

肖函:放慢内心享受生活,哪怕一刻钟



▲慢慢用心地做甜点,肖函很享受这种状态

沿着蛋糕边缘裱出精美的奶油花朵之后,肖函直起身来,看到夕阳正趴在窗台。此时是3月2日傍晚,芦淞区中心广场拥堵的车辆延伸到了一座桥。当开车的人不停张望,变得焦躁,肖函却来到窗前,从她租在汉华国际13楼的位置远眺落日,等待株洲展开夜景。

找到这种缓慢而从容的生活状态,24岁的肖函花了约3年时间。而讲述她那段寻找的故事,或许会给你一些启发。

快节奏的工作引起了她的反思

时间倒回2013年夏天,肖函从株洲一所职校毕业,然后去长沙找工作。刚毕业那会,肖函浑身充满干劲,在长沙到处求职,有时一天要去好几家公司面试。在一次去面试的途中,因为一个念头,她决定先到一家电视购物公司试试。第一次面试,她落选了,可这激起了她再来一次的斗志,最终,她得偿所愿进入了公司。

肖函在电视购物公司的工作是电话接线服务,引导那些看了电视节目前来咨询的观众购买,并推荐相关的产品。起初,肖函挺喜欢那种“鸡血满满”的工作状态:上百人的大办公室,同事们在格子间接电话冲业绩,热闹得就像个嗡嗡作响的蜂巢,一片忙碌而繁荣的景象。但是渐渐地,肖函发现了这种状态带来的“另一面”。在靠业绩说话的氛

围里,不仅收入直接与业绩挂钩,竞争也相当残酷,身边的人会为了冲业绩而牺牲休息的时间。而且,她自己也会受到影响,不知不觉地,她会把时间更多地用于工作,将业绩维持在中等偏上使用自己免于被淘汰。在公司,肖函甚至看到过这样“疯狂”的同事:他把铺盖卷、毛巾与牙刷等生活用品放办公室,除了吃饭睡觉几乎不休息地工作。即使知道他每月拿到一万元以上的工资,肖函却并不羡慕,“反倒引起了我的反思。”肖函记得,工作后的第一年,她没来得及回家过年,正月初一才有时间赶回家。而那也是她第一次在过年时没和家人团聚。

“这种节奏快到没时间沉淀的生活,真是我想要的吗?趁着刚毕业还年轻,难道不应该去闯一闯,经历更多的磨练,体验更丰富的人生?”那段时间,她和几个好友聊过自己的困惑,也曾在凌晨两三点进行思索,并将内心的想法写在手机的备忘录,一写就写了2000多字。

2 给自己“一刻钟”慢下来

想了很久,2015年年底,肖函决定辞职。她的这个决定,很多亲友都不理解,因为在他们看来,一个刚毕业的女生,每个月接电话就能拿七八千元的工资,干嘛要辞职?

可是肖函自己下了决心,毅然辞职回了家。在家那段时间,她一边考驾照,一边也在想自己到底要做什么?“再找个工作,只会重复之前的经历,为了自己掌握时间节奏,为什么不干脆创业呢?”

这个想法一产生,她就打电话告诉了闺蜜。而她的闺蜜当时在做婚礼策划,不仅每天忙得团团转,布景等工作程序还要搬道具、搭架子,有时要到凌晨才能收工。听说肖函邀她一起创业,她几乎马上就答应了。

只是,辞职容易,创什么业她们却还要找。同在一个教练手下学车的学员给了肖函启发,那学员是蛋糕店老板,而且就在她家附近开店。练车的间隙的一些交流,让肖函很快

确定了方向,“手工甜点刚好是我喜欢的,我想把时间花在喜欢的事情上。”

去年5月,经过一番寻找,肖函和她闺蜜一起去到广州学习手工甜点制作。

自己的手工甜点品牌要起什么名字?对这个问题,肖函和闺蜜想了很久,一直没找到合适的。直到一个中午,肖函慢悠悠地吃着饭,食物的滋味,阳光的温度,闲适的心情,都在如其本然地显现出来,让她觉得那一小段时间特别美好。

