

匀机：爷爷是稻场的总管

村子里有统一的稻场，是吃水塘旁边一块平整宽阔的空地，平时闲着，不派什么用场。春天长出来的野草，渐渐将稻场包围了，等到水稻收获的季节，先要拔除野草，然后将稻场中间牛踩的脚印、不知谁丢下的碎砖头清理掉，最后，人拉着圆溜溜的石碾子一趟趟压过去。太阳一晒，地平如镜，就等着迎接开镰的稻谷。

爷爷是稻场的总管。每年到了这个时候，他要将一堆农具整理出来。

竹筴，大扫把，木锨，有齿的匀机，无齿的盪机，这些木制的、竹制的农具只有这时候才热闹地聚集在一起。

稻场上不能有一棵树，太阳曝晒，越烈越好，这样稻谷干得快，碾米时就不会有碎米。爷爷在稻场一角搭了一个小小的棚子，四根立柱，上面蓬上木棍，盖上稻草，底下一张竹凉床。他拎了一瓶开水，瓶里放进切好的薄薄的甘草片，这样开水就有了一点淡淡的甜味，还能避暑。爷爷总会给我几片甘草，我放在嘴里能嚼半天。

爷爷用大扫把将稻场周边的草叶扫干净。村子里的劳力从田里挑回一稻箩一稻箩的谷子，里面还有稻芒、稻叶，倒在稻场上。这时的稻谷还是潮润的，散发出清香。运气好的时候，我还能从稻叶上找到一只青绿色的蚂蚱，只是它们要么掉了半个翅膀，要么少了一条腿，那都是打稻机干的坏事。

爷爷用木锨划拉开稻谷，用竹筴将稻叶、稻芒筴出来，再用匀机将稻谷摊平。一上午，稻场就铺满了稻谷。起初，稻谷黄中泛着淡绿，半上午，吸足了太阳，绿色越来越浅，不过稻粒依然发出鲜嫩的光泽。

稻场铺满稻谷，是晒稻的开始。爷爷从稻场东边开始，用匀机推开稻粒，从南到北，一道；由北回南，紧挨着又一道。就这样，密密实实地将稻谷犁出了无数条小沟，一趟过去，沟成了坎；一趟过来，坎又成了沟。从东到西，稻子的每个侧面都可以享受太阳的热量。为了稻子干得快，爷爷又从南边开始，让匀机沿着东西方向在稻谷之间穿行。

爷爷，你是在犁稻子呀？爷爷，你是在稻子里撑船吗？

爷爷，我也要匀机。

爷爷将匀机放在我手里，让我推了一会，就说，不要在太阳地里晒，晒多了会长疖子。

爷爷不长疖子吗？

爷爷皮老，长不出疖子了，永伢皮嫩，一晒就会长疖子。

小伙伴们都长了疖子，大大的突起的脓包，像怪兽的角竖在头上。整个童年时代，我没长过一个疖子。

爷爷好像也喜欢玩匀机，他一玩就是一上午。等稻谷半干，他才回到凉棚下面，灰色的老布褂子全湿了，汗湿的地方变成了黑色。

爷爷，这不是小凉棚吗，你为什么叫它作烟棚啊？

爷爷要吸烟歇一会，就叫烟棚。

爷爷，我们还要喝茶呢，叫茶棚吧。

好啊，就听我永伢的，以后叫茶棚。

傍晚，稻谷要收起来，爷爷用盪机收拢稻谷。一个圆木棍，头上直直地安一块长方木板，就是盪机。爷爷拿着圆棍，让木板挨着地面，往前推，稻谷就拢起来了。匀机有齿，谷粒从缝隙里逃掉，摊开谷粒费力小。盪机是一块板，许多谷粒趴在挡板上，太多了，太高了，又偷偷溜下来，浪费了爷爷很多力气。

爷爷用盪机时，出汗最多。稻子太多了，盪机太小了，爷爷太老了。

等稻场上出现几个高高的谷堆时，暮色就起来了。爷爷用锁成一把一把的干稻草，挨次序盖在稻堆上。盖满了稻堆，稻子藏在稻草下，夜里的露水就不会打湿它。

直到有人扛着竹床，摇着蒲扇来稻场上乘凉，爷爷才算做完一天的活，带我回家吃夜饭。

永伢，吃完夜饭，早点睡。明天黑早起来，我们还去稻场上晒稻。

奶奶说，你怎么带的伢，你看，他趴在碗沿上，都睡着了。



冯渊，望江人。上海市静安区教育学院教研员，正高级教师，上海市语文特级教师。2022年起，在《文汇报》《解放军文艺》《上海文学》《散文海外版》《美文》《飞天》等报刊发表作品近二十万字。

