

《汜水县志·地理·沿革》记：汜水，古东魏之地。周穆王命畜虎于此，因命虎牢。后魏为郑所灭。春秋为制邑……

我们知道，我们的省会郑州也叫“商都”、“商城”，至今还保留着商代文化遗址。那么在距今3600多年前的商朝时期，上街如何呢？那时候，这块地方叫“囂”(ao)地，这个字是个会意字，是喧哗、声音响而热闹的意思。说明在商朝时候，上街这个地方就居住着许许多多的人口，整日里熙熙攘攘，热闹非凡，是当时政治、经济、文化的一个中心，应该是商都郑州的一部分。西周时期，这里是东魏都城，叫作制邑。相传公元前1122年，周武王推翻商朝统治后，封他的叔叔姬仲于祝融之墟。史称东魏国。也就是这里曾是周武王给他叔叔的封地。封地的中心据说就在上街区的老上街村。几年前，我们在通航路和科学大道之间新挖了一处人工湖，取名就叫东魏湖，其出处也在这里。大家想象，作为东魏国的都城所在，那个时候的上街能不熙熙攘攘、热闹非凡吗？

东魏国还有什么故事呢？那个时候有个神医叫做扁鹊，就生活在上街这一带。据说有一次，东魏国太子病危，扁鹊为他治疗，让他起死回生。魏国太子感恩戴德，就为扁鹊修了一座庙宇，叫扁鹊庙，也叫卢医庙。这个庙也在老上街村，是郑州市文物保护单位。据卢医庙碑记载，自汉代以来，历朝历代都对卢医庙进行修缮，庙内主要供奉扁鹊，后来历代名医也位列庙内接受礼拜。近年来，上街区对卢医庙进行了再次重修，成为我们这个地方的文化和对外交流的一张重要名片。



文化和对外交流的一张重要名片。

其实，扁鹊这个名字我们并不陌生。我们上小学的课本里就有过一篇文章叫“讳疾忌医”，里边讲述的就是神医扁鹊的故事。讳疾忌医也是我们在现实生活上常常讲到的一个成语，本意是隐瞒病情，不愿就医。比喻那些掩盖自己缺点、错误，不愿改正、顽固不化的人们。

说远了，还是来讲卢医庙的故事。

据说到了春秋时期，卢医庙香火格外鼎盛，影响波及到现在的河北、山西、开封、郑州等地，尤其是春夏之交的时候，这里人山人海，车水马龙，昼夜喧闹。以至于后来，人们来这里拜医，求药，进行药材交流和销售，逐步形成闻名全国的中药材市场，直到新中国建立初期，这里仍然是全国中药材交易的集散地。

影响巨大的庙会全国性的药材市场，使上街一度成为商业文化中心。每年农历的四月初八和十一月二十五，两次古庙会药材大会期间，河南、河北、湖北、陕西、甘肃、宁夏等地的药材商人会聚集这里，期间，这里白天人山人海，川流不息，晚上更是灯火通明，繁华一片，因中药材交易而带动的餐饮、住

宿、文化、娱乐、交通、运输等服务行业也异常繁荣，而那些到卢医庙烧香求药、祈祷平安的善男信女也成为这里稳定的商业资源。历史悠悠，日复一日，年复一年，这里就形成了商业比较集中的地方，成为古代名副其实的商业街，简称商街。或许是当地人发音比较重的缘故吧，商街被叫成了上街。今天的上街由此而得名。

由此可以再推论，无论人们称上街为上古之街也好，商朝之街也罢，或者就是商业街的口音误读，归根结底说明的就是一个道理，那就是我们现在居住的上街之地，自古就是个繁华之地。我们现在经常说“文化搭台，经济唱戏”，这句话不是现代人的创造和发明，而是我们先人们的智慧结晶。

上街，就是在这样璀璨的古文化之中崛起和发展的。

上街还有什么故事呢？

在上街区的西部有一个很有名的村庄叫石嘴村，这里石底山环绕村庄，汜水河穿村而过，山清水秀，风景格外优美。这个村子的中间，有个玉仙圣母庙，整个庙宇红墙黄瓦，金碧辉煌，雄伟壮丽，以崭新的面貌，屹立于石

