



## 每周金句

坚定的理想信念，永远是激励我们奋勇向前、克难制胜不竭的力量源泉。全党同志特别是各级领导干部要不忘初心、牢记使命，始终保持清醒头脑和政治定力，坚持和加强党的领导不动摇，坚持和发展中国特色社会主义不动摇，坚持实现中华民族伟大复兴的宏伟目标不动摇，锲而不舍把革命先辈为之奋斗的伟大事业推向前进。

——习近平2020年6月8日至10日在宁夏考察时的讲话

散文

面对美食，相声艺术家可以伶牙俐齿，舌灿莲花，而作家梁实秋先生更是字斟句酌，妙笔生花。一部《雅舍谈吃》可以说是“嬉笑怒骂皆成文章，舌尖记忆唇齿留香”没人能拒绝美食，美食有时不仅仅是一种食物，也是一种情怀一种记忆。

从食物的多样性可以窥见一个地区的发展水平。随着社会经济的进步，人们餐桌上的美食有了越来越多的选择。如今，想要享用热带水果不再是奢望。超市里琳琅满目的各色水果应有尽有，供应充足，品质优良。不再是季节限制了口味的选择，而是人们可以在任何时候，随心所欲地选择自己喜爱的食物。

回首往昔，姥爷在临终时候想吃一根香蕉，终究未能如愿成了母亲永远的痛。那是一个寒冷的冬天，乡间的屋子里枯瘦的姥爷躺在炕上，他的呼吸微

散文

历史上，克什克腾祭敖包以公祭为主，并有固定的敖包，即元代命名的五大海日罕。

海日罕翻译成汉语有山岳的意思，克旗有五大海日罕，这些山岳很像是桌子，上面很平坦，能放两岁子马。海日罕是高山和草原相结合产生的一种地理形态。每个海日罕都有供人祭祀的神。祭祀日期是每年的农历五月中旬。

罕山保佑是当地牧民的口头禅。老年人经常讲：“克什克腾旗五大海日罕，护佑离乡外出的游子。远行的游人，只要向五大海日罕诚心祈祷，就会逢凶化吉，好运当头，生活幸福。”

最具有特色的是祭白音珠日和敖包。白音珠日和敖包解放后停祭，1982年开始恢复祭祀。1987年春天，十世班禅确吉坚赞大师赠金佛一尊，于白音珠日和山安放。每年农历五月十三，随着芳草泛绿，数万人于此诵经、献哈达、摔跤、赛马、摆摊、汇演，十分热闹。

还有一个海日罕叫陶高海日罕，位于克什克腾旗柳林乡。陶高海日罕敖包前立有蒙汉文字两个牌楼，这是在克什克腾历史文化记载中出现的新事物。

据说，这里原来住着一个蒙古人，他从这里迁走以后，汉族人开始祭祀陶

## 食物

■红酒

也不会发生这样的事。

美食不仅滋养身体，更是心灵的一种治愈。每一种美食都承载着特定的情感和记忆，它们是时光的见证者，记录着故乡的味道和远方的风情。在生活的旅程中，有些美食不仅是简单的食物，它们如同魔法般，唤起我们心底深处的情感和回忆，让过去的岁月在味觉的触发下重新展现。

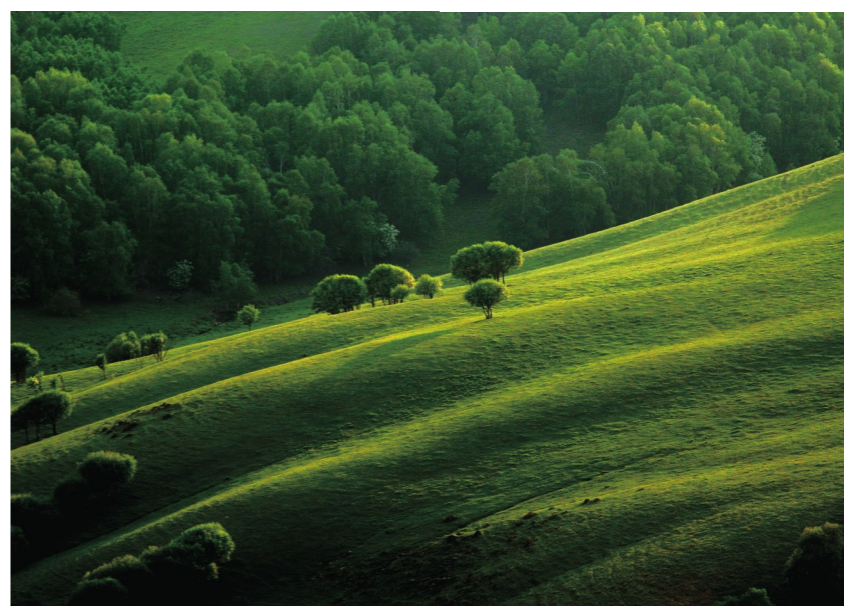
在陕西打工的那段时间，生活虽然简朴，却也因为吃过一种叫做凉皮的美食而留下深刻的记忆。这种香辣劲道的小吃，每一口都让人回味无穷。回来后，一直对这美食念念不忘。一次，逛街时不经意间发现，路边摊上也有卖凉皮的。当时心中涌起一股莫名的激动，仿佛又回到了那个骄阳似火的夏日。凉皮的香气扑鼻而来，让我情不自禁地走了过去。摊主是一位和蔼的大妈，一碗晶莹剔透的凉皮淋上辣椒油和醋，然

