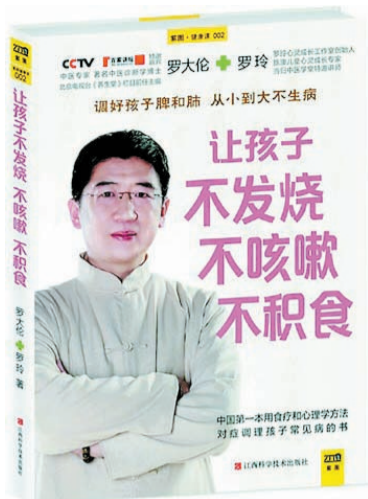


孩子老生病，原因之一就是乱吃东西



调好脾和肺 孩子不生病

中医认为，孩童从出生开始到10岁之前，有一个很明显的生理特点：脏腑娇嫩、形气未充，但是生长迅速。

有一天，我的一个老朋友和他妻子带着4岁大的儿子找到了我，要我帮他的孩子看看，他说这孩子一有什么风吹草动就会感冒。

我一观察，孩子的脸不像健康的幼童那样好似红润的小苹果，而是呈萎黄

色。我问：“孩子最近一次感冒前吃了喝了什么东西？”他们仔细想了想告诉我：“孩子前不久过生日，我们办了个聚会，之后他就感冒了。”

我大致明白是怎么回事了，接着问：“当时孩子吃生日蛋糕了吗？”“吃了，我们大家吃了一半，剩下的半个都是他吃了。”

我告诉孩子的父母：“生日蛋糕就是孩子感冒的根源，因为孩子脏腑娇嫩，还不能完全消化这些‘美味’，所以生病了。”

实际上，孩子的很多毛病就是其脏腑娇嫩，不能完全消化食物引起的。脏腑娇嫩，意味着孩子的五脏六腑特别容易受外界的影响。

比如用药，正确使用的话，见效非常快，病可能马上就好；如果用药不对症或用药量过大，孩子的身体马上就会受到损伤，而且有可能是长期性的，这会导他长大后阳气很弱。这就是对孩子用药为什么要特别慎重。古人说：“宁治十男子，不治一妇人；宁治十妇人，不治一小儿。”这就是在讲“儿科病难治”的道理。

为什么有的小朋友吃了一次奶油

蛋糕就感冒了呢？

中医认为，在小孩子身上发生的很多与肺有关的问题，都是吃东西引起的。在中医看来，脾胃是属土的，肺是属金的，土生金，简单地说，脾胃就是肺的“母亲”。

小孩子脏腑娇嫩，脾胃吸收、消化食物的功能没有完全形成，按照古代医生的思路打个比方，脾是“母亲”，肺是“孩子”，如果“母亲”出了问题，“孩子”也一定会有不足之处。所以，脾胃受伤，肺也会随之受到伤害。反之亦然。

我对朋友讲，他家孩子的情况不是偶然的，我碰到过很多生病的孩子，都是家长让其胡乱吃东西造成的。

小孩过生日，家长想着得给孩子订个大蛋糕，看着孩子吃得欢喜的样子，家长心里高兴：“我的孩子胃口真好。”殊不知现在的奶油蛋糕大多含有反式脂肪酸，而反式脂肪酸本来就不是人体能够正常吸收的，再加上孩子的消化道黏膜还在形成当中，脾胃的功能还很弱，所以反式脂肪酸吃到嘴里香，进入孩子的脾胃就难以消化了。

很多孩子老是旧病复发，比如哮

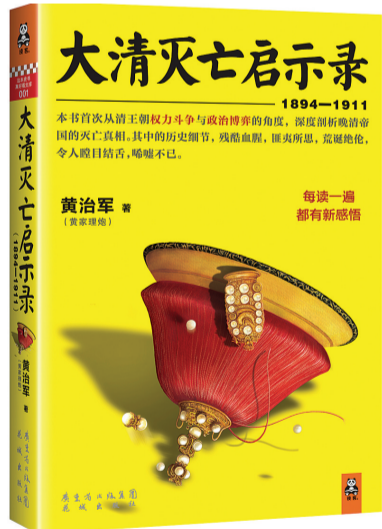
喘、过敏和感冒等，很重要的一个原因就是乱吃东西。孩子的脾胃尚未发育完全，家长又让他吃一些乱七八糟的东西，很容易让孩子脾胃受伤，而受伤之后必然又会影响到肺，结果导致孩子从消化系统到呼吸系统出现一系列健康问题。这令父母们头疼不已，却不知道原因何在。

在脾胃和肺的关系上，中医和西医达成了一致。中医认为肺部出了问题，可以用调理脾胃的方法来治疗，就是我们常说的“培土生金”，这也是中医调理肺部疾病的重要思路之一。

西医的分析发现，很多孩子患上过敏性哮喘，是因为他们的消化道黏膜没有完全形成，吃进去的很多食物的蛋白质颗粒直接穿透黏膜，进入体内，身体的免疫系统以为是“敌人”来了，就开始攻击它，造成免疫反应，最终导致过敏、哮喘等疾病发生。

