

# 夜光杯

自以文字为主业,阅读便是日课,难免因手头在写的文本而目的性过强,时间久了易倦怠而减了趣味。

一日,为写长篇纪实而研读史料至心神俱疲,索性搁笔休憩。烧水泡茶,随手拿起一本《随园食单》。看到《羽族单》中“云林鹅”三字心下一动。元代著名画家倪瓒,号为“云林子”,难不成云林鹅与这位大画家有关?果然正文首句便是:“倪云林集”中载制鹅法……倪云林的画我看过,轶事也有所闻,他还写过菜谱,这倒令我惊讶,按他的画风与性情,本是远离庖厨的做派。

1301年生于江南富庶之地无锡的倪瓒,52岁那年,散尽家财田产,将积

蓄、收藏分给亲友乡党,寄身一叶扁舟,过上了“鸥鸟时亲狎,松云共往还。厌闻尘世事,辍邈不相关”的日子,行踪遍及江阴、宜兴、常州、吴江、湖州、嘉兴一带,此间达到个人绘画成就最鼎盛时期,完成了如《松林亭子图》《渔庄秋霁图》《汀树遥岑图》《江上秋色图》等诸多对后世影响极深的代表作。

远山静水、缓坡平岫、孤岛寒汀、疏林修竹、茅屋小亭……平远的构图、清淡的墨色、观之满目幽寂、品之满怀岑静,直教人心如止水。有人问过倪瓒,为何从不画人,他答:“世上安得有人也!”厌恶肮脏虚伪、追名逐利的俗世,若在现实生活中无法彻底跳出尘网,他便在画中营造一个至纯至净、安宁空明的

世界。倪瓒画论自谦云“仆之所谓画者,不过逸笔草草,不求形似,聊以自娱耳”。但元四家中,数他的笔墨最难学,可谓失之毫厘差之千里,他的高妙不仅在于技法之精湛,更在于那种“不染纤尘”“笔笔逸气”的高标格调。

倪瓒画作中,最令我受触动的是他于去世前两年,72岁时所作的《容膝斋图》。此画名源自陶潜《归去来兮辞》中:“倚南窗以寄傲,审容膝之易安。”这句诗令我想到,李清照号“易安居士”,钱锺书的书房名为“容安馆”。人生如寄、人生如露,浩瀚宇宙中,人这一世不过是一个短暂的一瞬间、一粒微渺的尘埃,求索再多、终成虚空,不若守持好初心与傲骨,哪怕经历再多苦难与纷扰,只要一方可容膝之便可心安。

此画乃典型云林式的“一河两岸”三段式构图。远山萧瑟,近树枯瘦,中有寥寥几笔勾勒的空亭,笔法老辣、晕染淡漠,一眼望去,清冷空寂至极,使人心生荒凉无着之感。看那笔法,五棵树叶有叶片,姿态各不相同,简淡至极的用笔,表现出每棵树不同的树皮与树枝之质感。近石与远山皆以淡墨皴染,远山上重墨点点,皆在最合适处,添一笔便多,减一笔便少,错落有致的点染呈现枯草寒林之相。水面不

心夸赞,更呵呵笑纳了善意开涮:嗨,这才终于让我们回忆起了你30多年前的样子来了!这一切是怎么发生的呢?其实我的“瘦身”不是刻意的,纯粹是“无心插柳”。硬要论说,原因也许仅有两条:一、食谱改变;二、勤劳多动。疫情过后不久,已三十好几

的儿媳生下了小;随之,当地职场严峻、产妇孱弱、养儿艰辛、家务繁重等向这对年轻夫妇劈头袭来,他们倍感压力山大。知道了孩子们的困难,确认了孩子们的意愿,我和先生当即买机票赶去相帮。然而,呵呵,困惑我们的难题也接踵而至:一是食谱陌生——他们主食很少吃大米;菜肴几乎不油炒油炸;不怎么吃猪肉;红烧菜肴几乎

不做;每餐保证足量的一荤一素一水果,偶添甜品。至于那些美味的“锅气”“爆香”“慢骂”啥的,他们并不在意。二是养娃新派——从“尿不湿”开始的一系列新产品、新方式,几乎灭掉了我源于三十多年前所有养儿经验……“主场”不是我们的,我们理应尊重年轻人的生活主张,尤其应放低身段向他们学习请教——只需瞅瞅家里这对年轻夫妇健康匀称的体型,就很可能说明他们的饮食方式值得我们采纳并去适应。

