

## 新民晚报

## 红辣椒

自然笔记  
杨文丰

辣椒原产于中南美洲热带地区的辣椒，是“进口”的美味，经由印第安人驯化，由哥伦布带回欧洲，明代，辣椒才传入中国。清代陈淏子所著的《花镜》，对辣椒已有细致记载。辣椒是一年生草本植物，茎直立，分枝多，广卵形的单叶，互生，叶柄较长，辣椒花，或黄或绿，花萼杯状，花色厚白，煞是可爱。

辣椒多呈圆锥形或长圆形。未成熟的辣椒，色绿，成熟后显黄色、紫色、酱色或鲜红，我觉得，最可爱的还是居多的红色者。

梭罗在《散步》里说：“气候对人会产生影响，有如山间的空气会喂养灵魂，启发灵性。”自然环境，滋养和影响着辣椒的生长。

辣椒最喜欢阳光充足的气候环境，但凡阳光足，气温高的地方，辣椒都成熟得较早，也喜欢中性或微酸性土。如果土层深厚肥沃，排水良好，夹带些沙子，如此的土壤，辣椒就会长得很好，在这样的土壤里，根部呼吸顺畅。

以前祖母种辣椒，总不太喜欢浇水，说是辣椒的叶子转黑绿时，才需浇透水一次。我猜辣椒该是怕涝，今天我百度网查，果然。

并不耐尘世之寒的辣椒，却颇耐人间之热，最适宜生长的温度在30—35℃间。

有人说“不吃辣椒者不革命！”诗人艾青也说：“要是我们不知甜、酸、苦、辣，活着还有什么滋味？”（《神秘果》）的确，辣椒让人活着多了滋味，我想，这是谷麦及其他蔬果以外，植物世界给予人间最现实、最火辣、最刺激的关怀。

喜吃辣椒的人都知道辣椒富含维生素C和胡萝卜素，可增加人的食量，增强体力，改善怕冷、冻伤、血管性头痛等症，能促进呼吸道畅通，对咳嗽、感冒也有辅助疗效。加州大学的冉门教授曾指出人食用辣椒，与服用感冒药相比，受的刺激要大得多，大脑接受到舌头传来的辣椒的讯息，会转而刺激呼吸道分泌物汹涌，让人泪水直流。

辣椒还能加速新陈代谢，促进荷尔蒙分泌，保健皮肤，可控制心脏病及冠状动脉硬化，降低胆固醇，强肠胃蠕动，促进消化液分泌和胃黏膜的再生，防治胃溃疡，杀抑胃腹内的寄生虫。喜食辣椒的省区，胃溃疡的发病率远低于其他省区。

想想，正是“拿来主义”的辣椒，让川湘菜系有了上品位的核心力量，展现出红日般火红的亮丽，引发了许多国人口味的重大变革。我吃辣椒并未成瘾，但时常也会吃辣椒。前些年假期，我常生活在蜀地泸州，最喜欢吃的泸州菜，就是红辣椒油渍白切兔，那辣，那香和嫩，至今齿颊留香，难以言表。

辣椒，吃在嘴里，火辣辣的，香喷喷的，尤其是红辣椒，使单调的伙食出色，在寒冷中升腾起一把火，让贫寒的生活生暖。在贵川湘，尤其是长年居住在水冷山深、气候潮湿地区的人们，以辣椒驱寒祛湿、刺激食欲、振奋精神，真是物竞天择、顺理成章的事情。

辣椒，不但在中国成为许多人饭桌上常驻的风景，成了中国著名的调味品，也可说给予了许多国人以生活滋味的寄托，让许多人在这个尘世，既有思维惯性，也铸就了所喜欢的饮食习惯……

得知我在“海派美术教育寻根之旅”途中，文艺青年翻出木心旧著，电话里念给我听——“上海美专无疑是我快乐的淘气竞技场，与往昔踽踽独行在西子湖畔的惨绿少年已经判若两人……”

美术史学者的寻根之旅，从苏州河乍浦路桥北首的上海图画美术院旧址开始。

1912年冬日，就在附近一家日本人开的西餐厅，刘海粟、汪亚尘、乌始光喝着酒，偶然瞥见窗外的洋房租赁广告，餐毕即去了把那房子租了下来，商议在此办一所美术学校。其时，刘海粟年方16。

