满庭芳臭豆腐

贺友直 图/文

走街穿巷 忆旧事

又要说小吃，在我脑子里留下极深刻印象的除了生活遭遇之外剩下的就只是吃了，不信去问问原是从外乡来的在城里发迹的富豪们:“你对家乡记忆最深刻的是什么?”十有八九回答的就是童年吃到过的美食。据说船王包玉刚回到镇海就是要觅臭冬瓜吃。

借此说件趣事：我在中央美术学院耽了七年,学校教室大楼的周边总有几块长满野草的空地,却被老妻发现其中杂长有野苋菜,其梗是做臭冬瓜基卤的原料，就动手做起臭冬瓜了,做成了确是过瘾解馋好一阵,待到回上海时，老伴还将这坛臭卤甏塞在集装箱里运回上海。

话说远了,拉回来说题目的,先说满庭芳(或是坊）是处于今福建中路广东路这一带，是旧称呼或习惯称呼则不详。这个臭豆腐摊很气派，我在此画的就是当时的场景，我能回忆到的细节都在画里，至于这位摊主的敬业精神我只够状其外貌无能表其内心了。总之，我有几年时间路过此地总是见他一如既往地油炸臭豆腐热忱周到地应付顾客。就此而已。如今的臭豆腐一点勿臭了！对已往的只剩回忆了！

了不起的秦文君

陈 昕

儿童文学是一个有着七彩想象的文学世界，儿童文学作家是一群挥舞着艺术魔棒的人，他们为孩子编织斑斓的童趣生活,让童年的梦自由飞翔。秦文君就是一位笔耕不辍的造梦人,她塑造的男生贾里、女生贾梅已经成为当代儿童文学的经典形象,给多少人带来温暖的童年回忆。今年正值“贾里”、“贾梅”文学形象创生20周年,也是《男生贾里全传》、《女生贾梅全传》两书累计发行突破双百万册,值得庆贺,更有必要对于这个当代儿童文学园地里的“常青藤”案例——“贾里、贾梅现象”进行认真的总结，为今后的儿童文学精品创作与童书长效市场拓展提供有益的借鉴。

贾里、贾梅是清新、灵隽的文学形象，也是有着浓郁海派风范的都市少年，他们是老师眼里聪慧可人的学童,是同学们耳语呢喃的同桌，是家长心生羡慕的邻家宝贝。他们身上不曾有当下儿童文学中流行的精怪、喧闹的反叛与孽性,也没有穿越灵异空间的身心冒险;但是，他们清新朴实的校园故事,奇芳异秀的家庭趣事,是那么细腻、曲折、温暖、灵秀，让小读者的情感随着贾里、贾梅的心绪飞扬跌宕,这一种“远观无白浪,近察有绿波”的境界,其实需要作家更丰满、厚重的笔力,更多样、诡谲的童趣生活的积累和思考。

200万册，在现在这个图书生命周期越来越短的市场境遇中算得上是一个了不起的成绩，一个延续了20年的长销故事更是难能可贵。牵引这个市场“马拉松”耐力和韧性的，是作者和出版社持续不断的校园阅读动员，是一所接着一所学校的校园文学巡讲之旅，也是孩子们一次次身心酣畅的文学洗礼。如今,第一代的读者早已考入大学,又走上社会,结婚生子，孩子又渐渐长大，迈入学堂，我看到第一代的读者中有不少人把自己珍藏的老版本拿出来,与孩子一起阅读,一起分享,回味与贾里、贾梅同命运的好时光。一本书有了两代人的阅读共享，实在是一份莫大的欣喜,这不仅是作者的荣光,也是出版社的荣光。这一份荣光将镌刻在出版史册里，也映照在大时代的波涛上。

了不起的秦文君，祝愿你在新的时代里能有新的力作问世。

芦 穄

——长兴岛风情录

吴建国

和粮食棉花这类与人的生息休戚相关的农作物不同,芦穄不是主流的农产品,它是滋养人心情的休闲食品,因此,它不占用整块农田,只种植在岸坡下、宅沟边。从谷雨时节一棵棵青青的苗开始，它生长在孩子们的期待中，生长在他们亮晶晶的眼睛里。

