

一夜之间,这个群体成为1978年的宠儿。那年,十日之内,本市的中学几乎都组建了1977届高考提高班。高考中断十年后,这些中学生有望首批直接考入大学。

48年过去,他们此刻在哪里?

就我的母校而言,较确定的是,当年提高班中,约有不低于20%的同学,目前散布于全国各地。几十年来,作为国家培养的人才,他们曾和前苏联的大批青年科学家,以及印度裔的莘莘学子,在全球前沿学科展开角逐。有人终成学术地位显赫的院士、终身教授;而更多的人,转而选择了科工商结合的职业,诸如跨国企业的分析师、精算师、高级工程师等,成为中产。

### 探望汪先生

邱峭峰

77届中学生,是1959和1960年生人,优等生们奋斗的剧本渐至尾声。近年,不少从我们身边走向海外的中学同窗,屡屡回沪。他们自然要去祭祀父祖辈,而寻觅记忆中那些重口味食品,亦很要紧,从不掩饰对油煎带鱼、生煎馒头和咸豆腐浆的垂涎。他们外观上富有共性,即长期浸淫高职后留下的温文及干练。

有一个人,总被他们提及,就是当年教过提高班数学课的汪先生,大家一时又找不到他。汪先生先教我班,后教提高班。高考总分的每一分出入,上下以千人万人计。提高班成员的数学成绩,因汪先生的授课而不同程度得到提升。汪先生尚未教完77届提高班,因离校教师的身份,不得不离开这所市重点中学。他在别处又执教十来年后,淡出人们

的视线。有人说,他四五十岁才成家。

1974年,我们十四岁,和三十多岁的汪先生相逢。他是老一代大学生,没去外省就业,在上海当了数学代课教师。汪先生对数学以外,都兴趣寡淡。他既在社会中,又在体制外。对他而言,身份和脾性或许互相搓揉并影响。他的课上得好,获大部分学生钦佩。但他看似不谙世事的样子,和其他教师比,有些另类,也易受到无心向学的那部分学生轻慢。我从未在他身上领教过师道的威严,被学生冒犯时,他一般采取息事宁人的退让,或为避免更大的纠缠。他坚持和平优先的态度,未知是怯懦,还是超然。这让招惹他的学生,变得更加有恃无恐,甚至能从他那里获得古怪的优越感。他们觉得,一流大学毕业的汪先生,人际应对能力低弱,除了专业,一无是处。在那个课堂纪律松懈的年代,不少十几岁的学生还真以为自己的头脑,足以凌驾于老派师生汪先生之上。汪先生写板书的当口,有人将一只仿真老鼠鼠放在讲台上。他转过身来,看见了,但直到下课铃声响起,他提都不提那只仿真老鼠,任它一直趴在那儿。原本一定会出现的哄堂大笑,没有出现,汪先生也不是一点手段没有。

讲台上的人,自然始终在被观察。汪先生的内心,偏于尊重那些好学的弟子。他的好恶,以及种种真心,从不无意间流露。我曾看见,汪先生对冒犯者默默而用力一瞥,嘴里嘟囔着什么,将白色

退休后经常在外旅游于我已不是常态,我不仅自学航拍,同时自学视频剪辑,制作一段段动态留影记录。

女儿的不婚带给我充分的闲适,让我告别工作时的忙碌,进入一个崭新的起点——一场关于身体、心灵与自然深度对话的自我修行。

年龄上去,最关心的当数健康。我不想进医院,不愿意被别人指挥着吃药,想靠自己的努力保持身体健康。于是,我拿起了传承千年的中医智慧书,结合脚下的万里山河,构建了一套独属于自己的健康管理体系统。

草木知人心。五十岁之后,感觉身体像一本写满密码的书。西医擅长解读微观的指标,而自学中医让我学会了倾听身体细微的“低语”,从整体上了解自己,“辨证施治,灵动调整”。

前年,一场突如其来的感冒袭来。若是以前,我会直接找感冒复方药伴开水喝。这次,自我观察:无汗、怕冷重、流清涕、舌苔薄白。这是典型的“风寒束表”。我取生姜三片、葱白两段、红糖少许,煮水趁热喝下,又加盖被子发汗。半日后,寒邪随汗而解,浑身轻松。

最近我先生喉咙不适,

知音者难,遇知味者亦不易。此前读到本报刊登《咸豉谣》,对展奋兄叙道的“癌鱼”说,深以为然。我也偏爱重口,尤嗜好腌鲜的咸鲜滋味,自知那是刻在骨子里的“固习”。

然则翻检典籍,对照俗常,才恍然大悟这咸鱼背后,竟藏着从“鲍”到“暴”再到“抱”的鱼腌三味;更妙的是,这三个维度叠映出传统的腌造智慧,经过变古易俗,已成了人们“舌咽神经”的强记。

“鲍”字原义,古时指臭腌鱼,与“活鳞”反义,将卖咸鱼的铺子雅称“鲍肆”。《孔子家语·六本》有言:“如入鲍鱼之肆,久而不闻其臭。”此处所说的“鲍鱼”,与带壳软体的“石决明”并非一物。可在今天浙东沿海,虽仍用“鲍”字维系古法盐腌的脉络,但是口语却早已流转为“暴腌”和“抱盐”。

