

文化博览

藏在古诗里的冬韵

陈晓云

当岁月的车轮缓缓驶入冬季，大地被凛冽之气所包裹。在古诗的世界里，冬韵却宛如一幅浓墨重彩的画卷，徐徐展开，散发着独特而迷人的魅力。

“忽如一夜春风来，千树万树梨花开。”岑参的这首诗，将冬日里突如其来的大雪，比作春风中绽放的梨花，给人带来了无尽的惊喜与震撼。想象着那一夜之间，整个世界被皑皑白雪覆盖，树枝上挂满了晶莹剔透的雪花，仿佛是大自然这位神奇的画师，用细腻的笔触，勾勒出了一个银装素裹的童话世界。每一朵雪花都像是精灵，在空中翩翩起舞，它们轻盈地飘落，落在屋顶上、树枝上、大地上，为世间万物披上了一层洁白的羽衣。

在这冰天雪地之中，诗人柳宗元笔下的渔翁独自垂钓于寒江之上，“孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪”。那孤独的身影，在漫天飞雪的映衬下，显得格外寂寥。寒江之上，波涛早已被冰雪凝固，天地间一片死寂。而这位老渔翁却静静地坐在孤舟之上，手持钓竿，仿佛与这寒冷的世界融为一体。他的心中，或许有着对人生的思索，有着对命运的抗争。在这严寒的冬日里，他以一种孤独而坚韧的姿态，坚守着自己的内心世界。

冬日的夜晚，总是格外漫长而寒冷。白居易在诗中为我们描绘了一幅温馨的冬日饮酒图。新酿的米酒，泛起绿色的泡沫，在红泥小火炉的映照下，显得格外诱人。“晚来天欲雪，能饮一杯无？”窗外，天色渐暗，一场大雪即将来临。此时，约上好友，围坐在小火炉旁，一边品尝着美酒，一边畅谈人生，该是多么惬意的事情。那温暖的炉火，不仅驱散了冬日的寒冷，更温暖了人们的心灵。

而在王维的笔下，冬日的山林则是另一番景象。“隔牖风惊竹，开门雪满山。空寂深巷静，积素广庭闲。”隔着窗户，能听到寒风呼啸着吹过竹林的声音，仿佛是大自然在演奏一曲激昂的乐章。打开门，眼前便是一片银白的世界，山峦被积雪覆盖，宛如一条沉睡的巨龙。深巷中，雪花纷纷扬扬地飘落，显得格外宁静。庭院里，

谈古论今

冰糖葫芦有诗意

徐龙宽

一到冬天，大街上就会出现叫卖冰糖葫芦的身影，“冰糖——葫芦嘞——”，叫声悠长而又动听。售卖者扛着一根木棍，上段绑有稻草，冰糖葫芦一串串插在上面，像是木棍上开出的花，金灿灿，亮晶晶。孩童们三三两两聚拢过来，你买一串山楂的，我买一串橘子的。大家有说有笑，真是热闹又开心。

“冰晶凝作琥珀光，赤珠穿串映日尝。”这冬日里鲜活的街头小景，曾经穿越了千年时光。宋代孟元老在《东京梦华录》里记载的“蜜煎角儿”，便是冰糖葫芦的雏形。当年汴梁街头，店里的伙计在晨曦中摆出各色蜜饯，其中就有蜂蜜浸制的山楂果。《燕京岁时记》中记载：“冰糖壶卢，乃用竹签贯以葡萄、山药豆、海棠果、山里红等物，蘸以冰糖，甜脆而凉。”可见冰糖葫芦选料广泛，口味众多。

清代，这寻常小吃便在竹枝词里大放异彩。杨静亭写道：“露水白时山里红，冰糖晶块市中融。儿童喜食欢猴鼠，也解携归敬老翁。”二十八个字中，既有山楂带露的清新、冰糖溶化的氤氲，还巧妙地刻画了孩童食后开心如猴鼠般的天真，最后一句“敬老翁”，竟然在山楂的酸味里生出尊老的丝丝温情来。这种写法，和《诗经》“陟彼岵兮，瞻望父兮”的孝道一脉相承，只是把高山远望化作了街坊间触手可及的冰糖葫芦。

孔尚任有诗赞：“其余吹器多，葫芦声鼓荡。画角仰天鸣，冰柱抽一丈。”这《桃花扇》的作者，把冰糖葫芦写得如此豪迈。“冰柱抽一丈”虽然夸张了些，却道出了冰糖凝结时那股坚挺的神韵。仿佛这小吃不只是果腹之物，还成了对抗严冬的宣言。任你北风如刀，我自剔透晶莹，笔墨里另有一番气象。