我先生全盘接手了厨房,他摒弃“易胖”烹饪法,发挥英国海鲜与牛羊鸡鸭肉品质优异、预制菜普及、调味料丰富的长处,现学现用“蒸烤烫煮拌煲”等技法,不几日就端出了色香味俱佳却无油



美好 (综合材料纸本) 周泰宏

“岁月不居,时节如流”,转眼又到了年终总结的时候。盘点本意是定期或不定期对库存商品进行清查、清点,以掌握货物进出、盈亏情况。早年,在我老家,乡亲们盘点就是梳理过去一年的收支盈亏情况,做到心中有数,盘算下一年怎样搞好生产经营。

年轻时,我在一所小学校教书。老校长不喜欢开会,到了年底,他自有妙法盘点我们的教学工作。老校长让每位教师拿出这个学年的备课簿,他一个个地检查,摸摸备课簿的厚度,翻翻字迹是否工整,行文是否整洁、美观,最后通过讲评,定出等次。这盘点之法着实令我们后怕,谁也不敢敷衍了。忽然想起古人也喜欢搞年终盘点。唐代诗人白居易曾作《岁暮言怀》,中一大碗酒、一大碗水蒸之,用竹箸架之,不使鹅身近水。灶内用山茅二束,缓缓烧尽为度。俟锅盖冷后,揭开锅盖,将鹅翻身,仍将锅盖封好蒸之,再用茅柴一束,烧尽为度。柴俟其自尽,不可挑拨。锅盖用绵纸糊封,逼燥裂缝,以水润之。起锅时,不但鹅烂如泥,汤亦鲜美。以此法制鸭,味美亦同。

此菜最讲究、也是今人最难效仿的是火候。每茅柴一束重一斤八两,待它自行烧尽,这般的火候,典型的功夫菜。对照我们现下的饮食,点外卖成了日常,预制菜很难避开,为一道菜如此耗费心思致人时物力,着实是一种奢侈。

据说在无锡,云林鹅至今仍是名菜,我尚未有缘品尝,倒借此菜之渊源重温了常识:再卓尔不群、成就显赫的人物,都是活生生的血肉之躯,离不开俗世烟火气的滋养。忽略了日常谈伟大、脱离了人性谈超拔,定然是本末倒置、空中楼阁。而我们平常人过日子,恰如做一道功夫菜,须得沉下心来、耐住性子,不随波逐流、保持好节奏,一点一滴积累,一步一个脚印向前,熬过水与火的历练,才能烹调好专属自己的人生况味。

更像年终总结,诗曰:“职与才相背,心将口自言。磨铅教切玉,驱鹤遣乘轩。只合居岩窟,何因入府门?年终若无替,转恐负君恩。”大致意思是说,感怀自己才能与职责不相匹配……担心让郡主

失望,辜负信任宠宽。唐代苦吟诗人贾岛则有点儿自恋情结,据《唐才子传》记载,贾岛“每至除夕,必取一岁所作置几上,焚香再拜,酌酒祝曰:‘此吾终年苦心也’,痛饮长谣而罢”。到了年终,贾岛与其说是祭奠诗神,不如说他是在为自己祈福。到了近代,鲁迅先生则是以记书账的形式进行年终盘点。年末,他要记购书的“年度账单”,买

## 年终盘点

刘琪瑞

了多少书,花了多少钱,一笔一笔记录下来,为这一年画上一个句号,既是一种很新颖的年终盘点,也是极具文人风度的年末雅事。如有一年的最后一天,他在“书帐”中称:“审自五月至年莫(末),凡八月间而购书百六十余元,然无善本。”“收拾悦书数册以自怡悦,亦可笑叹人也。”即使这样,他还经常感叹“书到用时方恨少”。看着日历一天天变薄,最后剩下寥寥几页,我们是忐忑不安,还是欣喜不已呢?细数流年里一个个如落叶的日子,盘点过往岁月的一幕幕、一段段,不管是丰盈的还是干瘪的,不管得到了多少、失去了多少,都已经不重要了,重要的是还有崭新的日历,作好最新最美的图画。

