

母亲今年虚岁八十八，“米寿”了！除了腰腿和颈椎不好，没什么其他基础病。她自己常说，在这个年龄还能如此，主要是因为她爱喝小米粥。说实话，这个我小时候就知道，风寒湿邪、发烧感冒、上吐下泻、食积不化……似乎没什么不是一碗热热的小米粥能解决的。

母亲是河北唐县山里长大的，十几岁才出来。作为家中的主妇，她为全家做饭，她的口味儿决定全家的口味儿。主食里她爱吃的东西很有限：最爱小米，此外就是大米饭（最好掺上小米做“二米饭”），然后就是各种豆类：黄豆、红豆、芸豆、黑豆……你说想吃肉，人需要动物蛋白，她说：“我们山里人哪有那么多肉吃？不也身体好好的？再说，肉食者鄙，食谷者慧！五谷都是植物种子，种子是谷物的精华，越吃越聪明！”

长大了看书，看到中国传统食物中的“五谷”，才发现母亲爱吃的东西非常传统，她的说辞和不爱吃面或来自《礼记》对北狄的贬低“不粒食”；特别是我后来读了食物的全球史，了解了“哥伦布大交换”之后，大感惊讶，母亲的胃竟然是如此地道的“中国”。

## 母亲的“中国胃”

·郝岚·

中国古代人们的主食，有五谷、六谷、九谷等成说。汉代以前的“五谷”或“五种”说有分歧，但在郑玄注《周礼》言“谷宜五种”，和赵岐注《孟子》“稻、黍、稷、麦、菽”相同。稻为稻米，黍即黏黄米，稷后来也做粟指小米，麦指小麦，菽就是大豆。

二

五谷中小米的地位极高，所以很多国人喜欢小米养生，虽然并不懂得如此多道理。因为粟在《说文》中说“嘉谷实也”，而稷粟同物，就是小米，乃“五谷之长”。根据《说文》，稷的初文从禾夨声，禾乃谷穗低垂的粟的植株的象形；那个“木”字，就是一棵谷子，上面弯下一个沉甸甸的谷穗，成了木字上面那一撇。“稷”的右侧是个跪姿人形，后来字形写作“兄”。今天我们都知道“江山社稷”里的“稷”是谷神，其实主要拜祭祈祷的对象是攒穗的禾，也就是小米，而不是散穗的黍。

黍是糜子，是黄色黏小米，母亲蒸黄年糕的那个。个别不太黏的个头比小米大，脱了壳叫“黄米”。这个黍也是本土作物，河北磁山遗址前几年发

现了很多糜子，是距今七八千年前的。黍不好消化，不能多吃，多出来的就可以酿酒。黍后来还向西传了，今天的哈萨克斯坦发现了四五千年前的糜子，他们日常饮用的“塔日米”，就是黄米（黍子）加奶茶。

五谷中“菽”是豆子，这是中国最早种植的，新石器晚期就有了，相当长时间是中原地区的主粮之一。《诗经·小雅·小宛》有证：“中原有菽，庶民采之。”可见已经广泛种植豆。但是豆子的叫法是在汉代以后，在此之前就是“菽”，这个字古文字形如豆的嫩芽破土，



花世界系列(油画)  
孙洪俊作  
(选自4月27日《羊城晚报》)

下点表根部的根瘤，本意是豆类的总称。豆子和小米是当时的重要主食，君主关心的“粮食安全”主要是这两类，战国诸子主张“重菽粟”，《孟子·尽心上》说：“圣人治天下，使有菽粟如水火”。

豆子好是好，但是不好消化，吃多了不舒服，后来转为副食，今天说法是它的蛋白质不利于吸收，所以中国人要改造它。母亲总是做豆腐炖白菜，还喜欢卤水豆腐，道理她并不讲究。其实中医的逻辑是，豆子属寒性，入肾，需要被卤水点化平衡了。

尽管水稻今天已经全球化种植，但是它依然是亚洲的标志主食。母亲爱吃稻米，因为当时稀缺，水稻需要大量灌溉，燕赵中原主要还是旱作谷物。她习惯往大米里掺点小米做“二米饭”，并非是为了健康，而是她童年记忆里大米是奢侈品。

