



真的是做梦也没有想到,我竟然会来到遥远的南国——那座位居深山和森林里的“清静城”,那里突然成了我退休生活的首选佳地。

说起来是“得之偶然”。几年前在羊城过春节,听人介绍在清远佛冈的深山里,建了一座“清静城”,那里群山环抱,森林遍布,温泉入户,鸟语花香……而最令人心动的是,若想拥有一套类似酒店式公寓的“微别墅”,一般工薪阶层都能承受。诱惑之下,欣然前去一睹容。不看犹可,一看就走不动路了。这清静城也太大了,不但有植物丰富的硕大植物园、天湖与网球场相互映衬的体育公园,还有美轮美奂的温泉酒店、完全按照英伦风格再造的英伦小镇……在当地著名的羊角山群峰包围下,矗立起这么一座完全融入大自然的现代小区,真的是神来之笔。

具体到“微别墅”,其实就是一套复式公寓,底楼是又大又亮的客厅兼开放式厨房,配有一个突出来的三面观景的阳台,而上面是两间不小的卧室,飘窗温馨,精致宜人。一问价格,这拎包入住的精装修“微别墅”,竟然只要30万。于是从怦然心动到果断动手,只花了很短的时间,有若干亲友听了我的介绍,甚至都没有亲自往南国飞一趟亲邻现场,就下了单。就这样,我们“上海亲友团”迅

速拿下了六套,相约着抱团养老。为了避免有给楼盘做广告的嫌疑,迅速切入“远方的亲邻”主题。话说疫情袭来,我决定“躲进桃花源”,遂迅速开启了“大山里的生活”。说来有福,这整个县城的方圆无数地域,疫情暴发以来“没有一例”,而最为惬意的是,我竟然无意间获得了一批“远方的亲邻”。亲到什么程度呢,简直到了“日日有亲密接触,时时有意外惊喜”的境界。

那要从小区的“晨舞”说起。岳母大人八十有四,以前是专业舞蹈演员,一生除了迷恋舞蹈,不懂俗务。退休后带领一支晨练广场舞大妈翩翩起舞,成为靓丽的城市一景。此番因疫情之故,被我们带到安全无比的“桃花源”。她也不耽误每日的晨练,除了清晨独自在阳台上压腿拉伸之外,还要到楼下的小区圆形广场上带我们亲属跳舞。起初是我们一家三口加我姐姐姐夫共五人,谁知跳了没几天,这支队伍突然扩大起来,各个年龄层次的女业主们纷纷加入,有的还捎上了她们的“男宝”。哇,一时间,寂静的小区突然有了声色,每天早晨大伙切磋着舞姿,完了又依依不舍地拉着家常,拉着拉着各种

节目就开始上演了,各种“资源共享”就在不期然间达成了。岳母大人自然成了最受欢迎的人物,大家众星捧月地围着“朱老师”,每天有各种礼物给她添温暖。据不完全统计,“学员”们给她送来的食物有粽子、糕饼、马蹄糕、笋、各种蔬菜,还有龙眼、荔枝、百香果、火龙果、鹰嘴桃、黄皮等各种水果,简直受用不尽。这些业主来自五湖四海,各自交流信息,话题无穷。不过业主的“主力军”是广东人。

每天晨舞完毕,大伙便开始交流一天的安排。我们随波逐流,依次加入了他们翻新的节目。比如相约着到附近的“鹰嘴谷”去摘鹰嘴桃,这种桃子形状类似鹰嘴,故名之。那天望着漫山遍野的桃林,在蓝天白云映衬下分外养眼,我们采摘和品尝香甜脆爽的鹰嘴桃,享受着难得的田园之乐。后来又去稍远的乡下摘黄皮,这种水果以前都没听说过,此番才知是岭南的果中之宝,不但口感极好,而且还有生津止渴、养胃健脾等功效。那天我们在黄皮树下尽情采摘又尽情品尝,一阵阵笑声从果林里飞溅而出,大家与果农一起分享着丰收的喜悦,不亦乐乎。又相约着去

吃当地有名的大鱼餐、牛脚餐、椰子鸡、臭屁醋(又名“长寿醋”,闻闻臭吃吃香,乃当地妇女“坐月子”的补品)……大伙非常习惯地采用AA制,由于当地物价便宜,往往花几十块钱,就能过瘾地品尝各种极品美味。

有时是一两辆车,有时是一支浩浩荡荡的车队,或旅游,或美食,远近搭配,丰俭随意。由于清静城紧邻自然村落,因此附近的各种民俗节日也就成了我们一起共享的节日。我们相约着去当地的荷花节,看满湖满湖的荷花和莲蓬;一起去感受附近的“高岗豆腐节”——彼时豆腐像“泼水节”里的清水一般,可任意往人的身上泼……频繁的活动和互动,使得亲邻们越发的亲热,只要微信群里稍有呼唤,立马就有新节目上演。至于哪家有卡拉OK相邀,更是家常便饭。我几乎乐不思蜀。大家的生活理念和生活水平都差不多,各自的生活背景不同,恰恰是一种文化互补,距离产生美。这亲邻合适的亲邻关系,特别舒服和惬意,也使不变的日常有了新意。

