

我们这座城市里活跃着一支鲜为人知的吃“良心饭”的队伍——禁毒社工。我起先没有关注到他们，当公安部门邀请我采访他们事迹的时候，方始接触了这支队伍，一经接触，便深深为之感动。

禁毒社工大抵由“4050”年龄段的下岗再就业人员组成，以女性为多数。这工作确也最适宜由大嫂阿姨级女性来担任，她们是有耐心的女性，更具温柔的母性，可以像母亲对待孩子般关心误入歧途的青年，(现在吸食冰毒之类新型毒品者大多为年轻人)她们说,关心并挽救一个吸毒人员，就是拯救了一个家庭、一个家族。人一旦染上毒瘾，自身身体衰颓不说，还倾家荡产，累及父母配偶和子女，波及亲朋好友，并容易引发犯罪、危害社会，后果是非常可怕的。所以全社会都得关注吸毒的群体，帮助他们戒毒康复，回归社会。其中，禁毒社工在最基层的社区，起到了不可替代的重要作用。社工们说，他

网购鞋子的感悟

凌寒

一日在网上购得鞋子两双，没想到比正规尺寸小了半码，夹脚没法穿。便和卖主交涉，卖主说换可以，退也可以，不过来回邮费自负。听此言心下不爽，买的时候特地问过会不会尺码有偏差，卖家信誓旦旦说绝对没偏差，结果小了那么多，怎么说邮费也该一家一半。

见我这么说，卖家就让我把新鞋和一直穿的旧鞋拍照上传给她，我拍了照片，一比较就知道新鞋小了很多。卖家又说了，怎么证明两双鞋子的尺码是一样的呢？于是再拍照，把旧鞋的尺码也拍上了。卖家无言以对，就说等经理来了给解决方案，一定给满意答复。

就这样一直等到晚上10点半也没见经理的答复来，于是就催，过一会对方发话了：我就是经理，我们的尺码是标准尺码，绝不会有偏差，何况你买的是两双鞋子，不可能两双鞋子都小的。我一看气坏了，这不是强词夺理吗？还让我拍了那么多照片，这不是耍人吗？当下心中气愤，就想着算了，鞋子送人得了，给她两个大差评，以泄我心中愤怒。

正当我想在电脑上这么操作的时候，电话铃响了，原来是妈妈。我就跟妈妈说了这事，说这个卖家太可恶，我打算给她差评，让她以后不好做生意。没想到妈妈听了赶紧说：千万别这样，人家做点生意赚点钱也不容易的，你该有一颗体谅他人的心，鞋子送人也没有造成浪费。

我说，这人太可恶，就该给她一个教训。妈妈说，得饶人处且饶人。你给她差评，还不如提醒她一句，以后卖鞋的时候把可能会发生的结果给其他买家说一下，其他买家也可权衡一下，至少每双鞋子的尺码别买成一样的。这样一来，对这个卖家好，也对以后的买家好。放下电话，心中的怨气还没有平息，但暂时关闭了想给卖家差评的屏幕，想着过几天再说吧。

第二天，看了一档电视节目，说的是大自然里面充满了作用力和反作用力，这不仅仅是一种物理现象，对人也是一样的。比如一个妻子有了外遇，这就是一个作用力，接下来丈夫也有了外遇，这就是反作用力。无论一个人做了什么事情，都有一个反作用力会跟着。好的作用力跟着好的反作用力，坏的作用力跟着坏的反作用力。看到这里，我豁然开朗。倘若我给了这个卖家差评，也会有相应的不好的事情发生，不如与人为善，也会得到别人的善待。时时怀着一颗善心，心态改善了，看什么都是美好的。

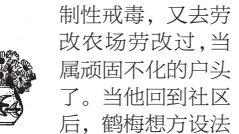
人能生活在这个世界上真是幸福，经常能获得知识和感悟，不需要从什么大事件里找到人生的真谛，一件最小的事情，只要你用心去想了，就能得到全新的东西。



