

生活插花

三伏天一到,各种贴肚脐、贴脚心、双脚泡花椒水、“晒背”等“冬病夏治”的疗法,方子层出不穷,再加上自媒体的轮番宣传,我与好友阿兰对“三伏天”的“治未病”疗法也蠢蠢欲动了,但始终对各种贴肚脐的疗法不敢效仿,一是怕没有宣传上说的功效,二是有胶布过敏体质。唯有“晒背”觉得可行,《黄帝内经》中提到“背为阳,腹为阴”,背部有好多个穴位,接受阳光的炙烤,可以促进体内的寒气、疏通气血,促进睡眠,古人称为“天灸”。清朝道光年间,神秘道人天休子著的《修昆仑证验》一书,更是详细记录下他二十多年来坚持按照古人说的“晒背方法”,告诉后人:三伏天晒太阳,不但能治病,还能治大病。

有了“晒背”的理论支撑,我和阿兰便决定要体验一下了。一想到网上介绍说可以到楼顶上进行“晒背”,觉得楼顶的楼板在烈日的暴晒下,如冒烟的热铁板一块,身体再躺上面“晒背”,那是在“煎肉”而不是“晒背”了,可能不能为“晒背”而把自己整出个中暑,得不偿失啊!于是,我们如约而同地选择到风炉山公园找适合晒背的地方,风炉山公园位于石狮与晋江的交界处,原来小石窟众多,怪石嶙峋,小道杂草丛生,荆棘密布,非常不适合爬山休闲。近几年经过重新开发整治,形象大为改观:有蜿蜒起伏的石台阶、曲径通幽的木栈道,种了樱花、桃树、松树、柏树、香樟等10多种树,引来众多山雀栖息打闹,漫步其间,竟然与欧阳修《醉翁亭记》笔下的“树林阴翳、鸣声上下”有几分相似。我们第一次去找“晒

「晒背」的体验

■青子

背”地点时,没有带任何东西,只是简单地想找一个地方坐着晒晒即可,再说风炉山公园面积不大,一小时就可以走完,经过一番认真比对后,我们找到一个地方,中间有一条木栈道,栈道旁边是郁郁葱葱的草地,草地上还陈列着大小不一的石块,稍远处还有一大片枝繁叶茂的樱桃桃树,一阵山风吹来,我们异口同声地说:“好凉爽啊!”那可那日的温度是35℃,也就是说我们选择“晒背”的地方体感的温度是舒服的。我们不想错过这么好的机会,于是就直接趴在草地上“晒背”,大约20分钟后,发现草地的草太尖了刺得皮肤生疼,而且草丛里的蚂蚁会随时爬到身上,我们赶紧起身,离开草地。

总结第一次“晒背”经验后,就决定下次来“晒背”时要带条大毛巾铺在石头上趴着晒比较可行。根据网友的建议,我们选择3点到4点的时间段进行“晒背”(如果正午“晒背”,中暑的概率比较大),并带上大小毛巾、水杯、涂防晒霜、穿防晒袖套,每次坚持晒一小时,有人问我:“那么热的天,晒一小时怎么受得了?”我就对她们说:“有山风吹拂、鸟儿做伴;看石头底下的蚂蚁搬家,赏远处的点点野花,这时间不知不觉就过去了。”整个三伏天,我“晒背”10次,明显的感觉是提高了睡眠质量,提升了精气神,身体轻松了不少,脸上和手臂上的黑斑也增加不少。

“有得必有失”,这是我“晒背”体验的感悟,但如果“得”大于“失”,还是可以施行的,明年的三伏天,我将继续“晒背”。

人生况味

那年国庆挤火车

■蒋卫恒

好友在“朋友圈”发家乡高铁开通十年大庆,不胜欢喜。作为我国“八纵八横”高速铁路网重要组成部分,不但承载着人流和物流,更是推动本地经济高速发展。不禁想起那年国庆节,第一次挤绿皮车去北京,真叫一个酸爽。

那是1992年,天还未亮,我们就出发。小镇离省城合肥远,先要坐船走三个多小时水路,赶到巢湖市,然后换乘汽车赶往合肥。一到站点,赶紧一手拉着夫人,一边肩背手提大小行李,像赶庙会似的,向火车站奔去。

