

嵩山文化是历史积淀形成的多元文化,是中华民族宝贵财富,更是全人类共有的文化遗产。本报开设《嵩山文化》栏目,助推少林文化传播发展。

嵩山文化

嵩山百草香 守护百姓健康数千年

袁锦扬

容的自然环境和山地小气候,四季分明的气候特点,为众多植物的生长提供了适宜的自然地理环境,被誉为天然的“中草药博物馆”。

《救荒本草》《说嵩》《嵩崖尊生》《开封地区中草药》等嵩山历史典籍著作中,对嵩山中草药的特性,疗效等方面做了详细记载。连翘、金银花、艾草等在嵩山地区随处可见,这些植物医用价值高,数千年来一直佑护着嵩岳儿女的身体健康和繁衍昌盛。

五月的嵩山,微风拂过,花影摇曳。金黄连翘与错落有致的山脉交相辉映。连翘是一种常用中药材,花可观赏,叶可泡茶,果实入药,一身是宝,不愧为“金条条”,更成就了登封人民“甜蜜蜜”的“花事业”。

“野艾”茸茸淡着衣

“端午时节草萋萋,野艾茸茸淡着衣……”。在中岳嵩山,从路边田野到丘陵山岗,到处生长着一株株传承千年的人间仙草——野生艾草。千百年来它郁郁葱葱,生生不息。

遍布嵩山的野生艾草,是嵩岳先民认识和使用较早的中草药植物。从刀耕火种的上古时代绵延几千年,百般做法里积淀下来不仅是生存的智慧,还有对自然万物的珍视。

美丽的“毒药”猫眼儿草

泽漆,别名叫五朵云,嵩山区俗称猫眼儿草,乡民都知道它有毒,但会拿它煮水来治脚气,可能是以毒攻毒之法吧。

《本草纲目》里说:“《别录》、陶氏皆言泽漆是大戟苗,《日中

子》又言是大戟花,其苗可食。然大戟苗泄人,不可为菜。”这种草的乳汁液对皮肤、黏膜都有很强的刺激性。蹭到皮肤上可致发红,甚至发炎溃烂。

猫儿眼睛草、绿叶绿花草、五凤草、五朵云、灯台草等,它有这么多美丽的名字!再来听这个——倒毒伞、烂肠草…就说你怕不怕?

肚子胀不消化? “酸不唧”来帮你

嵩山地区的“酸不唧”,顾名思义酸酸的,比如橘子,比如山杏,比如青苹果等。花和叶子都可以吃,直接揪一把洗干净丢在嘴里,解渴生津。

“酸不唧”,性酸、寒,能增加胃动力、帮助消化,还有清热解毒、行气活血的功效。

吃了无数个“蜜蜜罐儿”的孩子

这种植物嵩山地区的小孩子一直叫作“蜜蜜罐儿”,把花朵拔出来,把花朵的尾部搁在嘴里吮吮,有很好的甜味儿,多形象的名字啊。我小时候特别喜欢它,无聊的时候就蹲在它面前吸上一大堆,心里美得很。

“蜜蜜罐儿”的根茎就是大名鼎鼎的地黄!六味地黄丸最重要的原料之一。地黄要秋季采挖,去掉须根和泥沙,鲜用或炮制后都可以,分为鲜地黄、干地黄和熟地黄,分别有不同的功效。

巍巍嵩山,群山叠嶂,峡谷幽深,茂林修竹,药草飘香。人类在与自然万物息息与共中获得的,是对生命的理解、对万物的敬畏,物尽其用,并使之绵延不息,代代相传。嵩山药草,真正让我们感受到快乐与美好的一定是身在其中的惬意。



5月3日,不愿和游客一起挤在景区,我寻着山间小道,在当地村民的带领下,到嵩山寻“宝”!

山上碧薇、草木极盛,谷雨过后,山中采撷一把嵩山药草,储存一年的“健康”,岂不乐哉?

