一位老报人的行与思

■李浙闽

所谓报人，特指从事新闻工作的人员，类似于这样以行业主体产品加上“人”的称呼，在其他领域并不多见，这一称呼，也凸显了新闻行业独有的特质。在报业发展历程中，报人承担着采集、编辑、传播新闻信息等重要职责。他们通过各种传播载体，向公众传递时政要闻、社会动态、文化娱乐等多方面的信息。邵飘萍、邹韬奋、史量才、范长江、邓拓、张季鸾等，都是中国近现代著名的报人。他们以笔为刃，针砭时弊，体恤民生，推动社会前行，在中国新闻史上留下了浓墨重彩的一笔。

本文记述的这位报人，从宁波出发，辗转四方，最终又归乡扎根，他便是范伟国先生。他从宁波日报社基层干起，先后供职于地方媒体与中央媒体，是一位名副其实的老报人。

退休以后，范伟国定居宁波。多年记者生涯养成的职业习惯，加上他本就热爱游历的性情，满头华发的，他游兴丝毫未减，每年都要去往许多地方。所到之处，他总愿意细细观察、追问探寻，或是追根溯源，或是浮想联翩，或是举一反三，于寻常风物中生发独到感悟，给人启迪，引人深思。近些年，他把所行、所见、所思、所悟，一一落笔，分别汇编成书，相继出了《浮生记趣》《浮生记闲》《浮生记悠》《浮生记轶》《浮生记吟》《浮生记逸》《浮生记怡》共七部作品。最近，他又出了《浮生记华——永远的厂堂街12号》一书。我早年问过他，是否要凑成一位报人的“浮生六记”呢？如今第八本问世，可见当初我预想得保守了。

他常在甬城各地转悠，目睹四明大地的喜人变化，新旧对照之间，想起了许多有意思的宁波老话，不少老话在宁波现有的公开出版物中未曾出现过。比如，有人以票证为题，填过一阕《沁园春》：“日新月异，五光日色，花样繁多。以布票粮票，最为元老；油票肉票，也是先河。糖果糕点，香烟白酒，煤炭都教有着落。真个是，恁无微不至，煞费张罗。买猪油特票，送猪才有；白糖凭证，小儿专科。香皂肥皂，粉条蔬菜，冰糖核桃显煊赫。最苦是，忽过期作废，只有抛脱。”这是特殊年代独有的印记。词中“买猪油特票，送猪才有”，说的是当时政府为了鼓励农户把肉猪卖给公家，发放专供猪油的票证给出售肉猪的农民。现在，人们买猪肉是越瘦越好，在当年，肥肉才更受欢迎。书中还收录不少饱含生活智慧的乡土俗语：譬喻聪明反被聪明误的“活络活络，背只料勺”；描摹旧日城乡差异的“城里人到乡下，乡下人杀鸡杀鸭；乡下人到城里，城里人肩胛搭搭”，读来鲜活生动。

作为范钦十六世孙、宁波范钦文化研究会创始人，他去得最多的一处地方便是鄞州茅山脚下的范钦墓。范钦官至右副都御史、兵部右侍郎，为正三品。当年营建陵园时，工匠自下而上修筑五层台阶，俗称“五台坟”。从留存的老照片看，墓前曾有石人石马拱卫。后来陵园日渐荒芜，周边工厂机声隆隆，砖瓦厂尘土飞扬，还散布着杂乱的养鸡场。天一阁，是范钦留给中国、留给世界的瑰宝，宁波因天一阁有了“书藏古今”的城市名片，可天一阁阁主的墓园，一度是这般光景，他看在眼里，急在心头。遥想绍兴的王阳明墓，也曾荒草覆没、破败不堪，如今已经全面修缮，得到了和心学大师身份相称的敬重。范钦墓呢？在他和一众有识之士的奔走呼吁下，范钦墓虽已完成初步修缮，但修缮后的现状依旧与范钦对宁波作出的深远历史贡献不相匹配。

