



再忙，也要好好吃饭

再累，也要活得精致而温暖
民国大师们教你在一饮一啄间，体味人生道理

冯远臣 · 著

最是 那碗 人间烟火



现代出版社
中国出版集团

最是那碗 人间烟火



冯远臣·著



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

最是那碗人间烟火 / 冯远臣著. — 北京 : 现代出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5143-7027-0

I. ①最… II. ①冯… III. ①人物 - 生平事迹 - 中国 - 近代 IV. ①K820.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第078059号

著 者 冯远臣
责任编辑 杨学庆
出版发行 现代出版社
地 址 北京市安定门外安华里504号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 64245264 (传真)
网 址 www.1980xd.com
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 三河市金泰源印务有限公司
开 本 880mm × 1230mm 1/32
印 张 8.5
字 数 200千字
版次印次 2018年7月第1版 2018年7月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5143-7027-0
定 价 39.80元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

素年锦食

时间的河流满载舌尖的欲望，雾中帆影是波浪卷起的味蕾，我们品日出日落，品风花雪月，品爱恨情仇，品欢笑和沉浮；当海的酒杯灌满词的空蒙，从风向来判断，饮不饮都是一场宿醉。

老子曾有云：治大国若烹小鲜。这讲的是火候的拿捏得宜。可是你看，古人连谈政治，也要捎带上食物，拿“吃”做起文章。先不说《易牙遗意》《食经》《山家清贡》《食珍录》《随园菜单》这些古人专门为美食撰写的集锦，便是到了民国，美食也是众多文人笔下的宠儿。

周作人在《北京的茶食》里写：“我们于日用必需的东西以外，必须还有一点无用的游戏与享乐，生活才觉得有意思。我们看夕阳，看秋河，看花，听雨，闻香，喝不求解渴的酒，吃不求

饱的点心，都是生活上必要的。虽然是无用的装点，而且是愈精练愈好。”

汪曾祺在《老味道》里写道：“口味单调一点、耳音差一点，也还不要紧，最要紧的是对生活的兴趣要广一点。”钟叔河在《知堂谈吃》序言中说：“谈吃也好，听谈吃也好，重要的并不在吃，而在于谈吃亦即对待现实之生活的那种气质和风度。”

美食入口，人情入心，人生入世。

尽管有些味道会被岁月改变，可是，那味道所带来的感觉却永远勾勒在记忆里。推开一扇窗，繁华世间本身就是一个大厨房，我们在此进进出出，是美食，让我们拥有了一颗温暖的胃。

食材如养在深闺的美人，待人慢慢踱步进门，再缓缓拉起帘帐，美人方才含羞带怯，朝你嫣然一笑。厨子和食材则是伯乐与千里良驹。烹调美食，需用心，用真诚的善良之心。品味美食，不是目的，品的过程才是生活的要义。

民国，穿越到一百年前的时光并不遥远。那些人，那些事有着怎样的旧时滋味呢？

遥见邻家栀子花开，少女含笑寻香来。

窗外芭蕉叶在轻轻敲打着窗里的灯，湖畔的杏花沾湿了妖娆的琵琶。听北平的风，看金陵的雨，嗅江南的落红。英挺军官的白手套和女学生的蓝布制服，仿若一一在眼眸中清晰起来。

思绪纷飞中，是否有一缕清香气散至林徽因轻翻的书页里，或是融入蒋介石桌前的灯光中？河畔枕水而眠的人家，是谁在清

晨煮一碗霁夜茶，缓缓流进乌篷船满载的霞光。

我们留恋浓得化不开的京味儿。那些古朴与厚重，阳春白雪抑或是下里巴人，盘着优雅发髻在香榭丽舍大街喝着下午茶的优雅身姿，或是在拉黄包车之余咬上一口热腾腾的肉饼子？

是张爱玲旗袍上绣着的温婉和小资，用临水照花的美食情缘，勾起凄冷的灯光，浮影的年华，还是红颜作家萧红，在饥饿的黄金时代，感受辗转迁徙的美食乐趣，继而触动自由、爱情和文学，都需要面包的思考？

抑或是文人雅士、教授学者，是他们的交流聚会，让美食融入博大精深的中国文化中，并以文字之美记录下这些世纪盛宴的场景。那些风雅的谈吐、幽默的逸事，随着岁月的加深而显得更加醇厚和余味袅袅。

不必苛责民国政要们的重口味，也无须责怪那些暴饮暴食的狂士。从潇湘暮雨到上海霓虹，从北国飘雪到西南边陲，无论是老死户牖还是远走他乡，无论是过往还是今朝，我们都是被生活推着奔跑的人。

