

放下手边事， 坐下来读书

Drop
Everything and Read

蔡颖卿

—
著

这一本本书不断滋养我，

把我修正成一个较为合情合理，与更为自重的人。

放下手边事，
坐下来读读书

Drop
Everything and Read

蔡颖卿

—
著

图书在版编目 (CIP) 数据

放下手边事，坐下来读读书 / 蔡颖卿著. — 北京：北京时代华文书局，2017.4

ISBN 978-7-5699-1357-6

I. ①放… II. ①蔡… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 009147 号

北京市版权局著作权合同登记号 图字：01-2016-3595

原著作名：《50 岁的书桌》 原出版社：远流出版事业股份有限公司 作者：蔡颖卿

本书由远流出版事业股份有限公司正式授权，经由 CA-LINK International LLC 代理，

由北京时代华文书局有限公司出版中文简体字版本。非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。

放下手边事，坐下来读读书

FANGXIA SHOUBIANSHI ZUOXIALAI DUDUSHU

著 者 | 蔡颖卿

出 版 人 | 王训海

选题策划 | 陈丽杰 袁思远

责任编辑 | 陈丽杰 袁思远

封面设计 | 云中客厅 - 熊琮

版式设计 | 段文辉

责任印制 | 刘 银 馨 敬

出版发行 | 北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编：100011 电话：010-64267955 64267677

印 刷 | 北京京都六环印刷厂 电话：010-89591957

(如发现印装质量问题，请与印刷厂联系调换)

开 本 | 880mm×1230mm 1/32 印 张 | 7.5 字 数 | 140 千字

版 次 | 2017 年 4 月第 1 版 印 次 | 2017 年 4 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-1357-6

定 价 | 39.80 元

版权所有，侵权必究

献词

献给生命不断积累 向前的朋友

我要把这本书献给同意生命是不断向前的朋友，希望他们
相信富足是累积的结果；我如今所体会到的所有精神富足，正
是由年轻的每一个阶段累积而来。

童年时或年轻时的阅读抓的多是感触的吉光片羽，进入工
作后的阅读难免重视专业范围，而人生角色越扮越多，责任越添
越重，如果没有智仁勇的榜样，一定会感到彷徨或失落，书架上
于是出现一位位先行于前的生活前辈。翻页中，生命悄悄已到中
年，不知何时何地因书埋下的种子，忽就这里、那里地开出愉人
悦己的小花，或结出几串可以分享的果实。四辑书的分类便是以
此为据简单归位。

谢谢家人画赠我的几幅图，让这本书的意义更加完整。无
论花或果，得知一本书只如画中未上彩前的形与状；从认识后
到慢慢熟悉书中的内容，画便层层添彩，在生活中呈现时间、
理性、情感的多面成熟。绘事后素，绘事后素！

书是好好读 才会贴心的

自序

每个人看书的喜好与习惯都不一样。

在书中，我们决定了自己与作者的交往方式，一如我们跟现实世界的真人往来，你未加设定就听到、看到或感受到他们的内涵与影响。书中的思想、语言文字与虚实交错所呈现的样貌，也总是有时单一、有时复合地形成印象，许多阅读当刻并未发挥的感受却在生活中以不自知的状态，或无法想象的力道出一臂真实之力、抚慰我们四处张望的无助，或让我们可以照样去模仿、形容一种虽然了解却不能精确叙述的感受，于是，阅读有所同感不再是空谈，而是从个人经验得以分裂的无限延伸。这也是我不看一本书的书摘，而永远要跟书本一页一页交往的理由。书摘可以用于我们知道一本书的存在与它的大意，但书摘无法呈现一本书与阅读者的交往获得，它更像是“third opinion（第三种观点）”。所以，我相信书是好好读才会贴心的。

我读书慢，因此读得不多，又因为善忘，所以经常重读旧

书。这其中的道理也很简单，就像我们喜欢的朋友虽不能常常相聚，但总乐意在此生中有机会再联络，那是因为相处时的快乐让人难忘，因此愿意重温旧感。书对我来说，是慈爱宽怀的长辈，或不断让自己看到自我偏狭的榜样，以及软弱时能仰望刚强性格之美的朋友；我这样啰啰唆唆说的一段话，不就是孔子意赅的简言“友直，友谅，友多闻”吗？不可否认，有些人与有些书会同具这些特质，只不过，要碰到这样的朋友真是需要极大的运气。不可思议的是，我们用相聚时吃一顿饭的中等花费，就可留住一本书在架上永供咨询与打气；每思及此，我就对自己书房中那些忠诚的陪伴深怀感谢。

