

适足之履

肖振华

古人对帽子很重视,男子二十而冠,女子十六而笄;而对鞋子则不待见,《吕氏春秋》记载,名医文挚拜见君王时没脱鞋子,致使齐王大怒。在我们小时候,有很多鞋帽商店,那时的帽子和鞋子待遇一样,在橱窗里比肩陈列。而现在的大型超市、星级商场里,肯定少不了趾高气扬的鞋子专柜,但想挑选购买顶帽子,说得夸张一点,真是踏破铁鞋无觅处。

鞋帽遭遇的反转和落差,还是在于实用功能。帽子可不戴,鞋子却不能不穿,况且今天鞋子还拥有强大的时尚话语权。相比女性,男人的鞋子简洁得多,有大学的研究人员说,男人的鞋子能够暴露出他的素养,比如对鞋子讲究的男人,势必拥有着极强的生活仪式感。在我看来,鞋子的生活仪式感,是要放到具体的社会经济背景中考察的。

小时候我脚下穿过的鞋子,至今记忆犹新。一双蚌壳棉鞋,两片鞋面是

褐色灯芯绒布,里面塞着棉花,鞋底是奶奶戴着铜针箍,一针一线纳出来的,冬天穿上它舒适暖和,脚上不会生冻疮。一双黑色毡球鞋,不知是什么牌子,忘了是几角钱买的,平时穿上奔跑、踢球都不在话下,但那一次少先队活动,学校规定是白衬衫白球鞋,其时家中拮据也不可能买,最后用一截白粉笔,把鞋面涂成白色,又用棉纱线替代了黑鞋带,然后低着头惴惴不安地走进校门。还有一双“懂经鞋”,黑色卡其布面,两边有绷紧脚背的松紧带,鞋面和鞋底的相接处镶的是白色滚边,白色塑料底,是当年最流行的鞋子。

每个时代都有自己的“布袜青鞋”,也总有修鞋匠和我们不弃不离,这个职业的存在,让人对“弃如敝履”一词产生怀疑。小区对面弄堂口就有修鞋摊,手摇补鞋机取代了早先的“拐子铁脚”,老鞋匠也不是嘴囡四角形铁钉,抡锤猛敲鞋掌了。《爱情神话》里的修鞋匠讲究啣咖啡,我们这里的老鞋匠务实得多。那天,我坐在他的鞋摊边,听了一课。他能从鞋底的磨损估摸一个人的健康状况,比如鞋底是均匀磨损,说明脚步有规律,这是个性格开朗的健康人;鞋后跟磨损明显,表明步履沉重,受到挫折,精神上有烦恼;如果鞋底前面部分的磨损偏于一边,鞋后跟的磨损偏于另一边,磨损的方向前后相反,说明身体某个器官患有疾病……

老鞋匠揉着手柄修鞋,不时停下来拿一双双鞋佐证他的说法。我是相信的。在我国古代,鞋还可以是一种占卜工具,即所谓的“鞋卜”。《金瓶梅》里就有潘金莲用鞋占卜的事:“盼不见西门庆到来,



莺歌雀雀语 (摄影) 汤青

骂了几句负心贼。无情无绪,用纤手向脚上脱下两只红绣鞋来,试打一个相思卦。”用鞋子占卜,古人颇为热衷,不同的地方也有不同的占卜法。这样看来,老鞋匠的分析,还是有一定道理的。

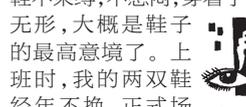
白居易诗云:“足适已忘履,身适已忘衣。”一双鞋不束缚,不憋闷,穿着于无形,大概是鞋子的最高意境了。上班时,我的两双鞋经年不换,正式场合是皮鞋,休闲时

都是运动鞋。随“脚”所欲,得心应“脚”,鞋我合一,视若珍履。如今寻常人家一般都是玄关鞋柜,至少门口也有个鞋架,那基本是女性囤鞋处。“每个女人都应该拥有一双 Jimmy Choo”,这一消费宣言,将男女之别更拉大了,鞋子差别悬殊,明人沈鲸如果今天写《易鞋记》,安排玉娘和鹏举换鞋,就要考虑其对等性了。

退休在家,如果足不

出门,我就是一双拖鞋。拖鞋古人谓之“鞞”,“草鞞无尘心地闲”,也算一种生活情趣。有时看到电视推销老人鞋,说鞋底越软越好,强调特别防滑。但一位医护专家朋友说,过软的鞋子,尤其是鞋底中部过软,对于足弓缺少支撑作用,就像踏进烂泥里,晃来晃去,膝关节和踝关节都容易损伤。针对老人容易摔倒这个痛点,一些厂商把“防滑”作为重中之重,号称“玻璃上洒水都不摔跤”,如果老人真穿上了如此抓地的鞋,如同晴天开车硬上雪地链,动輒就抱死,更容易摔跤。

朋友告诉我,一家健康机构对65岁以上的跌倒病例和跌倒原因进行对照,结果发现运动鞋是最安全的鞋,相比之下,其他鞋类的摔倒风险增加了1.3倍。那么,我们的结论就是:“每个老人都应该拥有一双运动鞋!”



