

一种怀念

## 仁术济世 即心即佛

——记恩师钟一棠先生

洪波

清晨的空气格外清冽，一路是鸟鸣，是撒下的菊花花瓣。冬日的阳光温暖而明媚，透过竹林时有种梦幻般的眩光，一切显得那么祥和、宁静。几天前，按照钟老生前的意愿举行了葬礼。墓碑由钟老亲手设计，是一本由花岗岩砌成的书，与众不同的醒目，砖红色的书面上刻着“内经医学”。在我心目中，老人用自己的一生书写着那本医书！

钟老悬壶济世，80多年坐诊不辍，已成佳话。他精熟的医术，高尚的医德，豁达的处世态度，有口皆碑。从小听妈妈说，幼时我曾高烧不退住院，医生怀疑为败血症，下了病危通知，是请钟老医生会诊后才慢慢好起来的……父母为此感恩不尽！没想到多年后我大学毕业成了一名中医师，跟随钟老抄方。当时钟老已年近八十，他制方严谨、药少力专的工作态度，让我无限钦佩和敬重。我至今保留着20多年前抄方留底的大叠处方，

几次搬迁不忍丢弃。钟老思想开放，博览群书，从不拘泥于古方，大胆创新，他不仅熟知各种中药材，还了解最新的中药现代药理，他学习西医实用内科学，他说有的疾病中医有优势，有的疾病西医有优势，中西医结合才是人类真正的医学，才能为人类健康服务！后来我进修西医，走上了中西医结合的医学道路，老师的行医理念一直影响并指引着我的职业生涯。

2011年，国家中医药管理局启动了“全国名老中医专家传承工作室建设项目”，次年确立成立钟一棠全国名中医传承工作室，近百岁高龄的钟老再次正式收徒教学，我极其荣幸地成为他最后的弟子。整理、总结并传授钟老的学术思想和经验，这对我是重任，也是太好的机会！追忆近三年的跟师日子，实在是我幸福时光！钟老每周末亲自出诊，我全程录音录像。他对病人总是一丝不苟，如望舌象，因天气晴朗或阴天，自然光和室内光线会有所不同，他结合望神、望目，望舌下脉络等综合考

虑，作出判断，不放过每个细节。有一次，来了一家三口，均诉感冒互相传染以致咳嗽日久不愈，钟老却开出了三张完全不同的处方。我细细体会，不禁钦佩于老师敏锐的洞察力和思辨能力！我经常把平时在临床上遇到的疑难病例或问题向老师讨教，在他那里，你可以像孩子一样打破砂锅问到底，老师总是毫无保留，深入浅出，以独到清晰的思维剖析和解疑，让人醍醐灌顶！老师和颜悦色地对待每个求诊者，他熟读患者的各种体检和化验单，用通俗易懂的语言进行沟通，他气定神闲，他显示的工作与生命状态，从心理上疏导了求诊者的焦虑和不安感，激发出自身内在的对身体的自我疗愈能力。

老师每天清晨起床，坚持看书做笔记，很多书都有他亲笔批注。在我桌上，就有他批注好赠我的《中药学》《钟一棠医疗精华》《时病论》等书，如今读来令人唏嘘，仿佛他近在身边又遥不可及……他曾说，你们要抓紧时间，说不定哪天我突发脑溢血就走了……他居然有这样的预感！在他的指导下，我撰写了《钟一棠治

疗风湿热病经验》《钟一棠论治哮喘经验》《钟一棠先生治疗肺脓肿经验》等文章，相继在省级及全国专业期刊上发表，但我还是遗憾待在他身边的时间不够多，还有很多任务未来得及完成，甚至遗憾没有好好保护他老人家……

年前去探望他，他面色红润，思路清晰，谈笑自如，谈时事，聊养生，说病案……他又送书给我，还给我布置了作业《试论肺与它脏的关系》。本想年后与老师探讨，孰料老师驾鹤仙去，我追思莫及！

记得有人说过，伟大的人一定是单纯的！我感知他心灵的纯粹和博大！他一生没有停止过对医学的创新和对博大精深中医药的研究，他瘦小的身躯像棵参天大树，让人敬仰！他传奇的一生在《国医大家钟一棠》一书中记载，这百年的生命时光是如此丰沛充盈，值得我们久久缅怀！

