



社区防疫员(国画) 杨健生

人与自然

丝瓜花开正伏秋

刘光华

这的确是一个漫长难熬的伏天，豫南大地在经历了暴雨、台风烟花、德尔塔病毒突袭之后，正在迎来重建家园的晴热曙光。三伏夹一秋，一个炎热似火焦灼骄阳的伏天的午后，我打开后窗眺望远处久违的菜园，其时秋老虎正在路上蹒跚而来，正午毒辣的阳光将花草晒得蔫耷耷的，但蝉却在树上肆意地嘶鸣，目光及处，只见园子四周篱笆歪斜，黄瓜豇豆已自凋零，毛豆倒伏，好在园边的那些丝瓜，兀自藤蔓张扬，叶面如洗，青油碧绿，枝蔓又处，盛开着朵朵黄花，如点点黄星，又像把把黄伞，不屈不挠地绽放在骄阳下，仿佛一张张倔强、坚强、自信的笑脸。

这些笑脸触动着我心中某个脆弱柔软的部位，让我不得不赞叹朴素平凡的丝瓜生命力的坚强。遥想着遭受暴雨之后的父老乡亲一如丝瓜的坚强，在伏暑中战天夺地地重建家园，没有放弃梦想与希望，因此思绪也回到种丝瓜上来了。

在中原家乡的乡间或山野，每年谷雨前后，无论是头年漏撒的几颗瓜籽，还是随便点播几粒种子在土里，

丝瓜苗就会争先恐后地钻出地面；无论在石缝里、瓦砾中、墙脚边，只要给它们一点阳光雨露，它们就会顽强破土，生长分蘖。

丝瓜的生长没有苛求，一棵树，一竿竹，一堵墙，一根绳，或者干脆一片空地，只要落地生根，丝瓜就会牢牢把握机遇，伸藤展蔓地向上攀爬，左冲右突地拓展领地；丝瓜的藤蔓灵活机敏地行走着，有时仿佛能够超前地预料前方的攀附物，在准确无误地找到缠着物之后，丝瓜可劲地分蘖长叶，伸枝放藤，杆分枝，枝分藤，藤分蔓……直到连缀成片张罗成网，使树叠塔，杆摇曳，墙披绿，绳棚荫，空间交错，枝叶婆娑，蔓丝妖娆，撑起一方青绿自然的天地，展现一派蓬勃蓬勃的生机。

每年的伏秋是丝瓜开花结果的旺季，这时候，它的柔软美丽的黄花开始粉墨登场，从初始的零星星星，到百千的绽放，开得坦坦坦然从从容容；正如有经验的长辈们所说，丝瓜花分两种，显耀张扬的是雄性花，花期长；含蓄内敛的是雌性花，花期短；雌花绽开不几天就慢慢萎蔫，而这种萎蔫为的是把主要养分留给瓜儿。

雌丝瓜花甫一打蔫，就开始坐果，届时瓜儿渐渐长大，瓜儿挂在杆上，躺在墙上，躲在荫里，曝在地上，瘦长的，粗胖的，纤细的，吊得滴翠，躺得怡然，或直或曲，或动或静，或隐或现，承接风雨，迎纳雨露，雪藏阳光，天才的丝瓜无拘无束地汲取养分，渲染自我，远望近观，已是一幅丰收在望的清雅画图。

古人素爱丝瓜，文人墨客多对丝瓜咏哦作画，尽显对丝瓜的喜爱赞赏之情。比如宋朝杜汝能的赞丝瓜诗：“寂寥篱户人泉声，不见山容亦自清。数日雨晴青草长，丝瓜沿上瓦墙生。”道尽了田园简朴风情。齐白石大师的一幅《丝瓜蜜蜂图》，画中的丝瓜情态怡然，平添了俗世温暖。

接地气的丝瓜，总在无声无息地佐做人烟烟火。就药用而言，丝瓜煎水，加蜂蜜内服，可以辅助尿路感染，还有清热解毒、杀虫祛风之疗效；丝瓜是美容佳品，汁液有消斑增白、除皱护肤之功效。据载《红楼梦》中有二十四桥丝瓜露之说；佛祖释迦牟尼曾用它制成天罗水；《本草纲目拾遗》和《中国药植图鉴》载用丝瓜水对疗