底山头。这是该村在2014年重新修复完善的一座庙宇，也是我们这一带保存最完好的一座玉仙圣母庙。那么，玉仙圣母是谁呢？为什么要修建庙宇来纪念她呢？玉仙圣母的名字叫嫫祖，她是轩辕黄帝的妻子。在那远古时代，我们的祖先们还没有衣服穿，他们用树皮、兽皮裹身，用野草遮羞……是这位聪明的嫫祖，从蜘蛛吐丝结网中得到启发，她教导她的臣民种桑养蚕，结茧抽丝，织成丝绸，做成衣服，让普通百姓来穿。在人类发展史上，嫫祖人钻木取火，让我们祖先吃上了煮熟的食物，这是人类文明发展的一大进步。而聪明的嫫祖，让我们的先人们穿上了衣服，把我们的先人带进了人类文明的另一个时代，她被后人尊称为“人文女祖”。现在，我们国家正在沿着古丝绸之路进行“一带一路”建设，那么，古丝绸之路的源头到底在哪里？我们可以骄傲地说，古丝绸之路的源头就在我们这里，在我们这一带。为什么这么说？因为嫫祖的故里就发生在我们这里，几十座分布在我们这一带的玉仙圣母庙也是有力的证明。在我们东南不远有河南省文物保护单位“织机洞”遗址，据说那里就是玉仙圣母带领先人们养蚕缫丝的地方。在我们东北旖旎河北岸的青台村，有一处仰韶文化遗址，里边发现了最早的丝织品遗物，那里被认为是古丝绸之路的源头地。丝绸是中国对全人类的一大贡献。石嘴保存完好的玉仙圣母庙，是华夏民族对人文女祖的最好纪念，也是上街人的骄傲。

(未完待续)



我虽非深谙茶道之人，却尤喜氤氲茶香之间，弥漫的那种沁入心扉的情愫。午后泡上一壶茶，望着窗外的绿树红花，握杯慢品，个中滋味自是比贾平凹先生的消暑一绝“以唾液沾双乳上，便有凉风通体”来的舒爽惬意。

水在杯中新鲜透彻，生机盎然，茶在水里回旋翻飞、自如舒展，恰似美人曼妙的舞姿，正如北宋大才子苏东坡所言“从来佳茗似佳人”，况且还有浓浓的人情味藏在里面。古人虽无现代化的降温器物，却早已洞察到了饮食避暑的功效，据成书于南朝梁代的《荆楚岁时记》所载：“伏日进汤饼，名为消夏”。“汤饼”是一种煮熟的面食，本身并非清凉之食，然而若喝上热气腾腾的一大碗，通过出一身汗可以带走体内大量热能，恰似于夏日饮热茶。唐人卢仝，更在《七碗茶诗》中，对品茗消暑的方法不尽溢美之词，他写道：“一碗喉吻润，两碗破孤闷；三碗搜枯肠，唯有文字五千卷；四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散；五碗肌骨清，六碗通仙灵，七碗吃不得也，惟觉两腋习习清风生。

夏日饮茶，茶具宜用大碗，泡好的茶水自壶中倾而下，浇上满满当当一大碗，倒茶溅起的细沫撒落在桌面上，自不必去管它。此时，你只须敞开心襟，扬起脖子，“咕咚咕咚”畅饮一番，浑身的毛孔刹那间“张大了嘴巴”，由内到外不由自主地爽快，难以言表的惬意，好一个淋漓尽致！北宋梅尧臣在《中伏日妙觉寺避暑》一诗中写道：“高树秋声早，长廊暑气微。不须河内饮，煮茗自忘归。”此乃“识得此中滋味，觅来无限清凉”之人也。在燥热的夏日，携三五好友，觅一片古树参天、宁静幽邃之处，以清茗润喉，或话桑麻或论春秋，真可谓消暑纳凉之至境。

除却清香怡人的感官享受，茶还饱含养生保健之道。黑茶减肥降压，绿茶延缓衰老，红茶预防流感，花茶缓解抑郁，常饮茶还能降低癌症的发生。夏日多饮茶水，更有助于我们的身心健康，祛燥散火，清心明目，提神解乏，生津止渴，益处良多。特别是，如今无论在工作中，还是日常生活里，我们都已离不开电脑，电脑辐射对人体的危害甚大，而茶叶含有防辐射物质，对电脑辐射能起到一定的防护作用。

与其蜗缩在空调屋里，饱受冷气透体的袭击，不如端坐于凉亭树下，用热茶引来清凉伴夏。清彻亮白的水中，搁上几片碧螺春，撒上几朵杭白菊、几颗枸杞，淡黄中隐隐发红，黄红之间又透出一缕浅绿。茶在杯中起伏舞动，人在茶里沉寂苏醒，有了茶香相伴，抬眼望去，整个夏季都是碧绿的，都是清爽的，都是凉风习习的。

## “三上成文”美，书香飘香芬

文/曹世忠

在康百万庄园，有一个引人注目的景点，那就是“三上成文”。

走进“三上成文”室内，对面墙壁上贴了一张极为素朴优雅的古人读书图，下面放着一张张条几，条几上摆满了四五本学习的书。这是康家让孩子在上厕所的短暂时间里，为他们创设的学习氛围。也许这时间只有五六分钟，或者更短一些。但康家人却别出心裁，为孩子的成长提供更便利条件，实在是难能可贵。那么，在门楣上镌刻的“三上成文”这几个大字，又来自何处呢？

