

山山尽带黄金甲

卫刘芳

在古籍中,安泽的远古人物过于鼎鼎大名,乃至笼罩上了神话色彩。在《山西通志》中,它是“炎帝建国处”;在《太平寰宇记》中,“昔神农尝百谷于此”。据史志记载,从商周战国时起这里曾十三易其名。从地名更迭的频繁,可以看出当时政权的风云变幻。加上它境内地势险峻,又“处于太岳东南麓,太行余脉之末端。扼上党、平阳之咽喉,制潞安、河东之要冲”,不免成为历代军事要地。

铁马冰河入梦来。

在梦里我们来到黄花岭。不,不是梦,我们真来了。岭口横着一段朽木,树皮粗砺不堪,沉默寡言地守着整个山岭。它年轮不可辨,出处不可考,唯一的心意是抽出几支嫩黄柳芽,摇曳着,点亮了身后的群山,而群山借机

“燃烧”起来。

于是,那片黄,被烧得漫山遍野。这黄,源自连翘花的金黄。在古中国,黄色代表大地,主要象征着中央政权和国土,因此渐被封建帝王钦定为御用色,用来昭示身份的华贵和不可侵犯,而连翘,偏生让当地百姓用最光明正大的理由拥有了它——明黄是它花期的妆容。连翘春时叶当茶,秋时果当药,便是花开时,折几枝插在窗棂边,也自有几分明媚。带着这份与民同欢的恩慈,连翘在安泽足足盛放了上百万亩,在这片到处是古遗址、古墓葬、石窟寺和摩崖石刻的土壤上,为一城百姓开出了勃勃生机。

花漾安泽的四月,黄花岭的连翘花引来如织游人。蜿蜒步道由大小

不一的天然鹅卵石铺就,水泥封边,像一条云肩,飘逸地披挂在山岭宽厚的肩头。云肩上鱼贯点缀着一串凉亭,知母亭、甘草亭、菊花亭、连翘亭,全是岭中土生土长的药材名。凉亭取名朴拙,外貌也朴拙,皆是单檐圆亭,四五平方米大小,亭顶像清朝夏制官帽,圆锥状,上饰柱状立纽,亭顶随意散落着干枯绿植。没有雕梁画柱,仅用暗红色防腐木造就梁栏,风曳日晒已有斑驳痕迹,倒比簇新亭子更易融入天地间。不事雕琢的小亭就这样落落大方地等待着歇脚的游人,随性得像璞玉未开的村姑,未见识过北京颐和园知春亭重檐的繁复、苏州拙政园塔影亭挑脊的精巧,所以不卑不亢,“你来或者不来,我就在这里”,它们说。

坐在凉亭里,欣赏着远山的翠绿近岭的明黄,耳边是清风摇动枝叶的“唰唰”声,脱口而出的是苏轼的“莫听穿林打叶声,何妨轻啸且徐行”,真个是念古今民生之艰之韧,忍不住要独怆然而涕下。唉,这片土地承受了太多厉兵秣马,满山尽带黄金甲啊,它总是记挂着要修阵固列,决一死战。

而黄花岭因气候和地理条件优越,是全国野生连翘的最大生长地,这是安泽的山川晓得自己的险峻不利于子民谋生后的一种补偿吗?而子民们也对这种恩赐当仁不让,你看,他们在斗茶。炒茶的铁锅已经一口口支了起来,炒茶人,轻拢慢捻抹复挑,似奏响了《高山流水》曲,杀青、揉捻、烘干,把连翘最鲜嫩的叶子烹制而成一碗好客茶,待你来。

走进山野

山西多山,左手一指是太行,右手一指是吕梁,随意找个路线走上一走,准能走进山里去。7月正是草木葱茏之际,山野中万物已是欣欣然的景象,此时走进山野去撒个欢,岂不惬意?眼光投向五台山,作为佛教名山的五台山,不仅人文历史蜚声中外,连绵起伏的山脉也着实吸引人。呼朋引伴走进山野里去,驴友们早已轻车熟路。

五台山的五个顶平坦如台,庙宇巍立,而环绕五个台的则是座座青山,我们另辟蹊径,从东台顶沿山脊逶迤而下,朝着南台的方向,一路穿梭在山野间。

清晨的山间弥漫着淡蓝的烟霭,空气中充溢着青草的清香,深吸一口气神清气爽,脚下的步伐也轻快起来。这里是纯原始的高山草甸,繁茂的草丛能没到脚踝,草丛间点缀着各色野花,黄色的小小花朵居多,其次是紫色的花朵,一串串倒扣的钟一样的花儿尤

其可爱,此外还有蓝、白、粉……各色的花儿把草甸装扮得缤纷美丽。行不多远,花草间突现几株鲜明的金黄,大小似小孩子的拳头般,状如盛开的莲花,亭亭而立,那便是最让人期待见到的金莲花了。此时正是金莲花最娇艳的时候,每年的7月,我们都要专程来与金莲花相遇,各种角度摄下它的最美姿态。这个时候的狼毒花也正在次第开放,每朵花中心是鲜艳的红,周围一圈纯洁的白。狼毒花一开就是一簇,开得多的地方连片成势,山野间就更加美丽动人了。走在山野间,任由青草与野花抚摸脚边,心中杂芜尽去,唯有眼前的美景充溢身心。

山野间不仅有草甸,还有密密的云杉林,云杉高大,遮天蔽日。矮些的就是松树了,松树上长满了松塔。山野里的一切生物生命力都很旺盛。踏入密林中,清凉之气包裹全身,脚下踩着厚厚的松针,很是舒适。时不时,我