“在苍茫的大海上,狂风卷集着乌云。在乌云和大海之间,海燕像黑色的闪电,在高傲地飞翔。”这是高尔基著名散文诗《海燕》的开头。1964年的秋天,我刚升初三,语文老师让我们搞一次朗诵会。我是语文课代表,自然要积极响应。于是我到图书馆寻找资料,精通俄语的图书馆老师向我推荐了高尔基的《海燕》。一看就喜欢,没多久我就背了下来。在朗诵会上,当我背到朗诵到“让暴风雨来得更猛烈些吧”,当时我热血沸腾,心跳加快,仿佛自己也变成了海燕。

初三的学生是最爱做梦的年龄,由于命运的不公,我的翅膀被折断了,我渴望能像海燕一样飞翔的愿望无法实现。几年后的轰轰烈烈运动中,很多人改名,于是“要武”“向阳”“爱红”满天飞。我拿着户口簿去派出所要求将自己的名字改成“海燕”,接待我的民警说:“哪有男人起女人的名字?”海燕梦破灭了,于是我用另一种方式表达对海燕的喜欢。当我拥有了精装的日记本,我抄录的第一篇文章就是《海燕》,前面一页是毛主席语录,后面就是《海燕》,我将自己对海燕的感情投入到抄写中,因此写得特别端正。

我从读高尔基的《海燕》开始,继而阅读他的三部曲《童年》《在人间》《我的大学》,“我扑在书上,就像饥饿的人扑在面包上。”(高尔基)。尽管那时很多书都被列为禁书,我还是以各种方式偷偷摸摸读了普希金的诗,读了屠格涅夫、契诃夫、托尔斯泰等作家的小说,同时阅读了大量世界名著。从1965年到1978年的13年间,我读了390本书,其中中译小说有215本,写了36本读书笔记。是海燕将我领进了文学宝库。

今年国庆期间,我去中国近现代新闻出版博物馆参观,惊喜地发现“文化和友谊的使者——戈宝权诞辰110周年纪念展”中,有大量的戈宝权和“海燕”资料,那淡忘的记忆被打捞了上来。我在留言簿上写道:“我是奔着戈宝权的《海燕》而来。59年前的《海燕》影响了我一生。”从展会中,我得知戈宝权翻译的著名散文诗《海燕》入选中小学语文教材,成为家喻户晓的名篇。早在20世纪40年代,戈宝权就翻译过这首散文诗。1959年,人民教育出版社后致信戈宝权,希望能根据最新用词习惯修订《海燕》译文,于是就有了1959年《海燕》翻译手稿,以及之后的多次修订稿。展品中,戈宝权翻译的三个版本的高尔基《海燕》译文手稿尤其珍贵。

“让暴风雨来得更猛烈些吧”,古稀之年的我依然感受到了强烈的震颤。



## 云林画与云林鹅

王萌萌

40多年前在区镇读高中时,我每周或隔周回一次家,一根小扁担挑着米和菜,走大约20里路。中间要翻山,最吃力的是一条大约二百级的台阶路。一个星期天下午,我挑着米菜回学校,台阶路上翻山到一半,天突然暗下来,风吹过来,眼看一场阵雨就要到来。山风吹得人发冷,整条台阶山路上只有我独个人影。怎么办?回到山脚的村里避一下雨?下山要走的路不少,说不定下山途中就淋了雨。也不知雨要下多少时间,如果到傍晚,天暗下来,再翻山就有点怕了。继续往山上走?还有一半的台阶路要走,翻上山顶,走一段较长的山路,有一个凉亭可以避雨。当然,也可能走到凉亭之前就淋雨了。一切得由我自己马上决定。我选择全力往山上走,第一个目标是尽快到凉亭。在呼呼山风中,我奋力攀登,上了山顶,不敢休息,脚不停步继续往前走,没有心思看一眼山下芝塘湖的风景。平时翻岭之后,走在这段缓冲的山路上,总要欣赏山脚下波光潋滟的湖光山色。走到凉亭,稍作休息,又接着走,顺利回到学校。

## 成长的过程

秋水子

“奇怪的是,现在我却不记得那天后来有没有下雨或者淋着雨。那时,我大约14岁。”教授静静地听完我的故事,说:“你那天没有下山避雨是非常对的。这对你的成长有很大的意义。”

