

悠悠岁月石露头

■毛骏杰

【访古寻幽】

首南街道西南角有一个村落，介于陈婆渡村和前周村之间，村子有着五百多年的历史，因穿村而过的九曲河在涨潮时把村边的石头路给淹没了，等潮水退却时才露出石头路，所以此地就叫石露头。

九曲河通连奉化江，潮涨潮落，江水多涩咸，既不能灌溉农田，又不能饮食做饭。水是生命之源，要确保水的安全，农耕时代的石露头老百姓很有前瞻性，做了一件大事，他们在村南距宅舍两百余步的坡地挖了三个池塘，东边的池塘规整圆满叫圆池，中间长方形的叫长池，西边椭圆状叫团池。数百年来，村内规定长池只能作为饮食之用。据石露头张氏家谱记载，同治十二年族内订立《长池禁碑》，光绪元年立的《永禁长池》禁规都有相关的记录。

《长池禁碑》上说：池向有禁规悬诸，本祠因洗涤一节，清污甚难分辨，乃致水池不洁，有妨饮食。因此，无论水之大小，凡一切物件不许入池洗涤，违者罚钱四百文归祠。也许是村族生息繁荣，用水量大增，有人破坏了规矩，于是族人在长池边竖立一块石碑，刻上字以警世人。《永禁长池》碑指出：吾族之南，有长池一方，其水澄澈，距宅二百余步，族人咸汲取以为饮食。而抗旱之时，河流易竭，江水多咸，族之人所有赖于此水者为尤甚也，向有禁规，悬诸祠内凡秽污之物不许入池洗涤。还说：近因族大事繁，洗涤者众，清秽甚难分辨。为此，将洗涤一节更加严禁，且勒石于池之东畔，以昭众目，今复载笔于此，并其余旧规一一开后，如有犯者，无论尊卑贫富，罚不稍贷，彼族人其各凛，此禁庶几均沾其泽。

这个百多年前的“五水共治”理念，我猜测在当时算是比较严厉的，至于有没有处罚不得而知，但淳朴的村民应该会遵守。永禁碑还具体规定了七条禁规：第一条无论池水大小，物件清污，一切不许入池洗涤，违者罚钱四百文。第二条鹅、鸭不许放入池内，违者罚钱四百文。第三条长池不设埠头，

水满池时可挑水饮用、可灌溉地田。但池中水有平水石一方，平水石出后，如有装车引水灌禾者，违者罚钱四百文。第四条无论池水大小，不许捕鱼，违者罚钱二百文，钓者听之。如平水石出后，趁池水干涸，趁夜投池捕鱼以致水污浊，公议重罚，有知情通知宗干者，给赏钱六百元。第五条如有粪桶挑用池水及平水石出后挑池水灌禾者，俱罚钱二百文。第六条无论童叟不得脱衣洗浴，违者罚钱二百文。第七条无论长短短工人，如有犯禁者，由于主人不通知之故，须向主人照罚以上所罚之钱。

正是靠着这些村规民约，族内世代繁衍生息，守住了底线，给生活一个美好的空间。走进石露头，一个个时代的记忆鲜明地印在了此地，诉说着繁华，也践行着变革，如高头白墙翘檐的明清院落、解放前的风石库门、上世纪七八十年代的水泥楼房，而更多的是新时代城市变迁改造的拔地高楼。九曲河风光依旧，你若是在夕阳下的埠头边仔细聆听，依稀欢闹的场面一一展现：妇女们捶洗衣物，年长者在村口桥头抽烟聊天，男人们则带着孩子在河中搓澡玩水。

暮春三月，孔子问学生曾子有什么远大抱负？曾子答道：春服既成，冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。那是一种多么美好的场景，说明了人与自然的关系，表明人应该重视与大自然的接触，不破坏环境，这也告诉我们，幸福时常在自己身边，守住了自己的幸福，也就圆满了周围。爱护家园，保护水源是永恒的主题，善为、善治的首南百姓一直坚守着善水理念。正如张氏族人张孝维在他的《长池汲担》中写道：汲担如梭晨夕忙，人心久已患元阳。邻村亦藉为生活，共说清河世泽长。时代变迁，石露头村征收待尽，周遭已是高楼林立，村民也搬进了崭新的小区成为了居民，小区前那条簇新的马路取名三池路，只有老村边横塘河的小三河口仿佛还在诉说着往日的故事。

