



转眼入夏,气温不知不觉中,就上了三十摄氏度。去苏州走走,观前街上,风是温热的,像在皮肤上捂了一块湿毛巾。街上小店售卖冰镇传统苏式绿豆汤,馋了,进店要了一份,端上来,竟和我打小喝的不同。

我的童年,上海弄堂人家的绿豆汤简简单单。主料绿豆,熬煮成汤,加糖。有讲究的,也不过搭配一些百合,和绿豆同煮熬汤。我家的做法,绿豆是绝不煮“开花”的,汤色清亮,且不会放太多白糖。夏天喝上一口冰镇绿豆汤,微甜有回甘,加上百合的微苦,清淡而不腻,那是可以在大太阳底下,大口大口豪饮的。

入夏,弄堂人家,多有熬煮绿豆汤的习惯。手上的观察,风味差别往往取决于煮汤人手上放糖的宽绰程度。有的妈妈,大概籍贯无锡,嗜甜如命,那就多放点糖。有的人家,负责买汰烧的是男人,对高甜度“过敏”,绿豆汤就会清淡些。但不管怎样,配料表总是简单的,绿豆、清水,加糖,最多邀请百合“客串”,借它的一丝“清苦”,激发汤水的清甜。这种绿豆汤是不能代表上海的传统,我不敢下定论,但就是它,伴我度过了一个个盛夏。

前些年,我寄居北方,在一家河南风味餐馆吃午饭。主菜是各式卤肉,颇油腻。主食是烩面,热腾腾一大碗,汤咸面韧,口味亦重。妙在店家免费赠送绿豆汤,一大保温桶,随便喝。那汤,绿豆煮得也不烂,一颗颗小石子似的,沉在汤桶底部。汤水尤其清淡,一点糖也不放,入口只是淡淡的绿豆香,可解肉肉的肥腻。喝了一碗,有点像我熟悉的味道,竟有点想家,忍不住又去接了两碗。

若说上海与河南的绿豆汤以清淡见长,苏式绿豆汤则截然不同,堪称豪华。说用料,汤水固然是绿豆熬煮的,但一定要再加上冰镇的薄荷水,取其沁人心脾的清凉。汤里还要有糯米,且不能煮烂,口感要“微硬”,有点像西班牙海鲜米饭的夹生感。怕不够艳,怕不够甜,还要加上青红丝、冬瓜糖、蜜枣、葡萄干等种种蜜饯。这份绿豆汤隆重而丰盛,味厚而甜美,犹如杨贵妃,我熟悉的,则平淡如无名美少女,两者各有风致。苏式绿豆汤是真的可以让人饱的。视觉上,姹紫嫣红,能喂饱眼睛;论口腹,碳水加糖,想不吃饱也难。这倒让我想起旅居广东时,没少喝那里的特产——冰镇绿豆沙。

既然叫“沙”不叫“汤”,它的特色正是入口绵密,冰镇后,是一道可口的甜品。要我说,细腻的口感和甜度,不逊于牛奶冰激凌。最奇特的是,广东人往往还在绿豆沙里加上海带一起熬制,再讲究的还要配上上好的陈皮,和煮开花的绿豆一起熬成沙状。尤记得第一次在岭南某个不知名的甜品小店吃到人生第一碗海带陈皮绿豆沙,我真是被广东人在美食上丰富的想象力震撼到了。以我一个江南人在吃上的格局,断然无法把海带和绿豆汤这样的甜食联系起来。在我看来,海带就该卤成凉菜,咸得让人忍不住多吃几口饭。

夏天到了,中国地不分南北,都饮绿豆汤。这一习俗,早已深入国人基因。元代《王桢农书》记载:“北方唯用绿豆最多,农家种之亦广”,又说“南方亦间种之”,可见绿豆种植之广。宋代孟元老在《东京梦华录》中记载,夏日饮品中有一味“沙糖绿豆甘草冰雪凉水”,恐怕正是今日绿豆汤的先声。如果孟元老能看到今日中国大地上,绿豆汤也已“流派”众多,南北风味不同,口感清雅丰腴殊异,想必会馋得流口水。

