

童年的小广播

□刘胜本



“东方红，太阳升，中国出了个毛泽东……”

童年冬日的清晨，这熟得不能再熟的歌声总会准时将我从甜甜的梦中唤醒。我睁开双眼，伸个懒腰，却没起床——准确地说，是没有起床。“胶南县人民广播电台，现在开始第一次播音……”有时是男声，有时是女声，可那说话的人在哪儿呀？小广播比大人手掌稍大些，像个大黑碗，能装得下一个人吗？为什么从没见过他（她）出来吃饭呢？为了一探究竟，我曾在大人们不在家时，堆叠起两床被子和三个枕头，够到了父亲钉在窗户上方的那个小广播。小广播被我拽下来了，我不仅依旧没见到那说话的人，还挨了父亲重重的一巴掌——要知道，那可是我家唯一的电器啊！到下一次播音的时候，小广播准时唱歌了。我松了一口气，心想：它可真宽厚，没有生我的气。

上小学后我才知道，小广播能响是因为有两条线连着，印象中那两条线连到了无限远的地方，那地方也就成了我心中的一个谜。

父亲将其中一根线剪断，接头处各弯了一个钩，互相钩住时，广播就接通了，分开时，就可以关掉。那其实是最简单而原始的开关。有时，我将两个接头迅速而连续地接通和中断，小广播便发出断断续续的声音，很是好玩。这姑且算是我童年里玩过的“电子游戏”吧。

当时，我最爱听的节目是早晨7:20左右的“每周一歌”，同一首歌曲，每天两遍，每周十四遍，基本就学会了。记忆中我跟着小广播学会了《浏阳河》《红牡丹》《驼铃》等歌曲。现在想想，当年我对“每周一歌”的喜爱程度，是否类似于如今小朋友们对动画片的情感呢？

父亲最爱的节目则是每天午后的“评书联播”。每到这时，我和哥哥及母亲都会尽量少说话，免得干扰父亲。拿现在时髦的话来说，那是父亲以及和他一样的庄稼人最重要的“精神食粮”。

前两天，我偶然在繁华的街道上听到一家商店里传出二胡独奏《东方红》。瞬间，我像是见到了分别几十年的老朋友，那熟悉优美的旋律，一下把我拽回了童年，让我仿佛找到了真正的自己。

《东方红》，听了成千上万遍，却从未听厌；长大后，时髦的歌曲成千上万，却没有一首能像《东方红》那样扎根心里。

如今，那黑碗似的小广播早已不知去向，我面对着的是有一百多个频道的大屏幕彩电，手握遥控器，却无论如何也找不到童年时的小广播带给我的那种无忧无虑的心情。

朝花夕拾

裸食

□崔启昌

“妈妈，我不要肉肠，我要吃‘裸食’。”“‘裸食’？那是什么？”清早，出门上班，走到楼下时，遇到邻居家读小学二年级的小姑娘背着书包赶校车。临走时，妈妈欲给她两根带有漂亮包装的肉肠当零食，小姑娘短辫儿一甩，说不吃，并让妈妈换成“裸食”。许是头回听到“裸食”一说，这位年轻的母亲猛不丁语塞，脸上满是错愕。

其实，所谓“裸食”，通常是指以自然、纯粹、无添加剂的原生态食材制作而成的饭菜。今年春季，应邀参加沂蒙山区一带的一个文学采风活动，我们一行七八人在五六天的时间里几乎没住城里的宾馆，餐饮也没去酒楼，大都在村子里的村人家吃“派饭”。沂蒙老区民风淳朴，所到人家都依从我们的叮嘱：就地取材，有啥吃啥。几天时间里，我们多次吃到了地道的沂蒙老区“裸食”。米、面都是自个儿收打、加工的，不同的蔬菜从种到管再到收贮，都产自自家菜园，肉、蛋，还有炒菜用的植物油也都出自家人之手，本真、干净，没有农药污染。饭菜烹饪时，基本都按照本地传统技法，除了油、盐跟酱油和自制的豆酱，均未施加杂七杂八的提鲜增香之物。陡然从香甜咸鲜等重口味的饮食中挣脱出来，饱尝到清淡且没有食材本味的佳肴，大家既感意外又觉欣喜，纷纷说这样的饮食才是健康的，才是该倡导的。

是的，乡下人相比城里人吃饭吃菜更趋向“裸食”一些。乡下人主食自给，一年四季的蔬菜也都自耕自种，即使青黄不接时吃的东西去集市选购，也能凭经验“察颜观色”“慧眼识珠”，甄别出哪些蔬菜是喷过药的、哪些是用化肥“伺候”出来的，鸡、鸭、鱼、肉哪些是“干净”的——乡下人对吃的东西眼里是不容沙子的。他们蒸馒头、做干粮，用一小块“老面”当发酵引子，烹炒菜肴，油不过量，糖盐不多加，既麻又辣还格外香鲜的一众调味料用得极少。乡下人心里清楚，吃原味且干净的米和面，吃本色本味的时鲜瓜果蔬菜、鸡鸭鱼肉最养人。

城里人吃饭道道多，不光人来客去爱下馆子，时间一紧，或者稍感疲惫时，手机一拿就点外卖；心情好时，即使没什么由头，也能绞尽脑汁胡诌个理由，呼朋唤友弄上一大桌子鲜香的菜肴，来一阵推杯换

