走街穿巷忆旧事

马和记牛肉面

贺友直 图/文

在今新乐路富民路东湖路的交汇处有一家名叫“马和记”的牛肉面馆很是有名。我后来所在单位靠近这爿店，所以常去光顾解决早餐。我欣赏它的牛肉不喜欢面，因为它的面是小阔面，煮面用铝制直角的圆桶，因为生意好忙不过来，就十几碗面一大把往桶里一丢，先落下的沉到锅底，待一碗碗捞到这部分，十有八九是焦糊的，若是晚到或最后端给你就吃这档子品质的。但这店的牛肉很有特点，它是白煮切薄片，刀功极好，切得薄而均匀，蘸牛肉的是加盐、香油调和的芝麻酱。这种吃法在上海恐是独一无二。可是到后来听传说“马和记卖的不是牛肉是马肉”。看来欧洲的马肉新闻是旧闻了。

中医治“体”

潘华信

灵兰剔薛

1979年，我初到学院教研组，同事间流传着一则奇谈：一位感冒病人请几位老中医诊脉，当时开了四张处方，各不相同，一张麻黄汤，一张桑菊饮，一张补中益气汤，一张六味地黄丸。令人愕然，病家也无所适从。

西医治病，目光在致病因子，是显微镜下的寄生虫、细菌、病毒。中医则往往关注在体，因为疾病发生在人体上，不得不重视到受病之体的各种反应上，但医者的师从、流派以及审视病变的角度有差别，于是同一感冒，答案迥异，出现了上面匪夷所思的局面。我的猜想是：用麻黄汤，因开始受了风寒；用桑菊饮，有风热传变倾向；用补中益气汤，考虑到素体气虚；用六味地黄丸，由于患者肾亏明显。这个例子，近似不可思议，却是事实，哪个方有效？骤难下结论。西医治病，针对在铲除致病因子，中医则治病之外，连同受病的身体一起治，有时还侧重在后者，视野不同，同一患者可出现多张处方，反映了事实存在中的中医的复杂性、多样性和灵变性，应该承认，这也是中医的特色之一。

我说的治体，张景岳称“治形”，叶天士称“存体”，名异实同，主题是修复身体的创伤，调整阴阳血气，扶助元气，通过增强自身抗病能力，来驱除病因，颇有点曲线救国的味道。其学术思想，《内经》已阐述：“阴阳形气俱不足，勿刺以针，而调以甘药。”于是甘补药成了治体的主力。被称为亚圣的金代名医李杲，治当时疫病，不用退热剂，主张“甘温除大热”，用补中益气汤，据资料记载，活人无算。明代张景岳更清晰说明了“治形（形、体实一）”的道理：“凡欲治病，必以形体为主；欲治形者，必以精血为先。此实医家之大门路。”他的治疗模式是甘药（主用地黄）补精血→治形→除病。请不要小觑他的思路，它大大地拓展了临床的途径，在治体则有里程碑式的深远意义。上面治感冒，有人用地黄丸，殆其余绪。清代名医叶天士就深受其影响，兹举例为证，《未刻本叶案》首案：“嗽而脉数，脏阴亏矣，金水同治……熟地 甜北参 茯神 川石斛 天冬。”这案例就是今天常见的慢阻肺，咳嗽痰多，动辄气喘，天士一味化痰、祛邪药也不用，主在“存体（景岳所谓治形）”，藉地黄以固本元，以收除病之效，学术上的靡枕景岳，显而易见。

咳嗽多痰是地黄的禁地，这是医界的通常之见，地黄滋补，有滞痰、碍胃、恋邪之弊。读书而亲验可明白世俗之见不一定靠得住，读《续名医类案》中魏玉璜自己的案例，他沿着景岳、天士“治形”、“存体”的脚步，藉地黄治痼疾，步步深入，获益良丰。八十年代初，我们教研组同仁到结防所，治慢阻肺群体，拟方地黄为主制成膏滋，案例过百，收痰松、喘缓、咳减之效。印象最深的是一位长者，称服膏后随即痰松咳止，实效如此，与世俗之见不啻霄壤之别。

纵观医史，宋前主除病，金元后重治体，两者兼顾，乃为医学之完整。

心灵的火把

袁山

人的一生需要品德的火把来照亮心灵的，这些火把因人而异，但有三个火把人人都应该有的，尤其在现在这个五光十色的环境中。 第一个火把是“善良”。有了善良之心，有了感恩之心，有一颗关怀体恤之心，才会爱这个世界，爱周围的人，爱所有的生命。“我身如寄”，一个人活在世上，不过是向人世借几十年光阴而已，要在借来的时间里给予他人帮助和幸福，才对得起自己的一生。

第二个火把是“勤劳”。劳动是人变成人的根本原因，也是人与其他动物的根本区别。”君子爱财，取财有道”，劳动者靠劳动生活，“十赌九输”，“损人不利己”，投机取巧、不劳而获，是不靠谱的。