治肺病和神经痛等病症。

丝瓜亦是农家家常菜，秋忙时节，收工回来，采几条翠绿鲜嫩的丝瓜，冲洗刨皮，精切下锅，爆炒脆熟，两三分钟即可出锅食用；丝瓜别称水瓜，营养丰富，含有大量的维生素、矿物质，尤以做汤为佳。豫乡常见的有丝瓜蛋汤、丝瓜枸杞汤、丝瓜海鲜汤，每一种汤汁都很鲜美，吃在嘴里，甜在心底。

丝瓜之所以叫作丝瓜，是以丝成名。成熟的丝瓜老化干枯，肉囊变成网状纤维，这种网化的丝瓜是农家抹碗擦锅的好工具，经济实用，应该说丝瓜从生长到消亡都在为人们默默地做着贡献，精神品质令人肃然起敬。

种瓜得瓜，种豆得豆。在这个暑意渐浓的季节，遥望一片碧绿的丝瓜秧波中的朵朵黄花，清雅清新，柔润空灵地点缀着豫南的一方世界，由花及人，此刻我祈愿遭受了暴雨灾害和疫情困扰的父老乡亲的田园里仍有有生生不息幸福藤绕蔓的丝瓜在潜滋暗长，美丽的丝瓜花盛开在滕边地头，唯愿他们能够吃上一碗清淡鲜嫩的丝瓜汤，也衷心地祝愿他们健康平安……

知味

焖子

贾国勇

焖子，是郑州的特色菜品。焖子是生产粉条的作坊发明的。遇到阴雨天气，粉条就无法晾晒成型，只好将这些湿粉条压制后放进蒸笼内进行蒸制，就成了焖子。之所以称之为“焖”，大概因为当地把“蒸”亦称为“焖”的意思。生产粉条的豫西巩义、荥阳、登封、新密等地都生产焖子。其中，新密市的粉条产业名闻天下，在郑州大街小巷遇到卖粉条的，十之八九是新密市人。因为这个原因，新密市的焖子也很有名气，行遍大江南北，已经形成了大规模生产的焖子产业。

不仅仅郑州有焖子，在中国的北方地区大都有焖子这道菜，不同的是用料不同，风味不同。山东省的烟台、大连、青岛一带，焖子都由地瓜粉做成。河北灵寿、行唐、赵县、定州、磁州等地的焖子，是用精瘦猪肉切成馅和山药粉面灌制而成，无论是煎炒烹炸，都能做出一道美味的菜肴来。在北京务工的时候，曾经吃过河北赵县的驴肉焖子，夹在热腾腾的火烧中，焖子就融化成了浓浓的汤汁，非常可口。用料最丰富的还是丹东的焖子，因为地理位置靠近大海，原料中就添加了很多的海鲜，比如虾仁，比如鱿鱼丝，比如杂拌鱼泥，都能放进焖子中。我在丹东市的东港做客的时候，满桌子全是海鲜，其中有一份炒焖子，其味可以称之为海鲜集大成了。

因为这个原因，人们把郑州的焖子称之为素焖子，把其他地方掺杂了荤味的焖子称之为荤焖子。

无论是素焖子还是荤焖子，都需要通过烹制才能成为一道道精美的菜肴。在焖子菜系中，最能体现焖子特色的，是煎焖子。把生鸡蛋去黄留下蛋清，搅拌均匀。再把焖子切成薄薄的片儿放进去。待煎锅里的油热到45摄氏度，就可以把焖子放进去了。这个时候，一定要小火慢煎，让热慢慢地浸透焖子中。一旦着急，焖子沾了锅，再想铲起来时，煎好的焖子两面焦黄，油晃晃的非常漂亮。可以用来作炖菜的配料，吃起来筋道可口；也可以拌些小青菜来炒，青黄两色分明，非常醒目。炒焖子需要注意的，不宜翻炒过多。翻炒过多，焖子容易散架。小青菜要七成熟，出锅盛入盘后再淋上几滴酱油，味道非常鲜美。

除了煎焖子之外，还有很多的做法。比如蒸焖子，把焖子切成薄薄的片儿，放在熟五花肉垫底儿的扣碗里上笼屉蒸，五花肉的油流了出来，浸透了一片片的焖子，用筷子夹起一块儿，焖子如玉雕琢的一般，透明滋润的亮，非常有食欲。还有一种凉拌焖子，做法和调制凉粉差不多，把焖子切成丁，浇上芝麻酱、蒜末、姜汁，再撒上一把碎葱花，吃起来既凉爽可口，又咀嚼生香，是一种不可多得的美味。

