



赵中振

《本草纲目》：百姓的健康宝典

2011年,《本草纲目》与《黄帝内经》一起,被联合国教科文组织列入了世界记忆名录,这也是到目前为止,被列入其中两部来自中国的医药著作。

《本草纲目》自明末问世以来,先后出现有160多个版本,这里边,不仅有中文版,更有多种语言的外文译版。明代王世贞曾经在《本草纲目》的序言中称赞说:“兹岂禁以医书觀哉!实性理之精微,格物之通典,帝王之秘策,臣民之重宝也。”《本草纲目》博大精深,不能简单地当作一部医书来看,书中既有帮助帝王治国安邦的大道理,更是写给老百姓的一部日常生活的实用宝典。英国生物学家达尔文曾将《本草纲目》比喻为“中国古代的百科全书”。

《本草纲目》的作者李时珍(1518—1593年),湖北蕲春人,字东璧。宅邸面对着雨湖,晚年号濒湖山人。李时珍在数十年行医以及阅读古典医籍的过程中,发现古代本草书中存在着一些错误,于是决心重新编纂一部本草书籍。李时珍自幼身体多病,却特别热爱钻研典籍。他博览群书,对中药进行了广泛的野外调查与深入的考证,前后用了近30年的时间,锲而不舍,在他63岁的时候,终于完成了《本草纲目》。

科学史诗

《本草纲目》的书名,是由两个关键词组成的。一个是“本草”,说的是本书的专业归属;第二个是“纲目”,说的是本书特点——纲举目张。“纲”是渔网的总绳,“目”就是一个一个的网眼。“纲举目张”这个词,引申为只要抓住事物的关键部分,其他问题就迎刃而解了。“纲目”二字,言其旨在论述药物的纲要与细目,是李时珍独创的药物分类体系。

谈到对药物的分类,我们先看李时珍之前的古人是如何分的。从《神农本草经》开始,历代本草从临床应用的角度着手,关注的是药物作用于人体后产生的反应,按照上中下三品分类,上品无毒、中品小毒、下品大毒。

那么,《本草纲目》分类新在何处呢?李时珍开创性地改为自然属性分类,更接近现代科学的认知。《本草纲目》把药物大致分为矿物、植物、动物三大类,其排列次序,按照“从贱至贵,终之以人”的顺序,反映了从无机物到有机物,从低等生物到高等生物的进化规律。掌握了这个规律,再来看《本草纲目》,纲中有目,可以说是“博而不繁,详而有要”。

《本草纲目》共52卷,记载药物1892种,由16部构成,从水、火、

土、金石部,到草部、谷部、菜部、果部、木部,再到服器部、虫部、鳞部、介部、禽部、兽部,最后到人物部,然后再进一步分成60类。

李时珍将很多亲缘关系相近的植物排在了一起,如蓼科植物蓼、水蓼、马蓼、火炭母等;蔷薇科植物李、杏、梅、桃等;芸香科植物橘、橙、柚等;伞形科植物当归、川芎、蛇床子、藁本等。以青蒿为例,古时候青蒿的植物来源一直存在混淆的现象。李时珍经过仔细观察,首次将青蒿与黄花蒿在《本草纲目》中从原植物名称方面分列条目,在分类学的角度跃进了一大步。这与当时国外的植物学界和药物学界对植物的认知相比,居于领先地位。

实用宝典

《本草纲目》字里行间有很多人生的智慧。从应用的角度看,既有修身养生的大道理,也有日常生活的小窍门。《本草纲目》还记载了很多的复方,1万多首药方当中,多是3—5味药的小方子,简便廉效。

李时珍谈到了日常生活中的菜篮子、米口袋、大果篮、酒坛子,谈到了佩戴的玉石,也谈到了泡脚的艾叶。《本草纲目》中,既谈到了贵重的补药,如人参、鹿茸、阿胶等,也提到了我们厨房里的调味料,如葱、姜、蒜、花椒、大料等。豆腐是中国人的大发明,《本草纲目》中详细介绍了豆腐的制法,如何磨碎、如何点盐卤,使得豆浆中的蛋白质团粒凝结成豆腐。此外还记载了很多发酵制品,酱醋、烧酒、葡萄酒等等。

《本草纲目》的内容涉及中国人的一天、中国人的一年、中国人的一生,写了人的生、老、病、死,可以说,《本草纲目》也是写给老百姓的健康宝典。

《本草纲目》中介绍的绝大部分内容,也都适合现代人与现代疾病。《本草纲目》中专门有瘟疫一节,介绍了很多好的预防与治疗的方法与药物,对于当今仍然很有参考价值。他告诫大家,哪些东西可以放心地吃,哪些不可以随便地吃,特别是一些野味不能吃!穿山甲:“性味咸寒,有毒,食后会导致慢性腹泻。”蝙蝠:“服食不可也!”

