

Z 杂花树

关于牛奶的问题

吴昊

近年来,普及健康的讲座和图书层出不穷,我们幸运地搭上了“健康快车”,收获不小。但困惑也不小。我手边就有两本同样畅销的“健康权威经典”,它们的VCD讲座也讲得头头是道。一本是四年前“曾以68种手抄风靡全国”的洪昭光教授的《健康快车》,他主张“每天一杯牛奶,强壮一个民族”,因为牛奶是“白色血液”,该书揭开了21世纪的“白色革命”序幕,大家都在树立“新的营养观”,“把牛奶放进每天的食谱中”,养成良好的健康习惯。许多人因此开始养成了喝奶的习惯,中国的乳制品企业也想必利润猛然大发。而四年过去,台湾籍美国博士林光常写的《无毒一身轻》,目前正在国内走红,且被许多国家电视台热播。这本书却“完全颠覆了传统的健康观念”,比如喝牛奶,林博士说“全世界50年来所有人被洗脑的食物就是牛奶,牛奶能补钙,还能预防骨质疏松症,这是20世纪全世界最大的谎言。牛奶不仅不能补钙,反而越喝骨质越疏松……”因此,呼吁大家立即“断奶”。我们该听谁的呢?反正我是听傻了,真的无所

适从了。已经订的牛奶是退了还是继续喝?让孩子断奶吧,要真缺钙长不高怎么办?让老人继续喝吧,那把老骨头真疏松了,打个喷嚏就断了怎么办?但你能把科学当耳边风吗?他们都拿出了大量的临床研究成果,一个要你喝奶,一个要你停奶,连冰激淋都要你千万别吃,你敢置若罔闻吗?一个说喝牛奶强壮一个民族;一个却说“牛奶是引发慢性病发展的最大隐患”。前者给我们开出的健康食谱是“一二三四五,红黄绿白黑”。其中那个“一”就是一袋牛奶,那个“三”就是三份高蛋白,据说这个方子保你活百岁。而后者给我们开出的食谱“健康排毒餐”,也是“一二三四五”:一份水果,两份蔬菜,一份红苜蓿,一份五谷杂粮。据说改变体质,消除癌症,效果奇佳。这让我想起30年前当知青时的日常食谱。那个困难年代,的确很少出现像如今那么流行泛滥的“三高”病人。而现在正是几千年来营养最丰富的年代,现在的孩子为什么身体却很差呢?真是牛奶惹的祸?《健康快车》说,每天喝牛奶至少有11个好处,

比如减少中风危险、防治高血压和心脏病、阻止肿瘤细胞增长、提高脑的效率、美容、防止骨折、耐疲劳、促进伤口愈合、提高视力、睡前催眠等等。而《无毒一身轻》却说,牛奶根本不能喝,那是牛喝的人,喝有10种危害,比如说,会引发糖尿病,产生长期疲劳、关节炎和消化不良、哮喘、心悸等问题,引发儿童食物过敏、呕吐、腹泻、打喷嚏、皮肤湿疹,那些为了提高牛奶产量使用的药物和激素,更是导致乳癌和前列腺癌的祸首。林博士还说,在美国,如果医生或者乳制品商在广告上宣称喝牛奶补钙或预防骨质疏松,那是违法的。虽然“牛奶的确是高钙食物,但它的蛋白质是不易消化的酪蛋白,即使消化也会产生大量的酸性物质,打破身体的酸碱平衡,而身体的酸化正是疾病和癌细胞生长的温床,为了恢复这种平衡,骨质中碱性的钙就会流失。美国是牛奶消费量最大的国家,美国三个妇女中就有两个骨质疏松。所以美国人开始喊叫:再喝下去美国就完蛋了。当年国人流行“牛奶会有的,面包也会有”。今天真的都有了,却要断奶了。这个世界怎么了?

