

## 人生百味

## 煮蔬为夜餐

高峰

妻子退休后，我家的一日三餐发生结构性变化，简而言之，就是提升了晚饭的地位。以前各顾各人，早出晚归，将就的时候多。现在我去上班，把她一个人摞在家里，同样是一天不见面，却有一种愧疚。于是，下班绕道北街，时蔬交替购买，想着到家做一顿晚饭。

小酌一杯，也是延长晚饭的时间，将上班所遇，琐碎碎碎，一一拿来，向妻子汇报，讲些闲话下酒佐饭。丰子恺先生好像说过，野生时代，动物们必须快速将猎物吞进肚子，是防止狮虎猛兽抢夺，快速回到洞里，然后再吐出来进行反刍。年轻时候，孩子尚小，我们吃饭像打仗，没有功夫拖沓，三五口扒进肚子结束“战斗”。现在放慢晚饭的速度，是注重健康细节，往大里讲，是咀嚼人生了。

以前读苏轼《夜泊牛口》：“日落红雾生，系舟宿牛口。居民偶相聚，三四依古柳。负薪出深谷，见客喜且售。煮蔬为夜餐，安识肉与酒”。苏轼笔下，晚饭吃的蔬菜，是因为那时乡村贫穷，没钱不识“肉”味。我们晚饭不吃荤菜，非有悲悯情怀，实在是为健康计。

莴苣产自东菜园，上市时，我隔

天买两根，买的时候就把握了大小，只求适量不浪费。削皮、切片、再切丝，晚上只有这么一个菜，凉拌或清炒，直吃到盘中不剩一根青丝。莴苣做菜，有人烦在削皮，而我认为享受的正是削皮过程。不用“搜子”之类，直接上刀，顺着莴叶长的方向下刀，厚薄宽窄，功夫在刀外。明朝有个黄衷的诗人写《莴苣》：“传人将野苣，雨色尚萋萋。旧圃名春菜，繁根削夏畦。”看看人家，迫不及待，站在田畦就开削，那才叫情趣。

现在菠菜很少进门了，抖音上说菠菜虽然补铁，却含有大量的草酸，吃进肚里，与我们的钙质结合，妻子就信了。人到中老年，其钙也缺，又被无端夺去，此等口福，不享也罢。但是，我因为平常喜欢胡乱翻书，有一回看到张爱玲写的烧菠菜，因为太唯美而难以释怀，家里不准吃菠菜，我这里抄一下，以解馋意之美。她在《公寓生活记趣》中写：“把菠菜洗过了，倒在油锅里，每每有一两片碎叶子粘在篾筛底上，抖也抖不下来；迎着亮，翠生生的枝叶在竹片编成的方格子中招展着，使人联想到篱上的扁豆花。其实又何必‘联想’呢？篾筛子的本身的美不就够了么？”

自从体检查出血糖、血脂偏高之后，我们就成了所谓降脂降糖类食品的疯狂追逐者。比如大蒜的作用，坊间都说得神乎其神了。早春时节，寿地人家，常有大蒜烧腊肉，吃的时候不觉得，待到稍后蒜苔上市了，蒜苔炒肉，脆嫩爽口。但是，想到一棵大蒜，只能抽出一根蒜苔，先不说抽的那种类似“活鹅拔毛”的感觉，如此纤纤细细，如果天下人天天吃蒜苔炒肉丝，得要种多少大蒜啊。

最近，下班回来，热更熬粥，熬那种光光溜溜的、什么也不放的白米粥。一碗下肚，通体舒泰，暖身又安眠，同时还唤起包裹在身体里胃肠的记忆。

岳母在世的时候，立夏前后，是要腌大蒜头的。青嫩蒜头，一般剥皮而不掰瓣，浸泡、沥水、撒盐、簸筛、投入瓷坛。此菜坛肚大腰圆，系紧坛口后，将它横放在堂屋地上，大人回家忙活，没有功夫，走过来走过去，伸一脚，如此摇晃，坛子滚动，半圈一圈，坛内盐汁，均匀浸入。那些天，家里家外，都有一股大蒜的辛辣味。但是，要想吃，没腌到时候，是不能性急的。我几乎年年想要吃一次亏。在大蒜这只老虎还没有被驯服

