

新民晚报 星期天夜光杯 / 夜光杯

老同学王元鹿去年不幸去世，他才75岁，走得匆忙，让人叹息。

王元鹿是我在华师大中文系上学时的同班同学，我们都是恢复高考后被录取的大学生。

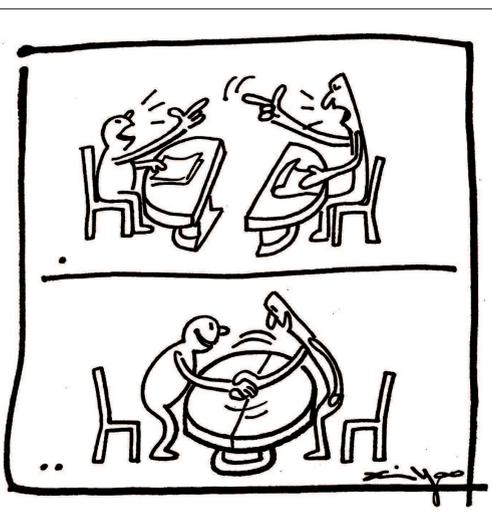
室友元鹿兄

赵丽宏

小说贴在壁报上。这是当时华师大校园里非常吸引人的景象，不仅中文系的同学围观，其他系的同学也来看。我们寝室，那时也办了一个壁报，就在第一宿舍的走廊里，壁报的编辑是阮光页，元鹿也是积极参与者，壁报中出现过他的诗歌和散文。元鹿很谦虚，把他写的每一首诗，每一篇散文都先给我看，请我提意见。我们都对福州路有感情，因为那里有很多书店，我和他都曾在这条路上有过难忘的记忆。我建议我们各自为这条路写一篇文章，他很赞成。我写了《小鸟，你飞向何方》，后来在新创刊的《散文》杂志发表，成为我那个时期的代表作。元鹿也写了一篇散文，题为《漫步福州路》，有三千多字，以工整娟秀的钢笔小字，誊写在五百格的稿纸上。他在文章中回溯了福州路的历史，从旧时代藏污纳垢的红灯区，到新社会的文化街，也写了“文革”中福州路上惨淡的景象，一直写到他近日去福州路买书感受到的新气象。

写得情感充沛。记得他是用郭沫若《太阳礼赞》中的诗句作为文章的结尾：“光芒万丈地，将要出现了哟——新生的太阳！”我曾把他这篇散文推荐给几家报社的编辑，但很不顺利，都没有被刊用。那叠文稿，最后又回到他手里。我想继续为他推荐，他笑着说：“不必发表了，留着我自己看看吧。我大概不适合搞创作。”此后，没有看到元鹿再写这类文章。也许，他对自己未来的事业走向，在那颗心里就有了打算。

在和元鹿的交往中，还有些让我难忘的事情。那时，我经常交换自己在读的书，他也邀请我去他家做客。元鹿的家在衡山路上，离我家很远。一个星期天的下午，我骑着自行车去他家还书，边骑车边想着事情，在他家不远处的15路电车站上，一头撞在一辆停在路边的15路电车的尾部，额头撞出一个大包，自行车的三角架也撞得扭曲变形，无法再骑。我把自行车搁在路边，很狼狈地到了元鹿的家。记得是元鹿的母亲用热毛巾为我擦拭了额头的伤，涂了药。那天元鹿执意要送我，从他家出来，他陪我走到15路电车站，找到那辆车架扭曲的自行车，两个人一起扛着推着，走了不少路，找到一个修车摊。修车花了很长时



郑辛遥
成功的谈判——有进有退；
失败的谈判——只进不退。

间，元鹿不肯回家，陪着我站在路边说话。自行车修好了，我推着车又送元鹿回到他家门口，然后挥手道别。这时，天已经黑了。那天和元鹿在路边说了些什么话，已经记不清了，但他站在家门口向我挥手的样子，我至今记得。

北京冬奥，开幕式好看，花样滑冰好看，还有呢？其实，但凡“更快、更高、更强”的体育竞技，都好看。只是，相对于夏季奥运会，冬奥体育项目的竞赛规则，有些看似雾里观花，搞不清楚“花头”在哪儿。



比如，冰壶。看上去，不像是体育竞赛。没有刺激的速度对比，没有激烈的球技对抗，更没有强烈的体能对抗。能看见的，就是一只悠悠滑行的冰壶和两把齐刷刷擦地的刷子。殊不知，冰壶比赛，较之“看得见”的比拼，“看不见”的较量，才有看头。

