



一流夫妻

阿四(张慰军)

“天这么冷,身体又不好,还要去参加活动接受采访,烦吗?你至于吗?”嘉华阿姨一面埋怨敦邦叔叔,一面在帮他整理本已围好了的围巾。

“哎呀,人家也不容易,老早来打招呼了,我也早答应了,烦吗?你至于吗?”敦邦叔叔说后,笑了!

我也笑了,心里一暖:六十年,他们风风雨雨共同过来了,美好家庭美好的夫妻,连互相的埋怨都温暖!

认识(戴)敦邦叔叔,哦,是敦邦叔叔认识我的时候我三岁,他十九岁。因为和我父亲(张乐平)工作上的关系常来我家。我姐姐的口中就是“早浪厢来一趟,下半天还来一趟”。这样,共同的事业和爱好使父亲和敦邦叔叔的友情不断加深成了忘年交加知心朋友。

父亲很是欣赏和喜欢敦邦叔叔的才气和用功,称赞敦邦叔叔的作品和为人。平时是吃老酒要拉着他、会朋友要拖着他、心中的苦闷和烦恼要告诉他,也不管他是否有空,是否有稿子要创作,家中还有四个生龙活虎的儿子在闹。当然,父亲更是非常欣赏出生于世家、识大体、一直支持敦邦叔叔事业和照顾敦邦叔叔生活的嘉华阿姨。他们家床头挂着我父亲画的“三毛”,敦邦叔叔特别向我强调:“那是你爸爸送给嘉华的!”

敦邦叔叔和嘉华阿姨对我父亲、母亲非常关心,把我们一代和我们的下一代也当做自家人。父母生前总是说:小戴夫妇真好!

敦邦叔叔的画炉火纯青,还在不断地变化和创新,达到了非常的高度。他画的古典名著插图、他画的古诗词意境、他画的辛亥革命、他画的《道德经》……无不令人赞叹。

嘉华阿姨默默地在后面支持着他,安排好他的生活,让敦邦叔叔全身心投入创作。

因为敦邦叔叔喜欢昆曲,组织成立了“田笙昆曲研习社”,让昆曲爱好者聚在一起跟着他请来的老师习曲。偶尔,敦邦叔叔也唱上几段《长生殿》。我和内子学南郭先生混在其中,看着听着,还时而跟着去参加各类活动。昆曲社的所有开支都由他们自己掏出来。数次我们说应是大家分担,嘉华阿姨回答:“这是他所喜欢的事情。再说,能够让他开心和得到休息,就不必在乎钱了!”一派大家风范。为弘扬普及昆曲这一文化瑰宝,他们义无反顾地支持,至今已近二十年。

敦邦叔叔眼睛不好仍然是孜孜不倦地画着,说自己最大的心愿是一直画到生命尽头,如同战士洒血疆场,听了令人十分钦佩!

论人品,敦邦叔叔和嘉华阿姨绝对是大家,绝对一流!他们这共同的“一流”已经六十年并将继续一流下去。

祝贺敦邦叔叔、嘉华阿姨六十年钻石婚,快乐、健康!好人长命百岁;好人一生平安!

敦邦叔叔正在创作的《道德经》长卷,将是一幅时代的优秀艺术作品。我想,其实他们夫妇俩完全应该列入其中!

我外婆家在江苏如皋,那里出产的萝卜闻名遐迩。二十多年前的一个寒冷的冬日,我陪一位吉林长春的老板到南通验货,他听我说我是如皋人的外孙,竟二话不说,掉转头往那开去,就为了去尝一回“如皋萝卜”。那天,见他如此钟爱,我买了满满一篮子让他带回老家给亲友品尝,谁知道,他回家不久,就寄来两支人参回谢,真是赚大了。

