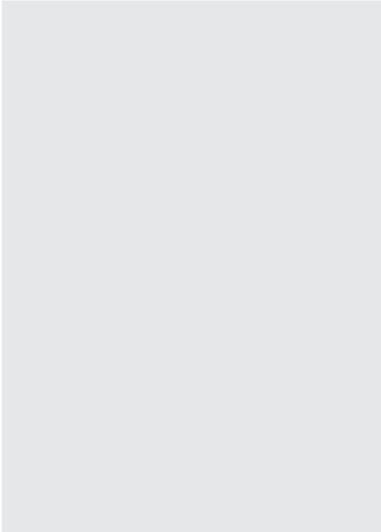


## 随笔



山间泉(国画)

温剑阁

## 郑州地理

## 今昔贾鲁河

朱永忠

贾鲁河位于郑州市区西北部，发源于新密市白寨的圣水峪和二七区的冰泉、暖泉、九娘庙泉，东北流经侯寨、西流湖，至北部老鸦陈折向东流，经柳林、姚桥，再经中牟的白沙、胡辛庄流入尉氏县，后经周口入沙颍河，再入淮河。全长255.8公里，郑州市境内长137公里。郑州境内的金水河、须水河、索须河、熊儿河、七里河、东风渠、贾鲁支河、潮河、贾峪河、小清河都是它的支流。

贾鲁河，禹贡叫洧水，春秋时称为郟河。战国时期，魏惠王于公元前360年征集上万名夫，在黄河与圃田湖之间，开挖了我国历史上第一条人工运河。它从荥阳(古荥)北的广武山脚下开挖，引黄河水通索须，经中牟、开封折向南，即史称的鸿沟，是战国时期的一条重要水路。秦汉两朝郑州段称鸿沟为“浪荡渠”，至中牟称官渡水，又东流入至汴梁称阴沟。秦始皇利用此水道将江淮的粮食、贡物由江入淮，转道黄河再运咸阳。西汉平帝时黄河南奔冲汴。东汉明帝年间，命王景修治，自荥阳(古荥)以下分流，使黄河东北入海，汴河东南入泗再入淮。三国魏末晋初，汴水渐涸，南北朝宋武帝刘裕北伐时浚之，始有湍流奔注。隋炀帝大业元年(605)，发河南丁夫百万开之，起荥阳板渚(今荥阳汜水东北10公里)至淮千有余里，引黄河水通于汴，名曰通济渠，为隋大运河中段。并于河旁筑御道树以柳，名曰隋堤柳，因名汴河，亦称汴水，又名汴堤柳，系老郑州八景之一，“汴河新柳”即源于此。宋代陕西诸路漕运，大都自黄河三门沿流入汴，东南漕运大都由淮泗沂流入汴，以达京师。明嘉靖《郑州志》：“汴河，在城北三十里”。元顺帝至正三至五年(1343—1345)连年大雨，河道漫溢，特别是四年五月，大雨二十余日，黄河暴溢平地水深两丈，北决白茅堤，又决金堤沿河诸县水患频仍，至正十二年(1351)命工部尚书贾鲁兼治河防务，治理水害，贾鲁根据“疏塞并举”挽河东行以复故道的治河方案，集民夫15万人，亲自指挥，4月动工，7月疏通河道140多公里，8月堵塞决口，9月通航。大旱时期，他又首倡修浚鸿沟道，取水灌田，人们以纪念贾鲁治河之功，就将汴河改称贾鲁河。清康熙《郑州志》：“汴河今名贾鲁河，又名小黄河”一直沿用至今。

1971年，郑州市为保障城市工业和人民生活用水，动员全市人民兴建引黄入郑工程，经崑山三级提灌后，使黄河水自西北向东南流入贾鲁河。经人工改造，南起海湾村，北至化工路，南北狭长约12华里，水面面积62.67万平方米，容量100万立方米的的人工湖，定名西流湖，成为柿园水厂重要水源。进入20世纪90年代末，郑州市埋设地下管道，将黄河水直接引入柿园水厂。结束西流湖为郑州市大水缸使命。为丰富人民文化生活，将西流湖改造成公园，进行绿化、美化，增加游览设施，辟为人工风景区。

