

上世纪五十年代末六十年代初,青藏公路沿线荒凉、贫瘠,冰雪控制着公路,苍鹰啄食着阳光。我们汽车兵从倒淌河畔启程到喜马拉雅山下,往返一趟总要碾碎30来个日出日落,每天都要经历四个季节。清晨,青海湖边往往细雨濛濛,中午,昆仑山的六月雪铺天盖地旋转着,傍晚,可可西里常常是急雨夹杂着冰雹。年复一年,我们就是这样一成不变地咀嚼日子,除了单调就是寂寞。我的行车日记里,常常有这样一句话:何时熬到这儿!

我和书的往事

读书,我用读书来填充空虚、单调的生活。繁重的运输任务,终年在公路上流动,哪来读书时间?任何事物都有两重性,利弊均衡。我们执行每趟任务要耗去差不多一个月时间,但另一方面,时间一充裕属于个人可以支配的机会就增加了。比如,当时的路况很差,每天的行程短,这样可以早早

投宿兵站,晚饭前后都有空闲;再比如,由于车况差,行车途中检查车辆的次数多,每次10分钟20分钟不等;还比如,每天早晨出发前要烤车,启动车的时间长,两个多小时。就这样这儿挤10分钟,那儿偷半个小时,日日坚持,月月不弃,每趟任务多则读一本书,少则也会吃进半本书的内容。

可以从记忆的库存里拾得出来的是,那时候我的59号车驾驶室后备箱里,经常放着三位作家、诗人的作品:杨朔的《雪浪花》《东方第一枝》,李瑛的诗集《天安门上的红灯》《寄自海防前线的诗》《花的原野》,刘绍棠的小说《青枝绿叶》《运河村》的歌声》《运河

浆声》等。我读书的方法有点异样,绝不抱着一本书从首页啃到最后,而是两种或三种文体的书同步阅读。一本小说,也许我只读了几页,或者是一半,突然触发了某种灵感,打住;再读一本诗歌,当又有新的收获时,也放下;接着拿起散文读。这种几样文体同时阅读的方法,强化了我阅读的收益。几个点的读后感凝聚到一起,产生的冲击力是巨大的。我写作动力之一就来自这



古街旧市(速写)

夏贺新

种阅读。我每次从线上执勤回到驻地,再忙也要跑新华书店,更多的时候是失望而归。可喜的是,和书店的营业员混熟了,他们便特许我可以进到书库挑选书,在那里我看到了一本定期出版的《图书目录》,那上面全国各出版社的新书目录都能看到。书店的同志告诉我,我可以预订书。我如鱼得水。上世纪八十年代初的某天,我在北京一次文学集会上见到了刘绍棠,给他讲了我当年从上海长途购买他小说集的事,他诚恳地说,相识恨晚,要不我寄给你需要的我所有作品!

上我可以按我设计的路线到包括藏北无人区在内的地方去采访。我还是当年形成的那个改不掉的老习惯,驾驶室里放着几本书,抽空就交错轮流着阅读。那天下午我投宿长江源头兵站,因为天色尚早,便信步到这个已经居住了百十号人的小镇上漫步。我所熟悉的旧貌荡然无存,偶尔只见几处墙皮斑驳的残垣寂寞地留在原处。旧屋使我心生悲凉,新貌让我激情荡漾。陆地,我看到几个战士捧着几本书从一个小屋出来,本能地把我的脚步牵了过去。啊,小书店!卖书的姑娘热情地招呼我进来,突然,我看到一个封面上屹立着一座雪山,雪山顶上有一颗月牙的书,好眼熟!我不由得喊出了声:“昆仑山的爱情!”卖书的小姑娘似乎看出了什么,将那本书抽出来,打开看着扉页上的作者照片,又看有我,惊喜万分:“啊,这书是你写的,我真幸福,遇到了写书的作家!”她让签名,这本书她要留下不卖了。我告诉她,我可以签名,但我还诚恳地答应她,回到北京后会给她寄几本《昆仑山的爱情》,还有其他我创作的反映青

藏高原生活的作品,她高兴地抓住我的手不住地说,作家叔叔真好!我说活算数。一月后返回北京,我打包寄去包括《昆仑山的爱情》在内的10本我的书,给源头兵站请他们转给小书店的姑娘。又过了三年,我再次来到沱沱河小镇,只是人口较前增加许多,也繁荣了许多,那个小书店的原址上换成了江源小吃店,卖书姑娘不知去向!

