

游淮偶拾

田茹

初入淮安,走进河下古镇的古顺河酒馆,欢喜是被一盘软兜长鱼给勾起来的。如手指般粗细的黄鳝经焯水去腥,去骨切段,翻炒勾芡后,一盘入口丝滑、肉质鲜美的长鱼就被裹入了腹中。温热、香醇的气息,让味蕾得到了极大满足。随后,朱桥甲鱼、软工肉圆、平桥豆腐、鸡汁干丝等淮扬名菜被一一呈上,口中啧啧称奇之余,哈喇子已流了三尺。

想想彼时,与东坡先生入淮的时间也就前后脚。他因反对朝廷实行的新政,被流放到湖北黄州。被贬黄州四年后,公元1084年12月24日,东坡先生赴汝州(今河南汝县)任团练使,途经泗州时与友刘倩叔同游淮安南山,写下了这首《浣溪沙》词:细雨斜风作晓寒,淡烟疏柳媚晴滩。入淮清洛渐漫漫。雪沫乳花浮午盏,蓼茸蒿笋试春盘。人间有味是清欢。

好一个人间有味是清欢!我去淮安的时间是2025己巳蛇年的大年初三,古人多以阴历纪日,所以和东坡先生入淮时间虽相隔千年,可月份上也相差不到两周。想想应该是比东坡先生有口福的,他泡了一杯浮着雪沫乳花式的清茶,品尝了山间嫩绿的蓼茸蒿笋的素菜,吃得清淡爽口,与野菜、与友人、与自然已经交融了,所以有了清欢之境。我享受了“开国第一宴”的鲜甜细腻,在大快朵颐之际,也入味每一道淮扬菜的灵魂。朋友孙紫娟说过,所谓修

心,就是吃饭的时候吃饭,走路的时候走路,睡觉的时候睡觉。套用她的说法,吃淮扬菜就是吃淮扬菜,看风景就是看风景,从菜里得来景之故,从景里寻来菜之源,也是修心之举。

品完了淮扬菜,必须要去河下古镇走走。这里的“古”是地道的——形成于春秋,繁华于明清;河是大运河,镇是北辰镇。镇上曾出过67名进士,包括一名状元、两名榜眼、一名探花,素有“三鼎甲齐全”之称。放眼望去,古镇多是青砖黛瓦的建筑,小巷子弯弯曲曲,旧宅瓦椽不整。随便走进一处宅院,都能在弥漫的冬氲中嗅到些许古旧气息。

古镇的吴承恩纪念馆、状元沈坤故居是网红打卡点,可是我竟对这镇上歪歪扭扭的石板路着了迷。许多铺路石板磨损严重,它们大都是土黄,或者透出点红色,横竖拼接着,不太平整,略带坑洼。据说,这些石板皆非本地产。当初盐运兴盛时,大运河、淮河上来往的舟船,去时载盐,返回捎带石板压舱,卸于河边,富有的盐商便购来铺路。数年来,这里的街道上就铺满了来自全国各地的石板。想必这些石板都是有故事的,随着船只,压着波浪,伴着涛声,最后落户在这里,成了古镇的“居民”。

坐拥漕运总督和河道总督的淮安,商业的发达带来了儿多尘世繁华。在古镇曲折的石板上,走得最多的是盐车;除了盐,还有根和竹木铜铁。这石板

上也曾有康熙、乾隆两帝南巡的辇乘穿行而过,亦见证过更久远的历史——古代良将韩信出生于此;韩世忠、梁红玉曾在此驻兵与金兵对峙……

滚滚红尘,石板犹记。经过脚步和车马的磨损,石板已被抹去了棱角,外表随和、温婉,可内质依然坚硬如昨。

周恩来的故乡是让淮安人最自豪的名片。三天下来,约有一整天的时间都是在深度缅怀和精神洗礼中度过。周恩来故居坐落于淮安驸马巷。在这座典型的苏北宅院中,处处可见童年周恩来生活的印记:曾使用过的小书桌,劳作过的菜园、打水的水井……去时,院里的腊梅花开了,黄色的花瓣挂满枝头,让人想起陆游的一首诗:“雪落风惊愈凛然,花中节气最高坚”。院里还有他亲手种植的两棵榆树,历经百年,已然长成了参天大树,郁郁葱葱。