原来，来自北宋政治家、文学家欧阳修惜时而刻苦读书的一个典故。

欧阳修(1007年8月1日-1072年9月22日)，字永叔，号醉翁，晚号六一居士，汉族，吉州永丰(今江西省吉安市永丰县)人，且在政治上负有盛名。因吉州原属庐陵郡，以“庐陵欧阳修”自居。官至翰林学士、枢密副使、参知政事，谥号文忠，世称欧阳文忠公。与韩愈、柳宗元、苏轼、苏洵、苏辙、王安石、曾巩合称“唐宋八大家”，并与韩愈、柳宗元、苏轼被后人合称“千古文章四大家”。

“冰冻三尺，非一日之寒。”欧阳修之所以成为在宋代文学史上最早开创一代文风的文坛领袖，与他发愤图强，抓紧一切可以利用的时间读书的态度密不可分。“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”他在《归田录》里回忆自己的人生经历时说道：“余平生所作文章，多在三上，乃马上、枕上、厕上也。”于是，康家从欧阳修的惜时中受到启发，将此含义镌刻在门楣之上。

这就是康家“三上成文”命名的由来。“三上成文”是欧阳修从惜时而走向成功的生动剪影。“三上成文”凝结着康家人重视教育后代的智慧结晶。在这里，笔者不禁要为康家的教育智慧点赞。

创设氛围，书香醉心。也许，在洗手间放置书本的方法在今天已时过境迁，不被孩子们所接受。但在几百年前，康家能千方百计给孩子创设好的学习环境，就具有高瞻远瞩的战略眼光，难能可贵。因为他们懂得，“富不过三代”，要使自己的家业世世代代相传，不培养孩子惜时的学习精神是不行的。而良好的环境，才能为孩子的成才打下良好的基础。这正是康家的过人之处，也是他们富裕十二代兴盛三百多年的原因……

树立楷模，激励后人。欧阳修是文学大家，是历史上一个有口皆碑的人物，而他的惜时、刻苦学习精神，看得见，摸得着，实用，管用，极易易被孩子接受。他的“三上成文”即含蓄，又意味深长。当孩子们抬头看见这个房间书写那几个字的时候，自然想起欧阳修成名的秘诀，心头自然升腾起一种奋发的力量！久而久之，潜移默化，积水成河，粒米成箩，他们的进步就非常可观了，不是吗？



每个人一生要走许许多多的路，平坦大道、蜿蜒小径、陡峭山坡也许你都走过，但有不少人在走过这些曲折路、经历了艰难险阻之后蓦然发现——自己又回到了原来地方，一步也未走出。

其实，世上没有走不出的路，走不出的只是你自己。也许你曾经春风得意一帆风顺，你走过的足迹全是一颗颗闪亮的明星，但闪亮的星星只有别人才能发现才能看得清楚，你自己晕乎乎的，早已迷失了自我，你是否感到一丝悲哀？也许你曾经遭遇坎坷受尽折磨，你留下的血痕辗出一部生活的苦难史，而在太阳的照耀下，谁也没有看见你的沉重，你的泪水里难道只有委屈吗？也许你曾经高傲地说高傲地做高傲地活或者谨慎地说小心地做惊心地活，但这一切并没有使你成为仙人掌受人敬仰，你不会引起人们的喜怒哀乐。

应该明白，阻止你向上攀登的，不是磐壁千仞的巨峰，而是你自我的屏障挡住了你的视线；你不能往前走，不是道路越来越泥泞坎坷，而是你自己看不见路标迷失了方向……

走出自己，实在不是一件容易的事。过去的成败得失、悲欢离合、荣辱起落，现在的阴晴圆缺、轻重缓急，织成一张巨大而无形的网，感觉得到摸不着，紧紧缚住你的心，让你明明白白地活着而又分不清东南西北。

走出了自己，远方的诱惑盛开一片多彩的风景。这是一片温馨的土壤坚实的土壤，只在这土地上一站，你就像一粒种子一棵大树一枚太阳一道彩虹，你身边吹来清爽的风，你脚下流动清澈的水，你的四周撒满信心、勇气、力量，你的眼里放飞希望，你就是卓尔不群的骑士。

当然，人的一生需要不断地走出自己，而走出自己的过程，就是超越自己的过程，净化自己的过程，放飞自己的过程。走出了自己，并不意味着你永远地走出了自己，隔一段时间，似乎又回到了原来的地方。不要紧，每当这个时候，就是你下一次走得更快更稳更远的起点。人的一生就在这样不断地进行着，走出自己——回到自己——走出自己……

