

回忆是与身心等值的生命体，因为每一份回忆都有生命的体温，每一次回忆甚或都能感受到其中“怦怦”的心跳。

前些日子，一位发小来电说，看见有篇《法华镇那些事》的趣文当中还提及你呢。我有些纳闷和好奇，便向他索要该文，以探究究竟。

拿到网文展阅，撰稿人原来是长我两岁的街坊玩伴王文琪。这位王兄年少时就有“作文神手”雅号。

读着他浸润着岁月流光的文字，我不由得走进懵懂少年的难忘时光。

我的出生地法华镇，是享誉沪上的百年老镇，素有“先有法华，再有上海”的赞誉。作为“生于斯，长于斯”者，我被王兄妙笔点睛，昔日对法华老街的印象，便纷至沓来。文中照片中的几位发小，都是我孩提时代的同校校友。瞧一眼就认出来了。

看来岁月虽然在磨损我们的容颜，但儿时的记忆显然会带着量子纠缠的情怀，在相隔的时空里依然有一份勾连。

一张张沾着风霜的笑容，一个个童年时代活蹦乱跳的身影，仿佛重新展现在我的眼前。自然，记忆中的形象与如今带着岁月辙痕的笑靥相互叠换，心里的滋味是半酸半甜的。

孩提时代的回忆，是最能撬动人生感怀的支点，仿若一幢建筑，贵在基础。童年就是人生大厦的根基。

不日，先前为我弄来王兄网文的发小，又接连转给我多篇回忆旧事的文

章，其中有一篇题为《班主任王金南老师》，作者还是那位王学长。王老师曾是我哥哥读小学时的班主任，在我尚未上学时，她就常来我家家访；加上那时由于我家宽敞，是哥哥的同学们课外学习小组碰头的所在地，王老师为此经常来我家“督学”；后来她还担任过我音乐课的老师。因此，她是我生命中确立的“老师”的第一形象。

王老师出身沪西大家，是一位知性与学养兼优的老师。在我诸多的师长中，要是排个队，她是名列前几位的。她的声音温暖而有磁性，那句“只有不尽责的老师，没有教不好的学生”的金言，是她的师道风范。即使再调皮的学生，听过她循循善诱的教诲，都会顿生敬意。

王学长在文中，对班主任王金南老师殷殷师恩发自肺腑的记述，颇为动情，尤其说起在人妖颠倒的年代，王老师积极鼓励“家庭出身不好”的学生，正确面对生活，在各个方面给予他们热心关爱，尽力不使幼小的心灵受到创伤，殊为感人。

我离开学校，好多次邂逅王老师，并曾去过她番禺路的家，乘凉聊天。有意思的是，她原先凯旋路上的住家，还是我在上海电机公司机修厂实习期间作为更衣休息的房子。这是一幢三层斜坡尖顶的德式洋房，很有气派。那些年，在冬日的晌午，我们坐在二楼的客厅午休，阳光透过落地钢窗洒在梨木条形的打蜡地板上，简直

清晨醒来，只见满窗阳光灿烂，寒意顿消，心情大好！

其实，金灿灿的冬阳，更像和颜悦色的女神，或慈祥的长者，谁沐浴其中，都觉温柔，都或多或少地拂去种种心灵深处的阴冷、凄清和无助。

起身推窗，吸纳鲜氧，见咫尺处湖面如镜，喔，无风；遥遥迢迢绵延的浙东丘陵，莽莽苍苍，层次井然；从我的10楼俯瞰，行人稀少，悄无声息，

大概都宅在家中……总之，新年开篇，一切如期盼的那样祥和静好！

但一百二十年前的庚子年却是全中国沦陷似奴的不堪一年：战败的清廷赔款4亿5千万两白银，一座五行山压在亿万中国人的头上！如今，庚子年将翻页了。

于是，金牛奋蹄的伊始，我期盼，我祝福，我拥抱：国运昌盛，你好我好；来年盘点，都是微笑……

新年首笔

黄柏生

回首童年皆风景

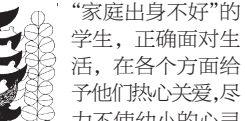
吴伟余

就像装了暖气空调一样，满室温暖如春。

记得有一回在王老师番禺路住家的露天屋廊下乘凉品尝西瓜，我注意到，尽管在特殊年月，王老师一家无奈搬离环境优雅的花园大洋房，栖身在矮平房区的平民小区，但经过他们夫妇因地制宜的打理，将矮平房环境修整得颇有些别样的小资情调，如他们居室门窗挂有双层丝织白底、嵌有花格镂空的窗帘，这样的考究装饰，在当时可以说很不一样。更使人称奇的是，在他们屋门前“豆腐块”的空地上种上了玫瑰花和瓜果植物。那丝瓜的藤蔓爬满了他们搭起的竹架藤架。在星夜晚风中，一盏有翘角的铜质廊顶小灯微微摇曳，绿叶灯影，倒也营造出了几分都市田园的神韵。对有些人来说，苦难的生活不会磨灭对美好事物的向往。

