

读书的味道

○ 靳小倡

但凡喜欢读书的人，无论哪一本书，无论你羁旅何处，总有缕缕书香，会在你心灵的味蕾上，以最明亮、最透彻的方式，与你的喜怒哀乐交融在一起，改变你的通感世界，与你的灵魂达成某种共识。

古人有“读书三昧”之说。关于“三昧”，古人有两种说法：其一是前人对读书感受的一种比喻，“读经味如稻粱，读史味如肴饌，读诸子百家味如醯醢。”其大意是：读四书五经之类的书，味如吃米面，是食之根本；读史记，就如喝美酒吃佳肴；而读诸子百家之类，其味如酱醋（好比烹调中的佐料一样）。三种体验合称为“三昧”。第二种说法出自宋代李淑《邯郸书目》：“诗书味之太羹，史为折俎，子为醯醢，是为三昧。”这是把诗书子史等书籍比作佳肴美味，比喻为精神食粮。还有一种说法，借用了佛教语言，是梵文 samadhi 的音译，原指诵读佛经、领悟经义的三重境界：一为“定”，二为“正受”，三为“等持”，意思是说，诵经之前要止息杂念，做到神思安定专注；领悟经义态度必须端正，具有百般恭敬的虔诚；学习过程中要专心致志，保持始终如一的精神。随着佛教思想与汉民族文化的融合，“三昧”逐渐引申为对事物本质精神意义的概括，有“个中三昧”，“得其三昧”等说法，用来比喻领悟学问的精确与深刻。

鲁迅先生的《从百草园到三味书屋》让更多的人知道了“三味书屋”。三味书屋是清末绍兴城里的著名私塾，鲁迅 12 岁在这里求学，塾师是寿镜湖老先生。三味书屋，是三长间的小花厅，本是寿家的书房。据寿家后人的说法，三味指的是“布衣暖，菜根香，诗书滋味长”。布衣指的是老百姓，“布衣暖”就是甘当老百姓，不去当官做老爷；“菜根香”就是满足于粗茶淡饭，不向往山珍海味的享受；“诗书滋味长”就是认真体会诗书的深奥内容，从而获得深长的滋味。

相较而言，我更喜欢“布衣暖，菜根香，读书滋味长”的“读书三昧”之说。它给人以平和、平淡、平易近人，少却了很多的严肃和呆板，没有那种掉书袋的酸腐气，少了殿堂式的仰视和正襟危坐，有一种平民式的亲切，家常式的贴近。

“忠厚传家久，诗书继世长”。有朋友说，读书本是业余生活的一部分，但渐渐发展为主要的了。我想这位朋友是深得读书的味道了。

在故乡的菜园里、池塘边、沟渠畔、村道旁，甚至旧屋的废墟上，甚至田头地尾、房前屋后，一种被客家人称为“艾”的植物默默地、顽强地生长着，尽管它低矮、纤弱，不入时人眼。

它大名叫什么、属何科何目、来自何方，乡亲们也许并不知道，但生活在这块土地上的人们，却对它情有独钟，彼此是如此熟悉、亲近。他们随意地叫着它的乳名，长年累月接受着它的馈赠，品尝着艾带给他们的清香。

清明祭祖时吃艾糍，是客家人的传统节目之一。吃着甘甜醇香的艾糍，回顾祖辈的艰辛，更增加对先人的崇敬与思念。清明节前后，经历过春风春雨的滋润与洗礼，艾草正嫩，是吃艾的好时节。这个时候走在上学路上，常常会闻到农家院子里飘出醇厚的艾糍香味，让人垂涎。孩子们出来玩耍，手里总会擦几个艾糍，比谁家的艾糍又大又甜，还时不时换着吃，那情那景至今记忆犹新，那滋那味仍萦绕心头久久不曾散去。在大人

