

和楼栋里的邻里们要付出多少努力。我所工作的上师大,最近因为一个视频出圈了。在那个视频里,学校收到了一批捐助的蔬菜。我们第一次知道15吨莴笋铺开放在地上是多么壮观,而它们又是如何被摘、洗、切、炒,最终来到每位同学的餐盒里。很多学生看了视频不禁感慨,从来没有想过自己吃的一顿简单的午饭凝结了那么多人的深情厚谊。而除了物质食粮,我们的老教授、小“青椒”们也不忘丰富学生们的精神食粮。在线课程之外,老师们还自发组织起来,给学

守护一张平静的书桌

姚霏

看过曹禺的著名话剧《雷雨》或读过剧本的,都会记得第二幕中周朴园的一句台词:“无锡是个好地方。”这座山清水秀的城市,是生我育我的地方,对这句台词更是感到亲切和熟悉。

无锡是个好地方,这是大家公认的。但是感受最深的应当是在这个鱼米之乡出生和长大的我们无锡人。

那时,我家附近有一大片桑田。桑田是有主人的,任何人也不会去任意采摘桑叶,更没有人去摧残这大片翠绿的桑田。无锡的孩童虽活泼爱撒野,但都是有分寸不越轨的。在阳光灿烂、和风拂面的星期日,我们住得相近的小伙伴会相约拎着小竹篮去那片绿色的田野挖荠菜和马兰头。那是一片广阔美丽的田野,半天工夫每人可收获半篮荠菜和马兰头。带回家,妈妈会煮荠菜肉丝豆腐羹,会用无锡香豆腐干剁成碎粒拌马兰头,浇上麻油。这是多么可口的“绿色食品”啊!更重要的这是自己的“劳动成果”。当年生长在无锡的男女孩童,我想很多有过这样的经历,都有这样值得回味的童年少年生活。

再说那片茂盛翠绿的桑田,在五六月份的桑叶丛中,我们一边挖野菜,一边会欣赏那万绿丛中透出点点紫黑色果实

## 难忘无锡桑甚甜

周丹枫

的桑林,但没有一个孩子会随便去采摘桑叶和桑葚。看管这片桑林的多半是老伯伯和老婆婆,他们很疼爱孩子,会主动和挖野菜的孩子攀谈。他们是租这片田地种植桑树养蚕宝宝的养蚕户,同时也把桑叶卖给其他养蚕户。桑葚除自己吃和送人外,还会提着竹篮子走街串巷叫卖。看到这群活泼可爱的挖野菜的孩子,他们视若自己的小辈,会主动邀请孩子们去采摘成熟的桑葚。

这时我们会兴高采烈、小心翼翼地去采摘,那个高兴劲儿实在难以言表。但是孩子们还是懂礼貌、守规矩、有分寸的,边摘边吃几颗,有时也会捎带几颗回家给父母兄弟姊妹尝尝鲜,绝不会滥采乱摘。

至今每当我回忆起那桑葚的滋味,不觉就会齿颊生津。那紫黑的颜色,淡淡的甜味,爽口的清香,迄今还觉得很少有水果能和它相比。也许这是我对它的偏爱吧?是对故乡的怀恋吧?是一种只有自己内心能感受到的乡愁吧?

好几十年过去了,时光如流水。这段记忆是清晰的,鲜活的;曹禺的这句“无锡是个好地方”的台词,在我的脑海中也永远是永远挥之不去的。



河西的田野 (油画) 林文新

生们奉献精彩的讲座,用专业的内容、时髦的方式讲唐诗、《红楼梦》,开展科普和生命教育。有些讲座因为太受欢迎,还被附中、附小的师生们“点播”。在口述史课上,听

着我关于网课的介绍,学生们纷纷感慨,三餐送到手边、讲座送到耳畔的生活,他们没理由抱怨。而我们的师范生们,也开始用自己的方式接力这份守护。中小学的课后服务搬到了线上,依然形式多样;学前教育专业的师范生还关注到了居家期间学龄前儿童的陪伴问题,发起了各种在线实践。所有的教育人都在用自己的方式,守护一张平静的书桌。

