

善。来,即使小小的吐痰之举,也有待于我们进一步自律与完善。

读者诸君,看了这条“垃圾桶语”,你意下如何?看

来,即使小小的吐痰之举,也有待于我们进一步自律与完善。



你会吐痰吗?

吕震邦

早年有“吐痰入孟”之说,是文明之举。那时候,在办公室的角落、家里客厅的边上,都放有痰盂,上面还有长柄盖子,方便“吐痰入孟”。那时的城市马路边、人行道上,也没有铁质痰盂,上面有铁条,行人吐痰,此处入“孟”,尽管周围痕迹累累,也算是文明之举。

如今,这两种情况早已烟消云散,完全绝迹了。痰,大概有了另外的去处。清洁工卫生上上了一个新台阶,文明又进了一大步。

但是,如今不尽如人意的吐痰仍然有所见,除了极个别的仍然是随地吐痰外,尚有以下的一些新吐痰习俗,有待用文明来纠正它。

譬如,如今每一个地铁站,都有塑料袋式的垃圾桶,乘客扔垃圾十分方便,生活垃圾都往里头扔,包括刚刚看完废弃的报刊杂志。可是,垃圾桶旁边边有这样的情况,让人感到非常“腻腥”:有人向垃圾袋里大捧鼻涕、大吐其痰!此举实在大煞风景!

地铁垃圾桶里有了鼻涕与痰痕,给本来可以回收的垃圾分类带来了麻烦,给清扫人员、分类人员带来了下小时的难堪与困难。弊处是不说自明的。而且,在地铁里,还有一些拾起报章杂志的老人,他们的拾起,可能有废物利用、贴补家庭的成分在内,也是珍惜大自然资源、敬畏有字纸屑之善举。如果他们在所捡的报纸上,突然发现有一口浓痰,会作何感想?担心自问,如果你在你收到的报刊杂志上,也有这样的一口痰,你,感觉如何?

走笔至此,突然想起新西兰有这样一个规矩:不允许任何人往垃圾箱里吐痰!新西兰大街小巷的每一个垃圾箱上,都用繁体两种汉字写上:“此处禁止吐痰!请使用卫生纸!”

伊瓜苏瀑布位于巴西、阿根廷两国的边境,是世界上最宽的瀑布,275股瀑布组成蔚为壮观的瀑布群,形容它是“银河飘落,气吞万象”一点也不为过。难怪美国总统罗斯福夫人曾在观赏伊瓜苏瀑布时感叹说:“我们的尼亚加拉瀑布与伊瓜苏相比,简直像厨房里的水龙头。”

到了伊瓜苏游览,有个勇敢者项目,可以乘冲浪船体验伊瓜苏瀑布的惊险和刺激,我是绝对不会放过这一难得的机会。经过我的再三动员,鼓励,同行中仍只有三个人与我同行,绝大多数放弃了这个惊心动魄的经历,真是可惜啊!

去冲浪要到伊瓜苏河的下流,逆流而上。先要穿过一大片南美热带雨林,有高达40米的巨型玫瑰红树和许多珍异热带植物,巨型水獭、美洲豹等动物倘佯在茂密的雨林中,说得游人胆战心惊。在热带雨林中,美洲豹没有见到,野鼠不时从人前窜过,吓得游人尖叫声四起。见到一种叫“猴子的耳朵”的树,说是已经有几百年的树龄了。结出的果子就像

伊瓜苏冲浪

潘中法

我国的皂荚,可以用来洗衣。头发洗过后十分清爽,还能促进头皮的新陈代谢哩。稀罕的是树上有两条藤:一条流着像牛奶一样白色的汁液,但不能饮用,当地人称它为“毒藤”;另一条流着清水,喝上一口甜甜的,当地人称它为“生命藤”,可以解渴防暑。

