

2024年6月8日 星期六 新闻编辑中心主编 责编/方雨平 美编/方雨平

端午节



一起去吃 龙舟饭

◆杨肖坤

中秋吃月饼，冬至吃汤圆，清明吃鸡矢藤……中华传统节令，似乎就是一部“舌尖上的中国”。民以食为天，在特定时节炮制对应的美食，是对历史文化的敬畏，对自然馈赠的回报，也是对自己辛勤劳动的小小奖励。这份“舌尖文化”放在端午节，脑海中最快闪现出来的，毫无疑问就是粽子。然而，对于广东珠三角水乡地区来说，端午除了吃粽子，还有一项极具特色的美食活动，那就是“吃龙舟饭”。

顾名思义，“龙舟饭”就是与龙舟有关的聚餐。据清初著名学者屈大均在《广东新语》中记载，“岁五六月间斗龙舟”，主办者给全胜者“与状元标，张伎乐，簪花挂红”，龙船“得胜还埠，则广召亲朋燕饮”。这种宴饮，就是“龙舟饭”。当时的龙舟饭用糯米加上腊肉丁、虾米、墨鱼丁和香菇粒等食材做成，果腹感特强，是龙舟健将们补充力气的不二之选。后来，所有来宾、观众也投身到宴饮中，菜式也愈加丰富，龙舟饭于是慢慢便演变成一场热闹非凡的盛宴。

吃龙舟饭，关键要热闹。这种热闹，首先在于食物。菜式要管饱，糯米饭、大鱼大肉、酒水等必不可少，分量也务必要足，大家手捧画着飞龙图案的餐具，“大碗饮酒，大块吃肉”，在觥筹交错之间碰撞出恣意奔放的豪情。在大家欢声笑语，吃得正爽的时候，炮仗就要登场了。看不到尽头的炮仗一旦点燃引子，劈里啪啦的声音便响彻不停，带着硫磺味的烟霭也随之升起，一点不输龙舟比赛时的高声吆喝。

最初品尝龙舟饭是何时，我已经记不得了，印象比较清晰的无疑是多年前的一次。那年端午，父亲获朋友邀请，带上母亲和我，直奔乡村露天广场吃龙舟饭。那是一场赛后龙舟饭，太阳还没下山，菜上得很快，我们坐下没多久菜盘便放满了大半张圆桌子。我满心欢喜食欲大振，正当准备放开肚皮大快朵颐之时，“龙舟水”瞬间倾盆而下，主打食客一个措手不及。我们扔下碗筷，丢盔弃甲地快步躲到附近的屋檐下，看着桌上可怜的肉菜纷纷化身“落汤鸡”，一脸无可奈何。然而，并非所有人都像我这般狼狈，有的村民反而急中生智，以“天下武功，唯快不破”之势，挥动筷子往碗里塞满饭菜，接着便是一个弯腰快步，直接钻进大圆桌底下，蹲着继续享用佳肴，管它外面大雨滂沱，让旁人看得目瞪口呆，心生羡慕，又不禁连连称赞。突然，雨云仿佛拧紧了水龙头，雨势异常干脆地停了，就如来时那般，几乎毫无征兆。主人家见状，迅速派人撤掉全身湿透的旧菜，厨师们默契十足地燃起红彤彤的火苗，掌勺起锅，热腾腾的新菜很快便重新端上桌，整个广场又恢复了一片兴高采烈。去年，我们一家五口到“龙舟之乡”大泽的牛勒村观看龙舟比赛，赛后一起打大鼓、划龙船，也自然少不了吃龙舟饭，与几百位来宾共同感受中华传统节日的文化和乐趣。

近段时间，新一轮的“龙舟水”不约而至，宣告着端午节即将到来。粽子诱人的清香仿佛已萦绕眼前，那些在河底潜藏近一年的龙舟也已经再度被唤醒，与健将们一起击水奔驰。集竞速、佳肴、聚会于一身的龙舟饭，也准备再次端上大圆桌，在欢声笑语和爆竹声中，给予人们努力生活的回报。

