

地球上的石子多得难以计算,若非你去大动作地、剧烈地碰惹它,它们一般都是安分守己的。可,吃粥饭及水的我却在内脏里长了几颗不到骰子大的小石子,它们偏欺我是老弱之辈,我又没招惹它,它却像孙悟空钻进了铁扇公主的肚里般地在趺跟斗、发虎跳。可令我痛得急叫“救命”。听人说像我这“肾结石痛是天下第一痛”。我倒可以套用鄙同乡金圣叹的那句话儿了——“杀头至痛也,圣叹无意得之,大奇。”而话道:“肾结石至痛也,凤珍无意得之,大奇!”

有一痛总该寻一种解法,我幸运的是居住在这个有位良医的社区内。起初大家只是对一般医生看待,一个阶段后,他凭着最简陋的医疗器械治好了好些人的病后,且对病人热情相待,凭着他那高

超的医术和高尚的医德,赢得了人们对他的刮目相看,并十二万分地信任和尊敬。稀罕的是这个卫生所就只有听诊器和简单的血糖仪两种医疗器具,就凭着他的听诊和搭脉,中

社区里的好医生

吴凤珍

西药并用,就有那么的灵感。墙上的锦旗一面接一面。

每天早晨八点开始门诊,一清早的大门口就排起了长队了。甚至老远的、不在可报销医药费范围内的患者,宁肯自费也来排队了。

我肾脏里的石子的长成是有规律性的,每经那医生用药排石过后,可安逸两三年,到一定时间后,万一拖延过期未能及时排石,那么,这再

生的小石子就立马捣蛋。这几天过年太忙,我忘了去排石,那个周末下半夜,在睡觉中被痛醒。这下糟透,星期日,估计那好医生休息,病又重又急,咋办?如果去医院肯定要住院,

而我无法住院的了,一进医院一整套检查下来没个一周是办不了的,再加上治疗,那就得在医院里过春节了!因为我与老伴一切都准备好要去南京过春节与他的家属团聚的。我是一年仅去一次,能不去吗?一住院非但我不能去,而且老伴也走不了,他得照料我啊!真是尴尬时、尴尬人恰遇尴尬事。无可奈何中试着打电话给那卫生所,负责人很负责地让医生听电话,我真幸运恰好那好医生星期日有半天值班的。医生回答我老伴三个字——“你就来!”

我们大喜过望,走5分钟路,一进门,一路的绿灯。实际上那医生的号早已挂满,我那病历一递上,医生向所有等诊的患者打个招呼让我先“拨号”,众病人都一致同意让我优先。医生一开方,老伴拿到药房,又优先配药,我又碰到好护士,轻柔地一针插进。只挂了一小时后,我那剧痛一下子给拿去了!

小时候父母经常会带我们去百米之遥的新华书店,收获大多是几本连环画。几年后,我从刘继卣、顾炳鑫、华三川等画家的小人书里初步了解了中国四大历史名著和《项链》等外国文学的一些情节。后来我爱上文学和艺术也许就发轫于此。

上中学后,妈妈每月都给零花钱,我就独自逛书店了。印象很深的是《中学课外阅读文选》,每一辑十几页,有《素朴不要命》,逛外文书店买英文版的《安徒生童话》……一段福州路成了我的求知之路。

“文革”后,我考入了上海师范学院。在校园西部有一片美丽的杉树林,林中有个小木屋书店,这是我们中文系学生“觅宝”的乐园。朱光潜、H.A.丹纳等人的美学著作、热门的古典文学和欧洲文学论著都是我们抢购的最爱。有老教授感叹说:“这两届大学生好像买书不要钱,读书不要命!”是啊,十年的文化饥饿让我们求知若渴!

大学毕业后走上讲台,繁忙的工作和家庭事务让我很少逛书店了。十来年后为了帮助学生高考复习,我也不时去书店选购各种辅导材料,有时也带回几本名人传记、画册影集或时尚CD……到九十年代末,我热恋上了出境游。为了做好旅游的“功课”,我经常去新开张的上海书城和一年一度的上海书展,背回图文并茂的导游书籍;有时也网上购书:至今大概有上百本呢。

最近几年,由于种种原因实体店式微,有些快倒闭的书店还打出“五块钱一斤书”的血泪广告。然而,我也欣喜地看到报上登出了钟书阁等“上海十大最美书店”的报道,就按图索骥逛了几家。

常德公寓底楼的千彩书坊打的是“名人牌”,原先这是张爱玲常去写作的咖啡馆。如今的店主是一位“张粉”,她按照资料恢复旧貌,并经营图书。我看书坊的最大亮点是在显眼的地方都设置了“张爱玲专柜”,上面有她的全套作品、各类传记和研究文章,墙上还挂着她的有些老照片和油画肖像。在“张爱玲们”的包围中,吃一份下午茶,翻几章旧小说,再聊聊民国的人文轶事,或者带一本书回去,这是“歌迷”、文青和我等怀旧的文艺老年的闲雅之旅。

有时我独坐书房,捧着香茗浏览那些驳杂的藏书,真有七分欣慰,三分感慨……愿我在夕照路上一直有书相伴!