吴翼民

几的大块头，一驮就是数月。我问阿凤哪来的力气？阿凤说，只要对方愿意戒毒，她就有了信心和力量。

社工鹤梅目睹着她所管理的吸毒人员中有个名叫阿铭的遭遇了倾家荡产、妻离子散的悲剧，就一个心眼儿帮他戒毒。这个阿铭原是家饭店的老板，因吸毒败光了家产，到了赤脚地皮光的地步，妻儿都离他而去了，连父母也对他不抱希望。他经过强制性戒毒，又去劳改农场劳改过，当个顽固不化的户头了。当他回到社区后，鹤梅想方设法把他安排进了一家工厂做包装工。那也是政府的创新举措，选择了一家有慈善意识的民营企业，接纳部分吸毒人员做简易的包装工作，管吃管住，还按工计酬，为每个吸毒人员配合两名健康工人，同吃同住同上班，不让他再发“毒芽”。在鹤梅的帮助下，阿铭有幸进入了这家慈善企业。一年多下来，阿铭居然毒瘾渐消，身体也壮实了。于是厂里有位女工对他产生了感情。在鹤梅和其他人的帮助下，阿铭重沐爱河，组成了新的家庭。其父母也愉快地接受了这个新生的家庭。我了解到这个事例后，感动而感兴趣，以



1991年春天，美国纽约一个名叫“视觉艾滋”的艺术家团体发起倡议，号召全世界都来关怀和尊重艾滋病人和感染了艾滋病毒的人，包括得了艾滋病的女演员们，并用红丝带标志爱心，因为红色象征血和激情。次年，在一次纪念死于艾滋病的英国著名皇后乐队主唱弗雷迪·墨丘里的音乐会上，约一万名观众佩戴了红丝带，沉痛悼念。从此，红丝带走向了全世界，并带动产生了表示对各个领域、各种人群关爱、团结和尊重的各色丝带。比如粉红丝带象征对妇女健康的关心和重视，尤其是对患有乳腺癌的妇女的关爱。

现代“关爱丝带”可以上溯到更远的年代，在美国曾经流传着一首名叫《黄丝带挂上老橡树》的歌，歌词内容表达了美国南北战争时期的一个传说。有一个参战的士兵写信给他的妻子，如果她还爱他的话，就将黄色丝带挂到家门口的橡树上。当士兵打完仗回到家里时，果然看见黄丝带在树上飘扬；后来亲戚和朋友们纷纷仿效这一行动。1979年，一个美国人在伊朗遭绑架，他的妻子将一条黄丝带挂在一棵树上，表示她的悲伤和担忧。2007年，德国奥尔登堡一位名叫莫妮卡·梅洛的的



油菜花将谢的日子，我来到了贵州安顺地区。千里迢迢到这里，我们都要看一眼屯堡。

大巴士开进山谷途中，有马车相交而过。下车站在空场上，一大群游客先看一出《三英战吕布》的地方戏。鼓声中，扮演者盔甲裹身，粗犷剽悍，刀戟舞动，喊声大震，一齐掩杀。这出戏，让游客感受当地崇武的习俗，对屯堡的历史有所了解。六百年前，朱元璋的大军征服这里后，就地驻扎下来，还从中原等地把一些工匠、平民等迁至这一带定居生息繁衍，既保留了汉族文化，又在亦兵亦民、亦战亦耕的长期状态中，创造了地域文明，屯堡成了历史的见证。

屯堡小巷，两旁石墙，严密厚实高耸的民居建筑鳞次栉比。狭长的巷子纵横相交，墙上的小窗戶，以及高低不一、前后交叉的射击孔，既可以各自为阵，又可以相互支援，形成立体军事防御。一个个深邃的射击孔，让游客似乎闻着了那久远年

《一位“粉兄”的前世今生》为题写了纪实文学。

鹤梅挽救阿铭的故事，就是禁毒社工吃“良心饭”的一大典型。禁毒社工目前的待遇偏低，可他们毫不在乎。对他们来说，自己掏钱接济吸毒人员家庭是常事，有位女吸毒人员，戒毒有了成果，结婚生了儿子(可惜的是，母亲吸过毒，襁褓小儿竟然哈欠连连)社工阿姨以孩子外婆的名义送上了全套婴儿衣裳，让那位受到自己母亲冷淡的产妇感激之情无以言表。

