

知福，惜福

积雪草

汉民族有过年贴“福”字的习俗，这个习俗是从南宋开始的，延续至今已有上千年的历史。腊月里，得闲去集市上闲逛，到处都是红彤彤的“福”字和对联，把眼睛都晃得花了。那些大红的“福”字，大小不等，形态各异，五花八门；圆的、方的、镂空的、描金的，应有尽有；行书、草书、隶书、楷书，还有小篆等，各种字体大显神通。这些“福”字表达了人民大众对美好生活的向往，更是把节日的气氛推向高潮。

贴“福”字是有讲究的，按照天干地支，什么地方贴什么样的“福”字。古人把“福”字贴在大门上，表示开门纳福；把“福”字贴在粮仓上，表示五谷丰登；把“福”字贴在牲畜圈上，表示六畜兴旺。中国“福”文化历史悠久，源远流长，是普通大众精神层面的一种追求和祝福。

古人对“福”字的理解和记载最早可见于文献古籍《尚书》，内中曾说人有五福：“一曰寿，二曰富，三

穿，有饭吃，有田种，长寿，康宁，这就是一个人幸福的意义所在。我们的先民对“福”字的理解简单，朴实，并无附加条件和额外要求，是后人对“福”字的理解和追求作发散性思维，一味向外求，并不满足于最基本的生活保障。

每个人都有自己对世界的认知，对“福”字的理解因人而异。“福”其实是一个动态语汇，是一种模糊的概念，有指向却没有尺度，全凭自己内心的感受。每个人的心目中对“福”的理解和要求都不一样，有人认为“吃亏是福”，有人认为“心安是福”，有人认为“富贵是福”，也有人认为“清者，福之所集也”，有人说“全寿富贵谓之福”……

常常听到一句老话说：“享福容易，吃苦难。”其实我觉得享福未必容易，学会惜福就更难了。人们常常是身在福中不知福，轻狂，怠慢，背道而驰，结果离幸福越来越远。记



鼠年拥福 (书画) 张吉

得年少时，有一段时光和外祖母生活在一起，外祖母是一个节俭的老人家，不管日子穷富，每餐饭都会把碗中的米粒吃干净，掉在桌子上的米粒也会用手指拈起来放进嘴里，她常说：“人这一辈子，只有惜福，才会有福。”

几千年的文化沉淀，

体现了人们对“福”字的理解，对“福”字的深深敬畏。源远流长“福”文化，在每个人心中都会留下深深的烙印，不管你对幸福的概念如何理解和领会，但是敬畏、感恩、知足，总是不会错的。

知福、惜福才会走得

“旧雪未及消，新雪又拥户”。到了大寒，一年的冷意似乎要尽情释放。你要风，风自来，朔风凛凛，苍茫天地；你要雪，雪亦来，石阶冻银，檐头冰钟；疏林山禽，庄外细犬，万物感受着寒气的洗礼。

大寒，是闲静的，因着这份寒意，有人惯于“大寒宜近火，无事莫开门”。那么，自然多了几分独处时光。人生在世无非读书、见人、历事、行路。对于求学路上的人而言，三冬读书，可以说正是时候。生命的丰盛在于内心，内心的丰富从世事洞明中来，也从诗书阅遍中来。“古人已用三冬足，年少今开万卷余。”趁时光清冷，与书香做伴，和茶相品，为书中的喜而喜，忧而忧，振奋人心处，挥毫处，便也是绝妙文章。

天地阴阳，每种时候都有着两面性。大寒固然是冷的，但因为有了炊烟袅袅，也有了家的温度。大寒的时候，离农历新年往往很是接近。这段时光是充盈着喜悦、欢乐气氛的，人们尽管忙碌着，心情却是欢快的。盼着年的到来，人们开启了传统民俗之旅，从一碗腊八粥开始，办年货、扫房、祭灶、贴春联等习俗有条不紊地展开，让你的大寒充满了仪式感。

