

米易蔗糖：冰盘荐琥珀，何似糖霜美

诗意花城

□吴兴刚

米易的甘蔗，最早生产出的是一种汁水——柘浆，稍加澄清，即可直接饮用。后来，随着一条条纵横交错的民间商道连接起山外的世界，善于动脑筋的人将柘浆进行熬制，生产出了一种能够携带、运输，较有形状的产品。这种叫“錫”(音“t á ng”)的产品随着马帮流动，渐渐地为人们带来了收益，因为当时此地名迷易，人们以其为名，称之为“迷易錫”。如今，在民间还流传着“迷易錫”与司马相如的一段佳话。

汉代文学家、有“赋圣”和“辞宗”之称的司马相如因弹唱那首著名的《凤求凰》，使得在帘后倾听的卓文君怦然心动，暗许芳心，私奔后当垆卖酒，琴瑟和鸣，传为佳话。然，后一段时间里，美人衣带渐宽，日益憔悴，幸得有人寻来“迷易錫”，辅以生姜、大枣熬汤吞服。数日之后，文君面色红润，如明珠生辉，美玉

莹光，越加妩媚动人。数年之后，司马相如经略西南夷，“通零关，桥孙水，以通邛都”，把安宁河流域的米易之地纳入了中央王朝的版图。与之相随，一条由四川到身毒(今印度)的零关道(沟通四川与云南的古商道)被开辟出来，成为中国西南繁忙的贸易线路，这条也被称作西南丝绸之路的官方商道，后来又成为茶马古道的一部分。这条大道的开通，为“迷易錫”等特产通江达海提供了一条便捷的通道。

相传，公元225年，诸葛亮“五月渡泸”，率兵南征，“深入不毛”。其间，他率军来到泸水(金沙江)江边，只见瘴气弥漫，数尺之外全无视线，将士们畏缩止步，危机毕现。诸葛亮当机立断，马上让士兵们筑竈(灶)搭锅，砍伐河畔野生甘蔗，取汁熬浆，加上面粉，做成馒头，祭祀河神，果腹将士。数日之后，天澄地朗，河清海晏，军心振奋，一举渡河，平定西南，留下了七擒七纵之传世

佳话。后来，诸葛亮将其发明的“直风灶，连环锅”熬制之法无私地传授给了孟获，孟获又将其教授给了属民和安宁河畔的种植蔗人。

蔗糖上市时节，集镇上散发出的香甜，与河畔糖坊里飘逸出的醇香交织，迅即浸染了整个山川河流。生于斯、长于斯的《邛崃野录》一书的作者何东铭，引用苏轼的诗句赞叹米易蔗糖：“江河与中吟，共此一味水。冰盘荐琥珀，何似糖霜美？”形象生动的描绘，让米易蔗糖的甜美形象顿时跃然纸上。

经过一代又一代人的探索和光大，当年，诸葛亮传授的熬制之法已进化为今天令人津津乐道的古法红糖技术，走进了国家地理标志保护产品、省级非物质文化遗产的行列。的确，自汉而起，承唐而兴，借烈烈两千多年灶火，一块以“不毛之地”不为人知的偏僻之地，逐渐舟车辐辏，商贾云集，集镇熙熙攘攘，摆满了形状各异的碗碗糖、生肖糖之

类，当然最常见也是最受人欢迎的是长方形，俗称砖糖的红糖。

米易从二十世纪六、七十年代开始大力发展甘蔗糖业生产，用机械化生产白砂糖，在本世纪初突破入榨甘蔗三十万吨，生产白砂糖三万多吨的历史纪录。此后，因为市场变化而盛入衰。继承了糖业生产衣钵的米易华森糖业有限责任公司，复活了米易红糖的历史。熊熊炉火，燃起的不仅是企业的重生希望，而且是对早已移植到中高山区甘蔗的拯救，也承担了以此带动新山傈僳族脱贫的重任，延续了中华民族尊崇自然、顺势而为，续写民族交融的文化根脉，成为米易县民族团结进步、共同繁荣发展的一块光彩夺目的金字招牌。

如今的米易红糖从甘蔗取汁到最后的成品入库，依然秉持自然法则历练，全程物理方法自然结晶，以拙朴的熬制工艺，把对天地万物的心意和创新发展的才能，“接力棒”一般代代相续。



翠野环山，水映云闲。（余莉 摄）

仁和新影：烟柳画桥 清风满城

□王国霖

“臭仁和，热渡口，好要不过河门口”，这句上世纪流传于攀枝花的顺口溜，像一枚被岁月温润的老邮票，贴在几代人的记忆册上。“臭仁和”被排在头一位，可见那股独特的“气味”，曾是这片土地上的印记。

