

吃错二千年

田野

孟子曰：鱼，我所欲也，熊掌，亦我所欲也，二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也。生，我所欲也，义，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。

本来，孟子说的是生命与大义之间的事儿。可是，一些美食者却断章取义，扭曲孟老先生的名言，硬把本为中药材的熊掌推到了餐桌上。自此，熊掌被誉为是美味佳肴中的上品，达官贵人皆以能吃到熊掌而倍感荣耀。

在人们贪婪熊掌美味儿的同时，也给熊的家族带来了灭顶之灾。二千多年来，大量的黑熊、棕熊被猎杀，熊种濒临灭绝。就连在严格猎杀野生保护动物的今天，一些不法之徒受利益驱动，不惜以身试法。与熊有相同遭遇的还有金丝燕、大鲨鱼等珍贵动物。那么，自古被誉为山珍海味的熊掌、鱼翅、燕窝真的就具有极高的营养价值吗？其实则不然。

一只熊掌相当于30只鸭掌

熊掌也称熊蹯，是黑熊、棕熊的脚掌。本来，熊掌只是一种中药材，主要功效是治脾胃虚弱、风寒湿痹及诸般虚损等病症。作为食品，熊掌的制作过程极其复杂。新割的熊掌要用草纸把血水擦干，然后放在炒米缸里，等到第二年干透了才可以拿出来烹调。吃法有红烧熊掌、白扒熊掌、清炖熊掌等。

熊掌的主要含量有胶原蛋白、脂肪、碳水化合物等。与鸡、鸭、猪、牛、羊相比，它们在蛋白质、碳水化合物、

能量等主要指标上相差无几。熊掌的优势在于脂肪丰富，含有较多的平滑肌和胶原蛋白。但是，羊筋、牛筋、鸭掌、鸡腿、猪脚等食物中也含有同样的成分，只不过它们的外形比熊掌小。营养师们打了个比方，若30只鸭掌与一只熊掌重量相当，那么吃完30只鸭掌后摄取到的营养不会亚于一只熊掌。而就其价格而言，目前，野生熊掌是完全禁止的，餐桌上的熊掌一般都是家养食用熊。一只家养食用熊的熊掌的价格足可以买10000只鸭掌。

一份燕窝相当于一个鸡蛋

前段时间，“血燕事件”曝光后，燕窝成为人们关注的焦点。燕窝是雨燕科动物金丝燕及多种同属燕类啄食海中的小鱼、海藻等生物后，经胃消化腺分泌出来的黏液与绒羽筑垒而成的燕窝。燕窝也是一种中药材，被认为具有“养颜美颜，化痰止咳，调理虚损劳疾”之功效。食用中的燕窝大都是鸡汤，只是辅佐的料物不同。

其实，传说中的燕窝功能是被食客们无限夸大的了。据中国疾病预防控制中心营养与食品安全所测定，燕窝的成分含量为：蛋白质50%，碳水化合物20%，铁5%，其他矿物质3%，其余为杂质。特别是脂肪含量仅有0.3%，远远不抵一般的肉类。从这些数据看，燕窝的营养成分与鸡蛋没有什么差别。营养师一语道破玄机：一小碗燕窝汤，其价值还没有一只鸡蛋的营养价值

高。而就价格而言，这一小碗燕窝汤，可以敌3000个鸡蛋。这个结果实在让那些喝燕窝汤的达官贵人后悔得吐血！

鱼翅有毒 不敌牛肉

鱼翅取自鲨鱼鳍中的软骨。而鲨鱼也是世界上受保护的珍稀鱼类。由于人们的贪婪，目前濒临灭绝。与熊掌和燕窝相比，鱼翅连中药材也够不着。人们之所以认为鱼翅营养价值高，主要是因为鱼翅里含有胶原蛋白和脯氨酸。所以，鱼翅汤在餐桌上被奉为是上上品。

