

这个村庄在浙东南的大山深壑里。

是因为一锅臭豆腐，让我们七八个人坐进了村里这家餐厅。

诱人者说，村里有好几家餐厅，吃了这家的石锅臭豆腐，曾让他和一帮弟兄当了回头客。

至于吗？

厚重的、黑色的石锅端来时，连一丝臭味也没有闻到。糊状的模样，如豆腐渣加水搅成。这让桌上所有人盯着的眼睛有了疑惑。

有人用勺子去拨开了糊面，才有隐隐的臭味飘出，这臭味，没有浓恶，连拒食臭豆腐的姐夫也微笑着欣然接受。奇的是，这臭里，还夹杂着无以言说的微微香气。是油香？不像。是豆香？不敢确认。

一勺放入嘴里，豆腐的嫩滑、鲜香被轻轻的咸辣引导出来，在舌腔内游荡。想来第二勺，要细细辨别，究竟是什么味觉让

口感舒服。你一勺，我一勺，竟然见锅底了。这时，15 岁的女孩，悄悄对妈妈说，想用臭豆腐拌饭。让妈妈吃了一惊，这可是个逢“臭”货就避的娇娇女啊。

姐夫见外孙女如此，乐了，举手朗声招呼服务员：再来一份石锅臭豆腐！

江南食客，都知道臭豆腐之臭是怎么来的。此时，这隐隐的香，要问在这臭豆腐里添加了什么佐料，却谁也说不清了。我想起了一位大厨的话，一盘好菜，三分厨艺，七分食材。这家餐厅的豆腐来自哪里？

一打听，知道村里有一家豆腐作坊，坊主是一位老人。

第二天下午，我约了民宿主人走进了村里的小巷。曲里拐弯的巷道，两旁是石头垒起的矮屋，人无、狗卧，走近作坊的老屋，都未闻劳作的声响。

从低窄的门口看去，有佝偻的老头在昏黄的灯

影下晃动。土灶，冒着热气；灶膛，燃着柴火，在暗里红得耀眼。散乱在泥地上的筐、桶、矮凳、长椅，把桌上竹匾里摆放齐整的豆腐干衬托得特别醒目，这是纯白色的方块豆腐干，城里卖的豆腐干都是淡酱色的，它却如一块压缩的嫩豆腐。

在村里辈分很高的民宿主人与老人搭话，他头也不回地“嗯嗯”了两声。我走近灶台去看锅里烧的什么，他瞬间把锅盖盖上了。

“他保密呢，不让外人看的。”民宿主人呵呵笑着。

“老哥，你的豆腐干咋这么白？城里见不到。”我套起近乎。

他扭头看我一眼：“城里的能和我的比？”布满深沟皱纹的脸上，透着认真和一股倔劲。

“那你往城里卖，一定能有好价钱。”

“为啥往城里卖？村里还不够！外村也不卖！”

民宿主人告诉我，这老人一天没做多少豆腐，就供应着村里的一两家餐厅，另外就是走得近的七姨八姑向他买一些。

“老哥，你的豆腐好，大家喜欢，为啥不多做一些呢？”

他终于转身对着我俩：“就种了那么点豆子，再说，年龄大了，做不动了。少赚点怕啥，东西要好！”

“下次我来问你买，你可别不卖我。”我逗

人冬之日，是一年中阴极阳生之时，要安养精神，节欲保精，也就具备了温养初生的阳气，可在未来的日子里元阳充足，经得住严寒。此习俗深得人心，一经流传家喻户晓，诸如：冬令进补，春天打虎云云。当今，养生方法五花八门，一个师傅一路拳，各有各的套路，好比各自从不同的方向走来，目的地只有一个——健康强身。

笔者的爸妈步入耄耋之年，父母大人在每年入冬前，去医院打一次预防感冒针，能确保一个冬季不感冒。二老十多年以来以此作为冬令进补保健的良方，等同有人习惯服用膏方养生——药补；有人喜欢用赤豆、红枣、桂圆、羊肉、牛鞭来保健——食补，是一样的道理。

本人的住宅小区门口有块空地，冬天，阳光充足。老人们在此晒太阳。

初识小米罗，他只有六岁。一个黄昏，我在小区绿地散步，突然一只足球飞到 my 腿上，跟着奔过来一个小男孩，捡起球对我说了声“对不起”，就这样我们搭上了话。此后只要在绿地碰到，就相互打招呼，他的见面礼是向我扬起一只手：“嗨，我也来了！”

