



# 古人戒酒留诗文

□ 霍寿喜

受蒸馏技术的限制,古代酿出的酒,度数一般都不太高。但古人多是“大碗喝酒”,喝多了同样会摄入大量酒精,从而影响人的言行和情绪,损害人的健康。古代一些有识之士也认识到酒的危害。《战国策·魏策二》中有一段精彩的记载:“帝女令仪狄作酒而美,进之禹。禹饮而甘之,遂疏仪狄,绝旨酒,曰:‘后世必有以酒亡其国者’……”意思是,大禹喝了仪狄所造的酒后,反而疏远了仪狄,并和酒醴告别,因为他意识到饮酒可丧志误事,并断言此后必然有因酒而亡国的。《水浒传》第四回里也有“酒能成事,酒能败事”的警示,不少文人墨客更是主动戒酒,也因此留下许多与戒酒有关的诗文。

管仲是春秋时期齐国著名的政治家,他的“戒酒故事”也和他的政治韬略一样闻名。据《韩诗外传》上记载,春秋五霸之一的齐桓公宴请群臣,规定“后者罚饮一经程”。“后”即“迟到”之意,“经程”是一种容器,今已无从考证,大概是容量相当大的酒器。该书载:“管仲后,当饮一经程,而弃其半。曰:‘与其弃身,不宁弃酒乎!’”当然,管仲还罗列了酒的许多罪过,说酒喝进肚里,脑子就会反应不灵敏,造成思维混乱,舌头失去控制,胡言乱语,酒后失言会惹祸上身……刘桓公听后,觉得很有道理,并没处置管仲。

以嗜酒而闻名的“竹林七贤”之一嵇康,也意识到酒对身体健康不利,在其《代秋胡歌诗·其四》诗中称酒是“役神”之物,与女色一样害人,起着“令人枯”的作用。嵇康给自己的评价是“爱酒远不如爱琴”,他在《酒会诗》中写的“酒中念幽人,守故弥终始。但当体七弦,寄心在知己”,正是“酒不如弦”的心态表露。

“春为花博士,酒为色媒人”(《京本通俗小说·碾玉观音》),酒色似乎不分家。明代冯梦龙的小说集《警世通言》里就有许多酒色相连的箴言:“酒是烧身硝焰,色为割肉钢刀”,“不贪花酒不贪财,一世无灾无害”,“劝君休饮无情水,醉后教人心意迷”。这些诗句警告人们,酒能起色,色能生灾,戒色必须先戒酒。

《夜谭随录·籛子》曰:“多沽伤费,多饮伤身。”意思是,买酒要花许多钱,酒喝多了又伤害身体,何必呢?唐代诗人陆龟蒙对此应该深有感受,他曾是一位“酒徒”,因为饮酒过度而致病,十分后悔,他在《中酒赋》说:“书编百氏,病载千名。将有滨于九死,谅敢无于余醒……”他决心戒酒,并承诺:“有或卓擒伶之伍,我愿先登;有殍狄放杜之君,臣能执御。聿当拔酒树,平曲封,培仲枝,碎尧钟。”据说后来陆龟蒙真的是“绝饮酒,惟嗜茶”了。



陶渊明一生酷爱喝酒,有《止酒》一诗:“平生不止酒,止酒情无喜。暮止不安寝,晨止不能起,日日欲止之,营卫止不理。徒知止不去,将止扶桑矣。”诗中“止酒”其实就是“戒酒”,全诗虽然不断言“止”,然实难以止,谈饮酒时激情四射,谈止酒,似乎言不由衷,表现了想戒酒又不能离开酒的矛盾心理。

宋代杨万里也写有一首《止酒》诗,与陶渊明的《止酒》诗异曲同工,全诗诙谐婉转地表达了他戒酒的失败:“……如何酒未绝,告至愁已先。我与意为仇,意惨我不饮。何如且快意,伯雅再遣前。来日若再病,旋旋商量看。”在杨万里看来,酒虽然给人带来疾病和痛苦,但是若缺少了酒,则又生出无限愁思,使人更加痛苦,只好接着再喝了,如果以后再生病,那就“旋旋商量看”吧,欲戒难舍的心情展露无余。

按照现代人的说法,陶渊明、杨万里其实是患上了“酒精依赖症”。怎样让嗜酒如命的人也能戒掉酒瘾呢?古人也有妙方,唐代的《外台秘要》中就有断酒方十五首,其中的《千金》断酒方是这样的:“酒七升,著瓶中,熟朱砂半两著酒中,急塞瓶口,安猪啄动,经七日,取尽饮之,永断。”其实,这类方法只能算是对嗜酒者的一种心理疗法,使嗜酒者饮过这些经过特殊处理的“恶心酒”后,对酒产生一种厌恶心理,从而打消饮酒的念头。当然,如果今人要使用此类“妙方”,一定要先进行科学检测,从而确定这些配料是否真的有效果而无大毒。

