

游 踪

游牛街古村，体味“慢生活”

□ 施新第 李灼艳

热水沸腾，白雾缭绕，绿荫楼阁，古宅成群，石板巷陌，悠悠历史，古韵悠悠……位于洱源县牛街乡的千年古村静谧安然，烟雨朦胧，幽静深邃而美好，这里自有一份闲适与安逸，令人忘却都市的喧嚣。

自唐代以来，随着吐蕃与大唐、南诏的交往逐渐增多，滇藏茶马古道日渐形成，牛街村从此成为古道上的一个重要驿站，自古以来商业繁荣，商铺林立，酒肆招风，客商往来不断。设三天一市，并以牛日为大市，因此以“牛街”作为地名流传至今。2008年，牛街村被列为省级历史文化名村。

温泉池边，古木繁茂，遮天蔽日。一池池温泉串联起牛街千年的记忆。它们以临池而生的古树为依托，用卵石垒砌成屋基，尽显岁月沧桑，与老建筑交相辉映。在古树撑起的一片片绿荫下，人们谈古论今，其乐融融，古树特有的香气，混合着牛街生皮、乳扇、糕点、凉豆粉等食物的味道，在老街荡漾开

来。树影摇曳在雕梁画栋的古建筑上，久违的心也随之舞动，感受到悠久历史依旧富有生机，留存在村中每个人的日常生活里。

层叠叠的许多古建筑至今仍完整保存在村上的老街旁，行走在老街上，宛如漫步在一幅历史风情画卷之中。“三坊一照壁”“四合五天井”民居建筑、沿街“共和店”“杜家马店”等保存完好，包括大戏台、魁阁、书院等一些古建筑，雕梁画栋，青砖黛瓦，曲径通幽，古朴宁静。酿酒坊、榨油坊、温泉客栈、农家小院……小住几日，一壶一茶，简单布衣，生活定会有滋有味。

清晨的古村尤为宁静，静得让人仿佛置身于时光深处，甘愿放下所有的心事与烦恼，投入村庄的怀抱。黎明前刚下过一场蒙蒙细雨，古镇上弥漫的雾气让视线变得有些模糊，却也增加了几分雅趣：云雾缭绕，如诗如梦，看远山如诗，近水如画，微风轻拂而来，水面泛起阵阵涟漪。

随着第一缕阳光射入古院落，薄雾渐渐散去，沉睡的古村也缓缓苏醒。老

街早点摊上挤满了人，牛奶鸡蛋、饵丝、米线、面条、包子、热豆粉、油条等等，种类繁多；露天温泉边挑水的人们，晃悠悠来往地穿梭在温泉的雾气中；老街上上班的、上学的、晨练的熙熙攘攘；赶早的菜农挑着蔬菜摇荡在青石板上……那浅浅地漾着暗香的青石板巷，那苔藓苍苍、印记斑驳的砖墙，已在岁月的风雨中不复当初的华彩，但还有老房子宛如历经沧桑仍守望故园的老人，静静地伫立在老街两旁，站成一道余韵悠长的风景。

牛街以温泉为魂，有大小众多温泉，地热资源十分丰富。这里有焐度温泉、“藕子塘”温泉等，建有大型游泳池、露天泡池、室内泡池、大小澡堂等，“温泉经济”“温泉文化”“温泉泉食”的发展，极大促进了经济发展和进步。“地热温泉”犹如“一江春水”，唤醒了沉睡在千年古道中的古村，也盘活了这里的文旅资源。

来到牛街，我们可以泡温泉，边欣赏当地人文地理、民俗风情，品味特色美食，体味温泉养生，触摸古村多姿

多彩的文化文脉，健康惬意。

午后，只见不远处，温泉民宿农家里热闹非凡。院子里的柴火灶上，正煮着酸辣鱼，一旁的桌子上，拌野菜、炖土鸡、油炸乳扇等地道的农家饭香得让人直咽口水。游人的谈笑、厨房的忙碌声，让小院充满生机。

走累了，随便找一家温泉客栈，泡在温泉中，再泡上一壶清茶，细细品味牛街古村的慢生活。闲聊也好，发呆也罢，将生活的压力与烦恼释放，拥抱一段悠闲愉悦、洒脱不羁的时光。

傍晚，暮色渐起，温泉池晚风习习，水流潺潺，雾气又慢慢聚拢起来。牛街古镇如同一位戴着面纱的仙女，含情脉脉，欲语还休。夜色更浓时，行走在街上，到处灯火通明，繁华的夜市将天空映照得格外美丽。此时，可以选择逛逛夜市小店，品尝小吃美食，更能读懂牛街的风物人情。