甬城所到之处，所见之物，经过他的大脑，总能产生一些别致的观点。在宁波博物馆，看到云龙出土的羽人竞渡纹铜钺，再对照河姆渡的双鸟朝阳蝶形器，他生出这样的见解：商周时期，宁波一带的先民，精神崇拜已经从“太阳鸟”转向人本身，这是人性觉醒的先声，有着划时代的意义。看到改造后的鼓楼人流如织，热热闹闹，在这世俗的欢乐中，他的心情不由得也变得灿烂起来。他由此感悟，街市不只是商品交易的场所，也是抚慰人心的地方，网上购物完全享受不到这种沉浸式的体验感。如同网上购书，如此方便快捷，你为什么还要去实体书店呢？哦，原来是来寻求深度体验的，是置身于书店独有的归属空间中，寻求心灵治愈的。

在人民日报社工作期间，他的足迹遍及国内各大城市。近些年，他的游历目的地开始向此前较少涉足的二三线城市延伸。很多宁波人叫不出名字的城市，入夜后霓虹闪烁，美食街绵延数里，各色店铺人头攒动，街边停满车辆，城市烟火气十足。他就想到宁波入夜以后的冷清局面。市的本义就是市井，指百姓生活和开展交易活动的地方，市井演变到今天就是街市。先有市，而后成街，街市相连，才有城市。市容是城市的面貌，“容”很重要，但也要兼顾“市”。这也使我想起上海的城市营造理念，如路网高密度、街坊小尺度、街道可漫步、建筑可阅读等。除了环境营造，丰富诱人的业态布局尤其重要。夜市，也不单单是吃吃喝喝，唱唱跳跳，它可以是亲子休闲、户外运动、艺术观赏的载体，一处让人沉浸式感受市井百态的空间。

他曾经这样评价记者这份职业：是坐在第一排观察社会的人。退休以后，虽然不在第一排坐了，但多年沉淀的职业本能，仍推动着他尽量靠前，持续观察和记录社会。他的步履仍走向五湖四海，思绪仍然海阔天空。他以一位老报人的不竭“四力”（脚力、眼力、脑力、笔力），继续书写“生也有涯，而知也无涯”的现代版浮生系列，要让文字延续自己的生命。



花海赴晴光 水贵仙 摄

微光成炬 新大众文艺的宁波力量

春风又展一畦苍

■朱家俊

春雨如丝，织入浩荡春风，把整个乡野润得柔软而鲜亮。雨线斜斜掠过麦田，落入溪流，天地间翻涌着无边绿浪，清妍湿润，满目生机。风拂原野，草木尽染新翠；雨落田间，万物浸润芳华。一畦畦春韭立在田头，抖落一身细碎雨珠，韭秆纤直温润、状如碧玉，在绿意中亭亭舒展。清浅的韭香漫向四野，不及繁花馥郁，却更沁人心脾；不似莺啼婉转，却更熨帖入心，裹挟着泥土气息，藏着春日独有的温软。

菜园与家宅仅隔一条泥土小路，半亩见方。园内一口老旧的压水井，终年涌出清冽活水，滋养着满园蔬果。为防止猪狗闯入践踏菜株，父亲沿着菜地基部垒起半米多高的泥墙，又在墙沿插上芦苇与树枝，阻拦鸡鸭飞入园中啄食菜蔬。朝暮流转，寒暑更迭，在父母日复一日的精心照料下，这片小菜园四时常青，四季皆有应时鲜蔬。紧挨园口的位置，母亲辟出一方芦席大小的地块，专门栽种韭菜，方便平日随采随用。

