



北美校友园地

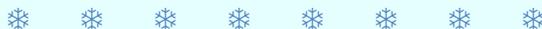
NAAF eNEWSLETTER

naaf.sjtusm@gmail.com | www.naaf-sjtusm.org



北加州校友节日聚会 北加校友会

2019年11月17日在北加校友会组织下，北加校友们举行了今年的第二次节日聚会。二十几位校友在Newark 西贡渔港大酒店相聚一堂。校友相见，分外亲切，纷纷打招呼，互相问候。58届的许丽芬老前辈也从旧金山坐地铁兴致勃勃赶来参加。司克南夫妇也是一路风尘扑扑从一百哩以外的Sacramento 赶来。大家都庆幸有自己的校友会了，上百个散落在旧金山湾区各个城镇的校友们融入到一个大集体里，少了一份冷清，多了一份校友之间的温馨友情。校友们十分感谢蒋治国学长和程其林会长的贴心组织。期待下次的聚会，再续浓浓校友情！



交大医学院与兄弟院校联手 打造长三角医学教育联盟

(理事会讯)

沪上医界曾有一个广为人知的小“秘密”，分辨医生毕业于哪里，看他用哪个手“打结”就行，老上医是右手，老二医是左手，不过今后这样一个“小诀窍”可能就不灵了，因为复旦上医的学生和上海交医的学生在读期间将会通过学分互认、课程共享、名师互聘等形式实现同质化的医学生培养。

今后长三角地区沪苏浙皖“三省一市”的十所高等医学院校的医学生将有机会实现医学教育资源共享的新梦想，开启长三角医学教育高质量一体化、推动学科交叉融合、促进中西医并重发展的新局面。

12月14日，长三角医学教育联盟在上海交通大学医学院正式宣告成立。该联盟由复旦大学上海医学院、上海交通大学医学院、上海中医药大学、南京医科大学、苏州大学、南京中医药大学、浙江大学、温州医科大学、中国科学技术大学、安徽医科大学等联合倡议发起。中国科学院院士、上海交通大学医学院陈国强院长作为联盟首任主席，从发起成立联盟的初心、联盟的共同愿景以及联盟的使命与重点工作三个方面，介绍了联盟相

关情况。在教育部和国家卫生健康委员会的领导下，联盟将凝聚长三角区域内外高等医学院校智慧和力量，通过协同推进“四个一体化”发展，即医学教育质量提升一体化、项目平台建设载体一体化、教育资源共建共享一体化、制度保障改革创新一体化，建设卓越的区域医学教育协作网络，培养和造就适应长三角地区医疗质量均衡化发展的医学人才，积极推动医学教育和科学研究的跨越式发展，为健康中国建设作出更大贡献。他强调，联盟成立后将重点做好五个方面的工作，包括推动联盟高校开展课程共享、名师互聘，鼓励并推动联盟成员高校学生开展交流互访，实质性推进高层次人才互聘，鼓励开展联合攻关，扎实开展多中心临床研究项目，切实做好各类资源互联互通。

我院学子在上海医学院校 大学生临床技能竞赛中 获得佳绩

(理事会讯)

12月6日至7日，来自医学院附属瑞金医院、仁济医院、新华医院、第九人民医院、第一人民医院及第六人民医院6家单位的10支临床医学专业五年制和八年制队伍，赴海军军医大学第一附属医院参加

了2019年第二届上海市医学院校大学生临床技能竞赛，并获得不俗成绩。经过激烈角逐，医学院最终获得团体特等奖1个、二等奖3个、三等奖6个。其中，附属仁济医院五年制队斩获团体特等奖，包揽了半决赛所有站点共3个单项奖。

上海市医学院校大学生临床技能竞赛由上海市教育委员会发起并主办。市教委希望以此作为各校师生学习交流搭建平台，并藉该平台加强对医学生临床基础理论、基础知识、基本技能和人文关怀精神的培养。2019年第二届赛事由海军军医大学和海军军医大学第一附属医院承办。来自复旦大学上海医学院、上海交通大学医学院、同济大学医学院及海军军医大学的共26支代表队104名临床医学专业五年制和八年制选手报名参赛。本次大赛赛题涵盖内科、外科、妇产科、儿科、急诊科、眼科、耳鼻喉科、皮肤科、护理等专科，既考察学生临床基本技能操作，更考察学生的临床思维、临床决策、团队合作、人文沟通等综合能力。

校友动态

先生的精神永存

85-3 葛海涛

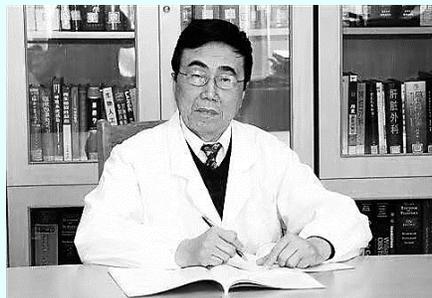
惊悉钱家麒先生仙逝。由于各种原因，我与先生已近三十年未谋面了，谨以此文表达对他老人家深深的敬意和怀念。

我于上海第二医学院毕业后留在附属仁济医院，任内科住院医师。1986年初，进入肾脏科进行为期6个月的住院医师轮转培训。我的上级医师就是钱家麒先生，一位非常精神的长辈。那时他刚从美国哈佛大学医学院进修回国。

刚进肾脏科后不久，我收治了一位从河南来的年轻晚期尿毒症患者。在第二天汇报病史及查房以后，钱先生把我找去，让我把患者的具体住处，当地交通，临近诊所及能进行血液透析医院，等情况详细了解清楚。之后，钱先生亲自找来河南省地图，一边听着我的汇报，一边仔细地看地图做着标记，认真地思考着患者出院后肾脏透析的可能及选择。在仔细评估各种因素后，最终决定进行当时刚开展的家庭自助腹膜透析，为最终肾脏移植争取宝贵时间来挽救这一生命。

腹透的常见并发症是无菌操作不当所致的感染。患者及家属有专职护士教导腹透的具体操作。但好几次下班之后，钱先生带着我去病房实际观看患者与家属的无菌操作过程，并手把手地讲解无菌操作的要领。由于当时条件的限制，钱先生对患者出院后腹膜透析液及透析器材的供应，当地医院应如何

应对腹膜透析并发症等细节，作出细致周到的规划。现在回想当年由先生带领开展的家庭自助腹膜透析，有着许多感慨，真是万事开头难。许多细节极其具体，琐碎，在当今社会看来根本“无利可图”的事情，花费了先生大量的时间与精力，但换来的是实实在在的病人利益，治疗效果与最优化的治疗安全！记得出院的那天，患者与其父亲来办公室向



我们道别，致谢。先生面带慈祥微笑着握着我的手再三叮嘱与鼓励，像是一个温馨家长长者对要出远门的孩子般，场景感人，至今难忘。

几个月后，我收治了一位慢性肾功能衰竭，蛋白尿及间歇性肉眼血尿的病人。问病史时，我注意到患者在血尿时小便中有“软性”物质排出。在向钱先生汇报病史后，先生问我的诊断是什么？我说，查了中文教科书，许多症状不能用一种诊断解释。先生又问，病人服用什么药物？我答道，病人有关节痛，平时服用自购的止痛药。先生进一步问道，什么止痛药，多少剂量，服用多

久？我不能作答。先生略感失望，说道，情况都没有弄清楚，怎么看病呢？停顿了一下，先生又说，你去查一下，病人的症状与服用止痛剂的联系？这时我才意识到服用止痛药物引发肾病的可能。