盏，最后个个喝得面红耳赤，人人吃得大腹便便。城里人对菜品确实是十分注重口味的，鲜掉眉毛、香得灌顶、麻得过瘾、辣得通透，这大概是城里人对一桌菜肴最佳的味蕾体验、能给予的最高溢美之词了。其实，面对如此“色香味形”皆无可与之匹配的好菜，城里人都是心知肚明的，所谓的“好味”，几乎都是在食材以外的东西的帮衬下才堂而皇之登上席面的，但由于各自生疏了“裸食”概念，抑或抵不过欲望诱惑，才不得不与这些“好菜”“好味”进行一番又一番的“缠绵”。就算有少数觉悟者，也会因“寡不敌众”，而顶多留一句“菜品好吃，只是食材的本味没尝到”算作遗憾罢了。

我们说，饮食不仅要满足生存、满足感官上的愉悦，更重要的还得吃出健康。饮食回归简单朴素、回归“干净”，这是人们骨子里的推崇及向往。在“珍美食物”层出不穷的当下，若有“裸食”概念深植心中，社会上有“裸食”流行起来，有各界食客“裸食”实践起来，将无疑是一件令人欣喜的事。

“裸食”制作，各色外来之物“少些再少些”是关键，避免过度高温和保护食材有机、新鲜、多样也是关键。另外，多用蒸、煮、炖、拌等相对低温的烹饪方法，少用煎、烤、炸等高温的烹饪方法也应注意。尽量不吃腌制、烟熏及过辣过甜的食物。值得注意的是：“裸食”不等于素食。不能把“裸食”片面理解为只食用蔬菜、水果和谷类，其中当然也包括肉类、鱼类，但前提是应用“裸食”的烹饪技法烹调后食用。

从重口味的饮食习惯和饮食氛围中摆脱出来，在“裸食”理念的升华中追求健康的生活及长寿方法，这应该不难。就怕挣脱不了欲望的羁绊，对一口所谓的“好菜”“好味”藕断丝连。不过，这并不要紧，现在至少有老师已在给上小学的孩子传授关于“裸食”的概念了。想来，这不失为一件好事呢！



凡人脸谱

十九局的老头

□尚昱彤

十九局是一个十字路口，路口右手边沿街是一家诊所，里面的医生被称为“十九局的老头”——这是爸爸妈妈和其他大人对他的称呼，我是不能叫的，按辈分我应该叫他爷爷。对于大人们总是用“十九局的老头”称呼他，我觉得很不礼貌，但听得多了，就觉得这称呼像一个独一无二的昵称，所以就习惯了。

儿时多病，妈妈总会同爸爸说：“带她去十九局的老头那里看看吧！”爸爸力气大，一把就抄起我，骑上摩托车，一路“突突突”地去到那个十字路口。那时，我觉得爸爸骑摩托的样子帅得要命，我闭着眼、感受着风，心里有说不出的愉悦，完全忘记了病痛。

十九局的老头头发花白，眼睛很亮，看上去很是儒雅博学。通常来说，小孩子一般会害怕去诊所，但很奇怪，我那时一点也不怕去见他，我总觉得他就是电视剧里说的那种神医，一定能把我的病治好。他的手凉凉的，听诊器也是凉凉的，他会问我什么感受。我虽然声音很

小，却总能在他的引导下准确回答问题。他问我想打针还是想吃药，爸爸马上插嘴说“打一针吧，好得快”，我反抗说“吃药”……如此反复，父女俩互不相让。每每这时，十九局的老头就会哈哈一笑，对爸爸说吃药也好得快，然后摸摸我的头，转身去柜台拿药。

现在我长大了，偶尔生病去诊所时，医生问是打针还是吃药，熟悉的话语总会令我恍惚一瞬。我已经长大了，不会觉得打针有多疼、被别的小孩子看着有多难为情了。所以我学着爸爸的样子，说：“打针吧，好得快。”

回想小学、初中、高中、大学，一路走来时间过得可真快。这个假期去打工时，跟着导航来到了十九局。隔着一条街看着熟悉的位置，我的心头不断有温热的东西在涌动。如今那里的面貌已截然不同——诊所的门匾换成了美发沙龙。突然想起，那个微弯着背但很有精气神的“十九局的老头”应该九十多岁了，希望他无病无灾、平安健康……

琅琊放歌

秋思

□寒冰心

你，把最喜欢的秋风
引入书笺
于是，书笺流出一朵朵墨香

秋风锦瑟时，你把落叶收进相思
便有了满眸子的痴醉
因为竹，三年又三年
终于，可竹林听雨

走进竹林深处，走进你的相思
秋雁，拔下一根羽毛
那片荷塘里，荻花若你
霜染白头

不如，把秋揉进心澜
举起酒杯
千里迢迢，与尔消愁
与尔，共婵娟

隔岸七月

□王振昌

隔岸七月
唯独前述一个清瘦的破晓
以晚星的方式抵达
分别降落在植物的想象
归拢晨风的秩序
海浪只需要眨一眨眼睛
关于炽烈的玫瑰
试图打开与篝火的晤面

雨落以后
一些梦的起伏开始流向无声
晚风浓郁
灯影般的转身在雨中倾斜
远山的触角指引
游鱼辨识月儿启齿
临摹爱的表情
属于一面镜子的归宿

七月如她
把所有的孤独推向海岸
坐在某个夏日窗前
问候一场雨夜

生命的韧度

□刘玮

二百四十年了
这树紫薇自成风骨
花香沿着寺院翘檐的曲线
送出梵音
在最高处浸入时光的纹络

此时，宝石蓝的天上
一朵虔诚的云轻轻地运动
传递出生命的骨响

青山绿水的眉眼间
便多了紫色的祥云
沉默中孕育着一种原始的力量

我缓慢弯下腰身
向一树紫薇致敬
在这样的温和辽阔中
我，只像一片叶子
清奇的叶脉，如象形文字
在光亮下微微地晃动