



冰镇西瓜 将夏天的燥热“封印”

拔出金佩刀，斫破苍玉瓶。
千点红樱桃，一团黄水晶。
下咽顿除烟火气，入齿便作冰雪声。
长安清富说邵平，争如汉朝作公卿。

——宋·文天祥《西瓜吟》

能用一首《西瓜吟》道尽吃瓜的美妙，文天祥在“留取丹心照汗青”之前，必定也是爱瓜极深。头一句说的是西瓜的吃法。西瓜的精华，就在于一刀切成两半之后，用勺子挖出正中间的那一大勺。腰间的金佩刀不用上阵杀敌，取来劈瓜也是正好。

西瓜皮是苍玉瓶，红瓜瓤是红樱桃，黄瓜瓤是黄水晶。最妙的是一句“人齿便作冰雪声”，既能让人听到大口吃瓜的清脆声响，也能让人感到西瓜入口在舌尖的清涼。若吃的是沙瓤瓜，口感大概像甜甜的雪粒化在嘴里；若吃的是脆瓤瓜，就要拿出“咔嚓咔嚓”嚼冰的气势。

最后一句则是一个典故。原本奉秦始皇之命守陵的东陵侯邵平，在秦为汉灭之后沦为布衣，只好于长安城外种瓜为生。毕竟是东陵侯，种出的西瓜也不同凡响，瓜味鲜美，皮有五色，世人称之“东陵瓜”。这样的生活让文天祥羡慕不已，又有好瓜吃、又有好钱赚，谁还愿意入朝为官呢？

文天祥对种瓜生活的向往一定引起了广泛共鸣，否则该怎么解释，中国凭借世界五分之一的人口种出了全球60%以上的西瓜呢？

但比起种瓜，我们当然更热爱吃瓜。种出全球60%西瓜的同时，我们吃掉了全球70%的西瓜。这些被吃掉的西瓜，不能都算到人头上。就连狗熊、猩猩、马、牛、鼠、獾，在炎炎夏日都要靠西瓜续命。也难怪鲁迅笔下的少年闰土，要守着海边的沙地，提防着獾猪、刺猬和獾来偷瓜。

西瓜的种类众多，吃法也不少。最经典的当然是沉到井里、浸上一夜、第二天一早捞出来的冰镇西瓜。在冰箱尚不普及的年代，这就是最廉价也最直接的透心凉。西瓜汁、西瓜冰沙、西瓜冰粉、西瓜西米露，一切甜品和西瓜都是绝配。更创新的吃法是甜咸混搭，潮汕人爱蘸着酱油吃西瓜，广西北海则偏爱蘸盐。等到凉拌西瓜皮、糖醋西瓜皮、西瓜皮炒蛋出现，西瓜总算是连皮带肉被吃得干干净净了。

夏天的燥热，就这样被西瓜封印。

汽水 带你回到无忧无虑的童年

可乐作为“肥宅快乐水”，让人欲罢不能的程度不亚于西瓜。以至于曾有人怀疑，可乐添加了咖啡因等成瘾物质，但研究到最后才发现，带来快乐的可能是“汽水”本身。

“盛夏，盛满冰的大木桶，藏匿着很多山海关汽水。瓶盖猛然开启，寒气瞬间弥漫。冰凉沙口，劲道十足，一饮难尽。捏瓶之手异样发木，头皮刺痒麻胀。”天津作家张轶在《1990》一书中写到汽水带给自己的巨大冲击。

“沙口”是句北京话，形容汽水中的气泡在舌头破裂，带来的酥酥麻麻又刺刺辣辣的感觉。“沙口”是汽水消暑的秘诀。没有“沙口”的汽水，和果汁有什么区别？

“咕咚”灌入一大口汽水，舌尖像有千

百个小爆竹争相爆炸，轻微的痛感刺激疼痛介质，让大脑产生内源性啡啡内啡肽——我们的快乐源泉。汽水中的香味分子，也随气泡爆炸被送到鼻腔深处，于是汽水的香气和爽口就远比一般饮料来得强烈。气泡释放的二氧化碳，还会刺激我们口中的三叉神经，让身体释放鸦片剂，在鸦片剂的作用下，嗅觉和味觉更加敏感，心情也会兴奋以至飘飘然。

来，即使空气再闷、气温再热、压力再大，打开一瓶童年的汽水，就能回到记忆中那个无忧无虑的夏天。

冰淇淋 在甜蜜中获得安慰

比起一块多一斤的西瓜，和两块五一瓶的汽水，动辄就要五六块甚至卖到好几十的冰淇淋，是更奢侈、因而也更珍贵的享受。

冰淇淋，自诞生之始就保持着高贵的血统，尽管关于它的发明众说纷纭，但故事的主角都离不开各国的皇官贵族。在中国，最早享用到“冰淇淋”——一种冰冻奶制品糕点的，是唐朝的皇帝。这种古老的甜点用牛奶或羊奶发酵，再加入面粉加热而成，配以樟脑以提味，还要加入进口的龙脑粉和龙眼。这些东西混合之后放入金属罐中密封，再沉入冰池冷冻。等到皇帝享用之时，再把冻硬的冰糕切成雪花一样的薄片摆放造型。

虽然同样精致，但冰淇淋在各国最受欢迎、的口味却大相径庭。18世纪法国流行冰淇淋，是鳄梨味、茴香味、芦笋味和鹅肝味；19世纪美式冰淇淋传入日本，则发展出了蟹黄味、海胆味、芥末味和牛舌味；2020年，中国的网红冰淇淋中，已经出现了长沙臭豆腐味、重庆火锅味、肉松香葱味和东北乱炖味。当然，正如三色杯雪糕的经典，巧克力、草莓和香草三种口味的冰淇淋在世界各地都经久不衰、饱受喜爱。

