

羊楼洞·青砖茶·新丝路

廖朝晖 （市直）

“二月春风入羊楼，几簇梅花闹枝头。一杯清茶一杯酒，除却人间万古愁。”这个温暖的春天里，钟情于茶的朋友自然忘不了美丽的羊楼洞和因羊楼洞而驰名中外的青砖茶。

（一）

羊楼洞有多闻名？据说，一百多年前，在俄罗斯人绘制的《大清皇舆图》上，标注的湖北地名只有两个：汉口、羊楼洞。有汉口我们能够理解和想象，可羊楼洞只是鄂南山区一个不起眼的小镇，为何能与当时的大汉口齐名？据考，早在唐朝，羊楼洞产的松峰茶就被定为贡茶，皇帝曾下诏赞曰“万民种茶，昌盛大唐”；及至宋代，始于羊楼洞，开辟欧亚万里茶道，更是随茶而兴、因茶而名；及至明清，更是“羊楼洞一条街，家家都把茶行开”。“三月春风长嫩芽，村庄少妇解当家。残灯未掩黄梁熟，枕畔呼郎起采茶。”清代诗人周顺侗的这首竹枝词，抒写的便是羊楼洞一带茶乡的生活情韵。

到了清道光年间，羊楼洞更是声名远扬。这里的青砖茶和老川字茶，远销国内边境和欧亚地区，英、德、日、俄等国商人都纷纷前来办厂制茶，国内晋、津、沪茶商蜂拥而至，使得这个小镇成为闻名欧亚的茶市。

这个时期的羊楼洞，人口近四万，茶庄多达二百家，茶庄商铺鳞次栉比，门户相接，成为明清时期全国最大的茶叶贸易集散中心和农村商贸特区。同时，自羊楼洞黑茶加入“茶马互市”，便有了“一斤易一羊、十斤易一牛、

两千斤易马匹五十”，可见当时茶叶的不菲身价和羊楼洞的极负盛名。

如此，小小的羊楼洞，茶事兴隆、人车鼎沸、日日笙歌，夜夜辉煌，岂不成湖北又一个繁华的“小汉口”？

（二）

茶马古道有多长？

沿着青石板街的长长足迹，找寻这个问题的答案。原来，从飘着茶香的羊楼洞出发，途经汉口、河南、陕西、山西、河北、内蒙古、蒙古，可以一直抵达俄罗斯的圣彼得堡，这是一条以茶为媒、因茶而兴、意义重大、名副其实的“茶马古道”，从十七世纪后半叶至二十世纪三十年代，绵延至今三百年！

就是这样的令人称奇，明明出自锦绣江南的块块砖茶，却天然属于千里之外气候酷烈的蒙古草原以及甘肃、宁夏那片焦渴的土地，属于那些常年纵马奔驰、举杯豪饮的高原人。

于是，这条茶马古道，每年承载着几十万担的砖茶，由那些当地的精壮农民，日夜不停地运往新店，再运往汉口，经湖北向北穿越茫茫沙漠，然后由东向西，穿草原、过蒙古，横跨西伯利亚，甚至遥远的俄罗斯，伴随着“吱呀”的车轮声、沉重的喘息声、清脆的驼铃声，历经艰辛，行逾万里。

“从你的脚下出发，铺一条欧亚茶道，一路万里长”，现在，我们虽无法目睹当年的盛况，但通往镇外青石板路面清晰可见的条条深槽，正是当年运茶的独轮“鸡公车”碾压留

下的印痕；还有那被无数人流车马打磨得格外油光锃亮、凹凸不平的块块青石，加上踩在路面高跟鞋发出的清空回响，都在证实那一段渐行渐远的古老时光。

（三）

洞茶飘香香几许？

“万里茶道，万里飘香”，青砖茶溢出的缕缕茶香，是多少代人梦中的念想和珍贵的记忆，代表着古老中国对世界的特别贡献和馈赠，更是架起远在千里之外相识和不相识人们之间情感的桥梁。

据说，当年中俄边境的茶叶贸易，曾引起了远在伦敦的马克思的注意，他在《俄罗斯的对华贸易》中对中国茶有过具体的描述，我想，他应该是领略过羊楼洞青砖茶甘醇与芬芳的人吧。

不管他是否领略过，中国的开国领袖毛泽东主席喝过羊楼洞的松峰茶是赤壁人津津乐道的事实。毛主席不仅自己喝了，还在一九五七年出访苏联时把松峰茶作为寿礼送给了斯大林，可见主席对松峰茶的情有独钟。

而女作家毕淑敏，在喝过地道的羊楼洞川字茶后，这样写道：甘暖依然啊，温润如旧。它依然是它啊，轮廓未变，精髓未变。在口中荡漾稍久，熟捻的感觉烟霞般升腾而起。好似人已迟暮，蓦然遭逢初恋挚友，执手相望。

