

新厨记

□ 陈岳

2003年，调到新单位工作，搬到新住址。新房子，厨房自然也是新的。至今，已有23年了，厨房也跟着“服役”了23年。

很喜欢这个厨房！新时，设施设备顺手好用，看起来也一派喜气洋洋。久了，熟悉了，更是处处“丝滑”。20多年，8000多天，平均每天炒4道菜，算下来这厨房里炒了有30000多道菜，不少嘞！

生命、生活、健康、享用——都是大话题，难讲，不讲。讲句老百姓的大实话：活着就得吃饭嘛。

偶尔花点心思，花点小钱，费点工夫，做一桌菜，请朋友、同事、同学……吃一餐“屋里的菜”，听几句夸赞。讲句实话，喜欢吃我做的菜的人，还是有一些的。一顿聚餐后，看着食友们红红的脸庞、歪歪的步履，说着醉醺醺的话语，作为主人兼主厨，心里嘛，当然是春意盎然的！

有时也问自己：做这个菜，做那个菜，费神又费力，看起来似乎蠢里蠢气。又一想：不蠢又能干什么呢！七老八十了，走，走别个不赢；讲，讲别个不过……只好自我打气：我自己做好吃的给自己吃！不逗你。

工欲善其事，必先利其器。已用了23年的厨房必须重新装修！于是，手指稍稍一点，刷走两个月的养老金，换回一个新厨房。

来装修的工人中，负责前期安装的工人实际上只有1人。只因厨房相对狭窄，人多操作不便。第二天，从早上7点半到晚上近10点钟，14个小时，这位师傅只用10分钟吃了一餐中餐（外卖）。师傅的辛苦换来了“新”厨房灯光亮丽、设备齐全，有几处还暗藏AI哩。

今天启用新厨房，头一道菜，风干鸡炒板栗，寓意：大吉大利！



窗畔拐枣

□ 朱忠达

办公室的窗外，像一幅流动的画，画里最恒久的景物，是一棵拐枣树。2006年，我搬入这幢新办公楼时，它就长在围墙外，挨着墙根，细细的枝干没让我们太留意。

真正跟它结下缘分，是2016年单位合并后。我的办公室从靠正门的行政办，搬到了紧邻围墙的党委办，这扇窗户，成了我跟它对话的渡口。在电脑前坐久了，脖颈发僵时，我会走到窗边，推开窗，抬眼看它的踪影。这时的它早已长得比围墙高出一大截，枝丫悄悄向窗边延伸，像是在主动和我亲近。

曾有负责环卫的师傅要砍掉它长在我们围墙内的部分，说落叶清理起来麻烦。我急忙拦住，语气里带着几分执拗：“院里绿色少，这树长在墙边多好，是难得的景致。”师傅拗不过我，这棵树才算保住枝繁叶茂。如今想来，那时的坚持，或许是冥冥中早已把它当作了窗畔的伙伴。

不记得是哪个清晨，推开门时忽然发现枝丫间挂满了细碎的果实，像一串串弯曲的玉坠。等果实快成熟时，我们忍不住摘了几颗尝鲜，入口是淡淡的甜，更多的是涩意。回家跟母亲说起，母亲笑着告诉我，拐枣要等下霜，冻过之后才会真正变甜。于是，我日日盼着霜降，盼着那满口的甜。等霜真的落了，再去看时，枝头的果实已所剩无几。后来才知道，应该是周末时，被同事或是围墙外的居民摘走了。

不甘心错过这份甜，我们学着网上视频里的法子，用拖把杆绑上扫把，做了个简易的摘果神器，踮着脚够到树上的几串。好不容易摘下来，塞进嘴里一咬，那甜顺着舌尖漫开，带着原始的清冽，是别处吃不到的滋味。那一刻，连制作神器时的笨拙，都成了难忘的乐趣。

2022年，我的办公室搬到了三楼。原以为要和它道别，没想到推开新办公室的窗，它竟也长到了三楼的高度，枝丫就贴在窗沿边，仿佛跟着我一起搬了上来。往后的日子，它仍是我忠诚的伙伴。工作累了，推开窗看看它摇曳的枝叶，烦躁便消散了大半；心里有不开心的事，对着它絮絮叨叨说几句，仿佛它都能听懂；晚上加班到深夜，窗外只有它的影子静静陪着我，昏黄的灯光洒在枝丫上，让人觉得格外安心。我还爱跟几个调到外单位去了的老同事念叨它，同他们说今年的拐枣又长了多少，邀他们等成熟了回来尝尝。

