



去年秋天去武汉参加中国作家协会的一个培训班，住东湖宾馆。

高铁五六个小时里，没想别的，全程回望一个从不提及也从没忘记的与东湖有关的段落。

40年前，那个春寒料峭的上午，武汉空军某部的新兵小丫我和娟，被岗哨横刀立马地拦在东湖的大门口：站长！不许进！

我们原本要随老兵们去武汉大学爬珞珈山爬小龟山的。半道我和娟改了主意，说必须先去东湖。

必须的缘由起自新兵连。拔军姿稍息的间隙，长得特像王丹凤的来自东湖空军疗养院的三班长，老跟我们讲南山与梅岭。讲多了，东湖的神秘和传奇就在我和娟的心里扎下了。毛主席“那个有白云黄鹤的地方”，就这么成了我们的诗和远方。

那会儿是叫东湖招待所呢还是已经改名叫东湖宾馆了？记不得。反正我们跟着三班长叫东湖。可是三班长偏偏忘了告诉我，东湖是湖北的“中南海”，由某英雄部队守卫，不是谁想进就能进的。

半年后，我和娟第二次去东湖。那天没穿军装。这也事出有因。武汉那时驻军多，首长提醒我们出营着便装，说谁知道美

帝国主义的间谍潜伏在哪个犄角旮旯？他们收集情报的法子比贼多了去，单点马路上的军人数，就能算出中国人民解放军的兵力。

东湖情未了

许平

力。于是乎，缺少仪式感、又疑似老百姓的我们，再次被兄弟部队拦截。

后来大约在冬季吧，我调离武汉。又些日子后到了惠风和畅季，娟打军用内线电话给我，说她考上军医大也要离开了，临走想起还没去东湖呢。我心头哆嗦了几下，说：等……哪天吧。这个哪天隔了40年，掀开，里面的人物情节环境和语言心理神态都在。写出来，却也就这么几行字。

这次高铁驶进武汉的时候，我开始预支在东湖的日子里的心情。正那时，接到一个电话，没想到鲁院的王老莽等4位同学也来这个培训班了，他们先我到达，在花名册上看到我的名字，于是就铆在了报到处等着我。

鲁院抢戏了。心生欢喜，给“预支”暂停键，问自己：这也是一种注定吗？

住东湖南山甲所，距离南山甲所才几十米，去梅岭一号也就几百米。三班长说过，那是毛主席在



东湖的家。

翌日早早起。风日清美。梅岭，南山，我独游，不逢一士，只有鸟声。偶闻歌声，时而急促时而舒缓，听不清歌词，却想到了“黄鹤一去不复返，白云千载空悠悠”和“孤帆远影碧空尽，唯见长江天际流”，觉得这样的旋律就该有这样的词儿。

沿湖边走。清风荡微波。从前只知白云黄鹤，这会儿才知还有屈原泽畔行吟、刘备磨山祭天、鲁肃沙洲葬马、李白湖边放鹰……荆楚文化的霸气、狂放和凌云，直教不会作诗的我，那刻也想取酒石上斟，举杯咏赞：天问阁前参屈子，磨盘碑下拜朱公。

自此，课下须臾不离东湖。从梅岭一号到南山甲所，从甲所到百花，再沿湖边回，每天膜拜一圈。时或与鲁院同学同行，于是留下不少照片，一起背诵“才饮长沙水，又食武昌鱼”的模样让我想到新兵连更想到了娟。

大门口40年前的那棵树还在，已经长得老高老高了，我仰着脑袋看到它在白云间摇呀摇成了黄鹤。当年我和娟就在它跟前生地把眼泪给憋了回去。没见着当年叫停我们的岗哨，也没法打听，都不知道他姓名，连模样都画不出来，估摸着该花甲年了吧？兴许都当上将军了呢！将军可曾记得他枪下的两只惊弓之鸟？

