

母亲的谷雨茶

□钟芳

“谷雨谷雨，采茶对雨”。家乡的谷雨，是一杯清香宜人，馥郁可口的茶。淅淅沥沥的谷雨中，暖风拂面，柳絮飞舞，牡丹花开，万物都蓄满生长的力量。这天，除了播种和踏青赏花外，让我最难以忘怀的莫过于母亲做谷雨茶了。

母亲说，谷雨时采制的春茶是一年最好的茶。经过雨水充分的滋润，茶树的叶肥芽厚，鲜嫩翠绿，富含多种维生素和氨基酸，茶味也醇香绵和，对身体特别好。明代许次纾在《茶疏》中也谈到采茶的时节：“清明太早，立夏太迟，谷雨前后，其时适中。”诗人们也纷纷咏道：“诗写梅花月，茶煎谷雨春”、“客到家常饭，僧来谷雨茶”。

记得儿时，每年的谷雨一到，母亲都会肩背茶篓，带上我，到山坡上的茶园去采摘新茶。土黄色的山路，一直往绿色的山坡上延伸，漫山遍野一片葱绿，在母亲的率领下，我乐不可支地穿行在春天的茶园里，眼前是满目的青翠欲滴，风中夹杂着布谷鸟的吟唱，携带着濛濛雨丝，扑在脸上，于晨光中弥漫起一身淡淡的茶香，让人心旷神怡。

母亲摘茶速度快，只见她弯着腰，把小茶芽一撩，两手上一折，一片完好的茶叶就落在手心里了，再去采第二片、第三片……采到手握不住的时候，一把鲜亮的嫩茶便装进了背上的茶篓中。采茶是门技术活，几叶一芽或一叶一

芽，都有讲究，老叶不行，枯枝更不行。一芽一嫩叶的茶叶泡在水里，叶如旗、芽似枪，被称为“旗枪”；一芽两嫩叶则像一个雀类的舌头，被称为“雀舌”，这些都是茶中珍品。所以，母亲一边熟溜地采摘着茶叶，一边不忘教我怎么采茶：先要挑选那些叶子嫩、芽突长、品质好的芽尖来摘；其次要保护好芽叶的完整性，枝梢的长度适宜，不能采一片留一叶，这样泡出来的茶才不会苦涩。

采摘回来的鲜茶叶，母亲迫不及待地用清冽的泉水将其洗干净，均匀地摊开在晒箕里晾干，然后把茶叶倒进铁锅里杀青。她一遍遍地用手掌翻炒，使茶叶均匀受热失水，待叶质柔软，叶色暗

绿，就开始揉捻，当叶片皱缩成卷曲状，一阵阵清香从茶锅里溢出时，母亲便叫我把灶里的火弄灭，把揉好的茶叶放在锅里烘焙，待到有刺手感、茶梗能折断，茶叶便做好了。每到做完这一切，母亲早已是腰酸背痛了，在氤氲的茶香中，她告诉我，人也要像谷雨茶一样，洁净中见天然，简朴中见自在，宁静中见真善。

做好的谷雨茶幽香芬芳，放进透明的玻璃杯内，沸水倒入，茶叶在杯子里飞舞，叶片舒展，鲜活得如枝头再生，染得春光无限。几轮冲泡后仍回味无穷，有缕缕清香溢出，心情也随之清香溢远。家乡人都说，喝了谷雨茶能解凉消毒，能以茶驱腥气、以茶防病气、以茶养生气，对健康特别有益。

喝着母亲的谷雨茶一天天长，那种甘甜清新的感觉让人难以忘怀。以后外出求学和工作后的每年春天，我都会收到母亲从老家给我捎来的一包上好的谷雨茶，当绿莹莹的茶叶升腾起缕缕的茶雾扑鼻而来时，我能感受到母亲爱的味道，温馨暖人，历久弥香。