今宵灯谜

朱育珉
易碎品包装填充物
(四字电脑用语)
昨日谜面:谛(四字文坛誉称)
谜底:补白大王(注:白,作言说解;即郑逸梅先生)

花灯

笔者每月要去一次社区医院看病配药,在候诊的时候,我都会看看墙上贴着的一些健康宣传资料,既打发时间,又学到不少健康知识。后来,医院的门诊区域进行了装修,医生诊室变成一人一间,环境面貌焕然一新。也许是担心墙上再贴东西会有碍观瞻,候诊区从此再也看不到什么宣传资料了,在感慨医院就医环境变美的同时,也留下了些许遗憾。

健康宣教不能少

邓为民

由此,笔者呼吁:医院的健康宣教阵地不能少。一则可以继续辟出专门的橱窗张贴健康资料,并定期更换。另外,如果认为到处张贴不雅观的话,是否可以制作一些专病的单页、折子或小册子等,放在门诊室外供人取阅。其内容可以是该种疾病的治疗方法、用药须知、食疗和锻炼方案等,这对病人正确了解疾病和战胜疾病一定会大有裨益。可以说,医生开的治疗处方和健康教育处方同等重要,缺一不可。



童年,在乡下,我管它叫红薯。到了上海,人乡随俗,我也改口“山芋山芋”地叫起来。我爱吃山芋,无论是红皮白心还是褐皮黄心的。前者稍干微粉,后者润湿而甘甜,入口都甘之如饴。近几年,市面上紫薯粉墨登场,小小的,纺锤状,紫皮紫心,里表一致,贵为红薯中的极品,常在酒店餐桌上亮相,自然就抢走了淳朴憨厚的普通山芋的风头。城里人生活节节高,不在乎那几毛钱的差价了。在我,吃得最多的还是普普通通的山芋。用电饭煲烧饭,我总爱放上蒸架,将一切四瓣或两瓣的山芋置于其上,饭未煲好,芋香已经袅袅了。

山芋可以变换着吃:烧山芋苹果丁汤,健胃;煎山芋饼,解馋;煲山芋粥,暖心;微波炉烤山芋充作路边摊的“烘山芋”,炫技……有山芋的季节,它可以你的生活调节得有滋有味。然而,我的山芋情结,不在于它的好吃,不在于它的花头翻足,而是视它为患难与共的一种粮食。

我曾在乡下生活了十年。我和小伙伴们曾挎着小篮,拿着小铲,在大人翻过的红薯田里“沙里淘金”——翻掘遗漏在地里的小红薯。每掘到一只,就大呼小叫,就与伙伴比大小。冬天,地窖里存的一大半是红薯。同样,我的胃里也一大半是红薯。是红薯,这个穷乡僻壤里的主食给了我生长发育的滋养。

红薯的恩情也应载入你我城市人的史册。那是在上世纪六十年代初的三年困难时期,粮食定量不够,瓜菜不见踪影,人人饥肠辘辘。总盼着有一天能吃饱。时间在饥荒中慢慢流到看见了一丝曙光——粮店凭购粮证配给少量山芋!闻风而去的人流在粮店门前排起了长龙,大磅秤支在人行道上,一户一证秩序井然。但山芋过秤时却常起争执,若多了半斤几两,店员立马用刀削去半个,买家就拦着不让。店员大吼:“为后面的人想想啊,不要太自私!”被削者嘟囔着装袋或进篮,手提肩背快快

有山芋的日子

桑胜月

片欢腾,家家后门厨房飘出山芋的甜香。那时期,我正住读高中,周日晚返校,母亲总在我包里塞一两块山芋,而我也总乘她备,丢下山芋逃出门,我不忍再分母亲和小妹的口粮。

如今,山芋不再是我们的主食,连大米白面都面临着不是——要减肥了!山芋呢,退居到三四线:解馋的零食,配菜的食材,通便的利器!看,时不时美食家就在微信上晒晒用山芋弄出的小点心照片,并叮嘱:吃了它,少吃一口米饭哦,别怪我没告诉你!

