

晚上九点,顾哥俯身,将一捆蓬松的草料均匀地铺进食槽。马儿用两片柔软厚实的唇瓣,轻轻抿住一撮干草,“沙啦、沙啦”咀嚼,与屋外风吹树枝声织成一片。顾哥手握铁锹,专心清理马厩。为了不让马粪久积产生氨气影响马儿的健康,临睡前他要再清一次,然后,一天的工作才算收尾。凌晨四点半,他又要去起来给马儿添料。马的肠胃如同一条单向传送带,吃多了很容易引发肠梗阻,这是致命的,因此吃罢,需牵

## 每一匹马都神采奕奕

阿果

人,受伤后回归自然比药物干预更有效。

这也是许多人喜欢在马背上驰骋的缘由。踏过晨露浸润的草地,晚风掠动的山野,仿佛就能抖落尘埃,重获澄明。

然而,养一匹马的现实成本令人却步,年均十万元支出,自由奔腾的场地,细心的照料……因之,基地创新出“共享马厩”模式,顾哥笑着解释:“把马儿托付给我



们养护,或者邀上二三人合租一马,这样,人不烦心马也高兴。”

在户外圈栏的一隅,一匹枣红马正轻盈踢踏,步态优雅。阳光下,它那一身皮毛宛如燃烧的火

焰,跳跃着耀眼的光芒。这匹马的主人,是一位忙碌的商人。每当周末闲暇,他便会携家人前来,与爱马共度一段轻松而逸兴的时光。在这片宁静的山水中,清空大脑中累积的纷扰与疲惫,找回那份久违的宁静与纯粹。

这个冬日,顾哥眼中已漾开春色。他促成了基地租赁周边村民闲置土地的事宜,用马粪改良土壤,播下紫花苜蓿种子。

待开春,这里便会铺展成一片绚烂的紫色花海。紫花苜蓿是马的优质牧草,开花时,骑马穿行在花浪中,连呼吸都

浸染着芬芳。“来的人肯定会喜欢。”顾哥微笑着望向远方,仿佛已看见无数骑手,

在此处找到内心的轻松与生活的愉悦。

喂马、遛马、搬草包、清马厩或往水桶里加水,顾哥每天的工作很辛劳,但也有不为人所知的乐趣。夏日给马儿“冲凉”,水流触及敏感的腹部,马的反应很可爱。号角般的耳朵悄然耸起,下意识地抬起一只前蹄,在空中轻轻点地,仿佛试探水温,接着又迅速放下,后腿交替蹬地,把地面踏得像一面鼓。冬天洗完澡的马容易受凉,擦拭后还要用烤灯烤干,马带着鼻音轻咴,像在轻声说谢谢。给马剃毛让顾哥解锁了一门手艺。他笑言:“现在我是村里老人的御用理发师。”

我母亲今年已96岁了,她的一生,不说历尽沧桑,也是充满坎坷。她一直都教育我们要勤俭节约。都说江山易改,本性难移,但母亲迈入晚年后,她的心灵,她的做派,却随着时代的变迁,越来越年轻时尚了,对事对人越来越想得开了,传统的消费观也慢慢改变了。

母亲喜欢唱歌,年轻时,也是追星一族,曾拜越剧名家尹桂芳为师。时下,K歌软件流行,她每天沉迷于此,手指在平板电脑屏幕上慢慢点选歌单,老花镜滑到鼻尖也不在意,唱到高潮时还会跟着节奏摇摆起来,很是快乐。歌友间为互送礼物,买虚拟K币,她总是出手大方,眼睛也不眨一下。每年年费期限一到,她都会提醒我交费。对此我有点反感,总是认为这种软件平台商业化太重,唱歌为什么要交年费呢?母亲却不以为然,她说交就交吧,为自己喜欢的事情买单,何乐不为呢?母亲在这个问题上,格局确实超过了我。

