

白沙湖「半冰半水」



市井萬象

中新社

進入三月以來，隨着氣溫逐漸轉暖，春回新疆帕米爾高原，白沙湖中積冰逐漸消融，形成「半冰半水」，雪山依舊巍峨，壯美的景色吸引八方遊客前來觀賞。



米芝蓮魅力



柳絮紛飛

小冰

一頓傳統的飯，在作家筆下往往不只是一頓飯，它可能通過一定的背景例如宮廷，來描述部分人的生活。音樂放得輕柔，餐具精益求精，男的打蝴蝶結，女的低胸長裙、高跟鞋。而現代人呢？追求的用餐環境好像是自然美，且作為一種時尚，在「潤物細無聲」中流行。

葡萄牙波爾圖一個坐落海邊、由茶屋改建的米芝蓮二星餐廳 Casa de Chá da Boa Nova，孤零零地俯瞰著一望無際的大西洋。Danxi說餐廳修得像隈研吾的風格，我不懂建築，只覺得很美，天大、水闊、浪高、石奇。餐廳常年火爆，吃一頓飯要提前一年半載訂位。上網巧遇有人臨時取消訂位，便去見世面。

入座後侍應說，先按葡萄牙人的習慣來點餐前氣泡酒。接着給看菜單，有六道菜、十二道菜、二十一道菜可供選擇。選了餐，主廚即根據當天的食材以及食客的偏好搭配烹飪。

展覽櫃裏的菜是可以點的，各式器皿裝着大航海時代水手們的探索成果，以此設計出各大洲的料理。食客根據菜名，可猜測食物屬於哪個洲哪個國。

進餐者好像吃飯之意不在吃而在聊，每道菜的上桌速度奇慢，相距二十分鐘，這倒適合情侶用餐，如果只為吃，會很考驗耐煩。侍應為你介紹

每道菜的主料和輔料、產地和調味料以及烹飪方法，好像要讓你吃得明白。每道菜到了先欣賞，聞一聞看一看才吃，連大廚的廚藝和心思都吃出來了，一頓飯吃得源遠流長，聊天才是正文。

有的食客看似作家畫家，獨自而來，面對大西洋而坐，好像把靈感寄託在藍色的海水、白色的海浪、飛翔的海鷗、空蕩蕩的大西洋上。幾個小時下來，估計他們思路理順了，創作中的瓶頸打開了。

另有幾桌也是小群體，以兩三人為多，超越的節奏，三四個小時甚至更長，下午茶或者晚餐也連帶了，不像我們小時候吃飯遵循「食勿言，寢勿語」的規矩，以不說話為禮。這些顯然不適合新生代，新生代吃飯不說話會難受，更不適合社交用餐。

上最後一道菜時廚師 Rui Paula到餐桌前來問候，菜怎麼樣，有什麼建議。這是例行環節，食客的回答大都滿意。你若真覺得不好吃，說出理由，合理的就改良。

餐後服務甜點時，一張木器小桌推過來，上層是幾艘巧克力船隻，下層拉開某個抽屜，上層的一款「船隻」就滑到客人面前，很有IT的感覺。

用「陸止於此，海始於斯」來描繪這裏的地理位置，非常貼切。風景優美的餐廳很多，但是能將環境、廚藝、建築達成一致的，卻是少見。

沒有點太多食物，如若吃不完，反而有失身份，掉價。因為食物資源屬於全人類。



人生在線

楊不秋

好幾個朋友都說我幸運，躲過了今年潮濕難耐的回南天。的確，二月底我就趕着倒春寒的尾巴離開香港，這座我生活了十幾年的城市。

上天的安排常令人難以預料。不曾想在多年之後，我竟然又重新回到上海，這個見證我從少年長成青年，從校園走進職場，最後帶着全部家當揮手告別的地方。彷彿命運的齒輪轉了一圈，我又回到最初的起點。

到上海之後的第一件事，去中國移動營業廳重啟上海手機號。第二件事，去激活沉睡多年的交通卡。第三件事，去超市購買了簡單的日用品。至此，我想我算是在上海安頓下來了，又一次。

