

苦夏说苦

□鲍安顺

冯骥才写过《苦夏》一文，写出了夏的苦，也深究了夏的丰富滋味，那文意不只是停留于苦的层面，而是让酷烈的夏天变得有苦有甜，有滋有味，突显出了文思的意味深长，或者说是回味嚼头。他在文中说：“在快乐的童年里，根本不会感到蒸笼般夏天的难耐与难熬，唯有在此后艰难的人生里，才体会到苦夏的滋味。”我立刻想到，那在烈日与暴雨下的骆驼祥子，经历了人生的折磨与苦难，那才是真正的苦夏人生。冯骥才还说：“快乐把时光缩短，苦难把岁月拉长，一如这长长的仿佛没有尽头的苦夏。”

后来我才知道，那苦夏还有另一层意义，就是被中医称为“暑伤气”，民间通常把这种现象称为苦夏。尤其是在三伏天，气温最高且又湿润、闷热，容易让体弱之人感染暑湿邪气，因而感觉倦怠、厌食、消瘦、

乏力、烦躁……苦夏，其实并不是病，而是热得难受不了，身体无力，吃啥啥不香，根本没胃口，甚至伴有低热发烧、精神不振、工作效率降低和体重减轻等现象。

儿时，我体弱多病，常有苦夏之症状。母亲用冬瓜带皮加上荷叶，再放一点老姜，熬成汤水给我喝，喝了果然肠道舒畅多了，身体倍爽，吃饭也香。有时，母亲也用薏米、绿豆、茯苓、白扁豆煮粥让我吃，还用马齿苋与绿茶一起煮茶给我喝。在母亲精心调养下，我算是熬过了许多苦不堪言的酷暑夏日。母亲从不让我在夏天吃辛辣刺激的食物，至于甜食，肥腻厚味的东西，她也从不让我吃。待我成人，身体倍棒时，她见我喝酒抽烟，就立刻呵责我，让我戒掉烟酒。

妻子体弱，常有苦夏症状。她是

一个有心人，常看欢乐剧，听轻松抒情歌曲，始终保持着心情愉悦。她从不吃油腻之食，少甜酸之好，却喜欢吃苦，比如苦瓜、苦菊、苦莲心，她吃得津津有味，我却望而却步。我家居住高层，妻子喜欢开窗户通风，常穿透气衣服。比如纯棉的、棉麻的、丝绸类的。她说，一方面是吸汗无黏腻感，另一方面蒸发吸热，在炎热里让汗渍蒸发，也会带来凉爽的感觉。她出门很讲究，帽子、太阳伞和防晒霜等等东西，一定是要备齐了才肯出门。妻子防范苦夏的绝招众多，到让我想起了冯骥才所说：“苦夏，它不是无尽头的暑热的折磨，而是人们顶着毒日头沉默又坚韧地苦斗”。还说：“苦，是生活中的蜜！”我却另辟蹊径地想，妻子不是顶着毒日头沉默又坚韧地苦斗，而巧斗，有生活中的蜜，但更多的还讲究生存的科学和智慧。

妻子苦夏时多吃蔬菜，比如莲子、芥蓝、荞麦、生菜、灰菜、苋菜等。她说，这些食物含有大量的维生素C和维生素B，利于调整因植物神经功能造成的苦夏症状。她还说，她自小就苦夏，可是长大后，苦夏仍然如影随形，挥之不去，可是，其中却少了一份烦恼。我问何忧？她说，小时候身体消瘦，现在长胖了，在那个以胖为美的年代，消瘦是贫穷的象征。我听了哈哈大笑，妻子为减肥多有苦衷，真是煞费苦心也收效甚微，而苦夏真好，她就不用苦恼于减肥了。

于是我对她说，苦夏吃苦夏不苦！她笑着回答，你说对了，这正是民间有一句俗语，说通俗点，就是要适当吃些苦味的食物，一般苦味的食物具有清热解暑燥湿功效。我哑然，我竟然不知，我的随口所说，竟是一个千古真理。



