

# 小辰光个乒乓球台

◆ 吴毓

## 茄山河

前几天去了一趟“北外滩城市集市”，看到一块水泥板做个台子，几块红砖拿台面一分为二，活脱脱就是个乒乓球台。选个场景让我感慨万千，种种回忆涌上心头。

1966年，阿拉屋里从市中心个遵义路搬到了西郊淮阴路。选个是一幢老洋房，地面铺个是朱红色小方地砖，光滑漂亮，还有一个方方正正大阳台。阿爸勒了阳台左边搭了一个灶披间，阳台右边用水泥、石子、细钢筋造了一个石板台面，用机器打磨得平整光滑，就是当时流行个磨石子台面。阿拉屋里个汰汰弄弄伊会用到伊。

埃歇辰光学堂布置个功课勿多，阿拉帮点小学生子放学以后有勿少白相个辰光，选个大阳台就是我搭阿姐、阿弟白相个新天地。阿拉勒阳台浪跳房子、踢毽子、跳橡皮筋、打乒乓，也吸引了

邻居小朋友来一道白相，其中打乒乓最受欢迎。只要勒了磨石子台面当中放两块砖头，上面放一根细竹竿，一只乒乓球台就搭好了。大家轮流上场，乒乓球起起落落，飞来飞去，发出清脆个声音，引得阿拉欢呼喝彩。透只小小乒乓球让我磨练了球技，增强了体质，陪我度过了小辰光最轻松最快乐个时光。

一张石头台面，因地制宜，因陋就简，当成乒乓球台，想打就打，方便随意，也成就了交关乒乓运动员个乒乓梦。据说历史浪第一个获得国际乒联“世界最高教练员荣誉奖”个张燮林老先生就是勒菜场个石头台面浪打乒乓打出来个。

我从小到大大一直欢喜打乒乓，现在年纪大了，还经常勒了打。前一抢我搭先生乘邮轮旅游，勒了一间舱室里看到一张乒乓球台，我搭先生两家头就常常去练球。自从社区活动室有了乒乓球台，常常能够看到我搭先生打乒乓个身影。春夏秋冬，四季更替，社区活动室成了我重拾儿时欢乐时光个好地方。

时欢乐时光个好地方。

我有辰光会想，假使小辰光阿拉屋里既没做遵义路搬到淮阴路，或者阿爸伊没做透张石头台面，我个生活会有啥变化呢？勿管哪能讲，我认为每个人伊应该有一种欢喜个运动项目，癖对每个人个生理、心理个斜气有好好处个。据说心理学家研究发现：运动有“短期情绪效应”。具体来讲，就是人勒了运动以后，焦虑、抑郁等负面情绪会大幅下降，愉快度会大幅提升。

心情低落个辰光不妨做做运动，跑跑步、踢踢球、打打拳、游游泳、打打乒乓……让自家动起来，可以减轻焦虑、释放压力。

现在个小朋友可以白相个物事比阿拉小辰光多得多，但是学堂里个功课也多了，接触乒乓个机会就少了，我儿子就勿会打乒乓，不过伊倒是篮球情有独钟。



听钱程沪语朗读  
微信扫码看视频

## 沪语趣谈

上海人之间发生龌龊、说话不中听时，常会严词相戒曰：牙齿箠箠齐！“箠”是顿齐散乱物品

的意思，牙齿在口腔里，不可能拿出来弄齐，那么，“箠牙齿”从何说起呢？

窃以为箠牙齿指的应该是“叩齿”，就是上下牙齿相互叩击。

叩齿，古代也称“啄齿（或啄齿、啄齿）”；上海话中“箠、啄”同音。上世纪八十年代出土的湖北张家山汉简中，就有记录说：“学以啄齿，令人不龌；其龌也，益涿之”；意思是每天早上起床后叩齿，具有预防和治疗龌龊的功效。按照自古在中国就流传甚广的道家理论，啄齿（叩齿）不仅是养生保健的简易方法，还是警醒自身、聚神避邪的有效手段。南北朝陶弘景《真诰》：“煞鬼邪鬼常畏啄齿声，是故不得犯人也”；元代李鹏飞《三元延寿参赞书》：“夜行常啄齿，杀鬼邪”。为此，道家认为在举行、参加重要的活动或礼仪前，都要肃然凝神，啄齿自警。唐代《上清修身要事经》：“凡存修上法，礼祝之时，皆先啄

