

在我国西北地区生活过的人,应该都对家常饭里的浆水和酸菜不陌生。它们同出一缸,由蔬菜和富含淀粉的面汤发酵而成,有着特殊的酸味。悠长的岁月里,清淡的浆水酸菜点缀了无数百姓家的四季三餐,诞生了这样的民谚:“三斤辣椒十斤盐,一缸浆水吃半年”。宁夏女作家马金莲的短篇小说《1987年的浆水和酸菜》,也如它们一样朴实无华。小说的叙事者“我”,是一个20世纪80年代生长在宁夏西海固的农村小女孩。在她天真的眼睛里,清苦琐碎的生活充满了乐趣。

伴随着“我”和姐姐唱的歌:“羞脸鬼,羞脸鬼,端个瓦盆要浆水!”邈遏懒惰的亲戚二奶奶十几年如一日,隔三差五来家里白拿奶奶辛辛苦苦“卧”下的浆水酸菜,丝毫不觉得惭愧,“二奶奶要是有三天时间不来我家要浆水,我们就会觉得有点反常了,心里反倒会不踏实了”。做酸菜的活儿贯穿全

●小说中的衣食住行

酸滋味与淡日子

李 潇

年,将萝卜缨子串起来晒成干菜、清洗水缸、煮干菜、入缸发酵……这些活儿都仰仗奶奶的劳作。“我”在旁边跑来跑去,名为帮忙,实为捣乱,不时偷吃几口干菜里的萝卜片,觉得是不输鸡爪子、羊蹄筋的美味。奶奶一边忙碌,一边不免对着“我”抱怨几句:“你那个懒婆子妈,就知道等着吃现成的,一缸的酸菜浆水吃光了,还等着我拾掇缸底哩。”

浆水和酸菜虽然做起来不难,但从旧的吃完到新的做成,需要等候好几天。没了它们的调和,家里原本就简单的饭菜更加没滋没味。“下午的饭跟平常一样,洋芋(土豆)面。但是那饭舀在碗里显得寡白寡白的,等吃进

口里,更是寡淡。调一筷子盐,再调一筷子头辣椒。还是不香,饭嚼在口里一股面腥味,汤喝进嗓子眼里痒痒的,咽不下去。我们的饭量都比平时减少了。”面对一家之主爷爷的一再催促,原本不慌不忙的奶奶也有些理亏,连忙给爷爷的碗里加油辣子:“新磨的胡麻油,滚滚的热油泼的辣椒,闻着都香!你不尝一口?”

其实,全家老小都明白酸菜经常不够吃的原因。爷爷对唯一的弟弟一家颇为纵容,一年到头,“我”家里的酸菜缸要为两个家庭提供下饭菜。爷爷不仅对二奶奶连吃带拿的行径毫不阻拦,还把贵重的毛皮大衣送给了二爷爷,对二爷爷借钱的要求也从不

馅料和匀后,我们围坐桌旁,我负责擀皮儿,母亲和妹妹负责包。母亲拿起饺子皮用筷子夹起馅放在中间,双手轻轻合拢,捏紧边缘,一个饱满圆润的饺子就诞生了。她熟练的动作仿佛在演奏一首无声的乐章,那么流畅,那么自然,那么温馨。

灶膛里的火苗跳跃着,锅中的水翻滚着。饺子呼啦啦地跳入水中,就像潜入了海底的小船,一会儿浮上来,一会儿沉下去。待到饺子鼓胀起来,表皮晶莹剔透,便可出锅,那一刻,厨房飘满了诱人的香味。那不仅仅是荠菜的香味,还有家的味道、温暖的春的味道。

春的味道

石绍辉

绿。捞出沥干,冷却后再细细剁碎,刀刃与荠菜的碰撞声如同美妙的乐章,在厨房里回荡。母亲把姜蒜、酱油等调料拌匀,一股香气扑鼻而来,那是即将绽放的美味预告。

任公的回信中约略地了解其内涵。他认为任公不当的言论将会对社会大众产生重大的影响,“毫厘之差,流入众生识田,将成千里之谬”,而且“苟所学自今以往继续光明,则视今之言必多可悔”。这一封信在严、梁关系上是一个重要的转折,在此之前严复对任公多为赞赏、鼓励,此后则转为多所批评。

