

范文甫精细辨证

近代名医范文甫治病处处留心,常能从细枝末节中找出病源。有一户人家,全家人均患皮疹,其他医者用硫黄等治疗,病情却更加严重。范文甫至其家,见其水缸盖上放有许多晒制的信石,问:“合家吃此水乎?”答曰:“不差。”范文甫由此认定这家人的病是信石之毒所致,唯有防风可解,遂告诉家人以单味防风煎服,服药后,果然痊愈。在这一医案中,这家人之前请的医生因为没有认识到何为病源,故而用药无效。范文甫由细微之事中找出病源,可谓“至意深心”矣。

范文甫曾治疗过一位林姓男性。患者发热9天,口不能言,目不能视,体不能动,四肢俱冷,诸医均以为是阴寒证,拟用热药。范文甫诊其脉,两手皆无,也像阴证,之后用手按其腹部,患者用手护之,皱眉呈苦楚状。范文甫再诊两足趺阳脉皆有力,所以判定其腹内有燥屎。范文甫给患者开了重剂大承气汤灌服,喝药后,患者排出燥屎五六枚,神志转清,病转平安。范文甫平日并不详求于脉,独于危重症时握手及足,以察生死。此患者两手无脉,若不求之于足,何以救此重危之症耶?

(杨吉生)

养生堂

儒家学说的创始人孔子,提出了一个很有意思的命题:仁者寿、智者寿。《孔子家语·五仪解》:“哀公问于孔子曰:智者寿乎? 仁者寿乎? 孔子曰:然。”

孔子认为,修德是长寿的根本。仁者寿是孔子论养生的总纲。养生之道包括养身和养心两个方面,身和心两方面都健康,才能延年益寿。从某个角度看,养心比养身更重要,很多疾病都是由心,也就是思想情绪方面引起的。我举个简单的例子,我们平时身体小的磕伤、碰伤、刮伤,并不能让我们整体消瘦,但有时候感情的挫折,能在短时间内让人憔悴、消瘦,严重的会引起精神疾病。可见,情志方面的因素,对于延年益寿是多么重要。孔子主张,养生要从养德开始,养德的根本是仁慈善良。要修身,发扬人的善性,清除心理的障碍,取得心理平衡,只有这样才能长寿。

仁者之所以长寿,因为“仁者静”“仁者不忧”。汉儒董仲舒在《春秋繁露·循天之道》里认为:仁者之所以多寿,外无贪而内清静。

孔子把七情养生上升到道德的高度,认为“君子坦荡荡,小人常戚戚。”一个有仁德的君子,守着正理,不做一些非分之事,所以心胸宽广,豁达开朗;无仁德的小人,则心存偏私,动辄考虑个人的私利,患得失,心中充满了局促和忧愁。孔子这句话,也道出了君子与小人的不同点,说明君子襟怀坦白、心地光明,走得正、站得直,做得对,没有那些无端的忧虑,这样,也就可以长寿了。德高寿长,也是传统医学界的共识。《素问·上古天真论》里说:“所以能年皆度百岁而动作不衰者,以其德全不危也。”意思是,那些圣人能够活百岁依然动作敏捷,是因为道德高尚。唐代医药学家孙思邈在《千金翼方》中专门做了《养性》篇,养性就是养生,认为养生的关键不在于吃各种保健品,而在于修炼自己的德行。品德恶劣,服金丹玉液也不能延年益寿。

现代医学的研究结果也证实,心理因素对机体的健康有明显的影响,仁慈宽厚的人往往心胸豁达,性格开朗乐观,所以机体的神经内分泌系统都处于最佳的调节水平,免疫功能也处于最佳状态。心理不健康的人则神经内分泌功能失调,免疫功能下降,其疾病的发病率明显偏高。孔子本身就是仁者寿的典范,他一生中致力于追求“仁”,并且身体力行,所以在当时人均寿命偏低的情况下活到73岁,说明孔老夫子提出的仁者寿的观点是非常科学的。



