

“内蕴深厚，丘生魅力”是中国扁鹊文化之乡——河北省内丘县的一句外宣词。在这里，除了全国中医药文化宣传教育基地扁鹊庙外，还有散落在乡野的诸如三皇庙、药王庙、皇姑庙、懿济圣母显泽侯庙等众多与中医文化有关的小庙，位于金店镇大辛旺村的药王庙便是其中之一。

一个天朗气爽的周末，我们拜谒了这座药王庙，感悟了医圣之乡中医文化的厚重与民间信仰的纯朴。

药王庙也称三皇庙，在大辛旺村的东南角，为市级文物保护单位。踏入庙门，绕过照壁就看见了药王庙的全貌。庙宇不大，地积亩余，其实这在乡村遗存庙宇里已经算是比较大的了。过去乡村庙宇一般建在村边路旁，大的三间，小的一间。药王庙遗存建筑不多，只有一座硬山顶的大殿。细观大殿，坐东面西，面阔三间，前挂廊檐，砖木结构，清代建筑风格突出明显。按照祭拜程序，香客进殿之前

一声呐唤，一份心暖，一种深情。一个人很难在同一时刻都真切地感受到了，每当我听完歌曲《时间都去哪儿了》，刹那间这三种感受涌了出来。感受宇宙之浩瀚，人间之渺小，世事之沧桑。

感悟时间，感悟生命情感。

“时间都去哪儿了”，一句大白话，直达心底，共生共鸣。时间之快，时间之平等，我们不曾认真思考的。别小瞧时间，它说长不长，说短不短。

一日三餐、昼夜流转、四季轮回，一年365天。它能让滴水穿石，铁棒磨针，都能看到时间的脚步与踪影，它不会再等谁，也不会停留在时光的原处。

《时间都去哪儿了》舒缓而深情的旋律，携着爱慢慢的、久久的流淌，我们会忘了哪年哪月的哪一日，却记住了《时间都去哪儿了》这首歌。时间无情人有情，时间在一分一秒的消失，而且无影无踪，我们都应倍加珍惜，珍惜亲情、友情、爱情，珍惜年轻，珍惜团圆，珍惜拥有的一切

难忘的记忆

张振国

奶奶从很远的老家来，带来了一个“瓷罐子”。

“啥东西？”我好奇地问道。

奶奶故意把瓷罐往身后一藏，带着神秘的笑容，看着我。到底是什么宝贝，我一時半会想不出来。

只见奶奶轻轻地把罐子放在桌子上，看看我，慢慢打开了罐子。别看奶奶只打开了一个小口，我便一下子猜出了“宝贝”的名字——韭菜花。

“对头”我的怪帮子。在奶奶面前，她永远都是宠溺地叫着我的小名。闻着这熟悉的味道，我顷刻间仿佛回到了童年……

那时，人们吃大锅饭，食堂供应一大家子人两瓢山药面汤，汤里有几个

半寸长的大葱咕噜，别说吃，看见就觉得难以下咽，带着“葱香”的饭我可是真的吃不下，但也舍不得扔掉，我只能忍着吃完。小时候，我身体特别弱，我奶奶从外地姑姑家借了一把山药面，把面排成小疙瘩，又从河岸上揪了一把山韭菜花，放在锅里清煮一下，还别说，这饭经过奶奶之手，真叫一个香啊，那山韭菜花的香，能穿过半条街道。后来，不知道什么原因，集体食堂停了火，每家每户开始另起锅灶。

