

香粥生活

隨着生活節奏的加快，忙忙碌碌的生活，每天都懶於做飯，都是叫外賣或在外面吃，可是每當抹着嘴從飯店出來，常常感嘆，這飯菜怎麼缺少一種說不出的味道呢。只是依然拒絕不了這等便利的生活。後來，漸漸意識到，這樣的飲食習慣和結構會導致許多疾病，也常常覺得索然無味。於是，下決心堅持做飯，當然最便當的，還是煮粥。於是在超市買來各種各樣的米，配上紅棗、枸杞、蓮子放在鍋中一起煮，看着鍋一點一點沸騰起來，透明鍋蓋下面紅紅綠綠的精靈歡快地跳着舞蹈，身體圓滾滾的漲開了花，嘴里就有了一種食慾，香味瀰漫了屋子時，我的營養餐上桌了。那一刻我才明白，飯店的飯菜少的是什麼？是家的味道。



隨着時間的推移，年齡的增長，越來越喜歡吃粥。回到媽媽家中可以吃媽媽做的苞谷粥，回到婆婆家可以吃到婆婆做的小米粥，也可以吃到瘦子做的八寶粥，姐姐做的雜糧粥……。每每喝到這宜人的香粥，內心的浮躁漸被撫平。清水白粥最是滋養着我的味蕾，一家人說說笑笑間心先暖了起來，然後胃也跟着感動。我一生愛上喝粥和煮粥。因為無論喝粥的人，還是煮粥的人，都有一颗簡單愛人的心。因為有親人的存在和陪伴，讓我享受愛和被愛。也讓我懂得了什麼叫香粥人生。

作者劉麗秋：黑龍江省齊齊哈爾市富裕縣劉麗秋中醫內科診所

父愛沒有滿分

父親被哥哥接進了城里，背過哥哥他講哥哥與嫂子的壞話。諸如，過于溺愛洋洋（我的侄子），晚上讓洋洋吃亂七八糟的零食。更可笑地是，倘若洋洋或哥哥不在家，他和忙家務的嫂子對峙，會顯得拘束，尋各種藉口出去！讓哥哥四處尋他。

哥哥的住房是兩室兩廳，四口人住在一起就略顯得緊張。洋洋要學習、父親要看電視，為了互不干擾，哥哥決定買一套大的房子！定金都交了，父親嚷嚷沒讓他“參謀”會讓人騙了。哥哥沒有辦法只得拿出收據，讓他一遍一遍看。

父親退休後，常常想去拜訪自己的學生、老同事、甚至多年不來往的親戚。而哥哥開一家小診所，一年四季出不了遠門，他又懷疑哥哥是為了省油錢，不願意帶他拜訪。我給他解釋哥哥過得也不如意：一是侄子學習不好，心里鬱悶；二是工作競爭激烈，不好好干沒有患者。他聽不進去，抱怨我偏袒哥哥數落他。實在沒法，我說“你女子不會開車，你要到哪裡去，我給你雇出租。”他回去，實話實說但意味卻變了：“寶珠不會開車，都願意給我雇出租，你呢？做了什麼？”。



有一天，父親出去遛彎，突然給哥哥電話說自己迷路了。父親的手機是老人機，哥哥特意設置了LBS定位系統。哥哥在診所，清楚看到父親的位置——就在德林超市附近，怎麼會迷路？哥哥有點無奈，只好對患者說抱歉，迅速去接他。

事後，我埋怨父親。為何總是想各種方法“整”哥哥？所謂“父慈子孝”，這種方式對抗下去親情會出現裂縫。父親的嘴舔着嘴唇，像個孩子一樣有點無措。好長時間才說：“你哥現在190多斤，查出膽結石。脂肪那麼厚，什麼時候動手術？雖說膽結石不是什麼大病，也不能不治。”又補充：診所在一樓，住房在二樓，每天的運動量就是二十多個台階，自己擔心哥哥體重下不來。

