



边看边聊

不老的人生

张君燕

认识一位老者——从年龄上看，确实应该叫“老者”，但从他整个人的状态来看，却和“老”一点都不沾边。虽然年过七十，他却活得像个朝气蓬勃的孩子，对一切新鲜事物都充满了好奇，网上购物、手机支付这些功能他早就熟练掌握。更重要的是他的身体很硬朗，“一口气上五楼，不费劲。”他习惯这样对众人做自我介绍。其实，了解他的人都知道，这句话没有丝毫夸张的成分，甚至算是一种谦虚——几乎每年他都会参加马拉松比赛，而且还能获得不错的名次。

和他在一起，你会不自觉地忽略他的年龄，不用刻意去照顾他、迁就他，也很少会有所谓的“代沟”出现。他就像是你的同龄人，与你一起谈天说地。有时，你还会被他身上的激情和活力所感染。

有一次，我忍不住问：“你是如何保持年轻状态的？”

老者爽朗地笑了：“每个人都会变老，这是无法更改的事实。但是你知道一个人是从什么时候开始衰老的吗？”

我猜测，40岁、50岁，或者60岁？老者摆摆手：“不，年龄永远不是一个人衰老的界线。”

确实，我曾见过很多五六十岁依然充满朝气的老年人，譬如眼前的老者；也曾见过很多年纪轻轻的人却一副萎靡不振的样子，完全没有年轻人应该具备的活力。

老者告诉我，一个人最开心的时刻是人生心愿达成的时刻，但与此同时，他也开始衰老。因为支撑他继续奋进的动力消失了。所以，想要保持年轻，就要给自己设置一个远大的人生心愿，最好要用一生的时间去追逐。

“我要去锻炼了，下个月，我要去参加一项国际马拉松比赛，争取在国际上拿到名次。”老者说完，风风火火地离开了。

我站在原地，茅塞顿开。给自己设定一个用一辈子去实现的目标，便可以一直保持积极、热情、向上的状态。在这样的状态下，人怎么会衰老呢？如此，即使有一天走到生命的尽头，你的一生也是不老的人生。



水乡·故乡

钢笔水彩

董介吾

上世纪六十年代初，尽管家里条件不好，但年还是过得，而且尽量要像像样样地过。最难忘的，还是那年跟着父亲去寻鱼。

那次，离春节只几天了，母亲提出，大砂锅里，除了凭卡买的冻僵，从乡下人那里买的肉皮，自己做的蛋饺，菜卡配给的粉丝、大白菜，用香烟熏换的咸肉，要是再有熏鱼放进去就好了。做熏鱼就得有河鱼，最好是青鱼，但上哪儿去弄呢？凭菜卡，只是几条瘦瘦窄窄的冰冻带鱼。

父亲皱着眉头，在灯下喝茶。忽而，他放下茶杯，走进储藏间，嗦嗦地翻找了好久，取出一捆家伙，装在长长的布袋里，布袋

寻鱼

赵韩德

上已一层灰尘，里面是他的心爱之物——钓鱼竿。父亲是钓鱼好手，在我印象里，他在深秋即已收竿，将其擦净，理毕钓丝，全部保存好，以待来年之春。但父亲现在却把钓具拿了回来，很有醉里挑灯看剑，梦回吹角连营的悲壮之气。

屋外正寒风凛冽，屋檐檐冰柱条条。我一惊。母亲也呆了，说鱼都沉在河底了，哪能钓呢。“明天是礼拜天。”父亲坚定地说，“去钓钓看。”我被父亲的勇气鼓舞，说：“爹爹，我也去。”父亲摸摸我头：“好。”我问去哪里，父亲想也不想：“老样子，龙王庙，野塘。”

那野塘我熟悉。我和弟弟老三，天气暖和的时候去玩。非常远，至少要走一个多小时。那时节池塘笼罩在一片绿中。脸盆般粗大的老柳树斜斜整整地围在池边，枝条蘸着水面。密密的青草，蟋蟀草、节节草、油葫芦草、狗尾草、蒲公英、野苜蓿、野芥菜……以及叫不出名字的小草，将池塘一带覆盖了，见不到泥土。我和弟弟悄悄在柳树凸出地面的大根上坐下，呆呆地看池塘。穿条鱼忽来忽去，倏然转弯。水符散藻，一动不动。暗红的、乌青的、淡黑的、黑黑的、

午后的北外滩，每一棵棵树、每一株草，都可以入诗入画。一条长长的滨江岸线，蜿蜒在青翠欲滴的绿色中。秦皇岛路渡口，市轮渡依然在拉响一个多世纪前的汽笛，不倦地来来回回，运送过江旅客。这里是虹口与杨浦的交界处，往东是大杨浦，往西便是积淀深厚的人文虹口了。沿滨江大道缓缓而行，绿树婆娑，一江碎金。此刻的北外滩，显得分外地宁静。

