

## 耳朵上的健康“密码”

刘源隆

看耳朵辨疾病

耳朵虽然每天被人使用,却不像眼睛和嘴巴那样被人重视,甚至很多时候人们都感觉不到它的存在。德国威斯巴登医院资深外科教授沃特·哈特巴赫在《耳朵里的秘密》一书中写道,实际上,耳朵里隐藏着许多密码,通过耳朵可以看出人的性格和天赋,甚至一个人的健康状况。

耳朵反映人的性格

“你仔细观察耳朵,它就像是一个倒置的胎儿,头部朝下,臀部朝上。耳朵是身体的缩小版,各个部位连接并反射着身体各部位。”沃特·哈特巴赫教授这样形容耳朵。耳朵的上部可以表现出一个人的智商高低;耳朵的中部可以表现出人的意志品格;最下的部分(包括耳垂)可以说明一个人的情感世界。

通过20多年对不同人的观察和研究,沃特·哈特巴赫教授总结出了这样有趣的结论:耳朵的大小体现了一个人的生命力和思想深度。一个人的耳朵越大,他就越充满激情、精力旺盛,甚至暴躁易怒,像美国前总统比尔·克林顿;耳朵中等大小的人一般都是思想冷静、客观的人,比如法国影星苏菲·玛索;小耳朵的人,大多具有安静观察、耐心权衡的倾向,他们的适应性很强,比如影星章子怡。

北京中医药大学针灸学院副院长李志刚说:“早在《黄帝内经》中就有‘视耳好恶,以知其性’的说法。”中医中早就有通过观察耳朵的色泽、形态的变化来辅助诊断及鉴别病症的方法。

人体的各个部位都可以在耳朵上找到相应的位置。当身体出现问题时,耳朵的相关区域也会出现反应。

正常人耳朵红润而有光泽,这是先天肾精充足的表现;耳朵干枯没有光泽,可能是由于机体肾精不足;耳朵颜色淡白的人,多怕冷恶风,手脚冰凉;耳朵红肿,多是“上火”的表现,常见于肝胆火旺或湿热;耳廓干枯焦黑,多发于传染病后期或糖尿病。在耳朵的某些局部呈点状或片状红晕、暗红、暗灰等,则有可能是胃炎、胃溃疡等消化系统疾病的表现。

如果耳朵局部有结节状或条索状隆起、点状凹陷,多提示有慢性器质性疾病,如肝硬化、肿瘤等。耳朵局部血管过于充盈、扩张,可见到圆圈状、条段样等改变的,常见于有心脏病功能异常的人,如冠心病、哮喘病人等。

李志刚提醒,望耳只是中医“望诊”的一部分,判断身体健康状况、诊断疾病,应当结合全身的其他表现。

即使平日里自己观察,也不可盲目照书诊断,杞人忧天。

简单五招捏出健康

耳朵上的穴位比较复杂,但若有关头、失眠的小病,我们可以自己按摩穴位辅助治疗。

牙龈肿痛按耳垂。耳垂相当于面部,当因“上火”导致牙齿、牙龈肿痛,或脸上长小疙瘩时,可以用拇指和食指揉捏耳垂,或者去医院在耳垂上点刺放血,有很好的治疗效果。经常按捏耳垂还能美容养颜。

心绞痛按下耳窝。经常刺激耳甲腔部位,俗称下耳窝,对血液和循环系统有保健作用。下耳窝相当于胸腔内脏器官。心绞痛时首先要保持镇定,不要惊慌,立即停止活动,卧床休息,最好抬高上身,然后可对下耳窝进行按压。方法是,将食指放到耳孔处,拇指放到耳的背面捏揉。这是最简便有效的急救方法,可以迅速缓解心绞痛,度过危险期。

打嗝按下耳窝。上耳窝,即耳甲腔上方的耳甲艇,相当于人的腹腔,按摩此处有助于消化,并有强肾健脾之功。打嗝,中医称为呃逆,就是由于脾胃虚弱,以及生吃不良食物、暴饮暴食引起的胃气上逆。

失眠上下耳窝都要按。失眠,中医称“不寐”,它是由心、脾虚弱造成,可按揉下耳窝中的“心”及其上方上耳窝中的“脾”两穴位。可将食指放到耳孔处,拇指放到耳的背面捏揉即可。

