

你有没有突然想问自己:我人生中那些丢失的袜子和笔,都去哪里了?有多少东西陪伴了你十年以上:某个QQ号、某个爱侣、某件衣服、某件首饰、某个游戏、某位知己、某本书、某种疾病?这种惶恐和急迫的情绪,其实都在追问自己!

我的大学同学都到了退出现役工作的时间了。那瘦子——一位高级音乐教师突然地放下喧嚣都市的一切,到崇明岛租了片荒地重温起年轻时农场生活的节奏。她可以清早花18元乘申崇线“千里迢迢”地去种地,傍晚迟迟而归,让先生到公车站接。一年后,他们邀请同学去看看:小农庄有了现代的起居设施,也有装饰着荷花灶神的柴火大灶,招待我们是咸肉菜饭加新鲜果蔬,人人都吃了三碗!那饭厅中挂着他们夫妇上山下乡的“通知书”、包裹着厚棉袄的知青照片

沙雕的启示

沙雕原本是西方儿童常玩的一种开发创造性思维的游戏,孩子们在离家附近儿童乐园的沙坑里将沙掺上一点水,然后用沙堆造一些建筑物,多为城堡,所以也叫沙堡。据说只要沙中的含水量保持在1%—20%,建筑物就不会裂开或倒塌,能较长时间保持形状。

其实造沙堡已经不仅仅是孩子们欢度童年的内容,大人们也玩,而且玩出了很多名堂,获得了很多启发及新的认识,终以沙雕艺术而走向世界。现在很多地方定期或不定期举行沙雕联欢节,如瑞士的罗尔沙赫沙雕节、土耳其的安塔利亚沙雕节、德国的吕根岛沙雕节、美国佛罗里达沙雕节、中国北戴河的沙雕大世界、长沙国际沙雕艺术节、舟山国际沙雕节等都是大型沙雕展出或联欢活动。2011年,有“沙雕毕加索”之称的荷兰艺术家托马斯·范登东根发了一个创纪录的国际沙雕创作活动,约有一万名创作者汇聚吕根岛,全长27.5公里的沙雕建筑群胜利落成,并被载入《吉尼斯世界之最》。

作为建筑辅助材料的沙,早在公元前4000年就为埃及人巧妙地利用,古埃及人在造金字塔时用沙做成斜坡和建筑物的模子。当时已经可以在公园观赏沙雕艺术品,有人将它们看成沙雕节的前身。

虽说做沙雕时水的比例限度很宽,然而科学家们还是研究出一个水—沙混合的最佳公式:水量=0.125×沙量。也就是说,大约在一份水和八份沙的配比下完成的沙雕作品能最佳聚合在一起。除此以外,沙雕作品的质量与所采用之沙的质量也有关系。沙,粗看好像都差不多,其实沙粒的形状是各种各样的,想建陡峭的建筑物(如教堂或高塔),沙粒的形状很重要。海滩上的沙粒经过海浪的长期冲洗,几乎成了圆的,已无棱角,其实并不是理想的材料。专家们建议采用来自沙坑的多角沙粒,因为它们能互相交错结合。旅游度假的人可用一个简单的方法鉴别沙的好坏:做成一个沙球,用双手来回互抛,没有产生裂纹就是好沙。

在实验室内,科学家用X射线电脑透视对沙堆作了观察,惊奇地发现,只要稍给一点水,就会在沙粒间形成“毛细水桥”,是这些水桥在维系着表面张力的稳定性,如果沙粒通过水桥和许多“邻居”相连,那么沙堆的聚合合力会特别好。用人造沙做实验获得了同样结果。不是实验者对娱乐感兴趣,而是水桥对表面张力的稳定作用对于理解自然灾害(如滑坡、地陷等)很有用,新知识有利于更好地认识这些灾害的力学特性,比如通过及时了解一个斜坡的性状,能推导出是否存在滑坡的危险。

开采石油会碰到一个问题,油田里最后剩下的油很难开采。当油不再自己喷上来时,就需将水泵唧到多细孔的脉石中,让脉石把油压出来,但这样做脉石中始终会留下“油窝”。“油窝”的结构和沙中“水窝”的结构十分类似,所以石油跨国公司愿意每年支出上百万美元请沙雕专家进行研究,以便提高开采效益。

秋。今年的月饼队伍里,蛋黄月饼能少一些吗?

