



新世说

为美好“存档”

□谢小白

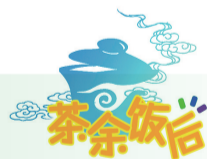
早晨送儿子上学的路上,路过一片湖,湖面上升腾着薄薄的雾气,晨光温柔地泼洒下来。望着这一幕,我不由自主地放慢了脚步,原本像被揉搓过的抹布般的心,在此刻缓缓舒展开来。一种“人间值得”的慰藉,让我下意识掏出了手机,“咔嚓”声响起,采摘美好的喜悦之情油然而生。

不知自何时起,取出手机拍照成了我们表达喜爱的方式。遇见一树花开,邂逅一朵好看的云,品尝一款精美的甜点时……我们习惯性地举起手机,一边将其拍摄存入相册,一边啧啧赞叹,心里萌发着春天般的花芽。是的,我们在欣喜、心动、怡然自得时,不仅面部表情生动活泼,手也有了肌肉记忆似的,自然而然地摸向手机。人对美好的一切,总是怀着想要珍存并使其无限复制下去的深情。

有位朋友,热衷于记录美好的日常,哪怕在朋友圈已被冷落的当下,她仍旧执着地分享着。散步时遇到的一弯新月,窗台外偶然驻留的一只斑鸠,爱人买菜时顺手带回的一束鲜花……都被她如海边的贝壳般,小心翼翼地收起。我常感叹于她的高能量,她似乎有着用之不竭的精力。她说:“其实,我也不清楚,我究竟是因为元气充足才兴致勃勃的,还是那些美好的点滴滋养了我,让我变得能量满满。”鸡生蛋,蛋生鸡式的哲学问题,再次纠缠不清。但我更愿意相信,那些举起手机想要记录时的心情,那份对美好的敏锐觉察,那枚收藏幸福的小习惯……早已化作无形的养料,反哺着她,丰富着她。

不仅如此,当她打开相册,翻看照片回忆时,那些举起手机记录下的片段,都将再一次裹着旧日情绪扑面而来,带给她欢喜与温暖。朋友说,某社交媒体推出了查看“那年今天”的功能,每次看到去年、前年乃至更早年份的“今天”,看着那些拍下的照片,回忆着那时的心情,她都感觉被重新抚慰了一次。我想,这大概也是记录的意义吧。举起手机,不只是定格某个画面,而是连同当时的心情、天气、气味……也收录在相册里。快门键按动的那一刻,大脑和手机完成了双重记忆。倘若欢喜能在生命中留下印痕,那些被镜头深情注视过的瞬间,其痕迹一定更深,更清晰。

我大概明白了我们为何如此爱拍照。因为我们爱的不仅是定格的影像,更是镜头后面,那个永远为美而心动的自己,那个在庸常的生活里,执着地找寻光的自己。而那时,是热爱生活的模样。



实惠

妻子问丈夫:“咱们什么时候出去旅游一趟?”
丈夫:“费那钱干吗,买本旅游杂志回来躺在床上慢慢看呗……各种美丽风景尽收眼底,还不累,经济又实惠。”
丈夫傍晚下班看见妻子坐在沙发上看电视,问:“饭菜做好没?”
妻子扔过一本书说:“这是我买的菜谱,八大菜系应有尽有,饿了,馋了,想吃什么随便看,经济又实惠。”

兔兔

女儿过生日,我做了一大桌菜。吃饭的时候,女儿指着一盘菜问:“妈妈,这是什么肉?”我说是兔肉啊。
女儿说:“兔兔这么可爱,你怎么可以煮得这么难吃。”

造句

语文课上,老师让小花用“长城”造句。
小花答:“长城很长。”
老师不悦:“不行,再造一个!”
小花说:“办不到,我又不是秦始皇!”

(请作者与本报联系,以便奉寄稿酬。)



截去了左臂。读初中时,因为自己跟别人不一样,自卑又不认命。出校门后,曾到杭州做自媒体,没赚几个钱,也没学到什么技术,就回家了。见了一些人事,凡事看开了,坦然看待一切。看到邻居摆摊,就跟着干了起来,赚个生活费还是可以的。

有次,我冒昧地问他:“车上写的星星是什么意思?”“星星是我女朋友的名字。”他腼腆地回答,在杭州时认识的。这辆普通的小摊车,以这样的方式维系相隔千里的爱情。我不禁感叹,星星是一个摊位,星光闪烁的是希望,更是寒夜里的暖。

后来,有一阶段小忙。有几次路过马路,路过那个摊位,也没上心,只是感觉少了点什么。那辆橘黄色的小摊车很久没出现了。

现在,每下班,看到马路上小摊位的灯火次第亮起,我都会放慢脚步,寻寻觅觅,怅然若失。不知是对炸豆腐上瘾了,还是对那辆小摊车驶向何方的挂牵?

