

炒米粉，平常日子不太有。热闹或宴客日子，外婆才炒米粉。一次用两三斤干米粉去炒，以深广的盆装起，由人自由取用。宴客时的炒米粉，在菜色出齐之前，能先使宾客垫垫腹肠，是旧日体贴。

家庭炒米粉

先谈淡米粉。米粉是台湾平常而广泛的食物。口味繁多，粗幼有别。可以头发般幼细，也可以棉绳般粗，更多是介于其中的各种直径。米粉原是干货，吸收水分而复原。它且是素淡食材，因此能锁住鲜汤，应用甚广，很受欢迎。

只讲米粉汤，经典台菜里，就有鲷鱼米粉和芋头米粉。小吃里的汤米粉，如台北东门市场的“罗妈妈米粉汤”，米粉(水粉)炖在一大锅奶白大骨汤里，汤里浸着油豆腐(炸过的豆腐)。米粉作主食，吃客自由选择十多种猪肉和猪下水做小菜吃。温体黑猪的猪心猪肺脆管，切成入口大小，在米粉汤里泡暖，汤底因此也分分钟更浓。另也有台南“小卷米粉”那样的米粉汤，乍看汤

清如水，实际入口极鲜，小卷甜分尽释，是海味的浓缩。

小吃摊还常见一种米粉炒，吃干的。调过味，浅酱色的熟米粉，在蒸布上堆高，来客点餐，店家以长筷半挑半拨盛入浅碟。搁一撮熟豆芽，浇蒜末，有些

洪爱珠

淋肉燥有的没有，吃客自己决定添加黑醋或辣椒酱，然后拌开来吃。由于是点心不是正餐，浅浅一碟，是午后小食最恰当的分量。如新北市三重的朱记花枝羹，骑楼下，几张桌子倚墙做生意数十年。只卖两种食物，花枝羹和米粉炒。熟客落座，说“一套”，羹一碗米粉一碟，柔润干香皆得，最是饱足。

二

一切米粉我都喜欢。但家庭米粉地位不同。家庭米粉丰繁，自身即庆典。常见材料为猪肉、香菇、虾米、胡萝卜、高丽菜(包菜)，辛香料是葱、红葱头，最后点缀以香菜和芹菜，也有人爱在米粉里添加洋葱和南瓜，我家里倒是没有。

炒米粉之于台湾同

胞，如同培根蛋面(Carbonara)之于罗马人。普遍相信最好吃的版本，在自己家里。

这大致是实情。家庭式炒米粉，一般由经验丰富的女性长辈操作，技法娴熟，用料舍得，自然好吃。其中也难免有感情的催化。随着大家庭式微，老辈凋零，炒米粉未必再是大型聚会必备的菜色，回想起来总有点遥远，很是怀念。拿自己为例，外婆在世时，一年总能吃到几回炒米粉。外婆离世近二十年，二十年来，我再吃到的家庭米粉的次数，一只手就数完了。

自己炒米粉，依据外婆版本，用料必足，口感柔润。

全部备料完毕，才开始烹调。红葱头切薄片。五花肉切丝，以白胡椒、微量盐抓腌。香菇、虾米皆洗净泡发，香菇切丝。泡发用的汁水留下待用，是天然提鲜材料。胡萝卜切细丝，包菜的菜帮子和菜叶分开切丝，先后下锅。

取大炒锅，口径广者为佳。下油。炒米粉用油不能太省，否则口感寡涩，荤油如猪油或鸡油更香。爆香红葱头或葱段至出味，入肉丝爆炒，再下虾米、香菇、菜帮子炒透，最后下菜叶，胡萝卜略炒，锅边即下酱油、盐、少许糖，白胡椒。我外婆的米粉，白胡椒用量颇多。再添香菇水、虾米水。宴客日子，炉上通常也有清鸡汤或排骨汤，也舀两勺入锅。过去惯加味精，今日可以不加。在锅底创造出油汪汪的鲜汤来。