B 百姓生活

生命中的贵人

李剑红

每年过年,我都会给远方的亲人和朋友以贺卡的形式寄上我深深的祝福,祝愿他们在新的一年健康、快乐、幸福生活。我是个文学爱好者,在网上遇到很多文友,今年的贺卡我寄了许多,大多寄给在网上默默关注我、热心鼓励、帮助我的文友们,因为我深深感受到了来自于他们的温暖。这些贺卡就像燕子一样欢快轻盈地飞走了,同时,我也在惊喜地迎接那些从远方飞来的“燕子”。但我没想到,有一天却意外地收到了两张贺卡。那是一个下午,同事小英为我取回了信件和贺卡,小英对我说:“剑红,有个人同时寄给你两张一模一样的贺卡,一定是个粗心人!他记性很差啊,他写了一张却忘记了,结果贺卡给你寄重了。”我接过了那两张贺卡,一张写着:“祝你健康幸福,生活甜蜜!”另一张写着:“祝你佳作似锦,心想事成!”一看落款是一位文友大哥哥寄来的,他不仅文章写得好,为人也非常平易近人。在我文章写得不好,心浮气躁的时候,他总是很耐心地发短消息鼓励我。他并不是个粗心人,绝不会犯这样简单的错误。忽然我明白

了,有一段时间,我们这里的邮局总是出错,我为自己收不到样报、样刊而着急烦恼,这件事很多文友都知道,他一定是担心我收不到他的祝福,所以,竟寄了双份祝福给我。想到这里,我马上在论坛BBS上发送短消息问他,他很快回短消息说:“你猜得很对!怕你收不到我的祝福,我为你的贺卡设置了‘双保险!’”贺卡的图案是一棵枝繁叶茂的绿树,却反投映为“倒影”成为泥土下深深的根,破土而出的是一棵碧绿盈盈的绿色小苗,在蓝天白云的掩映下,画面愈加明丽、清新、生机盎然,好美的一幅画!贺卡下面有四个简洁、明快的宋体大字赫然醒目:“伴你成长!”这件事让我深深地感动,两张薄薄的贺卡,一份厚重而无私的情怀!我的一位朋友曾经对我讲:“一个人的成长过程中,会遇到很多生命中的贵人,也许他们中的许多人你不曾见过,也许你们永远都没有机会见面,但这并不妨碍他们成为你生命中的贵人!”是啊,哪怕是在虚拟的网络里,生命中的贵人也依然存在着!

S 说东道西

压岁钱,请注意你的素质

姚於

压岁钱是我国民俗文化的产物。传说古时候有一种名字叫“祟”的小妖怪,每年的年三十夜里出来害人,而一对管姓夫妇偶然发现包着红纸的八枚铜钱可以将其吓退。大家也都学着在年夜饭后用红纸包上八枚铜钱交给孩子放在枕边,果然以后祟就再也不敢来害小孩子了。因为“岁”与“祟”谐音,晚辈得到压岁钱就可以平平安安度过一岁,人们因而又把这钱叫“压祟钱”。在传统文化中,“压岁钱”应该是蕴涵精神、文化和长辈温情的。但是,现在的压岁钱却越来越让人搞不懂了。仅在上海市的调查中,76%的小学生压岁钱金额超过500元,其中11.8%的小学生压岁钱金额甚至达到了3000元以上;“某中学生1000

元压岁钱一天花精光”(半岛晨报);“一个12岁小朋友存下6万元压岁钱,却没想到压岁钱咋花”(东北新闻网)……当然,如果压岁钱管理得当,还可以培养孩子的理财意识和理财能力,但是看现在的架势,这对各位父母而言将是一件很有技术含量的任务。羊毛出在羊身上,送的一方自然也是很郁闷的。据网上的调查结果显示,虽然5%长辈选择给千元大红包,但其中至少有35%的人压岁钱的支出超过了年终奖,也就是说三成年终奖都还不够给压岁钱。与此同时,有超过六成的投票者“希望压岁钱能回到象征意义时代,给个10元、20元就好”……记得金陵晚报曾报道过,一名男子为给

