

试着过尽量简单的生活,发现其实不简单,不过从中养成的仪式,倒是挺有种以前不曾有的满足感。

### 简单生活的仪式

张国立

先说喝咖啡,放弃美式咖啡机,买了手磨的磨豆机,经过实验,磨三次的粉最适合冲泡式,于是每天下午一边烧水一边磨豆,配上爵士乐最佳。接着温杯,以长嘴壶慢慢倒进咖啡粉的滤纸。过程中闻到三种味道,一是咖啡豆略带焦的香味,二是刚烧开的热水的水味,三是冲进热水时随蒸气上升的新鲜咖啡味。

捧着杯子往窗前一坐,不看书,不看电视,放空大脑,开始享受仪式的结果,这时……“又发呆,我的呢?”

嘿,老婆怎么刚好进门。我……算了,放下杯子再去仪式一番。

完成第二杯,老婆满意:“你冲的咖啡有进步喔。”

嗯,谢谢她夸奖,不过我这杯已经凉了。

再说交通工具,从开车演变为能走路绝不骑

车,能骑车绝不搭车,能搭捷运绝不自己开车。逐渐走路成为一种享受与运动,当然也有其仪式。戴好耳机,摇滚、雷鬼、RAP皆行。挑大路,走人行道慢慢增速,五分钟

后得走到感觉得出心跳,冬天也得三十分钟内冒汗,走到五十分,筋骨舒畅。然后放慢速度,准时抵达目的地。

因为有一小时走路的思考期,抵达后无论动脑开会或喝酒打屁,都行云流水,大家开心。

有些时候例外,当我心旷神怡走到电影院前,坐巴士去的老婆手拿电影票绷着脸问:“你到底要看电影还是走路?”

明白,我晚到了五分钟,她只好先买票。下回提早一点出门。凡是让女人不得不先掏钱包的事,必然引发后续长串的修复工作。

每周至少做饭一次,去菜市场买豆干、牛肉丝、

青菜,和豆干西施谈昨天看的电影,转头与牛肉摊的性感老板娘说说北海道的大雪。回到家,泡好青菜与豆干,给牛肉丝上点糖、盐、酒、酱油、汽油、辣油,对不起,请汽油和辣油就不必浪费了。前半段仪式完成,该是喝咖啡的时间。

傍晚切豆干丝,得切得细,切得直,和牛肉丝、辣椒丝一炒,一分钟起锅,这时也得有音乐,最好交响乐,振奋士气。

至于高丽菜,试过许多种炒法,用澎湖五味酱炒的滋味较丰富,五味酱是五种海产酿成的酱,带着海味。用虾米也不错,单纯。

最后蒸条鱼,不能忘记葱姜与破布子……既进厨房,当然工作绝不忘配杯酒,洋人的红酒好,老中的白酒不差,大不了配做菜的料酒。大丈夫能曲能伸。

一切妥当,无巧不巧老婆进来,她说:“你蒸了鱼对不对,好香。”

她说:“太棒了,有豆干肉丝。”

她环视厨房一圈,追加一句:“又喝酒!厨房被你搞得乱七八糟!”

对,得清厨房、刷锅、拖地,听电锅发出“我煮好啰”的呼唤。

再说到音乐,外甥送的蓝牙喇叭箱、女儿下载的网络音乐,选择多又方便,但和我的仪式不符,你们说,爵士乐怎么能用数位音响听?古典乐若不从两只大喇叭放出来,像音乐吗?

手机不如MP3,MP3不如CD,CD不如黑胶,黑胶不如现场演奏——咳咳,我老婆弹的钢琴例外。

连续几个月有空便跑二手店,勉强组装有点符合仪式模样的音响。黑胶太贵,CD能将就。

吃饭时不宜看电视,适合来点背景音乐,像老婆谈她一天的心情,像女儿说她愤怒的办公室文化,像我说——做男人还是少开口为妙。这又是一种仪式,从把女朋友当恋人、把老婆当情人、把结婚很多年的老婆当女儿、把结婚更多年的老婆当亲人,这时男人彻底明白,女人不需要我们对她们买衣服买包的意见,不在意我们搞多少仪式,只要不该开口时好好当个听众,也就世界大同。

男人的简单生活,除了养成的仪式,也养成生活的节奏,工作之外,该放慢速度享受细节,坐高铁无法欣赏窗外风景,有谁搭飞机出国是为了看天空?

