

茵莱湖二绝

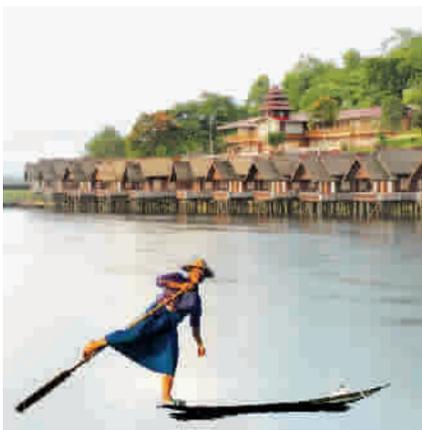
◆ 王士雄 文 摄

茵莱湖,缅甸最著名的避暑度假胜地,位于掸邦南部的良瑞镇,面积达158平方公里的高山湖泊,海拔约2915英尺,湖水碧波荡漾,两侧山峦夹峙,山水相依,景色如画,素有“水上小镇”美誉的茵莱湖,其水上市场、浮岛种植、单脚划船三大奇观,给这片原生态的湿地赋予了神秘的野趣和美妙的面纱。

从曼德勒国际机场起飞,二十五分钟就抵达了东枝机场,我们驱车往东南方,约五十分钟来到自成一处的世外净土,领略遗世独特的水上大自然风景。水上市场有难伴、孟倒、茵邓、倒多等市场组成,共有二百多个小村落,人们用柚木深深地插入湖底淤泥,支撑着修建起来的一座座高脚屋,一间间农舍,水上市场很特殊,有座狭长的浮岛夹一条宽约40多米的河道,两岸建起了一个个五花八门的商店,使河道变成一条长长的水“大街”。街道上船来船往,船上运来了蔬菜、瓜果、鲜鱼和其他农副产品,而靠街道两旁的商店,有布店、农具店、日用品店、工艺品店,商品齐全,琳琅满目,依湖而建的村寨,纺织作坊、瑞茵丹庙、袍多吴佛塔等等,让“水上小镇”名不虚传,在群山环绕中,显得深厚古朴,情趣盎然。拔“水”而起的一栋栋水上酒店宾馆,把自然水乡风光的湖面,点缀得五彩缤纷,格外秀丽。

聪明勤劳的茵莱人,用智慧创造了独特的浮岛种植。湖里丰美的青萍、水草,农民将其连泥带水集中堆成一块,山崖风沙吹来,沉积层理,岩土肥沃,绿荫如毯,形成了一个个人造小浮岛,有大有小,错落有致,当地人称“天造岛”,也有叫“人造岛”。浮岛通常厚一至三尺,经过不断地将水草铺上,并运来肥土铺在草面上,越积越厚,越来越肥,这些浮地还被割成二至三尺宽的长条,犹如一亩亩菜地,上面种植了四季蔬菜和瓜果,有茄子、黄瓜、葫芦、佛手瓜、苦瓜、花菜等,番茄种得最多。为了使这些天然牧场不被随水漂流,每块地两头,都用一根竹竿直立水中,似用竹篙固定着小船一样。

茵莱人出门是水,无论男女老少都会划船,这里的单脚划船堪称一绝。“快看!”郭总指着前方叫了起来,只见一个渔夫,一只脚稳稳站立于独木舟尾端,另一只脚绕在单木架上划船,双手撒开一个鸡笼状的长约一米半的网罩子,眼睛盯着水面捕鱼,以肩膀和单脚转动着木桨,我们第一次看到这高难度的划船姿势,真的傻眼了。此刻,一只只海鸥在悠闲的渔夫旁飞翔,一群群水鸭在寂静的湖岸边嬉水,美,那是原始古朴的美啊!



