

上海女友说：在《世界文学》上读到清迈女作家拉卡那·班唯差的几篇随笔：《雨果酱 咖喱》《念念干虾》《屋后的菠萝蜜和我的反省》《炒饭》《冬瓜鸡汤》，文笔很美，感情故事穿插其间，细致的烹饪过程……真想买她的书啊。

单看篇名就垂涎了。赶快找来电子版，先读《念念干虾》，后来发现，它也是五篇里最好的。

第一种提示夏天到来的气息是幽静，像放假期间的教室，看起来出奇地幽静。作者说，不管京都的夏天还是清迈的夏天，闻到的同一种幽静的味道。火辣的阳光被房子周围的树木过滤了一些，即便这样，周围的一切事物依旧静得出奇。在雨季，昆虫都在夜里鸣叫，但到了夏天，它们都不约而同地来到阳光下歌唱。“虫鸣声有多响，夏天的第一天就有多寂静。”

夏天的气息令她想起各种菜汤，那些树林被火烧过后冒出的嫩菜苗：树

## 闻到并听到的夏天 余云

仔菜，篱笆边上种的南山藤、匙羹藤，这些或甜或苦的蔬菜，可以和黑鱼或红蚁蛋一起烧煮。

听觉、视觉、味觉、嗅觉，一层层细节叠加，又都是打通的，幽静可以闻到，滋味也能看见，“这就是夏天的味道。绿色的蔬菜在橙黄色的汤里招摇，有鲜红的西红柿和雪白的蚂蚁蛋相衬，辣到刺鼻，可以出汗，祛风，解暑。”

主角干虾该登场了，笔锋却忽而荡开了：夏天是休憩的日子，是一段漫长的假期，“歇工消暑自然不是什么难事，但是爱情呢，我们可以借着消暑的名义，暂时从爱情里抽身出来吗？”

接下来的几段出人意料——“这个四月我要带孩子去海边玩。”他尽量避开了家庭这个词，加上恰好的停顿，听起来好像旅行中孩子的母亲不存心在一般。“可能要去好几

天。好几年都没带孩子们出去玩。”他看着我的脸，似乎想找出一些异样。还记得我们在一起的第一个夏天，整整一个四月，我们几乎有二十天都没有见面，我根本没办法联系他，他就像失联了一样。因为那是长假，一家人其乐融融的时候，他怎么可能抽身出来找我，即便只是打个电话……

七年后她已彻底认识到，四月不是她的月份。“如果去罗勇那儿的海边玩，请多带点干虾回来，我想多吃一些甜腥露酱，家这边的干虾太贵了。如果去华欣，经过龙仔厝，记得买正宗的海盐给我。”

她知道，反正他也不会陪她，有干虾或海盐，能预防预防碘病也好。另外上好的干虾确实也贵，如果在清迈买，价钱能飙到五百铢一公斤。这不失为一笔公平的交易，她得到了干虾，他得到了心安。

作者开始不厌其烦地描写怎么水发干虾，怎么捣烂成酱，怎么做凉拌黄瓜干虾和芒果干虾，“酸辣辣的凉拌水果的季节”，色香味正极尽季语，忽然又插入对话——

“你说，我去哪边的海比较好，南部的还是东部的？”当观察到我的脸上没有异样，只有干虾订单，他就借机向我征求意见了。

她想起闺蜜的棒喝和自己的反省，然而每当见到他的脸，好容易铁起的心立刻化为最柔软状态。他露出一脸的信任，让她再次相信他是个不谙世事的男人，心思单纯，真诚得她。

“去象岛好了，哒叻

府的虾酱味好，鱼露也很棒，如果你去哒叻，一定要帮我买很多的虾酱、鱼露、干虾。”

“这还用说，我开车去，要多少搬多少，我保管如数奉上，你只管吩咐就好。”他的眼睛笑得眯成一条缝。

“谢谢。”我抱住他，然后是两个人的紧紧相拥。“正午的阳光打在身上，皮肤竟有些刺痛。我捣着庚夫利，盛在碗里，想着撒上一层干虾末应该会华丽许多，于是舀出家里的最后一匙干虾末，毫不犹豫地全撒了上去，反正过几天就会收到来自海边的新馈赠。”