外婆在世时,会用萝卜烧出不同的菜肴,什么萝卜肉丸子、萝卜馅鱼脯(鱼圆)等,家里老老少少都爱吃。大字不识一个的外婆,自然不懂什么养生大道理,但“冬吃萝卜夏吃姜”是常挂在她嘴上的。更小的时候,我并不喜欢萝卜,吃生的嫌它辣,煮熟的有股味,偶尔多吃点还潮心。有一年,跟着母亲乘轮船到外婆家做冬至,看到外婆的那两片薄洼地里萝卜叶子长得郁郁葱葱,不少圆鼓鼓的萝卜争先恐后地挤出泥土露出半边白肩,我觉得好挤,用小树枝把它们戳出一个洞眼,外婆见了心疼,乖乖(如皋话:宝贝)乖乖乖地哄我,说萝卜是个宝,冷天吃了身体好,不许我糟蹋。她扶着我的手把萝卜拔出来,又抓住萝卜缨子在河里来回晃了两下,就送到我嘴里,我勉强咬了一口,嗨,那感觉才真是绝,清冽甘甜、嫩脆淳香,就这么一口,从此萝卜成了我的最爱。

冬吃萝卜,“没的说”

吕庆

这以后,每年的寒假,我都喜欢到外婆家去过,至于我是去陪外婆的,还是冲着冬天养生吃萝卜去乡下的,我至今都说不清楚。不过,到我嘴里,我勉强咬了一口,嗨,那感觉才真是绝,清冽甘甜、嫩脆淳香,就这么一口,从此萝卜成了我的最爱。

那辰光,一到寒假前夕,我是天天盼外婆托人带口信来的,她的口信也就几个字:“天冷了,回来吃点萝卜补一补,明年好打虎。”现在到了几岁绕膝的年纪,才恍然大悟,那时外婆之所以不托人把萝卜带到上海来让我吃,而要我回乡去“进补”,原因是她也要“进补”,我这个外孙就是她的“补心丸”啊。

一到乡下,除了拿生萝卜当水果吃,外婆变戏法般做的“香菜麻油拌萝卜”、“红烧萝卜”、“猪肉炖萝卜”我都百吃不厌,看我很香虎咽的样子,连外婆都笑我“馋!”萝卜菜外婆怎么做的,我不知道,但母亲是得到她真传的,特别是那道红烧萝卜。一过冬至,母亲隔三差五一定会做给我们吃。每次端上

种种迹象表明,新年快来了——

各类性质的机构,都在总结、述职、安排员工放假和奖金发放事宜、研究来年生存方略。酒店里的各种高峰论坛、年会的标志次第呈现。各类年度文学奖、排行榜的颁奖仪式相继举办,文学刊物的明年第一期目录陆续推出,作家们欣喜或黯然,而文学,其实就是小欢喜与大黯然的产物。

应约写下这些文字,正是冬至,我刚刚离开温州的一个颁奖仪式,回到上海家中的书房。发表于《人民文学》2018年2期的散文《海上手绘集》,获得《十月》杂志和瓯海联合举办的第三届“琦君散文奖”。

现代作家琦君,温州的女儿,一九四九年后在中国台湾开始写作,以小说《橘子红了》成名,众多散文名篇影响数代读者。她书写父亲的文章,总让我想起朱自清的《背影》。

获得这一届琦君散文奖的作家,邱志杰、苏沧桑、董华和我,身份各异:艺术家、职员、诗人或农夫。这充分证实,散文这一文体拥

到那个位置,但如果脑子不跟着过去的话,等于白练。因为更注重内在的部分,她的体式课相对来说就比较简单,有时候站在那儿就好久,有一次课上到一半,从印度回来之后,我找了上海的正统瑜伽馆继续练习。这间瑜伽馆的老师都是从小在印度练习瑜伽的印度人,风格和侧重各有不同,但都很受欢迎,热门的老师基本上在开课几分钟后就约满了。但唯独有一位老师,是这家瑜伽馆创始人的妈妈,她的课随时去随时都有空位,有时候在晚上的热门时段,也只有寥寥两三人。

其实这位妈妈是印度非常有名的瑜伽士,这间瑜伽馆的创始人就是跟着她从小学习,才走上了瑜伽修行的这条路。

她在课上说得最多的是,“注意你们的脑子!”意思就是有些人仅仅把手摆



扫一扫,关注“夜光杯”

桌,明明碗里一块肉都没有,也一定会像外婆那样说一句:“萝卜就是肉”,我们孩子就跟着学一句外婆的口头禅:“冬吃萝卜夏吃姜”,馋得我们边笑边吃,满满一大碗很快被消灭殆尽。