到售票窗口,早已是人头攒动。大家你推我搡,挤得跟铁板烧似的,随着队伍慢慢挪动。终于到售票窗口,如愿买到当晚7时半的两张站票。于是夫妻俩不敢懈怠,又忙扛起行李,随着人流,硬是挤上火车。

9月天说热不热,可车厢里人贴人,汗味能呛出泪来。人们摩肩接踵,连根针都插不进去,衣裳湿漉漉的,贴在身上,别提多难受了。妻子当时已有身孕。我俩商量着,她坐行李袋上,我守旁边。过道窄得老鼠都得侧身,去趟厕

所来回得有半个小时,像翻山越岭似的。

一旁坐着位大叔,西装笔挺,一看就是正经八百的公家人。他拿出手中的报纸,往膝头一铺,冲我们努努嘴。我忙把行李垫下,夫人坐上,头挨在大叔的腿上打盹。大叔微微一笑,眼神里满是和善。

那一路啊,叫卖声就没断过。“冰棍儿!”的吆喝声,在嘈杂的车厢里格外响亮,引得孩子们眼巴巴地望着小推车。一位大娘刚给孙儿买了根,孩子吃得欢,小脸蛋上满是满足。可没过一会儿,“啤酒饮料八宝粥”又杀过来,“让让、让让”,推车的小哥嗓门洪亮,震得车窗“沙沙”响,推着车在狭窄的过道里来回穿梭。人们纷纷凑过来,有人买零食,有人买啤酒,彼此大声说笑着,仿佛在这拥挤的车厢里,大家瞬间成了老友。

叫卖声、说笑声、孩子的哭声混杂在一起,这就是绿皮车特有的“交响乐”。大叔腿麻了也不肯挪窝,就着车轮咣当声打盹儿。我呢,用一张报纸当垫子,躺在座椅底下,腿脚伸老长,过路的不是踩就是绊,疼得我直吸凉气。好

故土乡情

月饼中的浓浓亲情

■唐文胜

一直以来,父母都对“通吃香”现烤现卖的酥薄月饼情有独钟。中秋节临近,年近八旬的父母对酥薄月饼的渴望愈发强烈。然而,“通吃香”在我们这个小县城仅此一家,且每天排队购买月饼的顾客络绎不绝,多达数百人。年老体衰的父母面对这长长的队伍,只能望而却步。

为了达成父母的这一心愿,尽一份为人子女的孝心,中秋节前两天一个秋阳高照的清晨,我在送儿子去小学上学后,便匆匆赶往“通吃香”月饼店。当我到达时,着实被眼前的景象震惊了。闻名已久的“通吃香”月饼店前,早已排起了百余人的长队,蜿蜒如龙。我不禁感到十分惊讶,原以为自己来得够早,不会因排队而备受煎熬,没想到“通吃香”的生意竟如此火爆。

尽管心中有些沮丧,但既然已经来了,就只能安心等待。排队过程中,我和前面的一位中年大姐攀谈起来。“大姐,您什么时候过来排队买月饼的呀?”我好奇地问道。“六点半就过来啦。”大姐回答说。“不早不迟呀!”我感叹不已。“不早不行呀!这里的月饼很畅销,来晚了怕买不到。”大姐的语气中带着一丝急切。听到大姐这样说,我不由感慨万分,接着询问:“大姐,您等了这么长时间,这月饼是买给谁吃的呀?”“给我的婆婆吃,她就喜欢吃这种家乡口味浓厚的酥薄月饼,我每年中秋节都过来排队购买,不知不觉都过去十年了。”大姐微笑着说,眼神中充满了温馨。“大姐真孝顺,对婆婆都这么好,真是让人敬佩呀!”中年大姐的这席肺腑之言,让我深深感受到了孝心的力量是如此强大,它能让一个人十年如一日地坚持为长辈付出。

