

本期
话题

一年之计在于春

话语里有“春天”

□耿永泉(泉州市演讲与口才学会会长)



许多人翘首以盼那盎然的大自然之春,钟情于那份万物复苏的暖意,然而,在我的内心深处,对春天的热爱更多地倾注在言语构筑的世界中。话语中的“春天”,不仅仅是触及肌肤、流连表面的美好,更是从灵魂深处涌动而出的情感涟漪,它是直抵人心、激荡心扉的感动。

春天是有温度的,话语亦然。美国著名心理学教授大卫·霍金斯花了30多年研究,发现人的意识和情绪表现是有能量等级的,“我不怕”“我喜欢”“我爱”“好美呀”,你的能量等级一直就会向上,处于能量级别较高的人,通常会更积极、更放松。而说“我怨”“我怕”“没意思”,能量就处于低级,则可能感受到羞愧、内疚、伤心和悲愤等负面的情绪。

你看,常说向上向善正能量的话多好。与父母说话,请说“谢谢你”“辛苦了”“你歇歇吧”“感恩有你的呵护”。

夫妻对话,请把“你为什么还没回家”说成“我牵挂你”,请把“我偏要这样,怎么了”说成“其实我错了,对不起”。

教师请不要说“我见过像你这么笨的”“我真受不了你”“你不想学就回去吧”,而这样说“我相信你能做到的”“教室是允许出错的地方”“学习不怕起步晚,成才不怕起点低”。

干部与群众交流,不说“你们是一伙”而说“我们一起”,不说“你又来了”而说“欢迎你来”。

日常交际,很久不见说“久违”,向人表歉意用“失敬”,求人原谅用“包涵”,请人帮忙说“劳驾”,问人年龄用“贵庚”,问人姓氏用“贵姓”,回答询问用“免费”,向人祝贺道“恭喜”,回人道贺用“同喜”……

春雨绵绵,路途遥遥。我们打着伞,踩着雨鞋,还可以跟雨伞学做人,跟雨鞋学做事。雨伞说:你不为别人挡风遮雨,谁要把你举过头顶。雨鞋说:人家把全部的重量托付给了我,我还计较什么泥里水里呢。

话语中的“春天”,犹如一道破冰之光,穿透寒冰,融化内心最深处的冬雪,让和煦如春的气息时刻萦绕在你我身边,留下恒久的慰藉与鼓舞。

约稿

《清源》副刊“五味斋”生活随笔版面主打专栏“三言堂”,每期刊发三位嘉宾就同一个话题拟写的小杂文,每篇六百余字左右。要求题目自拟,轻松可读,观点鲜明,切忌空发议论。来稿请附生活照和个人简介。

下期话题预告:

清明节特别策划——《无法忘却的纪念》。

诚邀您分享逝去的故人留下的生活智慧、人格魅力或某种精神砥砺,一同在“无法忘却的纪念”里汲取力量、找寻方向,感念前行。

投稿邮箱:qingyuan@qzwb.com

(邮件主题请注明“三言堂”)

截稿日期:3月30日



心中有春便是春

□陈建全(安溪县教师进修学校副校长、副书记)



今年甲辰龙年出现“两头无立春”现象,也就是一整年没有立春日,民间说这样的年份叫做“无春年”,有些人便觉得不吉利,什么诸事不宜。其实,不论“有春”与否,春天始终如期而至,关键在于心境与态度。何况,甲辰龙年本就是一年充满信心和希望的年份。甲,天干之首,象征着新的开始和无限的可能;龙,中华民族的精神图腾,寓意着力量和智慧。该如何蓄积力量,破浪前行,让这个特殊的春天变得更加充裕,更有希望?

春天里,不妨找寻一处静谧的场地,优雅的图书馆、温馨的咖啡屋,也可登上凤山的涵虚阁,安放身心、思考人生;春天里,不妨充实些精神的食粮,读些教育理论书籍、研讨些教研课题、涉猎点中西方哲学、修身养性、涵养致知、力行至善;春天里,不妨练就一身超人的勇气,恰似华为创始人任正非那样以其坚韧不拔的精神被誉为商界的“教父”,或者效仿贾玲那般凭借热烈执着的毅力成功减重百斤,再比如运动员陈佳鹏在百米接力赛的最后一刻实现惊天逆转,蓄势待发,作茧化蛹,超越自我。

冰心说:“成功的花儿,人们只惊羡她现时的明艳,然而当初她的芽儿浸透了奋斗的泪泉,洒遍了牺牲的血雨。”每一个成功的背后,都有无数的努力和付出;我们的春天,也需要用心去耕耘和浇灌。

虽然这个春天没有明确的立春日,但心中有春,每一天都可以是春天的开始。只要我们怀揣梦想,勇敢追梦,心中的愿景将如繁花般热烈绽放,璀璨夺目。如同春蚕历经磨难后破茧而出、展翅翱翔于蓝天之际,那一刻的美丽不仅惊艳众人,也是生命力量与坚韧精神的生动写照。

心中有春便是春。

(CFP 供图)

一路繁花向春行

□周鸿(中国邮政集团有限公司泉州市分公司党委办公室秘书)



