

作家殷慧芬和楼耀福伉俪,应该写写他们的美丽爱情,我有时想。

与他们见面其实不算多,但每次见到,对他们的亲亲爱爱如影相随,总是留下很深的印象。殷慧芬因写作患了眼疾,视力大不如前,出门时夫君便小心“伺候”,遇路面湿滑、不平,或是上下楼梯,做丈夫的两眼就不离开妻子的脚。那次在市里参观革命遗址,由于室内光线不足,楼梯狭窄,人又多,耀福小心翼翼照应着爱妻,基本就没参观到什么。出了门,发现景致如画,赏心悦目,他便鞍前马后忙着给爱妻拍照留影。做妻子的拿过相机后,也为他同样摁上一张。一旁的朋友忍不住端起相机,镜头对准了这对形影不离的恩爱夫妻。他们也不避让,大大方方看着镜头,亲昵相依,脸上那极其本色自然的笑意,赛过身旁盛开的花儿,那是心田里绽放的爱之花呵!有一次,竹艺大师徐秉言来看他,这是他第二次与秉言相见,欢喜不已,却不巧殷慧芬偶染小恙,正在医院挂点滴,两天后还得去欧

洲。耀福兄是重情之人,但当时分身乏术,不能陪客人,心里觉得很抱歉,以致旅欧回来后,专程去常州拜访竹艺大师。

真爱如花,它在生活中随处可见,但只要我们用心去品赏,那种自然、纯真的人性之美,依然能拨动我们的心弦。

我的案头,有一只精巧的木盒子,内有一颗美丽的雨花石。这是朋友沈兄的母亲、知名雨花石收藏家杜宝君,几年前在一次展览活动中赠予我的。老人家去年因病去世,与其亲密相伴数十年的沈伯伯整天恍恍惚惚,茶饭不思。儿女们为了让他早日走出痛苦,想把母亲的雨花石画与雨花石有关的墙头字画都挪走,让老爸的生活环境改变一下。然而,一向随和的沈伯伯,这回却执拗地连连摇头,什么都不让动。不仅如此,他还悉心照料起老伴生前最心爱的雨花石来,把个雨花石家底藏馆打理得跟过去一样明净漂亮。近日,笔者在区域报纸头版的新闻照片中看到沈伯伯正在为参观的学生们介绍雨花石藏品和有

真爱如花

甘建华

关知识呢!沈老过去对收藏并无兴趣,他这是爱屋及乌呵。他知道,老伴生前最欣赏雨花石的纯洁、刚毅和内在美,而在他眼里,这又何尝不是老伴心灵和性情的写照呢!侍弄雨花石,他觉得就像与老妻相守相伴,时时能感受到她的气息。端详着新闻图片,沈伯伯注视雨花石的目光,令我的视线有些模糊。琴瑟和谐的感情像花儿一样美丽,而那些整日鸡鸣狗狗、磕磕碰碰的吵闹夫妻呢,在他们风风雨雨的二人世界里,其实也不乏体贴与关爱呢!有对我最熟悉的夫妇,从前每天出门上班,回家育儿、买汰烧,虽然忙碌,倒也恩爱。但是,等到孩子去了国外,两人先后退了休,闲着无事,性格冲突便凸现了出来。丈夫老了嘴馋,爱逛大卖场,看见好吃的就买,肥的腻的不管不顾往嘴里塞。老妻怕他糟糕的健康指标进一步恶化,严加约束,啰啰嗦嗦。做丈夫的只当耳旁风,时而以咆哮反击。有一次,老头儿偷偷买回一大块肥腻的猪肉,老妻一怒之下把肉扔出了窗外,二人因而剑拔弩张。老头儿迷上了打牌,在小区活动室一坐老半天。因怕别人“抢”座,大小便急了也赖着不动,有时竟把屎尿拉在了

步行三百公里寻爱犬

Railton 饲养的狗从布里斯班南部 Kingston 家中出走。此后每天,这位年已70岁、患有帕金森综合征的老人从家里步行到市议会的动物管理中心,希望能找回他最好的伙伴。过去他总是和爱犬一起散步。在儿子的帮助下,Railton 到处张贴寻狗启事,到处寻找,直到有一天终于接到一个期盼已久的来电。儿子说:“我们当时都准备放弃了,我们在讨论再去买一只狗,因为爸爸丢了狗之后非常不安。”“我收到一个报喜电话,爸爸听到了电话内容后非常兴奋,马上把狗领回了家。”“我们还举行了一个庆祝会,将狗带去了麦当劳,给它吃了一个雪糕。” Railton 说,爱犬 Benji 是在 Waterford 一间护理院找到的,过去3个星期它一直到那里吃饭。他感谢 Logan 市议会员工们的帮助。Benji 从8周大开始就跟着 Railton,已经注册登记而且嵌入了微芯片。 Railton 说他每天跟 Benji 步行12公里,这样可以缓解帕金森综合征引起的颤抖。每次 Railton 去商店购物,Benji 都会在车站等他。此次为了寻回爱犬,老人竟然步行近300公里,最终得以与爱犬团圆。