周恩来纪念馆也是人流如织。湖面泛起的粼粼波光与主馆的庄严轮廓交相辉映,仿佛时空在此凝滞。这座镌刻着信仰与光明的殿堂,以实物、影像与故事编织成一部立体史诗,让人深刻感悟伟人的“无我”境界与家国情怀。看到动情处,眼泪已经夺眶而出。

周恩来曾说:“生于斯,长于斯,渐习为淮人;耳所闻,目所见,亦无非淮事。”他的身影虽已远去,但精神的光辉依旧照亮我们前行的路……

门对青山入梦来

黄森林

“茅檐长扫净无苔,花木成畦手自栽。一水护田将绿绕,两山排闥送青来。”茅檐,花木,绿水,青山。多美的一幅乡村图画啊!读着诗句,仿佛一下子就回到了几时的乡村,那时老屋四周都是树木,家中还有一个大大的花台,门前流淌着大堰小堰碧绿的清波,不远处就是绿树成荫的山峦了,真有如诗中的那般境界。在这样的环境中生活,连梦都是甜的。我记得每年春节贴春联时,父亲总要写这么一个小小条幅贴在大门外的院墙上:门对青山。门对青山!那是一种多么温馨的感觉,那是一种多么骄傲的心情,那又是一种多么美妙的享受啊!

印象中的景象总是最美的。后来定居小城,与乡村渐远,但是却一遍一遍地梦回故乡,梦回那青山绿水的世界,想象着那些宁静而闲适的日子。可是梦总与现实之间存在着一些差距。仿佛就在一夜之间,曾经的树木消失了,那些可爱的鸟雀匿藏了踪迹,那些花儿也香消玉殒了,那满目苍翠的青山也如我们县的名称一样,变成了光山。就连那为我遮风挡雨的老屋也成了另一片废墟,让我的灵魂找不到栖息之地了。想再见那树林环拥的场景竟突然变成了一种最为昂贵的奢望。树木,这些曾经再朴素不过被我们熟视无睹的乡村植物,有一天也会变得如此让人牵念起来。于是,就经常想起故乡那些槐花的香,那些桑葚的甜,那些榆钱的美,那些皂角的好,那些桃花的笑。可如今,找遍房前屋后,又怎觅它们的芳踪呢?原来,树木不光是自然的风景,还是人类心灵的家园啊!

前几年,借助国家退耕还林的政策,家乡的人们又掀起了植树造林的高潮。把那些成片的荒山废地都一股脑儿栽上了各种各样的树木。那几年春天,又唤起了人们对树木的美好回忆,对未来的美好憧憬。那些娇嫩的树苗在春风吹拂下,是那么的楚楚动人,惹人爱怜。我高兴地想,假以时日,家乡又该是一片林荫花海,百鸟竞飞的优美环境了,我又可以欣赏到门对青山的景致了。然而残酷的事实很快击碎了我天真幼稚的想法。前年回去时,那些树苗大都齐刷刷被折断,甚至被连根拔起,剩下的一些伤员残将在风中摇摆,显得那么的无助。今年再回去时,发现一切都不复存在了,轰轰烈烈的造林运动,就只余下山坡闲地中的那些沟沟壑壑,仿佛是一块块伤疤,是那么的刺目。也难怪有人说“植树造林”只是植“数”造“零”,对此,我算是深有体会了。每年植树节中央电视台的新闻联播都会报道说,去年全国有多少多少人参与植树共造林多少多少亩等等。数字总是喜人的,但愿人们能透过数字的背后看到更多的问题。

植树造林作为一项基本国策,还是应该由我辈进行下去和坚持到底的。在元宵节那天,我在爷爷奶奶的坟前种下了四棵小柏树,算是寄托对爷爷奶奶的一点思念,也算是为寂寞的大地增添一抹绿色,为植树造林活动贡献自己的一点绵薄之力。

哎,今后每年还是种几棵树吧,谁让咱的名字起得不好,叫什么“森林”呢?每年种几棵树,就做自己的森林,我想,这也不失明智之举。

自己植树,让门对青山时时入梦,以慰我心!