幸福的衡量标准有时候并不是“有”:有靓车有豪宅或有钱有权;而是“无”:无忧无虑或无病无灾。假如有一种给我各种“无”的美好生活召唤我,我会义无反顾地投入其怀抱。

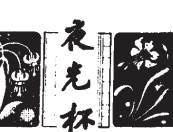
味道,是舌头的触觉,是咂巴嘴之后一声满意的叹息,是大脑深处的浪漫回忆,是一种不折不扣的情怀。

我的家乡在浙南,而我是一个土生土长的温州人。这一个氤氲着水汽的南方城市,伴着柔情似水的情韵,不减它千年以来的风流姿态,而这存留下来的韵味,始终不少温州美食的那一抹香气,那一缕精气神。

糯米饭,是每一个温州人从小吃到的“天光”(温州话早饭的意思)。说普通吧,这糯米饭是极普通的,只是将蒸好的糯米,打一勺放进铁碗里,上面撒上脆油条碎,五花肉剁碎了的肉末,喷香的香菇粒,爱吃葱的再撒上一小撮的葱,最后是一勺又香又油的肉汤。这一勺肉汤,可谓是整碗糯米饭的点睛之笔——它使米饭变得诱人可口,使米饭变得颗粒分明,暖糯而有嚼劲,肉汤的精华味道,渗入米饭,让糯米饭有了精彩的灵魂。所以这一勺汤,我总是要老板娘多加的。

每一日的早晨,无论是睡眼惺忪的学生,还是步履蹒跚的老人家,神色匆忙的上班族,只要是走进一家温州原汁原味的早点店,就总是能听到他们喊道“老板娘,咸饭咸浆!”应着一声“好嘞”,没一会儿,一碗热气腾腾的糯米饭和一碗咸豆浆就上了桌。咸饭咸浆是温州人习惯性的简称,说的便是咸糯米饭和咸豆浆(或咸豆腐脑)的搭配。其他的,还有咸饭甜浆、甜饭甜浆、甜饭咸浆几类搭配。糯米饭不仅只有咸味,爱好甜味的温州人也大有人在,在糯米饭撒上脆油条之后,再撒上了层层白糖,拿个勺子,将其搅拌,也是别有一番风味。

而温州人吃海鲜,是古越人从“断发文身”至今不变的选择,也是温州味道中积淀最为长久的传统。温州人所喜欢的河虾、九节虾、梭子蟹、蛏螺、螺蛳、辣螺、蛏子、虾姑、花蛤、文蛤、钉螺、淡菜、蛎蚶、扇贝……统统都是餐桌和宵夜的必备。温州人偏爱的是带壳的海鲜,带壳的蕴含着温州一大批的名菜:从成名瓯菜双味蛏螺开始,盐水辣螺、蒜茸扇贝,到江蟹生、文蛤汤、蛏蚶蛋,到新近流行的上汤螺蛳、钉螺煲,无一不是温州味道中流传极广的民间名菜。



味道

朱冷子

赤日炎炎,清风无力,沉香消不尽溽暑。贾宝玉的丫鬟侍宠而骄,大观园的厨子端茶送水,殷勤伺候,夏天还变着法儿,取悦她们的味蕾。《红楼梦》第六十二回,宝玉过生日,小丫鬟芳官吃不惯面条,要了一碗汤、半碗饭,对付一下。谁想,厨房却送来了一份极其精致的便当:虾丸鸡皮汤、酒酿清蒸鸭子、胭脂鹅脯、四个奶油松瓤卷酥,还有绿畦香稻粳米饭。连宝玉见了,都食指大动。关于胭脂鹅脯,一直众说纷纭。酱鸭色泽里的红调,乃是焦糖的糖色,名为“酱色”,例如《红楼梦》续书,贾府中查出酱色羊皮二十张。《红楼梦大辞典》则称之为烧熟的盐腌鸭。咸肉经过加热后,会产生一氧化碳氮血色素,呈现出淡淡的粉色,与胭脂相差甚远,肉皮也并不会变红。

曹公的先人曹寅,去扬州文友李锦家拜访,席上有一道腌鹅,曹寅赋诗“红鸭催送酒”,可见是真的红色。“胭脂鹅脯”多半是曹雪芹想出的美名,取其颜色红润,形状小而方,又因为腌制脱水,显得比较薄,让他联想到女子妆盒里的片片胭脂。这道诱人遐想的菜品,在明朝有个不太唯美的名字:生鹅肝。