说到“暴腌”,它是厨房里最常见的烹饪前戏。一个“暴”字道尽江湖气——利落、泼辣、开合自如。鳞膏蔬果皆可适用:食材洗净抹盐,静置一两个时辰,使荤蔬脂肪酸悄然重构,求的是低耦合度下的咸鲜变量。一碟暴腌凉拌黄瓜,脆爽酸冽,味蕾宛若瞬间被点燃;开渔后的油带鱼,盐渍片刻,或蒸或炸,鲜味喷涌,真有“眉毛掉下来”的酣畅。

曾见摊档的菜单上,有写“抱盐小黄鱼”,有标“暴腌小鲳鱼”,叫法上,乍看马鹿异形,实是同根异枝。在吴侬软语中,“暴腌”“抱盐”皆发“baoyan”音,音近难辨,落笔却各赋性情。其中“抱”被词语定义:

既在两臂合围的一个量词,也表示用手臂围住的意思。若将“暴腌”比作随性而奏的即兴短章,那“抱盐”则更像与时间相伴的悠长行板。

老宁波常说的“三抱鮰鱼”(又称三抱鮰鱼),乃因早年船无保鲜设备,必须对丰获的鮰(音lè)鱼就地施盐,过程不破肚、不刮鳞,保留完整的鱼身与内蕴。盐是唯一却逆若千斤的配角,采取自尾向头,逆鳞推擦,使盐粒渗入肌理;再掰开鱼鳃填盐,直抵腹腔,旋一层鱼,码一层盐,排入舱中,覆帘压实。这是“一抱”的起手,也被视作波浪间一份质朴的渔获初礼。

舟船靠岸后,“二抱”接续,渔吏倒掉初酿的血卤,添补新盐,进入至少一个月的沉默等待,让咸

身位,不妨碍他的行进。他却在我面前站住,拍了一下我的肩,说,喂,多才多艺嘛。说完,就径直原路而回,也不关心我的反应。

汪先生已经离世多年,我常会看见他以四十岁的模样,朝我走来;只是没有拍我的肩膀,也没留我向他问候,并侧过半个

窗外,东边几团乌云,是有急雨的征兆。父亲却说不必带伞,他伸手一指,原来西向起了风,这挟雨的乌云要被吹往山那边了。可母亲东瞧西望,最终还是带了伞,她笑说:“拿上吧,不算框外事儿。”她祖籍河南,河南人常说“框外”这个词,意思是“多余”。

那今日,母亲坚持带伞算不算多此一举?半小时后的早市街头,淅淅沥沥的小雨渐大,小贩们忙着支篷,行人们四处躲雨。也有同母亲一般做了“框外事”的,不急不慢拿出伞,颇得意——这也是因为,暮春天气多变,乍暖还寒,在雨落下之前,谁也不知风和乌云的交手结果。母亲虽无确切的预判,但带伞这一举动于暮春而言,哪日都不算框外。

框,本义是门窗的架子。框外,即门和玻璃的尺寸出了框,是多余的,需要裁剪。这令我想到学生时代的一个词——课外书。应试教育以课内教材为主,课外书的用处自然不大。那是我小学五年级,着了魔般捧着一本《苏格拉底对话录》看不明白,就觉得人物之间你来我往的机锋有意思。此书自然是无用的,可到我读高中时,竟在政治科目上非常出彩,很会从题目材料中寻出机锋,再进行不同角度的辩论。还有我初中时爱看的《菜根谭》,此书有修身养性之用,但老人常说“少年人不修身”,是怕小小年纪没了志气。我读它却不是为了消磨时间,至少步入社会,再大的风浪也激不起波澜时,我就知道从前的课外书都没白读。

人们总不愿去做框外事,左不过是怕白费力气。但我认为,只要行事出发点是在积极向上的,将来就有好的结果。譬如“拔苗助长”和“笨鸟先飞”,前者是真正的“多余之事”,后者的辛苦则是有益的。

框,也比喻范围和固有的格式。框外,也可以理解为打破原有的格局。有时候,“吃着碗里的,看着锅里的”并非坏事。《红楼梦》中的贾芸虽出身不好,却很懂上进,找凤姐求大观园的“种树”一活时,又顺势求来了明年的“做灯”活计,凤姐玩笑他说“倒是会长长线”。贾芸确实聪明,“种树”是大观园里头的活儿,“做灯”一职的范围则在整个贾府,他看似“放长线”,实则是想要走出大观园这个已然不中用的框架,去更广阔天地寻一番作为,后来也着实做到了,甚至离开了贾府这个空壳。可其余“员工”呢,都守着大观园这个“香饽饽”,以为此生安稳了,最终却如开井底之蛙般,相继在园内熬死了。

“框外”本就有不少好处,甚至风景不错。古籍版式包括版框、栏线、界行、书耳等,版框就是边栏,外头的空白叫“天头、地脚”。古人读书都要做“批注”,是将自己的读后想法记录下来。批注所写的位置就在框外的“天头”或“地角”。段玉裁的《说文解字注》和脂砚斋的《脂砚斋批评本红楼梦》都是文学史上著名的“批注书”,他们在原书边边角角的记录,不仅为原作者增添了色彩,还自成一派风景。

诗仙李白为何被年轻人追捧?就是因为他不羁的天性和不拘一格的诗风,成就了他极为浓重的个人风采。别怕做事多余,也别自我囿于安稳的方寸,大胆去为“框外”付诸行动,也许会有意想不到的收获。

