

走的时候，她在熟睡，她站在床前愣了好一会儿，窗帘依旧暗着，却有光线从缝隙里飘进来，看见点点尘埃，没有分量的舞蹈。走了！她想着，合上门的一刹那，头扭开。

跟他住一起，已经6年……养肥一块玉的时间，也足够了，却渐渐发现他的不好。起先，这些不好，可以忽略不计，就当是爱一个人，就爱他的全部吧……可是，时间长了，日子短了。卡在喉咙里的刺，跳出来疼了。

一天，他们在双偶咖啡馆坐着，她拿出手机：给我爸爸打个电话吧！爸爸生日呢！他迟疑了一下，“回家打么，手机话费贵呀！”

她看他，不再多说。

再一次，国内的朋友到巴黎，他们陪……看见朋友在LV总店血拼上万，他突然板下脸来：我讨厌你的朋友！我根本就不喜欢他们！她解释，这里的确便宜，他们有实力消费也没有什么不好啊！他愤愤地：我根本看不起他们！

男人的小，如果是性情和格

调，女人会难过。

不久，她找到更好的工作，提升、加薪，每天，她化了淡淡的妆容，穿着高跟鞋出去，他靠在床边吸烟：现在，你越来越像巴黎女人了……而我要靠你养了。她想说，你也可以再找工作的，可是，话到嘴边，又咽下。

沉默吧。

相信爱，所以才离开

王丽萍

不久，他有了别的女人……在外幽会，花她的钱给别的女人买礼物……她很快知道了，伤得很厉害，细细问自己，爱他什么呢——才华？早还给过去；品格？却是这样没有责任；善良？连对家人都如此冷漠；热情？消失在夜晚那重重的呼吸声后面了……

她说分手吧，反正我们只是同居，也没有结婚，分了也就分了，6年，已经习惯彼此，但也不是永远要在一起的……说这样的话，她也很不好受，被抛弃和背叛的感觉，很不好，女人是要来疼的，你给她一点点，她会知恩图报……他说，分开了我怎么办？

6年前，两个人在巴黎的地铁

现代人患口臭的越来越多，公交车上、生意场上、社交人群中……不时可以闻到口臭。口臭是一个人对人问题，闻者不好意思说，患者很自卑；更无奈的是，相当多的患者并不觉得自己有口臭，因为他们自己闻不到。曾经有一个“红娘”为一男一女介绍谈恋爱，第一次见面后，女方通过介绍人表示，等男方把口臭治好了再谈，这时男方才知道自己患有严重口臭。

口臭有慢性 and 急性之分，所谓慢性，指长期有口臭，有的是病原性的，如慢性胃炎、十二指肠溃疡等疾病有可能导致酸臭口气；晚期胃癌和幽门梗阻会使病人口腔有臭鸡蛋味；肺结核咯血者和支气管咯血者常有血腥味口臭；

严重牙龈炎、唾液腺炎或化脓性扁桃腺炎等可导致腐败味口臭；严重肠梗阻病人口中甚至有粪臭味；糖尿病若控制得不好，也能导致口臭。更多的慢性口臭是长期不讲口腔卫生和和生活习惯不良而引起的，如由于刷牙造成的牙结石很容易引起口臭；长期食用高蛋白、低糖食物或不吃早饭，造成从呼吸道呼出烂苹果样的气味（丙酮所致）；烟酒无度者，尤其是烟瘾很重者不仅会得口臭，有时甚至浑身发出一种不吸烟者十分敏感的气味。还有，老年人因唾液分泌减少也容易得口臭。

人的一生中即使没有慢性口臭，也常会患上急性口臭，比如当一个人过分疲劳或突然出现较严重炎症时，或者大运动量后、重体力劳动后口腔干燥、唾液减少，造成口腔自洁作用降低，于是出现

常人牙膏用到挤不出时，便一扔了之。可妻妹家并不如此，届时她将牙膏皮中间横着剪一刀，分开两层牙膏皮，近出口处总有一些因挤不出而隐藏着的牙膏，随后，用牙刷一舔还能刷三五次牙。牙膏皮一剪二，真佩服主人的精细，使牙膏物尽其用、点滴不漏。

