# 淮海路,有个青春出发地

袁念琪

淮海中路567弄坐落在淮海中路与成都南路丁字路口交汇点,但知"新渔阳里"的要比"淮海中路567弄"的多。"渔阳"为地名出现于公元前283年,在今北京密云十里堡镇统军庄村东,得名因位渔水(今白河)之阳。

既有新渔阳里(建于1919年),那就有老渔阳里(建于1912年,今南昌路100弄),两个渔阳里背靠背。1920年2月,陈独秀安家老渔阳里2号二楼厢房,底楼客厅是《新青年》编辑部。门口铭牌原为"《新青年》编辑部旧址",后改"中国共产党发起组成立地(《新青年》编辑部)旧址"。新老渔阳里原有弄堂贯通,近年有提议打通隔断,让两处重连。

新渔阳里为新式石库门里弄。弄内是民居,沿街商店到1949年有11家;其中4家时装店,皮鞋和百货店各2家,烟行和礼品店各1家;门面最大是上海商业储蓄银行。在上世纪90年代前,这排店是文教用品经理部、标准模型服务部和益民衫巾商店,印象最深是橱窗里的春竹羊毛衫。

6号为二上二下砖木结构石库门。原住户国民党元老戴季陶1920年春搬走,由共产国际远东局代表维经斯基翻译杨明斋租下,成为中共第一个通讯社——中俄通讯社所在地。1920年6月成立的中国共产党发起组,派俞秀松筹备青年团。8月22日,中国第一个社会主义青年团——上海社会主义青年团在此诞生,书记俞秀松。首批团员8名:俞秀松、施存统、沈玄庐、陈望道、李汉俊、金家凤、袁振英、叶天底。青年团的创建,对各地建团起到推动和指导。

新渔阳里的星火引敌注意。1921年4月29日,法租界巡捕房突然搜查6号。5月,"因思想信仰不一、人事变动和经费不足等原因"(《上海青年志》),上海社会主义青年团宣告暂时解散。9月28日,6号门口为掩护挂"外国语学社"牌;杨明斋为负责人、俞秀松任秘书,筹划团员赴俄留学。11月,受中共中央局委托,张太雷主持恢复上海社会主义青年团。12月制定《临时章程》,其中规定:正式中央机关未组成时,以上海机关代理中央职权。中央局负责人施存统。

外国语学社挂牌当天在《民国日报》登招生广告,引来一批进步青年,其中有后为著名作家的蒋光慈和翻译家曹靖华。还来了各地团组织推荐的青年,有刘少奇、罗亦农、汪寿华、任弼时、王一飞、萧劲光、许之桢和柯庆施等五十多人。

当年,楼下客堂为教室,教室后是厨房和餐室。二楼厢房是学员宿舍,客堂为团中央办公室。东亭子间住俞秀松,他原住白尔路三益里17号(今自忠路163弄17号),那里是李汉俊主持的《星期评论》社;西亭子间是杨明斋卧室兼中俄通讯社办公室。房间的复盘,是依据萧劲光、许之祯等回忆,经刘少奇、柯庆施等勘核。

外国语学社半天上课半天自修。教俄语是杨明斋、王元龄,还有维经斯基夫人库兹涅佐娃;李汉俊教法语,李达教日语,袁振英教英语,斯托比尼教世界语。除学外语,学生还系统学习马克思主义理论;陈望道翻译的第一个中文全译本《共产党宣言》一月前印刷成册,他拿着这火热出炉的经典在此开讲。此外,每周一次政治报告会,除俞秀松作大部分报告外,还邀陈独秀、陈望道、李达、李汉俊等演讲。

新渔阳里6号成了中国共产党培养后备力量的第一所学校,罗亦农、任弼时、萧劲光、李中、李启汉、王一飞、柯庆施和廖化平等在此入了团;从中挑选数十位优秀团员和青年赴莫斯科东方大学深造,其中的刘少奇、任弼时等后为中共领导人。

1922年5月5日,团第一次全国代表大会在穗召开,大会制订了《团章》和《团纲》,选举施存统为团中央书记。上海团组织改为中国社会主义青年团上海地方执行委员会,直属团中央领导。1925年,中国社会主义青年团改为中国共产主义青年团。1949年4月,成立中国新民主主义青年团;1957年5月改为今名。