据中国农业大学食品学院研究发现，每百克鱼翅(干品)的成分为：蛋白质83.5克、脂肪0.3克、钙146毫克、磷194毫克、铁15.2毫克。这些物质在很多肉类中都有。其胶原蛋白量没有猪皮、牛皮多。况且，鱼翅中的胶原蛋白缺少一种氨基酸(色氨酸)，属于不完全蛋白质。人们吃了这种蛋白质以后，很难消化。而脯氨酸含量与其他动物软组织中的含量相似。从某种意义上讲，鱼翅的营养价值还比不上猪肉、牛肉。

其实，最让食客们想不到的是鱼翅有毒。俗话说，大鱼吃小鱼，小鱼吃虾米。而鲨鱼是吃大鱼的。由于鲨鱼处于海洋食物链的最顶端，所以，贵的含量经过虾米、小鱼、大鱼，最后，全部沉进了鲨鱼的体内。人类吃鱼翅，少了会有害健康，多了会因为汞中毒而死亡。

吃错两千年。自孟子以后，无数达官贵人在贪婪这些“美味佳肴”的背后，除了满足了自己的虚荣心理、炫富心理以外，他们什么也没有得到，甚至是在饮鸩止渴。这实在是令人好笑！

摘自《做人与处世》

或抱怨午餐不合胃口的。

一天，叔叔带我去一家超市购物，遇到了同事布伦丹，他正领着5岁的女儿在购物。在休息厅里，布伦丹的女儿吵嚷口渴了。布伦丹转身到超市服务台，给女儿接了杯超市免费供应的凉开水。

“叔叔，布伦丹为何不给女儿买瓶饮料啊？”我小声问叔叔。

“人家是不想对孩子那么奢侈！布伦丹年薪18万澳元，折合人民币就是100多万元。”叔叔笑着说。

叔叔接着对我细细解释：“澳大利亚人的‘明天忧患’意识非常强，他们认为从小对孩子进行‘穷苦教育’有助于孩子长大后自强自立，靠本事吃饭，靠能力工作，靠毅力拼搏！”

摘自《羊城晚报》

里。多年以后，我听到一场战争败于一个词：风声鹤唳，说前秦的军队落荒而逃，禁不住一点风声，耐不了几声鹤叫，那是该败了，然后就真的一败涂地了。

有动静的，都不足怕。显露得越多，越不足怕。

不动声色的人，绝有大城府。最大的城府，不是看不出，是看不清不穿着不透，是深不见底。鸡毛蒜皮咋咋呼呼的人，不会有城府；同样，睡眼必报锱铢必较的人，也不会有城府。一个连极微小的事都藏不住的人，不会有大气象。一念生，一寸乱，一寸乱，方寸大乱，生活没让你败，你就已经败了。

不动声色的人，也不一定非要深沉古雅，也不一定耍刻板凝重，有时候，不动声色，只是简单，只是风烟俱净。只是用生命最初的宁静，向新旧的光阴，向生活的两岸，做深沉的凝望，做深刻的思考，做深情的流连。

不动声色，其实也没什么僵化，看起来更像是一个人在自我的心境里，有声有色，八面威风。

摘自《思维与智慧》

个长相，我想，它便可以长成如此一幅丹青的模样，每一个笔触，每一滴水墨，都像至爱的眼神——最纯粹也最复杂。它既是热烈的表达，也是深长的沉默，有无比的幸福，也有难言的痛苦，如初遇，又如诀别。

初遇使人感觉新鲜，初遇之心，令爱的表达天真热烈，生生不息；而诀别令人忧伤难舍，诀别之情，令我们懂得，爱的尽头，是珍惜。

我想，人的一ance，即便不能如齐白石那样至爱万物，至少，也应这样至深至美地去爱一次，哪怕只是爱一个人、一件事、一样东西。

摘自《北京晨报》

枝玫瑰花，向结婚30年的老伴祝贺生日。

他还记得当年她笑得花枝招展的样子吧？果然，她再一次笑了，隔了三十年，她还是乐不可支，甚至开不了车。

故事到这里就结束了，毫无疑问，这个故事感动的人也够多了，不然不可能被传来传去，最终成为各地报纸世界新闻里的一个小块。

摘自《健康问答》

美国的“上帝小屋”