趁着鼓声震天、蛟龙出水，我们一起去吃龙舟饭吧！

甲辰龙年 话端午

◆吴松山

两千多年来，端午节一直是一个全民健身、防疫祛病、避瘟驱毒和祈求健康的民俗佳节，被列为国家法定节假日，与春节、清明节和中秋节并称为我国四大传统节日，也是我国首个跻身世界非物质文化遗产的节日。

今年是我国传统十二生肖的甲辰龙年。十二生肖年中，龙是强大无比力量的象征，寓意蓬勃向上的生命力。端午节由古代的祭龙演变而来，与龙有关，也可以说是龙的节日。今年刚好是龙年与端午节相遇，可谓是双龙重逢。端午节两个最主要的活动：龙舟竞渡和吃粽子，都与龙相关。

龙舟竞渡就是划龙舟，是联结龙文化与端午文化的核心纽带，蕴含着深厚的民族精神。人们想象中的龙，喜欢水，因而才会有划龙舟的活动出现。通过锣鼓喧天这种热闹和声势浩大的赛龙舟，求得神龙的愉悦和高兴，让它恪守职责，保证风调雨顺，护佑“龙族”百姓一方平安。

有关端午节赛龙舟的渊源，有不同的说法，而源于纪念屈原的说法则流传最广。为纪念屈原，这项活动后来成为端午节的重要习俗，逐渐发展为端午龙舟竞渡。“竞渡深悲千载冤，忠魂一去讵能还”，北宋诗人张耒的《和端午》一诗饱含了对屈原的深厚情感，同时也表明龙舟竞渡已是这一时期端午节的重要习俗。此后，端午龙舟竞渡影响越来越大，现已成为具有悠久历史性、深厚文化性、广泛群众性和国际性的一项体育项目。龙舟传承“龙”的脉息，满载吉祥之愿和奋进的民族精神。在纪念伟大的爱国主义诗人屈原的端午龙舟竞渡中，这种精神得到了进一步的彰显和发扬。

吃粽子，是端午节的又一个重要习俗。端午节这一天，包粽子、分粽子成为节日的核心标志。

食端午粽，同样与“龙”有关。将粽子投入水里，在古代就是感恩祭祀的一种献礼，就是献给龙享用。东晋《续齐谐记》记载：“汉建武中，长沙区曲，白日忽见一人，自称三闾大夫。谓曰：‘闻君当祭，其善。但常所遭，苦为蛟龙所窃，今若有意，可以楝叶塞其上，以五色丝缚之，此二物，蛟龙所惮也。’”这个故事，讲述屈原投江殉国后每年受楚人祭，但他却“现身”诉苦，说蛟龙与其争食。可是，为什么与其争粽子的不是鱼鳖，偏偏是“蛟龙”呢？这说明，其时的端午节虽然已由“图腾祭”演变为“屈原祭”，但仍保留浓厚的“祭龙”元素。

端午吃粽子的风俗盛行不衰，全国各地都普及了，南北方粽子口味有咸甜之分，南方的粽子是咸口的，里面加入了肉，叫“肉粽”，北方的粽子一般是糯米加红枣，是甜口的。无论什么口味，吃过粽子才叫过端午节，这就是仪式与节日的关系。有了仪式，才有了郑重其事的神圣感，才具有可重复性地一代代往下传承。

也许很少有人能吟诵出《离骚》中的赤胆忠心，但年年的粽子，岁岁的龙舟，却让我们看到了纯朴的劳动人民对忠诚与善良的追求。让我们真正从心底里热爱我们自己的节日文化，过好每一个传统节日，让中国的节日文化永远传扬。

艾草青 艾草黄

◆王同举

艾草，又名艾蒿、香艾，乡下人更愿意亲切地称它为“艾”，像是在呼唤玩累了的孩子回家。

在乡下，田埂上、坡地上、沟渠旁，处处都有艾草摇曳多姿的身影。艾草的生命力特别旺盛，只要有泥土，它就能繁衍出一片动人的生机。艾草无花供赏，不争春芳，与其他野草并无二致，却深受人们喜爱。“无意争颜呈媚态，芳名自有庶民知”，写出了艾草的灵韵。