几时的我总在琢磨，仁和的名字莫非真与“臭”字脱不开干系？可任凭我在街巷里疯跑，在田埂上打滚，也没能捕捉到传说中的异味。那“臭”像个调皮的谜，藏在长辈们会心的笑里，藏在泛黄的记忆里，伴着金沙江的涛声，在风里传了许多年。直到多年后，我受仁和区作协邀约，参加了一场文学盛会，才从仁和文联二水先生的娓娓讲述中，将谜底解开。

二水先生自豪地告诉大家，仁和的“臭”，是带着烟火气的勋章！

上世纪六十年代，“好人好马上三线”的号角划破长空，无数建设者揣着滚烫的热血与赤诚，一头扎进这片蛮荒。攀钢高炉在群山褶皱里轰然立起，钢花在夜空中绽成星火，而炉火映照的，是建设者们亟待填饱的辘辘饥肠——他们的餐盘里，正渴盼着一口新鲜蔬菜的真实。

仁和，便成了支撑起这场工业史诗的“大后方”。硬如铁石的土地，被一双双布满老茧的手层层翻松，倔强的火箭草被一寸寸连根拔起，让位于稻禾与菜苗。田埂间、沟渠旁，农家肥的气息日复一日地蒸腾、弥漫，在天地间发酵。那气味确实算不上清雅，散发出来的全是粪水的臭、秸秆的腐，混着泥土的腥，在烈日下涨成一股汹涌的生命力。可就是这股“臭”，藏着最实在的温暖，它裹着泥土的芬芳，混着汗水的咸涩，滋养出一茬茬青菜、一担担瓜果。村民们每一滴砸入进泥土里的汗水，都带着咸腥的回甜，在阳光下酿成了稻穗的饱满、蔬果的甘甜，滋养着攀钢的炉火，也滋养着这座城市。

时光一晃，如今的仁和，早已换了人间——蓝天像被绕城河水清亮地洗涂过一般透亮；河岸边垂柳依依，风一吹，漾起了满河的碎金；昔日的菜田旁，立起了鳞次栉比的新居；沿街商铺挂满了霓虹，风帘翠幕里飘出的是咖啡的纯、糕点的香、水果的甜；桥头亭榭里，老人们摇着蒲扇闲话，说的是当年的“臭”，笑的是如今的“甜”……“臭仁和”的旧影，已被晕染成烟柳画桥、清风满城的如画新景。

我立于河畔，看柳枝轻摇，听两岸笑语漫过，忽然就懂了：仁和那曾被念叨的气味里，藏着的是滋养阳光花果城的养分，撑起的是康养攀枝花万家灯火的底气。那里面，裹着奉献的热忱，坚韧的筋骨，更裹着一代代人把贫瘠土地耕织成锦绣家园的热望。

放牧心灵

□刘永贵

周末，去乡村走走
软软的泥土依然亲切
庄稼地是一幅全新的油画
玉米杆正在瘦身
两只小鸟立于杆间打闹
走进绿色的山林
采木耳采鸡枞
想和大自然说说
想说的就是要感谢大地的馈赠
不知道怎样才能报答这一片深情
只好在这风中放牧心灵



雾锁霞光。(丁锐 摄)

板凳上的“龙”文化

□周越

在仁和区大田镇宝兴山脚下的银鹿村，传说在三国时期这里曾是诸葛亮的战马放养地。如今，银鹿村除了芒果出名外，它所拥有的独特民俗文化更是光彩——两位婉约动人的农家女子在前、一位阳刚健壮的男子在后，手举“祥龙”，时而旋转、时而翻滚，在鼓点声中挥洒热情，彩龙翻腾、独龙耀目……一条条活灵活现的“板凳龙”翻滚在村民们的双手，舞出了欢乐、舞出了喜庆、舞出了丰收。

这就是来自银鹿村传承上百年的文化遗产——板凳龙。

仁和区文化馆馆长梁家诚说，大田板凳龙自清朝便从元谋传到了这片土地，一直流传至今。一条“板凳龙”由三人组合而成，在田间小道、农家小院，农闲时处处都能看到这样的“风景线”。板凳龙用最生动、淳朴的方式将劳动人民的笑容镌刻流传，让当地丰富的民族文化延续不断。

舞蹈里的美好愿景

银鹿村的“板凳龙”表演队在坝子上排练动作，板凳龙第七代传承人、36岁的廖国良在一旁数着拍子打着节奏。

她说，小时候没有现在那么多的娱乐方式，平时看乡亲们唱歌跳舞就是最开心的事了，其中最精彩的就是舞板凳龙。她笑着问记者：“你知道板凳龙为什么是两女一男吗？”

