

每一天,我们都会上路,因为日常的滔滔不绝,奔向不同的滚滚红尘。

于是,几乎每一天都会进入四轮移动空间,由一个陌生的“舵手”载着这叶生活的扁舟。大多数时候,谁也不需要说话,谁也不在乎对方说不说话,只在自己的琐碎里漂荡荡漾。

那一日,是刚上小学的女儿打破了平静。

“妈妈,导航里说的什么话啊?”

“广东话呀。”

“你听得懂吗?”

“听得懂的。”

“你这么厉害啊。”

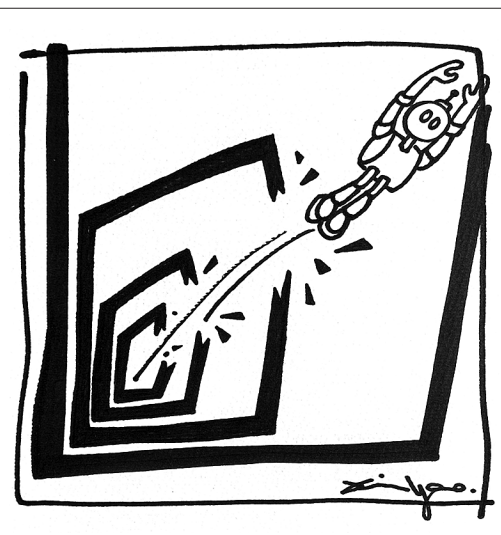
地理属性之外的语言

达西

真正正的世界,人与他人,此地与彼岸,总在意想不到之处联结。

新疆小伙来上海两年了,之前在广州待过,谈过一个广东妹子,学会了听粤语,也能绕着舌头不那么标准地说上几句。“接下来想学上海话。”他有些憨憨地笑了起来,笑容质朴得像滋养了吐鲁番葡萄的热烈阳光。纯粹的光照,于是有了纯粹的甜蜜。

后来,那天的那一路,女儿都在对我进行广东话考试:“前方200米红绿灯处左转”“前方经过学校,请缓慢通行”。我的每一次翻译,都点亮她崇拜的眼神。其实,80后听得懂广东话的应该不少。倒不是我们去香港的次数多,或者香港朋友多,那纯粹是看TVB看得多了。商战



智慧快餐 郑辛遥 认知有限,边界无限。AI亦然。

屈指算来,我的巴黎房东即将寿至期颐。我们互相联系并不频繁,联系也都是书面通信方式。我找出他们当年的住宅电话号码打了过去,想借新年临近之际表示祝贺。可是,拨了几次号码,听筒里传来的都是空号回响。转念一想,以他们的年龄,或迁居养老院甚至驾鹤仙逝都是正常的,只是心中不免怅然若失。

我和房东卢欧夫妇的结识十分偶然。1987年,我作为法国政府的奖学金访问学者,平生初次出国。抵达巴黎时,新学期已经开始,入住大学城已无可能。寻找了几处租屋,不是离我注册的巴黎第三大学太远,就是无法承担昂贵的租金。正在一筹莫展之际,我应邀为瑞金医院赴法交流学术的金医师当了一次临时翻译,对方正是卢欧夫人。她是一个跨国医疗器械公司的职员,来过一次中国,对中国文化非常感兴趣。得知我的困境,她立刻热情邀请我暂住她在巴黎市区的一间空屋。她的空屋坐落在巴黎北火车站前的贡比涅大街,是一间在各种影视作品中经常出现的阁楼,法国人统称为“保姆房”。这种早先为服务主人的仆人居所总是在公寓大楼的顶层,斜面屋顶上有个小天窗,面积在10平方米左右,煤电设施齐全,但只有公用的卫生设备。

巴黎北火车站是地铁和公共汽车的交通枢纽之一,进出非常方便。卢欧夫人居然不无歉意地对我说:“这间阁楼的

我的巴黎老房东

何敬业

条件比较简陋,但可以让你先安身下来。你什么时候找到更合适的房子随时可以搬走。”她又真诚地接着说:“在你没有找到新住处之前,我不收你房租,安心做你的学习研究工作吧。有机会欢迎你们到我们家玩,我的子女们一定会很高兴的。”我简直不敢相信自己的耳朵,因为我知道在法国租房一定要先看房客的身份证,然后双方签订合同并预付房租和押金。而我刚到巴黎三天,非但尚未办好居留证件,刚领的半个月奖学金也根本不足以支付上述费用。

