

小生态

孙道荣

刚来杭州的那年初春,我在出租屋的阳台上,养了一缸莲花。养了大半年,不料养出了一个小生态。

缸并不大,直径约60厘米,高40厘米。为了养莲花,特地去郊区的小河边,挖来了淤泥,填在缸底,从网上买了两根莲花种,埋进淤泥里。也不用费什么心,看见缸里的水减少了,就加点自来水。水清澈,可见缸底的淤泥。黑白分明。

一个多月,一点动静也没有。变化是从某一天的黄昏开始的,妻子去阳台晾衣服,意外地瞥见,缸底的淤泥里,冒出了嫩尖。不用心看的话,还以为是浮在淤泥上的小气泡。细看,是莲花的芽。它终于发芽了。

接下来的变化,比杭州的春天步入夏天还要快。几乎是一夜之间,莲花的尖芽,就冒出了水面。缸里的水,有十几厘米深,它是如何做到的?也许,莲花也需要钻出水面去透口气,它可是在水底憋了几个月呢。

一天一个变化。很快,缸里就郁郁葱葱了,七八棵荷叶,或大或小,层层叠叠。天也很快热起来了。杭州的夏天,是说来就来的。那天下班早,难得地和妻子站在阳台上看着落日,眼见太阳“咕咚”一声,落在了远处的一片居民区里。收回目光,看见莲花缸的水里,有线一样的黑影在扭动,黑影是弯曲的,像一群不规则的线条。以为是刚才看落日,眼睛花了。定睛,再看,不是眼花,是真的有若干条黑影,在水里一弓一弓地扭动。是蚊子的幼虫!难怪这几天,阳台上的蚊子特别多。原来蚊子也早看中了这个莲花缸,在水里产卵了,它们将缸当成了温床,阳台成了它们的家。

用钳子捏,根本捏不完。妻子说,如果缸里有小鱼的话,鱼会吃掉这些蚊子的卵。哪里去弄小鱼呢?想到了那条挖淤泥的小河。抽空再去河边,果然看见水里游动着很多小鱼,用自制的纱布小网兜,往水里一兜,还真给我们兜住了几尾小鱼。又用桶打了点河水,将小鱼放进去,这算是小鱼故乡的水,也许小鱼也如人,会思念自己的故乡。回到家,连水带小鱼,全部倒进了莲花缸里。小鱼在莲叶的影子里,快速地游动,从缸的一侧,游到另一侧,返身游回。它在适应新家,像我们刚从老家来到杭州时一样。

第二天,莲花缸里蚊子的幼虫,就眼见着变少了。看来,小鱼已经适应了新家,开始觅食了。我们刚来杭州的第二天,就跑去劳务市场,找到了我们的第一份工作。对不起,小鱼,让你和我们一样,背井离乡了。阳台上的蚊子,也变少了,我们可以在阳台上纳凉了。

一天一天比一天热,日子就这样匆匆而过。奇怪的是,却一直没有莲花的影子,它似乎忘记了开花。直到有个周末,妻子正准备去阳台晾衣服,却愣在了门口,扭头向我招手。以为是莲花开花了,我蹑手蹑脚走到门口,顺着妻子手指的方向,往阳台上看。我看到了莲花缸,没有看见期待已久的莲花,却看见了一只鸟,站在缸沿上。悄声问妻子,“鸟也爱赏花?也没花啊。”妻子轻声笑了,“它是渴了,来喝水呢。”还真是来喝水的,鸟很配合地将喙伸进水里,然后,仰起脖子,看鸟满足的样子,我都感到一股清凉,滑进了我的喉咙里。

就这样,那只养莲花的缸,在莲花未来得及开之前,形成了自己的一个小生态:水养了莲,蚊子在水里产了卵,卵养了鱼,鱼在莲叶间游,莲叶在阳光下摇曳,鸟来饮水,带来了远方和天空的消息……我不知道该怎么去描述它们的生态系统,但我知道,都是因为水、阳光和活着,它们才聚在了一起。

而我们,也在杭州慢慢站稳了脚跟,有了新朋友,时或在那租来的出租屋里,招待我们的新朋友,畅谈我们的未来。我们大多来自外省,为了活着,更好地活着,我们聚在了这座新的城市。

直到七月下旬,我们才盼来了第一朵姗姗而至的莲花。那年夏天,西湖的荷花早已盛开,而这一朵,却是专属于我们的,也属于我们捉来的小鱼、飞来饮水的鸟,当然,还有令人讨厌的蚊子。

