

今天，我和研究中国文化某中东友人一起光顾了新近开门营业的“邵万生·津久”咖啡屋。作为土生土长的上海人，对于老字号“邵万生”自然是耳熟能详，而说到咖啡屋刚推出的四款咖啡的起名也觉得别有上海味道：“津久里”“屋里厢”“老克勒”“上海姑娘”。

当然，至于店方主推的“糟卤咖啡”到底是如何调配的，味道究竟如何，还是有必要亲自品尝一下；加之要向深谙中国文化的外籍友人解释“糟卤”，以及糟卤是如何与咖啡相融而合一的，也殊非易事。在食客们一声声的“不可思议”中，店员的演示解开了我们的疑惑，原来他是用小的喷枪在咖啡上喷射出糟卤的喷雾，使得咖啡既不会因过度混合糟卤而太过改变原来的味道，同时又增加了几分糟卤特有的馨香，别具芬馥。

不仅如此，邵万生售卖的咖啡也并非使用西式咖啡杯装杯，而是小时候我们用过的小块状琉璃式样的玻璃杯，再配以邵万生的糖果和果脯，在品尝咖啡淡淡的苦酸意的同时，又多了一份甜蜜。另外一种老克勒咖啡则是添加了邵万生的肉脯，同时又在肉脯上喷上伏特加，让其燃烧，在品味咖啡之余又添了一份别样的“重口”味趣。

比起历史悠久的阿拉伯咖啡，友人说，他们通常会在咖啡里加入小豆蔻、小茴香、丁香等，同时配上一盘新鲜的椰枣佐饮。至于后来在迪拜 7 星皇宫酒店出现的“黄金咖啡”，他说那都是为了吸引游客而搞的噱头，“骗骗洋宁头”而已！友人对今天品尝到的咖啡配糟卤的方式啧啧称赞，觉得我们能开发出如此奇思妙想的搭配，定与中国是酒文化起源地不无关系。

我告诉友人，咖啡虽然曾作为舶来品进入中国，但上海的咖啡文化早在 20 世纪 20 至 40 年代就已流行，一些文艺界人士乃至各界潮人骚客不仅以咖啡馆作为聚会地点，还以此为题材创作了很多文艺作品。遥想 1989 年，雀巢咖啡随着“味道好极了”这一经典广告语登陆中国市场，令多少国人充满好奇和期待，一时间逢年过节走亲访友手提雀巢三合一咖啡成为当时社会礼尚往来的一种首选。但是，上海人追求最时髦和最优雅生活方式的习惯使得速溶咖啡很快又变得不那么尽如人意，随之而来的是到花园饭店玫瑰咖啡厅或者国际饭店点上一杯价格不菲的由进口高档咖啡豆现磨的咖啡，配以饼干若干，因为小资的上海人觉得只有在那种环境氛围里才能真正品出咖啡的丰醇悠香，以及由喝咖啡的那种情调而衍生出的海派文化。



现在的上海街头到处是各式各样的咖啡厅，更有各地朋友因为上海滩国内第一的咖啡店分布密度而选择常住上海发展。一杯咖啡背后，不仅有烘焙适度的咖啡豆、恰当的冲泡方式，还有与之匹配的牛奶、咖啡杯、咖啡壶和咖啡机；不仅有不同的口感，还要有相当的颜值；不仅有地段、有文化、有腔调、有氛围，最好还要有故事，昨天是残障人士的熊掌咖啡成为网红，今天又是老字号食品与咖啡厅的跨界融合，明天定会有更多的不仅限于咖啡的科技创新在我们身边出现。上海从来就是这样一座扬旧融新、传承出奇的大都市。

上海市长宁区国际体操中心面临重建，几年后竣工。我们长年在羽毛球馆打球会友的根据地没了，另辟蹊径改打乒乓球。上海世纪出版集团“乒乓之家”的球友们在三张桌子上竞争激烈，比分胶着，通过你来我往的乒乓球进行“对话”。高手云集，我开始“拜师学艺”。

学打乒乓球的基本动作与要领：两脚比肩稍宽，身体略成弓形，目光注视对手。握拍的肘部下垂，板面与桌面保持 45°，同一侧的脚后挪小半步，往前上方起拍提拉的姿势等同于敬礼，以腰部的转动惯性带动前臂，动作怎么上去发力，怎么下来蓄力。对抗中双膝是身体上下浮动的“避震器”，扣球正如世界名将邓亚萍所讲：只用八分力，动作不会变形僵硬。乒乓球落点变化多，要做到用手腕控制它，以达到的球技的“大学水平”。