和之前差不多，我的主要活動範圍依然在浦東，我也仍舊選擇住在自己熟悉的區域。每天還是搭乘地鐵二號線上下班，在地鐵上依舊保持閱讀的習慣。朝九晚五之間的兩點一線，我幾乎就有一種踏入時光隧道的錯覺，好像仍在繼續着自己十幾年前在上海的生活軌跡，平淡寧靜，緩慢向前。



君子玉言

小香

高鐵一駛入江南地區，我就守在車窗口，捕捉鄉愁的色香味。小橋流水花田煙柳，烏瓦粉牆舟渡人家。不知是感覺還是現實，總覺得鄉愁的老味道不夠太不夠，次次回，次次見

少。上次回老家，正值深冬，落葉飄零，寒風瑟瑟，加上母親生病住院，心情也不佳，鄉愁是真的「愁」。

正是春暖花開季，但沿途田野甚少，幾乎呈高樓間的縫隙針狀態。城市之間也幾乎沒有分別，一城連一城。鄉愁也缺了原「鄉」故味，千篇一律的高樓就像流水線上的漢堡包，總是欠着煙火氣。及至下了高鐵，打車往市區。永遠在修的路面終於看出些模樣，不出意外，還是樓宇、高橋、廣場……水鄉河湖支離破碎，油菜花田零零碎碎，堅守在殘存的原野堤壩上執拗地綻放，一叢一叢，不知這是不是花田最後的春天，來年會不會淹沒為高樓間的綠化帶。我有些難過。一邊是繁榮，一邊是惆悵，合眼小寐不忍再看。開滿鮮花的鄉愁怕是只存在於想像當中了。

之前我只告訴母親要回去一趟，但沒說具體時間，想給母親一個驚喜。走下家門口的橋頭，正在台門曬太陽的鄰居們看見，熱情地打招呼，幫我拖行李，說母親可能在午休。家門關着，我到客廳的窗外啪啪拍了兩下木窗，門馬上打開，母親走出來，說「正猜你到底回不回來，還是回來了」。

一回到家，日子變得完整又細碎。完整在於生活單一，就是陪伴；細碎在於日常煙火。與母親聊着親戚間的家長裏短，手裏栗子山核桃果蔬，嘴不停過，三餐因此有一搭無一搭；清理河道的小船上船工一邊打撈河面柳絮，一邊高聲播放地方戲，小船在岸柳中飄過古橋橋洞；街坊老太太坐在河邊廊橋下曬太陽，大聲開闢天；青石板間的綠草也細細密密。河埠頭不時響起《致愛麗絲》音樂，母親說是提醒人們收垃圾，我笑好端端的世界名曲被

可是，又和之前大不同。我感覺自己現在生活的全部都嵌在一部手機裏。手機平台叫車多種折扣選擇可以互相比較，方便快捷又實惠。搭乘地鐵直接掃碼進站，公交卡只是留在身邊作備用。日常購物也鮮少有人專門去超市，各種採買的應用程式一應俱全。我嘗試過在周末的清早下單，一小時內便可送達，基圍蝦還在活蹦亂跳，大黃魚被收拾得乾乾淨淨可以直接上鍋，連街市買菜必送香蔥的慣例也被完好保留。作為電商平台籠絡的新客戶，我還享受了免費贈送的新鮮雞蛋和水果，客戶體驗不能不打滿分。

層出不窮的新鮮見聞，讓我每天都在眼界大開。這座城市的改變，除了那些消失和新起的建築、街道，還有各種細微之處綻放的動感和活力。在陸家嘴的一家川菜館吃飯，其中一道菜是麻婆豆腐雪花腦。我以為是類似豆腐腦的嫩豆腐，沒想到竟然有一顆油滑香嫩的腦花隱隱臥在麻婆豆腐裏，肉眼幾乎未能察覺，直到吃進嘴裏才被腦花特有的香氣點醒，連帶喚醒的還有之前在成都的美食記憶。飲品也有創新，馬蹄水被改良成爆珠款，鮮馬蹄切丁，然後被精心地包裹在一粒粒「珍珠」當中，輕輕一咬隨即爆開，