由于当时中文资料极少，钱先生鼓励我去查找外文资料。记得那时去二医及中华医学会图书馆查资料条件非常简陋，多数时候只能利用卡片索引相关资料。一些书籍，杂志不能外借，复印还不普及，且费用昂贵，大多数资料只能在图书馆做笔录。所以外文资料查询过程艰辛，相当挑战但富有成果。最终我们顺利地完成了诊断检查，确诊了当时看来比较罕见的，长期大剂量使用阿司匹林类止痛剂引发的间质性肾炎伴肾乳头坏死。

之后，钱先生又鼓励我将当时国内不常诊断的这一疾病做病例报导。在钱先生与当时内科教研组主任陈曙霞教授的推荐下，此例报导在当时黄浦区医学会杂志上发表，并获奖。我深切感受到在这荣誉的背后有着先生以及前辈们对于我所倾注的大量心血！

人们常说“青出于蓝而胜于蓝”，但先生的优秀品质与精神就像一座颠峰，很难超越。他的优秀品质与精神深刻地影响着我們，并使我们受益终生。我衷心祈祷这种品质与精神能够代代相传。

钱家麒先生的精神永存！

2019年11月20日于美国

今年我来写一下在农场的主要话题 - 上调。以此作为进农场50周年纪念。

“上调”的意思就是从农场调回上海。这两个字实在太迷人了。当我们进农场以后相当长的一段时间里似乎还没有这个概念，当然对我而言，也没有在此扎根的想法，模模糊糊总觉得毕竟还称半个高中生，总不见得种一辈子田，在这段时间里处于一种混沌状态中，只有一些短期的憧憬，譬如休假回上海，场休日可以逛一下附近的小镇（起码得走上一个多小时）。有一次去柘林，一顿吃了5-6根油条。或者冬天下雨不出工，躲进帐子成一统（看



农场宿舍，我的房间在右边第二间。

82-2 陆铁强

上调

- 进农场50周年纪念



书，发呆都可以）。也正因为没有“上调”那回事，思想上反而不那么紧张。对连队领导而言，手中没有什么王牌可以很有效地指挥这帮从学校里刚出来的小家伙。因为农场是拿工资的，与生产所得并没有直接的关系。尽管也可以搞一些运动，抓阶级斗争，将一些所谓的“流氓”抓起来等等，但毕竟偷一些懒还称不得什么了不起，况且偷懒人一多，也真没啥好办法。

有时支书老陈（背后我们谑称他为“老挪”）早晨一面吹哨，一面口喊“出工了，



里面8人一间，帐子内是我的天地。照片上比实际好多了，当时是泥土地，下雨后一片泥泞。

出工了”，然后三三两两的慢悠悠地拿着农具走出又低矮又脏兮兮的小屋子到田里去。甚至有一次在种蚕豆时，不知是谁挖个坑，将整包蚕豆扔在坑里，然后溜到什么地方去睡觉，几场雨一下，这个地方长了一大丛绿色的蚕豆苗出来。我还是蛮老实的，尽管力气不大，干活还是蛮卖力，倒不是为了“干革命”什么，只是觉得拿了钱，总得做事。

过了1-2年后，“上调”开始了，第一批上调是抽调一些高中生培训当老师（当时因为大学不办，没有师资来源，所以缺乏中学老师）。像我这种成份不好的，干活也不那么突出的（无奈力气只有这点），根本没戏。接下来，每年都有些名额上调到上海工矿。这“上调”一来，农场里这帮学生就像是牛鼻子穿了孔一样，给老老实实牵着了，那干起活来就不像前面讲的那种吊儿郎当。讲到上山下乡，与插队落户相比，上海郊区农场生活上，还不称太苦，至少有工资（24元/月，6美元多一点，当时汇率是3.84元/美元），



(上接第2页)

回来吃食堂，偶尔还有红烧肉吃（一毛五分/份）。

但干活来讲，估计也是干到了身体的极限。尤其在每年5月份的“双抢”（抢收抢种），几乎每天风雨无阻地干18个小时以上。最长的一次曾经连续干了36小时。干到了除了吃饭之外，睡觉成了生活最大的奢侈。还有到了冬天，估计即使在外地插队落伍的朋友们可能大多是农闲季节，相对可以休息一段，在农场却是每年都得去开河。



从连队到荒滩（开河处）得走上2个小时左右，于是每天清晨6点摸黑出发，河锹，扁担，箩筐背在肩上，顶着刺骨的寒风，披星戴月，赶到那里，天色才蒙蒙亮，一直要做到天黑，然后回宿舍再得走2小时，当在漆黑的夜幕中远远看到连队房子的点点灯火，这是温暖，食物，可以舒展身躯的地方，直到今天我还能感受到那时激动的心情。这样年复一年，同样的劳动，同样的生活。“上调”就像一个迷人的梦想。上海离那里，只有100多公里之遥。那里，走的是雨天不沾泥的马路，可以每天早晨吃上一根油条，只要有钱可以天天吃红烧肉，上调进工厂，8小时工作，工资可以有36元/月，如果节约一点，再开个后门，通路子能够买到一辆凤凰牌自行车，骑着车，一按车铃，“叮铃铃…”，这不是神仙过的日子吗？说到这里想起当年同寝室的老克拉

(class) 俞镇芳（事实上一点也不克拉，不知此绰号从何而来），他曾讲过，一次休假到上海，在电车上与另一位农场职工一起冒充上海工厂员工，相互大声对讲上班如何如何地，过了一下做上海人的瘾，标标准准的意淫。这种近距离的反差是如此之突显，再加上当时的政策是忽变忽变的，谁能保证这不是最后一次“上调”，滑进就滑进了，一旦门关上，岂不是死蟹一只。而且随着年岁增大，毕竟还是要考虑成家立业之事，在那里混，我连谈恋爱都不敢想，总希望有这样一转机，然后正常生活就此开始。



七十年代徐家汇，从农场出来，进上海市区第一站。

当时的滑稽事情也蛮多，农场里常会开一些“扎根”大会，一般在某个连队打谷场上搭上一个临时舞台，几个连队联合召开。像我之类的群众只是坐在下面喊喊口号而已，而台上的气氛那真够热烈的。而且每次都是这样，不断有人冲到台上去，相互抢夺麦克风，声嘶力竭高喊“扎根农场，扎根一辈子…”，麦克风一次又一次被抢断，接上，再抢断，再接上…我承认自己思想不大好，不想去据自己的落后思想去揣摩别人究竟是真心，还是演戏。只是心里觉得这个麦克风蛮可怜的，何苦呢？真要扎根，根本不要争取，你静静耽下来就可以了。这个印象蛮深刻，直到现在，有时在网上看见有那么些人兴高采烈，载歌载舞地纪念“上山下乡”，高呼“青春无悔”的节目时，心里就会不由自主地将当年打谷场上的热烈场面联系起来，有时还突发奇想，是不是同样的的一些人，只不过变老了而已。

“上调”这两个字不仅仅是迷人，而且还相当玄乎，没有一个客观标准。其决定权完全在书记的手里，也就是老柳的头脑中。我与毕云飞（人称“古董”）平时还蛮讲得来，尽管不是一个班里（当时农场以军队连队编制），但干活常在一起。有一天正在干农活，老柳走过来，讲了一些话后走了。看着他逐渐离开的身影，古董两手按着锄头，若有所思，突然冒出一句：“真想不通，凭什么我们的命运都在这个老柳手里。”奇怪，将近50年过去了，那时的情景与话语至今在我脑海里还依然如此清晰。

老柳姓陈，所以当面都尊称为“老陈”，绍兴人。本来是上海工人，据说历史上有点小问题，先去了崇明圈垦，后来到奉贤农场当连队支书。个子不大，背微驼，年龄大约50左右（比我现在年纪要小20岁，称“老柳”实在有点冤枉），头发有点微脱，一口绍兴话，整天穿着一身洗得发白的兰色中山装。现在想来，他也蛮倒霉的，长年与上海的家人分离，在乡下整天与一帮小赤佬（小家伙）打交道。