们看来，小孩子肠胃功能弱，吃东西是要格外小心的，唯独艾糍除外，尽可放心让孩子们当饭吃；大人们出工，口袋里也时常会塞三几个艾糍，饿时咬一口，力量顿生。艰苦的岁月里，多亏了它，抚慰着我们的肠胃，改善着我们的生活，温暖着我们的记忆。

“艾卷蛋”恐怕是最容易吃到的一道美

故乡的艾

○ 严巍

食了。到野外采一把生嫩的艾叶切碎，打两个鸡蛋与之勾拌，用油铺煎，干吃、汤吃皆可，不燥不热，美味可口，成为客家人怎么也改不了的一个饮食符号。“艾煲鸡”是乡亲们最喜欢吃的滋补菜品，既滋阴降火，又和胃凉血，属绝佳的健康美容膳食搭配之一。父亲曾用“艾煲鸡”治愈了困扰多年的老胃

病，更增添了他对艾草的崇敬与感激。

艾的药用价值奇高，是乡亲们最懂、用得最得心应手的一种草药，在他们眼中不啻为灵丹妙药。谁家孩子咳嗽了，用生艾叶绞汁喝下，有立竿见影之效，不出三次即愈。身上长了疮疖，众药用尽，痛苦不堪，只要到野外采一把生艾草捣碎敷上，消炎、拔毒又止痛。其实，我也是艾草的受益者。三年前我得了肩周炎，疼得抬不起手臂，当医生的朋友建议我采用艾灸法。我去药店买来几根雪茄状的艾条，点燃往患处熏烤，几次下来，竟然神奇治好了。

少年时，艾草伴随客家人子弟走天涯。年节过后，年轻人陆陆续续出门谋生了，总不忘往行囊中塞一包干艾草。在外累了、想家了、水土不服了、头痛脑热了，家乡的艾草可以抚平他们身心的疲惫与伤痛。闲暇时，掰一把，用他乡水、他乡肉慢慢地熬，美美地吃，一碗下肚百病消，一年到头无需光顾街头凉茶铺。与其说他们懂得养生，倒不如说是在品尝着浓浓的乡情、淡淡的乡愁。



雨花

盘山桃花沾春雨 伍振/摄
第742期

蚕豆香溢夏

○ 张宏宇

蚕豆，又名胡豆、夏豆、罗汉豆、南豆、马齿豆、倭豆等。为一年生或二年生草本植物，属豆科植物。茎方形中空，有棱，荚果大而肥厚，喜凉爽湿润气候，为豆类蔬菜中重要的食用豆之一。

中国民间历来有“立夏之日尝三鲜”的习惯，嫩蚕豆就是其中之一。嫩蚕豆可以益气健脾，利湿消肿。另外，它的营养丰富。嫩蚕豆中的蛋白质，在各种豆类里仅次于大豆。它还含有大脑和神经组织的重要组成部分磷脂和丰富的胆碱，有增强记忆、健脑的作用。此外，蚕豆是低热量食物，对高血脂、高血压和心血管疾病患者来说，都是很优质的绿色食品。

刚上市的蚕豆最好吃，也就是嫩蚕豆，即便用清水煮煮，加点盐，也是美味。嫩蚕豆春末夏初上市，但老得极快，价格一天一个价，等到蚕豆顶头上生出一条黑色的细线时，虽通体仍清碧如嫩玉，但质实际已经老了。炒蚕豆，是将干透的老蚕豆在水里泡，然后混上沙土在锅里炒。蚕豆的硬度，与浸泡的时间长短有关。泡透了，蚕豆能炒爆，俗称开花，就酥脆得多。也有根本不泡就直接炒的，有句谚言：“老太太吃炒蚕豆——咬牙切齿。”说的就是此种吃法，又干又硬，没有好牙齿是吃不动的。