先说看得见的。冰壶比赛，从开幕式的前两天开始，可以一直看到闭幕式结束。不但贯穿整个冬奥会，而且单场比赛起码费时2个多小时，是所有冬奥竞赛项目中，耗时最长、最耐看的。谁坚持到最后，谁才是赢家。其次看得见的，是在44米长、4米多宽的球道上，把外圆直径不到30厘米、重量近20公斤冰壶推向红圈圆心。谁有本事推得越近，谁就是胜者。

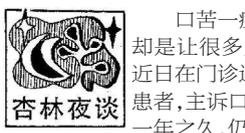
“看得见的，是看不见的影子”，用这句话来形容冰壶比赛，最恰当不过了。四名队员，交替出阵，谁先打头阵占据有利位置、谁撞开对手的冰壶杀出一条活路、谁最后一“壶”定乾坤，在体力和毅力比拼的背后，脑力和心力的较量，更精彩。一把冰壶之外，两把刷子里的“看不见的战线”，正是冰壶比赛的魅力所在。

冰壶比赛的看点，在推手与刷子。推手，推着冰壶滑行，轻轻放手的这一刹那，最是勾魂。你看得见的，只是助跑、蹲身、推送的4秒，但你根本看不到这要花费多大的精力，才能做到心到手到。力度角度速度，三度一致万无一失，只能用心去感受。万一推出的冰壶，不够理想出偏差呢？销魂的两把刷子，来了！看得见的，是简简单单的体力活儿“刷刷刷”，其实是脑力智力的全面开刷！你看不见刷子与冰面摩擦会生热融化冰面，在冰壶和冰面间形成一层极薄的水膜，会减少摩擦力，可让冰壶滑得更远。也看不见，强力摩擦可使冰面水膜增厚来增大阻力达到冰壶减速的功效。更想不到的，还能摩擦出角度，改变冰壶的滑行方向。

冰壶与刷子，一推一刷，一静一动，“真有两把刷子”！拼实力、拼耐力，拼智慧、拼策略，用“两把刷子”扫清一切障碍，看北京冬奥的“冰壶”稳稳地落在成功举办的圆心。一只冰壶和两把刷子，的确有看头！

一只冰壶和两把刷子

吴四海



口苦一症，虽非大病，却是让很多人头痛不已。近日在门诊遇到一位女性患者，主诉口苦，辗转求医一年之久，仍不能尽除，翻看就诊记录，所用方药五花八门，大多以清热为主。既是清热，方向并无偏颇，缘何无效？个人以为主要还是定位不清楚，就像拿着一杆霰弹枪，漫无目的地扫射，不但没能清除目标，还难免伤及无辜，如此施用清热之药，时间长了只会损脾败胃，于口苦之主症却收效甚微。

我看患者对能否解决口苦的问题已毫无信心，经过一番劝说鼓励，她好不容易同意再用一周中药试试，于是我改弦更张，从胆入手，疏肝清胆并举，处方并不大，总共才三味药（柴胡、龙胆草、生牡蛎），嘱其自行煎药，一周后复诊，患者将信将疑地走了。一周之后患者按时复诊，我心里基本有了数，能来就说明有效，果不其然，患者告知口苦大减，几近消失，要求再服，至此困扰一年之久的口苦终于好了，患者高兴，我也十分满意。

类似案例我相信有很多，为什么口苦从胆论治就立竿见影？其实老祖宗早就告诉了我们答案，只是我们从未在意

而已。《黄帝内经·素问·奇病论》说：“有病口苦……病名曰胆泄。夫肝者，中之将也，取决于胆，咽为之使。此人者，数谋虑不决，故胆虚气上溢而口为之苦”。《黄帝内经·素问·痿论》中也曾说：“肝气热则胆泄口苦”。可见口苦的继发病位在胆，而原发病位在肝。

明确了病位，治疗上就更有针对性，清利肝胆即可，并没我们想的复杂。但具体用药上还是要分层次，如果仅仅是略微口苦的，黄芩一味清肝胆之热即可；如果口苦比较明显，单纯黄芩可能力量不够，要加强清利肝胆的力度，茵陈、生栀子势必要用，旨在苦寒直折其火势；若患者整日口苦，或以口苦来就诊的，我常用江尔逊老中医的经验方“柴胆牡蛎汤”进行治疗，这个方子虽然药仅三味，但力量不弱，既可单独使用以治口苦，也可合在辨证处方中使用。

此方寓“既要清降胆升，又要疏肝达郁”之意，肝喜条达而宜升，柴胡苦平，升发肝气，疏肝达郁；胆喜宁谧而宜降，胆草苦寒，沉阴下达，清降胆火；生牡蛎咸寒，滋水涵木，敛辑胆火，三药并用，则肝胆自得其养，口苦悄然而除，确为妙方。（作者为上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院治未病中心主任医师）