边看边聊

有的信心。世上有那么多音乐可以任选,就看你想要哪种好心情。人生是一场修行,鸟也是,虫也是,修行需要音乐相伴。虫鸟都有音乐天赋,越小声越响。这些弱小的生命来世容易,可惜周期短暂,它们信奉快乐过好每一天,天天放声高唱,音乐一生。

地球上的猛兽皆孤独,它们没有音乐,不懂音乐。如果让它们听懂音乐,常听音乐,会不会改变其习性——变得温柔。温柔了,是否食性都会改变,会改吃草。象就是,象是喜欢音乐的。

这是我多次游览张家界,五彩斑斓的金鞭溪不啻是我心中的香格里拉。这是一条碧绿的溪谷。春夏两季,缘溪而行,但见青峰巍然,峡谷豁然,草木苍然,绿意盎然。映花楠、虎皮楠等多种楠木主要荟萃于楠木坪一带,一棵棵似家鹅之蹠的鹅掌楸和叶似孔雀之羽的孔雀松风姿秀逸地挺立在

兴遄飞。这是一条雪白的溪谷。紫草潭的娃娃鱼和跳鱼潭的花斑鱼会和水中的白云一起游弋,溪水遇到较陡的河床就转瞬变成洁白如雪

五彩金鞭溪 明德

的素湍接续奔涌,最后在梅花桩和富贵石以西演变成一道宽阔的跌瀑,不断地滚珠泻玉,雪花般的水花引来众多游客踏浪戏水。当乳白的烟霭在山脊弥漫时,层峦叠嶂仿佛漂浮在半空。春末夏初,成群的“白鸽”总会飞临一级保护珍稀植物珙桐的枝头,它们就是鸽子花。每年仲夏,金鞭溪汀岸的纯白龙虾花向你招手。比及飘雪时节,倏然玉龙飞舞,十里茫茫。

这是一条蔚蓝的溪谷。晨昏之际,浅蓝的雾岚会在花果山一带氤氲萦纤,黛蓝的远岫衬托着葱绿的夫妻岩、相会峰、重欢桥等爱情

在绝大多数人的成长中,除了父母,亲密接触最多的一定是老师。老师在倾囊相授的同时往往隐含着人生指引,其中意义甚至超过父母。

每个老师都有独特的教学方式。我的高中班主任,一位性格爽直,风风火火,讲课辛辣松脆的四十岁左右女性。她教化学,一口标普,一张化学元素周期表讲起来,韵味十足。她讲课的特点是不拖泥带水,这堂课该讲的绝不拖到下一堂。讲解一个知识点后,她通常会叫一个理解比较慢的同学起来复述,如果讲不出,再叫一个脑子转得快的解释一遍,然后她抛出重点。这种节奏并不是每每都能奏效,如果连脑子快的理解起来也有困难,老师就很着急。她从不藏着掖着,喜怒都写在脸上,对学生也是。再讲一遍,仍然一头雾水,她就会痛心疾首地说我们都是黄色脑袋,顺带着把“橡皮鱼(学名绿鳍马面鲀)”也一起拖进来。那时候长相丑陋乌漆麻黑的橡皮鱼已成为代替上海人熟悉的黄色带鱼的主打水产品种。它刚在小菜场露出头时,上海人横竖看不上,尝过后才觉得它肉质紧致,别具内秀。其实我们都很理解老师,爱之深才会责之切。国家刚走出阵痛,重开高考,老师为我们急啊。我至今记住这个细节是因为老师的嗓音。她一提高嗓门,音色就另有一番感觉,以前多用“银铃”形容,现在则叫“金属质感”。见我们大气不敢出的样子,她就迅速刹车,然后重新开讲,更不厌其烦。偶尔也会插几句关于某个金属元素命名的来历或某个科学家的故事,我很喜欢听,但她常常点到为止。老师说不能开无轨电车,你们的时间太紧了,等你们考上大学我再讲给你们听。

