

康复班记事

姚胥隆



1960年我在格致中学念高三时,因患肺结核而休学。两年后因无传染性而复学转至原卢湾区比乐中学康复班

继续学习。

康复班在全国是个绝无仅有的特殊班级。它的学生来自全区各个高三班级曾患肺结核的同学。为了便于健康恢复和求学的兼顾,学校腾出两间教室作为男女寝室,放置铁制双层床,让同学免费住宿学习,寝室很大,当年也没有空调,在冬天没有一个同学说冷。区结核病防治所还有专职医生定期前来探访和进行必要的检查,那位胖胖的女医生把学生当作自己的子女一样加以呵护。她年老进入养老院时,康复班的同学还经常前去探望。当时的康复班,比乐中学抽调了各学科有经验的老师执教。

我从63届康复班毕业,因不能报考大学而被班主任推荐留校任辅导员。64届扩招,约四十名同学入学。住在一起,吃在一起,学习在一起。除班主任,还需专职辅导员加以关心照顾。每当清晨校园里还是静悄悄的时候,有的早起的同学已在打太极拳了。晚上则在教室里开始夜自修,如回家休息,晚上同学们都会自觉返校,进行夜自修。有的同学为了安静,往往一个人选一个教室自习,而引起总务处的不满,常常告状于我希望集中一起自习,而节省电费的开支。

吃在一起,当年经济形势不佳,供应尚属困难,但因营养的需要有特别的供应。困难的同学可享受全额补助,免费吃三顿。我因经济困难,每月三十四元工资补贴家用,无力承受伙食费而经学校同意回家吃饭(家离学校一步之遥)。教工食堂就在旁边,没有一个老师歧视康复班的同学,没有一个健康的学生怕传染而疏远他们。因吃住在一起,有更多的时间可以安排文娱活动,所以康复班中能歌善舞会乐器者比比皆是,每次文艺演出康复班的参加总能引来一阵赞叹。当年演出《刘三姐》对歌片段的情景犹在眼前。遗憾的是那位扮演秀才的男同学不幸因车祸过早离开人世。康复班一直办到“文革”开始。我当了三年的辅导员后转为语文老师。

康复班是毕业班,最近64届同学相隔四十几年后重聚,85岁的班主任被接到聚餐的现场。他戴着帽子,同学说没变,他笑着脱下帽子,满头白发连眉毛也白了,说老了。他患有脑梗,因妻子患病寸步不离地照顾了两年,最近妻子去世,才有时间外出。看着四十年前的学生,虽不能叫出名字,但当同学自报姓名,他还能回忆当年的情景,特别是对调皮的学生记忆犹新。

李姓支疆同学在校时因高大顽皮而出名。现在发胖了,因当年的艰苦边疆生活,而落下关节炎,现在行动已要拐杖帮助支撑了。

最近他九十一岁的老母亲因肠癌而开刀,在医院里经过手术正在恢复,他显得很乐观。而刚从美国回来的陈姓女同

我一直觉得如今的上海比较干净,上海除了有1300万市民,还有几百万的农民工,如果每个人更注意一点卫生习惯,上海的市容市貌就会更好。

两个星期前我去采访杨浦区五角场的一个清道夫,和农民工沈美兰交谈。她告诉我前不久发生的一件事:政通路上有家沿街的公司搞装修,老板把石膏粉、三夹板什么的塞到路边的废物箱里,人行道扔得都是碎砖碎玻璃。

沈美兰上前劝道:先生,废物箱是放果皮纸屑的,不是放建筑垃圾的。

老板说:依一个扫垃圾的,啰里啰嗦点啥?

沈美兰说:只有每个上海人都注意城市卫生,争取做个好市民,上海才会更整洁,更干净。也请你尊重我们的劳动。

哦,一个不是上海人的江苏宿迁女农民工,劝一个正宗的上海老板要“争做一个好市民”,事情发展到这里就有点意思了,谁劝谁?上海老板火了:xx,我就倒在这里,哪能啦?依扫垃圾的就要给我扫!

