

王造时的最后二十年(上)

◆ 何碧辉



王造时

专搞学问,重执教鞭

要了解 1949 年的王造时,首先要了解三件事。第一件事:1949 年 7 月,救国会北平开会讨论出席新政协会议的代表名单,与会的宋云彬两次在日记中提到王造时:“7 月 18 日,上海方面,王造时最热衷,曾召开会员大会,函电交驰,向衡老(沈钧儒)力争,非请衡老提出他的名字不可”;“7 月 25 日,王造时来信,哀恳提名新政协,言辞凄婉,谓我与衡老三十年交情,且为‘七君子’之一,若不代表救国会参加新政协,有何面目见人。”第二件事:“到解放后,大家都到北京,我留在上海。而且,1949 年史良离开上海到北京去以前,曾对我说党对你有点误会,将来可以慢慢说清楚。”第三件事:王造时曾向上海市副市长潘汉年建议,先解放台湾,后解放西南。而且自

谈到 1949 年后的王造时先生,人们往往引用杜甫诗中的“冠盖满京华,斯人独憔悴”加以评论。据说这是因为当年赫赫有名的“七君子”,除去 1944 年病逝的邹韬奋和 1946 年被暗杀的李公朴外,中华人民共和国成立后,剩余五人中有四人担任京官(沈钧儒担任了最高法院院长,史良、章乃器、沙千里也先后出任部长职务),唯独王造时没有被安排行政职务,一直在

上海复旦大学教书。长期研究王造时的复旦大学社科部退休教师何碧辉先生认为,个中原因是 1937 年出狱后,王造时的个人经历与“七君子”中其他人物很不相同造成的,这同时也是造成他后来的人生悲剧的重要原因之一。本文是何碧辉先生应约为《世纪》撰写的文章,为读者讲述了王造时复旦大学任教生涯、晚年家庭生活、遭遇等鲜为人知的故事。

告奋勇愿去台湾找孙立人(清华同学)做工作。潘汉年没有给他回话。

从这三件事可以看出解放初期的王造时渴望有所作为,但因“党对我有薄膜存在”而无法施展拳脚。在这种苦闷心情的笼罩下,王造时决定采取消极态度,不加入民主党派,成为无党派人士;不担任行政工作;少说话少发表意见。他认为革命成功了,专搞学问,同样为人民服务。

在这样情况下,王造时选择了再次走上讲台,“有一次饶漱石约我到他家寓所谈话,试探我是否愿意担任行政工作,我回答说我的自由散漫作风不宜于此,如有机会愿到大学里去教书”。

1951 年夏,复旦大学校务委员会副主任陈望道两次到王造时家登门拜访,邀请他担任复旦大学政治系教授,并嘱政治系主任胡曲园送聘书到王家。王造时欣然接受聘任。1952 年全国高等院校院系调整,复旦大学政治系合并到华东政法学院。王造时留在复旦大学历史系,任世界近代史教研部主任。王造时事后曾说,他很满足于教书生活。并且自以为有的人只能做政治工作,不能教书;而他既能做政治工作,又能教书,有两套本事而引以自豪。

“反右”之前,历次运动积极参与

“反右”斗争前,王造时在平时政治学习

和历次政治运动中,虽然比较谨慎,但仍属很积极的。例如抗美援朝、土改、镇反、“三反”、“五反”、知识分子思想改造等政治运动中,他都积极参加,在公开场合带头发言,对新生政权表示拥护。他在重大节假日和群众聚会场合上的发言,已知的有六篇。例如:1950 年 5 月 28 日,他在上海人民纪念解放周年大会上演讲《几点感想》,指出:“中国人民解放军纪律严明,确是我们人民的军队”;“人民政府是廉洁的,是全心全意为人民服务的”。1951 年 12 月 24 日,上海市第二届第三次各界人民代表大会上,特邀代表小组推举他代表小组发言,王造时说:“最后说到思想改造问题。我们认为思想改造是一切中心任务的根本。思想不改造,一切任务都不易做好。我们特邀小组代表,平均来说,年龄或许比较高些,生活经历或许比较复杂些,受封建主义与资本主义的毒害或许比较深些。因此我们都觉得思想改造的需要更迫切些。我们的思想改造过程或许比人家更困难、更长久、更痛苦,但是我们为了求得个人思想上的解放,为了配合国家建设方针,我们特邀代表小组全体要我在这里向大家提出声明:‘我们决定开步走!’”1954 年 8 月,上海第一届人民代表大会普选时,王造时是上海四川北路选区选出来的代表。他在普选时说:“解放四年后的今天,我们就有了普选的权利,这是中国历史上值得大书特书的事情。我个人曾参加过争取民主的运动,但在解放前,始终没有获得真正选举的权利。我没有选举过别人,当然也没有被别人

