

在我们这个老友小群里,宝妈最多的话题或者说最大的烦恼就是儿子大宝的婚事。36岁的大宝是我们看着长大的乖小囡,在好强的宝妈面前他竭尽孝顺。如今,我们眼里的好孩子却让妈妈感到了不安,因为儿子终于为自己做了回主,在外面租房住了。看来“妈宝男”还是有主见的。

宝妈在群里抱怨,亲朋好友介绍的对象少说也有N位,大宝却敷衍着不积极见面。她听说人民公园“相亲角”里多的是为儿女操心的人,准备让我们陪着走一趟领领行情。单身男女多,机会自然也多,总有一位适合儿子。

和宝妈约定的日子,我们3人先去黄河路吃了老牌的汤包,又排队买了国际饭店的网红蝴蝶酥。这是我的建议,传言相亲角的命中率低,而宝妈的期望值又高,不如让她先饱口福后失望。

进入公园无须寻找,走道两边排满的一顶顶遮阳伞是相亲角

的标配。这个做法相当聪明,各种阳伞吸引眼球,路人自然而然就循着丰富的颜色走近了。而它又是一一个展台,自家孩子的条件以及择偶的要求被明明白白地打印或手写在A4纸上,用贴纸粘上伞面,一目了然。家长们还能随时离开“摊位”与其他潜在的亲家沟通。

以我们三人的年纪,家有未婚子女及孙辈的可能性很大,何况还是伞主人没见过的新面孔,走到哪里都被围着问东问西。宝妈被这样的热情惊到了,她连为儿子择偶的心都放弃了,只想突破重围。

人民公园相亲角名声在外。我早几年也来过一次,后来去虹口公园聚会,发现也有一个规模颇大的相亲角。可怜天下父母心,为了儿女的幸福不惜放下身段四处寻觅。这次陪宝妈过来,虽然她没有收获,但我感觉还是有点变化的。以往以房子车子票

回到故乡时,已是傍晚。旧居就不存,共和街64号的废墟上,一个外地的生意人建了一座二层小楼,小楼的门关闭着。我坐在旧居的台阶上,就像当年坐在自家门前。路灯很亮,照着这条熟悉的大街。一弯新月沉到对面的屋顶上。这时,我真的很需要一个朋友,一个旧邻,就一杯清茶,或一杯咖啡,坐在一张方桌前,随便地聊一聊彼此的家庭及当下的生活。

我沿着街道茫然地走着,街道的一处,一片橘红色的灯光吸引了我。门前搭着格子花架,一丛藤状的植物从门楣上披挂下来,几盆紫色的玫瑰,一些小盆的多肉,这小小的庭院有一种独特的情调。我不揣冒昧,敲了敲玻璃门:“可以进来看看吗?”屋里的男人迎上来请我入内。我走进屋里,暖意扑面而来。屋里悬挂着一条条挂饰,每一条挂饰下都吊着一只蓝色的木偶:蓝色的江豚。这些江豚的制作者一定对蓝色情有独钟,否则,不会将这些原本黑色的江豚赋予天空一样的色彩。我禁不住伸手去抚摸它们,音乐钟筒一片叮叮当当,那些蓝色的木偶在头顶悠悠地摆动着,像是浮游在蔚蓝色的天空中。

我接受了主人的馈赠,得到一只蓝色的江豚,回到旅社,早早地进入睡眠。天亮时,做了一个梦,

梦见母亲。母亲说,你要穿暖些。

猛地醒来,黎明中,街道上已有人流涌动。想着刚才的梦,人都说,黎明前的梦是真实的,母亲一定知道我回到了出生地,母子俩在故乡的土地上便有一番短暂的会见。遂翻身而起,习惯性地想在笔记本上记下一些什么。桌上是那只蓝色的江豚。我捧起那只木偶,认真地看着。我从没这样近距离地看过江豚,也是第一次看到江豚微微上翘的嘴角所发出来的微笑,那是江豚从天性中发出来的善良。人类的微笑越来越少,江豚也开始成为江中的珍稀,但它们却在故乡的土地上成群地复活着,用自己的微笑给这个冰冷的世界增加喜悦。