母亲的养生之道,也有一功。

退休后,她就开始进补。每年冬至一到,她就在家里忙开了。首先一品就是传统的芝麻核桃,买来的芝麻必须重新洗净晒干,我说没必要吧?她马上给我看洗下来的脏水,我哑口无言。第二品是阿胶,她先用黄酒浸泡,然后放锅里蒸,加核桃,冷却后切块,晚上看电视时当零食吃。第三品是西洋参,她从来不到外面去加工切片,而是在煲饭时将整支西洋参放在上面,软化后自己切片,含服。

我有一次故意逗她:“你每年在养生方面的开销不少的噢。”她听后哈哈大笑:“你也可以吃呀!”边说边随手扔给我一瓶灵芝孢子粉,就像给我一包普通的面粉一样。

母亲不仅对自己的生活有讲究,待人处事也自有一份通透。

近年来,我为她找了一个钟点工,专门负责家里的卫生。母亲自有一套,她会根据钟点工阿姨的喜好,进行深入的交流,摸清脉络。父亲故世后,母亲喜欢独自生活,食材明细三天两头会时不时告诉我。一次她说要买一箱牛奶,我觉得很奇怪,社区敬老已经为她订了一瓶牛奶,为什么还要一箱牛奶?一问才知道她要给钟点工阿姨吃,每次给一盒。她说,待人家好一点。

几天前,我低头为母亲剪指甲,大概是心灵感应,仿佛觉得母亲正慈祥地看着我,抬头瞬间,我们四目相对。母亲的眼泪没掉下来,却顺着眼角细纹慢慢滑到了脸颊。她抬手想碰我的白发,又轻轻缩了回去,然后翕动着嘴,缓缓说道:“依可以进补了。”

很难想象,眼前谈笑风生的马工,曾因焦虑而放弃工作。

顾哥曾照料一匹肌腱受伤的马。亲自为它打绑腿、冰敷,但隐疾始终不能治愈。后来联想到自己,提出让马儿暂时退休。那匹鼻梁有菱形白斑的黑马,在野外待了三个月后,受伤的肌腱竟奇迹般恢复如初,又能重新上岗。被温柔以待的生命,也会以温柔回馈人间。顾哥领悟到,马工除了常规工作,还要懂得每匹马的真实需求。就像

人,受伤后回归自然比药物干预更有效。

这也是许多人喜欢在马背上驰骋的缘由。踏过晨露浸润的草地,晚风掠动的山野,仿佛就能抖落尘埃,重获澄明。

然而,养一匹马的现实成本令人却步,年均十万元支出,自由奔腾的场地,细心的照料……因之,基地创新出“共享马厩”模式,顾哥笑着解释:“把马儿托付给我

们养护,或者邀上二三人合租一马,这样,人不烦心马也高兴。”

在户外圈栏的一隅,一匹枣红马正轻盈踢踏,步态优雅。阳光下,它那一身皮毛宛如燃烧的火

焰,跳跃着耀眼的光芒。这匹马的主人,是一位忙碌的商人。每当周末闲暇,他便会携家人前来,与爱马共度一段轻松而逸兴的时光。在这片宁静的山水中,清空大脑中累积的纷扰与疲惫,找回那份久违的宁静与纯粹。

这个冬日,顾哥眼中已漾开春色。他促成了基地租赁周边村民闲置土地的事宜,用马粪改良土壤,播下紫花苜蓿种子。

待开春,这里便会铺展成一片绚烂的紫色花海。紫花苜蓿是马的优质牧草,开花时,骑马穿行在花浪中,连呼吸都

浸染着芬芳。“来的人肯定会喜欢。”顾哥微笑着望向远方,仿佛已看见无数骑手,

在此处找到内心的轻松与生活的愉悦。



桌子上放着一封信,已保存了近40年。这是著名新闻教育家顾执中先生1985年7月写给我的回信。

犹记得那天,无意中听到电台播送顾执中先生写的文章,好像说出了如我这类年轻人的心里话,解决了不少困惑。我的心情久久不能平息,遂斗胆写信向他请教。哪知顾老给我这个素昧平生的青年回信了!那时,他已是87岁高龄。信中写道:“希望您坚持初衷,努力争取工作上与学习上的胜利,见钱不贪,见权不抓,见势不媚,在品格上奠定基础,创造有所成……”

