

“江山代有才人出，各领风骚数百年。”复兴中学老校长彭文怡先生治校时，常将这句诗挂在嘴边。学生日后成材，能引领某一领域“风骚”，那实在是老师的幸福与骄傲。

七月中旬某天我读《解放日报》，偶翻到公告版，见有“第九届上海青年科技英才公示”，便想看看有哪路青年才俊。一

读下，眼睛突然大亮：是我的学生、我的邻居谢振超的头像赫然入目。这份光荣真叫我开心；高兴之余也不觉意外，因为天道酬勤。打开手机立即微信，以示我的由衷贺喜。不多时他回信：“谢谢老师，没最后定论呢，比我好的还很多。”谦虚谨慎、讷口少言是他的性格，荣誉面前冷静，淡然。我又告知他的班主任薛建国老师，大家的兴奋度要高出他不少。

他是2001届的高中毕业生，这届学生多，有十个班。振超所在班全是初中部直升上来的，不言而喻，成绩为年级最先。我任该班语文教学，虽不是班主任，三年相处下，师生缘分也不浅。毕业后他考入交通大学，以后的情况我就知道了。七八年前一天，在公寓楼下碰到几个人，一个高高的小伙定睛看我，我也觉得面熟陌生。停了一会，他叫了声：“吴老师。”原来是十多年不见的谢振超。他又介绍了一旁家人，说在准备婚房。我知道本楼下某室空关着，却不知道他是房主。

酒与烟不一样，烟基本上一无是处；酒，要禁也是有条件地禁，比如驾车不能饮酒、工作时间不能饮酒、生病时不能饮酒……饮酒和饮酒量有很大关系，量多了有坏处，适当饮酒或饮些有利健康的药酒通常有好处的人。人类从比较清楚酒精以来，创造了多少富有智慧的酒文化呀。

了解饮酒（主要指过量饮酒）的害处，从而学会节制地饮酒，这一点对跳出亚健康至关重要。酗酒对人体的危害主要表现在损害脏器，包括对肾脏、肠胃、胰腺、肝脏、心脏的损伤。也许人们比较清楚酒精对肝脏的损害，因此有必要提醒一下酒精对其他脏器的损害。比如过量饮酒会导致抗利尿激素的分泌，从而抑制肾脏对水分的再吸收。对胃肠来讲，酒精能促使胃黏膜分泌过量胃酸，使胃黏膜上皮细胞受损，引起黏膜水肿和出血，严重时可能造成胃出血。胃壁细胞受到酒精的刺激而分泌的盐酸还会殃及胰腺，激励胰腺分泌亢进，导致慢性胰腺炎的恶化。

然而，只要有酒的地方就会有酒文化，酒有社交作用。有时候，人们去酒馆真的是“醉翁之意不在酒”，是为了走进一个社交圈，为了“嘎山河”。酒在其中作为一种“催化剂”和“助兴剂”而不知不觉地使人失去控制能力，于是从社交变成了饮酒比赛。饮酒比赛在古代是“狂饮”的意思，比赛规则其实都是不成文的规定，不过再怎么也得按规矩出牌，最后

谢妈妈很热情，她开口道：“阿拉超超讲过，好像吴老师也住在这里……”

这样，我们就重续上了师生情。不久，谢妈妈就上楼送喜糖，一年后，谢奶奶又送来红蛋。振超的妻子小赵温婉、娴静，也是复兴校友，年级低于振超，搞制药的。他们的女儿乳名小豆苗，伶俐乖巧，现上幼儿园，显然是一棵优良的“豆苗”。小豆苗父母都有自己的事业追求，夫妇俩忙于工作，孩子由奶奶、外婆隔日轮流照料。祖孙常在楼下花园里玩，我得以与她们常见。振超的消息从谢妈妈口中陆续知道些。她只晓得儿子搞航天工作，具体的说不清。理工科常识我本来就不懂，也不想深究，只要振超做得好，就都高兴。

