

科普文学

本草的传说

■ 欧文礼

本草传说特色民宿农庄在璧山区正兴镇沙坪村。这里是浅丘地带,丘峦起伏,绿荫匝地,池塘泛波,鸡犬相闻。每一棵绿树,都在阳光下自由摇曳;每一声虫鸣,都是欢快的吟唱;每一片阳光,都悠闲慵懒地躺在屋顶上、绿叶上、水波上。这个农庄占地接近500亩,钢架大棚种植着供游客采摘的葡萄,有蜜莉、阳光玫瑰、夏黑等品种。此时是秋分时节,地里的葡萄进入收尾阶段,不过,阳光玫瑰还可以采摘。我到农庄的田野里转了转,除了葡萄,田地里还种植了芍药、苦菜、苜蓿、马齿苋等中草药和野菜。当然,这个农庄还有4个池塘,喂养的鲫鱼、甲鱼、乌鱼、草鱼等,供游客美食,也供大家垂钓。

走进农庄里的民宿,左边一丛芭茅、几丛三角梅、一棵樱花树、一棵石榴树,以及一些海棠、香草等地被植物迎接我,在它们的陪衬下,“本草传说”四个行书字体的民宿招牌挂在石块垒砌的一方矮墙上,给人一种自然的美。右边,是石头砌的半亩方塘。池塘周围的花圃里,种了一排斑竹,还有三角梅、迎春,长得繁茂,一些枝蔓垂下,和水波相接。三角梅开得正艳,像一丛一丛的火焰在燃烧,让这民宿农庄生机盎然。

这个民宿农庄是利用原来的农家大院改造的,保留了农家风貌,经过独具匠心的艺术设计,看上去整个院子古朴、典雅、庄重、大气。农庄的院坝和屋檐坎用花岗石铺就,和赭色的墙面、青砖的墙面、小青瓦的屋顶的色彩融为一体。比如院坝边的花台,花岗石中嵌了一块木地板,木地板上,竖着几顶灰色的大遮阳伞,伞下摆放着木质方桌和几张藤椅,这是供游客休闲喝茶的地方。我坐在这里,远望对面岚垌和土坡之上排列整齐的葡萄园,近看半亩方塘里波光潋滟,一种怡然自得的心情油然而生。我还注意到,民宿房屋墙边,修了条状的花圃,里面种植了蕨草、云竹、菊花等矮生植物,郁郁葱葱的。几个土陶水缸里,睡莲碧绿青葱。院坝中布置的花台更有韵

味。花台中植物层次分明,高的是红枫、红叶李、桂花等,矮的植物是红叶石楠、鸭掌木、朱顶红。站在院子中央,还可以看见每一个房间的窗户外或者墙上,种有绿色的花草,很多都是藤蔓植物,垂吊在墙上,开着紫色、红色、白色的花,形成立体绿化的氛围,让人赏心悦目。

这个民宿农庄是以中医药养生文化为主题。为了营造传统的中医药养生氛围,民宿农庄取名“本草传说”。本草,大家一看就会想起李时珍的《本草纲目》。其实,本草本身的含义,就是中药的统称。两栋一楼一底的民宿,一栋取名扁鹊楼,一栋取名仲景楼,用两位古代大医家来支撑这个特色民宿的精气神。民宿农庄的墙上,还有“望闻问切”中医四种诊病方法的篆体图案,古意悠然。有“避虚邪而安正气”“坚五脏而通经络”“节饮食而慎起居”“和喜怒而安居处”“顺四时而适寒暑”等中医养生知识的展示匾牌。当然,从这个民宿的19个客房名字也可以看出中医养生的意蕴。每一个客房,以“天地人和欢,金银玉石丹,梅兰竹菊山,春夏秋冬连”首字中药材命名。比如地黄、合欢、玉簪、连翘等。房间里的陈设简朴、雅致、大方。每个客房的墙上挂着一方工笔画,内容是该客房中药材名字的功效介绍。比如“地黄”客房,墙画用工笔画了一幅开花的地黄植株,然后用隶书字体介绍这种药物的作用:抗弥散性血管内凝血,治疗白喉,降血压,止血,治疗肝炎。亲子房间按照榻榻米风格设计,休息的一端宽大温馨,喝茶娱乐的一端敞亮,两个部分之间用矮小的书架隔离,各成一个区域,书架上摆放几十本小说、散文、诗歌、科普类的图书,让你休闲之余,看看文字养心。

