



春食记

宋扬

作家张洁在《挖荠菜》中，开头便是一句：“我对荠菜，有着一一种特殊的感情……”

特殊年代，人们吃不饱肚子，用野菜救荒成为一段沉痛而温暖的记忆。而今，城市高楼林立，哪里去寻野菜的踪迹呢？

春日好风光，有桃花红、梨花白、菜花黄。周末踏青的我们突然发现，小城湿地公园附近竟出现了一大块荒弃的菜园。菜园尽头，建筑工人正紧锣密鼓施工打围——大概，这里将有新的大厦拔地而起。像是发现新大陆一样，我们赶紧加快脚步朝田野深处走去。

油菜籽在此生生落落。地上，青油菜东一根西一窝发了芽，挺了秆，开了花。仔细找，一些肥嘟嘟的油菜芽儿还未来得及开花，一掐，鲜嫩有汁。

杂草太深了，不定睛细看，断然不会有新的惊喜——草丛中，野葱、香菜匍匐于地。它们似乎知道自己并没有机会出现在菜市场，叶绿根壮不是它们的追求，它们也无意与杂草争夺阳光、雨露和养料。但是，它们根扎得深，韧劲十足。我欲拔，嚓的一声，根断了，有浓郁的香味入鼻，让人精神为之一振……

冬寒菜、青油菜，我们很快收获了两大捆。回家路上，野葱、藿香、香菜之异香依然顽强穿越车后备厢的缝隙隐隐而来。

绕道专程去菜市场，买回鲫鱼几条。野葱、精盐、料酒码鱼片刻。开火，烧菜籽油略煎，捞出鱼，底油炒香豆瓣酱、泡姜、泡海椒，掺水，烧开后下鱼软烧。鱼熟装盘。汤中勾薄芡，下野葱与藿香，再烧开后，倒出芡汁淋鱼身。红的是油，白的是葱，绿的是藿香，看着养眼。

老父牙齿不太好，我们把青油菜又摘选一次。留下的胖而嫩，根根都是精华。菜籽油烧得滚烫，撒几粒干辣椒和干花椒爆香，翻入青油菜急火猛炒，只搁少许盐。初尝，微微带苦已倾心；细品，回味带甜，更得苦尽甘来之小确幸。

凉拌香菜也不复杂。吴伯箫先生在《菜园小记》中的描写——“芫荽在散发脉脉的香气”我算是领略到了。芫荽就是香菜。洗过香菜的盆是香的，装过香菜的竹筛也是香的。用刀一断，香菜之香汹涌而至，铺天盖地，整个厨房都是香的。以精盐、生抽、芝麻油、白砂糖现拌现吃，根根脆，口口香。香菜宜吃生，腌久即塌，风味大失。

当晚的餐桌上，红烧的、清炒的、凉拌的，都是来自那块荒地上的野菜。我们一番饕餮，连平时挑食的孩子也敞开心扉，直呼“好吃！好吃！”

这些野菜，其实超市里都能买到，严格地说，他们算不得真正的野菜，但这些半野春蔬为什么那么诱人呢？想来想去，我算是明白了：它们是我们一根一根从土里掐回来的，菜里有我们的劳动之苦，有我们一家人踏青的天伦之乐，更有我们离开乡村后对土地的怀念。



野菜美食 资料图片 请作者与本报联系，以奉薄酬

老人故事

那一扇推拉门

沈慧莲

连接客厅和阳台的那一扇玻璃推拉门凝聚了母亲不少的思绪和遐想，是母亲日常生活的一部分，给母亲增加了谈话内容，聊解了些许寂寞孤独。

寂寞是居家老人常有的心理反应。当我们上班外出时，不大寻人谈心谈话的母亲便倍感孤独寂寞。独自翻翻书、看看电视、摘摘菜、想想心事便成了母亲生活的全部，晚上睡不着，白天打瞌睡，常常似睡非睡、似醒非醒。

坐在沙发上，从客厅那一扇玻璃推拉门望出去，斜对面三楼四楼住户在客厅和阳台活动情况尽收眼中。经过几年的热望，虽然并不知晓对面邻居是谁，但母亲根据人家的亮灯情况、客厅推拉门及卧室窗户窗帘的开关情况等，已对人家生活作息情况了如指掌，如几点起床，几点外出散步，几点回家，何时外出走亲戚、旅游等。母亲常常问我，“对面三楼的怎么下雨都出去了？”“对面四楼的带着小孙子怎么还没有回来？到哪儿要那么久嘛？”“这几天对面四楼的门窗紧闭，肯定是出去旅游了。”“对面三楼的每天不上班吗？”母亲围绕这些问题进行猜测又自我回答，常常让我忍俊不禁。我和母亲的谈话也就有了新的内容。我与母亲玩笑，“管家婆，管自家还管别家！”“你亲自问问人家不就搞清楚了？”“你常常关注他们，人家家里东西少了，可要找你哦。”母亲说：“他家东西少了，关我什么事？”我说：“你不是在给人家看家吗？家里进小偷了，问你就该知道嘛。”