线上教学期间,由于居家办公条件有限,我经常和女儿同处一室上课。常常是,上一分钟我还是一名大学老师,在史料和理论中侃侃而谈;下一分钟我就仿佛置身小学课堂,听着各种拖着长音、奶声奶气的诵读。前段时间,女儿开始学习四位数的认识和加减法。在帮助学生认识四位数时,数学老师给孩子们留了一道作业:请你尝试了解你的小区有多少户人家。当时,居委会为了提示小区核酸的情况,制作了一张小区平面图。我和女儿拿着平面图,对照着窗外的楼栋,第一次认真打量了我们生活的小区。由于不确定其中几

栋高楼究竟有几层,还特意在群里询问了居委干部。然后,我们运用新学的乘法分配律的递等式和竖式计算,算出了小区竟然有一千五百多户人家。我禁不住感慨,我们对千里之外的风景名胜比如数家珍,却从没关注过自己生活的小区有几栋楼、住多少人。第二天的直播课时,同学们分享了各自的答案,可老师的关注点却不在此。他让大家思考,小到几百户、大到几千户的小区,要完成所有人的核酸检测或抗原试剂盒发放,要付出多少劳动力。我们的医护人员、志愿者是多么辛苦啊!再放眼整个上海,为了保障每个小区的居民学习、工作、生活的需要,这个城市每天都有无数人在默默付出。听到这里,我忍不住在屏幕外感慨,这是多好的数学老师啊!他不仅在培养孩子们的数学思维,更在培养他们的人文情怀,在教他们责任和感恩。

此前,有朋友分享自家孩子的作文。半大不小的孩子写到,大人们总在抱怨生活变了,核酸检测没完没了;可他觉得生活变了也没变。因为鸟儿还在叫,草木还在长,他还

有不少书要看、不少作业要做,也还能在网上和老师同学们亲热地交流。如此朴素却充满哲理的话从

“可逆”这个词,在中学上化学课时老师的解释是:“化学反应中,按不同的条件可以向相反方向变化的反应”。后来又知道这“可逆”也是医学方面的专用词,但这不过是我等普通人能说三道四的。不过,这几年让我体悟到了“可逆”也能发生在我们平常人身上。

首先是“早搏”。记得刚有“早搏”时,去医院治疗,前后花了几个月时间,医生诊断出我得的是“房性早搏”,还开了不少药,但吃药对我作用不大。每次早搏,不仅精神高度紧张,而且胸口“荡”得慌,常常用拳头捶胸,以求舒缓一下。有一次发作还打了120电话,救护车送我去医院急诊,挂了丹参点滴后才稍稍缓解,但作用不大。无奈之下,后去市胸科医院的中西医结合科就诊,董韵医生仔细了解了我整个病情病历后,告诉我这早搏可能是太疲劳和太紧张引起的,回家后多注意休息并舒缓心理压力,慢慢会好起来的,这病一般是“可逆”的。我当即想起来了,这次发作就是因为

在影院看一场高对抗高分贝让我精神高度紧张的战争片时开始的。顿时我战胜早搏的信心倍增。果然,我遵医嘱后,早搏的次数明显少了下去,现在已经基本没这回事了。

那天,我终于收到了盼望已久的,来自塔尔山的惠兰。

我轻轻打开包扎细致的兰花,托在手里仿佛抱着一个初生的婴儿。这棵漂亮的惠兰,我在收到她之前就看过关于她的视频,但当收到实物时,心里还是有点小激动。这棵由塔尔山下的小哥为我精心挑选的“奇草”,带有三个白嫩的花箭,每个花箭顶端都有一抹令人心动的粉红色。当时我一看到视频就拍板:买的就是她了。我严格按照小哥关照的步骤,把惠兰仔细地种到一个早就预备好了的紫砂盆里。有一首歌是这么唱的:“我从山中来,带着兰花草。种在小园中,希望花开早。一日看三回,看得花时过。兰花却依然,苞也无一个……”等待中,我心心念念地盼着花开。

