

端午美食乡味浓

□含山县林头中学 孙邦明

农历五月初五的端午节，乃中国夏季最重要的传统节日。中医理论认为，这一天阳气为一年中最盛，于是端午便成了人们运用各种仪式感驱邪防病的最佳时机。

在老家江北丘陵地带，人们过端午节有很多习俗，除了家家户户门前挂艾草、吃粽子，还有必不可少的热烈的赛龙舟外，美食也很具有地域特色。

老辈人曾有“早端午、晚中秋”的说法，即端午节一般是早上过，中秋节一般是晚上过。端午节那天，清早起来一定要吃粽子和绿豆糕。节前渠塘边割几把健硕的芦苇叶，或早市买之，农村人取自产的糯米，依口味与喜好不同，添进些枣子、绿豆、豌豆等各类杂粮，用生菜籽油伴匀作料，粽子被裹成立体三角形，或扁平状，土灶大铁锅搁水煑透，开锅，熟透的粽子，像一个个绿玛瑙，散发着浓烈粽叶的清香。吃绿豆糕也有讲究，江北入梅时分，气温湿热，而绿豆性味甘寒，正好用来清热解毒。吃绿豆糕除了满足人们的口福外，还有防病健身，迎接盛夏酷热酷暑的现实选择。

在老家关于端午中午的食俗，有两种说法。在家设午宴，要吃鳝鳖，叫“箭杆黄鳝马蹄鳖”，说的黄鳝和鳖之形状。夏至，万物始动，至端午阳气旺盛，黄鳝和土鳖从幼年已初长成，不大不小，刚可食用。拿一把短柄铁铲，背一蔑笼，捉鳖逮鳝之人赤脚穿行在原野之中，一会功夫，从沟渠涵洞里捉来，它们便自然成了端午农家人家宴餐桌上的珍馐，其肉道精美，营养厚醇。

另传说端午正午，家家户户不举火，带着粽子等食品到野外进食，嫁出去的女儿，要回娘家过节，流行“躲午”习俗。据古籍记载，在楚国故地，包粽子是为了纪念屈原；另传说有一凶兽（实际是血吸虫、疟疾之类传染病的代称），到五月初五正午出来觅食，闻到哪家有炊灶香气，就来扑食，连带吃人。同时，厨灶之事，多为女子所为，媳妇回娘家“躲午”。所以每到端午，接女儿、女婿回家过节，便成了老家一道乡间的美丽风景。岳父买草帽、毛巾送给女婿，送太阳伞给女儿，表达长辈心意，其乐融融，和睦祥和。

在老家，还有一种古老食俗，吃“端午粿”。“端午粿”是用精面粉和酒酿，放青桐叶或荷叶上，经过发酵后蒸熟，吃起来味道甜美清香。蒿子粿粿也名列其中，蒿子粿粿，主要以蒿子、米粉、腊肉为原料精制而成。另外，端午节这一天还要吃花糕和苋菜，花糕是用发面加糖蒸制，形似元宝、蝴蝶，表面以红色花点缀，为儿童爱吃的应时点心。苋菜也是不可缺少的应时菜，俗谓饮雄黄酒可防生疥疮，吃苋菜可净腹，土话叫“打浪肠子”。吃水果也有来头，民谚曰：“端午吃个杏，到老不害病；端午吃个桃，到老不用愁”等，这些习俗食俗都很具有当地的端午特色，其中蕴含着当地人在长期的生产生活实践中形成和积淀起来的既纯朴又厚重的地方文化。

这温暖永不冷却

□怀远县第三实验小学 吴艳梅

5月8日，微风细雨，一（4）班的唐鑫宇家长为学校送来防疫物资若干……

唐洪姚先生是一位80后，腼腆、务实是他留给我最深的印象。在和老师交流问题时就表示出对学校的关注，同时也对学校教育教学管理给予了高度评价！他这次用实际行动表达出对同学、家长、社会的关爱，感恩于行回馈于行！在人人谈“疫”色变的今天，唐先生的这份关爱，这份温暖，难能可贵！

三实小诞生于2007年9月1日，在新加坡爱国华侨何恩惠女士捐赠20万元的基础上和政府部门的大力支持下建成。何恩惠女士90高龄，心系祖国，关心祖国的教育事业，牵挂着怀远的孩子们，这份爱国之心，这份温暖，怀远人民永记在心！

