

十一月下半月詩詞數首

海老 KK

童子六七八人。因以稱衆學生。此處作衆人解。

2022年11月28日于維羅納自寓

《五言·讀蘇軾之潮州韓文公廟碑》

聯想紛亂世事...

人可無不至，
唯天不容傷。
智可欺王公，
不可欺介微。
力可得天下，
豈可與民悖。
無形自巍峨，
無狀自伸威!

注：蘇軾～蘇軾（1037年1月8日-1101年8月24日），眉州眉山（今四川省眉山市）人，北宋時著名的文學家、政治家、藝術家。字子瞻，一字和仲，號東坡居士、鐵冠道人。嘉佑二年進士，累官至端明殿學士兼翰林學士、吏部尚書、兵部尚書、禮部尚書。南宋宋加賜諡號文忠，復追贈太師。有《東坡先生全集》及《東坡樂府》詞集傳世，宋人王宗稷收其作品，編有《蘇文忠公全集》。其散文、詩、詞、賦均有成就，且善書法和繪畫，是文學藝術史上的通才，也是公認韻文散文造詣比較杰出的大家。蘇軾的散文為唐宋四家（韓柳歐蘇）。與父親蘇洵、弟蘇轍合稱“三蘇”，父子三人，同列唐宋八大家。

韓文公～韓愈，字退之，河南河陽人，自稱郡望昌黎，世稱韓昌黎；晚年任吏部侍郎，又稱韓吏部。謚文，世稱韓文公。唐代文學家，與柳宗元是當時古文運動的推行者，合稱“韓柳”。蘇軾稱讚他“文起八代之衰，道濟天下之溺，忠犯人主之怒，勇奪三軍之帥”。散文、詩，均有名。著作收錄《昌黎先生集》。

潮州韓文公廟碑～潮州（今廣東潮安縣）知州王滸在宋哲宗元祐七年（1092）重修韓愈廟後，寫書請蘇軾為此廟撰寫碑文。蘇軾慨然從命，不久就將手書碑樣寄給王滸，這就是著名的散文名篇《潮州韓文公廟碑》。

智可欺王公～《潮州韓文公廟碑》：“智可以欺王公，不可以欺豚魚。”（豚魚：百姓。有“信及豚魚”之說。）介微～卑賤而耿直。指真實的百姓。力可得天下～《潮州韓文公廟碑》：“力可得天下，不可失匹夫匹婦之心。”