第二天,她和丈夫一起驾车接我到了住处,并帮我布置房间。分别时,他们解答了我心中的疑问:为什么要帮助我这个素昧平生的中国人?“你是一个中国上海来的大学教师,我们完全信任你是个好人,不会有错的。”我感动极了。一句简单的话出自一个刚结识的法国人之口,着实震撼了我!我们就这样成了好朋友。我在巴黎的一年再也没有另找住处,卢欧夫妇变成了我的正式房东。

随着交往的增多,我结识了卢欧夫妇的高整个大家族,他们是我研究法国社会的最生动的活材料,也是我真正的学习法国文化的义务教师。拙译法国名著《狮王》原版书就是那年圣诞节他们赠我的礼物,并极力推荐我翻译的。几十年来每当我想起卢欧夫妇的善良笑脸,我便时时自省自己,要永远做一个让人信任的人。



七夕会

“蓝蓝的天上白云飘,白云下面马儿跑。”我喜欢观看蓝天白云,往往会引发无尽的遐思。“白云乡”是诗人的精神家园,《庄子·天地》曰:“乘彼白云,游于帝乡。”诗中的“云”象征淡泊无争的人生态度与漠视功利的隐逸精神。无论是田园屋舍的静谧悠远,还是葱郁山川的云飞水动,皆为神韵天然,一种自然清新之美、超世拔俗之境悠然铺开,涤净了心尘。“宠辱不惊,闲看庭前花开花落;去留无意,漫随天外云卷云舒。”我喜欢这样的意境,闲适、恬淡、超然、飘逸……惹人遐思,享受自由自在的感觉。

联想到中国诗歌,诗人以云写意,有着不同的情感色彩。我大声地朗诵起毛泽东的诗句:“久有凌云志,重上井冈山”,伟大的革命家始终信念坚定而壮志凌云;“天高云淡,望断南飞雁”,抒发红军万里

剧《创世纪》《大时代》,刑侦剧《刑事侦缉档案》《鉴证实录》,宫斗剧《金枝欲孽》,古装搞笑剧《苗翠花》……太多太多,包裹起我们的青春。看港剧,或者者说,“装腔作势”地看港剧,总要找原汁原味的粤语版。然后,耳朵听着听着,磨着磨着,似乎就不用再看字幕了。

直到现在,那些经典的港剧仍为人津津乐道。世间泥石俱下,与此同时,世间万物生长,时代轰隆隆向前了。港剧里曾经的翻云覆雨、嬉笑戏谑、钩心斗角,或许表现不同了,场景不同了,浓烈不同了,但人性的真实肌理,经一代复一代,又有多少折中或抵扣?旧剧重温,倒是年轻时因为知之甚少而略过的细节如今扑面而来——近年来风很大的知识分子穿搭,原来几十年前陈慧珊就那么穿了,原来那个时候邵美琪就把蛇骨链戴得那么好看……

请原谅,原本想说的是语言的流动与生活的流动之间的关系。那就再拉回来吧。上海人说上海话,广东人说广东话,新疆人说新疆话,都没什么了不起的。一个人在地理属性之外的语言和方言,才更多记录了你人生中的不同寻常。一家三代女性被生活逼至阿勒泰的李娟,因为要和哈萨克牧人打交道,学会了零星的哈语。她们以难以想象的乐观与坚忍对抗着生存的风刀霜剑。野生的黑木耳,此前从未在森林里出现过。但汉人懂。于是,李娟的母亲用有限的哈语创造了一

个用形容词和名词组成的新词语:“喀拉蘑菇”。“喀拉”是哈语里黑色的意思。后来,采摘、买卖木耳在好几年间成为她们家的致富秘籍,直到大批闻风而至的其他“生意人”,一起摘完了那片森林里的最后一朵木耳。但“喀拉蘑菇”这个词语却留了下来,成了新生的,并将被流传的语言,由异乡人创造。而那朵黏黏的、阴湿的“喀拉蘑菇”,也成为李娟与家人冰雪苦旅的一枚勋章,是生活的记载与馈赠啊!