平日里家里就没什么吃的，尤其是到了家里改善生活的时候，意见更为突出。其实说白了，因为家里条件不好，半个月家里才能喝上一顿面汤。

随意踏踏，
迈开大步，
我穿着这双雨靴，
土路红泥粘，
小道积水深，
成了军人的标配，
一双雨靴，
降雨频频，
滇南的湿季，
张集中

一双军雨靴

药王庙里悟内蕴

聿车

先要敬香，如今在殿前设就了一尊一米多长的铸铁香炉，炉内香火堆积半尺有余，可以窥见药王庙里的香火旺盛程度。香炉两旁立有两通重修药王庙的石碑，碑刻时间都不太长，最早的是民国十五年（1926年）的。庙内，顺着北墙壁下还堆放了一摞五米多长，一米多高的旧瓦、脊吻等庙宇建筑构件，构件下面压着半截石碑。这些旧瓦、脊吻整齐摆放，仿佛在向我们诉说着药王庙昔日的规模与身世。据庙内管理人员介绍，半截石碑上记载药王庙建于康熙十五年（1676年），已近350多年的历史了。

都说建筑是文化的载体，躬身亲近这些构件，我们便发现了它们身上的中医文化密码。你看这些瓦

当当头的纹饰，有的是菊花，有的是莲花、有的象茵陈，还有那脊吻上的金银花，光这些构件上的草本植物，就堆成了一面中药博览墙。起身再观大殿廊檐，两边垭头都是匠心独具的砖雕图案，左面的垭头上雕出的是一个繁体“诚”字，右面的垭头为繁体“灵”字，两字工整对称，象是给一进庙的香客提示，心诚则灵。字的下面，均是盛开的荷花和一对似麒麟的瑞兽，吉祥美好的寓意呼之欲出。

药王庙虽小，中医文化却很丰富。进入殿内，正中则是医祖伏羲、神农、轩辕三皇的泥塑坐像，左右为十位名医扁鹊、仓公、张仲景、刘河间、张景尧、孙思邈、华佗、李东垣、王叔和、朱丹溪的泥

塑站像。药王庙供奉的这些名医，他们都是华夏医学的大家，从远古到近代，延绵几千年，为世人所敬仰，回望他们的理论与实践，就是一部中医文化的发展史。

药王庙是民间小庙，民间小庙自然有民间传说。看完大殿，一位女性管理人员把我们带回了庙门后面，先让我们观察了一番放在墙角下的一个石臼，随后讲起了石臼的神奇故事。这个石臼一米多高，青石材质，臼口上面还有五六个半弧形的缺口，臼里盛着是刚下过的雨，看上去没什么特殊，只是一口普通的石臼，但是却很神奇，管理人员说石臼上面能取出一专治口疮、疙瘩、疖子、膀胱等皮肤病的药面。每年农历六月初六是药王庙

的庙会，远近的香客拿着铁制刀具排队到石臼上刮药。现在臼上的几个半弧形缺口就是香客刮出来的。我们好奇地问道，药效如何？她们自豪地说，很管用，这不，东边任县的还要拉过去，借几天用呢？然后，话锋一转，指着一旁的一个小庙又说，这就是疙瘩奶奶庙。我一愣，疙瘩奶奶庙，第一次听说，进去看看，果然，供奉的是疙瘩奶奶，应该是专治疙瘩的那位神灵奶奶吧。哎，民间信仰就是如此的纯朴啊！

我回到院内，思忖良久，这个石臼应是药王庙里捣药的用具，几个半弧形的缺口为人们轮番用杵的痕迹，这就越过了单人用药碾制药时的时代，见证了药王庙曾经制药的兴盛。至于从石臼上刮出的如此疗效好的药面的科学成分，那也许是积淀浸透在石臼上的中草药分子吧。看来药王庙里的中医文化真够深厚啊，不此虚行，内丘果然应了那句“内蕴深厚，丘生魅力！”

感悟时间

魏连敏

义、有质量、有价值。不虚度年华，不碌碌无为，圆满地答好《时间都去哪儿了》这一道心灵的试卷。珍惜了时间，也就是珍惜了生命。时间对谁都是公平的，我们要做时间的主人。也许，有的人是因为有几多的感伤，几多的惆怅，几多的幽怨，几多的沧桑，壮志未酬而身先老的酸涩、唏嘘和感喟，纷纷涌上了心头。也许，有更多的人是因为有几多的警醒，几多的惕厉，几多的奋发，几多的壮怀激烈，几多的时不我待，热血沸腾，激情澎湃。

