

生活百味

瓜蔬香甜消溽暑

■ 宫风华

汪曾祺对瓜类情有独钟：“香瓜有牛角酥，状似牛角，瓜皮淡绿色，刨去皮，则瓜肉浓绿，籽赤红，味浓而肉脆，北京亦有，谓之“羊角蜜”；虾蟆酥，不甚甜而脆，嚼之有黄瓜香……”读之，颇有“微雨从东来，好风与之俱”的淋漓兴会。

乡间青瓜小巧玲珑，色泽温碧，纹路清晰，隐逸着一份轻盈和厚重，入画悦目。天青色，烟岚薄，窈窕村妇挑着鲜嫩香瓜在路边叫卖。她们软软的步子，水蒲般的腰肢，一副青竹扁担直晃悠，甜脆的吆喝回荡在长街短巷，音韵绵长。

在掌形的叶片间，冬瓜西瓜腆着肚子，孕妇一般，有点骄傲而羞涩地躲在叶丛间，偷窥着你，期待着你欢喜地采摘。吃着现摘的瓜儿，满腔满腹，都是对晚风蝉鸣与土地辛劳的感激。

青皮香瓜脆甜，黄皮香瓜香腻。水瓜呈筒形，外皮有纵长条线，洗净切成筒状，剥去瓜瓢，甜润水嫩，甜如蜜糖，缱绻温馨。菜瓜适宜腌吃，切成薄片，盐渍后淋上麻油，水汪汪，脆刮刮，佐粥特佳。切成条状伴蚕豆瓣烧汤，味蕾立陷鲜美沼泽中。

香瓜弹指即破，幽香直扑鼻翼，轻轻一击，一股压抑许久的浓香伴着一声脆裂立刻喷涌而出。咬上一口，便沉醉在了那日精月华酿成的甜蜜里。黄黄的瓢子溢出来，用力一甩，瓢子溅出很远。咯嘣一咬，喀哧喀哧响，那份香甜脆嫩，令人齿颊生香。

硕长黄瓜入口，清凌凌、绿蒙蒙的青气弥漫开来，让人想起旧书卷，满纸秀润。黄瓜入菜更是酱拌爆炒焖，变着花样吃，横竖都行。

丝瓜缄默平静，与荤相遇，绿肥红瘦，铺陈一锅锦绣，衍生一片明媚。丝瓜有种温润风情，口感清而不淡，独得一份幽远和清逸。

冬瓜敦厚笃实，外罩白霜，内容丰富，是夏季熬汤佳品。冬瓜海带排骨汤，撒点虾米，入口甘鲜。冬瓜粥清凉甘冽，清润宜人。冬瓜以清素美味，滋润着我们宁静安逸的生活。

西瓜外表圆熟，内心甜美。炎炎夏日，酷暑难耐，吃块西瓜，暑气顿消，真是妙不可言。黄昏时浸入井水，取之剖食，冰镇清凉袭满全身。霞光下，洋溢着田园诗情。

村里人种瓜，多半自家享

用或送给四邻亲友。夏日晌午，村边公路上总有打着遮阳伞、面色黝黑的农妇在卖瓜。人与瓜相映成趣，如妙手偶得的水墨小品。她们殷勤地吆喝着，满是虔诚与期盼。我驻足挑买，满揣农人的激动与欣喜，践行基本的善良。

有的香瓜、黄瓜拳头般大小，生吃嫌苦，摘下来洗净、剜瓢，腌在盆里。几天后，再捞上来晒干，其口感嘎嘣爽脆。腌瓜子脆嫩，糅合夏日清风晨露，一派田园风味。

青南瓜可切丝拌红辣椒爆炒，入口清鲜爽嫩，乡野菜肴弥漫清欢之味。南瓜磨盘般敦实，有岁月安详之感。喝一口南瓜粥，糯软甘甜，最是暖心熨帖，顿生暖老温贫之感。

清晨，盛上一碗黏稠的绿豆粥，搽上几块酱瓜子，喝一口粥，嚼一块腌瓜子，那个香脆，那个嫩滑，叫人喝得鼻尖冒汗，满脸春色。嘎吱声有如冰河乍破、古琴轻弹，夏日的溽热便消遁于无形。

瓜蔬是神奇、多情的物种，总给人一种饱满、喜悦之感。夏天黄昏，豆棚瓜架，品啖瓜蔬，内心清欢，天地高远，乡愁涌动，灵魂自然有了瓜果香甜味道。

诗苑

小暑(外一首)

■ 李安宁

小暑，小热，此时
天空开始有了小脾气
雷雨、大风和闪电
它们时常光顾，要给
大地三分颜色看
荷香阵阵，荷叶田田
它们一起撑着碧绿的伞
坚守对大地的承诺
再大的风，再大的雨
它们安然无恙，照单全收

雨过天晴，太阳照着
农人驶收割机轰隆隆出场
受到蛙鸣和蝉鸣的
夹道欢迎
是的，有时，汗水的分量
是和秋天里的“黄金”等价的
.....

