

读帖消夏

□ 毛本栋

连日苦热，气温飙升，户外鲜有阴凉处，或有，亦懒于涉足，唯困室内，于丹青翰墨中觅得一方阴凉，怡然静听蛙鼓蝉鸣，洵为消夏良计。余素爱书法，闲时常逛书店，见书帖必买，累积而下，已堆叠盈柜。遴选数册，置之床头，信手翻阅，顿觉躁释矜平。拥帖而读，翰墨生香，自得其乐，如偃卧松林，清凉沁脾，亦如坐轻云，煖热顿消。

最爱读王羲之，百遍不厌，常读常新。行书《兰亭集序》从容娴和，气感神凝，被后世学者尊为“天下第一行书”。述其与友人雅士会聚兰亭盛游之事。凡三百二十七个字，逸笔天成，且变化结构、转换笔法，匠心独运而无丝毫造作痕迹。诚资质超群，功力深厚之作，谓之书中神品，实当之无愧。兰亭书法，符合传统书法审美观，“文而不华、质而不野、不激不厉、温文尔雅”。“内恢”笔法偏重骨力，刚柔相济，点画凝练简洁。书法包蕴无数变化之道，仅一“之”字就有十余种写法，深具“中和之美”。千余年来，历代文人多以《兰亭集序》为标准，笔耕不辍。

王羲之草书，皆信手偶成，天机化境。云集水散，随运适奇。斜而复正，断而复连。徐疾得中，润燥合度。《十七帖》冲和典雅，不激不厉，而风规自远，绝无一般草书狂怪怒张之习，透出一种中正平和之气象。南宋朱熹曰：“玩其笔意，从容衍裕，而气象超然，不与法缚，不求法脱，其所谓一从自己胸襟流出者。”全帖行行分明，但左右之间字势相顾；字与字之间偶有牵带，但以断为主，形断神续，行气贯通；字形大小、疏密错落有致，真所谓“状若断还连，势如斜而复直”。用笔方圆并用，寓方于圆，藏折于转，而圆转处，含刚健于婀娜之中，行道劲于婉媚之内，外标冲融而内含清刚，简洁练达而动静得宜。《初月帖》流美与古质得兼，而犹能了无湊泊，混却痕迹。《寒切帖》体古貌今，神情萧散，字字独立而意脉相连，实羲之流畅章草旧体，堪称草书新制者。书至羲之，已造神圣，心摹手追，亦其宜哉。

读东汉《夏承碑》，悟结体之妙。《夏承碑》又称《夏仲容碑》，融篆隶入隶书，颇显奇丽，但后人学之不慎则堕入恶道。原碑十四行，行二十七字。原碑久毁。宋赵明诚《金石录》跋云：“碑在涪州，元祐间，因治河堤得于土壤中。”费声尊《古代碑帖鉴赏》谓：“东汉建宁三年（170年）立于河北永年。原石久佚，明时翻刻。此碑结字一反汉隶常态，结构多呈长方形，并参入篆书结体，别为一格。碑字逢点皆出锋为之，平横的起笔亦时取侧锋，临写时要防止‘楷法人隶’。后段佚文由清翁方纲补书，墨迹可资临习时的参考，但波画起笔处不可侧露锋芒，否则易于流入唐隶的庸俗风气。”或曰此碑乃蔡邕所书，然以现存明代拓本之野蛮书风观之，蔡邕所书应胜于此。此帖后跋曰“伯嗜此书，谓之芝英体，乃八分之奇品也”。写行草书而夹杂以篆隶笔意，启功称之为“掉书袋”，譬如为文动辄引典，诚非良习。然章草书是例外。章草直接由篆隶演化而成，故写章草常借篆隶笔意。王羲常所书章草，尤其是大字，全以篆隶笔法出之。王羲常章草的有些结字，确是出自此碑。

晨读《急就章》，只喜两种版本：启功题签的《旧拓松江本急就篇》和王羲常题签的《明拓急就章》。近来读高二适《新订急就章及考证》，遂于后人所书《急就章》版本也留意起来。我已有明代宋克《急就章》，又购得元代赵孟頫《临皇象急就篇》，册页形式印制，展读可人。

