

有一天我们家的小人儿忽然捧着本成语故事集来问我:“妈妈,‘唇亡齿寒’这个成语能不能也叫做‘唇亡牙寒’呢?”我告诉他当然不可以,成语是约定俗成的,不能随意改动。就像我们说“狐假虎威”,而不说“猫假虎威”一样。小朋友对我的解释显然不满意,继续追问:“狐狸和猫咪不是一种动物,可牙齿难道不是一回事吗?”他这一问提醒了我,对呀,我们常说“牙齿”,但牙和齿的意思应该不完全相同,古人绝不会傻到造出两个

不一样的字去表达同一个意思。

为了解开这个谜,我去翻了字典,并且把甲骨文的“齿”字和金文的“牙”字画出来给小朋友看,他一眼就瞧出了区别。

齿、牙有别

李晓愚

别:“齿”,整整齐齐排成两行;“牙”则上下交错,看上去更加粗壮。他恍然大悟:哦!原本“牙”指的是口腔后面的槽牙,“齿”是前面的门牙呀!“那为什么是‘唇亡齿寒’,不是‘牙寒’呢?”我接着问他。“因为嘴唇离门牙比较近嘛”,他指着自己的嘴巴回答我。

我又告诉了他一个区分“牙”和“齿”的简单办法:发“齿”这个音的时候只要用到前面的门牙,而发“牙”这个音的

时候就要用到后面的槽牙,齿在前,牙在后,这样就容易记了。

我忽然想到了个跟牙齿有关的词,就问小朋友:“你知道什么叫‘不齿’吗?”他想了想,犹豫犹豫地回答:“是说一个人很老很老,老得连牙齿都掉光了,再也长不出来了么?就像太爷爷那样?”他果然中了我的圈套。我告诉他“不齿”就是特别瞧不起、极端鄙视某个人或某件事,关于这个词的意思还有一段有趣的演变过程。牙齿的生长和年龄大小密切相关,所以古人常用“齿”来指代年纪,比如“年齿”就是年龄,“齿列”就是按照年龄的大小排列位次。在周朝那会儿,人们聚会饮酒很讲究礼仪规范,喝酒之前先要按照年龄的大小把座位排好,以表示对长者的尊敬。不过倘若

有身份特别尊贵的人出席,那么这些人要享受VIP待遇:他们不再按照年龄被排定座次,而是被安置在酒席东边的嘉宾座上。这就是所谓的“三命而不齿”,“三命”指拥有公侯伯等爵位的高级官员,“不齿”就是不按年龄排座次。

有意思的是,表示尊敬的“不齿”在另一个语境下就成了对犯罪分子的惩罚。周朝的法律规定,那些因为犯罪而被流放的

人如果能够改过自新,那么可以给他们返回家乡的机会,可是要“不齿三年”。也就是说要有三年观察期,在这三年里,他是个“黑户”,名字不能列入当地的户籍。要是表现好的话,三年后可取得合法身份,表现不好,“屏之远方,终身不齿”,就一辈子“黑”着吧。

“不齿”就是不录入乡里的户籍,这是对罪犯的惩罚,后来便引申出鄙视的意思来。

老伴的“双十一”

李树林

“双十一”不到,老伴便放下所有家务,拿着平板电脑,投入到挑选和收藏“宝贝”上了。倒不是想借此为自己“火并”一把,而是小区多位老人,让老伴帮忙拍商品,过把网购瘾。

去年“双十一”,几位老人意外收到快递来的保暖护膝。一位老人说,好事肯定是我老伴做的。因为他见我老伴网购过护膝,而且他也说过想买。老伴乐善好施,干脆给几位常来常往的老人各网购一副。老人们欢喜地说:“有了护膝,这个冬天腿不疼了。”

说起老伴网购,还是我教的呢。但我不想当“剁手族”,除了非买不可的药,几乎不网购。老伴却尝到网店商品应有尽有,价格实惠的甜头,她喜滋滋地说:“喜欢什么,在家动动手指就买了。”

昨天,邻居老范和他女儿争争吵吵地来我家。原来,老范想让我老伴教他网购。女儿反对,说老年人没必要追赶这个时尚。老伴说:“网购不只是年轻人的‘专利’。老年人追求时尚,更有益于健康长寿。”她还说要小区办老年网购学习班,希望看到更多老人网购心仪的“宝贝”,打扮自己,成为老来俏。

这个“双十一”老伴交给我的任务是,负责做饭,为她端茶递水。和快递员打交道,接收快递。“我专心淘宝,找相似,找搭配。”老伴乐呵呵地说,“让网购给生活带来更多便利,为晚年增添乐趣。”