堆积着厚厚的雪，让人感觉仿佛置身于宁静的世外桃源。

冬日的梅花，是古诗中永恒的主题。王安石的诗：“墙角数枝梅，凌寒独自开。遥知不是雪，为有暗香来。”寥寥数语，便勾勒出梅花傲立寒冬的高洁品质。在墙角的一隅，几枝梅花在寒风中独自绽放，它们不惧严寒，不屈不挠，用自己的芬芳点缀着这寒冷的世界。那淡淡的香气，在空气中弥漫开来，让人在寒冷中感受到了一丝温暖和希望。梅花，不仅仅是一种植物，更是一种精神的象征，它代表着坚韧、高洁和不屈不挠的意志。

除了这些描绘冬日自然景色的古诗，还有许多古诗表达了人们在冬日里的思乡之情。“旅馆寒灯独不眠，客心何事转凄然。故乡今夜思千里，霜鬓明朝又一年。”高适在旅馆中，独自对着寒灯，难以入眠。客居他乡的孤独和对故乡的思念，让他的心情格外凄凉。在这寒冷的冬夜，他遥想着千里之外的故乡，思念着故乡的亲人。岁月匆匆，转眼间又到了一年的尽头，而自己的双鬓又添了几丝白发。这种对故乡的眷恋和对时光流逝的感慨，在冬日的氛围中显得更加深沉。

古诗里的冬韵，是寒冷与温暖的交织，是孤独与希望的并存。它让我们看到了大自然的壮丽与神奇，也让我们感受到了古人丰富的情感世界。在这快节奏的现代生活里，当我们在冬日的寒风中匆匆前行时，不妨停下脚步，翻开古诗，去品味那藏在字里行间的冬韵。让那优美的诗句，带我们穿越时空，回到充满诗意的冬日，去感受古人的情怀，去领略大自然的魔力。

当我们沉浸在古诗的世界中时，仿佛能听到雪花飘落的声音，能看到寒江之上孤独的渔翁，能闻到梅花的芬芳，能感受到炉火的温暖。这些美好的画面，如同冬日里的暖阳，照耀着我们的灵魂，让我们在寒冷中找到了一丝慰藉。

古诗是中华文化的瑰宝，而藏在其中的冬韵，则是这瑰宝中一颗璀璨的明珠。它永远闪耀着独特的光芒，为我们带来无尽的遐想和感动。让我们在冬日的时光里，与古诗为伴，去探寻那藏在其中的冬韵，去感受中华文化的博大精深。

还有一首竹枝词：“雪晴满路是泥塘，车畔呼儿走不忙。三尺动摇风欲折，葫芦一串蘸冰糖。”描绘了一幅生动的民俗画卷：大雪之后，泥泞路口，冰糖葫芦迎风摇曳，一个可爱的儿童馋涎欲滴，眼里充满渴望……

到了民国时期，冰糖葫芦便沾染了怀旧的情绪。有诗曰：“葫芦穿得蘸冰糖，果子新鲜滋味长。燕市有名传巧制，签筒摇动与飞扬。”“签筒摇动”四个字非常灵动地把老北京冰糖葫芦的特色写了出来。邓云乡在《旧京散记》一文里描绘得更细：“在那雪亮的电灯照耀下，摊子上摆着一层一层的……五彩釉子的大瓷盘里，放着各式各样新蘸的冰糖葫芦，在那里闪闪发光。”这般温馨的景象，与什刹海的荷灯、厂甸的风车一起，成了古都的梦境。

关于冰糖葫芦的起源，民间传说在南宋时，宫中有人患病不思饮食。有江湖郎中献了一个偏方，用冰糖和山楂同煮，每次饭前食用五至十枚，试后果然痊愈。后来有人干脆用竹签穿起来，方便拿着吃，这便是冰糖葫芦。传说虽不可考，却也暗合了药理，山楂本有消食化积之效，辅以冰糖润燥，正宜冬日养生。《黄帝内经》说“秋冬养阴”，这红果裹糖的创造，体现出古人顺时养生的智慧。

这几声吆喝，在街巷中格外悠长。这吆喝声，宋人听过，清人听过，胡同里的孩子也听过。而今穿越车水马龙的街巷，依然带着不变的温情。一串串晶莹的冰糖葫芦，不仅是冬日的风景，更是穿越时空的信物。山楂的酸是日子的艰辛，冰糖的甜是人间的慰藉，那根竹签，恰如贯穿岁月的纽带。

