

## 潘金莲要是懂中医西门庆就可能迟点“翘辫子”

完



曲黎敏 著  
长江文艺出版社友情推荐

本书运用中医知识,从头到脚十分系统地讲解了身体可能出现的各种问题,从病症、病因,一一分析。书中还用大量篇幅介绍了青春痘、牛皮癣、高血压、鼻窦炎、忧郁症、中风、糖尿病等常见病的治疗、养生方法。书中还点出了生活中常见但不为人重视的生活陋习、养生误区。

## [上期回顾]

糖尿病是脾的病,如果得了这个病,在日常生活的饮食中应该坚持少荤多素,要少懒多动,还要补脾阳和肾阳,另外,灸法可以治疗糖尿病。关于肝病的养护,作者给我们提供了一个简单易行的按摩方法。另外,大小便也直接反映出人的身体健康程度,作者特别建议,为了保护我们的肾,在小便时不要大声说话。

## 大众健康

## 男性病基本上与肝有关

中医认为,男性病基本上都来源于肝,与肝有关。比如,阳痿早泄就是因为肝的功能出现了问题。还有一些病症比如说遗精,属于肾精亏损过大,心气浮在上面,使得肾精没有敛藏的能力,所以一下子失去制约,全部泄掉了。

## 遗精

遗精是一种很普遍的男性病,当人的肾精亏损时,心气就会往上走,肾精得不到制约形成遗精。遗精跟心神有关。心神白天寄于心,主生发,因为白天头脑清晰想事,所以不会乱来;心神夜间寄于肾,神明藏在肾精当中,主收敛,当收敛的功能出现问题后,就会做很多春梦,导致遗精。晚上何时遗精是有说道的。如果是晚上刚一睡下、午夜之前遗精的话,是收敛失常,病在于肾;如果发生在午夜之后,子时已过,开始阳明了,相当于“阴中之阳”的时候遗精,属于生发失常,病在于心。

## 前列腺炎与前列腺癌

现在最困扰男性的病就是前列腺的问题。前列腺炎、前列腺癌都是男性病中的常见病。得前列腺病的人首先要明了一件事:前列腺的功能是什么?

中医常说,血是带着精往前走;这里所说的血并不是西医中的血液blood的意思,中医的血具有一个动能的概念。前列腺就是带着精子往前走;前列腺病的人往往带着一种做君子的观念,容易处处为别人着想,俗称“受难的君子”,在过夫妻间性生活的时候,也会看妻子的脸色,唯恐对方不满足,而且还心疼自己,常会忍精不泄,误认为

忍精不泄对人体有好处,以为只要不流出来,身体的精就能够保住。但事实上并非如此。

前列腺液和精都已经出来了,你想想让它回精道是不可能的。这时,它就会淤堵在生殖器里,久而久之就成为脓,也就是炎,加上郁闷、劳累、生气等,有可能发展成前列腺癌。因此,要想避免这种病,首先尝试完善自己的性格,写一副“宁做快乐的小人,不做受难的君子”的对联,放到心里告诫自己。

## 阳痿与早泄

《黄帝内经》中提到的最主要的男性病就是阳痿和早泄,这种病是元气大伤所致。如果已经阳痿早泄了,那就应该踏踏实实休息,既然老天让你歇着,就“顺应天意”。切忌有病乱投医,临床实验证明,此时越吃壮阳药阳气越不足。

对于阳痿来说,病因一方面是因为肝血虚,另一方面是阳气不足,膀胱经气不足。不少医生都会让病人单纯地吃六味地黄丸,这是有问题的。单纯治阳痿,用纯阴的药不用,一定要用阴阳相补的药,药方中一定要加上附子、肉桂这类药,才可以把阳气调动起来。

男子的阳痿还会与女子的子宫肌瘤有相关性。做丈夫的要有阳痿早泄的毛病,妻子大多会得子宫肌瘤。因为子宫是需要激动的,女人会因为男人的性功能不好永远没有性高潮而导致子宫肌瘤。