与你从晨钟到暮鼓，伴着黄卷青灯，重温如梦佳期。深情如斯，深情如斯呀！曾在书中看过，说是人生百年，秋水长天，能与心爱之人，素衣温粥，诗酒灯茶，已是幸甚。

食光不老，我们不散。

冯远臣

2017年12月5日于成都



目录

第一章 厚重与范儿

林徽因：小小的茶杯，也能温暖内心的宇宙 / 003

汪曾祺：最会谈吃的老头儿 / 012

王世襄：我的地盘，我做主 / 020

老舍：浓得化不开的北京味儿 / 028

梁实秋：馋，可以发展成为近于艺术的趣味 / 035

梅兰芳：“三不三怕”的大帅哥 / 045

第二章 小资与豪放

张爱玲：临水照花的美食情缘 / 057

陆小曼：爱的零食和骄纵 / 066

萧红：饥饿的黄金时代 / 073

林语堂：爱情当点心，婚姻作饭吃 / 082

苏曼殊：以暴食求速死的人 / 089

杜月笙：人生最难三碗面 / 096

第三章 江山与落日

袁世凯：能吃才能干大事 / 109

- 孙中山：革命与“咸鱼翻生” / 117
蒋介石：美食里的乡愁 / 125
张作霖：美食里的猴气和虎气 / 133
张学良：美食里的帅气和怒气 / 142
谭延闿：无美人尚可，无美食不可活 / 149

第四章 麻辣与放纵

- 张大千：烹饪更在画艺上 / 159
沈从文：居然“一生都吃不开” / 167
于右任：人生就像饮食，有味就好 / 175
黄侃：狂士与酒 / 185
黄敬临：自称“油锅边镇守使，加封煨炖将军”的“儒厨” / 194
罗国荣：除了石头做不成菜的“川菜圣手” / 204

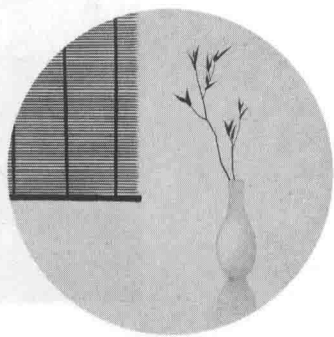
第五章 犀利与优雅

- 鲁迅：舌尖上的战斗 / 217
郁达夫：大醉三千日，微醺又十年 / 226
胡適：嗜茶喜吃爱酒惧内 / 234
吕碧城：戒杀护生的素食主义倡言者 / 243
章太炎：爱吃臭东西的“疯子” / 252

第一章

厚重与范儿





林徽因：小小的茶杯，也能温暖内心的宇宙

没有一个美的女儿
富于魅力，像你那样；
对于我，你甜蜜的声音
有如音乐漂浮水上：
仿佛那声音扣住了
沉醉的海洋，使它暂停，
波浪在静止和眨眼，
和煦的风也像在做梦。
——拜伦《乐章》

大海因甜美舒缓的音乐而停止了喧嚣，午夜的月光在波浪上编织花环，瞬间的静默，止不住大海深处激情的波荡，而这音乐，来自“你甜蜜的声音”，是什么人有如此大的魅力可以征服海洋？

凭栏远眺，那白衣女子端坐于礁石之上，她琴弦轻叩，音律漫溢，一缕缕，从指尖流淌，那柔情蜜意，消散了，这月光的清辉。风也不知道要往哪里去，只好沉浸在大海幽深肃穆的臂弯里梦游。

喜欢一个人，怎样赞美都不为过，正如林徽因，一个特殊年代的残存记忆，曾引发当代人无尽的渴慕与追崇。如果说她的美，把拜伦这首诗送给她，应该恰到好处。但林徽因并不是“象牙美人”，她的美除了外表，更多地体现在气质、学识和教养上，这种内在美别人永远无法复制。

说她遗世而独立也好，孤芳自赏也罢，百年之后，只要有人提起她，人们还是那样津津乐道，的确有她卓然独特的一面。

“下午茶”起源于17世纪的欧洲，在20世纪二三十年代，林徽因是把“下午茶”这种休闲方式引到中国的海归派之一。

当年“下午茶”的发明者——英国维多利亚时代的贝德芙公爵夫人安娜玛利亚，只是出于对赶赴晚宴之前漫长时光等待的无聊和对夕阳西下诗意的留恋而对下午3点半过后空余时间的打发和有效利用，随意安排的贵族“消遣秀”。