女友准备1000元压岁钱,入室盗窃时被警联手捉住……值得一提的还有我们国人的想象力和创造力,当然,对于压岁钱的研究自然也不例外,引用最近的一句流行语就是“你太有才了!”有人借压岁钱“慰问”领导,有人以拜年的名义“疏通关系”,就连10岁的小学生谈到压岁钱,也回答说“买几份礼物,等到开学后送给自己的几位老师和‘用得上的’班干部。”尽管某哲人说过经济基础决定上层建筑,所以这些人的想法也可以理解,不过,当红包越来越厚,文化含量却越来越低,温情与感动越来越少,甚至还触碰到了道德与法律的底线,这送压岁钱的人的确就要多注意自己的素质了。

Y 异国见闻

巴尔马塔观节日烟火

李北兰

虽然提前了半小时来到巴尔马塔公园,但偌大的停车场仍是“车满为患”——为庆祝澳大利亚的国庆日,1月26日9时,悉尼的西部重镇巴尔马塔市将在这里燃放节日烟火。观看烟火也不是一回两回,但只是在电视屏幕上,现场观看,想必又是另一番鲜活景象。据说,此次晚会燃放的烟火有一半来自中国,“他乡逢故旧”,我等华人岂有不看的道理?好不容易将车泊下,便来到芳草如织的网球场,这里地势稍高,又面对燃放地点巴尔马塔河畔,当是观看烟火的最佳位置,在人缝中觅得一块空地,便铺毯坐下。不知是否预约,但见周围的观众几乎人人手上都拿着一支彩色的荧光管,可曲、可折、可舞、可蹈,既可照明,也可警示,更增添了节日夜晚的气氛。九时许,随着三声礼炮的鸣响,几朵如菊似莲的礼花空开绽放,拉开了巴尔马塔国庆烟火晚会的序幕,人们欢呼着、跳跃着、歌舞着,在五彩缤纷的夜空下尽情抒发节日的喜悦。也许是距离隔太近的缘故,那朵朵盛开的礼花恰似慢动作的动画片,在头顶舒展、漫卷,将大把大把的彩色“花絮”撒满饕餮的眼睛,使人仿佛进入美丽的童话世界。舒缓优美的“前奏曲”结束,稍作停顿,便转入了欢快热烈的庆典主题。一时间,只听得火光闪烁,炮声轰鸣,一颗颗流弹似的礼花射向夜空,那“弹”作抛物线下坠时,便“砰”地一声绽放成“花”,成“树”,成

“塔”,成“流苏”,成“瀑布”……正指指点点着,忽听得几声清脆悦耳的呼啸,一枚枚银弹射向长空,即便便炸开成一朵朵花瓣绽放的菊花,花心是红色的,而花瓣中层是绿色的,花瓣外层则是黄色的,煞是好看,观众大饱眼福之余,自然不吝掌声和喝彩声。最好看的当数新颖别致的“火树”,随着礼炮的轰鸣,天空中炸开一棵棵璀璨耀目的大树,其“枝叶”繁茂,“花果”累累,分是一棵大树,合是一片林,将一个百说不厌的环保主题昭示在节日的夜空。九时一刻,烟火晚会进入高潮,只听得“砰”地一声巨响,一朵欲开未开的“花蕾”当即升上天空,就好像有人在施展魔法,那花蕾缓缓地绽放花蕊,慢慢地舒展花瓣,风吹涟漪似地一圈一圈向外荡漾,最后竟变成一朵硕大无朋的金色莲花,悬垂的“花瓣”将整个暗蓝色苍穹都罩住。此刻,掌声如雷,欢声如潮,人们将手中的荧光管舞成一片“霓虹”的海洋,旁边的几位西人观众竟情不自禁地唱起了澳大利亚国歌。随着时间的推移,烟火越来越密,炮声越来越响,绚丽多姿的“花朵”在天空次第开放,一朵未谢的“花朵”又开……原以为烟火晚会将戛然而止,岂料尾声竟是一朵漫天舒卷的“合欢花”,看着仰望缤纷天空的蓝眼睛、黑眼睛和其他颜色的眼睛,想着澳大利亚民族和解的“多元化”前景,心中似有一股暖流在涌动。“愿今夜的‘合欢花’在人们心中长开不败!”

