



# 会呼吸的番薯干

□应辉景

冬至已过，冷空气却有点姗姗来迟。周末，接到萍儿电话的时候，阳光正暖。她在那头笑得像一片美味的番薯干：“给你留了一袋大坪山的货，再不来，我就自己啃光了。”我应和着直奔路口，像赴一场少年时的约。

大坪山海拔不高，背风向阳。去前，萍儿曾带我实地探访过一番。萍儿婆家就在半山腰，屋前一条狭长土埂，横着晾番薯干的竹排。黑褐色竹排上卧着橙黄色番薯干，似一幅色彩鲜明的田园画卷，又以大自然精心布置的静物陈列。一下车，就隐约闻到番薯天然的甜丝丝味。片状的番薯干排得紧密，像一枚枚古旧铜币。萍儿递给我一块晾干的，指尖触到略有沙砾感，她说那是霜风留下的粗粳，裹着糖分渗出的软甜。入口轻咬有点韧，嚼两下，甜味漫上来；再嚼，甜香环绕唇齿间，仿佛把人一下子拉回到儿时画面。

小的时候，冬天的风像一把齿齿梳子，从山脊一路梳到屋瓦，把云层梳得稀薄，把阳光吹得透亮。这样的日子，外婆总要抬头望天，嘴里念着一句老掉牙的农谚：“霜降见霜，米谷满仓；立冬见晴，番薯成糖。”她说的是晒番薯干具备的好天色。

晴，要晴得干净；冷，要冷得干脆。只有这两样凑在一起，番薯才干得快，收得拢，藏得住。

深秋，外婆会把刚挖的番薯带泥储藏放置一段时间。等到初冬，她就把番薯拣出来，个头均匀的，无疤无眼的，挑出来放在一边，作为晒番薯干的上乘精品。她用心洗、煮、切、晒。乡间老屋旁，有一块长长青石板，那是专门用来洗番薯的地方。邻里们都喜欢将番薯放在上面清洗，久而久之，青石板也仿佛被染上了一层淡淡的红晕。外婆总是嫌我手嫩，叫我不要添乱了。等洗好满满一大筐，灶膛里柴火已开始噼啪作响，火星跳到外婆脚背，她也不躲，只顾翻锅里的番薯。蒸汽裹着甜香，把脸庞蒙得湿透，门外寒风钻进来，像一条银鱼，游走在满屋甜味里。

番薯煮熟透，露出奶黄内瓤，皮一捋就掉。外婆用刀给片成一指厚的片，每片都带着一点弧度，像一弯月牙。她动作

娴熟，刀尖抵着砧板，一旁的我总是小心翼翼把切好的番薯片轻轻码到竹排上，像摆一盘刚出炉的月亮。

竹排被抬到屋前空地的长凳上，那是最向阳的地方。日头刚升，光就一瓢清水似的倾泻下来，番薯片被照得半透，脉络清晰。外婆喜欢用纱布罩住，防鸟也防猫。我和伙伴们负责“守晒”，任务是将被风吹开的纱布边角重新压好。当然，我们一边守护，也一边偷着吃。还未晒干的，嚼起来没韧劲，但甜味依旧。这偷吃的幸福，是最好的味道。

午后起了霜风，天空澄澈。风把水分一点点卷走，也把甜味一点点浓缩。傍晚，外婆把半干的番薯片收回，放在竹篮里。夜里气温骤降，次日霜重。冷天气像一位冷面糖匠，用细碎的冰晶把番薯片再腌一遍。如此反复三日，番薯片缩成番薯干，边缘微卷，表面结出一层淡淡的白霜。外婆用手指一捏，硬中带软，

便知道成了。她装罐时，总要在罐口留一条缝，说让“日头气”散一散，否则容易发霉。这时唇齿间的番薯干，甜里带着霜的冷，像把一个冬天含在舌尖。

后来的冬天，我几乎每到一个地方，特别是古村落，都会特意去搜寻番薯干的踪影。现在，超市也有各种番薯干，真空包装的，散称的，都有。我买来吃过，甜得直白，明显少了那一缕霜风与日晒纠缠后的干脆。

晚上，我索性把萍儿送的整袋番薯干都倒出来，在灯光下排成一排，像重摆当年那一筐“月亮”。我拿起一片，对着灯影照，里头的纤维像叶脉，像河流，也像掌纹。

我仿佛听见远处半山腰里，那一排排番薯干正悄悄呼吸。这番薯干，把一段饱满的日子，通过日晒、霜冻、风干，压缩成一枚小小的记忆芯片。等到每个冬天，让我们情不自禁想起。



繁花

□顾玲竹

## 晨光里的太极课

□王文英

“咕咕——咕咕——”野鸽子在窗外叫起来了，一声接一声，不急不缓，像个守时的更夫。我一下子醒透，摸过手机一看：五点二十分，竟比闹钟还准。

穿衣，洗漱，吃一枚白水煮蛋，饮半杯温吞的豆浆，最后换上那双已经穿软了的太极鞋，推门出去，天还没亮透，晨风一下子灌进袖管，清凉得像井水，偶有栗树的果实“啪嗒”跌落。骑电动车两分钟，便到了市文化艺术中心，建筑周围已有不少的晨练者。来到二楼西廊，这地方轩敞，东西通透，水泥地面凉沁沁的。已有三五人正在压腿拉伸、活络筋骨，彼此点头笑笑，并不高声寒暄。