医药双圣

李时珍是医药双圣,《本草纲目》是医药结合的典范。除了《本草纲目》,还著有《奇经八脉考》《濒湖脉学》等。

在总论的第三、四两卷,李时珍专门列举了常见百种疾病。《本草纲目》以药物为主线,其中引述的医学理论、治疗方法、有效方药,在药用的主治、正误、发明及附方中穿插了个人的见解和第一手的病例贯穿其中,很多都是李时珍亲身经历的。

在李时珍20岁那年,因患感冒,咳嗽不止,久治不愈,出现了骨蒸潮热、肌肤火烧火燎的症状,六脉浮洪,又逢暑天,更是心烦口渴,几乎是日不能食、夜不能寐。他自己开了不少药方,终究是“医者不自医”。一个多月过去了,病情不见好转反而更加严重。这时,李时珍的父亲李月池用一味黄芩汤,以泻肺经气分之热。李时珍服后第二天就身热尽退,痰和咳嗽都好了。

这段起死回生的人生经历,也更加坚定了李时珍立志从医的决心。几十年临床实践,终成一代名医。

一次李时珍给富顺王爷的孙儿看一种怪病,小孩见到灯花就哭着喊着要吃。全家人手足无措,李时珍看后,知道这是寄生虫所引起的,开了一服杀虫药,让小儿吃了以后,很快奏效。这样亲身实践的病例在《本草纲目》中不胜枚举。

《本草纲目》涉及内、外、妇、儿、针灸各个学科。李时珍对于药物的运用及其相关理论研究提出了很多新的见解。如在辛夷条目下,提出了“脑为元神之府”之说。虽然他并没有进一步阐述脑为“元神”所主这一崭新的提法,但此说在清代经过医学家们的演绎,成为既接纳西医脑功能,发展中医传统脑为髓海的桥梁。

李时珍一生为撰写《本草纲目》呕心沥血,鞠躬尽瘁,他把这部伟大的著作留给了我们,造福后代,功在千秋。



重视并解决好学校美育的两个问题

杨明

党的十八大以来,习近平总书记高度重视学校美育,从培养担当民族复兴大任的时代新人战略高度,多次对做好美育工作作出重要指示批示。前不久,中办、国办印发的《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》,对全面加强和改进新时代学校美育工作提出指导性意见,强调弘扬中华美育精神,以美育人、以美化人、以美培元,将学校美育作为立德树人的重要载体,纳入各级各类学校人才培养全过程。可以说,党和国家对美育工作的重视程度之高、布局力度之大前所未有。教育现代化的根本目的是为了培养造就全面的、完整的、现代化的人,在此过程中,美育发挥着重要且不可替代的作用。多年来,针对学校美育工作,学界和教育界虽然在理论研究和实践探索方面作出了很多努力,但在观念、理念上还存在一些认识上的模糊,厘清这些观念理念,是落实好美育顶层设计、发挥好美育“以美育人、以美化人、以美培元”作用的必要基础和前提。当前抓好学校美育应着重解决好两个问题。

艺术教育 与美育如何区分

艺术教育 与美育之间有着紧密的联系。艺术是美的集中体现,也是人类审美活动的主要形式,其中蕴含着丰富的美育资源,因此,艺术教育一直被作为学校美育的主要途径。从我国美育的实践看,通过在各级各类学校开设艺术课程的方式开展美育,有力地推动了美育事业的发展,但同时也带来了一些问题。具体而言,就是在认识上将艺术教育等同于美育;在实践上直接用艺术教育代替美育。由

此带来的后果是,在美育实施的过程中,过度注重艺术知识的学习和艺术技能的训练,而在一定程度上忽视了学生审美的体验和兴趣的培养。

美育即审美教育,其目的是为了激发人对美的兴趣,提高对美的感知力、鉴赏力、理解力和创造力,进而使人在美的体验中获得情感和精神上的享受。因此,美育的过程,实际上是丰富情感、陶冶情操、滋润心灵的过程,强调的是情感和精神上的体验。具体到艺术领域来说,作为审美主体的人是否能够通过艺术作品获得良好的审美体验,主要取决于两个因素。一是审美的兴趣,二是审美的能力。前者决定审美主体是否能够通过作品激发审美意识、获得美的体验;后者则影响着体验的程度和效果。另一方面来看,前者也是后者的基础,如果审美主体意识得不到激发,审美能力也无从谈起。

