

多植一株树
增添一片绿
造福一方人

世相杂俎

活成一棵树

□高明昌

想了想,人的一生都在琐事里滚爬,滚爬中最容易走失的还是时间。好像秋天还没有过足瘾头,冬天就来到了脚后跟。假使掐指,要惊出冷汗的:过去是一天像一年,现在是一年像一天。许多的东西来不及转身就来了,也有许多的东西来不及转身就来了。比如白头发,比如眼睛老花了,比如脚板笨了重了。最有体会的是,到了家,夜里想一觉睡到天亮,可是尿尿憋不住了,只好半夜起身,偷偷地朝外面一看,天还暗着,你却却没有半点睡意了,就坐等着天亮。

坐等天亮还不算坏事,有的人到了这个年纪就坐等死去了。为什么?还不是因为自己不懂得自己要做什么了。其实,天亮天黑是天的事情,坐等什么却是你自己的事情。我还是想想,坐等总是空镜头,永远是虚幻的,没有实际意义。就是上厕所后来到了床沿,困不着了,干脆闭眼休息,干脆睡不着书,或者干脆做些小小的家务。一句话,就是要手脚不停,就是要不能坐等。坐等必然空想,空想要想坏身体,想坏脑子的,所以实实在在做一件事情,倒是上好的选择。

我记得有人说过这样一个意思的话,大意是:人到了六十岁,后面的日子活法有两个选择:一是活成一朵花,一朵无名小花。不为谁红,也不为谁香,为自己喜爱的一切。比如,有人上了老年大学,学起了书法,学得认真,痴迷,见了老师,拜了师傅,有声有色,像模像样。后来开了个小型的画展,出了本自编的书籍。我以为这就很好了,因为自己的生命已经堂堂地绽放美丽的图案里了。这种活法有书卷气,也有诗意,有境界,因为学习的过程是个活动的过程,这个过程充满了活力,生命就此得到张扬,所以它不是坐等。

还有一种活法是要活成一棵树。这个想法比较大气,很勇敢。树是什么?树是绿荫,予人遮阳,给人阴凉。树是吸收二氧化碳,呼出氧气的,是让人眼目清凉,神志清爽,意气焕发的自然神物。学它有点难度,但可以学。我看见我的隔壁邻居就学得比较成功,每天天蒙蒙亮,他就出发了,去小区的丁字路口做起了交通指挥员,回来吃早饭,又去公园清洁去了,据说是一个人无偿承包了一段石子路,健身又劳动;到了晚上,他又去了小区的门房间,没有任务,就是与门房间的朋友们说说话,谈谈心。说的故事都是小区里的见闻,内容现时的,但正能量多,大家都愿意听,既解乏又解困。

活成一棵树并非一定要做好人好事的。小区有个男人有个很好的规矩。他说,上半年他要和他的老婆去全国各地旅游,旅游时拍照,凡是自己看过的风景都拍下来,拿回家来做谈资,说给没有去的人听,让大家看看风景,说是分享风光,也分享快乐。下半年,是每个晚上去小区的广场放广场舞音乐。所以,让跳广场舞的人听到符合节奏的音乐是他的工作。每晚放好后,他就要到电脑里寻找好听的音乐。好听不好听,先让自己的老婆听,试一试。老婆说好听了,他就载录下来。他说,跳舞人风雨无阻,他是第一个风雨无阻。哪一天有个伤风感冒,不可出门了,爬不起了。他说,他已经与儿子商量好,就让儿子代替他去放音乐。

活成一朵花,活成一棵树,都是活法,都是美丽而有意义的活法,都与坐等不沾边,所以不可强求一样。我觉得,活法是可以随自己的性情、兴趣,或者特长来决定的。你想场面小一点,就去学学“花”,你想场面大一点,就去学学“树”。总之,你得有个学的对象。这样,你学了一段时间后,我相信,你就是花了,你就是树了。

