一碗菜粥的深情

张永成

在繁华喧嚣的都市丛林中，我一个从涟水乡村走出来的码字人，内心深处始终紧紧地缠绕着对那片广袤乡土的深情眷恋。特别是那一碗碗朴素无华、饱含深情与厚谊的菜粥，宛如一根坚韧的情感纽带，将我紧紧地与故乡相连。从乡间田野的泥土芬芳到城市霓虹的闪烁灯火，生活的轨迹虽已悄然变迁，但我对这份纯粹美味的挚爱却如陈年佳酿，历久弥香，深深烙印在我的心灵深处。

每当夜幕降临，城市的喧嚣渐渐沉寂，妻子总会轻声细语地询问我："明早想吃点啥？"这句话，如同我们日常生活中的一抹温馨亮色，洋溢着家的温暖与无微不至的关怀。而我，在一天的奔波与劳碌之后，往往以一句随意的"都行"来回应。但妻子总是微笑着，以一种近乎宠溺的语气纠正我："没有都行这一说，得好好想想。"那一刻，我仿佛被一股暖流深深包围，自然而然地想起了那碗记忆中的菜粥，于是满怀期待地说道："那就煮点菜粥吧。"

黎明的第一缕曙光悄然探进窗帘的缝隙，温柔地拂过沉睡的城市时，妻子已悄然起身，开始了她井然有序的早晨忙碌。她轻手轻脚地走进厨房，生怕一丝声响会惊扰我的甜梦。厨房里，锅碗瓢盆的轻微碰撞声，宛如一首悠扬的晨间序曲，不仅唤醒了沉睡的厨具，也点燃了我对新一天的憧憬与期盼。

妻子熟练地挑选出一把颗颗饱满、色泽诱人的花生米和一小勺粒粒圆润、泛着光泽的黄豆。这些看似不起眼的杂粮，在她的巧手下仿佛被赋予了新的生命，散发着浓郁的自然香气。她将它们轻轻放入小电磨中，随着机器的低吟浅唱，杂粮瞬间化作了细腻的粉末，这是菜粥的精髓所在，赋予了它独特的口感与丰富的营养价值。

接着，妻子又从橱柜中取出一把珍藏已久的干豆角。这些豆角虽历经岁月的洗礼，变得干瘪而坚韧，但一经清水的滋润，便重新焕发出勃勃生机，变得柔软而富有弹性。她将豆角细细地切成小段，与新鲜的青菜一同放入锅中，加入适量的清水。大火煮沸后转小火慢炖，妻子不时地用勺子轻轻搅动，确保杂粮面粉和每一片菜叶都能均匀受热，完美交融。随着时间的推移，粥的香气愈发浓郁，弥漫在整个厨房，甚至透过窗户，飘向远方……

这时，妻子还会精心摊一盘鸡蛋饼。那金黄的色泽、酥脆的口感，与菜粥的软糯形成了鲜明的对比，却又搭配得恰到好处，相得益彰。

当一切准备就绪，妻子便会轻轻推开房门，喊我起床吃饭。我迅速起身，前往洗漱间洗漱。走进餐厅，饭菜已经整齐地摆放在桌上。眼前的景象温馨而美好，总能让我心头涌起一股暖流。妻子以她质朴无华却又细腻入微的方式，表达着对生活的热爱与尊重。此刻，我也真真切切地感受到了家的温馨与幸福。

我喜欢吃菜粥，不仅因为它的美味可口令人难以忘怀，更因为它背后所蕴含的文化底蕴与情感寄托令人动容。在苏北农村，人们习惯于将各种杂粮、蔬菜巧妙搭配，煮成一碗碗营养丰富的粥。这种做法不仅体现了人们对自然的敬畏与感恩之心，更彰显了他们对生活的热爱与尊重。他们深知每一种食物都来之不易，都是大自然的恩赐和祖先智慧的结晶。

