

不知诸位有无类似的感觉，米其林评点大陆的菜肴有点像西医评中医。

西医评点中医并不完全是偏见，比如中医解剖学对人体结构的解释过于粗疏，比如民间针灸的“隔衣飞针”（进针时不脱衣服）的确存在二次感染的可能性等等，但总的感觉是不同文化源头的“隔雾看花”，如果“疗效是硬道理”的话，中医确实治好了很多西医无奈的疾病，而且经得起重复印证，你怎么说呢。

“米其林”的“米探现象”也是这样，那本首版的“上海米其林指南”不少人榜的餐厅是弹眼的，说明人类的舌尖在很多地方存在共通性，猪排只要炸得好，“洋舌头”与“土舌头”都会激赏的，但“洋舌”与“土舌”毕竟不一样，甚至很不一样，“米其林指南”真能公允地“指南”吗？它若遇到贵州的“牛胃菜”会咋样。

去年 8 月到贵阳，朋友说让我尝尝珍贵的黔菜，要预约，地点是贵阳附近的“青岩古镇”。

没想到这一约居然半个月，临走的一天才把我请到古镇，解释说，牛，可不是天天杀的呀，得有机会。

这菜，就是牛胃菜，当地叫“牛瘪菜”，乃黔中一珍，将牛宰杀后，把牛胃及小肠里未完全消化的内容物拿出来，滗干汁液，加入牛胆汁及陈皮、生姜、花椒、丁香等，放入锅内文火慢炖，沸滚后将表面的泡沫、杂质等用丝瓜筋多次过滤，滤尽后的劳什子就是牛瘪了。宋代的《溪蛮丛笑》记载：“牛羊膀胱，略洗摆羹，以飧食客，臭不可近，食之则大喜。”可见，食“牛

## 米探评菜

胡展奋

瘪”古已有之，虽然“臭不可近”，但士大夫也吃。牛食百草，其中许多是草药，而且牛胆有消炎、牛黄有清火之功。所以，包含了牛的消化胃液的“牛瘪”既是一味独特的美食，还具有消炎解表除感冒的功用。故牛瘪又称为“百草汤”。

我压制住强烈的冲动才没去后厨观战，朋友死死拽住我，说，别去，和绍兴的酱坊与广东的蜜饯一样，看过它们怎么做就不想吃了。

但味道还是传了过来，始则腐草味，继而是不可救药的牛屎味，臭烘烘地似乎空气也黏稠了不少，待到上桌，倒并未觉得太“腻心”，青草味夹杂着丁香陈皮香，仿佛把人带到了村野牛栏，非常田园。再品味，带点苦涩，仍有牛屎味；你说，如此“腻心”的菜肴，还“黔中一珍”，请米探尝尝，他会加你一颗星吗？因为是“探”，相信他闻到那“兰麝之香”是非去后厨不可的。

又比如徽菜，倘若没有“臭鳊鱼”还叫徽菜吗？但有一次我招待一个老外，一个还算爱吃中国菜的老外，那双脚丫味儿让他根本不愿意听我解释，直接把店经理传了过来，对如此高度腐败的恶液质居然还在卖高价表示强烈的国际主义义愤；再比如王致和的“臭豆腐”与甬菜中的“三臭”，能讨得米探的欢心

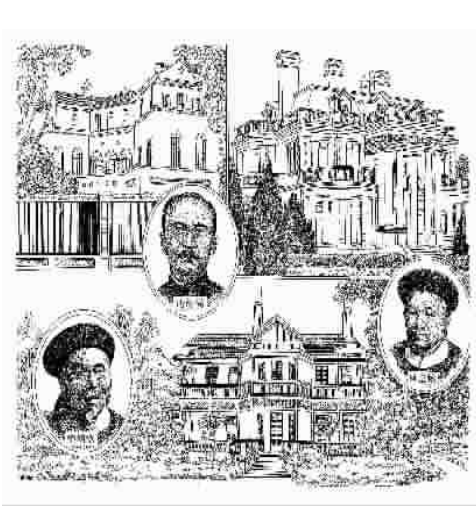
吗？事实上如果他们去疾控中心举报，我一点都不会感到意外。

米探是基于他们的饮食习惯来探班的，味道怎么样，我们可不能太把他们的感觉当回事，如果换位思考，我们去了外国，不也成了老外？记得 2006 年和徐洪慈先生去蒙古国的后杭盖省做客，蒙古朋友端上来的一锅塞外顶级美味——“羊瘪菜”，居然绿莹莹的，一问，羊肠，肠内之物大致一撸就下了锅，那味道之酤之“煞根”可真是绕梁三日不散，但当地人只有贵宾莅临才肯做这道菜，也说是草原一珍呐。