野性的时候，一口下去，有气冲斗牛之势，从舌后根直到食道胃肠，针刺刀剥，翻江倒海，张口伸舌，跺脚求饶。但是，随着时间的推移它的脾性慢慢收敛了，由辛辣嬗变为一种诱人的蒜香。今年因为疫情，出门有一层口罩隔着，气味再大，只有自己闻到，于是，更加放纵了对腌大蒜的口腹之欲。

同样是大蒜，我们的享用是低层次的。“大家”就不一样了，张爱玲在《谈吃与画饼充饥》写道：“有一天看到店铺外陈列的大把紫红色的苋菜，不禁怦然心动。但是炒苋菜没蒜，不值得一炒……苋菜上市的季节，我总是捧着一碗乌油紫红夹墨绿丝的苋菜，里面一颗颗肥白的蒜瓣染成浅粉红。在天光下过街，像捧着一盆常见的不知名的西洋盆栽，小粉红花，斑斑点点暗红苔绿相同的锯齿边大尖叶子，朱翠离披，不过这花不香，没有热呼呼的苋菜香”。

“一碗乌油紫红夹墨绿丝的苋菜，里面一颗颗肥白的蒜瓣染成浅粉红。”我把这样的文字抄纸上，烧成灰，再化水里吞下，即使解了惊艳的口渴，也挽救不了我想象和表达的平庸。



年的记忆 都卫星 摄

## 心香一瓣

## 书店之美

夏学军

有人说：书店是理解生活本质的诗人，文案就是他们亲笔写下的书。此刻我正在看电影《书店》，影片格调清新，风景优美，拍得真挚感人且气象万千。看完后我内心直呼：世界上最幸福的事儿，应该是在风景宜人、人烟稀少的小城有自己的书店吧。

“一本好书是一位大师的魂魄凝结而成，书是必需品。”电影《书店》里的女主角弗洛伦丝静夜阅读，光影流淌，美妙的时分让她挨过艰难与孤独，并重温与丈夫共读的美好，这是曾经幸福的证明，也是她独立自强的标识。她深信“在书店里，人永远不会孤独。”秉承这样的信念，她才有勇气挑战彼时世俗的眼光。

且不说读书能使人进步，光是沉浸在书店的氛围里，就能让人安心。一座城市里能让人心生依赖的地方并不多，书店可算一处。手机里的联系人有成百上千个，有半夜擅谈人生哲理的密友，有可以说走就走的旅友，可在那些怎么都过不去的关口，终究需要独自面对，读书才是我们最终的精神出口。书店这个载体，以独特的方式，如谦谦君子，守护着精神家园，流淌着真挚的人文情怀。

百无聊赖的下午或心情烦闷的夜晚，书店是最好的去处。挑书的过程，与挑选衣服类似，喜欢者就想急切拥有。我居住的小城有一家书店，我常去，店主是“一流”选书人。他性格敏感内向，博学睿智，他接触过的读者，他都能牢牢记住对方喜好，当读者再次光临时，只需说出买书意向，他会从“书海”中找到合适者推荐，极少“翻车”。很多时候他的推荐，会让你有眼界大开的感觉，与他聊天，更有如遇知音之感。

你出去旅游，除了名胜古迹、网红打卡地之外，是否将书店列入必经之地呢？我如事前了解到旅游目的地有特别的主题书店，总会一探究竟。去外地城市，走在路上被书店装潢吸引，恰好是我喜欢的风格，又恰好瞥见里面有几个气质独特的读者，我会走进去，遇见丰富有趣的同类，也是旅途中的惊喜。

如今很多书店除了卖书还有很多附加功能，是集读书与休闲的好去处。我的母亲六十八岁了，喜欢读书，一直有去书店坐坐的习惯。母亲说夏天书店是最好的避暑地，冬天是最美的取暖场所。母亲常和老友相约于此，买书，点杯咖啡聊会天。有时不买书，就是单纯地聊天闲坐。

“一家理想的书店是这样：你为了找一本书进去，出来时却买了你原本不知道存在的书。”想想也很有趣，每次我想好了要买哪本书才进书店，到头来怀里至少揣着三本书出来。有时会犹豫要不要买，如果这次不买，就意味着下次买得更多。

我一直坚信，阅读应是习以为常的生活方式。有人说，网购方便便宜，电子书也逐渐成主流，谁还去书店啊！我始终认为，翻书页的手感、书海的氛围、咖啡的香气、窃窃私语的声音……这些实体书店带来的美妙体验是不可取代的。



