

到北京出差，每回均能看到新变化。不说庄重威严的政府机关，也无须赘述井然有序的旅游景区，就说首都街头的种种细微之处，就得以窥见这座城市较高的文明程度。

无论是通衢大道，还是胡同小巷，均极少有占道或户外经营的小摊小贩。早点店也好，报亭也罢，入室经营的情况极普遍。这让我们初始感觉有些不习惯，因为在武汉吃早点、买报纸是可以街头方便地进行的。

北京人车多，堵塞在所难免，但是看不到公交车排长龙的情况。车站的设置比较科学，同一个站点会划分为若干个单元，每个单元指定几路车停靠，避免了所有车辆依次排队进站反而降低了通行效率的弊病。公交车停站和起动都很迅速，基本上没有故意磨蹭多载客的意思，故而也较少堵车。大多数公交车有售票员，其服务特色是停车后下车招待乘客，通报线路，解答咨询，待乘客上完后，才最后登车，同时通

知司机开车，于是也根本不可能出现关门时夹住乘客手足或行李的事情。北京自行车也多，但停放处却排列得整齐划一，似乎专门有人整理过一般。仔细观察，才发现原来另有“玄机”——地面上镶嵌着

看北京街头的细微之变

石云亭

一排排铁条，相等距离间的间隔处伸出一个个铁叉，自行车前轮恰好可以伸进去，于是车都巧妙地停在了固定的位置，才显得有条不紊。

北京街头的垃圾箱与别处大相径庭，它们是又大又长的铁皮箱子，每隔数十米就有一个矗在路边，泛着银白色的金属光泽，箱盖

可以支起来敞开，也可以合上。箱子里还并列放置着三个塑料桶，箱子的两侧也挂着开口的铁皮小箱。如此装置显然是为了垃圾分类，便于处理和回收。果然在垃圾箱背后，与塑料桶相应的位置分别注明了废弃物、玻璃金属、纸张的字样，方便扔垃圾者依照指示分开倾倒。至于两侧，则分别用来装烟灰和旧电池的。与



边看边聊

垃圾箱相映成趣的还有行道树，围绕着树根与土壤相接的地方别出心裁地铺了一层铸铁栅子，既防止树根周边的泥土泛起污损路面，又可保护树木不受侵害，而且它是镂空的，不妨碍树木吸水透气。

此次去北京，还见识了个新鲜玩意。它是个亭子，立在路边，门可以自动开启或关闭，但却既不是电话亭，也非银行的自动取款机，而是最新时尚的“北京数字信息亭”。走进去才知道，它具备电脑查询功能，可通过手指触摸屏幕，方便地选择各项服务，比如查询所在之处的具体方位，北京地图详情查询，交通线路图，还有旅游宾馆信息，商场打折信息，甚至演唱会门票订购，手机话费充值等，可谓包罗万象，服务到家，极大地方便了居民生活和外地来京者。

以上是首都街头的一些硬件设施，的确先进而细致。其实这些均是细小的地方，其他城市并不是不能做到，而是没有意识到或不屑于去做，但是，城市建设和管理应该“勿以事小而不为”，这些行之有效的经验难道不值得其他城市借鉴吗？

为霞尚满天

潘中法

会，和一群分别快40年的老同事相聚，激动之情溢于言表。

44年前，我从学校毕业后分配进入中国人民银行黄浦区办。当时沪上的银行只有中国人民银行一家，别无分店，每个区、县设立一个办事处。不像现在有中央银行、国有商业银行、股份制银行、城市合作银行、农村商业银行和外资银行等等。黄浦区办实际上就是现在工商银行黄浦支行的前身，办事处地点在外滩中国银行的隔楼。我是在黄浦区办踏上社会、走向社会，我的前辈牵着我的手，陪我下基层，去工厂、到商店进行贷前调查、贷时审查和贷后调查，学着发放第一笔贷款，当年的那情那景至今记忆犹新历历在目。我的成长凝结着前辈的辛劳和心血，我是站在前人的肩膀上逐渐走向成熟和成功的，我是怀着感恩心情参加这次联谊会的。

联谊会筹备组的几位退休人员花了近两个月的时间，费尽心机打了无数只电话，凡是在黄浦区办

今宵灯谜

朱育珉
楚人一炬
(三字楼市用语)
昨日谜面:卷尺
(四字科技名词)
谜底:释放能量(注:别解为“放出来能测量长度”;释,也作“放”解)

在英美国
家,除了对餐
馆的服务员称

为boy之外,亦常对做不同工作的男孩(或男人)在boy之前冠以相应的名称。如:copy boy指出版社的小工友,负责送稿付印;cabin(或ship's)boy指船上的小侍应生;water boy指送饮水的小孩;然而busboy却并不是指公共汽车上的服务员,他们是餐馆中boy的助手,负责收拾餐具和擦洗餐桌。