资料图片

智者寿的命题也非常有深意。仁者寿,是因为仁者心地善良,心胸宽广,性格开朗。那么智者寿是因为什么呢?古人认为智者寿,是因为“智者动”“智者不惑”。所谓智者动,是说智者每天孜孜不倦地学习,以求日有所获,如潺潺流水不知止息,并且智者善于运用其才智去治理社会。智者不惑,是说智者头脑清晰,明于事理,不为物欲和淫乱所惑。科学研究证明,人类的平均寿命是随着脑的发育,即智力水平的提高而逐渐延长的。人的大脑感受训练越少,衰老越快;而大脑的紧张工作开始得越早,持续的时间越长,脑细胞的老化过程就越慢。有学者根据上海《自然科学大事年表》所提供的848位已故科学家的材料,做出古今中外杰出科学家的寿命曲线图,结果表明,杰出科学家的平均寿命比普通人要高十几岁。孔子“发愤忘食,乐以忘忧,不知老之将至”的话,不仅道出孔子的为人,也说明了用脑同长寿之间的关系,尽管这种关系在当时并未做出多少科学的论证。

仁者寿,对我们今天养生仍然具有指导意义:大德必得其寿,即做人要有高尚的道德修养,乐观豁达,心胸坦荡,宽厚待人,无忧无虑,长期处于此状态,必能长寿。社会上那些不讲文明、自私自利、不讲道德之辈,整天财迷心窍,为非作歹,惶惶不可终日,怎么可能神安意定、健康长寿?另外,把学习作为养性的重要内容,勤于动手动脑,乐于助人,也能长寿。如清代曹庭栋在《老老恒言》中主张的“学不因老而废”“心不可无所用”。即通过不断地用心学习和思考问题,可以保持持续的清晰、敏捷,使身心健康。既有仁心,又有大智,岂能不长寿?

(作者为河南中医药大学教授)

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:刘静娜
投稿邮箱:570342417@qq.com

沁阳神农山

沁阳历史悠久,古迹众多,是全国首批认定的“千年古县”,是历史文化名城。今焦作一带在晋朝时为河内郡,明清时改称怀庆府,治所均在河内县(今沁阳市)。怀庆府所辖之河内、孟县、修武、武陟、温县、济源等均位于黄河与太行山所形成的形似牛角的“牛角川”内。因这一地区古称“覃怀”,后又有“怀州”“怀庆”之称,故又称“怀川”。

《淮南子·修务训》载神农氏“尝百草之滋味,水泉之甘苦,令民知所避就,当此之时,一日而遇七十毒。”《搜神记》云:“神农以耨耨鞭百草,尽知其平毒寒温之性、臭味所主。”说的都是我们所熟知的神农尝百草的故事。那么,这位医药学的前驱在沁阳的神农山又留下了哪些传说呢?

追寻神农之踪

神农山位于沁阳市城区西北23公里的太行山麓。乾隆年间编纂的《怀庆府志》,有“珑实自于炎农”的记载。这里不仅是神农氏尝百草、辨五谷、设坛祭祀的圣地,也是道教创始人老子炼丹升仙之所在。同时,韩愈、李商隐等历代文人都曾在此留下传世佳作。这座自然与人文兼具的山峰,吸引着人们迫不及待地赶来,追寻神农氏之踪,感受中医药文化之美。

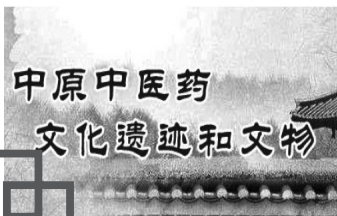
一进神农山,迎面而来的是神农文化广场,正中间矗立着神农氏的塑像,高9.9米,重29吨,用纯铜打造。整个广场分三层,寓意天、地、人三界;主坛有4个登坛步道,寓意一年有四季;祭坛周围有12块包括神农尝百草和神农祭天等讲述神农氏生平事迹的浮雕,寓意一年有12个月;祭坛底层的环路共24圈,寓意24个节气;每圈由365块青石铺成,寓意一年有365天。

