

本地特稿

廖希颜与他的军事鸿篇《三关志》

谭平娇

廖希颜,又名会泗,字淑愚,号东琴,讳学衡,后改讳希颜,明正德四年(1509)出生于湖广(今湖南省)茶陵秩堂东首。祖父廖本祥,茶陵州社学师,曾主纂《茶陵州志》,父亲廖传绪,茶陵州庠生。

廖希颜可谓出身于书香门第,从小就深受家庭文化的熏陶,聪颖过人,才识敏捷。幼年的廖希颜,曾写过“门绕一湾水,家藏万卷书”的春联,深得族人的夸赞。同时,这也初步凸现了廖希颜天资聪慧、出语不凡的横溢才华。少年时代,心怀鸿鹄之志,明嘉靖十一年(1532)登林大钦榜进士,初授江西高安知县。任职三年,他整顿户口,设立常平仓,修筑堤防,颇有政绩,后升任工部主事、工部郎中。

这时,恰逢嘉靖皇帝明世宗沉湎学道修炼,喜欢嬉游,经常离京“出巡”。每次出巡,都要大兴土木建造行宫,供其玩乐,劳民伤财。时任工部郎中的廖希颜,性格刚直,对此不满,因此得罪了权贵,被调离京城贬为山西儒学提举。

廖希颜初到山西,讲学河汾书院,声望很高。那时的山西地处绥远边防地段,绥远在明代属九边之一。绥远边防的句注山(雁门山)、飞狐关是古代要塞,自汉代便置重兵把守。早在明宣德十四年(1409),明英宗率师亲征瓦剌部,与瓦剌部首领也先大战于句注关附近的土木堡,最终以明军大败、明英宗被俘,并与瓦剌部达成和议而结束。从此,绥远边防成为明朝重要防守区,但在嘉靖年间,此处防守松弛,军务混乱,城堡、关隘多成废墟。

廖希颜亲眼目睹了山西军务息疲,心急如焚。为保社稷,他主动请缨,充任雁门兵备道,勘察关隘,巡视边防军务。他只带着一仆一骑,翻山越岭,走过城堡、废墟,吃的是干粮,睡得

是草铺。一路上,廖希颜主仆二人“戴月披星,沐雨栉风,野宿糲餐”,行走总里程达300多里,备受艰辛。

他们对每个关塞的军事地位、城堡的兴废、哨所的设置、士兵的战斗力和军马武器的数量质量、粮草贮备的多少,一一进行考察。针对沿途所考察的实际情况和问题,廖希颜提出了一系列的切实可行整顿措施,同时,他“绘图撰文”,写出了一部很有影响的军事鸿篇《三关志》。

三关,即山西北部的雁门关、宁武关、偏头关,俗为内长城之“外三关”,拱卫北疆,荫泽中原,为明代边防要隘,自古以来是兵家必争之地。

《三关志》刻本于嘉靖二十四年(1545)。全书分雁门关地理考、宁武关偏头关、武备考兵食考马政考官师考等3册,共272页。该志既考其地理沿革、设官驻防之制度与史事,又载山川、站镇、堡隘之分布,与兵力之配备。《三关志》记载了丰富多彩的古代三晋文化,作为兵要地志,其形胜关隘者描写得美妙绝伦。它既是明清两朝兵家所推崇的军事著作,又是研究三关和晋北历史文化的重要文献。

在《三关志》玉成之际,时逢倭寇猖獗,肆意侵扰我沿海以及内陆地区,朝廷御史廖希颜前往浙江剿捕、平定,并升其为浙江按察司按察使和布政司左参政。

到任后,廖希颜积极组织军民抗击倭寇,终因劳累过度,英年早逝,于明嘉靖二十七年(1548)卒于任上,年仅39岁,葬于今茶陵县洙江街道下瑶村嘴山上。

清雍正年间,协办内阁大学士彭维新(茶陵人)在《三关志序》中称《三关志》是“承平之



廖希颜之墓静静地守护在茶陵洙水河畔,至今近500年了。

长城,而边警时之千金一壶也”。清乾隆时期,《三关志》被收录于《四库全书》。

如今,斯人已去近五百年,廖希颜之墓静静地守护在茶陵洙水河畔,“三晋文宗家声远,两浙行省世泽长”的墓碑对联依稀可见。与此同时,在晋北地带,“雄关存旧迹,形胜壮山河”,三关也被列为国保文物。阅读廖希颜的《三关志》,仿佛能观看到一批批雄才卓著