西晋索靖章草书《月仪帖》，是流传至今最早之书仪。书仪，即书牍文范。唐人亦有草书《月仪帖》，内容相似，唯字异之。《月仪帖》为友朋书信，按一年十二个月顺序编排，结合季节时令特征，每月皆有书信范例。在《礼记》《吕氏春秋》《淮南子》等书中，此类描写月令知识之文多矣。《月仪帖》之书札语言，多用骈体，辞藻华丽，音韵和谐，如“山川悠远，限以成隔；自我不见，俯仰数年”，诚乃情景交融。读此样文字，怎不佩服古人能把客套话说得如此雅致呢？我尤爱索靖之字，临写数张，恍若与古人相接益近。遂不禁对书怅然，徒增远想，如帖中所谓“翘首延思，远莫致之”矣。

唐怀素《小草千字文》，最耐回味咀嚼。右军草书刻帖唯留体格，不见笔墨；张旭狂草徒传其名，未见真迹；怀素自叙，心手两得，云集水散却不可捉摸。怀素晚年，作小草千字文，气息平淡，温润古雅，仿若不食人间烟火者。读是帖也，初似漫不经心，而由动而静。且用笔尤为精到，心摹手追，此帖而已。启功论书绝句中，曾称怀素小草千字文“笔意略形赖懒”，余窃以为“赖懒”二字谬矣，启老实未能见怀素平淡中自有勃勃风致焉。

要一块粗糙的砧板，没有什么牌子，不是塑料的，也不是人造复合，而是白果树材质，木纹细腻，缭绕在厨房烟火里，每天都用它切菜。

这块木头有弹性，曾经是一棵树，一年四季，尤其是春夏，那些叶菜，肥红瘦绿，砧板上有时令。

菜薹，是作为一株青菜，在初春长高变粗的菜梗，嫩菜薹用指甲轻轻一掐，能掐出清冽的水来，细嫩可口。菜薹一寸一寸地切，一边切菜薹，一边看着窗外美丽的风景。这时候，杨柳叶子青了，小桃树开始打朵……菜薹适合入铁锅爆炒，放盐、放虾皮，即炒即盛，绿蔬装白瓷盘。菜薹搭白米饭的人，只顾埋头自顾地吃，鲜咸得无暇言语。春天吃菜薹的时间很短，就那么几天。青菜爆了小黄花，铺成金灿灿的油菜花时，就吃不到菜薹了。

一大把茼蒿，洗得绿意盈盈。砧板上细端详，每一根上茼蒿都有小水滴。茼蒿味道独特，辛香清脆，清炒是绿的，做汤也是绿的，碧绿碧绿的。

案上切茭白，窗外鹧鸪啼。茭白沾着细圆的水浮萍，先在砧板上被切成一个

面，再斜切成丝，一缕条、一缕条的细丝。茭白在初夏上市，还吐着湖荡的水汽。茭白躺在砧板上，两三棵，三四棵，随意疏疏摆摆，旁边再配一把茎绿根白的小米葱，就构成了画家笔下的水墨小品，透露生活本意。

红苋菜在初夏上市。红苋菜的根须长长、老长，砧板上切红苋菜，要把老根须剔掉，要不然红苋菜做成菜，显得菜老叶老。

红苋菜，地里浇水，温度高了，它就爆。下过雨，爆得更凶。红苋菜可以掐着吃，掐嫩叶吃，而无需用根须，这是自己种菜的好处。到了红苋菜挂穗，就老了，不再吃。

砧板时令，不求山林清供，刀鱼江鲜，它就是一个生活场景。

一淘箩青虾，搁砧板上，活蹦乱跳。雄虾长胡须，雌虾弯腰抱籽，从齐白石的宣纸上蹦出。菜市场上的虾，是时令的虾；齐白石的虾，是艺术的虾。菜市场上的虾，几十元一斤；齐白石的虾，一幅、七八只，卖1.2亿。

