

■植物笔记

柔美的益母草

程耀恺

在野草的世界里，益母草可谓小有名气，株型柔美，叶形苗条，花色浓艳，又是庄户人家用得着的药材。过去，读书的人在书中知道它，不识字的人，在山野里认得它。我的外公属于后者，而他对益母草的了解与喜欢程度，决不在那些识文断句人之下。有一年的九、十月，他从南塘埂采了些益母草的种子，在菜园里单辟一畦，将种子撒上，覆上细土，第二年一开春，种子齐刷刷冒了出来，经过间苗，至4月末，枝条上下，开满了一轮又一轮紫红花朵，入夏后边开花边结子，一直热闹到大雁南飞、秋水潺湲的季节。问他为什么拿菜园种野草，外公说：一是好看，二是帮人忙。具体帮谁呢？没有定数，若是谁家的妇人不得劲，有了某些妇道人家难言的疾患，或自己来砍，或托个人来拔，有的打个招呼，有的连个照面也不给，但无论如何外公都是高兴的。到了年下，外公找村学里的郭先生，在红纸上写了一副对联：向阳门第春常在，积善人家庆有余。外公心里明白，春，不可能四季常在，不过是一种愿望罢了；善，倒是可以日积月累的。

菜园里土质，要比荒野里肥沃多了，菜园的圆周是水渠，天旱之时，还有水浇，益母草在这里生长，算得上从糠箩跳到米箩里了，长得超过人头，是常有的事。头一年留下的宿根，第二年能够重发，但也就是一两年光景，还是要推倒重来，深秋播种，春天发芽。我认识益母草，既不在书上，也不在山野，与其说是结缘于菜园，不如说是外公，拉近了我与益母草的距离。

益母草为唇形科益母草属一年或二年生草本。茎直立，最高达1m上下，基部多有分枝，四棱形，微有凹槽，被粗糙伏毛。叶对生，线形，有时掌状或羽状分裂，叶缘略具齿或全缘，叶柄短或近无。轮伞花序，腋生，具8—15朵花，几无花序梗；花粉红色或紫红色，无花梗，花冠两侧对称，二唇形，花瓣合生，上唇全缘，下唇3裂，中间裂片2浅裂，具紫红色条纹；萼片下部合生，上部5裂；花两性，雄蕊4，雌蕊1，柱头2裂。小坚果，淡褐色，三棱形。

《诗经·王风·中谷有蓷》是一首描写弃妇悲伤无告的诗：“中谷有蓷，暵其干矣。有女仳离，慨其叹矣。”诗人见到山谷中的益母草干枯了，联想女子因饥谨而被弃。蓷即益母草，又名蓷、茺蔚。诗中的“暵”字，透露的信息是：生长在低洼潮湿的山谷中的益母草都干萎了，可见旱灾的严重。这首诗明里说旱灾，实则用以比喻女人生存之艰辛。由此可以获悉，在那个远古的年代，人们已经把这种野草，与女人的命运联系到一起了。

《本草纲目》称：“此草及子茺蔚密蔚，故名茺蔚，其功宜妇人及明目益精，故有益母之称。”《植物名实图考》不设“益母草”条目，只有“茺蔚”，不明就里者，还以为冒出一种新的野草哩。

益母草的唇形花瓣，有红白之分。单说“益母草”，即为开红花的；开白花者，习称“白益母草”。二者药性稍异，前者主活血，后者利水调经。也因此，采集与使用时，最好做到心中有数。



冰与梅 张健 摄

■流年碎影

温暖如粥

子薇

怀念一碗粥。准确地说，是母亲用柴火煮出来的粥。

粥里，夏天有绿豆，其他时节，有花脸豆、红豆、山芋、山芋片、汤圆，有时候，还有萝卜心米粉粿。煮好的粥，面上的一层米油，细腻，黏稠，凝脂一般，仿佛瓦钵里雪白的猪油。母亲说，米油极为养人。我出生的第二年，母亲就怀上了弟弟，没有奶水，就是靠米油、米汤、粥、软饭把我喂大。

喜欢的是夏天，满世界热浪滚滚，但是，中院村的夏天并不难熬。热得难以招架时，手执一把母亲用平布缦了边的芭蕉扇，便足以消解。太阳快落山，母亲把我们的洗澡水一盆一盆地泼在门口，腾腾的热气散得差不多时，竹榻从家里搬出去，上面有茄子、青椒、毛豆米等蔬菜，有白菜、萝卜、辣椒片等腌菜，有切成一瓣一瓣的淌着黄油的咸鸭蛋，有时候，还有面粉摊的薄饼。母亲还在那边喂鸡喂鸭喂狗喂猪时，我们已经坐在小凳小椅上开吃了。粥不稠，是嘴巴凑到碗边便可以喝的，起先，得小口小口地喝，碗的上方飘荡着似有若无的雾气，那雾气在提醒着我们，粥是烫的。

母亲喜欢烫，受母亲影响的我们，也喜欢烫。烫的粥，瞬间将味蕾上的每一粒细胞唤醒，粥的滋味，格外的香。那香，不仅仅是米香，还有吸吸溜溜地喝粥时的声响带给人感觉上的愉悦以及啧啧香的香。是后来，看到《随园食单》里，袁枚写：“尹文端公曰：‘宁人等粥，毋粥等人。’此真名言，防停顿而味变汤干故也。”母亲喜欢吃烫的食物，就养生保健的角度来说，烫是当忌的，但是，母亲她老人在贫寒的岁月里，一路苦涩，一路艰辛，却活到九十岁高龄。