□谢小白

星光

□连江水

一中年妇女驾着电动三轮车姗姗来迟,焦急地准备爬到马路牙子上摆摊。大家似乎已有默契,每辆车在人行道都有自己的小天地,够摆个摊子。路牙子有三四十厘米高,显然车轮不借助外力是上不去的。一小伙子从摊子后拿下一块三角垫板卡在路边,待车身与垫板垂直,他站在车后一发力,车子冲上了路牙子。中年妇女连声道谢。

小伙子嘴角挂着微笑,一言不发,在自家炸货摊忙前忙后。看着他亲和的笑容,我不由得靠上前去。那是一辆崭新的小电动车,新架的车篷上有“星星”字样,架上还喷着价目表、广告语,以橘黄色为主色调,很是耀眼。车斗上摆放着丸子、豆腐干,油气腾腾的,正起着锅。他身子轻微右倾间,插在裤兜里的袖子耷拉着,随风晃动——这是一个缺少左臂的身体。这个把微笑挂在脸上的小伙子,只有一只右臂,左臂空荡荡的!我怔住了。他先打开桶盖,一只手抱着油桶,转动桶身,身子前倾,桶里的油稳稳地加到了锅里。一切顺顺当当,水到渠成!

平时很少吃这类食物,我还是上前买了一份炸豆腐,有点想照顾他的生意。他问我大份的还是小份的。我说随便,平时不怎么吃。他笑着说了一句:要不您先小份的来一份,吃得惯下次再买大份的。他很随和,少有生意人的锱铢必较。油炸的豆腐挺香的,我疑心这是我吃过最香的豆腐。他的摊位虽说在拐弯抹角处,位置并不好,生意却还可以。不时有一些熟客光顾,摊位后的小桌子常是满座。

后来,我偶尔到这一小摊捧捧场,一段时间以后,就熟络了,快成了摊前常客。有意无意间也了解了摊主的一些过往。

上小学的时候,他不小心被汽车压到,

荡的!我怔住了。他先打开桶盖,一只手抱着油桶,转动桶身,身子前倾,桶里的油稳稳地加到了锅里。一切顺顺当当,水到渠成!

平时很少吃这类食物,我还是上前买了一份炸豆腐,有点想照顾他的生意。他问我大份的还是小份的。我说随便,平时不怎么吃。他笑着说了一句:要不您先小份的来一份,吃得惯下次再买大份的。他很随和,少有生意人的锱铢必较。油炸的豆腐挺香的,我疑心这是我吃过最香的豆腐。他的摊位虽说在拐弯抹角处,位置并不好,生意却还可以。不时有一些熟客光顾,摊位后的小桌子常是满座。

后来,我偶尔到这一小摊捧捧场,一段时间以后,就熟络了,快成了摊前常客。有意无意间也了解了摊主的一些过往。

上小学的时候,他不小心被汽车压到,

种菜南山下

□赖瑞禹

得不协调,不顺眼。今年妻整理的畦,煞是赏心悦目,长畦短畦分配合理,畦身齐整,像位长相一般的村姑,着装色调搭配得体,就会给人清爽之感。生活何尝不是如此,原本是平淡的,看你怎么打理,打理好,日子过得和美、滋润。

菜畦整平后,先湿土,才撒下菜籽,掩上草木灰。等待三四天,菜秧也就露头了,两片叶儿嫩嫩的,怪可爱的。

“要吃菜,菜脚拜”,这句闽南话颇有道理,一般要三拜:追肥、捉虫、浇水。乡居菜园的土壤肥分少,施尿素、钾肥等,只能供一时之养,菜从恣长一阵,便没了后劲。有鉴于此,我们着意捣鼓“火烧粪”,第一回,清除了居屋坡壁的毛草,和着菜地里的土一同烧。第二回是开学不久,邻近小