讲到这里，大家应该明白了，很多孩子肺部的病变，其实在某种程度上是和脾胃受损有很大关系的。

（摘自《让孩子不发烧不咳嗽不积食》作者 罗大伦 罗玲）



利益算计 权力斗争

对于一个被软禁的皇太子来说，这样的梦想只能是想想而已。多年刀口下求生存的生活给了他磨砺，也锻造了他的聪敏和野心。他的性格沉默寡言，在人前显得腼腆而胆怯，骨子里却隐藏着冷酷甚至赌徒的本性，因为他知道，自己原本就没有什么可以失去。

宫廷内外人情的冷暖与世事的无常也让他变得少年老成。在身家性命被别人掌控的日子里，在自尊被别人踩在脚下的时候，他只有忍耐，他并不是不想反抗，只是他知道，当反抗无力

12 明治天皇登基

的时候，唯一要做的就是积蓄自己的力量，怀着坚忍之心去等待。

他等来了倒幕运动的胜利，目睹了父亲的死去，成了新一代的天皇，成功地摆脱了幕府的软禁，告别了囚徒式的生活。

这时候，他终于发现，命运之神会为难一个人，但不会永远刁难一个人。消磨一个人意志的最残酷的方法，就是让他过那种衣来伸手饭来张口式的生活；而对一个人来说最幸运的事，就是更早接受生活的磨砺，更早明白人只有靠自己才好，因为这会给你一颗坚强的心。

对许多人来说，心灵是很容易受到伤害的，在遭受生活的磨砺或者情感的打击之后，它会伤痕累累，也许更加脆弱，也许慢慢变得坚硬，也许会更加麻木，但这都不是一颗坚强的心。

一颗坚强的心就是经过了这些洗礼之后，学会了在角落里哭泣也会在抬头后微笑，这才是真正坚强的心。在战胜所有的恐惧、疑惑和失落之后，你会发现，那些曾经丢失的信心、勇气和信任也重新回到了你心里。这是人生真正的财富，它使你对生活永远充满希望，对自己永远充满信心，即使是带着累累的伤痕，也能轻装前进；即使是在跌倒多次后，仍然能找到前进的方向。人生最关键的，其实就是在不如意的时候如何扛下来。

是的，谁没有经历过苦难的童

年、迷茫的少年和充满血泪的青年时代呢？前进道路上的陷阱无时无刻不在考验着我们，等着我们掉下去，然后自己爬起来。当你真正爬起来的时候，你会发现：你原本就是一个坚强的战士！

当睦仁离开生活了16年的京都前往东京新皇宫的时候，他把这当成一个新的征程的开始。

去用战刀砍出你的灵魂吧！睦仁告诉自己。毫无疑问，他是一个有着坚强的心的人，因为每一个赌徒都有一颗坚强的心。

尽管睦仁知道，他自己可能只是倒幕派手中一枚新的棋子，但倒幕派内部要取得平衡，必须将最大的权力归还于他。睦仁决定利用好这个机会，完成从精神领袖到手握实权的领袖的转变，用自己的实力告诉所有人：我才是这个国家真正的君主！

在东京的新皇宫里，睦仁继续刻苦攻读来自各国的书籍。为了安心读书，他不仅裁撤了后宫的大部分女官，还搬到外殿去住，大半年都不回后宫一次，除了吃饭睡觉，他几乎把所有的时间都用来学习统治国家的理论以及关于战争的知识。他还在宫里亲自训练亲兵，跟将士们比赛骑马，他要求士兵们称呼他为“元帅”。因为在他心里，永远隐藏着那个金戈铁马、纵横驰骋的梦想！

而当睦仁回到处理政事的大殿，从

梦想中惊醒过来时，面对这个贫穷破落的国家，大和民族骨子里的不安和自卑又涌上他的心头。

日本依旧穷，四周都是茫茫大海，“日本沉没”的传说就像一个永远挥之不去的噩梦，深深地根植在骨子里——日本乃绝海之孤岛啊，土地贫狭，物产稀缺，到了人口过剩、资源枯竭的那一天，活下去的希望难道就是去跟鲨鱼抢吃的？

东京湾的大海边，睦仁时常走出皇宫，朝着大清国的方向极目远眺。他不是在看风景，而是在排遣沉重的心情：只有去继续丰臣秀吉的事业，让那美丽富饶的中华大陆成为日本的领地，我才能得到日本臣民的真正拥护，也得到真正属于我的权力！

我要去实现那个梦想中的“大陆政策”！

我要开拓万里波涛，宣布国威于四方！

出征吧！我们穷，但我们可以去对岸的大清国抢过来！

1868年9月，睦仁正式登基。仪式过后，睦仁登上属于他的高台御座，他环视四周，拿出一本书，这是一本中文版的《易经》，他翻到其中的一页，高声念道：

“圣人南面听天下，向明而治！”

睦仁登基，史称明治天皇。

（摘自《大清灭亡启示录（1894—1911）》作者 黄治军）