大寒，闲静的自处和温暖的炊烟

王丽娜

对于江南一带的人来说，年糕是春节菜单中的“刚需”。年糕年糕年年高，这份吉利有谁不想呢？差不多就是大寒这段时间，老家的亲戚，会开始准备年糕。从前，是手工制作年糕，拿杵在石臼里捣米团慢慢做成。现在，村里的人会聚到一起，带着浸泡过的大米用糕机做出一条条年糕。机器开动的时候，等候在一旁的村民笑着看今年准备了什么年货，这份热闹，仿若春节已来临了。刚刚新鲜出炉的年糕软软糯糯，要经过晾晒，才有了挺括的模样。

我有一位亲戚喜欢吃糯一点的年糕，她家的年糕在做的时候会多放一点糯米掺进去，母亲就很喜欢吃这款定制版年糕。她每次收到亲戚寄过来的年糕，就会准备好装满水的大锅浸泡年糕，据说冷水浸年糕，经常换水，年糕是不会坏的。自然，家中也多了年糕制作的美食，或者白菜年糕，颜色清亮而又温暖，或者酱油年糕，浓郁香甜的空气中弥漫着即将到来的过年气息，就足以融化冬末的寒意。

烧麦·稍麦·烧卖

薛理勇

烧麦是一种面粉和米饭混合食品。把糯米和大米拌匀后添加酱油及其他食物煮熟后备用。用开水和面（俗称“烫面”），擀成约10厘米见方的皮子，以米饭为馅，做成形似钱袋形状，入笼蒸熟，冷食和热食均可，可当饭充饥，也可以当点心解馋，属于方便食品，颇受老百姓喜欢。若干年前，上海浦东新区的“下沙烧麦”还被公布为“非遗”保护名录。烧麦起源于何时，为什么叫做“烧麦”，记录不详。

宋朝以后，朝鲜与中国交往密切，每年有许多“留学生”和外交官来中国。元朝有人编写了一册《朴事通》，分中文版和朝鲜文版，介绍中国的风土人情、事物源流等，供朝鲜人适应中国生活和工作使用。《朴事通》中说：“元大都（今北京市）午门外饭店中，以皮作面，以肉为馅，当顶作为花蕊，蒸熟，与汤食之，方言谓之‘稍麦’。又云：皮薄，内实切碎肉，当顶撮细线稍系，故曰‘稍麦’。”此“稍麦”就是现在人们所谓的“烧麦”。《朴事通》作者以为，人们为了防止“稍麦”散开，在封口“细线稍系”，即打一个绳结，于是被叫做“稍麦”。这是关于“稍麦”名称来历最早的说法，至于对与不对，难以考证，大家各自理解吧。

清乾隆刊印的《扬州画舫录·卷一·草河录上》记录了当地的许多小吃，其中说：“其点心各据一方之盛……文杏园以‘稍麦’得名，谓之‘鬼蓬头’”，确实，稍麦的形状有点像古人绘画的“小鬼”蓬乱的头发，扬州人把它叫做“鬼蓬头”，真是嘴巴不饶人。不过，不知道现在扬州人是不是还把稍麦叫做“鬼蓬头”。

现代人理解为什么把这种食品叫做“稍麦”，于是又“浮想联翩”，这种食品往往是一边烧（蒸），一边卖，也就是“边烧边卖”，把它写做“烧卖”，这样的理解也没有不当之处。不过，我看，烧卖的形状更像古人放碎银或铜钱的“钱袋”，如果给烧麦取一个与“钱袋”有关的商品名称，也许会更吸引人们的眼球。不要当真，开开心心的。

家门口的救急箱

费伟华

据报载，去年九月起，北京海淀区世纪城每个小区安保岗亭旁都配备了公益服务柜，共十个，里面放置便民梯子、雨傘、针线盒、工具箱、急救包、一次性雨衣、跳绳、抹布、打气筒等物品。

