

我对世界的渴望，和我对自己的好奇一样深

《身体和灵魂，总有一个要在路上》第二季

在远方行走的人，和一个安于厨房的我，一边用脚底丈量世界，一边用舌尖感受生活
从有故事的远方，到最孤独的冰箱，渐渐明白，冰箱孤独，人才不孤单，远方有味，人生才滋味
每一个离开，都是为了更好地回来，美食美景，在远方，也在身旁



最孤独的冰箱
和
有故事的远方

余师 著
Yushi

The
story
of
the

distance

*The
story
of
the
distance*

著 余
师

最孤独的冰箱

和

有故事的远方

 金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

最孤独的冰箱和有故事的远方/余师著. —北京:

金城出版社, 2014.10

ISBN 978-7-5155-1151-1

I. ①最… II. ①余… III. ①游记—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第208278号

最孤独的冰箱和有故事的远方

作 者 余 师

责任编辑 雷燕青

整体装帧 熊琼工作室

开 本 700毫米×980毫米 1/16

印 张 16.5

字 数 288千字

版 次 2014年10月第1版 2014年10月第1次印刷

印 刷 廊坊市兰新雅彩印有限公司

书 号 ISBN 978-7-5155-1151-1

定 价 38.80元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区广泽路2号院东14号楼

邮编 100102

发 行 部 (010) 84254364

编 辑 部 (010) 84250838

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501



目录

contents

自序一：

游以长野，安于吾乡 12

自序二：

不是世界不够好，而是我还不够好 15

第一章

料理是一场原地的旅行

料理是一场原地的旅行 24

由《深夜食堂》黄油拌饭说开去 27

从麻婆豆腐到鱼香满屋 34

人生这个怪蜀黍啊 46

爱与和平街 51

文艺青年的骄傲和傲娇 56

爷爷，再见 60

厨房里的恋之风景 65

城乡结合部也有春天 76



第二章

这世界有点假，
可我莫名爱上它

嬉游的西游 87

我的邻居真水童鞋 90

坐上了火车去拉萨 93

平凡的西藏 98

神奇道长之旅 103

耀眼灼热的夏之梦 110

这世界有点假，可我莫名爱上它 114



第三章

我从远方赶来，
恰巧你们也在

直到世界的终结 123

接近无限透明的蓝 129

牛羊与风的夏拉草原 134

夏日青海湖旅行记 135



第四章

味至浓时即为家

生活在厨房：等候『味来』的日子 147

招待自己和喜欢的人，一些好饭 151

春日里，渔钓者说 159

广场舞之恋 163



第五章

总有一天，

我会变成一个安于现状的人

多隐匿的山，有余味的城 173

初春的九寨，滑雪、洗衣及万千的水 177

晴好绿意之下，有味之湘缓缓散开来 183

舌尖上的广州 189

西湖，淡妆浓抹 193

云端上的吃，城墙下的人 197

绿皮火车韩城光影记 202

总有一天，我会变成一个安于现状的人

懒老虎的故事 214

206





第六章

半途而废，有何不可

年年 227

半途而废，有何不可

关于北京的两个秋天

241 232

冬日雾淞雪原记

248

后记：时光中

259





当美好遇见美好



*The
story
of
the
distance*

一本

One
Book

eg_onebook@126.com

*The
story
of
the
distance*

著 余
师

最孤独的冰箱

和

有故事的远方

 金城出版社
GOLD WALL PRESS

冰箱孤独，
人才不孤单

远方有味，
人生才滋味

每一个离开，
都是为了更好地回来

美食美景，
在远方，也在身旁



目录

contents

自序一：

游以长野，安于吾乡 12

自序二：

不是世界不够好，而是我还不够好 15

第一章

料理是一场原地的旅行

料理是一场原地的旅行 24

由《深夜食堂》黄油拌饭说开去 27

从麻婆豆腐到鱼香满屋 34

人生这个怪蜀黍啊 46

爱与和平街 51

文艺青年的骄傲和傲娇 56

爷爷，再见 60

厨房里的恋之风景 65

城乡结合部也有春天 76



第二章

这世界有点假，
可我莫名爱上它

嬉游的西游 87

我的邻居真水童鞋 90

坐上了火车去拉萨 93

平凡的西藏 98

神奇道长之旅 103

耀眼灼热的夏之梦 110

这世界有点假，可我莫名爱上它 114



第三章

我从远方赶来，
恰巧你们也在

直到世界的终结 123

接近无限透明的蓝 129

牛羊与风的夏拉草原 134

夏日青海湖旅行记 135