系,电话里,先生还记得我,仔仔细细反反复复地告诉我怎么去他家。见面时,发现先生明显胖了,没了那副眼镜。他拉着我的手,久久不放。桌上预先放满了零食,真像上世纪六七十年代过新年。提起尖子学生,先生双眼放光,可以把他们的姓名,说得滴水不漏。我把同学的近照递给他,他慢慢慢慢地看着,说,连你们也老了。先生对女生宣琪的照片特别关注,他生气地说,你们这么多男同学,怎么没有一个人选她做老婆呢?分手时,他一直送我到浦东的轮渡口。我的两个裤袋沉甸甸的,被先生强行塞满了零食。

另一封信,来自女生宣琪,她已在日本生活近四十年。当年她是汪先生眼里最有数学天分的学生。宣琪去探望时,汪先生已做了脑部手术。当年解题时极其清晰的汪先生,如今表达上会颇多重复。他对宣琪说,你的日子究竟过得怎么样?如果需要钱,可以开口。宣琪告诉汪先生,当年高考前,每逢周六,先生都在自己家义务为她 and 另一位同学辅导。此事,汪先生完全记不起来了。

汪先生病逝后,像一根银针掉在地上那样,几乎没有动静,未举行任何公开的仪式。我们得知消

息,是一年之后。记忆中有一个画面,中学三年级时,我在学校礼堂朗读了自己的一篇散文,反响还行。那天放学的时候,在室外篮球场边,远远看见汪先生。他好像突然改变了原定方向,转身横穿相连的两个篮球场,朝我走来。我向他问候,并侧过半个

开始微咳稍有流涕,他自己去药房买了一堆药。我回家一看,都是大路药,不对症。知道他是晚上受寒引起的,知其表证,就用防风、羌活、川芎、桂枝、葛根等煮水喝,加上川贝枇杷膏,果真有效。

最难忘的,是一次莫名的脚趾关节刺痛难忍,影响行走。我赶紧去医院拍片,年轻的医生开的是止痛药,他承认看不出是什么问题。然后我请教了一位懂中医的朋友,

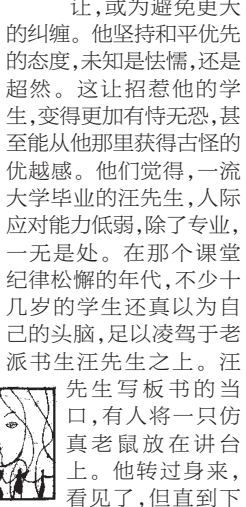
在山水与草市间修行

家伶

他详细了解我的情况后只建议两味药:威灵仙与骨碎补。我泡了一周的水喝后,疼痛竟完全消失。他认为我是骨刺,这个年龄段比较容易有,威灵仙化骨刺,骨碎补补肾壮骨。此后,我从中医基础理论上开始自学。

而每次在外旅行,我都会留意身边无名的草木。去年去徽州大峡谷,草木丰盛,游人稀少,我一路拍到了二三十种野生中药,想到了祖先李时珍,很是兴奋。

如果说中医是内求的智慧,那么旅游便是外借的能量。这些年,我的足迹已基本上跑遍了国内的省市,在高德上点亮城市近两百个。对我而言,旅游绝非打卡拍照,而是一场场“换气洗肺、汲取



校77届高考提高班的任课教师,绝大部分已经作古,包括汪先生。在微信群里,我曾和同学表达过对母校老师的感恩。嗣后,我收到两封私信,分别来自法国和日本。进彪,军人之后,特立独行,后安家巴黎。回国探亲时,他从一位医生手里,得到了汪先生的电话。

进彪说,40年没联系,电话里,先生还记得我,仔仔细细反反复复地告诉我怎么去他家。见面时,发现先生明显胖了,没了那副眼镜。他拉着我的手,久久不放。桌上预先放满了零食,真像上世纪六七十年代过新年。提起尖子学生,先生双眼放光,可以把他们的姓名,说得滴水不漏。我把同学的近照递给他,他慢慢慢慢地看着,说,连你们也老了。先生对女生宣琪的照片特别关注,他生气地说,你们这么多男同学,怎么没有一个人选她做老婆呢?分手时,他一直送我到浦东的轮渡口。我的两个裤袋沉甸甸的,被先生强行塞满了零食。

另一封信,来自女生宣琪,她已在日本生活近四十年。当年她是汪先生眼里最有数学天分的学生。宣琪去探望时,汪先生已做了脑部手术。当年解题时极其清晰的汪先生,如今表达上会颇多重复。他对宣琪说,你的日子究竟过得怎么样?如果需要钱,可以开口。宣琪告诉汪先生,当年高考前,每逢周六,先生都在自己家义务为她 and 另一位同学辅导。此事,汪先生完全记不起来了。

汪先生病逝后,像一根银针掉在地上那样,几乎没有动静,未举行任何公开的仪式。我们得知消

粉笔重重扔进盒里。在这个被激怒的瞬间,他的教师意识暂停了一下,来自他精神深处的居高临下,像道强光犀利地闪了一下。幽闭着的轻蔑,也还是没能藏住。课堂上,这是他不加克制的最高形态了,情绪稍稍平稳后,这样的怒瞥,他未必敢来第二下。

