

在 人脸上起草稿

古代五刑之中,墨刑或者说黥刑是最轻的一种。在今天看来,有点近乎于纹身(只是纹的不是一个地方),时髦男女,自己没事还在身上折腾呢。但是,古代的墨刑,最早是用小刀子在身体上刻的,也相当疼的。到了宋代,才改为用针刺,疼痛感稍微轻了些,这才有了时髦男子,在身上刺一身花绣这档子事儿。

但是,墨刑和刺花绣,毕竟不是一回事,怎么说,都是一种刑罚,而且,在宋代,刺字还是刺在脸上,人破相了,一辈子都明晃晃的是个贼配军,做人抬不起头来。同时,由于宋人经常把市井无赖送去当兵,犯了罪的配军,也可以上前线打仗,弄得当兵的人良莠不齐,让人看不起。所以到后来,为了防止士兵逃跑,军官每每给自己麾下军士脸上刺字,为了以示区别,往往刺上部队番号,等于每个人脸上刻上了一个军人铭牌。

宋代对士大夫非常客气,即使犯了贪赃枉法、弃城逃跑的大罪,也不会轻易加以刑责。但是对老百姓,就不那么客气了,即使是轻罪,也照样在人家脸上刺字,毫不手软。军官敢对无罪的士兵也刺字,其实就是没拿士兵当人看。南宋之后,部队番号复杂,士兵的脸上,要刺很多的字。比真正犯了罪的人,刺的还要多。难怪两宋的军队打仗不行,这样待士兵,谁会给你好好卖命呢?

北宋前期,有个叫陆东的官员,以苏州通判知州事。有天,断狱之时,要判一个流放的罪犯脸上刺字。他下令,刺上“特刺配某州牢城”七个字。刺好之后,他幕僚中有人说了,刺配就是刺配,不能轻易加刺字,加刺字,必须出自朝廷特别的旨意,由朝廷有司负责执行。一听人这么说,陆东慌了,连忙命人强行把已经刺好的“特刺”两字弄掉,再刺上“准条”两字。

再后来,此人居然被推荐到中丞,要大用了。幸好,当时的参知政事还知道他,笑道,这不就是在苏州的时候,在人脸上起草稿的那位吗?

现在的纹身技术,已经很高明了,即使在身上刺遍各种花纹,似乎也不怎么疼。但在那个时代,这毕竟是一种刑罚,刺字的人,不会那么轻柔讲究,但凡刺字,一定很疼。只有像《水浒传》上的武松这样的好汉,才会满不在乎。刺好了字,再当场弄掉,简直就是酷刑,皮肤都弄烂了。但是,只要官员不出错,谁在乎呢?用刑之际,百姓不如狗。墨刑,在人脸上刺字,原本就含有羞辱人的意思。自古以来,即使平头百姓,也是要脸的,在脸上刺了字,就是让你没脸。连着刺两次,就是两次的羞辱,等于惩罚人家两次。严格地追究,这就是刑罚过重。

只是,在一个只在意士大夫,不在意老百姓的朝代,这样的刑罚过重,是没有人被追究的。朝野上下,只将这事儿当一个笑话传。有谁知,在朝士们哈哈一笑背后,有老百姓的血和泪在里头。实际上,明清之后,墨刑虽说不再刺在脸上,但并没有消失。而且每年死刑犯行刑之前,都会在人犯的脸上,用墨笔刺字,刑刑,就批一个交字,还是拿羞辱人不当回事。 □ 张鸣

■ 钧沉

长寿药王 孙思邈



说起药王孙思邈,在老百姓心目中,他是一位令人膜拜的“先大慈恻隐之心,誓愿普救含灵之苦”的救世式人物。

传说孙思邈活了141岁,自然又是一位闻名天下的寿星,还是一位养生方法集大成者。他的养生之术融合了儒家、道家、佛家和医学家的养生理论,创造了许多切实可行的养生方法,千百年来一直指导着备受病患困扰,渴望延年益寿的人们如何去健康养生。

