

# 破译张学良的 长寿密码

张学良早年曾染不良嗜好，中年以后身陷囹圄五十秋，历经磨难却得享天年。百年少帅养生秘方何在？

◎ 窦应泰 著



# 破译张学良的 长寿密码

◎ 窦应泰 著

团结出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

破译张学良的长寿密码 / 窦应泰著. —北京: 团结出版社, 2006  
ISBN 978-7-80214-213-8

I. 破... II. 窦... III. 张学良 (1901~2001) —长寿—经验—研究  
IV. ①R161.7②K827=7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 126482 号

---

**出版:** 团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街 84 号 邮编: 100006)

**电话:** (010) 65133603 65238766 85113874 (发行部)

(010) 65228880 65244790 (总编室)

(010) 65126372 65244792 (编辑部)

**网址:** <http://www.tjpress.com>

**Email:** 123456@tjpress.com (出版社)

65228880@tjpress.com (投稿)

65133603@tjpress.com (购书)

65244790@tjpress.com (投诉)

**经销:** 全国新华书店

**印刷:** 北京梦宇印刷厂

**装订:** 三河新兴印装有限公司

---

**开本:** 170×230 毫米 1/16

**印张:** 17.75

**字数:** 360 千字

**版次:** 2007 年 1 月 第一版

**印次:** 2007 年 1 月 第一次印刷

---

**书号:** ISBN 978-7-80214-213-8/K·372

**定价:** 29.80 元

(如有印装差错, 请与本社联系)



# 目 录

破译张学良的长寿密码

## 序章 “健忘”者长寿 / 1

## 第一章 张学良病历 / 9

1. 少年时肺病沉重 / 10
2. 吉林剿匪时得过胃病 / 12
3. 失眠症与慢性肠炎 / 13
4. 鲜樱桃·伤寒病·沈阳事变 / 14
5. 阑尾炎险些让他丧命 / 17
6. 传染病房里的特殊患者 / 19
7. 92岁老人猝发脑血肿 / 21

## 第二章 30岁以前就是“美食家” / 27

1. 把“辽菜”带进北京 / 28
2. “咖喱鸡”和“东北小豆腐” / 32
3. 迷上西餐 / 34
4. 谭家菜和外籍营养师 / 35

## 第三章 难忘的苦中美餐 / 43

1. 幽居深山有贵客 / 44

## 破译张学良的长寿密码

2. 黑木耳和豆腐竟成佳肴 / 45
3. 与疯女人同桌进餐 / 49

### 第四章 “吃”出来的长寿老人 / 55

1. 张大千的“食道” / 57
2. 张群的“食疗艺术” / 60
3. 王新衡的西餐与素食 / 63
4. 赵四小姐的拿手好戏 / 65

### 第五章 旅美九年话饮食 / 69

1. “戒食”与“无条理”饮食 / 70
2. “外国饭”难吃 / 74

### 第六章 与台湾名人谈养生 / 79

1. 与王永庆 / 80
2. 与梁肃戎 / 81
3. 与吴大猷 / 83
4. 与张群 / 85
5. 与宋美龄 / 89

### 第七章 张学良：“我是好动的人” / 95

1. 开汽车，架飞机 / 98
2. 骑马，胜似闲庭信步 / 101
3. 从葫芦岛初泳到畅游长江 / 103
4. 江河戏水与温泉濯足 / 107
5. 幽禁时的体育活动（一） / 109
6. 幽禁时的体育活动（二） / 112
7. 散步、登山和“卫生麻将” / 115

### 第八章 室雅何须大，花香不在多 / 121

1. 冬天开窗的习惯 / 122
2. 别墅，奢侈的温柔乡 / 125

## ◎ 目 录

- 3. 京津华舍风光时 / 129
- 4. 沪上幽处有琼楼 / 131
- 5. 金陵空留伤心地 / 133

## 第九章 窘境天地宽 / 135

- 1. 寄情山水——“仁者寿!” / 136
- 2. “妻何聪明夫何贵，人何寥落鬼何多?” / 144
- 3. 可怕的清泉毒蛇 / 147
- 4. 高雄海港四春秋 / 150
- 5. 阳明山下有个幽静小院 / 152
- 6. 希尔顿酒店 15 楼 / 156

