

我有个朋友，妻子陪女儿住国外念书，他一个人留在台湾打拼，有次我问他平常周休二日时怎么打发时间？他用很不以为然的表情说：“打发时间？我是享受时间。”

为了了解他是怎样“享受”时间，我星期日跑去他家玩，这天的整个行程是：

上午十一时抵达，他很快地迎接我，并且说：“吃牛排怎么样？”当然好，于是我陪着他进厨房，赫然发现他准备了两种牛肉，第一种是牛小排旁边的肉，呈现长条状，当然没有骨头。第二种是他托厨师友人帮他买的松阪肉，只见脂肪分布在肉间，如大理石一般。

除了牛排，他早炖好一锅罗宋汤。原来他每逢周六，上午会去市场，下午回家炖汤，炖上一大锅可以吃一个星期。按照他的说法，炖汤属于享受的重要部分，得耐心陪着瓦斯炉，因而他厨房内的小圆餐桌也有书桌的功能，一边炖汤一边喝咖啡看书。

我们先喝汤，一口下去马上感觉到西红柿、洋葱的甜味。他说一锅汤他扔进十二颗的西红柿，没有蔬菜甜味的汤，不够味。

体会一：汤要有大骨头、有肉，更要有蔬菜。

关于松阪牛排和樱桃

张国立

接着吃牛排。他先煎小牛排的边肉，热好锅，把肉放进去，这时朋友说，一面要煎一分半，千万别急着翻面，等一分半后再翻，再煎一分半。在煎肉的同时，旁边有个小锅正熬酱汁。

体会二：牛排两面煎是为了封住肉汁，要是太早翻面，还边煎边翻，会使肉汁流失。

第一道的牛排不是很大，倒很有开胃的作用。他开了瓶红酒，阳光斜斜射在餐桌上，我们把冬天的寒天关在户外，却把牛肉的热量嚼进肚内。

再来的第二道牛排，松阪肉则吃的是朋友待客的热诚，可以想见肉不好买也不便宜。煎的过程依

然是先一分半，翻面后再煎一分半。牛肉很松软，放在舌头上有自动融化的丰富感，虽然肉味不及前一种，却是另一种截然不同的味道。

体会三：吃饭要像躺在按摩床上，全身放松。吃饭不是吃饱，是吃得满足，包括胃和心灵。

至此，一看钟，都下午三点多，而朋友又站起身，他说牛排的分量都比较小，为的是接下来可以再来碗牛肉面。这次他不是自己煲的牛肉汤，而是去永康街买回来的，再按照个人的偏好，又扔十来颗西红柿进去再炖。

我们各吃了一小碗牛肉面，有点恨不能如鳄鱼翻身地将肚皮曝晒在太阳底下。

还没有结束，朋友把色拉安排在最后，和水果并在一起处理。他将莲雾、哈密瓜、火龙果切片，配上生菜、甜椒，装在一个盘内，浇上柳橙酱汁。他把柳橙打成汁，切碎一点柳橙皮，进平底锅去煮，等汁液收得差不多，就是绝佳的色拉酱汁

致还有机会弥补，若是外人呢，不定就此拗断了。有一回，几个老同学聚会，一位男同学在叙说当年他与一刘姓任课老师发生的一段往事。他是如何调皮捉狭，老师又是如何治他，说得津津有味，十分投入。然而，这位仁兄虽然健谈，但他的吐字发音实在不敢让人恭维，譬如，他将刘老师说成“牛”老师，我们晓得他有某些发音区域的缺陷，只是暗自窃笑。偏有一位女同学好做“啄木鸟”，执着地帮他纠正，她好像不在意他讲的内容，而是关注他讲话中的瑕疵。于是第一次提醒他，他便横了她一眼，第二次提醒他，他又刺了她一眼，第三次了——他终于忍不住说，好！好！我不说了，就听你说吧。听这口气，忿忿然如吃了枪子儿，场面一时陷入尴尬。

于是，大家竞相打诨插科竭力缓和气氛，然而终究是扫了他的兴致，他不再亢奋地继续他的故事，而是垂头丧气，如伤了元气般的无精打采。果然，以后凡有“啄木鸟”在场的聚会，他都不愿意再来参与了。

扫兴难免伤心，状态又怎能须臾恢复？其实尊重他人的兴致，就是给对方一个好心情。为何不享受一场由好兴致带来的美妙感受？譬如一餐佳肴，一个孩子的得意之作，抑或是一则有趣的故事，而那种带有缺陷的口音，或许本身就是一个趣点。

儿子，今年夏天五周岁。在入大班的时候，正式独立在自己的房间睡觉。

一切的一切发生在儿子三周岁，我离家开始。一个百依百顺的妈妈离开，正式让爸爸登场，开始为独立睡到分房睡酝酿条件。男女在育儿方面有太多的不同，需要彼此协助补充，充当不同的角色。相较我的溺爱无立场，我们家爸爸一向比较有原则和贯彻力。