面,到处在撒。

成了月饼行业的胡椒。

年年中秋,今又中秋。

灯花

和写给父母的家信。那些旧物的显现,让每个走过相同时代的我们一个个泪光闪动——原先准备间的事都不再重要,此刻发现每个人的内心世界是不可谈论的,那些最真实的感觉,在裸露的那一刻丧失了隐私的庇护,最直接的威胁就是情感的崩溃。其实我们都在寻找和发现那些人生中那些丢失的“袜子”和“笔”!找到生命的庄重!

人将活很久,有些事想多了头疼,想通了心疼,最后还得自己选择“逃离”的路径!他们的孩子已成家立业;原有的工作已有新人来替代;财务的自由、尚健的身体和不被需要的感觉,急待着自找出路,也就成就了他们“荒唐”的选择。既然我们无法同时拥有春天和秋天,我们可以选择空间转换,让人生跟水一样,流到山里

在天、人、病三者之间,天地是大环境,人体是小环境,病源是微环境。今天讨论大环境对小环境的影响。人是天地之子,自然界的变化必然会影响到人的身体。

Paget 不仅只是在一百多年前才假设性地提出了“种子与土壤”学说,而且整个西医界也了无响应。请看看二千多年前我们智慧的古人对自然跟人与病的关系是如何早已明确认识的。

《黄帝内经》中除了天人相应的思想外,实际上天、人与病相应的理论也是同时确立的,只是后人疏于提示强调而已。在此书的“异法方宜论”篇中有四段大意相同的文字,我选引其中的一段:“黄帝问曰:医之治病也,一病而治各不同,皆愈何也?岐伯对曰:地势使然也。故东方之域,天地之所始生也,鱼盐

清晨时分

秦廷樸

清晨当我在床上按摩头部以催醒自己的时候,听到旁边爱人发出了轻微却竭力的叫声。一定是做噩梦了。我马上轻轻地拍她,她才不发梦呓之声了。事后她告诉我,临黎明前常常会做梦,且有奇怪的梦境。这次竟然梦到自己一个人的时候,看见面前的门下面有一只男人的皮鞋脚伸过来,所以惊恐之下不得不呼救命了。

夫妇是不应当分床而睡的,这样不利于相互照顾、相互守护。最重要的是当窗户外微透白光的静谧之时,听到家人的呼吸声音会全身心放松,像小时候一样荡漾于朦胧的美好境界。

蛋黄月饼何其多

吕震邦

特别是中老年人。

既然人们早就厌见蛋黄月饼,可月饼制造商为何充耳不闻,对蛋黄月饼始终情有独钟,是不是也有不可与外人道之处呢?窃以小人之心度之,饼制造商之腹了:咸蛋黄,大抵与同体积的其他配料相比,成本要低得多;咸蛋黄,黄黄的,放入月饼馅,十分漂亮,相当诱人。既然是卖相又好、价格可高,那何乐而不为呢?于是,这也蛋黄,那也蛋黄,左也蛋黄、右也蛋黄、咸蛋黄成了月饼行业的胡椒。

于此,我可以有把握地说:眼下喜欢蛋黄月饼的人,已凤毛麟角!

就是山里的感觉,流到水里就是水里的感觉。于是他们选择了重回农村,找回生命。那铺了防潮板的场地上有一架贵族化的秋千摇椅,表明主人有别于村庄上其他的农户;屋前屋后种上鲜花。农民是没有闲的时候,而在这里,任何地方都体现主人的勤勉或疏懒——我拿起了锄头对透过防潮板冒出来的杂草一阵狠锄。那几个临时聘来的农妇说,架子还像。惭愧,才干了半个小时,汗水已透湿长袖衬衫,干农活是不能这样打扮的呀!

走时,我订了100斤小麦面粉,5元一斤。这是他们用最环保方式种植的40亩小麦收获的一部分,我将送给十个朋友,告诉他们此中的故事。与其说是支持他们,不如说是要亲近久违

之地,海滨傍水,其民食鱼而嗜咸,皆安其处,美其食,鱼者使人热中,盐者胜血,故其民皆黑色疏理,其病皆为痼疡……”其旨意是:什么水土就产生什么体质的人以及容易生什么病。在《灵枢》中说:“人与天地相参也,与日月相应

种子与土壤(三)

——中医与肿瘤(十七)