小米罗告诉我，这儿是他奶奶家，这个暑假过后他就要读书了。

那真是喜欢与人交谈的孩子，熟悉之后，他的话更多了。他曾经问我：“老虎和狮子到底谁大，谁是大真正的大王？为什么小孩可以叫小鬼，大人不可以叫大鬼？”一双灵动的眼睛盯着你，一副认真模样，不容你敷衍他。问他叫什么名字，他用手手指在掌上画给我看，是两个比较生僻的字，说这是他爸妈动了很多脑筋才给他起的名字。我问他除了踢球还喜欢什么呀？他说喜欢画画。他把一卷画带给我看。我吃惊了！满目绚烂，画面上色块线条恣意挥洒，各种奇特的形象应有尽有，有的分离独立，有的聚合重叠……如此自由自在无拘无束的世界，这不是大画家米罗的境界吗？因此我就叫他小米罗了。我问他怎么想得起来画这些的，他说，我画的时候脑子里就出现这些东西。

人偷看。老人常会绷着脸对向他讨教的人说，你吃着好就成，怎么做，我管着！

晚上，坐在民宿院子的树荫下闲聊。

“这样的豆腐，进了餐馆，做成什么菜都会让你觉得好吃。”

“这款石锅臭豆腐的厨师，连二分厨艺都有余了。”

“现在餐馆的菜，做得花哨，口感地道的不多，根子就在食材上。”

“如果老头不是孤寡一人，如果老头脾气没有这样倔，还会做出这样鲜香的豆腐吗？”没人应答。会，还是不会，谁能说出一个道理来呢？早起做豆腐的孤独老人，这个点该已在他的小屋里安然入睡了。晚饭时，伴着黄灯孤影，他咪一点小酒了吗？

讲笑话讲“豁边”、开玩笑不得体这类事情常有发生，在这种情况下，讲的人往往会很尴尬，因为他（她）原本想制造一点气氛，结果自讨没趣，反而被人诟病。

有人做过研究，如果一个笑话讲得不成功，其后果对于讲的人是“他”或是“她”，是不一样的。该研究发现当女人讲笑话不当，或是制造幽默失败，人们反而觉得她们可爱，能干甚至很有趣。而男人在相同情况下就没有这个福分了。但一般而言，人们对女人的犯错，或者说是在职场场合的出言不慎往往会非常地挑剔。比如说，女总裁对客户措辞过于尖酸，往往会受到质疑，而男性总裁讲同样的话可能就没有问题。

上述情况可能还是归因于一些传统的观念，人们认为女人应该是

后来我碰到了他奶奶，说起小米罗的绘画天才。奶奶说，他四岁时就在我和他爷爷的照片上瞎涂，在我的头上竖起两只牛角，因为我属牛，他爷爷喜欢喝酒，就在老头子嘴上套了一只酒瓶……

不久，小米罗的奶奶搬家了，她儿子买了学区房，老少三代住一起了。八年后的今天，我去一家医院做理疗，在候诊室外遇上了小米罗的奶奶，寒暄后，我想起她孙子。她指了指诊室内拉着布帘的一个小间说，他在做针灸，晚上睡不着觉。啊，小孩怎么会失眠呢？奶奶把我拉到一边，轻告告诉我——

唉，你知道我这个孙子从小是很聪明的，读了书功课也一向蛮好，现在是初二，就要升初三了，他爷娘不知哪里弄来很多课外练习题，他放学一到家，他妈就监督他做功课，希望通过多做题目，成绩能冲进年级前十名。这小孩做作业的速度也是蛮快的，练习册上的

题目也难不倒他的。那天他晚饭后作业做到一半，他妈跑开一会儿回转时，发现孩子趴在桌上，手里的笔在本子上画圈圈。他妈生气了，问他为啥还有练习册不做了？小孩一下子就爆发了，冲着他妈吼：一本一本永远做不光，题目都是重复的，有意思吗？你们要逼我做到死啊！又对他妈说，你一点自由都不给我，你自己倒想做啥就做啥，一天到晚看手机！见母子俩闹了起来，做爸的也赶来教训儿子，直到孩子不再顶嘴为止。我见孙子哭好后上了楼，有点不放心，也轻手轻脚跟着上了楼。推开房门，只见小孩呆在打开的窗子前，我一把拉住他，问他在想什么，他说，我真想跳下去。唉，多可怕！后来我们老两口对儿子儿媳说，你们要想这孩子不白养，就不要再逼他了！现在他的父母也改变了对孩子的做法，我儿媳的手机也少看了。不过这些日子，小孩晚上一直睡不好，这小孩早熟，我真担心他脑子里东想西出问题……