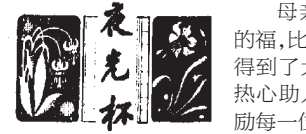
家乡的这条鹞江有温暖的水流,宜于江豚的栖息,那时,每当阴雨作变的天气,江面上就会有成群的江豚拱动着。因为它黑色的外表,我们叫它江猪。想起那年母亲说她想吃红烧肉,我便从冰箱中取出冻肉,在冷水中化开,切成麻将牌大小,锅烧熟了,肉下到热锅里翻炒至出油,接着倒酱油,但悲剧就在这一刻发生,随着酱

母亲是打头囡,父亲则是个“过房儿子”。年轻时父亲一表人才,力大无比,心地也善良,当过几年生产队副队长,硬生生把一个“透支队”扛成了“分红队”,受到了生产队里许多人的称赞。

分地到户后,地里的农活大多落在母亲的肩上。尽管到了退休年龄,母亲说干得动还要干,农村出来的人闲不住。十年后,她才算真正退休。那年我成立了文艺宣讲团,每次去演出,我总会给观众带点水果,分水果的任务落在母亲的肩上,观众们的一声声“谢谢阿姨”让母亲落泪。后来熟悉了以后,他们都改口称“谢谢阿妈”,连年龄比她长的老人也这么亲昵地叫她。母亲笑得很甜,这样的幸福冲淡了年轻时的苦涩。

每年端午,母亲给走得近的亲戚打电话,说他们工作忙,粽子就由她来裹,于是,她的记事本上记录着张家20只、李家30只,一共200多只粽子,母亲一个人完成这个“爱心工程”,然后坐公交车一家家送去。她说,我也就这点本事,能为大家做点事,也是一种幸福。

母亲说,老来福是真正的福,比财富更重要的是,她得到了大家的尊重,这是她热心助人的成果,生活会奖励每一位热爱它的人。



相亲角

章慧敏

有个年轻女孩撑着伞慢慢地走在步道上,伞面上一句征婚语:“本人1.6米,无敌可爱型,我喜欢和你创造一个未来的天地。”这则流动的广告很有意思。我还看见一则广告的前半段依然俗套:年龄、身高、外貌、工作——列举,后半句却用了大号字体:“我喜欢小太阳一般的你,让我们共同营造避风的港湾。”我很想知道这把伞的主人是谁:是年轻的本人,还是把心声委托父母来传递?可惜伞下无人。这些表达不比千篇一律的身高、学历、有房有车好上十倍百倍?无论这港湾营造得好与差,甚至东倒西歪,至少他们在努力经营。

出了公园,我们住在南京东路走走逛逛,突然,原来的华联商厦门口的大型屏幕广告吸引了我,啥时候它已变身百联ZX创趣场,

油的进入,油珠在锅中爆豆般地溅开,其中的一滴就溅到我掌勺的右手背上,当时似乎并不觉得什么。晚饭后,那手背上就起了一颗蚕豆大的水泡。水泡绿汪汪的,就像一颗绿宝石镶嵌在手背上。

第二天,绿宝石碎了,钻心地痛。我赶紧找了张创可贴贴上。又过一天,准备换块创可贴,竟发现烫伤处有了炎症。这时家里来了个客人,见我手上的烫伤,便说,烫伤是不可用创可贴的。

我们在谈论手背上的烫伤,被母亲听到了,母亲说,弄块江猪油抹抹就好了。客人一怔,问什么是江猪油,我解嘲说,这话只有这位老太太能说得出来。母亲的记忆开始衰退,但她对遥远的历史却十分清晰。有时,她似乎一直就生活在年轻的时候。

下午,我特意去了一趟和悦洲的江豚养殖场,似乎是为纪念母子间梦中的一场会见。



每周末,我去女儿家吃晚餐,总喜欢听她讲外孙女思思学校里的新鲜事。“这周思思所在的年级搞了‘集市贸易’,各班自己布置‘商场’,同学将多余的学习用品和玩具互相串门交换。”思思把已读完的《安徒生童话》和同学交换了《西游记》,可同学佳佳在活动中碰上了不快乐。