此外，菜粥还承载着苏北人的淳朴民风与热情好客。在这里，无论是亲朋好友还是邻里乡亲，都会相互分享自家的美食与烹饪技艺。在城里，不少饭店也备有杂粮菜稀饭，特别是"农家乐"之类的餐馆，是必不可少的主食。喝完酒，大家围坐在一起，品尝着美味的菜粥，聊着天南地北，欢声笑语中洋溢着浓浓的亲情、友情、乡情。

如今，虽然我已离开故乡多年，在城市的喧嚣中追寻着梦想与事业，但那份对菜粥的热爱与眷恋却从未改变。每当夜深人静之时，我总会想起那碗熟悉的菜粥和它背后所承载的一切美好与温情。我知道，无论走到哪里、无论经历多少风雨与坎坷，那碗热腾腾的菜粥都会像一盏明灯一样照亮我前行的道路，给我力量与勇气去面对生活中的每一个挑战与困难。

因为我知道，在家乡有一盏灯为我而亮，有一碗粥为我而煮……那是家的味道，是爱的呼唤，是心灵的港湾……菜粥不仅是食物，更是一种情感的寄托，一份深深的眷恋。

写作是追求真理方法

朱超群

近期，我正整理近五年来的文稿，计划出版个人文集《觅诗研文》。内容涉及与文友交往、组织活动的发言稿、演讲稿、书评、序言以及写作感悟。早年读过秦牧的《艺海拾贝》、康·巴乌斯托夫斯基的《金蔷薇》《面向秋野》等书，其中蕴含作家谈创作的心得。我出版此书，旨在分享个人经验，供文学爱好者参考。

写作是个人爱好。许多人热爱写作，付诸实践，或写诗，或著文，或创作小说，目标都是写出佳作。这是一种追求。为此，有人加入民间文学团体，有人努力进入政府支持的协会。在上海，加入市作协是许多人的目标，再往上则是中国作协及其专业分会。这些是追求，也需量力而行。

于我而言，写作也曾是一种工作。年轻时怀揣作家梦，工作之余几乎全情投入写作。20出头时，曾计划三年写百篇中短篇小说，虽完成数量，却因质量不足未能成功，如同产出大量次品的科学实验，未能获得认可发表。然而，写作确实成为了我的工作：在工厂搞宣传十余年，每日与文字打交道；50岁带薪待退后，则在家"专业"写作。50岁至60岁，我出版了10本书，加入了上海市作协和中国散文学会。60岁至今（67岁），又出版了8部书，整理中的书稿将使第二个"十年十本书"计划圆满完成。这便是我"专业"写作的成果。

写作有时也关乎利益。某些作家为追求畅销与名利，不惜触碰暴力、色情甚至抹黑社会的内容。但我坚守底线——生活、做人、写作的底线，毫不含糊。作家是有责任的。大多数作家、诗人及爱好者，是正能量的传播者，他们摒弃不良内容，弘扬社会正义与人性真善美。当然，作品良莠需读者自行明辨。

归根结底，我认为写作是追求真理的过程。我如此想，也如此践行。写作与追求相伴一生，只为认清真理。何时能真正认清？观历史剧《问苍茫》，尾声陈独秀被解职时，他与毛泽东谈及追求真理，陈引用毛词："问苍茫大地，谁主沉浮？"或许，追求真理确需毕生时间。因此，只要能动笔，我就将在写作中不断追寻，永远追求！

《觅诗研文》书名中，"觅诗"指向现代诗歌写作（包括韵律等）的探索；"研文"则是对小说、散文、诗歌如何写出文体美、语言美、人性美的研究。书中收录近年文稿25篇，主体为发言稿与演讲稿（18篇），辅以写作研究、投稿心得、序言书评等随笔。写作是门艺术，专家著述甚多。我仅以学者思路，分享个人体会、文友交流及发言心得。这些文字如同与文友、读者亲切交谈，传播写作知识。此类文稿我积累颇丰（书评、序言、随笔、讲稿等），本册精选发言与讲稿，愿与文友读者共享。