忽然想流淚！世上沒有完美的父親，父愛也無法打個滿分。一位普通的父親，只要他沒有原則性毛病，至於他身上的那些小問題、小缺點，如果子女換一種思維，或者肯換一個角度看，帶着一顆理解的心來對他，他也許就是我們最真誠的親人。

作者申寶珠：陝西省咸陽市涇陽縣涇陽中學籌建辦

高考奇緣【絕句小說】

高考日，驕陽似火燒。小櫻，將一個紅繩玉墜掛在脖間，那是母親的遺物，她的珍寶。

路上，一個“混子”一把掠走小櫻的玉墜。她連聲驚叫。

突然，一個男子一把揪住“混子”衣服，兩人纏斗、廝打，正義與邪惡的較量遮掩周圍的喧囂。

一聲警笛，護考警察給歹徒扣上銜亮的手銬。

他嘴角滲出血迹。小櫻欲開口，他擺手：“考試要緊”。說完，消失於過街天橋。

考場上，小櫻愕然，監考老師竟是他。小櫻發揮出色，快樂爬上眉梢。

幾度春秋，大學校園，一位女教授手推輪椅，輪椅上的老者兩鬢霜染，臉上帶笑。

老者輕言：“這麼多年，苦了你了。”女教授輕撫老者白髮：“不，我幸福。”女教授是小櫻，老者是當年的他。偶語私語中，兩人的身影被漫天晚霞映照。（297字）

作者鄭非夢



端午采藥治頑疾

一提到端午節，人們就會想起食粽子、賽龍舟、飲雄黃酒、戴香囊等習俗。但有種習俗大多數人是不知道的，這就是採藥。它可是最古老的端午習俗之一，戰國時期的《禮記·夏小正》載：“此日蓄採藥，以闢除毒氣。”我對這種採藥習俗卻記憶深刻。

孩提時代的某一年，我身上起了些小紅疙瘩，癢癢的，就想撓，撓破了，從里面淌出了許多黏液，實在是難受極了！母親在村衛生室拿了些藥膏，塗在患處。惱人的是，按下葫蘆起了瓢，原來的剛結疤，接着又起了一些新的。端午節即將來臨，母親對父親說：“小二長了這種小黏瘡，舊的好了，新的又來了，怪急人的。聽上一輩的老人講，端午節這天，採集一百多種不同的藥草，熬成湯泡澡，能治很多病，還能預防小孩生癩。要不咱按這種方法給他治一治？”父親說：“好吧，端午節俺上山採藥去。”

端午節到了，天還沒有放亮，父親就起床了。他背起筐，扛上鐮頭，朝山上奔去。我們這里群山連綿，到處都是羊腸小道，蜿蜒崎嶇，父親深一脚淺一腳地走着，弄不好，就會打個趔趄。採齊這一百多種藥草，談何容易！他翻山越嶺，不知爬過了多少山頭，走過了多少路，也不知身上被蒺藜刺過了多少回。他握着鐮頭，彎下身子，拼命地刨着。有的藥草長在石縫里，鐮頭夠不到，就徒手去扒，手上磨起了血泡。一直挖到中午，才湊齊了這一百多種藥草。他背着滿滿的一筐藥草，又累又餓艱難地一步步挪下山來。

母親到河邊把藥草分批清洗乾淨，回到家

掏出藥草，放進大鍋開始熬藥。藥湯熬好了。母親從西屋滾出一口大瓷缸，放置在一片樹蔭下。她揭開鍋蓋，蒸汽氤氳，熱氣騰騰，一縷縷藥草的香味撲面而來。母親把黃褐色的藥湯舀出來，倒進大瓷缸里。滾燙的藥湯漸漸涼下來。母親插進手，感到不怎麼燙了，就讓我脫下衣服。一個早地拔葱，把我提起來，慢慢地試探着放入缸中。我蹲下身子，泡起了澡。一個多小時很快就過去了，母親把我從缸里拔出來，擦干身上的水，給我穿上乾淨的衣服。

第二天，母親把藥湯溫了溫，讓我再次泡澡，如此一連三天。這些藥湯，也許是融入了父母濃濃的關愛之心，真的起了療效，我身上的皮膚病很快就痊癒了。這年端午節，我過得好開心好開心！