那些不属于生来就会的语言和词汇,到底让我们变得有些不同了。很多很多年前,能听懂粤语的时候,和许多人一样,是想去看,也到底去了香港看一看。在南丫岛徒步,在岛上的海鲜酒家吃饭;去太平山坐坐,还要搭乘一回天星小轮,当然还少不了“血拼”……在窄窄的街、密密的人之间,擦肩而过的,居然是《刑侦》中的“小棠菜”。

后来,TVB的剧式微了,看得少了,粤语听力也弱了,人们去香港的热情也不那么强烈了。更多人开始看美剧、看英剧,到如今一起追层出不穷的经典国产剧。就像一次远行之后回到故土,哪怕早已熟稔地理属性之外的语言,当听到乡音,操起乡音,那是有一种宿醉之后的清晨,一碗咸菜肉丝面落肚的落胃感呢。

地理属性之外的语言,或许决定了你将去向何处。但乡音,永远决定了你从哪里来。在不同的语言交叠中,我们总嫌不够快地长大,我们迫不及

待地想要逃离,我们成熟丰满后终于懂得了“根深叶茂”,而我们终将在欢喜过、遗憾过的旋律中落幕。李娟的外婆虽然留在了“我的阿勒泰”,但至死都希望自己回到老家的山上,完成人生的终章。

雅玩

漫长的豪情;“云横九派浮黄鹤,浪下三吴起白烟”,展示新中国翻天覆地的风貌。

且听:陶渊明自况遗世独立的“万族各有托,孤云独无依”;刘禹锡《登楼》中“锦江春色来天地,玉垒浮云变古今”,寓寄着人世沧桑的感慨;岳飞《满江红》中“三十功名尘与土,八千里路云和月”,表现忧国忧民的强烈使命感和责任心。

在《会稽名士故事》里,俞蛟有一次收到友人的礼物,那是一只酒

漫游白云入仙境 那秋生

锡贺友高升的“青云直上无多地,却要斜飞取势回”;王昌龄写边塞风光的“青海长云暗雪山,孤城遥望玉门关”;崔颢咏黄鹤楼的“黄鹤一去不复返,白云千载空悠悠”……常常引人神往。还有:杜甫《登楼》中“锦江春色来天地,玉垒浮云变古今”,寓寄着人世沧桑的感慨;岳飞《满江红》中“三十功名尘与土,八千里路云和月”,表现忧国忧民的强烈使命感和责任心。

在《会稽名士故事》里,俞蛟有一次收到友人的礼物,那是一只酒

寥寥几笔勾勒古人的一天日常,很难,难在不免挂一漏万。但又很有意思,满足人性窥探与比对的心理。

其实,古人的日常生活很糟糕,甚至是极不舒服的。其中一个最直观的标志,是从宋代才开始取消了坊市制的宵禁,老百姓可以通宵达旦吃喝玩乐地过夜生活。

无疑,写古人的一天应以宋代为参照,兼顾各朝。因为宋代社会生活最市民化,商业性、世俗性也最为浓烈。

古人晨起,以盐作牙膏,以马毛刷刷牙。早点粥饼为主。女眷化妆,先用“铅粉”敷面,“铜黛”描眉,“胭脂”擦腮红,最后抹上“唇脂”。年轻人蹴鞠、投壶、捶丸、下双陆棋。

读书人则几案精整,备妥吴纸湖笔端砚,舔毫行笔,由唐溯晋,追求那么一点点纸上“晋味”。

家境富裕的,牵出一匹骝善马,套上契丹鞍,挂一柄夏国剑,驰骋追逐一番。郊外故道亭台,你若能束茅为笔,捻土成香,打瓦占卜,那尽显高人野趣、禅家雅意。

至于能不能读读监书(国子监刻的书),尝尝内酒(宫廷作坊酿制的酒),这得看家世郡望了。再啖几粒福州龙眼(又名“宋荔枝”)解解馋,或涂几句骈四俚六抒抒情,描几笔雪泥鸿爪、青苔履痕写写意。