“小老弟,你这里排队购买月饼又是为谁忙活呢?该不是为了丈母娘吧!”中年大姐有些好奇地转头问我。“不是买给丈母娘的,而是我的父母对这种月饼特别钟情,所以我就早早地过来了。”我赶忙解释。“没想到小老弟也是一个大孝子哦!”中年大姐亲切地说。“孝子谈不上,只不过父母特别喜欢吃,作为长子,我当然不能让他们失望呀!”我一边活动着有些酸痛的双腿,一边说。中年大姐赞许地看了我一眼,随着排队的人流缓缓挪动了脚步。队伍在一点点靠近月饼店,时间也在一分一秒地流逝。烈日高悬,酷热难耐,每个人都汗流浹背,但为了心中那一抹真挚的孝心,没有人抱怨,没有人放弃。三个时辰以后,在烈日下满头大汗的大姐和我终于苦尽甘来,买到了属于自己的孝心月饼。

告别大姐后,我提着五斤饱含无限孝心的酥薄月饼,马不停蹄地来到父母居住的老屋。当我把还带着些许热气的酥薄月饼递到父母手中时,他们的眼中闪烁着惊喜和感动的光芒。爸妈就迫不及待地各自抓起一个月饼往嘴巴里塞,那满足的神情仿佛拥有了全世界。看着爸妈幸福快乐的吃相,我的心中充满温暖和欣慰。那一刻,我在心中暗暗决定,今后每年的中秋节,我都要将这份孝心延续下去。无论遇到什么困难,无论需要付出多少努力,我都要让父母品尝到他们喜爱的月饼,让这种甜蜜的幸福伴随着他们健康快乐地安度晚年。

孝心,是一种传承,是一种责任,更是一种永恒的爱。在这个喧嚣的世界里,我们常常忙碌于工作和生活的琐事,而忽略了对父母的关爱。然而,一份小小的月饼,一次耐心的排队,却能让父母感受到我们深深的爱意。让我们都珍惜与父母在一起的时光,用实际行动去诠释那份最真挚的孝心。

情思缱绻

山月映讲台

■王金国

永春的山藏着故事。锦斗镇的映山红开谢轮回,柿子树挂果又空枝,芦柑林的橙黄染了一冬又一冬,徐月就在这片山里长大。山泉水养出她带锦斗软调的清亮嗓音,脚印落在春日花丛、夏日溪边、秋日柿下,也印在锦斗中心小学到中学的小路上——从一年级起,“三好学生”奖状从未断过,全镇人都知道,徐家姑娘成绩好,是要付出大山的。

1992年夏天,山风裹着别样滋味。中考510分(总分540分)的高分,够她进永春一中,更触到她自幼的梦:当人民教师。可家里的境况像块巨石;哥哥在上海交大读大三,妹妹刚升初二,父亲刚退休,还惦记着盖新房,退休金每月不过几百元。父亲红着眼眶说:“能考上师范就供,不然……高中就别念了。”她数理化满分,语文和政治却拖了后腿,最终在锦斗中学排第二——够得上师范,却要每年缴3900元择校费。这笔钱,是这个家跨不过的山。

她跟着父亲回了达埔镇老宅,熟人都在山的那一头。整个暑假,她把自己关在昏暗屋里,听着窗外蝉鸣,夜里眼泪浸透枕巾。班主任带着同学家长寻来时,阳光斜照老宅木门,他们劝父亲“先借钱,等孩子毕业再还”,可父亲摇头得坚决——怕欠人情,更怕还不上。看着同学们背着书包走进高中,师范校门,她躲在被窝里咬唇哭,不敢让母亲看见,母亲却总在夜里轻摸她的头,叹着气说:“闺女,这就是命啊。”

命有遗憾,却没断了念想。暑假快结束时,她攥着衣角跟父亲说:“我想去小学当代课老师。”父亲没说话,算是默认。面试那天,她穿着洗得发白的衬衫,说起数学题时眼里有光,很快被留下,教四到六年级

数学。第一次站上讲台,望着台下几十双亮晶晶的眼睛,她忽然觉得,没说出口的委屈有了着落。

第一个月工资300元,她一分没留,全交给父亲。父亲接钱时双手抖得厉害,粗糙指尖蹭过她手背,没说话,却红了眼眶。此后每月发薪日,她都准时递上工资,看着数额从300元涨到500元、800元,再到2017年的2000元,她从不计较——只要能站上讲台,看孩子们弄懂数学题,听一声“徐老师”,就够了。