## 第十章 睡眠、寡欲与金钱 / 165

- 1. 少帅：“明天就是枪毙我，今夜也能睡得香!” / 166
- 2. 虚名误人深，富贵如浮云 / 168
- 3. 身外之物 / 171

## 第十一章 花中真君子，芒果味亦香 / 175

- 1. 宋美龄赠国兰 / 176
- 2. 兰是花中君子，其香也淡，其姿也雅 / 180
- 3. 香蕉与芒果 / 183

## 第十二章 厄运中的信仰 / 185

- 1. 心学和《明史》 / 186
- 2. 曾经研究马列主义 / 189
- 3. 《圣经》，晚年精神支柱 / 191

## 第十三章 书画亦与寿相关 / 199

- 1. 寿，从笔端生! / 200
- 2. 珍藏惊现“苏思比” / 205

**第十四章 京剧，苦中作乐的雅兴 / 213**

1. 奉天的京剧和电影 / 214
2. 听戏唱戏，陶冶情操 / 217

**第十五章 戒烟·戒酒·护牙 / 223**

1. 水烟、香烟、鸦片烟 / 224
2. 国酒、洋酒、葡萄酒 / 228
3. 老年也为牙所累 / 234

**第十六章 张学良养生八法 / 239**

1. 阳光无价 / 240
2. 制怒养神 / 241
3. 以“勿急躁”自警 / 243
4. 凡事戒贪 / 244
5. 三思戒言 / 246
6. 护目益寿 / 247
7. 感冒事大 / 248
8. 有氧运动 / 249

**第十七章 爱，有益健康 / 251**

- 一、结发妻子的情 / 252
  - A. 没有感情基础的婚姻 / 252
  - B. 离异内幕 / 255
    1. 两种版本，各有来历 / 255
    2. 真《自传》？假《自传》？ / 256
    3. 张大千竟是离婚的首倡者 / 257
    4. 谁是“破婚”的罪人？ / 258
- 二、赵四小姐的爱 / 260
  - A. 平凡女人的非凡情愫 / 260
  - B. 半个明史专家和寿辰贺词 / 262
  - C. 晚年为张学良办两件大事 / 264

**尾声 歿前不信风水迷信 / 271**



## 序章 “健忘”者长寿

●坐在轮椅上的张学良居然说：“我从来就没有养生的秘密，如果一定要问我为什么活得这么久，我就有一个长处：健忘！”

●他定睛一看，正是十几年不曾见面的契兄、1936年在西安兵谏时结怨的蒋介石！张学良开口就说：“总统你老了！”蒋介石紧紧拉住张的手上下打量说：“汉卿，你的头也秃了呀！”

●蒋介石死后尚未入殓，张学良就先去向这位下令“管束”他大半辈子的“蒋总统”吊祭了。

●提起刘乙光，张学良仍然保持他“健忘恶行”的待人态度，对记者充满感情地说：“刘乙光前几年才去世，我很想念他。”

## 破译张学良的长寿密码

著名抗日将领张学良，于2001年10月14日病歿于美国檀香山的史特伯劳医院，出生在1901年6月1日的他整整活了101岁！

张学良可谓近代历史人物中的长寿者之一。在他病逝之前，有记者曾向这位长寿老人探询其秘密：“您如此长寿，究竟有什么养生的秘密？”

坐在轮椅上的张学良居然说：“我从来就没有养生的秘密，我的一生诸位都知道，作为‘刁民’我这些年过的都是漂泊动荡的生活，到台湾几十年来，大家也都看到了，我过的是与世隔绝的隐居生活。如果一定要问我为什么活得这么久，那是上帝的恩典，如果说我有什么长处，只有二字：健忘！”

“健忘症莫非也是长寿的秘密吗？”张学良大半生几乎都在蒋介石为他设置的禁闭环境中度过。可以说，从他36岁开始，直到人生的暮年，始终在与世隔绝的幽禁状态中生活。如果张学良没有特殊的养生技巧，他很可能因心胸狭窄而抑郁终生，甚至在幽禁之中就英年早逝。诚如张学良暮年对记者所说的一样：他善于健忘！重要的是善于忘记仇恨。而让张学良最难忘的有两个仇人——

