2020年7月5日 星期日
值班主任：岳嵬 主编：杨道 美编：杨薇 检校：招志云 苏建强
海南日报

草木芳华

槐花飘香

■ 穆克瑞

我生于斯，长于斯的宿州，是一个槐花飘香的地方。

在浓郁的绿叶之间，那一簇簇、一串串，点点洁白的花束散发着清香，素雅的花朵在柔风中轻轻摇曳……是的，那是家乡的洋槐花开了。

或开在春事阑珊处，或开在夏意初现时。儿时，一到槐花盛开时节，便与小伙伴一起三五成群簇拥在槐花树下，大口大口地吸着香气。槐树高大且慷慨，大串大串的花垂了一树，年长一些的大哥哥们靠前争先恐后地采摘，稍显稚嫩的我只能流着口水干瞪眼。这时，旁边总会有一位“主持公道”的老爷爷，走上前把槐树枝拉低，小小的我便兴奋无比，紧张而认真地剪着含苞待放的槐花，不一会儿篮子便装满了，伴着鼻间萦绕的清甜香味，踏着满足的脚步飞奔回家。

未到家，远远地便看见母亲伫立在门口。母亲曾经说过，她小的时候，因为物质匮乏，赶上闹饥荒，大人们经常会找来野菜、树皮充饥，槐花是当时最美味的食物，其他的不是苦就是涩。所以，每当四月来临，母亲总会让我去捋一些槐花回来，浸泡、清洗、晾干，给我们蒸槐花吃。在物资极为丰富的今天，我依然觉得，蒸槐花是我心头最美最香的味道。

离开家乡20余年来，屈指可数的几次回家乡（宿州市萧县），不是借着出差顺道，就是赶在逢年过节的时候，都错过了槐树开花的时节。每次回到家乡，热情的亲朋好友少不了送上家乡各类特产美味，但唯独没有蒸槐花。再吃上一次家乡的蒸槐花，成为我挥之不去的心愿。它长在谁家门前，香飘谁家院外，或映得谁满眼惊艳……

妻子知道我对家乡的槐花情结，在我工作的南方城市一遍遍不停地寻找能吃上槐花的地方。某天，妻子充满惊喜地告诉我，她好不容易找到了一家能够做蒸槐花的饭店。于是，我们兴冲冲地驱车过去，却被告知过季了只能明年再来。就算托亲友从老家寄来，也已不是当年的味道。是啊，没有儿时一起争抢的伙伴，不是母亲亲手做出的蒸槐花，怎么可能是原本的味道。母亲老了，离家远了，厨房里再也不会飘出槐花香了。

光阴荏苒，时过境迁，唯有家乡槐花的味道仿佛依然漫在口中，无尽芬芳，弥足珍贵……它常常把我带回到记忆深处，勾起阵阵涟漪，婆娑了眼睛——那是散发在槐花香甜里的母爱啊。

可能由于它们不够美艳，人们时常会忽略了槐花的存在。过于流美的外形容易落俗，槐花恰好相反，它低调、简约，淡雅、洁净，脱尘、出俗。记忆里的乡亲如槐树般扎根乡土，随遇而安，带着梦想和期待，不争不抢，向阳而上，在清浅的时光中，开出属于自己的一片风景。

“槐林五月漾琼花，郁郁芬芳醉万家，春水碧波飘落处，浮香一路到天涯。”一夜东风，槐花开成海，几朵飘落，绿溪染香来。那一口槐花香，是童年时的珍馐；那一树槐花白，承载着我对家乡的记忆与乡愁。

