

## 新民晚报

### 新大众文艺 大众抒写

我们院东把红薯叫芋头,就像我的小名叫大头一样,透着股亲切劲儿。后来上学才知,它学名叫山芋,也叫红薯;我也有了学名,叫鲁传江。

初冬的黄昏,村里的烟囱都冒起了炊烟,混着饭菜香和柴火味。鸡群在地上找谷粒,狗子追着打闹,我们这些小孩在巷子疯跑,直到被妈喊回家。可钻进被窝了,心里还惦记着跟小伙伴约好的烤红薯。

红薯田东南角的空地堆着玉米秆和棉花柴,是我们的秘密基地。天刚擦黑,小华就背着一捆棉花柴来了,他最会烤红薯。我们每人捧着几个偷偷从自家地窖拿出来的红薯,屁颠屁颠地跑过来,小华用树枝挖个坑,点着火,火苗“噌噌”地跳,柴火“噼啪”作响,火星子像流星似的划过夜空。“下面那个熟了!”小华急着去掏红薯,刚碰到就“哎哟”一声缩回手:“烫死我了!”我笑着用长树枝把黑黢黢的红薯扒出来,用手指敲了敲外皮,“砰砰”的脆响。一使劲掰开,金黄色的瓤冒着热气,亮晶晶的还带拉丝,那股浓得化不开的香甜味直往脑门上冲,小伙伴们都咽着口水,眼巴巴地盯着,像一群摇尾巴的小狗。

我把红薯掰成小块分享给大家,有人对着红薯吹气降温,有人拿在手里来回倒,还有人急着往嘴里塞,就算烫得胃里发慌,脸上也全是满足。我们坐在火堆边,看着彼此黑黢黢的嘴

和沾着柴火灰的脸,笑得前仰后合。这香甜味里,全是无忧无虑的童年。

不知是谁提议把火灭了,有人往火堆上撒了泡尿,“噗嗤噗嗤”冒起白烟。我也不甘示弱,想跟他比谁尿得高,可刚一使劲,突然觉得身下

## 与红薯有关的梦

鲁传江

一热——“哎哟!这死伢子又尿床了……”妈妈无奈又带点生气的声音传来。我猛地睁开眼,才发现是场梦,被子湿了一大片,连爸的腿都被我尿湿了。爸点上煤油灯,没责备我,反倒哭笑不得:“你这孩子,做梦都惦记着玩!”他在我屁股上轻轻拍了两下,我赶紧假装熟睡,舌头却忍不住舔了舔嘴唇,好像还能尝到烤红薯的甜。那时候尿床最丢人,我生怕这事传开,每次看到小伙伴凑在一起窃窃私语,就觉得他们在说我的坏话。

霜打过后,就该收红薯了,全家人都要下地。老牛拉着犁铧,爸扶着犁梢,尽量不戳破红薯,可“嚓啦”的碰撞声还是让人心疼,尤其是看到大红薯被劈成两半,红皮白瓤露在外面,刺眼得很。我偏爱找那些形状奇怪的红薯,比如像小狗的、像小兔子的,找到一个就能在小伙伴面前显摆半天。有一次,我捡到一个像小孩的红薯:脑袋大大的,带着一粗一细两条腿,还有两只胳膊。我高兴坏了,找了根红粉笔给它画眼睛,又涂了条花格子裤头。正琢磨着画耳朵

呢,老师走了过来,一把把“小人”拿走了:“再欺负残疾同学,就罚你站!”我才知道,这红薯长得像班里走路一瘸一拐的老来。

爸爸知道后,用柳条抽了我一顿,逼着我去给老来认错。我吓得不敢回家,悄悄钻进了红薯窖。红薯窖是红薯过冬的地方,干燥不积水,窖门小得只有我能钻进去。我歪躺在稻草上,闻着满窖的红薯甜气,跟一堆红薯挤在一起睡觉,反倒觉得特别踏实。后来又到挖红薯,我特意给那个像老来的红薯接了条粗腿,让他再也不用瘸着走路,结果被妈的喊声叫醒:“大头,扔几个芋头出来!”