夏令佳蔬夜开花

■朱峰

【食全食美】

夏令时节，在众多当季蔬菜中吃夜开花是最相宜的。这本来如一的长条的瓜，俗语称蒲子。夜开花性寒凉，止渴消热，有一定的保健和药用功能。周作人说，夏天吃饭有一碗夜开花汤，倒是很素净也鲜美可口的。这是知味之言。夜开花于酷暑中透着丝丝的凉意，你瞧，这淡淡的青，隐隐的白，色泽够诱人。且其色介于青白之间，近内则偏向于白，近表则偏向于青，青白相间，煞是好看。

我常在离家不远的一家老宁波风味饭店用餐，有时一道用夜开花豆瓣搭配鳊鱼烹制的甬式鳊鱼，一盘冷菜，一瓶啤酒，吃得津津有味。我不太喜欢用韭菜或韭菜芽制作鳊糊，特别钟情于夜开花做帮头，除非是每年二月份新上市的鲜嫩春韭。夜开花软软的，再加上新鲜蚕豆肉，颗颗碧绿的绿镶嵌其间，这样做出来的老宁波鳊糊咋叫人不爱呢！蚕豆肉，有些地方叫蚕豆米，可与肉丁、火腿丁同烩，其味也不错，关键是要鲜嫩的蚕豆，若用干蚕豆泡胀后剥皮，也可制作上面的菜，只是味道大为逊色了。

夜开花塞肉也是一道时令菜。夜开花挖掉当中的籽和瓢，塞进肉糜，切成一段一段的，放油里稍许一焯，而后加酱油，做成红烧的夜开花塞肉，风

味别具一格——地道的宁波家常味。吃着这菜，令我想起另一道夜开花肉羹，儿时常吃家乡风味菜。这道平常菜，饭店里不一定有，其实把它列在夏季时蔬之中，倒比其他蔬菜诱人。时下，酒店餐馆的蔬菜大多一般，夜开花肉羹这样的家常菜大可上桌。

民间有好菜，若去采风，粗菜细做，食客定是欢迎的。就说夜开花，周作人在《瓠子汤》里有言：“瓠子的汤是很简单的，只是去皮切片，同笋干等物煮了加酱油而已。”他说：“每年在夏至那天照例要吃蒲丝饼，用瓠子切丝煮熟，加面粉、白糖和匀，入油中煎之，每片约如手掌大，小时候很喜欢吃，同中原的南瓜饼一样。”这蒲丝饼饭店也可一试试，说不定也能像当年的南瓜饼一样红火一阵子呢。

多年前，在甬上餐饮名店汉通酒店曾有幸品尝过中国烹饪大师、甬菜大家戴永明先生烹制的创新宁波菜——瓜柱虾丝，至今仍记忆犹新。此道菜，关键是要鲜嫩的蚕豆，若用干蚕豆泡胀后剥皮，也可制作上面的菜，只是味道大为逊色了。

昨天与青姐跳舞时，听她解释迟到的原因：儿女们为了庆祝她生日，买了蛋糕食物，热热闹闹聚了一餐。家人祝福她舞越跳越好，歌越唱越动听，人越活越年轻，青姐一开心，差点忘记了跟我的约会。

我哈哈笑着的时候，突然想到了父亲，好像再过两天，父亲也要过生日了。

回家一说，老公提醒我，还只是农历九月初，离老爸的生日还有些日子。

我给爸打电话，他在电话那头爽朗地笑，中气十足的样子。我说：“爸，身体好吧？最近血压怎么样？”

他说：“好的，血压控制得蛮好。”我问：“听得清楚吗？”爸随即回应：“听得清，我换了助听器，这个特别好使。”