丝瓜，刨去皮，温润青绿。有一道

菜：“丝瓜油条汤”，好多年没有吃过了，小时候外婆常做，有油条的软烂，丝瓜的清香。丝瓜是乡下亲戚送的，油条买自桥口那家油条店，现在丝瓜没有丝瓜的滋味。

小青南瓜、浑圆，黄圆南瓜、也浑圆。摆在砧板上，不吃，也好看。两只圆形的瓜，在它们从藤上摘下来之前，互不相识。小青南瓜，挂在一架木栅栏上；黄圆南瓜，躺在一间旧房子的屋顶上。南瓜清炒可炒，也可蒸，还可以煮南瓜饭，味道清甜。

夏至吃苦瓜，苦瓜微苦，苦味钻到舌头下面。菜中要咸，要甜，也要点苦，用苦来调节味蕾。

葡萄，在砧板上一分为二。黄皮红瓤，吮它的籽肉，含在嘴里甜津津的。葡萄表面粗糙，被人常误作苦瓜，就连汪曾祺也不例外。汪曾祺说，“‘苦瓜’之名，我最初是从石涛的画上知道的……到了昆明，一看：哦，原来就是葡萄！”

这个世界有许多东西都很相似，比如，小螃蟹与小蜻蜓，葡萄与苦瓜……其实葡萄是葡萄，苦瓜是苦瓜，外形

相近，基因不同，就像青蛙是青蛙，癞蛤蟆是癞蛤蟆，虽然它们在童年也很相似。葡萄是圆的，苦瓜是长的，长到一定的时候，葡萄站立不动，苦瓜被地球引力不断拉长了。

到了伏夏，冬瓜一片片地切，切出了玉树临风，蝉上高枝。一个人口中有苦味，冬瓜海带汤最妥帖。如果嘴里寡淡，冬瓜汤里多放点盐。

做菜有其节奏和特点。小时候，外婆将青毛豆与狮子头合蒸，在白果树砧板上，将五花肉剁碎，剁成肉泥，弄得满屋噼啪作响。

袁枚《随园食单》说豆芽，“柔脆，余颇爱之。炒须熟烂。作料之味，才能融洽”；豇豆，“炒肉，临上时，去肉存豆。以椒嫩者，抽去其筋。”这两个老相识，合夏酌，匍匐在砧板上。

有时会想，要是有个小菜园就好了，种一大片红苋菜，吃半个夏天。米饭泡汤，白米粒染成胭脂红，在碗里氤氲一片。

砧板是圆的，时令也是圆的，在一个圆形的空间里，时令与果蔬，不期而遇。



虎跳峡

谢戎 摄

静心

□ 张芳芳

林清玄在《心静下来，就闻到了香气》中写道，和新婚妻子到阳明山的白云山庄喝茶买茶，一种兰花很香，而一种兰花没有香气但很美。但即使是带有香气的兰花，也不是一下子就可以闻到的，原来，兰花香虽然漂浮于空中，点燃香气的火柴，名字叫“静心”。

而且，最早最美的兰花都生长于山谷之中，野兰花的生长高度、纬度、温度、湿度都和五步蛇是一样的。所以，要想找到空谷幽兰，就必须看好脚下，防止受到五步蛇的攻击。然而，真正喜欢兰花的人，不会因为蛇就失去寻找兰花的坚持与勇气。最后告诉我们，勇气与坚持都需要在最纷乱的时候，保持静心。生活中遇到的不完美与不平衡，都是人生最美好的启蒙，就如同乌云与暴风雨是天空最好的启示一般。