兔年吉祥 崔明启 摄

## 生活感悟

## 最忆是过年

管淑平

如果一年中有那么几天让人们觉得是莫名亲切和充裕，恍如一下子成了时间的富翁，手头有了大把的时间可以去“挥霍”，用一年中辛苦打拼所得，去买几束烟花，或者包几个红包送给亲戚好友的小孩，那么，这一定是农历的春节快要到了。

还在腊月深深的时候，这种喜庆的氛围就被带动了，千家万户的屋檐角，挂上了红彤彤的大灯笼，堂屋的大门则再次上演着“总把新桃换旧符”的景象，一个个带有“福”字的窗花，又重新飞到了窗玻璃上。又至岁末，再也藏不住那些埋藏心底的喜悦。

空气中弥漫着熟悉的香味，那是属于年味中中招摇着的腊肉与腊味。腊肉，经过柏树枝的熏烤与寒风慢慢地阴干，已经浸润了一缕缕的人间烟火气。倘若，你在阳光明媚的时候，定会被腊肉所散发出的晶莹剔透的铜色所深深吸引。腊肉之香，醇厚悠远；腊肉之味，入口绵绵，肥而不腻，柴而不瘦。倘若刀法不错，切下一片腊肉，还会看到那腊肉紧密错落的纹理，其肉质堪称上乘。

除夕夜，一桌丰盛的年夜饭，是对过年最好的庆贺。各种美食，齐聚一桌，不论是小巧

可人的点心，还是作为主角儿的大鱼大肉，都是少不了的。此种美味，只有等到了过年时，人们才舍得拿出。

守岁，是除夕夜中的另一种景象，这种习俗是对旧年的留恋，也是对即将到来的新年的期盼。守夜时，饺子与春晚是不能缺席的，吃了过年的饺子，来年会有好兆头；看了年三十的春晚，来年的气象会更加纷繁。

大年初一，新春即至。在北方，水饺当然是不变的主角，饺子皮，白净软嫩；饺子馅儿，内有天地：不论是花生、红枣，还是牛肉、韭菜，不论是地道的三鲜，还是别出心裁的芹菜配肉沫……在一枚水饺里，可看见锦绣文章。而在南方，汤圆是依旧的味道，汤圆之汤，明净温润；汤圆之圆，爽口绵软；汤圆之味，惟有一个“甜”字了得！吃了汤圆，新年就会更加团圆和美满，如同那憨憨的汤圆里包裹着甜甜的糖分，那是属于新年的十二分的满足感！

过了年，人们又有了新的规划和打算，那些未来的忙碌似乎又在人们的心头再次活跃了起来。旧年去，新年至，人们在路上不断地努力且优雅向着前面的路途赶去。

## · 凡尘一瞥

## 把日子过成段子

李付春

人生下半场，要活得有情趣。一个人可以无聊，但不可无趣。王小波说：“一个人只拥有此生此世是不够的，还应该拥有诗意的世界。”情趣，是一种态度；情趣，让生活更有仪式感。一半烟火，一半清欢；情趣，是发现美的眼睛。一个有情趣的人，能够发现寻常的窗前月不一样的美。此后，努力活成个有情趣的人。由此看来，很多人把生活中的小窍门或者趣事拍成段子，发到热门视频平台，娱乐了他人，也快乐了自己。那些播放量高的段子，大多数都充满了幽默，有的是小夫妻，有的是父母和子女，把他们的生活琐事拍下来，充满了趣味。我想，如果我们的现实生活真得像段子这样过，那日子该是多么

朋友们就有这么一对夫妻，有时还把孩子拉进来做群演。几乎每天一个作品，时而分享生活小窍门，时而分享生活中糗事，每个段子都会给人带来欢乐。各位朋友们想一想，每一个刷到该视频的人都会感到好笑。最先笑和最后笑的人，一定是作者本人。开始时感觉到好笑才拍这个段子，等段子的播放量达到一定的数量，有了收益。所以说，他们才是笑到最后的人。