最近简单生活弥漫于四周,詹宏志烧的牛肉在台北早是传奇,王伟忠老婆小慧的茄子最下饭,导演林正盛老说要请我吃他做的焗肉,朋友阿坚上山下海全在自行车坐垫上,金山两名雕塑家下海抓鱼以免晚饭没菜,那就更不用说马可养的鸡和那群鸡生的双黄蛋了。

回到小乖的名言:“生活固然艰苦,生活质量绝不能降低。”

对不起,只能写到这儿,老婆快进门了……千万记得,简单生活是享受,但不能以简单心情对待老婆,你们都晓得,女人爱复杂——

老婆好,欢迎回家,我马上拖地。



百年大世界(剪纸) 李守白作

“你家门口堆着这么多南瓜是哪来的?派什么用处?”国庆期间来访的亲戚朋友问我。

“这些有机南瓜是我自己种的,刚从地里收获的。”我捧着南瓜笑嘻嘻地回答。原来,我刚退休步入年轻的老年人生活,就选择了从市区搬到近郊住下,那里吸引我的是空气好,还可以种田,我每天清晨听到各种禽、鸟的欢鸣,犹如把我带到一个森林中。

做自己想做的事,做自己喜欢做的事,快快乐乐度过每一天,这是我退休生活的既定方针。

例如,我坚持种田干农活,使我重新找回了45年前在崇明新海农场种田的感觉,没想到还赶了一把如今“做农民”的时髦。好在近郊的住处边有一块小小的宅基地,我在那里耕地、种菜、除草、施肥、培植果树等。值得一提的是,我在今年清明时节种植了4颗南瓜种子,经过我的精心培育,大片大片的南瓜叶子覆盖了整个宅基地,有趣的是,南瓜嫩苗很厉害,它一会儿爬上了树,一会儿爬到我家附近的矮房子上。

金秋长假期

### 七夕会

间,我在宅基地收获了秋葵、扁豆、丝瓜、紫角叶、茄子、辣椒等。我怎么也没找到一个南瓜。“不会吧,我再找找看。”我自言自语地说。一会儿我便发动了家里的亲戚一起寻找,果然在树上和矮房子上发现了好几个大南瓜,我干脆动用了几个亲戚再仔细寻找,最后在一片片大叶子的旁边找到了十几个南瓜,其中最大的一个有七斤二两。算了一算,我今年种植的有机蔬菜中,属南瓜收获最大,约有100多斤。

我一个朋友的父亲95岁了,他因患前列腺癌急需寻觅黄皮的有机南瓜,我获悉此信息后将收获的十几个南瓜中的4个黄皮南瓜赠送给他。他听医生说,黄皮南瓜是治疗前列腺癌的最佳食品之一。我还将南瓜送给母亲的同事,因为她最喜欢吃南瓜。

俗话说,一份耕耘一份收获。今年清明前后我第一次在这片宅基地上种了一些有机蔬菜。尽管除草、施肥、培育很辛苦,但收获并分享给大家,我的心是甜滋滋的。其实,这些有机蔬菜从种植到收获的过程,我把它看成是陶冶情操、调剂饮食、锻炼身体、帮助别人的意义非凡的事。

### 深夜食堂之干贝葱油拌面

施政

关于面条,港剧里有最经典的台词:做人呢,开心最重要要紧啦,来,我给你煮碗面啊……所以呢,每到冬天的晚上,看到宝爷跟几问题默然相对时,我就自觉地去给他下面了。

做饭是冬天很好的活动,就像小时候过年,最喜欢的就是坐在外婆的炉子边上,看她做蛋饺、炸肉圆。只是晚上做饭毕竟还是冷的,而宝爷又出了名的不经饿,所以葱油拌面就是最好的选择。

葱油拌面最要紧的就是那一瓶熬好的葱油。当然不用现用现熬,随便哪个心情好的时间,买一大把小葱回家,就算是做好了一半。另一半的做法也很简单:把葱整根剥洗干净,沥干水分,平铺晾干。记得一定要多保留葱白哦!大概晾个半小时就差不多了,把葱切成三四厘米的小段,开个油锅,



扫一扫,关注“夜光杯”

遇到一所市里著名高中的校长,交谈中得知,他们学校每年要为考取北大、清华的应届毕业生发奖,奖金一万元,几年来已发了上百万。

奖金从哪儿来呢?是一位校友专设的一项基金。这位校友事业有成,作为企业家,他要奖励报考本国名校的学生,以鼓励他们爱国,不要让大量的优秀人才都流到海外去。

这位校友的想法和做法颇有特色,也令人佩服。但事情似乎并非如此简单,莫非考上外国学校从而出国留学就不爱国了吗?而爱国则必须先上北大、清华,倘继续深造读研再去国外,难道就不爱国了,就得把奖金收回来吗?

