

欣闻上海从2017年开始,高考外语首次增加听说测试,双手赞同。回过头来反思一下自己学习英语的经历,感到身边的人与我一样,皆步入了英语的歧途。为了与世界接轨,我们这代中年人当年都像打乒乓球一样全民投入学习英语的热潮,但是一阵热情过后,大多数人半途而废,前功尽弃。

记得我在读小学时,学校就开设了英语课,整天学的是政治口号和毛主席语录,学了几年英语,连最基本的洗脸、刷牙、上卫生间之类的常用语都不会说,实在可笑。

## 哑巴英语

李 动

因为生活中没有用,故学起来也没兴趣。记得有次英语考试,我填充和问答都写不出,最后我均写上“long live chairman mao!”老师见的是山呼伟大领袖万岁,不敢划叉,更不敢打不及格,当然这是黑色幽默。我读中学时,有次考试,答不出来就抄别人的试卷,被老师没收卷子,21分的英语成绩单被父亲看

到后,我挨了一顿揍。投笔从戎后,正逢粉碎“四人帮”,全国掀起了一股学习英语的高潮。为了学好英语,母亲买了一台红灯牌收音机托战友带到部队,我每天中午12时跟着中央电台学习半小时英语,手捧着初级班英语书“book, study……”鹦鹉学舌。开会或散步,我都见缝插针地背英语单词,与我一起学习的许多战友学了不久纷纷败下阵来,最后只有我与蔡兄坚守阵地到最后。我几乎一天不落地学习了整整4年英语课程,甚至生病住院也雷打不动。



复员回到上海后,考进了电大英语班,每周三个晚上学习,下班后来食堂三下五除二地扒完饭匆匆赶去上英语课。上课用的是许国璋教材,课文多为科技内容,枯燥乏味,为了坚持下去,同学许兄每周日来我家复习英语,互相促进。漂亮的女同学小陈得知后,积极要求加入进来,她的到来令我们兴趣大增,男女搭配,进步甚快,什么to、不定式等极易混淆的语法都被我们过五关、斩六将,长驱直入,一一攻破。三年后,参加复旦大学英语自学考试,我考了91分的高分顺利过关。

双手捧着大专结业证书,以为自己英语真的过关了,从此可以与老外对话交流了。那年国庆节我身着警服到外滩执勤,人声鼎沸中,一位老外背着

相机见我这个警察急切地走过来问了我一通话,仔细分辨后不知所云,最后我双手一摊无奈地说:“I am sorry!”

这次经历对我的打击甚大,一个刻苦学习了多年英语的人,连简单的问答都不会,大失所望。我在自问,难道我学习英语不努力?见缝插针地背单词,不断地做各种语法练习,考中高级职称时,我将海明威原著的《老人与海》都翻译了出来,但为何不能顺利地与老外对话交流,百思不得其解。

一晃二十多年过去了,始终没有与老外交流的机会,熟悉的单词渐渐渐远,偶尔去国外,与老外简单地几句问话外,实在是难以交流沟通,心想回家一定好好补习英语,但回到国内没有了语言环境,英语的热情很快冷却了下来,最终英语成了心中的“鸡肋”,弃之可惜,学之难用。

后来,我给儿子讲解汉语语法,什么“主谓宾,定状补”时恍惚,儿子在一岁多时,不认字、更不懂语法为何能开口说话,且能与大人流利地交流,许多作家不学汉语语法,为啥能写出好作品,比如姚雪垠写的名著《李自成》,被北京大学的学生挑出了许多语法错误,但是读者照样能看懂,且非常喜欢。我突然感悟到是我们的教学出了问题。回想起来,我们学的课文多是枯燥的内容,且又在语法结构里兜圈子,最后各种语法都过关了,却连常用的生活用语都听不懂,说不出。重语法,轻听力;重课文,轻口语。这样的教学将英语学习引入了歧途,走进了死胡同。这种考试高分,听说低能的哑巴英语,实在是英语教学的悲哀。欣闻高考外语将增加听说测试,



金山位于上海西南郊,土地肥沃,河网交织,江南水乡的风景孕育出了包含水乡湿润空气和泥土芬芳的农民画。农民与传统书画,似乎距离遥远,很难搭配在一起,但农民画的特殊之处,正是创造者大都是终身固守田园,无缘传统书画艺术的农村女性。她们“以笔代针,以色为线”,作画随心所欲,自由发挥,画