葛定侃为笔者拍摄了一段实战中的视频，我惊讶地看到自己发球即退的坏习惯：当对手回过来一个网前球，回防不到位，贻误战机，局面迅速被对方控制直至输球。这是一个致命弱点。开赛前，两个前脚掌地步子前后左右移动快，同时小腹收紧达到思想集中。双方摆好阵势，好比打仗，有一方后退直接导致失败。不信？请看以弱胜强的淝水之战。

公元 383 年，前秦向东晋发起进攻。秦军来到淝水与晋军一决雌雄。晋向秦的苻坚建议后退决战。秦军正在后移，晋军渡水突击，秦军阵脚大乱一败涂地。从打球到打仗，两者不论以什么样的形式开战，若有一方无意中后退，便会造成完败的结局。

把正在冲向你的乒乓球，当作生活中遇到一件事。你不惹事，事情找上门来。既可采取退一步海阔天空的中庸之道，也可迎上前去面对问题，该出手时就出手，见招拆招，向对方表明态度。球赛对抗正是如此：当球冲向你的那一刻，就要迎上去打出节奏（轻重结合），控制其落点。每次进步与克服自身弱点相关。纠正习惯性发球后撤，收到奇效，从“劳斯莱斯”（上海话谐音：老是输，来了还输），到咸鱼翻身赢球。比赛继续，就在与对手近台的相持阶段，我趁机来了一个直板横打的反手暴扣。球友说：“你这个动作是羽毛球打法。”他的话引发了我的自省。

羽毛球单打场地，长 13.4 米，宽 5.18 米，教练要求选手发完球马上退到场地中央，因为距离前后四个角最近，任凭对方把球打到哪个点，本方选手都能跑到位接球反击，这是以退为进。我之前打乒乓球发球即退，就来自于数十年打羽毛球养成的“职业病”。

国家体育总局把乒乓球和羽毛球运动，合并统称：“乒羽中心”，但两项球类项目风马牛不相及，各有各的打法。

健康

防疫期间，医患都是面罩严实，乞求得个医生的表情安慰，绝对是奢望。这个高冷的年轻男牙医，手势特别轻，额头平展高爽，颜值颇高。恐怕三十岁不到。试以沪语，竟有回应，稍似安慰。拔牙，还是一个断根牙，啥人晓得，要用老虎钳撬出来哦？他先打了针麻药，让我先躺五分钟，又递过一页《拔牙须知》。

这种预热，吓得我来棉袄先脱掉了。

一会，他问“舌头大了吗”，我只记得有“唇齿相依”的成语，怎么问舌头呢？其实他并不等我回答，就拿了只亮闪闪的大钳子，试着拎了拎这只断根牙，好像是要掂掂，要用几分气力。他已磨好拳擦好掌，一个好屠夫做的准备，也只不过如此，吓得我闭上眼睛闭不上，额骨头上冒出来一层汗，真是有失颜面。

说时迟，那时快，他在断根牙前后，比划了一下；又换了样工具，还等不到我讨饶，他讲“好

甜芦粟又称甜高粱，汁多味甜。这种植物抗旱耐涝耐盐碱，对土壤适应性很强，肯定算崇明岛特产。

我在群里问老袁同学：长江隧道进去到长兴岛出来车程几分钟？他说：10 分钟左右。每每穿越长江隧桥到崇明岛，在暗黝黝隧道里行驶，我心里总有点压抑，感觉时间被无限拉长。其实不到十公里的隧道，通过时间也就是短短几分钟。

大学同学有四位崇明同学，毕业后都回了家乡，祖国第三大岛发展需要人才储备。所以我们毕业后几次聚会都在崇明，从乘船登岛到自驾登岛，崇明离市区的距离越来越远，呼吸江海一色清新空气的活动越来越方便。

几年前大家约好去蔡同学家聚会，老蔡小洋楼离长江不远，门前一条小河风景不错。小洋楼后面还有点自留地，种点蔬菜玉米和甜芦粟。他招待我们的是甜芦粟和其他崇明特产，味道很好。蔡同学介绍崇明农副产品非常热心，马上吊起几个女同学的采购胃口。女同学把持家庭餐桌的话语权，肯定欢喜绿色产品。采购行动很快开始，老蔡电话一拨通，大米蔬菜供应商纷纷

送货小洋楼。老唐同学负责装货，车子后备箱开开关关，忙乱中，一个采购量最大的女同学把车钥匙忘在后备箱空隙处。后备箱关上了，车钥匙不见了。

采购活动马上转变为如何开锁的技术活动，老司机从来没有遇到这种技术难题。有打电话咨询汽车老师傅的，有出主意从车子里面爬进后备箱的。幸好车门可以打开，大家已经开始拆掉后排座椅，让老唐同学钻进后备箱寻找钥匙。

