听风小筑

白鹭的款待

杨雨

走出小鸟天堂时，远航满脸笑意，向我展示他和妻子在船头拍摄的美景：雨后初霁的天空一派湛蓝，清澈悠远的湖水碧波荡漾，绵延繁茂的榕树郁郁葱葱，鹭鸟或漫步水汀，或伫立枝头，或翩然低飞，唯美幽静又生机盎然。看他们啧啧称奇，竖着大拇指说着“不虚此行”，我心中颇感欣慰。

坐火车，出豫，经鄂，过湘，入粤，到广州辗转后，再乘轻轨抵达江门。这样经典的线路，经过多年多次的往返，于我而言已不再是一路辛劳的旅程，而是一条惬意的别径，途中所经历的时间与空间，都累积演化成一种心境。所以，对于第一次莅临侨都大地的北方来客，我已如地道的江门人一样，懂得如何款待以历史文化、风土人情、美味佳肴、自然风光，无愧于扎根于此多年的“新江人”的名号。

在诸多可选择的景点中，小鸟天堂是必选项，不单是它别具一格的景致，更重要的是一种情结：让影响几代人的语文书中描绘的熟悉场景在眼前敞开，得到实地的确认和印证。这一次正是仲夏时节，由于气候适宜，阳光充足，雨水丰沛，小鸟天堂前的荔枝树、芒果树、黄皮树硕果累累，一片丰收景象。

我们一边往景区入口走，一边阅读着巴金先生的句子：“翠绿的颜色明亮地在我们的眼前闪耀，似乎每一片树叶上都有一个新的生命在颤动，这美丽的南国的树！”多年以来，这“南国的树”经过岁月洗礼依然保持着繁茂与生机，而且经过近期连日雨水的洗礼，显得更加青翠欲滴。

我已经进过景区多次，所以照例是送他们去坐船，我在外面等候。一边等，一边心里默念着，希望鸟儿多一些，再多一些，不辜负远道而来的亲友。

事实上，为了尽可能呈现群鹭峥嵘的景象，我已在游览的时间和次序上做了足够的设计——先是备以广式早茶，品虾饺、肠粉、叉烧包、凤爪、蛋挞、萝卜糕，饮一杯小青柑，在小火慢炖与人声鼎沸中感受着岭南的人间烟火；茶饱饭足后，再沿江门大道往南走，一路上介绍蓬江与新会的城市面貌；下午时分，抵达茶坑村，循着浓郁的陈皮气息往梁启超故居走，路两侧陈皮风味的花生、糖果、雪糕与各式各样的文创产品琳琅满目；来到梁启超故居时，在凌云塔下的雕像前合影留念，在斑驳古旧的厅堂里驻足细看，在陈列近代中国历史风云的展室里瞻仰沉思，在“一门三院士，九子皆才俊”的梁氏家风里浸润回味……循着这样的进程，走进小鸟天堂的时候，正值下午五点多，群鸟归栖。

果然，这一次的白鹭是给力的，从远航播放的视频里，分明看得出它们是如何的盛情款待。一叶舟轻，鹭点烟汀。白鹭向来富有灵性，有“一行白鹭上青天”的韵律之美，有“西塞山前白鹭飞”的云逸之美，有“玉立一间身”的高洁之美，有“亭亭常独立，川上时延颈”的沉静之美，千姿百态，自由洒脱。栖息在大榕树上的白鹭，每一只都像是被诗人书写过的精美缩影，在游人瞩目它的那一刻，集中地呈现出来，让人由衷地赞叹一句：“古人诚不欺我！”