一年春作首,万事行为先。古人说“一年之计在于春”,因为这个春是破“旧”迎“春”,它是万物的生命源泉,用阳光暖意唤醒天地间的生灵,予以万物生长的动力;它是希望的季节,用温暖描绘出生命的别出新意,给人以蓬勃向上的斗志。

春天的力量,就是梦想前行的力量。每个人的脸上都洋溢着笑容,折射出梦想的璀璨光芒。

小学时的作文题目,一定会有一篇叫做《我的梦想》。那时候不懂其中奥义,而今快三十年时间过去,才明白那是老师们在生命的春天里,给小小

的我们种下的一颗小小的种子,从此以后,征途万里,无限希冀,以梦为马开出一朵朵希望之花。

因为工作原因,让我结缘到很多不一样的人。有爱岗敬业,多年来奔走在德化最偏远邮路上的“最美快递员”;有因为“希望身体健康”开始练习冬泳,阴差阳错之下,多次见义勇为挽救轻生生命的冬泳爱好者;有无数个深夜和清晨与策划案“死磕”,“希望项目能够顺利运行”的项目负责人,最终得偿所愿业绩突出……

他们告诉我,梦想之伟力,在于行。不是杰出者才做梦,而是梦而行者才杰出,因此我们必须对自己一诺千金。

天人事日相催,冬至阳生春又来。这缕春阳无远弗届,孕育万物勃勃生机。在梦想的广度里,不驰于空想,不骛于虚声,笃志前行,何惧山高水长。心中有凌云,肝胆画天星。

站在这片气象万千的热土上,愿以梦为马,把冬日的落寞慵懒留在昨天,把春日的踔厉奋发献给今天,用奋斗与奉献营造属于自己生命的、充满温情的春天,一路繁花向春行。

食椿

□余慧

最爱香椿炒蛋,香椿嫩叶洗净切末,鸡蛋打散备用。鸡蛋液中可以放少许水或黄酒,热油快炒,炒成嫩嫩的云朵状。香椿叶嫩而易碎,炒的时候一定要轻翻。鸡蛋和香椿要分开炒,最后拌合,以防香椿的汁液浸润使鸡蛋的颜色发黑,品相就不那么好看了。

煮香椿涨蛋则是先把鸡蛋打散,放入切碎的香椿,拌匀。锅内倒入油,小火温油,将香椿蛋液倒入锅中,缓缓转动锅子,让锅底均匀受热,翻动两面,待两面都煎成金黄色,便可起锅装盘。平底白瓷盘中,铺着金黄色的鸡蛋夹杂着绿中带红的香椿,赏心悦目飘香。

还有一道香椿拌豆腐,是清新爽口的家常小菜。母亲喜欢把香椿嫩芽切碎用盐渍,嫩豆腐用开水余一下去除豆腥味,沥干水分后,将香椿与豆腐拌合,便是一道清清爽白的小菜了,配白米粥,是最好的。

香椿味道浓郁,有一种特殊的辛

香。但因味道太过浓烈,以至于喜欢的人当个宝贝,不喜欢的人则避之不及。

鲜食香椿以清明前为佳,应吃早、吃鲜。清明过后,其膳食纤维老化,口感粗老,营养价值也大大降低。

过去人们将香椿嫩叶腌制起来保存,可以吃得久一点。现在人们会将鲜嫩的香椿叶放入冰箱冷冻,随时都可以拿来吃。如今,香椿种植产业化,一年四季都可以吃到。不可否认科学技术进步带来的好处,但中国人讲究不时不食,吃在当下,与大自然共生共长。自然的味道是不可替代的。

《庄子·逍遥游》中记载,上古有大椿树,八千年为一春,八千年为一秋。后人便以“椿”祝福男性长辈长寿,称为“椿寿”。此外,古人以萱草作为母亲的象征,并称“严椿”“慈萱”。父母健在称为“椿萱并茂”,寓意儿女希望父母健康长寿。

吃春,食椿,春常在。



向上,是春天的姿态。
对白昼的偏爱,是春天献给
人间的心意。每一棵破土的
新芽,都有穿透黑暗的倔强。



百果山上百花开

□蔡天敏

五十年前,我既是个中学生,还是个小樵夫。每逢节气转换,老父亲就会念叨节气俗语,比如立冬节气,他用闽南语念道:“立冬,立冬,草蛇入洞。”遇到春分,就会念叨:“春分,春分,暝日平分。”

老父亲是农民的儿子,自然谙熟节气的谚语。而时节到了春分,故乡原野,百花渐次开放,养蜂人到了追花夺蜜的“野放”周期,我们小镇外的百果山,开始热闹起来。

山矮矮的,不高,海拔不超过80米,山脚、山腰、山顶,都有蜜源。山脚,有一畦畦的油菜花田;山腰,栽着李树、杨桃树、枇杷树、菠萝蜜树、番石榴树等;而山顶,则栽满桃树,一大片的,蔚为壮观。

