

心灵深处

两把蒜薹

□陈文

我从超市出来,看见路边的梧桐树下蹲着一个老头。他脚下铺着一个麻袋,上面放着一个透明的塑料袋,里面装着大约十来把蒜薹。

今天是“五一”国际劳动节,天气晴朗,阳光明媚。我掂着沉甸甸的食品,带着节日的惬意,步履轻快地往车旁走去。“蒜薹啊,谁要新鲜的蒜薹?”一个声音从梧桐树下斑驳的树荫里飘来。“蒜薹?现在还有人卖蒜薹?”我心里嘀咕了一下。前几日,在抖音,蒜薹成了搞笑的噱头:有人盼着被偷,有人拿去喂羊,有人甚至直接又进了沟渠。今年的蒜薹特别便宜,刚上市时也只卖几块钱一斤。这个价格,不说前期

的投入,光采摘的人工成本都不够。卖蒜薹,仿佛成了一个笑话,也仿佛是一种无奈。

我的钥匙已经插进了车门。“蒜薹啊,谁要新鲜的蒜薹?”老头的声音又从风中传来,仿佛沉重的脚步,让这轻盈的风也变得滞重了。我循着声音向他看去:他穿着一件灰色的夹克袄,头发花白而凌乱,消瘦的脸上布满了道道沟痕。不知是藏着一路尘土,还是积着岁月的风霜,显得面色深暗而泛黄。手搭在膝盖上,隐约的目光里,看不出是期待还是无奈。他的声音仿佛一块磁铁,吸引我不自觉地向他走去。他的模样让我情不自禁地想起了我的奶奶——50年前的一个冬日,裹着小脚的奶奶冒着清晨的

寒风,沿乡村坎坷的小路往返5公里,从集镇上买回油条,然后蹲在寒风里,蹲在我们村小学的路口。也是这样,在冷冷风中,在恍惚的期待里,缓缓地叫着。

每个人都会有自己说不出的难处。当年的奶奶,也只是为了她的孙儿买几本5分钱一本的练习册。如今物质虽然相对丰富,但有些事,搁在不同人身上,分量也截然不同。当你觉得唾手可得,甚至不屑一顾时,有的人却正为此牵肠挂肚,甚至艰难前行。眼下的蒜薹已非常便宜,可有的人依然远道而来,蹲在路口叫卖。他们的生计,或许并不如我们想象的那么乐观——家中卧床的、相濡以沫的老伴,儿子外出后孙儿的开支和照看,是否还有儿媳的冷脸与刁

难。这些,在农村也不算少见。

“蒜薹多少钱一斤?”我走上前去,怯怯地问。我诚然知道他的难处,却不能挂在嘴上。谁的日子谁过,谁的难处谁受。不要以为谁过得好就可以有优越感,生命里真正的财富,莫过于自己对生活的真切体验。有的人生活得很好,可能只是行尸走肉;有的人过得很难,却真正感受了人间烟火。对于在逆境里跋涉的人,他们从来不需要同情,也不希冀廉价的怜悯。能给一份尊重,或一份理解,那已是足够。

“蒜薹,一块五两把。”我买了两把蒜薹,也第一次真切地感受到了,这个时代一块五毛钱的重量。“五一”国际劳动节,劳动很美,被尊重的劳动更美。



近日,周口植物园内,黄栌(俗称“烟树”)进入盛花期。满树粉紫花序如云霞般舒展,吸引不少市民前来打卡观赏,感受初夏限定的梦幻景致。 梁倩 摄

文化漫谈

得之阅历而切于实际

□李志远

读好书,如偶遇充满智慧又乐于分享的良师益友,通过阅读,与之对话,不知疲倦,不舍昼夜,读时直上云霄,读后大呼过瘾。与詹国枢先生的《且将人生看透》结缘,是通过很关心我读书学习的一位老领导的荐读。通读全书,有几点令我印象深刻。

