

新民晚报

银筷子

黄顺福

因为和妈同住在一座城市,不用挤火车乘飞机,回家看妈是一件极平常的事。但是,每到年终回家吃团圆饭,却总让我犹豫再三下不了决心。

平时忙着上班工作,年终长假,兄弟姐妹你带鸡鸭,我带鱼肉,他炒几只拿手菜肴,一家人聚集到妈妈家,中餐西餐一大堆,团团圆圆吃年夜饭,这是老妈最高兴的时刻。她拿出银筷子,褪去筷套,搁在筷子托上,每人一双。桌子中央一双公筷。这是她珍藏多年专供庆典用餐的餐具。

老妈特别看重银筷子。我们每人有一双银筷子,那是我们降生时,父母不惜工本到店家定做的。后来我们家,父母又为我们的另一位定做银筷子。她说,每个人行走天地间就如一支支独立的筷子,毕生寻找和自己相匹配的另一支,找到了,相伴终生。筷子上深蕴中国传统文化。筷子能看出一个人的性格和修养,雅人用筷没有多余的多余动作,干净利落,温和恭敬,即使将筷子放在筷子托上也整整齐齐。所以中国丈母娘找女婿,这筷子一拿,心里也大概猜得八九不离十。筷子绝对不能接触

桌面,搁在碗上是祭奠祖宗的,是庆典聚餐大忌。她看到别人“啪”一声把筷子拍在桌上,就简直像心肝都要被砸碎了。近年来,妈保存的银筷有失散有的,有弯曲的,再说全家人口增加不少。妈为了除夕这一顿传统年夜饭,为筷子花尽心力不能如意。如今银子不值钱,没有店家愿意为一双筷子费力做这不值钱的生意。我家银筷子凑不成一桌了。

现在妈老了,常常吃着吃着年夜饭,就把自己的筷子插进菜碗里,把公筷放进嘴里,不甚利家。这成为兄弟姐妹的谈资之余,每个人只是善意地笑笑,仿佛老妈是长不大的孩子。

我十年来住校读书,上食堂用惯了调羹。我的子女辈对筷子更是没有一点感情,吃饭用调羹,高兴时还一手刀一手叉,吃一顿西餐。近年来,我家筷筒里的筷子越来越少。我想,这也是生活丰富多样社会进步的一种现象吧,唉,但是传统和进步究竟怎样才能妥帖结合融会贯通呢?看妈为摆筷子而为难的样子,我心头总有一种别样滋味。这顿饭,我该怎么回去吃呢?

莫名头痛背后的“心魔”

乔颖

这一年多来,除了家以外,年逾七旬的李女士,最常呆的地方就是医院了。一提及医院,她反而觉得很委屈,抱怨道,明明头痛但是查来查去医生们都说没问题。那么问题来了,李女士怎么会坚信自己有毛病呢?原来李女士患上了“躯体形式障碍”。

躯体形式障碍在老年朋友当中并不少见,是一类心身疾病。简而言之,是因为心理因素而引起的身体的不适感。这类问题常起病于成年早期,其主要特征就是人们反复陈述躯体不适症状,不断要求去医院进行各类医学检查,无视反复检查的阴性结果,并频繁更换医师以寻求心理安慰。

在身体的不舒服出现之前,往往发生出一些不愉快的生活事件。但人们通常不愿意探讨心理因素,认为只是身体的问题,每次就诊时对“患病”的坚信程度非常高,而且大多伴有明显的抑郁或焦虑。在出现异常状况之前,李女士乔迁新居,居住环境发生了巨大的变化。“辞旧迎新”过后,李女士的心理状况受到潜移默化的影响,让她感觉孤独、无助、紧张和焦虑。而这些苦楚无法解决,因此