生活中，一些小工具或救急用品不经常使用，很多居民家里不储备，急用时现去买也不一定买得到；只是偶尔用一下的东西，买来多数时间处于闲置状态，不免浪费。笔者以为，如果在居民家门口设立一个“救急百宝箱”，在醒目位置张贴可借用物品清单，既可以为居民解决一时之需，又可以提倡绿色文明的生活方式，提高资源的利用率。而且，通过人性化的物业管理，随时为业主提供贴心、便捷的服务，让居民感到满意和温馨。期待居民家门口的“救急百宝箱”能够多起来。



和张用博先生在一起的岁月

沈宇秋

“蓬蒿今日想纷披，塚上秋风又一吹。”恩师张用博先生离开我们三年多了。

初次见到先生是在上世纪80年代。在同事潘绍源先生引领下，到南市老城厢豆市街68弄2号张宅，拜师学书法篆刻。

先生因德艺闻名，求学者众多。他不设门槛，不计贫富，多次表示只要肯学，没有基础也行。先生认为，学习书法篆刻必须持之以恒，静下心来。他曾在信中对先生说：老师的责任，重在指导，而不在输出。我愿意告诉你一些方法、捷径、选帖。按你个性，指导你自学成功，少走弯路。除了有组织的开班授课，像我等经常上门得以亲炙的学生也为数不少，一些全国各地的函授学生，先生来信必回，个别学生与先生通讯时间达数十年之久，如今信函内容已成非常宝贵的书刻理论。

我长期以来得益于先生教诲。先生指导我从临写柳公权的《玄秘塔碑》、颜真卿《勤礼碑》开始，让我

家门口的救急箱

费伟华

和张用博先生在一起的岁月

实用：读（古）书，识篆字，选印石，摹印文，运刀凿边……一样不落。先生平时有意识地嘱我要特别注重来师的肖形印。1994年国庆节前夕，在先生指导下，我刻了一枚“祖国万岁”大方章，被报纸刊出。先生很高兴，在家留我吃了一顿便饭，算是褒奖。1995年先生心血之作《八卦五行图印面设计》一文在《书法研究》上刊出，他立即寄我一本，期盼我能好好研究。

先生的一生颇为坎坷，但从无怨天尤人，永远是抱着一颗平常心，坦然做着认定的事。他有一帧来生画赠的海棠图，是心爱之物。然而有人利用先生的善良、坦诚，用所谓田黄石换取了海棠图。先生发觉有假，急于交涉，但在歹徒的哄骗下，画未归还，假田黄也没留下。我等愤愤不平，先生几天茶饭不思，但没让报警，他说：“不想去麻烦人家（警察），反正（画）也是白过了，算了！”

先生对待我们这些长期跟随他的学生视如己出。有一次去先生家时我正发痛风。他看我一瘸一拐的样子，一定要帮我在脚趾上敷药包扎。我忙不迭推辞，先生却说：“不好意思嘛，我本来就是医生，你就让我再当一次医生吧！”

青少年时，我曾学过国画，后转学中国画。因为拜张先生学书法篆刻在前，而先生又不大谈起自己从艺经历，故很长一段时间不知先生也擅长水墨丹青。一次我临了一幅宋人的《雪林寒鸦图》，自认为蛮到位，于是想请先生题跋讨点口彩。几天后，先生在跋中毫不客气地指出整图线条不够挺健，墨韵缺乏等，示我今后多读古代名作，进一步理解谢赫六法的内涵，并关照一定多临《争座位帖》以加强线条力度。先生对中国画画理如此深邃使我大为惊诧。后来方知先生跟来大师、乔老师学习丹青非短暂时光，真可谓书画出同源了！

