

幸福的钟点工

桑胜月

前几个月里,好寂寞好寂寞。“笃笃、笃笃”的敲门声成了唯一的盼望,不用说,一是快递员,二是钟点工。还能有谁呢?

我家钟点工小崔,永远花枝招展,行头一套又一套,还很新潮。不知道的还以为是我家的客人呢。我常跟她开玩笑:小崔,你很摩登哦,跟写字楼里出来的一样!她就咯咯笑:阿姨笑话我了,我哪有那个气质?并掰着指头跟我说,何处做了几家,何地又是几家。我的天啊,拢总十家出头呢,毛估估的收入近万喽。我道:你太辛苦了。她接话茬:是辛苦啊,我家老公说,你赚钱好不容易,你愿怎么花就怎么花!她的总结句是:我老公爱看我漂漂亮亮的!

其实,小崔更爱看她的老公漂漂亮亮的。一天她让我看手机里的照片,上面是五六个穿着清一色广告衫的男子。她问我,你认出谁来了?哟,中间是咧嘴笑的黄渤!其余也都有黄渤的粗犷劲,唯独黄渤边上的一位透着清秀。小崔指着说,这就是我老公!满脸的骄傲。我赞道,比黄渤帅哟!原来小崔的老公正在电视剧组帮工。

她像是怕我不信,又翻出了老公的日常照,果然帅气。我忽然想起,小区有位安徽籍的老清洁工,夏天她的儿子和女婿来打零工,都高挑英俊得可以。我说,你们安徽出美男啊!小崔的回答是:女丑抱金砖,男俊跑遍天(天下)。所以找男人一定得找俊俏的。别的不说,看着也舒服。

小崔“晒”得最多的还有老公的疼人。今年生日,她打开视频让我看,屏幕里是一瓶红艳的玫瑰,是老公特地买给她的。我说:冬季的玫瑰是天价呀!都老夫老妻了。小崔一撇嘴:他知道我喜欢花,生日买花,意义不一样嘛。那天他做活特别带劲,也特别提出要早点回家:老公要带我出去兜兜风。

疫情前,小崔晚饭后必去跳广场舞。她转述老公的话:老婆在外烧了百家饭,回家哪舍得她再下厨?疫情来了,跳惯舞的她依然不甘,于是录视频、发抖音,唧唧呀呀地唱,袅袅娜娜地舞。什么都挡不住她找乐子。我说,小崔啊,你整天乐乐呵呵,好像没什么心事呢。小崔答,哪能啊,心事也多,乡下的儿子女儿、父母公婆,哪个不得操心?难不成天天愁眉苦脸?又说,我以前做的几家老阿姨,天天牢骚,吐槽这吐槽那,弄得一家没快活空气。我就开导她们,现在不是兴说“快乐每一天”吗?每天都快乐,一整年就快乐!人老了,更应该抓紧快乐一天是一天。呵呵,这话还真说到我心里了,她的通达也默默地影响了我。

虽说小崔衣服爱翻花头,爱唱爱舞,但从不爱攀比。她做的人家有的很豪华,每当说起,总说没啥了不起。自家租的房子里也有跟你们一样的淋浴房,一样的红漆地板,墙上面砖,地上地砖,一样明亮干净——我能不把自己家搞干净嘛!和人家比什么比?比不过来的!自己舒服就好!阿姨,你说对不?



玉龙雪景 (摄影) 高昇宝

秃黄油是苏式精致生活的美食代表,近年来再次得以大行其道,这也是经济发展和文化的传承。秃黄油从口感上来说,确实鲜美无比。现在各地都在养殖大闸蟹,秃黄油的原料产地也有了多种选择,好处就是成本可控。请客吃饭,上了秃黄油,就可忽略翘翘蒸肚了,也许这也是秃黄油大受欢迎的原因吧。大厨们为秃黄油的呈现动足脑筋,我近年来吃过几道秃黄油的菜肴,写出来真是可以馋人的。

