

食相笔记

一饮一啄滋味长

□杨志民

生活在地球上的人类,须臾不可离的头等大事就是吃饭。中国人是非常重视饮食的,自古就有“王者以民为天,民以食为天”的说法。

一饮一啄的生活,是和生存、发展、享受融为一体的;吃饭,不仅仅是在吃食物本身,也是在吃文化、吃科学、吃艺术,蕴藏奥秘,意味无穷。

就拿中国南北的饮食差异来说。我们知道一个地区居民的饮食,首先是由物产所决定的。自古以来,我国北方以旱地为主,产量低,通常缺菜,居民也舍不得吃菜,以五谷杂粮来调剂口味。南方水田居多,菜蔬丰饶,人们用菜蔬配口味,但主食基本上就是大米,比较单调。这是人类征服自然、同时也是适应自然的结果。

人类高级于其他物类的主要表现之一,在于他能够把实践上升为理论,同时理论不断引导实践。中国人一饮一啄也不乏智慧。早在《黄帝内经》中,就提出了“五谷为养”的饮食理念。从现代营养学的知识来看,“麻、麦、稷、黍、豆”对机体代谢、生理功能、健康状况等起作用很大,最主要的养分,乃是能量和蛋白质。能量是一切生命活动所需动力的来源;蛋白质是所有生命细胞最基本的组成部分。能量和蛋白质,是当代所有营养问题中最基本的问题。“五谷为养”主张和强调的就是:人们日常所必需的能量和蛋白质,主要应由粮食来供给。粮食是中国人的主食,是生命的动力。提倡人们杂食五谷,并以此为主食,抓住摄取营养素的主体、根本。在此基础上,通过果为“助”,畜为“益”,菜为“充”的配合,辩证施食,达到养生健身的目的。而研究表明,蔬菜是人们日常必需的几种维生素和矿物质的主要来源和重要来源;多食蔬菜是长寿的保障。中国人的饮食之道是千百年来自然形成的,讲究养生却也符合科学。

历史上中国是一个大一统的农业文明国家,农业讲究“靠天吃饭”,要求稳定、安宁,不然“人误地一时,地误人一年”。而西方国家很多是游牧文明的民族,马背漂泊,逐水草而居,往往为争夺生存资源互相吞并、动武、崇物;中国人相对低矮、贞静、稳重、平和、重文、崇权、尚德。欧美人更重视丰富的物质文明,而中国人拥有博大精深的人文资源。革命先行者孙中山曾对中国人的饮食与欧美人的饮食作了比较:“中国人之饮食,不特不为粗野蛮蛮,且极合于科学卫生。单就饮食一道论之,中国之习尚,当超乎各国之上。此人生最重之事,而中国人已无待于利诱势迫,而能习之成自然,实为一大幸事。吾人当保守而勿失,以为世界人类之导师也可。”

我们中国人的食,并非经常上餐馆吃大菜,赴宴会。就多数人来说,经常性的饮食,多是以家庭为单位,吃家常饭,食家常菜,这些家常的饭菜,材料大都不是什么山珍海味,多数乃是萝卜青菜,豆芽豆腐,蜀黍杂粮,大米白面,鸡鸭鱼肉。“常珍蔬茹耐咀嚼”,就是这些常珍蔬茹照样给人以饮食的快乐。

吃饭还是家常饭!正是在平常的吃饭中,我们体会五味调和,玩味天人相应,享受饮食之乐。

人与自然

每一只飞鸟都有生存的权利

□郭震海

充足的阳光下,一块平整的空地上晒着农人收获的五谷杂粮。

谷子是金黄色的,豆子是金黄色的、玉米籽儿是金黄色的,金黄色的粮食在金色的阳光下仿佛散发着金色的光芒。

一位农人坐在晒场的一边,整个上午他的嘴从没有停止过,就像训自己的孩子一样,唠唠叨叨一直在训话。

一群小麻雀时而飞起、时而落下、时而盘旋,围绕晒场叽叽喳喳,整个上午它们的嘴也从没有停止过。农人的训话和麻雀的欢叫美妙地融合在一起,构成乡村最美的音乐,这也是乡村特有的音乐。

我曾经坐在一边,长时间观察过守着晒场训话的农人,请不要误解这位农人是闲着无事在瞎唠叨,其实他是在和这群小麻雀对话。

在乡村人眼里,不管是树枝头飞舞的麻雀还是脚下欢跑的蚂蚁,都是村庄里的成员。千百年来,他们在一起和谐地生存着。

淘气的小麻雀可以成群结队地飞到农人家的院子里去寻找食物,即使有农人从它们的身边经过,它们只会原地跳跃几下躲开,而不会立即飞走,它们知道农人不会伤害它们。有时候把农人惹急了,农人们就像严厉的父亲去训自己的儿女一样训

