

何憾流年

方华

时光流转，岁月更替，对于生活在底层的大众来说，又有多少人会在匆忙的生活间停下脚步，发光阴如驹、人生易老之感叹呢？

将一份旧日子从台历架上卸下，换上一份新的，还是生出感慨：人生就这么简单地了却一段曾经，翻开新的一页吗？

一年的旧时光就拿在手中，虽已不属于自己，还是不忍舍去。即便是将这份曾经的日子扔去，那些刻在生命里的履痕谁能将它抹去？突然就感觉手中的这份旧台历沉重起来，那些曾经的欢乐与忧愁、那些沉淀的生活与梦想，重又浮上心头。

坐到桌前，一页一页地翻动那些旧日的时光，心中唏嘘感叹。一些过往的时光如一幕刚刚剪辑完的电影，在脑海中放映。

生活自然有艰辛。比如为事业、为家庭在外奔波的辛苦与劳累。欣喜的是，生活越来越幸福，日子越来越康乐。翻动旧台历，那过往的日子有太多的小喜悦与小幸福，如一串珠链串起走过的时光。

坐在回忆里，竟深深地留恋那旧时光。耳边响起罗大佑的《恋曲》：“乌溜溜的黑眼珠和你的笑脸，怎么也难忘记你容颜的转变……”

匆匆一年，没有歌声里的忧伤，只有留恋。留恋那旧挂台历上的圈圈点点，留恋那美好的旧时光。

人永远不能踏进同一条河流。坐在新旧交替的光阴里，也深切感受这句话的真理。即便此刻，岁月的河流也在奔涌向前，它毫不留情地舍弃一切呼唤与留恋，只把一个感伤的人，丢弃在回忆的岸边。

岁末年初，也要为单位准备总结材料。无外乎，过去一年的回顾，未来一年的展望。忽然在想，又有多少人自己认真做过一次曾经岁月的总结、将往日的打算呢？

我们脚步匆匆，其实都是为了未来，为了将往的目标。但是我们在烦嚣的日子里停不下生活，我们甚至被繁琐的生活麻木，看不清方向。对于大多数人来说，何尝不是在适应生活，随波逐流，任时光之水把我们带向不可知的远方？

年少时是难得感慨时光飞逝的，小小的心胸里塞满了梦想，渴盼时光飞逝，多的是长大的欲望。因为懵懂，因为年轻，感觉未来好似很长，好像那些接踵而至的日子就是给浪费或者浪漫用的。小时候，老师和家长总是不断地教育和提醒我们：“明日复明日，明日何其多；我生待明日，万事成蹉跎。”但又有多少人真的去珍惜青春韶华？

有句俗语，叫“人生不如意者十之八九。”捡拾来日路上的零碎脚印，发现年少时的梦想大都没有实现。或是梦想太过虚无缥缈，或是已经遗忘丢失，或是没有持之以恒地去努力。生活好似在一眨眼间就把自己带入沧桑之年。就像某一日，突然发现爱人眼角的鱼尾、鬓角的一缕白发，才恍然感觉时光的飞速。原来，青春的韶华、光灿的爱情都已在不知不觉中转为生命的搀扶、融化成血浓的亲情。

或许是生活的变化，未来的不可把握，环境的左右，种种原因，让我们在匆匆的步履间不断调整着自己的

步伐和方向。但我们总是太过轻视和匆忙，正如那首歌所唱：“轻飘飘的旧时光就这么溜走，转头回去看看时已匆匆数年。”

经常对后生说，等你到了我这个年龄，你就会后悔自己在年轻时怎么没有好好地珍惜时光，没有多学一点东西，没有多一点磨砺。但一代又一代人就那么在青春时放纵嘉年华，直等阅历写上额头，才有所警悟。

顾镜自怜，额头已现岁月的履痕，在心中那棵生命之树上，是否也多了一圈沧桑的年轮？忽然在想，新旧的更替，其实在于心啊，心若不老，时光当是永新。

生活是越来越好。新的时光的到来，总是带给我们新的希望。因为希望，我们才会一直走下去，哪怕走过的人生再平淡无奇、再艰辛困难。就像我从桌前站起推开窗户，虽然已是日上中天，但阳光正好，天地辽阔。

于是，将旧日子放置一隅。放眼窗外，那轮新生活，正把我们未来的日子照亮。

菊有味

方华

岁寒之日，菊花盛开，是赏菊的好日子，也是食菊的好时节。

在我国，食用菊花历史弥久。“朝饮木兰之坠露兮，夕餐秋菊之落英”，这是屈原《离骚》中的诗句，说明两千多年前菊花已被食用。

在我国古代，菊花入食最初多为药用。据《神农本草经》记述，食用菊花有“久服利血气、轻身、耐老延年”的功效。现代医学也证明，菊花可扩张冠状动脉，增加血流量，降低血压等，因此食用菊花具有一般水果、蔬菜无法比拟的功效。