“加深挖掘，振兴中医”，这是给我赠书时的题词。老师的音容笑貌犹在，老师的谆谆教诲犹在，我当不负他望，努力践行！

老师走了，他的精神永存！

光阴记

## 我的大学

浦子

我的大学有些奇特，叫中央广播电视大学，近些年改名为国家开放大学。有学校却看不到老师，只是从广播里听老师的声音，后来渐渐能在电视上看到老师的身影了。学校没有围墙，校区却异常广阔：能收到无线电广播讯号的全是它的“地盘”。我读的专业是汉语言文学，首届。

1982年的一天，从技校毕业且已经工作的我，偶然听到中央广播电视大学招生。我的大学梦被点燃了。

然而报名时需要递交证明，这是政审的一种方式。我当时工作的国营汽车站，支持职工业余进修，但证明需经所在部门领导同意，以保证不影响工作为前提。报名后，除了消化电大提供的复习材料，我到处搜罗资料，开始复习迎考。记得彼时三五好友经常聚在一起，自称“互助组”，恶补“墨水”。

不久参加严格的招生考试，达到录取分数线的不多。我也没有达到，因此不能成为正式学生，只能作为单科生，与旁听生一起参加学习。但按照规定，只要通过每科考试，完成学分也准予毕业。

听课开始了——不是上课，上课得在课堂。电大在我所在县城设有一个工作站，有教室，但我们只有当单元结束上辅导课时，才允许去那里上课，平日里在所在单位听收音机。虽是业余性质的学习，播放教学录音却在上班时间内，这着实让我们犯难。同学林亚耀是县城国营点心店的职工，他只得一边揉面，一边用录音机将老师的讲课录下，待下班时细听。有个同学是汽车修理工，人常常钻在车底下，只好把收音机搁在汽车大梁上。杨朝云是国营通用机械厂的职工，上班前打开收音机收听讲课，离上班5分钟就按下录音按钮，然后一路狂奔去工厂上班。晚上下班打开收音机，接着听完没有听过的部分。当时的磁带大多只有60分钟时长，

只能录课程的上半部分，杨朝云于是想方设法从上海买来90分钟的磁带。可90分钟的磁带较薄，容易轧带。轧带后不得不花时间去小心翼翼地拆卸下来，剪去折皱部分，用透明胶带粘接上。之后，他又动脑筋用闹钟改装成钟控开关，90分钟后能自动关机。

那会儿我在汽车站的货运站做调度员，整个县的货车只有七八辆，全集中在我们站里。这七辆货车承担着全县的公路汽车货运任务：将县境内的余粮、柑橘、生猪、毛竹、树木、陶器往外运，将百货商品往里拉。因此，小小的调度室十分热闹：货主、驾驶员进进出出，电话铃声此起彼伏。我将办公桌的抽屉拉得半开，里面暗藏一只收音机。通常一边与货主、驾驶员电话交谈，一边听课不误。偶尔站长会冷不丁地出现于门口，我马上悄悄把抽屉推拢。我有一“独门”学习法，将题目和答案抄在小纸条上，抬头可见的地方到处贴一张：办公桌边，床头，饭桌前，书桌上，甚至喝水的茶杯上。就在这间繁忙的调度室里，我写起了小说，有一篇还有幸被《人民文学》杂志刊用。

回想我们的大学生涯，只闻老师声音，不见老师身影，个中滋味难于言表。因为没有辅导老师，遇到难题只能自己啃，自己破。据说同学史久志在写论文时，对1981年版《鲁迅全集》《呐喊》一书的一条注释存有疑问，就写信给鲁迅研究权威、中科院文学研究所研究员唐弢，后来竟然得到唐弢先生的亲笔回信。试想，若是全日制大学学生，教授、辅导老师天天见，谁会去叩全国名家的门？

我的电大岁月，那些梦想纷飞日子，一群奋发有为的学子，汇聚成共和国拨乱反正时期一股昂扬向上、势不可挡的力量。我于最近完成的长篇小说《王庄三部曲》（《龙窑》《独山》《大中》），上百万字，上百年历史，近百个人物，情节曲折复杂，却也脉络清晰。我想，这也得益于当年那所特殊大学的锤炼。