四肢疼痛揉耳轮。耳廓的外周耳轮相当于躯干四肢,颈项腿脚等躯体疼痛患者宜多按压耳轮。

摘自《恋爱婚姻家庭·养生版》

之,它们便在此地遭到了灭顶之灾。而塔松,是一种枝条比较柔韧的树木,当大雪压顶不堪重负时,总会“弯”下身子,将身上的积雪抖落,所以,懂得“低头弯腰”的塔松就存活了下来。

其实,细想想,因为懂得弯曲,塔松以一种坚忍顽强的意志百折不挠地抵抗住了积雪的重压,在恶劣的生存环境中逆势独存;因为懂得弯曲,小草用一种以柔克刚的精神冲出了乱石的阻挠,从石缝中茁壮成长;因为有了弯曲的盘山大道,我们可以顺畅地攀登上无比的高峰;因为起伏跳时的屈膝,才会有成功的飞跃……正所谓狂风刮不断柳丝,齿落而舌长存,懂得弯腰,有时实在是一种智慧。

摘自《思维与智慧》

## 弯曲是一种智慧

张前

1988年,内蒙古的莫力达瓦达斡尔族自治旗引进了几种适宜在高纬度种植的树种,如大叶黄杨、槐树、塔松等,并在当地进行了大面积的种植。

一晃几十年过去了,如今,莫力达瓦达斡尔族自治旗的绿化搞得怎么样了呢?2006年,几位专家专程赶往莫力达瓦达斡尔族自治旗,对此地的植被情况进行了视察。在这次视察中,专家们发现了一个奇怪的现象:如今,只有一

种树种——塔松,成了当地郁郁葱葱的绿化树木的主力军,而当年引进的大叶黄杨、槐树等树木却已经很难寻到踪迹。

是什么造成了这一现象呢?专家们几经努力,终于揭开了这个谜底:原来,在严寒的冬季,莫力达瓦达斡尔族自治旗的鹅毛大雪一下就是几天甚至月余。在大雪纷飞之时,大叶黄杨、槐树等树种承受不起“大雪压顶”之苦,树枝甚至树身被无情摧毁,久而久之,

## 特别开心

李咏

李咏的脸长而窄,五官也比较夸张,嘴大,眼小,鼻梁挺拔,但李咏从不避讳。有一次,记者问他:“你的脸到底多长,量过吗?”李咏夸张地说:“今天早上的汗现在刚流到下巴!”记者又问:“有没有想过换一个发型?”李咏接过话茬儿:“想过呀,但头发又少又软,如何盖得住这张脸?”

马云

有人说马云长得像外星人,有人说马云长得像猴子,总之,有马云的地方,就有人拿他的外貌说事儿。作为成功者,马云对自己的长相一直毫不讳言,他曾这样自嘲:“人又瘦,还那么丑。不过我觉得绝大部分的情况下,一个男人的长相和他的智慧是成反比的。”

摘自《青年博览》

算不算还在肚子里和孵在鸟窝里的蛋?不算。

打鸟的人眼有没有花?保证是10只?没有花,就10只。

提问的人已经满脑门是汗。但数学家继续问:有没有傻得不怕死的?都怕死。

会不会一枪打死两只?不会。所有的鸟都可以自由活动吗?完全可以。

“如果您的回答没有骗人,”数学家满怀信心地说,“打死的鸟要是挂在树上没有掉下来,那么就剩一只;如果摔下来,就一只不剩。”

提问的人当即晕倒!

摘自《青年文摘》

“夫人,”法官实在受不了了,“你的婚姻到底出了什么问题?”

“哦,是的。我的儿子和女儿都喜欢立体声音响,但是我一点也不喜欢音乐。特别刺耳,让人感觉不舒服。”

“夫人,你的丈夫是不是对你长期使用家庭暴力?”法官仍抱有一丝希望。

“是的,”女人说,“每周有两次他会起得比我早。”

法官彻底崩溃,他绝望地问道:“你为什么要离婚?”