世说新语

春天的出路

■ 符力

在《论语·先进》里，我们看到孔子和学生子路、曾皙、冉有、公西华四人“言志”的情形。一个国家的治理，需要各种人才，子路、冉有、公西华想当官，以施展才能、实现安邦治国的抱负。这样的选择，未尝不可，而曾皙的说法正合孔子的心意。说明孔子不那么想居庙堂之高，而更乐意处江湖之远，携妻带子、呼朋唤友，到绿水青山那广阔的怀抱里迎风沐雨，尽情感受生命中宽松、惬意的时时刻刻。特别是在自然界最美好的季节，应该更加珍惜那样的每一分每一秒。此外，我们也看到孔子和弟子们发表见解的方式很接地气，他们所言之志，虽出自学生之口，但很成熟、很切实：“浴乎沂，风乎舞雩，咏而归”，这般惬意经验的前提条件是什么？是三月底四月初的北方（山东）天气温暖，惠风和畅；是春服供奉任务已经完成，可以松一口气了；是熟悉的大人小孩又度过一个寒冬，又能相聚在一起了。这些，都是令人心情舒畅，甚至觉得幸运的原因，于是，一声招呼之下，大家都向开阔处奔去，散心、歌唱、飞扬，就自然而然、合情合理了。

孔子认同的曾皙的理念，能把人引向一条自由自在的尘世之路。然而，尘世之路怎么可能总是顺风顺水的？那更多的是劫数重重、受苦受难——子路、冉有他们所说那条路也不能幸免。

从公元650年到755年，也就是从唐高宗李治执政开始到安史之乱爆发前的近一百年，是史学家认为的盛唐。贺知章、李白、王维、杜甫等诸多诗人，都曾生活在那个政治开明、经济繁荣、文化兴盛、边疆稳固的时代。然而，安史之乱、宦官专权、藩镇割据、黄巢起义等因素合力助推，把唐朝从空前强盛推向衰落，时局纷乱，民不聊生。唐肃宗至德二年（757）春，杜甫身处沦陷区长安，为国都破败、骨肉分离所苦，写下了传诵千古的名作《春望》：“国破山河在，城春草木深……”763年2月17日，唐军总算平定了安史之乱。那一年，杜甫被召补京兆功曹参军，却未赴任；次年春，杜甫寄居阆州，作《忆昔二首》表达了对现实的忧虑和感叹：“忆昔开元全盛日，小邑犹藏万家室……”时代的和平与动乱，个人的欢喜与忧愁，都留在杜甫的诗篇里。李煜、苏轼、李清照、陆游、辛弃疾和龚自珍等后辈文人，也或多或少记录了时代与个人的命运。从前人留下的典籍里，我们反反复复看到这层意思：人生在世，每一天都是安乐与危难并存，安乐时，要倍加警惕危难的来临，而危难总是让人措手不及，让人感到无力和渺小。

去年春节，我第一次在外地过年，离家五千里，搭飞机走三小时五十分钟，掠过广袤大陆上的万水千山，才能回到碧海中的那座小岛上。那些天，往日的高速路不堵车了，人头攒动的商业街静下来了，歌舞潮涌的广场也空了。不见飘雪的城市上空，云层抑郁。暖气没坏，还像前几日那样开着，我却感到说不清道不明的双肩发冷，在书桌前坐了一会儿，便想缩回被窝里。背井离乡，一个人过年的孤寂，实在是难以消受。因此，今年春节前，我提前买机票回家跟父母弟妹们相聚，决定在年后去江南拍摄桃花流水，去西南看好久不见的朋友。然而，现在已是初夏，海棠樱花随风落尽，新冠疫情还在全球蔓延，我放下了去年许下的愿望，严严实实地戴上口罩，回到我工作的城市。那一天，我不吃飞机上提供的餐饮，抑制着有生以来从未体验的惊慌，跟绝大多数乘客一样，把近四个小时的空中旅程一秒接一秒地憋到了尽头。洗完澡，脸颊上的布面压痕未退，松紧绳勒进耳根的痛痒仍在。