乡土情怀

## 草木灰情结

石志藏

自小从农村长大的我，对草木灰再也熟悉不过了。

从前的江南农村人家，家家户户都有土灶，而土灶是生产草木灰的地方。锅底，灰缸里，家家都有草木灰，积攒多了，堆在雨淋不着的地方，于是草木灰成为农村的寻常之物。

草木灰虽然平常，但在农村用处大着呢。

庄稼施肥不可少。我记得父亲从前去田头，总是挑着一担大土箕，拎着一袋草木灰。春耕秧苗前，会在苗床上均匀地撒上草木灰；等秧苗茁壮，父亲又会撒上草木灰，不仅有肥力，且能起到保暖作用。初夏秧苗拔节，父亲肩挑两大箩草木灰，又撒上一遍，施肥防病。还有，入冬时种马铃薯，草木灰更是不可少。我也参加过施草木灰的劳动，父亲在前面掘孔，我拎着土箕在后面塞孔，草木灰极细，手抓水似的，会流，搨太紧太松都不行，得撒在挖好的孔里，还要防风吹。有时逆风，风会把人吹得一脸都是草木灰。我开始一直怀疑这种游戏似的施肥活动，直到后来读高中化学课时才明白，草木成灰，依然心性不改，草木灰主要成分是钾肥，还含秧苗需要的多种矿物质，柴草燃烧时水分蒸发，剩下的全是精髓。

洗衣物能派上大用场。从前农村人家洗涤剂少，也舍不得用，于是，人们动脑筋，在大竹篮上铺好旧蚊帐，将草木

灰放置其中，然后在地上放上木脚桶，用水浇淋，灰汁水就“哗哗”地流入木脚桶里，灰汁水碱性，有去污功效，人们就利用灰汁水洗衣物。

草木灰还用于自制食物。每年早稻收割后，有了一年中的头季新米，农村人家多会制作灰汁团。磨好米粉后，人们用晒干的上好早稻草燃成灰，仍用蚊帐过滤，沥出灰汁水，再将灰汁水调拌在米粉中。这时的灰汁水起到了碱水的作用，搓成球状的灰汁团煮熟后，清香可口，柔软带韧，味道极好。

草木灰能治病。从前农村医疗条件差，草木灰派上大用场：在流血的伤口上，撒一把草木灰，包扎起来，会很快止血结痂。若用麻油与草木灰拌成糊，涂抹烂嘴角和冻疮，散寒、消肿、蚀虫肉，抹几次即痊愈。俗话说：“吃了灯草，说话轻巧。”把灯芯草用火炭燃着，余下的草灰冲温开水当茶饮，能败火。孩童时代，我有次被炮仗的火药烧了脸，脸部开始溃烂，母亲不知从哪里觅到土方，用茄枝和旧镬架制灰，拌上麻油，涂在脸上，几次下来，溃处结痂，慢慢脱落，竟然痊愈，并且疤痕全无，真是神了。

母亲还用草木灰余火，熏制泥鳅之类的鱼干，又香又酥，记忆特深。

去年入冬，我利用露天阳台上的三尺空花坛，栽种了从姐姐家带回的芹菜苗。开始时长势羸弱，后来我想到了草木灰，撒了老家土灶烧的草木灰，不久，芹菜苗就精神了，不仅往上长，还往两边挤，长势喜人，我舍不得吃，如今小小芹菜园已是翠绿一片。

