

千秋岁引 纪念岳飞诞辰九百零九周年  
精忠贯日 大孝昭行 山河破碎志促戎三度北伐  
代奇失地十年征战履垂成陈夕夜莫须有风波  
浪亭 无奈当朝苟且人 无奈空怀壮士情可惜  
冲冠收復功可嘆報國赤子心千古一曲滿江紅  
忠武名垂史册萬代承 (文·书法) 禹舜

千秋岁引 纪念岳飞诞辰九百零九周年 精忠贯日 大孝昭行 山河破碎志促戎三度北伐 代奇失地十年征战履垂成陈夕夜莫须有风波 浪亭 无奈当朝苟且人 无奈空怀壮士情可惜 冲冠收復功可嘆報國赤子心千古一曲滿江紅 忠武名垂史册萬代承 (文·书法) 禹舜

野菜

出嫁的春姑娘回家时总是羞羞答答，蹑手蹑脚，犹豫忪忪。尽管如此，那些野草、野菜还是早早地就嗅到了她的体味了。特别当一阵春风过后，如果再洒下一阵春雨，在冰雪已经消融但还留有冰碴子的大地之下，那些野草、野菜的种子或者根须就睁开了惺忪的眼睛，开始扒叉着往上钻。也许，它们是春天的子孙吧。春姑娘的回归犹如孙悟空回到花果山，让那无数的小猴子一般的野草、野菜欢欣无限。

儿童时代春日挖野菜的记忆总是格外难忘。那时的天空是那么的蓝，阳光是那么的暖，就连空气也是那么的鲜。我手扯竹篮，跟在母亲身后，或者和姐姐一起，到麦田里，到沟渠旁，挖荠菜、白蒿、面条菜、马齿苋、蒲公英和车前草，等等。回到家后把它们洗净，用热水焯一下，或拌或炒或蒸，或者蒸包子、包饺子，不仅味道佳美，而且还可以预防和治疗多种疾病，但是，从远古直到上世纪末年的农村，事情却远非如此简单。一方面野菜主要用以弥补粮食的不足，特别在灾荒年，其特殊的功能首先在于填饱肚子；另一方面，如果食物中野菜占的分量接近或者超过了粮食，就会引起味蕾和肠胃的抵触情绪，想说要它不容易。所以，那时候人们对野菜的感情非常复杂，既离不开它，又真的吃烦了它。

野菜

宋宗桃

其实，中国的老百姓几千年来一直就过着这样的生活：一半粗粮一半野菜，而细粮和人工种植的蔬菜仅占很少部分。据《韩非子·五蠹》：“尧之王天下……粝粝之食，藜藿之羹。”粝粝之食就是粗米饭；藜藿之羹就是野菜和豆煮着的汤。又据《孟子·尽心上》：“舜之饭糗茹草也，若将终身矣。”饭糗是吃干粮；茹草即吃野菜。《韩非子·外储说左下》：“孙叔敖相楚……粝饼菜羹。”意思是孙叔敖在楚国当宰相的时候，过着吃粗粮饼、喝菜汤的生活。试想，古先王和名相尚且如此，平民百姓就更不用说了。《战国策·韩策》：“韩地险恶山居，居之所食，大抵豆饭藿羹。”意思是韩国地处山区，那里的居民，一般吃豆饭、喝野菜汤。韩国的土地就包括现在的我们河南中西部。想想老祖宗当年的生活，再比比我们现在的生活，整天不离鱼肉荤腥和新鲜蔬菜，偶尔吃上一两顿野菜，等于是调剂了生活。而野菜这个当年厨房的当家菜，竟然“反