这是一种多么美妙的感觉！它缘自洞茶，香远益清，在一遍遍的翻滚沸腾后，暖了胃润了肺香了心！

（四）

百年洞茶路何方？

羊楼洞鼎盛数百年，却因京广铁路在此拐了个弯而风光不再。

一九零六年，时任湖广总督张之洞提出京广铁路要“以经羊楼洞为宜”，但在具体修建实施时却遭到当地财阀的强烈反对，说是修铁路会坏风水，交涉的结果，京广铁路从距羊楼洞四公里外的赵李桥径直南下。终于，羊楼洞与大动脉擦肩而过。

失去了交通优势，再来羊楼洞，但见高门紧锁，墙垣灰败，游客稀少，街巷冷清。人们只能透过窄窄的门缝找寻往昔的盛景，也能看到年迈的老人坐在自家门前唏嘘追忆，有骄傲、有自豪，更多的是失落和叹息。

尽管羊楼洞茶厂大多已经迁出，但人们并没有忘记羊楼洞。直到今天，蒙古草原那达慕大会仍保留着邀请羊楼洞茶人出席的习惯，在他们心里，只要看到了羊楼洞茶人，就象看到了生活的希望。

羊楼洞，不仅是一个地名，更是名闻遐迩的茶品牌，代表了青砖茶不凡的过去。随着国家“一带一路”战略的提出，羊楼洞洞茶，透过历史的尘埃，再次引起世界的关注。一款以“和”为主题的羊楼洞青砖茶，被外交部定为国礼送给了普京。

我们相信，羊楼洞——这条连接中国与世界的新的茶叶之路、复兴之路，一定会从这里再出发、再复苏、再繁荣、再兴旺；而羊楼洞洞茶，也一定会在新丝路中大放异彩、香飘万里、再铸辉煌、永续华光。



碧波鹅影

苗青 摄



樱花花

袁秋英 （赤壁）

花开三月满枝头，粉艳娇颜几瓣羞。阵阵风吹观景爽，声声鸟唤入情柔。山铺锦缎芳香溢，蝶舞轻纱雅韵收。游客如潮春色美，樱红烂漫散风流。

三湖之春

刘细云 （嘉鱼）

三湖江畔赏花飞，柳色青青织翠微。笔蘸春光书胜景，蓝天作纸自生辉。

风

江南竹子 （阳新）

硬笔，画不出拂面无痕的软棉
水粉，描不出无骨的风骨
藏在叶脉里的心，暗流涌动
无影的手，似有刃的刀锋

世上的神笔，也画不出凝脂的肌肤
只有彻骨的寒，刻下你来过的迹象

春天来了
折一枝柳条，任你纹绣

千年古桥

——题天渡桥

冬雪 （咸安）

你
于繁华中静仁这里
业已千年
千年时光
伴河水
无声流过

岁月的脚步，来来回回
那斑駁足迹，深深浅浅
踏满台痕
千年流光里
谁踏的那一步，刻入你身？
你，不语，只把足印深掘

岸边葦草枯杨，青了又黄，黄了又青
千年风霜里
曾有多少身影，勿然而去
又有几许离愁，凭栏拂过
谁的面容，留入你心？
风，静静，吹过
你，依然静默，尽管沧桑遍布

千年月落乌啼
一曲曲爱恨情愁
一幕幕人世悲欢
不停谢幕又开幕
谁的故事，湿了你眼？
你，无声，把一切静涵

千年人世风云
变幻幻幻
起起落落
你身姿千年永恒
唯有桥前护城墙
见证这千年永恒中的
一番番沧桑

读懂宝宝“饥饿语言” 把握“按需喂养”方式

关注妇幼健康 关爱妇女儿童

咸宁市妇幼保健院

咸宁市妇女儿童医院

咸宁市银泉大道743号 电话：0715—

提到母乳喂养，许多新手妈妈们都明白要“按需喂养”，但到底该怎么时候喂奶，多久喂一次，一次喂多长时间……都是妈妈们难把握的问题，其实读懂宝宝各种“语言”才是关键。

到底该什么时候喂奶？

生活中，我们很习惯看时钟，定计划，按时按点做事情。但宝宝跟我们大人不一样，他们可不知道什么叫计划，什么叫准点儿，他们只喜欢用自己的方式告诉爸爸妈妈，他们的想法和需要。

当宝宝开始出现这些表现时，他在告诉你：“妈妈，我—饿—了”。

当宝宝的身体开始扭来扭去，同时嘴巴张

开、舌头伸出来舔嘴唇，头部转来转去表现出寻找的样子，我们称之为“觅乳反射”。这些，都是宝宝需要喂养的早期信号。

如果这些信号没有被妈妈捕捉到，宝宝就会用更加明显的动作很认真地告诉你：“妈妈，我真的要吃奶了！”

