



大暑，小镇“双抢”忙

■蔡天敏

55年前，一到大暑时节，我们小镇内外便是一片“双抢”（抢收、抢种）忙的景象。不仅农民们忙，连商店、食品社也跟着忙起来。彼时，政府号召“支农”的口号很时兴，我们家也随之起舞。

首先，我当时还是个初中生，暑假帮当地农民干“双抢”，那是责无旁贷的。我“支农”的具体对象，是我们小镇的生产队。我每天到离家不远的“五十亩”稻田里割稻子。这个“五十亩”的区域，就在我们小镇的西南侧，当时是一片稻浪滚滚的所在。我们几个同班同学，响应学校号召，暑期支农。每人手持着镰刀，弯腰割稻。

我看到，那些农民大叔，割稻的兜数，是5—7兜；我们学生，是3—5兜。割稻的动作，一般是左手挽住稻秆离地面一两寸之处，右手持镰；一挽一割后，左手随即又挽住另一兜稻秆，连绵着顺势割下，整个动作要十分协调，脚步也要随时移动，紧紧跟上。归拢割下的稻子，全都搁放在左侧，整齐地码放成一条线。

割稻要时时弯腰，割了一两天，你就会觉得腰酸背痛的。于是，可以改换捧稻送碾，也就是给脱谷的农民大叔递送稻束。一台脱谷机，一般由两位农民大叔担纲脱谷重任，他俩一边脚踩着踏板，一边手持着稻穗，在飞旋的滚筒上脱谷碾粒，那活儿是十分辛苦的。我们初中生则负责在一旁递送着稻束。那情状，有点儿像是手术台上护士递给主刀医生小器件的模样——我们也是倒拿着稻束，递送过去的——双方配合得十分和谐。那脱谷机在农民大叔的踩踏下发出嘭嘭的声响，响彻田野。我喜欢这悦耳的“田声”。

我们冒着酷暑的烈日干活，那是不打折扣的，跟着农民大叔做事，那是有头有尾，不会偷奸耍滑，也透着那时候做人的朴实。我父母亲也支农，每到“双抢”时节，上级领导要求他们食品社生产一些既便宜又耐饥的饼，卖给农民兄弟。于是，食品社就生产大量的“加钠饼”和猪腰饼，还派人送货下乡到田垄地头。我看到食品社的青工，用三轮车载货到“五十亩”稻田边，他们用另一种方式在支农。而食品社生产的加钠饼（也叫咸光饼，由面粉、碱面、食盐、少许芝麻做成），也确实是既便宜又好吃，只需花上6分钱，就可以买到两块加钠饼，既美了嘴巴，又饱了肚子。

这是半个世纪前的大暑时节忙“双抢”的情景，我作为烘焙师傅的后代，亲身体验当时一种无私、一种火热、一种难得的情怀。



大暑“食光”

■吴奋勇

蝉在村口的树林里高唱，把日子唱得滚烫。阳光泼在青石板上，溅起细碎的金色，空气里飘着瓜果的甜香——大暑到了！太阳行至黄经 120° ，像个莽撞少年，把夏天的热抖落在檐角、窗棂间，还有灶台上那口咕噜作响的锅沿。

老辈人说：“小暑吃豆，大暑吃肉。”这舌尖上的节气密码，是土地与光阴酿出的智慧。三伏天的日头毒，人体如烈日下的稻田，新陈代谢疯长，汗水带着盐分与能量汩汩流失。此时灶台上飘起的肉香，是解暑的良方。

老鸭汤该是最先登场的。养了整年的老鸭，褪毛后在清水里泡得白净。土锅坐在煤炉上，火苗舔着锅底，汤渐渐稠起来，像融化的月光般温润。不用放太多佐料，辛温的东西会扰了鸭子的清性。偶尔抓把五指毛桃或薏苡仁扔进去，药香混着肉香漫了满院。掀开锅盖时，汤是乳白的，浮着层薄油花。舀一勺在碗里，热气扑在脸上带着草木的凉，人喝下去从喉咙暖到胃里，身上的躁意便像被风吹的烟，慢慢散了。

羊肉，这一平日里与冬天紧密相连的温热食材，在大暑却有着独特的吃法——“以热制热”。三伏天里，人们贪图一时凉爽，常吹空调、喝冷饮，殊不知寒气湿气悄然侵入体内。此时，一碗热气腾腾的羊肉汤就成了驱寒祛湿的良方。将新鲜的羊肉冷水下锅，加入姜片、大葱和高度白酒去腥，待血沫焯出后洗净，搭配姜片、花椒等炖煮。出锅前撒上适量盐和胡椒粉，最后点缀上翠绿的香菜末。热气升腾间，羊肉的香气扑鼻而来。喝下这碗汤，不一会儿便大汗淋漓，体内积攒的寒气湿气随着汗水一同排出，原本因贪凉而不适的身体，也渐渐恢复了活力，这便是古人智慧的奇妙之处。

兔肉如月宫里的仙客，沾着轻灵。它高蛋白、低脂低胆固醇，性味甘凉，能补中益气、凉血解毒。炖煮爆炒皆可，肉质细嫩鲜美不腻人。老人孩子食之，既解馋又无负担，是夏天里轻盈的滋补，像一缕掠过心头的凉风。

