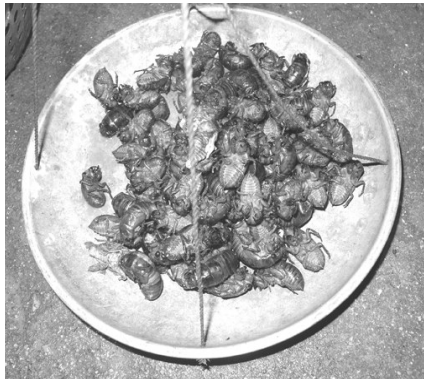


# 蝉蛹的诱惑

□ 郑景仁 文/图



手里拿着小铲子的男孩正在专心致志地捉蝉蛹。在钢筋混凝土簇拥的城市,这一幕让我心里充盈着感动和温情,久违的往事又浮现在眼前。那个二十多年前在乡下捉蝉蛹贴家用的儿童如今头上已生出少许华发,他的童年岁月已不复再来了。

得腰酸背痛,两腿发麻。母亲把我捉来的蝉蛹卖给小贩用以补贴家用,那时穷人的孩子早当家,母亲常对我们说“一粥一饭,当思来之不易”,我从捉蝉蛹中感受到了挣钱的辛劳和快乐。有时候母亲也会用蝉蛹来改善一下家里人的生活。蝉蛹通常的吃法是油炸,只需将蝉蛹洗去泥沙,用细盐腌渍半小时,放入油锅里炸,直到变成金黄色时就可出锅。油炸好的蝉蛹外面酥脆,里面鲜香,如果蘸上孜然、五香粉吃风味更佳。蝉蛹不但可口,而且是极佳的滋补品,经常食用蝉蛹能健脾益肾、补血生津。它还具有抗菌降压、疏风散热、清热解毒的功效,人们常用蝉蛹来治疗外感风热、咽喉肿痛、风疹瘙痒、疔疮毒肿等症。去年夏天我后背长了几个疖子,瘙痒疼痛难忍,去医院治疗了几次却一直不见好。母亲告诉了我一个偏方,即把晒干了的蝉蛹研磨为粉末,用葱汁调匀,涂于患处,一日两次,毒素出尽即好。我依照这个药方治疗,一个星期后背上的疖子竟然消失得无影无踪。昨天烈日当头,知了声声,我徘徊在城市街头,蓦然看到一棵高大的梧桐树下有个

常食用蝉蛹能健脾益肾、补血生津。它还具有抗菌降压、疏风散热、清热解毒的功效,人们常用蝉蛹来治疗外感风热、咽喉肿痛、风疹瘙痒、疔疮毒肿等症。去年夏天我后背长了几个疖子,瘙痒疼痛难忍,去医院治疗了几次却一直不见好。母亲告诉了我一个偏方,即把晒干了的蝉蛹研磨为粉末,用葱汁调匀,涂于患处,一日两次,毒素出尽即好。我依照这个药方治疗,一个星期后背上的疖子竟然消失得无影无踪。昨天烈日当头,知了声声,我徘徊在城市街头,蓦然看到一棵高大的梧桐树下有个

常食用蝉蛹能健脾益肾、补血生津。它还具有抗菌降压、疏风散热、清热解毒的功效,人们常用蝉蛹来治疗外感风热、咽喉肿痛、风疹瘙痒、疔疮毒肿等症。去年夏天我后背长了几个疖子,瘙痒疼痛难忍,去医院治疗了几次却一直不见好。母亲告诉了我一个偏方,即把晒干了的蝉蛹研磨为粉末,用葱汁调匀,涂于患处,一日两次,毒素出尽即好。我依照这个药方治疗,一个星期后背上的疖子竟然消失得无影无踪。昨天烈日当头,知了声声,我徘徊在城市街头,蓦然看到一棵高大的梧桐树下有个

# 最佳的避暑方式

□ 章杰



现代人好像觉得夏天热得没法活,人人都怕被烤晕在暴晒的街头,个个舌头伸得像散热的黑狗,巴不得一世待在空调房里不出来。

其实古代的夏天也火热,那时还没有空调,古人还享受不到今天的“冷气”,不过古人避暑的最佳方式只有一条:“心静自然凉。”

明代医学家李时珍说,心脾燥热才使人不静。人不静必生烦,继而狂躁上火,直至暑气攀升,身心俱热。而姜太公就从来不懂得热,他悠然地拿根渔竿,管你夏天有多热,我只钓我的鱼,他凭的全是一份心静,一切被置之度外了。你再火辣的太阳,跟我有什么关系呢。他不过一顶草帽,一竿轻拂的渔钓线,那样沉着如一汪水的

心静,不正是一潭深湖么,热从何来呢?