好像社会进入了一个群演的时代，比二十年前“十亿人民九亿商，还有一亿待开张”还普及。人人玩抖音，都在发视频，只不过是自娱自乐而已，挣到收益的人仅是少数中的少数。

## 五彩地絮语

## 春节与美德

鲍安顺

春节的内涵，充盈美德芬芳。换句话说，让美德拥抱春节，那春节的美德，无处不在，在我们内心、身旁、周围，根深蒂固，就像亲情和故乡、高天与厚土。

一个“走”字，有美德可鉴。传统拜年，以前讲究走，去看邻里街坊、亲戚长辈、朋友领导，上门拜访，才算拜年了。即使在大街上走着，遇见熟人，也要说许多恭贺新年的吉祥问候，以表达友好和快乐。春节走访，需要问候，即使兄弟姐妹，亲友领导，平时产生隔阂，只要走时一声问候，就可消除矛盾。还有，婆媳别扭，兄弟纠纷，会在春节里一走，彼此心绪就会缓释，情感得到梳理。也正是在一个走字的礼俗上，让彼此宽容，相互谅解，心灵得到了沟通。

用心“吃”字，也弥漫美德。大家都有记忆，小时候过年，在内心只有一个概念，就是只有过年，才可以聚餐吃上一顿。某种意义上说，在那个贫困年代过年就是吃，吃成了至高无上的精神渴望，美好人生。在南方有吃年糕的习惯，甜甜黏黏的年糕，象征新一年的生活甜蜜，步步高升。在北方，除夕有吃饺子的习俗，饺子的作法要和面，和字就是合，饺子的饺与交谐音，合、交有相聚之意，便有了“更岁交子”之意。吃团圆饭，是过年最重要的一顿饭，为过年吃字之最，最讲究、最重要、最丰富、最有内涵，一餐饭，就是一年里最期待的生活，最幸福的光。

表达“孝”字上，也有美德。百善孝为先，孝是年轻人应尽之务，满足老年人的“精神年货”，有的地方，还对一些鳏寡孤独的老人组织“亲情候补”小分队，化解老年人的节日孤独感，让传统节日具有了现代人情味。春节里，要回家陪父母过年，哪怕再忙，能够上门一句简单的问候，一件小小的礼物，都能

## · 岁月留痕

## 春雨润新

章铜胜

除夕上午，将阳台上的落叶和杂尘清扫了一遍，扫净的阳台，看上去清清爽爽，心情也好许多。那棵红木香的叶子黄了一些，也落了一些，小小的叶子，在花盆边落了一地，一扫拢来，堆在一个大桶里，和上一些细土，堆放一段时间，便沤成了不错的花肥。我家阳台上其他花木的落叶，一般都是这样扫拢收集起来，堆沤成肥，也算是一种小小的循环利用吧。下午，外面开始下起了小雨。除夕日的这场雨，算不算是春雨呢，或者是一场春雨的提前预演，是或不是，好像没有那么重要。

上午打扫阳台的时候并没有留意，细雨中再去看时，却有了不一样的发现，红木香的枝缀着碎米粒般的芽，就藏在叶腋和那些叶落的痕迹处，如果不是落叶和这场雨，我可能会和往常一样，即使站在阳台上，也不一定会留意到红木香枝上那些细小的萌芽。春雨润物细无声，一切都是那样悄然，而又自然，好像我一直都没有太留意它们。在一场又一场春雨滋润下，那些新芽和新意慢慢萌发了，常被我们忽略，或是选择性忽视而不见。不知道这是我们的错，还是那一场场春雨的疏忽，又或者是那些植物的安分守己。

腊月里，阳台上的一盆建兰开了，便将它搬到楼下的客厅里，顺便将一盆蕙兰和春兰也一起搬了上来。看花，也兼看叶，这样便不觉得单调了。那盆建兰抽了三枝花芽，花开得很好。夜里，一个人坐在沙发上，将身体深深地陷入沙发里，闲闲地翻着书，偶尔能闻到一股淡淡的兰香，温暖而又惬意。今天早上去看兰花，建兰将要谢了，春兰抽了两枝花芽，刚刚抽出盆土，细小的紫色，蕙兰好像没有什么动静。每一盆兰花的细微变化，我们不一定能察觉，尤其在春天里，它

安慰父母逐渐老去的寂寞内心。最简单的具体表现，就是给父母递一双筷子，盛一碗热饭，奉上一杯香茶，共看一个视频。实在不能回家，也要打一个电话，发一个微信，也会让老人感到温暖舒心。春节回家，比送老人任何东西都重要，是最好的尽孝之道，体恤亲情的最佳方式。