我们也构筑了自己的一个小生态。

智慧快餐

郑辛遥

做“正确的事”,比正确地做事更重要。

海盗与海侠

钱世锦

作为第二十四届中国上海国际艺术节的参演剧目,俄罗斯马林斯基芭蕾舞团日前在上海大剧院演出了经典芭蕾舞剧《海盗》。

《海盗》是芭蕾史上以《仙女》《吉赛尔》为开端的法国浪漫主义芭蕾舞剧的代表作,取材于英国浪漫诗人拜伦发表于1814年的同名长诗。由《吉赛尔》的作曲亚当谱写音乐,马季里别编舞,1856年1月25日首演于巴黎歌剧院,后经《吉赛尔》的编导朱尔·佩罗将其引入俄罗斯圣彼得堡马林斯基剧院。1868年,马林斯基剧院的首席编舞大师彼季帕重排此剧,他选用舞剧《葛蓓莉娅》作曲德里布的音乐,增加了“花园”等场景舞剧。

与交响音乐有乐谱可以传承不同,舞蹈几乎无法让人得知最初的原始版本到底是什么样的。尽管后来发明了舞谱,但也很难甚至没能准确地记录还原比如19世纪诞生的众多芭蕾精品,因此后来的编导也只能根据音乐的乐谱、绘画、文字回忆来重排那些芭蕾名著。

杏林夜谈

秋季,天气渐凉,阴雨绵绵,不少人会感到心境低沉,甚至出现“悲秋”之感。中医认为“秋在气为燥,在脏为肺,在志为悲”,秋季容易引发悲伤、抑郁等负面情绪。若长期沉浸在这种状态中,不仅会影响肺的宣发功能,加重秋燥,还可能导致免疫力下降,诱发失眠、焦虑等身心问题。

应对“悲秋”,最重要的是主动营造积极的心态。秋季空气清新,大自然景色斑斓,登山、散步或在公园流连赏秋,都能让人心胸开阔,释放郁结的情绪。除了户外活动,培养个人兴趣也是不错的方式。无论是读书、绘画、练书法,还是养花,都能帮助人们集中注意力,减少对负面情绪的过度关注。

保持良好的 interpersonal 交流同样关键。与家人、朋友谈心,分享生活中的点滴,可以有效减轻孤独感和心理压力。对于情绪波动较大的老年人或敏感人群,每天进行10至15分钟的深呼吸或冥想,或者尝试正念练习,都能起到放松身心、平复心神的作用。

秋季是阳气收敛的季节,人体的精力也需要相应地“收”,避免过度消耗。若思虑过度或长期劳累,情绪低落会更容易滋生。工作与生活中,应注意劳逸结合,尽量避免熬夜、过度加班,让身体和精神有充分的休息时间。

一口咬开,立刻呈露“绿黄红”三色,辛香而不冲鼻,外皮酥脆有声,馅内松软泌汁。那一刻,所有的等待都值得。

当流水线包揽食品行业的今天,鸡子粿仍固执地沿袭手工制作,不是守旧,也不是清高,而是规避机器无解的细微感知:皮该多薄、葱宜多碎、蛋液几许、火候几分,全凭师傅的手感与经验,是一方水土滋养出的非物质文化遗产。

不像小笼包、葱油面那样遍地开花,鸡子粿从不是为了“走出去”而生。它生于斯,长于斯,守于斯。我终于明白,为什么离开兰溪,就难觅鸡子粿踪影。

兰溪地处浙江金衢盆地,四围皆山,中有平畴。这里的人,既如山般坚韧,又似田般开阔。房前屋后种一畦青葱,随手摘用,是日常,也是根本;但他们不甘于庸碌,哪怕最普通的创意,葱也能点化成烹饪的“要角”,以重新定义一味传统小吃的内涵。

鸡子粿暗付“人离乡贱”的世态,始终采取“飞遁离俗”的生存之道。这,并非守拙于食物茧房,相反是许多同类缺乏的商榷。

因此,它成为舌尖上的地方志,而深锁于记忆中的乡味。只有那片土壤构成的无形屏障,才完好保存了鸡子粿的殊奇。不仅如此,它用近乎倔强的方式告诉外界:既不为身边电商的抛媚所诱惑,也不为邻乡的“千里香”拓展版图所心动——“我,鸡子粿,永不离开应许之地,只在兰溪迎客。

这无愧是小吃世界第一朵“抱诚守真”的奇葩,为鸡子粿大大点赞!

