

听到一件事,一个女孩和母亲发生激烈争执,母亲一怒之下,叫她滚出去,女孩二话不说,出了门。不料,在过道廊上,从十五楼的窗口纵身一跃,“扑通”一声,瞬间,十六岁的花季香消玉殒,凋零在栀子花盛开的初夏季节。

好想让她穿越

周珂银

那天,我们办公室的几个同事在议论小事,虹姐嗔骂道,现在的小囡要呵护,一点也伤不起,怎么好让孩子滚呢?以为是我们那个年代啊,叫小孩子滚进滚出介随便。滚出去,在外边玩一圈,自己又滚回来了,放到现在就没准喽,跟孩子讲话,一个“滚”字千万使不得呀。

被她这么一说,不由得勾起我儿时的回忆,细细想来,我们小时候还真是那么一回事。那时候居住在复兴中路上的一条弄堂里,说是一条弄堂,其实里面是弄与弄相衔,小巷小径蜿蜒,通向多个弄

堂口。往东拐是顺昌路,往西走是黄陂南路,一直延至现在的新天地,我的同学和玩伴大都聚集于此。记得十来岁的时候,有一次,我挑食,一盘黄芽菜炒肉丝,我只拣肉吃,我妈端走了那碗菜,偏把一碗炒萝卜推到我跟前。我赌气,撂下筷子以示抗议。我妈说,不想吃就出去,不要在餐桌上甩筷子。于是,起身走人,一溜烟下了楼梯,出了后门,来到弄堂,正巧遇到客堂间的阿芬和4号里的三妹在找人跳橡皮筋。见我气鼓鼓出来,她们反倒是喜笑颜开。阿芬拍手道,怎么,被你妈骂出来啦,我们正缺人呐,先来,跳橡皮筋,让你先跳,消消气。于是,唱着童谣“小皮球,小小来,落地开花二十一……”跳

呀跳,跳到两手将皮筋举得高高,天色暗了,气也消了,自己便自然“滚”回去了。

某一个下午,轮到阿芬被她妈妈“滚”出来了,她哭兮兮的一张脸来我家,因为数学开红灯。我也幸灾乐祸地笑,随即拿出一把五颜六色的游戏棒,将将齐整,置于桌面,手一松,哗啦一声,四面散开,而后,两人专心致志地玩起了挑游戏棒。直到掌灯时分,她在楼下扯着嗓子喊,阿芬,还不回来,还想在人家家里吃晚饭啊。阿芬朝我挤挤眼,努努嘴,又屁颠屁颠“滚”回去了。

最有趣的是,有一次放学后,不记得为了什么事,我和外婆拌起嘴来了,外婆持一把裁剪尺子将我撵了出来。我往楼下走,阿芬正上楼,那天她也被撵了出来,我们俩一合计,上阳台玩。上了阳台,又站着累,于是顺着与隔壁阳台相隔的木栅栏爬上了房顶,这是我们过节看烟花的地盘,两人坐在房顶上,肆无忌惮开始

“控诉”家里的大人,直侃到天上星星冒出来了,初秋的风吹在身上有凉意了,两人才下了房顶。刚落阳台,就听见下面天井里的嚷嚷声,趴在阳台上往下看,是强子和他爸爸。他爸说,小鬼头,有本事你今天就别回来。强子“捣糨糊”说,你让我滚,我已经在弄堂里滚了好几圈铁环了,现在天墨黑了,再滚到哪里去?我肚子已经咕咕叫了呀。不等他爸许可,他已经哧溜一下窜进了灶披间。我和阿芬在上面笑得不行,早已忘了自己也是被撵出来的人。

而今想来,弄堂的格局和氛围还挺适合孩子“滚进滚出”的,它原本就像一个迷宫,有一种“玩”的气场。有玩伴、有玩的场所,大人的“骂”真的是可以一边进一边出的,玩过以后,一切都可以烟消云散。

于是,突发奇想,想起了那个花季少女,好想让她穿越到那个朋友之间能够真切交往的年代。当她气冲冲地出了家门,有人陪她跳橡皮筋、有人陪她玩游戏棒或是陪她聊聊天,之后,她又一蹦一跳地回家了。