第三个火把是“学习”。学习无止境，向书本学习，向社会学习，向他人学习，不断取人之长，补己之短，做一个心灵高尚的人，技术上精益求精的人。

心灵的火把也是生命的火把，心灵的火把越亮，生命的道路越长，生活的道路越平坦。为此，要不断为自己的火把加油加薪，千万不能让它们熄了。

孤独：我之游离与回归

王小慧

花非花

一个艺术家真正创作过程应当是在一种孤独状态下进行的。我之所以养成夜里工作的习惯，也是因为至少夜深人静时可以没有干扰地去独处，可以静下心来思考。我很珍惜独处的时间与心境。

这些年我真正感到孤独的是丈夫去世后的那些日子，前后大概有六七年的时间，非常压抑。那时我不愿参加任何活动，几近处于自闭状态。但其实我没有停止创作，只是创作都是给自己的，所以我早期的作品是个人化的，完全是为自己的。这些创作也是我自我疗伤的方式。就这样那些年我跟自己的灵魂对话，并把它记录下来，日记本用得很快，我把它编了号，总共约有一百多本。

那时我还一个人背着相机带着日记本在世界各地到处跑。在陌生的城市和人群之间独自穿梭，我渐渐知道什么才是自己真正想要的。令我人生得以转变的最重要一次旅行，是去意大利南部拿波里。那次旅行好像是个人生的转折点，让我学会把消极的孤独状态变为积极的孤独状态。心境不同了，孤独的体验也是不同的，看世界的眼光、思考的问题和创作的作品也不同了。其实很多人是为自己身上的某种束缚所累，为名所累，为利所累，为舆论所累，为各种各样其实无谓的东西所累。在尚未看清自己与世界的脉络之时，在明知取舍之后的结果可能是自己无法承担的时候，那份挣扎会将人缠裹得异常痛苦。积极的独处，是试着去了解自己、挣脱束缚，从而得知今后该往哪里去。当自己可以真正做到积极独处的时候，那份解脱之后的释然会令你安宁快乐很多。那时你会渐渐在苍莽丛林中寻出一条属于你自己的道路。

正是在这份积极的孤独中，我听从自己的心，探着自己的路。我很重感觉，人生的重大决定和选择基本上是跟着感觉走。宏观地看，我很随缘，我不强迫自己做达不到的事，也不刻意追求机遇。但微观地看，具体到我要做的每一件事上，我又变得十分主动和积极。这些是性格使然，也是在这些年来的独处中我逐渐领会的。以前可能会纠结很多事情，现在会淡然宁静很多，虽然“不惑”的境界我尚且未能达到，但是在孤独中关怀自我与他者，孤独便已不再是苦涩，也不是无奈的习惯，而可以真正升华为一份欣然的接纳与享受了。

泗州隋唐大运河

钱汉东

日前，隋炀帝墓碑在扬州出土，引起了世人的关注。隋炀帝修建的大运河也进入了申遗的名单。如今的京杭大运河经过历代疏浚，早已失去隋唐的风貌。淮北泗县保留的那段长约28公里的隋唐大运河，也已失却了航运能力，但仍灌溉着两岸万顷农田。

泗县古称泗州，曾是楚汉争霸的古战场，也是我当年下乡插队之地。不久前，我应邀考察了隋唐大运河，感受古老的运河文化。站在运河边，如果不说这是隋唐大运河，那么它在人们眼中仅仅是条毫不起眼的沟河。早在四十多年前，我从泗县往宿州时，曾多次驱车匆匆经过，在我的记忆中它与常见小河道并无区别，我无法想象这条极其普通的沟渠竟是伟大的隋唐大运河。

据史志记载，安徽泗县段的隋唐大运河，隋时属通济渠，俗称汴河，开挖于隋炀帝大业元年（605年）。古汴河由灵璧县虞姬墓流入泗县境内，尔后往东注入淮河。大运河最大的功绩，首要是“漕运”，运送兵员、粮草。南方的柴米油盐、绫罗绸缎等源源不断地通过运河便捷地运往北方，客商南来北往，络绎不绝，大运河作为交通枢纽，自然推动了南北文化的交流。千百年来大运河维持着隋唐帝国的繁荣和稳定，也给中华民族的发展带来了难以估量的裨益。

在隋唐大运河曹苗段5.8公里河道，我进行了实地考察。县委宣传部长陈迎冬热情地向我介绍大运河的来历、地形地貌、演变过程、出土文物和申遗准备工作等。眼前的古运河，河面平静，在阳光照耀下波光粼粼。因考古而从河底挖出的褐色淤泥被铺在岸边，它们见证着隋唐河床遗存。据县志记载，过去的运河“隋堤烟柳”，当地人欲恢复旧观，于河岸新栽了一排排柳树，此时正萌发新芽，远远望去，嫩嫩的新绿撩人心魂，待到绿树成荫，那该是一道多么美丽的景观。