夏季到了，最初的惊慌感觉已经消除，出门戴口罩、回来洗手换衣服，不知不觉成了习惯。而不太甘心的是，我收起了远足、会友的小心思，如同把年轻时未寄出的情书装进厚厚的纸盒里——怎么能心甘情愿呢？来年一路寻去的地方，绝非今年模样；他日见着的人儿，注定多了一层烟尘……

唉，回首前尘，绞尽脑汁都想不到此生会经历如此怪异凶险的一个春天！而春天，仍是寒冬过后的春天，是孔子和他的三千弟子的春天，诗仙和诗史的春天，也是欧芹、鼠尾草、迷迭香和百里香的春天；春天并不会因为人间瘟疫肆虐而推迟到来的时间。因此，我要不时提醒自己：春天就是来敲击门窗让人们出去沐浴吹面不寒杨柳风的，也是来叫人想想为什么会遭遇那一场风雪，并站起来眺望，看看踏上哪条路，才能走向柳暗花明又一村。

文艺随笔

华佗五禽戏

■ 杨本科

许慎在《说文解字》中说“禽”是一个象形字，这个字和“离”“兕”的字头相似，是鸟兽的总称。《说文解字》：离，山神，兽也。从禽头，从厹从屮。欧阳乔说：离，猛兽也。从字形上看，“禽”和“离”确实颇为相像。

段玉裁解释说，旧书上记载，两只脚有羽毛的动物叫作“禽”，四只脚身上长毛的叫作“兽”。“禽”的偏旁是“厹”，而厹是兽类的脚印。所以仓颉造“禽”的本意是“兽”这是很明确的。用“禽”来表示鸟类，这是假借的用字法，时间长了就成了鸟类的专属词汇了。《说文解字》中的解释就是立足于“禽”的本义而说的，所以很多古代的经籍典章里面用的“禽”字，有的是说鸟类，有的是说兽类，有的两者都有。所以《白虎通》这本书曾解释说，“禽”是鸟类的总称，是个象形字，“厹”指的就是他的脚印，而其中的“凶”则模拟了它的声音。“禽”和“离”“兕”的字头相似，就好像“鱼”和“燕”虽然一个在水里一个在天上，却都是灬字底一样，“能”（即“熊”的古字）和“鹿”的脚一样。

“五禽”一说最早见于《五行大义》：

毛虫之精曰麒麟。羽虫之精曰凤。介虫之精曰龟。鳞虫之精曰龙。倮虫之精曰圣人。毛虫西方。羽虫南方。甲虫北方。鳞虫东方。倮虫中央。此则皆称虫也。五灵总为诸虫之首。今止言其四。以人处中央者。谓有性情之物。人最为主故也。灵者。神灵之义。五禽于虫兽之中最灵。故曰五灵。

这里所说的“五禽”对应五方五行，指的是麒麟、凤、龟、鳞虫、倮虫，这和后世所说“五禽戏”中的“五禽”还有较大差别。

五禽戏是亳州的国家级非物质文化遗产，传说由华佗创制，历史上的记载可以追溯至《后汉书·艺文志》中的《华佗五禽诀》《华佗老子五禽六气诀》等书，可惜这些书籍都已流失。可以确定，最早关于五禽戏创制的文献，都指向了华佗。康熙皇帝曾说，华佗创制五禽戏的理论基础来自他的老乡庄子的《庄子·刻意》，“吹呴呼吸，吐故纳新，熊经鸟申，为寿而已矣。”华佗五禽戏，也是后世导引操的渊薮。

