

●小说中的衣食住行

“可怜身是眼中人”

周春梅

说起关于项链的小说,人们首先想到的一定是莫泊桑的名篇《项链》。文学史上另有一篇以项链为线索的小说——英国作家毛姆的《万事通》,不少小说选本都会收入。毛姆被誉为20世纪“最会讲故事的作家”,其长篇小说《人性的枷锁》《月亮与六便士》《刀锋》,均广受关注。他的小说机智幽默,常在讥讽中潜藏对人性的怜悯与同情,呈现出一种富有张力的复杂性。《万事通》虽是短篇,也同样具有这个特点。

“万事通”这一类人,在生活中其实并不少见,我们从朋友或熟人,甚至自己身上,都能或多或少地瞥见其影子。这类人似乎无所不知,你无论跟他谈什么,他都敢说“我知道”“我读过”“我认识”……俨然真理在握,雄辩滔滔,好为人师,咄咄逼人,人不知而必愠,遭人嫌而不自知,自负到了不相信世界

上会有人不喜欢自己,用现在的话说,就是具有一种“迷之自信”。

小说中的“我”跟这位万事通同住一个房间,朝夕相对,餐桌、牌局、舞会……有人的地方就有他的身影,连在甲板上散步也甩不掉他。一言以蔽之:他“无处不在而且无时不在”。“我”对万事通先生的厌恶鄙弃,可想而知。

同桌用餐的,还有一位跟万事通先生一样喜欢争辩、不服对方不罢休的兰赛先生,两人弄得每餐饭都像是一场辩论会。在这样一个背景下,一位十分讨喜的人物出现在“我”和读者的眼前:“兰赛太太十分娇小可爱,风度讨人喜欢,并且颇有幽默感。领事界薪俸不高,她的服装总是很简朴的,但是她挺会打扮,显得素净大方,不落俗套。”接着小说又强调了她的谦逊,说这一美德在她身上,就像一朵鲜花在衣襟上一样耀眼。而这种

品质,“原来在妇女间也许相当普通,而今天在她们的举止中已经不易见到”。顺带提一句,毛姆作为一位英国白人男性作家,自觉或不自觉地带有一种傲慢与偏见,通过小说中的人物或叙述者流露出来,比如如此对女性的偏见。

低调而讨喜的兰赛太太与高调而讨嫌的万事通先生如何会发生交集呢?小说设置了一个极富戏剧性的情节,围绕一串珍珠项链展开。兰赛太太颈上戴了一串如同本人一样美的珍珠项链,本行是珍珠商的万事通先生断言这串项链价值不菲,而兰赛先生却说这是太太自己买的假货,只值18美元。万事通先生岂能容忍这等冒犯,非要鉴别一番。他拿放大镜仔细查看兰赛先生特地为他从太太颈上取下的项链,露出了胜利的笑容,

但是,“突然之间,他看见了兰赛太太的脸色。她脸色煞白,似乎眼看就要晕倒的样子。她眼睛睁得大大地瞪着他,露出恐惧的神色。她的眼神送出来的是一个绝望的哀求”。这恐惧与哀求

里隐藏着的,显然是一个不能让兰赛先生知道的秘密。也许是出于对兰赛太太的好感,也许那一刻人性的善战胜了虚荣,总之,万事通先生竟然一反常态,当众承认了自己的失败。“那天晚上他不能不忍受好多人的取笑。万事通当场出丑,大家都觉得挺好玩的”。

小说结尾,有人从“我”和万事通先生所住的船舱门底塞进来一个信封,信封上用印刷体写着万事通先生的姓名,里面装着一百美元——那是万事通先生因珍珠项链输掉的赌资。他把信封撕碎,伸手取出钱包,细心地把那张一百美元的钞票放了进去。作家在此处非常细心地使用了“细心”一词,细节处见人物之神韵,也现作家之功力。

万事通先生和兰赛太太,都表明了人的复杂性。这里所说的复杂,并非道德评判,而是对人性的客观描述。小说中的“我”,亲历这一番波折后,说自己不完全讨厌万事通先生了。从原先的“完全讨厌”,没有直接跳跃至“完全不讨厌”,而是“不完全讨厌”。这个世界的人与事,包括我们自身,也都处在黑与白中间的“不完全”的灰色地带吧。这样说来,还是应当对包括自己在内的所有人多一些同情与理解,如王国维词中所示:“偶开天眼觑红尘,可怜身是眼中人。”