我已能坐在那儿安逸地读报了。——过去在医院急诊得再痛一整夜。老伴来相告,说好医生再为我开了排石药。总共才花去两百多。我感慨良多:如果住院,那么这医药费该出多少呢?现在我重又活蹦乱跳的了,可定心买年货,可去宁与继子女们全家欢聚,会会惦记着的南京老友、见见我那新生的、还没见过面的重孙女儿及重外孙了,岂不幸福得羡慕煞人?一个普通多病的老人还有什么比安全



马兰头

林颖辉

马兰头我喜欢它的名字。偶读王磐《野菜谱》,得知古时候它原来叫“马拦头”呢。田边丛生的马兰头,雨水丰美的季节唰唰疯长,长可至七八十厘米,阻碍马儿前行,民谣唱之:“马拦头,拦路生,我为拔之容马行……”但《本草纲目》却说,其叶似兰而大,民间称物之大者为“马”。入夏,马兰头花开,小紫花自有风情,因貌似小菊,百姓也叫它紫菊、阶前菊、路边菊、马兰菊、蜆蜞菊,贴切呢。

春暖时节,稻田菜园边,想吃?自己采去!采马兰头,最好扔掉剪刀小铲,就手指甲掐,只摘嫩茎叶,一股淡淡苦香随手指舞动散开。最爱做的是凉拌马兰头,挑嫩的,略焯,切细碎,拌一点盐、糖、橄榄油或香麻油,有香干、嫩笋或菌菇也切丝拌进去,嫩绿绿,悦人眼,夹一筷入口,淡淡清香,鲜美甘爽。



高得离谱

戴继斌

上一次在上海见到李宗盛还是在2009年,那次是纵贯线四人组在虹口足球场演唱会。一晃五年有余,错过了老李去年的“既然青春留不住”上海站,2014年我无比期待。我也知道这个夜晚会是怎样的场面:他在我面前唱,而我身后会是全场的大合唱。

从2009年到现在,老李的经典作品里多了两首歌,《给自己的歌》和《山丘》。与以往作品不同,这两首歌没有常见的句式段落,更像是与老友在深夜里举杯倾谈,谈过往,谈爱情,谈沉淀



童年游戏——拉纽扣(剪纸) 彭敏敏

健康更要呢!——老实说,凭着附近有这么个卫生所和好医生,即便有远处的大又好的房子想与我交换,我还得掂量掂量呢。——我以为这也是种幸福呢!



马兰头

林颖辉

马兰头我喜欢它的名字。偶读王磐《野菜谱》,得知古时候它原来叫“马拦头”呢。田边丛生的马兰头,雨水丰美的季节唰唰疯长,长可至七八十厘米,阻碍马儿前行,民谣唱之:“马拦头,拦路生,我为拔之容马行……”但《本草纲目》却说,其叶似兰而大,民间称物之大者为“马”。入夏,马兰头花开,小紫花自有风情,因貌似小菊,百姓也叫它紫菊、阶前菊、路边菊、马兰菊、蜆蜞菊,贴切呢。

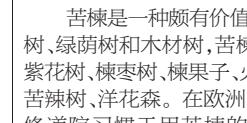
春暖时节,稻田菜园边,想吃?自己采去!采马兰头,最好扔掉剪刀小铲,就手指甲掐,只摘嫩茎叶,一股淡淡苦香随手指舞动散开。最爱做的是凉拌马兰头,挑嫩的,略焯,切细碎,拌一点盐、糖、橄榄油或香麻油,有香干、嫩笋或菌菇也切丝拌进去,嫩绿绿,悦人眼,夹一筷入口,淡淡清香,鲜美甘爽。



的岁月。2010年《给自己的歌》问世,歌词直白又犀利,几乎每一句都能轻易掀起听者曾经难换的心绪。老李一句话点破“爱恋不过是一场高烧,思念是紧跟着的好不了的咳”,又把岁月神偷的道理讲给我们听,“等你发现时间”是贼了,它早已偷光你的选择”,而最后六个字“情爱里无智者”更是掷地有声,叫人念念不忘。三年之后,55岁的老李又推出了他十年来唯一的录音室作品《山丘》。这距离他创作第一首歌《结束》已经整整30年。

健康更要呢!——老实说,凭着附近有这么个卫生所和好医生,即便有远处的大又好的房子想与我交换,我还得掂量掂量呢。——我以为这也是种幸福呢!