作者朱旭：山東省青年作家協會會員，費縣作家協會理事，至今在幾十家中外報刊發表了二百多篇作品



輕羅小扇情與愁

夏季翩然來臨，去街頭購一團扇，扇面有一古典美女：楊貴妃。不由想起她的美：天生麗質難自棄，一朝選在君王側。回眸一笑百媚生，六宮粉黛無顏色。

團扇又稱“紈扇”，在古詩中，紈扇多借以表達深閨中少女的情態與愁思，深得閨閣喜愛。“銀燭秋光冷畫屏，輕羅小扇撲流螢”；少女的歡快，盡在清幽意境中，“團扇，團扇，美人病來遮面”。這是一幅寂寞的宮中仕女圖，冷落三年之久，怎不黯然神傷、獨自嘆息呢！“團扇復團扇，奉君清暑殿，秋風入庭樹，從此不相見。”流水的光陰里，這一走不知是多少年，讓思念比海還深。

東漢成帝時，班婕妤因趙飛燕入宮而失寵，便寫下了一首《怨歌行》：“新裂齊紈素，鮮潔如霜雪。裁成合歡扇，團團似明月。出入君懷袖，動搖微風發。常恐秋節至，涼風奪炎熱。棄捐篋箱中，恩情中道絕。”女人如花，容顏易衰，色衰則愛弛，自古有之。漢成帝見到趙飛燕，就被她的容貌和舞姿迷住了，專寵一時，可後來漢成帝又看上了趙飛燕的妹妹趙合德，封為昭儀。恩寵一身，終是剎那芳華，好夢難承留，春閨夢里也蕭然，苦依薰籠坐到明，幽幽落花無人收。紈扇的命運，宛如明月，時圓時缺，令多少嬪妃佳人淚空然而落。



“寸尺方圓紙半張，舒卷自如隨身旁，拂暑納涼君快意，涼空皓月舞霓裳。”檀香扇子香氣縷縷如煙，似窗前飄落的桂花紛紛揚揚，讓人微醉如醺，耳畔不時傳來黛玉葬花的幽幽悲歌，心間微微一動。《紅樓夢》中寶釵撲蝶和晴雯撕扇，都借以扇子抒情。

文雅書生手中的摺疊扇，也展示着心靈深處情感的起伏。《拾玉鐲》中書生傅朋偶遇孫玉姝，三次對面，每次開扇的幅度不盡相同，先略展，再半展，後全展，有層次地展現了傅朋心中的愛情。《貴妃醉酒》中，梅蘭芳巧用一把摺疊扇，把楊貴妃的婀娜醉態和複雜心情，表演得惟妙惟肖，出神入化。是誰把小扇子扇，曼舞如如花的姹紫嫣紅，細膩的心思，深藏的情懷，纖指素扇，盈盈一握，靈動間，佳人平添嬌羞媚態，才子更增個個風流。

唐代張祜《團扇郎》，“願得人郎手，團圓在眼前。”王獻之《桃葉團扇歌》“與郎欲消暑，相憶莫相忘”。愛你，柔情似水，佳期在夢中，一個眉目如畫的女子，微笑蔓延，心如春水。

坐在流水的光陰里，清詞麗句間感受紈扇一份喜與悲，沉思與幽怨。萬千風情，在素白如雪的紈扇上展開，胭脂樓里，彈奏不盡愛與恨的千古愁，走出古老的線裝書，伊人已不在，紈扇何處尋。

