

把大包小包的菜蔬装上朋友的后备箱,待他们上了车,目送汽车驶出小区,转身回到杯盘狼藉的屋里,我真的感到有些累了。

年届退休,卜居乡下。为了迎接朋友光临,我从昨天上午就开始了“打仗”,先是盘算菜谱:五花肉是红烧的,大闸蟹是清蒸的,雪里蕻是院里现摘的,三黄鸡是姑妈家散养的,可两吃,一半白切,一半煲汤……我曾经在课堂里教孩子们阅读华罗庚的《统筹方法》,所以我是深谙统筹秘诀的。所以我在厨房战斗的间隙,比如在等待红烧肉焖熟的关键环节,我会奔到楼上,把三个房间的被子晾晒到阳台上,并把客房的枕套、被单扯下来扔进洗衣机。而在下一个环节比如煲汤的时候,把洗好的被单晾晒出去……

不到两小时,已是战绩斐然。阳台里、栏杆上,长短、高低、厚薄,五颜六色,旌旗招展。好一派活泼泼的人气。厨房里,工作台上,锅、碗、瓢、盆,大的、小的,冷的、热的、荤的、素的,一字排开……

当然有时间的去书房瞄一瞄,曹老师正伏案修改刚完成的作品:易安诗句“门前风景雨来佳”,说是第一次尝试无边篆刻,效果不错。一边欣赏李清照“门前风景雨来佳”,一边调侃“寻常饭菜客来香”,然后毫不讲究地牛饮一杯温凉的菊苣,好一种人间值得的爽快啊。

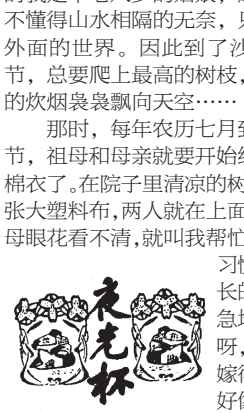
下午三点,朋友驾到。我已收拾停当。果碟、茶盏;开始海阔天空,心平天下。朋友到家后,给我发了一条很长的信息,有不胜叨扰的歉意,有对盛情款待的感谢,更重要的是贴心的提醒:家务须分工,男女平等,单向付出会助长另一方的傲慢……

说真的,我上上下下,奔进奔出,我并没有觉得辛劳,我一直沉浸在快乐之中。从发出邀请,我就开始期待,准备食材,研究烹饪,尽管我至今不明白怎么把一公斤的肉煮成“糯絮”的。我一直处于亢奋的情绪中。与朋友相处时的尽兴,之前的憧憬,之后的回味,都是美好的记忆。我感谢朋友的怜惜,又告诉她,每个家庭都有自己合理的模式,老天爷都是安排好的。就像齿轮,牙白,天衣无缝,一个尽情展示,一个真心欣赏。时间老人早把人融为一体,心相印。常常不用言语,就知道对方在想什么,需要什么。彼此陪伴,彼此慰藉。

我常常想不通,为什么爱人坐在副驾驶的位置上可以肆无忌惮地呼呼大睡。而曹老师开车时总嗔怪我:反正由你盯着前方,我不用那么紧张了。反正,我就这么乐意“瞎操心”。

默契

陈美



读书离家时,房前还不曾有山楂树。屋后的杏树和沙果树倒是年年结果,结得最高的比房顶还高许多。当时我是个七八岁的姑娘,还不懂得山水相隔的无奈,只一味幻想着外面的世界。因此到了沙果红透的季节,总要爬上最高的树枝,呆看邻居家的炊烟袅袅飘向天空……

那时,每年农历七月到了挂锄的季节,祖母和母亲就要开始给孩子们缝制棉衣了。在院子里清涼的树荫下,铺开一张大塑料布,两人就在上面絮起棉花。祖母眼花看不清,就叫我帮忙穿针引线。我习惯把线穿得长长的,祖母就着急地说:“傻孩子呀,线穿得越长,嫁得越远!”我却好像得到了某种

我小时候喜欢读《三国演义》。有一回,父亲见我埋头于此,突然说要考考我。他给我出的是个谜语——油余臭豆腐,打两个“三国”人物。谁知他的话音刚落,我的谜底就出来了——文丑,黄盖。文丑,闻臭的谐音;黄盖,当然指油余后的豆腐表面结起黄澄澄的一层盖。父亲大为惊奇,以为自己生了个天才。他哪里知道,这个谜底,在我的小伙伴朋友圈里等于谜面,太众所周知了。

其实,把文丑、黄盖并列于油余臭豆腐上,是不对的:当臭豆腐还散发着臭味时,它不可能黄;当油余臭豆腐看上去黄澄澄时,它不可能臭。如果把这条谜语拿到远离江浙沪的地区去猜,相当于让人说清楚圆周率小数点后究竟有几位数,很难。如湖湘一带,油余臭豆腐既不黄也不臭,黑乎乎的,只能让人联想到黑面虬髯的关西大汉周仓,谜底恐成死结。

