

风月总无边

不了情

总是想得太多

自足

◆ 何菲

◆ 戴蓉

我依然有听收音机的习惯，基本只听两个频率：第一财经广播和 LOVE RADIO。据说 103.7 的受众主要分布在 35-54 岁。他们都记得幼年时和父母去菜市场买菜的场景，因此知道了父母和国家的艰辛。他们在成长的日子里亲历了国家从闭塞到开放的过程，也乘上了知识与信息的快车，享受物质和精神的自由。

再回首，很多东西已甩在身后很远，一盒磁带给人的单纯的快乐，却也许在后来的人生中再也没有出现过。那天听广播，“你还记得自己买的第一盒和最后一盒磁带吗？”这句话有点走心，因为我完全记得。第一盒自购的磁带是 1990 年，之前一直跟随着父母和流行的趣味。那年刚读初中的我捏着十块钱在磁带柜台前犹豫不决，最终凭感觉买了谭咏麟的《像我这样的朋友》。这在当时大量又甜又水的歌曲里真算是有点人文气息的。后来又陆续迷上

陈百强和张国荣，十四五岁的年纪，正是微微青涩的时节，那些歌抚慰又撩动着年少微妙的心弦。1994 年，家里有了 BOSS 组合音响，音质可圈可点，CD 取代了磁带。1996 年我读大学，磁带再度卷土重来。看书和用 Walkman 听磁带是宅在寝室时的主要休闲方式。《LOVE SANDY》让我最深切的喜欢和理解了林忆莲，直至如今。嗓音天生丽质的女歌手很多，但对情歌有炉火纯青的黄金拿捏的人很少，她让我见识了什么

是妖。

我买的最后一盒磁带是林忆莲 2000 年发行的《至少还有你》。那年大学毕业，又有了音响，还买了电脑，CD 再次取代了磁带。后来在网上能免费下载歌曲，很多人直接荡到电脑和 MP3 里听，可我还是更喜欢用 SONY 光盘刻录好后放在音响里听，既享受了 DIY 的趣味，又保证了上乘音质。到如今，我也直接用 APP 下载到

手机或 ipad 里了。

1990-2000 是唱片业的黄金十年，大量资本洪水般涌入，滚石、华纳、宝丽金等唱片公司创造了一个流行音乐时代。某出版社慧眼识珠，靠《心太软》专辑造起了一幢办公大楼。好景不长，随着互联网、移动互联、大数据时代的来临，唱片被挤到了历史的墙角，发行一张唱片的收入不敌一个广告、一场商演。15 年前还有唱片租赁店，5 年前，家附近的碟片店还有三个，如今只剩半家在苟延残喘，店主把半月门面分租给了鸭脖店。

然而磁带、CD 依旧放射出某种温暖和令人思慕的气息。记得李宗盛在与林忆莲离婚时曾说，我们的爱若是错误，愿你我没有白白受苦。八年后，他唱自己为她写的歌时依然用情至深，感慨：林忆莲很美……我总觉得，他心中指代不只是小爱，更维系着与音乐、与唱片业的不了情。

我一定是个怪人，花花绿绿的书报杂志看得越多，越对自足自适的简单生活心向往之。

西班牙有个叫 Calojar 的小村庄，离马德里约一百六十公里，村民靠种豆子、牧羊维持生计。有人提议将村里所有的墙壁都画上毕加索的画，村民们很快动起来。于是，毕加索的许多名画都上了墙，从“蓝色时期”的作品到《格尔尼卡》都有。格尔尼卡本就是西班牙的小镇，这幅名画借用了诸多西班牙神话的元素，出现在 Calojar，想来十分和谐。奇是奇在村民并没有受过专业训练，也没有高人指点，只是把杂志上剪下的毕加索画作的图片、明信片翻拍成幻灯片，用幻灯机投射在墙壁上，用粉笔画下轮廓，然后大家一起上色，绘画的效果却令人惊叹。从杂志照片来看，西班牙村庄朴素的白墙和毕加索的画再相称不过。阳光下，几名黑衣妇人头顶篮子从五彩斑斓的墙壁之前走过，加上房屋的影子和树木的颜色，俨然是一幅