随着交通越来越发达，物资交流也越来越方便，天南海北的特色产品几乎可以随时随地登场亮相，已经没有了区域物理的隔阂，菜品也就没有了明显的区别。郑州街头做焖子汤的食材也由原来的素焖子变成了荤焖子，河北省灵寿、行唐、定州一带的焖子，抑或是丹东市的海鲜焖子，纷纷登场。不过，由这些荤焖子做成焖子汤价格昂贵，走进了星级的大酒店，价格变得不菲。味道已经由原来的那种物美价廉的鲜美，变成了五味杂陈的面面俱到，再也喝不出当年街头焖子汤的味道了！

诗路放歌

走进秋天

段建平

秋天悄悄地张开臂膀
带着忧伤的微笑
送来一丝丝落寞的清涼

不再缠绵的秋风
失去了往日的馨芳
用颤抖的翅膀
无情地卷走多少祥和的时光

肆虐的秋雨
飘落着令人焦心的疏狂
把愤怒的委屈
浇灌在商城这片厚重的土壤

还有那病魔德尔塔毒株
疯狂地从天而降
把我们恬静的生活
搅成不胜其苦的苍茫

这是一个多难的秋天
让人感伤却充满希望
孕育着众志成城的磅礴力量

你看金徽在闪耀
红旗猎猎飞扬
那是坚忍不拔的共产党人
在疫情防控的第一线
践行铮铮的使命担当

你看用红十字筑成的
那道绚丽的风景线
就像坚不可摧的铁壁铜墙
白衣天使用医者仁心
汇成大爱温暖的海洋

你看那最美的志愿者
奔波在没有硝烟的战场
他们奉献出火热的衷肠
让多少张愁苦的脸绽放情飞扬

你看那轮风雨之后的朝阳
已经跃出了地平线
透过秋天阴霾的云层
把金色的吉祥之光
撒播在绿城这方希望的沃土上

我要为我的家乡祈福
远离痛苦多难兴邦
愿砥砺奋进的古老商城
永远和谐 永远幸福
永远美丽 永远安康

新书架

《约翰·伯格的三重生命》

胡珍珠

该书是关于约翰·伯格生平与著述的首部传记。约翰·伯格是战后欧洲最有影响力的思想家和作家之一。作为小说家，他在1972年获得布克奖。作为电视主持人，他以《观看之道》改变了我们看艺术的方式。作为一个政治活动家，他捍卫了全世界工人、移民和被压迫者的权利和尊严。

围绕着一系列个人和历史的分水岭，《约翰·伯格的三重生命》追溯了伯格的个人发展历程，从20世纪50年代伦敦冷战时期的艺术学生和论战者，到60年代的狂热——当时革命不

仅是政治的，而且是个性的和艺术，再到他重归田园作家，以及之后经历的新左派的兴起和衰落。通过第一手的、未发表的访谈和最近公开的档案资料，本书作者在诸多争议性的时刻之下挖掘出一个具有非凡复杂性和韧性的人物。他的形象是一位文化创新者，既被人称颂，又经常被误解，他是一位越来越被他所热爱的事情和他所反对的事物所驱动的作者。该书将他的众多面孔汇聚在一起，把一位伟大的思想家重新带回他和我们这个时代的思想图景中。



全民检测(国画) 贾发军

灯下漫笔

想起了顾拜旦

宋子牛

亲。还负责设计了奥运会会徽、会旗。看到体育界领袖群伦、激情喷薄、脍炙人口的文学作品，便想起了顾拜旦。为捍卫奥林匹克精神的纯洁性，顾拜旦在斯德哥尔摩奥运会期间，发表了诗作《体育颂》，热情讴歌了体育，抒发了奥林匹克理想。诗中他把体育喻为“天神的欢娱，生命的动力”，用美丽、正义、勇气、荣誉、乐趣、沃土、进步、和平，八个美好字眼和向往境界，赞颂了体育，阐述了奥林匹克精神的内涵与价值。为此他荣获该届奥运会文艺冠军。

当奥运会在各大城市轮番举办，你方唱罢我登场时，便想起了顾拜旦。顾拜旦原则性很强，他坚持奥运会是属于世界的，应该在不同于城市举办。而希腊人认为奥运会是希腊的，雅典应是永久举办地。正是由于顾拜旦的坚持，才使奥运会走向了世界，举办得多姿多彩，有了今天的洋洋大观、无比辉煌。1924年，他因年

