

生活家

## 诗境觅清凉

王承舜

窗外暑气逼人,空调外机在墙角不知疲倦地嗡嗡,送来的凉意总带着几分勉强,仿佛是电力与燥热正进行一场胶着的角力。案头那本泛黄的《全唐诗》却像藏着一汪清泉,随手翻开,“荷风送香气,竹露滴清响”的诗句便映入眼帘。指尖抚过纸页的微凉,忽然心生好奇:千年前的夏日,那些摇着蒲扇、汗湿葛衣的古人,是如何在灼灼烈日下,凿出流淌千年的清凉智慧?又为何能在诗行里,凝练出这般沁人心脾的清凉意境?

山林幽处,藏着最原始的消夏法门,是古人向天地借来的第一重清凉。唐代高骈步入山亭,但见“绿树阴浓夏日长,楼台倒影入池塘。水晶帘动微风起,满架蔷薇一院香”(《山亭夏日》)。浓密的树荫如天然屏障,隔开灼人的日光,水中楼台的倒影自成一方清凉世界。当微风拂过蔷薇花架,那清甜香气便悄然沁入骨髓,是自然对暑气最温柔的消解。

王维携琴遁入竹林深处,“独坐幽篁里,弹琴复长啸。深林人不知,明月来相照”(《竹里馆》)。琴声穿行于疏朗竹影与皎洁月光之间,筑起一道无形的屏障,将市井的炎嚣远远隔绝。此刻的清凉,早已超越肌肤之感,是灵魂与天地清音共振的澄澈。

辛弃疾夜行黄沙道中,物境之趣更臻化境:“明月别枝惊鹊,清风半夜鸣蝉。稻花香里说丰年,听取蛙声一片”(《西江月·夜行黄沙道中》)。鹊起蝉鸣、稻浪蛙声,自然的交响已非单纯的感官清凉,而是沁入心脾的慰藉。

若说山水消暑是向外求索,书斋中的清凉则是向内安顿。这便是消暑的第二重天地——心境的清凉。杨万里于酷暑中静观己心:“夜热依然午热同,开门小立月明中。竹深树密虫鸣处,时有微凉不是风”(《夏夜追凉》)。夜深暑气未消,诗人开门伫立,在竹影虫鸣间捕捉到一丝玄妙的凉意。此凉非因风起,实由心静而生。

白居易在小院中端坐如禅,“何以消烦暑,端坐一院中。眼前无长物,窗下有清风。散诞心静寂,空生为室空”(《消暑》)。室空则心亦空,清风不待召唤便自然流入。他在《苦热题恒寂禅师室》中写:“人人避暑走

如狂,独有禅师不出房。可是禅房无热到,但能心静即身凉。”并非禅房没有暑气,而是禅师内心平静,便能感知周身清凉。

现代医学印证,情绪能显著影响人体对高温的耐受,所谓“情绪中暑”者,恰是烦躁削弱了身体的调节能力。白乐天的消夏智慧,便是“静则神明,暑不能侵”的生动诠释。黄庭坚独坐南楼时,更悟得其中真意:“清风明月无人管,并作南楼一味凉”(《鄂州南楼书事》)。天地大美自在运行,心无挂碍者,方得这一味无人管束的真清凉。

清凉亦见世情,消夏之乐中还藏着人间百态,构成第三重参差世相。李重元笔下的小池塘畔:“风蒲猎猎小池塘,过雨荷花满院香。沉李浮瓜冰雪凉。竹方床,针线慵拈午梦长”(《忆王孙·夏词》)。井水镇过的瓜李如冰雪般沁人,连女红都慵懒搁置,这是闲适者的夏日小品。苏轼更添生活意趣,在《菩萨蛮·回文夏闺怨》中写红酥手捧冰碗藕:“手红冰碗藕,藕碗冰红手。郎笑藕丝长,长丝藕笑郎”。藕丝牵连笑语,凉意里沁着爱意,是寻常人家的烟火清凉。

这般闲情却非人人可享。宋代戴复古《大热》诗揭开另一重人间:“天地一大窑,阳炭烹六月……农夫方夏耘,安坐吾敢食!”烈日下耕作的农夫,汗水如瀑。更有清代盐工在灶火旁煎熬:“白头灶户低草房,六月煎盐烈火旁。走出门前炎日里,偷闲一刻是乘凉”(《煎盐绝句》)。烈日下的片刻喘息竟成奢侈,阶层的鸿沟在暑热中愈发刺目。