新渔阳里的青春出发者中,有11位牺牲:汪寿华、谢文锦、李启汉、王一飞、叶天底、罗亦农、吴芳、雷晋笙、梁柏台、俞秀松、傅大庆。

# 雅玩养心

## ——重读《生活的脚印》《至慧集》

刘向东

阅读与欣赏

上班时劳心劳力却也充实,一退休顿觉无所事事难免无聊。细细思量原来是智慧不足养心不够。于是重读好书寻得妙方:雅玩养心尽得其乐。

所谓雅玩决非整日游山玩水,也不是刻意追逐网红时尚和打卡式娱乐消费,更不是沉湎网络游戏,而是让自己的生活环境多点文气,把玩之物多点情趣。譬如书房不可杂乱奢华而保持清韵典雅。书籍分类摆放,雅物适当点缀,屋角插花一束或搁一青花。书桌简朴大放,并置以笔墨纸砚所爱字帖。如此文雅则可心神淡定随时临帖,既养心又健身两全其美。但作家朋友的书应在显眼之处,便于随即阅读。其中朱全弟的《男人之歌》,王平华的《生活的脚印》,颜萍的《至慧集》《向往恬静》等充满雅致生活人生哲理之书百读不厌且读有所悟。如全弟的"真正的男人敢于昂首向天笑,不惮低眉向隅泣";平华的"每个人都有一片海,自己不扬帆没人帮你启航,久了就是一片死海;每个人心中都有一朵花,自己不浇水没人帮你芳香,久了心中就是一片荒凉"和颜萍的"恬静最美,心向往之;淡是本味本心本原。一个淡字道尽人生最高境界"等感悟性智慧性句子和宝山挚友张季洁的诗都会撩动心弦而令人回归淡定。也常常会读着读着想起他们,便一个电话或一则微信聊上一阵。既愉悦了心情打发了时间,又增添了友谊。

宅在家里或出门消遣一柄竹刻折扇爱不释手。那是朝夕相处的同事所赠。其扇骨清瘦质朴,雕工精湛,劲节铮铮。扇面一幅墨兰,数片叶子舒卷洒脱刚柔相济。两茎花儿一朵清逸婀娜,一朵挺拔超然。无论是持扇把玩,还是展扇欣赏,心中浮现的不单是同事们的一张张笑脸和曾经共事的难忘情景。更珍贵的是那份岁月凝结的情愫和分别时政治处陆主任的深情寄语:"一柄竹扇风骨永恒,一株幽兰君子之风。"而这样的寄语又仿佛一缕传递着令人虚怀如竹、养性如兰的怡人清风和无形的勉励鞭策,使原本浮躁的心瞬间回归平常淡定怡然。

有一阵子常去挚友工作室喝茶,所见汝窑瓷器紫砂茶具和清供玩件无不雅逸精致意趣盎然。羡慕中清除不用之物,让小小陋室整洁明朗,悬挂水墨丹青恬静适中。再放置木纹自然流畅的清水条案和一把明式圈椅。案上一炷香一壶茶和几只小巧玲珑的"手捻葫芦"。只要稍有不安,即可看香氤氲,细啜佳茗,手捻葫芦,让清香净染心扉,让茶水滋养心神,让葫芦寄寓福禄。顷刻,一种乘物游心的适意油然而生,整个身心也融入了物我两忘的美妙意境。而捻玩葫芦手指连心有助舒缓心脉,时间越久心神愈静,葫芦也愈加温润灵透稚拙可爱。同时案上的《松江报》《云间文艺》等报刊绝不缺少。边把玩边阅读,浏览的是天下万象,感受的是纸墨馨香。

朝南阳台特意露天,充足的阳光雨露有利于一缸睡莲一盆菖蒲一盆茉莉。三种植物都有雅致,但类别不同性情各异。必须针对不同习性和时节用心侍弄。一来权当平日消遣,二来可添陋室生机。深有感触的是种植睡莲从水缸的"沧海一勺",到露出尖尖角和绽开洁白素雅的"莲花座",整个过程归根结底是一"净"字,进而以净养心,使心清静超然惬意。

灯下偶拾

# 最后一课

王 斌

今天是3月1日,母亲离世"五七"的祭日。一个多月前,母亲撒手人寰,辞别了她的一群子女和亲人,安详地去了另一个世界。虽然母亲离开我们已经一月有余,可是她的音容笑貌一直在眼前,总觉得她外出走亲戚去了,或是去旅游了,过不了几天就会回来的,还会每天给我们做一桌子妈妈味道浓郁的美食。可是,这一切都是一种幻觉,是一种下意识之外的感觉惯性和记忆留存,已经不再是现实的真切感触了。