时间有限是生活忙碌的人在阅读上最大的遗憾，而我，除了时间之外还有另一个问题是“情感”。我喜欢的字句或想法，往往反复地回味，在文句与自己的牵系还未平静时，我的眼睛很难继续向前。有时候，也会因为太喜欢一本书而不忍心一直看下去，有点像孩子怕把糖吃完一样恋恋不舍。即使知道书绝不会像糖一样在指梢舌尖化为乌有，但这种心情却最接近于我对阅读的珍惜，也许，如果我有更好的理解与记忆力，能把书时时带在心上，就不会这样既患得又患失了。所以，为了减少这样的遗憾，我总是节约着与“人”交往的时间，回到自己的书桌与写书的人共处，让自己日日置身于最真实也最无边的书中世界。

从阅读而开始喜欢写作的人，心情多少有点像羡慕驱车自如的能力，因而开始学着了解文字、练习运用。2007年，我在很偶然的情况下成为别人口中的“作者”，自己也感觉讶异；

但，这份偶然绝对是缘起于阅读。我相信阅读与写作，最终会与饮食或居住一样，透过自己的实践形成个人的风格。风格与流行的区别，几十年前已有一个设计师说得比我多费唇舌的解释好得多，就借用他的话说：“流行是‘我也是’，风格是‘是我也’。”因此，无论阅读与写作，我们都不用担心跟不上流行，但也不要遗漏自有文字以来，不同社会所留下的庞大资产，我们真是多么富有，只要识字就能继承财产！但要真心阅读才缴得起遗产税，抱得财产归。

这本书的书单有些杂乱，因为它并非为某一种想法而特别规划，书中所呈现的，只是一个非学术界，也非专业文字工作者在书桌前的心思容量。我的专业是烹饪，因此每个月阅读专业期刊是必要的用功；料理研究之外，我是一个社会中人，需要具备不同的生活常识，因此读了一些既不太难，内容也不偏狭的书；我关心教育，但不想过度探讨教育方法，所以我读蕴含教育的生活书。在分辑言中，简单地说明分辑归类的理由。

对于工作与生活两忙的我来说，书桌有时是我那张具体的西式旧书桌，有时却只是想象中的一种存在。我经常在肢体劳动于工作室时，心思还端坐于我的书桌前，因此，阅读与写作都是不断从大量的生活中提炼而出的心思活动；是他人与我、过去与此刻、现实与想象的密密交织。我常想到曹操的《短歌行》说：“何以解忧，唯有杜康。”又想到阿城在《棋王》里照样造句说：“何以解忧，唯有下棋。”我因为心有同感，就继续造句说下去：“何以解忧，唯有阅读。”于是，就以这样的心情，不怕献丑地分享自己的书桌杂感。

从出版邀约到出版此书，竟五年时间过去了。这几年，我究竟在忙些什么？定下心仔细检点，想到书虽没能如预定的时间出版，但我应该也没有浪费任何一天。我总是努力于把每一本书所曾给我的光照，透过脚踏实地的行动变成真正的温暖与关怀，让书不只是纸页与文字，而是我活生生的现实。

因此，五十岁或五十五岁都不会是书名的问题。我知道书桌前的一本本书会不断地滋养我，把我修正成一个较为合情合理，与更为自重的中年人。

目录
CONTENTS

献词 献给生命不断积累向前的朋友	001
自序 书是好好读才会贴心的	002

辑
一

吉
光
片
羽

“手段”里的细心与精工	003
最完美的成年誓词	007
不想走完不启程	011
素直就是：下雨了，把伞打开	016
只要关心，就不会忘记	021
一直想，一直想	025
大智若愚，大拙至美	030
“门当户对”的最好释义	034
麻中之蓬，也要尽心守护	039

要宝刀不老，只有日日勤磨	047
味的故乡·胃的故乡	051
食物与厨艺	056
一本书看一地生活	061
煮字可以疗饥	067
料理绝不仅是美食的追求	073
从一本食品辞典想起	079

