



## 母亲的手艺是那个世界的朝霞

菜刀的刀刃是父母爱情表达自己的出口。母亲刀功下的豆角,从来都要细碎,不能比一个苞米粒还大。碎肉蛋蛋不能大过豆角的块头。毛芹菜切成末。蘑菇要切成丁。辣子要剁成酱。西红柿要熬成汁。这样炒出来的菜,肉和菜连同汤汁能充分地粘在每一根拉条子上,拌面才够入味。

当然少不了油泼蒜、醋汁和榨韭菜。榨韭菜也有一套讲究,热水里要放盐,保持绿色不变黄,还要喷几滴清油,保持脆口不绵软。韭菜过热水后,浸入凉水盆里,捞出沥干水分,切成半厘米长的小段,切口从来干脆



两代故事

记得我上大学时,馒头1毛钱一个,一位男同学正常饭量是一顿四个。因为家中不富裕,很多时候为节省1毛钱,他一顿只买三个馒头。晚上饿了,就每个宿舍翻别人的餐盒,看有没有没吃掉的馒头。如果有,就“借”来吃。毕竟大家都不富裕,十之七八他是“借”不到馒头的,只能饥肠辘辘忍着饿睡觉。有时实在忍不住,就买一包方便面吃。那时方便面大约五六毛一包,吃一包方便面等于赔掉五个馒头。在狠心买方便面的时候,那位同学就懊恼自己不应该少买一个馒头。

那时在大学宿舍,谁加餐煮包方便面吃,香味满宿舍飘,其他人难免羡慕嫉妒恨,脸皮厚的还要尝一口。现在想来,当时嗅觉上的香气不过是物以稀为贵罢了。参加工作后,实现了吃方便面的自由,但对它又有了抗拒。现在乘高铁,即使饿着,也不想买方便面吃。

最早接触的另一个预制食品是速冻水饺。水饺是北方最常见的食物,即使在物质极不富裕的童年,逢年过节都要吃几次家人亲手包的水饺,因此刚接触速冻水饺时就不太喜欢,觉得口感离现做的相差万里。但是,工作

齐整,大小总是整齐划一。

母亲切榨韭菜的刀法,常常让小时候的我看得入迷。菜刀在她手里像穿着弹簧鞋的舞者,我分明看着刀在悬空,担心刀下的韭菜藕断丝连。然而,切完最后一刀,母亲顺手用刀背把韭菜往盘子里装时,我的担心被证明纯属多余。一盘子韭菜碎,跟父亲的胡茬一样齐整。母亲盛榨韭菜的碟子必须是白色的,她要让韭菜碧绿静静地盘坐其中,旁边点缀些切碎的红辣椒瓣。

我小时候没少干捣蒜的事。捣蒜用的铁锤和铁罐,是父亲专门从一个打铁师傅那里弄来的。有了那套装备,捣蒜成了一份新奇的美差,一种美味的期盼。

后家中冰箱里始终会有一两包速冻水饺,来不及做饭时就煮一包吃。这是因为工作太忙,别说亲手包水饺,就是简单做一碗鸡蛋面都觉得麻烦,还是煮一份速冻水饺省时省力。后来,速冻水饺吃多了,舌胃竟然完全接受了。

再到后来,不是工作越来越忙,而是人越来越懒,即使速冻水饺,还需烧水煮熟,吃了还要刷碗,外卖兴起后,懒得做饭时,就点份外卖将就一顿。

预制菜的出现,顺应了需求侧的变化。像我这样的懒人越来越多,这给预制菜提供了生存空间。需求量大了就形成规模可观的产业,全国每年超5000多亿元。另外,预制菜在供应效率、口味稳定、卫生标准方面具有优势。相关保鲜和运输

技术提升、供应链日趋完善,也让高品质预制菜成为可能。说不定,中式餐饮可以借助预制菜漂洋出海呢。

餐饮企业用不用预制菜,这是市场的选择,只是消费者应该有知情权,知道餐厅端上的菜是不是预制的。消费者最反感的是以预制代替现做现炒,却赚着现做现炒的钱,拿消费者当傻子。

(摘自《中老年时报》张照东/文)

每当母亲把一勺热油“滋啦”一声泼进捣好的蒜里,那股只有吃拉条子才能闻到的香,瞬间填满厨房,也填满了我的童年。成年后的许多寻常日子里,当我系上围裙的时候,当我摆好饭桌的时候,或者想家的时候,或者回忆童年的时候,只要我打开身体,打开身体上每一个开窍的地方,就好像母亲打开了厨房的窗户,一阵一阵菜香、面香、蒜香,穿透浓郁的思念,飘出我的身体,被每一个当下闻见。

