

## 美食和书籍皆不可辜负

俞策

有人说,真正热爱生活的人,是不会亏待自己的胃和心灵的。因为,人最原始的渴求就是自温饱起在追寻各类美食和精神上的愉悦,可以说,没有一种快乐会比一箪食、一瓢饮和心灵上的满足来得更加真实自然。

从小开始,为了能够满足自己舌尖上小小的欲望,我走遍小城的大街小巷,追寻各类美食,本土的、外来的,街边小吃、山珍佳肴。虽然记不起点过什么、吃过什么,只记得好像粤菜很精致,川菜很香辣,苏菜很咸甜,湘菜很鲜嫩,徽菜很醇厚……随着自己的体型日益膨胀,我相信它们一定已经成为我血肉的一部分了。

回望过去,自己上了这么久的学,也读了很多的书,在平凡的岗位干着繁琐的工作,没有跌宕起伏的人生,没有荡气回肠的故事。读过的书大部分不记得了,只记得《诗经》很发愤,《楚辞》很浪漫,《三国》很英雄,《民约论》很启蒙,《权力意志》很疯狂,《毛选》很博大……随着阅历的增加,我发现这些早已成为我头脑的一部分,就像当初我吃过的美食。

喜欢城市的美食,就像呼吸一样自然。可以不喝酒、不吸烟,不穿名牌、不开名车,但对于美食,我会想方设法去吃。美食当前,总有所思,你往往可以找到一份心的平静,在某个角落里慢慢咀嚼、轻轻回味那非比寻常的滋味。虽然,每个城市有着不同的风景,也许是流水江南,烟笼人家;也许是舞榭亭台,长街曲巷;也许是流光溢彩,店铺林立。但在陌生城市最美好的事情,莫过于餐桌边刚好适合你的一蔬一饭,舌尖上的一饮一啄。人世间让你情动的,也许就是盛夏中白瓷酸梅汤,碎冰碰壁叮当响的感觉;也许就是寒冬里薄皮小笼包,肉汁横飞口齿香那么简单;也许就是美食给你带来的那种思乡的、怀旧的、童年留恋的味道。

有人说,读书就像陌生城市中的各种美食,各种流派、诸多风味,有着淡重搭配,有着荤素开阖,一如你喜欢的书籍中有着爱恨情仇,有着悲欢离合,翰墨书香中散发着文字的麻辣咸甜,在城市不同角落上演,让你慢慢地品味着。你可以与先贤们博古烁今,指点江山;你可以与文人骚客们激扬文字,煮酒论歌;你可以与豪杰经文纬武,纵横驰骋。

在你想遇见的时候,正好读到一段令人怦然心动的文字,也许就是一种幸福,一段暖心的享受。

美食往往隐于亲情、藏于爱心,丰富的天然食材加上精妙的烹饪技艺,最终化作一桌美味。我知道,每一道口碑爆棚、红遍小城的美食,都是厨师心与手、智与力的完美结合,只有心存喜欢的厨师才会做出最好的美食。而书者亦然,需要思想的共鸣、理念的碰撞。读好书能帮你感受作者对文字的尊重,就如你被朋友、亲人、爱人欢喜着,百般缠绵,千种慕羡。才下舌尖,又上心间,从此之后,嘈杂喧嚣的世间,有着温柔安定的港湾,让你强大至今。

美食,喜你成疾,药石无方,常常令我左支右绌,顾此失彼;而购书无度,嗜读成癖,又让我朴素至今,善良如初。可我知道,今后就算跌入繁琐,步入清贫,洗净铅华之后,我也会有着不一样的心境,有着走过的万里路,读过的万卷书,尝过的万般味,还有爱过一个人,筚路蓝缕中,也会甘之如飴。

“一夕懂珍馐,一生恋其味”,美食如此,好书亦然,两者皆不可辜负!

人参之享盛名,由来已久,李氏《本草纲目》将其列为“上品”,《礼斗威仪》更许其“下有人参,上有紫气”。惟人参之概念,养生、禁忌之类,似不为世所重。而碌碌众生,蝇头百姓,则一味信奉其大补之旨,以期起死回生之功,浑不知对症下药能施药,药有四气五味之别。

清赵慎畛《榆巢杂识》云:“昔陶弘景称人参与党者佳,今惟辽阳吉林宁古塔诸山中,所产株滋盛,且味厚效神,上党直为凡品。”上党者,今之党参是也,与所谓人参者已是云泥之别。近人陈存仁,《中国药学大辞典》《皇汉医学丛书》之编纂人,某次抱恙,神虚热高,遂入药行购参,所得即吉林人参。时易世移,人参之称谓,也早已应时顺势地变化发展着了。