小时候,阳光一样浓烈,叶子也被太阳烤卷曲,和现在的夏天没区别,可我们真的没有感觉那么热。一把慢腾腾的蒲扇摇得星光四溅,睡在吱嘎的旧竹床上,看着满天的星斗,听着蛐蛐蛙鸣,夜色里的儿歌,大人们的说书声,心头已经凉风四窜了,最后竹床都冷了,时光像天上掉在夜里的露水,凝固得都想回家拿被子,那些头顶上遥远的星子,仿佛夜夜都能泛出寒光的。

这样的凉,源于心情的静。而适时地走出去,融入大自然,那是心情的另一种静。

看看绿色的植被,心里绿意丛生;瞻仰蓝天白云,心间自然轻风四拂;听听清泉滴水,摸一把涧间的石头,那份凉意立马穿彻骨髓,这些又岂是生硬的冷气可以比拟,即便是目送自由的蝴蝶,和那些快乐的向西归鸟,心头也因为这些安宁美好的画面,倏地心静如水。

现代人为了避暑,学会了零零整整的消暑方式。各种瓜类,吃得都快撑破肚皮,也不见得消暑效果很好,头上的汗粒照样滚滚如雨;绿豆汤,冰糖水,汤汤茶茶,可谓灌肠倒胃,但仍不见消暑太多。

其实心里是燥热的,就算吃下一座冰山,它也会被身上的火气沸腾,而唯一最好的避暑是让自己静下来,听听音乐,读本好书,或穿行自然,想一些惬意的事,一切必然凉从中来。所以说,让心静下来,这才是最佳的避暑方式。

# 吃饱肚子再减肥

□ 许瑛

自从在街上邂逅红衣女后,我就暗下决心减肥。话说那天,红衣女迎面而来,旗袍紧身,腰身丰腴,活脱脱真人版的米其林轮胎广告。我大惊失色,下意识捏了捏自己的肥腰。

回到家我比划着说给老公听,想得到些许点安慰吧,孰知他神情漠然,以一个瘦子的骄傲,彻底打击了我这胖子的悲哀。

我发誓减肥。面对铺天盖地的减肥药广告,比较再三,最终锁定了一款。历经三天唠叨,他终于答应带我去买药。

到了药店门口,我将他一掌击进门去,然后躲在门外偷笑。不大一会,他出来了,居然两手空空。我恼羞成怒刚要发作,他连连摆手做无辜状,说叫营业员大妈给骂了:“瘦成这样还减肥!不要命了吧。”“要不,你自己去?”听完我落荒而逃。

那天我去药店买药,买完后眼睛忍不住往“减肥区域”偷瞄,正巧某减肥药膏正做活动,营业员递给我一小管赠品。说涂在身上,辅以按摩,可迅速燃脂。我欢呼着回了家,向他宣布,他已晋级为我的按摩师,每天负责涂药膏和按摩。

每晚8点,我准时爬上床,他先在我的腰上涂一层油腻腻的药膏,然后一圈圈按压,边按摩边问,轻了?重了?喂喂!你怎么睡着了!30分钟的按摩,我舒服得哼哼唧唧,睡眠迷昏!

药膏很快涂完了,我还想延续这美好时光,就柔情蜜意地试探他,喂,亲爱的,你说我瘦点没?他没好气地呛我一句,我的手指瘦了!

我扔掉药膏,躺在床上,闷闷不乐。胖子是吃出来的,那直接绝食得了,就不信减不下来!接下来整整一天,我水米不进,他以为我胃口不好,在厨房里花样迭出,再温情脉脉地端到床前。我以极大的意志力予以了拒绝;翌日,我虚弱得说不出话来,只能眼神示意,要他把饭碗端走。他把围裙一解,坐在床边就开始抹泪了,“我说丫头,你要闹哪样嘛?”我奄奄一息,艰难地吐出四个字,我要减肥!

人命关天之际,他破天荒认真起来。以一个理科生的专业精神,取来笔墨,演算起了公式。他说,你看啊,倘若把身体看作一个仓库,吃饭是入库,消耗是出库。入库小于出库,仓库内存自然就减少了。而增加消耗,运动就可以了。所以,减肥是力气活,得先吃饱了再减!