出国和爱国,百年以来,都是知识分子十分关注的一个话题。早在19世纪末20世纪初,一批优秀人才先是赴日,后又远赴欧美,“为中华之崛起”寻求救国救民之路。周恩来、鲁迅……一个个响亮的名字标志着广大留学生对祖国命运的关注,对改造社会的贡献。上世纪40、50年代,以钱学森为代表的留学生抛弃了个人优裕的生活环境和诱人的专业前途,冲破种种阻挠回到祖国怀抱,为新中国的发展和强大,献出了毕生心血。这些老一辈“海归”派的功勋永远在历史上闪光。

到了改革开放的年代,国门大开,又一批留学生的大潮涌到世界各地,其中相当一部分学成回国,新一代的“海归”人士成了我们科技、文教以至各条战线的中坚力量。由此可见,出国留学本身应当遭到非议,尤其对待“海归”,应当为他们的发展创造更好的条件和环境,这是我们人才政策中的重要一项。

当然,那么多学子,也有很多不归的,他们中有的已入外国国籍,有的在居住国有了自己的事业,但只要他们还想着祖国,还通过各种渠道

为祖国和乡亲做些好事,我们都应当欢迎。由于这个原因,早在十多年前,有关方面已把欢迎海外人士“回国”作贡献改成了“为国”作贡献,道理就在于此。

至于说到有些海外华人“卖身投靠”某些反华势力,参与一些针对中国的不利于中国的活动甚至沦为“奸细”,那更要具体分析。这一些人绝对是个别的。

二、作为个案都有复杂的因果系,而且跟留学读书没有直接联系。说了那么多,无非是想说明出国留学不能和爱国划上等号,这始终是我们人才培养的重要渠道。不但我们,各国好像都如此。

但这位企业家的发奖倾向表明了他敏感到问题的另一面:出去得太多了,出去得太早了。一些家长,孩子还在读初中时已在忙于此事,似乎国内大学都不值得一顾,非得出去才有好前途似的。我们的教育部门有时也有偏颇,有些学校往往以培养多少出国学生、多少在海外取得成就为荣,却不想想有多少人回来,回来后的环境又怎样?其实,关键在于出去的目的和追求,确实为国家事业,即使不出去也会作出成绩,而一心只为谋生甚至满脑子名利欲望,出去也难学有所成。有些孩子年龄小,自制力不够,出去钱花了不少,却学不到什么东西。在外难立足,回来也常常“海带(待)”,实在是得不偿失的。

企业家想扭转一下这样的风气,但采取的标准却不尽全面,不应把出国和进国内大学对立起来。还是以奖励、救助品学兼优或某方面确有困难的学生为好。

倘若一定要表达对择校的引导意向,我倒觉得不如奖励一些品学兼优但又选择了职校的毕业生。他们选的是冷门、缺口,决心重振我们技术操作的雄风,从而发扬“工匠”精神,这是值得鼓励的,当然,这只是一点建议而已。

### 另一种境界

舒非

很多年以前,曾经跟一位女朋友玩一种游戏,叫做猜一猜。猜什么呢?好比我们去酒楼饮茶,去餐厅吃饭,猜一下隔壁座位的那对男女,看他们是什么关系?假如他们话很多,讲都讲不完,谈得投入,兴高采烈,那么,八成是热恋的情侣;相反的情形,如果一对男女,各自看报纸看杂志(那时候还没有手机),半天一句话都没有,那么,八成是老夫老妻了。我们当时年轻,觉得这样连话题都没有的老夫老妻,一天到晚待在一起,真是莫大的悲哀。

春去秋来,多少年过去了,自己也步入“后中年”,离老年越来越近了。很奇怪,对于这个问题,却有了不同的看法。

也就是说,不讲话的老夫老妻有不好处的话。如何解释?一对夫妻生活了几十年,炉火纯青,很多话不必说,很多事情不必挑明,已经清楚对方的态度。不必讲,大家心中已有默契。

滔滔不绝,喜欢沟通交流固然很好,但是,有时候“此处无声胜有声”,却是另一种境界。见过一些老夫老妻,根本不必多谈,一个眼神,一种表情,对方已经完全明了。有话则讲,不想讲话时也不用找话题,双双沉默之时,大家也不会感觉尴尬,这样的状态其实最舒适自然。

对了,在一起生活日子够长的老夫老妻,早已不必找刺激,找乐子,找话题,一切尽在不言中,一切都自然,好像日月长流的一条江,悠长悠长。

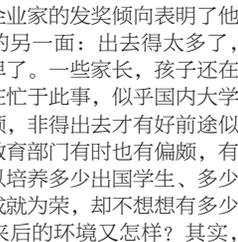
的水分都炒干。

至此,葱油就位,干贝酱就位,其实你已经成功了,接下来的事顺其自然就好。比如我,总是在宝爷仰天长啸:“谁出的这种坑爹的题啊,这到底是人性的扭曲还是道德的沦丧?”的时候淡定地下楼煮面。烧水下面条五分钟足矣,因为用细面,所以熟得很快。然后一撮葱,两勺油,两勺干贝酱,少许淋一点生抽,一碗可以让宝爷

重新面对人生的面条就热腾腾登场了。

他总是来不及拌均匀就已经吃得七七八八,然后看着碗底一大撮干贝丝痛心疾首教育我:“妈,不是我说你,你这也太业界良心了吧,败家啊!”

维港浪花



夜光杯