教数学的是一位微谢顶的中年男老师,他的穿着很简朴,春秋两季蓝色中山装,冬季灰黑色对襟棉袄,夏季白色老头圆领衫。四季服装各自恒定一种颜色,就像他严谨缜密的数学思维。但他讲起课来就丰富多彩了,他通常用沪语,就是那种带“团音”的老上海沪语,声音低沉,但穿透力极强。老师讲课时两眼放光,一手漂亮顺畅兼有美术体格调的阿拉伯数字板书,列上各种等式,间或解题技巧、重点注释符号,可谓花团锦簇。这块黑板就是他指点江山的地方。老师目光犀利,对不认真听讲偷偷做小动作或窃窃私语的学生毫不客气,不排除用标准的沪语“戳刺”几句,如果还没效果,他就会突然从手中飙出一粒粉笔头,拉出一道漂亮的抛物线直捣那学生的课桌,也许他严肃的外表下还藏着一颗不泯的童心。继续教室里一片寂静。老师却像什么都没发生一样,继续全神贯注讲解方程式。后来老师说,这叫“现开销”,他不喜欢下课了再把同学叫到办公室来训一顿。

我们的中学还有一个独特之处。不知道从何时开始,上一个年级学生称老师为先生,下一年级也跟着叫,无缝衔接,就是在那个混沌的年代也没改过口。也许因为这个,师道还是很有尊严的。这一声简单的称呼,塑造了学生对知识的敬畏。当然还有温馨。现在各行各业都流行叫老师,就像当年流行叫老板,叫老师总比叫老板好,即使老板假装老师也流淌着一份斯文。

孙建伟

老师的爱与责



写下这个题目有点犹豫,一个“馋”字是不是太俗?后仔细掂量,非此字不足以表达到位,因为这个“馋”字用在秋天实在太过精准了。

“秋馋”有两层意思,一是季节临了秋天,美味可口的食物联翩而来,应接不暇;二呢,人生到了秋季,也就是逐渐变老,确会变得越来馋呢,似有着时不我待的紧迫感,赶紧儿要把好吃的食物吃个遍吃个够。

方兴未艾的微信群真好,把“物以类聚、人以群分”演绎得那么形象有趣。笔者参加了N个微信群,有以中青年朋友为主的,有以老年朋友为主的,有标着文化艺术名头的,有干脆就打着美食名号的。有趣的是许多群今天还大谈人生理想、文学艺术,甚或泛滥着心灵鸡汤,到明几个就转向了,此起彼伏讨论起风味美食来了,比如有个群索性就一个接着一个题目讨论,讨论红烧肉的做法、猪头肉的风味、鸡鸭的各种烹调、山芋的多种吃法……群起献策,兴趣盎然,到了秋季越发变得热烈火爆。我顿悟,原来秋天一到人容易生馋,原来人逐渐变老,也会随之变馋呢,双“秋”挟裹,焉能不馋?

人老变馋几乎就是一个规律,遂联想到我的亲人悠远的许多往事。数十年前家里的老人(主要是女眷)都备有一只饼干筒,用以储藏随时想吃的零食,我的祖母有,我的祖母的姨婆婆有,后来我的母亲、伯母她们都备有此物。父亲伯父他们有意买了整听的饼干,饼干吃完,就余有了一只空饼干筒,于是就归祖母她们装零食之用。必先在空饼干筒底敷一层梗灰(石灰)用来吸湿防潮,因为许多零食是不能受潮的,梗灰上面敷纸,其上就砌各种零食。

我记得祖母的饼干筒容积大且最精致,外壳印的是苏州古迹虎丘塔,伯母和母亲的饼干筒稍小些,但亦好看,唯姨姨婆婆的饼盒偏小而显得平淡。然而那也是祖母的恩赐哩,因为这位姨姨婆婆是太公的小妾,太公去世及我祖父早病故后就只能仰名义上儿媳——我祖母之鼻息了。祖母看到她经常馋眼灼灼盯住她的饼干筒看,就让我父亲为她也配备一只,父亲明白祖母的意思,就为姨姨婆