从现有文献看，五禽戏很显然是道家重要的养生手段。亳州人有句很俏皮的话说“牌场里能治五劳七伤”。哪“五劳”哪“七伤”呢？白云子说“久视伤血，久卧伤气，久立伤骨，久行伤筋，久坐伤肉，是谓五劳所伤也。”“七伤”则是由人的喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等情绪带来的身体上的伤害。这个时候，可以做一做五禽戏。白云子说，这是因为“五禽之导，摇动其关，然人之形体，上下相承，气之源流，升降有序。”广陵人吴普跟随华佗学习医术，有一天，华佗跟吴普说，人的身体要经常活动活动，只要不太过于剧烈就行。人经常运动，气血才能通常，不会生病，这和“户枢不蠹，流水不腐”所说的道理一样。所以上古的仙人，都会经常做一做导引操，像熊和鸟一样伸伸腰肢，活动活动关节，以求长生不老。我也有这么一套导引操，名为“五禽之戏”包括虎戏、鹿戏、熊戏、猿戏和鸟戏。经常锻炼，可以驱除疾病，身轻体健。如果你的身体有什么不舒服，选取其中的一个做一做，微微出汗之后往身上扑一点粉，就会感觉身轻如燕，食欲也会好很多。吴普照着老师说的做，到九十多岁还耳聪目明，牙齿完好。从此以后，五禽戏便名声大振，走上了它传承千年的道路。

栖真子说：“华佗观察五种禽兽的动作所制成的导引操，原理是人体如果太久没有运动，气血凝滞，疾病就出来了。活动一下，身体得到伸展，血脉融汇通畅，身体就好起来了，所以后人争相学习，以求长生”。

有一年邓云山修仙得道，两只手突然就不听使唤了。陶弘景让人转告他说，针灸风徊、曲津两处穴位。刚过了六七天，他就可以练五禽戏了。白玉蟾更是神话了五禽戏，他说“制八锦兮寻偃月，戏五禽兮舞神弓。”明朝胡文焕提出了练习五禽戏的强度，即“去五禽戏法，任力为之，以汗出为度。”

五禽戏在后世得到了进一步发扬，唐代朱少阳在《黄帝外书》当中得到了岐伯导引的精髓，他结合华佗五禽戏的理论，制作出了三篇《导引图》，可惜没有流传下来。

从隋朝开始，中国文学史上留下了许多的与五禽戏相关的诗文，如“闻道偏为五禽戏，出门鸥鸟更相亲。”（柳宗元）“既通九岁之宜，兼善五禽之戏。”“海上呼三岛，斋中戏五禽。”（李商隐）“三岛”有的版本写作“三鸟”，是不对的，这里指的是“蓬莱三岛”，暗含着求仙的思想，因此在家里练习五禽戏，以求长生。

宋朝崇尚道教和养生，五禽戏成为了一种生活风尚，王安石到朋友家里去，他的朋友家里就挂着五禽戏的导引图，“北堂画五禽，游戏养形躯”。“梅妻鹤子”的林逋，更是五禽戏的狂热爱好者，“遗编坐罢披三豕，小轴行当倦伍禽。”。“三豕”是典故“三豕渡河”，这个典故来自《吕氏春秋·察传》，子夏到晋国去，经过卫国，有个读史书的人说：“晋军三豕过黄河。”子夏说：“不对，是己亥日过黄河。古文‘己’字与‘三’字字形相近，‘豕’字和‘亥’字相似。”到了晋国探问此事，果然是说，晋国军队在己亥那天渡过黄河。这里是说，林逋看书把眼睛看花了，“三”和“己”，“豕”和“亥”已经分不清了，就走出房门，打一打五禽戏。

有一年，天降大雪，梅圣俞和虚白上人来拜访林逋，三人结伴出游，不知不觉走出去很远，四下无人，林逋开心地像个孩子一样，练起了五禽戏，回来后他挥手写下“湖上玩佳雪，相将惟道林，早烟村意远，春涨岸痕深。地僻过三径，人闲试五禽。归棹有余兴，宁复此山阴。”陆游郁闷的时候，也会独自练习五禽戏，所以他写下了“啄吞自笑如孤鹤，导引何妨效五禽。”