选举过。现在我领到了选民证,我特别感到愉快,感到兴奋,感到骄傲。”“这次选举是最平等、最普遍、最民主的。”他还说:“再度地说明了中国共产党的领导正确和伟大。”1955 年 10 月 1 日国庆节时,王造时谈到:“第一个五年计划的实施,不仅指示着我们六亿人口的中国大步走向社会主义,并且是具有巨大世界历史意义的大事件。”

1956 年 1 月,中共中央关于知识分子问题的会议在北京召开;4 月下旬,中央政治局扩大会议提出要贯彻毛泽东过去分别提出过的“百花齐放、百家争鸣”两个口号;9 月,党的八大决议明确指出:社会主义改造完成以后,民族资产阶级和上层小资产阶级的成员将变成社会主义劳动者的一部分。同时,党为了调动知识分子的积极性,采取了一系列措施。有关方面对王造时的关心和照顾也进一步增加了。王造时以感激的心情说:“我在复旦是第一个受到最好的照顾。我爱人逝世后事都是学校料理的;孩子看病的医药费由学校包下来;并且要我搬到十八层楼的茂名公寓去住。”

在复旦历史系任教的王造时教学认真,他主讲的世界近代史课是历史系主要基础课之一。当时没有讲义,学生用的参考书也很少。但是由于王造时讲课自成系统,条理清楚,也比较生动,因此得到学生欢迎。学生知道他是救国会“七君子”之一,也尊敬他。他对学生也比较关心,师生关系融洽。有一次,王造时先生病了,历史系 56 级学生全班同学都去看他。

民国吃家

二毛



36.梅兰芳最喜欢宫保鸡丁

王世襄的儿子王敦煌在《吃主儿》一书中记述了很多关于父亲采蘑菇、烹饪蘑菇的轶事。他说父亲只要一闲下来就要琢磨去采野生蘑菇。一次,他甚至骑车到永定河小学的传达室,找到了以前经常给菜市场送野生蘑菇的张老汉,并向张老汉求教采蘑菇的地点。于是,张老汉把永定河河源的几处“蘑菇产地”告诉了父亲。父亲知道后大喜,在“取经”后的第一个休息日就带上自己去永定河河源采蘑菇了。

王世襄在自己的著作里也经常提到采蘑菇。王写道,京城采蘑菇的高手多集中在右安门外永定门一带,他们每个人都有几条采蘑菇的“秘密路线图”,隔几日就会巡回采一次,生手很难发现这些蘑菇的生长之处。后来朝内、东单的菜市场都很难买到野生蘑菇,只有菜市口的菜市场里还有。我觉得他对蘑菇的痴迷和张大千有一比,后者在敦煌工作时也千方百计地找蘑菇,这也是一种美食精神。

王世襄对烹制蘑菇有很多独到的心得。王老曾介绍一种叫柳蘑的蘑菇,他说柳蘑“茸色土褐,蓄聚而生,有大有小。烹饪时宜加黄酒,去土腥味。烩、炒皆可,而烩胜于炒,用鸡丝加嫩豌豆来烩,是一味佳肴”。还有一种叫鸡腿菇的蘑菇,“菌柄较高,色稍浅,炒胜于烩”。我想不是会买、会做、会吃的人,是总结不出这些经验的。