大暑时节，芦穄的穗由青变红变黑了，这是芦穄成熟的标志。割一根扛到院子里，叶可喂羊，穗晒干后可做扫帚。芦穄肉质清脆，汁液甘甜，尤其是长到白露时节里的芦穄，中芯里有糖的颜色，长兴岛人叫它糖芯芦穄，那汁液更甜更醇，还有阳光晒在青草植被上后，飘拂在空气里的那种沁人心脾的清香。让吃过的人念念不忘。

这样的芦穄，在竹子般美好的外形里,还有一个本质特征，割断的芦穄,只有当天吃才这样甘甜清香，只要隔夜，芦穄的汁液里自会有一种奇特的异味,闻如猫尿,难于下咽。这个特征，让喜欢它的人感到不悦,隔天不能食用,就意味着游子没有机会品味家乡的味道；就意味着哪怕隔着长江的上海朋友,也无法品尝到长兴岛芦穄独特的美味,无法体会到长兴岛人被芦穄滋养的心情里那份喜悦和激动!

是什么让长兴岛的芦穄有这样的特征呢？清洁的土壤、水、雨露和长江入海口的清风，这是它生长的环境。长兴岛的芦穄，也是粒用高粱的变种,形似高粱,但这里生长的芦穄籽不能食用——它从根部吸收营养，靠叶面进行光合作用，丰富了茎秆的水分和糖度，而穗部的结籽,却因为得不到足够的营养,质瘪空色暗淡。这样的地域环境里生长的高糖度的芦穄,在终止生长后，丰富的糖分很快发生了变异。

嘘——别讲话，把芦穄放在门的背后；把芦穄在篱笆墙上敲一敲……随着文化的普及，让农人们逐渐放弃了迷信和自欺欺人的保鲜方法。进入新时期后,长兴岛人认识到,只有解决了保鲜的问题,长兴岛的芦穄才能走向市场。有人用冰箱冷藏的办法保存芦穄，那也只能延长几天时间和降低异味的程度,近三十年来,关于长兴岛芦穄保鲜的研究,都以失败而告终。咸淡的芦穄,低甜度的芦穄,都不存在隔夜变味的问题，而让长兴岛引进外地的品种，这就失去了打开市场扩大种植的基本意义。因此,直到今天，长兴岛的芦穄还是“孤芳自赏”,除非人到长兴岛来，才能品到它的甜它的香它的美。

新鲜的食品、清洁的水和空气，是人健康生存的基本要素,就这几年,似乎已经成了我们生活里的奢侈品。长兴岛的芦穄,它是少数离地即变味的植物,它给人的启示是,新鲜的食品最味美最健康,它是对今天高科技的冰箱和食物冷藏的否定!

暑日游曲水园戏作

邵益山

烈日浓荫下，蝉儿亦歇凉。有风难阻汗，无雨似蒸汤。闲话油盐米，偷听魏晋唐。文人雅趣淡，曲水不流觞。

你失望吗？

震 杏

你失望吗？每个人都会失望,对人,对物,或是对世界。有人偶尔失望,有人经常失望，有人时刻失望,时刻失望就是绝望。

你该失望吗？若没希望就没失望，所以可以这样说,你有希望吗?每个人都会有希望,或大或小,或多或少，从三餐吃什么到地球的和平,都是希望。有的希望容易实现，有的希望无法实现。

无法实现的希望代表什么？一种可能代表了你贪婪，你想实现的希望过大过好,超出了你的能力,所以无法实现。另一种可能代表了你的愚蠢，你错误地估计了达成希望的难度——自身内部的或外部世界的，导致希望无法实现。还有一种可能无法实现的希望代表了一种美好的愿景，像驴子面前的胡萝卜激发着你前进，前进便是目的，希望本身并不需要一定实现。

