责编/韩会霞
编辑/董鹏
美编/朱佳妮
校对/马飞 韩均

品读银川 書香 PINDU YINCHUAN

古诗词里的豌豆

◆ 能能（河南）

小时候，外公常买豌豆糕给我吃，碧莹莹的，咬一口甜糯极了。长大后读“采薇采薇，薇亦作止。曰归曰归，岁亦莫止。”才知道“薇”就是野豌豆苗。唐代诗人白居易写得更直白：“朝采山上薇，暮采山上薇。岁晏薇亦尽，饥来何所为。”一个小小的“薇”字，里头盛的是那个年代的饥饿与辛酸。

北宋文学家苏轼在他的诗里管豌豆苗叫“元修菜”，是因为在他被贬黄州后，日子过得清苦，老乡巢元修给他带来了家乡的菜种。苏轼非常开心，专门写下了《元修菜（并叙）》：“菜之美者，有吾乡之巢……豆荚圆而小，槐芽细而丰。”他诗里写的就是豌豆苗的嫩尖，四川人至今还叫“豌豆颠”。

据《山家清供》记载，苏轼吃这菜是有仪式感的：“点酒下盐豉，缕橙芼姜葱”——在菜里加入酒和盐豉调味，再撒上切细的橙皮、姜丝和葱段同炒，吃得非常讲究。读到这里，我忽然明白。原来对那时苏东坡来说，这小小的豌豆苗，不只是美味的菜肴，更是乡愁的解药。

元曲四大家之一的关汉卿，在《南吕·一枝花·不伏老》里写自己：“我是个蒸不烂、煮不熟、捶不匾、炒不爆、响珰珰一粒铜豌豆。”这话说得真绝。他把“铜豌豆”比作自己顽强的性格。可巧，豌豆在元代是很常见的食物，据《刍车吟》记载，当时人们“杂以豌豆调陈麸”，把它掺在饲料里喂马。关汉卿偏要从这最寻常的食物里，提炼出铁铮铮的骨气来。豌豆在这里已经不是食物，而是一种精神图腾——中国人骨子里的坚韧：看似微小，实则打不倒。

清代诗人王泰偕的《吴门竹枝词·小满》写道：“调剂阴晴作好年，麦寒豆暖两周旋。”大自然通过合理调节阴雨与晴天的分布，使得人们迎来丰收年。麦子喜凉，需寒雨滋润；豆类喜暖，需阳光照耀。农人需在两者之间“周旋”，灵活应对不同作物的生长需求，体现农事的智慧与辛劳。

小小的豌豆，从荒野到田园，从餐桌到诗人的心坎。它不名贵，不张扬，陪伴国人走过漫长的岁月——食不果腹的年代，它救命；衣食丰足的时候，它添香……

读 | 书 | 杂 | 谈

万物循时人间有味

——读《万物走过时间》

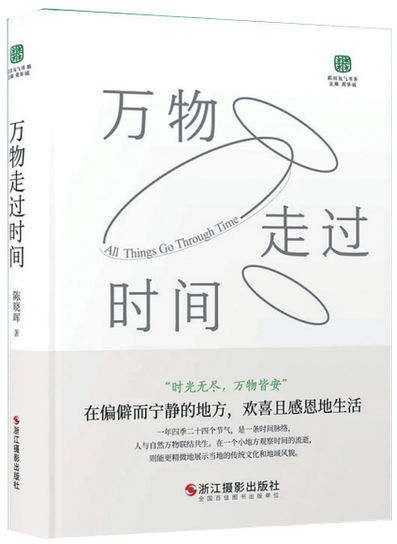
秦延安（陕西）

本书是一本写四时风物、节庆礼俗的散文集，作者以二十四节气为时间脉络，描述每个节气之下潮汕地区人们的生活状态，以及人与自然万物和谐共生的关系，人与一方土地、一片海、一座山、一阵风、一场雨的关系。作者以自己生活的潮汕地区为观察样本，呈现人们当下的日常之美、时令风俗和饮食文化，展现潮汕人的精神气质，既是对中华优秀传统文化的弘扬，又是对当下时代生活的体悟。

在快节奏的当下，人们忙于追逐物质，在匆忙中忽视了万物时序和自然规律，也低估了精神成长的重要性。作家陈晓晖在《万物走过时间》中，以细腻温情的笔触、深邃思辨的语言，向我们讲述了潮汕大地上被时间浸润的民俗烟火、草木风物、四季轮转，让我们在体悟自然与生活的紧密关系中明白——万物循时，人间有味。