此李女士渐渐开始出现身体的不适。

当身边的老人出现了这些症状的时候,大家应该做些什么呢?首先,理解万岁。与其谴责或对他们置之不理,不如好好审视他们的生活状况,切实地帮助他们解决困难。其次,合理引导。请建立平稳、牢固和持续性的家庭关系。良好的家庭关系可以创造安全感。多和老人聊天,让他们感觉世界依旧爱着他们。当然,大家都体会要说服一位看似“固执”的老人有多难,但是正因为难,才显得可贵,有时你的一句问候,一个微笑,一杯热茶对他们来说是莫大的支持和鼓励。再次,直面现状。如果老人的情况已经达到严重影响生活和人际关系的程度了,请带他们到专科医院进行专业的治疗。专科医院会根据老人的情况制定个体化的治疗方案。

老年朋友自己要做好以下几点:1.保持心理健康,多与家人沟通;2.保持体育锻炼,增强抵抗力;3.要有固定的兴趣爱好,这样可以转移注意力,有不愉快和压力时也比较容易化解。(作者为上海市精神卫生中心副主任医师)

心灵港湾

石头别记

严国庆

是一条无名溪,但它依着一个有名的矿区。来之之前当地的人说得一本正经:运气好可以捡块宝。这肯定是一句玩笑吧。

没有号召,十来个人一齐蹚进水里。也没什么动员,又一齐弯腰、低头“发现”石头。眼光所至,安卧在溪水底部大大小小的柱形石、块状石、鹅卵石,或渲染着一缕缕红,或张扬着一抹黄翡翠绿;或形似灵动之犬,或呈现水墨之韵……

接下来的事,你可能猜到了。一些好看的水中石,被请到了岸上。一小堆、一大堆,形态自然,摆出艺术的样子。它们就要成为观赏石,有新主人了。

阳光和清风眷顾,一会儿的工夫,石头们的“皮肤”渐干。忽有人高声喊叫:石头变了。石头怎么会变呢?细看,有的,水一干去,好看的色泽收了回去,也就丢了画面感;还有的,经风一吹,纹理糙若疤痕。不免有些失望。

于是开始做减法,一块块看过来,一块块地扔。扑通扑通,它们环境一变,便复现水中的样子。

从最初只是溪边玩,到后来下水捡了石头的取与舍,整个过程并不都在预料之中。其间伴随着发现、惊喜,选择、欣赏,欲留作赏物、复又舍弃……“扑通扑通”的水声里,忽然觉得,很多时候生活中经历的人和事,与眼前的情形十分相似。每每经历,却又百思难得其解。

此刻想来,谜底也许就隐藏在自己的思维、行为中——是不是不知不觉地疏于探究甚至无视事物的本真、习惯于某时某地的表象了呢?还说眼前的石头,它并没有变,只是还原了最自己的一面,溪水不过给了它妆容。石头是这样,一切的人和事物也都有自己的本色,唯有接受本色,方得其真,才得以发现和欣赏到真实。有什么比真实还真实、难得、可贵的呢?

溪畔偶得,如获至宝。浅溪有深意,真的捡了宝了。

那个春节,那个清晨,回乡的路上冷风冷雨。我不冷,只匆匆赶路。忽然一只白蝴蝶掠过,落在我的眼睑又瞬间融化。我拭去水珠但双眼蒙眬,片刻我宛若置身于白色的世界。那白色的精灵上下翻飞,落在我的身上脸上又转瞬即逝。

脚下很快铺上了一层白白的清霜,车站到医院的路没有尽头。我耳边响起父亲几天前的电话:“女儿啊,世界末日到了。”霎时我泪如雨下,却拼命忍住,并调侃父亲:“爸,你也信玛雅人的预测呀。不要胡思乱想了,好好休息,过几天我去看你。”放下电话,我的泪怎么也擦不干。

一滑,终于到了医院。扑入眼帘的是消瘦苍老的母亲和神情凝重的亲朋。“爸爸……”我的声音颤抖着。“回

来了。”白色的病床上父亲苍白羸弱,骨瘦如柴,微弱的声音缥缈不定。他无力地环顾四周:“给孩子倒口水呀……”我蹲在床边,只轻轻地呼喊:“爸爸,爸爸……”“吃早饭去吧。”我默默地点头,回应父亲柔弱怜爱的目光。