Y 幽默小品

口渴

吴荣杰

梁朝伟、徐静蕾主演的《伤城》公映之后,在网上被炒得沸沸扬扬。我有些按捺不住,便去买了一张碟片在家里看。刚看到一小半,八岁的儿子从房间里跑出来,一看到徐静蕾的镜头,就兴冲冲地对我说:“妈妈,我看过她的博客,她叫老徐,是我们班很多同学的偶像,我也要看看她的电影。”儿子吵着要看,赶都赶不走。屏幕上就出现了梁朝伟吻徐静蕾的镜头,我担心这种亲昵场景会给孩子带来一些不良影响,便想着把儿子支到一边去:“宝宝,妈妈渴了,给我倒杯水去。”儿子很乖,很麻利地给我端了一杯水过来。过了一会,梁朝伟又要

吻徐静蕾了,看到儿子的眼睛里充满了好奇,无论如何也要让儿子回避这个镜头,只是,一时间我又想不出来让他回避镜头的办法,情急之中,只好故伎重演:“宝宝啊,再给妈妈倒杯水好吗?”儿子虽然有点不情愿,但还是悻悻地去了。《伤城》里有太多的吻戏,不一会,激吻的场面又出现了,我条件反射似地吩咐儿子:“宝宝,快给妈妈倒水去……”刚说完,老公从外面回来了,儿子端着空杯子跑到老公面前,急切地说:“爸爸,你快点去吻妈妈啊!”老公一脸诧异:“为什么?”儿子一脸的不满:“妈妈一看见人家接吻,就口渴,都让我倒三杯水了!”



布堆画——门神

高凤莲

国学大师之死

同道 著

“十分柔和卑下”的顾颉刚,在严厉的环境下,自然也培养着“桀骜”的一面。这表现在三方面:一是在时代大变局中,每每遇到激进的革命行为,他都会迸发出参与进去的冲动和勇气;二是勇于接受新的思潮,抛弃旧观念;三是对古人、他人的学术观点敢于怀疑,不盲从。武昌起义爆发后,顾已无心念书,天天和同学们传阅上海的各大报纸,关注时事。“五四运动”爆发,当时顾颉刚正在苏州办理婚事。虽然没能亲身参与,但热情高昂,去信傅斯年、罗家伦两位先锋,劝其将风潮扩大。顾颉刚性格当中的“桀骜”基因,在怀疑古人、古书方面得到了极端充分的展现。1913年考入北大之后,顾颉刚在学术上的“叛逆”性逐渐显露出来。他经常被毛子水拉到国学桥和党本部去听章太炎的古学讲座,听后十分钦佩。但对于章他也禁不住要抨击,并且想努力去超过他,起了个笔名“上炎”。为常常彻夜读书,故此得了失眠症。