这一扇推拉门成了母亲与外界联系的纽带，让母亲孤独的内心有了一丝牵挂、期待和念想，填补了母亲内心部分空白，减少了些许寂寞和孤独感。

为了减少母亲的寂寞，每天晚上陪母亲玩牌成了必修课。让母亲算牌、洗牌，尽量让母亲多动脑动手，母亲玩得专心致志，兴趣高昂，我常常专心看电视漫不经心出牌，还时不时有意输，有时我赢点有时她赢点。看着母亲玩得认真，精神很好，我觉得牺牲自己的休息时间，换来母亲的安乐是值得的。

随着当今社会进入老龄化，关注老人晚年生活，尤其关注老人精神生活，让老人们能够快乐生活，颐养天年，不仅是社会的责任，也是子女的责任。亲情的陪伴更能够抚平老人孤独的心，所以子女应尽量多抽点时间陪陪老人，摆摆龙门阵，打打牌，以减轻老人的孤独。

不要让子女欲养而亲不待成为遗憾，抽出点时间给老人，善待老人，其实也是善待自己，终有一天我们也会老的。

人生感悟

定好生活基调

王国梁

去朋友家玩，发现他家的书房里多了一幅字：细水长流，岁月静好。我疑惑地问：“人家挂幅字都写‘宁静致远’或者‘难得糊涂’之类，表明自己的心志，你写的这几个字怎么讲呢？”朋友一笑说：“这是我四十岁生日时写的，也是为今后的日子定好的生活基调！”

生活基调？我还是第一次听到有人这么说。乐曲有基调，绘画有基调，文学作品有基调，说的是主要风格和基本感情。有了基调，作品就不会偏离主题。可生活基调又是怎么回事呢？朋友解释说，人到了四十岁，忽然有种顿悟的感觉，所谓四十不惑，表明自己活明白了。翻过了中年的山头，人生进入下半场，生活基调应该是“细水长流，岁月静好”，让脚步慢下来，学会品味生活的细节之美，把后半生活成岁月静好的样子。

我理解了朋友的想法。定好生活基调，其实也是一种人生智慧。人到中年以后，真的需要提醒自己，该以什么样的姿态来面对生活了。别再为生活疲于奔命了，别再追逐那遥不可及的所谓人生巅峰了，是时候慢下来了，曾经的岁月如果是惊涛拍岸，以后的岁月应该细水长流了。细水长流，是多么美妙的状态，岁月之河涓涓潺潺，流淌成温情缱绻的样子，人的心也会沉静下来。静下心来生活，才会发现，生存与生活的本质区别在于一个“活”字，生活就要活泼灵动、活色生香，而要品味种种美好的滋味，必须要以宁静安然的姿态来面对生活。这种生活基调，非常契合中年的状态。

诚然，岁月静好是最美好的愿望。但谁的生活会永远风平浪静？谁的心情没有起起落落？谁的日子没有酸甜苦辣？罗素说，参差多态才是幸福的本源。生活之曲从来都是错落有致的，每个音符都跳荡着不平静，谁也无法预知下一秒会发生什么，幸与不幸总是在不远的前方等你，这也是幸福的一部分。生活是不平静的，但如果你定好了生活基调，就能掌控生活的大方向，能左右生活的底色。但我们不能决定未来日子里喜怒哀乐哪一个先到，但可以根据生活基调，调整自己的心情。惊喜降临时，无需忘乎所以；悲哀袭来时，及时走出阴霾。牢牢掌控着你定好的生活基调，努力保持平静平和的心态。鲜花或者陷阱，我都在这里，无怨无悔；幸或者不幸，我都在这里，不悲不喜。所有的境遇，不过是生活基调上几个调节平淡的音符，响过之后复归平静。生活就是一曲悲喜忧欢交织的曲子，演绎着人生静好的主题。

我们真的应该为生活定好基调。杂乱无章的日子，容易手忙脚乱，心情也容易因大起大落而失衡，有时会处理不好生活为你制造的各种障碍。随心所欲地生活，人经常会偏离正常轨道，跑调跑得找不着北，生活可能翻转成满地狼藉的状态，无法恢复平静。定好生活基调，你也可以围绕生活之曲的主旋律信马由缰，那时候，放得开，收得拢，收放自如才是生活之道。

当然，要根据不同的年龄，不同的生活，定制属于你自己的生活基调。年轻人要有活力有激情，老年人要沉稳和智慧，各有不同。生活基调无需模仿，不必雷同，完全是“私人定制”，只要适合自己，能带给自己舒适和愉快，就是最好的基调。