

夏夜流萤思念长

□周 凡

静谧的夏夜，星星不住地闪烁，忽明忽暗。我躺在凉椅上，微风拂过脸颊，空气中处处氤氲着淡淡的栀子花香，好不惬意。摇着摇着，我的思绪便飘回令我魂牵梦绕的葡萄架下。祖母摇曳着蒲扇，流萤飞动着，我们望月吃着甜甜的西瓜。

童年的夏天，最期待的当属冰镇西瓜。可那时候冰箱还没有普及，家里有一口清凉的老井。晨曦初露时，满地的瓜藤上藏着几个圆滚滚的西瓜，亮晶晶的，绿油油的。虽沾满泥土，却绿得新鲜、绿得可人。祖母从藤蔓上剪下一个，捧在手心，我敲了几下，听见清脆无比的声响，心情如夏日晴空一样明朗。我们把它小心翼翼地放进吊桶里，往布满青苔的老井中沉。吊桶撞击井沿，发出唧唧唧唧的声音。清澈的井水晃晃悠悠的，漾开层层晕圈，好比婴儿嘴角浅浅的笑窝。

等到月上柳梢头，天阶夜色凉如水。村庄退去了一天的热气，静悄悄地渐入梦乡。这时候，一棵高大苍翠的香樟树成了纳凉的好去处。大人们摇着蒲扇，喝着清茶，天南地北地拉着家常。而小孩们，更随性洒脱一些，早早躲进芦苇荡里，东逃西窜捉迷藏，笑声惊醒了可爱的绿精灵。它们如散落的星辰，点亮了茂密的草丛，又忽而迎霄而上，流动出绿色的光芒。它们忽高忽低，忽明忽暗，徘徊在芦苇间、小溪畔、草丛上，一闪一闪，浪漫又梦幻。

我们想留住这份美好，把绿色的萤火虫装在玻璃罐中，捧在手心里，陪伴我们酣然入睡。于是，我们小心翼翼地在芦苇叶下寻觅，清凉的溪水从脚丫上疾驰而过，好像小蝌蚪挠痒痒。我憋着气，忍着笑，弯着腰，双手去捧小小的萤火虫。蓦然，站直，紧紧地捂住，再微微地打开一个小口，让萤火虫飞

入玻璃罐中，最后轻轻地盖上盖子。我开心地回头，大声喊道：“表哥，快看，快看，我抓住了！”表哥拔腿就跑过来，瞪大双眼，欣喜万分。提着这绿灯笼，我们四处寻觅，幸运地找到了接下来的八只萤火虫，心情如鼓点般起起落落。

等到大人们乘凉完，徐徐散去，小孩子们也只能收起兴致，悻悻而归。

“菁菁，快回来咯——”祖母朝着我们喊，划破漆黑的天际，惊起一滩萤火，千千万万，绿波涌动，原来与我们奔跑的还有成群结队的绿精灵，月亮也仿佛笑出了声。

在月下小路上，我跟表哥你追我赶，像风一样的少年，满头大汗却欢乐无限。

祖母一向慈祥，看着我们气喘吁吁的样子，并没有嗔怪。只见她一把拉着麻绳，咕咚咕咚地从老井中捞出了西瓜，切了一半给我，一半给了表哥。我们狼吞虎咽地啃了起来，甜丝丝的，清凉无比。祖母只是含笑看着，摇着蒲扇，给我们散热。

夜深了，蝉鸣渐止，月光穿过斑驳的树叶，在窗台投下蝴蝶墨影。那是孕育童年哭声的摇篮，耷拉着脑袋的我们，抬头望月，思念远方的父母。那也是收藏童年美好的乐园，玻璃罐中萤火流动，闪闪烁烁，萌动着我们对银河的无限想象，成了心中永恒的慰藉。一方凉席旁，旧台扇的扇叶吱吱呀呀地转着，听着熟悉的声音，我们酣然入睡，呼吸安稳又绵长。

多年以后，我定居他乡，喜欢趴在窗台上，注视楼下的街道，常常被五光十色的霓虹灯迷了眼。我凝视着川流不息的人群，却寻觅不到一个熟悉的身影。夏夜燥热，微风吹拂着窗帘，热浪翻滚。我多想回到那个记忆中的夏天；回到挥洒着汗，追逐萤火虫的快乐中；回到祖母在家门前守候我们的温情里……

