

少年立志当良医

张仲景,名机,河南南阳人。他出身于官宦家庭,其父是个读书人,张仲景从小就受家庭熏陶,笃实好学。有一次,他从史书上看到扁鹊望诊齐桓侯的故事,对扁鹊高超的医术非常钦佩,从此萌生了学医救民的理想。

张仲景的父亲对他寄予很高期望,曾带他拜访同郡名士何颙,请何颙为他指点迷津。何颙曾在朝中做官,喜欢结交豪杰,乐于助人,且独具慧眼,以善于相人闻名于荆州、豫州一带。何颙很欣赏张仲景的好学精神,语重心长地对张仲景说:“你真诚坦率,不会阿谀奉承,不擅左右逢源,所以不适合当官。但是你才思敏捷,思维缜密,又喜欢帮助他人,如果静心研究医术,一定会成为一名名医、良医。”张仲景听后愈加坚定“不为良相,则为良医”的理想,更为勤奋学医,四处访名师,设法登门求教。

汉桓帝延熹四年(161),张仲景10岁左右时,拜同郡名医张伯祖为师,学习医术。

张伯祖,名初,字济,东汉名医,笃好医方,精明脉证,诊病治疗往往有奇特的疗效,著作有《七柳品济清口方》。他性格沉稳,生活俭朴,医德高尚。张仲景拜师后,勤奋好学,跟随师父出诊、采药、炮制,非常勤快。张伯祖见张仲景聪明稳重,酷爱医学,学习刻苦努力,做人脚踏实地,毫无官宦子弟的奢侈浮华之风,也很喜欢他,便把自己毕生所学和行医经验,毫无保留地传授给他。

襄阳有名医王承,是武当观碧静道之长之徒,传承了道长的奇药妙术,尤其对治疗痲痘病,有独到的药方,可谓药到病除,时人称其为“王神仙”。当时张仲景在南阳也算小有名气,但他还是真诚地前往襄阳拜师,虚心求教——白天侍奉左右,抄方制药,夜晚秉烛读书,钻研医理。在学习期间,他记录大量宝贵医案,总结王承的治病经验。王承见他聪敏好学,药理纯熟,遂将自己所学倾囊相授。张仲景学成出师时,王承赠其四句箴言:“药草到处有,就靠两只手,人人是师父,处处把心留。”

张仲景谦虚好学,博览医书,广泛吸收众多医家的经验用于临床诊断,进步很大,医术越来越精湛,渐渐超过了他的几位老师。经他治疗过的病人,十有八九都能痊愈,张仲景遂成一方名医,闻名遐迩。

当时“建安七子”之一的王粲(字仲宣)因怀才不遇,投奔自己的同乡、荆州牧刘表做了幕僚。王粲身材矮小,又常年患有疾病,体质孱弱,他经常请年长自己十几岁的张仲景诊治疾病,二人因此交往频繁。据魏晋时期学者、医学家皇甫谧在《针灸甲乙经》中记载:“仲景见侍中王仲宣,年二十余,谓曰:‘君有病,四十当眉落,眉落半年而死。’令服五石汤可免。仲宣嫌其言忤,受汤勿服。居三日,见仲宣,谓曰:‘服汤否?’曰:‘已服。’仲景曰:‘色候固非服汤之诊,君何轻命也?’仲宣犹不言。后二十年果眉落,后一百八十七日

东汉医学家张仲景被后人称为“医圣”,这不仅是对他高超医术的高度褒扬,更是对他仁心大德的由衷称赞。在医德医风上,张仲景为后世医者树立了楷模和典范,他的善德善心善行,被千古铭记、传颂。

医者仁心张仲景

医中之圣 方中之祖

郑学富



而死,终如其言。”据史书记载,王粲死于建安二十二年(217),时年41岁。

坐堂行医济苍生

尽管张仲景不喜欢官场,无意仕途,但因为他的博学多识、品质优秀、孝顺父母,再加上其父曾在朝廷做官,又有世家背景,所以被州郡举荐为孝廉,成为“后备干部”,拿到了进入官场的敲门砖。当时的长沙郡和南阳郡都隶属于荆州,荆州牧为刘表。建安三年,长沙太守张羡举长沙、零陵、桂阳三郡之兵背叛刘表,刘表发兵讨伐。王粲执笔写了一篇《三辅论》,以示师出有名。后张羡父子被刘表彻底打败,长沙郡重归荆州,而太守之位空缺,王粲趁机向刘表推荐张仲景为长沙太守。