我的舌头，在蒙古是“洋舌头”，在法国不也是“洋舌头”吗？那年去巴黎著名的美食街，朋友指引一家奶酪专卖店，法国佬进去一见臭奶酪就欢呼，我却努力抑制着反胃，那个臭啊，特别是臭羊酪，墨绿色的，那才是“恶液质”呢！如果我是“华探”，我会给它一颗星吗？

再说用餐环境，东西方差异也很大。虽然，就现代文明看，进食时的安静是主流，但“一律安静”也未免乏味，旧时江南菜馆的传菜吆喝曾经是饮食文化的一大特色，多少海外赤子怀念着这种乡音，苏锡帮的吆喝甜糯阴铿，宁绍帮的吆喝明快俊爽，维扬帮的吆喝殷勤流转，北方馆子的传菜吆喝其实更好听更耐听，像京韵大鼓一样抑扬起伏，你说，米探们听了会作何感想？因为不懂你的内涵，可能只一个字的感受：吵。

米探评菜的敬业性是令人尊敬的，但多少有点像西医评中医。别太仰视它，我想。



## 故事里的事

李君兰 文 姚人雄 图

武康路，这条北起华山路，南至淮海中路，两旁梧桐掩映、花园洋房林立，全长不过一千余米的静谧小马路，却是横跨历史长河的风云大世界。在居住于此的老人口中，流传着不少宅与主人的故事。比如，被称为“民国十大奇案”之一、中华民国首位内阁总理唐绍仪被刺事件。据说，1938 年九月的某个上午，对古玩极为痴迷的唐绍仪在上海寓邸里亲自接待四名持古董前来拜访的客人，正在仔细赏把玩一件极为中意的宝物时，被充满杀气的钢斧砍倒在地，一命呜呼……

包括武康路在内，北到复兴路，南到肇嘉浜路，东到襄阳路，西到华山路，在如今的徐汇区天平街道、湖南街道区域内，彼时的旧上海法租界里，曾居住着大批叱咤一时的军阀权要、洋商富贾、名流学者，晚清重臣李鸿章、清末洋务派大臣盛宣怀、一代文豪巴金、“金嗓子”周璇……在他们寓所发生的故事，昔日是人们津津乐道的传说，如今已成为中国近代历史风云变幻的一个缩影。

这些以房宅为载体，以历史时间为背景，反映上海开埠以来的近现代人物、地方和历史事件传说，被称为沪上闻人名宅掌故与口碑，已被记录在了“非遗”中。沪上隐约可听见那些传说，只是说故事的人多半

已是古稀老人。这些景色撩人小马路，不光有高颜值的网红小店，还有值得品味的老宅子、老故事。



### 非遗在身边

## 应景的教学之作

加 陆

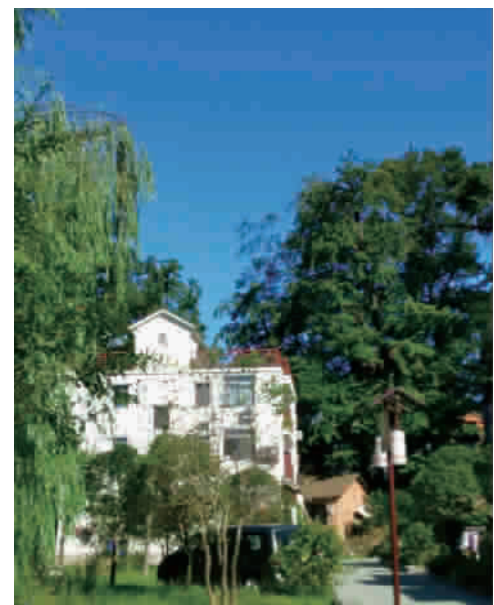
邓虹的《跟着农历走一年——校园二十四节气纪实》于 2016 年 8 月出版，三个月后的 11 月 30 日，农历二十四节气被正式列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产产代表名录。这部“以自己数十年积累的教育实践、文化体悟和人文底蕴，融会贯通了教育、文学和北师大附中文化精神传统”而撰著的纪实，正是应自然之景之作。