翌年1月28日，《申报》刊登上海图画美术学院乌始光院长的招生广告，校址“美租界乍浦路八号洋房”正是不久前租下的。上海图画美术学院是上海美专的前身，这个地址自然被认定为中国美术教育的起点。

站在乍浦路初夏的风里，听美术史学者讲古，面前那片疑似旧址上，却矗立着美轮美奂的Bellagio Shanghai酒店。Bellagio这个名字好眼熟！我想起在拉斯维加斯住过的同名酒店，初一查，其所属的欧洲老牌酒店集团是1928年才诞生的。

我在朋友圈分享见闻。文友跟帖问，土山湾画馆去看了吗？那是中国西洋画的摇篮，早在1864年就有了。不过，是成建制的上海图画美术院，首开新兴艺术教育之先河，继而助推上海文化艺术生态的形成——20世纪前叶，这座城市诞生过近40所美术学校，曾有300多名著名的近现代美术先贤在此执教，为近现代中国美术输送过1000多名优秀人才，出版发行过全国近四分之三的美术教材

里煮，约十五分钟待闻到阵阵香味后便关火，这时，我将烧锅里的鸡爪再次进行冲洗后倒入事先准备的冷开水，就这样冷却二个小时，使烧锅里的鸡爪温度降低于10摄氏度以下，那时，我将糟卤倒入烧锅后盖上盖子放入冰箱冷藏五个小时。当晚，我将第一次自制的糟鸡爪给家人分享，他们连连称赞好吃来。

以后，我又学会了糟鸭翅、糟小白干、糟毛豆让亲朋好友品尝，他们称这是夏季菜的一绝。

说，埃及的胡夫金字塔，曾经在将近4000年的时间里是世界上最高的建筑，直到1311年被英国146.6米高的林肯大教堂所超越。又过了500多年，1889年法国的埃菲尔铁塔横空出世，以标高324米总算刷新了纪录。进入20世纪，世上高楼层出不穷，高度屡被突破。现在，世上第一高楼是阿联酋的哈利法塔。

哈利法塔地处阿联酋的迪拜城，故又称迪拜塔。哈利法塔高828米，楼层总数162层，造价15亿美元。它建于2004年，于2010年1月4日晚，迪拜酋长穆罕默德·本·拉希德·阿勒马克图姆揭开这座“世界第一高楼”纪念碑上的帷幕。远眺哈利法塔，好似一个擎天之柱；近观，它又像一座巍峨的火箭发射台。它37楼以下为星级宾馆阿玛尼饭店，45至106楼为700间公寓房间，据传这些公寓房间在开卖后的8小时内即销售一空。

世界最高楼上日落

朱亚夫

际，忽听得站在玻璃幕墙前的游客一恹恹，原来太阳快要落山了。从哈利法塔上望下去，底下的高楼大厦，都成了低矮的丘陵；那纵横交错的路，成了蛛网；远处的大海隐约可见，视野格外远大宽广。那西斜的太阳，比平时好像大

……这样一种良性成长的生态，又迅速辐射到苏杭及北京、南京、广州、重庆，使当时的中国美术教育形成规模系列效应。

想象着当年的盛景，我们按海派美术教育历史沿革的线索，又去探访“白云观左近”上海图画美术学院旧址、顺昌路560号上海美术专科学校旧址、华东政法大学韬奋楼的上海市美术专科学校旧址。

顺昌路原名菜市路，抗战胜利后在此复校的上海美专，应该就是木心“快乐的淘气竞技场”。19岁入学习西洋画的乌镇人孙璞（号牧心，当时用“木心”这个笔名了么），在这里如鱼得水般自在，“晨起盥洗，早晨既毕，换上浆洗一清的衬衫（多数是纯白），打好领带，擦亮皮鞋，梳光头，挟着画具健步经长廊过走廊上楼梯进教室……”有帅帅的老照片为证。“我在上海美专所享用到的‘自由’，与后来在欧美各国享受到的‘自由’，简直天壤一色，不劳分别……”无拘无束的求知状态，激发了少年的潜质，此后的艺术创作水到渠成。