田田

在美国奥兰多，一家名为“上帝小屋”的小店吸引了不少游客。这间“上帝小屋”既不是商店，也不是酒店，更不是祈祷的教堂，而是帮助顾客决定人生方向。令人奇怪的是完成这一切的是一台名叫“上帝”的机器。

开始，人们大都认为这是一种骗人的雕虫小技。走进上帝小屋的人大都是抱着一种好奇的心理随便看看的。即使上机测试的，也只是觉得好玩儿而已。因为，一次测试只需要20美元。可是，经过一番测试的人，无不冒出一身冷汗，大都把自己的命运交给“上帝”。

上帝小屋布局很简单。一间房子一分为二：外面放有几张沙发，供顾客休息之用；里面是工作间。工作间的中间放有一张小床，旁边放有那台名叫“上帝”的机器，床的正前方放有一台电脑。

一位名叫李多铎的中国游客不相信，想了一个办法来揭穿“上帝”的骗局。在测试“你的家乡在哪里”这个问题的时侯，李多铎故意把家乡的大名“李家屯”和小名“虎脖子”一同写进了几个假名中间。当电脑提问的时候，李多铎一直选择的是“沉默”。可是，当李多铎“沉默”完毕的

时候，电脑上竟然显示出“李家屯”和“虎脖子”两个地名。李多铎惊讶得大叫：“我什么也没有回答呀！”工作人员对他说：“可是，你的身体已经把真相告诉了上帝，因为，上帝比你更了解你自己！”当然，工作人员说的“上帝”并不是真正的“上帝”，而是那台精明脑的机器。

一日，一位名叫野田川芎的日本老板带着他的小蜜一起来到上帝小屋。在测试前，两个人相互表白，自己最爱的人就是对方。对此，他们俩都深信不疑。因为，他们的爱情就像是七月的流火一样热烈。可是，测试的结果令他们两个人都大吃一惊：野田川芎最爱的人竟然是自己的妻子，小蜜最爱的人却是自己的初恋男友。小蜜抱着野田川芎的脖子，哭泣道：“我是真心爱你的呀！”野田川芎说：“宝贝别哭，这机器不准确，这是骗人钱财的玩意儿，咱们不要信它！”为了表明自己的真心，野田川芎指责工作人员。工作人员的回答还是那句话：“你的身体已经把真相告诉了上帝，因为，上帝比你更了解你自己！”这对畸形情侣离开不久，上帝小屋就分别收到了他们两个人的来信，感谢“上帝”的指点。因为，他们回到

利益总是相互的

金文芝

热带中有一种木蜂在采集花蜜时，常常先在花的外面打孔，然后才进入采蜜，但是这样会把花糟蹋得遍体鳞伤。为了保护自己，植物们便在花的基部产生额外的花蜜来吸引蚂蚁。

这是为何呢？众所周知，蚂蚁极喜甜食，只要是像蜜腺、花蕾这样有糖分、甜味的地方都特受光顾。而且，蚂蚁凶猛好斗、数量众多，于是乎，蚂蚁便成了植物的“保护神”。自此，蚂蚁就和这些植物结成了“生存同盟”。

无独有偶，在西双版纳热带雨林中，榕小蜂世代仰仗榕树为其提供繁殖后代的场所与食物，而榕小蜂也是投桃报李，一直为后者担任着“义务

授粉员”——榕树的花序是植物界中最为特殊的隐头花序，唯有榕小蜂才能担此重任。正因如此，榕树才得以顺利结果而不至绝灭。

犀牛号称是“体型第二大”的陆生动物，可犀牛皮肤虽厚，其皱褶间却又嫩又薄，体外寄生虫和吸血蚊虫于是趁虚而入，把这些地方作为突破口将利器刺入得以吸食血液，犀牛疼痛之际，除了往身上涂泥做保守防御外却也莫可奈何，而犀牛鸟恰是捕虫好手，于是它常年担任了犀牛的“保健医生”，每日为犀牛做精心的护理与诊治，使其能够健康惬意地享受生活之美。此外，犀牛是近视眼，若是有敌来犯，犀牛鸟就会飞上飞下叫个