传说，以前有段时间一直不下雨，大旱可愁坏了村民们，就连村里小河沟的水也所剩无几。有一天村里一农户全家下地干活的时候，看见小河沟里有一条“小龙”陷在泥里翻滾挣扎，于是这户人家赶忙拿来一条板凳帮助小龙上岸，可这小龙刚上岸就没了影儿。农户抬头张望寻找小龙的时候，却看见乌云滚滚，不一会儿就下起了大雨。农户喜极而泣，跪地而拜，称是“龙王”显灵了。后来村民们为了感谢“龙王”，便创作出了板凳龙舞蹈，刚巧救助小龙的一家人是夫妻俩和女儿，就有了“两女一男”的组合，还有着“翻龙”“举龙”等动作。

板凳龙最初就是一根板凳舞叫“耍凳子”，与狮舞、九连环共同组成闹

花灯戏。表演者举着光板凳起舞，属于花灯中表演形式之一。当地农民在农闲时，以家庭为单位3人合舞一条木凳，自娱自乐，后来在表演中加入了比赛的环节，以难度大小决定胜负。舞步有十字步、调整步、穿梭翻龙三个动作，音乐采用的是近似云南花灯的曲调。

板凳龙的凳子长99厘米、高50厘米，主要材料就是木头。上面用竹子和稻草编制而成的草龙为道具，龙身长110厘米，龙头高50厘米，龙尾高57厘米。龙是用尼龙线绑在凳子上。

舞龙由三个人配合完成，三人一般是一男两女的组合，两个女孩执板凳龙的前腿，两人的距离在一个拳头左右，男子在后用两只手拖住凳子的两条后腿，掌握整个凳子的中心保持平稳。

舞动时，三人配合走四方步，步伐要统一，注意步子之间的距离，跨步不可超过10厘米。每走一步都有特殊意义，一步踏吉祥，二步踏富贵，三步踏和谐，四步财门开。所以，要求男子舞者刚劲有力、女子柔美自然。

主要的“翻龙”动作也是有技巧的，两个女子面对面站着，两手握住凳腿把龙身从两人之间翻转开来，左右两边一边两圈；男子在后，左右手交替握住凳腿，配合两个女子的拉力，掌握龙身和龙头的方向穿梭在两个女子之间，完成翻龙的动作。

“转龙”动作表达的就是庆祝风调雨顺、庄稼丰收的高兴场景。首先，板凳龙在三人侧面放平，看上去龙像卧倒的样子，三人两只手拿住凳腿，一个女子成半蹲状，另一个女子和男子背靠站好，女子要站直，手往前打，直拉好凳腿，站着的女子为轴心，半蹲的女子和男子围绕着轴心转圈，也是左右各两圈；换成另一边时，女子也互换一下动作，来完成转龙的动作，从上往下动，像一条条小龙在欢快的旋转跳舞。

梁家诚说：“经过百年传承，我们今天看到的板凳龙已经十分精美。”

坚定的传承之路

廖国良家祖祖辈辈都会舞板凳龙，但随着家里的长辈们逐渐衰

老，“传承人”这个担子就落到了她的肩上。

她说，如今的板凳龙表演阵容可大可小，两三条板凳龙可以表演，大到十甚至上百条板凳龙更能表现出恢弘磅礴的气势。从清朝延续至今的板凳龙，无论是“神话传说”，还是一代接一代的传承人，无非都是想将这一份民族文化瑰宝传承延续，把大家祈求吉祥如意、风调雨顺、共同富裕的美好愿望延续下来。

在生活节奏快、娱乐方式多的今天，历史文化传承之路该如何往下走？

廖国良说：“板凳龙舞延续至今，以前它可能只是年轻人学板凳龙的还是有所缺乏。所以，作为第七代传承人，希望有更多的年轻人来加入我们的队伍，把板凳龙文化继续延续下去。”结合“非遗”传承进校园实践活动，大田镇板凳龙项目依托大田中学，积极挖掘地方资源，开发民族校本教材。现收集板凳龙道具100余条，服装100余套；将校园作为非遗传承的承载点，开展板凳龙的传承工作。

廖国良积极带领村民们学习板凳龙舞蹈，希望“人人都会、家家都舞”，如今村里有50%以上的人都会跳板凳龙，她和学校老师共同努力，编排出了课间操版本的板凳龙，让孩子们更加了解、学习、喜爱上当地的板凳龙文化。

