

“文物的自我介绍”系列报道

永远绽放的中国花

——一组元代青花瓷器

谁能料到呢，春日里最火的花，居然是棉花，确切的说新疆棉花。

“金色的太阳照边疆，丰收的棉田翻浪浪，机器采棉轰隆隆的响，采下的棉花像山一样……什么亚克西，新疆的棉花亚克西。”3月25日，新华社在B站发了一段视频——新疆棉花采运机械化作业的画面，配乐是新疆民歌《新疆亚克西》。

新疆物产丰富，“花”也有很多——闻名于世的新疆“花”，不只有棉花，还有元青花。1999年出土，现馆藏于伊犁州博物馆的国家一级文物元青花凤首扁壶，与1970年北京元大都遗址出土的青花瓷遥相呼应，一鸾一凤，诉说着这一时期新疆地区波澜壮阔的民族迁徙。

众所周知，元青花是稀世之宝。您应该会想知道：这宝不只是北京和新疆有，咱们安庆也有哦！

我们就是太湖县元青花“三姐



元青花缠枝牡丹纹扁执壶

妹”：元青花缠枝牡丹纹扁执壶；元青花缠枝花卉纹锯齿口杯；元青花双雁衔菊纹葵口碟。太长记不住？其实说通俗些，就是壶、盏、杯托“三件套”酒具。

讲究人喝酒，讲究酒具的赏心悦目，这在讲究的我们身上，很讲究地体现出来了。我们不仅名字里有“花”，而且浑身都是“花”，即那些十分精美的纹饰。

对于纹饰，中国人历来讲究“图必有意，意必吉祥。”就如在我们的名字中反复出现的“缠枝”纹，因其结构连绵不断，故又具“生生不息”之意，寓意吉祥。缠枝纹之外，咱们身上还有牡丹、栀子花、如意卷草、灵芝、蕉叶、莲瓣、菊花……这些“花”纹，虽各有各的寓意，但无一不是寄托了古人对美好生活的向往。

说过了“花”，再说“鸟”。在我们的纹饰中，鸟的种类就比较单一了，只有大雁，即“双雁衔菊”。

古人认为雁有“四德”，诶，是不是有种似曾相识的感觉？您的记忆力真是超好，在《隋代鸡首壶》的自我介绍中就提到鸡有“五德”。鸡的事他已经介绍了，咱们这里单说雁，这雁有哪四德呢？

咱们文物引用资料，必须大咖，必须名著。今天的大咖是李时珍，名著是《本草纲目》，分量够不够？李大咖是这么讲的：“寒则自北而南，止于衡阳，热则自南而北，归于雁门，其信也；飞则有序而前鸣后和，其礼也；失偶不再配，其节也；夜则群宿而一奴巡警，昼则衔芦以避缯缴，其智也。”

这段话就算不翻译也很好理解。前面几“德”跟我们没关系，且不说，单说这个体现大雁智商的“衔芦



元青花缠枝花卉纹锯齿口杯

以避缯缴”，这也就是古人常说的“雁衔芦”。

缯缴是什么，大雁为什么要“避”？缯缴是猎取飞鸟的射具。这个“缯”，读作 zēng，泛指丝织品；缴，不读 jiǎo，而读 zhuó，原意指丝线。所以说，不同于一般弓箭，缯缴的箭，是系有绳子的。鸟飞得老高老远，就算射下来了，多半也是找不到的，有了这根绳子，收回猎物方便了许多。那个读 jiǎo 的“缴”有收回、交回之意，同缯缴有着必然的联系。

你们是很难理解古代大雁的遭遇了，毕竟现在的大雁已经不用太担心被猎捕的事情了（大雁有很多种，其中红胸黑雁、白额雁属国家二级保护动物，也就是传说中的“牢底坐穿鸟”），大雁这智商也没了用武之地了，但这并不妨碍“雁衔芦”的美好寓意——不错，又是“谐音梗”，“芦”谐音“禄”，衔芦而来的大雁，是“带禄”来了，能不招人爱吗？