1998年春天,我到上海卖猪肉,水土不服,生意亏了个精光,又淋了场大雨,上吐下泻,高烧到40℃。夜里迷迷糊糊的,总想起老家:妈在灶膛里添柴,用锅铲刮出香喷喷的锅巴,再搅点红薯糖稀,拌在一起给我吃……

敲门声把我吵醒,是刚到上海的老乡,给我带来了红薯粉丝、红薯糖稀,还有妈卖红薯干攒下的几百块钱。我挖了一点糖稀放进嘴里,那熟悉的甜香一漫开,马上就来了精神。

如今我在城里定居多年,超市里的红薯制品五花八门:红薯干、红薯饼、红薯泥……可怎么吃,都吃不出小时候的味道。那种裹着泥土香、混着伙伴笑声、藏着爸妈疼爱的味道,是刻在骨子里的,再也找不回来了。

欢迎读者向本报投稿,来稿请发: ygb@xmwb.com.cn, 邮件主题标明“新大众文艺投稿”。

一条细细的线自一只青花斗笠盘的中间浮上来,是洗碗时发现的,自此对这只盘子特别小心,不用它蒸煮,只用来盛放新鲜蔬果。橱柜里的碗盘,总是越用越少。每年打碎一两只,或是再如这只盘子一样自然碎裂——如人自然老去的一两只,都是常有的事。

幸好橱柜里的碗盘是够多,物质充沛的现代都市生活,碗盘不是什么奢侈品,逛街时随手买,久而久之,一个人的碗盘已摆满了橱柜……近来又添两只高足青瓷小碟,专用来盛放茶点,搁在书桌上用,是一个人对自我稍显自恋的精神的装点。

大约是碗盘实在多,有一年,甚少来到城市的母亲一拉我开的橱柜,吓了一跳,她不懂一个独居的人为何需要那么多盘碗碟碗罐罐。我压着手指尖,喝白粥用青花缠枝白瓷碗,吃意大利面用北欧欧杏色花瓣大盘,还有一只超大的彩绘碗,特别适合用来装衢州常山的滑肉汤,一种将精肉碾薄了裹上生粉,再放入西红柿、青菜叶的浓稠稠的汤——碗里碗外一片春天的桃红柳绿,浮浮沉沉,赏心悦目。

## 碗与盘

松三

祖屋的几间房,另分到的最大的生活资料便是两只碗,夫妻俩正好一人一只。

那两只碗大约早已不在了。许是那种稍大的、碗沿带着青花色圈的、碗底还有一抹青花的饭碗,我在幼时也用过。一晃几十年过去,蓦然发现家中这批碗都已消失殆尽,转而成为更小的、碗边带着彩绘花朵的碗。那批碗都去了哪里?也是一年年打碎的、用碎的。

最容易打碗的是小孩子,因而幼时父母耳提面命——吃完饭,要将饭碗往里推一推。朋友草白曾在幼时打破一只碗,为了不被家人数落,她将碗的碎片与筷子一股脑儿都一同埋进了土里。

打了饭碗又是什么缘故?老家人说,一定是在院落外那株几百年的枫杨树下来了打碗碗花,开在夏季的、橘色的、喇叭状的爬藤的花。我长大后知道它是凌霄花。凌霄花曾承担了我们的饭碗这一巨大的过错。

对碗盘珍视的态度仍然延续了下来,母亲们总是小心再小心。小心打碗,还要小心借碗。碗是有限且必需的生活资料,一旦村中有红白喜事,就得四处借碗。除了碗,还要借桌子、椅子等等。有一年,父亲主持修庙,最后庙事庆典的餐事放在我家,结束后,上百名客人如潮水尽退,父亲去还邻家的桌椅,我和母亲就坐在院子里数洗干净的碗盘,来回数几遍,总是少几只,阳光下母亲却一下子愁容满面。

那些碗,当然也不如城市用的碗造型花色都讲究,那些碗,也都长得差不多。大多是某个商贩某一天走错了路拉到这逼仄的山中来的,一村子中家家户户买来十来只,因而家家户户的碗盘看起来毫无二致。好在家庭主妇对有限的生活资料的极度重视,她们在买碗盘的第一件事,是用刀在碗的某一部分刻下独属于自家的记号,可能是一横、两横,可能是一道弯,可能是个十字。大家都通晓这一点,因而邻家用碗端来吃食时,我们第一件事是去找自家的碗接过去,对方的

也能带着自己的碗踏实而归。还有一种碗,倒是不用做记号,那就是用出了缺口的。我们家的碗大多有缺口的,我和父亲正月时抱怨,客人来吃饭割嘴巴,母亲只瞥我们一眼。过了几日,一群亲戚来拜年做客,母亲从楼上深柜里端了几十只崭新的碗盘来。客人离去,那几十只崭新的碗又瞬间消失在我们的生活中。不过这下我们知道了,母亲的碗盘并不比我的少,但碗对于母亲来说,用处与安全感一定大于美的享受。美对于她来说,是奢侈的。

也会想起一些古时候的碗。那些在博物馆中被陈列在玻璃窗中的碗,即使残破不堪也挡不住美的光彩——我总喜欢看碗。去年夏季,在临安博物馆参观2024年度杭州考古成果展,其中有一座桐庐下轮村的墓群,发掘出的陪葬品是清一色的宋元青白瓷碗,胎体薄透,刻花袅娜,令人过目不忘。我询问这一遗址的考古工作人员,为何都是碗?他说这并不多见。我们猜测起来,大约这墓主人多么钟情于碗,要么钟情于吃。

