

## 新民晚报

(一) 阿婆在2008年4月初以99岁的高龄去世。舅公只小她一岁,也98了,两人姐弟情一直很好,当时我们就没有马上通知他,怕对他的身体不好。

阿婆丧事办完了,我想到时候去看看舅公,告诉他阿婆去世的消息。

当时我刚开始又种花,也一直想带一盆自己的花,给从小就向他学种花的舅公看,可是没有我满意的,就只好去买一盆市售的。

于是就到花市去看了,没有状态很好的花,只有一种种在陶盆里的开紫红色花的毛鹃,很普通的品种,现在常在上海被用作小区绿化的,但因为正当时,开得非常好,满树都是花,于是就买了一盆。

抱着花差不多斜穿整个上海,从在上海东北角我的家,来到在上海西南角的舅公家,发现他已卧床好久,而且已经有几天不肯吃东西了。

我把买来的杜鹃捧在手里给躺在床上的舅公看,这时昏睡已久的他突然眼睛一亮,凝神看了好久。

接着他便示意要起床。我和舅婆费了很大力



更多与本文相关的照片请扫一扫“夜光杯”微信

### 明人明言微语录

## 与理想共茁壮

安 凉

都是纯净的人。孩提时代的理想是理想,但也不乏幻想。成年之后的理想也是理想,但更多应该是具体的方向。相对孩童时代的理想,我总以为,成年之后的理想,更属于理想,是充分理性的想象和向往。理想不是孩童的专利,但是拥有孩童的特质。不要因为你还拥有理想而羞于提及,不管你年龄几许,拥有理想,就证明你真正年轻。理想的人生,应该是人生永远具有崭新的理想。也不用担心理想会被现实击碎。击碎后的理想,即便碎成无数,只要纯净如星,还会熠熠生辉,闪耀在人生的夜空。

与理想一起茁壮,是幸运的时光。当与理想渐行渐远,也不要失去希望,坚持理想,就是坚持一种生活的力量。

即便不可能每个理想都能够实现,但能感受到每个理想的激情推涌,这也是生灵之灵动。

给有理想而又付诸行动的人以鼓励,给有理想而且步步递进的人以掌声,给有理想却始终步履维艰的人以支持,千万别对别人的理想予以嘲讽,也别有一天,理想的树苗变成参天大树,会嘲笑你当年的短视和愚蠢。



气才把他扶起来。舅公本是个高个子,年轻时有一米八几,喜欢走路,而且步履很轻健。这时扶他起来,却感觉他的身体硬僵僵的,就像是一段潮湿沉重的圆木。

终于扶他到椅子上坐下,舅婆便在他身上盖了一条毯子,然后把那盆杜鹃放在他面前的桌上。

“老熟了,”舅婆叹道,“没想到,像他这样一个生龙活虎的人,竟会变成这样!”

阿婆和舅公姐弟几个都是高寿。我童年时看到的阿婆应该是六十多岁,那时就已是满脸皱纹的老太太模样,每年还有几个星期要因为犯腰痛卧床不起。可后来到了七十多岁,八十多岁,还是那模样,腰痛病反而不再犯了。到九十出头的时候阿婆摔了一跤,股骨颈骨折,我想这下完了,可是阿婆的骨折竟又奇迹般地长好,能够起来走路了。

就因为阿婆和舅公都是这样的健康和长寿,我们做晚辈的似乎有一种幻觉,觉得他们会永久地活下去,替我们远远地挡开死神。

可是,到99岁的时候阿婆终于还是患肺炎走了。

“生年不满百”,我那时才算深刻地理解了这句古诗的意义。现在看来连舅公在世的时间也不长了。

这时我的眼泪禁不住扑簌簌地流了下来,但舅公只是坐在那里,岿然不动。

(二) “有花看很开心吧!”舅婆对他说。

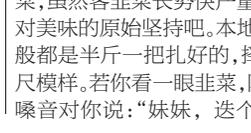
这个年代和年龄还说理想,似乎真是迂腐了,但那些存有理想的人,不管是孩子和成人,

都是纯净的人。孩提时代的理想是理想,但也不乏幻想。成年之后的理想也是理想,但更多应该是具体的方向。相对孩童时代的理想,我总以为,成年之后的理想,更属于理想,是充分理性的想象和向往。理想不是孩童的专利,但是拥有孩童的特质。不要因为你还拥有理想而羞于提及,不管你年龄几许,拥有理想,就证明你真正年轻。理想的人生,应该是人生永远具有崭新的理想。也不用担心理想会被现实击碎。击碎后的理想,即便碎成无数,只要纯净如星,还会熠熠生辉,闪耀在人生的夜空。

与理想一起茁壮,是幸运的时光。当与理想渐行渐远,也不要失去希望,坚持理想,就是坚持一种生活的力量。

即便不可能每个理想都能够实现,但能感受到每个理想的激情推涌,这也是生灵之灵动。

给有理想而又付诸行动的人以鼓励,给有理想而且步步递进的人以掌声,给有理想却始终步履维艰的人以支持,千万别对别人的理想予以嘲讽,也别有一天,理想的树苗变成参天大树,会嘲笑你当年的短视和愚蠢。