事已高，主动请辞担任28年之久的国际奥委会主席，但被聘为终生名誉主席。现在国际奥委会成员已多达205个，奠基人顾拜旦的体育精神得到进一步光大。

看到每届奥运会圣火点燃后，都会首先在希腊绕着一个墓碑跑一圈，便想起了顾拜旦。1937年9月2日，74岁的顾拜旦在莱芒湖畔公园小径散步时，突发心肌梗塞，猝然离世。尸休几天后才被发现。夫人由于生活困难，不得不变卖他的全部藏书。其遗体葬在国际奥委会总部所在地洛桑，心脏则埋在奥林匹克运动发源地奥林匹亚。虽已长眠地下，他的心脏仍能同奥林匹克运动的脉搏一起跳动。

撮取励志的体育名言：选手的拼搏与友爱时，便想起了顾拜旦。顾拜旦不仅为国际奥林匹克事业做出了卓越贡献，还留给世人许多经典名言，值得学习、领悟。诸如“生活的本质不在于索取，而在于奋斗”“一个民

族，老当益壮的人多，那个民族一定强；一个民族，未老先衰的人多，那个民族一定弱”“要的不是取胜，而是参与”“体育就是和平”“对人生而言，重要的绝不是凯旋，而是战斗”“参与比取胜更重要”……

读到法国人接受中媒采访时说的话，便想起了顾拜旦。法国奥委会主席说，“法国人不会忘记顾拜旦。顾拜旦的远见和思想是世界性的，作为法国人，我们应该为他感到骄傲。”其实，我们中国人也没有忘记顾拜旦。以他名字设计了不少纪念奖项，北京中华世纪坛经常为他举办纪念活动，顾拜旦140周年诞辰时，北京市少年宫小朋友还用汉、英、法语朗诵了他的不朽诗篇《体育颂》。

当人们说到奥运精神时，便想起了顾拜旦。什么是奥运精神？并非每个人都知之甚详。顾拜旦对和平、友谊、进步的原则，成为奥运精神的精髓。所以，《奥林匹克宪章》这样表述奥运精神：相互理解、友谊长久、团结一致和公平竞争。

奥运会是体育精神、民族精神和国际主义精神集于一身的世界级运动盛会，象征着世界的和平、友谊和团结。而这不仅是顾拜旦毕生为之奋斗、不懈追求的终极目标，也是人类命运共同体应有之义。

连载



父亲死了很多年后，有一次母亲跟二姨哭诉道：“如果他出去拼一拼，就是把家里所有东西都输干，我也不会责怪他一句，他也不枉活一场！”

二姨夫在一旁说：“人不能心气太高，那时候大家都穷，他有啥法子，如果能拼谁不想拼？”我母亲翻着白眼抢白他道：“都像你，杀一辈子猪，出息大着呢。”

二姨说：“人各有命。你就是心太强，你嫁一个杀猪的，不照样过日子吗？”

说起二姨夫，母亲总是不屑一顾，她觉得好死我爸也是个少爷出身。“不过，他一个大男人，天天在家里混吃等死，活着就是丢人。就这你还说我的孩子教育得好、教育得好。好什么好？不都跟他一样，一窝子饿死鬼托生的！”

我二姨夫在我二姨病逝后的第七天死于心肺衰竭。我回到深圳还没来得及喘气，又飞回了郑州，帮哥哥处理后事。

在我母亲嘴里，二姨夫一辈子都只是杀猪的，是个没出息

的人。可这个杀猪匠和我二姨恩爱一辈子——可能也称不上恩爱吧，平淡夫妻，一辈子没吵过嘴，但也没爱得死去活来过；从没大富大贵过，可也从不缺衣食，相依相伴过了一生。二姨缺少我母亲的志向，从不盼望自己的丈夫或者儿子能出人头地。他们两个相依为命，都活到八十多岁。

对于他们的去世，母亲并未表示过多伤心，该做什么还做什么。只是说到二姨的时候，她会说：“要说不该啊，她比我身体好嘛！”或者说：“她这一辈子，过得也不值。”对二姨夫的死，她没有任何态度，问都没问过，自然没人知道她心里是怎么想的。我想，她不至于对食品站那档子事儿还耿耿于怀吧？

二姨是在孤独中长大的孩子。在我们家，她虽然比我处境好一些，但也不怎么讨母亲喜欢。为什么唯独我们俩不讨母亲喜欢呢？虽然我们从来没有在一起说过这个事儿，但是各自心里都有数。二姨贪吃，而且性子懒散。这是母亲最受不了的。至于