它有着微言大义的丰富内涵。文约而义丰,语精而意深,只言片语中却蕴含着无穷的言外之意。大学读书时,教我们古代文学的杨景龙教授,曾对20世纪初康白情、俞平伯、汪静之、潘漠华、刘半农等人的白话小诗给予很高评价,称其为新诗中的“烈性酒”和“浓缩轴”。詹国枢的这本书,结合作者的人生阅历,

通过夹叙夹议的行文风格,和读者探讨如何“看得通透,活得潇洒”,文体上属于随笔,却也像短章小诗中的佳作,如“烈性酒”一样让人沉醉,似“浓缩轴”一样让人震撼。该书的副标题是“一位历经风雨者的50则忠告”,全书共分五个篇章,50篇短文各有主旨。詹国枢的这50则人生忠告,除最后一则“死亡”讲述如何面对死亡之外,其他49则,全为讲述如何通透潇洒地活着、活出精彩的大智慧、真经验,皆有益于世道人心。细心的读者或许还能从中觅得帮助我们提升写作技巧的方法,试看《需求》篇,将什么是好文章、好记者,新闻乃至全部文章的“总技巧、大技巧”深入浅出,娓娓道来。

它有着足为圭臬的切实指导。书中的文字以自身的经历感悟为基础,

字字珠玑,读罢,深为作者深刻的洞察力,金针度人的情怀倾倒。作者的早年人生,也有风雨、悲苦,他经历了艰苦求学的心酸、两地分居的焦虑、进退流转的犹豫,明代刘伯温组诗《拟连珠》富有智慧,其中:“物有甘苦,尝之者识;道有夷险,履之者知”,一语道破“世间万事出艰辛”的真谛,道出“绝知此事要躬行”的真知,詹国枢不吝与人分享他从人生风雨中探索出的甘苦心得,甚至可以说是倾囊相授。《不急》一文中,他如一位热心肠的亲戚,耐心地告诉你,遇事不要急,“世界上的事情,解决需要时间”。书中,他还探讨了什么是善,什么是恶,并为遏制人性之恶开出了药方,那就是“只有订立制度,才能遏制人性之恶”,真可谓“扶世教,正人心”,有“合于世用”之功效。

它有着耐人寻味的怀朴抱真。这本书读来最大的感觉是句句发自肺腑,皆是从其心坎中流出一样,“感物吟志,莫非自然”,通俗易懂,不故弄玄虚,“精诚由中,故其文语感人深”。比如,《先像》一篇中,他质朴文风的背后,我仿佛读出了一位抽朴父亲的形象,像在谆谆告诫自己要去相亲的孩子,那就是“只有订立制度,才能遏制人性之恶”,真可谓“扶世教,正人心”,有“合于世用”之功效。

它有着耐人寻味的怀朴抱真。这本书读来最大的感觉是句句发自肺腑,皆是从其心坎中流出一样,“感物吟志,莫非自然”,通俗易懂,不故弄玄虚,“精诚由中,故其文语感人深”。比如,《先像》一篇中,他质朴文风的背后,我仿佛读出了一位抽朴父亲的形象,像在谆谆告诫自己要去相亲的孩子,那就是“只有订立制度,才能遏制人性之恶”,真可谓“扶世教,正人心”,有“合于世用”之功效。

(摘自《河南日报》)

岁月回首

生活是最好的脚本

□曹宇豪

我曾怀着对旅行的热爱,在2020年3月加入了流量的赛场。像许多旅行博主一样,淘了不少必要的装备,也像许多博主一样,淹没在自媒体时代的汪洋大海。

2021年,我们组建了摄影工作室,不仅有了团队,还加入了美食元素。可努力化为泡影,失望之余,团队其他人回到本职工作,只剩我在行业里“死磕”。3年没有“爆款”,我对自己说:“你不是去吃这碗饭的料,是时候安心上班了。”