我们四口人把餐桌围住,把母亲的手艺吃进肚子。父亲吃得尤其香。他不是个狼吞虎咽之人,却每回都吃得满头大汗。母亲喜欢看一家人大口大口吃饭的样子,喜欢在

饭间给父亲递上毛巾擦汗。这个场景扎染在了我记忆的画布上。

母亲的手艺把家里的氛围装点成了夏日黄昏的样子。直到父亲去世那一年,这种氛围拐了弯,从我家的门梁上散去了。没有了满头大汗吃饭的父亲,母亲撂荒了手艺,茶饭越来越将就。她说,吃饭的人没有了,做饭人的心劲也就没有了。吃饱就好。

父亲的离去,如同日落,把母亲晚霞样精彩的手艺拽向黑夜。大片黄昏和云霓,哗啦啦掉进我的记忆,滑向天边。在我做过的许多场散发着海参鲑鱼汤香味的梦里,母亲的手艺是那个世界的朝霞。(摘自《大家》熊艺楸/文)

## “大禹泣囚”的温暖期许

相传有一天,大禹乘坐华丽的马车,在侍从的前呼后拥下外出巡游。

马车行驶到苍梧地界时,大禹迎面碰上一群囚犯,他们披枷戴锁,被负责押送的官吏用棍棒驱使着,个个痛苦不堪。

大禹脸色突变,连忙下车,详细询问他们身犯何罪,以致受此刑罚。

在听完一个囚犯的回答后,大禹忍不住失声痛哭。

大禹的随从们大为不解,问道:“他们违理悖道,受今日之苦完全是罪有应得,大王为何感伤至此?”

大禹说:“昔日在尧舜做天下共主的时候,百姓皆以尧舜之心为心,故而安居乐业,刑措而不用;如今寡人做了一国之君,百姓却只知道按照自己内心的想法行事,于是祸乱并起,陷刑者众。这岂不令我痛心疾首?”

这则故事目前可见的最早出处是西汉末年大文学家刘向所著的《说苑》一书,其人其事真实性未可尽信,不妨将“大禹泣囚”的故事当作刘向的托古言志之作,但既然它位列《说苑》首卷《君道》篇中,毫无疑问,寄托的是作者对理想君主形态的期许——

为大儒所称道的贤明君主或优秀官员在理讼断狱时,首当具备对百姓的同理心。纵然面对罪无可逭的犯罪人,也要怀有悲悯之情,断狱时应秉持“哀敬”或“哀矜”的心态。

敬畏、慎重,此之为“敬”。断狱者应当意识到以肉刑为主体的刑罚会给犯罪人带来终身无法复原的伤害,面对“死者不可复生、断者不可复续”的结果,裁判者须“战战兢兢,如临深渊,如履薄冰”,敬慎断狱之害人,杜绝轻率专断。

矜悯、悲怜,此之为“矜”。断狱者应当知晓百姓疾苦、生民艰难,对于鳏寡孤独、老幼病残等特殊群体及情有可原的犯罪人,须体恤他们的困窘处境及无可奈何,对其罪过予以一定程度的宽宥。

“敬”和“矜”皆以一种共同的情绪为前提——“哀”。

正如《论语》所言:“如其情,则哀矜而勿喜。”

司法官探明犯罪人的真实罪状后,不应志得意满、沾沾自喜,而应当哀矜愍念、惻然兴悲:“他为何要犯罪呢?他就要遭到刑罚的严酷惩罚了啊。”

可见,司法官唯有胸怀“哀”“敬”“矜”的态度,方能在进行案件裁决时小心谨慎,详查法律之意,比较以往成例,考量情节之轻重,探究动机之善恶,在充分斟酌多方面因素之后,最终确定一个同罪行相适应的裁判结果,使刑罚合于中正之道,真正做到以德服人。

不过,“大禹泣囚”这个故事的意義远不止劝导断狱者要有矜恤之心,更强调断狱者要有反躬自省的精神。

(摘自《检察日报》景风华/文)



历史故事

## 青少年沉迷社交媒体,认知能力或显著下降

近期发表在顶级医学期刊《美国医学会杂志》上的研究揭示了一个令人担忧的现象:社交媒体使用时间的增加,可能与青少年认知能力的下降存在密切关联。

研究人员对超过6500名9至13岁青少年的社交媒体使用情况进行追踪和评估。数据显示,每名青少年平均每天因非教育原因花费在观看各种电子屏幕上的时间约为5个半小时,一部分时间用在社交媒体上。他们不仅观看别人发布的内容,也创作自己的视频或文字。持续的信息处理和决策需求使大脑长时间处于“开机”状态,可能令社交



