

随手翻阅闲书,再次碰到古贤张岱名句:“人无癖不可与交,以其无深情也;人无疵不可与交,以其无真气也。”到底是明末第一才子,说得真好,平白如话,而别有见地,甚至是颠覆性见地。不是吗?坊间常说某某人有怪癖,离他远点儿;某某人一身毛病,交往不得!而张岱则反其道而行之。不言而喻,人世间不知多少有癖有疵之人因之得到安慰,得到鼓励和解脱,比如我。

我的毛病(疵)就不说了,也说不过来。以癖言之,诸如洁癖、孤独癖、嗜书癖、苦吟癖、惜纸癖、恋旧癖等绝不为少。限于篇幅,今天只说一癖:恋旧癖。

依张岱之见,恋旧癖,即对旧物怀有深情也。表现在我身上,主要是喜欢逛旧物市场、古玩市场。外出讲课或旅行,稍有时间就跑去逛逛。最常逛的当然是青岛本地的,其正式称呼为“青岛文化市场”,规模相当不小,分院内院外两部分。院内无分东南西北,铺铺展展全是摊位。打个不客气的比方,简直是洪水过后无边无际的废墟。院外呢,沿路一侧长拖密麻麻排列开去,见头不见尾,见尾不见头,甚至头尾都不见。察其品类,从文房四宝到厨房瓢盆,从哥汝定钧“四大名窑”到琴棋书画“八大山人”,从旗袍布褂长靴短裤到斧锯锹镐长矛短刀,就好像全世界所有清仓货物从那里一泻而下。

说到这里,也许你想知道,林老师你家里莫非堆满了这等破烂不成?非也,非也。我固然有此癖好,但淘得的并不多,盖因我的选择标准极为特别:只买在那里静静等我的,那样子仿佛在说:你可来了,怎么才来啊?等得俺好苦……这不容易遇到的哟!偶尔遇到了,我立马蹲下,捧在手心与之对视,确认是否真在等我。不错,是在等我,等的就是我!

呃,这不就是祖母放在土屋窗台上那个釉没挂好的土黄色陶罐?祖母曾从罐里掏出一颗干枣或一粒糖球偷偷塞给我;这个

手感粗糙的褐色小坛,形状和釉色像极了母亲当年用的咸菜坛子,里面腌的芹菜香莱白菜胡萝卜“杂烩”咸菜几乎是一家老小整个冬天唯一的“菜”;这个彩绘瓷瓶,绘的岂不正是老屋门前那棵开花的歪脖子杏树和花枝上那对喜鹊?那只笔筒上画的雄

## 恋旧癖与旧物市场

林少华

鸡,让我眼前浮现出老屋子里领着母鸡们一溜烟跑去西山坡松树林的那只芦花大公鸡,时而跑来歪在树下看小人书的我身边昂首阔步左顾右盼。那一对画有大朵牡丹花的带盖的瓷罐呢,不知何故,居然让我记起儿时见过的一位年轻的远房姑姑,而且必是她站在“老屯”后街门前朝我微笑的样子……

不用说,这些瓶瓶罐罐早已没了浮光没了火气,有的只是岁月遗痕、只是多少代乡民的指纹和体温。之于我,上面说了,那是同某个记忆及其附带的情思的不期而遇——年复一年日复一日沉睡在我心间某个角落的记忆和情思,此刻忽然被它们唤醒了、激活了。于是我把它们轻轻带回家,轻轻擦拭干净,轻轻摆上书架,与之朝夕相处,与之默默对话。

对了,我还淘得一把凤凰琴,也才碰到过那一把。最早见到是小时候在祖父家里,祖父盘腿放在

膝头弹过,听得我吃惊不小。我知道旧社会过来的祖父念过三年私塾,会打算盘、会写春联、会讲三国水浒,但没想到身为农民的他还会弹琴。弹的什么曲子不记得了,只记得他一边弹一边哼唱那副忘乎所以的神情。想必那是一年到头在地里在山上忙个不停的祖父仅有的娱乐。那把老琴通体黑色,有盖儿,四根弦,三细一粗。两排指甲大小的圆键,分别标有1234567。左手按键,右手弹拨。“文革”后祖父不再弹了,收起藏进棚顶。再后来我偷偷爬上棚顶取下。拂去琴盖厚厚一层灰,见黑漆掉了不少,琴弦也有些生锈,但声音仍很响。也是因为乐谱容易记,我最初弹的是《东方红》。动荡年月,“上山下乡”,那琴声不知给了我多少梦境与遐思。