我离开后，爸爸承担了每天的睡前读故事时间。只是大家忙碌一天，只有晚上我们俩才能空出时间讲讲电话。所以，故事读完后，父子俩商量好：爸爸去客厅和妈妈讲电话，儿子自己在亮着灯的房间睡觉。儿子一开始就没有对此表现出反感，

养 育



上海的秋 (剪纸) 李守白 作

了。他说小女儿平常不爱吃青菜，便想出这个主意，青菜和水果配在一起，煮酱汁时再加点糖，完成后装盘五彩缤纷，女儿会高兴到忘记她痛恨青菜这回事。

体会四：青菜和水果竟能混在一起吃，加上也用水果做成的酱汁，非常配。

稍微收拾一下厨房，朋友换上球鞋说，走，爬山去。他家在台北郊外，不远处有山间步道，爬到山顶约半小时，下山再半小时，我们趁着傍晚柔和的光线，边聊天边健行。

回到家天色已逐渐转暗，他打开冰箱说，还有一块鲑鱼，可以煎可以切生鱼片，再烤鱼来吃吧。我赶紧挥手，不能再吃，再吃下去恐怕无法系鞋带了。

体会五：吃不下只有一个方法，快逃。

星期一我才知道，那天晚上他真的给自己烤了鱼、切了生鱼片继续晚餐，吃完又去遛狗，睡前不忘泡个澡。原来假日可以如此浪费——不，时间果然可以享受。

关于享受时间，大原则显然是每个人对时间的认知，有些人每天忙着滑手机，抢时间是

他们的享受。

我这个朋友平常也很忙碌，但一放假，他不接电话也关上手机，从菜场晃到超市，由牛肉挑到甜椒，再回家慢慢做菜看书，也是享受。

公元前一世纪，罗马有位名叫苏拉的执政官，他热爱食物，率军出征不忘考察当地的蔬菜水果。有次他率军到中华（现在的伊拉克一带）和世仇帕提亚王国（也称为安息）作战，途中军队扎营休息，他习惯性到处找新鲜食材，忽然看到一种艳红色彩、小小颗粒的水果，忍不住拔下来送进嘴。太好吃了，后来他把这种水果带回意大利种植，这是樱桃来到欧洲的起源。

中国古诗中有句写给女人的名言：悔教夫婿觅封侯。美国在七十年代末有首流行歌曲叫：Billy, Don't Be A Hero.意思都一样，过于专注于工作，急着想成名，有时会失去很多也同样重要的东西，例如享受时间的快感。

我怀念朋友星期日做菜的那种休闲和享受时间的豪爽，而口中也不禁泛起那天松阪牛排铺洒在舌间混着油脂的浓郁肉味。

最后个体认：我那天吃的竟然是时间。

清晨，老邻居“馋猫”来我家做客。我问他：“听说铜川水产市场要关闭了，大概你这个老板失业了吧？”馋猫连连摇头：“通知你，我的商铺已经搬场，欢迎你光临。”

馋猫本姓毛。说来奇怪，世上多少美食，他只喜欢吃鱼，长年累月，百吃不厌。据说，断奶后，家长一直喂他白粥配鱼松，或者鲜鱼熬鱼粥，结果，他嗜鱼如命，绰号馋猫。

馋猫长大后，依然对鱼情有独钟，而且不怕鱼腥，不惧鱼骨，吃鱼不刮鳞，吃虾不吐壳。不过，在计划经济时代，必须凭票证、凭运气才能买到好鱼。馋猫最中意“干煎带鱼”，那时，他家人多条件差，每次只能分到两小块带鱼，吃得实在不过瘾。于是，馋猫咬牙切齿，立下雄心壮志：“等我领到工资，第一件事情就是去买十斤干煎带鱼，一个人吃。”

某年春节，馋猫约了几个小伙伴，通宵去菜场排队买鱼。第二天，天色才蒙蒙亮，鱼摊前已挤得人山人海。馋猫排在最前面，指着鱼和小伙伴开玩笑：“这条最长的带鱼卖给我……”突然，走来几个小流氓，硬要插在馋猫前面。馋猫年少气盛，话不投机，双方打了起来。有人浑水摸鱼，偷了营业员的银箱。这下，闯下泼天大祸，警察迅速赶到现场，把一伙人扭送到派出所，事件定性为“流氓打群架”，馋猫鱼没吃到，被送去吃官司。

几年后，馋猫回到上海，找不到出路，情绪非常低落，整天垂头丧气成了“傻灶猫”，只得度日如年寄宿在朋友家。

朋友家住棚户区，条件很差。但是，邻居间极讲义气，没有人看不起馋猫。给水管的阿姨生病，馋猫去帮忙。好在工作简单，只须管理几只水龙头，收人家一根竹签，让人家放一桶水。馋猫为人热情，总会帮忙人家，因此，口碑不错。