它的原风景应该是这样的：公爵夫人午休后，在花园里散步归来，有一点点儿累，仆人给她搬来一把逍遥椅，然后躺下，闭目摇晃，这时仆人上前躬身轻问：“夫人，您，需要喝点儿什么？”夫人说，来杯红茶或者咖啡吧！公爵夫人启朱唇，轻轻地吻了一下杯沿：“啊！味道很美！”仆人小心翼翼地接过杯子，心想，这样长时间拿在手上也不是个办法，太累了。于是搬来了茶几，把茶几和上面的茶杯摆放在公爵夫人的面前。又过了一会儿，晚餐的时间还没有到，但夫人感觉有点儿饿了。仆人心领神会，立刻将新鲜的水果和精致的糕点呈上。不知不觉中，夕阳就

要落山了。那余晖染红了天边的云彩，树影也开始婆娑起来，绿绿的小草低伏在脚下，一丝微风卷起公爵夫人的裙边，将她郁闷的心情一扫而空，夫人微笑着起身——该是出席晚宴的时候了。

之后，为了欣赏更远的风景，就把这些吃喝用具搬到了后花园宽阔的阳台上去。其他的夫人应邀到这里来玩儿，一看，咦，真的不错耶！于是争相效仿，整个上流社会喝“下午茶”就蔚然成风了。

“旧时王谢堂前燕，飞入寻常百姓家”，上流社会的风尚，中流社会必追随，继而在社会普及开来。一些商人从中窥视到了商机，就搞起了“下午茶餐厅”，这和明星出场穿的什么衣服，随后就有相同的款式在大街上流行一样。接下来，学者们就开始苦心孤诣地研究“下午茶”的养生之道，下午茶餐厅的消费动机及其成因和未来的发展方向了，把一个消遣时光、释放心情的“下午茶”活生生地推向“养生美颜”的高地，似乎公爵夫人活得那么健康美丽，有未卜先知的能力。

有着贵族身份的林徽因在留学英国期间，自然很快就接受了喝“下午茶”这种休闲方式。1931年夏天，回到北平（今北京）北总布胡同3号四合院暂时定居下来的林徽因和梁思成，生活渐趋稳定，昔日好友、海归同窗和前来串门的人也开始多了起来，这帮人多半是文化界的学者、作家、诗人和艺术家，其中的常客就有金岳霖、张奚若、邓叔存、陈岱孙、钱端升、周培源、李济、胡适、朱光潜、沈从文、萧乾、徐志摩等人，不过徐志摩于1931

年11月因飞机失事身亡，前来“关照”林徽因“下午茶”的时间并不长。

朋友来了有好酒，不喝酒也得有茶呀！一向颇为热情大方的林徽因，为了招待这些尊贵的客人，便在自己家的客厅也搞起了“下午茶”。

不过，她添置的茶具和室内的装饰多半仍是中国元素，客厅墙壁上的中国画，青花釉彩的插花瓶，明清款式的桌椅，给西方贵族血统的“下午茶”注入了古朴典雅的东方文明。就连这座四合院，也像一件古色古香的外衣，包容着来自西方的风尚和做派。

林徽因的好友费慰梅是这样描述这座四合院的：“高高的墙里是一座封闭但宽敞的庭院，里面有个美丽的垂花门，一株海棠，两株马缨花，沿着院子，每一溜墙边一排平房罗列，屋顶铺灰瓦，平房与平房之间有走廊，方砖铺地，廊顶铺的也是灰瓦，房间面向院子的那面是大片大片的门窗，镶嵌着精致的木格子。”

穿西装，打领带，话里夹杂着外语的一群教授、学者，每个周末都会出现在这里。这是个特殊的群体，因相同的经历、共同的索求而抱团取暖。

必然聚集的人气，催生了偶然的“下午茶”。

中西合璧的“下午茶”，一次羁旅的驿站，自编自演的戏剧舞台。

聪明的女人总是与众不同，总是与时俱进，尽管当时的环境很不安静，但在这个封闭式的小圈子里，也能一石激起千层浪。

从一杯红茶，一杯清香四溢的咖啡，在用小勺轻轻搅动糖块儿融入水中的那一刻展开话题，古今中外、历史地理、人物趣事、学术专业、人文艺术、个人情感、琴棋书画，都将因这个“沙龙”的活跃而卷起风浪，小小的茶杯，载动记忆的帆船，从一缕芳香中缓缓驶过；友谊和亲情在小勺搅动咖啡的荡漾中，竟能温暖内心的宇宙。