牛肉素有“肉中骄子”之称，肌理分明藏着力量。夏日里奔跑劳作的人，最需要它的犒赏。它是筋骨的基石，汗水的源泉。或煎得外焦里嫩，或炖得酥烂入味，总能将饱满元气注入身体，让汗水流得畅快，脚步迈得坚实。

鱼虾是水世界馈赠的清凉诗篇。鲫鱼汤最是家常鲜美，几尾活鲫配嫩豆腐、鲜蘑菇慢火煨炖，汤色浓如乳，豆腐吸饱鱼鲜，蘑菇释放山野清气。一勺入口鲜得眉毛跳舞，滋养脾胃又祛湿开胃，闷热午后喝一碗，五脏六腑都服帖了。虾肉也透着活泼气，清水煮或简单焖炒后，紧致Q弹的肉质在齿间轻快蹦跳，天然清甜里裹着海洋鲜气；高蛋白、富含钙质，带点凉性，是解暑妙品，指尖剥开红壳的瞬间，仿佛也剥开了夏日的一角清凉。

大暑的热烈里，以肉为名的美食不仅是对身体的滋养，更是对生活的热爱。围坐在餐桌前品尝美味时，感受到的不只是食物香气，更是家人朋友相聚的温暖，是对平淡生活中美好时刻的珍惜。

炽夏里的光阴褶皱

■杨新榕

蝉声织就的密网裹住盛夏时，大暑的烈日正将人间煨成陶罐里的新茶。作为二十四节气中第十二位跋涉而来的旅人，它携着滚烫的季风叩响门扉，将暑气泼洒成满城蒸腾的雾霭。

大暑是位善画的老者，总在暮色里泼出惊心动魄的丹青。待日头西沉，晚霞便如打翻的胭脂匣，将天际染成层叠的锦缎。云霞在暮风中翻涌，时而化作奔马，时而凝成凤凰，恰似敦煌壁画里飞天的衣袂。公园池塘里，荷花擎着粉绡裁就的裙裾，水珠在花瓣上滚动，恍若前朝贵妃鬓角的明珠。荷叶田田如碧盘，偶有青蛙蹲踞其上，圆眼倒映着流云，仿佛在窥探这盛夏的秘密。

市井间飘着仙草冻的甜香。药铺后巷的老妪仍守着铜锅熬仙草，青汁在砂锅里咕嘟作响，凝成墨玉般的冻子。她手持长柄木勺，在锅中划出古老的符咒，将草香与暑气一并封印。淋上蜂蜜，撒些芒果粒，便是盛夏最清凉的诗行。

晒伏姜的竹匾铺满屋檐，姜块在烈日下蜷成琥珀色的褶皱。母亲说这是老祖宗的智慧：“头伏萝卜二伏菜，三伏还能晒姜块。”三伏天晒的姜，到了腊月能驱散寒邪。邻家阿婆总在晨露未晞时采姜，用竹篾串起挂在廊下。姜片在日头下渐渐脱水，皱缩成老人掌心的纹路，待能敲出脆响，便收进陶罐，等冬雪封门时煮姜茶。这热与寒的轮回，恰似人间冷暖的隐喻——最滚烫的时节里藏着最清凉的智慧。

田间地头，稻浪在暑气中翻涌。农人戴着竹笠，弯腰除草时，汗珠坠入泥土，溅起细小的尘埃。他们懂得大暑的脾性：正午的烈日会灼伤稻穗，唯有晨昏的薄汗能浇灌丰收。农谚云：“大暑不暑，五谷不鼓。”此刻的暑气正是稻穗灌浆的催化剂。待到秋风起时，这些弯腰的身影终将直起腰板，收获满仓金黄的诺言——就像老农布满裂痕的手掌，终将捧起沉甸甸的稻穗。

孩子们举着玻璃瓶追萤火虫，灯影在石墙上摇曳，像一串会跳舞的星子。对门阿婆端来自制的酸梅汤，乌梅与冰糖在陶罐里熬出琥珀色的汁液，冰镇后酸甜里带着陈皮的回甘。这酸梅汤，是闽南人对抗暑气的秘方，也是记忆里最清凉的乡愁。

大暑如炉，却也淬炼出光阴的成色。它让稻穗在暑气里灌浆，让荷花在烈日下绽放，让市井的烟火气在蒸腾中愈发浓烈。这炽热的节气里藏着先民的智慧——晒姜、熬仙草、守田亩，皆是人与自然最古老的对话。农人懂得“不热不长，不热不大”的道理，就像孩子总要在暑气里奔跑才能长高，稻穗总要在烈日下灌浆才能饱满。

当我在空调房里敲下这些文字时，窗外仍蝉声如沸。但我知道，这滚烫的夏日终将成为记忆里的一枚琥珀，封存着草木的清香、汗水的咸涩，与人间烟火最滚烫的温度。就像老宅墙角的青苔，在暑气里愈发鲜亮；就像田间的稻浪，在热浪中愈发金黄。大暑教会我们：最滚烫的时节里，藏着最清凉的智慧；最焦灼的等待中，孕育着最丰硕的希望。

