

# 金色池塘

成为老人的艺术算不了什么,真正的艺术在于战胜衰老。——歌德

## “粽情粽意”

郑清心

端午节来临之前,我们社区“手牵手”关爱小组的志愿者们开了个碰头会,讨论今年给独居和空巢老人送粽子的事情。

快人快语的林大姐抢先发言:“粽子年年包年年送,今年我们来点创新好吗?”“好呀好呀!别老是肉粽、赤豆粽,这回翻翻花头。”刘阿姨立马赞同。“好多老人有三高,加点五谷杂粮,糯米少放一点。”“老人消化功能减退,粽子不要包得太大。”大家七嘴八舌提了很多建议,最后决定先做个调查,再根据老人们的个性化需求准备食材。

调查结果很快出来了,老人们的身体状况各不相同,特殊需求还真不少,口味也大相径庭。赵家爷爷血脂偏高,钱家好婆血糖不稳,孙家伯伯欢喜吃肉,李家奶奶常年吃素,周家老爹爱吃甜食,吴家阿婆口味清淡。

经过一番精心准备和操作,一只只形状各异、口味不同的粽子出锅了。闻着满屋的粽香,我们陶醉了,因为这粽叶里不仅包着五花八门的食材,还饱含着我们志愿者对老人们的深情厚谊。

我们给患有“三高”的老人送去杂粮粽,给不适合糯米食的老人送去黄米粽,牙口不好的有豆沙粽,胃口小的有迷你粽。还创新了一种五色粽,把去了核的红枣剪成小块,将紫薯切成小丁,与泡软的绿豆还有枸杞、葡萄干一起拌入白色的糯米中,好看又好吃,老人们都很欢喜。最开心的是广东外婆,我们特意为她包了她老家特有的两头扁平,中间隆起的“驼背粽”,老太太见了激动得不得了:“几十年没见啦!多塞嘞,我好钟意啦!(广东话:太感谢了,我很喜欢啦!)”看着老人们开心的样子,我们心里也舒心了。

## 异乡过端午

张月琴

我有一双混血外孙,大宝九岁,小宝六岁,生在美国,长在美国,平时交流都用英语,他们对中国文化了解很少。让中华文化得以传承,我们责无旁贷。

这次我去美国探亲,端午节前夕,大宝同学乐乐的奶奶从金华来美,她特地带来了粽叶,邀请我们到她家包粽子。一大早,小朋友就催促着“外婆快点!”刚到乐乐的家,就见厨房里分放了已浸泡过的大米、赤豆、红枣、粽叶,还有酱油腌过的五花肉。奶奶给大家做了演示:用两片粽叶并排铺开,轻轻一卷,卷成了无缝的漏斗,先放上一些米,中间放了枣子,装满后,用粽叶盖上,再用一张粽叶绕一周,最后用绳子牢牢系住,一个棱角分明的三角粽就包好了。三个小朋友也跃跃欲试,我说:“小朋友就包小粽子吧。”用一张粽叶,装上来,小手就能握住了,然后用彩色线绑好。看着自己的“杰作”,孩子们不禁哈哈大笑。

奶奶告诉我,乐乐最近在中文故事比赛中得了二等奖。乐乐说他知道端午节的来历,接着他绘声绘色地讲起来,还不时辅以肢体动作。

在学武术的大宝也要露一手,只见他左腿抬膝向前一跨,右腿挺膝蹬直,紧接着顺势一个直踢,与右掌在空中相击,好一个“踢腿砸掌”。

正当大家看得得意犹未尽时,“吃粽子啦!”奶奶端出了香喷喷的粽子。“红绳子的是我的!”“且慢!”我一个箭步上前,对两个外孙说:“能回答出问题的才能吃。”“端午节纪念谁?”大宝挠着头皮,“屈——原?”见我微笑,他做了V字手势,“耶!”小宝接着也大声喊:“屈——原!”孩子们吃着粽子,伸出了大拇指。奶奶和我们会心地笑了。

## 老少咸宜

编者按:

再过一周就是端午节了。“粽包分两髻,艾束著危冠。旧俗方储药,羸躯亦点丹……”从陆游《乙卯重五诗》里可以看出:端午风俗,除了纪念屈原,还有卫生保健的作用。端午年年有,且在老年群体中也非常受到重视。如何让端午过得有新意?老年人在过传统节日时的仪式感又是怎样的?在本期一一道来。



## 端午如何过出仪式感



图 IC

## 与劳模们过节

费平

端午节前,特意翻出了这张“08国际静安端午节主题系列活动”珍藏明信片,那是16年前我报名参加“到主席家过端午”活动时与老劳模、老艺术家以及毛主席的警卫员等一起包粽子、做香囊时留下的珍贵纪念物。

那天在茂名北路“上海毛泽东旧居陈列馆”,几间石库门打通的屋里摆放有六张八仙桌和长条凳,老劳模杨富珍、程德旺、马人俊等已经在包粽子;那边,朱志豪、原毛主席贴身卫士田云玉、书画家高式熊等在做香囊。