晶莹的珠水，穿过叶脉的茎纹
把故乡的日子酿成莲蓬里的甜蜜

亭亭玉立的荷花在夏雨中摇曳
这七月的花仙子，从不谄媚
每一次绽放都为泥泞里的拔节圆梦
故乡的荷塘，暗香疏影
一朵朵荷花恰似一首首情诗
在雨荷低垂的羞涩里
聆听蝉鸣中故乡曼妙的天籁
荷塘荡起雨雾朦胧的涟漪
璀璨的荷花像一支支高擎的火炬
豁然照亮游子回归桑梓的乡路



花枝秀色 李昊天 摄

港城艺评

美食穿过云朵飘向远方

——读《君幸食》有感

□何雨亭

饭呢？

当然，除了谈美食的本身，作者更是将视野延伸到了古代饮食文化，也让更多的西方人了解中国的美食，打破了一贯以来对饮食的偏见。”《礼记》中提到了一些羹，每种都有特定的佐餐搭配，看上去实在美味至极……湖南马王堆汉墓出土时，就有二十四座青铜大鼎，里面装的是羹，入羹的食材有很多，里面包含了各种荤类，也有蔬菜。”羹，看似简单，实则内藏乾坤。

那时候，底层老百姓总是饥一顿饱一顿。劳作归家后，一碗热气腾腾的羹便是他们的情感寄托。羹食做法也很是讲究，从切、剁、炒、炖，每一步都显得尤为重要。这种对美食文化的深入挖掘，使得在阅读《君幸食》时仿佛在读一部小型的百科全书。

最平常的“苦瓜排骨汤”在扶霞眼中也极其珍贵。她因眼球发炎而饱受痛苦时，正是这份“凉性”

的食物成了她对抗“热症”的利器。眼球发炎往往与身体上火、内火旺盛有关。“上火”会引发各种炎症，比如发红、肿胀、发烧和疼痛，这其实就是中国人常说的发炎。历经多年中餐美食研究的扶霞深谙其玄妙。于是停止了一切“热性”的食物，改为清淡的“凉性”食物来进行调节。除了黄瓜、绿豆，她还食用了苦瓜，正是这样一种能够“对症治疗”的神奇食材，除了清热解毒，还能滋阴润燥，对缓解眼部炎症有着意想不到的效果。仅仅通过这一道简单的食疗菜肴，扶霞的眼部炎症竟然在第二天就有了明显的好转。当她后来去医院复查时便向医生透露自己的治疗方法，连医生也感到震惊不已。

在中国，饮食文化历史悠久，中式营养学更是深入寻常百姓家。《黄帝内经》《本草纲目》等经典著作，集齐了千百年来的医学理念。这些历经千年的智慧结晶，即便是

千年后的今天依旧魅力不减，散发着耀眼的光芒。

如今，随着中国的大门向世界敞开，越来越多的海外食客像扶霞一样，流连于中国的各个城市，只为尝一尝那些在短视频上循环播放了多次的美味佳肴。更有甚者开设社交账号，通过“远程学习”的方式，全方位探索中华美食的奥秘。从选材、刀工、火候、调味等，每一步都力求精准，只为还原地道的美食，也渐渐把饮食的合理搭配和健康的理念传递给了四面八方。

在这片古老且广袤的土地上，美食千滋百味。每一道菜的背后都有一段故事、一段历史，甚至暗含了某种情怀。人类对食物的智慧其实就藏在这一粥一饭、一菜一汤之间。美食与文化的交融，滋养着我们每一个人，也让更多的人深入地了解中国美食、了解中国。



戏荷

张成林 摄

叶脉里的夏天

□付祢如

细，掐断时渗出白浆，黏在手上，干了便成褐色斑点。叶片呈心形，边缘光滑，叶脉清晰，从叶柄处辐射开来，像撑开的伞骨。最妙的是叶子的颜色，正面深绿，背面却泛着紫，阳光一照，能透出细细的脉络来。

祖母掐叶有讲究。专挑那些不老不嫩的，她拇指食指捏住叶柄，轻轻一折，叶子便下来了。我也学着掐，却总掌握不好力道，要么扯断藤蔓，带出长长的丝；要么只掐下半截叶柄，叶子还挂在藤上晃悠。