对有些并不是服务行业的人,也有称为boy的,如:backroom是密室,backroom boy则是指从事秘密研究工作的人员;bloomer是开花的植物,伞兵降落就像开花一样,bloomer boy则是指伞兵。

boy的称呼有时亦与关系或行为有关,如:old boy可指老同学;my boy是一个亲热的称呼,类似汉语中的“老弟”;rah-rah boys指大学运动会上的啦啦队;游手好闲的男人常徘徊在街头,人们称其为corner(街角)boy;上世纪六十年代,西方一些放荡不羁的青少年喜欢穿爱德华七世年代的服装,爱德华七世的爱称是Teddy,因而Teddy boy即是指那些行为放荡不羁的青少年;Nancy是女性的名字,Nancy boy可指那些有女人脂粉气的男人,即上海所谓的娘娘腔男人。



人穿美丽的衣服不是取悦男子的,而是使其他的女人烦恼的。”为此,逛街前有条件的妇人总要梳洗打理一番:涂脂抹粉,描眉画唇。但仅仅化妆当然是不够的。俗话说:“人恃衣服,马恃鞍”,女人的自信多一半来源于得体而好看的服饰。下一步就是翻箱倒柜试衣服,挑三拣四换鞋子,没完没了佩饰物。实在条件不具备,弄条纱巾打一个漂亮的蝴蝶结,所谓“整顿衣裳起敛容”。总之,她们自视甚高,审视甚严,决不肯轻慢草率、粗枝大叶导致逛街中露怯。

当行进在街上的女人,收获着纷至沓来的善意或惊羡的目光,逛街,还缺乏诱惑吗?美丽的



呕心沥血,任劳任怨,用辛勤的汗水为上海的银行业发展作出了贡献;看今朝,老人们依然用智慧和经验为上海金融业的腾飞献计献策著书立传。

联谊会上,大家仿佛要把已经流逝40年的时间,在短短几个小时里寻

觅回来,定格下来。岁月不饶人,蓦然一看,我们这些当年愣头愣脑的毛头小

伙子,娟秀妩媚的靓妹,现在都成了爷爷奶奶辈的人了。老人们看着今天上海金融的巨大变化,看着工商银行、中国银行、建设银行进行股份制改革,先后走向资本市场,真是喜上眉梢,心里甜滋滋,乐陶陶。

今天我虽已年过花甲,依然在金融业发挥余热,但在这些前辈面前仍是个“小”字辈。莫道桑榆晚,为霞尚满天。我真诚祝福老人们健康长寿,颐养天年,明年重阳节再相会。

脚气病系因身体缺乏维生素B₁引起的,可别与真菌感染引起的“脚气”(脚癣)相混淆。

谷类食物是维生素B₁的主要来源,谷物外层富含维生素B₁,粮食碾磨越精细,维生素B₁损失越多,糙米只磨去最外层的谷壳,保留米糠层、胚芽和胚乳,这些只占米粒容积10%,却包含大米中维生素B₁和矿物质的80%,每百克标准米含维生素B₁0.32毫克,而精白米仅含0.05毫克,因此常吃糙米粗粮不会患脚气病。

那么,维生素B₁跟脚气病有什么相干呢?我们每天进食的米、面等淀粉类食物,经过消化吸收,最后变成葡萄糖,提供身体所需要的能量,维生素B₁在维持正常的糖代谢和神经传导方面,具有十分重要的作用,它与焦磷酸结合成羧辅酶,促进糖代谢中间产物丙酮酸氧化脱羧,如果膳食中维生素

B₁摄入不足,由它组成的这种羧辅酶就会缺乏,这个代谢过程就不能进行,则糖代谢的中间产物乳酸、丙酮酸在血液、神经、心肌等组织中蓄积,结果出现多发性神经炎,心脏活动失调,胃肠道功能障碍等,表现为食欲不佳,恶心,倦怠乏力,动辄心悸气急,容易兴奋激动。

现在婴儿脚气病也并不多见,通常表现为面色苍白,眼睑下垂,双目无神,有的斜视,肢体略水肿,精神萎靡,发音低哑,食欲差甚至厌食,吮奶无力,吐奶,呛咳,颈肌和四肢无力,感觉障碍,严重者发生惊厥,此为婴儿脑型脚气病,易误诊为化脓性脑膜炎,威胁患儿生命。究其根源主要因食物单调,婴儿食用的米粉制作不当,民间习惯将大米浸泡数日后碾粉,其中水溶性维生素B₁本来就很少,浸泡后更消失殆尽,用这种米粉喂婴儿,必然引起脚气病。

由此可见,让糙米粗粮回到餐桌上来,很有必要。当今世界上一些发达国家的人民,青睐燕麦片、全麦面粉、玉米等杂粮粗制食品,乃有利于健康的明智之举,值得国人借鉴。

诊断脚气病可根据临床症状,结合平素饮食习惯,不能下结论者不妨采取“诊断性治疗”,给予维生素B₁制剂口服数日,症状会很快消除。(作者系江阴市人民医院主任医师)

