地名记忆

人民中路，别样的法国梧桐景观

文/宁翔 图/株洲发布

走在株洲的大街小巷，可以同时看见历史，现在，未来。一条条道路、一排排行道树，与一代又一代的株洲人一起见证了这一切。亦如法国梧桐，作为行道树是株洲市一张靓丽的名片，“集万千宠爱于一身”，历经几次“涅槃”，在株洲这个城市有着千丝万缕的情结。

一

说起行道树，株洲人都会想到被称为株洲老城区最美城市干道的芦淞区人民中路。这条道因为路边上两排法国梧桐行道树得名，两旁的法国梧桐树冠顶部枝叶交错，交织成绿叶悬垂的拱顶，绿荫掩映几乎把天空遮住，宛若行进在一条“林荫隧道”中，不管是骑车还是行走在树下，微凉渐入的感觉随之而来。让不少经过这条路的株洲人好好感受了一把清凉的韵味。在繁华喧闹的城市，拥有一条阴凉却静谧的路实在难得，又让人回味。

法国梧桐叶子颜色随季节变化，春天嫩绿，夏天渐黄，秋天变红，落叶也很美。如是夏季，三三两两的行人，肩并肩手牵手，一起走，踩着偶尔掉落的树叶，“沙沙”作响的清脆声音与树上聒噪的“知了”叫声相呼应，不时吹来的凉风，更让美景有了别样的意境。如恰逢秋季，午后秋阳从这条路两旁的法国梧桐枝叶缝隙间斑驳落下，铺满一地金黄，秋风起，一片片法国梧桐叶，优雅打圈，轻巧地躺在路上，等待疾驰而过的汽车将它们再次卷起随风起舞。春天积淀满城的绿色底蕴，绿荫透过法国梧桐树茂密的枝叶散发出岁月的味道，也是株洲人最为熟悉的味道。

法国梧桐作为城市干道树，在很多城市都有种植。最具代表性的南京，以其古老的历史和丰富的人文景观，成为古都的重要组成部分。然而，南京的法国梧桐也已被改造得面目全非。株洲市人民中路上得以整体保留的法国梧桐，就全国范围来说，法国梧桐景观算保持得比较好的。

二

1953年，株洲拉开城区行道树的序幕。20世纪70年代前后，当时的株洲市领导带领干部和群众一起栽种完成人民路、新华路、红旗路、沿江路等主要路段的行道树，主要树种是法国梧桐。那时候，法国梧桐是株洲最主要的行道树，遍地都是。尤以南起沿港路北至清水塘铁桥路段为甚，高大、粗壮、茂密的法国梧桐树延绵达16公里长，很是壮观。80年代的行道绿化，树种不再是法国梧桐为主，而是以广玉兰、香樟等富有美感的常绿树种为主。近十多年来，株董路、人民南路、红旗中路、新华西路等路段的法国梧桐树被相继砍伐，让许多市民感怀不已。人民中路文化园路段的法国梧桐得以整体保留，显得尤为珍贵。

城区道路上应该种什么树，过去有过多次争论，争论的主角自然是法国梧桐和樟树，也不乏广玉兰、景烈白兰、加拿大黑杨等数十种树木。

从1986年开始，株洲开始评选“市树”“市花”，综合专家和征集市民意见，历时约一年，初步决定以景烈白兰作为市树，红檵木作为市花。2007年，株洲城区主干道究竟种啥树曾有争论，接地气的樟树因其适应力强，最终打败韵味的法国梧桐成为市树。2010年，樟树得以在全市迅速推广，法国梧桐渐渐被砍掉，樟树取代了法国梧桐的地位。到21世纪初，樟树已成为株洲最主要的行道树。

新的城市建设理论不断壮大发展，从前朴素的“绿化祖国”的口号已经不再合适当今时代的潮流。前些年，省住建厅的相关文件里建议，选择行道树的原则参照冠大荫浓、常绿与落叶搭配的选择栽种。因此，法国梧桐树、樟树和栾树是城市行道树首选。如今，改良后的法国梧桐树由于不再飘絮，再次被选为行道树。比如天元区交警队、二中周边以及武广片区的多条路段又栽种了法国梧桐树。