媒体带来的认知负担远超被动观看。

不同于看电视或视频等被动行为,社交媒体使用具有高度互动性,使得用户要耗费更多的心智资源。此前研究表明,社交媒体使用成瘾与青少年心理健康问题的风险增加相关,但它对认知表现,即青少年思考、学习和处理信息能力的影响,仍不够清楚。

研究者使用了一套标准化测试,评估被测试者的口语阅读、序列记忆和图片词汇等能力。结果显示,高强度且持续增加使用社交媒体时间的青少年在多项认知测试中得分最低,尤其是在语言和记忆测试中。认知表现分数会随着时间增加呈下降趋势,而零使用或极低使用组的儿童总体得分最高。这项研究进一步提示社交媒体可能不仅通过影响心理健康间接作用于认知,其高强度的使用本身就可能直接与认知表现的下降有关。

(摘自《齐鲁晚报》10.21)

## 口臭怎么自己闻不到

我们在和别人面对面交谈时,经常会闻到对方嘴里散发的味道,有人疑惑:为何自己闻不到自己的口臭?用古话“久居鲍鱼之肆而不能闻其臭”便可解释。

空气中臭味成分微粒冲击鼻黏膜嗅觉感受细胞,嗅神经向大脑反馈“好臭”信号,但大脑会减弱或“屏蔽”相关神经冲动,造成“嗅觉疲劳”,即嗅觉适应性。从进化角度看,嗅觉是重要示警信号,但过分敏锐会造成机体不适和注意力分散,影响生存。因此,“感受器钝

化”成为生物进化中的保护机制,单一环境里持续、重复的刺激需被“降频”,利于关键时候识别变化。

口臭很常见,估计65%的人会有。这是因为口腔内细菌必然存在,会发酵产生挥发性硫化物等,牙周袋和舌苔是气味产生的主要部位。若有牙周病、龋齿等相关神经冲动,味道会更明显。平时需定时口腔清洁,牙刷、漱口水、牙线都是工具,生理状态下唾液冲刷也很必要。

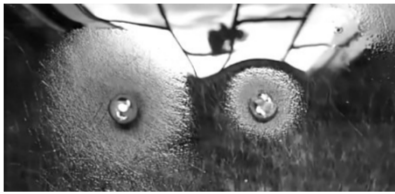
(据澎湃新闻)

## “辣椒驱水”是辣椒素在起作用

疏水性,这也解释了为何喝水不解辣,而牛奶等含脂饮品能缓解辣感。

辣椒素的强疏水性,使其不溶于水却能在水面迅速扩散。接触水时,它会改变水的表面张力,类似油滴在水面,因分子结构排斥水分子,在水面形成薄膜,阻止融入水中,从而产生“辣椒驱水”现象。

吃辣时,辣椒素附着在



近日,网友拍到的“辣椒驱水”现象引发热议:切开的辣椒放在案板上,辣椒周围的水面迅速后退,形成独特的驱水效果。

这一现象,关键在于辣椒素。它是辣椒中的活性成分,赋予辣椒辣味,还具有强

## 雨天走路为什么总会打湿鞋尖

如果走路习惯脚尖先着地,下雨天湿鞋尖并不奇怪,但是习惯脚后跟先着地,为什么也总是鞋尖先湿透?

有研究者专门用高速摄像机拍摄了在潮湿地面行走时,水花飞溅的情况。慢镜头画面显示,当我们的脚在水中抬起时,鞋底会扬起水



花,随着脚往前伸,水流会顺着鞋底向前甩去,并在鞋前端以75°左右的角度向前抛

中国人的进食方式经历了三大有趣变革:从分餐到共餐,从跪坐进餐到坐椅吃饭。这些变化集中在魏晋南北朝至宋朝,宋朝时“现代化”进食方式才算定型。

那早先为啥要跪着吃饭呢?故事得从服饰说起。史前时代,我们的服饰特色是上衣下裳。裳就是裙子,男女都穿裙子且里面不穿内裤。商周时,人们学会用袍子做内衣,上衣下裳里面多了一层袍子,走光风险降低,但仍未彻底解决。春秋战国,裤子虽普及,却没有裤裆,要害部位还是“真空”状态。

裤裆发明得特别晚,考古显示东汉以前根本没有连裆裤。有人说汉朝官女的“穷绔”是连裆裤,其实只是在开裆裤上加了扣袢。所以,东汉以前成年人开会聚餐时,只能双腿并拢跪地,让外衣垂下护住要害。这便是古人跪坐吃饭的缘故。

直到东汉后连裆裤才被发明,魏晋南北朝广泛使用,这时有人开始放弃跪坐。到了宋朝,人人都有连裆裤护体,终于能安心坐在椅子上吃饭,再也不用担心走光啦。

(摘自《半岛都市报》)

古人跪着吃饭竟是『避免走光』