母亲深谙农耕门道，每一次收割过后，都会将腐熟的鸡鸭粪均匀撒在韭茬之上。这块菜地紧邻水井，水土肥沃温润，除去大雪封冻的寒冬，韭菜常年生机盎然。家中采收向来有度，每次只割数丛，留存根茎，为新芽积蓄生长的力量。经水土滋养的韭菜长势肥壮，叶片墨绿油亮，畦间植株高低错落，自成一番乡野意趣。方才刈割过的地块早已愈合创口，嫩绿的新芽怯生生地探出头，东张西望。它们身姿娇柔，骨子里却透着一股倔强，好奇打量着周遭天地，观之令人赞叹，又心生怜爱。恰如小诗所咏：“畦间春韭嫩，割尽又抽芽。不待春风促，层层发翠华。”

春韭，是春日里质朴的信使，带着一身清鲜走进寻常人家，温柔了岁月烟火，装点着平凡日常。

过往岁月中，百姓餐桌上少不了韭菜。简单腌渍的韭菜清爽解腻，佐上几颗鲜椒，辛香交融，是绝佳的下饭小菜。家境稍宽裕的人家，便能做出多样吃食：一盘韭菜炒鸡蛋鲜香四溢，韭菜合子、韭菜油馍软糯香醇，都是深植心底的乡土味道。若是添置一块豆腐，煎至两面金黄后切成小丁，再往馅料里拌入碎蛋提鲜，更是锦上添花。黄绿青白相映成趣，色香味俱全，这般朴素的家常菜肴，风味醇厚，丝毫不输珍馐。

儿时记忆里，最难忘的便是母亲亲手做的韭菜疙瘩。做法朴实无华，却盛满滚烫的温情。盆中盛好清水，将新鲜韭菜洗净切碎，撒少许食盐入味，再依次加入面粉与红薯粉调和。和面的软硬全凭手感，面团过干难以塑形，过稀又不便拿捏。揉好的面团需要静置醒发，母亲常说，醒发到位的面团，做出的疙瘩才筋道耐嚼。

父亲守在灶下添柴生火，待锅中清水沸腾，母亲手法娴熟，左手轻握面团缓缓挤压，右手稳稳接住面疙瘩，逐一下入沸水之中。一颗颗面疙瘩在汤中翻滚碰撞，灵动鲜活。随后添入几片白菜叶，舀入一小勺猪油，加盐提鲜，大火再次煮沸，浓郁的鲜香瞬间弥漫整间屋舍。面团紧紧裹住鲜嫩韭香，菜面相融，口感软糯圆润，清爽适口。最后，母亲将大蒜、辣椒、鱼腥草与香菜混合捣碎，调成鲜香的蘸料。一碗热食下肚，暖意遍布周身，满心都是烟火带来的妥帖与欢喜。

长大之后我才知晓，这寻常田间韭菜，还有不少雅致别称：长生韭、草钟乳、懒人菜、扁菜。它富含维生素A、维生素C与胡萝卜素，能够护眼抗氧化、增强人体免疫力，钙、铁、钾等微量元素含量亦十分丰富。在传统食疗理念中，韭菜可行气理血、温中开胃、解毒散瘀，是难得的药食同源食材。

如今生活日渐富足安稳，韭菜的吃法也愈发丰富多元。韭菜合子、韭菜炒鸡蛋、韭菜油馍、韭菜炒香干仍是餐桌上的经典菜式，韭菜炒河虾、韭菜炒花甲，也渐渐走入寻常百姓家，以百变风味陪伴一日三餐。

太平盛世，山河安然，当下生活条件较之往昔优渥百倍。万家灯火绵延之下，每个人都有着不同的际遇与悲欢，生活亦难免遭遇风雨起落。而韭菜始终静默生长，藏着隐忍的品性，秉持向阳而生的坚韧风骨。纵然一次次被刈割，它总能从收割的茬口萌发柔嫩新芽，生生不息，岁岁苍翠。世人皆赞颂野草“野火烧不尽，春风吹又生”的顽强，我独咏春韭之风骨：几番剪伐受沧桑，俗世千磨遍体伤。纵似燎原烧不尽，春风又展一畦苍。（作者为小学教师）

