

中华医圣张仲景的故事

远游求教

跋山涉水，晓行夜宿，历经数千里路程，张仲景终于到了茅山。

寻到那位老道士后，仲景直率地说出了专程前来求教的心意。老道士见仲景言辞坦诚，又是一位习医之人，便先提出《黄帝内经》上一些深奥的话语探问，接着又有意谈起老子的《道德经》，仲景都能对答如流。这让老道士刮目相看，不久就与仲景成了忘年之交。

从此，张仲景走南闯北，勤求古训；东西奔波，博采众方；反复琢磨，创制新药。他治疗内科疾病的医艺已趋于精熟的地步，但他感到在治疗外科疮痍上还欠功夫。

某一天，他听人说樊阳城有位姓王的名医，最善医治毒疮。张仲景求教心切，当天就打点行装，直奔襄阳而去。

这天晌午，仲景寻路来到了王医生药店门前，苦苦要求掌柜收他做个药店伙计。碰巧这几日看病买药的人特别多，掌柜忙得喘不过气来，见有人要求当伙计，就当场让他试试该如何炮制药材。仲景一听，放下行李，立即利落地干了起来。掌柜见了，大为满意，问道：“你是什么人

氏？姓甚名谁？”

襄阳离南阳不远，仲景知道自己的名字已传到此地，他怕说了真话不方便，于是答道：“我是南阳人，姓张名羨，家乡遭灾，所以到外谋生。”

掌柜将此情况告诉了王医生，收仲景做了伙计。从此，仲景处处留意，将王医生治病的独到之处一一记在心中，并暗暗写在本上。

有一天，一个老汉匆匆来到药店，说他儿子病得厉害，把王医生请走了。过了半个时辰，老汉来药店取药，张仲景见处方上有藤黄五钱，知道病人肚中有虫。又过了一会儿，王医生回来了，正要举步歇息，仲景忙拦住了他：“先生，那老汉不久或许还会再来请你的。”

“那药一吃，病就缓解了，怎会还来找我？”王医生不满地走开了。

仲景忙拦住王医生，赶快解释：“恕学生直言，用藤黄杀虫，一般需要一两的剂量。先生只开五钱，这药量不足以杀死腹中虫子，那没杀死的虫子闹腾起来更厉害，甚至会有生命危险哩！”

王医生一下醒悟过来，但一

时竟不知如何是好。这时，那老汉果然又跑来了，说孩子吃药后肚子疼得更厉害了。仲景立刻说：“王医生，学生愿替先生走一趟。”

当仲景到老汉家时，病人正痛得在床上打滚。张仲景心中有数，掏出银针，揭开病人衣服，对准穴位刺了进去，接着又让病人服下一剂泻药。过了不久，几条又长又大的虫子排泄出来，病人立即疼痛全消了。

回到店里，仲景把出诊的情况告诉了王医生，王医生知道详情后，又惊又喜，忙问：“张羨，你到底是什么人？”

“实言相告，我姓张名机，字仲景，专到这里拜师学艺的，怕你不肯收下我，故当初不敢说出真实姓名。”仲景回答。

“哎呀，原来是张仲景先生，久闻大名，没想到你这么年轻俊雅，说什么拜师学艺，可不敢当！”王医生说，立刻吩咐设宴款待。饭后，二人立刻交流起经验来，他俩在医治内科外科疾病上互相取长补短，相得益彰。

（摘自《中外著名科学家的故事 张仲景》，四川少年儿童出版社1995年4月出版，有删节）

芫荽，健康生活溢芬芳

老家的菜园里，芫荽是父亲年年必种的。一进入寒冬，餐桌上便少不了这道天然鲜香，多半是用来烫火锅的。

秋末冬初，父亲就开始播种芫荽。下种之前，他会用微温将种子浸透，好让它们吸足水分，这样发芽率才高。整平的一畦菜地上，芫荽种被密密麻麻地撒下，再覆上一层薄薄的细土。这时，父亲还会为它们做一件格外贴心的事——搭一个温室棚。

待天气转晴，父亲揭去薄膜，让芫荽接受冬日的洗礼。它们没有辜负菜地的厚爱，也没有辜负风霜寒雨的眷顾，长得娇柔青绿，生机盎然。

挖芫荽，父亲用的是一把二齿耙。他将齿耙举过胸前，暗自使力砸入泥层，向上一撬，土便松了，只需轻轻一提，芫荽就连根带泥被拔了出来，顺手在齿耙上磕掉泥块。几耙下去，就能挖小半篮。剔去黄叶杂质，放进大脸盆，用刚摇上来的井水清洗几遍，沥干水分，就等着下火锅了。

火锅底汤烧开后，夹起几根芫荽，粗鲁地按进热汤里，片刻后翻个身、打个滚，让它受热均匀。趁它还青翠时迅速捞出。芫荽是经不住长时间烫煮的，稍一耽搁，便会脱青变色，失了新鲜和香味，非得快烫快吃不可。