对于提升审美能力而言,艺术教育的作用是显而易见的。同时,通过艺术教育掌握基本的艺术知识和技能,对激发学生的艺术审美兴趣也是有帮助的,但却不是决定性的因素。举例来说,一个不会唱歌甚至五音不全的人,并不一定就不喜欢音乐,也不妨碍他能够从音乐作品中获得情感上的共鸣和精神上的愉悦。反之,如果过度强调艺术技能,甚至以应试的压力强制学生学习,这样非但不能激发兴趣,反而会扼杀兴趣,起到相反的效果。正因为此,有学者提出,作为以美育为目的的艺术教育,其任务除了教授基础知识和技能外,还包括让学生通过各类艺术活动获得丰富的审美体验,让学生在欣赏美、感知美、创造美的过程中享受情感和精神上的“纯粹快乐”,从而激发和培养对艺术和审美的兴趣,使之成为“业余的艺术爱好者”。

事实上,相对于单纯的技能传授,以培养兴趣为指向的艺术教学对教师提出了更高的要求。当前,对美育师资的关注大多还集中在解决“缺口”上。其实,与“缺多少教师”同样重要的,是“缺什么样教师”的问题。受艺术教育技能化的影响,现在对美育教师大多强调其艺术专业背景,这也会导致教师存在“会教艺术但不懂美育”的问题。美育的内涵远比艺术教育复杂得多,这也客观上要求美育师资的培养不能限于艺术技能教学层面上,而是要具备实施美育的多方面专业背景,其中至少涉及美学、艺术学、教育学、心理学等多个学科。近几年,相继有学者提出专门设置“美育学”学科的建议,这是很有必要的,既有利于美育理论体系的发展和完善,也有利于美育专业化、专门化人才的培养,应予以足够的重视。

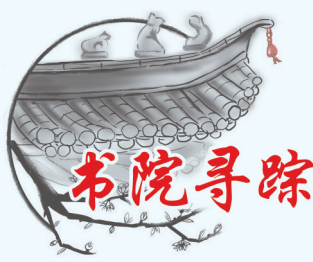
无用之用与功利之用如何取舍

当下艺术教育之所以存在技能化的问题,除了对美育的认识存在偏差外,还有一个重要原因是艺术教育在一定程度上的功利化。一个不容忽视的现象是,在有些人看来,“艺术”基本上被等同于“技术”,教育的目的不是为了让学生获得审美体验、培养艺术兴趣,而是为了追求“一技傍身”。这种强调“功利之用”的目标取向与美育的本质是背道而驰的。

关于“美育之用到底为何”这一问题,近代美育思想家王国维提出的“无用之用”思想影响深远。在《论教育之宗旨》一文中,王国维指出,“盖人心之动,无不束缚于一己之利害;独美之为物,使人忘一己之利害而入高尚纯洁之域,此最纯粹之快乐也”。

一副名联成就一座书院

戎章榕



“地位清高,日月每从肩上过;门庭开豁,江山常在掌中看。”这是宋代朱熹在福建漳州任知府时留下的对联,千古流传。

这副名联出自历史上漳州白云岩的紫阳书院,白云岩位距漳州市区约10公里。山上坐落有白云岩寺,寺院位置极佳,当年朱熹正是在白云岩,发出了门庭开阖,日月如梭,犹如在人两肩倏忽而过的感叹。

(一)

那么,朱熹为什么会在白云岩上题写这副对联呢?

话得从南宋绍熙元年(1190年)朱熹出任漳州知州说起。此时的朱熹年逾六旬,已非等闲之辈,而是声名远播的大儒;不仅具有崇高的学术文化地位,而且在理学思想的架构上愈加成熟。

朱熹到漳州上任后,“以节民力,易风俗为首务”,躬亲施教,定期到府学、县学讲学。“每旬之二日,必须官属下州学,视诸生,讲小学,为正其义。六日下县学,亦如之。”除了在学校讲学之外,朱熹还在漳州一些名山大川文人雅集游踪常涉处不定期开讲经学,漳州著名的景点芝山、云洞岩、白云岩等地都留下他传学解经的足迹,并流传许多关于讲学的动人故事。

(二)

白云岩建有白云岩寺,据说是唐朝年间白云道人杨虔所开基。当然,白云岩算不上名山,但符合古代学者所推崇的“择胜地,立精舍”的恋山情结。因为朱熹到此讲经布道,因为朱熹的一副对联而成为一座名副其实的名山。

知漳一年,朱熹走遍漳州山川,偏爱城南的白云岩。这里视野开阔,林木参天,白云萦绕,远隔龙江极目北望,曾经是沃野千里,晚归归帆。在此修建书院,著书讲学,是个理想处所。

更重要的是,集毕生心血于一书《四书集注》已经润色完成,并在漳州付梓刊印。他希望在漳州有一座书院,张扬理学的旗帜。

但在山高林深建一座书院谈何容易!于是,民间流传了“朱文公使飞瓦”的故事。

说是那年端午前夕,朱熹广而告知民众,欢迎大家农历五月初五那天到白云岩上,观看他使神法让砖瓦飞至山上,盖起紫阳书院。那日民众趋之若鹜登山而来,他要求每人手持一砖一瓦上山。这是朱熹了解到往年为筹划龙舟,芟江旧桥人满隐患而略施小计,可谓是一举两得:既集民众之力盖起了书院,又分流了部分竞看