当然,这个民宿农庄取名“本草传说”,本质在于养生餐饮。这里的饮食,除了传统的农家菜,比如土鸡、土鸭、腊肉、清水鱼、河水豆花,或用于凉拌或清炒或炖肉的马齿苋、苦菜、折耳根、荠菜、薄荷、柴胡、车前草、苦麻菜、蒲公英等以外,最大的特色在于打造了养生的汤、粥、茶、酒。比如养生汤,就有沙参猪肚润肺汤、黄芪鲫鱼护肝汤等;养生粥,有三七红枣正气粥、佛手川贝理气粥等;养生茶,有蒲公英茶、石斛决明降燥茶等。而养生酒,有熟地枸杞养血酒、适合女性饮用的桃花白芷润肤酒等。每一种汤、粥、茶、酒,都有不同的功效。比如沙参猪肚润肺汤,功效是养心润肺、健脾止泻;茯苓甲鱼安神汤,功效是安神助睡、清热去火。佛手川贝理气粥,功效是疏肝理气、化痰散结。石斛决明降燥茶,功效是清肝泻火、养阴润燥。熟地枸杞养血酒,适应于病后体虚、精血不足、神疲乏力、腰膝酸软等。这些汤粥茶酒的配方,是本草传说的业主肖总请重庆中医药学院的老中医、教授指导的,针对不同体质和养生需求而打造的饮食配方,客人可以根据自己的需求预先定制专门的养生饮食。民宿餐饮部每个季节会推荐常用的养生饮食,比如现在是秋季,餐饮部门前就摆放了两块推荐养生药膳的牌子:一块牌子的内容是两道汤菜,即党参土鸡汤、黄芪鲫鱼汤;另一块牌子的内容是三道养生药膳菜品,即当归滋补牛肉、薄荷白参鱼、鱼腥草石锅蛙蛙。

在这里远看荷塘花圃,近闻鸟语花香,乡村的野趣,农庄的雅趣,美丽的乡愁,都在这闲趣中。

共情

■ 张 艺

深秋的风徐徐吹着,又是想吃西瓜的夜晚,在遭遇了第三次让自己选择退单后我的情绪终于被点燃。

“为什么总是说没有,到底是没有,还是不愿意切?”说这话时,我态度极差,人在有情绪的时候是不会给对方留情面的。

“因为切了不好卖,你能不能不要10点之后点西瓜?!”对方态度一样不好,冰冰冷冷的话语。

“未必吃西瓜规定了时间的呀,晚上10点以后就不能吃了吗?”我反问。

对方在沉默,能够感觉对方一样被我点燃的情绪。

可以想象,他遇到的是个多么不好伺候的顾客。

脑子里突然跳出了一句话“为别人着想的善良,要学会共情”。

我语气突然软了下来,因为继续争论下去,肯定是吃不成,而在这儿“吃气”并无意义。

我态度柔软了下来,对方的态度则更软了。

经协商我要了半边瓜,在一番客气话之后,对方还送了包海带片。

相互为难,也许都处在一个情绪的节点上。

折磨你的从来都不是别人的情绪,而是你自己心怀幻想的期待,希望事事都如意。

我累了一天回家想吃西瓜,而卖西瓜的人不也辛苦了一天,每天处理无数的订单,谁又容易过?

都说世人的慌慌张张,不过图碎银几两,可偏偏就这碎银几两压着很多人的肩膀。万物其实都在治愈你,唯独你不肯放过自己。就像一本书上提到“生活从来都不圆满,像大海的波涛万顷,或平静泛起涟漪,或翻腾卷起风浪,在这片汪洋之中,我们仿佛一个个冷峻的渔夫,浮浮沉沉漂泊在破旧的小船上,随时都会沦为风暴与漩涡的玩物”。

我明白当生活还原到一个基本的状态。

我也明白日子终究会由一树繁花回归到风轻云淡,到最后只是一个简单的自己。

所有的人生一样,诞生,吃喝,成长,老去。

只是每个人的体验不一,有的清明,有的混沌。

然而体谅与共情会发现,彼此都在让步。

就像平日的人生,如果只满足于吃饱穿暖,其实也仅仅是吃饱穿暖。没有那么多精神的追求或是情感的索要,也许没那么痛苦。要做的只是克服自己欲望,或是找到欲望产生的原因。下一步,就是根植于内心的安静,是为他人着想的善良。

《夏洛的网》书中提到爱与被爱,记忆与遗忘,虚伪与真实,友谊与孤独,痛楚与欢愉,卑鄙与崇高,还有生命,还有生活的态度及意义。

那么,意义是什么呢?其实这只是个过程。做到不辜负吧!我却很想唱出共情。因为它是生命最美的东西。

感觉

■ 龙泽平

在天地之间沉思

稻子还有舞袖的晃动

而我没有

我除了心跳

始终都是静止的

当我的梦想开始升腾的时候

我的心在下沉

我感觉我
不会轻言诗和远方

也许,所有的豪言壮语
到头来都成了一句空话
但你会感到所有经历过的日子
都不会变得空虚

我感觉一生的坚守
胜不过毕生的追求
如果所有的帷幕都落下了
纵有万般无奈,芳草还得年年绿

在高空飞翔
跟在低空中飞翔
姿势是一样的
但感觉不一样

我喜欢站在
空旷的田野里观望
鹰的翱翔,或者麻雀的仓皇
那种感觉更不一样

我一言不发的神态
仿佛就是一棵
刚刚扬花的稻子

寒

■ 三都河

大腕大咖在荧屏报刊上大刷存在感
流量明星召集抖音爆炒带货
也许只有优雅的自我锻造者
一早就选择了一路幽静
用自己的躯体斧劈北风
在风声鹤唳中蹭点热度

寒潮南侵成功
气温跌下两位数
雪峰山坐在高处表情肃穆
太阳赖在云层里不肯起床
某群鸟儿的叫声
从你依我依转换成集体咳嗽
奔跑的晨练者明显增多
抱团的短衣短裤更在互相打气激励
生意人在人头攒动处起劲叫卖
吃货们围着火锅举杯吆喝