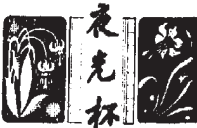
记得这棵兰花初开的前夜,我正在写纪念父亲的词:“梅开柳绿无人赏,伫檐叹春凉。飞鸟过尽空唱,心惆怅,且忧伤。思父爱,泪飞扬,忆绵长。梦寻无路,触目肠断,最易成伤。”那夜,泪眼朦胧地睡去。在梦中仿佛闻到一丝令人沉醉的香气。早上醒来,这香味似乎还在,便寻香而去,看到晨曦下的惠兰在静静地开放。没有张扬的艳态,没有醒目的花姿,然质朴文静,风韵独特。

我围着兰花细细地打量起来。每一缕深绿色的、修长而劲健的叶子充满了生命力,一条条叶脉清晰可见。在花茎的梢头,有些羞涩的小花苞淡绿色的花萼还神秘地紧闭着,另外一些花苞已经舒展成优雅的花朵。花朵外轮三片绿花萼呈风车状,内轮上方的、带有紫色线条的两片花萼,一左一右地护卫着淡黄色的花蕊,下方则是一片白中染紫的、花纹各异的唇瓣。我感觉每一朵精致的花瓣上似乎都凝聚着一层淡淡的从容,每一条细长的叶脉中都展示着一种浓浓的风格,仿佛在述说着与生俱来的高洁和幽雅。但是,最令我着迷的还是兰花的香味,清而不浊,若有若无。这是一种世间奇有的,闻过便无法忘怀的香味。我想,这大概就是兰花的灵魂吧。

古代文人喜欢兰花,因为兰花具有不近凡俗的内在气质和谦谦君子之风韵,象征着一切完美的事物。人们通常以“兰章”喻诗文之美,以“兰交”喻友谊之真,兰花也成为历代文人自诩的对象。记得郑板桥的《题画兰》中说:“身在千山顶上头,突岩深缝妙香稠。非无脚下浮云闹,来不相知去不留。”抒发了作者淡泊名利,不随波逐流的高尚情操。明代著名的书画家董其昌也曾作诗:“多少朱门贵公子,何人消受静中缘。”

在屋里摆上一盆兰花,屋子便被染上了淡淡的幽雅,屋子主人的生活品位也被提升了。最令人惬意的是“室有兰花不炷香”,自然香在有无中。感恩在特别的日子里有兰花陪伴,也感谢塔尔山下的小哥,他一定没想到,他带给身在上海的我的这份愉悦是如此难以忘却。

孩子的口中说出,瞬间点醒了我。是啊,只要书桌还是平静的,我们的生活就不会混乱,我们的未来就仍然值得全力奔赴。



家务也感到力不从心。不得已去医院,医生看了X光片的诊断结果是:“你这是老年病,叫骨质增生,在你这个年龄段是正常的!人嘛,和机器一样,这么长时间工作下来,总会出点问题。当然,如果避免长时间坐着、多运动,还是“可逆”的。”于是,我严格遵医嘱,每天到居家附近的徐汇中城绿谷步道走3500米,练八段锦和6分钟一套的太极拳4套,每星期游泳一次。不久,左肩和左手臂虽然偶尔有点胀麻,但影响越来越小,现在完全恢复了正常。这也说明我的左肩功能已经实现了医生预判的“可逆”。

其实,人的一生中都会碰到很多身体上的病痛,其中不少可以靠积极应对和治疗,达到医学概念上的“可逆”,恢复身体的正常功能。

再进一步看,在社会生活中,人也难免会遇到各种挫折和困顿,有人从此一蹶不振、破罐子破摔,但也有人能直面逆境而奋起有为,恢复甚至超过原来的人生价值。不是吗?失去受腐刑后作《史记》的司马迁,有双目失明创作了《二泉映月》的阿炳,有聋人音乐家贝多芬。今有在北京冬残奥会上的残疾运动员,他们每一位都是在逆境中奋起的好汉,虽然不能回到原始的身体状态,但他们靠着不断努力,逆转了人生,实现了自己的梦想,成为了为祖国争光的英雄!