碗盘是生活里那样触手可及的物件,看起来它并不能对生活的决断起到什么作用。但是我们并无法离开这一必需的容器,用来收集和盛放每个人的、一日三餐的容器。春渐深,窗边的水仙站在自己的水仙盘中,亭亭玉立。洁白如玉的花朵悄无声息地展开,香气袭人。仿制的北宋汝窑天青釉水仙盆为椭圆浅盘,恰好让水仙球以上的茎叶全部露出,显得姿态翩跹。这是古人特地为水仙做的碗盘。

新春拜亲,高桥老屋,天井角落,一个石臼,积满雨水,中间一簇菖蒲。拂去沿口上的苔痕,内壁依旧光滑,千百年米粮碾磨出的釉光闪亮。外壁凿痕如老农的手掌般粗粝。我让弟弟翻遍阁楼,捞出那根“春米榔头”。硬木的柄,被几代人的手汗摩挲成琥珀色。上段安着一块五斤重的青圆石,下段箍着十字铁环,不锈不腐,依然沉实。我把榔头搁进臼口,石与铁轻轻一碰,一声结实的叹息。这是祖上留下的唯一看得见的家产。料是大大大大人家才备得齐全。古国中原产麦,麦粒硬实,堪用石磨碾;南方产稻,谷粒含水,唯有用石臼舂碾才能脱壳成米。

儿时的腊月春节,镇上人家再穷,也要蒸糕做圆子,春米筛粉,石臼便成了半条街的公共财产。石臼很忙,或被扛去,或被壮汉抱起,进进出出,像个沉默的长者,不嫌烦。

妈妈淘好十斤糯米,摊开泡胀一夜,对我们弟兄们说:“要蒸糕吃圆子,自己去排队轧粉(机器磨粉),给你们一元铜钿。你们想自己春粉,钱归你们。”大哥一个眼色,弟兄们拍手响应。第一次尝试,哥十二岁,我十岁,弟八岁。春米榔头有5斤重,老大扶杵,双臂举不了十下。哥就在春米榔头下,拴一根麻绳,让两个弟弟拉绳,果然可以举起连春十几下。控了再左右换手。随着哥哥的口令,兄弟俩拉起绳子,吆喝震天,喊得无聊了,就把会唱的歌从“雄赳赳,气昂昂”唱到“咱们工人有力量”。唱得满屋飘起米香。咚咚的春声和歌声,惊动坊间,于是一众顽童轮流上阵,个个捏臂冒汗脱衣。十斤糯米,一次约二斤米下臼,每春一百下,就舀起碎米,交给奶奶筛粉,粗粒倒回白里,再来一百斤。总要闹腾两个时辰,十斤糯米春成了粉。奶奶总是一边扫地,一边唠叨:“不合算,掉出来的米起码有半斤。”她提来一只芦花鸡,啄点如雨。

后来兄弟都离乡读书工作。老屋空了,石臼不响了。久违重逢,意外感触,江南有谚:夜春传三更,米香透九重。顿时鼻间米香弥散,眼前炊烟蒸腾。耳边回荡着石杵撞臼的“咚咚咚”。如今,石臼无米可春,无人问津。但老屋有它守着,一家人的生气就都在。它是在等,等我的儿子、孙辈——或者某个与我同姓的少年,问他阿爸:这是什么?然后一起拉绳,起杵,落下。“臼深如釜,杵重若钟。”这便是格物致知的好东西。

石臼不响。



苏武牧羊 阿豹作

常有患者拿着手机里的睡眠监测报告,担忧地咨询医生:“我昨晚只睡了6个多小时,还做了好几个梦,是不是睡得很差?”可细看这位患者面色红润、说话有力,精神状态并不差。再问一句:“早上起来轻松吗?白天犯困吗?”往往得到的回答是:“挺精神的,就是看到数据焦虑。”

其实,判断睡眠质量最简单的标准,并不在手机数据里,而在自己的感受。醒来是否轻松、头脑清醒?白天精力是否充足、不犯困?若答案为肯定,就说明睡眠基本是好的,无需因为少睡了几个小时、做了多少梦而过度担心。中医对此也早有认识,《黄帝内经》提出“阳气尽则卧,阴气尽则寤”,意思是人体阴阳之气有规律地消长,夜间心神得以归藏休养,清晨自然神清气爽,关键看醒后的恢