那个著名的弧形欧式扶梯，曾经出现在好多老照片上，居然还在，只是漂亮的镂空栏杆被水泥封得结实。老房子早已破败，挤满了72家房客的样子。我楼上楼下探访了一遍，哪里还有刘海粟校长办公室、西洋画实习室、钢琴教室、女生宿舍的影子？！在二楼过道，同行的友人帮我拍了张“到此一游”，与我一道入镜的有拖包、水斗、塑料桶、晾衣杆和衣裳、鸟笼……

美术史学者们与老房子、弧形扶梯合着影，怜惜之情溢于言表，说这历史建筑不保护起来、建博物馆可惜了。而我想的，是文献里读到的精彩——

“新兴艺术的策源地——海派美术教育与20世纪中国美术”文献展上，有一份群星璀璨的“海派美术教育名师先贤名录”：周湘、李叔同、吴昌硕、黄宾虹、李超士、刘海粟、陈之佛、潘天寿、丰子恺、林风眠、关良、吴大羽、庞薰琹、傅雷等（名

师），朱启贻、韩乐然、常玉、郑慕康、潘玉良、米楚生、陈盛铎、张充仁、李可染、吴作人、王兰若、董希文、赵无极、程十发、木心等（历届学子先贤代表）。

上海美专的历史档案中，存有大量年表，以及刘海粟与当局官员的往来信函。对于私立学校的教育资质、教学指标和年度状况，国民政府管理制度之严格，由此可见一斑。

“简约深美”——上海美专的校训，是蔡元培先生题赠的，典出清朝张惠言《词选序》：“唐之词人，温庭筠最高，其言深美简约。”意即博采、慎选，钻研以臻完美。蔡元培还亲任上海美专董事会主席，遍邀社会名流和政要当校董，募集建校资金，助美专在教育部立案，撰写校歌，介绍律师帮美专在模特风波中胜诉，公派校长刘海粟游学西欧……

百年文脉，正是这样点点滴滴传承下来的吧。

想起了废品回收站

哲俊

对减少三废也起了不小作用。十多年前，我去韩国出差，在釜山附近一个加油站休息时，看到有7个垃圾筒。少见多怪的我，不知是何物，跑上前一审视，看到垃圾筒干净整洁，没有一丝异味，且垃圾的分类如此之细，大为感动，也十分感慨。如今，上海率先在全国开展垃圾分类，这是一个浩大的工程，也是一场持久战。国外那些垃圾分类工作做得好的地方，也是经过了很多年的不懈努力才取得了今天的成就。只有持之以恒，才能见到实效。在上海实行垃圾分类，如何适应我国国情，创造性地采取一些措施，让人们减少直至改正乱扔垃圾的习惯，可否将个体的收废品者组织起来，重新建立废品回收站？也算是一家之言，供相关部门参考。

让自己感动自己

南海

前不久，有一位喜欢文学的大学同学来到了我供职的杂志编辑部，拿来了他的作品，写的是他自己年轻时的故事：他爱上了一位姑娘，缠绵了好长一段时日，姑娘却要离他而去……

“其实我的那位姑娘也很有些不可爱的地方，她很无情地伤害过我几次，但是，我依然爱她，我自己都无法解释这原因。我在写这情景时，总有股莫名的感动。”他说。

我说：“你是被自己感动了。”自己被自己感动，是一种境界，它的美丽只有自己才能品味得到，它是由极痛苦转化而来的精神果实。

生活中有很多使我们失意的事情。比方说，自己对人满腔热情，真诚相待，却会无端被此人或明或暗地“捅了几刀”；使出浑身解数全心全意干工作，却还要受歧视和白眼；自问对自己的兄弟姐妹是充满爱心的，而对方常常会为蝇头小利对自己耿耿于怀……

