

小城春来早

◆ 江燕鸿

一连几个阴天，如今太阳好不容易露了脸，在家里怎么也坐不住了，虽然正月的风还是冷飕飕地宣告着冬的权力，但一颗心早已抵挡不了窗外金灿灿的阳光的诱惑。兴致勃勃地拉上某人，拖大带小，向着春天出发了。

一路信马由缰，渐渐地，眼前的色彩鲜亮起来了。阳光驱散了天空的灰暗，只留下一片嫩嫩的蓝，开始有勤劳的鸟儿出来觅食，尖尖的尾翼在空中划过一道优美的弧线，便化作一个黑点消失在无边的蓝蓝中了。

白玉兰的叶子原本就是四季常青的，春节一过，更是绿得油光水亮。宽宽的叶子上涂了蜡似的，风轻拂过，便有几缕淘气的阳光在叶片上跳跃，漾起一片灿烂的笑容，明晃晃地照亮了整个春天。几个鲜嫩的芽苞兴高采烈地抱着枝头，在薄薄的不日中荡悠悠荡荡秋千，荡得我们的心不由跟着雀跃起来。三角梅的叶子早早被凛冽的寒风吹跑了，不过那枝头上却热热闹闹地绽放着一大簇一大簇花朵，红的是燃烧的火，热情奔放；白的是飘落的雪，纯洁晶莹；还有那橘红的，像极了初长成豆蔻少女，娇俏明媚，让人忍不住凑近去细细欣赏。走近了，才发现，原来热闹的可不止花儿，那弯弯曲曲的枝干上，不知何时已经爆出了点点新绿，甚至已有心急的叶子悄悄在某一朵花儿底下探出头来，好奇地打量着这个焕然一新的世界。

突然，儿子发现了一排杨柳，欢喜地奔跑过去。那是一排种植在湖边的垂柳。乍起

的春风还没来得及及剪出柳树的娥眉，微波粼粼的湖面也还没能照出她那婀娜的身影，可那些柳树已经那么婷婷袅袅，那些柳条也已经那么柔软，似乎下一秒就能看见她抽出崭新的叶芽，舒展婆娑的舞姿。

柳树下是一群放风筝的孩子。初春的风还没能撑起一只纸鸢的双翼，那些燕子蝴蝶或是可爱的小猪佩奇们，在柔嫩的蓝天下跌跌撞撞磕磕碰碰，时不时一头栽到地上，摔得五体投地，尽管这样也丝毫不影响孩子们放风筝的兴头，他们依然笑着，喊着，小脸蛋兴奋得通红，像那春日里一朵朵娇艳的山茶花。他们把手中的风筝再一次高高举起，挥动手中的细绳，追赶下一缕东风，再一次把心中的喜悦放飞。

柳树的对面是一个广场，许多工人们正忙碌着，将一盏盏漂亮的花灯组装、安置。在工人们粗糙却十分灵巧的双手中，几组花灯安装好了，我恍然大悟，元宵节就要来了呀。今年的花灯制作得格外精致，是这个春天里一道独特的风景，我差点辜负了这大好春光。两个孩子拉着我的手直奔小猪佩奇一家，眉开眼笑地看着他们的好伙伴，话还没说囫圇的小儿子也唧唧呀呀用他独特的语言表示他的激动，惹得几位正在忙碌的工人忍不住笑了。那一张张憨厚朴实的面庞，或年轻或沧桑，不过那真诚的笑容从这些脸上长出来，那么生动而且美好，令人肃然起敬。

哦，这春天，是早早来临了呢，在这片天空，在这方土地，在这一张张可亲可爱的笑脸。

春光里的南埭洋

◆ 李淑菲

立春过后，在诏安梅州乡梅西村的南埭洋，大自然的神来之笔把古树、河流、农舍、油菜花、绵延的山、青翠的树、飞翔的鸟、嘤嘤嗡嗡的蜜蜂和谐地组合成一幅山水相依，碧海花海相连，豁然开朗的画卷。这里，千亩油菜花田就在青山脚下绣春光。

走，到南埭洋看油菜花去。茫茫的乌山山脉隐隐约约在雾纱中渐露山险，一切的一切在金色的海洋中沉浮。这是我梦中的油菜花海，山山水水都被覆盖上了一层金色的外衣，南埭洋的荷花池中的水色似乎也也是金黄的，在黄的油菜花海里，眼里心里一切的一切都与此金色的世界有缘，一种精力旺盛、生机勃勃的浪漫宣言在整个世界里升腾。

