

社论

刊头书法 瑞丽



吃药还有经验?有,非但有,还有些讲头。阿姨爷叔在公园里闲逛,在小区凉亭里闲坐,相互之间聊起来,往往会介绍吃药经验!尤其是得了同一类疾病,同“药”相怜,听听——

老阿哥老林,听说依胆上长了一米粒大小的石头,右上腹隐隐作痛,胃口也不大好?我觉得用不着开刀,建议你吃“肝胆宁”就可以了,中成药,效果不错的。什么成分?无非是大黄、虎杖、青皮和陈皮之类,吃不坏的。吃一个阶段,看看“一粒米”大出来了还是缩小了?

王阿姨,你的血脂有点高,快到临界状态,但不是很高,对不对?没关系的,可以吃“他汀片”,你不要吃一片,可以吃半片。半片怎么吃?咬开了吃?不不,咬湿了,现在药房里有卖药片研磨器,带有切割功能,可以把小小药片一切为二。

刘家爷叔,我看你关节不大好,走路有点不大利索。我说得没错吧?你可以到医院配一点氨糖,就是盐酸氨基葡萄糖片,简称氨糖,配不到就到药房里去

吃药经验

□ 童孟侯

买,这种药还是有药效的,我就吃。但是我提醒你,吃一个月氨糖,要停一个礼拜,然后继续吃。我也不晓得这是谁提醒的……

久病成良医,这句话有道理,你生过那个病,尤其是还没有痊愈,你对那个病往往滚瓜烂熟:怎么得来的,怎么发展的,怎么找医生的,怎么配的药,怎么正确服用……

我个人的体会:吃药如同和敌人打仗,有时候要采用迂回包抄,有时候要集中兵力打歼灭战,比方说嗓子突然发痒,第二天就开始剧烈咳嗽,估计是扁桃体炎,或者是口腔感染,或者是支气管炎,那么,可以服用盐酸克林霉素棕榈酸酯分散片,或者复方甘草口服溶液,一上来千万不要羞答答,打开药盒立刻就是一日4次,一次4片;打开瓶盖就是四分之一瓶咕噜咕噜喝下去,压制式,强迫式,压下去再说,然后再慢慢调理。

当然了,是药三分毒。

清简之美

□ 马亚伟

支笔筒。我在书房里,与书籍倾心交流,与文字相濡以沫,美好畅快的感觉在缓缓流淌。我想起美国著名作家斯蒂芬·金在写作的时候,只需要一张小桌子,一盏台灯,一些稿纸或一台电脑,别的都不需要了。这种方式,让他文思泉涌,很是受益。我现在很能理解这种清简之美带给心灵的舒适与自由,屏蔽掉一切造成干扰的因素,舍弃了一切无关紧要的装点,清清爽爽,简简单单,如此便可以更好地投入到你想要的氛围中。

清简的境界,是一个自然抵

达的过程。就像一棵树,必然要到了秋天,才会叶尽一身轻。繁复之后是清简,豪华落尽见真淳,经历过繁华,才能体验到返朴归真的妙处。比如在衣饰方面,我曾经特别喜欢华丽之美。喜欢色彩鲜明、装饰奇特的衣服,也喜欢项链、戒指、耳环之类的首饰。如今我更喜欢颜色浅淡、毫无装饰的衣服,至于首饰,也早已把它们束之高阁,很少拿出来戴。清简的生活,让我感到无比舒适,仿佛解除了一身镣铐一般自由。

清简之美,绝不仅仅是形式上的简约,更是心灵的清简灵性。美国作家、哲学家梭罗隐居瓦尔登湖期间,陪伴他的是月光、清风、湖水、草木、鸟鸣。简朴的生活方式是他的追求,一张床、一张木桌、三只凳子,就是他的全部财富。他说,多余的财富只能换取奢靡的生活,而心灵的必需品无需用钱购买。他在这样的生活中,静静思考,默默沉淀。结束隐居生活之后,他依然保持着简朴的生活。我想到了孔子的学生颜回,“一箪