三丽也过来替四美洗头，还帮她掏耳朵，二强在一旁跳着说：你肯定是不想写功课不想学习才跑回来的吧，我猜得对吧，对吧。四美咧开嘴笑得欢：我才不要天天念书，烦死了，二哥，你还带我玩去，啊？一成也笑了，他还发现四美掉了一颗牙，问：牙呢？四美从裤兜里掏啊掏了半天，摸出一颗小牙来，哥，这个是下面掉的牙，你给我扔房顶上去啊。乔一成说：行，我给你扔，过些日子你就长一颗新牙出来了。沈氏夫妻从苏州赶了过来。沈女士流了眼泪，说四美你怎么就不肯给我做女儿呢？我们待你不好吗？四美说：好。沈女士说：那你愿不愿意跟我们回去？四美摇头。这一年，乔一成初中毕业了。在毕业联欢会上，分组表演节目，全班八个小组，倒有六个选了同样的歌来唱。乔一成夹在同学中间，神情冷淡而内心澎湃地唱着：再过二十年，我们重相会，伟大的祖国，该有多么美。

这一天晚上，乔祖望下了夜班，忘了带钥匙，乔一成迷糊替他开的门。乔祖望望着大儿子，忽然问：你饿不饿，下面给你吃？乔一成愣住了。面条里居然还卧着两个鸡蛋。乔祖望着儿子挑面吃，说：真是没想到，我们家出了个大大学生了，这是往上数三辈子也没有的事，真是祖坟上冒青烟了，回头要给你爷爷上坟去，就是不晓得那坟还找到找不到了，我记得在花神庙附近的。乔一成没说话。乔祖望又说：要是二强他们也像你读书就好了。唉，不过，我们家也供不起几个大学生，除非统统上师范。小七快六岁了吧？他们让他上了幼儿园了，现在不比早些年了，小孩子是一定要送到幼儿园的，老师说了，上过幼儿园的孩子跟没上过的，就是不一样。



乔一成还是初中毕业了。在毕业联欢会上，全班八个小组，倒有六个选了同样的歌来唱。乔一成夹在同学中间，神情冷淡而内心澎湃地唱着：再过二十年，我们重相会，伟大的祖国，该有多么美。

乔一成的高三生涯是在疯狂的苦读中度过的。在这一年里，他黄瘦如小老头儿，眼镜增加了三百度。最后那半个月，学校里放了假，让学生回去自己复习，老师坐镇学校随时接待来提问的学生。填报志愿的时候，乔一成并没有像他的同学们那样前思后想，一气在所有的栏目里填上了南京师范大学。不服从分配。老师拿了个志愿表，直接按他的成绩，可惜了，可惜了。最后一门考完后，乔一成在考场门前看到了漂亮的晚霞，橙红色的云彩铺在鸭绿江的天空中，颇显古朴而瑰丽。乔一成看见乔二强，坐在街边的护栏上，头顶着一块湿毛巾，在等他。八月中旬，乔一成接到了师大中文系的录取通知书。这一天，街里巷外，都震动了，白天有小孩扒着院门往里看，看大学生。

故园之春

马科平

残雪消融，星星点点的小草，探头探脑地钻出刚刚变酥变软的泥土，开始用心歌唱。浑黄之间，似有浅绿初萌，如露碎雾散，若隐若现。有眼尖少年，遥指惊呼：“草，草眨眼了。”

柳树的枝条慢慢变软，完全在不经意间返青了，它已开始摇曳一身青翠。春寒识柳色，万千的树木枝条都还干枯发黑，那一棵棵柳树已是一袭绿衣，神采飘逸得让人满目清新。记得小时候，我总爱拉着神奇的柳条细细审视，感觉那薄薄的青皮上鼓鼓的芽苞里似乎有使不完的劲儿，握在手心里就好像有某种力量在涌动。

田野里的麦苗，腼腆地接受春风和阳光的轻抚。闲了一阵憋得心慌的农人，抓起屋檐下歇了一冬的农具，快步来到庄稼地里给返青的麦苗儿施肥除草。刚从娘家回来的年轻媳妇，也脱下那漂亮的棉衣，走进大棚翻地播种，她们那略施粉黛的俏脸汗津津的。