张学良第一个难忘的仇人就是蒋介石，然而他却把他的仇恨忘记了。

1936年12月25日少帅在西安事变后亲护蒋介石返回南京，但他没想到从此竟遭蒋氏背信弃义的终身监禁。在长达半个多世纪的幽禁岁月中，蒋介石曾让张学良生不如死。对此张的心底无疑会积郁无限愤慨与仇恨，此乃任何人都能理解的感情。然而，张学良的可贵之处是，他并没把蒋的迫害耿耿于怀，也没将蒋介石的无情冷遇视若仇讎，他胸襟开阔，让痛苦往事随着岁月的流逝而流逝。这也许是在非人境遇中侥幸生存的重要原因。

▲ 张学良第一个难忘的仇人就是蒋介石，然而他却把他的仇恨忘记了。

1958年11月15日，张学良在日记中曾记载这样一段经历：“下午两点，老刘（特务队长刘乙光）通知我，五点‘总统’召见。三点

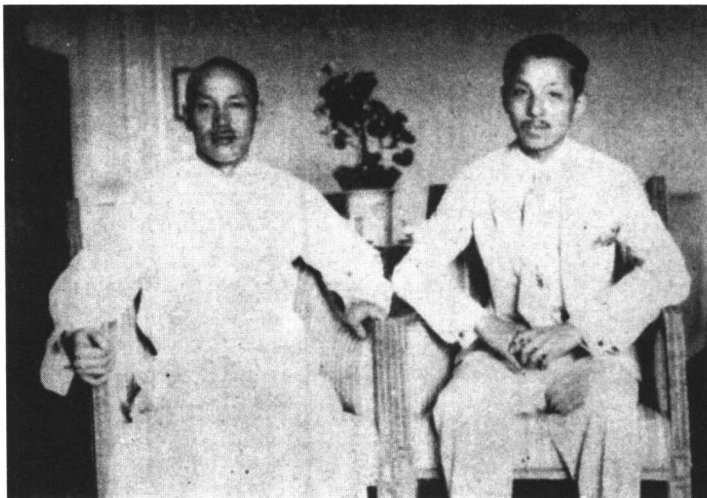
一刻，蒋经国派其坐车来接，我和刘同乘，约四点三刻到大溪……”

这是张学良幽禁期间蒋介石对他的第二次召见。第一次是张幽禁10年之后，1946年在贵阳与蒋氏父子第一次见面。那一次蒋氏父子是为东北战场寻求国民党守军的得力指挥者而来贵州，然而蒋氏要求张学良出山的请求居然遭到了张的谢绝。那时，幽禁10年的张学良十分渴望自由，可是，当他听说蒋劝其出山原系让其与中共军队作战时，一

贯反对中国人打中国人的张学良理所当然地拒绝了。蒋介石的第二次召见，又会给张学良出什么难题呢？

大溪，是台北至桃园间风景绝佳之地。在巍峨的角板山下，大溪宛若一片碧绿湖波中飘浮的一片落叶，这片偌大的水中岛屿树木繁茂，屋舍就隐蔽在这浓密的棕榈树丛深处。这是蒋介石 1949 年逃台以后，经过纵横数百里的寻觅，才看中的一块风水宝地。其山水之明丽，可与他故乡奉化溪口相媲美。于是蒋介石就在岛上仿照浙江故里的旧宅建起了别墅，从此大溪便成了他每年冬天来此休息的行馆。在将张学良密囚了 20 多年之后，蒋介石决定在大溪召见张学良，从而上演了中国近代史上值得记述的一幕：