旅途中，停下匆匆的脚步，待在牛街，尽情沐浴历史的烟雨，触摸历史的深厚文脉，享受恬静的闲暇时光，来一场生命里的“慢生活”！

董泽故居：安然平和 淡泊明志



□ 李维丽 文/图

云龙宝丰，董泽故居门口一条青青的石板路，一沟清冽的水，水流入古街，流到泔江，注入澜沧江，流入了太平洋。

董泽故居，这座大宅的步履很远，它身上镌刻着宝丰的光阴。

宝丰旧名维马、维马井，曾有300年的时间是云龙政治、经济、文化中心。清代后期维马改称宝丰。明朝时期，“董、尹、赵”三姓先后来到宝丰开采盐井。盐业经济的繁荣，这里古道、古物、商道、商铺，古桥、古民居密集。董家大院始建于明代，清末和民国初年做了扩建。董泽曾留学日本和美国，受西方文化的影响，扩建中融入了西方建筑的艺术元素，形成了白族风格与西方元素融合的建筑特色，故居由5进院落组成，建有楼房12幢，建筑面积达1300平方米。

揣测着故居的往事，顺着青石板路，走进董泽的故居。

故居一院是花园式的迎宾院，青石板地，院里开着黄色的小花，石凳、石桌、石桌在绿色的小径旁静默冥想，在面房建有中西风格相融的大门，两侧是当年轿夫和管理人员的住房。二院是正院，里面的桌椅、字画、旧物摆放整齐，布局雅致、大气，为住人居住、贵宾住宿及会客用房。三、四院是家里的小字辈们和做工人员、马夫等居住用房。五院是马厩。整个建筑在木头的底色里散发着旧日的阳光，草木成林，石巷通幽。

在董泽故居的旧时光里，藏着董泽的故事，透着董泽的生活气息。1888年，董泽出生于一个盐商大家，然而，命运多舛，他的父亲早逝，只有母亲含辛茹苦地供他读书。在两位堂兄的帮助下，董泽18岁时离开宝丰，到大理府院读书，后又考入省贡院。1908年，20岁的董泽考取了留日公费生。在日本学习期间，董泽加入了同盟会，积极参加反清活动。

“读万卷书行万里路”，造就了董泽的励志人生。辛亥革命爆发后，在日本读书的董泽回国参加革命，并参与筹划进攻南京总督府。不久，董泽回滇担任云南军督府秘书，并深得云南军都督蔡锷的重器，鼓励其为云南地方发展服务，着力加以培养，1912年由都督府保送他赴美国留学。拳拳报国之心，不因距离而淡化，在美读书期间，董泽曾回滇参加蔡锷等人发动的倒袁护国运动，

并就任护国军总司令部秘书及驻香港联络员等职。护国运动胜利后，再次踏上赴美征程。1920年，32岁的董泽获硕士学位。

“东陆钟灵高教兴滇先行者，宝丰毓秀杏坛席珍第一人”，这是董泽故居大门上的一副对联，也是对董泽的另一个高度评价。在云南，云南大学是无数莘莘学子向往的高等学府，这饱含着董泽的汗水和智慧。董泽从美国学成归来，娶了云南督军兼省长唐继尧之妹为妻，他向唐继尧建议云南单独创办大学。于是，唐继尧委托董泽与教育司长王九龄共同筹办办学。经两年多的努力，1922年12月，中国西南地区的第二所大学——东陆大学（云南大学前身）终于建成，董泽被任命为校长。干一行，爱一行，董泽在大学主持工作期间，既认真于教育管理，又加深自身学术造诣，1925年他又获“法兰西科学院院士”称号。1930年，云南省政府决定改称私立东陆大学为省立东陆大学，董泽才辞去校长职务。二十世纪40年代后期，董泽将自己在故乡的私产全部捐献给地方，用以创办云龙第一所农业职业学校。这副对联就是对董泽的赞誉。

大学校长自宝丰古镇走出，盐商走南闯北的见闻，悠悠的驼铃声，浩瀚宇宙知识的声音早已生长于心，一个古镇，或者一个人的成就，是世界观价值观之后的安然平和，洁净无瑕，淡泊明志。