齿”。这种敛神集气的法道甚至也成为某些文人墨客的临场做派，譬如《酉阳杂俎》记录唐代隐士范阳山人作画时，“具丹青墨砚，先援笔叩齿良久，乃纵笔豪水上”。

上海人要对方“牙齿箠箠齐”，大多并非出于笃信庄老，而是提醒对方不要太过随意。这句话的潜台词是：暂且假设你不是蓄意，而只是精神散乱、心智迷惘时的唐突口误、一时糊涂，所以给你叩齿冷静后再说一次的机会。类似的言辞还有：下巴托托牢！嘴巴清爽点！依再讲一遍！等等。总之是提醒你：听者很生气，事情很严重！算是一种相对理性的警告。就语义而言，比“瞅你咋滴！”之类直接拱火、点炮的挑衅姿态显然要温和许多；在已然剑拔弩张的场合，给彼此都留下了回旋的余地，正所谓退一步海阔天空。这正好符合上海人凡事尽量理性的处事习惯。都说“冲动是魔鬼”，“牙齿箠箠齐”就是在驱避冲动这个魔鬼。如果因此能够避免矛盾升级和事态恶化，当然也符合息怒顺气、养生保健的要旨，这和道家以聚神避邪求健身强体似有共情之处。

◆ 叶世祜

## 灶披间

# 拿生梨烧熟了吃

◆ 沈一珠

虾仁炒生梨，虾350克，汰清爽，剥壳，开背，去脱虾线泥肠，吸干水分后，用少许盐、料酒以及蛋清捏匀，再摆生粉，拌均匀，能事先腌个把钟头顶好；皇冠梨一只，削皮，梨肉切成丁，备用；镬子里加油，虾仁倒下去擦一擦，熟了，盛出来沥干；油重新烧热，生梨丁也摆下去快速翻炒，盛出来沥清爽；再用清爽镬子加清水、盐，烧开，生梨搭子虾仁先后摆下去，勾薄芡，翻炒均匀，盛出来就好。

迭能一碟小菜，虾仁粉红弹牙，梨丁白嫩水滑，味道咸甜香得斜气清爽相，随便上手一只家常小菜，就有一种宴会菜个卖相。

想着迭能吃梨，也是因为前一腔到山西白相。山西体感清爽，早晚虽然要穿外套，大白天太阳下头，又热又干燥。出得太原往南，头一站就是灵石县王家大院。有“中国民间故宫”和“山西紫禁城”之美称个王家大院分成两个部分：高家崖建筑群，也称视



还想细细看看究竟……所以，出得大院，筋疲力尽、口干舌燥之际，就撞着了让人解渴去乏个烤鸭：一个山西老汉，一只隔成小格个烤炉，老汉打开小格门，捧出一只烤成焦糖色个梨，拳头大小，手感温热，梨肉软糯，如果讲，刮辣生脆一口梨让人刹那解渴，是外向个补水，烤熟个一口梨则给人慢慢生津个滋润，是内敛个给养。

回来几日，也曾经想过，用屋里个烤箱再复制一只烤梨，再想想，旅途中，好景物好滋味，缺一不可，复刻却很难。算了。

一方水土养一方人，讲个应该是各有各个活法，各有各个吃法。回到上海，秋意渐浓，假设依肠胃偏寒，一只生梨下去，会觉得肠胃冰骨丝管，依可以拿生梨烧熟仔吃。除脱炒虾仁、炒鸡片之类，依还可以拿生梨切块，摆几粒红枣、枸杞一道烧茶，也可以拿芯子挖空，摆点冰糖、枸杞子进去，隔水蒸熟仔吃。

履堡，是当年王家正四品王汝成与正五品王汝聪两兄弟个官宅；红门堡建筑群，又称恒贞堡，是民宅，堡内88座院落形态各异。

东西两部分之间有一桥相连，组成了一个全封闭个城堡。一口气走下来就不容易，更何况，碰着正院、绣楼、书屋、饭堂之类，

# 旅游节看花车巡游

◆ 薛鲁光

夜幕降临，我搭老伴脚踏脚踏车来到南京路步行街，看第35届上海旅游节开幕式暨花车大巡游表演。从2002年开始，上海旅游节看花车巡游成了阿拉屋里个保留节目，因为之前是辣淮海路看花车，离阿拉屋里比较近。

一晃廿几年过去了，今年个花车巡游改到了南京路步行街，路有点远，要勿要去，我让老伴考虑考虑。既没想到，伊张口就是个字：“去！”于是乎，早早吃好夜饭，一人一辆脚踏车，六点钟之前就到了步行街，占了两个好位置。

看看周围，交关人结伴而来，夫妻档、同学档、闺蜜档，还有勿少组团从绍兴、温州、衢州来旅游个游客。明明大家是素昧平生，互相打个招呼，茄几句山河，顿时就好像久别重逢个老友。

辰光接近八点钟，人群涌动起来。远远传来“来了，来了”个喊声，25辆花车缓缓入场。开场节目《燃动，欢乐之城》开启了庆典活动个序幕，巴黎奥运会上海选手代表搭仔上海小荧星艺术团个小朋友，用欢快个歌声点燃了现场个气氛。