那一小段时间,让肖函想到“一刻钟”这个名字。她的想法是,无论多忙多焦虑,每天都应该有一小会儿让自己慢下来,细品生活的滋味,领略生命的美好。之所以叫“一刻钟”,是因为“有人说,在这快速转变的时代,他们有时很渴望片刻宁静或安宁,‘片刻’放在现代来说,就是时长15分钟的一刻钟,我做的甜点,也要给人带来这种体验。”

3 慢慢用心的感觉“很享受”

如今,肖函和闺蜜创业已经将近一年,可她在接受采访时,却很少诉说一路的辛苦。当我说出自己的疑问,她淡淡地微笑着,回答说,“当你用心去做喜欢做的事情时,是真的不会觉得累的。”

而我也确实想象不到,眼前这个温柔甜美的姑娘,曾经和闺蜜两个人将冰箱抬进工作室,去长沙送货时大包小包提了三四十斤。

虽然也会遇到资金等各种困难,有些经营上的事有时也让她抓狂,但每当她穿上白色的工作服开始做蛋糕,她的心思全都扑在怎么把蛋糕做好做精致上了。

原本和肖函几乎从不拌嘴的闺蜜,在做蛋糕这件事上,却容易和她“吵架”。“她说那样做更好看,而我有时也会有自己的想法,有时

就吵了起来。”肖函笑着说,其实她们那个也不算吵架,都只是想把蛋糕做得更好而已。

说起现在的状态,肖函的感觉是“很享受”。做好别人预定的蛋糕之余,她有了更多的时间去享受生活。在工作室,她有时会在桌子上放上花,会看着阳光照进窗台,甚至在做蛋糕时也会放一些轻音乐,让自己乐在其中。

对于株洲这座城市,肖函和闺蜜在职校读书时就互相约定,今后结婚嫁人都要定居在这。“晴天去湘江风光带散心放风筝,夜里去神农城的电视塔俯瞰夜景,这种生活只有这样才能享受。”肖函说到喜欢株洲的理由,依然是因为这座城市能让她过上理想中的慢生活。

对话:“匆忙度日就像猪八戒吃人参果”

记者:你说辞掉之前那份不错的工作去创业,是为了能自己来安排时间,这件事真的有那么重要吗?

肖函:对我来说很重要。之前的工作,我能胜任并且薪水也不错,可它的节奏太快,让我无暇体会生活。生活是丰富多彩的,我如果匆忙经过它,留下的就是模糊的印象,心里也不会得到沉淀。或者说,匆忙度日就像猪八戒吃人参果,一天这么过去了,什么滋味却想不起来,我不想那样。

记者:慢下来“一刻钟”意味着什么?

肖函:一个外国的哲学家,不是有个“15分钟定律”吗?他说,在这个时代,谁都能在15分钟内出名,或者出名15分钟。可我觉得,与其短暂地出名,变得“火”,还不如用那15分钟静静领略生活,让内心获得滋养,哪怕,只有那么一刻钟。

(本版采访 记者 李军)

想做厨子的美食作家茅道:最美好的是陪你食尽人间烟火



▲闲暇之余,茅道喜欢弹吉他唱民谣

“热爱金钱的俗人”

今年年初,书终于出版了,茅道的朋友圈也发得勤了,不仅请来漂亮姑娘拍照做书模,还扬言“买书就送联系方式”,好友恨铁不成钢地留言“自己单身,给别人做媒算哪门子事?”茅道也不恼,嘿嘿一笑,“卖书第一,卖书第一。”

书并不需要茅道这么卖力叫卖,出版社给了他版税,五个点,首印一万册,书的定价是36.8元,他能拿到1万8千来块钱,他觉得这些钱太少,对不起这些年的辛劳,就让出版社发了几百本书来自个儿卖,“以为贴补”,五折进的,全价卖,有朋友抬杠,说网上买还打折还包邮,你怎么这么“黑”?他言之凿凿,我这儿买的有溢价空间:一是囿于出版法规,成书过程中删减颇多,这这儿有原汁原味的原版文章,可以发给他这儿购书的读者;二是如果有需要的话,可以获得作者的亲笔签名——“大概是作家界字儿写得最难看的签名了”,他强调道。

