

5 年未遇的好朋友风尘仆仆地从西藏回来,他带给我一条用黄色哈达编成的绳路,以及那些关于禅修和素食的好处,还想给我看他拍的照片,可他手机中照片实在太多了,他说发微信转吧,互相关注一下就方便了。

此刻我不知道怎么会突然犹豫了:我怕太快的交流,过于熟悉的生命和生活很快被厌倦,失去再见的渴望和尊敬。于是我建议,让我们保证下一个十年里不换手机号码,在彼此需要的时候能找到。留住陌生,是不是会给大家更大的惊喜和尊重?他笑了,迟疑着答应了。

时间是把杀猪刀,也是最好的保险剂,让期待成为快乐的确更有价值。

保持陌生最大的好处是呵护彼此的美好形象。其实不必知道他人的生命细节,你能活得更舒服,比如,有天好朋友的太太在微博中抱怨先生在家里摔了花瓶;我一多事打电话去劝架……事后非常后悔。凭什么要知道?果然,与这位朋友一年多再无一起喝茶聊天的机会。都是微信惹的祸!人与人之间,必须以个体的独立和人生的尊严为前提,当距离近到没有了彼此,没有了独立自由的空间,也就丧失了各自的隐私,结果只会导致疏远,以至为伤害。过于方便的沟通方式滥用,让人群失去了冷静缓冲的机会,反而会伤害无辜。如果我不知道,那么,现在彼此的躲闪尴尬会少很多!“事君数,斯辱矣”,老祖宗早就为我

们准备了格言!这个时代,手机、伊妹儿、短信、微信、微博泛滥。公司里规定了一个业务联系微信圈、无数个同学会微信圈、各种车友驴友微信圈,传得最多最快的永远是八卦和不知道出处的“揭秘消息”,让你既不可能躲闪八小时内的生活,也不知不觉收到他人八小时以外的信息。没有了空间和距离的约束,就多了浮躁和不安。据说,唱片公司看中了摇滚歌手郑钧,为了让他创作出第一张唱片,只能将他送到西藏的一个角落,收掉了他的手机电脑,终于让他静心面壁创作出了第一张 CD《来到拉萨》,足见人的心性在没有修炼到足够安定之前就像一块海绵,放到没有过滤的生活墨水里,就吸附墨水染成黑色;要想清静回归,最好的方法是回归到清水里不断清洗。但如果是已经染黑了的海绵,还能找到自己的清水和大海吗?

有个禅语故事说:小和尚发现大师兄都得了 6 个馒头,而自己只有 4 个。他觉得不公平,又向师父要了 2 个馒头。小和尚勉强吃下这 6 个馒头后肚子很难受,也没法像平时那样扫地念经。师父说:“你多吃的两个馒头,并没有享受到好处,反而给你带来痛苦。”有时“多”不一定就是享受,而合适才是“得”。信息的泛滥是个世纪病,如何选择和聚焦自己需要的信息才是智慧。

木心先生说:“从前的日子变得慢;车,马,邮件都慢;一生只够爱一个人。”保持着弱联系其实是让情谊更保鲜,可让你久久地期待和思念一件事一个人,如乡下的老奶奶一遍遍数着米缸里的鸡蛋,攒到了 100 个,就可以去小女儿家看外孙了。这样的情景是多么执著而安详,让想念变得绵密真切。遥想古人送别,是何等优雅别致,一部分也源于交通不便,一去不知多久,再见不知何年。所以南浦骊歌,灞桥折柳,甚至在阳关敬一杯酒,都有深味。“李白乘舟将欲行,忽闻岸上踏歌行”,汪伦老远地在岸上踏歌相送,都是因为时间不予、此生难再续的殷殷真切的惋惜呀!如果通信畅通,交通便捷,那就没有了唐诗名作了!

也许我们内心更渴望:青山飘在远方,绿水醉在脚下;我们只是并肩策马,走几十里地;当耳环叮当作响,你微微一笑,低头间又走了几十里地;我们只不过抱一抱拳,彼此就知道后会有期。

保定第一小吃:驴肉火烧。乍一听,莫名其妙。驴肉,是驴子的肉;“火烧”着火?祝融来了?“驴肉火烧”?难道是火烧着了驴子,还是火烤驴肉?实在不得要领。

初到保定,行囊甫落,走到宾馆旁边的驴肉专卖店,见有店招“驴肉火烧”,问及什么叫“火烧”,答曰:就是你们南方人说的“烧饼”。我恍然大悟。

我们在北方生活了二十多年,华北地区,称“烧饼”为“火烧”的,到处都是这样,我们也吃过不少“火烧”。回沪三十年,竟然忘了北方的“火烧”了,误认为是大火熊熊燃烧也,实在有点可笑。