在伊瓜苏河的下流冲浪船码头,我套上黄色救生衣,乘上快艇逆流而上,下流河床宽阔,风平浪静,

吴式太极拳的真善美

苏宝泉

极拳最显著的特色是柔化。它表现在拳架套路上,删去了固有的一些蹦蹦跳跳刚性动作,淡化了招式里的发劲,身形自然松静,中正安舒,动作平稳洒脱,轻松圆活,招招连绵、环环相扣,用意不用力。节奏流畅连贯,不徐不疾。呼吸细匀深长,气沉丹田。“一举动,周身俱要轻灵”,“周身一家,手脚相随”,“一动无有不动”,“内固精神,外示安逸”,造型优美,动作优美,意境优美,流水行云、一片神行,无碍无滞,“浩浩乎如临虚御风”。万物之灵的人,通过一趟拳架套路的实践操演,自然而然地会感到全身彻底放松,大脑一片清空,周身产生了虚灵之气,仿佛不识人间烟火,和自然融合了,进入了无极而生的道家哲学所倡导的自然自在状态,物我两忘,返本归真,什么利害、得失,什么烦恼、疾病,统统都抛到九霄云外,这样的人生多么淡定,多么平和,多么真善美。

太极拳不可分割的另一半“推手”,在吴式太极拳里表现也是不同凡响,别具一格。太极推手,在太极门中是一种锻炼方式,是一个过程和阶段,最后若要对决仍是散手。推手应以用意不用力,不丢不顶为根本,来提高拳技。而今社会上太极推手之人大都以拙力相持,硬推硬撞,如牛之相抵,或生扯硬拉,搅成一团,错过。这样的做法既没有训练效果,又得不到相应的乐趣。吴式太极拳传统推手,有明确要求,不和别人顶牛,用意不用力,不顶不丢。有完整训练系列内容。除了基本8法(棚、捋、挤、按、采、捌、肘、靠)之外,还有13种鲜为人知的巧妙的招式。如果你遇到掌握上述技巧的练吴式太极拳的拳友,推手接触一下,一定会获得罕见的快感。你将感受到柔和、轻灵、顺畅、腾虚、飘浮、失重,但浑身舒服的感觉。太极拳的文化高品位,文人武事的书卷气将扑面而来,一次愉快、成功的太极推手犹如一次高雅短暂的学术对话,使人感到天空高爽,人间亲切,生活中雅事乐趣俯拾皆是。太极拳是中华民族的真善美的载体。

七夕会

运动休闲

老家庄市有座西梢木庙,因其在汤家村,大家都称汤家庙,此庙建于南宋时期。这里是四乡八村的文化中心,很多民间活动都在这里举行,最热闹的是过年。

小时候,每年春节,庙里搭起戏台唱戏,从初一演到元宵。剧团是大户人家包的,谁去都不用买票。那年阿娘带我去看戏,不知谁把我抱在台侧坐。锣鼓响起,出来个红脸人,咿咿呀呀地唱。又出来个黑脸汉,两人舞枪弄棒打起来。我不知是假打,又怕被打到,哭着喊阿娘,阿娘却不知道哪里去了,幸好他们打一会下去了。换上好看的头套,袅袅婷婷地走,娇声娇气地唱。有人说这是男人扮的,我不信,跑到身边去看,又掀起他戏服,被人拉走,最后也没弄清楚究竟是男是女。

父亲幼时也在庙前看戏,他至今记得当年“老大红绸徽班”武生陆洛同,唱打俱佳,乡人说他:“陆洛同深三(拼命唱),汽油灯考考(敲碎)三盏。(唱得汽油灯震碎)。”可见,当年下乡的剧团也藏龙卧虎。