有人说，胖人当忌讳的四件事：汤、糖、躺、烫。我虽谈不上多胖，但有胖的趋向，偏偏的，这四样，均是我之所爱。“中国可爱，还在于主张高温度饮食，此法更能激励味蕾的敏感，而餐桌上祥瑞之气氤氲，就此如梦似真，将味觉嗅觉视觉浑成轻度的晕眩，微微地应接不暇。”读木心的文字，一阵暖意涌上心头，于是明了，烫，是绝大多数国人的共同喜好，在

这点上，我们原是不谋而合的。

到了冬天，是在霜降节气后，青菜格外好吃了。那份好吃里，有着其他时节所无法媲美的柔柔的软以及丝丝的甜。菜粥，在中院村，叫菜烂么子。洗干净的青菜切成寸段，放进锅里，淘洗干净的大米放进锅里，加入适量的水，还有猪油以及适量的盐。大火烧开后，拿锅铲浅浅地伸进锅里，在锅与锅盖之间间隔出一道缝隙，避免米汤溢出来，然后，灶膛里的火拿火钳压着，就那么慢悠悠地煮，直至菜粥黏稠稀烂。一碗菜粥端在手上，袅袅的热气腾空飞舞着，洋溢着米香菜香猪油香。菜粥比平常的粥略稠，碗里搁上一点水大椒，用筷子夹着沾了点水大椒的菜粥送进嘴里，且香且甜且辣且鲜，那滋味，别一般的美，带给味蕾的感觉，也是别一般的欢畅——粒粒味蕾，齐齐站立，似乎要唱起歌来……

江南粳米养人，红枣粳米一起熬煮得浓稠的稀饭，那便是加倍地养人。儿子七岁前，每天早晨煮一锅稀饭，丢进去大约十来颗红枣，去掉皮和核，一大调羹枣泥塞进他的嘴里，取其强健脾胃的功效。儿子长大后，肠胃相当的强健，我怀疑他吃下钢筋去，都能消化个八九不离十。

中华文明几千年，粥贯穿始终，低到小民饭碗，高至宫廷御膳，无一不有粥的身影。随着时代的发展，即便是平常百姓的餐桌上，也不时地摆上各种花色品种的粥，比如皮蛋瘦肉粥、腊八粥、海鲜粥等等。把粥吃得清雅又浪漫的，当数杨万里，有《寒食梅粥》诗为证：“才看腊后得春饶，愁见风前作雪飘。脱蕊收将熬粥吃，落英仍好当香烧。”大病初愈的人，忌大腥大荤，倘若粥调养，最是恰当；大病小病身体不爽时，所期待的必是一碗粥，便是文治武功的曹操，据说在离世前，一碗粥依然是他的心头好。

木心说：“没有比粥更温柔的了。念予毕生流离红尘，就找不到一个似粥温柔的人。”念及木心红尘独行、孤苦无依的大半生，忽然一阵心疼。寻常日子，平凡人生，有爱，有暖，有柔柔的关心，有浅浅的欢喜，便胜却人间无数。

■安庆地理

幸福河的幸福

张晨越

新年第二天，我走到武昌湖边的幸福河桥上。拿着手机拍几张冬季的幸福河，看着河中枯萎的水草和随风飘荡芦苇，忽然想起过世的奶奶。

奶奶做起农活来非常得手，爷爷生前总是说“她不会打理事务，整天在地里忙活不停”。奶奶每到腊月初的时候看到好天气，晚上就提前把镰刀磨好，第二天一大早就去埂上砍水草和芦苇，砍好两捆后挑回家，再做早饭给我们吃。

奶奶吃完早饭后又去砍芦苇，砍十几捆，用扁担挑到大路上，找邻里借来一辆板车拉回去，来回拉了几次，终于拉完了。奶奶身上已

经湿了，她赶紧把澡盆放到房间，洗个热水澡。然后做中饭给我们爷孙俩吃，下午我和爷爷也洗个热水澡。

院子里面都是芦柴。奶奶晚上烧饭时，用的就是芦柴，灶膛里有噼里啪啦的声音，芦柴还会崩裂，有时把锅炸得咚咚响。奶奶还会拿几个红薯放在灶塘里烧，饭烧好了，红薯也烧熟了，外皮烧成焦炭一样，可里面金黄的肉太香了！这也是我冬季最爱吃的美食。

每到冬天，幸福河河岸都是金黄的水草和芦苇。近些年，环境好了，来此过冬的候鸟特别多，水草茂密的幸福河两岸也成了候鸟的栖息地。

水草和芦苇会在冬季死去，但春天到来时，它们的根又从泥土里钻出，慢慢长高，芦苇会长出雪白的芦花，似给幸福河穿上洁白的嫁衣。

幸福河会嫁给谁呢？应该是嫁给寂静的冬季吧？大雁从北方飞来，那一声声雁鸣划破幸福河上空，那是幸福河最幸福的季节。