时间管理

张建云

中国北方农村有句土话:打草的没法与放羊的比。意思是两人的目标不同,所以在时间分配上就有所不同。放羊的可以适当休闲、小憩或拿本书来读,只要等羊吃饱后把羊赶回家即可。打草的则不同,因为他要给家里的羊送去鲜草,回去晚了,羊就会饿得咩咩叫。

显然,打草的也羡慕放羊的,他因为无奈才严格管理时间的。假若,他家里没有羊等着吃草,就可以与放羊的小伙伴玩耍、嬉戏到天黑。这很像孩子写作业,看到街头玩耍的少年也心生向往,但不得不先回家写作业。

成功人士有个共同点,就是会管理时间。管理时间只是个概念,说到底就是会打理好自己要做的事情。而有的人早晨起床就开始慌张,急忙洗漱之后,匆匆扒两口饭,但接下来,无论是上学、上班,都会踩着点甚至迟到几分钟。其实,很多人就是输在了早晨匆忙的5分钟。

管理时间需要态度,就是愿意管理时间,下决心不再被时间追赶。有一个秘诀,把每一天都当做考试的头一天。我与女儿写的座右铭是四个字:明天高考。虽然不会每天都紧张,但最起码看到

后多少要人心。这样,每天的时间安排,便不会过于散漫随意。

管理时间不复杂,确定一天要做的几件事,将之分为日常的、重要的、紧急的、紧急又重要的等不同等级。然后,按事情的轻重缓急,安排好做事的顺序。

确定好事情的轻重缓急后,做起来还要心无旁骛。我在写作时,会关闭网页版微信窗口。看邮件、上微博、读微信,也都直接抵达,电脑或手机上的消息再诱人,也假装不见。不然,那个浪漫、惊悚、新奇的消息会把你带出很远,以至于忘了自己是干啥来了。

另外,写作和学习的时候,坐姿要正,起码一个小时起来溜达一圈——这既是思考创作的时间,也是调息养正的时间。无论何时,绝不可以写完文章后把自己累得够呛,绝不超过23点睡觉。然后,再节省出一些时间来,与家人喝茶、聊天。

我把每一天都当作一生中最重要的那一天,因为我心里有一个目标、有一个愿望,只有严格、有序的管理时间才能达成我的理想。

投寄本报副刊稿件众多,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

启事

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:jwbfbk@163.com

“钱失禁体质”指的是在花钱方面不加节制、无法控制自己的现象。面对各种秒杀抢购、定金预售、满抵、满送、满减等促销活动,一些人容易冲动消费,月

●网络新词语

钱失禁体质

丁士舜

末看着空空如也的钱包又悔当初,最后只得调侃自己:“这是‘钱失禁体质’啊!”建议大家每个月规划好开支,制订合理的消费计划。

社会是人的集合,你中有我,我中有你,“施恩”与“受惠”相互交织。所以,从为社会做贡献的角度看,帮助别人是每个人的职责所在,不应把职责视为施恩于人,不要时不时地暗示别人:要

不是我帮你……

莫以恩人自居

张培智

人心是杆秤,你的言行若有恩于他人,这份恩情说与不说,都存在。萦绕于心,才有回味。倘若自己常挂嘴边,等于逼着别人对你“感恩”,这感恩也就变味了。

连载

评剧皇后刘翠霞

侯福志

三十二、地痞游街

“听了刘翠霞,胜似喝严茶”,这句话一度在天津流行,成为一时佳话。但“人怕出名,马怕壮”,刘翠霞在大红大紫之时,受到了地痞毛德山的滋扰。

毛德山是20世纪30年代在天津市一带的地痞,他纠结一批流氓打手,专以敲诈梨园界人士为业,包括评戏名伶刘翠霞在内的女伶尤受其害,造成极恶劣影响。后来因齐文轩告发,毛德山受到法办。

据1936年10月21日天津出版的《渤海日报》载,“评

戏坤伶刘翠霞,前被毛德山搅扰,每月拿挂钱十五圆(元),嗣后毛又与庆云电影院发生冲突,被梨园公会主席齐文轩告发,经侦缉三队将毛捕获,送往保安司令部,经讯,已决定将毛德山游街三日,听候发落云”。

