

名中医吴承贵解释为什么南方人喜欢吃点辣 江南多 燥湿 滋阴健脾很重要

记者 蒋伟文 见习记者 高婷婷

为什么南方地处潮湿,南方人调理身体却强调滋阴降火?山川大药房义丰号坐堂名中医,原邢台市中医院院长、主任医师吴承贵认为,这种现象符合朱丹溪“阳常有余,阴常不足”的中医经典理论。

对 滋阴派 观点有了切身体会

吴承贵,祖籍河北邯郸。我崇拜的金元四家之一朱丹溪就是金华人。他自称与金华有缘,而且我女儿、女婿都在金华工作,女婿还是永康人呢。

前两年,他从邢台市中医院退休后就常驻金华,目前应邀在每周三、周四来山川大药房义丰号坐堂问诊。

吴承贵是恢复高考后第一届大学生,毕业于北京中医药大学,先在综合性医院工作,后调入中医院,从全科医师转变为中医专家,他对恶性肿瘤治疗研究项目曾获河北省科技成果二等奖。

刚到金华,吴承贵发现,南方人不管大人还是小孩,调理身体一般都服用滋阴一类的中药。比之干燥的北方,南方地处潮湿,反而阴虚的人群较多。于是他对元代“滋阴派”朱丹溪提出的“阳常有余,阴常不足”观点有了切身体会。

他认为,“阳常有余,阴常不足”与脾功能有关。脾主运化水湿,水谷精微、分清泌浊,脾喜燥而恶湿,一旦遇湿就会功能受阻,容易造成湿邪困脾,津液不能正常滋补全身。

夏天吃太多冰镇食品不利于健康

吴承贵认为,朱丹溪对“阳常有余,阴常不足”人群的治

疗采用“滋阴降火”之法是有道理的。

比如,江南天气潮湿,南方人多“燥湿”,喜欢吃点辣椒,有助于祛湿气,如果北方人吃辣椒,就容易产生便秘,口舌生疮等。根据“春夏养阳,秋冬养阴”的原理,夏天吃太多冰镇食品不利于人体健康,冬天吃点冰激凌倒是有一定的科学依据。

吴承贵说,观察舌头可判断:脾虚的人会出现舌边齿痕、舌体胖大,舌色淡、无血色,呈花斑苔。特别是刚生产的女性,脾虚会表现出五心烦热、自汗盗汗、夜热早凉等症状。朱丹溪的经典方剂“大补阴汤”十分有效。

当然,阴阳调和需要有一个整体观念,应遵从自然规律,从阴阳入手,从经典方剂,加减变化,辨证施药。同病异治,异病同治,就是这个道理。

针对寒性女性痛经、痛经患者,吴承贵给出一个小偏方:半斤黄酒加10片生姜,煮5分钟至10分钟,然后加15克红糖,因人酌量服用。

他建议市民养成健康生活习惯:忌吃油腻食物,少吃烧烤食物;多吃葱蒜可以散寒祛湿,生吃效果尤佳;注意锻炼,特别在冬天,出点汗对身体有好处。



应坚散文 研讨会举行

记者 程高赢



近日,由民建永康总支主办的应坚散文集《七十年代 小城忆旧》作品研讨会在紫薇花园宾馆举行。著名作家、画家鲁光,杭州市作协副主席赵福莲,市人大常委会副主任、市作协主席章锦水,市政协副主席、市书协主席叶成超以及我市文化界人士参加。

《七十年代 小城忆旧》一书记录了70年代永城老街、老宅、小巷,故人、恩师、亲友,学校的奇闻轶事。与会者认为,应坚这部散文集既有珍贵的历史文化价值,又有独特的文学价值,堪称永康版的“清明上河图”。作者在书中的回忆如缕不绝,点点滴滴丝丝入扣,无不浸润着甜蜜与快乐。而这些用岁月累积起来的幸福与忧伤,开怀与失落,不仅印在作者内心深处,也流淌在读者的心里。

会上,鲁光先生向应坚赠送了“乡土乡音乡情乡思乡爱”十字书法作品(见上图)。

神奇大海龟

民主小学二(6)班 宋欣恬

大多数人认为只有在海边才能见到海龟,可是我却在永康与一只大海龟亲密接触。这只海龟身子可大啦,比我身子大一倍,如果它立起来,和我差不多高呢。它微微昂着头,四肢轻轻向后划,懒洋洋地半睁着眼睛,趴在一个玻璃橱柜内,好像正在张望着什么。

这只大海龟就是我爸爸药房里的海龟标本啦!

我爸爸的药房里有许多名贵的药品。有像一只只小手的西洋参,有圆圆的铁皮枫斗,有毛茸茸的鹿茸,还有一条条干巴巴的、小指头那么长的虫子。爸爸告诉我,那种药材叫冬虫夏草,营养价值可高啦!

爸爸的药房不仅药材多,还有好多多位医术高明的中医生,特意来找他们看病的客人也很多。我问爸爸:为什么有这么多人喜欢来我们店里看病抓药呢?

