

妈妈牌豆腐乳

□王文英

立冬过后，母亲就开始做豆腐乳了。豆腐乳，有的地方叫霉豆腐。

“妈妈牌豆腐乳有没有？”闺蜜中午发来信息。下午，杭州表妹也来预订了。宁波的好友金仙每年也都要问这一句——她和我一样，爱豆腐乳爱到极致。

豆腐乳咸、辣、鲜、香，我和金仙一样，一餐缺少就觉得口中寡淡无味。一玻璃瓶豆腐乳，固定放在餐桌上，早餐吃，午餐吃，晚餐吃。吃完一瓶，冰箱里又拿出一瓶。每次出门旅游，行李箱里必带一瓶，吃饭时一上桌就被一抢而空。母亲做再多的豆腐乳，我到最后还是会“断粮”，两茬接不上的时候，只能买“桂香婆”勉强替代。

我上初中时，住宿在学校，隔段时间回家带米带菜，咸菜、腌菜，偶尔会有豆腐干，经常陪伴的是一罐豆腐乳。高中三年亦如此。带到学校的菜，一吃就是一两个星期，别的菜吃到要长毛，只有豆腐乳不怕，怎么放都不会坏。铝饭盒里，新蒸的白米饭，上面涂一层豆腐乳，红红的很下饭。都说再好吃的东西也架不住天天吃，现在我闻到咸菜的气味就会反胃，可唯独没有厌倦豆腐乳。

我们家只有我一人爱吃豆腐乳。外婆是做豆腐乳的高手，心灵手巧的母亲继承了这一手艺。水豆腐要做得老一点，压实一点，风干后，切成小方块；在架空的蒸笼里垫上干净的稻草，豆腐就安放在上面，加上盖子，天气冷时，还要加盖旧棉袄；把蒸笼放在阁楼上，静静地等豆腐发霉。

等到雪白的豆腐变成了霉灰色，长长的白毛如霜如雪，美艳无比！第一次看到，被吓一跳：这东西能吃吗？母亲却

像个专家一样自豪地说：冬至前后，毛长得特别长，豆腐乳就会结皮。然后母亲把长了白毛的豆腐块在辣椒粉里滚一滚，等它们全身沾满红的辣椒粉的盐巴后，再小心翼翼地码进瓦罐。

豆腐和豆腐之间要留有缝隙，不能挤不能压，轻轻放下，有时候看起来一瓶不够满，也不能削足适履，得保留豆腐方块的完整性，在瓶外看要有点“架空”的松感，让每一块豆腐都自由又放松，等着辣椒和盐慢慢渗透慢慢入味。松是一种心态，心态一松，韵味就来了。

豆腐块码好后，母亲又往瓦罐里倒进黄酒和油。油是山茶油，烧热后放凉。这次母亲打算把紫苏根和香椿枝叶熬成汤代替黄酒，她说估计会更香。最后，母亲把瓦罐口子密封，在背光阴凉的柜子里安静地放置着，等着豆腐在瓦罐里继续发酵——注意，不许惊扰。

豆腐被香香的油和酒浸泡着，包围着，滋润着。我的口水在瓦罐外发酵。

“老妈，豆腐乳可以吃了么？”几次想打开盖子尝尝看，都被母亲制止。她总是不急不慢地微笑回答：“快了快了，等一星期就能吃了。”

如今，瓦罐已换成玻璃瓶。又是漫长的一周后，终于看到“熟透”的柔软的豆腐乳，在红色的汤汁中绽放。我也心花怒放，迫不及待地启封，霉豆腐的香味和着浓香的酒味，扑鼻而来。夹一点送到口中，软软的咸鲜香味带着辣味在舌尖绽放。人间至味，就是这个滋味！

豆腐乳放个一年半载毫无问题，是农村必备的家常小菜，可以配粥，可以下饭，半块豆腐乳可以下一大碗白米饭。豆腐乳吃完后，剩下的汤汁，可以拌面条拌粉干吃，总之是一点都不会浪费的。