植树节作为一个节日,应该好好庆祝,感触也总是要有,遐想也好,瞎想也罢。不论如何,还是应该感谢革命的先行者孙中山先生,是他让我们记住了这个日子:3月12日。植树节。

拥抱比说教更有力量

任蓉华

当儿子的第一声啼哭在产房响起,我的心便被无尽的温柔与责任感填满,憧憬着他未来的每一步都洒满阳光。而随着他踏入小学,那片知识的天地本应是他欢乐驰骋的乐园,可未曾想,一场“风暴”悄然来袭。

记得那天,儿子像一只被风雨打湿翅膀的小鸟,拿着试卷,脚步沉重且神情沮丧地站在我面前。看到试卷上的分数,我的心猛地一揪,情绪瞬间复杂起来。我眉头不自觉地皱起,带着责备的口吻问道:“怎么考成这样?你上课是不是没认真听讲?”泪水在儿子的眼眶里打转,却强忍着不敢流下来,他小声地辩解着。而当时的我,完全被一股无名之火蒙蔽了双眼,根本听不进去,也丝毫没有察觉自己的语调、表情和肢体语言已如利箭般刺向孩子稚嫩的心灵。

到了晚上,儿子沉默寡言,早早地回了房间,与以往在饭桌上总是叽叽喳喳说个不停的模样截然不同。我看着他紧闭的房门,心里突然像被针狠狠地扎了一下,泛起一阵难以抑制的刺痛。我开始反思自己的行为,并逐渐意识到,我的严厉并不会如愿,反倒可能会让孩子陷入害怕与沮丧之中,成为他成长路上沉重的负担。

梅拉宾法则指出,人们对一个人的印象,只有7%是来自于你说了什么,38%来自于说话的语调,而55%来自于外形与肢体语言。重新审视与孩子相处的点点滴滴,我尝试着改变。

又一次考试后,孩子的成绩依旧不太好。这次,我深吸一口气,让自己平静下来。我走到他身边,轻轻地摸了摸他的头,蹲下来与他平视,用温和的语调说:“宝贝,这次

没考好没关系哦,我们来看看是哪出了问题,好吗?”孩子有些惊讶地看着我,眼中的恐惧渐渐消失,取而代之的是一丝信任。我们坐在一起坐在书桌前,分析错题。我耐心地鼓励他说出自己的想法,当他回答正确时,我给他一个大大的拥抱。在这个过程中,没有指责,没有呵斥,只有理解和包容。

随着时间的推移,我越来越注重在与孩子交流时的非言语因素。有一次,孩子参加学校的演讲比赛,他有些紧张。上台前,我紧紧地握住他的手,给他一个坚定的眼神,笑着对他说:“你是最棒的,爸爸妈妈相信你!”他从我的眼神和手势中感受到了力量,原本紧绷的身体放松了一些。当他在台上演讲时,我始终用充满爱意的眼神看着他,偶尔竖起大拇指。那次演讲,他表现得非常出色,下台后,他兴奋地扑进我的怀里,那一刻,我知道,我的无声支持对他来说是多么的重要。

日常生活中,我也会和孩子一起玩耍、做游戏。我们会在公园里追逐打闹,我会故意跑慢一点,让他赢,然后和他一起欢笑。在这些互动中,我用积极的肢体语言传达着对他的爱。我发现,孩子变得越来越开朗自信,遇到问题也更愿意和我分享。