村庄静守着这片洒满祖辈足迹与汗水的土地，老屋已经有些荒凉残破，打开锈迹斑斑的门，庭院一片寂寂，地面长满了斑斑青苔。多年来，除了对我损毁之处略作修补外，前年八旬的母亲刻意保留着这旧居的格局。门前的柿子树，院内的核桃树，树旁垂布的青石、幽深的古井，屋顶黑蓝的瓦、屋脊的兽、瓦楞上的草，屋檐下被水滴打出的小坑，这些故园触手可及的脉搏，一切都被儿时熨平。

可昔日的伙伴难以重逢，而开心的笑声犹在耳畔。故园之春草色，而今只隐约于梦中，醒来仍觉鼻端有一缕清香。多少往事随时光流走不再重现，而沉淀下来的笑颜和温情却静静躺在心底，感动充盈着默默老去的生命。

两岸的原野，麦苗青青，被风掀起无边波浪，一路奔向远方，宁静质朴，真是一幅让人心旷神怡的田园风景，遥远而不虚空，缥缈而又实在，因距离而产生的悠远与雅致，让人生出天地契合无间、浑然一体、和谐同一的意境。

岁月的步履永不停歇，春去春回，故园的春天丰厚精彩，生动真实。这是一个充满爱与美的世界，明媚的春光将故园照得流光溢彩，波光盈动。故园仿佛有了灵性似的渗入我的骨髓，浸入我的灵魂深处。我流连忘返，常常于故园的田埂上奔跑、嬉戏、割草，直至日薄西山时，姗姗而归……

汉代的“和蕃”外交

张及炎

在我国历史上王昭君、蔡文姬，为了与当时的邻国匈奴长期和平共处，消弭战争，不惜牺牲自己的身心去作为和蕃睦邻的工具，因而在历史上被大书特书，受到历代人民的称赞和津津乐道，赞扬两个弱女子，胜过百万兵。然而当我们从蔡文姬的《胡笳十八拍》的哀音里联想到她吃腥膻，面对天苍苍野茫茫，风吹草低见牛羊的荒凉大漠，你又不能不为她们掬一把同情的眼泪。

不过人们很少知道，在她俩之前，还有两个女子因受罪牵连，为有罪的父母赎罪，被汉朝的皇帝以和亲的理由强自送往漠北，既保证两国友好相处，又惩罚了政敌的双重目的。对于两个女子受尽折磨和屈辱痛苦，汉皇也许正在暗地里放声大笑呢！

汉代江都王刘建，因与淮南王刘安等人谋反，后被收回封地，国除自杀；楚王刘戊在景帝时参与了吴王刘濞的“七国之叛”，后国除自杀，他们分别留下了细君公主、解忧公主，尽管二人都因是汉室宗亲，仍被作为和亲的工具送到北蕃。细君公主先嫁给老态龙钟的乌孙首领老昆弥，老昆弥临死时，让细君公主给自己的儿子苏羊做当老婆，后细君因忧郁悲痛病死。汉朝皇帝又让解忧公主嫁给岑陁，岑陁死后，解忧又被转嫁给当时掌握国家政权的堂犁靡，归靡死后，解忧又成了前夫岑陁前妻之子泥靡的老婆。她们就这样当做礼品一样随使团，这种少数民族的乱伦婚姻，对于两个自幼在王府里长大的公主、曾经的金枝玉叶之体，其身心的痛苦可想而知，在这种忍辱偷生中，最终皆在青春年华中香消玉殒。

志当存高远

陈碧蓝

志，指的是志气。有志者，事竟成；破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴等，说的就是志气。

我国的杰出数学家陈景润少年时就立志要在数学上有所作为，为了攻克“哥德巴赫猜想”，他整天进行演算，光计算过的稿纸，就整整装了几麻袋，终于初步论证了这一猜想，创造了外国人用计算机都未能做到的奇迹。

陈景润的故事充分说明了志气存在的意义。他的这种向上的行为方式。其实，背后就是志气在做着支撑。志气可以说成是一种目标，一种理想。有了它们。人才能活得充实，活得自在。试想，如果陈景润不是立志要成为一流的数学家，而是对事业无所谓，马马虎虎，那他能取得杰出的成就吗？当然是不能的。