梁启超收到来信之后,没有立刻回复,至三四月间才写了一封信给严复。从这一封信我们可以了解《时务报》时期任公的思想状态,以及严、梁思想上的交会。梁启超对严复在信中的批评深表感激,“知天下之爱我者,舍父师之外,无如严先生;天下之知我,而能教我者,舍父师之外,无如严先生”。但对严复的批评,他提出了不少的辩驳。他也向康有为禀告此事,“严又陵有来书,相规甚至,其所规者,皆启超所知也,然此人之学实精深,彼书中言,有感动超之脑气筋者”,似乎显示任公企图向康表示严复的来信并没有动摇他原有的思想路向。

其实这时任公思想已经

在康、严之间游移,从他的《说群序》明白可见:他一方面跟随康有为的“以群为体,以变为用”的观念,另一方面觉得康有为并没有将“群”的概念说得十分透彻,直到他读了谭嗣同的《仁学》与严复的《天演论》,才“犁然有当于其心”。任公因想将康有为的想法与《仁学》和《天演论》之观点结合在一起,建立一个有关于群的理论。任公后来思想的发展与他在康、谭与严之间的取舍有关。

《与严又陵先生书》中严复与任公思想之差异,代表了戊戌变法前夕两种对文化修改的看法。在目标方面,任公揭橥者乃康有为式的,奠基于孔子改制,并环绕着政治核心全面改组的激烈变革。诚如学者所指出:任公“一再主张废科举兴学校的《变法通义》,其实际所企图的,并非在普及西洋方式的学校教育,而是在扩大以共同拥有基于孔子改制的解读方法为起始的康学的讲学之场所。要将康学的方法通过报刊,在不知不觉中渗透进读者的脑中以养成风气”。

拒绝,让奶奶耿耿于怀。不过,就像酸菜总会成功出缸一样,亲人的矛盾也总会被生活的长河慢慢抚平。

又一个平常的早晨,餐桌因为新做好的酸菜而滋味倍增,“一股酸菜伴着胡麻油的清香味道散开了,白生生的萝卜条,翠黄的叶脉,碧绿的菜叶,杂拌在一起,上面还抹了红红的辣椒油。不用吃,光是看着,口里就泛起一层水,喉头很响地抽搐起来。昏睡的肠胃被唤醒了,蠢蠢欲动”。爷爷一口馒头、一口酸菜地吃着滋味绵长的早饭,呵呵笑个不断。奶奶照例要埋怨几句爷爷,却舍不得给自己吃的酸菜里面放油调拌。“我”和姐姐看着奶奶端着大盆给二奶奶送浆水酸菜的身影,似懂非懂地想:“可见酸菜和浆水是骨肉相连水乳相融的关系,就像一家人中两口子的关系,就像我家和二爷爷家的关系。”

平淡生活里的微酸滋味,蕴含着家庭亲人之间特有的暖意。

启事

投寄本报副刊稿件众多,凡手写稿件,恕不能退稿,烦请作者自留底稿。稿件一个月内未见报或未接反馈,作者可另行处理。感谢支持,欢迎投稿。投稿邮箱:jwbfbk@163.com

“社交憨包”是指那些在社交场合中不太擅长交际,只会低头吃饭玩手机,偶尔抬头呵呵傻笑的人。在聚会中,他们常常成为“隐形人”,不会主动发起话题,也不会积极参与讨论,更多时间是默默低头吃饭,出于尊重,时不时抬头对说话者

点头傻笑附和。当有人试图将话题引向他时,他总会一脸茫然地抬头问道:“啊?你们在说什么?”

三十二、痘痘、皱纹、黑眼圈、眼袋等皮肤问题也和脾虚有关

年轻人常常会出现皮肤方面的问题,如长痘、粉刺、黑眼圈、脸色发黄、皮肤粗糙、面容憔悴,甚至早发皱纹等。一般出现这样的情况,大家都会归咎于最近压力大、吃的东西不对、睡眠不好等原因,也会考虑使用的护肤品是否不合适。

其实这些表面的症状,都是内在的原因造成的。可以说,皮肤问题,是内在健康出现问题后最直观的一种表现。

脾虚可能导致脸上反复长痘

在西医看来,长痘是由于毛囊及皮脂腺发生阻塞,所引发的一种慢性炎症性皮肤病。但是中医认为,长不长痘与人的体质有关。脾虚的人更容易反复长痘,出现各种皮肤问题。这是因为脾喜欢干燥,如果湿邪入侵,或食用了刺激、辛辣的食物,就会加重脾的负担,影响脾的正常功能运行。长痘其实是反映体内有毒(湿气)以及身体排毒(排湿气)的过程。