减肥公式有点绕,不过这句话我赞同,“减肥是力气活儿,等咱吃饱了再减吧……”

# 蒲扇里的夏天

□ 梁霞



热得要命。父亲就会坐在我 and 姐姐的中间,手拿一把芭蕉扇,左扇一下,右扇一下,就那样看着我们睡着。父亲不会像外婆那样讲故事,但是每当父亲为我们扇扇子的时候,我就会不忍心地把眼睛闭起来,让自己快快睡着。脑海里全是父亲那黑瘦的脸庞和关切的目光。

每年的秋天,外婆都会把蒲扇放在床顶上,留着来年再用。第二年扇子的边缘

都会有一点点散开,外婆就会用旧布把扇子的边缘都包起来,一针一线地缝起来,还能将就着用一年。那时候的蒲扇比现在的又大又厚,颜色也有点发白,做工也比现在的细致多了,不会轻易地损坏,一把扇子至少也能用上两年。

多少年后只要到了夏天,那七仙女的故事和父亲那关切的眼神就会像夏天的蒲扇一样让我感觉凉爽。

# 遗失声明

●下列第二代身份证遗失:

- 何玉连 45213319940808122X
- 杨秀艳 452729197501190868
- 黄容 45212919870626202X
- 韦福岳 452129199008181454
- 马照兴 452129197708101831
- 梁语嫣 452129199705140826
- 蔡诺 452129198009102522
- 李月凤 45212919481012004X
- 李奇岳 452129198503100071
- 黎青艳 452129199604011224
- 黄俊 450122198106127514
- 陆新 452129196801280016

- 刘宇育 452129198207080619
- 李桂生 452129199204012017
- 杨世喜 45212919830719121X
- 李明晓 452129199106151814
- 甘政锋 452129199211031638
- 岑加达 452129199312252552
- 岑华思 452129199207120654
- 吴星 452129198409281814
- 吴星 452129198409281814
- 何挺 45212919930821123X
- 陶碧月 452129198808021040
- 黄少月 452129198907101628
- 陈丽 452129199208101420
- 何跃飞 452129197001211586
- 马昭阳 452129199404230027
- 邓世猛 452129199412101452
- 方群英 452126197403210923

- 李小益 452129199304281230
- 谢乃志 452129199407251018
- 冯光俊 452129197510260431
- 阮奇超 452129199006290630
- 黄志龙 452129199106151435
- 谢洋洪 452129197203090217
- 农武健 452129197801041255
- 韦康勤 452129198408140665
- 黄美珍 452129198001030827
- 林志文 452129196212131039
- 黄国勇 452129199103151259
- 甘宝昆 45212919830518127X
- 卢立雄 452129198610301649
- 郑有坚 452129199404261018
- 朱丽霞 452129198502201022
- 梁艳娇 452129197611011020
- 林朝娟 452129198507161621
- 冯光俊 驾驶证(D证)

- 452129197510260431
- 黄胤杰 学生证 20114124
- 下列户口簿遗失:
- 黄干平 黄干能
- 黄全福不慎遗失《道路运输经营许可证》,证号:451402100907。
- 王崇武不慎遗失《烟草专卖零售许可证》正本(个体),证号:451407100589。
- 崇左市顺昌家具店不慎遗失《税务登记证》,证号:桂税国字45282419701012632001号。
- 陈豪不慎遗失《道路从业资格证》,证号:4514000020011010013。
- 黄才昌不慎遗失《道路从业资格证》,证号:4514020020109005499。
- 林天松不慎遗失《道路从业资格证》,证号:4514020020008000715。

- 黄美娟不慎遗失《身份证》,证号:452129199109211026。
- 崇左市邦友运输有限公司不慎遗失《道路运输证》,证号:451401202534,车牌号:桂F07176。
- 崇左市邦友运输有限公司不慎遗失《道路运输证》,证号:451400002559,车牌号:桂FJX338。
- 黄瑞庆遗失驾驶证,证号450205197610021035。
- 关晓平遗失国税税务登记证正本,崇左452129431014022。
- 崇左市板利乡何氏电器行遗失个人独资企业营业执照副本,注册号:451402300002692。
- 江州区鲜丰农副产品经营部不慎遗失发票专用章。
- 以上证件、票据遗失,声明作废。