王世襄接触、喜爱的主要是北方的蘑菇。北方气候下生产的菌类统称口蘑,这些蘑菇大多产于河北和内蒙古,由于其最大的集散地在张家口,所以统称“口蘑”。口蘑又分为白蘑、青蘑、黑蘑、杂蘑四大类。王老文章中提到的口蘑大多是白蘑。

口蘑的称法始于清初,清人袁枚的《随园食单》中就有口蘑煨鸡的记载。20 世纪 50 年代郭沫若到张家口,也曾赋诗赞美“口蘑之名满天下”。用口蘑入菜,北京有著名的口蘑鸭心,山东有口蘑炸菠菜,内蒙古有乳汁软炸口蘑,河北有拔丝口蘑等等。口蘑也可做馅,北京全聚德有一道口蘑鸭丁包,用的就是口蘑。

再说京剧大师梅兰芳。梅兰芳祖籍江苏泰州,在北京出生长大,这决定了他南北兼通的口味。一些地道的北京美食乃至小吃都是他“好的那一口”,如爆三样、豆汁、小米粥、熬白菜、麻豆腐、干炸丸子、八宝酱菜、酱黄瓜等。

受家庭影响,加上唱戏保护嗓子的需要,梅兰芳的饮食基本上还是以淮扬菜为主,如鸡汤煮粥、蜜汁火腿、霸王别姬等都是他爱吃的菜式。除此之外,梅兰芳从艺 60 多年,演出走遍海内外,遍尝各地美食,也钟情很多其他菜式,如川菜、宫保鸡丁、豫菜的洛阳烧鸡,杭州的虾爆鳝面。

北京是梅兰芳生长、成名的地方,有很多他爱吃的地方。在北京,梅兰芳常去的酒楼有始建于 1950 年、北京最早的川菜馆子峨眉酒家,位于前门外陕西巷的粤菜馆子恩承居,创始于康熙 25 年(1686 年)的烤肉店,创始于 1930 年、北京“八大春之一”的同春园,创始于乾隆三年(1738 年)的都一处等。

在峨眉酒家,梅兰芳最喜欢的是宫保鸡丁。这道菜始创于清代光绪年间,有位叫丁宝桢的贵州人,他在贵州时就爱吃糍耙辣椒加花生米炒的鸡丁。这种做法是宫保鸡丁的前身,丁后调任山东巡抚,加封太子少保,人称“丁宫保”。在山东,家属根据丁宝桢的指导,用山东的爆炒办法来炒鸡丁,已经很有名气。丁宝桢后来又任四川巡抚,宫保鸡丁的做法更加讲究,丁经常用这道菜来宴请宾客,名气更大,被称为“宫保鸡丁”,正式定型。

在清末以来,随着川菜在全国流行,宫保鸡丁很快驰名全国,也成为闻名国际的中国菜式。峨眉酒家开创于 1950 年,创始人是川菜大师伍钰盛,最早一家店在西长安街,比邻长安大戏院,梅兰芳常常光顾,特别是在戏院有演出时。这么大的名人光顾一家小店,伍自然不敢怠慢,每次来,他都亲自下厨,并亲自上端上来。梅看出了伍的心思,说,我是来吃菜的,又不是来吃桌子板凳的。

伍钰盛现在 90 多岁,依然健在,生活在北京。他是四川遂宁人,12 岁拜师学艺,20 岁开始为党政要员做家厨,已经小有名气,成都很多显贵以请到伍做家厨为荣。抗战时期,他曾为何应钦、宋子文当过家厨,蒋介石夫妇也吃过伍师傅做的菜。

69.如何消解“癌症性格”