张孝武
长子魁伟
(四字口语)
昨日谜面:八十分
(三字沪语)
谜底:下只角(注:八,为“只”之下;十分为一角)

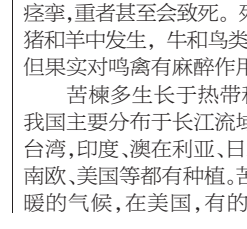


马兰头

林颖辉

马兰头我喜欢它的名字。偶读王磐《野菜谱》,得知古时候它原来叫“马拦头”呢。田边丛生的马兰头,雨水丰美的季节唰唰疯长,长可至七八十厘米,阻碍马儿前行,民谣唱之:“马拦头,拦路生,我为拔之容马行……”但《本草纲目》却说,其叶似兰而大,民间称物之大者为“马”。入夏,马兰头花开,小紫花自有风情,因貌似小菊,百姓也叫它紫菊、阶前菊、路边菊、马兰菊、蜆蜞菊,贴切呢。

春暖时节,稻田菜园边,想吃?自己采去!采马兰头,最好扔掉剪刀小铲,就手指甲掐,只摘嫩茎叶,一股淡淡苦香随手指舞动散开。最爱做的是凉拌马兰头,挑嫩的,略焯,切细碎,拌一点盐、糖、橄榄油或香麻油,有香干、嫩笋或菌菇也切丝拌进去,嫩绿绿,悦人眼,夹一筷入口,淡淡清香,鲜美甘爽。



的岁月。2010年《给自己的歌》问世,歌词直白又犀利,几乎每一句都能轻易掀起听者曾经难换的心绪。老李一句话点破“爱恋不过是一场高烧,思念是紧跟着的好不了的咳”,又把岁月神偷的道理讲给我们听,“等你发现时间”是贼了,它早已偷光你的选择”,而最后六个字“情爱里无智者”更是掷地有声,叫人念念不忘。三年之后,55岁的老李又推出了他十年来唯一的录音室作品《山丘》。这距离他创作第一首歌《结束》已经整整30年。

孙女刚参加工作不久,却是个非常勤奋而懂事的孩子。今年我们去她家吃年夜饭,她愣是挤出了好几个小时专门陪我们二老聊天。据说,这是当下时兴的年轻人给老年人的“陪聊”。

感动之余,有了些体会。

“陪聊”为增进老年人和晚辈之间的相互了解、培养亲情提供了一个平台;但是不能借助这个平台,上演彼此满意的“戏剧”来,那还得靠聊天双方的共同努力。很多情况下,晚辈的确存在看不足、有的不愿把时间花在亲人身上;有的陪是陪了,却有陪无聊,或对老人关注的问题不屑一顾,或一心二用,心不在焉……但另一方面笔者却认为:长辈对此同样负有一定的责任。最关键的一点在于:是否能够调整好心态,坚持对晚辈们平等相待,并多多地体谅他们。倚老卖老、指手画脚,甚至主观武断,强加于人,难免会不欢而散。

就以大年夜我们老两口与孙女长达三小时的闲聊为例,之所以彼此都感觉到轻松、愉快,与我们比较克制自己,注意上述事项密不可分。例如,我们关心她的婚姻大事,本无可厚非,但是,说多了就会变成唠叨,所以当她提出“更换频道”时,我们心领神会,及时转换其他的话题;再如,在聊天时,她也会拨弄手机,以往我会忍不住批评她“心不在焉”,这回,我顺便关心她一下,才知道她有不少的同学、同事,都在向她发春节祝福短信,她怎么能不及时的予以回复呢?如此设身处地换位思考,就避免了不必要的误会和摩擦。

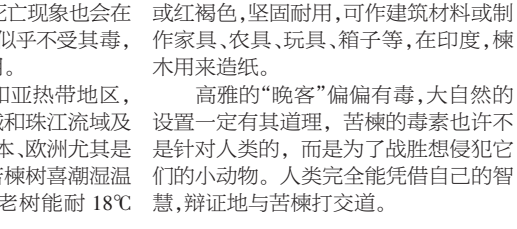
聊天,本质上是人與人之间的交流与沟通,彼此理应平等相待,相互体谅,方可无话不谈,加深了解,消除“代沟”。有时候,身为长辈的和年轻人,我们,不是也应该退一步,学着掌握聊天的艺术呢?这样,晚辈也会乐于“常回家看看”,家庭氛围也会更加融洽、和谐的。