油菜花，神奇的花，观赏实用两不误，早就走进千家万户。它茎绿花黄，四枚花瓣十字排列，嫩黄花瓣质如宣。茎软杆绿叶大，长角果里油是宝。东汉服虔者《通俗文》中记载：“芸薹谓之胡菜”。最早种植在青海、甘肃、新疆、内蒙古一带，种子经过千山万水，飘向神州大地。我有生以来就在油菜花的神韵中得到美的滋养，再见到一大片的花海，却是梦寐以何。何时让我再见到一片花海？今年，终于在百乡百土上欣赏油菜花海。踩在乡村小道上，道路两边菜园冒出各色花儿，白菜花、油菜花、芥菜花、萝卜花、荷兰豆花，成片的花，它们齐刷刷地为春光点赞。当然，各色野花虽然开得零散，但敌不过成片的油菜花那样气势磅礴，团结一致，不分彼此，构筑一种集体的美。灿烂的金黄色与青翠的嫩绿茎叶相对比带来明媚的视觉感，单个油菜花看起来并不起眼，有些渺小，它们通常以整片的金黄展示在原野里，明晃晃的一片金黄在阳光下异常亮眼，这是视觉上的极致享受，更是心灵上的震撼。

特别是春节期间，大红大紫，红色遍布了整个中华大地，刺激着视觉神经乃至审美疲劳。见到这片油菜花海，简直就是饱餐油腻盛宴 之后喝点柠檬水那样的清爽。黄色的油菜花，色彩怡人，油菜花的黄，让人容易联想到金色的稻穗、金色的阳光。按中国的阴阳学说，黄色在五行中为土，“土为尊”。这充满光

儿时，每到年关，母亲总会叫上小大姐，一起到农贸市场赶集，母亲肩上挑着四五只大阉鸡，小大姐一手帮母亲拿着秤，一手攥着纸和笔。在那个还没手机，计算器尚未普及的年代，小大姐靠着纸和笔，帮目不识丁的母亲计算卖鸡所得的钱。

家里有识字的父亲，两位年长的哥哥，但在母亲眼里，闹市应该是女人的天下。小大姐似乎总是特别享受可以跟随在母亲左右的这种特权。夹在兄妹之间的她，不像哥哥们那么惹眼，也不及我这个么妹招人疼爱，所以，这是一年之中最为扬眉吐气的时候。

母亲饲养的阉鸡健康肥硕、肉质鲜美，价格合理，也不会缺斤短两。听说吃过我们家阉鸡的人，第二年有时会跑几趟农贸市场，只是为了与母亲的那场“偶遇”。

集市回来路上，母亲会顺路带着小大姐去逛一趟布铺，给大姐裁一块最时尚的布料，再买些蜜饯、面粉和其他年货，给两位哥哥挑几串鞭炮。当然，不会忘了一位揣在口袋里那张皱巴巴的药单，到药铺里给我抓两贴中药。

神一般的父亲，总能准确地掐算出母亲和姐姐赶集回来的时间，东吟吟地到巷口等候她们，给受冻的她们端上一碗热气腾腾的红糖生姜水。接着，操起身边硕大的算盘，一笔一笔地拨算着母亲赶集后剩余的钱，唯恐母亲想不起那一笔账目，小大姐的烂笔头总是附和着帮忙。

爱热闹喜折腾的父亲，特别喜欢过节。瞧，家里早已堆满了他为左邻右舍写好的春联，这边是“天增岁月人增寿，春满乾坤福满门”，那边是“在我尽一心诚敬，求天赐两字平安”；这里“春”

在，那里“福”到。父亲一辈子都乐于助人，春联之事，只要别人有求，他总会必应。

红色是浓烈的，是极具年味的，也是充满希望的。儿时的春节，我们家除了门口的春联，米缸上的“春”，窗上的“福”，猪圈里的“六畜兴旺”外，最难忘的是客厅斑驳的墙壁上那抢眼的“安定团结，治穷致富”八个字。这八个大字是父亲来年的希望，也激励着年幼的我们奋发向上。

