



愚公有志能移山

——愚公“秦岭医踪三部曲”读后

曹东义

至今还记得几年前读安康作家愚公先生新作《青囊》时的欣喜之情——终于看到描写民间中医的曲折丰富的内容所吸引了！展卷一读，立即被其中跌宕起伏、曲折丰富的内容所吸引，更在小说中看到自己和很多同行的身影。这种穿越时空、老友重逢的场景，时常出现在小说的不同章节里，引起了我的遐想和深思。挥笔写了一篇读后感：“《青囊》有秘诀，中医重传承”，由此结识了作家愚公，由此知道了愚公写作系列中医小说的宏大计划，由此知道了愚公自学中医，在民间诊所打工3年、沉潜到秦岭深山追寻民间中医的艰苦历程，由此萌生了一段中医师与作家持续数年的互学互励的友情。之后多年，陆续读到《当归》《岐黄使者》《重楼》，不由为这样一位中医药知己作家高兴，为这样一个现代版“愚公”深感欣慰。

我也曾有过作家梦，也曾想用文学作品表现传承弘扬传统中医艰难而辉煌的过程，但一生忙于求学、行医、研究、教学，出版了18部医学理论和医史专著，却没能写出一部小说。如今，愚公的系列中医小说足慰我愿。

我在1975年参加安徽医生培训，在村里、公社医院行医3年，后来考大学、读研究生，逐渐远离乡村。但是，当年做村医经历的情景时常在心中浮现出来，感人的情节久久不能忘怀。

一代国医路志正先生在《岐黄使者》序言中说：“我们每一个中医人都应该意识到：自己就是中医的形象大使、代言人和义务宣传员。只有德艺双馨，脚踏实地，立足当下，才能赢得百姓、领导的信任和重视，也才能觉得有如胡君（笔名愚公）一样，发自内心、不吐不快，为中医歌与呼的知心人。”

在经历了非典、新冠重大疫情之后，国人看到了中医药的现实作用，未来价值，逐渐引起国人的瞩目和重视，很多人再一次走近中医，一些过去不信中医、不喝中药的人，甚至是“中医黑”也转变了态度，一个中医药复兴的历史机遇又一次到来了。

在这个历史机遇的萌芽阶段，愚公（本名胡君）连续出版了《青囊》《当归》《重楼》《岐黄使者》四部很有分量的中医题材长篇小说和报告文学，每一部都给我留下深刻的印象，有些篇章、故事，甚至让我感到震撼。

下面是我阅读三部中医小说后的感想，供读者们参考：

读《青囊》时，我一直想看看被当作宝葫芦的青囊里，到底有哪些好东西，或者有哪些灵丹妙药？

巴中侠医凌朴子大年夜逃离家，在风雪中穿越连云栈道，潜身张良庙，为的是寻找一个传人。凌朴子是一个传奇人物，很神秘，也医术超群，这样的中医如同华佗再世，又像拥有武林秘籍的侠客，他神秘而来，又悄然离去，临死也没有说《青囊》里有哪些东西，但是，他找到了学术继承人，有了衣钵传人，他宁肯自断腿骨，也要把接骨绝技传给弟子，这种冒死传法的精神，令我震撼，也令我敬仰！

凌朴子把医术传承予村民徐长河，经过坎坷的一年传帮带，徐长河逐渐成长为一个心怀仁慈医术精湛的乡村医生，凌朴子也因行医踪露露被抓，临死前秘传青囊于徐长河。

徐长河承继凌朴子医术为父。为父老乡亲施医送药，渐成一方名医，却惨遭迫害，同在医疗站的北京知青于文丽危难时刻携手之手共患难，惊世骇俗的婚姻轰动乡野。

徐长河有两个儿子，长大后都成了医生，一个是土生土长的村医，一个属于城里的学院派。继承父业的土医生医术高妙，原汁原味；考进医学院的儿子，在城里开诊所、办医院，似乎很成功，却疗效不佳。因此城市里的“学院派”儿子以为父亲有偏心，折青囊留给了在故土上的医。这一笔颇有深意，把青囊当给了系统的西医。徐长河喜忧参半，决定外出远游，临行前夕把青囊传给儿子，希望他们做最好的中医传人，那么，神秘青囊