我熟悉北外滩，如同熟悉我在那里。年少时，我家就住在那里，去南市老城厢姑妈家，坐的是从定海桥方向开来的8路有轨电车，在提篮桥站，车上的一扇铁栅栏门，被售票员用力拉开，“哗啦啦啦”一阵脆响；跳上车，又是“哗啦啦啦”一阵脆响，铁栅栏门上。电车沿着东大名路两条路轨，摇着，晃着，像个蹒跚老人，向着十六铺方向开去。8路有轨电车前后有两个车厢，中间是两圈弹簧，牵引着。车厢里，有两排木条凳，几乎和车厢一样长，都在车厢两壁生了根。木条凳上，稀稀拉拉地坐着三三两两的乘客。司机将电车开着往前走，这是我最喜欢看的一道北外滩风景。我每次上车，总是站在司机身后，一根手指般粗细的小铁链，浅浅地垂挂着，将司机和我隔离开来。一个圆圆的木制方向盘，有一

北外滩

陆林森

个垂直向上的木柄，司机一手握着，转动着，两眼看着前方，遇到有横穿马路的行人，用力一蹬，脚下就发出了“叮当”的车铃声，清脆、悠长。

东大名路解放前叫百老汇路，路幅不宽，瘦瘦长长，路两边有许多房子，都是一些老式建筑，8路电车到了卖顺路，挎着帆布包的售票员，手拿票夹钳，一边笃笃敲打小桌面，一边喊：“庄源大到了！”初始，我感到奇怪，不知这“庄源大”为何物，后来听说，这里有家作坊，名字叫“庄源大”，专以生产“绿豆烧”（酒）驰名，酒香隐隐，所以连8路有轨电车的站头也叫“庄源大”了。

外白渡桥横跨苏州河，宛若蹲伏着的一头雄狮。电车上桥，也是一道很好看的风景。8路电车由东及西，经过天潼路，一个大转弯，到了大名路

七夕会

去年一整年，音乐会听了二十几场，各具特色，无法赘述谁为“最”。不过，兴致袭来，不去凑“大交响”比拼的热闹，让我将三场并非“热点”的音乐会“串烧”一番。

去年11月，著名女高音歌唱家黄英与英国协奏曲团合作共演巴洛克歌剧选曲，表演了维瓦尔第《受伤的新娘》，切斯特蒂“围绕着我崇拜的人”，还有亨德尔的几首咏叹调。这位夜莺成功地初试了巴洛克，而英国协奏曲团也献演了普赛尔、泰里曼的几首巴洛克器乐作品。我刚从十月份琉森，伦

尽头，前面就是外白渡桥了。从北堍上桥，好似爬坡一样，看上去，8路电车有点爬不动了。司机猛地一用力，“叮当叮当”的车铃声又从脚下钻了出来，车子稳稳地上了坡，越过了外白渡桥。

我不知多少次坐8路有轨电车去南市老城厢，也不知多少次为了省下6分电车钱，沿东大名路一路往前走，看两边风景。

搬离北外滩后，我多次重走东大名路，高楼鳞次栉比，离昔日“庄源大”不远处，浦西第一高楼高耸。长长的滨江岸线，“断路路”已被打通。从公平路到高阳路，码头和堆栈变成了“城市绿吧”，树绿，草青，花香。隔江相望，云雾遮不住，我看得见的是陆家嘴金融贸易区。

晨晖暮色，行走北外滩，昨天的影像恍若眼前。只是，旧貌不再，8路有轨电车，成为了我遥远的记忆，那早已熟悉了的“叮当”声也随着江水的哗哗流淌，远去了。

冬天很冷，人们盼望阳光，可即使天艳阳高照，太阳也不可能照到每个角落。

因为策划、组织爱满天下系列活动，近十年里，我认识了不小小学生，他们中有些人的故事令我伤感。十年前，小J的画参加比赛得了特等奖。在我们举办的颁奖大会上，主持人告诉她，为奖励这唯一的特等奖，组委会可以帮她了一个心愿。问她有什么心愿。女孩说，我什么都不要，只想妈妈抱抱我。她那年8岁，妈妈离婚，已走了3年。我只能冲上台，把女孩紧紧拥在怀里，全场泪奔。三年前，在我们的活动结束时，一男生因琐事被来接的父亲打了一巴掌，男生

冬的后面不是秋

叶良骏

关注，我开始追踪他们的成长轨迹。我发现这些亲情缺失的孩子，年幼时，与一般孩子区别不大，往往越大越懂人事，问题越多。深究下去，我的心里越来越痛。我想为他们做些什么，却发现能做的真的很少。

我资助他们，给他们写信、赠书。我设计各种活动，记住他们的生日，请他们喝茶、吃饭、看演出，送他们新年礼物等等。我想以自己的爱温暖他们，最长的一个已助困十年。当然，有些效果，他们也感受到我的善意，或多或少有了改变，但根本的改变比登天还难！如今，好多年过去了，有的平稳发展，现在已上了大学，但更多的朝我不愿看到的方向滑走。他们中，有的患上抑郁症，有的退了学，有的因为打工，上学难以继。男孩女孩都早恋，那个小J，走马灯似地换男友，找的都是比他大一二十岁的大叔！不管他们现在如何生活，这些孩子脸上都没有笑容，还毫无例外与相依为命的单亲关系紧张。