在王老师的肩上，洋溢的正是那种被生活千锤百炼后的优雅与淡然。

人上了年纪，喜欢回望岁月，在回望中感悟生命经历的风雨——即便风带着些许的寒气，即便雨带着些许的凉意，而回忆在心底照例会成一道独特的风景。行笔至此，耳畔不禁萦回，童年时手提铁拐走在法华老街，又顺道拐入旧时名闻沪上的由一块块卵石铺垫的杨宅路。那弹砾路上叮咚、叮咚的清脆响声，听来是那么美妙，仿佛时光倒流。乐哉！乐哉！



借其自愈能力而慢慢复甦。但对不少大虚或暴虚患者却必须扶救彻底，甚至矫枉过正而方能逆转颓势。

治病应以不伤正气为前提的主张，作为医疗的追求是应该肯定的，但如作为医疗实践的唯一前提与准则却是失之片面的，因为不少疾病的治疗是难以做到完全不伤正气的。利用呕吐或泻下之药治病也是传统中医的常用之法，在吐泻过程中会损伤正气，但此方法为何有效呢？因为“邪去则正安”。补益的方法能够扶养正气，但在不少情况下，祛邪也是有利于扶正的。另如西医治疗癌症的化疗方法、糖尿病足的截肢之法对人体的伤害是显然的，但相对于生命能够保障或者延长则是亡羊得牛。在难以根治大多数疾病的现实中，凡是获益

前面几期文章分别介绍了《黄帝内经》《神农本草经》与《伤寒杂病论》中关于治疗力度控制的观点，今天就何者更为合理的问题予以讨论。

先简要回顾一下三者各自的观点。

《黄帝内经》(以下简称《内经》)认为在用食物调理经药物治疗而未尽的余病时，可把解除疾病的全部作为治疗尺度；但在初次(期)用药物的治疗中，则应依据所用药物偏性强弱的不同等次，再制定出并不解除疾病全部而只是相应的不同程度的尺度(就是疾病的60%至90%的部分)。如果停药后发现疾病并未全部解除，那就再用原法继续治疗。

《神农本草经》与《伤寒杂病论》在治疗力度控制上的观点是相同的：一、治疗力度的把握不以药物偏性的强弱而以病证是否存在为依据；二、治疗的过程应该连续，直至全部解除疾病方可停止。很显然，这跟《内经》的观点是存在差异的。

比较上面的观点，我肯定《神农本草经》与《伤寒杂病论》所持的观点，与《内经》中的观点是应有所商榷的。刍议如下——

医学追求的目标理应是未病都能预防与既病都能治愈。尽管现实已经证明了这一目标完全实现的

不可能性，但医学日新月异巨大进步也已同样证明了这一目标是可以不断接近的可能性。

《内经》之所以认为初期用药治病不要以全部解除为尺度，是因为药物的偏性在能治病的同时也会损害人体的正气。而用食物果蔬疗病时，则可以全部解除为尺度。因为其性亲人，不会伤正。同时它还说明：“不尽，行复如法。”由此可见，治病求“尽(彻底)”也是《内经》的本来之意。但它对用药治病，却仍依据药物偏性而对治疗尺度一概作出了限制。这种出于保护正气的谨慎节制是否需要与合理呢？其实药物的偏性大多可以通过配伍、煎煮、炮制等方法而予以调节制约的。离开了这些调节措施而只以药物本身的偏性作为治疗尺度的依据，应该是缺乏临床基本事实支持的认识。再则，由于在表达这一观点时失之笼统，没有同时作出与此相关的多个方面问题的说明，所以容易出现疗效追求与技术能力这两个概念的混淆，从而使得后人误生出凡用药物治病都只能依据药性而适可而止的解读。

《内经》中用大毒至无毒之药治病的范围，包括了急重与慢杂诸病，而其性质则不外虚实两端。实证之中又有常邪与毒邪之别。在常邪之治去余邪之六分后，尚存的四分常邪并不都能单纯依靠正气的修复能力而得以去除。而毒邪之病更不可能依靠正气而自愈，因为正气只能有助于解除常邪而不能解毒邪。如果治疗中不能连续性地祛邪彻底清除，既有失去胜机之虞，也有留邪之害，或停治则复发，或移日再复发。至于虚证，凡程度轻者，或部分重者，在正气被挽大部后，固可

风险比高的追求与治疗应该是肯定的。

有人理解《内经》在初期治病时不求彻底而只取大部的观点，体现了反对过度治疗。所谓过度治疗，应指原本不可为而强为之及弊大于利的治疗。而与之相反者，都属应该追求的合理的适度治疗。原本可为而不为，则是不及治疗，其性质也是有弊的。

《内经》在关于应用峻药时有一名言：“有故无殒，亦无殒也。”意思是只要病因确实存在，那么即使应用了峻猛之药，人体也不会造成伤害。很显然，这句话的精神是“大毒治病，十去其六……”的观点是相矛盾的。为什么会出现这种矛盾呢？因为《内经》非一人独著，而出于多人，就难免观点相异。为什么《内经》的观点会跟《伤寒杂病论》及《神农本草经》不同？因为前者是学术专著，而后者是临床专著。学者跟专家在学术上出现差异是业界常见的现象。