也无风雨也无晴

张锦凯

苏东坡，一生始终秉持为民请命之心。国学大师林语堂先生带着自己对苏东坡的偏爱与欣赏，敬仰与佩服，以及文人之间的惺惺相惜之情，在其《苏东坡传》中深有感慨地说：“像苏东坡这样的人物，是人间不可无一难能有二的。”真可谓高山仰止。回望东坡，才情万丈：论当官，他德才兼备、政绩卓著，是万民爱戴的良吏直臣；论诗词、书法、绘画，他是旷世罕见的艺术天才；论烹饪，他是行走的美食家，一路贬谪一路吃；论饮茶，他把生活过成了诗，并推崇餐后用茶水漱口来预防龋齿的护牙方法；论医学，他不为良相便为良医，对养生之道，更是有精辟之论，令人叹服……

“人生如逆旅，我亦是行人。”苏东坡的豁达与洒脱让他善于发现平淡生活中的哲理，用乐观笑对苦难，道出了“一蓑烟雨任平生”的人生态度。在浮沉跌宕的命运里，几乎每一个中国人，都会在不同的经典诗词中与苏东坡相遇，也一定会学到受益匪浅的生活哲学，就如同他的四味养生良药，让人善生活、

养有道。

有一次，苏东坡的朋友张翥拿着一张宣纸来求他写一幅字，并说最好写点有关养生方面的内容。苏东坡略思片刻，点点头说：“我有一个养生长寿方，药方十分简单，总共才四味药，但药效十分灵验，今天就奉赠给你吧。”于是挥毫写道：“一日无事以当贵，二日早寝以当富，三日安步以当车，四日晚食以当肉。”见张翥一脸茫然，苏东坡笑着解释道：养生长寿的要诀，全在这四句话里。

无事以当贵，是指人活在世上，不要把功名利禄、荣辱得失想得太多，看得太重。苏东坡，是一个无可救药的乐天派，他用最好的心情去应对最坎坷的人生，居庙堂之高时，念念不忘于归隐渔樵；处野城蛮荒时，恬然自得于陋室粗食。历代医家认为，如能淡泊名利，在情志上豁达乐观，随遇而安，无事以求，这比富贵更能使人终其天年。

早寝以当富，是指良好的起居习惯，比吃好穿好，财货充足更为宝贵。中医历来重视睡眠养生，认为“眠食二者为养生之要务”，“能眠



大地乐章
汤青摄

◇信笔扬尘

母亲的腌菜坛子

徐 晟

四只腌菜坛子，空口朝天，像两双空洞的眼睛，木然望着厨房里的天花板。土黄色的釉面上，几从稀疏的枝叶。经年积尘，暗淡了原有的光泽。

四只腌菜坛子，是母亲留给我仅有的物件。打我记事起，家里就有几只腌菜坛子。那时，父亲是生产队会计，在那个贫困的年代，母亲的腌菜坛子，让我家餐桌上饭菜生香，让吃不饱饭的邻居家的女儿馋得不行。我家吃饭的时候，邻居家的女儿常跑过来眼巴巴地望着我家桌上的饭菜。母亲给她盛一碗白米饭，夹一些咸菜，笑咪咪地逗她：“你过来给大妈做女儿，好吗？”女孩连连点头。等隔壁婶子喊女儿回家，小女孩死活不肯回去，说是要给我妈做女儿。就这样，母亲得了个“干女儿”。

我家的好日子，被父亲的去世带走了。那年我读初二。父亲去世后，两个哥哥跟我们分了家，我和母亲相依为命。为了供我读书，母亲种地、养鸡、喂猪，忙个不停。但孤儿寡母，日子过得十分惨淡。尤其是我读高中那几年，母亲经常为我的学费发愁，常常东家借西家挪，才勉强凑够。平时零用的钱，全指着靠几只母鸡。母亲把卖蛋攒下的钱，用一方旧手帕小心翼翼地包裹起来，待我回家拿钱时，母亲再抖抖索索把手帕摸出来，一层一层打开，小心地把钱取出来交到我的手上。望着母亲日渐佝偻的腰，看着母亲花白的头发，握着沾着母亲汗渍的毛票，我的心里，阵阵酸楚。

高中三年，我的生活十分节俭，一袋米，一坛子咸菜，一个星期的生活就对付过去

者，能食，能长生”。睡眠是抵御疾病的第一道防线，明清戏剧大师李渔在《笠翁文集》中写道：“养生之诀，当以睡眠居先。睡眠还精、养气、健脾益胃、壮骨强筋。”睡眠乃天然补药，增强人体免疫功能，这对养生至关重要。

