

春日麻雀

□高明昌

母亲对我说,今天的麻雀有点怪,一群一直绕着她的脚步跳来跳去,叽叽喳喳;一群一直在远处的大树嶙峋的枝干上排队站着,伸颈探脖,不叽喳,不走动。我问母亲,你要去哪里?母亲抖了抖手里的农具:一把铁搭,一只篮子。哦,翻地去了。翻地,我突然想起小时候与母亲一起翻地的情景,地一块块翻转后,土里那些大大小小、长长短短

的白嫩的虫卵,都会裸露出来见太阳的。想到这,母亲明白了,我也懂了。母亲一抬步,麻雀慢慢地让开道。今天啊,母亲去哪儿,它们就去哪儿,母亲现在去菜园,它们就去菜园,母亲翻地了,麻雀们的眼珠子盯着母亲的锄头,也盯着翻转的土块,盼着、看着乌黑的土里一个个雪白的东西滚出来,而且这东西最好蠕动着,或者蜷缩着身体。

母亲说,麻雀真是识货!是的,麻雀的识货不单单表现在晓得自己吃什么,而是也晓得自己过的日子是什么日子。现在是春天的日子,想那冬天,又是风又雨,有时还夹着雪;春天来了,一点也不张扬,好像就阳光和煦了几分。麻雀的感觉比我灵敏,而且精准。古人说的“春江水暖鸭先知”的地方是杭州,我们这里麻雀是先知,挨下来才是人。而我对春天的感觉是四个字,叫做:说暖就暖。连雨丝也是,天下雨时,伸出手,雨滴手心,捻一捻,点点都是暖;那些青菜,颜色变淡了,个子变高了,长菜心就像升一面面的小旗帜,菜心一下子顶出了各种颜色的花,有蛋黄的,也有墨绿的。就此想起朱自清关于春姑娘的说法,春姑娘在哪里?我想说,到了今天,这姑娘啊,你说在哪里就在哪里。

还真的是这样,小时候,冬天里麻雀在仓库场的水泥地上,走来走去,低着头,寻觅着谷粒。那样子真的无精打采,非常落魄,寒冷的季节不但是冷,连吃的东西也是遍找不着,就希望冬天短一些,这是麻雀的心情,也是我的心情;读了中学看见自己的手生冻疮了,变成了浸水的红萝卜;脚趾头冻得钻心的疼,就套用雪莱“冬天到了,春天还会远吗”的话来安慰自己,其实一点也不顶用。回家了,抢着烧火,躲在灶膛口,完后用一只脚炉烘脚比念诗暖心几百倍。那个时候真的盼望春天早点到,比朱自清还要急切三分。

学会睡眠

□詹超音

人的一生从睡眠中来到睡眠中去,将三分之一的睡眠睡好。谁不想此生拥有好的睡眠?但很难。神仙可以不睡,也可以睡上几年、几十年;凡人不行,不睡会死,不醒定是昏迷。

人脑不可能只转不歇,不歇会错乱;骨骼、肌肉、皮肤,所有器官都得休息,因为都不是能够连续运转的部件;只有心脏从不休息——最无私,并强大。

至尊的还是大脑,因为它是指挥中心,指挥你一切,可它也得歇息。如乐队,吹的、拉的、弹的都得歇,所以没一个指挥能舞个不停。歇就是要求睡,就是平躺,放空,把眼睛闭上。睁眼睡的张飞。

正常入睡,有几分钟,最多几十分钟,中间不醒,一惚,醒来神清气爽。翻来翻去,睡意越翻越没,必是喜悲所搅。范进中举,喜极而疯,梦里也在说:“中了!中了!中

所以,麦子绿茵茵了,叶苗在微风里抖动、闪耀,就暗喜春天的到来,至于麦子的拔节速度、我不关注,那是母亲的事情。我与春天,就看天气送不送我温暖,哪一天突然回冷了,我第一声要骂这鬼天气,而自己穿多穿少,从来不想,想的就是天要识相,应该照顾人家。

