

都说世上没有后悔药，原本我也深信不疑。活着活着，开始怀疑。疑着疑着，就不信了。想着想着，忽一天，如盲开眼：谁说世上没有后悔药？当然有！

其实我自己，一直都有吃后悔药，效果还很不错。

我学医毕业上班三年，改行就是我的后悔药。按照通常评估，行医绝对是三百六十行之中最好职业之一，又悬壶济世受人尊重又越老越值钱一辈子丰衣足食。况且我家几代行医，传承祖业也是使命重大理所当然。原本我也是在努力学医认真行医。岂料天意难违，我酷爱方块字，打小兴趣都集中在文学上。起初我也采取过兼顾的方式，无奈行医与写作都是很耗费心血的行当，根本无法长期兼顾。当年我一个小青年，面对家长压力社会舆论所有亲朋好友的坚决反对，实在太难了，眼泪都不知流了多少。是的，中国作家，从古至今，成名成家不易倒在其次，最可怕的是太容易挨批挨整贫困潦倒，搞不好小命都难保。世上大道理、天下父母心，我全懂，可是事实很简单：不写作等于人已经死了。于是把心一横，一丸后悔药吞下，不顾一切，弃医从文，彻底改行。

感谢上苍佑佑，把极小概率的机遇，赏赐于我，使我得以成为专业作家，写作稿费供衣食养家小也还算够。不过即便贫困潦倒，靠写

作实在无法养活自己，我再重新评估自己不迟，再去开个诊所也不迟。

后悔药就是这么存在着：离婚就是结婚的后悔药。一个不好的婚姻，当然，你应该反复地郑重地确认它的不好，然后冷静地理性

后悔药 当然有

池莉

地办妥离婚，你会发现，云开雾散，生活还有新天地。佛家有云：放下屠刀，立地成佛。放下就是后悔药。不问何时何地，不管年老年少，只要某一瞬间，你懂了好歹，决了心意，作了抉择，后悔药顿时起效：你的人生，毫无疑问，重新开启。宽容是刻薄的后悔药。善良是恶毒的后悔药。简单是复杂的后悔药。纯净是庞杂的后悔药。节俭是浪费的后悔药。专情是花心的后悔药。按客观规律办事是一味主观霸道的后悔药。后悔药还是常用药，可以反复服用。人生的航向，就是需要不断纠正的。谁都不可能一帆风顺。谁都不可能一成不变。谁都无须把脸板着，非得把自己绑定于自己曾经认定的那个伟大目标与光辉前程。放弃非黑即白的狭隘标准，放弃事事都搞非对即错，在两种极端之间，中庸地带无限开阔，人生充满了可塑

性，人物关系同样也充满了可塑性。再婚又是单身的后悔药。享乐又是吝啬的后悔药。出家是俗世的后悔药。还俗是出家的后悔药。吃素是杀生的后悔药。开斋又是素食的后悔药。多种选择，环肥燕瘦，谁都没有错。

可能有人愿意这么理解：所谓后悔药，是指生命时间可以从头再来。20岁犯了大错，50岁明白了，后悔药一吃，人又回到了20岁。这叫痴心妄想。不叫后悔药。这叫好嫩综合征，是当前在国人中传染流行的一种精神病。实质上，年轻除了表皮光滑，并没有更多人生优势。大脑幼稚、经验不足、青春迷惘、知识单一、不知好歹、易狂易妄、经济实力严重不足。作为过来人，我就不喜欢我的年轻阶段。那个阶段，犯错误是必然，少犯错误是幸运，不犯错误不可能。每次错误都要付出巨大代价。真的有必要回去吗？真的表皮光滑有这么重要吗？谁又没有光滑过？为什么我们祖宗辈辈传

下老话，说是“浪子回头金不换”，说的就是后悔药比金子还宝贵。就算是一个混蛋或者糊涂蛋，一旦能够心灵洞开、从善如流，价值无可估量。梭罗说，“一个人任何时候放弃偏见都为时不晚”。这副后悔药，我一直服用，受益匪浅，也将终身服用。岂止不晚，那真是美妙，一言难尽。



今年八月，上班路上，在地铁16号线下道路一侧，突然见到一条长约十多米红布黄字的巨型横幅，上面写道：“热烈祝贺钟天使勇夺奥运金牌！”底下落款：“惠南镇人民政府、惠南镇海沈村”。

