

端午节与中草药



我国传统节日里,有不少风俗与中草药有关,如春节爆竹里火药需要的火硝、硫磺,重阳节的茱萸、菊花,端午节的艾叶、菖蒲、青蒿、龙船花、香茅、柚叶等。古人素来重视养生,端午时节采集各类中草药,可补阳利湿,还能有效驱蚊驱虫。

《本草纲目》记载:“菖蒲,乃蒲类之昌盛者,故曰菖蒲。”端午当日,人们从田野采回艾蒿、菖蒲悬挂在门旁。部分地区还会将菖蒲和艾叶研成末,制作香包,取其芳香避秽之效。古人还喜欢用菖蒲泡茶喝,其味青涩冷冽,余香满口。现代研究证实,菖蒲和艾叶具有抗菌消炎作用。

“浴兰汤兮沐芳”,屈原笔下的兰汤沐浴,是流传久远的古老习俗。端午传统“草药浴”除了用香草外,还用鲜艾草、菖蒲、银花藤、野菊花、麻柳树叶、九节枫、荨麻、柳树枝、野薄荷、桑叶等,煎水沐

浴。此浴法具有芳香开窍、行气活血、清热解毒、利水消肿、杀虫止痒功效,香汤沐浴洁身也因此风行一时。汉代《大戴礼》记载:“午日以兰汤沐浴。”端午时值仲夏,是皮肤病多发时节,古人以兰草汤沐浴去污,端午也被称作“浴兰节”。

民间素有“悬艾人,戴艾虎,饮艾酒,食艾糕,熏艾叶”的习俗。艾草能医治百病,挂在门上可以祛除邪秽、护佑安康,所以古人认为“艾”可以“辟邪”,至今有“家有三年艾,郎中不用来”之说。此外,明朝沈榜在《宛署杂记》中记载:“五月女儿节,系端午索,戴艾叶,五毒灵符。宛俗自五月初一至初五日,饰小闺女,尽态极妍。出嫁女亦各归宁。因呼为女儿节。”

明朝冯应京在《月令广义》中写道:“五日用朱砂酒,辟邪解毒,用酒染额胸手足心,无会虺蛇之患。又以酒墙壁门窗,以避毒虫。”端午节喝药酒的习俗延续

至今。明朝谢肇淛《五杂俎》:“饮菖蒲酒也……而又以雄黄入酒饮之。”民谚则有“喝了雄黄酒,百病都远走”的说法,端午当日,房屋内外遍洒雄黄酒,用于消毒,去瘟除瘴。

端午还有吃粽子的习俗。粽子常用糯米与红豆制作,营养丰富,还兼具清利湿热的功效。《本草经疏》载,糯米“补脾胃,益肺气之谷。脾胃得补,则中自温,大便亦坚实。温能养气,气充则身自多热”。芦苇叶,中医认为芦苇入肺、胃二经,有清热处理毒、利尿通淋之效。《本草纲目》言其“解诸肉毒”。《玉楸药解》言其“清肺止渴,利水通淋”。

民间还有端午时节脚踏百草露水的说法。明朝翟佑《荆楚岁时记》曰:“三月三日,四民踏百草。时有斗百草之戏,亦祖此耳。”端午当日,人们赤脚或穿新布鞋行走在草丛中,让双脚沾满露水,据说可以祛毒驱走邪病,亦可愉悦身心。

◆文化漫谈 ◆李昌浩

雄黄酒与朱砂痣

年过半百,过了五十多个端午节,可在我印象中,这个节日始终鲜活盎然,不见半分岁月沧桑。岁岁端阳,粽叶裹着草木清香弥漫城街巷。而藏在端午烟火深处的,是两样最古朴的风物:一盏雄黄酒,一点朱砂痣。雄黄酒我喝过,其实也就是小时候用筷子蘸着尝尝而已,至于朱砂痣,上学之前每年都点,额间一点红,像极了年画里的娃娃。上学之后便不点了,人大了些,难免会怕羞,也不需要额外的点缀与装饰。雄黄酒与朱砂痣,并非单纯的节庆装饰,而是古人留给世间的文化密码,藏着驱邪安岁的期许、顺应时节的智慧,于千年岁月流转间,将传统旧俗与现代生活温柔相融。