盛夏已至,解暑消渴,诸君宜多饮绿豆汤。

七夕会

20多年前,没任何先兆,我忽然发了腰疼,痛得不能动,被人抬着去了医院。检查后说是腰椎间盘突出,没有什么办法,只能做理疗。

一次次地跑医院,针灸、推拿、打封闭、牵引……都治标不治本。发作越来越频繁,医生说只能开刀。

因为按照这么发展下去,总有一天会瘫痪的。这病不致命,却痛苦万分,医生没了办法,总不能等着瘫痪吧?我到处打听,后来,有一个民间郎中为我按摩时写了两个字,爬行!他解释道,因有地心吸力,人或多或少都会得这个病,现在反其道而行之,爬行是把身体放平,减轻腰间压力,把它慢慢拉平了,坚持做,会有效果。不知怎么爬才是正确姿势,我回家慢慢试,试出了正确有用的方法。先在地板上铺好毯子,面朝地躺下,然后把手臂伸长撑起上半身,脚也伸直撑起下半身,身体与地面平行,然后抬头尽量往上昂起,摆动双臂尽量大地向前划一个圈,再换左臂做同样动作。左腿右腿跟着手臂同时向

爬行治顽疾

张萍

前。向前爬时,臂、腿始终伸直,跨度要大,腰背挺直不能塌下去,这样一步一步向前爬。这动作很像动物园里我们看到的猴子,它们在地上爬,就是这个动作。这样的爬行不易做,很累,为了治病,我咬牙天天做。开始时,慢慢地先挺起腰,手脚伸直,挺住一两分钟,等习惯了再移动。向前步子一定要大,腿臂一定要用力伸直甩出去,最重要的是腰背,不能塌下去,要用力绷紧。身体与臂、腿呈90度。每向前一步,吸口气,再慢慢吐气,手脚是分开的一个一个动。不要快,只求匀速、协调。刚开始爬时,手脚都撑不住身体,向前移动时还会弯了腰或屈臂,慢慢地,会协调起来。正确的姿势是我自己悟出来的。起先非常累,爬几步就不行了,慢慢地可以在屋里绕几圈甚至更多。我一直坚持做,大概是一年以后,腰部不再僵硬,凡发作,症状也较轻。随着动作越来越娴熟,速度也越来越快,可以爬半个小时也不累。自从坚持爬行,我这个腰椎间盘突出出的毛病竟奇迹般地痊愈了。

健康

去年九月,“浩然故居”在河北三河市“泥土巢”揭牌。这条新闻让我想起25年前我与浩然先生的一面之缘。

浩然,名闻遐迩的大作家。曾红遍大江南北,妇孺皆知的《艳阳天》《金光大道》等长篇小说(后都改编成同名电影)就是他的杰作。“八个样板戏、一个作家”,这是人们对那个特殊年代的文艺创作和人民文化生活的精辟概括。这里所说的“一个作家”,指的就是浩然(本名梁金广)。上世纪90年代初《金光大道》等书再版,他还担任了北京市作家协会主席、全国政协委员等职务。

浩然作品上过中学语文课本,给中学时代的我留下了极为深刻的印象。他的作品语言质朴贴切,人物形象鲜活生动,洋溢着乐观主义精神,有着强烈的感染力。我一直很想见见这位作家,没想到,机会竟意外地翩然而至。2000年下半年,我接连两次赴京干。第一次刚到北京,在河北廊坊市公安局工作的好友周东川闻讯,立即驾车到京见我。他是公安作家,平时喜欢舞文弄墨。我说,你是河北人,大名鼎鼎的作家浩然也是河北人,你认识他吗?他说,岂但认识,还是挚友呢!他家住三河市,离我住的廊坊市不远,就这样我们择日不如撞日,去了作家浩然的家。

东川告诉我,这位大作家从来不要架子。浩然工作地在北京,他是农民作家,离不开土地,退休后很想住在农舍里,过过“采



菊东篱下,悠然见南山”的瘾。三河市政府得知他的想法后,特地在市政府招待所西南一隅建了几间房,外加一个小院,供浩然及其老伴居住。浩然对这个新居非常满意,他说,这里贴近农村,可以闻到泥土的芳香,他还给这个新居起了个名,叫“泥土巢”。东川告诉我,浩然住进“泥土巢”后,呕心沥血,播撒文学种子,在农民中培育了不少文学新人……