■ 单脚划船

■ 茵莱湖畔



■ 风情

鸡蛋花

◆ 余云

南洋都有鸡蛋花。毛姆以高更为原型的《月亮与六便士》里提到过鸡蛋花。“墓园里常年开着芬芳的鸡蛋花,有洁白的花瓣、淡淡的黄心。可当地人也都把鸡蛋花叫做高更花……”

“高更花”,真喜欢这说法。一生坎坷的天才画家最终在比普罗旺斯更灿烂的阳光中,弥漫的鸡蛋花香里安息,也仿如在天堂了。

其实很多热带酒店都用鸡蛋花营造天堂幻觉。莱佛士酒店大门一侧,整排浓密的鸡蛋花树有多少年了?当年毛姆天天坐在套房外鸡蛋花下写小说。圣淘沙百富酒店,从敞开式咖啡座透过环绕泳池的鸡蛋花树望出去,不远处的南中国海在满枝花簇间迷离闪烁。酒店内还有一株鸡蛋花树独立于水池中央,象牙色骨朵随风轻坠,水面如荡漾一枚枚细小白船。有次来到中爪哇日惹的凯悦酒店,在大堂办手续时不经意回头,惊鸿一瞥至今难忘:大花园中满目鸡蛋花树,天堂也不会更美了。

朋友说高更爱鸡蛋花,是因土著女人簪朵鸡蛋花,大气淋漓野性十足。鸡蛋花也是最峇厘的意象。“南洋画派”先驱钟双宾、刘抗画岛上窈窕女子,耳廓边发髻上常插朵白或红的鸡蛋花。不久前去世的邓尔昌画过一幅峇厘岛男孩,地上是飘落的鸡蛋花瓣。

佛老挝挝,鸡蛋花是国花。当你沿着石阶一步一步迈向佛殿,两旁总有素白鸡蛋花树夹道。也是佛国的斯里兰卡,鸡蛋花是祭拜神时必备的圣洁花朵,也是家家户户门前或寺庙旁必植的花树。有人描述东南亚另一佛国泰国华欣的王族夏宫:王宫高高在上,脚下被一大片老鸡蛋花树包围,枝叶间点缀无数黄色鸡蛋花,猴群在其间生活。

鸡蛋花这热带之花,显然与天堂、圣境、世外桃源的意象有关。然而在另一种民间叙述里,它是与死亡相连的隐喻。

抛开所有文化意图查维基百科:鸡蛋花学名缅栀花,别称鸡蛋花、印度素馨、鹿角树、番仔花、番花、大季花、蛋黄花,属夹竹桃科缅栀属植物之一,全球约有50种。它原产西印度群岛、中美洲、南美洲的墨西哥,现广泛栽植于热带及亚热带地区。

我喜欢鸡蛋花,夹竹桃科特有的五花瓣螺旋状散开,厚实却不浓香刺鼻,浓厚的香气闻着人心踏实。除了黄蕊白瓣,花瓣稍尖细的粉红红鸡蛋花艳丽喜人,簇拥枝条像调皮的指舞高手。据说也有稀罕的黄色鸡蛋花,至今无缘得见。

比起花朵,更喜欢的是鸡蛋花树。不是街口常见的矮种树,而是高大苍劲的老树,灰绿色枝桠像虬曲的鹿角,也似乐器的弓弦,彼此交错如画。登布西山还叫作东陵货棧时,偶与三两友人坐在一处回廊,雨夜,大盆景般的老树迷蒙成剪影,白花整朵地纷纷飘坠,空气里花香越来越潮湿馥郁……

■ 履迹

罗马,挥手难说再见

◆ 王安诺

就像遇到第一眼就砰然心动的人却不及交谈就得匆匆离别;在罗马走马观花的6小时,是一种痛苦。

公元前500多年始建的古罗马,在经历了2000多年的沧桑巨变后,今日仍能从它散散落分布在城市各处的残留废墟上,感受到当年宏伟的帝国气派。坐大巴去斗兽场,进入赭褐色高大城墙内的旧城区,眼前就是古罗马帝国的遗址,窗外掠过斑驳石墙,半圆拱门,几列残柱,半壁城堡,一大片高高低低的断壁残垣……分布并无规则,这里一堆,那里一摊,保留着千年前的原始位置。马路小心翼翼从中穿过,现代楼房谦恭地从夹缝伸出。古老,在罗马是一种谁都要让步的身份,哪怕半堵墙,一块遗址地基,都有一种傲然和霸气。奇怪的是,这种对古老和陈旧不加管束的放纵,反使这座城市有一种时空对视形成的隐隐然的不凡气势,一种沧桑面容与年轻脸孔相得益彰的和谐表情,一种如同行驶在时间

隧道里的延伸感,纵深感。这就是罗马的味道,罗马的与众不同。这使窗外飞快掠过的罗马更像一个诱惑。一大片废墟掠过,导游指着说,那是古罗马人的集贸市场,还没看清,过去了;一大片遗址迎面扑来,导游指着说,那是古罗马时期一个豪华澡堂,还没看清,又过去了……听着精彩的目录,却看不到详细内容,三年前坐在车里的焦虑和失望,至今留存存在心。