我们可以随便穿插在各桌之间。我先坐在程德旺和马人俊那桌,虽然包不来粽子,但为他们裹粽箬、舀馅,目的是跟他们唠家常。我跟程老说我家隔壁就是三轮车夫,工作很辛苦,他说是的,新社会提高了我们底层劳动者的地位,要感谢党。当我对马人俊说我是看了《今天我休息》才知道您是主人公的原型,事迹太感人了,马老说我还做得不够,是仲星火演得好。之后看见田云玉和朱志豪他们在做香囊,我便过去帮忙,将各种干花瓣和中药材裹进各色布袋内。其间田云玉说到他17岁就在主席身边任警卫员的往事时,古稀之年的他满含激情。而当我说到南浦、杨浦大桥是朱老的杰作时,朱志豪连忙摆手说这是集体的功劳,他只是参与……“您不但大桥设计得好,香囊也裹得好!”此时大家顺着我的指向,看到朱老手里的兔袋、葫芦袋,不禁笑了起来。

整个活动,洋溢着劳模们对一代伟人的深深缅怀之情,也是人们把传统端午佳节与思念先贤糅进这盛大活动的最好纪念方式。所以当主办方赠予我们每个人一枚特制的明信片后,我赶紧拿着让劳模、卫士等人签上了他们的大名。

## 粽叶哨子

龚伟明

如今超市、商店里的粽子品种繁多,退休金足以让我们去挑选买现成的。今年端午节前夕,妻子显得精神十足,说要自己包粽子……我看着泡在盆里的青色粽叶,发现有一两张开裂着,觉得可以像小时候一样卷成哨子吹的,

卷起来的粽叶,一端必须压扁,另一端呈圆形喇叭口,我要妻子找出细线来扎住,这样粽叶哨子才不会松开。做粽叶哨子看似容易,不过并非都能一气呵成而吹得响亮的,要把压扁的一端调试几次,才能发出自己心仪的声响。我问妻子:“依小辰光吹过粽叶哨子吗?”妻子回答“那是僚男生白相的。”我赶紧拨通了小学同学微信群。读小学的时候,我和邻居海民、大头、长脚同班,每逢端午前后,拿出各自的粽叶哨子,在房间里、楼道里吹,还在上学的路上吹,惹得其他同学羡慕不已。不消几天,楼里楼外,粽叶哨声多了起来。粽叶哨子有大有小,有的声调低沉雄浑,有的则清脆高昂,热闹了一阵。记得一位假小子女同学有一只二寸长的粽叶哨子。不知为何,我觉得她这只哨子色泽特别青,音质特别好。

我将自己吹粽叶哨子的视频发到群里,海民发了一个落泪的表情:“已经吹不动了,”大头说:“想当年,我们可以一口气吹一分钟,那声音可以从弄堂这头传到那头。现在吹粽叶哨子,觉得有点气喘,上气不接下气,”长脚说:“我牙齿落掉好几颗,有点漏风,吹出来的声音有点破音”,大家都露出苦涩的笑容。虽然如此,粽叶哨子还是大家割舍不断的情结。我建议,明年端午节,在群里一起吹响粽叶哨子,以纪念我们逝去的童年,同时让端午节更有仪式感,大家一致赞成。

## 粽子递乡情

周洋

离端午节还差两个礼拜,中学同学群里就沸腾起来了。好几位工作在外地的老同学回忆起上学时到我家过端午的情景,不约而同地夸赞我母亲包的粽子好吃。母亲是包端午粽的高手,虽说今年快80岁了,可还是闲不住,每年都要自己动手包粽子。我忽然想到,既然老同学们都还惦念着母亲包的粽子,何不给他们寄一些,让他们在异乡也能品尝到家乡的端午滋味。

主意拿定,我当即给母亲打电话,请她多包一些粽子。电话那头母亲不解地问我:“去年端午给你们送去的粽子半个月都没吃完,说是总吃我包的粽子想换换口味,今年怎么一下要这么多?”我如实相告。母亲一听特别高兴,让我两天后去取。

当我如约来到母亲住处,刚进门,她就包好的三十个粽子放到我的面前。青青的粽叶,细细的粽绳,远远就透着一股醇厚的清香。有三角粽、四角粽、长条粽,品种也很丰富,有红豆拌着糯米的赤豆粽,有细腻可口的枣泥粽,还有糯米裹着五花肉的鲜肉粽,全都是我儿时最爱吃的口味。想着母亲年纪大了,短时间内包了这么多粽子,一定累坏了,关照她好生休息。母亲却说:“你的那几位同学,常来咱家玩,我都有印象的。他们工作在外,一定很想吃家乡的粽子。抓紧寄去吧,让他们都尝尝鲜,这可是地道的家乡味道。”

借助快递的力量,外地的几位同学很快就收到了母亲亲手包的端午粽,品尝到了久违的家乡味道。他们一个劲地给我点赞,还拍了短视频向我母亲表示感谢。我发给母亲看,她笑得合不拢嘴,在她眼里,我们都是一群爱吃家乡粽子的孩子。