这字字句句,四十年来,深深地激励着我。

对于住在九龙的居民而言,屯门是一个犹如世外的存在。公共交通系统中的轻型轨道,简称轻铁,对于许多港人而言是一辈子都不会坐一次的交通工具。直到一部电影取景,男女主人公定情的屯门码头灯塔、码头轻铁站等忽

了,也成了小店熟客,带过外区来的朋友来探店,也把这间店推荐给区内的街坊朋友。

黄昏,忽然想吃和拿破仑没有关系、名字源自那不勒斯地名的“拿破仑”千层酥,走进小店点餐之后,听大厨夫妇一边工作,一边闲话家常,甚有趣味。店面细小,一人一角,有时候难免会碰撞到对方。女士有些焦躁地说:

“你为什么碰到我的手啊。”男士说:“我就是想提醒你要关火了。”女士

稍微发起了脾气说:“你用嘴巴说就好,不要妨碍我做事啊。”我还以为这两人要口角起来,开始有少许紧张。只听得男士呵呵一笑说:“我说完就来不及了啦。要不然我还是直接帮你关火好了。”气氛马上缓和,女士也笑了起来。

看来,这对夫妻朝夕相处,合作默契,这样的亲密关系,容得下各种情绪。我忽然想起李碧华《胭脂扣》里面女主角如花的一句台词:“我多么希望,可以在他身上发脾气,只有在心爱的男人身上发脾气,才是理直气壮的。”

但是,千依百顺做小伏低,洗手做羹汤,甘愿付出一切乃至生命的如花,从来都不敢在十二少面前发一次脾气,却最终也没有等到十二少实现诺言,直到生离死别,人鬼殊途。

正想着如花为十二少搓汤圆,怎么搓都不能圆满这一出,卖相一流的芒果拿破仑已经做好端上了上来。金黄酥松薄脆之间,柔腻滑顺的吉士酱(卡仕达酱 Custard)和充盈奶香的鲜奶油交缠融汇,外层撒上淡淡的一阵迷蒙糖粉。观之悦目,端起心喜——开初不知道从何下口,层层金脆似乎随时会散落一地。但不管不顾咬下第一口,脆滑交织丰盈口感,清脆帛裂声响,动人弦。加上厚切芒果的醇

现在超市里有各种各样的罐装牛奶、酸奶、乳酪、奶制品等,风味各异,琳琅满目。而在我

的童年,牛奶是温饱之

外的奢侈品,每瓶一角六分的订费对普通人家的开销不算小数目,婴儿和大病患者凭医院证明作为特殊营养品,才能订到三至六个月的一瓶牛奶。

上世纪六十年代中期,母亲得了一场大病,住院开了大刀,父亲拿着医院证明去牛奶公司提出申请,经过审批,在弄堂口的牛奶站订到了三个月的牛奶,每天要跑几百米去取奶。

说是牛奶站,却是露天的,没摊没棚,只有一排排用铁链锁着的堆高的牛奶格子。第一瓶牛奶是我去拿的。乳白色的液体装在厚厚的玻璃瓶里,瓶口有一张贴着商标的蜡纸封口,并用细细的蜡线扎紧。第一次见,分外好奇,我擅自拉开线头,撕开封口,只见瓶口上是一张圆圆的厚纸板,拿下来,反面厚厚的一层奶油,我忍不住用舌头舔了又舔,直把纸板舔出了些许碎屑。这个动作,想必那个年代过来的都做过吧。

拿回家,父亲在煤球炉上煮牛奶。钢精锅里的牛奶冒着许多小泡泡,那独特、香醇的味道渐渐渗入我的鼻子,未等牛奶烧开,我就用调羹去舀了一口,正想吃第二口,被父亲一双有力的大手挡住了。父亲将煮沸的牛奶端离煤球炉,凉后表面凝起了一层厚厚的奶皮,上面还有一点点金黄色的油脂。父亲看我一副馋痨的样子,就叫我舔掉已倒入碗中的奶皮,我却不小心把奶皮粘到了嘴上,又将嘴伸进了碗里舔了两下,成了一个大花脸,引得全家人开怀大笑。空瓶还有几滴牛奶,我忙不迭倒进半瓶温开水,将洗瓶水也一同喝掉了,留下一只锃亮锃亮的牛奶瓶。