我最爱吃煮蚕豆，我一直认为蚕豆还是煮得香。煮蚕豆时要放姜、花椒、茴香，那种豆香是混合型的。而且蚕豆煮得面烂，香味才会铺散开来，我一直固执地认为这种纯香便是最好的美味。煮豆，在南方叫茴香豆，也就是鲁迅小说《孔乙己》里的那一种。看了鲁迅先生的《社戏》，更加喜爱蚕豆，每年夏天豆香时必食豆，对蚕豆的钟有独钟，到了迷恋的地步，每读到迅哥和他的小伙伴们在船上剥豆荚、烧豆子吃的章节，我便很是羡慕和馋嘴，向往着那时的美味。

如果有一种菜可以代表夏天的味道，我会选择蚕豆，蚕豆一夏，酥酥甜甜的。夏食蚕豆，趁鲜豆嫩美，既可尝新，又可品绿，豆香四溢的夏天，口含豆香可以回味整整一季。

周末去菜市场买菜，在道路的拐角处，被一位老人面前摆放的一堆野小蒜拽住了脚步。童年时，在山村诗意的清晨或黄昏，于山间地头或者坡地崖畔随处都可以看到葱绿中晕染着暗红的小蒜苗在风中摇曳，我们纷纷挎起竹篮去田野里刨小蒜。一路上，你追我赶，打闹着在旷野中奔跑；绕过这根电线杆，越过那条小沟，在田间地头恣意穿行。

初春的风毕竟还带有几分寒意，小蒜暗红墨绿的叶子上顶着去岁枯黄的干茎，热烈地拥在一起取暖。乡野里长大的孩子，个个都是挖小蒜能手，不到半日时光，便能装满一篮。回家后精捡细择，淘洗干净，然后就等着母亲变戏法似的给我们做出各种各样的美味。我最喜欢吃的是母亲蒸小蒜豆腐卷：把小蒜洗净切碎，加入调料同碎豆腐一起和成馅，均匀的洒在擀薄摊开的面皮上，然后将面皮卷成长筒，切成枕形的小方块，入锅蒸二十多分钟，香喷喷的小蒜豆腐卷就出锅了。蘸上调好的小蒜辣椒汁，味道那叫一个美！咬一口，口齿留香。那种美味，文字无以描述：天生一股乡野之气，间或一点辛辣的傲娇，总归是一种独有的香。后来读到《菜根谭》中的诗句：“麦饭豆羹淡滋味，放箸处齿颊留香”，觉得小蒜豆腐卷与我来讲，大约就是那种的恬

小蒜

○ 李晓菊

淡恒远的滋味。

小蒜易于储存，晒干后可以放很长时间。冬日的早晨，祖母做完饭后，会起身在灶头的吊篮里抓几只风干的小蒜头，用火钳拨开灶膛厚厚青灰将其埋起来，那清灰是有温度的，不时闪着火星。过一小会，蒜头被焖熟，用火钳夹出来，捧在手上，烫的来回换手，吹去浮灰，一颗颗剥去焦皮，然后放进我嘴里。香，糯，绵长的滋味带给味蕾无尽的享受。那股鲜香，至今忆起都是，都是纷纷扰扰的美好。柴米油盐酱醋茶，好时光都在生活日常里。时光易逝，当一切成为过往，我们能做的就是在记忆里取暖。

那天，乡下的大姨托人带了一把小蒜给我，晚饭过后，我将其择洗干净放入保鲜盒后，顺势拍照发了个朋友圈，便去忙其他事情。临睡前打开手机一看，我的天，那条信息底下的跟帖近乎刷屏，没想到一把小蒜竟然引起微友们热议，我捧着手机逐一翻阅，当看到：野小蒜，学名薤白时，心中一惊，手机差点从手中滑落。想起学生时代背过李商隐《访隐》：薤白罗朝馐，松黄暖夜杯。相留笑孙绰，空解赋天台……一直不知薤白为何物，想不到山野卑微之物竟有如此优雅之名，而且能以其独特的滋味让人们钟情几千年！