芳华不再，东湖却永驻。我的故事鲁院同学当题材琢磨，我却做诗与远方怀念。我说怀念有时候是不可言说的，言说有时候是不达意的，永驻就好。

离开东湖的前一天傍晚，我在湖边久立。雨后岚光亭榭绿，风摇树影透花红。我仅为湖所贪吗？

鲁院同学轮番打着电话问我去哪儿，催我回屋茶聊话离别。

王老莽建了个小群，征求群名。我想了想，发送五个字：东湖情未了。

这个己亥末庚子春，荆楚大疫，武汉封城，那天见电视里又一支解放军医疗队登机挺进武汉。泪目间觉得娟在里面。心下柔软。可我不知到哪个群里去微她。

今夜这个寂静的时候，隔着千里，思念东湖当安好，三月是否笑樱花？

因新冠肺炎疫情，闷在上海市区家中已两月多没有出门。近日，趁疫情好转和气清景明的好天气，回了一趟崇明老家。当车行驶在家乡的公路上时，呼吸着清新的空气，透过车窗放眼望去，处处都是花的世界，油菜花的黄，桃花的粉，梨花的白，樱花弱不禁风地摇曳，把春天调和成昂扬生机的天然水彩画。眼下正值春耕播种季节，道路两旁充满灵性的田野春意浓，辛勤的农民朋友们正在热火朝天地春耕忙，看看他们心花怒放的笑脸，心情格外舒畅。

行走在乡村的路上，生态环境优美整洁，到处都是林木葱茏，繁花似锦，散发着浓浓的清香，一阵阵微风吹来，还夹杂着泥土特有的芬芳。萦绕在耳边的是各种鸟雀的鸣叫，它们或在树枝上跳跃嬉戏，或在空中自由翱翔，呈现一幅美丽乡村的幸福画卷，满满地书画着家乡人美好的新生活。

进得村里，与村里几位老人唠家常时，话题最多的已不再是乡村人对城市生活的期盼，而是津津有味地谈起近年来国家对农村的政策好，家乡经济发展快，农村变化大，农民收入高。他们如数家珍地夸，现在农村土路修成了水泥路，公交车通到村，即使到了雨天出行，也不用担心脚上踩到烂泥了；田间耕作、播种、收割全都是机械化，人们再也不用背扛肩挑和面朝黄土背朝天了；种田人不但不交公粮，还给种田的农民种地补贴，这在过去是从未有过的；农民享受了合作医疗补助，看病住院也能报销；还有农民也有了养老金和家政，月月准时把钱打到卡里，有了固定的收入和家政服务，养老保险不再发愁了。

除此之外，近年来经过河道整治，污水和饮用水改造，乡村的环境好了，水质好了，空气好了，人们的心情也好了。还有每天吃的是自家种的蔬菜，绿色环保，新鲜健康。于是，乡亲们理直气壮地说，如今乡村不比城市差，当个农民也自豪。

看着乡亲们幸福的笑脸，看着乡村面貌的巨大变化，看着家乡今日如此夺目的光彩，怎不让人感慨万千，一种骄傲的豪情注入心间。

上海郊区有道荤菜，叫红烧扣羊肉，我已经多年没有吃过到了。

记得在九十年代前，农村中的婚嫁喜事，小孩满月周岁，或者造房子办上梁酒等上档次的宴席上，经常有一道荤菜肴，是红烧扣羊肉。一桌丰盛的酒席上，菜肴出到近尾声了，红烧扣羊肉出来了，这是酒席大菜中的压轴戏，再后面是几道甜点和汤类。八寸深盆中间，半圆球形的、上面是褐红酱色的羊皮，在灯光的照射下，油光晶亮，用筷夹起羊皮，下面是纯精羊肉，夹一筷羊肉入口，感到羊

肉肥而不腻，咸味带鲜，鲜香微甜，酥而可口。一碗红烧扣羊肉上台面，桌前坐的八位食客眼睛马上发亮，有时八双筷子会同时伸向羊肉盆中，三下五除二，一盆红烧羊肉不管羊皮、羊肉一下即扒完了，连羊肉汁水也会被食客们最后扒完。酒席上一桌菜肴，盆底朝天的肯定是红烧扣羊肉。大厨师有时从厨房里走出来看看酒席桌上菜肴消耗情况，一看到盆底朝天的红烧扣羊肉盆子，会得意地笑笑，两手在白色的饭单上擦拭着又进厨房了。