这样的场景下，白鹭与人似乎心有灵犀，各自奉出最好的事物款待来客，以五邑人与鸟的热情让来者流连忘返。这算不算是辛弃疾所言的“同盟鸥鹭”？

过往的安排里，也有那么一些时刻，陪着兴致勃勃的亲友乘船转了一圈，却不知出于什么原因，鹭鸟纷纷不见踪影，仅有几只藏在榕树的缝隙里，无论如何拍手呼叫，都一动不动，似不想与游人应和。巴金先生也经历过这样的尴尬，他说：“我仿佛听见几只鸟扑翅的声音，但是等到我的眼睛注意地看那里时，我却看不见一只鸟的影子。”如此说来，小鸟天堂的鹭鸟是有自己脾气的。

所以，见白鹭需要缘分。有一年春天的黄昏，我在南阳的白河边散步，倏忽间，从树丛里升起两只白鹭，沿着河道翩然而飞，不紧不慢，悠然自得，它们的身影看起来是那样的熟悉，不禁让我猜想它们是不是小鸟天堂的白鹭，飞过万水千山，领略南北山川，在此地与我会面。那一刻，远隔千里的两地河山被白鹭连接起来，算是对返乡游子最盛情的款待，让人心生暖意。

人款待白鹭以栖息地，白鹭款待人以品格美，这样彼此的款待实在是相得益彰，相映成趣。

四季话语

三伏天说“伏”

汪志

炎炎夏日，人们常说“热在三伏”，这不，进入七月中旬后，天真是一天比一天热，从早到晚跟蒸笼似的。在我国民间有“夏有三伏，冬有三九”之说，所谓三伏天是指中国农历小暑与处暑之间的一段时间，通常在阳历的7月中下旬至8月中下旬。三伏天，又称“伏天”，即初伏、中伏、末伏，是一年中最热的时期。三伏天的概念最早可追溯到春秋时期的秦国，《史记·秦纪六》中云：“秦德公二年（公元前676年）初伏。”为了躲避盛夏酷热设立“伏日”，后历经演变，结合五行理论逐渐形成了现在的三伏天体系。《汉书·郊祀志注》中说：“伏者，谓阴气将起，迫于残阳而未得升。故为藏伏，因名伏日。”

我国古代流行“干支纪日法”，用10个天干与12个地支相配而成的60组不同的名称来记日子，循环使用。每逢有庚字的日子叫庚日。庚日的“庚”字是“甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸”10个天干中的第7个字，庚日每10天重复一次。从夏至开始，依照干支纪日的排列，第三个庚日为初伏，第四个庚日为中伏，立秋后第一个庚日为末伏。“伏天”一般从夏至后第三个庚日算起，初伏为10天，象征着炎热夏季的开始，中伏为10天或20天，末伏为10天，整个三伏天短则30天，长则40天。今年三伏天共30天，7月20日入伏，8月18日出伏，打破近十年“40天长三伏”的惯例，成为近年来“最短”的三伏天。

“伏”，源自《礼记·月令》中的“庚午”，表达了炎热的季节对人体和大地的考验。三伏天中的“伏”，唐朝史学家张守节曰：“六月三伏之节，起秦德公为之，故云初伏，伏者，隐伏避盛暑也。”在张守节的解释中，意为“宜伏不宜动，隐伏避盛暑”，伏有躲藏之意，就是尽量躲藏起来以逃避酷热。

“伏”字是上下结构的象形文字，上面的“卜”代表火焰，下面的“人”则是人体形象，形似火焰将人熔化的样子，形象地描述了酷暑天气对人类的影响。此外，节气中的“今日入伏”的“伏”字从犬从人，最早老祖宗是说人带着犬去打猎，人和犬藏起来等待猎物叫作“伏”，所有的“伏”都有着隐藏埋伏的含义，因此，有“埋下伏笔”和“埋伏”的说法。而入伏，就是在阳气的压迫下，阴气藏起来了，但是也相机而动，所以，三伏天才上蒸下煮的闷热。还有，伏也是提醒人们要藏起来，尽量减少户外活动。可见，古人对于夏季酷热的应对之策，就是寻找方法避暑降温。

