

父母的养生之道

□姚正安

春节期间,将去年秋天为父母拍的一张合影发到朋友圈,不想得到天南海北网友们的点赞。去年,父亲92岁,母亲94岁。有朋友打电话问我:你父母有什么养生之道?长寿的秘诀是什么?

我闻之只是笑笑。我回答不上来。

父母是地地道道的农民。

母亲不识字,裹脚未遂,脚掌畸形。外婆家虽是富农,但外公惜财如命,不肯雇长工,母亲是长女,很小就从事农业生产。嫁到我们家后,情形没有改变。父亲是家里的独苗,二十岁前没有干过农活。祖母是小脚女人,又是大户人家出身,不事稼穡,所有农活都搁在母亲一个人身上。母亲从来没有停止过劳作,直到现在,衣服还是自己

洗,做饭菜也是与父亲合作进行,父亲烧火,母亲做菜。父母使用的还是土灶。

父亲上过多年私塾,但识字不多,很少看书读报。二十岁后开始劳动,就再也没有停过。父亲中等身材,体型单薄,夏秋之季的繁重劳作,每每使他力不从心,又不得不勉力为之。说来神奇,父亲三十多岁时曾患病卧床年余,医生判为死刑,后来居然不医而愈。几十年过去,偶尔小病小痛,并无大疾。父亲八十岁才撂了承包地,接着种起了二三分菜地,直到今天还一直种着,还常常让我们分享他的劳动成果。

这能说是养生之道吗?有哪一位农民不是终生劳作呢?

说到饮食,大家可能不信。父亲种菜,但不吃蔬菜,以荤菜为主。父亲特别喜欢吃猪内脏、肉圆、肉包子。母亲不吃大蒜和

洋葱,说吃了口臭,说话难闻。母亲不知从哪一年开始吃花斋。吃花斋是指一个月内在几个固定的日子里吃斋,至于如何吃,不得而知。进入老年后,母亲参与一些佛事活动,比如每月望日朔日到庙里烧香,每年入冬与村上十几位老奶奶一起“坐九”。

父母的饮食习惯似乎与通常所说的养生之道是相悖的。

父亲是急性子,也是惯宝宝脾气,稍不如意,便大发雷霆。但是父亲的火气来得快去得也快,吵了事,决不过夜,更不会耿耿于怀。父亲从不在背后说别人的坏话,从不眼红他人的发迹发财,也不精于盘算,于钱是有多用多少。母亲常常说父亲没心没肺,让人一眼从外看到内。父亲说,世界上哪个是傻子,你算计旁人,旁人不会算计你?父亲常常因小事

对母亲发火,母亲不搭理父亲,任由父亲的火气自生自灭。

母亲嫁到我们家七十多年了,没听说与哪一个吵过骂过打过。母亲始终很乐观,在父亲亏空了集体的资金、家里的东西被搬空的情况下,也没有唉声叹气怨天尤人。她常说,喊穷没有用,没有人会白送钱给你。她不愿意在别人的同情或鄙夷的目光下生活。

我从幼年老年,没听到父母互称姓名或老头子老太婆,他们彼此招呼用的是一个语气词:哎……

这些是不是父母的养生之道呢?我看不是。所谓养生之道,是刻意摸索出来的,或者是悉心使用的。他们既不学习,也不自创,哪来的养生方法呢?

父母几十年如一日以真性情劳作着生活着。要问我他们的养生之道,我真的答不上来。

卖油条的女孩儿

□朱庆松

家门口有个早点铺,铺子里有个卖油条的女孩儿。女孩十七八岁,白皙的脸上散落着一些雀斑,秀发很随意地扎着。那天我去买早点。小铺生意不错,排起了不长的队伍。一个中年男人揉面压油条,一个妇女炸,女孩负责炸麻团附带收钱。

“你怎么买这么多?”忽然队伍前面传来一个女人恶狠狠的声音。原来是一个农民工打扮的妇女要买几十根油条,另一个打扮入时的女人就指责她:“我们要上班。你成心要我们迟到啊?”那个女民工嗷嗷着说:“我们人多……”“人多,你不会早来啊?”我听了奇怪,都是排队买油条,你有什么权利管人家买多少?还这么盛气凌人。我真想出来说几句公道话,但还是忍住了——多