松江人宋诩父子曾记录详细的制作步骤:肥鹅去骨,切成小方块,每五斤鹅肉,用三两盐、一大盏酒腌制一晚“杀水”,然后用红曲屑、花椒、花椒、葱白、生姜、酒、酱、和椒肉拌匀,码实在罐子里密封,四十天后可以取出烹制,经岁不坏。地椒是一种百里香,欧洲人爱用百里香、茼蒿和胡椒腌制禽类,这道菜很有中西合璧的风味。类似的腌制方法,还适用于鸡、鲟鱼、鲑鱼、鲟鱼,甚至冬瓜,明朝时,在江苏很流行,随着京杭大运河北上。《金瓶梅》里,西门庆收到过红糟鲟鱼,分赠亲友,人人稀罕。红糟的传统,在江北一直保留到了清代。袁枚称赞扬州走荤庵的腌冬瓜“红如血珀”,是纯素的美味。

宝玉居住的怡红院,海棠娇艳,芭蕉苍翠,他的皇妃姐姐亲来,曾题匾“怡红快绿”。芳官的饭食中,除了红色的鹅肉,还有绿色的碧粳米,产自今日唐山的玉田县,据乾隆年间的工部尚书、江苏学政谢朏记载,米粒细长,略带绿色,煮饭清香扑鼻。传说,慈禧太后也常吃。此米还适合熬粥,像第八回里宝玉喝的碧粳粥。宁国府的庄头交年租时,送来五十斛碧糯,不知是碧糯的误写,还是确有此物。未成熟的糯米是绿色的,带有香甜的草木气息,越南人和菲律宾人将其去壳,用小火慢慢烘烤,然后敲扁成小圆片,奉为珍馐。

为了避开有给楼盘做广告的嫌疑,迅速切入“远方的亲邻”主题。

话说疫情袭来,我决定“躲进桃花源”,遂迅速开启了“大山里的生活”。说来有福,这整个县城的方圆无数地域,疫情暴发以来“没有一例”,而最为惬意的是,我竟然无意间获得了一批“远方的亲邻”。亲到什么程度呢,简直到了“日日有亲密接触,时时有意外惊喜”的境界。

那要从小区的“晨舞”说起。岳母大人八十有四,以前是专业舞蹈演员,一生除了迷恋舞蹈,不懂俗务。退休后带领一支晨练广场舞大妈翩翩起舞,成为靓丽的城市一景。此番因疫情之故,被我们带到安全无比的“桃花源”。她也不耽误每日的晨练,除了清晨独自在阳台上压腿拉伸之外,还要到楼下的小区圆形广场上带我们亲属跳舞。起初是我们一家三口加我姐姐姐夫共五人,谁知跳了没几天,这支队伍突然扩大起来,各个年龄层次的女业主们纷纷加入,有的还捎上了她们的“男宝”。哇,一时间,寂静的小区突然有了声色,每天早晨大伙切磋着舞姿,完了又依依不舍地拉着家常,拉着拉着各种

节目就开始上演了,各种“资源共享”就在不期然间达成了。岳母大人自然成了最受欢迎的人物,大家众星捧月地围着“朱老师”,每天有各种礼物给她添温暖。据不完全统计,“学员”们给她送来的食物有粽子、糕饼、马蹄糕、笋、各种蔬菜,还有龙眼、荔枝、百香果、火龙果、鹰嘴桃、黄皮等各种水果,简直受用不尽。这些业主来自五湖四海,各自交流信息,话题无穷。不过业主的“主力军”是广东人。

每天晨舞完毕,大伙便开始交流一天的安排。我们随波逐流,依次加入了他们翻新的节目。比如相约着到附近的“鹰嘴谷”去摘鹰嘴桃,这种桃子形状类似鹰嘴,故名之。那天望着漫山遍野的桃林,在蓝天白云映衬下分外养眼,我们采摘和品尝香甜脆爽的鹰嘴桃,享受着难得的田园之乐。后来又去稍远的乡下摘黄皮,这种水果以前都没听说过,此番才知是岭南的果中之宝,不但口感极好,而且还有生津止渴、养胃健脾等功效。那天我们在黄皮树下尽情采摘又尽情品尝,一阵阵笑声从果林里飞溅而出,大家与果农一起分享着丰收的喜悦,不亦乐乎。又相约着去