一天晚上，不知是查房怎么的，走进我班里的寝室。睡我斜对面下铺的是蔡同德，这是一个楞头小子，事实上脑子也蛮好的，喜欢半导体，电器什么的，只是不大通人情世故。这天蔡同德正在用他自己拉出的小灯在帐子里看书，老柳一见，就说这是违规的，就要没收这个小灯具，蔡同德不依，老柳心头一火，伸手到帐上里去拿，这位小子吃了豹子胆，硬是不给，两人在帐子里就扯拉起来了。现在已记不清究竟将这小灯拿走了没有，只记得老柳气呼呼地走了。过了几分钟，只见老柳登登又走进寝室来，用很严厉的语气，一口浓重的绍兴口音，伸出右手，左手指着右手袖口处，冲着蔡同德说“侬看，侬看，我的绒线衫被侬拉破了。”尤其将绍兴话里面一个“绒”字的鼻音拖得不仅很长，很重而且似乎还拐了一个弯。写到这里，我心里还是觉得这场景相当滑稽。最后大家都上调回上海了，蔡同德被分配到金山石化厂，我不知道这是不是与这件倒霉

的绒线衫有关。

再讲我自己，一年又一年过去了，心里真有点焦急。我的情况与我队里的植保员盛瑞英相似，她的姐姐和我的姐姐都在同一农场的第9连。盛瑞英能说会道，上上下下关系都搞得很好，混了个植保员，也祇是连队的一个人物。可能由于她的关系（当然也是猜测），她姐姐就得上调。我当时实在觉得自己实在太无能，连自己的姐姐都一点帮不了忙。一个书呆子，一点也不会搞关系，祇是，既然这样，软的不会，只会硬的，那就拚命吧。最后两年在种子排真的拚命了。有人告诉我（不知真假），会计钱贞曾说起我，讲陆铁强蛮聪明，前面一段时间业余时间读读外语，拉拉小提琴，后面出农场时政治表现也蛮好。事实上哪里是聪明，实在是没有办法。最后两年，咸鱼翻身，总评评上了一次连队先进工作者，还被封为种子排付排长（生产排长）。姐姐也得到上调。前面曾讲过，力气只有这点，长期透支，身体吃不消了。在这年的年初，肝功能指标sGPT又高到100以上。在这几年前，连队肝炎流行时（这里又有故事，以后再讲）我曾也高过一阵。对我而言，现在看来，似乎这是劳累所致，并非真正的病毒性肝炎，因为现在扞查血中的抗体指标都是阴性。接下来，此年一次“双抢”之后，真的做不动了，低热，咳嗽，乏力一下子袭来，到奉贤南桥医院X光胸片一拍，右肺阴影，初步诊断是肺结核（肺炎一般在下叶，上叶不多见）。真是匪夷所思，听到这消息，当时心里有种暗喜，总祇有一张牌子了。我生来就身子比较瘦弱，但没有病。肺结核有药，不会死人，也不是最痛苦，真正实在是做不动了。后来在上海休息了一个月，用了些抗菌素，阴影消失了，看来还是肺炎。总之，看来身体里所有力气（上海话说吃奶本事）都快快用完了。

这一年的冬天又来了，也就是一年一度的“上调”又开始了。一天各连生产排长到场部开会，会后，回队的路上天色已晚，连长老陶和我走在一起，与老陶还蛮有讲头的，一路走一路讲，但突然老陶有意无意地与前面讲的话题完全不搭界地插上一句：“今年我们决定让沈惠定（种子排正排长政治排长）留下。”接下去就不讲了。上海话叫做hua翎子（露口风），翎子hua得正好，又不露一点痕迹。



第二排中间二位中年男子，左边是支书老陈，右边是连长老陶。

老陶，陶申章，是奉贤当地人，农校毕业生，在农村中也祇是知识分子。中等身材，

(下接第4页)

(上接第3页)

长年风吹日晒，皮肤黝黑。头发天生有点卷，长年穿着一身不太旧土布做的中山装，但是蛮贴身，显得蛮精神，在那个时代中，尤其从农村出身的人中，他还是蛮注重外表形象的，不像老梆那种不在乎衣着，似乎存心显示出朴素的样子。当时估计40岁左右，但看上去可能比实际年龄大。他蛮通人情，是一位容易接近的人物。他不限于农业，对其他科学人文知识也相当感兴趣。我和他的关系也由此密切起来。当时正是“批林批孔”运动之时，老实讲，之前一次次五花八门的运动都蛮怕人的，唯有“批林批孔”“评法反儒”运动，本身对我没有任何切身利益相关，而且由此一些古典文学倒是开禁了，除了样板戏之外，还多少可以读到《盐铁论》，杨国荣的《中国哲学史》之类的书。这时老陶似乎对中国历史也很感兴趣，而我其他本事没有，从小就迷上帝王将相的小人书，讲到历史事件与人物还多少知道些。当时文化封闭的很厉害，一般人对历史都不感兴趣，也没有什么书读，所以能找到一个



七十年代人民广场与南京路

人能够聊聊，并不那么容易。所以，这段时间老陶常常有事没事到种子排来与我一起干活，顺便就东拉西扯地谈古说今。所以关系蛮好。

尽管已接到翎子，但不到最后的结果，心里总还有点玄。一天天过去，终于宣布上调名单的一天要来到了。前一天晚上，大家异床同梦，不对，大家连梦也做不成，因为睡不着觉了。普契尼的歌剧《朵兰图》的有一首有名的男高音咏叹曲“今夜无人入睡”。每当听帕伐洛蒂唱起这首歌时，我会莫名其妙地联想到农场中的这样的一个夜晚。“今夜无人入睡”。

可能我毕竟事先略知道些，所以状态还可以。想想在我前一年出来的古董（毕云飞），估计他事先一点不知道，“上调”的喜悦像棍子一样打过来，打得他晕头转向，之后整整好几天打得呆头呆脑。事实上，他们一批大多在建工局，现在讲的话，是民工（建筑工人）。而我们一批大多在纺织局。同寝室的薄国樑（国国）一听到分配到纺织局，高兴得大腿一拍：“好啊！男的在厂里可以当技术工。”反正，这在农场的最后几天，被上调的人都沉浸

在未来一片美好的憧憬中。

1975年1月30日，王道一（人称“大胡子”，简称“胡子”）将此日定为“拔根节”。距进农场1969年1月29日“扎根节”，整整6年零1天。那天是今生今世最快乐的一天。在以后人生的道路上也有好多值得高兴的事情，譬如进大学，出国等等，但老实讲，还是不能与“上调”一事相比。前者是“雪中送炭”，以后的仅是“锦上添花”。以前常说社会有三大差别，工农差别，城乡差别，知识分子与劳动人民差别。6年的经历告诉我，头两个差别是最要紧的。在去农场前，先得到当愚安路派出所去吊销户口，当时只见一个大印在户口簿中一敲，心中一颤，上海户口没有了。现在又要敲回来了。“上海户口”在当时意味着什么！

