

上世纪80年代初,中国刚从计划经济年代转轨,仍处于物质匮乏的窘境,其实不光是物质,精神享受也很匮乏。那时,青年男女轧朋友主要的方式就是荡马路,但是荡马路这一词汇的内涵比较广泛,既可指青年男女出于恋爱为目的的荡马路,也可指家人或朋友一起逛街休闲购物。于是不知什么时候,从北方话引过来一个词,叫“轧马路”,这个词用上海方言说不太顺口,但指代性很明晰,你一说“轧马路”,就指男女之间谈恋爱的那种逛街,一般不会产生歧义。当然,民间还有一个更通俗更形象的说法,叫“数电线木杆”,因马路两边总是整齐地排列着两排电线杆,上面安装着街面的照明灯,所谓的“数电线木杆”就是“轧马路”的通俗版。

恋人之间轧马路,大凡都漫无目的,一边走一边聊,无目的才是目的。可惜那时黄浦江、苏州河两岸哪有像现在规划修建得这么悠闲舒展美丽,偌大个上海其实可供男女朋友间倾诉衷肠的地方真的几乎没有。外滩的情人墙一对对青年男女像烤鱼一样比肩而立、鳞次栉比。逢到节假日,傍晚时分,夕阳西下或华灯初上,情人墙可谓一席难求。一对和一对之间紧挨着,难分楚河汉界,甚至密无间隙,男女之间脚踢我,从背后拉手示爱,结果不小心拉错手的尴尬经常会发生,呢喃耳语也经常被隔壁一对情侣窃听,私密和浪漫几无可能。所以我们一般不去趴情人墙,于是,轧马路还是谈恋爱的第一选项。

那时轧马路,无论是车水马龙还是僻静小巷,眼前之景或可能熙熙攘攘,或可能阒无人迹,但对压马路的男女双方来说,面对这一切却熟视无睹。因为那是一个闭环,双方眼里只有对方,沉浸在纯粹的两人世界里,口袋里没有手机,不会随时响起铃声来让你从太虚幻境回复到尘器世界中,现在小青年即使是耳鬓厮磨情到深处时也会有手机来使你戛然而止。那时不会,漫步的三四个小时里,仿佛与尘世绝缘。没有自驾车,也叫不到出租车,于是纯粹步行,缓缓的,悠悠的,旁若无人。薄暮氤氲时,灯火阑珊时,显得更有诗意,也好像更私密一些,而且彼此也无法或无意考究对方的财力,因为没有驾照时捷的炫耀,也没有去五星宾馆的引诱,更没有网红打卡地可光顾。

我记得有一年寒冬之夜,我和她全副武装,穿着棉大衣,戴着帽子、口罩、手套,居然在清冽的空旷的夜间走了三个多小时,一直走到江西路汉口路那个路口,这里刚修建了一个街心小公园,有一张深绿色座椅,那张座椅竟被我俩霸占了将近一个小时。现在想想,那深夜的寒气该多么沁人肌肤,然其时的我们竟浑然不觉。

还有一次轧马路压到愚园路,天突然淅淅沥沥下起雨来,我们都没带雨伞,又没什么咖啡屋和酒吧之类可以避

雨,突然她想起前面一条弄堂里住着一位大学时的好友,去她那里借把伞吧,于是我躲在一家街面人家的屋檐下,她去借伞。记得在屋檐下,听雨点打在屋檐上,滴滴答答,很有节奏感。背后那家闭门关窗的人家从门缝里传来轻轻的评弹声,我在猜想他们是开着收音机呢还是电视机?眼前,昏黄的路灯下,雨丝交织着。我就这样默默地等着。那时没有手机可以联络可以消遣,几乎足足有一个小时,我就这样耐心地等着,等着,终于远处她撑着伞过来了,见到我一个劲不是,说同学家里正好在吃大闸蟹,一见她去不容分说,递上一个大闸蟹就让她分享,而那时交男朋友好像是很害羞的事,于是她不好意思提男朋友就在弄堂口等着,就这样内心纠结如焚,表面却装得云淡风轻,终于把那个大闸蟹消灭了,才拿了伞匆匆赶回。于是我们之间就留下这一段永远会念叨起的话题。