那把从旧物市场淘来的旧凤凰琴,十几年来一直放在书房案前的临窗小桌上。夜深人静时分,我会偶尔用指甲拨一下那根缠绕的粗弦,静静品听那仿佛来自远古的深沉悠扬的回响,怀念特别疼爱我这个长孙的早已离世的祖父,怀念当年唯有琴声缭绕的小山村璀璨的星空和雾霭轻笼的园田。是的,那是这个世界上只属于我的琴和琴声……



一杯春

(中国画) 李知弥

张,把肩胛骨强行拽向前方;而负责拉回肩胛骨的背部肌肉(如下斜方肌、菱形肌)则被拉长、弱化,处于“被动休眠”状态。此时,“底座”已经歪斜了。带着这个歪斜的底座去打球,灾难不可避免。当你试图做过顶挥拍动作时,因为肩胛骨无法正常后倾,手臂骨头(肱骨头)就会直接撞击上方的“天花板”(肩峰)。而被夹在这两者中间的可怜的肩袖肌腱,就会像被门缝反复挤压的手指一样,充血、磨损,最终撕裂。这就叫“肩峰撞击综合征”。

研究数据显示,在业余羽毛球爱好者中,攻击型打法(频繁杀球)的人群肩痛风险是防守型选手的7倍以上。

除了球场外,健身房也是肩袖损伤的“重灾区”。太多想练出“直角肩”的女性,或者想练出宽肩膀的男性,在做

## 说“老街”

沈骏

认真阅读了朋友转来的《老街守望》,顿时引发兴趣。常说的“老街”,一般是指城市或乡镇中具有悠久历史、展现传统风貌的街路。它如同一幅铺开了的市井画卷,录入并承载着人们的岁月年轮、文化印迹和情感价值。

曾先后去过沪上的浦东新场、闵行七宝、青浦金泽、嘉定南翔、金山枫泾、奉贤庄行、宝山罗店、松江石湖荡,还有黄浦区老城厢豫园老街等,以及长三角地区的周庄、乌镇、荡口镇……当地的老街都展示着各自不同的历史文脉、民俗民风、建筑特点和饮食趣味等。每条老街沿着街面都有连接不断的店铺、会馆、货栈、茶馆、商业公所,还有过河石板桥、街口牌楼等。老街是守护者赖以生存的物质和精神支柱,睡梦中也会不时留恋;迁移者也已将其深深嵌入内心,时时重播,更想返回故里再次拥抱老街。

全国各地有着成千上万座城镇,城镇中也都有标志性的老街。如果说“小城故事多,充满喜和乐”,那么其支撑起的框架当然是老街。记得老舍在描述老街时,曾经写道:“长街十里,城扁街宽,坚厚的墙垣,宽敞的庭院,铺户家宅……”人来人往,岁月如梭,老街见证了几代人的生存、生长和世故、世事。老街对倾心者而言,是依恋,是依靠,是生活场景中不可或缺的底色和精彩,更是抹不去、擦不掉的怀念所承载的情深意笃。老街历经风雨,饱经沧桑,以不变应万变,以独特风格保持着原有的模样,弥漫着年深月久沉淀出的烟火气。

在改革开放前,人们对常年身处老街仿佛没有什么特殊的感觉。经历了史无前例的大建设、大开发和大改造,在城市飞跃发展的今天,为什么会比以往任何时候都更加注重所存老街的保护、保留?这不外乎是对过往历史的尊重和延续,是对一个区域地标的维持和厚待,是爱得深沉的情愫自然而然地不断外溢,也是人们在城(镇)市更新过程的再思考后,对城市建设维护的规划思维方式发生了转折性的改变。保存、保护老街及其周边的历史风格多样、充满地方韵味的特色建筑群,不仅提到了重要议事日程,更制定形成有针对性和制约性的法律、法规。也许这是主、客观认识过程的必然,城市发展理论和实践都告诉我们,街、路是个系统,新、旧结合、老、新交融,是历史传承和现实发展的城谱,也就构成了一个持续的和较为完整的城市发展史中街与路的新篇章。