安步以当车，指人莫贪图安逸，肢体不劳，而应多以步行来替代骑马乘车，多运动才可以强健体魄，通畅气血。直立行走，是“从猿到人的具有决定性的一步”，人类的进化史决定了人的生命过程就是行走的过程。一步一脚印，用步伐丈量人生，生命不息，运动不止，健康便会与你朝夕相处，这是一道美丽的风景。

晚食以当肉，是指人应该“已饥方食，未饱先止”，饿了以后才进食，粗茶淡饭的味道也像吃肉一样可口；而饱了还要勉强吃，即使美味佳肴摆在面前也难以下咽。晋代《博物志》说：“所食逾少，心开逾益；所食逾多，心逾塞，年逾损焉。”在保证营养平衡的前提下，“饮食有节”可以抗衰老、延寿命，这也是苏东坡在物质和精神方面获得双重享受的经验之谈。

人生沉浮，世事难测，无所谓风雨或晴天，唯有淡定从容，不以物喜，不以己悲，方能养德修身。苏东坡，能讲究也能将就，也无风雨也无晴，“无事以当贵，早寝以当富，安步以当车，晚食以当肉”是一种养生之法，也是一种修行之道，更是一种品质之境。



大地乐章
汤青摄

了。母亲的腌菜坛子，没有一个空着，三只坛子在家里，一只坛子在学校，一周一轮换。秋季开学的时候，母亲腌制的豇豆、鸡头苞梗正鲜；入冬，蛾眉豆、霉苕豆接上；开春，过年制作的霉豆腐、霉干张当家；到了夏天，腌韭菜、白花菜登场……母亲的腌菜坛子，像魔术师百宝箱，总有取之不尽的腌菜。四只腌菜坛子，陪我走过了那段最艰难的日子……

结婚以后，生活一天天好起来。妻嫌母亲的腌菜坛子太大，腌制的咸菜不能一次吃完，烂掉可惜，就用饮料瓶代替了腌菜坛子。四只腌菜坛子被搁置起来，只有母亲每次来家里时，才一个人静静地擦拭着上面的灰尘。

母亲去世后，腌菜坛子废置在厨房的一角，再也没有人去触碰。要不是母亲用过的物件，想着留个念想，恐怕四只坛子早已被扔掉。

最近妻在网上看到，用饮料瓶腌制咸菜可能会有毒素，还是用过去的酸菜坛子腌菜卫生，于是妻让我把几只腌菜坛子清洗出来。触摸着母亲用过的腌菜坛子，那些尘封的往事，又一幕幕涌上心头。

意，一定要抽时间出来，同住在北京的同学或朋友见上一面。但事实是，直等我坐上返程的航班，也没有与他们吃饭，甚至连信息都不曾发一条。

理由很简单：一来是因为工作繁忙，要写材料，要听指令，还得兼做一些杂活，难得有自己的时间，总不能凌晨赶完稿子，来一句“不如见一面”——多冒昧；二来也是怕打扰到人家，大家平时都要上班甚至加班，聚会挤占的时间，势必会增加其他时候的负担，至于周末，好不容易休息两天，当然要把时间留给家人，兴许很早就安排了出行计划，相较而言，约饭、见面似乎也没有那么重要。

于是，思来想去，最后还是忍住没有打电话，也没有发信息。当然，心里还是会很纠结，日常工作那么忙、琐事那么多，难得来趟北京，结果景点也没去逛，朋友也没见着。特别是离开的前一日，这种纠结到达了顶点。

那一刻，我忽然就明白了王子猷。他应该也曾有过迟疑吧？要不要上前敲门？朋友是不是在家？就算在，他还睡着该该如何？叫醒，或是不叫？大雪天难得睡个懒觉，万一朋友有起床气可如何是好？

无数个问号盘桓在脑海，悬而未解，最终凝成一句话：“算了，算了，我来过了，心意到了，见与不见都一样，不如就回去吧。”

钟声与大海

方英文

小镇街道冷冷清清，一条老狗木呆呆地溜达着。一家木板店铺前，矮矮的竹靠椅上，瓜坐一个老头，双手袖筒里，晒太阳。

走到两条街道交汇处，便是镇政府。挂了五个牌子，两个牌子红字，三个牌子黑字。门口停了三辆小车，两个妇女走出来，身后一个干部送行。听其对话，是来咨询生三胎有没有补助。

