

但经常有这样的时光，不问前世今生未来，只把身心放下，享受眼前这一杯好水、好茶，全然融进当下安详、自在的一刻。

董泉鹏 著

喝好眼前这杯茶



教育出版社

董泉鹏 著

喝好眼前这杯茶

图书在版编目(CIP)数据

喝好眼前这杯茶 / 董泉鹏著. —沈阳: 辽宁教育出版社,
2009. 6

ISBN 978-7-5382-8440-9

I. 喝… II. 董… III. 随笔—作品集—中国—当代
IV. I267. 1

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第086246号

辽宁教育出版社出版

(沈阳市和平区十一纬路25号 邮政编码 110003)

沈阳市北陵印刷厂有限公司印刷

辽宁省新华书店发行

开本: 889毫米×1294毫米 1/32 字数: 180千字 印张: 7

2009年6月第1版

2009年6月第1次印刷

责任编辑: 张国强

责任校对: 和力

封面设计: 李丹

版式设计: 李丹

ISBN 978-7-5382-8440-9

定价: 18.00元



念想

看过一部台湾电影《单车环岛日志——练习曲》，讲的是一个有听障的年轻人，骑着脚踏车、背着吉他环游台湾岛的故事。我记住了年轻人的一句话：有些事，现在不做，一辈子就都不会做了。在归拢从前的稿子，计划出这本作品集的时候，这话一直在心头萦绕。

对写东西一直缺乏自信。很相信遗传基因和年幼时生活环境对一个人的影响，父母都是医生，我就觉得，女儿可能有的天生才能，加上从小受到的熏陶，应该都和养生治病有关，和写文章不沾边儿。而且，看过越多，越是觉得好文章早已经被写尽了，一辈子光是欣赏，时间和精力都远远不够，还能写什么呢。文章总是别人的好。

可是，既然读了中文系，又做着一份文字工作，从专业和敬业的角度，总该写点东西。有感而发也好，临时应景也好，编前发言也好，日常笔记也好，渐渐地有了些积累。

于是，就有了在出版社工作的大学同学的怂恿，身边好友、同事的鼓励，父母和兄妹的期待，老公和女儿的支持，这颗缺乏自信的心，终于开始蠢蠢欲动。想着电影里那句话，赶紧整理稿子，怕过了这个热乎劲儿，就又没勇气做这件事了。可喜的是，在这过程中，我渐渐生出平常心来：就权当是为亲友和自己制作一件纪念品，为今后的日子，留个念想吧。

诸多因缘合成了如今这本集子。当你遇到它，你也就成了因缘的一部分。如果你看完《喝好眼前这杯茶》那一篇，就生出暂时将万缘放下的念头，只想清清爽爽吃茶去，别忘了叫我一声。

感谢我的周刊团队，专栏文章几乎都是在他们的催促声中坚持下来的，有的还记录了我们在一起的快乐时光。那篇文笔隽永的后记，就出自我的搭档，也是多年的好哥们之手。愿我们的交情地久天长。

韩雪是我近二十年的好友，专攻油画的她听说后，兴致勃勃地要给我画插图，还拿出一幅心爱的油画作品做封面，说一定要虚化，只作为背景。她说纯粹是“友情客串”，令我感动不已，在此深致谢意。

祝今年共度七十大寿的父母健康长寿，祝我的亲人、朋友和读者平安吉祥。



自序 念想

◎食色生香

菜谱中的怀念 002

吃和我一样精致 005

从「贝多号番茄」说起 008

当咸亨酒店即将变成五星级 011

到家里做客 015

该不该让孩子下厨 018

感念妈妈做的饭 021

喝好眼前这杯茶 024

和电影美食有关 027

怀念的不仅仅是味道 030

留住中国味儿 033

隆重而精致的「少」 036

买菜的乐趣 039

慢餐感觉 042

羹，从茶杯开始 045

那只是一场游戏一场秀 048

清淡一两天 051

食贵有恒 054

蔬笋气，菜根香 057

糖果记忆 061

我们和饮食的关系 063

我们每周都吃了什么 066

西餐礼仪这件事 068

一步都不能少 071

一顿饭，破三戒 073

以后，谁来亲手包粽子 076

用得着翻译『全聚德』吗 079

有些东西需要不变 082

有滋有味的平淡 085

值得珍藏的菜单 088

- 2008, 我的中国式生活 092
- 把与孩子交谈变成珍贵的记忆 096
- 别伤了最亲的人 098
- 不平常的日常 100
- 不是技术的问题 102
- 城市的颜色、声音和味道 104
- 搭配 107
- 大实话, 可以乡土, 不可以粗俗 109
- 几行千里 112
- 给属狗的朋友的信 114
- 关于打滚子的一点担心 117
- 和孩子一起读经典 119
- 贺卡上的全家福 121
- 还坚持丁克吗 123
- 回归此时此地 125
- 家以食为天 127

