

书斋雅趣

炸元宵与煮汤圆：传统食俗里的元宵风情

●《新闻晨报》物候日志专栏作者 岳臻

在中国人的传统记忆长河中，过年有三个最具年味的璀璨时刻。其一，是除夕夜那阖家团圆、佳肴满桌的年夜饭，承载着对过去一年的感恩与对新的一年期许；其二，是初五迎财神时那响彻云霄、震天动地的鞭炮声，承载着人们对新的一年财富收获的期盼；而最令人心驰神往的，便是火树银花不夜天的正月十五元宵节，那是新春团圆结束与奋斗新篇章开始的一个特殊夜晚。

“元宵”一词，本义为“新年首个月圆之夜”，后逐渐引申为节名，即我们所熟知的元宵节。其实，元宵节的本名为上元节，乃是道教上中下三元节之一。时光流转至元代，节名与食俗巧妙合流。据元代熊梦祥《析津志》记载：“十五日，官庭节序……进巨罗馅元宵。”自此“元宵”既指代这一欢乐的节日，又特指节日里的应景食品。节名与食俗从此深度绑定，成为人们心中的

年俗文化符号。

明代刘若愚所著的《酌中志》中，详细描绘了当时上元佳节的盛景：“十五日曰上元，内宦宫眷皆穿灯景补子蟒衣，灯市至十六更盛。吃元宵，其制法用糯米细面，内用核桃、白糖为果馅，水滚成。”这段文字生动地展现了元宵独特的制作方法——以馅沾糯米粉滚成的圆子。清人潘荣陛在《帝京岁时纪胜》里，更是细致入微地描述了滚元宵的场景：“将方切馅粒蘸水，置于干糯米粉中摇晃，如滚雪球渐次成型。”那层层迭迭的糯米粉，如同温柔的怀抱，裹着甜蜜的芯馅，在时间的悄然流逝中，渐渐滚出一副浑圆可爱的模样。

而在南方，正月十五吃的汤圆则别有一番独特风味。明代出身松江府（今上海）士绅家族的宋诒，在其所著《宋氏家要·养生部》中，详尽地记载了汤

圆的做法：“汤团：用糯米粉，水和作剂，裹馅，置沸汤中煮。馅用砂糖、胡桃、松仁、薄荷等。”清代顾仲《养小录》中所载的“水粉丸”工艺以及袁枚《随园食单》中提及的“萝卜汤团”等创新做法，皆以《宋氏家要·养生部》为蓝本传承至今。如今流传于世的宁波猪油汤圆、苏州玫瑰馅汤圆等名品，无疑是《宋氏家要·养生部》所载汤圆的传统与创新，它们体现的是江南人家对糯米食材的认知与品味。

今人常常热衷于争论元宵与汤圆的高下之分，就如同周立波海派清口中咖啡与大蒜的那场激烈较量一般。实际上，元宵与汤圆的做法与吃法本身，正是对“一方水土一方人”这句古语的生动阐释。北方性格豪爽奔放，滚元宵这一做法以及炸元宵的吃法，都洋溢着一种火爆热烈的氛围。而南方人温和内敛、软糯柔顺的性格，恰似那一碗糯米

皮裹馅的汤圆，细腻顺滑、内涵丰富。汪曾祺笔下“四方食事，不过一碗人间烟火”的真谛，不也正是这一方水土一方人的诗意化概括吗？

元宵之夜，最动人的并非那火树银花、灯火辉煌的不夜天，而是万家灯火下、欢聚在饭桌前的一家团圆。年味，就像那咬开元宵硬壳后的绵软，也恰似嚼开汤圆糯皮后的流心。南北殊途的滋味，最终在唇齿间归于同一种甜蜜。这或许便是年俗文化里最深的隐喻：所有看似对立的事物，都将在时间的长河里滚成珍珠、包成明月，最终化作年年岁岁辞旧迎新时那桌上最美的佳肴。在这浓浓的年味中，将一代又一代的人紧紧相连，在岁月的变迁中，始终坚守着那份对家的眷恋和对美好生活的向往。