婆整了一只小模样的马口铁饼干盒。祖母于是就把自己饼干筒里的零食匀些儿给姨姨婆婆收纳,姨姨婆婆为拥有自己的饼干盒而欢喜不尽,逢人就讲祖母的好。祖母过些日子就会“咚咚咚”敲响自己的饼干筒,示意她的零食该补仓了,父亲和伯父叔父他们心领神会,及时替她购买补上,她就把姨姨婆婆的饼干盒作为“下水道”,将积压已久的食物匀给姨姨婆婆。除了饼干盒的零食,姨姨婆婆还向往着饮酒和抽烟,譬如她闻到父亲和伯父叔父在饮酒,就会扇动着鼻翼,矚于着小脚前来,嗶嗶着小嘴:“我……我想吃口酒……”

父亲他们总是满足她的要求,给她斟些儿酒,挟点儿菜。至于吸烟,她也有办法,会经常给祖母搓纸撮,在纸撮底打个标致的虾米结,既好看亦好使,她更好的功夫就是吹纸撮,当祖母抽水烟时便侍候在旁,及时替祖母把燃着的纸撮“福特”一声吹旺,候着祖母“吓落落”吸个酣畅。这时祖母便会把烟筒递给她:“姨婆,你也吸上一筒吧。你呀,小嘴长得标致,吹纸撮又灵,一吹就着,嗨,好像专门生着用来吹纸撮的呢。”姨姨婆婆就边笑边畅快吸起了水烟……

关于长辈们饼干筒和饮酒抽烟的故事常令我回忆不尽,感叹不已。可惜我祖母享了一辈子口福,大限到来,仍抱憾而终。我记得清晰,她临终时不停地唤着“千层饼,千层饼……”那时食物短缺到了极点,哪里来的千层饼呢?

岁月翻篇至今,我老了馋了,真是想吃有什么就有什么,譬如临了秋季,想吃糖炒栗子铜锅汤、想吃红瓢柿都白雪梨、想吃盐鸭水糟香鹅……都可信手购得,再难吃到的食物,只有想不到的,没有吃不到的。然而这秋馋每每又馋不着,受到这样那样的限制。我经常想得热烈,妻子却冷水泼得勤快,总是用这样的理由扼杀我蠢蠢欲动的“馋虫”,说是“你是‘老糖’,水果甜食绝对有害,高淀粉的食物应当慎食”。“年纪大了,多吃油腻荤腥不消化,也易引起心血管疾病。”凡此等等,一下把我美丽的遐想拦腰折断。于是我与一年年的秋馋遗憾作别……

妻子堵我的“馋虫”是对的,是出于一片爱心啊,这么一想,也就心平气和了。

七夕会

我曾多次游览张家界,五彩斑斓的金鞭溪不啻是我心中的香格里拉。这是一条碧绿的溪谷。春夏两季,缘溪而行,但见青峰巍然,峡谷豁然,草木苍然,绿意盎然。映花楠、虎皮楠等多种楠木主要荟萃于楠木坪一带,一棵棵似家鹅之蹠的鹅掌楸和叶似孔雀之羽的孔雀松风姿秀逸地挺立在

这是一条金色的溪谷。蜿蜒的金鞭溪因流经金鞭岩而得名,峥嵘的金鞭岩因岩形似鞭、鞭闪光而得。小溪两岸金褐色、黄褐色、棕黄色的石英砂岩石峰、石柱、峰林等地貌是亿万斯年地质变化后天造地设的杰作。另一道风景是,成百上千只金色的猕猴常年出没于林坡溪畔,人猴互相围观、彼此和谐共处的情景随处可见。一俟金风乍起,寒意渐浓,则水杉变黄,银杏镀金,层林尽染,充满秋韵,令人逸

抓住音乐不松手

詹超音

有人起早是为赶路,有人起早是为晨练,有人起早是为买菜,我起早是为听音乐。赶路是为了生存,晨练是为了续命,买菜是为了生活,我听音乐是为了心情。被音乐带入的一天,神会清气会爽,行事不慌不乱……这样多好!余光中谈咳嗽,“……不得不咳,索性咳成了音乐。”可见音乐是娱人的,是提神的、向上的、拨云见日的;也证明不入耳的声音若构成音调,可以变美妙。衣人供温饱,匠人助赖活,音乐人给

的是信心。世上有那么多音乐可以任选,就看你想要哪种好心情。人生是一场修行,鸟也是,虫也是,修行需要音乐相伴。虫鸟都有音乐天赋,越小声越响。这些弱小的生命来世容易,可惜周期短暂,它们信奉快乐过好每一天,天天放声高唱,音乐一生。

地球上的猛兽皆孤独,它们没有音乐,不懂音乐。如果让它们听懂音乐,常听音乐,会不会改变其习性——变得温柔。温柔了,是否食性都会改变,会改吃草。象就是,象是喜欢音乐的。

旅游