喜欢看几千年前的哪怕一块石头,一堵断壁,它是想象的支点,时光在细细打量中倒流,场景在慢慢移步中浮现,要的就是这种感觉。古罗马经历了共和制,帝国制,公元476年被灭而进入中世纪,14世纪中叶是文艺复兴运动的起源地。六小时,只算与它擦肩而过。参观了斗兽场,凯旋门,西班牙广场,许愿池,梵蒂冈,内心仍是满满的失落。整个罗马就是一个大景点。这只是皮毛。

下午三点半驱车前往佛罗伦萨。心仪已久的古城在视线中渐行渐远。

酷热远离申城? 心脏病患者须防“秋老虎”回马枪!

医生支招心律失常防治窍门

据上海市中心气象台数据显示,申城上周已关闭了连续超过40℃的“烧烤模式”,气温逐渐下降至35℃以下。本月23日是农历“处暑”节气,据《月令七十二候集解》说:“处,去也,暑气至此而止矣。”意思是炎热的夏天即将过去了。正当秋季离我们越来越接近时,老上海人都知道其实暑热并未远离上海,“秋老虎”随时会杀个回马枪,给本就脆弱的心脏致命一击。

受副热带高压控制,上海每年8、9月份总有一段时间连日晴朗、日射强烈,重新出现暑热天气。此时,燥热引起的心情烦躁、情绪激动是常有的事。但往往有人在情绪太激动时,会突然感觉到一口气上不来,心跳好像也乱了。

季节交替成心律失常“触发器”

气温逐渐下降给不少心律失常患者错误的信号,使他们放松了防暑降温的警觉,其实现在气候依然炎热。我们从本市心脏专科医院了解到,近期房颤等心律失常疾病出现高峰,每天就诊的老年患者络绎不绝,主要原因是老人受不了闷热天气以及温差变化。发病原因主要还是温差,室内外一冷一热的温度骤变往往成为房颤发病的点火器,使血管在短时间内出现过度舒缩,增加心脏负荷。

我们从国内知名房颤微创诊疗专家处了解到,不少心律失常者若能及时发现并采取有效治疗措施,可减少甚至避免疾病复发。例如,房颤患者往往有心悸感、脉搏“缺脉”增多等先兆征象,此时及早休息并口服安定片可防患于未然。有些病人对自己的心律失常治疗摸索出一套自行控制的方法,当发生时用以往的经验能控制心律失常。如“阵发性室上性心动过速”病人,发作后立即用刺激咽喉致恶心呕吐,或深呼吸动作,或压迫眼球可达到刺激迷走神经,减慢心率的目的,也能马上转复。

心律失常及时治疗很重要

心律失常治疗中心是中国医师协会认定的区域性心律失常诊疗基地。心律失常治疗中心聘请全国著名诊疗、手术专家程云阁教授。据介绍,国际领先的胸腔镜微创仅在患者胸壁开三个1.5厘米小孔,一改传统开胸手术胸部正中切口20厘米的弊端,术后几天即可下床活动,避免传统开胸手术卧床数月的煎熬;此外,因为省去传统手术开胸锯骨等过程,胸腔镜手术仅需半小时,减轻了患者手术痛苦,有效控制出血,恢复快的话,术后一个月就能恢复正常工作。

老年心脏病防治——瓣膜病防治与调护专场

容易出现活动后疲乏和倦怠、活动耐力明显减低、稍作运动便出现呼吸窘迫(即劳力性呼吸困难)、严重者夜间频发阵发性呼吸困难甚至无法平卧休息,会在胸闷、憋喘的同时伴有呼吸道出血,轻者痰中伴有血丝,重者一次性咯出大量鲜血。这些都是瓣膜病的症状。什么是瓣膜病?瓣膜病早期症状有哪些?专家有哪些治疗的好建议?本次讲座由

上海远大心胸医院心血管医生讲解瓣膜病的防治与调护,经预约参加活动的会员通过抽奖可获得精美礼品,欢迎踊跃报名。

讲座时间:2013年8月23日 星期五 下午1:30

报名热线:64759591 54591026

讲座地址:上海远大心胸医院2楼 龙漕路218号(轨交3号线龙漕路站旁)