大致来说,餐馆或路边摊的油余臭豆腐,分成两种:一种五六厘米见方,一两厘米厚,被炸成金黄色;另一种是略微小一点、薄一些,无论油余与否,外观总是黑的。必须对两者进行界定的话,前者可称白臭豆腐,以绍兴臭豆腐为代表;后者可称黑臭豆腐,以长沙臭豆腐为代表。

油余臭豆腐的制作方法尽管差不多,区别还是有:前者放入霉苋菜梗配制的卤中浸泡,后者则放在干冬笋、香菇、浏阳豆豉和上好白酒的卤水中浸透。所以,它们自身都有一种独特鲜味。还得啰嗦一句:白臭豆腐有种别样的臭味,黑臭豆腐则基本不臭,那是掺入白酒的作用。

白臭豆腐的臭味从何而来?按正常程序操作,豆腐在腌制和发酵过程中,蛋白质在蛋白酶的作用下分解,所含氨基酸充分水解,产生了硫化氢化合物,导致一股刺鼻的臭味。那白臭豆腐和黑臭豆腐表皮上黑乎乎的东西又从何而来?白臭豆腐是霉菌的作用,黑臭豆腐则是黑豆豉煮沸染的。

臭豆腐的整个制作过程要求在自然条件下进行,市面上有些臭豆腐被人诟病,主要是偷工减料、投机取巧,比如,为了放大“臭味”,不惜使用氨水;为了增加“黑度”,蓄意采取绿矾等。还有一个风险来自于制作工艺的不到位。制作臭豆腐,对于温度和湿度的要求非常高,控制不好,极易受到有害细菌污染,放倒食者。在市民看来,臭豆腐,“不臭不黑”属于伪劣产品;换作“又臭又黑”者呢,又有假冒的嫌疑,于是形成了怪圈。

曾经很长一个时期,街头巷尾,尤其是秋冬,到处是卖油余臭豆腐的摊点。一元钱三四块,放在一只泡沫塑料的饭盒里,人们手拿两根极粗劣的小木棍当作筷子,背着寒风,缩着头颈,龇牙咧嘴地吃着。那阵势,可谓地不分南北,人无老幼。清末出版的《图画日报·行业写真》中有“卖臭豆腐干”一则,配诗曰“臭豆腐干臭且臭,臭腐如何可入口。不道世多逐臭夫,买来下粥下饭兼下酒”,道出了它的妙处。

上海人很喜欢吃臭豆腐,知道路油煎的不卫生,那就自己油煎。然而,在家弄和在外弄,性质完全不同——前者当作小菜,后者当作小吃。油余臭豆腐虽不是什么高档东西,却是极受欢迎的吃吃东西。某些豪宴上,它的风头甚至盖过燕窝鲍翅肚。因为吃得不过瘾,食者往往还要再来一份,其情形很像吃腻了肥胖要用萝卜白菜调剂一下。

油余臭豆腐固然以外脆内嫩、表黄里白为指征,蘸点辣酱也是上海人不可或缺的标准制式,除此之外,我还有点“怪癖”:大小一定要近于一块香豆腐干,才对眼;那种如纤薄的黑臭豆腐,或形状似油豆腐,或对角线裁开的油余臭豆腐,我兴趣不大。实在

屏不牢,那我不客气啦——连下几筷,零存整取,“以时间换空间”,达到总量相抵为止。务请同席者亮堂,勿以吃相难看而加讥嘲;否则,我定以白眼视之,勿谓言之不预也。

有人说油余臭豆腐“味之有余美,玉食勿与传”,意思是,既然好吃,吃就吃吧,不必哇里哇啦到处嚷嚷“好吃,好吃”,显得没涵养。那算什么话?你以为吃货们都是徐志摩啊——“悄悄的我走了,正如我悄悄的来;我挥一挥衣袖,不带走一片云彩。”

切!

居室附近,正在新建、改造公共绿地。我去去转转,见到一件令人颇首称道之事:人行道旁,长方形板状绿地、花坛,适度“瘦身”,同时两头有规有矩的棱角,都一改为圆弧形了。如此“除角化圆”,良好的实效立马显现。其一,使有些行色匆匆者(尤其在夜间)免除被花坛棱角“拉扯”裙裾裤脚的尴尬;其二,原先有人为拐弯少走几步,且斜穿草坪,踏出有如对角线的不雅“捷径”渐次消失。其三,花坛绿地首尾相融,由直别别扭扭的呆滞,转化为圆融曲线美的视觉效果,显然也前行了了一步。

是的,“圆”者,历来有圆通、顺畅、圆满等吉祥含义。绿地花坛去角化圆,既顾及环境,更惠及广大行人。此也许可良为设计施工中细枝末节上的改进,却能收到良好及长久的社会效益,无疑是从从业人员善于开动思想机器,精心策划又精准操作的成果,值得点赞。

窃以为,此举对一切意欲不断提高管理服务水准的行业、部门,都有举一反三的启示。请允我以银行为例。有客户仅为办理存取折分把钟的事,却必与办理繁杂的存款取款、转账等客户混排长队。于是,多耗上数倍时间,累累腰酸脖子痛,难免令人尤其弱势群体弱老

人心急生怨。如能将其与别的业务剥离,添个单一的拉卡设备,问题即可解决。这便是“用心服务,用户至上”的体现。不以善小而不为,久而久之,量的积累必然催生质的飞跃。提供和接受服务的双方均受益者,实现真正意义上的“双赢”。此可否说是从“除角化圆”中得到的一点启示?