里究竟装了什么？

小说以忘忧草、接骨草、徐长河、川黄莲、女贞子、当归身、重骨草、徐长卿、五加皮、中草药为章节题名，草蛇灰线、伏笔千里，书中药性交错，世道人道交汇，医史医道延伸，令人读而三思。

看到了最后，我想你也明白《青囊》里装的究竟是什么了。

阅读《当归》，让我也有了一段奇遇，个中三昧一般人看不懂。

城关南巷深处有一个郭氏诊所，老中医把祖传医术配伍组合，创立一种特色新技法——圈疗，这可是中医界少有的一个独特技术，我在主持国家课题“中医药传统知识保护与研究”的时候，有幸接触到这个绝技。当年国医大师朱良春先生曾经在《朱良春医集》之中加以披露，朱老说：“‘圈药’外治法，疗效很好，颇有特色。我认为这些是否可以组织有关人员进一步深入了解，经过论证，认为合理的，再加以推广，将是特色优势的另一个层面。可能还有很多流传在民间的好经验、好方药，建议各省市中医管理机构，予以调研，给予弘扬推广。”

圈疗治疗慢性病、疑难杂症，简单廉价却屡见奇效，民间传颂其仁心仁术。《当归》把主人公的名字虚拟化处理，称其为“郭圈圈”。这年冬季，当抢救圈疗热病潮起，市中医药管理局全面开展抢救民间特色疗法工作时，却发现“郭圈圈”已悄然离家。

一代名医因何在古稀之年隐居深山？百姓以命相托的医者因何没有医证？疗效显著的家传绝技为什么难以承继？愚公在小说里设下一个个迷局，由市局民间中医管理处处长王泽桐一步步揭开。

揭开杏林神秘面纱，聚焦中医薪火相传。扣人心弦的故事，在离奇的病案和人生的较量中徐徐展开，再现民间中医传承伟大的历程。

如今，朱老关注的这项“颇有特色”，治疗癌症和其他疑难杂症的外治疗法，已经得到国家有关部门的批准，成了可以推广的“中医高新适宜技术”。我在《杏林寻宝：保护中医》一书之中，也把国家顶层设计、河北具体行动、参与调查的620位人员和400多项保护项目进行过初步整理，这与《当归》所写的“郭圈圈”的经历有很多不谋而合之处。

《重楼》更给了我惊喜和震撼，因为愚公把笔触伸向了岐黄世界更高的领域和层面——上工治未病，写出了当代都市人生活的困惑和对健康的向往，写出了中医的智慧和济世情怀。

在经济高度发达的今天，生活在都市的人们常常感到内心失速、生活迷茫、免疫衰退、功能失调，“慢性病”悄然蔓延，甚至恶性肿瘤增长，当代人的致病原因已不是生物学因素，而是生活方式和情志问题引发的精神不畅和体质失调。化学制药滥用成灾，医疗支出高昂是世界性的医学难题，而中医药可以智慧救世，因为“中医药凝聚着深邃的哲学智慧”，可以大道至简，一揽子解决很多复杂的医学难题。

《重楼》进一步揭示了中医目前的传承困境，也展示了中医亟待加强保护和拯救的紧迫性。在愚公对山林、中草药的描述里，我闻到了花香和药香，也欣赏到大自然的美丽风光。对于终南山里药王谷的描写，是那样细致，那样传神，那样引人入胜，各种本草在愚公笔下都是有生命的灵物，令我这个医者赞叹不已。足见愚公对对中医的了解之深，足见愚公对岐黄文化的热爱，对大自然的热爱。在记者高亦健的身上，我看到了作家愚公痴迷中医药的身影。

那么，健康之道在哪里？省报记者高亦健开办《大美中医》栏目，一边追寻民间中医，一边撰文向广大民众宣传中医，一步步走进了想不到的打击迫害。他意志坚强，不怕挫折，一步步走近传说中的终南山隐修世界，结识了隐居山林的老中医、僧人、道人及山居野老。有人因患癌症或家族遗传难以医治的恶疾，情愿走进愚公，意欲度过最后时光，却没想到在终南山的怀抱里意外获得新生。依靠中医传统医术和山中本草与沉疴顽疾抗争，清苦的

