

对于早出晚归的我们来说,那守卫在马路边的路灯有些被冷落了,从来感觉不到夜晚路灯带给我们的这份平和安详。如果有一天它不亮了,我们才知道我们已经习惯在路灯的呵护下行走。树老根多,人老话多。我也是两鬓见白,很忧伤地想起小时候弄堂里默默无闻的路灯。

那时,空调两个字也没听说过,住在弄堂里的上海人家,连电风扇好像也不曾见过。石库门的夜晚,弄堂里是夏天乘凉最好的去处,家家户户石库门洞开,男女老少全部在路灯下乘凉休闲。小孩子们则在路灯下写作业做功课,大人们摇着蒲扇享受,嗑家常,张家

长李家短的,也有些花边新闻。黄昏,要启用家里唯一的家用电器——电灯,也要请示妈妈。人在弄堂里,家里的电灯就自然关掉,尽管这盏灯的功率总是很小。好在弄堂的路灯从窗棂的格子里照进来,昏暗的房间里仍隐约可以借到路灯的光线,这盏灯彻夜长明,成了我们的床头灯,可不需要交电费。

妈妈总是太过节省甚至有些苛刻。早上吃早饭,大小四口,妈妈给的钱只能让我买回两根油条,回家后妈妈把油

条一根拉成两根,仍然是每人一根。看到妈妈总是留下她的那一份让我们小孩再分享,我们仨小孩总是很听话。

看着妈妈如此艰难,也想着为妈妈分担些,于是,我暗暗地想了一个办法。那天抄电表的叔叔来,我就自告奋勇

说,我会看数字,于是我利索地爬到写字台上,正好够着电表上的数字,我把看到的数字记在心里并暗暗减去10,然后让叔叔写在本子上。妈妈操心的脸上露出难得的笑容,说,我们借了路灯的光,电表也转得慢了。下次抄表我记着要减去20,以此类推。冬天到了,叔叔来抄表,抄出来的数字让妈妈吓了一跳,一个晚上在床上疑惑又叹息,电费怎么这么多!“小孩读书不好,阿拉伯数字总认得吧。”妈妈还在嘴里絮叨。我知道我又做了坏事。但绝不敢坦白,心里怕怕的,乖上一整天。

今天,谁家还借路灯的光线为家里照明?

妈妈或许就是那盏路灯,年岁也长了,电压好像不足。好东西也吃不动了,路也走不动了,我们去看她成了她的奢望。于是,我不由自主地拉开窗帘,看见母亲的光辉仍孤独地洒在窗外。



路灯忆旧

夏云

他是她的他的现任女友的前男友,谁也不是谁的谁,谁有可能是谁的谁,人际关系,不过如此。曾几何时,“前任”,成了生活中的一部分,可以是吐槽的一部分,可以是知己的一部分。

人群中我与你一见钟情,或谱写传奇,或转瞬出局,在霓虹闪烁的魔都里,化成往事如烟,最后都被归为“前任”。“我的前任是极品”,这个曾经是隐秘于心不足以拿上台面的话题,却也没有逃脱出这个充满自嘲精神的时代:没谈过几个人渣,哪能牵手现在的他!

少年的我们,总觉得爱情是神圣的一生一世,自己身边的男孩终有一天会蜕变为成熟的男人,与自己共筑爱巢,会有爱情的结晶,最后相守一生。直到长大,回头发现,居然已经有了那么多前任。城市的浮夸与魔力让我们不知道在未知诱惑面前,节操会不会粉碎。每次你依我依吃干抹净时,再拿天长地久的承诺擦擦嘴,一顿饕餮餐就已完满,而那张擦嘴纸转头就被扔进了废纸篓。被前任们教育过的都明白,端着别人的一本正经,只会伤了自己。

在电影《前任攻略》里,男主对女主说结婚的时候,我分明感觉到了焦躁和不安。虽然他们领了证,虽然拍了婚纱照,但是表面的光鲜终究无法掩埋心里那么多的不确定。“到底我能否从前任中彻底走出,他是否能安心栖于我身边,从此相携相伴一生?”我想,女主心里并没有肯定的答案,男主亦是茫然。一切仿佛是为了证明给她,也证明给自己看。这原本甜蜜的见证却好比是庞氏骗局一般,只要还愿意投入,爱情的大厦就不会倒。

在这个纷繁的城市里,如何保留一份对感情和婚姻的信心变得有些困难。总说婚姻其实很简单,搭伙做饭滚床单,日子就是凑合着过,但是真的在一起了,却仿佛很多事情就凑合不能了。张涵予道明了我们的心思:我们这代人,是什么东西破了,可以再修缮,你们这代人,是什么东西破了,就扔掉。又想起《失恋33天》那句话:你嫁了个人,还能保证他一辈子不出问题呀,出了问题就修嘛!可我们这辈人的爱情吧,总想把漏水的冰箱换掉,可哪曾想,换来的新冰箱门关不紧。

戏如人生,碰上了感情这回事,谁都能演得比偶像剧更狗血。一见钟情,爱到死去活来,老公老婆喊着多年,最后却没有在一起;打着知己的幌子,称姐弟彼此惦念,就是不捅破那层窗户纸……前任们以自己的身和心玉成了今日你“情圣”的称号。以为把一套居室全部换上了hello kitty就能将心里的过往前任们都扫地出门、雁过无痕,这又谈何容易。

唯有时间可以沉淀一切,让一张白纸被画上各种色彩后,重组成一幅画。一起去看关于前任的电影吧,若是看完了能淡定地离席,也许身边人就是你的真爱。



不少人认为养狗不仅耗时费力,还要不菲的开销,所以不是吃饱撑的,就是有钱烧的,我敢打赌这些人没有养过狗!