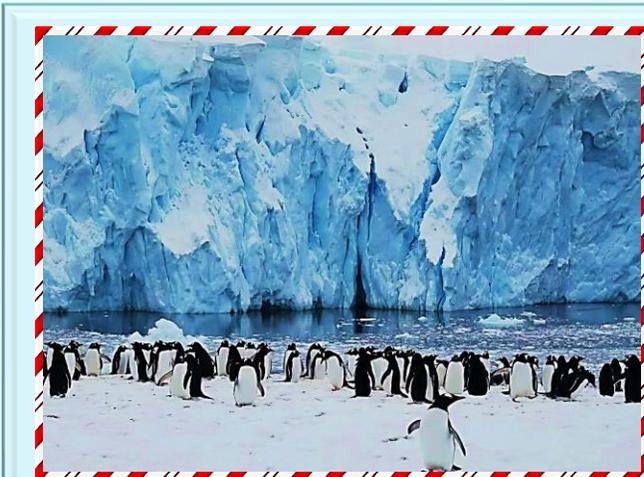
可能又经过了一个无眠的夜晚，天不亮就早早起来将行李收拾好，等待着幸福时光的到来。来了一辆有盖的大卡车，将上调的人与行李一股脑儿装了上去。车子“格敦”一响上路了，同行的有上面提到的道一兄，他是性情中的人物，为了庆祝“拔根”，随身携带了一瓶白干（白酒），现在已记不清他是否还带了过酒的菜肴（猪肉肉之类的），在车上就美美地享用起来。我不能喝酒，但也激动得抽了几根烟（在患肺炎之后，我已戒烟了）。一路上真是感慨万千。6年的宝贵青春，就在二次卡车的进出之间过去了。

在这6年中是否全是劳累与痛苦，也不见得。因为年轻，而且总是还带有一点小资的情怀，也确实享受过劳动所带来的喜悦与骄傲。当一块像平镜般的水田，尤其插秧后几天，秧苗一根根竖立起来，整个田野一片葱绿，像绘画一般，而画笔就是我们的双手。秋天，一片金黄，大自然将我们劳动化为实实在在的稻谷。冬天开河，天蒙蒙亮亮，广阔的海滩上，白茫茫一片晨雾中，三三两两的人们背着箩筐扁担，若隐若现地从各个方向向开河处走去，有线广播播放的是毛泽东诗词歌曲：“西风烈，长空雁叫霜晨月，霜晨月，马蹄声碎，喇叭声咽...”（这首曲子，我认为是谱得最好的一首，尤其管弦乐的部分）。开河时，一条密密麻麻由人组成的长龙，红旗招展，再加上有线广播的高音喇叭，这种场景确实是壮观，我有



时在想3000千年前在埃及建金字塔大概也是这种情景。经过几周的苦干，平地出了一条大河，毕毕直直，看不见尽头。现在回忆起来，当时情景在历历在目。

所以在这一段路上，心情还是蛮复杂，欢乐，憧憬夹杂着对这块土地的某些感情，毕竟在这里风里雨里度过了整整6年，挥洒了多少我们青春的汗水。卡车直接将我们送到人民广场。我因为想使我的父母有个突然的惊喜，所以事先没有通知他们。刚才讲到的道一兄（大胡子）说，他妹妹王米容来接他，有一辆黄鱼车（三轮带有拖车的脚踏车），这样也可以将我的行李也放上。下了车，第一次见到王米容，现在已记不清楚到底王道一以前与他妹妹讲起过我，还是当时介绍我，这位名叫铁强，反正接下来一幕却是记忆深刻，王米容一见到我，端详了一番，笑了，好像用普通话（他们家里讲普通话）说：“哪里像是铁匠（强），分明是小炉匠（《林海雪原》中的小土匪）嘛”。想想当时，我人很瘦，身穿着破棉袄，腰里缠着一根稻草绳，头上戴着带风耳的棉帽子，被晒黑的瘦削脸上可能还挂了些一撮小胡子，身上，鞋上都点点斑斑沾了些黄泥。这个形象实在配不上我的名字那样强壮有力。于是，王米容就将我们的行李装在黄鱼车上后走了。我现在有点模糊的是，当时是否还有一件行李没有装下，所以放在一辆自行车上，所以我与王道一没有乘公交车回去，而是推着这辆车从人民广场，沿着南京路朝西步行回家（距离不太近）。一个小炉匠，一个大胡子，在熙熙攘攘的马路上，有说有笑，究竟谈了些什么已全忘记了，只记得那天的阳光照在身上特别温暖。



刊头背景介绍

摄影：段沁德，83-5

时间：Oct.26, 2019,
10:34am

相机：Nikon Z6/ NIKKOR
24-70mm/S4

地点：Antarctic Peninsula,
Neko Harbour.

感言：南极大陆是地球上
最后一片净土，希望她永
远美丽，安静，纯净，安
宁，平和。

我在国内做保姆的体验

颜嫣慧, 83-2



十月, 一个周末的中午, 热腾腾的酸菜鱼头汤刚由滴滴小哥送到我姐家时, 我的手机就响了起来, “二姐, 我妈摔了一跤, 我要回去了。”家里的保姆小黄这么跟我说。这顿午餐注定是吃不出鱼头汤的鲜味了。

“姐, 我今天就得回去, 老妈没人照顾了。”我一边跟我姐打招呼, 一边心里非常清楚我们原先商议好的吃过午饭下午跟我姐去卡拉OK, 晚上做脸、全身按摩计划全都泡汤了。“伊那能花头介透啦?”我姐一脸不高兴。

小黄, 安徽人, 五十不到的她, 到上海来约八年的时光, 却有五年的进进出出住院史。那是她初来上海, 骑着自行车, 被一辆宝马撞倒在马路上。这辆宝马车的车主倒是一个有担当的人, 马上把肠子已经翻在外面的小黄送到了医院。经历了三次切肠、补肠, 清洗脓肿的伤口手术, 又反反复复经历了很多并发症, 一到上海已经吃尽了皮肉痛苦, 人生地不熟的小黄倒是跟医院马上熟悉了起来。二年前我家的资深保姆小张跟着会做菜的丈夫回到安徽中国科大去承包学生的食堂伙食, 把小黄介绍给了老妈。

去年我回国第一次看见瘦瘦小小的小黄, 人倒蛮机灵的, 嘴巴也甜甜的她是出来打工这帮姐妹们中的秀才, 读到了小学二年级。完全不像我家以前的小张, 一天没进过学堂, 倒拿着报纸, “二姐, 今天下雨, 出门要带伞哦”。小张的手机没有文字, 只有图片和语音信箱。

急得老爸, “小张, 你现在开始学识字吧。”

八面玲珑的小张, 会带着我去菜市场, 从豆制品摊到卖蟹的, 又从鱼肉摊到卖蔬菜的; 每个人都是她的“三亲六眷”, 一阵喧寒, 一下搞定, 每次跟她去菜市场开心得不得了。我姐知道我就好吃小张这一套。

我说, “小张啊, 你要是识字, 不知道要比二姐厉害多少倍了。”

这小黄尽管识得了几个大字, 就是到了菜场不识货。你叫她买平菇, 她买回来的一定是蘑菇; 你叫她买粉皮, 买回来的一定是百叶。“不都是菇啊皮吗?”不过, 这都不要紧, 只要能讨老妈喜欢, 就是皇道。

去年我回国, “二姐, 我这里有块。”小黄说着撩起衣服让我摸, 她的左中腹前侧有个软软的光滑的基底较宽的肿块。CT一看“腹壁脓肿”。

“要不要拿掉?”小黄怯怯地问道。

“当然要拿掉。这是感染源, 任何时候会破裂, 二姐在, 你赶快去手术吧。”我说着, 托人就把小黄又送进了医院。小黄立即给自己找了个替身, 老妈倒是有人照顾了。

现在小黄走得好匆忙啊。在我一脚跨进小区的电梯时, 小黄已经在长途汽车站了。

“你妈摔得怎么样?”我赶快问了一句。

“哦, 她不是摔的。现在不会说话, 不会吃东西, 手脚也不会动了, 二姐你说什么病啊?”