在神农文化广场北面,是专门供奉炎帝神农氏的炎帝祠。炎帝神农氏辨五谷,制耒耜,创农耕,解决了民以食为天的大事,被人们千古传诵。

神农坛怀古

相传太上老君曾在神农山紫金顶筑炉炼丹。峰顶常年紫气环绕,金光流溢,与南顶武当山并誉海内外。紫金顶上还有一个长、宽、深约1米的石坑,相传是伏羲氏卧听风声、悟画八卦之处,故名“八卦坑”。

在紫金顶最高、最宽处,便是气势恢宏的神农祭天坛,东西宽30米,南北深22米,呈椭圆形。神农祭天的主要内容与农业和人民生活密切相关。一是谢祭上天赐予他智慧,使他教民树艺五谷,制麻为衣,人民衣食有源,从此农业兴起;又使他辨认出百草性味,疗民疾苦,从此减少病痛和死亡。二是祈祷上苍,风调雨顺,保佑天下五谷丰登,六畜兴旺,渔猎多获,人民丰衣足食。三是恳望天神铲除民间灾祸,赶走狂风暴雨、大旱、山崩、地震、瘟疫之魔。据《怀庆府志》载:“择爽之地建社稷坛,均北向,岁以春秋仲月上戌日为民祈报。”多位考古专家、建筑专家来到神农山实地考察,他们认为,神农坛的建造历史要早于北京天坛,可以称为“中华第一坛”,炎帝神农氏创造华夏文明的发祥地。



中原中医药
文化遗迹和文物



资料图片

合婚石与始祖峰

在云阳河的拐弯处,有一块特别的石头,当地人称“合婚石”,是根据伏羲和女娲的传说而命名的。相传上古时期,天地之间只剩伏羲、女娲兄妹二人。为了繁衍后代,伏羲提出和女娲成亲,女娲不同意,但仔细想想,也没有更好的办法,只好说“成亲可以,但必须上合天意,下顺地理”。于是二人在东西山头各点燃两堆山火,两股青烟,袅袅升起,在云阳河谷上方互相缠绕,直冲云霄。天意已明,女娲又提出

从山顶往山下滚石头,若滚下的石头能结合在一起,就算下顺地理。他们把两块大石从山上推下,结果石头在河底相撞,牢牢地合在一起。于是,伏羲、女娲就此结为夫妻。为了纪念此事,人们就把他们滚下山谷的那块巨石称为“合婚石”。这块石头至今仍保存在云阳河谷底,中间有一道青纹,一边是龙纹,一边是蛇纹,分别代表伏羲和女娲。如今,很多情侣来到这里,祈福能够永远相爱。

再往前走,展现在面前的是始祖峰,因伏羲而命名。始祖峰平地而起,巍然屹立,展现了一种阳刚之美。无独有偶,在威武挺拔的始祖峰旁边有一个阴柔秀美的女娲洞相依相伴。洞体为蛇形,从外到里,越来越细,蜿蜒入山,深不可测。始祖峰和女娲洞,一阳一阴,相映成趣,象征着人类的生命之源,代表了人们的美好祝愿,当地一些多年不孕不育的男女常来这里求子祈福。

四大怀药的传说 神农山中的野菊花

原偏多,四季分明,潺潺流水,终年不竭。这样的气候,非常有利于动植物繁衍生息。这里动物种类繁多,有陆栖脊椎动物260多种,其中数量最多的是国家二类珍稀野生保护动物太行猕猴。

