

青少年心理健康专栏

青春期突围

别把厨艺不当才艺(一)

◎丁兆梅

作为五行缺酒的资深吃货,在下对杯中物向来无感,但这丝毫不影响我对盘中餐爱得热烈深沉,且坚信有厨艺者有乐趣、善厨艺者善生活、得厨艺者得人心。吃饭和下厨面前,众生平等,谁还没点心得体会甚至真知灼见呢?如我之流吃着中华料理长大的码字人,知晓一个朴素的道理——天地鸿蒙,一片混沌,世上本没有美食文章,后来吃货多了,写起来也就五花八门了。

若再发扬点科学精神,将几十年猎食时光细加梳理、定型于纸笔,也许能成一篇几万字的硕士研究生论文。仅聚焦近三年便可写出《论厨艺高低对后疫情时代人民群众的饮食质量、身心健康、家庭建设、人际交往、专业成长、经济循环等形成的综合影响》,若放眼长远些不妨整成《以地域、季节、食材、器皿、火候、主宾、场景等为基础数据分析厨艺修养与幸福指数的线性关联》之类。

但我们通常不会那么干,毕竟烹饪教材里都有。另外那些能吃会品、善于记录评价的美食家们早就迫不及待留下了诸多饱含工匠精神的长篇,好之者自可按图索骥寻文细品,也许会在人生的某些艰难时刻滋养到你的肉身和精神,某种情

形下甚至能照亮你的前程。

民间有谚:穿是威风,吃才是真功。关于吃的重要性,老祖宗们早就阐述到了极致且不接受任何反驳。君不见《论语》中提到“政”41回、谈“食”也是41回的高频次巧合?孔子他老人家一本正经传道授业解惑的内容中,包含“尔等不但要理直气壮地和食物相处,还要食不厌精脍不厌细”部分。《礼记》讲“饮食男女,人之大欲存焉”,《孟子·告子上》有金句“食色性也”同频呼应,均指向于人类生存延续的基本条件——哄好肚子后才能更加知荣辱讲礼仪,才有条件实现更高级的追求。

所以《汉书·酈食其传》中那句“国以民为本,民以食为天,食以安为先”才有了流芳千古的群众基础,让我们知晓无论是为了大局稳定还是谋求长远发展,天下人的吃饭问题始终是被顶层设计者当成头等大事对待的。可知“江山代有吃货出,从来大厨如江鲫”是历史发展的正常规律和必然结果。

宋代吃货中出了个超级战斗机叫苏轼,虽然玩味美食是他官场失意后不得已的消遣,但他在厨艺领域的探索确实超越了所有前辈,并起到了穿越时空宣传地方特产的客

观效果。此公不仅善做、会吃,无事还记录下制作食物的过程、心得甚至打磨广告词,不遗余力推广了黄州猪肉、岭南荔枝、海南生蚝……稍做罗列后发现真是包罗万象。

近代的美食文章同样多如星斗且更为熟悉亲和。

胡适深得中国饮食的精髓与乐趣,梁实秋的雅舍谈吃系列牵人魂魄,汪曾祺描画的故乡食物引我们会心而笑,蔡澜将顽劣的老灵魂注入专栏文字……吃得舒服自在、品出食物百味、汲取多重营养,是人类基因里的进化需求,更是高手妙人们的生存智慧。而厨艺,链接着食材和美食的厨艺,是菜市场 and 餐盘间的重要桥梁,是我们达成梦想的必须通道,是和写字、画画、作曲、弹琴、健身、摄影、科学实验同等有趣的现世手艺,是提升新时期老中青少人类共同体幸福指数的日常功课。对这功课,我们充分重视,但无需挑剔苛求。作为最傍身的才艺,厨艺妙在亲民温暖,贵在人皆可学,不必新也不在多,甚至不必执着于高明程度,偶尔整出了黑暗料理也不要紧,只要在食品安全底线之上恰到好处地抚慰到人心,就很行。(本栏目由江苏省海安高级中学供稿)

做好孩子的镜子

◎黄丽娟

关注到网络上的两则消息:高铁上一幼童因吵闹声过大,被同车厢旅客劝说制止,不料却遭孩子家长怒怼——建议高铁应设置“儿童车厢”的声音频频出现;上海博物馆里,一市民吐槽低龄孩童影响了自己的观展——不少人提出,低龄儿童并不适合需要观看门槛的博物馆展览,甚至有人建议博物馆规定“14岁以下孩童免进”。