爱是每个家庭本能书写的生活故事	087
丢失了这个世界，那就创造另一个未来	093
活着是一件乐不可支的事	101
你不是虎妈？！	108
“见多”未必“识广”——游学今昔	114
愿从心所欲，不逾矩	122
当我画一个太阳	128
分析前因，预见结果	135

人情照镜	147
中国服饰史	153
做事要有分明的思想与坚固的能力	160
我喜欢向田邦子的散文多过她的小说	167
我心匪石不可转	173
人对社会的爱是光	178
说戏：难得最是从容	185
生活是改良、成熟、求精的过程	192
诗是千万年代的生活知己	200
我愿读一点古书，把心沉淀下来	205
后记 放下手边事，坐下来读读书	213
架上书	215

我们对自己喜欢的书总是以一本、一本作为单位，但在扉页之间，某些字句会极有感染力地代表了这一本书留在心中；好像一想起这本书便不能不想起那些话；一想起那些话，便不能不感到自己与这本书相遇的幸运。

这一辑所提到的书，对我就有这样的意义。我不只是喜欢整本书，其中更有几句永留在我心中的话语；这些字句存在着我所能体会的人生。这些道理并未强化我批判他人的标准，而是引发了我的深刻自省或给予我软弱时强大的支持，对我来说，是这个不断稀释情感与意义的世界中的吉光片羽。

手段里的 细心与精工

“花繁柳密处拨得开，方见手段”，

这句格言引我在工作上有极深的反省。

要把繁密拨开是能力与耐心的完美配合，
有耐心而缺乏能力，虽不畏烦也一筹莫展，

解决不了问题；有能力而捺不下心，
繁密只会纠结得更紧，还是解决不了问题。

大学同窗挚友惠苹化疗过后长出了密密的短发，她问我可知先前的学生头并非真发，我说知道，之后再见时，惠苹不再戴假发了，但有时头上搭了一顶轻便的帽子。三月有一天，我们相约去郊外走走，在乍暖还寒的微风中，惠苹摘下渔夫帽后，摸摸那再生的短发笑问我：“像不像电影中的叶问？”我没有看过演叶问故事的电影，当时不知道该怎么回话。只在心中记下惠苹临别人世前，那摘帽梳发的自在模样。

惠苹走后，我常记起她说的话，还有无法与她继续对话的遗憾。有一天，终于看到她用来问我的那部电影。看着看着，想起惠苹与我交往三十几年，我们谈起的电影竟只两部，一是《波特小姐》，再就是她说演叶问的《一代宗师》了。

我们虽是最要好的朋友，但在一起时并不常谈生活杂事，却总在交托自己面对工作挑战的软弱或信念动摇时的疑惑。我从不知道惠苹与我是否有同样的感受，但与她交谈过后，我总会再感觉到，人可以做到非常单纯可靠，可以自立自得。

在这部电影中，叶问说了一句话：念念不忘，必有回响。

大家都说是从李叔同的《晚晴集》中所出，但其实不是。不过这句话真是很好，把人的坚定心志说得明白易晓。

从李叔同的《晚晴集》想起大学时待我们如子女的施仁豪老师。老师潜心向佛，也是书法家，他介绍善书《晚晴集》给我们，让我们在“长亭外，古道边，芳草碧连天”的歌声外还能对弘一大师有更深入的了解。那段时间，大师的弟子丰子恺的书画也成为我的阅读内容。

回忆《晚晴集》这本极小的善书，更深的印象是一百〇一条佛语警句中的两首禅诗。一是芝庵禅师的：

千峰顶上一茅屋，老僧半间云半间；
昨夜云随风雨去，到头不似老僧闲。

另一是石屋禅师的：

过去事已过去了，未来不必预思量；
只今便道即今句，梅子熟时栀子香。

年轻时对警句道理是不可能太深的体会，但对诗歌韵律却留存好感，添加生活经验之后，这些诗不只停留在轻飘的美感当中，还有了思量与体会的厚度。

小善书中还有弘一大师分门的格言录。其中有一则是我经常想起的“自我镇定剂”：“花繁柳密处拨得开，方见手段；风狂雨骤时立得定，才是脚跟。”