一到包头，主人说：“天热，咱们吃凉拌莜麦面。莜麦可是内蒙的特产。”我在书上看到过山西产莜麦，殊不知内蒙古莜麦的产量占全国的50%。

端上一大盘凉拌莜麦面，黄瓜丝土豆丝做佐料。一尝莜麦面，口感柔韧、光滑、有嚼劲；一筷佐料进口，清爽、脆朗、齿间生津。一大海碗的羊杂汤，上面撒着葱花，葱香肉香，喷香扑鼻。素淡的凉拌莜麦面就着荤醇的羊杂汤，一素一荤，一淡一浓，一清一醇，相得益彰，十分可口。谁说吃在广

东？谁说川、淮、京、粤四大菜系名满天下？说到底，其实饮食文化就是一种心态。吃自己没有吃过的，吃地方特色，你带着品尝的心态去细嚼慢咽，去理解与了解一方文化风俗，那么其情也欢快，其乐也融融。西北的极普通的凉拌莜麦面与羊杂汤同样是不可多得的美味佳肴。

听主人介绍，莜麦的营养价值很高。蛋白质含量高达21%，比小麦高50%。将其磨成的面粉称莜面，早在南北朝时期呼和浩特一带就有农民种植莜麦，到清朝初期已享有“阴山莜麦甲天下”的美称，现在莜麦面乃是那里的

里邂逅，都是中国人，还是同乡，好起来也理所当然，浪迹天涯的时候，需要取火来温暖自己，她以为自己是爱他的，他乡奋斗，多么需要同甘共苦，相濡以沫，如果他没有外遇，她几乎可以忍受他的一切不是。

现在想来，还是为情所困，觉得穷不要紧，累也无所谓，可心走了开去，找回来时，却已经变了味道。

……我们俩坐在一起时，她已经离开他了，她是越来越漂亮了，一身黑衣，丝袜，高跟鞋，头发挽起来，很优雅，也很得体。

我们一起坐在双偶咖啡馆，秋天的阳光温暖地落了一脸。她说，其实，最后是想明白了，我真正离开他，是因为我看得见跟他在一起的未来，会有怎样的争执、不快，他可能会继续地花心和外遇，我还是要隐忍或者视而不见，这样的日子，我想得到，也看得见，不要，索性不要了。

更真正的原因，是这一份的缘分结束了，我还相信爱情，还相信有奇迹的发生，还相信和等待真正爱情的到来吧！

树叶落在脚边，鸽子转了圈又走掉……我们坐在阳光下，她的话像咖啡：相信爱，所以才离开。

重视高校寝室治安防范

童伟忠

报载，本市某高校学生宿舍楼深夜发生抢劫案，一外地住校女生在猝不及防下被歹徒用砖块砸伤后脑，一台刚买的笔记本电脑遭劫。此案再次暴露出一些高校寝室治安防范的「软肋」，应该引起我们重视。

近年来，高校办公楼、宿舍楼师生财物遭劫、失窃的事时有发生。有的连偷数十次的歹徒被公安部门擒获后交待，出入高校十分方便，无人盘问，屡偷屡成，因此胆子就越偷越大。歹徒的「坦言」，对一些高校「逐年加强」的治安防范是一个莫大的讽刺。诚然有些高校规模不断扩大，校区分散，加上人员往来繁杂，客观上给管理增加了难度，然而认真反思一下，我们该做的防范工作是否真正到位了呢？比如，陌生人出入校区、进入宿舍楼有无登记手续？底楼寝室的防盗窗是否装上？宿舍楼公用走廊等适当部位是否设置了电子探头？《安全防范须知》是否告知每一位住校学生？从不少高校宿舍楼发生的失窃被盗窃案例来看，治安防范的薄弱环节还真不少，有的明显存在漏洞，严重失防；有的虽然制定了保安制度和防范措施，但没有认真去落实，往往流于形式，名存实亡，客观上为歹徒作案创造了条件。