失意的很多很多，失望的很多很多，它会使备受创伤的心灵深深地孤独起来。弱者常会把失意转化成仇恨，把失望变成绝望。但生活的强者却把失意和绝望转化为前进的动力。退一步说，即使真的感到在这个世界上没有什么东西感动自己了，那就要靠自己感动自己。虽然这仍是一个孤独者的精神境界，但是却不失为一个真善美的境界。对一个人来说，自己感动自己，其实就是完成了一个精神升华。

而且，你跟着还会发现，感动你的因为随着时间的推移而扩展开来，你不仅自己感动自己，而且开始感动他人和为他而感动。完成了这个轮回，你会发现其实你并不孤独，世界原来是很美丽的。

听过这样一句话：先感动自己，才可感动别人。这句话让我记忆深刻！它告诉我们：要得到别人的认可，首先你要做得够分量。否则，如果你连你自己都感觉是在敷衍，自欺欺人，又怎么能感动他人？

《上海生活垃圾分类管理条例》从7月1日开始实行了。由于此前做了不少宣传和准备工作，垃圾分类的意识开始深入人心，也成了人们茶余饭后一个热烈讨论的话题。看来大家对保护环境、爱护地球还是有共识的。

这让我想起了很多年前的废品回收站。废品回收站诞生在上世纪五十年代，有固定的回收站点，对所收的物品还有价目表，我们去卖废品一目了然。此外，还有走街串巷的个体收废品者，他们从居民手中收购后再集中卖掉赚取差价，这种做法方便了居民，也提供了一些就业机会。那时，什么废旧东西都能卖钱，包括鸡毛、乌贼鱼骨、鸡脆皮都收，这样进入垃圾箱的源头垃圾自然就少了。虽然当时有物资匮乏的原因，但

前不久，有一位喜欢文学的大学同学来到了我供职的杂志编辑部，拿来了他的作品，写的是他自己年轻时的故事：他爱上了一位姑娘，缠绵了好长一段时日，姑娘却要离他而去……

“其实我的那位姑娘也很有些不可爱的地方，她很无情地伤害过我几次，但是，我依然爱她，我自己都无法解释这原因。我在写这情景时，总有股莫名的感动。”他说。

我说：“你是被自己感动了。”自己被自己感动，是一种境界，它的美丽只有自己才能品味得到，它是由极痛苦转化而来的精神果实。

生活中有很多使我们失意的事情。比方说，自己对人满腔热情，真诚相待，却会无端被此人或明或暗地“捅了几刀”；使出浑身解数全心全意干工作，却还要受歧视和白眼；自问对自己的兄弟姐妹是充满爱心的，而对方常常会为蝇头小利对自己耿耿于怀……

失意的很多很多，失望的很多很多，它会使备受创伤的心灵深深地孤独起来。弱者常会把失意转化成仇恨，把失望变成绝望。但生活的强者却把失意和绝望转化为前进的动力。退一步说，即使真的感到在这个世界上没有什么东西感动自己了，那就要靠自己感动自己。虽然这仍是一个孤独者的精神境界，但是却不失为一个真善美的境界。对一个人来说，自己感动自己，其实就是完成了一个精神升华。

而且，你跟着还会发现，感动你的因为随着时间的推移而扩展开来，你不仅自己感动自己，而且开始感动他人和为他而感动。完成了这个轮回，你会发现其实你并不孤独，世界原来是很美丽的。

听过这样一句话：先感动自己，才可感动别人。这句话让我记忆深刻！它告诉我们：要得到别人的认可，首先你要做得够分量。否则，如果你连你自己都感觉是在敷衍，自欺欺人，又怎么能感动他人？

江南花韵

（剪纸）

郑树林



日落，太阳落幕是大自然最绚丽动人的景象；观日落，是世间最迷人最温馨的时光。

观日落最佳的地方是登高，登高不仅能看远，而且能看清。唐朝诗人杜甫就写有“会当凌绝顶，一览众山小”的观日落诗句；王维《登河北城楼作》看出诗云：“高城眺落日，极浦映苍山”；最有名的是王之涣的《登鹳雀楼》绝句：“白日依山尽，黄河入海流。欲穷千里目，更上一层楼。”不仅写出日落美景，还写出了哲理情怀。就是说“欲穷千里目，更上一层楼”，观日落要越高越好。