吃好早饭回来,医院四周已白茫茫一片,地上的脚印一串串,或深或浅直至消失。坐在父亲身边,我只握着父亲的手,不知道道该干什么该说什么。这无力的双手,是那抱过我背过我指引我走四方的双手吗?这眼神也是那么熟悉,柔和慈祥而又飘忽不定。突然父亲一阵剧烈的咳嗽,我全身颤栗。窗外漫天飞雪,如翩翩飞舞的蝴蝶。父亲的眼角溢出一颗晶莹的泪珠,父亲的雪花化作蝴蝶,飞走了。

什么叫想当然?就是我们凭老经验,认为一件事是对的,应该这个样子,可偏偏我们判断错了。

那天,我去市综合体育馆会议中心参加一个报告会,在某个比赛场馆门口发现一个战牌,上面写着“官员、裁判员人口”几个大字。恰好,负责这个体育馆的是我一位青干班同学,我随即拍下照片发给他,提醒:“官员”改为“贵宾”是不是更妥帖些?对方很快回复了我,帮我普及了一个常识:这个“官员”,并非指政府官员,而是指体育赛事上的技术官员,和裁判员等同属一场赛事的必需工作人员。

我不知道这个常识,犯了一个想当然的错误。我一时为自己的无知和敏感脸红耳热起来。

隔行如隔山。这个世界上我们不知道的事情永远比知道的事情多,尤其在这个知识爆炸、科技日新月异的年代。我们有必要养成一个良好习惯:凡事不想当然,除了善于发现问题,更要多向专业人士求教,努力消灭一两个知识盲点。这样,才能成为一个充实的人。

冬天,喜吃火锅。在一个落雪的日子里,约上三五好友,一边腾云驾雾把酒言欢,一边在鸳鸯锅中不紧不慢地涮着韧而弹脆的毛肚、红白相间的羊肉……这一刻,神仙都不换。

酣畅淋漓后,又常会想,这种饮食方式是谁发明的呢?温暖、欢腾、缓慢、让人欢喜,真想去感谢他。

后来得知,火锅由来已久,博物馆里展出的铜鼎及斗,就是东汉和隋朝人吃火锅的证据。火锅的做法并不复杂,不过是汤水里涮菜涮肉然后蘸调酱汁吃,我们的祖先们,肯定早就想到了。

据说最早用文字记载火锅吃法的古籍是《山家清供》。《山家清供》是南宋词人林洪的作品。林洪不但学识渊博,擅长诗词,而且还是位美食家。尽管对他笔下的美食有着充分的心理准备,但当看到他的诗句“浪涌晴江雪,风翻晚照霞”时,我还是吃了一惊,这是说火锅吗?努力发动想象力,好像……还真是。锅里的水不断翻腾着,就像晴天时江雪融化了,波浪翻涌一样。蒸腾的烟雾被炉中的大火映照,岂不正像被大风吹散的云霞?

林洪在书中讲到,那年他去武夷山六曲拜访止师,碰上大雪天,路上幸得一只野兔,但他遗憾没有厨师烹饪。到了目的地后,止师告诉了他山里人的吃法:把兔肉切成薄片,用酒、酱、辣椒腌制,然后把风炉安放到桌上,烧

半锅水,水开后,自己夹肉在里面摆动涮熟即可食用了,吃时还可蘸些自己喜欢的调味汁。

过了五六年,林洪去京城杨泳斋家赴宴,席间又看到了这种山野风吃法,这才发现武夷之行,已如隔世。吃之前,林洪作了上面那句诗,并给这种吃法取名为拨霞供。文章最后又说,猪、羊皆可。所以,拨霞供就是那时的火锅,且食材可以不定。

细品林洪“浪涌晴江雪”,可见那时的火锅,不是红汤,而是白汤,谈不上麻辣鲜香,但林洪还是从中吃出了万千气象。

拨霞供这个名字,极有可能不是南宋时期的大众叫法,而是林洪自己取的。林洪在《山家清供》中,为每个菜都取了一个诗意翩翩的名字,如:碧涧羹、酥凉片、山海兜等等。这些名字或来自名人诗句,或来自历史故事。文化与饮食相结合,折射出了林洪的生活态度。

