

宁波虾皮

□徐永清

我从小就知道宁波的虾皮，也喜欢吃。宁波不仅景物优美，海产品也极为丰富。那时节，我有个亲戚在宁波跑供销，偶或到我们扬州出差，每次来，他总要带些当地的土特产。记忆最为深刻的，便是黄鱼与虾皮。

在我少年时代，国家还未实行改革开放。那时候，人们的收入普遍较少，食品也极度匮乏。设身处地着想，这些海货是相当稀有、金贵的。那些黄鱼，平日里只许看看，饱饱眼福，那是专门留着过年一大家享用的美味。至于虾皮，日常可以解解馋。那些虾皮，通常是做菜的时候放一点点，仅是一小勺的量，用于提提味，增增鲜，解解馋。其实，那个年代，百姓们嘴里寡淡，肚里油水又少，况且，我们这孩子正处于生长发育阶段，那茁壮的身体如同春笋样疯长，需要大量食物与营养的供给。试想，平日里做菜的一点点虾皮，又怎能填饱我们饥饿而无底的需求？于是，今天一小把，隔天一小撮，没有多久，那些虾皮全都进入我们的肚皮。

由于少年的那段经历，及长，我对宁波的虾皮颇有好感，偏爱有加。自成家立业以来，每每做菜，我总喜欢放点虾皮，用于提升菜肴的质量，用于回味往日的幸福。虾皮做菜，可多可少，随心顺意。做菜之际，有时是一勺，虽是浅尝辄止、点到为止，倒也起到点缀跳色之妙用；偶或也是一大把，为了痛快尽兴。因为酷爱，这小小的虾皮，却成了我们家雷打不动的常客。我的女儿戏谑道：这虾皮是我们家“常住人口”。

就宁波的虾皮来说，若论个头，大小适宜，整齐划一，就像仪仗队一样令人入眼，叫人喜爱。且是没有任何杂物，清清爽爽，干干净净。若论虾皮的色泽，白为底色，红为装点；白里透着红，红里现着白；是天然然的、真真实实的、本本真真的原色，令人踏实放心。抓把闻闻，没有任何异味，有的只是纯正的虾味、正宗的海味，是正大光明的大海的气味。品评之际，这虾皮，皮中有肉，肉外带皮，牙齿有弹弹的快感，味蕾亦有鲜美的爱抚。回味之际，美如神仙。

我曾长期从事宣传与采编工作，由于职业的关系，加之又喜欢旅行，我基本跑遍了中国，也享用过各地的虾皮。若论偏爱，首推宁波。归结理由：一来，它的质量确实是好，肯定要坚大拥护；二则，亦有先入为主的因素，少年味蕾的记忆最深刻；三则，扬州、宁波同属长三角，有着广义的乡谊情结，关键是它还凝聚了一段浓厚的亲情。生活中，随你是评奖也好，招聘也好，评聘也罢，在水平相同的前提下，评委们或多或少地要带有个人的情感喜好，这是不争的事实，仅是个人成分的多少而已。

您还别小瞧这小小的虾皮，它在美食领域的运用极为广泛，热菜、凉菜、烧汤、面点、煮粥……均可添加，它几乎适合所有的美味。虾皮入饌，不仅提味增鲜，更能提升美食的质量。其实，这小小的虾皮，就像中药之中的甘草、红枣，更像扑克牌“搬蛋”的那两张特定牌，属于“逢人配”。有位大名鼎鼎的美食家言说，虾皮入饌，只有您想不到的，没有虾皮做不到的。一时兴起，上网搜索，乖乖！用虾皮烹制的菜肴着实不少，竟然多达百余种。这也充分说明虾皮的受众之广，受欢迎程度之深。

虾皮不仅好吃，还含有丰富的蛋白质和矿物质，尤其是钙的含量极高，有着“钙库”之美誉；再者，虾皮中具有的虾青素，其保健功效，更是令人称道。我有个文友冯先生，也酷喜宁波的虾皮。不过冯先生别出心裁，他喜欢把虾皮研磨成粉，当作天然的调味料，借以取代味精与鸡精。这个举措实在是好，既是看得见摸得着的真材实料，又价廉物美，更为让人踏实放心。此等举措，值得借鉴与推广。毛泽东同志曾说：“坚持数年，必有好处。”此话的原意虽是指的读书，推而广之，只要是好的习惯，坚持数年，同样必有好处。由于冯先生喜食虾粉，又能长期坚持，故而备受虾钙的悉心呵护。现如今，虽说七十开外，仍是腰板挺直硬朗，不卑不亢；两脚坚实有力，行走如风。在此，为宁波的虾皮点个大大的赞。