餐桌佳肴

正宗小炒肉

□曾无艳

小炒肉是我家的招牌菜,来吃的都是回头客。

在我的老家,很多人一辈子都没见过海鲜,最大的山珍也就是野兔,不过也是见兔跑多,吃肉少。所以,猪肉算是好菜,自然会好好炒。最怀念的是小时候家里杀猪,为了保鲜,一般都是凌晨三四点才杀,杀完猪,一定会请屠夫吃饭,而尖椒炒肉是必不可缺的。新鲜的,还有体温的肉,洗都舍不得洗,便切了下锅炒,吃起来,鲜甜鲜甜的,扯了一年的猪草,又要是够坚硬。

长大以后,再也没有吃过那么好吃的炒猪肉了。记忆中那鲜甜的味道就像少年的梦境一样,一去不复返。正因为此,我都会非常善待我今后的每一块猪肉,哪怕它不是自己养大的或是吃饲料的猪。

如果你不要减肥,又不害怕肥肉的话,就吃尖椒炒肉,最好用上肉。三分之一的肥肉还连着皮,把它切成一小块一小块,先在锅里炼成猪油渣,但不要太多,有点嚼头又弹牙刚刚好;瘦肉要切成薄片,越薄越好,但要保持形状;先用少量的盐,把肉里的水分“逼”出来,再加一点点生油,腌着。我个人认为,这个步骤千万不要用生粉,因为用生粉捞过的肉,虽然嫩滑,但是吃起来没很真实感;然后把多余的油盛出来,炒尖椒丝,加入姜和蒜,洒一点盐,盛到盘里;把之前炼好的猪油倒回锅里,彻底烧热后,才能对肉片表示热烈的欢迎。一时间,锅里热火朝天。这时候,最重要是手快,如果油够热,火够大,手够快,不用一分钟,肉就炒熟了。然后以更快的速度加

入炒好的尖椒丝、猪油渣、美丽的葱、紫苏和胡椒,起锅。

做这道炒肉,调味料一定要放得准,因为它是一道没时间后悔的菜。肉片一老,比女人老了还难受。小炒肉不老的窍门在于:肉要切尽可能地薄,一定要用盐和生油腌一小会儿,油多且烫时再将肉片下锅。而最重要的是火候——早起锅10秒,肉不熟;晚起锅10秒,肉太大。

我喜欢在小炒肉里再加鸡蛋、笋干、萝卜干,不同的配菜加进去,风味各异,但是共同点就是:好吃。

我爱吃小炒肉,所以,我一个人在家时,一般都是煮一碗白饭,再炒个小炒肉搞定一餐。就连青菜都不炒,辣椒已是最好的蔬菜,维生素素多。

材料:上肉250克;红尖椒3到5个;姜、葱、蒜、白胡椒碎、紫苏少许;豆干一块

做法:
1.瘦肉洗净后切成薄片,加盐和生抽腌15分钟;
2.红尖椒切丝,姜、葱、蒜、紫苏洗净切碎,豆干切片备用;
3.用少量油把野山椒炒一炒,再加一点点姜、蒜、盐以及豆干一起炒,然后盛起来;
4.用较多的油烧热,迅速翻炒肉,同时加入炒好的尖椒、紫苏、葱和胡椒粉,炒匀后起锅。



国学综艺节目圈粉无数

□章瑛



不是歌手选秀,也不是明星综艺,春节期间电视节目《中国诗词大会》第二季(以下简称《诗词大会》)意外地刷爆了朋友圈。其实近来和《诗词大会》一样圈粉无数的,还有《见字如面》、《中国成语大会》、《中华好诗词》等一众传播传统文化的综艺节目。

在真人秀节目充斥荧屏,各类“鲜肉”、“小花”赚足眼球的时下,被边缘化多年的文化节目如一股清流涌动归来,涤荡着观众的心灵;甚至远在美国的中文报纸都刊文称,期待“武亦姝现象”成星星之火,让“国学”在中华大地乃至全球呈燎原之势。

