

▲ 玉壶冰心

米粥一碗暖冬寒

□ 杨丽丽

北方的冬日,寒风凛冽,天地间满是萧瑟,而一碗冒着热气的米粥,总能轻易驱散寒意,温暖每个人的身心。北方人对喝粥的偏爱,早已融入骨髓,成为刻在生活里的习惯,如同北方人的豪爽性情,直白又深沉。

北方的米粥自带北方人的大气包容,仿佛能接纳世间万物。大米的温润、小米的金黄、黑米的醇厚、糯米的黏糯,是粥的基底;几颗红枣添甜、几粒桂圆增香,红豆的绵密、花生的香脆、绿豆的清爽、葡萄干的酸甜,又为粥注入了丰富层次。无论是常见的五谷杂粮,还是偶然想起的滋补食材,只要放进锅里与米同熬,便能成就一碗独一无二的美味。不必讲究食材的名贵,也无需纠结搭配的繁复,这份随性与包容恰是北方米粥最动人的特质。

清晨的北方人家,往往被米粥的香气唤醒。早起一碗米粥,配上一碟脆爽的小咸菜——或是腌黄瓜的清新,或是酱萝卜的咸香,或是雪里蕻的鲜辣,喝进胃里,温热的粥水顺着喉咙滑入,暖意从胃部蔓延至全身,连带着心里也暖洋洋的。这般惬意,正如陆游在《食粥》中所言:“世人个个学长年,不悟长年在目前,我得宛丘平易法,只将食粥致神仙。”一碗简单的米粥,竟藏着延年益寿的生活智慧,也藏着寻常日子里的满足与安然。

好喝的米粥,从不是一蹴而就的,熬煮的过程藏着太多讲究。火候是关键,火太大,米粒容易外烂内生,达不到软糯黏稠的口感;火太小,粥的香气难以散发,还会耗费过多时间。唯有先用大火将水烧开,再转为小火慢熬,让热量慢慢渗透进米粒的每一寸肌理,才能煮出米粒开花、汤汁浓稠的好粥。“熬粥、熬粥”,一个“熬”字道尽其中真谛,它需要熬粥人静下心来,不时用勺子轻轻搅拌,防止米粒粘锅,也让食材的味道充分融合。这个过程,是耐心的

▲ 雪泥鸿爪

寒意里的成长

□ 王晗

清晨开窗,忽觉风不一样了,不再是秋日那种干脆的利落,而是带着湿润的、往骨子里钻的凉。院角那棵老梧桐最先知晓,一片黄叶悠悠地、几乎是不情愿地离了枝,在清冷的空气里打了个旋儿,才落到青石板上。

母亲在院里收白菜,菜叶边缘已有了霜打的痕迹,微微透明。“经了霜的白菜才甜呢。”她说,掰掉外层焉了的叶子,露出里面嫩黄的心。那动作熟练而郑重,像是在完成一种仪式。

我蹲下来帮她,手触到白菜,冰凉凉的;可细看那菜帮子,却比之前更紧实、更瓷实了。夏日里的菜蔬总是疯长,长得快,也老得快,带着一股青涩的气息。反倒是这寒冷来了,它们倒沉静下来,把那股子生涩劲儿一点点收拢,化作清甜的底蕴。

这让我想起刘禹锡那句诗:“自古逢秋悲寂寥,我言秋日胜春朝。”从前只觉得是文人倔强,此刻摸着这结实饱满的白菜,却忽然懂了——春朝有春朝的热闹,秋日有秋日的深沉。热闹是向外铺展的,深沉却是向内凝聚的。

抬头看那棵柿子树,夏日里油亮的叶子几乎落尽,枝干清晰地指向天空,像一幅简笔勾勒的画。可也正因此,那满树橘红的柿子才格外醒目,一个个像小

沉淀,也是对生活的用心,正如那些平淡却珍贵的日子,唯有慢慢经营,才能品出其中滋味。

一碗米粥的灵魂,更在于熬粥人的心思。煮好一碗温润的白粥,便能依着喜好肆意发挥:喜欢咸口的,加点青菜瘦肉,则成了一碗咸淡适口的营养粥;喜欢甜口的,可以加点红糖、白糖、桂圆、莲子、银耳……当这些食材被添加进米粥里,原本朴素的白粥便有了丰富的内涵,空气中氤氲着食材交织的香气,闻着就让人满心欢喜。

清代黄云鹤在《粥谱》中写道:“粥于养老最宜:一省费,二津润,三味全,四利膈,五易消化。”寥寥数语,道尽了米粥的养生之效。它省钱实惠却能滋养身心,滋味纯粹又易于消化,无论是牙口尚嫩的孩童,还是肠胃虚弱的老人,都能安心享用。清粥小菜,从来都是老百姓最喜爱的饮食,这四个字没有山珍海味的奢华,却藏着人间烟火的返璞归真,是寻常日子里最踏实的幸福。试想,深夜归家,有爱人为你端上冒着香气的一碗小粥、一碟小菜,那是何等的幸福和暖心。喝着温润怡人的米粥,看着爱人眼中的关切与笑意,内心的焦虑慢慢被抚平,一天的劳累也随之消散,只剩下满心的温暖与踏实。

一直都觉得,会熬粥的女子定是心灵手巧的。她们上得厅堂,下得厨房,既能在生活中独当一面,也能在柴米油盐中经营出诗意。她们将对生活的热爱、对家人的关怀,都藏进一碗人间烟火里,用耐心和爱心将简单的食材熬煮成舌尖上的美味,也将平淡的日子过得有声有色、幸福美满。