东平林场东南隅有个“东平草堂”（酒店）是仿北宋园林建筑群，据说前前后后建了 10 年左右。前些日子，几个朋友约好去崇明农家乐住了两天。大家

小叶同学听说老同学又来了，一定要请大家去南门口品尝农家菜。我们驱车从岛北面开到南门半小时多点，崇明岛面积不小。老唐同学钻进后备箱还是没找到钥匙。我一激动挺身而出，带老唐回徐汇区漕宝路家里拿备用钥匙，其他人到饭店准备晚宴。花了三个多小时，我们来回穿越隧桥，一天之内

这是瑞丰沙沉没前的最后一夜。1959 年 8 月底，上海中心气象台发布了台风即将正面袭击长江口的紧急通知。经过确认，台风到达的时间内正是天文大潮的时刻，很可能在短时间内把瑞丰沙冲走。上级决定，立刻挨家挨户通知村民，转移到潘石镇去。

就在这个时候，我发烧了。母亲一直照顾发高烧哭闹的我，无法抽身去打包整理准备搬家。看着村民们背上大包小包一户接一户举家逃离，她内心十分焦急。屋外风雨交加，如果现在就去潘石镇，还要乘船，潘石镇上又举目无亲，正在发烧的小儿子在途中病情加重，后果不敢想象。只能当天暂留瑞丰沙，奢望第二天病情好转再说。

傍晚母亲给我们做晚饭，升起

了”，喔！一分钟也不到。老早就有一种说法：“你是想花一百块，十秒钟拔一颗牙齿。或者，花十块钱，一分钟拔一颗牙齿。”选择因人而异，我会选前者。价格与速度（舒适度）是成正比的。今日事实胜于雄辩。

他填了块纱布让我咬半小时。居然连一口血水也不用吐。医嘱是“嘴里

的水都咽下去！”喔

唷，真的想让我当英雄忍者，“拍掉牙齿往肚里咽？”我也不晓得前世修了什么福，让我有个牙科博士的小辈。她给挂了号，又联系口腔外科，让我先拔牙，三个月后再找她种牙。一口牙的事都让她包了。不过她再三叮嘱我：拔牙前，先去洗牙，去掉烟污茶垢。

显然，对一个牙医的尊敬是在事后。对一个牙医的尊重，则在事先。你必须先洗一次牙。好像先将牛排拾掇得干干净净，厚薄恰

正在讨论去那里转转，波兄灵光一现，几年前他来崇明看过这块土地正在筹建一座全柚木园林仿古建筑群，当时还是一片工地，开发商和建筑规划师向他们推介整个酒店的宏伟蓝图。几年过去，这个仿宋园林酒店应该竣工了？波兄马上打电话问了建筑师，建筑师发来链接。朋友们异口同声：就去看看这座与众不同的仿古建筑群！

驶进一条幽静小路，“东平草堂”几个大字赫然眼前。酒店还没有营业，朋友找到管理方，答应让我们参观一下。进入大堂，这座占地 80 余亩、由 20 座全柚木榫卯结构的仿宋建筑群徐徐展现在面前。穿梭其中，仿佛穿越到北宋年代，徜徉在亭台楼阁之间有种与世隔绝的

如此感觉。崇明岛竟然有如此脑洞大开的企业家，有如此惊艳的园林建筑群，大家相约酒店开业一定要来住一次。

小叶同学听说老同学又来了，一定要请大家去南门口品尝农家菜。我们驱车从岛北面开到南门半小时多点，崇明岛面积不小。老唐同学钻进后备箱还是没找到钥匙。我一激动挺身而出，带老唐回徐汇区漕宝路家里拿备用钥匙，其他人到饭店准备晚宴。花了三个多小时，我们来回穿越隧桥，一天之内

沙的村民都坐船到潘石镇去了！现在就有一家没走，这个台风历史上少见，瑞丰沙可能要沉没了！赶快收拾，现在走的话还有船；再等下去，风会越来越

三个孩子最大不过 9 岁，小儿子还发高烧，这样拖家带口在狂风暴雨中举步维艰。但瑞丰沙的情况已不容多想，母亲很快下定了决心，听从统一安排，逃离瑞丰沙。

雨越下越大，一阵大风袭来，母亲赶紧腾出手拉着小哥说：“安新，你拉住娘的衣服不要松手。”再转头和大哥说：“淼淼，你走在娘的前面，不要走在娘的后面，要让娘看到你。”母亲领着我们在长江大堤上冒着风雨艰难前行，想要赶快逃离这个风雨飘摇的瑞丰沙。路程还有一

