

中医古村岗头卢旧事

“神医”华佗曾在此行医
古村落里的中医药传承

□ 记者 黄增瑞 文/图

(上接3版)

“神医”华佗曾在此行医

华佗字元化，汉末沛国谯(今安徽亳州)人，是东汉末年著名的医学家。年少时，他曾在外游学，精心钻研医术，尤其擅长外科，被后人称为“外科圣手”“外科鼻祖”。由华佗研制，用于手术麻醉作用的麻沸散，至今还流传于朝鲜、日本、摩洛哥等多个国家。

华佗虽是安徽人，但他的足迹遍布河南、安徽、山东、江苏等地。在许昌城北的华佗墓园，每年都有热衷于华佗文化的各界人士前来拜谒，弘扬华佗精神，传承中医文化。

“华佗在许昌的那些年，曾在我们

村为百姓看过病。”卢土法对记者说，有一年夏天，华佗行至五女店镇，自西向东眺望，看到前面有一道西北方向的黄沙岗连绵不断，颇像一条巨龙，是个好地方。

此时已到中午，华佗又渴又饿，决定向黄沙岗方向迈步行进。突然，他发现路边有一口古井，伸头下探看到井水清澈透明，他用水桶提水喝，入口感觉异常甘甜，人也有了精神。随后，华佗在此安顿下来，建了一座草庵，专门给附近群众看病，并用古井中的水煎制草药，后来这口井被群众称为黄龙井。

华佗向群众传习五禽戏

华佗在岗头卢村为民看病行医，由于医治得法，远近闻名。方圆百姓听说华佗的大名后，纷纷前来求医。

在治病救人的同时，华佗利用空闲时间为当地年老体弱者，编排了一套模仿猿、鹿、熊、虎等禽兽姿态动作的健身操“五禽戏”，以此教导人们强身健体，开创了中国历史上体育医疗的先河。

卢土法说，五禽戏是一套使全身肌肉和关节都能得到舒展的医疗体操。

动作是模仿虎的扑动前肢、鹿的伸转头颈、熊的伏倒站起、猿得脚尖纵跳、鸟的展翅飞翔等。

华佗编排的五禽戏，把肢体运动同古代导引、吐纳之术有机地结合，能使人体体内紊乱的气血恢复正常状态，从而促进健康。五禽戏不仅能对人体起到调气、调心、调身的作用，而且能调理人体经络，强身健体，防病治病。

据史料记载，华佗的弟子吴普坚持



↑ 岗头卢村华佗文化广场上绘制的五禽戏绘画
→ 岗头卢村百草园中的黄龙井

操练五禽戏，年九十余，耳目聪明，齿牙完坚。华佗在岗头卢村生活期间，经常指导当地百姓操练五禽戏。至今，岗头卢村的群众也经常练习五禽戏，并多次参加由许昌市和建安区组织的广场舞大赛。

近年来，为了不断发扬华佗精神，

弘扬中医文化，岗头卢村建设了华佗雕塑、华佗广场，并还原华佗歇息处、中医煎熬处，以及用于制药的黄龙井等景观，以示纪念，供人参观。

如今，华佗虽然早已不在人世，但他留给后人的却是丰富的中医文化遗产。



相信群众
我选移动

全国9.5亿用户的共同选择



千兆5G
信号就是好



千兆宽带
网速就是快



全光WiFi
极速体验



买手机 到移动
大品牌 更实惠



心级服务
为您10分满意



全国9.5亿用户数据来源：中国移动2021年首3季度主要运营数据公告。