建安年间,朝政不安,兵祸绵延,战乱四起,瘟疫大流行,前后达五次之多,很多人因此丧生,一些市镇变成了空城,生灵涂炭,尸横遍野,惨不忍睹。曹植在《说疫气》中描述说:“疠气流行,家家有僵尸之痛,室室有号泣之哀。或阖门而殒,或覆族而丧。”张仲景的家族原来有两百多人,经历数次瘟疫后,死去了三分之二,大多是死于伤寒病。

作为父母官和医生的张仲景目睹百姓大量死亡的惨景,内心非常悲痛,他毫无官老爷架子,全心投入为百姓诊治。张仲景根据自己的经验开出了对疫病具有治疗作用的方剂“麻

杏石甘汤”,该药由麻黄、杏仁、石膏、甘草等组成,具有辛凉宣泄、清肺平喘之功效。他在衙门口垒起大锅,施诊舍药治病救人,救治了很多染上瘟疫的百姓,有效遏制了瘟疫大流行,深得人民的爱戴。

封建时代等级森严,官员不能随便进入民宅,接近百姓。不接触百姓,怎么能为他们医病呢?张仲景就在后堂和寓所里给患者诊断、治病。无论是穷人还是富人,他都热情接待,认真施治,从不拒绝,挽救了无数人的性命。由于他医术高超,细致周到,当地民众纷纷慕名前来求医。为了更方便快捷地为百姓看病,他干脆将“诊所”搬到官衙大堂里,并择定每月初一和十五两天,大开衙门,坐堂应诊,把脉开方,做到公务、行医两不误。他让衙役贴出安民告示,公布这个决定。他的这一举动引起热烈反响,民众无不交口称赞,对张仲景更加拥戴。每逢问诊日,太守衙门前便聚集一大批前来求医看病的患者。《湖南省医药卫生志》记载:“汉献帝建安元年至九年(196—204)疫病流行,长沙太守张仲景坐堂诊治,全活甚众。”

张仲景开创了名医生坐堂的先例,被传为千古佳话。后来人们就把坐在中药铺里给人看病的医生,通称为“坐堂医生”,把中药店铺称为“堂”。

张仲景坐堂行医,接触了各种各样的患者,遇到了各种疑难杂症。他在为病人医治的过程中,不断总结经验,大量采集民间药方,进行认真研究探索,医术也更为精湛。他在前人的基础上,结合自己的诊断实例,提出了“辨证论治”,即

辨证和论治两个过程。辨证就是通过望、闻、问、切所收集的信息、症状和体征,通过分析、综合,辨清疾病的病因、性质、部位,以及邪正之间的关系,概括判断为某种性质的证。论治,即根据辨证的结果,确定相应的治疗方法。通过辨证论治可做到精准治疗,而不是头痛医头、脚痛医脚。这成为中医临床的基本原则,是中医的灵魂所在。

辞官著书惠后世

有一天,张仲景下乡视察,遇到一个巫医正在为一个精神恍惚的老人家做法。他经了解得知,这位老人在战乱中失去了儿子,又遭遇老伴儿病亡,由此郁结于心。张仲景给老人煮了一碗甘麦大枣汤,老人服下后很快缓过神来。张仲景当众揭穿巫医骗人的把戏,对老人说:“世上根本就没有鬼神,都是自己欺骗自己。甘麦大枣有养心、调肝、安神的功效,所以能治你的病。”张仲景通过调查发现,这样的事并不是个案,民众生大病大多寄希望于巫医或者神灵。

张仲景还了解到,一些庸医昧着良心发财,不给病人认真诊脉便开方抓药;有的虽师承名医,却不思进取、因循守旧,不精心研究医方、医术,而是竞相追逐权势荣耀,忘记了医生治病救人的本分。张仲景对这些人非常气愤,痛加斥责。残酷的社会现实使张仲景认识到,凭一己之力单纯开方行医,只能医救身边有限的人,可是如果把医疗方法总结出来,让全天

遵循匹配定律

清风暴竹

韩馥在三国时算得上是一个名人,讨伐董卓时他是十八路诸侯之一,身份和地位自然不能小觑,但他的结局却出人意料,什么原因呢?

