

中国人的餐桌上,最管用的是米饭:“依以为我是白吃饭的?”最不值钱的也是米饭,宁波人待客套话“小菜没‘搞’”(宁波方言:没有),饭要吃饱”,好像米饭很低贱,吃了不心疼。明明请客吃菜,都自卑地说:“请依吃饭。”饭店里,米饭往往免费的。

米饭中,粥更不值钱!上海人有句俚语:“黑心吃白粥”,贬损“竹篮打水一场空”的贪婪行为。这里的白粥等于“清零”!旧时代的上海,施舍行为,人称“开粥店”,施舍内容往往是粥。一碗米饭,可以膨胀出十碗粥,这叫“蓬蓬大”,相当于爆米花。唠唠叨叨,上海人谓之“饭泡粥”。

恢复高考时,我还在烧大炉,尚未满师,师傅知道我准备考大学,忍不住用故事启发我:“吾们辣块(苏北方言:辣块即那里)秀才多得不得了,施主施舍秀才一碗粥,要求先做首诗,秀才望着碗内粥,感叹:‘一碗清汤薄悠悠……鼻子底下两条沟,照见先生在里头。’”用苏北方言念叨最后两句,特别滑爽,极富韵味。

粥,是糟践人的。但我还是喜欢熬粥喝。粥,必须是大米,同时是新米,陈货湿度挥发,黏度极差,不易起稠,入水易碎,粒是粒,汤是汤。汤汤水水稠不密,充其量脱水的米汤水,不是粥。

什么叫新米?刚脱卸稻壳的米,粒粒饱满,油性大,隐隐然泛光,饱含湿度。刚褪壳的米,哪怕过了三个月,还是像新米一样。稻壳是最好的保鲜膜,好比女人夜间保湿膜,木乃伊的千年裹尸布。刚脱壳的米熬粥,特别出汁起稠。

每天起早,第一件事就是淘米,水深见底即可盖上盖,上灶旺火烧,然后刷牙、洗脸、上厕所,一个轮次回来,粥要“潜”了,此时必须候在粥旁,锅盖被顶起——潜前刹那间,揭盖。千万不能潜出来,最上一层的米汁最稠,是精华,相当于热牛奶的一层翳,稍凉起皱。这一层溢出来,香递减,稠变薄,粥,就寡味了,只剩下裹米粥。

开锅后就是熬的阶段,火要小到若有若无之间,这叫鬼火熬粥。锅盖下搁一根筷子,隔开盖与锅,之间缝隙太大,蒸汽挥发太多,粥太稠密,黏糊糊的一团,只能忍着吃,不能嘴唇套着碗边吮着喝;缝隙太狭,易潜,粥汁就不稠了。此时必须候在一旁,熬粥的口诀:“宁可人候粥,不可粥等人。”一个熬字,需要时间耐心,在

不厌其烦,如同闺蜜之间电话里聊天,谓之煲粥。作与粥,沪语中同音。上海女人作,上海男人挫:“噢,伊是开粥店的,是‘粥天粥地’的老板娘。”这样的女人,又被称作“女‘作’家”。跪搓板是家暴,“作”是细巧活:针尖戳耳朵,是在依的“视野里”刷存在感。它是坏习惯,不是坏事体。

书呆子候粥,最好灶旁背外语单词,背一个,看一次,保证稠而不糊。如果看母语书,极力推荐:数学家写的经济学,看不下去看粥;或者看微信段子,半分钟一笑。极力反对看小说,尤其侦探推理小说,在

此场景下熬的粥,往往只配送牢饭。我喜欢熬粥写随笔,结果“有理三扁担,无理扁担三”,写一句看一次,有一句无一句,越写越长,终于明白了什么叫随笔。我的随笔,就这样熬成了饭泡粥。

到了粥面起稠,尤其稠得像捂了一层薄毯,锅底的热量蹿不破粥面,于是顶起,鼓泡,咕嘟、咕嘟,鬼火顶粥,一层层往上涌,如趵突泉的涌泉,前赴后继,攀城般要潜出来了。此时的米,一粒粒松散瘫痪,在锅里不再翻滚,而是黏糊糊地翻不动了,粥好了!浸在半腰深的一盆冷水里,稍凉,舀一勺,稠稠的,一粒粒粘连牵扯,一粒粒碎玉状,半透明、亮晶晶。此时的米:一粒粒绽开,一粒粒爆裂,一粒粒绽而不断,被稠稠地托起,沉淀不坠,米,粥状化了。