陶渊明有诗云：“酒能祛百虑，菊解制颓龄”。用菊花酿制菊花酒是历来菊花入食最普遍的一种方式。菊花酒由菊花加糯米、酒曲酿制而成，它不仅绵甜清香，醇味无比，在兼具强身壮体功效的同时，还可兼治头

晕、咳嗽、便秘等病症，实为养生之佳品。

“菊得霜乃荣，惟与凡草殊。我病得霜健，每却童子扶。岂与菊同性？故能老不枯。今朝唤父老，采菊陈酒壶”。据说宋代大诗人陆游一次生病卧床，饮了几杯菊花酒后，立感神清气爽，居然“酒到病除”，于是忍不住诗兴大发，写下了以上的咏菊诗。

菊花的另一普遍入食方式是饮菊花茶。《本草纲目》记载，菊花茶有性寒、味甘、散风热、平肝明目等功效。闲暇时光，泡一壶菊花茶，看一朵朵小菊花在氤氲升腾的沸水中渐渐打开花瓣，仿佛欣赏一场清丽之舞，真是惬意人生。

古人还用鲜菊花加水煎煮，滤取药汁，兑入蜂蜜，熬制成菊花膏。或

者把菊花拌在米浆、绿豆粉里，蒸制成菊花糕。这样，在提取了菊花养生效用的同时，也兼具美食。据《慈禧光绪医方选议》记载，菊花延龄膏是慈禧一生中喜爱的、最常服的药膳，老年时更是每天必服。

菊花美食，最民间的方法，是熬煮菊花粥和调制菊花羹。粥快要煮好时，把菊花瓣放进去，再加些冰糖稍煮，一份粘稠甘甜，清爽清心的菊花粥就烧好了。菊花粥中也可根据个人口味加入大枣、枸杞等健身补品。菊花羹是将银耳、莲子等煮熟，加入菊花及少许冰糖，勾芡调匀，一碗美味的菊花羹就可让你大饱口福了。

菊花作为菜肴不知起于何时，有据可查宋代就已有专供皇家享用的菊花御宴。菊花凉拌、做馅、做汤、

涮锅都可，做佳肴的配菜造型，更是令美食增色。用菊花与肉类炒食，可做到荤中有素，补而不腻，清心爽口，且具养补功效。相传慈禧太后非常喜欢一道名馐叫菊花火锅，《御香缥渺录》一书中还详细记载了其煮食方法：选白菊花瓣洗净，待火锅煮沸，先下鱼肉片，后下菊花瓣，火锅倍加清香可口。据说今天北方的餐馆、酒楼里的菊花火锅，就是当年由清宫里传出的。

有花堪食直须食，莫待无花空叹息。霜寒之日，正是菊花盛开之时，也是品尝菊花美味的最佳时节。一边赏菊，一边品菊，实乃人生之一美好享受也。

春情，在雪下萌动

马骏斐

雪被下蛰伏的情绪开始蠕动

冰凌的竖琴在屋檐下被阳光拨动

每滴融化都是弦上弹出的一个水灵灵音符

惊醒泥土里蜷缩的梦呓

笋尖储足了表达的欲望

包裹的诗句急于破土而出

白杨树张开双臂要拥抱蓝天

琼枝里青翠的火星等待一缕春风的燎原

麦苗用细长的衣针给山川织一件绿衣

她的指尖沾满梅花的香气

沉寂的山川隆起孕腹

原上草在冰雪的缝隙传递着讯息

这时有人听见寒意深处的歌唱

像一架古琴轻抚出的远古摇篮曲

那些细小而低微的种子在梦中睁开复眼

用柔软的手指合着节拍叩击岁月的门环

溪流在一缕南风的扶持下在山涧练习步法

每一迈足都藏着季节的惊喜

柳条竭力把枯枝编成一张渔网

它要捕获那一群五彩缤纷的飞舞

那些被寒风囚禁的香气

正沿一朵腊梅吹出的暗号集结出发

他们将掀开禁锢已久的冰封

让满山遍野的花朵同时发出火焰的呐吼

薄暮时分（外一首）

方华

屋顶上的一缕炊烟

缠住夕阳的脚步

树上的一只鸟窝

用盘绕的翅膀营造家的温馨

屋檐下，一杆旱烟

在微风中明明灭灭

一群麻雀叽叽喳喳地

啄食那洒落一地的心事

灶膛里的一蓬柴火

照亮了额上坎坷的年月

满头银色的思念

在跳动的亲情里燃烧

空旷的稻茬地里

有匆匆行走的步履

门洞下，那些子立的守望手搭凉棚

极力辨别

那越来越远的身影

乡村暮雪

风从高处吹来

消遁了大雁的羽痕

一场下在黄昏的雪

收藏了一只小羊回家的路

屋檐下，雏鸟嗷嗷

等待母爱的羽翼挂霜归来

被风打开的窗棂下

燃烧的落日点亮了谁眼角的一滴泪珠

一缕炊烟突破寒冷的围困

沉默的村庄将黑暗抱在怀中

那盏最早亮起的灯火

瞬间温暖了游子心中的乡愁