



青山灵韵

曹永祥 著

河南文艺出版社

I267

H900

山灵韵

曹兴雄 著

河南文艺出版社

799247

图书在版编目(CIP)数据

青山灵韵/黄兴旗著. —郑州:河南文艺出版社,
2004.5

ISBN 7-80623-480-2

I. 青… II. 黄… III. 散文-作品集-中国-当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 023962 号

出版发行 河南文艺出版社

本社地址 郑州市鑫苑路 18 号 11 号楼

邮政编码 450008

承印单位 河南农业大学印刷厂

经销单位 新华书店

纸张规格 850 毫米 × 1168 毫米

标准书号 ISBN 7-80623-480-2/I·358

开本 32

印张 7.5

字数 170000

印数 1—3500

版次 2004 年 5 月第 1 版

印次 2004 年 5 月第 1 次印刷

定价 16.00 元

如发现印装质量问题,请与承印单位联系。

自序

大学毕业后，订过几年《小说月报》、《小说选刊》等杂志，那时候的兴趣似乎还在这方面。30岁以后便开始逐渐接触散文，愈读愈有兴趣，愈读愈觉着有意思。读之愈多，便爱之愈深，以至于一年365天，一天亦不能离之。散文成了我生活中的一个重要组成部分，甚至超过了我的本行——医学专业，床头必不能少了几种散文期刊及诸位名家散文文集。我读散文的时间，都在午休和晚上睡觉前。

我连续不间断地订阅几种散文期刊始于1995年。情真真，意切切，我不是为凑热闹或消遣而阅读，纯是为了一种精神而阅读。我读书很慢，比较笨，很少会一目十行地快读，不过这也应了前人“宁涩勿滑”的读书经验。因为慢，才能够有时间咀嚼，细细琢磨。在思想中阅读，在阅读中思想。我读散文，自头至尾，必一篇不落，甚至一字不漏。遇到“正合吾意”的“好”文章，更会读之数遍，隔些时再要看看的，而且喜欢向别人推荐，让大家都知道，或议论一番，美文共欣赏也。积少成多，每日三五篇地阅读，多年下来，亦过目两万余篇散文。

“瓜熟蒂落”。不知是散文左右了我的生活，抑或是我的生活（或曰年龄？）切合了散文。总之，有一日，我也萌发了要把胸中无尽的悲欢写出来的情愫。开始只是在个别报纸的副

刊上投发些“豆腐块”般的小散文，就此也会引起一阵的激动不已。一年前的一个下午，诊室无事，脑海中突然潮水般地涌出了一些篇目，我随即便记了下来；过了一段时日，又忽然想：如果把这些题目都一一地写出来，也算聊作痴迷于散文之一种嗜好吧！此所谓不著而著之，更不当作一种任务去完成它。写与不写，纯属个人兴趣使然，不为名利所累，或曰寓写于轻松之中、工作之余。所以一写就写了整整一年的时间。我上班不迟到，下班无早退，天天练晨跑，时常乐下棋。只是多在晚上甚至一家人都休息后，方提笔疾书，挑灯夜战。写到情深处，竟亦唏嘘不已，一时哽咽。有一次写到夜半时分，我独自涕泪不止，妻子醒来问：你是在那儿干啥呢？遂答曰：哎呀，坐得久了，着凉了。没法说清楚啊！感情怎能那样脆弱？可是“都云作者痴，谁解其中味？”冯骥才在其一篇散文中写道：“写书比读书幸福得多了。写作是一种自我净化。写作能使你愈来愈公正、愈严格、愈开阔、愈善良。世界上一切事物在你的创作中，都带着光泽、带着声音、带着生命的气息和你的情感而再现，而这所有一切又都是在你两三尺小小书桌上诞生的，写书是多么令人迷醉的事情啊！”（《中华散文珍藏本·冯骥才卷》，人民文学出版社）冯氏之言实乃经验之谈，他道出了一些文人之共同感受也。

这便是此本 70 多篇 20 余万字散文集产生的基础。

每篇记述的都是我读中学以前的生活。而在我的青少年时代，又是与大山分不开的，与亲历药草有着千丝万缕的联系。上大学又学了医，于是便忽发奇想，融草药治病于散文之中，或曰融散文文学于药草之中。将二者联为一体写作，或可曰之为“科普散文”。使读者既能在看散文的过程中，了解到