（作者系民盟上海市文化传媒委员会盟员）

家门口张灯结彩，红彤彤的一片。那里的吃“捞”饭，也很有特色，他们说那是“捞”财，只见你一筷、我一筷，杯盘交错，场面红火；晚上放鞭炮，噼里啪啦不停地放，火焰把天空照得通亮，烟花在空中飞舞、到处开花。其实不仅是马来西亚，凡在华人众多的国家里，过年的年味，都是很浓郁的。

当然，年味还有很多，比如舞狮、唱戏、猜灯谜、闹元宵、逛灯会等等；还有贴窗花求热闹、挂年画去迎新、写春联祈福等等。我在过年时曾经写过春联、贴过年画、逛过庙会等等，体会到这样的年味。年少时炒花生、瓜子，自制蛋饺等所给予的年味；及冒寒风，骑自行车，提着蛋糕拜见师长所生成的年味；而后历经时代变化所带来的年味；再后来走南闯北，感受到各地的各种年味。也许，往后过年还会品得更多的年味。

搜索各种年味，居然大多数是和吃有关，这也不奇怪，中国历来讲民以食为天，想来古代过年也就是一个字——吃。中国是个农业、畜牧业大国，一年到头，烹羊宰牛犒劳自己；一年总结，磨粉蒸糕求愿祈福。年味，离不开吃、喝、玩、乐。

如今的年味早已随时代而换了味。在物资丰富的今天，平时的吃喝也如同过年一般，对于我们这辈人来说，也少了对过年的期待。现在的过年，是换个地方吃、喝、聊天。国内到海南、云南、广东等地，国外去新、马、泰，而后是欧洲、澳洲、太平洋上的夏威夷等等。此等过年方式，则是利用春节长假去旅游，换品一种年味罢了。

过年，年年过；年味，年年有；年有“味”寻，年年有“味”品。年味是时代的印记，年味留下了成长的回忆。（作者系民盟上海大学委员会盟员）



作品饱含深情地勾勒出一幅年味满满的幸福画卷：古朴的石库门镌刻着老上海的印记，与飞驰而来的“2025上海”高铁形成时代呼应；在憨态可掬的灵蛇身旁，福娃们高悬滚灯，一派喜气洋洋。新岁已至，愿广大盟员如这灵蛇般，于生活中轻盈游走，揽尽顺遂，在岁月里收获满满福气，开启一年的精彩新程。

作者：邹向群 中国美术家协会会员
《开往春天的高铁》（丝网版画）18x18cm

追忆逝者

再一次回到“娘家”民盟上海市委机关，是外公离开我们一年后。走进机关文化走廊，在这里，触摸着历史的脉动，追寻沪盟先贤的足迹，重温民盟精神，耳边仿佛又响起外公对我的诉说：

——“你看，这是望老（陈望道），当年他要求我们：党派工作是做人的工作，是做人的政治思想工作。盟组织平时要关心盟员的工作、思想、生活……政治思想工作要注意方式方法，要耐心，不能简单化”“机关工作人员要脑勤、眼勤、耳勤、手勤、脚勤，多听取盟员要求，反映他们的意见”……

——“这是苏老（苏步青），当年市政协开会，我曾有幸作为民盟上海市委机关工作人员接待过苏老，对他的音容笑貌依旧记忆犹新。当时苏老的车开进来，我在门口等候，苏老下车后，恭恭敬敬地行90度礼和我打招呼，真是让人敬佩啊！”……

在19楼的“思往知来”实物展示区域，两份1984年第八届专门委员会的名单更是让我激动和兴奋。文化委名单中包含了杨村彬、王林谷、刘琼、王个簪等诸多文化界名人；高教委名单则涵盖了复旦大学的徐鹏、江泽宏，上海交通大学的戴宗信，同济大学的朱宝华，华东师范大学的李锐夫、徐中玉等教育名家。而这两份名单的封面上，赫然写着几个我极为熟悉的大字：“民盟上海市委第八届委员会各专业委员会名单，一九八四年十二月”。没错，这正是我外公张大约的笔迹啊！

如此珍贵的档案，远不止这一份。据外公回忆，1965年8月，因工作需要，民盟市委调外公回机关清理档案。在市委统战部档案室工作同志指导下，他日以继夜，花了近半年时间，将大量分散的文件材料归类整理、装订编目，共建成永久、长期、短期三类案卷100多卷，后移送上海市档案馆，为新中国成立后上海民盟组织早期档案整理做了大量工作。这种基础性、开创性、历史性的点滴贡献深深启示着我：文史资料工作，是“前人栽树、后人乘凉”的事业。对待文史资料工作，要有历史自信和历史耐心，要甘于寂寞。