能入李氏《本草纲目》且列“上品”者,自非“泛泛之辈”。本邑遁山王氏女,平素在城里以剃头为业,父怜女累,下山进城,购参煎汤,劝其服下。女服参汤之再三,略无获益,父不解,遂取参渣嚼下,殊不知,凡数月,父身形大变,成遁山屈指可数之胖子矣!亦乡间之美谈。又有黄坛村人,得内热不泄之症,访医寻药,皆不得法,命在旦夕。适有马姓长者隐于乡间僻壤,施以援手,取油性虫蛀之参,令其服下。三天之后,病遂退去。此事貌似大奇,究其实,则仲景书有载,也常事耳。不常者在于近之医家,道心不固,学殖未深,徒自不怜惜,甚或糟蹋自家祖宗传承下的家业罢了。

今之人药房购参,其包装皆有说明文字,中有禁忌文字数行,不外乎服参期间不得同食蟹、萝卜、豆芽之类,或参芦不得与参杆共

## 也谈人参

徐海

服。诸般种种,在现代医学范畴,已非不移之定论。康熙五十一年,曹寅身染风寒,后至疟疾死。在《江宁织造曹寅奏病已渐愈折》中,他说:“臣今岁偶感风寒,因误服人参,得解后,旋复患疾,卧病两月有余。”康熙朱批:“南方庸医,每每用补剂,而伤人者不计其数,须要小心。曹寅元肯吃人参,今得此病,亦是人参中来的。”可谓一语中的。李绂之《人参考》:“有疾者服之致不起者,十常八九;而无疾者服之尝因以致病。”恰可移作康熙所言之注脚。

大凡世间万物,皆有正反之理,参能活命,固然;参能死人,亦固然。此中关键,往往在于一个“法”字,若不得法,则未免取祸引灾。徐大椿之所以在《人参论》中说出:“天下害人者,有破其家未必杀其生者,有杀其生未必破其家者。先破其家而后杀其生者,人参也!”掷地有声,可谓惨痛入骨,非行外者所能体味其一二。

医有升降干变化,药无贫富一般心。万法归宗,世事皆然,又岂在人参一物尔。

## 柿子

夏雪莹

街头尚未传来柿子的叫卖声,朋友圈里已经晒满了柿子树,树上小红灯笼密密麻麻,红艳艳一片。

柿子别名红柿,新昌人却称之为柿红。柿子种类繁多,本地种植多为长圆形。

古诗云:“洲白芦花吐,园红柿叶稀。长沙卑湿地,九月未成衣。”短短二十字写出了柿子成熟的时间,九月;情景,芦花白时;特性,红柿叶稀;生长环境,喜湿。

农历九月,蒹葭苍苍,白露为霜。时节是这样唯美的时节,冷暖适宜。木叶开始摇落,绿色渐瘦,一树一树的红柿子,在半灰半绿的山野之间,愈加夺目,如同油画。

前几日,随友去大市聚,听她亲戚说起,钦寸水库一带村民搬迁后,留下许多柿子树没人管理,如今一树一树的红果子亦无人问津。我俩顿时摩拳擦掌,表示立刻就要前去采摘一番。亲戚又说,柿子看上去长得差不多,好吃不好吃却天差地别。同在一片土地上,这棵树和那棵树的甜度可能就不一样;黄

泥地里长的好吃,沙土里长的就不好吃。光看是没办法分辨的。听完一席话,我俩免不了唏嘘一番,摘柿子一事也便不了了之。

我本喜甜,柿子也是极爱的。只是嫌吃相难看,往往人前不肯吃,去了别人家做客,亲友递过柿子,也是连忙推辞。见过吃柿子高人,手持一柿,去蒂,一吸,一捏,再一吮,只剩一张薄薄的柿子皮,干净利落。而我每次都会不小心把皮吸破,弄得满手满脸都是红色浆液,甚是狼狈。吃了许多柿子亦不能掌握这项技能,只能一个人时大快朵颐罢了。

乡村人家爱晒柿子饼。在柿子尚青涩时,采摘下来,去皮,置于团背或米筛上,一只只排列整齐,有日头晒过更佳,自然风干亦可,只需待得三四天便可食用。此时,别有一番风味,甜更胜果实熟时,表皮凝结成胶,混着日色风露的味道,有韧劲,有嚼劲。儿时,最馋这一口。

闲来翻看朋友圈,某友发布了一张红彤彤的柿子照片,配文——与世(柿)无争。甚妙。

## “稻桶岁”

盛伯增

不到八点钟,正是上班高峰时段。

公交车上挤满了老老小小的人,大都是老奶奶带着小孙子或外婆带着外孙。车里虽然非常拥挤,秩序照样良好,氛围更好,让座的事儿不断发生,老人让老人,老人让小孩,年轻人更是没有一个落座的,整个车里好比一个大家庭,好比走亲戚一样,欢声笑语,热情洋溢。本来,今早的气温比较高,车里人挤人,又相互礼让,一下子满车热腾腾的,车窗也罩上了热气。

又下了好几对,同时又上来一对,是一位奶奶抱着小孩挤过来了,由好几位乘客护送着,来到我的旁边。我移动一下位子,腾出

空间让这对祖孙站,想不到我旁边坐在位子上的老奶奶当即站起来,把这对祖孙让进去。这位奶奶也很客气:“阿姨你坐,我这里好站的。”她把小孙子放下,叫他抓住奶奶的腿脚,站到我的身边。那位起身让座的奶奶,把小孩子拉到我的身边,然后笑着直接把刚上来的小孩一把抱到座位上,干脆脆地说:“我们下一站就到了,你们坐吧。”那坐到位子上的孩子笑着说:“谢谢奶奶!”让座的奶奶高兴极了,转身问道:“真可爱!你几岁了?”