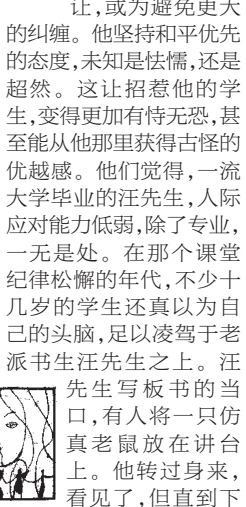
48年过去了,当年母

七夕会

与常人不同,我偏爱青山绿水、人迹罕至的自然景观。在贵州的万峰林,我对着层层山谷和片片绿田深呼吸,感受负氧离子充盈肺腑的清凉;在云南的香格里拉,我漫步于普达措国家公园,看湖水如镜,让高原纯净的阳光洒满全身;在安徽的卢湖竹海和江苏天目湖南山竹海,我听过风吹竹叶的沙声,那是大自然最天然的白噪音。

古人云:“人禀天地之气生。”置身于青山之间,看绿意盎然,肝气得以疏泄;行走于碧水之畔,听流水潺潺,安心心火。每一次旅行归来,面色都能红润几分。这种由自然环境带来的情绪价值和生理修复,是任何保健品都无法替代的。

健康,一半在身体,一半在心境。“百病生于气”,良好心态是最好的免疫剂。有一次在川西自驾,车子在半路抛锚,前不着村,后不着店,同行入焦躁不安,抱怨连连。以前的我也会心急如焚,但那一刻,我一眼看到远处壮丽的云海,似乎在那里展示着大自然的美好,突然就释然了。我说:“既来之,则安之,也许这是上天送的专属观景台。”便静静地欣赏起平时开车匆匆错过的风景。



金秋神韵 (纸本设色) 张迪平

『框外』的收获

戚舟

窗外,东边几团乌云,是有急雨的征兆。父亲却说不必带伞,他伸手一指,原来西向起了风,这挟雨的乌云要被吹往山那边了。可母亲东瞧西望,最终还是带了伞,她笑说:“拿上吧,不算框外事儿。”她祖籍河南,河南人常说“框外”这个词,意思是“多余”。

那今日,母亲坚持带伞算不算多此一举?半小时后的早市街头,淅淅沥沥的小雨渐大,小贩们忙着支篷,行人们四处躲雨。也有同母亲一般做了“框外事”的,不急不慢拿出伞,颇得意——这也是因为,暮春天气多变,乍暖还寒,在雨落下之前,谁也不知风和乌云的交手结果。母亲虽无确切的预判,但带伞这一举动于暮春而言,哪日都不算框外。

框,本义是门窗的架子。框外,即门和玻璃的尺寸出了框,是多余的,需要裁剪。这令我想到学生时代的一个词——课外书。应试教育以课内教材为主,课外书的用处自然不大。那是我小学五年级,着了魔般捧着一本《苏格拉底对话录》看不明白,就觉得人物之间你来我往的机锋有意思。此书自然是无用的,可到我读高中时,竟在政治科目上非常出彩,很会从题目材料中寻出机锋,再进行不同角度的辩论。还有我初中时爱看的《菜根谭》,此书有修身养性之用,但老人常说“少年人不修身”,是怕小小年纪没了志气。我读它却不是为了消磨时间,至少步入社会,再大的风浪也激不起波澜时,我就知道从前的课外书都没白读。

人们总不愿去做框外事,左不过是怕白费力气。但我认为,只要行事出发点是在积极向上的,将来就有好的结果。譬如“拔苗助长”和“笨鸟先飞”,前者是真正的“多余之事”,后者的辛苦则是有益的。

框,也比喻范围和固有的格式。框外,也可以理解为打破原有的格局。有时候,“吃着碗里的,看着锅里的”并非坏事。《红楼梦》中的贾芸虽出身不好,却很懂上进,找凤姐求大观园的“种树”一活时,又顺势求来了明年的“做灯”活计,凤姐玩笑他说“倒是会长长线”。贾芸确实聪明,“种树”是大观园里头的活儿,“做灯”一职的范围则在整个贾府,他看似“放长线”,实则是想要走出大观园这个已然不中用的框架,去更广阔天地寻一番作为,后来也着实做到了,甚至离开了贾府这个空壳。可其余“员工”呢,都守着大观园这个“香饽饽”,以为此生安稳了,最终却如开井底之蛙般,相继在园内熬死了。

“框外”本就有不少好处,甚至风景不错。古籍版式包括版框、栏线、界行、书耳等,版框就是边栏,外头的空白叫“天头、地脚”。古人读书都要做“批注”,是将自己的读后想法记录下来。批注所写的位置就在框外的“天头”或“地角”。段玉裁的《说文解字注》和脂砚斋的《脂砚斋批评本红楼梦》都是文学史上著名的“批注书”,他们在原书边边角角的记录,不仅为原作者增添了色彩,还自成一派风景。

诗仙李白为何被年轻人追捧?就是因为他不羁的天性和不拘一格的诗风,成就了他极为浓重的个人风采。别怕做事多余,也别自我囿于安稳的方寸,大胆去为“框外”付诸行动,也许会有意想不到的收获。

息,是一年之后。记忆中有一个画面,中学三年级时,我在学校礼堂朗读了自己的一篇散文,反响还行。那天放学的时候,在室外篮球场边,远远看见汪先生。他好像突然改变了原定方向,转身横穿相连的两个篮球场,朝我走来。我向他问候,并侧过半个

开始微咳稍有流涕,他自己去药房买了一堆药。我回家一看,都是大路药,不对症。知道他是晚上受寒引起的,知其表证,就用防风、羌活、川芎、桂枝、葛根等煮水喝,加上川贝枇杷膏,果真有效。