生活，坚毅的修炼，大自然的抚慰，为他们解除了生命的魔咒。当他们获得健康之后，对生命的认识得以提升，继而用自己掌握的中医技法拯救其他重症患者。

当今，崇尚自然崇尚俭朴生活的新思潮蔚然兴起，这是古老而时尚的讲述，也是有关当代人生命的觉醒。《重楼》不仅仅只讲述了一个当代中医有关生态环境的故事，还展现了当今都市知识分子精神自救的历程。

愚公三部曲中所写的中医都是个体民间中医，如乡医徐长河，离开三甲医院自开诊所的郭圈圈，还有在深山洪坎镇行医的张三公，他们都没有显赫的身份和背景，但他们都继承了传统中医精髓和家传绝技，他们似乎只是一个普通的医者，但一个个家传，一个个师徒传承，合起来就是国传，就像一条小溪，汇集起来就是中华岐黄的汪洋大海。愚公的目光始终对着他们，所以获得成功，因为中华医学主要的传承是在民间，在百姓日常生活中。

愚公说，他和博学笃志的中医们在一起，学习经典，吸收营养，远离烦恼，远离疾病，感受着中医人的医术仁心，记录中医人为弘扬光大传统中医而孜孜努力的情怀，常有喜悦和快乐悄然而至。

是的，德如玉，香自远。中医给人们带来的是健康和愉悦，因为医者传承的是医道医德，是中华传统文化的精髓。中医不仅仅是庞大的理论体系辩证论治方法，还有丰富多样的简单易行的健身养生方法，如果说医术、方剂是一条奔流不息的河流，在民间流传的千万种健康养生方法就是河床下的潜流，滋养着炎黄子孙繁衍和壮大。

愚公的三部曲还有一个亮点，力图展示岐黄文化的哲学意蕴，以及其使命感和价值观，让读者了解体和悟传统中医的博大精深，但是并没有让人感到神秘化和概念化。小说中多次出现的中医典籍《黄帝内经》等，通过医者之口讲述出其蕴含的中国古代哲学的智慧。依托中国古代哲学思维阐述中医理论，深入浅出地讲述了“四诊八纲”“阴阳平衡”“五行学说”等中医基础理论，让读者在轻松愉悦的阅读中认知中医辩证施治的基本原理。

三部曲将“望闻问切”等中医常识，透过主人公治病救人的经历，把各项病症分析得入情入理，将辩证施治过程讲解得透彻传神，使深奥中医不再神秘。结合书中人物不同病案，广征博引，以中医为主线，甚至结合哲学等学科知识来喻医说理，循循善诱，使得全书既具有一部优秀小说应有的趣味性、可读性，又不失其医学、科学的严谨性，在某种程度上，达到了文学和医学的完美融合。

张伯礼院士说：“讲好中医药故事，需要既懂中医药知识又懂传播学学问的人才”。今天，在中医药复兴的历史关头，需要更多的文学艺术家以各种文学艺术形式反映火热的中医药事业，深入挖掘中医药文化内涵和时代价值，加大中医药文化保护和推广力度。用小说讲好中医故事，是个难度很大的命题。不仅需要较好的文学功底，还需要涉猎中医，积累深厚的中医药知识和中医思辨能力，因而鲜有作家在这块沃土上进行开掘、创作。因而，愚公的三部曲有着重要的历史意义和现实意义。

愚公有志能移山，随着越来越多的信任中医热爱中医，在中医史上，越来越多的山一定能移走。因为华夏中医是照亮悠悠五千年的中华文明之光，是一代代岐黄使者前仆后继传承到今天的中华血脉。

感谢愚公为人们展示了当代民间中医的仁心仁术和生存状态，他在小说里发出拯救中国的呐喊，期盼中医药复兴的美好愿望一定能实现。期待愚公胡君先生继续挖山不止，不怕重复耻笑，一手握《青囊》，一手握和氏璧，让扁鹊龙凤弟子柏、董奉杏林，遍植神州大地，人人健康快乐到天长。

（作者系河北省中医药科学院原副院长、河北省中医药文化交流协会副会长、世界中医药学会联合会一技之长专业委员会会长。）

散文百花园里，我是一名执着的老兵。自初中开始酷爱唱歌和写作，差点走向了偏科的状态。幸遇良师，一生受益。走上工作岗位二十多年后，我才算真正“我手写我心，我思故我在”。迄今已在《新民晚报》《国家电网》《脊梁》《西安日报》《做人与处世》等报刊刊登散文诗歌600余篇（首）。