我没见过爷爷，但父亲总说爷爷喝酒时，就从瓦罐里夹一块豆腐乳放在小碟子上，伸出筷子尖蘸一点，送到口中细细品尝。一块豆腐乳，爷爷要配好几顿酒。他品尝豆腐乳的神情，快活似神仙。

跑步路上

□丁佳莹

像往常一样，中午十二点，我在健身房门口系紧鞋带。

河边的路是熟悉的。从公司后门出发，穿过一小片竹林，就上了余杭塘河的绿道。冬天午后的阳光薄薄地铺在路面上，风里有湿润的泥土气味和隐约的腊梅香——那些淡黄色的花苞还紧闭着，要再冷上几天才会打开。玉兰树的枝梢已经鼓起毛茸茸的芽，像无数支小小的笔尖朝向天空。

配速控制在每公里7分左右。这是属于我的“甜区”——不快不慢，呼吸平稳，脚步自己找到节奏。在这个速度下，世界呈现出清晰的样貌。绿道边的紫金港学子们来往穿梭，河水流动时泛起细碎的波纹，对面跑来一个熟悉的面孔，互相招呼一声，点头，微笑，擦肩而过。

我想起2014年的西湖。那时我们刚成立跑团，几个人，在夜晚的湖边笨拙地迈开步子。马拉松对大多数人还是个陌生的词。我们跑过断桥，跑过苏堤，梧桐树叶在路灯下闪着光。谁也不懂什么配速策略，只是跑，跑到衬衫湿透贴在背上。后来一起报了杭马，居然都完成了。奖牌在胸前晃动时发出沉闷的响声，像在确认某种真实。

公司搬到西溪后，路线变了，人也有些变动。但跑步这件事还在继续。像一条平缓的河，河水自顾自地流着。

我完成过两次半程马拉松。第一次在镇海九龙湖，春天天下着小雨；第二次在杭州，秋日干燥的阳光里。每个月仍会制定训练计划：周二间歇跑，周四节奏跑，周日长距离。这些数字和路线图填满手机软件里的日历格，像另一种形式的工作排期表。

跑步确实是工作。需要规划，需要执行，需要在不想动的时候说服自己出门。但也是和工作完全不同的东西——这里没有KPI，没有进度汇报，唯一的评判者是身体和路面接触时那一瞬间的感觉。累就是累，轻松就是轻松，做不了假。

现在手腕上戴着的表会记录一切：心率、步频、触地时间。回家后数据同步到云端，算法会给出建议：“下次可以尝试增加百分之五的跑量”“最大摄氧量较上周提升零点三”，科学而精确。但我更喜欢跑步时关掉所有提示音，只听自己的呼吸和脚步声。那些数字最终都会消散，只有身体记得。

河面变宽了。已经跑过最熟悉的那段路，前面是一座石桥。几个同事正在职工之家门口做拉伸，朝我挥手。我调整呼吸，在2026年1月终于决定开始跑步，完成了第一个5km。

跑步终究是“自己”的运动。无论身边有多少人同跑，最终是自己的呼吸、自己的心跳、自己的肌肉在完成每一次推进。但知道不远处有同样在跑步的人——在河边，在桥上，在同样的时间里做着同样单纯的事——这份“自己”，便成了可以承受的，甚至令人安心的东西。

