

观星台



人与自然

路遇之喜

□殷亚平

小区附近有国家国际酒店。

一日路过那里,见一缸缸翠绿鲜荷绕酒店广场喷泉而立。缸用赭红色硬质塑料做成,口径尺余,缸内半是清水半是泥。水里点缀浮萍、水藻些许;水上,一朵朵荷花傲然挺立。粉的、紫的、黄的、白的……“有袅娜地开着的”,“有羞涩地打着朵儿的”,有的花托表面已生出漏斗状莲蓬,莲蓬蜂窝状孔洞内,几粒莲子隐约可见。

凑近一朵荷花嗅闻,顿觉一股清香扑鼻而来。

我见过的荷花不少。有巍然耸立于小小塘埂中的,有肆意铺排在偌大湖面上的……然那些荷因为隔岸隔水,只能远观,无法亵玩。这些盛在缸内的荷花则不。虽中通外直,不蔓不枝之状不及水塘湖泊,依然让人心生欢喜——长安米贵,居大不易啊。

荷花迎骄阳不惧,出淤泥不染的品性一直深受人们青睐。老家有一乡镇叫莲花镇,全镇沙河、澧河、泥河三条河流横贯东西,镇内洼地居多。以前全镇家家户户都养荷。这些荷们散在遍野庄稼中,玉树临风般,风情得很。大学毕业后,我好几次坐车路过那里,本想下车驻足,无奈时间紧促,未能如愿,至今遗憾着。后来,水源日益匮乏,那些成片荷花渐成稀有珍品。

曹植《芙蓉赋》曰:“览百卉之英茂,无斯华之独灵。结修根于重壤,泛清流而擢茎。”荷花谢了生莲子,莲子成熟泥中藕。医书记载,荷花根根叶叶,花须果实,皆可滋补入药。莲子性平、味甘涩,有补脾止泻、益肾涩精、养心安神之功效。犹记当年井冈山,同事买了一莲蓬子,一群人分而食之的情景。轻拈一颗莲子入口,淀粉味浓烈得几近瞠目,幸亏莲的清香弥留口中,尚可低回。

藕是湖泊中的高产蔬菜,微甜而脆,可生食亦可做菜。韩愈曾有“冷比霜雪甘比蜜,一片入口沉痾痊”之赞。清咸丰年间,藕曾被钦定为御膳贡品。现在,随着社会进步,藕早已飞入寻常百姓家。

我在《舌尖上的中国》里,见过采藕场面。每年春节刚过,那些藕客们就奔赴湖南湖北等产藕大省,在千亩泥塘,日出而作,日落而息,连续数月肩扛手拉。冰冷的天气,一眼望不到边的泥巴,这样辛苦劳作的场面称得上惊心动魄。寒冷冬日,与家人围坐火炉边,吃上一盘莲藕炖排骨,是会生出奢华之感的。再下箸夹藕时,心中便多了几分敬畏。

荷花别名莲花、芙蕖、芬陀利花、水芝、水芙蓉、六月花神、灵草、玉芝、佛座须等等。《广群芳谱》说:“荷花,芙蕖花,一名水芙蓉。”杜诗注云:“产于陆者曰木芙蓉,产于水者曰草芙蓉。”去年,老公腰部长了脓疮。刚开始红红的、硬硬的,听朋友说用木芙蓉的根捣碎可治愈。问近郊一祖传中医,他说没见过木芙蓉什么样子。后来硬块变成巴掌大,集小脓头无数。老公在中医那里又是膏药又是输液又口服麝香的,前后折腾近两月,花费两千余元,总算慢慢好转。现在,腰间尚有两指宽的暗紫色疤痕。每忆当初景象,惊心依旧。后来想想,几毛钱甚至不花钱可以治疗的毒疮,那些聪明的医生们自然不屑于采用。

遗憾的是,过了几日,因惦记荷花,我专门择了吉日,带了家中索尼相机,想拍些照片赏玩。结果发现,那一缸缸荷花已不见了踪影,只有那些缸们在酒店空旷的场地内兀自落寞着。



全国十佳特色茶馆

一个喝茶的地方

恰可以永恒。这代表了许多中国人的心声。有诗为证:

云淡风轻近午天,
傍花随柳过前川;
时人不识余心乐,
将谓偷闲学少年。

林语堂先生这样注解:这首小诗,在“至善至德”的情感中,浸润着人生的理想。他认为,人生真正的目的,存在于乐天知命以享受朴素的生活,尤其是家庭生活与社会、生态的和谐。讲求心灵品位、不苛求物质,这种善享生存的乐世态度,历经周折,自然永存,我们不妨称之为“清欢”。

如今,先进的机器生产和智慧创造,泡沫般的增长是几何级的,远远超越你的想象。追名逐利的喧闹中,现代人成了利益的奴隶。谁都可以戴上繁忙的商标,无暇顾及或根本想不到去享受所创造的所谓“财富”;巨贾偶尔玩一把农活,名媛稍微料理一下家务,居然成了各种媒体的头条!显然,善享生存,真的成了人生的奢侈品!

