珍藏生活 历久弥香

逯富红

儿时的故乡，犹如一幅永不褪色的五彩画卷，珍藏于记忆深处，美不胜收。

一场毛毛细雨过后，第二天一早，天放晴了，初升的太阳，像刚洗完了脸似的，格外明朗柔和，懒洋洋地照耀着大地。大人们备好农具，带上干粮赶着牲畜到田里耕种，留下村里空荡荡的。我和小伙伴们自然也闲不住，便相互吆喝至一起，每个人都提上一把小铲，三五成群挖辣辣草去。

雨后的土壤，柔软疏松，野草在春风的召唤下，个个蠢蠢欲动，挤油儿似的你争我抢、破土而出。有的刚冒出一点尖尖的嫩芽，有的才展开一两片小小的叶瓣，而我们要找的辣辣草便混杂其中。

先用手在地面上来回刨动，除去表面一层浮土。只见满地都是草芽儿，黄黄的、嫩嫩的，既小巧又显眼。再用尽全力把小铲深深地扎入土中，用力一翘，便翻起一块和满草根的土疙瘩来。拍碎之后，一根根鲜嫩的辣辣草便横七竖八地躺在土堆上，白白的、胖胖的，让人垂涎欲滴。这时，抓起几个来，象征性地用手捋捋上面的泥土，便迫不及待地塞进嘴里，津津有味地嚼起来，那种脆溜溜、辣丝丝，又略带泥土清香的味儿让人至今难忘。

中午的时候，当衣兜里装满了辣辣草回到家里时，正在厨房烧水做饭的母亲，总会边责怪边顺手递过一碗凉好的温开水。这时才意识到口干舌燥的我，双手捧起碗一饮而尽。接下来也不忘先卖个关子，边问母亲知不知道今天要给她送个什么好东西，边从衣兜里摸出几根白白嫩嫩的辣辣草。母亲一下子就明白了我的意思，于是，笑着抚摸着我的头，连声地夸赞我真懂事、真孝顺。然后接过辣辣草，习惯性地用随身的围裙擦拭几下，便高兴地品尝起来。此情此景，看着母亲那满脸洋溢的幸福，我甚至感觉自己一下子长大了好几岁，心里满是自豪和成就之感……

随着年岁的渐长、生活的沧桑，儿时那无忧无虑的美好时光，还有在辣辣草里充溢荡漾的童真童趣，就更容易萦绕于心头。蓦然回首，正如一坛窖藏中尘封的老酒，愈是陈年，就愈为佳酿，越是回味无穷，就越是历久弥香。



童年的遐想 心飞扬/图

奶奶的军人笔友

刘德凤

奶奶今年八十二岁高龄，是一位退了休的老军医，她有一个心愿，就是找到62年前，与她通信的，在朝鲜战场战斗过的军人彭军。

62年前，奶奶还是个青春美少女，正读初中。那天，语文老师给大家上《谁是最可爱的人》一课，大家一下子就被战士们的英雄气概感染了，纷纷拿出纸和笔，给志愿军写慰问信。因为不知道志愿军同志的名字，同学们把收件人统一写为：“最可爱的人”。奶奶在信里说：“亲爱的志愿军叔叔，你们为保卫祖国，抗美援朝，你们是很光荣的，你们是伟大的，我向你们致敬！更要向你们学习，做一个对国家有用的人。

信发出去，很多都石沉大海，班上只有为数不多的几个人收到了回信，奶奶是其中幸运的一个。奶奶那一封慰问信被一个叫彭军的人收到了，很快，奶奶就收到了回信。回信里说：“在战壕里看到你的信，我非常感动，也鼓足了杀敌的勇气和决心。放心，我们一定会勇敢地战胜敌人，凯旋而归。”那时候，能和抗美援朝的军人成为笔友，是一件多么值得骄傲与高兴的事。奶奶特别珍惜这次机会，马上回信，并把自己唯一的一张照片随信寄了过去。那个军人笔友，也总是积极地回信。奶奶在信里提及自己的计划、想法和决定，军人笔友也总是给她鼓励与支持。

奶奶曾经深情地告诉我：她的信是彭军爷爷在朝鲜战场最珍贵的东西，他从未给任何人看过，战斗的时候，他就把信藏在行军背包里，他说如果他牺牲了，就让那些信陪他一起埋葬在朝鲜，他也不会觉得孤单。一次，彭爷爷在战斗中受伤，几颗子弹穿透了肩胛骨，因为当时医疗条件差，留下后遗症，这让奶奶一直很担心，也让她决定了自己将来要从事的职业。奶奶决定学医，做一名好医生，救助像彭爷爷那样伟大英勇的军人。奶奶也终于心想事成，经过努力成为一名军医，抗美援朝结束后，奶奶一直和彭爷爷用书信联系着。但是，刚参加工作的奶奶工作繁忙，慌乱中弄丢了彭爷爷的信，从此就断了联系。

