



秋天是一个爽朗的季节,可不知为什么,“爽朗”这个词给我的意象和回味,却是散淡、凉薄,而至于哀伤。也许是渐近深秋,前方等候的不是花开缤纷,不是绿意葱茏,而是枯萎,是失色,是更为深寂的寒冷。于是,连带着与这个季节有关的记忆,都少了圆润和柔软。哀伤,就这么悄悄地爬进血管。

其实大多时候,我不会想起二十多年前的那个小伙子,当然,如今他早已不年轻,只是在我的记忆中,他一直是一个敦实、矮壮、黑皮肤、小眼睛,不太帅的青年。好像,他有一个叫“刘光辉”抑或“石光荣”之类太过大众化的名字,很适合穿军装,站在小组唱队伍里,立即被声势浩大的歌声和绿油油的军装色淹没的那种。所以干脆,我把他的名字也忘了。

可是,总会在初秋与深秋的交界处,某一个爽朗的日子,忽然就闻到一股桂花悠甜的香气,于是,丢弃在记忆角落里的细节,隐隐绰绰地呈现。

那时候我还是高中生,文艺女青年,一颗长满绒毛的青涩果子。大约是八一建军节,去驻地部队与官兵联欢。他是小组唱《军营男子汉》前排队起第二个兵,我有两首独唱曲目。联欢会上我们邻座,于是假装成年人,与他寒暄、交谈,间隔大段的沉默。忘了聊过什么话题,只记得八月浩瀚的暑气把我逼得热汗淋漓,内心里,挡不住的蠢蠢欲动悄然溢出。

联欢会结束时,他不知从哪里找出一张方格纸,撕成两半,我们分别在半张边缘参差的破纸片上留下了姓名和通信地址。我留给给他的是:XX 中学高二 2 班,他留给给我的是:XX 部队三连 6 班。

可是很轻易地,我就把他忘了,也没收到他的信,也许,那只是两个初涉人生的年轻人给自己安排的一次邂逅实习,实习而已。然而,两个多月后,他竟来了信,漂亮的钢笔字涂满三张报告纸。我读了三遍,思考了三十分钟,决定三天后赴约。十八岁的女生,第一次被一个偶遇的青年追求,第一次在一封信里读到“爱”的表达,猎奇心,抑或成就感,情绪微妙,需用行动去求证。

周日午后,就近的公园,桂花树下蘑菇亭,老土极了。可是天气是多么适宜,淤积的潮热已被凉意赶走,阳光干燥而不激烈,空气中没有沉甸甸的水分,风亦是轻盈清新,悬铃木正凋零,视野渐近疏朗……这情形,唯“爽朗”最为贴切。

可是,当我试图想象自己将与一个什么样的人在蘑菇亭里相见、微笑、在冰凉的石凳子上坐下,而后促膝交谈……的时候,脑中却是两排穿军服的人,他们扯红了脖子吼着歌,帽檐两侧的太阳穴一律青筋暴突。我知道他是前排队起第二个,可是,那只是其中一张并无特点的脸谱,倘若队伍打乱,我压根认不出哪一个才是我要约见的人……忽然发现,我其实还不认识他,恐惧感悄然袭来。

把自己藏在远处,盯着二十米开外的蘑菇亭,等待一个穿军装的人出现,鼻息里,却是阵阵香甜的桂花香。时间到了,来的是一个穿蓝白条纹 T 恤牛仔裤的家伙,矮壮、敦实、黑皮肤,这回看清楚了,是小眼睛。

我无法把那个穿便装的人和小组唱前排队起第二个兵对上号,又或者,是不愿意对上号。我逃跑了,带着萦绕一身的桂花香,逃出了公园。他没有再找过我,也没有写信追问何以失约。

深秋,收到一封来自湖北谷城的信,那个叫刘光辉抑或石光荣的年轻人说,他已复员回故乡,成了一名警察。我没有回信,既已失约,就该永远消失吧。

彼时,我年轻而不知所措的心里,弥漫了散淡、凉薄,以及一丝莫名的哀伤。

最近特别留意留意国内其他一些乐团的介绍,其中今夏刚刚成立的“上海大地之歌室内交响乐团”引起了我的注意。

“大地之歌”的首演曲目有勋伯格的《升华之夜》和柯普兰的《阿巴拉契亚之春》,这展现了指挥高健对于指挥现代作品有独到的见解,可惜我对 20 世纪作曲家的作品感觉一般,因此没有前去聆听。

