

老有所乐

朱正安

如今许多老年人都有这样一种感觉:度年如日,却又度日如年。仿佛才退的休,怎么一晃就七老八十了!可是每天从日出到日落,尽管想方设法找些消磨时间的事做,健身、玩手机、看书、泡电视剧……时间就是扭扭捏捏地不肯向前走,急死人了!我倒有个药方,不妨一试——买汰烧。

这话听起来好像不怎么“爷们儿”,不登大雅之堂。其实不然。古人不是说“食色,性也”“民以食为天”么?再说古往今来,多少大诗人、大作家、大学者、大人物不都是美食家甚至厨艺大师么?比如苏东坡、李笠翁、袁枚、梁实秋、汪曾祺……况我等芸芸众生乎!

我退休前也不屑于厨灶之事,总觉得男人应以事业为重。退休前三年因工作需要过起了赋闲日子,老伴却在单位忙得不可开交,我这才勉强担当起买菜烧饭的重任。扪心自问,那只能算是把生的做熟而已,谈不上厨艺二字。退休后从外地回到上海,上海人吃口刁,讲究新鲜,我就不得不“回乡随俗”。再说一开始女儿女婿与我们住在一起,后来外孙又出生,我肩负着一家人的口福和健康,是无论如何不能敷衍的,于是便一头扎进了买汰烧里。

千万别小看了这几尺灶台,那真是五彩纷呈、一望无际的大世界。五湖四海的珍馐美饌纷至沓来——金华的火腿南京的鸭,荔浦的芋头嘉兴的

自笑老来为口忙

菱,千岛湖的鲢鱼阳澄湖的蟹……而且光火腿就有宣威的、金华的、如皋的,选哪个,怎么加工,学问深着呢!在这里,四季更替的脚步从来没有停止过,一个疏忽,就可能错过了最佳食用期。比如上海地区每年必吃的鲜笋,就有黄泥笋、毛竹笋、大叶笋、蜜竹笋、暗笋等,什么笋什么时候吃,怎么烧来吃,名堂多着呢!

食材选得好只是开头,《随园食单》中对烹饪过程提出了作料、洗刷、调剂、搭配、火候等近二十项须知,如“作料须知”：“酱有清浓之分,油有荤素之别,酒有酸甜之异,醋有陈新之殊,不可丝毫错误……”又如“火候须知”：“熟物之法,最重火候。有须武火者,煎炒是也,火弱则物疲矣。有须文火者,煨煮是也,火猛则物枯矣……”瞧瞧,苛刻到家了!所以,用“食海无涯”来形容烹饪之难之深之博,绝非噱头吧?

为了不断提升家庭餐桌上的水平,我煞费苦心。松江地区几个菜市场,我每几天就要跑个遍。哪个店里的肉新鲜,哪个摊位的野鲫鱼可信,哪个农贸市场上的蔬菜新鲜又便宜,我心知肚明;螺蛳蚬肉什么时候最肥,哪个季节适宜吃鸭子或是羊肉,新蚕豆上市在哪几天,我一清二楚;一开始是买了些家庭烹饪方面的书籍作参考,后来就把袁枚的《随园食单》、李笠翁的《闲情偶记》饮饌部、梁实秋的《雅舍谈吃》,还有诸如汪曾祺等人饮食文化方面的书请进了寒舍,并成了我百看不

厌的床头书。也有临时抱佛脚的,比如自己在市场上突然发现后购得或是亲友送来的诸如海参、莼菜、新鲜天麻之类的稀罕食材,便连忙求教于百度,居然也能做出像模像样的菜肴来。

当然,我既是半路出家,更无名师指点,对烹饪也就懂个皮毛而已。所以多年来,我始终孜孜以求,精益求精,终于渐渐地得到了家人的首肯,还多次受到我家做客的亲友们的称赞。尤其是我外孙,他说他就爱吃“大大做的饭菜”。不过,跟着荣耀接踵而至的麻烦也来了——外孙今年八月份刚满十一周岁,体重六十公斤,身高一米六八!我分析是基因问题,可女儿偏说他给他吃得太好是主因!

买汰烧很忙,却让我打发掉了许多无聊的时光;买汰烧很累,却让我乐此不疲,忘记了许多烦恼;买汰烧很苦,但让人吃得放心吃得称心还便宜省钱;买汰烧很难,那里面的学问博大精深,但因此让我充满了成就感。

想起苏东坡的两句诗:“自笑平生为口忙,老来事业转荒唐。”这是东坡先生被贬黄州时,为生活所迫,不得不钻研厨艺,也因此创造出了流传至今的东坡系列美食的真实写照,无奈,自嘲,却豁达乐天。老拙很喜欢这两句诗,做了些改动:“只缘暮年难消遣,自笑老来为口忙”,也算是聊以自慰吧。

野趣

陈祖龙

上个世纪60年代初,10岁的我随父母搬到市郊吴淞区(现与宝山县合并为宝山区)泗塘新村。穿过几排公房,便是无垠的田野,清清的小河。乡间野趣,令我至今梦魂萦绕。

一个深秋的傍晚,我走在一条乡间小路上,暮色苍茫中,一只硕大的飞鸟从我身后飞来,掠过头顶前行。忽然,那飞鸟竟一头撞在路旁柳树上,扑通一声栽进路边的水沟里,扑打翅膀“咕咕”叫着挣扎着。我疾步上前,哈,竟是一只色彩斑斓的野鸡。我连裤脚管也来不及卷,纵身跳下水沟将它擒住……

