

■名家茶座

■八面来风

为海带一呼

□彭友茂

海带的别名叫长寿菜，又叫昆布。对长寿菜这个别名，我从小生长在内地平原，很少听到这一科普说法。对海带又叫昆布更是一头雾水：不是说以前从未见过这个词，而是每次见了都不去查询这是啥东西，所以见过几回后，再见到它时仍然非常陌生。找个借口的话，也怨词典上对这个词的注释太学究气，一点不接地气。2012 年出版的《现代汉语词典》上是这样注释的：“昆布，一种海藻，生长在温带海洋中，长一米左右，黑褐色，固着在岩缝上。基部又状分枝，柄部圆柱状，像叶子的部分扁平，含有丰富的碘和氨基酸等，可入药。”

海带具有丰富的营养价值，归纳起来就是“四高一低”。

四高：第一是高钙。每一百克的海带里含有 1177 毫克的钙，非常高。第二是高铁。在每 100 克海带中含有 150 毫克左右的铁，可以补血。第三个是高碘。每 100 克含有 240 毫克的碘。正常情况下，成年人每天只需要 150 毫克的碘。人体的甲状腺分泌物中有一种物质叫甲状腺素，它能加速体内很多组织细胞的氧化，增加身体的产热能力，使皮肤血液迴圈加快，抗冷御寒。第四个就是高蛋白。它含有许多优质蛋白，是菠菜含量的 3 到 10 倍。

至于低呢，指的是低热量。海带几乎不含热量，按中医讲，海带性寒味咸，归经肝、肺、肾、胃，有软坚化痰、祛湿止痒、清热行水、美容乌发的作用。

就是这么好的东西，有些人不喜欢吃海带，看不起海带。

原因有二：一是海带看起来外表并不太美观，觉得喜食它的人，过去是贫下中农，现在是外出谋生的打工者等“下里巴人”。西装笔挺、头发梳得锃亮的人，顾盼自雄，觉得吃它有失自家“阳春白雪”的身份。二呢，有人一谈吃讲营养，便立马想到豪华盛宴，想到豪华盛宴上鲍鱼、海参、大闸蟹、大对虾等高档食材，而忘记和忽略了小众化的餐馆或路边露天大排档，照样能满足“舌尖上的享受”；从小众化的餐馆、路边大排档，到气派豪华的宾馆、酒楼的餐桌上，都照样会出现海带制作的佳肴美饌。

□刘吉同

则，你就无法解释，三千年来士大夫所酿造的“人间一股英雄气在驰骋纵横”的同时，也产生了赵高、邓通、李林甫、严嵩、蔡京，和珅等一长串大小贪官和奸佞。同样生活在孔孟的天空下，两路人何以如同云泥？这足以说明上之理论有着严重的缺陷。“苍天已死，黄天当立”。

很显然，今天的“弄潮儿”，要站在先贤的肩膀上，创造出超越古人的“治天下可运之掌上”的理论和实践，使官员“不敢贪、不能贪”，不敢鱼肉百姓。毛泽东在《论持久战》中说：“动员了全国的老百姓，就造成了陷敌于灭顶之灾的汪洋大海。”消灭日本侵略者是这样，消灭今天的腐败分子，亦然也是这样。

因此，新的文明和实践，断不能少了“陷敌于灭顶之灾的汪洋大海”这个大力量。



青青的草原

李昊天 摄

■灯下漫笔

本文标题取自百花洲文艺出版社 2022 年 8 月出版的季羨林生活散文集的书名。它遴选 46 篇经典文章，涵盖了季老的人生经历、处世哲学和生活游记等主题。季老质朴的文字中饱含深情，让我印象最深刻的则是季老的“天真”，他始终坚持不被俗世繁华裹挟，回归生命的至真至纯，活得通透而豁达。

何谓“天真”？从字面释义，就是天生下来所具备的那种纯真，没有经过社会污染的纯洁与善良。不知何时，它却成了幼稚、无知的代名词，为聪明人所不齿。其实，对老人而言，真正的天真绝非幼稚、无知，而是阅尽世间沧桑后，依旧葆有内心的纯真。用天真的眼光看人生，多一份豁达洒脱，才能抵挡世事沧桑。一般人对记性衰退避之唯恐不及，季老的《忘》却极力推崇“忘”，认为如果不能忘记，痛苦就会时刻像初产生时那样折磨着你。季老在《难得糊涂》一文中认为糊涂有真假之分，要区别看

士大夫精神探源

闷，这些人生长在“黑云压城城欲摧”的皇权专制时代，他们的思想和品格资源来自哪里？

来自孟子的思想。孟子曰：“人皆有不忍人之心……以不忍人之心，行不忍人之政，治天下可运之掌上。”什么是不忍人之心？孟子说：犹如“今人乍见孺子将之于井，皆有怵惕、惻隐之心”。而且这样的“怵惕、惻隐之心”，没有任何功利。不是为了“内交于孺子之父母也”，也不是为了“要誉于乡党朋友也”，而纯粹出自本能的同情心，是没有任何污染、纯天然的“心灵之光”。