山里教学资源匮乏,遇到调皮学生、缺教具时,她就亲手做卡片、画图表;放学后总有孩子留堂问问题,她耐着性子反复讲,直到他们眼里透出“懂了”的光。山路上的月光,陪她走过无数个傍晚:白天上课,夜里操持家务;后来母亲病倒、父亲住院,她又多了病榻前女儿的身份。哥哥在泉州工作,妹妹也在那边打工,家里担子全压在她肩上。她白天上课,课后赶去医院给父亲擦身喂饭,夜里回家批改作业,眼睛熬得通红,却从没旷过一节课。

父亲走那天,紧紧攥着她的手,微弱地说:“闺女,对不起。”她趴在床边哭,泪水打湿父亲袖口。后来她才懂,父亲的“固执”藏着半生苦——三岁失母、九岁失父,没读过多少书的他,只知让孩子吃饱穿暖,却没力气圆女儿的师范梦。这份懂,化开了心里的疙瘩,只剩心疼。

婚后日子平淡安稳。丈夫在邻县修车,每月只回四天,她在家带孩子、教书,把日子打理得井井有条。儿子四岁自己吃饭,五岁分床睡,放学还会煮碗简单的面——味道不算好,她却吃得眼眶发热,总想起自己小时候。只是提起儿子高考,她总

愧疚:那年公公婆婆身体不好,她忙着照料,顾不上陪儿子复习,最后儿子只考上大专。可儿子从不埋怨,还劝她:“妈,我知道你辛苦。”

2017年,老同学建了微信群,有人把她拉进去。看着群里聊校园往事、如今生活,她犹豫很久才敢发言——辍学的事像道浅疤,怕被提起。可同学们的热情像山风般暖,没人提过往遗憾,只问她过得好不好,还约着回山里看她。也是那一年,儿子去外地上大学,老宅只剩她一人。她找了份村务工作,白天忙教学,晚上忙村务,日子满满当当,倒不孤单。

每天放学后,村里孩子总往她家跑,书包一放就围着问作业。她搬来小凳子,让孩子们坐成圈,一道题一道题讲,举一反三,直到全懂才罢。夕阳透过窗户,落在孩子们的作业本上,也落在她发梢——不知何时,她头发掺了白丝,像山里冬天的霜。

30年过去,锦斗镇的映山红依旧年年开,达埔镇的山风仍吹着老宅的屋檐。她站在讲台上,从十六岁姑娘变成孩子们眼里的“徐阿姨”。有人问她后悔吗?她笑着摇头:“孩子们把我的梦续上了——他们考上高中、念了大学,走出大山,这比什么都强。”

傍晚,她坐在院子里,看孩子们背着书包回家,山路上的影子拉得很长。月亮慢慢爬上山头,清辉洒在老宅院墙,也洒在她曾走过的小路上。她像山里的树,扎根这片土地,根须扎进泥土,枝叶伸向天空,为孩子们挡风雨,也撑起一片看得见远方的天。山月无言,却把她的故事,映在三尺讲台上,也映在每个被她照亮过的心里。

心灵驿站

清晨的风裹着寒意,像细沙打在脸上。我缩在公交站台的广告牌后等车,哈出的白气被风扯得四散,荒凉而逃。

不远处,身穿橙黄色工装的环卫阿姨正弯腰扫着路边的落叶。她握着扫帚的胳膊晒得黝黑,袖口卷得老高,露出半截小臂,在冷风中有点刺眼。

我忍不住走了过去,轻声提醒:“阿姨,天这么冷,把袖子放下来吧,小心着凉。”

阿姨直起身,用袖子抹了把额头的汗,笑着摆手:“不冷不冷,我正热着呢!”她说话时带着喘气,胸口微微起伏,扫帚上还沾着几片碎叶。我看着她额角的汗珠,又看了看路边光秃秃的树枝,实在没法把“热”和这10℃的天气联系起来,忍不住又劝:“可这天这么冷,现在热是干活累的,等歇下来就该冻着了,身体要紧啊。”

阿姨却只是重复:“没办法呀姑娘,袖子放下来碍事。”她边说边抡起扫帚,动作麻利地把落叶归拢到一起,卷着的袖口随着动作晃荡。我还想再说些什么,她已经推着保洁车走向下一段路,橙黄色的身影在冷风中像一团移动的暖光。

