退休

李大伟

“光阴似箭、岁月如梭”，那还是小学期末小结的套话，今天成了心惊肉跳的真话。一转眼，我的大学同学、拉讲朋友、生意伙伴，连句“撤”还没来得及说，就纷纷退休，一个个成了搪瓷七厂厂长——上海闲话的谐音：荡（搪）在家里、住（瓷）在家里、吃（七）在家里。以此自嘲自诩：三等公民——等吃、等睡，还有罪加一“等”：枪毙鬼（沪语读“句”）判缓刑——等死。

我有一位年长朋友，上世纪90年代初就是安徽师大中文系副教授，90年代末，回到上海做房地产销售总监，最近见面有些感慨：对退休的恐惧，原来以为是当官人的常态，现在发觉也是知识分子的常态，举例道：有个插队朋友，后来当了外语教授，做过大学里外语学院院长，又去了联合国，负责中英文校阅，退休后回国，老骥伏枥，不甘寂寞，受聘去北方最牛的大学外语学院开翻译课，他有许多酸甜苦辣的实践经验，想献宝，贡献给社会，结果呢，田夫献曝罢了。他感叹道：怎么就成了可有可无？好比空气，可以无视，不能没有，就是无用。怪不得孔子也会有如此牢骚：“吾岂匏瓜也哉，焉能系而不食？”

五颜六色

对女人而言，年轻最重要，过了三十，淑女可能变剩女；过了四十岁，小姐改称阿姐；过了五十岁，阿姨变成阿婆。对女人而言，四十最伤感；过了五十，无所畏惧，知天命而耳顺，跳街舞、唱红歌，甚至敢“老太婆劈叉八字开——瞎来来”，用苏北口吻说，就是“拉个怕拉个？”

男人就不同了，青春不在乎，“有用”最重要，三十才露头，四十有位置，过了五十牛哄哄，立于巅峰，豪气冲天。军阀吴佩孚，五十岁时，虎视眈眈，俯瞰天下，横槊赋诗，寿宴上，康有为送他寿联：“牧野鹰扬，百岁勋名才一半；洛阳虎视，八方风雨会中州。”何等豪迈！舍我其谁？吴大喜，奉上大洋五千润润笔，足以在京城买豪宅。“百岁勋名才一半”，就是男人对年龄的淡漠，对有用的渴望，因为有用即有权，有权，才有势，才有“八方风雨会中州”场面，才能证明“有用”。丘吉尔再度出任首相已近80，红光满面，精神焕发，记者好奇：有什么使男人活力不竭的奥秘？邱竖起V型手指，答道：“权力！”

酒席上，女人不能说“随便”，男人不能说“不行”。男人最怕被视为“无用”，所以董事长往往做到80、90，比如李嘉诚。有权力就有拱手听命者，就能发号施令。什么叫发号施令？上海话就是“发声音”！朋友间商量事情，议而不决，往往指着年高权重者：“阿哥，侬老大，侬吹教鞭（哨子），阿拉立正稍息。”男人就喜欢这种呼风唤雨的感觉，哪怕吃点亏，让点利。上海俚语：做模子是痛苦的。但就精神层面而言，虽苦犹乐。对辉煌过的男人来讲，退休就意味着“王老变老王”。

我有一位大学同学，在纽约法拉盛开书店：中国风。据当地华人说：这是美东最好的书店。居然常有读者询问我的上海系列的书，他不得不进货。有一位同学到美国，顺道去看他，他不解地问：“大学里，没有看到李大伟读书，怎么现在出书了？”我开始孜孜不倦是毕业后的事情了，而且是下海经商后的事情，就是培养兴趣，这样退休后不会寂寞，你可以随时随地翻开书。翻书好比敲门，找书中人玩，找古代人玩，找影子玩，“举杯邀明月，对影成三人”，他们不会嫌弃。

我很喜欢郑板桥六十自题寿联：“常如作客，何问康宁；但使囊有余钱，瓮有余酿，釜有余粮，取数叶赏心旧纸，放浪吟哦；兴要阔，皮要顽，五官灵动胜千官，过到六旬犹少；　定欲成仙，空生烦恼；只令耳无俗声，眼无俗物，胸无俗事，将几枝随意新花，纵横穿插；睡得迟，起得早，一日清闲似两日，算来百岁已多。”