三

六十多年前，来自全国各地参加株洲建设的老一辈株洲人亲手为这个城市，为后辈株洲人栽种下这些行道树，成就了今天株洲老城区最美的城市干道，成为网红打卡首选地。在这个打卡地，还有颇具盛名“夜宵一条街”，不宽的街道两旁，密密麻麻都是各类美食店铺，每当夜幕降临，灯红酒绿，汽车声，猜拳声，叫卖声甚至偶尔还会有吵闹打架声……连绵不绝，既市井又现代。时尚和传统，奋斗和纸醉金迷，在这里都活生生展现出来。

已经过去的4月，我们迎来春暖花开。此时，阳光很温润，闹市中的树木挺过寒冬，开始吐露新芽。行走在人民中路上，道路两旁法国梧桐新长出的嫩绿色树叶在风中摇曳作响，阳光从茂密的枝叶间照进来，投下斑驳的影子。早上车少时，一些市民特地拿着相机到附近取景。这些伴随几代株洲人成长的法国梧桐，充实了城市的内在美，让城市文脉得以延续。

道路两旁的法国梧桐

贺家土小学操场上的法国梧桐

路上的行人

人民中路旁的文化园

旧事

偷吃

谭圣林

说到偷，谁都会不屑一顾，甚至咬牙切齿，而我们那一辈很多农家孩子，却是“偷”着长大的。

小时候，家里老是缺粮少油、箪瓢屡空，空瘪瘪的腹部永远都在饥饿中抗议，一天到晚慌得如蚁在爬。

饥肠辘辘的肚子是不长尊严的。下午放学路过邻村菜地，走在前头的贵伢子“啾啾”一声口哨，大家一窝蜂包抄过去，刹那间，一人手里扯出一个大萝卜，红的白的，圆滚滚的直溜溜的，绝对是最壮实的，用衣角擦掉泥土，一顿狼吞虎咽。等菜地主人金生满嗲赶过来，大家早已作鸟兽散。金生满嗲收拾残局，摇头苦笑：“鬼崽子，一群饿牢鬼！”

最让我惦记的，是与外婆家一墙之隔的月盈嗲嗲屋背的那苑大李子树，每年一到五月份，挂满了乒乓球大的红李子，诱得人眼馋牙痒痒。

瞅准月盈嗲嗲背着犁耙出门去干活了，我和牛古表弟一人捡一块石头，喊一句“预备起”，石头飞向树顶，密密麻麻的李子被击中后像冰雹一样落下来，我们一人捡一口袋，吃得满嘴发红。

偶尔也有失手的时候，抛出去的石头击中树干反弹回来，砸在自己脑袋上，鼓个血包，也不敢做声，这也算是那个年代最可笑的惩戒吧。

上山砍柴要爬坳过坎，暴晒流汗，被山泉水清洗过的肠胃更容易饥饿。有一回和隔壁墩子哥大清早爬上山，弄到下午背着一捆木柴下山，饿得两眼放绿光，看到坳脚下的菜地里结满了红辣椒，二话不说摘着就吃。

红灯笼一样的辣椒倒是辣中有甜，吃得半饱时，只见远处菜地主人春兰娭毑背着锄头过来了。情急之下，我和墩子哥三步并作两步，猫着身子藏进了茅草窝里。

春兰娭毑是村里性子最好的客家人，只见她一边不急不躁地除草，一边小心翼翼地扶起被我们弄断的辣椒枝，还笑眯眯地哼起了客家山歌：“坳背果(角)里种辣椒，辣椒打花有几高。你要辣椒就杂(摘)两碗细(去)，你莫拗害(坏)捱个(我的)辣椒苗。”

春兰娭毑看了看土里的新鲜脚印，又若有所思地哼起了山歌：“一树辣椒一树冯(红)，敢多(这么多)后生就你过怂(更差)。辣椒冯(红)了会点火，莫怪烧得你肚子疼。”

听着春兰娭毑悠悠哉哉的客家山歌，躲在草堆里的墩子哥捂着嘴巴一阵偷笑，我却觉得喉咙、肠胃以及整个脸庞，都在火辣辣地发烧。

也有夜遇惊魂的场景，让人不寒而栗。一个夏天的晚上，我跟着大家伙去村里的大操坪看露天电影，看完以后已是晚上12点了，肚子开始唱空城计。

在老斗古的怂恿下，我和他翻过一扇两米多高的围墙，钻进菜地摘黄瓜吃。突然，我感觉踩在草堆里的光脚踝上一阵冰凉。老斗古一把按住我，压低声音说：“是蛇在你的脚上爬行。千万别动，让它爬过去。”我屏住呼吸，后颈窝里的汗毛都竖起来了。蛇总算蠕动着过去了，大黄狗却狂吠起来，主人回家的脚步似乎越来越近。我们闪过围墙后一看，衣服口袋挂得稀烂，胯下也破开了，两人蹲在月光下半个时辰都没回过神。