半的时候，郭主任派来的两位工作组人员赶到了，帮我们背起包裹快速向码头走去。

很快，在两位工作组同志的帮助下，我们母子四人顺利上了船。即将离开风雨飘摇的瑞丰沙前往潘石镇时，母亲看着船舷外涌动的江水，脸上怅然若失。

船很快就起航了，人们回头望着在夜幕中消失的瑞丰沙，心里充满了痛苦与无奈。船行到江心，由于风大又加上潮汐影响，船家实在无法前行只能停在原地任由海浪来回拍打。船不停摇晃，船上所有人都很紧张，有的因为害怕哭泣起来，有的因为晕船而呕吐不止。母亲紧紧抱着我们三兄弟，说：“没事，一切都会过去的。不要害怕。”

在母亲的怀里，离开了我的出生地瑞丰沙，这是我记忆开始的时刻。冥冥之中，从这个暴风雨之夜走出来的人生，让我一辈子都在风雨中立命，在风雨里兼程。

付账总是硬碰硬。凭什么网价 250，现场又成了 520？这家诊所，是用了个物理定律作名称，若依摩尔定律的内涵：芯片制造技术上，每经过 24 个月便会提高一倍；换言之，处理器的速度，每隔两年翻一倍。而这种科技进步的速度，也以成本减少、效率提升为标志。技术手段进步了，应该价廉物美才是。他们实在是误会是“摩尔定律”的美名。

洗好牙，亮瞎眼睛，自信对得起牙医了，暗暗发誓：以后每年洗一次，500 文还是值得的，无非少吃一块雪花牛排乎？

科学的新生活鸡汤是“要想多活十年，先准备十万元”。补齐牙，修好门面。牙口好，吃嘛香，身体棒。生病不是运气，而是自己的生活方式选择。

你想天天赴同学会，不如先修理好一口牙事实惠。

再次踏上崇明土地。在长长的陈海公路上，老唐回答同学们催促：快到了！快到了！我边控制油门边闪回几十年前四位崇明同学

的片断碎事，他们质朴善良体现在平时一举一动中，他们正像甜芦粟一样，毫不张扬地在江边路边田边摇摇曳曳，为崇明岛作出甘甜多汁的贡献。

离开崇明岛前，我问波兄要弄点啥土特产。波兄脱口而出：弄点甜芦粟。

人们往往用“徐娘半老”来形容某个女人年龄大了，以致“珠黄”而过气，不再令人惊艳，简直到了“凄凄惨惨戚戚”的程度。其实，这是误解了这个成语。

“徐娘半老”典出《南史·后妃传下》，说的是南朝的徐昭佩一直与丈夫萧绎不和。萧绎成为梁元帝后，不愿立徐氏为后，徐氏只好做了皇妃。后来，徐氏竟私通朝臣暨季江。暨季江倒并不嫌弃她，称之为“徐娘虽老，犹尚多情”。后世则用这个成语来形容中年妇女虽然上了年纪，但风韵犹存。

如果有人把“徐娘半老”理解成一个贬义词，那是没顾及“徐娘半老”的下面其实还有一层主要意思——“风韵犹存”，这样的话，难免用偏了、用反了。

半的时候，郭主任派来的两位工作组人员赶到了，帮我们背起包裹快速向码头走去。

很快，在两位工作组同志的帮助下，我们母子四人顺利上了船。即将离开风雨飘摇的瑞丰沙前往潘石镇时，母亲看着船舷外涌动的江水，脸上怅然若失。

船很快就起航了，人们回头望着在夜幕中消失的瑞丰沙，心里充满了痛苦与无奈。船行到江心，由于风大又加上潮汐影响，船家实在无法前行只能停在原地任由海浪来回拍打。船不停摇晃，船上所有人都很紧张，有的因为害怕哭泣起来，有的因为晕船而呕吐不止。母亲紧紧抱着我们三兄弟，说：“没事，一切都会过去的。不要害怕。”

在母亲的怀里，离开了我的出生地瑞丰沙，这是我记忆开始的时刻。冥冥之中，从这个暴风雨之夜走出来的人生，让我一辈子都在风雨中立命，在风雨里兼程。

和光同尘

（摄影）沈丹锋

暴风雨之夜

吴家贤

暴风雨之夜

和光同尘

（摄影）沈丹锋

暴风雨之夜

吴家贤

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜

暴风雨之夜