我们店解放前就叫杨瑞记了。我爸爸是“小花园”(上海老字号布鞋店)出来的,他们的小圆口鞋子最有名了。11岁的时候,我白天读书,晚上做鞋生意。我这双鞋子是庄行(镇)的特产,老早这边有四家鞋铺,1958年的时候并拢到一起,我是负责人,属于手工业合作社。1983年解散了,我继续开店。

做鞋子一共有17道工序。先要划样子,剪出来,然后开始扎鞋底,鞋底用14层全棉的布。扎好底做衬底,再做鞋面。做鞋面的时候,我白天读书,晚上做鞋生意。我这双鞋子是庄行(镇)的特产,老早这边有四家鞋铺,1958年的时候并拢到一起,我是负责人,属于手工业合作社。1983年解散了,我继续开店。

“好看!”舅公大着舌头,模糊不清地说。他可能是小中风过了,说话已不利索。但在看花时,他的眼神仍如第一次看见美花时的孩童的眼睛一般明亮快乐。

这位舅婆已是舅公的第三位妻子,她比舅公小十几岁,但当时也已经八十多了。舅公的第一位妻子,在他生了两个儿子之后,在他很年轻的时候即因难产去世。第二位妻子我们小时候都还见过,个头矮小满头白发干干净净的一位小老太太,她又为舅公生了五个儿子。她在六七十岁时也因为摔了一跤股骨颈骨折而卧床不起,舅公悉心照顾了她几年,最后她终因并发症爆发而去世。

这第三位舅婆是舅公晚年才续的弦,婚后两人十分恩爱。这位舅婆原是杭州人,后来在上海工作,在杭州有一处新村房子,在上海也有一处新村房子。舅公跟她结婚后就离开了自己的家和那里有一百多盆花的阳台,有时跟舅婆在杭州居住,有时在上海居住。这两处房子有一个共同点就是朝北,没有直射阳光。因此舅公就不能种花了。有一次我去看他时他说,“种也不能成功的,我种它做什么!”

好在舅公在任何时候都有旺盛的生活兴趣,不在意——依懂哦!

春韭, 搁盐清炒是春天独一味。盐之外,什么调味品都不用加,至简至味。春韭本身就芳香鲜嫩,翠色悦目香味怡情,可不是嘛,清炒春韭,盛之以白瓷盘,看着如水杯好的油绿翡翠。

韭菜,用镰刀割。清早,夜雨初歇露水未尽,握着镰

## 谷雨小满剪春韭

李源华

刀柄紧贴泥土齐齐割过去,留下白的根,手里多了一把鲜嫩的韭。杜甫一首著名的诗《赠卫八处士》有两句:“夜雨剪春韭,新炊间黄粱。”充满诗情画意感,可是,韭菜还是割的嘛,剪要剪到何时去?割韭菜,整齐又麻利,二茬韭也会长得整齐漂亮。

春韭好,春天吃韭菜好,这也是应了节令。韭菜助阳气,活血舒肝,藏了一冬的人们需要韭菜激发生命力,

提醒一下脾胃味觉。韭菜炒鸡蛋,碧绿金黄,香且好看。韭菜炒蚬子肉,是暮春的一道时令小炒。乡间说“三月螺蛳四月蚌”,说的就是清明时节螺蛳鲜美,谷雨小满之时蚌蚬肥美。韭菜炒蚬子肉,地鲜河鲜春鲜,鲜美无比。韭菜煎蛋,不同于韭菜炒蛋,或许只是上海本地的农家菜,移民过来的上海人家餐桌上也许没有这种做法。韭菜炒蛋是韭蛋分开炒,韭是韭蛋是蛋,各自分明鲜艳。韭菜煎蛋,则是韭菜切碎(约一厘米),盐搁略多一点,韭菜与蛋混合一起打匀,下油锅小火煎,煎到两面金黄微焦,以锅铲切块即可。韭菜煎蛋虽简单至极,却是早上吃白米粥的绝佳搭档,也是农家下饭的小菜。

“今夕搭何夕,共此灯光光。……夜雨剪春韭,新炊间黄粱。”可以想象,那烛光融融、散发着黄粱米饭与春韭香味、与故人久别相逢的雨夜,对于饱经离乱的诗人,是多么值得眷恋和珍重。韭菜,是再普通不过的一样蔬菜,寻常人家的家常小菜,可见,人间至情至味,最后也就落到这“寻常”二字。

## 别当负面情绪传播者

陈钰鹏

有时候碰到一个熟人或亲戚,你若问他最近可好,他马上跟你滔滔不绝起来,你发现,他在将满肚子的苦水倒给你,先是抱怨自己的身体不好,接着提到工作不顺心,又说孩子让他操心,还有邻居问题、天气不好、股市行情下跌……倘若你跟他“抱怨之歌”唱和起来,说不定他会越发来劲。这时你不得不过来个超越:“你这些算得了什么,我的情况比你糟多了……”他这才慢慢平下心来。

