

每天一顿的晚餐我烧得很用心。晚餐时是和女儿谈天说地的好时机。一天未见,有许多七七八八的话要说,而且还得抓紧在晚饭的时刻说,不然,碗筷一收拾,我被电视剧牵了去,她就归了电脑,一晚上各有所属,那景象,好比两个同居一屋的陌生人。

但有一顿例外,我还没说信里的八卦,她也没说工作的苦乐。那晚我们聚焦的居然是桌上的几个菜!这在我家就是大大的反常。女儿是只好喂的兔子,一贯是你烧什么她吃什么,吃饭就是走个活命的流程,至于菜肴怎样,味道如何,从不说道,也许是体恤我的辛劳?也许是不在焉?谁知道呢!

诸君若问,到底那晚桌上的什么菜牵住了你俩的目光,以至改换了惯常的话题?实话告诉你,那菜,那汤再家常不过了,草根人家餐桌上常见的:油焖茄子、蒜泥空心菜、高山娃娃菜炖三文鱼骨头,黄瓜片蛋花汤。

很平常的,是吧?

逃亡是文学与生活的元素之一。文学和生活互相复刻。如果说有什么电影可称为“真实的昨天,真实的今天,真实的明天”,《卡萨布兰卡》是其中之一。

电影开头,浑厚的男声旁白,配合着地图上游动的粗线和人群携老扶幼的画面:随着第二次世界大战的临近,无数困在欧洲的人们将目光满是希望或绝望地投向仍处于自由的美国,里斯本成为最大的中转站,但并非每个人都能直接到达里斯本,于是一条艰苦、迂回的逃难路线出现了——从巴黎到马赛,越过地中海到(阿尔及利亚城市)奥兰,然后搭火车、汽车或步行,沿着非洲海岸线来到法属摩洛哥的卡萨布兰卡,在这里,人们凭花钱、影响力或运气,可能会取得离境签证赶往里斯本,再从里斯本到新大陆,不过其余的人则在卡萨布兰卡,除了等待还是等待……

以前只觉这场很迅速地营造出浓重不安气氛,这次,旁白中反复出现的“里斯本”,忽然让我想起《西线无战事》作者雷马克最后的长篇《里斯本之夜》。《卡萨布兰卡》结尾,忍痛割舍挚爱,将宝贵的通行证和机票给了褒曼夫妇的鲍嘉,在晨雾中不动声色目送两人走向飞机——那一幕异常感人,但以前竟从未想过,两人搭乘的航班飞向何处?原来卡萨布兰卡和里斯本,是一条逃亡路线上紧密关联的两个中转站。《里斯本之夜》描绘,二战时的葡萄牙海岸成了最后的希望所在,里斯本开往纽约的邮轮,是欧洲通向美国最

午后的阳光隔着一条市河掩映在对岸骑楼的白墙上,一晃,一晃,捉迷藏一样又倏忽不见。一个老渔夫,忽然就划着两头尖尖的木船出现了。我忍不住就跟着这艘小小的渔船跑动起来,沿着石板河岸跑过了一座桥又一桥,终于就跑不动了。而老人依旧不紧不慢,带着他的鱼鹰渐渐消失在市河的缕缕波光里。我收起相机,靠住一棵树大口喘气,喘着喘着才猛然发现,我背靠的原来是一棵苦楝树啊。

真是一棵苦楝树呢。它很高大,甚至高过对岸一座高挑的骑楼。它的树冠向着对岸伸去,清疏嶙峋的枝条在伸展中

和生抽,这样才能烧出美味儿的茄子。

一只油焖茄子,引来了对孙老师诸事的回忆,记得多年前我摔坏了腰,外孙女贝贝就是孙老师接送并留饭的,小贝贝说孙家婆婆的菜比妈妈烧的好吃。说到此事,兔子说,我也想再去吃吃孙老师做的虾球呢!呵呵,远迁他区的孙老师,你听见我俩对你的赞美与怀念了吗?

“姆妈,今早的空心菜好嫩啊!”是的,今年的空心菜确实很嫩很嫩,咬一口菜梗脆生生的,大概是新上市的关系?