对士大夫的高风亮节，孟子曾经做了精辟的概括：“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”。

王阳明的“心学”认为：“心即理也。此心无私欲之蔽，

□姚华飞

秘密

秘密是指有所隐蔽，不为人知的事情或事物。隐蔽则是隐藏秘密，不让别人知其内情。

“秘密”两字最早出自于《晋书·刘隗传》：“隗虽在外，万机秘密皆豫闻之。”《朱子语类》卷一一五：“今人以为此事如何秘密，不与人说，何用如此。”“谋成于秘，败于泄。”那些有所隐蔽，不让别人知道，即所谓“隐而不宣，隐而不露”的事项，就是人们通常说的秘密。

保守秘密是中国共产党的优良传统。

1921 年党的一大通过的《中国共产党第一个纲领》就规定：“在党处于秘密状态时，党的重要主张和党员身份应保守秘密。”次年召开党的二大再次强调保守秘密的重要性。而在之后修改党章和入党誓词中都规定了秘密的规范语言。“遵守党的纪律，永不叛党（秘密）。”隐蔽战线统帅周恩来是这方面的杰出代表。

周恩来和邓颖超是半个世纪的生死夫妻，他们共同参加地下的秘密斗争，一起走过二万五千里长征，又同住延安窑洞，经历了血与火的战争考验。建国后，各自是党的高级干部，同住海棠花盛开的西花厅。夫妻俩相濡以沫，情深似海。在保守党和国家的秘密中，体现了严守机密、从不泄密的原则性。

1927 年，党中央派周恩来担任党的前敌委员会书记，到南昌领导起义。7 月 19 日要离开武汉的时候，才对邓颖超说了句：“我今晚去趟九江。”去九江干什么，何时回来，都没有说，邓颖超也没有问。直到 12 天后，国民党在报纸上登了南昌起义的消息，邓颖超才知道自己的丈夫做了惊天动地的大事。

上世纪 60 年代，张爱萍上将驱车来到西花厅，他是从罗布泊大漠深处指挥部队和国防科技人员成功地进行了中国第一颗原子弹爆炸试验完毕，刚回到北京，来向周总理汇报核试验过程的。

为了感谢这位将军，周总理和

夫人设便宴请他吃饭。席间，总理和将军共同举杯。“为中国的第一颗原子弹爆炸成功干杯！”坐在旁边的邓颖超一边给张爱萍夹菜，一边笑着对张爱萍说：“爱萍，今天大姐可要说你了，这么大的事情，恩来回到家里，对我的嘴封得很紧，滴水不漏啊！”说着她向丈夫投去嗔怪的一瞥，这是邓大姐多年的习惯了。接着她又说道：“可你呢？也该给大姐通通气嘛！”“大姐，冤枉啊！这是总理的规定啊！不让给任何人讲啊！”张爱萍立即向邓颖超解释。“是我的规定，参加核试验的人员一定要保密，不能向外人讲，包括自己的老婆孩子。这是保密纪律。”总理马上为张爱萍解围。

周恩来夫妇在西花厅一住就是 25 年。西花厅也是总理办公的地方。周恩来的办公室一共有三把钥匙，一把在警卫员手中，一把在机要秘书那里，他自己的一把白天总是在身上，睡觉时压在枕头下面，只有出国时，才把钥匙交给邓颖超保管。邓颖超像接受保密任务一样，把钥匙收藏起来。有一次，周恩来出国走的很匆忙，到机场才发现钥匙还在口袋里，就把它封在信封里，托机要人员带给邓颖超。他回国后，见到邓颖超第一件事，就是让邓颖超把钥匙交还给自己。周恩来接过信封一看，笑着说：“噢！你连信封也还打开检查一下？”邓颖超说：“你怎么交给我，我就怎么还给你。”周恩来笑声更响了：“我忘了告诉机要员一声，这个信封里还有我写给你的一张便条哩。”

周恩来夫妇严守党和国家的机密，从来都是一丝不苟，以身作则的。1974 年 6 月 1 日，周恩来因癌症晚期住进了位于北海公园西侧的解放军 305 医院。

一天，周恩来夫妇亲切地交谈。周恩来说：我肚子里装着很多话没有说。邓颖超也说：我肚子里也装着很多话没有说。

就这样，这对一生为党奋战的革命伴侣，彼此深情地望着对方，相对无言，沉默了很久。他们终生遵守党严守秘密的纪律，把没有说出的秘密埋藏在各自的心底，一直到生命的终结。