她殷勤地接待每一位来访者，选择他们感兴趣的话题，展开热烈的讨论。她既是这个屋子的主人，也是这个活动中心的王。她把自己置于教练和裁判的高度，滔滔不绝地抒发自己的主张和观点，以至很多时候使激烈的交谈突然间变得鸦雀无声。

她的在场，几乎就没有别人发言的机会。就连叶公超、梁宗岱这种健谈的人物，只要有林徽因在场，也只能低头默默吃菜而不发一言，一桌下来，就只有林徽因口若悬河地高论。无疑，下午茶的存在，为她的健谈打开了宣泄的缺口。

李健吾用了八个字概括林徽因的性格特征：赤热、口快、性直、好强。“赤热”，她有一颗热情火红跳动的心，凡是来这里喝下午茶的朋友，她总是笑脸相迎，热情招待，很多时候都是她亲自为客人泡茶，拿点心，并细心地问，您是需要绿茶还是红茶，或者咖啡是否需要加糖。客人要走，有时会亲自送到门外，不忘说一声，欢迎下周礼拜六早来。

她的“赤热”还表现在她的学生林洙第一次结婚时，她不但亲自为林洙操办，而且拿出自己的积蓄来为林洙置办嫁妆。殊不知，在林徽因病逝后，这位昔日的学生林洙竟嫁给了她的老公梁思成。

“好强”者在女性中比例也不少，但林徽因的好强，是个性加事业上的好强，这和普通女人在生活琐事上的好强有天壤之别。因为学识的自信，因为美貌的自信，因为生活的自信，都是她好强的后盾。但言多必失，而“口快、性直”有可能伤及别人的自尊心，听者虽未必立即反驳，但一定会产生妒忌和怨恨。

林徽因集美貌、才情于一身，且又极富张扬的个性，所以李健吾又说：“林徽因的聪明和高傲隔绝了她和一般人的距离。”这的确是真的，当时北平界的知识女性和社会名媛，对她既敬佩又畏惧，既想亲近而又不得不疏离。

人们不禁要问，作为优秀的建筑师和建筑学家，本应以理性安静的线性思维来凸显专业，怎么会喜欢车水马龙的热闹和喧嚣？甚至有人从娱乐的角度去解读林徽因成功的密码，这些似乎是个问题，然而又不是个问题。

从气质的角度讲，林徽因是位诗人，她有诗人的激情和跳跃的思维，她把诗歌的美用建筑来呈现，或者说，在她的建筑美学中，融入了诗歌美学的元素，没有“下午茶”，丝毫不影响她在建筑方面的建树和成就。“下午茶”的“运作”，是她闲暇生活中一朵美丽的浪花，激起这些浪花，是她作为女人和诗人的一个

不错的选项，也可以说是贵族小资情调蕴藉的舒展。

人们对现代女能人的要求已经更高了，须“上得了厅堂，下得了厨房，杀得了木马，翻得了围墙，开得起好车，买得起新房，斗得过小三，打得过流氓”。林徽因是女能人中的女强人，她需要不断地展示自己，挖掘和开发自己。

据她的堂弟回忆，她晚上要写诗的时候，必在案桌上插上一瓶清香扑鼻的鲜花，点一炷清香，“穿上一袭白绸睡袍，看着庭中一池荷叶，然后在清风习习中找寻灵感”。真有古人那种清风徐来、波澜不惊、安然静穆之态，似有飘然而至、得道成仙、不食人间烟火之意。有此性灵与情怀，又岂止一杯茶或咖啡所能囊括的呢？凭着进士出身的祖父，曾任司法总长的父亲的家庭背景，加之大名鼎鼎的大思想家梁启超儿媳的身份，也足足地算一个官宦之家、书香门第吧！在自己的专业之外，搞一些有益的“课外活动”难道不可以吗？

如今的“下午茶”遍地皆是，寻常人家闲暇之余喝一杯“下午茶”，已经不是奢侈品了。粤、港、台“三点三，tea time”也就是“三点一刻，零压力”下午茶，悄然风靡，用好心情去吃点心、水果，缓解工作压力，用减肥的意志吃些无糖低脂系列的芝士蛋糕，或者耍酷地嚼着口香糖，那是多么惬意和神爽啊！

这是现代美食文明的进步，而能拥有如此足够的时间，保持喝下午茶的习惯和精神实属不易。当今更多的下午茶是以喝茶的名义，三三两两好友聚在一起打麻将、斗地主去了，这不能不