体现“爱”字，更有美德。在家里，晚辈尊重长辈，长辈对晚辈也有爱。对于社会而言，爱要施展的空间更大更广泛，对无助老人、对失去亲人的儿童、对残疾人，更需要全社会的爱来拥抱和关怀。深圳市有一个福利院里，儿童虽然有着可口的年夜饭，也能接到新年的礼物，可是没有爸爸妈妈的拥抱和红包，难免有失落感和寂寞感。有一个新家政公司，让十个爱心家庭，一对一地在福利院接十个孤残儿童，带他们回家过年，一家人逛花市、游园、包饺子、唱感恩歌，让孤儿们与新父母拥抱，喜乐融融。一位7岁小男孩，对新妈妈产生了依恋，依靠在“妈妈”的怀里玩游戏，新妈妈两岁多的儿子，也特别喜欢这个小哥哥，每当哥哥去拥抱妈妈时，他也伸出小小的手臂，从哥哥的身后一起把哥哥和妈妈抱在怀里。看到这个场景，“爸爸”悄悄地掏出相机，拍下了这母子三人的温馨画面。还有一个靠哑自闭儿童，也在新爸妈的鼓励下，用手语表达“我爱你”，他脸上流露出的微笑，自信而快乐。

美德春节，已经深入到中国人的心灵深处。比如春节期间，全国各地的领导干部，纷纷探望道德模范，这种慰问，体现了中华民族传统美德的要义。张扬道德模范身上的时代精神，在春节之时，我们也要给我们传统的美德“过年”。

们常会给我以一些惊喜，或是生出新叶，或是抽出花萼，或是开花了。

这些年，进入深秋，或是初冬以后，我都会注意那些生长在水畔的柳树，我喜欢看这个季节里，披挂一树金黄的柳树，那是一棵有着盈盈诗意的树。去年初冬，我还没有忘记这件事，但好像突然之间又将这件事彻底忘记了。今天，在蒙蒙的雨中，再看那些柳树时，发现它们的叶子已落尽，细弱的枝条，在烟雨里，看得并不真切，是默默低垂，还是随风轻拂，或是任雨珠顺着柳条滴落，也是不可知的。虽然错过了一棵柳树最辉煌的时刻，可我依然喜欢那些柳树，喜欢它们在雨中悄悄萌芽的小心思，它们会在另一场雨里，为我们呈现淡绿浅黄的柳树，如一抹幻影，那样的新，那样的的浅浅。

春天时，我喜欢独自去野外，去溪边漫步。晴天时，多是望向远方，只有天气晴好的日子，我们才能看得更远，看远山远水远村远树，它们在春天里是日日新的。若是下了雨，烟雨中的远景就变得模糊了。雨中，模糊的远景，也是好看的，有淋漓的湿气，也有淡墨山水的画意，只是看得不太清楚，就生出了些许想象。想象离我们终究有些远，不如眼前的东西。而雨天湿滑，还是要低头看脚下的路。一低头，这才发现路边冒出许多细如牛毛般草尖，你无法看出它们是哪一种草，它们那样多，那样密，像是刚刚刺破湿透的泥土，才冒出个头来，想要探个究竟一样。我看着那些草尖，它们也在尖尖地看着我吗，那是一种全新的眼神和目光吗。

在春雨的滋润里，植物悄悄地变绿，花慢慢地开，世界也在一点点地变新，新得不同以往，新得那样的熟悉，有似曾相识的熟悉感。

的美好。别的先不说，段子中夫唱妇随的默契配合，是足以令人羡慕。我知道，现实中的家庭生活状态往往不是这样的，夫妻间更多的是抱怨，为什么不能用幽默的形式化解彼此间的尴尬呢？

我想，起码夫妻之间在拍摄段子前文案的时候，直到发送前都是默契、协作并且配合的。最起码他们比起那些回家后各自玩手机刷视频的夫妻，共享着一段快乐时光，即使短暂，起码也是夫妻交流互动。

拍摄短视频，就是制造快乐元素。拍摄段子的人，是善于发掘生活中的美好与快乐，是为他人，也是为自己制造快乐的人。他们中的多数，是赚不到收益的，但获得了快乐与夫妻的和谐。有收益那是更好，没收益就当自娱自乐，还可共同切磋，不断学习进步。因此说，那些把日子过成段子的人，都是热爱生活、享受夫妻生活美好的聪明人。先独乐乐而后众乐乐，何乐而不为？