古时的文人墨客也对“三伏天”情有独钟，纷纷赋诗作词。魏晋·无名氏《子夜四时歌 其十九》：“轻衣不重彩，飙风故不凉。三伏何时过，许侬红粉妆。”唐·包佶《同李吏部伏日口号呈元庶子路中丞》：“火炎逢六月，金伏过三庚。几度衣裳汗，谁家枕簟清。颁冰无下位，裁扇有高名。吏部还开瓮，殷勤二客情。”唐·权德舆《病中苦热》：“三伏鼓洪炉，支离一病夫。倦眠身似火，渴歠汗如珠。悸乏心难定，沈烦气欲无。何时洒微雨，因与好风俱。”宋·王仲修《宫词其三十二》：“三伏金藏暑正隆，火云万里日轮红。禁中自有清凉地，不借麻姑避暑宫。”宋·欧阳修《初伏日招王几道小饮》：“古云伏日当早归，况今著令许休假。能来解带相就饮，为子扫月开风榭。”等等。

从古至今，三伏天不仅是农事活动的重要时期，民间还有诸多与养生、防暑相关的习俗，如贴三伏贴、喝凉茶等，其中“冬病夏治”的三伏贴在市民中仍很流行。另外，民间还有“头伏萝卜二伏芥三伏中间种白菜”的说法；一些地方还流传着“头伏萝卜、二伏菜，三伏有雨种荞麦”的农事谚语和“头伏饺子二伏面，三伏烙饼摊鸡蛋”的习俗。每一个说法和流传，都蕴含着人们对美好生活的向往和对健康饮食的追求，同时，这也是一种对自然的敬畏和顺应自然规律的智慧。

《白沙》版投稿邮箱（仅限本地作者）：kf3502669@126.com
请注明作者姓名、电话、身份证号，并附上银行信息及账号。字数控制在1500字内。

岁月无声

童年的夏天

王婉若

蝉鸣撕开七月的封印时，老巷就掉进了童年夏天的蜜罐里。竹床在葡萄架下支起来，井水湃过的西瓜裂出鲜红的纹路，碎冰在玻璃杯中叮当作响，这些细碎的光影，拼凑出记忆里永不褪色的夏日图景。

后院的葡萄架是天然的避暑胜地。深紫色的葡萄串垂在斑驳的竹帘上，像缀满了晶莹的紫水晶。我们几个孩子总爱蹲在架下，看阳光透过叶片的缝隙，在地上洒下铜钱大小的光斑。有时光斑会随着风摇晃，我们就伸出小手去抓，咯咯的笑声惊得麻雀扑棱棱飞走。大人们摇着蒲扇坐在竹椅上，讲着古老的故事，葡萄架下的阴凉里，飘荡着井水湃过的黄瓜清香，还有此起彼伏的“知了知了”的蝉鸣，那声音悠长又热烈，仿佛要把整个夏天的活力都释放出来。

村口的小河是我们的欢乐天堂。正午的阳光把河水晒得发烫，我们却像一群小泥鳅，一头扎进水里。河水漫过肚皮时，能摸到河底滑溜溜的鹅卵石，偶尔还有小鱼小虾擦着小腿游过，痒得人直缩脚。男孩子比赛扎猛子，看谁能在水底憋得更久；女孩子则在浅滩处，用泥巴捏出歪歪扭扭的小碗小盆。等到夕阳把云朵染成橘红色，我们才湿漉漉地爬上岸，身上沾满水草和泥巴，却丝毫不影响满心的畅快。回家路上，总能看见炊烟袅袅升起，那是母亲在呼唤我们回家吃饭的信号。

竹床是夏夜最温柔的摇篮。傍晚时分，家家户户把竹床搬到院子里，点上蚊香，铺上干净的凉席。躺在竹床上，能看见深蓝色的天幕上，星星像洒落的碎钻般闪烁。奶奶摇着蒲扇，一边驱赶蚊虫，一边讲“牛郎织女”的故事。我数着星星，听着听着就迷糊起来，耳边的蝉鸣和蒲扇的“沙沙”声，渐渐织成一张柔软的网，将我裹进甜美的梦乡。偶尔有流星划过夜空，我会猛地睁开眼睛，兴奋地指着天空大喊，可还没来得及许愿，流星就已经消失不见，只留下满心的遗憾与期待。