去年的拐枣长得格外繁盛，枝丫上挂满了沉甸甸的果实，压得枝条微微下垂。二楼的同事和我们三楼的，都忍不住摘了几颗尝鲜，大家笑着约定，等霜降后果实变甜了，再来一场“摘枣盛宴”。

可霜降后的第一个周一，我推开门的窗，却发现那棵拐枣树被人砍了。原本繁茂的枝丫荡然无存，只留下比围墙高不了多少的树干，光秃秃地立在那里，像一个被遗弃的孩子。风一吹，树干微微晃动，像是在呜咽。我的心猛地一揪，眼眶瞬间就红了，眼泪差点忍不住掉下来。

我不知道是谁下的手，不明白为什么要对它下如此狠手。它只是默默生长，默默开花结果，默默陪着我们走过了十几个春秋，从未妨碍过谁。同事见我难过，安慰我：“别太伤心，拐枣树生命力强，说不定还能再长出来。”听着同事的话，我的心才稍稍好受些，可目光落在那光秃秃的树干上，还是忍不住地疼。

那棵陪着我走过十几个春秋的拐枣树，变成了一截光秃秃的树干。可它曾带给我的安心和温暖，那些关于摘枣、盼枣的细碎时光，早已刻在了心里。我依然会每天推开门看看它，盼望着某一天，能看见一抹新绿，从树干上冒出来。我甚至开始数自己退休的日子，不知道在我离开这间办公室之前，还能不能再看到它枝繁叶茂的模样，还能不能再尝到它霜降后甜甜的果实。

小城年味

□ 朱诗慧

进了腊月二十，汝城的街巷便一天天窄了起来。

其实街还是那条街，巷还是那条巷，只是两边摊子往外铺，铺子里的货色往街心堆，人又一拨一拨往里涌，街面自然就窄了。卖春联的摊子支起来，红艳艳铺开一片，风一吹，哗啦啦响，像千万只蝴蝶扑扇着翅膀。写字的老师傅戴着老花镜，笔尖在红纸上走得稳稳当当，一个“福”字写完，抬头朝我笑笑：“回来过年啦？”那语气极平淡，像在说今早的霜很大，昨夜的炭火很旺。我点点头。他低头又去写下一个字。

在汝城上黄门老街，从永吉祥店铺飘出邓丽君那首悦耳的《小城故事》，“小城故事多，充满喜和乐，若是你到小城里，收获特别多……”卖豆包心的四合院铺子前排着队，煮豆包心的油锅冒着热气，糯米和红豆的甜香便沿着骑楼底下的石阶一级一级漫过来。阿婆夹了一个让我尝，烫得我在掌心颠来倒去。她笑：“细伢子，慢些。”其实我已不是细伢子了，鬓边早生了白发，可在她眼里，大约还是三十年前那个馋嘴的少年。

汝城的年，是从祠堂开始的。

腊月廿四，各家各户便忙着掸尘。竹竿绑上扫帚，伸到梁上，一年积下的灰尘便纷纷扬扬落下来，在斜斜照进天井的阳光里慢慢飘散。母亲站在堂屋中央，仰着头指挥：“左边，再左边些。”她的声音很轻，像怕惊动了什么。其实惊动了的——那些灰尘落下的样子，像极了多年前祖父还在时，他也是这样站在这里，眯着眼睛看梁上的燕子窝。如今燕子去了又来，祖父已经不在在了。

板鸭在屋檐下晒了一排。

阳光好的时候，鸭油一滴一滴往下坠，落在青石板上，涸开一小圈深色的印子。我小时候常蹲在那儿看，看油滴慢慢聚大，颤巍巍地，倏地掉下来。如今换了我侄儿蹲在那儿，仰着脖子，嘴巴微微张着。母亲说这鸭要晒足七个日头，晒到皮紧肉实，蒸出来才香。腊月廿九的晚上，她会切

一只鸭子，铺在饭面上蒸。饭熟时，鸭油的咸香渗进每一粒米，那顿饭我们总吃得特别慢。

除夕守岁，火盆里的炭烧得红彤彤的。炭是早准备好的，舅公上山烧的柞木炭，无烟，耐燃。外婆在火盆边煨着红薯，偶尔用火钳翻个身。电视里正在播放春晚，声音被调得很低，像背景里的雨声。炉火把每个人的脸映得红润，把墙上老钟的铜摆映得忽明忽暗。十一点多钟时，舅公忽然说起他儿时的一年除夕，那时他九岁，日本人的飞机从县城上空飞过，一家人躲在祠堂的供桌下，祖母捂住他的嘴，不让他哭出声。他说着说着笑起来，眼角的皱纹叠成很深很深的水波纹。火盆里的炭啪地爆开一粒火星，往上跳了跳，落在灰里，渐渐暗下去。