为此，我要吁请，请为构建和谐社会默默奉献的吃“良心饭”的禁毒社工们记上一功！

1991年春天，美国纽约一个名叫“视觉艾滋”的艺术家团体发起倡议，号召全世界都来关怀和尊重艾滋病人和感染了艾滋病毒的人，包括得了艾滋病的女演员们，并用红丝带标志爱心，因为红色象征血和激情。次年，在一次纪念死于艾滋病的英国著名皇后乐队主唱弗雷迪·墨丘里的音乐会上，约一万名观众佩戴了红丝带，沉痛悼念。从此，红丝带走向了全世界，并带动产生了表示对各个领域、各种人群关爱、团结和尊重的各色丝带。比如粉红丝带象征对妇女健康的关心和重视，尤其是对患有乳腺癌的妇女的关爱。

现代“关爱丝带”可以上溯到更远的年代，在美国曾经流传着一首名叫《黄丝带挂上老橡树》的歌，歌词内容表达了美国南北战争时期的一个传说。有一个参战的士兵写信给他的妻子，如果她还爱他的话，就将黄色丝带挂到家门口的橡树上。当士兵打完仗回到家里时，果然看见黄丝带在树上飘扬；后来亲戚和朋友们纷纷仿效这一行动。1979年，一个美国人在伊朗遭绑架，他的妻子将一条黄丝带挂在一棵树上，表示她的悲伤和担忧。2007年，德国奥尔登堡一位名叫莫妮卡·梅洛的的

油菜花将谢的日子，我来到了贵州安顺地区。千里迢迢到这里，我们都要看一眼屯堡。

大巴士开进山谷途中，有马车相交而过。下车站在空场上，一大群游客先看一出《三英战吕布》的地方戏。鼓声中，扮演者盔甲裹身，粗犷剽悍，刀戟舞动，喊声大震，一齐掩杀。这出戏，让游客感受当地崇武的习俗，对屯堡的历史有所了解。六百年前，朱元璋的大军征服这里后，就地驻扎下来，还从中原等地把一些工匠、平民等迁至这一带定居生息繁衍，既保留了汉族文化，又在亦兵亦民、亦战亦耕的长期状态中，创造了地域文明，屯堡成了历史的见证。

屯堡小巷，两旁石墙，严密厚实高耸的民居建筑鳞次栉比。狭长的巷子纵横相交，墙上的小窗戶，以及高低不一、前后交叉的射击孔，既可以各自为阵，又可以相互支援，形成立体军事防御。一个个深邃的射击孔，让游客似乎闻着了那久远年

油菜花将谢的日子，我来到了贵州安顺地区。千里迢迢到这里，我们都要看一眼屯堡。

大巴士开进山谷途中，有马车相交而过。下车站在空场上，一大群游客先看一出《三英战吕布》的地方戏。鼓声中，扮演者盔甲裹身，粗犷剽悍，刀戟舞动，喊声大震，一齐掩杀。这出戏，让游客感受当地崇武的习俗，对屯堡的历史有所了解。六百年前，朱元璋的大军征服这里后，就地驻扎下来，还从中原等地把一些工匠、平民等迁至这一带定居生息繁衍，既保留了汉族文化，又在亦兵亦民、亦战亦耕的长期状态中，创造了地域文明，屯堡成了历史的见证。

油菜花将谢的日子，我来到了贵州安顺地区。千里迢迢到这里，我们都要看一眼屯堡。

性错误。从今后，再兴城市绿化，就应该在树种选择上多动脑子。现在的问题是，时至今日，一些城市新增的“绿化”中，照样还栽有飞絮的杨树、柳树、法国梧桐之类，这是一种对人民群众、对国家财政的“不负责任”。

妇女因其儿子作为士兵被派往阿富汗的兴都库什山区而日思夜想，她放心不下，也挂起了黄丝带，为儿子的安全祈祷。黄丝带在国际上已成为哀思的象征，也用来表示对亲人、朋友的期盼，特别是为正在