不知你有过这样的经历没?多少次跟着别人后面进入商场、大厦或宾馆,刚好被前面那人推开又反弹回来的大门差点拍在脸上。但我曾去过某城市,进任何一个酒店、餐厅、商店、博物馆甚至厕所,只要你走在人家的后面,前面的人总会扶门等着你。而你为后面的人扶住门,也会听到一句短促而又热情的“谢谢”。起初,我还以为这里的人都特别有礼貌,讲究“女士优先”,身为女性,就满足地径直穿了过去。一天下来,我发现规矩并非如此,后来者是男是女一视同仁。我特意留心审视,没有人进去后一甩门扬长而去的。或许,在有些人看来这是习以为常的事,可我被感动了。因为,每天出出入入,在各种公共场所都少不了扶门或者被扶门,没有长期的养成,哪来的好习惯?看似简单的一“扶”,又何尝不是在传递一种风度、一种美德、一种为他人着想的思维方式?于是,我也学着养成了随手“扶门”的习惯。当听到后面有人跟我说“谢谢”时,内心十分愉悦。想来,一个城市的发达是跟人们的文明程度有关的。

就拿高铁上吵闹的孩童来说,如果孩子还小不太懂规则,但父母理应正确引导孩子如何在公共场合如何保持安静。无论何时,父母都是孩子的镜子,都是孩子最好的老师,父母的一言一行都会投影在孩子那片原本纯澈的心湖。心理学巨匠威廉·詹姆士曾说:播下一种行为,收获一种习惯;播下一种习惯,收获一种性格;播下一种性格,收获一种命运。习惯的力量如水,润物无声,却有滴水穿石的能量。

至于博物馆是否要将14岁以下孩童作为免进对象,我认为可以根据所观看的展览类别或内容,加以划分观众不同的年龄层次,从而更好地提升观展品质。当然,不管怎么划分,家长都要教育、引导自己的孩子从小养成遵守公共秩序的好习惯,从小拥有一颗公德心。



本版投稿邮箱:
2457901059@qq.com



角色互换

◎小青

儿子学校留了一道作文题:妈妈的一天。他无从下手,求助于我。我的一天?那不就是“打冲锋”的一天吗?怎么跟他形容呢?我忽然有了主意,与其把自己“苦大仇深”的一天说给他听,不如让他亲身体会。

星期六我照常加班,头天晚上我和儿子订了个计划:跟我去单位体验生活,并在家里来个角色互换。

星期六早晨,我起了床,打开电视看新闻。儿子不会做饭,只好弄了一杯牛奶和一片面包端了过来。我不吃,学着他的样子做挑食状。儿子左劝右劝,我假装

不情愿地吃了一点。儿子说:“我好不容易做的东西您还不爱吃,白瞎我一片心意。”我告诉他:“妈妈天天给你做东西吃,你天天都要挑食,我才真正伤心呢。”儿子无语了。

总算要出门了,我又说:“给我拿包去。还有把鞋给我擦干净,再替我穿上衣服。最后别忘了锁好门,并把门口的垃圾带下楼。”忙完这些,儿子都要抓狂了。

来到单位,我做回了自己,忙得团团转,关键是所有的烦恼和不如意,我都要自己咽下,不能流露出负面情绪影响团队合作,儿子当然看不出其中关键,只知道我很忙。

回家了,我忙喊:“我饿了,快去

做饭!”儿子都要哭了:“我哪会做饭呀!”“我不管,做不好我不吃!”儿子只好去求助他爸。

我坐在客厅,看着大电视、吃着零食、跷着二郎腿,心里惦记着那爷俩。终于听到喊我吃饭的声音了,我赶紧来到餐厅,面对四菜一汤面露不悦。儿子急忙问:“怎么样?”我一翻白眼:“没有爱吃的。”儿子的眼泪终于下来了:“我和老爸辛辛苦苦做的,您就吃点呗,给个面子还不行吗。”我“噗嗤”乐了。

儿子郑重其事地告诉我,他终于理解老妈的一天了,以后自己能做的事情自己做,帮家里多干活,尽量不挑食。