鸟,鸟儿懂得农人们的训话。

整个上午,在晒场上,小麻雀会在农人回头或低头的瞬间,飞落在粮食上去吃几口,守晒场的农人回头看偷吃粮食的麻雀,就会很严厉地喊:“还没有吃够吗?你们这些喂不饱的东西,地里那么多散落的谷籽儿不去拾吃,偏偏来晒场上闹,快走,快走……”小麻雀听到农人的训话就会知趣地飞上树梢,毕竟这是偷吃,是不光彩的。等农人再次回头的时候,它们还会乘机“下口”,农人又会训,如此反复着。

如果中午散学的孩子,手拿自制的弹弓弯腰去拿小石头打鸟,大人会训孩子淘气,甚至会没收孩子的弹弓,阻止孩子打鸟,此时失去了弹弓的孩子在一边气得哭鼻子,成群的麻雀却在树枝头叽叽喳喳地欢叫。

村庄是和谐的,不管是鸟还是猫和狗,它们都是淘气的,又是乖巧的,它们都能听懂农人们的话。在城里养的宠物狗需要花大气力去调教,在乡村完全不用。比如一条黄狗,乡村人很随意给它起一个名字:“黄毛”,不用刻意去教它,时间久了,只要主人站在院子里喊一嗓子“黄毛”,狗无论跑多远,只要听到主人呼唤总会飞奔而来,用身体蹭着主人的裤腿撒娇。

如果狗和猫打架了,正好被主人看见,

主人会去训狗:“放开,你干甚要去欺负它!”狗听到主人的呵斥后鼻子上带着猫抓伤的痕迹,会立即躲到一边,很委屈地用眼睛偷偷地看主人。

我每次到乡村,途经田野,都会久久地去注视乡村田地里的稻草人。那些用几根树枝撑起来,穿着草衣戴着草帽的稻草人,随风摆动着身姿,站在即将收获的田地里是一道最美的风景。其实聪明的鸟儿早已洞穿农人们的伎俩,它们会旁若无人地站在稻草人的头顶上或肩膀上放歌。整个秋天下来,你去看看吧,稻草人的头上、身上满是鸟粪,农人们也知道这些稻草人是不起作用的,但下一年的秋天他们还会绑制几个稻草人在地里。

稻草人是乡村人最善良的象征,他们没有采取极端的方式去除掉这些淘气的、抢吃秋粮的鸟儿,而是做一个稻草人在地里,就像说:“狼来了!”来哄骗淘气的孩子一样哄骗鸟儿。即使最为恶劣的野猪到田地里去糟蹋秋粮,他们采用的多是放爆竹和敲锣,只要能吓走它们,乡村人从不舍得伤害它们。或许乡村人不会去讲关于和谐共存的大道理,千百年来,他们知道,在同一块土地上,每一只飞鸟甚至爬行的蚂蚁都有生存的权利。

书边琐记

宋江的财产

□金错刀

作为县级政府没有品级的“小公务员”,押司主要是征收税赋或处理狱讼,辅助政府官员的日常政务,负责案卷整理工作或文书记工作,一般一个县有八个押司。古代成熟的县政府编制等级为县官、师爷、通判、捕快、押司、狱长。宋朝一个正七品县官的月俸只有三十两银子,押司与县官差了四个等次,月俸绝不会超过十两,而且没有奖金和补助。

《水浒》中,宋江“上有父亲在,母亲早丧;下有一个兄弟,唤做铁扇子宋清,自和他父亲宋太公在村中务农,守些田园过活”。说明宋江距离“富二代”很远。他做押司,顶多因为与县令私交甚好,能多开几张发票,装点碎银子进腰包。因为“吏道纯熟”,在“上下经手”中,可能有些“好处费”,但押司官小身微,灰色收入不会很多。《水浒》里也没有关于他从事第二职业的记录。

我们只好心理阴暗地推想,宋江的银子是否来自“吃黑”。他曾给晁盖“通风报信”,其沉稳心态和娴熟伎俩,不免让人怀疑宋江平日没少干这类事,而晁盖只是其中的一个。那些因为犯事却被他“周全”过性命的人,事后风平浪静时,按惯例当然要“意思意思”。比如晁盖逃脱官府追拿上山后,一出手就送给宋江“一百两金子”。这些金银应该是宋江的主要经济基础。