退休了，首先要学会与自己玩，“取数叶赏心旧纸，放浪吟哦”，这样才不会敲人家门，讨人家嫌。

把根留住

王恩科

中华传统文化博大精深，是中华民族的精神家园。实践证明，它对一个人的成长，对一个国家的发展至关重要。

然而，由于社会物质的极大丰富，现代科学的高度发达，现在，不少孩子疏远了传统文化，不重视对传统文化的学习和吸纳。他们身上的问题，折射出社会教育的问题。比如，很多中小学不上书法课，但却要学生考级（试）的问题。再如，现在有些年轻人在不少场合，对祖先创造的文字随意改变其含义，如把『没有』写成『木有』；把『长知识』写成『涨姿势』；把『好的』写成『好滴』，等等，不胜枚举。如果这种势头蔓延到中小学生，我们的下一代不是都成了白字先生了？祖先地下有知，岂不扼腕痛惜。

在这样的境况下，上海师范大学及时成立了『中国非物质文化遗产传承研究中心』，它将启动非物质文化遗产生命力等级评定体系，推出非物质文化遗产评定信息系统……

让人欣喜的是，为切实解决长期以来一直困扰中小学书法师资短缺的难题，该中心已着手联合市教委、中国书协，共同举办『翰墨薪传——中小学书法师资培训班』。这必将有效地推动传统书法艺术在中小学的开展，从而提高学生们的艺术修养。

『树高千尺不忘根』，点赞之余，盼望这样落到实处的机构、组织、措施越来越多，有效推动传统文化在孩子们中间发扬光大，让传统文化切切实实地浸润于一代又一代人的心田。

灯花

春节赏花正当时

杨忠明

马年扬尘去，吉羊奔腾来，现代人过年，再像几十年前大吃大喝的模式好像不合时宜。有人说，这个年怎么过得开心？多吃多喝吃出“三高”不合算，还是约三五好友自驾前往山里走走，尝点素净农家乐，养胃清心，找一幽静场所，烤烤木炭火，掬掬山泉水，焚香品茶，寻幽探梅，听林鸟鸣啭，观风花雪月，也是一个好的度假方式。

赏梅，旧时文人墨客赏心雅事也。古人深山踏雪问梅，山道崎岖行路难，太辛苦，当代人不必如此，坐在家里可以赏赏腊梅，最方便的就是年前去花市买一枝腊梅花往古陶瓶里一插，聊作清供之雅，配上一盆水仙，几枝天竺，红、黄、白、绿，清香脱俗，明目静心，幽雅的布置，给你的书房客厅带来无限生机。水仙花则宜配青花瓷专用水盆，大年初一的一缕晨光照射在花朵上，白色琳琅，洁净如玉，在阵阵馨香中足可给您带来过年的愉悦。

天竺折枝亦是岁寒佳物，我喜欢看枝叶娟娟柔柔，经冬不凋，湛红色的籽，粒粒饱满，莹红中略带浅绯色，一如丹砂，雪映天竺分外艳，书斋清供最为宜。

喜欢热闹的年轻朋友可以买一束郁金香，那黄红色酒杯状的花朵，亭亭玉立，含苞欲放，插在一个现代审美情调的大口透明玻璃花瓶里，更能体现出西洋情调的青春之美艳！

春节，沪上真如公园里大片腊梅花旺发，清芬迎寒，花吐清香金色浓，岁含吉祥瑞气动。这里是上海观赏腊梅花的一大福地，赏梅之余可别忘了到真如古镇吃一碗热气腾腾的红烧羊肉面啊！

家有祖传红木家具的煮妇们最好买束菖兰花和康乃馨，配个晚清民国瓷瓶，陈设在手摇留声机旁，年初二下午，放一曲上海歌剧院首席女中音王维倩唱的老上海歌曲，品一口苦的咖啡，色、香、味、声齐全，有鲜花陪伴的这个年就过得惬意了！

过年去上海植物园欣赏盆景，既长知识又有文化情趣。五花八门的盆景，什么悬崖式、斜干式、附石式，小小盆景，大大气场。旧时过年，我最喜欢跟随父亲去新城隍庙连云路花市观赏盆景，枸杞、香橼、佛手、桂圆、老梅桩、雀梅、榆桩、五针松、柞木、赤楠、胡颓子、火棘、三角枫、紫藤等，看得我流连忘返。

早春二月，沪上西南一隅莘庄公园梅花将给您献上一片春光沐寒香的绝妙景象！这些老梅树桩大多是民国年间“杨家花园”（1934年）松江县泗泾镇杨昌言租赁种植果树，遗留下来的有春梅百余株，珍品有绿萼梅、红梅、宫粉梅、朱砂梅、江梅、玉蝶、素白台阁等。梅花千万朵，人间之尤物，别饶馨逸，赏梅遇雪，当是瑞兆。我喜欢元人王冕题画诗：“我家洗砚池边树，朵朵花开淡墨痕。不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。”

