

# 南京醫學論壇之旅

林佳谷

（台北醫學大學公共衛生學系教授）

茫茫大塊洪爐裡，何物不寒灰，古今多少荒煙廢壘，老樹遺台？  
泰山如礪，黃河如帶，等是塵埃，不須更歎花開花落，春去春來。

—元·劉靜修

## 一、前言

今年十一月一日至三日，南京中醫藥大學主辦「2000年中國南京中醫藥國際學術論壇」大會，中華自然療法世界總會應邀前往參加，在總會長陳紬藝醫師的率團，嚴真先生的導遊下，從台灣出隊者23人，完成了乙趟愉快的自然醫學之旅，包括了醫學會友以及江南水鄉、庭園、詩詞、美學之陶冶。成員中有總會之顧問、常務理、監事、雜誌社與幾個研究發展委員會之召集人（如古典自然療法、生命藝術、靈芝學術、藥用植物、自然食物療法等）。在10/31~11/6七日緊湊行程中，除了在南京的會議外，也順道作了蘇州、溫州之旅遊與考察。香港與上海機場是這回出入的門戶。

這次千禧年醫藥論壇，旨在探討世界中醫藥學的歷史、現狀與未來發展趨勢，以及如何為人類在新世紀更佳的適應中，作出最大的貢獻。世界與會人士數百，來自台灣者有近百人，共有論文130餘篇發表。中華自然療法世界總會共發表論文五篇，包括〈道〉（陳紬藝、洪博銘）、〈從《傷寒論》淺談古今壞病及變症問題〉（董延齡）、〈醫院無病房〉（林佳谷）、〈醫學必須重視食療方能治本〉（歐陽瓊）、〈靈芝的實務運用〉（何永慶）。其中〈醫院無病房〉乙文之主題，乃在「全民透過『綠生活』（包括身、心、環境），醫生與護士從醫院走入社區從事預防醫學工作，全民都能『百齡壯年』，結果不必開辦那麼多大醫院，不但醫院無藩籬，終能醫院無病房」。

## 二、江南遊

雖然學過中國地理，也經常聽到江、浙的幾個重要都市，但相對地理位置，始終是一團亂，現在終於弄清楚了。蘇州介於南京（江蘇西邊）與上海（出海口）之間；浙江溫州是在上海的南邊，而溫州又是遙遙與台灣外島相望。由於兩岸三

通還未敲定，未能直航前需要藉道香港，是以台灣—香港—南京之間多出了兩個半鐘頭的飛行時間。雖然這回旅遊範圍不大，但數日間能涵蓋中華文化精萃之金陵秦淮的「南京」，人間天堂與春秋吳越首府的「蘇州」，世界最大都市之一的「上海」，與蓬勃發展中的「溫州市」，也是頗有收穫。以下是對幾個景點的見聞，簡介於後。

## 1. 南京

這個龍蟠虎踞的石頭城，曾經是明·朱元璋（A.D. 1368）與國民政府的首都。紫金山（右）與玄武湖（左）坐落在南京市中心點，南京長江大橋坐落在玄武湖之北方。秦淮區位在玄武湖正南方，這裡是學子會試的「夫子廟」、李香君等名妓之青樓、烏衣巷、王謝兩家之居所。這回論壇的場所，就在此地的狀元樓賓館。在紫金山中山陵，瞻仰了國父孫中山先生的陵寢。長江大橋確實展示了在1960年代，不仰賴蘇俄下，大陸同胞努力的成果，不過滾滾黃沙的長江，讓人誤以為是黃河。過去長江上游之亂砍山林，水土破壞的情形，昭然顯現在眼前。雖然南京有街道樹「法國梧桐」，但基本上，本應是林木成蔭的江南，卻顯得一片光禿，「綠化大地多種樹」是我這回旅遊給大陸當局最重要的建言。

在離開這古都金陵時，清·孔尚任的〈哀江南〉不斷地被我吟誦多次。

俺曾見金陵玉殿鶯啼曉，秦淮水榭花開早，誰知道容易冰消，  
眼看他起朱樓，眼看他謾賓客，眼看他樓塌了。  
這青苔碧瓦堆，俺曾睡風流覺，將五十年興亡看飽。  
那烏衣巷不姓王，莫愁湖鬼夜哭，鳳凰台棲鳥。  
殘山夢最真，舊境丟難掉，不信這與圖換蒿，  
勸一套哀江南，放悲聲唱到老。