零点刚过，鞭炮声便从城东响到城西。不是齐发的，是这边歇了那边起，像接力棒似的。站在楼顶看，四下里的烟火此起彼伏，照亮了远山的轮廓。汝城是个盆地，四面山围着，那些光亮在山谷间回旋、碰撞，久久不散。我们这辈人习惯了用手机录下这一刻，而长辈们只是静静地看着，把这一刻存进眼睛里。

初一的清晨，街上反而安静了。昨夜的红纸屑铺了一地，风一吹，贴着地面沙沙地走。有早起的老人已经开了门，端着茶坐在门槛上，看偶尔走过的拜年人。他冲我点点头，他也冲他点点头，不需要说话。

沿溪走，水比往日清了许多，大概是年前清过淤。几个妇人蹲在埠头洗衣，棒槌起落，声音脆生生的，把水面的天光敲碎又聚拢。她们说笑着，声波顺着水面一直荡到对岸



去。对岸的老茶馆里，几个老人围坐打牌，面前的搪瓷缸子冒着微微热气。牌出得很慢，像这个县城的时钟，走得比别处要缓些。

初五过后，街上的人开始少下去。那些说着普通话回来的年轻人，又说着普通话走了。母亲往我行行李箱里塞了两只板鸭，两罐白毛茶，一袋豆包心，又往边角塞了几块她晒的红薯干。她塞得很用力，像要把整个汝城的年味都压实了，好让我带到远方慢慢吃。

通过网上预订，我乘坐的福城快车准点到达我居住的小区路旁。看到对面的少年膝上搁着个鼓囊囊的蛇皮袋，袋口露出半截没吃完的麻枣。他还在低头刷手机，屏幕上是一座我认得的石桥，桥下的水正映着正月十五的月亮。

车一到，我拎起行李放进车后备箱，上车坐稳后，回头时少年还坐在那儿，手机屏的微光照着他的脸。外面有人在放炮仗，零星的，像年临走时还不甘心的几声叮叮。

车开动时，远处山坳里还有炊烟。淡淡的，直直的，在黄昏的天色里，像谁用淡墨在宣纸上画的一笔。那烟下面，是汝城。

我的小城。

菌香漫过故乡的山

□ 陈昱

打开父亲寄过来的包裹，野山菌的香气扑鼻而来。许久没有吃过家乡的山珍了，赶紧清洗干净配上青椒炒上一盘大快朵颐。

一碗山间味，勾起思乡魂。

故乡的山，是湘南腹地常见的丘陵，不高，却连绵着望不到头的绿。松、杉、樟、栎，还有说不上名字的杂树，枝丫交错，织成一张浓密的网，把上方的天光滤得细碎。每年端午节前后，杨梅挂果时，一场场淅淅沥沥的夏雨过后，夹杂着初夏的热气，山林便像被唤醒的精灵，透着一股憋了许久的鲜活气。腐叶下的土地吸饱了雨水，在湿度与温度的完美催化下，野山菌争先恐后钻出腐叶，钻出苔藓，沾着泥土探出小脑袋。

这时节，各家的妇女孩子像是接到了山的信号，一个个挎上竹篮或水桶从山的边缘小路，摸进山林。不一会儿，隐匿的山林间，但闻人语响，不见采菌人。

在我的故乡有着这么一句俚语，家里生了女儿有吃不完的菌，家里若生了儿子便有吃不完的鱼，意思就是家里的儿女下河捞鱼、上山采菌都是一把好手。看到云南一带围山收费采菌子的新闻，人类采野山菌的乐趣看样子是相通的，我儿时便体验过无数次。

湘南的村落几乎都是依山傍水而建，靠村后背的山岭，我们称之为背山。背山是村子的守护神，是不允许砍伐树木的，甚至连到地面落叶回家都是禁止的。于是，厚厚的落叶积了半尺深，为野山菌提供了肥沃的土壤，背山是我们这些采蘑菇的小姑娘们常去光顾的地方。

我们深一脚浅一脚地穿梭在林间，眼睛像被磁石吸引，不持篮子的另外一只手顺势扒开落叶，可谓是，眼观六路、手扒八方，寸寸不离地逡巡着地面。久了，也摸出些门道，但凡地

面鼓起些微微的土包，或是腐叶堆里透着几分不一样的鼓包，抑或是松针下露出一星半点的菌盖红影、褐斑，十有八九藏着惊喜。不用费力气拨开落叶，蹲下身，便与那些鲜嫩的生命撞个满怀。遇到那成窝成片的菌子，那真的是撞大运了，手脚麻利地赶紧收入篮中，生怕同伴也凑过来。