### 酒精与创意

陈钰鹏

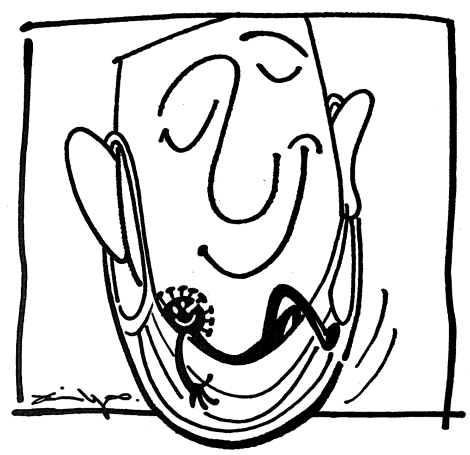
美国作家威廉·福克纳说过一句“名言”：“从化学成分来看,在作家的灵感中,百分之九十九是威士忌,百分之一是汗水。”福克纳生活在十九世纪末至二十世纪六十年代,第一次世界大战时期在加拿大服役。战后曾在密西西比大学学习,早年写作诗歌,1926年发表第一部长篇小说《士兵的报酬》。他擅长内心独白和意识流手法,作品多叙述和揭露南方种植园主及资产阶级腐朽生活、犯罪和变态心理。1949年荣获诺贝尔文学奖。

世人之所以将福克纳的这句话奉为名言,因为觉得他说得有道理,只不过太绝对、太夸张了。酒精对许多艺术家而言,确实能提高创意能力,奥地利格拉茨大学的专家们也发现了酒精与艺术创作的这种关系,但是他们强调了一点:适量享用酒精。专家

们招聘了70名受试者,男女均有,年龄在19至32岁,根据不同的性别和体重分成两个组,让其中一个组饮啤酒,直至他们的血醇含量达到千分之零点三;另一个组喝的是无酒精啤酒(但不让他们知道),味道和颜色与酒精啤酒没有区别。在饮啤酒前以及饮后半个小时内,受试人员要接受三种心理测试,测试结果表明:一、少量的酒精就会(负面)影响人的工作记忆。二、有创意地解决问题的能力提高了。三、在“有见地思维”(或称横向思维)方面,则两个组没有显示出差别。第三种测试仅仅是为了测试而测试,于是科学家们要求受试者突发奇想,比如将日常生活中的

一件东西作一番别出心裁的利用;由于酒精会放松对思维过程的控制,因此受试者可以改成非分析性直觉思维,而这样的思维是可通过酒精作用而受到激励的。科学家们一再强调,酒精并不是对所有的

时又善于用雄奇豪壮和想象丰富的描述风格,表达对祖国河山的热爱。“无酒不成诗,有酒诗百篇”之类的赞语就像“百分之九十九是威士忌”一样,被无限放大了。现代科学家说得对,适量的酒精有助于艺术家发挥创意劳动;对大部分思维过程来讲,还是保持清醒的头脑为好。



智慧快餐 口罩不到位,病毒趁机会。

### 《红楼梦》里的夏日便当

戴萦袅

### 七夕会

还要骑行去海南岛呢。马路现身说法灵光。于是,我退休9年,一直把骑行作为体育锻炼活动。38年前晚报登过我的一篇小文“凤凰”岂能变种?,说的是当年在保定路上,见一男青年骑着凤凰车,后轮挡泥板上的“凤凰”标志,竟然被三菱商标覆盖了。于是撰文批评这种盲目崇洋的意识。20多年前,职务变动,公司配专车接送我这经理上下班,但我谢绝了,继续骑我的凤凰车。今年6月我骑车巡游焕然一新的苏州河,踏了20公里路不觉得累。下一次要骑车游览40公里长的滨江大道。我的心愿是骑到踏不动为止,取下凤凰商标留作纪念。

下班、市内调研,办事赴会,车不离身,几乎跑遍了那时全市10个区。有一件事激励着我坚持骑行。

1981年我在市级机关工作,同年8月,23岁的湖北黄石市残疾青年陆林,骑着一辆28寸永久车,从北京等地一路来到上海,他的心愿是完成人生独腿骑行5000公里的目标。我按照领导要求为他写篇报道。骑车从江西中路汉口路口的市局出发,来到了约定的见面地点人民广场。小陆因车祸失去了一条腿,携带的行李捆绑在车尾,手里的一根拐杖较粗,骑行时仅当一条“腿”使用,踏起来的艰辛可想而知。我写了新闻稿送上海电台当天播出。他的壮举影响了我。

2011年1月,在我职业生涯的最后一天,骑车离开了单位所在的恒丰路创智大厦。巧合的是,40年前,我从部队回来在北站骑车回家;40年后,我在新客站附近骑车退休回家。人生这一圈,兜来兜去的骑行总里程,粗算了一下可绕地球两圈。骑车的汗水不知流过多少,除了方便出行,还练出了健康身体。一年夏天在路上相遇普陀区老年骑行队的车,路口

红灯亮时,50多岁的他停下车,邀请我加入骑行队,并写下了联系电话。我说自己做过微创手术。他撩起运动衫,给我看他胸口的手术刀痕,密密麻麻缝了18针,他说是心脏开刀。厉害!人家骑车到苏州、杭州观光不稀奇,

### 雅玩