家庭教育就是一场漫长的修行。语言沟通的内容固然重要,但我们说话时的语调、表情和肢体动作所传达出的情感,也是孩子真正能够感受到的。与其“两两生厌”地说教,不如以爱相拥孩子,用温和的语气和积极的肢体语言为他们撑起一片温暖的天空,因为无声的陪伴与支持,会化作孩子内心深处最稳固的根基,助他们跨越风雨,迎接彩虹。

淮水长歌处 清欢入梦来

——读《游淮偶拾》有感

朱天羽

读田茹女士的《游淮偶拾》,恍若推开一扇雕花木窗,千年淮安的烟雨与烟火、厚重与鲜活,皆随文字流淌而来。身为淮水滋养的儿女,那些镌刻在石板路上的盐商往事、飘荡在巷陌间的菱香茶韵、深植于血脉中的伟人风骨,此刻竟如故园檐角的铃铎,被远客的笔触轻轻敲响,声声叩心。

淮扬一宴,人间至味。田女士笔下那一席“开国第一宴”,何尝不是淮安人待客的赤诚?软兜长鱼之滑嫩、软工肉圆之劲道、平桥豆腐之温润,皆是淮水与时光共酿的风物。寻常巷陌的炊烟里,藏着“食不厌精、脍不厌细”的匠心,亦藏着“人间有味是清欢”的哲学。东坡先生若再临淮上,或会惊叹:千年清欢未改,只是烟火更添丰腴。

漫步河下古镇,青砖黛瓦间皆是岁月的低语。那些来自五湖四海的压舱石板,原是河下繁花似锦的注脚。盐舟远去,潜影无踪,唯余石板以斑驳掌纹,默数南北舟楫、帝王塞驾、商贾马蹄。我曾赤脚踏过雨后微凉的石径,恍惚听见石板深处有涛声回响——那是运河不眠的脉搏,亦是古镇千年不灭的呼吸。

最动容处,莫过于对周恩来总理的追忆。驸马巷的腊梅、榆树、水井,皆是乡音写就的诗行。少时读书,师长常言:“淮水育恩来,恩来耀淮水。”纪念馆内,湖光与青松相映,恰如总理“无我”之境与山河永在的荣光。田女士落泪时,我亦想起幼年随祖父谒故居的情景。老人抚树垂泪,喃喃道:“这榆树,比旧时更高了。”原来,树影婆娑处,亦是精神不灭的根脉。

田女士以客之眼,见淮安之魂;而我以主之心,更觉此魂早已融于晨昏食事、街谈巷议。淮安不只是一册史册上的“漕运枢纽”或“伟人故里”,她是一碗热腾腾的阳春面里浮动的猪油香,是文楼汤包咬破时迸出的蟹黄鲜,是运河畔老叟垂钓时哼唱的淮剧调。所谓“修心”,恰是这般将历史嚼成日常,将风雅化入烟火。

愿每一位远客,皆能如田女士般,在淮安区的景与味、古与今中,寻得属于自己的“人间清欢”。而淮安,以石板为砚、运河为墨,书写下一章盛世长歌。



醉春图 李凤高 作

春日竹笋香

潘春华

竹笋,又名竹萌、竹肉、玉兰片,喜生于山林坡地,是竹子刚从土里钻出来的嫩芽尖。竹笋品种繁多,有毛竹笋、早竹笋、雷竹笋、刚竹笋、绿竹笋、麻竹笋、苦竹笋、尖头青笋等数十种,一年四季皆有,春有春笋,冬有冬笋,夏秋有鞭笋以及加工过的干笋,唯有春笋、冬笋声名最著。