2024年2月,三十而立的第二天,我入职了人生第一份正式工作——大件运输。入职前,引荐人再三跟我确认:做好吃苦的准备,

不仅要当好监护车司机,还要跟着机修师傅学习,那是很辛苦的工作。

入职第一天,我习惯性地掏出手机记录日常。发布的第一条视频“不小心”被领导刷到,他跟我讲:“小伙子,你那个视频可以,都6000赞了!”后来,第一次跟车实习,我做了更详细的视频,领导算是默许了全程拍摄,公司也让我兼顾起了运输任务的记录工作。

命运的齿轮由此开始转动。做大件运输工作,让我获得了稳定的收入,摆脱了“流量焦虑”,还提供了最珍贵的视频素材——巨大的卡车载着超大型的风电叶片、发电机组,在开道车、监护车的团团簇拥下,上高原、越峡谷、闯戈壁,为那些令世人惊

奇的基建工程,送去几十吨乃至数百吨的关键组件,有的甚至是“最后一块拼图”。

不经意间,柳暗花明。以前旅行的路上,我总是在想写什么脚本、怎么拍会有流量;做起大件运输才发现,路上总有各种各样的故事和插曲,生活就是最好的脚本。不管是团队齐心协力顺利地转过一个弯,还是路过一个村镇,大家好奇地围观打探,抑或戈壁滩漫长的一夜过后,那轮无法用语言形容的旭日带来的温暖……这些真实的人、故事和风景,成为我的视频里最能打动网友的“燃点”,也给我带来上百万的点赞、上千万的观众。

成就感随之而来。不光是网友的关注,让我最有获得感的,是把

无与伦比的基建设备、大国重器送到“工作的岗位”上。有一次为厂家加急“发货”火电厂设备,要在10天内从四川德阳赶到新疆哈密,我们车不停、人轮班,提前3天完成任务。那种置身国家建设发展的参与感,一点一滴都弥足珍贵。我想,这也是“大件运输视频”赢得共鸣的深层原因。

回首自己走过的路,我总觉得,人生就是“再坚持一下”。像载着重货的大卡车,七八个小时只能前行几十公里,比走路还慢,爬坡更是极难,但只有经历这些,梦想的种子才会生出嫩芽,开花,结果。

这不,写下这些文字时,下一程,即刻出发。

(摘自《人民日报》)

科学新知

冥王星“近亲”天体存在稀薄大气层

□张梦然

近日,《自然·天文学》发表的一项挑战性研究称,天文学家通过对一颗冥王星“近亲”天体的观测发现,该天体周围存在一层稀薄的大气层,其形成可能源于冰火山活动,或由彗星状天体的撞击所致。这表明,即使位于太阳系边缘的相对较小天体,至少在一段时间内也可能拥有大气层。

绕行于海王星轨道之外的天体,被统称为海王星外天体,它们是太阳系形成过程中的残留物。在所有海王星外天体中,只有矮行星冥王星拥有被明确探测到的大气层。不过,由于距离过远,在一段时间内,天文学家其实都没有办法拿到冥王星大气层的直接证据。针对这一情况,天文学界一般利用“掩星”可得到间接证据。掩星是指一个看上去较大的天体从另一个看上去较小的天体前面通过而发生遮蔽的现象。其原理是:如果一颗星球没有大气层,那么发生掩星时它就会立刻挡住来自遥远恒星的光。如果这颗星球有大气层,那么在发生掩星时,被遮挡的恒星光就会慢慢变暗直到消失。

而今,天文学家再次利用该原理,通过观测恒星掩星现象,即该天体从恒星前方经过,对一个编号为(612533) 2002 XV93的类冥王星天体进行了研究。2024年1月,日本国立天文台团队利用京都和长野县的专业天文台,以及福岛一位业余天文学家运营的望远镜,在日本3处不同地点观测了这一现象。在某些观测中,当该天体从恒星前方经过时,星光线在数秒内逐渐变暗,而非突然变暗。这种现象符合天体周围存在薄层气体(即大气层)的预期表现。

在最新的分析中,天文学家通过计算得出,该大气层的密度约为地球大气层的500万至1000万分之一,并推测其可能由冰火山喷发的气体维持,或者属于短暂存在的现象,即由近期彗星状天体撞击后释放的物质所形成。