中午,上点硬菜,猪皮皮薄,鸡宜骗嫩,笋宜节少甘鲜,蒸一条江阴河豚,佐以金山咸豉。最后捧出一坛风酒,然后用定磁酒斟满,荤素搭配。晚餐一定要饱食大醉,这和今晚晚饭少吃习惯正好相反。

家里要有“不搽红粉也风流”的京师妇人陪伴。北宋时以中原、燕赵佳人为美。南宋偏安后,追求娇小玲珑,从“大同婆娘”到“江南丽人”。京妇之外,又盛行蓄侍妾。而后有二妙:一妙苏州儿,一妙越州女。这说明皇室富贵都安居江南了。女子还分三上、三中、三下之九美:

墙上、马上、楼上,北方边塞之美;旅中、醉中、日中,谪贬途中之美;月下、烛下、帘下,东南烟雨之美。

家有佛龛经堂,还要念诵经文。念诵很难哦,不是今天的朗诵,而是有声自闻于耳的莲花念诵,有声在唇齿之间的金刚念诵。

贵族家里还得有:中南半岛的昆仑奴屋外干活,朝鲜的新罗婢室内伺候。

当然,家中还应该有点蜀锦、浙漆、晋铜、东绢等日常用品。

古人的生活很讲究,高门巨户更是考究。古言:宁要大户丫环,不要贫家小姐。在守礼持道上,教养重于一切。

文化不够,你不可能有“莼鲈之思”;家世不贵你不会“医不三世,不服其药”之豪。修养欠缺,你分不清“南方雪清,北方雪莽”的奇趣。不习丹青,你更不知“绘月难绘其明”。

这一切建立在权势金钱基础之上。“贵者既以势助,富者必以利要”。自古以来,各阶层都在“内卷”。

“非袖金怀璧,不能达于圣明”。早已古有明训,蒙圣览、达天听,都是有代价的。用今天的话讲,你的财富决定你的生活圈层。

那时的生活舒适度较差,唐宋时的拭秽洁具“厕筹”,木条竹片,硬刮且反复使用,简直是身心遭罪。今天的靠背扶手椅,是唐宋末初由板凳演变来的。古人席地而坐多痛苦,今天不练瑜伽或者经常打禅七的人,根本坐不下去。

谁不喜欢“夜市直至三更尽,才五更又复开张”的火树银花不夜天。

唐极尽了激情、豪强,才有了宋的宁远、隐秀。

宋人自述自己的生活:挑月担花,旗亭问酒,萧寺寻茶,逢人不语憎爱,出行总是烟霞。后南宋偏安江南一隅,这一片,才渐次“绿”成了鱼米之乡。

古人的一天

俞果

墙上、马上、楼上,北方边塞之美;旅中、醉中、日中,谪贬途中之美;月下、烛下、帘下,东南烟雨之美。

家有佛龛经堂,还要念诵经文。念诵很难哦,不是今天的朗诵,而是有声自闻于耳的莲花念诵,有声在唇齿之间的金刚念诵。

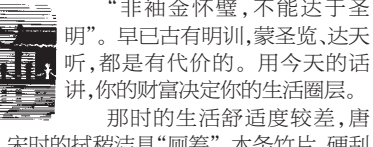
贵族家里还得有:中南半岛的昆仑奴屋外干活,朝鲜的新罗婢室内伺候。

当然,家中还应该有点蜀锦、浙漆、晋铜、东绢等日常用品。

古人的生活很讲究,高门巨户更是考究。古言:宁要大户丫环,不要贫家小姐。在守礼持道上,教养重于一切。

文化不够,你不可能有“莼鲈之思”;家世不贵你不会“医不三世,不服其药”之豪。修养欠缺,你分不清“南方雪清,北方雪莽”的奇趣。不习丹青,你更不知“绘月难绘其明”。

这一切建立在权势金钱基础之上。“贵者既以势助,富者必以利要”。自古以来,各阶层都在“内卷”。



晚年过得舒不舒服,关键在于住在哪里,而在于怎样看待衰老、怎样经营自己的生活。

衰老是每个人都躲不过的自然规律,它会带来体力下降、记忆力减退、社交圈变小,可它也带来了人生最宝贵的礼物——时间自由和看透世事的从容。与其哀叹“老了,没用了”,不如坦然接纳,把能改变的尽力改变,把改变不了的优雅接受。别被年龄绑住手脚,年轻人会的东西老年人也能学,打车软件、外卖、视频通话,不过几分钟就能上手,用上了才发现世界一下子变大、变方便,自信也跟着回来了。当然,偶尔失落、孤单在所难免,那就允许自己难过一会儿,跟老伴说说心里话,给老朋友打个电话,或者写两日记,情绪来得快去得也快。不跟别人比房子、比儿女、比存款,过好自己的节奏,心态平和了,身体才会争气。