六点一刻，音乐准时悠悠响起，是八段锦开场了，接着二十四式太极拳、陈式太极拳老架一路七十四式，后面是陈氏五十六式或三十二式太极剑收尾，集中练满一个钟头。风雨无阻，从不间断。

师傅姜学祥，已经有二十多年的拳龄了，总是神采奕奕，一身雪白太极服，身量挺拔，玉树临风。他往队伍前头稳稳一站，便如松生旷谷，自有一股清刚之气。众弟子排成两行，因廊宽阔，中间隔着一个教室的位置，队伍就势分成两翼——若从穹顶俯看，倒像一架银鹰正待振翅。

师傅背对着我们，双脚并立，双手轻贴裤缝自然垂落，全身松静，含胸拔背，目视前方。但听乐声流转，双膝微曲，他重心右移，左脚轻抬，脚尖先着地，缓缓落定，立身中正，精神内守，气息下沉，随即坐腕舒指，像拖着一汪水徐徐上抬至肩高，此时掌心渐热，接着双手如按一个大球般下压，膝亦随曲——这便是“起势”。看似简单，实则每一分寸皆藏规矩。师傅常说：“会不会打太极拳，看一个起势就知道了。”

于我而言，什么招式都觉得难学，最累的是“单鞭”，清风徐来，师傅衣袖翩然，两袖拂动如悬竿掠纱。但见他马步沉稳，右勾左掌，开合有致，刚柔相生，俨然阴阳互济之象。那一沉身，如弓蓄势，英雄气概顿生。古诗云“单鞭一势最为雄，一字长蛇互西东”，真是半点不虚。这般风姿，若叫外人看了，定要举机拍照、啧啧称赞；可我们做徒弟的，正咬牙苦撑——我的手臂已经酸胀抬不动了，巴不得快些换势，那几秒钟的时间仿佛已经过了一个世纪。有人关节咯咯轻响，有人马步摇颤，还有人悄悄打起哈欠……

再看师傅的“双峰贯耳”，耳边恍闻虎啸风生；“摆莲跌叉”更是柔韧至极。一呼一吸，一招一式，皆在刚柔转换间，那都是功底。师傅在前引领，师兄师姐分守四角，我们这些初学的，像小鸡一样被护在中央，前后左右皆有榜样，便也跌跌撞撞地跟着比划。

虽说是免费教学，却须经得毅力考验。连续跟练满半个月，邵群主才将人请进“龙韵健身群”。冬日六点三十分、夏日六点十五分，天光尚薄，能否日日坚持，便是第一重关。现代人多是夜猫子，生物钟拗不过来；又或膝盖吃不住劲，动作稍便酸痛；也有试了两天觉得枯燥的，或者工作繁忙抽不出身的……

不过我们的队伍，真的越发壮大了，我加入时是第二十一人，如今已经三十四人了。

每有新徒满五人，师傅便从教起，由最基础的站桩、起势启蒙。教罢一轮，师傅会耐心讲解拳理，毛师兄师姐这等高手，便来帮着纠姿势、调呼吸。

“拳友”中，也有人参赛，有人考段级，有人以拳会友，有人只为强身健体。我嘛，私心是怀个侠女梦的——年轻时读金庸，最慕那些武林高手，沉着机敏，内功深厚，尤其太极一门，以柔克刚、借力打力最是高明。记得电影《太极张三丰》里，李连杰演的张真人，双手在缸中搅转八卦，竟将整口缸震破；又见他汇集落叶成球，浑圆流转……真是心向往之。

练拳九个月，历经冬春夏秋，莫说张真人的境界，连皮毛也未达到，甚至武艺是否精进，自己也浑然不觉。只知马步渐稳，重心转换略略自如。每次大汗淋漓，看汗珠“啪嗒嗒”砸在地上，变成一个深色小圆点，便觉浑身畅快；更不必说间歇时师傅几句点评、师兄师姐的温言鼓励、拳友之间的玩笑打趣……晨光里的这点时辰，竟是日日最开心的时刻。

太极的“圆、松、沉”，不仅强身，还能养性。如今的我，也不着急，每日总在鸟鸣中自然转醒，着太极服，踏太极鞋，负剑出门，俨然武当弟子下山——清风拂面，脚步轻捷，整个早晨都在与我同呼吸。