散文写作于我是一种爱好和兴趣，她可以让我的眼光更长远，思维更广阔，让我关注多姿多彩的生活。她可以让我少一些压力、浮躁和焦虑，多一些轻松、愉悦和自信。空闲之余，我会敲击键盘，或用手机记录生活中随时随地的所见所闻，学有所得，所思所悟。

陆游曾说，“文章本天成，妙手偶得之。”这句话说得实在，告诫我们写作者不要故作玄虚，不要矫揉造作。在喜欢创作或者已经形成创作习惯的写作者眼里，其实它就是那么平平淡淡铺在生活里，单单等着我们以文字的形式将它一个个地捧起来。正如“生活中不缺乏美，而是缺乏发现美的眼光和灵感”，而一旦眼光犀利，灵感如电在脑海里闪现的瞬间，我们用自己勤劳的雙手记录下美好的瞬时记忆，就是一篇不错的散文。

生活中，我们往往看惯了春花秋月，而四时更迭，变得迟钝又漫不经心，轻慢了大自然应该珍视的文章素材瑰宝，丢弃了身边很多美好的东西，在写作时陷入“无米下炊”的窘境。其实，只需要我们拥有一双善于发现美的双眼，拥有一颗敏锐的心灵和审美的艺术性，身边的一景一物，一人一事，都可成为我们写作的素材，都可成为生活中与我们心灵碰撞的“燃点”。燃点是划过火柴的瞬间，燃点就像投入湖中的那枚石子，荡起的涟漪是形成文章的脉络和经纬。

“智者乐山，仁者乐水；知者动，仁者静；智者乐水，仁者寿。”正是说明了人格美与自然美的对应关系，人与自然和谐共生的有机融合。一场旅行，就像是一场逃离，让我们暂时抛开生活的琐碎，去追寻内心的宁静与美好。每一个目的地都有其独特之处，但如何发现并展现这些独特，就需要我们有一双敏锐的眼睛，还有自己的情感所思。就像三毛在《千山万水》中，她没有仅仅停留在对南美洲壮丽风景的描绘上，而是深入当地的生活，与印第安人交流，分享他们的悲欢离合。这种独特的视角，让她的作品充满了深度和温度。

生活中，我尤其喜欢美食，喜欢做饭犒劳自己。散文写作和做饭一样，必须提前处理好各种食材，精心搭配，按序调味，火候适当，才可烹饪出一道出色可餐的美食，我很享受烹制美食的过程。小时候，爷爷奶奶做饭的过程记忆犹新。每一道食材经过精心烹饪皆可成为一辈子的味蕾记忆。每当全家总动员一起肉肉，制作黄酒时，能真切地感受到大家团聚的浓浓氛围。一岁更迭，依然难忘美好的场景和食物，因为它烙刻在国人的文化基因里。《新民晚报》刊登拙作《八仙桌》结尾，“八仙桌俨然是情感的磁场，全家人聚在一起其乐融融，把酒言欢，相互祝福，凝聚情感。过年团圆时，一家人围坐两张八仙桌，在推杯换盏、美味佳肴间共庆新年，尽是家常，尽是深情。”

文学其实是鲜活的，鲜活在每个具体真实的细节中，需要文字记录下那些珍贵的细节和温馨画面。以前读《红楼梦》时，只觉得人物关系复杂，嘈杂不堪。直到后来知道为啥张爱玲一生痴迷读《红楼梦》，因为它的每个细节都经得起推敲，都是经过精心设计与为之。哪怕是吃饭，从食材制作方法，到吃饭排面、再到吃饭气氛，都能通过文字描写进行精准的捕捉。

散文写作最贴近生活，可大可小，以真见情，以情诉真，情深味长，思想深邃。以生活为积淀，进行深度挖掘，才能有活可说，有感而发，流露出真实情感。散文的真，是其生存命脉。情感之真，正是其灵魂所在。散文之思，乃是其精神之硬核。没有丰富的生活，没有真实的情感散文只能是无源之水，无本之木，缘木求鱼。只有打动了作者自己方能打动读者和受众。