“星期天的中午实在是太热、太静了，静得只能听见自己的呼吸和脉搏。”

散文家吴鲁芹说：“散文可以说是一无所有的东西，它是身边的琐事。我很佩服一位散文家怀特，他写的就是

日常里最不重要的事——非常琐碎的事情，但是你读了会觉得，除了政客瞎说八道、造原子弹、闯祸之外，人生还有很小的事情——听见两只鸟在那里唱的声音，伐木人的一点儿回音……可以引起你一点儿的感触。这种生活情调没有，那一种文章也就写不出来。”

饮食美文里，我很喜欢林文月教授的《饮膳札记》。她传神地描述烹饪之道时，笔尖常会溜开，回忆母亲或师友，童年生活或婚后学厨经历。《潮州鱼翅》《口蘑汤》《椒盐里脊》《葱油鲫鱼》……文章都以菜名为题，字里行间是亲友行止的追怀。

拉卡那·班唯差的美食书写也属这一路，但气息新鲜，写法现代，像清迈料理一样，多重感官，

智利诗人聂鲁达的名字，听起来很中国化，他与中国似乎也很有缘，1951年和1957年曾两度来中国，并与艾青有着深入的交往。艾青说：“聂鲁达有着外交官的彬彬有礼的风度、诗人的天然的情感和民间歌手的纯朴的品德。”（《往事·沉船·友谊》，《艾青全集》第5卷第266页，花山文艺出版社1991年7月版）聂鲁达的回忆录《我坦言我曾历经沧桑》，在读到它之前，我们早已对这个名字耳熟能详，少年时代，人生如白开水，对“沧桑”尤其膜拜，常把这样的话挂在嘴边。想不到，要真到满面沧桑时，我才读到这本书的全文。这真是一本妙趣横生、段子丛集的书，由此，我才知道聂鲁达在1928年初还来过一次中国，到的是香港和上海，还有一段传奇经历。

那时，聂鲁达在仰光做外交官，除了三个月为开往智利的商船办理一些必要的文件外，“接下来的三个月无所事事，孤独地在市场与庙宇中沉思。”（转引自亚当·费恩斯坦：《聂鲁达传》第60页，杨震译，浙江大学出版社2018年3月版）寂寞之中，他跟朋友阿尔瓦罗要到中国的上海和日本的横滨看看“东洋”景儿。1928年2月7日，聂鲁达从上海寄出的给妹妹劳丽塔明信片，谈到对上海的印象是：冷。“我从没有感到这么冷，又是风又是雨又是雪。”（《聂鲁达传》第62页）接下来，在风雨之夜发生的事情，聂鲁达更是终生难忘：他和朋友要体验一下1928年的夜上海，便从一家歌舞厅转到另一家，扫兴的是，那天不是周末，都很冷清，跑了六七处后，他们感到索然无味，两个人便各自坐了一辆人力车要返回乘坐的轮船。

当时已经下起雨来，而且越下越大，我们的人力车夫小心翼翼地停下车。他们用一块油布把车前面仔细挡住，不让一滴雨淋到我们的外国鼻子上。

层层惊喜，有一种交错之美，文字渗出植物的清香，特别的泰国风味，安静又丰满。她描述泰国悠久的饮食文化在普通人家呈现的形态，是不可多得

的泰国当代饮食文学，她的泰文随笔集《撒盐拌饭》是在泰国杂志上的专栏合集。

“多么细心、周到的民族。不愧是经历了两千年之久文明的国度。”阿尔瓦罗和我各自坐在移动的座位上这么想。（聂鲁达：《我坦言我曾历经沧桑》第87页，林光译，南海出版公司2015年4月版）

他们的美好感觉，没有持续多久，便发现问题不对了。人力车并没有拉他们要去的地方，而是到了荒郊野岭。车夫熟练地揭下挡雨布后，七八人围着他们喊：“Money! Money!”阿尔瓦罗装出往裤袋里掏武器的样子，得到的回应是一顿老拳，两个人仰面摔倒。多少年后，聂鲁达在回忆录中写道：“不过中国人为了使我不致撞伤，在半当中托住我的头，还轻轻地把我放倒在湿漉漉的地上。他们飞快地翻遍我的口袋、衬衫、帽子、鞋子、袜子、领带，熟练得如同杂耍演员。他们搜遍每一寸衣服，我们仅有的一点钱不剩分文。他们按上海强盗的传统礼数，倒是真心实意尊重我们的文件和护照。”（同前，87-88页）这段文字每一次读，我都忍俊不禁，写得如此滑稽，看来礼仪之邦的“文明”强盗给聂鲁达一个不算凶神恶煞的印象。他的第一次中国之行，就是以这样身无分文而结束。

