

# 45岁刘若英产子 幸福从来不怕晚



奶茶刘若英前不久在微博用金脚印的形式报喜,称生下了一个男孩,母泰子康。升级为人母的奶茶感慨说:“奇妙的过程,开始奇妙的旅程。让我们陪你一步一步慢慢走。”在此之前,刘若英的爱情道路十分曲折,尤其是她和师父陈升惊天动地的恋情,与导演陈国富若有若无的感情,都增添了传奇色彩,正因为这一点,她今天的幸福才在坊间引发如此热议。与此同时,一篇题为《相信爱情的人,迟早会和爱情相遇》的文章在网络疯传,里面详细谈到了刘若英对爱情婚姻的态度,还首次披露了她和老公相识相恋的过程,并被网友奉为“爱情圣经”。

## 面对爱情的“小蛮牛”

我的感情之路,有真真假假的各种传闻,我不会去回应。我常常说,感情的事情是最没有道理可讲的,谈不上谁是谁非,最后没走到一起只能归结为没有缘分。尽管如此,自己那些不成功的感情经历,还是多多少少在心里留下了一些伤痕。我和别的女人不同的地方,大概就是伤口愈合得比较快。我形容自己面对爱情时就像一头“小蛮牛”,永远使出浑身的力气去爱,从不给自己留后路。

我不害怕失恋,更不害怕恋爱,因为你只有勇敢去爱了,才有可能遇到那个真命天子;如果连爱都不敢爱,怎么会遇到呢?我总以最开放的心态等待爱情的到来,不拒绝任何形式的相遇。

平时和好朋友在一起,我也会嘱咐他们:“帮我留心啊,有好男人介绍给我啊。”

我和钟石的相遇,得益于我开放的心态。这要从2006年说起了,当时我在拍摄电影《心中有鬼》,和导演滕华涛成为很好的朋友。有一次他问我:“奶茶,我觉得你这个人真不错,身边怎么没有个男人呢?”我说:“你说得对呀!如果你遇到合适的人选,想着我点儿啊。”

没想到,他还真的记在了心里,用他的话说就是“每隔一段时间就把身边的单身男人过一遍”。2010年的一天,他突然想到了钟石,觉得这个人很适合我。他先去问钟石,想不想找女朋友,钟石说想;他又来问我,我也说想,但我说别搞得



结婚的念头不是那么迫切,所以在和钟石恋爱之后,我给了他很大的空间。

有时候拍戏时,我们经常半个月不见面,因为我觉得大家都是成年人,都有自己的事情做,只要心里有对方就行,没必要天天黏在一起。我排话剧《在西厢》时正巧是桑拿天,在密封的剧场里排练,挥汗如雨。我中暑了,脸色白得像纸一样,头晕得走不了路。剧组人都吓坏了,要叫救护车。我自己最镇定,让人扶着我到外面通风阴凉的地方,吃了一支冰棍,感觉就好多了。到了傍晚,钟石来看我,一个劲地责备我为什么不给他打电话。我说:“这样的小事,我自己就能处理好。”

情人节到了,钟石工作很忙,他发愁怎么空出时间陪我。我打电话告诉他,我约了一个女朋友一起过节,所以他不用特地陪我,也不用给我送花。一开始,钟石还以为我在赌气,后来看见我真的不是很介意才放心。成熟的女人就是这样,更注重一份感情的内在品质,而不在意形式。这份大气和豁达,会让男人觉得很舒服。

## 有趣的女人最具吸引力

有很多关于钟石的传闻,说他是“富二代”,说他“身价10亿”……其实,他哪是什么“富二代”啊,他的父母都是普通的大学教授,他自己的工作也只是和金融沾边而已。我们最终能走到一起,和我们的兴趣爱好一致有很大关系。

我曾经问过钟石:“第一次见到我是什么感觉?”他说:“一个穿着衬衫牛仔裤、拿着一个大相机东拍西拍的女孩子,我一看就喜欢了。”是的,钟石是一个狂热的摄影发烧友,恰好我也是,这为我们能迅速走近对方打下了良好的基础。

难得两人都有空时,我们会一人骑一辆单车,拿着相机钻北京的胡同小巷,像两个逃学的孩子,累了就坐在路边的咖啡店里面歇一歇,饿了就在街头找一间小餐馆,点几个家常菜,要一瓶啤酒,边吃边喝有滋有味。有意思的是,我从来没有被人认出来。有一次,我们在路边摊吃饭,一个女孩子悄悄对身边的朋友说:“你看看这个人像不像刘若英?”她的朋友说:“像是像,但是不可能啊,刘若英怎么会跑到这里吃饭啊!”这些小插曲,总是带给我们很多快乐。