宝宝的身体开始大幅度伸展，肢体移动开始增加，甚至把手放到嘴里，吮吮身边能接触到的东西。如果是被抱在怀里，宝宝会开始表现出寻找乳房的动作（用小手指向或者伸向乳房的方向，嘴巴朝着乳房的方向去找），呼吸也变得急促起来。这些是需要喂养的中期信号。

当妈妈忽略了以上所有的表现，宝宝就要开始哭咯。哭，是宝宝表达饥饿的强烈信号。

宝宝会大声哭泣，情绪很激动地移动肢体，皮肤颜色变红，有些宝宝甚至会哭到憋气，吓得妈妈手足无措。这时候，妈妈需要先把宝宝抱起来，和宝宝说话，轻轻抚摸他的后背部、小手，让宝宝安静下来，然后再喂奶。

当然，哭不完全是饿，可能还有非常多其他的原因。比如说需要家人的安抚，比如说需要更换尿不湿等等，但是，如果宝宝出现尖叫式的哭

声，或是哭泣的时候伴有口唇或面色苍白或青紫状况，那爸爸妈妈可能就需要带宝宝到儿科门诊看看了。

两次喂养之间需要间隔多久？

宝宝刚出生，很多新妈妈都会被告知，每24小时至少要给宝宝喂8—12次的奶，每次喂奶单侧在15—30分钟，这是为了确保新生宝宝摄入足够奶量的最基本推荐。其实，这个问题并没有标准答案。当宝宝表现出饥饿信号的时候，就是下一次喂奶的时间，这其中的间隔，甚至可能只有10分钟。如果宝宝在进食之后，很快就饿了，妈妈们既不需要担心再次哺乳会让孩子过度喂养，也不需要担心这不是奶不足，宝宝的这个举动正是帮助你建立早期泌乳和充足奶量供应的最好办法。妈妈们要相信，随着宝宝长大，他们的喂养规律会逐渐自然建立起来。

有了这些基本知识，随着新爸爸、新妈妈对宝宝的了解加深，你很快就会发现，上面这些困扰你的问题都不见了，妈妈自然而然就会知道宝宝什么时候饿了，什么时候该开始喂奶了！

妇产科咨询电话：0715-8150489

预防儿童感冒八大对策

感冒虽小，但也最容易让家长烦心，下面介绍几种预防儿童感冒的对策。

1、随气温变化增减衣服

宝宝穿得太多，当气温升高，或者活动比较多的时候，就会出汗。这时候，如果被冷风吹到，就特别容易因为着凉而感冒。宝宝的衣服最好是透气、吸汗、轻薄的。在宝宝运动出汗时，先用干毛巾把他身上的汗擦干，稍后再脱衣。如果宝宝运动少，或者感觉冷，要赶快把外衣穿上。

2、全家人都要常洗手

特别是在外出回家后，接触孩子前要记得洗手、换衣服，用淡盐水漱口和清理咽喉，以及清洗鼻腔。

3、让宝宝多喝水

在感冒流行时，让宝宝多喝水，可以有预防的效果。假如宝宝真的感冒了，多让宝宝喝水，可以补充体液，更快恢复健康。

4、保持室内的通风

密闭的空气，会降低宝宝的抵抗力，因此最好在太阳出来后开窗换气，否则，室内的二氧化碳浓度较高，对孩子的健康不利。

5、接种疫苗

流感疫苗是针对流感病毒某一种分型而采取的预防措施，其主要作用是促使机体产生针对这一分型病毒的抗体。但这种特殊抗体对普通细菌及其他分型的流感病毒是无任何抵抗作用的。所以接种流感疫苗不能包治所有感冒。

6、全面均衡的饮食

处在生长发育阶段的宝宝，任何营养都不能缺乏，所以食谱应该丰富多彩。建议给宝宝的食谱最好是鸡、鸭、鱼、虾、猪、牛、羊都要有，鱼、虾每周不超过两次，即做到营养均衡。再配上蔬菜、水果，这样宝宝的营养就全面了。

7、充足的睡眠

每一天的身体、情绪、智力状况都与前一晚的睡眠有直接的关系，所以充足的睡眠是增强体质、预防感冒的因素之一。

8、增加活动

户外活动是提高呼吸道粘膜抗病能力的最有效手段。小婴儿还可每天坚持做抚触或被动操；稍大一些的宝宝，尤其是4岁以上的孩子还可循序渐进地从事游泳运动。

（咸）医广【2017】第10-9-2号（广告）