秃黄油拌饭或是蟹粉拌饭,现已是蟹宴的常规主食。也有人凭着一道蟹粉拌饭,就可以在路边或购物中心开出一家小餐厅,特别是午餐时分,一定是顾客盈门。一碗蟹粉或秃黄油拌饭,加上一小碗

蛋花汤和一小碟水果,确实是美味又有营养的快捷工作餐。

从前苏州富贵人家吃秃黄油,一大海碗秃黄油,没有蟹肉,只有蟹黄和蟹膏,简直就是是一大碗“胆固醇”。多年前,苏州名士叶放老师在南石皮记雅集上推出的秃黄油配黄金饭,特别是经过沈爷的大力鼓吹,就一直被店家模仿,但从未被超越。秃黄油配黄金饭是按照古法,先用小菊花汤煮饭,在焖饭的时候再放入小菊花。开吃之时,每人先上一小碗黄金饭,一小碗秃黄油,再来一小碗米醋,拌匀而吃。菊花的一丝丝清香,闻之醒脑,食之去腥,秃黄油似乎也不那么油腻了,而秃黄油又包裹着黄金米饭,味道不再只是鲜美,而是更加丰富,令人垂涎。

上海人有句闲话:做人轧道老重要。因是好因,就怕轧了坏道。人是社会属性的人,就有自己的社交圈子。常言道,物以类聚,人以群分。你是什么样的人,便会结交同样的人做朋友。

我们“幸福四家庭”是个范例。四对夫妇都是中共党员,世界观、人生观、价值观比较一致,年龄相仿、经历相同,下一代都是女儿、兴趣爱好好相投,每月组织一次活动十分开心,亲切的程度胜于同胞兄弟姐妹。

孔子告诉我们如何区分“益友”和“损友”：“益者三友，损者三友。友直，友谅，友多闻，益矣；友便辟，友善柔，友便佞，损矣。”所谓“益友”，就是正直无私、宽恕、博学多闻的朋友。这些朋友可以劝诫自己的过失，宽宏大量、多闻通达，这样的朋友交之，可以帮助自己改过迁善、拓开心量、解决迷惑，因而而是有益的。所谓“损友”，是指恭谨周旋、善于面柔、巧舌如簧的朋友。恭谨周旋的朋友言语巧妙，绝不得罪人，这种人善于奉承；善于面柔的朋友，只是着重在表面做文章；巧舌如簧的朋友，可以无理辩三分。交这三种朋友对自己都有损害。

朋友之间要以道相交。古人论人与人相处之道，云：“以利交者，利尽而交疏；以势交者，势倾而交绝；以色交者，华

彼时，疫情按下了国内外旅游的暂停键，我们开始了闲云野鹤的郊区游，虽“足不出沪”，但仍有“诗和远方”的浪漫。

“胜日好郊游，一带山川胜如绣。”这三年，除了特殊月份，我们一行十人，每月一次，每次数日，自愿报名，自由出行，AA制。唯求行不远、住整洁、景有趣、菜有味、娱有乐。三年中，我在郊游时不仅留下了脚印，还留下了自以为乐的诗句，谓之“诗”游郊区（不是格律诗，仅是押韵的句子）。

那次，我们去崇明绿华镇的桃源水乡，与之隔堤相望的是西沙湿地公园。翌日入内，蔚为壮观的芦苇茫茫苍苍，白色的芦花轻盈摇曳，阳光下的水杉金灿灿一片，蜿蜒的木栈道闲适地伸向深处，栈道两边的滩涂上，湿地的底栖动物“神出鬼没”，空中不时掠过飞鸟，欢鸣潇洒。极目远眺，海天一色，“醉美西沙”让人惊艳。有感受

