

“文学淮军”擂台
征文 第十季

寒夜粥香

马俊



向内求幸福

张君燕



很多年前，父亲在外面上班，总是很晚才回家。冬天的夜晚，母亲和我们兄妹围在火炉旁等父亲。粥已经熬好，放在火炉上保温。

父亲裹着一身寒气推门而入，我们赶紧起身。母亲盛粥，我拿筷子，哥哥给父亲倒洗脸水。不到一分钟，父亲已经坐在饭桌前。他端起一碗粥，“呼噜呼噜”一口气喝上半碗，然后长舒一口气说：“真舒服啊，暖到心窝啦！”父亲的表情一直印刻在我的记忆中：放松，欣慰，享受，幸福。寒夜里，一碗热粥带给人的幸福感是深入骨髓的。

我觉得所有的食物中，粥是最温暖的，可以在最短的时间内给人提供足够的热量，所以寒夜粥香无异于雪中送炭，除了带给人肠胃的舒适，还有精神上的满足愉悦。粥比饺子简单，比面条清淡，比米饭柔软，比馒头温和。粥，家常普通，贴心贴肺，就像我们身边一位心善质朴的朋友，无论你贫穷还是富贵，它都会守候在你身边，永远不离不弃。它除了能为我们雪中送炭，还可以锦上添花。悠悠岁月长，浓浓粥味香。随着我们对粥的喜爱不断升级，后来出现了各种各样的粥。貌不惊人的粥，也可以摇身一变，登上大雅之堂，装点更为华丽的餐桌。一场重要的聚会，如果以粥来收尾，能够让宾客们回味无穷。

我们中国人历来对粥情有独钟，“粥文化”源远流长。《周书》中说，黄帝始烹谷为粥。漫长的时光里，粥以其温厚绵长的滋味，滋养温暖着一代代人的胃和心。粥甚至逐渐融入了药用功能，有了养生的功效，“粥文化”也更加丰富精彩。宋代诗人陆游诗中写道：“今朝佛粥更相馈，反觉江村节物新。”这句诗说的是腊八节送粥的事，腊八粥是粥

的典型代表，集中了粥的特征，把粥的温暖特性发挥到极致。食物是有季节和时令属性的，粥一年四季可吃，但冬天的粥格外香甜。尤其是寒夜里的一碗热粥，简直有治愈心灵的作用。

我至今记得，有一年冬天，我孤身一人在外生活。简陋的出租屋里，冬天冷得像冰窖。晚上回到出租屋，我忙着花样熬粥。小米粥、大米粥、八宝粥、红枣粥……熬粥的时候，我喜欢坐在灶前，听锅里的粥发出“咕嘟咕嘟”的响声。我知道，里面的食材在慢慢变软，彼此包容，最后融合在一起。要熬出粥的香味，需要沉下心来，慢慢等待。熬，是个耐人寻味的字眼，里面有时光宁静的色彩，有岁月悠长的味道，有静待花开的期许。粥在慢慢熬，时光在悄悄走，人的心也渐渐沉下来。其实熬粥也是一种修行，可以让你品出人生的丰厚味道。直到粥香溢满小屋，心中的孤独和寂寞也已经冰消雪化，温暖的情愫升腾而起。寒夜里，喝一碗热粥，温暖从头到脚，再到心里，瞬间就觉得有了力量。人生在世，岁月寒凉，但只要你还有对一碗粥的期待，就没有什么不能抵抗的。

粥陪伴我们走过饥寒岁月，如今依旧在为生活增添滋味。粥，家常美味，常吃常新。如今粥的种类更丰富，味道更美。粥中融入了我们对生活的认识，对岁月的理解，对人生的感悟。

我们中国人有种根深蒂固的认识：粥可以养胃。可现在总有一些所谓的养生人士说，粥并不能起到养胃的作用。我听后嗤之以鼻，其实食物对我们来说，不管能不能养生，心理层面的慰藉更重要。我们喝的不是粥，是记忆，是故事，是温暖，是希望。

用可以学呀，学会之后，就可以拍各种好看的照片，祖国的大好河山、路上惊鸿一瞥的风景，都能在自己的镜头下定格，这是一件多么美好的事情呀。

“你想要的是别人单反镜头下的生活吧。”听了我的话，爱人笑着说。我愣住了，其实爱人说得没错，我之所以产生买单反相机的想法，就是在朋友圈看到了别人晒出的旅行照片。那种随意、洒脱又丰富多彩的生活，是我一直向往的，无奈身陷琐碎的生活和工作之中，实在抽不开身。于是我产生了一种想象，似乎拥有了一台相机，就能拥有四处旅行的生活。事实上，对于生性喜欢“宅”的我来说，即使买了单反相机，生活里的一切可能也并没有多大改变。

说到底，大部分时候，我们都搞错了追逐的对象，就像在一艘行走的船上刻下记号，想要打捞出幸福，最后却只是徒劳一场。正所谓“醉翁之意不在酒，在乎山水之间也”，很多时候，我们想要拥有的可能并不是某种具体的事物，而是事物背后呈现出来的那种快乐、幸福的感觉。但这种关于幸福的感觉只能通过改变自身来实现，需要我们向内求，而不是借助于外物“刻舟求剑”。

