息。

走进春的森林,总有一种愉悦的美感让人心旷神怡。不同的植物性状与大小千差万别。抬头看看,每片树叶都独一无二,它们有掌形、羽形、针形、齿形,让人永远不会感到单调。

深入贵州赤水的丛林中,有一种古老的蕨类植物,学名叫“桫欏”。它是侏罗纪时代恐龙的主要食物之一,堪称冰川时期的“活化石”。桫欏树高大,远看像一把撑起的大伞。它的每片叶子都细长如针,有序地排列在一起,给人一种有规则的美感。桫欏的茎可入药,即“龙骨风”。

在繁盛的草丛中,有一种草本植物,在花园中、林下、溪旁都有其身影——薄荷。你可曾见过开着紫粉色或紫红色花的薄荷?美国就生长着这样一种薄荷,学名叫“美国薄荷”,与我国传统的薄荷相似,也可以用来泡茶、沐浴等,具有杀菌、缓解感冒症状

的作用。

天然的“空气净化器”

把自己从城市的嘈杂中抽离,回归自然,观赏绿色植物,放松身心,岂不快哉。

现代人的生活压力比较大,脑力和体力的消耗很快。尤其是脑力劳动者,由于大脑长时间高度紧张,加快了大脑对氧气的消耗速度,很容易造成大脑缺氧,从而出现胸闷、疲惫、嗜睡、精力不集中等情况。此时,去天然森林或公园吸氧十分有益健康。有条件者还可以去有瀑布、溪水、喷泉的地方游玩,因为那里的空气负离子浓度更高。

此外,在家中养一些绿萝、吊兰、芦荟等可吸收甲醛

等室内有害气体的植物,能够美化环境,它们更是性价比比较高的“空气净化器”。

植物给人以美的精神享受

穿越《诗经》,你就会发现,植物一直伴随着我们,无论是路边不起眼的车前草还是珍贵的人参,在医术高明的医生眼中,无贵贱之分,用药恰到好处时就是好药。

“植物知道生命的答案。”美国植物生物学家丹尼尔·查莫维茨曾如是说。在他看来,植物具有和人类一样的灵性,它们具有视觉、嗅觉、听觉,甚至有记忆。植物深深地扎根于大地,仿佛深爱着大地,随着风的方向信步。

诚聘