从锅里舀出一小碗菜肉一旁待用。可装饰于成品顶部。

家庭炒米粉，用的是幼米粉，也称炊粉。知名产地在新竹，新竹是风城，昔日借东北季风干燥米粉。糰丸压成细条，煮熟，然后风干保存。“炊”字，即闽南语里“蒸”意。

米粉快速浸洗过，沥起备用，毋须泡水。

去年年底到今年年初，我经历了强度不小的中年危机，亦有两次波动性的焦虑症发作，不得不重新整顿生活的秩序。

所谓“危机”，倒不是遭遇了具体的困难，而恰恰是20多岁时曾预见过的巍峨的压力，基本都已解除。没想到这并不能让人真正感到快乐，相反深感惊恐。接下来的麻烦反而是，“然后呢”。我可能低估了寻找并承担新问题时需要筹措的能量。无论是经济压力，还是学业压力抑或是如今被污名化的所谓“东亚家庭”“原生家庭”的束缚，有外在的“大山”矗立在那里，移山便成为了唯一的难处。“移山”的过程虽然艰辛，却具有审美上的感染力和遮蔽精神惰性的好处。古老的故事由上苍垂怜而发生重大转机，殊不知转机本身也意味着新的危机到来：“帝感其诚，命夸娥氏二子负二山，一厓朔东，一厓雍南。自此，冀之南，汉之阴，无陇断焉。”没有续写解压之后愚公的震惊和迷惘。生活的意义没有了，好像西西弗斯转圈找不到巨石，“巨石到哪里去了”，好像孙悟空听妖怪谎称唐僧已经被吃，登时泪出痛肠，取经使命没有了，那接下来该怎么办呢？

后来我见到了两个女朋友，久不联络，她们突然回了上海，找我玩一玩。我心情忧郁，但但的确想念她们。她们为什么很久没有回来呢，原来一位去了前南斯拉夫考察，三四年后，写完了一本书。另一位呢，从股市赚了一笔钱，调整一些资产配置，随家族迁至海南自贸区，新的政策要求她每年住满183天，她数着日历扣去了探亲的日子，住到

米粉以深盆盛出，早先预留的菜肉铺顶，大量芹菜珠，香菜末也铺上，就能上台。

三

童年一个炒米粉场景。祖先忌日，家里上午祭祖中午宴客。宾客陆续到来，圆桌上外公居主位，身侧是着长衫，梳圆髻，戴翡翠玉佩，一高一矮两位姑婆祖。姑婆祖即外公的姑姑，大日子都要专程去请。高的那位长脸肃穆，矮的那位圆脸多笑，皆满脸深纹。从童女的眼光看去，几乎是清朝人。我为长辈添米粉，递纸巾，姑婆祖指指我，问外婆，这阿比的女儿？几岁啦？

我当时不过十岁上下，外婆以虚岁记，答十二岁。

“差不多可以嫁了。”姑婆祖说。“是啊。”外婆竟搭腔。

我感到一阵寒意。赶紧为自己夹一碗堆得尖尖的米粉，遁到前厅去埋头猛吃，没敢再回桌上添菜。怕是回头，就要被那封建时代的人，远古的习俗尚给攫走的。

意义的现身

张怡微

了186天，最终却因为算法不同被驳回，累积的日子作废了。在那180多天无聊的日子里，她深感无意义，但还是做了不少人物稿，包括关于我的，可惜也作废了。此事说来话长，甚至还有点搞笑。

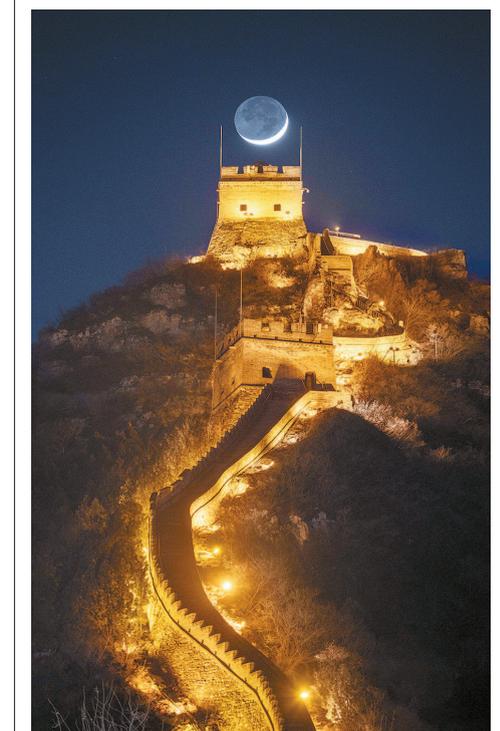
去年秋天，她的非虚构平台编辑快要转岗，转岗前想再写一篇人物稿件作为收尾。她想写一位青年教师的工作状态，就想到了相熟的我。那时我被循行性斑秃困扰，困扰中又有惊喜的际遇，认识了新的朋友解锁了新的知识领域。我刚写完与此话题有关的小说，还被收入到女性小说年选，正感兴奋，而且在创意写作学科建设内部，我也想拓展与中国叙事医学结合的工作坊，当然就答应了。没想到出稿时，编辑坚持要用一个标题：“当女作家谈论秃头，她在谈论什么”，我建议她把“秃头”改为“头秃”，她不同意。我也不同意，我说我有头发，没有必要为了点击率这样写。这事就黄了。我的朋友白写了一篇文章，编辑没有做好转岗的理想收尾，而我因坚决不妥协得罪了两个人。夜深人静的时候，我总想找人说一说，这事实那么无聊，我并不想因此失去这个朋友。但不知为何，这话一直没有说出去。