烫好的芫荽放在嘴边吹一吹，送入口中，青嫩爽脆，满嘴清香，汁水甘润。我们吃得酣畅淋漓，舌尖仿佛也跟着跳舞。用“热辣滚烫、欲罢不能”来形容，一点也不为过。

芫荽，又名胡荽、香荽，古称葶荽。据唐代《博物志》记载，它原是由汉代张骞出使西域时带回，故名“胡荽”。魏晋时，后赵皇帝石勒忌讳“胡”字，才改称“香荽”，从此流传于市井。

自古以来，芫荽就常见于典籍。《饮膳正要》中写它“气味香，辟腥”；《本草纲目》中也说它“性味辛温香窜，内通心脾，外达四肢”；《闲居赋》中以“蓼荽芬芳”赞其香，其中“荽”就是芫荽；元代王桢在《农书》中更是称其“子、叶皆可用，生熟俱可食，甚有益于世”。

除了烫火锅，芫荽更多时候是作香料。煮一锅鲜鱼汤，它是绝配，去腥增色，更添其香。奶白的鱼汤中漂着几叶翠绿，活色生香，让人食欲大开。

而母亲早晨下的面条，也总不忘撒上一把切碎的芫荽。于是寻常一碗面，便多了几分清香，也融入了母亲那深沉而悠长的爱，每一口面条，都让我吃出了温情，吃出了幸福。

如今我蜗居城市，出门几步就是超市、菜场，芫荽一年四季不断，虽然鲜嫩，却总不及父亲亲手种的芫荽，土生土长，原汁原味，健康自然，那是大棚蔬菜永远无法比拟的。

芫荽出世后，每次回家，父亲总要采些芫荽让我带回。以至于我的车里、我家的厨房里，常常弥漫着芫荽特有的清香。我知道，那香气里藏着老家的味道，也藏着父亲的味道，更藏着我深深的眷恋。

芫荽，这抹烟火人间的芬芳，注定是我这一辈子不离不弃的乡愁乡味。

艾国华（湖南 怀化）

赵光（湖南 岳阳）

乡村振兴的“健康顾问”

12月10日，衡阳市祁东县五合街道绿野村乡村医生周永林（前排中），来到山村农家，与村民一道学习《大众卫生报》，传播健康知识，指导冬季保健。周医生说：“我们订阅的《大众卫生报》很实用，是乡村振兴的‘健康顾问’。”

通讯员 何晓晓 摄影报道



第一次体验小针刀

近来颈椎病加重，头越来越晕。这种晕不是天旋地转的那种眩晕，坐着躺着不晕，也没有脚踩棉花的感觉，而是走路时身子会朝某一个方向倾斜，靠腿用力控制身体平衡。日子过得束手束脚，不敢出远门，连走路都小心绕着坑洼走。

向医师是我的老乡，从事针灸工作多年，早就劝我试试小针刀。我怕疼，一直拖着没去。这回是真扛不住了，只能硬着头皮去找他。

他用手在我脖子和肩膀附近反复按压，寻找病灶和下刀的位置。我侧躺在治疗床上，心里念叨“忍忍就过去了”，可还是发慌。碘酒擦过后颈，凉飕飕的，恐惧来袭，我突然坐起来，说想看看针刀长什么样。他把小针刀

在我眼前一晃——原来跟挖耳勺差不多大，刀口是扁平的，只有一粒米那么宽，和我想的斜口刀不一样。

心里仍是七上八下，盼着他快点做完，又怕他真的下刀，就像第一次约会的女孩在焦急地等待男朋友，希望他早点来又怕他乱来。挣扎了一阵，心一横：来吧，疼就疼，总比一直这么晕着强。

刀真的来了，落在颈椎第二节右边。入刀的速度有点快，从皮肤进入肌肉，只听到“嘶啦”的声音，就像有人在撕一块布发出的脆响。刀往深处走，碰到粘连的地方，他就轻轻划开。还好，谢天谢地，不算太疼。不到半分钟，刀抽出来，一股带着温度的鲜血顺着脖子流下。向医师赶紧

用纱布压住伤口，血很快止住。接着在右侧风池穴旁补了一刀，稍疼一些。然后在左侧对应位置也下了两刀，感觉大抵相同。

四刀结束，伤口隐隐作痛，头脑却清醒不少，一股清气从鼻腔穿过，直抵头顶，非常舒服。我又试着下地走几步，身子不那么容易歪了。小针刀的效果，倒是来得实在。

向医师问我：“还好吧？没你想像的那么疼吧？”我点点头。疼，确实能忍，但我好像不只是忍了疼，还突然明白：人总是容易畏惧那些未曾经历的事，可生命里许多困局的解脱，恰恰始于那一点鼓起勇气的尝试——就像这一回，我向着未知的疼，探出了一小步。