

十点钟,巴特尔先生来接我,去他创办的学校——光明中学。这是蒙古国首都乌兰巴托市中心的一所私立学校。涵盖了小学到高中所有年级,总共有三百四十多个学生,五十多位教师。学校并不大,只有两个教学楼和一个办公楼,几乎没有操场。巴特尔先生投身教育也是近十年的事情,此前,他是“光明”出版社的创始人,又是一个汉学翻译家,出版过大量中国文学作品。他身材结实敦厚,极具亲和力。我来乌兰巴托才三天,已经和他相交莫逆。前一夜,在蒙古国大呼拉尔(议会)主席赞丹沙塔尔(现任蒙古国总理)宴请的晚宴上,议长先生、巴特尔先生和我都回忆起青少年时的美好放牧时光,多有怀念。我也算是了解了一些巴特尔先生的过去和来时路。他的爱人我也见过,据说他们青梅竹马,一同在蒙古国的北方省份生活奋斗了很多年,至今还保留着每年都回去度假的习惯。

这所私立学校的教学方式与众不同。巴特尔先生的教学理念是迥异于其他学校的,他说他更看重学生的意志品德教育,因为在某种方面来说,这决定了一个孩子学习的优劣,有好品格的学生,将来不会差;其次他看重学生的专注力,他认为一个学生的专注力完全决定了他能学到什么。专注是最好的学习方式。比如汉语和蒙语,虽然看起来是两种不同的语言,根本没有相干,但其实不是这样的,在人的思维中,人的大脑中,它们是紧密相关的,而这种相关连接的地方,需要一个人有专注力才能找得到,一旦找到了这个地方,顺着这条路去走,那就会变得轻松很

巴特尔先生

索南才让

多,学习得也深刻很多。他的这个观点我很赞同。在学校副校长的办公室,我们就教育问题讨论了许多,校长也参与其中。校长叫宝音,是现在具体负责学校事宜的一个干练的青年女子。我跟她说我正在创作的小说女主人公也叫宝音。她惊讶地说,太好了。接着又说,不过,宝音这个名字在我们蒙古族里面特别常见。我说是的,如同巴特尔这个名字一样,在中国蒙古族里也很常见。巴特尔先生笑着说,看来哪里都需要英雄。

宝音校长是巴特尔先生的女儿,目前正在美国读博士,快要毕业了。说起女儿他忽然话多了起来,脸上止不住地洋溢笑容。听他意思是打算将学校全权托付,交到女儿手上。他自己还是更想去翻译一些中国的经典文学作品,而且世界上好书那么多,总要多出版一些。我们参观了五年级的教室,有十来来个学生,三分之一是外国孩子。我们进去时,他们正在读一篇蒙语课文,读完之后,学生要把这篇课文当场翻译成英语和汉语。在我看来这是相当难的事,但他们做得很好,翻译的流畅程度着实让我佩服。

下午巴特尔夫人来了,由她开车,我们去城外的一个老牌蒙古餐厅吃饭。路上能看到的都是居住地。右边是连绵低矮的山脉,顶部是连绵密布的原始森林。每条山谷在森林断开的地方,均有一些建筑。这是富

人们的别墅,是他们自己建造的世界。公路另一边,也就是左手边,山坡上一层层盖上去的是棚户建筑和木屋及蒙古包,密密麻麻,一直到山顶。乍看,酷似里约热内卢的平民区。但这里,是乌兰巴托著名的蒙古包区。简易的房子千奇百怪,这是一个国家的现状,无论如何都无法否认的是,蒙古这个只有300多万人口的小国,处境艰难,前途渺茫,困难重重的道路让人感到绝望。那么,伟大的祖先知道吗?他们会作何感想?这里是蒙古族的发源地,是源头,如今我来到这儿,既不是来朝圣,也不是来缅怀,因为我感觉我还没有做好那方面的准备。很难说清楚我的心绪,但那份沉重中清晰地跳动着的,是不可抹去的基因。儿不嫌母丑狗不嫌家贫,再怎么不好,也是我生命的源头,我能从这败落中看到一些东西,那是赤身裸体的我。