端午正是仲夏时节,湿热孳生瘴气蚊虫。古时先民无精良医药,便以自然之物护身祛疾,雄黄酒正是最质朴的养生之道。旧时乡间端午,家家会备一小坛雄黄,碾粉兑入米酒,酒香混着淡淡的药香,味道清冽独特。大人浅酌几口雄黄酒,寓意驱散体内湿毒,安稳度夏;孩童不能饮酒,长辈便蘸酒点在额头、耳垂与手腕,点点黄印,是夏日最温柔的守护。老人们常说,雄黄克百毒、避虫蛇,一壶老酒,守住了整个盛夏的安宁。这不是虚妄的民俗迷信,而是古人顺应节气的生存智慧,以草木药性抵御时节弊病,藏着敬畏自然、善待自身的初心。

若说雄黄酒是烟火人间的坚定守护,那朱砂痣便是端午刻在岁月里的温

柔印记。朱砂赤红热烈,自古便是辟邪纳吉的信物。端午清晨,长辈总会蘸一点细腻朱砂,轻轻点在孩童眉心,一颗圆圆的朱砂痣,明艳纯粹。在古人眼中,朱砂至阳至正,可驱散阴翳,护佑孩童平安健康。古时女子也爱以朱砂点额、染指尖,搭配艾草香囊、五彩绳,衬得端阳时节是鲜活生机。这一点朱砂,不只是装点容颜的民俗,更是代代相传的美好祈愿,是中国人刻在骨子里的温柔浪漫。

时光流转,现代生活日新月异,雄黄酒与朱砂痣的原始功用早已淡去。如今人们深知雄黄含微量毒性,不再随意饮用或点涂肌肤,古老习俗也随之慢慢改变。街巷商铺里,朱砂纹样的香囊、朱砂红的五彩手绳成为热门风物,其简约雅致,适配

日常穿搭;年轻人会在端午亲手点一枚眉心朱砂痣拍照留念,用新潮方式复刻传统意境。曾经的雄黄酒驱毒之俗,也化作现代人清理家居、除湿除菌、清淡饮食的夏日习惯,古人安身度夏的初心,以更科学、更贴合现代生活的方式延续。

端午的传承,从来不是墨守成规的复刻,而是与时俱进的相融。雄黄酒承载的敬畏自然、趋吉避害,朱砂痣寄托的平安顺遂、岁岁安康,正是端午最珍贵的文化密码。一壶老酒藏岁月,一点朱砂寄情深。雄黄酒与朱砂痣,一刚一柔,串联起千年的端午文脉。古老习俗褪去了原始的质朴,沉淀为温润的文化底蕴,在现代烟火中生生不息,让每一个端午,既有古意悠长,又有新岁安然。

◆素年锦时 ◆谢汝平

三代人的荔枝缘

又是六月,南风拂过乡野,漫山荔枝次第染红。父亲的电话如期而至,语气里带着山野独有的轻快。他说,山上的仙进奉荔枝今年挂果稠密,长势喜人,问我要不要回去尝尝新果。我应声答应,心底早已向着故乡的荔枝奔驰而去。

故乡这一方山野,藏着我们三代人与荔枝解不开的缘分。

祖父那一代人,亲手将整片山头栽满妃子笑。父亲常说,妃子笑生性泼辣,耐风耐雨,极易栽种,是山野里最踏实的果子。它皮薄肉腴,汁水饱满,甜得热烈坦荡、直白纯粹。每至盛夏,漫山丹红缀满青枝,灼灼其华,把整座山都染得暖意融融,也点亮了祖辈清贫的岁月。

我的童年,多半浸在清甜的荔香里。儿时总爱跟着父亲踏入葱郁的果园,枝叶婆娑,果香萦绕鼻尖。父亲抬手,随手摘下一颗饱满的妃子笑,褪去艳红果壳,将莹白果肉递到我手里。我大口塞进嘴里,清甜的汁水瞬间漫过舌尖、淌入喉咙,清甜落满心底。

他立在婆娑的荔树下,眉眼温柔,轻声叮嘱:“慢点吃,果核偏大,别噎着。”他还教我吐核,笑着说吐得越远,来年的荔枝就结得越繁越旺。

年少懵懂,只觉这是山野间最好玩的游戏。我鼓起腮帮奋力一吐,小小的果核划出一道轻盈的弧线,悄悄落进浓密的草丛。那时只知贪嘴嬉闹,全然不懂,这寻常乡俗里,藏着农人对土地最质朴、最虔诚的期许。