老街是不可再生、不可复制,也是不可替代的物质载体、人文精神和景观资源。对一座城市来说,不管发展到何种阶段,相对地讲,需要保护、保留下来的老街都是历史印记、文化彰显和城镇审美的特殊内容。对待老街的保留和保护问题,考虑其复杂的社会、建筑和民生等诸多背景因素,需要理论工作者和实际操作者感性与理性相结合地研究、判断和探索,不能简单地用一个观点来否定另一种观点,更要防止从一个极端走向另一个极端。应该明白,百年老街及原有风貌建筑有着传统的沉稳根基,其文化的厚度来自历史年轮的累积。新筑马路及摩天大楼则透露现代的崭新气息,其展现的高度显示奔放向上的活力。传统与现代从来不是两条平行线,而是在阶段性的立面上,相映生辉在同一条历史长河中,是奔腾不息、交响汇集而来的更为宽广的潮流瀑布。因此,需要从实际出发,统筹兼顾,科学取舍,创造条件,有力、有效地让具有标志性的老街(老马路)得以保留、保护和传承。前几年,市、区规划土地局先后调研提出并经市政府批准,对郊区每一座古镇(包括老街)都进行控制性详细规划,在上海市中心范围内也明确“衡复”等若干个历史风貌保护区,并划定64条永不拓宽的老马路,其目的不言而喻,这也在一定程度上体现了领导决策者、规划建设者、市政管理者顺从民意的一种尊重历史感和担当责任感。

无论是现代化乡镇(街区),还是新的大都市,老街是一种寄托和情怀,始终是不离不弃的存在;老街是一种思念和原味,始终是记忆符号的永恒。每个人都有葱茏岁月的回忆与惦念。想起老街,就联想起与之相关的街面景观以及人与事。

“直立划船”或者“背后臂屈伸”。请听我一句劝:把这两个动作拉黑。“直立划船”会让肩膀处于极度内旋状态下抬起,这在解剖学上是一个完美的“磨损姿势”,每一次提拉都在切割冈上肌肌腱。而“背后臂屈伸”会把肱骨头强行推向前关节囊,诱发撞击。

那么,如何拯救“生锈”的肩膀?第一步,也是最重要的一步:把“底座”修好。在去球场之前,不要只顾着压腿。你需要唤醒沉睡的肩胛骨。推荐一个简单的动作——“墙壁天使”。背靠墙站立,脚跟离墙一臂距离,屁股、上背部、后脑勺紧贴墙面。双手举起呈“投降状”,手背和手肘也要努力贴墙。然后慢慢向上推手,再慢慢向下拉,全程保持所有接触点不离开墙面。你会发现这个看似简单的动作做起来异常

约莫二十年前,淮海中路627号还是雪豹商厦的时候,楼上开过一家西餐厅,那里的提拉米苏是我印象中最好吃的提拉米苏。这话可能说得夸张了,但那时候,对于餐后甜品的认知多半还停留在酒酿圆子的我们而言,有一款冷藏得恰到好处的甜品,名字也恰如其分地被用“提拉米苏”这四个字表述出来时,心中确实沉淀了不少甜酥酥的感觉。

我大学毕业工作是在2003年,那会儿的上海餐饮江湖涌现了不少港式茶餐厅,冻鸳鸯、菠萝油以及麦兜卡通形象,是我脑海中对港式茶餐厅的标准印象。也正因为港式茶餐厅和粤菜的流行,甜品里的一道杨枝甘露逐渐为人所熟悉。直到今天,我仍旧坚守着一个标准:一顿饭没有甜品收尾是不完美的,如果众口难调,那么拿杨枝甘露收尾一定是最稳妥的。杨枝甘露之所以能享有这样的霸主地位,其本身具备的口感丰富性,决定了它的胜出优势。一份合格的杨枝甘露,西柚特有的水果颗粒感和西米的那种小细碎是相互配合的,贯穿始终的精髓则是芒果的甜香,冷藏到略微有点冰后,口感最好。如果再在上面加一个香草冰激凌,就是我喜欢的高配版杨枝甘露。就这么安安静静地坐着,用勺子一点一点挖着吃,那种侵占口腔的绵密感就到顶了。与之相比,椰汁西米露作为餐后甜品其实也不错,但它和杨枝甘露的差别,就相当于是张大千早年水墨白描的高士图、仕女图和张大千晚年金线泼墨泼彩山水画的区别。论丰富性,还得是杨枝甘露。