高校宿舍楼治安防范问题多，受侵害的不仅是住校学生的人身财产安全，而且极易导致莘莘学子心理紧张、担忧出事，从而影响到学业，还会让学生家长忧心忡忡，难以安心工作。因此，校方加大宿舍楼的安全防范力度已刻不容缓，该建制的建制，该堵漏的堵漏，该落实的落实，以严防高校寝室失窃等案件的发生，还校园宁静和谐的氛围。

急性口臭。

口腔里不好闻的气味通常会溶解在唾液中，厌氧菌等便得到遏制。现代社会生活节奏加快，人的工作压力过大，精神长期紧张，致使副交感神经处于兴奋状态，唾液分泌明显减少，导致口干，有利于厌氧菌生长而产生口臭；且压力大容易造成内分泌失调、饮食睡眠无规律。有的人企图用酗酒吸烟缓解紧张，结果是目的没有达到反而招致口臭。此外，现代人必须面对的频繁应酬、环境污染、食物中毒等都有可

能是造成口臭的因素。

口臭虽然自己闻不出，但只要用舌头在手背上舔一下，再立即闻一下基本上可以知道有没有口臭。国外用一种仪器在口腔里测量硫化物值，超过180被认为有口臭。

欧洲人通过嚼生姜、欧芹等促进唾液分泌；日本人认为吃不带甜味的酸奶能减少口气中的含硫气体及口腔里的细菌量。

口臭是不是病，没有统一的定义，有的认为不是病，而是不良卫生和饮食习惯带来的结果或某些

疾病在口腔中的一种反映。而在某些国家如美国、英国和北欧诸国已经设立专门诊治口臭的医院或诊疗科，有专门医治和研究口臭的专科医生。如果是病原性的口臭，则应从治病着手。有病可能导致口臭，但有口臭决不意味着有病。多数情况下口臭无关紧要，所以人们通常不太重视，但若因口臭而影响谈恋爱和求职面试，也确实有点冤。

疾病在口腔中的一种反映。而在某些国家如美国、英国和北欧诸国已经设立专门诊治口臭的医院或诊疗科，有专门医治和研究口臭的专科医生。如果是病原性的口臭，则应从治病着手。有病可能导致口臭，但有口臭决不意味着有病。多数情况下口臭无关紧要，所以人们通常不太重视，但若因口臭而影响谈恋爱和求职面试，也确实有点冤。

用水炖，浇头佐料也好，炖羊肉也罢，我只放了盐，其他什么也没有放，原汁原味。你说能不好吃吗？听了大师傅的一番话，真是感慨良多，煮菜烧饭如此，其他的事理呢？如果我们工作、生活、学习少一点味精花头，多一点原汁原味不是更好么？口福的实惠不是更多些么？于我们的健康不是更有益么？由此我想起了刘基的《卖柑者言》。

莜麦面实在诱人，我还特意去商店买了两包莜麦面带回上海。隔了一段时间，在我特别想那莜麦面时，按固阳的大师傅的方法做，但却不得其真其正。是地，还是时不同了？

噢，那诱人的固阳莜麦面。

刘廷福

户外星光映重山（字一）

昨日谜面：行车途中抓扒手（成语）

谜底：捉摸不定（注：捉摸，扣“抓扒手”；不定，扣“行车途中”）

只花180元买了天蟾京剧中心逸夫舞台第二季度的“日场季度观摩卡”，便可在此季度每个周六下午，陶醉于京剧艺术“唱做念打”的审美愉悦里。因天热之故，未购第三季度观摩卡，没料到，还能从信箱中依次收到7、8、9月份的京剧节目预告单，供我选择观赏。票务人员这不起眼的小事，体现了他们对昨日观众的关爱，也巧妙地为每个月的京剧演出作了宣传。

只花180元买了天蟾京剧中心逸夫舞台第二季度的“日场季度观摩卡”，便可在此季度每个周六下午，陶醉于京剧艺术“唱做念打”的审美愉悦里。因天热之故，未购第三季度观摩卡，没料到，还能从信箱中依次收到7、8、9月份的京剧节目预告单，供我选择观赏。票务人员这不起眼的小事，体现了他们对昨日观众的关爱，也巧妙地为每个月的京剧演出作了宣传。