木心先生在《少年朝食》中说:“没有比粥更温柔的了。”他还曾比喻:“女人是粥,男人是饭。女人有一种天然的绕指柔情,如一碗不甚灼热的粥,熨帖于心……”粥的温柔,在于它的温润绵长,不似烈酒般浓烈,也不似清茶般清冽,却能以最平和的姿态,抚慰人心。其实,一日三餐的饮食中不一定要有山珍海味,也不一定要有大鱼大肉,一碗米粥蕴含的人生百味同样让你心生欢喜。

▲ 吉光片羽

菊香也让冬风醉

□ 唐筱毅

大风过后,院子里有被吹落的菊瓣。我蹲在地上捡,指尖碰着那些凉丝丝、软塌塌的瓣儿,忽然就想起好些年前的初冬。那时奶奶还在,老屋矮墙上总摆着两三个粗陶盆,里头的菊开得泼泼洒洒。

奶奶总在风大的日子站在墙根下摘菊花,专拣那些焉了边、褪了色的老瓣儿往下揪,留着那些鼓鼓囊囊的花苞和刚开的新花。她摘的时候嘴里总念叨:“菊花好,花开人醒。”那时候我才十几岁,听不懂这“醒”字到底藏着什么意思,只觉得风把她的声音吹得忽远忽近,混着菊香,飘得满院子都是。如今再蹲在院子里捡菊瓣,风还是一样的风,只是少了奶奶的念叨,倒忽然把那个“醒”字给琢磨透了。原是岁月磨出来的领悟,像菊花茶泡到最后苦尽甘来的滋味。

城里花店卖的菊,看着金贵得很,花瓣一层叠一层,裹得像个绣球,养在精致的瓷盆里,连浇水都得小心翼翼。可我总觉得它们少了点什么,少了点在野地里经风见霜的劲儿。我偏爱的是田埂边、断墙根那些没人管的野菊。它们平日里瘦得可怜,茎秆细得像棉线,叶子皱巴巴的,农民锄地时见了,随手就拔了扔在一边;孩子们在地里疯跑,踩着了也不当回事。可一到秋天,别的花都谢得没影了,它们倒像忽然得了号令,齐刷刷地开起来,黄灿灿的一片,把冷清的田野衬得热闹极了。

去年初冬,我在山里玩,见石缝里长着一株野菊,便把它带回家,随便栽在院角的泥土里。没成想,今年它竟蹿得老高,开的花密密麻麻,落在地上,踩一脚都沾着香。

小时候在农村,菊花是最常见的花。外婆每年都会采很多黄菊,摊在竹匾里晒干,装在布袋子里存着。到了冬天,天寒地冻的,就抓一把干菊放进粗瓷碗,用沸水一冲,不一会儿,茶汤就变成了澄黄的颜色,闻着是淡淡的香,喝到嘴里,先是有点苦,咽下去后,喉咙里却有一股清甜。外婆总说:“喝了这个,醒神儿。”那时候我不懂,只觉得这茶没有糖甜,却还是会捧着碗一口一口地喝,看阳光透过茶汤,在碗底投下细碎的影子。

后来读书,读到《红楼梦》里宝玉写的“霜前月下谁家种,槛外篱边何处秋”,才知道古时候的文人都爱菊,爱的是它那不攀附的性子。再后来又读黄巢的诗句,才发现这花不光有闲淡的一面。

初冬的风还在吹,菊香越来越浓。这香味,穿过了岁月,藏着奶奶的念叨、外婆的茶汤,还有那些见过的人和事,所有这些早已深深地刻在了我的心底。在每一个寒意料峭的日子里,只要想起这抹菊香,心里就会暖暖的,像有阳光照进来一样。

▲ 心灵物语

诗中自有桃花源

□ 刘恋

“缘溪行,忘路之远近。忽逢桃花林,夹岸数百步,中无杂树,芳草鲜美,落英缤纷……”这是东晋诗人陶渊明笔下的桃花源。很长一段时间,我执着于撇开现实的喧嚣与内心的浮躁,去寻找精神世界的桃花源。直至走进了那浩瀚无垠的诗山词海里,在一次次跋涉中,窥见了一方新天地。

接触诗词,始于启蒙。三岁的我,还没上学堂,就懵懵懂懂地成为诗词朗读者。母亲教我读“离离原上草,一岁一枯荣”“床前明月光,疑是地上霜”……我一遍又一遍地跟着读。押韵的诗词,就像童谣由耳入心。再读诗词,到了学龄期。那个戴着眼镜的语文老师,一字一句地引领着我走进诗人写诗时的心境。后来,向诗词更深处漫溯,我开始研究诗人所处的时代背景。原本,简单的几十个字,要看作者的生平,也要看时代的风云。

读“春风得意马蹄疾,一日看尽长安花”时,感觉迎面走来的是一个翩翩少年,他意气风发地骑着马儿在热闹的长安街畅游,衣袂飘飘,前路坦荡。可细品之后发现,当时的孟郊四十六岁,第三次参加科举考试才成为进士。读“醉卧沙场君莫笑,古来征战几人回”时,全然看见了将士们沙场上饮酒作乐的豁达,可片刻之后又看到刀光剑影、马革裹尸的场面。把诗中的几个瞬间放到历史中,意味丰富了,内心感受却也复杂了。

就这样,读着读着,少了文学的灵秀,多了对历史的敬畏。然而,要走出这种读诗的心境不算太难,理想的桃花源有夹岸桃树,有落英缤纷——“会当凌绝顶,一览众山小”,哪怕身处泥泞,诗人的豪情壮志不曾被雨打风吹去;“回首向来萧瑟处,归去,也无风雨也无晴”,管它前路漫漫,我自悠然徐行……

读诗词,就是在读人生。那些铿锵的字句,是有力度的,当纸上的文字穿越千年时光与心灵产生了交集,灵魂就有了栖息的桃花源。

