

孔子曰:三十而立,四十不惑,五十知天命。如果说“五十知天命”对年过半百的人来说,况如一条隐形的皮鞭时不时让你的情绪激凌于人到中年中的无奈和蹉跎,那么“五十知天命”恰似一把明晃晃的钩子,倏忽间就把你身体活生生拽入到每况愈下的不堪和无助。

### 五十知肩痛

陈荣力

虽说作为一种自古就有的常见病,在电脑泛滥、刷屏盛行的当下,肩周炎已不仅仅是中年人固有的专利。然而大凡人到五十,不请自来的肩周炎简直就如惊蛰虫醒、春分雷鸣一样,成为不少中年人无可逃避的一种身体症候。

两年前妻子刚患肩周炎的时候,面对医生“五十肩”“女人肩”的说法,我还颇有半信半疑,不以为

然。然而半年前当自己原本伸掌自如、拎扛得力,右肩臂,近乎一夜之间有如妻子一样,举,越不过头顶;抱,拢不上左腰;弯,搭不到后背,甚至夜半三更酸麻疼痛得难以入睡时,对肩周炎的厉害和医生的说法,才有了“事非经过不知难”的良意和体验。

百度上说,“肩周炎又称肩关节周围炎,俗称凝肩、五十肩。以肩关节疼痛和活动不便为主要症状的常见病症,夜间为甚。本病的好发年龄在50岁左右,女性发病率略高于男性,多见于体力劳动者。”包了全部家事的妻子,常年洗衣、烧菜、拖地,患肩周炎尚可解释,然而几乎不干一点家事的我,在没有任何先兆的情况下,肩周炎竟

日前与老友姚兄觉得休闲机会一同去旅游,我突然想起很早以前的一件事:“文革”时,我们同一单位的人事科长孙为居处附近一伙人对他女儿的纠缠干扰,曾经叫姚兄几个人去摆平过,解除了烦恼。因当时我与老孙在一个办公室,听闻过片言只语,现在趁聊天之际,问姚兄究竟是怎样的情况。

姚兄从前在中学时为入沉稳,有一定号召力;与我在同一单位时也是业务骨干。他告诉我:受托此事后发现,朋友“烂桃”的弟弟就在那一带“撑门面”,解决起来应该没有问题。话说那天姚兄等人及“烂桃”的弟弟同去那条弄堂,叫出在那里混的所有“弟兄们”进行训话,说这一家是朋友,不准再去骚扰他女儿,摆平了此事。

姚兄讲当时曾叫老孙先去打对方头目几个耳光算是扯平,但他不肯就算了;还说,在这类事情中真的靠打一场来解决的不多,大多数是看朋友的面子来解决。如果对对方不看面子不肯就范怎么办?“这时出面调解者就会讲:如果这样的话,以后你有事情我就不帮你了。”

这是一句杀伤力很大的话,等于断了一个朋友,甚至多了一个仇家。所以不给面子的拒绝是须多掂量的。

事端解决后,帮忙赴场子的众人兄弟可能会享受认输一方的一顿饭;若没有这样的好处,则由自家领头人招待大家——馄饨生煎当点心。

此类事情颇像古代的镖局护送财物,路上真的碰到劫货的强盗一般,得先摆各自的路数。而江湖上习武的祖先不是一家人也往往有些牵丝攀藤的关系,再加上镖局人的一句给个面子,奉上些银两就过去了。尽管刀枪在手,一身武艺,却不真刀真枪拼杀一番。

如今,姚兄已经定居国外,常去教堂学英语、交识新的朋友,想必再没有摆平之类的事情了。

### 摆平

秦廷模

读,那么“告”只能和前面的“邑”字连读,组成为“邑告”。无独有偶,《周易·夬卦》卦辞也有这么一句,辞云“扬于王庭,孚号有厉。自告邑不利即戎”。结合前面的解释,我们认为该句中的“告邑”和前面的“邑告”应该作同一解释,都是指向某个城邑,而且这个城邑无疑还是周人的政治中心。“告”与“鎬”根据王力先生的研究,在上古声部中同属见母,韵部也相同,发音完全一样,两字通假。“告”应该就是“鎬”的本字。

5月14日,印度总理莫迪到访西安,正式开启了他的西安、北京、上海之旅。两个世界人口超级大国在此携手,这让西安这座千年古城,再一次成为世人瞩目的焦点。西安,古称镐京,是西周国都,这是大家所周知的,但你是否知道,镐京可能并非西安这座古城名称的本字。它的原名应该叫“告邑”。