佳佳的母亲告诉我女儿:佳佳拿着玩具去其他班和同学交换时,发现那个教室的墙上布置了一个由一颗颗巧克力组成的

爱心图案。佳佳去得晚,

养育

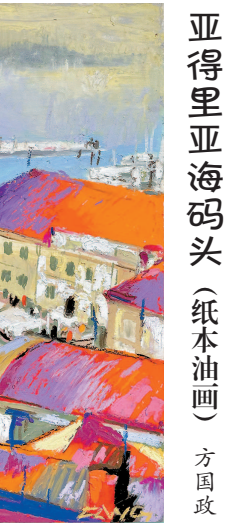
子这三子为基础的征婚启事竟然出现了星星点点的浪漫色彩。

有个年轻女孩撑着伞慢慢地走在步道上,伞面上一句征婚语:“本人1.6米,无敌可爱型,我喜欢和你创造一个未来的天地。”这则流动的广告很有意思。我还看见一则广告的前半段依然俗套:年龄、身高、外貌、工作——列举,后半句却用了大号字体:“我喜欢小太阳一般的你,让我们共同营造避风的港湾。”我很想知道这把伞的主人是谁:是年轻的本人,还是把心声委托父母来传递?可惜伞下无人。这些表达不比千篇一律的身高、学历、有房有车好上十倍百倍?无论这港湾营造得好与差,甚至东倒西歪,至少他们在努力经营。

出了公园,我们住在南京东路走走逛逛,突然,原来的华联商厦门口的大型屏幕广告吸引了我,啥时候它已变身百联ZX创趣场,

夏季来临,早起困乏无力、刷牙时恶心、口干口苦,一照镜子发现容颜憔悴,皮肤暗淡无光……中医将这些状态称为湿气重。其实,中医所谓的“湿气重”并非指疾病,但它会导致其他相关疾病,如风湿性关节炎、湿疹等,某些头痛、眩晕、失眠、高血脂、冠心病、痛风、泄泻、中风、高血压等也都与湿邪有关。

从来源上,湿气可分为外湿和内湿。外湿指自然界中的水湿,如天上的云、地下的水、早晨的雾露、冬日的冰雪。内湿就是人体内的津液,也就是西医学上的体液。实际上,正常的湿气没什么,如果水湿过剩,排不出去变成了湿邪,会成为致病因素。内湿重和一些不良习惯密切相关。第一就是缺水。缺乏易伤脾,通常熬夜



“爱心”的下半部分巧克力已被早去的同学拿走了一半。佳佳只得努力跳起,从上半部分摘取了一颗,津津有味地品尝起来。不料第二天,有同学将这件事告诉了佳佳的班主任。老师直接给佳佳的母亲发微信,要求买一颗巧克力还过去。佳佳的母亲接到电话后,十分为难,但思想想去,还是去买了一盒巧克力,取出一颗,让佳佳带去学校。那个班的班主任老师倒是善解人意、包容宽厚,她爽朗地笑着对佳佳说:“哪用还呀,这

年轻人热捧的二次元天堂。

赶紧掏出手机查询“二次元”,这才知道我等三位长者走进了一家动画、漫画、游戏的模型手办店。店里全是年轻人,我除了认识真人大小的金色奥特曼,其他的一概不知姓甚名谁?可就是这家店却让年轻人像过节似的愉快,周末还要限流。

这个时代让青年人的生活密码快速地变幻着,为了应对生活和工作的压力,他们需要解压,需要理解,需要从好好生活到学会生活,而市场也在变换着业态想方设法地圈粉年轻人。什么主题商场,潮流运动等等的项目让我们老一代一愣一愣的,但这就是现实,前浪有前浪的生活方式,后浪有后浪的价值观,不必强求步调一致。