到成都,因飞机误点,再加上成都文化局的朋友有事可能要晚一点到,于是先到武侯祠旁的锦里逛逛。锦里是成都的一个仿古街,因武侯祠而出名。这样的街和大多数的旅游景点一样,经营的是工艺品和小吃。

人还没有走入锦里,就已远远地听见“砰,砰,砰”三声响,这声音闷闷的,有点像鼓,可又没有那个响,随着好奇的游客来到街旁的那个铺子,看见摊铺前人头攒动。原来这个就是在小吃王国里响当当的表演型美食——“三大炮”。看着许多人在品尝,自己也已经不住诱惑,便鼓劲一起

“三大炮”

郑树林

“三大炮”就是糯米团。制作的时候,就见一个身强力壮的汉子,不断地从锅里扯出一把糯米团,然后分成三坨,再有节奏地打抖出来,在木盘上放置的铜盘,在把糍耙甩向木盘时发出了声响,那浑厚响亮的“咚、咚、咚”声会穿透人群,把很远的客人吸引过来。“砰,砰,砰”三声响,好似炮声,故名“三大炮”。最后卖“三大炮”的人,从簸箕里把糯米团每个三个拣出来。终于等到“砰,砰,砰”三声响后,不一会儿,它就成为了我们的口中物了。一个小盘里面三个大汤圆,上面黄色的可能是黄豆粉,下面还有一些红色的酱汁,用筷子轻轻地夹起一个,可以感觉外面的那个酱汁是甜的。一个知道内情的朋友告诉我那是红糖汁,而里面却什么味道也没有,就是糯米团。如果不是外表的糖汁,我以为又一次吃到了实心汤圆呢。怪不得那位经常来成都的没有点,原来他知道这味。 “三大炮”这名字太有诱惑力了。无



诚然,购物除了具有添置生活必需品的功能外,确实还有一定的休闲功能;但出发点偏颇、不受节制、毫无目的甚至病态的购买行为无疑会大量消耗个人的家庭乃至社会本已有限的各类宝贵资源。我们的消费理念确已有“节约光荣”转为“消费光荣”,但须知消费诚光荣、浪费不可取。



消费诚光荣 浪费不可取

殷骏

列车,又在缓缓启动,你不知道。列车,又将去往哪一个方向,你不知道。多少次,一个人,坐在车窗边上,看无声的风景;多少回,一个人,站在中间过道,默默抽烟。你不会知道。今天,又挤在没有座位的车厢;今天,又有太多的人在春运回家的路上。车厢的空地上,蹲着一大群返乡的农民工,一个个捧着自家的盒饭。你不会知道。一时幻觉,有一个你,就在头顶的上方,就在车上的高高空,静静俯看了一切,会看到的,有一个我,无语地,蹲坐在一堆陌生人中间。于是,有一种哽咽,热在了双眼。

裤子里。老妻一边收拾,一边咬牙切齿,却又关照牌友们多当心丈夫的身体。老头儿依然我行我素,有一天终于倒在了牌桌下。老妻和娘家人竭尽全力,找医生,用好药,抢时间,把老头子从鬼门关拉了回来。鬼志清醒后,老头握着老妻的手不放。最近,这对“冤家”夫妻准备到儿子儿媳身边去定居了,老妻说这样能使老头得到更好的照顾。

真爱如花,它是心灵的阳光,让生活变得美好,让每一天都充满了魅力。花儿各有各的不同,但每一朵都值得珍惜和维护呵。

今宵灯谜

汤为氏 久不出门 (二字房屋用语) 昨日谜面:逐页翻阅 (三字沪语) 谜底:张张看(注:张,作量词“页”解。谜底本义为“探望一下”)

小孩子跌倒了,身上某个地方有点疼,便大哭起来;妈妈急忙将孩子扶起说:“哦哦,宝宝不哭,宝宝不哭,妈妈帮你胡噜胡噜(方言,按摩之意)。”有的妈妈甚至胡乱地在孩子的背上、脸上、腿上按摩起来。何止小孩,大人如果撞到什么地方,或者因一个错误的动作而扭伤了一块肌肉,作为第一反应,便是本能地捂住疼痛的部位,并用手轻轻按摩患处周围,好像每个人都确信这样做能减轻疼痛。