段玉裁在《说文解字注》中曾说过“武王都镐本无正字,偶用镐字为假借非本字。段氏指出镐字为假借没错,但他说“本无正字”确是武断。据笔者考证,“镐京”的正字原名应该叫“告邑”或者“邑告”。正像周人把东都“洛邑”又称为“邑洛”一样。邑告、告邑的字样最早出现在《周易》中。《周易·泰卦》上六爻辞中有这么一句,“城覆于隍勿用师。自邑告命”。历来注易者都把这里的“告”“命”两字连读,句意则解释为“从邑中发来命令”,或解释为“从邑中向外求援”。但这些解释可能都是错误的,因为在上古“告”和“命”是同一个意思。《尔雅》云“命,告也”。这两个字既然同意,就不可能连读,因为这不符上古汉语实词多为单音节单纯词的特点。“告”“命”连读即为同义反复。“告”“命”两字不能连

烙,四处征伐,导致诸侯惶恐,百姓无告,民心尽失。而此时的周王朝,“周虽旧邦,其命维新”,政治清明,国家兴旺,天下归心。孔子有评曰:周三分天下有其二,以服事殷,周之德其可谓至德也已矣。当此新与旧、邪与正、夜与明对决之时,周武王将新建的城邑命名为“告邑”,其实就是树立正义,使民来告,吊民伐罪,直指商纣。而也就是在此后数年,著名的牧野之战爆发,貌似强大的商王朝轰然倒地,一个新的王朝——周王朝建立了。

《史记·周本纪》还记载了这么一个故事,说周文王的时候,诸侯国虞国、芮国发生纠纷,闹得不可开交,没办法想请文王仲裁。及到周地,看到周人相互谦让,长幼有礼,非常惭愧。相谓曰:“吾所争,周人所耻,何往为,只取辱耳。”俱让而去。诸侯闻之,皆来决平。当此之时,文王也还是一介诸侯,却已成为诸侯们的道德楷模。文王断虞、芮之讼,也成为一标志事件,周人即将这一年称为文王受命元年。“告邑”的命名无疑也有着秉承这一制高点的意义。看来周人并不糊涂,他们深知周所以得天下,原本只在于两个字上——正义。

缅怀一下这座古都的起始,也许正是在这初始的意涵里,蕴藏着让它真正生生不息的人文精神。

### 西安古称新说

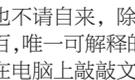
刘骏

镐京,据《诗经·文王有声》篇“考卜维王,宅是镐京。维龟正之,武王成之”,以及《逸周书·宝典解》“维王(武王)三年,王在镐”,可知其建成于周武王,并不得晚于武王即位的第三年。那么问题来了,周人为什么要建新城邑命名为“告邑”呢?《说文解字》解“告”字为“牛触人,角着横木,所以告人也。古人在牛角上系横木,用它来告发罪人,横木撞到谁,谁就是罪人。我们知道,新邑的建成,正当商、周鼎革之际,商王朝对天下诸侯的统治已告没落,其末代帝王纣奢昏淫逸,日夜逐于酒池肉林,而且残暴天下,醜鬼侯,制炮

### 多给落榜生一些关爱

高国春

多关心落榜生,首先要营造一个良好的社会氛围。宣传要讲辩证法,不能一边倒地宣传高考落榜生不学无术,更要大力宣传高考落榜生不懈奋斗,有所作为的典型,充分营造“榜上无名,脚下有路”的良好氛围。其次是家长对待孩子的成长,要有科学的态度,正确认识“成龙成凤”的本质意义,多给孩子以抚慰。再者是家庭及社会的方方面面,要加强对落榜生的引导,帮助他们走出心理的“沼泽地”,正确认识自己是什么和成才之路,怎样科学选择自己的人生最好的磨砺石!



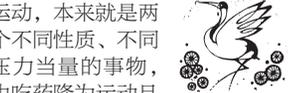
灯花

也不请自来,除了年过半百,唯一可解释的就是:也在电脑上敲敲文字、手机里发发微信的我辈,原来端的也是个体力劳动者!

