

生活点滴

早晚一碗白开水

■赵华

我家喝开水，向来是用碗的。这并非什么复古的情趣或是特别的规矩，而是妻子坚持多年的习惯。妻子常说，瓷碗敞口，盛白开水，倒得方便，凉得也快，最是实用。

每天早上起床，桌上总会摆好两碗白开水，一碗给我，一碗给儿子，那是妻子为我们父子备好的“开胃神汤”。她说，空腹喝一碗白开水有益健康。这习惯从儿子上小学开始，从未中断，朝夕有序，寒暑不易，已成为妻子日复一日、默守践行的寻常小事，如涓涓细流，浸润了我们家二十余载晨昏。

无论春夏秋冬，我晚归的时候，要是在单位加班，她从不多言；要是在外饮酒，她便轻声叮嘱，直至忍不住正色规劝，话语虽严厉，情意却格外真切。但凡我晚上不在家吃饭，妻子总会打来电话询问行踪。时间长了，同事和朋友常会打趣：“嫂夫人时时牵挂，这是特意查岗呢！”也有人满心羡慕：“真好，还有人惦记着，问你几点回家。俺家那口子从不会这般上心！”这些不过是办公桌前、酒桌上的闲谈笑语，我每次听到，总是淡淡一笑，说：“心理学里有个词叫‘情感银行’，安稳长久的感情，离不开平日里暖心的相处。我们老夫老妻，不过是长年相处养成了习惯。”

其实，晚上那碗白开水，更是藏着温情。

无论我多晚回家，妻子都会特意为我留好一碗白开水。最让人感到暖心的是，每次推门进屋，玄关旁的桌子上，总有一碗温度刚刚好的白开水静静摆放着。我仰头一饮而尽，再去洗漱泡脚，一夜睡得安稳踏实。次日晨起，我洗漱完毕端碗喝水的时候，若身上没有酒气，妻子便会询问我昨夜晚归的原因，叮嘱我加班熬夜务必保重身体，若实在太晚就住办公室，还能多休息一会儿，深夜驾车返回终究不安全；若我满身酒气，她便免不了有一番唠叨，直至我出门上班、她送孩子上学才作罢。

说实话，妻子的唠叨，年轻的时候听来不以为然，人到中年，才渐渐读懂这份细碎叮嘱里的真心——皆是爱之深，才会责之切。从前我总嫌她管得多，如今方

才明白，那一碗白开水、一通电话、句句叮嘱，都是烟火日子里最浓情的相守相伴。

早晚一碗白开水，看似平淡寻常，长年累月坚持，实属不易。情淡如水，爱藏于碗。以碗盛水，估算着我到家的时间，把水静置于进门桌上；循着家人晨起的作息，把那碗水放在客厅的饭桌上，皆是藏在烟火里的用心。盛水的瓷碗，不如玻璃杯剔透，不如保温杯恒温，却带着居家生活独有的沉稳与安心。

早晨一碗白开水，是寻常日子里的安康期许；夜晚一碗白开水，是等候亲人的暖心灯火，让我心底暖意涌动，满心安然，一夜好眠。这哪里是一碗水啊，分明是有人朝朝暮暮念着你，岁岁年年牵挂着你，用漫长岁月熬煮出最质朴的深情。

有人说，时间沉淀最真挚的情意，风雨淬炼最温暖的陪伴。我觉得，往后日子还长，不求情爱如陈年老酒，烈而易散，只愿这份温情如碗中清水，淡而绵长。一家人守着平淡烟火安稳度日，在晨昏交替之中，把最珍贵的时光过成最心安的模样。

此生有幸，朝夕有一碗白开水相伴。这般寻常暖意，便是人间至味！



人间真情

怀念奶奶

■樊冬艳

小时候，我常跟着奶奶下地干农活。记得有一次在菜园里，我看见一个冬瓜长得硕大，惊奇地问奶奶：“这个冬瓜怎么长得这么大呀？”奶奶笑着告诉我：“冬瓜越夸越大，是被你夸得越长越旺了。”奶奶这句朴实又风趣的话，尽显她纯朴乐观、热爱生活的性情，也深深烙印在我的童年记忆里。

我始终难忘老家那方小院，院里有奶奶亲手栽种的石榴树、红枣树。每到瓜果成熟时节，满院果香。每次回老家，我最盼着吃上香甜饱满的石榴。姑姑总会细心地把石榴籽一粒粒剥好，用手指捏起一粒轻轻放进我嘴里，再慢慢捏破，清甜的汁水在口腔里漫开，那是童年最甜的滋味，也是老家最难忘的味道。