千年后的我们,空调凉风习习,却常困于心浮气躁。何不推开钢筋森林的窗,学那山亭诗人引入满目翠色?抑或效仿香山居士,静观“窗下有清风”,甚或如山谷道人南楼独坐,体味“清风明月无人管,并作南楼一味凉”。

真正的清凉,终是物境、心境、人境的三重交融。静坐片时,忽闻得张鹏翔的诗句随风而至:“静坐片时消暑气,人间此地即天堂。”案头清茶烟缕袅袅,恍见窗外千竿翠竹摇曳生凉。原来消暑至境,不过是与万物共生的澄明心境——心静处,人间自生天堂。

旧事



## 长忆禾堂乘凉

谭智勇

儿时,炎热的夏日,吃完晚饭,祖母抬一担,我抬一担,两人费力将一张六尺长、两尺宽的竹凉床,从堂屋抬到房子前面的禾堂里。祖母点燃一支白天用稻草和香樟树叶扎成的烟把,并将烟把放在风吹来的那个方向的凉床旁边。不一会儿,有着樟脑香味的烟雾笼罩着凉床,凉床周围的蚊子瞬间消遁。

祖母用湿毛巾将凉床抹了一遍后,对我说:“你带上蒲扇到凉床上去乘凉。”

我朝东躺在凉床上。蒲扇虽在手,我也只是偶尔扇一下。我睁大眼睛,时而看云和月亮慢慢飘移,时而看星星一闪一闪地眨眼睛,时而看萤火虫在田野里飞来飞去。眼睛看累了,我就闭上眼睛,竖起耳朵听稻田里的蛙声虫鸣。田野里吹来的徐徐凉风不仅送来阵阵的花香草香,还将我刚才吃饭时出的满身汗,吹得渐渐地消失了。

祖母收拾好碗筷,一手提着竹椅子,一手捧着蒲扇来到凉床旁边。祖母将椅子紧挨着凉床放着,祖母坐在椅子上,将蒲扇移到离我身体一寸的样子,轻轻地为我扇几下风。

夜深渐,天渐凉,暑热渐退,我上下眼皮开始打架。祖母见状,要我上床去睡。我从凉床上下来,与祖母一起费力地将凉床从禾堂抬进堂屋。

一个月光如水的晚上,我躺在凉床上数星星。祖母一手提着椅子,一手端着一只装着蒲扇、鞋底和针线的竹盆来到凉床旁边。祖母坐在椅子上,将竹盆放在脚边。祖母拿起竹盆上的蒲扇为我扇一阵风后,将蒲扇斜靠在椅子上,从竹盆里拿起鞋底和针线。祖母将手中的针在她头上那灰白色的头发里摩擦几下,借着月光纳鞋底。祖母拉芭麻线过鞋底时的“丝丝”声,与田野里的蛙声虫鸣交织在一起,似一曲悦耳动听的音乐,至今还时不时地在我的耳边响起。

祖母可能是在专心专意纳鞋底,我上下眼皮打架时,祖母没有发现。我睡着后,祖母有没有叫我,我不知道。祖母将我抱起来时,我醒了。年幼不懂事的我,醒来后没有从祖母的怀抱里下来,而是装作睡着了,任由祖母抱着。身高不到一米五的祖母,很吃力地抱着我朝卧房走去。祖母小时候缠过脚,双脚掌缠得比拳头大不了多少,平时走路时就有点摇晃,抱着我走路更是摇晃得厉害。祖母抱着我跨过门槛时,肩膀靠在门框上才能跨过去。

祖母将我抱上床后,为了不让露水打湿凉床,只得一个人吃力地将凉床从禾堂移到屋檐下。祖母将凉床收拾干净后,才关灯捧着蒲扇上床睡觉。

禾堂乘凉虽过去半个多世纪了,我还是念在兹。

随笔



## 苦瓜之辩

陈德进

苦瓜的苦,是一种怎样的苦?对于吐槽“没苦硬吃”的怕苦族来说,这一份苦,应该就是舌尖上的枷锁。而对于诸多像我这样的好苦者来说,苦瓜的那一溜儿苦,算是极好的恩宠。若没有了这份恩宠,这夏,便是妥妥的苦夏了。