医生说肩周炎与其他疾病相比有一个特点,就是有一定概率的不治自愈。这多少有点就像青春期的粉刺一样,可划入生理性疾病的范畴。所以,大凡医生对肩周炎开出的药方,也多为举举手、伸伸臂、甩甩胳膊,多做运动一类的对策。吃药与运动,本来就是两个不同性质、不同压力当量的事物,由吃药降为运动且不说效果如何,至少在心理上对治疗的积极性已打了一个大的折扣,因此在那个“一定概率的不治自愈”未有幸降临前,我和妻子的肩周炎颇有日复一日、愈演愈烈的态势。

虽可划入生理性疾病的范畴,但肩周炎所带来的痛苦和不便依然是显而易见的。别的不说,就说穿衣和脱衣,尤其是冬天,要穿脱羊毛衫、棉袄之类,若没有另一人帮忙拎一拎衣背、扯一扯袖口,半天穿脱不了不说,一个不落档,肩膀瞬间迸发的疼痛,能着手让你冒出一头冷汗来。也因了肩周炎,我和妻子真正成了同病相怜、互帮互惠、缺一不可的伴侣。

西谚曰:上帝在关上某一扇门的同时也开启了一扇窗。疾病亦同样,它在给人带来痛苦和不堪的同时,至少也还有一个作用,那就是能让你真切而鲜明地感知你在健康时所无法真正感知到的身体的底子 and 素质,继而让你对生命、亲情、伴侣等诸多与身体密切相关的事物,有一种或更为新颖或更为深刻的理解和认知。譬如我和妻子的肩周炎,在让我们忍受身体的痛苦和不堪的同时,也让我们对中年夫妻的状态和本质,有了一种不同于以往的体验和解读。这种不同于以往的体验和解读,用一句话来概括,叫做“少年夫妻老来伴,中年夫妻搀扶着走”。



今宵灯谜

去年,我受朋友再邀,自驾前往下涯镇。下涯镇位于浙江省建德市中部,地处杭州“二江一湖”风景区的新安江中段,是摄影人向往的极佳自然景观点,舟由远开来。船上男一女看上去都很年轻,像是一对夫妇。女的划着桨配合着男的一会撒网、一会动作敏捷地叉鱼、一会站在船头寻捕目标的动作。一条小狗陪着主人,船尾一盏麻灯尚燃,整个场景极富诗意。他俩的每个动作都被岸边的相机咔嚓地摄下……

俗语说,“题好一半文”,它可以起到“画龙点睛”的作用。斟酌再三,我遂将这幅照片命名为“烟江晨捕”。

高考成绩公布后,被高校录取的考生,往往被鲜花、掌声所包围,受到的注目自然就多。形成鲜明对比的是,那些落榜生却很少有人留意,他们常常与沮丧为伴,甚至受到埋怨,这应当引起人们的关注。

高考,作为选拔人才的一种手段,有必然性,也有偶然性,有一次成功者,也有暂时失利者。应当看到,多数落榜生能够坦然面对现实,勇于挑战命运,正确对待眼前发生的一切,但也有极少数落榜生面对“失败”的高考,会陷入消沉和颓丧的境地。有的人心里极度懊丧、无助,有的人整日沉迷网吧、游戏厅之中,有的人自暴自弃,个别人甚至一时想不开,会产生极端的念头和行为。因此,我们在为“金榜题名”的学生喝彩的同时,更应该多关心那些“名落孙山”的同学。



夜光杯

这“搀扶着”并非只是仅仅面对自身或对方的疾病。当死亡突然降临到双亲头上,伤痛让你冰冷彻骨的时候,“搀扶着”是抱团取暖、用无微不至的体贴驱逐严寒的篝火;当灾难如陨星不期而至,恐惧让你惶惶不可终日的时候,“搀扶着走”是同舟共济、用一诺千金的誓言抵挡恐惧的铜墙;当子女的桀骜和一意孤行,让你七窍生烟的时候,“搀扶着走”是儿女自有儿女福、用润物无声的劝慰化解怒气的春水;当事业的失意和意外打击,让你心灰意冷的时候,“搀扶着走”是退一步海阔天空、用留得青山在的鼓励扬起征帆的长风。甚至这样的“搀扶着走”,更是粗茶淡饭中,伸一伸筷子便知盐多油少的默契;出门在外时,一听见喇叭就会牵手对方向自觉;半夜醒来时,蹬一蹬被子即晓伴侣有无

显示,山腰与江面白雾笼罩,江水倒影,风光绮丽,影友都被这罕见美景震惊,各自在江边撑起三脚架,长枪短炮守候打渔船的到来。渐渐的,江面雾中,一叶小舟由远开来。船上男一女看上去都很年轻,像是一对夫妇。女的划着桨配合着男的一会撒网、一会动作敏捷地叉鱼、一会站在船头寻捕目标的动作。一条小狗陪着主人,船尾一盏麻灯尚燃,整个场景极富诗意。他俩的每个动作都被岸边的相机咔嚓地摄下……

俗语说,“题好一半文”,它可以起到“画龙点睛”的作用。斟酌再三,我遂将这幅照片命名为“烟江晨捕”。

经济学家、北大教授梁小民又在《东方早报》晒出4月份的读书单(迄今已一年)。这个月中,他赶不上课外出外的9天时间,读了29本书。浏览他整整一版的简要书评,没有一本是“文画配”或袖珍的口袋书,都是真金白银的纸媒传统书。梁教授说,“我的养生模式是,活着,读着,写着。”