一般认为，五谷里只有“麦”是外来的。商周时期，麦就已经从西亚传入中国，证据是《左传·成公十八年》：“周子有兄而无慧，不能辨菽麦，故不可立。”说明春秋时期，麦已是中原地区比较常见的作物；不能辨识大豆和小麦成了“无

慧”的标志。

三

母亲的老家唐县古属燕国，是尧帝的封地所在，附近的青虚山正是晋代葛洪隐居得道的地方。母亲在大山里长到十几岁才蹬着唐河，走出来上初中，二十几岁分配工作到了九河下梢的天津做小学老师。如今60年过去，她的饮食习惯还是燕赵之风。二十几岁就来到天津的母亲，胃的记忆，一直是童年的口味儿。

我每周末去看母亲。最近由于疫情在家运动少，我打算辟谷减肥。午饭时母亲看我不吃主食，说这怎么行？我说我在减肥戒“碳水”。母亲说：“什么歪理邪说？人活着不吃五谷怎么行？你看那‘精气神’繁体写法，仁字里前俩字都有个‘米’字，意思是不吃小米，人怎么能有精神？”我真无可反驳。母亲节前，我问妈妈要个什么礼物？她说什么也不缺，要是有时间就给她带两斤新小米。

母亲并不懂得什么食物的全球史，没读过《黄帝内经》，对养生之道毫无兴趣，她那些道理不过都是延续了童年时代老家的饮食习惯，却恰恰是“最中国”的饮食特征和养生之道。（摘自5月10日《天津日报》）

## 岸柳初绿时

·耿林莽·

“七九、八九，沿河看柳”，这两句民谣式话语，流传有年了。将柳视为冬春交接处的一位“使者”，或许便由之而“敲定”了。由于南北方气候的差异，才有了“七九”或“八九”这两段时间上的“含糊”性吧。沿河看柳一语，更有一种动感的神韵在了。

柳树沿河而栽，人们踏上堤岸，在“春风又绿江南岸”的一派浓浓春色中行走，喜悦之情自不待言，而在春来得迟些的北国，人们在焦切盼待的心情中走到岸边，一旦窥得了柳条上一点点春的信息，那种心情又是一番意趣。因而“沿河看柳”所包容的想象空间，是相当大的。

清明时节雨纷纷。这时节的雨，细若游丝，烟一般笼罩着岸，梦一般缠绕在冬眠已久的柳树枝条之上，那枝条便有了悄然返青的润湿之感，并有柔黄的嫩芽随之而生，一条杨柳岸便在骤然间披上了淡淡的绿。杨柳也许是树木中最具女性之青春美的一族。清清淡淡的色调，丝丝缕缕地飘拂，有一种天生的柔情在招摇。“昔我往矣，杨柳依依”，《诗经·小雅》中这两句无限深情的诗，成为千百年来人们寄情于柳、借柳抒情的经典。

古城长安的灞水桥边，是古人送别的地方，那里种满了伤别的柳。李白吟道“春风知别苦，不遣柳条青”，这一种天真的“曲

笔”，写尽了人间别离的无奈，也为折柳送别的习俗，烙下了无可更易的标记。柳条柔软，柳丝绵长，当她拂着离人的肩背，或是执于送行人的手中，自有一种依依不舍的情怀流露，胜过万千话语。刘禹锡写过许多咏柳诗，题之为“杨柳枝词”，“长安陌上无穷树”“唯有垂柳管别离”指的也是灞桥柳吧。

李贺的《致酒行》中亦有“折柳”故事：“主父西游困不归，家人折断门前柳。”主父指汉武帝时的名人主父偃，他久游不归，怀念他的家人，将门前的柳枝折而又折。在这里，折柳已由“送别”延伸到“怀人”，情更深了一层。

中国的古城无不植柳，中国的诗人无不咏柳，几乎成了通例。杭州的西湖上是岸柳成行的，白居易在杭州为官时，写过《钱塘湖春行》：“最爱湖东行不足，绿杨阴里白沙堤。”白沙堤在杭州西城外，近孤山。韦庄的《台城》写的是南京玄武湖：“无情最是台城柳，依旧烟笼十里堤。”这和李商隐的《隋宫》近似，李诗云“于今腐草为萤火，终古垂杨有暮鸦”，都有种怀古的悠思因柳而生。隋炀帝在扬州开运河，筑隋堤，那长长的堤岸上垂柳依依，竟成了昏鸦们的出入之所，便有一种反讽的意味隐于其间了。