张建明

也。”另在《晏子春秋·内篇杂下》中也有一段强调环境重要性的著名论述:“橘生淮南则为橘,生于淮北则为枳,叶徒相似,其实味不同,所以然者何?水土异也。”意思是说:橘树生长在淮南则为橘树,但如生长在淮北,则会变为枳树。两者只是树叶相似,其果实与味道皆不同。造成这种结果的原因是什么?自然环境不同。这些经都说明古人早就说明古人(物)相应的宏观视野而认识到了环境人对病影响的客观性与重要性。

古代中医有许多流派,其中不少就是顺应当时的天地变化而产生的。

癌症古代即有,这是已被中外学者基本认同的事实。但癌症在古代肯定属于少见病而绝非现在的常见病。这个结论应当也是可以明确的。对此,或有人会以今人无法察验古代的实际状况而对此判断提出质疑。对此疑问,本有多端可释。但限于篇幅,我且只以如下事实证之:现在世界上凡是癌症低发的地方,一定是生存环境没被或少被理化污染之处。而古代和改革前的年代正是如此。由此可见,这少和多的现象背后,说明的就是我们现在的生存环境已经明显恶化了。

吃月饼的,是不是都喜欢蛋黄馅的呢?《喜露而厌滥》,这是规律,在月饼上也是如此。蛋黄月饼再好吃,吃多了,就味寡了,不想吃了。

中秋将至,月饼又将一统天下,人们大啖其美食的同时,又叹息:『蛋黄月饼何其多!』

事实确是如此:不论是普通型的,还是名贵、至尊、极品型的,打开它,里面总含有一个乃至几个咸蛋黄,几乎概莫能外。

了农田清新温暖的气息,安慰自己曾经三年的插队生活。临走,女主人特别给了我一袋新摘的黄瓜。我问:“忙得过来吗?”她大笑:“永远来不及。别笑我像个老农民。”她说:“一年前整天烦躁,身体躁热,百样不顺,现在累得回家就睡,什么烦恼都没了;老想着明天不要下雨,要晒被子了!”我只是呵呵地笑着,听着。她搓着黝黑粗糙的手给我看,自嘲地说:“都不像个钢琴老师了!马上就要钢琴考级了,有两个学生还等着辅导呢,明天一定要回去了!”

原来她还是记着生活中自己曾经承担的某个角色,但回去不意味着重复,而是找到后的选择,一种别样的内容里更具进取符号的生活。因为他们已问过自己:10年后,什么最重要?在抑郁气氛蔓延的时代能找到失去的“袜子”和“笔”,实在是一味良药。

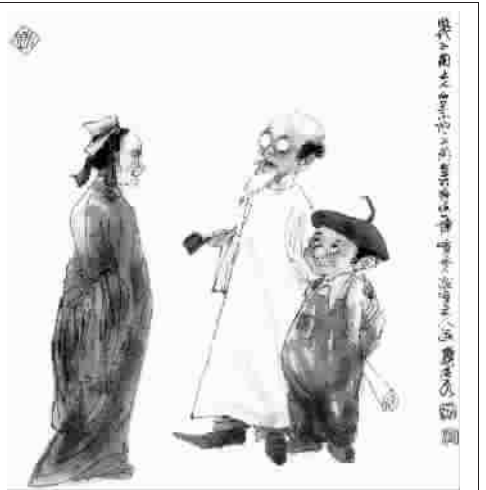
还有一个未被医患高度重视或已有认识但仍无奈而为的致癌因素,就是“和医疗有关的因素,例如过多的CT检查,一些消灭肿瘤疗法中的促癌作用”(汤文)。我想顺此而着重补充指出的是:有些西药也是一个不可忽视的致癌因素,具有致癌性的西药品种应该不止世界卫生组织已经明确的那个名录。我国现在癌症高发的原因,由于生态和饮食两端确实都有严重问题,所以自然可以归咎于此。但像欧美、日本等一些国家在这两方面尽管难说已臻完善,但肯定要比我们好得多,可为什么也是癌症高发的国家呢?我怀疑就是西药作祟之故。因为他们治病主要使用西药。除此

以外,还会是其他什么因素呢?对此判断虽然现在远不能作为定论,还需要更长时间以获取更多证据的验证,但我这一初识的提出以供医患参考、重视和尽量防范应有积极的价值(我以为在西药上市前的临床试验中增加致癌性试验的内容是必须和迫切的)。那么中药是否也存在这一问题呢?我认为少数常用药品中也会存在。这些药品既包括现在已知的毒药及有致癌性药物目录中的药品,也包括未知的