随着时代的变迁,礼仪的规范,不按年龄排座位的“不齿”和不录入户籍的“不齿”逐渐被遗忘,而表示鄙夷不屑的“不齿”却保留了下来。

小朋友耐心听完了我的解释,然后一本正经地说:“我有一个很简单的办法记住‘不齿’的意思。我瞧不起一个人的时候就不想理他,我不对他笑,也不跟他讲话,自然就不会露出牙齿啦。”

这是个真实的病例,王大爷在5年前出现左小腿胀痛、寒冷不适,他一直以为是老寒腿,即使症状逐渐加重也还是拖着不去就诊,一个月前在修剪指甲时剪破了皮肤,创面反复不愈合才去了医院,而接诊外科大夫医生严肃的告诉王大爷,他得病的是脚梗,而目前最好的治疗方案就是——截肢!

对心梗、脑梗我们早已耳熟能详,可这脚梗又是怎么回事呢?我们知道血管是通行血液输送氧气和代谢产物的实质性管,就如同河道。将血管壁比作河床,血液便是河水。三高和吸烟等因素导致动脉管壁硬化增厚,血液粘稠,流速减慢,最终形成梗塞。就好比河道污

染,漂浮垃圾阻塞河道,导致淤积不通。当梗塞出现在脑血管中,就成为了脑梗,发在心脏,便是心梗,而堵塞住了双腿动脉,就是我们说的脚梗。

随着时代的变迁,礼仪的规范,不按年龄排座位的“不齿”和不录入户籍的“不齿”逐渐被遗忘,而表示鄙夷不屑的“不齿”却保留了下来。

小朋友耐心听完了我的解释,然后一本正经地说:“我有一个很简单的办法记住‘不齿’的意思。我瞧不起一个人的时候就不想理他,我不对他笑,也不跟他讲话,自然就不会露出牙齿啦。”

其实只要有心,好事是做不完的。我的想法是既已开头,切不可半途而废。因为,“一个人做点好事并不难,难的是一辈子做好事。”

我在看书时,发现错别字,会用红笔勾出来,在旁边写上正确的字。那样做,虽有“污染”公物的不妥,但不纠正的话,任凭谬种流传,危害更大。“两弊相权取其轻”,此事我还会继续做下去。

其实只要有心,好事是做不完的。我的想法是既已开头,切不可半途而废。因为,“一个人做点好事并不难,难的是一辈子做好事。”



扫一扫,关注“夜光杯”

我不会喝酒。前些年为了保健,朋友介绍我葡萄酒泡洋葱的良方,说药用价值高。于是我坚持每天喝两勺,一段时间下来,在感到功效不错的同时,对酒的味道从抗拒到逐步适应,而且对红酒散发出来的独特醇香也喜欢了起来。

我老伴多年前就养成晚餐喝黄酒的习惯。他建议我去掉洋葱,干脆喝些红酒,一是两人喝酒有气氛和情调,二是红酒蕴含多种氨基酸、矿物质和维生素,对人体(特别是对女性)有益。就这样,我挡不住诱惑,每晚小半杯,浅酌轻抿,开始了“葡萄美酒夜光杯”的生活。

天下美酒,红酒称珍。圣经上有这么一句话:“面包是上帝之肉,红酒是上帝之血”,以此警示世人应珍惜如鲜血的红酒。它虽不是上帝之血,却是造物主精心创造的植物精灵——葡萄之血。葡萄酒的最初,就是一串串葡萄,经过压榨、酿制,才转化为酒,变成了神奇、珍贵、流动的生命。在澄澈的液体里,红酒有无穷的学问。原来,它的品质与葡萄有着千丝万缕的联系,如葡萄甜度好、品质高,那就能酿造出优质的好酒。当然,由于产地和制作方法不同,不同的葡萄酒也会弥漫不同香气,散发不同味道。同时,不同年份储藏的葡萄酒也会有不同的品质和价格……据说那些历史悠久、品质卓越的红酒,市场价已飙升到上千上万元,堪称“贵族的酒”,升值空间很大。而一般的红酒,价格不等,数百元、数十元的都有,已跃入大众眼帘,进入寻常百姓家了。