桃树的枝杈纷纷旁逸斜出,长得格外茂盛。花季到来,果树们纷纷扬花献媚,把小小的一座山,打扮得花枝招展;并且,花吐芬芳,随风飘散,把山播弄得清香四溢的。如此这般的花团锦簇,姹紫嫣红。于是,蜂农们循着这花讯前来,在小山半腰处的一片平地,摆着一个个木箱子——木箱子里,集结着追花酿蜜的大军。蜜蜂们,自然是感谢它们的主人,将它们安置在这蜜源最富足的地方,过上一大段“吃香喝辣”的幸福时光。

众果树们,在开花的时候各自驰骋姿态。李树是清高的、含蓄的,开着素白的小花。番石榴开花也和李树一样,走的是高冷的路线,不事张扬。枇杷树开花,开的是黄白相间的花朵,走的是中庸路线。而桃树呢,开的是粉色的花朵,华艳艳地一大片,盛开得没心没肺的,走的是炫耀显摆的路线。也许花开时的姿态不一,各自逸放出来的香气也浓淡各异,有冷香、半温吞香,还有浓香之别。而前来花蕊采蜜的蜜蜂,才不管你这些香不香的,它们看到小山的美食,就展示在一棵棵果树的枝丫上,藏在一个个弯弧形的袖珍金钵里,它们就乐得钻进钻出的,发出颤颤的抖音,一再表示着感谢,然后乐颠颠地携带着一身的香料,飞回到自己的家——那个木箱子里去了。

看着自己“箱养”的小生灵们,就这么嗡嗡地翩翩飞翔,在百果山与木箱子之间进出、大快朵颐的,蜂农更是喜不自禁。蜂农是用一辆板车把这些蜜蜂载过来的,还好,这里有一条山道,可以让板车拉上来。蜂农将板车支棱起来,作为他“蹲点”的扎营之所。板车的车舆两旁,各插三根木柱子。在木柱子上,拉拴起一个类似蒙古包的顶棚。蜂农就在这个顶棚里过夜,与他的蜂群生活一大段的时间,寂寞无聊是肯定的——白天看山岚,晚间数星星。蜂农带来草席、毛毯、粮食、蔬菜、马灯、水壶、煤油炉等生活用品。

蜂农带着一群蜜蜂,南征北战,四海为家,某日傍晚带领着蜂群,风尘仆仆进驻百果山山腰。翌日清早,晨光熹微。蜂农巡查一个个木箱子,全都安然无恙。须臾,山主人果农觅见,前来问情况,两下交谈,相与为欢。有蜜蜂为媒,来日果树收成,将会更好。各自互利,实现双赢。在追花夺蜜的时节,蜂农夙兴夜寐,晚宿山头,赚的毕竟是辛苦钱!

这是20世纪70年代初期,我亲眼看见的实景。春分时节,蜂农追花夺蜜,场景热闹又美好,让人难忘。

春分的“四分”

春分有“平分”的含义,大致有“四分”——一是“平分春天”:春天在二十四节气中,始于立春、终于立夏,春分正处于春天的中点。人们常说,吃了春分饭,“一天长一线”。

二是“平分昼夜”:春分这天,昼夜等长,“日月阴阳两均天”。此后,北极始现极昼,而南极则对应出现极夜。

春分立蛋

“春分到,蛋儿俏”。春分这一天,最有趣的活动就是立蛋,意在留住春天。

能不能把鸡蛋立起来,其实和磁场几乎没有什么关系。鸡蛋可以在一年中的任何一天竖立起来,并不拘泥于春分这一天。

立蛋窍门 想要把蛋立起来,在选择鸡蛋的时候就很关键。要尽量选择新鲜的、刚出生没几天的鸡蛋,这样成功率会更高。因为新鲜鸡蛋的蛋黄比较松散,容易下沉。立蛋的原理其实和不倒翁差不多,重心要下降,才有利于鸡蛋立起来。

立蛋时手要尽量保持不动,让里面的蛋黄慢慢往下,沉淀到鸡蛋底部,这样重心就更加

稳定。

当然,桌面的选择也有讲究,太光滑的金属面就不合适,要尽量选择不那么光滑的桌面,增大鸡蛋和桌面之间的摩擦力。



(CFP 供图)

碎碎念

“清明未至日高长,小院樱桃早向阳。夜半浸微轻润物,朝来满院溢馨香。”香椿树是宝贝,香椿嫩芽更是宝贝。人们喜食香椿,现在正是吃香椿嫩芽的好时节。

几场春雨过后,新芽初绽,从青色的梗中抽出红色的叶,那颜色极其美艳。满树红艳艳的嫩叶,如同摇曳着的小火苗,远远望去,又像开放在枝头的花。

农家园子里,外婆贴着脚,踩着梯子,挽着竹篮,摘下香椿叶子,鸡舍里摸几个热乎乎的鸡蛋,中午便是一盘香喷喷的香椿炒蛋,或是香椿涨蛋、香椿炖蛋……美好的画面永远定格在记忆中。

结婚后,婆婆为了我们能吃到新鲜的香椿,在院子里栽了几棵香椿树,这样可以采收新鲜的香椿嫩芽,一直能吃到清明前。香椿树是高大乔木,生长快,如今,我的儿子已经20出头,近一米八的身高,香椿树已经超过了他的个头。