春天里吃什么?好像没有其他季节有讲究,倒是看见了麻雀吃饭的方法。天一暖,麻雀更像饿死鬼投胎,吃饭就像风扫云,跟家里的黑里(狗)穷凶极恶的吃法一模一样,一口叨住虫,从来不咀嚼的,直接咽下去,咽不下,情愿放在喉咙口打结,也不给别人尝个鲜,不知道礼让同伙。母亲不待见它们,但这虫子,恶心,母亲是不要的,泥土反转后还捣碎,便于麻雀啄食。这是春天的礼物,是老天送给麻雀的,人占不得,母亲心里明白。但对于树,麻雀确实非常爱护的,比如那些新枝嫩绿,麻雀就是饿死,也决不去轻易下嘴啄吃,做屋生蛋,飞来飞去,眼睛寻找的,嘴里衔的都是老枝旧枝。这一点麻雀比人更懂得感恩,自己的屋是坐在树上的,不忘树的恩典,这是原则,原则不可随意破坏。

麻雀生来就是飞将,在春风里飞的感觉比较惬意。春天的风,柔和、流畅,不黏糊,既没有夏季热风那样的燥闷,也没有冬天北风呼啸的那样坚硬,因此飞东飞西,可以随处、随性。有飞时总有停时,麻雀喜欢在花草草的下面走路散步。这也是摸准时间节点的,这个时候,那些一夜之间分娩出鲜活生命的枯草衰叶,一下子就横生出许多水灵灵的气息,它们有了绿,有了芽,有了枝叶,有了蓓蕾,有了怒放的鲜花,也有了把花草茎秆枝叶当作主食的虫儿们。麻雀一边闻着花草的香味,一边察看着地面,一旦发现什么好上口虫儿,就啊呜一口吞进喉咙,从来不顾及他人的生命,麻雀知道这机会只有春天有。

母亲翻地回来了,一只只麻雀也跟着来到了客堂门口的地上,它们跳跃着,也叽喳喳,其实麻雀是可以闭嘴的,享受春的爱抚,谁都有权利的,虫子也如此,用不着欢天喜地。母亲说,就这几天的日子,土地一下子干燥了,松软了,连颜色也鲜嫩了,看上去白亮、清爽。母亲说,明天,再去翻地。我不知道这话,麻雀听到、听懂了没有?

了!……”等于没睡。伍子胥过关,心焦没睡,一夜白头。可见悲喜十分劳神,会影响睡眠,寝不安宁,人体怎不折损?

我常遇这种情况,数过羊,练过气功(有点微效),反反复复,最终认定:睡眠既然受情绪影响,那就设法别让大脑过度活动。首先把握好生物钟,11点之前是睡虫打更的时间,易眠;过了此点,睡虫会逐一散去。再是,真要想事,就挑顺心的事想,千万别去想明天的事,明天的事没个准,所以会缠绕不休,天亮之后百分百白想。

有好几位友人时常失眠,成仙。其实他们十分苦恼,不愿成这样的仙。同一情况:自觉不自觉地想事,挥之不去。不得不采取一个措施:吃药。有的第二天精神尚可,有的萎靡整天,到了该寝的时候却都十分抖擞。这是病又不是病。紊乱了机体,但可以自行归正。逐渐改变习惯,坚持一点:拿得起,放得下。

雅鲁藏布大峡谷游记

□严建华

自2005年雅鲁藏布大峡谷被评为中国最美十大峡谷之首后,有越来越多的人想通过亲身体验来揭开她神秘的面纱,亲眼目睹大峡谷的风采。去年六七月份期间,我参加了由旅行社组织的川藏线巴士26日游。那一天,我们慕名来到位于西藏林芝地区派镇的雅鲁藏布大峡谷旅游区观光。

被藏族视为“摇篮”和“母亲河”的雅鲁藏布江河床高度大,所以又称“天河”。天河下游的雅鲁藏布大峡谷不仅是中国最美十大峡谷之首,也是世界第一大峡谷,获得中国世界纪录协会的世界最深峡谷、世界最长峡谷两项世界纪录的认证。