蒋介石坐在书斋里，正翻阅一份泛黄的香港《星岛日报》。报上刊载一幅张学良在贵州息烽时的旧照，蒋记得那是抗战胜利后莫德惠去探视张学良时，在一泓碧绿的湖波之畔为其拍下的。照片上的张氏身穿长衫，手持钓竿，默立无语。但他炯炯的目光凝视远方，脸上的神情显得漠然而宁谧。蒋介石愤愤地将那张旧报丢进了纸筐，然后痛楚地闭上了眼睛，脑海中似又浮出古城西安那可怖的一幕。半晌儿他喃喃自语：“又是十多年了，谁知道他到底变成了什么样子？”



▲ 张学良和蒋介石在台湾大溪行馆的会面，无疑是历史性的最后一别。这与当年在北平的首次聚首(上图)，整整相隔了三十个春秋。

蒋经国在旁小心地说：“父亲，您也许过于多虑了，其实张汉卿现在确实变得越来越迟钝，越来越糊涂了。因为我发现他对往事有些健忘……”蒋介石困惑地望着面前的儿子，摇了摇头：“我始终不认为他糊涂，更不可能健忘，你不可能比我更了解张汉卿。”蒋经国说：“可我自负责管束他以来，彼此的接触多了，我发现张汉卿变了，他确实不记得从前的事情了。他每天钓鱼、跑步、打拳和打网球，再就是读《圣经》，对从前那些不愉快的往事，好像已经淡忘了……”蒋介石摇头：“所以我才怀疑，他是不是在演戏？我们千万不能让他当越王勾践啊！”蒋经国颇为不平地说：“父亲，我是始终密切关注他行动的人，张汉卿自从由高雄到台北居住以来，主要活动就是养花和听

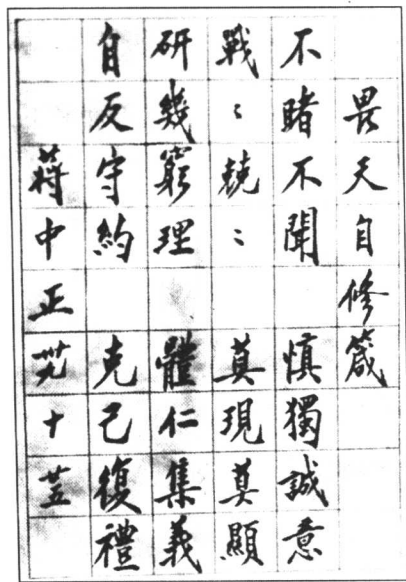
## 破译张学良的长寿密码

戏，如果外出，也就是和赵四小姐去吃饭馆。即便有新闻记者遇上他，张汉卿也坚决回避，什么话也不肯多说。”

蒋介石听了说：“我就因为这个，才断定他并不糊涂，也不健忘。当然，是真是假，我一看便知。这次请他到大溪来，我什么也不想谈，只想和他谈一谈西安事变。他不是一直对此讳莫如深吗？听说记者问他西安事变，他竟顾左右而言他。哼！”说到这里，侍卫进报：“总座，客人到了！”

中午从高雄出发前来大溪的张学良，这时由几个侍卫陪着，走过行馆湖上的小桥。展现在他面前的是一座仿古四合院，建筑格局极像他去过的奉化溪口丰镐房。青堂瓦舍，雕梁画栋，迎面正厅的廊底下悬挂几盏大红纱灯，几盆枝叶葱茏的龙柏井然有序地摆放在廊道左右。张学良刚穿过一丛修篁，前面就见一间三面透明的书斋。蒋经国已在门前等候，他敬了个军礼：“汉卿先生，家父已经等候多时了。”张学良正在茫然，只见里面传来一声干笑，接着房门开启，一位穿着青布长袍的秃顶老人迈出门来，他定睛一看，正是十几年不曾见面的契兄、1936年他在西安兵谏时结怨的蒋介石！张学良开口就说：“总统你老了！”蒋介石紧紧拉住张的手上下打量说：“汉卿，你的头也秃了呀！”

“好好，”蒋介石挽着张学良的手边向室内走边说，“自贵阳一别，怕有十几年不



见了？真是不可思议，汉卿，我记得你在贵州时，我曾委托莫德惠给你捎过书，都是有关《明史》和王阳明心学理论的。自然我们在贵阳那次见面，已是抗战胜利后的事了，那时我劝你好好学一学王阳明。他两次奉朝廷之命剿杀叛贼，又在南昌平息了朱濠之乱，功劳很大。可他后来还是隐居在贵州阳明洞里，这才发明了‘行知合一’的新论。汉卿，我让你学王阳明，就要你学他淡泊荣利，甘心面壁读书的本事。我也听说，这些年你快成为明史专家啦！”