韩馥是颍川郡(今河南禹州)人,没什么背景,靠勤奋读书进入仕途,担任过御史中丞。东汉的政治斗争异常复杂,中平元年(189),凉州军阀董卓入主洛阳,挟持天子,老实巴交的韩馥被意外地封为冀州牧。

当时,冀州是北方人口最多的州,横跨冀、青、幽、并四州,以韩馥的资历来说,堪称一步登天。后来,袁绍与董卓因政治分歧而分道扬镳,袁绍被封为渤海太守,成为韩馥的属下。袁绍的家族号称“四世三公”,韩馥对这位出身豪门望族的属下自然十分忌惮,便“遣数部从事守之,不得动摇”,派佐吏在袁绍的门口把守,限制袁绍的行动,相当于将他软禁了起来。

董卓的暴行引起天下共愤,初平元年(190),关东州郡起兵讨伐董卓,袁绍因其号召力而成为盟主。在各路诸侯中,韩馥被分配的任务是留守郿城(今河北临漳),负责后勤保障,供给军粮。韩馥对袁绍的疑虑不减,经常借故克扣军粮。

讨伐董卓的事无果而终,袁绍的谋士逢纪出主意说:“做大事业,不占领一个州,没法站住脚。现在冀州强大充实,但韩馥才能平庸,可暗中约公孙瓒率领军南下,韩馥得知后必然害怕恐惧,只要派出一名能言善辩的人向他陈说祸福,他必然被这突如其来的事情弄得不知所措,我们就可轻易得到冀州。”袁绍听从了逢纪的建议,写信给幽州的枭雄公孙瓒,让他暗中偷袭韩馥。

接着,袁绍又派首席谋士荀谏劝告韩馥说:“公孙瓒趁着得胜南下,袁将军率领军队向东南而来,其意图难以预料,我个人以为您很危险。”韩馥一听就害怕起来,说:“那我该怎么办呢?”

荀谏说:“您自己估量一下,在宽厚仁爱包容、使天下人归附方面,比起袁绍来怎么样?”韩馥说:“我不如他。”荀谏又问:“面临危难出奇制胜、智谋勇气方面,您比起袁绍来又怎么样?”韩馥说:“我不如他。”荀谏再问:“世代普施恩惠、使天下各家得到好处这方面,您比起袁绍来又

怎么样?”韩馥回答:“我不如他。”荀谏说:“将军您在这三方面均不如袁绍,但却长期居于袁绍之上,袁绍是当代的豪杰,必定不肯一直在您之下。而且公孙瓒带领燕、代的士卒,其兵锋不可抵挡。冀州是天下的重镇,如果两支军队合力进攻,会师城下,冀州的危亡立刻就会到来。袁绍是将军的故旧,并且又是同盟,眼下的办法,不如将整个冀州让给袁绍,袁绍必然对您感恩戴德,公孙瓒就不可能再与您相争。这样将军有让贤的名声,自身地位比泰山还要稳固,希望您不要有疑虑。”

韩馥素来怯懦,心惊胆战之下就同意了荀谏的建议。韩馥的手下一听都气疯了,长史耿武、别驾闵纯、骑都尉沮授都纷纷劝阻说:“冀州再弱小,能披甲上阵的也有百万人,粮食足够支撑十年。袁绍以一个外来人和一支正处穷困的军队,仰我鼻息,好比婴儿在大人的股掌之中,不给他喂奶,立刻可以将其饿死,为什么要把冀州送给他呢?”韩馥说:“我过去是袁氏的属吏,而且才能比不上袁绍,估量自己的德行而谦让,这是古人所看重的,各位为什么觉得不好呢?”韩馥的手下听了只能摇头叹息。

