



## 痛悼 沈祖伦老省长

噩耗传来悼沈翁，  
苍天与尔恸悲容。  
一身正气为家国，  
两袖清风赴大公。  
求实务虚不唯上，  
建言办事只由衷。  
好官从古都难得，  
美誉却留百姓中。

## 兔年迎亚运 慈善书画雅集有记

杭州迎亚运，社会共协同。  
雅集齐心办，兔年为首宗。  
丹青生气象，翰墨壮雄风。  
大爱无疆界，且和国运通。  
陈加元

## 春的交响乐

每一片春的讯息  
都流露在了柳叶的嫩芽上  
不断变化着成长  
河水里的影子  
是她为自己梳妆  
精心打造的美人镜

温暖的空气里  
摇曳的枝条  
抽打着远去的寒风  
婀娜的身姿下  
透气的鱼儿  
撒欢似的欢迎着春天

矮树丛争抢着吐着叶子  
点缀春天证明着自己的存在  
小草在枯黄里不经意的瞬间  
在不知不觉中迎着晨曦  
晶莹剔透的水珠映衬春的图画  
白杨树的绒毛伸展腰身

低头看着迎春花怒放的黄色  
三月兰晨露里静静地散发着  
迷人而又清新的香气  
她的颜色是那样招人喜欢  
夹竹桃含着粉白的骨朵  
倔强地向春天走来了

王振策

## 灯破腐

灯破腐，就是油头腐嵌肉，是家乡绍兴皇甫庄的一道土菜，因为其形状像极一个方方正正的灯笼，而且其中一面被戳了一个洞，故名“灯破腐”。

灯破腐虽是一道土菜，但在皇甫庄人的菜系里，它排在前五碗。旧时，皇甫庄人的宴席大多是十碗菜，故而赴宴也叫去吃“十碗头”。如果酒席上没有灯破腐，是会被人说闲话的。

其实，灯破腐的食材十分普通，只有油头腐和鲜猪肉两样东西，市场上随处可买。制作工艺也不复杂，首先是在油头腐上找到一个皮子较薄的面，用筷子戳出一个洞，然后掏空里面的豆腐，再将肉末（也有咸菜）放进去。因为洞口较小，肉末难以进入，需要用筷头拨一下，这个“拨”的动作，皇甫庄人叫“嵌”。

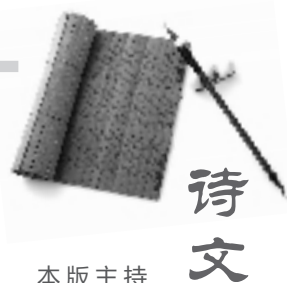
我爱给油头腐嵌肉，但更喜欢油头腐里面掏出来的那些白色的豆腐末。小时候农村较穷，没有零食，大家都视那些豆腐末为美食。我抢着给油头腐嵌肉，就是为了抢先得到那些白色的豆腐末屑。

豆腐末好吃，可那个嵌肉的灯破腐才叫上品。因为油头腐用菜油炸过，外面金黄灿烂，里面洁白如雪，不嵌肉末，让人直流口水。做成灯破腐，嵌入纯精肉末，猛火蒸煮，从被戳破的洞口流出来的汁水，更是鲜美独特，是一种用话语难以描述的美味。

对于灯破腐，在皇甫庄人看来，既有荤菜的风骨，又有素菜的细腻，而且花钱不多，又容易储藏。蒸熟的灯破腐，不放入冰箱，也不易变质。最重要的是食用方便，客人来了，拿出几颗热一下就可以下酒。灯破腐还是一个“万精油”，可以跟其他食材搭配，与青菜一起煲汤就是一锅高汤，与鱼丸和猪肚混合，又是一道上档次的“绍三鲜”……

特别是在年前，从腊月廿三那天起，皇甫庄人陆陆续续开始酿新酒、椿年糕、裹粽子、嵌灯破腐……在新年的期盼中，甜蜜和幸福浸润着整个村子。每每这个时候，快乐就从那一个个灯破腐里洋溢开来。我一边感知年味的浓稠绵香，一边又将春的喜悦嵌入油头腐里面，期待来年的生活更加幸福美满。

如今，皇甫庄人已经不再稀罕灯破腐，坐上车子，三五分钟就到镇上，半小时就到城里，随时随地都能享用到各种各样的美味佳肴。但这份记忆中的味道，永远难忘。  
朱百尧



## 诗文

本版主持  
张文利

谈笑在诗文，往  
来有良朋。以文会  
友，不在于水平高  
低，只要你爱写作，  
就加入我们吧。

请扫描二维码，  
加管理员为好友后，  
发送“诗文”两字，加  
入“诗文·浙里养俱  
乐部”这个大家庭。

原创作品一经  
录用，将获相应积  
分，今后可兑换俱  
乐部福利。



## 最是读书能致远

“白发无情侵老境，青灯有味似儿时。”南宋诗人陆游借诗表明自己晚年仍似少年时一样好学不衰。每每读到这句诗，联想起自己退休后的读书生活，心中总会荡起层层涟漪。

人老退休，舍弃了虚浮的追名逐利，却拥有了人生最宝贵、最惬意的平静生活，于是读书成了我的一种生活方式。有了充裕的时间，我会在自己的书房里，沏一杯香茗，呷上一口，顿感心旷神怡，飘然入仙。沉浸在书中，感受特定的意境氛围，像与一位睿智的朋友作一席长谈，全身心都弥漫着愉悦和恬静。

读书读累了，就站起来，在房间里来回走走，或者打开通往阳台的门让清新的风撩过脸庞。兴之所至，泼墨挥毫，写下自己的书法作品孤芳自赏，也算是一种自得其乐。

人退休后，不再像退休前那样紧张匆忙、焦躁不安。可以选择过去想做而没做成的事。我常想，一个人无法随意延长生命的长度，却可以通过完善和提升自我，来拓展生命的厚度、丰富生命的内涵。充实的生活让我不大在意时光的快速流逝、年岁变老。我依然没有中断过对写作的爱好，濡毫伸纸，笔随心走，让所历所思、平常生活在笔尖流淌，写成一篇篇浅陋却真诚的文字。

为补充知识能量，每个星期，我都会抽出时间到绍兴图书馆读书充电，此时与书展开超越时空的对话，获得心灵的宁静。沉醉在优雅清静的环境和丰富多彩的书海里，流连忘返。

学会找到立足点，拓宽知识面，觅得自己所要的成就和充实感。退休后的十年时间里，我在各类报刊发表的随笔、散文、评论文章达千余篇。每每看到自己的文章见诸报端，我都觉得非常珍贵，把它看作是人生最美、最真的夕阳证明和生命印记。在幸福与感恩交织的夕阳岁月里，与书相伴的我没有虚度光阴。晚年的生命旅途上，我抓住生命的每一瞬间，迈出了步步坚定有力的步伐。  
董柏云

## 览春

天阴连日放新晴，  
红日当空照眼明。  
绿水青山遥入望，  
红芳碧柳近相迎。  
风光历历游人醉，  
车马纷纷野鹭惊。  
自觉家乡春色好，  
探求画意激诗情。

李建初

## 春吟

忽见花红在树梢，  
骑着毛驴过石桥。  
风和豆苗叶更翠，  
日暖疏影花枝俏。  
眼前暗香多情笑。  
他日苗架似彩绡。  
老夫构思春吟诗，  
歌罢独酌兴致高。

钟咏亮

## 春韵

春雨春风次第售，  
怡红翠绿点神州，  
鲜衣怒马归来日，  
直叫姿骚醉眼眸。

张茂