中医药有关知识,又能在寻找对自己有用的医药知识的过程中,得到散文这种真实情感的文体的享受。当然阅读各大家那些好的寓含人生哲理的纯文学性质的散文已经是很美的享受了。而我却在自已这部拉拉杂杂的处女作中又没完没了地夹进去药草,成为“史无前例”,不知是在写文学的散文,还是在写医病的中药?如此,莫非有蛇足之嫌,令人不知所云?然而吾又思忖,有意义的好散文有其存在的价值,而对人人都有用的医药的知识自然也有其存在的价值。特别是能够愈病的东西就更有学习和保存的价值。我觉得阅读一部厚厚的书,哪怕从里面只得到一句对自己真正有用的东西或有一点珍贵的启示也便值得了。在这本书里,虽然文学的一面谈不上成熟,可是在药草之中却有着许多宝贵的知识与个人从医的经验结晶。而且我坚信有许多“闪光”之处,能使读者慢慢地体会出韵味并加以利用。有道是:粗心弄琴琴无音,细心读书书有金;半世经验书中藏,天下友人共温馨。

人喜吾喜人忧吾忧吾之心

余自涉医迄今已二十余年矣。其中除在中医学院学习外未尝一日离开临床工作。医者，整天与患者接触结合，仿佛也成为一患者，或曰医者身上总有些许患者之影。个中难以言喻之意久久徘徊于吾之心头，挥之不去……终成一句话悄然升起于心底。这便是“人喜吾喜人忧吾忧吾之心”。

人之初，性本善。普天之下，地球村上，作为万物之灵的人，皆有慈悲同情之心。而于“拯黎元于仁寿，济羸劣以获安”之医者，此情尤其为甚。病人呼号，医生蹙眉。病人痛苦一日未除，医者饭食一日不香。心相连也，责之重也。有药王爷之誉的唐代医学家孙思邈云：“大医治病，必当安神定志无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦……皆如至亲之想。”可谓古今楷模也。

在为病人治疗多种病痛时，常常是病人痛在体而吾急在心，“为伊消得人憔悴”。不过还好，有西西弗斯神话在前头，既然为了医就离不开病人，亦就无法无视痛苦，己之乐必当寓于病者之乐矣。病者不乐而病痛在，何言医者之乐乎？是故矢志不移，探赜索隐，穷经尽篇，焚膏油以继晷，锲而不舍。吾虽愚钝，终不忘兔龟之争，愿做那西西弗斯向着那山顶不懈地攀登。

我国资深内科专家张孝骞先生在总结其一辈子行医经历时说：“如履薄冰。”责任尽之愈大，此体会便会愈为深切；有高度责任感的医务工作者，其谁曰不然？

病状万千，错综杂陈，盘根错节。抽丝剥茧，云开日出，阴平阳复，皆大欢喜，病虽久犹可治也。有未可知，盾而生矛，终为可克，必于消除病痛而后安。作家毕淑敏写到“提醒幸福”：苦去甜来，身体康健，弥足珍贵。人喜吾喜，同一“地球村”上人，无病无灾无忧无争无战，人人幸福安康，尽享天年，乃吾所愿矣。

