夜航船

■孙道荣

你忌你的,这是原则;我不忌我的,这是底线。原则和底线守住了,忌或不忌,有什么关系?忌也好,不忌也罢,人生方可自由,且自在。

你忌,我不忌

医生开了药,叮嘱:服药期间,要忌嘴,不能吃发物。

问医生,哪些是发物?医生详解,肉类里的羊肉、牛肉、驴肉,还有猪头肉;蔬菜里的韭菜、竹笋、茄子、菠菜、南瓜,以及蘑菇和葱姜蒜;水产里的鱼、虾、蟹,尤其是海鲜;水果里的芒果、荔枝、桃子、樱桃等。

我的妈呀,这么多食物都是发物,都不能吃吗?

医生说,能不吃,还是尽量别吃。等药吃完了,炎症消失了,就可以吃了。

好在只吃了3天的药,病就好了,也不用再忌口了。但忌口的几日,真的难熬,生怕一不留神吃了哪个“发物”,使病情加重。当然,最难的尚不是自己忌口,而是一家人在一口锅里吃饭,总不能因为我一个人生病了,全家人都跟着一起忌口吧。他们吃他们的,我“忌”我的。

我“忌”我的,却很难。比如我们一家人,都喜欢吃海鲜,几乎餐餐离不开海鲜。我嘴上说,你们吃你们的,眼睛却不争气,老是盯着那盘鱼,或者虾。手里的筷子也仿佛自己长了腿,总想着偷偷插进去一脚。妻子为了彻底断我念想,干脆连续几日,不做任何海鲜菜,这可苦了孩子,馋得“哇哇”叫。如果说海鲜尚可忍一忍的话,那个葱姜蒜竟然也是发物,就忍无可忍了。作为调料之王,很多菜离不开葱姜蒜,以去腥或佐鲜,因为我的忌口,妻子在做任何菜肴时,都不敢放葱姜蒜,以致一向做得一手好菜的妻子,那几日做出来的菜,统统寡淡无味,大失水准。

一个人生病,全家人跟着吃药,这样的蠢事,恐怕不太可能发生。但因为一个人要忌口,全家人都不得不跟着有所忌,这样的事,恐怕就时有发生了。我有个熟人,做菜也有一手,他的秘诀很简单,就是做菜时加一点白糖,这样做出来的菜肴就会又甜又鲜。不料前些年体检,查出得了糖尿病,从此以后,他家就再也见不到白糖的踪影,几个糖罐子都被他扔了。你不吃糖没关系啊,别扔糖罐子啊,更别害得全家人跟着不能吃糖啊。

对大多数人来说,糖是一个多么甜蜜的东西。但对于一个糖尿病人来说,白砂糖可能就是毒药,就是砒霜。糖尿病人最大的忌口,就是白砂糖,以及一切糖度高的食物。还是那个熟人,年轻时胃不好,喜欢吃粥以养胃,还真将胃调理得日渐好起来,因而对白米粥有着特别深的感情。自从得了糖尿病,自从知道粥里的糖分也很高,从此不敢吃粥,对粥的感情也是从由衷的热爱,慢慢地拒而远之,及至最终深恶痛绝。粥何错之有?粥的含糖量高一点何错之有?

就像我这个人,因为有慢性咽炎,因而有很多忌口,辛辣的东西,就一律都不能沾,一旦吃了,就会咽炎发作,吞咽困难。而这世界上,辛辣之物何其多也,独爱辛辣之味的人又何其众也。辛辣之物,于我是难以下咽之物,有百害而无一益,于人却可能是美味佳肴,天赐宝物。我忌之,只是因为我的身体接受不了它,承受不了它的辛辣和热情,不代表它就是坏,就是恶;更不能因为我忌之,我远之,而让别人也跟着一起忌,甚至跟着一起讨厌它,拒绝它,排斥它。

惜乎这样浅显的道理,并不是人人都懂。我常听一些所谓的养生专家说,这个东西不能吃,那个东西不能碰;这个东西脂肪太多,那个东西胆固醇又太高。这世界上有不能吃的食物吗?既是食物,就一定能果腹,能滋养,它就是合格的食物。而你之所以不能吃,很可能只是你的体质虚,或者肠胃的消化功能出了问题,是你消受不了,没有口福。