由“雁衔芦”推之，“雁衔菊”同样寓意同样吉祥。菊花不用介绍了吧，既是高洁的“花中君子”，又有长寿吉祥的寓意，妥妥的雅俗共赏之花。缠枝纹，芦雁，菊花……都表达



元青花双雁衔菊纹葵口碟

着中国人对于美好生活的向往，这向往谁也阻挡不了；纯白无瑕的新疆棉花，传世之宝元青花，都是永远绽放的中国花，这花儿谁也抹黑不了。

专家说文物：

“1998年7月16日，太湖县百里镇派出所接群众举报，在百里镇一家小旅馆里抓获一群盗墓份子。抓捕中，警方查获青花瓷器三件，及时移交给了太湖县文物管理所。经审讯，盗墓份子交代了这三件瓷器盗挖于太湖县牛镇镇阮氏墓。”太湖县文物管理所文物专家汪淑琳曾著文对这三件青花瓷进行详细的介绍。“2005年3月，安徽省文物鉴定总站邀请南京博物院张甫生教授等组成专家组再次对这三件青花瓷器进行鉴定，正式将这三件青花瓷器定名为元青花缠枝牡丹纹扁执壶，元青花缠枝花卉纹锯齿口杯，元青花双雁衔菊纹葵口碟。”

据汪淑琳介绍，这三件青花瓷器是元代的饮酒具，是青花瓷器中的小件器物。“纹饰简洁疏朗，活泼自然，主题突出，匠心独运，和器物的外形相适应；执壶胎体厚重，盖和杯（托）胎体手感轻，均胎骨洁白，釉面白里泛青，釉色莹润，色调清新，纹饰素雅。壶与盖、杯（托）相呼应，是一组保存完整的元代青花酒具之精品。”

全媒体记者 何飞 通讯员 孙永丰

文化传真

宿松

春风化雨育春苗 党恩在心跟党走

本报讯 3月26日，宿松县破凉镇新耕村樱花园内歌声嘹亮，舞步翩跹，一群头戴红军帽、身穿红军服、手拿小红旗的小学生在老师的带领下，开展“春风化雨育春苗、党恩在心跟党走”教育实践活动，花朵与花朵相遇，把春天的美演绎得非常生动。

当天的活动内容丰富，形式多样，小学生们表演了舞蹈《春晓》、韵律操《祖国的花朵》、合唱《唱支山歌给党听》、诵读了《少年中国说》等。美丽的乡村，希望的田野。孩子们的节目让这座花园锦上添花。

新耕村地处县城城郊，每年春天樱花盛开季节，这里就是当地最热门的旅游目的地，也是近年来的网红“打卡”地。苗木花卉基地超过3000亩，其中樱花种植面积超过1200亩。共引进花卉

苗木600余种，其中樱花6个品种，新耕村樱花园开始成为全县乡村旅游的一张文化旅游名片。

因为游人逐渐增多，新耕村先后投资200余万元，对出入基地的公路进行了拓宽，围绕樱花园修建了长达2400米的环形栈道以及各种排水设施。基础设施的改善，旅游环境的提升，不仅吸引着越来越多的外地游客慕名而来，还吸引着当地越来越多的村民返乡创业。

破凉镇将充分利用“樱花旅游”的带动效应，做大做强“樱花经济”，把这里建设成为宿松全县最大的水果采摘基地，让“产业经济带”形成“文化风景带”，让“风景带”带活“产业带”，同时带动村民“口袋”，助推乡村振兴。（通讯员 司舜 全媒体记者 付玉）

桐城

繁荣乡村文化 助力乡村振兴

本报讯 近年来，桐城市范岗镇组织开展丰富多彩的文化扶贫惠民活动，进一步丰富了基层群众的精神文化生活，为实现脱贫攻坚与乡村振兴的有效衔接打下了扎实稳固的基础。

3月20日下午，范岗镇董铺村村部大楼门前的广场上，演出人员正在忙着化妆和调试各种机器，为马上开始的演出做最后的准备，村民们三三两两带着小板凳从四面八方赶来，现场人头攒动，十分热闹。此次演出的曲目是《状元争母》，整场演出高潮迭起，观众的掌声和喝彩声此起彼伏。“现场看戏比在电视上看好多了”……村民们热烈讨论着。送戏下乡让村民们在家门口就能欣赏到精彩绝伦的演出，既享受到生活的乐趣陶冶了情操，又能增进村民之间的感情。