母亲一生为人坦诚、热情、慷慨,善举无数,左邻右舍无不交口称赞。在她的小区,男女老幼几乎无人不知她这个友善好客、乐于为人、年近九旬的瘦小老太太。她一生生育了七个子女,是一个心细如发、乐于操劳、慈严相济的母亲。可以这么说,母亲一生始终都是以实际行动在为子女上课,上生活生命的课,上做人做事的课,上善良勇敢的课,上豁达勤奋的课,上俭朴自律的课……记得在上世纪70年代,由于父母孩子多,挣工分劳力少,每年生产队分口粮都会透支,勤劳的母亲便养鸡养鸭养鹅养猪等,到食品站卖钱,给生产队交透支款。我九岁那一年,母亲养了几十只鸭。夏季的一天傍晚,天突然打起激暴,电闪雷鸣,惊天动地,大雨如注,瓢泼而下。我跟随母亲连忙把鸭群往回赶,要过一个堰沟。由于雨太大,坡太陡,坎太高,泥太滑,稍不留神就会滑入湍急的河水中。正在这时,似乎就在前面几步远处响起了一个特大的惊雷,惊得已经爬到半坎中的我突然滑落,向沟底滚去。母亲不顾一切地陡然扑倒身子,拦在我滑滚的坎下方,这样我和母亲一起急速滑落,幸好坡坎上有棵树挡住了,我们母子没有掉进打着漩涡急流的水中。让我至今忘不了的是我当时一直被母亲搂在怀里,本来惊吓得嗷嗷大哭的我,在滑滚停止时发现自己在母亲温暖的怀抱里,陡然不哭了。母亲这时带着微笑对我说,雷雨不可怕,坡滑不可怕,只要勇敢,没有坎过不去。这是母亲用身教给我上了一堂勇敢的课,让我受益一辈子。

母亲给我上的最后一堂课,是坦然地、勇敢地、安详地、轻松地、乐观地、体面地面对生命尾声的课。母亲是中国传统北方小年那天9点3分溘然离世。尽管母亲长达12年之久的旧病复发,这次住院治疗和在家养病已经二十多天,但一直神志非常清醒,思维非常敏捷,精神也称得上矍铄。虽然病卧在床上,但时常在人搀扶之下能下床走动。去世的前一天早晨,她还在我的搀扶下,自己刷牙洗漱,还能吃点流汁之类的食物,喝点汤,也喝了杯牛奶。当天凌晨3点多,她想吃鸡蛋,大妹特意为她做的高汤蛋花,她没吃完,还交代要给年已97岁的父亲吃一点,之后她就呼呼地大睡。我6点钟走到她的病床边,她睡得正香,轻轻的鼾声非常均匀,与以往的熟睡丝毫没有区别,谁能想到她这一睡,就再也没有醒来。

90岁高龄的母亲,最后一次旧病复发住院治疗前,不但生活自理,还精心照顾着我的父亲,更难得的是天天为在她身边的子女做早餐。这次生病住院,还和往常一样,对于生活十分讲究。比如每次去做检查前,还自己梳梳头发,洗脸后还搽点"雅霜",同病房的病友十分佩服,说母亲在如此病痛的时候,还这般认真地对待生活,是个了不起的老太太。母亲乐观地说,她知道这次病情复发,大概是生命的终点到了。死亡本是自然规律,人无论活多大年纪,生命终要结束,每个人都会有这一天。不过,尽管生命的结束就在不远的时刻,但哪怕是最后一天甚至最后一小时,也要认真地过好,既不要胆怯惧怕,也不要草草了事。母亲临走前,我和弟弟一直在她的床边,我们总觉得她在熟睡,并没想到她会离开。上午9点3分,母亲像咽了一下口水似的,咽下了一口气,安详地去了天堂。母亲的最后时刻,何尝不是给我们上了最后一课,一堂如何对待死亡的课,如何认真对待生命、生活的课。

# 天下最容易做的营养汤

剑 箫

你要害一个大厨,最好的办法是让他一直做紫菜虾皮汤,道理太简单了嘛,扯点紫菜,撒点虾皮,开水一冲,加点酱麻油,成了,如此天长日久,其武功就废了;你要捧家里执掌炊事的人成为一流大厨,最好的办法也是让他(她)一直做紫菜虾皮汤,道理在于,他(她)跟一流大厨做紫菜虾皮汤的能耐,永远在一条水平线上。

那么,一"害"一"捧",你又能得到什么好处?健康。这难道不是你心心念念要的吗?