六月情愫

苏雪巧

2012年6月，我在一家网站论坛发了一首《六月的天》：

六月的天是金色的/成熟的麦浪在田海里微笑着点头/等待着一台台收割机的到来。

六月的天是忙碌的/勤劳的人们在田间奔走/丰收的喜悦在眉宇间荡漾……

六月的天是期待的/高考的学子们哪！加油！/多得一分，或许就能到达你梦想的彼岸……

六月的天是多雨的/沉闷的空气，电闪雷鸣，大雨倾盆/转瞬又晴空万里……

六月的天/六月的天/你带给人们多少的喜乐和忧愁/多少的期待与落魄……

抓住你，牢牢地抓住你/收获与汗水并行/期盼与梦想同走……/我们一同追逐美好的明天……

一首深情稚嫩的文字，在今天看来是那样的直白，却透出了我当时的真情实感。如今翻看曾经的零碎记录，居然有点不知所措。

在没有学会用电脑打字之前的投稿多是用纸笔记录，信封投递的方式。2005年3月，我的第一篇散文在情感茶坊栏目刊登后不久，便有了用QQ聊天以及用手机在QQ空间里写日记、储存照片的习惯。2012年6月，我学会了用电脑键盘零零散散地打字，陆陆续续在一些网站论坛写点微不足道的心情随笔。回顾这13年，收获许多，也失去许多。收获了点滴容易忘记的心情，失去了工作上的奋力进取精神，一颗心由浮躁变得虚荣而有些张狂，然后渐渐的回归平淡，回归冷却，回归曾经童年的那片纯真。

关于6月，总想写点什么，可又不知从何处起头。2025年6月2日，是我们领取结婚证十九周年的日子。2012年6月3日，是我长篇小说《青春记忆》着手创作的时日。6月5日是我和孩子爸结婚宴请纪念日，那天娘家门前的一片麦穗正在初夏的风里闪着金色。从一群亲朋好友复杂的眼神里我看出了不舍与离别的感伤。6月，有父亲的节日，更是父亲以及父亲的父亲（我的爷爷）的生日。

这些年，梦想渐行渐远。记忆的车轮被生活磨得失去了新意，辗转平衡间，我已华发丛生。每每忆起故去的亲人，偶尔在心酸的午后总会潸然泪下。命运的死角已经没有办法还原成起初的模样，我却固执地守在记忆的出口，等待那梦幻的出现。瓜果结蒂的季节，油菜籽收割在即，麦穗成熟的日子里，我依旧迷茫地看着这个陌生的世界，它并不能给我带来什么。我注定是活在自己世界里的那个孤独的行者，人世间的一切只能让我获得暂时的欢愉。过后，我能感知的唯有虚空与荒芜一片。

经历的过往很清晰地定格，生活为了能让我们长大成熟，给了我们众多考验与风浪。能够淡定从容理智地去面对，该有多么强大的内心世界。关于潜意识里的梦，我不知多久才能实现。不在乎别人说什么，因为这只是一个人的旅行，相遇投缘的，能够一起陪着走下去的就已经很感恩知足。生活教会了我们成熟老练，我们没有选择的余地。一颗心需要包容，需要忍耐，才能走得更加轻盈。

喜欢六月，不温不火的日头。花开凋零，结果的欣喜。让我不停地感叹生命的无常，现时的可贵。明天将发生什么，后天就知道了。忧虑焦急只会庸人自扰。明天的叶子不会在今天飘零，我只有努力，明天才不会后悔。

喜欢六月，渐渐成长的思念。已经忘记了思念的味蕾，可我还是固执地在那段记忆里徘徊。不知道几时可以丢弃这种感觉，又或许在我决定放下文字的那刻，就不会再有这魂牵梦绕的追索。注定了把这些心绪安上特定的角色在我这朴实无华的文字里，不管她愿不愿意。

