

# 城市表情

万家灯火

## 爸爸妈妈的爱情

卜桂平

我的爸爸妈妈是通过媒人介绍认识的。大千世界，夫妻有千万，我的爸爸妈妈是其中平凡的一对。

32年前的那个冬天，25岁的爸爸和同岁的妈妈结婚了，听妈妈讲那时候的结婚，就是妈妈从家里带来个缝纫机、自行车、手表就随大人来到爸爸的家了。当时妈妈穿了件姥姥用红布做的棉袄，那是妈妈的嫁衣。

多年后结了婚的我让妈妈讲她那时和爸爸的爱情的时候，妈妈说：“傻孩子，哪有什么爱情啊，那年头特别封建，谁好意思谈对象啊，都是有媒人说的。那时候我和你爸爸就见面，就是在你隔壁的三爷家，吃饭的时候，你爸爸把整条鱼夹给了妈

妈。”妈妈说，这个举动她知道，爸爸一定会是个体贴的丈夫。按照老人的意愿结了婚。后来的生活，证明了妈妈的选择是对的。

在我儿时的记忆中，爸爸妈妈从来都不吵架，遇到什么事情的时候爸爸总是和妈妈商量，到了冬天的时候，我们老家很冷，爸爸总说，明天早上我起来做饭，你带孩子多睡会，每到冬天我和妈妈都是睡到自然醒，起来就吃爸爸做好的早餐。爸爸的行动与都市人不同。他不会送玫瑰、送钻戒，也不会说甜言蜜语。只是默默地替妈妈分担

家务，有时候，妈妈从地里干活回来，爸爸会端来一杯水，说“赶紧歇会吧”。妈妈就会绽放出幸福的笑容和爸爸一起去做饭，有时候爸爸会打扫房间洗衣服，家里的任何需要较大力气的体力活都是他做，和电和水有关的复杂的家务也都是他做。他一回他家就会去厨房，看着妈妈给他做什么好吃的。然后他就听到厨房传来他们说话的声音和笑声。妈妈说爸爸从不挑食，结婚这么多年也不知道他最喜欢吃什么。因为我

妈妈做什么菜，不不管成了淡了，他都吃得好。吃饭时，爸爸喜欢吃妈妈夹菜，已经养成习惯了。

就在前几年，爸爸生病住院了，我当时正怀孕，妈妈没有把爸爸生病的消息告诉我，在爸爸住院期间都是妈妈一个人在照顾他，本来不胖的妈妈变得更瘦了，后来爸爸康复的时候非要请妈妈去饭店吃饭，妈妈说你要想请我吃饭，咱们就在家吃，又看到爸爸妈妈在厨房忙碌的身影，真的好温馨！

我问爸爸，妈妈最大的优点是什么。爸爸说是孝顺。我和你妈结婚以后，妈妈对你爷奶非常好，平常家里的家务、脏活都抢着干，在奶奶生病期间，都是妈妈在陪着，每天的嘘寒问暖，那时候的奶奶特别爱吃手擀面和饺子，无论妈妈再累再忙都会把奶奶爱吃的东西做好，我想该女儿做的，他这个媳妇都做到了。

就这样，爸爸妈妈在一起生活了32年，32年的婚姻没让他们彼此厌倦，反而多了份亲情的牵挂，他们的爱情之花也继续在各自心中悄然绽放着。爸爸妈妈把无私的爱给了我们，同时也在传递着他们的爱情。

我憧憬他们的爱情，虽然平凡，却是那么的美！

爱情似乎也是如此的啊。

在我还读书的时候，我有过许多关系要好的女同学，甚至有几个还会偶尔给些小暗示，暗示我可以追她了，她愿意做我的女朋友。可一心只为了学业的我，还是选择了装作无知，装作不了解这一切。

结束了学业后，我也踏上了工作岗位。开始几年，我专心于工作，只想把工作做得更好。可后来，爸妈就等不住了，不断催促着我，可以找女朋友了，和你同龄的人都差不多生儿育女了。

想想也是。我也快三十了。于是我也下定了找女朋友的决心。

可奇怪的是，那些以前总朝我有所暗示的女生们，似乎一下子就没踪影了。闲闲时，我突然想起了那些以前的女同学们，问信息比较灵通的同学要了她们电话。打过去时，话没说上几句，却能听到孩子的啼哭声。想约她们出来坐坐的想法，顿时就化为了乌有。