巨大的画作，是自然和风土人文的手笔。小村因为这些壁画出了名，村民却表示外人频频前来参观扰了他们的宁静。

真正有尊严和自知之明的人，对出头风这种事往往觉得危险，避之唯恐不及。美国小号演奏家达克·奇特汉擅长演奏爵士乐，20 年代开始跻身顶尖的爵士乐团。达克与世无争，不喜欢在人前表演独奏。他说自己担任首席小号的艾迪·海伍德乐团非常棒，理由竟然是钢琴总是担纲独奏，而自己的小号演奏很轻松便应付过去了。这样的性格，在小号手中并不多见。达克几乎没有什么独奏作品，人们反而更认真地搜寻他在别人专辑中的乐音片段。达克活了九十多岁，他说过长寿的秘诀在于节制，早睡早起，好好吃早餐。他一个人生活，自己打扫、洗衣、做饭，有空练习小号但不过度吹奏。据乐评人说，达克到了高龄，小号演奏仍然不失昔日光彩，音色丝毫没有沙哑颤抖。

丰子恺的画意

大树被斩伐

丰子恺 丰一吟
(父女/画文)



河的第一条岸

十年一枕艺术梦

◆ 河西

十多年了，我常常还会想起胡河清，拿起他的第一本文集《灵地的缅想》，遥想起那个风雨交加的夜晚，他从楼上坠下的绝望身影。

和海子向往着“凤凰涅槃”的死后再生不同，胡河清似乎因服用了过多的文字抗生素而注定了是个必死者。胡河清生前念念不忘一位密宗佛教的高人与他初次相逢时送给他的口头见面礼，在他的《灵地的缅想·自序》的一开始，他记述了这段往事。

如果仔细看就会发现，他的《洪峰论》到处弥漫着一种死亡的气息。虽然史铁生给洪峰的小说《瀚海》作序时所提出的“借纸笔以悟生死”这一命题，其落脚点是颇有亮色的“生之意义”；胡河清却仿佛刻意要和史铁生唱对台戏，行文总是与“生之意义”背道而驰。

格非曾经在课上追忆起多年前前受胡河清之邀，与他共进晚餐时的情景。这位生活在李鸿章故居里的文学博士的古怪举止和老宅的阴森之气让格非不由得产生了一种恍如隔世、如堕梦中的感觉。王晓明所说的胡河清“绝不与时俗同流”，是不是也可以读解为一种沉溺于古典时代不可自拔的精神梦游症？胡河清在他千奇百怪的梦

里，神游了多少名山大川，经历了多少悲欢离合，已不得而知。庄周的梦蝶、神游千里的喜悦和无法入眠的痛楚都在他充满才气的文章中表露得淋漓尽致。胡河清本人也承认，他之所以选用“灵地的缅想”这个题目，是“为了纪念我的梦”。

1986 年，我不知道失眠症是如何困扰着这个“梦想者”，使他焦虑不宁，不得不“常常望着花园中老槐树的黑影，憧憬而思”。作为梦境的反面，失眠往往伴随着潜意识内的忧虑抑或是神经衰弱之类的生理疾病。张国荣生前的遗作《异度空间》是对这种顽疾的忠实记录，失眠带来了可怕的幻觉，使患者丧失起码的自信心，疑神疑鬼。

胡河清选择跳楼来为自己的人生划上一个句号，有人将之视之为痛感于中国文化之丧失而毅然采取的决绝的方式，进而把他描述成一个立誓要“为往圣继绝学”式的人物。这当然有其可能性，但这并不妨碍另一种非形而上化、更为切实的精神分析的存在。

“十年一枕艺术梦”，这是胡河清对自己书写《灵地的缅想》时心态的描摹，带着黄粱一梦、看淡世事的音调，又仿佛有一丝“天机不可泄露”般的玄学意味。

本埠生活录

暮春季节，腾挪出两日闲暇，一人旅，晃去金华，散漫看点古。

首赴兰溪。如此幽咽婉转的地名，亦就是浙江这种山明水秀丘陵起伏的地方，才会出。吟味再三，仿佛美不胜收。可惜，真到了兰溪，尘土飞扬的，闹哄哄，喧腾腾，既不兰，亦无溪，深度无语。

