

“上海爷叔”成为热词之后,突然想上网查查“上海阿姐”信息,结果有“阿姐”无数,唯独无“上海阿姐”条目,看来“上海阿姐”深藏“闺房”。于是想若能如王洛宾演唱的“掀起你的盖头来”,让更多的朋友也了解“上海阿姐”的品德品质品位,那肯定是件乐事。

“上海阿姐”,最先在母亲故乡的亲戚、同乡异口同声中认识。幼时,家里隔三差五总有许多熟悉和不熟悉的人登门,他们最先招呼的非我父亲,而是我妈妈,有的隔着门,有的还跨着门,洪亮、低沉或胆怯的声音“上海阿姐”,拉开了我我家的序幕。母亲不管是认识的还是第一次见面,总是热情地迎进客堂间,招呼在八仙桌旁落坐,倒上一杯茶开始嘘寒问暖。

原来,外祖父从小在上海打拼,按今天的话算是创业吧。他从当学徒到经营自己企业一生忙碌,母亲是大女儿,从小就承担起迎来送往之职。她在嫁给父亲后,故乡来者还是不断,在一声声“上海阿姐”中,有来找营生的,有来念书的,有来安家的,也有看病、散心的,甚至逃婚的。记得有个远亲的女儿为逃婚,深夜上门,一声“上海阿姐”,一把眼泪一把鼻涕把我们睡梦中吵醒。那晚,母亲为腾床,硬是让父亲在我们的小房间挤了一夜。当然,许多在上海落了脚的,每每节假日总会来探望,我家几成他们的娘家婆家。

当然,“上海阿姐”并非一个“亲情”或“乡缘”的形象。我认识的一位“上海阿姐”,那年去江西插队落户,在集体户里照顾非亲非故包括非上海籍的插队插妹很有范。当地一小头头纠缠一插妹,为了

逼她就范,在分派农活、分配食粮上恶作剧。“上海阿姐”针锋相对,一一拆招,比如晚上值班要两个人以上、来人不报姓名者立即敲锣鸣号;挑泥男女有别,男挑女人抬。其间,她还写报道招来乡干部来蹲点、广播站来采访,几个回合,让那人知难而退,且见识了“上海阿姐”的智慧与胆略。当然“上海阿姐”不计前嫌,还帮扶那头头的女儿来上海建立了家庭。

“上海阿姐”有着“大家闺秀”的涵养睿智,有着“小家碧玉”“秀不媚,清不寒”的动容之处,而她们的胸怀最有温度。一些“下海”早的大姐们,如今不遗余力扶持小阿弟小阿妹创业,其中不少人当然也是由“新上海人”演变而成,她们受10年、20年、30年的海派生活熏陶,或成上海媳妇角色,或成引进人才角色,让更多人认同了新一代“上海阿姐”的抱负与追求。有位曾任崇明区共青团兼职副书记的女性,深谙崇明岛生态农产品蕴含的价值,但农民兄弟止于生鲜产品安全性与物流运输的成本。怎么办?她自筹100万元创建了免费销售平台,专为那些只会种了会卖的兄弟姐妹服务,一下集聚了50多户名特优产品,成为崇明第一家“+互联网”的农产品窗口,让生态农产品走遍上海,辐射全国,自然,她也成了共享新时代新经济的兄弟姐妹拥戴的“上海阿姐”。

岁月如梭,清风依旧。“上海阿姐”曾是对居居上海年长自己的女性的尊称,而被叫“阿姐”者,年长年小不重要。也许正是海派地域文化使然,“上海阿姐”的气度、气节与气质得以传承,这也正是上海滩魅力所在啊!

## 上海阿姐

陈甬沪



边看边聊

### 明人明言微语录

## 发现自己的潜质

安凉

所以,培养并发掘自己的潜质是十分必需的。

潜质多潜滋暗长于善学颖悟之心。而与愚顽守旧之人往往无缘。潜质是闪光的玉坯,还在暗流中打磨。

潜质的遗落万万千千,既因世上少慧肠,也乃人心乏自觉。倘若真情也滥殇,惟留哀叹和长怨。

玉讲缘,潜质的发掘,也有缘。缘有万千种,知音知己诚可贵。用心

去感知、用心去培育、用心去扶持、用心去爱惜,则是缘之魂。

一个从不在乎你潜质的人,一定很现实,他/她看重的只是你的现在,而不在乎你的未来和你的期待。太现实、让生活变得生硬甚或冷酷,也浮泛粗俗。它未能明察秋毫般敏感并发掘生活中的潜质,也就失去了那种人应有的精神愉悦。