粥的粘稠度,可以吮为佳。佐菜?咸蛋可,皮蛋可,酱瓜也可,吃腻了可以伴以糖,搅匀了也是难以释怀的;再不,光棍喝白粥,

粥稠米香,足以醉人。幼时隔壁苏北大妈大嗓门吼道:“不吃不吃三大碗,偷着摸着又是三大碗!”凡是被坏话褒奖的,都是俏冤家。每年稻黄蟹肥时节,新米下来后,我总是囤一箩带壳新米——稻谷,每月初春二十斤。英雄不问出处,只要是新米,什么东北五常,松江一号,只要刚脱壳,立夏前的都是新米,都能起稠。我对新米的理解逻辑:青春是美丽的,新米是好吃的。

早上的粥,到了中午,有些蓝莹莹。再用微火烘焙,味道不输于头潜粥。早中两餐,我是顿顿喝粥,直到暮春三月,米虫肉肉地诞生,新米终于撑不住了,就像新娘子生了孩子,就不能再叫新娘子了。

有一种美丽叫善良,这是人性范畴的核心之美,无关地位、财富,关乎的是你内心是否有一盏灯,而这盏灯是否愿意为他人点亮。常有一些见诸媒体的、不寻常的善举让我为之动容,但很多时候,行善只需从点滴做起,勿以善小而不为,勿以恶小而为之。日常生活中,予人以帮助、关爱,或只是举手之劳,便可直指人心最柔软的一面,给人以温暖、希望和力量。凡人善举为这个社会构建了一道美丽风景,并在潜移默化中对人的精神起了正向的引领作用。

咸肉菜饭店小小一幕,也彰显了善之美:十五元一客菜饭一碗骨头汤。一农汉子只要了一碗饭和清汤,估计能省几元钱。同桌一位六十多岁女士看在眼里,若有所思。她对中年汉子说:“师傅,我有高血压,不能吃肉,你能不能帮我把这骨头啃了。”又补充说:“我还没吃,是干净的。”还没等对方反应过来,女士就把骨头尽数夹到农民工碗里。中年汉子似乎突然明白了,轻声说了声:“谢谢!”我想,女士不伤害别人自尊的善举,让这个身在异乡的农民工在任何时候想起来,心里都会有一股暖流。

至善至美传递的力量是无穷的。闵行区有位七十多岁的膝关节患者,慕名来到上海第十人民医院找李国东主任手

术,因为她知道李医生医术高超并拒收红包。但她认为总得买点什么给团队人员意思意思。但一进病房,了解到他们什么也不会收,包括锦旗。这位患者无比感动,康复后随即向贫困地区一名品学兼优的特困学生捐了两千元。她说,比起李医生我这点算得了什么?何况我有养老金,稍加节约,可能让那孩子派上用场。

无独有偶,我小区一位退休先生,凡是志愿者行动,无论清洁社区卫生、马路值勤等,他都积极参加。酷暑汗流浹背,寒冬腰疼感冒,他都坚持到底。然而,在去年底,他把仅有的一点志愿者津贴,并加足一千元,也捐给了贫困地区的学生。知情者对他说:“你自己并不富裕,身体也不佳,何必呢?何况穷人多着呢!”他说,这是我应该做的,并且今年还赚了额外钱,我们的生活毕竟比他们好得多。

与善同行,美无处不在。卢梭认为:善良的行为有一种好处,就是使人的灵魂变得高尚了,并且使它可以做出更美好的行动。但这不是一朝一夕的心血来潮,而是天长地久的旷达自然。它是心灵之舟扬帆远航的悠远纯美;是远离功利的善在辽阔草原的信马由缰。善是人类社会正能量的基石,至善才能至美,我愿意为这个世界因善良而美丽,去身体力行。那么,你呢?

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男



智慧快餐

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

郑辛遥

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

以柔克刚,稻柴可缚硬柴,硬柴不可缚稻柴。

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

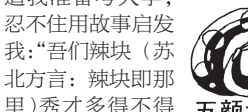
亚男

有一种美丽叫善良

亚男

有一种美丽叫善良

亚男



五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

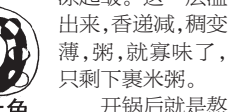
五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色

五颜六色



七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会

七夕会