获取更多证据的验证,但我这一初识的提出以供医患参考、重视和尽量防范应有积极的价值(我以为在西药上市前的临床试验中增加致癌性试验的内容是必须和迫切的)。那么中药是否也存在这一问题呢?我认为少数常用药品中也会存在。这些药品既包括现在已知的毒药及有致癌性药物目录中的药品,也包括未知的

日前与朋友聚餐,他们知道我祖籍绍兴,特地点了一道绍兴特产“臭味相投”——海菜梗、臭豆腐双拼清蒸。菜一上桌,看上去色面不错,即刻吊起我食欲。一段海菜梗放入口中,其味实在不敢恭维,与我记忆中少年时代吃过母亲所做的海菜梗、臭豆腐实在无法相提并论。

这些“臭和霉”都是浙江一带餐桌上一种常见菜肴。几十年前的每年夏秋间,母亲总会从菜市场买回好几捆米苋梗(绍兴人称它为海菜梗),将其洗干净切成段,长短一指左右,浸泡在水中一至二天,直至泛水泡,再取出用清水冲洗干净、沥干后放在陶制容器内封口,放二至三天,将容器内的米苋梗匀搅一番再封口,让其自然发酵,正常情况下三到四天后即可开启,这时就可闻到扑鼻而来只有海菜梗所特有的特殊香味。



文人画“牛六点”

(▲马妞●牛博士) 戴逸如文并图

▲这几篇谈文人画的文章,弯弯曲绕,绕得我七荤八素。●别晕,且静了心去看,弯弯曲绕们绕别人也绕自己呢,自圆其说都难。▲有人把文人画归结为逸笔草草,有人认为文人画已失去土壤而不复存在,你怎么看?●一、只要人类存在一天,文人就不会灭绝。二、时代不同,文人的呈现也不同,岂可划一?三、有文人在,就会有文人作画,就必有文人画。四、一个文人,像吟诗作文一样画画,用个性化手法表达独到思想、抒发独特感情,就是文人画了。五、凡符合第四点的,不管是逸笔草草还是精耕细作,都是文人画。文人不等于士大夫,文人画从来不是士大夫的专利。绣花草包,故弄玄虚,粗疏几笔,单调浅陋,可称莽夫画。六、人是文人,甚至贵为大文人,但他的画只是描红式的,踩着别人的足迹走,画些梅兰竹菊、残山剩水之类,也算不得文人画的,不必高看。如同练“八段锦”,他是锻炼身体呢。我的六点意见,能让你满意吗?

少数药品,但被古今民众长期应用已达千余年的实践结果不支持大多数常用中药也存在这种危害性的结论。总体而言,以植物为主的常用中药中具有致癌性的数量要明显少于化学合成的常用西药,这是可以肯定的(论证之文,视需另译)。但为确保安全、释虑解误与时代要求计,我认为同样很有必要对全部中药进行致癌性试验。

自上世纪70年代以来的多次国际癌症大会指出:“癌症的病因约80%来自于人们所喝的水、呼吸的空气和所吃的食物。这些外因不仅可以导致癌的发生,还会影响癌的发展。换句话说,导致癌症的危险因素主要来自环境。到现在为止,这个说法基本上是正确的。”(汤文)我作

心地把海菜梗分给左邻右舍,还要加上一句:“快盖牢,勿让小虫叮,要长蛆的。”这段辰光在做饭时经常能闻到各个灶间里传出来的特有香味。

更有趣的是,一坛海菜梗捞光后剩下的卤汁,叫“臭卤”。这“臭卤”极为神奇,我将其称为“快速反应液”,因为用这种“臭卤”还可以不断做出各种既臭又香的美味来。如每当做“倒笃菜”时把菜头洗净、沥干,放到“臭卤里”,上午放进去,晚饭时便可上桌食用,豆腐进臭卤时间更短,几个小时就成了,有时候忘记拿出来,等过一天或两天再捞的话,这豆腐也已化为臭卤了,也就是讲,只要你喜欢,不管什么蔬菜都能快速“反应”成美味佳肴。

如同榴莲一般,对于喜爱其特殊气味的人来说,此菜是一道不可多得的“回味菜”。在我的记忆中,这个气味充满了儿时兄弟姐妹们同食同饮的欢乐,以及母亲呵护体贴的温柔。这种耐人寻味的滋味,仿佛其发酵之时,已然溶入了那些早已逝去的沧海桑田……