我咧开嘴笑，心里替爸高兴，这下好了，父母俩终于可以无障碍交流了。

爸近年听力明显下降，打电话过去我再怎么大声说，他也听不到，最后只好由老妈代听代传话才能说上几句。小妹给他买过一个进口助听器，老贵，但不实用，爸嫌它噪声大，说戴着心烦意乱没法安静，弃之不用。后来侄子给他网上购置了一个耳机，便宜，说是效果不错，可是他平时不戴，我打电话过去时，他慌里慌忙戴上，调试了半天，还是听不清，又得由老妈代听。老妈不识字，我请教一味中药的性能，老妈听不懂，老爸说出一味中药的名称，我又不认识，问怎么写？老妈费尽劲鹦鹉学舌，几次三番，才能传话成功。

爸因此想到要学习电脑，可以在网上跟我们聊天。那时爸已近八十岁，暑假侄子在家闲着，他天天缠着侄子教，又申请了一个QQ号，把家人加为好友，有空了，就坐在电脑桌前慢慢琢磨。爸是个好学的人，凭着一股肯钻研的劲，年轻时在单位能发电。会修电动机，家里的电线电器，都能安装修理，还自学了许多医书，品尝过田头百草，尝试过针灸艾灸，是远近村庄小有名气的土郎中。爸乐于助人，常

常有朋友带来不认识的人，让爸帮忙免费看病开药方，有时村人起了争执，大家会请他去“讲事”，爸做事公正公道，能站在当事人的角度分析缘由，争得面红耳赤的村人经他调解往往能化干戈为玉帛，亲戚朋友遇到难事也喜欢找他商量，让他帮着出主意，爸是个能干的、受人尊敬的人。

可是在家里，爸却是妈妈最嫌弃的一个人。妈妈性子急，做起事情来火烧火燎的，恨不得一口气全部办妥。有时候事与愿违，比如稻子割了一半，爸爸的腰病犯了，又比如雷阵雨突然来袭，晒出的稻谷来不及收进被淋个正着，再比如家里来客人了，爸陪着客人抽烟闲聊，没有帮妈妈灶台下添柴火，妈妈便嘟嘟囔囔，埋怨老爸是个派不上用场的人。好在父亲性格好，会耐心解释，大事化小小事化了，有时妈妈生气了听不进，嘴里多唠叨几句，爸也就嘿嘿笑着，由她使性子出口气息事宁人。爸是个明事理的人，知道一个家没必要争争吵吵分出谁对谁错，又不是什么原则问题，大家在一起过日子，和和睦睦的，不是更好？家中琐事，爸不插手，全由老妈作主，妈爱怎样就怎样，但凡重大事情，老妈则自动退到一旁，由爸出面，爸把事情处理妥帖了，妈妈很满意，可是好景不长，过不了几天，爸又成了妈妈嫌弃的人。

我喜欢写，写好后放在QQ空间的日志上，爸戴上老花镜，认真地看，我回家了，他鼓励我：“不错不错，写得好啊！”我抱怨睡眠不好，人累身乏，父亲搬出小椅子让我坐在院子的大阳底下，看我舌苔，替我把脉，还拿出血压器给我量血压，凝神屏气，很认真地检查了半晌，松了口气说：“没事，脉有点细，跳动得略慢，平时要多注意休息。”想一想，又对我说：“写作这东西，好是好，也不要太费神，身体要紧。”

这让我想起以前读书时光，三姐妹中，

数我最大大咧咧，凡事仅做大概，既没有姐姐的勤奋，更没有小妹的聪慧，学习成绩只要中等偏上即心安理得。一次学校放假几天，爸用自行车载我回家，路上这样对我说：“你现在年纪轻，记性好，正是读书上学的好时候，干吗不努力？学点文化多好啊，肚子里有料，啥时候想用了拿出来就可以用……”可惜当时我似懂非懂，无心多听他唠叨，自顾自只管欣赏路边风景。

可是现在，父亲却劝我要注意身体，不要太费劲。我明白，他是希望年轻的我多一份爱心，现在的我少一份操心，他在用平实的语言表达着一个父亲对孩子的关爱。

爸是个有福的人，虽然身体一直不太好，一直被病痛困扰，病情发作时，豆大的汗滴从他蜡黄的脸上滴下来，很让我担忧。但是父亲很坚强，一次又一次，一年又一年挨着过来了，父亲的腰不好，开过刀，做过激光碎石、穿刺手术。