我回答说，这种病是她生大气后引发了食管下段的括约肌痉挛而不能松弛所造成的。食管是连接咽部和胃之间的一个肌性管道，食管还有两组括约肌，位于上部的，叫食管上括约肌；位于下端贲门的，叫食管下括约肌。这两处括约肌在不进食的情况下自动收缩，把食道关闭，既可以阻止外部空气进入胃中，又可以阻止胃中的内容物逆流进入食管。在进食和喝水的时候，上括约肌先松弛打开，使食物进入食管，随后上括约肌关闭，下括约肌打开，使食物进入胃中。人食气或其他负向情绪过激后，会导致神经调节功能失调，于是食管下段的括约肌在进饮食的时候，本该松弛打开，却因痉挛而打不开，食物咽下就受阻了，或者咽不到胃中就又反流上来，所以称为“贲门失弛缓症”，中医笼统地叫“噎膈”。

至于能不能除根，经常有人问我同样的问题，我常常回答：“这个问题不当问我，而当问你自己。”我反问她：“难道你就不知道你的病根是什么吗？第一

次发病是因为生气，第二次发病还是因为生气。这就是病根呀！这都是生气惹的祸呀，生气就是连接咽部和胃之间的一个肌性管道，食管还有两组括约肌，位于上部的，叫食管上括约肌；位于下端贲门的，叫食管下括约肌。这两处括约肌在不进食的情况下自动收缩，把食道关闭，既可以阻止外部空气进入胃中，又可以阻止胃中的内容物逆流进入食管。在进食和喝水的时候，上括约肌先松弛打开，使食物进入食管，随后上括约肌关闭，下括约肌打开，使食物进入胃中。人食气或其他负向情绪过激后，会导致神经调节功能失调，于是食管下段的括约肌在进饮食的时候，本该松弛打开，却因痉挛而打不开，食物咽下就受阻了，或者咽不到胃中就又反流上来，所以称为“贲门失弛缓症”，中医笼统地叫“噎膈”。

这就是我强调的“解铃还须系铃人，心病还要心药医”的用意。如果不能调整心态、控制情绪，尤其是控制负性情绪，这病很可能还会再度复发。德国古典哲学家康德有一句很经典的话：“生气是拿别人的过错来惩罚自己。”你已经惩罚过自己两次了，难道还不能吸取教训吗？她连连点头。

其实，生气与发怒是同一类的情绪。在丹尼尔·格尔曼的《情商》中，就把生气、气愤、义愤与愤怒、狂怒、暴怒、激怒、恼怒、易怒、怨恨、刻薄、敌意等归为一类，愤怒最极端的表现就是病态的仇恨和暴力。

另外我发现，伴随着吞困难，她还有明显的焦虑、郁闷，心烦、急躁和失眠。于是我针对她的具体情况，开了舒肝和胃、定志安神的中药。她服用一

个月来就基本痊愈了。当然这次能较快痊愈，也和她已经意识到这个病与生气郁怒密切相关，从而真正重视了调控情绪有关。

贲门失弛缓症本来是一个很罕见的病症，不知道为什么，自从那个女士第二次来过之后，接连三来了十来个同样病症的病人。

**丈夫背信弃义，妻子饮食俱废**  
这是两年前的一天，来就诊的是一位标准的美女，一米七的个头，俊俏的面庞，苗条的身材。但她漂亮的大眼睛里透出的却是忧郁、怨恨和疑惑的眼神。脉搏细弦而数，脉细，提示气血不足，脉道失充；弦是血管紧张度高，像是琴弦那样绷得很紧，提示有肝气郁结、心情郁闷。脉数就是脉搏跳得快，或者提示病人看病时有点紧张，或者提示病人体内体有热。判断是紧张还是有热，验证一下舌象，舌尖很红，就可以知道病人体内是有郁热了。白厚而腻的舌苔几乎布满了整个舌面，这表明她代谢不畅，痰湿壅滞。

应当说，从这样的望诊、脉象和舌象，我大体就可以判

## 记忆碎片

李月强

的月亮，有着说不出的惆怅。黎明的觉正浓，一分钟都能做一个美梦，孩子们却要从被窝里爬起来，匆匆地吃口饭，披星戴月地赶去学校，放学后，再匆匆地赶回家，过着线段一样的生活。