划龙舟的民众,避免挤压造成伤亡事故。

(三)

至于书院为什么取名紫阳?这当然与朱熹的别号“紫阳夫子”有关。

朱熹的父亲朱松早年读书于徽州紫阳山(安徽歙县城南),并刻有“紫阳书堂”印章。绍兴十三年(1143年)朱松病故。逝世前把家事托付崇安奉祠家居的刘子羽。刘子羽即把朱熹母子从建瓯接到崇安并修一座旧楼安顿下来。乾道七年(1171年)朱熹为了缅怀父亲,于旧楼厅事刻“紫阳书堂”,并从此以“紫阳”自号。在朱熹一生有关的书院中,冠名“紫阳”的,远不止漳州白云岩一座,其余分布在徽州、苏州、杭州、汉口、武夷山等地。

白云岩紫阳书院在历史的风雨中坍塌了(具体时间无据可查),但在当地老百姓心中却是一座丰碑。白云岩寺前建立朱子祠即是例证,由此感念朱熹。他知漳仅有一年零六天,立下了昭彰功绩,也为漳州文化教育尽心尽力,被后世誉为“紫阳过化、海滨邹鲁”。

清乾隆十年(1745年)在书院遗址上建有朱子祠,供奉朱熹塑像。门上匾额题有“古道照人”,殿门额上有明代理学家黄道周手书“白云深处”匾。朱子祠外有百草亭。当年朱熹就是在亭子的位置上讲经,各地闻讯而来的学子围坐在亭前空地聆听。后人为纪念朱熹的教化之功,在此修葺亭子。亭中塑有朱熹的雕像,他手捧经书,目光深邃,栩栩如生。石雕后立有一石碑,上刻“紫阳夫子解经处”,相传朱熹在此讲过《诚意章》。4根亭柱上分别刻有“百草亭中留盛景,白云山上隔尘缘。解经明道踪犹

在他看来,审美在物质和现实层面上是完全去功利的,而美育正是通过审美对于现实功利的“无用”,来实现其对人的精神提升和促进全面发展的“功用”,最终造就“完全之人物”。

王国维所倡导的美育“无用之用”,恰恰“可为大用”。美育不能成为实现功利的工具,而是应该摆脱技能化、功利化的束缚,充分发挥好在涵养道德、丰富情感、美化心灵、提升心境等方面的作用,让学生学会从高尚纯粹的审美体验中,追求更高层次的精神愉悦和人生乐趣。做到这一点,美育的实施者应及时更新美育观念,依据美育规律,进一步明确教育目标、更新教育内容、创新教育方法,积极构建审美兴趣与审美能力并重、技能训练与审美体验相容、知识教学与实践教学结合、美育课程与其他课程融通的美育教育体系。当前最要紧的,是要解决好美育如何评价的问题,这也是目前困扰理论界和教育界的一道难题。例如:美育评价到底应该评的是什么?仅对学生艺术素质进行评价是否科学?审美作为个人体验,如何评价其效果?共性的评价标准如何尊重个人的审美差异?等等。这些问题都有待于进一步研究和探索。评价是教育的“指挥棒”,只有建立起科学合理的评价导向,美育才能真正回归“以美育人、以美化人、以美培元”的本位。

(作者系南京艺术学院党委书记,全国高校美育教学指导委员会委员)



在,过化存神泽未湮”。百草亭取自山上长有上百种草药,可医治各种小疾,可谓寓意双关。

在百草亭后面立有一石,刻有“砚池”二字。传说为当年朱熹洗砚处,池里泉水清澈,至今仍生长着奇特的“无尾螺”和“红壳虾”。未曾想到,红壳的虾,断尾的螺,白颈的蛙,这些都与朱熹的传奇故事有关,深切表达了老百姓对朱熹的尊崇之情。

有对联当有横批。同样遗失的朱熹手迹的“与造物游”,横批是也。语出自庄子的“上与造物者游”,而朱熹向往的是循自然之道,感四时之变,体万物之灵性,于芥子之微而悟宇宙之大,于须臾之间而思接千载,物我合一,天人合一。

斯文在兹,遗泽漳州。在与朱熹一生相关的紫阳书院中,白云岩存在的时间或许并不长,但之所以影响大,很大程度上也是因为朱熹的这副对联。一副名联与白云岩的紫阳书院的关系看似偶然,但从朱熹一生在理学上的孜孜以求来看又实则必然。从这个意义上说,是一副名联成就了一座书院。