## 2. 蘇州

「上有天堂，下有蘇杭」。蘇州是西元前四～五世紀春秋吳國的首府，因是水鄉，有豐富之魚、米與蠶絲，加上航運方便，自古以來，藉漕運之便，天子南巡選美（蘇州出美女），也是文人雅士遊賞庭園，留下詩詞歌賦的好地方。寒山寺、拙政園、退思園、金雞湖淡水養珠場、虎丘、蘇州絲廠、周莊等處都有我們的足跡，一些重要景點略述如下：

### (1) 寒山寺

月落烏啼霜滿天，江楓漁火對愁眠，  
姑蘇城外寒山寺，夜半鐘聲到客船。

——〈楓橋夜泊〉 唐·張繼

本寺為紀念高僧寒山(AD710~815)而得名。雖然此寺曾有唐玄奘、寒山、豐干、拾得等高僧的佛學遺跡，但若非有唐·張繼(A.D715~780)的那一首〈楓橋夜泊〉詩，此一小寺廟，是不會名聞四海的，即使不久前有寒山寶塔的金箔與紅寶石的新粧。

對於全世界的寒山寺仰慕者，除中國人外，當以日本人最熱衷，除了送來一只大木魚以替代之前那只體無完膚的舊木魚（人們相信取下木魚一小碎片，有趨吉避凶之效），更聽說已有許多日本人已預約在今年十二月三十一日廿三時四十二分來此守夜，並聽完那一百零八響鐘聲。我納悶的是，今日所聽的鐘聲，已不是張繼當年「夜半鐘聲到客船」那口鐘所傳來的聲音。據說，早在第二次世界大戰時，該鐘已被日本人搬走了。

拜訪寒山寺的另一收穫是對於〈楓橋夜泊〉詩中「江楓漁火」有更深一層的認識。「江楓」在一般人的認識中，是「江邊的楓樹或楓葉」。不過從寒山寺邊的「江村橋」與「楓橋」，兩座橋觀之，應該是張繼夜泊在此二橋間，看到了周邊漁船的點點燈火，又聽到寒山寺傳來的鐘聲。

## (2) 拙政園

「蘇州園林甲天下，拙政園林甲蘇州」。中國四大名園，北方有頤和園、承德山莊，南方有拙政園與劉（留）園。位在蘇州的拙政園是明·王獻臣所建，因取晉人潘岳《閒居賦》「灌園鬻蔬……是亦拙者之為政也」句意，故以「拙政」名之。也許英譯“The Humble Administrator’s Garden”，「一個謙卑政務官的庭園」，更白話，不過遊客都懷疑一位退休的謙卑三品官，會有財力興建如此美侖美奐的庭園？不過如果沒有他的雅興，延攬當代名庭園設計師文徵明，為世人留下如此文化資產，恐怕曹雪芹在《紅樓夢》中的大觀園描寫就不會那麼自然與悠美。生命短暫，藝術長存，意大利文藝復興時期，佛羅倫斯（Firenze/Florence）的麥第奇（Medici）家族對於藝術家的贊助，為人類留下了寶貴的藝術公產。中國庭園設計與品味，除了青龍、白虎、朱雀、玄武等重要方位的把握外，一花一木都有它擺放的意義，就如舉手、投足在平劇中的意義。沒有幾分入門教育，還真不懂欣賞中國庭園之美。

## (3) 虎丘

虎丘是蘇州的一處自海中湧出的丘陵台地，又稱海湧山，是吳王夫差葬其父王闔閭的虎穴地。此地之故事特別多，如果從《史記》吳越戰爭中的源頭有楚平王、秦公主、伍子胥、吳王壽夢、季札；繼而有闔閭、夫差、勾踐、西施、范蠡等一路談下來，真可與希臘荷馬之依里亞德（Iliad）史詩媲美，這裡連石頭都有故事說，有趣景點如：憨憨泉、試劍石、枕頭石、仙桃石、千人石等。其中劍痴吳王闔閭埋藏三千把寶劍（496B.C.）與虎丘斜塔（建于 A.D.959 年），傳說最多。雖有明·唐伯虎（A.D.1512 年）虎丘劍池的初探，但虎丘塔之歷史文物意義，較義大利比薩斜塔早 213 年且傾斜度較嚴重，是以考古挖寶事，不敢輕舉妄動，留待來日再說。

