

于细微处见修养

“做什么事情,都要有为别人着想的习惯。”这是叶圣陶经常对子孙后代说的一句话。

孙女叶小沫至今还记得,幼年时,爷爷更喜欢教她的不是读书写文章,而是为人处世的一些习惯和做法。比如递给别人刀子的时候,要把刀柄对着对方,这样对方才好接手;放餐具碗筷时,筷子一定要放在碟子的右面,调羹的把儿要一顺儿向右,为的是让用餐的人拿起来顺手;在公共场所,走路脚步要轻,关门的动作要轻,放东西的声音也要轻,为的是不影响到其他人。等到叶小沫当了编辑,爷爷又告诉她:写文章要为读者着想,句子要通顺;抄写稿子要为排字工人着想,字要写得工整;写信封的时候,收信人的地址和姓名一定要写清楚,为的是方便邮递员投递;稿子发表了要为作者着想,尽快寄稿费。

有个学生陪季羨林到一家邮政营业厅办事,发现季羨林每次开门,总是向外拉,从不向里推。他不解地问:“季老师,向里推门不是更方便更省力吗?您为什么总是要拉呢?”季羨林笑着说:“对于我自己来说,向里推门当然更方便,但如果里面有人正要出来,特别是老人和小孩,推门不是很容易撞到别人吗?而向外面拉门,既避免了撞到从里面出来的人,还为从里面出来的人开了门,这不是一举多得的好事?”

学者黄金陵曾在书中回忆过一件往事:在一次学术会议期间,他与物理学家徐光宪同住一室。会议闭幕的前一天晚上,徐光宪熬夜写致辞。黄金陵因为太困,就先睡下了。等到半夜醒来,他惊讶地发现桌前没有人影,而洗手间却亮着灯。他走近一看,只见徐光宪坐在洗手间一张小凳子上,将稿纸铺在膝盖上,正借助微弱的灯光俯首疾书。黄金陵不解地问:“徐老师,你怎么在这里写字,赶紧出来。”徐光宪笑了笑,轻声说:“待在这里也很方便的,你继续睡,明天的会要开很久呢。”这时黄金陵才恍然大悟,原来,徐光宪是怕打扰他休息,才特意躲进狭小的洗手间工作的。

于细微处见修养,品德高尚的人,即使是在日常生活中,也总不忘时时处处为他人着想,考虑怎样予人方便,怎样不给人添麻烦,天长日久则形成良好的习惯。

刘学明

正确利用时间,
遇见更好的自己

年复一年,白驹过隙。人们常说:“时光不等人。”可比起因此惋惜,不如把人生当成一场历练,紧握每一分钟,提升学识、管理情绪、修炼意志。

正确利用时间,遇见更好的自己,是珍惜时间最好的方式。

1
太匆忙的人生,几多遗憾

在快节奏的当下,人们难免太匆忙地追赶时间,而错过体悟生活、提升自我、联络感情的良机。

一位作家曾说:“当我们正在为生活疲于奔命的时候,生活就已经离我们而去。”诚然,一时的忙碌可能难以避免,但长此以往,食不知其味,活不知其意,会因此留下很多遗憾。

比起匆忙地生活,偶尔停下脚步,欣赏沿途的风景,才更有可能与幸福、快乐、自在、美好不期而遇。

2
时间不够的背后,也许是安排不当

时间是公平的,不会对不同的人多一分、少一秒。若时常觉得时间不足,首先要考虑时间安排是否出了问题。

过度的娱乐、繁复的社交已经在无形中成了“时间漏洞”。看似让我们从忙碌中挣脱,实则加剧了我们的精神压力。懂得正确使用时间的人,会在时间里找到自己的归属;让时间有价值,会让生命更有价值。

3
你如何对待时间,时间就如何回报你

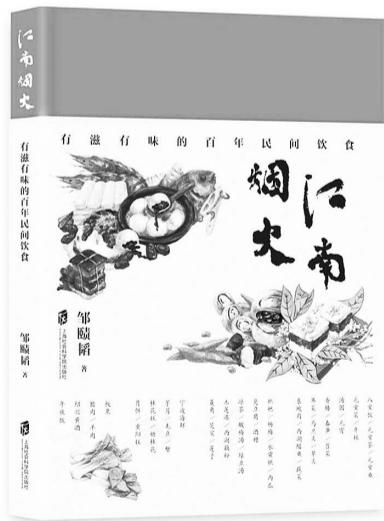
时间用在哪里,收获就在哪里。将爱交付于时间,时间也会赋予我们圆满的幸福。真正的快乐和满足,往往隐藏在琐碎的日常中。不慌不忙,体悟生活,经历的日子便会泛着光。

漫漫人生路,我们要砥砺前行,同时也应懂得:忙中偷闲,感受生活的点滴欢喜。合理规划,充分发挥时间的价值。善待时间,重获幸福的人生状态。

希望每个人,在每一天,都活得踏实,活得尽兴,有时间去感受内心的丰盈和生命的饱满!

