■奉人纪事

老党员蒋贵芳

□王述梓

我们老年大学红桑榆文学社一行5人，近日走访了尚田镇下蒋村，在村党支部办公楼墙上悬挂的荣誉榜上，86岁老党员蒋贵芳占有一个重要的位置，其荣誉星级为四星级，尤其是耀眼的“一心为党”4字评语格外显目。据反映，这不仅是党支部对他的评价，也是村民们对他一生所为的真心实意评语。

蒋贵芳自建国以来，60余年如一日，始终热爱党、拥护党，积极响应党的号召，为党的事业努力工作。在村里土改期间，他就积极参加各项活动，第一批参加青年团组织，被选为团支部书记。

1954年他参军到部队，表现突出，半年后担任副班长，第二年入党，第三年他荣立三等功。

1958年蒋贵芳载誉退伍回家，其爱国行动影响了他的全家，他的弟弟和子侄们先后有5人参军，报效国家。是年杭州办钢铁厂，他被选送到杭州重型机械厂当工人，在厂生产积极，每季度评比都获先进，获得的奖金相当于工资的一半，受到厂领导好评。1962年机械厂停办，自愿回乡支农，在村里担任民兵连长和团支部书记。其时横山水库工程再次上马，区委领导指派他担任方门区6个乡1140名民工队负责人，他管理认真负责，带头参加劳动，得到民工们的拥护和县领导多次表扬。历时4年，直到1969年水库工程圆满完成。

蒋贵芳在村民中有较高的声望，一心一意为发展集体生产和村民服务，在担任大队长10余年间，工作兢兢业业，行事以身作则，处事大公无私，得到社员一致称赞，多次受到上级领导的表扬。1985年，他年满55岁，主动让贤。

上世纪90年代，村成立老年协会，他当选会长。从此，他努力为发展老龄事业工作，积极为老年人服务。他筹集资金，建立了老年活动室，室内有棋牌等活动设施。还建立了体育活动场，装上了翘翘板等多种活动器材，丰富了村民文化体育生活。同时，他积极争取村委会和村里企业的支持和帮助，每年重阳老人节给老年人送月饼等礼品，春节送年货，村里老年人医保费全部由村支付，使老年人感到社会主义社会的温暖和生活的幸福。他还亲自为老年人做好办证等服务工作，如今86岁高龄，仍然天天到老年协会活动室义务管理，为老人办理福利事项，得到村民的一致好评。

他被党支部选为村环境监督员，对此他不负支部和村民的信任，积极参加新农村建设，继续发挥他的作用。他对村里的环境建设积极出谋划策，与支部和村委成员一起，参与策划绿化村庄、硬化道路等活动。在村庄周围和道路两旁种上树木，建造公共厕所，设立卫生管理制度，有专人清扫道路，使村里的环境卫生发生显著变化，为下蒋村被评为市（区）文明村、卫生村和宁波市千村绿化工程示范村发挥了重要作用。他本人被党支部评为四星级党员，并给予“一心为党”的评语。

不久，下蒋村因建造葛岙水库需要，将迁移至锦屏街道西溪村，他还将继续为建设新的下蒋村贡献自己的一份力量。他说：“在旧社会家境贫苦，无钱无地位，是党让他翻了身，做了国家主人，为党工作是一个党员的本分。”短短一句话，发自内心，道出了他的初心。

■奉邑风情

奉化毛笋干

□方宗逸

奉化多山，山上盛产毛竹，是全国知名的毛竹产地之一。每年仲春季节，茂密的毛竹林中，破土而出的毛笋遍地皆是，因此在这个季节里，是里山农户们最忙碌的，男的上山挖笋，女的在家制作奉化乡土笋产品，毛笋干就是其中之一。

奉化毛笋干很有名气，历史悠久，它是奉化土特产之一，可谓是奉化的山珍，尤其是奉化城西岙和岩头石门的毛笋干鲜嫩可口。

制作毛笋干在奉化家家都会。毛笋旺季时，人们把刚从山上挖来的上等毛笋，剥去笋壳清洗干净，用菜刀去掉笋尖上的笋衣片，并切去老笋根头，然后瓜分成香蕉状的片段，就可以下锅。里山人煮毛笋是用柴爿烧的三眼灶和八尺锅，而城里人大多是用煤炉子和大铝锅，但做法是一样的。把切好的笋倒入水锅里，并撒点少量食盐，防日后毛笋干生蛀虫，用滚水汆熟，约十来分钟后，清香扑鼻的笋就可出锅了。

