

古人云“衣食住行”，衣服排在第一，可见衣服在人们生活中的地位。衣服也被称为人的第二皮肤。虽衣服是遮盖身体的东西，但不同的年龄、不同的职业，以及不同的时代，却各有其特点。衣服反映了一个人的情趣、职业，以及品位，也反映出一个人的特征。

不同时代，其服装各有特点。最近看到一位法国摄影记者，在一百多年前拍摄的一组中国的照片，街上的行人大多身穿长袍马褂，颇觉新奇，给人一种隔世之感；而上世纪二三十年代，西风东渐，都市年轻人大多是西服领带，颇为洋气；而上世纪六七十年代，人们都身穿蓝色、灰色的中山装，给人一种土气的感觉。

上世纪70年代初，我

警服是我最美的时装

李 劲

读中学时，流行蓝、灰色中山装，表面上看都是蓝灰色中山装，但其质地不同，显示出身份地位的差别。一般工人大多穿卡其布中山装，知识分子和一般干部大多穿涤卡中山装，高级干部和知名学者多穿呢子中山装。但涤卡和呢子中山装一般人买不起，因那时工资普遍较低。我初三时买了一件蓝色涤卡中山装，显得特别耀眼和时尚，上学时，感到特别扎台型。

不同职业，喜欢穿的服装也有其职业特征。姑娘喜欢身穿什么服装的人，可谓是一个时代青睐的风向标。上世纪50年代，社会上劳模最吃香，姑娘便喜欢嫁给穿白色对襟衫、戴大红花的人；60年代，军人最受老百姓爱戴，姑娘便喜欢嫁给穿绿军装的人；70年代，工人老大最受追捧，姑娘便愿意找个穿蓝色工作服的工人兄弟；80年代，知识分子

最吃香，姑娘则喜欢与身着西服的大学生谈恋爱；90年代，私企老板最富裕潇洒，美女们纷纷嫁给穿名牌服装的大款；新世纪，领导干部神通广大，姑娘便爱找穿名牌夹克衫的公务员。

上世纪70年代，我从军人伍，那时军装还很流行，与我同机组的小卢有三个兄弟，都等着他寄军装，但每人只发两套军装，老实巴交的他被逼上梁山，将洗好的军装当着众人晒出去，见无人时悄然收回。随后“谎报军情”说军装丢失，我为之作“伪证”，他终于如愿以偿补发一件崭新的军装，赶紧进城寄给远在贵州的大哥。

80年代初，我复员回到上海，开始流行穿西服，出门开会做客，或参加婚礼，西服悄然替代了中山装。我买了一件半个世纪骄傲的培罗蒙牌子的灰色西装，戴上红色领带，加上身材有型、年轻帅气，好马配好鞍，真是英俊潇洒。谈恋爱时，穿上那件灰色西服，女朋友一见钟情。结婚时，又买了一套黑色涤纶西服，戴上紫色领结，拍出的结婚照，颇似靓仔演员。

我那时以为自己穿西装最漂亮，但生活中的几次经历，改变了我的观念。一次是1988年5月，我赴丹东参加公安杂志举办的笔会。许多人身穿警服赴会，我也身着83式凡尔丁

警服参加，外地作者惊讶我这么年轻就穿上了“干部服”，更有几位女作者夸奖我身着挺刮的警服英姿潇洒。几位县公安局的作者对我说：“在我们那里，只有局长才穿得上这身呢子警服，你是什么级别的干部？”我解释说：“副主任科员。”他们便叫我李主任，一下子将科级干部提升到厅级干部。

但另一次拍摄电视片的经历，彻底改变和固化了我的服装观念。那是上世纪90年代初，我写的一篇上海市公安局徐汇支队优秀共产党员的通讯，被选人电视宣传片。导演是上影厂的赵焕章，他导演的《喜临门》《咱们的退伍兵》深受观众喜爱。我有幸参加了电视片的拍摄，

在两个多月的拍摄过程中，我穿过灰色丝绸夹克衫、穿过黑色涤纶色西服，也穿过藏蓝呢子中山装，因我扮演其中的一位交通警察，还穿过89式橄榄绿西式警服。

拍片近尾声时，上影厂的一位张姓服装设计师，曾获得最佳服装金鸡奖，她对我评价说：“我仔细观察了你的穿着打扮，你还是穿警服最漂亮。”我好奇地问：“何以见得？”她笑曰：“因为警服与军服一样，体现出男子汉的阳刚和尊严，警服里面还蕴含着正义、威严和安全感。”我茅塞顿开，深以为然。故此，我出书时，在封面的勒口配作者照片时，喜欢挑选身着警服的照片，因为警服是我最漂亮的衣裳。