世上建筑何处最高？据说，埃及的胡夫金字塔，曾经在将近4000年的时间里是世界上最高的建筑，直到1311年被英国146.6米高的林肯大教堂所超越。又过了500多年，1889年法国的埃菲尔铁塔横空出世，以标高324米总算刷新了纪录。进入20世纪，世上高楼层出不穷，高度屡被突破。现在，世上第一高楼是阿联酋的哈利法塔。

哈利法塔地处阿联酋的迪拜城，故又称迪拜塔。哈利法塔高828米，楼层总数162层，造价15亿美元。它建于2004年，于2010年1月4日晚，迪拜酋长穆罕默德·本·拉希德·阿勒马克图姆揭开这座“世界第一高楼”纪念碑上的帷幕。远眺哈利法塔，好似一个擎天之柱；近观，它又像一座巍峨的火箭发射台。它37楼以下为星级宾馆阿玛尼饭店，45至106楼为700间公寓房间，据传这些公寓房间在开卖后的8小时内即销售一空。

世界最高楼上日落

朱亚夫

际，忽听得站在玻璃幕墙前的游客一恹恹，原来太阳快要落山了。从哈利法塔上望下去，底下的高楼大厦，都成了低矮的丘陵；那纵横交错的路，成了蛛网；远处的大海隐约可见，视野格外远大宽广。那西斜的太阳，比平时好像大

想起了废品回收站

哲俊

对减少三废也起了不小作用。十多年前，我去韩国出差，在釜山附近一个加油站休息时，看到有7个垃圾筒。少见多怪的我，不知是何物，跑上前一审视，看到垃圾筒干净整洁，没有一丝异味，且垃圾的分类如此之细，大为感动，也十分感慨。如今，上海率先在全国开展垃圾分类，这是一个浩大的工程，也是一场持久战。国外那些垃圾分类工作做得好的地方，也是经过了很多年的不懈努力才取得了今天的成就。只有持之以恒，才能见到实效。在上海实行垃圾分类，如何适应我国国情，创造性地采取一些措施，让人们减少直至改正乱扔垃圾的习惯，可否将个体的收废品者组织起来，重新建立废品回收站？也算是一家之言，供相关部门参考。

让自己感动自己

南海

前不久，有一位喜欢文学的大学同学来到了我供职的杂志编辑部，拿来了他的作品，写的是他自己年轻时的故事：他爱上了一位姑娘，缠绵了好长一段时日，姑娘却要离他而去……

“其实我的那位姑娘也很有些不可爱的地方，她很无情地伤害过我几次，但是，我依然爱她，我自己都无法解释这原因。我在写这情景时，总有股莫名的感动。”他说。

我说：“你是被自己感动了。”自己被自己感动，是一种境界，它的美丽只有自己才能品味得到，它是由极痛苦转化而来的精神果实。

生活中有很多使我们失意的事情。比方说，自己对人满腔热情，真诚相待，却会无端被此人或明或暗地“捅了几刀”；使出浑身解数全心全意干工作，却还要受歧视和白眼；自问对自己的兄弟姐妹是充满爱心的，而对方常常会为蝇头小利对自己耿耿于怀……

失意的很多很多，失望的很多很多，它会使备受创伤的心灵深深地孤独起来。弱者常会把失意转化成仇恨，把失望变成绝望。但生活的强者却把失意和绝望转化为前进的动力。退一步说，即使真的感到在这个世界上没有什么东西感动自己了，那就要靠自己感动自己。虽然这仍是一个孤独者的精神境界，但是却不失为一个真善美的境界。对一个人来说，自己感动自己，其实就是完成了一个精神升华。

而且，你跟着还会发现，感动你的因为随着时间的推移而扩展开来，你不仅自己感动自己，而且开始感动他人和为他而感动。完成了这个轮回，你会发现其实你并不孤独，世界原来是很美丽的。

听过这样一句话：先感动自己，才可感动别人。这句话让我记忆深刻！它告诉我们：要得到别人的认可，首先你要做得够分量。否则，如果你连你自己都感觉是在敷衍，自欺欺人，又怎么能感动他人？

