塞外文苑

西辽河，大地写下的长诗

●犁夫

西辽河是大地写下的一首长诗，千万年流淌不息，在北方勾勒出蜿蜒的韵脚。它从时光深处走来，携着古老的传说与蓬勃的生机，在沟壑与平原间编织着生命的经纬，每一朵浪花都闪烁着历史的光泽，每一道河湾都沉淀着岁月的故事。

它的源头藏在群山的褶皱里。老哈河是从光头山跌落的一串翡翠，七老图山脉的云雾为它披上薄纱，松针与蕨类的私语渗入它的血脉，让每一滴水珠都带着森林的呼吸。而西拉木伦河是白岔山捧出的银弦，山岩的棱角打磨出它的清越，泉眼的叮咚是大地最初的歌谣，在草甸上蜿蜒时，连蒲公英的绒毛都沾染上它的温润。两条河流如同久别的知己，在翁牛特旗的旷野上相遇，指尖相扣的刹那，便有了西辽河的初啼——那是一种带着泥土芬芳的融合，是大自然最动人的和弦。

汉代的月光曾照着它流淌，那时它叫“潦水”，名字里带着中原的平仄，倒映过戍边将士的铠甲与胡笳的影子。南北朝的风掠过它的河面，“潢水”的称呼便随鲜卑的牧歌流传，《魏书》的竹简上，它的名字与战马的嘶鸣一同风干。契丹人来了，骑着骏马踏过它的浅滩，称它为“袅罗个没里”，像呼唤母亲般温柔。他们在河畔筑起城池，让辽瓷的釉光映着河水的粼粼，让捺钵的猎影掠过它的波心。每一个名字都是一枚卵石，被岁月冲刷得温润，沉在河底，成为它记忆的年轮。

它的流域是一幅会呼吸的画卷。春日里，柳丝蘸着河水写下嫩绿的诗行，小草从河岸的泥土里探出羞怯的脸庞，蒲公英的伞盏乘着微风掠过水面，惊醒了沉睡的鱼群。夏日的阳光在河面碎成金箔，芦苇在湿地里沙沙私语，水鸟的倒影划过明镜般的河面，野花在堤岸上铺开七彩的地毯，连雨滴落的声音都带着青草的芬芳。秋风起时，它染上金黄的妆容，高粱红着脸向它颔首，玉米垂下饱满的须穗，候鸟的翅膀掠过水面，在它的额头留下淡淡的划痕。冬日的冰雪为它盖上素锦，河底的细流仍在冰层下私语，雪花落在芦苇的枯枝上，像撒了一把碎钻，寂静中藏着春的期待。

它的支流是延伸的手臂，温柔地拥抱着两岸。教来河从骆驼山的褶皱里流出，带着阜新的风沙与牧草的气息，在通辽平原上与它相认，每一道涟漪都是久别重逢的喜悦。乌尔吉木伦河从巴彦罕山的怀抱里挣脱，携着巴林草原的晨露与暮色，在阿鲁科尔沁的旷野上投奔它的怀抱，水流交汇时的絮语，是大地最温情的告白。这些支流是它的血脉，让它的身躯始终奔腾着活力，在支流汇聚处，湿地如翡翠般镶嵌，成为候鸟的驿站。春日里，丹顶鹤的红冠点染碧水；秋日里，天鹅的白羽掠过芦苇，每一次停留都是自然的馈赠。

它的水流是时光的平仄，随季节变换着节奏。夏日的暴雨让它激情澎湃，浊浪翻滚如万马奔腾，携着泥土的气息奔向远方，那是生命的狂欢；冬日的寂静让它轻吟低唱，细流在冰层下谱写无声的乐章，等待着春风来揭开冰封的诗行。它的河水曾带着泥沙，那是岁月的沉淀，也是大地的馈赠，如今在植被的守护下，泥沙渐少，水质如琥珀般清透，倒映着蓝天白云，也倒映着人们对它的眷恋。

红山水库是它胸前的明珠，在老哈河的干流上，用坚实的臂膀挽住时光的流淌。它蓄起一湖碧水，让旱魃不再肆虐，让良田得以滋养，发电的轰鸣是现代与古老的和鸣。灌区的渠道如毛细血管般延伸，将它的乳汁送入每一寸土地，玉米拔节的声音、麦穗灌浆的声音，都是对它的赞歌。人们在河畔筑起家园，用它的水酿酒，用它的泥沙制陶，它的故事融入每一个晨昏，成为生活的一部分。

