案头清供

茶 本

朋友发了一篇微信,寥寥几句文字,主打几幅插花图片,是两枝蝴蝶兰,疏影横斜,淡雅清新,赏心悦目。只是插花的玻璃瓶子不讲究,虽是玉壶春瓶的造型,但还有螺纹口,可能原来是某种酒瓶子,被临时拉了壮丁。现代画师郑师玄说“斗室春生气自温,唐花瓶配水仙盆”,少了一些随意,多了一些格调。

屋子里摆上这么一件案头清供,尤其在书房里,满室生春。“残红尚有三千树,不及初开一朵鲜。”就这么两枝花,春的气息就扑面而来。有清雅的人,才有清雅的花,才有清雅的情调。

蝴蝶兰,顾名思义即可,像蝴蝶一样的兰花。因是属于热带兰,传来北京也不久。据说初始是在云南培育好,以后流入北京花卉市场。蝴蝶兰来京流传开的时候,大概与我到北京的时间相近,1995年左右。北京传统的案头清供,一直以水仙第一,尚有香橼、佛手等。

古人所谓“案头清供”,就是摆在案几上的一些富有情趣的物品。书案上除了文房四宝,还可以摆些插花、奇石、古玩摆件、小盆景等,这些就通称清供,清雅的供品之简称,摆在桌案上,就叫案头清供了。一小盆文竹,一小块太湖石,一个小葫芦,甚至几个水果、玉器的摆件……只要自己喜欢,想摆啥就摆啥。规矩没古人大,讲究也没古人多,只要桌案上摆得开,大可以随便摆。话是如此,但常见都是摆些小巧清雅别致有匠心的,没见过摆过一盘红烧肉、一盘清蒸鱼的呢。

我也曾摆过案头清供,而且那清供幸福绵长,至今还在我家里茁壮成长,只是已不能摆在桌案上了,只能摆在屋地上了,因为它长得太大了。来京的第二年(1996年),从同事那里要了一株扦插枝条,说是“八宝”,我记得我姥姥家里养过的,姥姥叫它“万年青”,我一直到现在也不知它具体叫什么。找了一个罐头瓶,插在里面等着它生根。它有幸命大存活,就算是我的精心栽培吧,终于生根,然后移栽到盆,再由小盆换大盆,我本无心向明月,奈何明月偏照我这沟渠,它长势那是相当地良好。大概是五六年前吧,它已经高1米半,枝丫覆盖直径近3米了。那时除了没见过开花——也不知开不开花——叶子肥厚,绿意盈盈。

以后书桌长期凌乱,再没摆过这种清供,主要是怕洒了水,湿了书。只是随便摆个破酒瓶、茶叶罐之类。远不及“自安禅悦”的清雅闲适。

时代的进步,我们所能享受的生活越来越好,所能获得的也越来越多,但传统的情趣却离我们越来越远。案头清供在与不在,好像并不是一个问题,问题在于生活情调。生活还在,情调呢?

扫一扫,关注“夜光杯”

陈毅《幽兰》诗意图(中国画) 汤兆基

甲辰春草

肖复兴

春雪夜吟

上元将近燕将回,先有纷纷细雪来。
独领龙舟泛湖海,相携蛇酒上楼台。
荒原不记风前醉,乱世犹怀劫后哀。
节气难违春已到,皑皑一点报梅开。

夜梦老友建平

夜梦建平窗月斜,咖啡滴滴忆年华。
无常世事笑失马,有燕人生欣得家。
白雪红炉同醉酒,黄尘紫陌共寻花。
那时滋味谁犹记,肉脯香浓就苦茶。

得汇文中学旧文复印精美册

六十年前史作诗,汇文一梦少年时。
未忘风雨百花意,犹念春秋半世思。
旧作纷披枝尚浅,老来憔悴忆多迟。
雪泥鸿爪情无限,纸上寻师即见师。

和小弟小京重回老街

结伴小街春又行,泡桐巷口似相迎。
梦回大院浮生老,酒饮宽心世事轻。
浅屋是非剩多味,窄门出入有余情。
转身忽见故人笑,一架藤花照眼明。

新见陈寅恪旧诗

谢 泳

重庆林建刚博士知我对陈寅恪晚年诗有兴趣,以凌梅生整理的《又向流云阅古今——凌道新诗札日记存稿》见告,并云或有新史料线索。

我将此书读过,知凌道新出身燕京大学,一九七四年去世。早年和吴宓过从甚密。凌英文甚佳,旧诗修养也好,平时喜读陈寅恪诗。书中偶有涉及陈寅恪处,但多为习见资料,对笺证陈寅恪晚年诗今典,似无直接帮助。但我在书后凌道新日记所附照片中,发现他抄录的二首陈寅恪旧诗,与以往陈诗大异,或可视为新见陈寅恪旧诗。