又是一年石榴花开，可奶奶却走了，越走越远。奶奶于2026年5月6日安然离世，无病无痛，走得清静从容、安稳平和。她生于1928年腊月二十，历经近百年人世风雨，阅尽世事沧桑。她走时恰好错开“五一”假期，免去儿孙在假期奔波劳碌，避开路途车马拥堵，冥冥之中，皆是慈悲体恤。

奶奶的一生，平凡却伟大。她生于清贫艰苦的年代，一辈子勤勤恳恳种庄稼、干农活，一生无大病大痛，身子硬朗康健。

那些年，家里日子贫寒清苦，奶奶与爷爷相依相守，含辛茹苦抚育三儿三女。孩子们的吃喝穿戴、成长生计，全靠他们白日下地耕作，面朝黄土背朝天；深夜

在灯下缝补浆洗，一针一线为儿女添衣。他们一生任劳任怨，凭着骨子里的坚韧和良善，熬过最艰苦的岁月，把六个子女抚育成人，教他们踏实本分做人、谦和包容待人。

奶奶心胸宽广、待人厚道，一辈子从未对孩子有过抱怨，逢人便夸自家孩子懂事、孝顺、贴心，平日里也不计较琐事，不争长短，用善良维系着一大家人的和睦团结，深得邻里敬重、称颂。

家中儿孙在外工作的比较多，奶奶晚年一直跟随小叔小婶生活。小叔小婶朝夕陪伴、尽心侍奉，照顾奶奶的日常起居；在外的子女也时时牵挂惦念，各尽孝心，让奶奶晚年衣食无忧、心境安然，尽享天伦之乐。

我至今深深记得，奶奶身子硬朗的时候，曾和我妈妈抱着年幼的我，不惧路途遥远、车马劳顿，远赴东北看望身在军营的爸爸，还一同前往北京看天安门。

爷爷离开我们已39年。这39年来，奶奶撑起了整个家，守着儿女，操劳家事，默默付出。她秉性仁善，以勤劳立身，以厚道传家。

奶奶不善言辞，她用行动教会后辈勤劳、善良、知足、感恩。如今孙辈都已成家立业，家族人丁兴旺，家事安稳顺遂。往后我们一众晚辈，定会常怀敬畏之心，传承老人留下的淳朴家风，勤劳厚道、和睦包容，守好家族根脉，相亲相爱，踏踏实实走好人生每一步。

心灵感悟

杏子熟了(外一首)

■洪梳

汾河滩那满坡满树的星星
怎么藏也藏不住了
一整个春天的期盼
在此刻
软糯香甜

风数着铜钱般的叶片
布谷鸟在枝杈间穿梭查点
院落的竹篓中
阳光正一粒粒称验
收获的成色

馋嘴的孩子
把果核埋入向阳的坡地
他们奔跑时
五月的阳光在口袋里
叮当作响

■热豆腐

在石磨咬合的雷声里醒来
豆子交出深藏的洁白
纱布滤去星群，木框压平月色
晨光展开卤水秘方
木勺搅动，颤动的玉
是水与火征服了时间

当第一缕豆香翻过矮墙
雾气解开缆绳，整条街
托起温热的云朵
刀背轻压，嫩得晃悠
像故乡午后，晒得暖融融的棉胎
又像母亲掌心揉开的一团轻软

花椒辣椒赶着小小羊群
爬上舌尖的草坡
或厚实或细腻的手在砧板上
层层叠叠，修补塌落的味觉
筷子一挑，颤巍巍漏出
半缕人间烟火
一碗热乎的暖，把平凡日子
煨得绵软悠长

心有所想

晨思

■刘忠全

■黎明

夜在甜睡，启明星的脚步把它震醒。
夜睁开睡肿的眼睛：“你为何赶走我的梦？”
启明星回答：“生活不是无休无止的梦，而是黎明前的乐章、黎明后的奋争。”
说完，启明星跟在黑夜后边消失了，冉冉的旭日
在上升、上升……

■露珠

露珠，是黑夜离去时流下的泪滴。
露珠，光辉的白天才配欢送它，当它欣然遁去，
金色的阳光洒满大地。
露珠，它奔向了哪里？
呵，田野里翠绿的秧苗，山坡上欲开的野花，都在深深地感谢着它的恩赐。

■雾和山岗

雾对山岗谄媚地说：“我用巨大的纱巾把你裹起，使你更好看。”
山岗说：“我厌恶作假，不喜欢打扮，一生保持质朴而庄重的容颜。”
在雾久久地跟山岗放肆纠缠时，朝阳赶来，把雾驱散……