很快,韩馥派其子给袁绍送去印绶,让出了冀州牧之位,同时主动腾出官邸,自己则搬到中常侍赵忠的旧宅居住。袁绍未动一兵一卒,便拥有整个冀州,而对让贤的韩馥,他只是嗤之以鼻,并无感恩之心。袁绍掌权后,任命韩馥为奋武将军,但既没有兵,也没有官属。

此后,韩馥每天深陷忧虑惶恐之中,便投奔了陈留郡太守张邈。但他内心的恐惧已经如影随形,有一次,袁绍派了一名使者去看张邈,涉及机密时,使者便附在张邈耳边悄声细语。韩馥当时在座,看到这种情景,想到他们一定是在算计自己。过了一会,再也无法承受精神压力的韩馥起身走进厕所,用一把刮削筒状的书刀自杀了。

美国投资家查理·芒格曾提出一个匹配定律:要得到你想要的某件东西,最可靠的办法是让你自己配得上它。韩馥悲剧的根源在于其德不配位、才不堪任。古人讲:“德不称其任,其祸必酷;能不称其位,其殃必大。”在这个世界上,我们每个人都应该拥有与自己相匹配的东西,一旦自己拥有的东西超过了自己的能力,就会给自己留下祸患。真正成熟的人,都要懂得遵循匹配定律,享受与自己匹配的东西,过与自己匹配的人生。

“名宿”不能指称现役运动员

许晖

有些体育解说员或体育记者常犯的一个错误是:以为在某俱乐部效力过就可称“名宿”。所以经常出现现役运动员被称“名宿”的可笑场景,比如“巴萨名宿梅西”这类称谓。这种误用的原因在于不懂得“宿”字的本义。

“宿”的甲骨文字形像一个人睡在室内的席子上。《说文解字》云:“宿,止也。”意思是夜晚在家里休息卧止。因此“宿”的本义就是住宿、过夜。

《诗经·周颂·有客》有天子宴客之歌,其中有“有客宿宿,有客信信”的诗句,住一夜称“宿”,住两夜称“信”,那么“有客宿宿”则是住两夜,“有客信信”则是住四夜。

由此可知,必须隔夜才能称“宿”,比如“宿醉”指昨夜喝醉,隔了一夜,到今天酒还未醒,又比如“宿雨”指从昨夜一直下到今天的雨。“宿”从而引申为隔年的、前一年的,又引申为积久的、前世的,等等。

因此,就体育界而言,“名宿”一定是指退役的著名运动员,犹如说从前是现役、如今已过今天的雨。“宿”从而引申为隔年的、前一年的,又引申为积久的、前世的,等等。

有人反驳说“名宿”之“宿”指星星,那么“名宿”就可以理解为体育明星。这种说法也是错误的:首先,“宿”是星座之名,比如“星宿”“二十八宿”,不能单独用来指一颗星星。其次,“宿”当作星座之名,实际上仍然是从其本义而来,东汉学者刘熙在《释名·释天》中解释说:“宿,宿也,星各止宿其处也。”最后,古代、现代汉语中都没有“名星”一词,某个领域内有影响力、有名的人物只能称“明星”。

语词精奥

苏东坡的酷评

晏建怀

林语堂在《苏东坡传·自序》中说:“苏东坡是个秉性难改的乐天派,是悲天悯人的道德家,是黎民百姓的好朋友,是散文作家,是新派的画家,是伟大的书法家,是酿酒的实验者,是工程师,是假道学的反对派,是瑜伽术的修炼者,是佛教徒,是士大夫,是皇帝的秘书,是饮酒成癖者,是心肠慈悲的法官,是政治上的坚持己见者,是月下的漫步者,是诗人……”毋庸讳言,苏东坡的确是一位多才多艺、多姿多彩、横看成岭侧成峰的古风流人物,如果把议论时事、臧否人物算上,他还是一位幽默的评论家,常常妙语连珠,酷评迭出,散发出一代文豪的聪明智慧。