我心生好奇，立即拍照，但不禁在想，海沈村村委——这些以种田为生的农民朋友为何会时髦张扬到如此地步？难道浦东新区政府在古镇布置了这项具体工作？后来回家，说起此事，村里群众说，海沈村村委打这条横幅是有道理的。因为，奥运健儿钟天使的家就在海沈23组（原新民8队）。即沿着“老黄家路”，一直往西，约2公里处，就是她家。若骑自行车去，几分钟便到了。父亲插话说，在新中国成立初的烟桥乡时期，他们和我们还是一个

浦东第一个奥运冠军

张勤龙

绩击败俄罗斯组合，为中国自行车竞赛史实现了奥运金牌“零的突破”；在预赛阶段，钟天使、宫金杰以32.305秒的成绩打破了奥运纪录；在半决赛时，越战越勇的中国组合，更是凭借着31.928秒的惊人表现打破了世界纪录。在比赛中，她俩的头盔，特别设计为京剧脸谱“花木兰”和“穆桂英”。如此中国风，惊艳全世界。而“花木兰”钟天使的家，竟然和我，如此巧合，近在咫尺，一路相连，为何不去拜访一下呢？

我在张闻天故居工作，虽上班早出夜归一天两次路过钟天使的家，但细细一想，还是觉得师出无名，似有越俎代庖之嫌。正在迟疑不决之际，打开手机，我忽然看到微信好友郭南凯先生发布了一条消息：“10月13日（明天），浦东三体校校长和教练陪同钟天使专门来浦东南汇博物馆捐赠天使在体校最初2年训练时使用的自行

车暨亚锦赛时的比赛用车。钟天使会当场在自行车上亲笔签名，南汇博物馆将永久收藏此车，以物见证浦东奥运首金的成长历程。本活动面向社会公开举行。游客若要与天使合影或请她签名等，待仪式结束后由自己决定。一切看你的运气了。”而南汇博物馆和张闻天故居，虽在两处，但亲同一家。郭馆长的这一消息，坚定了我拜访钟天使父母的决心。

初访钟天使的家，见到的是她姐夫。正忙于做晚饭的他，和我一起聊起了家常。他说，天使能够成功，南汇少体校功不可没。如果在小学6年级时，天使不被少体校教练发现，就很难有今天。他钟天使的炉火，火苗正旺。我一看，知趣撤退，并说，明天再来拜访。

10月13日早晨，在钟天使新居的建设工地上，我拜访了天使的父亲钟秋官。他说，我们正在盖一幢小楼，计划其中搞一个女儿小宝夺金的纪念室。将来，要请有关部门帮我来布展一下。初看起来，天使很像父亲。钟秋官那健壮的模样，在建筑工地上，也分明是一把能手！天使的母亲叫杨文娟，她是家中的“外交家”。她主动招呼我到家中去谈并说：“天使骑自行车，从小有一



柯桥美景（水彩画）

张国卿

点天分。她6岁时，就学自行车。爸爸教她，一骑就会。女儿小宝，平时读书，不用家长操心。”我带着一本《2016年市民文化日历》，请她和钟秋官在小宝生日那天的一页上签名，他们都愉快地照办了！

大约9点半，我赶到了南汇博物馆。不久，便迎来了钟天使一行。趁活动没有正式开始间隙，我请天使在《2016年市民文化日历》8月13日那一页上题词。她挥笔写下如下14个字：“积聚种子的力量，绽放梦想的光芒”。对于奥运金牌，钟天使说：“得之坦然，失之淡然，争其必然，顺其自然。”这很像一颗种子——发芽、生长、开花，结果，自然得天衣无缝！记得我给她的家，拍过一张照片，远景是她

的家，中景是鱼塘，近景是快要成熟的水稻。碰巧，我也把“种子”放在了这幅作品的第一位。

郭南凯先生认真对我说：“钟天使是咱浦东历史上获得第一块奥运金牌的运动健将！”我们大家也深知，钟天使奋力夺金在浦东体育史上的重大意义！总之，千年浦东，始得首金。一人得奖，万众高兴。国旗飘扬，慰我乡亲。更是难得，她是近邻。祝福天使，一路奋进！



扫一扫，关注“夜光杯”

告诉我，“阿尔迪”的净利润率基本在5%及以下，很多货物只有2%，甚至1%还不到。如此低的利润，它怎么能生存呢？其诀窍是“降低成本”和“薄利多销”。每周用彩色海报推出的廉价促销商品往往有几十种之多。

三是保质量。如果廉价商品没有质量保证，谁会购买？“阿尔迪”大多采购德国中小供应商的货物，也不断开发自制品牌。这不仅奠定了低价的基础，而且也保证了质量。“德国制造”就是质量的保证。企业老板岂敢在产品质量上要弄自家的“上帝”！