晋北乡下把生男称“添丁”，谓大喜；生女则称“添口”，谓小喜。如今生男生女都一样。主人要在自家院门两旁，放置大红纸剪成的纸钱，形状有专门讲究——生男剪方形，生女剪圆形。山西是煤乡，剪好的红纸钱上要压一小块黑炭，乡人叫“黑银子”，寓意喜上添喜，前途似锦。孩子出生三天，主家要蒸当地特有的一种“毛头馍馍”，模样大小跟上海人常吃的生煎馒头差不多，只是没馅，实心底。馍馍的正上方与前后左右四面，加盖红双喜印记。蒸这种馍馍大有讲究——小人儿胎期若是平年，要蒸12个，闰年则要蒸13个，多了少了都不行。然后主人带着蒸好的“毛头馍馍”专门来向姥姥家道喜。生了男孩，馍馍里要包一小撮大米，若是生女孩，则包一小撮红豆。“满月”是小儿出生后第一个隆重日，但并非是在满一个月后举行，而通常是在出生半个月时——“半”与“绊”同音，寓意可以把病痛灾灾绊住，小人儿得以健康成长。

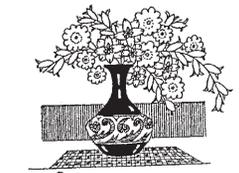
早前请吃满月酒，一般只在亲戚之间进行，姥姥家是主宾，不知何时这酒席范围越吃越大，渐渐发展为一种潮流趋势。前来贺喜的亲戚，必须携带亲手蒸制的“圆匾”，姥姥家的最大，别家必须小而其次。圆匾用发面蒸制，一个大面圈，四周粘满各种面饰，多为锁头，形状随意，统称“长命锁”。除此外还有面饰十种，男女迥异。我那天所见姥姥家带来的圆匾上，九只石榴围绕成环，中间蹲坐一个胖娃娃，屁股被一只巨大佛手托起。一看就知道是生了男孩。乡人称其为“九石榴一

佛手，守着妈妈永不走”。若是生了女孩，则要剪九朵花，叫做“九朵莲花一根藕，长大能活九十九。”旁人不必问，一目了然。面圈上空隙不能留白，要以各式叶状面饰粘得满满当当。圆匾蒸好，笼屉一揭开，面香四溢，雾气腾腾，趁热在上面随意点红点绿，都是食用色素。不论所生是男是女，圆匾上一律要再加摆一只大石榴，当然也是面制品，端放于正中，寓意“留”与“多子多福”。此外，在所有圆匾上还要拴套一种由红色毛线或铜钱编成的手工饰物，当地人称其“锁日”。希望好日头的脚步，慢点慢点再慢点。

来参加宴请的亲戚，通常会赠送金银饰物。那天有人送了一条项链，驴驮葫芦，毛驴身上刻有“长命富贵”，葫芦身上刻着“长命百岁”。憨态可掬。早前讲究姥姥与奶奶家的赠礼，必须在来客中最多且最重，现在没那么多讲究，但姥姥与奶奶必须加赠亲手缝制的灰被灰袄灰棉被。为啥必须是灰色？横竖没搞懂。其他亲戚也要加赠三尺布帛，颜色各异。通通叠成“笔架”形，横平竖直，寓意小人儿一生平安。听奶奶讲，我爸爸是老生子，特别娇养，吃满月酒的前几天，我爷爷奔去田间刻意捕得“黑佬佬”（一种田鼠类动物，毛色油黑，怕见光，其爪酷似婴儿手）一只，将其前爪刺下，风干后缝缀于枕头两边（也有的人家直接套在小人儿手腕上）。听得我鸡皮疙瘩落一地。如今化肥农药使用普遍，“黑佬佬”早已踪迹全无，这一幕也只能成为历史画面，随风飘散，无迹可寻。