到了“泥土巢”,一位身板结实的老太太给我们开了门,东川向我介绍说,她就是梁老师(即浩然)的夫人杨大姐。杨大姐认识东川,径直把我们带到书房门口,正伏案工作的浩然见到我和东川,马上微笑着站起身与我们打招呼。他中等身材,腰板挺拔,一头好看的银发加上两道上竖的浓眉分外显眼,东川向他介绍了我,浩然微笑着同我握了握手表示欢迎。我们一起来到客厅,坐在沙发上聊起了天。我说,梁老师,久仰了,您的大名如雷贯耳,上初中时就在语文课上学过您的两个短篇小说《喜鹊登枝》与《一匹瘦红马》,印象极其深刻。浩然呵呵地笑了起来,说他只上过三年小学、半年私塾,是个半文盲。我说,您真了不得,竟然从一个“半文盲”,一个普通的农家子弟一跃而为驰名海内外的大家!浩然说他从小酷爱读书,父母亡故时,他与姐姐才10岁出头,不得不辍学务农。但因为读过三年半书,在当地就算个文化人了。14岁那年,他被区干部相中,当上了儿童团团长,从此走上了革命道路。在革命队伍里,他才有了学文化的机会,经过8年多刻苦自学、互学,文化水平迅速提高,以后竟迷上了写作,从写农村新生活起步到学习写小说、发表小说,直到创作出有些影响的作品,各种艰辛,一言难尽……

浩然的经历丰富多彩,跌宕起伏。他做过矿工、农民,当过《河北日报》的记者及《红旗》杂志编辑,最后成为专业作家。我说,梁老师,听说您的作品除了《艳阳天》《金光大道》等长篇小说外,近年还出版了“人生三部曲”:《乐土》《活泉》《圆梦》,还有一本郑实采写的口述自传《我的人生》。改革开放以后,您又写了反映改革开放的长篇小说《苍生》和《西沙儿女》等,对这些作品我都十分感兴趣……他说是的,不论在何种情况下,我都没有停下过手中的笔。提起“人生三部曲”,浩然说,这几本书我书橱里正好有,就送给你留作纪念罢,说着向书橱走去……我大喜过望,就与东川紧随其后,走到书橱边。《艳阳天》与《金光大道》我不但读过原著,还看过同名电影,我正想看看大作家的传记呢,现在在大作家却要亲自送签名本给我,我太幸运了!

浩然把这几本书一本本地从书橱里抽出来,然后在写字台前坐下,在每本书的扉页上签下了他的大名。此刻我的心情只能用“心花怒放”四个字来形容。我的眼前一下子浮现

一部《长安的荔枝》,正巧在荔枝上市的季节引起了大家的关注,九品小官李善德接旨运送岭南鲜荔枝到长安,五千里的绝命任务中,他赌上性命与时间赛跑。“既是退无可退,何不向前拼死一搏?”杜甫的呐喊点燃了他的孤勇,胡商的狡黠、峒女的秘方都成为他绝境翻盘的筹码。这场与腐烂对抗的征程,照见了盛唐官场百态,情节不复杂但是扣人心弦。

说起海派滑稽戏,绕不开上世纪五十年代的《七十二家房客》。上海弄堂里一幢石库门房子,住着小皮匠、金医生、苏州老裁缝、洗衣坊小宁波等许多房客。“七十二”是虚数,类同孙悟空的七十二变,指住户很多。其中,滑稽戏演员绿杨塑造了一个经典的二房东形象,周星驰《功夫》中的包租婆或许也有受到影响。

待我在电视里看到《七十二家房客》,已是沪语话剧版本。那时我很小,住在一栋相似的石库门房子里。弄堂名为“宝带”,窄瘦仅通人。后来在课本中读到“江作青罗带,山如碧玉簪”句,便常常把家门口的弄堂想象成一条细长的江流,而我家在它的中央位置。

走进大门,可以看见一个五六平方米的天井,里面密密排布着每户人家的水斗。天光从头顶洒下,落在花岗岩做成的池子里。因年代久远,有的水斗底部积着一层厚实的青苔。石库门即如此,一住数十年,所以邻里之间也亲熟。在空调还未普及的年代,每逢晴朗的夏夜,老人们就齐坐门口纳凉。据说我小时候非常阳光,每进一次门,会认真地把所有老人喊上一圈。或许因为大家都熟悉——不知怎么回事,我知晓每个人的故事,比如谁的儿孙不孝顺,谁和媳妇有矛盾,谁结婚数十年没和丈夫吵过一句。又或许,因为他们年纪都大了,那朵暗藏着死亡的云悄无声息地随风靠近。我舍不得失去他们,但愿能以某种方式将他们留住。

住石库门的另一个有趣感受是,门

家。我说,梁老师,听说您的作品除了《艳阳天》《金光大道》等长篇小说外,近年还出版了“人生三部曲”:《乐土》《活泉》《圆梦》,还有一本郑实采写的口述自传《我的人生》。改革开放以后,您又写了反映改革