晒毛笋干传统方法是，用三脚小竹杖两只，架上一根长竹竿，把刚出锅的毛笋片通个孔，用线或棕叶穿好挂在长竹竿上，另外也可用竹筛来晒，但要经常翻晒。晒毛笋干最重要的是阳光和风，奉化俗话讲“风夹日头”，只要天气好，白天晒出，晚上收进，一般在三四天后，白玉色的鲜嫩奉化毛笋干就做成了。好的毛笋每100斤只能晒出5斤的笋干。在晒笋干的同时，还可以把嫩笋衣与咸菜一起晒干，制成美味可口的奉化笋麸干菜。

因为毛笋干容易变质，它的储藏也很讲究。过去人们把晒好的毛笋干，一小把一小把地用绳子梱扎好，放在镟饭盂、果桶中，有的把它存放在酒埕等陶器中密封起来，考究的人还在储藏器具中放些生石灰，防止霉变。现在，人们和土特产商家，制成各种形式的真空包装出售、送人。

奉化毛笋干，不但味鲜美，从医学上讲，含有丰富的蛋白质、高纤维素、氨基酸，低脂肪、低糖，能清凉败毒、防便秘、清脏腑和消积食。

用毛笋干做奉化独有的传统名菜——乌狼鲞烤肉，真是一道美味菜肴。每逢过年，这道名菜几乎家家都有，只要一上乌狼鲞烤肉，“主角”乌狼鲞和猪肉还在菜盘里，可是“配角”毛笋干已一抢而空。凡是外地朋友来奉化时，我也都要拿乌狼鲞烤肉招待他们，当他们吃到鲜嫩的毛笋干时，连声称赞：“太好吃了，比天目山笋干要好吃多啦！”另一道传统名菜毛笋干辣茄酱也深受人们喜爱。我远在大连、上海的老阿叔，不忘奉化毛笋干，每当毛笋上市，都要托我们晒些毛笋干邮寄给他们，尝尝永不遗忘的家乡毛笋干老味道。

晒笋干　方宗逸　摄

■岁月风铃

拗笋的记忆

□斯国素

年复一年又到了春笋生长出土的季节。清明过后，春雨连连，雨后春笋踏着轻盈的脚步而来，清新、水灵、明媚。春笋鲜嫩爽脆更是得自天成。所谓“尝鲜无不道春笋”，当年连唐太宗都对春笋朝思暮想，着迷“鲜镜”，每年春笋上市，还要召集群臣共赴笋宴。

春笋肉质鲜嫩、洁白如玉、美味爽口，被举为“菜王”，同时营养丰富又是天然低脂、低热量食物，它不仅是蔬菜，还是良药。据说笋富含蛋白质、胡萝卜素、多种氨基酸、维生素、碳水化合物等一大堆营养物质。丰富的纤维素能促进肠道蠕动，增强消化功能，利于治疗便秘。值得骄傲的是，竹笋是我们奉化有名的丰盛特产，是奉化人家家都有的常年美味佳肴。说到这里使我情不自禁地想起我小时候跟着母亲去外婆家拗笋的情景。那一幕幕难忘的镜头顿时浮现在我的眼前……

记得那时正是谷雨后立夏前的清晨，我穿着奶奶给我做的草鞋袜船，系着拗笋布衫，跟着母亲和她的朋友一起到外婆家山下地的山上去拗笋。一路要经过一大片的田野，那时正是春耕生产时节，田野上的草香浓郁，空气清新，呱呱叫的蛙声动听悦耳，那春的气息实让人难以忘怀！

春雨过后，那蓄势已久的竹笋幼茎便会在一夜之间破土而出，带着湿润的泥土气息和清淡的香味，显得格外诱人。我跟着母亲从下山拗到上山，母亲沿着竹山把一堆堆拗下的竹笋沿山路藏在做好记号的柴蓬里，下山时一一收起。我母亲出身山里，砍柴拗笋是把好手，每次都能拗到50斤左右的笋，收获满满。

其实我那时只有10来岁，跟着母亲爬山还跟她不上，上气不接下气，有时母亲就叫我留在半山等候。拗笋时碰上刺蓬蓬怕得要死，生怕刺伤出血。冷勿防，突然间山上的竹青色四脚蛇和圆圆壮壮的百脚虫出现在跟前，吓得汗毛速竖，浑身寒颤不敢动弹，尖叫不断！半天下来只拗了五六斤笋而已。但小时候却非常喜欢到山里去体验拗笋的乐趣。虽然怕蛇虫，还是想去，去享受那花香，跋涉山水间的弥漫小路。山谷里一片片灿烂的杜鹃花时隐时现，微风轻抚，暗香浮动，幽幽而来，沐着春风，浴着花香，徜洋在深山的竹林里，耳边不时传来百鸟清脆悦耳的鸣叫声，时起时伏，令人神清气爽，心旷神怡。那时的我不是在拗笋，而是陶醉在大自然的怀抱里，享受着春的气息。悠悠然度过了那快乐惬意的童年时光。童年一去不返，只能深深地留在记忆中。