满月酒

子 溪



夜光杯

休息日去了上海古猗园，想不到在绿色园林中，中国古代的传统启蒙典籍《三字经》被搬进了园内：《大禹治水》、《欧阳修苦读》、《近朱者赤》、《张良拜师》、《孟母三迁》、《五子登科》、《神农尝百草》……多样的人物造型，多彩的色调搭配，多元的生活图景……17组美观的玻璃钢化卡通人物雕塑配上动植物等元素，以立体画面和文字展示《三字经》中的一个个经典故事。众多游客饶有兴味地参与了一场有识有情有趣的学诵讲《三字经》国学活动。

跟着母亲、外公一起游园的男孩东东抬头看见墙上的《三字经》即可自豪地朗读“人之初，性本善……3岁女孩球球闻声小跑过去也像模像样跟着哥哥一起读“性相近、习相远、苟不教、性乃迁、教之道、贵以专……”两个小孩的自然表演吸引了众多游人。球球笑着说球球不识文字，她是在背诵。

园内的《孔融让梨》、《闻鸡起舞》声控展台，驻足的人群众多。不少家长让孩子朗读“幼儿学，壮而行。上致君，下泽民。扬名声，显父母。光于前，裕于后。”的三字经，然后再给孩子讲故事。应该向孔融学习，尊敬长者，有好东西要分享，要学会先人后己才是好孩子；应该向《闻鸡起舞》中的祖逖、刘琨两位圣贤学习，每天要勤学苦练才能练就一身真本领……有景有声有故事，大小孩子在游园中接受了传统文化的熏陶。

“爸爸，为什么要杀这头猪？”在《曾子杀猪》展台前一个胖男孩问。

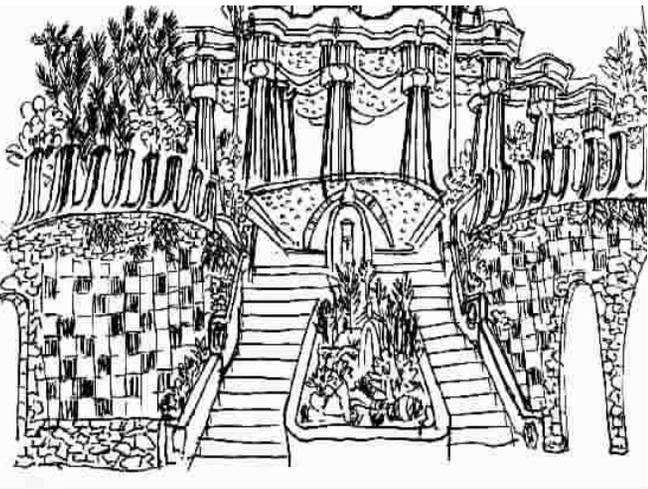
那位爸爸从口袋里掏出手机对着背景上的二维码扫了一下，看后胸有成竹地回答，“因为妈妈骗孩子说，只要听话就杀猪给他吃肉。那位叫曾子的圣贤认为父母应该说说话算话，不能骗孩子，所以他就杀猪给孩子吃肉……”“哈哈，你们也要好好学习学习，以后可不能骗我啊！”那位胖男孩乐了，他用手指着自己的父母开心极了。

“奶奶，这个老爷爷为什么闭着眼睛？什么叫‘五子登科’？”60多岁的奶奶摇摇头说不知道。10多岁的孙女撇撇嘴说：“奶奶还读过大学？骗人的吧！”那位奶奶受不了了，感觉很冤，向几位年长的游客求证：“你们说我们读书时有没有读过什么《三字经》？都没有学过吧？”大家纷纷点头，动荡的年代里，《三字经》等经典文化都被封为“封建糟粕”，如今的老一代对国学知之甚少。

被称为“千年古训”的《三字经》全文1722字，言简意赅适宜背诵。古人曰：“熟读三字经，便可知天下事，通圣人礼。”据记载，1990年，联合国教科文组织将《三字经》选入《儿童道德丛书》向全世界发行，《三字经》成为世界文化遗产。遗憾的是，前几十年里，普及率很低。欣慰的是，古猗园用具象化三字经内容使“国学宝贝”鲜活起来。如今，全社会重视中华民族优秀传统文化的传承。学诵三字经、古诗词已成为青少年儿童们的热潮，各类媒体、老年大学、社会各类教育培训机构也在努力地为当上长辈的中老年人补上缺失的传统文化这一课。