歌曰：

为医二十秋，

已然霜染头。

人喜吾亦喜，

人忧吾亦忧。

药王大慈悲，

黎元登仁寿。

西西弗斯神，

励我踵之后。

有盾必有矛，

安惧痾疾久？

青山绿水药草肥

我生长在一个群山环抱的村庄。村庄四周围着肥沃的稻田，渠水清清，绕村东流。村北是低矮的小山，绵延些黄土丘陵，伸向村边。有小溪数条，曲曲弯弯，流经村边，汇入大河。这大河便是位于村南之沙河，宽数百米。冬来水瘦，水落石出，沙石茫茫；春夏水涨，亦见浩浩荡荡壮观之景。大河对岸，山势陡起，遥遥相望，横岭侧峰，时有云遮雾绕，风雨兴焉，故而颇现几分神秘。村西和村东都是些小山，小时候我一口气都可跑上山巅。这村南的大河即是由村西的小山外绕了个大弯过来的，平平缓缓地甩下我们村庄在那里，径直奔向东边山之夹缝中消失了。近望是山，远望还是山，远的地方便是沙河源头。山愈高，林愈密。有山即有水，山高水高，山清水绿。山中农人生活虽苦，生活的环境却是一片没有污染的处女地。泉水甜，野果香；山上捡鸟蛋，河中烧鱼干。森林原始，人脑却现代。山上长野物，村中谈“股市”，地球这边人亦知地球那边事。春光邻家有，自家也有，真想通了也便不觉外面稀奇。山孕百草入药，河滋鱼虾可食。夏日炎炎不怕晒，北岗逮蝥蛄，南河抓红鲤；摘酸枣，够红柿。小孩子中午都不愿睡，上学路上一拐就到了河边。找个深水的地方，没看过电视时就学会了跳水，天生的，自幼都是游泳好手。正玩得起劲，忽闻钟声

隐隐传来。打预备钟了，那是郑殿生老校长敲的，他最有耐心，一敲就是老半天，所以再远也能听见，于是赶快钻出水面，迅疾穿衣，一溜小跑到校园，果然就没有迟到……

啊，那是一个山清水秀的地方，青山绿水药草肥。在那青山绿水之间，居住着朴实勤劳的农家人。赤足走在田埂上，田埂上也布满了药草：墨旱莲、菟丝子、车轮棵、猪牙草、香附子，止血的小蓟、茅根，明目的蒺藜、青葙、茜草、蒲黄、半枝莲、地锦、蚊母草、益母草、蒲公英、地丁……农家人个个熟知，一薅一大把，一割一箩筐。山里娃从小爬惯了山，采药认药都是能手。山上药草更多，到了宝山自然不会空手而归。簇簇灌木丈八高，多不足惜做柴烧，成背砍来有谁知，一味中药是连翘。利水通淋有瞿麦，割来喂牛是好料。天冬挖出大卜坠，血参鲜红喜煞采药人。细找小草乃远志，黄精鸡头最逼真。山药肥硕长且大，沙参桔梗小麦门。映山红开堆堆火，猕猴桃挂老山林。射干土名老鹅扇，清咽尚有山豆根。退烧薤来柴胡一把，利湿降压勿忘茵陈。晚秋野菊漫山怒放，儿童竞逐嬉戏采来做药枕。沟壑边、峭壁上，有细藤紧贴，翠叶入菜味美不逊。其名爬山虎，水煮、酒泡除痛健身，百姓常采用，价廉功效深。噢，那一片乃是何物？但见它杆杆上带刺横眉冷竖，吾等小儿今日打柴，且不去碰它吧。有小孩儿晓得就叫曰：这是“老虎球”。听名又吓一跳。前些天在林中背柴才见过一只大灰猴倏地蹿起，唬得我们没力没胆的小孩儿拉上一根柴匆忙下山了。数十年后，我在山外边，用一味良药给都市人治病的时候，便常在脑海中浮现出那一片记忆深刻的草木，啊，“虎杖！”城市人给起的洋名，老百姓不说杖，直呼“老虎球”。

我家住石人山下，沙河上源。石人山位于 800 里伏牛山之

牛颈处,海拔 2153 米,由此而西,白云山,老君山(为主峰),直到牛尾八宝山与秦岭山脉相系,山连着山,水连着水。十余年来,我自牛头至牛尾,自牛尾复至牛头,寒暑易节,几多返焉。此山中动植物药千百种,我作此书惟求亲历,非药学专著,仅将吾所见者,亲手采者,且多为亲口尝者,百姓易得而可为用者,且知其有确实效用者,著之于此,聊作加工,能为民用,亦幸之甚哉!

