



国家公祭  
勿忘国耻

02 颠倒黑白的日军公祭

“……今天寒风凛冽，似乎要下雪。全场精锐的陆海两军官兵肃立无言，面对着阵亡的战友之灵献上虔诚的祈祷。陆海两军最高指挥官宣读的悲怆的祭文，震撼着官兵的肺腑，满场寂静无声。”

“二战”甲级战犯、南京大屠杀头号刽子手、侵华日军华中军总司令松井石根，竟然还在当天赋诗两首，其中一首这样写道：

“紫金陵在否幽魂，来去妖氛野色昏。  
径会沙场感慨切，低回驻马中山门。”

这就是日本人，残害他国30万人的侵略者，竟如此颠倒黑白地搞了一场公祭，似乎他们才是受害者。许多当年参加过这场公祭的日本官兵记忆犹新，甚至对松井石根当时宣读的祭文内容倒背如流……

我还发现一件事，据昭和十二年（公元1937年）12月15日《大阪朝日新闻》披露：

在日军占领南京的当天，日本首相发表声明，声称是因为中国不理解“日本国坚持不扩大解决方针”，“低估了日本军队的实力，也低估了今日日

本的实力”，“犯了一个致命的错误”，由于中国“以排日为前提”，鼓动“民族主义”，所以才“招致了毕干功于一溃的地步”，造成悲剧的“全部责任”应由中国承担。

这就是日本。一个在处理邻国关系问题上，经常贼喊捉贼的国家。

我还发现一件更重要的事：经远东国际军事法庭批准在南京军事法庭接受审判的南京大屠杀刽子手、侵华日军第六师原团长谷寿夫，在南京被枪决后，日本国内从来就没有认识其罪，相反始终将其作为“伟大的民族英雄”而追忆着。

20世纪60年代，由下野一霍中将编撰、东京情报社出版的《南京作战之真相——熊本第六师团战记》，对战犯谷寿夫如此评价：“将军戎马四十余载，尽心尽职，忠诚于君主国家，乃至以死奉公。”“虽为国尽力，一旦战败……牺牲在曾指挥过最光辉战斗的雨花台之下。”“其高尚的武德和崇高的军人精神，是真正的军人之楷模，受到所有世人发自内心之敬仰。”

在远东国际军事法庭的审判中，南京大屠杀头号刽子手——日军最高指挥官松井石根被判绞刑，但为其叫

屈喊冤者不乏其人。后来日本将其灵位供于靖国神社，多任日本首相数度参拜……

这就是日本。战争是他们发起的，罪恶是他们造成的，然而他们仇恨与敌视的是那些惨遭他们奴役与残害的民族和国家。

这就是日本。为了自我的生存和强大，可以由着自己的性子与意愿，挥刀举枪，从大海的那边跨海而来，大肆掠夺他人的财富，任意残害他国的无辜百姓，却没有一丝负罪感。即使在国际军事法庭公判之后仍然不把这样的罪孽当回事，反而对自己的阵亡者倍加“怀念”并“痛祭”。

30万人的生命啊！几十年来，日本人可以用一句轻飘飘的话一笔勾销，竟然还胡言乱语地说是中国人在“说谎”，是“中国人自己编出来的南京大屠杀”！

多么无耻！怎不刺痛我等的心啊！公祭！中国必须公祭！这既是对中国死难同胞灵魂的安抚，也是给那些犯罪者的警示。

（摘自《南京大屠杀全纪实》何建明 著 湖南凤凰教育出版社 出版）

这一天是1937年12月18日，也就是日军进入南京城的第6天。

日军的公祭是在南京机场举行的，有一万多名日军将士参加。关于这一公祭活动，在侵华日军的将士日记和回忆录中能找到相关记载。如刽子手佐佐木到一在这一天的日记里这样写道：

04 孩子为什么爱感冒



知医为慈  
善待孩子

工把他的孩子领来，问我为什么孩子身体总是那么虚弱，风一吹就感冒。

我一看孩子的脸，就知道原因了。这个孩子的眼袋比较大，浅紫红色，这是脾阴虚的症状。另外，他的嘴唇鲜红。于是，我问这个家长：“孩子是不是喜欢吃肉？”

这个家长说：“这孩子就喜欢吃肉。”“孩子一感冒，是不是就容易咽喉肿痛？”

“是啊，就是这样的。”我说：“孩子感冒，是因为吃肉太多。积食导致脾胃虚弱，最终让他的身体也虚弱下来。”

这个家长有点惊讶，他说：“没想到感冒和饮食有关。”