脾虚长痘的调理方法

写给即将高考的女儿(上)

张建云

亲爱的小女孩:

最近爸爸添了个毛病:吃饭之前总是有些担心,担心自己吃相难看、吃得过多、吃得太快。于是,就想寻求解决之道。朋友给了我三条建议:吃好看点;吃少点;吃慢点。这才发现,解决之道原来就在我自己。

人的一生有很多顿饭要吃,高考也如吃饭,不过这次是赴宴,多几个菜而已。我的观点是:尽全力,顺其自然。

万一考不好咋办?凡考试都需要下两种功夫:一是努力学习,二是清空自己。大多时候大家都投身于努力学习,而忘记了清空自己。清空自己就是清空自己的担心。太多人不是不努力,不是考不好,而是因为担心发挥不好而考坏。

多年以来,爸爸督促你努力、早起、读书和锻炼,但从来没有要求过你成绩和名次。只问耕耘,不问收获,是爸爸成功的

秘诀。我只管读书,只管写文章,只管帮助人,只管对我的孩子好,只管心绪平和、心灵安静,只管健康喜悦……命运是个考官,你认为我的分数会低吗?

长时间的学习,你忘记了与自己交流。你

把太多的精力放在了练习题上,放在了不久之后的考试上。我早就给出了方法,每天晚上静坐10分钟,所有的问题都会解决。

安静,是所有问题的发源地。担心,是所有美好的垃圾场。没有安静,就没有人生,就没有爱情、婚姻、事业、理想和生命的美丽。

今天给你的信就一个宗旨,练好第二种功夫:清空自己。有的人活了几十年也没有清空过自己。我希望每天你安静10分钟,那么你的功力将会大增。

这是我多年来得出的经验,也是我的优势:比别人安静。那些匆忙者都没有我走得快,并不是我超越了他们,而是他们因为太过匆忙而摔跤,自行落后了。

我们的眼界要宽,志向要大,不要把自己的得失看得太重,不要把面子看得太重,不要把享乐看得太重。如此,就风轻云淡、吃睡安然了。

如果是脾虚引起的身上长痘,那么抹药和涂护肤品都不能改善。只有健脾祛湿、清热解暑后才可以缓解。

做好长期调养的准备容易反复长痘的人,要注重日常调养,不要急在一时。良好的饮食和生活习惯是很重要的,常喝健脾的养生粥、养生茶,多吃一些新鲜的蔬菜,长期坚持下去,可以在无形之中改善脾虚。饮食不规律、暴饮暴食、节食减肥、喜辛辣刺激、熬夜等,不仅是伤害脾胃的方式,更是长痘的常见诱因。

注意保暖

有人会问,保暖也可以治疗长痘吗?要知道,受寒也是导致脾虚的重要原因。穿得暖和、不吹凉风、常喝热饮,都可以补气活血。脾运行正常,气血恢复正常了,体内湿气和毒素自然也被排出体外了。

热水泡脚

人的脚底有很多穴位,经常做脚部保健或用热水泡脚,对祛除痘痘效果很好。泡脚可以促进全

身

的血液循环和祛寒祛湿,人在舒服的状态下,睡眠状态也会好。气血通顺了,安静休息下,阳气汇聚效果也就好了。泡脚时加入一些生姜片或食盐,效果会更好。

调理脾虚引起的皱纹的方法

俗话说:“脾胃好不好,脸上见分晓。”要想祛除皱纹,改善面部的皮肤状态,恢复往日的光泽和红润,只有从内治根,把虚弱的脾气补起来。除了调整好情绪,保证充足的睡眠之外,还可以用有健脾养血功效的中药调理。

(完)

连载

笔醒山河·

中国近代启蒙人严复

黄克武 著

广西师范大学出版社

二、严复与梁启超:津、沪维新派士人之间的交往(2)

后来不知何故,《时务报》没有刊登《原强》,仅于23册转载了批判专制的《辟韩》一文,还引起了激烈的论辩。

1897年2月,严复又写了一封长信给任公,对他在《时务报》的言论,特别是《变法通义》的主张提出批评,这封信原件不存,我们只能从