紧接着就遇到了一连串更倒霉的事，例如有家杂志借新书采访为由让我去拍照，结果访问十分潦



边看边聊

上周我们终于冰释前嫌，尽管我依然感到迷惘。迷惘基于许多复杂的感受。例如在这个时代卖书，例如在这个时代写作。好在另一位女朋友通过作品，给了我精神力量的援助。她也是一个非虚构作家。我对她说，去年我很想做女性传记和游记的研究，真的项目申请没有通过，但我心里想到的，就是你们俩。而直到我翻开她的书，扉页上写着“献给我的母亲，愿天堂没有病痛”，我才了解到那些想问而不敢问的，才是一切精神跋涉的意义之源。重起炉灶的过程，我们都遇到了，徒劳的时间，也遇到了。唯有走过去，也许意义才能不证自明、水落石出。



七夕会

这张照片拍摄于2024年龙年春节期间的正月初三的夜晚。经过前期测算，美丽的弯月缓缓从北京居庸关长城正后方落下，由于暗面也能看到，画面中的月亮就像一颗珍珠。

而夜晚亮起灯光的长城蜿蜒曲折，“S”形的构图像极了一条巨龙。于是，我将这张照片命名为《长龙戏珠》。

值得一提的是，居庸关长城亮灯并不常见，2023年的春节，我也去现场拍了，夜晚的长城没有灯光照射只能隐约看到轮廓，暗部则是一片死黑。今年亮灯是因为居庸关景区举办了春节期间“夜长城”的游览活动，于是才让我有机会得见长城亮灯的画面。而想拍到珍珠形态的月亮则需要：机位计算准确、天气晴朗无云、月球暗面可见、机位安全可达——这几个条件缺一不可，因此能拍成这张照片难度很大，我也感到非常幸运。作为一名摄影爱好者，没有什么比拍到期待已久的画面更让我开心了。

摄影

市面上炊粉少数为纯米制，多数掺混玉米淀粉。纯米易消化，富米香气，可是易断。20世纪80年代始，含玉米淀粉的炊粉大行其道，口感弹牙不易断，好些米粉几乎不含米，得留意筛选。

炒米粉其实并不炒，而是拌。米粉浸入汤中，以锅铲辅助，长筷翻拌。吸收汤汁后的米粉更膨胀入味。若汁水不足，外婆另取只碗，以热高汤溶化盐，加点酱油，补进锅里。米粉干燥，若在锅里直接落盐，是不会化的。米粉最终呈浅棕色，不夹白丝即可熄火，上盖焖着。焖是关键方法，使米粉透熟，免于过度翻搅而寸断。

“尊前拟把归期说，欲语春容先惨咽。人生自是有情痴，此恨不关风与月。”

离歌且莫翻新阙，一曲能教肠寸结。直须看尽洛城花，始共春风容易别。”

欧阳修一生宦海浮沉，屡遭贬谪，并受人诋毁污蔑，对人生运命之变幻、官场诡谲之艰险有较深的体会，但他能够对自然、对人世始终持有欣赏、遣玩之意兴，不仅《六一居士传》《醉翁亭记》等文章是如此，即使填写柔婉旖旎的小词，也可见其心性品格。

