

Ein MANN Ein BUCH

男人一本书

(德)爱德华·奥古斯丁·菲利普·封·凯森贝格
克利斯蒂安·扎什克/著 朱刘华/译

Ein MANN Ein BUCH

男人一本书

(德)爱德华·奥古斯丁 菲利普·封·凯森贝格
克利斯蒂安·扎什克/著 朱刘华/译

图书在版编目（CIP）数据

男人一本书/(德)奥古斯丁,(德)凯森贝格,(德)扎什克著,朱刘华译.—天津:
天津教育出版社,2010.8
ISBN 978-7-5309-6085-1

I.①男… II.①奥…②凯…③扎…④朱… III.①男性—修养—通俗读物
IV.①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第105200号

男人一本书

出 版 人	胡振泰
作 者	(德)爱德华·奥古斯丁 菲利普·封·凯森贝格 克利斯蒂安·扎什克
译 者	朱刘华
策 划	刘 峰
责任编辑	田 昕
特约编辑	陈俞倩
封面设计	引文馆·许 静
版式设计	新兴工作室
出版发行	天津教育出版社 天津市和平区西康路35号 邮政编码 300051 http://www.tjeph.com.cn
经 销	全国新华书店
印 刷	北京汇林印务有限公司
版 次	2010年8月第1版
印 次	2010年8月第1次印刷
规 格	16开(700×970毫米)
字 数	300千字
印 张	17
书 号	ISBN 978-7-5309-6085-1
定 价	36.00元

前言

我们刚开始计划写这本书，就明白我们将需要很多帮助，因为男人知道的事情虽然千差万别，他们却很少精确地了解什么。这正是写这本书的初衷：我们想精确地了解一切。因此我们同专家们交谈，同飞行员、厨师、意大利人、足球运动员、匠人、挖土机司机和医生，同无数拥有特殊知识的专业人员交谈。这些专家有些是知名人物，甚至因他们的知识而大名鼎鼎，但大多数都是掌握了很多知识的无名之辈。

最难做的是筛选。今天的男人应该知道什么呢？原则上当然是：一切。但可以约略了解已知世界知识的时代已经过去数百年了。相比起世界知识，人类几乎一无所知，也有一些基本的东西失落在了时间的长河里。在有关大众教育方面，区分男女将是极其沙文主义的。如何用剃刀刮胡子，在购买一套西服或一辆阿斯顿·马丁车时应该注意什么，如何参加外籍军团，如何防止脱发，如何成为罗马教皇、系领带或在没有开瓶器的情况下开啤酒。是否知道这些对大多数妇女来说并不重要，这些事情多是男人们才会感兴趣。

当本书渐渐成形时，不断有朋友送来许多提示：你们必须收进这个，绝不可以遗漏那个。这些提示有很多特别有用，吸引我们进行重新调查。有时出现有关高度文明、歌剧、剧场、芭蕾或绘画的问题，我们并不赞成：首先，这不是典型的男人话题，而是男女都感兴趣的话题；其次，薄薄几页纸不可能展示这些世界。对绘画感兴趣的，至少必须再买一本书。反过来，如何降落一辆波音 747 飞机则可以在几页纸上解释。向我们透露如何做飞行员，祝所有读者在陷进这种必须降落一架飞机的棘手处境时比较走运。

本书里当然不包含男人必须知道的一切，但书里现有的内容兼顾了各种男人：猎人和收藏家，高尚人士，麻烦青少年，帮忙者和善于倾听的人，英勇无畏的人，安静和谦虚的人，吵吵嚷嚷的人，生性羞怯的人，清教徒和飞黄腾达者，犹豫不决者，特别懒惰的家伙，思想家，冒险家，甚至绅士们。

爱德华·奥古斯丁，菲利普·封·凯森贝格和克里斯蒂安·扎什克

目录

前言

男人在家里·001 家庭酒吧·003 男人必须会调的一种鸡尾酒·005 在家里酿造爽口的啤酒·007 烧烤——智利方法·008 像艾卡特·维茨格曼一样煎肉排·009 敲破鸡蛋·013 旋转煎饼·015 盖座房子·016 添置工具·018 打造最简单的台架·021 钻孔·021 粉刷和油漆·022 贴墙纸·023 遇上断电·024 组装火车模型·025

