

九九重阳

鲁北

一不小心，多了一个节日。

这个节日，叫重阳节。

人在这个世界上活一辈子，走一遭，有很多个节日。关于国家的一些节日暂且不说，仅与自己年龄和职业有关的就不少。像儿童节、青年节、教师节什么的。眼下，儿童节远去了，青年节不再了，教师节也与我无关了。多年来，只过父亲节了。今年，冷不丁地又来了一个重阳节。

随着年龄的增长或职业的变化，减去一个节日，感觉不到什么，多了一个节日，却生出许多的感慨。

重阳节是老年人的节日。我今年整整60岁了，步入了老年人的行列。按照国际规定，60周岁以上的人确定为老人。

我老了吗？我多次问自己。但我没有感觉到老。

我小的时候，在农村，40岁的人，看上去已经很显老了。50岁，更不用说。60岁的人，真的是老态龙钟的样子。农闲的时候，他们揣着手，蹲在墙根晒太阳，把太阳晒得都懒洋洋的了。

那时候，按照有关规定，50岁的男劳力已经不上工程了。工程，是当地人对外出掘沟挖壕活动的称谓。当时，农村有三大难事：催工程、敛粮食、计划生育。催工程是其难事之一。

在农村，40岁已经不年轻了。俗语说，四老五十，就是这个意思。

慢慢地，四老五十不算老了，改成了五老六十。现在，五老六十都不算老，七老八十才算老。

如今，在农村，七十岁的人还能下地干活，八十五以上的老人，一抓一大把。且身体强壮得很，肩能担，手能提篮。

但也不得不承认，60岁，确实是人生的一个坎儿。

60岁，国家已经不需要你工作了，你身体再强壮，也得离开你的工作岗位，告老还乡。你可以去工作，发挥余热，但你的岗位，已经不需要你了。大多的人，回归自我，回归自然，含饴弄孙，过上了天伦之乐的生活。这很好，工作了几十年，可以歇歇了。

有一句话说得好，你什么都可以不服，但你不能不服老。

服老，是一种境界，是一种智慧，给别人留空

插图
阿占

城市秀场

重阳节里话“茱萸”

董兴宝

重阳节，恰是岛城秋高气爽的时节，人们喜欢在天高云淡的日子里，偕老带幼，或约上三五好友登山游玩，时间充裕或体力充沛者爬崂山、登崂顶，而更多人喜欢到市内的山头公园游玩。

每当登山游玩时，人们常常会想起唐代诗人王维的《九月九日忆山东兄弟》的诗句：“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲；遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”

王维诗中提到的“茱萸”为何物呢？10月的青岛，也到了观果赏叶的时节，人们在山间公园或社区里，有时候会见到一种叫山茱萸的园林植物，此时，如圣女果一样鲜红的果儿，挂满枝头，这种果儿，经冬不落，一直到来年的春暖花开时节方才恋恋不舍地离去。

我们在岛城观赏的山茱萸是不是唐诗中的茱萸呢？如果你搜索植物“茱萸”，你会发现，除了山茱萸外，还有吴茱萸、食茱萸等。

为了弄清楚这个问题，我们再回到唐代诗人王维的诗中，在他的笔下，“插茱萸”登高，是古代的一种习俗，佩戴茱萸，可祛邪、避瘟疫、辟秽气，也是祈求长寿和平安的象征。比如，宋代文学家宋祁在《九日置酒》诗中也说“白头太守真愚甚，满插茱萸望辟邪。”

显然，古代佩戴茱萸是一种辟邪的习俗，那么，上述提到的几种名为“茱萸”的植物，哪种更符合这种习俗呢？

首先，食茱萸的学名叫“椿叶花椒”，一种如花椒一样带尖刺的植物，古人不大可能在头上插着带刺的枝条。

其次，从一些史料记载来看，古人在爬山、登高之时，会在身上佩戴“茱萸囊”，这个“茱萸囊”，有杀虫、消毒、逐寒祛风的功能。《淮南万毕术》云：“井上宜种茱萸，叶落井中，人饮其水，无瘟疫。而在屋上挂上茱萸子，可以避鬼怪。”

晋代《风土记》曰：“九月九日谓为上九，俗尚茱萸到此日气烈，熟色赤，可折其房以插头，云辟除恶气而御初寒。”我们因此可以看出，其记载的“茱萸”折叶叶更芳，茱萸气味浓烈。

根据上述“茱萸”的特征，我们来看看哪种植物更符合其特点呢？

查询《中国植物志》得知，吴茱萸的嫩果经泡制晾干后，即是传统中药吴茱萸，简称“吴萸”，是苦味健胃剂和镇痛剂，又作驱蛔虫药，其叶片散发强烈气味，果实味道辛辣，更符合古代对“茱萸”特征的记载。

那么，我们在岛城可欣赏到的山茱萸又是何物呢？很多人或许不熟悉它，但知名中药“六味地黄丸”中的一种药物成分就是山茱萸，它的作用是“补肝”。

山茱萸首载于《神农本草经》：“山茱萸，味酸无毒。”《本草纲目》则集历代医家经验，将山茱萸作为补血固精、补益肝肾、调气、补虚、明目和强身之药。如果你见到了山茱萸树，可以嗅闻一下，它的果与叶也是没有任何味道的，显然，不能做成“香囊”。这种植物，虽然也是作为中药材，但自古以来未曾有“辟邪”的说法。

