

新民晚报 | 星期天夜光杯 / 夜光杯

五年前,老爸患了阿尔茨海默病,从此以后,我们便相互守望,彼此期盼。

当一个人患此症的初期,他本人是浑然不知的,我们也未先觉,一家人像往常一样,一切如初。只是,生活终于悄悄地改变了原有的模样。

老爸平时关心时事,喜欢读书看报,我每次去看他时,他都会跟我讲一些国际形势和国家大事,表现出一个有近70年党龄的老党员对他向往的事业忠心耿耿。他平时喜欢三天两头跑到旧居所在的居委会参加一些活动。他是义工,那里有一个老年活动中心,有一个党员学习小组,他是组长,负责退休老党员的学习,那个居委会是全市精神文明先进集体。

可慢慢地,他讲话开始反复无常了,刚刚说过的话又说了一遍,刚刚问过的问题又问了一次。我们以为他记性不好,也属正常,也就听之任之,丝毫没有意识到事态发展的严重性和危害性。

第一次明显的特征发生在2020年。一天,老爸去旧居理发,回来后说那家理发店不见了,找不到。后来,交通卡不见了,敬老卡不见了,最要命的是由他保管的老妈的医保卡也不见了。后来一次,二老去社区医院配药。平时他们每个月去一次,乘两站路公交车再走十分钟,我都习以为常了,便不放在心里。但这次出状况了。老妈突然打电话说老爸被车撞了。我惊慌失措

地赶到,看到老爸安然无恙,可是,他见我后,握着肇事者的手连声道谢告别。我顿时感到十分惊讶,老爸怎么好坏不分了?我望着老爸,回头又望着老妈,老妈一脸茫然地望着他,我们面面相觑。

或许老爸自以为他做得没错,他一向为人憨厚善良。可是,我们开始意识到出了问题。特别是老妈跟我说,他每隔两个月要乘公交车去五站路远的银行取退休工资,然后装在一只马甲袋里悠悠然回来,我被吓出一身冷汗。必须要采取行动干预了。

他却不以为然,他说你们不要大惊小怪瞎讲八讲的,我脑子煞煞清额好哦。我们还是陪他去了医院,医生直截了当判定患了阿尔茨海默病,并当即配了药。

当晚,按照医嘱睡前给老爸服了药。第二天清晨,按惯例是老爸醒来后跟老妈唠叨,但这天他却呼呼大睡。老妈不知所措地打电话给我,我自然而然推断是吃药的原因,就让他睡吧。可睡到中午还没醒,手脚还不时颤抖,老妈有点慌了。我们咨询了医生,医生说是药物反应,正常的。直到晚上九点,他终于醒了。醒来的老爸一脸茫然,“已经夜到了?”他操着宁波腔问道。

过了几天,老爸的身体对于药物反应完全适应了,以前焦虑的情绪、唠叨的语言,一下子销声匿迹了。当我们还在庆幸时,他却整天一声不响地坐在客厅里,眼里望着家人。一旦不见家人,他便满屋四处寻找。你叫他吃饭他就吃饭,叫他睡觉他就睡觉,全然没了一个人应有的生气,变得像一个听话懂事又乖巧可爱的孩子。

为了训练他的认知,我们绞尽脑汁:让他练写毛笔字,教他唱歌,我唱最简单的七个音:“1234567”,他会跟着唱:“淘来米发扫垃圾”,发音居然圆润浑厚,典型的男中音。此刻,他的脸上洋溢着喜悦和开心。

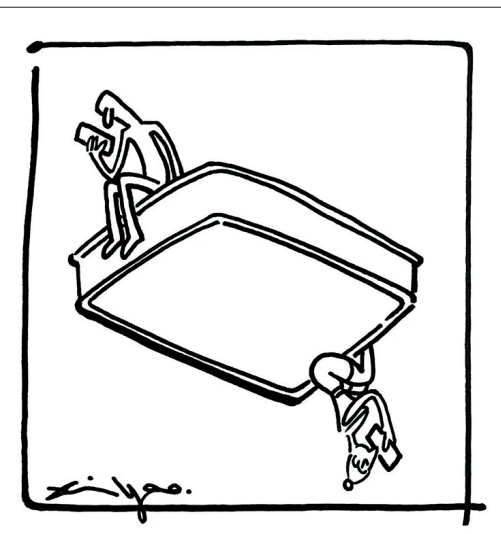
我们的医学知识,我们的教育,远远不够我们去了解判断在我们身边发生的病情。在这个浮躁不安的世界里,汹涌的信息让我们知道的好像除了矛盾,郑逸梅只得主动避让,有时直接赴校上班,有时不吃午饭即出门,在附近饮食店吃碗阳春面果腹。