歌曰:

群山环抱走四方,
乃我可爱小村庄。
北岗蛐蛐童年趣,
南河红鲤自然香。
石人山中孕万物,
沙河源头呈风光。
风雨兴焉蛟龙游,
钟声起兮小学忙。
青山绿水药草肥,
赤足走在田埂上。
映山红开堆堆火,
猕猴桃挂串串响。
昨日城市泪满巾,
杖者拐也俺怎详!
寒暑易节返伏牛,
斯著百草亲口尝。
山民易得能为用,
幸之甚哉吾之望。

密林蔓绕猕猴桃

著名教育家、翻译家曹靖华先生曾说过一句话：“家乡的山水甲天下。”当然未必果如此。不过我想，这个“甲”显然占据了全部的心，心之“甲”也。树有根，枝叶才茂；人有家，魂才有寄，身才有依。纵然漂泊亦不孤单。你看，寂寞无聊的时候，就去想想家乡的山水吧。

蹚过大河，便耸起了山。那山叫南坡。沿着崎岖的山路走上个把时辰，就通向了各处拾柴的地方。路近山低柴火小而少，身强力壮的人看不上，就跑远处，远处山高林深，柴大而多，拾着容易。那一年我第一次上到了一个叫做“锅壳廓”沟的山上，钻入杂木林中，腐殖质铺满了地面，深一脚浅一脚地踩着，抬头不见天日，追望不见伙伴。正急时又被长藤绊倒……咦，眼睛一亮——“阳桃”！如此蔓绕林间遮去半边天日，硕果累累欲坠，喜煞我也。哪管你撞得我头皮好疼。

20世纪70年代以前，家乡人尚不称猕猴桃。有农谚曰“七月阳桃八月炸，九月栗子笑哈哈”。每逢秋季果熟，多有上山摘阳桃者，去上大半天即可背回一大口袋，硬邦邦的，石头疙瘩一般，须得放入缸中，日用麻秆火照上一照，不几日便渐次松软，甜中带酸，酸甜可口。放学的孩子，挑上几个就跑出去了，解渴耐饥，好零食啊。一方水土养一方人呢。

猕猴桃，为多年生藤本状灌木，其根叶可入药。春秋挖根，夏季采叶，洗净，晒干备用。味甘酸性寒凉，功效散淤止血，利水，抗癌。可治疗糜烂性胃炎、胃溃疡，肝癌，食道癌，黄疸性肝炎，外伤出血。我在治疗胃癌的方药中，每嘱患者以此药作引，服之舒适。一患者程某某，男，72岁，1999年10月胃镜诊为胃癌，虑之不能手术，即以中药为治，其儿子恰于山上林场工作，即嘱攫取此物。猕猴桃鲜根100g，合六君子之属，日饮一剂。迄今两年尚健，饮食通畅。民间治疗黄疸验方：猕猴桃（鲜根）30g，茜草（拉拉秧）15g，竹叶10g，小蓟（刺角芽）15g，水煎服。

上述四味，河南山区遍有，唾手可得也。在从前没有化验设备、B超检查的时候，有患者面目尽黄，鲜若橘色，急服之而愈者多矣。大抵包括结石、肝癌所致之阻塞性黄疸以及急慢性肝炎所致之黄疸等。时下物价高昂，平民生畏，有病者取此为用，价廉功同，实乃可取。

童年常食猕猴桃，吃多了就易鼻衄。父母总告诫：不敢多吃，阳桃老“热”。“热”非虚言，与其含丰富的糖、有机酸及维生素有关也。营养一多，热量过剩，服住了就成为胖子，服不了常节食，就会和先前一样的瘦。实质上即使是不“热”之物（营养低的东西），也不宜多食。对于都市人来说，高营养之物尤当节之，免得胖了再减肥，挺麻烦，形象不佳影响美观不说，血脂血压乃大事也。

歌曰：

家乡山水甲天下，
中华猕猴桃满山崖。

七月阳桃八月炸，
九月栗子笑哈哈。
野果可口绿食品，
土生土长山中娃。
根叶入药疗多病，
止血散淤富维他。



小草一棵有远志

读小学五年级那一年，有一天我很高兴。因为我第一次为了勤工俭学，上山去采药，费了九牛二虎之力后，终于挣到了二元五角钱。

那时，我不到13岁。跟着一帮大孩儿们去采药。粗略地吃完一顿稀溜溜的农家早饭后，背一把小镢头，挎上三号篮（一种农村特有的竹篮，分大号二号三号等不同型号）就出发了。我们爬上一道山梁，走入一道深壑，再爬山梁，再下沟壑。路边已经看到了诸如血参、桔梗、柴胡、沙参、天冬、百合、山药、瞿麦、石楠藤、穿山龙、谷荏细等诸多药物。然而，这些我们都不要，我们今天独独地要在万木葱茏之中，寻觅一种甚不起眼的小草——远志，因为此刻公社的药站上只收此药。别的再诱人不能换钱，不能急功近利，要它做甚？小孩们都很固执单纯，不懂得“荆到篮里都是菜”这句农谚呀！哪如大人们那样早已被生活磨炼得适应自然，圆圆匀匀，懂得兼收并蓄。年轻人常常是爱争论的愣头青，随着阅历之增加才一步步地知道还是前辈人说得对呢。