相比之下，如今的孩子随时随处都不缺舌尖上的味道，从不用担心没得东西吃，倒是让做长辈的操心如何吃多吃精。

一位老人与孙子讲述自己小时候没饭吃的悲苦，不料刚上小学的孙子反问一句：“爷爷，你小时候没得饭吃，怎么不去吃肯德基呢？”

确实，在饱足的小孩看来，肯德基就好比青菜白米饭一样唾手可得。他哪里体会得到，对于当年食不果腹的人们来说，吃一顿萝卜黄瓜也是大餐。

正是如此，如今农村里依然茂盛的菜园、果园，大都拆掉了篱笆墙，遇上丰收年头，橘子在树上干枯，黄瓜在藤上变老，红薯堆在路边，也无人愿意理睬。

偶尔有城里人路过，偷拍几张照片，发个微信朋友圈，而已。

愚人码头

敢，我有万丈光芒

罗小玲

和朋友们聚会，大家聊起自己在疫情期间的生活，大多是莳弄花草、精进厨艺，除了羞赧，我无言以对。通常，朋友圈里凡这些展示，我一律点赞，或者发出“哇哦”的钦佩感叹。即便不聊这些，之前的日子，朋友们聊昨夜麻将的收获，聊出去旅游如何拍照更美，我也只有傻眼的份。我完全不会打麻将，麻将有多少张牌都搞不太清楚，热爱旅游的我，再美的景点里留影除了站着就是坐着，顶多比个剪刀手，其余的乏善可陈。

到现在这个年纪，我很清楚自己是个极其乏味的人，也很羡慕会生活的人，只能想着，每个人都有各自的生活，如此就好。我不是没话题可聊，比如一周三次的健身，比如能翻拍成剧的经典网文，比如各台的各类综艺，聊起来，我也能口若悬河，但是妈妈们大多没啥兴趣，而我一时半会，也没法把这些话题的“营养”放大，只能闷起来独乐乐了。

疫情期间，我没挖掘出其他爱好，倒是补完了几档子选秀节目。之所以说补，是因为这些节目老早就播完了。某个时间，我突然意识到“哇，有个叫周震南的男孩子还蛮优秀的”，他是怎么出来的？于是，我把周震南中心位出道的《创造营2019》补完了，看的过程中发现，不独独只有这个孩子，太多的男孩子不仅长得帅气，而且异常努力，为了一个公演可以一周只睡几小时。反思一下自己，年轻时有没有这么努力过？答案是否定的。到网上一查资料，很多男孩子家境优渥，这样也拼得这么狠？匪夷所思呀。又比如，某天我突然发现“毛不易除了《消愁》，原来还有那么多原创歌曲好听”，于是，我把《明日之子1》补完了，要知道，该档节目是2017年播完的，已经是三年前的事情了。一千多个日夜，太多人沉沉浮浮，节目中极其亮眼的参赛者不少再无水花，毛不易却把比赛时的歌在这些日子深入了人心，《东北民谣》《盛夏》《水乡》等，娓娓道来，入骨入髓。

这阵子我在看《创造营2020》，比之去年的口号“赤子之心，乘风破浪”，这次的口号是“敢，我有万丈光芒”，作为一名文字工作者，不得不说，我很喜欢这些口号。电脑屏保间或会跳出“人生总要勇敢一次，抛下一切顾虑，去做你真正想做的事”，实际上，在舒适圈太久了，人是无法跳出去的，只能力争在内心里，无论到什么年纪，都热情满满，斗志满满。

参加《创造营2020》的女孩子中，有伯克利音乐学院、北京大学元培学院的名校学生，也有舞台表演经验充足的女团成员，还有人气极高的网络红人，美女扎堆不算，不少美女简直是十项全能。这几年，选秀类的综艺节目都呈现了一种现象，长得好看且有能力的，还非常努力，但即使这样，他们或者她们也有可能啥也混不上，悲观一点想想，平凡一点的，干脆不要努力好了。奇怪的是，每每看这样的综艺，平凡如我，反倒不自卑，也不会泄气，努力确实不一定有回报，但不努力肯定没有回报，节目中从来都展现得很明显。现在风生水起的周震南有一次在节目中说，他在《创造营2019》时有个跟拍姐姐，当时特烦他，因为他在三四个月的比赛中，总是熬到深夜，跟拍姐姐也只能陪着他。虽是轻描淡写，个中艰辛可见一斑。网上有些声音喜欢强调艺人背后的资本运作，运作不用否认，但不是绝对的，毕竟，艺人好不好，观众的眼睛是雪亮的。

