

## 熬得一粥融百味

周强

进入腊月，北京寒潮来袭，顶着零下十几摄氏度的寒冷回到家，脑海里总想着小时候那碗热气腾腾、枣香浓郁的八宝粥。有一天，胃里实在是牵肠挂肚地难受，于是乎，哪怕再晚，厨房灶台依然会燃烧起蓝色的火苗，浸泡数小时的“八珍”——红豆、绿豆、花生、桂圆、糯米、莲子、红枣、薏米在陶罐里打着旋，它们曾各自坚硬、独立，带着截然不同的形状与秉性。如今在陶罐里有了彼此的机缘，在微微跃动的炉火上融合。

起初，它们只是物理的混杂。红豆的殷红、绿豆的翠碧、糯米的乳白，界限分明，一如初见时的模样，来自不同的地域，带着各物种的棱角与光泽。水是媒介，不可或缺。凉水浸润，需足够的耐心，让每一颗坚硬的内心逐渐软化，接纳环境的改变。这像极了一个新团队组建的初期，彼此适应，相互了解，慢慢收起突兀的锋芒。

真正的变化，始于文火持续地熬煮。火不能急，急了则外糊内生，心气浮躁；需得这般不温不火，让温度与时间，成为最公正且智慧的导师。在仿佛静止的微澜下，一场深刻的交融正在发生。淀粉缓慢析出，化作柔滑的浆汁；豆粒渐渐绽开，释放出质朴的香气；坚硬的桂圆干变得丰腴，将浓缩的甘甜归还给整个集体；红枣的醇厚、莲子的清苦，都在这场漫长的“历练”中，褪去了单一的标签，奉献出复合的底蕴。

我凝视着那逐渐均匀、浓稠，泛着温暖光泽的粥体，忽然心有所感。这何其相似于我们正在投身的事业，与我们朝夕共处的集体。集团公司这艘能源巨轮，又何尝不是如此？煤炭的厚重、电力的迅捷、运输的绵长、化工的精深，正像这八宝食材，特性迥异。它们并非简单地堆砌，而是在“一体化运营”这簇智慧之火的熬煮下，在“实干、奉献”这恒定温度中，经历着持续不断的深度协同与化学反应。煤炭保供的坚定、机组运行的稳定、铁路航道的畅通、科技创新的突破，各自的味道在共同的使命中交融、渗透，最终熬制成保障国家能源安全的那一碗扎实而醇厚的“温暖”。

终于，粥成了。撒上一小撮冰糖，看那晶莹在热中迅速融化，将最后的甘甜均匀地铺陈到每一勺之中。品尝时，已分不清哪一味来自谁，只觉得一种圆融的、厚实的甘美妥帖地抚慰着身心。这甜，不是单薄的糖水之甜，是百味历经时间与火候共同作用后，升华出的和谐之味。

正如我们，来自五湖四海，岗位千差万别，但当我们为了一个共同的保供目标、一项紧要的技术攻坚、一次系统的优化提升而倾尽全力，那些奋斗的日夜、协同的汗水、突破的喜悦，便如同这文火与时间，将我们熬煮成一个不可分割、能量充沛的整体。个体的价值在融合中得以最大化实现，集体的成果也因此变得更加丰硕而甘甜。亦如集团公司“同心而动、聚力生辉、追求卓越、共享美好”的企业文化，每一名国能人的汇聚就是“国家能源——不断前进的动力”。

一碗粥，见人生微义，亦见事业大道。这熬煮的哲学，便是融合的哲学、实干的哲学。一起为梦想奋斗、为幸福打拼，把宏伟愿景变成美好现实。愿我们都能在这伟大的时代与集体中，耐得住“文火”的历练，经得起“时间”的沉淀，最终与伙伴们一道，“熬”出一份属于自己也属于集体、无比醇厚的甜蜜事业。

(作者单位：国电电力三河公司)

## 腊鼓鸣 春草生

腊月初八，粥暖岁寒。

一碗腊八粥，熬煮着千年民俗的醇香，承载着人间团圆的温情，更氤氲着冬日里最动人的烟火气。

本期“家园文化”以腊八为韵，撷取国能人的暖粥故事、民俗传承的鲜活图景，在谷物交融的香甜中，感受时光沉淀的文化底蕴，让浓情暖意融于唇齿、沁润心田。

### 一碗粥里品人生

李莉

时光还未来得及细思量，一低眉已是年下。在人潮中穿梭，为生活疲于奔命。细数日历，年底诸事繁多，便不自觉加快了前进的步伐。一年里最隆重的节日——“年”已近在咫尺。相比于“年”的粉墨登场，大张旗鼓，我更喜欢这悄然而至的腊八节。