此间相逢

车停在路边,我们走上一面缓坡,前面不远是一个恢宏的蒙古包建筑群。下起了小雨,9月的蒙古草原已然流露出西伯利亚的寒意,我裹着衣服,低头看脚下的湿草。巴特尔先生揽住我的肩膀,叙叙昨夜宴会上意犹未尽的话题。他说他的父亲,我听过的很多内容,他又重述了一遍,好像他在第一次跟我说。只剩下最后几步路就到蒙古包跟前了,已经有服务员迎在门口,他猛地拉了我一下,看着我,其实,你应该更爱你的父亲。因为爱喝酒的男人,爱喝酒的牧人,都是善良的人。我说我和父亲现在很好,当我到了某个阶段,就理解了他过去的所作所为。他有点欣慰地点点头,脸上的笑容更多了。

闲时最喜欢去的地方是旧书店。稍有时间,脚步一动,不知不觉就到了旧书店门前。我去的不是那种临时占据一个空档期的店铺用电子磅秤论斤卖盗版书的地方,也不是街头蛇皮袋铺地,摆几十本旧书刊卖的游击小摊,而是真正的旧书店。每个城市,大概都有这么几家一开十几年甚至几十年专卖旧书的小店。它们真的很小,藏得很深,书很多,人却很少。每次去,总能遇到一两个似曾相识的淘书人。

在旧书店

成向阳

我最常去的一家小店,藏在两条街道交汇处的角落。并不特别难找,但也不会被轻易发现,只两间房子,顶多50平方米,从地面到天花板密密麻麻塞满了旧书。书架与书架之间,人只能侧着身体挤过去。店老板夫妻一里一外端坐在书堆里,他们的两个年幼的孩子则举着玩具枪在书架之间捉迷藏。

在这个油墨和旧纸香气浓郁的小店里,我脑子里常常会冒出两个问题。一是这么多旧书究竟是从哪里来的。上万册不同种类的书越过几年甚至几十年时间,从不同的地方、不同的读者手中穿过,最终汇聚到这方寸之地与淘书人相遇,这一定是需要一些缘分的。我想象不出,怎样的人在怎样的境遇之下会把自己读过的书出售给旧书店。



淘书人

恋旧者不轻去物,我恰是这样的恋旧者,尤其是对读过的书,对那些曾在某一刻真正影响过自己精神和情绪的文字。我知道曾有一些著名的读书人因特殊的境遇,虽爱书,但从不为书所累。我尊敬的一个外国诗人的妻子,在丈夫流放之后的岁月里就是这样。在辗转的途中她一直在阅读,但一本书都不带在身边。一旦读完,就将书立即送给朋友,或用各种方式出售,好用作下一程的旅费。我佩服这样的阅读者,因为他们既是或大或小的流动图书馆,同时也是勇于割舍的文明传递者。但我做不到这样,尤其是近年,买的书多了,朋友赠阅的书更多。这些书一旦读完,就成了一个需要占据空间的立方体。我常发愁自己没有能力专买几间房子,好把读完的那些书很隆重地收置在

那里。更令我发愁的是,来到自己手里的书,有很多其实已不值一读了。更可怕的是,这样不耐读的书正越来越多,颇有从四面八方淹没我之势。但我不能轻易处置它们,那毕竟是一本书啊,何况上面还要处还有作者的题赠和签名。而在旧书店里,我最吃惊的是发现作家的签名题赠书。每次去,总能发现几本。有些书扉页上的题赠双方我竟然都认识。每当这样的时刻,我会莫名其妙地激动,又悄悄地为他们双方脸红。

我把这样的事讲给朋友听。朋友却很淡定,说书既然不读了,总是需要处理的啊。又说他的朋友,曾经在孔夫子旧书店买回过自己的签名书,并因此与那个卖书的人绝交。还有一个更绝的,是个喜欢逛旧书店的老作家。他从旧书店买回了自己的签名书,然后在上次签名题赠的下方,再次题赠并签名,然后在自己组织的饭局上,第二次把这本书送给了曾经的出卖者。

在旧书店,我的第二个问题是:我找的那本书究竟藏在哪里。事实上,这又不是个问题。因为真正的淘书人不会带着一个确定的书名赶往旧书店。淘书的意义正在于你不知道究竟哪本书会突然出现在眼前。这里面有惊喜,同时也有遗憾。比如一本意想不到的书忽然出现,你却发现它只有上册,或只有某书系中的一本,那么下册和其他的同系书在哪里呢?这样,我的问题就有了意义。而旧书店里的翻找大多数时候是徒劳无功的,唯一的安慰是你带着强烈的兴趣和耐心又度过了一段既闲暇又无聊的时间,同时,在狭小的空间里像一个劳作者那样时蹲时站,锻炼了身体和眼力。最终,你还能给自己留一个念想:下次来,说不定就会找到那一本。但真到了下一次,你其实已经忘记曾经的念想,带回家的往往是另外一本和上次完全无关的书。