床、翘檐挑脊等百工匠艺,都转化为她们笔下的绘画语言:热烈、明朗、质朴、稚拙,那是发生在画面上的一场表达方式的革命,每幅农民画仿佛都诉说着一个有趣的生活片段和农村的一段自然光景。到处是绿瓦红砖、白粉勾缝的老屋;屋内外的农民们辛勤地耕地、看电视、拉二胡;起先,她们画在灶台上,美化了单调的生活,同时也记录了农民原始纯真质朴的内心世界。

## 把生活变成画

徐佳和 文 张顺初 摄

金山农民画把生活变成画面,它本于民间、隶属手工艺,生理年龄只有四十年,但其文化传承和美学意蕴的心理年龄已逾千年,当下,它也被列入了“非遗”名单,加以保护。

作为“70后”,除夕的前一天下午,我去做了牙齿矫正。节后上班第一天,有同事问,这个年龄了,还有必要吗?对我来说,显然有。做这样的决定,是因为我活得有梦想。而梦想,不一定是用来实现的,它是努力的方向,更是希望。人生,只是个过程。有梦想,你就不觉累、不觉冷,你就活得有激情、有力量,只有你自己觉得老了,才是真的老了。人生是一场马拉松,有劲,留在后边用。不抛弃、不放弃,每一秒都努力,笑到最后最美丽。



## 非遗在身边



## 无性别厕所可推广

顾 维 民

最近,中城街头出现的首座无性别厕所引起市民的关注,表示接受的有之,难以接受的也有之。孰是孰非可能在一定的时间内很难下定论,但有需求就是硬道理。前几年,上海长风公园就曾在一座公厕门上挂了“无性别厕所”,历经几年实践,很受到市民欢迎。

其实,无性别厕所在国外很流行。最近,我到新西兰旅游,看到很多城市乡村及高速公路休息区都有无性别厕所,在皇后镇市中心还有一座偌大的无性别厕所,国人与外国人一起依次排队,没有因为性别的区别而产生“另眼相待”与难以接受的情景。

厕所建设并非小事。去年底,住房城乡建设部根据城镇化快速发展、城市人口持续增长、公厕数量总体不足、管理水平不高、特别是女性厕位紧张问题亟待解决的状况,发布了《城市公共厕所设计标准》,明确要求新建和改建公厕时,按照3:2的比例设置女性厕位与男性厕位,人流较大地区为2:1。现实生活中,女厕所排“长龙”的现象屡屡可见,甚至女性占用男厕所的事也时有发生。由此看来,设立无性别公厕,对科学配置男女厕位比例,解决女性如厕排队时间过长的问题是个好举措。对无性别厕所接受与不接受,说到底,还是是个观念问题。这就需要相关部门在这方面做好宣传工作,并且要加强对无性别厕所的卫生管理工作,力求清洁卫生。同时也建议,根据目前现有的厕所状况,不妨将有条件的男女厕所改建为无性别厕所,从而大大缓解“方便”之急。观念的转变,设施的完备,设立无性别厕所真的无妨。

## 七夕会

而今晨练的各种场合,一般都是老者居多,问及一些青少年,他们往往会说:“我们身体还好,等上了年纪,再锻炼不迟。”这种说法和做法显然是不科学的、有害的。

我们说,人的身体也如同长在田里的庄稼,要想秆壮籽饱收成好,后期管理固然重要,但早、中期丝毫不能放松。从某种意义上说,前期“基础”打得好不好,对后期能否丰收尤为重要。同样,锻炼对体质影响最大、效果最佳的时期也在青少年时期。如果这个时期养成了良好的锻炼习惯,一生将受益无穷。反之,“等老了再锻炼”,往往就能“等”出问题,那就悔之晚矣。

从科学原理看,锻炼对青少年来说,第一可促进身体的生长发育。衡量青少年这一时期生长发育好坏的两个最基本的指标,一个是身高,另一个是体重。有资料表明,经常锻炼的青少年比不爱活动者,身高平均高4-9厘米,体重平均重4-9公斤,胸围平均多2-5厘米。也就是说,经常参加锻炼者生长发育的水平明显高于不经常锻炼者。这是因为,身材的高矮主要取决于脊椎骨和下肢骨的长短,积极进行体育锻炼,跑、跳等动作对骨骼的生长是个良好的刺激;同时,运动时加快了血液循环,养料供应充分,也促进了骨骼的快速生长,锻炼还使骨骼增粗,增加了它的牢固性。体重的增加,有很大一部分是来自于肌肉的增长,锻炼可使肌肉发达,肌肉的力量增强了,人就变得强壮了。

