

众生·人民路

我的饮食观

| 张振楣 文 |

上了年纪,对美食的追求,与以往比,有些变化。

总体是,从绚烂归于平淡。

具体来说,第一是简单,第二是好吃,第三是健康。

简单属于哲学层面,好吃属于美学层面,健康属于科学层面。

大道从简,食多无味。

有简单才有丰富。简单是饮食的起点,又是饮食的终点。一粥一饭,貌似简单,但任何美饌珍肴,都离不开一粥一饭。

繁复使人对美味的感觉迟钝。吃过大鱼大肉后,人们需要用清淡来调理肠胃,恢复味觉的敏锐。清淡是简单的近邻。

旧时,百年老店聚丰园,在宴席结束时上桌的,不是茶水,而是白粥、四种酱菜,外加一碟白糖。很受欢迎。

食多无味,以简单来应对,无不奏效。

食材的丰富和易得,不是无味的理由。贪婪,才是远离美味的祸首。

简单还意味着节制。节制不等于美味,但节制可以调动味觉的灵敏度,扩充美味的边际效应。俗话说:“少吃多滋味”。

美食的本质和最高境界:好吃。

环境和形式的盛宴,是视觉享受,与美味的本源无涉。

人的味觉指向和味觉感受,因人而异。但在终极上是一种文化现象。它反映出一个人的味觉经历,甚至藏匿着家族乃至民族的文化积淀。

因此,在共同或相近的文化背景下,人的味觉感受,差距不会太悬殊。也即是说:“口之于味,有同嗜也。”

举个例子。无锡排骨当今有着广泛的美誉度,不少外地人,也能接受而且喜爱。退休后,有段时间我常去北京朋友处,每次带去三凤桥排骨。朋友说,“无锡排骨,好吃,大家都欢迎,下次仍带排骨。”去美国,在旧金山唐人街,广告牌上写着“无锡骨”三个醒目大字,显然,“甜咪咪咸堂堂”的无锡排骨,华人都爱吃,为什么?好吃。

可见,好吃并非纯粹的主观感受,而有一定的客观性。众口未必难调。

还有一个误区,过多地挖掘、铺陈所谓的饮食文化,而忽视了“好吃”更重要。

如果油酥饼做得不到位、不好吃,你再三强调这是乾隆皇帝吃过的,有何意义?

饮食文化、历史渊源,点到就行。

让“好吃”来唱主角。好吃,才是硬道理。

当今社会,正快速地从自然经济时代,一步跨进信息时代。科学改变世界,也将给人们的饮食生活,带来深刻影响。

一方面,健康与饮食的关系,越来越普及;另一方面,营养不良、营养不当或营养过剩而得病的人却日趋增多。

饮食与健康的关系,比较复杂。医学科学的结论可参考,但要防止绝对化。譬如长寿的因素,涉及很多种,没有统一规律。人的遗传、体质、生活方式、饮食偏好,个个不同,寻找绝对的健康饮食模式,既不可能,也不可取。

一般而言,在饮食中,喜欢的总是好的、对人体有益的,这可以看作生命进化中的自觉选择,是人体的自发要求。就如饥饿感产生进食的欲望,不需要经过理性的思考。相反,过于理性化的饮食,未必就是健康饮食,且还减少了吃的乐趣。

在追求简单和好吃的同时,兼顾饮食的均衡和适度。饮食对健康的益处,常在不经意中体现出来。刻意地以食健身、以食治病,不一定有效果。

情趣·健康桥

喜做证婚人

| 刘志福 文 |

癸卯岁首年初六,我在溧阳宾馆做证婚人;癸卯岁尾十二月十二,我又一次做证婚人,是在无锡农博园。癸卯年有始有终的两次证婚,如此美好,成人达己。两次证婚,我分别见证了两对有情人终成眷属的不同喜悦,以及双方家庭所有长辈们的相同幸福——“花开并蒂喜欣合,珠联璧合铸良缘”。特别是第二次证婚,当新郎八十多岁的爷爷奶奶手挽着手,步伐整齐步履缓缓,却是稳稳当地走上婚礼T台,满脸幸福地走到新人面前,两位老人双手把婚戒递给一对新人后,逐个与新人相互拥抱,然后转身,双双满脸洋溢纯洁快乐的笑,并一起合作做了一个爱心姿势,共同挥手向全场宾客致意时,好多宾客抑制不住地发出内心的欢呼声,婚礼现场又响起了一次高潮的掌声!

是啊,这么别致难得的场景,定格成爱情主题的永远不离不弃、永结同心。现场触发了我的灵感,我随机根据感人场景,巧妙组合,开始了我不一样的证婚,也就成了我最有特色的证婚作品!每次婚礼现场,都会充满了美好,连空气都是甜甜的味道;加上主持人每次总会类似介绍,“今天的婚礼现场,也特别邀请到了一位特别尊贵的嘉宾做证婚人”——我很喜欢这种铺垫,很享受这样的氛围,也促使我每一次证婚前一定是自己动笔亲手写好证婚词。

写好证婚词的关键:是用情、用心。每次写之前,我就进入角色,与新人或家长分别沟通,尤其是深入访谈一对新人的出生地、成长经历、性格爱好特长、学习与家庭情况,以及相识相知相爱的过程等内容,然后动笔、精心修改,标注好需要停顿的地方、声音需要提升的句词。总体上是遵循大家接触到的“介绍、祝福、嘱咐”格式,特别处是加上我自己的语言风格和表达技巧。