大峡谷北起米林县海拔2880米的大渡卡村,雅鲁藏布江下游江水声势赫赫、大气磅礴自西而来,绕行南迦巴瓦峰,峰回路转,作马蹄形大拐弯,向南奔腾而去,形成了一个巨大的峡谷。

大峡谷映衬着雪山冰川和郁郁苍苍的原始林海,云遮雾涌,神秘莫测。大峡谷的水,从固态的万年冰雪到沸腾的温泉,从涓涓细流、帘帘飞瀑到滔滔江水,真是千姿百态;大峡谷的山,从遍布热带雨林的山脉到直入云天的皑皑雪山,令人惊羨,雄奇险幽,叹为观止。大峡谷构成奇特的原生态的美景,处处体现大自然造物之神功。壮观、奇特、雄伟、秀美、原始、自然、洁净,雅鲁藏布大峡谷将其发挥得淋漓尽致。

从大峡谷旅游区大门开始,我们换乘观光车进入景区,把

我们带到了个变幻莫测、鬼斧神工的峡谷世界。

首先我们来到的是千年大桑树观景台,传说该树是由藏族吐蕃王松赞干布和文成公主亲手种植的,硕大的树干挂满了哈达,树的背后即是南迦巴瓦雪山。向下极目远眺,是掩映在密林中隐约可见风光旖旎的村落,雾气蒙蒙,炊烟袅袅,其周围是被绿树和野花点缀的旷野,满眼葱绿苍翠,别有天地,简直是一幅宁静的山村水墨画。

大峡谷旅游区内最吸引人的是峡谷拐弯观景台,是每个游客必到之处。这个并非是传说中的南迦巴瓦大拐弯,但是也可以看到天河拐弯山势蜿蜒的视角。在这个用巍峨的岩石垒起的亲水观景平台上,首先映入眼帘的是大江对面高耸的峭壁,峭壁的岩石嶙峋突兀,层峦叠障,大峡谷河床边上巨大的石块,个个粗犷壮美,块块刚毅坚硬。这些层层断岩悄无声息地记载着大峡谷地质形成及发展的历程,使大峡谷显得格外的巨古与沧桑。虽然天气阴沉,但是还是可以看到远处山峦起伏连绵的壮观,山峦的棱角刚劲,层次分明。在峰峦间浮动着的蓬蓬松松的白云,形成迷离恍惚云海,层层叠叠,如雾如烟,形状奇特。在远处的某些视角,云雾与浪涛融为一体,我们只能从上下方位来辨别它们。

这个观景平台的左侧竖立着一块2米多高的岩石,上面用中、藏文碑刻着“世界最大峡谷”、“雅鲁藏布大峡谷”红底字。在这

里我们能与天河零距离接触,感受到江水汹涌澎湃的气势和震耳的轰鸣。壮阔而又湍急的雅鲁藏布江后浪追赶着前浪,犹如万马奔腾,浩浩荡荡,急急忙忙由西波涛滚滚而来,向南奔腾呼啸而去,势不可挡,蔚为壮观。在这块岩石的背后,有一个狭长的山涧,山涧的顶端被绿树遮掩,汨汨泉水似从天上垂下的一条闪亮的银丝带,至上而下分成几次水帘珠撒玉蜿蜒飘下,经过台阶似的断层,泻泻到底,溅起一层白色的水雾,恰似从酒杯中倾倒而出的一股清香琼液,最后投入雅鲁藏布江怀抱。如果把天河汹涌涛涛、奔腾呼啸引发的轰鸣声比作巨人的吼叫,那么这个山涧中的潺潺之声则是文静优雅的大家闺秀在浅唱低吟。