看着青春叛逆期的他们变得自闭、敏感、沉默、不想上学、一次次离家出走……我束手无策！尽管，

没哭，站在我旁边的男生却哭了。他说，我好想爸爸来打我。他父亲离家已九年。望着泪流满面的孩子，我无言以对。这样的孩子经常碰到，引起我的

选择与烦恼

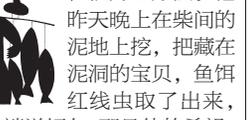
陈钰鹏

有时一样独一无二的东西或一件无可选择的事，倒让人觉得挺省心的，因为要么“是”，要么“否”，干脆利落无悬念。

每个参加过高考的人可能记得很清楚：我到底该选择哪一种专业，想去度假前也是那么犹豫不定：去哪个方向哪个国家。要买汽车了，又是个难题：买咋样的汽车呀……弄到最后，只好关掉电脑，叹了一口气说：“哎哟，怎么像老人一样了，雾里看花，越看越花，明天再折腾吧。”

许多专家称此为“选择超载”，由于可供选的项目太多而导致当事人的烦恼。为此曾有过一个著名的试验，专家让超市提供了24种新的果酱，放在尝试台上，吸引了许多顾客；然而只有少数顾客经再三考虑才拿上一瓶放入购物车。后来有人将提供的新品减少到只有6种，销售指数便有了增长。这一结果进一步引起了专家的兴趣：大脑中发生了什么？原来如果我们要作出选择，那么大脑中就会有两个脑区参与这一工作：首先是前额叶皮层，这一脑区承担着权衡价格和用途的任务；第二是纹状体，其作用是最后促使人作出决定，并采取购买行动。

不久前，某些专家又作了一个补充研究，获得了一个意外的结果：对大脑来讲，作选择时所需个最佳的选项数量，倘若受试人员在12个选项下进行选择，则相关脑区的活力最强；令人不解的是，倘若选项是6或24个，则大脑活力反而下降。有的专家提出，供选择的最佳选项数可能是12。最后，有一种理由受到认可：大脑中的选择过程是正确的，但很多研究的结果表明，选择的烦恼只在一种情况下才出现——当我们对某件事不是特别了解时。反之，如果我们某领域已有了足够丰富的知识和经验，那选择的规律就是：选项越多越好！换句话说，人们之所以觉得选择那么令人烦恼，原因不在于选项太多，而是经验太少。所以“选择的烦恼”容易发生在年轻人身上。



端详好久，那是他的希望。

在极力想办法。他昨天晚上在柴间的泥地上挖，把藏在泥洞的宝贝，鱼饵红线虫取了出来，端详好久，那是他的希望。

赶到野塘，我已经出汗。父亲把钓竿袋靠在柳树上，环顾。冬天，野塘彻底地枯缩了，芦苇干黄，在北风吹折了不少。柳树的枝条古怪地摆来摆去。我们吃惊地发现，野塘被“拷滨头”过了！塘底挖出的污泥黑堆在四周，那是农家肥，寒风里都能闻到泥腥气；鱼，彻底被捉光。另换鱼塘，已经没有时间。父亲脱掉手套，掰开河泥块，认真嗅了嗅，仔细看看泥色分析道：“昨天拷滨的——去跟农民买鱼，还新鲜，还来得及！”

父亲料事如神，这天回家，我和父亲一人提一条干爽的大青鱼，乐滋滋的。邻居见了，无不羡慕。

串烧音乐会

许锡铭

全曲首尾相同的咏叹调加三十个变奏大致还是那种风格，不过不再“铁板一块”，出现了一些松动。一个乐段不再是一种不变的情绪。有的变奏乐段不再是一个乐句霸占，出现“换气”，乐句呼应着对称、平衡的问句、答句、前句、后句，起承转合四句，这不是巴赫在“预示”着早期古典主义的分句风格。

如果说这两场音乐会让我体验了巴洛克到古典的过渡，那么薛颖佳的钢琴独奏会则是从巴洛克直奔早期浪漫主义。最引人注目

目的是他选了门德尔松。而巴赫另一首被誉为钢琴“旧约圣经”的巨著《十二平均律钢琴曲集》也被薛颖佳拿来与门德尔松的同名乐曲一起展示。音乐会下半场进入海顿和贝多芬的钢琴奏鸣曲，展示了古典主义最重要的曲式——奏鸣曲式的魅力。特别是贝多芬第21钢琴奏鸣曲《黎明》，其第三乐章回旋曲式中的基本主题也有非简单的反复，出现了丰富多彩的动机展开，并用主题变奏快速奔向尾声。

这串音乐美食让我品尝了从巴洛克经古典到早期浪漫，音乐风格的变化。

雅玩

容易发生在年轻人身上。