宋江对社会的危险性在于,他一面在县衙当差办案,一面又为犯罪分子通风报信;一面从贼人那里捞取钱财,一面又救济别人赚口碑,是一个标准的“执法犯法”者。如果说晁盖是黑社会老大,那么宋江就是黑社会老大的老大,一个与江湖黑道联系密切的官吏,一个为犯罪分子充当“保护伞”,并且收取黑钱、赃钱、不义之财的“黑三郎”。难怪深知宋江“底细”的阎婆惜,临死前骂他“公人见钱,如蝇见血”“做公的人,哪个猫儿不吃腥”,原来他是“黑三狼”啊。

滴水藏海

金龙谷的蔓草

□王剑冰

在泰宁的金龙谷中,生长着各种各样的植物,其中有一种藤,有着很坚强的茎,能够攀爬到很远很高的地方,它甚至和树一同生长,让人赞叹不已。仰头看去,总能看到这种叫做藤的植物。

渐渐进入丹霞地貌的峡谷地带,眼前是一片孤峰赤壁。向上看去,岌岌欲倾,令人眩晕。将要收回目光的时候,我看到了另一种植物。它就像一种软体动物,在光糙糙的崖壁上攀爬。而在这样的崖壁上,强壮的藤们不见了,它们早就借助一些树迂回地前行。只有这些不知名的像红薯秧似的蔓草,一根根蜗牛般的向上攀。

摆在它们面前的,其实只有死路一条。这些蔓草,完全是靠着自身的生长来延伸行程的。它们生长的速度一定很慢。因为我突然发现,它们上边的身子青着,下边的身子却早已断了。不是山风吹折即是老化掉了,越接近根部的地方,越像化石或者像燃剩的灰烬,似有似无地贴在崖壁上。

就像看见了一列没有车头而飞奔的火车,让我倒吸了一口冷气。第一次见到这样的植物,叫做根的部位已是名不副实,枝蔓却还活得有声有色。太阳热辣辣地照在石壁上,那些紧爬慢爬的无根的蔓草,绿汗油油,同赫色石壁形成鲜明的对照。

崖壁的上边有一块突起的地方,给蔓草造成了困难,一些蔓草爬到这里就垂落成悬崖状,痛苦地等待着风雨的判决。几根坠落的蔓草已经枯萎。后面的蔓草还在攀着。也许就在我转身的一瞬,又一根悬空的蔓草仰身落下。

肯定是不知危险不知迂回不知低头的道理,我想,蔓草的活着,真的是没有人那么多羁绊和顾虑,向上攀爬就是蔓草的方式。既然生长的环境是悬崖峭壁,就毫不犹豫地去爬,即使爬得残肢断体,爬到再不能爬的境地。



众所周知,《水浒传》里的宋江原为郓城县的押司,因出手阔绰,挣得美名“及时雨”,在“山东、河北闻名”。也就是说宋江家里银子多,挥金如土,“济人贫苦,周人之急,扶人之困”,哪

里有穷苦哪里就有宋江的身影,“及时雨”=慈善家+“孟尝君”。

《水浒传》记载,宋江曾十七次送银子给别人。如送武松、李逵各十两,送唱曲的宋老儿二十两。在琵琶亭,为接济卖唱为生的玉莲一家三口,宋江拿出二十两银子。薛永在揭阳镇上使枪买药,无人施舍,宋江看不过眼,赏赏五两,临别又送一二两。刺配江州后,请公人喝酒时,贿赂五两,后来请差拨时贿赂十两,请官营时贿赂加倍。宋江曾包养一个原酒店小姐阎婆惜,给阎婆惜母女买了一栋别墅,没过半个月,还把阎婆惜“打扮得满头珠翠,遍体绫罗”,他的准岳父阎公死了,赠了一口棺材和十两银子。

先测算一下宋代一两银子的购买力。朝代不同,或同一朝代的不同阶段,购买力肯定有些差别。为了更客观和直观一些,我们不妨从《水浒传》中直接找依据。第十回,陆虞候拿出一两银子给店小二,买三四瓶好酒,菜肴随便上。第十五回,吴用劝阮氏三兄弟入伙劫生辰纲时,取出一两银子给阮小七,沽了一瓮酒,并买了生熟牛肉二十斤,大鸡一对。由此估计一两银子大概等于800~1000元人民币,起码能供三口之家大半月的基本生活。

再了解一下宋代一个押司的收入。



引领3G生活

移动G3 畅享3G智能生活

G3 智能手机合约购, 0元入手即享智能生活。G3 智能机视、听、影、音样样出众,快、炫、轻、薄款款倾心。现在起,加入移动合约套餐或合约消费计划,智能手机轻松拥有。



中兴 U880E 译变人生

屏幕: 4英寸电容屏
CPU: Marvell PXA920 1GHz
内存容量: 512MB
机身尺寸: 120.5 x 63.6 x 10.8mm
其他功能: 内置天线、内置震动、待机图片、来电图片识别、飞行模式、来电铃声识别