的关将,演绎一幕幕“平时戍守屯田,战时跃马挥戈”的悲壮动人历史活剧。

《三关志》所记录的关隘文化是斗艳争奇、灿烂辉煌的,充分体现了古关历史文化的丰厚底蕴。《三关志》无疑成为了承载三晋文明发展历程的瑰宝,廖希颜为三晋史封历史文化的传承做出了不可磨灭的贡献,被世人誉为“三晋文宗”。

(本文原载《方志株洲》)

文史博览

这个小县城出了五大名将

小文

1928年,平江城一阵枪响,彭德怀的红五军诞生了。彭德怀领导的平江起义,在这小小的县城撒播下了革命和将军的种子。那么,平江县走出了多少位将军?

仅开国上将就有三位,开国中将是更有十多位。今天咱就来说一说其中比较著名的五位。第一位当然是开国上将苏振华了。苏振华出身贫寒,1930年加入红三军团。虽然打小没有受过太多教育,但是苏振华却善于学习,进步很快,毛主席称他是“工农分子知识化的典型”。新中

国成立后,苏振华担任过上海市委书记。作为一个开国上将,能取得如此成就,不简单。

然后是开国上将钟期光,曾任红五军秘书长。关于钟期光有两点,第一他是九位没有参加过长征的开国上将之一,第二,他的孙女如今很火,那就是《人民的名义》中扮演陆亦可的柯蓝,原名钟好好。

第三位是大名鼎鼎的张震,当年第三野战军的参谋长。张震也是平江人,而且他出生在平江县的长寿镇。这个地方的人一般高寿,有

一个叫方强的开国中将,活了100岁,而张震呢,活了101岁。

张震虽然只是一位开国中将,但是他在建国后的成就甚至超过了很多开国上将和上将。1992年,张震担任中央军委副主席,主持日常工作。

第四位就是吴信泉。如果你知道抗美援朝,那你一定知道第13兵团,第13兵团下辖都是王牌军,比如万岁军的第38军,还有吴信泉担任军长的第39军。

作为敢吃辣椒闹革命的吴信泉,扬言要扒

下美国鬼子的虎皮,给彭老总做大师椅。真是豪气干云。

最后一位就是钟伟,没错,林彪帐下虎将钟伟,也是平江人。在红军时期,钟伟可是彭德怀红三军团的老兵了。但是,钟伟名扬天下却是在东北,他敢违抗林彪的军令,林彪却不批评反而表扬他。

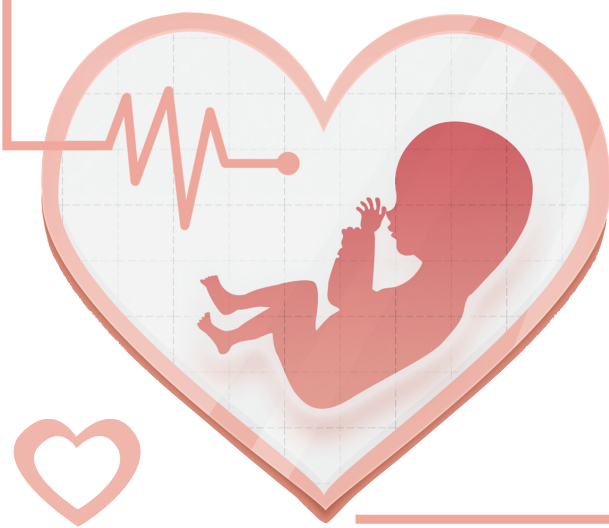
为什么?因为钟伟打了胜仗。钟伟好战,能战,却有很强的个性,李云龙这个角色就来自于他这个原型人物。

(原载《文史茶馆》)

健康广场

胎儿也会“打嗝”吗?