回头想想，终于想了个彻底：爱情这东西，不是可以寻的。它可遇而不可求。

城市空间

## 教婆婆学维权

毛海红

婆婆是农村人，没什么文化，人也朴实善良，一向逆来顺受。因此在生活消费中，常常吃亏上当，也不知拿起法律的武器来维权，还说“吃亏是福”，看婆婆这么顽固，我决定给婆婆上课。

我告诉婆婆，消费者的合法权益是受保护的，当消费者的权益受到侵害时，我们应拿起法律的武器来讨回公道。

接着我给婆婆讲了维权三部曲：时间常识、证据常识、维权常识的一些知识。听了我的讲解后，婆婆才认识到维权的重要性和好处，还夸我有文化。中午做饭时发现电饭锅坏了，我问婆婆这电饭锅过保修期没，婆婆说这是去年买电视机的，商场搞促销送的赠品，没有发票，用了一个月就坏

了，考虑到反正不花钱的赠品，坏了就坏了，人家肯定不会三包。我说赠品也是他们商场的，应该在三包范围之内。我让婆婆找来购电视机的发票，看日期还不到一年，发票上写的有“赠品电饭锅已领”。我窃喜，维权有把握。

于是我带上婆婆直奔那家电器商场，想当面给婆婆“现身说法”，教她学会维权。我找到商场的负责人，说明了情况后，负责人说赠品是附属物，不在三包范围内，所以不负责包修包换。婆婆看人家态度坚决，拉着我要走。我以前在报纸上看到过这类报道，知道赠品也应该三包。于是我说，你们如果不包修，我打“12315”到消费者协会投诉。看那商场负责人一副不屑的样子，我又

对他说：“你们看着办吧，不退换可以，等我把这件事情写出来曝光在报纸上，可别怪我不仁不义。”这招果然奏效，那负责人态度马上变好了，说话口气也来了个180度大转弯，说：“大姐，这样吧，你别声张，我给你换个新的怎么样？”

就这样，我顺利地给婆婆维权成功了，婆婆非常佩服我。后来婆婆在消费中遇到缺陷短两了、伪劣产品了、过期食品了等一些事情时，她都用我教她的维权知识认识到了补偿。渐渐地婆婆维权的事在村里传开了，村民们在消费中每遇到“欺诈”行为时，都来找婆婆帮他们讨回公道，婆婆成了村里的“维权队长”，方圆几十里的小商小贩，都不敢“蒙骗”婆婆，见了婆婆都敬畏三分。



人生感悟

## 寻找

去一家超市，或是在马路边，想买一样东西时，却忽然发觉，那个自己经常能看到的，往往就找不到了。

去坐一辆公交车去某处，以往不需要时，一会来一辆的车。真正想去坐那车时，又突然是怎么等就等不来了。

常常就因此让自己很是疑惑，为什么这些东西，自己一下子就找寻不到了呢。

心灵驿站

## 别忘了人的恩惠

柳再义

不要淡忘了别人的恩惠。更不能忽视父母的养育之恩。

感谢不会使自己遭受损失。动听的话不能只停留在口头上。

挑剔和苛求的人总是责备与埋怨，总是觉得他人和世界欠了他什么。这也不顺眼，那也不如意。他闷闷不乐，耿耿于怀，是那么的关注得到，害怕失去。对他们来说，付出就是痛苦。

如果一个人习惯了得到而不会回馈，就会失去人情味。在他最困难无助的时候，别人慷慨解囊，伸出援手，这是多么高尚之举。当时，他或许感动得流泪，但是等渡过了难关，飞黄腾达，说不定就会将往事抛到九霄云外。

滴水之恩，当涌泉相报。这句话从古代一直说到了今天。可是为富不仁的人该有多少，他们的心里满是财富，已经再也装不下别人。

尚在老屋的父母啊，宛如根据地的乡亲。他们用双手把孩子举过头顶。虽然说父母的付出是天底下最无私的，但其中的甘苦只有等你有了后代才会明白。彼时，父母老了，有的甚至是不在了，良心在发现中滴下了清泪。