它的两岸是生命的秘境。湿地里，芦苇荡是水鸟的迷宫，香蒲的穗子在风中摇曳，像是在诉说着宁静的秘密。丹顶鹤单脚立在浅滩，凝视着水中的云影；天鹅结伴划过水面，留下优雅的弧线；狐狸在岸边的灌木里穿梭，野兔的足迹印在沙滩上。每一种生物都是它的孩子，在它的怀抱里繁衍生息。它调节着气候，让风沙不再肆虐，让雨水懂得节制，用绿色的屏障守护着这片土地，成为万物共生的乐园。

契丹人的文明在它的河畔生根发芽。辽上京的残垣在夕阳下低语，青砖上的纹路里藏着千年前的脚步。辽中京的遗址上，夯土的城墙仍在风中矗立，仿佛还能听见市集的喧嚣。民间传说在河畔流传——有人说它的源头住着守护的精灵，有人说勇士曾在河畔饮马，故事在老人的烟斗里明灭，在孩童的歌谣里传承。这里的音乐带着草原的辽阔，舞蹈踩着河水的节拍，绘画将它的风姿凝固在绢帛上，成为永不褪色的记忆。

如今的它，仍在流淌，但也需要我们的守护。曾几何时，过度的索取让它的身躯变得消瘦，污染让它的面容蒙上尘埃。但人们已觉醒，像守护母亲般守护着它，植树造林让荒山重披绿衣，污水处理让河水重焕新颜，生态修复让湿地重现生机。每一次弯腰捡拾垃圾，每一次节约用水，都是对它的告白。因为我们知道，它不仅是一条河，更是文明的脐带，是千万年时光留给我们的礼物。

我夜不能寐，写下一首《西辽河》：

你是大地割开的一道血管
在北方的胸膛昼夜流淌着平仄
老哈河从光头山跌落
碎成七老图山脉的琥珀
西拉木伦河衔着白岔山的星子
把泉眼的私语酿成银箔
翁牛特旗的风系紧两条水的袖口
千万个涟漪便开始传唱古老的合辙

汉代的月光曾在河面磨剑
“潦水”二字沉进士兵铠甲的皱褶
鲜卑的牧鞭甩落南北朝的霜
你在《魏书》里涨成一片苍青的河
契丹人饮马时溅起的水花
在陶罐上烧出独特的纹络
辽上京的砖缝里渗出你的呼吸
每粒沙子都藏着兴衰的传说

春日的柳丝是你垂落的琴弦
小草从泥里偷啄你指尖的温热
蒲公英撑开伞柄划过水面
惊醒鱼群衔住的半阕清歌
夏日芦苇在湿地织绿缎子
水鸟的倒影碾过你瞳孔的波
雨点在河面敲出密集的韵脚
野花把七彩诗行铺向堤坡

教来河带着骆驼山的沙砾
在通辽平原与你交换掌纹的温热
乌尔吉木伦河揣着草原的晨露
投奔时撞碎满天星子的沉默
支流交汇处的湿地是翡翠纽扣
扣住南北迁徙的翅膀歇歇脚窝
丹顶鹤红冠点染你的鬓角
天鹅羽衣拂过你泛黄的秋波

红山水库是你胸前的银锁
锁住旱魃与丰收的古老契约
灌区渠道爬满你手背的青筋
把乳汁送进每寸焦渴的阡陌
你曾带着泥沙书写粗犷诗行
如今植被为你擦净岁月的浑浊
冰层下的细流仍在背诵春的密码
等东风来解开所有冻结的色泽

你是流动的契丹文字碑
是四季在河床押韵的长歌
当夕阳把河水染成琥珀色
所有浪花都在重复同一个音节——
这被千万次呼唤的乳名里
藏着我们与你共生的烟火
你看那归鸟正衔走最后一缕暮色
而你的涛声，永远在我们血管里颠簸

站在河畔，看夕阳将河水染成琥珀色，听水流与卵石的私语，便懂得西辽河是大地最深情的诗行。它流淌在历史的长河里，也流淌在每个人的血脉中，每一朵浪花都是一个故事，每一道河湾都是一声呼唤——呼唤我们守护这份古老的温柔，让它的水流永远清澈，让它的传说永远流传。