后来我进城求学,看遍市井烟火,才知晓世间荔枝品类万千,各有风姿。桂味清甜幽香,入口雅致;糯米糍软糯绵密、满口回甘;近年广受青睐的仙进奉,凭借优良品性脱颖而出,成为晚熟荔枝里的上品,温柔又珍贵。

五年前的夏日,父亲一通电话,语气里带着几分犹豫与踌躇。他说想把半山腰那片苍老的妃子笑林,改接成仙进奉。他细数着新品种的万般好处:核小肉厚,甜度温润醇厚,不烈不腻;果皮紧实耐磕碰,便于储运,适配当下的电商销路,是能撑起家中生计的好品种。

我听得懂他心中的盘算,更明白他的迟疑。那片妃子笑老树,是祖父当年一锄一土,亲手栽种浇灌长大的,扎根山野数十年,承载着父辈的记忆与念想。要亲手更迭父辈的心血,他终究心怀不舍、万般纠结。

那年暑假回乡,半山腰的荔枝林早已换了模样。老树的树桩上,抽出了一簇簇嫩绿新枝,鲜活又倔强。父亲蹲在树下,细心拨开根部的泥土,指着整齐的嫁接接口,细细跟我讲解嫁接穗、裹薄膜的门道,字字句句都是日积月累的实践经验。他望着满眼新绿,眼里藏着期许:“好好养护,来年便能挂果尝鲜。”

次年六月末,晚熟的仙进奉如期成熟,不负期许。艳阳之下,新果缀满枝头,红得温润内敛。父亲摘了满满一筐,坐在院中细细分拣。他捏起一颗果子在掌心轻轻转动,眉眼间满是欣慰:“这果子果皮稍厚,却最耐存储,发快递不怕磕碰,

能把山野的鲜甜稳稳送到远方。”

他剥开一颗递给我,莹润的果肉透着淡淡的光泽。入口的甜,全然不同于妃子笑铺天盖地的热烈,缓缓浸润,清甜层层铺展,落喉之后,舌根仍萦绕着淡淡蜜香,余味悠长。果核细小轻薄,几乎只剩一层薄衣,果然是上品。

我静静品尝,未曾言语。父亲看着我,眼底藏着一丝不易察觉的紧张,生怕新品种辜负了岁月与辛劳。我抬头望向他,认真道:“好吃,比预想中更好。”他闻言豁然展颜,低头继续认真分拣、装箱,动作温柔而笃定。

那日午后,烈日当空。父亲将一箱箱封装整齐的仙进奉,稳稳搬上皮卡,运往镇上的电商打包点。我坐在副驾驶座,看着他熟练地和摊主商谈价格,底气十足:“今年果子品质上乘,每斤要多加五毛。”摊主尝过鲜果,当即点头应允。父亲转头望向我,眉眼弯弯,笑意温柔。

那一抹笑容,和多年前他立在荔树下,看着我嬉闹吃果的模样,别无二致。如今山上的荔枝林,一半旧韵,一半新姿,平分了整座山野的盛夏。向阳的坡地,是祖父遗留的妃子笑老树,清逢六月,依旧红透半山,热烈如初;半山腰的新圃,是嫁接成活的仙进奉,温润饱满,稳稳撑起家中当下的生计与希望。

父亲每日清晨,总要先去老果园走一圈,摩挲着苍老的枝干,再踱步到半山腰,照看他悉心培育的新树。我曾问他,为何执意留着效益远不如新品种的妃子笑。

他望着满树丹红,轻声答道:“留个

念想。每年荔枝满枝时,站在园子里,就好像你爷爷从未走远,依旧在这片山野间忙碌、守望。”

原来每一棵老树,每一缕旧香,都是父辈藏在烟火里的思念,是岁月留给人间最温柔的羁绊。今年回乡,荔枝依旧漫山。父亲早已备好满满一筐成熟的仙进奉,让我带回城里。临上车时,他忽然转身,又塞来一小袋新鲜的妃子笑,轻声叮嘱:“这个清甜爽口,路上慢慢吃。”