娇情得可爱。山芋,人们不敢放量吃了。看着满菜场的山芋不摸不碰,心犹不甘。于是请回一枚,水植在瓶里盆里,让它萌发绿芽,然后看它开枝散叶,当它盆景欣赏了。我也水植了一枚山芋,蹿出的枝枝叶叶,高高低低,错落有致。我养它,不为小情小调,不为赶时髦,看到我,我眼前展开的是家乡坡地畦畦一望无际的山芋田,我怀念那绿色下深埋的大小不一的山芋……

离去……

不过,那仍是最喜欢的日子,“去买山芋啊,买山芋了!”石库门弄堂一片欢腾,家家后门厨房飘出山芋的甜香。那时期,我正住读高中,周日晚返校,母亲总在我包里塞一两块山芋,而我也总乘她备,丢下山芋逃出门,我不忍再分母亲和小妹的口粮。

连着几年,粮店都配给山芋,且年年数量增长。是山芋让我们的浮肿慢慢消退,是山芋让人们脚步不再蹒跚,是山芋让我们慢慢走出饥荒!

直到父母相继离世,我才深切知道:生命是会终结的。这是锥心的、切肤的感知,所有以前对生命的认识,都仅仅是理性的。于是,我开始紧紧抓住每一天。我想,这大概是一种心智的醒悟。很早以前,听奶奶说,有些事,不经历不会懂。

友人知我酷爱葫芦,特意送我一些葫芦种子。说是迷你型品种,清明下种,不必侍弄,到了秋天就是硕果累累的景象。于是我挖去院子里的一角草坪,再换上新土,选准日子把它们种在土里,期盼望着秋天的收获。这些凝聚着友人情谊的种子似乎要给我一个惊喜,一场春雨过后它们便按捺不住地钻出了温润的土地。一撮撮娇嫩的“丫”形叶片仿佛张开的翅膀飞向天空拥抱太阳。万物生长靠太阳,它们在阳光下密集簇拥的势头让我不得不一棵棵分离它们,只保留两棵最旺盛的幼苗。岂料,它们分别在自己宽敞的空间里直往上蹿。我赶紧找来竹竿搭了个矩形棚架,再用草绳一头

连着架子,一头连着藤蔓让它们攀附生长。正如友人所说,它们不需要侍弄,未到盛夏就爬满了棚架,仿若一片绿色瀑布。

有些日子我出差在外,曾想象着它们开花结果的样子。果然,我回来看到的正是想象中的那番景致。那些柔韧藤蔓恣意向前盘绕,顺藤排列的叶子间布满了欲放的点点花蕾,有些已经绽开了如雪的花儿。几只蝴蝶在花丛中穿梭。让我惊喜的是有些花朵的蒂儿居然还结着一只只小葫芦。我悉心一数,居然有四五十个。它

们浑身翠绿,茸毛似霜,形态各异:有口小肚大的盂形葫芦,有大小相叠的双球葫芦,也有滚圆匀称的亚腰葫芦,还有脖颈雅逸的长柄葫芦。

不久,我无意中发现几只叽叽喳喳的麻雀总喜欢在葫芦棚架上翻飞跳跃。我怕它们伤着稚嫩的葫芦,就用红绸布做了两个小旗子插在葫芦棚架上吓唬它们。但没两天,狡黠的麻雀好像识破了我的伎俩,它们不仅欢蹦乱跳着故地重游,而且还引来了几只白头翁和体态丰腴的灰斑鸠。无奈之中,我只好棚架上竖起一根木棍,再用细绳接上我

羊上树与摩洛哥精油

李成葆

“羊上树”是郭德纲相声的一个段子,说的是羊根本不可能上树;摩洛哥精油是风靡全球的法国奥莱雅护肤品的原料,可以说,两者之间风马牛不相及。殊不知这摩洛哥精油恰恰与羊上树还大有关系!这可是我有幸参加援摩洛哥医疗队塔塔分队工作的偶得。

2015年10月底,在我抵达位于摩洛哥首都拉巴特的我援摩医疗队大队部的第三天,摩洛哥卫生部派车送我前往撒哈拉沙漠边缘的塔塔省医院(我援摩医疗队塔塔分队所在地),途经南部苏斯地区时,在遍地干旱,寸草不生的荒野中,不时地可见到一群群山羊攀树登树,吞噬树叶或树上坚果的奇异景象!