男人和大自然·027 栽棵树·029 修剪草地·031 用荨麻做色拉·032 找到一条水脉·033 和一条狗交朋友·034 骑马·035 观测天空判断方向·037 露营去·038 生火·040 狩猎·041 狩猎和烹饪一只兔子·043 制作动物标本·044 让树枝长成一棵树·046 亲手砍伐一棵圣诞树·047

危险中的男人·049 去掉一颗炸弹的雷管·051 成为警官·053 制造弓箭·055 让一列火车停下来·056 采蘑菇·057 结束打嗝·059 降落一架波音 747 飞机·059 学会几种简易舞步·065 开车时保持冷静·067 妻子分娩时在场·068 跟踪和被跟踪·071 诊断性病·073 治疗醉酒·075

讲究的男人·077 刮胡子·079 荡剃刀·080 去除鼻毛和耳毛·082 穿西服·082 穿衬衫·086 打领带·087 打领结·089 胸口插巾·089 穿对鞋子·090 正确保养鞋·092 穿牛仔褲·093 熨烫衬衫·095 T 恤衫日式折叠法·096 去除体毛·097

社交中的男人·099 有讲究的聊天·101 排座次·102 折叠餐巾·104 在高档饭店里的表现·105 给小费·107 吃饭吃卡了·108 开葡萄酒瓶·109 用筷子吃饭·112 成为葡萄酒行家·114 开牡蛎·116 切开螯虾·117 吃芦笋·119 随身携带一只扁瓶子·119 抽雪茄·120 避免肠胃气胀·122 掩饰厕所的气味·123 献花圈·123



运动中的男人·125 发现肚脐里的毛屑·127 练就六腹肌·128 击剑·131 踢足球时射任意球·133 收拾箱子·135 驾驶巴士·136 驾驶一级方程式赛车·137 驾驶卡车·139 在飞机上找到最好的位置·140 驾驶拖拉机·141 驾驶挖土机·143 成为鉴定二手车的行家·145 适合男人的五款汽车·150

男人之间·151 加入外籍军团·153 进行一场决斗·155 要求加薪·159 顶住殴打·161 不用开瓶器开啤酒瓶·162 成为证券经纪人·164 庆祝告别单身·167 成为天主教神父·168 坐牢·171

男人和女人·175 理解花儿的语言·177 在拉斯维加斯结婚·179 购买珠宝·181 包装礼品·183 倾听女人讲话·184 生个孩子·186 性生活后保持清醒·186 为女人按摩双脚·187 阻止女人打呼·190 结束一段关系·191 请女人喝杯饮料·194 安排初次约会·196 当男人成为“第一夫人”·197

男人和文化·199 男人必读的 25 本书·201 折叠一只纸飞机·204 扑克牌游戏·205 玩杂耍·208 去意大利旅行·209 吐烟圈·211 向一个美国人解释越位·211 男人必看的 33 部影片·214 汲取一杯比尔森啤酒·217 用手指吹口哨·218 参加维也纳歌剧院舞会·218 熟悉世界上最好的歌·220 男人必听的 25 张唱片·222

老男人·225 开家酒馆·227 治疗脱发·230 服用伟哥·233 体检·234 打高尔夫球时识别敌人·235 成为罗马教皇·236 种植玫瑰·239 疑病患者·240 度过中年危机·241 购买一辆阿斯顿·马丁 DB 5·242 写遗嘱·244

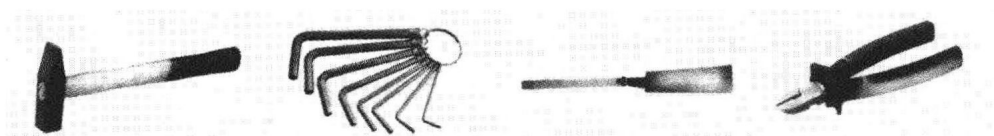
老男人和海洋·247 反抗鲨鱼的袭击·249 钓鲨鱼·250 避免晕船·251 熟悉十种重要的绳结·253 成为灯塔管理员·256