诗画印象



## 新芽

史凤凰/摄影 陈德荣/配诗

往往  
绚丽的美不在显眼处  
炫耀地倔强的存在  
而是默默地选择成为  
大地的肌肉

让灵魂安放的世界  
充满着生机盎然  
变得刚柔相济  
哪怕是一颗细胞

她也是生命的个体  
也有灿烂的时刻  
做一棵小草  
或成为不起眼的种子  
虽非出自本意的喜欢

却深深知道  
彼此承载着生命的责任  
跟森林和大海一样  
是这个世界  
不可或缺的美好

舌尖之上

## 笋之味

仇赤斌

炒，加不加肉丝皆可。吃年夜饭时，笋丝咸菜年糕汤是必不可缺的。

春笋嫩鲜、爽脆。清明前后，是大吃春笋的时节。素烧和烤肉都好吃。最好是用土灶大锅烧笋，煤炉子也可。素烧两法：一是切大块后下到大锅里，只放腌咸菜的汁水，不放任何调料就很鲜，用来下饭刚好。二者红焖，笋块下锅后放菜油、味极鲜酱油和黄酒，不要放水。等笋的水分出来后，继续烤，中间要不时地翻炒，等全部的水分都收干、看不到笋的本色了，才能起锅。这样至少需要两三个小时，所以这个菜重在工夫和火头。放到玻璃瓶内密封，再在锅里稍微蒸一下，可以保存好几个月。

春笋用来烧肉，鲜肉、咸肉都可。鲜肉最好是五花肉，炖或是烤，直到肉的油都出来了，肥肉一夹就碎就可以了，那肉味就像东坡肉一样，但比东坡肉简单易做。笋香和肉香混于一体，美妙无比。拿来烧腊肉、排骨和鸡肉皆可。

春笋以黄泥拱为最好，即拱起泥土还没出土的笋，其中鄞州区横街镇的大雷笋为最佳。其他地方的

毛笋几元一斤，大雷的黄泥拱要近20元一斤，还供不应求。此笋除了特别鲜嫩，还带点甜味，实在是无上妙品。

春笋量大，一时吃不完也有好几种做法。宁波人有种做法是笋脯雪菜：把春笋刨成丝，和雪菜丝在大锅里共煮。煮熟后取出在太阳下晾晒，两三天后晒干后收之。那个季节里农家到处弥漫着笋脯雪菜的香味，真是好闻。可以存放到夏天时冲汤，加点煮熟的土豆或者蚕豆肉。现在做汤不多了，但用来烧五花肉和鲳鱼都是难得的好味道。

春笋切成几瓣，煮熟后晒干就是笋干，存放时间最长。过年时在水里泡软，和内红汤，和鲜笋烧肉的味道不一样，但同样美味，个人更喜欢笋干烤肉，那菜仿佛有太阳晒过的味道，更隽永。笋干和烤麸、香菇、黑木耳、黄花草、花生米等一起煮，就是著名的素八宝，久吃不腻。

毛笋在夏日竹鞭处长出的幼芽，为鞭笋。私下认为鞭笋比冬笋和春笋都好吃，特别鲜嫩。拿来做汤最好，切几片，和雪菜或者西红柿同煮，是消暑下饭的佳品，绝对开胃。

毛笋为发物，含草酸多，性寒，又含较多的粗纤维，做得不好感觉“拉嗓子”，有的人吃了要过敏，所以虽然美味，并不适合所有的人。但雷笋就不一样了，可谓老少皆宜。雷笋是雷竹的幼芽，雷竹又名早竹、早园竹，别名雷公竹，因为于早春打雷即出笋，故称之为“雷竹”。春节时也有雷笋上市，但那是裹糠覆盖后催出来的，不时不食，少吃为好。而春天的雷笋就不同了，是应季的佳品，尤其是清明前后的雷笋，本地人称之为大地笋，意为不用裹糠覆盖而是自然而长出来的。

雷笋的做法基本和春笋相仿，就是盐烤笋有区别。把整条雷笋洗净后放进土灶的大锅中，只加盐就够，最好是海盐。等笋的汁水慢慢收干，没有水分，盐均匀地附在雷笋上就可以了，一般要2-3个小时。此法加工的笋也叫羊尾笋干，密封后，最好是放在小缸里，可以保存一年。想吃时拿出一些，洗去盐粒，用水泡去些咸味，炒菜、做汤都行。用来炖排骨或猪蹄时，简单冲洗就行，这样就不用加盐了，咸鲜结合，适合夏季饮食。宁波人有种简单做法最适合吃泡饭或喝粥：把雷笋泡去些咸味后，撕成细长条，滴上几滴香油凉拌即可，比榨菜、萝卜干好吃多了。

山野之地有种比雷竹要细的野竹，它说产的笋乡人称之为野山笋。有空去采摘些来，清炒、炒肉、做汤都可，味道也很不错。

笋乃佳品，不妨多食。