最难忘的,是一次莫名的脚趾关节刺痛难忍,影响行走。我赶紧去医院拍片,年轻的医生开的是止痛药,他承认看不出是什么问题。然后我请教了一位懂中医的朋友,

在山水与草市间修行

家伶

他详细了解我的情况后只建议两味药:威灵仙与骨碎补。我泡了一周的水喝后,疼痛竟完全消失。他认为我是骨刺,这个年龄段比较容易有,威灵仙化骨刺,骨碎补补肾壮骨。此后,我从中医基础理论上开始自学。

而每次在外旅行,我都会留意身边无名的草木。去年去徽州大峡谷,草木丰盛,游人稀少,我一路拍到了二三十种野生中药,想到了祖先李时珍,很是兴奋。

如果说中医是内求的智慧,那么旅游便是外借的能量。这些年,我的足迹已基本上跑遍了国内的省市,在高德上点亮城市近两百个。对我而言,旅游绝非打卡拍照,而是一场场“换气洗肺、汲取



七夕会

与常人不同,我偏爱青山绿水、人迹罕至的自然景观。在贵州的万峰林,我对着层层山谷和片片绿田深呼吸,感受负氧离子充盈肺腑的清凉;在云南的香格里拉,我漫步于普达措国家公园,看湖水如镜,让高原纯净的阳光洒满全身;在安徽的卢湖竹海和江苏天目湖南山竹海,我听过风吹竹叶的沙声,那是大自然最天然的白噪音。

古人云:“人禀天地之气生。”置身于青山之间,看绿意盎然,肝气得以疏泄;行走于碧水之畔,听流水潺潺,安心心火。每一次旅行归来,面色都能红润几分。这种由自然环境带来的情绪价值和生理修复,是任何保健品都无法替代的。

健康,一半在身体,一半在心境。“百病生于气”,良好心态是最好的免疫剂。有一次在川西自驾,车子在半路抛锚,前不着村,后不着店,同行入焦躁不安,抱怨连连。以前的我也会心急如焚,但那一刻,我一眼看到远处壮丽的云海,似乎在那里展示着大自然的美好,突然就释然了。我说:“既来之,则安之,也许这是上天送的专属观景台。”便静静地欣赏起平时开车匆匆错过的风景。

『框外』的收获

戚舟



金秋神韵 (纸本设色) 张迪平

『框外』的收获

戚舟

窗外,东边几团乌云,是有急雨的征兆。父亲却说不必带伞,他伸手一指,原来西向起了风,这挟雨的乌云要被吹往山那边了。可母亲东瞧西望,最终还是带了伞,她笑说:“拿上吧,不算框外事儿。”她祖籍河南,河南人常说“框外”这个词,意思是“多余”。

那今日,母亲坚持带伞算不算多此一举?半小时后的早市街头,淅淅沥沥的小雨渐大,小贩们忙着支篷,行人们四处躲雨。也有同母亲一般做了“框外事”的,不急不慢拿出伞,颇得意——这也是因为,暮春天气多变,乍暖还寒,在雨落下之前,谁也不知风和乌云的交手结果。母亲虽无确切的预判,但带伞这一举动于暮春而言,哪日都不算框外。

框,本义是门窗的架子。框外,即门和玻璃的尺寸出了框,是多余的,需要裁剪。这令我想到学生时代的一个词——课外书。应试教育以课内教材为主,课外书的用处自然不大。那是我小学五年级,着了魔般捧着一本《苏格拉底对话录》看不明白,就觉得人物之间你来我往的机锋有意思。此书自然是无用的,可到我读高中时,竟在政治科目上非常出彩,很会从题目材料中寻出机锋,再进行不同角度的辩论。还有我初中时爱看的《菜根谭》,此书有修身养性之用,但老人常说“少年人不修身”,是怕小小年纪没了志气。我读它却不是为了消磨时间,至少步入社会,再大的风浪也激不起波澜时,我就知道从前的课外书都没白读。

人们总不愿去做框外事,左不过是怕白费力气。但我认为,只要行事出发点是在积极向上的,将来就有好的结果。譬如“拔苗助长”和“笨鸟先飞”,前者是真正的“多余之事”,后者的辛苦则是有益的。

框,也比喻范围和固有的格式。框外,也可以理解为打破原有的格局。有时候,“吃着碗里的,看着锅里的”并非坏事。《红楼梦》中的贾芸虽出身不好,却很懂上进,找凤姐求大观园的“种树”一活时,又顺势求来了明年的“做灯”活计,凤姐玩笑他说“倒是会长长线”。贾芸确实聪明,“种树”是大观园里头的活儿,“做灯”一职的范围则在整个贾府,他看似“放长线”,实则是想要走出大观园这个已然不中用的框架,去更广阔天地寻一番作为,后来也着实做到了,甚至离开了贾府这个空壳。可其余“员工”呢,都守着大观园这个“香饽饽”,以为此生安稳了,最终却如开井底之蛙般,相继在园内熬死了。

“框外”本就有不少好处,甚至风景不错。古籍版式包括版框、栏线、界行、书耳等,版框就是边栏,外头的空白叫“天头、地脚”。古人读书都要做“批注”,是将自己的读后想法记录下来。批注所写的位置就在框外的“天头”或“地角”。段玉裁的《说文解字注》和脂砚斋的《脂砚斋批评本红楼梦》都是文学史上著名的“批注书”,他们在原书边边角角的记录,不仅为原作者增添了色彩,还自成一派风景。