学操场角落的杂草堆成小山,我们借着月色连扛带拽地弄进院子,分期分批焚烧。火熄粪成,拌到畦里或撮在菜行间,这样长成的菜秧鲜嫩。蔬菜伴着米粉、面条、面条煮,味道爽舌爽喉。

不少人冲着进城的菜贩买菜,不拘缺叶见虫孔,认为这是未喷药的农家菜。但我觉得,这是种菜的人没花太大精力去捉虫。捉虫这活计,费心思。入夜,青虫从土里钻出来,悄悄爬上菜茎,扑向青嫩的菜叶,又是翻筋斗又是啣叶撒欢,所以叶上留有它们的齿痕和粪迹。有经验的农人告诉我们,约摸晚上八九点,青虫完全爬上叶,这时打着手电,它们准跑不了。果不其然,妻每回出手总能逮上六七条。那虫子觉察异常,也会躲到叶背,跟你玩捉迷藏。

减肥记

□墨江

“不要喊啦,减什么减”……面对堂弟、堂妹、表弟、表妹群起而攻的揶揄,我默默地补上一行字:“这次是动真格的,你们等着瞧。”心想这次一定要一雪前耻。

还有人问:“是不是受刺激了?”要说受什么刺激,还真有。那就是来自体检报告的“暴击”。那天去医院查了生化全套,结果一出来,差点没昏过去。总胆固醇高、低密度胆固醇高、甘油三酯高、谷丙转氨酶高、尿酸高……一张纸大半是向上的箭头,除了身高不高,啥都高,看得我血压也高。最后,医生盯着彩超单,又补了一刀:“重度脂肪肝,得吃药控制。”

我拍了拍我的大腹,果然没有一顿饭是白吃的,心里默默下了决心,这肥必须得减。

说来也巧,手机“叮”一声,收到老徐的微信:“说了你可能不信,我一个月减了十多斤。”我眼睛瞬间一亮。

友人老徐,身高没赢过我,体重也从没输过我。我俩站一起,那就是“合肥”。

电话拨过去问:“有秘籍?”老徐在那头笑:“没啥神秘的,就是制造热量缺口。”原

来他用营养餐,再详细问下方案,感觉靠谱,果断抄了作业。心里有底,才敢在家族群里官宣。

但是吹牛简单践行难。代餐头几天,看啥都像山珍海味,对食物的渴望那叫一个望穿秋水。好几次筷子伸向菜盘,内心天人交战:“就一口?”但一想到那一道道“等着瞧”的眼神,想想吹出去的牛皮泼出去的水,只能咽口水:“得忍!”熬过了前几天,后面倒也适应了。

工欲善其事,必先利其器。买了个智能体脂秤,天天上秤,看着数字一点点往下走,那感觉,跟发工资一样开心。老徐还特地拉了个群,每天打卡PK,无形中多了一重动力——今天可不能掉得比他少。

运动还得跟上,跑步?关节不太行;快走?运动量不够。朋友推荐超慢跑,于是买来指压垫,往上一踩,那叫一个酸爽。第一次跑了10分钟不到,便大汗淋漓,脚底痛得怀疑人生,第二天就想放弃,但咬碎了牙也得坚持。神奇的是,随着时间的推移,运动从10分钟到半小时,再到40分钟,脚底痛感渐渐消失,跑完反而神清气爽,通体舒畅。

就这样,在代餐、超慢跑和与老徐的暗

中较劲下,体重悄然变化,从160斤到150斤,从140斤到130斤,3个月,30斤。这个速度,我自己都不大敢信。

回归正常饮食,为了对得起这减下来的30斤,我开始注重营养搭配,食物好像自动被我打上标签,多少营养,多少热量浮现在脑海中。作为曾经的面食爱好者,现在懂得浅尝辄止。用餐顺序也讲究起来,先吃菜,后吃肉,再吃主食。体重就这样稳稳控制在130斤上下。

后来读到冯雪莹的《科学减肥法》,书中说,短期减肥靠毅力,长期瘦身靠生活方式的重构,深以为然。复盘这三个月,我减掉了脂肪,还减掉了过往一些不健康的生活习惯。

当我把最新体重数据用进家族群里,难掩炫耀地说:“减肥大业功成,这次牛皮没吹破吧?”群里画风突变。

“哇!过几天老家杀猪,我得看30斤到底有多大的一坨!”堂妹说。

“牛!真励志!”表弟在群里回复说,可以把减肥经历写下来,能激励很多中年大叔。

好吧,这就是我的减肥经历:只要方法对,肯坚持,吹出去的牛,总有一天能脚踏实地把它实现。

麻辣烫

黄色的“狗尾巴草”