我和钟石说好了,婚后我决不会在家里做全职太太,我问他:“娶了一个有很多兴趣很多爱好的老婆,你会不会觉得很亏啊?”他说:“就是因为你这么丰富这么有趣,我才娶你的;如果你把我娶回来,你就不干那些事了,只在家里给我洗衣做饭,我才觉得亏了。”

## 冬季进补要养阴,养阴首选铁皮枫斗

### ——铁皮枫斗怎样吃出效果来?

中医理论认为,冬季进补关键要“养阴”,所以铁皮枫斗等滋阴效果明显的养生品销量看涨,颇受欢迎。可很多人没有“吃到”身体实惠,只是“吃了”心理安慰,是铁皮枫斗这个“中华九大仙草”徒有虚名,还是没用出真正的效果。

在2千多年前的《神农本草经》已有关于铁皮枫斗的记载,称其“补肺、胃、肾养精,补五脏虚劳羸瘦,强阴益精,久服厚肠胃,轻身延年”,列入上品,唐朝经典医著《道藏》更将它奉为“中华九大仙草”之首,今天铁皮枫斗仍是中医熟识的滋阴上品。

中医药是一门实践科学,数千年的应用已让铁皮枫斗地位稳固,那在使用上要注意哪些问题?

其一、用法。依据《本草备要》记载:铁皮枫斗“味淡而难出,必须熬膏,用之为良”。所以铁皮枫斗皮坚韧耐煮,开水冲泡当茶饮是比较浪费的,几乎吃不到营养成分;打粉则很难保证卫生,小钢磨的重金属残留也高,粉末也粗,较难吞咽;较好的方式是宽汤久煎,用大量的水熬制4-5小时,汤色呈较深的黄褐色为佳,此时铁皮枫斗的有效成分大半吸出,效果就比较明显。

当然进一步熬制成膏剂效果更好,而且浓度高、功效稳定、便于吸收,但需要煎熬、去渣,再浓缩后制成,一般家庭做不到,建议购买正规厂家的成品。百年老字号寿仙谷出品了国内第一款经批准的铁皮枫斗灵芝浸膏保健品,是以4年生有机铁皮枫斗,配伍原木栽培的有机灵芝孢子粉精制,不加糖,不加防腐剂及其他辅料,纯植物浓缩而成的全素膏,安全且效果明显。

其二、吃法。铁皮枫斗虽好,也不是人人都适合吃。胃寒湿重的人单吃铁皮枫斗效果就不行,容易导致腹泻,而且苏浙沪一带的人多属湿热体质,这个时候,我们仅仅利用铁皮枫斗滋阴是不够的,还需要搭配性味偏平其他中药材来达到祛湿的效果。

而且阴虚之人代谢差,直接导致内分泌紊乱,水液不能正常排泄,久之化热,成为湿热;而湿热之

物滞留于体内,影响气血循环,阻碍阴精生长,久之导致阴虚,所以,阴虚和湿热又常互为因果而恶性循环。

寿仙谷铁皮枫斗颗粒是以铁皮枫斗配灵芝且不含糖的组方受到专业人士认同。主要是灵芝归心、肺、肝、肾经,在扶正补气的同时可通达五脏,并推动体内湿气的排出,专家认为二者协同作用,凉而不寒,滋阴而不抑阳,大大扩展了铁皮枫斗的适合人群,对生活不规律、烟酒过度、劳累过度、免疫力低下的亚健康人群的调理效果也更好。

### 延伸阅读

寿仙谷药业建立了4800多亩通过欧盟有机认证、中国有机产品认证和GAP认证的铁皮石斛、原木灵芝标准化出口基地。

2006年成为铁皮枫斗质量标准制定单位之一,2012年获农业部首个铁皮石斛国家地理标志保护,且当选铁皮枫斗协会会长单位,2013年寿仙谷铁皮枫斗炮制技艺入选国家非物质文化遗产名录。

据悉,上海众多知名药号及商场如南京东路第一医药商店、蔡同德堂、静安寺雷允上药城、老庙童涵春堂、同仁堂(延安西路店、东方路店)、淮海中路劲松药房、浦东养和堂、松江余天成堂(松江店、杨浦店)、一德大药房(松滨店、仁德店)、徐家汇东方商厦、虹桥友谊商城、八佰伴、五角场又一城、南方友谊商城、第一食品商店(南京东路店/中环百联店)等地均有销售。

现开展新春特惠:1、购有机铁皮枫斗满三送一;2、购满2000元送价值165元铁皮枫斗颗粒1盒(详情以店内海报为准)。有兴趣的读者不妨去看看。