唱戏结束后是巡游,真是人山人海。“行会”队伍中有抬阁、高跷,有许仙、白娘子、穆桂英等戏中人,还有田螺姑娘,都是村里后生青年扮的。谁都可以加入队伍,拿只脸盆当

今年1月初暴风雨肆虐北美,在多伦多探望女儿的我初次尝到最高气温-12℃,最低温度-26℃的滋味。好在家中仍有暖气供应,比起停电的地区真身在天堂的感觉。

一天凌晨时分,我被一阵阵类似开枪的巨响惊醒,甚至感到地面在震动,女儿第一反应是立刻就报警。

原来,这只是遇到一种名为冰震(frost quake)的自然现象,已经收到逾百名市民的急电。这种情况在冰暴后,十分常见,但在南部多伦多地区则比较罕有。

气象学家解释,所谓冰震,是因为干涸的底部吸取的水分,极速遇冷结冰而在泥土里体积膨胀时,便会造成一种压力,这种能量若突然获得释放,便会营造出一种有如爆炸的声音及地震的感觉。

呵,厉害!水分遇冷后在地下结冰膨胀,竟会造成震动和爆炸声,这是书本上学不到的常识呀。

看雪天菜地

龚伟明

雪花飞舞的清晨,我经过公司围墙外的小河弯口,看雪纷纷落入一片菜地,青菜叶子由深绿变到浅白,过程相当柔和。

进入冬季后,这片菜地的绿色经霜落后深沉起来。我从去年夏天来到到省这座县城工作,每天上下班要经过这条小菜地。这片四五米宽,十来米长的菜地,很长一段日子,我没看到浇灌或割菜的人,除了几只小鸟掠过河面,望过去清寂落漠。有一个清晨,我看见一人,站在河坡上握一长杆勺子,一次次伸进河里,一勺勺往菜地里泼水。清冽的空气中,她动作协调,不急不缓,尽管头脸包裹住了,看不清面容,红色的衣裳在晨光里却显得格外的美。

2014年春节前,我们几个上海同事准备回家过年。在县城菜场,当地的一位同

锣鼓,也没人笑话。最隆重的是选“送财童子”。7、8岁的男孩,长得白胖,五官端正,聪明伶俐是最佳人选。“白胖”最难,那时孩子都“散养”,个个精瘦黝黑,故总是通不过。好不容易选中一个,大家当宝贝一样。他穿上财神服,涂一脸红油彩,走在队伍前挨家挨户唱“马灯调”。到一户人家,“童子”就送上财神像,唱起现编的词:“大大人家高高门,圆圆屋柱方方凳,财神送到依屋里,金珠宝贝装满盆。哎格伦登哟,金珠宝贝装满盆!”主人笑答满面送银角子。有时,“童子”顽皮地一遍遍唱,主人只能一次次“袋袋摸破”,不能生气。女孩只可伴唱一句“哎格伦登哟!”

唱完,自己唱半天连块糖都没吃,实在气不过。到熟悉的大舅婆家,我乘人不备冲到屋前,想当一回“童子”。我只会一句,刚张口“哎格……”几双大手像拎小鸡一样把我赶出队伍。阿娘大惊失色地骂:“西(死)小娘,介勿懂事体!”

嬷嬷一把搂住我说:“既告咯,百无禁忌,百无禁忌嘛。”我不知做错了什么,照样兴高采烈地跟着队伍唱。“行会”的队伍越走越长,男女老少,摩肩接踵,踩着欢乐的步子行走在青石板路上。一年的辛苦,化作片片轻云,柔软而妥帖地装在心里。这是真正的民间狂欢节,其情其景,至今历历在目。

庙里香火很旺,阿娘曾带我去拜过几次。最后一次在乡下过年,阿娘带我进大殿,说你要去上海

读书了,好好拜拜,菩萨朵化(保佑)依轰轰响(发达)。小孩哪懂这些,不过自幼敬畏神灵,磕头肯定是很诚心的。

离开家乡走南闯北,竟再无刻骨铭心的年可以回味。只有汤家庙前曾经的春节,那有趣的“行会”,被吓哭的我,不辨男女的旦角,阿娘的祝祷,带着浓浓的年味,常清晰地浮现在眼前,忆得眼湿,想得心痛。