唐太宗因其为“巍巍堂堂,百代之师”。其医德之高、医术之精、学识之博、著述之丰,举世罕见。

他是京兆华原人,故乡有以他“药王”名号命名的药王山,也称五台山。山之主峰北洞,虽不怎么高,但登山之道却笔直陡峭,有以碧玉之称的青石铺就的141级台阶,象征药王孙思邈141岁高寿。

作为一个长寿老人,他的长寿秘诀是:以科学精神启迪天下人,从中获取养生健康知识,益寿考而添福缘。他将自己一生养生要诀总结成内涵丰富的养生理论,千百年来为后世养生家所推崇。

有句俗话说:病都是吃出来的。孙思邈的《千金要方》卷二十六讲的是食疗。第一就是节制饮食,吃八成饱,吃太饱了,肯定会染病上身。第二是注意到什么节气吃什么东西。孙思邈就对

■ 人物春秋

当时他能见到的一百五十多种食品,包括蔬菜、各种米面、各种肉类、各种奶类,作过说明分解,我们应当查一下做到心中有数。第三,进食时细嚼慢咽,不能狼吞虎咽。第四,主张饮食清淡,少食荤、腥,忌食生、杂。他力倡“先饥而食、先渴而饮、食欲数而少、不欲顿而多”,认为少食多餐益于身体健康。第五,讲究营养平衡。不能过甜、过咸、过酸、过苦。“咸则伤筋,酸则伤骨。”尤其生活富裕时更需注意,以防心脑血管发生变异,让肥胖、营养过剩的富贵病上身。第六,吃饭时精神状态也很重要,尤其吃饭时不能生气。

接着说养气,实际也就是药王孙思邈六字长寿术。即用口呼吸的同时配合意念轻声默念:“嘘、呵、呼、咽、吹、嘻”六个字,分别排泄祛除六字各对应的脏腑的致病邪气,用鼻吸气补养五脏六腑虚损不足,因而既能防病治病,又能健身强体,延年益寿。

这六字长寿术是在《黄帝内经》“上古有真人者,提挈天地,把握阴阳,呼吸精气,独立守神,肌肉若一,故能寿蔽天地,无有终时,此其道生”的养生长寿思想指导下,受《庄子·刻意》讲的“吹嘘呼吸,吐故纳新,熊经鸟申,为寿而已矣。此道引之士,养形之人,彭祖寿考者之所好也。若夫不刻意而高,无仁义而修,无功名而治,无江海而闲,不道引而寿,无不忘也,无不有也。淡然无极而众美从之。此天地之道,圣人之德也。”这是孙思邈先生

以陶弘景《六字气诀》为基础改编,经自己百年养生实践,传给后世一套实用简便的保健长寿术。

再说养性。他说:“善养性者,则治未病。”养生有五难:“名利不去为一难,喜怒不除为二难,声色不去为三难,滋味不绝为四难,神虑精散为五难。”他主张治病须先治“心”病,治未病之病,不靠药物,而在善于百行。百行就是人的各种行为,就是上述的“五难”。百行端正,则无需药物也可以延年益寿。这就是养生先养性的实际意义。

孙思邈非常讲究生活规律。说:四体勤奋,每天劳动。行医看病,上山采药。节制饮食,细嚼慢咽。食不过饱,酒不过量。饭后漱洗,睡不张口。这看似平常的5句话40个字的养生真言,高度概括了孙思邈的生活习惯,也概括了孙思邈在养生方面的重要经验。

他还主张抑情节欲。认为过度情欲是患疾早衰的重要因素,提倡要做到“十二少”,即“少思、少念、少欲、少事、少语、少愁、少笑、少乐、少怒、少喜、少好、少恶行”。他还主张常欲小劳,认为锻炼比营养、休息更重要,并按按摩、摇动关节等全身运动作为养生要点。