正说着，做好针灸的小米罗出来了。啊，眼前的小米罗个子拔得那么高，真认不出了！我迎上去，问他，你还认识我吗？我叫你小米罗的！小米罗茫然望着我，沉默无语，像在回忆。从前那个活活泼泼的小小孩哪里去了呢？



赤水河畔（中国画）何加林

人与狼

韦德锐

说的故事是，那一天他们几个汽车兵送物资去兵站，开着一辆大卡车。行至山中，斜刺里围上来一群狼，张牙舞爪围着汽车嚎叫，看架势要扑上来。一名战士举枪欲射击，被一名老兵制止了，警告说，你一开枪会引来更多的狼，那时我们的处境就更危险了。老兵解释说，这是一群饿狼，它们是跟我们要吃的。大家一听，将车上的食品扔下一部分，这群狼一轰而上，顷间食罄。但狼仍未去。老兵说，再扔一些，狼很快又吞光。车上的兵见状，将它们备用的食物全部扔下。狼尽食而去。这时汽车发动马达欲赶路，但那一段路坑坑洼洼，尚有泥浆。汽车轮盘陷于泥坑中只转不进。汽车兵们欲下车将轮盘推出。这时，只见那群狼飞快跑进树林，俱咬来树枝垫于车轮旁，将泥浆覆盖，这便形成了一段树枝路。车轮不再原地打转，顺利地从树枝路上开出。那群狼站在远地里看着，似乎在进行送行。

我觉得是在听一段寓言，但却又是真实的故事。这使我想到，即使寓言作家们也不会写这样的故事，因为它太荒诞，太离谱。但是我们确实在电视上看到过这些表演，人将头伸进鳄鱼和狮子口中，狮子和鳄鱼绝不动口；人陪着老虎散步，甚至打闹，但是老虎不会伤害你。驯狮驯虎，曾经是马戏团的节目，因为它能满足好奇者的心理。但是或因动物保护，现在马戏团已从人们的视线中淡出了。

记下这件事，本意是想让读者听个离奇故事消闲，没有什么深意。但忽然想到，有些人还不如这群狼，他们不是知恩图报，而是恩将仇报。人样的豺狼，多行不义必自毙，这是他们应有的下场。

对此，他们还咬文嚼字地解释，他们是“鼯”太阳。“鼯”是专指在冬季。想必也是，在一般情况下，炎炎夏天上海人不会称鼯太阳。大叔大妈戴着帽子保护好头部，在阳光下呆一上午或一下午，避免让脑袋长时间日照，可能导致热昏了头的不良反应，讲究科学养生。总之，沐浴阳光是老人们的养生方式，低碳环保。

冬天，昼短夜长，是睡觉的大好时光。可惜，我没有福气很快地进入到睡眠状态，白天无精打采，严重影响健康。偶尔停服安眠药则夜难寐，自己觉得不能一直在药物辅助下催眠，要找到导致不合理的生活习惯，从根源上解决问题，睡个好觉。

我使用的棉被年代已久，质地既

硬又冷，只得再覆盖一条被子，身上被压得沉甸甸的。这些原因可能造成失眠。自从晒过被子以后，只需盖一条棉被，旧棉被换来了短暂的松软温暖，强烈的紫外线把滋生在被子里的螨虫逐步消灭，对过敏性体质者来说，杜绝了上呼吸道感染引起的咳嗽。

我睡眠质量有所提高后，养成每周几次晒棉被习惯。太太觉得：换一条新被子就不用经常费力去晒，我的这种生活观念还停留在上一个世纪，老棉被舍不得扔，她再也不想把微微泛黄的棉被晒出去，并说，邻居们还以为我们的旧棉被是向《白毛女》里的杨白劳借来的。玩笑过后，她采取强制措施，给我换一条新被子，盖在身上感觉轻松柔软温暖。真是早知今日，何必当初，它对

我安然入眠起到一定作用。而真正让我睡好并起到决定性作用的是出门散步。由此，我可以一觉睡到大天亮，白天精神饱满。

人类的生命几乎有一半是在睡眠中度过，入眠是对人很重要的一个生理活动。通过休息可以消除疲劳、减轻心脏负担、调节血压，增强自身的免疫力和记忆力，以及延缓衰老。

冬季养生无非是吃好、穿暖、睡好，要不何来的健康？除去以上的两个项目，睡好，是我最好的进补。养生方法，万变不离其宗，目的是身体健康，不给家人和医生添麻烦。

十日谈

我之冬藏

责编：龚建星

冬天是个收藏的季节，不误养生好时光，及早安排正当时。