所幸,外婆的“非物质文化遗产”我还是多少从母亲那里偷学到一些,特别是这“红烧萝卜”,我巧妙地融入了现代元素,成为最受家人欢迎的大菜。萝卜切成块后,我绝不放在热水中焯,而是用文火

焗炒至周身透明时淋入适量鲜酱油,烹至酥软后用大火收干。起锅前,或拌一撮香葱花,或撒一把青蒜末,或掺进事先焯熟的洋葱,淋上一小勺意大利橄榄油后上盆端上桌,不消片刻,就见底见底,个个吃得油光满面,意犹未尽。

实践让我体会到,冬天进补吃点萝卜,老少咸宜,比起用其他食材进补更安全、更方便,而且,只需花点小钱就又有菜吃,又可补身子,划算得很,用我外婆家的如皋话说:冬吃萝卜,真是“没的说啦!”

可怜天下父母心,说说最好的补品腊八粥,请看明日专栏。

冬藏养生须加餐 责编:龚建星

有巨大的包容性和无限的可能性。一代人写一代人的文章,正如琦君、朱自清写出了他们各自时代的乡愁与爱一样,我们应该辨认自己的生活,向后世传递这一个时代的人间消息。

雨洗过的青山

汗漫

而时代正在巨变。基因编辑后的婴儿,在争议中是否已经出现于我们身边?机器人开始写情诗,甚至会深度介入人类的卧室。如何面对城镇化推进过程中传统乡村的消失?对此,简单的赞美或者哀叹,都显得虚伪和肤浅。

所谓故乡,就是消失——从地理,到时间。那些消失的事物、人物、情感,证明一个人曾经怎样走过、活过、存在过,并支撑其继续面对充满了变数的未来。只有语言,能够保留故乡,或者说,只有日益深刻的头颅和迅速衰老的身体,才是一个人不离不弃、生死与共的故乡。

显然,当代作家或者说当代人,已经不能简单地复制琦君先

饭,然后是哲学课,到了下午4点才另有体式课,接着又是长时间的冥想课。晚饭后8点左右还有晚间冥想。住在那儿的有一些日本人,有一些欧美人,也有超过一半的中国人。我发现中国学员几乎不去上除了体式课之外的其他课程。

我在那儿住的时候,有一位日本老先生在那儿进行一个月的讲学,他是创始人的关门弟子,已经70多岁了,看起来精神矍铄,只有50出头的样子。他曾经跟着创始人在喜马拉雅山上练习瑜伽十多年。

住在那里的中国学员大多都是国内的瑜伽老师,她们能做非常复杂的体式,像我这样的菜鸟就识相地排在后面。日本老先生来了之后,就代替原来的本馆印度老师上体式课。这位老先生的体式课非常简单,那些反弯、倒立之类的高难度炫技姿势几乎全无涉及,就是简单的甩胳膊甩甩手、开合跳,总之都是一些简单的涉及核心力量但认真完成后也能微微出汗的动作。我作为菜鸟认真上了几天课,非常开心。某一天吃饭,老爷爷直截了当问我,“你为什么中国学生都不来上课?对我有意思?”“啊……这个我也不知。”我有点脸红。“请帮忙通知,请他们第二天早上10点去大教室好吗?”老师诚恳地说。我当然去尽心通知那些再

江北机场,匆匆来,匆匆去。重庆不愧是雾都,三天来雨雾蒙蒙中穿行,走了重庆八中、复旦中学、合川中学,今天道别,仍在雨雾中。

中学生如葵花,每天在打开,跨过高考那一瞬,人生大转动。面对满堂的00后,仿佛看到30年后的新世界,那时候,如今流行的一切,都会变为记忆,他们手中的魔法球,将变幻出一个新社会。

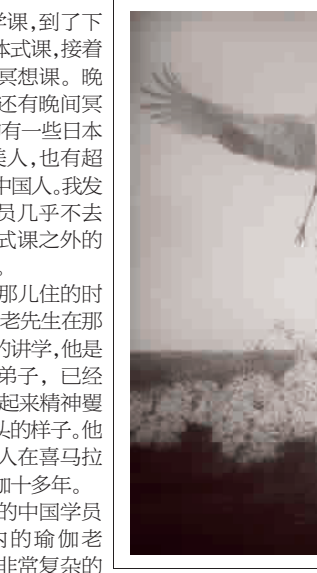
昨夜驱车百里,跨过三条江,前往合川中学。偌大的校园,完全是一座学院的气象。主楼建于15年前,100多间教室,融合了罗马柱、拱券窗、红砖墙、中式天井多重元素,据说是西南地区中学第一大教学楼。很喜欢这座楼的开放精神,空间设计充满透光性,避免了大型建筑纵