□林垚铭

的眼睛很亮,我看向它,能从它的眼里看到自己的笑容。我最喜欢的,是它毛茸茸的尾巴,从土黄色自然过渡到雪白色。日久天长的问候、久别重逢的欢喜,全靠它的尾巴“摇”出来。我总爱逗它吃狗尾巴草,不知道为什么,小时候总觉得,长了这样尾巴的狗子,就应该吃狗尾巴草。

曾几何时,我们日日相伴。外婆奖励的点心,我掰成两半,一半给自己,一半给来福。它就一边吧唧吧唧地嚼着,一边咧着嘴冲我笑。我画画时,它蹲在旁边陪着,坐得端端正正,像在认真欣赏画作。阳光照在它长长的睫毛上,跳跃出金色的光。有很多次,我们一起“探险”,途中,我骑着自行车在前面,它跑跳着,跟在后面。回家时则是它在前,我在后。我负责带它冒险,它负责带我回

家。我们曾一起在沙滩上捡过七彩贝壳、攀过岩石,我们曾偷摘芒果,然后踩着一脚泥回家,它没有穿鞋子,比我更狼狈些……

读书的时候,每周六回家。远远的,一团黄色的“狗尾巴草”招摇而来,原来是来福摇着尾巴越走越近,伴着山茶花的清香。不过分别五日,我想它,它也很想我。

后来一个寒冷的冬日,来福走丢了,大家都说它被狗贩子抓走了,可我不相信,总怀着冀望,盼着下一次回家时,能远远地看见黄色的“狗尾巴草”。许多年等待,来福始终没有出现过,这件事,搁在心里疼。

风,伴着山茶花的清香,悄悄吹干了眼眶的泪水。眼前的小狗们睡醒了,踩着枫叶玩,狗妈妈仍止不住地打哈欠,幸福

地望着它的孩子们。这些年来福去了哪里呢?我想,或许它在某个渔村当上了威风凛凛的看船犬,或许正守着新的小主人长大……



(CFP图)



逍遥客

清晨,屋旁树上的鸟儿吱喳叫开了,天就蒙蒙亮了,跟着亮的,还有菜畦里各样的菜秧以及萌生的各种念头。

退休了,开始有了自己的时空,便回南面山下的老家。围墙内外热闹非凡,炮仗花一溜儿在墙头招摇,已“爆破”成一幅色彩斑斓的画,百香果在架上晃悠悠,散发诱人的香气。

一进门,我就走到工具棚,拿锥翻地。挖地有讲究,本是红壤的土质,肥分不多,加上弃置多时,板结了,得先泼水浸润后才开锥、松土。而松过的地要搁置几天,晒晒太阳通通风,再烧草堆肥,这样才有活力,种出来的菜鲜绿、水灵。

乡居的菜地形态不规则,一直以来,整畦沿用我当初规划的样式,看上去总觉



(CFP图)

“我准备减肥了,三个月完成,立此为证!”当我往家族群里扔进这句话,群里仿佛瞬间炸开了锅。

“这是你第几次立志减肥了?”

“我怎么记得你不久前才输了一顿酒店的大餐!”

“不是你不够努力,是家族的基因太强大了!”



萌宠记

夕阳的余晖流连在树枝间,七星瓢虫懒懒散散地趴在叶尖,风一吹,它就像躺在摇篮里,不一会儿,便睡熟了。树下,枫叶里,一只黄色的、毛茸茸的小狗打着哈欠,一群狗崽依偎在它身旁,静静地睡着。

诧异、惊喜、感动和后知后觉的难过,前仆后继地弥漫开来,眼底渐渐漫起水雾——某个相似的午后,来福曾蜷在山茶花下,任我把狗尾巴草往它鼻子上蹭。

自我记事起,身边就有一位很好的朋友“来福”,它是一只黄毛小狗,生得标致,既普通又完美。它有一双大耳朵,看起来很重,因为来福从来都没法把耳朵竖起来,只能任由它们耷拉在脸颊两侧。这样子,冬天倒是挺保暖,但是夏天就显得闷热了。来福