买电

三九寒天冻彻
无电不用慌忙
手机找到国网
即刻送到身旁

小吃

出差到古镇
闻香寻美食
不入大饭店
街头得相知



晒暖

天晴日高照
风轻薄清寒
倚墙得一梦
南柯续未完

盲购

忽来一堆快递
本月弹尽粮绝
十一又加十二
今后不能再学



红袄漫话

□张文泽/画 冷冰/文

毕业礼物

□赵自力

中考考完后，我就待在家里，帮助父母做些农活儿。

不到几天，我就被晒得黑黑的。有天我正从外面回来，还未到家门口时，就听到雏鸡一样的鸣叫。走近一看，是一大群小鸭子，细声细气地叫着，那毛茸茸的样子着实可爱。

父亲一边忙着围栅栏，一边吩咐我喂食。我马上起身去拿饭粒，饭粒撒到哪儿小鸭子们就往哪儿钻，争相啄食着饭粒，那肉肉的模样怪招人怜爱的。“以后这群鸭就交给你了，好好侍弄它们呀。”父亲说完，意味深长地看了我一眼。我欣然领命，开始了放鸭生涯。

圈养了几天后，我想把小鸭赶到池塘里，说起来容易做起来难，它们总是不听我指挥。好不容易哄到路上，猫儿狗儿来时总能把它们吓得

“花容失色”到处乱窜。无奈，我只好请小伙伴们来帮忙，好歹把它们引到池塘里了。池塘里有浮萍，有螺蛳，有小虫等，鸭子到池塘后，开始四处撒欢，一边鸣叫一边啄食，一副乐不思蜀的样子。下塘难，让它们起身上岸却绝非易事，任凭我在岸上千呼万唤，它们就是在池塘里优哉游哉。还是父亲有经验，叫我把饭粒撒在池塘边，鸭子们纷纷游过来时再慢慢撒远点，一点点“勾引”着鸭子们回家。这招果然奏效，绝大部分鸭子都跟着我回家了，可是还有几只意犹未尽不肯上岸。我学着父亲的样子，一边“罗罗罗”的喊着，一边撒着饭粒，最终把那几只掉队的鸭子引到岸上。

不到一个星期，鸭子就跟我混熟了，只要我“罗罗罗”地喊着，它们都朝我围拢过来。手常常被它们啄得

痒痒的，我很享受这种感觉，小鸭们俨然把我当成了鸭妈妈。想让它们到哪儿去觅食，再也不是个事，只要我在前面走，它们必定一只只跟在后面。我们去过屋后的旱地，那里虫子多，小蚂蚱到处是；我们去村前的小河，小鱼小虾的也不少；它们最喜欢钻进稻田里，把嘴伸进水中觅食。我常常捉些青虫，有时也捞些田螺和河蚌，那都是鸭子喜欢的食物。

我俨然成了一个小鸭倌，时刻离不开小鸭子。小鸭子在我的精心照顾下，长得很快，快开学时一只只都长成肥鸭了。父亲和我商量后，把鸭子卖了个好价钱，我的学费绰绰有余了。我比以前更黑，像泥鳅一样。父亲说小鸭子长大了，我也长大了。

后来才意识到，毕业那年的暑假养一群鸭，那是父亲给我的毕业礼物。

雨夜记

□赵国培

夏雨纷降
夜色的扮相
气息散发出异样
雨夜中听雨
一颗宁静之心
似有开裂的声响

雨滴如诗
乌云里的作者
隐姓埋名已很久长
轰雷猝然打出
惊悚的构想
显印身形
转瞬不见迹象

雨歇之后
缭绕不散的诗魂
得到万物们赞赏
似有通灵一样
播撒四面八方

明天

遵从蓝天与高山的叮嘱
为孩子们铺展一条坦途
有谁还会在乎
太阳下的歧路

我却真的在意明天
能否掘出幸福的洞
让花朵们藏好一个个自己
也藏好他们花朵般的梦境

我的年龄在洞外
像个忠诚的老兵
挺立风雨中低声吟咏
无怨无悔地捧出余生

本版邮箱：
zhoumolvyou@126.com