十载凝就一段香

——感悟《懂得健康 懂得生命》

温长路

打开洪涛寄来的由她担纲编著的《懂得健康 懂得生命》一书（上海科学技术文献出版社出版），一种亲切感油然而生。这部蕴含着“十载国医养生、十年健康人生感悟、十位名人健康要诀、十则生死健康故事”的著作，早已与亿万受众的视听有过联系——它是从洪涛主持的中央电视台国际频道的《中华医药》栏目中精选出来的。洪涛和她的团队，把他们对健康的执着追求之情、对生命的至仁酷爱之心，融化于隽永的笔锋之中，以区别于立体影像的另一种耐人琢磨的书面表达形式托到读者面前，与洪涛在电视节目中那种温文尔雅、亲切可人、从容淡定的话语交织生辉，又一次把爱心撒向了世界。

《懂得健康 懂得生命》一书，最耀眼的闪光处是从文化切入，用文化人影响周围人。中国医药，根植于积淀深厚的中华优秀传统文化，爱民族医药是爱中华文化的表现，传播中华文化就要传播中国医药，这正是《中华医药》在十年生生不息的历练中总结出的立世箴言。要传播文化，不能不求助于文化人，因为他们本身所具有的强烈的社会传播功能是无可替代的，以他们的健康故事为线索很容易吸引受众的眼球：饰演孙悟空的六小龄童，通过打乒乓球炼就了火眼金睛；饰演猪八戒的马德华，通过自我按摩保持了理想体型；豫剧大师马金凤，严格控制饮食，70多年舞台生涯宝刀不老；当红歌星张学友，戒烟限酒，延续了华语歌坛的“歌神”神话；电影表演艺术家凌元，以十指梳出了耄耋之年的黑发红颜；香港影视艺人归亚蕾，用饭桌上的“秘密武器”编织出青春常驻的美梦……他们的健康保健经是五花八门的，具有鲜明的个性特点。作者展示他们的目的，不是让人们去盲目追星，而是通过以人说法，巧妙地将中医学辨证养生和因人、因时、因地的防治学思想传播给受众，让每个人都能成为生活中的“有心人”。追求健康，是人之所望，以此立论，是本书赢得引人入胜结果的重要筹码。

《懂得健康 懂得生命》一书，最怡人的养眼处是从生活观选题，以生活话题演绎健康模式。随着健康概念由单纯的不生病的生物学模式到健康心理、健康生理、健康社会适应状态和健康道德观的综合模式的转变，生活方式对人类的影响已上升为直接关系健康的第一要素。人们在享受新经济生活带来的相对富足的同时，也受到由此及生活节奏加速带来的反健康作用力的负面挑战：著名反派明星葛存壮，曾遭遇截肢的危险，与几十年烟熏酒泡的历史难脱干系；著名主持人沈殿霞，未能保住香港艺坛“常青树”的桂冠，却是“贪嘴”和“不注意静养”酿成的悲剧；“汉语拼音之父”周有光，用“象鼻子运动”运书、运身，成为近代学术界长寿的百岁老人之一；“活济公”游本昌，用简便的摩手、动身术调护，73岁高龄还保持着年轻人才有的身手；美玉、赵变生、张秀兰，

收稿日期：2009-01-22
作者简介：温长路，教授，享受国务院特殊津贴专家，现担任中华中医药学会学术顾问、中医药科普分会主任委员等职，长期从事医学教育、临床、科研、管理工作；Email: wenchanglu@126.com

以不屈不挠的精神决战癌魔，为生命争得了美好时光；患有唐氏综合征的冯吉，从自我解脱中成为特奥冠军……书中这一反一正的众多实例，倾诉着无限的激情和无奈，述说着太多的教训与经验。作者介绍他们的初衷，不只是求得啧啧称叹的呼声和潸潸同情的眼泪，而是在隐喻中诠释着中医学的天人相应观、整体综合说和以人为本思想的精髓。热爱人生，为人之所共，以此切入，是本书博得扣人心弦效应的高明招数。

公信性和权威性是科普宣传的生命线，《懂得健康 懂得生命》一书所立足的执中致和、恰到好处的科学态度和小处切口、以小喻大的巧妙手法是构筑这条生命线的得力法宝。当前，医学科普市场上的著作数量不算太少，但真正能让读者看得懂、用得上的精品却明显逊色，对医学理念表达上的混乱更令人担忧。这一方面缘于一些医学和传媒专家对需求对象的要求缺乏必要的了解、对科普创作的手法缺少认真的研究，致使不少科普作品使用的是艰涩难懂的学术语言、表现的是不好接近的专业面孔，因缺乏通俗性、实用性、可读性而受到读者的冷落；一方面缘于市场经济运行下一些急功近利的的短期行为在出版、发行等传播领域的干扰，加之近年来学术上表现出的浮躁风气，导致一些科普作品过分强调噱头、一些经营部门过于作秀和炒作的情况，出现了部分背离医学科学精神的劣质产品。是从头看健康还是从脚看健康，是求医还是求己，是迷信古代某太医的秘笈还是听信现代某专家的符箓，“健康到底我听谁”的问题越来越让人产生困惑。部分不是医的人写医、不懂医的人论医，造成一些宣传内容出现了以博代约、以偏概全、以讹传讹、以假乱真的倾向，对人民群众正确接受预防保健知识和健康养生指导产生了一些误导。《中华医药》始终坚持正确的导向，以品质传情，以品位感人，在激烈的行业竞争中打造出了受广大海内外观众喜爱的、具有独特风格的健康乐园，收到了“既叫好又叫座”的双赢结果，这是非常难能可贵的。其中，洪涛个人的聪慧睿智、不懈努力及其亲和力和人格魅力所起的作用是非常关键的。正如中国传媒大学著名教授胡智锋先生所言：“从某种程度上讲，洪涛已经超越了个体层面的意义，而具有了电视传媒、健康传播和文化传播的符号作用。海内外的观众朋友，从洪涛身上感受到的不仅是她个人的关怀，更找到了健康观念、生活态度和文化认同等多方面的启迪与共鸣。”

在谈到本书和《中华医药》的成功时，洪涛多次向我传达了这样的信息：她的成功，有赖于两大支撑：一是以全国名老中医专家为代表的中医药学术界的支撑；一是以她的团队为基础的雄厚合力的支撑。善对苦辣酸甜事，常念登高携手人，小女子的大胸怀着实让人肃然起敬。近年来，洪涛和她的团队越来越多地把创作空间从室内移向社会，在非典横行的广州，在骄阳似火的南京，在中医名师、高徒的表彰会上，在偏远乡村的医务室里，到处可以看到他们的身影，他们“在全国遍访了众多国医泰斗，寻访了各式健康人物，目睹了千奇百怪的疾病，也见证了不少医学奇迹”。（刘文《心有大爱，道不远人》）“人之为学，所以求不足，非以市有余。凡己所昧，求决于书，一语三年，不为迟钝。”（廖平《谷梁春秋经传古义疏·释范》叙）他们就是这样求决于书、求之于人、求诸实践，百折不挠，十年磨成一剑，磨出了这本代表《中华医药》品牌的《懂得健康 懂得人生》的好书。