千人石的故事，也耐人尋味。一說，當千人工匠完成闔閭陵寢後，夫差將上千工人全數屠殺，以免墓穴機密外洩，血染千人石，每當氣象變化，石頭會變色（以今日學說，恐怕是某種火層岩在溫、濕度變化下之呈色現象）。另一說，晉·

高僧·竺道生，曾在千人石講經說法，雖無聽眾，但卻獲頑石點頭。後人有詩：「生公講經，人無信者，乃聚石為徒，與談至理，石頭點頭。」總之，「生公說法，頑石點頭」，與「精誠所至，金石為開」意境一致，對平日之教學、做人、處世都有鼓勵作用，也許這也是有一本描寫一些科學大師的求學、戀愛與理念的書，取名為《我聽見石頭在唱歌》（張文亮著，校園書房出版社，1998）的原因吧！

#### (4) 周莊

俗諺：上有天堂，下有蘇杭，中間有一個周莊。義大利有水都威尼斯，中國蘇州則有水都周莊。橫臥在周莊水巷上的石橋，最耐人尋味。周莊是江蘇省昆山市<sup>(註)</sup>的一個具有九百餘年歷史的水鄉古鎮（註：昆山市的陽澄大閘蟹，特別是它的蛋黃，味道鮮美，這回同行者在上海也都嚐了鮮。）由於它是澤國，四面環水，咫尺往來須舟楫，乃造成了此典型的江南水鄉面貌。也因河湖阻隔，避免了歷代兵變的破壞，至今仍能保持其獨特的格局，包括江南大富豪沈萬山的豪宅。

沈萬山從事貿易，並使周莊成為糧食、絲綢及手工藝品的集散地和交易中心。朱元璋建都南京，沈萬三斥資多次，助築了都城三分之一，但朱元璋貪得無厭，不但要去了沈家傳家寶「聚寶盆」外，並發配他充軍，在雲南度過餘生。

#### (5) 蘇州第一絲廠

嫫祖教人種桑、養蠶、紡紗，人們才得以正衣冠，奠定華夏禮儀。養蠶是件耗人力的農家副業，但絲綢之美，世界偉大的絲路，蘇州正是起點。在絲廠，看到了「作繭自縛」與「抽絲剝繭」的勞力密集工作，並體驗了拉開蠶繭成薄網，層層疊起作蠶絲被的工作。蠶的糞便富含葉綠素，有人考慮作牙膏的材料；因為不蓄熱，可作枕頭。講究的人用蠶絲布作煎藥用的布袋。

台灣小學生生物教育中，常有養蠶的實驗，用意甚佳，不過卻急壞買不到桑葉的家長。以後在自然村中，宜鼓勵栽種桑樹，因為它全枝都有經濟價值。

#### (6) 金雞湖養珠場

南京的玄武湖、蘇州的許多湖泊，都有淡水珍珠的養殖。在金雞湖，有以廿塊人民幣去賭運氣，敲開一個未知的殼，希望裡面有許多大珍珠者；也有買珍珠粉回去當藥材者。在此祇想提供大家回想埃及艷后與安東尼豪賭時，將價值連城的珍珠耳環，先溶在濃醋酸液中，再將之喝下的名壁畫「克利奧帕脫之宴」

（Giovanni Battista Tiepolo, 1750 作）。不能溶解之鈣，吃了不但無效反而有害。又，沒有植入珠母貝為核的萬蘭珠，似乎更安全可靠。

蘇州離去前，蘇軾之〈念奴嬌〉，不禁湧上心頭：

大江東去，浪淘盡，千古風流人物。故壘西邊，人道是：三國周郎赤壁。亂石崩雲，驚濤裂岸，捲起千堆雪。江山如畫，一時多少豪傑。遙想公瑾當年，小喬初嫁了，雄姿英發。羽扇綸巾，談笑間，檣虜灰飛煙滅。故國神遊，多情應笑