至此，我们可以合理推断，唐代诗人笔下的“茱萸”指的是吴茱萸，这是一种生于我国秦岭以南区域的常绿植物，自带芳香。

吴茱萸的枝叶和果实都有很强的观赏价值，而且味道很香，可惜的是，在青岛乃至山东地区，这种吴茱萸不能生长，而山茱萸却能在岛城生长。同样，山茱萸具有良好的观赏价值，春天可欣赏满枝黄花，而秋冬红果满树。

在哪里能欣赏到山茱萸的花和果呢？青岛中山公园、十梅庵公园及鲁信长春花园东门都有种植。如你有兴趣，可以去寻赏。

藻食

崔启昌

海藻，是生长在海洋中的藻类的总称。海藻根系似有若无，随着潮汐风浪生长，如裙裾那般漂摇，给人以浪漫美妙之感。

海藻通常“栖居”于近海，常见的有绿藻、红藻跟褐藻几类，其代表分别为海苔、紫菜、海带。海边人在不同季节都能在浅海的滩涂上以及落潮后的礁石区域收获海藻。海边人诗意地将“拾藻”表述为“大海的农忙”。

海藻能食药两用，这在古代书典上多有证据记载。有药食同源思维的中国人非常乐意接受藻食，海边人靠海吃海的理念里不仅只有鱼虾蟹贝之类，“吃海”的欲望里当然也包含有尝藻、吃藻。像胶东沿海海域广阔，以海带、裙带菜、紫菜为主打的海藻产量丰盈，当地人日子稍长，心里便会泛起想吃顿藻食的念想。没有诱人的海带炖肉，扒拉一碗龙须菜熬制的蒜泥海藻凉粉也行，即使这些不应时，磕几枚鲜蛋，勾两碗余味悠长的紫菜蛋花汤喝喝，也十分可口呢！

海洋藻类植物有个共性，都含有丰富的优质蛋白、氨基酸、维生素及人体必需的磷、钙、铁、钠、钾等多种矿物质。研究表明，常吃藻食可有效调节人体的酸碱度，避免体内的钙、锌等碱元素因酸性中和而被过多消耗。因为脂肪含量低，藻食能为防止肥胖筑起一道屏障。藻食中蛋氨酸、酪氨酸都极为丰富，对护发养发有裨益。藻食中所含的纤维素不易被人体消化吸收，食后会使胃肠蠕动增加，肠管及时排空，有利于体内有害之物的排泄。

藻类作为食材之一，用其研究、开发、生产藻食由来已久。上世纪80年代初，我当兵从青岛去了武汉。武汉的“火炉”之名人人知晓，每至盛夏没有谁不谈热色变。可是，天再怎么热，军训不能耽误呀！战士们个个挥汗如雨。天气闷热潮湿，三餐胃口欠佳，加之水土不服，连里几乎所有新兵都莫名其妙得了“烂裆病”，严重的平常走路都痛痒。宁波籍的

几位老兵提议连里用海带做菜，吃后能缓解症状。连首长当即安排炊事班隔天做一顿海带黄豆炖排骨给大家疗疾，效果竟在七八天后显现了。后来这个“方子”被部队一年年沿用下来。当年，军区报社记者到连里采访出主意的宁波籍老兵，操着浓重宁波口音的他们给出的答案出人意料：自己也不知道为什么，只是老人每遇湿热季节，老爱用海带、裙带菜、海白菜、紫菜等海藻当食材炖鱼熬肉吃，跟武汉一样的气候，却没有得“烂裆病”的。

吃藻食，胶东人有传统。烟台靠海居住的人家爱吃海菜包子。将收获的新鲜海菜或泡发好的干海菜剁碎，加干虾皮、姜丝、葱花、五花肉、花生油、精盐调好，盛进用烫面擀制的面皮里，包成带折的圆形或者月牙形包子，盖锅旺火蒸熟即成鲜香皆具的吃食，烟台等地的酒楼食肆里海菜包子都是招揽食客的头牌主食。威海海岸线长，海藻种类多、产量足，藻食种类也多。用龙须菜熬制的海藻凉粉叫人吃后眷恋难忘。青岛人对藻食特别钟爱，每至夏季，吃海菜凉粉，吃凉拌裙带菜，吃花生碎儿加蒜泥调和的龙须菜，吃泡发的辣味海带丝，喝蛋花虾皮加香菜段儿和小磨香油烹制的紫菜蛋花汤，格外舒坦惬意。

令人欣喜的是，包括青岛在内的若干沿海地区的企业而今把开发眼光投向了“海藻经济”，一些老牌企业因顺应趋势开发藻食而陡添生机。青岛西海岸有家1968年设立的企业，至今依然在海带上发力，所产藻食除了菜品，还广涉主食、零食，海内外消费者纷至沓来。办“藻食教育”，开“尝藻食堂”，老厂在藻食研发与藻食推广上担起了新责。

海藻的生活环境虽没有肥沃的土壤，但却有海洋浪花的滋养和热烈阳光的抚育。海水中丰富的矿物质，让海藻类食材充满了大海的气息。喜爱上来自大海的馈赠——藻食吧，让胃口频繁地体验藻食，这是对身心的宽慰和放松，是对身体的重视和厚爱。