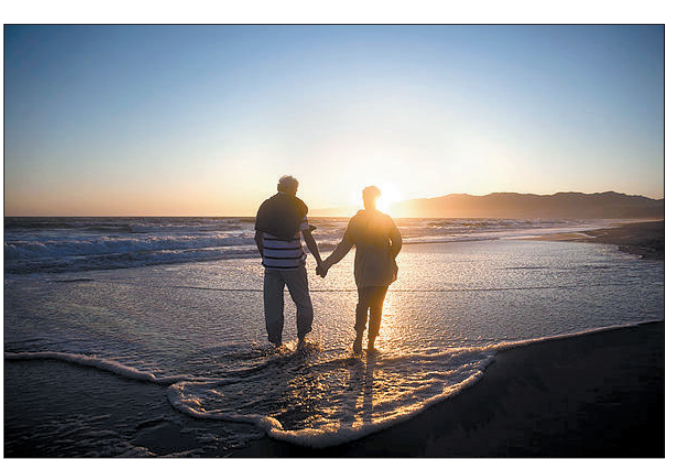


真情

乐活

众生

知味



(全景网供图)

谁关注你的背影

母亲从老家来。从火车站接到母亲，穿过车站广场，向停车场走去。母亲年纪大了，走得慢，虽然他放慢了脚步，但母亲还是落在了后面。

上了车。母亲忽然心疼地对他说，你的背怎么有点驼了？是不是趴在桌子上太久了？他是做文字工作的，每天都要伏案工作十个小时。他点点头，没关系的。母亲轻声说，你爸在你这个年纪的时候，腰杆还挺直的呢，你要照顾好自己啊。

父亲去世八年多了。记忆中的父亲，印象最深刻的，是他生命中的最后时光，躺在病床上，蜷缩成一团，干瘦，脸色蜡黄，了无生气。但只要子女来到病床前看望他，他就会强撑着坐起来，面带笑容。父亲的背影，他还真记不清了。从小，他就喜欢走在前面，大步流星，或者奔跑。总能听到身后的父亲或者母亲，大声地提醒他，慢点，注意安全。因为总是跑在前面，他很少看到父母的背影，或者是看到了，却根本没有留意。

父亲的背影，到底是怎样的？他一边开车，一边努力地回忆。脑海中浮现的，却都是父亲忙碌的身影，竟然没有想起一个完整的背影。他看了一眼后视镜，与坐在后排的母亲，目光碰到了一起，母亲一直在盯着他看，盯着他的背影看。

人到中年，他发觉自己不知道从什么时候开始，也时常怀旧，变得多愁善感了。脑海中突然跳出来一个背影，

微读

快速成长... 捂住双眼... 周末，我在街上看见一个男人和我心爱的女神吵架，吵着吵着男人居然动起了手，身为一个爷们

快乐的理由

有一段时期，我觉得自己的生活一团糟。在单位上班多年，没有升职的可能；买过无数张彩票，连最小的奖都没有中过；常常写点小稿，但大多数都只能在我的电脑里悲哀地沉寂；常常看自己的邮箱，但收到的都是“此稿未过审”的消息；常去的文学群里，别的文友每个月发表的文章数量是我的数倍……

那天和朋友抱怨，朋友说：“谁的生活没有苦闷呢？关键是我们每天都要给自己一个快乐的理由，这样才会看到生活的美好啊。”

“每天给自己一个快乐的理由”，我听着朋友的话陷入了沉思。是的，我们的生活都有这样那样的不如意，可是一切并不因为我们的这般的伤感而有所改变，还不如让自己快乐一点，这样才会让生活充满乐趣。

于是，我开始学着快乐，学着每天给自己一个快乐的理由。早上梳头，牛角梳握在手中，梳齿掠过我的头发，像爱人的手在抚摸。想起这是老公出差时，千里迢迢给我带回来的，他疼爱我，虽然没有给我送过名贵的礼物，但被他时刻惦记着，这也是幸福。