该书是以二十四节气为脉络的散文集，全书共分24章、53篇文字。在书中，作者将时令更迭与潮汕大地的地理风物深度交融，让读者看到，节气不再是冰冷的时间刻度，而是盛满温度的生活容器：这里有物候变迁的灵动，有特色美食的鲜香，有世代相传的习俗，有田间劳作的踏实……这既是对中华优秀传统文化的弘扬，也是对当下时代生活的体悟，引领读者从新的角度审视生命，走出浮躁迷雾，看见生活本真与人文价值。书中每章开篇都有一首小诗，寥寥数语便勾勒出时节灵魂，让沉淀在时间长河里的智慧与诗意，重新照进人们的内心。可以说，这是一部既有时代温度又有传统味道的作品。

在书中，作者用节气丈量时间与生命，反复诉说顺应自然的生活智慧。比如《日常生活美学》写春分日的树木变化：“草木有不一样的生长节奏，有秘密不为人道的规律。”按自己的意愿，保持本然的生命状态，顺其自然，万物便能展现出一种独特的生命力与美感。又如《生活的智慧》写大暑时的草，让我们看到，看似与人类无关冗自生长的植物，实际上却藏着不为人知的生命密码……从草木到人间，万事万物皆有章法，季节循序渐进，时令稳步前行。当然，大自然的变幻，连它自己都无法掌控。自然如此，人类亦如此。面对生命的无常与自然变幻，潮汕人便寻求心灵寄托的有形载体，形成众多特有的习俗。比如清明食朴籽粿，端午洗“龙须水”，小暑晒衣曝被，大暑喝青草水，霜降食生腌，冬至吃汤圆……一道道特色美食，一项项民俗活动，是节气赋予生活的仪式感，是耳濡目染的生活经验，更是人与万物休戚与共的生活美学，不仅给平凡的日子盖上了一枚枚诗意的印章，让扑面而来的烟火气成为触手可及的幸福，更让我们在时间的脉络里，感受到民族内在的精神骨骼。



作者：陈晓晖
出版社：浙江摄影出版社
出版时间：2026年1月

这种敬畏自然的生活态度，实则蕴藏着昂扬向上的力量。比如《大自然的恩典》写菜地里的繁茂，源于海鱼沤肥、雨水浇灌、精耕细作的菜农勤劳；《有些话，需要漂洋过海》写渔家人的岁月，在团圆与别离间靠双手撑起有尊严的生活；《山中无尽绿》写山中深浅不一的绿，让我们明白，山林间的苍翠，是树木向下扎根、向上生长的执着……这些平凡的人与事，道破生活的本质：生命从来不是一帆风顺的坦途，唯有心怀敬畏、脚踏实地、勤勉耕耘，才能在无常中守住安稳，在时光里沉淀力量。

《万物走过时间》如一面澄澈的镜子，不仅让我们在节气中安顿身心，更教会我们：如何在时间流逝中，安然扎根。

一草一木总关情

——读《草木有趣》

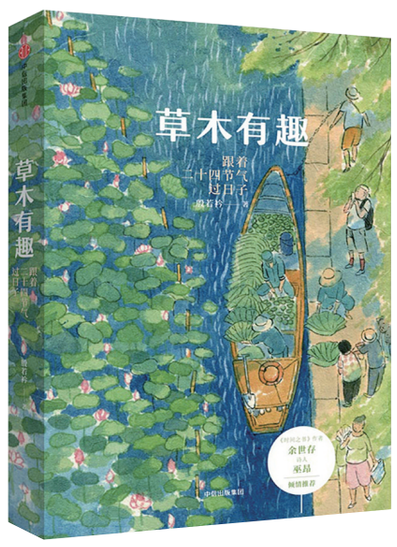
阿敬（安徽）

本书是一本以节气为纲介绍草木风物及时令美食的生活美学之书。具体介绍了二十四节气对应的草木，从植物引申到风物、美食、手艺，倡导遵从自然规律生活，遵从自然中衍生出的生活智慧。由自然风物出发挖掘相关的民俗典故，捕捉匠心民艺、时令雅趣，分享本真的生活方式，书写节气文化传承的智慧与美好。

说来惭愧，其实这本《草木有趣》，友人已向我再三推荐，但直到今年谷雨时节，我才去书店将它买来细读。捧书在手，尚未开读，只观那素雅朴拙的装帧，那些灵动的草木插图，便已让人心生欢喜——仿佛一阵夹着栀子花香的风，从书页间悄然拂过，瞬间就将人从都市的喧嚷中抽离出来，带回到某个久远的、草木蓊郁的午后。

老话说“万物有灵且美”，可真正能静下心来，花时间去倾听、去辨认、去书写那万千生灵细微脉搏的人，终是寥寥无几。本书作者殷若衿便是这样一位难得的“倾听者”。她不是植物学家，不讲那些拗口的门纲目科；她也不是避世的隐者，刻意营造不食人间烟火的清高。她只是一个活得认真、爱得细腻的寻常女子，以二十四节气为笺，以一颗诗心为笔，为我们录下了一部属于当代人的“草木光阴帖”。在亲切的文字背后，她似一位熟稔自然脾性的邻家姐姐，正如数家珍地向你我介绍着：喏，这是立夏时分开得最喧闹的蔷薇，那是小满前后结出青果的梅子，等到芒种呢，栀子花的香气就能染透整条巷子了……

