

# 一针一灸三千年

## G 国韵非遗

2010年11月16日,在肯尼亚内罗毕召开的联合国教科文组织保护非物质文化遗产政府间委员会第五次会议上,中国申报的中医针灸被正式列入世界非物质文化遗产代表作名录。一根针、一撮艾,从此被世界承认为中华文明递给人类健康的名片。



针灸的故事开头很土。新石器时代的先民被石头硌了脚、被荆棘扎了腿,发现按一按、刺一刺反而疼得轻些;后来学会用火,烤暖了酸胀的关节也舒服些。于是有了砭石,有了《山海经》里那句有石如玉可以为针,也有了艾草燃烟熏穴位的灸法。针与灸,一个靠金属刺入调动气血,一个靠温热渗透驱寒通滞,合起来就是针灸。

真正让针灸从土方变成学问的,是战国到西汉成书的《黄帝内经》。这部医家之宗分《素问》讲道理、《灵枢》讲针法,《灵枢》因此又被叫《针经》。书里把阴阳五行、脏腑经络、腧穴主治串成一套闭环:人不是零件拼装,而是一张以经络为网络的活地图,外刺一点,内能调全身。长沙马王堆汉墓出土的《足臂十一脉灸经》《阴阳十一脉灸经》,比《内经》还早,

已经画出十一条脉的走向,证明先秦医者摸脉摸了几百年。

晋代皇甫谧把《内经》《明堂》诸书榨成一本《针灸甲乙经》,定下349个穴位的位置与主治,是针灸第一次系统总结。隋唐在太医署设针博士、针助教,针灸进国家教科书。到北宋,医官王惟一干了一件狠事:他考订354个穴名、657个穴位,写《铜人腧穴针灸图经》刻碑颁行,又铸两具空心铜人,外封黄蜡、内注水银,考生刺准了针出水、刺偏了无水——世界上第一套医学实操标准化考核,比西方解剖模型教学早了快千年。

明清是流派爆炸期。杨继洲《针灸大成》把明以前针法收拢成海,李学川《针灸逢源》补齐361个经穴沿用至今,还有子午流注、灵龟八法把时间也算进取穴公式。可惜道光年间一道谕令,太

医院禁止针灸,幸而民间没丢,延安白求恩国际和平医院还开出针灸门诊,让它活进现代医院。

2010年申遗材料里写得很清楚:中医针灸不是单指扎针技术,它保护的是经络理论、腧穴理论、子午流注理论,以及针刺、艾灸、刮痧、拔罐、气功等一整套知识实践体系,是中国人看待身体与自然的哲学。申遗成功同年,中国中医科学院针灸研究所、中国针灸学会被定为保护单位。

今天全球一百二十多个国家和地区在用针灸,世卫组织早年就推荐四十余种适应病症。从砭石到铜人,从《灵枢》到电针仪,针灸没变的是那句老理:通则不痛,调和为医。2010年那张证书不过替它说了句公道话——这根针,是中国人给世界把脉三千年攒下的回答。

本报综合

## Y 一姓一史

# 严姓:从避讳里长出风骨

严姓的来头,绕不开一个避讳。春秋时楚庄王卅旅死后谥庄,子孙以谥为姓,本姓庄。到了东汉,汉明帝取名刘庄,天下庄姓得避天子名讳。魏晋以后一部分人又改回庄,于是民间留下庄严本一家、古训不通婚的说法。严姓尊西汉辞赋家严忌为得姓始祖,他本名庄忌,写《哀时命》吊屈原,死后因避讳被叫成严忌,倒成了严氏开宗第一人。

改姓不改骨。东汉严光,字子陵,和光武帝刘秀是同窗。刘秀坐了天下,三请严光入朝,严光披羊皮在富春江钓鱼,说人各有志,回去接着钓。范仲淹后来写严先生祠堂记,留一句云山苍苍,江水泱泱,先生之风,山高水长。富春堂的堂号,就是严家人

给这份不媚权贵的家风立的碑。

严姓不是只会隐。三国严颜宁死不降张飞,喊出我州但有断头将军无降将军;唐代严武坐镇剑南,杜甫在他幕里写过诗;西汉严助出使南越、严遵在成都摆摊算卦顺手注《老子》;南宋严羽写《沧浪诗话》,一句诗有别材非关书也,把中国诗学拐了个弯。明朝严嵩是反面,青词写得好、权术用得歪,钤山堂的匾挂久了也遮不住《明史》把他塞进奸臣传。到了近代,福建侯官严复译《天演论》,物竞天择适者生存八个字砸醒清末读书人,顺手定下信达雅三字翻译规矩;浙江东阳严济慈摸透晶体压电,成了中国现代物理学一块基石。