风从背后推来，配速自然地快了几秒。路过那片腊梅时，终于有一朵半开了，香气突然清晰起来。春天还远，但已经在路上了。

我调整呼吸，前方公司的玻璃幕墙在阳光下反着光，像一条银色的河。同事们三三两两地出现在绿道上，有的刚出发，有的已在回程。我们交错，点头，继续各自的路线。

跑步继续，工作继续。中午这一小时，我们都在路上。这就很好。

年味的回忆

□齐振松

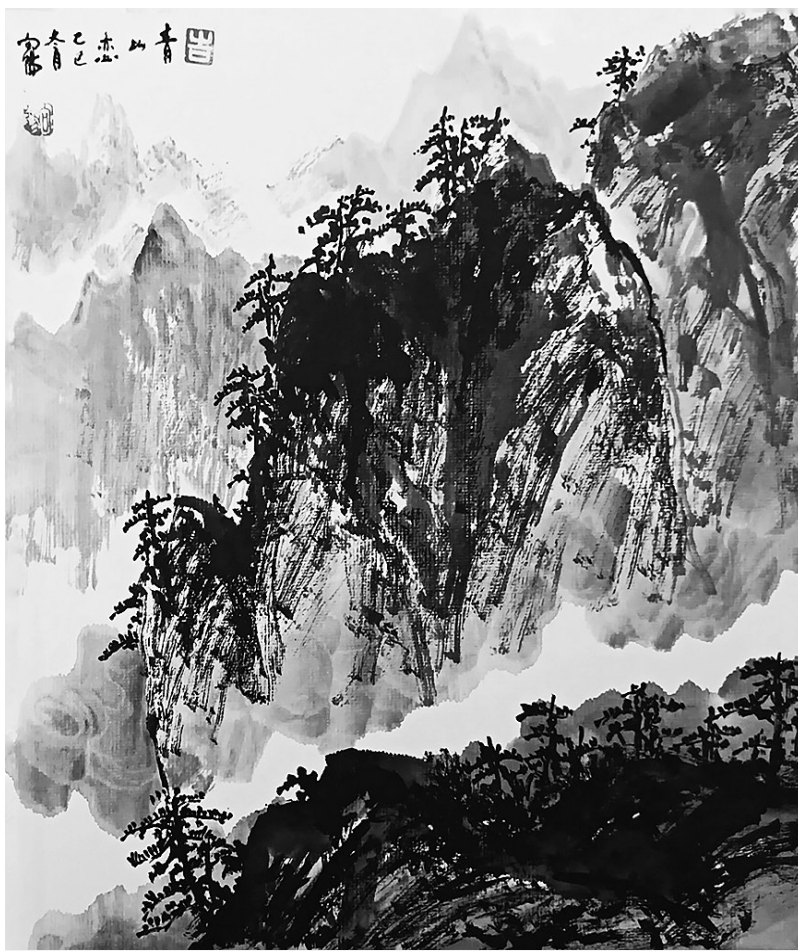
故乡的年味，是父母用一生喂养出来的。

小时候，每逢腊月，村中便弥漫着浓浓的年意。父母养了两头猪，一头猪要卖钱贴补家用，另一头就是留到除夕前宰杀，让我们兄妹几人吃上一顿真正的“年猪肉”。母亲总说：“外面买的肉没滋味，咱们自家养的，吃的是玉米番薯，喝的是山泉水，香得很！”她说话时眼角带笑，手上则一刻不停歇——剁菜、烧水、喂猪、扫圈，一天又一天。

父亲七十多岁时，仍扛得起百斤重担。我带着妻儿从城里回到山村老家，刚进村口，远远就看见父亲挑着一担沉甸甸的番薯归来，脊背弯如弓，脚步也不大灵便，汗水浸透了他的旧棉袄。一见到我们，他立刻放下担子，脸上绽开笑容：“回来啦？快进屋歇着，今天杀猪，有肉吃！”那一担番薯，是他亲手种在山坡上，要给猪吃的。

每次过年回老家，我和妻子总会带上些城里买的补品、糕点、烟酒，想着让二老高兴高兴。可母亲每次接过，嘴上总是念叨：“又乱花钱！”话虽责备，眼里却是藏不住的欢喜。而我们要带走的，才是真正的“年货”：母亲亲手腌制的腊肉，油光红亮，又给我们带上一挂鲜肉；刚宰杀的土鸡用稻草捆好；竹篮里装满了温热的土鸡蛋和清晨采摘的青菜……每一样都是他们熬夜操劳的成果。那包包沉甸甸的食材，哪里只是食物，那是父母掏空心窝子给我们的爱。我曾几度想着接父母来城里住，但他们仍喜欢在村里守着“根”。

如今，我也是退休老人了，年货依然年年采办，种类越来越多，包装越来越精美。每当除夕夜灯火通明，一家人围坐团圆，桌上菜肴丰盛，我总会挂念起二老，想起他们站在村口盼望着我，想起他们唤我进屋喝茶，想起母亲在厨房里忙碌的身影，想起父亲挑担归来的样貌。桌上的佳肴，也幻作那咸香四溢的腊肉、肥美醇厚的土鸡和沾着晨露与泥土的气息的新鲜蔬菜。