其四是货品齐。麻雀虽小，五脏俱全。“阿尔迪”店面小，但陈列的货品多。大到电视机、自行车、照相机，小到糖果、饼干、巧克力、面包、奶酪品种多，酒类、饮料更齐全，衣食住行，样样顾及。那时我就在阿尔迪买过Kanon照相机、Grundig品牌的收音机。至于日常三餐的面包、牛奶、奶酪、鸡蛋、蔬菜、香肠、肉片、面条、大米等，基本都靠“阿尔迪”解决。

其五是门店多。虽说“阿尔迪”门面小、位置偏，但它门店多，交通便利，弥补了位置的短板。其实，有车的中产阶层也是“阿尔迪”的常客。

“阿尔迪”也善搞“利润最大化”，但是，它是——理性追求利润的典型，也是对德语谚语leben und leben lassen（意谓“自己要生存，也要让别人生存”）的最佳诠释。



诗词二首

陈圣争

暗香·荷

薰风吹律。逐夏炎日炽，花期行促。浅睡慵安，渐向流光旋新浴。掀却红波绿被，千宿露、蕊香芬郁。笑嫣然、吐气幽兰，媚媚带裙舞。
多妩。凌波步。更杏腮粉敷，雪肤冰骨。倩人长驻。闲惹群芳满腔妒。又何惧、风或雨，已惯看、横眉斜目。便玉损、淤泥里，我心如故。

齐天乐·民工叹

十年生计飘蓬乱，累如丧家鸡犬。汗染霜眉，额宽髮际，病也不能身慢。非为利算，念如孺相惜，劳而无怨。细数工钱，吃糖还可逗孙玩。
东西南北走遍，老来何所愿，乡关梦远。一衣尘垢，满目沧桑，犹恐没了活干。断了思盼。但架锅炊烟，菜粥浑餐。虎咽圆吞，去加餐饭饭。



子，可以坐久一些。

飘窗是一种颇得我心的新型房屋设计。可是房龄16年的敝室先天不足，没这个配置。为此换房任务显然太远大。某日，我忽然脑洞大开：没有条件，咱创造条件上，搭一个！大凡建家十年以上的，要保持美洁，必须断舍离，必须严控进新家具。所以，我打定主意：修旧利废，不花钱，节约办更新。

我的近视眼如炬扫过熟悉小小的心脏瞬间升腾，跨过几百年，跌进唐诗宋词的境界，意会李白的“古人今人若流水，共看明月皆如此”，直抵张孝祥的“悠然心会，妙处难与君说”。

我得在窗前安个舒适的位置，

化装备为主。家具也是买品牌的。上套房子留下的唯一纪念品大概就是这对床头柜了，虽然与现在的家具不搭，但是抽屉深，结实，被上下叠放在沙发

看星星的角落

胡健

后的隐秘一角。先令背靠窗户的单人沙发让位，给它另安排了一个高雅的去处。两个1米、宽0.5米的条凳式坐席。嗯，不错，只是颜值不够。没事，咱有美容神技，找出以前买的一块盖布覆上。谁让俺是布艺控呢，时常在需要的时候，在橱柜深处发

现被遗忘的桌布盖巾。这块厚棉帆布白底上淡色蓝红条杠，不抢眼。话说我当时真是好品位，不像现在，岁数越长，少女心越泛滥，围绕红花系买个不停。不过，把沙发上下两个红花靠垫拿来扔在上面倒也协调。盘腿坐上新席，高度恰够手臂搭在窗台上，握一杯软饮，呆呆地看蓝天，看星星，看得心境平和而喜悦。这才是生活的本来模样。

再接再厉，又去阳台建设看星星的角落。半日的房子阳台不大，这不妨碍我在一端高低错落放上七八盆绿植，没有名贵的，大多是吊兰、绿萝、发财树、龟背以及仙人球等好侍候的。另一端是我极喜爱的秋千吊篮椅，那是我最后入手的家具，搁哪里都有

些多余，现在有了最合适的好去处。小圆茶几，十多年前购置的北欧风格，上面用瓷碟摆上一座橙黄色圆烛（某位文艺女友相送的），正好。早晚，当太阳刚刚醒来，满眼小清新，天蓝云白，或晚霞在天，描绘惊心动魄魄盛大画面，或夜幕深邃，衬托星星和月亮的闪烁，空气清新得不知如何是好的时候，坐在窗前、阳台上，顿感眼前的生活并不那么苟且，诗和远方也不那么遥远。

对于秋天，最好的迎接和爱意，也许就是在家布置至少一个看星星的角落吧。

人有时是听从了召唤而做出决定的，明请看本栏。

十日谈

诗意生活