一九六九年十月十八日,凌道新在四川梁平劳动改造,在笔记本上默写了陈寅恪四首诗,其中有一首全诗:“鸡林鸭绿阵云深,谁启开边武帝心。汉腊只余残烛夜,楚氛翻作八方阴。烦冤新鬼家家梦,破碎河山寸寸金。剩有宣和头白老,岭梅如雪对哀吟。”

陈寅恪一九四五年有《玄菟》一首,全诗:“前朝玄菟阵云深,兴废循环梦可寻。秦月至今长月照,汉关从此又秋阴。当年覆辙当年恨,一寸残山一寸金。留得宣和头白老,锦江衰病独哀吟。”二诗比对,可知凌记陈诗系由《玄菟》改造而来,古典及造句语词,符合陈诗旧例,陈有改旧句作新诗的习惯。凌默写陈诗,个别字句与原诗有差异,应属正常,但句句差异,显然不属记忆问题,观察凌记其他陈诗甚少失误,可判断这是一首新见陈诗,意义非常。

陈寅恪旧诗,当年未公开刊行,多存于友朋日记或往来书信中,日后此类史料发现愈多,新见陈诗的机会也愈多。

凌道新一九七二年九月二十五日,抄录一九四五年陈诗《与公逸夜话用听水轩韵》,与通行本诗句多有差异。此题共四首。第一首相同。第二首略异。第三首完全不同,应为新见旧诗。全诗:“昨夕图浮色变空,众生形解动刀风。东飞帝子冤成鸟,南伐军人惨化虫。细柳一般兵作戏,大槐何日作方终。皂罗今岂长安有,愁杀鸡群老秃翁。”第四首略异。陈寅恪旧诗传抄过程中,时见语词差异,比对差异,对理解陈诗多有启发帮助,不可忽视。

“面”的记忆

蒋 力

《谢亮泡饭》带着《弗洛伊德面》陆续与“夜光杯”的读者见面,勾起“上音”内外不少人的回忆。“泡饭”的始作俑者谢亮,退休后定居奉贤,我劝他在奉贤就地开一家小饭馆,索性就叫“谢亮泡饭”。不敢保证一定火,但肯定会有回头客,或许还能拉动经济增长。

写《弗洛伊德面》的想法,最初来自黄荟,当年他在“上音”的名教授陈铭志先生门下读研究生,是个美食家。歌手李娜30年前准备个人交响演唱会时,长达一个多月的排练中,每天为李娜弹伴奏的就是黄荟。之后,他又为李娜量身打造了声乐套曲《苏武牧羊》。后来黄荟游走边疆各省采风,写下一批少数民族题材的管弦乐作品。去年初,他的声乐套曲《黄河》出了唱片。某次旅行途中,他与我聊起了“弗面”,我据我们之间所谈,写下了该文给了新民晚报。日前,他们几个老同学,聚到了谢亮家,黄荟掌勺,午餐“弗面”,晚餐“泡饭”,不亦乐乎。

远在斐济传播文化的燕子,在朋友圈里将上述两篇文章转发,说这是上世纪八十年代“上音”人的集体记忆。燕子的同学林晨,是名古琴艺术传承人,她补充说:这是“上音”人及“上音”家属的共同记忆。林晨说:只记得父亲总和学生们一起去吃“弗面”。燕子答复林晨:你那时是乖女孩儿,弗洛伊德面是深夜食堂,那个时段你出不来。

林父友仁先生,是“上音”的名教授、大古琴家。凡被人当面称大师时,林先生总答:我不是大师,是大厨师。知情者透露,林先生家,酒多,从五粮液到五加皮,都有。他尤爱喝黄酒,黄酒中,尤爱喝太雕、和酒。他说徐青山的《溪山琴况》,第一个字就是“和”,琴与酒,不分家,喝了和酒,就会弹琴了。