## 青春期更要注意锻炼

王 弋

锻炼也可提高机体的“储备力”,增强体质。经常锻炼的人,心肌增粗有力,心脏的储备力就强。运动时,人体内产生的废弃物增多,排泄系统就会加倍努力工作,以保证人体内部环境的清洁。还有神经系统、内分泌系统,此时都被调动起来,配合“总指挥”大脑,共同指挥调节全身。

锻炼能增强机体的抵抗力,培养人的反应力和灵敏性。体育锻炼能增加机体对外界环境的适应能力,促进防御机制的完善,大大提高其抗病能力。人的动作是否灵活、准确,反应速度的快慢,都取决于脑、神经以及运动器官协调能力的好坏。运动可增强这种协调性,使我们变得心灵手巧。

锻炼还能使我们的体形健美,磨炼我们的意志和毅力。身材适中、肢体匀称、肌肉发达、五官端正、肤美发好、内脏器官功能正常、神经系统反应迅速准确、关节活动灵敏,柔韧有力,这里边的哪一项,不是需要我们靠锻炼来获得呢?锻炼还能提高学习的效率、增添生活的情趣,集体项目还可以增加群体的凝聚力等等。

当然,尽管早晨空气新鲜,锻炼的效果较好,但有些青少年由于工作学习忙,早晨起不早,那也不必勉强。不过有些人只是为了睡懒觉,这就需要下决心克服了。早晨练不了,其他时间,也要给安排上。至于有些女青年,对锻炼身体有害羞心理,这无疑亦是要不得的。青少年朋友,想想看,哪个项目适合于你,赶快坚持有计划地“活动”起来吧!

锻炼也可提高机体的“储备力”,增强体质。经常锻炼的人,心肌增粗有力,心脏的储备力就强。运动时,人体内产生的废弃物增多,排泄系统就会加倍努力工作,以保证人体内部环境的清洁。还有神经系统、内分泌系统,此时都被调动起来,配合“总指挥”大脑,共同指挥调节全身。

锻炼能增强机体的抵抗力,培养人的反应力和灵敏性。体育锻炼能增加机体对外界环境的适应能力,促进防御机制的完善,大大提高其抗病能力。人的动作是否灵活、准确,反应速度的快慢,都取决于脑、神经以及运动器官协调能力的好坏。运动可增强这种协调性,使我们变得心灵手巧。

锻炼还能使我们的体形健美,磨炼我们的意志和毅力。身材适中、肢体匀称、肌肉发达、五官端正、肤美发好、内脏器官功能正常、神经系统反应迅速准确、关节活动灵敏,柔韧有力,这里边的哪一项,不是需要我们靠锻炼来获得呢?锻炼还能提高学习的效率、增添生活的情趣,集体项目还可以增加群体的凝聚力等等。

当然,尽管早晨空气新鲜,锻炼的效果较好,但有些青少年由于工作学习忙,早晨起不早,那也不必勉强。不过有些人只是为了睡懒觉,这就需要下决心克服了。早晨练不了,其他时间,也要给安排上。至于有些女青年,对锻炼身体有害羞心理,这无疑亦是要不得的。青少年朋友,想想看,哪个项目适合于你,赶快坚持有计划地“活动”起来吧!

## 健康

学习外语开始重视能听会说,就像老农交流家乡话那样抑扬顿挫,彼此能毫无障碍地顺畅交流,语法结构就让语言专家去折腾吧。



## 夜光杯

顾炎武,苏州昆山千灯镇人,本名顾雍,因敬慕文天祥学生王炎午,改名炎武。顾家乃江南望门大族,居所旁有亭林湖,顾炎武为乡人尊称亭林先生。

顾炎武,自幼好学,手不释卷。他14岁取得诸生资格,18岁赴南京参加应天乡试,与同窗好友归庄共入复社。顾炎武与归庄的性格俱耿直独立,时人称其“归奇顾怪”。他自27岁起,断绝科举之路,以通览经史百家、郡邑掌故、天文仪象、音韵训诂为学习旨要。他出外求学,常骑一头跛驴,让两匹瘦马驮着几箱书,顾炎武在驴上诵读,连对面走过的熟人都毫无印象,一次他掉落崖下,仍背诵着书上的内容。