这种奢侈品有种味道。古人体味得可不浅,宋朝时期,大文人苏轼陪着泗州刘倩叔游南山,写下这么一阙词,“雪沫乳花浮午盏,蓼茸高笋试



聊斋闲品

人间有味是清欢

□张富国

春盘,人间有味是清欢”。在细雨斜风、淡烟疏柳中,浅酌漂浮着乳花的自酿小酒,细品弥漫着清香的野菜嫩芽,这就是苏轼心中的清欢,是他梦牵魂绕的人生绝美境界:人世间气象万千,各种欲望由人挑挑拣拣,人的感觉被繁杂忙乱麻醉了;如此平静、疏淡、素朴,浸润着味蕾,悄然漫越血管,任由氤氲你的心房,这种曼妙,苏轼体味得特别入心,心尖颤动不已,“人间有味是清欢”自然发自肺腑。现代人也有这种感觉——妈妈味道,而且,一出现,就成为国民极亲近的一个名词。妈妈煲的汤、煮的粥、拌的菜、蒸的馍、擀的面,熟悉的是菜肴,脑子里浮现的是妈妈的身影,内心涌起的,是一种无可替代的温暖。与物质的淡往,对心灵品位的讲究,轻歌曼舞的清欢,无言地戏谑了膏泽脂香一把。那些无心的人啊,常常为所谓的“高大上”抓耳挠腮,两脚不着地。不想,高贵的载体,竟是一种味道。就在这迟疑的当儿,清欢如同找娘的孩子,一溜烟跑开去,找心仪的人了!

这种奢侈品也是影子。我奶奶活到九十多岁,还坚持自己养鸡。择好菜叶子,洗净剁碎,拌上麸皮,抛撒到鸡舍。噤噤的剁菜声、咕咕的唤鸡声,与鸡子利爪抓地的吱吱声呼应着。这个画面,常常定格在我家堂屋的大门里:阳光拖曳着老人的身影,时而瘦长,时而圆润。这种平民所崇尚的消闲,与晋时陶渊明的“夕露沾我衣”、“鸡鸣桑树颠”异曲同工——一任红尘滚滚,心中清风朗月。后来,读了唐朝诗人段成式的“坐对当

窗木,看移三面阴”,才真正悟到奶奶高寿的原因:一个人要有放下一切的心态,可以静观光阴一寸寸移动、消失,可以细数日月星辰的浮沉,只去淡然地融入,耗散的是阳光,汲取的却是精华!当嘈杂要退化了我们的听觉,利益麻醉我们神经的时候,要不要再识铁杵磨针的那股韧性,唤醒心头暗长的那份静闲呢?混沌的身影,当然能沉淀出永生的品性!

这种奢侈品更是回甘。品茶时,茶汤入口,微苦微涩;含着,轻轻的吐气,用鼻子送气,然后慢慢地送进喉咙,滑进肠胃,张开嘴巴,轻轻吐口气!哇,这就是回甘——回味淡淡的醇香味!人间百味是沧桑,唐代诗人王维的诗,更富意味。他的《终南别业》中,有一句“行到水穷处,坐看云起时”,让人爱怜不已:走到无水无存的山尖,山穷水尽的失落难免出现。但云起的壮观,刹那间涤尽隐忧:有云还愁雨吗?!勇往直前之后,或许面对的是一条没法走的绝路,不妨往旁边或回头看,也许会有别的路;即使无路可走,往天空看吧!身在绝境,心游太空,宽广深远的人生境界,哪儿有什么穷途末路!“宠辱不惊,看花开花落;去留无意,望云卷云舒”,那份豁达,那份淡泊,那份自在,才是人生最美的驻足!

“风花之潇洒,雪月之空清,唯静者为之主;水木之荣枯,竹石之消长,独闲者操之权”,现代生活,会有很多割舍不下的东西。追求之余,走进清欢,也给心灵放个假;尘封喧嚣和烦恼,托与清风朗月,随它去吧!



灯下漫笔

月是故乡明

□任中玉

月圆的时候,总有人举头凝望,低头沉思。他们多半是独在异乡的游子。我疑心,这圆得不能再圆的满月,

恰是游子满得不能再满的乡愁了。每到月圆,我心头涨满的乡愁,便会在月光的叩击下,掀起一圈圈的涟漪散淡开去,而故乡的景象渐渐清晰起来。

我的故乡是个极寻常的北方小镇。没有小桥流水,没有烟雨楼台,有的只是阡陌交错的田畦,印满牛蹄的土路和青砖瓦舍的院落。这些都是北方村庄的寻常景象。不同寻常的是,我的故乡别有一种风情韵致,教人魂牵梦绕。这不能不从小镇的名字——子陵说起。

东汉初年有个大隐士叫严光,与刘秀同窗,刘秀慕其才华,有意请他辅佐,便把他请到洛阳,与其同榻而眠,严光夜则以足加帝腹上,刘秀不加嗔责。即便如此,严光还是不愿出山,刘秀无奈,只好任其垂钓富春江畔,寄情山水了。严光晚年游于此地,眷恋不