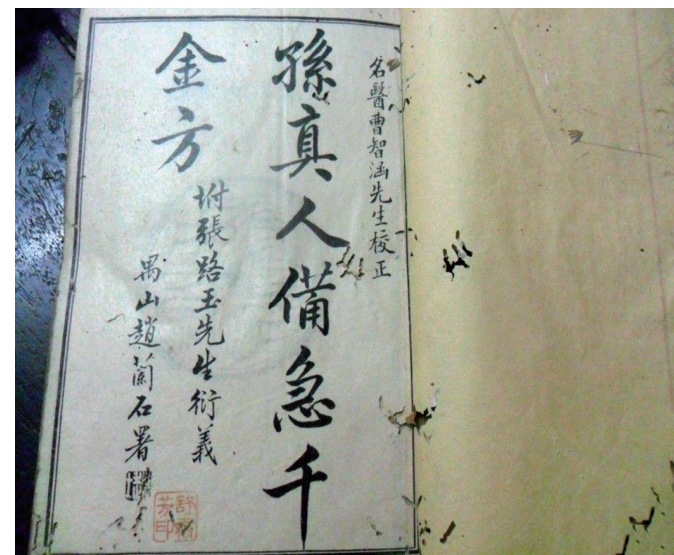
孙思邈出生于一个贫困的农民家庭,在缺医少药的乡间,父亲患了夜盲症,母亲更是得了大脖子病。为了给父母治病,他从小就立志学医。待学成行医时,他有一句“若有疾厄来求救者,不得问其贵贱贫富,长幼妍媸(yán chī),怨亲善友,华夷愚智,普同一等,皆如至亲之想。”其中待求医者“皆如至亲之想”确实振聋发聩,响遍行空,令人不得不叹服。药王孙思邈因而成为“大医精诚”的一代名医。

孙思邈“学医疗亲”的孝行不仅是为父母行孝,他的孝行已超越了“二十四孝”,成为一种“医济天下”的天下之大孝,千百年来感动天地。孙思邈在

《千金要方·养性序》中指出:养生之首,长寿大法,在于修行道德。“德行不克,纵服玉液金丹未能长寿。”

另外,孙思邈从小就体弱多病,个人健康基础很差。因为疾病,他久病成良医,创造了一个长寿奇迹。他以自己亲历亲行,告诫世人:自己的寿数靠自己掌握,注意养生,人人可以长寿。

孙思邈认为健康长寿的人才圆满,没有遗憾。他算了一笔时间账:“吾常思一日一夜有十二时,十日十夜百二十时,百日夜百二十百时,千日夜一万二千时,万日夜,十二万时,此为三十年。若长寿者九十年,只得三十六万时。百年之内,斯须之间,数时之活,朝菌(huì) 蛄(gū) 不足为喻焉。可不自摄生而驰骋六情,孜孜汲汲追名逐利,千辛万巧以求虚誉,没齿而无厌,故养性者知其如此,於名於利,若存若亡,於非名非利亦若存若亡,所以没身不殆也。”



这需要人们细细去揣摩理解,对于不注意养生,透支过劳的人,或想等功名成名就,老了再养生的人来说,是个十分善意及时的科学的警告。

孙思邈在《千金方》中提出“二仪之内,阴阳之中,唯人最贵”的思想,他说:“人命至重,贵于千金,一方济之,德逾于此”,故将其医学命名为《千金方》,“千金”两字内涵意味深长。以人命至重是中医人文精神最重要的思想基础和最突出的特征。 □ 朱文杰

师徒战友情

乃志来西安看病,师徒二人合影。这次合影距上次,时光已过去三十年。

当年军营郝乃志与莫琪师徒合影。仔细看,两人均穿着新军装,这对合影拍照的重视由此可见。

退伍之后,乃志把照片放大并加上彩色,又加镜框挂在窑洞醒目处。

一处农家垂钓院里,几碟农家菜上桌,小酌几杯话叙当年南山军营,早已是永恒主题。尤其是莫琪和敬山两位,军营军车大解放,跑前跑后学车忙,数次车陷大沙河,孤斗群狼撞野猪。一个个偶遇传奇故事,都多少与跑车相关,两人和老兵师傅数十年情深意重的经历,更令人唏嘘不已眼眶湿润。