上世纪八十年代,订牛奶放开了,家家户户可以订了。凌晨,人们还在熟睡中,送奶工就推着小车,在牛奶瓶磕磕碰碰的声音伴奏下,穿梭在弯弯曲曲的弄堂里,挨家挨户上门。弄堂人家的墙上或门上挂起了大大小小的牛奶箱,晚上入睡前,把空瓶放到箱子里。那时的牛奶瓶是回收的,经过清洗和消毒之后循环使用。收取完毕,送奶工还要回到牛奶点,再给自取牛奶的人发放。她戴好袖套、饭单,拿着一支竹竿圆珠笔,在牛奶卡的日期上划去一格。一不小心打碎奶瓶,她要自掏腰包赔偿。

冬日下雪积冰,路滑难走,送奶工更是早早出门了,头上戴着遮耳的棉帽和口罩,只露出眼睛和鼻子,身上穿着厚厚的棉袄、棉裤,手上戴着棉手套,脚上蹬着破棉鞋。落雨天,送奶工套着一件破旧的自行车塑料雨披,穿梭在雨中。至今,我还记得这一幕:一个雪天的早晨,我正在家门口生煤球炉子,看到年迈的送奶工不慎滑倒,小推车上十几瓶牛奶翻落在地,打碎了好几瓶,她坐在地上号啕大哭起来。弄堂里的人纷纷走出家门前去安慰她,没拿到牛奶的人家没有一户责怪她或要她赔偿。原来,她的脚后跟生的冻疮已溃烂、渗血,痛得摔倒在地。母亲从家里拿出了汤婆子让送奶工暖手,也有人送来热毛巾,让她感动得泪流不止。

人们对味道的记忆是有感情的。曾经苦乐参半的往事,如今成了难忘的瞬间。

美甘甜,简直是一曲缠绵悱恻的甜品天籁。

其实这里还有另外一道极好的法国甜点梳乎厘(粤语说法,普通话名字是舒芙蕾),它的法文名字是 Soufflé,源自法语动词 souffler,意为“使充气”或“蓬松地胀起来”。正如其名,这道甜品用蛋清发打而成,外观如云,口感若雾,轻盈顺滑,入口即融,泡沫细腻,嗅之清新。英文中有一个有趣的说法是 guilty pleasure,意译为“罪恶快感”,说的是做一些很享受但又似乎不太应

该做的事情,比如说吃甜品,看烂片,要废寝忘食的种种享乐。粤语中有一个说法“好梳乎”,就是描写轻松舒服享受闲暇的这种感觉。不吃晚饭而连吃两个甜品,当然也属于这种享乐“梳乎”之一。

但是啊,爱自己,又有什么不可以?在动荡不安悲欣交集的2025年最后一天,面对海天交际,落日余晖烧天犹如凤凰涅槃重生的此刻,

这一口甜蜜的呼吸,就像海边微风,也许是最没有罪疚感的欢愉。

三种痴态,映照出三重心境。张岱痴于美,把故国记忆与文人风骨,融进一片纯美的雪域;姚鼐痴于道,以风雪泰山为站台,实现由宦及儒的转轨;鲁迅则痴于真,在古碑的字里行间,磨砺刺破黑暗的标枪。

这些文人痴气,看似不合时宜,实则是最清醒的坚守与最倔强的抵抗。张岱抵抗粗鄙世道,坚守文化风骨;姚鼐抵抗仕途庸常,坚守经世初心;鲁迅抵抗时代麻木,坚守启蒙批判的星火。

这份痴,是守拙的定力,更是创新的底气。在我看来,还是人间最珍稀的贵气:光而不耀,却不如缕。