我想,今天的相亲角若仍是父母唱主角,为子女“包办”择偶,那成功率会越来越低的。年轻一代是复杂而多元的,我们唯一要做的便是尊重并信任他们。

后表现出的乏力、无精打采、肢体困重都是脾虚的典型症状。第二是重口味。肠胃功能好坏关系到营养及水液代谢,最好的养胃方式就是适量、均衡的饮食。有很多人喜欢吃油腻、过咸、过甜或过辣的食物,这些所谓的美食最不易消化,易造成肠胃闷胀、发炎,加重湿气。第三贪凉。过食生冷食物会让肠胃消化吸收功能停滞,给外人入侵创造机会。第四喝大酒。很多人好聚餐,三五好友凑一起就喝大酒,过量饮酒是加重湿毒的关键因素。酒助湿邪,酒精要少碰,更不能借酒浇愁。第五运动少,运动少的人常会身体沉重、四肢无力。越不爱运动,体内蕴积的湿气就越多。第六久坐。久坐会使人脑供血不足,导致脑供氧和营养物质减少,还会引发全身肌肉酸痛、脖子僵硬和头疼、头晕。

如何祛湿?首先要少吃生冷食物。生冷食物偏凉,多吃会抑制胃内的消化酶活性,造成脾胃不和。脾虚则水湿无法运化,加重体内湿气。夏季食补重在健脾利湿,开胃消食,药粥疗法可补充气候炎热丢失的水分,又可护养脾胃。平时可以喝点绿豆粥、荷叶粥、赤小豆粥、山药粥等,以方便体内湿热的排泄。其次,要避免湿邪入侵,所以不要直接睡地板、不盖潮湿的被子,多开窗通风或打开风扇空调等,使空气对流。三要适当运动,可通过跑步、游泳等运动加快气血循环,增

亚得里亚海码头(纸本油画)

方国政

爱心巧克力

陆海光

墙上的爱心巧克力就是给你们分享的呀!你通过跳一跳的方式来到它,是不是比你妈妈买的这颗巧克力更美味呀?”我想,此时佳佳的心情一定转阴为晴了。

听完讲述,佳佳沮丧地去还巧克力的画面在我脑海里久久挥之不去。教师是学生远航的灯塔和灵魂工程师,教师和家长都应对孩子多点鼓励和表扬,千万不要让一些误判在孩子心里留下阴影。我上二年级时,语文老师见我喜欢读书,放学后带我去她家,把自己书

民间传说干将、莫邪舍身铸剑事。吴王阖闾访得名师干将,命铸剑。在妻子莫邪帮助下,得五山精铁,六合金英,使童男童女三百人,积炭为山,鼓风冶炼,历时三日,不成火候。莫邪情急之下,纵身跃入火炉,炼成二柄宝剑,一阳一阴,阳剑取名干将,作方块形龟纹,阴剑取名莫邪,作水纹形散纹。

干将有私心,只将莫邪献上。吴王以石问锋,挥剑直劈下去,石头应手而开,心下大喜。后来,吴王得知还有一把剑,派人去取,吩咐如不得手,当即杀之。传奇版本说,使者刚到门前,干将剑从匣中忽然跃出化为青龙,干将纵身骑上,飞天遁去。几百年后,晋人张华偶见天际斗牛间一股紫气,有人说是宝剑之光在豫章丰城一带反射。张华令人探寻,掘得石函,中有古物,以南昌西山的泥土擦拭,顿时光彩四射,赫然干将剑也。一日,张华乘船过江,莫邪剑正在江底,干将跳入水中,人下船寻找,并无剑影,只见水底两龙张须相向嬉戏。从此,干将、莫邪两剑绝迹人间。

还有另外的说法。干将知道不容于吴王,索性传剑于其子,自己丢了性命。干将儿子到底报得父仇,手刃了吴王。后世不少人引申铸剑故事,《列士传》上说,楚王夫人夏日抱铁柱纳凉,心有所感,怀上身孕,产下一纯青透明的铁块,楚王命干将、莫邪铸为双剑。两人日夜锻炼,费时三年。宝剑出世前,开炉时,地面动摇,哗啦啦腾上一道白气。白气变成白云,罩住处所,渐渐现出绯红颜色,映得一切都如桃花。漆黑的炉子里,躺着通红的两把剑。慢慢滴下清晨第一次汲取的井水。剑嘶嘶吼着,慢慢转成青色。如此又锤炼了七日七夜,已经不容易见到剑身了,只有仔细查看,方能发现炉底纯青的透明的,像两条冰一般的剑。