所有的潜质中,我看到了善良正直勇敢和奉献的闪光,我便确信这生命是可信也是绝对可期待的。

发掘别人和自身的潜质,一定是快乐的事,但并非所有的人都认识。也并非所有的人能握持。

### 超量用药的探讨(二)

张建明

中医与肿瘤(二十九)

三是因为癌毒的发展速度快,所以只有通过增大剂量来加强药物的力度,从而提升追杀癌毒发展的速度。现在有个需要商榷的观点是,说癌症只是慢性病。我认为这种说法既对又不对。通常而言,急性病是发病急,不论治疗的成败与否,其病程都会在较短时间内结束。而慢性病是发病慢,病程长、药物可控而长时期内不致命。癌症中除了少数患者会急性发病、短期死亡的情况外,大多数确实不同于急性病而在短期内结束预后或好或坏的病程,

但它跟普通的慢性病还是有显著的不同。一般的慢性病可以在药物控制甚至不治疗的情况下,在许多年内不会出现死亡,但大多数癌症患者的生命却不可能会有长时间的延续。虽然治癌的技术在不断发展,但总体而言,人类至今尚未攻克它,所以癌症进展快、总体不可控、相对短期内会致命的这些特点迥异于其他普通慢性病。因此,宣传癌症是慢性病,因而有治疗机会,显然有利于纾缓患者的恐慌悲观情绪。但如强调过分,则会使人轻心麻痹,是错误和有害的。癌症的特性之一是邪气凶顽不死、高速发展,因此在治疗上就有一个如何与癌毒的发展抢时间、争速度的问题。



山气日夕佳 (摄影)

李榕樟

人总是念念不忘长生不老。战国时期,我国就有一批炼丹士(也称术士或方士)在孜孜矻矻效力于统治阶级——炼出能使人长生不老的“仙丹”。可惜由于科学不发达和认知落后,他们基本上都走进了悲惨的误区。这些“仙丹”不仅对人体毫无益处,而且导致很多人葬送了性命。受害人以皇帝居多,因为任务是皇帝下达的,享用者也是皇帝自己。唐朝的武宗和宣宗就是因服用“仙丹”而中毒身亡的。难怪宋欧阳修将炼丹术斥之为“惑世以害生”。1965年,一座东晋时的墓中出土了200多粒“仙丹”,经化验发现,其主要成分是硫化汞(含硫13%,含汞60.9%)。这样的毒物竟然被当作“灵丹妙药”,吃了不死才怪呢,可悲矣哉。

中世纪的欧洲风行一种“长生不老泉”,著名的宗教画家卢卡斯·克拉那赫创作于1546年的《长生不老泉》生动地表现了当时的人们对永恒生命的追求。

2013年,谷歌发起成立了Calico实验室,其负责人是分子生物学家阿瑟·莱文森,他将一些细胞生物学家、肿瘤学家、生物化学家、心脏病专家……召集起来,准备从事一次史无前例的大型研究,宗旨为“延长人的寿命,直至永远”。科学家将对谷歌所拥有的全部关于老年病的数据资源重新仔细研究,并探索出至今未被发现的人类衰老过程中的种种关系。这一课题的具体使命是,有朝一日让纳米机器人“游入”人体血液中,将那些导致人类寿命缩短的“肇事者”清除掉。

目前世界上对“长生不老研究”的态度有三派:拥护派、反对派、温和派(或称理智派)。应该说温和派的意见比较现实和理智,他们认为,新的研究不可避免地会遭到别人的怀疑和嘲笑,只要回顾一下人类历史上的汽车、火车头和飞机的发明,就会明白,没有那些大胆的幻想家,没有那些敢于冲闯全新道路的科学家,人类的文明也许就是另外一片景象。但是在表示拥护之前,我们也不妨冷静地思考一下:如果人类真的实现了“长生不死”的愿望,世界将会何等模样?

