

劫后余生

2016年下半年，是我人生中最阴暗的一段时期，周身“四面楚歌”，各个器官都亮起了红灯。起初，我常觉头昏脑胀、脸发烫，自以为运动太多、写作劳累所致，也就没放在心上。后来，夜间鼾声不断，频繁憋醒，真正熟睡的时间少之又少，整夜加起来不到两个小时。于是白天上班无精打采，昏昏欲睡。

无奈之下，我住院诊疗。个子不高、水平不高的我，却“荣获”了两个“高”——高血压、高血脂，还患上了重度睡眠呼吸暂停综合征，一个晚上几十次憋醒，最长呼吸暂停达75秒，如沉入河底，窒息般难受。那几种病尚未根治，心悸、胸闷、头晕、虚汗乏力又接踵而至。心脏像失控的野马狂奔乱跳，甚至能让对面的人听到我的心跳声。医生诊断为阵发性房颤，伴有严重的血栓、心肥大……我等于一脚踏在阳间，一脚跨进阴曹地府的门槛。

那段时间，我从乡镇卫生院转到高港、泰州、上海，一连数月，不是在去医院的路上，就是躺在病床上。中药西药堆积如山，气味弥

漫衣襟，看到药就想吐，连饭都吃不下，靠打点滴维持生命。身体日渐消瘦，脸色发黑，骨瘦如柴，连上楼梯的力气都没有。医院几次下达病危通知，动员妻子24小时陪护，随时注意我的呼吸。父亲躲在角落里猛抽烟，母亲愁容满面，妻子哭得双眼通红，儿子几次偷偷跑出校门打听消息。亲友纷纷前来看望，仿佛见最后一面。我虽无力言语，却明白一切，泪水常常打湿衣襟。

那个夏天，我真切感受到了生命的脆弱与无情的风雨。夜深人静时，我常蒙头痛哭，拒绝与人交谈，只想蜷缩在黑暗里。至秋天，我多次前往上海华山医院，病情略有缓解，但依旧虚弱。那时的我，犹如寒霜侵袭下的枫叶，瑟缩飘零。冬天，我依旧冒着凛冽刺骨的寒风去医院排队。为了节省开支舍不得开钟点房，常蜷缩在医院墙角避风处，以油条烧饼充饥。我渴望活着，即便长期精神低落，也想要

夺回曾经拥有的健康。我积极配合诊治，在医生的鼓励关心下，我终于成功闯过鬼门关，身体各指标好转，得以回家疗养。

回家后，我按时服药、定期复查，加强锻炼，三个月后，病情逐渐好转。但我情绪依然低落，常整天不出门。母亲劝我：“孩子，身体不好更不能总闷在家里，会把自己逼疯的，出去走走透透气吧。”我勉强应声，随家人出门散步。他们聊些轻松话题，而我沉默寡言，仿佛整个世界都与我无关。

走到村头陡坡处，一辆装满旧货的三轮车正艰难上坡。中年汉子面色涨红，用尽全力仍屡次失败。家人见状纷纷上前助力，最终车子在众人的帮助下顺利爬过了坡顶。闲聊中得知，他身体不好，妻子患精神分裂症，孩子有先天性心脏病，父母年事已高且药不离身，全家靠他收旧货度日。母亲拍了拍我肩膀说：“看看人家，生活如此艰难却从未放弃过，你应该好好学学。”

这一句话，如重锤敲响我。是啊，我上有老下有幼，还有父母、儿子需要依靠，我怎能沉沦？想到这里，我那颗被病痛捆绑的心渐渐舒展。

和中年汉子分别后，我和家人继续散步，漫无目的地欣赏着路边的风景。蓦地，我的目光被水泥路缝隙里的一撮狗牙根所吸引。尽管它遭受着车辆的碾轧、暴雨的拍打以及高温的熏烤，但它依然顽强地生长着，展现出勃勃的生机。

我不仅看到了一株克服种种困难、坚强存在的小草，更看到了一种坚韧顽强、永不言败的精神。大病之后的我，似乎变得敏感了许多，这些难得的驻足与思考，是过去想象不到的。正是这股精神激励着我，让我在接下来的数年里与病魔进行了顽强的抗争，并最终走了出来。