沈美兰说:你怎么可以骂人?请你文明一点。说到这里她委屈地哭了,并且立刻给陈班

熊熊的炉火,把简陋的铁匠铺映照得一片通红。锤起锤落间,气势如金戈铁马。

我在龙虎山下逛上清古镇,见一家铁匠铺,师傅叫周冬根。他16岁跟师傅在铁器社学徒,后加入手工业联社。如今,与他一起学打铁的人,早已转行;他带过的三个徒弟,也另谋职业。只有他,成了上清古镇最后的铁匠。

周师傅说,学徒很苦,学铁匠更苦。这看似粗笨的活活,也要用心去感悟,没有悟性就没有飞跃。周师傅手艺精,最拿手的是打菜刀。他锻打出的菜刀刀刃白如雪,亮如银;菜刀锋利,切肉如切泥、切鱼如削面。

周师傅打铁时,锤子敲打的声音很悦耳,节奏感强。风箱鼓动的火苗,把冰冷生硬的铁,烧得激情洋溢,霞光四射。周师傅操小锤,徒弟抡大锤,叮叮咚咚的声响,把小镇敲打得热血沸腾。锄头洋镐之类的铁器在他们手下,转眼成了庄户人手中的工具。

如今,这个上清古镇仅存的铁匠铺不但成为古镇旅游的文化景点,而且打造的道教法器也销往海



内外。周师傅在炉边打铁时,常常会吸引中外游客驻足观赏、拍照。一位德国学者曾感叹:“我们现在有的现代化,你们将来都会有;而你们现在有的传统手工艺,我们永远也不会有。”

周师傅怎么也没想到,自己这笨苦的老行当,居然能成为表演工艺,而且生意还越来越好了。

看了铁匠周师傅,我又见到木匠官师傅。只要看看官才清师傅布满老茧的手,就知道学木雕这门手艺的艰辛。

官才清是上清古镇唯一仍在从事木雕的老手艺人。近年来,随着古镇旅游业的发展,原本清淡的木雕生意竟然又红火起来了。官才清说,自幼家贫的他小学毕业后便跟着师傅学艺,一干就是几十年。学木雕手艺的苦,只有他自己知道。“师傅领进门,修行在个人。”学木雕先要学画画,只有画得传神了,师傅才会教你用雕刀,而手被划得血淋淋是常事。因此,对于各种历史人物、花草、山水的画法,官才清早已烂熟于心。

官才清的雕艺在上清

谁劝谁

童孟侯

依在啥地方游泳?我说:我一般在游泳池游,也会到会所去游过。

那泳者说:依懒塌了,绝对懒塌了,游泳池游泳要钞票,这里游泳不要钞票,2.5米深算什么,游泳池深水区不是也有2.5米吗?

我说我不想去公园游泳。他说:依脑子肯定进水了,游泳池里摆漂白粉,这里是原生态的,清爽!

我灰头土脸地走出公园后门,顿时就觉



得有些不对劲,谁劝谁?应该我劝他们不要在公园的湖里游泳,怎么变成他们劝我不要到游泳池里去游泳呢?我想我的脑子确实“进水了”,我想回过身去劝他们几句,再一想,算了。几天前,我把我碰到的两件事告诉我的同学济鸿。他说:这种事情多啦,前几天阿关过来了,他批评我:“济鸿啊,你为啥这样节俭,不舍得花钱?你要晓得钱生钱的道理,钱只有用,才能活。下星期我要到瑞士去旅游,想买一只‘半天星’的劳力士。依借8万块给我,依看我怎样把钱用活了,那种表升值。做人一定要清爽啊,济鸿!”我想自己确实有些不对,就把8万块借给他了。他刚刚下楼我就觉得不对呀,阿关是脱底棺材,每个月钞票不够用,他凭什么劝我钱生钱?我把8万元存在银行里,每天都有利息。我应该劝他不要超前消费,他凭什么劝我……

英国人比尔斯说:劝,就是傻瓜们喜欢用的以失去朋友的众多方法之一。

美国人费欧文说:劝,即是提醒我们尝试其他更隐蔽、更明智的犯罪方式。

这样幽默的带有哲学意味话我不是太懂,可是,现在世界上到底谁劝谁?