特别开心

不动声色

马德

从气象上看，不动声色比张牙舞爪更具大气象。尽管，不动声色也会浮在面上，我宁愿相信，内里，它的气韵氤氲，有风骨流转。

八百疏狂，敌不了一丝内敛。三千喧闹，大不过满怀岑寂。

不动声色，是念佛人脸上的无限江山。不动声色，是历尽劫遇的人，一念生，一念死，渡尽生死的沉静与恬淡。不动声色，是流水让一块鹅卵石辗转，风让一片叶飘落，石的笃定，叶的静美。

不动声色，是一片云彩的影子，爬过一道南墙。不动声色，是一只秋虫蛰伏在一片枯叶中间，冷眼看世界。不动声色，是山也寂静，是水也寂静，是你看我时，一脸寂静。

古刹里的一株虬曲的树，风一阵，雨一阵，佛面一阵，人面一阵，不动声色。戏台左右柱子上的楹联，长一句，

短一句，唱一声，和一声，不动声色。藏在花心的蕊，伏在茧里的蛹，初望这个尘世，没有冷颜，没有热面，是嫩而小小的，不动声色。

大地数亿年，繁华赏遍，沧桑阅尽，山持重而庄，水流深而媚。大地最是不动声色。它静观着这个红尘世界，纷纷扰扰，缠缠绵绵，一瞬间可以地老天荒，又一瞬间，海誓山盟节节破裂，一枝笑在摇曳，一江哭在翻滚，笑笑到心醉，哭哭到心碎，就这样，笑一程，哭一程，生一程，死一程。

也许在大地看来，爱也好，恨也罢，聚也好，散也罢。不过，都是生活。

夏日的晚上，壁虎伏在光影里，也不动神色。它的四足是静的，身子是静的，脑袋是静的，就连眼神也是静的。但是，那一段小小的光影里，风一样，是呼啸的杀机。不动声色，才最可怕。大危机，大劫遇，都在不动声色

如初遇 如诀别

有一位画家说，齐白石的画，为什么画得那么好？而且年纪越老画得越好？因为他越到晚年，对生活就越越恋，也越爱惜身边的一切。

“他晚年的画，既有像是第一次看到红色辣椒的感觉，又有像是最后再看一眼的不舍之情。”

这样的描述，深动我心。

倾情一裸

英国有位已婚30年的女士，在年轻的时候和自己的先生一起看电影时，曾为片中一个男士裸身求爱的镜头而乐不可支。作为生命中一晃而过的镜头，在30年月里，想来她已经将之封存心底，更可能早已忘了。

但是她的丈夫却没有忘记——在

仿佛有点明白了，那些红辣椒、大白菜、小鱼小虾，本也平平常常，经常面目无光，但因为什么在大师的画作里，却可以变得令人迷恋，价值连城。因为，大师笔下，画的不只是万物的表象，他与人间万物莫逆相交，一生难舍，他画的，是他的爱与珍惜。

如果，人间的至爱之情，也可以有

她50岁生日那天下班回家时，在必经的一个岗亭处她碰到了自己的丈夫。英国人一向谨小慎微，循规蹈矩，她丈夫自然也不例外。可这一天，他正在被人围观——因为他没穿衣服。裸着五十多岁的苍老身躯，用一张生日卡片遮挡着重要部位的他，嘴叼一

日本后，野田川芎回到了妻子的身边，小蜜也以自己的初恋情人续上了恋情，两个人都找到了自己的真爱。

上帝小屋的业务是很宽广的。只要你犹豫不定的事情都可以向“上帝”询问，“上帝”会给你指出一条光明大道来。姆瓦马卡是一位来自肯尼亚的留美大学生。她接到了两份录取通知书，一个是世界著名的哈佛大学，一个是加州州立大学。哈佛大学比加州大学的声望要高得多，但是，她却更喜欢加州大学录取的那个服装设计专业。犹豫不决的她来到上帝小屋，请求“上帝”指明方向。结果，“上帝”让她到加州大学，她最终下定了决心。结果，她成为一位国际知名的服装设计师，成就了一番事业。