立身于天地间，生而为一种植物是幸运的，艾草自古就备受称颂。“彼采艾兮，一日不见，如三岁兮。”艾草如同从《诗经》中走出来的女子，带着连绵不绝的思念，穿越千年。“种兰不种艾，兰生艾亦生。根菱相交长，茎叶相附荣。”艾草把生长的渴望深深地融入泥土，每一还泥土都潜藏了艾草的种子，实则无须刻意去栽培。“尸服艾以盈要兮，谓幽兰不可佩。”在幽兰与艾草之间，楚国贵族们选择了艾草，自有它的道理。

乡下长大的孩子，对天然草木都有一种与生俱来的亲近感。小时候，我特别喜欢在草地上玩乐。放学后，我和小伙伴们结伴到野外割猪草、放牛。累了，我们就在草地上打滚撒泼，或躺在草地上看云，等到起身之时，随手拍去粘在衣裤上的草渣，发现衣裤被染上了斑斑点点的绿，还带有浓郁的草药味，那是艾草的气味。即便把衣裤用水使劲儿揉搓，那股药味依然存在，久不散去。回到家里，我们总免不了挨一顿责骂。即便这样，我们依然迷恋草地，也从未把自己所受的责骂归咎于艾草。

记得有一次，我的双手莫名其妙地起了水泡，奇痒难忍。母亲到村口坡地扯了几把艾草，放在阳光下暴晒。到了晚上，母亲把晒干后的艾草放进锅里，加水煮开，然后舀出几瓢艾水盛在盆里。母亲说要趁水温才有效果，让我把双手放进艾水中浸泡。水汽氤氲，鼻端充斥着浓郁的艾草气味，我感觉手部每一个毛孔都在扩张，它们贪婪地享受着艾水的温情拥簇，我的内心顿时涌现出一种不可言说的舒坦感。这样反复浸泡几次之后，手上的水泡奇迹地消失了。此后，我对艾草多了一份敬意和感激。

“我有青青好艾，收蓄已经三载，疗病不无功。”艾草具有很高的药用价值，民间称之为“医草”，其声誉甚至超过了人参。“艾有参之功，参无艾朴实之德。”这是李时珍的父亲李言闻在比较参与艾之后得出的结论。在李言闻看来，人参虽好，但价格昂贵，不具亲民性；艾草不仅具备人参的药用功效，还价廉易得。艾草这种普惠世人的品质，是人参所不能比拟的。我想，艾草的前世一定是一位仁心仁术的走方郎中，悬壶济世，泽被乡里。

“五月五，是端阳；门插艾，香满堂。”门上插艾是端午的传统习俗。平日灰头土脸的野生植物，竟然能享受与门神同等尊贵的地位，这在植物界也是不多见的。端午这天，人们纷纷到野外采集艾草，父亲也不例外。父亲起个大早，去野外割几把艾草，取一小束挂在门上。每次迈进家门，我都会用手捻捻一捻柔嫩的艾叶，再把手指放在鼻尖，细嗅那一股淡淡的艾草香。

父亲把多余的艾草摆放在屋前晾晒。晒干后的艾草，已不复往日的青葱模样，变得枯黄。蚊虫肆虐的夜晚，这些枯黄的艾草就派上了大用场。父亲把艾草干搓捻成绳状，点燃了，绕着屋内墙角走一圈，那些扰人清梦的蚊虫纷纷四下逃窜。余烟散去，艾香氤氲，我在淡淡的艾香中酣然入梦。