喜欢林清玄的文字，空灵、清逸、干净，带一点禅意。犹记十几年前买的一本《林清玄散文》，天青色的封面，里面有《木鱼馄饨》《黄昏菩提》等名篇，因为读的次数太多，书被翻得很旧，而有种交叠般的温暖。我在四十岁的时候，来到一个新的城市，一切重新开始，自然有很多不适应。像一棵在一个地方住了很久的树，拔起来栽到了另一个城市。这时候读到一些温暖而有力的文章，觉得特别有治愈力。据说选自《所有的遗憾都是成全》，书我并没有读过的，可题目多让人喜欢，所有的遗憾都是成全，就像前几天多年前的师兄给我朋友圈的评论：“一切都是最好的安排。”世事难料，所有发生的一切，都静心接受，不管当时觉得遗憾也好，圆满也好，多年以后回望，都是上天最好的安排，都是对你最好的成全。

生活中，也有和林清玄同样的体验。在新工作的校园里，一棵花树正在盛放，看到她就想想起席慕容的那首《一棵开花的树》：“如何让你遇见我，在我最美丽的时刻，为此，我已在佛前求了五百年，求他让我结一段尘缘……”多么美好的诗！有人说：“这个世界是铁做的，但诗人努力把它变成银制的。”感谢诗人，让我们除了应付眼前的苟且，还能让思绪飘向远方。

一直不知道这棵树的名字，网上搜一下，可能是“染井吉野樱”，又名“日本樱花”，花朵有五枚花瓣，花色在初开时是淡红色，完全绽放时转白，丽而不媚，似梦如云。原来我过去认识的的多是花瓣多而密、悬垂开放的樱花，在四月春深开放，是“八重樱”或“丹樱”，而这种吉野樱花，是三月初就开，随风而落，飞花似梦，有人称她为“风花”。吉野樱没有什么是铁做的，我从树下来来往往经过，从来也没在意过这花有什么味道。

一天，细雨蒙蒙，微风轻抚，片片落花如雪乱，拂了一身还满。我忽然灵光一闪，想录下风吹花落的视频，伫立树下，举着手机，连呼吸都不由自主地放慢了，看镜头里，一片片花瓣，毅然决然地离开枝头，又飘飘悠悠地落下，唯美之至。一片、一片、一片片……每落下一片，似乎就落在我的心上轻轻击了一下，落红满地，唯有人独立，周围的一切声响都如潮水般退去，世界似乎只剩下我和那棵开花的树，安静到了极点。不经意间，忽然有一缕极淡远的花香钻入鼻息，刚开始我还不相信，又轻轻吸鼻确认了一下。果然，只有当心非

常静的时候，才能闻到花香，似有若无，在心头氤氲荡漾。

世上熙熙攘攘，与很多人擦肩而过，君子不多，小人也并不多，小人只会一时得志，但不会长久。别人对我的一点好，都要记住，不说涌泉相报，起码心怀感激。别人对我的不好，也要记住，记住提醒自己不要影响心情。看破不说破，守得初心，方得圆满。镜花水月，世事如花似月，而心如镜似水，只有自己的心美好，才可以照见一切美好。

林清玄是信仰佛教的，他的很多文章也都带有佛家哲学情怀，融合了东方的诗性审美，构成清而不玄的美学意境。然而，他又不是出世避世的，所以，虽然吃素、诵经、礼佛，却依然关注着世俗的一切，用他独特而真实的笔触来书写一些普通的小人物或每个人都会遇到的小事。他说：“我所信奉的佛法，并不是为了要切断我们的生命体验，或斩断我们与生活的关系而存在，相反的，我所信奉的佛法，是为了加深我们生命的体验，使我们与生活的关系更加和谐与圆满。”

夜晚灯下，陪儿子写作业时，我临了两遍苏轼写的《心经》，据说抄佛经可以消业障、增福报，福报是上天给的，我们凡人无法看到，只是觉得抄佛经可以让人心很安静——世事纷扰，心安静，多么美好，多么难得！

林清玄说：“心静下来，就闻到了香气。”要求足够低，幸福感才足够高。幸福像花儿一样，只有低下头，才能闻得到花香。不低头，是生命之香，是灵魂之香，不低头，不静下心，一定闻不到……



山野与苘麻偶遇

□ 李军



去句容参观学习，午饭在茅山脚下，果树家禽好一派田园风光，一架结满豆荚的紫藤下，晚饭花凤仙花，都是旧时光里的美好模样。转到角落，竟与几株苘麻相遇，开着小小的黄花，还结了嫩嫩的果子。