何以这般的苦?应该要说到苦瓜所潜藏的制胜密码了。试想,炎炎夏日,热辣滚烫的气息,处处肆意流淌,除非空调给伺候着,要不然的话,走上两步,或者小坐会儿,无不热辣,也不无滚烫。处在这样的环境里,人也不免跟着焦躁起来,烦闷起来。这个时候,就需要苦瓜临危受命,先入锅赴汤,再入胃蹈火,帮苦夏久矣的人们,散火气、去湿气,帮着驱赶那一身的不淋漓、不痛快。

苦瓜以己之一苦,祛身心之百热,记有诸多战功,也赢得一干簇拥,但问起身边那些怕苦者,还是会摆着一副苦瓜脸道:这苦,究竟是怎样的苦?于是,有人打开了手机屏,用现在最为时髦的办法,去问AI试试看。一番假以思索,AI即刻给出答案。

答曰:是自带基因遗传的命中之苦;是不同环境种出来的身外之苦;是还没有到最终成熟的叛逆之苦……罗列的种种数据,援引的大量实例,似乎尽是,又似乎不尽是,让人觉得,AI对于苦瓜的苦,也是苦于一时说不清楚。

那苦瓜,到底苦不苦呢?再来反问朋友圈当中,那些喜食苦瓜者,一圈下来,自然也褒贬不一、自相矛盾。有人说,苦哇,不苦的话,老祖宗怎么就给挂了苦号,叫个苦瓜来着?也有说,不苦,那点点还算苦吗?若算的话,现在这生活也够苦的了,谁还愿意吃这份苦、遭这份罪呢?

事实上,对于苦瓜这份苦的体验感,跟一个人的经历、阅历,息息相关。苦瓜的苦,不像黄瓜的苦,一看便懂,也不像西瓜的甜,一咬便知。有一位朋友说,小的时候,看大人端起一大碗碗的苦瓜,吃得津津有味,自己抢着要,结果没吃上一口,就叫苦连天。不知怎么地,随着年岁的增长,自己现在反倒越来越喜欢喝苦瓜汤了。

朋友的话,让我打开了记忆的阀门,我也有过类似的际遇。说来,也是经历过排斥苦瓜、接受苦瓜、喜欢苦瓜、沉溺苦瓜的过程。特别是,一旦循着季节的号令,夏日应声而到了,总是三番五次地叮嘱老婆,记得从菜市场上拎回些应季苦瓜。

苦瓜入菜,不仅宜汤,还宜炒;可以盐,亦可以甜。要切薄片素炒,清清爽爽地整一盘、炒一番,只需简简单单家常功夫;要切丁入汤,配以豆腐、肉末等,荤素自由搭配,喝起来往往鲜感十足;要切块炖煮,伴以蛋、肉、海鲜,精心组合,成就的是菜上硬菜、家厨美食。

说来,若吃惯了家中自己做出来的家常之苦,再有机会领略一下,诸如佛山苦瓜宴之美,大气之苦、花样之苦,感觉就不一样了。便觉苦瓜这苦,该是天马行空的苦;这苦,也可能是随流俗的苦;这苦,或是身在苦中不知苦之苦。

尤其在一个个夏天里,在一次次享受了苦瓜好处之际,更能深切感知,苦瓜这苦,不管怎么的苦,多大的苦,都是苦瓜前世修来的苦,是苦出了风景的苦。这也是今夏,在喝完一碗苦瓜汤后,所回味出来的一些思想片段和心灵的闪光点。

本版各栏目投稿邮箱  
zzrbsg@163.com

记事本

## 烈日农事

谭德宇

我最怕跟母亲出去做农活了。六月正午的阳光白得晃眼,土地热气蒸腾。水稻被割倒,一簇簇整齐码好。空气里是稻秆在口汁液清香和太阳混合的气味。

我说:“母亲,回去吃饭吧。”  
母亲温和地说:“你们先回吧。”  
过了一会,我说:“母亲,回去吃饭吧。”  
母亲仍然很温和:“你们先回吧。”  
我觉得羞惭,不忍先走,弯下腰继续割禾。

风塔垅一片金黄灿烂,处处可闻人力打禾机的雄壮声音,农人赤脚踏着稻谷走在田埂上。这一亩地如此辽阔,有种永远做不完的绝望感。

而母亲似乎永远不知疲倦,从不诉苦累,始终沉默,坚忍。“双抢”时候,农家最是繁忙。半个月须收割早稻,种上晚稻,否则误了农时。时间紧,任务重,强度大,家家户户,无论黄发垂髫,人人上阵,不舍昼夜。