为什么饮食和感冒有关呢？感冒多是由肺气不固、外邪入侵导致的。肺气强壮的孩子，能够把外邪抵挡在体外，这样就不至于外邪入侵。

那么，为什么有的孩子肺气不固呢？中医认为，这在很大程度上取决于脾胃之气的状态。在中医看来，脾属土，肺属金。按照中国的五行理论，是土生金，也就是脾土生肺金。

脾土生肺金这句话，通俗地讲就是：脾胃功能强，可以令肺系统功能强。可是，现在很多孩子因为饮食不规律等不良习惯让脾胃受了伤，继而引发肺系统出问题，这是孩子易得外感疾病的一个根本原因。

喜欢吃肉的孩子，因为脾胃运化能力有限，所以会积食，积食以后，胃里会出现阻滞，这样胃气就不能下行。

正常情况下，胃气下行，心火也跟

着下行，这样上焦才不至于太热。可是，胃气不能下行，心火也就无法下行而被阻塞在上焦，这样，上焦一定会越来越热。此时孩子感冒，就容易咽喉肿痛。

所以，孩子感冒，多数情况下是由脾胃问题导致的。儿童的生长离不开脾胃的工作，因为所有的营养物质，都要靠脾胃吸收并运化到全身，如果脾胃失调，无法吸收、运化营养物质，则身体的生长就会受到很大影响。

在和大家分享中医育儿知识的时候，常常有家长问我：“罗老师，脾虚、积食、脾胃不和这几个中医概念我闹不清楚，它们说的是一回事吗？”我说：“它们不是一个概念，它们之间是互相重叠、互为因果的。”

什么是脾虚？脾虚就是身体吸收、运化食物的功能出问题了，它会让人身体无法吸收营养物质，四肢因营养不足会无力、消瘦，肺气会变弱，而“肺主皮毛”，那么人体体表的防卫系统——皮毛功能就会弱，出现头发没有光泽、脱发、皮肤干黄等症状。

什么是胃虚？就是人接纳食物的功能有问题，比如你吃了东西胃马上会胀，不能消化，或是吐酸水等，这都是胃虚、胃气上逆的表现。

什么是脾胃不和？脾和胃都属于消化系统，在中医看来，它们本是互为表里的。如果脾胃不和，比如胃口虽然特别好，但是吃了就腹泻，或是吃了以后肚子越来越胀，这

就是胃强脾弱的表现。脾和胃，本来一个是管接受的，一个是帮助吸收的，但是如果能接受不能吸收、不能运化，就是脾胃不和。

什么是积食？积食是脾胃虚弱的一个表现。积食会引起脾胃虚弱，脾胃虚弱又会引起积食，它们之间是互为因果的。

积食，有的是积在胃里，比如孩子吃鸡腿，一下吃了3个，接下来不想吃别的了，有的甚至会吐酸水。那么，积在脾里是什么意思呢？就是当食物长期积在胃里没有被消化，慢慢地脾就被伤了。

如果积食在胃里，可能吃点儿山楂之类的助消化食物就没事了，但积食在脾里，脾的功能受损，孩子就会腹泻，或者经常大便干燥——大便前边是硬的，后边是软的，不成形。吃一点儿东西肚子就胀，严重的肚子会胀得像球一样。这样的孩子会经常出汗、气喘等，看上去四肢比较消瘦。

如果积食在胃里，孩子会有一些比较突出的症状，比如口中味道大、食欲不振，甚至吐酸水等。

积食在脾里，症状往往没有积食在胃里那么明显，但积食在脾里伤害孩子会更严重一些。

总的说来，脾胃虚、脾胃不和、积食对孩子身体的影响比较大。分清这三者之间的关系，对我们如何调理孩子的身体有很重要的意义。

（摘自《脾虚的孩子不长个、胃口差、爱感冒》罗大伦 罗玲 著 江西科学技术出版社 出版）

我把孩子的身体调理分为两个阶段。

第一阶段：在疾病急性发作期，可以给孩子用药，原则是药量尽量小。

第二阶段：在疾病平稳期，尽量采用食疗、按摩等方法。这是我推崇的调理孩子身体的方法。

我为什么强调通过食疗来调理孩子的身体呢？因为我发现一个非常奇怪的现象，那就是在找我调理身体的孩子中，脾胃出问题的居多。脾虚不仅让孩子不长个、胃口差、爱感冒，甚至还会让孩子患上鼻炎、抽动症、抑郁症、肥胖症……

我先给大家举个例子。有一次，我到广西讲课。课后，主办单位有一个员