梅圣俞曾以竹鸡、婆饼焦、提胡芦、杜鹃等四种鸟为名，创作了一组“四禽言”，后苏东坡在诗文中写道“梅圣俞尝作《四禽言》，余谪黄州，寓居定惠院，绕舍皆茂林修竹，荒池蒲苇，春夏之交，鸣鸟百族，土人多以其声之似者名之，遂用圣俞体作《五禽言》”，自此后，杨维桢、朱熹、周紫芝、偶桓、郭翼、戴昺等人创作了一批《五禽言》，以鸟的叫声为依托，兼以民歌内容和咏物意象的传统，对统治者进行鞭挞，给人民生活以同情。

元代的时候，人们也练习五禽戏，“春深不见人，聊为五禽戏”（虞集）。蒙古人入主中原，成吉思汗手下第一辅臣耶律楚材的儿子耶律铸很快就接触到了五禽戏，他说“元化唯珍五禽戏，通明殊玩两牛图。”这大概是五禽戏的第一次跨民族传播。

“慰藉烹双鲤，支持戏五禽。”（朱多炡）所谓“上行下效”，明朝的皇家求长生，明朝的大臣也求长生。薛蕙回到亳州老家之后“终年只学五禽戏，早岁浑忘三篋书。”而袁宗道说“世业五禽戏，家藏八叠书”，五禽戏和书，都是他家传的最宝贵的财富。

清朝的五禽戏，入住了皇家，康熙曾说“戏五禽而荣昌，祛三虫而轻举。”皇帝一言，大臣们自然云集响应，于是乎“养生家每讲导引，如抱昆仑，鸣天鼓，撼天柱，暖心肾，摩足心，漱津叩齿诸法，更有殷运演五禽等术”。

从历史的文献当中我们可以看出，自东汉华佗创制五禽戏以来，古人对五禽戏的热情从未退却，薪火相传，所以蒲松龄在《聊斋志异》当中借他人之口说，“世所传并非真诀，惟华佗五禽图差为不妄。”



《夏荫》（国画） 邓子芳 作

人生况味

菜品三题

■ 董改正

俺留一根！

写爱葱之甚，无过于此了。

王世襄爱做菜，时常骑着载重大自行车，后面绑着做菜的家伙什，每次聚会，大伙都逼着他露一手。一次老餮聚餐，各逞其能，比之满汉全席不遑多让。轮到王世襄，他做了一道“焖葱”，结果一下子就抢光了。

此焖葱的做法我没见过。妹婿全家来访，我也做了一道。他们没见过这样做的，妹妹夹一筷子，咀嚼若有所思，妹婿亦如此，外甥女也夹了一筷子，眉头攒动，曰：善！

我想，王世襄也不一定见过焖葱的菜谱。世上第一例，总是有人先做的。

其一，忘鸡。

徐兄来访，做菜若干，鸡一，鱼一，素菜几个。因为怕耽误时间，鸡是前一天做好的，保鲜膜包裹着摆在冰箱里，上桌之前，蒸屉蒸过。女儿爱吃鸡，因此我于此道浸淫多年，味道料应不差。

于是饮酒乐甚。所乐者，在于此时此地此人，在于见情见性见真。我二人皆不解饮，酡然欲醉。徐兄夹鸡脖，几次未果，问道：此千张果竟硬如此！我才明白，此君以夹千张之力施于鸡脖，当然难以奏效。

电话来，徐兄起身告辞。酒已尽，而盘中鸡，俨然千张果，磊然未动。方知朋友之聚，恬然可忘鸡也。

其二，焖葱。

菜之道，犹如作文之道，难在以寻常题材出新。

李渔写葱，谓之小人之属。已是出乎“小葱拌豆腐”之外。汪曾祺写葱，说两口子吵架，女人一气之下，跳井了。婆婆急得直跳脚。男人道：勿急。施施然回屋，掇一张凳子，手里拿着一根大葱，坐下慢悠悠地咀嚼起来。未几，井下女人大喝：兀那厮，给