历朝历代,得到名人的品评都是文人士子们的梦想,“一经品题,便作佳士”的机遇吸引着他们趋之若鹜。苏东坡作为文坛巨擘,这种点石成金的奇效更是灵验无比。当时,很多青年才俊以在苏东坡面前吟诗为荣,倘若得其一二点评,则有登堂入室、无上荣耀之感。一位叫王沂的官员,颇以才华自诩,常在苏东坡面前卖弄。一次,他作了一首《竹诗》,对自己两句尤为得意,便在苏东坡面前吟诵道:“叶垂千口剑,干耸万条枪。”苏东坡一听,不禁哈哈大笑道:“好则极好,则是十条竹竿,一个叶子也。”这两句好是好,不过,万竹千叶,无异于说十根竹子方生一片叶,天下哪有这样的竹子?苏东坡遂下一评语说:“世间事忍笑为易,惟读王沂大夫诗,不笑为难!”苏东坡一评天下知,王沂因此落下了愚钝之名。

苏东坡贬官黄州(今湖北黄冈)期间,与同为眉州(今四川眉山)老乡、现隐居于黄州岐亭的名士陈慥成了至交,二人畅谈用兵之策、兴亡之道,过从甚密。陈慥好谈养生,经常吹嘘自己的养生功效,洋洋自得。一次,陈慥生了场大病,整整一个月都不见好转,于是,苏东坡“幸灾乐祸”地写了一封信戏弄陈慥说:“公养生之效,岁有成绩,今又示病弥月,虽使皋陶听之,未易平反。公之养生,正如小子之圆觉,可谓‘害脚法师’鸚鵡禅,五通气球黄门妾”也。”意思是你平日吹嘘养生效果如何如何,如今一病不起,整月未愈,即使司法始祖皋陶听了,也没法给你平反了。你的所谓养生经验,可谓害脚法师——售符水而不能自医、鸚鵡谈禅——学语而不解意、五孔的气球——多孔漏气而不堪踢、太监的小妾——有名无实,

下的行医者都学会,必然会有更多的人受益。于是他毅然辞去太守之职,回到家乡潜心钻研医学,著书立说。

张仲景“勤求古训,博采众方”,刻苦研读《素问》《灵枢》《八十一难》《阴阳大论》《胎产药录》等古代医书,继承《黄帝内经》等古典医籍的基本理论,广泛借鉴其他医家的治疗方法,结合个人临床经验,研究治疗伤寒杂病的方法。

建安十年,张仲景开始着手撰写《伤寒杂病论》,历经5年时间,惊世大作《伤寒杂病论》问世,全书共16卷。他在序中呼吁读书人“留神医药,精究方术,上以疗君亲之疾,下以救贫贱之厄,中以保身长全,以养其生”。他认为自己的这部书“虽未能尽愈诸病,庶可以见病知源,若能寻余所集,思过半矣”。

张仲景结合自己的经历鼓励人们勤奋学医,他说自己不是天才,只能靠刻苦努力学习来获得知识。他写道:“孔子云:生而知之者上,学则次之,多闻博识,知之次也。余尚方术,请事斯语。”他为后人树立了谦虚谨慎、淳朴无华、勤恳踏实的学风。

《伤寒杂病论》著述风格朴实简练,毫无浮辞空论,系统地分析了伤寒的原因、症状、发展阶段和处理方法,创造性地确立了对伤寒病“六经分类”的辨证施治原则,奠定了理、法、方、药的理论基础。该书集秦汉以来医药理论之大成,是我国第一部临床医学方面的巨著,也是我国医学史上影响最大的古典医著之一,被奉为“方书之祖”。张仲景也被誉为“经方大师”。

当时由于纸张尚未大量使用,印刷术还没有发明,张仲景的《伤寒杂病论》很可能是写在竹简之上。当时书籍的传播只能靠手抄,流传开来十分艰难。东汉末年战火频频,在张仲景逝世不久,原书便散失不全。后来晋朝太原王叔和、北宋翰林学士王洙,先后发现了这本书的断简残章,于是全力搜集流落民间的各种抄本,加以整理校订。北宋时期,《伤寒论》和《金匱要略方论》两本书刊印发行。除重复的药方外,两本书共载药方269个,使用药物214味,基本概括了临床各科的常用方剂。

