

那些年，我们吃过的野果子

兰建文

这几天，牛乾的猕猴桃可以采摘。高山村落独特的环境，清新的空气，洁净的水源，农夫历尽辛苦，试种成功，挂果一年比一年好，种植户们期待收获，期待能卖个好价钱。

猕猴桃又叫奇异果，维生素C含量很高，是营养价值很丰富的水果。关于猕猴桃的故事，还有个笑话故事，说的是几个被保存在冰箱里的鸡蛋，看到新来的一个邻居，长的和它们差不多，却浑身毛茸茸的，鸡蛋们吓坏了，说：它怎么长这么丑，简直败坏了我们鸡蛋的名誉。鸡蛋们却不知道，这个长相和它们类似的伙伴，是另一个物种。

我第一次看到猕猴桃，心情和鸡蛋们一样，不敢下口。心想着，这东西，有小时候山上的野果子好吃呢？每次吃到新品种的水果，总会和小时候吃的野果子做个比较。

常常想起的一些野果子。有一种果子，春天开白色的花，椭圆形的五个花瓣，拥着一簇黄色的花蕊。秋天会结出暗红色的果子，着急的孩子直接用牙齿把果子咬开，斯文点的拿石头轻轻砸一下，果子裂成两瓣，在小溪边清洗干净里面的仔，咀嚼着厚实的果肉，酸甜

的味道，充满口腔。暑假时，到山上放羊，最喜欢做的事情就是去找这种果子，还和小伙伴比赛，看谁摘得又红又大，那样吃着才又肉感。这么敦实的果子，我们畲族话管它叫“圆头鬼”，闽南话叫“甲兄”。前几天在《长三角城市野花300种》这本书里找它的学名，有那么好听的名字——硕苞蔷薇。

另一种野果子，有点像小型草莓。红艳艳的果实，犹如许多小小圆润的珍珠抱成一个小球。由于它很娇嫩，不能随意放在口袋，有的小伙伴想出一个好办法，拿着长条形的草叶，把它们串成一串，提着手里，绿色的叶子串着红色的果实，是春天里的最佳搭档。这种野果子，现在还有很多人在吃，大家对它的称呼也是五花八门，普通话叫“野草莓”、闽南话叫“结公”，畲族话叫“勾公”。学植物学的同事小许说，这些叫法是对高粱泡、山莓、蓬蘽的统称。

相比灌木类或者草本类结出的果子，容易采摘，财叔家后门的那棵长这黑色小果粒的高大乔木，就让一群小孩子大费周折了。果子挂在枝条上，大一点的孩子要拿竹竿敲压树枝，其他的小伙伴弹跳起来，连枝带叶的揪下一些在掌心，吃的满嘴乌黑又回味无穷。大人

们往往吓唬小孩子，说这种果子吃了变成哑巴。大一点的孩子自然唬不住，小一点的孩子们则怀着又惊又馋的心情，偷偷摸摸的跟着大孩子去摘果子。有次显婆看到我们有去揪黑果子，说：这样磕瓜子一样，有啥吃出来？回去叫你们阿娘摘些叶子回去，捣了蒸成乌米饭吃，才香甜哩。

野果子可以充饥，有种花的汁液可以解渴。早年间，乡野里有些人家种植蕉藕，可以将茎块制作淀粉。而它的花朵，是小孩子们顶喜欢的了。摘下红色的花朵，对着花蕊可以吸吮出像蜂蜜一样浓稠的几滴浆液，甜蜜异常。

儿时的山野，就是一个天然的果园。在物资并不丰富的年代，口袋里只有五毛钱也买不到几样瓜果饼糕。买不到解馋零食，就会有漫山遍野的果子等着你去采摘，那样无穷的乐趣和无限的回味，就算现在荷包鼓满，也买不到了。那才是真正无可奈何的事情。

还有一些野果子，它们的颜色、形状，甚至名称，都记不起来，但它们的味道，一直在味觉记忆里。这个季节遇到猕猴桃，或者在海南遇到椰子在新疆遇到葡萄，它们的记忆就会一次次出现。那些年，吃过的野果子，总是轻易就叫人眼里酸甜出泪花。