竹笋是中国的传统食品,以其特有的清脆和风味,博得广大百姓和文人墨客的普遍赞誉。除了唐代诗人白居易的《食笋诗》和宋代诗人黄庭坚的《食笋十韵》外,唐代大诗人杜甫欣然命笔,“青青竹笋迎船出,白白江鱼入饌来。”陆游将竹笋视为“天厨仙供”,他在《食江西笋》中写道:“色如玉版猫头笋,味抵驼峰牛尾狸。”“扬州八怪”之一的郑板桥平生最喜食的“鲜笋炖鲥鱼”,有诗曰:“笋菜沿江二月新,家家厨爨剥春筠。”“江南鲜笋趁鲥鱼,烂煮春风三月初。”据说,他在每年的暮春三月,都要饱尝“鲜笋炖鲥鱼”几回,以解食馋。相传,《红楼梦》作者曹雪芹的祖父曹寅与他的妻舅李煦,还曾用“笋宴”招待南巡的康熙皇帝,并获得赞赏。清末艺术家吴昌硕更是一语点破:“客中常有八珍赏,那及山家野笋香”,可见竹笋的清脆味美。

竹笋的营养价值颇高,其中纤维素、蛋白质含量都比较高,脂肪及糖含量较低,所含维生素C和胡萝卜素为菌类的一倍以上,并含有磷、铁、钙、镁等矿物质和人体所需的18种氨基酸,是一种无公害天然绿色食品。竹笋性味甘,寒,具有滋阴凉血、

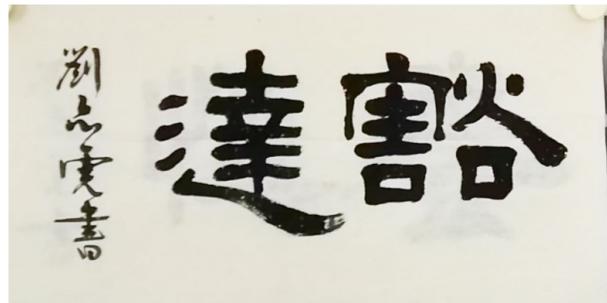
开胃健脾、清热化痰、解渴除烦、利尿通便、养肝明目、解毒透疹,和中润肠等功效,适用于热毒痰火内盛、胃热嘈杂、口干便秘、咳嗽痰多、食积不化、疹发不畅、腹胀满等症,并对高血压、冠心病、动脉硬化、糖尿病有一定食疗作用。因竹笋是多纤维菜品,可吸附大量的油脂,所以肥胖的人,如果经常食用竹笋,进食的油脂会因它的吸附而降低胃肠道对脂肪的吸收和积累,达到减肥的目的。春季肝气郁结,影响脾胃消化,容易积食,而竹笋便是消食开胃、抗便秘、抗疾病的上品。

竹笋一年四季都可采挖到,但以立春以后的春笋最肥嫩,质量最佳,是菜中珍品。竹笋的加工利用,通常分为鲜食、腌渍、干藏三种,食用方法多种多样,有烧、炒、炖、蒸、焖、拌等,皆可成佳肴。竹笋由笋尖、笋衣、笋肉组成,食用时各有讲究。笋尖鲜嫩,爽口清脆,宜与肉类蛋类同炒;笋衣薄,柔软滑口,宜与肉类同蒸;笋肉味鲜醇厚,香脆爽口,适宜炖肉、炖禽、煲汤。较常见的佳肴有雪菜冬笋、冬笋塌棵菜、冬笋鹅煲、油焖笋、虾仁笋、烩双笋、凉拌笋、春笋刀鱼等。

如何选择和保存优质鲜笋呢?通常质量好的鲜笋呈长圆筒形,驼背,皮壳略带茸毛,皮黄白色,笋肉淡白色。鲜笋存放时要连皮壳贮存,否则易丢失水分并失去清香味。中医认为,笋性寒,因含有较多草酸,同其他食品中的钙质结合成草酸钙,不利钙的吸收。所以,儿童不宜多食,患结石、痛风、高尿酸血症者也应少食。



春风又绿江南岸 陈振华 作



刘亦虎 书