散文写作于我有三个不错的帮助。首先，对工作有帮助。在新闻通讯和公文写作中，如果加点散文式语言点缀，整个行文立马鲜活生动，不嫌枯燥乏味，不会累赘拗口。如再镶嵌一些诗词歌赋，语言修辞，名人名言可为枯燥的文章增加亮色和厚度。尤其是写通讯、写人物、写故事、写演讲稿，没有文学语言的支撑写不出五彩斑斓的色彩，也没法形成通晓的力量和勇气。好的散文是美文，散文是温情温馨的，更是有温度的。

其次，为生活增信心。散文属于文学，文学最终是一件关注人文情怀精神，与人为善的博爱雅致之事。文学的源泉是对人生不气馁，对生命怀有喜悦，对未来怀有希望。用文字记录下人生旅途中最珍贵的点滴，去感受生命的力量，去感知生活的酸甜苦辣，鼓励受众向前走，去发现人间值得。

最后，在写作中感受美好与幸福。有人说“不读书的人，天和地是狭小的，他充其量只能活一辈子；而读书的人，天地是广阔的，他能活上三辈子；过去、现在和将来。”既然做一位读书人能如此幸福地活上三辈子，那么写作也一样，汲取书中营养，化为吐珠漱玉的奇妙文章，滋养自己，分享读者，于是写作就成了一件愉悦自己、快乐他人、有益社会的美好事情。

读书破万卷，下笔如有神。读书，是知识的积累，写作，则是知识的输出。有了万卷书的积淀，笔下自然如有神助。希望自己是能够坚持不懈，多读书，读好书，好读书，多思考，勤练笔。以书为舟，在阅读的浩瀚海洋中畅游，为笔下的精彩世界奠定坚实基础。始终保持一颗敏感、诗意、年轻、悲悯的心，常常被世间的美与真情所感动。始终保持对文字的热爱，对文学的敬仰。愿我们用文字滋养人生，爱这世上值得爱的一切。愿我们在写作的道路上不断前行，奋发向前，拥有一份真正的快乐和成就感。生活如花，紫紫嫣嫣；生活如歌，美妙动听；生活如酒，芳香清醇；生活如诗，意境深远，绚丽多彩。人生如画，一如歌词所唱“生活的花朵是我们的笑容，你的泪水化为漫天飞舞的彩蝶，爱是翼下之风两心相融自在飞”。

山河壮阔，大地无疆，生命多姿。美丽安康，幸福安康，盛世中华。看重我们脚下的这方山水，为我们写作者提供了无穷的富矿和宝藏。文学依然神圣，让我们一起用手中的笔去描绘大千世界的花朵、山水、人文，讴歌生活中的美好和幸福吧……

文化纵横

散文是吟咏生活的载体

毛雅莉

寒冬红茶身心暖

韩星海

西传欧洲成为王公贵族们喜爱的茗品。我国红茶主要有：祁红，产于安徽祁门、至德以及江西浮梁等地；滇红，产于云南佛海、顺宁等地；霍红，产于安徽六安、霍山等地；苏红，产于江苏宜兴、越红，产于浙江诸暨、浦江等地；湖红，产于湖南安化、新化、桃源等地；川红，产于四川宜宾、高县等地。红茶的特点是色泽乌润，味厚而带有焦苦，有麦芽香，茶叶红艳。

人们为啥喜欢喝红茶呢？因为茶中含有维生素、咖啡因、氨基酸、矿物质、多糖、茶多酚等多种营养成分。研究表明，红茶具有辅助降血糖、降血压、降血脂的功效。红茶中的茶色素具有抗氧化、抗肿瘤、抗炎抑菌、抗突变、抗肿瘤、除氧等功效。还能清热解表；用于急、慢性肠炎、痢疾；急性肝炎，消化不良，衰老等病症。

红茶是我国优质绿茶与桂花产地。其茶条素细紧，匀净多锋苗，色泽乌润显金毫，果甜香鲜爽，桂花香幽雅持久，汤色橙黄明亮，滋味甜醇甘鲜，桂花香入汤后，叶底细嫩匀齐，橙红光亮，具有高山生态茶韵味特点。

安康绿茶红茶产业链建设“延长生产周期，提升综合产值，丰富产品类型，加快品牌建设，延链补链强链”的要求来推进实施，一款以科技引领的创新型时尚红茶产品——“安康富硒茶·果蜜红”等品牌“一炮打响”，走向全国茶叶“大市场”。