奶奶珍藏着彭爷爷的照片，照片上的彭爷爷英俊潇洒，眉清目秀，她经常给我们讲和彭爷爷通信的那些日子，是她人生中最快乐、最幸福、最满足的时光，也是最激情勃发的时光。奶奶退休几年后，突然萌发了找彭爷爷的念头。失联那么多年，还能找到吗？可是奶奶的愿望很强烈，她总是跟我们唠叨彭爷爷，我们只得凭借一点点线索来多方查找。最终功夫不负有心人，我们得到了彭爷爷的消息，但是不幸的是，彭爷爷在转业不久就已去世，并且没有留下任何子嗣。

得知这个消息，我沉痛不已。我没敢把这个消息告诉奶奶，就让奶奶怀着最快乐的心情和最深沉的思念，一直幸福到老吧。

□生活百科

巧用毛巾快速干衣

衣服急着穿，却怎么也干不了？教你一个小妙招，分分钟拧干衣服！

手洗衣服：手洗完的衣服一般很难拧干，这时只要将湿衣服包进干毛巾里拧，衣服便会很快干透。

洗衣机甩干：用洗衣机甩干衣服后，衣服含水量一般还有20%。但要是在甩干的衣服里面，加一条干毛巾，含水量会足足少一半！

快速干发：用毛巾把湿头发裹住，然后用吹风机隔着毛巾吹头发，你会发现，之前十多分钟都吹不干的头发，三五分钟就干得透透的，而且头发不会因为吹风机过热产生一系列的发质问题。

旅行干衣：出去旅行只有一套衣服，每次都不知道怎么晾干？此时，可拿出酒店的浴巾，把衣服平铺在上面，然后卷起来，两段对折后，上去踩踩踩。为了卫生，还可以在地上铺一层塑料袋。如果衣服水分实在太多，不够干的时候，可以换另一条浴巾重复。

□健康顾问

《我的前半生》植入“防病课”

电视剧《我的前半生》最近大火，每晚奋力追剧的你，是否关注过剧中的健康讯息呢？今天就跟随专科医生一起，深扒下其中你所不知道的健康知识。

长期服阿司匹林易长胃息肉

第30集：事业型女强人唐晶在香港意外诊断出胃息肉，随后又手术切除。剧中，唐晶曾经提到因常常加班加点，残羹冷饭是家常便饭。胃息肉很多人都有，都需要手术切除吗？

东南大学附属中大医院消化内科冯亚东副主任医师指出，首先有家族史的人群，或长期大量服用如阿司匹林一类药物的老人，是胃息肉的高发人群。另外，经常性地食用过冷或过热的食物、长期饮酒、爱吃烧烤、工作压力大等因素都可能诱发胃息肉。

如何防止胃息肉的出现呢？多吃含植物蛋白、维生素多的食物；多吃新鲜水果、蔬菜，尽量减少腌制食品的摄入；注意饮食规律，避免暴饮暴食；避免各种刺激性食物，如烈性酒、浓咖啡、浓茶等。同时避免过硬、过酸、过辣、过咸、过热、过分粗糙的食物。

为防止胃息肉癌变，高危人群应坚持每年做1次胃镜，及时发现息肉，如果大于1厘米，尤其是腺瘤性息肉，需及时切干净。

情绪激动易诱发脑溢血

第32集：罗子君的母亲薛甄珠和崔宝剑情投意合，但却遭到了崔宝剑儿子的反对。崔宝剑因与儿子争吵突发脑溢血，瘫痪在床。

东南大学附属中大医院神经内科袁宝玉博士解释，通俗的说，动脉硬化的血管较脆，情绪激动，血压升高导致血管破裂。原本属于老年病的脑溢血现在越来越年轻化，熬夜、饮食不规律、不运动、工作压力大等不良生活方式是主要诱因。预防脑溢血，最重要的是控制血压。先兆一般有头痛、头晕、一侧肢体麻木无力、口角歪斜等，多在情绪激动、过度用力、精神紧张、休息睡眠时发生，寒冷季节更多见。

频发头晕或是脑胶质瘤作祟

第39集：剧中薛甄珠出现了头晕等症状时，她没有重视，直到昏倒在崔宝剑家的厨房。薛甄珠患上脑胶质瘤，癌细胞已扩散到淋巴结，最终还是没能挽回生命。

东南大学附属中大医院神经外科郭晓远主治医师介绍，脑胶质瘤是恶性肿瘤，在神经外科疾病中比较常见。由于颅内压是慢慢升高的，所以症状出现迟，大部分病人就医时已经错过最佳手术时机。一旦出现头痛、头晕、恶心、呕吐、肢体乏力等症状，要警惕有可能是脑胶质瘤，及时发现、及时治疗，以免耽误病情错过最佳治疗时期。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有含饴弄孙的快慰，有生活中发现的小窍门，有自家萌宠的可爱照片。如果您想与我们分享，可投稿至电子邮箱：shdx_2016@163.com。