线上线下掀起诗词狂欢

《诗词大会》第二季总决赛7日晚在央视播出,来自复旦附中的16岁选手武亦姝击败四期擂主彭敏,获得冠军。据酷云EYE的收视率统计显示,该节目收官战收视率突破

1%,市场份额超过第二名30%;据央视数据显示,这个节目全部10期累计收看观众达到11.63亿人次。

节目带红了一众选手,冠军武亦姝更是火爆非常,这个“满足了人们对古代才女全部幻想”的00后女孩,其就读学校、生活习惯、学习方式都被扒了个遍。

在《诗词大会》播出的10天里,这个每段时长90分钟的电视节目,让无数网友跟着电视机答题,在微博、微信上热烈讨论,引发了网友对中华古诗词鉴赏记忆空前高涨的参与度。正如网友评价:这900分钟,是“便引诗情到碧霄”的学习,是“一枝一叶总关情”的鉴赏,是“腹有诗书气自华”的赞叹,是“江山代有才人出”的嘉许,是“不畏浮云遮望眼”的哲思。

事实上,《诗词大会》的成功并非个案,过去一年,多档文化节目都在观众中引发了不小反响。比如,《见字如面》首期节目就在腾讯视频上播放超过1670万次。而豆瓣网

上,这些文化节目的评分也获得了极高评分,比如《中华好诗词》8.9分,《见字如面》9.0分。打造了《中国汉字听写大会》、《中国成语大会》、《见字如面》等节目的导演关正文坦言,公众对于这种有营养的文化节目是有强烈需求的,“我们应该主动多做这样的节目,引导公众的文化生活向更有营养、有品质的方向发展。”

中国人的“诗心”从未消亡

“七月在野,八月在宇,九月在户,十月蟋蟀,入我床下。”这是此次《诗词大会》冠军武亦姝在比赛中脱口而出的诗句,令观众佩服不已。对古人来说,诗词是必需品,为何到如今,能脱口而出诗词的人却成为“珍品”呢?

《诗词大会》评委、中央民族大学历史文化学院副教授蒙曼认为:“诗词对于古人来说,与生有直接的亲近感,写起来、学起来很容易。

而现在,孩子们长在空调房里,很难深切地体会到四季,离诗中的生活越来越远。”不过,当生活节奏太快了,人们很难回到自然,诗中的世界才显得弥足珍贵。“感觉到缺憾,才会觉得懂诗的人如此美好。”蒙曼说。

《诗词大会》的走红,在蒙曼看来,并非是“人们重新爱上了诗词”,而是“中国人从来就诗心不死”。蒙曼认为:“从诗经开始,人们非常习惯诗词这种审美方式,虽然这样的文学形式逐渐被放弃,但是基因还在,《诗词大会》打到了鼓点上,一下激发了中国人的诗词基因。”

此外,蒙曼认为,武亦姝的爆红和《诗词大会》成功的道理相近,都激发了中国人内心的一种情感共鸣。节目刚刚播出时,武亦姝凭借强劲的实力和淡定的心态,就在“飞花令”环节一战成名。“中国人心目中对一个女孩不就是这样期盼:文静、有高雅的品位、落落大方、人淡如菊……中国人对于年轻女性的审美品位,武亦姝都囊括了。”

闲情逸致

巧练“熊孩子”的注意力

□余燕红

很多孩子因为从小未能培养好的习惯,注意力不集中,到了学龄后也很难在课上专心学习。专家建议,家长不妨在与孩子玩游戏的过程中,不知不觉地训练孩子的注意力。

方法一:捡豆子

家长可以把红豆和绿豆混在一起,让孩子把红豆绿豆挑出来。给孩子限制时间,一开始时间可以稍微短一点,豆子的数量也可以少一点。经过几次锻炼,家长可以增加难度,增加时间,比如多加一些豆子或者增加豆子的种类。

方法二:讲故事提问题

给孩子讲故事,相信不少

爸妈都会,但要提高孩子的注意力,还需通过提问的方式。比如,当故事讲完之后,家长可以根据故事的内容,给孩子提问题。讲《小红帽》时,家长可以问孩子:小红帽带什么东西去看外婆?或者小红帽为什么要去看外婆?当然,年纪比较小的孩子,家长可以讲完两三句之后,就给孩子提问题。

方法三:拼图游戏

给孩子玩一些串珠或者拼图的游戏。最好是有家长陪伴,有家长陪伴引导的话,孩子会更耐心完成串珠或拼图的任务。



花开迎新春 李宗宪 摄

男左女右

爱情的味道

□付树霞

出厨房,满抽屜地翻可贴。

第三天,他刚拿起碗,准备去洗。她赶紧说:“放着吧,我去洗。”