中国的文字中“鲜”字，一半是鱼，一半是羊，古人就认为鱼和羊是最鲜美的食物。

“香播画苑听琴诉，艳动京城对酒狂。”好一朵香艳的牡丹，如诉似醉，香可播画苑如琴韵流淌，艳可动京城似贵妃醉酒。

“黄丝缕缕湘云醉，粉蕊团团楚雨耕。”好一团粉黄的芍药，丝丝缕缕，楚雨耕百蕊几度君子笑，湘云醉千瓣一杯众相生。

牡丹与芍药，原本一家姊妹花，皆为毛茛科芍药属植物，古有“立如芍药，坐如牡丹”之赞语，两者在叶片、花色及植株外形上有许多相似的地方。《诗经·郑风》中有诗曰“维士与女，伊其相谑，赠之以芍药”，可见古代先识“芍药”；北宋周敦颐的《爱莲说》中“自李唐以来，世人甚爱牡丹”。所言示唐代已有“牡丹”之名。唐诗人刘禹锡的七绝《赏牡丹》中的“唯有牡丹真国色，花开时节动京城”成为千古名句。

牡丹，属灌木，木质化，冬天地上部分只落叶不枯死，来年新叶和新枝直接从老枝上生出；芍药则属亚灌木和草本植物，茎只有基部木质化或完全为草质，冬天地上部分大部枯死或完全枯死，来年从茎上再生出新枝叶，所以有“木芍药”和“草芍药”之说。“木芍药”清明后开花，为今之牡丹；“草芍药”初夏时绽放，为今之芍药。

牡丹，花中之王，国色天香。明代李时珍《本草纲目》记载：“牡丹虽结籽而根上生苗，故谓‘牡丹’，其花红故谓‘丹’。”栽培品种多达几百种，有王红、姚黄、豆绿、赵粉、状元红、海云紫、白玉、蓝天玉、二乔、墨魁、粉面桃花等。野生品种主要有紫斑牡丹和杨山牡丹。

芍药，花中宰相，花仙叶秀。古称芍药为“离草”，又名“将离”、“别离草”。其花姿绰约，被誉为“花仙”和“花相”，为十大名花之一。芍药有传说牡丹和芍药非凡间花种，而是玉女花神为救世人盗王母仙丹撒下凡间驱疫，成就了牡丹芍药的傲骨品质。另外，西方一直认芍药为有魔力的花，在芍药生长的地方，恶魔会消失得无影无踪，甚至对抗至毒之花曼陀罗。正是，“丹”一“药”同芳菲，斗疫祛毒各争先。

中国是世界牡丹发祥地和牡丹王国，中国菏泽、洛阳、牡丹江等均以牡丹为市花，而芍药成为扬州市市花。“花中二绝”的盛名更远在海外，海外的牡丹都是从中国引种。由于对牡丹和芍药的喜爱，人们将它们融入艺术，中国传统刺绣、绘画和雕刻中均有艳丽的牡丹和清丽的芍药图案，寓意美好吉祥和荣华富贵。

依命名而言，芍药先有，牡丹后名；依栽培品种和人们的喜爱程度，牡丹为王，芍药次之；依花开时节，牡丹在先，芍药在后。人间四月天，牡丹芳菲，而芍药暗香，欲期待春夏更迭，接踵芬芳。

一个卫与公卫

陈钰鹏

药品种多，花色有白、粉、玫瑰等色。自古就被喻为“爱情之花”，当恋人别离之时相赠以示思念，表达恋人间的离愁别恨和凄悲之境，最为著名的是红楼一绝：宝玉生辰，湘云醉卧的芍药阴，直逼黛玉葬花之风致。