作者孫荔（孫麗麗）：江蘇省豐縣季合苑小區

給心放個假

給心放個假
放下所有的牽掛
該浪漫就浪漫一回
該瀟灑就瀟灑一把

給心放個假
讓自由的蹄上無疆的馬
讓笑聲追着笑聲
讓煩惱在陽光下融化

給心放個假
斟一杯新鮮的空氣當作清茶
聽聽小鳥唱給綠蔭的情歌
看看白雲送給藍天的圖畫

給心放個假
心中會開出朵朵蓮花
有清風輕輕吹過
清香就在每個日子飄蕩

給心放個假
給忙碌的人生找些閒暇
人生是一部七彩華章
閒暇也是不可缺少的頁碼

抓一把文字 放進鳥巢

鳥巢
是鄉村獨有的風景
是鄉村的樹木上
結出的最珍貴的果實

鳥巢里
孵出多少破殼的希望
孵出的歡樂
撲閃着雙翅

我願鳥兒
也在城市安家築巢

把歌聲嫁給
城里人的日子

我要從新華字典里
抓一把文字放進鳥巢
連同人們的期盼
和我的情思

讓鳥兒孵出
一首鮮活的黃口小詩
獻給我熱愛的
這座城市

作者汪光房：中國湖北省襄陽市襄州區文聯



詩歌二首

光陰流逝，隨着年齡的增長，我越來越不喜歡喧鬧，越來越渴望過簡單寧靜的生活，一顆曾經在紅塵中四處奔突衝撞的心，也越來越恬淡，恬淡得像一株在深山幽谷里靜靜生長的菊花。

我開始自覺躲避市聲喧囂，也不主動靠近人多的地方，不想讓別人擾亂我內心的平靜。在人叢中，我儘量閉緊嘴巴，能不開口時候，儘量不說一句話，免得吵了眾人，也驚擾了自己。更多的時候，我儘量把頭埋在書堆里，與書中的智者展開一場觸及靈魂的對話，是我莫大的享受，令我心神俱靜，澄澈無塵。

“道不同不相為謀”，這成爲我交友的唯一準則。我會疏遠一些過去不得已結交的人，無論在什麼場合，我不會像過去那樣委屈自己，察言觀色，說些言不由衷的恭維別人的話，而是喜歡與那些自己欣賞的也欣賞自己的人交往，因爲我深知，取悅別人，不如快樂自己。

我還喜歡在寂靜的午後，什麼也不做，只靜靜地沉思，傾聽自己內心最真實的聲音，溫柔地撫慰自己心田的每一寸土地。有時候我也會走出書齋，一個人漫無目的地漫遊，到人迹稀少的郊野，仰頭看天邊一朵雲飄逸的身影，俯身看一棵草在陽光下自由舒展的身姿。看着，看着，好像自己也變成了天邊流雲，或者原野上一棵生機勃勃的草。我屏息凝視，生怕打擾了它們，自己的心也在這種安然閑適

的氛圍中，靜靜地綻放，綻放如菊花那樣瀟灑出塵。這樣想着，我的心越來越輕盈，甜蜜，嘴角會漾起淺淺的動人的笑意。

我不再追逐虛名浮利，遇到各種與名利有關的活動，我會及時抽身而退。我也看淡得失，順其自然，得之感恩，不得也毫不在意。我也不介意別人對我的態度，那些對我輕慢倨傲的人，我也懶得去計較，只是一笑置之。對於別人的傷害，我也寧願相信他不過是無心之失，如此寬容地一想，一顆心便雲淡風輕，感覺處處海闊天空。

爲自己而活，自在隨心，才是人生最高境界。因此，內心越來越從容淡定，浩瀚的世界于我只是一個存在的背景，而自己的生活才是一場真實的正在上演的劇目。無論精彩紛呈，還是平淡無奇，都只跟自己。我只是自己的，我得爲自己的劇負責。

清代周敦頤在《愛蓮說》中，把鐵杆墨葉、傲霜而立的菊花比作“花之隱逸者”，既然是隱逸者，自然是淡化名利，與世無爭。杜甫詩曰：“莫嫌老圃秋容淡，且喜黃花晚節香”。可見人淡如菊的人生態度，是要有屢經風霜、褪盡繁華的閱歷才能臻于此境。心素如簡，心淡如菊，這才是我孜孜以求的，我努力呵護着自己的內心，就像呵護一株芬芳淡雅的菊花一樣。

作者張燕峰：河北省張家口市懷來縣沙城鎮第六小學



心淡如菊