征稿启事

本报《采风》版是业界人士的一块文学园地，为了让这块园地更加“春色满园”，我们特向您征集关于出版文化、读书生活等题材的原创新作，以及诗词、摄影、书法、绘画等各类文艺作品。

投稿邮箱：
zbs404406@163.com

栖迟礼门以乐饥

□邓可

礼门乡处在福建省宁德市周宁县的海拔最高点，在这片被时任中共宁德地委书记的习近平赞为“山海交融，风景独特”的闽东地带，礼门可以说是“靠山吃山唱山歌”的代表。倘若福建给人的印象大多是碧海银滩的沿海风情，或是壁立千仞的武夷风光，那么进入礼门就像揭开了福建的另一重面纱，它那深厚绵延的文化根脉、幽深险峻的高山茂林、善良质朴的人文底蕴，都让人印象深刻。

“礼门”二字来自《孟子·万章下》：“夫义，路也；礼，门也。惟君子能由是路出入是门也。”意思是义作为途径，礼则为大门，惟有君子才能沿着这条途径进出此大门。孟子在此谈的是待客之道，即需以礼为门接待君子。一个藏之高山的小小乡镇，竟有如此意蕴深厚的名字，让人不得不刮目相看。

事实上，礼门乡也确实是一方文化富矿。为此地取名“礼门”的清朝进士魏敬中，就是礼门魏氏后裔。他一生勤勉治学，以一人之力完成《福建通志》总纂之任，被誉为“福建太史公”。而礼门魏氏的先祖，则是唐朝的一代名相魏徵。为纪念这位廉洁公正、犯颜直谏的先祖，礼门举乡贤之力建造了魏徵纪念馆，馆内的碑林长廊设有100多面以廉政爱国为主题的书法作品，还陈设了民俗历史的展图浮雕，共同筑牢当地的精神家园。

礼门不仅有克己守礼的名人，还有以礼行义的传统。在仕本村，“三年一贡、唐宫走礼”的祭祖习俗相传源于唐末岳王入闽，仪式上礼生身着唐装，依照唐代宫廷流传下来的“双蝴蝶”“剪刀剪”“平丈”“二四拜”等方式进行走礼，既展现了中国千年的



礼乐情结，又将“仁”“义”“礼”“和”等文化内涵注入当下生活。

走进礼门，不仅是走入礼仪之门，更是走进一片别有洞天的自然之门。离礼门主村不远的滴水岩，依高山，拥平湖，峻岩叠嶂，周围布有七洞、八景、九奇石，被誉为“八闽首景”。进入滴水岩洞，但见数道岩泉自崖巅飞泻而下，犹如一道结界，以屏滚滚红尘。进入洞口，只见一座建于明代的古刹静立其中，上饰斗拱藻井，内设庄严宝相，身处其间，但觉耳目一清，一洗凡尘。故魏敬中诗曰：“隐现楼台缥缈岑，滴珠帘下洞门深。天开石壁群灵会，路转溪桥独客寻。化境自然归杖履，好山大半占禅林。水流花放人间外，一洗尘缘万古心。”



蜂·花 欧阳铭泽 摄

达观

□路来森

达观，“百度汉语”解释为：对事物（多指不如意的事）看得开。如生性达观。亦解释为：泛指畅通，谓心胸开朗，见解通达。

其实，我倒更愿意把它简单地解释为：通达、乐观。

张中行在《红楼日影》中写道：“大抵赵荫堂说过，杨炳晨是天生的圣人，因为他有憋气；周作人是修养的圣人，如他的别号，是知且智。”可见，圣人是有“天生”和“修养”两种的，类而比之，“达观”亦是如此。

天生的“达观”，是性情使然。有的人生来就性格开朗，性情豁达，不拘小节，不计微末，对一切，都看得开，捨得起，放得下。蝇头小利，不屑一顾；个人恩怨，一笑置之；困难挫折，迎难而上；凡事，看大不看小、看远不看近，总是先人后己，最起码，也是利人利己，绝不会做损人利己的事。