其三，绝配。

黄日华配翁美玲版的《射雕英雄传》，人皆称绝配。

金圣叹说，五香豆腐干与花生米同嚼，有火腿味道，这也应该是绝配；梁实秋的一个亲戚，为着儿子半夜带回的一个鸭梨，吃了半个，蓦然想起它有更妙的吃法，冒着风雪去寻它的绝配。

菜有绝配。配得好，郎情妾意，互相烘托；配错了或是配得平庸，主菜与配料都白瞎了。瓠子和葱是绝配，莴苣丝与韭菜段是绝配。炒苋菜如果不拍蒜头，简直是罪不可恕。炒小鸡仔不放蒜头同理。烤羊肉串不放孜然粉同理。

绝配来自于探索，开始没人知道谁跟谁配，试出来的。一次母亲做汆肉，无处寻葱，便信手拍了一瓣蒜头，切碎放入汤里，竟是大出所料的鲜美。

由不配到绝配，探索鼓励尝试。但尝试并非盲目，如果你想创造一款超辣版的元宵，那么估计是注定失败。相配的双方，先是气质上有相通之处、互补之道，不是什么都拿来试的。这样说来，配菜也是个哲学问题，还可以是婚姻问题了。

诗路花语

临高古银瀑布

■ 陈波来

离海很近，离群山很远
漠漠平野抵近入海口
这一次水瀑之声不在高处唤你
你得低下身，从脚下去找
引你趔趄的肉身下行到
陡然凹陷的沟谷
形同一番跌落，从起伏莫测的
命运，譬如平路上摔跟斗
喝凉水也塞牙。低谷
沉寂而绝望，但当你把自己
和谷底的一株草一棵树
放在一起，一道
平野中缓缓淌来的溪水
就有了垂天而降的
仰望，还有轰鸣与奔流

父亲，夏日美丽的韵脚

■ 暮云

在夏天，我们说起一个词
就有一座山俯下身来，托起另一个滚烫的词
就有汹涌的汗，汇成一条河
送走一叶扁舟
就有一片辽阔的草原，供一匹小马驹驰骋
多么年轻的词。它蓬勃的枝叶茂盛
使站在枝头的鸟儿
忽略了它逐渐弯曲的脊背
以及它站在暴雨中，承受着雷电的霹雳
湿漉漉的样子
而现在，我们以集体的方式
说起这个词。仿佛说起爱
说起一个令我们难以启齿的羞愧
这拒绝修饰的词，以血脉的流淌
贯穿我们的一生
却从没有发出一点声响
只是这样，以缄默的方式
站在夏天的句子里，站成一个美丽的韵脚

高考季

■ 胡巨勇

并非执意要重墨浓描这个六月
只是书山学海里的跋涉
注定了一种涅槃
耕耘的脚印一次次刷新起点
寒窗苦读的记忆拔节梦的厚度
笔尖流泻的汗水
掂量出火红季节的重量
期盼的目光一直不曾远离
岁月绽放的笑容
蛰伏在亲情的爱里
心跳的律动，拉大考场里的静
得失对错喧腾着这个季节的表情
眼泪不是彼岸的通行证
只要信念在，条条大道通罗马
用一场洗礼告别花季雨季
苦累也好，叹息也罢
明天就在脚下
目光的远方将是又一个新的起点

七律·风门岭寻访渡海战场

■ 陈奋

风门岭上忆雄师，
激荡心潮鏖战时。
叠叠帆颠呼壮士，
排排脚印写传奇。
围歼顽寇千重铁，
回望硝烟万丈旗。
夕照青山齐碧海，
长歌一曲向丰碑。

投稿邮箱
hnrbyfb@163.com

地址：海口市金盘路30号 邮编：570216 总值班：66810666 广告许可证：琼工商广字015号 广告部：66810888 发行部：66810999 海报集团新闻热线：966123 邮发代号：83—1 报费：每月45元 零售每份1.5元 昨天开印时间2时10分 印完：4时35分 海南日报印刷厂印刷