草木清芳

■袁伟望

近期观看了《本草流芳》《本草中国》两部本草主题纪录片，一缕药香仿佛从屏幕里漫溢而出，一下子将我拉回旧日时光。那些药柜、园圃、田边野草、灶上咕嘟熬药的砂锅，都是我记忆里真切鲜活的本草。

很多人说中医是煌煌国粹，是浩渺典籍。于我而言，本草就活在寻常烟火里，藏着一家人温热的生命记忆，也藏着一套顺应天地、观照自我的生活道理。

我和草木的缘分，始于父亲年少当学徒的那家老药铺。

早年世事飘摇，父亲十几岁便失了依靠，背着单薄行囊离开县城，到百里外镇上的药铺做学徒。长长的老街，前店后院，木柜台前常年立着他清瘦的身影：分拣、过秤、翻晒、熏制，朝暮晨昏之间，身上总萦绕着百草交织的淡香。一排排褐色药柜嵌满细密抽屉，屉格之中各藏性情——甘草温润甘甜，善调和诸味；薄荷清冽上扬，自带疏朗锐气；熟地沉敛醇厚，专补内里虚损；黄连苦寒孤直，能清一身郁火。就连荒坡自生、生生不息的野葛根，亦可充饥疗疾，藏着绝境求生的温柔力量。

父亲不曾通读晦涩医论，却在朝夕相伴间读懂草木的“偏性”：寒疾需温药中和，内热宜凉草疏解，性味相悖者不可同入一炉，寒热互补才能配伍成方，平衡身体所需。

观草木而思人世，忽然惊觉众生亦是如此：有人如薄荷，坦荡外放；有人似熟地，内敛沉淀；有人秉黄连般清孤；有人怀甘草般柔和。世间从无全然圆满的草木，亦没有毫无缺憾的人心。物性相济方能疗愈沉疴，性情互补才可彼此成全。当年药铺漫出的淡淡药香，不只在我童年心底种下草木情结，更埋下温柔通透、平和自持的处世心境。

两部纪录片常有镜头对着乡野山间，野菊、车前、紫苏、益母草随意丛生，无人雕琢，却各得其宜。这般图景，总让我想起姐姐追随老医师行医的年月。

当年，一位救死扶伤的良医蒙尘返乡，栖身于村中祠堂改建的简易医疗站。大队惜其仁心，留他为乡里诊病，姐姐便日日随侍身侧，做一名赤脚医生。祠堂檐下简陋逼仄，屋侧一方小小的药圃，便是村中最主要的药房——春生蒲公英，夏长马齿苋，秋绽野菊，冬藏忍冬，随采随用，山野馈赠便是乡民最妥帖的偏方良药。

《本草中国·双面》一集定格附子：它生于终年寒湿的泥土，原生带毒，经古法反复炮制，却能生出大辛大热之力，破除人体沉寒痼冷。中医药理常道，高寒贫瘠之地多生本草，草木经风霜磨砺，方能积淀独特药性。老医师半生起落，境遇落差未曾磨灭行医本心，恰如苦寒之地生出的本草，风雨摧折不改内里风骨。

姐姐背着那只印着红十字的旧绿药箱，上山采药，入户敷药，奔走在朝暮炊烟之间，医治村民的头痛脑热。原来草木之道亦是人生之道：顺境之时舒展本心而不张扬，逆境之时向下扎根而不折腰。那一方长满野草的药圃，那只磨褪色彩的旧药箱，藏着最朴素、最坚韧的生命底气。

少年读书时节，一本边角磨得发脆的《赤脚医生手册》，是我日日相伴的书卷。

课余无事，我总伏在案前摩挲这本朴素册子，细细描摹草药图谱，一字一句抄写汤头歌诀。钢笔划过粗糙纸页的沙沙轻响，至今清晰可闻。往返学堂的路途中，我的目光总不由自主落向道旁野植：春日蒲公英破土而生，药性上浮，善散郁结；盛夏车前匍匐泥土，药性下沉，专清湿浊；秋来金银花敛藏清芬，寒冬忍冬藤不惧霜雪。书中记载的药，路边生长的草，带给我认识草药的无尽乐趣。年岁渐长，近百种乡土草木，我皆能一眼辨识。