从停车场到楼道门口有一段高楼间夹出的人造风口,冬天的时候最烦经过这里,风会吹得整个人荡荡的,树叶间互相刮蹭的声音也尖利起来,平白的多了些萧索的味道。屋子里也冷,不开空调时会因为下意识地蜷起身而很难正常活动,这时候难免常常想起北京。

父亲生病的那年我曾陪他在北京呆了大半个冬天,那里的医院房间里永远是一件T恤的温度,空气是干燥,日夜开着加湿机鼻子却依然干得发痒。走出屋子时会感觉脸上的皮肤一下子绷紧,就像看着父亲在手术室里做穿刺的心。成长总是在一刹那那完成的。有时候“长大”是这个世间最不温暖的事,如同寒冬腊月间北京的医院病房,烘热得心烦意乱。

爸爸是中医,说话慢悠悠的,但却是个急性子。他喜欢吃甜食,因为中药太苦,所以他几乎从来不吃中药。小时候他给我开的治咳嗽的方子里加了不知道多少甘草,熬出来的药是酸涩的怪味道,其实还不如苦的干净。那時候的医院是我的幼儿园,药房里有很好吃的四季润喉片,橘黄色的含片,嚼着吃有浓浓的水果味道,偷吃多了被爸爸抓到时哭得就特别嘹亮些,看来是管用的好药。

那时候没有地铁和私家车,老妈周末才会从浦西回一趟浦东,所以冬天里父亲会托医院的护士阿姨带我去浴室洗澡,每次都被她们又擦又搓搞得浑身肉疼。好不容易上完刑跑出来,就会看见他推着自行车等我,那时候没有暖冬,

冷暖自知

施政

一路坐着自行车回家,湿湿的头发会结成一条条小冰柱子,披在肩上磨着滑雪衫发出“沙沙”的声音。可是一点都不冷,我会故意甩头发来听,问他是不是哈尔滨就是这个样子?我这样的耐寒,是不是就可以去那里玩?

洗完澡最舒服的事莫过于倒头就睡,但我却总是赶不上好时候,逢到高考时是扩招前的最后一届,做不完的作业,即使是光抄答案都要写到12点。11点半的时候父亲总是会给我准点下“提神面”,就像是做他的功课,然后才能去睡。那时候我疯狂迷恋方便面,偶尔他会给我换换口味,自己做葱油干挑面,或者浓汤番茄面什么的,但这会让我本来就脆弱的神经受不了。有时候变化是可怕的,我请他物事外地考虑一下:要是写了一万遍的物理题考试的时候考不到反而考了别的什么东西,那种惶恐是什么样的打击。父亲把我情绪的乱七八糟归咎为缺少睡眠而引起的内分泌失调,所以大方给我开了一个礼拜的假条让我好好睡觉。

在之后的很长一段时间里,这件事都是我向同学们炫耀的资本。后来在夜里我不能睡着的时候,常常会想起这些暖暖的回忆。

父亲属蛇,生日是在腊月。母亲说冬天的蛇很苦,因为没什么吃的。小时候的我会认真地安慰爸爸说,至少藏好了不会被抓到,不像夏天的蛇总是会被抓起来吃掉。新的一年是我的本命年,可以撒了欢地跑,就像很多年以前的那辆自行车,只不过这次是换我骑着。

以买很多东西啊。

打那以后,每次帮外婆买葱,我便小心翼翼起来。早上用热水瓶打豆浆,顺便买几根葱,外婆会自己切好榨菜,用油和葱葱花拌一下,将它们和碎油葱放在一起冲进豆浆。洗葱时,我也不舍得将根扔掉,把他们放到小盆里,或者鸡蛋壳里,让它们再生长。对于小小的我来说,葱是美味,也很珍贵。

快40年过去了。成家立业后,自己买菜做饭,我一直保留着撒葱花的习惯。烧菜时少了葱,就会觉得少了重要的东西,吃起来也不够美味。有年去英国留学,偶然在超市里看到了葱,我那个开心劲啊,赶紧买回来,第二天早上为全班20几个同学每人做了葱油饼。远在他乡,因为有葱,就有了家乡的味道。

现在主妇们去小菜场里买一些菜,熟悉的摊主经常会送一把葱。即便小菜场的葱送完了,到超市也可以买到一大把一大把的葱。现在的几元钱真的没以前那么重要了,可是,我仍旧经常会仔细地把葱葱的根留下来,种到自家院子里。尽管割下来吃的机会不多,但是,这种习惯,和烧菜少不了葱花一样,是儿时记忆的延续,并且早已成为了生活的一部分。