我喜欢我家的“大胖子”。喜欢下班回家时它的欢蹦乱跳,喜欢看报时它安静地偎在脚边;喜欢看它吃完酸奶心满意足舔巴着嘴,喜欢它衔着毛绒玩具找我们玩;喜欢没人睬它时蜷着前爪四脚朝天打着滚儿自己

找乐,喜欢给它掏耳朵时,看它歪着脑袋眯着眼;喜欢看电视时,它硬要夹进两腿间,跟着凑热闹,喜欢我与妻子打

仗时,它煞有介事地冲过来,无奈地抬头看着我再看看她;喜欢它于我生气时,不响地过来舔我的手,喜欢它挨了揍,还要可怜巴巴地凑到我跟前……喜欢它出门时的猴急,喜欢它到街角拐弯处停下等着我;喜欢它在草地上撒欢,喜欢它在树林里跟我捉迷藏;喜欢它犯了小错,我举手吓唬它时调皮地跳开;喜欢它真惹恼我时(比如乱穿马路)的勇于担当——前爪趴下闭着眼等着挨抽;喜欢我给别的狗吃食时它的大度,喜欢它面对小狗乱扑腾时,总是仰头东避西让的好脾气;喜欢它全家出游时,它左顾右盼跑前跑后念着家里的每一个人……最好玩的是:当方向、路线的关键问题与我意见相左时它那三部曲:先是装憨,走一步,停两步,王顾左右;这招不行,赖地不起硬磨;最后,知道拗不过,便死命拽着牵绳向前挣。看着它梗着脖子、弓着腰、像驴般吭哧吭哧……我差点乐翻!

因为喜欢,所以宽容:常常在家修修补补、洗洗涮涮忙得不亦乐乎时,这小胖子前来捣乱,怕它坏事,时时要举着手吓唬它:“来来,看你再来!”有时惹了麻烦,自顾自逃到一边,远远地看着我与群狗周旋。好不容易脱身,看到它装着一脸无辜,还能笑得出来。嘴上骂它,心里还挺有成就感。总比它被咬伤了强是不?

其实,我家胖胖就是一只普通的狗狗,不特别聪明,也别指望它保家卫国,抑或成为奋勇救主的大义犬。人们喜欢宠物,因为它们可爱,率真。大多数人可能还没有意识到,他们喜欢宠物的真正原因在于:在它们跟前,你可以不用伪装、不用矜持,想干什么就干什么,放松、坦然、自在……尤其是,无论你在哪里,心里总会漾着一份温馨、一丝挂念,因为那里还装有另外一颗小小的盼你回家的心。

成和。次局我架起当头炮,他竟还摆中炮,蓄意进攻,我索性放开手脚,挥车跃马,最终在厮杀中捷足先登。二三个小时互有胜负。周干事颇懂兵马之道,开局尤擅斗炮,风格喜攻好杀,似在诠释军人敢打硬仗的胆魄内涵。

对弈间隙,他聊起:“指导员到团部开会,曾说你与众不同。上海兵,你休息天,别人打老K(扑克),你却独自钻研棋谱。”原来如此!言谈中,他作自我介绍:周维华。同是爱棋人,无需多少感情养料,一杯清茶,数盘对垒,遂一见如故,惺惺相惜。末后,他鼓励我:“今年‘八一’建军节,团运动会会增加象棋项目。我组织,你参赛。若

一位外地来沪经商的男子,将其父亲接来共同生活。这本是件孝顺长辈的好事,岂料老人因人生地不熟,一天外出时失踪了。于是急坏了这家人,张贴寻人广告,又寻求媒体帮助,三天后,终于接到一地区派出所来电,接回了老人。老人之所以被人认出并送到派出所,是因为身上有一张写着地址和电话的纸条。我是在电视节目“大家来帮忙”里知道这件事的。多亏这位男子多了一个心眼,在老人身上留了一张纸条,方才化险为夷。这件“举手之劳”,倒是值得我们更多家庭仿效的。

现时上海有300多万老人,其中难免有阿尔茨海默病患者。我们经常听到有老人走失的消息,有的花了很大精力才找到,但也有个别老人就此失踪,成了悬案。为了避免悲剧发生,在老人身上留个家庭地址和联系电话,是一件十分必要的事。