荷香

这些荷香细腻、细小
这些荷香亲切、朴实
它们愿意与村庄为伴
愿意与田埂为伴
它们枝叶并着枝叶
屯集岁月的美好
和昨晚月光洁净的光顾
只等一声蛙鸣的指令
它们便开始清风送爽
只要有辛勤地劳作
只要有炊烟的朗照
放心吧，它们都会准时准点
幸福抵达

七月二题

■ 魏益君

激情七月

七月，激情如火般
点燃生命的火苗
阳光倾泻
大地沐浴在金色的浪潮
万物竞相展现着夏的骄傲

树梢上
绿叶在风中热烈地舞蹈
如一首乐章
奏响激昂的曲调
蝉鸣唱着的赞歌
歌颂着激情的岁月

河流奔腾
带着无畏的勇气向前
浪花飞溅
将激情肆意地展现
人们的心
也如这河水般澎湃
在七月的热浪中
追寻着梦想与未来

夜晚，七月的星空如画卷展开
银色的月光
洒满大地
宁静之下
激情并未消减
燃烧得更加热烈

在这热烈的季节里
汗水与泪水交织
欢笑与呐喊共鸣
一切都在用行动诠释着

真正的激情与勇敢

激情的七月
成为一股不竭的力量
推动季节不断前行
直达梦想的彼岸

彩色七月

七月
轻轻掀开了夏的序幕
万物披上霓裳
绚烂如彩虹般初露
大自然的调色盘
随意挥洒不羁
花朵竞相绽放
交织成一幅画
绚烂而又神秘

溪水映照着天空的蔚蓝
流淌着夏日的清凉与欢颜
岸边，有孩童们嬉戏
把笑声洒落一地

夜幕降临
星星点亮了天幕
银色的月光下
农家的灯笼高高挂起
照亮了归家的路

彩色的七月
是梦想的起航
带着绚烂的向往
绽放出属于自己的光芒

中药故事

陈胜的救命草——萱草

萱草又名金针菜、宜男花、忘忧草，是百合科植物萱草的花蕾，干燥品就是我们经常食用的黄花菜。

从中医的角度来说，萱草也是一味良药。萱草的叶子性味甘凉，具有利湿热、宽胸、消食的功效，可治胸膈烦热、黄疸、小便赤涩。萱草的根具有利水、凉血之功，主治水肿、小便不利、淋浊、带下、黄疸、衄血、便血等症。

相传，秦末农民起义领袖陈胜，起义前家境十分贫困，因为家中无米下锅，不得出去讨饭度日，加之营养缺乏，他全身浮肿，胀痛难忍。有一天，陈

胜讨饭到一户姓黄的母女家，黄婆婆心肠极好，她见陈胜模样可怜，便让他进屋，煮了三大碗萱草花给他吃。陈胜饥寒交迫，萱草花香气扑鼻，便狼吞虎咽，吃完后赞不绝口。黄婆婆接连几天以萱草相送，不久陈胜发现自己的身体日渐舒适，浮肿也渐渐消退，陈胜十分感谢黄家母女，并表示日后定会报恩。

大泽乡起义后，陈胜称王之时。他没有忘记黄家母女，为感谢黄家母女的恩情，便将她们请进宫里。每天摆酒设宴，那无数佳肴珍膳都引不起陈胜的食欲。突然，陈胜想起了当年萱草花的

美味，便请黄婆婆再煮一碗给他吃。黄婆婆又采了一些萱草花，亲自蒸好送给陈胜。陈胜端起饭碗，尝了一口，竟难以下咽，连说：“味不及当年。”黄婆婆却道：“这真是饥饿之日萱草香，吃惯酒肉萱草苦啊！”陈胜听出了弦外之音，跪地而拜。

从此，陈胜将黄家母女留在宫中，专门种植萱草，并时常吃它。因为黄婆婆的女儿叫金针，而且萱草叶的外形像针一样，所以人们又叫它“金针菜”。消息传到民间，人们纷纷用萱草根来治疗浮肿病症，后经中医反复应用成为一味常用中药。

(殷鑫奎 辑)

诗联鉴赏

名医李在躬吟诗开药方

中国诗词文化魅力悠长，古代名医李在躬曾作诗开药方。

一次，有个县官生病，请来李在躬为其诊治。他给县官诊脉后，提笔开了一个处方。县官接过看，上面写的是——一首《山居即事》诗。

三径慵锄荒遍移，(生地)
数枝榴花自鲜妍。(红花)

露滋时滴岩中乳，(石膏)
雨行长流涧底泉。(泽泻)
闲草文词成小帙，(藁本)
静披经传见名贤。(使君子)
渴呼童子煮新茗，(儿茶)
倦倚熏笼灼篆烟。(安息香)
朱为多研常讶减，(砂仁)
窗因懒补半嫌穿。(破故纸)
欲医衰病求方少，(没药)
未就残诗得向连。(续断)

为爱沃醪于顷碧，(空青)
频频搔首问遥天。(连翘)
县官阅后不解，李在躬
笑道：“这是一首药名诗，每
句隐一药名，共计14味中药，
组成一方，便可治大人之
病。”遂在每诗后填一味中药
名及用量，县官细读后拍掌
叫妙。

(南山 辑)

油画《牛惬意花艳》

徐淑荣/作