1957年，三访中国的时候，聂鲁达对于被剥光衣服、被扔在街头的事情记忆犹新，他说：“当时中国处在殖民者的铁蹄之下；是赌棍、鸦片烟鬼、妓院、夜间出没的盗贼、假俄国公爵夫人、海陆强盗等的天堂。”二十年后再来，他感觉：“这已是一个崭新的国家，其道德之纯洁令人惊奇。……我的主要印象是看到世界上最古老的文化在广大土地上胜利地发生了变化。无数实验在全国各地开始进行。封建农业就要经历一场变革。道德风气如旋风过后般透明。”（同前，299页）两个时代，两种不同印象，而且两种待遇，这次，他也坐不到黄包车了。

稻草是生产稻的秆、叶、穗全体，在稻禾长到抽穗时，穗上所有初生稻谷即开

微香小黄花，故有“十里稻花香”之说。有谚云：“稻老要养，麦老要抢。”意为稻谷成熟了要再长（养）几天。收割好的稻把一捆捆地运到脱谷场，脱完稻谷后所剩的稻草，俗称草灰。有谚云：“覆草灰多，薄粥尿多。”此言一点都不夸张。稻草是牛的饲料，除此之外，所剩之草即作为农家烧茶煮饭之燃料。燃尽之灰，乡间不说稻草灰，而谓之覆草灰或泡灰。

稻草灰既可作肥料，又可作洗涤之碱用。操作过程如下：将燃尽之稻草灰放入一淘米箩，灰满溢出箩口外。将一只长方形洗澡桶置于洗涤方便之处。将箩置于长桶的一端，并将长桶这端垫高三寸左右。在桶内注入适量的清水，用水勺将水轻轻地浇洒在箩内稻草灰的中心。灰的四周要高出灰的中心一寸，以便滤水之用。灰全湿之后，仍继续向灰上浇洒桶内之水，就这样循环往复地将桶内之水轻浇于灰上，一直浇到桶内水发黄即可浇透。这黄色的水俗称灰汤水。这时可将已用清水浸透的洗涤衣物挤干，一件件放入黄色的灰汤水中洗涤。若第一件衣物洗完后，该灰汤水已油腻不堪，可将这油腻之水慢慢舀倒于箩内的灰上，直至桶内水再度发黄，这样又可以继续洗衣服了。这种洗衣服的方式真是太环保了。

灰汤水洗衣服 寒漫思



边看边聊

我没有运动细胞，因此特别喜欢看体育比赛。尤其奥运会，是人体各种极限运动精华的全球展示，对我而言，就更像是看一个个奇迹：比如跳水、体操、蹦床，那空中一串串眼花缭乱的跟斗，看得目瞪口呆，只有“啧啧”惊叹的份，想起以前在学校上体育课也做过前滚翻，脑袋顶着垫子撅着屁股两腿一用力，才能成功地翻过去。还有号称小魔女的孙颖莎，我是心甘情愿当了她的粉丝，稚气未脱才21岁的小姑娘，一派大将风度，女单半决赛，女团决赛，她对阵的都是日本一姐伊藤，这个有着诡异笑容的选手，打败过除陈梦外所有的中国女选手，但是一看孙的表情，就放心了，对面那位又是跳又是叫，这边这位一脸老干部的沉稳和淡定，半决赛第二局落后八分，面无表情连追六分，4比0横扫对手。那小白球闪电般来回飞，怎么能拍拍打得那么准？小时候打乒乓球，对方开一只老太婆球过来，我也还不出呢。