让爱绝处逢生

129

留住味觉记忆

131

每天进步百分之一

133

生病以后才明白

135

送一只『大连的包裹』，如何

137

谈谈情，跳跳舞

139

天天过节

141

为城市留些有味道的角落

143

我们如何『养眼』

145

信仰爱，不信仰爱情

147

要是没有这场风暴……

149

有电影的日子

153

陪孩子『浪费一整天』

155

珍惜身边这个人

157

是笑累，还是生气累 160

乌云遮不住太阳，是的，遮不住的 161

圆满人生 162

女儿的另类称呼 163

老妈的友谊雪花膏 165

我的倒计时 166

最近的五个幸福 168

三个人的大富翁 171

读董桥语文小品录 172

逝者如斯 173

缘分 174

怀旧的因缘 176

人不如旧，衣也不如旧 179

暖和就是美 181

不能马虎的时刻 182

来，喝一杯 184

对老妈的敬意和羡慕 186

五遍茶 189

月夜跳绳 191

向戴西学习 192

做好自己的事情 194

他们都不需要你，我需要你 195

也许，你的想法更美些 197

自然的状态 199

又见猫爪花 200

『恐怖』的妈妈 202

逍遥 204

药，就是草和乐 205

看得见的永远 206

走，散步去 207

『老友谊』里有妈妈的味道 209

暖 211

后记 诗思禅心共竹闲

目录

对美食的热爱一定是种天分。

常常想，如果真的有前世，我十有八九是个美食家，同时还是位中医发烧友，没事翻翻《黄帝内经》《伤寒论》《本草纲目》，装模作样给人把把脉，开开方子什么的，并想方设法将天然食材融入到治疗、养生，甚至修身的范畴里。这个过程既有益身心，又风雅有趣，于是乐此不疲。到了今生，仍念念不忘那些美食、美酒、好茶、妙器，不仅丰富了平淡的日常，也几乎成了支撑内心的重要部分。

相信可以从一个人对一簋食、一瓢饮的态度上，清晰地看见他的某种品质。这个专栏于2007年开在大连日报家庭杂志的“饮食”版上，每周一篇，坚持了一年。从字里行间，你大概能感受到我对一餐饭，一杯茶发自内心的热爱和珍惜。

食色生香

菜谱中的怀念

怀念亲人有很多方式，你见过有谁用列菜谱的方式怀念老爸的吗？零点公司袁岳的博客里就有一篇题目是《老爸的菜谱》的文章，读来亲切而动人。

“我的老爸81岁时去世，距今已经11年了。今天当我回想起他的时候，有三样东西总在我的脑海里浮现：他经久不泯的笑容、他一辈子看连环画的形象和对于美食的孜孜不倦。”

袁岳说他老爸的拿手好菜很多，他在博客里细细描摹了白汤腰片、面拖蟹、猪手白汤、红烧蚌肉、猪肺汤、红烧羊肉、乌鱼汤、水晶甲鱼、韭棱鲜鳝、清炖鸡鸭等十种菜肴的做法让读者鉴赏，读的时候需强忍着口水。从字里行间，仿佛能闻到过去岁月中飘来的饭菜香味，看见这位老爸对美食不懈追求的执著神情。

经常浏览袁岳博客的人一定会记得他附在每篇博文之后的“本周袁氏推荐小菜”，菜谱每周更换，这周推荐的是“蛋皮包菜”，具体做法如下：

打三个鸡蛋调匀，加水至一碗，加淀粉，调至薄糊状，摊出薄皮饼二十五页左右。起油锅，以细肉丝三两勾芡炒之，再加豆芽、香芹丝、香菇丝爆炒三分钟，加味精、食盐酌量而成，用蛋皮春饼放菜包食之。

近几周的还有清汤鲍鱼，槐花清蛋，萝卜炖排骨等。针对这些菜谱的真实性，曾自称“烧菜一郎”的他还曾发表过郑重声明：“均为本人做过多次并被多人表示为好吃的菜。”他还给美食爱好者们提了一些可行性建议，比如，做菜是一种有趣的排列组合。在买的几样菜中，应有勇气尝试至少一种新的配比组合，也许不一定好吃，但一定可以体会到特殊的风味，每尝试三种，至少可以发现一种是好吃的新菜。

