

贪得一池荷 静待心花开

□殷海平

最近晨跑的时候，我总喜欢围着湖、塘、河、溪……多绕几圈。那里的荷花开了，带着清新、脱俗、美丽与可爱。我喜欢用手机拍下那些盛开的热闹。绿叶衬着红花，感觉荷花总是最脱俗。有粉有白，是渐变的色彩；有淡雅的香气，如同十五六岁少女的样子，裙摆摇曳着青春气息，让人喜欢不已。一个老头在池子的西南角，固定好三角架，镜头对着一朵含苞待放的荷花，晃来转去。我围着池子已跑了七八圈，他还在。我终不忍住凑上前，笑着问：“大哥，你这是在拍荷花吗？”他兴致勃勃地点头称是，同时告诉我：“我在等它盛开。”

“那得等多久？” “大概一个小时吧！”老头儿淡定地抱着手臂，慢条斯理地回我。怕我不信，他移步到单反相机前，调出前面录过的一段——荷花一点一点打开花瓣的样子。原来我在网络上，常看到的这种唯美的慢镜头画面，是真的可以这样拍出来的，并非什么后期制作。每日晨跑的我，常常在跑道上得到别人的一声“加油”和竖起的大拇指。今天，我毫不犹豫地就把这些都给了这位摄影老头。荷花很美，等待它开花的过程，也更能修身养性吧。他看我感兴趣，连忙引我看向旁边的一朵荷花，喜滋滋地说：“像这朵，用不了半小时就会开。”我不敢相信地连声称奇。小时候母亲常说术业有专攻，如果你拥有一门手艺，这辈子至少是有碗饭吃的。那时我不以为然，感觉自己有手有脚，哪能活活饿死？但一路摸家前行，我才明白没有“手艺”的人，会在快节奏的压力中，更容易变得焦虑。我只想随着有一步登天的梯，却不曾想可以如此慢下来，去静待一朵荷花的盛开。

繁茂的夏，绿色遮蔽了大多数在春季曾灿烂过的花，只有荷花仍自顾自地盛放在高温之下。我是羡慕它的，静养在水中的凉爽，是何等的神仙风姿，总有这么湿润、从容的美。那几日，我的晨跑路线，必定是陪着这片荷塘绕圈子。贪得一池荷，汗水或疲惫、焦虑、委屈，全都在其间化为淡淡的微笑。慢下来等……它盛开的每一朵都是惊喜，且是人间值得。

“多音”征文 岭南米粉“重塑”我胃 □井国宁

我对于广东米粉的所有认知，源于十多年前东莞长安镇那个夜市摊，是由一份炒河粉开局的。喧闹异常的夜市，处于小镇某处拐角。漫步至此的我，显然被煤气、铁锅与食物之间在物理化学作用下产生的气味所吸引，竟无法挪动脚步。店家见有人在摊前停下脚步，忙抬头问我：“想吃点啥？”说实话，这还是我到长安后第一次单独出门。我看着摊点玻璃罩下面各色蔬菜与米粉，一时不知道究竟该如何选择。我生怕店家看出我的窘迫，便指着玻璃罩下那形如面条的食物，说：“炒这个，少点辣椒。”店家照我的要求炒出来，放进打包盒后，装好袋子，递给我。付了钱，我拿着打包好的食物，回了宿舍。邻铺的同事见我打开包装，笑说我刚来就喜欢上广东宵夜了？我笑了笑，说感觉有点饿，就随便弄了份炒面回来垫垫肚子。同事一听就笑了，说这哪里是炒面，这是广东的河粉。他的样子虽然看起来跟我老家的面条很像，但口感和味道，根本不同。我先是一愣，赶紧用筷子夹起来尝尝，等到炒河粉入口口中，进到肚子里时，我才发觉，它明显比柔软和爽滑，与面条的韧性口感的确截然不同。我一边吃着炒河粉，一边尴尬地自我辩解：“夜市摊那里

光线不怎么明亮，我还以为这是我们老家的面条呢。不过这炒河粉，感觉还是很不错。”同事见我有些尴尬，没有再发出笑声，倒是给我推荐起广东的米粉和河粉，据说都很不错。自那以后，我发觉自己原本钟情于面条和包子的肠胃，竟然对盛行于岭南之地的河粉与米粉，也情有独钟。无论是三丝炒米粉，还是干炒牛河，或者只是普通饭店里一些肉片或鸡蛋炒出来的米粉或者河粉，我的肠胃都已一一鉴定为“来自异乡的美味”。其后在广东生活的十余年里，各式各样的米粉、河粉、肠粉，曾以不同形态和味道占据着我的味蕾。有时候我甚至怀疑，这些味道可能已重塑了我对于面粉制品的记忆。多年后我身处关中大地时，仍会时不时地惦念着这一众美食的滋味。我可能只是岭南那座城市的一个过客，但记忆深处的味道，早已让我将它视为第二故乡。炒米粉也好，汤河粉也罢，抑或石磨拉布粉，时不时就会突然间跳出记忆，呼唤着我，引领着我，去重新回味。

