

# 刘汉找来“狼神”当帮手救人

3

悬疑小说



颜栋 著  
江苏文艺出版社友情推荐

## 内容简介

公元2004年夏秋交替之际,一所著名大学的地质考察队在藏地神秘失踪,此事牵动了救援组织的关注,也引起了文物探子的注意。这一事件的核心聚焦在偶然发现的失传多年的藏御火疗之法上。藏御火疗是藏医学与古代玄学相融合的载体,谁能得到宝贵的藏御火秘籍,谁就得到了了解神奇藏地的一把金钥匙。

与此同时,一名叫刘汉的侦察兵,也鬼使神差地加入到寻宝的行列中……

## 上期回顾

阿雅姆大叔在去山南寨子的半路上,救下一个来旅行的外国人的命,结果他反而被变相绑架了……

死活都见不到阿雅姆影子的山南人,开始派出专人去寻找,可派出去的人很快就回来了,禀告寨主说远远就看见阿雅姆和一伙旅行者朝山北方向走去了,性子急的头人一听便火冒三丈,以为阿雅姆为了赚点向导费把他们晾在了一边,便将一肚子的气撒在了他“家人”的身上,一听说阿雅姆家里还有一个漂亮的“女儿”和襁褓中的“孙子”,便派人去把他们抓来了。这个襁褓中的孩子,是阿雅姆的一个病人。

刘汉在周围闲逛,回来的路上见到了挟持黑雅的藏人,大惊不已,但他知道对这些情绪激动的人不能来硬的,好在这些人没有过分为难黑雅,看上去也不像坏人,刘汉只好先让他们把人带走,自己远远尾随着,直到亲眼见他们走到南边的一个寨子里,把黑雅关到一间木屋子里。

听这些人断断续续地骂着阿雅姆的名字,刘汉猜想事情一定和他有关系,立刻想到该去求小扎巴阿哥来帮忙,因为阿哥毕竟是个藏家猎手,藏人和藏人之间好说话。小扎巴是个出名的猎手,他还有个“狼神”的称号,人们都说他能控制一个很大的雪狼群。

在广阔的草原牧区,赛马会是比较历年新年更热闹的民间节日,不光比赛赛马,物资交流会也同时举行,整个草原呈现出一派祥和的节日景象。

刘汉的朋友小扎巴一早就赶到北山赛马会现场凑热闹,他左顾右盼,走走停停玩得不亦乐乎。小扎巴不好意思参加赛马比赛,因为他和他的大马不想让其他的选手输得太难看,他的马可是传说中的青海骝,他最近才驯服的。

投掷“炮儿石”是藏地特有的一种投掷运动。藏族牧羊人用毛线或牦牛皮制成一条软鞭。软鞭中间一段编

得较大,通常有两股短绳,可用来包住一小块石头。使用时,手提软鞭,套上石头,快速旋转几圈后猛力将绳子一头松开将石块甩出,石块借着加速度急速飞出可以打得很远。这原是牧民放牧时叱赶牲畜的一种工具,后来也曾一度用做自卫武器。

小扎巴兴致勃勃地参加了打“炮儿石”的比赛,结果大获全胜。围观的人群中有一个美丽的姑娘,她十分欣赏小扎巴的技艺,就托自己的弟弟,也是和小扎巴同场竞技的一个年轻选手前去邀请他,希望英雄能够到她家做客。她的弟弟大概指了一下自己家的方位,就和姐姐离开了。

小扎巴刚比完,刘汉就一路风尘仆仆地来了,听他说明来意,小扎巴立刻决定和他一起出发去阿雅姆大叔家。

阿雅姆大叔家在巴颜喀拉山脉东段草原,而北山草场处在巴颜喀拉山脉北段。两地之间相距一百里,就这短短的一百里却是望山跑死马,刘汉也是赶了两天的路才赶到的,因此他们回到山北寨子,准备先借一宿。

一座三层楼的碉房门口站着一个女人,她看见有两个陌生人自南而来,一眼便认出其中一个是用“炮儿石”甩得最好的男人,以为他来赴约了,赶忙叫弟弟来相迎。

那个女的名叫格桑梅朵,她和弟弟盛情地把客人迎进家,用美酒佳肴招待他们。大家一边喝着青稞酒,一边随意地聊着,聊着聊着,就谈到了山北寨子的来历和习俗上。

格桑梅朵的弟弟说:“当年在军阀马家军的残暴统治下,草原上的人们都被迫武装起来自卫,周围零散的牧民们为了活命也纷纷聚拢起来,所以寨子的规模变得越来越大。早些时候据说西方的洋人订了个什

么条约,规定我们寨子周围方圆上百里为前藏地区,中央在此不得派官也不得驻扎军队,有知道内情的人却说是洋人在这里找到了宝藏要独吞。后来寨子里还来过很多从西藏过来的洋人,他们一个个蓝眼睛大鼻子。我奶奶小时候就见过洋人,再后来听说一个洋人外出时走丢了,其他洋人便匆忙撤走了。当时有牧民曾看见走丢的洋人进了北山后的一个洞就没有再出来,也有人说那洋人是土匪的枪手给打死的。再后来寨子里还来过很多藏区的僧兵,曾把守过寨子后面的那个山洞,说里面有头喷火的怪兽,不让闲杂人靠近,再后来有传言说里面有通到龙鳞湖的洞,所以我奶奶和爷爷就……”