2018年怀远名创公司董事长不忘初心牢记使命，于当年上旬回馈三实小师生，这份温暖三实小永记在心！

爱在传递，温暖在传承！社会各界人士关注着三实小，老师们历历在目！老师们也在用行动反馈着这份爱，这份温暖。

庚子春，荆楚大疫，染者数万，众惶恐，举国防，皆闭户。居家抗疫的日子里，学校师生紧紧团结在一起，全校师生上下拧成一股劲，线上教学轰轰烈烈地展开了，一丝一毫不松懈。

山川异域，风月同天，万民同心，月余，疫渐除。复课前夕学校教师在陈伟校长的号召下提前到校整理环境，打扫卫生，提前备课，争分夺秒。孩子们来到学校后，陈校长和老师们战斗在一起：一起消毒，一起晨检，一起午检，一起打扫卫生，一起迎接晨曦日落……我们的口号是：攻坚克难，真抓实干，提高巩固率，降低辍学率，踏踏实实地做每件事情。

三实小是一所年轻的学校，这里有积极进取的思想，这里有建造大校的理想，这里有对工作对生活的情，这里有一群朝气蓬勃的教师。三实小必将蒸蒸日上！

花

□祁门县胥岭学校 孙祁岗/摄

琴 缘

□泾县城关第二小学 王丹丹

去年九月底，我路过红星广场，无意间发现广场一隅有间三层的门面，上面招牌上赫然印着“棠音琴社”四个大字，再仔细一看，下面还有一行小字：古琴，茶艺，诗书，养生。

我不禁瞪大了眼睛：古琴，在我们这个小山城算是稀罕物了，我素来不爱古筝，却对古琴情有独钟——或许是被伯牙与钟子期的高山流水遇知音的故事所感动；或许是心仪“琴瑟在御，莫不静好”的雅趣；或许是感慨松风轻拂的绵绵心事；或许是为“广陵散”的生命绝唱而动容……总之，我心中的琴弦被拨动了，连忙记下了联系号码。

后来，因为琐事繁忙，一直到三个月后，我才拨通了这个号码，手机里传来一个沉稳的女声，我们约了时间见面。等我踏入琴社，一位身着汉服、年轻清秀的女孩将我迎入门里，原来她就是我的古琴老师——二十六岁的至妙师傅——没想到师傅竟如此年轻，而且，之后我才发现，至妙是极爱古代服饰的，每次上课，都穿着层层叠叠的古装，而那厚薄不一的古装穿在她身上的确曼妙雅致。

年前，我上了三节课，了解了七弦古琴拟人化的奇妙构造，知道了古琴的三种音色：泛音、散音、按音，分别象征天、地、人。泛音像天，按音似人，散音如同大地。因此古琴妙韵即可传人情之思，也可达天地苍穹，一曲古琴，亦可清风明月，亦可金戈铁马，琴声空灵明澈，清冷入仙，缥缈多变，令人神之所往。

接下来，我从右手各种拨弦指法开始练习，到加入左手按弦，虽然刚入门，却学得兴致盎然。古琴的琴谱晦涩难懂，我却甘之如饴，当《沧海一声笑》的琴声从我手下流出，我喜不自胜，练得更起劲了。

后来，我才知道，至妙的老师是古琴界大名鼎鼎的陈成渤大师，他是中国古琴协会的副秘书长，创办了西子湖畔最大的古琴社——太音琴社。

更让我欣喜的是，因为临近过年，至妙师傅要回家过年，怕我长时间没有琴练会手生，便让我带一把琴社的古琴回家练习，我乐颠颠地把古琴背回家，又从网上买了琴桌琴椅琴谱架，每日书房里琴声冷冷，一韵静心，烟云渐起，岁月如流。

新年伊始，时疫横行，整日蜗居在家，幸有七弦为益友，书籍亦知音，珍惜这份琴缘，守候春暖花开时的幸福。

粽子

□寿县教育体育局 马从春

一把糯米

加入感恩和团圆

用思念紧紧缠绕

它被叫做粽子

亲人团聚的时刻

吃着家人亲手做的粽子

每一口

都散发着浓浓的亲情

炎黄子孙的粽子

千年未变

舌尖上的记忆里

处处弥漫着温馨

父爱如蜜

□ 杨山县西关小学 王 芳

每到周末，心就会慌慌的，既兴奋又期待，那么暗自甜蜜，那么迫不及待，要回家了！老家在农村，瓦舍三间，小院一处，既不富丽堂皇，也不井井有条，但于我却是最安宁的港湾。只有回到老家，踏进小院，心里才会有家的感觉：踏实、惬意、慵懒。因为有父母在，即使穷家破院，也温馨舒适！看着父亲进进出出，撵鸡喂狗；跟着母亲转前转后，锅前灶下；围着小桌，看看电视，聊聊家常……父母开心，我亦幸福！

