

腊八粥里情味浓

□ 吴婷芳

每逢农历腊月初八，母亲总会在大铁锅里熬上一锅香浓的腊八粥。家里五口人围坐在一起，吃上三顿，边吃边聊，别提有多幸福。

腊八粥因它的制作食材而得名。制作腊八粥的传统食材包括大米、小米、玉米、薏米、红枣、莲子、花生、桂圆和各种豆类。多种食材在大铁锅内慢火细熬，熬得软烂浓稠，熬得香气四溢。

腊八节的前一天，母亲一早就会赶到集市，精心挑选些家里没有的食材。一向节俭的母亲，到了这天买起东西来却一点也不抠抠搜搜的，反而显得很豪气。买回来的食材，再加上自家地里收上来的赤豆、绿豆、芋头、粳米，家里熬制腊八粥的食材可以说得上是很丰富了。

腊八节那天一早，母亲就会起床熬腊八粥。母亲在熬制腊八粥时是极其有耐心的。她会先把赤豆、绿豆等豆类先放入大铁锅里熬煮，待它们胀裂开口，再加入粳米、糯米、红枣等，文火细煮慢熬。待到锅里的腊八粥发出

“咕嘟咕嘟”的声响，她就会用长柄大勺不断搅动，防止粘锅。等到我起床时，厨房里早就飘出了腊八粥的浓浓香味。

母亲见我来了，就会用长柄勺舀上一勺，让我先尝尝咸淡。我趁热吃上一口，豆子熟软糯糯，红枣软烂香甜，米粥米香浓郁。我一边吃，一边烫得张口呵气。喝完了长柄勺里的腊八粥，我就竖起大拇指，夸赞母亲的好手艺。

等到家人到齐，母亲就会盛上五大碗腊八粥，让我端上八仙桌。一家人在八仙桌前围坐着，吃着热腾腾的腊八粥，天南海北地聊着。此时，家里总是一片欢声笑语。

在饭桌上祖母还给我们讲起关于腊八粥的传说。她说，明太祖朱元璋小时候家境贫寒，缺衣少食，发现老鼠粮仓里有米、豆、红枣，就一股脑儿煮了吃，没想到味道却非常好。他当了皇帝后，在腊八节这天，突然想吃这道美味，就叫御厨照着熬煮，

腊八粥也因此流传了开来。那时的我只觉得祖母的故事好听，现在想来有滋有味的腊八粥里，饱含着人们对丰衣足食的美好期待。

腊八节这天，家里的午饭和晚饭都是吃腊八粥。热上一热，配上点凉拌青萝卜丝，油锅里炒过的萝卜干，一起就着吃，味道也是极好的。祖父和父亲还会倒上半碗自家酿制的米酒，喝一口米酒，吃一口腊八粥，再一起聊聊明年的计划。飘香的腊八粥里，萦绕着家人对于来年的期许。

这些年母亲在城里帮我带孩子，父亲依旧在乡下树苗地里忙活，一家人已经好几年没有坐在一起吃腊八粥了。这两天得空带着母亲去批发市场，买了许多的豆子、坚果等，想趁着腊八节一家人聚聚，吃上一碗有着记忆里味道的腊八粥。人到中年，就愈发爱回忆过往，就愈发珍惜与父母相处的时光。和父母一起品尝祛除疫病迎接祥瑞的腊八粥，也希望父母能够健康长寿。



心境的远行

□ 葛鑫

我们抬眼望向远方，用眼光去寻找出路，用心境去感受世界，我们就会发现，原来最美的风景就在眼前。

我们生活的世界是广阔的，而人的生命却是有限的。我们无法踏遍每一个角落，也无法经历所有的风雨。但正是这些无法触及的地方，给予了我们无尽的想象空间。

在追逐梦想的道路上，我们常常迷失方向。有时，我们过于执着于眼前的得失，而忘记了心中的那份执着与信仰。这时，心境便成了一盏指路明灯。它告诉我们，不要被眼前的困境所束缚，要勇敢地追寻内心的声音，去寻找那份真正的自我。

“不闻不若闻之，闻之不若见之，见之不若知之，知之不若行之。”这是古人对于求知的态度，同样我们也可以将之应用于生活的方方面面。当我们无法亲身去体验某些事物时，通过想象和内心的感知去感受它们，也是一种心灵的旅行。

心境的远行并不需要昂

贵的花费和繁杂的准备。它是一种内心的觉醒，是一种超越物质束缚的精神追求。当我们学会放下物质的羁绊，让心灵去远行时，我们会发现生活中处处都是美丽的风景。

“人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。”这是古人对生活的态度。他们懂得珍惜眼前的美好时光，让心灵与大自然相融合。同样，我们也应该学会珍惜生活中的每一个瞬间，让心境去远行，去感受那份宁静与自由。