其实，最深厚的诗意，也许就在这平实的人间烟火里。

旧闻辑录

古人餐桌上的智慧

贺源

翻阅古籍，发现一个有趣的现象——那些名垂青史的人物，往往在饮食上都有自己的见解。他们的一日三餐，不只是为了果腹，更蕴含着独特的生活智慧和人生哲学。

南宋诗人陆游活到八十五岁，在那个时代堪称奇迹。他的长寿秘诀，就藏在热气腾腾的粥里。“世人个个学长年，不悟长年在目前。我得宛丘平易法，只将食粥致神仙。”在他看来，一碗简单的粥就是长生不老的仙方。

粥确实养人——易消化、暖脾胃、补津液。陆游晚年隐居山阴，每天清晨一碗粥，配上几样小菜，日子过得清淡却有味。他不仅喝粥，还亲自下厨，“山厨薪桂软炊粳，旋洗香蔬手自烹”，这种亲力亲为的劳作，何尝不是一种养生？

更难得的是他的饮食态度：“杯羹莫放盐酪浑”，小菜清淡些才好；“箪食尽知天地力”，每顿饭都感恩天地的馈赠。在他所写的诗中，上百首与饮食有关，字里行间透着对寻常食物的珍惜。

三国时的曹操，不仅是政治家、军事家，还是个懂吃会吃的美食家。他的《四时食制》虽已散佚，但从残存的文字里，还能窥见他对饮食的讲究。

曹操对烤肉情有独钟，曾专门写下烤肉的方法。更出名的是他在《短歌行》里写的“对酒当歌，人生几何”，这酒喝得豪迈，但他其实主张节制。在呈给汉献帝的奏折里，他明确反对暴饮：“每饮不过三升，礼亦不过三爵。”三升酒，差不多相当于现在的半斤，确实不算多。

他写过《奏上九酝酒法》，详细记录了一种酒的酿造工艺。既能品酒、懂酿酒，又懂得适可而止，这种分寸感，或许正是他能在乱世中保持清醒的原因。

唐代的白居易，饮食风格与李白截然不同。李白是“烹羊宰牛且为乐，会须一饮三百杯”的豪放，白居易则是“午斋何俭洁，饼与蔬而已”的简朴。

被贬江州司马时，他住在庐山脚下，“何以解宿斋，一杯云母粥”。清晨用一碗云母粥清肠胃，听起来就很养生。在苏州刺史任上，他的饮食也很简单：“鲈鳞白如雪，蒸炙加桂姜。稻饭红似花，调沃新酪浆。”新鲜的鱼，加点姜桂清蒸或烤制，配上红米饭，既美味又健康。白居易活到七十四岁，在唐代算是高寿。这与他清淡规律的饮食应该不无关系。

诗圣杜甫的饮食，则随着境遇起伏而变化。年轻时漫游吴越齐赵，尝过不少美味。困守长安时，却是“残杯与冷炙，到处潜悲辛”。最让人唏嘘的是他在《丽人行》中描绘的贵族宴饮：“紫驼之峰出翠釜，水精之盘行素鳞。犀箸厌饫久未下，鸾刀缕切空纷纭。”这般奢华，与他后来的遭遇形成鲜明对比。

安史之乱后，杜甫流落蜀中，在朋友的帮助下建起草堂，生活暂时安定。“盘飧市远无兼味，樽酒家贫只旧醅”，虽然只有一两盘菜、存了多年的浊酒，但能与友人对饮，倒也自在。这种随遇而安的态度，让他在颠沛流离中依然保持了旺盛的创造力。

古人的这些饮食之道，可以归纳为三点：一是顺应时节，就地取材；二是荤素搭配，清淡为主；三是懂得节制，适可而止。更重要的是，他们通过饮食培养出一种生活态度——在富贵时不放纵，在贫寒时不丧志，始终保持内心的平静。

古代的养生家讲究“饮食有节，起居有常”，这八个字看似简单，真正做到却需要极大的定力。今天我们的生活条件远胜古人，各种美食应有尽有，反而更难把握这个“节”字。

读古人的饮食故事，最大的启发或许不是该吃什么、怎么吃，而是如何通过日常饮食修身养性。一粥一饭里，藏着的不仅是养生秘诀，更是一种从容不迫的生活智慧。在现代生活节奏的裹挟下，我们偶尔放慢脚步，像古人那样用心吃一餐饭，或许能品到不一样的人生滋味。

本版向读者朋友征稿，内容包括人文历史、节日习俗等，电子邮箱：zzmjzg@sina.com。