已,终老于此。因严光先生的字为子陵,小镇因而得名。大概因为这个缘故,我的故乡平添了一种江南水乡的风韵和隐士悠然的雅致。而这种韵致又无外在景象可寄寓,因而使你徜徉其中却又无以言表。真所谓“此中有真意,欲辨已忘言”矣!因了这种隐者遗风,我的乡人或蜇居故土,或浪迹天涯,每遇坎坷沉浮,总能淡然处之。

故乡最使我难忘的要数我家老院的那棵老槐树了。她有五十年的树龄,枝繁叶茂。每到盛夏,半个院子全是树荫,惹得左邻右舍都来避暑。最难得的是槐花盛开时节,满树琼枝;风过处,匝地霜白。天不冬而院自雪,树不妆而枝自俏。整个小院荡满槐花的清香,丝丝缕缕,沁人心脾。我家的槐树自与别的洋槐不同,她不仅开槐花,还结槐豆。儿时的我和玩伴们够槐花,摘槐豆,打闹嬉戏,在大人们的责骂声中享受恶作剧的快乐。不过,这槐花是不能吃的,这也是我小时候最遗憾的事了,我疑心是母亲

骗我,曾偷偷地尝过,确实很苦,现在想来,似乎苦中确有一般清香,用来泡茶定然是极好的。

最有趣的是,我家的鸡不到冬天是从不进鸡窝的。每天一到傍晚,都飞到了树上,依枝而眠;每天清晨,朝霞中,枝上的鸡们展翅而飞,总使童年的我浮想联翩,我一直无端地以为,我家的老槐树就是神话传说中的扶桑树,而鸡们像是传说中的三足乌鸦了。现在想来,我家的老槐树不仅成全了我童年时嬉戏的全部乐趣,更构筑了我对宇宙时空的神秘感和对未来的美妙幻想。这些对一个人来说是何等的重要啊!我不能不说,老槐树是我的摇篮。

如今,老槐树还在,我家老院已荡然无存了。于是老槐树便成了我故乡的全部了,想家时,我总能依稀看到老槐树守在村口等我。每次回家,我总要在老槐树下伫立良久。当我离去走向都市的霓虹灯时,我发现我的背影在老槐树下伸得很长很长,我几乎无力将它拖开。

都市健康 刊登热线:(东区)0371-56722588 (西区)13526506733 60100518 刊登范围:医疗机构、整形医院、药品、保健品、养老机构

气管炎哮喘冬季会诊通知

三九补一冬 来年无病痛

郑州益圣哮喘医院特邀中医第一附属医院国医堂专家教授全润涛、叶枫以及治喘成果专家组涂兴文、杜桂英、慕越英、龚昌银、王丽影、赵党委、王永建等医师联合会诊,自建院16年以来治疗技术不断的更新、人才不断的引进、设备不断的投入所以我们能做好患者的康复责任。

郑州益圣哮喘医院专家组介绍说,“三九”是一年中气最盛,阳气敛藏而最弱。在此期间,选择治疗能达到三九补一冬来年无病痛的效果,是最佳治疗时机,三九贴适应的人群:气管炎、哮喘、慢阻肺、过敏性哮喘、老慢支等呼吸疾病患者。

0371-88888190 www.0371xiaochuan.com

郑州市东大街与紫荆山路交叉口向西300米路北福华大厦

省市新农合、市医保定点单位

三九贴时间

初九:12月22日~12月30日
二九:12月31日~1月8日
三九:1月9日~1月17日
加强:1月18日~1月26日

庆祝建院16周年

12月22日起肺功能检查免费、过敏原检测援助78元、冬病防治三九贴69元、住院补助500元

巧吃油,百岁康

养初元 3000 瓶免费大赠送 仅限七天

多年的慢性病,没吃一粒药,竟然好了,这是真的吗?

最近,很多老年慢性病患者,不吃药,只把食用油做了个加减法,换了个新吃法,就轻轻松松地把多年的老顽疾给治好了:高血压引起的头晕脑胀、手脚麻木没有了;空腹、餐后血糖开始稳定了;寒冬季节,颈椎椎关节病也不犯了,浑身轻松,睡觉香了,面色红润人有精神了,就连头发也变得乌黑有光泽了!

“换油新吃法”为何就能解决中老年慢性病问题?最新出版的台湾超级畅销书《巧吃油,百岁康》一书详细介绍了常见中老年慢性病与“吃油”的密切关系。该书一针见血地指出“我们常说的吃油过量,并不是简单的数量超了,而是亚油酸严重超标了,亚油酸与α-亚麻酸比例失衡,导致各种慢性病发作。”这也就解开了“为什么现代人得慢性病、富贵病,越来越多?”的疑惑。书中用大量科学实例证实了“通过换油,补充α-亚麻酸,有效防治中老年人常见慢性病的实用方法,对指导老年人的日常饮食保健具有积极的实际意义。

目前,已经有很多中老年慢性病患者,通过“换油新吃法”,过上了健康人的生活。为让更多中老年人对常见慢性病早预防、早受益,《巧吃油,百岁康》一书和养初元食用油,现面向全国免费发放3000套。由于数量有限,请广大中老年朋友,拨打免费电话预约领取:400-6686-705