看比赛，听解说和评论，有一个词常被提到：状态！赢了，说状态好；输了，说状态不好或者不在状态……这状态是什么呢？它似乎不受人的支配，来无影去无踪把握不住，运动员参赛谁不想状态好呢？但是就有那么一些似有却无、似无却有的因素，在当事人没意识到的情况下，悄悄在影响状态决定胜负，想抓也抓不住。记者采访14岁的跳水冠军全红婵，问她跳以前想些什么，她说没想什么就跳下去了。比如女排，核心队员刚在国际联赛上打败意大利巴西美国等强队，连郎平都说准备得很充分，谁又料到连小组赛都没出线？状态这东西太重要了，也太难了，一切都是现场，当场，那就是赛场上看你的表现。平时练得再苦，赛场上没有状态发挥不出来，就一切归零。据说，阿根廷球星马拉多纳赛前都要去教堂祈祷，除了求上帝保佑运气好，还要保佑自己比赛中有最好状态。这看不见摸不着只有在赛场上运动员现场展现出来的状态，也许就是竞赛体育的魅力，也是它的残酷。赛场充满悬念和意外，什么都可能发生。

所以，当运动员是要有点自我牺牲精神的，因为太难太苦风险又很大，它不可能是终身职业，占去的却是你生命中最青春最美最最强健的一段，大部分人默默苦练，最后只是宝塔的基座。挑战人体极限，必须在比赛现场证明自己的竞赛体育，注定是宝塔型的，只有足够厚实的基座，才扛得起辉煌闪耀的塔尖。向所有献身中国体育事业的运动员致敬！

看邻居家门前的凤仙花，我想起小时候用它染过指甲。凤仙花的花期是七月到十月，我们染指甲的时间也就正好是在暑期。

女孩子天生爱美，于是各个染了指甲。我们摘几朵凤仙花，加入明矾捣碎，然后敷在指甲上，包上叶子，用线缠绕几圈，第二天拆开，就大功告成了。指甲上的颜色能保持数月，比涂指甲油的时间长多了。

如今农村也没人拿凤仙花染指甲了，毕竟，指甲油用起来方便省事，效果即刻显现，几元钱十几元钱几十元钱的价格，女人买的时候眼睛都不眨



遵义（中国画） 平豪

## 状态

王安诺

一下。想涂什么颜色，就涂什么颜色。

在中国古代，女人不能随心所欲地染指甲。商代，贵族家的女子喜欢把手指甲涂成金色或者银色。秦汉时期，贵族女性喜欢用黑色或者红色来装饰指甲，这和当时尚黑的典章制度有关。明代的指甲油在工艺上有了改进，人们把阿拉伯树脂、明胶、蜂蜡、植物性染料和蛋清做成染料，在碾碎的兰花和玫瑰花瓣在大红和粉红之间调色，配制出艳丽的指甲油。

唐代的女性美得大胆，美得张扬，美得炫目，她们袒胸露背，浓墨重彩。在这种背景下，女人们染指甲蔚然成风。李贺的《宫娃歌》：“蜡光高

悬照纱空，花房夜捣红守宫”，是说宫中有专门的花房，宫人夜晚就着烛光捣花赶制染指甲的涂料。到了清代，有七夕染指甲的风俗，朱象贤的《闻见偶录》：“七夕，妇女采凤仙花捣染指甲，红如琥珀可爱”，

## 指甲油

刘云

和洪亮吉的《十二月词之七》：“七月七日侵晓夜，牛郎庙中烧股香。君不见东家女儿结束工，染得指甲如花红”写的就是农历七月初七晚上，女人们用自制的染料，将十个指甲染红的情景。上世纪二三十年代的上海，除了交际花，也就贵

妇能够赶上染指甲这时髦。在古埃及，指甲颜色是地主的象征。红色为皇家专属，平民只能用浅色。为了力求色泽明艳和时间持久，指甲染色技师费尽心思，把鲜血列为原料之一。

二十世纪初，一位法国化妆师受汽车喷漆的启发，想到或许指甲油可以如法炮制。有了这个灵感后，露华浓兄弟和化学家 Charles Lachman 一拍即合。1932年，全球第一瓶露华浓指甲油上架销售，从此人们弃绝了手工染料，普遍开始使用指甲油。

而我竟然有十多年没有涂过指甲油了，印象中，我以前偶尔涂指甲油，用的颜色只有大红和透明色两种。涂了指甲

## 七夕会



夜光杯

## 时尚