辘辘巡游个车头是乐乐乐园花车，看起来就像用乐高积木拼起来个，车头浪是乐高悟空小侠里个孙悟空，后面有体现水乡风情个游船装置，车尾还有棕榈树，休闲度假氛围拉满。“敦煌金”号花车展示了敦煌个文化元素，包括舍己救人、不图回报个九色鹿；雍容大方、摇曳生姿、反弹琵琶个飞天；循环往复、奔腾不息个三兔共耳。吉林省个花车逼真还原了雪国风光搭仔长春电影制片

厂个光影记忆，让我想起小辰光看过个电影，《上甘岭》《英雄儿女》《平原游击队》……

除脱花车，还有从法国、美国、波兰、爱尔兰等国家搭仔地区来个16支境外民间表演队，9支国内表演队进行表演。法国个洛里昂风笛乐队，笛声婉转悠扬；巴西个桑巴舞热辣狂放；西班牙个伦巴舞音乐缠绵、舞步婀娜；还有奥地利个富施古典管乐团，演奏了音乐作品《上海滩》……各种各样个主题、风格、节奏步行街浪流淌，让人感受到勿同文化个碰撞与交融，展示出“美美与共”个美好画卷。

回程路浪，老伴摊摊一饱眼福个快乐，直夸“值得一看，不虚此行”。是个呀，每一次个花车巡游勿仅是一场视觉盛宴，更是对上海独特魅力个致敬。

# 我搭夜报个缘分

◆ 周钰栋

讲起搭新民夜报个缘分，就要先讲到几桩趣事。上世纪六十年代初，号召向雷锋同志学习。我一记头就想到班级里有位女同学每天放学后焦急忙忙跑到邮局门口，同辣报摊头浪卖夜报个姆妈换班，好让伊回去烧夜饭。

我搭几个同学一商量，决定放学后去帮帮位女同学卖报，让伊早点回去吃饭、做功课。结果么，印证了“嘴上没毛，办事不牢”辩句老话。阿拉几个人毛手毛脚，帮了勿少倒忙，女同学急得哭出来。第二天，女同学向老师告状，老师批评阿拉，讲：“帮助同学是好嘞，做法实在勿对，做好人好事也要多动脑筋。”最后要求阿拉一要道歉，二要想办法补救。

葛末哪能补救呢？我只好回去跟阿爸姆妈商量。还是阿爸有办法，伊讲：“隔壁老伯伯夜快头要出去买夜报，依去对老伯伯讲，可以放学以后帮伊买夜报，另外

阿爸再拨依三分洋钿，依到同学个摊头浪买两份夜报，一份拨隔壁老伯伯，一份阿拉屋里自家看，依一下子就做了两桩好事体。”

从此以后，我也天天看夜报，从国家大事到散文言论，看得津津有味。我搭夜报就此结缘。

夜报复刊，我看到有一个版面叫“科学馆”，我从小就对科技感兴趣，每一期伊会仔细阅读。辰光一长，灵感被激发出来，开始投稿。起初，稿件大都用辣“一分钟遐想”栏目。后来，我个好几篇文章经编辑丹长江老师推荐，参加了“全国星火杯发明创造”大赛和“我为节能减排献一计”征文比赛，而且俩得了奖。迭能一来，惊动了亲戚朋友搭仔弄堂里个爷叔阿姨，辣了大家个鼓励下头，我又向“夜光杯”“上海闲话”等版面投稿，得到各位编辑个勿少帮助。

夜报个读者、作者、编者之间总有一种温情。

# 弄堂游戏“廿四点”

◆ 胡维兴

## 弄堂记忆

讲起小辰光个弄堂游戏，扑克牌是最常用个游戏道具。除脱“大怪物”“八十分”“斗地主”，“廿四点”也是个斜起受欢迎个游戏。透只游戏既可以四个人白相，也可以两个人PK。四个人白相个辰光，先拿扑克牌里个大小王和J、Q、K 佻去脱，剩40张数字牌，平均发牌，每人10张，然后每人拿出一张牌，凑成四张，啥人先用佻四张牌通过“加、减、乘、除和括号”算出廿四点，就敲一记台子，随后讲出算法。算法正确，就算过关，手里剩张牌可以虱出去作废，其他人保留。啥人先虱光手里个牌就算赢。

眼睛一眨，几十年过去了，我

已经是一个老年人了。听朋友讲，老年人也要多动动脑筋，有益身心健康，我又重新白相起透只游戏。辣屋里向，一家头拿一副扑克牌，每次发四张，快速心算，争取最快速度出结果。白相次数多了，倒也熟能生巧，有了一点“门槛”。有辰光女儿带外孙女来屋里白相，我跟伊拉PK，总归是我赢。出门在外，凡是看到四个以上数字，伊会算一遍“廿四点”。

再过一段辰光，又觉着佻能算法比较简单，就拿J(11)、Q(12)、K(13)也加进来，变成升级版，难度增加了，脑子好像也更灵活了。或许佻也是“用进废退”个一种体现，老年朋友不妨一试。