你说“作家不应该高贵冷艳视金钱如粪土吗”?茅道马上急了,跟你掰扯起一万条有钱和没钱的差别,小到个人的衣食住行,大到整个国家的国民经济发展,末了以“原谅我是一个热爱金钱的俗人”来总结陈辞,脸上的表情特真诚,特无辜。你正思考他所说的那些个“歪理邪说”,这厮又从墙角摸过吉他,自弹自唱起陈粒的《正趣果上果》来,翻来覆去就会那两句,“哇呀呀呀,输在没钱,输在没钱”,画风一下又被他带偏了。

“人世间最美好的事,是陪你看过人间风景、食尽人间烟火,不求风起云涌,只愿陪你小桥流水、餐餐人生。”一如书的封面上这句所言,这是一个接地气的烟火人间故事。

藏在美食中的情感与故事

刚接手写美食稿的时候,茅道还没想到出书这么文雅的事,用他的话说,不过是“结束了近一年的流浪生涯,在这座小城寻了份工作安定下来”。

那是七八年前的事了,满腔出人头地欲望的他南下广州,摩拳擦掌以图一展拳脚,不料最终却是“误信匪人流落街头,最窘迫时甚至连一日三餐都难以维持”,好在机缘巧合,他又回了株洲,进入几年前供职过的媒体,成了一名美食记者。

说是记者,其实大部分时候是替有意向在他所供职的媒体上投放广告的大小饭店撰写软文,一般是广告部的业务人员先行谈妥,他则以记者身份前去采访写稿。

只是,到底是念过几本儿书的人,骨子里还是有些清高。软文写久了,茅道自觉难为情,遂向领导建议,压缩宣传版面,辟出一小块“自留地”写写与饮食相关的文章。

彼时,因为工作原因,茅道跟株洲厨界中人已混了个脸熟,知道一些食材的烹饪讲究,加之下笔不能总是“入口即化”等一类空泛的陈词滥调,也趁着闲暇之余把袁枚、梁实秋、唐鲁孙、汪曾祺等人的美食文章翻了个遍,每每行文,总能抛出一两个旧时典故来,杜甫老友八处士深夜待客割下的那把春韭,朱元璋昏倒后遇乞丐喂食的“珍珠翡翠白玉汤”,年羹尧府中需要杀整头猪选材的一盘小炒肉……比起自吹自擂的宣传文章,自是生动有趣得多。

后来,茅道又接手了一档美食栏目,每期写一道菜与人的故事。如他所说,“最好吃的,永远是人。”妈妈的蛋炒饭,奶奶的红烧肉,陪前任逛过的路边摊……与其说是尝美食写烹饪,不如说是回味过往时光里的情感与故事。

就这样,从2012年到2016年,茅道以饮食为皮相,将那些散落在美食里的情感与故事串联起来,结集成书。



书名:陪你食尽人间烟火
作者:茅道
出版社:北京时代华文书局
出版时间:2017年2月
书号:ISBN 978-7-5699-1105-3
定价:36.8元

不过,还没来得及修炼成一个合格的厨子,顶着“资深美食记者”帽子的茅道倒是屡屡被同一个问题问得哑口无言,“你吃过的最好吃的菜是什么?”

每每这个时候,茅道总是颇为犹豫,不是怕得罪人,是真的答不出来,沉思良久,他在微博上发了一段感慨聊作回应:

“就我认为,最好吃的永远是你喜欢的那个姑娘亲手下厨端出的那盘也许并无章程的大杂烩……”

啊,但愿这本书出版后,你能牵回一个陪你食尽人间烟火的姑娘。

(本版采访 记者 高玲/文 吴琦/图)