匹茲堡華人老朽
海老 KK

《七言·初雪》

晨陰，重雪。午終降雪，片大如蝶。初觸地即化，久始稍積。不知何時終。

白雪翩翩降宇寰，
拂得枯林妝素顏。
可憐江水消融去，
迎風千里度遠山。

2022年11月15日于維羅納自寓

《七言·致衆友二首》

其一：

道是心閑身方閑，
莫負綠水與青山。
相聚且樂一杯酒，
萬金不換衆笑顏。

其二：

身閑自有閑身處，
行看流水坐看山。
清風明月皆由我，
雪樹風松酒一盞。

2022年11月16日于維羅納自寓

《七言·老屋》

昨小雪微寒，一老屋前流連。

漫崗嵯峨一老屋，九十七載前人築。
寬闊丘園門戶冷，地僻幽園遊人獨。
雲窗遠空望翠鳥，密林淺處見野鹿。
流連竟忘徹骨寒，且拍偶影留一幅。

2022年11月17日于阿拉根尼愛麗森公園。

《七言·冬晚雪晴》

山頭落日照雲涯，
西風雪粒吹又斜。
寒江天外碧流平，
疏林深處聞啼鴉。

2022年11月18日于維羅納阿拉根尼河畔

《自由詩·點亮》

維羅納舉辦“點亮日”活動。

點亮
點亮自己的心
點亮自己的腦
點亮自己的眼
點亮別人
點亮路
點亮世界
點亮每一處黑暗

2022年11月19日于維羅納自寓

《五言·側聞》

很小的時候，我經常跟着奶奶一起去買菜。這個做了一輩子飯的老太太，總會有意識地教我分辨豬肉的新鮮程度、茄子的老或嫩、青菜是否打了農藥……

回到家，奶奶便給我一把小椅子，讓我坐下，幫着她剝豆子揀菜，做些力所能及的小事。

那個時候的我，懵懵懂懂地重複着這些簡單勞動，卻並不懂得奶奶是在教我做饭，教會我一

現在我長大了，獨自穿行在超市生鮮區，總覺得腳步輕盈歡喜四溢。看到了精緻漂亮的杯盤碗盞，就不由自主想要全部帶回家。不開心時做一頓好的吃下去，就不再懼怕風風雨雨。

原來柴米油鹽也是一種成長與修行。因為，食物中蘊含着大千世界，烹飪里也藏着萬種乾坤。所以你一定要學會做饭呀，不僅僅是為了填飽肚子，還為了在這個溫柔與殘酷並存的世界里，用美食與能量治愈自己。

做飯是一項生存技能

有位癌症媽媽千惠，冒着生命危險生下女兒阿花後，不幸癌細胞擴散，生命進入倒計時。這位堅強勇敢的母親，想要在離世前，給女兒留下受用終生的遺產。思來想去，千惠決定教會女兒做飯，因為學會了做飯，便意味着生存能力的形成。

阿花4歲生日那天，媽媽送了一條圍裙作為生日禮物，開始有意識地訓練她切菜、煮湯。於是，還沒有電台高的小女孩踩着小板凳，顛顛巍巍拿起菜刀鍋鏟，用稚嫩的小手去擺弄鍋碗瓢盆，調和油鹽醬醋。

別的孩子還黏在父母懷裡撒嬌，阿花已經系着圍裙，掌管起一家人的腸胃和心情。媽媽自然是心疼的，但也只能狠下心，將女兒一把推進生活的磨礪和考驗里。她說：“阿花，做飯這件事與生活息息相關，我要教你如何拿菜刀，如何做家務。學習可以放在第二位，只要身體健康，能夠自食其力，將來無論走到哪里，做什麼，都能活下去。”

自食其力，被現在的許多父母簡化為高分與高薪。一句“你只要好好學習，其他什麼也不用管”成爲他們的口頭禪。

長大後獨自生活的孩子們，常常將外賣吃成了家常便飯，腸胃問題層出不窮。可照顧不好身體的人，拿什麼去與生活握手言歡？從這個角度講，小女孩阿花的母親可謂用心良苦。

葉盡江邊樹，雁去北地寒。
側聞他鄉事，丘民均可安。
妄措重疾瘼，菘蔬侵佩蘭。
懷璧本無罪，何日靖斯難。

注：

側聞～從旁聽到、傳聞、聽說。漢賈誼《屈原賦》：“側聞屈原兮，自沈汨羅。”唐岑參《熱海行送崔侍御還京》詩：“側聞陰山胡兒語，西頭熱海水如煮。”清黃景仁《曉過滁洲》詩：“側聞釀泉水，雲可醒人心。”但此側聞的是事實，非謠傳。