鸣射·258



男人在家里

Der Mann Im Haus



001 家庭酒吧

002 男人必须会调的一种鸡尾酒

003 在家里酿造爽口的啤酒

004 烧烤——智利方法

005 像艾卡特·维茨格曼一样煎肉排

006 敲破鸡蛋

007 旋转煎饼

008 盖座房子

009 添置工具

010 打造最简单的台架

011 钻孔

012 粉刷和油漆

013 贴墙纸

014 遇上断电

015 组装火车模型

如果您组建一个小巧精致的家庭酒吧，您就可以在家里随时调制出几种令人满意的酒来。可是，请您切记：别在家里调制鸡尾酒。首先因为那样一来您就很少有时间陪伴客人；其次是您必须拥有大量存货；第三，如果您想像样地调制鸡尾酒，恐怕不到二巡您的冰块就用光了。因此，您要是哪天对鸡尾酒来了兴趣，那您就去鸡尾酒酒吧好了，这对所有的人都是最佳选择。但是，如果您有一个合理配置的家庭酒吧，您就能够提供足够多的饮料，保证您和您的客人至少这个晚上不会缺少鸡尾酒。

扔掉老酒 较老一代的小酒橱里大多摆放着阿斯巴赫乌尔特(Asbach Uralt)，玛雅龙(Mariacron)，一瓶瓶子有点黏乎乎的黑加仑利口酒(Cassis)，一种同样有点黏滋滋的百利甜(Bailey)，还有旅游带回的Grappa(意式或法式葡萄渣白兰地)，一瓶樱桃白兰地(Kirsch)和梨子白兰地(Williams Birne)。可它们大多派不上用场，如果您拥有这种“弹药库”，请您只留下自己真正喜欢喝的，将其余的统统清理掉。重新精选一批好酒并没有多贵。

基本配备 您需要准备几种基本的烈性酒：伏特加、杜松子酒、威士忌(波

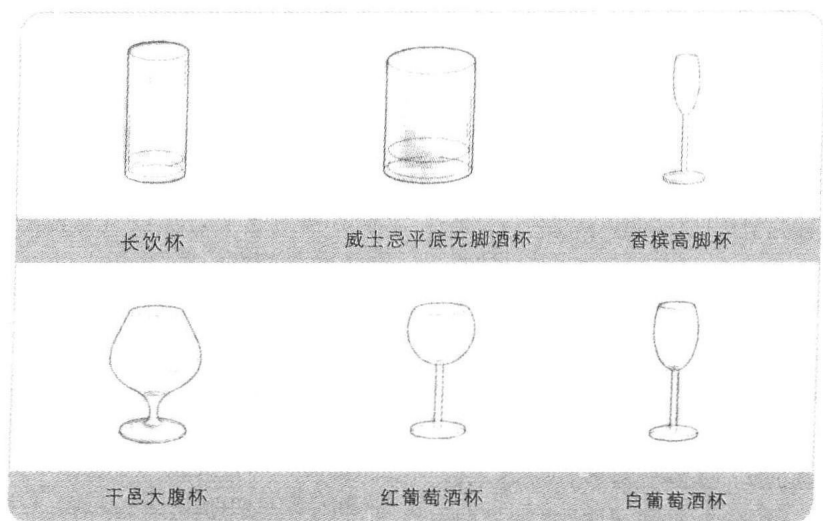
本威士忌和苏格兰威士忌)、朗姆酒和白兰地。一定要记住这条原则：别选最便宜的。比如，伏特加要选苏联红牌(Stolychnaja)的，杜松子酒要选添加利牌(Tangeray)的，波本酒要选威凤(Wild Turkey)或梅克斯马克(Maker's Mark)牌的，苏格兰威士忌选12年陈酿的，朗姆酒选哈瓦纳俱乐部(Havana Club)，白兰地至少要选卡洛斯一世(Carlos I.)，选红衣主教(Cardenal Mendoza)就更好了。其他品牌的当然也可以使用，只要它们具备同等或更好的质量。而一瓶金巴利(Campari)和苦艾酒(Vermouth)很般配，一瓶马天尼白(Martini Bianco)，一瓶马天