为什么要这样做?这样的按摩(轻轻摩擦)真的能减轻疼痛吗?是的。在人的皮肤上温和、轻柔地按摩有利于消除类似上述原因造成的急性疼痛,因通过按摩引起的神经信号可以压制疼痛信号。按摩产生的信号有其自己独特的直接进入大脑的路径。轻柔而不断重复的按摩刺激和普通的接触刺激不一样,“它们像一种另类的疼痛刺激,在和普通的疼痛刺激进行竞赛”。传递按摩信号的线路由专门的神经纤维(所谓的C-神经纤维)组

成,这些神经纤维是无髓鞘神经纤维,所以输送信号比较慢,这些神经纤维的末端位于我们身体皮肤上长汗毛的地方,每一单元的C-神经纤维大约收集一平方厘米皮肤上的信号,然后将信号传递至大脑。那么疼痛按摩具体是如何起作用的呢?疼痛的传递路径分快路径和慢路径,当我们碰痛了,皮肤上的疼痛“传感器”首先发出警报,快路径以初始刺痛的形式将信号传至大脑,让我们立即发觉自己受伤了,便于我们很快采取措施,比如促使我们将手从灼热的煤气灶架上缩回,以免发生更糟糕的事情;或者作出条件反射,马上用手在碰痛部位按摩。与此同时,疼痛信号也通过慢路径(C-神经纤维)发送,到达大脑后成为“迟钝、模糊的痛感”。如果我们按摩碰痛的地方,也会通过慢路径

你不知道

魏鸣放

丈夫是糖尿病人,每餐前须将降糖药与第一口饭同时服下。为防遗忘,他把降糖药装在一小药瓶里,放在贴身的衬衣口袋里。丈夫在家休息时,药瓶就放在餐厅的矮柜上,他吃完降糖药后懒得站起放回药瓶,就随手把药瓶朝两米多的矮柜上扔去。这一不好的习惯,总招来妻子的数落。那天吃晚饭前,那只放降糖药的小瓶子不见了,找了半天也没找到。丈夫问妻子,是否见过药瓶。妻子答,你的药瓶怎么来问我?丈夫自言自语说,我明明是放在花瓶旁的。妻子道,肯定又让你扔到矮柜后面去了!



丈夫想了想也对,自己好几次随手扔药瓶的时候,因用力太大,瓶子就滚到矮柜后面去了。于是就拿了个手电,朝矮柜后面的缝隙中照去,果然有只药瓶横在那儿,上面蒙了一层薄薄的灰。丈夫想,不对呀,这只药瓶好像是上次扔下去的呀!这时,妻子的脑袋也凑了过来,见到药瓶后叫道,你看,你看,不是让你扔下去了?丈夫嘟囔着,这好像是上一次扔下去的?妻子抢白说,自己扔下去的,还不承认?丈夫一下子给搞糊涂了,只好重新找一只药瓶,装上降糖药继续使用。只是从此他坐着扔药瓶的习惯改掉了。妻子还笑着夸奖他有进步。他听后,心里感到有些纳闷。几天后,水果盆里的水果吃完了。盆底赫然卧着一只白色的小药瓶,丈夫旋开瓶盖,瓶里放着的就是他平时吃的降糖药。丈夫拿起药瓶,冲到厨房,告诉正在炒菜的妻子。妻子听后对他说,谁让你自己放到水果盆里去的?丈夫坐在椅子上,一下子竟答不上话来。晚上吃饭时,一家三口议论起此事。做老师的女儿说,当理念先入为主时,对事物的判断就会跟着走。有时候,武断往往会发生意想不到的后果。丈夫偷偷看了一眼妻子,妻子低着头沉默着,只顾一个劲地往嘴里扒饭。



中秋刚过国庆已至,而在短短两个月后,圣诞、元旦、春节、元宵、情人节等又会接踵而至,频繁的假日进一步刺激了市民的购买欲。

国家要转型发展,第三产业尤其是零售业无疑是重点领域,购买更多商品都是值得鼓励的行为。但近年来愈演愈烈的滥购乱购现象发人深省。新买的衣裤,稍觉不合身就打入冷宫甚至直接丢弃;身边的同事都买了智能手机和平板电脑,不用不用自己也不必需要上一套;朋友都有名牌包包、好友都开上了 SUV,自己虽然并不需要但怎能甘于人后呢?这几天百货商厦在打折促销,力度很大,不去怎么行啊……这些情景每天都在你我身边发生,但其导致的不利影响也愈发显现出来。不少刚入职的白领,盲目过度购物(主要是网购),总是不到月底就花光了上月的收入,只换来了一大堆毫无用处的物件;为了面子,不惜刷爆信用卡或按揭还贷购买奢侈品和豪华的“座驾”,之后却天天泡在果腹。看看月光族们因为油费停车费维修保养费等实在太高,而长期躺在自家小区里,却仍须按月还贷的大排量爱车,滥购乱购造成了何等浪费。