生活中总有一些人爱抱怨,喜欢发点小牢骚,对这不满意,对那很失望。他们也许希望引起别人的共鸣,释放一点自己的负面情绪,从而改善一下心情。这样做开始可能会有点效果,能引起别人的关注或同情。但是抱怨其实是一种消极的做法,通过抱怨是什么也改变不了的。有人打比方说,抱怨好比是一个人坐在摇椅上,为了让椅子动起来,他便做功产生能量,然而椅子始终停在老地方,白白浪费了能量,所以抱怨同样只是在浪费能量而已。

经常抱怨的人,多多少少都有一点不知足的心态。有句谚语说得好:有些人,你给了他们富丽堂皇的宫殿,但他们的抱怨不会少于那些生活在地狱的人(伊朗谚语)。据心理学家分析,人之所以爱抱怨有着家庭和社会的原因,比如父母以前也是爱抱怨的人;或者,当孩子在家里抱怨和发脾气的时候,父母会非常迁就和关注;时间长了,孩子有了经验:通过抱怨,便会取得父母的关爱和同情。

还有一些人,他们在生活中碰上了很大的麻烦,比如被人狠狠地骗了一次,或者家里陷入了灾难性困境,受到疾病或失去亲人等的严重打击。他们会经常心情不好,找人倾诉一番也许是很有必要的。将自己的负面感受说给别人听,以减弱强烈的负面情感引起的大脑应激反应,这样做能激活控制情绪激动的脑区,减轻悲哀和恼怒。

当一个个人陷入痛苦时,找人倾诉,别人则应该倾听,当一个好的听众(也就是所谓的“情绪垃圾桶”),并给予安慰和帮助。但有时可能找不到合适的倾诉者,这时可以试着跟自己说话,通过发声把自己的苦闷发泄掉,以前寺庙里的拜佛求签者或国外教堂里的忏悔者都是通过“自说自话”进行倾诉的。也可尝试向宠物倾诉,因为宠物会通过身体语言作出相应的反应,从而调节你的情绪,减轻你的心理压力。还有一种办法叫“替代疗法”,可用来自替代倾诉,比如去做一些你乐意做的事情:唱歌、从事一项体育运动、逛书店、购物……

不过,倾诉者也要注意自己的方式,不能见人就开像祥林嫂那般:“我真傻,真的,我单知道雪天是野兽在深山里没有食吃,会到村里来;我不知道春天也会有……”并且一直“倾诉到全镇的人们几乎都能背诵她的话,一听到就烦厌得头疼。”

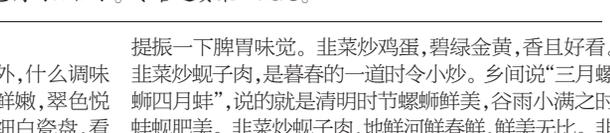
## 如此“名牌”?

吕震邦

道是正宗的,进的是普通牌子,但他们备有“著名品牌”的商标,可以移花接木,把普通产品变成“著名品牌”,拿来请黑裁缝上就行。不良商贩赚得盆满钵满,黑裁缝也获点蝇头小利。两者受利益驱使,破坏“行规”,搞乱市场,长此以往,百姓就没有放心购物的日子了。

要铲除这个“毒瘤”!著名品牌生产商得有维权意识,加强著名商标的防伪措施与市场监控。展销会主办方得加强管理与监督,强化对不法商贩的执法力度,一旦发现,即使不罚他个倾家荡产,也要罚得他一时站不起来,叫他为自己的制假行为付出高额代价,并把他列入诚信黑名单,逐出展销会。

痛疾须用猛药,以儆效尤。



提振一下脾胃味觉。韭菜炒鸡蛋,碧绿金黄,香且好看。韭菜炒蚬子肉,是暮春的一道时令小炒。乡间说“三月螺蛳四月蚌”,说的就是清明时节螺蛳鲜美,谷雨小满之时蚌蚬肥美。韭菜炒蚬子肉,地鲜河鲜春鲜,鲜美无比。韭菜煎蛋,不同于韭菜炒蛋,或许只是上海本地的农家菜,移民过来的上海人家餐桌上也许没有这种做法。韭菜炒蛋是韭蛋分开炒,韭是韭蛋是蛋,各自分明鲜艳。韭菜煎蛋,则是韭菜切碎(约一厘米),盐搁略多一点,韭菜与蛋混合一起打匀,下油锅小火煎,煎到两面金黄微焦,以锅铲切块即可。韭菜煎蛋虽简单至极,却是早上吃白米粥的绝佳搭档,也是农家下饭的小菜。

“今夕搭何夕,共此灯光光。……夜雨剪春韭,新炊间黄粱。”可以想象,那烛光融融、散发着黄粱米饭与春韭香味、与故人久别相逢的雨夜,对于饱经离乱的诗人,是多么值得眷恋和珍重。韭菜,是再普通不过的一样蔬菜,寻常人家的家常小菜,可见,人间至情至味,最后也就落到这“寻常”二字。