江南花韵

（剪纸）

郑树林

日落，太阳落幕是大自然最绚丽动人的景象；观日落，是世间最迷人最温馨的时光。

观日落最佳的地方是登高，登高不仅能看远，而且能看清。唐朝诗人杜甫就写有“会当凌绝顶，一览众山小”的观日落诗句；王维《登河北城楼作》看出诗云：“高城眺落日，极浦映苍山”；最有名的是王之涣的《登鹳雀楼》绝句：“白日依山尽，黄河入海流。欲穷千里目，更上一层楼。”不仅写出日落美景，还写出了哲理情怀。就是说“欲穷千里目，更上一层楼”，观日落要越高越好。

世上建筑何处最高？据说，埃及的胡夫金字塔，曾经在将近4000年的时间里是世界上最高的建筑，直到1311年被英国146.6米高的林肯大教堂所超越。又过了500多年，1889年法国的埃菲尔铁塔横空出世，以标高324米总算刷新了纪录。进入20世纪，世上高楼层出不穷，高度屡被突破。现在，世上第一高楼是阿联酋的哈利法塔。

哈利法塔地处阿联酋的迪拜城，故又称迪拜塔。哈利法塔高828米，楼层总数162层，造价15亿美元。它建于2004年，于2010年1月4日晚，迪拜酋长穆罕默德·本·拉希德·阿勒马克图姆揭开这座“世界第一高楼”纪念碑上的帷幕。远眺哈利法塔，好似一个擎天之柱；近观，它又像一座巍峨的火箭发射台。它37楼以下为星级宾馆阿玛尼饭店，45至106楼为700间公寓房间，据传这些公寓房间在开卖后的8小时内即销售一空。

世界最高楼上日落

朱亚夫

际，忽听得站在玻璃幕墙前的游客一恹恹，原来太阳快要落山了。从哈利法塔上望下去，底下的高楼大厦，都成了低矮的丘陵；那纵横交错的路，成了蛛网；远处的大海隐约可见，视野格外远大宽广。那西斜的太阳，比平时好像大

## 糟鸡爪好吃来

陆伟俊

每到夏季，不知为何原因，超市、熟食店里的鸡爪价格会向上浮动？糟鸡爪越来越受到市民的青睐，我也慢慢地对糟鸡爪产生了浓厚的兴趣。记得，十五年前的一天，我专门到离家附近黄浦区西凌家宅老字号“老同盛”内的熟食店请教那里的师傅，“请问糟鸡爪除了将鸡爪浸泡在糟卤内还有什么讲究”，该店师傅看我诚恳的样子便从挑选、冲洗鸡爪到糟鸡爪各道工序讲给我听。

也许，我掌握了糟鸡爪的工序急于求成，一个夏天的双休日上午，我特意起了大早赶到超市，先买了一个烧锅，后经过挑选买了二斤鸡爪，再买了两瓶糟卤。那天，我一骨碌地钻进厨房，先将一个个鸡爪的脚尖剪掉后冲洗，然后，将鸡爪倒入烧锅，放点黄酒、盐、在水

## 七夕会

日落，太阳落幕是大自然最绚丽动人的景象；观日落，是世间最迷人最温馨的时光。

观日落最佳的地方是登高，登高不仅能看远，而且能看清。唐朝诗人杜甫就写有“会当凌绝顶，一览众山小”的观日落诗句；王维《登河北城楼作》看出诗云：“高城眺落日，极浦映苍山”；最有名的是王之涣的《登鹳雀楼》绝句：“白日依山尽，黄河入海流。欲穷千里目，更上一层楼。”不仅写出日落美景，还写出了哲理情怀。就是说“欲穷千里目，更上一层楼”，观日落要越高越好。

世上建筑何处最高？据说，埃及的胡夫金字塔，曾经在将近4000年的时间里是世界上最高的建筑，直到1311年被英国146.6米高的林肯大教堂所超越。又过了500多年，1889年法国的埃菲尔铁塔横空出世，以标高324米总算刷新了纪录。进入20世纪，世上高楼层出不穷，高度屡被突破。现在，世上第一高楼是阿联酋的哈利法塔。



夜光杯

## 旅游