邓虹是全国文学教育名师，执教于北师大附中。她通过一系列“随节而学、随节而思”的学习设计，将二十四节气所蕴含的自然风物、文学艺术、历史文化有机地融入在她的语文教育之中。品读邓虹老师的文字，会有一种置身于她气韵生动的语文课堂的现场感，并且感慨，原来语文课竟可以这么个上法啊：先品尝古越龙山、再品读柳宗元的《江雪》、朗诵《论语》《庄子》关于松柏的名句、体悟朱良志《一九冷月的韵味》、赏析“岁寒三友松竹梅”的古画，最后到校园中去寻访附近的岁寒之友……“花语诗心”、“谷雨祭仓颉”、“小寒探寒”、“雅韵传承、古风创新”……整个课程的学习活动贯通了自然、文学和文化，彰显了学习者对自然人生和社会人生的生命体验。邓虹的语文教育，体现了美国教育家华特“语文的外延与生活的外延相等”的主张。

人们一直沿用叶圣陶先生的说法，将教师写作比喻为“下水”，“下水作文”是一种有效帮助学生写作的写作。显然，邓虹的创作，突破了语文教师这种“教学写作”的范式。书中对气象、物候、植物、花鸟的细致描摹，对节气文化的深入挖掘，对北师大附中教育和文化品格的梳理和提炼，对古今圣贤、中外名家的旁征博引，无不显示了叶圣陶先生对语文教师“善读善作”的教诲，投射出她的才情和智慧。



边看边聊



### 临安小景

吕明兰 摄

## 夜光杯

## 我的早教

徐 麟

没教过什么东西。没多久，我又转入了同样在定西路上的一个公办幼儿园，在那儿，倒是学了东西，因为学得快、学得好，那个方脸盘的班主任夏老师特别喜欢我，上一年级时，她还来我家看过我。

在这个幼儿园，我玩过一次失踪：有天，我揣着刚发的下午点心，偷偷地逃出了幼儿园，去了两公里开外的家，把三块喜欢吃的饼干带给外婆吃，外婆高兴得合不拢嘴。这一个多小时，可把园方老师和父亲折腾坏了，但好歹也算是孝道早教的一次践行，让父母在惊恐之余，还是有点悄然欣慰的。

母亲在四川的老家念到了高中毕业，似乎还有



## 夜光杯

## 崇明湖乡风景

（两首）

张森明

## 农民新村

道嵌水泥村户连，湖乡一跃入新天。树摇晓月姿生彩，麦吻晨风浪叠鲜。电脑觅珍寻富路，书屋探宝引财源。楼群星闪文明户，腰鼓传来我欲翩。

## 农家书屋

匆忙人影现窗前，闪闪目光融字间。种植技高勤探讨，产销术巧细钻研。攻关纸上留心语，实践田中开笑颜。争引财源流不断，农家乐里庆丰年。

## 七夕会

之，只要是休息时间，我总把健身球带在身边。小小的健身球成了我退休生活中的好朋友，它真的成了我健身保健的好伙伴。

快二十年了，我坚持不懈地用健身球来锻炼，在与健身球相伴的金秋月里，不知不觉地收到了意想不到的效果。如今，我已是七十九岁高龄的老人了，可我眼不花，背不驼，手指仍然像年轻时一样灵活。特别是困扰我多年的上肢关节风湿痛的老毛病早已痊愈，还有我那时常常失眠的痼疾也日渐好转，精神头儿好多了。许多老朋友见到我时都说我气色好，不仅不见老，而且越活越年轻了。

说实话，我的好身体也有健身球的功劳，健身球已成为我的健康好伙伴。

## 热爱健身球

陈金耀

以后他便坚持用健身球来锻炼身体。也许是名人效应吧，从此我国的健身球很快就风靡世界，玩健身球成为时尚。

从此，我便每天都把健身球带在身边，早晚到公园散步时，我就边走边用两手轮流转动着健身球。有时在家看电视，或者和老友们下棋、聊天时，也都是手不离球。总

都可以把玩。但它更适合老年群体，老年人玩健身球可以疏通经络，并可使气血津液保持循环通畅。如果经常把玩健身球便可收到健脑益智、消除疲劳的奇特效果。据说我国曾把一对精美的健身球做为珍贵礼物送给当年来访的美国总统里根，他看后便爱不释手，