们还会与散养在山里的牛群相遇,牛群并不惧人,只有人靠得太近了,才起身很快地跑到另一边,把山道让出来,我们心里反而有了深深的歉意。这里本来是它们的地盘,是它们常年生活的地方,而我们不过是匆匆过客。有几头小小的牛犊,也许涉世未深,瞪着一双大眼看着过路的我们,让人的心一下子融化了。

行走在山野间,不经意地抬头,白云飘浮在湛蓝的天空,大片白云的投影就落在山梁上,山梁上明一块、暗一块的,那是白云在山间的涂鸦。而白云又在蓝天中卷舒开合,“白云升远岫,摇曳入晴空”,看云卷云舒,心也如白云一般自在。

向往大自然是人的天性,走进山野,感受到草木繁茂的盛宴和蓝天白云的赏心悦目,一路跋涉的疲惫很快就被眼前的一切所化解,身心皆充实。五台山总会给人意想不到的收获。

张少芳



乐游南寨公园

王之保

迎着初升的太阳,我信步走进南寨健康主题公园。该公园位于太原北部,距市中心约15公里,是市民游览健身的理想园地,也是丰富知识、健康身心的最佳选择。

进入公园,眼前是奇形怪石精心雕砌的假山,茂密的树林、环绕的溪水,让游客顿觉清爽愉悦。右侧高大的宣传牌书写着“南寨健康主题公园景观园”,还展示了有关部门发起的“健康121”全民健康生活方式,即“日行1万步,吃动两平衡,健康一辈子”。

我在公园内大步快走,每行进百米都有鲜明标识,绕行健康步道一圈1000米,连续走10圈就基本达到一天适当的运动量。公园还设立健康教育宣传专栏,包括合理膳食、适量运动、慢性病防治、精神卫生等健康知识。我曾患有冠心病等慢性疾病,今天除学习到防治知识以外,还了解到有许多健康运动可选择,太极拳、八段锦、健身健步等。顺着健康步道前行,看到许多中老年人挺胸抬头、面带笑容、甩开双臂,身轻如燕。在短暂休闲之时和一位老者攀谈健心得体会,他年过90高龄,在公园健身10年,过去老年慢性病缠身,经过学习健康知识、坚持锻炼,如今体格健壮,病魔被赶得无影无踪了。还有一位70岁老大娘住在公园附近,每日带着孙儿来公园散步,在湖水边观赏艳丽的荷花,到“苇蔓鸭欢”欣赏鹅鸭自由戏水,在鸽子广场和鸽子亲近,心情无比愉悦。她说公园是能让老年人健康长寿的好地方。

在设置有健身器材的小广场上,青年男女各显身手,单双杠、俯卧撑、跳舞的、踢毽子的、走模特步的,利用各种健身方式强身健体,欢声笑语不绝于耳。

游园让我深感健康是人生的财富。拥有健康,幸福才能永伴身边。

到徐州吃伏羊

一文友半夜来电,说再过两天就入伏了,到徐州吃伏羊去!

一语惊醒梦中人,这才发觉这个夏天过得好快,眨眼之间就入暑入伏了。

文友说的“到徐州吃伏羊”指的是以徐州为中心的淮北地区特有的在夏季入伏吃羊肉的习俗。夏吃伏羊是徐州地区特有的民俗,源于春秋战国时期的祭祀活动,它与古代祭祀、中医学理论、阴阳五行、易经、节气变化、本草学都有着密切的关系。尧帝之时,善烹人“铿”以“雉”代“羊”烹“羹”,被尧封于“大彭”而为“彭铿”,于是才有了“彭(烹)祖”。彭祖为我国烹饪之先,“彭城”徐州也因彭祖而得名。因此,徐州伏羊节既是民族文化在地域文化的升华和凝聚,也是特色文化对传统文化的传承和弘扬。

伏羊节吃伏羊非一时“作秀”,它有益于人的健康实乃有史可证。古语“三牲羊为首”就是一个明显例证。据史典记载,在宋朝之前,我国宫廷宴席上都是以羊肉为主。到了元朝,羊肉在官宴上更是占到了统帅地位,占全部菜肴的三分之二还要多。在古代祭祀中,羊肉也每每成为主角。《黄帝内经素问》中说,“夫四时阴阳者,万物之根本也。所以圣人春夏养阳,秋冬养阴。”可见伏天食羊可以使阴阳平衡、寒热互补,有益气补虚、强身健体之功效。《汉书·杨恽传》中有:“田家作苦,岁时伏腊,烹羊炮羔,斗酒自劳。”说明早在汉代,农家每年在盛夏和严冬食羊已相当普遍。

众所周知,吃羊肉、喝羊肉汤就是“发汗”的。冬日里吃着热腾腾的羊肉是再好不过的美食,而徐州人偏要反

其道而行,在一年中最热的伏天吃加了很多辣椒的红油羊肉,并且要吃得浑身冒汗,吃到最后一碗飘满红辣椒的辣油羊肉汤,再配上啤酒。徐州人吃羊肉不爱去高档餐厅,老是喜欢去那些看上去很不讲究的大排档式的小羊肉馆,按照徐州人的说法:“要的就是那个味!”

一年一度的伏羊节成了徐州人欣慰之日。伏羊美食节期间,全市各大宾馆、饭店、羊肉馆都推出系列“伏羊菜系”接受市民的品评。每年的伏羊节期间除了隆重的开幕仪式外,还有异彩纷呈的活动,如伏羊节之夏、金牌伏羊店比赛、金牌菜点、金牌厨师的评选及吃伏羊、游两汉旅游等,每天还会上演地方戏曲,表演舞蹈、武术、民俗,展出布艺、面塑、剪纸和花鸟奇石等,蔚为壮观。

西杨庄