青山恋

□叶向阳

灵山听风

□鲁云龙

山是有呼吸的。那呼吸，便是风。

我的故乡蜷伏在闽浙赣交界处，被层叠的群山紧紧搂在怀中。对于在山里长大的我来说，从小便习得用全身的感官去阅读风——耳朵捕捉风声，鼻子辨析风味，指尖体验风感。

而灵山的风，敛去了旷野的粗野，余下竹叶的冷冽，与花岗岩在日光曝晒后散发的温存，款款而至，与这片天地达成了无言的契约。

在上饶城北十八公里处，灵山安然横卧。古籍尊其为“信之镇山”，道家则奉为“天下第三十三福地”。从我老家院坝的晾衣绳间望去，总能望见它那被云雾缭绕的、朦胧的剪影，感觉灵山就在家门口不远处。

一年前我买了一架无人机，它载着我的视线飞临上空，这才识得灵山真面目。那是一条蜿蜒磅礴的巨龙，在亿万年前开始盘踞，她的呼吸就是云雾，鳞片就是山林，领域就是周围连绵的细小群山，与横峰乃至更辽远的山脊筋骨相连，共同撑起了这方天地的

脊梁。

十多年前，我与三五同事沿着未经斧凿的野径奋力攀爬。那时，登山是一场对筋骨严峻的考验，没有像样的路，甚至不能称为路。我们一路披荆斩棘，意识全然被陡峭的石阶与急促的喘息占据。而如今造访，则因索道与平整游步道的介入，变成了一次前所未有的体验。

脚步是静的，心也是静的。从山脚登上缆车，身躯便被稳稳托举，匀速攀升，宛若御风而行。过去攀登，目光被局限在脚下，盯着周遭的植被，不停地喘气，只想尽快登顶，完成一场身体的煎熬；如今，却得了大自在，有种超然物外，空中临帖的洒脱。在泼墨写意之间，从容地将整幅山色纳入心怀。

初冬的阳光，只留下明净而通透的光线，像温润的琥珀，将整座山温柔地包裹。我想起夏天时，带儿子去平潭岛度假，对于第一次去海边的孩子来说，大海充满着神秘，每当海浪款款袭来，泡在里面，都是一次快意的凉爽。缆车冲入云中，山谷里吹来的狂风，让车厢晃动着，阳光、云海环绕四周，又何尝不是一次云海冲浪？

随着高度攀升，视野愈发恢弘。回身望去，停车场、塔吊都缩成微小的方格，仿佛方寸之间都可用手掌握。我知道，真正的伟力，是眼前这连绵的山脉，一种沉静而磅礴

的气势，无声地浸润过来，是她赋予了山顶上的人拥有了仙力，可以看清世间万物。

天是洗过的蓝，几缕白云不着痕迹，更显天宇高远。这索道，宛如一条文明的脐带，巧妙联结了现代的便利与古老的幽深。我想，古时的隐士与香客，若见得此番便利，或许会羡慕这份从容。他们以双脚丈量出的虔诚，我们以机械之力代劳；我们所寻求的，或许不再是苦修后的顿悟，而是于明媚光影中，偷得浮生半日闲的安宁。

及至山脊的一处观景台，游人往来，皆因这山顶“封侯”的吉讖而兴致盎然。从这里登顶，还需要徒步走完最后一段通往封侯亭的石阶。步道旁的松枝上，挂满了红彤彤祈福牌，在风中不停地摇摆，凛冽的山风，吹打在脸上，精神为之一振。“无人扶我青云志，我自踏雪至山巅。”此刻，万山如海，天地开阔，尘世的阴霾一扫而空。静静伫立，聆听这灵山之上最灵动的声音——那风，掠过群山，拂过松针，其声清越，其意悠长。

下山时分，夕阳将天空染成温暖的橘色，山体在暮色中愈发沉静。归途中，我闭上眼，眼前是老家的山、黄源的水，那是一片明亮的山色。