山野人家的饭食,本是寻常物,但到了林洪这里,却是浪涌江雪,云蒸霞蔚。在他眼中,饭菜恍若不是用以果腹的俗物,而是蕴藏着天地万物、哲理诗情的奇妙所在。可谓,心中存丘壑,眼里有山河。这样的人生,令人敬佩。

林洪有趣,我想更多地了解他,可惜没查出多少确切的史料。据说他自称是林逋后人,但大家都

一锅诗意

桑飞月

法取名为拨霞供。文章最后又说,猪、羊皆可。所以,拨霞供就是那时的火锅,且食材可以不定。

细品林洪“浪涌晴江雪”,可见那时的火锅,不是红汤,而是白汤,谈不上麻辣鲜香,但林洪还是从中吃出了万千气象。

拨霞供这个名字,极有可能不是南宋时期的大众叫法,而是林洪自己取的。林洪在《山家清供》中,为每个菜都取了一个诗意翩翩的名字,如:碧涧羹、酥凉片、山海兜等等。这些名字或来自名人诗句,或来自历史故事。文化与饮食相结合,折射出了林洪的生活态度。

山野人家的饭食,本是寻常物,但到了林洪这里,却是浪涌江雪,云蒸霞蔚。在他眼中,饭菜恍若不是用以果腹的俗物,而是蕴藏着天地万物、哲理诗情的奇妙所在。可谓,心中存丘壑,眼里有山河。这样的人生,令人敬佩。

林洪有趣,我想更多地了解他,可惜没查出多少确切的史料。据说他自称是林逋后人,但大家都

那个春节,那个清晨,回乡的路上冷风冷雨。我不冷,只匆匆赶路。忽然一只白蝴蝶掠过,落在我的眼睑又瞬间融化。我拭去水珠但双眼蒙眬,片刻我宛若置身于白色的世界。那白色的精灵上下翻飞,落在我的身上脸上又转瞬即逝。

脚下很快铺上了一层白白的清霜,车站到医院的路没有尽头。我耳边响起父亲几天前的电话:“女儿啊,世界末日到了。”霎时我泪如雨下,却拼命忍住,并调侃父亲:“爸,你也信玛雅人的预测呀。不要胡思乱想了,好好休息,过几天我去看你。”放下电话,我的泪怎么也擦不干。

一滑,终于到了医院。扑入眼帘的是消瘦苍老的母亲和神情凝重的亲朋。“爸爸……”我的声音颤抖着。“回

来了。”白色的病床上父亲苍白羸弱,骨瘦如柴,微弱的声音缥缈不定。他无力地环顾四周:“给孩子倒口水呀……”我蹲在床边,只轻轻地呼喊:“爸爸,爸爸……”“吃早饭去吧。”我默默地点头,回应父亲柔弱怜爱的目光。

吃好早饭回来,医院四周已白茫茫一片,地上的脚印一串串,或深或浅直至消失。坐在父亲身边,我只握着父亲的手,不知道道该干什么该说什么。这无力的双手,是那抱过我背过我指引我走四方的双手吗?这眼神也是那么熟悉,柔和慈祥而又飘忽不定。突然父亲一阵剧烈的咳嗽,我全身颤栗。窗外漫天飞雪,如翩翩飞舞的蝴蝶。父亲的眼角溢出一颗晶莹的泪珠,父亲的雪花化作蝴蝶,飞走了。

什么叫想当然?就是我们凭老经验,认为一件事是对的,应该这个样子,可偏偏我们判断错了。

那天,我去市综合体育馆会议中心参加一个报告会,在某个比赛场馆门口发现一个战牌,上面写着“官员、裁判员人口”几个大字。恰好,负责这个体育馆的是我一位青干班同学,我随即拍下照片发给他,提醒:“官员”改为“贵宾”是不是更妥帖些?对方很快回复了我,帮我普及了一个常识:这个“官员”,并非指政府官员,而是指体育赛事上的技术官员,和裁判员等同属一场赛事的必需工作人员。