店老板是了解淘书人的。每次,他都用方言和妻子说,那本书如果来了,记得给这位顾客留一下啊。这话他说了好多年了,但也只是说说,旧书们从来没有回应。

秋风起,申城的空气中终于多了一丝凉意。中医说,秋属金,对应五脏中的肺,而“燥”是秋季最显著的气息。空气一干,人体就容易受它影响:鼻咽发紧,皮肤发痒,大便也变得不那么顺畅。与此同时,阳气渐渐收敛,阴气悄然滋长,身体的节奏正被无声地调整。

秋季的饮食原则很朴素:滋阴润燥,补肺益胃。梨是秋天的明星,它晶莹清甜,能润肺止咳,可生吃,也可煮成梨汤、做成梨粥;银耳、百合、莲子同煮,汤水温润;芝麻与核桃则像日常里的小确幸,滋阴润燥又补肾益肺。秋天的菜场同样精彩。萝卜、冬瓜、菠菜、白菜,这些水分充足的蔬菜,既能补水润燥,又能帮助肠道蠕动。山药与莲藕正鲜嫩上市,山药健脾益肺,莲藕养阴生津,蒸、煮、炖皆宜,将清甜与营养完整地保留下来。秋天也有“慎食”和“忌口”。辛辣温燥的食物如辣椒、生姜、大蒜、花椒、羊肉,吃多了会上火,让人喉咙干痒、皮肤瘙痒。烧烤和油炸看似香气扑鼻,却不易消化,还会加重体内的干燥。秋天宜温,不宜燥;宜润,不宜烈。天气渐凉,冰饮、生冷菜肴也该暂时搁下,以免脾胃受寒。早餐来一碗粥:小米粥温润,南瓜粥甘甜,银耳百合粥更是滋阴润燥的佳品。午餐和晚餐则可搭配些鸡肉、鱼肉、豆制品、鸡蛋,营养均衡,且不会让肠胃负担过重。古人认为夏天消耗大,入秋该补,便有了“贴秋膘”,如今却变成了“贴秋膘”。要想与秋天和谐相处,还是要管住嘴。主食与高脂肪食物要适度,粗粮和膳食纤维要多一些。燕麦、糙米、玉米,简单却带来饱腹感,也能帮助代谢,让身体保持轻盈。

秋季,用一碗温热的粥、一把香脆的坚果、一勺清润的蜂蜜,化开燥意,安放凉意。秋风入怀,食在润心,人与季节之间,也就有了一份温情的默契。(作者系上海长征医院日间治疗中心护士)

秋风入怀食润心

刘媛



杏林夜谈

103张照片背后

叶良俊

五岁那年,爸捎信要我我去上海上学,我在村里奔来奔去喊,我要去上海读书啦!不料,一头撞在一个人身上,我吓得转身就逃。他笑着拉住我问,要去上学了?我使劲点头,他说:“好好读书,一直读上去,读上去……”

阿娘告诉我,这是你太爷爷善定太公,他是来养病的。唉,他是名医,却治不好自己的病!我就见过他这一次,但这句话我记住了。

近日,黄浦区委举办“铭记历史 珍爱和平”主题展,一面照片墙吸引了

众多参观者,沉睡了88年的103张照片和拍摄者叶善定奇迹般地回归故地。太爷爷出身农家,从小放牛,但他酷爱读书,从15岁到33岁,他半工半读“一直读上去”,读了十几所夜校,通晓七国外语,获得南开大学医学博士学位。26岁他就挂牌行医,因医术精湛声名鹊起。“八·一三”事变,他率医务人员上百人,在枪林弹雨中救死扶伤。他看到流离失所的难民惨状,看到南市老城厢化为一堆焦土,看到曾读夜校的中华职业教育学校,已成残垣断壁,心中充满悲愤,



城市换绮 (丙焮画)