有一段时间,我挺喜欢吃芒果班戟、雪媚娘这类甜品,但吃多了就觉得干巴巴了,跟吃榴莲酥、马拉糕这样的点心,在口感上有些接近。我觉得,点心是点心,甜品是甜品,必要时还是要划清界限。通常情况下,布丁类的甜品,我都是喜欢的,且我相信大多数的食客一定认为杏仁豆腐、双皮奶是甜品,而不是点心。我经常去的一家粤菜馆,就专门有动物造型的布丁甜品,形象可爱还讨口彩,真是让人喜欢得不得了。其中,我最喜欢锦鲤布丁和小白兔布丁。锦鲤布丁是传统的一条红色锦鲤造型,突出的是颜色的喜庆。小白兔布丁造型可爱,尤其是那个兔子屁股,一跳一跳的,但一口吃下去总觉得哪里怪怪的。所以,正经谈事的那种饭局,我很少点小白兔布丁,避免客人误会觉得太幼稚了。

就大的分类而言,餐后甜品分西式和中式两种。如何评判西式甜品做得好,我的标准就一个:不管是焦糖布丁,还是舒芙蕾,或者其他什么名字的西式甜品,吃完之后或者正在吃的过程中,喝上一口热咖啡,从口腔到大脑都感觉无比幸福的话,那就是最好的甜品。至于中式甜品,有的人偏爱传统的红豆沙和芝麻糊,还有炖雪梨,讲究润肺,这在冬天都是非常好的选择。这里面,食材本身的选择,也是一个衡量标准。一般店家的菜单里,甜品必备杨枝甘露,但也有店家对自己要求很高,不屑于制作杨枝甘露,在甜品栏里居然写着桃胶和鸡头米。如果碰到这样的店家,我建议大家一定要尝试一下,不管最终是否满意,但至少说明这家饭店的老板和大厨,人家是有追求的。

众多甜品里,双皮奶也是绕不开的一个话题,值得一说。记得有一年我在顺德开会,白天一天的会开得极其疲惫,晚上的饭局也是吃得五味杂陈。如今回想,只记得宴会厅布置得很豪华,墙上挂着曾梵志著名的乱草系列油画中的一张,饭菜也十分丰盛。我坐在主桌,时不时看看那张油画,再看看席间的众人,最后眼神停留在那张写有我名字的席卡上。如此反复许多次,神情竟有些恍惚。恰好此时服务员开始上甜品了,一人一份双皮奶,这是我第一回正儿八经地在顺德本地吃双皮奶,内心充满了期待。果然是顶流水平,我很快就把我那份双皮奶吃完了,很想再来一份。抬头看周围,众人都在敬酒寒暄,只有我一个人不合时宜地在吃双皮奶。那次宴会,邻座是最尊敬

的老大哥,老大哥此刻正站在远处拿着酒杯说着事。我和他一同来到此地,我知道他一定会理解我的。于是,趁着全桌人都在敬酒的间隙,我把老大哥的那一份双皮奶也吃掉了。

时隔多年回味这段经历,并非什么孤独的美食家,只是隐约觉得每个人都会遇到类似情形,确实有那么一点点格格不入,内心里还有点孤单。但现在这些都不重要了,那些话、那些事,都翻篇了。连墙上那张曾梵志的油画,也只记得线条很有质感,具体的画面早就模糊了。独独吃掉两份双皮奶的记忆,却是始终没有磨灭过。

## 十日谈

办公族休假日志  
责编:潘嘉毅

每天动一动,骨松绕道走,请看明日日本栏。