

老先生的节日早餐

隅人

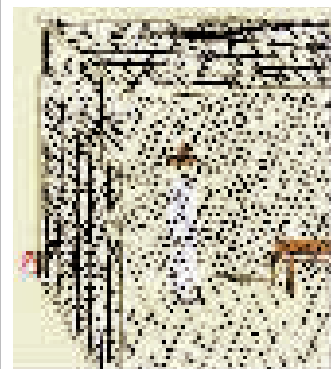
节日的早晨,我突然发现一位老中医发在朋友圈的照片,那是一碗老豆腐,里面浸泡着几块掰开的窝头,旁边的小碟中是一枚鸡蛋——这就是老先生的节日早餐。

在长期的行医过程中,老先生不仅给患者诊病,更关注患者的饮食健康。有一次,一位患者捂着胃部跑来求医,经过询问得知,患者出门在外时,发现很多诱人的美食,出于好奇和贪食,便放纵了自己的胃肠。老先生只问了一句:“你从小是吃这些美食长大的吗?”回答自然是肯定的。老先生一直主张,人的胃肠在长期的生活中已经形成自身独特的运行规律,吸收什么,拒绝什么,已经自成系统。这个系统一旦被破坏,再好的美味,进入体内也会变成一颗“炸弹”。

每到节日过后,老先生的门诊患者就会激增,而大多又是因节日暴饮暴食所致,患者都希望老先生给出个妙方。老先生微微一笑,给大家讲了一个故事。有老两口出国看望在外求学的儿子,本来好好的肠胃,在国外的日子里却造反了,以为染上了什么大病,急忙看医生、吃药,在依然不见效的情况下,老两口只好提前回国,再想办法。可一回到国内,大菜包子一吃,稀饭一喝,什么毛病都没了。大家听了,不禁面面相觑——明白了其中道理,但似乎又心有不甘。

我很能理解老先生晒出节日早餐的一片苦心。他这是借节日之机,以自己一顿简单的早餐,提醒人们注意饮食健康。当然,吃什么,要根据个人的情况,具体问题具体分析,但真正管住嘴,这不仅是一个健康问题,也考验着人们的自律意识。自律意识增强了,管住的或许就不仅仅是一张嘴了。

肝胆篇



老树一念

自由心中事,古今无不同。一念过不去,当下即牢笼。

过年过节,表姐表妹堂兄堂弟,坐了一屋,和平融洽得让人感动。原来,一屋孩子在看电视——动画片《汤姆和杰瑞》。哄笑阵阵,不时穿墙过壁。

经典就是经典,“俘获”了几代观众。

都知道那是没有尽头的猫鼠之战:一只自作聪明,又处处吃瘪的猫,承包了全场笑料,一只总能逢凶化吉,又时时让人捏把汗的老鼠,贡献着无边智慧。就是这样的死对头,有时也被安排点相爱相杀的戏码,比如面对那只大狗,它们可以临时统一战线,矛头向外。几乎没有孩子可以拒绝这对欢喜冤家。

在书里看过这样的话,还能原封不动记得:人和书的缘分到了,就会突然互相吸引互相接纳,这时候,翻哪一页都能读进去。动画片也是这样,

猫和老鼠

草子

从哪一集开始都能看进去,都正正好。其实,连孩子也知道,那不是真实的世界。出模的,要卖力出模,不管它合不合理,聪明的,要卖力聪明,聪明得没道理可讲,那才是虚拟世界的真实。动画片里的动物,做的从来不是动物的事,说的也不是动物的话,而是人的事、人的话,否则不过是一部动物世界。拟人,总是动画片最大的修辞。孩子们不知道,自己看的并不是猫和老鼠,而是人类世界。所以,动画片也是适合成人看的。如同儿童读物,成人完全可以去翻一翻。大道理从来不变,世界建立在人的底层逻辑之上,只是换了一副动物的面孔,没什么质的不同。虽然动画片都是虚拟的,都是假的,但快乐是自己的,是真实的。

子上。那时候,我们看电影的乐趣是到幕布的背面去看。这么一来呢,一切看在眼里的场景都是反的——而在这个人间,你看到的東西何曾都是正的? 正的就是反的,反的有时候倒是正的。

直到现在,我都喜欢看电影,只是没有好电影可看。有时候去电影院买张票进去,一个人进去,喻然的电影院气息便马上在周遭响起——其实亦不是响起,只是你自己感觉到了。电影里人物的道白毕竟和看电视不一样,在我,亦是一种享受。有时候亦是不为看那电影,只是想感觉一下那种多少有点惆怅夹杂在里边的快乐。灯黑了,电影即刻开始,儿时的那种感觉纷至沓来。有时候,我会看着看着就睡了过去,但亦不是睡,而是在心里还醒着,蒙眬之中只觉是一种享受。

