

“五亩之宅，树之以桑，五十者可以衣帛矣，鸡豚狗彘之畜无失其时，七十者可以食肉矣。”这是《孟子》里孟子向齐宣王描述的百姓生活的理想状态。让百姓有房可居，房前屋后种上桑树，养的各种家畜不耽误繁殖，生活就能自给自足。虽说达不到小康，但至少可以让五十岁的人穿上丝织品做的衣物，七十岁的人吃到肉。细品这句话，能体会到潜台词：古人衣帛食肉不自由。

不说穿帛，单说食肉。因为肉类营养价值高且稀缺，所以古人食肉是分等级的。《国语·楚语下》就说：“天子食太牢，牛羊豕三牲俱全，诸侯食牛，卿食羊，大夫食豕，士食鱼炙，庶人食菜。”由此可见，统治阶级食肉虽然相对自由，但也有差异，等级越低，吃到的肉类的品质越差。庶民则没有食肉的自由，只能食菜。

古代马和牛属于大牲畜，多作为畜力耕种田地用，轻易不准宰杀。日常饮食的肉类多是猪羊鸡狗等，但有时也有限制，臣子百姓一旦犯禁，吃肉可能

## 国学心语 古代食肉不自由

文/高自发 图/孙新义



要冒杀头的危险。武则天时期禁止屠杀，御史娄师德到陕西巡查，吃饭时就遇到一件尴尬的事。“庖人进肉。问何为有此？庖人曰：‘豺咬杀羊。’师德曰：‘豺大解事！’又进脍，复问之。庖人曰：‘豺咬杀鱼。’师德叱曰：‘智短汉！何不道是獾？’”

御史到地方上视察，地方官肯定是殷勤招待。可是偏又遇到当朝大禁屠杀，纵有山珍海味也不便端上桌来。幸亏还有豺狼可以嫁祸，飞禽走兽才能上得桌面。只是庖人智短，一条道儿跑到黑，逮着豺不放，结果漏了底儿——他该说獾咬杀鱼的！

当代社会经济大发展，肉类供应充足，更没有等级制度的限制，今人早已实现食肉自由了。然总有人不满足，吃腻了鸡猪牛羊等家养的禽畜肉，开始觊觎珍稀野生动物，有网红博主曾在网上晒吃野生珍稀动物被法办，实在大快人心。吃罢美食打着饱嗝的人类，更应珍惜当下食肉的自由，毕竟“朱门肉肉臭，路有冻死骨”的悲剧不绝于史书，这不亚于长鸣的警钟。我们每当端起饭碗，夹一筷子肉的时候，就要习惯于在自己的内心敲一敲。

## 养生之道

### 远志、小草：一物二名

文/彭友茂 图/范其恢



远志，又叫小草。这两个名字，听上去一个高大上，一个低矮微，似乎并无什么交集。那么，它们之间是怎么扯上关系的呢？值得研究和玩味。

作为药用，远志最早记载于《神农本草经》，被列为上品，视作养命要药：它味苦，温。主咳逆伤中，补不足，除邪气；利九窍，益智慧，耳目聪明，不忘，强志，倍力。久服轻身不老。李时珍说，远志入足少阴肾经，不是心经药。它的作用主要是安神定志益精，治健忘。

远志的别名叫小草，历史上有一段故事。据南北朝时期刘义庆《世说新语》记载，东晋大臣谢安，开始隐居东山不出，有志向远大、超然世外的意味，然而他后来却又下山做了桓宣武(桓温)的司马官。当时有

人给桓宣武送了很多中药，其中就有远志。桓宣武就问谢安，这种药(指远志)又叫小草，为什么一样的药叫两个名字呢？还没等谢安应答，旁边在桓温手下做南蛮府参军的郝隆就高声答道：“处则为远志，出则为小草。”

郝隆，人极聪明且生性诙谐。他的话，一语双关，既巧妙回答了桓公，又不无幽默地讽刺了谢安。意思是说，你这棵积年的“远志”，终于也出来了，莫不是要做一棵“小草”？

郝隆所言不谬，符合药物学常识。不过，严格地讲，远志与小草并非一物，而是一种植物的不同部分：苗，即地上的茎叶称小草；地下根才叫远志。古人用药时可以把根和苗混在一起，但名称，却有“远志苗叫小草”“根曰远志”的区别，只是后来药用逐渐偏向于使用其根，而少用其苗了。

由此可见，学习中药，遇到远志时，当真胸怀远志，志存高远，中药中蕴含着人生的哲理。熟悉药性，能够医人医病，也是可求的。所以圣人言，“多识于鸟兽草木之名”。

## 成语故事

举一反三 高西浪

昨天不是教你画椅子了吗？把靠背去掉就可以啦。



桌子变窄变矮一些不就成行了！



小同学，要善于独立思考啊。



哇！孔夫子……

要锻炼举一反三的能力呀。若我拿一个墙角做例子，那你就得懂得其余三个墙角的道理呦。



明白了吗？什么桌子椅子的，要听孔子的。

哦，那孔子怎么画？



勤学苦练是态度，举一反三是能力。都是在学习的道路上不可忽视的呦。



## 取洛阳 白蟒台

赵洛严

洛阳守将苏献防守甚严。刘秀派元帅邓禹用激将法刺激马武出征，马武用苦肉计，诈降苏献，攻破洛阳。



兴汉灭莽心已久，枕戈待旦统貔貅。苦肉之计诈苏献，一战成功取洛阳。

白蟒台前众将拜，好似万箭穿心怀。悔恨当初把君害，帝王梦断赴云台。