发，我轻吟“芦苇苍茫鸟欢鸣，栈道深处寂空静。西沙湿地最桃源，归来栖不了情”。

在金山山阳镇，我们栖居的林泉渔家傲民宿，与金山嘴渔村为邻。渔村历经沧桑，却风韵犹存。漫步老街，浓浓的“渔味”扑面而来，修旧如旧的老宅，黑白白墙，墙面上绘制着渔民远帆出海的情景和旧时的捕鱼方法：鱼鹰捕鱼、敲石捕鱼、鱼笼捕鱼等，一式一画；沿街店铺“无渔不开”……徜徉其间，或邂逅渔村古屋，或偶遇饱经沧桑却依然健硕的老渔民，或发现一口古井一叶朽木渔舟，在“海和渔的味道”间，我不由得写下了“海边村泉渔家傲，品茗观景听海涛。老街古韵今犹在，渔村风情仍妖娆”的诗句。

那年夏天，我们去松江新浜镇的雪浪湖度假村游玩。雪浪湖以温泉出名，来自地下208米、水温40摄氏度的温泉受人青睐，名目繁多各具

秃黄油变奏曲

刘国斌

产，头大身圆尾小，似圆桶形，可鼓气如球。于右任有诗：“老桂花开天下香，看花走遍太湖旁，归舟木渌犹堪记，多谢石家肥肺汤。”所以，多少年来，说起苏州的鲃鱼，老饕也要流口水的。

金秋的苏州有一道名贵佳肴叫炒鲃鲃，苏州华永根先生曾经说过：“炒鲃鲃还有一个感官上的审美要求：鲃肝要肥，蟹

油要亮，蟹黄要红，蟹膏要像水晶一样透亮。”而我们在吴江宾馆所吃到的这碗秃黄油鲃肝拌面就完全达到了这样的境界。

秃黄油和鲃鱼肝强强联手，除了鲜上加鲜，口感上也有了更多层次的感觉，蟹黄硬朗，蟹膏粘稠，鲃鱼肝肥嫩，这三者结合，再加上吴江宾馆自制的面条，吃上一口，这就是真正的美味体验和享受。

落而爱淦；以道交者，天长而地久。”朋友之间的交往也是如此。以利交、以势交、以色交都不能维持长久，唯有以道相交才能天长地久。那么，朋友相交之“道”是什么呢？古人云：“与朋友交，言而有信。”朋友相交之道就是“信”。与朋友交往，言语行为都很守信，才能获得朋友的信赖，在困难的时候才能得到朋友的帮助。年轻人处于事业的起跑线上，能否交到好的朋友，直接决定了自己的前途命运。曾国藩说：“一生之成败，皆关乎朋友之贤否，不可不慎也。”鉴于此，交友务必要“亲君子，远小人”，选择结交对自己德行提升有帮助的朋友，正如古人所说：“亲附善友，如雾露中行，虽不湿衣，时时润。”好的朋友，能在不知不觉中帮助自己提升境界，走向幸福的人生。

现在，有些人喜欢结交酒肉朋友、富商巨贾。其实在这种人群中是很难找到真朋友、拥有真正的友谊的。到最后往往只是人生的一场噩梦！如果出于个人私欲而结交了一群酒友，甚至还结交了不少损友、佞友、贼友、恶友、毒友，能有什么好结果吗？在结交朋友的问题上要持慎重态度，要为修身养性而多交“益友”，用毕生的精力去寻求和结交那些不可常遇的诤友、益友、挚友。如此这般，可遇知己，此生足矣。

特色且且有养生美颜功效。度假村口，挤挤挨挨的荷花恣意绽放，荷叶摇曳，荷香氤氲；村内绿树葱茏，竹林婆娑，花红鸟鸣，东南亚椰树风情下的露天温泉，风情万种；阴阳泉、硫磺泉、矿砂泉、玫瑰泉、醉泉，宛如品尝不同风味的美酒，浸泡其中，“春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂”的感觉油然而生。我亦附庸风雅曰：“浦江之源涌温泉，热气袅袅娇媚现。涤尘去污焕然清，沉浸其中犹思贤。”