张学良和蒋介石在书斋里相对而坐。他忽然感到自己应该说话了：“可惜我现在已经不读《明史》了，经夫人的指点，我已经对《圣经》产生了浓烈的兴趣。”蒋介石有些不悦，因为他碰了个软钉子。这时有女侍来上茶点，蒋经国急忙缓和紧张气氛，蒋介石见端上许多茶点果饌，便也故作热情地对张说：“来来，这个都是你喜欢吃的，台湾芒果、嫩竹笋，对了，还有荔枝。”张学良也不谦让，拣着自己喜欢的吃起来，蒋经

▲ 蒋介石亲笔题写的修养箴言，他希望这些也能影响到幽禁中的少帅。

国见张学良这种模样，悄悄与蒋介石交换一个会心的眼神。那意思说：怎么样？张学良肯定不是从前在西安发动兵变时的“东北虎”了。蒋介石却问张学良：“前些时听说你患了眼疾，不知是否好了？”张答：“已经好了许多。”蒋氏又问他最近在读什么书，张学良说：“最近两三个月始终在闹眼病，所以什么书也没有读。不过自从我到了高雄，一直在读《论语》。我很喜欢梁任公的东西，近来还看了一些梁氏的著作。”蒋介石边吃边点头：“好好，看《论语》是好的。梁任公的文字很好，希望你好好地读些书，将来有用。”

女侍撤下果饌后又上了茶水，蒋介石这时忽然把话切入正题，说：“汉卿，西安事变对国家的损害太大了。”张学良暗暗一惊，知道最敏感的话题终于不可避免地开始了。他竭力避开蒋的目光，独自在那里饮茶。而蒋介石却盯住他那张毫无表情的脸孔，说：“事变已经过去二十多年了，你可还记得？”蒋介石接过蒋经国递来的一份密件，摆在张的面前说：“可是这件事大陆比我们还要重视。汉卿你看，这是周恩来1956年11月6日的纪念演讲。这个、这个、他的讲话实在厉害！”

张学良只顾埋头喝水，蒋递来的文件他竟视而不见。蒋介石自己戴上了老花镜，随意在文件上瞟一眼说：“你看，周恩来这段话讲得妙极了。他说：‘张汉卿是个英雄，很豪爽。他被扣以后还给我写过两封信，多年来表现很好，始终如一，是值得人怀念和尊敬的，张汉卿将来能援救出来最好，但无论如何，他是千古不朽的人物了。’”蒋介石读完这一段话，让刚才谈笑风生的气氛顿时变得压抑起来，他盯一眼张学良，发现他好像根本没听他刚才读的那段话，正在那里目光游移地望着窗外湖波中一对漫游的野鸭。

“汉卿，”蒋介石指着周恩来的讲话对他说，“周恩来对西安事变的讲话，实在难得看到。如果你有兴趣，不妨就带回去认真读一读。”张学良头也不抬地说：“总统也许不知道，我现在老眼昏花，除了读《圣经》和《论语》之外，对任何事情我都没有兴趣了。”蒋介石凝然不语，他似乎从这句话里才依稀发现张学良早年那倔强的性格。虽然二十多年幽禁，他还是他，仍然没有丝毫改变。蒋介石见话已谈到这里，索性继续追问下去：“汉卿，前几年我的那个《西安事变半月记》你可读过了？”张学良说：“拜读过的。”蒋又问：“那么，孔庸之先生的《西安事变回忆录》和顾祝同的《西安事变忆往》，你也看过了吗？”张说：



▲ 蒋介石对张学良说：“汉卿，可惜的是，现在我们缺少的就是中共方面在西安事变中的材料……”眼前咄咄逼人的蒋介石，让张学良油然忆起20年前发生在西安的往事。

## 破译张学良的长寿密码

“都看过了。”