## 女性病主要跟任脉有关

一般来说,女性病主要跟任脉有关。在跟任脉密切相关的同时,还有一条经脉左右着女性的身体,这就是带脉。带脉对女性来说十分重要,它位于

我们平时系腰带的地方。我们人体真的是非常奇妙,十二经脉几乎都是竖着的,基本都是从头到脚自上往下的形状,唯独有一条横的、环绕形的就是带脉,它就像腰带一样缠绕着。

带脉是约束、控制、调控经脉宽松的,它就像牛皮筋一样,对所有的经脉都有一个约束。当带脉松懈的时候,人就可能约束不住整个经脉,所以从形体上来讲,人就可能会出现腹若垂囊、大肚子这些象,这都跟带脉有关。我们在按摩的时候,应该多按摩带脉,经常抻拉带脉对身体很有好处。

如果女人任脉有问题的话,一般会产子子宫肌瘤、月经病等,因为任脉是主血的。如果是出现赤白带下等问题,基本上都跟带脉有关,这是带脉的约束力下降所致。

## 月经病的主要表现

一般来说,月经会出现以下几类问题:月经提前,这属于元气太虚,不能有力地发挥统摄的作用,导致月经先期而至;月经拖后,甚至月经拖后很久,这也跟元虚有关系,但主要问题是阳虚,不能镇纳阴气,所以使得阴血不能下行;经血淋漓不断,这跟月经先期而至很相似,也属于元气太虚而统摄失治;月经期间的经血色泽发黑,这基本属于血瘀,不通则血瘀;月经少而色淡,这是由于阳气衰使得精血来源少,故而经血少;月经色紫成块并伴有疼痛,这是痛经的问题,不通则痛。

## 痛经

如果一个女孩子痛经痛得厉害,这一定是寒造成的。治疗这种病,或者长时间地坚持用艾条熏灼,或者吃药。但光吃乌鸡白凤丸已经没有什么效果了,而且有子宫肌瘤的人,

不适宜吃乌鸡白凤丸,因为越吃就越养肌瘤,需要服用通经脉的药,比如附子、干姜等,慢慢固摄住阳气,如果肌瘤太大排不掉,也要等肌瘤边缘清晰以后,再做手术才好。

## 更年期提前

现在,女性更年期提前的现象很明显。有的女性甚至35岁左右就开始出现更年期的症状,比如潮热汗出。这就是肾精镇摄不住阳气了,使得一下子全都冒了出来。导致更年期提前的原因一般跟女性的工作压力和先天的身体虚弱有关。

## 月经量少

月经量少是因为阳气衰,营养物质变成血的能量减少了,导致经血慢慢变少。现在有一些年纪比较大、结婚比较晚的女性,月经都快没了,可是却突然想要孩子,这是一件很可笑的事情。因为孩子一定要靠母血来养,女人的血不足,那么孩子一定养不好。有些女人甚至都已经脱肛了,收摄的能量已经很差了,这种连自己的肛门都收摄不住,还想收摄一个元气十足的孩子,是根本不可能的。所以我们一定要对自己的身体有一个深刻的认知。

## 子宫肌瘤

女性对子宫肌瘤的病症要十分注意,如果患有子宫肌瘤,人体就会产生一个重要的功能-- 排斥反应。人体会自动认为像肌瘤、肿瘤这些东西都是人体异物,就会想方设法地把它排掉,只要身体里的气血稍足,就会去攻这些异物。当去攻这些异物,但久攻不下的时候,就有可能造成女子崩漏的情况。“崩”是指出血太多,止不住;“漏”是指月经淋漓不断。也就是身体老在那里想破瘀、破掉肌瘤,但又破不掉,

## 赵光义一句话改变了宋朝的历史



高天流云 著  
上海锦绣文章出版社友情推荐

本书从宋太祖赵匡胤充满传奇和争议的一生说起,全程解析大宋王朝的建立以及帝国初期的历史迷局,把中国五代十国各个朝代的历史更替,每一次政权纷争,一一罗织在轻松幽默的解说中。

## [上期回顾]

有观点认为自从五代之乱,华夏辉煌灿烂的文明从世界的巅峰开始了下滑。但是有一点,如果从科考制度的演变上来看,这反而是好事。有宋一代,从赵匡胤开始,不许任何宗室、官宦的子弟下考场,并且废除了公荐制度,从根本上杜绝了官官相护,科考舞弊的可能。