沉水憋

张耀辉

这几天洗澡前练“沉水憋”(闽南方言，练水中憋气)

我打小学起做一些体能事都比别人慢几拍——按现在的说话情商智商可以，体商不高，比如少年时学骑自行车，摔了好几次才会。比如学游泳，折腾了好几轮才达到宾馆游泳池的水平。又比如能开小摩托车和电动车，但是至今没去学驾驶证。

老家矾山，四面环山一盆地，没河没湖，矾山溪只够我脚趟水，“鸭母溪”水库(白岩水库)在野外，在山上，父母亲不允，自己也不敢去。矾矿(燃煤)发电厂，有一大一小的两个冷却池，利用发电余热，建设了一座小型游泳池，且离矾山中学只百米之隔。我记得自己七八岁开始，每年暑假都会往那里赶，尤其喜欢在那个小小冷却池里玩。水从水泥墩上的若干大管子里往外喷出，齐刷刷的，像无数只沐浴喷头，还温温热热的，让这个冷却池成为恒温的游泳好地方。

山里孩子以此和水肌肤相亲，玩的人多，但没人教游泳，自管自玩，尽情发挥，基本上是本能使然的狗爬式一类。好在水不深，池底还有些泥沙，头往下一潜，多少可以抓把或大或小的田螺，有时抓多了还可带回家炒成一碟菜。我们“街道边”孩子一直玩到上初中，还没多少人学会标准的蛙泳，更不要说自由泳蝶泳了。小池旁边那个大水池倒是很好的游泳场地，我的发小和同窗万国胜他们就是在那里成就一身好泳艺，但家长们大都不让孩子到大池玩，听说大池每三年会淹掉一个人，想想都有点瘆人。

《世界矾都》里有一张摄影家萧云集拍摄的矾矿游泳池照片。当地乡贤告诉我，照片约略可见的左边几个黑洞是南堡砖瓦厂的老瓦窑，右边是当时知青们上山下乡时的衫山分场稻草房，我更清楚地看到了石灰刷白的一面外墙上写的“一定要解放台湾!”字眼。

1988年8月，矾矿职工游泳池落成，并承办温州市首届少年游泳比赛，我同学的父亲陈叔叔(内街船肚内人)在省体委办公室工作，他专门赠送了比赛水线支持山里办泳赛。

山里人不善游泳不奇怪，四面山的矾山外围就是三面海，地理课上知道了地球的百分之七十九是海洋。我真的很羡慕那些会游泳的人，那些游得像小鱼一样自由来回的那些人，更遑论江河海上的浪里白条。

几年前，我到住处附近的望江泳池培训班报名参加一期学习，我朋友“度”我老年龄去学游泳就是为了贪看那些美女。教练是个大汉子，我们报的是早班，与我同学的大都是盛年少妇。教练教过我们几个基本动作后，就让我不断地自学训练“收翻夹蹬”和吐气吸气，然后更认真地教女士去了。我学了段时间，还不太会，但不好意思老问，那年就没学成了。

去年一个女同事也在附近的泳池培训班当教练，我便去报名了。她很细致教我每一个动作，但也太认真了，太规范了，太专业了，我的同班女同事学员在规定时间内都毕业了，拿到证书了，我还自觉延长了一段时间，好在还是掌握了要领，虽然手脚配合、抬头换气不甚熟练。这个夏天我陪外侄子小李去了几次，孩子亦是我师，他仔细看了我小段游程，指正小误叫我继续。间隙，我跟他比赛潜水时长。当他计数到40时，我已经数到63了。

疫情期间右手小伤累及肩周，泳时不长。每到晚上洗澡前，拿一个塑料脸盆，盛满水，吐气，潜下头，数数字，想东想西转移注意力。苦就想长征二万五，累就想革命老前辈，从最初的三十几，四十几，五十几，六十几，憋着憋，一直数到现在83。憋，快要憋出尿时，才把头抬上来，有时数到90。如果我数数匀速的话，90差不多就是1分钟半了。