“好，”蒋介石见火候已到，才说，“汉卿，可惜的是，现在我们缺少的就是中共方面在西安事变中的材料……”张学良抬起头来，目光如炬，但一言不发。蒋介石委婉地说出他的意见：“关于西安事变，我们这方面的资料相当完整，可是关于中共方面的资料却相当欠缺。我想你知道的应该不少，闲暇的时候，写一写，当作史料保存下来。这不是一件很有意思的事吗？不知你是否愿意代劳？”蒋介石说完这话，整个书斋里的气氛顿时紧张到了极点，蒋经国在旁暗为张学良捏了一把汗。不料张学良竟郑重地表示：“我原来是不想再谈西安变事的，想把那些往事统统都带到棺材里去。现在委座既然要我写出来，那么汉卿就只有照办了……”

蒋氏父子没想到张学良会如此果断地答应下来，直到这一刻，他们才意识到被幽禁20多年的张学良尽管早成了不问政治的“闲云野鹤”，然而他在淡漠的表面下却保持着超人的睿智和清醒。当1975年春天蒋介石在台湾病逝之前，还再三关照蒋经国：“千万不可放虎！”不过，尽管蒋氏对张至死都耿耿于怀，但张学良却以德报怨，在蒋介石停灵“怀远堂”期间，他还亲自给蒋送去一幅寓意深刻的挽联，以示他对蒋介石的悼念之情。张学良的挽联是：

既見  
之爭  
宛  
若  
仇  
讎

閑  
懷  
之  
殷  
情  
同  
骨  
肉

关怀之殷，情同骨肉；政见之争，宛若仇讎。

从这幅挽联中不难看出，张学良已把蒋给他的漫长“管束”视若等闲，蒋死后他首先想到的还是对自己的“关怀之殷”。1990年张学良在台湾会见日本NHK电视记者采访时，首次公开他与蒋之间讳莫如深的关系，他说：“蒋待我很好，他保护我。讲到这里，我有几个字给你写出来。这是蒋先生逝世的时候，我的一种私人吊唁。没发表，我自己吊祭他。……对于这个情形，外头人很少知道。只有蒋夫人，还有蒋经国知道。是蒋先生去世的时候，还没入殓，蒋夫人叫秘书带我去看了看。说起这些事情，在政治上是很有意思的。像我们这种关系，是很有意思的……”

张学良这番话，足以证明他确是个善于忘记仇恨的人。

▲ 蒋介石对张学良虽然长恨于怀，但是张学良却不计其恶。蒋氏作古，他还亲笔撰写挽联，如此善忘丑恶，显然于寿有益。

张氏的另一个仇人，就是自1936年起负责监管他的军统特务刘乙光。此人整整“管束”张学良25年，可谓时间最久的看守长和“狱头”。张学良在国内幽禁期间，刘乙光就利用手中之权限制其自由；1946年张学良到台后，刘乙光对他的“管束”更为变本加厉。甚至在台湾发生二二八事变的紧张时刻，刘乙光还想趁机用乱枪将张学良夫

妇打死，然后再向蒋介石报告说系乱民进犯时所为，可见刘乙光对张学良的恶劣态度。对刘乙光这个处处给张学良痛苦的特务头目，1947年张学良在台湾曾亲口对张严佛（时任南京保密局设计委员会主任）有过声泪俱下的哭诉，他说：“我们一到台北，陈仪主席陪着我们来到这儿（指新竹县井上温泉），他当着刘乙光的面对我说，这个地方是委员长来电叫他找好的。我现在的几间房，光线、太阳都比较好，外面有宽阔的走廊，因为我不好随便到外面去，有了走廊，早晚可散步，也可以看书报，免得刘乙光他们时时为我操心，岂不很好。而现在刘乙光一家住的几间房，背着太阳，比较阴暗。陈仪交代刘乙光说，光线好的房间，给我住，刘乙光满口答应了。但陈仪走后，一转眼间，刘乙光就变了卦，他妻儿女竟占了我现在所住的这几间，硬叫我和四小姐住在那边房，还有什么可说的。我只好忍受了。幸而不几天，陈仪又来看，他觉得刘乙光做得不对，叫他把这几间房让我们住。初来的时候，有两名下女，陈仪雇来照料我和四小姐的，不几天，被刘乙光打发走了。十几年来，夫人（宋美龄）和亲友送给我的东西，经常被刘乙光夫妇克扣，有时被截留一半，有时竟全部被没收了……”