还有一次,轧马路压到了虹口公园,当时作为新的惠民举措,刚开始开放夜花园。记得那一晚月朗星疏,白色的月光像撒了一层碎银,夜公园虽人影憧憧,夜朦胧,月朦胧,此心也朦胧。此情此景,我突然心血来潮,居心叵测地随口背了一首雪莱的诗:“你看高山在吻着碧空,波浪也互相拥抱;谁曾见花儿彼此不容:姊妹把弟兄轻蔑?阳光紧紧地拥抱大地,月光在吻着海波;但这些接吻又有何益,要是你不肯吻我?”我问她:“这首雪莱《爱的哲学》你能用英语背诵吗?”她没有回答,也许她看出了我的“醉翁之意不在酒”。那晚我的“阴谋”是否得逞,我不能评判。因为那个年代男女之间太过矜持也太过腼腆,她只是用嘴唇在我脸颊上轻轻啄了一下,就此飘然而过。我是七七级恢复高考后的第一届大学生,同学中不乏当爸爸的,然这些同学竟然说,他们谈恋爱到结婚,从未未曾接过吻。记得那一年,复刊的《大众电影》在封底登了一张灰姑娘与王子接吻的剧照,竟招致诸多讨伐的读者来信。我颇有一点路见不平拔刀相助之气势,当时正值上海举办首届大中学生演讲比赛,我以此为契机,在大世界最大的露天剧场慷慨陈词,意外获得全市大中学生演讲比赛二等奖。颁奖会由电视新闻作了报道,这也是我生平第一次上电视。

现在想想,年轻人要谈恋爱简直有太多的去处:看电影、听音乐会?喝咖啡、泡酒吧?坐双层巴士、浦江夜航?去剧本杀、观沉浸剧?自驾游、住民宿?还是去周遭水乡、泛舟桨声灯影?处处皆可浪漫处处皆可留情,谁还会去轧马路?然,我总觉得再也寻不回当年轧马路的那种情韵,就像现在那么便捷的联络方式,微信、视频……即时、当下,没有间隔,没有延时。但是,没有了鸿雁传情那种秉烛夜书的柔情,那种心心念念的期盼、那种纤细入微的表述、那种朝思暮想的等待。人类在获得的同时又仿佛失去什么,孰是孰非,孰优孰劣,孰轻孰重,难以名状。

编者按:在草木葳蕤的春光里,看一树春花,食一盘春笋,看一次花海,赴一场春日的时光盛宴。今起刊登一组《田野春色》。桃树原产中国,有三千年以上的栽培历史。《诗经》里的“桃之夭夭,灼灼其华”,“夭夭”是树木茂盛,“灼灼”形容花朵色彩亮丽,人们用春日里灿烂的桃花作比喻,祝福新婚的女子和她的夫家。桃主要分果桃和花桃两大类,花桃主要用来观赏,因此也叫“观赏桃”。许多人对桃花的印象是单瓣粉色花,花开后会结桃子。其实,桃花的花色除了粉红,还有白、粉紫、深红、浅绿等,一棵桃树上的花朵也有花色相异的。小时候我家后院种了一棵桃树,那是一棵开单瓣粉红花单粉桃,也就是我们在公园里最常见到的桃花品种。后来去姑妈家,看见一棵开满纯白色花朵的花树,父亲说那是碧桃,我便疑心他是信口开河。因为它开的是白花,而且名字里居然还带着个毫不相干的“碧”字。桃花的花瓣和花型也多种多样,除了单瓣型,还有铃型、梅花型、月季型、菊花型和牡丹型。我在上海植物园第