晚上下班，打开家门的一刹那，女儿扑上来亲吻我的脸颊，搂着我甜甜地喊“妈妈”，从稚嫩的小婴儿成长为小小姑娘，她每天和我甜蜜相伴，这也是快乐的理由……

其实，我们的生活常常需要快乐的理由，至少这让我们对一切充满感恩，也让我们微笑满眼，幸福满心。

凡俗生活

我家窗外是一个马路式菜市场。平时写累了，沏一杯茶靠在窗边看市场上人来人往，听吆喝声此起彼伏，花花绿绿的蔬菜摊一个接一个，一派热闹景象。

进市场买菜的人，都是休闲装扮。这里很少看到“靓女”，很少看到高跟鞋，抬眼一望，若“只看衣服不看人”，一色“家中人”的味道，于是小小菜市场给人一种软软的亲近感。

这老人推着儿童车，车上坐着小孩，慢步走着，看着就温暖。那边两个老人开着电动小三轮，一个骑着，一个坐在车斗里，买了不少菜，一定是儿孙满堂。年轻妈妈们的车后座上有孩子，一边买菜一边看孩子，买了菜骑了车，转眼就消失在人群里。

也有年轻的男人，不会挑选，不知道菜的好坏，选来选去也没选到好菜，一看就是结婚时间不长，还不懂得生活呢，媳妇准会娇嗔满面……

菜市场里一男一女亲近同行的准是夫妻，特别是休息日。而且有一个特点，买菜时大都是女人付钱，男人拎菜，让人一看就知道，女人是把持家的好手。能陪女人买菜的男人，未必不是做“大事”的男人。越是成功的男人，越懂生活。小小菜市场里，有着烟火夫妻俗世生活的暖暖情意。

向窗外望久了，倒是对一对对摆摊的小夫妻有了好印象。每天早上俩人将蔬菜摆开，整个过程就像艺术品布展。那些韭菜、土豆、黄瓜、茄子、豆角、青椒、西红柿、芹菜、胡萝卜等，被他们择得干干净净，码得整整齐齐，红绿相间，紫黄搭配，亮油油，鲜嫩嫩，引人驻足，诱人购买。无论买主怎么挑选，小夫妻都是面带微笑，买主走后又马上把弄乱的菜归理整齐。人少空闲的间歇，男的常拿起一本书，女人坐在小凳子上，头挨着男人的臂膀，听男人念故事。

我常常感动于凡俗的他们对凡俗生活的满足，和由此而产生的幸福感，那幸福里包含了凡尘烟火味。

爱上苦瓜

小时候，母亲每年都会在院子里种上一架苦瓜。夏天，架上结出了大大小小的果实。母亲小心翼翼地吧把瓜摘下来，啧啧道：“苦瓜可是好东西呢！”

可我一点不喜欢苦瓜，它长得浑身瘤状突起，让人看了心里都疙疙瘩瘩的。味道更是让人无法忍受，那次看母亲吃得香，我忍不住尝了一口，苦而且涩，只好吐了出来。母亲却说：“那是你吃不惯！这苦瓜，越嚼越有味，吃到最后，留下满口的清新爽脆呢！”父亲也说：“嗯，好吃！”

那时候我真的无法理解，口味这种东西，怎么会有如此大的差异，难道我们的味蕾上有因人而异的识别密码？如果是这样，味觉也应该遗传，我也会爱上苦瓜吧。可我好像天生排斥苦味，真是没道理。

后来，我读书，书上说苦瓜被称为“君子菜”，因为不管它与什么菜在一起炒，也不会把苦味传给对方。苦瓜有君子的品格，我不由对它刮目相看了。不知是我看书看得痴还是什么缘故，总觉得某种植物有了某种品格便可贵了。