直到 9 月 27 日,有幸第一次去聆听了演出,曲目正是古斯塔夫-马勒的交响曲套曲《大地之歌》,众所周知,作品采用了七首中国唐诗的德文版为歌词,在西洋音乐史上是绝无仅有的,乐团也巧巧地将此作为自己的名字,我是第一次听这首交响套曲的现场版,所以对于这个“大地之歌”的初印象既有期待又有些不确定。

当演奏成员一一上台之后,我不由得有些吃惊,因为都相当年轻,很多都是音乐学院的在校学生,但简历表明都是国内的翘楚。小型乐队编制,涵

十月的西雅图照说已是雨季,可是今年夏天的尾巴摇曳委蛇,一直阳光普照,又是一年当地人所谓的“印第安之夏”。赶紧抓住这个美好的瞬间开车去山里看红叶!目标就是藏身在美国西北崇山峻岭中的德国小镇莱文渥斯。

开车从西雅图向东北出发,绕过狭长的华盛顿湖,转上 2 号公路,一路的风景渐渐由城市转为乡村牧场,而后便是漫山红遍的 Cascade 群山。这条线路颇适合初级的自驾,没有太多的弯路,直是一路向东,两个小时左右的车程,便来到了一座由美国人复刻的巴伐利亚小镇。纵贯全镇的 2 号公路上已满是来观光的车流,周末的十月啤酒节吸引了大批游客,这个人口不过两千人的小镇不光在建筑外观上尽力模仿着巴伐利亚风格,连德国的风俗民情也有板有眼地复现。市政广场上飘扬着巴伐利亚的蓝白格旗帜;对面的路德维希国王餐厅的沿街橱窗里,大厨正在烤猪手;尝一口他们自制的酸菜,够味!穿着敞胸德国民间装束的啤酒女郎梳着两条金

这是一个普通的不能再普通的江南小镇,亭林。

可是这里原本没有亭,更没有林。

这个镇实在太小。整个镇只有两家大企业,一家在我家隔壁。我妈,还有他妈都在另一家打点上班,打点下班,厂里有托儿所,医务室,过着现在大家都向往的慢生活。

这个镇有一棵神奇的江南第一松,镇上的每个小孩,老人似乎都和它合过影。

镇上只有一条大街,在居民心目中,如同高大上的南京路,是一个物质极其丰富的地方,是周末必去之地。我还清晰地记得,在那个镇上唯一的百

货店,妈妈购买雪花膏的情景。售货员把香香的一勺放进妈妈准备好的罐子里,再刮平,那种

后会无期

黄 冶

熟练和用心一点都不比如今的大牌化妆品销售差。

我最爱逛的镇上唯一的书店,有一个非常好客的叔叔。爸爸奉上一支烟,我可以在里面坐上半天,不用买单却可以免费畅读的快乐是当时最享受的福利。

这是一个充满老文艺,小文艺的镇。爷爷是镇上电影院的常客,可惜当时没有买卡一说,不然

小镇的涅槃重生

王晓熊

色的大辫子走到你面前,若不是开口讲英文,直让人分不清身处何间。

这座美丽小镇的前身,原来不过是一个上世纪初随着山中铁路发展起来的伐木据点,到了六十年代伐木工业逐渐式微,小镇迎来了生存的危机。在我驱车而来的一路上,还有不少其他的伐木小镇,其中最大的 skyhomish 镇是过去山中的铁路枢纽。开车在镇上绕了一个圈,学校车站餐厅全都紧闭大门,几乎就是一座死寂的鬼镇,与熙来攘往的莱文渥斯形成鲜明对照。

当危机来临之时,穷则思变的小镇居民成立了 LIFE (Leavenworth Improvement For Everyone) 委员会来拯救自己的未来。其中有一个小店主曾经去加州的丹麦风情小镇

他肯定是这里的 VIP。当年我爸爸和不少人都是文艺小青年,镇上的文化宫他们也都没少去。只是那个年代,除了吹吹小喇叭,穿穿大喇叭,他们也没有酒吧或妞可泡,倒也蛮自得其乐。