上百年的光阴，今天人们来到董泽故居，是怀念这位伟大的校长。

除担任大学校长外，董泽有很多身份，他还先后担任过云南教育司长、财政司长、交通司长和富滇银行总办等职务，为云南省的教育、交通事业作出了贡献。

1972年，董泽在昆明病逝，享年84岁。董泽故居于2002年被公布为县级文物保护单位，2012年对外开放，云南大学张文勋先生题写了“董泽故居”匾。近几年，前来董泽故居参观的人越来越多，或瞻仰校长的故事，或研究故居建筑样式，或读书喝茶。



5月23日至24日，为擦亮“云南之源”文化品牌，打造“云南驿站旅游IP”，助推祥云县全域旅游产业发展，祥云县文联组织县作家协会、书法家协会、影视家协会骨干开展了“跟着徐霞客游祥云”采风活动，探寻徐霞客游祥云的足迹，沿路实地走访。

【通讯员 张美华 摄】

徐霞客经过的我们村

□ 又凡

2023年，农历正月二十四日，天气晴好。

又到了桃李缤纷的时节。滇西北高原小镇松桂，阳光明媚，暖风拂面，柳条儿舞出新芽，四面环山的小坝田野，麦苗和蚕豆迎风拔节生长，间或有一两丘油菜花，金灿灿的明黄瞬间就把春天如同火种，点进人的心上。

“聚庐错出，桃杏缤纷。”

这是1639年，也是农历正月二十四日，52岁的徐霞客经过我们村时，留下的如画面描述。

先引徐霞客原文。

“又北五里，望北坞村落高下，多傍西大山，是为山庄。于是北下，随小溪北行，五里间，聚庐错出，桃杏缤纷。而已直抵北山下，有倚南山居者，是为三庄河底村。村北溪自西而东，其水一自三庄西谷来，一自河底村南谷来，皆细流；一自西北大山夹中来，俱合于河底村北，东流而去，亭桥跨之，桥北即龙珠山之南麓矣。龙珠山者，今象眠山……”

文中“山庄”“三庄”皆应为“三庄”，范围大于今天的三庄村，至少包含了三庄和文星两村全部或部分村民小组；“三庄河底村”应为今天的文星村，下辖河东平、周王队、西坡、桥头、东登、西登、中村、下村8个村民小组；“其水一自三庄西谷来，一自河底村南谷来，皆细流”中，“三庄西谷”之水，为今天大丽公路旁，道班工作站附近的溪水；“河底村南谷”之水，在赤水水库附近，石头村南的小溪，二水相交，一直北流，即为我家门口的七星河；“西北大山中来”之水，为今天的北坝河，从西北山中经长头村流来，水量差不多是七星河的两倍，在桥头村北，与七星河相会，过文中“亭桥跨之”的小石桥，流成枫木河（徐霞客后文中称为枫木河），进漾弓江，随漾弓江一起东入金沙江，最后归于太平洋。

再讲讲我们村。今天，大丽高速公路松桂口下，沿老大丽公路北行，过罗庄、三庄，到新庄村有一条东岔的水泥路，路边左右都是松林，车窗一开，松风洗面。沿水泥路东行，朝北拐弯，下坡北行，便见一个狭长曲折的袖珍坝子，即徐霞客文中常见的“坞”，当地人又叫“枫木坞”，四山环抱，村民世代以耕作山下的小坝田野为生。坝中又有或大或小的山包，小溪穿流其间，房舍依山而建，逐水而居，家家院内、田间地头爱种桃李梅杏，为的是有果子吃，刚巧徐霞客到来的正月花开满树，加上村舍错落交织，疏密皆景，故有其笔下“聚庐错出，桃杏缤纷”的意蕴。

我们村挺美的。美在宁静。大丽公路一拐，就像拐进一个小葫芦里，口儿一蒙，外面世界的喧嚣嘈杂就都没有了，只剩鸡叫声，狗吠声，蜜蜂的嗡嗡声，立春的风声，惊蛰的雷声，雨水的雨声，布谷鸟的催播声，春节的爆竹声，再有，就是自己的脚步声，总之耳根清静得很。

美在村野。村是四面山、象眠山下之村，所谓“聚庐错出”。今天虽不再有过分低矮简陋的小屋，但灰瓦白墙的院落，间或一两处水泥洋楼略显生硬，总体还算错落有致，不太密集，像是一小窝一小窝菌子，趴在山脚田边。虽然年轻人有的读书进了机关，有的打工或做生意去了城市，但还是有农人辛勤耕作，春秋两季，四时杂景，还是那么鲜活，保持了这一小坝农耕的村野乡气，空气清新，风景怡人。