“那,怎么颜色也碧碧绿的呢?一见就想夹几筷子。”女儿的话让我立马尴尬,她当然记得,过去端上桌的空心菜那叫一个难看啊,污糟糟得发蓝发乌,谁都不待见,往往总剩下半盘。都怨我,只想趁着腾出时间去看我那总也看不够的书,烧饭就成了草草完成的任务。早早地烧好又搁久了,必是那副尊容。我笑着对女儿道歉,说,你发现没有,空心菜总在你进屋之后

一直通到比利牛斯山。”

“苦路”出现在小说里是一种转喻。二战时这条大规模撤退的“苦路”,是在德国入侵比利时并突破马奇诺防线后开始的。“最先是一辆辆汽车,高高地堆放着家具和被褥,后来是各式各样的运输工具,运货马车、手推车、婴儿车。随着时间的推移,最后是无穷无尽的步行的人流,在明媚的夏天向南涌去,一路还被俯冲轰炸机追逐着。”失散了的家庭成员冒冒煤块、粉笔、油漆或其他任何可以使用的东西,把姓名和音信写在墙壁、房屋的正面和路牌上,成为一种近似路边公报的东西。已流亡好几年,一直在躲避警察的人们还发展出一种“地下铁道”,一种通信网,“从尼斯直通到那不勒斯,从巴黎直通到苏黎世:一些可以信赖的朋友,从他们那里能得到新闻、情报和忠告,必要的时候他们还能留你宿一两夜……”

大瘟疫的死亡人数往往超越战争,人们常把两者相提并论,但细究之下,毕竟还是有太多不同。

几年前我去过里斯本,在开阔而景色如画的塔霍河岸漫步时,晓得它是伊比利亚半岛最大的河流,在里斯本注入大西洋。那时还没读过《里斯本之夜》,不知道雷马克写下了这样的句子:“下面是那条河,河是自由和生命。”

哪里才是人类真正的“应许之地”?80年后,雷马克已经无法回答。

到了一棵不认识的树跟前。

那棵吸引了我们两个人的树,孤零零地站在河岸人家的后窗前,也是高高大大,没有一片叶子,只有一树嶙峋的枝条挂着金黄的铃铛似的果子垂向河面。我问汉家兄,这是什么树

啊?没想到他也不认识。彼时他刚刚寓居江南,对当地花草树木亦是陌生。

我二人便一起去请教身边的一位清洁工大叔。大叔抬起头来,是一双朦胧的疲劳的睡眠,带一点吃惊,也有一点不耐

老阙来电说:退休有了空了,想像你一样,天天跑它几公里,锻炼锻炼,你看怎么弄好?

他知道我是“跑人”,所以来问我。其实我跑了一辈子,健身这本大书,却不敢说已经读懂,怎么回答老阙,一直有些犹豫。

不料老阙隔天又来电,说,算了老彭,我不跑了。我问为什么。他说,老妻不让跑,说有个邻居,也是退休后开始跑的,起劲啊,日出跑,日落跑,一天两身大汗;几个月跑下来,面色却跑得一塌糊涂,现在不敢跑了,你看看!

我一时无语。是啊,人退休了,一切都放得下,唯独健康放不下。人人都追求有个好身体,但若选错了健身路,弄得“面色一塌糊涂”,这可怎么交代。

对“跑”的思考,又多了一层;对老阙的回答,却一下清晰起来。朋友里还有不少想练跑,说说经验教

才炒的,再不会污糟糟了。

兔子边大口大口地吃着空心菜,边对我竖大拇指,是夸空心菜确实好吃,还是赞我对她爱护得多了点?抑或是肯定了我的知错必改?无论属哪一条,我心里流出的都是甜美。

三文鱼尽管是骨架子,但溢出的香,渗进了娃

娃菜,是别的海鲜无可比拟的。要说桌上最不成功的恐怕是那碗黄瓜蛋花汤了,只放了盐,连麻油都无一滴。“不,这汤色彩悦目,清淡可口,下次再烧吧。”

这顿晚饭距今已过去了好一段日子,但我一直存在心里,忘记了不。不是我的手艺好,将平常菜烧出了不平常的味道,是女儿对桌上食物破天荒地注视,破天荒地说道,对母亲劳作破天荒地赞美!

我怀念那顿晚餐久违了的家常气氛。多么希望天下的孩子们游历在外的心能归去来今,注视下饭桌上母亲呈现的一粥一饭,一菜一汤,这是实在而有温度的生活,不是那股你们在虚拟世界里用滤镜、用PS故作多情描绘的烟火气……

以前不喜欢喝茶,固执地认为这是年长的人才喜欢的草叶,我喜欢喝咖啡,因为它可以帮助提神。可有时我又不得不另做尝试,每当工作至半夜,我钟爱的咖啡却无法唤醒大脑,唯有这种神奇的草叶可以让我神清气爽。

我慢慢地喜欢上喝茶了,以至于我随身都会带上自己泡的茶。由于工作的原因,我经常需要外出与群众打交道,看到农村许多群众向佬着背,手上永远提着一个被茶渍染成暗黄色的塑料茶壶。我与他们攀谈的第一句通常是:“阿叔,你喝的是什么茶?”其实我知道,他们喝的茶跟我一样:再普通不过了,超市里都有得卖,或许他们自己连名字都答