边看边聊



西班牙奎公园(速写) 裴璐

退休多年来，养生无疑是第一要务，但于我又是很难践行的苦事。一则喜欢睡懒觉，难以坚持晨练，二则不喜欢吃补品，保健品，自然少了宝贵的营养成分，而且餐食虽然清淡，偶尔也吃点“红肉”解馋，晚上虽然按时就寝，碰到急需的稿子就会忍不住开点“夜车”。我不刻意讲究养生，却始终精神健旺，气色颇佳。多次体检下来，除了高血压仍需药物控制外，其他状况基本正常。每当有朋友讨教所谓的“养生秘诀”时，我总会指着桌上的几本唐诗宋词，笑着说：“这就是我的‘本草纲目’”。

诚然，我不反对老年人适度参加体育锻炼，但觉得必须量力而行，适合自己。对我而言，更觉得“健身先健心”，精神的调养可能比

锻炼身体更为重要。刚退休时，我一度情绪很低落，焦虑、厌食、郁闷、失眠，各种症状接踵而至，跑了多家医院，吃了大把药片都无效。

就在无可奈何之际，一个偶然的场合使我找到了医治的良方。那是一个夏日的夜晚，我一人旅游意外地困顿在南方的某个机场。由于天气的原因，我乘坐的航班要延迟三个小时才能起飞，当时一听到消息头都晕了，种种不适顿时遍及全身。为了打发漫长难挨的待机时间，我突然想出了背诵唐诗宋词的招法，索性独坐一处，静下

“诗词养生”有奇效

徐明中

心默默，我思绪穿越时空，依次谦恭地向李白、杜甫、苏轼、辛弃疾等古代诗词大家问候，咀嚼着精美的诗句，领悟着高远的意境，浸淫其间尘虑尽消，神清气爽，第一次真切地感受到诗词的艺术魅力和健心安神的妙用。从此，我将诵读、抄写唐诗宋词作为养生的必修课，并且渐渐地悟出了其中的门道。每天早晨，我常会诵读岳飞、苏轼、辛弃疾的豪放诗词，冥想自己成为手执铁板铜琶的关东大汉在仰天长啸，不但在豪情中顺势吐故纳新，还提振精神，滋养“浩然之气”，给一天带来了好心情。午间小憩或写

七夕会

心默默，我思绪穿越时空，依次谦恭地向李白、杜甫、苏轼、辛弃疾等古代诗词大家问候，咀嚼着精美的诗句，领悟着高远的意境，浸淫其间尘虑尽消，神清气爽，第一次真切地感受到诗词的艺术魅力和健心安神的妙用。从此，我将诵读、抄写唐诗宋词作为养生的必修课，并且渐渐地悟出了其中的门道。每天早晨，我常会诵读岳飞、苏轼、辛弃疾的豪放诗词，冥想自己成为手执铁板铜琶的关东大汉在仰天长啸，不但在豪情中顺势吐故纳新，还提振精神，滋养“浩然之气”，给一天带来了好心情。午间小憩或写

调研的重心

陆 雪

近来不时听到群众说起，他们向一些到基层调研工作的干部反映困难问题，对方要么避而不答，要么故作高深给你讲理论，要么满口答应回去请示领导，结果却如泥牛入海。面

对最迫切的民生诉求，少数干部行缓兵之计的做法和回避问题的表现，被基层群众讥讽为“耍滑头”。

干部到基层进行调研，本是为了掌握社情民意、解决群众难题、汲取群众智慧、增进与群众的感情。然而，对于群众反映的问题，有部分干部应付应对，上级没指示不敢干、手边没文件不愿干，事情再急也不拍板、诉求再强也不主动。如此，不仅会挫伤群众感情、损害干群关系，也损害党和政府的形象。谁在真心为百姓办实事，谁在群众面前装样子，百姓看得最清楚、心里最明白。在群众面前“耍滑头”，绝不是什么“当官智慧”。怕矛盾、怕担当、怕认真，这样的“智慧”不可取、不能要。

箫统书庵

程 庸

哀伤的人很少到此看前朝落第者，历代叩拜者，也只想撕几页古线装为明日的经世与及第筑台。匆匆来的，又匆匆返回，是江陵城危似朝露的宠儿，又是花鞋后庭边泡熟的秀才，自然分不清，家国情怀的前世善本，携带的只是当下的手抄。通常，自古穿越的都难抵春秋的起落尘埃，而油墨未干的，得在山巅寺庵的庭院里，历经千百年，萋草的疯长，与烈日的曝晒。



健康