井冈赞：何为天下第一山？井冈精神溉心田。坚定执着追理想，枪杆子里出政权。开辟革命根据地，星星之火可燎原。

实事求是闯新路，不可教条不自检。失败挫折何畏惧？总结教训悟经验。三湾改编肃纪律，党的支部建在连。高举旗帜明方向，主义思想不可乱。艰苦奋斗攻难关，五次反围惊世间。

依靠群众求胜利，敢教日月换新天。边听边记边思考，激动人心泪洗面。将今比昔有何苦？珍惜工作莫等闲。各行各业有顺逆，不屈不挠志须坚。学习先烈之胸襟，加油充电为明天。浩然大气立乾坤，追梦不止勇往前！

当好政协委员：罗霄井冈风光好，红色学习热情高。教授讲课话政协，珍惜光荣美称号。懂得政协明职能，学会协商有情操。善于议政出良策，服务大局见实招。严肃纪律讲规矩，注重品行不自傲。没有调查不发言，深入研究出报告。谋求最大公约数，发挥优势角色到。精英意识须强化，掌握实情基础牢。有言有论有影响，无私无畏无烦恼。

我的红军哥：打土豪、分田地，命从土地来革起。真心实意为农民，打破封建之根基。可亲我的红军哥，井冈山上建根据。红色火炬高高举，只为人民谋利益。可爱我的红军哥，胸怀天下有情义。初心使命永不忘，坚守理想身可立。可敬我的红军哥，丰功伟业不忘记。井冈山上红旗飘，红色基因永传递。



## 四季小咏 ——党的生日感怀

诗/陈杰

春光明媚春意浓，秋清气爽秋菊黄，百花争艳艳嫣红，千姿艳染似春光。一溪明月一溪柳，一山枫叶一樽酒，一树桃花一汪情，向阳黄花向阳香。

夏日炎炎热风清，冬梅傲雪冬红妆，池塘清漪烟雨中，凌寒玉立凌风霜。一天莲叶一天碧，一任清幽一任雅，向日荷花向日红，一枝独秀一枝香。

## 夏日书

诗/刘斯威

沐浴阳光 任由温度灼烧 时间如一位浪人 把疲惫的身体交给沙发

夕阳靠在肩上 夏季的旋律诠释倩影 演绎沉醉的光阴

尝试写一份信 小心翼翼地将它叠起 跟着幸福的时光飘向远方 绚丽的朝霞编织未来

登黄洋界哨口，黄洋林海翠无边，云雾缭绕入梦幻。登临哨口极目望，一幅神画挂面前。九十年前响炮声，壮烈井冈保卫战。大小五井共存亡，竹钉防线借天险。石滚木奔奔下，火器土炮炮轰。众志成城相呼应，铁筒不破胜利坚。同仇敌忾士气高，敌人围剿成灰烟。

思英雄：井冈山上敬英灵，献花追思心沉重。遥想当年谁



怕死？极端艰难不屈从。真理不是喊口号，真刀真枪真革命。主义信仰比天大，气概意志贯长虹。几千红军几万众，一二十岁多年轻。英雄有名与无名，人民永远铭心中。

八角楼：圣迹茅坪八角楼，无限感慨涌心头。油灯下面谁文章？总结经验过关口。解疑红旗打多久，壮心不已志未酬。红色政权如星火，照亮前路燃九州。

神山村：井冈深处有农家，习总曾经来视察。访贫问苦暖人心，神山秀美传佳话。上街政协寻足迹，学习认真人人夸。美丽乡村在眼前，井冈精神传天下。

重走红军路：重走当年红军路，穿林涉水荆竹谷。多少艰辛与困苦，一边体会一边悟。雷打石上谁宣布？三大纪律出此处。革命军人靠此胜，纪律严明行无阻。

水口瀑布：银链飞溅千万重，仰视犹如百条龙。大美井冈绝佳处，水雾弥漫入仙境。登火炬广场：登高一揽茨坪画，巍巍火炬迎朝霞。星火相传好传统，红色基因满天下。

忆双雄：风云际会同庚士，同年同月同日死。井冈双雄英灵在，袁王功绩铸红史。

忆曾志：大爱大义有曾志，女人母亲和战士。功勋老人守初心，精神不死照青史。

乐观江满凤：先烈后人多乐观，恪守本分天地宽。自食其力江满凤，井冈精神代代传。

学后感：井冈学习整七天，依依不舍多留恋。井冈斗争启胜利，井冈精神记心田。上街政协学习班，浓浓情意多温暖。汲取营养加加油，初心不忘充充电。学有所用添动力，转型升级不畏难。咬定发展不放松，上街明天更灿烂。