沐心

从纸端到舌尖的“江南旧梦”



如何通过舌尖进入“江南”?翻开邹贻韬的《江南烟火》一书,迎面扑来各类吃食的芬芳气味,让人不觉坠入江南之地中。

以四时节令为序,邹贻韬在《江南烟火》中展现了百年来江南民间美食的画卷。将此画卷徐徐展开,江南美食的烟火气息,蒸腾而出;江南特产的瓜果蔬菜,清香扑鼻。过年时节的八宝饭、汤圆元宵唤起团圆记忆;春日里诸如香椿、荠菜、金花菜等风味野菜裹挟泥土气息;夏季的枇杷、杨梅等水果,以及酸梅汤、绿豆汤和木莲冻等解暑汤饮,令人清爽消暑;秋天里,桂花制食香甜,毛蟹膏厚肉鲜;寒冬时节,热乎乎的红烧带皮羊肉,配上鉴湖水酿的正宗绍酒,谁人不感身心俱暖?众多吃食美味,在邹贻韬

的笔下跃然如生,满纸泛出馨香味,边读边觉唇齿生津,不能自已。

邹贻韬还发挥了他历史专业出身的看家功夫,在文献材料中辗转腾挪,试图立足于材料为读者还原“历史上的味道”。《江南烟火》中所见的引用文献,有民国时期的报章、杂志、图书、档案等。图书中除了常见食谱、各类旅行指南,甚至包括了各类果蔬的种植、贮藏保存的科学手册。个别章节为了展现近代江南食品的海外传播史,还援引了英、法、日等语种的外文资料。一篇篇小小的短文,作者却不吝耄耋故纸的气力,足见其用心。

此外,与以往文人写吃不同,邹贻韬不仅仅关注食物本身的色香味,以及与食物相关的风雅掌故,还关注到食物原材的养殖和保存方法,就像学者李昕升为《江南烟火》所写的推荐语那样:“从泥土到餐桌,食物魅力无穷尽。《江南烟火》关注味道,更关注味道的农业根源。”邹贻韬还将目光聚焦到食物从运输到交易等产业链细节,试图再现立体的历史原貌,这让《江南烟火》超出了饮食史写作的范围,其所涉及的领域包含了农业史、经济史等诸多方面。所以,《江南烟火》所呈现的不只是文人谈吃那般的阳春白雪,更关涉到普罗大众实打实的吃饱喝足,农夫稼汉的耕耘采摘,以及贩夫走卒们买进卖出的生意经。例如,作者引用1936年版《蔬菜园艺学》介绍冬笋的保存方法,为我们展现前人为笋保鲜的种种妙招;又如,作者在《辞春迎夏,百年前长三角的枇杷旧景》一节,引用《江浙果树调查》(1928年)、《浙江塘栖枇杷考察记》(1934年)、《洞庭枇杷业之调查》(1945年)等民国时期的一手调查资料,为我们呈现当时枇杷的种植、采摘保存

乃至外运行销等流程;《老上海的年夜饭“生意经”》一文,在史料考证的基础上,以年夜饭为切口,从饭店餐馆的菜品设计、广告宣传等方面,为我们勾勒上海餐饮业浓郁的商业气质。这些基于扎实史料的写作,堪称实实在在的“硬核”科普。

除了文献考证功夫,以及书写角度独特之外,《江南烟火》读来令人感动,要数那字里行间体现出的江南乡愁。第二章的书写对象是我们所熟知的“汤团”与“元宵”,提起此议题,可谓是“南北两派,甜党咸党,至今争论不休”。作者邹贻韬的外公是个“老上海”,而外婆是个“老北京”,他除了自己查阅史料之外,借机向二老讨教了南北两派裹汤圆技艺。叙述之中不仅令读者浮想联翩,仿佛纸上的史料文献变成亲人长辈的面容笑语,食物的味道不仅从泛黄的故纸堆中溢上舌尖,更从长辈亲友那熟悉的乡音闲谈里化入我们的心田。

在《烟火江南》的“后记”里,邹贻韬表达了为食物的“生命史”立传的想法,在他看来,自己所面对的一餐一饭都是“个体经验与无限知识的对话、接榫”,对三餐的“日用而不知”激发着他的好奇心,推动他书写江南家乡的食物滋味。这不禁让我想起,地理学者段义孚先生在《空间与地方》中描述“地方形象”形成的某种方式时的一段话:“地方的形象是通过感觉敏感的作家的想象力形成的。通过他们的艺术光辉我们才有幸品味到那些人们原本已经淡忘的经验。”很显然,邹贻韬正尝试着用书写饮食史的手段,探索着如何恢复那些本已淡忘的经验和“日用而不知”的家乡味道。

郭思恒