那个时节的野山菌自是种类繁多，有的有名字，有的没名字，能不能吃常常靠长辈经验相传。有婆婆菇、绿豆菇、红菌、鸡枞菌、枞树菌、火弹菇、牛肝菌、紫皮条菌、丁草菇等。最常见的是枞树菌，奶黄色的伞盖，泛着微微的白，透着湿润的光，掰开伞盖还有白色的汁水迸出，这种菌子常常成片生长，一捡一大筐。婆婆菇在我看来味道最好，伞盖是浅褐色，常常长在附有青苔的斜坡处，捡拾起来很干净好收拾。其次是鸡枞菌，但是鸡枞菌这“高脚将军”很难寻觅，据说生长环境跟白蚁有关，生鲜时和瘦肉一起煮汤最是美味。我有个在景德镇上班的同事，在单位附近的山岭上标记了一个长鸡枞的地方，听着就很有意思。更有意思的是，某天，他骑电动车夜晚加班回来，在自家楼下居然发现了一朵超大的鸡枞菌，令我们这些在天津远观其朋友圈的人纷纷点赞。

盖大腿短的那种红菌具有药用价值，晒干之后价格不菲。淡红色白杆杆的不是真正的红菇，我们从来不采，估计这个就是大家说的“躺板板”的菌种。绿豆菇、红豆菇、白菇颜色漂亮，在我们村的背山常常能看到，一朵两朵颜色各异，没长开的像花苞，长开的像一把漂亮的小伞，三五步一朵，不规则生长，采起来特别有意思，菌子逐渐满筐的成就感即是由这“一个两个三四个”的累积而来。火弹菌通体通黑，成年后的火弹菌超大一朵，长在有板栗树生长的地面，跟着泥土喷涌而出。紫皮条菌、丁草菇个头较小，密密麻麻成片生长，伞柄细

细的，却透着一股子韧劲，像一根根粗针撑起落叶，在我们那儿常常是和着米粉弄成糊吃，味道也不错。

当然还有不能吃的野山菌，比如蛇菇。蛇菇和高脚菇长得很像，但是伞盖上有几个小白点，这种菌是绝对不能吃的。还有牛屎菌，像一枚枚长在地上的大蛋黄，我们常常像踢球一样，把它踢倒，然后看着黄色的粉烟四散开来。

待竹篮渐渐满起来，菌子的清香也愈发浓郁，我们拎着沉甸甸的篮子，裤脚沾着草屑和泥土，头发上落着松针，有时身上还混着雨水，结伴回家。

回到家中，迫不及待要享受这乡野滋味的鲜甜，便一头扎进厨房。将菌子先拣一遍，清理枯叶，然后挑选一部分倒在清水里，耐心地顺着菌褶的纹路，清洗每一处藏着的泥土和松针。

我们将洗净的菌子撕成小片，先就着蒜子清炒，再加水煮成滚烫的汤，出锅时撒上一把自家种的葱花。橘红色的火苗舔舐着锅底，锅里的汤咕嘟咕嘟地冒着泡，菌菇香混着姜葱的香气弥漫开来。晚风吹过，喝上一碗清甜鲜香的菌菇汤，成了记忆里最清晰的故乡味道。

吃不完的野山菌自然晒干，那时村里家家屋顶或门口水泥地的空坪，都晾晒着野山菌，五颜六色的。晒干之后的菌子价格翻了好几倍，可以吃到来年，用新鲜的青椒炒着吃，味道特别好，还可以炒血鸭时放些干菌同炒，更是佳肴。

年少时，那些放学后在山林野趣，无忧无虑采拾山野的乐趣是一场遥远的梦境。我这才恍然，故乡的菌子，从来都不只是菌子。它们是夏雨与落叶的私语，是山林与时光的馈赠，更是我们翻山越岭时，指尖触到的那份野趣与欢喜。野山菌，它是故乡的信使，是岁月的信物，是刻在骨髓里的，深深的眷恋。那漫过故乡山林的菌香，是最珍贵的乡愁。

以“重生”之力破苦难之局

——从王暖暖《重生》看人生困局的破题之道

□ 雷超

王暖暖（化名），1987年7月9日出生于江苏南京。2015年，28岁的她毅然辞职创业，巅峰之时，不仅在泰国拥有民宿与中餐厅，还在老家南京创办外贸公司，跻身价千万的女老板行列。然而2019年，震惊中泰两国的中国孕妇泰国坠崖案，让她一夜之间失去事业、家庭与健康。