“啊，啊嚏!”，打了个很响的喷嚏，七窍全通，心胸也就大了。

川芎的传说

尤荣开

川芎为具有活血行气、祛风止痛之功，是一用途颇广的药草，其得名也缘自一段不俗的故事。

那是在唐朝初年，药王孙思邈偕徒弟从终南山云游到了四川的青城山，披荆斩棘，采集药材。一天，师徒二人累了，便在混元顶青松林内歇脚。忽见林中山涧边一只雌鹤，头顶朱丹冠，身披雪绒装，正带着几只黄嘴巴小鹤涉水嬉戏。药王正看得出神，猛然听见几只小鹤惊叫。药王师徒一瞧，只见那只大雌鹤头颈低垂，双脚颤抖，不断哀鸣。药王当即明白，这只雌鹤患了急病。

第二天清晨，天刚麻麻亮，药王师徒又到青松林。在离鹤巢不远的地方，巢内病鹤的呻吟声清晰可辨。过了不久，在一阵阵鹤鸣声中，几只白鹤自朝霞里徐徐下降，从它们嘴里掉下来几片叶子。徒弟捡起一看，很像红萝卜的叶子，便满不在乎地丢在地上。但药王却如获至宝，命徒弟把叶子拉起来保存好。

隔了一天，药王师徒再次到青松林，但白鹤巢里已听不到病鹤的呻吟了。抬头仰望，几只白鹤在空中翱翔，嘴里掉下一朵小白花。徒弟依然不以为然，漠然不顾。药王又命徒弟捡起来保存好。

几天过去了，药王窥视患病的雌鹤，身子竟已完全康复，率领小鹤们嬉戏如常了。他还观察到，白鹤爱去混元

顶峭壁的古洞，那儿长着一片绿茵茵的绿草，花、叶和根块都与往日白鹤嘴里掉下来的一样。药王本能地联想到，雌鹤的病愈与这种药有关，便进行尝试，发现其根茎苦中带辛，具有特异的浓郁香气。根据多年的经验，他断定此品有活血通经、祛风止痛的作用，便让徒弟携此药下山，用它去为病人对症下药，果然灵验。药王兴奋地随口吟道：“青城天下幽，川西第一洞。仙鹤过往处，良药降苍穹。这药就叫‘川芎!’”从此，“川芎”便由此得名了。

1300多年过去了，弹指一挥间。其间，青城山的川芎越长越好，越传越广。后人为纪念药王孙思邈对祖国药学事业的贡献，便把他初到青城住过的小山叫做“药王山”。到如今，该处已成为灌县名胜之一。

注释

【植物形态】多年生草本，高40~70cm。全株有浓烈香气。根茎呈不规则的结节状拳形团块，下端有多数须根。茎直立，圆柱形，中空，表面有纵直沟纹。茎下部的节膨大成盘状(俗称苓子)，中部以上的节不膨大。叶片轮廓卵状三角形，长12~15cm，宽10~15cm，三至四回三出式羽状全裂，羽片4~5对，卵状披针形；茎上部叶渐简化。复伞形花序顶生或侧生，总苞片3~6，线形，长0.5~2.5cm；伞辐7~20，不等长，长2~4cm；小伞形花序有花10~24；小总苞片2~7，线形，略带紫



川芎植物形态



药用川芎

色；萼齿不发育；花瓣白色；雄蕊5，花药淡绿色；花柱2，长2~3mm，向下反曲。幼果两侧扁压，长2~3mm，宽约1mm。花期7~8月，幼果期9~10月。

【性味归经】味辛，性温；归肝、胆、心包经。

【功效】活血行气，祛风止痛。

【应用】主要用于心脉瘀阻之胸痹心痛、肝郁气滞之肋肋胀痛、肝血瘀阻之胸肋刺痛、瘀血阻滞之跌仆损伤、疮疡肿痛、月经不调、经闭痛经、产后瘀痛、恶露不行、多种头痛和风湿痹痛等。

【用法用量】内服：煎汤，3~10g；研末，每次1~1.5g；或入丸、散。外用：研末撒；或煎汤漱口。

公益广告 温州生活垃圾分类

垃圾分类 从你我做起

倡导生活垃圾分类投放

苍南县融媒体中心 宣