愿人间多飘彩带

陈钰鹏

打仗或执行危险任务的个人和人群祈祷，愿他们平安回家。中国传统的“还愿树”(或许愿树)有着同样为的意义，就这一点而言，也许真的可以说：“关爱丝带在中国古已有之。”因为人们要在树上悬挂红丝带为亲人和朋友祝福；然而现代关爱丝带的最大特点在于其社会意义。

1989年12月6日，加拿大一个仇视妇女运动的暴徒枪杀了14名女大学生。惨案发生后，许多男士组织起“白丝带运动”，强力谴责对妇女的暴力行为。以后每年从11月25日的国际终止妇女受暴日至12月6日，很多人(多为男子)都会佩戴白丝带，反对别人对妇女施暴，同时也表示自己不会施家暴。

绿色一向是安全、健康和幸福的象征。2008年，我国南方普降暴雪，有些地方的出租车和私家车上纷纷挂出绿丝带，车主们免费把受阻行人送到家

老太脸上立刻展露笑容，拿起放进自己的衣袋里。

在善意的笑声中，大家认为这一现象，说明随着当地旅游业的开发，屯堡人有了市场意识，既然被一拨拨游客关注，就懂得了存在价值，也就开始重视自己的价值，并且要体现这种价值，包括这位曾经长年累月过着闭塞生活的老太。

屯堡之行即将结束，几位同人还是忍不住要带点东西回去，趁她们与银器老板讨价还价之际，我们坐在村口的石条凳上休息。面前高山逶迤，绿意盎然，身后一条水渠。绿色农田中，仍有几丛零碎的油菜花开着。远处，几位妇人正在一旁不大的水田里插秧，时而有鸡鸣声划响于空间。我们与一抱小孩的老汉聊天，他说现在在屯堡村寨中，年轻人大多出去打工了，像他这样的老人就带着孙儿在家打发日子。与老汉道别，觉得当今屯堡人家与外面的世界有了密切联系和交往，屯堡石屋依旧，屯堡人的思绪早已飞越一座座山峦了……

老太介绍自己83岁了，守着这么一个摊，天天被人拍照，有给一两元硬币的，也有不给的。一位摄影者临走拿出一张拾元纸币放进箩里，

了；二者，适当遮挡一下。大街上，道路两旁的杨絮飞舞，不妨拉一些帘子对行人作一些遮挡。与此同时，那些生活在树边的人们，也可以戴上口罩。退一万步，即便是非砍不可，那也得细辨雌雄，只可砍去雌株，但不开花的雄株就应该“刀下留情”。

里或安全地方，奏响了爱人和助人的凯歌。在中国，绿丝带也是对精神病患者关怀和爱护的象征。德国人则以佩戴绿丝带表示对贫穷化和减少社会福利费用的抗议。上海造币厂于2006年制作了一种纪念世界防结核病日的纪念币，钱币中间是双绿丝带。

当今世界，互联网已成为了人类不可或缺的小伙伴，但互联网同样需要我们去爱护、去关怀、去净化。净蓝丝带代表着共同抵御互联网恶意的行为(如垃圾邮件、病毒、恶意软件等)；2006年11月1日，中国互联网协会等数个机构共同宣布启动“净蓝丝带”，这一特殊丝带标志着人们热爱互联网，希望互联网保持纯净，也体现了互联网机构对网民的关怀。

彩色的丝带，牵动着人的爱心。让我们把爱心献给需要的人，愿人间多飘彩带，让世界更加美好。

读了《新民晚报》上一些美食文章，使我想起：多年以前做了一道难得的美食，即油炸玉色米蛹。其味堪比虾蟹。

提起米蛹，人尽皆知。我和同龄老人聚在一起聊天，谈笑往事，有的外出旅游，所到之处，品尝过一些地方特色美食，赞不绝口。谈到吃的方面，我也凑凑热闹，爆出了冷门。尽管有人吃过天上飞的，地上爬的，各种山珍海味，可是还没有尝过这道独特的创新美食。