“嗯!”格桑梅朵干咳了一声打断了弟弟的介绍,年轻人看了她一眼,尴尬地笑笑便不再往下讲了。刘汉知道对方肯定有些隐私的秘密不想让自己得知,他预感到主人家定有一段离奇的家族往事,隐隐约约地觉得他们所说的故事和自己知道、经历过的故事有些类似甚至相同。

刘汉和小扎巴都没有料到,碉房二楼还有一个老妇人在偷听他们的谈话,那个老妇人就是格桑梅朵的奶奶。格桑梅朵的爷爷曾经是西藏地区本教流派的著名法师,他的巫术自然而然传给了他的妻子。于是,性格渐渐孤僻和怪异的奶奶,便成了整个寨子里最神秘、最让人恐惧的女人,谁都不敢和她接触。

此时,还有一群陌生人在继续从南向北赶路,那是赏金猎人彼得洛夫和他的“朋友们”,以及被他们挟持的阿雅姆老汉。

彼得洛夫有差不多一米九的个子,身材魁梧,年龄在三十到四十岁之间。境外势力拥有许多这样训练有素的“赏金猎人”,可以将他们转

租给有钱的“老板”。这些人不怕死,无需任何政府机构批准就能单独或是统一行动,他们具有正规军所无法比拟的优势,也不用考虑个人升迁等问题。因此,越来越多的特种兵退伍后都干上了这个行当。

在彼得洛夫的身边是这支队伍的领队,一个皮肤黝黑的中年男子,就是给阿雅姆递打火机的那个中国人,大家都称呼他为“左三”。左三旁边是个个子不高但很壮实的尼泊尔勇士“七把刀”,他就是被蛇咬的那个人。此外,还有绰号叫“布谷鸟”的法国人和另外两个伙伴。在他们后面,还有几只身体健壮的日本产的长腿土佐猎狗跟随。这些人集结起来,是为一个名叫“君子兰”的文物商服务。

日近下午,朝北赶路的所有人的肚子都空了,却找不到一个能够安心吃饭的地方。阿雅姆则很安然,沿途不停地捡着牛马屎作为备用的燃料,经过一条小溪边,他看到一个坑,地上有灰烬,背面又可以挡西北风,便建议左三说就在这里扎帐休息吧。

左三点点头,从背包里拿出筒易食品,又用茶壶从溪中装了壶水,放上盐巴,置于火上。

茶水开了,左三先提起壶给阿雅姆斟了一碗。“老人家,谢谢你救了我,我们是来探险的,等到了目的地就让你回去,还给你很多的报酬。”“七把刀”此时明显好了些,他真诚地向阿雅姆老汉表达着谢意。

“来草原旅游的人可不带这么多‘东西’,而且还要请个正要忙事的老头子做向导!”阿雅姆笑了笑,他用干巴巴的一句话发泄着内心的不满,说着斜眼瞟了一眼彼得洛夫随身携带的那枪形的皮箱。左三听他话中有话,尴尬地笑了笑,他自然知道什么事情都瞒不过这个老人。

# 能够显著改善肺功能的穴位在哪里

3

健康指南



李智 著  
上海锦绣文华出版社友情推荐

## 内容简介

关于穴名,不懂的人,以为一个穴位仅仅是一个点。其实,熟悉了穴位背后的故事,你会发现,穴位将不再是一个空洞无意义的黑点,而是一个有血有肉、有情有义的救命郎中,只要你花点时间,走近它、了解它,会发现,每一个穴位都是跟我们紧紧相随、不离不弃的健康伴侣。

## 上期回顾

至阳穴是一个能够坚定我们信心和正气的穴位。而当我们情绪不佳的时候,不妨敲敲灵台穴。

## 身柱——托起一身脊骨的人体顶梁柱

身柱,身就不用说了,我们重点了解一下这个“柱”字,柱在古代是指楹柱,就是在房子中直立的起支撑作用的构件。大家可以想一下,如果房屋的支柱倒塌了,房子还能完好无损地在那里为我们挡风挡雨吗?

身柱在人体中的位置也是这样的,它在后背两个肩胛骨的中间,上接头部,下面和腰背相连,就像一个承上启下的支柱一样。

我们在说一个人负担重的时候,总喜欢说他“上有老,下有小”,是家里的“顶梁柱”,其实就是突出他在家里的重要性。身柱也就是我们人体的“顶梁柱”,要想五脏六腑、四肢百骸都能好好地工作,不出问题,一定要照顾好身柱穴。

日本人对身柱推崇有加,称之为“小儿百病之灸点”,意思就是说身柱穴对小儿疾病有很好的疗效。早在1938年,日本针灸学家代田文志就曾为长野县的小学生集体灸身柱穴,这些身体虚弱、动辄感冒、消化不良的孩子,一个多月以后就得到了明显的改善,半年之后基本都痊愈了。这事当时在日本引起了轰动,以至于日本很多小学都效法施行。