鸡子粿

谢震霖

葱,过去按撮卖,如今是附赠的寻常物。但谁能忘记,那位“菜花甜妈”用普契尼的调性唱出的《送你葱》,从市井的视角形容当年的消费变量。

在绝大多数菜肴中,葱只默默扮演配角——一点葱末、一勺葱油,一把葱花;提香却不争主位,又因价廉,而被擢在调味的辅佐席上。葱仿佛早已“天命有归”。

但浙江兰溪人偏不认这个理。

在那儿,有款小吃豪放不羁,竟用巨量的青葱作主料,裹入薄皮,灌蛋油煎,成就了一道令无数食客专程奔赴的“鸡子粿”。

“鸡子”即鸡蛋,“粿”为米面。深究其名,明显带有历史的烙印。在三饥两饱的年代,凡与“蛋”沾边的食物,多半是为了“价增一顾”。

瞧,面点师傅正在目不斜视地揉面、擀皮、包馅,手势如行云流水。皮必须极薄如纸,透光不破,靠的是数年如一日的功夫。馅子除有少许肉末外,真正的主角,则是青白交织的大把碎葱,将粿坯塞得满而不溢,并还留一小口不收,宛如画作留白,预伏着下一步的精彩。

油烟升腾的摊前,渐渐围满了人,本地人外地客皆有,眼神都投向同一口锅。粿坯开始入锅,文火慢煎。待底微黄,便到了关键时刻,打匀的蛋液,被从小豁口徐徐注入。高温下,蛋液在粿内与葱、肉相遇,产生剧烈的美拉德反应;然后再翻一面,鸡子粿已煎至两面金黄,出锅饕客。

1956年北京舞蹈学校正式成立,开创了新中国培养职业芭蕾舞演员的历史,舞校的职业专业主要依靠从苏联请来的专家主持教学培训工作。1958年,著名的芭蕾大师古雪夫来到北京,他曾是莫斯科舞蹈学校的艺术总监、教授,1946年至1951年又担任基洛夫剧院(1935年马林斯基剧院改名为基洛夫剧院,以纪念列宁格勒州委书记基洛夫)的芭蕾舞团艺术总监,1951年至1952年又出任莫斯科大剧院艺术总监。

古雪夫是苏联著名的芭蕾舞演员、教师、编导,和他一起工作过的中国同行说他浑身散发着俄罗斯芭蕾的精气神。古雪夫为北京舞蹈学校排演了《天鹅湖》《海盗》《吉赛尔》,为新中国芭蕾事业的发展奠定了坚实的基础。有趣的是,在排演《海盗》时,由于当时的政治环境认为“盗”是贬义词不适合用在剧名上,于是在中译时把《海盗》改成了《海侠》,于1959年4月18日在天桥剧场首演。这也是继《关不住的儿女》和《天鹅湖》之后,北京舞蹈学校上演的第三部大型芭蕾舞剧。其时,新中国第一代职业芭蕾明星刘庆棠饰演海盗首领康拉德,女主角则由明星白淑湘担任,多年后担任中央芭蕾舞团团长的赵汝衡也在剧中参加了三人舞的表演。

从那以后,中国的芭蕾有了长足的进步。2014年,比中芭、上芭晚成立的辽宁芭蕾舞团带着他们的《海盗》到上海东方艺术中心献演,这是《海盗》第二次出现在中国的芭蕾舞台上。而这次马林斯基芭蕾舞团推出的《海盗》是原汁原味的俄罗斯芭蕾舞,沿用了古雪夫当年基于彼季帕版本的改编版,充盈着浓郁的俄罗斯芭蕾风格和韵味,十分耐人寻味。

必须指出,《海盗》自诞生至今已近170年,芭蕾艺术的历史发生了翻天覆地的变化,现代芭蕾舞剧的创作也今非昔比,但当年的《海盗》仍能在世界芭蕾舞台上占有一席之地,这不得不说是经典艺术的魅力。犹如古典音乐的演出依然有众多乐迷追捧热爱一样,古典芭蕾作品所展现的美和力的画面场景仍旧会在观众中激起一阵阵感叹。《海盗》,正是其中美妙的瞬间!

七夕会

中华古代哲学观,“圆”是所有圆弧和曲线的概括,“方”是所有直线的概括,世界上任何形状和运动的轨迹,都可以概括为“圆”或“方”。这种“天圆地方”的理念正好映照在围棋上,棋子作圆,棋盘为方。我们的先人以棋为耕作,棋盘好比大地,正是他们对大自然的领悟。古人通过围棋,将天时地利人和结合得如此巧妙,令人叹为观止。文人也把围棋的棋子和棋盘誉为“玉子纹枰”,乃是自然美与艺术美的融合意境。徐渭诗云:“闲看数着烂樵柯,涧草山花一刹那。五百年后棋一局,仙家岁月也无多。”

围棋无疑是一种奇特的事物,它以其丰富的魅力和无穷的象征,吸引了各色各样的参与者。三百云子,一方纹枰,博弈能如此丰富地反映出一个民族的精神文化世界,实在令人惊叹。围棋文化所表现的精神内涵,主要是道家精神,其间有和禅理相通的地方,也有儒家治世的理念。这是一个中国传统文化暗合与汇流的“小千世界”,它的无穷义理永远不会消失。有三条棋联可以印证:一是“阴阳争胜负,黑白定乾坤”(道家);二是“神机皆虚妄,生死体方圆”(佛家);三是“谦恭纳半子,礼让奔平局”(儒家)。

《棋经》言:“持重而廉者多得,轻易而贪者多丧,不争而自保者多胜,务杀而不顾者多败。”围棋中包含着做人的道理,正如清人尤侗说:“试观一十九行,胜读二十四史。”围棋的形式是那样简洁,而围棋所包含的寓意却又是多么深刻,这是人类古老智慧的象征,这是最高水平的智力竞赛啊!