“保定火烧”,就是“保定烧饼”,外形,与上海的烧饼差不多,圆圆的,像大的月饼,只是稍微薄一点,我小时候称它为“锅块”、“塌饼”。“保定火烧”是“开口笑”,



近来,大陆游客在法国薰衣草草地上为抢拍照位置大打出手,新娘婚纱被扯烂;在泰航飞机上因调整座位大打出手;在台湾 101 大楼为争用厕所大打出手。种种事件中最引人注目的自然是大陆部分游客在外出旅游时的素质问题。这种虽身处境外,仍丝毫不顾及同胞情分,“兄弟”相煎何急的情状也实难令人释怀。无独有偶,在国内航班上,仅仅因为前排座位的乘客将座椅调节得过于向后方倾斜,前后相邻的乘客照样会大打出手。因此,这一遇到纠纷时每每或诉诸粗言秽语或干脆兵戎相见以解决的习惯,同样发人深省。

中华文化中,为与自己相好相熟相关人的利益而作出贡献、奉献乃至牺牲的传统源远流长。如为了同志同道可以肝胆相照、荣辱与共,为了兄弟可以赴汤蹈火、两肋插刀,为了亲人可以任劳任怨、鞠躬尽瘁。但与此同时,我们的祖辈也留下了“退一步海阔天空、忍一时风平浪静”及“以和为贵”这样的宣扬和劝导人们在与没有特殊关系的他人相处时宜宽容忍让的成语。两相比较,今天的国人,对于前者直至今日依然践行不已,但对于后



朋友从杭州发来微信:年前回家探亲,与你见面,想吃圆团(即汤圆)。我去杭州,他以好酒好菜相待,而他回来,只要我以圆团待之。他说过:你一个抹文字的,不如我搬砖头的。他是搞建筑设计的,海宁皮革城即是其代表作。

本邑有一家阿娥汤圆店,口碑蛮好,我就安排在这家店里请他吃圆团,每人 4 只。4 只圆团 4 种馅:芝麻,枣泥,菜肉,全肉。看他那副吃相,有点意犹未尽样子,又要了 6 只菜肉圆团。他不着一箸,说吃饱了。放下筷子,他说话了:这圆团正宗,是家乡的口味,我在杭州吃不到这样的圆团,就不厌其烦,买了荠菜,下开水一煮,沥干,一刀一刀斩细了,和着买来的肉末,加盐,味精和

散。油水足,但油而不腻,肥瘦适度,咸淡也正好,低头闻闻,香气冲鼻,既易咀嚼又耐嚼,细细品味,还有丝丝的微辣,是那种幽幽溢出的辣味,连我这个不吃辣的,也感到有这样的辣,真爽!

我们来了刨根问底的兴趣,走进厨房请教厨师:如此好吃的缘由在哪里?答案出人意外:“做‘驴肉火烧’除了配料,用驴肉非常讲究。原来‘驴肉火烧’中间塞的驴肉不是纯精的肉,是带点肥肉,切成了黄豆大小的肉丁,再经过精心加工。驴肉一身大多是精肉,只有很少一部分驴肉是带点肥的,类似猪肉的五花肉,而驴身上最好的肉是驴的脸部的肉,用驴脸部肉做成的顶级‘驴肉火烧’,味道最好,当然,价格也不菲。”

我们欲再问“火烧”的馅的制作。老板笑而答之:“别有洞天也。”已王顾左右而言他了。我们终于明白了,为什么“驴肉火烧”是保定的第一名吃了。

者却有欠传承。究其原因,我们往往将理由归结为“亲疏有别”。然而,亲疏有别的本意是提倡我们在对待别人时要依不同身份和关系采用不同的交往方式,即应掌握分寸与火候,而绝不是允许我们在遇到与自己“不甚相干”的人时以唯利是图及不顾礼义廉耻直接采取

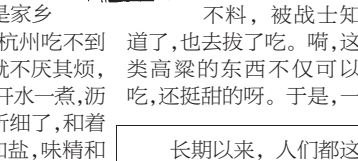
弱肉强食的丛林法则。佛家说的“一期一会”很有深意,“一期”指一生,“一会”指与自己只谋面一次之人,这唯一的一次不期而遇又如何能以恶言与拳脚作别呢?况且,人们在冷静之后往往会对自己盛怒之下做出的种种有失理智的举动萌生悔意。但面对今生今世再不能相见之人,我们又上哪去买后悔药呢?

这种凡事都有亲有疏、厚此薄彼的处世原则,其害莫大焉!于“亲”者,事事任人唯亲,拉帮结派,讲求人情甚至“圈子”,过犹不及;于“疏”者,使社会中人与人的交往剑拔弩张,遇事往往寸步不让,易走极端,终难心平气和地定纷止争、体面收场。

国家要法治,社会要和谐,从根本上纠正上有失偏颇的“亲疏”观,不可或缺。

姜末,自己动手做起来吃。我一语道破心机:于圆团,你实在是怀有一腔乡愁啊!他笑了,然后说:“外地吃不到枣泥馅的。”我心领神会,立即要了 6 只生的枣泥圆团,打包给他。

想起了一位茶友说的一件事:当年他远在他乡当兵,牵了魂似的想吃家乡的芦粟,当地没有呢,写信给父亲寄些芦粟种子,凭着连指导员员的“权力”,在营地附近开出了一小片荒地,撒下种子,用心管理,夏日里居然蓬勃地生长并成熟着。他先自拔了几株尝新,不料,被战士知道了,也去拔了吃。嘴,这类高粱的东西不仅可以吃,还挺甜的呀。于是,一