《长歌行》里有这样的句子。百学须先立志。就算是玩儿，也要玩出个调调儿来。

海明威中学毕业后，到堪萨斯城做了一名见习记者。在这里，他学到了最初的文字技巧，并形成了自己的文字风格。1919年秋，他写了12个短篇，寄出后被全部退回。退稿给了海明威很大的打击，母亲的反对，没能改变这个热血青年献身文学事业的决心，他一心想做第一流的作家。

快雪时晴

胡竹峰

让人想到明媚、通畅、透亮的东西。

以上是引子，虽是闲话，但非说不可，因为我片刻就把书丢开了，又开始读帖——读《快雪时晴帖》，这则法帖的底色恰恰也是春意迷离的。

快雪时晴四个字可谓晋人的绝句，文辞之美，前可比曹植《翻书惊鸿，宛若游龙》，后可比杜甫“两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天”。

王羲之的法帖，书法俱佳可谓双绝者，譬如《兰亭序》，我读《兰亭序》，常常进入书法的笔墨流动中不可自拔而忘了文字，但我读《快雪时晴帖》，更多的趣味停留在文字上，或者说文字背后的场景上。



春风又绿江南岸 (国画) 望尤

纷纷扬扬一场大雪过后，天气放晴，天地间猛然安静了下来，青山镀银，绿树镶玉，狗吐着热气，屋檐下的冰溜儿晶莹璀璨，王羲之早起不久，在窗前深呼吸，清新的空气从鼻腔进入肺，打个激灵。准备给朋友写信，砚台冻上了，笔也冻上了，用嘴呵些热气把它化开，王羲之心情大好，于是提笔写字：

羲之顿首：快雪时晴，佳想安善，未果为结，力不次，王羲之顿首。山阴张侯

有人将则此法帖当做王羲之的真迹，张伯驹先生曾说：《快雪时晴帖》为唐摹，且非唐摹中最佳者。”熊秉明先生也认为《快雪时晴帖》相当拙劣，“但不是假的，而且是烦人的临本。”第一个羲之的钤印就很笨拙，力不次三字最显得勉强拙劣。

不是真迹不重要，笔墨中有点王羲之的影子就够了，雪泥鸿爪到底还是蛛丝马迹犹可寻思，让人还有些安慰。

我来南方很久了，今年南方，久晴无雪，今晨上班，见路边草皮上抹了淡淡一层白，先以为是霜白，戴上眼镜才发现原来不过是露水打湿的灰尘，不禁想起中原快雪时晴之旧事。

连载

身中另置褥，厚而狭者，可坐可卧。另置枕，短而高者，可靠手，可枕首。自觉懒倦，有此则坐卧皆安。

老人外出游览，一定要准备一些茶水、小食，以备不时之需。古代有茶食盒，即是老年人出门必备之物。外出，一是消耗体力，对老人来讲，应该及时给予补充；二是外面的不确定因素很多，带上茶水、小食，可以遇事不慌；三是老年人多有一些慢性病，如糖尿病、高血压或低血压、胃肠病等，所以随身带一些水和食品是非常需要的。

除了水、食品外，老人出门还应随身带件外衣，根据季节，可带棉衣或夹衣，以备不时之需。尤其是春秋寒暖变化之时，外出随时添加衣服可以使老人免去外感风寒之苦。

南方的老年朋友有不少身居水乡，出门往往乘船，乘船出行时，船的前后必须遮蔽起来，正如乐天诗所谓“一茎竹篙剔船尾，两幅青衫覆船头”，遮蔽的目的可以遮阳，二来可以遮风雨。另外，船上不能用椅子，因为椅子重心高，不安全，而应准备没有腿的环椅，平置船板上，这样比较平稳。这种环椅不出门时也可在家中使用，一举两得。