白墙·乌檐·红枫（摄影）　沈丹锋

“无心插柳”的意外之喜

倪辉祥

前不久，出乎意料地收到了一位不是学生的“学生”回赠给我的意外惊喜——一封充满了感激之情的信，一本刊有她处女作散文作品的杂志。瞬息间，我的记忆中跳跃出了那位姓尤的长相清秀、性格文静的姑娘的身影。

认识小尤纯属偶然。几年前我到苏州洽谈一份灯架灯具的供货合同。顾客是皇帝。公务完结，已经很是熟悉的主人岂肯放过笼络感情的机会？酒足饭饱烟过瘾之后又安排歌舞厅休闲。入乡随俗，却之不恭。

进了歌舞厅，许科长安排了一位完全还是一个中学生模样的小姑娘坐到我的旁边，甚至还神气十足地吩咐她：“好好陪陪这位我们尊敬的老板老师唱几支、跳几曲。”待他一走，这位满脸稚气的小姑娘欣喜中不免带着胆怯地问我：“您究竟是老板还是老师？”我往上推了推眼镜反问了一句：“按照你的感觉，我的模样像老板还是像老师？”小姑娘咬着手指不乏令人发笑地说：“瞧您文质彬彬的样子像是老师，但是到这种地方来玩又不像是老师了。”我凝视着这个颇为天真的小姑娘，顿时产生了些许兴趣：“当老师的为啥不能到这种场所来玩？”小姑娘不假思索地回答：“受人尊敬的老师就不应该到这种乌烟瘴气的地方来玩！”看起来这个小姑娘还是蛮有思想的，我忍不住冲口反将了她一军：“看你的年龄还是应该坐在教室里好好读书的年纪，为什么要跑到像你说的乌烟瘴气的地方来做坐台小姐？”小姑娘委屈地别了别嘴，睫毛上跳上了晶莹的泪花。在我的追问下，她才狠劲地咬咬了薄嘴唇道出了她无奈的苦衷：她来自安康山区，喜欢读书的她以优异成绩考上了县城的高中，但是因为家境贫寒，所以一心盼儿成龙的父亲强迫她退了学。欲哭无泪的小姑娘，一气之下冲动地跟着村里的小姐妹跑到了苏州。本想一边打工一边读书，然而举目无亲的人如愿得了吗？无奈之下，小姑娘只能跟随着小姐妹到歌舞厅当坐台小姐了。

我的心情不知不觉地沉重了起来，禁不住暗自伤感叹息。小尤姑娘见我沉思不语，误以为她没能尽到陪唱陪跳的职责而惹我不高兴了，便不安地搓弄着双手嗫嚅着嘴：“我唱不好歌不会跳舞，但会朗诵，您说您是教过语文的，那我就背诵几首诗词给您听。”她不等我答应，有声有色地背诵起了李清照的《落日熔金》、陆游的《钗头凤》等名词，而且还居然说出了这些流芳百世名词的写作背景。小姑娘见我对她露出了赞许的神色，得意地晃着头说：“我喜欢上语文课，喜欢背诵诗词，也喜欢写作文……可惜我没机会读书了……”旋即小姑娘又眼泪汪汪了起来。我禁不住劝说她离开这种弄不好会使人堕落的场所，讲了一番“有志者事竟成、自学也能成才”的道理，还产生了助人一臂之力的责任感，立即把旋转在舞池中的许科长拉了出来……

行善积德，厚德载物，不正是我们中华民族历来崇尚的传统美德吗？但愿此类“无心插柳”者，如雨后春笋般地不断涌现，以期“柳荫”越来越浓郁。

“蝴蝶操”

姚淑云

有一天晨练，看到比我年纪大的一个姐妹气色是那么红润，脸上是那么光滑细嫩，不禁有些羡慕，问她是不是用的高档化妆品。

这个姐妹笑着说，她不是用高档化妆品保护皮肤，而是天天做“蝴蝶操”。这一说，我来了兴趣，连忙讨教。她说，现在的人大部分时间都坐着，气血中的杂质慢慢地沉积到骨盆里。保护着生殖系统和泌尿系统的骨盆就成了接纳垃圾、废物的容器，而“蝴蝶操”通过双腿的频繁运动，能打通腿上的经络，使气血像“扫帚”一样把身体上的卫生死角给清除干净。不但能消灭炎症，还能增加骨盆和腹腔的供血量，使内脏得到血的供养而焕发活力。这种活力表现在脸上就是脸色红润、肤色洁白、无斑无痘、容颜娇嫩。