这一发现挑战了此前“大气层仅形成于较大行星周围”的假设。未来需要进行更多观测,特别是利用更多掩星观测或通过空间望远镜的测量,以了解大气层随时间的变化,并更好地理解其形成机制。(摘自《科技日报》)

健康之友

高甜水果怎么吃才不伤身

□马丽娟 唐紫宸

立夏已至,水果批量上市,荔枝、西瓜、芒果等高甜水果受到人们青睐。然而,甜蜜背后可能暗藏健康“陷阱”,专家提示,部分水果食用不当也会“伤身”。

“夏季的荔枝鲜甜多汁,但如果空腹一次性‘猛吃’,很容易诱发急性低血糖,也就是大家常说的‘荔枝病’。”宁夏医科大学总医院营养科副主任夏羽茵说,荔枝果糖含量较高,空腹大量食用后,大量糖分快速涌入血液,会刺激胰岛超负荷分泌胰岛素来降糖。胰岛素起效快,而果糖经肝脏转化为葡萄糖的速度又相对较慢,补糖速度跟不上,一来一回节奏“脱节”,血糖就会断崖式下跌。

“症状轻的会头晕乏力、心慌,重则可能抽搐昏迷,极端情况下还会危及生命。儿童肝糖原储备不足,血糖调节能力弱,危险系数更高。”夏羽茵建议,尽量在饭后食用荔枝,同时务必控制好量,成人一天最好不要超过15颗,儿童则不超过5颗。

中医专家还建议,吃完荔枝最好及时漱口,清除口腔甜腻残渣,减少局部积热,防止上火。

凭借其独特的风味,榴莲成为夏日“新宠”。宁夏医科大学中学院教授郭斌说,榴莲性热,食用过多容易影响脾胃的运化功能,导致湿

热内生。如不慎吃榴莲过量,导致口干口苦、小便黄臭、腹胀便秘等不适,可以吃山竹来化解。山竹寒凉,可以克制榴莲的大热之性。“酒与榴莲皆属大热之物,两者不建议同时食用。”郭斌提示。

“榴莲的糖分、热量高,脂肪含量也不低,肥胖人群宜少食。糖尿病、肾病和高血脂症患者尽量忌口。”夏羽茵提醒,菠萝蜜同样属于高糖高热的热带水果,建议适量食用。

作为消暑“顶流”的西瓜,近日也陆续上市。“西瓜具有很好的生津止渴作用,但脾胃虚寒者需谨慎食用,每次食用建议不超过500克。”郭斌表示,西瓜性寒,过量食用会损伤脾胃阳气。

西瓜储存也有学问。夏羽茵提醒,吃不完的西瓜需及时用干净保鲜膜严实包裹,单独放进冰箱冷藏,存放量不超过24小时。如果冰箱卫生不佳,又和肉类、熟食混放,裸露的瓜肉很容易沾染沙门氏菌、李斯特菌等有害病菌。孕妇、婴幼儿和体质偏弱、免疫力差的人群,慎食隔夜西瓜。

过敏体质者吃芒果需留心。专家表示,芒果果皮的汁液含有漆酚等致敏成分,直接啃食易诱发接触性皮炎,出现口唇红肿、发痒起疹等症状。建议去皮切块后用器具送入口中,避免汁液接触嘴唇和面部皮肤。(据新华社电)

书林撷英

《山那边是云》



郑欣 著
人民文学出版社出版。
本书讲述的是三位女性漫长而复杂的生命交错——她们在异国与故土间,开启了一场奇妙的生命旅程。

《妮古录:古代文学文献研究》



潘建军 著
凤凰出版社出版。
本书收录了作者有关敦煌学、元明清诗文戏曲、中国俗文学文献学的专业学术论文二十篇。从回望初心到构想未来,本集展现了作者的治学历程和学术坚守,是一部具有权威性和启发性的学术研究著作。