这首《玉楼春》开篇“尊前拟把归期说，欲语春容先惨咽”，“尊前”应该是一次美好的聚会，我们可以想象那种深情。“春容”应该是一个姣好的容颜，欢乐的聚会，美好的人物，本是一大乐事，但是因为有了归期，所以有惨咽，让我们知道了这是一场离别的聚会，欢乐中带着悲伤，所以“尊前”“春容”就与“归期”之间形成了一种张力，一方面是现实中的美好，一方面是即将离别的悲痛。“尊前拟把归期说”，这个“拟”是将然未然之际的一种打算，心中的一种思量，而“欲语春容先惨咽”，这个“欲”说明话已经从心里提到嗓子

眼了，马上就要说出来了，就是我们即将面对的是这样一场离别，所以这个“拟”，这个“欲”，都加重了这种情感对举的张力。“尊前拟把归期说，欲语春容先惨咽”，我们会觉得心一下子就被主人公将要面对的这种悲欢离合给打动了、抓住了。文忠公更为深刻和高明之处在于他可以把眼前一件事的感受，升华提炼为对于整个人世的认识，所以他接来说“人生自是有情痴，此恨不关风与月”，意思是我这里突然间感到的悲慨，不单是为眼下这一场具体的离别，而是我忽然间想到，“人生自是有情痴，此恨不关风与月”。

能将个人情感升华到人间普遍的情感，这与一个人的品行、一个人情感的质地是有关系的，既要重情，又要敏锐。况周颐在《蕙风词话》里曾经说：“吾听风雨，吾览江山，常觉风雨江山外有万不得已者在。”也就是说我们写词，看起来大家都是伤春悲秋，但是在写景，但是真正的好词是“风雨江山外，有万不得已者

在”，优秀的词人有一颗锐感的心，思想深邃且丰富，能够借助风雨江山展现内心思索。只有有形而具体的离合升华到无形而抽象的悲欢，进而延展为充盈人生、宇宙的悲慨之气，才能迸发出惊人的情感和力量。也就是说，真正一流的作家，他不仅要有锐感，同时他还要有一种升华的能力，能够以小见大、见微知著。

下阕呢？“离歌且莫翻新阙”，唱一首就够了，不用你一首、我一首不停地唱下去，为什么？因为“一曲能教肠寸结”，因为这一首离歌，就已经让我感到“肠寸结”了，已经觉得难以承受了。一般的人，如果想到这种人生的悲慨，如果想到这种命运的无奈，如果想到我们的聚少离多，往往都会沉溺在离情之中，所以后主才说“自是人生长恨水长东”，因为后主沉溺其中无法自拔。但是欧阳修不同，他有大智慧，他要从这种情绪中跳脱出来，所以最后两句写得精彩，“直须看尽洛城花，始共春风容易别”。洛阳的花是最美的，

直须看尽洛城花

——“千古诗情日日新”之十八

张静

拍照

王志良

讲座结束，合影留念。合影者站成两排，主讲者准备站第二排，众文友不从，将主讲者请到了第一排C(中心)位。待照片传至众人手机，大家对照片甚是满意，同时发现，主讲者悄悄地站到了第二排最右位置，挽住文友的手融为一体，使整个画面显得高低错落有致，效果尤佳。主讲的举动，为他赢得了大家的尊重。低调做人，高调作文。真正的高手定是谦谦君子，是蕴藏丰富内涵的低调者。

但再美的花也终将凋谢，虽然我们即将要面对一场离别，春天也马上就要走了，面对离别，面对春归怎么办？“直须看尽洛城花”，只要今天花仍在开，我们就应该尽情地赏花，要投注精神、付上情感地去欣赏，而且要“看尽”，要把它从头到尾看个遍遍，等到花零落的时候我们才“始共春风容易别”，到我们真的要再说再见的时候才容易接受这场离别，纵然是离开了，也对不起这一段美好时光了。这两句用的是“直须”，是“始共”，这种口吻非常有力，有一种强烈的代入感，给我们以力量，让我们仿佛跟作家一起从这种悲慨中挣脱出来，超越现实。

王国维特别欣赏欧阳修这两句词，说它“豪放之中有沉着之致，所以尤高”，一方面欧阳修对人生，对万事万物有一种赏爱的深情，另一方面又对人事有着一种切身体验的沉重之悲慨。他对美好事物是赏爱的，但是对人生的无奈又是悲慨的，欧阳修充满智慧地用这样一种豪宕的、遣玩之意兴，来欣赏美好，跳脱悲慨。