老冰棍的叫卖声是夏天最动听的音符。挑着木箱子的小贩，走街串巷，“冰棍——冰棍——”的吆喝声，带着长长的尾音，在燥热的空气里回荡。我们攥着皱巴巴的零钱，呼啦啦围上去。木箱掀开的瞬间，白色的雾气扑面而来，仿佛把整个夏天的清凉都藏在了里面。5毛钱一根的冰棍，甜丝丝、凉津津的，咬上一口，暑气顿时消散大半。有时吃得太急，脑袋会被冰得发疼，可还是忍不住接着咬下一口。

暑假的午后，阳光把大地烤得发烫，整个世界都仿佛陷入了沉睡。我们几个孩子却闲不住，顶着烈日去捉知了。拿着自制的竹竿，顶端绑上蜘蛛网，蹑手蹑脚地靠近树干。屏住呼吸，瞄准正在高歌的知了，猛地把竹竿伸过去，迅速粘住它。看着到手的知了在网中挣扎，我们欢呼雀跃，仿佛征服了全世界。玩累了，就躲进树荫下，听老人们讲过去的故事，那些关于战争、英雄的传说，在夏日的微风中，显得格外神秘而动人。

童年的夏天，没有空调、电脑和手机，却有着最纯粹的快乐。那些在葡萄架下嬉戏的时光，在小河里畅游的日子，在竹床上数星星的夜晚，还有老冰棍带来的甜蜜，都成为记忆中最珍贵的宝藏。如今，夏天依旧会按时到来，可童年的夏天却永远留在了过去，只能在回忆里，细细品味那份独属于儿时的天真与烂漫，感受那份再也回不去的美好与温暖。每当夏日的蝉鸣响起，那些沉睡的记忆便会苏醒，带着淡淡的忧伤与无尽的眷恋，在心底轻轻流淌。

《接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红》晓郭 摄

诗歌

夏风至

陈海金

夏风至，轻抚大地
唤醒万物蛰伏的热情
墙角的藤蔓
努力地，攀爬出绿色的高度
涟漪里的红蜻蜓
试了试流水的体温
摇摇晃晃地掠过稻田的守望
蝉鸣的声线
拉不直一片思念的脉络
祖母的蒲扇悠悠摇起
抖落关于一座村庄的记忆
炊烟袅袅
蔓延着时光的思绪
一个煨熟的节气
被一片荷叶抛向另一片荷叶
一不小心
落入童年的梦里
惊起一片月光的呓语

美食诱惑

苹婆果香入肴馔

陆月如

伴随着夏日炽热如焰的阳光，岭南一带高大且繁茂的苹婆树上，悄然结出了一串串椭圆形的碧绿果子。它们宛如一弯弯月牙串成的风铃，或隐在巴掌大的翠绿叶片间，或悬于遒劲枝丫随风轻摇，向树下纳凉的路人点头致意。

苹婆，属锦葵科苹婆属（亦有分类归于梧桐科），主产于粤桂南部湿热之地。相传唐贞观年间，唐三藏西天取经时携苹婆果归国，与诃梨勒菩提同植于虞翻苑中。那穿越风沙的种子，在岭南温润的水土里扎下深根，历经千年风雨，渐渐在珠江两岸蔓延成荫。苹婆树冠如巨伞撑天，四季常绿，羽状复叶层层叠叠，每年清明刚过，枝头便窜出一簇簇粉色小花，形似倒挂的小灯笼，引得蜂蝶绕树飞舞。初夏的几场甘霖，花谢处便挂起了一串串青绿半圆形果实。到了七八月，厚革质的果壳由翡翠色渐染丹红，沿背缝线轻轻裂开，露出里面三两颗黑褐色的椭圆果实，远看恰似鸟儿圆睁的眼，故民间亲昵唤作“凤眼果”。