“上音”85岁高龄的张眉老教授有大段留言,我就直接照抄了:看了这描述,闪回了我在上世纪50年代漕河泾(“上音”旧址)学生时代的生活场景。当时的“上音”,是漕河泾四百亩农田上独一无二的建筑,周围是鸡啼蛙鸣,空气中飘荡的都是田野的清香。晚上,疲劳的学子最大的欣慰就是躺在草地上,举头望星空。到了10点,“一阵阵的梆子声会准时在校门口响起,召唤着我们纷纷而起,向校门口奔去。阳春面的小葱香,已经弥漫四周,等候着我们这些馋猫饿狼。我一生吃过各种浇头的面,但我只怀念那碗最鲜最香、漂着葱花和些许蛋皮虾皮的阳春面。如同我一生中最怀念的时光,就是漕河泾校园内最清纯最幸福的青春岁月。

读者·作者·编者

把保持身材变成习惯

赵款款

“保持身材”这四个字,几乎是一个亘古不变的热门话题。能延伸出来的方法论堪称海量,总结下来,无非四个字:少吃多动。再精确一点:七分吃,三分练。再科学一点:知道各种食物的卡路里,知道有氧无氧的区别。再时髦一点:液断、16+8饮食等等。

花样层出不穷,知道很多道理,但保持何其艰难!要么干脆减不下来,要么就算减了也保持不住。身为一个多年来体重维持45—46公斤,有上镜需求,长期保持身材的中年少女,我也有在想:自己的方法论是什么?有什么要跟大家分享的?

无意中看到一本书,有个看似枯燥,但让人醍醐灌顶的理论。人们如何确认目标:成为——做——拥有。

我们的目标是“拥有”,拥有健康有型的身材,而减肥的各种方法,是要“做”的事情。比如:节食、健身。坚持最多两个星期后,放弃,回到原点。这是典型的只追求“做”,而不重视“成为”的例子。不是要为了减肥寻找完美的食谱,也不是为了减肥咬牙付昂贵的私教课,是你内心深处,到底要成为什么样的人。

我上学是在一个偏艺术系的院校。宿舍隔壁就是播音主持系,她们有体重考核,上秤重了会罚钱。从大学起,我身边就围绕着很多闪耀的小姐姐。在食堂吃不加麻酱的水煮菜,白天怕晒黑傍晚去操场跑步,晚上在狭窄的宿舍床上拉伸……

工作以后,我的任务是采访影视明星,无一例外,他们身材都保持得很好。在我三观未稳的时候,内心深处就有强烈的愿望:我想拥有那样的身材。再到后来,意识到自己不过是很普通的人。但这个“成为”变得更为具体:我希望自己是灵活的,不臃肿的。我不接受身材走形,即使到七八十岁,头发都白了,身板也是直的。

因为这个“成为”特别清晰明确,保持身材这件事情,反而更容易变成日常,变成一个不难坚持的习惯。

我观察过身边很多瘦子,包括号称自己吃不胖的人。发现她们都有共同的习惯:

对食物没有匮乏感。吃饱了,就停,不怕剩饭。比起饿,吃撑对她们而言更难受。

什么都吃,包括高热量,并不会刻意节食。但只吃自己爱吃的,相对挑食。

不爱吃零食,觉得嘴巴一直嚼东西很烦。也吃零食,但吃完零食饱了,就当一顿正餐。要么不爱喝饮料,要么喝完一杯奶茶,也饱了……

怎么说呢,“吃”其实没有万能公式。每个想保持身材的人,都需要摸索出自己的一套方案。因为这不是心血来潮管两三天,或者控制一个礼拜就能搞定的事情,是一,辈,子的事情……一辈子。所以,它必须得是一个长期的习惯,不然无法坚持。

小哥俩的餐桌时光

邢 舟

最早对餐桌有兴趣,是缘于十年前读的一本书,名叫《吃饭》。这是章小东老师的一本书,把她半生漂泊在海外的辛酸苦辣都写进了吃饭里。她说:“米饭、小菜都是通人性的东西,只要用心对待,就会得到回报。”也是因为这本书,我第一次对吃饭这件小事有了不一样的理解,而这种理解,随着年龄的增长、家庭成员的增多,也在发生着变化。