干将、莫邪是神话里的春秋人物,春秋时的欧冶子却有史可考,后世尊称为剑圣。欧冶子受越王之命铸剑,历经三年得神剑五把:湛卢、纯钧、胜邪、鱼肠、巨阙。

我很喜欢庐江的冶父山,游过数次。山下有寺,构建极大,始建于唐昭宗时,几经兴衰兵燹。阳光照过,宝殿屋顶若流金。一路多杉树,高高的,直直的,遮阴无数。鸟鸣清幽,身体一轻,翩然欲飞。天色向晚,暮气上来了,山间弥漫一股清凉,内心也清凉。隐隐传来人语,灌木中微微晃动,疑心林深处会走出三五个古人,是仙翁是游侠是僧侣是农人是樵夫。

据说欧冶子曾寄居此地炼剑,山顶至今还有铸剑池,或许皆后世之想当然。不禁绕行两圈,水中凛凛似有剑气。冶父山中有好水,极清凉,又清亮,人俯身掬一捧水,洗了头面。心想当年也是这溪涧之水淬得宝剑,一次次淬炼,一次次锤打。

淬剑之水凉兮,可以濯我首;淬剑之水热兮,可以涤我足;淬剑之水平兮,可以洗我裘;淬剑之水净兮,可以入我喉;淬剑之水止兮,可以慰我愁;淬剑之水大兮,可以载我舟;淬剑之水小兮,可以凝我眸;淬剑之水流兮,可以壮我游;淬剑之水荡兮,可以了我忧。

坐在溪流边,响水径直奔向低处,想起寒山拾得。寒山问:世间有人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我,该如何处之? 拾得答:忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他,待得几年,你且看他。

人生也像刀剑,活在世间一日一年,得了名利得了富贵,也少不了毁伤诽谤。有恩有仇,有快心有失意,苍穹之下的凡间亦如熔炉,来一世必经几遭火烧锤击,方可成人,成大人。捧与棒皆世间渡河的孤舟,炼石成铁,更让顽铁现出剑性,可如是观也。剑性不怕寒险,不惧怪吝,不贪大方,不恋豪爽。一时解脱,放歌长啸下山而去。

加体内水分代谢。第四居家常做艾灸,通过艾灸温通经络,温补阳气的作用,快速运化湿气,蒸腾湿气,就像太阳蒸发水汽一样简单。这里给大家推荐几个祛湿的穴位:中脘穴,在这个穴位艾灸,能有效缓解胃肠道出现的症状,如腹泻、腹痛、食欲不振、恶心、烧心、嗝气等;丰隆穴,中医认为,脾为生痰之源,各种原因引起的脾胃失调、水湿停滞、聚而成痰,都可通过艾灸丰隆穴来解决,丰隆穴配合足三里穴长期艾灸可有效祛除湿气;解溪穴,主要功能是分流胃经经水,是个重要的全身祛痰湿的穴位,艾灸后可有效解决下半身水肿问题。湿气较重的患者,可在医生指导下通过中药、拔罐等方式调理。

气温渐升,湿气渐大,我们的养生策略也要顺应自然,有所调整。(作者系长兴区天山中医医院治未病科主任中医师)

七夕会

树上的长篇小说《青春之歌》给我阅读。我读小说此不疲,走上了写作之路和小学时老师的鼓励,有很大的关系。

母亲最了解孩子,也应呵护好孩子。记得我女儿上幼儿园大班时,一次老师在与家长的交流本上写道:孩子在班上话很多。“话多不是孩子的缺点,是大脑发育思想活跃的必然阶段。”夫人回复了老师。那个年代的幼儿园老师乐于也善于和家长交流,以后再也没批评我女儿话多。我女儿长大后,也养成了思想活跃、善于表达的性格。