

请母亲去饭店吃饭。母亲晕车,腿脚也不太好,所以她出门唯一能乘坐的交通工具便是电瓶车。母亲要跨上电瓶车并不容易,她的双腿已僵硬,她试着把腿抬高,显然跨不上去,她又吃力地抬得更高,像在努力挣脱无形的阻力,可双腿依然不听使唤。我让车身歪向她的一边,她的腿终于缓缓地跨过车座,人坐了上来。

到了饭店,我先下车,再请母亲下来。母亲下车时比上车更显得困难:一只脚先落地,可另一只脚却怎么都顺不过来,因为腿太僵硬了,跨不过来。我只能调整车姿,几乎把车子放倒了,母亲才将脚顺了过来。

母亲的腿脚变得不利索,是这几年的事。年轻时,她可不是这样的。

母亲年轻时,父亲在另一个镇上教书,只有周末才能回家,平时家里大小农活儿全都由母亲一人张罗。那时,母亲的腿脚是多么利索呀,走起路来总是健步如飞,脚下生风,轻轻盈盈。她挑水、挑粪、挑稻、挑红薯,路并不好走,难免遇到沟沟坎坎,可她总是如履平地,轻松地

跨越沟坎、缺口、洼地。小时候,母亲多次背着我跨越溪流、翻越高山去看望父亲。母亲的脚步又轻又稳,山路虽然崎岖,但她从不同跟踉,伏在母亲背上的我是那么的舒适。她一步就跨过了洼地,我在她的背上随她一起轻轻跃起,又稳稳落下。

母亲还曾带我跨越过洪水豁口。有年村里发大水,低矮处的房屋全被淹了。母亲带我朝高处的山上跑,眼前是

地一脚跨了过去!母亲一跃而起,我和她好像长时间停留在半空中,她正背着我飞跃一条巨河。我仿佛听见她深重的呼吸,也听见洪水如猛兽般的咆哮。母亲的腿并不长,却能从豁口上惊心动魄地一跃而过,她是从哪里获得的勇气和力量呢?

9岁那年,父亲因被人诬告而停职,回到家中务农。可一介书生的他,哪里擅长种田耕地,很多农活儿

坎。风雨没有击倒这个飘摇的家,是母亲,带领我们跨越了那些年的风风雨雨。

我的孩子上幼儿园时,母亲来到城里帮着接送。那时她身体还算硬朗,腿脚也还利索。接送小孩、买菜、干家务,忙里忙外,在我和爱人忙得无暇顾及家里时,她帮我们跨过了生活的“忙乱之坎”。

再后来,我搬了家,执意独居的母亲从此深居简出。越来越老的她,开始出现健康问题,尤其是腿脚上,夜里经常疼。虽然看过医生,吃过药,但都不见好。母亲走路越来越吃力,短短一段路,她需要花很长时间,每一步都是在试探,直到确定脚下安全,才敢小心翼翼地踩上去。有时,她走完一步,另一步久久迈不出去,那些脚印好像已经疲倦,它们打算歇够了,才肯继续往前走。她常常就这样孤单地停在风里,等待一个脚印歇足了,追上来,接着赶路。

母亲把她矫健的步伐交给了岁月、交给了家庭、交给了我们,她交出了生命里最为珍贵的东西。曾经,她带着我们跨越童年的“坎坎沟沟”;如今,该换我们带着她跨越晚年的“坎坎沟沟”了。

他是一个行走的广告。他出现时,总是在笑;看他的人,也总是笑。

坚强的内心

莫小米

他叫王十七,人高马大,曾是沈阳一名高中数学老师。十多年前,年华正好的王十七突然晕倒,医生诊断为扩张型心肌病。有谁知道扩张型心肌病有多难受?白天活动胸闷憋喘,躺平时难以呼吸,睡不着觉,喘不上气,心力一天天衰竭,死亡可发生于疾病的任何阶段。

我国每年有1000多万心脏病衰竭的患者,其中200万到300万人因心衰而死亡。2019年9月,王十七整个身体进入了衰竭阶段,浑身像被火烧一样。连夜坐120去北京救治。

事后,他描述那天晚上:“别人看到的是路,我看到的是一闪而过的路灯,路灯在向后走,我感觉进入生命末期的一个时空隧道……”