晚年的外公，依然保持着工作时的状态，每天的大多数时间，都沉浸在看报、剪报和回忆写作中。如今，这些“宝贝”，成为我勇毅前行的“宝藏”。

外公虽然离开我们一年了，但我总觉得他并没有离开，总感觉他依然安详地坐在那里认真地看报、剪报，总认为他是重整行装奔赴另一个战场。这一年，我仿佛依旧和先前一样忙碌着，准备好每周与他交流的材料和内容，期盼他听到我的好消息后露出欣慰的笑容，兴奋地听他和我讲讲某些历史片段故事。

——“我对‘望老’太熟悉了，我曾参加他主持的市委工作会议担任记录，接待他与其他市委领导人来往。有一次还专门到复旦大学‘望老’府上送过文件，他亲手接收。”心有所想，行有随之。怀揣着外公留下的思绪，我来到复旦大学《共产党宣言》展示馆（陈望道旧居）、苏步青旧居、谈家桢旧居，重走外公走过的路，在政坛中寻迹熏陶。而后又借第20届上海书展之际，专程来到文汇出版社新书《走近陈望道》展柜前，购买学习。

——“你看，这张照片是1979年10月9日，参加民盟第四次全国代表大会期间，我们在北京香山玉华山庄的合影。前排左五是当时的民盟市委副主委、《新民晚报》社长赵超构。”2024年9月9日，《新民晚报》迎来创刊95周年。同日，“林放不老——赵超构手迹暨《延安一月》出版80周年展”开幕。我将这张珍贵的照片借展给主办方，并和家人一起去看展，感受这位老报人“飞入寻常百姓家”的思想情怀。

甲辰岁末，杨浦民盟与我共同撰写的《且以淡泊寄平生——记杨浦民盟的开路人张大钧同志》一文，被民盟市委组织部收录到了《民盟先辈廉洁自律事迹读本》之中，倍感欣慰！乙巳新春，我从外公留下的剪报堆里，又发现了许多与民盟有关的故事，于是决定把这些珍贵的资料作进一步规整后，贴在新的剪报本上。因为我越来越坚信，走过的来路，终究照亮我们接续前行的道路。

我想，如果传承是最好的纪念，那么行动就是最好的传承吧！

（作者系张大钧外孙）

行者无疆

其实，这只是一家普通的旅馆。

然而，在这儿周围附近，这却是一家唯一的旅馆。它不仅与古寺隔河相对，中间，还不时有轮船经过。这样的风景，并不多见。

同时，关键又是，这里，离家实在太近。骑自行车过去，总共不过二十来分钟。因此，也就一直让人找不到过夜的理由。

近年来，我喜欢去更远的郊区过夜。一般都是，一个小时公交车程，过上一夜，第二天回家。内心以为，一个地方，凡是到过，并且睡过，才算真正来过。更何况，人在外面，离家不远不近，半夜梦醒，今生前世，感觉总是恍然。

最近，再次经过附近宝山寺。人在门外、七层高塔之下，听得上面一片风铃，回看身后，一艘艘货船嘟嘟走过河面，这次才终于有了过夜的决心。

家在宝山，在罗店镇南片。宝山寺，在罗店镇北片。

过去的上海，有“金罗店、银南翔、铜江湾、铁大场”一说，是指本市北部最发达的四个市镇，其中以罗店镇最为富庶繁华。然而一切，像是成为永远过去。

从自家门前美兰湖小区，骑自行车，往北，走一条拥挤狭长的马路，两边商店都是建材、五金、轴承、电机、水管和玻璃之类。其中，还会经过一片死寂萧然的古镇老街，其中十室九空，一切像是电影布景的房子场景。

唯有，外边集市和地摊上，一片人声鼎沸、喧嚣不已。然而，这里却有着本市面积最大的宝山古寺。门前的练祁河，不宽，河上正走着一艘艘货船，很长，嘟嘟拍打河面鼓荡而过。一个个轮船的高度，高不过自己的肩膀。有时，看着轮船过去，跨上自行车，不到片刻就能追上。