军营学车

新兵营一结束,十六岁的小兵莫琪就被分配上山到205部队。不久就有了称心的工作,手握方向盘,成为令人羡慕的军营汽车兵。在缺吃少穿物质奇缺的七十年代初,无论是在部队还是地方,司机的职业有技术又吃香喝辣,莫琪深知这一点,同时他更清楚,这个工作的获得,很不容易,因此一定要刻苦加努力,早日放单飞。

老兵郝乃志是七零年入伍的陕北人,年长莫琪四五岁,负责传授车辆驾驶技术。传

帮带是老传统老规矩,莫琪跟着郝乃志开车,期限五个月。那时候营区仅有一台大解放卡车,乃志一人开着很是得意。这来了个新人,教会了他,这不摆着抢饭碗吗。老话讲“教会徒弟饿死师傅”,师徒二人,从一开始就有心照不宣的竞争关系。

对此,徒弟莫琪并不知晓,但随着时间的推移,他渐渐有了察觉,师傅并不真心待他,总是让他干这干那,尽是些洗车、烤油底、预热、点喷灯、摇车把子等粗放无技术或少技术含量的活儿。驾驶楼里的事不愿提,要是你主动发问,他也是王顾左右而言他。聪明的小莫明白了,师傅有二心防着他呢,怎么办?活人不能尿尿憋死。小莫暗自下了决心,你不好好教,我仍要努力学,偷偷向书本学。师傅驾车,一旁的他仔细观察记在心里。收车后他一个人在车库里,用千斤顶支起后轮,原地练起步、练换挡、练离合,苦练加巧练,还有较高的悟性,从小就喜欢车,十一二岁就偷开过老八路父亲的伏尔加小轿车。仅仅三个月,他就熟练掌握了解放军车的驾驶技术,这让他师傅着实吃惊不小。正是这时候,营区基建运输任务重,新建食堂,局里又给了辆新车,于是莫琪放单飞独自开一辆,师傅一辆,互不影响皆大欢喜。

同在一个山沟里的204兄弟部队里的战

友陈敬山,十六岁的他也当上了司机,也开大解放。更叫他高兴的是他师傅史长安,是六十年代初入伍的老兵,真正的老汽车兵,是技术能手业务尖子。曾在军区汽车团,参加过多次急难抢险抢运任务,又是开车修车的高手,为中印自卫反击战运送过弹药给养。这对师徒和乃志小莫师徒不同,他们配合得十分好,小陈学得认真,老史教得仔细,毫不保留的传授,一个努力刻苦,一个全力以赴。于是小陈也出师放单飞独自驾车驰骋在戈壁滩上。史长安给部队先后带过五位徒弟,敬山是最后一个也是最得意的一个。

同年入伍的战友小陈和小莫,来自西安东郊同一学校,又同在南山,两人相继出师放飞单独驾车为部队效力,此时众多战友在训练队接受长达八个月的业务培养。他们两个早早学成出师,短短几年跑遍北疆各地,眼界大开的同时遍尝各地美食。自然辛苦多多,也发生了车坏暴晒戈壁,屡屡车陷沙河之中,苦等救援等诸多困事,两人相见总不相告,只报喜不报忧。这也难怪,青春年少谁不好面子。

铁打的营盘流水的兵,七十年代后期,这两对师徒相继退伍,开始了寻常百姓的生活。

意外重逢

三十多年后春节前的一个冬日,陕北清涧县城外的一处黄土高坡上,一个老旧的窑洞里。热气腾腾的羊肉、油炸黄米糕、羊杂汤,当地农家最可口的风味,积满了土炕头的小饭桌。窑洞的主人郝乃志苍老的面容带着笑,如此灿烂的笑容消失了许多年,又回来了。他的徒弟莫琪正在他的对面,师徒俩的这次相遇,也是两人退伍后的第一次。

一瓶粘满黑色油垢的红西凤酒,已所剩不多。这些污垢是常年烟熏火燎的结果。土炕上方的竹篮,是家中佳品美食存放处,这瓶酒存在那儿已有许多年。窑洞墙皮多处脱落,灰色的墙面显示着它的破旧衰败与无奈。