2002年夏,我去牙买加首都金斯顿采访世界青年田径锦标赛。一天下午的比赛,我坐到了看台上中国队官员的旁边,没想到,我国驻牙买加大使馆的二秘小高也在这里,一同为中国队加油。

小高知道我是国内来的记者,很高兴也很亲切,他说,牙买加是个小国,平常使馆的事不多,一年接待不了国内的10个代表团,不像近邻美国,那儿的使馆有时一周就要接待国内10个团组。

比赛结束,小高请我搭他的面包车回住地。路上,小高说,来趟牙买加不容易,问我愿不愿顺路看看著名的蓝山。我喜出望外。不一会,汽车来到丘陵地带。小高指着两边郁郁葱葱茶树群的植物群说,这就是蓝山咖啡。望着满山墨绿色、半高不矮的咖啡树,我非常兴奋,在世界最顶级咖啡蓝山咖啡的故乡,与之零距离接触,余晖下仿佛是在梦中。小高特意为我放下副驾的车窗,一阵清凉湿润的植物气息直入心脾。小高告诉我,牙买加的蓝山咖啡种植园,基本上都被日本人买下了,每年90%左右的“蓝山”都要供应日本,所以,本来产量不高的“蓝山”在世界上就更显珍贵。

可以说,是得天独厚的地理条件成就了“蓝山”。我想起一个细节,从金斯顿国际机场出来,汽车沿着公路向城里驶去时,公路几乎就是擦着海边走,而且海水时不时就会轻轻漫上公路的边沿,我也就顺势眯起眼睛,体会一把“行船”的感觉。我当时想,海平面就是陆平面,海拔0米,这也太有趣了。也许,各种独特自然环境的综合作用,才孕育出与众不同、独此一家蓝山咖啡吧。

更使我吃惊的是,小高告诉我,即使在牙买加,蓝山咖啡也是非常难买到的,牙买加方面给中国大使馆的配额,是每人每月平价供应10小袋,每袋半磅重(约4两多)。小高知道我想为亲友带点“蓝山”,他允诺尽力帮助我。

回国前一天,小高交给我10小袋蓝山咖啡,记得价格不到10美元一袋,他说这是他本月的配额。同时,他又送给我两袋:“能多送一人就多送一人吧”,他说。而且这两袋他坚决不要我的钱。我甚是感动。随后,我在金斯顿机场免税店看到了这样的“蓝山”,价格高出七八倍。再随后,回国后的一天,得到我一袋“蓝山”的某张姓友人,惊讶地告诉我:“我查了一下,北京、上海的五星级饭店,一杯蓝山咖啡要一千块钱哪!”



在德国的日子里,一天,房东芳姐骑着摩托车带我去参观欧芬巴赫的皮革博物馆。博物馆相当不错,展现了最原始的皮革制作过程,最让我惊奇的是,居然还藏有我们中国古代的展品:有“三寸金莲”、刻花皮箱,还有几套大型的皮影剧目等等。参观结束回来的路上,芳芳顺道带我去 SENIORENHILFE (老人协助中心) 用午餐。

这是一座大平层的建筑,没有标识。环顾四周,高大的树干粗而硕壮,层层叠叠的树叶婆娑摇曳。用餐的大厅看上



二月兰(剪纸) 奚小琴作

前不久,家住无锡新区的惠大爷像往常一样,在家附近的单杠上练引体向上,做了几个动作后突然觉得左手发软,握不住单杠,回家后又感到左侧身体发麻,家人紧急把他送往医院。开始医院诊断为脑中风,但治疗后不见好转。后送至苏州附一院请专家会诊,确诊为椎体硬脊膜外血肿,必须立即手术。虽经手术清除了血肿,但还是导致了高位截瘫。如今只能坐在轮椅上,生活已不能自理。

不适宜的“引体向上”

吴文元

常听一些老人说,不服老,保持这种不服老的精神状态是可以的。但在体育锻炼上还是应该要服老,多做适合老年人的运动,千万不要超负荷。由于老年人的一些脏器开始老化,全身的血管、韧带、肌腱的弹性明显变差,一些剧烈的运动容易造成血管破裂,韧带、肌腱拉伤。一旦拉伤,是很难恢复的。有一位老阿姨喜欢爬山运动,后来感到膝关节疼痛难忍,到医院一诊断,确诊为膝关节损伤,原因就是她长期爬山造成的。