在电脑前打游戏的他,听见她在厨房边洗碗边唱歌,眯了眯眼,好像一只得逞的狐狸。

她不爱做面食,可他爱吃三鲜馅饺子。于是她学着包。

看着一个个元宝水饺,她觉得很有成就感。看吧,只要我想做,还没有做不好的饭。等会,跟他嚼瑟一下。这么一想,她干起来更欢了。

他看着饺子,皮薄馅胀,胖嘟嘟的样子,心里有点嘀咕。可看着她忙忙后,还不忘自卖自夸,就顺着她夸了几句。

电视上的拳击赛很精彩,可再精彩的比赛,也架不住肚子饿呀。这半天,饺子怎么还没煮好。到厨房一看,她正拿着笊篱,牵拉着脑袋,没了刚才的神采飞扬。饺子煮成了一锅片汤。

看着她懊丧的样子,他说:“走,咱今天下馆子,去吃你爱吃的菜。”

后来,儿子出生了。她每天一副有几万事足的幸福模样。她向他显摆,说:“等儿子会走了,我就买母子

装,牵着他的手过马路。你说,我那么漂亮,我儿子那么帅,那得有多高的回头率呀。等我老了,儿子牵着我的手过马路,看见的人不都得夸他孝顺。”他回敬她说:“那也是我儿子,好不好?”

孩子爱睡觉,他没当回事,那么小的孩子不都是在睡眠中发育么?

随着月份的增长,她老是觉得孩子笑得不自在。他说:“别老疑神疑鬼的。”快一岁了,儿子还是不会说话,只是发出简单的啊啊声,她的父母说:“男孩子大多说话晚,嘴跟着腿,会走就会说了。”

可她内心的不安越来越大。当诊断结果出来时,她的世界坍塌了。

电视上的拳击赛很精彩,可再精彩的比赛,也架不住肚子饿呀。这半天,饺子怎么还没煮好。到厨房一看,她正拿着笊篱,牵拉着脑袋,没了刚才的神采飞扬。饺子煮成了一锅片汤。

看着她懊丧的样子,他说:“走,咱今天下馆子,去吃你爱吃的菜。”后来,儿子出生了。她每天一副有几万事足的幸福模样。她向他显摆,说:“等儿子会走了,我就买母子

起来,为了儿子能更好地活着,她的心既要足够柔软,又要足够坚硬。

过马路,她一手拿着包,一手紧紧牵着十几岁的儿子。同时还要时时注意儿子,怕他碰到别人,也唯恐别人撞到儿子。那个男孩,将近一米七的身高,眼睛够大,眉毛够粗,挺帅气的样子,但看人直愣愣的。对人们投过来的视线,总是回以傻傻的微笑。但身上的运动装,干干净净。

她和所有生了儿子的母亲一样,做过这样的美梦,等自己年老了,高高壮壮的儿子,牵着自己的手横穿马路。那种满满的幸福和为人母的自豪感会从心底一点点溢出。但她知道,她已无从体验了。这一辈子,她都要牵着儿子的手过马路了。

抽出一张面巾纸,细细擦着儿子额头的汗,儿子回以傻傻的笑。她很满足地再次牵起儿子的手,向马路对面走去。而他正坐在车里等着,好载他们一起回家。

见过的路人,事后依稀记得那位母亲。因为她穿的裙子,是韩版黑色百褶伞裙。围巾稍带红色,长长的,随意地散落在胸前。



结婚后,她想当然地认为,家务应该两个人共同分担。比如,她洗衣,他晾衣;她做饭,他洗碗。

这么想的,她也是这么实施的,可预设和结果往往出人意料。

第一天,她做饭,他洗碗。

坐在客厅看电视的她,听到了碗被打碎的声音。冲进厨房,逮住他的手,细细地查看,没有伤,但破了碗躺在洗菜盆里。那套碗,价格不低,是在国展一眼相中的。他内疚地说:“下次我会小心的。”“你没受伤比什么都强,不就一只碗吗?”

第二天,他洗碗前,向她保证:“这次我一定小心,少放点洗洁精,手就不滑了。你安心看电视吧。”

又一只碗碎了,看着他划伤的食指,正在滴血,她心疼得不行。把他拽