上清古镇上的手艺人

桂郁良

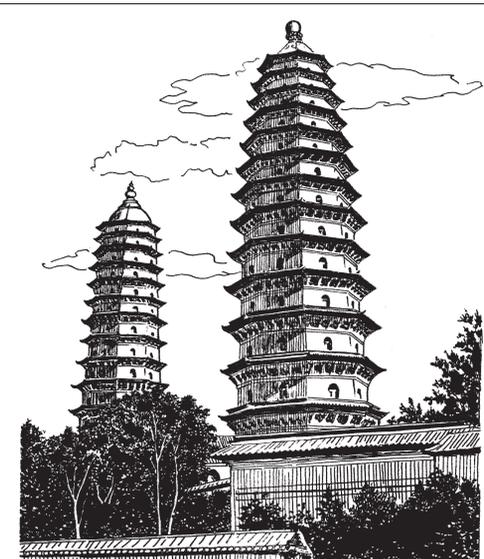
镇远近闻名。上世纪80年代,镇上人的生活水平提高了,建新房的特别多,那时候的房子是木结构,因此都请木雕师傅雕些龙凤、花鸟、人物。后来,红石、钢筋、水泥逐渐取代了木材,雕刻生意便日渐清淡起来。

在古镇恢复古貌古风后,官才清的刻刀又有了用武之地。如今,镇上大多数仿古民居的雕梁画栋都是由官才清一刀一刀雕出来,一笔一笔画上去的。

那天,他正在为镇上朱老爷(元代大医学家朱丹溪)庙雕刻神龛,我看

朱老爷的形象在他的刻刀下站了起来。官才清说,雕刻最难的是人物,五官要传神,尤其是眼神。要问雕匠手工艺精不精,看看雕刀数量就知道,而他,仅雕刀就有几十种。木雕花板所涉及的题材,大多传承着民俗传统风格,内容涉及儒家文化的中庸、礼让、忠义等,有人们喜闻乐见的人物、花鸟、山水、草虫、吉祥图案等,所以,官师傅雕刻得特别精细,他刀下的人物活灵活现,眉目传情。

虽年过六旬,家里生活富裕,子女都成家立业,但官才清还是不愿放下刻刀。他说:“我喜欢木雕,雕了几十年了,镇上发展旅游,我这老手艺人正好派上用场呢!”



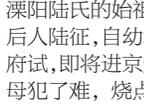
太原双塔(钢笔画) 王世安

学,第二天就去他家看望了他的母亲,在今天,这种同学间的情谊已很难看到了。这次因陈多的到来而聚会的同学甚多。有几位因脑梗、血液异常而不能前来的同学大家都十分思念,还有个个别几位没有联系上的同学原班正在设法寻找中。

陈姓女同学随丈夫去了美国。丈夫是北京一所著名外国语大学的教授。她在美国生活很艰辛。丈夫中风,自己也患癌。两个人相依为命。她的头发已灰白,而没有染。她患癌开刀第二天就出院了。以后化疗都是自己开着车前

往,没有亲人的陪伴。丈夫以惊人的毅力学习画画,这次聚会的餐厅大堂的围墙上贴满了他的画作,供来者免费挑选、收藏。她说不管怎样,每隔两年总要回来看看,虽丈夫行动不便,但她已回来过几次了。当年她从康复班毕业,不能报考大学,而经培训,曾在一所中学任教,今天同来的还有不少她的学生,她笑着带他们前来向原班主任和我敬酒。

聚会是短暂的,分手后更有思念。但愿自己还有机会与这些已是老头老太的同学再相会。



七夕会

在江苏溧阳,几乎无人不知中国名菜——“天目湖砂锅鱼头”,但其实,溧阳还有两道名菜,食客可谓不得不尝。扎肝,听起来怪兮兮,实质它是一道溧阳民间流传千百年的传统名菜。说起扎肝的来历,有段动人的故事。宋朝大诗人陆游之子陆子通到溧阳任知县,他周旋形胜,得心悦志,遂和侄儿陆立基定居下来,成为溧阳陆氏的始祖。明弘治年间,陆氏后人陆征,自幼笃志苦读,通过乡试府试,即将进京赴考。临行之日,陆母犯了难,烧点什么好吃的给儿子饯行呢?她把家里的鸡蛋拿到集镇上卖了,但只换回一小块五花肉和两块油豆腐。无奈之下,她只得隔着壁杀猪佬(屠夫)家中去借点肉,但邻居老婆讲只剩一小块猪肝和一段小肠。没办法,陆母灵机一动,用两块油豆腐夹住五花肉和猪肝,用小肠紧紧一扎,放到锅里红烧。揭锅盛菜,只见这“扎肝”两头翘翘像“官



夜光杯

帽”,中间一道像“玉带”,“扎肝”——扎官,乡音里的谐音。陆征边吃边说:好吃!真是美味!进京科考,陆征果然金榜题名,钦点翰林。那报喜的锣鼓,把“扎肝”这道乡菜传到了四面八方,后来成了百姓餐桌上的“过年菜”!2010年,“溧阳扎肝”成功申报成了“中国名菜”!