和朋友去山里玩，意外发现山里藏着一家咖啡店。店很小，却很有格调，石墙、老树、木椅，再加上偶尔经过的悠闲吃草的羊群，还真是一幅优美的画卷呢。店主是几个年轻人，他们闲时在山里骑行，或者守着店围炉煮咖啡，日子过得轻松惬意。

“我也想开一家咖啡店。”从山里回来后，朋友便在心里种下了一个执念，天天念叨着这件事，计划着选址、筹措资金，几乎无心上班。可据我所知，朋友并不太喜欢喝咖啡，为什么对开咖啡店这件事如此执着？

朋友解释说：“守着咖啡店，静静享受时光，多好啊。”“你不是想开咖啡店，你是上班累了，想放松一下吧。”我笑起来，顿时明白了朋友的心思。其实，朋友心心念念想要的是那几个年轻店主呈现出来的自由、松弛的状态，重点并不在于开咖啡店。但朋友忽略了一个重要的问题，在山里开咖啡店只是那几个年轻人的兼职，他们还有其他事情要做，否则仅靠一个咖啡店养活不了自己，他们也有忙碌、疲惫的一面。

有段时间，我特别想入手一台单反相机，天天在网上看各种评论，对比各种参数。爱人不解：你之前都没有摸过，会用吗？我不屑，不会

的典型代表，集中了粥的特征，把粥的温暖特性发挥到极致。食物是有季节和时令属性的，粥一年四季可吃，但冬天的粥格外香甜。尤其是寒夜里的一碗热粥，简直有治愈心灵的作用。

我至今记得，有一年冬天，我孤身一人在外生活。简陋的出租屋里，冬天冷得像冰窖。晚上回到出租屋，我忙着花样熬粥。小米粥、大米粥、八宝粥、红枣粥……熬粥的时候，我喜欢坐在灶前，听锅里的粥发出“咕嘟咕嘟”的响声。我知道，里面的食材在慢慢变软，彼此包容，最后融合在一起。要熬出粥的香味，需要沉下心来，慢慢等待。熬，是个耐人寻味的字眼，里面有时光宁静的色彩，有岁月悠长的味道，有静待花开的期许。粥在慢慢熬，时光在悄悄走，人的心也渐渐沉下来。其实熬粥也是一种修行，可以让你品出人生的丰厚味道。直到粥香溢满小屋，心中的孤独和寂寞也已经冰消雪化，温暖的情愫升腾而起。寒夜里，喝一碗热粥，温暖从头到脚，再到心里，瞬间就觉得有了力量。人生在世，岁月寒凉，但只要你还有对一碗粥的期待，就没有什么不能抵抗的。

粥陪伴我们走过饥寒岁月，如今依旧在为生活增添滋味。粥，家常美味，常吃常新。如今粥的种类更丰富，味道更美。粥中融入了我们对生活的认识，对岁月的理解，对人生的感悟。

我们中国人有种根深蒂固的认识：粥可以养胃。可现在总有一些所谓的养生人士说，粥并不能起到养胃的作用。我听后嗤之以鼻，其实食物对我们来说，不管能不能养生，心理层面的慰藉更重要。我们喝的不是粥，是记忆，是故事，是温暖，是希望。

那些温暖瞬间

聂顺荣

小时候，夏日的夜晚总是闷热难耐。我躺在床上辗转反侧，难以入眠。奶奶总手持一把蒲扇，轻轻坐在我的床边。她那布满老茧的手有节奏地挥动着扇子，带来丝丝凉风，驱赶着蚊虫与暑气。奶奶轻声哼唱着古老的童谣，那略带沙哑却无比温柔的声音，像潺潺的溪流，淌入我的心田。在微风与童谣交织的温暖瞬间，我缓缓进入了甜美的梦乡。

一个冬日的清晨，我睡过了头，眼看上学就要迟到。匆忙间，我顾不上吃早饭，抓起书包就往学校跑。当我气喘吁吁地赶到教室时，同桌小辉递来一个还带着温度的面包，笑着说：“知道你肯定没吃早饭，快吃吧，别饿着。”阳光透过窗户洒在他的脸上，他的笑容格外真诚。

长大后，初入职场的我在一次重要项目中出现失误，心情跌入谷底。我独自坐在公司的楼梯间，满心自责与沮丧。这时，领导走了过来，他没有丝毫的责备，而是轻轻拍了拍我的肩膀，用温和的语气说：“每个人都会犯错，重要的是从失败中吸取教训。你在这个项目中展现出的能力我都看在眼里，别灰心，调整好状态，我们还有下一次机会。”他的眼神中充满信任与鼓励，那一刻，我被深深触动。

去年春节，我因工作原因无法回家过年。独自一人在出租屋里，看着窗外万家灯火，思乡之情愈发浓烈。突然，手机铃声响起，是家人的视频通话。屏幕里，父母、兄弟姐妹的笑脸依次出现，他们纷纷向我讲述着家里的趣事，叮嘱我要照顾好自己。尽管相隔千里，但我却真切地感受到了家的温暖。母亲特意为我展示了她准备的年夜饭，一道道我爱吃的菜，仿佛在诉说着他们对我的思念。那一瞬间，我明白了，家的温暖不会因距离而消散，亲情始终紧紧围绕着我。

这些温暖的瞬间，看似平凡，却蕴含着无尽的力量。它们如同冬日里的暖阳、夏日里的清风，在我们最需要的时候给予慰藉和鼓励。