走进董铺村农家书屋，一排排书柜上陈列着各类书籍，图书管理员正在对图书进行整理。前

来借图书的刘建生是村里的养羊能手，他笑着说：“自从村里建设了农家书屋，我就经常来看看可有新的关于养殖的书籍。通过看书学习，我的养殖技术有很大进步。现在来农家书屋借图书的村民有很多，农家书屋的建设丰富了村民的业余生活，增长了知识，创造了财富。”

3月27日晚，走进范岗镇高黄村杨屋广场，音乐声不绝于耳，眼前一片祥和景象，劳作一天的群众汇聚一堂，跳广场舞，唱黄梅戏……享受悠闲的夜晚生活。村民张秀梅高兴地说：“以前晚上的时候，家家户户早就锁上了门，不是看电视就是打麻将，现在不一样了，吃过晚饭，大家就聚到一起跳广场舞、唱歌，不仅能锻炼身体、增强体质，还能增加邻里之间的感情，我们农村人的夜晚生活也不比城里差咧。”

（全媒体记者 唐飞 通讯员 朱璐）

红色教育铸忠诚

追寻红色足迹，熔铸忠诚警魂。3月26日，宿松县公安局组织机关民警赴该县北浴乡罗汉山革命根据地开展红色教育活动，通过参观罗汉山革命根据地纪念馆、黄山山林医院、朱赛英烈士故居和聆听讲解员讲述革命先烈在罗汉山革命根据地的斗争故事，接受红色洗礼。

通讯员 孙春旺 摄



桐城：阅地名故事 品古城风采

桐城，春秋为桐子国，唐至德初建县制，崛起于明，鼎盛于清，尤以“桐城派”古文著称天下。历代名人、桐城派代表人物均留有丰富遗存。古建筑遗迹更是灿如珠，烘托出这座古城的文化风采。3月27日，记者来到桐城市，探寻这里一些有趣的地名故事。

六尺巷，位于桐城市区的西后街。巷南为宰相府，巷北为吴氏住宅，全长100多米，宽2米。巷子由来有着一段脍炙人口的佳话。

据《桐城县志略》和姚永朴先生的《旧闻随笔》载：清康熙时，文华殿大学士、礼部尚书张英世居桐城，其府第与吴宅为邻，中有一属张家隙地，向来作通往通道，后吴氏建房子想越界占用，张家不服，双方发生纠纷，告到县衙，因两家都是显贵望族，县官左右为难，迟迟不能判决。张英家人见有理难争，遂驰书京都，向张英告之此事。张英阅罢，认为事情简单，便提笔沾墨。在家书上批诗四句：“一纸书来只为墙，让他三尺又何妨。长城万里今犹在，不见当年秦

始皇。”张家得诗，深感愧怍，毫不迟疑地让出三尺地基，吴家见状，深受感动，于是也效仿张家向后退让三尺，便形成了一条六尺宽的巷道，名谓“六尺巷”。两家礼让之举亦被传为美谈。

境主庙，位于桐城市城北龙眼河出口。唐朝贞观年间，桐城久旱无雨，塘竭见底，河水断流，田地龟裂，草木皆枯，瘟疫大作。县丞张孚卿虽心急如焚，但别无良策，唯有采取古人常用的办法——祈祷上苍。据传，他每日头顶烈日，在城西郊外祈雨岭跪拜天神，一连祈祷四十九天仍不见一丝游云。于是，他又单身骑马，携带供品到龙眼山里焚香祈祷。他的虔诚终于感动了天神。一天，忽然风起云涌，只听天神在乌云之上说道：“张孚卿，念你爱民诚心，求雨心切，决定赐雨，你是要上马雨？还是要下马雨？”张孚卿不懂什么意思。天神又道：“你未及蹬鞍，骤雨倾盆，谓上马雨；待你回衙再行雨，称下马雨。”张孚卿道：“万民盼雨心切，卑

官为民解悬，何惜捐躯，请赐上马雨。”话刚落音，即刻狂风大作，电闪雷鸣，暴雨倾盆，犹如天河倒悬，昔日干涸的龙眼河汇入八方洪峰，咆哮奔腾。张孚卿跃马过河，人马皆被洪涛吞没。张夫人闻此噩耗，心肝俱碎，遂抱幼子一同跳进洪流，追随孚卿而去。