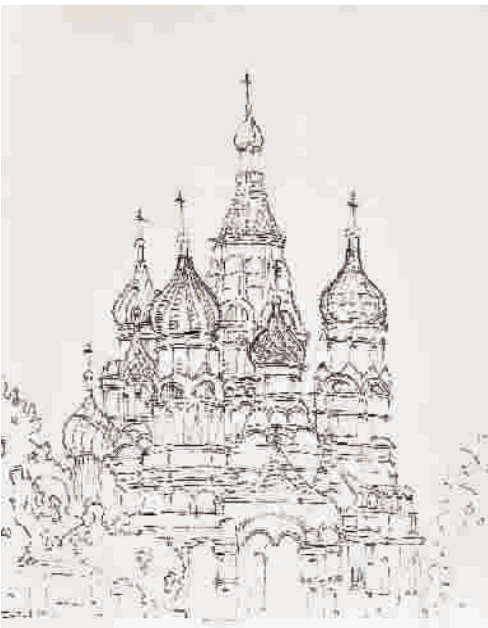
记得曾有一部与红酒有关的奥斯卡获奖影片叫《杯酒人生》。写的是两个老朋友一个感叹婚姻失败、作家梦遥不可及、职业枯燥无聊;一个想法简单、欲望直接、又安于平庸。两人前往加州的葡萄酒生产基地,准备去狂欢一次,结果在酒香浓郁的加州,命运发生了变化,你永远也不知道在推杯换盏间,深浅不一的红酒怎样影响了他们的人生……

所以饮酒,关键是要当酒液在舌尖上流淌时的你的所感:你喝出了什么?

唐朝白居易有诗云:“百年愁里过,万感醉中来”,感觉、感受、感想、感悟……才是喝酒喝出来的最好味道。我喜欢家里的那顿晚餐,虽然简单普通,却因有了酒香就变得不一样了。每一次,都是老伴为我开瓶塞,将润红的液体倒入透明的杯中,瑰丽的红色就这样铺展开来,轻轻荡漾。我欣赏它在柔柔光线下的摇曳,我欣赏它弥散于屋内的那份醇香,于是心沉静下来,握在手心中的这杯红酒,似乎成了一把打开心门的钥匙,轻啜一口,酸甜苦涩的滋味在舌尖上流动,九曲回肠,韵致无限。呵呵,老年生活依然可以这般优雅、美好,令人愉悦。

红酒微醺,浅浅回望,一些人,一些事,注定在我这杯酒里留下了添加的味道,要醉成我一生的记忆,一生的回味……

旅游



圣瓦西里升天大教堂 (速写) 王钰斐

金秋十月,我“回”到了延安。延安,其实是我初到之处,说“回”,是因为神交了几十年。这方圣地与我们这一代,陌生又熟悉。读小学起,语文课本里就有描写延安的篇目,开头几句至今记得:“延安,周围是山,延河水从山脚下流过”;初中有贺敬之的《回延安》:“几回回梦里回延安,双手搂定宝塔山”;高中有茅盾的《风景谈》,六幅经典的画面恍若眼前:延河夕照、石洞雨景、北国晨号……还有,陕北黄土高坡的天然大舞台上,曾演绎过《白毛女》《王贵与李香香》《兄妹开荒》等一出出的好戏,国人耳熟能详。当年延安军民团结战斗、抗日救国的革命精神,解放区人民民主

和谐生活的画面,激励过一代代后人,延安的红星照亮了全中国。说我“回”延安,一点不夸张。那天清晨五点半,从宿住黄河壶口瀑布的旅馆出发,一路驱车三百多公里抵达延安。远远望见山上高高矗立的宝塔寺,心里有点激动。亲见这座庄严雄伟的古城,感觉是熟悉的,又是陌生的。伫立延河畔远眺近望,山坡上绿荫浓密,蜿蜒的延河水从宝塔山下潺潺流过。一桥飞架河上,拱形的桥梁气派、漂亮。两岸高楼鳞次栉比,马路上车辆川流不息,匆匆的行人,装束打扮十分的时尚。今日的延安,不见了昔日黄土高坡的荒山秃岭,不见了头扎白羊

肚毛巾、身披白羊皮短袄的陕北老汉,不见了留着乌黑大辫的女娃……历史早翻开了新的一页,朝气蓬勃的延安城已经崛起。

为纪念红军长征胜利八十周年,延安城包裹在浓浓的喜庆中。延河大桥上的每根灯柱,大红灯笼高高挂,五星红旗迎风飘扬。各地的游客络绎不绝,不少游人仿一身红军装束,神情自豪地在街头挺胸行走,他们头戴载有红五星的军帽,打着绑腿,只是都忘了该换下脚下各色时尚的鞋子,用草鞋替代才显当年红军战士的飒爽英姿。延河边上,卖枣、石榴、苹果的小贩排开了一溜,多是老汉们在守摊;婆姨们也不甘寂寞,

“回”延安

吴莉莉

有好几个端着单反相机,占着最佳摄影点招揽生意。他们做的是小买卖,却并不缠人,买不买都无所谓。若与之闲聊几句,一口秦腔才吐出,陕北人那份朴素、实诚、豪爽的情谊,扑面就能让你感受得到。

