

■华佗故事

帮审疑案

华佗与新任扬州太守陈登是老相识。

这年，华佗来到扬州，自然要去拜望一下老朋友了。他安顿好住处，便径自来到扬州衙门。陈登正坐在堂上发愣，一听说阔别多年的故人来了，自然喜从天降，赶忙迎上堂来，分宾主坐下，沏上茶叙谈。可是三句话一讲，陈登就心不在焉，不断叹气，答非所问。华佗是聪明不过的人，一见这样子，当然心里不高兴，便起身告辞。陈登忙止住，说：“元化，为何匆匆？”

华佗说：“陈太守衙门有事，我在此不便打扰！”

陈登又叹了一口气，老老实实地问：“是啊！是有事——”

于是，陈登便告诉华佗，前两天，衙门受理一个案子，一时难以断明，为此伤脑筋。他与华佗谈话时，心里还牵挂着这案子呢。

陈登告诉华佗，有个寡妇的女儿叫应莲，许配给邻村的一个叫李憨的小伙子，就待秋后过门。这天，李憨在河里捕鱼，网有鱼，捕了不少。李憨遵照母命，就提了两斤鱼送到岳母家中。当时，只有应莲在家纺纱，李憨腼腆得很，将鱼放下，看看缸里没水，拿起扁担就去挑水。应莲见李憨送鱼来，又勤快地帮着挑水，心里十分高兴，便给他煮了三只荷包蛋，放在堂屋大桌上。李憨挑满了缸水，便吃了荷包蛋，高高兴兴地回家了。不料，到家不到半天，就突然死去。

李憨父母见儿子死得惨，就报了官。官员下来查案，看过应莲家，认为是应莲投毒谋杀，按



杀人者抵命，便判处应莲死刑。可是，把应莲带到大堂，见她是个朴实貌美的农村姑娘，也不相信她会如此歹毒。经查，在李憨生前，应莲未赖过婚，也从未有半点不满婚姻的怨言；李憨死后，就数应莲伤心，眼哭肿得如红桃子。当宣判她抵命时，她连喊“冤枉”，弄得陈登也没了主张：要说是应莲投毒，这毒药从哪来的？要说不是应莲害死的，这凶犯又是谁呢？

华佗听了陈登叙述之后，也很同情陈登。因为他了解陈登，为官清正，爱民如子，从不滥施酷刑。华佗想了想，说：“陈太守，你到应莲家去看了吗？”

“这个……我还未去咧！”

华佗又提议说：“陈太守，要是方便的话，我与你一同到应莲家去看看，或许能理出个眉目来。”

陈太守连忙说：“这当然很好，你是医生，会对我有帮助的。”

于是，第二天清晨，华佗与陈登便乘轿到了应莲家，只见应

莲母亲哭得两眼发黑。陈登在屋内看了几遍，看不出什么疑点。华佗在屋内看了又看，想了又想，见这屋子是多年老屋，心里便有了几分数。最后，他端条板凳放在门边，让陈登望着堂中大桌子坐着。又吩咐应莲再去煮三个荷包蛋，放到那天放的桌子上。一切安排就绪，华佗也找个凳子坐下，耐心地等待着，瞧着。只见蛋碗里的热气袅袅升起，不一会儿，一连串油光闪亮的清水珠子，从屋上面滴落下来，不偏不倚地正好落在蛋碗里。

大家抬头一看，只见房梁上的燕子窝里，一条黑斑蛇，半截挂在窝边，头伸出窝外，毒液便从它的嘴里，一滴一滴地往下落着。

华佗指着房梁说：“这是一条毒蛇，因为受到热气的影响，便从口内排出了毒液。可见投毒犯是黑斑蛇，而不是应莲。”

说罢，华佗便命随从牵来一只黄狗，把荷包蛋让黄狗吃了。一会儿，黄狗便死了。

到此，案子真相大白了。陈登立即宣布应莲无罪释放。应莲走到太守面前，连声称谢。陈登说：“应莲，你应去感谢华医生，是他帮我审清疑案，救你一命！”

应莲又去感谢华佗，华佗说：“应莲，你还是去感谢陈太守，是他为官清正，没有轻率从事，所以你得救了。”

陈登哈哈笑道：“应莲，都甭谢了。元化，我们还是回去叙谈叙谈吧！”

于是，便和华佗回扬州了。
口述人：王棋香

体重：一场关于自我、健康与社会的对话

2025年政府工作报告再度明确，要实施健康优先发展战略，强化基本医疗卫生服务。国家卫生健康委主任雷海潮出席记者会并表示，加强生活方式的干预，要持续深入地开展体重管理和慢性病防控，让每一个人做好自己的健康第一责任人至关重要。

体重秤上的数字，从来不只是简单的公斤数。它是一个人生活方式的见证，是社会文化的缩影，更是每个人与自我对话的窗口。

在当代社会，体重早已超越了单纯的健康指标，成为了一种文化符号。社交媒体上，减肥达人们分享着各种瘦身秘籍，健身博主们展示着完美身材，这些都在无形中塑造着人们对体重的认知。一个令人深思的现象是：当我们谈论体重时，我们究竟在谈