追上了，拦它不住，没有理由。水上陆上，大家相视一笑。

也曾经想着，总有一天，坐上他们的货船，一路几天几夜，到达所在大江南北起始码头。然后，坐上高铁，一路两三个小时回家。这里练祁河，宽度30米，双向航道。大船总长二三十米、宽度六米。根据对照专业分级标准，属于六七级航道，轮船吨位应该在50吨至100吨之间。

古代不远，就在明清两代，从这里坐船西行，不难直达嘉定县城。据记载，原宝山在清朝雍正年间从嘉定县分出。1958年，两县一起自江苏划归上海。

这里，是河的西岸。这一家唯一的旅馆，正斜对了东面的宝山寺。旅馆三楼，选在三楼，以为最高视角最佳。然后发觉不对。从高往下看，下面河道边上，都是一棵棵大柳树，又大又密。人在上面，几乎看不清河面。不管它，下午订了旅馆，先在周围转上一圈。

大河两边，都是绿色栏杆。从河道这边看过去，对岸的房子，两到三层，十分整齐，像是沿岸的景致。大河这边，一片破旧，仅有几排老屋，白墙黑瓦，也有耐看之处。有的人家，门前一长排绿田，半黄，大都是玉米、豆瓜之类。

两岸风景，正好对比。一直等到下午5点，大船终于来了。这里，轮船白天有，晚上也有。有时很多，一个接一个，“触舳相接”，有时很少，或者没有，唯有落日长河。晚上，回到旅馆。将灯关了，点上自备的蜡烛。今晚听船，不看船。只用耳朵，不用眼睛。偶尔下河面上，大河之下，可见轮船一角，慢慢移动。只听，一艘艘船，近了，远了，又近了。一次次摇头，转头，还是辨不清，轮船来自哪个方向，去往哪个方向。

今夜有眠，还是不知道，这条河道上，一共走过了多少个轮船。（作者系民盟杨浦区委员会盟员）

责任编辑 黄嘉乐 xcb@shminmeng.com

年味

人生随笔

●上海大学美术学院教授、博导 市文史馆馆员 黄阿忠

我捋了捋构成“年味”的那些事：燃放烟花爆竹、拜年、走亲访友、看电影、看文艺演出、旅行等等，还有一个占很高百分比的是“吃”。

想起那个物资匮乏的年代，煤、油、粮及副食品供应紧张，全都需要凭票；每当春节，国家会增加配量，向市场投放许多平时控制得很紧的商品。而有些副食品还要看家中人口而分大户、小户发放，其实提供给大家的食品还是短缺的。虽说如此，但是供应还是比平时丰富了许多。过年时，也能在餐桌上翻出花样、营造出盼望已久的年味，提高了大众的情绪价值。

过年有年味，而且有不同的“味”，时代、地点、风俗不同，都会有不同的“味”留下。不管是过了多少年，现在回想起来，还是有回味。

那些年，寒冬腊月就已经开始做过年的准备工作。比如说冒严寒去南货店买各种食品，去纸张商店买花纸头糊墙壁，买红纸头写春联，包括储备油、盐、酱、醋等。接下来便是制腊肉、腌咸肉、磨糯米粉、油爆青鱼等等，忙得不亦乐乎。

腊月开始的贮藏，和那些慢慢攒起来到过年才享用的货物、食品，让你逐渐感到有过年的味道。更有过年气氛的是大年夜做蛋饺、炒花生、炒瓜子、炒蚕豆（蚕豆上市时攒下晒干的）等；炒长生果、瓜子、蚕豆要用沙，所以年前到处找黄沙也成了“备年货”的一项重要内容。吃，是构成年味的重要组成部分。

自己做蛋饺是最有年味的一件事情。母亲先调制好肉馅，打匀鸡蛋，放好调料搁置一边；然后我上阵，用铝制的勺子将煤球炉上加热，涂一层猪油，倒一调羹打好的鸡蛋浆转一圈，放上肉馅，再合上蛋皮，翻一个身，然后感到

边上的盆子里（此时乃半成品，待过年烧菜时放在汤里、或加辅料红烧）。另外炒花生、瓜子、蚕豆等也必须要有技巧，黄沙早已洗好、晒干，适时放上盐加热，再放入要炒的花生、瓜子等，接着就是掌握温度、恰到好处的火候，做到脆而不焦、焦而不枯。那时候蒸糕、做汤圆也是过年必不可少的，还有煎爆鱼、煎排条、熬猪油等，大家热火朝天。真可谓铁镬一响，热情高涨；油锅一开，年味四起。