生们的乡愁与爱。必须面对当下,更新表达。

即将到来的2019年是五四新文化运动一百周年。启蒙的任务依旧需要担负,或者说人的现代性建设、文学的现代性建设,永远在路上。

一个当代作家,对于先秦以来历代大家前贤的最深敬意、最高礼赞,就是“解放中国文章”,使汉语的美感与力量在新时代表续、生发。

《海上手绘集》是一个仍然处于延展中的系列散文,未来将结集成为一本关于上海的书。之所以用“手绘”一词,就是强调一种个人化的独特书写,为上海这一座混血之城造像,但必须充盈个人经验——这其实也是一幅自画像。一个人与置身其中的时代和世界,难解难分。正如诗人沃尔科特所言:“要么我准也不是,要么我是一个民族。”如果能够写出属



没有来上课的学生,只是第二天让我吃惊,老先生专门清空了教室,装了投影,还准备了厚厚的打印出来的资料。但到了上课的时间,只来了2个人,还是跟我一起上课的那两位,我们等了一刻钟,老先生就按照准备好的讲课了。他将瑜伽的发展脉络从头讲起,一些学派的发展等等,认真讲了一个半小时。

“真是一门哲学啊!”我恍然大悟。

在雪山上,瑜伽士从来不做那些花哨的体式。我们在雪山上练习的就是我在课上教的这些而已。瑜伽类似中国的气功,呼吸法占比远超过体式,每天坚持练习这些,身体真的可以变得更好。

深处的幽闭。青春少年在光照通透的教室里长大,今后无论去哪里,都会渴望阳光的明亮。

到中学最深的感受,是少年青春的眼神。这眼神随着成长,在很多人的眼中消失了。在快速打开的

永远是少年

梁永安

中冷却,化为灰烬。生命有限,不需要太复杂的思维,每个人只争一个时间点,建立一生不变的精神。12岁的好奇、16岁的单纯、20岁的自信、30岁的进取、40岁的沉毅……都可以变为生命的气质主轴。来到中学,忽然感觉,永远做一个渴望未来的中学生,也是十分美好的生活。不要老去,这是给毕业生最好的祝愿!

于我的上海,那它必然也是我们民族的上海。

转眼间,移居上海将近二十年了。我爱这一座城市,并把它和我的家乡中原混为一谈——我周围的上海,必然是一个中原人的上海。而我记忆里的中原,也获得了一个辨认它的上海角度。把上海、中原集于一身,现于笔墨,我就永远不会成为一个无家可归的人。

“琦君散文奖”颁奖仪式结束后,几位作家、诗人参加了温州大学举办的主题为“文学里的乡愁”座谈会,与儿女辈的大学生们交流。我谈了几句话,大意是:文学就是乡愁,读书与写作可以帮助我们

建立精神上的故乡,获得安抚与不安——在安与不安之间,在受伤与疗伤之间,人的一生才丰富、深沉,值得一过。

琦君故居也去看了。在故居里读到她所写的一句话:“雨洗过的青山,就是泪洗过的良心。”所谓写作,也是在雨水泪水中保存青山和良心吧。

新的一年,新的雨水和泪水,让青山和良心美好不息。



带我飞

(绢本水墨) 何曦

“那为什么瑜伽会有这么多复杂的动作?那108式?”

“不然世人怎么相信呢?怎么跟随呢?”

原来是这样!

从这天开始,这位日本老师每天早上10点都给我们三个人加课,我待了一个月,走时相当不舍。

昨天在那位老妈妈的瑜伽课上,做战士一式的时候,因为熟悉,我轻易就摆出了标准的体式,并且很快走神起来。她从身后轻轻敲了一下伸直腿的膝关节,“收紧!请在你的垫上!”原来她真的可以看出来。

提升向内能力的瑜伽多少已经演变成了向外炫技的体操,这世上许多事情不也是这样吗?