人不知为什么偏偏要长大? 长大又有什么好? 电影院的好,就是好在您一进去,那氛围,那声音——那空阔而又实在的声音,会把你马上再次回到童年里去,如果你是一只卵的话。有时候,我真希望自己是一只卵,一只卵……

没有
徐悟理

一棵树,没有整整天想着明年要比今年长得更高;一朵花,没有成天想着明年要比今年开得更大;一座山,没有从早到晚想着明年要比今年更巍峨;一条河,没有整日想着明年要比今年更加宽阔。

一棵游鱼,没有想着要让孩子比自己游得更快;一只猛兽,没有逼幼崽将来变得比自己更威猛有力;一只飞鸟,没有刻意要求雏鸟飞得更远;一只虫子,没有设法让幼虫变得更适应环境。

树花山河,鱼兽鸟虫,用“没有”遵循着一切顺其自然的法则,不焦不虑地在大地上存在着。一心想赢的人,应该常想想它们。

爷奶奶健在且慈祥,而我还是一个孩子,一觉睡到天亮,没有惆怅,没有噩梦,没有想念的人,也没有突然掉下的泪;多想一觉醒来,妈妈在做饭,爸爸在扫雪,这颠沛流离的大半生,只是做了一个长长的梦。

他乡纵有当头月,不抵故乡一盏灯。爹娘已经扫清了门前道路的积雪,我的脸上早已不由自主地挂满泪痕。

放飞工具。后来,笔者发现潍坊的风筝,除了老鹰、燕子等传统造型外,还有蜈蚣等各种鸟禽虫兽的造型。体量上,几米、十几米长的巨型风筝屡见不鲜。天津与潍坊、北京并称为中国风筝的三大流派,天津“风筝魏”的风筝也十分有名。春风吹来了新时代的休闲业态,从海河两岸到蓟北山下,从城市广场到乡村田野,风筝已成为春天里的标配。而描写“纸鸢”(风筝)的古诗也有许多,在此就不赘述了。

星期文库
春天七章之四

友直的《山乡巨变》被翻得乱糟糟的,但还是有人看。有一只猫,蹲在小人书摊子旁边,身子一转,两眼顿时如两盏小灯。

小时候总喜欢大院里放电影,那是大公司给下边的福利。放电影的消息是早早就传开来的,人们早早就去占位,老头老太太,搬着许多小板凳,他们会把最好的位置都先占据了,他们不是搬一个板凳,他们会一下子搬好几个,

看电影

王祥夫

给家人也把位置占好了。电影快开始的时候天已黄昏,老头老太太们老眼昏花,也还是看得清自己家人,但他们唯恐家人看不到他们的所在,不免站起来急切地大呼小叫,挥胳膊招手。这场景,是时代性的,现在想想都会让人热目。那时候,我们住的大杂院是工程公司的大院,老大的院子,东边四排房,西边六排房,中间便空出来一个很大的院子,电影幕布就挂在院子中央的两根杆

一棵树,没有整整天想着明年要比今年长得更高;一朵花,没有成天想着明年要比今年开得更大;一座山,没有从早到晚想着明年要比今年更巍峨;一条河,没有整日想着明年要比今年更加宽阔。

一棵游鱼,没有想着要让孩子比自己游得更快;一只猛兽,没有逼幼崽将来变得比自己更威猛有力;一只飞鸟,没有刻意要求雏鸟飞得更远;一只虫子,没有设法让幼虫变得更适应环境。

爷奶奶健在且慈祥,而我还是一个孩子,一觉睡到天亮,没有惆怅,没有噩梦,没有想念的人,也没有突然掉下的泪;多想一觉醒来,妈妈在做饭,爸爸在扫雪,这颠沛流离的大半生,只是做了一个长长的梦。

他乡纵有当头月,不抵故乡一盏灯。爹娘已经扫清了门前道路的积雪,我的脸上早已不由自主地挂满泪痕。

放飞工具。后来,笔者发现潍坊的风筝,除了老鹰、燕子等传统造型外,还有蜈蚣等各种鸟禽虫兽的造型。体量上,几米、十几米长的巨型风筝屡见不鲜。天津与潍坊、北京并称为中国风筝的三大流派,天津“风筝魏”的风筝也十分有名。春风吹来了新时代的休闲业态,从海河两岸到蓟北山下,从城市广场到乡村田野,风筝已成为春天里的标配。而描写“纸鸢”(风筝)的古诗也有许多,在此就不赘述了。