空闲时我们为什么喜欢下围棋?一位友人的回答朴实得令人感动,他说:“设想你为工作忙了整个上午,吃过中饭可以冲个澡,睡个午觉,醒来后沏一壶茶,手谈一局,人生还有比这更美妙的事情吗?”围棋称为“手谈”,始于晋代越州,《世说新语》曰:“支公以围棋为手谈”。

这是一片辽阔的草原,思想的骏马在任意驰骋。这是黑与白的对峙、明与暗的交锋:每一粒棋子,凝聚千古睿智;每一步棋着,运筹八方神思。你在驾驭风云变幻,寻觅柳暗花明,召唤雄心宏图。胜与负都是暂时的,唯有意趣永恒。人生不就是一盘棋吗?需要斗智斗勇,却无须争名逐利。我想,人生充满了博弈,固然有输有赢,但只要走着棋子,便自觉每一步都是幸福的。

天圆地方博弈长

那秋生

中华古代哲学观,“圆”是所有圆弧和曲线的概括,“方”是所有直线的概括,世界上任何形状和运动的轨迹,都可以概括为“圆”或“方”。这种“天圆地方”的理念正好映照在围棋上,棋子作圆,棋盘为方。我们的先人以棋为耕作,棋盘好比大地,正是他们对大自然的领悟。古人通过围棋,将天时地利人和结合得如此巧妙,令人叹为观止。文人也把围棋的棋子和棋盘誉为“玉子纹枰”,乃是自然美与艺术美的融合意境。徐渭诗云:“闲看数着烂樵柯,涧草山花一刹那。五百年后棋一局,仙家岁月也无多。”

围棋无疑是一种奇特的事物,它以其丰富的魅力和无穷的象征,吸引了各色各样的参与者。三百云子,一方纹枰,博弈能如此丰富地反映出一个民族的精神文化世界,实在令人惊叹。围棋文化所表现的精神内涵,主要是道家精神,其间有和禅理相通的地方,也有儒家治世的理念。这是一个中国传统文化暗合与汇流的“小千世界”,它的无穷义理永远不会消失。有三条棋联可以印证:一是“阴阳争胜负,黑白定乾坤”(道家);二是“神机皆虚妄,生死体方圆”(佛家);三是“谦恭纳半子,礼让奔平局”(儒家)。

《棋经》言:“持重而廉者多得,轻易而贪者多丧,不争而自保者多胜,务杀而不顾者多败。”围棋中包含着做人的道理,正如清人尤侗说:“试观一十九行,胜读二十四史。”围棋的形式是那样简洁,而围棋所包含的寓意却又是多么深刻,这是人类古老智慧的象征,这是最高水平的智力竞赛啊!

空闲时我们为什么喜欢下围棋?一位友人的回答朴实得令人感动,他说:“设想你为工作忙了整个上午,吃过中饭可以冲个澡,睡个午觉,醒来后沏一壶茶,手谈一局,人生还有比这更美妙的事情吗?”围棋称为“手谈”,始于晋代越州,《世说新语》曰:“支公以围棋为手谈”。

这是一片辽阔的草原,思想的骏马在任意驰骋。这是黑与白的对峙、明与暗的交锋:每一粒棋子,凝聚千古睿智;每一步棋着,运筹八方神思。你在驾驭风云变幻,寻觅柳暗花明,召唤雄心宏图。胜与负都是暂时的,唯有意趣永恒。人生不就是一盘棋吗?需要斗智斗勇,却无须争名逐利。我想,人生充满了博弈,固然有输有赢,但只要走着棋子,便自觉每一步都是幸福的。

雅玩

“支公以围棋为手谈”。

这是一片辽阔的草原,思想的骏马在任意驰骋。这是黑与白的对峙、明与暗的交锋:每一粒棋子,凝聚千古睿智;每一步棋着,运筹八方神思。你在驾驭风云变幻,寻觅柳暗花明,召唤雄心宏图。胜与负都是暂时的,唯有意趣永恒。人生不就是一盘棋吗?需要斗智斗勇,却无须争名逐利。我想,人生充满了博弈,固然有输有赢,但只要走着棋子,便自觉每一步都是幸福的。