振超忙，说是邻居，我却不常见到他。曾有过两次电梯奇遇，都在清晨六点多。一次，我到大别山旅游，去火车站赶车，同乘8号线；今年5月，我去冰岛，要赶机场4线，又碰上了，但也只匆匆聊几句，出了大门便分手。他每天清早出门时间是锁定的，晚上何时到家就难说。一周六个工作日，对他来说很寻常。他当笑话给我说过件事：某天要准备次日的汇报材料，他连夜加班到凌晨2点，完工后就附近找了家宾馆休息。一觉醒来天已大亮，正巧遇上手机没电，不知道时间，想到领导和专家们正等着自己汇报工作，急得头皮阵阵发麻。急

急往外冲去，到宾馆前台一看钟，才六点多，这才松了口气。他说，这次惊吓也给自己带来教训和总结：那就是日后要注重科学地分解工作，要培养团队的力量。在我听来，这并不好笑，我甚至起了肃然感。这是振超处理事务的思维方式，是一位科研者严谨的工作态度。振超的专业是从事微波遥感科研，他是我国“风云四号”卫星微波探测载荷产品的负责人。“公示”里介绍了他的研究工作，成果累累，有诸多方面的“完成”“实现”“突破”，我看不懂。薛老师戏说：谢振超是典型的“理科男”。理科男这词当今很时髦，但时髦会过去，而振超不会。

代有才人辈出的国家与民族，一定是强盛的。

弄得当事人失去知觉、不省人事。酒馆常常开在拐角处，两条路都搭界，据有心人说，他们做过调查，美国、欧洲、澳大利亚……都是这样。于是有人会说：“我去拐角耍上一圈。”（意谓“我到酒馆去，请所有在场的客人喝上一杯”。）不过这话

不妨吸酒

陈钰鹏

母亲从桂林哥哥那里来上海看望我，住在奉贤的郊区。自她来后，周边的野菜好似都冒了出来。她去花园浇水，发现有蚂蚱菜，摘来炒着吃。我尝了两口，味道还真不错。这使得她更兴致勃勃，“你不知道，在桂林的菜场蚂蚱菜是拿来卖的，两块钱一把。”

我确实不知道，我只知道蚂蚱菜会开花，开着五颜六色的花。老家山东的蚂蚱菜也不见得母亲会摘来吃，到城市里，倒成了珍贵之物。

她去小镇上买菜，路上又发现一种“人苋菜”

前几日，在电视中看到有市民反映工务局夜晚施工扰民的报道，尽管施工部门解释，施工段是交通要道，白天无法施工，只能在晚上车辆较少的时候施工，并取得了夜间施工许可证，但居民依然不依不饶地投诉施工噪音影响他们休息。对此，我倒是有些不同看法。

今年以来，很多道路段都有类似的施工，我家附近路段也有。我和施工人员进行交流过，原来的排水管道陈旧，管径跟不上排水速度，居民反映暴雨后附近的道路和相邻小区有积水现象，所以政府安排了相应的换管工程。至于施工扰民问题，我感觉没有那么严重，除了开凿路面有些噪音之外，挖土、插拔支撑钢板、拆旧管、换新管、填土恢复路面的各个工序都基本没有噪音。开凿路面，也是分段进行的，不存在凿机彻夜不停的扰民现象。

曾几何时，台风暴雨时，上海的很多街道也多有严重积水情况发生。多年以来，上海各届政府将加强城市排水系统，

我出生1958年，今年正好是花甲之年。7月，正式办理了退休手续，并领取了退休证。退休证的外形与我过去考的各种证书没啥两样，但我很珍惜。它毕竟是我人生的一个转折，是一辈子也只能拥有一本的《上海市职工退休证》。

