

闲 暇时光

吴翼民

**前**些日子与妻子一起去农贸市场购物，走到半途，妻子一摸口袋，突然叫出声来：“哎呀，不好，忘了带了……”我接其话茬：“忘了带什么呀？钱么？”她回答：“忘了带手机了。”我便说：“没事，就一会儿时间，估计不会有电话吧？反正我带着手机呢。”妻说：“你是你，我是我，我没带手机，我起码会浪费头两千步路呢。”——哦哦，妻子这阵子正迷着“微信运动”呢，遵行不悖，手机是不离身的，每时每刻积累着走路的“步数”。我刚想讥笑妻子“浪费头两千步”之说，表示“路是你自己走的呀，何必再斤斤计较手机的显示”，但终究没说出口。且别怪妻子迷此，其实我也差不多，也让“微信运动”绑架住了，也斤斤计较于走路的“步数”，一天倘没积聚七八千、上万步路，面上不好看，似有点对不住自己哩。

现在的手机真是无所不能，微信聊天啦、视频交流啦、抢发红包啦、付款转账啦……转瞬就能成就，现在又时兴起了运动互动呢——凡是微信朋友，都能集合在一起互相观察比拼走路的“步数”：谁谁谁这一天走了多少步路，谁谁谁荣登冠军而头像霸屏，谁谁谁垫底落了末位，皆在手机“微信运动”上一目了然。

# 步步莲花

然。于是乎，“枯木朽枝齐努力”，促使微信朋友们都走动了起来。好事啊，“微信运动”一声号令，真正的全民健身开拓了全新的局面。我发现原先几位不怎么运动的朋友因上了“微信运动”榜单，也不敢怠慢懒惰了，必一天来个几千步交差了事。

人是“群居动物”，有“群居”就有比拼，尽管细想想，如“微信运动”之比拼较劲没多大意义，不会因某人占了鳌头而授予奖章，发与奖金，某人垫了底位而受到批评，被罚了款，但彼此间仍会比评甚而较劲，从积极眼光看待，未尝不是好事。比如我们夫妻间也会来个互相促进。妻子把每天早晨到体育场走步当成了功课，我因码字写作而暂且止步，但当我看到妻子的“步数”远远将我抛开，就会来个急起直追、迎头赶上，怎么赶？见缝插针补课呗，倘室外骄阳似火或刮风落雨，就在室内像动物园笼子里的大灰狼那样来来回回走，觉着甩开大步不划算，就迈着小步走，有时索性来个原地踏步、跑步，让“步数”积累得有些快些，追上甚而超过妻子。妻子笑我作弊，我说，手机认可，算不得作弊。于是就这样你追我赶的，各自在手机的显示屏上有了好看的腔调。女儿和女婿看到我们走路计步认了真，主动为我们配备了手机的外套，将

手机装在套子里，缚在手臂上，挺时髦的装备，颇有点少先队佩戴的“二道杠三道杠”标志的姿态。臂上戴着手机套，走路来好不时尚！

计有日，我们发现这样你追我赶的走路，弊端生焉。弊端出在哪里？就出在微信群里，个别朋友居然比我们还认真，认真到顶真的地步，可谓锱铢必较，非要争个第一不可，“步数”越积越多，越攀越高，最多一天竟达三四万步。尤其个别生过重病而痊愈的朋友，不顾虚弱之躯，非拔了头筹而不肯罢休。

我和妻子都意识到了这一点，倘若这么愈演愈烈，锻炼失度，岂非适得其反弄坏了身体？遂在微信朋友中跟几位好胜者透个风，让他们把步子慢下来，让“步数”减下来，让个别身体本就虚弱者不要暴走也能时常得个冠军，锻炼适度，心情愉悦才能达到健康之目的。

是啊，锻炼身体本是惬意轻松的事儿，求得个步步莲花才是最美境界。

在 现场

董月光

**虽**然国庆阅兵式已经过去，可是我心中的波澜依然没有平静……

今年国庆可不一般。因为我上上世纪八十年代的学生德林，让我们这个“合肥初高中”群炸开了锅。我是他们的语文老师。

国庆前，何斌同学一石激起千层浪：“习近平总书记特别关怀、亲自推动的首都重大标志性工程，我班德林先生参与设计建设的大兴国际机场建成！”我当年的搭档数学王老师，紧跟着自豪地晒出：“这次我去北京，德林带我参观了他负责参与建设的北京大兴国际机场。荣幸至极！”

“好羡慕哦！”我忍不住跟贴。

德林立马回复：“感谢老师、同学的关心和关注，忙碌的九月顺利结束。这是总书记亲自决策、命名并宣布通航的大兴国际机场。欢迎老师和同学择空来体验。”

最令人激动的是，听说德林要参加今年的国庆观礼。

我问：“什么方队？”