那年秋天，爸60岁，来宁波医院看病，化验单上显示两个肾全是大大小小的结石，我看看父亲痛得苍白的脸，眼泪哗哗流下来，怎么也止不住。父亲反过来说我：“别这样，没事的，老毛病了。”如今父亲八十有余了，他的许多同事朋友，好好地突然都走了，父亲却像一棵大树，慢条斯理地活着。去年冬天，爸在家里不小心摔了一跤，脑出血住院，情况危急，家人寝食难安，还好爸又挺过来了，爸说，他日日要给妈打胰岛素针，又不想给忙碌的儿女们添乱，怎能倒下？

父亲是个平凡的人，一生没干出什么惊天动地的大事，走在路上，也就是个普普通通的乡下老头，但他以他的善良教会我们善良，以他的言行引导我们健康成长，以他的品德影响着家中每一位成员。像天下许许多多普普通通的父亲一样，是一座山，高大大，不管过去了多少年，一直在儿女们的心里！

【寻常人生】

【休闲驿站】



钱湖小景
顾华达 摄



漫步湿地公园

■清秋

番风景。

我下了桥，经过正在建造的周尧昆虫博物馆，走向湖边，柳树在水面上飘拂，高楼倒映在碧水中，好一幅水墨丹青画。一个船工拿着一根长竿，在湖面上划动，钩着杂物与残枝。原来湖面这么整洁，都是他们辛勤的劳动。我沿着浅浅的湖滩，走向水面，发现清澈的湖底长着红色的水草，一簇簇，像丝织品那样细腻、好看，可是不知道是什么草，打开APP“形色”一看，原来是碱蓬，但照片上碱蓬是绿色的，栽种在陆地上。而这里却是红色的，种在岸边的水下，是观赏性水生植物。“形色”中的碱蓬长得很高，不知这里的碱蓬以后会变成怎样，待秋天再去看看。

我跨上湖边的星波桥，在桥上俯瞰，流水潺潺，芳草萋萋。路边、树下，金鸡菊争相开放，一片金黄。大桥下是九曲桥，是观湖景的好地方。记得前些天，湖面上荷叶皱皱地两边卷起，还在沉睡中，如今早已探出水面，高举着小伞。如镜的湖底，长着一棵棵水草，错落有致。旁边一位帅哥说：“这是栽种的吧！”一看还真是，否则怎么会插秧似的整齐。想起去年的冬天，湖里的水曾被抽干，后来就种了水草。湖边还有美丽的鸢尾花，散发着淡淡的清香。

我沿着湖边，经过儿童乐园、基址公园，走过广德湖路。前面就是“生态漫滩”，

一大片的湿地，一个个的小岛。长长的菖蒲随风摇曳，高高的水杉挺直了腰杆。在湖中石栈道行走，芳草的香味扑面而来，沁人心扉。发现石头缝里不但有螺蛳，而且还有许多小鱼儿。以前家乡的小河里，最多的就是这种银鱼似的小鱼，成群结队在河面上游动。儿时的我常常把手握成瓢状，慢慢地放入鱼群下的河面。然后，轻轻地合拢，满心欢喜地捧出水面，打开一看，什么也没有，那机灵的小鱼，瞬间就逃之夭夭了。如今，家乡的小河早已销声匿迹，来到湿地公园，在这里寄托我的乡愁，是个不错的选择。

湖边是一片梅林，已结了小小的果子，梅树下花儿开放。我踏上“芦上漫步”，这是一座通往湖心曲曲弯弯的钢塑桥，满眼的湖光水色尽收眼底。那桥错落有致，在低桥上行走，桥下的芦苇穿过桥的缝隙在桥面上伸展着叶子。在高桥上散步，能在桥的缝隙中瞧见脚下的湖水与水生植物，不免有些恐高。湖中还有一个棕色的观鸟屋，匍匐在水草丛中，精致美观，但现在鸟儿不多。

两年前的春天，我搬了新家，那时公园还没建成，湿地里的草木初长成。一晃两年过去了，发现公园越来越美，这里不但有漂亮的景观，而且还有多元文化广场、席草园、茶室、篮球场、湖边天蓝色的塑胶跑道等。有个湿地公园真好！