美在饮食。有两道菜，似乎只有三庄、文星、长头三处村子的人这么吃：一是生皮，说是“生皮”，其实已经是熟了，只在杀年猪请客的时候才吃。将肥瘦相间的猪肉切成巴掌大的方块，油锅里煎至过心，再切成小肉

丁，肥的放一边，瘦的放一边，再加些白萝卜丝、红萝卜丝、香葱丝，一大碗上桌，另调一大碗酱油、醋、辣椒面、花椒面，盐适量的蘸水，外加葱末、生姜丁、芫荽、黄芽韭，调拌好了，最后加入各半的肥肉和瘦肉丁，现腌现吃，酸、香、麻，最是爽口下饭。后来听说三个村子附近的东坡村，以及六合乡有的村子，也是这种吃法，但毕竟不多见，虽同在大理，但与其他诸地都不同，可算是特色。

另一道菜叫“难煎”，只在农历七月十四的时候吃，是用来祭祖的。取南瓜花，去蒂，洗净，将焯好的糯米饭拌上春细的麻子、花椒面、盐，填入南瓜花中，小火慢煎至南瓜花全熟，油气跑到糯米饭中，即可出锅。冷热均可食，甚是香糯可口。糯食补中气，但难消化，拌入麻子和花椒面，再油煎，多吃一些也不会积食，且南瓜花包着又好看，煎过后的花皮柔韧，清甜，吃过就会难忘。这道菜在其他地方也没有见过。

如果雨季来我们村，最好玩的事情是上山捡菌子。最多的是胖大的牛肝菌，核桃花纹的菌把，橘子红或土黄色的菌盖，除了炒吃、泡酒也不错。还有绿盖的青头菌，红盖的大红菇，黄盖的鸡蛋黄心菌，灰盖带羽纹的鹿菌，以及扫把菌、松毛菌、喇叭菌，运气好时，还能收到鸡枞。

“聚庐错出，桃杏缤纷。”亭桥跨之。”此刻，再回味徐霞客老先生原文，寥寥12字，闭上眼睛，却是无尽的诗意和想象，让我更加确信，我们村这个小村子，美得如此高级。

美食地理

祥云苦里巴鸡：清香四溢的乡愁味



□ 虞正启 邹志惠 李洁丽 文/图

祥云素有“云南之源，彩云之乡”的美誉，生活在这里的人们开发出一道又一道乡土美味，今天我们就一起来说一说苦里巴鸡。

苦里巴鸡的主料取材于当地产的放养土鸡。土鸡宰杀洗净之后，放置在一旁，然后准备辅料。辅料有切好的火腿或者腊肉、生姜、草果、干辣椒、植物油、盐、苦里巴等。制作时，烧着柴火，架上铁锅，加入少量的植物油。

如果有土鸡肥油则可以直接切块加入锅中，等出油后放入切好的火腿或者腊肉、草果、干辣椒进行翻炒，香味出来后，把整鸡下锅，加入适量冷水、生姜、盐，等水开之后撇去浮沫，加盖熬煮两个小时左右。待鸡熟透后，取出整鸡手撕成条，回锅煮。在鸡肉回锅时，把洗净的新鲜苦里巴放入锅中，再煮十分钟左右，

等苦里巴草香味挥发出来后，就可以盛出上桌了。

常言道：“一方水土养一方人。”由于祥云各地间的环境气候、生活条件等不尽相同，加工方法也有所区别，上桌的苦里巴鸡各村有各村的特点。在制作的过程中，用柴火或者煤炭火，以及用铁锅或土锅做出的苦里巴鸡味道最为上乘。

入席的苦里巴鸡肉嫩味鲜，汤呈微黄，色泽鲜亮，一看便使人食欲大增，入口就有浓郁的苦里巴清香味，加之鸡肉、火腿等与苦里巴混合加工后，更是喷香扑鼻，口感纯正，食用有理气、暖胃等功效，让人吃了就停不下来。

苦里巴，在祥云各地的山野间均可见到，可入药，气味清香，回味甘甜，具有清热解暑、健胃消食、减肥等功效。老一辈人常用来做苦里巴盐茶，是老少皆宜的保健饮料，至今也是许多游子怀念的乡愁味道。