该红茶具有汤色橙黄明亮，果蜜醇香浓郁，滋味细腻甜滑的品质特征，兼具了陕南茶叶天然无污染、富硒抗癌保健的独特优势。其成品茶乌褐油润，条索紧直，具有明显的果香、蜜味，风味明显。一经问世，就得到了全国茶叶界专家一致好评。

好茶面对市场，不怕挑选品尝。特别是在今秋杨凌举办的第三十一届农高会和西安举办的第十一国际茶叶博览会上，安康果蜜红、帝景南山等品牌受到广大消费者追捧。爱茶人说：品尝起“果蜜红茶”时，先要闻品花香，享受的是回甜、暖身又暖胃，习惯真佳。

百人暖有百口味，生活习惯不一样。日常生活讲究的人，在冬天的日子里，以红茶为主时，也选择菊花加陈皮再加枸杞子，一起熬煮喝，用来防治心中郁闷和燥气，而且五花八门。还有些老茶客们，熬煮喝起这阳阳砖茶，让浑身发汗，消化积食，舒缓活动筋骨显精神。这也印证俗话说：“冬无动一动，少生一场病；冬无懒一懒，多喝药一碗。”

冬无夜晚是漫长的，为了保证充足睡眠，有人再把这些喝过的茶叶、陈皮与枸杞子收集起来，与艾叶、花椒、姜片等配制一起，熬煮后兑冷水，用木桶泡脚，让水温处于热烫烫的，常年坚持下去，既能消除脚气病，又能强化血液循环，让寒体的身子不怕冷，胜似一切保健品。

仔细想一想，冬则为生命之静心，表面上似乎单调寂寥，实则乃是灵魂轮回往复的聚积与勃发。于是，便有文人雅士禅坐冥想，读书品茗，静心创作，梳理思绪全过程，这也成为他们生活中最重要、最理想化的情趣部分。

新时代新征程，中国茶已成为造福人类的共同物质财富和精神文明建设，让世界认识中国茶文化的同时，也进入了解中国优秀传统文化，也让更多“茶”香流溢四方。用一茶一物讲好中国故事，让传统之茶文化流芳百世，香远益清。

正如宋代诗人杜耒《寒夜》诗云道：

寒夜客来茶当酒，竹炉汤沸火初红。寻常一样窗前月，才有梅花便不同。



丹桂飘香的美好已渐渐远去，民间送走了“丰收节”“寒衣节”的习俗，已经坦然走进了一天比一天还要冷的寒冬天气。

在古时立冬的时候，皇帝曾有出郊迎冬的仪式。迎冬前皇帝就开始沐浴斋戒，在立冬当天，皇帝率领文武百官到北郊六里处迎冬，回来后皇帝会大加赏赐，抚恤孤寡老人，希望安心生活过冬。

立冬是比较特殊节气，风越吹越冷，冬天的序幕由此而拉开。“冬，终也。万物收藏也。”冬是万物之终，瓜果蔬菜、豆类谷物与四季之终的收藏期，总是处于沉默状态。俗话说“秋收冬藏”，冬天是一年四季中保养、积蓄精力的最佳时机。人类赖以生存的农作物，被勤劳的农人们收获后藏纳起来，也忙于准备过冬防寒的各项措施，天地生养万物也要安静地休息起来。

人们日常生活中的衣食起居，饮几杯香茗感悟人生起落。特别是在当下的健康养生方面，更注重抗御严寒，调理好自己的身体。在陕南茶乡，将立冬称为“养冬”，要吃好各种营养品，调养身体，增强体质，提高机体的抗病能力，适应气候季节性的变化。尤其是喝茶人开始调换茶叶品类，适应节气变化，开始选择起各类红茶样品来，也不光是为了解红茶。

话说品饮红茶，并不是天然生长的，而是在明末清初，我国茶农在绿茶的基础上加工制作成的。为山茶科植物茶的嫩叶或嫩芽，是以适宜的茶树新芽叶为原料，经萎凋、揉捻、发酵、干燥等一系列工艺过程精制而成的茶品，发酵作用使茶叶中的成分产生化学反应，沸水冲泡，不仅香气宜人，还显出特有的深红色茶色，因此被人称为“红茶”。红茶是全发酵茶类，原来是东方人特有的茶饮，后来



秋日观山图(中国画)

樊光矢 作