天公不作美,烟雾锁古城。霏霏细雨中我瞻仰了中共七大会址,杨家岭和枣园。走进当年革命领袖住过的窑洞,睹物思人、重温历史,对后人是一份无言的教育。雨中“回”延安,切身感受到了这块黄土地的厚重沉实。斯诺先生《西行漫记》的封面画——清晨,黄土高坡上,红军小号兵昂首挺立吹号的身影,我忘不了。

染,漂浮垃圾阻塞河道,导致淤积不通。当梗塞出现在脑血管中,就成为了脑梗,发在心脏,便是心梗,而堵塞住了双腿动脉,就是我们说的脚梗。

状态下尤其是在深夜也会存在持续性的小腿剧烈疼痛。此时此刻,病魔正在通过身体疼痛告诉您,这是您治疗的最后期限了!

我接诊的ASO患者,绝大多数病人,都像王大爷一样的中晚期患者,已错过最佳治疗时间窗。

这里教大家两招:一是摸脚背。用手指放在双侧足背高突位置,对比两侧动脉搏动频率和强度,如果腿疼的一侧有动脉波动强度减低就要引起重视。第二招叫卧抬腿。平卧后将下肢抬高与床面成70度,保持1分钟后坐起观察。因为重力作用,抬高后血供减少,皮肤颜色苍白,常人坐起后10秒内即回复正常肤色。如检查皮肤颜色回复延迟到45秒以上,且肤色不均匀呈斑块状就要考虑本病的发生。

若发现有上述症状请及时前往各大医院血管外科或中医外科就诊,目前无论是传统医学还是现代医学都不乏成熟且高效的治疗方法。血管外科介入治疗,通过放入支架,疏通扩张梗塞的血管,恢复血供,对于早期缺血症状的改善立竿见影。

(作者为上海市中医医院外三科副主任医师)

杏林夜谈

脚梗就是下肢动脉硬化闭塞症(英文简称ASO),百姓俗称脉管炎,简单地讲就是由内外因素导致下肢动脉狭窄乃至梗塞,引起下肢缺血缺氧的疾病,其发病多与三高、吸烟等因素密切相关。

在ASO疾病初期,只有轻度的胀痛、寒冷等不适,因症状并不典型,容易被病人忽视。间歇性跛行是营养障碍期的典型表现,患者运动行

用手指放在双侧足背高突位置,对比两侧动脉搏动频率和强度,如果腿疼的一侧有动脉波动强度减低就要引起重视。第二招叫卧抬腿。平卧后将下肢抬高与床面成70度,保持1分钟后坐起观察。因为重力作用,抬高后血供减少,皮肤颜色苍白,常人坐起后10秒内即回复正常肤色。如检查皮肤颜色回复延迟到45秒以上,且肤色不均匀呈斑块状就要考虑本病的发生。

若发现有上述症状请及时前往各大医院血管外科或中医外科就诊,目前无论是传统医学还是现代医学都不乏成熟且高效的治疗方法。血管外科介入治疗,通过放入支架,疏通扩张梗塞的血管,恢复血供,对于早期缺血症状的改善立竿见影。

(作者为上海市中医医院外三科副主任医师)

脚梗就是下肢动脉硬化闭塞症(英文简称ASO),百姓俗称脉管炎,简单地讲就是由内外因素导致下肢动脉狭窄乃至梗塞,引起下肢缺血缺氧的疾病,其发病多与三高、吸烟等因素密切相关。

在ASO疾病初期,只有轻度的胀痛、寒冷等不适,因症状并不典型,容易被病人忽视。间歇性跛行是营养障碍期的典型表现,患者运动行

用手指放在双侧足背高突位置,对比两侧动脉搏动频率和强度,如果腿疼的一侧有动脉波动强度减低就要引起重视。第二招叫卧抬腿。平卧后将下肢抬高与床面成70度,保持1分钟后坐起观察。因为重力作用,抬高后血供减少,皮肤颜色苍白,常人坐起后10秒内即回复正常肤色。如检查皮肤颜色回复延迟到45秒以上,且肤色不均匀呈斑块状就要考虑本病的发生。

若发现有上述症状请及时前往各大医院血管外科或中医外科就诊,目前无论是传统医学还是现代医学都不乏成熟且高效的治疗方法。血管外科介入治疗,通过放入支架,疏通扩张梗塞的血管,恢复血供,对于早期缺血症状的改善立竿见影。

(作者为上海市中医医院外三科副主任医师)

随手做点好事

袁长燕



边看边聊