论什么？是健康，是美丽，还是社会认同？

体重的变化，实际上是个人生活方式的真实写照。一个经常熬夜加班的人，可能会因为压力而暴饮暴食；一个热爱运动的人，往往会觉得较为健康的体重。这些选择背后，反映的是每个人的生活状态和价值取向。体重管理不是简单的加减法，而是需要建立在对自身生活方式的深刻理解之上。

体重与健康的关系，远比我们想象的复杂。医学研究表明，体重确实与多种慢性疾病相关，但单纯的体重数字并不能完全反映一个人的健康状况。更重要的是体脂率、肌肉量等具体指标，以及个人的整体生活方式。过度关注体重数字，反而可能带来焦虑、饮食失调等新的健康问题。

在追求健康体重的过程中，

我们需要建立理性的认知。健康的体重管理应该是个性化的，要考虑年龄、性别、职业等因素。更重要的是，它应该是一个循序渐进的过程，而不是追求快速见效的极端方式。真正的健康，是身心和谐的状态，而不是单纯的体重数字。

体重不应该成为评判一个人的标准，也不应该成为束缚自我的枷锁。在关注体重的同时，我们更应该关注的是如何建立健康的生活方式，如何与自我达成和解，如何在纷繁的社会标准中找到属于自己的平衡点。这才是体重这个话题带给我们最宝贵的启示。

让我们以更开放、更包容的态度来看待体重，把它当作认识自我、改善生活的一个切入点，而不是焦虑的来源。毕竟，真正的健康，始于对自我的理解和接纳。

梁湘茂（湖南）

美丽的书院路

在手术的间隙，站在医院10楼手术室外的飘窗前，捧一盏热茶，向书院路鸟瞰：明净的天云卷云舒，冉冉的流风如拂如拭，楼宇鳞次栉比，路上绿茵盖道，车马川流不息，人群聚散纷纷，不尽的喧嚣夹着现代气息扑面而至，不经意间发现，书院路原来是这样美。

书院路以中段妙高峰上的那一所飞檐琉璃的书院而得名，书院原为南宋理学名家张拭首创，现为湖南第一师范学院，其院静默沉幽，雅致朴呈，是为千年学府。当时东南三贤之张拭、朱熹二人于文津渡口往来灵官、岳麓两阜，在此布道传学。斯时，大江南北群贤毕至，逾千人之众，思辩析疑，启智发明，蔚为壮观。后蔡和森、毛泽东在此求学，述少年强则中国强之意气，倡野蛮其体魄，文明其精神之思想，寒秋独立，纵横捭阖，指点江山而成就风流，伟人气息至今流存……

书院路以北接西湖路，临江有一阁肃穆而立，阁以杜工部之名为名，曰杜甫江阁，遥想其瘦骨伶仃，病雨飘摇，乘舟楫顺流而下，时北方战火不断，杀气颇盛，茅屋为秋风所破，其人其情令人扼腕良叹……

书院与江阁，两种不同的历史片段，境况迥异，如白云故道，春秋风华，都是历史在吟唱，或激扬壮美，或悲戚凄美，回眸都是那样的美。

书院路西望，岳麓山厚重而驻，夕阳下霜染枫红如锦服华披，桔子洲、猴子石两桥跨江而过，桥下渔舟唱晚，霞光下波光潋滟，伟人青年时期雕像雄踞橘子洲头，看湘江执意北去，从中劈开浩浩江波，不自禁让人感受这山水人文灿烂，美不胜收……

书院路向东望，贺龙体育馆大气恢宏，开国上将王震敬题元帅之名，南昌的枪声回响于耳，再次打响体育强国之精神，五马奔槽的故地，摩天轮火炬塔雄立，而今已成网红打卡的名胜；回龙山下有白沙古井，其泉清香甘美，夏凉冬温，流而不盈，掘而不匮，用以泡茶色味殊绝，用于酿酒芳香醇厚，用于煎药熬汤皆极佳。现建有白沙古井公园，有联为誉：高天聚风月一园是造物之无尽藏好为寄性怡神地，古井媲潇湘八景看游人之所共适都在廉泉让水间。再看步行街，霓虹迷离，华美货品琳琅满目，美食服饰通街皆是，多彩廊坊尽显都市繁华，步行街尽头，湖南第一高楼国金大厦巍然耸立，傲视群雄，与书院路以西之景遥相呼应，独一无二的山水洲城格局，尽显地理之美。

书院路东北角，祥和地坐落一院，院落名“长沙市中医医院”，又名“长沙市骨伤科医院”，其门面古朴沉拙，医院的正前方，树医圣张仲景雕像，张仲景曾为长沙太守，公务之余在公堂置案行医，上以疗君亲之疾，下以救贫贱之厄，坐堂医之名亦由此而尚。院内中药飘香，气象茵蕴，汗吐下和温清消补八法之治济世济民，医院骨伤科闻名遐迩，摸接端推拿按摩归纳抱朴骨正筋柔，历时已有六十余载而术业不衰。甲子蝶变，与时俱进，求医者门庭若市，继承者秉承古老易理，析阴阳之道，解医道烦难，玄明之间，尽显哲思之美……

茶已品尽，另一台手术就要开始，开工干活！劳动也是美的，而在美丽的书院路上劳动更美！

周细江（湖南）