有些数据无法创作或想象,所以请允许我抄些资料——

先看紫菜:蛋白质含量最丰富的海藻之一,蛋白质质量分数占紫菜质量的25%-50%;可溶性膳食纤维的比例很高;研究表明,服用3克紫菜能够降低食用白面包后的血糖反应;可抑制那些致癌物、诱变剂和各种肿瘤促进剂的活性;不饱和脂肪酸比例较高,在有些紫菜中占到所有脂肪酸总量的近一半,预防动脉粥状硬化显示强势;维C含量比橘子高,胡萝卜素和维B1、B2及维E含量比鸡蛋、牛肉和蔬菜均高;矿物质质量分数几倍于陆地蔬菜,堪称"镁元素的宝库";各种微量元素含量比较丰富……

再看虾皮:以衡量营养价值高低的蛋白质含量来说,每100克含39.3克,大大高于大黄鱼、黄鳝、对虾、带鱼、鲳鱼等水产品及牛肉、猪肉、鸡肉等肉制品;矿物质数量、种类丰富,除含有陆生、淡水生物缺少的碘,其铁、钙、磷含量也很丰富,每100克钙含量为991毫克,素有"钙库"之誉;饱含迄今为止发现的最强抗氧化剂——虾青素……

两种微不足道、貌不惊人、稀松平常的食材,独得一方,已可纵横四海,倘若强强联合,还不睥睨天下?!

紫菜是生长在浅海岩礁上的一种红藻类植物,颜色有红紫、绿紫及黑紫,但干燥后均呈紫色。它一般分两种:条斑紫菜和坛紫菜。前者大多生长于江苏沿海(日本也产一部分,称为海苔),经过清洗、脱水、切碎、干燥、成型,制成方形的片张,再烘烤加工,主要用于制作寿司、零食(波力海苔之类)或烧菜等;后者往往生长于浙江、福建沿海,一通类似的操作后,包装成圆饼状,主要用于烧汤或烧菜。

紫菜被视为"海洋蔬菜",长到一定大小和厚度时可反复采割。坊间称第一割叫"第一水",第二割叫"第二水"……直至七八甚至更多。"第一水"自然最好,数字越大质量越糟,这也是超市里紫菜价格落差较大的原因之一。

嘉禄兄曾送我一饼紫菜,特别关照:"别小看它啰,这个可不一样!"我后来用于烧汤,发现这种紫菜很细,如发菜,紫菜味十足,特别鲜美,想必是所谓"第一水"吧。

真是奇怪,世界上濒海之地极多,但出产紫菜的地方并不多,那也算老天给中国人发放一个特别的福利。

与紫菜相似,虾皮也是中国沿海出产较多。

虾皮主要由一种叫毛虾的小虾加工而成,有生干品和熟干品两种。干制后的小毛虾,外表看上去"瘦"得只剩一层皮,人们便叫它"虾皮"。其实,人家虽"皮","五脏"俱全着呢。

民间传说:虾皮由一个叫做"虾婆"的神仙变成,她是海神的妹妹,因为爱上一个渔夫,被哥哥惩罚,变成了虾皮,散落海里。与此相反的另一个说法是,虾皮由一个叫做"虾公"的神仙变成,他是海神的弟弟,因为爱上一个人间女子,被哥哥惩罚,变成了虾皮,散落海里。好嘛,让两个传说互相扯皮去,我们只要传说里各种惩罚没有影响到人间的自由恋爱即可。

前些年,因为要感谢我曾经帮过一些小忙,有个温州朋友每年快递些鱼饼、鳗鲞、鸭舌、虾干等地方特产供我品尝,自然也有虾皮。后来太太跟我说:"哎,你是否跟秋芬打个招呼,鱼饼、鸭舌之类不用再搞了,只要多弄一份虾皮即可?"太太的话总是对的,我当然要照办;其中还有一个推动力是,紫菜、虾皮在寒舍是易耗品,即使不烧紫菜虾皮汤、做馄饨汤底,光酱麻油拌虾皮,过粥过泡饭,赞得很,家里总是入不敷出!