开放的情景:记得那天,吴振扬老师用粉笔在黑板上端端正正地写下“喜鹊登枝”的四个字,然后说,今天我们学习《喜鹊登枝》这篇课文,作者浩然……当年我无论如何也想象不到,数十年后的一天,作者浩然会亲自把他签了名的书赠送给我。不知不觉,已到饭点,经不住浩然夫妇的盛情相邀,便和东川一起,在“泥土巢”与作家夫妇一起共进午餐。与浩然夫妇话别时已近傍晚,他久久地凝视着梁家门楣上浩然亲书的“泥土巢”三个笔力遒劲的大字。心想以后有机会一定再来造访,未料,8年以后,年仅76岁的浩然竟匆匆驾鹤西去。

我花了不少时间读完了浩然的“人生三部曲”及口述自传《我的人生》一书。对浩然的一生有了系统的了解。他的书被译成多种少数民族文字及多国文字流传于世。他的“人生三部曲”写得文采飞扬,朴实而有韵味。让我折服的不仅仅是这位天才的农民作家横溢的才华,更是他的浩然之气,一路走来真心实

苦涩之性涤荡内热,宛若苦磨砺出的智慧,在浮华背后默默守护本心。或许这也是李善德品出的人生智慧,人生亦如此。人们总喜欢追逐光鲜的“果肉”——名利、成就、他人的认可,却把真正能安抚内心的“皮”弃如敝履。当甜甜果肉在舌尖绽放时,别忘了把果皮收进掌心,虽不起眼,却是治愈浮躁的良药。看罢《长安的荔枝》,下次吃荔枝时,不妨留几片皮,煮一盏茶。看它们在沸水中舒展,终会释然——原来最珍贵的清凉,不在远方,而在曾经丢弃的角落里,就如同那些被忽视的独处时光、微小的快乐、平淡的日常、晨起煮茶的十分钟惬意、下班绕道公园的“无用漫步”,或许还有疲惫时仰望星空带来的那一点慰藉。

“荔枝”随想

秋之祥

人不再做权利的侍从,才能尝到生命的本味。

一直知道荔枝好吃,却不可多食,荔枝的红艳果肉如炽炭灼喉,甜腻的汁液下暗藏燥火,恰在警示世人:越是甘怡的诱惑,越需克制清醒。却不知青褐皱褶的粗粝果皮,以

总是很单薄。老式门的材质多为木料,很轻,外加老房子隔音效果差,门的存在聊胜于无。另一个原因,则是门很容易被敲开,母亲心情好时,干脆一整天都敞着门。邻居来来回回,有时来借油盐葱姜,有时聊几句烦心的事——一个人的困境被他人的友爱稀释以后,最终也就没那么紧了。

弄堂“房客”

三三

那时,我家楼上有个姐姐,比我年长十岁左右。当时她成绩很好,在有两百余年历史的敬业中学读书。她高考那几日,楼里人人替她捏一把汗。最终她没考上第一志愿,那道明亮的声音忽然在楼道里黯淡了下去。没等到她大学毕业,我们就搬离了这间房子。在她工作的头几年,母亲邀请姐姐来我们家做客。重又见到她,依然戴着标志性的金丝边眼镜,但学会了化妆与穿搭。她是那个在探索世界的路上永远走在我前面的女孩,我羡慕她,小心翼翼地踩着她的影子前行。前几天与母亲说起,不知从哪一年起,我们两家再未有过联系。留给对方的电话号码,在时代更迭后已弃用,可我却常常念起那个曾引领我的女孩。

在一些梦里,我回到了昔日的石库门弄堂。它像一个复杂的大家庭,人与人的关系十分亲近。虽然偶有桎梏,但跨过吵闹也就重修旧好了。当大家都住进钢筋混凝土搭建的新居,与邻居几乎没有交集,想来也会怀念过去生活中的温情。



一点浩然气 千里快哉风 (篆刻) 徐谷甫

意为为农民而写作,真实地再现了那个时代。他的作品全是他内心的真实写照,没有丝毫的矫揉造作,我喜欢他的真实。

东川对我说,他喜欢“人生三部曲”远基于《艳阳天》与《金光大道》。浩然本来要写四部曲、五部曲的,他有一肚子故事要讲,无奈晚年的他人老体衰,疾病缠身,“拿不下笔,无法淋漓尽致地畅吐心曲”。大师虽已离我们而去,但这位文坛大家已成为一段历史时期的文化标志,牢牢地矗立在那里。