应该说,假如攻克了衰老难题,那就等于创造了一种新人,他们不再有躯体上的限制,也没有了时间上的紧迫感,联系到整个社会,意味着社会的停滞不前,因为时间的流逝变得毫无意义,人们已经不需要珍惜时间,每个人都会有很多很多时间,所有的事情都可以慢慢来。世上只有有限的东西才会显得珍贵,一个无衰老的社会首先让人感到的是“无聊”。

生命是有限的,因此也是宝贵的。生命也在迫使我们做出决定,我们要实现什么?宝贵时间应投入到什么地方?……无论对作为个体的人和整个社会来讲,都是只争朝夕的事情。令人想不到的是,一些曾经认为“长生研究无意义”的人开始重新思考:不管人类能否实现长生不老的愿望,科学家们的努力应当大力支持,因为他们至少能为治疗绝症和延缓衰老作出贡献。

一个方塘,在火车站边上的农田。

一截短路,以一个T形平台,才四五米长,伸向了塘的中央。

天色渐暗了,还有暗中的树和房子。

一只翠鸟,从塘上飞过。对岸的芦苇丛,树上,两三只黑鸟,不时往水里扑,在水上游。

小池很,微型的湖。一坐很久。绿的,暗了。白的,灰了。灰的,亮了。

一个人的方塘,黑了。

又一个方塘,在火车站广场的另一边。

方塘,竟然在居民小区的边上。天已全黑了。对面,一条水泥小路,灰白了,还有暗中的树和房子。

一只小鸟经过,只能是黑色了。

火车在朝一个方向走,隆隆的回声,总在另一头方向响起。

迷乱了时空。坐在,最下一个台阶。四墙,围了方塘的黑。人,在地下。

## 野塘

魏鸣放

三文鱼,学名鲑鱼,由于它肉质细嫩鲜美、颜色鲜艳,同时含脂量高,口感爽滑,特别适合亚洲人的胃口,老吃客们每每赞不绝口:可以生吃,刺生三文鱼;可以煎着吃,各种煎三文鱼;可以烤着吃,各种烤三文鱼;可以红烧吃,可以酱汁吃,可以烧三文鱼粥,可以清蒸吃,可以烧汤吃,更有各种深加工的三文鱼制品,如炭烧三文鱼、三文鱼肉松等。总之,各人可以根据自己的喜好,用三文鱼做出各种各样的美味佳肴,以满足自己的口腹之欲。

三文鱼虽好,但我们对三文鱼销售中的“道道”可能知之不多。其实,三文鱼中也有“李鬼”。多年在上海东方国际水产中心经营三文鱼的老板陈志飞,对三文鱼中的猫腻了解很透,他说,一种“李鬼”是以虹鳟鱼冒充三文鱼。虹鳟鱼是国产养殖的,体背部苍绿或黄绿色,腹鳍灰白色,两侧银白色,头、背、体侧及各鳍散布数量不等的小黑斑点,身上沿侧线有一条宽的彩虹带纹,体重大都在4公斤内,肉色鲜红,而三文鱼身上没有彩虹带纹,体重也比虹鳟鱼重,一般都在6-7公斤,肉色也没有虹鳟鱼那样红。淡水养殖的虹鳟鱼体内往往含有异尖线虫,绝对不能生吃,不知情的消费者买回家生吃,往往吃出毛病,但是,由于虹鳟鱼的价格是三文鱼价格的一半左右,一些不良商家将虹鳟鱼冒充三文鱼,发不义之财。一般情况下,消费者可以根据上述三

## 七夕会

点,判断你面前的到底是三文鱼还是虹鳟鱼。另一种“李鬼”是以冻品三文鱼冒充冰鲜三文鱼。前者用船用冷冻集装箱运输,到上海需要15天以上,而后以飞机运输,仅需1-4天,物流工具不一样,物流成本不一样,物流时间不一样,鱼的新鲜度自然不一样,价格自然也不一样,一些人就在这上面做文章,将冻品三文鱼冰冻,当作冰鲜的

## 三文鱼的“道道”

王德才

还是冰鲜的,一是按,用手指按三文鱼,肉体弹性好的,是冰鲜的,弹性差的,一般是冻品化冻的;二是看,如果三文鱼的颜色泽亮,肉色鲜艳,有很明晰的脂肪大理石条纹的,是冰鲜,反之,是冻品化冻的。

三文鱼品质有差异,冻品三文鱼,主要来自俄罗斯、美国、智利;冰鲜三文鱼,主要有智利,有丹麦法罗群岛的,有加拿大的,有英国苏格兰的,也有澳大利亚的,还有少量挪威的……三文鱼品质好坏,主要看两点,一是新鲜度,新鲜与否,看运输的时间。挪威三文鱼其实品质和丹麦三文鱼差不多,但因为它迂回运输,要4-5天才到到中国,鲜度就比丹麦的要差些。二是看生长的水温,越冷的水温下生长的三文鱼,体表光泽度好,脂肪的含量更高,更适合亚洲人的口味,肉的弹性也更好,结实饱满,口感更好。相比之下,水温偏高地区的三文鱼的品质要差一些。



## 美食