有一年冬至节,南阳郡特别寒冷,北风怒号,大雪纷飞,百姓的耳朵都生了冻疮,到张仲景住所求医者络绎不绝。张仲景吩咐家人在院中搭起棚子,在棚中垒起一个大锅,把羊肉、干辣椒和一些祛寒的药物一并放在锅中熬煮,再把羊肉捞出切碎,用面皮包成耳朵状(名曰娇耳)放锅里煮熟。每个生冻疮者可领一碗药汤和两个娇耳,张仲景将其称为“祛寒娇耳汤”。病人吃了之后,只觉得浑身渐渐暖和起来,两耳也开始发热,冻疮很快就治好了。所以民间有“冬至不端饺子碗,冻掉耳朵没人管”之说。

据说张仲景去世那天正是冬至,人们不约而同前来为他送葬,把他的坟垒得大大的。后人还在坟前为他修了一座庙,以纪念这位对中国古代医学的发展和人们的健康作出巨大贡献的医学家,这就是坐落于河南南阳的医圣祠,后来改名为张仲景博物馆。医者仁心,人们敬仰张仲景的医术和医德,为了纪念他,都在冬至这一天吃饺子,此习俗便流传至今。

不过都是无用的摆设罢了。苏东坡用一连串俏皮的比喻,把陈慥有名无实的所谓养生之道大大讥笑了一番。

陈慥,字季常,青年时嗜酒好剑,视钱财如粪土,中年折节读书,但未考取功名,晚年,他放弃家财,自号龙邱居士,隐居岐亭,好蓄养声妓(歌舞舞女),爱交朋结友,平日常弦歌曼舞,宾客盈门,不亦乐乎。唯一美中不足的是,他有一悍妻柳氏,每每苏东坡等好友前来聚饮,倘有声妓在侧,柳氏总是妒恨交加,以杖猛击照壁(遮挡挡门的低矮墙壁)大声大闹,让宾客们不欢而散。1085年,苏东坡移居常州后,常常怀念陈慥,特撰一诗《寄吴德仁兼简陈季常》,分赠醉春名士吴德仁(字德仁)和好友陈慥,中有句云:“龙丘居士亦可怜,谈空说有夜不眠。忽闻河东狮子吼,拄杖落手心茫然。”又把陈慥愤内之态大大戏弄一番。此诗在士大夫间疯传,“河东狮子吼”遂成“悍妇”专属。

苏东坡任杭州知州期间,曾写过一篇绝妙的判决书。事情是这样的,灵隐寺和尚了然,迷恋上了勾栏院妓女李秀奴,花钱如流水,来往日久,终弄得家业光尽,身无分文。和尚的钱袋子空了,李秀奴就与他断绝了关系。了然一住情深,不能自拔,依然纠缠不休。某日,了然喝多了,去找李秀奴,又吃了闭门羹。了然勃然大怒,乘着酒性,一顿拳打脚踢,将李秀奴当场打死,于是,了然以谋杀罪受审。在审案的过程中,苏东坡看到了了然胳膊上刺了一副对联:“但愿生同极乐国,免教今世苦相思。”和尚恋爱不成反将人打死,罪不容诛,苏东坡愤然写下判词说:“这个秃奴,修行忒煞。云山顶上空持戒。一从迷恋玉楼人,鹤衣百结浑无奈。毒手伤人,花容粉碎。空空色色今何在。臂间刺道苦相思,这回还了相思债。”随即判决了然死罪。

苏东坡评事品人,雅俗兼具,谑而不虐,于机智诙谐的调侃中给人启迪,句句堪称酷评。苏东坡说话率直,却又极为人通透、通达之人,他只是对那些自以为是的庸人、唯利是图的小人看不惯,好嘲讽讽刺而已。对于文朋诗侣,性情之交,他只是打趣搞笑,不至于失欢。而对那些真正有才学、有见识的人,哪怕是自己的敌人,例如排挤过自己的王安石,迫害过自己的章惇,他都采取宽容的态度,不记仇,不记恨,往往一笑而过,这是他敦厚达观的一面。