春暖花开

□刘刚

花蕾

在阳光下裸露的枝丫
结满心事
每一朵花蕊
诉说一段风花雪月的故事
故事里有风、有雨
有一首荡气回肠的歌

粉嫩的心被青湿的外衣
包裹着，如同
待字闺中的姑娘
娇滴滴、羞答答

被花香染指的素手
竟在花蕾中迷失方向
我听不到姑娘的呼唤
只看见满树的相思果
在心上挂了一串又一串

花开的声音
清晨，一声鸟鸣
叩开泛白的天空
露珠儿跌落大地平静的湖
一圈圈涟漪在心头 荡漾开来

一朵一朵紫紫的心事
经历了寒冷的冬天后
被彻底融化成
星星点点，鲜嫩的色彩
一层层涂抹多姿的生活

我在风中
故作镇定地探头凝视
娇媚的花骨朵
听到了，终于听到了
脆生生——花开的声音

笑春风

乘着蝶儿的翅膀
翩翩起舞于花仙子的身旁
灿烂的笑脸溢满枝头
萦绕我潮湿的心房

桃红梨白如雾如烟
浩渺花海中尽情徜徉
牵一缕春风，将一丝阳光
连同花絮铺洒一地芬芳

那一笑一颦含情脉脉
这是多么熟悉的模样
我一时记不起像谁
哦——多像我远方的姑娘

花海

进入花海
一股芬芳扑面而来
多像你——温润的发香
进入花海
眼前瞬间绚烂开来
多像你——身披七彩霓裳
进入花海
抚摸美丽的花瓣
多像你——素洁的脸庞
进入花海
触见蝶儿的身影
多像你——飘逸的模样
进入花海
我嗅到了蜂儿的气息
不经意间 竟勾起我甜蜜的忧伤……



山野处，风物正好

□吕达余

一叶小舟泊于野渡。山涧的溪水涨了，随着时急时缓的春潮，小舟自在横斜。幽草在涧边葳蕤，黄鹂在深树婉转，正见出野渡无人。无人而有渡，有舟而无人，当是幽人出没处。幽人放舟于此，任涧水涨潮落，来回荡漾，随意沉浮……

我随着时任滁州刺史的唐诗人韦应物的吟咏，漫步于唐时的《滁州西涧》：“独怜幽草涧边生，上有黄鹂深树鸣。春潮带雨晚来急，野渡无人舟自横。”幽草少人践，鸟鸣无人惊，涧水肆意流，小舟自在横，不免感叹于幽旷的宜人。诗人“独怜”僻静之荒野，徜徉于此，想来官身不自由，来此放浪一下形骸吧！

“野渡无人舟自横。”不仅境美，意更美。人生如舟，搏浪载物，以尽其用，固是一种功用。然而，置身荒野，吟风弄月，一任自然，也是一种诗意。舟空了，却盛满了草绿、鸟音、潮声，不也是“满”吗？野渡之舟，应是韦应物的心舟，泊于此处，让他心生欢喜，妙句随口而出。

宋诗僧志南亦有一舟，未驶向繁华街市，却驶向杏花柳林。他系短篷于古木阴中，挂一

藜杖走过小桥，随口而吟《绝句》：“古木阴中系短篷，杖藜扶我过桥东。沾衣欲湿杏花雨，吹面不寒杨柳风。”皆以为出家之人，心如槁木，但诗僧自有一种风流。世人皆以黄白之物好，高官厚禄荣，娇妻少妾美，然何曾抵得草履藜杖，自在行走？一肩杏花雨，满面杨柳风，这般诗意的生活，岂是华盖宝车可比？

仔细想来，大自然之恩赐本多，何时不可行乐？何处不可安享？只是被世人辜负了，却做了分外之想，且往往非有足时。人生的舟满了，负重过重，载不动了，人生就不灵动了。

诗僧是方外之人，不好比拟。身为官身或商贾，抑或工薪族，为生存计，很难脱得红尘的烦扰。然而，暂且放下纷繁的俗事，将人生之舟放空，浪迹于野渡清岚、柳林杏花，释放一下自己的心灵，人生不就多了几分惬意？我们仍会回到碌碌俗世中去，但原野空灵的风，毕竟吹去若许风尘，不使我们积尘为垢，亦是一种生命的涅槃。

沉吟于诗境，心虑刹那澄澈，直欲放人生之小舟，纵情于唐风宋雨——看山野之处，风物正好……

只看脚下，不问山高

□苗小蛮

单位组织团体爬山比赛，将近200人参加。领了号牌之后，随着“比赛开始”的一声令下，大部分人选择了快速奔跑，我没有随大流，按着自己的步调，一步步往前走。

时间过半，刚才奔跑的参赛者们渐渐体力不支，需要停下来大口大口喘气，我控制着自己的呼吸，继续往前走，虽然超过了很多人，但到后来，我也渐渐呼吸困难、汗流浃背，可是再看山顶，依旧那么高，那么远，我开始严重怀疑自己能不能登上山顶。

然而中途放弃，显然不是我的性格，我开始把注意力集中到脚下，只看好脚下的路，不再抬头看山顶。走过大石林立的山路，走过坎坷崎岖的山路，走过修好的上山小径，我只管低头一步步往前走，听到组织者的惊呼“你太厉害了，你是女子组第一名”时，我才抬起头，原来，我真的到了山顶，领到了属于自己的成绩单。也许，只看脚下，不问山高，是很重要的一种心理暗示，它让我忽视了困难，藐视了压力。