很多孕妈妈们在孕晚期来医院进行胎心监测的时候,中途会听到宝宝在肚子里发出一阵阵奇怪的响动,跟平常的胎动很不一样,还伴随一连串“嗝,嗝,嗝”的声响,类似于成人打嗝。她们都会很好奇,这难道是宝宝在打嗝吗?没错,这正是宝宝打嗝的声音。



当胎儿打嗝时,频率一般为2-3秒一次,持续的时间大约为5-20分钟。有些胎宝宝从来不打嗝,有些胎宝宝偶尔打嗝一两次,而有少部分胎宝宝喜欢频繁打嗝,甚至每天出现3-5次以上。

那么,频繁打嗝的宝宝是因为在妈妈的子宫内缺氧,还是孕妈妈吃得太多或者太饱导致的?其实,这都不是的。

怀孕28周以后,也就是孕晚期,胎宝宝在妈妈的肚子里一边运动,一边不断吞咽羊水,以此来锻炼肺部的呼吸功能,让肺泡在羊水中长大。在宝宝的腹腔和胸腔之间,有一道膈肌将胸腔与腹腔分开,与胎儿身体内其他的器官一样,膈肌不但有血液供应,而且上面还有神经分布,当引起打嗝的刺激被传导给宝宝的

脑后,大脑会下发指令,膈肌就会发生阵发性、痉挛性收缩,于是就出现了胎儿“打嗝”的现象。

宝宝吞食羊水是在为出生后能够像成人一样正常地呼吸做准备,也就是说,胎宝宝打嗝,其实是他们提升肺部呼吸能力的一种方式,是一种正常的生理现象,准妈妈不必过于紧张。

当孕妈妈发现宝宝在肚子里打嗝很厉害的时候,可以轻轻地抚摸自己的腹部,对宝宝进行安抚,帮他/她顺气,宝宝就会慢慢停止打嗝。随着胎宝宝的肺部的发育成熟,在孕晚期的后期现象就会逐渐消失。

省直中医院 产科二区 李多佳

糖尿病患者吸烟危害多!



戒烟小技巧

不少糖尿病患者在接受糖尿病治疗时,就已经是老烟民了。即便医生语重心长的提醒要戒烟,可是烟瘾一犯这些提醒早就抛在脑后了。对于常人而言,吸烟给身体的危害更像是温水煮青蛙,但对于糖尿病患者来说,情况就大不一样了。

1. 导致血糖上升,加重糖尿病

烟草中含有烟碱,会刺激肾上腺激素分泌,可能会导致血糖即刻升高,破坏血糖的稳定性。而且烟草中的尼古丁,会破坏身体各个器官,胰腺也不例外,会使其功能受损,胰岛素分泌减弱,而加重糖尿病。

2. 增加心血管疾病概率

高密度脂蛋白胆固醇可以帮助血管扩张、抑制血小板聚集、保护血管,原本高密度脂蛋白胆

醇就相对缺乏,吸烟更是会加重这种情况,使血管收缩、管壁变厚、血液的稠度增加,引起组织缺血缺氧,增加心血管疾病的患病率。

3. 损伤各器官,导致多种并发症

吸烟不完全燃烧,产生的尼古丁、一氧化碳、焦油等有害物质,会破坏人体肝脏细胞,对身体内所有器官造成伤害。原本糖尿病就容易导致多种并发症,如糖尿病肾病、糖尿病心脏病、糖尿病高血压等,吸烟就像导火线,更容易让他们“现身”。

4. 导致伤口“久病不愈”

糖尿病患者原本身体的抵抗力就较差,容易发生各种感染,伤口也不容易愈合。吸烟会加重这种情况。

1. 先拿个小本,认真写下自己要戒烟的动力和原因,以便时常拿出来看一看,督促自己。

2. 给自己创造一个无烟的环境。不管是多好的香烟,都处理掉,同时,打火机、烟灰缸以及其他的香烟附属物品,都要清理干净。

3. 饭后到空气清新的地方散散步,做5~10次深呼吸,有助于摆脱饭后一支烟的想法。

4. 烟瘾来的时候,可以嚼

一些木糖醇口香糖,或者吃一些水果等零食,但注意不要过量,以免血糖上升。

5. 注意补充B族维生素,可以帮助安定神经,戒掉尼古丁。维生素B含量丰富的食物有:动物肝脏、大豆、牛奶等。

6. 充实自己的业余时间,可以发展一种爱好,如钓鱼、养花,在无聊时有事可做,就不会总想着抽烟。

株洲市三三一医院 郭斐

得了“扳机指”怎么办?