小孩子刚要回答,他奶奶笑着说:“他今年稻桶岁!”

公交车上笑声一片。几个年轻人奇怪地问道:“什么是稻桶岁呀?稻桶是啥啊?”



美丽回山 (潘爱怀摄)

# 天姥山

本刊欢迎赐稿

投稿邮箱: zjxcyc@163.com

## 这个长假,我带孩子去了这里……

吕瑜洁

这个长假,我带女儿们回老家住了六天。我的老家,是一个唐代“诗仙”李白在梦中想去的地方。

回到老家,原本像打仗一样的“快生活”,自动调整成了优哉游哉的“慢生活”。

清晨六七点,在吹拂窗帘的清风和窗外的鸟鸣声中自然醒来。父亲去爬山了,母亲去河埠头洗衣服,女儿们还在酣睡。我一边吃着母亲炖好的银耳莲子羹,一边翻着一本闲书——《人间最美是清秋》。遥想陶渊明当年“采菊东篱下,悠然见南山”,大抵也是如此吧。

上午八九点钟,女儿们起床了,父母也回来了。于是,举家出游。六天里,我们回归大自然,捡栗子、摘桂花、吃柿子、看花海、闻稻香……尽情享受大自然给人类的馈赠。

有个谜语是这样的:“爹穿蓑衣,娘穿皮衣,儿穿绸衣。爹开口,儿子就逃走。”谜底是:栗子。秋天,漫山遍野都是栗子树。一阵风吹过,成熟的栗子“扑簌簌”地掉落,沿着山坡“骨碌碌”滚下,一直滚到地势平缓处,才停住了。又一阵风吹过,落叶像一床柔软的被子,轻轻覆盖在栗子上。因此,捡栗子是有窍门的。当我们循着风向,在栗

子树附近的斜坡上耐心拨开树叶,不经意间,就能发现“宝藏”。

我们在山上流连忘返,半天时间,就捡了满满一蛇皮袋。回家过秤,足足有十多斤。做成糖炒栗子,味道当然是极好的。

老家门口有一棵桂花树。秋天,桂花盛开,满院花香。“妈妈,我想吃桂花糖。”“好啊,我们这就动手做。”父亲在桂花树下放了一把梯子。女儿们沿着梯子爬上桂花树,小脑袋碰到了满树的桂花。一盏茶功夫,女儿们就摘下了一搪瓷杯的桂花,金灿灿的,煞是好看。

母亲准备了一个小盖碗,让孩子们将桂花和白糖层层搅拌在一起,盖上盖子。“待会外婆给你们泡藕粉,撒上桂花糖,那个香呀,包你们吃了还想吃。”女儿们一脸兴奋。为桂花糖,也为自己的劳动。

车子在山路上行驶时,随处可见高高的柿子树。几次停车去摘,无奈树干太高,只能望“柿”兴叹。

挂在枝头的柿子,颜色从浅橘黄色到深橘红色不等。尚未成熟的柿子,透着一层黄色的光;熟透了的柿子,将落未落时,红得晶莹剔透。大自然是最好的调色大师,用最好的颜料,调出了这好看的橘红色。

淳朴的老乡送了我们一篮青柿

子,让我们拎回家,等它们慢慢成熟。母亲说,可以把它们摊在纸箱里,中间放上几个苹果,也可以放在米缸里,容易催熟。女儿们觉得好奇,按外婆说的去做了,天天观察柿子变红的速度。外婆的智慧,是书上学不来的。

漫步山间,常常在不经意间就有惊喜。比如,花海,比如,稻香。

这片花海在一个小山坡上,是在捡栗子的途中发现的。梅红、粉红、米白……这一望无际的不知名的小花,如满天星辰,洒落在人间。女儿们在花海中欢呼着、雀跃着,闻闻这朵,摸摸那朵。美,确实是会让人“目不暇接”的。

希腊神话中,有一个脚不能离地的大力士,名叫安泰俄斯。他是大地女神盖亚和海神波塞冬的儿子,力大无穷,只要保持与大地的接触,就是不可战胜的。因为,他可以从他的母亲那里持续不断地获取无限的力量。这个神话其实是有深意的。心理学研究表明:越亲近自然的人,面临压力时产生的心理负担会越少。因此,无论生活变得多么“快节奏”,我们都不要忘了我们的另一个母亲——大自然。

当下一个假期来临时,我的选择依然是,带上孩子,回归自然。