张学良又说：“今年二月台湾人闹事，刘乙光也紧张起来了，那几天，他恶狠狠地盯住了我，好像要吃下去，话都不和我说了。他指挥宪兵特务不分昼夜，加倍警戒，如临大敌。宪兵特务来回不停地在我屋子周围巡逻，并向室内窥伺动静。深夜了，我还听见刘乙光同他的部下时而嘈杂喧嚷，紧急集合，时而又蹑手蹑脚地窃窃传话。总而言之，是一种应付非常事件的可怕现象。就在这时候，刘乙光的部下和宪兵方面有人偷偷告诉我说，刘乙光已经做好了准备，如果台湾事变闹到不可收拾，为了防止我越狱逃跑和台湾人民把我劫走，他就采取紧急处置，把我和四小姐开枪打死，对上面报告则称台湾乱民前来劫狱的罪名。我实在不甘心，……幸而台湾事变几天就平息了，否则，真难说我今天还能够同你在这里见面。”

张学良的逆境长寿，在于他有宽阔的胸襟。即便对刘乙光这类势利小人，他也能坦然面对，甚至当刘乙光奉命调离之时，他还主张送给刘乙光一笔钱，以表示他对刘乙光“看管自己多年”曾给予的“好处”的一点心意。张学良在为刘乙光饯行的酒桌上，当



▲ 刘乙光（左一）曾经是张学良的仇人；可是，张学良认为他也是恩人，在分别之际张学良仍然希望与仇者合影，其胸襟之博大让世人叹为观止。

## 破译张学良的长寿密码



▲ 张学良与蒋介石恩怨数十年,如果他将仇恨永记心间,又如何可以生存?这是张、蒋、于右任(左二)等在西安。

着蒋经国的面对刘乙光说：“刘乙光是我的仇人，也是我的恩人。仇人是他看管我，恩人是他救了我的命。我们在一起这么多年，现在他要走了，我知道他家的情况，我想送他一笔钱，算是我的一点心意。”张学良所指刘乙光救过他的命，系指在贵州幽禁时患急性阑尾炎时，刘乙光将张送往贵阳医院进行抢救。送钱之举虽为蒋经国劝止，不过从这件小事也能看出张学良确实善于“健忘”仇恨。

尽管张学良从不向外界流露对这位特务队长的微词，但刘乙光前半生的恶行，还是遭到许多知情者的指责与咒骂。张学良非但善于“健忘”别人的恶行，反倒记着刘乙光对他的种种好处。1991年3月10日当张学良以91岁高龄首次飞美探亲，在机场受到各路记者的包围，当时有人向张提出刘乙光其人。张学良百感交集，他没想到当年“管束”他、甚至想趁乱枪杀自己的特务刘乙光竟然先他辞世了。提起刘乙光，张学良仍然保持他“健忘恶行”的待人态度，对记者充满感情地说：“刘乙光前几年才去世，我很想念他。”当记者说刘乙光这“狱头”曾经刁难他时，张学良竟这样说：“连夫妻之间都会吵架，何况他刘乙光是在做事，再说对他也没有什么不好。我想，做人要厚道，我劝你不要对别人苛求！”这就是张学良的“健忘”性格。正是这种善良的“健忘”，才让张学良心胸变得更加开阔，更加坦荡，更加平和。

张学良不愿回顾痛苦的往事，而是常常在困境中寻觅快乐。身处逆境精神上又不留痛苦的阴影，这才是他百岁长寿的真正秘诀。

张学良磨难重重，他在漫长的秘密幽禁中得以保持硬朗体魄，本身就是一个奇迹！身体既为健康之本，莫非百岁高寿的张氏从小就体质健硕，从没有疾病的困扰吗？回答是否定的。一个长寿的政治人物，也像普通人一样，都难免七灾六病。就让我们翻开张学良的病历，回顾这位世纪老人的坎坷人生，了解其长寿的奥秘。