夏天,我们常爱下河嬉水,松软的河底,螺蛳河蚌蚬子等河鲜简直俯拾皆是,一次摸个10斤20斤不稀奇。满袋满篮拎回来,常在邻居间分着吃。每逢雷雨前,气压降低,河面上总有一两尺长的大鱼成群结队遨游吸氧。乌黑的鱼鳍时隐时现,漾起一圈圈巨大的涟漪,蔚为壮观。这时我们常躲在大树背后,手执长长的粗壮枝条,朝游鱼猛抽下去。倘若侥幸击中鱼的要害处,三五分钟后,那条鱼便翻转白肚皮,呆呆地浮在水面上。最令我难忘的是,有一次我割罢兔草在河边洗手,漾起的涟漪竟引来一条傻乎乎的鲤鱼。我用竹篮猛一下将它捞上来,回到家一称,足有1斤8两重……

老有所为

张凌清

老树新芽绽满冠

一般来说,树老了会枝枯叶黄,然而也有些老树会出人意料地枯木逢春,新芽萌发绽满冠,令人称奇。

浦东的第一位土生土长的中国作协会员倪祥辉,已是“人生七十古来稀”可以安享晚年的长者了,但他的“第二春”却让人肃然起敬——从他的笔下流淌出来的作品,简直似同井喷一般。年近七十之后,他几乎每年都会捧出一部让人刮目相看的作品:2017年,总结自

己的创作生涯与前辈老师及文友对之作品的评论——《妙笔生花》;2018年,由上海文汇出版社出版的106篇讴歌浦东的散文专集《悠悠浦东情》;2019年,青春励志类的长篇小说《爱情分值》;2020年,被上海文艺出版社列为向浦东开发开放30周年献礼的重点作品《灿途》;2021年,由百花洲文艺出版社出版的《辉祥文库:小说卷 & 散文卷》——长篇小说《殊途恩怨》和旅游散文专集《游踪拾影》。

倪老师的文学创作之路,始于66

届高中毕业回乡插队无聊之时的随意涂鸦。《上海文学(当时称“上海文艺”))复刊后,他将小说习作《两篮番茄》寄了过去。谁知无心插柳,他被《上海文学》邀请参加了创作学习班,从此便一发而不可收地走上了文学创作之路。迄今为止,四十多年里,已有20多部长篇小说、中短篇小说集与散文集问世。

倪老师的作品大多数是以颂唱家乡浦东为主的,他表示:家乡的素材多到取之不尽。遍地皆是的新气象、新面貌,怎会不激起一位作家的激情呢?

在现场

王养浩

前段时间,我因右腿膝盖患疾,住进了一家区中心医院

一个病房三张床位,我是临窗的25床,26床先后是两位八十岁以上的耄耋老人。

第一位老人,先我几天住院,也是和我同样右膝盖动手术,我入院时,他已手术好。老人个子不高,一双有神的眼睛,眼角没什么皱纹。他很热情,指点刚入院的我,要注意些什么。他告诉我,他八十八岁了(看上去最多八十出头),讲话中气很足,退休前在船厂工作。他住在黄兴路上大润发超市旁边的老式旧公房。该公房共有五层,老人住在三楼,没有电梯。他对我说,因为腿脚不好,将近半年未去超市和黄兴公园。他的老伴十多年前去世,子女要接老人过去同住,便于照顾,但老人坚持要独居。平日,他订了助老餐,请保洁阿姨定时来打扫房间。

八十八岁高龄的老人,之所以要来住院手术,最大的愿望便是可以上下楼,到附近的超市和公园走走,看看超市闹猛的人群,买点心仪的东西;欣赏公园美丽的风景,在湖边木椅上坐一会儿。

他告诉我,他手术很成功,且这种手术在该院十多年来,已成功进行了上千多例,在全国领先,他是冲着该院这个特色来的,一再劝我对手术不要有任何思想负担。

出院那天,天下着雨,他一直催着开车来接他的儿子,一旦雨小了,立即送他回家,他要开始新的生活。临别时,他主动和左右病友挥挥手,我们也衷心祝愿老人回家后,一切顺意,开始过他向往的新生活。

耄耋之年的向往



落霞与孤鹜齐飞 秋水共长天一色 (篆刻) 张小天 作

第二天下午,26床来了一位仍是八十高龄的病友,个子高高,腰板挺得直直的。陪老人入院的是他的小妹,也有六十开外了。据她说,哥哥是聋哑人,一岁生时生病而致。嫂子则是先天性的聋哑人。两人生有两个儿子,大儿子遗传,也是先天性聋哑,小儿子则逃过一劫,现在美国开个小饭店。小儿子得悉父亲住院的消息后,经常打电话给两个孀孀,感谢她们悉心照顾父亲,也请她们保重身体,一切费用他来承担。

老人的性格也很开朗,一天晚饭后,他用手比划着告诉我他是木匠,能干一手好活,老人展示他双臂的肌肉,露出自豪的神情。老人七年前在此医院做了右膝手术,很成功,这次来做左膝手术。家人和亲属都认为他年岁已高,不做为好,但老人一定要来。

据他后来陪夜的近七十岁的大妹说,大哥做人做事都很有“腔调”,逢年过节,甚至双休日,都会热情邀请她们去吃饭,他烧了一手可口美味的好菜。

七年前,为他右膝成功手术的是关节科主任。主任来查房时,他不停地向主任点头致敬,不停地向主任指指左膝,双眼露出恳求成功的神情,让主任十分动容。主任马上请他的妹妹打手势告诉老人,要他放心安心。他妹妹说,老人坚决再要动手术的原因,其实很简单,一是兄妹间可以经常走动,二是他可以到菜市场买菜,继续烧可口美味的菜肴,照顾家人和招待妹妹。

我出院的那天下午,老人在手术。通过和27床病友的微信联系,我得知老人手术也很成功,真为他高兴。

“千里之行,始于足下”,两位老人在耄耋之年,坚决要用健康的双腿,走向寻常生活,这种积极的人生态度,深深感动了我,教育了我。