在快节奏的现代社会里，我们时常被忙碌的工作和学习压得喘不过气。这时，不妨让自己的心境去远行，去寻找那份内心的宁静。只有在心境宁静时，我们才能更好地面对生活中的挑战与困境。

脚步不能达到的地方，眼光可以达到；眼光不能达到的地方，心境可以达到。这不仅是一种生活的智慧，更是一种人生的哲学。让我们放慢脚步，让眼光穿越时空的限制，用心感受生活中的美好与宁静。



窗外有一棵白果树

□ 王祖芳

我的外公出生于清朝光绪年间的1903年，生肖属兔。1991年发大水时，外公寿终正寝，正好度过米寿。虽然外公没有病痛，走得很安详，但我们知道他带着些许遗憾，只要多活6个月，外公就能等到他心心念念的外孙的结婚宴了。

从我记事起，外公就已年近古稀了。所幸他身体一直强健，70多岁还能独自乘坐轮船到我家来，一年至少来两趟，并且是负重而来。外公带到我家的东西类别之多，令人咋舌。有用的有吃的，大到整担喂猪的水草糠，小到给我哥当玩具的橡树果、白果。听说香樟木煮水可以活血化瘀，对脚踝扭伤有一定的疗效，外公不顾路途迢迢，把死沉死沉的香樟木挑到我家。小时候吃的零食不多，一半以上来自于我的外公外婆家，我也就是那时候才认识一种叫“牛鼻圈”的糕点，才知道世界上有一种树叫白果树，结的果子叫白果。

那时候交通不便利，可尽管来往不方便，外公每次来我家待的时间也并不长，住两三夜就必定风风火火打道回府，再怎么挽留也不管用。用我外婆的话说，外公是“烈马性”，在哪里都待不长的。外公确实是闲不住的人，在房前屋后种了不少树木、竹子，有时会砍一些到街上去卖，所以他一直不愁零花钱，也不会给子女增添负担。平时在家时，无论天晴下雨，冻冰落雪，每天都要到街上的澡堂里泡一泡，这是他几十年的习惯了，谁也不能撼动。不过我上小学一年级的第一学期，外公却在我家住了半年。那是我父亲担心我母亲又要上班，又要做家务，还要种自留地、养猪养兔，一个人忙不过来，就请外公来看家，给我母亲衬手。时年75岁的外公从未下过厨房，却在我家担起了大厨。“老来学皮匠”，外公烧的晚饭常常是“干粥烂饭”。偏偏我那时候娇生惯养，吃东西非常挑剔，每顿晚饭我都吃得异常艰难，难以下咽，心底里不免对外公有些嫌弃。现在想来，我的心里总是充满愧疚。

现在我办公室的窗外有一棵白果树，我时常边看着这棵白果树在风中摇动着一树

黄黄的金扇，边想着我的外公。这棵白果树没有嫁接，自然不会结出白果来。天气转凉后，树上的叶子越来越稀少，像极了外公风烛残年时的模样。

记得外公最后一次来我家，仍然是坐轮船来的，仍然是早上天还没有亮就从家里出发了，中午在县城换一趟船，到我们镇上时已伸手不见五指。当时我们还住在老家，离镇上有四里地，得走过两个村子。外公走到邻村时已经体力不支，母亲得到邻居捎来的口信后去接外公，无论我母亲怎么架着他走，他都迈不开步，后来是一位好心人帮忙把外公背到我们家。当时，外公虽然体力、视力有所下降，但身体尚没有消瘦。这个好心人背着我外公走了一里多高低不平的土路，真是吃了苦。从此，家里人就不让外公再来我家了，外公再思念女儿一家也没用，他自己也没有独自出门的胆气和底气了。

外公80多岁时，待在家里的时间多了起来，喜欢一遍一遍地回忆往事。晚辈们听多了，自然有些厌烦，后来再也没有人愿意听他的反复唠叨。看我们都不想听，他只好眯着眼睛，一步一蹭慢慢地走开。

一个住在城边上家境尚可的家中老么，离开父母兄长，到穷乡僻壤的地方做一家同姓人家的嗣子，尽管这家有田地有房产，对于15岁的少年来说应该是心不甘情不愿的。而离乡背井后，外公生活的全部重心不就是后来的家和他的子子孙孙吗？尽管过去每次来女儿家时，都会顺道去城边上的老家走走看看，但毕竟也是过客匆匆了。随着父母兄嫂的离世，老家便成了外公回不去的地方，想说的话自然只能跟家中晚辈唠唠叨叨了。难怪所有的长辈里，出压岁钱最大方的就是外公，每一年给全家所有的孩子每人一份数目不小的压岁钱。遗憾的是，那时候我们并不懂外公的心意，更不懂一个内心孤独的人才会有强烈的倾诉欲。

今年恰是外公诞辰120周年，外公这么好的体质，也没能活到120岁，从寿命来看，人不如白果树啊。尽孝，也一定要趁早。