天然的“中草药博物馆”

金银花、连翘、艾草、蜜蜜罐儿……总有一款“野药”让人寻味,催人感恩。所谓苦口良药,苦尽甘来,嵩山地区的这些野花野草,几千年来一直保护着百姓的幸福健康。

嵩山地处黄淮之间,属于暖温带半湿润季风气候,南北兼

嵩山记忆

魂牵梦萦艾草香

李想 文/图

艾饺、艾煮鸡蛋、艾酒、艾肉丸、艾根炖汤……总有一款艾食让人寻味。所谓苦尽甘来的哲学,正是嵩山艾草的味道。

五一刚过,似乎就听见了端午节的脚步,记忆中的关于家乡嵩山地区的端午,在脑海中渐渐清晰起来。初夏时节,嵩山的艾草呈现出“你追我赶”般的疯长,像躲在深闺的少女,等待着嵩山采药郎。

小时候,每年端午节前,奶奶都会带我来到嵩山坳采摘蒿草或艾蒿的嫩芽,等端午节的早晨,插在大门的门框,新鲜艾草浓浓的香味从门口散发出来。

奶奶还会把采摘回来的艾草晒干一些,用各种颜色的布头缝制艾香包,装上干艾草,搁置在箱子、衣橱、包袱的角落,不仅可以驱赶蚊虫,还可以熏衣,每当我们取出换季衣服时,上面就会散发着艾草的清香。我也会帮奶奶做艾草香包,时而在香包上绣朵小花,时而用绿丝线绣出香包的嫩芽,时而用五彩线编织香包的挂绳……端午节挂在脖子上,迫不及待的和小伙伴们炫耀。

嵩山野艾是一味神奇的中药。小时候感冒、咳嗽,奶奶就扯一把晒干的艾叶放进热水中让我泡脚,脚泡在热水

里,还要在盆上搭一条厚厚的毛巾,防止热气很快散失。一会儿,脚就被泡得通红,浑身毛孔张开,趁着汗水盈盈,钻到被子里捂上一觉。有时母亲就给我熬一碗黑黑的艾叶水,苦涩的艾叶水加红糖,硬着头皮喝下去,第二天早上,感冒、咳嗽就差不多好了。

每逢端午节,就会想起故乡的艾草香。嵩山那独特的艾草香,成了永恒的回味。“家有三年艾,郎中不用来”千百年来,嵩山地区浓浓的艾香,寄托着人们对生活的热爱和向往,对先祖的敬畏,也是平淡生活中可以感受到的传统文化的一抹馨香。



生活杂谈

绽放微弱光彩 平凡一生也英雄

刘曙光

“有一种美丽来自平凡,有一种奉献来自信念,有一种崇高来自坚守。”人都有志,但凡志向都有趋上、趋好性。没有谁一谙世事,就立志平庸,立志贫穷,立志一生碌碌无为。

生活首先是眼前的柴米油盐,然后才是诗情画意和远方。家长里短处置好了,即便没有诗和远方,日子也是踏实的,也是幸福的。

人生无常,有春风得意,也有凄风苦雨。有人飞黄腾达,有人穷困潦倒。无论何人,一生中都会有机遇,都会有挫折。幸运和机遇不会终生偏爱一人,挫折和不幸也不会始终陪伴某人一生。

立志不等于成功,在践行志向的征途上,弯道和风雨永远多于坦

途和阳光。自古及今,立志而又达志者总是少数,许许多多都是平平凡凡。志不达,无所谓;志达者,也无须骄。关键是人生须立志,立志必践行,在践行的过程中,体验到生命之美,才不负人生。

人生不在初相逢,洗尽铅华亦从容。年少都有凌云志,平凡一生也英雄。

琴棋书画诗酒花,当年样样不离它。如今七字都变更,柴米油盐酱醋茶。

“不经一番寒彻骨,怎得梅花扑鼻香。”只要俯下身子、脚踏实地,不畏艰难、勇于突破,日积跬步、躬行不辍,人一定能够活出不一样的人生,绽放出异样的光彩。