最爱夏天,因为镇上唯一一家冷饮店只在那段日子开门营业。3 分钱的白棒冰,4 分钱的赤豆棒冰,6 分钱的芝麻棒冰,8 分钱的小雪糕,1 角 2 分的大棒冰,1 角 5 分的大雪糕是我最美妙的记忆,冥冥中注定了我一生是一个吃货无疑。

随爸妈搬去市区读书时,一直不明白,学校春游为什么去周庄,城市里的孩子为什么那么激动,那不就是我家吗。周庄有的小桥流水,里弄长廊,它曾经一个也不少。可惜,等我明白了它的美,小镇已经变得现代化城市化了。除了江南第一松,什么都没有留下。

现在,为这个小镇说话写字的人越来越少,谁也无法让存在于我们记忆中的,爷爷水墨画中的小桥流水人家重新回来了。

我们真的和过去后会无期了吗?

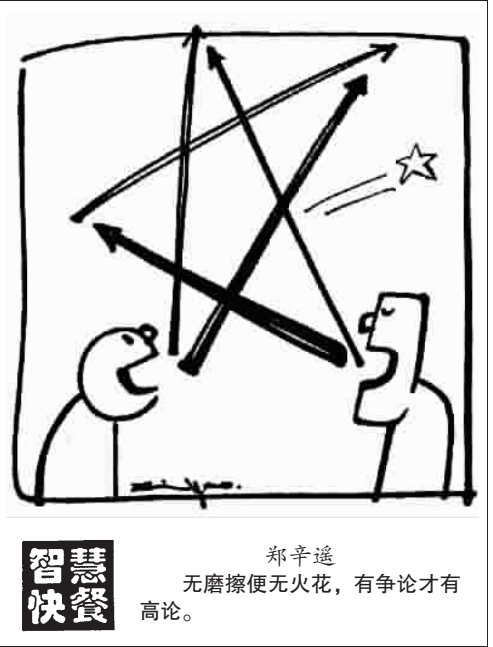


戴英斐
生意经
(二字俗语语二)
昨日谜面:眼观鼻
(五字口语)
谜底:一看一个准
(注:准,鼻子)

Solvang 旅游,便提出利用家乡山水酷似阿尔卑斯山区的特点,复刻一个巴伐利亚小镇。在这个跟德国无甚深厚血缘联系的山村里,这个拍脑袋的想法当初一定也会被人视作疯狂之举,应者寥寥,同意加入这一疯狂计划不过是几家店铺而已。但当居民们开始一丝不苟地实现自己的疯狂计划后,几十年的时间已经证明了狂想与努力的价值。这个或许也会和山区鬼镇一同死寂的小镇创造了

经济的奇迹:现在只要家门口有片空地,居民就可以坐收十美金一天的停车费,还一位难求;星巴克、safeway 这些全国连锁的商业设施纷纷进驻;即便到了大雪封山的冬季,仍然还可以吸引大批滑雪游客;此外,圣诞节前后的莱文渥斯还多年被评为全美最有节日气氛的小镇。

现时大家总爱抱怨梦想很丰满,现实太骨感。而红叶山间的莱文渥斯却像啤酒杯里满满溢出的泡沫一样,是一个从骨感现实中逆转重生的丰盈梦想。(发自西雅图)



在临床实践中我们发现,躯体疾病伴发心理障碍或心理障碍而引发躯体疾病的发病率呈逐年增高的趋势,但常常被忽视和漏诊,导致患者治疗延误或延迟康复。

功能性消化不良是指持续或反复发作的上腹部不适和或疼痛的一组临床症状群,上腹部不适主要包括上腹胀、早饱、暖气、恶心等上腹部症状,普通人群中消化不良症状者占 19%~41%,但仅有 10% 的患者来医院就诊。

功能性消化不良目前确切病因和发病机制尚未清楚,除多认为可能与幽门螺杆菌感染、胃动力功能的紊乱等多种因素有关外,其心理、社会因素也受到了关注。

功能性消化不良的临床心理特征表现:患者就诊时往往带有很多的不同种类或重复的检查报告(包括不同医院的胃镜报告),报告均未提示有重大器质性病变,但患者觉得发病可能与“恐癌”有关等心理;患者合并精神症状主要包括焦虑、抑郁、失眠、非特异性疼痛(多为全身的不定位疼痛,以肩痛、头痛和腰背痛为主)、注意力不集中等非特异性症状,这些患者的发病多有明显诱因,如遭受某种重大挫折等;患者合并精神症状有晨重晚轻的特点。