## 食在潮州

□孙波

“食在广州，味在潮州”。下榻在潮州古城西马路小吃街旁，一下坠入了美食的天堂。每天除了暴走，就是逛吃逛喝：甘草水果、腐乳鸡翅、反沙咸蛋黄、腐乳饼、潮州肠粉、鱼饺、粿条、牛杂……竟然没有一次“踩坑”，吃啥都好吃，这是在别处从没有过的经验。旅行归来，体重竟没有一丝一毫地上涨，绝了！

潮州菜好吃，我想第一是食材新鲜。当第一口牛肉入口，立刻就会感到唇齿生香，鲜美无比。涮的牛肉都是伙

计手工刚切出来的，还冒着热气，涮的时间根据牛肉部位的不同有着精准的要求，有的八秒，有的十五秒，还有牛肉的“灵魂伴侣”沙茶酱的加持，怎一个鲜字了得。

鱼生也很有名，也胜在一个“鲜”上。鱼切了薄薄的片，虾也切了薄薄的片，配上白萝卜丝、洋葱片、姜丝、蒜片、榨菜丝、红辣椒圈、薄荷叶，还有花生米、香油和醋、酱油混合的油碟，卷在一起，一口下去，各种香、酸、甜、辛一股脑地涌上来，荡气回肠啊。

南澳岛上的海鲜同样鲜美无敌，和我们舟山东海的海鲜有不同。烹饪的手段多以蒸为主，上面是活蹦乱跳的虾蟹，下面是一锅暖暖的海鲜粥。海鲜吃到最后，不仅仅是鲜，而是微甜，吃出了山海的

味道。

潮州菜好吃的第二个原因，我想是

## 随记二则

□王文元

### 冷面

忽然想吃上海冷面。当年华师大前后门各有一家店售卖冷面。后门那家，人气旺，但是味道偏咸，让人无法膾炙。前门店呢，清静，花生酱十分浓稠。

这花生酱，是冷面之魂，增香之外，就是面提引，面经凉水过、风扇吹后，有了劲道，裹于酱里，入口很滑，嘴里盘桓良久才入胃，等于人、面狂欢加长版，十分尽兴，于是我和好朋友卿将它列为首选，频频光顾。如今我对花生酱敬而远之，那时于食物却是百无禁忌。

卿是运动达人，长得健美，而我似纸片人，个子超高，体重不过九十多斤，绝没热量上的算计，所以二人大吃特吃，以至于时间淌过四十多年，我于师大夏天的回忆都是冷面。

它拥有品种繁多的佐食调料。如沙茶酱、普宁豆酱、桔油，起到了画龙点睛的效果。一锅海鲜粥，配上一小碟咸菜，我一边大快朵颐，一边自问：到底是因为粥好吃，还是这小菜更得我心？

因为喜欢吃海鲜，在潮州的几天我每天都要点生腌海鲜：生腌虾蛄、生腌螃蟹、生腌章鱼、生腌三文鱼……潮汕人真是一切皆可生腌。吃完生腌，还有凤凰单枞可以喝一壶。在潮州每个酒馆的桌子上，都有一壶凤凰单枞给食客准备着，未吃饭先饮茶。

凤凰单枞产自潮州市的凤凰山，起源于南宋，最有名的是“宋种”，宋种八仙

### 蒜

今天又做蒜泥茄子。买的是紫皮独头蒜。说起来，人类苦蒜泥久矣，发明的捣蒜器、滚蒜垫、打蒜机、压蒜钳……林林总总，却没哪个称手的。原因是蒜瓣瓣状，看着团团圆圆，却自设隔断，个个裹以蒜皮，小国寡民，老死不相往来，你利用巧思或蛮干，都无甚捷径一步将蒜瓣搞定，制成泥状……独头蒜因而横空出世。

我的方法是，直接在蒜上方切十字，蒜衣便自动脱落，囫圇的一头蒜，你爱怎么处置便怎么处置。通常我都是先切片，再细细地切碎，蒜泥自由轻松拥有。

蒜片的妙用是做烤肉的佐料。辅以蒜片，一身油腻的烤肉也会令人有清新的回味。

是从单株母树上扦插而来，宋种东方红也是四株宋代老名丛之一。

在开元路牌坊街遇见了一位茶艺大师，他的名片背后的一句话吸引了我：“把凤凰茶带进潮州市场的拓荒者”。我们饮了宋茶，喝了东方红，当然也少不了这几年的网红产品“鸭屎香”，围席饮茶，相谈甚欢。

接送我们的司机师傅也是个“茶君子”，那置于座位旁的小茶具，也是一道独特的风景。潮州工夫茶真是无处不在。

人间有味是清欢。潮汕值得再重游。