一个人成长过程中,会遇到意想不到的事情,得自己独立做判断、做决定。这并不容易。我那次决定继续翻山,固然是时间逼人,不容迟疑;也是因为我我知道山上的路,有个凉亭可避雨。我也曾问自己:如果独自一人翻越陌生的山岭,爬山遇雨,怎样选择?下山避雨,还是继续上山?小时候玩登山棋,最不愿意掷出来的数字是走到一格因遇风雪返回大本营。为了安全,暂时返回大本营,也是一个选项。当然,这样很有可能是别人捷足先得赢得胜利。我想,大概率还是会继续向前走。平时学习积累的知识、经验和信息,有助于应对思考。说不定前面有凉亭可歇脚,有寺庙可过夜。我看过的戏文,读过的书,告诉我这些。越剧《劈山救母》,前贤王忠任的游记,都有这样的情节。

我把我的爬山故事和体会分享给几位朋友。他们说自己的小孩还在读小学,平时遇到这样那样的困难,都是家长帮助解决,没有独立解决困难的经历;可真的让小孩子去冒险经历困难,又不放心。孩子们总得自己长大。简单的说教,缺乏吸引力,效果甚微。如果能安排一些专门设计的游戏或比赛,在安全有保障的前提下,经历一些类似于爬山遇雨需要独立判断决定的训练,或许有助于成长。当然,这样的游戏或比赛,绝对不能变成孩子们新增的负担。

## 健康

6个月前,飞机降落希思罗机场前夕,我涂抹油脂后忍痛褪下了左手腕上紧箍了13年的玉镯。之前因身材逐年“圆润”失控,我怕疼从没褪下过此镯。如今去帮忙带娃,怕硌疼小孙儿,我“硬上”费劲地取下镯子,导致一大片乌青块淤了我半个多月……

180天后,航班降停浦东机场时,我未及涂抹油脂又戴上了玉镯,但见它快速地径自滑落至腕掌根,不经意地给了我一份优雅潇洒。回国没几天即参加了单位“退休职工体检”,我的所有身体检测指标皆正常好看,之前困扰多年的血压与血脂代谢异常也都恢复了正常,甚至有些人进入优异数值内了。

一时间,走在深秋里,体态轻盈、疾步带风、精神矍铄的我,不仅获家人友人及熟人真



## 边看边聊

里两名仆人“轮转拂尘,须臾不停”。一日饮茶,想到山中七宝泉水适宜泡茶,他叫童子去挑水。水挑回来,他问童子,哪个桶放在身前,哪个桶放在身后?他要把前桶之水用来煎茶,后桶之水用来洗脚。按他说法是:“前者无浊气,故用煎茶。后者或为泄气所秽,故以濯足之用耳。”

这超凡脱俗、洁癖严重之人,居然编著了一本名为《云林堂饮食制度集》的菜谱,收录了五十余种菜点和饮料的材料和制作方法。大才子袁枚自认在吃上极有见识和品位,云林鹅能得他盛赞,可见有其独到之处。

《随园食单》里收录的云林鹅做法是:整鹅一只,洗净后,用盐三钱擦其腹内,塞葱一帚填实其中,外将蜜拌酒通身满涂之。锅

## 伦敦瘦身记

还一平

这对年轻夫妇健康匀称的体型,就很可能说明他们的饮食方式值得我们采纳并去适应。

我先生全盘接手了厨房,他摒弃“易胖”烹饪法,发挥英国海鲜与牛羊鸡鸭肉品质优异、预制菜普及、调味料丰富的长处,现学现用“蒸烤烫煮拌煲”等技法,不几日就端出了色香味俱佳却无油

腻的菜肴。我在新法带娃的路上也勤劳着并快乐着。孙儿每天的“吃喝拉撒睡”全由我亲力亲为:从初开始的7顿/日到如今4顿/日,为孙儿“服务”使我每天跑来走去、弯腰弓背、举臂握力、蹲上爬下等不计其数;还每日推车带娃出门晒太阳、遛弯看风景,足足步行一小时;孙儿夜间由我全程陪睡,小婴儿时每晚需数次抱起来摇摇哄睡、喂两顿奶粉及更换“尿不湿”……就这样,在伦敦帮带孙儿半年时间,我们夫妇俩竟然各自瘦了30多斤!

## 七夕会

就

是顺眼得体新身型,应该称得上“看似帮人,实质帮己”吧。这样两全其美的事,实在令人愉快。

180天减掉30多斤,换来的是顺眼得体新身型,应该称得上“看似帮人,实质帮己”吧。这样两全其美的事,实在令人愉快。