药草蹊跷，有的遍布山中，俯仰皆是，有的只生某处，须踏破铁鞋觅取。当我已感到几分疲劳的时候，终于在一个“匣子枪”沟的另一面的大山坡上找到了这种小草，眼前一亮。顿时

精神倍增，小伙伴们你追我赶地挖了起来。远志，远志啊！你曾把美丽带给人间，你有一个宏大的名字，却身材瘦小，莫非亦是盛名之下其实难副，养成你有自知之明的心，才悄没声息地躲在这大山沟里与世无争？远志，远志啊，难道你又好高而骛远，不屑与我辈相晤面，故而让一群马不停蹄采寻不止的少年累得日头已经偏西的时候，才采到平平的一小竹篮？

我们终于松了口气，先找一处山泉，个个趴在地上，撅着屁股一气儿痛饮个够！肚子鼓了起来，竟连饥饿也给赶跑了些。山里娃风吹雨打，练惯了筋骨，食野果，饮清泉，安然无恙，只会增力。多少年后，当我再看到昔日那熟悉的山泉时，多么想“旧梦重温”再掬一捧儿时的“饮料”哟；可迟疑得竟不敢再尝一尝，生怕那曾经在我无数次打柴出力流汗的路上为我解渴添神的甘泉之水会引起腹泻，甚或怀疑其含有许多有害的微生物。

远志为多年生草本。茎如线细，棵高 30 厘米左右。开蓝紫色花，结扁平蒴果。其根棕黄色，曲曲折折，多布横纹及小疙瘩，根系可自然合成肥料，因而于山坡薄地自生不灭。厚皮肉中有较硬之木心，春秋采挖砸去木心，取根皮晒干入药。采药下山后，到大河边顺势将篮药一同沉入哗哗的清流之中提放摇晃一阵，泥沙尽掉，非常干净。远志性味温苦辛，入经心肝肾，具有安神强志祛痰止咳之功。治疗心慌惊悸，失眠健忘，中风癫痫，咳嗽痰多。煎服用量 3—10g，我在临床时，以二陈加远志、紫菀以治感冒及慢支久咳，起效甚捷。据现代药理研究，远志根含皂甙、远志醇、远志、定碱等，煎剂和流浸膏对各种动物子宫均有兴奋作用，全远志及皮能增加支气管分泌及黏膜上皮纤毛的运动，故有祛痰作用，有加强催眠药的作

用。乙醇提取液体外试验对革兰氏阳性菌及痢疾、伤寒、结核杆菌有抑制作用。

《本草从新》云：“一切痈疽敷服皆效。痈疽皆从七情忧郁恼怒而得。”远志治痈疽疮疡效佳一说，杂志亦有报道。但我尚未应用。不过痈疽皆从七情忧郁恼怒而得一理，实为切合。就临床所见，细作分析，无一例外。20世纪80年代，我曾连续两年生过两个痈，第一个服药而愈，第二个于大腿前侧缝匠肌上，多日不消，开刀除之而敛，至今留下记号一点。那时我有困扰在身，终日虑之，挥之不去。郁郁不乐而易成痈疽，我确有实感。

子曰：“四十而不惑。”四十岁后，我由衷地发现一种现象，就是表面上看，人人都有笑脸，都是欢乐的，实际上内心各有各的痛苦。不过还好，有远志在，有忘忧草，让我双手合十，祈祷上苍，多降甘霖，使生活更美好，人人幸福吧……

歌曰：

其一

小草一棵其志远，
童年采之南山间。
勤工俭学农家娃，
自由摔打筋骨直。
路边百草多良药，
崖下畅饮尽甘泉。