慢火熬煮，便可得到甜糯满屋的喷香。华灯初上，一碗刚出锅的腊八粥就是这清冷夜晚的温暖。不需要过多的说辞，不需要推杯换盏的喧闹，只是和温暖的人在一起，喝一碗节日的粥，就是最浪漫的事。心有半亩花田，藏于世俗人间。经历了短纸情长，走过了炙热激情，才发现，正是这样平淡无奇、不加粉饰的日子，最是让人念念不忘。毕竟凡人真得鹿，不知终日梦为鱼。一句“我回来了”，稀松平常，却最入人心。那些鸡零狗碎、柴米油盐的日子，随着时间的沉淀，才愈加闪闪发光。立黄昏，粥可温，愿平淡的日子里，给予我们面对这偶尔凉薄世界的勇气。愿这一段腊八粥一样温暖绵长的岁月，成为我们生命中最纯粹的时光。此生岁月无恙，只言温暖，不言悲伤。

腊八粥里放什么不放什么，全凭你的喜好与手边的食材而定，各种谷米果脯、坚果豆类，你能想到的都可以一股脑儿地放进去，做出来的成品总是软糯甜香，营养丰富。这粥里容得下所有，也将酸甜苦辣揉进这光阴里。成年人的世界里少了许多非黑即白、非此即彼，多了一些包容，一些容纳。先包容自己，遇事不钻牛角尖，不过分苛求自己完美，允许自己犯错，只要及时改正。包容自己就是甩掉那些不必要的心理包袱，让自己活得更轻松些。这世上最大的“监狱”是人的内心，走不出自己的执念，到哪里都是囚徒。人生实苦，唯有容得下自己，放得下自己。心若快乐，世界无苦，心若光亮，世界处处都是光明。包容他人，不拿别人的错误来惩罚自己。紫罗兰把它的香气留在那踩扁它的脚踝上，蚌包容了细沙带来的痛苦而孕育出了珍珠，大海包容了细小的河流而有了宽广深邃……你以为是的辜负也许只是躲过一劫，你以为是的嘲弄也许只是前进路上的一颗小石子。你以为的那些痛，那些伤，经过时间的洗礼，岁月的打磨，心灵的积淀，终是你记忆长河里收获的星光。除了生死，其他都只是擦伤，拂手尘埃，我们要学会与时间握手言和。

风微漾，心已动，藏在腊八粥里的智慧，在这热气腾腾的日子里，慢慢发酵回味。

(作者单位：乌海能源黄白炭矿)

### 温暖记忆永传承

赵光明

腊八节，农历十二月初八，古称“腊日”。追根溯源，“腊”本是古代岁末祭祀之名。《礼记》记载：“天子大蜡八”，祭祀八位农事之神，祈求来年丰收。这“蜡八”渐渐演变成了“腊八”，而腊八粥，最初是祭祀用的供品。

关于腊八粥的起源，民间流传着多个故事。最广为人知的是佛教传说：释迦牟尼苦行六年，形销骨立，终于在腊月初八夜睹明星而悟道。牧羊女献上乳糜，恢复了他的体力。后世佛弟子为纪念此事，便在腊八日煮粥供佛、布施众生。

另一个故事更贴近人间烟火：明朝开国皇帝朱元璋年少贫困，曾在鼠洞中刨出杂粮熬粥充饥。后来他当了皇帝，仍念念不忘那碗救命的粥，遂命御厨仿制，在腊八日赐予群臣，渐渐传入民间。

无论哪个版本为真，腊八粥早已超越了食物的范畴，成为中华文化中一个温暖的符号——既有宗教的虔诚，又有民间的智慧；既有对先人的追思，又有对生命的感恩。

母亲做腊八粥，从来都是郑重其事。提前三天，她就取出那些坛坛罐罐，将十几种食材一一铺陈在簸箕上：白的糯米和莲子、红的枣和小豆、粉的花生、黄的桂圆，每一种都有讲究。母亲讲：“熬这粥啊，急不得。泡米要一天一夜，让每一粒米都吸饱水分；煮豆要文火慢炖，直到豆皮微裂、豆心绵软；下料的顺序更是严格：先放耐煮的，再放易熟的，最后是点缀的。”整个过程，往往从前一天傍晚持续到次日清晨。这种慢，在今天看来近乎奢侈。在速食文化盛行的时代，还有多少人愿意为一碗粥花费十几个小时？但正是这份“慢”，成就了腊八粥的独特魅力——它不是简单的食材混合，而是时间与耐心的结晶。