严姓天生往南走。东汉改

姓时多在齐鲁江淮,唐宋战乱一波波南迁,明清从闽粤渡海去台湾台北苗栗南投落脚。今天全国严姓二百四十多万,排九十四五位,湖北、江苏、浙江、四川、广东五省吃掉一半多,湖北最稠,严陵濂、严州、严墓这些老地名还嵌在江南山水里。郡望讲天水、冯翊、华阴,堂号除了富春堂,还有天水堂、调山堂、古秋堂,每一块都刻着严家人的密码。

一个严字,庄王谥号里来,皇帝名讳里拐弯,隐士江边钓出来,奸臣官场里污过,翻译家笔下又洗亮。三千年跌宕,严姓没变成冷姓,反倒越走越有筋骨——严不是板脸,是把分寸、风节、治学、做人那根弦,始终绷着。

本报综合

## D 德育故事

### 孙固诚粹

【原文】

宋孙固,字和父,管城人,幼有立志。及长,宅心诚粹,不喜骄亢。与人居,久而益信,故不为人所疾害。神宗用宦者李宪总兵伐夏,固力陈其不可状。帝不从,既而师出无功。帝曰:“朕始以固为迂,今悔无及矣。”傅尧俞言司马之清节,孙公之淳德,盖所谓不言而信者也。

考孙公九岁时,读论语,曰:“吾能行此。”徂徕石介一见,以公辅期之。尝曰:“人当以圣贤为师,一节之士。不足学也。”又曰:“以爱亲之心爱其君,则无不尽矣。”傅侍郎犹称之。盖其信德,不在司马温公下也。

【译文】

宋朝有个孙固,字和父,管城地方人。从小就很有志气,到了长大的时候,很诚实纯正,不喜欢骄纵和太刚强的行为。他和人家来往,愈长久愈显得他的信用,所以没有人去嫉忌他、陷害他。神宗皇帝差了太监李宪带领了军队,去攻打西夏,孙固竭力对皇帝陈说用兵的害处,可是皇帝不肯听他的。后来军队出兵没有功劳,神宗皇帝说:“我从前以为孙固的话太迂了,可是现在追悔也来不及了。”当时的傅尧俞说,司马温公清白的品节和孙公纯正的德行,都是所谓不说话就诚信的。

孙固九岁时就开始读《论语》,他说:“我能这样做,石介先生要看到的话,他就会教导我,并对我有很多期许。”他曾经说:“人当以圣贤为师,一节之士,不值得学习。”他又说:“用爱父母亲人的心去爱自己的国君,哪还有什么做不到的呢。”傅侍郎也是这样说的。因为他的信德不在司马温公之下啊!

## 铁血丹心

文天祥

文天祥生活于南宋乱世,面对蒙古铁骑的入侵,他不畏强敌,奋起反抗,以生命践行“富贵不能淫,贫贱不能移,威武不能屈”的大丈夫气节。他慷慨悲壮的英雄之举,激励了后世无数仁人志士为信仰奋不顾身、赴汤蹈火。

1279年,元军押解文天祥前往崖山,张弘范一再逼迫他写信招降宋军统帅张世杰。文天祥严词拒绝:“吾不能捍父母,乃教人叛父母,可乎?”当船行至伶仃洋,文天祥一时百感交集,挥笔写下千古绝唱《过零丁洋》,以“人生自古谁无死?留取丹心照汗青”明志,张弘范看后,感念其忠肝义胆,竟不再逼迫。

崖山破,军中置酒庆贺,张弘范曰:“国亡,丞相忠孝尽矣,能改心以事宋者事皇上,将不失为宰相也。”文天祥涕泪交加:“国亡不能救,为人臣者死有余罪,况敢逃其死而二其心乎?”张弘范感其仁义,派人护送文天祥到京师。

文天祥被押至大都(北京),元朝用尽手段劝降。先许以宰相之位,他答:“天祥为宋状元宰相,宋亡,惟可死,不可生。”后派已投降的宋恭帝前来,他只说“圣驾请回”。元朝仍不甘心,又派降臣前宋宰相留梦炎游说,被他当众痛斥。又以酷刑折磨,在阴暗潮湿的土牢中他写下《正气歌》,表明“是气所磅礴,凜烈万古存。当其贯日月,生死安足论”的信念。临刑前,他向南跪拜故国,从容说道:“吾事毕矣!”慷慨就义,年仅47岁。《今晚报》