



薛鲁光

围棋雅号“手谈”，我喜欢这个雅号。以手交谈，用心过招；摒拳脚于室外，扬大智在方寸；风流倜傥，智慧比拼，多么美妙的境界。我是跟父亲学的围棋，父亲是新四军老兵，父亲说，陈毅军长说过，围棋里有军事部署的战略战术，他率先垂范，所以他的部下们在打仗间隙，就会捉对厮杀一盘。棋盘是自己画的，棋子是剪成厘米大小的树枝，看来围棋也是新四军的“军棋”呢！

这段时间，响应号召在家“抗疫”。宅在家里做些什么呢？俗话说，青菜萝卜，各有所好。我呢，除了看书写字，就要算手谈了。宅在家里，儿子看我苦恼，在电脑上给我设置了野狐围棋软件，网上对弈，不错。

网上对弈，省去找人的烦恼，也符合“不串门、不扎堆”的抗疫规矩。注册网名“炒鱿鱼”，即便对手敏捷善变，吾亦照炒无疑。在网上，你可以邀请和你相近棋力

# 落子一声俨将军

的选手过招，默许后，选择每方使用的时间，一般是10-20分钟。对弈时，你可使用暂停三次，每次五分钟，超时判负。网上对弈，互不照面，隔空对垒，各式棋风，一览无余，即两翼张开，不逮小节，大开大阖者，太白遗风也；一板一眼，循规蹈矩，不露锋芒者，少陵格调也。

下棋前，我一般会做功课。即收看电视里的定式分解与精彩对局，懂得把棋下厚，同时破坏对方棋形。一次，我与“宇宙流”对弈，一路厮杀。挂角、拆边、围中腹。一人一步，中规中矩。对手颇具牛犊欺虎之气，借先手之利，左上方的阵地有红旗蔓延之势。我如不反攻就要吃亏，于是，我选择侵消。“入界宜缓”指打入对方阵势要徐徐图之，依靠缠绕术，轻轻一吊，一板一靠一打，让他首尾难顾，最后在他的势力范围内硬是被我挖出一块来，对方眼看时运不济，乘势取角，来个点三三，也想如法炮制。这时给我两个选择：要么给他角，我围角取势；要么争个鱼死网破，全歼对手。根据“不得贪胜”的棋理，让他三分又何妨？于是我采用围点打援，将它围了个铁桶一块，他窃喜掏了我一个角，我呢，取了可观的厚势。于是你来我往，最后我这个“炒鱿鱼”竟只险胜他“宇宙流”一目，惊出我一阵冷汗。

学棋路上，一路走来，艰辛伴着愉悦。当年参加儿子高中家长会，巧了，朱校长正是我以前单位的校长。他竟将育

人之道与棋道联系起来，说两者看似风马牛，实则有联系，譬如“入界宜缓”，做孩子思想工作也急不得，要一招即中。再则“舍小就大”，棋要选价值最大的那步棋走，做题，当然也要先拣分数大的题做。他说，361个交叉点是智力的博弈，蕴藏着太极、阴阳、兵法、哲学等学问……我坐在下面听得津津有味。

斗转星移，我还萌发了去考级升段的念头。那时，我从十级考起，和小朋友下五盘能赢三盘，就算晋级。一年一次。当然最紧张的要算考段位赛了。它的程序也是如此。当然难度系数是不能同日而语的。当我过五关斩六将，终获业余初段荣誉证书时，我大喜过望，反复抚摸由陈祖德院长签发的业余一段段位证书，老泪纵横，亦悲亦喜。

迷下围棋使我的退休生活为之灿烂，特别是在这场全民抗疫的战斗中，坚决不出门，苦闷时，打开电脑空中码棋，香茗一杯杂念除，落子一声俨将军。既可调剂情绪，又可锻炼脑力，提高棋艺。为此我还以一首《水调歌头》明志：

“手执一缕起/落子剑华山/纹枰论道/斩敌三万喜加餐/摒拳拳于室外/扬大智于黑白/学步勿轻欢/入界则宜缓/出手武当拳。弃争先/危缠绕/忌两端/鹰飞鹤战/虽局宏乃小收关/两翼大开大阖/歼敌不乎小节/卧榻岂酣阌/樯櫓灰飞暗/精粹有人传。”

## 因地制宜打乒乓

吴毓

春节前，我在网上购买了一副乒乓球拍，准备闲暇时到小区活动室去打乒乓球，活络活络筋骨，然而还没打过就迎来了漫长的假期。外出散步等活动既然都停息，室内活动就靠自己开动脑子了。报纸上说：特殊时期，居家运动有利于强身健体，对提高免疫力、抵抗病毒好处多多。

禁足一月余，如何居家运动？我的这副乒乓球拍派上了用场。家里没大桌子，我想出一个法子，我家客厅有一面把厅一隔为二的大栏板，我就拿着球拍对着门板打乒乓，随着“嘀嗒，嘀嗒”声响，我手起手落，一上一下，乒乓球来来去去，好有趣。于是一有空闲，我就对着隔板打。刚开始，打几十个就掉球，后来越打越熟练，越打越敏捷，打一百多个来回不稀奇，老公也参与了面壁打乒乓活动，我还和老公开展比赛，看谁打的多。现在我来来回回一下可打五六百个也不掉球，老公败下阵来。再后来我挑战用左手打球，刚开始很笨拙，生疏，练了几天，现在左手也能一下打百多个。不要小觑这项运动，它虽低强度，但也很考验和锻炼臂力、眼力、耐力、反应力和专注力，是很适合我们这年龄段的微运动。