多才的父亲还是一位神奇的面食魔术师。那些毫不起眼的面粉，经过他的手总是能变成各种精致的糕点。春节的各式年糕、发糕、酥饺等各式小点心，也成为我们家招待亲朋好友的特色糕点。客人的赞叹声里饱含着父亲多少个不眠之夜，而他总是乐此不疲。

儿时记忆里的春节都在小大姐那一套时尚又大方的新衣裳里，在两位哥哥嘴里啦啦的鞭炮声里，在父亲母亲紧弯腰的笑容里，在我那一碗又黑又浓的中药汤里拉开了帷幕。

每个人的童年都有爱美的天性，特别是女孩子。但是，懂事的我，过年期间从不跟父母提起新衣裳之事，因为我的病已经耗费了家里的大半积蓄。喝下药汤的时候，我告诉自己：“今年我一定要好起来，只要不吃药，过年我就可以穿新衣服了！”

这句话，我对自己说了整整六年。初二那一年，我终于撤掉了药碗，穿上了新衣。随之而来的，还有父亲心心念念为之奋斗的那八个大字。

如今父母都离我们而去，经历过寒冬的我们，总是愿意去相信，往后人生的春天里不会再有倒春寒的日子。

到这一片金色花海的时候，心中升起金黄的希望。不同的人，带着不同的心境赏花，岂是“美丽”二字了得！比如我，蹲下深深呼吸，恨不得把所有花香收藏到肚子里，在经年岁月里一点一滴地回味吐露芬芳。

我微笑着凝视这位躬耕的老农片刻，油然而生敬意，却瞥见他扛着锄头的粗糙大手背筋凸现，眼里流淌着纯朴的光。我说可以参观一下你的家吗？他说前年刚在梅西村盖了三层楼，家里有各色家用电器，还有太阳能。他很坦然地带我们一家子到他的“山寨”，一群公鸡母鸡在屋檐悠闲漫步，砖头垒砌的简陋房屋前堆着整叠的木材，墙壁上裸露着，屋角有各色农具，锄头、铁锹、镰刀、斧头、塑料桶、扁担、竹筐子，还有一个家用草草炉在冒着热烟，塑料盆里放着几双筷子几个碗，老农的生活何其简单！在简单的饮食、简单的愿望中对土地的爱视同珍宝。在乡间，这样的老农堪称“乡村榜样”。他们那双有力的大手把成片的油菜花伺候得金灿灿，美呆了！这乡村“艺术家”，创造了人间最辉煌的金色图案，令旅行家们叹为观止，为画家们提供最原始的素材，为诗人酝酿最浪漫的诗情，所经营的土地就像画师的宣纸，山川湖泽就是文房四宝，日月星辰就是艺术构思源泉。

而今，南洋埭的油菜花成了乡村的新名片，行色匆匆的游人，可否深深地眷恋渐行渐远的农耕文明？手机里的图片，可否在分秒间留住油菜花的魂？我为之祈祷着：渐山七贤凝视处，春风洒满南埭洋，油菜花十里香，锦绣风光美名扬……



学习一刻

陷入春困没精神 简单几招教你消除疲劳。

下面介绍几种简单的方法，助你消除慢性疲劳：

第一：注意有规律的睡眠和运动。睡多长时间，什么时候开始睡眠对于消除疲劳也很重要。如果你能够很好的控制22点睡觉和早上6点起床，那么生物钟就会得到调整，具有分泌肾上腺素并调节身体压力反应功能的肾上腺就会恢复正常。另外，早上运动比晚上运动更能有效地调节生物钟。需要补充的是，睡眠时间的偏差会对血糖产生不良影响，引起严重的健康问题。

第二：用蛋白质取代糖类有时候，吃饭也容易产生疲劳。食物会直接影响血糖，而血糖在短时间内急剧上升会让人感到疲劳。另外，血糖值急剧上升的生活如果长期持续下去，就会引发肥胖，从而成为2型糖尿病。研究表明，如果每天早上、白天、晚上都摄取30g的蛋白质的话，很容易战胜“对糖的欲望”。

第三：少喝咖啡，咖啡会降低肾功能，因此喝咖啡会感到疲劳。Quick and Dirty Tips还主张：不应该早上起来喝咖啡，首先应该吃含有蛋白质的早餐。如果不喝咖啡而喝茶，特别是喝绿茶，可以比咖啡更缓慢地摄取咖啡因。而下午3点以后就应该停止摄入咖啡因。