师徒俩重逢实属偶然,也是天意。身为企业车队队长的莫琪去榆林横山出差,途经这里欲食当地小吃羊杂汤,借问路人多了一句,可否知道郝乃志,正在一旁地上下无子棋的乃志闻声站起,师徒两人面面相觑,长久无语,只有双手紧紧握在一起。上次师徒握手还是在南山军营,时光已过去三十多



郝乃志来西安看病,师徒二人最后的合影。

年。夕阳晚霞中,师傅乃志眼含热泪,眼角处的鱼尾纹已很深很深,“不满五十岁的师傅怎么这么衰老呀。”莫琪心想。

退伍后的乃志生活并不如意,家庭不和夫妻散伙后又起炉灶,再次成家有了刚十岁的小儿子。而他的身体又出了毛病,原本就不如意的生活更是雪上加霜。

乃志又一次举起酒杯,“来,咱师徒俩再喝一个。当年师傅有私心没有用心教,你原谅我不?”望着面带愁容的师傅,莫琪手中的酒杯迟迟放不下来。这一刻他明白了,当年师傅为啥不愿好好教他:穷,就是贫穷,它真能压弯男人的腰杆。

乃志回头盯着墙上的相框,一张放大照片,那里面师徒二人由黑白变为彩色的合影老照片,正对着他俩微笑,那笑面多好多年轻呀。莫琪顺着师傅的方向,目光久久地停留在照片上。

翌日清晨,莫琪掏身上的现金凑够一千元留给师傅。乃志接过徒弟的钱时,已泣不成声,这哪里是钱的事,这是战友徒弟的一片热心呀。他急忙叫来儿子,“快,快给干爸叩头!”叩头认干爸,在当地是对有恩于自家人的最高礼遇。

“身体要紧,尽早来西安瞧瞧病,记着一定要找我。”临别时莫琪再三叮嘱。

情意绵绵

春节过后,乃志来了,来西安找莫琪。莫琪带他在西京医院、唐都医院等几家大医院看病,诊断结果令人沮丧,肝癌晚期。乃志最后一次来看病时,已经十分虚弱,这时

他也知道自己的病治疗无望,但他强颜欢笑,在徒弟面前他不愿表现的太软弱。莫琪和全家人还有敬山全家来看他,师徒俩心照不宣,彼此都明白时日不多。莫琪拿出家中名贵的酒,他要表达对师傅的敬意和依依不舍的战友之情。

不久传来消息,乃志走了。尽管这早已在意料之中,但莫琪仍然有些不相信,重情意的莫琪总在想,若早点知晓师傅的情况,早点让他来看病治疗,师傅与他就不会这么快阴阳两隔。

退伍后的史长安敬山师徒,一个在西安一个在渭南,工作生活相对安逸。师傅每每来西安办事,或者带家人来西安看病,徒弟总是忙前忙后亲如一家。特别是敬山利用自己信息人脉关系广的优势,为师傅之子的工作安排提供了帮助,这令师傅一家甚是高兴,同时敬山也十分欣慰。

时光飞逝,师徒战友情意绵绵无绝期。这一天,兴庆公园东门外,一间特色餐厅里,众多战友团聚谈笑正欢。敬山做东,师傅长安贡献出珍藏多年的美酒,佳酿好酒让原本就热烈的气氛更上一层楼,大家兴趣极高。长安敬山师徒二人当年戈壁滩上的精彩趣闻妙事,长安驾小车载了不长眼的笨野猪,敬山车陷大沙河红糖落水白白流失,莫琪大胆包天独自夜战群狼……故事一个比一个扣人心弦,令众人惊叹称奇的同时,也为三位司机战友的惊险经历而赞许,更为两对师徒战友数十年的情意所感动,这种金不换的战友情谊在物欲横流的当下更觉无比珍贵。 □ 柳影

■ 往事



莫琪和师傅郝乃志在部队。