“我才不想离婚,我丈夫特别想。因为他说和我没法沟通。”女人漫不经心地回答。

摘自《环球时报》

## 皇子齐为仆

沈银法

一天早朝,乾隆生气了,把几个懒惰的皇子遣到众卿家去当奴才。

六子永裕被纪晓岚领走。到了纪府,纪晓岚施了一礼说:“六殿下,您到我这儿,不用受罪了,爱干啥就干啥吧。”永裕担心地说:“你还是遵从皇阿玛旨意,给我奴衣穿,再给我一把扫帚,让我天天扫地吧。”

十五子永琰被刘墉领走。刘墉笑眯眯地说:“十五殿下,您屈尊来我府上,尽可安享尊贵。我府虽不荣华,但也不会让您下吃苦。”永琰认真地说:“刘大人啊,皇阿玛有旨在先,让我到你这儿来当奴才,你还是照做吧。”

一晃一个月过去,这天,永裕提出,他想换上便服,上街走走。纪晓岚满口答应。

永裕出府后,来到一家茶馆,要了一个雅间。一会儿,有人推门进来,正是永琰。原来,他们早就约好,一个月后在这家茶馆里碰头。

两人正聊着,忽听外面响起锣声。他们来到窗边一看,一队亲兵在前面开路,后面拥着一顶八抬大轿,正沿街而行。兄弟俩跑到外面,挤在人堆里观看。轿子越来越近,永琰忽然叫道:“这不是和坤的轿子吗?”和坤在轿内听见,撩开轿幔,正想喝问是谁吃了豹子胆,敢直呼他名讳,一看,吓了一跳。永琰向永裕一使眼色,两人钻进和坤的轿中。

和坤拱手说:“微臣该死,竟不知两位殿下在此。两位殿下分别在纪、刘两家过得好吗?”

“当奴才,日日扫地。”

“哟,这怎么行啊?两位不如换个地方,到我家去吧,我会好好款待殿下们的。”

永裕为难地说:“恐怕纪晓岚和刘墉不放我们。”

“这又何必,由我出面,那两个老头不会不给面子的。”

纪晓岚和刘墉都恃才傲物,不屑于拍和坤马屁。不过和坤毕竟官大一级,不怕他们。他命轿子直接进他府中。

他脱口而出:“我在纪大人家待了十来天,感觉他家的伙食太差了,还是和人家吃得好。”

“还有吗?”

永琰想了想,说没有了。乾隆分别见了其他几位皇子,最后被叫上来的是永琰。永琰问:“皇阿玛,你要听皇儿说真话吗?”

“我当然要听真话。”

“好吧。”永琰郑重地说,“皇阿玛,这次我们在和大人家扫地,我觉得,这个和坤并非忠臣,而是个危险人物。”

“此话怎讲?”

“其一,他处心积虑,笼络我们兄弟,无非是为未来找靠山,其精明胜过任何大臣;其二,他身为臣子,府第实在太大了,而且还要扩充,恐怕很快要超过皇宫;其三,我和永裕分别在刘、纪两位大人府上生活过,他们的伙食平常朴素,主食食物相同,但和大人宴请我们,一顿饭就花费了上千两纹银,如此奢华,连皇宫也难比……”

乾隆听到这里,感慨地说:“看来这半年,仅有琰儿一人有收获,我深感欣慰。现在,我终于可以下决心了。”

乾隆所说的决心,就是选定接班人。几天后,他就颁诏天下,将皇位传给永琰。

永琰就是嘉庆皇帝。他即位后不久,做的最大的一件事,就是派兵直捣和府。权倾朝野、不可一世的奸臣和坤之府就这样被查封,金银财物全被充入国库,数量之多令人咋舌,所以才有“和坤倒,嘉庆饱”之说。

原来,所谓的皇子为仆,是乾隆和皇子们定下的苦肉计。乾隆将皇子发配到大臣家中扫地,目的是暗中考察大臣,观其人品,顺便考察皇子们的观察能力和分析能力。没想到和坤搞了个小动作,将皇子全笼络到自己家中。永琰随机应变,在扫地中搜集到和坤的种种劣迹,如实禀报,赢得了乾隆的赞赏。

其实,乾隆早就对和坤有所猜疑。有了永琰的发现,他就下定决心,将皇位传给永琰,由永琰来处理。倒楣的和坤本想把未来的皇帝,不料却引狼入室。嘉庆给和坤最大的罪名是蓄意谋反,因为他在扫地时,发现了一个暗室,里面藏着一件精制的龙袍。正是这个罪证,让和坤彻底完蛋了。

摘自《古今故事报》

ZHENGZHOU DAILY

编辑 郑大芝 电话 67655582 E-mail:zzwbw1616@sina.com

## 受人欢迎的四句话

星云大师

自古就有“一言兴邦,一言丧邦”的明训,讲话确实是一门艺术。如何说话才能受人欢迎?以下是我的四点建议:

为受窘的人说一句解围的话。助人不只是金钱、劳力、时间上的付出,说话也可以帮助别人。例如,有些人处在尴尬得不知如何下台的窘境时,你及时说出一句帮他解围的话,也是助人的一种。

为沮丧的人说一句鼓励的话。

古谚云:“言语赋予我们的功用,是在我们之间作悦耳之辞。”什么是悦耳之辞?就是说好话。说好话让人如沐春风,让人生发信心。遇到因受挫而心情沮丧的人,给他一些鼓励,一些鼓舞信心的话,就是以言语给他人力量。

为疑惑的人说一句点醒的话。荀子说:“赠人以言,重于金石珠玉。”遇到徘徊在人生十字路口的

人,能及时用一句有用的话点醒,有时会改变他的一生,甚至挽回一条性命。

为无助的人说一些支持的话。无助的人信心不足,需要他人给予肯定才有力量。这样的人经常生活在别人的善恶语言中,一句话可以决定他的心情好坏。面对无助的人,我们应该多讲给予鼓励的话,让他为自己重树信心,肯定自我。

《语苑》曰:“君子之言寡而实,小人之言多而虚。”话不在多,而在贴切与恰当。孟子说:“言近而旨远者,善言也。”如果说浅近,但是意义深远,就是一句好话。所以,话要谨慎说,才不会让人觉得轻薄,甚至招怨。

摘自《太原日报》

点,本色就会接近一点;让沟通简单一点,情感就会更融洽一点;让过程简单一点,内涵就会更丰富一点;让效率更高一点,成果就会更丰硕一点。

生活之道:多一点爱,少一点恨。多一点微笑,少一点忧愁;多一点阅读,少一点嘀咕;多一点运动,少一点美容。生活本来平淡如水,放一点盐它就是咸的,放一点糖它就是甜的,放一点咖啡它就是苦的,放一点茶它就是香的,想调成什么味道,全凭你自己。

安静一点,淡然一点,沉稳一点,随意一点,并不意味着能与无奈。

一点,就是一点,何必多求?

摘自《重庆晚报》

有好几个孕妇被推了进去。

半小时过后,漂亮的女护士兴高采烈地抱着新生儿走出分娩室:“3号!哪位是3号产妇家属?恭喜您!”3号产妇家属高兴地接过孩子,脸上乐开了花。

一旁坐在凳子上焦急等待的老爸见状急了,霍地站起来,一把拽住护士:“我说同志,凡事总得讲个先来后到吧?我儿媳是第一个推进分娩室的,我儿媳还没生呢,他们咋先生了?你们这儿还讲不讲理呀?”

哄——连护士带家属,全捂着肚子笑开了。

摘自《合肥晚报》

杨海亮

崔永元

崔永元喜欢拿自己开涮,不过也是实话实说。有一年,他在江苏大学生电影节上获得“最受欢迎男主持人”称号,他自我调侃道:“大学生们之所以喜欢我,是因为我‘异常亲切’的长相。他们可能觉得我的长相像身边的同学,而身材呢,则像老师,正面看,像食堂大师傅,背面看,则像她热恋中的男友。”

毕福剑

毕福剑眼睛小、嗓门大、口音重、

## 数学家

佚名

有人问数学家一个问题:

“确定。”提问的人已经不耐烦了,“拜托,你告诉我还剩几只就行了,OK?”

OK,树上的鸟中有没有聋子?没有。

有没有关在笼子里的?没有。

边上还有没有其他的树,树上还有没有其他的鸟?没有。

有没有残疾或饿得飞不动的鸟?没有。

## 离婚的理由

冯国川

法官正在受理女人的离婚请求。他问道:“你离婚的理由是什么?”

“我们家占地4英亩,房屋很漂亮,周围有清泉流过。”

“不,你听错了。”法官说道,“我不是问你的财产,我问的是你为什么要离婚?”

“建筑材料嘛,当然是砖块、钢筋混凝土。还能有别的?”女人说道。

“这位女士,”法官再次重申,“你和丈夫的关系怎么样?”

“我有舅舅和舅母,他们都住在这个镇上。我的公公婆婆也在此地住。唉,我在这个鬼地方有点待腻了。”

“你有什么怨言吗?”法官问道。

“不,”女人说,“我有一个大车库,但是从来没在里面停过车。”