

## 他把自己活成了艺术品

民间谚语说,老鼠过街,人人喊打。但在艺术世界里,小老鼠却很可爱,外国的动画片有《米老鼠和唐老鸭》等,孩子们百看不厌。在许多中国画里,小老鼠也是极可爱的,齐白石就画过不少。

在张嘉树家的墙上,有一幅华君武给他画的小老鼠,上面配有“小老鼠上灯台,偷油吃,下不来”的打油诗,因为嘉树属鼠。中国文化很有意思,老鼠自古人人喊打,却入选十二生肖,而且排在首位。龙是我们的图腾,竟屈居老五。

和华君武的“小老鼠上灯台”比较,我更喜欢黄永玉(如图)画的老鼠,确切地说,我是喜欢黄永玉在画上的题款——我丑,但我妈喜欢。

华君武画鼠,是画给属鼠的人。黄永玉画鼠,是因为自己属鼠。从笔墨艺

术上说,华君武和黄永玉画的鼠肯定都比不了齐白石,但前两位给老鼠赋予了更多的生活情趣。

最初关注黄永玉,缘自偶然。20世纪80年代,一个偶然的机会,我有幸见到范曾。从他的口中,我第一次听到黄永玉。当时,东北财经大学邀请范曾作讲座,负责接待工作的陈国成是我的好友,他喊来几个写字和画画的朋友晚上陪范曾一起吃饭。两杯酒下肚后,范曾一反常态,完全与白天的儒雅判若两人,他破口大骂“华君武和黄永玉是些什么东西”,还故意把“什么”用重音说成“神马”。

我是画漫画的,那时华君武已经是我的偶像。而范曾能把黄永玉和华君武拴一块儿骂,这让我不得不关注起黄永玉来,从而发现,他是一个极其有趣的人。也就在那时,



我买到了《永玉六记》,看到了黄永玉画的“我丑,但我妈喜欢”的那只小老鼠,它是《永玉六记》中《罐斋杂记》里的一幅画。“罐斋”是黄永玉的斋号,顾名思义,即他住的房子如同罐子,没有窗户。但黄永玉是特别乐观有趣的人,屋子没有窗子,他就在墙上画了一个窗,顿时感觉阳光涌入小屋,房间都变敞亮了。

艺术即生活。看黄永玉,不能只看他的画,也不能只看他的文字,他之所以成为大师,是他把自己活成了一件艺术品。

(据东北作家网 姜末/文)

留点面子

儿子跟我商量:“妈妈,春节期间我们家来客人时你别总说我,给我留点面子。”我笑道:“你也得表现好点儿。”儿子说:“我肯定特别乖。”

我问:“那如果有人问你成绩呢?”儿子说:“你就赶紧反问他年终奖,也让他哑口无言。”

叮

有一天,一休和尚、何老板、李武靖一起去非洲旅游,不料他们误闯了食人族部落。酋长说:“烤烤你。”一休和尚道:“尽管考。”

一休和尚话一出口就后悔了,但是已经来不及,只好接受被烤的命运。忍受着火烤之痛,一休和尚拼命地想办法,突然灵光一闪,发出“叮”的一声!

酋长说:“烤好了。”

(摘自《意林》)



幽默故事

开心一刻

## 进攻是最好的防守

最近在网上学了点零碎的心理学。知识点一:不能唠叨。为小事唠叨,会耗费孩子的精力,耽误孩子成就大事。知识点二:孩子的问题,可能是父母的问题。

娃从学校回来,我发现他每天都不把牙膏盖拧上。我几次想说,都忍住了。我不应该唠叨,而应该反思,娃为啥不拧上牙膏盖?昨天,我对娃说,洗手问好多小虫子,可能是从马桶里爬出来的,爬到你牙膏



智慧故事

上了。娃不动声色,我亦如是。今天早上,我看到他把牙膏盖拧上了。

很多朋友问我的育儿心得。我一直和大家说,我没有成功,我不过是早婚早育,现在娃长大了,我比大家更早看清娃是普通人,而且坦然接受。今年娃本科毕业了,毕业前问我对他有什么期待。我说如果你继续读的话,希望你去耶鲁读。

因为他参加了一个耶鲁的实验室的工作,很短,大概一两周的样子。他说,考察

了一下那个实验室,觉得不太适合自己。我说好,别人问起,我就说,本来可以去耶鲁,但觉得不合适。

他说:“行倒是行啊,问题是你为什么那么在乎别人的看法?”我说:“因为‘不在乎别人的看法’,说起来简单,但其实很耗费内功。而管理别人的看法,只需花一丁点力气。与其装作不在乎,不如主动去管理。因为,进攻是最好的防守。”