直白村观景点是观看南迦巴瓦雪山的最佳地带。该雪山是大峡谷地区最高的山,海拔7782米,其巨大的三角型峰体终年积雪,云雾缭绕,从不轻易露出真面目,所以也被称为“羞女峰”。由于天公不作美,不论是在哪个观景台、哪个角度、把眼睛睁得再大一点,连该雪山的轮廓都看不清楚,不免有些遗憾了。

雅鲁藏布大峡谷神奇壮丽无与伦比,那些我们在梦中都幻想不出的绝美景色,观之令人宠辱皆忘、心旷神怡。这些都是大自然的造化 and 赐予。这里有纯净的天空,飘逸的云彩,雄伟的雪峰,漂亮的大拐弯,丰富的宝库,怎能不让人感到美不胜收、流连忘返!

探访上海龟寿文化体验馆

□陈雪林

下几级石级,见一池内,二十多只乌龟叠罗汉的晒着太阳……

踏进展示馆,在微弱的灯光映照下,瑰丽多姿的钟乳石、石笋、石柱等景观展现在眼前,脚下走过了溶沟、溶槽,我仿佛置身于亿万年前的溶洞里。几个转弯我来到了龟类展示馆,在一只只玻璃缸中展示着:黄山黄缘龟、云南黄额闭壳龟、云南闭壳龟、安徽鹰嘴龟、绿海龟、马来闭壳龟、中华条颈龟、红颈乌龟、美国火焰龟、木纹龟、剃刀动胸龟、优雅伪龟、黑瘤图龟,澳大利亚的红颈龟,新西兰剃刀龟,加拿大安部龟、黄斑水龟,日本拟水龟,欧洲池龟等。在这里能看到全世界130多种乌龟和生长了100多年的百年老龟,以及可以体验到养生长寿产品和学习乌龟长寿的知识,了解乌龟为什么最长寿和中华五千年的龟寿文化。是华东地区一个最大的龟寿文化体验馆。

金龟岛岛主、龟寿文化体验馆馆长李红民介绍:在贵州省关岭县距今2.2亿年的晚三叠纪早期地层中发现了一批原始龟类化石,这是迄今为止发现最原始的龟类化石。三叠纪时期的龟类化石在世界上极为罕见。龟分布于世界大部分地区,至少在2亿年前即以同样形式存在了。

跨入宽敞的庭院,这边,有一只人宽浅水池,池里养着数只生存一百多年的老乌龟,在池里缓慢爬行,有的荫蔽在水下礁石间。那边,我抬头仰望,见脊梁上置放着我国古代伟大的思想家,

道家的创始人老子的雕像——坐北朝南矗立着。据最新考证,老子生于公元前571年农历二月十五,属虎,于公元前390年逝世,享年181岁,又一说寿长253岁。我思索着老子的长寿秘诀……

我怀着好奇心来到了龟卵孵化室门外,套上消毒鞋套、穿上外套,走近孵化室,只见几十枚龟蛋在暗红色的沙土上“睡大觉”,又见5枚龟蛋在沙土上正轻微的摇晃着,我目不转睛地注视着3枚卵蛋正欲出壳,你看,稚龟的头颈已穿透蛋壳外,继续伸缩或蠕动向壳外爬动,稍等片刻,一只稚龟完全爬出了蛋壳外,第二只、第三只稚龟又出壳了……

龟寿文化体验馆坐落在青浦区金泽镇建国村(G50沪青平高速金泽出口大转100米小转),位于淀山湖畔,东邻东方绿舟,北傍大观园,馆内开设于2007年的上海金龟岛养生基地,是国家AAA级景区,上海市新农村示范点,青浦区钓鱼协会总部和垂钓基地。

相传明朝皇帝朱元璋在军师刘伯温的护驾下视察了金泽古镇和地形后,称“龟形”地形,金泽遂以金龟风水宝地延年益寿而得其美名。

龟文化在历史的长河中源远流长,是我国人民传统的镇宅宠物和食疗补品。大家都爱龟、养龟、用龟。这样既可以保护了物种,又造福了人类,使龟产业走上可持续发展的康庄大道。