崔述的观点是顾颉刚学术思想最直接的渊源,但是,他认为崔“仍不彻底”,他把以往所有学者的疑古辨伪做了彻底的清算,将“盘古、三皇五帝”等原本历史教科书中的内容,一笔划入传说,推倒中国人的祖宗观念。提出“层累地造成的中国古史”的观点,认为:第一,时代愈后,传说的古史期愈长;第二,时代愈后,传说中的中心人物愈放愈大;第三,我们即使不能知道某一件事的真实状况,但可以知道某一件事在传说中的最早的状况。这就把经学彻底地定位在史学的位置上,成为革命性的一环。当时的人们无不以为桀骜、激进视之,从“禹是一条虫”的时代关键词就可以想见。然而,说顾颉刚“桀骜”固然不错,但说其“不驯”恐怕并不是很准确。其实,顾颉刚的“桀骜”在碰到环境压力时则往往生出许多的“无奈”。1912年,身为中国社会党党员的顾颉刚革命热情高涨,怕家人阻拦,“未告知祖母妻子实情”,“托词”北上,意志似乎很坚定,但当父亲从南京赶到北京,潸然泪下,动以亲情,顾颉刚便“难以拒绝”,无奈南返,并听从父意报考北大去了。对顾颉刚产生过深刻影响的还有一个人,那就是他的第三任妻子张静秋。顾颉刚的第二任妻子殷履安因病死于1943年,一年之后,顾与中学教师出身的张静秋结婚。张静秋抗战胜利后曾任徐州女子师范学校校长,处事极有主见,重要时刻每每迫使顾颉刚做出选择。1963年,国内外形势日趋紧张,顾颉刚在连续出席了学部会议和政协会议后便患病住院,后赴青岛休养。精明强干的张静秋为顾全子女前途,经常督促他注意政治学习。当时,顾颉刚已经73岁,多次便血,实在是带病延年。但在妻子强烈督促下,无奈只好加紧

政治学习和参加运动。1964年底,顾颉刚在政协小组会上提到了他和学部历史所所长尹达的矛盾,回家之后说给妻子听,张静秋大怒,立刻召集三个女儿儿斗他们的父亲,无奈的顾颉刚为此写了检讨书。应该说,以上这些事例中,顾的家人出于家庭的考虑,动之以亲情,甚至如张静秋“挟”之以亲情,都不难理解。但是从中我们也看到了顾颉刚有太多的“无奈”之举,亲情的压力之下,桀骜之态顿失,卑柔之性复萌。所谓“江山易改,秉性难移”,时代总是处于变化之中,在顾颉刚这一代人身上体现得尤为剧烈,但是同样的时代却有不同的命运和结局。这其中,个人的性格起着关键的作用。顾颉刚自幼便是一颗读书人的种子。他一生最适宜的事情只有两件:一是读书,一是教书。他像他的老师胡适一样,以奖掖后辈为人生快事,一生弟子如云,都是各个学科中的当家人,堪称天下为人师者的楷模。而作为读书人,自6岁起,至87岁去世,无论革命、战乱,还是政治运动中,他都片刻未离开书本。真可谓“一生只宜书为伴”。1980年12月25日,是顾颉刚生命的最后一天。一个月前他因感冒发烧住进了医院。大概他已经感到死神即将降临,上午对女儿顾潮说:“我快要死了,一点力气都没有了。”但是到了下午,他又坐在沙发上阅读《十三经注疏》。晚饭后,顾颉刚又向女儿顾洪说起第二天要写有关黄侃的回忆录。不料半个多小时后,心脑血管疾病发作,医生全力抢救无效,顾颉刚溘然长逝。第二天,家属在医院整理遗物时发现,顾颉刚已经把日程安排填写到了12月31日。

我在金三角

傅衍鲲 著

岩叫被捕,差点被判死刑,因为“受人指使”,减为死缓。正当岩叫在狱中苦熬岁月的时候,高文妍用了这个从泰国来的漂亮女子,用岩叫挣下的钱,过上了随心所欲的生活。高文为什么不正式和岩叫结婚呢?他不敢与岩叫离婚,怕激怒岩叫,揭出更多的秘密。”高文这小子还是认出了我,他主动跟我打了个招呼。看到这种丑类,我怒火中烧,几乎不能抑制自己,手心都擦出了汗,但苦于一时抓不住把柄。转念一想,岩叫是因为有人“指使”才减为死缓的,不用说他指使人就是高文!据辛经理讲,案发后高文再也不敢来中国,想不到今天竟敢进入小金三角中国一侧。我悄无声息地出去挂通了电话,并建议有关部门先派人到界桥堵截,然后再进饭店抓捕。因为他是岩叫一案的同案犯,逮捕他并不出格。事后得知,抓捕落空,高文还是跑掉了。他的高度灵敏的嗅觉,发现情况有些异常,饭店门前站了两个人,那笔挺的身板和习惯动作,表明是两个军人,他怀疑自己已被监控,便对那个风骚女人说要去卫生间,推开厕所的后窗,钻入只隔几步远的茂密的丛林。我们的战士见那妇女未离座位,便以为高文会回来,等到实施抓捕时,早已跑得没了踪