闲云野鹤“诗”游郊区

薛全荣

有一年春节，我们去青浦夏都小镇的漫心酒庄小住。夏都小镇因其清新时尚成了旅游网红。小镇除了浓厚的文化文艺氛围外，集德、法、意、日、澳等各国美食和酒吧于一地，异国风情跃然街区。地处郊区的小镇不属烟花爆竹燃放禁区，在震耳欲聋的噼噼啪啪爆竹声中、在呼啸上升的烟花灿烂绽放时，陡然而生“儿时过年的味道”，我留下了“新春爆竹鸣，佳节倍思亲。除旧迎新时，犹念民俗情”的诗句。

那些年，去奉贤庄行

于冬季。

吴越美食推进会创会长蒋洪先生把松子东坡称为“苏州红烧肉中的天花板”。而我和朋友们在兴国宾馆所品尝到的秃黄油东坡，又是在松子东坡的基础上不仅“加镶肉茸”，还用秃黄油取代了松子。秃黄油的色彩亮丽，盖在东坡肉上面，让食客的眼光一下子聚焦在秃黄油上，有秃黄油加持，东坡肉的段位也提升了不少。秃黄油的鲜甜也让东坡肉鲜上加鲜，食之不仅让人唇颊留香，回味无穷，而且津津乐道。突破这块天花板的正是国家级烹饪大师徐鹤峰先生。

一道秃黄油，经文人大厨们的努力，新意迭出，正如嘉禄老师所说：“想象力和创造力赋予每道蟹肴以浪漫色彩，也为中国饮食文化做出了可贵的实践。”

于冬季。

吴越美食推进会创会长蒋洪先生把松子东坡称为“苏州红烧肉中的天花板”。而我和朋友们在兴国宾馆所品尝到的秃黄油东坡，又是在松子东坡的基础上不仅“加镶肉茸”，还用秃黄油取代了松子。秃黄油的色彩亮丽，盖在东坡肉上面，让食客的眼光一下子聚焦在秃黄油上，有秃黄油加持，东坡肉的段位也提升了不少。秃黄油的鲜甜也让东坡肉鲜上加鲜，食之不仅让人唇颊留香，回味无穷，而且津津乐道。突破这块天花板的正是国家级烹饪大师徐鹤峰先生。

一道秃黄油，经文人大厨们的努力，新意迭出，正如嘉禄老师所说：“想象力和创造力赋予每道蟹肴以浪漫色彩，也为中国饮食文化做出了可贵的实践。”

那道秃黄油，经文人大厨们的努力，新意迭出，正如嘉禄老师所说：“想象力和创造力赋予每道蟹肴以浪漫色彩，也为中国饮食文化做出了可贵的实践。”

那年五月，学生开车接我去踏青。春色明媚，灿烂的阳光洒在身上，暖洋洋的。车开出不久，忽听车顶噗噗两声，学生赶紧下车看，鸟屎！他懊恼地说，要赶紧洗掉，否则会留下痕迹。洗车时间有点长，我站在出口处看“野眼”，旁边是一家烤鱼店。

来了个骑车的男生，我眼睛一亮，他皮肤白皙，眉清目秀，好俊的孩子！他停下后问我：“你在这里做什么？”“等洗车。”“不是来吃烤鱼？”我指指店门答：“烤鱼店不开门。”“是啊，我找了一大圈，没找到一家开的，想吃烤鱼，都快疯了。”

那么夸张，我忍俊不禁，给他出主意，可以叫外卖啊！他无奈地说：“爸妈不许我吃，说是垃圾食品，没法叫外卖。”他灵机一动说：“是啊，可以叫外卖，可没人陪吃，没劲。你陪我，好不好？我把外卖叫到这儿来，我请你吃。”我忍不住笑，这怎么行！我不爱吃这种东西，再说这把年纪了，站在街边吃烤鱼？让人看见了像什么样子。我转移了话题，与他聊起来：“你读几年级？”“初三！”马上要中考了。“是啊！下月中考，再不吃，被爸妈管住，没机会吃了。”“什么学校？”“××附校。”“好学校啊。”“你怎么知道？”“我去你们学校讲过几次课，前年还为学生讲过课，那时你上初一，没听过？我知道了，你是在教室里看转播，没好好听。”他抓抓头，默认。