医生说，假如没有什么奇迹出现的话，母亲的生命还有三个月。所以，不管父亲怎么赶我们，我和弟弟妹妹都不离开，执意轮流在医院侍候她老人家。但医院有规定，不允许家属长久留在医院，所以我们只能在探视时间进去看她一眼。就这样三个月过去，母亲竟然没有一点要去的迹象，面色反而比以前好了许多，父亲就

传达。比如说她想喝水了，就轻轻往上一掂绳子摇一下。想解手了，轻轻掂两下。“你老妈睡不着想和我说话儿话，就乱掂绳子，小铃铛就一个劲儿响。还有呢，她想像年轻时调皮了，就用铃铛在我耳朵上蹭痒痒。”父亲说，你妈说铃铛让她想起上学时候的许多事情，老校工摇着铃铛在校园里走，鸟语花香的好让人想念呢！想着想着就觉得年轻了没病了。

父亲说他和母亲是真正的青梅竹马。

父亲和母亲的爱虽然不是那种惊天地泣鬼神的爱，但却是将爱一点点溶化在对方血液里的那种，无时无刻都能感受到。

父亲就睡在母亲床边的地上，那只铃铛坠下来刚好就在耳朵边。

母亲在五个月之后终于还是走了。她是突然就不行了，等到我们赶到的时候，母亲的眼睛已经永远闭上了。

父亲说母亲是含着笑走的。走的时候和父亲说，她这辈子过得真不错，完完整整的什么也不少，一直被爱温暖着。父亲没有过多的悲凄，微笑着对我们说，也没什么好难受的，生老病死人之常情。也许不久，我就要去和她见面了。父亲说，唯一遗憾的是，当她病痛厉害的时候，我不能替她承受一点。他口味淡淡的，我们却早已经泪如涌泉。

父亲说，母亲说她走的时候，让父亲不要忘记把那个小铃铛让她随身带走，她要一路听着铃铛响走向天堂。父亲说，那是一定的，你放心。我和弟弟妹妹一边听着父亲说话，一边酣畅淋漓地放声大哭。但我们心里都明白，我们不仅仅是因为失去母亲而悲伤，更多的是因为感动。

原来父亲是采用“赖”的办法留在医院的。查房的时候躲在洗手间，没人注意的时候再溜回病房去。其间被医生和护士捉住好几次，当然每次都要狠狠训斥一顿的，但父亲就是一个劲呵呵赔笑脸，闹得人家毫无办法，看他实在顽固不化不屈不挠，只得就由他去了，或许是为他这种“老来爱”感动吧，还破例给他弄了床被子，让他躺在地上睡。父亲说，其实他也不知道死乞白赖留下没用，但就是觉得陪着母亲他心里踏实。

和母亲说了一会儿话，忽然发现她手脖子上拴着一根细绳子，下面吊一只小铃铛，觉得母亲挺孩子气的，病成这样还贪玩。母亲说你知不知道什么呀，这是我和你爸通话用的。再看父亲，见他面露得意的微笑，津津乐道说他的发明创造。

父亲说，这只小铃铛的用处可大了，你老妈有什么事情都可以通过它来

刘廷福

户外星光映重山（字一）

昨日谜面：行车途中抓扒手（成语）

谜底：捉摸不定（注：捉摸，扣“抓扒手”；不定，扣“行车途中”）

只花180元买了天蟾京剧中心逸夫舞台第二季度的“日场季度观摩卡”，便可在此季度每个周六下午，陶醉于京剧艺术“唱做念打”的审美愉悦里。因天热之故，未购第三季度观摩卡，没料到，还能从信箱中依次收到7、8、9月份的京剧节目预告单，供我选择观赏。票务人员这不起眼的小事，体现了他们对昨日观众的关爱，也巧妙地为每个月的京剧演出作了宣传。