后撒上一把花生碎和葱花，用筷子搅拌均匀。那一刻，仿佛时间静止了，只剩下凉皮的诱人香味和熟悉的味觉记忆。轻轻地吸入口汤汁，感受到那浓浓的陕西风味，香辣的汁液在舌尖上翻涌，酸辣的味道在喉间扩散，仿佛所有的感官都被唤醒了。记忆中的味道终于在这一刻得到了再次的验证，而我心中的愿望也终于得以实现。凉皮不仅是一种美食，更是一种情感的延续。它承载着对陕西岁月的怀念。

食物的变迁如同社会的镜像，深刻地反映了人类社会的发展和进步。食物的丰富和供应充足，让人们不再为基本的口粮而烦恼，而是在追求品质和多样性的同时，享受着生活的丰富和多彩。打开人们心灵深处的记忆之门。每一道美食背后，都承载着无数个家庭的故事和岁月的痕迹。铭记过去，珍惜现在。

## 五大海日罕

■张汉明



摄影 张今卓

高海日罕。陶高海日罕的神灵是文人，所以，到目前，这里出现过许多知名人士。这里每年下72次大雨，由于雨水充沛，年年粮食大丰收。祭拜陶高海日罕的汉族人，每年的农历正月十六进行小祭，农历六月十三，用牛车拉来羊，然后用海日罕顶上的泉水煮羊肉吃。

陶高海日罕就像一个长方形的桌子，东西走向，海日罕顶较为平坦，南北

长约1000米左右，东西长约80米左右。从陶高海日罕南麓向上登顶，有两个像哨兵样的岩石，离此大约800米左右，有祭祀的十三敖包，呈南北走向。在祭祀敖包前，立着旗杆，祭祀主敖包前有两个石碑，左侧是用火山岩石制成的石碑，长80公分，宽15公分，石碑正中刻有“赛汗佛神位”的字样，左下方有“乾隆五十五年九月口日”（即1790年），

右上方有模糊不清的蒙古文字。

从陶高海日罕祭祀敖包向西走70余米，有个像扣锅状的小岩石，陶高海日罕由此得名。锅状岩石的东西和南北各有两个山泉。二十世纪九十年代泉水向上喷涌一米左右，近几年，泉水干涸。传说，锅状岩石下面有金马驹，四蹄各踏一眼神泉嘶鸣。

敖包是蒙古民族文化的代表形式之一，人们通过这种形式祈求风调雨顺，人畜平安。也有人说祭敖包是蒙古人为纪念发祥地额尔古纳山林地带而形成的，表示对自己祖地的眷恋和无限的崇敬。

克什克腾旗的祭敖包是非常隆重的，虔诚的信徒们多远都来，年年来，有的步行来，有的提前一天就在附近扎下蒙古包住下。

我每年都会收到朋友的邀请，希望我回家乡参加祭敖包，体验民俗。祭敖包从民俗民间的角度，反映了长期以来蒙汉各族人民在享受着良好的生态馈赠的同时，对大自然的养育心怀感恩。一年一度的祭敖包活动让敬畏自然、顺应自然、与自然和谐共生的朴素的生态意识，在人们心中扎下了根。