证书长宽分别是12厘米和8.5厘米，里面写着姓名、性别、民族、籍贯、出生年月、参加工作时间、原工作单位、工作年限、原从事工作（岗位）以及退休时间，扉页还张贴着本人的照片和发证单位的硬章及发证日期，证书的末页还有批准退休单位及盖章等。和其他证书不一样的，是封面上印有上海市的花市标，颜色则是全绿的。我逢知已就说我拿到了“绿卡”了，许多朋友闻之大呼惊讶：“你准备去美国了？怎么我们从来不知道呀？”待我拿出退休证，大家会心一笑，噢，原来你退休了，拿的是这个“绿卡”。

有一次见了一对夫妇，我给他们看了退休证的照片，他奇道：“你的退休证与我太太一样的。”我说：“是啊，退休证是一样的，退休以后的人更是一样的。”他太太在旁说：“沈先生退休与我退休不一样，肯定不一样。”何出此言呢？他太太是提前退休的，十多年前就在家做了“全职太太”。而我，则前前后后共有44多年工龄。

1974年，十六岁的我响应国家号召，去广阔天地接受贫下中农再教育。六年多时间，经历过风吹雨打日晒雨淋，练就了韧劲、毅力，苦活脏活累活都不怕，后来进了工厂、机关和公司，做过技术活，干过青年团工作，之后一直在公司的管理岗位上就业。44年，这个工龄在当今社会算是比较长的吧。“谁道人生无再少”，我在各方面感觉都不错的状态下退休，真是一种超然的解脱。拿到了“绿卡”，我在

的旁边新开张了一家酒吧，酒吧的名字很特别——含酒精的建筑物。这幢建筑物既没有拱顶酒窖，也没有传统吧台。酒客在这里只要花18欧元，就会获得一件塑料保护衣，然后可以选择一个被分割成小间的吸酒室。在吸酒室里，你吸到的是酒精蒸汽烟雾——杜松子酒、奎宁汽水的细雾。据说这种会行走的酒精烟雾是通过肺和眼球吸收的。酒吧创意设计人邦帕斯和帕尔声称，大概一刻钟后，客人就会有一种大杯饮酒的感觉，但绝对不会喝醉，因为访问这一酒吧的时间被限制在50分钟以内。这对食品创意设计的老搭档之前已经设计了很多其他作品，这次“含酒精的建筑物”旨在保护饮酒者的肝脏，颇受本土酒客和旅游者的欢迎，后来不断有人仿效。戒不了酒，不妨吸上一吸。

母亲在山沟河边疯狂地长出来，取它嫩苗或嫩茎叶，洗净蘸酱吃，世间美味尽在其中了。而现今，已是九月的初秋，在这偏僻一隅，它竟然又长了出来。于是，两日的晚餐，曲曲菜成了我的佳肴。略带苦味的曲曲菜，进入口中，却香极了。好像从没有如它这般好吃的菜，味蕾回到了故乡的童年，那广袤无垠的大地啊，可以一直奔跑着奔跑着，不知未来的尽头在何方。一日傍晚回家，看到可口可

母亲与野菜

朱莎莎

理解和宽容

周伟民

消除积水现象作为市政建设的重点工程，基本消灭了暴雨积水现象。市政建设，要大兴土木，必然会给市民生活带来一些干扰和不便，但为了使城市更美好，作为市民的我们应该多一点理解和宽容。记得当年市府提出“一年一个样，三年大变样”，整个上海成为了一个大工地，到处是建筑工地，尘土飞扬，交通堵塞，但上海市民都能平静面对，因为大家都知道，困难是暂时的，前景是美好的。

正是有市民的理解和宽容，上海才有了今天国际大都市的风貌。在如此高温的天气下，施工人员挥汗如雨地挑灯夜战，还不是为了市民生活质量更好的提升，为了城市的环境有更好的完善，市政的功能有更大的提高吗？白天不能施工，晚上又不让施工，那么施工进度和任务如何完成呢？城市，是我们大家的，城市的美好，需要有全体市民来共同维护。这其中，也应该包括用理解和宽容的态度去面对城建施工的暂时干扰和不便！