那干部见是异乡客，满面笑意邀我进去喝茶。合掌回礼说谢谢，不敢叨扰。从另一条街道往出走，循着什么敲打声，就到了河边。

河对岸的缓坡上，一个不大不小的寺庙。庙建在河川，又如此靠近集镇，少见。

河水不小，河床里间隔不远处分布着石头，有大有小。阳光晃得河水冒汽，一个汉子挽着裤腿，挥舞一柄铁锤，敲打一块大石头。

走到近前才发现沙滩上一个木盆，盆里一条二寸长的鱼有气无力地游摆着。那块大石头蹲在水潭里，与水结合部的石皱纹上一圈青苔，下面是水草招摇。那汉子五六十岁吧，脑袋上小下大，像个憨粗的大红薯。

“你这是——” “——砸鱼嘛。”

砸鱼？闻所未闻！见我面露疑惑，红薯笑道：“一砸石头，潭里鱼就给震晕了翻上来，捡就是。”

原来盆里那小鱼，是他方才“砸”的。请他继续砸，他说这阵没情绪了，铁锤一撇，摸出一支烟点着。吸了三口，才问我吸烟不。同时弹出一支递我。

“谢谢，戒烟五年了。” “嚯，把烟都能戒掉，狠人，不可深交哇！”

“这说法厉害。”我也唯一声。“你去逛庙吧？”

离开河岸，刚爬上去就见一个和尚尚在舒缓的台阶下。目光远远相遇，和尚就合掌动唇，近了颌首说欢迎先生莅临小庙。

法号无心，仪表堂堂，四十来岁。遗憾腿有点痠，礼让我先上台阶。每上十来级，身后的无心便叹息一声。回首一看，圆口布鞋白袜子，难怪如猫爪落地般悄无声。他弯着腰，左手托着右膝盖旋摩着。

“弄点膏药贴贴？”我也没问这腿疾是如何造成的。

“噢，人一辈子嘛，只有挨过一两次打，才能明些事理。”更不宜追问了。

猛一抬头，门楣三个草书字惊得我差点跌倒：欲壑寺。

“看先生表情，很懂书法的。”我不置可否，跨进门槛，是个小院子。先看右手厢房，是宿舍，墙上一个风扇，床上的牡丹花被子也没叠，未脱贫的样子。出来再看左厢房，厨房，煤炉子上一口带耳锅，案板上黄瓜青菜之类，反衬得一个辣椒特别红。

然后三级台阶，上了正堂，相当于大庙里的大雄宝殿吧。

这时一声咣当传来。几秒钟后，又听得一声咣当。看来河里的红薯汉子情绪好转了，开始砸鱼了。

正殿供奉着如来，两边是菩萨矮像。请教菩萨二字究竟何意？无心法师说：“若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。”佛学玄奥，自然没听懂。考虑面子，我还是点点头，以手击额，给无心一个醍醐灌顶的神情。

庙外又传来一声咣当。

我掏出一张百元钞，双手插进功德箱。然后叩了三个头。“施主太大方了，意思下就行。”钱让我由先生变成施主了。我说我这是替我母亲我祖母上奉，她们一生持斋信佛。“噢，施主自个，不信佛？”“不能失信，也不能说不信。”“阿弥陀佛！”

转身欲别，无心说别急，要我到后面敲钟。不用了吧，我是敲过钟的。那可不行，法师说我母亲经常叮嘱我不可欠人情债，施主并不信佛，那我就该请施主敲钟，回报个答谢。

只好从命，心里哭哭不得。

佛像后面有个小门，一出门就听得无数的蝉鸣，方才怎么没有蝉鸣？土台上一个亭子，护着一口钟。无心拉开钟槌，推到我手上。

我就轻轻撞了一声，蝉鸣迅速消失了。“再撞两下，用点劲儿。”就使劲撞了两槌，钟声苍老浑朴漫溢四周，直上天空弥合了云朵。“先生是个好啊。”不叫施主，恢复叫先生了，说明一百元、三槌钟，两清了。

原路返回河里，红薯汉子的木盆里，七条鱼，皆一拊来长。三条鱼仰着白肚皮，三条鱼游着，一条鱼正侧身翻扭。红薯说：你看，一会儿全苏醒了，放生掉。

把鱼砸晕，捞进盆里，然后放生，图啥？“不图啥，就感觉好。”

也是，无目的本身，也是个目的。只是我不明白，这莫名其妙的“砸鱼术”是怎么得来的？

“我在东海舰队服役过八年，知道声音在水里的传播速度吗？每秒一千五百米，冲击力很强呐。”“你这是怀念水兵生活？”红薯汉子答非所问：“放生要选择钟声里，就像军号响起，仪式感。”停了停，又说：“活着要有仪式感。”