(摘自《北京青年报》丹萍/文)

## 90岁的美好

正常,脸色慢慢由苍白转为红润。

春天来了,母亲扶着助步车,可以从三楼楼道走到楼下花园。那天,我和母亲散步,迎面遇见一个也扶着助步车的人,那人看上去很儒雅,戴着副宽边玳瑁眼镜,头则木木地转动。

母亲对我低语,语气充满敬意:“那是李教授。”几年前,一次中风让他倒下了,现在他能够站起来,一步步慢节奏地走路,从楼上走到花园。李教授移步到我

们面前,微笑着对母亲说:“大姐,你走得比我好,我要向你学习。”母亲也笑着说:“你也走得好,比我稳。”他们互相赞美鼓励,扶着各自的助步车,缓缓交错而过,点头,挥手。

母亲对我说:“你一定猜不出李教授的年龄。”我是没猜出,李教授一头没掺几丝白发的黑发误导了我。“他也刚过90岁呢!”我笑着说:“你们都长命百岁。”我想,我会记住这个温馨美好的时刻。

(摘自《今晚报》郑宪/文)



温情故事

## 演唱会“另类地震”带来城市管理新课题

近日,五月天“回到那一天”上海演唱会进行期间,距离上海体育馆不远处的汇翠花园小区,多栋居民楼出现了剧烈的摇晃感。这种摇晃感在《伤心的人别听慢歌》《派对动物》和《离开地球表面》这三首歌曲演唱时尤为明显,甚至让一些居民感到“头晕目眩”。

地震专家给出了专业解释:“这可能是一种共振现象。”当歌曲的BPM(每分钟节拍数)在140拍左右时,相关音波更容易与生活建筑形成低频共振。而《派对动物》的节拍为136,《伤心的人别听慢歌》和《离开地球表面》的节拍都是138,均接近这一临界值。并且,演唱会进行时表演者与观众进行的互动环节,也可能使地面震动频率与周边房屋自振频率一致,从而产生共振并引起房屋晃动。

事实上,五月天去年在上海举办的8场演唱会中,周边小区也曾遭遇过类似的摇晃事件,去年美国歌手泰勒·斯威夫特演唱会也曾引发“震撼”。随着大型演唱会日益频繁,城市生活空间日益紧凑,文化娱乐活动和周边居民生活安宁如何平衡,这是一个值得正视也必须重视的问题。

楼房晃动不是小事,它直接关系到居民生活的安全。为此,多位专家建议,更换引

发严重晃动的歌曲最为稳妥。明年起,脱氢乙酸及其钠盐(脱氢乙酸钠)将在我国迎来大范围禁用。脱氢乙酸钠是一种较为常见的食品添加剂。从添加剂种类具体来说,脱氢乙酸钠是低毒高效的广谱性防腐剂,它能较好地抑制细菌、霉菌和酵母菌,避免霉变。

相较于苯甲酸钠、丙酸钙和山梨酸钾等一般需要在酸性环境下才能发挥最大效果的防腐剂,脱氢乙酸钠适用范围宽泛得多,PH酸碱度在4~8的范围内都比较强。

根据我国现行的《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》(GB2760 2014),脱氢乙酸钠可用于腌渍的蔬菜、面包、糕点、焙烤食品馅料及表面用挂浆、熟肉制品等共12类食品中,其最大允许使用量为0.5~1.0克/千克(以脱氢乙酸计)。

烘焙产品近年来消费量明显增多,其中的食品添加剂含量就需要重新考量。相对来说,腌渍酸菜消费量并不多,所以只是对限量进行降量调整。

有动物实验研究显示,多次大量食用脱氢乙酸钠,可能造成动物取食减少、体重下降、凝血能力下降、肝肾组织变化等问题。但不能因此证明人类少量吃这种添加剂也会导致同样危害,只是会让人们对于该物质有更严格的限量。另外,与动物实验相比,人们日常吃进去的量,还不足实验中发现的有害量十分之一,不用担心其危害性。

面包、糕点等禁止使用脱氢乙酸钠作为防腐剂之后,替代品有哪些?可以用来做防腐剂的食品添加剂非常多,目前在面包、糕点中使用比较普遍的是丙酸及其钠盐、钙盐,其水溶性好,对光和热稳定,易为人体吸收,并参与人体的正常代谢过程,无危害作用。(摘自《燕赵都市报》)