2025年，王暖暖以此次坠崖后的亲身经历为蓝本著成纪实文学作品《重生》。书中记录了她历经丈夫谋杀、丧子之痛、事业崩塌、身受重伤等致命打击后，如何直面婚姻破裂与身心重创，打破职场断崖式困境，重拾生活信心，勇闯直播赛道，最终实现涅槃重生的艰难历程。

《重生》书写的不只是她个人的生死逆袭，更藏着应对人生突发苦难的底层逻辑，对现实生活颇具借鉴意义。

以读书蓄能为根，直面问题定方向

翻开王暖暖的《重生》，字里行间的通透表达与引经据典，将她多年读书积淀的人文底色展露无遗——这份学识并非浮于表面的装饰，而是支撑她闯过绝境的“隐形铠甲”，既给了她直面苦难的勇气，更锚定了她破局求生的方向。

当被丈夫推下悬崖、浑身骨折动弹不得，又面临“谋财害命”的生死困局时，多数人或许早已被恐惧吞噬，王暖暖却能凭借读书积累的理性与才学稳住心神：一方面，她拼尽全力向路人呼救，为后续救治争取关键时间，这份直面绝境的清醒，正是读书赋予的认知底气；另一方面，她懂“证据是维权根本”“法律是正义底线”，哪怕重伤在床，也清晰梳理思路，嘱托朋友录下丈夫口供，还依托过往积累的法律认知，快速对接

泰国警方与专业力量，避免在慌乱中迷失求生方向。

以破局能力为刃，劈开困厄觅微光

面对突发困难，仅靠直面的勇气与底气远远不够，精准找方法、主动破僵局的能力，才是走出绝境的核心支撑，如同锋利刀刃，能在密不透风的困局中劈开缺口。在维权、复健与转型的关键节点，王暖暖尽显破局智慧。

维权阶段，她不被动等待正义降临，而是借朋友之力固定丈夫口供、靠泰国警方与医院筑牢安全防线，让凶手无从辩驳、难逃制裁；复健遇阻时，她摒弃单一康复路径，转战健身房，借助退役运动员宋智超的专业知识制订科学计划，最终实现从“站不起来”到“正常走路”的突破；康复后，她更没有沉溺于失去泰国业务的悲伤，而是主动观察国内市场趋势，跳出熟悉的跨国贸易领域，探索电商直播新赛道，用行动打破外界“无法独立生活”的预判，还成功斩获2024凤凰网主播红人盛典“年度重生力量主播奖”。

以心态重生为魂，历经颠沛再立身

真实的人生并非非黑即白，既要承受伤痛，又要努力生存；既要与命运抗争，又要为生计奔波，学会调整心态，与苦难和解，才是重塑自我的关键，因为真正的绝境绝非处境，而是心境。

王暖暖虽经生死之劫、丈夫背叛之痛，却未被仇恨与自卑困住：复健时，哪怕剧痛钻心仍咬牙坚持，绝不放弃自己；直播初期，面对“靠卖惨赚钱”“炒冷饭”等质疑与恶意指责，她不陷于自我否定，反而以积极乐观的态度接纳过往，传递“重生”力量，感染了无数人。

罗曼·罗兰曾说：“这个世界上只有一种真正的英雄主义，那就是认清生活的真相并且仍然热爱它。”突发苦难或许会打乱人生节奏，却无法决定最终走向——生命的可贵不在于永不坠落，而是每次跌倒后都能带着更完整的自己重新站起来。正如王暖暖的“重生”故事所印证的：苦难从不是人生的终点，而是重塑自我的起点。

福地郴州（歌词）

□ 雷志雄

青山记得，高举火把的臂膀；
半条被子，暖透岁月的风霜；
竹棚的灯火，点燃过多少倔强？
裕后街的辣香，叫醒胃肠。
福地郴州，苏仙岭上望，望你的源远流长！

挥别昨天，披一身蓬勃朝阳；
一缕春风，催开了漫野芬芳；
电池之都，汗水淬出金色光芒；
追光的人啊，把黎明种进家乡的土壤。
福地郴州，苏仙岭上望，望你的有色华章！

东江漫雾，撑篙点破云水流淌；
石门吐瑞，霞客惊叹血脉深藏；
山谷风起，染翠了湘昆的腔，
腔音绕江，流成我心头的回响。
福地郴州，苏仙岭上望，望你如龙，跃出东江！

哎……远方的你可来访？

半条被子，暖了人间，
一半是情，一半是念。
苏仙岭的月，照进东江的船，
船歌悠悠，你可听见……