18世纪，一位意大利那不勒斯的医生，菲利普·巴尔迪尼，撰写了世界上第一本讨论冰淇淋制作的书籍。作为一名医生，巴尔迪尼严肃地赋予了不同口味的冰淇淋不同的保健功效。例如，肉桂冰淇淋可以止痛，柠檬冰淇淋可以养胃，巧克力冰淇淋可以调节心情。

冰淇淋能否止痛或养胃，我不敢确定，但我能保证的是，任何口味的冰淇淋都有调节心情的良效。一小口奶香浓郁的冰淇淋在舌尖化开，从一开始的冰凉转为甜蜜，进而成为弥漫全身的清爽与幸福，所有的焦躁情绪都被这冰凉冻结、所有的苦涩心事都被这美味驱散。哪怕只看一眼这裹着巧克力外衣、夹着草莓果粒、撒着榛子果仁的冰淇淋呢？看一眼这五颜六色的精巧甜品，就能让嘴角不自觉扬起。

经济学中，存在一种“口红效应”，每当经济不景气时，口红的销量反而会上升。作为一种“相对廉价的奢侈品”，购买口红和涂上口红，能给人带来一种安慰。冰淇淋也正是这样一种“相对廉价的奢侈品”，价格不低，又恰好在多数人的承受范围之内，不是主食，更像是给自己额外的小小奖励。就在2008年全球危机之后，美国和欧洲多国的冰淇淋销量都出现了大幅增长。可见，并不是只有你，会从冰淇淋的甜蜜中获得安慰。

虽然疫情尚未远离，夏天依旧炎热，但有了冰淇淋，就能获得收拾心情的勇气。

（肖舒妍）

读书最大的益处 是使我成为我

秋羽

“反思平生，读书最大的益处是使我成为我，而不是我们。人生的根本问题正在与此：我是和别人一模一样，还是想变得和别人不太一样。”

——止庵

和一般的读书随笔不同，读止庵的《云集》，从来不是读常识，他对大家已知的知识通常一带而过，很少展开来讲。

读他的随笔集，读的是态度。

他对文学的态度，更多的是对人的兴趣，他读作品，是为了解作者，了解自己，了解人的普遍性。

他在序言中写道：“我们尽管活在当下，但与过去还是有千丝万缕的联系，我们的孤独，惆怅，悲痛，快乐，正与过去的人的某一时刻相去不远，彼此能找到心灵相通的地方。”

“孔子活在距离现在两千多年前的年代，我们回过头去，还是能看见这些遥远的人，因为他们其实是与我们相同的人，对人生和世界具有类似的感受和认识，所以才能产生共鸣。也许只是相视一笑或一泣，甚至相对无言，然而却惺惺相惜，心心相印。”

这也是止庵花费一生大部分精力用于读书的原因：尽量结识古今中外的智者，了解他们的感受，想法。潜心去听远方传来的呼应。

止庵曾讲过，读书，于他是一种必要的自我教育，可以补学校教育、家庭教育和社会教育之不足。正因如此，《云集》实为作者自我教育过程的一份记录，写来写去，最终观照的并不是所谈论的作者和作品，而是谈论者自己。

《云集》由“收萤卷”和“传奇人物图赞”两个部分集成。前部分是随笔文章，后部分是张爱玲小说人物专谈，这也是迄今为止止庵写张爱玲最完整的集子。

其中“收萤卷”集文三十二篇，开篇还是从止庵熟悉的领域周氏兄弟谈起，另外还有外国文学，如阿尔志跋绥夫、普里什文、纳博科夫、卡尔维诺、帕慕克等。

另一部分“传奇人物图赞”，依次谈论张爱玲的《茉莉香片》《心经》《倾城之恋》《琉璃瓦》《金锁记》《年青的时候》《花凋》《红玫瑰与白玫瑰》。

止庵谈张爱玲

张爱玲笔下存在着两个视点，一是人间视点；一是在此之上，俯瞰整个人间的视点。从前者出发，人物自有其人生的愿望与体验；从后者出发，这些愿望与体验是何其微不足道。

《色，戒》是张爱玲描写人的情感——不仅仅是爱情——最复杂、最深刻的一篇小说，不易理解，甚至常被误解。

假如张爱玲文学中有“张爱玲哲学”的话，概括起来就是《倾城之恋》所说：“在这动荡的世界里，钱财，地产，天长地久的一切，全不可靠了。靠得住的只有她腔子里的这口气，还有睡在她身边的这个人。”

张爱玲的小说布局精巧，构思严谨，任你如何推敲，总归滴水不漏。而她驾驭语言真是得心应手，繁则极尽秾艳，简则极尽洗练，一律应付自如。张爱玲一并展示了中国小说和中文最美的收获。

《茉莉香片》《心经》《金锁记》《年青的时候》《花凋》《红玫瑰与白玫瑰》，还有《倾城之恋》的一部分，都属于“心理分析小说”。这路小说的核心是心理先于现实。一切都起始于头脑之中，人物为一个或简单，或复杂，或起初简单而后变得越来越复杂的念头所驱动，在自己的内心世界左右奔突，寻求出路；外部世界不过先是为提供必要条件，而后转化成为阻遏，以及进一步所施加的压力。



甜：从舌尖蔓延周身的夏日滋味