据《中药大辞典》中记载，凤眼果不仅是餐桌上的美味，更是济世的良药——种仁可和胃杀虫，果壳能治中耳炎、血痢与疝气。每到七月流火时节，果农们便挎着竹篮穿梭林间，采收这大自然的馈赠。用小刀剥开果壳，露出嫩黄如蛋黄的种仁（果肉），摸上去软乎乎的，带着微凉的潮气。煮熟后的种仁色如琥珀，口感似板栗却更添几分糯性，细嚼之下，粉甜从舌尖慢慢漾开，带着草木特有的清香。

在广东人的灶台上，凤眼果是上好的食材。凤眼果焖鸡、凤眼果烧肉、凤眼果蒸肉饼……这些菜肴早已融入岭南饮食中，成为“食在广东”的鲜活注脚。其中最负盛名的，当属凤眼果焖鸡。主妇们选用本地土鸡，剁块后用清水漂洗，沥干，倒入热油锅中，快速翻炒，待鸡皮焦黄发脆、油脂滋滋渗出，便投入姜片、蒜瓣与八角茴香，刹那间满屋飘香。生抽提鲜、蚝油增稠、料酒去膻、冰糖回甘，调料依次入锅，与鸡肉缠绵交融。待肉块裹上琥珀色的酱汁，凤眼果肉便该登场了，它们扑通“跳”进锅中，与鸡肉相拥相抱。添入清水漫过食材，锅盖一合，便听得锅内咕嘟作响，汤水在压力下翻滚沸腾，将滋味往骨肉深处赶。此时转成文火，让凤眼果的清甜与鸡肉的醇香在汤水中慢慢渗透，你中有我，我中有你。半个时辰后揭开锅盖，浓郁的香气轰然涌出，转大火收汁，汤汁渐渐浓稠如蜜，每块鸡肉、每粒凤眼果肉上都裹着亮闪闪的酱汁，引得人直咽口水。夹起一粒凤眼果送入口中，牙齿轻咬，粉糯的果肉在舌尖化开，清甜中带着淡淡的坚果香；再尝一块鸡肉，咸鲜中透着微甜，两种滋味在口腔里交织共舞，让人恨不得连舌头都吞下去。

若说凤眼果焖鸡是宴席上的主角，那苹婆叶做的粿子便是巷陌里的温情。记忆中的苹婆粿，总与童年的夏日紧密相连。那时家里清贫，零食是稀罕物，隔壁陈婆婆的苹婆粿便成了我最馋的念想。为了能吃上一个，我总爱往她家跑，帮忙提井水收稻谷。陈婆婆每次做好苹婆粿也总会留几个给我。

做苹婆粿的工序可不少。首先要爬上高高的苹婆树，挑选叶片厚实、边缘完整的大叶，避开虫蛀与斑点。回家后，洗净晾干。接着备好糯米粉，再把花生、芝麻放入干锅中，小火慢炒，直至香气四溢，随后将其碾碎，与白糖细细混合，制成香甜的馅料。之后，用温水将糯米粉揉成光滑的粉团，取适量粉团按压成圆饼状，放入馅料，再搓成长椭形，置于苹婆叶中间，将叶子对折裹好后用牙签“封口”，便可送入锅中蒸煮。不多时，带着苹婆叶独特清香的苹婆粿便大功告成了。轻轻除去牙签，打开叶子，一个白嫩嫩的粉团躺在墨绿的叶间，轻咬一口，软糯清甜的滋味在舌尖上肆意绽放，令人欲罢不能。