该忌的,当然要忌,避而远之;不须忌的,那就欣然接纳,尽情享受。食物是这样,这世界上的其他一切概莫若是。忌是什么?忌是不适宜,不接纳,也是恐惧,排斥,与忌恨。人生在世,总有一些东西,是我们所忌惮的,忌恨的,忌讳的,但我忌的,你未必要忌,我更不会强人所难,强迫你去忌;他人忌的,我更不会糊涂蛋似的跟着瞎起哄,不分青红皂白地忌。

你忌你的,这是原则;我不忌我的,这是底线。原则和底线守住了,忌或不忌,有什么关系?忌也好,不忌也罢,人生方可自由,且自在。

扫一扫听一听 更多精彩内容

闲坐烹茗 ■余观祥

徐徐春风催春来

雨后烟景绿,晴天散余霞。伴随着新春的气息,在旷野中和煦春风的吹拂下,春天的步履缓缓而来。这股温暖的力量,使人褪去冬日的厚重装束,换上轻盈的衣裳。而历经寒冬的草木,也在春风的催促下,萌发出满身的绿意。

初春的雨,如薄纱般笼罩着整个小区。初时,误以为是雾气弥漫,渐渐地,才发觉是水珠滴落。乌黑的柳树枝条上,绿色的芽点开始吐露。冬天,它们在寒风的挟裹下,显得干瘪而瘦小,如今在春雨的滋润下,变得饱满了一些。紫色的外衣裂开一丝缝隙,仔细看去,芽点下迸出一丝嫩绿,沾满白色的绒毛。柳树、樟树、桃树、桂树、黄杨……都显现出这样的生机。

漫步在细雨绵绵中,发际间挂满了细小而密集的水珠。湿气扑面,紧紧包裹着身躯。不一会儿,衣服和头发便已湿透。“沾衣欲湿杏花雨,吹面不寒杨柳风”,此时的感受便是如此。地上枯黄的草毯,在细雨的洗涤下,褪去了泥色,闪耀着明亮的光。历经冬日的严寒,草秆依旧坚硬而顽强,笔直地挺立着。而嫩芽则在奋力地向上生长,似乎是在倾听雨声。

这雨声,初时如丝丝麦浪轻拂,继而如米粒落入茶盅。没有喧嚣,只有轻柔与美妙,宛如一首摇篮曲,又似一只催眠虫,让人不由自主地打起哈欠,伸起懒腰。

人们在春天细雨中漫步,感受着细雨的轻抚。他们无需打伞,也无需穿雨衣,尽情享受着与春雨的亲密接触。孩子们更是在雨中欢快地奔跑嬉戏,他们的笑声如同银铃一般清脆。有的孩子调皮地伸出手,接住那细细的雨丝;有的孩子则在水坑中蹦蹦跳跳,溅起的水花在阳光的照耀下闪烁着五彩的光芒。

在四季中,我对春季情有独钟。春风轻拂,带着温暖与希望,驱走了冬日的严寒。它如同一位神奇的画家,用细腻的笔触,将大地绘成五彩斑斓的画卷。

似剪刀般的二月春风,在世间穿梭,剪出繁花似锦、绿叶如茵的美好景象,也剪出了充满生机与希望的生活。春风和春雨,是大自然的恩赐。它们赋予大地生机与活力,让人感受到生活的美好。

我叹服这奇妙的春风,大地在它手里有了形状,我喜爱这柔软的春雨,山河在它的手里沾染了色彩,它们就是神奇的画家,给人们描绘了一片生机盎然的春天,让人们尽情地享受春的韵味。

风景独好 ■陈涌涛

成都就在中央。小住几天,尽可把自己当作一只勤快的蜘蛛,今日往西,隔天走北,交替出游,你向往已久的美景,似蜘蛛捕物,尽收囊中。在出游的空档里,从容地看一看这座以人文和美食闻名的古城。

在成都住下来

成都是个历史悠久的都城。到四川旅游,在城里找个旅馆住下来,摊开地图,设计线路行程,无论从生活设施、交通便利性,都有一种居守中央,兼顾四方的洒脱感,以及坐拥进退自如的地缘优势。