## 第一章 张学良病历

●张学良对他自己20岁以前的身体状况有过如下回顾：“我年轻时，身体不太好。患有肺病，也曾吐过一次血。”

●伤寒病在中医学中曾是一个难以攻克的禁区。而在外国医生看来，张学良的伤寒病则是难以痊愈的顽疾。

●手术整整进行了十多个小时。需知一个阑尾炎手术在战乱年月和落后的贵阳，已是一个特大手术了。加之张学良的病情在修文县整整拖延了一天，所以，当杨静波将张学良腹腔打开后，惊讶地发现腹腔内积满了脓液，情况相当危急！

●医生很快就得到明确的诊断：93岁高龄的张学良所患为颅脑硬膜下腔出血！这是一种特别严重的脑部疾病，如果不能早作处理和抢救，很可能让患者猝死或变成植物人！

## 破译张学良的长寿密码

一位西方哲人曾经说过：“长寿者未必就是先天体质健康者。许多先天体质不健康的人，经过后天的勤奋锻炼，最终获得了长寿，这样的事例并不值得大惊小怪。”张学良就属于先天体质不良、多灾多病的人。仅从目前有史可载的记录，就能证实疾病一直伴随着张学良的漫长人生。不妨从张学良的少年谈起——

### 1. 少年时肺病沉重

(1901年~1916年)

青少年时期的张学良体弱多病。

1954年张学良在台湾清泉幽禁期间亲笔撰写的《自传》（即《杂忆随感漫录》）中，曾对自己20岁以前的身体状况有过如下回顾，他说：“我年轻时，身体不太好。患有肺病，也曾吐过一次血。”他认为自己年轻时身体不好的主要原因，“一是因自己的读书和生活环境不如意；二是因二十一条之后对于国事时抱悲观，认为东北人已经走向亡国奴之途径。”

张学良出生时，恰逢东北三省战乱四起、外敌入侵的年代。其父张作霖在沙皇俄国军队入侵辽西时，正在奉天广宁县的中安堡充任“保安队”头目，后受金寿山匪股的偷袭，逃至台安县八角台，遂与汤玉麟、张景惠、张作相等组织“大排”（即匪股）与沙俄及其帮凶金寿山等周旋在辽西境内，居无定所，朝不保夕。张学良就在这种动荡不安的战乱形势下，降生在一辆从台安县桑树林子乡向茫茫荒野中逃生的马车上。

1901年6月初的一天，张作霖突然遭到敌手金寿山匪股的夜袭，慌乱之中他携妻赵氏和女儿首芳，乘一辆大马车向新民县方向逃走。其时赵氏已经怀孕在身，她不堪金匪的追击和马车的颠簸，在马车上临产了。一个婴儿的呱呱啼叫声划破了黎明前的黑幕，他就是日后因发动西安事变而载入史册的张学良将军！

张学良降生后，先天不足，因他临产时不足月，所以体质孱弱。而他生下来后的环境异常恶劣，北方的阳历6月，山坡背面的积雪尚未消融，枯木的枝桠在春寒的北风中发出尖厉的啸声。饱受战争惊扰和饥饿折磨的“小双喜”（张氏绰号）多病多灾，母亲没有饭吃，而他则没有奶水吃，正像张学良所言：“我们家当时穷得连炕席也没有。”

1986年张学良在台湾接受旅美学者唐德刚采访时说：“在娘胎里上帝就造就了我，他们都没想到我还活着。我过去身体很不好，有个大夫说，我的身体很坏。我是靠喝米汤活着，不是你们今天喝的大米汤，而是高粱米汤。后来再大一点，由大人把高粱米嚼碎喂我吃，就这么活着。活到一岁多，那时我们家还穷得很，雇了一个奶妈子，她对我很好，后来我一直养着她。因为生活太苦，我五六岁时，连话都说不清楚，我舌头短，不好使。小时候人家都说我不会说话了。……本来我外祖父家多少富裕一点，是个小地