《本草中国·浮沉》一集缓缓道来草木升降浮沉之理：薄荷质轻，药性升腾，疏解上焦烦郁；熟地质厚，药性沉降，滋养下焦亏虚。一升一降，一扬一敛，恰如人的一生，有登高舒展之时，亦有低眉沉淀之日。一味争先易折，长久消沉易滞，唯有知进退、懂收放，才能寻得自身生命的平衡。

片中专门拍摄霜桑叶，旁白解说春日桑叶可饲蚕，秋霜落叶能入药，顺时而变，进退之间始终守住自身价值。人亦当学草木炮制之道，去芜存菁，滤去浮躁杂念，留存最纯粹的本心。

本草最贴人间烟火的温柔智慧，终究藏在母亲岁岁年年熬煮的土方汤药里。

母亲不识典籍方剂，只承续祖辈口口相传的乡土经验。不必寻名贵药材，漫步田边山野，随手采撷几株寻常草木，便能调和一家老小身体的阴阳。儿时脾胃娇嫩，多食积滞腹胀，她便采来田埂鸡屎藤，佐以麦芽慢火熬煮，一碗浅淡草汤温润入喉，积滞缓缓消散；盛夏溽热，肌肤红疹瘙痒，马齿苋与车前煮水浸洗，以草木寒凉清散一身湿热；头面生疮红肿灼痛，取新鲜紫花地丁、蒲公英或榆树叶，单味入药，洗净捣烂，薄薄敷于患处，数日便消肿止痛。夏日一壶香荠茶，可消解父亲田间劳作的湿热烦闷，更别说那碗莲子心汤，为全家清心火、安心神。

两部纪录片均诉说天人合一的古老哲思：草木顺四时而生，人体与天地同息，阴阳失衡便生疾病苦痛，需借草木寒热温凉予以调和。反观人心亦是同理，一生悲欢起落、得失忧惧，皆是内心阴阳失衡；唯有接纳岁月百般滋味，在顺逆沉浮中慢慢沉淀，才能抵达内心自洽。

老屋灶台常年飘着清浅药香，没有珍奇药材，少有人参、当归，大多只是山野的馈赠。一碗汤药安抚肉身，一缕清香熨帖心绪，母亲教会我接纳人生缺憾，懂得在细碎烟火里寻到长久的安宁。

再品读两部纪录片完整篇章，山川草木、古法匠心、现代科学工艺交织成温柔长卷，心中万千感慨缓缓沉淀。

千年本草从来不是束之高阁的古董。它扎根沃土，承接雨露风霜，承载先民观天地、省自身的通透智慧。从张仲景、李时珍踏遍山野辨识百草，到乡野村落代代口传的土方医术，一株株野草串联起华夏独有的生命哲学。百年药香流转，浸润家风，温柔了几代人的漫长岁月。

父亲柜中百草，姐姐檐下药圃，母亲灶前汤药——这便是落在人间烟火里的本草。一草一木，既能消解肉身疾患痛苦，亦可照见灵魂归途。

本草，岁岁生生，清芳不绝。

苔生片

■柴隆

阿拉宁波人有一类专门待客的茶食，比如油赞子、年糕干、苔生片之类，模样小巧，做工精致。

传统宁波大菜秉持大繁至简、原汁原味的烹调风格。除却咸、鲜、臭、醉的本帮菜，宁波小食恰似藏在市井巷陌里的江南女子，精雕细琢、细腻考究，大多也恪守本味。如今走红甬城的油赞子，便是其中的代表之一。而比油赞子更早为人熟知的三北豆酥糖、苔生片、橘红糕，却渐渐淡出了寻常日子。