一听有道理，我便开始练习起“蝴蝶操”。所谓“蝴蝶操”，就是坐在厚垫子上，然后曲膝，使脚心相对，脚掌并拢，脚跟尽量靠近下身。双手抓住脚尖，膝盖向两侧打开，尽量往地上贴，这就是“蝴蝶式”了。做这个动作的时候，脊背要挺直，双膝有节奏地向两边地板振动。这个动作的运动量不算大，却恰到好处地运动到了最难锻炼到的部位：髋部。

七夕会　运动休闲

我坚持练习了三个多月，发现气色明显见好，脸上的斑点也渐渐消退了。于是，这个“蝴蝶操”就成了我的最爱，每天都要做一做，每次练习半小时。

今宵灯谜

蔡　芳

芳心相允正直人

（二字电讯用词）

昨日谜面：战术有变（三字电脑名词）

谜底：格式化（注：格斗的方式变化了）

那只水缸

高明昌

从前的海边村，家家户户都会有一只水缸。我们家也是。

我们家的水缸很大，双手抱不下，直径大概在三尺左右，缸壁呈紫红的颜色，皱痕起伏不已，但很匀称；缸胆是略显暗黑的黄色，光亮而且圆润。水缸高一米不到一点，底座微微收拢，中间有点扩展，到了沿口翻转成扁圆。水缸敦厚地蹲在地上，一声不响地站着。看见水缸，就会想到宁静，想到苍远，想到憨厚，有时还会想到祖先。

那时的每一个日子都有水缸在，水缸在，水在；水在，人就在。

记得，家里一天生活的开始，水缸就开始忙碌。

我们家的水缸是固定在灶头边上的，离灶面一尺左右，在靠近北窗的口子上。窗开了，射进一道干净的亮光，碧绿的水就会起些小小的涟漪，那是风从缸面走过的声音。父母开始烧饭煮菜了，广勺，铜勺在水面上一舀一个洞，是很难停歇的，水缸的水就会被父母捣碎。水就哗哗地被舀到了锅里，舀到汤罐了，舀到了田桶里，水就在与五谷的混合中，慢慢地诞生了白米饭，产出了可香的菜食。到这时，我们就有了填饱肚子的饭食，也生发了对水的钦羡，感觉这水呀，真好。

也在那时，我会想，没有水缸，水从哪里来？

水从河里来。每天的傍晚时分，我总会看见，父亲的双肩担着两只田桶，到屋后的小河里去担水了。到了水桥边上，父亲弯下腰，一只手将田桶扣住水面，一把急速的转筒动作，水就注满了田桶，右手轻提田桶，左手稳压住扁担，田桶就上了水桥。如是反复，田桶的水满了，水被挑回了家。挑回家的水让父亲倒进了水缸，母亲在砧板上敲碎了明矾，将明矾往水缸里放去，一滩白花花的明矾粉末从水上飘然到缸底。父亲看一眼缸里的水，轻轻地盖上木制的缸盖，水缸就安安静静地躺在那里了。

这水缸里的水就成了我们的饮用水，即使是热火朝天的夏天，嘴巴干裂了，到了家，可以三脚并作两脚，直接去水缸的边上，掀起缸盖，用铜勺舀了水喝，咕咚咕咚的喝，嘴就很快生津、解乏。那个畅快，那个淋漓，在那时，无以言表。嗨，也只有在那个时候，我从来没有看见过，因为喝了生水就捂肚喊疼的，生水不泻肚，谁都能这样做。那时候，大人这样喝，我们做小孩子的也这样喝。

水缸里的水，喝来又喝去，很快，我们对水的尊敬移换成了对水缸的尊敬了。

后来有了水井，我们可以喝到井水了，这是一个进步，也是一个考验，家里人喝水都去井边上了。唯独父亲，讷讷的，依旧不忘给水缸注满水的。也不管你用不用，也不管你喝不喝。有时候，我看见父亲拿着擦灶的台布在用力擦着缸体。差不多每一周过后，父亲总是悄悄地舀完缸里用剩的水，慢慢地清洗着缸胆、缸底。那只水缸，在父亲看来，就是一个水葫芦，那里有他过往生活的写照，在那只水缸里，沉淀着他无限的神思。

如今，水缸确实不用了。灶头的边上，家里接进了自来水管，用水啊，只要一拧水龙头，水就源源不断地流出来，流到你所要水的地方。

家里的水缸还在，它派了家里腌制咸菜的用场了。不过，在父亲的心里，这缸的名字是不可能改变的，它的名字永远叫水缸。