如今，我时常会回想起与病魔斗争的历程，回想起那次散步的经历。尽管我依然药不离身，病情时有反复，但我庆幸——已经成功闯过一次鬼门关！劫后余生，我更懂得生命的可贵。今后，不管再遭遇怎样的苦痛，我也有必胜的信念。披一蓑烟雨，再劈开那荆棘，谁怕！

刘向前

有趣的中草药诗词

古人的生活里，草木与文字总有着奇妙的羁绊，尤其是当中草药遇上诗词，便酿成了满纸药香与诗意。

元代王实甫在《西厢记》里的笔墨，藏着最精巧的“药谜”。“碧云深，黄花地，红叶御沟流。”初读只觉秋景缠绵，细品才知暗藏玄机：“碧云深”对应青黛，那抹天际的青蓝，恰似这味药材的色泽；“黄花地”指的是菊花，秋日遍野的金黄，本就是菊花入药时的模样；“红叶”暗合枫香脂，枫叶经炮制后成药，藏着自然的馈赠；而“褪罗衣则怕花飞瘦”

中，“衣”谐音“薏”，正是祛湿的薏米。这般文字游戏，让读诗成了一场趣味盎然的寻宝。

宋代才女朱淑真则借草药诉尽相思：“字字苦参商，故要檀郎读。”“苦参”味苦，恰如相思的苦涩滋味，入口难咽却直抵心口；“商陆”谐音“商路”，暗喻恋人相隔千里，路途漫漫。寻常草药名，经她笔尖点化，便成了藏在墨香里的深情，读来竟能尝到几分药味回甘，让人想起那些藏在心底的牵挂。

诗圣杜甫也常以草药寄情。在秦州漂泊时，他写下“当归问消息，白芷

寄相思”，“当归”二字直白道出“应当归来”的期盼，“白芷”则带着“盼君知晓”的心意，质朴字句里满是对亲友的惦念。陆游晚年隐居山阴，见山民采撷车前草，便吟出“车前斗量车载，取之无禁，用之不竭”，没有华丽辞藻，却将田间常见的草药写得充满烟火气，仿佛能看见老农弯腰采草的模样。

古人将中草药写入诗词，不只是对草木的珍视，更是对生活诗意的坚守。当我们读着“春采茵陈夏采荷，秋摘茱萸冬晒参”，在药香与诗韵间穿梭，便能触摸到古人藏在文字里的浪漫。

顾建平

母亲的“莲藕排骨汤”

总有一些味道，如同坐标，精准地指向家的方向。对我而言，母亲的莲藕排骨汤便是这样的存在。

小时候，生活在乡村的我，每到秋冬交替时节，池塘里莲藕丰收。母亲总会提着竹篮，挽起裤腿，走进池塘。她弯腰在淤泥里摸索，不一会儿，一根根白胖的莲藕便被她拔了出来。

回到家，她开始准备这道汤。排骨要洗净、焯水，去血沫；莲藕要去皮、切块，泡在清水中防止变黑。母亲做事总是细致有序，像是在完成一场庄重的仪式。

随后，她把排骨和莲藕一同放进砂锅，加水没过食材，用小火慢炖。

炖汤的时间里，香气一点点弥漫开来，先是轻盈淡雅，继而浓郁温暖，整个屋子都被包裹在那熟悉的气息里。我总爱搬个小板凳坐在厨房门口，听砂锅里“咕嘟咕嘟”的声音，等母亲揭开锅盖。那一刻，热气氤氲，香味扑鼻，汤呈乳白色，排骨软烂脱骨，莲藕粉糯香甜，吸满肉香又保留清甜。母亲给我盛上一碗，看着我吃得津津有味，她的笑容比汤更暖。

后来我离开家乡，到了城市。生活节奏快，外卖和快餐取代了家常味道。偶尔在餐馆喝到莲藕排骨汤，却总觉得少了点什么——要么寡淡无味，要么油腻失衡，再也尝不出那份温润纯净的香气。每当这时，我便格外想念母亲的汤，想念那间小厨房和袅袅炊烟。

如今，母亲的头发已渐渐花白。每到秋冬，她仍会炖上一锅莲藕排骨汤。那锅汤，早已不只是味蕾的记忆，更是母亲的爱与家的方向。无论我走多远，那一碗汤的香气，始终牵动着我的乡愁。

魏益君



岁月里的老屋

岁月里的老屋，袅袅烟火，承载着时光的远去，生命的延续，温暖依然，欢声依旧。

许双福 拍摄于江西省婺源县