“中风了, 赶快送医院啊。”我马上就可以断定是中风, 但不知道是缺血、还是出血性的中风。

“我马上打电话给家里人。”小黄说着就挂上了电话。

小黄走了, 现在我要充当小黄的角色, 一个保姆所有的职责, 只不过我的服务对象是一个中风了15年, 右侧肢体瘫痪, 头脑完全清楚, 依然能说道, 生我养我的母亲。

只要我不在身边, 每次给母亲打电话, 母亲都会说小黄有多么的好。这让我放心不少。母亲是一个非常自律要强的人, 虽然右侧肢体不能动弹, 她会用左手吃饭、擦身, 每天有人陪着走路半小时以上; 自编自导轮椅操, 主要是脑子毫不含糊的她, 做所有的事必须按照她的本意, 每天穿衣穿鞋还要搭配颜色讲究。

“伊笨啊, 教不会的。”只要我一回到老太太的身边, 她马上就“忘恩负义”起来, 总认为自家的女儿比较聪明。

“聪明的人谁会来帮依擦屁股端尿啊, 早就去做月嫂了”, 这时的我一定不能添油加醋。

早上六点半醒来, 我一下跳到母亲床上, 一边闲聊, 一边从头到脚开始给她按摩, 这是每天小黄来前我自加的节目。

七点正, 给她退去尿不湿, 这用了一夜的尿片总是沉沉的, 少说也有三磅重。其实母亲并没有大小便失禁。自从母亲中风后从鸡叫做到鬼叫的父亲, 晚上还要起来端尿壶给母亲小便2~3次, 太辛苦了。

“你爸自己也要晚上起来小便的, 又没烦到他。”

老妈开始极力反对, 真是看人挑担不吃力啊。

但是我跟母亲说, “老爸晚上起来小便睡到自然醒, 您把他叫醒是很累的。”我化了九牛二虎之力才说服母亲同意穿上尿不湿的。

先开始擦下半身一换水一擦上半身一换水一洗脸、洗手。

挽着她上过厕所后, 坐在特制的藤椅上, 餐桌前刷牙、洗手开始吃早餐。

我开始整理床铺, 打扫屋子, 把换下来的衣服丢进洗衣机里让它们翻滚。

这时老爸已为我准备好了早餐, 一般都是芥菜大肉馄饨, 小馄饨, 肉粽, 鲜肉圆子等都是冰箱里的冷冻食品。如果小黄在, 那就是完全不一样的早餐烟火了。一般早餐从大饼, 油条, 菜饭团到豆浆, 或生煎, 锅贴, 葱油饼到豆腐花, 菜肉馒头, 包脚布, 花样繁多, 天天不重复。小黄在来我家时, 已经买好了早点。

吃过早饭, 我就要去买菜了。小黄在时, 每天给母亲按摩后我就开始去锻炼了。现在没有这样的奢侈时间, 我就把买菜当作是锻炼了。

我走路飞快, 现在倒是马路上到处都有红绿灯, 拉长了我买菜的时间。等在人行道上的人群看见红灯倒数读秒, 已经开始蠢蠢欲动。迎面而来的车辆, 一定会在最后几秒作个垂死穿越。每当这样的情景发生我心里持掉

跳。中国人太多了, 不争个你死我活谁肯罢休。

菜市场倒是整洁干净, 一个个小塑料袋挂在货架的下方。装上自己挑选的丝瓜, 鸡毛菜、长扁刀豆、鲜香菇后, 又抓了几个番薯, 一盒豆腐、一扎素鸡, 二斤鸡蛋向售货员走去。围在收银台周边的人多眼急手快, 一个个把自己的货物放在坐秤上, 拿出手机, 照过二维码就走了, 站在一旁一直轮不到我。

“美女, 照二维码啊, 赶快照啊。”连收银员在一旁也看不下去了。

“我今天第一天做保姆, 没有二维码, 我付现金。”我认真地答道。

那服务员很快抬起头来把我上下打量了一下, 看我的眼光犹如碰见了一个外星人。

不过, 她非常同情地, “你再等等, 忙过了这几个我帮你。”

一跑回家, 母亲已经焦急的不行了, “那有这么长时间去买菜不回来的。”我把经历一讲, 母亲哈哈大笑。

接下来, 要陪母亲走路了。前后房内三圈, 上厕所, 再三圈。母亲左手拄着拐杖, 一边努力地要把自己的右边身体挺起来, 一边慢慢地向前移步。每次转身, 就像停机场上的飞机要转弯, 硕大的机翼一点点调整, 再调整。母亲虽然个子不大, 可步子stiff, 每当这时我都会说, “飞机转弯啦。”不管什么天气, 老人家这时都是大汗淋漓, 又湿了一身衣服。

给老人家干毛巾擦身, 把她扶上轮椅后, 让她稍作休息。我就去准备饭菜了。老太太接下来还有自己的轮椅操二十分钟, 那是有闹钟作证。站起一坐下, 还有永远的好的左手拉着坏的右手举过头顶, 上下来回。

等我出得厨房已经快要十一点了, 老人家的锻炼也已经完毕, 赶快给她洗澡。

十一点半准时开饭, 陪在神清气爽的母亲身边一起吃饭, 所有上午的努力都值得了。午餐后给老人洗漱完毕就服侍老人睡午觉了。这时我可以有点空闲时间坐下来看看书报。爸妈都老了, 眼睛花了, 这几年订的报纸形同虚设都已经没人看了, 只有我回家去, 还可以偶尔翻翻。文汇报《笔会》专栏, 我会饶有兴趣地去游览一番。

平时小黄的工作做到这里也结束了, 晚上还有不同的阿姨来给母亲穿上尿不湿, 服侍老人家睡觉。老人们的生活非常有规律地, 慢慢地, 每天这样进行着。用我爸的话说是, “度讪日。”(即混日子)

这样一晃三个星期就过去了。还有三天我就要回state了, 父亲已经急得像热锅上的蚂蚁, “去叫个钟点工来。”现在上海的钟点工是每小时¥35。

“我们家肯定不适合找钟点工, 应该要找一保姆。”我跟老爸这样说。

“依港了便当来, 依走了, 你妈谁来照顾啊?”90岁的老父亲明显的身体状况每况愈下, 就像一盏油灯, 慢慢地在熄灭。已经力不从心的老爸, 每天早晨会打理早餐, 牛奶、鸡蛋、麦片芝麻糊, 放上一小匙人参粉, 他和老妈一人一碗。家里三餐的饭碗都是老爸洗的。在老妈十几年的中风日子里, 老爸真是鞠躬尽瘁, 88岁老妈能有今天, 老爸功不可没。现在他也是一个应该要人照顾的老人了。

(下接第6页)

(上接第5页)

母亲生我们姐妹仨个，我常年在外是最派不上用场的人，用我老姐的话说。我妹只要一听到老爸老妈有个头痛脑热，她就先晕了。我姐是个非常精明能干的人，自从她自己当上了外祖母，全部的心思就扑在小宝宝身上了。现在我和我妹都靠不住，她也不能把自己累死，何况她一直还做着份会计工作呢。我跟我姐谈过，父母老了照顾不好，生活质量就会一落千丈。小宝宝是会长大的，应该还给她的父母。但我姐表示，舍不得自己的女儿带孩子。我姐的心里打着小九九，不惜一切代价，找个称心如意的保姆，她就不必被绑在父母身边了。

我父母是特别明白的人，大部分存款已经分二次分给我们三个女儿。我立马表示不会要父母的一分钱。就这样，第一次父母给的钱，存在我妹的名分下；第二次存在我姐的名分下；父母老了，不会用钱，也不舍得用钱，我们应该把他们的钱用在照顾他们自己的身上。