这样的人，观其外貌，恂恂然，有“憋气”，常被一些人友好地戏称为“没心没肺”。实则，这正是此等人的真性、真情所在，他们仍然保有一颗赤子之心，心中一颗明月，朗照现实乾坤，故到达观。

但毕竟，生而“达观”的人少；更多的人，其“达观”，则是后天修养的结果。而且，这种后天修养的“达观”，还可分为两种类型：一是被动修养的“达观”；二是主动修养的“达观”。

旅美作家张宗子先生曾在一篇文章中如此写道：“达观起于失望后的认命，因此，达观最初是被动的。”“失望后的认命”，“失望”是有一个过程的，这个过程，经历了挫折、磨难、失败，也经历了精神和心灵的淘洗，而且，对一些人来说，这种“挫折、磨难、失败”，还有可能是一而再再而三的，因之，就只好“认命”了。“认命”也并非逆来顺受，而是接受经验、教训，就一定程度上“看开了”，看开了也就“达观”了。

相对于被动修养的“达观”，主动修养的“达观”更为重要，也是更多的人修身养性，需要切实践行之的。

前面我们说“达观”，可简单理解为“通达、乐观”。这里面：通达是前提，乐观是结果。因为通达，所以乐观。

因之，修养的“达观”，最重要的一点，就是要使自己“通达”，而且，关键点还在一个“通”字上。“通”什么？通于知识，通于人情世故。

“通”于知识，就是要多读书。古人说“读书在于明理”，多读书，读好书，读书越多，懂得的道理就越多，古今中外，知识汪洋如海，一切豁然心中，然后融会贯通，转化为自己的“生命素养”，于是，你就能高屋建瓴，你就能高瞻远瞩，你就能兼收并蓄、包容一切。如此，能不“达观”乎？

“通”于人情世故。人情世故，不能简单地理解为人事关系，它应当包括法律法规、礼仪制度、社会人事关系等诸多方面。明白了法律法规，你才能做事“从心所欲，不逾矩”；明白了“礼仪制度”，你才能进退有据，仪态端庄；懂得了如何处理“社会人事”关系，你才能于细节处彰显出个人的风采。如此，水到渠成，“达观”就自然了。

张宗子还说过这样一句话：“当达观成为一种生活态度时，我们看到的更多是哲学，而不是实际的人。”

当然，“实际的人”还是存在的，毕竟，“达观”是实际的人的达观，只是“当达观成为一种生活态度时”，“达观”就已然具备了哲学的高度，而形而上的哲学高度，则能更好地指导实际的人生。

性情“达观”，是一种生命修养的高度，看得开、看得透，是胸怀，是境界，它理应也必须为人生、社会提供正能量，否则，就不是“达观”，而是圆滑、世故了。

■嫣然思语

乌兰察布草原走笔(组诗)

□赵玉亮

白云飘在头顶上

穹庐之下
白云压得很低很低
就像一块块轻拂的柔纱
飘在头顶上

草原展开无边无际的绿
露珠踩着叶片上下跳荡
羊儿匆匆吃草如波浪滚动
牛儿卧在草丛互相舔舐静静反刍时光
马儿跃上高处昂首打出一串响鼻
径直射向遥远的前方

一行游人走过来
它们不惊也不慌
依然且吃且行
慢慢享受着大自然馈赠的
鲜美玉食和琼浆

雄鹰携来风和雨

这空中之王
猛地扇动翅膀
满天白云一下拉开大网

风 就呼呼地刮
雨 就哗哗地下
一道闪电
一声炸雷
顿时
天地相接浑然茫茫

当满天倾盆大雨冲洗过后
草原陡然清新鲜艳
露出一副更加楚楚动人的模样

蒙古包鲜花般怒放

一座一座圆圆的蒙古包
宛若一朵一朵洁白的鲜花
在草原上怒放

白天
日辉在毡房上闪耀
黑夜
月光在毡房下辉映
风雨霜雪里
更是豪情满怀 神采飞扬
快马又加鞭
奋力向前追赶梦想

水草一片比一片繁茂
牛羊一群比一群肥壮
欢乐 在这里翩然起舞
幸福 在这里纵情歌唱
坚定的信仰 在这里世世传递
古朴的民风 在这里代代发扬
把心中的向往和憧憬
盛成人间最美丽的天堂