而今记忆犹新，我从发现、加工、尝试说起。原来我家盛米容器是一只铁制圆桶，可放五十多斤大米，吃剩后还余下少量。其间，正值春夏之际，我的老伴由于健康原因住院手术治疗达四个多月。由此打乱了家里的日常生活，一度停开了伙食。后来，我在清理米桶时，忽见一条条玉色米蛹蜿蜒蠕动，随手挑拣出的米蛹足有一小碗。顿时，引起我的好奇。听说蝉蛹、黑蚂蚁等可食用，于是猜想这些米蛹也可作食用。我抱着试一试的想法。去到厨房，先将米蛹用清水冲洗，当即开锅，用简单的加工方法油炸玉色米蛹。很快呈现出粒粒金黄色，盛起装盆。开始我心有余悸，拿起筷子夹了几粒尝尝，果然味道好极了，很快一扫而光。

借此，我提供这条信息。如果经过检测认可，米蛹无论是美食或药膳均有可取之处的话，一旦被人体摄入，不但对健康有效，也是餐桌上一道难得的美食。

树高八层楼，逢春飞絮，如白雪满天，呛得行人几乎窒息。昨日，武昌涂家岭社区二百个居民写联名信，恳求园林部门砍掉银海路四十棵烦人的意杨树……该部门已受理了涂家岭社区居民的诉求，将于今日开始着手处理银海路的部分意杨树。但这实在是一种“下策”。

杨絮飞舞，并非杨树要跟人们过不去。其实，那些树之《华》飞之舞之，是人家出于自然繁殖后代的需要，一年也就那么四五天的光景；而大部分时光里，人家为我们遮阳，为我们《净化+静化》着城市，应该是远远《功大于过》。好了，人家一年就这么几天对我们不够礼貌，难道就不能想想办法《扬长避短》？

旅居德国的一位华人亲友，有一次乘汽车行驶在郊外的公路上，忽然看见一对青年男女骑着摩托车靠近汽车，隔着车窗向他打手势，亲友却不知什么意思，见他没有反应，过了一會兒青年男女又是一遍比划划的“哑语”。后来双方停车才弄明白，原来这一对青年男女是要告诉他们的汽车有一个尾灯不亮了，一旦刹闸恐怕后面的车看不清会发生危险，要赶快请人修理。这位亲友感谢后，立即修理了尾灯，避免了事故的发生。

苏纳戈

军人能打仗

(四字现代史名词)

昨日谜面：以厂为家

(四字户籍用语)

谜底：所在单位(注：所，住所)

一道难得的美食

孟耿友

读了《新民晚报》上一些美食文章，使我想起：多年以前做了一道难得的美食，即油炸玉色米蛹。其味堪比虾蟹。

提起米蛹，人尽皆知。我和同龄老人聚在一起聊天，谈笑往事，有的外出旅游，所到之处，品尝过一些地方特色美食，赞不绝口。谈到吃的方面，我也凑凑热闹，爆出了冷门。尽管有人吃过天上飞的，地上爬的，各种山珍海味，可是还没有尝过这道独特的创新美食。

而今记忆犹新，我从发现、加工、尝试说起。原来我家盛米容器是一只铁制圆桶，可放五十多斤大米，吃剩后还余下少量。其间，正值春夏之际，我的老伴由于健康原因住院手术治疗达四个多月。由此打乱了家里的日常生活，一度停开了伙食。后来，我在清理米桶时，忽见一条条玉色米蛹蜿蜒蠕动，随手挑拣出的米蛹足有一小碗。顿时，引起我的好奇。听说蝉蛹、黑蚂蚁等可食用，于是猜想这些米蛹也可作食用。我抱着试一试的想法。去到厨房，先将米蛹用清水冲洗，当即开锅，用简单的加工方法油炸玉色米蛹。很快呈现出粒粒金黄色，盛起装盆。开始我心有余悸，拿起筷子夹了几粒尝尝，果然味道好极了，很快一扫而光。

借此，我提供这条信息。如果经过检测认可，米蛹无论是美食或药膳均有可取之处的话，一旦被人体摄入，不但对健康有效，也是餐桌上一道难得的美食。