“以前这么厚待小张，她不是也走了。”我姐讲起服侍了老妈13年的小张离开有点胸闷。从她儿子小学到大学，球鞋，双肩包都是我美国带回去的；计算机、手机都是我姐买的；我妹是不断地塞钱给她。对待小张就像是我家捡了一个妹妹。但是，小张的丈夫要做家族餐饮生意，少了贤内助肯定不行。我特别能理解。现在逢年过节小黄回家，是小张来替代的。每年我回国，小张都会把黄山新茶四斤、五斤托人带给我。这种情谊已经融在了骨子里，不是用钱可以来衡量的。

小黄来时，完全按照小张的待遇，还稍稍加了一点。小黄喜欢染发膏，我也从美国带回去给她，我给姐妹们的礼物，不会少了小黄那份。只有你真诚地对待她，她才会全心全意地对待老人。

小黄的妈病了，这种节骨眼上叫小黄回来，感情上肯定也是不合适的。我姐找小黄沟通了一下。

“二姐过三天就要走了。你就留在家乡服侍母亲吧。如果这份工作你还想说的话就请一个人来替代，等你回来了，这份工作还是你自己的。我也可以到家政中介公司去找人，但是一签合同就是两年，那么你就回不来了。”

小黄一听急了，表示这份工作决不放弃，正好有家乡人从安徽出来，让她来顶几天，明天早上就会到。”

第二天早晨家里来了一个非常漂亮的安徽妹子—小刘。一身枣红色的运动装，波浪长发披肩，弯弯的眉毛大大的眼睛，嘟嘟的嘴巴却爽快地像倒豆子那样停不下来。

“你看她的脸像不像做过的？”善于察言观色的母亲悄悄地在我耳边嘀咕道。

我给母亲摆摆手，示意不知道。

不过我对小刘倒也是开城布公，“这份工作要擦屁股的，你能做吗？”

“二姐，我的命好苦啊，嫁了两个老公，一死一跑。三男一女全是我自己带大的。我一个字不识，照顾老人还没人要呢，很多老人要给吃药的，但我看不懂。其实我在安徽，在美容院给人理发，生活也还过得去。但孩子们都大了，我想自己要出来挣点钱。”小刘在一分钟内把自己的身世倾倒完毕。

老爸一听小刘会理发，马上心花怒放，“以后理发就不用出门了，但是你给我们理发

是另外会付你工资的。”

噢，在美容院做过。这倒也可以解释了小刘身上有点时尚的气息。

我关心的是没有交通工具的她现在在哪儿？

“就住在小黄住处，但她现在人不在，电没开。”小刘回答。

“那你没洗澡吧？等会洗了澡再走。”我马上把自己只穿过一次的白色蕾丝长袖上衣送给了她。

每年我带回国的衣服是不会再带回state的，衣柜里要躺一年，大多的衣服都会送人。小黄个子纤瘦，去年我把里里外外的衣服都送给了小黄，她开心地，“从背影看我就是二姐了。”

我们留小刘吃饭，她吃了二大碗白饭，没怎么夹菜。我把烤鸭、熏鱼不断地往她的碗里夹，当然这些都是我这个懒人买来的，“吃饱了才能做事呀。”看来她是已经有好几顿都没有吃饭了。

小刘坦诚地，昨天一天只吃了两个馒头。

老爸，马上拿出¥200钱给她，“吃饭钱要有的。现在那能还有叫人饿肚子的事”小刘的兜里真的没有钱，但是她的包内有很多化妆品。

老爸的普通话是洋泾浜又加上耳聋，这小刘是一句听不懂上海话。这真是秀才遇见兵有理说不清。这时老妈就是沟通权威了。

老爸把一张¥50的钱递给小刘，“明天买三客生煎馒头。”

小刘捏着钞票，馒头就是馒头，怎么还有生煎的？一时丈二和尚摸不着头脑。

“她连菜市场在哪都不知道？依叫伊到哪里去买生煎啊？”到底是权威拎得清（明事理）。

第二天，我陪小刘去菜市场。我先要减轻小刘的思想负担。其实老人还是很好搞的，老妈耳根子软，平时只要老太太长，老太太短，陪她说说话，哄她开心就不会有大问题了。但每次老人大小便后，屁股要温水冲洗，按马桶边上的按钮，然后擦干。每周末我妹会给我爸妈送荤菜，每周三我姐会给他们送炒菜，老人吃的很少，平时只要烧1~2只蔬菜就可以了。小刘一直默默地听着，在边上不住地点头。老爸气盛时，有一天赶走二个保姆的记录，这点做女儿的心知肚明。

今天，老爸关照要买一条“胖头鱼”。等我俩走到最后面的鱼摊头，终于出现了“胖头鱼”。我刚刚指了这条约三斤左右较小的鱼，鱼摊主迅速把活蹦乱跳的鱼经过了秤，当头一锤就砸在了鱼脑袋上，这鱼还在垂死挣扎。我的眼泪立即就哗啦啦流了下来，太没有思想准备了，这么残忍一锤就硬梆梆砸在了我的心上，太难过了。我连提鱼的力气都没了，小刘接过了鱼，“二姐，卖鱼都是这样的。”别人在一旁看了又把我当外星人了。

回家，小刘把买鱼的经过讲给老爸听，不知道是他听不懂？还是听不见？老爸居然毫无反应。胖头鱼浓汤是我烧的，但这么喜欢吃鱼的人，一口都咽不下去。

要走了，我是晚上的机票。上午又跟小刘交代了一些事情，下午帮母亲起床后，泪水就像断了线的珍珠一直往下滚。母亲比我坚强，拉长着脸，一句话不说。就在我一脚跨出门槛

时，母亲哇的一声哭了出来。我立即转身回去抱住母亲，我把手上三颗钻的戒指摘下来戴到母亲干枯的无名指上。

“我不要你的戒指，我要你不走。”此时母亲也很任性。

其实我很想说，妈，等我退休后回来陪您，但是这个承诺太沉重。卡在嗓子里再也发不出声音。

每次，我和爸妈告别都会很纠结。我怕一转身，就再也见不到他们。这次，更是很大的不放心。

“你也有可能看不到我呢。”我姐很坦荡，她一直认为我付出的不够多，所以才会这样不舍。

恰在飞机马上就要起飞离开浦东机场时，收到我姐的微信，“放心吧，小黄的妈没了。”

我又是一阵心揪，一点都高兴不起来。想起了在我回国的第三天小黄包了一大堆粽子带给我吃，她说那是母亲教她的。人心都是肉做的，在我舍不得自己的妈妈没人照顾时，小黄的妈妈却已去了天堂。我姐这时也很内疚，开始时还有责备小黄的意思。

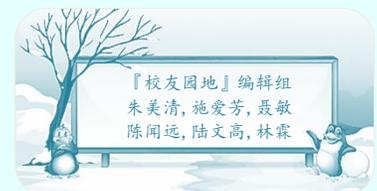
我自己平时也是做着一份照顾人的工作，而自己的妈妈却由保姆照顾着，保姆的妈妈却已去了天堂。难道我们不应该怀着最大的慈悲心去照顾关怀老人、病人、弱者吗！

在中国做保姆绝对不容易。就像我家对小黄是配足每周七天的工资，但平时保姆家里有事，逢年过节也都是可以回去的，工资照发。我一到上海就放了小黄两天假。她可以跟老乡出去玩玩、聊聊，早上晚点来没关系，我帮老妈起床，她也可以去喝喝早茶。这大概也是我姐起先的不解，刚放了假，怎么又要回去了。每次，我走都会留下一份自己的工资给保姆，对她表示感谢。这次我也留下了！当时还盯着我姐从微信转一笔钱，给小黄的母亲作医疗费。但她母亲一天都没去到医院。在农村办丧事，估计也要花一大笔钱，这是根深蒂固的习俗。