给水管附近有位娟娟姑娘，在国营纺织厂工作。她见馋猫为人朴实，卖相蛮好，就主动与他茄山河：“纺织厂工作倒三班，我已经习惯了，并不觉得吃力，只是治安不太好，女工上下班不安全……”馋猫马上表态：“我每天接送你。”就这样一来两去，馋猫成了娟娟家的毛脚女婿。

娟娟与馋猫商量：“听说，新长征集团出资在铜川路开设水产市场，我们去承包摊位做生意好吗？”馋猫苦着脸说：“我没有本钱。”娟娟打开樟木箱，取出私房钱。又向父母借了钱，东拼西凑，让馋猫当上了老板。馋猫喜出望外，十分珍惜机遇，他干活勤劳，为人低调，问他生意如何，总说：“马马虎虎啦，好在我喜欢吃鱼，没人要的鱼就自己吃。”话虽如此，没有几年，馋猫夫妻就搬进了新买的商品房。

馋猫难得来我家，因此，我单刀直入问他：“听说，水产市场存在经营作风问题？”馋猫并不回避：“以前确实存在以次充好，短斤缺两的情况。有人为了捞回扣、做手脚：鱼身涂黄姜粉，鱼鳃涂黄鳝血，经过整形，然后放进冰箱，冒充野生黄鱼；包扎青蟹的布裹上黄沙，增加分量。不过，这些伎俩经工商部门查实，得不偿失。现在，谁也不愿为蝇头小利，影响声誉。相反，商家经常准备一些双黄咸蛋，青壳螺蛳等绿色食品，免费送给顾客。”我追问：“为啥要关闭市场呢？”

馋猫直言不讳：“市场开张以来，丰富了市民菜篮子，但是，也带来环境污染、交通堵塞等问题，居民怨声载道，工作人员早有预感，市场一定会搬迁的。因此，这次搬迁大家心态都很平和，其实内心热情似火，干劲十足，准备老店新开，大干一番。”

我写首打油诗送给馋猫，祝愿他生意兴隆，继续为广大吃货服务：鲜龙活跳真闹猛，虾兵蟹将大搬家，馋猫日子过得好，老鼠跳进白米缸。



边看边聊

样突发性的造访让我颇感诧异，想来她也晓得自己的贸然，连忙宽慰我，不要紧张，没啥大事体，只是心里有点堵，走着走着就到你家来了。

原来近日她在一所学校学烹饪，正在兴头上，这天家里来客人，大清早的她就跑菜市场采购，预备着在家宴上为众人显露一手。却不料待她兴冲冲地大包小袋提回家，一进门就遭到她老公劈头盖脸的一通数落，折腾啥呢，自说自话的，难得在家休息，你一心乎我就得跟着累，不能外面吃吗？仿佛兜头一盆凉水，不仅冷了她的兴致，也让她怔怔的回不过神来。她说，之前自己是有计划的，回到家来，该切该余的，或蒸或煮的，进入操作程序，被老公一咆哮，竟让她一时间没了方向，不知道该做什么好，接下来的事情大概就是相互埋怨争吵不休了。于是干脆“离家出走”出门消消气了。

正说着，她老公来电话了，意思是既然买了菜，就摆家宴吧，让她赶紧回家做准备。放下电话，朋友反倒是淡淡的提不起兴致了。她说，兴致这东西还真不能复制，就像灵感，一时一时的，过了就过了，现在的我也懒得再折腾了。

邻家有个小男孩，在玩拼图，按着图样，寻找色块，一片一片的镶嵌，专心致志。孩子的外婆看见说，宝宝，你这么慢，要拼到啥辰光？然后不由分说陪着男孩一起拼图。不想，宝宝突然发飙，将拼到一半的板图通通搅乱。外婆大概意识到了什么，连忙将碎片聚拢道，好好，你一个人重新来过。岂料小男孩索性将画板全部推翻，哭着说，我不玩这东西了。想必男孩原本是想要有独立完成一项工程的成就感，却被外婆搅和了。男孩的外婆在小区门口遇到我，聊起这事迹，现在的小人脾气横哦，一点也碰不得。我在想，这个小人还不会讲道理，否则他大概也会说出，兴致不可复制之类的话来。

好在是家人，败了兴

兴致不可复制

周珂银



七夕会

给他想睡才睡的自自由，让他体会一个人的世界也是如此丰富。

刚开始回家，在自己房间睡的第一个星期，小朋友有两晚从床上掉了下来。但是从第二个星期后，他再也没有从床上掉下来，我们也没有给他任何附加的防护措施。是他有自觉性了，如果像从前那样，我们大人一直在他睡觉的时候围住他，他就肆意放纵自己翻滚，不仅侵占我们的空间，还经常打到我们。独立睡之后，他渐渐有了分寸感和自我安全意识。

其实，无数个夜晚，我走进他的房间，看他各种睡姿，帮他盖被子，禁不住一下又一下的亲他的脸蛋。他一边长大，我也在成长，小小的失落，大大的欣喜。