学会聊天

刘奇远

例,之所以彼此都感觉到轻松、愉快,与我们比较克制自己,注意上述事项密不可分。例如,我们关心她的婚姻大事,本无可厚非,但是,说多了就会变成唠叨,所以当她提出“更换频道”时,我们心领神会,及时转换其他的话题;再如,在聊天时,她也会拨弄手机,以往我会忍不住批评她“心不在焉”,这回,我顺便关心她一下,才知道她有不少的同学、同事,都在向她发春节祝福短信,她怎么能不及时的予以回复呢?如此设身处地换位思考,就避免了不必要的误会和摩擦。

聊天,本质上是人與人之间的交流与沟通,彼此理应平等相待,相互体谅,方可无话不谈,加深了解,消除“代沟”。有时候,身为长辈的和年轻人,我们,不是也应该退一步,学着掌握聊天的艺术呢?这样,晚辈也会乐于“常回家看看”,家庭氛围也会更加融洽、和谐的。



灯笼花是一种颇有价值的药用树,观赏树、绿荫树和木材树,苦楝亦称楝、翠树、紫花树、楝枣树、楝果子、火捻树、花心树、苦辣树、洋花森。在欧洲,因早先南欧的修道院习惯于用苦楝的种子制作成念珠,故叫苦楝树的别名念珠树。

在中国,苦楝寓意“苦恋”。明戏曲作家高濂《草花谱》曰:“苦楝发花如海棠,一蓓数朵,满树可观。”

在春夏之交,苦楝开出紫色或淡紫色的苦楝花,从伞盖般的树冠洒下阵阵花香。苦楝花形奇美,花序下垂呈流苏状,观者可尽情遐想人们苦恋的深情。苦楝花有一个雅称,名为“晚客”。元·程棡《三柳轩杂记》:“楝花为晚客。”

中国古代表有端午节佩楝叶之俗,民间以为楝叶能避邪。另有传说龙惧楝叶,故于端午节用楝叶裹粽子投江祭屈原,以驱龙而保护屈原,此习俗盖与楝树有毒相关。苦楝花虽美,但苦楝树全株有毒,果实的毒性为最,叶子毒最轻,人若食苦楝果6至8枚会引起恶心、呕吐、下泄乃至痉挛,重者甚至会致死。死亡现象也会在猪和羊中发生,牛和鸟类似乎不受其毒,但果实对鸣禽有麻醉作用。

苦楝多生长于热带和亚热带地区,我国主要分布于长江流域和珠江流域及台湾、印度、澳在利比亚、日本、欧洲尤其是南欧、美国等都有种植。苦楝树喜潮湿温暖的气候,在美国,有的老树能耐18℃

至零下8℃的气温。苦楝树高通常在10至15米,最高可达27米;树径约70厘米,亦有逾100厘米者。

苦楝的果实称金铃子(宋罗愿《尔雅翼》卷九《释木·楝》:“……其实如小铃,至熟则黄,俗谓苦楝子,亦曰金铃子。”)苦楝子的又一别名为“水磨橄榄”。

美国的昆虫学家曾经做过试验,发现从苦楝中制取的苦楝油具有杀灭马铃薯甲虫、脐橙螟、北美蝗虫等80几种农作物害虫的作用,效果很不错,且无公害。当前,全世界都因农作物被喷施农药、蔬菜水果等含有农药残余而十分困惑,也许在苦楝油的基础上,通过进一步的研究,生产出无环境污染、对人和牲畜无害的农药,这是一条途径。此外,苦楝的花可提取芳香油;树皮、树叶和晒干的果实有驱虫作用,也可作为衣柜的衣物保护剂。苦楝的种子可用来制作润滑剂、生产油漆和肥皂等。

苦楝树是一种木质良好的黄白色木材,心木(心部之木)质量尤高,呈浅褐色或红褐色,坚固耐用,可作建筑材料或制作家具、农具、玩具、箱子等,在印度,楝木用来造纸。

高雅的“晚客”偏偏有毒,大自然的设置一定有其道理,苦楝的毒素也许不是针对人类的,而是为了战胜想侵犯它们的小动物。人类完全能凭借自己的智慧,辩证地与苦楝打交道。