车子缓缓驶离村口,身后的老屋、果树、山野渐渐远去。我坐在车里,剥开一颗妃子笑,熟悉的热烈清甜瞬间漫溢开来,还是儿时的味道,果核依旧偏大,质朴如初。

我摇下车窗,像儿时那般,鼓足力气,将果核轻轻吐向路边的草丛。小小的果核划出一道熟悉的弧线,稳稳落进这片生养我、滋养三代人的热土。

院门口,父亲静静伫立,目光追随远去的车辆,久久未曾挪动。我没有出声唤他回头,我知道,他不会走。

这一刻的凝望,跨越了漫长岁月。多年以前,祖父亦是站在这个位置,目送父亲的拖拉机载着满筐荔枝,沿着蜿蜒山路,缓缓驶向远方。

山河依旧,“荔”年如故。岁岁蝉鸣,年年荔枝。一山荔枝,承载三代光阴。热烈的妃子笑藏着祖辈的初心与过往,温润的仙进奉承载着后辈的奔赴与希望。旧香未散,新味已生,一场跨越岁月的传承,在漫山荔枝中,岁岁延续,生生不息。

◆心香一瓣 ◆邱杰超

端午情怀总是诗



作为一个承载深厚文化底蕴的传统节日,端午节在历史长河中熠熠生辉,牵动着历代文人墨客的情思,留下无数动人心弦的诗词佳作。

端午节最核心的文化内涵,莫过于对屈原的缅怀与致敬。屈原,这位博闻强志、忧国忧民的大诗人,以其高尚的品德和不屈的精神,为世人所景仰。“节分端午自谁言,万古传闻为屈原。堪笑楚江空渺渺,不能洗得直臣冤。”唐代诗人文秀的《端午》不仅表达了人们对屈原的无限怀念之情,更以浩渺楚江反衬屈原千古沉冤,引发读者对历史的深思。北宋张耒在《和端午》中写道:“竞渡深悲千载冤,忠魂一去讵能还,国亡身殒今何有,只离离骚在世间。”字字悲怆、句句赤诚,让端午节成为传承爱国精神的重要载体。

龙舟竞渡是端午节最具代表性的民俗活动,兼具竞技性与文化内涵。唐代张建封的《竞渡歌》以生动的笔触描绘了这一盛况:“五月五日天晴明,杨花绕江啼晓莺……鼓声三下红旗开,两龙跃出浮水来。棹影斡波飞万剑,鼓声劈浪鸣千雷……”诗中不仅描绘了赛龙舟的热闹场景,还通过飞溅的浪花、飞舞的龙旗、飞驰的龙舟等细节,生动展现出龙舟竞渡的激烈与壮观。两岸群众的擂鼓呐喊声与疾驰的龙舟交织成激昂的“龙舟交响曲”,令人仿佛置身古代端午盛会,亲身感受那份激情与欢腾。

端午节时值仲夏,是皮肤病多发季节。为预防生病,古人会在此时用兰草汤沐浴去污除垢,所以端午节又称为“浴兰节”。宋代苏轼《浣溪沙·端午》描绘了古人欢度佳节的雅致图景:“轻汗微微透碧纨,明朝端午浴芳兰。流香涨腻满晴川。彩线轻缠红玉臂,小符斜挂绿云鬟。佳人相见一千年。”词中不仅描绘了端午节的民俗活动,更通过细腻传神的描写,展现了古人在端午节的优雅与浪漫。

端午食粽是最具生活气息的习俗之一,粽子以其独特的风味和丰富的内涵,成为端午节不可或缺的一部分。宋代欧阳修在《渔家傲·五月榴花妖艳烘》中写道:“五月榴花妖艳烘,绿杨带雨垂垂重。五色新丝缠角粽……”词中通过“榴花”“杨柳”“角粽”等意象,勾勒出一幅生动的端午风情画。“玉粒量米水次淘,裹将箬叶竺丝罗。炊馐胀满岐嶒角,剥出凝成细腻膏。”清代文学家谢道韞写了一首《粽子》诗,将人们洗米、裹粽、煮粽、吃粽的过程,生动细致地勾勒于笔端。历经千年岁月演变,粽子如今不仅是一种食品,更承载着深厚的文化记忆。从最初投江祭屈原的简朴饭团,到今天风味各异的粽子,这种食品的演变折射出中华饮食文化的博大精深。

在快节奏的现代社会,我们更需要从传统节日中汲取精神养分。端午诗词所蕴含的爱国情怀、民俗智慧和生活美学,都是值得我们珍视的文化遗产。当我们品读端午诗词时,不仅是在欣赏文字之美,更是在与古人进行一场跨越时空的精神对话。

「义乌商报·绣湖副刊」

稿件征集