爸爸拉着我来到店门口,指着店门上的几个大字“山川大药房”,对我说:大海能纳百川是因为宽容,山川大药房能经营数百年是因为诚信。(指导老师 胡皓如)

Advertisement for the book '楚歌' (Chu Ge) by Zheng Xiaofeng, featuring the book cover and title.

一切都尘埃落定之后,刘邦君臣有过一次著名的对话,内容是分析项羽失败的原因。大臣高起、王陵认为主要原因是项羽“妒贤嫉能,有功者害之,贤者疑之,战胜而不予人功,得地而不予人利,此所以失天下也。而刘邦则认为项羽关键在于不能用人,自己能驾驭张良萧何韩信三杰,项羽则“有一范增而不能用,此其所以为我擒也。”

假使项羽地下有知,该会冷笑,笑尔等庸人岂能懂得男儿胸怀,居然发出这等谬论。说什么妒贤嫉能,有谁够分量能让我项羽嫉妒呢?所谓“战胜而不予人功,得地而不予人利”,大局全在我自家掌控之中,众人不过跟在后面跑一身臭汗,难道果真受得起霸王的犒赏吗?还有什么不能用人,打个江山我项羽一人就已绰绰有余,何劳什么范增范减指手画脚!倒是那位司马迁有句话说到了点上,说我项羽是“奋其私智”,说得痛快!我项羽原本就要以一己私智与天下人好好较量一番,手中霸王戟,胯下乌骓马,足矣!

站在项羽的角度,他有理由将所有的对手视作乌合之众。汉初诸名臣,除张良出自卿相世家外,其余基本出身微贱,萧何曹参只是地方小吏,陈平、陆贾、王陵、夏侯婴等皆为平民,樊哙屠狗,灌婴贩布,恭敬卖苦力,酈食其看门,周勃则是丧礼上的乐手;至于最后给予项羽致命一击的韩信,更是个贫困潦倒、大庭广众下钻过裤裆的混混。

以如此班底为根基的刘邦,在楚国贵胄项羽心中的地位可想而知(这种居高临下的轻视也可以用来解释鸿门宴上为何放过刘邦)。且不提毫无背景的草根门第,沛公的种种表现,简直无异于一个流氓。历代开国之君,若论素质之低下,言辞之露骨,动作之放荡,无人能出刘邦之上。贪酒、好色、不学无术,将“乃公(你老子)”挂在嘴边,张口便骂,挥手便打(《史记》中刘邦最常见的行为就是骂),甚至还当众扯下儒生的帽子撒尿。

相比项羽,无论文武,刘邦似乎都没有优势。遇事常常没有主意,为之奈何,也就是“怎么办呢”,是他

说得最多的一句话。然而事后看来,成就刘邦功业的,正是这句“为之奈何”。凡事没有定见,也就意味着没有任何束缚,一身爽快轻装上阵。

光脚不怕穿鞋的,这恰好能作为刘项争雄的注脚。平民与贵族最大的区别在于,后者肩负着邦国宗族的重压,而地域性的感情,往往会使整个天下趋于离心。完成复仇的项羽就陷入了这个怪圈,灭秦之后的举措,无一例外表现着彷徨,他简直不知道下一步该怎么走了。

项羽始终搞不清楚国与天下的关系。西楚霸王,名号虽然铿锵响亮,其实每个字都充满了矛盾:本身只满足于做个王,但又想如春秋五霸那样号令群雄(一个向齐桓公时代致敬的“霸”字,将项羽逆对历史潮流的暗昧暴露无遗);既要执天下之牛耳,却又只肯立于一隅之楚。富贵不归根,如衣锦夜行。故国的纠结,局限了项羽的眼光,直接导致了他的覆灭。

谁也不知道推翻秦始皇之后的世界将是什么样子,但迷雾里的跋涉,最危险的是既定的路线,固执只能使脚步笨拙死板,无法应对复杂的地貌。

连老爹都可以任人宰割,还能涎着脸向项羽讨杯肉羹?无赖刘邦,最大优势就是没有任何家世、甚至普通人情道德的羁绊,灵活机动,脚踩西瓜皮,滑到哪里算哪里。如果说项羽做的是答案固定的填空题,那么他只需对发出“为之奈何”问卷之后得到的选项进行选择。刘邦的幸运在于,他做出的每个决定,都歪打正着,暗暗契合历史大势。

只要能虚心听取建议,刘邦便不会孤军作战。战国后期以来,平民这股新生力量崛起的势头愈来愈强劲,作为他们的代表,刘邦的背后有无数推手。清代史家赵翼在谈到汉初布衣将相之局时,便发过如此感慨:人情犹狃于故见,而天意已另换新局。

天意已另换新局。咸阳火起之日,也就是项羽历史使命完成之时。当年秦始皇的统一事业,其实尚未圆满,如今,项羽把七雄中仅存的最后一国——秦,也击成了碎片。

而项羽,最后的战国贵族,同样将在这场大火中同归于尽,他应该退场了。

Advertisement for Zhejiang Guierkang Biotechnology Co., Ltd. (浙江菇尔康生物科技有限公司), featuring the company logo and text about their products and services.

Real estate information section listing various properties for rent and sale, including addresses, areas, and contact details.