

未来的路也许不是一帆风顺，但一蓑烟雨任平生。这句话将鞭策我不至于整天哼哼唧唧，它使我始终坚持我的理想，坚信美好的生活会如期而至。



东坡之味，人生三昧

【文/冷梅 图/受访者提供】

美食品出的人生况味

苏东坡的出生在公元1036年，四川眉山县里的人并没有把秀丽的彭老山的突然荒芜与一个男孩儿的出生联系在一起。当地的人也许一直在苦苦地寻找答案，为什么风景秀美，树木丛生，百草丰茂的彭老山一下子就百花不开，禽鸟不至。直到六十六年后的1101年，苏轼的去世，彭老山突然又焕发生机。当地人才恍然大悟，原来是彭老山的秀气是被当时降生的苏轼带走了，而当苏轼去世后，他又把秀气还给了彭老山。

林琪，曾旅居日本多年，是《生活课堂》的创始人。她热爱烹饪、烘焙，精心于各种烹饪技巧，她对生活的观察细致入微，亦把中国国学的博大精深与美食勾连。在她写的《东坡之味》里，我们不但了解了苏东坡的奇闻轶事，也能读出很多人生况味。

提及美食，那碗东坡肉怕是和苏东坡脱不了关系。曾是科考奇才，被先帝视为宰相之人的苏轼，后来被贬到黄州之时，开垦荒地，种田贴补家用，节衣缩食来面对困难时仍然淡定从容。在他的《节饮食说》里：以后早晚吃饭不过一杯酒，一块肉，有贵客来了最多也不能超过三杯酒，三块肉，只能减少不能增加。有人请我时，也是以此为限。

他早晚所吃的肉就是在黄州得名的“东坡肉”。他在《猪肉颂》中写道：

净洗锅，少著水，柴头罨（音为“掩”）烟焰不起（燃上柴禾等，抑制火势，用不冒火苗的文火来炖）。待它自熟莫催它，火候足时它自美。黄州好猪肉，价贱如泥土。贵人不肯吃，贫人不解煮。早晨起来打两碗，饱得自家君莫管。

林琪说，所以我们品味“东坡肉”不仅是在品味这道菜的美味，更是在体会苏东坡当年的荣辱苦乐，体会他在困难中的坚持，体会他在逆境中淡定、从容、乐观的心境。

林琪把美食、读书、发呆视为生命里最重要的三件事。“美食可以使我维持生命的存在，保持充沛的体力，进行生命的探索；我们的胃会感觉到饥饿，灵魂也会感觉到饥饿，灵魂的饥饿会使我们目光短浅，思想贫乏，而读书则是一种既简单又有用的灵魂进补方式，读好的书，与思想深邃的人交流，会使我们得到最有价值的精神营养；‘学而不思则罔，思而不学则殆’，发呆不仅可以使身体与灵魂

放松，还可以对过往进行整理。美食与美文常是密不可分的，‘绿蚁新醅酒，红泥小火炉’是谈美酒佳酿，‘烹龙炮凤玉脂泣，罗屏绣幕围香风’是谈高超厨艺，‘紫驼之峰出翠釜，水晶之盘行素鳞’是谈食物的精美。”

因为觉得国学渐渐被人束之高阁，而美食恰恰能把它和现代人的关系拉近，于是林琪把国学美食作为《生活课堂》里的重要一课：《东坡之味人生之味》《寇准与水晶饼》《贵妃鸡与杨玉环》《屈平词赋悬日月，粽香悠悠飘古今》……她和上外附中的语文老师许福德联手开课，一个负责讲国学，一个负责亲手烹饪国学美食。

一蓑烟雨任平生

林琪说，古时的女人似乎更多地负责美食，“三日入厨下，洗手做羹汤”，说的是一个入门才三天的新娘子就要下厨房。在古代，厨房是女人的天地，书房与她们关系不大，最多也就是红袖添香多点情趣而已，现如今女人

不看书你敢说自己是红袖添香吗？“上得了厅堂，下得了厨房”已成为时下对女人的苛刻要求。“我想成为一个让自己满意的女人，不是为了任何人的眼光，只是‘随心而行’，我想使自己的生活精致，想使自己的生活灵动，使自己的生生活充满美味，所以当我煮菜时我感觉不是在煮菜，而是在用心烹饪着美好的生活，是在用平和的心境去憧憬明天。”

对她来说，不是每一个女人都拥有漂亮的脸蛋，也不是每个女人都要去追求娇艳的外表，但女人要有精致的妆扮，更要有迷人的气质，这种气质不是满身的“珠光宝气”，也不是昂贵名牌的包装，而应是“腹有诗书气自华”，在举手投足间所带出的从容优雅，在仓促窘迫时所体现的平和淡泊。

记得几年前的夏天，林琪去中国宝岛台湾发了一周的呆，岛内民众礼貌、客气、平和，让她感动不已，他们对传统文化的继承与坚守，在“衣冠简朴古风存”中透露着高贵的品格，在“微躯此外更何求”中透露着对未来的希望。