之后,他的心脏停止了跳动,但他活着。医院为他安装了人工心脏。

研发者将人工心脏捧到桌子上,无论怎么摔,它都会一直保持同一个角度旋转,把王十七看呆了。他接受了这个魔法般的“心脏”。

出门,他总穿件马甲,马甲一撩,腰上一圈备用电池,连着电线,像是炸碉

堡的战士。走到哪里他都要拍着胸说:“这是国产的第四代磁悬浮人工心脏。”

王十七是山东人,天生幽默,装上人工心脏的王十七,成了一名脱口秀演员。

说到生病那时:“我怀里揣着的好像不是心脏,是一颗定时炸弹。”

说到换心手术:“手术非常小,就是意外性很大。”

说到手术后醒来:“一低头,发现浑身上下都是管,像是拍电影,醒来时成了电影主角。”

一块电池充满可用8小时,他说:“现在我一天的生命就是8加8加8,感觉是不是比24小时长些?”

有人对他说,加油!王十七说:“我咋加油呢,我只能充电。”

有人问:身上那么多装置,你怎么洗澡啊?王十七说:“我用酒精擦擦机器,就能擦出个好心情。”

他说每次出门,母亲总是走在他的左手边,因为他的心脏电线之类的都挂在左手边。母亲就像保镖一样,一口声声对街上的人说:“让一让啊,这是明星。”

阵阵鼓掌,阵阵爆笑,为这颗坚强的心。



跨越

立新

白茫茫的一片,只有一条露出水面的埂路可走。但埂路的中间,有一处被洪水冲开了,出现一个较宽的豁口,豁口下翻滚着汹涌的河水,泥沙随水而下。有几根浮木,匆匆在洪水里晃了一晃,就不见了。

那豁口,对尚未成年的我来说,是无论如何都跨不过去的,于是母亲将我驮上背,后退了数十步,然后飞奔着助跑起来。跑到豁口边缘时,只见她脚一点地,飞一般

都干不好。母亲不但没埋怨讥笑他,还手把手地教他,带着他一起跨越“农事”的坎。母亲还克服重重困难,跨越各种阻碍,陪着父亲不断上诉,最终父亲得以重返讲台。

父亲被停职的那几年,奶奶也生了两场病,我家遇到了不少“坎坎沟沟”,好在有母亲,她比父亲更坚强,带领一家人跨越了病痛,跨越了委屈,跨越了生活给我们这个家设下的一道又一道

来是表哥同学的母亲因病急需凑钱交手术费,表哥和另外几位同学商定,用自己的压岁钱帮这位同学一把。我听明白后说,管母亲直接要

压岁钱

曹振起

不就行了,可表哥说家里已经很不容易了,不能再让她破费……

到了初六这天,母亲忽然问我:每年你都用压岁钱

请母亲看戏,今年怎么不吭声了?我一阵心慌,不知如何回答。她似乎看出了什么,追问:“是舍不得,还是把钱丢了?”我更慌乱了。在母亲一再追问下,我只好硬着头皮把事情经过讲了出来,并求她装作不知道这回事。

母亲听完,眼睛有些湿润。过了一会儿,她从衣柜里拿出一沓钱,数了数,递给我说:“这钱,交给你表哥,就说是三伯父给他的压岁钱。”还说今年看戏,由母亲出钱。

投寄本报副刊稿件

启事

众多,凡手写稿件,恕不能退稿,烦请作者自留底稿。稿件一个月内未见报

或未接反馈,作者可另行处理。感谢支持,欢迎投稿。投稿邮箱:jwfbkb@163.com

网络新词语

文旅喊麦

肖能萍

随着哈尔滨旅游的爆发,各地文旅局的社交账号都开始更新内容,希望借此吸引游客。其中最常见的宣传方式就是改编喊麦歌曲《我姓石》,再配上本地的风土人情视频,作为旅游宣传品吸流量抢人气。于是,这一行为被网友们称为“文旅喊麦”。

连载

孙犁年谱(补遗)

段华

1983年 70岁 1月

15日,《天津书讯》第一版刊出孙犁为该报所写寄语,全文为:

《天津书讯》一出版,我就看到了。作为一个读者,希望能及时了解各类图书的出版消息,“书讯”无疑是极好的一个帮手。如果说“书讯”要有自己的特点,一定要以书为主,围绕书做文章。评介文章要写得短小,生动活泼。全国的“书讯”报很多,我较