影。这也难怪,再好的猫鹰,也不是每次总能抓到兔子!我和老伴的年龄加在一起的将近120岁,竟然深入虎穴,让毒枭司令写下了“禁毒保证书”。事情须从这里谈起。手扶拖拉机手出身的杨茂良,不具备起码的军事常识,更不懂得“螳螂捕蝉,黄雀在后”的道理,但他却刚愎自用,拒绝下属和朋友的忠告,带兵去攻打勐古。勐古没拿下来,却让前总司令彭家声乘其不备的老巢。杨茂良落荒而逃,率领残兵败将向缅甸中央政府投降。彭总司令虽然胜利归来,但疮痍满目的果敢,已经不是旧日江山。杨茂良逃亡之前,将政府军引进来,所有军事要点皆被政府军占领。彭家声已无可奈何,只能充当治安警察,在政府军的枪口下生活。彭总司令每逢提及此事,都感慨万分。正当彭总司令决定返回老家去的前夕,我妻子杨纯贵来缅甸看我。我带她去掸邦第四特区的首府小孟拉观光。观光过程中,路经林明宪司令部所在的山岗,我忽然想到应当看望一下彭家声,便顺山坡拾级而上。林司令与其夫人,即彭家声的长女,在山顶一座凉亭内,一道接见了我们。滑稽可笑的是林司令竟然伪称自己是什么“张秘书长”,并断然拒绝我们与彭总司令会面。这岂能难住我们!后来在河南南阳的一位在此经营玉石的朋友华晓先生的指引下,我和老伴终于找到了彭家声隐秘的住处。山背侧,小河边一处大院落,门口有荷枪实弹的卫兵站岗,横枪阻拦住我们。彭家声闻声走了出来,热情地接待了我们。落座后,我首先以朋友的身份,

预祝他旗开得胜。他吃惊地问我:“是怎样得到这消息的?”我“顾左右而言他”故意不做正面回答,使他对我有了一种更深的神秘感,觉得我这个人根底不浅。谈话渐渐进入正题,我提出当他重新在果敢掌权之后,将以怎样的态度对待中国政府?面对在金三角地区泛滥成灾的毒品,又将采取什么样的态度?彭总司令耐心地回答了我提出的问题,并做解释。他说:缅甸的果敢族,就是中国的汉族,同是炎黄子孙,他对中国有深厚的民族感情。他表示一旦夺回果敢,将与中国加强往来,密切合作,促进边贸发展。谈到对毒品的态度,他说:在第四特区居住的这两年,他亲眼目睹改革开放的成果,替代种植获得的巨大成功。回去后,他要效法其女婿林司令的做法,普遍开展替代种植,与中国合作,坚决禁毒!这时他女儿一步闯进来,怒气冲冲,面色因激动而涨得通红。她极不友好地对我说:“你们不听劝阻,擅自闯到这里来,安的什么心?谁派你们来的?”大有将我们拿办问罪的架势。彭总司令为其女儿的举动感到羞愧,借故将她支走,谈话得以继续。我说:“我很重视此次与彭司令的会见。因为这是他即将返回故土,重登宝座的时刻,最好能留下文字记录,我提议由他写一份类似“保证书”的书面声明,由我转交中国政府。”在金三角所有司令眼里,我是一个举足轻重的人物,对我能否转呈中国政府,他并不怀疑,立即写下“发展与中国的友好关系,并坚决禁毒”的保证,当然也提出一些要求中国援助的附加条件,后面还盖上了手章。当我与妻子走到缅甸方检查站时,彭家声的女儿,率领一队名为“敢死队”的亲兵,在那里等候着我们,几十名士兵立即将我们团团包围。

副刊 征集题名 63907438