船上还应备厚而狭的小褥子，可坐可卧；备短而高的枕，可枕头，亦可靠手。老人觉得累了，即可随时休息。

上述是《老老恒言》给我们描绘的一幅18世纪的老人外出游览图，极其精致，极其细腻。今天我们的物质生活已经极大地改观了，现代交通快捷舒适，各种食品随处可见，所以书中所谈的许多东西用不上了，但《老老恒言》讲述的出门前的准备工作的启示却没有过时。老人出门前，吃的、穿的、用的，应根据自身的实际情况准备周全，这样，出门在外，家人才会放心，自己也才会有一个平安愉快的旅程。

老人出门有三宝：鞋子、马扎和帽子。《老老恒言》云：足力尚健者，备游山鞋，每制必二，上山则前厚后薄，下山则前厚后薄，趁宜而着……折叠凳，游具也，……以木椅搭棚为面，软而可折，今俗称马椅……予诗有“稳坐看山权当榻，不妨折叠入游囊”之句。凡出门，命携以相随，足力倦即堪坐坐，头戴笠于日卓午。又东坡杖笠行，

再普通不过的用品，小巧方便实用，携带方便，坐起来也挺舒服。老人出门时带上它，能够随时随地休息的需要。诗曰：“稳坐看山权当榻，不妨折叠入游囊”老人身体再好，但毕竟年龄大了，不耐劳，有个马扎，走累了坐下来歇歇，可以说，它是保证老人平安出行的必需品。

老人出门的第三宝是帽子。古时，无论人们走到哪里都会戴着斗笠，不但可以遮阳，还可以防风雨。也有用2寸（约6.7厘米）左右的纱布垂在斗笠边的，俗称“笠檐”，也可以防日晒。如今除了南方的部分农村，或旅游景点外，大多数地方已用帽子代替了斗笠，但其作用是一样的。帽子戴在头上，是用来保护头面部的，夏天遮阳防雨，冬日保温防寒，风天挡风，雨天遮雨，用途可谓多矣。帽子的种类也是五花八门，有凉帽、遮阳帽、雨帽、运动帽、装饰帽……老人出门可根据季节的不同选择不同的帽子，既实用又美观，何乐而不为呢？

虽然《老老恒言》所介绍的上覆笠船头，遮蔽的目的可以遮阳，二来可以遮风雨。另外，船上不能用椅子，因为椅子重心高，不安全，而应准备没有腿的环椅，平置船板上，这样比较平稳。这种环椅不出门时也可在家中使用，一举两得。

老人出门有三宝：鞋子、马扎和帽子。《老老恒言》云：足力尚健者，备游山鞋，每制必二，上山则前厚后薄，下山则前厚后薄，趁宜而着……折叠凳，游具也，……以木椅搭棚为面，软而可折，今俗称马椅……予诗有“稳坐看山权当榻，不妨折叠入游囊”之句。凡出门，命携以相随，足力倦即堪坐坐，头戴笠于日卓午。又东坡杖笠行，

再普通不过的用品，小巧方便实用，携带方便，坐起来也挺舒服。老人出门时带上它，能够随时随地休息的需要。诗曰：“稳坐看山权当榻，不妨折叠入游囊”老人身体再好，但毕竟年龄大了，不耐劳，有个马扎，走累了坐下来歇歇，可以说，它是保证老人平安出行的必需品。

老人出门的第三宝是帽子。古时，无论人们走到哪里都会戴着斗笠，不但可以遮阳，还可以防风雨。也有用2寸（约6.7厘米）左右的纱布垂在斗笠边的，俗称“笠檐”，也可以防日晒。如今除了南方的部分农村，或旅游景点外，大多数地方已用帽子代替了斗笠，但其作用是一样的。帽子戴在头上，是用来保护头面部的，夏天遮阳防雨，冬日保温防寒，风天挡风，雨天遮雨，用途可谓多矣。帽子的种类也是五花八门，有凉帽、遮阳帽、雨帽、运动帽、装饰帽……老人出门可根据季节的不同选择不同的帽子，既实用又美观，何乐而不为呢？