花季雨季



徐丽霞

最近妹妹跟妹夫吵架，他们是自由恋爱走到一起的，原本挺和谐的一对小两口，婚后却总吵吵闹闹。

一天，妹妹又在母亲跟前抱怨：“他太贪吃了，现在胖得连啤酒肚都出来了，却还不肯减肥，我一看到他的小肚子就来气。”“他讲话太粗鲁了，我听了恶心。”“他睡觉老打呼，打搅我的睡眠。”“还有，他一件外套穿了一星期才洗，太不讲卫生了。”……

“噢，这就奇怪了。”母亲说，“你不是跟他谈了两年恋爱吗？结婚前，你咋没这么多抱怨呀？”妹妹小声嘀咕说：“我本来以为可以忍的嘛，结果我忍不下。”

“人没有十全十美的，谁都有缺点，拿你们爸爸来说吧，不也是一身的缺点，他脾气暴躁，做事没有耐心，一根筋，认死理，不肯认错。可几十年来，我们不也一样过来了。”母亲

人在途中

## 爱是争吵一辈子

付朝旭

一点小事，和他又开始了争吵。起先，声音很小，转而，越来越大，最后，两人都像是斗败了的公鸡一样，坐在沙发两头。房间里一下子安静下来，让人有些不适应，却又没人先去打破僵局。

时间一点点地流失，到了晚上的时候，我和衣而睡，而他也靠在沙发上打起了呼噜。越想越委屈，狠狠地踢了他一脚。他睁开了眼睛，看了看，笑着说：“怎么，是不是嫌太冷了，要不，咱们再吵一吵吧。”

一个抱枕扔了过去，战争又开始了。只是这次，声音是由大转小，最后，吵着吵着居然都笑了。他说：“就知道你的气没消，我连觉都睡不踏实，这下好了，你的气出了，我也可以继续再睡了。”

和他自从结婚，这种事情就时常发生。每次吵架，都要经历这样一个过程。当天吵架，当天解决，决不拖到第二天。用他的话来说，那便是不吵隔夜架。吵完了，将事情讲清楚了，也便过去了。

看来有些不可思议。好友说：“我只要决定了，我就是想挫一下他的锐气。”结果呢，我问。她说：“结果啊，就冷战



啊。”

冷战到了最后，谁也不肯向对方低头。不仅如此，有的同事，更是将吵架的事情，告诉家人，娘家人一气之下，便来声讨。结果，原本还有感情的两口子，硬是碍于家人的压力，闹到了离婚的地步。

后来将此事告诉了母亲，母亲笑着说：“你啊，就这点聪明，当然这也是最重要的一点，夫妻吵架，千万不要把家里人的脸面丢出去，越扯越乱。同时夫妻吵架啊，也最好当天吵，当天和好，千万不要拖着或者是冷战，你看我和你爸，这么多年，就是这样，吵完了，也就完了，从不往心里去。”

的确，父母结婚三十年了，从来没有闹过大的矛盾。我和老公听后，相视而笑。下次再遇上吵架，依旧是这样的政策。夫妻过日子，不吵架不可能，但却也不能恶语伤人，冷战对待。爱是争吵一辈子，也只有在争吵中，才能明白彼此的心意，才能将日子越过越红火。

说，“婚前睁大眼睛，好好看清楚对方，结婚后就闭上一只眼吧，宽容点。像那些个婚前闭眼，婚后才睁眼的女人，嫁了谁都不会幸福的。”

母亲的话打动了我和丈夫的关系，虽没妹妹夫闹得那么僵，但偶尔也会干上一架。对于他，我心里是不满的。他抽烟、喝酒、搓麻将，我最讨厌的陋习，他样样不落，屡教不改。我曾扔过他的烟，摔过他的酒，藏过他的麻将，由此而引发几次“大战”。当我们吵架的时候，都争着把“离婚”两字挂在嘴边，好像谁喊得慢了，会吃亏似的。

母亲见我把我丈夫当成“犯罪分子”来批判，觉得我小题大做，她说：“他又没有触动你的底线，他犯法了还是偷情了？你说起他的时候，用得着这样咬牙切齿吗？他身上那些个习惯问题，需要时间慢慢改掉。结婚了，你也闭一只眼吧，容他慢慢改。”