相传炎帝神农氏曾身患重病,他带领文武百官和家眷,跋山涉水,广走民间,寻求良方。神农氏一行来到怀川时,当看到绿叶如盖、花团锦簇的美景和秀丽奇绝的灵山(今之神农山)风光时,大发感叹:“真乃神仙福地,药山矣!”遂在此辨五谷尝百草,登坛祭天,终得四样草根花蕊和水服之,不日痊愈。又令山、地、牛、菊四官护值,因人而得名“山药、地黄、牛膝、菊花”,后来就成了著名的

“四大怀药”。显然这只是个美丽的传说。不过,在沁阳神农坛景区的老君洼一带,至今还保留有“山药沟”“地黄坡”“牛膝川”“菊花坡”等占地名。

在神农山,有不少与炎帝神农氏密切相关的自然地名及源远流长的民间传说。如神农山自山西高平南出太行,向怀川拓展时走过的长约12公里的神农故道,神农氏在神农山尝百草辨五谷的百草坡、五谷畦,还有獾头沟、碓臼沟、磨盘岭等。尤其在号称“中天玉柱”的神农峰顶上,由南而北排列的神农殿、虚皇殿、太极池、八卦坛、神农坛、拜月坛和玄坛,每一处都有与神农氏相关的动人传说。

神农谷地百草丰

植被茂密,有许多古老树种,如侧柏、黄榆、鹅耳枥、领椿树等,树龄均在数百年至一千年以上。也有很多稀有树种,如我国特有的山柏树、华北特有的马荆刺,本地特有的太行榆、太行花等。

神农谷里的中草药有800种之

多,如柴胡、山参、鸡头参、土蓝、连翘、金银花,在途中均可看见。据说由于草药品种多,药效好,所以药王孙思邈、药仙刘自然都曾在这里采过药。

(河南省中医管理局供稿)

40年后遇“故知”

□高亚丽

我小的时候,村子里有一个大药铺,周围几个村子的人们都来这里看病。药铺屋顶的瓦缝里长了许多像宝塔一样的植物,看病的先生说是一种药材。那时候很少见到新奇的花草,便央求大人上房顶采几根给我们看,味道酸酸的,并不适宜吃。

前几年,我和亲戚到淮北的相山游玩,竟在岩石的缝隙间又一次和这种植物重逢,算起来已有40年未见,“他乡遇故知”一样亲切。亲戚家8岁的小女孩说它

叫“瓦上霜”,我认为这是一个有诗意的名字。这两年外出旅游,每逢看到古旧建筑屋顶的瓦缝有“瓦上霜”生长,我总能体会到一种厚重的历史文化积淀。仔细欣赏“瓦上霜”,株型虽小,却有一种穿越风尘的从容,我对它产生了浓厚的兴趣。

“瓦上霜”的学名叫瓦松,别名有瓦塔、瓦花、向天草等,景天科瓦松属两年生草本植物。第一年只有莲花座叶片,也称为“叶

何草”,至第二年深秋才开出粉红色穗状小花,亭亭如塔,花败结子,整个植株旋即死亡。

瓦松在中国传统文化中多是寄居高位的象征。三国时期曹魏第二位皇帝曹叡修建洛阳宫阙时特意下令:“朕亲征时曾见长安屋顶‘瓦花’甚美,洛阳须仿此而建。”瓦松在瓦片缝隙之间,无论宫殿、庙宇抑或民房,屋顶多可瞥见,实则洛阳亦有“瓦花”,何必一定要远赴长安移栽而来?群臣皆不明就里,唯有司马懿默然不

语。此后司马懿虽升任大将军,屡御外寇,然越是功高,越是行事低调。直至曹叡病逝之后,司马一族方才显出虎狼之心。想必曹叡的寓意司马懿猜到了,曹叡用长安的“瓦花”来警示司马懿:若你司马氏稍有二心,我就如移栽“瓦花”来洛阳一般,调兵前来灭你。

这个故事也从侧面说明了瓦松易于移栽的特性。白居易说:“离离原上草,一岁一枯荣”,瓦松因为所能汲取的养分有限,不得