## 戏说历史

李煜到开封了,同来的还有江南十九州、三军、一百零八县,以及六十五万五千零六十五户的百姓户籍。

开封城沉浸在欢乐里,戎人远归,壮士还家,都快两年了,谁不想啊?尤其是赵匡胤,他连与群臣说事都是在快乐地争吵。中心点是关于对李煜的处置问题。群臣们说,好办,现成的例子,把当年拴在刘脖子上的那根布条子再找出来,也拴在李煜的脖子上,然后拉到太庙去献俘,让您老祖宗也高兴一下,不就得了?但是赵匡胤摇头——那不行,李煜不是刘可比的。李煜曾经臣服于我,不能那么对待他。

于是李煜只是换上了一套纯白色的衣服,在大庭广众之下给赵匡胤叩了几个头,然后就换来了宋朝的右千牛卫上将军、违命侯的职务爵位。之后赵匡胤再依次加封李煜的子弟部属,人人都有官有职有奖金,再之后战胜的皇帝就一把拉起违命侯入席喝酒,场面上只有融洽欢乐,绝对没出现过冷场和任何的不和谐。

一切看上去都很美。但是这时有一个很诡秘的问题要提出来了,那就是——请问这时的赵匡胤真的快乐吗?或者,这时的赵匡胤他敢快乐吗?他已经整整五十周岁了,人生已过半百,尤其是他经历了那么多的事情,不知道他是否已经分析出了自己人生中的那一——只要他成功,他就必将悲哀或者愤怒。

比如说,他生平第一次以主将的身份,攻下了敌人的城池(滁州),他的父亲半夜叫门,他不给开,结果父亲病死了;

他在陈桥兵变,当上了皇帝,可是仅过了一年,他的母亲死了;他攻下荆湖,第一次侵略成功,可代价是他的老大哥慕容延钊死了;他攻下后蜀,可是要用两年的时间来平叛,而且彻底失去了蜀川民心;他攻下了南唐,可是紧跟着就必须在老伙计赵普和他的二弟之间进行选择……这时,他又扫平了南唐,他能够知道下一步等待他的又是什么吗?

开宝九年(公元976年)的正月,南唐李煜来降,当年的二月,吴越的国王钱也亲自来到开封向他朝拜。赵匡胤对钱格外的友——元帅有克南唐常州之大功,朕很想念你,你可暂时来朝,很快就让你回去。联手持礼器拜见上帝,岂能食言乎?

而且赵匡胤还给了钱另一个殊荣,他出人意料地派出了一个极其重要的人物来迎接这位名王上的吴越国王——他的长子赵德昭。在以往,这样的场合都是由大宋御弟,德昭的二叔,开封府尹、晋王赵光义来主持,从无例外。之后赵匡胤信守诺言,仅仅留了钱一个月,在当年的三月就让他回国了。在开封期间,赵匡胤对自己的“元帅”照顾周到,日日宴饮,有一次在席间,宋朝宫廷内侍乐伎上奏琵琶曲,一直忐忑不安的钱当场献词一首,其中有“金风欲飞遭掣掣,情脉脉,行即玉楼烟雨隔”之句。赵匡胤闻弦歌而知雅意,立即站起来,走到钱身旁,拍了拍吴越王的后背,说出了一句贯行始终的誓言——“誓不杀钱王!”

钱要走了,临走前,赵匡胤送给了他一个黄布包着

的小包袱,告诉他一定要在回程的路上才能看。这时钱感恩无及,主动说,由我陪着您西行吧,让我当您的扈从。赵匡胤微微摇头,对他说——南北两地,风土各异,现在天马上要热了,你早早回国去吧。钱哭了,他没有想到赵匡胤会对他这样好。就这样,钱回国了。当他在回程的途中打开那个黄布小包袱时,才发现里面全是宋朝的臣子要求赵匡胤就此留下他,不战而得吴越的奏章……至此钱更加死心塌地臣服于宋朝,史称他回到杭州之后,再不在西北殿坐卧,永远选在偏东方,因为“西北者,神京在焉,天威不违颜咫尺,敢宁居乎!”并且勤于朝贡,每次入贡前,都把贡品先陈列在自己皇宫的庭院中,焚香礼拜之后,才派遣出行。