想起自己刚开始写文章的时候，带我入门的文友鼓励我一定要自加压力，多多练笔，尝试多种风格和类型，用自己的文字给自己挣一个未来。文友的话，让我浑身充满斗志，我制定了很详细的计划：每天写几篇文章，每月收多少稿费，每月写几种文体……我本以为计划会让我充满动力，可是愿望是美好的，现实却是

残酷的。我看着少得可怜的稿费，看着学不会写的文体，渐渐失去了信心，开始在心里否定自己：也许，我真的不是写作的材料，我没有能力用文字给自己许一个未来。就在我动摇的那些日子，我的高中语文老师：“你只管写好每一篇文章就行，想那么多没用的干吗？”

老师的话，真的有醍醐灌顶之效，我很快调整了状态，把注意力集中到每一篇的谋篇布局上，只要我准备动笔写一篇文章，我就力争写出最好的文字。练习的机会多了，我开始写得比以前顺手，稿费也渐渐多起来了，直到后来我可以靠稿费养活自己。写好每一篇文章，不再问困难有多少，让我找到了自己的状态，战胜了自己的怯弱。

就像我们的人生，会遇到各种各样的困难，那横亘在我们面前的障碍，犹如一座座高山，也许有些时候我们会丧失信心，觉得困难不可战胜，否定自己的能力，但更多的原因在于我们只看了山顶，却没注意脚下。

“只看山顶”只会让薄弱的意志动摇，“只看脚下”却能让坚定的足音回响；“只看山顶”只能让信念打了折扣，“只看脚下”却能让沉淀的梦想绽放光彩；“只看山顶”只能让积累的困难越来越多，“只看脚下”却能让前进的步伐越来越快。

走好人生每一步，从“只看脚下，不问山高”开始！

“老人七十仍沽酒，千壶百瓮花门口。道旁榆荚巧似钱，摘来沽酒君肯否？”岑参的诗形象地写出了榆钱的形状：宛若铜钱。其实，榆钱不仅形状好看，而且味道鲜美，自古就是春天餐桌上的美食。

榆钱是榆树的种子，而榆树是一种耐旱耐旱极易生长的植物。乡村的房前屋后，山沟山沟，随处可见。榆树皮粗劣，主干笔直，寿命及长。远远望去，古老苍劲，虬曲横斜，就像是一位饱经沧桑的东北汉子。然而，到了春天，这位饱经沧桑的汉子结出的榆钱却如一串串嫩绿色的翡翠，看花了人眼，馋得人满口水。

我家老屋的院外就有一棵老榆树，高高大大，占据了半个院子。因此，榆钱饭是我童年的美食。惊蛰过后，一嘟噜一嘟噜的榆钱儿便挤满枝头，嫩嫩的、绿绿的，展示着美丽的骄傲。母亲用绑了镰刀的长竹竿把榆树枝勾下来，摘下榆钱，用水淘干净。然后，按照九比一的比例拌上玉米面，上锅蒸。十余分钟过后，榆钱的香味便随着烟雾溢出来，沁人心脾。揭开锅盖，拌上盐、葱花、芝麻油，一锅香

喷喷的榆钱饭便可以使用了。那时候，每次吃榆钱饭，我总要吃上两大碗，只吃得肚皮吃不下为止。

榆钱饭不仅好吃，而且具有食疗作用。《本草纲目》记载，榆钱具有“养肺益脾，下恶气，利水道”之作用；《全国中草药汇编》记载，榆钱具有“安神健脾，治神经衰弱”直功效；《宝庆本草折衷》记载，榆钱可以“疗小儿火疮疔疔，及杀诸虫”……在中医中，榆钱儿名叫榆实，焙干后是作为药物使用的。

随着人们生活水平的提高，榆钱饭已经从农村走向了城市，进入到豪华餐厅，成为人们青睐的佳肴之一。在榆钱饭华丽转身的同时，做法也变得多样。有糖拌榆钱；有榆钱炒肉片；有榆钱饺子；有榆钱粥……甚至，童年的榆钱饭还被原汁原味地装上了盘子，端上了餐桌，美其名曰：忆苦思甜。

三月清明榆不老，二月清明老了榆。榆钱的生长周期很短，最佳采摘时间只有几天。在初春时节，榆钱的香味便随着烟雾溢出来，沁人心脾。揭开锅盖，拌上盐、葱花、芝麻油，一锅香

榆钱饭

□田野

喷喷的榆钱饭便可以使用了。那时候，每次吃榆钱饭，我总要吃上两大碗，只吃得肚皮吃不下为止。

榆钱饭不仅好吃，而且具有食疗作用。《本草纲目》记载，榆钱具有“养肺益脾，下恶气，利水道”之作用；《全国中草药汇编》记载，榆钱具有“安神健脾，治神经衰弱”直功效；《宝庆本草折衷》记载，榆钱可以“疗小儿火疮疔疔，及杀诸虫”……在中医中，榆钱儿名叫榆实，焙干后是作为药物使用的。