多天无雨，暮色将沉；思绪渐长，随遇而安。愿这颗平淡知足的心思走得更加久远！

云岫观瀑 王永亮 作

永难泯灭的怀念

陶洪仁

沈佰贤是我在林集农技站工作时的站长，更是我的老师和兄长，他离开我们已经30多年了。这些年来，远去的是他的身躯，而他的灵魂却一刻未曾离开。

我是1975年春做生产队农技员时认识沈站长的。当时农科站在我们生产队蹲点，我有幸经常聆听他的当面教诲。特别是一次做种植试验时，落谷按畦称重，每一个来回撒下来都一样，篮中稻种不剩也不缺。有一篮种子在我为他称好后，有一个人趁他不在偷偷地向篮中多抓了一把，结果，播后就剩下那么一把。更让人难以相信的是，为了观察苗情，落谷后我用芦苇做了一个一平方尺的框子，分别在不同的地方定点以便观察，记载时一数，框与框之间相差没有超过2粒。这些事在当时只听说水稻专家陈永康能做到的，哪会想到一个公社的农技人员也能。真让我佩服。

我是1977年在推广杂交稻时进农技站工作的。杂交稻品种的大面积推广，不仅是水稻品种的一大突破，更让水稻栽培技术产生了飞跃。为此，他让我搞杂交稻制种和高产栽培试验时，还让我专门搞了中粳稻稀播稀植试验。结果，两者产量竟不相上下。但中粳稻由于出米率高，米质好、价格高，不需要制种，其经济效益大大高于杂交稻。这与当时全面杂交化淘汰常规稻的气候是不合的，但却为当地人在联产承包责任制后水稻栽培选择品种提供了依据。在用行政手段推广杂交稻的时候，林集的中粳稻种植面积是一直居高不下的。虽然在今天看来实践证实了他的不唯书不唯上，注重实践敢于创新的精神，但当时可是要担风险的。

去年从荧屏上看到淮安电视台播放林集农技站的事迹，正好是两位家乡的客人与我同看，他们好像见到了我就想起了沈站长似的，说林集农技站的技术员都还真有点儿像沈站长样子，整天围着田头转，还搞了一个农业技术服务110，整天想着农民啊。是的，尽管时代不同了，但农业农民仍是个大问题呀。老师不仅搞试验田认真，向农民传播种田技术更是热心。说出来也许今天人听了不信，那个时候，从春季育秧开始，到水稻齐穗，这个期间他除了到县里开会外，是不穿鞋子的——他的脚走在石子路上让你看不出与走在其他路面有任何不同。联产承包到户后，他已经不再按照分工整天蹲在点上，而是用更多的时间去边远村，边远的田块，去给更需要技术的农民以指导。农民刚刚一家一户分到田，尽管说是家家有队长，人人是干部，但却更需要技术，抢财神的故事就是在那个背景下出现的。那个时候，每天天不亮，他家的门口就有人了，有时候还有很多，他天不亮就得离家。

我与他相处的几年中，他对我无论是工作还是学习都要求很严格，但生活上却对我特别地关心。刚进站不久，我从村里回来时发高烧。带我进医院一查，患了急性肺炎。那时我月工资24元，家里很穷。他可忙了，帮我开药，用家里仅有的肉票为我买了猪肉，还给我家送来了米、面粉。

他与我最后一次见面是在范集。我当时正在处理一件事，脱不了身，但听说是他到那儿我还是想办法与他见面。仅仅是见面，我午饭没能陪，走的时候也没有送。想不到那一次的见面竟成了我们的永别。不久的一个晚上，我接到了一个电话，是农业局董局长打来的，他沉痛地告诉我，市农业技术推广中心的沈佰贤同志因病逝世。我不相信。不过，我整整流了一夜的泪。

对沈站长的回忆本来早就想写点什么的，久久提不起笔来，是怕搅起悲凉的心绪？怕惊扰了老师在天国的宁静？无论在家里，还是在工作岗位上，甚至在娱乐场所玩得正兴时，一旦想起他，我都会忍不住流下泪水。这时，家人或同事往往会投来惊奇的目光，他是在我生命中第一个不是亲人胜似亲人的人，也是唯一离去后仍让我为他而激起感情波澜的人。老师健在时，我们之间非常平淡，今天想来，也许是被老师充满爱意的目光浸泡久了，麻木了原本应该敏感的神经。沈站长活在我的心中，活在林集人民心中。现在，回忆只留下苍白的文字，再也唤不回老师慈爱的笑脸。