我们那会儿是不用早起的，每天早上迎着太阳去上学，奔跑在田野里，有更多亲近自然的机会。小草顶着露水珠子，一个个露水珠像小钻石一样闪着光，我们似乎行走在童话里。中午放学后，也不用匆匆往家赶，可以在田野里奔跑一会儿。突然看到水沟里小蝌蚪黑压压地挤在一起，会毫不犹豫地跳进去，用一双小手捧起来丢进水多的地方。

那时的冬天，只要有太阳，找上一堵墙晒着太阳，晒到浑身暖洋洋的，就算一本小人书也能翻上半天。看完一遍又一遍，看完文字看图片，一边看一边想一边笑。有时赶集，找母亲要上一毛钱，坐在街边的小书摊前看一上午小人书，看一本小人书两分钱，够看五本的，望着五分钱的冰棒咽下了口水。

那时的夜晚，日头滚下西山时，夜幕就拉起来了，村子噙着馨香，安静地沉睡了。几声狗吠，一盏灯亮了，夜幕里这灯光像萤火虫一样微微闪亮，却让归来的人儿热泪盈眶。那灯光里的温暖能抵过九个太阳。而今城市的夜晚，霓虹闪烁，映红了夜空，夜幕再也无法拉起，直到太阳出来后熄灭。那时的灯光微弱，却召唤着出行的人们步履匆匆地赶回家门，而今城市的霓虹，似精通了招魂大法一样

闪着鬼魅的光，蛊惑着更多的人离开自己的家。

初学历史时，说到四大文明古国，我曾好奇古人为什么总是依水而居，并且创造了灿烂文明。原来有水的地方才有生命，水才是生命之源。

河流是城市的辫子，哪个城市若有几条辫子，总会让人心动不已。人们细心地梳理着城市的辫子，杨柳依依，花团锦簇，可总感觉过于雕琢，少了自然灵动之气。问题是河里那水让人打不起精神，望着不青不白不混河水，为什么会有刺鼻的味道散发出来？于是，人们开始思考怎么才能去掉这些刺鼻的味道。很多时候，城市是自己在不停地制造问题，然后再想着解决问题。

不知道何时起，城市里有人把居住面积当成了摆设，汽车也不再是代步的工具，成了身份的象征，于是，越来越多的人开始为虚荣买单。攀比，让不少人过上了又富裕又贫穷的生活。

物质生活丰富了，可人们快乐的心情越来越少了。突然有一天，我们抬起头，才发现曾经纯净的天蓝色已经变成了灰蓝色，有时灰蒙蒙的，像个很久没有清洗的破抹布一样。夜晚，发现今天的月亮没有以往的亮了，曾经的繁星点点，似乎被天上什么怪物吞噬了不少，没有以往的多了。

于是，人们又怀念起那个纯净、高远、湛蓝的天空了……

流光溢彩(摄影) 吴建国

## 小说

今天是星期天，女儿一早爬起来就上去三班倒的辅导班，一直到了晚上才拖着疲惫的身体回到家。虽然女儿感到很累很累，但今天可是她七周岁的生日，她还是不顾一身的疲倦，兴奋地一头扑到饭桌上，大口朵颐起来。

我们一家人也很快围坐在饭桌旁，抄起了碗筷，一边品味桌子上的美食，一边七嘴八舌地聊着天。毕竟是女儿的生日，大家谈得最多的还是她。对于谈论女儿的话题，家庭里津津乐道的当然还是她将来。一说到她的最大理想，大家的态度都极其严肃，一个个煞有介事的样子。

妻子平时对女儿照顾最多，对女儿她最有发言权，她轻咳了几声，第一个开了腔，说：“我女儿啊，要说她的最大理想嘛，就是趁年龄小记忆力好，多上几个辅导班，好好学习，将来一定当个响当当的科学家！”

而父亲用多皱的双手抚弄着孙女的马尾辫，望着他的宝贝孙女的笑脸，目光里充满了殷切的期待，笑了笑说：“要不再给我孙女报个书法班吧，让她好好练书法，将来做个大书法家，将民族文化发扬光大！”

没有多少文化的母亲也不甘示弱，用手推了一下父亲，嗔怪地说：“拉倒吧，我孙女可不干这文绉绉的职业，一年到头挣不了

## 女儿的理想

李忠元

几个钱！她啊，我看还是上好正课的辅导班，学好数理化，走遍全天下，再当个大官，以国为家！”