随着人们生活水平的提高，榆钱饭已经从农村走向了城市，进入到豪华餐厅，成为人们青睐的佳肴之一。在榆钱饭华丽转身的同时，做法也变得多样。有糖拌榆钱；有榆钱炒肉片；有榆钱饺子；有榆钱粥……甚至，童年的榆钱饭还被原汁原味地装上了盘子，端上了餐桌，美其名曰：忆苦思甜。

三月清明榆不老，二月清明老了榆。榆钱的生长周期很短，最佳采摘时间只有几天。在初春时节，榆钱的香味便随着烟雾溢出来，沁人心脾。揭开锅盖，拌上盐、葱花、芝麻油，一锅香

在春天种个梦

□王纯

看到女儿作文中写到：“农民在春天把种子种到田里，我要在春天种一个梦，让梦发芽，开花，结果……”不觉欣喜，孩子的思维总是比我们新奇巧妙。在春天种一个梦，多美啊！

不如我也在春天种个梦吧！春天，万象更新，一年之计在于春，正适合播种一个梦。孩子的梦是美丽浪漫的，年轻人的梦是豪迈高远的，我的梦，是踏实朴素的。

春来了，风柔天暖，正适合种一个梦。我的梦很小也很普通，就是希望能够平安快乐地度过每一天。把这个小小的梦种下，然后辛勤地耕耘，希望能够收获幸福的果实。

人到中年，很多事都能豁达面对了，那些不切实际的所谓“远大梦想”早已离我远去，生活应该返璞归真了。如今才懂得“平平淡淡才是真”是一种怎样的境界和心态。春夏秋冬，四季更迭，不求名利富贵，惟愿岁月静好。

春天里，我把健康当作土壤，播种自己的梦。当身体发出一些警示信号后，我才真正体会到健康的重要。多年里，我一直在不停地奋斗，像一只停不下来的陀螺。但是人毕竟不是陀螺，停不下来超负荷运转，只能透支健康。身体的很多部位时常不适，容易疲惫，种种迹象告诉我，是该储蓄健康了。从明天起，做一个幸福的人，郊游，打球，锻炼身体，面朝阳光，春暖花开。当然，也要关心家人的健康，提醒父母把身体照顾好，督促爱人和孩子重视

健康。健健康康，才能快快乐乐，希望疾病远离，健康常伴。

春天里，我把家庭当作阳光，播种自己的梦。家庭和睦幸福，是平安快乐的必不可少的要素。一个人在外面的世界打拼得再久，家都是我们最终的归宿。中年后，更应该经营好自己的家庭。除了照顾好家人的饮食起居，更重要的是营造温馨和谐的家庭氛围。多抽点时间，多用点心思，把家布置得舒适雅致，带给大家放松愉悦的感受。多陪着爱人和孩子一起快乐出发，去春天的田野尽情释放自己，去近郊或者远游，放松心情，感受美好。多回家看望父母，陪他们吃顿饭，听他们讲讲往事，让他们感受到天伦之乐。爱家人，爱自己，家庭温馨，生活才会充满阳光，平安快乐的梦想才会发芽成长。

春天里，我把工作当作雨露，播种自己的梦想。每个人都希望自己的价值得到体现，我们在工作中劳动创造，得到别人的认可，也让自己获得成就感。我们像一只只辛勤的蜜蜂，在自己的岗位上默默奉献着。工作让我们的生活更加充实，有价值。在工作中，我们不断地做出成绩，也为生活增添了更多的喜悦。工作是生活的保障，努力工作，平安快乐地度过每一天。梦的种子播下去了，需要雨露的浇灌，才能成长，结出果实。

春天里，把平安快乐的梦种下。只要用心耕耘，就能结出幸福的果实。

扛束花树送给你

□阿杨

春天，春天
刚刚长大
踏着青绿 又迎你回家
手捧茶壶 坐在檐下
饮一口苦涩
说几句无可奈何闲话
晨看日出 晚观落霞
不知不觉
门前的柳树已经发芽
忽来一阵清风
千树万树皆已开花
搜尽唐诗宋词
却早游荡在爪哇天涯
转身 潸然泪下
从此 不敢再诉说私语情话

明天，就是明天
那个没有任何痕迹和诗意的月下
埋下孤独 忘掉冬夏
毅然离开 不再疲惫
扛着花树 远走天涯
心中装着期待
眼里满是无暇
每走一步
花儿就会开在脚下
今生本无花落 来世依然开花
如果你走来
我会 将花留下