丘民～百姓。懷璧～匹夫無罪，懷璧其罪。百姓本沒有罪，因身藏璧玉而獲罪。後亦比喻有才能、有理想而受害。

菘蔬～菘、蔬，兩種惡草。喻壞人得以重用。佩蘭～語出《楚辭·離騷》：“扈江離與蘭芷兮，紉秋蘭以爲佩。”佩系蘭草，表示志趣高潔。

懷璧～取自“匹夫無罪，懷璧其罪”。指百姓本沒有罪，因身藏璧玉而獲罪。原指財寶能致禍。後比喻因有才華而受害。

2022年11月20日于維羅納自寓

《五言·冬日》

慢步行水處，寒鳥聚鼻渚。
夕陽映枯枝，影雲遮草墅。
紅樹霜染葉，黃蘆絨粘黍。
蕭條冬日暮，最苦自酣醕。

注：絨粘黍～蘆葦的穗像絨毛粘出的黍棒。醕～古代用器物澆酒，去糟取清叫醕。亦指美酒。

2022年11月21日于維羅納自寓

熱鬧非凡的“世界杯”也提不起什麼興趣！紛亂世事總把人弄得沮喪萬分……

《七言·小雪節氣》

今日壬寅小雪節氣，匹茲堡艷陽普照，微風拂煦，一掃前幾日陰冷飄雪，有如初春。

小雪無雪艷陽天，
殘雪和融匯一川。
雪花紅葉昨滿樹，
今朝只見紅葉妍。

注：小雪～指農曆二十四節氣中的“小雪”節氣。《孝經緯》說：“(立冬)後十五日，斗指亥（北斗星的勺柄指向19-21點方向），爲小雪。天地積陰，溫則爲雨，寒

則爲雪。時言小者，寒未深而雪未大也。”古人將小雪分爲三候：一候虹藏不見；二候天氣上昇地氣下降；三候閉塞而成冬。

2022年11月22日于維羅納自寓

《臨江仙·冬陽近春》

寒江天外景渺然。
隱約汀洲野船。
枯蘆三尺驚水燕。
匿身輕步，欲進還延。

冬陽天氣近春綿。
黃葉吠犬杜鵑。
木豎欄杆倚身憐。
行感山遠，靜感水淵。

2022年11月23日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·感恩節宴罷》

年年感恩閨家宴，
恩深莫過母親慈。
杯酒醉後唯有思，
諄囑時時有祭奠。

注：

感恩節～美國的一個節日，來歷有多種說法。最普遍的說法是，1621年在麻薩諸塞州登陸的清教徒和當地的印第安人共同舉行秋收晚宴，感謝印地安人的幫助，因爲沒有這些印地安人他們無法在第一年生存下來……

這次感恩的盛宴形式，經過美國多屆政府一再通過法律確認，作爲正式全民法定節日。而民間自然就演變成今天感謝一切恩惠的感恩節。

2022年11月24日(是日爲美國感恩節)

《七言·單雙一～九》

聞多種禁足，至祝融傷十數人……

單榻冷衾易夢鄉，
季到雙雪夜漸長。
兩萬里外兩樣人，
九九消寒九成愴。
三年癘疫積困空，
四方艙密耗神傷。
一朝祝融無情烈，
五六七八九垢妄。

注：

雙雪～指農曆二十四節氣中“小雪”和“大雪”節氣

九字消寒～古人用空芯字“亭、前、垂、柳、珍、重、待、春、風。”九個九筆劃的字，從冬至開始，每天填寫一劃，填完九九八十一劃就到開春了。農諺有云：“九九加一九，耕牛遍地走。”

八垢～佛教語。謂八種妄想，即念煩惱、不念煩惱、念不念煩惱、我煩惱、我所煩惱、自性煩惱、差別煩惱、攝受煩惱。

2022年11月25日于維羅納自寓

《蘇遮幕·忍對》

愁顏悴，人半醉。
萬點寒鴉，入林如交墜。
西風度雲微微吹，
冬陽漸沉，寒雨漸漸麻。
不忍對，滿屏淚。
惡胥無狀，處處聞窮志。
萬千斗升肌膚匱，
紛雜八政，何時呈景瑞。

注：

交墜～紛亂向下。窮志～窮困怨恨。肌膚～此處吃穿解。匱～缺乏、空乏。

八政～原指治理國家的方方面面，歸結爲以“食”爲首。古代國家施政的八個方面具體內容不一《書·洪范》：“八政：一曰食，二曰貨，三曰祀，四曰司空，五曰司徒，六曰司寇，七曰賓，八曰師。”後世所稱“八政”多指此而言。《漢書·王莽傳》：“民以食爲命，以貨爲資，是以八政以食爲首。”晉陶潛《勸農》詩：“遠若周典，八政始食。”

2022年11月26日于維羅納自寓

《五言·三更殘》

獸蹤跳赤焰
溫酒驅夜寒
風過松韻清
人寐三更殘

注：

獸炭～做成獸形的炭。亦泛指炭或炭火。《晉書·外戚傳·羊琇》：“琇性奢侈，費用無復節限，而屑炭和作獸形以溫酒，洛下豪貴咸競效之。”