我拿到“绿卡”了

沈耀庆

我出生1958年，今年正好是花甲之年。7月，正式办理了退休手续，并领取了退休证。退休证的外形与我过去考的各种证书没啥两样，但我很珍惜。它毕竟是我人生的一个转折，是一辈子也只能拥有一本的《上海市职工退休证》。

证书长宽分别是12厘米和8.5厘米，里面写着姓名、性别、民族、籍贯、出生年月、参加工作时间、原工作单位、工作年限、原从事工作（岗位）以及退休时间，扉页还张贴着本人的照片和发证单位的硬章及发证日期，证书的末页还有批准退休单位及盖章等。和其他证书不一样的，是封面上印有上海市的花市标，颜色则是全绿的。我逢知已就说我拿到了“绿卡”了，许多朋友闻之大呼惊讶：“你准备去美国了？怎么我们从来不知道呀？”待我拿出退休证，大家会心一笑，噢，原来你退休了，拿的是这个“绿卡”。

有一次见了一对夫妇，我给他们看了退休证的照片，他奇道：“你的退休证与我太太一样的。”我说：“是啊，退休证是一样的，退休以后的人更是一样的。”他太太在旁说：“沈先生退休与我退休不一样，肯定不一样。”何出此言呢？他太太是提前退休的，十多年前就在家做了“全职太太”。而我，则前前后后共有44多年工龄。

1974年，十六岁的我响应国家号召，去广阔天地接受贫下中农再教育。六年多时间，经历过风吹雨打日晒雨淋，练就了韧劲、毅力，苦活脏活累活都不怕，后来进了工厂、机关和公司，做过技术活，干过青年团工作，之后一直在公司的管理岗位上就业。44年，这个工龄在当今社会算是比较长的吧。“谁道人生无再少”，我在各方面感觉都不错的状态下退休，真是一种超然的解脱。拿到了“绿卡”，我在

消除积水现象作为市政建设的重点工程，基本消灭了暴雨积水现象。市政建设，要大兴土木，必然会给市民生活带来一些干扰和不便，但为了使城市更美好，作为市民的我们应该多一点理解和宽容。记得当年市府提出“一年一个样，三年大变样”，整个上海成为了一个大工地，到处是建筑工地，尘土飞扬，交通堵塞，但上海市民都能平静面对，因为大家都知道，困难是暂时的，前景是美好的。

正是有市民的理解和宽容，上海才有了今天国际大都市的风貌。在如此高温的天气下，施工人员挥汗如雨地挑灯夜战，还不是为了市民生活质量更好的提升，为了城市的环境有更好的完善，市政的功能有更大的提高吗？白天不能施工，晚上又不让施工，那么施工进度和任务如何完成呢？城市，是我们大家的，城市的美好，需要有全体市民来共同维护。这其中，也应该包括用理解和宽容的态度去面对城建施工的暂时干扰和不便！

我拿到“绿卡”了

沈耀庆

我出生1958年，今年正好是花甲之年。7月，正式办理了退休手续，并领取了退休证。退休证的外形与我过去考的各种证书没啥两样，但我很珍惜。它毕竟是我人生的一个转折，是一辈子也只能拥有一本的《上海市职工退休证》。

证书长宽分别是12厘米和8.5厘米，里面写着姓名、性别、民族、籍贯、出生年月、参加工作时间、原工作单位、工作年限、原从事工作（岗位）以及退休时间，扉页还张贴着本人的照片和发证单位的硬章及发证日期，证书的末页还有批准退休单位及盖章等。和其他证书不一样的，是封面上印有上海市的花市标，颜色则是全绿的。我逢知已就说我拿到了“绿卡”了，许多朋友闻之大呼惊讶：“你准备去美国了？怎么我们从来不知道呀？”待我拿出退休证，大家会心一笑，噢，原来你退休了，拿的是这个“绿卡”。

有一次见了一对夫妇，我给他们看了退休证的照片，他奇道：“你的退休证与我太太一样的。”我说：“是啊，退休证是一样的，退休以后的人更是一样的。”他太太在旁说：“沈先生退休与我退休不一样，肯定不一样。”何出此言呢？他太太是提前退休的，十多年前就在家做了“全职太太”。而我，则前前后后共有44多年工龄。