牡丹花可供食用，花瓣可做牡丹羹或配菜添色；芍药花可做成花粥、花饼和花茶食用，皆可养血调经，治肝气不调、血气虚弱。牡丹的根皮称牡丹皮，又名丹皮，为常用的凉血祛瘀药。中药白芍是指芍药的根，古医认为“郁成于肝气之虚，芍药解郁，妙在益肝也。”其对女子腹

痛发现并命名，迄今已有5000多种病毒被发现并得到鉴定。有些病毒的核酸还能整合到宿主的基因组中，并诱发潜伏性感染。

病毒完全依赖宿主细胞的能量和代谢系统，获取生命活动所需的物质和能量，遇到宿主细胞，它们会通过吸附、进入、复制、装配、释放子代病毒而显示典型的生命体特征。但离开了宿主细胞，病毒只是一个大化学分子，它们便停止活动，形成蛋白质结晶，成为一个非生命体。

人类自从有了社会，公卫才显得比个卫（个人卫生）更为重要，回顾人类社会发展史，我们不妨逆向查阅一下，就会发现，在

很长时间内，人类的公卫实在不尽如人意；由于各民族的诞生时间有先后，要比较的话，恐怕纵向比较显得合理一些，或者就事论事地阐述可避免偏颇。另外，由于人有着不同程度的私心，个卫和公卫相比较的话，肯定是个卫做得比公卫好，这里边的道理，就像一个人对待个人物品和公共财物的态度一样：爱护和关心私物甚于公物。

不过有的人连个人卫生也很不注意，他们有一个非常不卫生的习惯，不管在什么场合，随地吐痰，这恐怕是一个惯性顽习，一个很不好的、常被人当把柄的习惯。流行病决不仅仅是我们所经历过的那些病毒性传染病，迎来了美好春色的人类，一定要珍惜健康，养成讲卫生（公共卫生和个人卫生）的好习惯。

《礼记·中庸》：“诚者，不勉而中，不思而得，从容中道，圣人也。”中道者，中庸之道也。名人们都喜欢以对联的形式来表达自己对“中道”的见解，因为对联本身就是遵从“合二为一”的中庸法则。

比如国学大师王国维的“旧德醉心如美酒，新篇清目胜真茶。”此一“旧”一“新”的融会，即是中道。又如艺术大师吴昌硕的“自封中心若新月，又传西爽入边鸿。”

彼一“中”一“西”的化合，也是中道。明代学者袁中道（小修）的人生格言是：“不绝欲亦不纵欲，不去利亦不贪利，不逃名亦不贪名，人情内做出天理来。”

中道行

那秋生



红烧扣羊肉

王平华

近几年去饭店用餐，能吃到的是白切羊肉，是冷菜，偶然碰到有红烧羊肉，那只是带皮带骨的块状羊肉，根本没有红烧扣羊肉酥糯、鲜美入味。

郊区农村厨师烧红烧扣羊

肉并不复杂，就是从屠宰到烧好成品，所用工具较多，排场较大，一般家庭不具备，上海郊区农村中，一些土厨师都备有这些工具。他们把羊屠宰后，再分成前腿、后腿、肋条，剁成入大锅的大块，羊肉洗净，冷水入锅，大火烧开，撇去浮沫后捞出洗干净。再入锅，放白萝卜、料酒、葱段、姜片，旺火煮熟，凉却后去骨。再放冰糖、红酱油、盐等佐料烧至入味、焖酥，羊肉是三分烧、七分焖。等冷却后即用大汤盅装碗，汤盅底装带皮羊肉，上面可装瘦肉、散肉，保留红烧羊肉的汤汁。等到开酒席时，一碗碗羊肉上笼蒸熟，上菜时，把热

七夕会

气腾腾的羊肉端出来，倒扣到八寸深盆中，浇上已经加热的羊肉汤汁，端到酒席上，一碗半圆球形、香味四溢、褐红酱色、晶莹剔透的红烧扣羊肉上酒席桌了，连上了岁年、掉了牙齿的老爷爷奶奶也不会放过这道菜肴。不过这家人家办酒席烧过羊肉，其厨房内的羊膻味要留有好几天呢！



美食