玉蘭花開

作者供圖

流出馬蹄汁和肉。我嘖嘖稱奇，好像第一次走進大觀園，而朋友司空見慣地說，現在餐廳都要這樣推陳出新，否則就會被競爭的浪潮湮滅。頓時，我好像開始理解所謂「卷」文化背後的積極意義。

多年未見的朋友發來一張維多利亞照片，說出差到香港了。我回傳一張窗前正在盛開的玉蘭花。我們彼此莞爾並相約上海見。

在這個玉蘭花開的季節，我又回來了，上海！

江南故園

用作這個用途。遊人三三兩兩沒斷過，在河邊扮成古裝樣拍照。

江南三月，冷暖起伏不定。今天晴陽，明天陰雨。晴時和暖，雨時冷瑟竟比寒冬。與母親圍坐電暖氣，夜裏重新鋪上電褥子取暖。次日又是一輪晴美暖陽。遊子久違，常常在故鄉的四季中凌亂了感覺。

母親去超市買菜，要自己走走。我去迎，走過小學校，正是學生放學時分。安靜的老城老巷一時充滿孩子們的歡笑聲，母親走另外的弄堂回來，完美錯過。市區領導到老社區來看望母親等獨居老人，不知不覺聊了一個半小時。他們看起來很年輕，親和禮貌，思路清晰，作風扎實。看到母親台門階上的腳墊，擔心下雨天比較滑，下午就派人上門量好尺寸換了一個。說起老城的發展理念，如何經濟轉型騰籠換鳥，如何一邊保護古城風貌，一邊保持市井煙火，一邊經營旅遊，一邊讓市民自得其樂。舊城改造中一時沒有考慮成熟的，寧可慢慢來，不盲目開發……他們稱讚母親自理能力強，腦子清楚。一個八旬老人，可以在網上買菜買東西。我們也深為母親自豪。前幾年老太太還經常自己騎車去圖書館借書還書，一個月讀二十來本書。在坡國時，妹妹夫夫陪著去國

立圖書館借書來看。我回來這兩天，早飯還是母親做。

騎單車到市中心的××故里與老朋友會面，街邊桃柳粉綠，走錯到另外一個酒店，將錯就錯，正好看看春色。老店的菜品甚為精緻，老味道的靈魂還在。不由得感嘆：味蕾是有基因的，舌尖是有方向感的。在鄉愁苦無歸處時，舌尖是最清晰無誤的呼喚。

傍晚時分，河埠頭的餐館鍋勺叮噠。河岸的古燈早早亮起，落日夕光，岸邊洗滌的人們激起圈圈波紋，紅光倒影層層疊疊。古橋上，小女孩跑上跑下，小狗跟着跳上跳下。站在河邊拍那些拍了無數次的黛瓦垂柳，石橋波影。從隆冬瘦柳，到清明煙柳，再到端午豐柳；從寒塘清池，到雨巷綠波……故鄉老巷同一個街區的四時，我一次次地走過，細細地看，細細地拍，細細地寫。我不知道哪一天，這些場景會突然消失，或者慢慢變掉。

一個老人的身影在橋上踽踽獨行，遠遠看起來像父親……我越發留戀老城老弄堂，對新城區的高樓大廈一點興致都沒有。走在故鄉甚至不是故鄉的江南老巷，我看所有的粉牆黛瓦都像我的老屋，看所有的石板橋都像家門口的古橋，看所有老人的背影都像自己的老爸老媽。



江南春色

作者供圖

創意是一種勇氣



自我完善

米哈

想像有一棵桃樹，一到夏天，它都會結出豐富的桃子。然後，你想想：這桃樹會否懷疑自己沒有盡力結出更多的桃子呢？它又會不會苦惱自己的桃子是甜或酸呢？它不會。桃樹，只是與宇宙的節奏同步，允許創造的力量於體內流動，並產出成果。