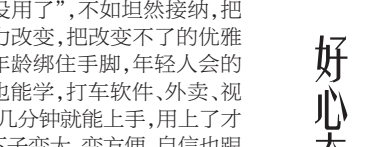
居家养老绝不是关起门来“等”,更不是独自硬扛,它是一门需要用心经营的学问。用好“熟悉”的优势,家门口的邻居、楼下的小卖部、社区食堂、广场舞队伍,都是天然的社交圈;手机上的老同事群、邻里群、亲戚群,让人足不出户也能知道天下事。定期体检、测血压血糖血脂不能偷懒,家里浴室装上扶手、马桶旁加个安全椅,常用药、急救药备在显眼地方;每天规律作息,别天天“混日子”,不然越闲越空虚。遇到困难要主动求助,社区有护理服务,手机上能咨询医生,要善于用好身边的资源。和子女相处要有分寸。年轻人压力大,能常回家看看已是孝顺,老人多体谅他们,可体谅不等于憋屈,有困难要及时说,别等小病拖成大病。提前把紧急联系方式、就医流程商量清楚,平常多用视频聊聊天,彼此都安心。

说到底,养老的核心还是那两个字——心态。在自己熟悉的生活圈子里,把心态放平、把日子安排好、把资源用足,把亲情经营好,老年生活完全可以过得坦然、体面、有滋有味,甚至比年轻时更从容、更自在。

(作者系上海交通大学医学院附属第九人民医院老年科副主任医师)

好心心态颐养天年 陈朝靖

杏林夜谈



待地想要逃离,我们成熟丰满后终于懂得了“根深叶茂”,而我们终将在欢喜过、遗憾过的旋律中落幕。李娟的外婆虽然留在了“我的阿勒泰”,但至死都希望自己回到老家的山上,完成人生的终章。

雅玩

漫长的豪情;“云横九派浮黄鹤,浪下三吴起白烟”,展示新中国翻天覆地的风貌。

且听:陶渊明自况遗世独立的“万族各有托,孤云独无依”;刘禹锡《登楼》中“锦江春色来天地,玉垒浮云变古今”,寓寄着人世沧桑的感慨;岳飞《满江红》中“三十功名尘与土,八千里路云和月”,表现忧国忧民的强烈使命感和责任心。

在《会稽名士故事》里,俞蛟有一次收到友人的礼物,那是一只酒

漫游白云入仙境 那秋生

锡贺友高升的“青云直上无多地,却要斜飞取势回”;王昌龄写边塞风光的“青海长云暗雪山,孤城遥望玉门关”;崔颢咏黄鹤楼的“黄鹤一去不复返,白云千载空悠悠”……常常引人神往。还有:杜甫《登楼》中“锦江春色来天地,玉垒浮云变古今”,寓寄着人世沧桑的感慨;岳飞《满江红》中“三十功名尘与土,八千里路云和月”,表现忧国忧民的强烈使命感和责任心。

在《会稽名士故事》里,俞蛟有一次收到友人的礼物,那是一只酒

雅玩

漫长的豪情;“云横九派浮黄鹤,浪下三吴起白烟”,展示新中国翻天覆地的风貌。

且听:陶渊明自况遗世独立的“万族各有托,孤云独无依”;刘禹锡《登楼》中“锦江春色来天地,玉垒浮云变古今”,寓寄着人世沧桑的感慨;岳飞《满江红》中“三十功名尘与土,八千里路云和月”,表现忧国忧民的强烈使命感和责任心。

在《会稽名士故事》里,俞蛟有一次收到友人的礼物,那是一只酒