看着一张张致谢海报中,一条条熟悉的马路,浙江中路、南京东路、福建中路……听着周深心语般动人的吟唱,“那些梦来日可望,那些梦闪烁着光亮,采一缕清风携手同往……”以如此的创意与真挚表达对援沪抗疫各地医护的致敬与感谢,令人动容,是他们白衣执甲,日夜兼程,奔赴抗疫一线,为了如常的上海早日回归。

终于上海的新增病例持续下降,各省医护胜利完成任务后顺利返程;终于复工复产复商有序推进,快递物流加速重启,公共交通逐渐恢复;终于春已去,夏已立,我站在阳台上,望着日渐青翠的香樟,呼吸着小满后湿润的空气,2个多月没有走出小区的我,想象着如何与日常的上海重逢;不再是从手机小小的屏幕上看着让人心疼的空寂清冷的条条马路,而是走进我熟悉的通畅有序气盎然风姿绰约的上海。

我期待着尽早听到亲切的报站声,体验大上海血液的畅通。我想走出小区,从闵行到徐汇,以足够的运气和努力给高三的儿子,找到合适的房子,要靠近学校,可步行前往。让他返校上课时,学得好、吃得好、睡得好,踏踏实实地在迎接高考的路上。在家上网课,成为这阶段上海学生的学习方式。上海秋季高考时间延期为7月7日至9日,以尽可能给高考、中考的学生留出到校学习的必要时

间。18岁的儿子经历着特殊时期的复习迎考,无论中考和高考,都考验了学生自律和学习的主动性,面对疫情封控这场大考,我们都是不同年龄的考生,更好的鼓励是共同度过,更好的陪伴,是一起建设心理韧性。

“安心,安心”,这是中山医院普外科张磊医生对我说过的话,他是为我儿子做阑尾炎急症手术的主刀医生。因为他的精湛医术和

## 听江声浩荡

王雪瑛

责任心,及时沟通和及时处置,在儿子不同病程与恢复状态中说过的“安心”,很能安慰一颗母亲的心。当我们出院时,他正在做手术,心里想着等上海复苏后,一定要向他当面致谢。

今天终于拿着“出入证”,走出了小区大门,不少熟悉的商铺还等候着开启,从有限流动到有序放开,更期待着如常的上海迎面走来。作家刘醒龙告诉我,武汉解封后的第一时间,全家一起去了江汉关,他说:“两江四岸的武汉三镇,过去是生活与存在,现在是生死之交。”

除了与相约已久的朋友相聚,我还要访问千帆历尽的特殊老友。“听风起潮落勾勒沧海,目光所至浦江澎湃,奔赴东海流淌

在血脉……”听着周深的新歌,情不自禁地改写着歌词。从曾经工作多年的解放日报大厦的办公室,可以远远地望见外滩的身影,浦江的面容。当我在工作的疲惫中抬起头,望着窗外晚霞中的浦江,还有什么忧伤和劳累不能安慰……在我的心里浦江犹如世事洞明的老友。当可以跨区出行,我会穿过西藏中路,沿着南京东路向前,来到在他的身边,让湿润的江风传递心语。我们在居家隔离的日子里,也认识了很多共克时艰的人与事,个人的“自救”,邻里间的互助,各地医护的有力驰援,上海志愿者的同心守护,为虹桥火车站外的旅客送上热腾腾的泡面……这段艰难跋涉的旅程中,那些甘苦与悲欢,希冀与忧伤,疲惫中的微笑,坚强中的沧桑,百感交集的泪水,我们正在经历、体验着的一切已汇入我们的生命中,构成了记忆的山脉。我们是上海生活的亲历者,感受着上海的心跳,浦江以不息的奔流回应着我的诉说,江声浩荡,从心里升起,愿我们有科学、法律、人性之光同行,愿浦江升起的霞光是对所有亲历者的祝福。

## 十日谈

生活恢复后要做的十件事 责编:殷健灵

动静态之愿有不少,慢慢来,温和的理性的才是可持续的。