鲜花和水果

余塔山
家中养花近三十盆。每一种鲜花盛开时,我总喜欢把它摆放在案头来欣赏。为了陪衬鲜花,在水果上市季节里,我常将水果(苹果、桔子、桃子等)放在花旁,鲜花配水果,屋内充满了鲜花和果香味。

可是每当我这样“搭配”不久,却发现开放的鲜花花瓣很快就脱落下来。为了进一步证实,我将两盆同样盛开的鲜花,一盆和水果摆放在一起,另一盆单放,结果发现花期相差很大。像月季、石榴、海棠、米兰等,花期会相差七至十天。后来我翻阅有关资料,才找到了理论依据:原来摘下来的水果在成熟过程中,会散发出乙烯、甲烧和芳香烃等有机物,而这些都可以催化植物某些器官的早熟,促使花瓣加速脱落。所以,鲜花和水果不宜放置一处,还是让它们各擅其美为好。

英国科学家达尔文是进化论的奠基人,他的科研成果令世人瞩目。可是,智者千虑,必有一失,达尔文也干过一件鲜为人知的“蠢事”。

达尔文在他的日记中记叙了这么一件事情:19世纪中叶,他曾周游世界。一次,他来到了非洲的一个原始部落,那里的人们没有衣服穿,住的是山洞,吃的是野果禽兽,过着茹毛饮血的原始生活。达尔文在那里住了几天,惊奇地发现了一些“新情况”:他们将老年妇女赶进深山老林,让她自然饿死;在没有食物的时节,则将妇女生的婴儿或小孩分而食之。达尔文“看”不懂,就问他们为什么要这样做?部落首领通过当地的“翻译”告诉达尔文:“妇女的任务就是生孩子,生下的孩子有两种用途:一是留下来延续种族的生命,二是供我们缺食的时候当粮食。妇女老了,不能生育了,留她有什么用?在饥荒没食物时,我们只有吃小孩,不吃小孩我们吃什么呢?”

达尔文痛苦地摇摇头,这里的人太残忍了!我要下决心改变这个原始部落不尊老、不爱幼的历史局面。于是,他通过翻译,用高价买下了一个当地的男婴,将这婴儿带回了英国,他要用现代都市的教育方式,使这个非洲血统的小孩变成一个“现代文明人”,然后,用这位“文明人”去改变他老家那种“养老食幼”的原始现状。十六年后,这个非洲孩子长成了“文明青年”,达尔文通过熟人,把他送回了他的家乡。

一年后,达尔文旧地重游,看看那个非洲原始部落,在自己委派的“现代文明青年”的领导下,是不是有了质的变化。可是,达尔文到处都找不到那个自己精心培养的非洲青年。最后,他问部落首领,那人是否来了这里?首领回答:“来了。”达尔文又问:“他人呢?”“我们把他吃了!”达尔文大惊:“那么好的,人,为什么吃了?”“他什么都不懂,什么都不会做,我们留下他有什么用?”

到家后,达尔文在自己的日记中写道:“一个人的愿望和他所希望得到的结果并不成正比。一个种族遗留下来的疑难问题,决不是依靠一个或几个‘文明人’就可以解决的,从野蛮进化到文明,这其中有一个痛苦而又漫长的过程,欲速则不达。”

人类的进化是这样,推而广之,其它事情又何尝不是如此?

逛街是女人的天性。

女人对逛街的痴迷最令婚后的男人不解。而在女人看来,喻其如“风神萧散,望之如神仙中人”确不为过。

恋爱时因为有那么多情话要说,有那么多地地方要去,有那么多机会要把握,所以男人并不觉得逛街是絮絮。婚后则不然,情话已经耗尽,耳鬓厮磨已显乏味,整天缠在一起无聊腻味。牵手逛街当然缺乏一种宽松、自由的感觉。这时男人希望女人最好自己找个伴儿出去逛;或退而求其次——女人逛商场,男人逛书店、电子市场,此乃各取所需,体现资源整合。

女人为何爱逛街?女人逛街是一种检阅。这种检阅,满足了女人的好奇心。也有对时尚走向的把握。从质地款式流行趋势,到高、中、低档价位现状。

女人逛街,主旨在“逛”。财力尚不殷实的女人,“逛”就是大饱眼福的享受。这类似于“过屠门而大嚼,虽不得肉聊且快意”而已。这种检阅式逛街,收获了满兜子的信息,还有同伴间喊喊喳喳时的话语权。

女人逛街是一种展示。霓虹灯下繁华的街道,射灯点缀着的琳琅满目的商场,这些都是一个个辉煌的舞台,女人的“逛”,正是自己从容貌、形体到着装的全方位展示。所以睿智的洞悉者说:“女

女人爱逛街

马飞

张扬,舒坦的心境,快乐的感觉,被人欣赏的滋味。这恐怕还不是逛街的全部,但已经够了。

难怪女人爱逛街。

达尔文干的『蠢事』

梅承鼎