## 写诗的日子

■张巨文

写诗的日子

是靠直愣的目光掌灯的日子

被年岁冲刷的旧事

在灯影里越来越清晰

醉吃流淌在夜河里

河虾向倦成灵感

辛苦地捞取月明星稀

小河边胶泥里的“石猴”

铭记着几十年前的蜗牛

奋斗时喘过的气息

思绪织不成床

写诗的人

是在网上失眠的盲蛛

茧里挣命的蚕蚁

## 克什克腾植物

## 克什克腾旗植物志——蕨类植物门

### 1. 粗根老鹳草(牻牛儿苗科 老鹳草属)

别名: 块根老鹳草

**形态特征:** 多年生草本。根状茎短，直立，下部具一簇多数长纺锤形的根根；茎直立，具纵棱，常二歧分枝。叶对生，基生叶花期常枯萎；叶片肾状圆形，掌状5~7裂几达基部，裂片倒披针形或倒卵形，不规则羽状分裂，小裂片披针状条形或条形，顶端锐尖。花序腋生，花序通常具2朵花；苞片披针形或狭卵形；萼片卵形或披针形，顶端具短芒，边缘膜质，背部具3~5脉；花瓣倒卵形，淡紫红色，蔷薇色或白色带紫色脉纹，内侧基部具白毛。花期7~8月，果期8~9月。

**生境:** 生于森林带和草原带的山地林下、林缘草甸、灌丛、湿草甸。

**水分生态类型和区系地理成分:** 中生草本。东古北分布种。

**经济价值:** 根、茎、叶含鞣酸，可提制栲胶。全草也做老鹳草入药。



### 2. 老鹳草(牻牛儿苗科 老鹳草属)

别名: 鸭脚草

**形态特征:** 多年生草本。根状茎短而直立，具很多略增粗的长根；茎细长，直立或匍匐，具纵棱，中部以上多分枝。叶对生，肾状三角形或三角形，多为3深裂，下部叶亦有近5深裂者，基部心形，裂片卵状菱形或卵状椭圆形，先端尖，上部边缘有缺刻或粗锯齿，齿顶端有小凸尖，侧生裂片小于中央裂片。种子黑褐色，具微细网状凸起。花期7~8月，果期8~9月。

**生境:** 生于草原带沟谷林内、林缘、灌丛、河岸沙地。

**水分生态类型和区系地理成分:** 中生草本。东亚分布种。

**经济价值:** 全草入药，能祛风湿、活血通络、止泻痢，主治湿痹痛、麻木拘挛、筋骨酸痛、泄泻痢疾。



### 3. 野亚麻(亚麻科 亚麻属)

别名: 山胡麻

**形态特征:** 一二年生草本。茎直立，圆柱形，光滑，基部稍木质，上部多分枝。聚伞花序，分枝多；花梗细长；萼片5，卵形或卵状披针形，具3条脉，先端急尖，边缘稍膜质，具黑色腺点；花瓣5，倒卵形，粉红色、紫蓝色或蓝色；雄蕊与花柱等长；柱头倒卵形。蒴果球形或扁球形，种子扁平，褐色。花果期6~8月。

**生境:** 生于草原带的干燥山坡、路旁。

**水分生态类型和植物区系地理成分:** 中生草本。东亚分布种。

**经济价值:** 茎皮纤维与亚麻相近，可作人造棉、麻布及造纸原料等。种子供榨油，又可治便秘、皮肤瘙痒、荨麻疹等。种子入蒙药(蒙药名: 哲日力格·麻嘎领古)，能镇“赫依”、润肠、拔脓，主治眩暈、皮肤瘙痒、便秘、肿块。



### 4. 垂果亚麻(亚麻科 亚麻属)

**形态特征:** 多年生草本。茎多数丛生，中部以上叉枝分枝，基部木质化，具鳞片状叶；不育枝通常不发育。茎生叶互生或散生，狭条形或条状披针形，边缘稍卷，无毛。聚伞花序，花蓝色或紫蓝色；花梗纤细，直立或稍偏向一侧弯曲；萼片5，卵形，基部有5脉，边缘膜质，先端圆形，基部楔形；雄蕊5，退化雄蕊5，钝状，与雄蕊互生；子房5室，卵形，花柱5。蒴果近球形，草黄色，开裂；种子长圆形，褐色。花期6~7月，果期7~8月。

**生境:** 生于草原带的沙质草原、干山坡。

**水分生态类型和区系地理成分:** 旱生草本。东古北分布种。