诗仙李白为何被年轻人追捧?就是因为他不羁的天性和不拘一格的诗风,成就了他极为浓重的个人风采。别怕做事多余,也别自我囿于安稳的方寸,大胆去为“框外”付诸行动,也许会有意想不到的收获。

息,是一年之后。记忆中有一个画面,中学三年级时,我在学校礼堂朗读了自己的一篇散文,反响还行。那天放学的时候,在室外篮球场边,远远看见汪先生。他好像突然改变了原定方向,转身横穿相连的两个篮球场,朝我走来。我向他问候,并侧过半个

开始微咳稍有流涕,他自己去药房买了一堆药。我回家一看,都是大路药,不对症。知道他是晚上受寒引起的,知其表证,就用防风、羌活、川芎、桂枝、葛根等煮水喝,加上川贝枇杷膏,果真有效。

最难忘的,是一次莫名的脚趾关节刺痛难忍,影响行走。我赶紧去医院拍片,年轻的医生开的是止痛药,他承认看不出是什么问题。然后我请教了一位懂中医的朋友,

在山水与草市间修行

家伶

他详细了解我的情况后只建议两味药:威灵仙与骨碎补。我泡了一周的水喝后,疼痛竟完全消失。他认为我是骨刺,这个年龄段比较容易有,威灵仙化骨刺,骨碎补补肾壮骨。此后,我从中医基础理论上开始自学。

而每次在外旅行,我都会留意身边无名的草木。去年去徽州大峡谷,草木丰盛,游人稀少,我一路拍到了二三十种野生中药,想到了祖先李时珍,很是兴奋。

如果说中医是内求的智慧,那么旅游便是外借的能量。这些年,我的足迹已基本上跑遍了国内的省市,在高德上点亮城市近两百个。对我而言,旅游绝非打卡拍照,而是一场场“换气洗肺、汲取



七夕会

与常人不同,我偏爱青山绿水、人迹罕至的自然景观。在贵州的万峰林,我对着层层山谷和片片绿田深呼吸,感受负氧离子充盈肺腑的清凉;在云南的香格里拉,我漫步于普达措国家公园,看湖水如镜,让高原纯净的阳光洒满全身;在安徽的卢湖竹海和江苏天目湖南山竹海,我听过风吹竹叶的沙声,那是大自然最天然的白噪音。

古人云:“人禀天地之气生。”置身于青山之间,看绿意盎然,肝气得以疏泄;行走于碧水之畔,听流水潺潺,安心心火。每一次旅行归来,面色都能红润几分。这种由自然环境带来的情绪价值和生理修复,是任何保健品都无法替代的。

健康,一半在身体,一半在心境。“百病生于气”,良好心态是最好的免疫剂。有一次在川西自驾,车子在半路抛锚,前不着村,后不着店,同行入焦躁不安,抱怨连连。以前的我也会心急如焚,但那一刻,我一眼看到远处壮丽的云海,似乎在那里展示着大自然的美好,突然就释然了。我说:“既来之,则安之,也许这是上天送的专属观景台。”便静静地欣赏起平时开车匆匆错过的风景。

『框外』的收获

戚舟



金秋神韵 (纸本设色) 张迪平

『框外』的收获

戚舟

窗外,东边几团乌云,是有急雨的征兆。父亲却说不必带伞,他伸手一指,原来西向起了风,这挟雨的乌云要被吹往山那边了。可母亲东瞧西望,最终还是带了伞,她笑说:“拿上吧,不算框外事儿。”她祖籍河南,河南人常说“框外”这个词,意思是“多余”。

那今日,母亲坚持带伞算不算多此一举?半小时后的早市街头,淅淅沥沥的小雨渐大,小贩们忙着支篷,行人们四处躲雨。也有同母亲一般做了“框外事”的,不急不慢拿出伞,颇得意——这也是因为,暮春天气多变,乍暖还寒,在雨落下之前,谁也不知风和乌云的交手结果。母亲虽无确切的预判,但带伞这一举动于暮春而言,哪日都不算框外。

框,本义是门窗的架子。框外,即门和玻璃的尺寸出了框,是多余的,需要裁剪。这令我想到学生时代的一个词——课外书。应试教育以课内教材为主,课外书的用处自然不大。那是我小学五年级,着了魔般捧着一本《苏格拉底对话录》看不明白,就觉得人物之间你来我往的机锋有意思。此书自然是无用的,可到我读高中时,竟在政治科目上非常出彩,很会从题目材料中寻出机锋,再进行不同角度的辩论。还有我初中时爱看的《菜根谭》,此书有修身养性之用,但老人常说“少年人不修身”,是怕小小年纪没了志气。我读它却不是为了消磨时间,至少步入社会,再大的风浪也激不起波澜时,我就知道从前的课外书都没白读。

人们总不愿去做框外事,左不过是怕白费力气。但我认为,只要行事出发点是在积极向上的,将来就有好的结果。譬如“拔苗助长”和“笨鸟先飞”,前者是真正的“多余之事”,后者的辛苦则是有益的。