早年一个人在香港打拼,房租贵,所谓的餐桌也就是屋子里唯一能放东西的桌子了,计算机、书等等杂物常年摆着,只有在吃饭时才会收拾出一个角落,就够放得下一碗饭菜,随意应付一下便是一餐。后来成了家,两口子的日子,自然忍不住在餐桌上下功夫,应着时节配鲜花,买不同的餐布配餐具,各自一天工作回来,也就这点时间可以聊天说话,日常的小情调就都在这桌上了。可是随着小朋友出生,鲜花很久没买了,花瓶变成了奶瓶、辅食器,所谓的餐桌,更多时候是一张育儿操作台,应付一天的手忙脚乱。真的是如刘再复先生所说:“尝到饮食的苦味与臭味之后,才懂得什么叫作生活。”

随着孩子慢慢长大,虽然家里有更大的客厅,有更私密的房间,但一家人围坐在餐桌前齐齐整整地吃饭,各自说着一天在外的趣事,却是一天里最温馨的时光。有时候夜班迟归,孩子们早早睡下,他们还会留下纸条,用稚嫩的笔触交代要我们帮忙处理的事儿。记得有一次,因为连着几天夜归,哥哥还特地写了一句:“妈妈,我想你了。你什么时候回来吃晚饭呀?”那一刻真是扫空了所有的疲惫,幸福感满满。

虽然幸福,但餐桌上还是免不了杂乱。兄弟俩觉得,书房再好,也不如挤在餐桌上一起做功课来得自在,“这不是方便你们检查功课嘛!”他们还振振有词。以至于每天都会堆满兄弟俩的功课、课本,餐桌成了家里最乱糟糟的地方之一。可是,除了每天写作业,餐桌上还有很多特别的回忆,比如第一次有女生给哥哥写“情书”,不知道怎么回复的他,傻坐桌前许久,才提笔给人家回信。还有第一次独立完成的乐高,一千多个零部件,厚厚一本帮助书,字都不认识几个的俩小子,好几天守在餐桌前,那认真专注的样子,真是可爱极了。

当然,家里的餐桌也有精致干净的时候,通常是家里人的生日、纪念日,或者是有客人到访的时候。我们也会准备外婆最爱的鲜花、小朋友喜欢的玩具又或者是干脆清空,摆上热乎乎的一桌饭菜,招待亲朋好友。毕竟,一家人团团圆圆在一起吃饭,就是家的味道、故乡的味道、小时候的味道。

十日谈

餐桌的氛围

责编:刘 芳

从前,长沙一条街,全是吃小龙虾的饭馆,当今不但久经不衰,而且在大江南北遍地开花。请看明日本栏。

丝瓜“吊长”

马蒋荣

1958年,我家后门外是一块用竹篱笆围着的泥地。老妈是从绍兴山村出来的,马上就因地制宜沿篱笆边播下了十几粒丝瓜籽。丝瓜长得很快,而那高高的竹篱笆让善于牵丝攀藤的丝瓜茎枝叶卷须大展身手,绿色的藤蔓枝叶居然喧宾夺主盖满了原来的黑漆竹篱笆。不久,很多像小喇叭一样的黄花开出来了,接着黄花的根蒂处有嫩绿的小丝瓜现身了。连续几天的上班前,老妈就挑一些长在高处有五六寸长的嫩丝瓜,在近花蒂处扎上一根缝被褥的白线,白线的另一端则穿过小木夹的弹簧孔后扎牢。老妈告诉我,随着丝瓜越长越长,木夹就可以夹上不同的重物,以便吊着丝瓜长得长一些,俗称“吊长丝瓜”。

老妈种的嫩丝瓜不仅自家吃,还能送邻居。而那些“吊长丝瓜”是舍不得吃的,要等到丝瓜的皮长得发黄发脆成为老丝瓜了,老妈就会剪下,捋去丝瓜老皮拍打出里面的籽留作种子,剩下的丝瓜瓢都已经长成了经络,俗称丝瓜筋。

如今我在农贸市场和超市买菜也经常能邂逅“吊长丝瓜”,就是那些在丝瓜开小黄花一端近2厘米处,有完整的凹下去一圈痕迹的,就是用来吊长丝瓜扎线留下的。不信,“马大嫂”们不妨留意一下。