那时大年初一串门拜年也有年味。像我们这种十多岁的小孩还没有给人拜年的份，不过是借此机会“搜刮”年货罢了。届时穿一件口袋大大的衣服，到隔壁叔叔阿姨家拜年，“新年快乐”“身体健康”，这么甜甜地一叫，口袋里花生、糖果就塞得满满的。如果不是过年，又哪来这般待遇。

在我的记忆中，有一度过年送大蛋糕是标配，而且也成了年味。大年初一，当然初二也行，骑自行车，蛋糕扎在后车架，去送给自己的老师，或者是朋友什么的。不知怎的，那时天特别地冷，戴着帽子、棉手套，冒着寒风一个一个送，心里却觉得特别地暖。现在回想起来，感觉特别地有“味”。

我想起有段时间废除了许多繁缛礼节，似乎亦不用拜什么年、走什么访，在家里休息几天就算是过年；或者还有食堂里烧点菜，每个职工一份（包括蹄膀、排骨、卤蛋等等）算作年货。这种形式，后来演变成饭店的半成品年夜饭，供大家走亲访友所用。尽管这样的过年减去了不少年味，然而现在却也成了颇有回味的年味。

有一年凑巧在马来西亚吉隆坡过年。那里华人多，过年的习俗比较古典，气氛也比国内浓烈得多。大街上、

国自己的问题同样重要”。如今宜鉴古，无古不成今，我们固然要睁眼看世界、与时俱进，但不能忘记要溯源自己的文化精要，以开辟更好的发展道路，否则，就是生搬硬套。

海纳百川，开放胸怀兼收并蓄

追本溯源是为了不要妄自菲薄。纵观世界，中国是仅存的文明古国，其文化绵延几千年从未断绝。一方面，中华文明的韧性为世界罕有；另一方面，中华文明在相当长的历史时期内都是领先的，梁先生说“根本动摇，也不过近百年事”，不能以一百年来，否定我们的全部。放之今日，同样不能以一时一事之不完美，过错于整个民族。

但与此相对，这绝不意味着要固步自封。追本溯源，中国是一个大一统的国家，民族大融合在中华历史上成为一个永恒的现象。这对中华文化带来的直接影响便是：我们从来就是要在文化上兼收并蓄，不同文化、不同民族的人互相学习交流，由此“独自创发，缓缓形成”了中国的文化形态，这也是我们文化绵延延续的原因。

历经清王朝闭关锁国导致百年屈辱后的中国，将海纳百川的文化传统重新捡了回来，1949年以后到现在，我们更是屡屡在国际上以“求同存异”“坚持开放”“人类命运共同体”等态度发声，不论何种形式，都指向一个理念：海纳百川，以更加开放的胸怀兼收

并蓄、拥抱世界。

思辨求真，坚持中国文化自信

在梁漱溟看来，中国文化属于“早熟”的文化，在历史进程上先西方一步，本属于优越性。这种早熟文化，其产生的思想是将来产生的事物的理论所在，固然是它的优势；然而，理论与实践的脱节，使其难以理解而遭非议甚至不承认，却也成为突出劣势。

这时便需要我们的思辨。在以开放胸怀、兼收并蓄的基础上，中国文化具有深远意义、现实意义的精华，要坚持，确实不好的传统，或改良或舍弃，也未必不是选择。1942年，在延安文艺座谈会上，毛泽东提出文艺工作要“取其精华，去其糟粕”“古为今用，洋为中用”。文艺是文化载体的一部分，由此类推，毛泽东对文艺工作的要求同样适用于中国文化的传承方针。坚定文化自信，讲好中国故事，坚持开放包容，赋能大国发展，是一代人的责任。怕的是，不如辜鸿铭者，把无形的辫子长在了心里。

由此，我们的文化，要成为我们发展向前、民族复兴的基石，而不是包袱。不过，这也是有条件的。这个条件是陈寅恪先生说过的、梁漱溟做到的：独立之精神，自由之思想。

一代民盟先驱梁漱溟做到了，诸多的民盟先辈，也做到了。（作者系民盟上海市文化传媒委员会盟员）