## 烤红薯

□ 吕传彬

一个生活在异乡的人,对故土最具体的怀念莫过于饭菜。不一定是珍馐美味,也不一定人人都喜欢,只是自己从小吃惯的那种味道。

早年的时候,冬天的街边常有人摆一个大汽油桶改装成的火炉卖烤红薯。还未近前,浓烈的焦香味就扑面而来。红薯这东西,不同地方有不同叫法,有的叫番薯,有的叫地瓜,而在我的家乡就叫红薯,因为它的外皮是暗红色的。现今超市还有一种细小的紫皮品种,不那么甜但很密实,称作紫薯。

街边烤红薯比在家里烤香甜,这不是错觉而是烤炉的功劳。改装烤炉的人是个天才,废物利用妙到毫巅。大油桶下部砌出一个圆桶形炉膛烧炭火,也有烧蜂窝煤的,靠上的一圈台阶放红薯。桶顶开口加盖,以便火钳伸进去加煤以及取放和翻动红薯。而烤熟的红薯则放在桶顶的铁皮上,既保温,又是最好的展示。

家乡的红薯皮红瓤黄,口感甜糯;但就像去菜市场一样,再好的菜顾客们仍然免不了要挑拣一番。精明的摊主总是在烤炉顶盖上摆几只形状和颜色各不相同的红薯,有胖乎乎的、也有两头尖的、还有弯着腰的。围在炉边的买者以年轻女孩为多,很多小情侣也经常光顾。面对外焦里嫩流着焦褐色浓稠液汁的红薯,任谁都难以抗拒那巨大的诱惑,忍不住咽口水。

曾经听到排在前面的女孩艰难地说:“你别再给我买了,我都吃胖了!”随行的男孩笑着说:“没事,想吃就吃嘛!”摊主则不失时机地推销道:你们是要吃甜的还是面的,还是要水大的?所谓“面”是家乡的表达方式,形容吃起来比较干噎,但有人就喜欢那种绵密的甜腻。哪种红薯更受欢迎因人而异,还真没定论。

棘手的事情我们通常形容为烫手山芋,英文中也有相应的说法叫烫土豆,其实应该叫烤红薯,因为它更有群众基础。离开烤炉,男孩女孩手中各捧一只滚烫的红薯。女孩手中的是细溜溜的,男孩手中的是圆滚滚的。他们捧着烤红薯在双手间不停地倒来倒去,嘴里喊着烫,手都顾不上擦了,两个人甜蜜得仿佛两只烤红薯。

买一个烤红薯,手暖、嘴暖、全身暖,最适合边走边吃。街边的烤红薯与冬天形成一道

绝美的风景,那一个个动画般鲜活的场景至今还留在我记忆深处。有时我也在家里烤红薯,但家里的烤红薯的确没法跟大油桶烤出来的比,因为家里的炉子烤不出红薯表面的那一层焦褐黏稠的硬层。那像是一层糖浆,最是香甜可口。大油桶烤的红薯可以在里面长时间加热,只要还没卖出去,就一直焖在炉子里面,焖得非常透,非常软,淀粉分解为麦芽糖,随着水分流失,糖分愈加浓缩,甜度自然更高。这是一般家庭炉灶难以做到的。

红薯是一种接地气的、介于主食与零食之间的食物。可以烤着吃,也可以蒸着或煮着吃,还可以煮在粥里做成红薯稀饭。从营养学的角度看,不论怎么烹饪,一个红薯所产生的热量是相同的。红薯富含膳食纤维,能润肠通便,吃下去还能增加饱腹感,因此被当作很好的减肥食物,但是它毕竟跟土豆差不多,也有相当多的热量,吃多了一样会胖。而且吃得太多,肚子里产气太多,会不时制造局部空气污染。

红薯这东西,每当秋末冬初新红薯上市时,我总要去买上一些。家里的烤箱很大,如果烤的时间足够长,也会“出糖”焖出焦汁。坐在一旁读书,甚至还能听到烤出焦汁的滋滋声。唯一不好的地方是,冬天不便开窗户,尽管开足油烟机,紧闭房门,楼上楼下还是会充满惊天动地的烤红薯味。

烤红薯非常简单。洗净红薯,不包铝箔,直接放入烤箱,温度设定在摄氏200度,烤一个小时即可。关火后最好再焖一会儿,端出来就是软软的、焦焦的、香香的、甜甜的烤红薯。趁热手忙脚乱地吃下,果然心满意足,觉得生活好奢侈,没有了年轻时摸摸口袋、看看烤红薯的犹豫与窘迫。

烤红薯解的不仅仅是嘴馋,这熟悉的味道一下就把我带回故乡。仿佛年少的我,又一次站在了街边的大油桶前。



## 摊黄儿

□ 闫吉平



摊黄儿是一种风味独特的烙制食品,又名黄煎,也有人称其为摊馍馍。摊黄儿的原料为小米面。

做时将发好的面,兑好碱水,加水,搅匀成面糊状,稠稀能倒开,舀一勺,轻轻地倒在加热好的鏊子里面,盖上鏊盖,等两分钟左右,待米糊凝固变色,挑起边缘折叠起来,香甜美味的摊黄儿就做好了,摊好的黄儿松、软、香、甜。

每年清明节前后,摊黄卖得十分走俏,深受顾客青睐。

摊黄通常五元六个或十元十三个。吕梁人很多都爱买得吃,许多外地人品尝后,也都竖起大拇指,赞不绝口。

舌尖上的美食  
—— 吕梁故事 ——