天桃世上花

戴蓉

枝条上缀满花朵。活泼明媚的桃花,既可以用来祝福新人,映衬人面之美,同时兼具恬淡之气。

《桃花源记》里写“忽逢桃花林,夹岸数百步,中无杂树,芳草鲜美,落英缤纷……”试想,把“桃花”换成杏花、梨花或李花似乎都不相宜。桃花源并非没有人间烟火的仙境,只是理想中的隐逸之地,桃花的气质与它最相符。朋友搬了新居,我陪她去田子坊,挑了一幅清代石涛的《桃花图》高仿画。画里桃花的花朵和枝叶完全不加勾勒,设色

在相册里翻找我跟奶奶的最后一张合影,拍摄于2021年2月10日。但我偶然发现,这并不是我给奶奶拍的最后一张照片。

我给奶奶拍的最后一张照片是在这半个月后,2月27日那天。那第二天要去昆明,然后回上海,我决定带爸妈去昆明住一夜,看看海鸥,到处逛逛。我们将奶奶托付给邻居照顾一天。我们自然没跟奶奶讲这些事,讲了她也不会明白。

我拿了水果去看奶奶,告诉她,我要走了。后面的对话,记得不是很清楚了。我想她一定问我,什么时候再回来?我也一定模糊地回答,过阵子就回来。或者回



小船

齐铁偕 诗书画

小船,静静躺着 / 无人荡桨 / 满天的风声潮声 / 无人荡桨 / 小船,静静躺着

步速变慢提示衰弱

杨秉辉

直立行走是人类进化的关键一步,直立使得人类的上肢得到了解放,可以从事更多的生产劳动,而生产劳动又促进了人类智力的发展,“劳动创造了人”,猿人终于逐步进化成了真正的人。只是这一个进化的过程却是苦了下肢,不但身体的重量全靠下肢支撑,而且位置的移动也完全靠下肢进行。人类发展到近代社会,虽然静比动多,坐比站久,固然是减轻了下肢的负担,但是,从另一个侧面来说却也让下肢减少了锻炼的机会。加以食物丰富,体重

时间早埋好伏笔

甫跃辉

答,过年就回来。我把水果塞到她手里,她用几乎看不见的眼睛看一看,用长满老人斑的手慢慢抚摸着,说了什么呢?如果没有这张照片,我一定记不得了。这张照片确定无疑将这一刻记录下来了,奶奶手上,是两个表皮有些乌暗的渍梨。奶奶用两手抚摸了一阵手中浑圆的凉津津的东西,定然会笑眯眯地说,是渍梨!

——在我小时候,奶奶给我做过渍梨。将梨洗净,满满当当地塞进装满水的大肚子粗陶罐里,不消

几日,就可以吃了,有点儿酸,有点儿涩,更有点儿甜,太阳下看,肉质半透明,是我们漫长夏日里的美好期待。回到这最后一张照片,奶奶微微笑着,右手攥着的梨啃了一半,左手握着的梨仍完好无缺,她一面用仅剩的二三颗牙齿对付右手中的梨,一面伸出左手,将那完好的梨递给我。我没接,我当时应该说了一些推让的话,比如家里还有呢,这是给你吃的。奶奶一定会跟我确认,家里还有啊?一年多后,当这张照片忽然出现在手机屏幕上,我是多想接过这隔着茫茫生死递过来的梨啊。

时间早埋好伏笔,只等着我们走到那一刻,恍然大悟,于事无补。

钢琴属于谁?

田艺苗

去国外旅行,最喜欢参观各种古宅。华丽的皇宫,典雅的度假别墅,可爱的乡村小屋,每一座都要进去瞧个仔细。那些大厅长、书房里,都少不了一架钢琴。不同年代、形制各异的平台式大钢琴,摆放在华丽而空旷的大厅里,总觉得它们看起来有些寂寞。钢琴并不属于华丽喧闹的场所。

它属于谁?

