

探秋中轴线

“演耕田”一亩三分

文/海纳川 图/肖文津



我国古代以农立国，各朝皇帝都经常举行“祈年”和“亲耕”大典。除了祭祀先农外，皇帝还要亲自参加农事劳动，以示对农业生产的重视和鼓励，也为文武百官做出榜样。所以明永乐十八年(1420年)建先农坛的时候，就专门辟出一块土地，供皇帝每年春天到此亲耕。这块“演耕田”不多不少，正好为一亩三分。

据《翁同龢日记》载，光绪帝演耕时，先在丰泽园陈设黄幄。二月亥日正一刻皇帝驾临，由顺天府尹(相当于首都最高行政长官)进鞭，户部尚书播种，前后百官呼拥，另有老农二人牵牛，皇帝扶犁。

按照古制，“天子三推，三公五推，卿诸侯九推”。也就是说，皇帝亲耕三个来回，王公五个来回，大臣九个来回。到清乾隆皇帝时，觉得“三推三返”不过瘾，于是就改为“四推四返”。从那以后，历任清帝都是“四推四返”。亲耕后，皇帝就登上观耕台，观看王公大臣们耕作。等到秋后，这块地上长出的“玉谷”，被盛在金盘里，荐之于天地、鬼神、祖宗。

有一年，乾隆皇帝在“一亩三分地”里对和珅说：“你就此情此景给朕作一首诗，里面要回答什么高来什么低？什么东来什么西？”和珅答应第二天早晨交卷。

当晚，和珅就去大学士府找刘墉，问这诗怎样才能写好。刘墉说：“这还不简单。黄瓜高来茄子低，冬瓜东来西瓜西。”第二天早朝乾隆问起，和珅赶紧如刘墉所讲回答。乾隆大怒，又问刘墉，刘墉说：“君主高来微臣低，文臣东来武臣西。”乾隆大悦。这当然是一个笑谈，但也增加了我们观赏“一亩三分地”的乐趣。

皇帝的“一亩三分地”，的确有非常重要的作用。第一，表示了对农业的重视。国有百业，以农为重；人有百好，以食为先。第二，说明了劳动的重要。即便是皇帝，也要下地干活。第三，强调了责任。每一个人，都必须耕好自己的“一亩三分地”。第四，加强了监督。站在观耕台上，皇帝可以监督群臣，群臣也可以监督皇帝。

后来，也有人把“一亩三分地”比作自己的地盘，这就不对了。

养生之道

马齿苋：不止是野菜

文/彭友茂 图/吕志华



相传，在上古时代，天上有十个太阳，大地烤裂，草木皆枯，河水干涸，人们无法生存。一位叫后羿的勇士，擅长射箭，为了老百姓活下去，他先射落

九个太阳，尚有一个躲藏在马齿苋下，后羿没有找到。为了报答马齿苋救命之恩，太阳网开一面，在盛夏高温时不晒死马齿苋。于是，马齿苋得以开花结籽，生长旺盛，故有太阳草、“晒不死”之名。

马齿苋喜肥沃土壤，也耐旱耐涝耐贫瘠。菜园、农田、路旁、沟边、溪岸、崖畔都能存活，具有超强的生存能力。马齿苋药食两用，浑身是宝：嫩茎叶可作蔬菜。可鲜食，也可焯水后晒干食用。全草可供药用。细致说来，马齿苋有以下几个方面的功效与作用：1. 利水消肿，降血压。马齿苋含有大量的钾盐，有良好的利水消肿作用。2. 防治溃疡。马齿苋能防止吞噬细胞变性和坏死，马齿苋还含有较多的胡萝卜素，能促进溃疡的愈合。3. 马齿苋对痢疾杆菌、伤寒杆菌和大肠杆菌有较强的抑制作用，可用于各种炎症的辅助治疗，素有“天然抗生素”之称。4. 防治心脏病。马齿苋中含有丰富的γ-3脂肪酸，它能抑制胆固醇和甘油三酯的生成，使血液粘度下降，预防血小板聚集、冠状动脉痉挛和血栓形成，从而起到防治心脏病的作用。5. 有美容、减肥作用。其所含维生素C有一定的消除色素斑作用，而维生素E可以保护线粒体的磷脂，有美容作用。

马齿苋被誉为“菜中维生素丸”，它不是单纯的蔬菜，只当野菜吃就亏了；很少吃它，就亏大了；不吃它，那就“如入宝山空手回”。

成语故事

一张一弛 高西浪



老师，今天他们怎么都在玩耍而不去耕田啊？

今日是蜡节，是欢乐的日子哦。



我觉得玩耍会使人贪图享乐而失去进取心。



子贡，你这么想问题太让为师失望啦！



你看，这样才能发挥弓的作用呀。



无论做什么，都需要劳逸结合，张弛有度呀！



琴弦紧了易崩断，太松的话就弹不出调调了。



萧何月下追韩信
 赵洛严

秦朝末年，刘邦起义灭秦，萧何看重韩信的才华，三荐于刘邦，刘邦不肯重用。韩信愤而出走，萧何闻听韩信离去，深恐失去人才，不顾道路艰难，戴月追赶，劝韩信回转，再向刘邦推荐，韩信才得以登台拜帅。



好个聪明小韩信，怨我萧何未相迎。 但愿言听计又从，君臣重整汉家邦。 五十余里路已遥，又见月影上树梢。 三生有幸见如故，望求将军转回程。