长期以来,大家都这么说:“咖啡含有咖啡因,所以咖啡有提神作用;喝了咖啡,晚上睡不着觉。”然而不时也听人那样说:“我喝咖啡没用,照样呼呼大睡。”甚至还有说:“和我的期望相反,喝了咖啡还是犯困。”有鉴于此,近个时期,不断有科学家对咖啡进行重新研究,研究结果已经无法用“咖啡提神”来解释。如美国科学家对 80 名年龄从 18 至 40 岁的受试者作了各种试验,这些受试者被分成 4 组,第一组获得相当于安慰剂的、毫无作用的饮料,其他三组分别获得不同剂量的咖啡;接着用一个计算机程序计算并显示受试者的应激反应能力及达到兴奋所需的时间,结果发现获咖啡剂量最少的一个组应激反应能力最强,达到兴奋所需时间最短。而获咖啡计量较多的两个组反应能力和计量最少的组一样或者更弱,至兴奋所需时间更长——和科学家们的预计结果很接近:起到提神作用,一杯咖啡足矣。

另有一个试验表明,喝了咖啡又饮酒的人,在他们身上不起提神作用。所以专家提醒:千万不要用一壶咖啡来对抗你的醉意,否则你能走进地铁车厢,然后能在正确的车站下车已经是万幸了。

特别是患有注意力缺乏综合征的成年人,他们在喝了咖啡后会有离奇反应:比平时安静得多,如果这些人在接受一次手术前喝过咖啡,应向麻醉师说明,因为这杯咖啡有可能让病人从麻醉中醒来后重新回到微睡状态去。



杞人之忧?嘿,倒不如说枸杞子之忧呢。从微信聊天上,我想起贫下中农顾阿桃。在那奇特年代,学“毛选”标兵顾大妈因发言稿一夜走红,红遍大江南北。她识字不多,写不来的词就画个小图代替。图文相嵌,很有趣。如果她由此路径发展下去,兴许就成了漫画读本先行者,不让小日本专美于前。可惜她在初级的初级阶段便戛然而止。

微信手们无意中接过了顾大妈的接力棒,被动使用起阿桃体升级版。微信手毫不在乎错字、别字与病句,反而乐在错中,乐在别中,乐在病中。嵌图则有多种彩色表情图库供选用,且有发噱的动作逗趣……快捷、高效,好玩好玩!

顾大妈很辛苦,必须一笔一画,劳心劳手。相比之下,微信手们是何等轻松快活!如此好事,枸杞子忧从何来?枸杞子忧的是:年轻人的手脑功能,在轻松好玩中悄然衰退。这种一代人衰退的后果将是灾难性的,短时间内不易察觉,等到发作,为时已晚。正像当初不重视环境污染,如今雾霾作祟了,徒唤奈何!

片芦粟被风卷残云般几乎消灭殆尽,只剩下几株伶仃瘦小尚未成熟的。连指导员虽有火发不得,只凭了“权力”加了一个岗哨,专门看管那几株可怜的芦粟,待其成熟留种……

我仿佛看见了一条小河,我屋后的一条小河,清清的河水,看得见丰茂的水草,在河底摇荡着河水。我从屋子里走出来,走到水桥上,“扑通”一声,扎一猛子,游到了河对面。

我的小伙伴们光着身子,也来轧闹猛了……半个多世纪随风去了,我屋后的小河,你依然清冷冷冷吗?还能容我去游泳么?

有一位神经内科医生甚至建议一些头痛病人在睡觉前喝一杯浓咖啡,这样就容易入睡,咖啡在这里起着扩张脑血管的作用。对某些没有头痛的人来讲,咖啡也能起到催眠的作用,据有些年纪较大的人说,睡觉前喝一杯咖啡一点不影响睡眠,不喝倒反而睡不着。

咖啡为什么有与传统说法相悖的作用,有两种原因。一是咖啡的特殊作用方式,咖啡中所含的咖啡因会封锁一种叫腺甙的物质,而腺甙能抑制起兴奋作用的神经递质(如多巴胺或肾上腺素等)的分泌,从而起到提神和兴奋作用。但咖啡也能很快暂时增大血管和呼吸道横截面,所以咖啡起先是降血压和呼吸频率的(不少人因此感觉咖啡起镇静作用),可是过 15 至 20 分钟,大脑开始兴奋,所以喝咖啡后若隔较长时间再上床睡觉,很有可能彻夜难眠。另一个原因与“体内环境稳定”这一生物原理有关,每一个生物体都要创造一种体内“力的平衡”,有些人因患有注意力缺乏症或者已经受到酒精的刺激,再用咖啡就不会继续起作用了;相反,机体有可能启用紧急制动。

此外,咖啡对于注意力及学习能力的作用也不是单向的,有一种理念认为,咖啡有利于毫无目的的学习,如果一边在轻松地读一本书,一边悠闲地品味着芳香的咖啡,那将会有许多读到的东西被“注入”大脑。咖啡的两面性其实也不是那么绝对和精准的,但有一点应该记住:不宜过量。