看大家踊跃发言，我这个做父亲的也端正了一下坐姿，和颜悦色地说：“你们的期望都不错，但我女儿小时候就爱给芭比娃娃打针，我想她的最大理想是长大当一名医生，治病救人！现在的辅导班如雨后春笋，名目繁多，还不如趁热打铁，让她早作准备去上个未来医生辅导班吧？”

大家听了我的意见，似有所思。母亲兴致勃勃地说：“我看也不错，当医生能多挣钱，还有红包拿，就报那个医生超前培养辅导班吧！”

父亲一听母亲说话，就叫停，恨恨地说：“你这个人没文化，一心向钱，要真的钻到钱眼里去，咱孙女将来就当一名老师，既有工资、红包，又可以开辅导班捞外快，哪个学生不上来上辅导，咱就给他穿小鞋，让她

吃不了兜着走！”

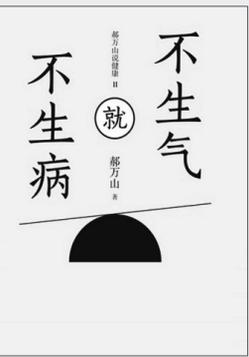
看父母掐架，我马上出面制止，笑着对二老说：“爸妈，你们何别说那些落伍的道理了，现在人家老师开的辅导班，哪个学生敢不上啊？为了自己的辅导班多收学生赚大钱，一些老师昧着良心，在学校课堂上根本就不讲新课了，新课程都拿到辅导班去上了，而在课堂上却是复习在辅导班讲的课，这样谁家孩子能不报名参加老师的辅导班呢？”

妻子看了看我，说：“你们只盯着社会的阴暗面，要积极发现正能量，虽然这辅导班一堂课三百，可也有它的好处，毕竟老师对孩子的关照多了。为了女儿的理想，为了女儿将来能上个好大学，辅导班要上，而且要坚持多上，好孩子都是这样一步步在辅导班里拼出来的！”

话音刚落，女儿撂下碗筷，突然一拍桌子，霍地站了起来，生气地吼道：“我这一天到晚，上了好几个辅导班，还叫我多上，我看我现在就像是个大明星，天天在走穴啊！你们总把自己的思想强加给我，要我自己说我的最大理想就是——什么时候我能拥有自己的休息天，躺在床上睡个懒觉，过个快乐周末，和辅导班彻底告别！”

一家人听了孩子的吼叫，一时都愣住了……

## 连载



候，虽然没有吃东西，也会往上吐白黏液。只有在不经意的時候，能咽下几口水。”

“你做过钡餐透视或胃镜的检查吗？”见到这样的症状，我首先想到的是，一定要除外食道肿瘤。“都做了，没有肿瘤，医生起了一个奇怪的名字，叫‘贲门失弛缓症’。我还睡不着觉，心烦郁闷。治了半年，体重由120斤下降到90斤。”

她并没有对我讲明病因，但我告诉她，这种病一般是由情绪过激、生气过度或者负向情绪持续存在引起的，用药物治疗的同时，一定要保持心情愉快。但她什么都没有说，拿着我开的药方就取药去了。

两周后复诊，她告诉我，症状已经有所减轻，吐的白黏液也减少许多。这次复诊，我仍然没有开口问她起病的原因，但她却像竹筒倒豆子一样，主动告诉了我起病的缘由。

她原来是某航空公司的空姐，被当地首富的儿子狂追，后来就做了富二代的妻子。靓丽容貌，魔鬼的身材，富家儿媳妇

## 多多眼睛

## 雨愁

王志科

昨天午夜天上飘落了零零星星的雨，时间很短，大地刚一润，雨就收了，路灯照着地面，泛起星星点点的光芒，而这光线直射不到的地方，更加显得黑了。风骤然起来，似乎刚才的一切都会吹散去，不留下什么痕迹，我依窗听太阳能热水管在风中摇摆碰撞的声音，只着单裤的腿渐渐感觉到了寒意。这已经是大雪的节气，该是透骨的冷才和时令，竟然落了雨，心中不免怅然。应该不会再继续下了，天气预报的低温明早如期而至，小区门口零散的几棵法桐的落叶也应该和往日一样焦脆，不会软软润润、服服帖帖地黏在水泥路面上，让清洁工为难。