一事不如少一事。

“行了,不许拿了!”不想时髦女人竟上前动手抢起油条来。

“你凭什么欺负人?”一声怒喝,把时髦女人吓了一跳。只见卖油条的女孩怒目圆睁:“来不及,你不会早点起来吗?外地人好欺怎么的?”时髦女人无言以对,恨恨作罢。

过了几天,我在厂里值夜班。早晨回家时想顺便带几根油条。轮到我时,一掏口袋竟一文不名,只好悻悻转身。“这位师傅,是不是忘了带钱?”卖油条的女孩笑盈盈地看着我。我不好意思地点点头。“你先拿油条吧。一会儿把钱带过来就行了。”女孩的笑脸上现出两个酒窝,使人无法与前日怒目圆睁的面容联系起来。

我道谢着拿走了油条,走了几步不禁又回头望了望热气腾腾的早点铺……

且听雀鸣

□张凌云

休息日,人已醒,还慵慵地躺在床上没起来。透过窗帘,瞧见一抹阳光静静落在窗台上。周围很静,间或传来一阵叽叽喳喳的鸟啼声。

看似平常的意境,现在竟是那么不容易体味。整日里按部就班忙忙碌碌,即使偶尔睡个懒觉,醒过来也会赶紧拿起手机,一泡就是半天。却忘了身边还有阳光,还有清风,还有时隐时现,轻轻啄着时光的鸟鸣。

我干脆用被子遮住眼睛,只留耳朵,用心谛听周围的世界。那些鸟鸣,除了偶尔听见的布谷、鹧鸪等,基本上来自麻雀。我喜欢麻雀。听着麻雀叫,便是听着熟悉的旧时光,那些徐缓而带有温情的日子正慢慢走来。某种意义上,麻

雀代表着岁月静好,不曾归去的象征。周杰伦有首歌开头就是“窗外有麻雀”,类似比兴,渲染的是闲适从容的氛围。在我看来,麻雀,或者说鸟鸣,代表的正是我们希望拥有而又渐行渐远的情怀。

耳边忽然嘈杂起来,一听,是上楼的脚步声,还有由远而近的人声。听不真切,但分明听见一个孩子跟在奶奶或外婆身后。似乎是去亲戚家玩,孩子奶声奶气而充满期待的声音,与大人的声音碰撞后,消失在楼上。

就像一粒种子落在春光里,我似乎听见了自己的童年。那脆脆的声音,在我清寂一片的世界里熠熠发亮。

那仿佛一只雏雀的声音,许多年后找到了归巢,它与周围此起彼伏的鸟鸣交融在一起,飞向某个看不到的地方。



《勇敢的心》黑白木刻 郭颖

春笋正鲜

□陈卫卫

春暖花开,又到尝鲜笋时。

苏东坡说:“无竹令人俗,无肉使人瘦,不俗又不瘦,竹笋焖猪肉”。童年时,母亲每到春天就会在屋后的竹林里转悠,然后满载而归。将竹笋剥皮、洗净、切成薄片,做起了我最爱吃的鲜竹笋炖肉。过不了多久,满屋子都飘着浓浓的香味,揭开锅一看,白花花的竹笋在粉嫩的五花肉点缀下,更加地勾人食欲,就连汤汁也像牛奶一样的浓醇。曾经有一位上海亲戚来我家作客,母亲准备了满桌的佳肴,可他唯独对那道鲜竹笋炖肉连连夸赞,边吃边感叹:“真是鲜啊,鲜得眉毛都要掉下来!”