也许天下父母却爱小儿吧，众多姊妹中，我是最受父亲宠爱的一个。记事以后，母亲经常于闲暇之时，讲述儿时父亲对我的万般宠爱，百讲不厌，幸福疼爱之情溢于言表。一家人其乐融融，尽享着天伦之乐，所有的疲惫、困乏，都随着欢声笑语烟消云散了！

很想说说父亲对我的关爱，脑子中却一片混乱，不过那是一种幸福的混乱：父亲的疼爱太多太多，一时竟不知从何说起。父亲在生活上总是给予我们姊妹无微不至的关怀。为我们缝衣缀扣，提醒我们添衣加帽，尽可能让我们生活得更好。

小时候我爱肚子疼，每次肚子一疼，就会颠颠儿地跑到父亲跟前撒娇。父亲就会轻轻地把我抱起来，横放在腿上，用他那粗糙而温暖的大手，按在我的肚子上轻轻地揉啊揉啊，直到我不痛了，又跑着撒欢儿去了为止。那一份慈爱、温暖也随着他的大手无声地传递给了幼小的我，让我感到一份永恒的依靠。

宁静的夏夜，我随父亲在果园看果子。躺在茅庵中，朦胧而柔和的月光透过枝丫倾泻在地上，呈现出斑斑驳驳的花纹。小虫子在草丛中快活地鸣叫，塘中蛙声此起彼伏，欢唱着丰收的喜悦。夏夜的星空看上去距离我们远远的、高高的，却又亮亮的，写满了诗意和梦幻，充满了神秘与期待。父亲又吹起他那心爱的笛子，笛音徐徐响起，那婉转圆润的笛音如同皎洁的月光，浸染到我心灵的深处，一种无限的遐想在乐声中游走。那笛音是多么快乐、欢畅、悠扬动听呀，我深深地陶醉了……

父爱的甜蜜一直温暖和滋润着我，很自豪拥有这样一位平凡而不平庸的父亲！后来，我经历了人生中最艰难的日子，父亲又承担起了照顾外孙女的重担。

女儿端午节出生，故名“小粽子”。小粽子十个多月时，父亲每天用学步带拉着她学走路。屋内墙上贴满了父亲用毛笔书写的汉字，“猪马牛羊，花鸟虫鱼”等等。走到哪个字跟前，就停下来读一读，认一认。小粽子一岁多时，父亲又经常给她读唐诗、唱儿歌。路过城河，看到浮在河面的大白鹅，她会冒出一句：“白毛浮绿水，红掌拨清波。”不过小粽子最爱的还是睡觉时外公哼唱的《小燕子》，至今念念不忘。而父亲却得意地说：“小粽子跟你小时候一样聪明！”

多少次心灰意冷，多少次伤心绝望，是父亲给了我力量给了我依靠，让我的心变得无比柔韧而又坚强！让我深切体会到，磨难真的是一种财富，只要有亲情做后盾！

一直以来，在我心里，父亲都是那么健壮，那么慈祥，岁月在他身上似乎没有留下痕迹，或者说我不愿看到岁月的痕迹。他似乎总是那么强大，永远可以为我遮蔽风雨，永远是我坚强的后盾。我也似乎总长不大，总愿意孩子似的躲进父亲翼下，享受着孩提时的疼爱。

可是有一天，我偎在父亲身边，却突然发现，父亲的腰不知何时也弯了，头发不知怎么全白了。我鼻子一酸，偷偷地躲到一边，泪如雨下。我的父亲也会变老吗？我不敢相信我更不愿承认！后来再跟父亲一起的日子，也就变得愈加珍惜。每一个父亲节，于我也变得格外隆重。

父亲节来得十分低调，远不如母亲节的热闹隆重。正如父爱，永远是羞涩寡言的，是深沉的。父爱，是永远的付出，不曾为回报等待，一心守候，只为子女的长大。

现在的我，越来越眷恋我的老父亲，越来越想黏着他，即使在一块什么也不做，抑或有一句没一句的闲谈，心中也满是安宁，满是幸福，满是温馨……

父母在，家就在！惟愿我的老父亲健康长寿，惟愿天下父母健康长寿！