清兵入关后,顾炎武由昆山令杨永言推荐,入南明朝廷,任兵部司务,他撰写的《军制论》《形势论》等“乙酉四论”为南明朝廷出谋划策。南京为清兵攻陷,弘光帝被俘,顾炎武与归庄投笔从戎,参加义军,后与陈子龙一起从事反清活动。

因顾炎武立志复明反清,其仆陆恩见顾家日益没落,便投靠当地恶霸叶方桓,叶方桓以顾炎武“通海”(与南明反清有关系),将顾炎武绑架关押。归庄见事危急,便向降清的顾炎武求援,钱是当时文坛盟主,便对归庄说:“顾是我门生,我就为他说话。”归庄虽然明知顾炎武不会同意,但为了救顾炎武,就代顾拜钱谦益为师。顾炎武

知悉后,便写了许多张告白书四处张贴,声明从未拜钱谦益为师,令钱谦益大为尴尬。

顾炎武在乱世中,一直坚持读书写作,他作的《日知录》是一部“稽古有得,随时札记,久而类次成书”的著作。顾炎武好读历史,读之求知之,每有所得,必记之于笔。日积月累,《日知录》有三十二卷,条目有1019条,最长一篇计5000余字,短的仅有9字,生动反映了作者的政治、经济、学术思想,书中颇多警句,如“国家兴亡,匹夫有责”“法不应,诛不必,而欲为吏者之贪,不可得也”。

顾炎武提倡读史,以明道、救世为宗旨,他重视历史研究,敢于提出不少标新立异的观点,他认为“人君之于天下,不能以独治也”,强调“以天下之权寄之于天下之人”,认为“善为国者,藏之于民”,表达了“藏富于民”的进步观点。

顾炎武以博学强记闻名于世,他寓居北京时,清代文学家王士禛去拜访顾炎武,他有意考顾炎武,请顾炎武背诵《蚋蝶行》,这首古乐府只有五十余字,但很冷僻,不料顾炎武当即一字不漏背了

## 梦想

李云杰

作为“70后”,除夕的前一天下午,我去做了牙齿矫正。节后上班第一天,有同事问,这个年龄了,还有必要吗?对我来说,显然有。做这样的决定,是因为我活得有梦想。而梦想,不一定是用来实现的,它是努力的方向,更是希望。人生,只是个过程。有梦想,你就不觉累、不觉冷,你就活得有激情、有力量,只有你自己觉得老了,才是真的老了。人生是一场马拉松,有劲,留在后边用。不抛弃、不放弃,每一秒都努力,笑到最后最美丽。

虽已到中年,但我还计划学习书法、绘画、跳舞、弹琴……因为我的梦想是:内外双修,争取到65岁的时候,活成中国最美老太太,绚烂35年,到100岁我就走。但我希望实现不了,因为我愿意看到别的老太太,都比我更美、更健康长寿。

王士禛大为叹服。顾炎武读万卷书,行万里路,被后人誉为清代学术的“开山始祖”。他除撰写《日知录》,还写了《天下郡国利病书》《肇域志》《音学五书》《古音表》《金石文字记》等五十余本著作,清代著名学者朱彝尊写了一副对联誉之:“入则孝,出则弟,守先王之道,以待后学;诵其诗,读其书,友天下之士,尚论古人”。

明朝亡后,顾炎武屡次谒孝陵,以寄亡国之痛。康熙开设博学鸿儒科,招纳明朝遗民中的有学之人,由于顾炎武名气很大,很多人推荐他,顾炎武以死拒荐。康熙十八年,清朝廷开明史馆,熊赐履等清朝名臣都极力劝顾炎武入聘,顾炎武赶紧逃于世外。她始终拒绝高官厚禄的引诱,“耿耿此心,始终不变”。康熙二十一年正月,顾炎武赴山西,不幸上马时失足,呕吐不止,初九去世,享年70岁。

顾炎武治学严谨,每日读书,必求所知,三十年中写成的《日知录》一书,便是他一生学习研究文史的最人好说明。梁启超称顾炎武不仅是“经师”,而且是“人师”,清代学者汪中则论定:“古学之兴也,顾氏始开其端。”



## 壶中书影

在今天江苏昆山市千灯镇上,有一座占地60亩的“顾炎武故居”,旁有亭林阁与亭林墓,迎天下人共怀念之。