在《創造力的修行：打開一切可能》一書，作者里克·魯賓（Rick Rubin）以桃樹作比喻，告訴我們：我們跟桃樹一樣，天生擁有創造力，只要身處的環境得宜，成果自自然然而成，而唯一的分別是桃樹不會懷疑自己，但我們會！

魯賓是一位屢獲殊榮的製作人，多年來與無數音樂人與創作者合作，親身目睹與體驗作為創作人的修行方法，也留意到大眾對於創造力的誤解。舉例，大家都以為只有我們坐下來、拿起筆時，創意才會發生，卻不知道它是發生於你從耳朵取下耳機的一刻。

當我們取下耳機，才真正注意到周圍的世界與事物，風吹在臉頰上的感覺、車廂

裏陌生人低聲談論的趣聞、鄰居在倒垃圾時的奇特服裝、森林的荒涼之美，等等等等，這一切都有待你主動打開感觀、細心留意，才「真正」存在，並成為創意之養分，以及線索。

所謂線索，就是那些能夠突然激發你解決問題的東西。魯賓提議，當你被某一個問題纏繞時，不妨向宇宙尋求線索：隨意翻開書的一頁、挑選一部電影看一看，或者花十五分鐘到你平常不會進入的店裏逛逛。這可能不是科學，卻一定是詩意，讓生活的細節給你靈感，而重點是：相信你的創造力會抓住合適的靈感。

當然，創造力的敏感也是需要訓練的。魯賓寫道，藝術家需要嚴格監控腦袋的感知與輸入，不能允許劣質的東西填滿腦內空間。因此，與其每天瀏覽八卦新聞，不如讀幾頁偉大的文學作品；與其播放你熟悉的歌曲，不如挑戰自己聽一聽未曾聽過卻鼎鼎大名的音樂（以我為例，每一個星期，我都會要求自己用駕駛的時間去認識一位經典爵

士樂手的音樂）。

但，魯賓也提到，你不一定要受到偉大作家的啟發，也許廉價的言情小說才是你的喜好；同樣，你不一定要享受森林的寧謐，也許充滿活力的足球場才可以給你靈感。任何的選擇都是可以的，只要你明白「輸入什麼，便會輸出什麼」的道理，而又相信自己的選擇。

那麼，當我們懷疑自己的選擇時，怎麼辦呢？魯賓說到，藝術家不一定在安樂之中創作，他們反而習慣於懷疑、不安，甚至逆境。魯賓談到一位著名的表演者，即使經過五十年的表演，仍然有強烈的舞台恐懼。每一次，他都一邊胃痛，一邊走上舞台，並以對藝術的渴望克服內心恐懼。

其實，對於舞台的恐懼，有時是害怕作品不夠完美的一種延伸。但事實是：完美，是無趣的。魯賓以比薩斜塔為例，說這建築奇蹟正是當時建築師的錯誤所造成。當時，沒有人想設計一座傾斜的塔樓，但有人弄錯了計劃，終於成就了今時今日的名

勝。因此，我們不必對自己的作品過早下定論。

錯誤，可以帶來驚喜，而對錯誤的修正，更可以產生美。這讓人想到日本陶藝的金繼。這是一種通過在裂縫中填入金線來修復破損物品的方法。這種修復沒有要隱藏損壞，而是突顯損壞的地方，將瑕疵成為亮點。

藝術家不一定要完美，我們也會有缺失、錯誤和笨拙的時候，但這一份不安全感並不是否定我們的創造力。相反，這意味我們的敏感，以及人性。藝術家不一定要分享和諧與自在，也可以分享恐懼、尷尬、破碎。我們就是那一棵桃樹，經歷了什麼的雨水與養分，便產出如何的果實，有時甜，有時酸，皆可。

最後，魯賓還有一個提醒：創作是一種投降。我們投降於一股比我們強大的力量，而只要我們花時間傾聽，就會發現這力量一直在腦內與耳邊之間低聲說：創作、創作、創作……