

本期主题：**入伏****暑天晒伏**

■夏见

小暑过后，便进入伏天了。“冷不过三九，热不过三伏”的民谚，说明三伏天的气温达到了一年的最高点。这当口，阳光暴烈，气温陡高，正是晾晒的好时机。因为，在这时晾晒那些需长期储存的物品，可祛湿，可杀菌，可防虫。

民间历来有“晒伏”的习俗。“六月六，晒衣服”——这是家里老人们，在农历六月初六这天都会说的口头禅。“六”在我们这里念作“陆”，跟“服”的读音搭配才押韵。当然，晾晒物品的时间，并不仅仅局限在六月初六这一天，而是整个三伏天都可以晒，只要天上有太阳就行。所晾晒的物品，也不仅仅是衣物，还有哪些可能会起潮、生霉、长虫的所有物品，如冬衣、鞋袜、棉被、床单、蚊帐、书籍、粮种等等，都会一古脑儿搬到太阳下，狠狠地暴晒它几天。

记得小时候，要是农历六月初六这天有太阳，祖母和母亲就早早起床，在院子搭好几套三脚架，再横放几根晾衣竿，然后就把衣物、棉絮、被单、蚊帐等都摊上晾衣竿，又搬出板凳、门板、篾笆等，把鞋子、帽子、粮食种籽等，均匀地摊晒开来，接受太阳热辣辣的暴晒。我们居住这个农家大院子，有几十户人家。晒伏那几天，院子里横七竖八地架满了晾衣竿，到处飘扬着花花绿绿的衣物。院子里晒满了，有些家庭就把要晒的东西，搬运到院子外边的田埂上、山坡上去晾晒，有的甚至干脆就把衣物挂在树枝上。反正每家每户把该晒的东西都全面地晒一遍。

现在，“晒伏”在农村得到了沿袭，在小暑、大暑节气期间，各家各户仍然会把冬衣、棉被、床单之类翻找出来，在院子里晒上几天后，这才放心地存放在箱箱柜柜里。在城市的伏天里，偶尔也会见到有人在楼顶上或阳台上“晒伏”。大约这些家庭里有来自农村的老人，他们把“晒伏”的习俗带到了城里。这些有日常生活经验的老人，一直都相信阳光的能量和好处，是朴素的生活科学家。

因为，“晒伏”并不是简单的民间习俗，而是一项具有科学元素的卫生活动。科学技术落后的旧时代，预防物品潮湿、发霉和生菌生虫，不像现在有那么多的化学手段可采取，唯一有效的，就是进行阳光暴晒。无毒性无污染的太阳，既能使物品干燥，它的紫外线更是祛除霉斑、灭杀细菌的法宝利器。

阳光，作为天然干燥剂和抑菌剂，是任何化学药剂都无可比拟的天赐好物。暴晒过的衣物，其余温会储存到寒冬，会永远弥漫着阳光的味道——又到一年“晒伏”季，把过冬物品搬到阳光下接受暴晒，然后用暖和心情去迎接冬天……

**头伏饺子**

■王缘

“头伏饺子，二伏面。”这是很多地方的习俗。在故乡，一入伏，母亲就张罗着包饺子，好像不吃顿饺子，盛夏的日子就少了点滋味似的。于是，头伏吃饺子也像电脑程序一般，写进了我的年复一年。

天气炎热，相比肉馅的饺子，我更喜欢韭菜鸡蛋的。母亲深知我的喜好，吃饺子那天赶早去菜场买一把鲜灵的韭菜。清洗、切剁、拌上黄亮亮的鸡蛋，加少许香油，那一盆翠绿就像加了滤镜特效，比泉水里的藻类植物还要绿。韭菜散发出的特殊气味，配上鸡蛋和虾皮，将原本不振的食欲提起，让人打心底里开始盼着吃饺子。

为了快点吃上心心念念的美味，母亲包饺子的时候，我也跑过去帮忙。一开始，我主动要求擀皮，用擀面杖将压扁的剂子碾开摊圆。可是我动作不熟练，拖慢了母亲原来的进度，只好加入包饺子的队伍。很快，一盆翠绿见了底，统统包裹进面皮里，化为了列队整齐的“饺子军团”。

鼻尖被那股香气缭绕，饺子包好时，我的耐心也快耗尽了。煮饺子的那几分钟，我都等不住，一个劲地朝沸腾的锅前伸头探脑，催那些还没有浮上来的饺子们加把劲。终于，饺子熟了，被母亲盛在一只大盘里。我馋得顾不得烫，夹起一只鼓囊囊尝味道，那滋味又鲜又香，配上劲道爽滑的面皮，足以驱散盛夏的疲倦和烦闷。