我不知道这个常识,犯了一个想当然的错误。我一时为自己的无知和敏感脸红耳热起来。

隔行如隔山。这个世界上我们不知道的事情永远比知道的事情多,尤其在这个知识爆炸、科技日新月异的年代。我们有必要养成一个良好习惯:凡事不想当然,除了善于发现问题,更要多向专业人士求教,努力消灭一两个知识盲点。这样,才能成为一个充实的人。

不信,认为他在蹭名人热度。细究两人脾性,你会发现,在某种看似大相径庭的处世态度下,其实有着同样的独特气质,那就是,不随波逐流,有自己独特的生活观。林逋喜欢清静,梅妻鹤子,孤傲高洁。林洪则爱到处云游,广交朋友,一会儿武夷山,一会儿在京城。吃个饭,还吟诗赞美,看似凡俗,其实纯粹。

林洪的人生观,很通透。既然活着,那就活出一番意味来。美、幸福及艺术,不在高处,不在他处,而在生活本身。

有人说,拨霞供这个名字太阳春白雪了,很多人记不住,所以没有流传下来。在我看来,是林洪这个吃货的境界太高了,就像音乐上一个高音,我们多抵达不了,也就不好意思吃拨霞供,而只好吃火锅了。火锅这个名字,直观又好记,挺好。但是,有时候,我们还是很想拎起生活的脖子往上拔一拔的,以期拨到一个有趣、有品位的高度上去。

嗯,今晚,我不吃火锅了,我要吃拨霞供。有云,有浪,有霞,你来吗?来了请带一壶诗。

那个春节,那个清晨,回乡的路上冷风冷雨。我不冷,只匆匆赶路。忽然一只白蝴蝶掠过,落在我的眼睑又瞬间融化。我拭去水珠但双眼蒙眬,片刻我宛若置身于白色的世界。那白色的精灵上下翻飞,落在我的身上脸上又转瞬即逝。

脚下很快铺上了一层白白的清霜,车站到医院的路没有尽头。我耳边响起父亲几天前的电话:“女儿啊,世界末日到了。”霎时我泪如雨下,却拼命忍住,并调侃父亲:“爸,你也信玛雅人的预测呀。不要胡思乱想了,好好休息,过几天我去看你。”放下电话,我的泪怎么也擦不干。

一滑,终于到了医院。扑入眼帘的是消瘦苍老的母亲和神情凝重的亲朋。“爸爸……”我的声音颤抖着。“回

来了。”白色的病床上父亲苍白羸弱,骨瘦如柴,微弱的声音缥缈不定。他无力地环顾四周:“给孩子倒口水呀……”我蹲在床边,只轻轻地呼喊:“爸爸,爸爸……”“吃早饭去吧。”我默默地点头,回应父亲柔弱怜爱的目光。

吃好早饭回来,医院四周已白茫茫一片,地上的脚印一串串,或深或浅直至消失。坐在父亲身边,我只握着父亲的手,不知道道该干什么该说什么。这无力的双手,是那抱过我背过我指引我走四方的双手吗?这眼神也是那么熟悉,柔和慈祥而又飘忽不定。突然父亲一阵剧烈的咳嗽,我全身颤栗。窗外漫天飞雪,如翩翩飞舞的蝴蝶。父亲的眼角溢出一颗晶莹的泪珠,父亲的雪花化作蝴蝶,飞走了。

什么叫想当然?就是我们凭老经验,认为一件事是对的,应该这个样子,可偏偏我们判断错了。

那天,我去市综合体育馆会议中心参加一个报告会,在某个比赛场馆门口发现一个战牌,上面写着“官员、裁判员人口”几个大字。恰好,负责这个体育馆的是我一位青干班同学,我随即拍下照片发给他,提醒:“官员”改为“贵宾”是不是更妥帖些?对方很快回复了我,帮我普及了一个常识:这个“官员”,并非指政府官员,而是指体育赛事上的技术官员,和裁判员等同属一场赛事的必需工作人员。

我不知道这个常识,犯了一个想当然的错误。我一时为自己的无知和敏感脸红耳热起来。

隔行如隔山。这个世界上我们不知道的事情永远比知道的事情多,尤其在这个知识爆炸、科技日新月异的年代。我们有必要养成一个良好习惯:凡事不想当然,除了善于发现问题,更要多向专业人士求教,努力消灭一两个知识盲点。这样,才能成为一个充实的人。