时光流影

青青艾草 悠悠古香

●李改鱼

几场夏雨，大地上的花草树木嫩了起来，显示出了旺盛的生命力，田埂旁一簇簇艾草绿油油的整齐划一，散发着淡雅的清香，二尺多高的枝干上托举着万万千千的艾叶，细碎缤纷的艾叶挨挨挤挤密不可分煞是壮观，大自然的鬼斧神工不由得使人惊叹！这一丛丛艾草，既温暖、蓬勃，又淡雅、幽香，于古朴苍茫中蕴含着梦之迷幻。

人类在开疆拓土的时候，有的物种消亡，有的被人类发现利用保护，艾草独特的药理作用，在自然界找到了自己的生存之道。

艾草，是菊科植物蒿属的一种，属多年生草本或略成半灌木状植物。既然提到了艾草，不得不谈端午。民间有句俗语，“艾在端午节前是草，在端午节是药”，每到端午节，大部分人们就在这一天会采下艾草，插到门楣上，让艾草的清香去除五毒。艾的谐音是爱，寓意人间有爱，所以艾草被人们所喜爱。“插艾草”成为千年华夏端午安康必不可少的一项仪式。

新鲜的艾草采下来，每一支都散发着浓浓的草药清香。记得儿时，在端午节这天父亲一早起来采摘艾草，再扎成小捆，倘若放在阴凉处，艾草的绿色与气味就会保留下来，如果能存放三五年，便成为陈艾，陈艾的药理作用更好。父亲采摘的艾草够我们全家人一年洗澡泡脚艾灸与熏灸。青青的艾草是我童年的记忆，缕缕清香寄托着对父亲的怀念。

如今，人到中年的我依然钟情于艾草，再忙也要趁着端午节去乡下采摘几缕艾草来应情应景。

青青艾草，犹如一位优雅的绿衣女子，她披着神秘的面纱散发着悠悠清香站在时光的长河里与我们同在。小小的艾草在经过艾灸、药浴、熏蒸等技术手段，竟然对人体起到了祛风除湿，活血化瘀、疏经止痛、提高免疫力等药理作用。

在中医治疗中艾草用于艾灸、泡脚、药浴、熏蒸等，这些治疗手段对人体的疾病具有一定的功效，而我本人就是最大的受益者，我22岁时，因一次感冒引起免疫功能下降而导致类风湿性关节炎疾病，我四处求医未果，后经利用艾灸、熏蒸、暑伏天药浴等一系列手段治疗，我的疾病才得以好转。从此以后我对艾草便有了更加深厚的情感。

艾草之所以备受人们的偏爱主要是它在中医药中发挥着极其重要的作用。艾草的良好药效得到了许多人的认可，人们为了健康买上艾灸盒、艾条或者亲自采摘艾草做家庭理疗。

艾草不仅为人们健康发挥着药理作用，也为传承发扬中华传统文化滋养着盎然的诗意。

艾草的别名众多，如艾绒、艾蒿、医草、冰台等，这些浅显直白优美的名称，被人们赋予了人文意义——诗词意象，也抒发了诗人各不相同的万千思绪。在《诗经》的篇章中，艾草沾染了浓烈的诗意馨香，“彼采艾兮，一日不见，如三岁兮”这浓浓的思念之情，让我们在沉声念起的时候，对传统文化肃然起敬。

再比如“日暖桑麻光似泼，风来蒿艾气如薰”诗人苏轼在一阵春日暖风中描绘了扑鼻而来的蒿草熏香沁人心脾，给人一种真实繁荣的存在感，正是有了艾草的气息，才为整个春天蒙上一层岁月静好、人心温暖的珍贵画面。

而诗人陆游在《回乡偶书》中对艾草的描写则是“今朝偶一到，蒿草如人长”他看到许久不曾留意的园子里长的和人一样高的蒿草，发出了怀恋家乡感叹光阴流逝的惆怅。

青青的艾草牵动着四季更替的万千情感之中，悠悠的古香，早已刻在我的身体里印在我的心里。心不为物欲所役，身不为世俗所驱，如今执笔书写是我莫大的幸福。

边走边写

翠绿苦菜诗味浓

●吕成玉

苦菜又名苦苦菜、苦荬菜，是野菜中发芽较早的一种，仅次于荠菜，也是内蒙古河套地区常见的一种野蔬。苦菜叶和嫩根都可食用，最普遍的吃法是凉拌。除了鲜食之外也可腌制。陆游有“解渴黄粱粥，尝新自苣虀。”“虀”，有人解释是腌酸的苦菜，也有人说是拌上蒜末调味品的凉拌苦菜。不论哪一种做法，它都是美味可口、药食兼用的菜蔬。它还可以热炒，如苦菜肉丝；也可做成包子和饺子。