我国古代著名教育家孔子，有感于生命和时间就像流水一样匆匆消失，发出“逝者如斯夫，不舍昼夜”

的慨叹。南宋爱国将领岳飞激励自己“莫等闲，白了少年头，空悲切！”美国大发明家富兰克林告诫人们，“你热爱生命吗？那就别浪费时间，因为时间是组成生命的材料。”古今中外这些做出了一番事业者的事例告诉我们，只有珍惜时间，奋发有为，生命才会充实而欢乐，富有意义和价值，从而焕发出光彩夺目的光芒，也才不会闻听“时间都去哪儿了”而惊心不安，因为“辛勤的蜜蜂永远没有时间悲哀”。

由此，如果你正是朝气蓬勃的青少年，就应该早早地树立远大志向，珍惜青春年华的每一分钟，付诸行动，在实现中国梦的伟大实践中

努力追逐自己的个人梦；如果你已是人到中年而尚未有所建树，就应该闻鸡起舞，积极振作，在实现中国梦的伟大实践中努力有所作为，“休将白发唱黄鸡”；如果你事业未成而已经年过半百，抑或是到了两鬓斑白的老年，也不能迟疑蹉跎，应该以“朝闻道，夕死可矣”的态度，在实现中国梦的伟大实践中，“只争朝夕”，争取失之东隅，而收之桑榆，免得“感时花溅泪，恨别鸟惊心”，“老大徒伤悲”。

只有这样，我们才不会辜负这个时代，也才不会在闻听“时间都去哪儿了”时，自怨自艾，黯然神伤。

永远的老师

李运发

您的眼神，
您的笑容，
您的话语，
您的举动。
依然那么清晰，
依旧暖我心胸。
您移动教鞭的身姿，
您授课的音声，
您红笔圈点的神态，
您对学生的至情，
这一切都在记忆里，
犹如皎洁的月亮永恒。
您为什么那么严厉？
为什么逗号也要纠正？
为什么噪声沙哑？
为什么深夜陪伴明灯？
我知道，我明白，
那是对您热爱为了学生。
当一届又一届的
校友会聚在一起，
朗朗的话语
表达了对您的崇敬。
端详着毕业照
倍感亲切，
耳边回响着
“好大一棵树”的歌声。
九月十日
是您的佳节，
那是祖国
送给您的喜庆。
捧一束大红花
献到您的手里，
万千桃李向您致敬！

在家里，我是男丁，深得奶奶偏爱，吃饭的时候，我是头份，原因是我不吃葱，给我盛一碗之后，再放葱花。剩在锅里的全是面汤，家里的姐妹对我意见很大，都认为我奶奶偏心，时间久了，我被惯出了坏习惯——不吃葱。说来也怪，越不喜欢吃葱了，就越喜欢山韭菜花的味道，我一年四季都离不开韭菜花。当地不好找，我就跑到远处去找，我四处打听有关韭菜花的信息。我们村有个百事通老人，事事都可以问他。

就这样，我知道了韭菜花的秘密所在地。第二天，天微微亮，我就跟奶奶走近路直奔梨花峪。梨花峪这个地方很偏僻，但韭菜花是真的多，我们实实在在地摘了一大包，回到家储存起来，等到过年的时候拿出来吃，它的味道无菜能及……

韭菜花以其独特的香味，让我一生难忘，其实，我知道，更难忘的是我对奶奶的无尽爱……

走过未来的飘雨岁月！
愿与您相伴前行，
我赞叹这军品质量！
它依然完好。
如今，
陪伴我度过了沧桑。
这一双军雨靴，
雨中风情悦心扉。
观赏风景，
我穿着这双雨靴，
扁鹊园漫步，
雨雾蒙蒙，
趟着积水走回来。
背起孙儿，
我穿着这双雨靴，
雨中接外孙，
上学下学，