我，早生華髮。人生如夢，一尊還酹江月。

### 3. 上海

由於南下浙江溫州，藉從上海搭夜臥列車的機曾，窺見了上海的夜景，高樓林立，燈火通明，確有世界大都市之氣魄，其中「九重天」大樓更是醒目，其最頂層有「天庭」迴旋酒吧。也因為需從上海搭機經香港返台，於是才有了從溫州搭夜臥車，清晨抵上海，上午遊城隍廟與黃浦江岸的機會。城隍廟區是個大型小店家聚集的商業中心，人間城隍做生意要緊，城隍爺祇好靠邊站，祂被擺放在此商區最邊邊的一個小廟。此商業中心有一九曲橋，池中的建物，聽說是辜汪會談「破冰之旅」的見面場所。十九世紀沿黃浦江岸的西式建物，氣勢如昔，黃浦灘仍然是最美的地方，祇是「狗與華人不准進入公園」的殖民地歧視叫人難忘，還好有李小龍在武打片中大大地為華人出了口氣。

上海人口一千三百萬人，所以上海市長若作得好，常是將來國家的主要接班人。位在其東北方出海口的「崇明島」，聽說是將來長江三峽大壩淹沒區居民的安置地。姑不論長江三峽之生態後遺症，那些內陸居民在這次大遷徙下或許有個大轉機的機會。

### 4. 溫州

溫州古名永嘉，書聖王羲之、詩人謝靈運都作過永嘉太守，文風鼎盛，又溫州人是最會作生意的同胞。因溫州是陳會長的故鄉，乃有此次的造訪。當火車抵達溫州火車站，立即映入眼簾的是火車站上方，南懷瑾先生所題的「溫州」兩個大字。由於南先生的奔走，才有今日溫州—金華一段的火車通行。溫州是一個臨海城市，海邊觀光島嶼頗多，其中：

#### (1) 江心島

原本東西兩島，東西兩側各有古刹乙座，後漸漸有中間江心島浮出，連接兩側。在江心島上建有江心寺，民族英雄文天祥，於宋室垂亡之際，曾留宿江心寺。寺門左右之對聯，「雲朝朝朝朝朝朝朝朝散；潮長長長長長長長長消」，請試唸看看。

至於在江心島上設立自然療法推廣計劃案，總會正在評估中。

#### (2) 洞頭島

這裡是溫州海邊，多奇石異岩，據說《西遊記》作者吳承恩在此看到了書中所擬描寫的水濂洞、花果山、齊天大聖、豬八戒等等景象，終於完成了膾炙人口的作品。玄奘西方取經，這回我們也是跨海以醫會友。我們都知道三藏法師翻譯的《心經》，是佛學與文學上的偉大作品，而它的精義更祇是讓我們在自己寸土的心中尋求「心安」而已，作到處處「觀自在」的境界。我們這回擬在他鄉建立自然療法推廣中心，是否可從洞頭島之旅中獲得一些啓示。另外王禪老祖鬼谷仙師

的八寶心法，更可指點我們迷津：

「來者不拒，去者不留，順其自然，不可勉強。  
有緣者渡，有德者助，皆順天理，事事如意。」

### 三、後記

感謝陳會長安排這回南京學術論壇之旅，不但有機會將吾等在台灣積極提倡的「綠生活→百齡壯年→醫院無病房」理念在國際論壇上宣揚，作為全球 21 世紀健康的指標，並讓成員體驗江南之文物，加深史、地、文學觀念。希望下回重遊時，能多背幾首古詩詞，必更能增加雅興。

旅遊歸來已月餘，旅行之激情已漸趨平靜，我們發現許多良師益友並不需外求，就在我們出隊的 23 人當中，雖然有些祇是萍水相逢。這期間我們也偶爾作了互訪與討論，認真地執行「自然療法，人人醫學」的訓練課程。在自然醫學村的覓址中，北部的「關西」、中部的「埔里」，都是理想的地點。希望不久的將來，全省北、中、南與西部能有至少五處自然醫學村的成立，以方便全省同胞的參與。最後並希望「自然療法」的理念能漸漸朝向更全民性、更預防性的「自然醫學」方向來發展。