抓个车子，再行四十公里，去看长乐古村。

中午时分到的村子里，一村寂静，静到万古皆空的样子，弄得我，走在盘盘转转的村道上，一边提着脚尖，一边提着一颗心，生怕脚一重，踏坏了元明清的一村苍茫。这个村子，很奇异，密密麻麻聚集着元明清三代的古老房子，尤其震撼人心的是，统统都是巨制，尺幅惊人无敌，想当年，不知如何挥金，不知如何豪奢，才落下了这些宅子。我国各地，虽说历遍浩劫，披尽战火，仍然还是不屈不挠地，有各种老宅子存下来，晃来晃去，总亦看过不少。而像长乐此地，如此密度，如此尺幅的，真真少见，绝对算得古村老屋里的翘楚。世事诡异，金华本不是什么重镇，绵延至今，让人记得住的，不过是火腿一扇，金

诗歌口香糖

无题(396) ◆ 严力

➔ 我更喜欢酒
是因为每个人都可以
酿造自己的酒
而可口可乐则
垄断了几乎全部的制造
酒与可乐的这种差别
令我反省出很多社会学的思考

➔ 我对商业的理解是这样的：
牙垢令牙膏生意持久恒长
而我们应该感谢牙垢呢
还是感谢商人
或者说军火商是要感谢战争呢
还是要感谢自私的人性

➔ 天堂的旅馆里
有着一样的床单和枕头
一样的幸福
您还想去吗

金华寻古上篇

◆ 石磊

华边缘上的一处兰溪，更是无名寂寂，竟会有如此帝王般的古宅拔地而起，想想匪夷所思，哑然无语之余，只有敬畏天地了。

此时此刻，满村人影寥寥，想必都在沉沉的门内午歇，游人绝无仅有，就我一枚格格不入的外人，东张西望，低头徘徊，心底叹息复叹息。

至于，那些老宅子的破敝，失修，黑苍苍，我就不说了好吗？

出来村子，司机体贴，等着我，再去附近的诸葛八卦村。

这个村子，是诸葛亮后裔聚居之地，村子按着八卦阵形弄的，明清老宅子连片成市自然不在话下。史话上，关于这个诸葛村子的奇异传说，丰富多彩近乎神迹，成筐成筐的，就不展开具体细细八一遍了。村子走进，瑞气祥气并无多少，历历在目的，只是浙江乡间的

美食需要说法

去年，轻断食概念风靡。断食，自古有之，只因它太不近人性，所以被大家舍弃。轻断食是在断食与不断食之间进行勾兑，既要健康又要人性化，所以获得一众明星追捧。

什么是轻断食？就是每周 7 天，5 天正常饮食，只要有 2 天稍加控制，就能坐享减肥奇迹。更重要的是还能获得健康回复青春。这个“稍加控制”是这样的：正常男性每天摄入热量 2400 大卡，女性 2000 大卡。轻断食的那一天，只能摄取平时量的 1/4，即是女生只能摄取 500 大卡，男生只能摄取 600 大卡。也就是说，一只三文治就可能超过断食日一天的热量。拿女生为例，早餐吃一碗燕麦粥，一把新鲜蓝莓，是 190 大卡；中午不吃，到晚上吃一碟青红椒炒鸡柳，一只蜜柑，这样是 306 大卡。合一起就是 496 大卡。

我看了之后磨刀嚯嚯，准备学啦。我拿出一只巴掌大的电子秤，这是学做姜撞奶时用来称姜片的，非常敏感，一张纸都称得出来。但是一天两天，一月两月，我，竟然，一天都没有成功。我承认，我嗜食如命，横扫天下美食。

轻断食

◆ 钟洁玲

乱八有一段断了晚餐里的主食，但过了一段日子又死灰复燃。她说：我买了最贵的大米，但我每天上班，中午吃不上，如果晚上又断主食，我的高级大米就全让保姆吃掉了。她倒好，天天吃天天吃，吃得肥白白白。啊，我咽不下这口气！所以，我恢复晚上吃饭的习惯。我笑得快断气了：八八，你爱吃米饭，何不设多一只米缸？不就解决了？乱八不依。

还有一种变通的轻断食是这样的：每天断掉一餐。这天肥仔就宣布，我现在断掉晚餐，只剩两顿了。我和乱八都傻了眼：这个最没意志的人，竟然敢轻断食？而且每天傍晚还来一个暴走运动。乱八马上打击他：肥仔，你这么一节食，日子一久，对美食就失去激情，一旦失去激情，人生还剩多少意义啊？！肥仔眼睛亮光一闪又暗淡了……