母亲的粥里，总有一味特别的配料：晒干的橘皮。她说这是姥姥传下来的习惯，“陈皮理气，能化解甜腻”。其实我知道，那是因为那个年代物资匮乏，姥姥用晒干的橘皮增添风味，这习惯便传了下来。一碗粥，就这样串联起几代人的记忆。当我学着母亲的样子，将橘皮细细切丝时，仿佛触摸到了时光的纹路。

我想起《红楼梦》第十九回，宝玉给黛玉讲“香玉”故事时说：“若如你所说，那腊八粥也不用熬了。”可见在曹雪芹的时代，腊八熬粥已是深入人心的传统。从宫廷到民间，从寺庙到市井，这碗粥飘香了千年。

今天，虽然超市有配好的“八宝粥料”，虽然速食粥几分钟就能上桌，但我仍然选择用最传统的方式——慢慢挑选，细细清洗，文火慢炖。因为我知道，我熬的不只是粥，更是记忆；传承的不只是味道，更是文化。

窗外，寒意肆虐。我捧着一碗腊八粥，看热气袅袅上升，在玻璃窗上凝成水雾。忽然明白，腊八粥之所以动人，不仅在于它的滋味，更在于它所承载的情感与记忆。它是一碗粥，又不只是一碗粥——它是冬日的暖阳，是游子的乡愁，是慈母的牵挂，是文化的根脉。在这个快速变化的时代，有些东西需要慢下来才能体会，有些记忆需要一代代人才能延续。

又是一年腊八至，愿这一碗温热，能驱散冬日寒凉，唤醒心底的美好记忆，联结起同捧粥碗的人们。因为我们所啖饮的，是同一种文化；我们所怀念的，是一份乡愁；我们所传承的，是一脉文明。粥香袅袅，穿越时光。原来，我们遇见的不只是腊八“粥”，更是中华文化千年传承的温度。

(作者单位：天津公司盘山电厂)

### “和合”的传说

腊八节起源于腊日，即古代重要的年终祭祀日。在先秦两汉时期，腊日曾是一个极为隆重的节日，是一年的大祀，无论民间还是朝廷都要举行盛大的仪式，祭祀祖先、祭拜众神、庆祝丰收。不过，腊日起初并没有固定日期，直到魏晋南北朝时，才固定在腊月初八。南朝宗懔所撰《荆楚岁时记》说：“十二月八日为腊日。谚语：‘腊鼓鸣，春草生。’村人并击细腰鼓，戴胡头，及作金刚力士以逐疫。”北宋时期，寺院在佛祖成道纪念日的腊八这天频繁举行施粥等活动，对民间产生了极大影响，腊八节开始为百姓所接受，食腊八粥的习俗日渐流行，传统的腊日祭祀习俗反而渐渐衰微。

明清时期，和合神的形象转变为和合二仙，由单一神灵变为两位神灵的组合，从而更深刻地反映人们在情感上的寄托。和与合都代表着双方的愿望，和谐、和好需要双方的情感才能完美展现。在和合神的演变过程中，万回的形象也渐渐被寒山与拾得两位高僧所取代。寒山与拾得均为唐代僧人，以智慧和德行著称。清雍正十一年(1733年)，朝廷封寒山居士为“和圣”、拾得居士为“合圣”。民间流传的和合二仙的图像，有的是两个可爱的仙童，有的是两个蓬头的男子，一人持荷花，谐音“和”，一人捧圆盒，谐音“合”，代表天作之合、合家欢乐等意思，寄托了人们的美好祝愿。经过长期流传，和合二仙又演变为掌管婚姻的喜神。新郎新娘结婚时要祭拜和合二仙，人们也借悬挂和合二仙的图像，祝福新婚夫妇永结同心、白头偕老。

和合二仙寄托着人们团圆、和谐、吉庆的向往，也成为明清时期工艺美术作品中常见的题材。天津杨柳青木版年画《双拜花堂》，表现的就是当时喜堂悬挂和合二仙像的习俗；清末民初著名画家马骝在题《和合二仙图》中云：“和气乃众合，同心则事和。世人能和合，快活乐如何？”

(来源：新华网)

### 腊八习俗

腊八蒜



华北的大部分地区在腊月初八这天有用醋泡蒜的传统习俗，叫“腊八蒜”。腊八八几天以后，正好是春节的时候，由于醋的浸泡，蒜整体呈碧绿色，非常好看，而醋也具有了蒜的辣味。大年三十，春节前后的时候，就着腊八蒜和醋吃饺子、拌凉菜，味道会非常的美好。

腊八豆腐



“腊八豆腐”是安徽民间风味特产，在春节前夕的腊八，即农历十二月初八前后的时候，黟县家家户户都要晒制豆腐，民间将这种自然晒制的豆腐称作“腊八豆腐”。

## 腊八节



绘画 粥暖迎年 安全护航

张鑫源(焦化公司棋盘井煤矿)