其实,身柱能治疗的疾病很多,如脑力不足出现的眩晕,肺气不足产生的哮喘,脾气虚弱导致的下陷脱肛等,都属于正气先虚,督脉的阳气无法上升所致的,在治疗上,最重要的就是扶正祛邪,补足正气。

所以,显而易见的,这个穴最大的作用就是强身健体,增强体质,提高人体的抵抗力。我们说抵抗力弱的老人和孩子,更要注意这个穴的刺激。除了像日本人那样艾灸之外,按摩刺激的效果也很好。

年轻的妈妈在睡前时常给孩子揉一揉,不仅可以免去孩子吃药打针的痛,还能让孩子深深体会到妈妈的拳拳爱意,对于心灵的健康也是无法估量的。由于穴位在背后,按摩的时候有可能不太好着力,可以拿一枚圆形的硬币,用硬币的边缘在身柱穴处上下滑动按摩。

而年轻人如果能时常给老人按摩的话,那更是给老人饱经风霜的心灵带来无限慰藉。“夕阳无限好,黄昏更佳。”这份“景”很多时候是需要年轻人去营造,去为亲人精心布置的。

穴位一点通:李大夫教你这样来找穴

从大椎往下开始就是胸椎,第一个突起的点,我们称之为就是第1胸椎棘突,再往下数三个,在第三胸椎棘突下面的凹陷就是身柱穴所在位置。

## 陶道——调整气血循环的乾坤扭转手

在讲陶道之前,我们先了解一下任脉上的璇玑,璇玑与陶道是两两相对,前后呼应的。璇玑在天文学中代表的是北斗星的枢纽,北斗星终年旋转不停,就好像我们人体任督二脉气血的运行一样,长年不息。北斗星就像一个羊角一样,循着一个方向运行,不同时间到达不同的地点,这就好比人体的气血,从长强开始,经过身柱,到达百会,然后经过前额,与任脉相接,然后再转入长强,进入督脉,在人体周流不息。

陶道和璇玑就是这个循环当中的两个重要地方。为什么叫陶道呢?因为在古人看来,物体旋转最快的莫过于陶钧,所以用“陶”来称呼这个穴,形容气血循行的速度很快。

去陶吧玩过的人可能知道,未成陶器的泥坯开始是放在一个平盘上的,这个平盘和下面的机轮一起组成一个转盘机。只要踏动机轮(当然现在是电

动的了),平盘就会旋转,然后人工用手将这些泥坯拉成各种形状。

古人认为,大到天道循环,小到人体气血循环,周而复始就和这陶钧一样,万事万物就在这不停的循环过程中被创造出来。气血也只有这样不停地循环运转,才能使阴阳协调,不偏不倚。

可想而知,陶道就是调节人体整个大气循环的。所以,它的位置非常高,陶钧在中间旋转,牵动四旁,必然会产生风,陶道右下边的穴就是风门穴。

既然是调节整体的,那么治疗的病症肯定不是局部的小病症,而是从整体来调节。说简单一点,它的作用就是当人体的气血运行出现问题,比如身体太冷了,气血凝滞,运行不畅的时候起一个调节的作用。

我们知道,中医讲人体的疾病,离不开气血二字,多数不是气血不足,就是气血不畅,所以说陶道穴的作用非常大,而且使用范围非常广,几乎人体的问题都可以派上用场。用现代医学的观点来说,就是刺激它可以调整人体的免疫力,使人体处于一种健康的状态。

陶是指陶冶,引申为治疗,道就是道路。在古代,陶钧还有治国的意思。上面说过,陶道是掌控大局的,但它又不是君主之位。我们可以想一下,不是君主,却行使着君主的职权来掌控大局,而且位置要非常高,这是什么?对了,宰相。就和人体的肺一样,陶道在穴位中的位置就相当于宰相,也就是相辅之官,是君主的左膀右臂,辅佐皇帝治理天下,古人说“是以圣王制世御俗,独化于陶钧之上”。意思就在这里。

事实上,这个穴除了调节人体大气血之外,还有一个专门的作用也和肺有关,就是治疗慢性支气管炎。临床

实验也发现,按揉陶道能够显著改善肺功能。所以,患有慢支的人,或者经常咳嗽,自觉肺功能不太好的人,不妨时时刺激陶道。

我们在按摩的时候,可以低下头,一手将头按住,另一只手的大拇指顶住穴位,其余四指抓住脖颈得力,用大拇指按揉,按摩的时候多用点劲,每次按摩大概100下左右,慢慢地,肺功能会有一个很好的提升。

“登高而招,臂非加长也,而见者远;顺风而呼,声非加疾也,而闻者彰。”做任何事情都要顺势而为,这样才能事半功倍。养生治病的道理也是这样,找到了病症所在,在对症的地方施以治疗的方法,这样才能以最轻松的方法,最快的速度将问题解决掉,不空耗力气!

穴位一点通:李大夫教你这样来找穴

督脉在后背上的穴位都是井然有序,并列排列,大椎往下的第一个胸椎就是陶道。



“陶道穴”因该处气血循环速度很快而得名