我走后的一周，小黄回到母亲身边。每天帮母亲梳理整齐，弄得干干净净，舒舒服服。

昨天，给母亲通视频，她还穿了一件粉色的卡通图案外套，太喜气了。真好看见母亲和小黄同框，于是就截屏了这张照片。

愿天下父母老有所养，老有所依，晚年幸福！



ALABAMA HILLS

— 好莱坞西部大片
拍摄胜地

83-1 卢珞



最近在阿拉巴马山丘(Alabama Hills)中拍摄了一组日出,黄昏,日落和夜晚的照片。阿拉巴马山丘(Alabama Hills)位于加州 Inyo 国家森林中。它被惠特尼山脉(Mount Whitney)和高山山脉(Sierras)所环抱,这里是一片神奇的盆地。在这块盆地之中竖立着大量雄伟的岩石,仿佛周围的群山和广阔的沙漠特别为这些雄伟的岩石让出这块几平方英里的平地来。阿拉巴马山丘的岩石主要有两种类型:第一种是橙色的,枯燥的风化变质火山岩。它们已经具有150-200亿年的历史。暴露在这里的还有另一种较为“年轻”些的岩石,它们是大约在82亿到85亿年前生成的黑云母花岗岩,这些黑云母花岗岩多被风化成了马铃薯状的大巨石。由于岩石被球形风化,从而导致了許多巨石都是竖立着。



在阿拉巴马山丘中有着很多著名景点,但是这些景点并没有像在别的旅游景点那样在一旁竖立着许多人为的标记。正因为这种无标记的独特性,让我感觉到自己每次来此旅行似乎是都在探索新鲜的事物。我在整个区域看到的最有特色的景象就是由风化巨石自然形成的各种造型。其中以各种拱门,岩洞和隧道最为常见。

天然拱门是阿拉巴马山丘的主要景点之一。美国的许多西部片的外景都是在这里拍摄的。我开车从惠特尼门进入后山丘后就沿着电影路(Movie Road)驶入岩石群中。在这个区域的一条土路上,驱车经过掀起了大片弥漫的灰尘。同时碎石路面上高低不平,好象驾驶在搓衣板上一样。这一切让我有一种很酷的在探索大自然的感觉。顺着马蹄草继续向前开一段路,进入到了石林深处。该地区主要岩石造型的代表



阿拉巴马山丘之眼

是:莫比乌斯拱门(Mobius Arch),靴拱(Boot Arch),独眼巨人拱门(Cyclops Arch),车床拱门,阿拉巴马山丘之眼和惠特尼传送拱门。



莫比乌斯拱门

当我到达孤松“博物馆”时,一位在此宿营的老美告诉我,这里是阿拉巴马山丘中最著名的景点。在许多西部电影中,这里也是独行侠伏击敌人的地点。天近黄昏之前,我终于顺利地赶到了拱门较为聚集的地方。把房车停到几块大岩石的后面,便背上相机和三脚架去寻找莫比乌斯拱门。出乎意料的是竟然一时很难找到这个景点,因为没有任何轨迹可循再加我的视野全被大型岩石遮挡住。所以下一次再



来此地时,事先必须要熟记地图同时必须要先登高仔细环顾四周的地形和地貌特征。在黄昏到来的时候,这个群山中盆地的四面天空都被金黄和艳红的晚霞包围了,其美无可言喻。在拍完了莫比乌斯拱门和星空银河之后,天变的越来越黑,我在乱石中兜圈子找不到回去房车的路了。查看手机时发现在此山丘中没有任何的信号,就如同把手机放到了飞机飞行模式。当时只好准备在乱石林中坐上一夜,等第二天天亮后再寻出路了。幸运的是碰到一位从犹他州来的专业摄影师,跟着他走了一小时才回到了电影路上。在我的这张照片中,经放大后可以



看到那位摄影师的身影。



我在前面提到过阿拉巴马山丘是电视和电影作品的热门拍摄地点。自1919年以来,超过四百多部电影和大约十二个电视节目在这里拍摄或者把这里做为取景地,例如汤姆·米克斯(Tom Mix)的电影,霍帕隆·卡西迪(Hopalong Cassidy)的电影,吉恩·奥特里(Gene Autry)的电影。这些电影包括了The Walking Hills, Yellow Sky, Springfield Rifle, The Violent Men, Black Rock Bad Day,等等经典影片。另外,乔·基德在40年代末和50年代初也常在该地区拍摄电影。我还看到有记载说这里也是著名西方演员蒂姆·霍尔特(Tim Holt)电影的拍摄地点。



虽然阿拉巴马山丘距离洛杉矶和拉斯维加斯都比较近,但是知道这个美丽地方的人并不是很多。那天除了我自己是唯一的华人以外没看到任何一位中国游客,所以我想特意在北美同学圈内把这个景区介绍一下。

Day 3 Day 4

Denali National Park

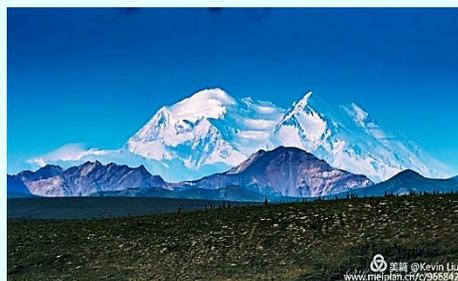
书接前文，Denali 公园不准私车进入。但公园的 shuttle 很方便，可提前网上买票。我们买到 Wonder Lake 的票，单程 5-6 小时。来回近十二小时！若中途在站点下车自由行动超过规定时间（通常 15-30 分钟），则可跟下班车回去，但时间会更长。



在此公园内看风景是要看运气和人品滴，因为天气多变，经常阴云密布。我听从同行朋友的建议，买了两天的票，第一天上午，很多景点都被厚云浓雾遮盖，很是失望。但第二天一整天都是云开雾散，阳光明媚。非常感谢这位朋友的建议！下面的照片你应该很容易分出是哪天拍的。



我们经常看到这样的场景：当人们指着远的山峰表示惊奇时，另外一部分人却看不懂：一片云彩有什么好看的？但若定睛仔细观察，却发现那些白色的云根本不是云，而是一白色的庞然大物：Denali 山，耸立在群峰的背后，像一面屏障，很有视觉冲击力！



Eielson Visitor Center

这里是一大站。景色气势磅礴。



很多人在此下车 hiking



绝大部分游客游 Denali 不外乎几个目的：看风景，看动物，摄影，徒步。最好事先给自

己有个比较清晰的定位。带大量摄影装备去走 difficulty trails 是非常不靠谱的决定。若对摄影不发烧，带傻瓜机，望远镜即可。我自己的定位是 amateur photographer using manual mode. 对带什么设备非常纠结。最有用的镜头是 24-70, 70-200 f2.8. 因山峰较远 16mm 超广角用处不大。600mm 长焦打熊时会很有用，无奈实在是背不动，只能留在酒店里。



仔细看出照片上 hiker，才能体会出山势的雄伟。



看到 Denali 的风光，首先想到的形容词就是 Magnificent，中文可谓狂野大气。曾有人说，和 Denali 比，Banff NP 就像是盆景，虽说有些夸张，但可以想象出它的风格。再用一不太恰当的比喻，它就像一家之中的老大哥，而黄石和优塞美地就像小弟。