尼红(Martini Rosso)或干苦艾酒。有了这些您就能调配出很多酒类饮料了。

冰箱里的配备 您应该补充您的冰箱。您需要冰块,而且不止需要买冰箱时赠送的小杯子那样的一小杯。任何情况下您冰箱里都应该放有一瓶香槟,还要有红葡萄酒和干雪利(Dry Sherry)酒,虽然雪利酒大多数时可以常温保存,但最好放进冰箱里。此外还要准备橙汁、苦柠檬、奎宁水(Tonic Water)、姜汁啤酒(Ginger Ale)、矿泉水或苏打水及柠檬和橙子各两个。这样您的装备就齐全了,例如,您可以用冰过的杯子向客人提供马天尼(Martini auf Eis)当开胃酒,当然还有金汤尼水(Gin Tonic)、柠檬伏特加(Wodka Lemon)、橙汁金巴利(Campari Orange)和自由古巴(Cuba Libre,朗姆酒加可乐调制)这几种长饮,也有大杯波旁威士忌(Bourbon Highball)或莫斯科佬(Moscow Mule)(两者都使用姜汁啤酒,后者加了伏特加),一种威士忌苏打

(Whisky Soda),一种事先冰过杯子的苏格兰威士忌(Scotch auf Eis),一种餐后喝咖啡时喝的白兰地,等等。

杯子 现在剩下的重要事情是:您需要杯子,而且是长饮杯子,威士忌平底无脚酒杯(如果您提供 Malt 威士忌,也许使用突沿杯),高脚香槟杯,干邑大腹杯和葡萄酒杯(参见《社交中的男人》一章中“开葡萄酒瓶”一节)。这些杯子真的很重要,您总不至于用水杯喝这些饮料吧。另外您可以添置一只冰桶和一把冰夹,而一辆餐饮车就让这一切完美无缺了。这符合您的家庭酒吧的条件,您可以将它推到现场。下层放酒瓶,上层供您调酒,同时您又能与客人们待在一起。不过,也有男人不喜欢在住房里放一辆餐饮车,这种情况下建议您花钱买一张餐橱或吧柜。家庭酒吧成本有限,有了它您就永远不会陷入不能提供合适饮料或找不到合您口味的饮料的尴尬。



鸡尾酒、鸡尾酒酒吧和有关鸡尾酒的图书有数百万册，但男人真正必须了解和会调的鸡尾酒只有一种——马天尼鸡尾酒，其中又以干马天尼（Dry Martini）最为有名（请不要将它同意大利马天尼和罗西公司的苦艾酒搞混了，它们同样叫做马天尼）。考虑到凤梨园（Pina Colada，用菠萝汁、椰子汁和朗姆酒调制的饮料）和草莓戴奎利斯（Daiquiris，朗姆酒加柠檬汁等调出的鸡尾酒），如果您在一家酒吧里不知道该叫或想叫哪种鸡尾酒的话，选一杯马天尼鸡尾酒总是不会错的（这是上一节所介绍规则的唯一例外，可以在家里调制它）。这种马天尼鸡尾酒具备了一切，它简单、高雅、度数高，它的爱好者对如何调制研究很深。它仅由三种配料调配而成，每一种都不存在剂量问题，这一点可能特别令人吃惊。这三种配料是：杜松子酒、干苦艾酒和一种有核绿橄榄。美国的传统方式是将杜松子酒和苦艾酒按 5：1 的比例来调配，世界各地的比例介于 2：1 和 15：1 之间，另外还有一些特殊形式。

光影 往杜松子酒里掺进的苦艾酒越少，马天尼就越干。因此，一些清教徒们说，一杯上好的马天尼鸡尾酒可以用放在苦艾酒旁的一瓶杜松子酒来调制。另一些清教徒说，如果透过一瓶苦艾酒照射的阳光在杜松子酒里留下光影，这就是好马天尼。另一些人又主张，在倒杜松子酒时将瓶口侧向法国方向，心里想着苦艾酒就够了。因为通常使用的干苦艾酒——诺丽普拉（Noilly Prat）——产自法国，但这么说的都是清教徒。

方法一 值得推荐的有两种方法。两种方法都需要一只调酒杯、一个隔冰器、一只马天尼杯子、一把搅拌长匙和许多冰块。第一种方法，将 5 厘升的杜松子酒和 0.5 厘升的苦艾酒倒在调酒杯里的冰上。注意：请使用不滴水的硬冰块。最好的冰块来自冰箱的冰格里，它们大多比制冰机制造的冰更合适。请您预先用冰

块冷却马天尼酒杯，杯子必须真正是冰的才行。鸡尾酒端上去时必须没有冰，因此，斟酒前必须一点不剩地从马天尼杯子里去掉冰块。现在请将杜松子酒和苦艾酒透过隔冰器倒进马天尼酒杯（专用术语：滤净），加进橄榄，这样就大功告成了。有些酒吧侍者发明出了某种技能，他们不用隔冰器过滤酒，而是用搅拌长匙挡住冰块。