框,也比喻范围和固有的格式。框外,也可以理解为打破原有的格局。有时候,“吃着碗里的,看着锅里的”并非坏事。《红楼梦》中的贾芸虽出身不好,却很懂上进,找凤姐求大观园的“种树”一活时,又顺势求来了明年的“做灯”活计,凤姐玩笑他说“倒是会长长线”。贾芸确实聪明,“种树”是大观园里头的活儿,“做灯”一职的范围则在整个贾府,他看似“放长线”,实则是想要走出大观园这个已然不中用的框架,去更广阔天地寻一番作为,后来也着实做到了,甚至离开了贾府这个空壳。可其余“员工”呢,都守着大观园这个“香饽饽”,以为此生安稳了,最终却如开井底之蛙般,相继在园内熬死了。

“框外”本就有不少好处,甚至风景不错。古籍版式包括版框、栏线、界行、书耳等,版框就是边栏,外头的空白叫“天头、地脚”。古人读书都要做“批注”,是将自己的读后想法记录下来。批注所写的位置就在框外的“天头”或“地角”。段玉裁的《说文解字注》和脂砚斋的《脂砚斋批评本红楼梦》都是文学史上著名的“批注书”,他们在原书边边角角的记录,不仅为原作者增添了色彩,还自成一派风景。

诗仙李白为何被年轻人追捧?就是因为他不羁的天性和不拘一格的诗风,成就了他极为浓重的个人风采。别怕做事多余,也别自我囿于安稳的方寸,大胆去为“框外”付诸行动,也许会有意想不到的收获。

息,是一年之后。记忆中有一个画面,中学三年级时,我在学校礼堂朗读了自己的一篇散文,反响还行。那天放学的时候,在室外篮球场边,远远看见汪先生。他好像突然改变了原定方向,转身横穿相连的两个篮球场,朝我走来。我向他问候,并侧过半个

开始微咳稍有流涕,他自己去药房买了一堆药。我回家一看,都是大路药,不对症。知道他是晚上受寒引起的,知其表证,就用防风、羌活、川芎、桂枝、葛根等煮水喝,加上川贝枇杷膏,果真有效。

最难忘的,是一次莫名的脚趾关节刺痛难忍,影响行走。我赶紧去医院拍片,年轻的医生开的是止痛药,他承认看不出是什么问题。然后我请教了一位懂中医的朋友,

在山水与草市间修行

家伶

他详细了解我的情况后只建议两味药:威灵仙与骨碎补。我泡了一周的水喝后,疼痛竟完全消失。他认为我是骨刺,这个年龄段比较容易有,威灵仙化骨刺,骨碎补补肾壮骨。此后,我从中医基础理论上开始自学。

而每次在外旅行,我都会留意身边无名的草木。去年去徽州大峡谷,草木丰盛,游人稀少,我一路拍到了二三十种野生中药,想到了祖先李时珍,很是兴奋。

如果说中医是内求的智慧,那么旅游便是外借的能量。这些年,我的足迹已基本上跑遍了国内的省市,在高德上点亮城市近两百个。对我而言,旅游绝非打卡拍照,而是一场场“换气洗肺、汲取



七夕会

与常人不同,我偏爱青山绿水、人迹罕至的自然景观。在贵州的万峰林,我对着层层山谷和片片绿田深呼吸,感受负氧离子充盈肺腑的清凉;在云南的香格里拉,我漫步于普达措国家公园,看湖水如镜,让高原纯净的阳光洒满全身;在安徽的卢湖竹海和江苏天目湖南山竹海,我听过风吹竹叶的沙声,那是大自然最天然的白噪音。

古人云:“人禀天地之气生。”置身于青山之间,看绿意盎然,肝气得以疏泄;行走于碧水之畔,听流水潺潺,安心心火。每一次旅行归来,面色都能红润几分。这种由自然环境带来的情绪价值和生理修复,是任何保健品都无法替代的。

健康,一半在身体,一半在心境。“百病生于气”,良好心态是最好的免疫剂。有一次在川西自驾,车子在半路抛锚,前不着村,后不着店,同行入焦躁不安,抱怨连连。以前的我也会心急如焚,但那一刻,我一眼看到远处壮丽的云海,似乎在那里展示着大自然的美好,突然就释然了。我说:“既来之,则安之,也许这是上天送的专属观景台。”便静静地欣赏起平时开车匆匆错过的风景。

『框外』的收获

戚舟



金秋神韵 (纸本设色) 张迪平

『框外』的收获

戚舟

窗外,东边几团乌云,是有急雨的征兆。父亲却说不必带伞,他伸手一指,原来西向起了风,这挟雨的乌云要被吹往山那边了。可母亲东瞧西望,最终还是带了伞,她笑说:“拿上吧,不算框外事儿。”她祖籍河南,河南人常说“框外”这个词,意思是“多余”。

那今日,母亲坚持带伞算不算多此一举?半小时后的早市街头,淅淅沥沥的小雨渐大,小贩们忙着支篷,行人们四处躲雨。也有同母亲一般做了“框外事”的,不急不慢拿出伞,颇得意——这也是因为,暮春天气多变,乍暖还寒,在雨落下之前,谁也不知风和乌云的交手结果。母亲虽无确切的预判,但带伞这一举动于暮春而言,哪日都不算框外。