待到雨过天晴，县民寻得张孚卿夫妇遗体，将其合葬于龙眼山口，修庙奉祀，取名为境主庙，庙内供奉着孚卿神像，百姓称之为“境主老爷”；在打捞起白马尸体的地方建起白马庙。现在，龙眼山口已建起了境主庙水库，彻底解除了龙眼河流域的旱涝灾害。年代久远，白马庙早就没了踪迹，白马地名沿用至今。

指虞岭，位于文昌街道着峰村。相传三国东吴大将周瑜初任居巢长时（居巢在今桐城南），身居一方，心存天下，很注意为吴王结贤纳士。他闻知鲁肃家富资财又乐善好施、喜欢读书亦精于骑射时，心仪不已。又听说袁术曾想委任他为居巢长，而他却不

齿袁氏为人，断然拒绝，更是佩服有加。于是假治军之暇，亲自赶到鲁肃住处拜访。两人相会，均有相见恨晚之感。周瑜风流倜傥，气宇轩昂；鲁肃沉稳儒雅，多谋善断。他们促膝长谈，纵论天下大势，多有不谋而合之处。当鲁肃得知周瑜军中缺粮，淡淡一笑，随手指向仓廩所囤二困中的一困，说：“将军如不嫌少，可尽数搬取”。一困即三千斛，如此多的粮食一笑予人，鲁肃可谓慷慨大度了。周瑜感激之余，对鲁肃这种仗义情怀肃然起敬。鲁肃赠送的这粮食，使周瑜断粮之忧霍然而解。日后两人同为东吴柱石，周瑜病故巴丘后，鲁肃继任大都督，确保东吴雄踞江东，三分天下有其一。桐城百姓仰慕鲁肃高义，就将其指廩赠粮之处称之为指廩岭，并建指廩坊以祀之。

全媒体记者 唐飞 通讯员 潘月琴

地名故事

疾控园地

安庆市疾病预防控制中心

日常怎么吃，膳食指南告诉您

一、食物多样，谷类为主

每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果类、畜禽鱼蛋奶类、大豆坚果类等食物。
平均每天摄入12种以上食物，每周25种以上。
每天摄入谷薯类食物250-400g，其中全谷物和杂豆类50-150g，薯类50-100g。
食物多样、谷类为主是平衡膳食模式的重要特征。

二、吃动平衡，健康体重

各年龄段人群都应天天运动、保持健康体重。
食不过量，控制总能量摄入，保持能量平衡。
坚持日常身体活动，每周至少进行5天中等强度身体活动，累计150分钟以上；主动身体活动最好每天6000步。
减少久坐时间，每小时起来动一动。

三、多吃蔬果、奶类、大豆

蔬菜水果是平衡膳食的重要组成部分，奶类富含钙，大豆富含优质蛋白质。
餐餐有蔬菜，保证每天摄入300-500g蔬菜，深色蔬菜应占1/2。
天天吃水果，保证每天摄入200-350g新鲜水果，果汁不能代替鲜果。
吃各种各样的奶制品，相当于每天液态奶300g。
经常吃豆制品，适量吃坚果。

四、适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉

鱼、禽、蛋和瘦肉摄入要适量。
每周吃鱼280-525g，畜禽肉280-525g，蛋类280-350g，平均每天摄入总量120-200g。
优先选择鱼和禽。
吃鸡蛋不弃蛋黄。
少吃肥肉、烟熏和腌制肉制品。

五、少盐少油，控糖限酒

培养清淡饮食习惯，少吃高盐和油炸食品。成人每天食盐不超过6g，每天烹调油25-30g。
控制添加糖的摄入量，每天摄入不超过50g，最好控制在25g以下。
每日反式脂肪酸摄入量不超过2g。
足量饮水，成年人每天7-8杯（1500-1700ml），提倡饮用白开水和茶水；不喝或少喝含糖饮料。
儿童少年、孕妇、乳母不应饮酒。成人如饮酒，男性一天饮用酒的酒精量不超过25g，女性不超过15g。

六、杜绝浪费，兴新食尚

珍惜食物，按需备餐，提倡分餐不浪费。
选择新鲜卫生的食物和适宜的烹调方式。
食物制备生熟分开、熟食二次加热要热透。
学会阅读食品标签，合理选择食品。
多回家吃饭，享受食物和亲情。
传承优良文化，兴饮食文明新风。

疾宣