摩方司机见我惊讶不已,便倾其所知细细道来:“山羊所攀登的这些野树叫阿冈树(Argania spinosa),是生长在西北非地区的碳酸钙半沙漠山谷中的一种山

榄科野生植物,在摩洛哥西南部的苏斯地区及阿尔及利亚的廷杜夫地区8280多平方公里的联合国教科文组织生物圈保护区内均有发现。阿冈树分无刺与有刺两种,皆长着细小椭圆形的叶片(阔2-4cm),是一种非常耐干旱的树种,一般可以存活150到200年之久。当地土著居民于几百年前就已发现,称其为铁树,用这种树上结的果实提炼出来的油脂具有营养、化妆、抗衰老的药用功能,还有去皱纹的神奇效用。另据欧洲科学家的分析研究,阿冈油含丰富的不饱和脂肪酸,是一种上等的调味料,具有芝麻油的香味,口感上乘,所含维他命E比橄榄油多两倍,营养价值更高、更有利于人类的健康。然而由于这种树本为野生树种,树身多刺,果实难以采摘。后来牧羊人意外发现,羊群吞食的果实坚硬无比难以消化,自然随着羊粪排出。人们则从羊粪中检出果实,用水洗净,砸开果壳取出果仁,用石磨磨碎以提炼阿冈油……这也就是我们常说的摩洛哥精油。”

据说,数百年来,摩洛哥南部地区的牧民和山羊各取所需,一直合作无间。他们提供的果实源源不断地运往加工机构进行提炼,然后销往欧洲,为摩洛哥赢得一笔可观的外汇。

从西安带回的一只瞪着眼睛展着翅膀的老鹰风筝,心想它们见了“老鹰”应该有所远离吧。果然,这一招十分奏效,茂盛的葫芦棚架上又恢复了往日的宁静。初冬之日,纵横交错的藤蔓上的叶子全掉落了,就剩下一只只铃铛般垂着的银色葫芦。它们经过日晒雨淋风袭,但长得个个饱满。于是我挑选了几个形状特别的葫芦分别送给朋友们,让他们分享收获的乐趣。某日,好友约我品茶时摩挲着我送的葫芦欣喜地说,葫芦向来有“宝葫芦”之称,也是“福禄、圆满”的象征,送人葫芦可就是给予了吉祥啊!看着好友满脸的喜气,我说明年还要多种些葫芦,好让更多的朋友共享“福禄”呢!



扫一扫,关注“夜光杯”



一种上等的调味料,具有芝麻油的香味,口感上乘,所含维他命E比橄榄油多两倍,营养价值更高、更有利于人类的健康。

分享收获

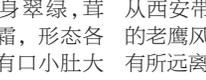
刘向东

从西安带回的一只瞪着眼睛展着翅膀的老鹰风筝,心想它们见了“老鹰”应该有所远离吧。果然,这一招十分奏效,茂盛的葫芦棚架上又恢复了往日的宁静。初冬之日,纵横交错的藤蔓上的叶子全掉落了,就剩下一只只铃铛般垂着的银色葫芦。它们经过日晒雨淋风袭,但长得个个饱满。于是我挑选了几个形状特别的葫芦分别送给朋友们,让他们分享收获的乐趣。某日,好友约我品茶时摩挲着我送的葫芦欣喜地说,葫芦向来有“宝葫芦”之称,也是“福禄、圆满”的象征,送人葫芦可就是给予了吉祥啊!看着好友满脸的喜气,我说明年还要多种些葫芦,好让更多的朋友共享“福禄”呢!



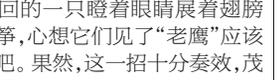
从西安带回的一只瞪着眼睛展着翅膀的老鹰风筝,心想它们见了“老鹰”应该有所远离吧。

们浑身翠绿,茸毛似霜,形态各异:有口小肚大的盂形葫芦,有大小相叠的双球葫芦,也有滚圆匀称的亚腰葫芦,还有脖颈雅逸的长柄葫芦。



从西安带回的一只瞪着眼睛展着翅膀的老鹰风筝,心想它们见了“老鹰”应该有所远离吧。

们浑身翠绿,茸毛似霜,形态各异:有口小肚大的盂形葫芦,有大小相叠的双球葫芦,也有滚圆匀称的亚腰葫芦,还有脖颈雅逸的长柄葫芦。



从西安带回的一只瞪着眼睛展着翅膀的老鹰风筝,心想它们见了“老鹰”应该有所远离吧。

们浑身翠绿,茸毛似霜,形态各异:有口小肚大的盂形葫芦,有大小相叠的双球葫芦,也有滚圆匀称的亚腰葫芦,还有脖颈雅逸的长柄葫芦。



七夕会 赏心乐事