框,本义是门窗的架子。框外,即门和玻璃的尺寸出了框,是多余的,需要裁剪。这令我想到学生时代的一个词——课外书。应试教育以课内教材为主,课外书的用处自然不大。那是我小学五年级,着了魔般捧着一本《苏格拉底对话录》看不明白,就觉得人物之间你来我往的机锋有意思。此书自然是无用的,可到我读高中时,竟在政治科目上非常出彩,很会从题目材料中寻出机锋,再进行不同角度的辩论。还有我初中时爱看的《菜根谭》,此书有修身养性之用,但老人常说“少年人不修身”,是怕小小年纪没了志气。我读它却不是为了消磨时间,至少步入社会,再大的风浪也激不起波澜时,我就知道从前的课外书都没白读。

人们总不愿去做框外事,左不过是怕白费力气。但我认为,只要行事出发点是在积极向上的,将来就有好的结果。譬如“拔苗助长”和“笨鸟先飞”,前者是真正的“多余之事”,后者的辛苦则是有益的。

框,也比喻范围和固有的格式。框外,也可以理解为打破原有的格局。有时候,“吃着碗里的,看着锅里的”并非坏事。《红楼梦》中的贾芸虽出身不好,却很懂上进,找凤姐求大观园的“种树”一活时,又顺势求来了明年的“做灯”活计,凤姐玩笑他说“倒是会长长线”。贾芸确实聪明,“种树”是大观园里头的活儿,“做灯”一职的范围则在整个贾府,他看似“放长线”,实则是想要走出大观园这个已然不中用的框架,去更广阔天地寻一番作为,后来也着实做到了,甚至离开了贾府这个空壳。可其余“员工”呢,都守着大观园这个“香饽饽”,以为此生安稳了,最终却如开井底之蛙般,相继在园内熬死了。

“框外”本就有不少好处,甚至风景不错。古籍版式包括版框、栏线、界行、书耳等,版框就是边栏,外头的空白叫“天头、地脚”。古人读书都要做“批注”,是将自己的读后想法记录下来。批注所写的位置就在框外的“天头”或“地角”。段玉裁的《说文解字注》和脂砚斋的《脂砚斋批评本红楼梦》都是文学史上著名的“批注书”,他们在原书边边角角的记录,不仅为原作者增添了色彩,还自成一派风景。

诗仙李白为何被年轻人追捧?就是因为他不羁的天性和不拘一格的诗风,成就了他极为浓重的个人风采。别怕做事多余,也别自我囿于安稳的方寸,大胆去为“框外”付诸行动,也许会有意想不到的收获。

息,是一年之后。记忆中有一个画面,中学三年级时,我在学校礼堂朗读了自己的一篇散文,反响还行。那天放学的时候,在室外篮球场边,远远看见汪先生。他好像突然改变了原定方向,转身横穿相连的两个篮球场,朝我走来。我向他问候,并侧过半个

开始微咳稍有流涕,他自己去药房买了一堆药。我回家一看,都是大路药,不对症。知道他是晚上受寒引起的,知其表证,就用防风、羌活、川芎、桂枝、葛根等煮水喝,加上川贝枇杷膏,果真有效。

最难忘的,是一次莫名的脚趾关节刺痛难忍,影响行走。我赶紧去医院拍片,年轻的医生开的是止痛药,他承认看不出是什么问题。然后我请教了一位懂中医的朋友,

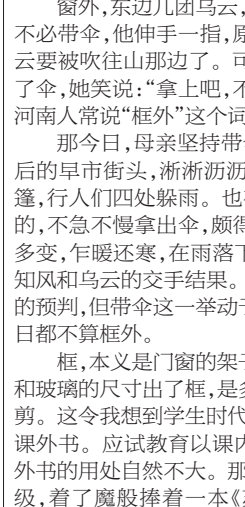
在山水与草市间修行

家伶

他详细了解我的情况后只建议两味药:威灵仙与骨碎补。我泡了一周的水喝后,疼痛竟完全消失。他认为我是骨刺,这个年龄段比较容易有,威灵仙化骨刺,骨碎补补肾壮骨。此后,我从中医基础理论上开始自学。

而每次在外旅行,我都会留意身边无名的草木。去年去徽州大峡谷,草木丰盛,游人稀少,我一路拍到了二三十种野生中药,想到了祖先李时珍,很是兴奋。

如果说中医是内求的智慧,那么旅游便是外借的能量。这些年,我的足迹已基本上跑遍了国内的省市,在高德上点亮城市近两百个。对我而言,旅游绝非打卡拍照,而是一场场“换气洗肺、汲取



七夕会

与常人不同,我偏爱青山绿水、人迹罕至的自然景观。在贵州的万峰林,我对着层层山谷和片片绿田深呼吸,感受负氧离子充盈肺腑的清凉;在云南的香格里拉,我漫步于普达措国家公园,看湖水如镜,让高原纯净的阳光洒满全身;在安徽的卢湖竹海和江苏天目湖南山竹海,我听过风吹竹叶的沙声,那是大自然最天然的白噪音。

古人云:“人禀天地之气生。”置身于青山之间,看绿意盎然,肝气得以疏泄;行走于碧水之畔,听流水潺潺,安心心火。每一次旅行归来,面色都能红润几分。这种由自然环境带来的情绪价值和生理修复,是任何保健品都无法替代的。

健康,一半在身体,一半在心境。“百病生于气”,良好心态是最好的免疫剂。有一次在川西自驾,车子在半路抛锚,前不着村,后不着店,同行入焦躁不安,抱怨连连。以前的我也会心急如焚,但那一刻,我一眼看到远处壮丽的云海,似乎在那里展示着大自然的美好,突然就释然了。我说:“