天堂路上铃铛响

雪含冰

再次催促我们各就各位回去上班，说有事情就打电话给我们。

之后我虽然经常接到父亲报平安无事的电话，还是不甘心，就周末回家看看。我工作的地方离家近一点，来往方便。

第一次回家就发现父亲一直在医院陪着母亲，我有点惊奇，不是说医院有严格规定吗，问他是用什么办法“打入医院内部的”？父亲呵呵笑着说，笨办法，没有办法的办法。

原来父亲是采用“赖”的办法留在医院的。查房的时候躲在洗手间，没人注意的时候再溜回病房去。其间被医生和护士捉住好几次，当然每次都要狠狠训斥一顿的，但父亲就是一个劲呵呵赔笑脸，闹得人家毫无办法，看他实在顽固不化不屈不挠，只得就由他去了，或许是为他这种“老来爱”感动吧，还破例给他弄了床被子，让他躺在地上睡。父亲说，其实他也不知道死乞白赖留下没用，但就是觉得陪着母亲他心里踏实。

和母亲说了一会儿话，忽然发现她手脖子上拴着一根细绳子，下面吊一只小铃铛，觉得母亲挺孩子气的，病成这样还贪玩。母亲说你知不知道什么呀，这是我和你爸通话用的。再看父亲，见他面露得意的微笑，津津乐道说他的发明创造。

父亲说，这只小铃铛的用处可大了，你老妈有什么事情都可以通过它来

传达。比如说她想喝水了，就轻轻往上一掂绳子摇一下。想解手了，轻轻掂两下。“你老妈睡不着想和我说话儿话，就乱掂绳子，小铃铛就一个劲儿响。还有呢，她想像年轻时调皮了，就用铃铛在我耳朵上蹭痒痒。”父亲说，你妈说铃铛让她想起上学时候的许多事情，老校工摇着铃铛在校园里走，鸟语花香的好让人想念呢！想着想着就觉得年轻了没病了。

父亲说他和母亲是真正的青梅竹马。

父亲和母亲的爱虽然不是那种惊天地泣鬼神的爱，但却是将爱一点点溶化在对方血液里的那种，无时无刻都能感受到。

父亲就睡在母亲床边的地上，那只铃铛坠下来刚好就在耳朵边。

母亲在五个月之后终于还是走了。她是突然就不行了，等到我们赶到的时候，母亲的眼睛已经永远闭上了。

父亲说母亲是含着笑走的。走的时候和父亲说，她这辈子过得真不错，完完整整的什么也不少，一直被爱温暖着。父亲没有过多的悲凄，微笑着对我们说，也没什么好难受的，生老病死人之常情。也许不久，我就要去和她见面了。父亲说，唯一遗憾的是，当她病痛厉害的时候，我不能替她承受一点。他口味淡淡的，我们却早已经泪如涌泉。

父亲说，母亲说她走的时候，让父亲不要忘记把那个小铃铛让她随身带走，她要一路听着铃铛响走向天堂。父亲说，那是一定的，你放心。我和弟弟妹妹一边听着父亲说话，一边酣畅淋漓地放声大哭。但我们心里都明白，我们不仅仅是因为失去母亲而悲伤，更多的是因为感动。

只花180元买了天蟾京剧中心逸夫舞台第二季度的“日场季度观摩卡”，便可在此季度每个周六下午，陶醉于京剧艺术“唱做念打”的审美愉悦里。因天热之故，未购第三季度观摩卡，没料到，还能从信箱中依次收到7、8、9月份的京剧节目预告单，供我选择观赏。票务人员这不起眼的小事，体现了他们对昨日观众的关爱，也巧妙地为每个月的京剧演出作了宣传。

只花180元买了天蟾京剧中心逸夫舞台第二季度的“日场季度观摩卡”，便可在此季度每个周六下午，陶醉于京剧艺术“唱做念打”的审美愉悦里。因天热之故，未购第三季度观摩卡，没料到，还能从信箱中依次收到7、8、9月份的京剧节目预告单，供我选择观赏。票务人员这不起眼的小事，体现了他们对昨日观众的关爱，也巧妙地为每个月的京剧演出作了宣传。