（摘自4月4日《青岛日报》）

## 琴声奏出古老的渴望

·黄咏梅·

要是在街上，遇到像电影中的那样一场雨，身边车来车往，脑海里会出现一个男人，全身湿透，头发坍塌在脑后，他看着车子里坐着的女人，没有吐出一个字，脸上是雨水冲刷不掉的痛苦的笑容。车里的女人，紧紧拽住车门把手，在推和拉之间挣扎，仿佛用尽毕生的气力在克制。克林特·伊斯特伍德饰演罗伯特的時候，65岁，高瘦，有力，如同一只“骑着彗星尾巴而来的豹子”，梅丽尔·斯特里普46岁，跟原著中的弗朗西斯卡年龄相仿，站在廊桥的夕阳里，闪闪发光，“照得人眼花缭乱晕头转向。”这画面时常从街角的雨帘中呈现，仿佛每一场雨里都待着一个热切的罗伯特，每一辆在红灯卡顿后又绝尘而去的车子里都坐着一个弗朗西斯卡。

《廊桥遗梦》先看的电影。那时还年轻，这一幕雨中永别，只在心底暗戳戳跟一些失恋情绪相呼应，跟爱而不得的情感辗转呻吟。等活到弗朗西斯卡那个年龄，不经不觉，“爱”这个颤抖的词早已尘埃落定，时光为它打上层层包浆，直至彻底成为一个真正的名词。

某天，一位年轻的朋友跟我聊文学，说喜欢《廊桥遗梦》这本书。有些愕然，觉得这本20世纪的老书这种古典的爱情与他的年轻似乎并不匹配。巧的是，那之后不久，我到一家养老院采访，那里的会所辟了一个高级家庭影院，在那张电影播放目录单上，《廊桥遗梦》的点映率位居榜首。于是找出书架上詹姆斯·沃勒写的《廊桥遗梦》，在一个春天的夜晚读完。被电影赋形了的罗伯特和弗朗西斯卡，依旧出没于字里行间，如同两个古老的欲望的幽灵，呼之欲出。而对里边的爱情却像是第一次阅读。

发生在麦迪逊郡廊桥边那场短短四天的爱情故事，不是对婚外恋的美化赞颂，不是理智与情感的较量，更不是家庭责任与个体情感的拉扯，这是一次人的欲望的勇敢审视。在讲述这个故事的开头，作者早就声明：“我们生活在自己的茧壳中，伟大的激情和肉麻的温情之间的分界线究竟在哪里？我们往往对前者可能性嗤之以鼻，给真挚的深情贴上故作多情的标签。”谁敢断言，罗伯特和弗朗西斯卡那种一见钟情短

暂相恋却至死不渝的爱情，只是未经日常磨损过的激情？或者只存在于书本和电影之中？谁又敢抵死承认，自己对这种激烈的欲望只感到惧怕、抗拒、不屑乃至不信？更多的人，可能会选择将双手环于胸前，紧紧捂住衣襟内不请自来的怦然，沉默、忍耐。似乎这才是一个成熟文明的做法。

他们于那场街角的暴雨中永别。他走向了自已下落不明的人生，最终将骨灰撒到了麦迪逊廊桥下；她回到已经组织得明白无误的漫长岁月，直到用一封郑重的遗书向儿女张扬那场短暂却完满的幸福。这个像梦一般的故事，不能因为它短暂，没有得到一个皆大欢喜的结局而被称为遗憾的梦，它只是遗落在了廊桥，遗落在了他们的记忆里。我想，在那家养老院，一群白发老者，坐在暗处，面迎廊桥的光影，琴声断断续续，奏出那种古老的永恒的渴望，他们辨认出了它，捡拾了它，那个在梦中起舞的颤栗的幽灵。

她意识到如果自己真爱过他，决然不会有这样的感受。（摘自5月7日《新民晚报》）