方法二 第二种方法更具有清教徒特点。请用冰块冰镇马天尼杯子，直到杯子变得冰凉；然后将冰块全部倒掉，往杯子里倒点苦艾酒；接下来是一场小小的仪式：倾斜杯子，转动杯脚，直到苦艾酒将整个内侧荡一遍，像一层膜覆盖在杯子里；随后倒掉酒，因此苦艾酒只是润湿了杯子。请将不滴水的硬冰块和 5 厘升的杜松子酒放进调酒杯，小心搅拌。随后将杜松子酒过滤进被润湿的马

马天尼酒杯,放进橄榄。

签名 虽然这种鸡尾酒的调制听起来很简单,可当您叫这种鸡尾酒时,每个优秀的酒吧侍者都会视之为挑战。您要这种酒是在发出信号,表明您是当真的,您甚至有可能对酒很精通。有些酒吧侍者视马天尼鸡尾酒为他们的签名,类似于厨师对调味汁的态度。如果酒吧侍者将一颗包有东西的(也就是不带核的)橄榄放进杯子,他虽然是个可爱的家伙,但不是一名优秀的酒吧侍者。如果您的马天尼鸡酒杯里还浮有冰块,他也不是一名优秀的酒吧侍者。简单地说,这种饮料只由烈性酒组成,将它变成美味的混合饮料,这是一种艺术。您也许需要多试几次,直到它变得真正好喝,也许那将是一项永恒的任务,但没有比这更适合男人的鸡尾酒了。大概也没有比这更好的了,当然这只是个人口味的问题。

搅拌,不是摇晃 如果您在喝马天尼鸡尾酒时想到了詹姆斯·邦德^①,那您就错了,但并非错得离谱。邦德喝一种被他叫作“干马天尼”的饮料,但它同马天尼鸡尾酒没有多少共同处。邦德在弗莱明的小说《皇家赌场》里发明了这种饮料,它的配制让人感觉有点奇怪(“一杯干马天尼,”他说道,“一杯,用高脚香槟杯装。”——“噢,先生。”——“等一下。三份歌顿杜松子酒(Gordon's),一份伏特加(Vodka),半份基纳利口酒(Kina Lilltet),彻底摇匀,直到冰凉,然后再搁一大片柠檬皮。明白了吗?”)

作家金斯利·阿米斯估计,他的同事弗莱明在调配让他的主角喝的饮料时可能将细节搞错了一点。可是,这种有些怪异的配方或许正是弗莱明的目的,因为书中的邦德——不同于以前电影中的邦德——不是个有教养的绅士,而首先是个杀手。当然,人们喝的马天尼从来不像邦德喝的那样——不是摇晃的,而是搅拌的。



杜松子酒中的杜松子



马天尼酒杯



苦艾酒中的苦艾草

①詹姆斯·邦德:007系列小说和电影中的男主角。——编者注

啤酒在男人的生活中扮演着十分重要的角色。有些女人抱怨，她们对一个男人的意义永远比不上啤酒对他的意义。当然，不是所有的男人都这样迷恋啤酒，有些男人甚至厌恶啤酒。但几乎每个男人都会认识很多这样的男人，啤酒在他们的生活中扮演着重要角色。您应该在冰箱里放上一两瓶，要么去商店里买啤酒，要么自己动手酿造。只需要一些配料，几样配件和些许耐心，您就能在家里成功酿制爽口的啤酒。

10 升啤酒的配料 2 公斤麦芽 (50%小麦, 50%大麦), 50 克啤酒花 (丸状啤酒花), 20 毫升啤酒酵母。这些配料啤酒厂 (最好是去一家小厂试试) 或网络商人那里有卖。

配件 1 只锅 (15 至 20 升), 1 只桶 (15 至 20 升), 1 把烹饪木勺, 1 条枕罩或 1 块麻布, 1 只温度计 (密封温度计, 0 至 100 度), 1 根塑料管 (2 米长, 直径 10 毫米), 1 个啤酒锤, 1 个标准缸 (同啤酒锤配套), 1 只研磨机 (咖啡或粮食研磨机), 1 箱带瓶塞的啤酒瓶, 1 种清洁剂 (比如 Aetz-Natron), 0.5% 的过氧化氢溶液。