小时候苘麻是与外婆家香喷喷的包子联系在一起的，这熟悉的身影充满了童年的记忆，心里的亲切油然而生，记忆忽然就把我拉回好多年前，荣炳一个叫曲阳的小村，外婆家就在那个村。小村落落茅山山系的花山脚下。每年立秋，村里人都要出嫁的闺女做包子。立秋那天，满村都弥漫着包子醇香，带了花山上松枝噼啪燃烧的松香。我们小孩在水汽蒸腾的土灶间等啊等，包子快好时，外婆会让我们去外面找苘麻果，等找到好多像小车轮样的苘麻果，白白胖胖的包子们已倒入扁篾箩里，不过还是不能吃，苘麻果是半球形，底部有齿轮状螺旋花纹，挑选最丰满的苘麻果，沾了红色染料给包子们印个螺旋花纹，婆婆们觉得好看喜庆了，才算功德圆满，也才可以分包包子的盛宴：马齿宽包、青菜肉包、萝卜丝包、咸菜肉包……苘麻果带给我们的就是这些热腾腾香喷喷的味道。

苘麻是小时候夏天的野外最常见的植物，大半人高，巴掌大的叶子疏疏离离，苘麻叶上有又软又滑的细细绒毛，手感今天质量最好的丝绒。我们用凤仙花染指甲时，苘麻叶是包花泥的叶子首选。黄色小花，明亮的黄色就像我们的童年，温暖而从不知忧愁是什么。我们也会在耳朵上粘两朵苘麻黄花，拆开花托，很容易粘在耳朵上，一天都是美滋滋的模样。苘麻花虽然很小，却跟千娇百媚的芙蓉、木槿和扶桑都是姐妹，属锦葵科。我们小孩子最喜欢的是苘麻果，苘麻果除了可以给馒头包子点红，更是童年时候最好的天然植物玩具。苘麻果像小磨盘，嫩的时候我们会剥开外面的果壳，吃掉白色种子，像辣椒籽，略带苦涩又微甜，给童年带来很多满足与快乐。老的果实变黑，掉落后可随风滚动，里面的种子就会掉在滚过的泥土上。来年发芽开花，生生不息完成属于自己的繁衍使命。

在一位河南植物达人的记忆里，他心中的苘麻跟采麻、沤麻、剥麻等联系在一起。他们那里的苘麻属经济作物，种植它是为了获取茎皮纤维搓绳子用，苘麻很粗，他奶奶说，再巧手的媳妇，也只能把苘麻纺成丧事时候的腰绳，说得心惊肉跳，现在麻绳麻袋麻鞋等都退出历史的舞台，不再种植的苘麻已放浪成野生植物。

苘麻也是清热利湿良药，还能医治眼疾，去除白翳。可惜现在荒地少，城市绿地多洒除草剂，暑假很难得发现一株苘麻，赶紧拍照留存。

当我们在野外偶遇童年记忆里曾经无比熟悉的植物时候，心底便无比温柔缱绻，这是家乡童年的植物啊，岁月便会忽然拉近几十年的时光，那圆圆的螺旋齿轮样萌果，总让我想起外婆为我们蒸包子时的少年时光。外婆已故去多年，但苘麻仍一样地青翠挺拔，深深植根于我内心深处，因为那是属于外婆的美味苘麻。

本版邮箱：zjrbf@163.com

本报社址：镇江市中山东路4号
■ 邮政编码：212001

办公室 85010029
总编办 85085530

综合新闻部 85010132
社会新闻部 85010085

评论特稿部 85010067
小记者中心 85010076

周刊部 85010056
融媒体中心 85010050

联办专刊部 85026957
丹阳分社 86565099

丹徒分社 85086560
句容分社 87272273

扬中分社 88327790
新区分社 85086560

广告部 85010151
发行中心 85010057

订报热线 85028269
印毕4点30分 零售每份1.00元