我，母亲说得更难听，她说我从长相到性格，特别像我父亲。有一次忘记因为什么事儿，她跟大姐说起我。她说，你三妹要是再长得胡子，活脱脱就是你爸又从黄河滩爬回来了！

在我们家，二姐长得最漂亮，就是不爱说话，是我们村有名的冷美人。我父亲最喜欢的也是二姐，暗地里夸奖这个闺女像姑姑，是个大家闺秀的样子。二姐说，她不像我们几个深受母亲的控制，时时处处孤立父亲。她不但讨厌父亲，甚至还有喜欢他。他从来不打骂孩子，大小事说一句话都很少。她说她喜欢父亲看她的目光，柔软得跟兔子一样细软的眼睛。打记事起她就喜欢腻着父亲，整天整天整天地拱在父亲怀里自个玩儿。父亲偶尔会给她讲些故事，猫姑姑的鱼汤之类的，反正都跟吃有关。猫姑姑给小猫做鱼汤，新鲜的鱼放上几朵蘑菇，再加上葱、姜……煮出白浓浓的汤，那个好喝啊，把小猫的肚皮都撑破了。每次故事还没讲完，二姐的口水都流出来了。母亲嫌二姐贪吃，

也可能与这有关吧。我母亲不喜欢二姐的再一个原因，就是她脾气特别倔，自己不愿意干的事情，怎么说都不行，打骂也没用。有一次，她嫌母亲用我大姐的旧衣服给她改做的棉袄太难看，不愿意穿。母亲就把棉袄从她身上扒拉下来扔在

地上，说，不愿意穿就别穿！大冬天的，她硬是穿着一件单衣去上学，回来冻得感冒了好几天。

不过，说她贪吃还真有点冤枉她，我觉得她只是好吃，最多是会吃而已。在吃的问题上她比较挑剔，喜欢吃东西一定要吃够，不喜欢吃的东西，宁愿饿着肚子也不吃。本来在我们家“吃”就是一个最大的贬义词，是一种罪。而她不但贪吃，还把倔劲儿用在吃上，这让母亲更加愤怒。一个人对吃这么讲究，还有什么救儿？所以母亲刻意要在家里营造一种以吃为耻的氛围，并把这种观念深深地种植在我们的骨子里：贪吃的人都不是什么好人，都不会有什么出息。

我们对于父亲的疏离就跟母亲的这种教导有关。一直到现在，我们也避免在母亲面前谈论吃。虽然都开饭店，但是在家里闭口不谈饭店的事儿。母亲不管在任何时候、任何情况下，也绝对不去我们任何一家饭店吃饭。

二姐是我们家唯一的读书读出功名的女人，这让母亲以吃为耻的文化受到很大的冲击。收到录取通

知书，二姐也不向她报喜，通知书夹抽屉里，一句话都没有。其实母亲早已听说，但她不说，母亲也不说。她曾经向我大姐抱怨道，知道是个不孝顺的，翅膀长硬了还不知道会咋着呢！所以二姐考上学，本来是给家里挣足了面子，应该在村里放一场电影祝贺一下。有人提起这事儿，母亲一口回绝了。二姐走的时候也没送，一早趁她地干活去了。

我借了一辆自行车，把二姐送到了市内的学校。二姐财会专科学校毕业后，分配到区政府上班。她漂亮，又有文凭，一上班就被区里一个副书记看上了，想要回家当儿媳。副书记找了个中间人，就是原来跟着我姥爷，后来在镇子上当干部、给我爸安排过工作的那个人。他来找我母亲。刚刚说明来意，我母亲便说：“其他人说了，我不一定答应。要是您说了，我信！”

母亲跟二姐说这门婚事的时候，带着几分得意，好像她立了好大的功。“看看人家的那个家，若是不讲出身成分了，人家能看上咱？”

二姐二话没说，收拾了几件简单的衣服，头也不回地走了。

就是那一次，那一年的阴历七月二十六下午，母亲又一次气得犯了病，一头栽倒在沙发上，口吐白沫，人事不省。后来拉到医院抢救了半天，虽然没有生命危险，但还是把我们吓得不轻。

二姐二话没说，收拾了几件简单的衣服，头也不回地走了。就是那一次，那一年的阴历七月二十六下午，母亲又一次气得犯了病，一头栽倒在沙发上，口吐白沫，人事不省。后来拉到医院抢救了半天，虽然没有生命危险，但还是把我们吓得不轻。

二姐二话没说，收拾了几件简单的衣服，头也不回地走了。就是那一次，那一年的阴历七月二十六下午，母亲又一次气得犯了病，一头栽倒在沙发上，口吐白沫，人事不省。后来拉到医院抢救了半天，虽然没有生命危险，但还是把我们吓得不轻。