但这时他的恩主,那位如日中天,在万民眼中不可一世的大宋皇帝赵匡胤已经踏上了一条难知祸福的返乡之路。他带着自己的二弟光义和文武百官启程前往。这时天下大定,南方尽平,北方的北汉苟延残喘,唯一的劲敌契丹也已经和他暂时结盟通好,一切都安定平静,没有什么可担忧的。于是,赵匡胤就回到了洛阳。

先办公事,赵匡胤携弟来到父母的坟墓安陵前,依礼奠献号恸,史称左右皆泣。之后他巡视洛阳故地,见洛阳宫室壮丽,他召来河南知府、右武卫上将军焦继勋嘉奖勉励,晋升为彰德军节度使。再之后,有传闻听到了赵普家。赵普罢相之后,虽有河南三城节度使等名衔,其实他一直在洛阳闲居,再不参与任何政事。可是从

赵普家里出来之后,赵匡胤却突然提出不走了,他要把皇都从开封迁到洛阳。一言既出,天下震动——准确地说,是他的臣子们地震了。但地震归地震,也没有人敢对这时的赵匡胤说“不”。终究还是有人跳了出来,小心翼翼地表现了自己的“忠心”。是铁骑左右都指挥使李怀忠。此人是赵匡胤的多年心腹,他说——东京开封全是宋朝的臣子要求赵匡胤运米数百万斛,京城里数十万兵丁都靠这个生活,陛下您突然迁都,在洛阳怎么运粮?况且库府重兵,根本之地都在开封,实在不可动摇。

说得似乎有理,但赵匡胤理都没理他。他知道,严格地说,这时每一个人都不再代表自己了,他们都是有目的的。真正不愿意迁都的那个人很快就会自己找上门来。果然,晋王赵匡胤来了。这个温文有礼,赵匡胤大方的弟弟从多角度,多方面的考虑出发,小心从容地对哥哥说了很多不宜迁都的话,但赵匡胤决心已定,他的回答非常干脆有力——你说迁到洛阳不行?不,洛阳只是一时之计,往后我还要迁到长安。(迁河南未久,当迁长安。)

赵光义反对,他给他哥哥跪下,史称“王叩头切谏”。赵匡胤没办法,只能进一步解释——我要西迁国都,不为别的,只不过是想去山河之险而去除冗兵之害,就像周朝、汉朝那样使天下平安。

请留意,赵匡胤作为宋朝的第一位皇帝,一切的政治法令,立国之本都由他来开创,而他也在此刻地修改着各种经典证明不合适的东西,比

如说让宋朝后世苦不堪言的“冗兵”。在开封那个无险可守的地方安家,就必须得有大量的机动部队,而搬到了洛阳或者长安,就能彻底地改变这一陋习。这是多好的一件事啊,但是赵光义在众目睽睽之下缓缓抬头,向他哥哥说出了五个字。历史证明,这区区五字,就彻底决定了中华民族近三百多年的屈辱和悲哀,以及此后不断地改朝换代之祸。

赵光义说——“在德不在险。”此言一出,史称赵匡胤“不答”。也就是说,皇帝陛下被这五个字给震住了,没话可说。

饱经离乱,在刀枪箭雨里滚出来的赵匡胤满可以一脚把他弟弟踹倒,然后当着所有朝臣的面大声呵斥他,警告他你念的那点古书狗屁不通,什么“在德不在险”,人心这么管用,李煜是怎么抓来的?金陵城是怎么打下来的?只需要寥寥数字,就可以打掉这个混账弟弟的气焰,从此要他守些本分。或者就更阴险点,学一学汉武帝刘彻。当年刘彻的太子也有个满口仁义道德,叫嚣着要用“德”去感化匈奴的智囊,这人整天拿着圣人的语录来砸皇上。结果刘彻没生气,直接把这人派到了边疆。没过两个月匈奴人就砍了那位有“德”之人的脑袋。

赵匡胤何不有样学样,也把同样有“德”的赵光义派到西北去感化一下契丹呢?那样岂不了一了百了,干干净净?但是赵匡胤偏偏选择了沉默,沉默啊沉默,直到当天他让“在德不在险”这五个看似光明磊落,金光闪闪的大字成了这次谈话的最后结点。