端午过后，艾草慢慢地淡出了人们的视线。但它依然寂静而又倔强地生长着，依然在季节的轮回里上演着生命的必然进程，依然青了又黄，黄了又青。

粽香龙情 是端午

◆管淑平

一个个粽子，散发着诱人清甜的米香，耳畔洋溢着龙舟竞赛的鼓声和人们热情的欢呼声。人们用这种朴素而喜庆的方式庆祝着端午节的到来。

端午要吃粽。记得年幼，每到端午，外婆都会提前好几天开始准备粽子的材料，泡糯米、泡粽子叶、清洗红枣……每当看到外婆这样忙碌地忙活时，我的心头就会泛起一种关于端午的甜美。

只见外婆熟练地从一堆用清水浸泡柔软的粽叶中挑选出两片大小形状相似的叶子，然后把它们重叠在一起，再轻巧地把粽叶折成一个漏斗形，紧接着外婆抓起一把糯米放入折好的粽叶里，再挑选两颗红枣埋入糯米中，最后外婆快速地将粽子用棉线缠绕包裹好。一个个三角形的粽子就包好了。外婆包的粽子总是最漂亮的，大小匀称、个头饱满。紧接着就是把这些粽子放入水中煮熟。在煮粽子的时候外婆总会在里面放上些鸡蛋，这样煮出来的鸡蛋带着粽叶的香气，一口气可以吃好几个。

煮粽子的过程是漫长的，我守在灶台边上看着锅里的粽子随着水的沸腾而跳动，渐渐地，粽叶的清香开始从锅里溢出来。当粽子煮好时，满屋都飘着粽子香甜的气味。外婆把粽子从锅里捞出来，我就会迫不及待地拿起一个开始剥，也顾不上刚刚出锅的粽子十分烫手。当粽叶和糯米分离时，可以看到糯米已经变得晶莹剔透还泛着粽叶的绿棕色，每一粒米都紧紧地拥挤在一起，十分黏稠，轻咬一口，糯米的香甜混着粽叶的清香充斥着整个口腔。再大咬一口，就能吃到甜甜的红枣，枣子已经被煮透，枣子的汁水早已透过薄薄的枣皮把周边的糯米染红，让糯米变成棕红色，吃起来带着红枣的甜味。

当我还一脸幸福地吃着粽子的时候，耳边忽然传来一阵隆隆作响的鼓声。那鼓声中夹杂着人们断断续续的欢呼声，时高时低，像波浪一样，那正是准备着龙舟竞赛的人们。

我跟着几个伙伴来到河边，河岸边是密密麻麻的人群，河面上已经聚集了几条装饰着龙头的龙舟。随着一声号令，龙舟赛开始了。鼓手坐在船头，打着赤膊，宽大的后背被太阳晒得黑黝黝的，他手持鼓槌，用力地敲打着鼓面。船上的划手们，随着这有节奏的鼓声，整齐划一地挥动着手中的桨。一条条龙舟，在开阔的河面上，如水中的巨龙，飞速前进，水花四溅，卷起千层浪花。那些龙舟，你追我赶，丝毫不敢停留片刻，岸边的加油呐喊声，一声高过一声，似要把天掀翻。此时，已不必再在乎输赢，光是那盛大的场面，就足以让人们心潮澎湃。

我被这场面震惊。那时，曾幻想着倘若某一天我也能做一个鼓手或是划船的人，想想就很拉风。于是，等龙舟赛结束，我就在院子里搭了一条长板凳，手里握着一根长竹竿，左边一晃，右边一摇，板凳纹丝不动，我却一脸乐开了花。

端午这天，人们还会在自家门楣上挂一株艾草。艾草，绿油油的，散发着迷人清香，味道很好闻。母亲说，艾草不仅可以驱赶蚊虫，还可以驱邪避疫，保佑家人健康平安。我那时身体不好，热天经常长痱子，母亲就在田野采艾草，将一些新鲜的叶子，碾碎，熬成苦水，给我清洗长有痱子的地方，母亲又配合着碾碎的艾草给我外敷，不久，我的身体得以恢复。小小的一株草，却能治病救人，我的心里为此感到神奇而虔诚。

“端午临中夏，时清日复长。”过了端午，便是盛夏，日子一天天变长，此后，也就愈发有了如火如荼的夏日盛景。