四川境内风景名胜众多,但较为分散。从成都出发,南可到泸沽湖、峨眉山;向西横穿康巴大地,风光迷人的318国道,串联起美丽的康定、新都桥、稻城亚丁;往北,是青城山、都江堰、四姑娘山、九寨沟、若尔盖草原……胜景处处,耳熟能详,像一张蛛网遍布几十万平方公里。

而成都就在中央。小住几天,尽可把自己当作一只勤快的蜘蛛,今日往西,隔天走北,交替出游,你向往已久的美景,似蜘蛛捕物,尽收囊中。在出游的空档里,从容地看一看这座以人文和美食闻名的古城。

文殊坊,是依托著名佛教寺院——“文殊院”打造的一个休闲观光社区,也是包括我们酒店在内N个街区的统称。坊内建筑样式以蜀地街院为特色,颇有川西民居和佛禅文化味道。

文殊院占地八十余亩,有曲廊亭阁、假山碑林,前身是唐代的妙圆塔院,宋时改称“信相寺”,清代时传有文殊菩萨现身,改称文殊院,于1697年重建。康熙题“空林”二字,墨迹犹存。

寺内有个以空林命名的图书馆,是三大佛教图书馆之一,另两个,一个在北京法源寺,叫“中国佛教图书文物馆,”另一个在杭州中天竺,全称为“杭州图书馆佛学分馆。”

“宽窄巷”为成都最出名的景点之一,少有来成都旅游而不去的。巷子里涌动着南腔北调的潮流,摩肩接踵,像一个火红的集市。成都有名的小吃,龙抄手、串串香、伤心凉粉、三大炮……都能在这里找到,是否正宗,看你运气了。

遍布于宽窄巷子里头那些精致的院子,庭廊深深,粉墙、红檐、青瓦,多数门前还蹲放着石狮、石鼓,门楣雕着饰物,屋脊处间或有残存的泥塑兽头。想走进去,悉被告知此地乃茶座抑或酒肆,要么就请坐下喝茶、用餐。让不少游者却步。

青羊宫位于文武路闹市区,高大的山门就在马路边上,十分突兀。听名字,便知是一座道观,至于“青羊”称谓,则有“太清仙伯敕青帝之童,化羊于蜀国”一说,传为老子传道之地,看宫内解说,似又与太上老君有涉,这是神仙们的故事了。今之所见,除了斗姥殿为明代原建,其余都是清康熙至光绪年间重建。

值得一说的是宫内藏有清光绪所刻《道藏辑要》经版,共一万三千余块,用梨木双面雕刻,是继明《正统道藏》之后收书最多的道教典籍,也是当今保存最完整的存板,极为珍贵,惜无缘一面。

说到美食,成都有道特色小吃:麻辣兔头。刚到成都的晚上,在春熙坊看到许多店家都把一只只剥了皮的兔头摆得整整齐齐,龇牙咧嘴,狰狞恐怖,心想这货如此大张旗鼓地展示,总有它的道理。查了一下,成都有名的“老妈兔头店”恰好就在文殊坊,那天从安仁古镇回来后便去尝鲜。

服务员都是中年男女,穿草绿色军装,形象老土,态度和善,店堂坐满了食客,戴着薄膜手套猛啃手中的兔头,无人顾及斯文。听说我们想吃不辣的,店员眼神古怪,说那就五香兔头吧。

麻辣是川菜的精华,几乎囊括了所有的菜肴,要是你说不吃辣,大逆不道似的。兔头味道像红烧羊肉,没啥惊艳。看着有成都本地人,七八十来个地打包回去,我们心有不甘,说隔天一定再来吃个麻辣的。

那天到“杜甫草堂”时,已近中午。

中国古代文人中,杜甫是一个很特殊的人物,不单单指他的才华,更在于他的理想和抱负契合当下观念,而被毫不吝啬地赞美和称道,并乐于将他的作品赋予一种悲天悯人的情怀。

杜甫一生颠沛流离,安史之乱后暂避成都。一个落魄文人,栖身于成都郊外,即便在他的朋友圈,如此处境也毫无诗意可言,羞于启齿,然他却以大胸怀,虽居茅屋而祈天下寒士俱欢颜,怎不令人起敬!