总是口苦非胆莫属

周扬

步上春天，万山葱绿，深深浅浅的树，把山坡分得很有层次。到三江程阳时，天空飘来稀稀疏疏的雨露，随后逐渐密集，地面折照出了天光，雨水将山、树以及具有民族特色的侗寨建筑浸湿，在绿意葱葱中散扬出一种历史悠远的诗性。

三江程阳八寨

黄阿忠

水旁千百年来的老房子，风雨桥、鼓楼，都是独特的风景，若能在旅行中从这些建筑中汲取灵感，那将会充实我们头脑，且是非常有价值的东西。程阳的风雨桥有三顶或五顶的屋檐；有的跨溪水连接村之间的桥只有一个塔顶。单数是侗族的吉祥数，所以我们见到的塔檐都是单数。风雨桥上设有神台，故而除了避风遮雨，还兼祭祠，供寨民祈求福德，保障家宅平安。这些桥中，程阳桥亦称永济桥，闻名世界。桥的两旁镶着栏杆，好似一条长廊，桥上两旁设长凳供人避风遮雨、憩息。桥的建筑结构是榫木斜穿直套，纵横交错，不用一钉一卯，凿木相吻，以榫衔接，一丝不差。建造这些桥梁不用图纸，一榫一木全凭感觉完成，此足见中国人民的智慧。

银特有黑黢黢的光泽。有意思的是在锁的右侧，还有个小小的机关，用手指轻拨，便可拔出二根相连的插销，用于银链的更换和固定。锁的底部还悬挂着三只刻花的铃铛，用手轻轻摇晃，还会发出叮叮当当的响声。

我空闲之余，常会拿出长命锁赏玩。这些保佑了一代又一代人童年的护身符，也让我想起回不去的童年。我没戴过长命锁，因外婆在我出生前就去世了，但有母亲珍藏了几十年后交到我手里，儿时戴过三年的两只银手镯。每当我拿起沉甸甸的，充满了对给予我生命、哺育我成长的父母感恩之情。

七夕会

周进琪

在这家店，我断断续续买过几把银质的长命锁，其中一把如意形状银锁，正面莲花宝座上，端坐着一尊手托净瓶观音，两旁是缠枝花叶环绕。反面中间用古老的錾花工艺，錾出阳文“长命富贵”，上方左右有二锭元宝，下方是一朵盛开的莲花。整把锁纹饰清晰，凹凸有致，呈现立体效果，闪烁着老

东，忽而向西，闪出日照光斑，别有情趣。溪流蜿蜒，潺潺流淌，不急不缓向前，绿苔附卵石，点缀其间，清泉石上流，溪水清澈见底。侗寨叠筑两边，翠绿相掩，有石阶路穿于其间，阳光照耀在木寨，桐油干涸的木板让人感觉到岁月流年。建筑往往和树木、芭蕉、竹林、路边蔷薇等组合成画面；无论是哪里的房子客舍，只要有绿树、红花相衬，便萌发生机。树、花、芭蕉一岁一枯荣，而木板、构架、砖墙则付之永恒记忆。

程阳八寨游

黄阿忠

建筑是充栋空间的一种形式，它们是艺术，又是音乐。华夏九州各地域、各民族的建筑，如苗族的吊脚楼、客家的土楼、江南水乡的黛瓦粉墙等都有其特性。除历史、文化价值，也蕴含了美学意义；它的外形、结构和自然环境的协调，是一种视觉的享受；建筑是自然景观或城市景观的配件，它是视觉审美的重要组成部分。旅行是一场文化的游走，建筑又是旅行中必不可少的伴侣，它们是建筑，也是城市的名片，它们承载了历史，散发着城市的色彩，慢慢地讲述着意味、有形式的故事。

童年的长命锁

周进琪

前些年，有空常去离家不远的一家古玩小店，店内老旧民俗用品银元铜钱、玉器挂件、竹编提篮、三寸金莲绣花鞋、刺绣帐幔等琳琅满目，而我对各种纹饰的银制长命锁最感兴趣。除了观赏，还与知识广博的店主闲聊甚欢，我知道了许多老物件的掌故，尤其是长命锁的前世今生。长命锁，是一种外取古锁形状，内取古锁寓意的佩饰。按民间说法，挂上这种饰物，就能帮助幼儿祛灾去病免祸，“锁”住生命，平安长大。长命锁来源年代久远，据传在汉代，每逢端午，家家户户都要在门楣上悬挂上五

雅玩