这几天我和老公又发现在沙发前的茶几上也可以打乒乓。我家的茶几是宽大的实木古典型，当中并排两个电视遥控器，当分界线，一个缩小版的乒乓球桌就形成了。我们各坐在两边沙发上，乒乓球一来一去，一推一击，来来回回，打得好不热闹。它让我忆起儿时，在家门前的南向大晒台上，有个自家砌起的大石桌，平时除了在上面洗衣服、晾晒东西外，我们小孩就在那打乒乓球。

每天晚饭后，我和老公总要在茶几上打会儿球，推打抽杀，左右飞落，难分难舍，打到微微发热，微微小累才告息。这项因地制宜展开的活泼、灵动又有趣的运动，让居家沉寂的日子有了欢笑声，有了兴奋点，有了生机和活力，也让我们的身子骨都松了一松。



黄慧萍

## 上海人家的腌笃鲜

腌笃鲜是上海人家经久不衰的拿手菜，只要有吃过上海人家的腌笃鲜才算吃过上海菜。

一日读诗：“夜打春雷第一声，满山新笋玉棱棱。买来配煮花猪肉，不问厨娘问老僧。”轻轻吟诵，仿佛捧的诗集变成一碗腌笃鲜，仿佛看见氤氲飘柔的清烟裹着丝丝的香醇，浮在汤面上的油花花，稍呼出弱气，会荡起小小涟漪，终于碗里的笋和肉露出真面目。

随手拿起茶几上的手机，一番按键订下了春笋、冬笋、五花肉，翻出家中现有的金华火腿肉，接下来静等快递小哥的电话：您好！您的快递给您放在大门口的存放屋。

小时候，肉类凭票供应，即使这样，外婆总要在早春买上几支竹笋，再割上一斤五花肉、半斤咸肉，笋和肉切成小块，放在砂锅里急火烧文火笃。一笃三个小时，熬得汤白汁浓、肉质酥肥，而笋却是清香脆嫩、鲜味醇厚。那个鲜啊，绝对是喝了要落忒眉毛格。

听外婆说：笋是山上长的，一场春雨落下，笋就嗖嗖地钻出泥土，大有破茧成蝶的气势。肉与笋的搭配是最完美的结合，咸肉的盐分被鲜肉和嫩笋吃透，鲜、香、咸味互相浸淫，融为一体，腌笃鲜也就实至名归。腌笃鲜用的是市井最普通的食材，所以可以飞入寻常百姓家。

《红楼梦》第五十八回写道：贾宝玉大病初愈，吃饭，“看食盒中有一碗火腿鲜笋汤，晴雯忙端了放在宝玉跟前。宝玉喝了一口说‘好汤’。”可见，腌笃鲜中加几片火腿，其味更是“打耳光也不肯放”。

后来工作在异乡，每逢春天会思念家乡思念腌笃鲜的美味，这是乡愁情结。模仿着记忆中的操作步骤煮了一碗腌笃鲜，可能是江南的笋与异乡的笋因土质不同而香味不同，也可能是黄浦江的水与乌江的水因水质不同而醇味不同。夜半醒来，思乡越来越强烈。

时至今日，一锅早春里的腌笃鲜仍是上海人家的最爱——仿佛熬过了冬天的况味，又见春天萌动。



董月光

先生收到了快递送来的“番茄吊篮”种植套装，他拿出他的园艺工具——各种型号的大小铲子和塑料喷水壶（都是女儿为老爸添置的），兴致勃勃开始了“劳作”。

种植套装里，铅笔头大小的透明玻璃瓶里装了五粒白芝麻样的颗粒，这就是番茄种子。先将基质（就是指播种、育苗、花卉栽培时使用的土）放置于吊篮中，留部分为覆盖土，基质用水浇透。然后小心地将五粒番茄种子均匀分布在表面，再铺上覆盖土，用喷壶均匀喷洒基质。

OK了。3天后，我正看电视，先生神秘兮兮走过来说：“你知道吗，番茄苗长出来了哦！”

我起身快步去卧室，窗台上，番茄吊篮里有四棵碧绿透明的小苗破土而出。形如微型绿豆芽，半寸高。还有一粒种子没有破土而出。立即拍了照，发给女儿看。

等女儿晚上回家，喜滋滋去晒台上瞧时，原来形同豆芽的番茄苗苗，已经伸直腰板蹿到一寸高了。

翌日，第五棵苗也钻了出来。五粒种子统统成活。

12天后，小番茄已经长高到两寸高，六片嫩嫩的淡绿色小叶迎风招展，像青春的卫士，精神抖擞。21天后，小番茄苗苗已经将近半尺高。分了六个杈，亭亭袅袅，迎风舞动，好似妩媚的少女。

一日清晨，先生开心地对我说：“番茄结果了！”我和女儿惊喜地跑到晒台上一瞧，果然，半人高枝繁叶茂的西红柿顶端，一夜之间，冒出两颗小小的西红柿，宛如翠绿的小樱桃！

功夫不负有心人。三个月后，我家番茄吊篮及移栽的三盆，统统结了大大小小的青翠小番茄，长势喜人。每当清晨，看见枝丫上昨晚的黄色小花变成了一颗青青的果子，就觉得像变魔术一般神奇。

观察小番茄的过程乐此不疲。你想啊，一朵娇嫩的五叶花，长着长着，忽然嫩黄的花蕊，一夜之际成了针尖大小的嫩绿的小果子。最令人称奇的是，它分分秒秒在成长，过半天去看，它就长大成了米粒儿，再过半天，就是黄豆大小。最大的已经有圣女果大小，只是颜色是翠绿色的。

刚才戴上老花镜，我看到一个花托里居然有一对小番茄哦！这是双胞胎么？下回返校时见到生物老师我再问个究竟。

接下来，就静等着品尝酸甜可口的、自家养殖的小番茄啦。有机食品，无添加剂。