《内经》主要由从事理论的学者所撰，而中医思想跟传统文化精华是一脉相承的，所以他们对传统文化中哲学思想的表达比之临床专家要更为紧密与直接。我体会其治病保护正气第一而用药应该有所节制这种观点的思想基础，主要来自传统文化中的“中和”理念。(待续)

中药剂量应用之补议(下·五)

张建国



大户小户买年货 (剪影) 李建国

舍山县位于皖东中部。我刚到这座县城工作的时候，遇到满口当地话的同事，就反应迟钝，有点尴尬，所以，觉得自己要学会点当地话，方便工作，而模仿吆喝，则是以为自己能尽快融入这里的生活。

抽空到漕古镇游玩，我看见往无为县的裕溪河摆渡口，一辆板车上搁着两桶雪白的“大馒头”。“大馍，热的”……中年汉子边吆喝边注视着过往乘客，摆出“饿了吗”的表情。离开后，我对此仍有印象，即兴学起，同事却报以一阵笑声。

夏季，这里的交叉路口时常停着一辆卡车，车上堆着西瓜，电喇叭发出声声“大西瓜、六毛钱一斤”的吆喝。明白了：当地人说话，ci(次)、ji(鸡)、pi(皮)、si(丝)、xi(西)、yi(衣)、zi(字)等，用舌尖抵在上下齿缝发声。

安徽有段顺口溜：“从肥东到肥西，买了一只老母鸡；拿到河里洗一洗，除了骨头都是皮。”它基本涵盖了这些字音。我们上海来的员工都喜欢模仿。不过，真要说得溜，是要花点功夫的。

同楼一位员工，送给我一袋桃子，说“大白桃，刚树上摘的”。我一看，就是街上卖的那种白里带一抹粉红的桃子，先前总听不清电喇叭里吆喝的“大什么”——口音太重又急促。原来大白桃其实并不大，我想，但凡吆喝，总要夸张点吧？熟透的大白桃，桃皮容易掀起，会滴汁。

那几年，耳闻吆喝，我常模仿，同事笑我苏北口音，纠正我。

退休后，我回上海，想当地几位同事了，敲微信视频，交谈后还是要模仿一下这些吆喝声。他们点评：“你讲的还是苏北话。”彼此哈哈一笑，挂了。

模仿吆喝

龚伟明

由于目前正处疫情时期，各级政府建议市民就地过年，外来人员也暂时不要回家，留在本地过大年。所以，不少买汰烧的阿姨爷叔都在忙着购买各种年货。住在我楼上下楼的蒋阿姨、李爷叔买了两棵大白菜回来，问我怎么烧？烧什么味的菜最好吃？

我告诉他们，大白菜入菜柔嫩适口，既可当作主食菜饭、面食馅料，又可当作单独成品，还可当作冷菜、热炒、整菜汤羹菜、砂锅、火锅等主配料。

拌、炆、炒、扒、烧、烩、腌、泡、炖等烹调方法，可以广泛应用于大白菜。

可做冷菜的有酸辣白菜、辣白菜、珊瑚白菜、泡大白菜

珊瑚白菜

李兴福

根，去上头菜叶的2寸长叶另用；菜梗剥下，放进冷菜盆内冲洗干净，捞出沥干水分；2-3个小时后，再用刀修去菜叶，从白菜梗直切，切成二分宽二寸半长的条，放在瓷盆内，铺满一层撒上一层精盐，再将白菜叠上一层，层层叠上，叠完为止；用平盆盖在白菜上腌6-8个小时后取出，放进冷开水内，用筷子快速搅拌一下，迅速将白菜捞出；双手用力挤干白菜内水分；放进瓷盆内，将白菜抖松，泡红辣椒去籽洗净，姜去皮切细丝撒在菜上面，泡红辣椒切成粗丝放在菜上面，要撒开；砂锅洗净，上火烧热，放麻油70-80克；烧至七八成熟时，将干辣椒下

七夕会

油锅内油炸成紫褐色；再将花椒粒放进锅内，一起炸出香味时捞出；将锅内麻油淋在泡红辣椒丝和姜丝上面；利用这油锅，放糖和米醋及冷开水150克一起调匀后浇在白菜内，再用平盆盖上。

特点：色泽浅桃红，酸甜咸鲜，略有麻辣香，脆嫩爽口。

友情提示：此菜多余部分用保鲜纸封好口，放冰箱冷藏，切勿速冻，可放3-4天。此菜制作时一定要注重卫生，用具预先用开水消毒。辣白菜、酸辣菜、珊瑚白菜，做法有点相同，细品却大有区别，有的用卷心菜，有的用青菜梗，最好选用山东胶东大白菜，片厚水少，叶少质量高，口感会更好。

美食