苦菜营养丰富，含蛋白质、脂肪、多种维生素、苦味素和胶质，清热解毒，行血化瘀，消痈排脓，治阑尾炎和疮痈。具有抗菌消炎之作用。

苦菜是河套人的救命菜，人们对它怀有特殊的情感。在最困难时期，苦菜曾养育了河套人。即使在生活富裕的今天，它仍然备受人们青睐。一盘翠绿的苦菜会让餐桌生色，使人食欲大振。古人写了不少苦菜的诗作，细细品读，可看到苦菜与生活相伴的悠久历史，体会古人对苦菜的钟爱之情。

在《诗经》中就有挖苦菜的诗句：“采苦采苦，首阳之下。”“舍旃舍旃，苟亦无然。”作者用托物起兴的手法，先写挖苦菜，后引出“劝说世人不要听信谗言”的主题。

宋代诗人徐瑞在古体诗《苦菜》中写道：“采苦南山下，载咏采苦诗。舍旃复舍旃，此味人得知。”在南山下一边采挖苦菜，一边吟诵着《诗经》中的诗句。舍弃它吧舍弃它，这种菜苦涩的味道人人皆知。“舍旃(zhān)舍旃”，引用《诗经 采苓》的句子。舍，舍弃之意；旃，“之焉”的合声。意思是，人们经常吃苦菜，对他的味道已经很熟悉了。意谓苦菜吃得太多了要舍弃它。可是窘迫的生活怎能离开这赖以生存的苦菜呢？表明作者对苦难生活体会之深。

南宋著名诗人、书法名家王之望，在寄居龙华山寺时写了十首诗，其中有一首写苦菜：“羊乳茎犹嫩，猪牙叶未残。呼童聊小摘，为尔得加餐。仗马卑三品，山雌慕一箪。朝来食指动，苦菜入春盘。”意思是：苦菜鲜嫩的茎叶中有羊乳般的奶汁，猪仔还没有尝到这美好的滋味。我呼唤家童一起去采摘，采回苦菜能增加一道鲜美的菜肴。我骑着卑微的马匹，而山中的雌物却渴望着只有一箪食。早上采回苦菜后动手洗焯、调制，然后入盘等待食用。这首五律，对仗工整，状物形象，将苦菜的特征和用途描写得栩栩如生。通过和家童对话，外出采挖可增加一道鲜美的菜肴，为生活添色而满足。从诗中可看出作者的社会地位和生存现状，表达了对苦菜的喜爱之情。

南宋词人周文璞写有《与弁山道士饮》：“采茗归来日未斜，更携苦菜入仙家。后园同坐枯桐树，仰看红桃落涧花。”这首七绝意象丰盈，轻快洒脱。作者描写了采茶归来时间尚早，顺便带着采挖的苦菜走进弁山道士家中。他们坐在后园枯老的桐树下面，佐以鲜嫩的苦菜品茗啜酒，看着树上的桃花一朵一朵地轻轻落到山涧。作者将“日”“苦菜”“桐树”“桃花”“山涧”等意象巧妙组合，描绘出一幅恬静悠闲的生活画图，让人身临其境。从颜色上看，苦菜的碧绿与桃花的殷红相互映衬；从空间看，桐树的高大和山涧的低凹互为错落；从动静看，桐树的静立与桃花的飘逸形成反差。而这些鲜活生动的场景都是用“苦菜”这一植物来串连的。

明代黄正色在《苦菜二首其一》中写道：“但得菜根俱可啖，况于苦荬亦奇逢。初尝不解回甘味，惯醉方知醒酒功。茹素无缘荤未断，禅宗有约障难空。北窗入夏稀盘饪，莫厌频频饷阿侬”。这首律诗，作者以调侃的笔触，记叙了在与菜根为伴的艰苦生活中奇遇苦菜的欣喜，了解了苦菜的解酒功能而经常用酒食来解慰自己的欢愉。全篇充满了自得其乐的情趣，给人耳目一新之感。表达了作者对苦菜的喜爱和苦中有乐的情怀，读后受益匪浅。