适度的暖意

■李爱萍

公交来了,我踏上车时回头望,阿姨正蹲下身捡花坛里的塑料袋,卷着的袖子依旧没放下来。我忽然想起小时候,外公在田里干活,再冷的天也总敞着衣襟,说一干活就热,劝他添衣时,他也是这样笑着摆手。那时不懂,只觉得外公固执,如今看着阿姨的背影,忽然就懂了——不是不冷,是肩上的活计容不得半点拖沓,卷起的袖口是为了更方便地握住工具,额角的汗珠是为了把街道扫得干净。

车窗外的风景向后退,10℃的风还在刮,但我心里却暖烘烘的。我没能劝动阿姨放下袖子,可那句提醒并非毫无意义。就像她弯腰清扫的每一片落叶,都像这清晨里互不相识的关心,都是微不足道的小事,却在这微凉的秋日里,拼凑出最真切的暖意。

或许我们总以为要改变些什么才算有意义,却忘了有些关心,只要说出口,就已经是一束光。就像此刻,公交广播报站的声音响起,我望着窗外渐渐远去的橙黄色身影,悄悄在心里说:希望她歇脚时,能有个避风的地方,喝口热乎水。希望这10℃的天,因了这句提醒而成为适度的暖意。

狮情画意

石湖水尾塔

■郭永尚

在泉州湾漫长的时光里,石湖水尾塔静静伫立,它是泉州湾的地理标识,镌刻着岁月更迭,承载多元文化,以独有的魅力串联起往昔、当下与未来。

石湖水尾塔始建于北宋政和末年,饱经风雨侵袭。明万历年间悉心修缮,重焕生机。它为石构建筑,通高3.5米,外观呈八角三层。底座由条石砌成八角形,由下至上,依次是覆莲瓣石、浮雕蟠螭鼓形石、仰莲瓣石和瓜形石。这些构件雕琢细腻,线条流畅,将实用与审美完美融合,展现出古代工匠精湛的技艺与独特的艺术审美。1975年重修增设八角形塔盖与葫芦刹,保存至今状态良好。1991年11月,石湖水尾塔被列为第一批市级文物保护单位。

石湖水尾塔构造精巧,地理位置得天独厚,坐落在泉州湾中部,洛江与晋江的入海口处。曾有宽阔澄澈的大水潭环绕,潭水与江水、海水呼应,构成独特水景。雾气弥漫时,“雾锁山头锁雾,天连水尾水连天”,山水天色交融,山峦隐现,潭水轮廓朦胧,塔影摇曳,宛如仙境,恰似一幅天然的水墨画,充满了诗意与美学意境。

不知何时起,晴空万里时,海面上不见水潭踪迹,澄澈水面阳光照耀下波光粼粼,微风拂过,涟漪层层,与湛蓝天空相映成趣。石湖水尾塔扎根于此,历经风雨,见证周边变迁,目睹者感慨自然与岁月的奇妙。

宋元时期,石湖水尾塔隐匿

于湖汉,在泉州港航运体系中至关重要。它静静伫立在泉州湾边,凭借醒目身姿穿透迷雾,为往来商船指引方向。满载丝绸、瓷器、茶叶的商船,在它的指引下于湖汉和港口间穿梭,推动物资流通,助力泉州贸易繁荣,声名远扬海外,成为中外交流中璀璨的文化象征,见证那段辉煌历史。

水象征财富,水尾是风水汇聚或消散的关键节点。石湖水尾塔建于水口,寄托当地百姓聚气招财、祈求平安昌盛的愿望。从风水堪舆角度看,它位置优越,似天然屏障,锁住流动水气场,让财运不随水而逝,体现了古人对自然环境和居住空间的独特文化理解,蕴含着人与自然和谐共生的美学智慧。

石湖水尾塔寓意聚气守财,是当地村民生活愿景的鲜明呈现。这不仅质朴的风水观念,更是村民世代传承的精神信仰,成为凝聚村民对美好生活向往的神圣象征,在岁月流转中给予人们心灵慰藉与力量。

石湖水尾塔不仅是一座建筑,更是历史与文化的深厚积淀。它如同永恒的守望者,静静诉说着泉州这片土地上的故事,等待更多人聆听、感悟,让这份珍贵的文化瑰宝继续闪耀光芒,启迪后人。



醉美田园 李荣鑫/摄