其实不光是为了防止老人走失,这个“举手之劳”还能“一举多得”。说老实话,本人也是耄耋老者,健康情况尚可,喜欢出外走动。但为了应对突发事件,我早就将自家地址及亲属联系电话写在随身所带的“老人优待证”上,万一在途中出现病例及意外事件,路人可协助通知亲属,这无疑是一件“人身保险”。

为此,我提议市民们都为老人身上留张纸条,让它成为老人随身携带的“特殊胸牌”。



今宵灯谜

刘茂业

近乡情更怯

(公安学校称谓)

昨日谜面:魔都(沪上餐饮店)

谜底:上海一号(注:号,别称)

现代文明病是一个集合名词,它包括一群疾病,在这些疾病中,现代物质文明和精神文明对人的不健康起着重要作用,最后导致机体的功能障碍和疾病。哪些疾病属于文明病?在这个问题上,医学界没有统一意见,造成文明病的因素很多,但同样没有统一意见。通常认为,文明病的影响因素相当广泛,从最简单的生活习惯、生活条件和生活方式(包括衣食住行、卫生、缺少运动等)、技术化中存在的不利于生理的负荷、噪声影响、空气污染、滥用嗜好品、现代谋生中的不正常过劳(压力过大、时有危机感)。

对文明病这一概念的运用尚存争议,因为文明本身不是造成疾病的原因,而是人在高度文明的社会中采取的错误生活方式和营养习惯。按说文明的成就改善了卫生条件和防病治病的措施,那些工业化时代以前经常发生的疾病今天已经较少出现,特别是很少导致死亡。不少专家曾经对“文明病”这一概念持不同意见,他们觉得“文明病”这一概念具有误导性。

在这种情况下,医学文献资料中就没有完整的文明病列表,各国对文明病的范围理解也不一样。尽管如此,“文明病”这个词还是经常被提到,而且有几



疏花疏果

(牛博士对马姐说)

戴逸如 文并图

若有机会,让你看看果园里的疏花疏果——这里的“疏”,是动词。花期一到,繁花满树。游客见了不免乱赞狂拍。果农呢,忧。养分、空间都是有限的,容不得无节制地霸占。必须对疯长的乱花动真格的了。当然不能盲目瞎摘,摘乱花是给好花好果子预留空间。还不能一步到位,要留余地,因为谁也不能确定花朵日后会遇见什么样的天灾虫祸。

花瓣萎落,萌萌的小果子便争先恐后地探出了脑袋。得疏果了。这次的“疏”就更有讲究。摘少了嫌密,果子长不了个。摘多了浪费空间,直接影响收成。需精确把握度,做到疏密有致。疏花疏果是一门艺术。听你们唉声叹气,说什么饭店冷清不景气。你想想,一些“高端大气”的饭店规模,一些幽深莫测的餐饮场所,本来就是受“三公”经费刺激而疯长出来的乱花果果嘛,本来就是潜伏着祸殃的虚假繁荣嘛。只有摘掉不合理的花,摘掉不合法的果,才能保障合理合法的好果子健康成长空间。是疏的时候了。疏,是丰收的正道。

种病在全世界都被公认:心脑血管疾病、某些癌症、糖尿病、肥胖症或体重超标。欧美国家很重视牙齿,所以龋齿也被列入文明病。

然而近几年来,新的调查研究导致了新的观点。美国密苏里-堪萨斯城大学的心理医生在一个大规模的科研项目中对137具干尸进行了化验,这

些干尸来自4个地区:古埃及、秘鲁、美国西南部翁迪多-印第安人区以及阿拉斯加的原始居民住地,他们曾经生活在不同的历史时期,时间跨度从公元前2000年至公元1900年。研究结果极为令人意外:尽管他们来自不同饮食、不同环境的地方,但他们的动脉中都有沉积物,因此他们都有心脏病问题。34%的受试干尸曾患有动脉硬化,其中半数在40岁以上。这些数据与现代人几乎是一致的。其他研究表明,肿瘤早在12万年以前的人身上就有了。癌症也在有着5000年历史的干尸中发现,在一具2700年之久的尸体中检查出前列腺癌。

科学家们认为,这些古人没有享受过现代文明,但他们的得病情况和现代人差不多。疾病对于人而言,也许就是史前设置好的程序,在疾病预防和治疗的探索中,我们必须避免误入迷途。

地高手与我切磋。他最小的儿子,大名周棋。真是爱棋之人!汶川大地震,波及内江,我两次去电慰问;上海台风雨暴,他当晚即来电问候。殷殷之情,如同亲人。马年春节前,我给他写信,称他舅舅。信中道,“你与逢年过节,我们解放军队参加县、专区的棋赛,小有名气……时光倏忽,超期服役的我,要退伍了。周干事特到船码头依依送别,我们相约书信联系。此后,凡他出差路经上海,总到我家做客。鸿雁往来数十年,直到他解甲归故里——内江老家。上世纪90年代,有两次全国象棋赛在成都、乐山举行,我有机会参与赛会,便提前入川,看望他全家。其间,老周邀来当



七夕会
运动休闲