第四：摄取维生素B维生素B12能帮助红细胞的生成，促进神经系统正常运作。他童心未泯地向我眨眨眼：“回家试试看我老婆子的手艺有没有长进，然后我们带你去山上玩。”大手牵着小手，踏着青石板铺就的老街，我们一起去家中走去。沿途，我望着路边的景色。

我的家乡并没有什么高楼大厦，也没有到处都是诗情画意的美，街上的房子都有一定年头了，是古旧的灰褐色，手一抹还能抹出一些灰尘来。偶尔有几处不一样的，是青苔的颜色，绿油油的，显示出这家可能因为在外工作的原因，好久没来清理了。可是，这就是我心上的故乡。像我这样一直在外求学的人，回来竟然也有一丝淡淡的“近乡情更怯”的感觉！

这看似荒芜的老街，正是当年我与伙伴追逐嬉戏的地方，那房中探出的身影，有几个还是当年熟悉的模样，一副副笑脸在面前荡漾起，本来有很多话要说，但她们都极其善解人意，看着匆匆的我，对我挥挥手……

回到家喽，奶奶正拿着一把蒲扇，坐在家门口，

爱情鸟

——记我卧室屋檐下的鸟儿

◆ 沈惠华

每天听着鸟儿呢喃迎日出 我们都是有情有缘之物 才会在同一屋檐下 倾听彼此的心声



你飞越千山万水方到此地 我寻遍几世尘缘方获此生人世 你每天细语 注视着我还沉睡的脸 我每睁眼 凝视着你欢唱的眸 时光飞奔多少年华 已然寻不到记忆的痕 而我多想能识出我们前世留下的印记 你羽翼上的每根翎羽 是否都记载着我们的故事 每天一片一片飞落 我每天一片一片捡起 可是却寻不到曾经的深情

我每向你走近一步 你却飞离我千里之外 告诉我 要怎样 我才能抵达你的彼岸 触摸你的翎羽 倾听你千年思念情愫 数落我犯下多少情种的错 让我们安然地 守护今生相触时光 来世让我化作一只 寻觅你的鸟

再次回到老家，抬眼望见的便是那片天空。天空是静谧的蓝，蓝得不带一点杂色。天上，有一大团一大团的白云，压在枝头上，像是那位等着我的呵呵笑的老人斗笠之外的又一项白白的帽子。

那老人，便是我爷爷。他绽开了一个满是皱纹的憨厚的笑，接过我手中的行李，接着又伸出那双粗糙的大手，揉了揉我的脑袋：“你奶奶已经做好饭了，都是你喜欢吃的。”他童心未泯地向我眨眨眼：“回家试试看我老婆子的手艺有没有长进，然后我们带你去山上玩。”大手牵着小手，踏着青石板铺就的老街，我们一起去家中走去。沿途，我望着路边的景色。

我的家乡并没有什么高楼大厦，也没有到处都是诗情画意的美，街上的房子都有一定年头了，是古旧的灰褐色，手一抹还能抹出一些灰尘来。偶尔有几处不一样的，是青苔的颜色，绿油油的，显示出这家可能因为在外工作的原因，好久没来清理了。

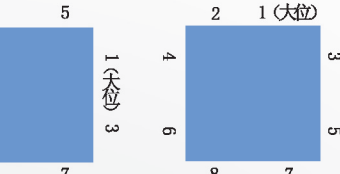
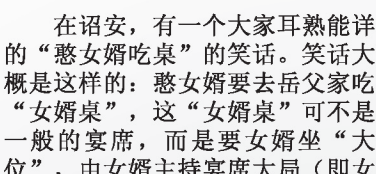
可是，这就是我心上的故乡。像我这样一直在外求学的人，回来竟然也有一丝淡淡的“近乡情更怯”的感觉！

这看似荒芜的老街，正是当年我与伙伴追逐嬉戏的地方，那房中探出的身影，有几个还是当年熟悉的模样，一副副笑脸在面前荡漾起，本来有很多话要说，但她们都极其善解人意，看着匆匆的我，对我挥挥手……