从6月至9月,又因自来水接管等问题纠纷不断。9月7日,郑汝德与高肖鸿同赴区政府登记结婚。16日,“房客周子文托里弄组织者送来对折之房金及加折扣之自来水接管钱”。郑逸梅在日记中“大为光火,斥曰‘此种无耻卑劣之徒,无可理喻’。19日,郑氏夫妇请友人、亲戚及儿子的同学、邻居等在锦江饭店十二楼吃席,共计男方三桌,女方四桌。宴罢已近九时,回家时,邻居来闹新房,十一时始散。

大喜的日子里夹杂着二房东与三房客之间的“斗法”。笔者若干年前写过唐大郎、柯灵被二房东欺辱之事,无如轮到郑逸梅,竟为一市侩三房客欺辱,此诚亘古少见。

这是一架120贝司传统低音键盘式手风琴,出厂日期2003年9月5日。小琴并不小,有二十多斤重,把它从地上搬起来时,那个酸爽啊。夏天穿大裤衩拉琴,汗如雨下,拉了一会儿腿被压麻并被风箱勒出一道道的红印,关风箱时腿再被风箱给夹住,就更酸爽了。

已经二十二岁的小琴仍十分挺括,除了左手贝司已经泛黄,外壳右侧掉了一小块漆,声音也还很洪亮。它在我中学考级结束以后在琴箱里一躺就是很多年。工作后度过了一段很糟糕的日子。很平常的某一



智慧快餐 郑辛遥 拉警报的婚姻——哑巴式夫妻。

天,我突然心血来潮想听一听小琴的声音,于是费劲把它搬了出来。太久没拉,风箱粘在了一起,最开始每拉开一截就发出一句刺啦声。虽然已经不会拉什么曲子,但肌肉记忆是一种非常神奇的存在,断断续续地,竟然还能拉出《在巴黎的星空下》的前半部分。当时在卢湾区少年宫学琴,这首曲子因为手风琴班要合奏,所以老师让我们练的时间很久。猝不及防地,拉琴时心里像被填进了什么温暖的东西,修补住了一部分内心的裂缝。

重新开始捡起小琴可太吃力了。手指僵硬得不听使唤,特别是右手无名指和小指像粘

养生还是养生,却完全忽视了人的一生为之改变的病痛。

从此以后的四年里,我们开始了守望。

我望着他,希望奇迹会幸运降临于他。他一生清贫,忠于事业,为国家的三线建设,孤身一人,远离家人,在靠近皖南的山沟沟里,辛苦工作了20年,奉献了他最宝贵的年华,归来时已经白发苍苍。望着他,怜悯之心油然而起。

而他望着我,若无其事,心不在焉。但凡只要叫他行事,他立马随声附和:“哦。”特别是进了护理院后,他会时不时地拉着我的手跟我说:“你忙就不要来看我了。”尽管他以举重若轻的态度说着,但我还是能感受到他见到亲人时的幸福瞬间,每当此刻,我都会时不时地潸然泪下。日久,我渐渐地终于明白,他已经放弃了一切。不是他没有了思想,

探访汉文帝霸陵,即江村大墓,并探访文帝母薄太后南陵及文帝皇后窦漪房陵。

南陵窦陵均有封土,而霸陵无之。文帝葬此,南望南陵,东望窦陵,母妻生死相依,亦足矣。

江村大墓前几年确认为文帝霸陵,外葬坑尚在发掘,至今仍是工地。惟自薄后南陵北望,霸陵漠然于塬上草木,茫茫而已。

窦陵之下,发现种满了花椒。籽粒千万,馨香缭绕,眼看收获在即。忽想起自刘邦起,汉皇后所居常以花椒籽和泥涂墙。一者芳香沁人,二者驱虫避晦,三者寓以子嗣兴旺,其名必称椒房殿。

