

F 非常感受  
eichangganshou

# 在厨房中,寻人生的道理

□陈吟

我喜欢做饭是被我妈“勾引”的。

我学做饭,我妈在旁边指导。葱姜放入锅,一声响亮的“嗞啦”后,我妈指着锅里的西红柿碎块说:“翻炒一下,让它们在油里打几个滚儿,然后你看看吧,西红柿的魂儿就没了。这时再放水,汤才有味儿。”

我目瞪口呆:“天啊,西红柿也有灵魂吗?”我妈一脸正色说:“当然。”

做炳面时,我妈又说:“炳了锅放豆角,得多炒会儿,让豆角倒倒性。”我拎着铲子愣了:“这菜不仅有魂儿,还有性格?”我妈说:“你看,那豆角‘愣头愣脑’的,就像你弟弟,不炒透了,哪能吃?得千翻万滚后,才能成熟。等豆角烧好了,柔软成舞娘的腰肢,跟粉成一团儿的土豆抱在一起,个中滋味已浸润在其中。吃到嘴里,太香了!”

那年我弟高考失利,终日摆着一张冷脸,吃完饭往床上一躺,枕头压在肚皮上,一副桀骜难驯的样子。直到现在,一炒豆角,我就想起我弟当年那副愣头愣脑的模样。

家里买回半盆三寸长的小鱼,我一看就大叫:“这长着尖牙的鱼咋收拾呀?”我妈挽起袖子,边收拾边教我:“小鱼有小鱼的收拾法。这

脑袋一揪,连内脏也拽出来了。大拇指顺势一挑,鱼鳞纷纷飞起,水中一涮,干净了。收拾好的小鱼不用煎,炳锅后直接入锅,各种调料一应俱

全地全部放好,醋多点,盖上锅盖小火炳上俩小时,香气飘满半条街。打开锅盖,撒上一把香菜末儿……这时候夹起一条小鱼放嘴里,入口即化,就着玉米面饼子,那叫一个美。”

那天,小鱼上桌,一家人大快朵颐时,我妈忽然说:“咱都做好自己的事,剩下的就交给火候吧。你弟会慢慢好起来的。”

忘了我弟到底是什么时候发生了变化的,只记得工作后,他干得风生水起。多少年后,当我读到那句“治大国,若烹小鲜”时,不禁恍然大悟,和我妈一说,她笑着说:“道理是一样的。”

最爱吃我妈做的炸茄盒——大气粗犷接地气,比起饭店里更有家庭的味道。挑个圆而大的嫩茄子,切成片,然后用小刀从一头在顶端拉一道深口,就成了一个半圆的小口袋。我

妈发话

了:“不能急,现在的茄子是心高气傲的公主,动一动就会给你个‘鱼死网破’。”果然,她手指头稍稍一戳,茄子片就破了个洞。

“那咋办呀?”我看着我妈。“用盐呀。只消把盐在茄子片上一抹,静候十来分钟,盘子里便有了一汪汁水。原来藐视一切的‘公主’,脾气也渐渐柔软着偃旗息鼓了。膨胀减半,韧性立马显现出来——这时候,任你往它肚子里塞满馅。那装满了馅的茄盒,像即将临盆的小鱼,在蛋糊里打一个滚,放在油锅里滋啦啦一煎,转眼就成了外焦里嫩的美食。”

蓦然明白了,什么叫修炼,怎么才能做一个内心通透、精神饱满、灵魂丰盈的人:不经过千淘万洗,不在盐里火里油里翻滚几回、慢火里煎熬数次,你根本体会不到人生况味。

没有体验,没有艰难,那就不是完满的人生。



R 人生感悟  
renshengganwu

## 在小事上找寄托

□杨德振

一个熟人对我说:“生活太平淡了,枯燥无聊。”我知道,他40岁前努力打拼,积攒了厚实的家底,40岁后便退出生意场,过起逍遥自在的“退休”生活。刚开始,他很享受这种生活,可没闲几年,便厌倦了这种慵懒散漫的日子,感觉苦闷无聊,不知该如何打发时间。

我劝他,不要再无所事事地过日子,最好回归社会生活,找一份力所能及的工作,如果不想被上班时间束缚,可以捡回原先的生意继续做。再者,也可以找些服务大众的公益性质的工作,有事可做,精气神儿都会提升。

生活中有些人,工作一累就想清闲,等闲下来了,又觉空虚,生活乏味,不知该做什么。其实,选择了什么样的生活方式,就要有为那种生活方式“埋单”的准备。

无论是工作,还是退休,人都需要有精神寄托,需要把日子过充实,整天无所事事,空虚无聊,人反而容易无精打采。如果想生活不单一、不枯燥,那就换种积极的活法。我的经验是,可以从生活小事入手,找寄托,寻乐趣,并且培养一两种兴趣爱好,让生活充实与丰富。

在小事上找寄托、寻乐趣,无非就是在平常琐碎的事情上找到快乐的因子,找到适合自己的兴趣爱好。

可以改变心态,例如,在做

饭菜时,不要认为这是重复无聊的家务,而是把做饭菜当成是烹饪艺术来追求,花心思做出美味佳肴,而不是只求吃饱。静心品味自己的美食成果,大家吃过你做的饭菜也都叫好,那种辛苦之后收获的成就感和愉悦之情一定能赶走你的空虚无聊;再比如,你看书读报,不要认为只是在消磨时光,而是在阅读中寻找与自己精神契合或共情的人,看到别人曾与自己有一段相似的人生经历,为别人的故事欢喜忧愁,感同身受,让自己沉浸书中,获得感悟,这样你还会感觉“时间难以打发”吗?

可以培养兴趣爱好,这是人生丰盈的一个重要因素。如果你觉得业余生活太乏味,说明你还没有找到自己的兴趣爱好,那么,你现在就可以试着开始培养,从生活小事中找寻兴趣所在,然后持之以恒地坚持下来,最好能找到志趣相投的人。工作时有奔赴,闲暇时有寄托,生活自然会绚丽多彩、别开生面,绝对不会抱怨“无聊”了。

人生大事不会时时都有,不太可能寄托我们全部的生活乐趣,也不太可能无限填充我们空闲的时间。生活中有许许多多的小事,懂得在一些不起眼的事情、细节上寻找精神寄托,寻找亮点,以获得更丰盈的人生,这种意识与情趣就显得十分重,这是生活的一种智慧。

## 山东省散文学会 牡丹晚报 2022散文大赛征稿启事

为繁荣散文创作,进一步提高广大文学爱好者的创作热情,汇聚、挖掘散文创作人才,即日起,山东省散文学会、牡丹晚报联合开展2022散文大赛作品征集活动,欢迎广大文学爱好者踊跃投稿,优秀作品将陆续在牡丹晚报文学副刊及新媒体平台刊登。活动结束后,主办单位将组织专家评委评选出各类获奖作品若干件,并给予

奖励。

### 投稿要求:

一、作品内容健康向上,有昂扬的时代精神和较强的艺术性和感染力。

二、篇幅力求精短,字数一般不超过3000字,尤其欢迎精致短文。

三、所有应征作品须为原创首发,严禁剽窃抄袭。

四、稿件一律通过电子邮件投送,投稿邮箱:mdwb09@sina.

com,请在邮件主题中注明“散文大赛应征稿件”字样,并在电邮文档中注明作者通讯地址、邮编、电话等联系方式及个人简介(山东省散文学会会员投稿请注明会员编号)。

五、征稿时间:2022年3月10日至12月31日。

山东省散文学会

牡丹晚报

2022年3月10日