食,一瓢饮”足矣,“回也不改其乐”。还有北宋文学家欧阳修,他晚年号“六一居士”。六一为:藏书一万卷,集录三代以来金石遗文一千卷,有琴一张,有棋一局,而常置酒一壶,再加上他一老翁。欧阳修到了晚年,大彻大悟,回归简单。生活简单,心灵清简,未尝不是人生的大境界。

清简之美,人生至境。“一棹春风一叶舟,一纶茧缕一轻钩”是清简,“采菊东篱下,悠然见南山”是清简,“清水出芙蓉,天然去雕饰”是清简……清简之美,就像淡墨写意画,用最俭省的笔墨,营造出最悠远淡然的境界。清简之美,并非只属于智者贤人。只要你保持一颗素心,一样可以体验到。

如果可以,你也可以选择一屋、一院、一园、两人、三餐、四季的清简生活,尽享生活中那些被忽略的妙趣。人生到了一定阶段,是应该摒弃繁复和奢华,摒弃虚荣和浮躁了。为生命做减法,功名利禄如烟云,心灵自由是最真。顺应自然,顺应心灵,抵达清简之境。

构图的花影碎成了光斑。

闹腾过后,两个“小魔王”早忘了恩怨,追着翻飞的花瓣疯成了陀螺。奶奶举着手机边追边喊:“慢点儿!”突然,奶奶的珍珠项链断了线,圆润的珠子滚进草丛,被蹦跳的童鞋碾成了碎玉。她顾不得捡,只顾着追着两个蹿上石阶的孙儿。新烫的卷发沾满了花瓣,倒比园丁修剪的造型更多了几分生机与活力。

夕阳染红了云絮,王大爷摸出口袋里租借轮椅的宣传单,忽然笑出了满脸皱纹。他庆幸入园时未借轮椅——早晨还怕这老腰撑不住,眼下二宝呼出的热气正暖着他的后颈——哪里还需要什么铁架子代步?这沉甸甸的甜蜜负担,比任何代步工具都来得实在、温馨。

地铁玻璃映出四个歪斜的身影。大宝依偎在奶奶怀里,睡得香甜;二宝则枕着爷爷的胳膊,梦里还在嘟囔着“哥哥坏”。窗外樱花掠过成片光斑,像老式电影院里跳动的胶片齿孔,把童年与暮年串在了同一卷胶片上。

樱花年年开,岁月匆匆逝。童车总会换成轮椅,但那份隔代情的温暖,却如同樱花雨般永不凋零。爷爷奶奶辈的宠溺与惯着,似乎是世间的通例。那些在樱花雨中摇摆的宠溺,何尝不是白发人对时光的撒娇?只是当孩子把杏黄旗当成金箍棒时,总该有人轻声提醒一下:大圣当年,也是戴着紧箍儿的;在孩子成长的路上,也需要帮助他们学会责任与担当。

樱花雨里的隔代亲

□ 虞金伟

如果身体没什么大碍,不吃药总比吃药好(这个话不是医生说的,也不是药房说的);如果身体没什么大碍却有那么一点点“小碍”呢?你让它去?你随它去?你跟着它混?到辰光再讲。有的人觉得这样混毛病的办法不妥当(尽管很多人都这样混),俗语道:小病不治,大病吃苦。小病也要重视一点,找一点对症的药早早服用就是了。当然,小毛病不要大惊小怪,也不要小病大治。

刘家爷叔,我跟你说,是药三分毒还不算,有的药还毒对毒,比方讲乙酰氨基酚不能和复方感冒颗粒同时服用,布洛芬不能和含有咖啡因的东西一道吃,吃了头孢就不能喝含有酒精的东西……

这个刘家爷叔、王阿姨、老阿哥老林虽然说得比医生还医生,但他们都不是医生,如上的一个个小段子只是它们闲谈随聊,不足为训。吃药的度和药物的选择,还是请大夫帮我们定夺,还是根据药盒上药瓶上提示的剂量来服用。