复状态,而不是规定必须睡多久。生活中最常见的误区是“必须睡够8小时”。其实8小时只是统计得出的平均值,并非适用每个人。有的人

## 别让睡眠被数据“绑架”

冯斌

睡眠周期,每个周期都有做梦阶段。之所以能记住梦,往往是因为在做梦接近结束时短暂醒来,并不意味着睡眠质量差。中医认为,梦与心、肝、胆关系密切,情绪波动、思虑过多时梦境可能增多,但偶尔多梦本身并非疾病。真正需要重视的,是那些伴随明显不适的情况,比如频繁噩梦、睡中惊叫或手脚乱动、醒来后持续疲惫头昏伴焦虑抑郁情绪。这时才有必要进一步就医评估。中医调治睡眠的目标是调和阴阳、养心安神,让人睡得自然,醒来清爽。

归根结底,睡眠的评判权应更多交给身体,而非完全依赖手机里的数字。(作者系上海市静安区中心医院针灸科主治医师)

睡眠周期,每个周期都有做梦阶段。之所以能记住梦,往往是因为在做梦接近结束时短暂醒来,并不意味着睡眠质量差。中医认为,梦与心、肝、胆关系密切,情绪波动、思虑过多时梦境可能增多,但偶尔多梦本身并非疾病。真正需要重视的,是那些伴随明显不适的情况,比如频繁噩梦、睡中惊叫或手脚乱动、醒来后持续疲惫头昏伴焦虑抑郁情绪。这时才有必要进一步就医评估。中医调治睡眠的目标是调和阴阳、养心安神,让人睡得自然,醒来清爽。

归根结底,睡眠的评判权应更多交给身体,而非完全依赖手机里的数字。(作者系上海市静安区中心医院针灸科主治医师)

吃药,所剩无多。我转换话题,问家里还有什么经营?她说,还种着些山田,茶叶油果之类。一年养四头猪,三头卖掉,一头留到过年。说起过年,她有些兴奋,问我在这里过年吗?可热闹了,外出的人都回来了,每家每户杀年猪,囤年货,打铁花,穿上漂亮的衣服看戏。她说,自从有了旅游区,山里的生活发生了大变化,日子越来越好了。我又问,你一天走多少台阶?她说:九百九十九级。这数怎么那么巧?她说,这个数在这里代表很多,其实每走一趟有两千五百多个台阶。她家离这边约15公里,每天骑电瓶车来回。我们坐在三岔路口,说话时,她眼睛朝不同方向留意。我说,你也有些年纪了,准备

干到啥时候?她看着别处似乎漫不经心地说,等儿子成了亲。此时,又有一拨游客从另一个方向上来,她忙起身。我掏出50元塞给她,耽误你时间的补偿。她一定不要,说,没耽搁,自己也要感谢的。我硬塞给她,她欠了欠身说谢谢,然后转身向前奔去。此刻我发觉,这里的山民,不见弯腰驼背者,虽瘦小,却腰杆笔直。那或许是长年累月背背篓的缘故。这不仅是劳动方式所致,而凸显了一种精神:不管遇到什么压力,头可以低,但腰不能弯!那女人正拾级而上,脚步甚至有些轻捷。挂在她面前的是九百九十九级台阶,留给我的却是那瘦小而坚韧的背影,还有那句“日子越来越好了”。

干到啥时候?她看着别处似乎漫不经心地说,等儿子成了亲。此时,又有一拨游客从另一个方向上来,她忙起身。我掏出50元塞给她,耽误你时间的补偿。她一定不要,说,没耽搁,自己也要感谢的。我硬塞给她,她欠了欠身说谢谢,然后转身向前奔去。此刻我发觉,这里的山民,不见弯腰驼背者,虽瘦小,却腰杆笔直。那或许是长年累月背背篓的缘故。这不仅是劳动方式所致,而凸显了一种精神:不管遇到什么压力,头可以低,但腰不能弯!那女人正拾级而上,脚步甚至有些轻捷。挂在她面前的是九百九十九级台阶,留给我的却是那瘦小而坚韧的背影,还有那句“日子越来越好了”。

劝说他坐其滑竿。道旁有标价:全程400元,半程200元。老者摇头说:如此道远,坐之于心不忍。山人瘦小,至多百十来斤。目视老者,不下八十公斤。山人说,若能坐,是照顾生意,我等家有老小,赖此为生。老者兀坐,不为所动。

## 在九百九十九级台阶前

汤朔梅

八岁小孩。她连同其他几位妇女都上前游说。见其一人折返,叹了口气说,孩子不愿意。我问,这样的生意一天能有几茬?她说,若旺季,大概两天一个;淡季,则个把星期才一个。每背一个,全程200元。冬日游人更少,平均下来,每月千余元收入。刨去一年开销,丈夫的看病

## 旅游