爱读《联合书讯》,因为它重点突出,内容充实,有一定的学术水平,有些地方的“书讯”,开始办得还好,后来慢慢地离开了它的宗旨,失去了自己的特点,这样会失去读者。还有一点希望,古籍的整理和出版,越来越引起各方面的重视,希望“书讯”多做这方面的宣传工作,指导读者,特别是青年同志正确地学习和继承祖国丰富的文化遗产。

按:此文《孙犁全集》《孙犁文集》未录。

2月 6日,写作书衣文《金陵五记》(黄裳)。文末自注:1983年2月6日,庞瑞垠寄。载《书衣文录全编》(下)。

6日,写作书衣文《苏东坡传》(林语堂):文末自注:1983年2月6日,庞瑞垠寄。载《书衣文录全编》(下)。

19日,致林楚平信。信末自注:3月19日。感谢林寄赠两本书。载2021年12月6日《藏书报》。(年谱已录)

按:此信《孙犁全集》《孙犁文集》皆未收。

林楚平在新华社工作,与作家林斤澜同乡。寄赠的两本书是林翻译的《克莱采奏鸣曲》和《家庭的幸福》。信存朱永平《未成行的赏樱之约》一文中,“转告”错排为“持告”。

3月 17日,写作书衣文《榆下说书》(黄裳)。文末自注:1983年3月17日,三联赠。载《书衣文录全编》(下)。

4月 29日,郑法清来访,谈换房子之事。谢大光来访,谈新中国成立初期写郊区的速写、目前写的散文等。

5月 3日,柳涣来访。谢大光来访,谈写书衣文录、年表、读书记等。

18日,谢大光来访。谈《关于散文写作的答问》等。

6月 6日,写作书衣文《蕙风词话·人间词话》。文末自注:1983年6月。载《书衣文录全编》(中) 季涤尘托谢大光带来。

九、皮肤训练可以祛除红血丝

有的人虽然皮肤很白,但能清晰地看到红血丝,如果达到极致的话,甚至像生活在高原的人那样,颧骨部位是红的,这也是影响美容的问题。

红血丝的产生有几个原因,一个是紫外线照射,使毛细血管扩张了。还有一些人情绪激动的时候很容易脸红,这种情况长时间反复以后毛细血管就固定了,可能就没法改变了。另外,不当地使用一些药物,引起毛细血管扩张,也会促成红血丝。

红血丝一旦形成,单靠药物是很难消除的,医院里一般是用脉冲激光治疗,这种治疗效果还是很好的,但是,如果诱发原因不去除的话,它还会复发。如果你发现自己的脸确实在冷热之后很容易变红,除了防止骤冷骤热外,平时也可以做一些皮肤的训练,如每天用水敷脸,自来水就可以,在洗干净

的时候,先从能接受的温度开始,比如正好

是和你体温相近的36℃左右的水,敷5分钟之后,再用自然的凉水,继续敷面5分钟。这样做两天后,可以再提高一点热水的温度,还是敷5分钟后,改用凉水。慢慢适应之后,可以将凉水改为冰水,加大热水和冰水之间的温度差。这种方式不仅可以训练血管收缩扩张,而且对皮肤也有刺激作用,可以增加皮肤的弹性。但注意,不要用烫手的水,因为水太热会影响皮脂腺的分泌,使皮肤变干。

这个原理也可以用在做面膜的时候,将面膜提前放在冰箱里冰一段时间,热水洗脸后,将冰凉的面膜敷在脸上,在皮肤吸收营养的同时,又兼顾了对皮肤的冷热训练,一举两得。

美白·小贴士: 1.每天早餐吃一把榛子,或者10个(大)杏仁,或者2个核桃。

2.土豆、红薯,吃的时候要适量。

3.生鲜蔬菜、水果沙

慢慢变美 佟彤 著 天津科学技术出版社

拉,每天保证一份。 4.四季都要防晒,春夏:SPF20,PA+或PA++;秋冬:SPF12至SPF15,PA+。

5.温水、凉水交替敷面,每次敷面5分钟。

饮食·小贴士: 在水果中,维生素C含量最高的是鲜枣、猕猴桃、橘子;蔬菜中是辣椒和绿叶蔬菜。食用这些食物最有效的方法是生吃,但不要榨汁,因为维生素C特别容易在加工、加热后失效。