记得有一年春天来到杭州西湖,心中牵记着明人张岱的《湖心亭看雪》,便乘游船来到了风月无边的湖心亭。偶然走进一家茶馆,见还兼卖饭菜,就点了几道杭州特色菜肴,其中尤以油焖春笋最是烹制得鲜嫩爽口,吃起来有些津津甜味,还脆脆地特别耐嚼,感觉舌尖上立时春意盎然。

“客家虽有八珍尝,哪及山家野笋香?”南宋美食家林洪在所著《山家清供》中,给春笋

起了个外号叫“傍林鲜”,他认为鲜笋最好现摘现吃,就在竹林边用清香的竹叶为燃料烘烤,图的是个山岚清气。

去年我到竹乡安吉的山中探望一位阔别许久的友人时,才知道“傍林鲜”的名不虚传。那天和友人执手相谈到中午,友人说:“今天要给你尝个鲜。”然后邀我一起携锄荷帚,来到竹林里寻找才破土而出寸许的竹笋。大约挖了七八根后,友人就近拢了堆竹叶,把笋整根埋入,再点燃竹叶堆。不一会儿,只听得火中微微有“毕毕剥剥”的声音爆出,一缕幽幽的清香也从火中漫出。

友人让我看着火,自己回屋里取来了盐、酱油、米酒等物。这时火苗渐熄,笋也已煨熟,我们拨开灰烬寻出香气四溢的竹笋,一层层拆掉蘸作料而食。只见其色如玉如脂,其味清新芳馥,嚼之甘美松脆,爽然有冰片碎裂之声,入口但觉齿颊生香。真是地地道道的“傍林鲜”啊!再啜一口家酿的米酒,拥一份竹篱尘嚣的清闲,此中的真味可谓“妙处难与君说”。

春笋是春天的“菜王”,大快朵颐之时,其实是将醇美的春天吃在心里了。

微观

○○○

旅行
杨丽丽

我的小屋在一座山的顶端,它的前面是山,后边是山,左边是山,右边还是山,于是我的小屋便如同婴儿般睡在了山的摇篮里。我的小屋只有一窗一门,推开小屋的窗,那一窗如梦般美丽的风景就变成了我小屋的装饰。正是初春时节,群山还在瑟瑟的春风里浓睡,那花草却耐不住寂寞,在春风的召唤下睁开了睡眼,于是那星星点点的鹅黄开始遍布满山遍野。还有那不知冷的鸟儿开始在鹅黄间跳跃。

一场知时而落的春雨滋润了群山,那鹅黄仿佛有了生命,一夜之间连成一片并长成嫩绿,像为大山披了一件绿色的外衣。我坐在窗前看那片嫩绿,仿佛置身海洋,用笔做的风帆,纸做的木舟,开始了我的旅行。

附上菜名

郭阿静

为了跟上时代潮流,80后的我也应景地加了俩微信群,其中一个七大姑八大姨的家族圈。我经常忙里偷闲在里面聊几句。

有一天我烤了一屉漂亮美味的蛋挞,晒到群里,大家啧啧称赞。紧接着嫂子晒了一桌好菜,其中有一个菜黑乎乎,像是烧茄子,又像是炖土豆……大家实在看不出来,便问嫂子究竟是何菜,嫂子羞答答地说:“是……糖醋排骨。”哥哥回了一句:“哦,这醋不错,一看就是正宗的山西老陈醋。”

紧接着姐夫又晒了一盘不规则的白色物体,大家又开始猜:是炒馒头,额,不太像……炒香蕉?痴呆了,呃,到底是个什么鬼?姐夫:是你姐做的炸鲜奶!

总结:以后大家晒菜品时请附上菜名,不然真的是考量我们的智商呀!

收益

思租

朋友打电话咨询银行理财,一种是短期产品,半个月预期年化收益率可达5%,另一种一年期预期年化收益率比第一种略低。他显然对短期产品感兴趣,请我帮他参谋一下。我告诉他年化收益率并不是实际到期的收益,比如半个月的实际收益就是5%除以24,朋友说这个他懂。我继续说一款产品总有其募集期,到期后一般也不会于当日就能将资金打到自己账户上,这样一前一后,一来一去大约要占好几天,这也是成本啊。最后我问道:你的钱急着用吗?他说不急不急。然后,还没等我下结论,他自己说道:好的好的,我就买第二种。

其实,很多事情不要被表面的高收益蒙蔽,还要考虑其他很多条件因素。要想“吹尽狂沙始到金”,必须做到“风物长宜放眼量”。

青石街来稿邮箱
xinfukan@126.com

青石街

NEW SUPPLEMENT

202