最先想起来的,还是简·坎平导演的《钢琴课》。阴雨中,钢琴被留在荒芜的沙滩上,无人问津。阴郁的画面压抑着钢琴摆在海滩上的浪漫气息。一个黑衣哑女,带着一个私生女嫁到荒凉小岛上。失足的过去,狼狽的眼前,荒凉人生已经失去了盼望,只有弹钢琴是她唯一的乐趣。

钢琴也属于另一位简·简·爱。

初到罗切斯特家里,简赞叹:“我从来没有见过这么老的房子。”这座古老的房子和她一样带着中世纪的朴素,阳光和银器的光泽映照着她灰蓝色粗布裙子。在这个空旷的大房子里,她一定需要一架小钢琴,与古老的墙壁对话,让房子里流动着春天的生气,在窗外阴雨淅沥,老屋里炉火燃起时,轻轻弹奏喜爱的乐曲。“我贫穷,卑微,不美。但当我们的灵魂穿过坟墓来到上帝面前,我们都是平等的。”这是底层女孩的志气,在成长年月里深深激励过我们。

简聪慧、正直,灼热,她虽不美,却是为爱情而生,适合她的乐曲,一定是贝多芬。

是啊,钢琴更属于困境中的人,属于沙漠里的人,囚禁中的人,放逐的人,孤岛上的人。

肉的力量、平衡能力与心理状况等人体的机能有关,所以“步速”成了衰老的一个重要指标。

在老年病的门诊中,医生们常用一种叫做“4米步速测验法”来大致地估计老人们的健康状况,若不能在5秒钟内走完4米的距离、即步速每秒不到0.8米,则表示其存在着明显的衰弱。

当然,有经验的医生或许不需要用马表、皮尺,只需看几秒钟病人走路的情况,便已大致知晓。

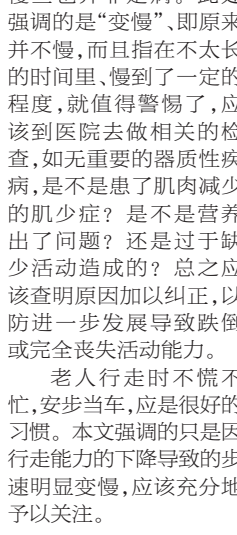
“4米步速测验法”只是一个大概的观测方法。人的步速的快慢取决于年龄、性别、身高、体重等因素,老人步速缓慢者多因肌肉萎缩、肌力下降所致,但之所以如此,则常与患有心脑血管病、神经系统疾病、慢性呼吸道疾病、消化道疾病、骨关节炎等有关,亦有少数老人因曾跌倒,以致心存恐惧。凡此类情况皆应就医检查进行针对性的治疗。

针对肌肉萎缩、肌力下降的情况应该注意增加蛋白质类的营养,尤其应

该注意摄取奶、蛋、禽、肉等优质蛋白,适当补充维生素D可能有助于改善肌肉的含量与功能。此外,亦应增强肌肉的锻炼、平衡的训练,当然对于一些患有慢性病的老人,需在医务人员的指导下循序渐进地进行适当的锻炼。

一些老年人认为年纪大了走路慢些是很正常的事,这话也不错,走路慢些也并非有病。此处强调的是“变慢”、即原来并不慢,而且指在不太长的时间里、慢到了一定的程度,就值得警惕了,应该到医院去做相关的检查,如无重要的器质性疾病,是不是患了肌肉减少的肌少症?是不是营养出了问题?还是过于缺少活动造成的?总之应该查明原因加以纠正,以防进一步发展导致跌倒或完全丧失活动能力。

老人行走时不慌不忙,安步当车,应是很好的习惯。本文强调的只是因行走能力的下降导致的步速明显变慢,应该充分地予以关注。



走出“亚健康”

十日谈

田野春色 责编:徐婉青

食春花,食的是一口春之味。