“公务员方队！”王老师很得意地立即告知。

记起三十多年前，黑瘦、调皮、聪明的小德林，在学霸成堆的初三（五）、（六）班里并不拔尖儿，可是他的机灵、活跃的样子，给我留下极深的印象。

我真的很幸福，在暮年之时，没料到可以望见一大片的参天大树，郁郁葱葱。

国庆那天，我和先生终于盼来了阅兵式。“出来了！出来了！”我激动地对先生说。

公务员的方队浩浩荡荡，一伙激情澎湃的身着西装的公务员朝我们走来。公务员们迈着坚实、矫健、有力的步子，给予我的是无限的骄傲和自豪！他们欢呼着、雀跃着、一蹦多高。广场上面是花的海洋、人的海洋，欢声笑语……

我的学生小德林，能够昂首阔步，代表国家公务员，接受主席和全国人民的检阅，我都为自己骄傲呢。我们共和国的栋梁们，在国庆这天大显神威！

阅兵式后，小德林“飞”回故乡合肥。“合肥初高中同学”，一伙儿时的伙伴为他接风，庆功酒会热闹非凡。让我开怀大笑的是，有位女同学居然说，小德林穿上检阅的西装像是又当了一次新郎。

那夜，我是真的“醉”了。

# 国庆「阅兵式」后记

快 人快语

马镇兴

# 放开来过

**2003**年10月，一场突如其来的重病降临到我的头上，把我推入人生的低谷：胃部肿瘤，须立即住院手术。远在老家的母亲知道后，又是带口信，又是打电话，再三叮嘱我一定要“放开来过”，放下一切思想包袱，积极配合医生治疗。母亲的这句“放开来过”的话，字字千钧，特别触动我的心灵，给我与病魔斗争的信心和勇气。经过半年多的治疗，我顺利康复出院。

“放开来过”，朴实的话语，凝聚了母亲的人生体验，蕴含着丰富的处世智慧。我常常想，除了面对大病大难，在我们日常的工作、生活中，又何尝不需要这样一种心态、心境呢？常言道，人生不如意事十有八九，与其郁闷焦虑、怨天尤人，不

如风轻云淡、“放开来过”，放开心胸坦然面对，不急不躁心平气和，以积极的态度分析原因、寻找对策，以开朗的心态化解矛盾、走出阴霾。

退休后，随着环境改变、角色转换，我对“放开来过”有了一些新的体会。比如在儿孙之事上要看得开放得下。儿孙自有儿孙福，适时放手不仅有利于老人过好晚年，也能促使小辈的成长成熟。再比如，体检时有些指标超出了标准，要正确对待。年纪大了器官老化功能差了，这里那里出点问题、指标箭头有点上下是正常的，不需大惊小怪，更不必忧心忡忡，遵从医嘱就行了。

2008年，母亲以90岁高龄辞世，但母亲的音容笑貌一直在我脑海中浮现，“放开来过”的教诲时时回响在耳边。



《钱江烟霭》 李国樑 作

舌 尖回忆

王坚忍

# 吃不出原味

**与**家人一起去吃火锅，在菜单上看到有豆腐鱼，眼睛顿时一亮。想起了好多年前，在浙东的一个海岛，第一次尝豆腐鱼的情景。

那是一个春夜，在山岙的一张石头桌子上，好客的主人摆满了海味。空气中弥漫着海水的微腥和栀子花的香气，不远处渔火点点。酒过三巡，主人端上了一大盆乳白色的浓鱼汤，汤中漂浮着一尾尾的长条子小鱼，光滑无鳞，体白如雪。撇一条试尝，香糯无比，入口即化。再舀一勺鱼汤，也是香浓清爽，回味腴美。问主人这是什么鱼？主人卖关子说，这鱼你

们其实都接触过。我们也不多问，可着劲儿吃鱼喝汤。不一会儿，一大盆鱼汤盆底朝天。此时，主人方道出谜底，原来这鱼学名叫龙头鱼，俗称豆腐鱼，肉松软。鲜食的话味道鲜嫩极了。但由于这鱼体内水分多，不易保藏，所以渔民一般都把它加盐晒干了做成“龙头烤”。噢，搞了半天，原来是我们小时候都吃过的很下饭的龙头烤啊！

应该说，这天我点的豆腐鱼，放在火锅的白汤里熬，味道还真不错。女儿连喝三小碗汤。但我觉得这鱼与当年我在海岛品尝的豆腐鱼相比，味道远不逮。我想，倘若要吃出原味来，只有重返那个海岛了。

巧了，隔天翻一本美国职业厨师安

东尼·伯尔顿的《厨师之旅》，其中一个章节，说的就是他在事隔二十多年后，偕同他的弟弟，回到他孩提时第一次吃牡蛎的法国海滨小渔村，再尝往日的鲜美之味的经历。渔村还是那个渔村，牡蛎还是那个牡蛎，但伯尔顿却无奈地发现，再也找不回当年那种无可挑剔的美食体验了。所谓吃出原味的想法，只是自己的一厢情愿而已。

由此推断，如果我真的回到当年的海岛去吃豆腐鱼，结果也会像伯尔顿一样，带着遗憾而返。对于往日的美食体验，我们不妨像对分手多年的初恋情人一样，“相见不如不见”，让它留在记忆中为好。