快乐之源

戴逸如 文并图 快乐之源忽然变成烦恼之源。其根源,不用我说,你懂。幸好你身处台风边缘的边缘,想逃离容易做到。你就做“收藏”游泳池边的悠然旁观者,任池中人热脚冷拳,扭成一团。画,你照旧挂,咖啡具,你照旧用,管他什么院长极品忽高忽低,自己开心就好。

烦恼?艺术品本来是快乐之源呵。那幅水彩画你是一见钟情的,你说你幼时在外婆家的沉潜记忆一下子被它勾到了眼前,兴冲冲买回家挂在墙上,越看越欢喜。雷诺阿画册你是百读不厌的。旅游欧洲在博物馆见到原作时,你激动得如同闺蜜久别重逢。喝咖啡你爱用那套德国瓷器,你觉得用它喝会更醇更香……忽然有人告诉你,水彩画作者升任院长,画价暴涨,要你密切关注动向,在他顶峰期抛出。从此你看画再无乐趣,画面上只剩两个字:涨跌。有人告诉你,你的咖啡具竟是迈森早期精品,现如今可换极品豪宅近十平方米哟!从此,你不用它吧,心痒,用它吧,心惊肉跳,下午茶之乐荡然无存。

一只小药瓶 任炽越

丈夫是想也对,自己好几次随手扔药瓶的时候,因用力太大,瓶子就滚到矮柜后面去了。于是就拿了个手电,朝矮柜后面的缝隙中照去,果然有只药瓶横在那儿,上面蒙了一层薄薄的灰。丈夫想,不对呀,这只药瓶好像是上次扔下去的呀!这时,妻子的脑袋也凑了过来,见到药瓶后叫道,你看,你看,不是让你扔下去了?丈夫嘟囔着,这好像是上一次扔下去的?妻子抢白说,自己扔下去的,还不承认?丈夫一下子给搞糊涂了,只好重新找一只药瓶,装上降糖药继续使用。只是从此他坐着扔药瓶的习惯改掉了。妻子还笑着夸奖他有进步。他听后,心里感到有些纳闷。几天后,水果盆里的水果吃完了。盆底赫然卧着一只白色的小药瓶,丈夫旋开瓶盖,瓶里放着的就是他平时吃的降糖药。丈夫拿起药瓶,冲到厨房,告诉正在炒菜的妻子。妻子听后对他说,谁让你自己放到水果盆里去的?丈夫坐在椅子上,一下子竟答不上话来。晚上吃饭时,一家三口议论起此事。做老师的女儿说,当理念先入为主时,对事物的判断就会跟着走。有时候,武断往往会发生意想不到的后果。丈夫偷偷看了一眼妻子,妻子低着头沉默着,只顾一个劲地往嘴里扒饭。



发送有利的按摩信号。即使大脑从身体的同一部位收到快路径传递的刺痛信号,但按摩信号不会被封住,相反,这时是按摩信号对快路径信号起封锁作用。试验表明,自我按摩的减痛效果最好,从受试者的反应来看,自我按摩的效果比他人按摩的效果强60%左右。科学家指出,按摩是在活化C-神经细胞,在一定的压力和速度组合下,按摩能起到最好的作用(当按摩频率为每分钟40次时)。然而在实际操作时不可能也没有必要做到这么精确,通常可凭感觉或观察被按摩者的反应而定。还有,强迫别人接受按摩是错误的,有人面对按摩者会说:“别动,别动,让我自己来。”此时,旁人一定要打住。有的研究者认为,我们感受到的疼痛有多强,主要取决于大脑如何分配和组合疼痛信息,自我按摩显然是在帮助大脑更好地做这一工作。

帮你胡噜胡噜

陈钰鹏

径以初始刺痛的形式将信号传至大脑,让我们立即发觉自己受伤了,便于我们很快采取措施,比如促使我们将手从灼热的煤气灶架上缩回,以免发生更糟糕的事情;或者作出条件反射,马上用手在碰痛部位按摩。与此同时,疼痛信号也通过慢路径(C-神经纤维)发送,到达大脑后成为“迟钝、模糊的痛感”。如果我们按摩碰痛的地方,也会通过慢路径