贪婪是人的本性，没有贪婪就没有进步的动力，人类便灭亡了。愚蠢也是人类的本性，人类所掌握的知识实在是少得可怜，对脑的运用也不臻熟。美好的愿景在宗教中多有体现，起到了一定的作用。如此看来无法实现的希望是合理存在的，不可避免的。

既然无法实现的希望不可避免，我们就应该失望，失望能让你认识到自己的贪婪与愚蠢，了解到通往希望的路曲折而艰辛。但这样有用吗，不,不会,我们还是一直地贪婪与愚蠢下去，别忘了这是我们的本性。

不要以为非物质就是不贪婪,高尚、清白、荣誉、主义、君子、贤哲,一切精神上的追求也是贪婪,通过精神获取快乐与通过物质获取快乐只是形式上的区别。简而言之任何追求都是贪婪。如果不贪婪呢?那只能灭亡。一切行为都是为了更好地存在，再无其它意义，以任何形容词美化贪婪的行为都是精神上的自慰。

精神上的自慰有必要吗？只要存在都是有必要的。精神上的自慰可以规范我们的行为，让我们在存在的道路上越走越远。而存在是为了什么？这个不是我们来决定的，我们只是工具,只是手段,我们活着只是保持一种存在的稳定状态。我们只是装水的杯子,仅此而已。

你失望吗?我很失望。

夜光杯

防病亦须求其本

杨秉辉

走出“亚健康”

动脉硬化是严重危害人们生命健康的“冠心病”、“脑卒中”等病的罪魁祸首。医学上引起这些疾病的动脉硬化,实在应称为动脉粥样硬化。“粥样”是指动脉中积存的脂类物质,犹如粥一样。这些“粥一样的”东西阻在血管里，使血管弹性下降，故称为“动脉硬化”，实际上硬不硬到在其次,通不通才是关键。

血液中的脂肪过多，当然会阻塞了血管,许多人如是说。不过事情并非如此简单，脂肪含在血液中,随血液流动,动脉中压力颇高，脂肪实在并不容易沉淀下来。近年的研究注意到动脉血管内膜的病变才是动脉粥样硬化的始作蛹者。动脉的血管壁,简单地说分3层,犹如一件棉袄的袖子,分面子、棉花、里子一样,这“内膜”便是这袖子的里子。不过它还可以再细分几层,最里面的是一层单层细胞,就像人的皮肤一样,所以也称为“内皮”。一旦这血管内膜受到损伤,内皮细胞之间的间隙加大,“门户开放”，一些脂质的成分便可能在血流的压力下被冲入内皮细胞之下，尤其是那些称为“低密度脂蛋白胆固醇”的成分,由于体积较大,在一定的压力下常常是进得来出不去。于是在血管内膜下形成了动脉血管壁上的“粥样斑块”,它突入血管之中,阻碍血液循环。

这“粥样斑块”不但妨碍血液顺畅的流动,而且它实在并不牢固。在血流的冲击下，一旦破裂,这些脂类物的物质便顺流而下,突然阻塞下游的某些较细的血管,使冠心病、脑卒中突然发作。据研究这“粥样斑块”破裂的危险与血中低密度脂蛋白胆固醇的水平相关,凡水平高的、危险即大,故凡血脂检测结果异常,尤其是这低密度脂蛋白胆固醇高的，还需用些药物将其降低,方才安全。

看来预防动脉粥样硬化除了控制脂肪饮食外，还得从预防动脉内膜的损伤入手。引起动脉内膜损伤的相关因素目前已知的有：一是与年龄相关,老年人新陈代谢减退,动脉内膜受损伤后不易修复，所以动脉粥样硬化多见于老人；高血压使动脉内膜长年受到高压血流的冲击,内膜自易损伤;糖尿病不但引起脂肪代谢的紊乱，促成动脉粥样硬化,体内过多的糖蛋白还沉积在血管壁上直接引起血管内膜的损伤;另一个重要的因素便是吸烟,烟雾中的一氧化碳可使身体组织缺氧,动脉血管内膜因而受损。