我是最怕秋冬之交下起绵密的雨，三五天不停，那时候，整个世界和心情一样会返潮。在城市里穿梭，自行车是没法再用了，开车却是要给马路添堵，如果能接受令人窒息的空气，坐公交车摇摇晃晃着上班是一个不错的选择，不用太担心到得早或晚，头头们也会迟，整个城市竟然会被这一点水、一点泥弄得黏黏糊糊，运转阻滞。我总是为这个时候盼着太阳来烘烘手烘烘脚，晾晾被子晒晒床褥的小女人发愁。想她会夹紧了身体起夜，瑟瑟发抖地跑回来，呼一声钻进被子，再继续抖半天才缓过来的情形，冬天真不是她的季节。

今年闰九月，似乎天气也和着时光不赶脚程，到了冬天还是让人不当寒会冷。突然到了两天的西北风，天瓦蓝瓦蓝，不夹杂一丝云，树叶四处飞扬，到处是呼呼啦啦的声响，温度直降十度，没来得及调侃秋衣秋裤，羽绒服已经罩在身上了。这就是今年冬天的节奏，让人想不到，又不得不承认来得是时候。

自降温以来，孩子就一直盼着下雪，看天气预报有下雪的地方，总会羡慕。我也盼着能有一场应时的雨雪，让空气润润，让人们远离瘟病。然后再阳光充沛，家家户户借着房子的护佑，温暖又舒适。可是造化总不愿意遂了人的愿望，更愿意激发人获取自己想要的环境的野心。

你看这屋子里，窗台下的暖气片上升腾的气流让阳光透过来时显得紊乱，加湿器用超声波喷出冷冷的雾气，缓缓喷流向空中，不远就弥散在干燥里了。

但愿这些小手段能够凑效，让觉得冬天是煎熬的人们平安。我自然是盼着该风时风，该雨时雨，罩一层霜，被一层雪，让冷空气直入窄狭的鼻孔，在鼻腔蹿圈后回旋，加温、加湿、过滤，顺着气管一代一代的分支，渗入肺部，溶氧入血，让血液鲜红，驱动物体奔腾起来。冬天有冬天的挑战。不过该缓缓的时候，我还是和大家一样期盼着一场应时的雨雪。

## 新书架

## 《唐名家行草书字典》

干琛艳

“中国行草书鉴定字典大系”囊括历史上著名的书法家，从“二王”至明清各家，搜罗各朝最具代表性的书法家的行草书，以字典的形式汇编成册，方便读者查阅。本套丛书不仅包含历代经典书家，还汇聚了书家各个时期的经典书迹。

《唐名家行草书字典》选取孙过庭、怀素、欧阳询、贺知章、冯承素、李世民等唐代书法大家的墨迹碑刻字迹，是作者在多年工作实践中搜集完成的，以字头为单位编排，注明所选字迹出处，并附有笔画目录、拼音目录。读者对其书法艺术有直观了解，是手边查阅的实用工具，为读者提供临摹创作范本的同时也是书画鉴定、治学研究的重要资料。

作者郑晓华，中国人民大学徐悲鸿学院副院长、党委书记、博士生导师。长期从事书法教学、研究工作，著有《筋筋柳骨》等专著。

各种方法调控情绪，一定能完全康复。

三个月后的一天，她突然来门诊看我，面色红润，笑容满面，就像换了一个人，我几乎认不出她来了。她高兴地告诉我，三个月来，一直服用我开的方子，病情逐渐好转，近一个月来，吃饭基本正常了，不吐白黏液了，睡觉也踏实了，胡思乱想的情绪基本没有了，体重和体力都开始增加了，这是自从得病以来从没有过的现象。

空姐问我，为什么生气、情绪不稳，对人的健康会造成这么大的伤害？

**百病生于气，不生气就不生病**  
那天门诊的病人不是太多，我也正想借这个机会给在门诊实习的学生讲一讲情绪致病的常识，于是我就对空姐和学生说，中医的经典著作《黄帝内经·素问·举痛论》中讲：“百病生于气也。”这里的气，是指人体气的运动紊乱。中医习惯把人体气的运动叫“气机”，许多疾病的产生，和气机紊乱有关。