我每次登台证婚,不会去低头读稿,我会面向婚礼现场宾客,微笑着,谦逊地从从容容——道来,一般的内容不紧不慢,关键的地方抑扬顿挫,因为是我自己写就的证婚词稿,所以每次总会轻松呈现证婚词的内容,而且用时也卡得正好。每次我证婚结束,见多识广的婚礼主持人,总会特别称赞我、推崇我不一样的证婚词内容;婚礼现场会掌声雷动,同桌的不认识的宾客会纷纷好评如“今天的这位证婚人真有水平、讲得真好、证婚人风度也棒”“证婚内容新颖贴切,又别具一格,不落俗套”。

我二十年前就开始零零星星做证婚人了,长期积累,切磋琢磨,证婚已经小有经验。不经意间,我发现自己竟然越来越喜欢做证婚人了,尤其喜欢这种说不清的不一样感觉。难道做证婚人也会上瘾么?所以,每次证婚结束后,我会抽时间与新人及家人们一起回放证婚视频复盘总结,我自己还一直坚持研究许多受欢迎的证婚人的视频,借鉴复制新颖别致的内容和做法。另外,我还整理了在婚礼现场证婚的心得,比如,如何灵活借景、借物、借人发挥;如何巧妙实践,确保证婚仪式庄重又兼具生动活泼等。我这么用心、用心地付出,原因是内心总想着在当下不一样的时代,能和一部分年龄已经适婚但又拒绝婚恋的人士分享:婚礼总是那么甜蜜美好!婚姻永远有着自身固有的幸福!

宫崎骏说过:“遇见的,都是天意;拥有的,都是幸运。”你,就是我一眼万年的遇见!你,恰是我覆水难收的心动!这些滚烫的深情文字,架起了一条一望无垠的姻缘红线,串起了一对对新人的相识、相知、相恋。

我期待着在甲辰龙年里,能够再做更多次、更出彩的证婚人。

忆旧·古运河

闲话浴德池

| 杨庆鸣 文 |

老作家吴翼民先生曾写过一本长篇小说《风雨浴德池》,书中情节跌宕起伏,引人入胜。

浴德池在无锡就有一家,前身叫浴德池浴室,创设于1921年3月6日。历史长达60多年,因中山路房屋拆迁于上世纪八十年代消逝。

创设时的主要股东有周凤翔、陈仲欣、周永康、任仲模4人,素有“四牛”之称。大股东之一周凤翔,有经营厨房31年、开设浴室30年之经验,无锡浴德池浴室在无锡小有名气,文官武将、引车卖浆之流,对此地均有挥之不去的记忆。

在上世纪六十年代与无锡浴室、云泉浴室、清洁浴室等齐名。该浴室水清甘冽,浴室内有一口深水井,池水靠井水提供,用电泵增压上水,当初还没有自来水,井水洗浴有润滑肌肤之亲,无锡人还欢喜洗“头汤浴”,即“开汤浴”,与吃面吃“头汤面”一样,一个字:“爽”。

浴德池浴室,有无锡市公私合营浴德池浴室、国营无锡市浴德池浴室之历程。上世纪八十年代初,一级工工资32元,二级工工资38.30元,

服务员执行的是商业系统饮食公司类工资标准。

话说周凤翔,人聪明,会说话,会记账簿,还当过薛家(薛福成)花园管家,号称“二老爷”,薛福成外交家,当过几个国家的公使,起用周凤翔当管家,可见其能力非同一般。周凤翔能说会道,大家欢喜听他幽默风趣的话,如说“头”,可一口气说100个“头”,如:田横头、河滩头、隔壁头、脚板头、油瓶头、大块头、阿二头、老老头、药罐头、肉墩头、癞痢头、光浪头、撮派头、触霉头、卖拳头、笃舌头、跑码头……周凤翔于1958年逝世,后人将浴德池同样开得红红火火,引人入胜。

我认识的一位朋友,年逾古稀,他从小就欢喜跟外公去浴德池洗澡,几乎每周去洗一次,小孩目的不是去洗澡,而是为吃到一包用三角纸包的花生米,花生米0.10元一包,常有小贩拎个竹篮,篮里放花生米、南瓜子、香瓜子等零食,兜售给浴客,外公骗小孩,小孩吃了花生米可安顿半天,零食费用和浴资一起结账,小孩吃完花生米,就可穿衣动身了。

浴德池浴资0.10元的,是一种简易的木箱子,掀开箱盖,存放衣裤、围巾帽子和包等。浴资0.15元的,是一种躺椅式的,衣裤外套由服务员用叉头挂至头顶横杆上,内衣等放两张躺椅之间茶椅的空隙中。上世纪六七十年代,一个月的生活费才8元,浴资与当时物价是匹配的。

1982年,猪肉一斤1元,青鱼一斤2元,火油一斤0.33元,赤豆棒冰一支0.05元,雪片糕一条0.20元还要收粮票2两,一本《历史辞典》1.60元,一本《文学描写辞典》3.20元。浴德池浴室买筹码掀开棉帘进室,筹码长8厘米、宽1厘米左右,用竹板制成,竹板上烫一角字样,穿木屐或草鞋进去,进去有人招呼,脱衣有人侍候,出浴后,一块热毛巾已搭你肩膀上,如你久躺那儿,当满员时,服务员又不便催你动身,便有一块又一块热毛巾甩过来,你也不好意思,该动身离席了。

过去洗浴是清洁卫生,现在洗浴是文化,如洗浴休闲中心、洗浴汗蒸斯巴、温泉沐浴等应运而生。

从混堂到浴室,从浴室到中心,是洗澡文化的推进。



有福

插画
戎锋