见有一联:异代不同时,问如此江山,龙蜷虎卧几诗客;先生亦流寓,有长留天地,月白风清一草堂。是为杜甫真实写照。

“杜甫草堂”作为一个景点,经历代修筑,规模已经很大,有正门、南门和北门可进出,包括一处唐代遗址。大雅堂外,一尊杜甫塑像侧身安坐,淡淡地注视着人们的参拜。将近五百平方米的大堂里,站立着十二位古代诗人雕塑。这么多名人聚在一起,像是一个诗的沙龙,围着杜甫,用各自的华章,为成都背书。他们身后,是一面巨型磨漆壁画,色彩灿烂。

绕过竹林,闻着花香,由碑亭向北,从一座小小的木桥上走过,在绿荫翠叶间,可见一座竹篱为栏、黄泥涂壁、茅草做顶的农居,正是那间杜甫曾经居住过的茅屋复原。

公元223年八月,蜀汉先主刘备病故于白帝城永安宫,谥昭烈皇帝,诸葛亮亲选墓地,并扶柩运回成都,下葬于惠陵。十一年后,诸葛亮因过劳去世,葬在勉县定军山。如此看来,至少在刘禅为诸葛亮立庙时,武侯庙尚不在成都,更没有与惠陵同在。

现在的武侯祠,是在后人对诸葛亮“鞠躬尽瘁死而后已”精神的肯定和赞誉下,将武侯庙与惠陵、昭烈庙、三义庙合并,作为三国遗迹源头而设立,是国内唯一的君臣全庙,1961年即为全国文保单位。

在民间,诸葛亮是一个演义人物,有太多的文艺作品塑造出了一个足智多谋、神机妙算甚至会呼风唤雨的神一样的形象,真实的诸葛亮究竟是怎样的,历史自有公论,来成都武侯祠看看,读一读《三国志》,有助于修正对他在历史中的功过一些似是而非的看法。

成都名胜众多,锦里古街是必须造访地之一,就像如今的宽窄巷子。但锦里似乎又比宽窄巷子多了一种气势,毕竟,此地早在秦汉、三国时期便闻名遐迩。久远的历史赋予它厚重,岂是一条巷子所能比拟。可以揣度,锦里之于成都,就相当于豫园之于上海,夫子庙之于南京,慢游锦里,或许可窥见一丝古代西蜀都城的感觉。

锦里与武侯祠一墙之隔,事实上你只要看一下景区说明,就知锦里本来就是武侯景区的一部分,武侯祠内有小路通往锦里。

古街全长五百多米,现存建筑多为清末民初重建,以三国文化和四川民俗为主要内容,“拜武侯、泡锦里,”是成都旅游的响亮口号。商店里卖的与国内其他旅游景点大同小异,但还是有一些土特产以及小吃彰显出成都的地道。

我俩买了一包麻辣花生米,龇牙咧嘴满口生香,坐在拱形小桥上看夜色里的锦里,灯红酒绿。

湘湖诗会

现代诗两首

夜色如歌

■杜群智

夜色中混沌的黑光
杂着霓虹的五彩
黑色的星辰
翻卷出心底的赤浪

相遇在碧波的堤岸
转身在繁华的人群
白天的放歌
成为夜晚凄美的梦

闪烁的星光中
用彩色的笔写一首明天的歌
愿你的眉眼描摹幸福
愿我的心中璨如往昔

时间带走春的念想

■黄依童

戴上墨镜就能预见
傍晚野餐垫外的草地
扔一把注定连胜的“干瞪眼”
起身披上湖面挤出的粼粼凉风

雨渐渐停顿的几分钟
热气冲开杯盖的生长
表针流向木桌的纹路
你的发梢被风梳理

大路上滚着低矮的尘埃
吹去我们头上汗珠的风
想站起展开双臂大声呼喊
晃动母亲上班途中自行车后排

我不敢和文字的眼睛说话
因为那里是春天
我忘不了桃花下的丝发
因为这已是春天

清明是个小节
螺蛳成长前
龙井走过味蕾的高台
还带走一朵落地的桃

朝花夕拾 ■陈于晓

莺的嘴,在春天,是含着绿汁的,它一啼一枚绿。有时春水绿着绿着,就蓝了。春水一蓝,莺的啼声也是蓝的,蓝像一个巨大的梦幻,很薄很轻盈,是一种境界。在春天泛滥着的天籁中,莺声,也许是最空灵最美妙的一种。

春日听莺

忽然发现,在春日,莺的出镜率挺高的。不知此刻,耳畔飘过的那一声,是莺啼吗?