如今饮食日益丰裕，苹婆粿已渐渐淡出了人们的视野。直到去年，一位挚友突然寄来包裹，看到那油亮的叶子裹着粉白的团子，心中不禁涌起一股暖流，轻轻咬下一口，那熟悉的味道瞬间如潮水般将我淹没，恍惚间又回到了童年，回到了那个蹲在陈婆婆灶台前的午后，阳光透过树叶洒在蒸笼上，水汽氤氲了整个童年。此时，我尝到的不仅是食物的滋味，更是自然的馈赠与时光的温情。

夏日食荷

梁荣

“梁老师，尝一尝我们家自己做的荷叶鸡。”

我满是疑惑地望着眼前的饭盒，盒子里整齐地码着十几块金黄的鸡肉，一股淡淡的清香扑鼻而来，夹着荷叶的清香。

“荷叶煮鸡能煮出这金黄的色彩？”我一脸惊愕地问。

“不是的，这金黄的颜色是用栀子水上色的。”小黄老师看了看我，微笑着说，“荷叶鸡不是煮出来的，而是用荷叶包起来，放在锅里蒸熟的。”

原来如此，夹起一块放进嘴里，咸香里透着桂皮、八角那浓郁的香味，还夹带着胡椒淡淡的麻辣味，美味可口。

“怎么样？”小黄怕我吃不惯，小心翼翼地问道。

“好吃。”嘴里塞满淡淡的咸香味，我咕哝着说，“咸香，还带着一点点辣味，太好吃了。”

这美味的荷叶鸡，让我想起自己第一次吃用荷叶做成的美食。那是2007年的夏天，我孤身一人来到广东珠海谋生，某一个周末和几个同事公园野餐时，吃到同事带来的糯米鸡。

后来，我在中山古镇喝到了当地人自晒自制的荷叶茶。揉成指头大的荷叶放入杯中，倒上滚烫的开水，不一会儿，切成丝的荷叶渐渐舒展开来，释放出浓郁的茶色，轻轻抿上一口，甘中带苦，苦里微涩，沁人心脾，舒适而清凉。听说荷叶茶被奉为“瘦身良茶”，受众多减肥人士追捧。其实，像我这种不怎么喜欢饮茶的人，也无所谓甘苦，更不在乎其中有多少妙用。因此，此后我并没有特意地饮荷叶茶。

在这晴空万里的夏日里，荷塘边上赏荷的人，应该有不少和我一样，喜欢“食”荷文化：看着眼前美景，会情不自禁吟诵杨万里的“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”；驻足望花，睹物思人，想起来的大多是“此花此叶常相映，翠减红衰愁杀人”；轻抚圆盘似的荷叶，看蜻蜓在荷丛中飞舞，会想起儿时常吟诵的“小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上头”；荷塘散步，静听塘里蛙鸣，悦赏“竹色溪下绿，荷花镜里香”……当然，也可能有愁苦之人，望着眼前的热闹，思着孤独之情，难免会涌起“断无蜂蝶慕幽香，红衣脱尽芳心苦”的情绪……荷，是诗人们抒写整个夏天的情怀，是夏日文化里一道必不可少的“美味”。

除了“食”荷文化，这荷塘里还有一道道独特的美食：如莲蓬里那一颗颗饱满的莲子，口感清香，营养丰富，莲子炖鸡汤，汤清味鲜，鸡肉鲜嫩，带着莲子丝丝清甜，让人食欲大增，心满意足；如深埋泥水里不声不响、不争名夺利的藕，洁白如玉，口感清爽，用来炒菜、炖汤或做成凉拌菜，都是绝美的佳肴；就连平平无奇的荷叶，现也成为餐桌上不少美食的辅助品，如糯米鸡，软糯里夹着荷香，荷叶蒸排骨、荷叶蒸田鸡等等，肉香里渗透着荷叶的味道，别有一番风味。这些美食中，荷叶虽是辅助，却将自己的特色发挥极致，让美食因它增加几分味道。

夏天里，让我们携带着美好的心情，前往荷塘赏盛夏之荷塘悦色，品荷之美食，享受这属于夏天的独特美食吧！