“扎肝”与“糊鲜”

邓超 不久,朝廷突然传下圣旨,要传凤仙进宫当御厨!原来,那天的“浪荡官人”不是别人,正是风流皇帝唐明皇!他微服路过梅龙镇,耳闻凤仙美名,意外尝到美食,特地下诏宣召。这凤仙深知伴君如伴虎,悄悄带着老母,远走他乡。美人走了,美食却留了下来。也在2010年,这道不起眼的点心,被评为“中华名小吃”!扎肝和糊鲜这两道菜,如今也成了当地的“非物质文化遗产”,其传承人王新华,人称“食痴”,他在天目湖畔开了家“家乡菜馆”,以其两道名肴吸引四方游客。

慢性前列腺炎可以发生在人生的各个年龄段,常见于50岁以下的男性,常出现尿频、尿道灼热、排尿不尽、会阴部或肛门周围胀痛等不适感,起病较久部分人会出现阳痿、早泄等性功能障碍症状,有的甚至合并神经衰弱,表现为乏力、头晕、失眠等症候。临床发现,多数患者对自己的病情过度关注,因而产生焦虑、抑郁和烦躁的情绪。

国外研究提示,约半数男性的一生中都得过前列腺炎。因此,初诊医生对于患者的指导作用至关重要,应尽量避免和减少患者精神方面的负担。怎样开展慢性前列腺炎的防治呢?有以下几点要诀:

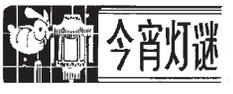
1. 首先需要分辨有否细菌感染。调查发现,80%以上的慢性前列腺炎属于非细菌性感染,因此对大多数前列腺炎患者而言并不需要抗菌药物治疗。如找到病因,完整应用一个疗程的药物对症治疗,大多数患者均可治愈。
2. 规律的性生活。让前列腺液定期排出,使得前列腺液不断更新,所谓“流水不腐,户枢不蠹”。但性生活不能频繁,以5-7日完成一次性生活为宜。否则前列腺反复、持久充血,反而会诱发与加重前列腺炎。
3. 切忌久坐或长时间骑车。一方面将造成会阴部与前列腺受压,阻碍了血液循环的畅通,同时也造成前列腺导管的引流不畅;另一方面会造成盆底部及会阴部肌肉痉挛性收缩。建议坐1小时后起立或步行几分钟。
4. 提高自身免疫力。经常参加户外活动和适度的体育锻炼,做一些促进膝部、大腿、臀部及会阴部的肌肉运动,对前列腺起到按摩作用,也会促进前列腺的血液循环。此外,养成良好的作息习惯,避免熬夜、过度疲劳、注意休息等,都能帮助人体保持良好的抵抗力。
5. 讲究饮食保健。适度饮水,保证每天有足够的尿量,才能“冲刷”膀胱与尿道,以减少细菌逆行感染前列腺的机会。同时,必须戒酒,尽量少用刺激性食物,如辣椒、洋葱、韭菜等,以避免酒精诱发前列腺充血。多吃含锌丰富的食物,如新鲜蔬菜、苹果、花生、芝麻、大枣等,锌含量充裕,对前列腺康复有利。
5. 调整心态。有相当一部分患慢性前列腺炎的人会出现心情抑郁、悲观失望等不健康的心理状态。(作者为上海市中医医院泌尿外科副主任医师)

慢性前列腺炎的防治

梁国庆



杏林夜谈



今宵灯谜

周修荣 斗胆带口信 (动画片) 昨日谜面:三条灯谜旧作 (海产品) 谜底:老虎参(注:虎,文虎,灯谜;参,古汉语通“叁”)