所以欲预防冠心病、脑卒中,得先预防动脉粥样硬化，而欲预防动脉粥样硬化除了控制脂肪饮食、治疗脂代谢的异常外，还得从源头上预防动脉血管内膜的损伤。年龄增长固不可控制,但其他的因素应该都是可控的，如认真治疗以控制高血压、糖尿病,控制吸烟,都是预防动脉粥样硬化、预防心脑血管病的关键。治病必求其本,防病亦何尝不是。

诗者情怀无彷徨

李宗贤

我一直庆幸自己有缘成为七七级中文系的学生。那年送我去学校报到时表姐曾有一诗赠我,记得后两句是“今送君入大学校,来日喜听佳音报”。当时我的踌躇满志、意气风发真是无需赘述、自能感受。幸福的日子总是飞快过去,四年大学生涯转瞬即逝,我毕业在即。表姐似乎是善始善终,又赠我一诗,我仍只记得后两句“辗转反侧岂男儿,诗者情怀无彷徨”。见如此诗句,我自是微笑。表姐是担心我的毕业分配,担心我的内心煎熬呢。

是的,我的性格可能有过于凝重沉着的特点。就在毕业前几个月，我的一首因王申酉被冤杀而写的诗《昨日……今天》在9月号的《萌芽》发表，我的悲壮、激愤、抑郁的情绪在诗中明白流露。王申酉的冤案4月初平反后，他的悲壮事迹就在中文系流传开来。听说了这个天大的冤案,我的心一直在哭泣、在剧痛,即使现在提起,我仍禁不住悲从中来!

我是中文系差不多最后一个离开学校的毕业生,但绝不是要赖在系里做绝地反击或泣告跪求。读《离骚》,读《报任安书》,读《岳阳楼记》,读《指南录后序》,读《与妻书》,历朝历代的血泪之作所表达的崇高壮烈的情怀怎容得下那些宵小般的私欲和诉求？我更以诗人情怀自许，怎会允许自己有可笑的彷徨？中学毕业时我就主动向毕配组长要求去大兴安岭插队落户，组长一再肯定我的革命行动,并一再说明没有外农名额,只有上农。我只好去了一江之隔的长征农场。这本是我的浪漫情怀。现在我又面临毕业分配,我还是这样的情怀。其实我心里已许多次想象，我是一颗蒲公英的种子，驾长风而随处飞舞，落于哪块土地就在哪里生根发芽开花结果。

我的分配去向是安徽的一所高校。说实在的,我已经想象着就此挥手告别上海，告别年长的亲姐和年轻的表姐,像投奔新大陆那样投奔安徽。那里山清水秀，处处入得画中，是个能够滋润性灵、安心读圣贤书的好地方。有个在安徽做过知青的女同学很关切地给我留了在当地一个辖区做着书记的熟人电话,嘱我有事可找他关照。同学情谊让我感动。

“但我还是希望能留在上海。”我对辅导员兼毕业分配小组成员的李老师说，“我母亲在我上小学七年级的时候脑溢血去世了，我父亲在我读大二第一学期时心肌梗塞去世了，我还没有出生我老姐就已经出嫁了，我去了安徽我家就空宅绝户了。我希望守家尽孝。我老姐10年里如母亲一般照料我，我视她如母，也当尽孝顺之心。”我心本不彷徨，只为孝道表明心迹。李老师把我的情况带回毕配组再作研究，递给我分配通知说：“过了年到农业局报到吧，这个局在松江县有所学校。户口不用迁。”这时表姐正好来看我，我对她说了心里话:“我可是个‘诗者’,怎会为世俗利益彷徨呢？……感谢你的警励之句。”

从2004年开始举办的“上海书展”,至今年即将开幕的这届正十周年,明起特为此刊登一组“征文”的部分获奖文章,题为:“我与上海书展”。

十日谈

我的毕业季