童年最美的底色,就由汤家庙这样的年文化涂成。世界也许有粉饰、坚硬、粗糙,但家却给了我莹白、柔软、剔透。带着这样一颗心出发,即使一生没有“轰轰响”,前程也是敞亮的。

罕见的冰震

爱妮

在上海,我去菜场买菜,妻子总要关照我到某某摊位。她有经验,认为摊主说本地话,肯定从近郊来的,菜是自家种的,不会打农药。我总是听从,还把经验带到了这里,弄了一次满载而归。

同样的寒冷季节,我曾经在一家农业研究院参观过人工培养的蔬菜。高宽的大棚里形色不一的蔬菜,沐浴着温暖的光线,蔬菜叶片几乎一尘不染,叶面里的经络舒张毕现。经过人类智慧的改造,大棚里面的蔬菜长势,十分精神,仿佛都打过了强心剂。若将大棚里的果蔬与田地上的蔬菜比较,身价是贵族与平民的档次差距,但我选择来自田地的蔬菜。理由简单,霜打的蔬菜符合事物成长规律。尤其生长在这个季节的青菜,叶肥杆厚,在锅里炒开,吃起来那一口最糯最酥的感觉呀,好吃。



皋鱼自我批评

(牛博士对马妞说) 戴逸如文并图

“树欲静而风不止”,这句话曾因毛泽东的引用而家喻户晓。语出《韩诗外传》。风刮个不停,树想静,能静得下来吗?其实这只是个引子,引出“子欲养而亲不待”:做孩子的想到侍奉亲人了,亲人却已往生。

讲这话的人名皋鱼,是两千年前的一个知识分子。他晚年作自我批评,认为自己有三样过失:一是少而好学,周游列国,却因此而没能成为为亲养老送终。二是虽然能以远大志向勉励自己,生活俭朴,不曾侍奉平庸的君主,结果还是一事无成。三是与友谊深厚的朋友半途绝交了。他特别强调痛惜的是:时间一去不复返,亲人逝而不复生。

崇德向善从来不是大话、空话。皋鱼讲的三点,正是崇德向善的三个很具体的实例。你看:莫为读万卷书、行万里路而忘了侍奉亲人;固然要胸怀大志、严以律己,更要对社会有所奉献;良师益友难得,要珍惜亲情,也要珍惜友情。这些实例是砖是瓦。德之高楼善之大厦,正是由这些极普通的砖瓦砌成。

幽默种种

耿林莽

幽默不仅要有智慧,还要有点风度和情怀。超脱,冷隼,满不在乎,旁观者置身局外,或居高临下,才会有幽默的情趣萌生。愤愤不平、忧心忡忡、满腔怨气喷薄而出,便觉沉重了些。淡而化之以后,反讽、调侃的气氛才容易形成。

有一种说法是,西方人性格开朗,幽默;中国人拘谨刻板,幽默感少些。其实也不尽然。历史上的优孟、东方朔之流且不说他,“至圣先师”孔丘,也不总那么道貌岸然的。孔子家语中有说:子贡问他:“死者有知乎?”夫子答道:“等你们死了,便知”,这便有调侃意味在了。

金圣叹是幽默大师,遭文字狱,据说在刑场上,他还津津乐道:“花生米与豆腐干共食,有火腿味”,云云。更有甚者为:“杀头,至痛也,而圣叹以无意得之,大奇!”这种面对虐杀而无惧色,不作“筛糠料”,不发乞怜语,反还说出风凉话来,确也令人佩服。

幽默常表现于言词,却又不仅限于言词。睁开清醒、警觉的眼睛观察世道人生,幽默素材比比皆是。有一次从电视新闻中见一镜头,某地卫生检查员到一肉食品商店检查卫生,身穿洁白工作服,一排苍蝇落在他背上,黑压压一片,而他正在俯身签写“卫生合格证”呢。这可算一种“黑色幽默”了吧。

今宵打谜

张士斌
表字与别号
(三字新称谓)
昨日谜面:冬令补膏
(《水浒传》人名)
谜底:方腊(注:腊月方剂)