章胜利

有感于“除角化圆”

灯花

泰宁红军街(钢笔淡彩)

陈毓龙

山楂红了

红英

可以飞翔的启示,把线穿得越来越长。十八岁那年,小姑娘如愿以偿,被录取通知书领出了家门。此后,回家被紧锁在特定的节点上,故乡的四季也开始渐渐疏远。早年父母盖新房,挪宅基,杏树和沙果树相继被砍掉。后来在新房门前种下了几棵山楂树。直到前些年祖父弥留之际在梦中呢喃:“多好看的山楂树啊!”我才认真留意:晚霞里的它,散发着镀了金一样的光芒。

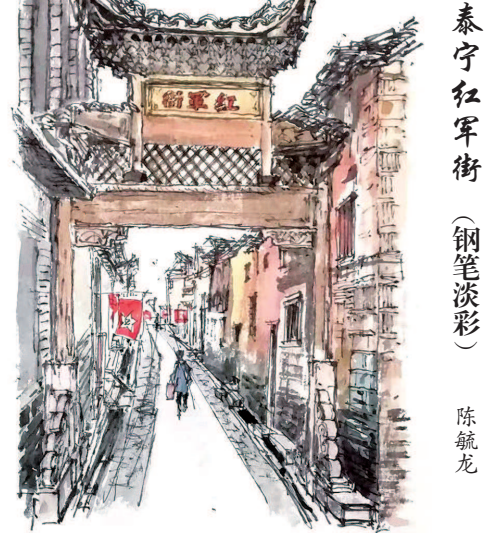
前年春节一家人回乡过年,晚饭后,母亲突然想起给外孙留了好吃的。去厨房许久后,端来一碗自己做的山楂罐头,还不忘指着门前的树,给我形容它们结果时的样子。我向窗外望去,天已然黑透,灯光打在玻璃上,我只看见了一家人热热闹闹吃罐头的踪影。一时间,酸甜的滋味从舌尖涌进心里,我好像又尝到了几分沙果的味道。

山

李元红

年少时虽瘦弱,却灵活得如一只猴子,什么空翻、后空翻,一次连续几十个都不在话下。几十年来,身体在不知不觉中不听使唤。一次偶然的机会,我跟随一位校友走进了瑜伽工作坊。体式让我身体的所有问题露馅,腰弯不下、腿站不直、髋打不开,身体不听使唤,即使照葫芦画瓢,我的体式也都是走样的。

对体式不得要领,不懂怎么发力,习练时痛得龇牙咧嘴,二十一天的课程,上了五天,我便当了逃兵。但神奇的是,一周后疼痛消失,换来了三个月的轻如燕。好奇这转变,于是,我每隔三两个月,便逼着自己去上一次密集课。第二、第三次密集课,类似第一次的感受,但三五天的习练如给身体充了电,换来三五个月的活力满满。



从量变到质变,我的身体渐渐有了质的飞跃,胳膊腿灵活了,铁板似的肩松了、背直了、腰挺了。我掌握了一些体式的要领,知道了如何提胸、提大腿、发力,身体各部位也开始联动了,得到了润物细无声的滋养。或许我一直在进步的路上,以前很多做不到位动作,如今有点样了,能驾驭身体的感觉真好,习练带来前所未有的愉悦。在老师的不断敲打下,大臂伸直,胳膊旋转到位。不断内观瑜伽作为一门运动,也作为艺术、哲学、医学、力学等多门类学科的精美。身体似老旧机器,万幸瑜伽适时注入了润滑油。

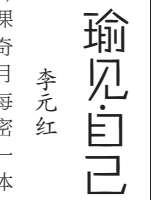
七夕会

李元红

听说习练瑜伽没有终点,因为瑜伽,我远离了按摩,纠正了日常生活中的不良习惯,坐姿、站姿端正,不再“坍塌”在沙发里休息,不再弯腰驼背行走,不再跷二郎腿。习练的疼痛取代了经常性的身体不适,随着身体变轻盈,心情也变得更加明快,处理工作的效率大大提高。心明眼亮,看阳光明媚,看万物生辉。

在最近的习练照片,我看到了差距,也看到了进步,是鞭策也是鼓励。放下外界的繁杂,专注体式,让我对瑜伽有了不同的认知和理解。早期习练只想换得胳膊腿的灵活,意外收获身心合一的时刻,身体轻盈,内心笃定常态化。身体能量的转变,在习练的一招一式间。老师说“身体从僵硬变得柔软,心灵也会随之净化,就像炼金一般,反复淬火,去除杂质”。

愿余生带着热爱瑜伽之心上路,不间断地去习练体式、呼吸和冥想,在瑜伽殿堂触摸身心的柔软。



瑜见自己

李元红

健康