回想起小辰光阿拉宁波人待客的情景：客人落座后，先是递茶，随后必定奉上茶点。寻常人家也多选上好的绿茶，配上几个瓷碟，碟中有苔生片、洋钱饼、云片糕之类的茶食。北方茶食讲究实惠，宁波茶食则图精细，求质不求量，点到为止，留给客人绵长的回味。

“宁波南货六大家，大同大有董生阳，方怡和加升阳泰，还有江东怡泰祥。”上了年纪的长者，应该还记得这句曾在坊间广为流传的顺口溜。“赵大有”的苔菜月饼、水晶油包与“升阳泰”的苔生片、洋钱饼名闻遐迩。苔生片凭着酥、脆、香、咸的独特风味，征服了无数味蕾，成为宁波人茶余饭后的经典点心。

宁式糕点选料考究，加工精细，造型别致，以酥口见长，甜中带咸，咸里透鲜。宁波沿海滩涂盛产苔条，色泽翠绿，带有特殊的香气，用它做糕点，算得上宁波人的独门秘籍。一口浓郁的苔香，便是地道老味道。加入苔条烘制的糕点，色香味更为独特，可与苏式、广式等糕点相媲美。

前几日，看到滑稽戏艺人王汝刚与弹词名家刘敏闲谈沪上食俗。王汝刚讲到宁波苔条花生、苔菜拖黄鱼、苔生片，是儿时年节必吃的“心头好”，总盼着长辈多备一些。从前交通不便，老宁波乘船从甬上赴沪，在十六铺码头登岸，捎带去上海滩的苔菜风味，引得当地人十分喜爱。在宁波，苔条是“百搭”，作为配料，入菜肴、糕点两相宜：糕点里有苔菜月饼、桃酥、溪口千层饼、苔生片、油赞子、米馒头、麦饼、粢饭糕；菜肴中有苔菜拖黄鱼、苔菜白鲳、苔菜小方爆、苔菜花生米、苔菜腰果。苔条藏于幕后，鲜香却丝毫不输主料。

苔生片是宁式糕点中特有的品种之一，它不同于作为主食类的宁波汤团、龙凤金团，属于休闲零食类的片糕。不少宁式糕团受时令、年节限制，苔生片却常年可生产。它以糯米粉、白糖为基底，搭配苔菜、花生米、食油，经搓粉、揉糕、蒸糕、切片、烘烤五道工序制成。糕体浅黄，夹带苔菜的一抹淡绿色，中间嵌莹白花生仁，清爽不腻。取一片入口慢嚼，松脆不粘牙，苔香混着花生的甘香，咸鲜与香脆一并在舌尖散开。

儿时，兄妹几个整日嬉戏，疯玩过后容易饿，若将一个糕团塞入肚皮，到饭点便没了胃口。这时大人常常取苔生片分给我们。用油皮纸包裹的苔生片，一片片均匀叠在一起，散发着淡淡的苔菜香。一番你争我夺之后，每人都能吃上几片，既能垫饥打馋虫，又保正餐不落下，可谓一举两得。剥下三四片慢慢品尝，将它轻轻一甩便如扇形张开，入口松脆细腻，叫人忍不住一片接着一片，总有一种吃到天荒地老的美好错觉。

记得《北京的茶食》里写道：“我们看夕阳，看秋河，看花，听雨，闻香，喝不求解渴的酒，吃不求饱的点心，都是生活上必要的……”依我看来，苔生片大概比油赞子更能代表宁波传统茶食。油炸点心难免厚重油腻，总不及苔生片来得清鲜爽口。犹记幼时，堂屋里炭炉轻烟袅袅，看着大人们端一杯绿茶聊天，我却惦记着桌上茶碟里的苔生片。母亲每每看穿我的小心思，抓几块递给我，温柔地摸摸我的头……此情此景，恍如昨日。