衣人哪知汉家故事?种植花椒本是当地风俗。虽如此,如今,封陵巍巍在上,椒实累累在下,山陵寂寂不言,却也以椒通灵,古今相应。

在了一起,左手贝司的排布也变得陌生,明明只隔着两个键也跳不准,笨拙得很。终于熬过这段痛苦的磨合期,慢慢步入正轨,这次漫长重启让我发现了自己许多基本功的不足。

我的小琴

金纯

明明是复健的过程,居然品咂出了几分新鲜感,又颇有几分老友重聚的感慨。

小时候对手风琴的信息来源是少年宫上课的老师和一起拉琴的同学,听到和见到的有限。重新捡起以后,网上搜索

这几天真有点过节的味道,很开心。日前,喜见上海文化人、我的上戏校友小邵,怀着满腔热忱,冒着酷暑拜望沪剧界前辈老人韩玉敏,撰写的长文在“星期天夜光杯”上发表了。

我是在二十年前,在写《世上曾有袁滨忠》一文时,和韩老师见过一面,也算采访了这位可敬的老人。二十年过去了,现在闭目一想,老人家一定老态龙钟了吧,尤担心她在记忆

力方面大概会靠不住。真是没想到,我们的韩老师居然精神状态、身体状态那么好,真叫人大喜过望。记得我跟她那次会面时,她尤对老搭档袁滨忠的天生条件、他的为人以及艺术造诣给予了高度评价,倒是没怎么说自己,给我留下了极其深刻的印象。

我总以为,说韩玉敏老师是富有传奇色彩的老演员并不为过。事实上,她和她长期工作的爱华沪剧团及掌门人凌爱珍,还有袁滨忠等许多演员,他们几十年的经历都富有传奇色彩,都值得详尽地总结、撰写。我很自然就萌生了一个创意:围绕老人家和事,拍一个纪录片(电影、电视都可以),还必须抓紧做、及时做,目的是留下历史,开拓未来。同时,亦可在访谈中,和她老人家一起探

他是不想再连累家人,不想再与世纷争。四大皆空,一切随缘。

有的时候,守望者的心灵会感到无比的焦灼,那是一种日复一日年复一年没有边际没有尽头的生活。被守望者则截然相反,他的心灵因此而获得无限的宽慰,那是一种亲情的寄托。

去年,亲爱的老爸永远地离开了我们。

今天是世界阿尔茨海默病日。重温曾经的守望,依然十分心痛。对于阿尔茨海默病,对于人类自己的未来,科学家总是勇于探索,挑战现实。看到新闻报道,已有最新的药物,将造福于人类。但愿发生在这过去和现在许许多多人身上的痛苦,不会成为永远。

登白鹿原

姚渊

还有一个实用的办法:尝试过的养生法若无效,就不要执迷。少做错误的养生尝试,本身就是对健康的保护。(作者系上海市中医医院肿瘤外科行政主任)

到的内容像是打开了新世界的大门。偶然间看到了两个手风琴演奏者演奏古典曲目的视频,感觉脑子里的弦“嗡”地一下子被拨响,这种感觉太对了。重新认识小时候曾经练习过多年的乐器,这种感觉有些难以形容。童年射出的那颗子弹终于来到面前,温柔地化成了一朵美丽的花。

除开考级最后练琴的那两年,之前的练琴时光里作业都不多,放学后很快就能做完,然后就开练琴。虽然又苦又累,但为了每次练完琴后的玩耍时间,还是坚持下来。琴声中,金灿灿的夕阳携着风、弄堂里嘈杂的人声和邻家做菜的

香味从窗外拂面而来。那是很美好的时光,在记忆里沉了这么多年,仍然干净又明亮。

考级结束后小琴对当时的我来说完成了使命,开始被闲置。之后,学琴的少年宫迁址,学乐理的手风琴学校停办,我搬了家。不知不觉间,童年也匆匆远去了。直到重新抱住小琴,那一切,好像都回来了。

人生漫漫,难免苦涩与孤独,因此无论在什么年龄,总需要有些兴趣爱好来治愈自己。对我来说,就是演奏乐器。要非常郑重地和小琴说上一句:“我的小琴,祝你二十二岁生日快乐!”