到家后，祖母把红薯叶倒进盆里，舀几瓢水漂洗。叶子浮在水面，像一池莲蓬。洗净捞起，沥在

竹筛里。水珠从叶尖滴落，在泥地上砸出一个个小圆点，转眼就被太阳晒干了。

午饭时，一盘清炒红薯叶摆在桌上。祖母炒菜极简单：铁锅烧热，下一勺猪油，扔两瓣蒜拍碎爆香，倒入红薯叶快速翻炒，撒盐起锅。那叶子经热油一激，缩成墨绿色，油光水滑地堆在盘子里。夹一筷子送入口中，先是脆，后是嫩，最后泛起淡淡的甜。叶柄尤其好吃，咬起来咯吱咯吱响，带着点倔强劲儿，却又不失温柔。

暑天里，这道菜最是开胃。配着新蒸的糙米饭，我能吃两大碗。有时祖母还会变花样：把红薯叶切

碎，拌玉米面蒸窝头；或是焯水后加醋蒜凉拌。最奢侈的是用红薯叶打汤，抓一把小河虾来同煮，汤色清亮，虾红菜绿，看着就凉快。

后来我进城读书，再难吃到新鲜红薯叶了。菜市场偶有卖的，却总是蔫巴巴的，价钱还不便宜。有一回在超市看见红薯叶，一小把标价八元，不禁失笑——这不就是我们乡下喂猪的薯藤尖么？

前年回乡，特意去看了老屋后的红薯地。时值盛夏，藤蔓爬得满地都是，叶子肥厚如昔。我蹲下身拍了几片嫩叶，在衣襟上蹭了蹭就塞进嘴里。微苦，回甘，还是记忆中的味道。

蒲扇轻摇度长夏

□杨和生

午休了。不怕暑热的小孩子们则哪里好玩就往哪里钻。

夕阳西下，告别最后一抹彩霞，黑夜像河水漫上来，悄无声息地包围整个天幕，一轮明月升起。开晚饭前，庄户人家纷纷把长条凳和桌子搬到屋外，在不远处的上风口点燃一堆麦秸，一缕缕烟雾就在周围弥漫开来，一团团“嗡嗡”作响，见人就咬的蚊子被驱散，也有一些“老油条”在脚下窜来窜去。这时，大人们摇动蒲扇，一边驱蚊降燥，一边吃饭。小孩子天性好奇，不怕蚊子叮咬，吃完饭又找伙伴们去玩要了。

白天的暑气尚未退去，庄稼人晚上洗完澡后就搬上凳子，摇曳着蒲扇聚在一起纳凉。男人们海阔天空，笑声不断，聊不尽趣闻逸事。女人们轻摇着蒲扇，还不时想着手中的活儿，纳鞋底、结花边，相互

窃窃私语，家长里短，聊的尽是儿女情长。

小孩子们则喜欢聚到陈大爷家听故事。陈大爷口中的《山海经》《孙悟空三打白骨精》等神话故事，随着蒲扇的摇动，如涓涓细流，滋润着孩子们的心田。“你们看，这月亮上有没有看到什么东西？”讲着讲着，陈大爷突然用手指着月亮问。孩子们抬头望向天空，见月影婆娑，星空万里，陈大爷又讲起《嫦娥奔月》的故事。小孩子们个个伸长脖子，眼睛盯着陈大爷一眨不眨，被神话故事所深深吸引，直到陈大爷“且听下回分解”，这才意犹未尽离开。

夜渐渐深了，黑影幢幢，树底下、草丛中、菜园旁，总会有一闪一闪的萤火虫在飞。在黑夜里闪烁，它们是光明的使者，总是不经意间匆匆越过幼小的肩膀，飞进了

视线。“萤火虫，挂灯笼，飞到西来飞到东。”孩子们一边哼着儿歌，一边追逐。“快，用扇子拍！”不知哪个小孩子的提醒，小伙伴们纷纷举起手中的蒲扇，把捕获的萤火虫收集到玻璃瓶中，然后带着各自的“战利品”乘兴而归，沉入梦乡。年幼的孩子也在母亲蒲扇的摇曳下，躺在桌子上睡着了。夏夜像水漫过人们的心头，这时纳凉的人们手拿蒲扇，打着哈欠，轻手轻脚回屋，关门睡觉。

如今，盛夏依旧，“知了、知了”的蝉鸣声依然如故，室内的电风扇和空调带走了夏日的炎热。童年夏日的往事或许被时光的褶皱遮掩，但那摇曳在时光深处的蒲扇犹如夏夜星空下飞舞的萤火虫，从未在我心中远去。