终于，有人揭开了上帝小屋神秘的面纱，不过，这并没有影响到上帝小屋的生意，顾客反而比以前更多。原来，那台名叫做“上帝”的机器是通过脉搏、呼吸、皮电来测试顾客的心理。脉搏和呼吸是可以调节的，但是，皮电，也就是皮肤电阻是不可以调节的。所以，当顾客接受测试的时候，顾客的皮电就会说出顾客心中的秘密，甚至，这些秘密连顾客本人也不知道。

上帝小屋的“上帝”技术早就用于公安刑侦工作，它就是犯罪分子闻风丧胆的测谎仪。不过，“上帝”又不同于测谎仪，因为，“上帝”不是测谎，而是说真话，真到连顾客本人都不知道，这不能说这不是一个奇迹。

摘自《知识窗》

不停，提醒犀牛及时避险。当然，犀牛鸟也从犀牛那里得到了赖以生存的丰美的食物。

自然界中此类生存同盟其实俯拾即是：牙签鸟从鳄鱼嘴里获取了肉渣，但它同时也出入鳄鱼嘴巴为其洁齿从而有效防止了细菌感染；海底的虾虎鱼不会筑穴，总是寄住在大螯蛄虾的洞中，但虾虎鱼并不白住，每当在螯蛄虾外出觅食而迷路之时，虾虎鱼就会引导着大螯蛄虾顺利返家，这应该是作为房客 的虾虎鱼交纳的房租吧；隆头鱼总是伴随在鲨鱼左右并为之消灭寄生虫，但同时也“丰衣足食”了自己。

为了更好地生存，动、植物们常常会“结盟”，而联盟得以存在的前提是互利互惠，也就是说相互之间能给对方一定的“好处”。因为，利益从来就是相互的！这样，当下遍地从生的利益链条也就不足为奇了。

摘自《知音》

ZHENGZHOU DAILY

编辑 郑大芝 电话 67655582 E-mail:zzwbwh1616@sina.com

辞官归田，饮酒、读书、作诗，纵情山水，放声长啸，畅享人格独立之乐也。

你是农民，你有瓜果满园、稻香扑鼻、蛙鼓伴眠的快乐；你是老师，你有腹藏诗友、躬耕讲台、桃李遍天下的快乐；你是学生，你有遨游书海、采撷知识、聆听师长教诲的快乐。只要我们抓住身边的快乐，放大心中的快乐，我们的生活就会更加多姿多彩。

朋友，快乐不在远方，快乐就在你身旁；快乐不在天边，快乐就在你心间；快乐不靠别人赐予，快乐靠自己去争取！

朋友，我的快乐我做主，你的快乐你做主！

摘自《读书》

思告诉埃里克要那块肉，埃里克切好肉给男孩，从不收他的一分钱。男孩接过肉就走，埃里克则皱着眉看男孩离开。

这一幕持续了10年。这天，男孩又来到了埃里克的肉店。埃里克把肉递给男孩后，笑着说道：“孩子，这是我最后一次在我这儿免费拿肉了。呵呵，我真想看看你妈妈听到这句话后脸上的表情。”

男孩回家后把埃里克的话告诉了他的妈妈丽莎。丽莎听了，笑着对儿子说：“儿子，你回去告诉她，我们每天喝的牛奶，用的日用品也都是免费的。你看他的脸上是一个什么样的表情。”

摘自《喜剧世界》

士风度……小家伙似懂非懂。

过生日，是儿子最为得意的一天，地位也似乎提高了许多，狮子大开口地要这要那，执意要到肯德基去饱餐一顿。因为是他生日，所以心甘情愿地被儿子扯了耳朵去。在进店前，我再三关照儿子要有男人风度。进了店门，让我惊讶的是，儿子居然还替我拉开凳子，绅士派头十足。让我欣喜的是，他果然文静静地坐在凳子上，鸡腿啃得斯斯文文，一小口一小口地啃着，与平日完全不同。走出店门，我正要夸他几句，儿子却慢吞吞地说：“男人风度太难做了，我都没吃饱。回到家他又结结实实地吃了两大碗饭。”

我们不得不达成共识，吃饱肚子比风度要紧得多。

摘自《文苑》