粽香里的端午

涂怀军

一年一端午，一岁一安康。

早晨醒来，走进院子，打开院门，新鲜的空气裹挟着艾草的清香扑面而来，微风徐徐，倍感舒适。细雨霏霏，花草间悬着晶莹的水珠，整个清晨似乎沉浸在一个清凉的世界里。这是一个让人心仪的日子。

儿子的房间门半开着，我往里瞅瞅，他还在熟睡。在外打拼回到家里的大床，能睡到自然醒便是福气。我顿时想起这些年在外工作的日子，总觉得回家的感觉真好，或许就是那张念念不忘的安稳大床，还有就是家人的惦记。

这时，厨房里传来忙碌的声音，妻子正忙着做早餐。端午节吃粽子那是少不了的，还有鸭蛋、牛奶、稀饭。每年的粽子都是妻子亲手包的，我夸她手巧，包出来的粽子有模有样，与外面店里卖的不相上下。粽子里放了大枣和花生。

我先吃完早餐，出去走走。小区明显比往日平静了许多，放假享受一下慢生活。离家不远处的健身步道很干净，欣赏着眼前的繁花与绿树相映，景色宜人。四十多分钟的漫步，只与一个老人擦肩而过，神采奕奕。只见他一手牵着宠物狗在溜达，一手拿着收音机听着新闻。

突然，手机震动了一下。"这么早，就有消息进来了！"我自言自语道。消息是："艾草满庭芳，佳节共端阳。所求皆如愿，粽享好时光。端午安康！"是老领导发来的，看看时间是七点五十八分。"端午安康"四个字，像一粒糯米落入岁月的竹筒，轻轻叩响了这个传统节日的门扉。

这时我突然有写作的冲动和灵感。记得几年前，准确地说是2021年吧，那年6月底的一天，我和老领导去苏州中亿丰集团参加一个活动，路上他说我喜欢写作，集团的素材很多。后来，我休息时间就在散步中构思，宅在宿舍里敲键盘写作。《红叶集》许多文稿就创作于这个时期。我望着泛白的天空，小雨滴落在身上，很有一番情趣。在这个微信问候代替登门拜节的年代，那些被简化的仪式背后，依然跳动着温暖的情谊。

"爸他们快到了吧？"妻子打开厨房门问我。我顿时闻到一阵香气朝客厅飘来。话音未落，门铃就响了，我快步上前开门。

"你家门楣上还挂着艾草？"老爸问我。

"是的，前两天买的，窗户上也摆了不少呢。"我说。

"艾草，驱虫！"一旁的小妹说道。那股清冽的药香突然激活了我的记忆——小时候每到端午，母亲都会用艾草煮水给我们擦身，说能祛除"五毒"，还给我们系五彩绳，保佑平安。

餐桌上，菜肴十分丰富，鱼肉虾齐全，荤素搭配精致，色香味俱全。妻子说："做了十道菜！寓意十全十美！"岳母高兴地说。我们食欲倍增，倒上饮品，边吃边聊，其乐融融。儿子说起他在外工作的事情，忙碌而充实。老爸说起他的养生之道：不多管闲事，有个好情绪。妻子说起她今天的烹饪技术，还和小妹交流起来。我说，今天一大早我就忙写作，写端午节，自然要写屈原，心里也勾起对离世母亲的思念。大家自然又聊到人生。人生之苦都不易，唯有自渡。很多时候，我们都是逼着自己往前走，不是前方的风景有多迷人，而是身后的现实不允许我们停下。

端午的粽香，还有艾草的香气会渐渐散去。但我知道，当明年粽叶再度上市时，这些平凡而珍贵的片段又会随着蒸汽升腾而起。传统从来不是博物馆里的标本，而是像这样，在门楣的艾草里，在手腕的五彩线上，在跨越代际的微信祝福中，一年年地活着，生长着。如今的团聚愈发珍贵，我们要永远地爱自己，在自己的节奏里过好每一天，步步生莲，守住初心。

花朝月夕多胜意，愿人间芳华。