2022年11月27日于維羅納自寓

《五言·對屏》

對屏難自寬，世情翻波瀾。
升斗生難繼，吏胥利盡殫。
冰積三尺厚，絕非一日寒。
莫道匹夫志，義聚可扶搏。

注：

扶搏～《莊子·逍遙游》：“搏扶搖而上者九萬里。”後以“扶搏”指暴風或騰飛的意思。

【生活感悟】做飯是一場人生修行

廚房的溫度，在很大程度上決定着一個家的溫度。那方寸之間調和着人間五味，熱鬧而溫馨的香氣撲鼻里，有人傾注了許許多多愛。

我們在案板上細細切碎酸甜苦辣，在油鍋里慢慢煎炒悲歡離合。一生一世的細水長流，其實就在這些小小的幸福和歡喜里。

會做飯的你，待到爲人父母，便知道怎樣將那小小身軀養成強健筋骨；待到父母老去，也懂得怎樣用飲食來撫慰他們的老弱傷病。其實，愛到深處的最自然表達，不過是輕聲問一句：“你餓不餓？要不我給你煮碗麵？”

做飯是一場人生修行

最會作文章寫詩詞的吃貨，當屬宋代才子蘇東坡。但稀奇的並不是那些錦繡華章里的珍饈美食，而是才子的雙妙手，文能提筆武能做菜，發明瞭以“東坡”命名的系列美食，吃得亦樂乎，活得，也始終酣暢淋漓。

蘇軾的一生，遭遇三次貶謫，黃州、惠州、儋州，都是當時的不毛之地，處江湖之遠，連同肉身被放逐，大概還有那一腔抱負和激情。

可他的詩詞作品里，甚少出現四顧茫然的憂鬱悲觀，反而是那種曠達樂觀和隨遇而安，在書卷上鮮活至今，成爲許多天涯淪落人的安慰。這應該與他的愛吃、會吃且善於製作美食不無關係。

黃州僻遠，生活艱苦，蘇軾卻敲鼓出了一道“東坡肉”，味香而色美，與詩作一起傳爲美談。晚年謫居儋州，又發明一道東坡羹，被後世奉爲經典。更不要說東坡肘子、東坡豆腐等等的了。我猜想，親手烹制這些誘人美味時，蘇子的一顆心該是靜的，像水滴落入大海，平靜卻寬厚無邊。

蘇子的美食之旅，該是一場偉大的人生修行啊，煎炒炸煮千錘百煉，酸甜苦辣就是百味人生，所以寫出了人生有味是清歡，也明瞭人有悲歡離合，一路有陰晴圓缺。

一路走，一路吃，不懼山高水遠，也不怕人心險惡。反正還有一隻手一顆心，還有大江南北的各式美味，世間處處皆風景，人生處處逢知音。如此，方能將尋常食材化腐朽爲神奇。用善於發現美和製造美的心與手，將別人眼里的苟且，都活成詩和遠方。

當你不知做什么時，你就做飯。喂飽自己的胃，心也就不空了。

哭着吃過飯的人可以走下去，哭着做過飯的人則可以走更遠。因爲不滅的信念與不死的夢想，依舊在內心閃閃發光。



做飯是一種給予

生不到一年，我胖了好幾斤，原本孱弱的身體也在逐步好轉。因爲他費盡心思開發出了許多營養又美味的菜肴，大大刺激了我的胃口，也健壯了我的軀體。補腎的山藥、滋補的排骨、美容的番茄，他研究各種菜譜，結合我的身體狀況改進加工。因爲那些澱粉、脂肪與維生素可以帶來源源不斷的能量，讓我健康起來，美麗起來。

我覺得幸福，也明白了爲什麼要嫁一個能爲你做飯的男人。因爲飲食男女的血肉之軀，需要五穀雜糧和肉類蔬果的供養。

當你真正愛上一個人，便會自然而然想要給她最好的，把深情厚愛都藏進一粥一飯，一絲一縷。你會怕她吃不好，迫不及待要親自操刀開火，把全天下最豐盛美好都端到她的面前來。