到外地读书、工作时，我也会在头伏吃顿饺子。头几年，独立包饺子对我是件难事，头伏的饺子大多是在饺子馆里吃的。小店里的墙上贴着菜单，形形色色的饺子“名录”依次排列，占满半面墙。虽然可选的种类很多，但是我喜欢点的还是母亲经常包的那几样，芹菜肉、白菜肉，尤其是韭菜鸡蛋。不知是母亲雕琢了我的味蕾，还是舌尖铭记了家的味道。

成家后，我开始学着包饺子，头伏的饺子就有了家的味道。为了学会和面与拌馅，我在网上搜罗了许多教程，细看起来，每家都有自己独特的配方，可是却与记忆中的相左。想吃舌尖珍藏的味道，我给母亲打了一个又一个电话，让她为我远程指导。

最初，我掌握不住面粉和水的配比。和起面来，就像许多人熟悉的那个笑话一样，面多了加水，水多了加面。来来回回地加水加面，将两人份的饺子面粉扩展成一大盆。拌饺子馅也是如此，得拿捏好施放调料的那个比例，否则饺子不是咸了就是淡了。失败了不知多少次，可是我还是念着熟悉的饺子香，一次次尝试着。包的次数多了，我才慢慢掌握包饺子的要领。

如今，包饺子已是我的拿手绝活，我像母亲一样麻利地操作着，为盛夏创造期待和美好。儿子成了从前的我，巴望着锅里的饺子，迫不及待想要饕餮这一锅家传的美味。

我想，头伏吃饺子，不光是盛夏的仪式感，更是与家相连的一根纽带，牵系着味蕾，更牵动着心中的思念。

伏夏寻幽

■徐静

“入伏日初伏，金乌早归山。”夏日的清晨，阳光已显灼热。

菜市场里人头攒动，热闹非凡。摊主们的吆喝声此起彼伏，“新鲜的蔬菜，快来瞧瞧啊！”“刚采摘的水果，又甜又多汁！”各类蔬菜水果琳琅满目，散发着诱人的香气。我精心挑选着新鲜的蔬菜和水果，真切感受着生活的烟火气息。

买完菜回到家时，太阳已高悬天际，热浪滚滚袭来，整个城市仿佛被置入一个巨大的蒸笼之中。“赤日满天地，火云成山岳。”诚如杜甫所描绘，这伏天的酷热着实令人难以忍耐。

“万瓦鳞鳞若火龙，日车不动汗珠融。”陆游的此句更是生动地展现了伏天的炙热难耐。“入伏火流金，骄阳何太酷。”我打开空调，让凉爽的风在房间里徐徐流动。坐在沙发上，轻啜一杯冰茶，望着窗外炽热的阳光，心中不禁慨叹，这夏天的热情真是让人又爱又恼。

入伏，意味着一年中最为炎热的日子即将拉开帷幕。小时候，入伏于我而言，是能够肆意品尝西瓜、冰棍的欢乐时光，是能够与小伙伴们一同在河里嬉戏玩耍的美好日子。那时，没有空调，亦没有冰箱，然而我们却拥有着最为纯粹的快乐。一把蒲扇，便能驱散夏日的炎热；一根冰棍，便能让我们心满意足。

如今，伴随生活水平的提升，我们拥有了各式各样防暑降温的设备，却似乎也遗失了一些往昔的纯粹与快乐。我们总是在忙碌中追逐着更多的物质享受，却不经意间忽略了身边那些简单而美好的事物。“心静自然凉”或许在这酷热的三伏天，我们更为需要的是内心的安宁。

入伏，亦是一个引人反思生活的时节。在这炎热的日子里，我们是否应当放慢匆匆的脚步，静下心来，体悟生活的真谛？是否应当珍惜身边的人，珍视那些一同度过的温馨时光？是否应当放下手中的手机，走出舒适的空调房，走进大自然去感受阳光与微风的轻抚？

傍晚时分，我决定放下手头的琐碎事务，与家人一同前往公园漫步。公园里，湖水在夕阳的映照下波光粼粼，荷花在湖中欣然绽放，粉色的花瓣娇艳动人。目睹此景，我突然顿悟：原来生活中的美好往往就隐匿在这些细微之处，只是我们常常行色匆匆，而忽视了它们的存在。

夜幕降临，暑气稍退，微风轻拂窗纱。望着窗外那片朦胧的月色，我思绪纷飞。“夜合花开香满庭，夜深微雨醉初醒。”伏天虽酷热难耐，却也是生命蓬勃生长的时节，正如人生，总是起伏不定，既有热烈奔放，亦有宁静安然。

“何当一夕金风起，为我扫除天下热。”在这即将入伏的时光里，我深切领悟到，无论生活何等炽热，我们都应怀揣着如清风般澄澈的心境，去接纳、去感悟。期许在未来的日子里，我们都能够于喧嚣中觅得内心的平和，在酷热中寻得一丝沁人心脾的清凉，在岁月的悄然流转中，珍视每一个热烈而美好的瞬间，让生命如夏花般绚烂绽放。

如此这般，方能不负这盛夏时光，不负这悠悠岁月。