讨。如果我在场,我还会冒昧地向韩玉敏老师请教,是否可策划一场特殊的沪剧晚会,围绕《雷雨》这个戏,或是演戏,或是交响乐伴奏清唱,演员从专业、业余演员队伍中海选出来,向当年那次沪剧流派代表人物的大汇演致敬、学习。

说到拍摄纪录片,就想到一件往事,是一个资深老戏迷

(《红灯记》他自掏腰包曾连看七十场)怀着沉痛心情告诉我们的。“文革”之初,电视台有朋友策划,想把《红灯记》的演出从头至尾拍下来。可惜,因为时代的原因,最终没有拍成。可惜啊,就此,像袁滨忠这样的艺术家,除了剧照、支离破碎的录音,就没有留下影像资料。

韩玉敏老师还曾以由衷的感激心情屡屡提及电台的神奇作用。她对我说过,她最初投身沪剧界的时候,通过凌爱珍老师的引荐,有一空就去电台演唱,艺术上的打磨、渐进,和在电台上的实践是分不开的。戏迷听众们还给她起了一个甜甜的外号,叫“韩妹妹”。希望今天,也能有更多的朋友一起来加油。

衷心祝愿韩玉敏老师健康长寿。你或许认为自己微不足道,但在我们戏迷朋友心目中,你很重要。向永远充满活力的沪剧元老韩玉敏老师致以深深的敬意!

在自媒体盛行的今天,学会分辨正确信息成了现代人的必修课。养生博主对保健产品竭力渲染、推崇备至,健身博主不断灌输“不费力气就能瘦”的新奇方法。我们获取的究竟是有价值的知识,还是嘈杂又重复的低质信息呢?每个人都要有自己的判断,在这个信息过剩的时代要多一点思考。为此,和大家分享几个辨析的方法。

第一类是营销味过浓的信息。凡是以“颠覆你的认知”“原来你一直做错了”开头的内容,可信度就要大打折扣。知识体系不是一朝一夕建立的,动不动就全盘否定,只是为了博取眼球。

第二类是高度同质化的视频。比如“苹果加红枣养生”的说法,各路博主口径惊人一致,但苹果根本不在中医体系中。为什么他们还要说?因为凡是挂上“中医养生”的标签就自带流量,于是不断有人重复生产。

第三类较难辨别,看似逻辑缜密、能自圆其说,尤其在古籍解读类视频中常见。但这类博主往往会偷换概念。比如有人从《黄帝内经》的“五果为助”推导出“每天必须吃多种水果养生”,就是典型的断章取义。

第四类是医疗跨界的“伪专业”内容。有人说“睡眠不好就按摩几个穴位”,听起来很简单,但中医讲究辨证论治,穴位定位也需专业训练。若失眠者照做,很可能适得其反。

还有一些视频则打着“传统文化”的旗号却全然不顾史实,比如“马步摇可以让小腿变细”。古人何来以“瘦”为美?这类内容既不尊重文化,也缺乏科学依据。

威尼斯沉船书店的“书梯”是否比佛罗伦萨乌菲齐美术馆的《维纳斯的诞生》更值得一看?答案取决于你自己,要结合自身的情况,不要盲目地人云亦云随大流。

还有一个实用的办法:尝试过的养生法若无效,就不要执迷。少做错误的养生尝试,本身就是对健康的保护。(作者系上海市中医医院肿瘤外科行政主任)

扫一扫,关注“夜光杯”

雅玩

守望

张耀

郑逸梅怕做二房东

祝淳翔

近偶从1947年第58期的方型周刊《快活林》上读及《郑逸梅怕做二房东》一文,作者署名大迂居士,即郑氏本人,披露一段不快活的往事。

郑逸梅主持国华中学之时,卜居学校附近的长寿路,因楼下尚有余屋,由一星社社友介绍一做煤球生意的周某为三房客。不料此人看不起无财无势弄笔杆之人,竟对郑“极为藐视”,颇有喧宾夺主之概,郑氏夫妇大受其气,打算“放弃二房东资格,别谋栖止”。很快抗战胜利,搬家的念头随即打消。周某租赁郑氏的房屋,本订有契约,但期满后,周又推翻契约,“坚不肯订,直至如今,已三年房金分文不付,并水电费亦不付给”,又时常借端诬告警局说是妨碍他的自由。因无法遂意,他还将郑向房屋调解会控告,结果被判令其退让。

然而这只是若干次暂时性胜利之一。读现存《郑逸梅日记》可知,周某全名周子文。1954年过完年,郑逸梅之子郑汝德即将谈婚论嫁,一家人想让房客迁走,竟无可奈何。2月21日,郑夫人周寿梅“直接与房客谈话让事,房客出言不逊,只能忍受之”。3月2日,郑汝德与高肖鸿订婚。3月27日,往派出所“姑往试之,结果不得要领”。或许缘于此事,郑氏夫妇心情不佳,彼此间还闹起了

七夕会