1974年，十六岁的我响应国家号召，去广阔天地接受贫下中农再教育。六年多时间，经历过风吹雨打日晒雨淋，练就了韧劲、毅力，苦活脏活累活都不怕，后来进了工厂、机关和公司，做过技术活，干过青年团工作，之后一直在公司的管理岗位上就业。44年，这个工龄在当今社会算是比较长的吧。“谁道人生无再少”，我在各方面感觉都不错的状态下退休，真是一种超然的解脱。拿到了“绿卡”，我在



一页一幅画，每幅画下寥寥数字，成人巴掌大小的书，只需一下午的闲暇时光，便能轻松通晓桃园结义、乱判葫芦案、渡江侦察记等古今诸多事。这就是与多少人有着总角之交的连环画，亦被昵称为“小人书”，曾让多少人在小书摊前挪不开脚步。

连环画，顾名思义，就是用连续的画幅来描绘故事或刻画人物。从汉墓漆棺上无名氏画的“土伯吃蛇”，到东晋“画绝”顾恺之的《洛神赋图》，用连环的画诉说一个故事古已有之，这根自汉魏以来就已形成的文化根脉在上海滋养出了中国连环画。装帧小巧、图文并茂，能说时事新闻、民众生活，能讲历史人物、戏曲故事——轻便的小人书能装下精彩的大世界，很快便成了受时人追捧的流行读物。

小人书虽小，完成起来是一项大工程。创作者需先根据故事内容编写每幅图下的脚本，既要分情节又需注意连贯性。随后便进入漫长的绘画创作阶段，需经历草稿、初稿、精稿、上墨线四个过程，不仅需要一定的艺术技能，还得拥有丰富的想象力。只有具备较高的文学修养与扎实的绘画功底，只有拥有统揽全局、谋篇布阵的驾驭能力，才能创作出一本扣人心弦的连环画。上世纪五六十年代上海人民美术出版社出版的连环画堪称经典，程十发、贺友直、顾炳鑫、戴敦邦、汪观清等一批大家创作的《三国演义》《水浒传》《山乡巨变》《渡江侦察记》等成为几代人的美好回忆。在阅读方式日益多样的当下，面对眼花缭乱的电子产品，希望一笔一墨精心绘制的连环画在更多年轻人的翻阅中飘出缕缕书香。

非遗在身边

美术篇

家中不断地比较和回味。我爷爷是上世纪六十年代退休的，当年是一个红萝卜，单位敲锣打鼓，爷爷胸前戴着大红花，兴高采烈地回到家，我奶奶张罗着单位同事喝茶。大家开开心心，说说笑笑，“沈师傅

元。比我的上两代人，我的退休金享受了改革开放40年的成果，高出无数倍；我的退休生活相信会更好，更舒适。我——我们是幸运的。

拿到了“绿卡”，下一步就是如何让“绿卡”效应发挥得更好，更长远，更有质量——这几天我一直在静静地思考、比较、借鉴和学习。要找出符合我的性格、身体状况和家庭条件等方面的特点，让“绿卡”的生命走得更远……

长起来很快的，到时就摘地瓜叶吃。”对地瓜叶我有很深的印象，母亲在叶子上撒上一层面粉，放在蒸笼上，蒸熟拌蒜泥吃；或者加酱油炒着吃，既简便又健康。

母亲忙前忙后，准备着一日三餐。四岁的元宝围绕着她，叫着“姥姥，姥姥，你做的菜饼真美味”，她发出爽朗的笑声，头上的白发在阳光照耀下格外发亮。时间是多么浅薄而又顽固的东西。离开故乡近三十年了，又仿佛一夜之间，母亲老了，我成了一名母亲。而泥土里的田野，田野里的野菜野草野香，却仍旧是平常模样。

七夕会