野生动物

当 Bus 进入公园时，那阵势我感觉好像是进了侏罗纪公园。开车的导游小哥不停地介绍和他朋友们的棕熊奇遇记，让大家随时保持警惕。我想象着周围树林或草地上忽然出现一群恐龙哈的... 导游定下规矩：任何人看到动物或疑似动物时，只需大叫一声“STOP”，

(下接第 9 页)

(上接第8页)

千万不要啰嗦“我好像看到一只熊”等废话，否则车又开出去几十米远，位置就错过了。宁可错叫一千，不要漏过一个。从此，车上好像展开了视力比赛，Stop声此起彼伏。坐我前座的一美国小伙眼神不是一般的尖，赢得了百分之七八十的冠军。一个有趣的现象：亚洲游客比较保守，基本上要看清楚才会叫，而美国游客基本上是叫了再说…

Caribou 驯鹿很常见，长样不咋滴，皮肤伪装很好。眼神不太友好。



Moose, 庞然大物，公鹿平均 1000 多磅，甚至比熊更具攻击性。



不知啥动物



可怜的 Dall Sheep, 只能生活在高耸的峭壁之上，以避免熊和狼的猎杀。但有时会被老鹰袭击。



是骡子是马？拉出来溜溜？俺是鹿！



三只棕熊憨态可掬。很多人认为是熊爸爸带一熊孩子，可导游说这是熊妈带着熊哥哥熊弟。不知他怎么看出来的。



这里走路遇到熊不算稀奇。防熊喷雾是必备的。遇到熊后正确的姿势是大声说笑，如果你还能笑的出来的话。再不行就只能趴地下装死。死得最快的做法是逃跑。导游说，如果你奥运会百米进不了前五名，和熊比赛是没有任何机会的。



据说公园里共生活着 600 多只熊，300 多棕熊，300 多黑熊。黑熊多生活在树林中，不易发现。棕熊喜欢在开阔的草地上散步。绿地上的棕色小点，很容易发现。棕熊比黑熊更具攻击性。这里的熊主要以吃草和蓝莓为主，体重大概 500 多磅，而生活在 Katmai 国家公园的棕熊天天吃三文鱼，体重达 1500 多磅，幸福多了！



Polychrome Overlook

这个景点千万别错过！壮观之极。



Wonder Lake

Wander Lake (我给它起了个中文名: 望达湖) 让我们见识到 Denali 温柔细腻的一面。望达湖最著名的有两样: 美景和蚊子! 二者我们都享受到了! 在我端起相机全神贯注心潮澎湃地对焦 Denali 主峰时, 忽然觉得右手奇痒。定睛一看, 手背手指上停着十个蚊子, 都非常好客地和我打招呼。我也友好地拍了他们的背, 然后就看到了我们为友谊付出的血的代价。游望达湖正确的姿势是: 戴防蚊网罩及防蚊手套, 很像武侠片里的侠女。拍这几张照片, 付出了血的代价。



第二天离开 Denali 时仍恋恋不舍。回到酒店吃好晚饭, 仍是晚霞满天。于是又乘兴游了酒店周边两个小湖, 很是惊艳!



明天又要踏上新的征程: Denali highway. 我邀请您随我们继续阿拉斯加的探险之旅。

锄野草

84-2 施爱芳

我家后院的地上铺的是火烧砖，砖与砖之间填满沙与假水泥。但是逐年随雨水与风吹，砖间的沙，水泥会逐渐流失，或疏松；同时春夏秋冬开花的野草们散下的花粉花籽随风洋洋洒洒散在地上包括那些砖之间的缝隙处；祖辈，父辈，及孙辈们在那里休心养性，安居乐业。今年冬春季雨水充沛，给野草籽们的发育创造绝佳条件。吸足水分的野草籽们快乐地发芽，长大，冒出地面，露出带着红色，黄色，粉色，紫色的帽子的小脸迎着风向我微笑；最后疯狂地长大长大，小脸变成老脸，细胳膊细腿的变成粗胳膊粗腿。草草们置我与不顾，在砖之间的缝隙中疯狂向上生长，后院成了杂草们的天下。

九月份，我总算静下心了，决心要与野草们斗一斗，杀杀野草们的威风。

看着地砖间的野草，我做了三件事，一，根据一同学的建议，再上网查询相关信息；二，开始动手自己干活；三，巩固胜利成果。

我是一个说干就干的人。首先用高压水枪冲洗地砖与地砖间的缝隙里的杂草碎泥。这活还真不轻松，手握水枪是用手腕的力量的。“水枪”言下之意就是这股水柱接触地面是点状的，而不是大块

的，所以从点到成片，需多少时间与人的体力！凭着一定要战胜野草的勇气，花了三个周末，累计10小时至多，终于将后院地面清洁干净。

第二步是用黄沙胶填入地砖之间的缝隙中，言语表达简单，但是做的时候，也是非常累的，需用腰力将沙扫入缝中，不断重复这个过程，保证扫尽砖上的沙，随后用水淋湿填入的沙，沙中的胶会溶化然后凝固，砖缝间黄沙就变成水泥状块了。

看着自己辛勤劳作后的战果：地砖上黑污去除了，露出了原来的本色，砖间的野草们不见了，而是被一条条直直水泥块替代了，水泥块整齐而显得英姿飒爽，野草们见鬼去吧！我心情亢奋，成就感十足！

但是，谁知道，野草的种子生命力顽强，拚命抵抗，只要有一丝毫的机会，就会从黄沙水泥中的缝隙中生根发芽。我仔细观察，原来黄沙胶形成的水泥块是粗线条的，仍是有间歇的，这些间隙对微毫米的种子来说，根本是有天窗的大房子，依旧可以向着天窗方向长头，长颈，

长身，长脚，甚至长翅膀。

这不，才一、二天功夫，小草们向我露头露脸了，有鲜绿的，有红色的，向我示爱。咋办？我天天早晚到后院出勤，要么折它们的头，



要么折它们的颈，要么折断它们的腰，或拔起它们的根，与小草们艰苦搏斗。我是用的阵地战，野草们用的是运动游击战，今天这个地方野草从黄沙块里冒头了，明天从那个地方迎风招张了，哎，杀不尽与斩不尽！而我自己快要被小草们打败，老腰吃不消了。

小时候常学习，与人斗，其乐无穷，与天斗，其乐无穷，与地斗，其乐无穷！我一辈子没学好，与人和气，与天顺服，与地斗，烦恼无穷，与野草斗，没辙！真是：野草咋除尽、愚妻枉劳作！

美食·家园

炸猪排

要素：

1) 上好的猪排，带骨不要太薄

2) 用刀背或厨用带刺小榔头把排骨充分敲松，同时把边缘的筋切断，不然油炸时会收缩

3) 然后放入容器里，加入适量的高汤（如 chicken Broth），盐和蛋清，用手充分搅拌，然后放 20-30 分钟

4) 把处理好的排骨摊开放在面包粉上(图 2)，二面均匀裹上

5) 过 10 分钟后，起油锅（七成热左右）开炸，火要大时间短（以外金黄里嫩为原则）

6) 出锅后，放入垫有吸油的 paper towel

7) 享用时，蘸些 ketchup 或正宗辣酱油(图 3)，再配上冰镇啤酒，这真叫“打尼光不肯放”，没有三块下肚不过瘾。

83-3 陈晓东



修理百叶窗步骤：

82-1 吴承琮

- 图 1：百叶窗坏了 图 2：将活叶片端的断头推进去
图 3：取出框上的断头 图 4：用工具将这一孔撑大一点
图 5：将新的弹簧接头装入框端
图 6：轻轻敲一下全部进入
图 7：将有弹性的一端推进，并将叶片小孔对准；
图 8：完好如初 图 9：配件和工具