愚之浅见，读这本书的最好方式，是找个有阳光的角落，泡一盏清茶，任由目光随着她的笔尖，在文字与图画交织的田园里散步。你会看到，那夏日亭亭净植的荷花，是从《诗经》的泽畔一路摇曳而来，裙裾上还沾着楚辞的露水呢；那一串悬在秋后檐下的红辣椒，能让人想起外婆灶台前被火光映红的脸庞——那里永远氤氲着令人心安的家的味道。是的，作者笔下，一株草、一朵花、一枚果，都不再是静默的他者，而是承载着时光记忆、牵念着人情冷暖的故友。于是，书中那些看似闲闲道来的“草木经”，便悄然成了我们的“怀旧簿”与“寻根图”。



作者：殷若衿
出版社：中信出版社
出版时间：2019年1月

没错，陶渊明采菊，周敦颐爱莲，林和靖以梅为妻……草木在中国文人的精神世界里，从来不只是草木，它们不仅是人格的镜像，是情感的寄托，更是通往高远境界的舟筏。殷若衿承续的，正是这份温柔而深邃的“物我关照”。但她的笔调又是极为现代的，轻松、鲜活，亦不乏女孩子家的娇俏与幽默。她没有“掉书袋”的学究气，却让古典的诗意在现代的语境里，重新生出了可亲可触的枝叶。

另一方面，《草木有趣》又像一泓清澈的溪水，明晰地照见了我们生活的某种“干旱”：我们抱怨着城市的枯燥，却常常对窗台盆栽的枯荣视而不见；我们向往着美妙的旅行，却时常忘了低头看看脚下土地四季的颜色变换……作者用她的文字温柔地提醒我们：美，或许并不在远方，它就藏在每日途经的那排梧桐树渐变的叶色里，藏在菜市场阿婆竹篮中带着露水的时鲜蔬菜里，甚至潜隐在午后偶然飘进书房的那缕混合着青草与泥土气息的风里……

“人间草木，皆是情书。”当我们开始对一草一木的命运怀有体贴的温情，我们对自己、对他人、对这纷繁的人世，或许也能多一份耐心与懂得。愿我们都能像殷若衿一样，在喧嚣的市声中，为自己留一耳，去倾听草木的私语；在忙碌的间隙里，为自己存一心，去领受这份无声却浩荡的深情。

新 | 书 | 上 | 架

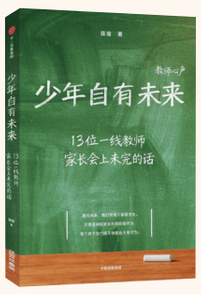
《历史的温度8》

作者：张玮
出版社：中信出版社
出版时间：2026年4月

本书保持了作者一贯的叙事风格，聚焦“凡人微光”，以细腻笔触勾勒出33个有血有肉的历史故事。每一个故事都聚焦个体命运，还原历史细节中的温暖人性，传递“只要坚持拼搏，就会有希望”的精神。

《少年自有未来》

作者：陈瑜
出版社：中信出版社
出版时间：2026年5月



作者与来自全国各地的13位一线教师深入对谈，集合成这本20多万字的访谈实录。书中所选取的十余位教师教学经验丰富，来自不同的地域、不同教育阶段，涵盖数学、体育、心理等不同领域。书中不仅展现了这些老师的教学理念和教学方法，更呈现了一个个更立体、更真实的孩子在校形象，并为家长提供了可参考、可操作、个性化的家庭支持方案，从而与老师结成“教育同盟”，共同守护孩子的健康成长。

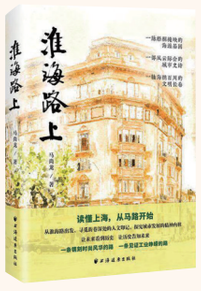
《纪念他们的步履》

作者：洪子诚
出版社：文津出版社
出版时间：2026年4月

本书是一部怀人散文集，作者以温润平和的笔触记述了他与乐黛云、谢冕、钱理群、曹文轩等师友与同仁间的交往。这不仅是对个人交游的深情回想，更是通过一位学者的视角，刻画了20世纪七八十年代以来中国知识分子的精神肖像。

《淮海路上》

作者：马尚龙
出版社：上海远东出版社
出版时间：2026年4月



本书以淮海路为叙事主线，深入探寻这条马路上的建筑风貌、人文故事与生活点滴。书中借助个体记忆与集体记忆的相互交织，鲜活呈现城市空间与人文精神的共生关系，为读者精心勾勒出一幅丰富多彩的城市发展画卷，既呈现出城市肌理的变迁史，亦折射出时代浪潮下的人情冷暖与烟火气息。

本报记者 董鹏 整理
本版图片均为资料图片