

一纸古方千回验 亲友邻里共香甜

小雪

◎作者：杨黛梅

◎作者：冯雪颜

一纸古方千回验，亲友邻里共香甜。一年最隆重的节日春节在塞车、10倍机票、回乡下过年等系列令人欣慰、令人焦躁的各种复杂情绪中逐渐落幕，而狮山市民辉哥却安坐家中，按照自己的节奏过了一个“生态健康年”。

“偶然一次机会，本族一位长者说起，道家有一个流传了近二千年的养生古方“九蒸九晒芝麻丸”，有健脑乌发，补肾，改善睡眠等功效。”辉哥介绍说，实际上这是一个在民间公开流传的方子，很多人对此都知道，但真正动手做的却很少。他首次听说，便如获至宝，立即比葫芦画瓢试一把。

他从河南专门购进黑芝麻，开始第一个九蒸九晒的历程。洗蒸晒芝麻不是轻松活儿，何况要历经九轮，但每一步骤他都认真仔细，不惧繁复。在毒辣辣的太阳底下，他满脸汗水，弯腰弓背，匍匐在楼顶天台晒场上翻晒芝麻，把芝麻划出一道道弧线；令人想不到的是，就在这一番辛苦劳作中，他的失眠竟然慢慢好转了。在历经20多天九蒸九晒之后，他继续按照古方，对芝麻进行小炒、研磨，再用自养自产的蜂蜜按一定比例调和芝麻粉，经搓丸、风干后，终于做出了他的“梁氏九蒸九晒芝麻丸”。

辉哥说，芝麻本身就为人

们生活中常用，芝麻油、芝麻酱、芝麻糊也是受市民喜爱的食品。而他发现，芝麻经过九次清洗，九次柴火蒸煮，九次烈日暴晒后，发生了更多令人惊奇的变化，特别是与蜂蜜调和，那一粒粒小丸仿佛脱骨重生，载满健康能量。他还不断查找医书，向中医医师请教，转眼近两年过去，出产已经超过千丸。

辉哥的芝麻丸除了自己和家人日常服用，调理身体外，还将芝麻丸赠予左邻右里、亲朋好友。有体质虚弱的朋友说，食了一段时间芝麻丸后，精神好了很多。这让辉哥对自己的选择更具信心，在亲朋好友认同他的出品后，不少好友登

门请教，他从不藏私，耐心介绍，有朋友的朋友要专属订制，辉哥有求必应，共同探讨，尽力助人。

“最喜欢坐在天台，看云彩白驹过隙，听清风呼啸而过，”辉哥坐回天台的石凳上，一边继续手磨花生浆糊，一边和笔者聊天。他说，茶余饭后，最喜欢站在天台上晒太阳，观察和记录狮山的城市渐变。现在，除了做好自己的本职工作外，他把大部分的时间都投入到了自己喜欢的事情中去。他养蜜蜂，亲手采割蜂蜜；他在楼顶种菜种花，自给自足。辉哥说，坚持原生态的生活是一种态度，是一种对生命的追求。

走进黄经240度
翻开第20节气
鹅毛漫天之前，我们就
私定终身
相约携手共渡白头

任性如你，翻山越岭
让雨的厚重升华
用蕴藏整整一季的热情
以飞蛾扑火的姿态
完美一生的期盼

然后，在这个叫江南的地方

与青葱翠绿
来一场虚度年华的爱恋

梅林，就这样与你邂逅

◎作者：李华丽

“明天，普宁，赏梅花。”忽然接到这个邀约，心中有一阵小激动。一直以来，总与梅失之交臂，总想着我会在一种什么样的心境下又或者忽然会在什么地方与“梅林”邂逅呢？

桃林、茶花园、玫瑰花田，紫荆、甚至百合花、樱花、梨花……总会在我的生活中与它们有缘，就在附近，随心可觅，惟与“梅”，仅仅停留在“待到山花烂漫时，她在丛中笑”、“墙角数枝梅，凌寒独自开。遥知不是雪，为有暗香来。”的诗词意境中。

的确，步下车来，已有几辆大巴山脚停着，想必已有不少赏梅的朋友流连忘返于此山中了。路边几片梅树忽现，未见梅林深处，却已梅香初现，随行的朋友告诉我们，船埔的梅花开在山谷之上，我们要徒步上山，用我们的双脚一步步踏山觅梅。

这，怎么会难倒我们，阳光正好，温暖而舒适，山风正好，清凉而不寒冷，有的人已脱下大衣，准备登山访梅了。

幸运的是，一转弯，满山的雪白就闯入眼帘了，在写着“打石溯茶茶园”的岔道，我犹

豫了片刻，岔道口，文友们习惯地转入右边的梅间小道，好吧，与同行的张老师边走边聊也走入了右边的山道，如此美景，与相识了二十年的老师相伴，穿行在梅林中，正合了我们这种静待岁月花开的怡然心情。

这里的梅，确如漫山的“雪林”，让我惊讶的是，山上的梅树竟不是新栽下的，也不是十年八年的，越往深处走，越显年代的久远，那一株株不知年岁的古梅，穿越过上百年的岁月，绽放至今。穿越百年古树，感慨“傲骨梅无仰面花”的风骨，不经意间竟然掉队了，同行的文友们已和山间来来往往的赏梅者们随缘结伴而走了。掉队了，就按自己的心意去走吧，不为拍照，只为眼到，心到，意到，神到，中途偶觅一山石，静静坐下，听梅，也是一种超越的选择；看梅，更是一种愉悦的心境。



梅树下铺着干草，人走过有沙沙的声响，拐点处立着黄豆窝梅园，老仙洞古梅园，每到此处的游人均停憩一下，调整上山的方向，连名字也取得这么让人遐想是否有着百年的故事，千年的沉淀，百姓勤劳耕耘的传承。

此时掉队的我，独走在千亩梅林中，梅之苍老骨枝，让我犹走入几百年前，一群群居住在此，普宁的先辈们的生活，遥想着他们在这群山里栽下这一片梅林，是生存的需要，是文化的传承，是生活的点缀吗？

上到“中林古寺山寨遗址”旁，尽管已无寺可觅，无迹

可寻，但是两千多年前，这里已是梅花点点，繁花似锦的热闹却在梅树下竖立的招牌中，寥寥数语让你感受到穿越了千年的时空了，脚下踩着的是千年前的文明，眼中看到的是千年前的风韵。此时，遇到一扛着农具的老农，带着两七八岁的孩童，顺着山路走过，一路上，偶与相熟或不相熟的人打着招呼，听不懂他们的交流，但是，我想，他或许就是这山间梅林的守护者吧。

“梅须逊雪三分白，雪却输梅一段香”，路边的彩旗才让我忽有回到现实的感觉，我没走到最高最深处，留着第二次回访……

本版统筹/何万里