垂柳如烟,烟总给人一种温暖的视觉。花一绽,树暖了,或许这些树,都是早莺争暖的。湖水,碧绿,潋滟着,泛着酒意,微醺,春水果然如酒。也因此,在水面漂浮着的那些白云,都有着些许的醉态。草色还浅,没不没马蹄不知道,我找不到马蹄了。浅草早已埋了去年的落叶,包括脚印。也有莺啼,会掉在草丛中吗?有的,但或许,转眼就娇艳成草花中的某一朵了。

莺在枝头,我抬头的时候,看见已满枝翠绿,把莺的身子遮了。遮不住的,只有啼声了。春天的莺,应该还未谙世事,因此那啼声,很清澈。春天千娇百媚,莺,自然也是娇莺。在谁家庭院里,恰恰啼的那一只,多么自在,想啼什么就啼什么,无拘无束。此刻,它在湖边的柳林深处,自在地啼着。把一整片春色,都啼得很婉转,把草间花间的流水,叫得缠缠绵绵的。要多少只莺,聚在一起鸣啼,才能让柳如烟,涌动成柳如浪呢?

林子里林子外,莺声啼不尽,合唱是春天浩大的声势,春天的大地,总是写满了磅礴。只是走到深树中,听莺的独唱,感觉也别有一番情趣。不经意间的一声啼,与其说是打破了空气中的宁静,还不如说让意境更幽了。是的,是“意境”,那一声一声的幽,足可以把我整个的身心,都啄空。莺的嘴,在春天,是含着绿汁的,它一啼一枚绿。她说,其实莺的嘴,含着的是春水,春水是绿的,莺的啼声也绿。有时春水绿着绿着,就蓝了。春水一蓝,莺的啼声也是蓝的,蓝像一个巨大的梦幻,很薄很轻盈,是一种境界。

在诗人笔下的春天里,莺和燕,常常出双入对。比如莺歌燕舞,莺是歌者,燕是舞者。莺刚刚亮开嗓子,燕就开始起舞。莺叫上一声,燕尾就点下一圈涟漪。春日辽阔,处处都是它们的舞台。但有时,莺和燕,也会在一起说着什么,这就叫莺啼燕语,在我看来,这“啼”和“语”,在春日,都叫呢喃。如果听得见,这“呢喃”,就是絮絮叨叨的春雨;如果看得见,这“呢喃”,就是纷纷扬扬的柳絮。很多时候,这啼这语,还来不及沉淀,就被风吹走了,被风吹走的事物,有的潜藏了起来,有的再也没有了踪影。当然,劳动也是春天的主题,比如,当莺在枝间谱曲的时候,燕在忙着啄春泥。

除了燕之外,莺还有一个伙伴,叫蝶。只是稍有区别,莺喜欢隐,莺喜欢隐在叶底,或者深树,或者幽涧。我总觉得莺是隐者,我们常常只听得它的声,不见它的形。春日一深下去,草木都成了繁体字。如果愿意,处处都可以隐身了。但是蝶不隐,蝶的翅膀天生太艳,飞得又浅,因此总是太显眼。哪怕是进入乱花,蝶也只是暂时地隐藏一下,没过多长时间,它又现身了。隐与不隐,大多时候,其实与“品格”无关。蝶不会唱,没有好歌喉,如果像莺一样地隐起来,人间就少了好多春色。

提到莺,总会没来由地想到一个野渡,有些荒芜的那种野渡,但春天的蓬勃依然是在的。照例,必须有一只渡船,需横着。至于晚来春潮急不急,暂且不论。但必须有莺啼,虽然不必多,有三两声即可。听莺的人,需要的只是莺声,并且听莺人是无需进入画面的。那莺只一啼,八百里或者八百里以外的春天,就绿映红了。野渡无人的渡船,安放到某一个景区,就是画舫了。坐在画舫中,手搭凉棚,迎面那一丛垂柳,是一只娇莺,还是一粒莺声?

在春天泛滥着的天籁中,莺声,也许是最空灵最美妙的一种。