《“多音”征文》栏目欢迎投稿。稿件要求具有纪实性，以散文随笔为主，紧扣岭南文化。投稿请发至邮箱：hd-js@ycwb.com，并以“多音”征文为邮件主题，个人信息请提供电话、身份证号码。

你多吃点 我少吃点

□仇士鹏

放假回家，我发现父亲又没有做菜，桌上只有一盘炸日的剩菜。明显看出它被微波炉热过不止一次了。土豆一次次地失水，心力交瘁地蔫了，甚至开始变焦。父亲倒不在意，把饭倒进去，加上他自己泡的茶，和菜混在一起，搅拌成一碗“黑暗料理”，咕嘟咕嘟地就进肚里。

“你平时多买点菜吃啊，这样下去身子迟早要出问题的。”我忍不住劝道。父亲用手抹了抹嘴：“菜买回来不用做的吗？我平时都一个人，也吃不了多少，早上煮一锅稀饭就可以吃两天，中午炒一盘土豆也能吃上两三天。”他颇有炫耀的意味。我没有多说什么，不然他肯定会绕到“省钱都是为你以后用”的命题上。而我对这着实有些百口难辩的窘迫。

当然，父亲不想做饭也有身体的原因。从去年开始，他就得了疝气，不能久站，过几分钟就要坐下来歇一歇。虽然已经动过手术，但还在恢复期，走起路来依旧力不从心。所以他并不想在厨房前站太久。况且，在他的观念里，从不存在膳食营养的字眼。他也没有口腹之欲，那为什么要受罪给自己多做一道菜呢？

不过，我回来了。第一天，我就去超市大采购，认识的和不认识的菜，提了满满三大袋，满身大汗地拎回家。父亲大惊失色，道：“你买那么多东西回来干什么啊。总共两个人，也吃不完，这不瞎砸钱吗？”他把菜逐一翻看着，不住地抱怨：“你这是瞎买呀。你也不吃茄子，买回来干什么，现在拿着小票回去能不能退掉？”

“我不吃茄子，你吃啊，每次酒席上你不经常夹茄子吃吗？”我说。父亲不吭声，像翻罪证一样继续掏：“你买这猪蹄干嘛？” “这也是给你买的，做过手术后就应该吃点猪蹄。”

父亲把菜整理好，塞到空荡荡的冰箱，还是忍不住念叨：“这次就算了，下次绝对不要买了，浪费啊。”

“把这些都吃进肚子里，就不浪费了。”我不以为然，还有些兴奋。对于父亲这种省吃俭用、不肯买菜的性格，先斩后奏是唯一制胜之道。这一步棋，我觉得走对了。

想起年少的时候，父亲经常对正在长个子的我说：“你多吃一点，我少吃一点。”那时，我并不知道在外干体力活的他需要多少的能量去弥补消耗，我只会闷着头把碗边的肉大口大口吞下去。当时，家里已经形成了每天只做一盘菜的传统，肉食全给我吃了后，父亲则靠大团的米饭和土豆饱腹。可能就是如此，他在岁月中对身体的亏欠太多，如今各种病痛时不时就在他身上冒头，比如疝气，就是由劳累过度引发的。

我无法改变父亲节俭的习惯。但如今我陪着他的时候，我也尽可能地让他多吃一点，而我少吃一点——虽然这在他用一辈子为我所做的一切事面前，显得如此微不足道。

大美中国 天台山石梁印象

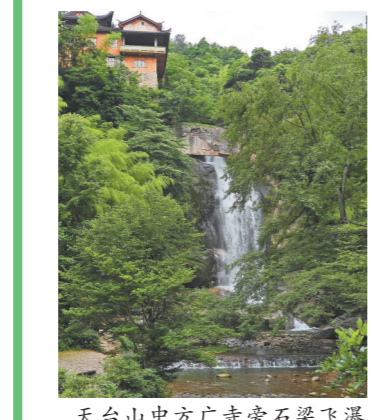
□文/图 施用和

从天台县城到天台山石梁景区有20余公里。我们早上从国清寺旁的农家旅社出发，开着车沿盘山公路一直走，经过眠山村，就到了石梁镇的石桥山。石梁景区面积不过6.5平方公里，却是天台山风景名胜区和“浙东唐诗之路”的精华所在。

沿景区入口旁的盘山小路循溪而下，一路上山峦滴翠，奇峰突兀，怪石嶙峋，步移景异，美不胜收。溪流在茂林掩映下，时缓时急，急如漱玉，缓似柔丝。偶有潭水或深或浅，其中一处“应真沐浴潭”，传说是五百罗汉沐浴修行之处。还有“犀牛望月”“老僧入定”“千年睡狮”“万年龟象”等谷中景点，无不让人遐想。

天台山属于典型的花岗岩山丘地貌，由穹窿状花岗岩体风化剥蚀后形成。我在此又学到一个地质新名词：壶穴。据介绍，这里的“铜壶景观，就属于‘壶穴’。这里的花岗岩体因构造断裂，形成巨大峭壁，同时伴生一些局部的小型环状节理，在长年累月的水流冲刷下，就形成了腹大口小的壶形瀑布。瀑水泻落壶中，会回旋打转，然后从形似壶嘴的岩隙中喷出，注入深潭，形成一泓碧潭，宛若古代计时工具“铜壶滴漏”，故而得名。在此小坐观瀑，十分惬意。