现在，河渠污染严重，干净的河流已凤毛麟角。此地河水清净，河岸边间隔摆放着整齐的废物箱。在运河周边，我遇见两位推着垃圾车的自愿者，正在挨家挨户收取生活垃圾。他们的行为让我感动。我快步向前，紧紧地握住老乡的手连声道谢。我曾考察过不少文化遗址，那里的村民一旦用上了自来水，河道往往就变成了废弃物丢弃场地。

兴匆匆地，我们跨过狭窄的浮桥，在河汊口发现一块破损的残碑，经过仔细辨别，为康熙二十八年立的祈雨碑，碑头有“风调雨顺”等字样，楷书字体，朴实自然，这是比较珍贵的历史文物，应当好好保存。我们还看到古运河里出土的一段残碑，上面的零星文字依稀可见“不许设卡，收取过河费”等字样，应为清代官府所立。由此可见，古运河在清代依旧发挥着航运功能。河流清淤时曾出土不少瓷器碎片，大多为北方窑场烧制的生活用品，如碗、缽等器物残片，年代大致为宋元时期。1972年在长沟镇宗邓村，还挖出一条宋代以前的木船，长约10米，其部分木船船板现藏于县文物部门。

春夏曲

王养浩

惜 春

屈指数春来，弹指惊春去。杜宇声声梨花残，满耳伤春句。不知春归何处，一樽别酒，几番愁雨。

思 夏

桃花落尽，翠萍浮起，江南依旧称佳丽。挥手莫题落红词，放眼皆是浓荫地。粽叶摇曳，龙舟竞起，晴空万里舞彩旗。春尽何须情凄凄，朗月莲舟泛诗意。

因书结缘文史馆

姚以恩

我与文史馆结缘，“缘”于一套丛书，也可以说是“缘”于一个人。

早在上世纪八十年代我即与萧乾先生相识，因翻译事时常有书信往来。1990年，中央文史研究馆意欲联合各地文史馆，举全国文史馆馆员之力、编撰一套《新编文史笔记丛书》，并决定将该丛书的编辑部设在上海文史馆。时任中央文史研究馆馆长的萧乾想到了我这个在文字校阅方面近乎偏执、当时赋闲在家的老友，遂向时任上海文史馆馆长的王国忠力荐我来做这个编辑部主任。由此，开始了我与上海文史馆一段长达廿二载的不解情缘。

王国忠馆长当时对我并不了解，在得到萧乾先生的推荐意见后，他并没有马上就把我招至麾下，而是让人带着一叠待校读的文稿到我住处，名曰拜访，实则考察我的编审能力。我顺利“过关”，编审能力获得馆长首肯。记得在随后的一次工作面谈中，王国忠馆长还曾打趣我说，编笔记丛书是一份苦差事，你是“自投罗网”啊！

我很快就体会到了王国忠馆长所说的“苦”绝非妄言。1991年2月我受聘为馆员，和别的馆员进馆更多的是享受一种荣誉认定不同，我的入馆，从一开始，就是带着鲜明“目的”的，这个目的，就是尽心尽力编好笔记丛书。为实现这一目的，在从1991年初开始到1993年最终完成总50册、凡600万字《丛书》编撰的两年多时间里，我丝毫不敢懈怠，以日均万字的审校速度，可见这其中的工作强度。有时候，为了一篇稿子中的一个人名的真伪、地名的确切与否，我都会查阅大量相关资料，或四处求助于友人专家，常常弄得自己筋疲力尽。文史馆员是不用“坐班”的，我却因为肩负“主任”重责，时常在编辑部与家之间“两点一线，弄得“馆”与“家”不分。

人常说要苦中作乐，在编辑《丛书》的七百多个日夜里，我常常是苦乐相济，但总的来说，这份“苦差”带给我的“乐”是多于“苦”的。为了统筹协调各地馆的编辑工作，我常奔波于不同省市，每到一处，当地文化、统战部门都像接待“中央大员”一样把我们奉若上宾。记得1991年的冬天，我赶赴新疆自治区协调稿件事宜，自治区分管统战工作的秘书长特地安排汽车来机场接我，并将车子直接开到了飞机场的停机坪上，让我生平第一次享受了一回国家领导人的礼遇。

1991年的春夏之交，《丛书》第一辑接近完工，定稿会在广西南宁召开，我记得6月9日那一天，会议间隙，《丛书》主编萧乾先生携夫人文洁若与上海编辑部的同志同游桂林，泛舟漓江，当时同游的还有时任中央文史馆副馆长的吴空。在船上时，有人提议大家合影留念，并安排了两张椅子给萧乾先生与夫人就坐以示尊敬。萧乾先生十分谦逊，执意要与我并排就坐而让夫人站在身后，算是对我辛苦工作的一种肯定与致谢，我十分惭愧，觉得功劳是大家的，不愿接受他的美意，萧先生坚持再三，最终还是坐在了一起，留下珍贵的一瞬。这张合影我至今完好保存于影集中，并不时翻出，重温当日之感动与温馨。

十日谈 文史馆春秋

书法心语：乐在存美梦，明请看本栏。