烦,但终于朝我们指着的地方看了一眼。

“柳树嘛,柳树。”然后便猛吸一口烟,又低下头来缩身假寐。

我俩受了教,自以为得志因而得意。那一晚,我们喝桂花酿,一人一斤,猛然间就脑子迷糊。迷糊着就说起下午时分见到的“柳树”来。同席的女诗人姚月先是错愕,旋即失笑:“那是什么柳树啊,那是楝树,苦楝树。”她忽然又说:“你能喜欢苦楝树,真是一个南方故人呢。”

但我其实是回到北方后才知道,楝树其实是古老的树种,6世纪的《齐民要术》里即有培植的记载。而“苦楝”之名则来自于宋仁宗嘉佑年间由苏颂编著的医书《本草图经》。这位苏

训没错。

选择跑步来健身,自有它的道理。跑步,充满动感的韵律,充满生命的蓬勃,是人类最美丽的本能之一。向前跑着,风的共鸣、雨的陪伴、鸟的俯瞰、草的仰望……单单大自然的亲和,就足以让人忘情呼吸而心旷神怡,自由腾跃而欢欣不已。

跑,还是不跑?

彭瑞高

不过通常的跑步,不会如此惬意。跑者要么气喘如牛、心跳如鼓,要么大汗淋漓、举步维艰,一个个都很辛苦。在这安逸世界,人的常态是开车、久坐、“葛优躺”,跑步绝对是一种“非常态”。正因“非常态”,所以老者选择它应该十分慎重。我一位朋友当社区医生,亲眼看见一位老人在跑步时猝死,他为自己没能救

起老人而痛心,我也常为此事深自警醒。

当然也不必因此谈虎色变。现在退休者体质都很好,只要按“渐远渐快、勤于自检”八字行事,健身跑并不难掌握。所谓“渐远渐快”,就是开始要慢跑、少跑,适应几个月后,慢慢加速、加量;而“勤于自检”,就是要时刻关注身体反应,千万不要硬撑。我个人体会,要多看心律、看睡眠:正常情况下,跑步后心律会很快复原,晚上也会睡得很香,但如跑后心律紊乱、早搏频现,晚上还睡不好,那就要调整,甚至“刹车”。

小儿英雄,尾随做跑人。幼时居住的虹桥路,常举行长跑赛,小伙伴们看着看着,就跟在后面跑起来。从少年到白头,忽忽已跑过六十载。直至今日,我仍享受着跑步,其中最大的乐趣是:奔跑着,你就会忘却身后的阴影;奔跑着,你就不会在意自己的年龄。

不上。我希望与他们找到共同点,喝茶便变成了我和群众打开话匣子的钥匙。

工作好几载,喝茶的习惯伴随着我一路走来。群众中许多人都是喝茶的,茶叶染黄了他们的牙齿,却清澈了他们的心灵。喝茶的意义在于我能从中

喝茶

冯凯

了解到生活和工作的真谛。第一杯茶通常是苦涩而又浓郁的,就像做任何事情都充满挑战和失败,刚上手时并非一路顺风,需要砥砺前行,而茶便会在快要气馁的时候告诉我:不咽下开始的苦,怎么能体会到随之而来的甘甜

七夕会

七夕会

颇可不是一般人物,他既是当时的著名药物学家,又是一个杰出的天文学家,还是天文仪器制造家,但他一心一意研究苦楝树。

诗人姚月后来给我发来几张照片,上面是同一棵苦楝树,不过,已经是绿叶婆娑、紫花绰约如云的一棵苦楝树了。我在那一天的微信朋友圈里写道:“四十天后,苦楝树开花了。”姚月复我说:“四十天后,分明是有惦记啊。”

是啊,心头猛然间一热。仿佛看到南浔广惠桥头的这棵苦楝树金灿灿的果果,又看到对岸白墙上摇曳着的过桥人影,我恍然而又分明地,是有故人思了。



伏羲 (中国画)

张培成

和清香呢?一把茶叶,就能品尝到生活的真谛——先苦后甜,先热烈浓重后清新平淡。

派出所工作很像一个茶。平平淡淡之中总会给你一次次意想不到味蕾的冲击。半夜的报警电话会令你很烦躁,你必须要让自已迅速清醒起来,这是非常苦涩的,待你全身心投入到工作中妥善处理好之后,群众对你表示感谢和赞许时,又会让你在甘甜和清香中自我陶醉。我的工作就像茶一样,苦涩掩盖不了警察这个职业的高尚和神圣,我越发自豪。

草木是有灵性的,我认为茶叶也是有灵魂的,不然我们怎么能从它的身上读懂生活呢?水煮草木,一半儿是茶,一半儿是药,至于做药还是做茶,取决于你自己。拿出一只茶杯,把茶叶放进去,冲上开水,看着茶叶在不停地翻腾,叶片慢慢舒展,将天地赋予它的精华慢慢释放,然后渐渐沉入杯底。我宁愿自己是一片茶叶,在工作中自由舒展,淡黄色的茶水,就是我释放出来的光和热。