近日,株洲市二医院康复科来了一位有着30多年驾龄交师傅,由于长时间双手紧握方向盘,师傅的左手无名指、小指两个手指以及右手无名指均出现僵硬、屈伸不畅,并伴有多个掌指关节疼痛的现象。

来到市二医院康复科就诊时,被医生判断为“指屈肌腱鞘炎”,又称“扳机指”和“弹弓手”。较多的出现在以手部抓握、端提为主的劳动人群,发病时手指不能完全屈曲和伸直,严重时出现肿胀、硬结,活动过程中常出现卡顿及弹响。大大地影响人们的日常生活及工作。

市二医院康复科刘桂先医生为师傅制定了物理因子疗法和推拿治疗“双管齐下”的治疗方法。针对僵硬的手指关节、肘关节进行关节松动治疗,促进屈肌、伸肌的滑动,同时采用龙氏脊脊疗法,对颈椎第六、第七节进行正骨推拿,再配合针灸等物理因子治疗,三次治疗后,师傅的“扳机指”不再僵硬,基本恢复正常屈伸。

刘桂先医生表示,这类“指屈肌腱鞘炎”是由于过度使用手指或长期用力屈指等动作引起,像做司机的,经常手握方向盘,病容易发生在无名指;厨师经常用锅铲,扳机指也会比较容易在无名指处出现。

病程一般有四个阶段:第一阶段,患者手指屈伸不畅,手指关节僵硬不舒服,伴有轻度疼痛,外观上未见有明显改变,但亦可能在掌指关节处出现发热红肿;第二阶段,掌指关节处有压痛,屈伸手指时会卡住,但忍痛下仍可伸直手指;第三阶段,手指屈曲后不能伸直,用另一只手帮助屈伸时,患指关节处发出弹响声;第四阶段,患指长期处于不能伸直的状态。无论在哪一个阶段,本病患者在早上疼痛比较明显,活动也较差。患者一旦出现这类症状应到正规医院就诊。平时在工作时,要注意劳逸结合,避免长期保持一个手部状态,或施以手部较大压力,用手工作一段时间后,可做简单的手操消除疲劳。

株洲市二医院 张一璇

旋磁式糖尿病治疗仪治疗糖尿病

糖尿病是威胁人类健康和生命的顽症之一。不少糖尿病人因“天天吃饭吃药,顿顿进餐打针”而痛苦,或因服用降糖化学药物给器官造成严重损伤而伤心,更有不少患者为久治不愈的糖尿病及其并发症而失去生活下去的勇气。美国糖尿病专家米勒博士在2003年国际糖尿病联盟组织学术论坛上呼吁:“服用降糖化学药物对病人的内脏造成严重损伤,这种现象愈演愈烈!很多糖尿病人的致死致残并非单一的高血糖造成,其实长期的服用毒副作用很大的化学降糖药是一个很重要的因素。”

石峰区人民医院引进旋磁式糖尿病治疗仪治疗糖尿病,是根据中医经络学理论,吸收电子学、物理学、能量学、神经科学等科学理论,将多学科尖端技术融为一体,与多种微量元素

按科学比例相结合,以旋磁方式,利用仪器探头,分别作用于人体八大经穴,调整人体生物效应,提高细胞组织活性,增强自身免疫功能 and 自身修复能力,改善糖、脂、蛋白质代谢紊乱,实现机体代谢平衡,给受损的胰岛细胞进行能量充盈,增强葡萄糖载体基因作用,促进血氧代谢,重组胰岛细胞进行正常的分裂和繁殖,使胰岛素的分泌、排泄、运输等技能组织达到理想的代谢程序,进而实现恢复胰岛功能。

该院使用该机治疗II型糖尿病及其并发症,7-10天即可减降糖药量,3至6个月可以治愈停药,让糖尿病人重过正常人的生活。

咨询电话:13975382263

株洲市石峰区人民医院 袁子谷