金俊

吧及几家小餐馆,且均是小小的店面,小小的店招,俨然主随客便,毫无揽客之意。在一处沙滩,我看到几个当地妇女,身穿长袍,头披纱巾,脸佩面罩,仅露两只眼睛。她们手持长柄扫帚,慢条斯理地清扫着沙滩上的树叶和杂物。不远处的一座凉棚内,五六个身体健硕的男子或躺或坐或轻声交谈,享受着海风吹拂下的慵懒闲适。

哈尼马杜岛小记

薛全荣

那天落日时分,一条僻静的小巷深处停放着十多辆摩托车,显得蔚为壮观。走近一看,原来是一家咖啡馆。店面很小,里面豁然敞阔。正值黄昏,店内座无虚席,没有音乐的热烈,也没有人声的喧哗,仅有吊扇缓缓转动时的风声和偶有的轻声细语。入座的岛民,喝咖啡时的优雅不逊色于浪漫的法国人。我不禁感慨,他们的生活虽单调却不枯燥,并不富裕却很满足,平平淡淡,快乐着自己的快乐。岛上居民对来自中国的游客十分友好。在岛上行走,但

凡碰到当地人,对方都会友善地招呼或以笑示人。一次我在一家小超市闲逛,临时起意,想买一瓶橄榄油,不料因轻装外出,没带现金。店主见状说:“没关系,你先拿去,方便时再来把钱给我。”他知道我是住在附近民宿的中国客人。他那发自内心的真诚和友好,让我忙不迭地连声道谢。

我们要回上海了。临走,尤素福认真地问我:“你喜欢这里吗?什么时候再来?”不舍之情溢于言表。“喜欢,我一定会再来!”我脱口而出。

手。他高价购买难觅的盘尼西林,把多年积下的金条都用光了。他又创办丙康药厂,不时应前方要求供应所需药械,家产散尽。为筹集资金,他不辞辛劳,又在长乐路98号挂牌“叶俊诊所”行医。太爷爷终于被敌人盯上。1939年秋,日本宪兵闯进和平药房,他与几个伤兵一起被捕。在“76号”魔窟,他遭到严刑逼供,老虎凳、辣椒水、电击……他严词质问,救死扶伤是医生本分,我何罪之有?说得审讯者哑口无言,气急败坏地把他诊所、药房洗劫一空。家中生活难以为继,妻儿只好回老家务农。两个月后,他已奄奄一息,经同业大力营救才被放出,身体因此垮了。出狱后,他不顾伤痛,

为继续向前方供药,着手建化学制药厂。他抱病去香港筹资,为拓展药源及疏通运输渠道,他风餐露宿,走遍大半个中国。战事吃紧,向前方供药运药日益艰难,他复奔仰光、马达加斯采购药品,以迂回方式,将所需药品运出,又引起日方注意,不时有军警上门查问。他避开天津设丙康药厂华北办事处。他日夜操劳,不幸于1946年2月11日吐血而亡,年仅41岁。

他拍的这批照片,在沦陷后的上海,无报刊敢登。他找到新闻报广告部主任丁芸生,丁向副刊主编严独鹤汇报,严先生冒着风险拍了板,只是问,新闻要求真实,敢不敢署名?叶善定敢作敢当,署上真名!这批照片在《新闻报》连续刊出,引起国内外强烈反响!丁芸生悄悄地收集保存了这103张照片,躲过种种劫难,1990年,他捐给了南市档案馆。在民族危亡之际,不顾个人安危,拍摄、刊登、保存这批照片的义士,如今都已离开了世界,但给后人留下了珍贵的资料。站在这面照片墙前,时空穿越80年,毁家救国的太爷爷叶善定似乎回来了,他的话又在耳畔响起,国家有难,人皆尽力,吾辈岂能坐而观之!

七夕会

旅游

马尔代夫有“人类最后的乐园、世界最美的海岛”之称,位于马尔代夫北部哈达尔环礁的哈尼马杜岛,则被称为“梦幻海钓场”。今年8月,我因海钓之旅,在哈尼马杜岛小住了一周,耳濡目染了岛上居民看海听风观日落,“让时间慢下来,让世界安静”的闲适生活。我居住的民宿坐落海边,椰树掩映,开门是沙滩,推窗见大海。民宿是座本土风格的两层建筑,融入了当地文化元素,呼应着岛上悠闲的生活方式。墨绿色围墙,



夜光杯