目前功能性消化不良的治疗以对症治疗为主,包括抑酸、促动力、根除幽门螺旋杆菌等。在前来就诊的功能性消化不良患者中大约有 45% 患者经过上述治疗症状环节不明显,其中又有 25% 的患者合并有精神症状,对于此类患者,心理治疗尤为重要。

首先要求我们临床医师:思维模式要从单纯的生物医学模式向生物-心理-社会医学模式转换,认识到功能性消化不良实际是一种身心疾病,在伴有抑郁焦虑状态时单纯依靠抑酸、促动力、根除幽门螺旋杆菌治疗是不够的。要善于发现抑郁焦虑给患者带来精神及躯体症状折磨,避免长期误诊、漏诊、漏治,以至于失去关键治疗时机。通过精神药物治疗,但服用抗抑郁焦虑药物要注意从小剂量开始。治疗疗程一般比较长,最后停药时应逐渐减量,切忌减药过快,引起撤药综合征。

总之,功能性消化不良作为一种身心疾病,依靠单一的治疗是不够的,必须综合各种治疗方法,才能解除患者痛苦。(作者为上海市中医医院脾胃病科主任医师)



订报敬老值得点赞

潘 杨

近日,邻居老刘告诉笔者,他女儿特意为他订阅了 2015 年度的三份报刊,可把他乐坏了。老刘说,这样的礼物真是太好了、太有心了。

由此联想到,如今不少子女十分注重老年人的物质生活,只要是去看父母,想到的头一件事就是买些补品和水果。当然,孝敬物理所应当,但同时,却似乎对老人的精神生活缺乏关注。

眼下正值知识经济年代,信息瞬息万变,如何及时捕捉养生健身旅游等信息并为我所用,已成为不少老年人的当务之急。而为老人订几份报刊,就是一个很好的方式。遗憾的是,至今仍有一些做小辈的尚未意识到这一点,给老爸老妈买营养滋补用品的开支大手大脚,而为老人订份报纸来却一省再省,这是一种缺少眼光的短视行为。要知道,对许多老年朋友来说,多一份报纸,就能多一些信息;多一些信息,就能多一份快乐和健康。

物质条件好了,精神生活也应该跟上。希望子女孝敬,还应该在丰富老人精神生活上,多下点功夫。



“大地之歌”之初印象

王世逸

盖了各种乐器以增添声音的丰富程度,其中还包括了手风琴和钢琴,前者可谓是作曲家马勒的启蒙乐器。当晚担当女中音是活跃在世界一线的华人歌唱家杨光,男高音是国内青年才俊的韩蓬,除此之外音乐会还安排了在每一乐章前的朗诵和投影字幕来帮忙观众更好地进行欣赏,这也是应和了这部交响套曲的本身即选取自中国的古典文学,我们当然就有理由相信本土乐团对这部作品的理解程度绝不亚于国外。

爱女的天折,加深了马勒忧伤和孤独的情绪,对于死亡产生了冥想,有恐惧、失落与无奈,但就是这个交响套曲的名字一样,他仍热爱着大地,热爱着生命。第一乐章“愁世的饮酒歌”、第二乐章“寒秋孤影”、第三乐章“青春”、第四乐章“美女”、第五乐章“春天

的醉者”以及第六乐章“永别”。从六个标题就可以知道整部作品整个节奏。我一直不太喜欢马勒交响曲的最后一个乐章,总显得有些拖沓,而开篇以及柔版乐章都是很不错的。这次“大地之歌室内交响乐团”对于前几个乐章的处理可以说是相当到位。特别是管乐部分和第一小提琴,这样好的状态也延续了协奏部分,在指挥高健的引领下,整个乐团在短短几个月时间内达到这样的一个配合度实属不易。唯一有些美中不足的就是有个别乐器会在协奏过程中显得较为出挑或者被埋没。

在过去短短两个月中乐团举行了 9 场音乐会,演出曲目跨了两个半世纪,我觉得还是有些过于密集和跨度太大了。作为一个爱乐者来说,譬如维瓦尔第除了《四季》,还有大量的可听性很强的协奏曲,既然有了这么好一个室内乐团,我们就不再只希望在圣马丁室内乐团的唱片中听到了,期待下一次和“上海大地之歌室内交响乐团”相约在巴洛克音乐中。

消化不良与心理障碍

李毅平