网络上偶尔会放大明星的某些负面能量，虽然是放大，但因为存在，确实也否认不了；但我看选秀节目，瞧着比我女儿还小的孩子为了“战场”而拼搏时，仍然会热血沸腾。我想，这就是正能量的，即使我日渐老去，依然愿意向阳而生，依然希望生机勃勃，而更年轻的孩子们，相信也能从这些中汲取些什么，因为，敢，才有可能万丈光芒，这一点，毋庸置疑。

养生堂

夏季应吃什么水果？

夏季已至，温度渐升，食欲或多或少会有明显下降，这时候吃些香甜多汁的水果最好不过了。水果要吃当季，那么，夏天什么水果适合养生呢？以下列举一二。

圣女果

圣女果，既是蔬菜也是水果，除含有番茄的营养以外，它的维生素含量是普通番茄的1.8倍。已被联合国粮农组织列为推广的“四大水果”之一。

营养价值：圣女果含有谷胱甘肽、番茄红素等特殊物质，能促进人体生长发育，特别是促进儿童生长发育，还能增加机体抵抗力，延缓衰老。另外，番茄红素可保护身体不受香烟和汽车废气中的致癌毒素的侵害，圣女果所含的苹果酸及柠檬酸，有助于提高胃液对脂肪及蛋白质的消化。

牛油果

牛油果，含有丰富的蛋白质，和奶油的营养价值相当，有着“森林奶油”的美誉，除了可以生吃以外，也可作为菜和罐头。

营养价值：牛油果含多种矿质元素(钾、钙、铁、镁、磷、钠、锌、铜、锰、硒等)及食用植物纤维。每100克生牛油果，能提供673.9千卡热量，是一种高能低糖水果。牛油果的脂肪含量很高，它含有大量的酶，有健胃清肠行动，并有降低胆固醇和血脂，保护心血管系统和肝脏等重要的生理功能。

荔枝

荔枝与香蕉、菠萝、龙眼被称为“南国四大水果”。荔枝因杨贵妃喜食而出名，使得杜牧写下“一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来”的千古名句。

营养价值：荔枝含有的丰富糖分能补充能量，富含的维生素C和蛋白，可以促进血液循环，防止雀斑的发生，皮肤更光滑。

桃

桃子素有“寿桃”和“仙桃”的美称，因其具有肉质鲜美，又被人们称为“天下第一果”。

营养价值：桃肉含有蛋白质、碳水化合物、脂肪、粗纤维、钙、磷、铁、胡萝卜素、维生素B1和有机酸(主要是苹果酸和柠檬酸)、糖(主要是葡萄糖、果糖、蔗糖、木糖)和挥发油。每100克桃子中水的比例有88%，约含0.7克蛋白质，含11克碳水化合物，卡路里仅180.0千焦，适宜低血钾和缺铁性贫血患者进行食用。

哈密瓜

哈密瓜，原产热带地区，我国各地普遍栽培，品种很多，华北、西北产的香甜味浓，潮湿地区产的水分多味较淡。是夏季较好的水果之一，著名的有新疆哈密瓜。

营养价值：含有大量的碳水化合物和柠檬酸，水分丰富，能消暑解渴。富含苹果酸，葡萄糖，氨基酸，甜菜茄，维生素C等营养物质，对感染发热等，有很好的效果。

西瓜

夏天最适宜吃西瓜，可解暑热，还可以补充水分，号称夏季瓜果之王。

营养价值：西瓜肉中94%是水分，以及糖，维生素，氨基酸和少量无机盐，这些物质可以最有效地补充水分和高温季节人体所需的营养物质；其次，通过摄入的水分和无机盐代谢排尿，还可以带走过量的热量，达到清暑作用。

禁忌：西瓜属寒凉之品，体质虚寒胃弱之人如若贪食过多，易引起腹痛、腹泻。它不宜与油腻之物同吃。肾功能指标不全者也不宜多吃。西瓜若与温热的食物或饮料一起同吃，则寒热不调和，易使人呕吐。