梁教授此举为咱史上出书最多的年月但也是相应读书人最少最浮躁的国人做了极佳的示范。据报道,在目前举世最豪华的迪拜七星级酒店的一次访谈中,30%的客人来自中国,日本客人只有1名;可是论读书量,日本人均每年读书40本,我国仅4.5本。培根有句名言:“知识就是力量。”此言掷地作金石声:放眼上上世纪上山下乡那会儿的知青群,日后仰天长啸、壮怀激烈的精英,哪一个不是竭尽全力一头扑在书本上,像饿汉扑在面包上、有悬梁刺股劲头的书生?

这年月,青壮们匆忙浮躁、心旌飘拂,不能自已:万米高空,为鸡毛蒜皮而致全武行;地铁里的低头族,如是读电子书,好歹也是读书,然而全神贯注的只是八卦和娱乐!然则,高龄的梁教授一年中有三分之一在外讲学,但是嗜书如命,不上网,不上“两微”,边坐飞机边看“圣贤书”,广泛涉猎,一年中最高读书纪录为306本!“读书绝不吃亏。”这是梁教授的切身体会,而且,他觉得,书读越多,速度越快。

说到“读书绝不吃亏”,三毛的发现是“读书多了,容颜自然改变”。这“容颜”,指的是气质、素养、社交、应变等淑女或绅士风范。其实,说到读书的“易容”“不吃亏”,不是经济学家的胡适却说得

更具体、更“功利”、更加诱人,他说:“每天花一个钟头看10页有用的书,每年可看3600多页,30年读11万页。这11万页可使你成为一个学者。”——注意,不是通常的“学习者”,而是学有专长的专家型学者!

所以,举凡地铁中沉湎玩游戏的低头族、瞅准刹那间隙勇闯红灯的“飞人党”、呼朋引类的棋牌室广场舞的闲瑕群等,若能听取胡适的建议,每天潜个把小时,脚踏实地至千里,让人生添增光彩,想想都乐不可支哩!

在笔者看来,像梁小民般展示书单比炫耀七星级酒店入住单据要上档次得多。

投入建设全球科创中心,能离开读书吗?

盖全的本能。如果说“五十知天命”作为一种精神标识为我们所熟稔的话,那么“五十知肩痛”事实亦不仅仅只是一种身体标识,至少它对我们更全面、更形象地认知和理解“知天命”的内涵和元素,不无启迪。

注意,不是通常的“学习者”,而是学有专长的专家型学者!

所以,举凡地铁中沉湎玩游戏的低头族、瞅准刹那间隙勇闯红灯的“飞人党”、呼朋引类的棋牌室广场舞的闲瑕群等,若能听取胡适的建议,每天潜个把小时,脚踏实地至千里,让人生添增光彩,想想都乐不可支哩!

在笔者看来,像梁小民般展示书单比炫耀七星级酒店入住单据要上档次得多。

投入建设全球科创中心,能离开读书吗?

显示,山腰与江面白雾笼罩,江水倒影,风光绮丽,影友都被这罕见美景震惊,各自在江边撑起三脚架,长枪短炮守候打渔船的到来。渐渐的,江面雾中,一叶小舟由远开来。船上男一女看上去都很年轻,像是一对夫妇。女的划着桨配合着男的一会撒网、一会动作敏捷地叉鱼、一会站在船头寻捕目标的动作。一条小狗陪着主人,船尾一盏麻灯尚燃,整个场景极富诗意。他俩的每个动作都被岸边的相机咔嚓地摄下……

俗语说,“题好一半文”,它可以起到“画龙点睛”的作用。斟酌再三,我遂将这幅照片命名为“烟江晨捕”。

### 展示书单

黄柏生



扫一扫,关注“夜光杯”



去年,我受朋友再邀,自驾前往下涯镇。下涯镇位于浙江省建德市中部,地处杭州“二江一湖”风景区的新安江中段,是摄影人向往的极佳自然景观点,舟由远开来。船上男一女看上去都很年轻,像是一对夫妇。女的划着桨配合着男的一会撒网、一会动作敏捷地叉鱼、一会站在船头寻捕目标的动作。一条小狗陪着主人,船尾一盏麻灯尚燃,整个场景极富诗意。他俩的每个动作都被岸边的相机咔嚓地摄下……

俗语说,“题好一半文”,它可以起到“画龙点睛”的作用。斟酌再三,我遂将这幅照片命名为“烟江晨捕”。