景点入口处还有一对楹联，上书“怪来烟雨落晴天，



天台山中方广寺旁石梁飞瀑

元是海风吹瀑布”，正是眼前写照。这是唐代诗人皮日休《寄题天台国清寺齐梁体》的最后两句诗来作为诗跋。

在此小铜壶瀑布相距百余米处，见到一方天然巨石与人工篆刻结合而成的“大印”。印体长约6米，印面边长约4米，分量十足。据说这是目前国内最大的“石印”，现正准备申报“中国吉尼斯”纪录呢。

经应真沐浴潭和徐露客观瀑亭下过小桥，眼前豁然开朗。山麓红墙古寺旁，一天然石梁横架半空，一瀑三折穿梁底飞泻，那就是该景区得以成名的石梁飞瀑和方广寺了。

我们来时，适逢雨后，穿梁而过的瀑水势如奔马游龙，声若惊雷，古人有“冰雪三千丈，风雷十二时”之句来形容其壮观。石梁上诸多石刻，可惜幽暗背光，加之字体古奥，不易辨认。据说附近还有摩崖石刻达30多处，可惜未能一一细览。

石梁飞瀑旁的方广寺是佛教天台宗著名寺院，原有上、中、下三寺。不过，我们现在只看到中方广寺和下方广寺，据说上方广寺已毁于1977年的一场大火。虽闻有国清寺僧联系当地有关部门，想重建上方广寺。但不知何故，一直未能动工，唯众多遗址荒弃于乱草丛中。

据说日本佛教的天台宗，也是发源于天台山石梁的古方广寺，而今日本寺院之建筑格调，在此处亦可见一斑。我们入得寺时，但见红叶如火，塔幢森然，人声寂寂，一犬惬意懒卧庭院回廊间，殿堂门侧还有经义典籍供信众自行取阅。曲径通幽间，真让人流连忘返。

得出寺来，再请看导图，我们竟然仍有不少景点未去，颇有遗憾。然知足者常乐，留待下次再访，说不定还会另有新发现与惊喜呢。



下方广寺庭院园林有唐代遗风



金溪流水相伴「法华晨光」巨印



「第一奇观」摩崖石刻亦甚为可观

《大美中国》栏目欢迎投稿。稿件要求以纪实性的图片为主，紧扣“大美中国”主题，内容不限，可人可景可物。投稿请发至邮箱：ywdmzq@163.com，并请以“大美中国”为邮件标题，同时提供个人信息包括联系电话、身份证号码。

彩票开奖公告栏

开奖时间：2021年7月17日

Table with lottery results for Super Lotto (超级大乐透) and other games, including prize categories and amounts.

全国销售量(超级大乐透): 301662622元 807325943.55元奖金滚入下期奖池。本期兑奖截止日为2021年9月15日,逾期作弃奖处理。

Table with lottery results for 3D (排列3) and other games, including prize categories and amounts.

Table with lottery results for 36选7 (排列3) and other games, including prize categories and amounts.

Table with lottery results for Good Luck (好彩1) and other games, including prize categories and amounts.

寻觅广东百岁老人长寿的秘密 49

□月同

过去的事不要去想

每个人都有属于自己的光芒。人生有苦有乐,有得有失,但总有人能笑对人生,忘忧向上,聚集正能量。

云浮云安区都杨镇桔坡村的百岁老人黎雪梅,住在一所有些年头的旧院子里,院子的门口种着一棵高大的龙眼树。身材高大、五官端正的老人身穿一件花棉袄,头戴一顶深色线织帽子,脚穿一双老式的解放鞋,正悠然地坐在一把木制躺椅上。我们围着黎雪梅老人坐下,聊起天来。她有两个儿子、三个女儿,现在已是四世同堂。老人如今由二儿子照顾。她儿子告诉我们,母亲一天三顿饭,每顿都能吃一小碗米饭:“她耳朵不是太好,身体还可以。腰有点毛病,下雨或天气转凉时会疼,那是年轻时落下的病根。”

村里人人都说黎雪梅年轻时是干农活的一把好手,还当过生产队长。村干部说,老人在80多岁的时候还种柑橘呢。我们问老人家最远去过哪里,老人面带自豪地说,最远到过广州,去过好多次呢。有一次她还在那玩过七八天,因为有个远房亲戚在广州。儿子认为,母亲长寿的原因可能是性格比较豪爽:“她做人做事比较大气,干脆利落,不后悔,不婆婆妈妈,不开心的事不去提,过去的事不去想。”但老人说:“活得太长寿,会给家里人添麻烦。”我们笑着安慰她:“好好生活,您还可以再到广州去玩,看广州有没有变化,和以前是不是一样。”听了这话,老人又高兴起来,连连点头。



老人小资料

姓名:黎雪梅 性别:女 出生年月:1920年11月 民族:汉族 户口登记地:云浮云安区都杨镇桔坡村 受教育程度:小学 是否识字:识字 探访时间:2020年12月24日