

惊蛰:古人的“卫生日”

□ 郑学富

古人在惊蛰日有撒蜃炭与石灰消毒的习俗。

《周礼·秋官》记载:“赤发氏(周时的官名)掌除墙屋,以蜃炭攻之,以灰洒毒之,凡隙屋,除其狸虫。”郑玄注:“除墙屋者,除虫豸藏逃其中者。蜃,大蛤也,捣其炭以礲之则走。”狸虫指隐藏在房屋孔穴里的跳蚤、虱子之类的小虫子,都是传染疾病的媒介,故而需用蜃炭撒遍房屋的每个角落以灭虱蚤。孙思邈《千金月令》说:“惊蛰日,取石灰糁门限外,可绝虫蚁。”石灰原本具有消毒杀虫的功效,在惊蛰这天,古人将其撒在门槛外和庭院中。

源

『散步』竟然是为了解毒

□ 廉颇老矣

“散步”的起源与一种毒药有着千丝万缕的联系。

原来,“散步”最初叫“行散”,“散”是“散发”的意思,指一种借行走来散发药性的行为,与五石散有关。

据鲁迅先生在《魏晋风度及文章与药及酒之关系》中的描述,何晏是服药的祖师,他因为身体不好,开始服用五石散。这种药物服用后,会令人五内如焚,浑身发热,必须靠快行行走来散发药性,否则会有生命危险。

当时的名士们,为了追求长生不老或延年益寿,纷纷效仿何晏,服用五石散。服药后,他们不得不进行一种特殊的行走方式——行散。这种行走,既是为了散发药性,也是为了缓解药物带来的不适,“行散”一词便应运而生,并逐渐在魏晋名士中流传开来。

随着时间的推移,人们逐渐发现,五石散并不能带来预期的长生不老,反而因为药性不能及时散发而导致中毒,甚至危及生命。于是,五石散逐渐退出了历史舞台,但“行散”这一习惯却被保留下来,并演化为现在的散步。

到了唐代,诗人韦应物在《秋夜寄丘二十二员外》中写道:“怀君属秋夜,散步咏凉天。”这里的“散步”,已经不再是单纯为了散发药性的行走,而是变成了一种随意走走、享受自然美景的日常活动。

有的地方在惊蛰日吃煎香油饼和韭菜馅饼,也是为了消毒。《本草纲目》称芝麻油可解热毒,灭毒虫。用香油煎炸食物,香气四溢,可使灶台上的虫类绝迹。惊蛰日各地均有用香油煎食糕饼的风俗,俗称熏虫。韭菜的独特辛香味是其所含的硫化物形成的,这些硫化物有一定的杀菌消炎作用,有助于人体提高自身免疫力。用韭菜做馅饼食用,能散瘀活血、温中下气、补虚壮阳,在肠内起消毒作用。

民间有“炒惊蛰”的习俗,即通过炒一些食品,把病毒病虫炒死。李时珍《本草纲目》说:(黄大豆)“宽中下气,利大肠,消水

胀肿毒。研末,调热水,涂痘后痛。”人们在惊蛰日将黄豆放在盐水中浸泡后再在锅中爆炒,这就是惊蛰吃炒豆的习俗,又称为“炒惊蛰”。在闽西,惊蛰日在热水中煮带皮毛的芋子,吃芋子饭或芋子饺,以芋子象征“毛虫”,以吃芋子寓意除百虫,认为这样可以消灭多种毒虫,故俗语称“炒虫炒穿,煞(煮)虫煞穿”。在江西一带,惊蛰日上午,农家将谷种、豆种、南瓜、向日葵子及各种蔬菜种子取一小撮放入锅中干炒,谓之“炒虫”。炒熟后,放在厅堂中,全家人围坐一起大嚼,还要边吃边喊:“吃炒虫了,吃炒虫了。”

析

趣话鱼书、鲤书和雁书

□ 古傲狂生

李商隐有诗云:“嵩云秦树久离居,双鲤迢迢一纸书。”晏殊词云:“鱼书欲寄何由达?水远山长处处同。”李清照也有词云:“雁字回时,月满西楼。”这里的鱼、鲤、雁都是指书信。为什么它们都是书信的代名词呢?