“婚前睁只眼，婚后闭只眼。”这是母亲给我和妹妹的忠告。

婚后太吹毛求疵，这样的夫妻会很累；婚前闭只眼，婚后才睁眼，双方还没弄清楚，就糊里糊涂结了婚，这样的夫妻需要磨合期，有的甚至磨合不来，白白浪费彼此的青春。

婚前睁只眼，结婚前你认真考察对方，觉得他的缺点你愿意接受，那么结了婚就请闭只眼吧，宽容他的缺点，给他时间慢慢改，这样的婚姻会比较坚固长久。

## 连载

2. 女性可以将扁豆炒熟研成末，每次6-12克，用糯米酒或温水送服，能够缓解白带多的症状。

需要注意的是，扁豆一定要烧熟煮透，否则食物中毒，平时最好多吃粥、炖扁豆。

◇ 豇豆 ◇

豇豆也是我们常说的长豆角。中医认为，豇豆性平，味甘、咸，归脾和肾经，具有理中益气、补肾健胃、养阴调身的功效，可治呕吐、痢疾、尿频等症。《滇南本草》中载：豇豆“治脾胃虚弱，开胃健脾”。李时珍也曾称赞它有“理中益气，补肾健胃，和五脏，调营卫，生精髓”之功。大便干结的人应慎食豇豆。

◇ 绿豆 ◇

绿豆性味甘寒，归心经和胃经，具有清热解毒、消暑利尿、止渴解烦、明目降压、利咽喉、消酒毒、解肝毒、解热、咽喉炎、肾炎水肿等病的防治。当然，不是什么体质的人都可以吃绿豆的，绿豆吃多了，反而会损伤脾胃。因此一定

经的合穴，所谓“合穴”就是全身经脉流注会合的穴位，而合穴治脏腑疾患，最善于治疗腹部疾患。足三里穴可谓是一个多面手，有通调百病的效果，尤其是治脾胃方面的问题。《四总穴歌》中有这样一句口诀说得真好：“肚腹三里留。”也就是说，凡是肚腹脾胃方面的问题都可取它来治。

不仅如此，足三里穴还是一个长寿穴。如果我们经常刺激足三里穴，还有防病健身、抗衰延年的功效，对于延年益寿大有裨益。

现代人平时的应酬特别多，饮食无规律，夜生活过于丰富，再加上平时工作压力大，因此胃肠方面最容易出问题。什么胃痛啊、腹胀啊，这些问题总会不期而遇，而解决这些问题的最好办法就是多刺激足三里穴。

我们如何取穴呢？站立，把同侧的手掌张开，虎口围住髌骨上缘，四指直指膝盖，食指按在胫骨上，中指尖所指的地方即是此穴。

按摩时，用大拇指或中指在足三里穴处按压，每次5-10分钟。

按压力度以有针刺样的酸胀、发热感为宜。很多上班族长时间坐在办公室内，难免感觉体乏肢酸，这时可在休息时间敲打足三里穴，再辅以按摩涌泉穴（此穴在脚底部，不算脚趾头，把剩下的脚掌3等分，在上1/3的凹陷处即是此穴）。敲打、按摩时以感觉酸痛为度，每次5-10分钟，即感疲乏顿消，步履轻盈，其功效可谓立竿见影。

民间有这样一句俗语：“常拍足三里，胜吃老母鸡。”在我国古代，女人坐月子时，若每天吃上一只老母鸡，对身体是有很大滋补作用的。当然，现代女性坐月子想吃点什么有什么，但这些大鱼大肉吃多了会上火。后来很多老中医发现，按揉足三里穴与吃老母鸡有相同的功效，而且不会上火，特别适合那些剖腹产的女性朋友。

这就是足三里穴的神奇之处，它具有双向调节的功能。你如果气血都虚，足三里穴可以补；反过来说，如果你总是上火，足三里穴又可以把火降下来。因此，产妇产后多按一按足三里穴，这样可以有效促进自己胃肠功能的恢复。

总的说来，一般的消化系统疾病都可以从足三里穴调治。此外，一般的高血压、糖尿病、头痛、头晕、产后乳汁不足等，也可以通过每天多按揉此穴来缓解。



向脾胃要健康

生命在于运动，运动在于坚持。

向脾胃要健康

向脾胃要健康