啤酒锤在啤酒厂或互联网上都有。奇怪的是有几家意大利高速公路休息站提供啤酒锤, 多作为一套小型而简易的酿酒工具的配件。姑且试一试开车前往意大利, 购买一只啤酒锤 (尤其对于住在易北河以北的人们)。知道有一些意大利的高速公路休息站出售如此有用的东西, 是很开心的事。

准备工作 酿酒前先洗净所有容器。用 Aetz-Natron (某种清洁剂) 配制 1%

的溶液, 用来洗涤瓶子和桶; 随后彻底冲干净, 再用 0.5% 的过氧化氢消毒; 然后将枕套 (或麻布) 煮沸消毒。

酿造 在研磨机里研碎麦芽, 不要太精, 不要磨成精面粉, 壳子 (谷子的皮) 应该还留在上面。将 6 升水加热到 45 度, 边搅拌边加进粗磨的谷粒。随时检查温度, 介于 42 度 ~ 52 度之间。边搅拌边加热到 52 度, 在刚好 52 度时保持 5 分钟 (这很重要! 不要高也不要低); 加热到 62 度, 在刚好 62 度时保持 30 分钟; 加热到 72 度, 在刚好 72 度时保持 20 分钟, 同时将枕套绷在桶上; 将锅加热到正好 78 度, 将锅中物透过枕套倒进桶里 (之后的糊状物一定要留在枕套里。这就是所谓的渣滓)。往锅里倒进 4.5 升水, 加热到 78 度, 将加热过的



啤酒锤的样子像根飞箭，
可以用它测量含糖量。

水通过枕套里的渣滓倒进桶里；在桶上绞干枕套，将液体（早期麦芽汁）从桶里倒回锅里烹煮，10 分钟后加入 25 克啤酒花，再继续煮 60 分钟。

中间步骤：现在提取一份样本，倒进标准缸。将啤酒锤慢慢插进缸里。现在可以从锤上读取含糖度（原麦汁度）。如果它在 12 度左右，可以加入剩下的啤酒花；如果它低于 12 度，则再煮 10 分钟，然后重新测量；如果测量结果高于 12 度，表明没有问题，可以添加啤酒花。

让锅散热，用勺搅拌，放置 10 分钟后通过橡胶管将液体从锅里倒进桶里。必须让橡胶软管抽吸，但要小心：液体

是热的！另一种选择，也可以透过枕套加入液体，但必须事先将枕套煮沸消毒。无论如何，重要的是让液体得到过滤。将桶放进一只盛满冰块的浴缸里，等温度达到 20 度后添加酵母。在 20 度时泡 36 小时，然后提取样本，倒进标准缸，放入啤酒锤。如果啤酒锤显示的是 3 至 4 度：通过管子将液体装瓶。如果啤酒锤显示 4 度以上：将液体放在那里，直至啤酒锤测量值变成 3 至 4 度，然后再装瓶。不要太早装瓶，将密封的瓶子在 20 度的环境下存放三至四天，再将瓶子放进冰箱里两周，啤酒就酿成了。味道好香，令人吃惊。干杯！

004

烧烤——智利方法

要让烧烤的炭火尽快达到可以先后将烤架和肉放上去的程度，有许多耗时、费力和不健康的方法。扇子、电吹风、酒精、烧烤点火装置，全都没用。一段时间以来，烧烤专业商店里就出售各种点火炉，它们能做出惊人的事情，让炭火几分钟内就达到可以烧烤的程度。智利方法采用的是相同的原则，但它只需要一些废纸和一只啤酒瓶或葡萄酒瓶。

塔楼和金字塔 请您将瓶子放在您的烤架底部的中间位置。请取一令报纸，竖着卷成卷，将纸卷捻上一两次，抓住纸卷两端，分别向反方向转动；然后将纸卷套在瓶子上，将木炭或蜂窝煤堆在瓶子周围，直到形成一座“金字塔”。

现在请您小心取出瓶子——不要碰倒“金字塔”，然后给就此形成的壁炉生火，将一根大火柴、一片纸或一个纸卷扔进敞开的井状空间里就够了。数分钟后炭就会很热，火势很快会弥漫开来。