鱼书、鲤书均源于汉乐府《饮马长城窟行》。这首诗里说:“客从远方来,遗我双鲤鱼。呼儿烹鲤鱼,中有尺素书。”成语“鱼传尺素”就源于此。后人就把鱼尤其是鲤鱼视为书信的代名词。细究下来,纸张出现以前,书信多写在白色丝绢上,为使传递过程中不致损毁,古人常把

书信扎在两片竹木简中,简多刻成鱼形。刻成鱼形,想来也是因为书信畏水火,鱼生长在水中,水又克火,这其实也是一种风俗、迷信或者祝愿吧。

大雁和书信的渊源则跟苏武牧羊有关。《汉书·苏武传》记载:苏武出使匈奴,被囚禁十九年,其志始终不渝。后来,汉使向匈奴索要苏武。单于欺骗汉使,称苏武已死。而汉使故意说天子打猎时射下一只北方飞来的鸿雁,发现鸿雁脚上拴着帛书,是苏武写的。单于只好放了苏武。鸿雁传书从此传为美谈。

趣

古人读书的方法真酷

□ 徐宏洲

诸葛亮的读书方法名为“观其大略”,意思是书可以只看大概,很多书知道主旨、概要、主题即可,不必深究细节。

苏东坡的阅读法叫“八面受敌”,他在《又答王庠书》中介绍:“书富如入海,百货皆有,人之精力,不能兼收尽取,但得其所欲求者尔。故愿学者每次作一意求之。”根据苏轼的读书方法,我们读书求全不如求一,每次只带一个问题去阅读,而不是遇到问题就新开辟一个“战场”。

这和打游戏也比较类似,主线任务和支线任务每次做一个。苏轼读《汉书》,第一遍重点看“治世

之道”,第二遍重点看“用兵之法”……每一遍完成一个任务,等所有的都完成了,游戏也通关了,这本书也读明白了。

欧阳修的读书方法名为“计字日诵”,简单说是:“总量恒定,定时推进。日拱一卒,积少成多。”

按部就班,好于突击猛赶。欧阳修曾经把《论语》《诗经》等10部书总字数统计好,然后分两步走。

第一步是强迫自己每天熟读300字左右,这个体量看上去不大,但是考虑到都是精读,所以也许比我们现在读3000字还要费时间。欧阳修的计划是用三年半时间全

闲话

从汉朝开始,翻译队伍已经初具规模,朝廷设立的“大鸿胪”是翻译机构的开端。

清朝的翻译考试更加正规,形成了童、乡、会试三级科考体制。三级考试都通过者,可以进入翻译机构上班。说到这事,便引出了一件历史轶事,现代各种中文书籍报纸包括凡属用中文表述的文字中使用的标点符号,却是“进口”的。

1866年,担任大清总税务司的赫德要回英国结婚。这位精通中英两国文字的超级翻译,请求清政府派若干官员跟他一道去英国考察。这本来是一件求之不得的好事,但满朝文武却“总苦眩晕,无敢应者”。就在尴尬之时,一位老者“揭下皇榜”,他叫斌椿,带着同文馆的三名学生和他的儿子跟随赫德从皇城出发,开始了欧洲之旅。

谁也想不到,斌椿前往大不列颠岛除考察英国的社会状况和风土人情外,此行的一个重大贡献,竟是为中国引进了标点符号。在英国时,斌椿有一天清晨喝早茶,他在翻译的帮助下阅读英国报纸,发现英语句子之间标有许多“小蝌蚪”和小圆圈等,这些图不像图、字不是字的东西让他十分不解,连忙向翻译请教其中的奥秘。翻译介绍说,这些符号叫做标点,是用来分隔句子和表示语气的。

斌椿听罢醍醐灌顶,读了一辈子圣贤书,阅读古书的难度几乎就是因为断句。他觉得这个发明太好了,不仅能帮助读者快速阅读文章,还能统一阅读标准。回国后,他兴奋地把这一重大发现奏报朝廷,这位几乎被历史遗忘的老者也因此成了把标点符号引入中国的第一人。



部熟读完毕。第二步是从头开始每天背诵150字左右,用七年时间背熟。

张溥是一位明代的学者,他的读书方法比较激烈,叫“七焚”。

当然这只是形式,内在是强迫自己因为“失去”而强化“得到”,分为三个步骤:第一,把要读的内容抄在纸上,边抄边读;第二,抄完之后再有感情地高声朗读出来;第三,重点来了,朗读后立即把抄完的内容烧掉。烧完后,再重复前面的步骤。至少反复七次,直到自己觉得已经完全理解了。

谁将标点符号引入中国

□ 戴冠伟