这里提到的挂钱,其实就是份子钱、喜钱,说白了,就是抽头。过去,天津属于水陆码头,流氓恶势力各霸一方,对其“管辖”范围内的商户、小贩甚至车夫等下层老百姓,均收取一定数量的所谓保护费,实际上就是敲诈勒索。被敲诈者慑于恶势力淫威,既不敢声张,也不敢不从,只得任人宰割。当时南市作为“三不管”之地,地痞、流氓等恶势力横行。毛德山向刘翠霞收取保护费,刘翠霞采取了忍让的策略,没有就毛德山敲诈一事声张。但她能忍,有的人却忍不了。毛德山不光敲诈了刘翠霞,还聚众捣毁位于南市的庆云电影院,这可惹恼了梨园界一重要人物齐文轩。齐文轩是当时南市群英戏院经理,在梨园界出道比较早,在社会上极

有影响。1931年,齐文轩发起成立了“天津戏园同业公会”,参加者有40余家戏院和电影院,因他德高望重,故被推举为会长。

庆云电影院被毛德山打砸,齐文轩接报后果断向公安局报案。1936年10月23日出版的《渤海日报》又报道了这一消息:“地痞毛德山,曾拿取评戏坤伶刘翠霞挂钱,日前因聚众捣毁南市庆云电影院,当场毛某乘隙而逃,卒为公安局侦缉队在日租界将其捕获,带到公安局三科,解送天津保安司令部,该部军法处讯明无讹,呈报刘司令,于昨日特下谕,令飭军警宪押管游,三日示众,昨午后军宪等将其绑出在南市等地游街示众。”

另据1936年11月8日刊载在《渤海日报》的《毛德山判徒刑四月》一文载,“流氓毛德山纠合党羽,出没于本市华界各戏园、电影院,或无票入看,或挑逗女(招)待,并向评戏坤伶刘翠霞拿挂钱,一不遂,即以群殴或卑劣手段每每对待”。毛德山被法办的消息传出,天津梨园艺人拍手称快。

二十二、嗜酸乳杆菌——几乎无所不能的益生菌(2)

◎嗜酸乳杆菌的其他作用

·缓解乳糖不耐症

在亚洲国家,乳糖不耐受症普遍存在,例如很多人喝完牛奶后会消化不良,引起腹胀、腹泻等症状。

乳类食品里有一种糖类叫做乳糖。正常来说,当我们食用乳糖的时候,身体会分泌乳糖酶来帮助消化。而乳糖不耐受症患者体内缺少乳糖酶,以至于他们食用牛奶等奶制品后,乳糖在肠道里没有办法被消化。乳糖会通过渗透作用吸引更多的水留在小肠,引起腹泻。如果乳糖在没有被分解的状态下来到大肠,大肠里的很多微生物会来分解它,这时候又会引起腹胀、腹痛,还有可能出现恶心、反胃等症状。

嗜酸乳杆菌能分泌乳糖酶,帮助分解和消化人体内的乳糖,适量摄入有助于缓解乳糖不耐受症。

·调节免疫力

嗜酸乳杆菌可以通过两个途径有效地调节免疫

力:当免疫力低下时,嗜酸乳杆菌能够激活巨噬细胞等免疫细胞,抑制癌细胞、肿瘤细胞、病毒的繁殖;当机体的敏感性过高时,嗜酸乳杆菌能够缓解这种敏感的状态,保持免疫系统的稳定。

·延缓衰老

嗜酸乳杆菌含有超氧化物歧化酶,这种酶能够产生歧化反应,就像施展时光倒流魔法一样,把氧自由基还原回氧化前的状态,使机体衰老的过程变得缓慢,为生命加时。

◎科学地补充益生菌

《中国营养科学全书》里介绍:“肠道菌群对先天免疫和后天免疫系统、对肠黏膜免疫系统和全身免疫系统的功能均发挥着巨大影响。益生菌可以维持正常肠道菌群和抑制病原菌。”

在补充益生菌时,应注意以下几点——不能与抗生素一起服用;宜饭前1小时或饭后服用;与益生元合用,效果加倍;不要过量服用;按照要求妥善保存。

江西科学技术出版社

陆雅坤 主编

抗氧化

连载

益生菌就像一道绿色长城,为身体加筑了一道防线,抵御“敌人”入侵。适当补充益生菌,有助于调节肠道的微生物,对身体产生良性作用。但要注意,应该在医生的指导下科学合理地补充益生菌,否则效果会大大减弱。