如今，在母亲的小院里，苦瓜种得更多了。自从母亲知道了苦瓜有降血糖、血脂的功效后，几乎把苦瓜当成餐桌上的主打菜了。父亲的血压、血脂都有点高，母亲就用苦瓜来进行“食疗”。这倒正合了父亲的口味，他说：“夏天就应该多吃苦瓜，还清热败火呢！”苦瓜的食疗效果如何我不清楚，但我知道，受父母的影响，我还真的爱上了苦瓜。

我爱吃母亲做的凉拌苦瓜。她把苦瓜切成薄片，在开水里焯过，用凉水降温，然后放到冰水里冰一下，这样苦瓜的味道更爽口。再把苦瓜放到白瓷盘里，拌上盐、鸡精、香油、白醋，最后再用几根红辣椒丝点缀一下。边缘有竹叶的白瓷盘，青碧脆嫩的苦瓜，鲜亮的红椒丝，单是色彩搭配上就非常和谐。我觉得这是苦瓜的最佳吃法，它不需要和什么东西混在一起，不需要什么东西陪衬，而是独领江湖，一下俘获你的味蕾。

尝一口凉拌苦瓜，淡淡的苦味会让味蕾有一种类似久别重逢的新鲜感。细细咀嚼，牙齿间发出清脆之音。脆爽的口感让味蕾再次兴奋，品尝到一种来自植物的天然清香，颇有苦尽甘来之感。

真的是爱上了苦瓜了！爱上了它的口味，也爱上了它的外形，绿莹莹的，冰清玉洁。我也像母亲一样，在瓜架前，小心翼翼地摘下苦瓜，握在手里，轻声说：“苦瓜可是好东西呢！”那种感觉，真有点“采菊东篱下”的悠然和淡然。



人生初歩 毛尖牡丹 摄

世相

找人谈心有多难

不知道有没有人和我一样，有时候感觉心里特别难过，很想找一个人谈谈心，不是电话里说，也不是QQ里聊，而是面对面地谈心，属于推心置腹畅所欲言的那一种。今天，我的感觉就是这样。

我首先想到了甲，便给甲打电话，关机。独自叹息了一会，我又给乙打电话，乙立即接了，却在外地，“等我回来请你喝酒”。只好说了句“应该我给你接风”，便挂了。

发了会儿呆，我又给丙打电话，丙正在陪老婆逛商场。我们说了几句废话，便“拜拜”。心有不甘，犹疑了一会，便又给了丁打电话，接了。“什么事情啊？”“没什么，想找你聊聊。”“行啊！”丁说，“这样吧，我再约几个人，晚上聚餐。”我犹疑了一下，说：“还是算了。”“你这是干什么呢？”丁的口气有些诧异。我愣了一下，说：“那我来请吧。”丁很响地砸了下嘴，说：“你看你，我们俩还客气什么呢？”

洛阳福康医院(豫)院址[2013]第10-12-458号 专治 头痛 头晕 地址：中州东路夹马路路口 63981200

洛阳市双语实验学校(新安校区) 洛阳市双语实验学校在2014年第十九届“华杯赛”决赛中，郭卿林、三语轩同学分获铜牌、金牌第一名、第二名。同时，在小学中高年级组中分别荣获一等奖、二等奖、三等奖。学校管理严谨，教师责任心强，学生提分快。学位有限 招收少量新生 地址：中州东路 6086 1878

声明公告 公告 因我公司与洛城市发展投资集团有限公司租赁合同到期，公司于2013年5月10日已终止经营进入清算现已清算完毕，特此公告。河南南京安丹丹城酒店有限公司 洛阳市兴合钢塑制品有限公司 孙玉重特种设备操作证(作业种类：电梯作业)不慎丢失，证号为41032419910414 0396，声明作废。

寻养婴儿父母公告 2014年2月15日范某在周山森林公园捡到一个不足月女婴。请孩子亲生父母持有效证件与民政局刘先生联系，电话：63917087。如60日内无人认领，孩子将依法安置。