一直钟情美食的袁岳为此深深地感念着老爸，他说：“是他让我懂得透过美食，透过自己的调配手艺体会世界之好。这美食嗜好不仅使我和几乎所有的哥哥都有一手烧菜的家教，同时也使我认为，人生中一个很重要的内容就是吃得爽。”

对美食是一种教育，甚至是一种重要的家庭教育，我深有同感。我今天对美食的兴趣就是归功于老妈的言传身教，女儿对做饭的好奇心也来源于我的有意引导。厨房有时会变成课堂，我在尝试一种新菜的时候常让女儿在一旁念菜谱，女儿也经常会在打下手的时候告诉我从电视上学的窍门：用一盆水，把鸡蛋放进去，沉下去的是好的，浮上来的是坏的；要做面包屑，不是把面包放在暖气上烘干，而是放进冰箱冷冻……多年以后，我和女儿也可能都会列一张《老妈的菜谱》，怀念老妈，怀念那些有滋有味的岁月吧。

不由得想到李安的电影《饮食男女》，如果那几个女儿也怀

着深情——列出大厨老爸的菜谱的话，那应该是厚厚的一本书，扉页上可以用老爸常说的一句话：人心里，要有一个“惜”字。

美食教育不仅仅是会做、会吃的问题，包含了太多的东西。比如，“自己动手，丰衣足食”的自立，“一粥一饭，当思来之不易”的珍惜，“饥来吃饭，困来即眠”的参悟……

吃和戏一样精致

看 章诒和的《伶人往事》，怎么也忘不了写马连良的那篇《一阵风，留下千古绝唱》，尤其着迷的是描写这位京剧大师对饮食极端讲究的细节，忍不住读了又读。

作者说，研究马连良则必须研究他的请客菜单。然后就开始细致地描摹马连良最爱吃的前门外教门馆两益轩饭庄的烹虾段。

“叫这道菜时，必吩咐要‘分盘分炒’。即炒三、五对虾，用八寸盘盛上。吃完一盘，再炒一盘。有时连吃三、四盘。”还有他常去北京有名的爆肚冯清真馆吃“大拇指大小，只有几钱重”的羊肚仁，和“专门叫伙计到‘春华斋’买大鸭梨炒”的爆肉梨丝。

冯老板曾无限感叹地说：马先生的吃就和他唱的戏一样，前者精致到挑剔，后者挑剔到精致。

最令人叹为观止的是作者的父亲请马连良到家里吃晚饭的情景。父亲在邀请时问：当是个什么吃法？他笑着说：您只管付钱，一切由我去办。“当马连良请的人和订的菜，一起送过来的时候，着实把我们全家吓了一跳。”

“刚过了午眠，几个身着白色衣裤的人就来了。进了我家的厨房，就用自备的大锅烧开水。开锅后，放碱。然后，碱水洗厨

房。案板洗到发白、出了毛茬儿为止。方砖地洗到见了本色，才肯罢手。”

“再过一个时辰，又来了一拨身着白色衣裤的人。他们肩挑手扛，带了许多‘家伙’。有两个人抬着一个叫‘圆笼’的东西，据说整桌酒席，尽在其内。还有人扛着大捆树枝和木干。”作者好奇，一问才知道，这些树枝和木干是苹果木，专门用来烤鸭的。

“在院子一角，柴火闪耀，悬着的肥鸭在薰烤下，飘散着烟与香。我又入厨房，见所有的桌面、案板、菜墩都铺上了白布。马连良请来的厨师，在白布上面使用着自己带来的案板、菜墩和各色炊具。抹布也是自备，雪白雪白的。我看了看，觉得只有水和火是我家的了。”

“已是夜阑灯上，马连良告辞，父亲送至二门。悠然而至，翩然而归，我觉得他简直是个神仙。”

这一段文字让我久久萦怀不去，每次重读，身心都仿佛被“洗到发白”、“见了本色”，眼前都会出现一幅远离尘世喧嚣，宁静自在，尽情品味的画面：白衣大厨，白色台布，闪耀柴火，各色佳肴，神仙般的大师，还有沉浸在这种近乎完美、令人心醉的氛围中的人们……

说来惭愧，在没看到这篇回忆马连良的文章之前，只知道他是一位京剧大师，从来没有听过他的唱段。读到这一段写出了大