天津与潍坊、北京并称为中国风筝的三大流派,天津“风筝魏”的风筝也十分有名。春风吹来了新时代的休闲业态,从海河两岸到蓟北山下,从城市广场到乡村田野,风筝已成为春天里的标配。而描写“纸鸢”(风筝)的古诗也有许多,在此就不赘述了。

星期文库
春天七章之四

影,从东墙翻进去就是电影院的厕所,从厕所里再进到电影院里是没人会怀疑的。但想归想,那么高的墙却让人不敢爬。还有,就是在电影院的外面等,等着有什么人看到一半不想看了出来的时候,跟他要他手里的票,有了那张票,是可以进到里边接着看下半场的。印象中,总有人看到一半就不再看了。这时候便会有人一拥而上去讨他的票。

这时候,电影院外边卖香烟和瓜子的小贩还在,还有卖汽水的小贩。有汽水瓶被打开,“气”的一声,又“气”的一声——是一男一女,在那里喝汽水,他们互相看着,忽然笑了起来。喇叭口裤子其实顶难看,但那男的就穿着一条喇叭口的裤子。喝完汽水,他们又相拥着一起进去了。电影院外边的灯光下,有人蹲在那里看小人书,二分钱看一本,随便挑。华三川的《白毛女》和贺

情的心,“不困于情”则是告诉我们要理智和清醒的头脑,平和、冷静地看待万事万物,不被情绪困扰。

况且每个人的关注点、立场,以及接受外部讯息“带宽”各不相同。比如,戒烟这类日常事,在“不戒者”口中,“戒烟者”是狠人、不可深交之人,“不戒者”在“戒烟者”心目中是欠自律之人,他们有时会互怼,又相安无事,最后你甚至会惊讶地发现,他们只是在相互关心,见解不同不等于非得改变对方。

所以,那些所谓的风口浪尖的人和事,对我们真的有那么重要吗? 最好的态度是,要有清晰的立场,多用包容的视角去欣赏原本温柔可亲的世界。我们只是“看戏的人”,最紧要的是做好自己。

的简易版风筝是用秫秸杆儿捆绑出小小的骨架,将找来的废纸涂上糨糊糊在骨架上,再用纸条甩出翅膀与尾巴造型。笔者的初衷是做一只小鸟形状的风筝,不管最后呈现的视觉效果如何,反正一只风筝是做成了,这足以满足我们这群孩子的内心。笔者给风筝拴上细长的绳线后,迫不及待地奔向野外,后面跟着一群分享快乐的小伙伴。

风筝迎风而上,顺势而为。虽然它飘得越来越高,变得越来越小,但笔者童年的目光却变得远大。由于手中的线已伸尽,仰望着的脖颈也有了酸感,于是笔者便

深情不困

龙建雄

情的心,“不困于情”则是告诉我们要理智和清醒的头脑,平和、冷静地看待万事万物,不被情绪困扰。

况且每个人的关注点、立场,以及接受外部讯息“带宽”各不相同。比如,戒烟这类日常事,在“不戒者”口中,“戒烟者”是狠人、不可深交之人,“不戒者”在“戒烟者”心目中是欠自律之人,他们有时会互怼,又相安无事,最后你甚至会惊讶地发现,他们只是在相互关心,见解不同不等于非得改变对方。

所以,那些所谓的风口浪尖的人和事,对我们真的有那么重要吗? 最好的态度是,要有清晰的立场,多用包容的视角去欣赏原本温柔可亲的世界。我们只是“看戏的人”,最紧要的是做好自己。

的简易版风筝是用秫秸杆儿捆绑出小小的骨架,将找来的废纸涂上糨糊糊在骨架上,再用纸条甩出翅膀与尾巴造型。笔者的初衷是做一只小鸟形状的风筝,不管最后呈现的视觉效果如何,反正一只风筝是做成了,这足以满足我们这群孩子的内心。笔者给风筝拴上细长的绳线后,迫不及待地奔向野外,后面跟着一群分享快乐的小伙伴。

风筝迎风而上,顺势而为。虽然它飘得越来越高,变得越来越小,但笔者童年的目光却变得远大。由于手中的线已伸尽,仰望着的脖颈也有了酸感,于是笔者便

风筝

杨银华

大地回春,阳气上升,刮风便是春天里的物候特征。受这种物候特征影响,春天里的休闲娱乐方式,最常见的应是放风筝了。年过花甲的笔者,从小便对风筝有着美好的记忆及印象。在那个物质贫乏的年代,放风筝成了笔者幼年不可多得的“精神佐餐”。

当年村里的商店没有风筝卖,想放风筝只能自己做。笔者依稀记得自己做出