重叠的数字

云森

当你告别时已在迎接

雪，是云的碎屑
遥不可及的
于浩森中拂面而来
在你触及时晶莹成水
在你遗忘时飞升成云
时光，是冰封江面上的一道清沟
在了无痕迹中不肯愈合
纵使极寒，仍在汨汨而流
冰，是水的过往
流逝的岁月也可凝固
浩瀚的宇宙中
我站在这蓝色的星球
星球成为飘浮的一粒尘
原来尘，在时间的刻刀下
被雕刻得晶莹剔透
飞出太阳系
134光年之外的存在
目光所不及的意义
阳光，蜂拥而至
生活的美
在你收了其所有
那花纹才深邃而神秘
充满惊喜

2019，我挥挥手
2020，这重叠的数字
不止是时间
更是一个符号
寓意着加倍
努力！收获！更是时间
在珍惜中，加倍
在感恩中，遇见



七夕会

每临过年，人们就格外忙碌起来。尤其是男女主人，为一家老小忙吃的、穿的、用的。冰箱里已塞满了鲜肉，又腌制了一盆咸肉；瓶子里酱油明明可以吃上好多天，除夕那天还要去超市买上一大壶。节日期间更是这家赶到那家，上餐接着下餐，忙得不可开交……

如此过年，不仅浪费，而且劳累，甚至伤了身子坏了胃。

过年是什么？传统意义上是天伦之乐代名词，是幸福的同义词。现代意义上的过年，又是紧张工作一年人们休憩的港湾、轻松的驿站、欢愉的摇篮、爱情的季节。过年，本就不该那么辛苦啊。

以大吃大喝为基调的过年是过去岁月留下的痕迹。回想数十年前物资匮乏的年月，人们多么向往

吃饱吃好的日子！于是便把这个愿望赋予了过年。物换星移，温饱之求早已成为过去，人们感叹如今“天天过年”。春节这几天，我们怎能还为此“吃”字忙累？追求美好、追求轻松、追求文明，应该成为时代的主流。

过年，不大吃大喝不等于不吃不喝，也不仅仅只是一个“吃”字。生活上，我们可以适当潇洒潇洒，但不可过度，菜肴越丰盛，越不可忘掉“科学”二字，健康总归是“第一要务”。

礼节上，该孝敬的、往来的应该热情做到，但不必要的虚礼还应自肃，保障社会清明空气。家庭卫

生整洁上，平时一一做好，春节就省得大清洗。因工作实在忙得顾不上，一家人也应合理分工，共同“抽空”去完成，包括节假日期间，不要把家务活推在个把人身上，尤其是老人。而今时兴家务劳动社会化，什么蒸煮之苦，请客之累，不妨让社会代替。绿色邮递、礼仪递送、现代通讯等都能方便地让你将远在天涯的亲人联结在一起。

节日期间，一家人尽可以各取所好，或一杯清茶，一把瓜子，电话拜拜年，看看电视聊聊天；或携手逛逛街，走亲访友，来个举家自驾游；或看看书报、玩玩电脑，参加些其他娱乐活动，亦可不拘形式开开家庭会，让各自总结过去，展望未来……

轻轻松松，愉愉快快，过个休闲年，节后精力充沛去各干各行，这有多好！

先生整洁上，平时一一做好，春节就省得大清洗。因工作实在忙得顾不上，一家人也应合理分工，共同“抽空”去完成，包括节假日期间，不要把家务活推在个把人身上，尤其是老人。而今时兴家务劳动社会化，什么蒸煮之苦，请客之累，不妨让社会代替。绿色邮递、礼仪递送、现代通讯等都能方便地让你将远在天涯的亲人联结在一起。

节日期间，一家人尽可以各取所好，或一杯清茶，一把瓜子，电话拜拜年，看看电视聊聊天；或携手逛逛街，走亲访友，来个举家自驾游；或看看书报、玩玩电脑，参加些其他娱乐活动，亦可不拘形式开开家庭会，让各自总结过去，展望未来……

轻轻松松，愉愉快快，过个休闲年，节后精力充沛去各干各行，这有多好！

时尚