“你们校长是我老朋友，认识廿年了。”“你是老师？”“是啊！不像？”“像！你就像老师，可又有点不像。老师可不会站这儿和我聊天。”我觉得奇怪，“为什么？”“老师哪有空？再说，我们也不想和老师聊，没话说，见到老师都跑得远远的。”

“为什么怕老师？”“怕倒不是，就是离远点好，没话说，也不想说。如老师找我们谈话，肯定是祸事来了，所以，离老师远点安全。”“为什么和我这个陌生人说话呢？”“我不知道，就是愿意和你说说话。你很，很……”他似乎找不到合适的词。我笑了，又转移话题，你们王校长调走了。“这你也知道？调走好久了，现在是周校长，你认识吗？”“认识，但不熟。”

他看着小店关着的门，又去看门上贴的纸，摇摇头说：“没什么时候开。等店面开了，我们要复课，没时间来了。”我正犹豫着要不要让他叫外卖，放下“斯文”在街边啃“串”？这时，车开出来了，停在出口处，后面有人喊：“此处不能停车！”容不得我犹豫，只好赶紧上车，与孩子匆匆告别，说了一句，“祝你好运！”他恋恋不舍地望着我，我却鬼使神差似地只一个念头，此处不可停车，要被罚款扣分的，跳上车，走了。

回头望，他跨在自行车上，仍望着我，我搔下车窗向他招手，想说什么，却哽住了。我忽然觉得做错了什么，我应该停下来，和他一起叫外卖，吃烤鱼，吃得满嘴流油，陪他说说话，再加个微信……可我什么都没做，一句话也没说。车开远了，再看，他还站在店门前，呆呆地向远处望着。

我常常想起这个孩子，不知他中考成绩怎么样，进了哪所高中，偶尔走过那个已大开店门的烤鱼店，心里会有些许遗憾。这样的中学生，不是一个两个。陶行知先生说，孩子最需要的不是爱，而是了解。父母爱他们，老师希望他们成绩好，但是了解他们吗？陶先生又说，小孩子的话是最重要的话，小孩子的事是最重要的事。大人能不能放下身段，和孩子平等对话，哪怕只有一次，陪他吃顿烤鱼，听他说说心里话，很难吗？

寂寞的孩子啊！我忘了问他姓名，可是问了又怎么样呢？

镇的“三山水境”，有“树木葱茏鸟雀飞，湖光山色波涟漪。三山水境好休闲，逍遥田园暮来迟”；在青浦朱家角古镇，有“潇潇雨中秋渐浓，碧碧湖水一丛红。静谧老街静依旧，自然美时却朦胧”；在嘉定马陆镇，有“绿草如茵花如海，老藤葡萄果累累。农家农俗农味浓，自采自品乐自来”；在浦东周浦镇的“筑逸”，有“卧听南窗雨，静看北天云。晴耕雨读勤，乡野满园春”；在宝山罗店镇园道园，有“老桥亭榭曲廊幽，灵石珍木古微楼。乡野田园痴绝处，闻道园里梦一流”。

二十余次的郊区游，我留下了二十余首诗，收获满满。有位哲人曾说过：“有有趣灵魂的人，才会有快乐的现实。”而我则深感“灵魂和现实”来自旅游的乐趣，不知与我同为“银发一族”的退休老人以为然否？

二十余次的郊区游，我留下了二十余首诗，收获满满。有位哲人曾说过：“有有趣灵魂的人，才会有快乐的现实。”而我则深感“灵魂和现实”来自旅游的乐趣，不知与我同为“银发一族”的退休老人以为然否？

二十余次的郊区游，我留下了二十余首诗，收获满满。有位哲人曾说过：“有有趣灵魂的人，才会有快乐的现实。”而我则深感“灵魂和现实”来自旅游的乐趣，不知与我同为“银发一族”的退休老人以为然否？

寂寞的孩子

叶良骏