■我的故事

宁波师院培训记忆

□林崇成

1972年，26岁的我在东钱湖畔的宁波师院参加了中师培训，学员来自全宁波地区，每个公社1名，共计200余名。陶公山上的宁波师院有东西相距100多米的两幢大楼，数理班在西大楼，语文班在东大楼，语文又分一、二两班，我所在的文一班有奉化二中校友卓国平、王财国、邬罗平等同学。

春节后即报到，学员年龄相差悬殊，年轻的不到20岁，年长的50多岁。文化程度更是良莠不齐，以小学文化程度居多，高中生属凤毛麟角。开学不几天，老师布置写作文，我的一篇《星期天》文章被抄印出来，并由徐季子老师作为范文讲评，随后我成了颇有知名度的学员。

我们课堂对面的另一个教室是所谓“反动学术权威”的学习间，变相关押着被打倒的老教授等知识分子，他们虽身处逆境且上了年纪仍在孜孜不倦地看书做学问。别的同学怕受牵连不敢进去，我常进去，虽极少交谈，但他们的精神深深感染了我。受此启发，隔三差五到图书馆借书看，以提高文化修养。管理员桂老师知识渊博，记忆惊人，据说曾当过溥仪的秘书。他对我很欣赏，叮嘱我“好好读，将来有大用”，这样我看了整整一学年书，收获良多。

因身体条件好我被选为班级的体育委员，还当校篮球队员。教体育的陈老师祖籍奉化马头，曾是上海男排队员，课上得生动活泼，常带我们与附近篮球队比赛，还与东海舰队篮球队较量过，在当地有一定名望。但其间发生过一次不愉快的事，起因是学校出钱给队员买球衣，队员自己出布票，也是收布票的队长大意，发现有张剪去角的废布票，于是猜测是不是与他们睡在一起的我给的，这是对我人格的污辱，于是开始争吵直至肢体冲突，我把其中一位扭伤了，结果是挨批评、写检讨。

一年间，老师的教育非常尽力，传授大专的教学内容，同学们也很努力，获益匪浅。年终我和卓国平、邬罗平等同学被评为优秀学员，并将结业成绩寄给了县教育局，我们也成为各自所在学校的新锐骨干教师，书写着自己的崭新教学人生。宁波师院的中师培训，成了我以后人生中的一个重要元素。

■心语心得

笑谈回忆

□舒志芳

当今太平安逸，“长寿”两字在媒体上广为流传。我以为，老年人如果单纯为安享清福而不亦乐乎，一味地追求长寿，说实在的，意思也不大，健康才应当是老年人追求的核心。生理健康，老人如陶器那样基本定型，这里的健康主要指精神，既然是精神生活，回忆就占着不可轻视的比重。

人在年轻时努力奋进、拼搏，没有回忆的余地；壮年时节只觉得任重道远，密切注视着前程与进步，也没有功夫顾后，乃至于将涉老境，步入黄昏，前景渐趋黯淡，也不大愿意回头返顾身后不断延长的阴影。由此可知，“回忆”两字非常现实，它是随着年岁的递进、阅历的增长才渐渐浮现出来的。然而，老年人的回忆，具体情况也因人而异，许多阅历特殊者，行将届入老年，便热衷于回忆。

10多年前，我曾经帮助一个参加抗美援朝的老兵写过回忆录之类的文章。常使我记忆犹新的是经历过战斗烽火的老人，确实有冲锋陷阵、过关斩将的经验体会，但更为难得的珍贵教训，却是隐伏在“失荆州、走麦城”的历程里，从中让我悟出“这个世界上不存在常胜将军”的结论。人与事无不具有二重性，倘若只是将自我感觉辉煌、得意的一面放大之后形成文字，误导后人，也就失却回忆的宗旨了。