三户共用一头牛,有时实在安排不来。往日月落星沉,风塔垅里浸透在墨色之中,江风湿清,虫鸟啾啾。父亲体质文弱,一向怕冷,裹紧衣服,驱牛下田。可怜牛儿昏昏沉沉,被迫早起营业。就这样,一人一牛,借着微弱的手电光,跌跌撞撞,走向田间。有时隐约听到父母说话声,只是睡意疲倦,不明所以。早上七八点,父亲一身泥泞而归,疲惫之极,倒在躺椅上休息。母亲端来一碗热粥。

祖父退休在家,农忙时奋勇帮忙。稻谷收了要趁烈日晒干,须时时翻动,如此每颗稻谷才晒得均匀。祖父本是诗人,写过“窗前空念远,乱发任西风”,今日也戴草帽,搭毛巾,以竹耙为笔,晒谷坪为纸,写下农家丰收诗篇。祖父脚法轻盈,前后左右起步,恍如蝴蝶穿花。傍晚时分,夕阳洒满大江小江,家家户户风车悠扬轻唱。祖父教我,摇风车千万不能性急,得站稳脚跟,核心收紧,把控节奏,疾徐有度,才能筛选好谷子。

老曹海拔高,水冷,只能种单季稻;风岭热土,肥力足,家家种上双季稻。舅舅们此时正好农闲,见我们忙得不堪,过来助力。

二舅从家里牵来耕牛,过十里长冲青石板路,经富头大高,到风塔垅里,步行需三四小时。小舅打铁出身,性情彪悍,犁田遇到蛇,一言不合就开打,连续打死四条,仍泰然自若,谈笑风生。三舅带来刚认识的年轻舅妈,投身到火热的大生产中,在风塔垅完,来不及休整,又奔赴泉塘山。大舅气质优雅,是乡村农事的绅士,白衬衫风纪扣严严实实。帮忙搭田埂,但见银锄飞舞,无一多余动作,干完活一身干干净净。

风塔四面环山,垅里是一片平畴,良田千亩。乡人合力修水利,筑得火烧坎、石岩坎,沟渠纵横,水量充沛,可保旱涝无忧。只是“双抢”时,插下秧秧,家家田里要用水,难免有些冲突。大人农事忙碌,便派孩童守水。偶有粗疏,孩童只知责任重大,使命光荣,发一声喊,滚入沟中,舍身堵水。

村前后各有一河,名“大江”“小江”。大江水冷,流急,河岸多柳树。孩童纷纷从树上跳下,溅起水花一片。小江水温且缓,村中男女更爱在此消暑。孩童均谙水性,刚开始站在岸边,大孩子突然从后踹你一脚,跌落河中,喝几口水,就学会了。

这里便是孩童夏日乐园,每天要去四五次,水中追逐竞技。回得家去,早已饥肠辘辘,就着丝瓜茄子,能吃四五碗饭。每天农活后,脱了脏衣服,跃入河里,疲惫尽消。有时人牛同浴,更不亦乐乎。直至夜色四合,星月依稀,水渐渐散去。走在乡间野径,凉风习习,身边时有流萤掠过。

龙村铺里,路岸上,棕木桥,花园背……家家户户披星戴月,暮色之中荷锄归。

“倒秧脚!”拔掉秧田最后一棵秧苗,父亲的声音大了很多。一家人担着空空的箩筐,快活地说着话,明天终于可以睡个好觉啦。

烈日农事是每个家庭的高质量团建,是乡村孩子的必修课和成人礼,是对土地的庄敬、依赖、信任、热爱。无人抱怨、质疑、逃避,多大年纪做多大的事。在这片土地上,大家把苦吞进了心里,把头埋进和周围人类似的生活里。吃着一样的苦,大家一起苦,好像也没那么苦。

汗水浸透的果实,格外值得珍惜。待到收获吃新米,家家香气蒸腾,笑语盈盈,乡人舀出原坛水酒,微醺中走出家门。月色如水,遍洒风岭,上屋场晒谷坪孩童追逐嬉戏,大人抽着烟,共话桑麻。

旧体诗

## 眺望株洲消防营地

肖建中

回眸二十八秋前,叙别株洲蒞葛边。  
厚布征衣留汗渍,胶皮革履染尘烟。  
思牵百企晴空碧,梦绕千家翠色妍。  
昨日登高南眺望,心潮逐浪泪潸然。