板凳龙先后荣获四川省第十二届少数民族运动会一等奖、四川省农民健身展示大会二等奖等多个奖项；2023年，仁和板凳龙被评为四川省级非物质文化遗产代表性项目。

如今，大田镇板凳龙不仅仅是当地村民自娱自乐的节庆舞蹈，更是作为攀枝花的文化品牌名扬四方。

□周正斌

今日攀西，雨水不绝。环钢城诸山，群峰幽壑，苍翠满目。西南形胜，有巨龙横卧者，雄奇秀丽，松林青黛，苍郁覆山，通体黧黑，迤邐绵长，是谓大黑山也。

其铁矿藏富集，煤铁钒钛诸宝咸备，因之建城，号曰象牙微雕，名曰攀枝花。峰巒一塔高耸，摩云插天。登临远眺，斯乃钢城胜境矣。群山环峙，中土平旷，大江蜿蜒，屋舍俨然，厂宇林立。四季花发，果蔬不绝，蓝天白云，冬暖夏凉，气候宜人，遂称康养之地，亦号阳光花城。昔武侯诸葛，五月渡泸，深入不毛，平定蛮荒，岂料今朝大道通衢，富甲一方哉！

是日，余与诸友入山。自城乘车，经炳桢桥，过东风，抵弄弄沟，弃车而登，循山脊历级，重走茶马古道。连日淫雨霏

霏，林湿山重，佳木秀而繁阴，野芳发而幽香，云雾绕而峰隐。林深阴翳，飞瀑悬流，清泉淙淙，鸟鸣啾啾，云蒸雾蔚，菌草丛生。唯山道崎岖，斗折蛇行于林间。一峰尽，忽转一峰，目不旁瞬，足不得息，如是十余里，腿软膝酸，汗流浹背，始达其处。观诸友，皆仗双杖，行行停停，采菌寻幽，气喘吁吁。夫子笑曰：“如此山行，无事自扰，徒寻其虐也。”

正午，聚食于山坳。俄而山雨骤至，冒雨至陡崖采野韭芽，雨止，遂原路返。雾散云开，城市山川、桥梁道路，复现目前。

欲得山行之乐，必先有好心境。心中有花，何处无景？一花一草，一虫一蚁，一碑一石，一楼一阁，一泉一瀑，一山一涧，一江一河，初视似同，细察迥异。自然之物，人文之迹，各具风致。触景生情，直抒胸臆，正如孔子登东山而小鲁，登泰山而小天下也。渊明东篱采菊，悠然见南山，荷锄夜归，乐在田园，岂不令人神往？东坡聊发少年狂，左牵黄，右擎苍，锦帽貂裘，千骑卷平冈，淋漓酣畅，气概何雄！霞客读万卷书，行万里路，穷毕生之力，不避险阻，遍历名山大川，探幽寻秘，著游记以传世，后人称颂不绝。

今大黑山辟为森林公园，苍松翠柏，奇峰怪石，朝观金乌喷薄，暮赏彩霞绚烂，暗则瞰百里钢城之雄姿，雨则览云海雪浪之推山。虽无名胜招徕天下之客，然以其山高林密，天朗气清，居钢城之侧，实不负“城市后花园”之美誉也。

金沙评论

于独酌中见天地心——本土诗人杨开连的七绝《饮酒》赏析

□罗松

纵有千难不示人，漫将惆怅付埃尘。独觴莫道知音少，明月清风亦至亲。本土诗人杨开连的这首七绝《饮酒》，以极简练的笔触，勾勒出一幅孤高而自足的精神画卷。全诗不见酒宴之喧嚣，唯有独觴之沉静，但在这沉静之中，却蕴藏着与天地精神相往来的磅礴力量。

首句“纵有千难不示人”，起笔便定下了全诗坚初而内敛的基调。这是一种成熟的生命态度，将万千磨难深藏于心，不事张扬，不乞于人。一个“纵”字，充满了对世间坎坷的蔑视与坦然，展现了主体精神的强大独立性。

承句“漫将惆怅付埃尘”，则进一步将这种内在情绪升华。那片刻的“惆怅”如同尘埃般被轻轻拂去，一个“漫”字，尽显洒脱与不屑。前两句由“不示

人”的内敛，到“付埃尘”的超越，完成了从承受苦难到释然放下的精神进阶。

转句“独觴莫道知音少”，是全诗的转折点。从内在修养转向外在情境——“独酌”。但诗人笔锋一转，否定了世俗对于“知音少”的哀叹。此句巧妙地地为结句蓄势，将诗意引向一个更为辽阔的境界。

合句“明月清风亦至亲”，是全诗的点睛之笔，意境豁然开朗。当诗人举杯，桌上的知己不再是同类，而是亘古的明月与无碍的清风。它们被引为“至亲”，这是一种物我两忘、天人合一的至高境界。诗人的世界非但不因孤独而狭小，反而因与自然宇宙的契合而变得无限宽广。

此诗深得唐人绝句之妙，尤其是与李白“举杯邀明月，对影成三人”的旷达一脉相承，但又更具现代式的内省。它告诉我们，真正的强大，不是在人群中找到慰藉，而是在独处时，能与整个宇宙成为至交。这杯酒，饮下的不仅是酒，更是一份孤傲的风骨与一份自在的禅心。

金沙水拍