南宋著名诗人赵蕃在《三月十七日以檄出行赈贷旬日而复反自州门至》写道：“春今回首便天涯，留得芳英在物华。野色似云闲放犊，树阴如幄暗巢鸦。金钱满地空心草，紫绮漫郊苦菜花。试考方言助多识，欲传名字入诗家”。这首律诗是作者奉命手持檄文出行赈灾十日后再次返回州门时的沿途所见。首联描写今天已是春日了，回头看便是遥远的天边；一路留下芳香花草的美好景物。颔联具体描写，由高到低，层次分明。空旷的田野漂浮着悠闲的白云像散放的牛犊，浓密的树荫如硕大的帐篷藏着乌鸦。颈联描写空心草和苦菜花的颜色，由近及远，视野宏阔；花色娇艳，形态各异。空心草的叶子圆润碧绿，像金钱一样覆盖大地；紫色美丽的苦菜花纷纷绽放，一直蔓延到郊外。尾联作结，我试着考察了当地的方言和民俗，增长了不少知识；我要让这些罕见的空心草和苦菜花走入诗行，广为传扬。作者通过沿途所见具象的描写，表达了对大自然的热爱和传播民间文化的热情。

晚清名臣张之洞在《古风八首其二》中云：“上山采苦菜，青青不盈筐。暮春茁寸玉，食之生清凉。菲薄野人味，岂荐鼎俎旁。自殊春荠甘，敢望秋藿香。贵人餍刍豢，肠腐亦当防。为君已内热，恐君不能尝”。这首诗的意思是：上山去采摘苦菜，嫩绿的叶子装了大半筐。暮春时节的苦菜刚长出嫩绿的幼苗，此时吃非常清爽。这种富贵人家看不起的野菜，自然难登大雅之堂。然而我觉得它的甘甜不同于春天的荠菜，可以和秋天的豆苗媲美。贵人们整天大鱼大肉，可要预防肠胃病呀。当你已经患有内热的时候，恐怕就不能再尝这美味的苦菜了。这是一首模仿诗经风格的古体诗。养生保健，自古有之。作者的这种多吃新鲜绿色食物、少吃肉食的观念，时至今日，也是颇有科学道理的。

苦菜以朴实无华的身姿，不择地势蓬勃生长的特性，从历史的深处一路走来，以苦涩的味道、丰富的营养，养育了一代代华夏儿女。

郁金香花开

乌素图：

■张永刚 摄

闲情小品

时光随一场夏雨而丰盈

●张文静

初夏时节，蹴罢一春山水新绿，阅尽芳草花艳，经历了两天高温，一场夏雨连绵，冲淡了热的焦躁和看似蓬勃的植物生长。雨水，在静默中从天外流淌下来，蕴藉着无限的柔情，抚慰着初夏的不安，并把控着万物生长的节奏，内蕴因此而蓄积，毫不张扬，并无冒进。植物生长如此，人亦然。慢下脚步，聆听一下内心的声音；慢下脚步，让思绪行云流水。翻几页书，听一段音乐，真正感受生命的美好，为白驹过隙的岁月批下注脚，为激情昂扬的青春写个总结。过往可念，但不必执着；未来可期，切把今日珍重。

苏轼于《阮郎归·初夏》中词吟：“绿槐高柳咽新蝉。薰风初入弦。碧纱窗下水沉烟。棋声惊昼眠。微雨过，小荷翻。榴花开欲然。玉盆纤手弄清泉。琼珠碎却圆。”词中“新”“初”“微”“纤”“清”等语汇，皆点到为止、恰到好处之意，万事不可强求，万物不必极致。极致便会走向衰退，强求也许不如顺其自然。

这一场夏雨时逢小满节气，有道是“满招损，谦受益！”一场绵绵夏雨告诫人们，一切刚刚好，不必急躁。从五月初到中旬，半个月花儿开了谢了，绿树成荫，人们已看尽繁华，何须寻遍芳踪，该静下来读书学习，静下心来展开更广阔的人生的规划啦！

李清照的词《点绛唇·蹴罢秋千》云：“蹴罢秋千，起来慵整纤纤手。露浓花瘦，薄汗轻衣透。见客入来，袜划金钗溜。和羞走，倚门回首，却把青梅嗅。”词中“薄”“轻”“和”“青”等词汇，多以清新自然的笔触描绘事物，足见一代才女的清丽词韵和精妙工笔，也折射寓示了古人的人生智慧，警示人们万事适可而止，可未雨绸缪，却不可忧思过度；不妨慢下脚步，沉潜积淀，待厚积薄发；亦或看清世事，看破而不说破，激流勇退，回归恬淡自如，成就一份自我的丰盈与收获。