紫菜和虾皮,两个都很小,但两个都很硬——真正富有营养的硬菜。

茶余饭后

# 劝君戒烟

可 燃

《劝君戒烟》是我几年前写的一篇文章。我是有感而发,经多家媒体登载之后,读到这篇文章的人很多,在读者层面上引起了很好的反响。

我家装潢的时候,工程队的队长是一个烟民,他每天要抽两三包香烟,烟龄已经二十多年。在他影响下,他手下的工人个个抽烟,整个施工现场弄得乌烟瘴气。我把抽烟的危害讲给他们听,讲那些健康鲜活的生命、因为吸烟在我的身边一个个消失了的现象,并把我写的《劝君戒烟》用手机转发给他们。没有想到,工程队队长看后当机立断要戒烟,并把我的文章转给手下工人,工人兄弟们看后也跟随他们的队长一起戒了烟。

等我家的房子装潢结束,工程队长握着我的手,感动地讲:"这次最大的收获是看了你的文章,我戒掉了香烟,也是我最大的成果!现在,我感觉到很舒服!咽喉炎也好了!老婆和我为抽烟吵架的事情也平息了,真的要谢谢您!"

为此,我们成了好朋友!

小区西面有家不大的水果店,这是我家门口唯一的一家水果店,店老板是一位五十多岁的中年人,我每次去买水果,看到老板的嘴里总是衔着香烟,坐在收银台里面,边玩手机边抽烟,烟雾缭绕,弥漫着半爿店堂,使人感到不适,特别是挑拣好水果,走近收银台去过秤时,老板身上散发的烟味令人不爽,连他们上幼儿园的小外孙也说"外公身上臭"。我与他加了微信,并把《劝君戒烟》的文章发给了他。过了几天,我再去水果店买水果时,老板微笑地对我说:"我看了你的文章,很有说服力,我决心戒烟了!"

很快,水果店老板真的把香烟戒掉了,以后看见他,脸色清爽并有了红润,他自己说,体重增加了几斤,咳嗽的老毛病也好了……这几年来,这篇《劝君戒烟》的文章,真的劝很多人戒烟了。

新年伊始,在办公室里忙碌着,突然看到娃哈哈集团公司创始人宗庆后因经年吸烟罹患肺癌去世的消息,感到十分痛惜十分遗憾!据说,宗庆后生前曾是一个烟民,一天平均要抽两包烟,有几十年的烟龄,最后用尽了顶级医疗资源,还是没有挽回他的生命。当然,肺部疾病成因很多,但吸烟一定是百害而一益。劝君戒烟,什么时候都不晚。

松江闲话

# 半吊子

盛济民

"半吊子",松江方言中常用的一个熟语。根据《松江方言志》等辞书的解释,该熟语有多重含义,主要可以理解为以下几点:①不通事理、说话随便、举止不沉着的人;②知识不丰富或技术不熟练的人;③形容不完全或有始无终的事物。例如:

(1)做事体要一本正经,勿讲虚头话,勿做半吊子。

(2)格种半吊子,一样生活也拿勿起,只会混日脚。

(3)修电脑修空调,一定要请专业师傅,半吊子派勿来用场。

(4)依格种半吊子英文,讲出来啥人听得懂?

"半吊子"一词,既是方言熟语,也是现代汉语常用词,文学作品中也经常采用。例如:

(5)只要陆水仙不做半吊子,把那张笔据捏牢,也许还能翻过来。——评弹《遗产风波》

(6)邱建中一直想法和刘总工程师接近,但刘士逸对这半吊子技术员的殷勤并不怎么欣赏。——陈国凯《代价》

(7)人缘也是靠自己,自己是个半吊子,哪里来的朋友?——高阳《胡雪岩全传·平步青云》

(8)要把为群众办实事的"办"字落实到位,不要"嘴皮子"、不搞"花架子"、不做"半吊子",真正走进群众心中,了解群众所思所想、所急所盼,将实事做到群众"心坎间"。——曾显英《不要"嘴皮子"不搞"花架子"不做"半吊子"》

关于"半吊子"一词的由来,民间大致有三种说法:一、最初来源于中国传统的钱币计量制度,旧时钱串一千叫一吊,半吊为五百,不能满串,因此被用来比喻各种不足之处。二、"半吊子"又作"半铞子""半铫子"("铞子""铫子"均为储水煮水的壶罐),比喻半瓶子水(亦说"半瓶子醋")。三、"半吊子"谐音"半刁嘴"。松江话把口齿不清者叫作"刁嘴","半吊子"即生理上并非口齿不清,但因对某项技艺不通,学艺不精,犹如患"刁嘴"者,讲不清事情的始末。

生活茶座

周良弼 书

每周二、三、四、五出版 广告电话:021-37687187 投递热线:021-57814852 本报法律顾问:上海丰兆律师事务所(潘峰:13512129634) 上海界龙中报印务有限公司印刷(电话:021-38821723)