我是因为喜好读书看报，便常常思量，检点往事。我们这一代人的阅历虽与经历过战斗风雨的老前辈相形见绌，但还是可圈可点的。学生时代下农村“双抢”、勤工俭学，假期上山砍柴、下河担水，拉手拉车，推牛粪车。三年自然灾害时期天天用粥汤、糠饼、革命草、狼鸡根、草子麦果充饥，还夜以继日地敲矿石、炼小高炉，加入大炼钢铁的行列。后来参与过成群成伙排队吃大食堂、数十人乃至上百人一字形排开锄地、割稻。“文革”时期，亲身经历了斗批改、全国大串联、文攻加武斗，那真是不堪回首的岁月呀！

如今时代不同了，经济发展了，社会安定了，文化进步了，生活改善了，破烂不堪的旧城变成了高楼林立、高架交叉、高朋满座的现代化健康美丽新城……这才半个世纪啊，变化多么惊人！

为增强回忆的力度，我是延续积习，不放弃读书，从前感觉不断重温。不重温则无以领略其真谛的经典与相中的旧书，在重读过程中吐故纳新，忘却应当忘记的那些卑劣、伤害与污秽，相应地，也牢牢记住那些善良可贵的亲情、友情和爱情。这些温馨恒存的情愫，是坎坷跋涉中一丝一缕编织、积淀下来的真正的“财富”。进入老年，这样的“财富”在自动地流失、消褪，能在桑榆晚景中再度洗磨而挽留下来的山高月小、水落石出，就更是熠熠闪光的珍珠！

退休后我觉得时间是相当充裕的，读书看报，评“头”品“足”，偶尔兴发写点小文，往往源于文史结缘，无形中含有回忆的成分。对我名利、竞争之类已散去的晚年而言，随感而发，信笔涂鸦，不计短长，不拘形迹，则纯粹是消闲、娱乐了。

■生活七彩

庭院小池景色美

□丁国锵

我家的庭院面积有30多平方米，绿树环绕，花草不少，为美化庭院还置建了只小水池。

水池用钢筋混凝土现浇而成，其型如“鲤鱼”，高1.2米，水池内壁用玉白色鹅卵石镶嵌，池的外围用黑色的大理石装饰，水池面积约5平方米。考虑在水池内种植睡莲、荷花，将水稻土放入其内，水池的用水是利用楼房屋顶天沟落水管接入，水质良好，水池排水与下水道连接，洁净的池水水深保持约20公分。为美化水池，在适当位置立了6块错乱有致的太湖石石笋，犹如小石林，还安装了两只喷水头，接了红、黄、绿色3盏水下灯，放养了大小不一的彩色观赏鱼以及两只红眼睛的小乌龟，使水池小巧玲珑，富有生机。此后，每天我总要去水池边转转，见鱼儿在水里自由遨游，喂食时竞相争食。小乌龟更有灵性，听到我到池边的脚步声，它就浮上水面“讨吃”饲料。见此情景兴趣甚浓。夏天，睡莲那碧绿的叶子与紫红色花朵漂浮水面，亭亭玉立的荷花其绿色的叶子像一把把伞子，尤其是它的花蕾如火炬，待到荷花怒放时别样的红，相当显眼，讨人喜欢。前年春天，我在不经意间发现在水池落水管与庭院围墙的缝间长出了不少的绿色蕨类植物。其细小的叶柄是黑的，叶子对生，狭小的叶子近看像鸡爪似的，此处终年湿润，此植物生长旺盛，至今丛生长约一米多，其生命力超过那些头重脚轻根底浅的墙头草，到严冬时才枯萎，来年开春就复生，生机勃勃令人感到大自然的魅力。此外，每逢过年过节，宾客临门，夜幕降临，便开启水池的喷水龙头与彩色的灯，使水池成了庭院夜间的景点。

我感到要保持水池常年美观离不开主人的照管。要使睡莲、荷花长得好，每年要适时施肥，清理枯枝败叶。梅季开始就有虫害，到夏季有许多蚊子，蚊蝇滋生，我就买来“枪手”牌灭蚊器喷洒无公害气体。此外，蚊蝇的天敌是其貌不扬的蝙蝠，遇到闷热天气，数只蝙蝠会在水池周围捕食蚊蝇，似乎成了庭院主人的帮手。要使鱼儿健康生长，几乎每天要喂适量饲料。尤其乌龟个小食量大，每当主人出远门无人喂食，嘴馋的乌龟就把小鱼吃了，较大的鱼也会被咬得遍体鳞伤，甚至还会去吃睡莲、荷花的茎叶。为保证鱼儿与荷花的生长，我干脆将两只拳头大的乌龟放生，此后我外出远门才安心。

本人虽是退休老人，但要老有所乐，天天快乐，对小小的水池尽心管理，我以为对养生也是有益的。