那个春节,那个清晨,回乡的路上冷风冷雨。我不冷,只匆匆赶路。忽然一只白蝴蝶掠过,落在我的眼睑又瞬间融化。我拭去水珠但双眼蒙眬,片刻我宛若置身于白色的世界。那白色的精灵上下翻飞,落在我的身上脸上又转瞬即逝。

脚下很快铺上了一层白白的清霜,车站到医院的路没有尽头。我耳边响起父亲几天前的电话:“女儿啊,世界末日到了。”霎时我泪如雨下,却拼命忍住,并调侃父亲:“爸,你也信玛雅人的预测呀。不要胡思乱想了,好好休息,过几天我去看你。”放下电话,我的泪怎么也擦不干。

一滑,终于到了医院。扑入眼帘的是消瘦苍老的母亲和神情凝重的亲朋。“爸爸……”我的声音颤抖着。“回

七夕会

这几天,我情不自禁地被一种声音吸引了。那是轮船的汽笛声。我不知道用一个什么样的拟声词象声词来形容:“呜——”“膨——”“噗——”好像都不恰当。一个音节过后,紧接着是这个音节的延长音,大概有个三四倍的延长。声音从发出到延长,全程低低地低低地下沉,绝不高扬,闷闷地嗡嗡地却磁性非常。既能报了一个“我来了”“我在这儿”的“到”,履行了自己应该履行的职责,又绝不炫耀。甚至于还有点儿小心翼翼,不能惊扰到不应该惊扰的,无论是海面的还是海岸的。

喜欢海南。阳光、沙滩、大海,海浪,椰树——这是共性的。有品质的轮船的汽笛声——这是个性的。还有,美貌的风尾竹——也是个性的。

很早就特别喜欢听《月光下的风尾竹》,固然有音乐的原因,“风尾竹”的形象的魅力还是占了主导地位。虽然那时还不知道风尾竹长什么样子,在那个没有手机的年代是没有条件去百度一下的,但是我非常笃定“风尾竹一定很美”,所以就自顾自没有理由地盲目地狠狠喜欢起来。

当我站在风尾竹面前的时候,不得不佩服我的那个仅仅凭感觉没有任何根据的笃定!

风尾竹,被称呼为“竹”应该是有道理的。青葱的主干,一节一节地排列,俨然竹子的形象。并且只有中心主枝,一直一直向上,绝不旁逸斜出,更是竹子

走近一棵风尾竹

黄书琴

的特色。最吸引我的,应该是前边的修饰语“凤尾”了。凤尾竹的叶片和凤凰的羽毛很是相像,整体呈椭圆形,只是在叶的梢部有着略微尖尖的收笔,有意无意地在椭圆上捣乱了一下,却有了传神的效果,因为完全的椭圆形是要不得的,那就不是羽毛而是别的什么东西了。叶片的中间一条尽量长长的主茎,承载着许多窄窄的小小的低一个层次的许多叶片,向着大羽毛叶片所需要长成的形态而努力着,小叶片们两两对称,握别于中间,各自向两边伸展,由略宽到略窄到略细再到略微尖尖,照着规矩,步调一致,长出了匀称,长出了韵致,共同长成了叶片羽毛的样式,并且是凤尾式的——人们达成了共识的美丽漂亮的风尾式的。

当然还需要一个重要条件——南国特有的气候。海口的朋友说,海南的植物的叶片都是泛着油光的,空气优良,得天独厚,营养充足。“青翠欲滴”,“滴”在这里好像最合适。如果说别的地方的叶片滴出的是水,那么,这里的叶片滴出的很可能是油。好一个滋润的海南!

我知道我为什么一听到《月光下的风尾竹》就喜欢了。“月光下的风尾竹,轻柔美丽像绿色的雾”,月光下的东西好像没有不美丽的,何况是风尾竹呢?“轻柔美丽像绿色的雾”,“雾”是朦胧的,模糊的,更是动感的,浮动的,升腾的。走进了我喜欢的歌中,唯陶醉而已。

雅玩

心灵港湾