在 30 多年临床癌症防治经验的基础上,我们倡导了癌症防范的多字方针:其中强调,对已经确诊的癌症患者,主张要用“六字”或“七字”方针加以防范:1.要有正确的知识,正确的态度来对待它;2.要有正确的医疗对策,恰到好处的医疗措施;3.它是慢性病,需要合理、科学且适度的药物治疗;4.饮食是防控癌症的重要一环,饮食可以由你自身所掌控;5.形成良好的心理和心理和情绪状态;6.要经常进行各种合适且适度体能锻炼;7.要善于寻求社会支持,加强社会交往……当然,还可以加上第八点——重视“蛛丝马迹”现象!一旦出现“蛛丝马迹”,不管是否已经生癌,还是没有生癌,都说明已经在向你发出警告了(或者是生癌信号,或者是复发警报),你不能再不以为然了。

管住嘴,可减少 40% 的癌症发生和死亡。今天城市的癌症,主要是营养过剩为主因,因为膳食结构不合理。人类过去历史上,95% 以上的时间是饥荒的、营养不够的,近年来(西方稍微好一点),人们快速进入了物质生活丰腴和过剩的时代,而我们的肠胃和消化代谢系统的进化没有跟上,因此,代谢紊乱就变成了普遍问题,富营养化的癌症也就接踵而至。例如,大城市的高发癌症,从肠癌、乳腺癌、卵巢癌,到胰腺癌、肝癌、肺癌、前列腺癌等,都往往和营养过剩、膳食结构不合理有关。因此,世界卫生组织总干事陈冯富春女士在 2011 年的世界卫生组织国际会议上就强调,中国等发展中国家如果能促使民众管控好饮食,调整好膳食结构,可以减少将近 40% 的癌症发病率和死亡率。

四个调心原则,消解癌症性格。心理及个性因素在癌症发生中起着约 20% 的作用,因此,筑好心理篱笆,也是防癌工程的重要一环。对此,我们在《好身体需要好性格》中作了较全面的阐述。在此,仅从略而谈,介绍四个调心原则,可以帮你消解“癌症性格”。

第一原则:释放压力。人们生活在现实的社会里面,不可能没有压力。没有压力你

就没法生活下去。但是有压力,你要会释放,要及时释放,才能有利于身心健康。否则,日积月累,滋生内在癌变。第一,要学会区分一、二、三。学会分清哪些事情是一类的,非常重要的。哪些事情是二类的,不太重要的。哪些事情是三类的,很不重要的。一二三区分好以后,你就会有很多东西都能放下来了。第二,要想好退路。做任何事情都要把退

路想好了。这件事情我没做好,结果会怎么样?最坏的结果会怎么样?你把最坏的结果想明白了,就会觉得没什么大不了的。第三,如果某段时间你觉得很紧张、很有压力,可以在办公室做些轻巧的放松锻炼。比如说,用头、背部撞撞墙,做几个腹式深呼吸,或做一段操,甚至闭目养神,都可以缓解紧张、释放压力。

第二原则:走出抑郁。生活在现实社会中,生活在竞争激烈的环境里,不认真真做事,肯定会被社会淘汰、被边缘化的。但是,过分认真、事事都一丝不苟,对自己的伤害又特别大。首先就容易抑郁,抑郁又可以滋生出多种疾病。特别是癌症等,因为研究已经明确:抑郁是癌变的催化器。

第三原则:稳定心理。稳定心理,也就是稳定情绪。压力学会释放了,抑郁逐步消解了,你的情绪就可以慢慢地稳定下来。一个好的心态可以预防癌症。因为好的心态,可以使人精力充沛、心情愉快,那么生活质量就高,这样在日常生活中,就会吃得香、睡得好,保证了人体营养的正常吸收,保住了人的体力。那么,身体的免疫力自然就会提高。

第四原则:优化个性。有人经常会说:我生性就这样,改不了了。其实,你的性格,不是不能够改,关键在于你自己是否意识到需要改,然后努力去改。其实,人的个性无所谓好坏,一旦某种个性影响到健康了,你不改也得改。不改影响你的健康,你必须改。没有比生命更重要的了,除非你不重视生命。所以,优化个性是必需的,每个人都需要。温馨提示:多忧郁,少乐观,凡事太纠结,是癌症“向导”;少忧郁,多乐观,万事想得开,是防癌的有效措施之一。

管理自己的健康

何裕民教授健康新宣言

何裕民 倪红梅