回到家喽，奶奶正拿着一把蒲扇，坐在家门口，

每期一推

从“憨女婿吃桌”说起



在诏安，有一个大家耳熟能详的“憨女婿吃桌”的笑话。笑话大概是这样的：憨女婿要去岳父家吃“女婿桌”，这“女婿桌”可不是一般的宴席，而是要女婿坐“大位”，由女婿主持宴席大局（即女婿为宴席上最尊贵的客人，女婿不动筷，大家不敢夹菜，女婿不起身，大家不敢离桌）。憨女婿的老婆怕憨女婿不懂礼数，就在憨女婿的脚上绑上一根丝线，并约定每拉动一下丝线，憨女婿就夹一次菜。不料在吃“女婿桌”的过程中，有一只公鸡不小心缠住了丝线，公鸡不断挣扎，憨女婿以为是老婆拉动了丝线，便不断夹菜，大家也只好跟着不断夹菜。结果每个人的碗都堆得满满的，大家面面相觑，啼笑皆非。

很多外地人第一次听到诏安人说“吃桌”会觉得很奇怪，难道桌子也能吃？其实，诏安人的“吃桌”是指参加宴席。“桌”有很多种，分为“好事桌”和“坏事桌”，常见的有“结婚桌”、“满月桌”、“谢土桌”、“生日桌”、“丧事桌”等等。不同的“桌”都有不同的规矩，但我觉得最为复杂的还是“吃桌”时的座次，即哪个是“大位”。

“大位”也可以理解为“桌长”（单桌宴席）或是“席长”（多桌宴席），一般是最尊贵的客人或是最德高望重的长辈才能坐。在“吃桌”过程中，所有“吃桌”的人以“大位”为风向标，“吃桌”的开始结束和下箸举杯都以“大位”为准。若是在“吃桌”时坐坐“大位”，那是很失礼的事情，所以从小家中长辈就教我如何辨别“大位”（以前“吃桌”均为八仙桌，不像现在有圆桌）。按家中长辈的说法：“大位”一般是面向大门（诏安房屋一般为坐北朝南）一方的最里面东边第一位（图1）或是面向大门一方的最里面左边第一位（图2）。这还只是单桌宴席的座次，多桌宴席的座次那就更复杂了。为此，我每次“吃桌”都谨遵家中长辈教诲，尽量背向大门和靠近门边坐，一准没错。不过我也是坐过一次“大位”的，那是我表姐出嫁时，亲家请的“阿舅桌”。现如今，由于更多地使用圆桌，“大位”的概念是越来越淡薄了。

“喜欢吗？”奶奶笑眯眯地问我。我狼吞虎咽的同时，又拼命点头的样子就是最好的回答。奶奶开心地一笑，头上的银发在阳光下熠熠生辉。吃完饭，爷爷又带我去了山上。一路上，碰到许多熟悉的或不熟悉的面孔，他们纷纷对我报以微笑，跟我和爷爷闲聊。这故乡的人们，洋溢着热情好客的气息。一路愉快，我们到达了山顶。我和爷爷一起躺在山上的青草之间。湿润的泥土气息包裹着我们，爷爷抚着我，指着远处太阳即将落山的天空：“妮儿，看到了吗，今天的天空真美。”

“我还记得，在你小时候，我和你坐在草地上，一起看着天空，我给你讲故事，讲远方的人们，在同一片天空下如何生活……”爷爷的思绪仿佛飘回了过去的时光：“妮儿，你要记得，不管何时，家乡，都是你的天空。”时光在不知不觉流逝。这时，夕阳的光彩已经染红了这一片天空，一道道红霞，恰如一张张温暖的笑脸，萦绕在我心间，我当然永远记着自己心上的那一片天空啦！也许并不需要远行万里，故乡一隅，也能看到广阔无限，可纳四海的天空。（指导老师：李林娟）

桌上早已经摆满了让我食指大动的佳肴。糖醋鱼、清炖丝瓜汤、炒青菜……

那一片天空

◆ 沈墨涵



我们远远地就能听见她带笑的大嗓门，正在跟邻居们唠家常：“我跟你们讲啊，我孙女可出息了，就能考上了城里的中学哩！”但她又叹了一口气，“可惜，就是不能常回家了。”爷爷一听，哈哈笑着，对奶奶大声道：“老婆子啊！快看谁来了！”奶奶转过头，就看见了我，先是呆在那里好久，许久才反应过来，几步冲上前把我抱在怀里，似乎对我说，又似乎是喃喃自语：“我的小甜甜回来了……”在邻居姨婆姑婆们的“起哄”中，爷爷奶奶一左一右，把我架在了手中，进了家门。

回到家喽，奶奶正拿着一把蒲扇，坐在家门口，