其实,适合老年人的运动很多,如步行、打太极拳、做健身操、跳健身舞等。有的老年人有一种逆反心理,越是膝关节疼越要去爬山,越是年老越要与年轻人一起运动,认为这样就是年轻态,这样就能返老还童,实际上已经陷入了老年人锻炼的误区,这是值得引起我们关注的。

种养老方式:居家养老,以房防老,机构养老,而最为特别的则是社区养老。这是德国政府为了解决护理人员短缺的问题,而实施的“储存时间”制度:参加老年看护的义务工作者可以累计服务时间,换取年老后享受他人自己服务的时间。一些地方的具体做法是:为了确保照顾老人的服务质量,你须先成为会员,然后还要进行考核才有资格上岗服务,自己拿钱但可以积点,以后就可拿积点换服务。如果你是会员,但以前没有积点,那你就得付费:第一个小时2.50欧元,后面是1.50欧元一个小时(市面上大概是10欧元一个小时)。这

多,还不时地看到有些人拿着锅子,买好了带走。德国的每个城市几乎都建有一排排的长桌上铺着白底红花的方桌布,桌面上相隔一段距离放上小花盆景,长桌两边整齐排列着酱红色沙发靠背椅,用餐环境舒适干净。

吃的食物基本是套餐,那天我点的是意大利起司焗面,配上蔬菜沙拉,一碗肉丸汤,还有一根香蕉和一盘酸奶,总计费用4.50欧元,很实惠,又营养均衡。他们的餐厅有点像我们的大食堂,而且对社会开放,任何人都可以到那儿用餐。不过,老年人居

房客艾伦,已是84岁高龄的老太太,她就一直手握“斯迪克”,相当有风度地独自一人步行15分钟去那儿用餐,并且她把每周供应的菜谱一一记录在小本子上,还画上几个圈圈,很有意思。目前德国老年人主要有四

初尝“特别的午餐”

汪卫平

张,小孩子居然吃葱不吃肉,真是戇!”记得有一次,外婆给我2角钱,差我去买葱,卖菜的阿姨给了我一把。我想烤大排里的葱葱那么好,这一把怎么够呢?突然想起刚拿的压岁钱,于是折返上

楼拿了几元钱,又买了更多的葱。一边拿回家一边还特得意,想着晚上晚餐一顿葱,还想着外婆表扬呢。哪里想到,外婆看到那么多葱,马上就着急了,她叫来我妈妈说:“小朋友钱不当钱啊,买了那么多的葱。”妈妈也着急,数落了我好久,又去菜场把葱给退了。当时委屈的我怎么会知道,在上世纪70年代初,即便是几元钱也可

种“先存后取”的养老制度,已经渐渐成为主流。走出餐厅,外面整齐排列着两层楼高、白色墙面的老年公寓,线条简洁明了。整个中心方圆约2平方公里,全部掩映在大树下,这片区域里面还设有专为老年人服务、护理的培训学校,学员不分年龄,一期约20人左右。周围是开放式的小路,人行道、自行车道穿梭在树丛中,空气清新,环境静谧,相当适合老年人在此居住休憩养生。用过这顿午餐,使我从一个侧面看到了这里老人晚年的生活状态,之所以他们年高而精神矍铄,是与优美的居住环境和优裕的社会保障分不开的。



种“先存后取”的养老制度,已经渐渐成为主流。走出餐厅,外面整齐排列着两层楼高、白色墙面的老年公寓,线条简洁明了。整个中心方圆约2平方公里,全部掩映在大树下,这片区域里面还设有专为老年人服务、护理的培训学校,学员不分年龄,一期约20人左右。周围是开放式的小路,人行道、自行车道穿梭在树丛中,空气清新,环境静谧,相当适合老年人在此居住休憩养生。用过这顿午餐,使我从一个侧面看到了这里老人晚年的生活状态,之所以他们年高而精神矍铄,是与优美的居住环境和优裕的社会保障分不开的。

今宵灯谜

陆贞雄 加药数味 (国画家) 昨日谜面:何谓“躲寿”? (香港影片) 谜底:《逃出生天》(注:须读作“逃出生天”。不愿“庆生”故意躲开,俗称“躲寿”)