此外,对于已经存在共振隐患的建筑,也需要进行必要的“体检”。通过添加振动吸器、加强结构阻尼等方式,在保证观众观演体验的同时,最大化减少大型文体演艺活动对周边居民日常生活的影响,这也是城市管理的应有之义,也是这场“另类地震”带来的提醒。

(摘自《钱江晚报》11.22)

## 警惕“白发转黑”骗局

前不久,央视每周质量报告栏目对“白转黑”发用产品进行了报道。栏目组通过实地调查采访和检测后发现,市面上一些销量较高的“白转黑”发用产品,并不像商家所宣称的那样不含化学成分,通过光照作用促使毛囊“合成天然黑色素”,把白发自然“养黑”,而是产品中含有化学物质硝酸银,利用银离子会氧化变黑的化学特性,达到“白转黑”的效果。

根据相关毒理数

据,硝酸银存在造成眼损伤、引起呼吸道刺激等风险。在我国《危险化学品目录(2015版)》中,硝酸银被列为严重眼损伤/眼刺激类别1(危害性最大的类别),以及皮肤腐蚀/刺激类别1B。

根据《化妆品安全技术规范(2015年版)》,硝酸银的适用及(或)使用范围仅为染睫毛和眉毛的产品,最大允许浓度为4%,且必须在标签上标明产品中含有硝酸银。(摘自《中国医药报》)

## 头发油得快,如何摆脱大油头

方先生“奔四”的年纪,最近有点烦:以前他就抱怨“头发油得快,每天洗头真烦恼”,现在发现自己头油越来越多,头发越来越少。方先生这种情况,医学上称为“脂溢性脱发”,临床很常见。随后,方先生经过微针疗法、红灵酊中药外涂以及生发激光照射等“三联疗法”,油头问题得到改善,头发多了起来,现在三天洗一次头都没问题。

从日常生活做起,调整饮食结构。少吃甜的、辣的、刺激的、煎的、烤的食品,不要吸烟、喝酒、吃槟榔;可多吃水果、蔬菜和豆类,特别是黑豆、芹菜和各种粗粮杂粮,它

们都是维生素B族的“小仓库”。维生素B族能在体内变成烟氨酸,帮助平衡油脂。

保持良好的生活习惯,别熬夜,尽量早睡早起。长期熬夜,精神压力大会让内分泌失调,随之皮脂腺变得活跃,出油自然就多,规律作息能帮助我们减轻头皮出油的问题。

选择合适的洗护用品。头皮出油和头屑问题与马拉色菌有关,洗头时可挑选有控油和抑菌效果的洗护产品,如含有吡硫翁锌、酮康唑、水杨酸等成分的洗护用品。一周用一两

次即可,不要太勤,否则头皮上的好菌群也会受到影响,甚至可能进一步破坏头皮的“微生态防护墙”。

选择侧柏叶、马齿苋等中药煎水洗头,也有一定的控油效果。如果觉得麻烦,还可选用一些正规医疗机构生产的生发止痒膏等。正确洗发护发。洗头时,洗发水别直接往头上倒,先在手心搓出泡泡再抹上去,用指腹轻轻打圈,慢慢清洗头皮和头发。涂护发素时,需要注意避开头皮,涂在离发根1至2厘米的地方即可。

如果使用上述方法仍不能摆脱大油头,同时伴有头皮潮红、头屑、瘙痒、头油异味、毛囊炎及脱发等问题,需到正规医院皮肤科门诊或者脱发门诊就诊。

(摘自《长沙晚报》11.22)

运动员「跑马」途中漱口竟暗藏玄机

在观看马拉松比赛时,细心的观众可能会注意到一个有趣的现象。一些运动员在比赛中途补水时,并不直接将水咽下,而是把水含在嘴里漱一漱,然后吐出来。比赛中为什么要漱口?据天津田径队中长跑资深教练员于文仲介绍,运动员在参加马拉松比赛时,需要及时补充能量。“能量胶是一种方便携带且易于消化吸收的能量补给品,常用于运动员快速补充碳水化合物和电解质。”能量胶质地较黏稠,含糖量高,直接食用会粘在嗓子上,影响运动员呼吸和吞咽。因此,在补充能量胶后,运动员会用清水漱口,让口腔保持清爽。

“除用清水漱口外,部分运动员还会用由碳水化合物构成的特殊溶液漱口。”于文仲说。

发表在《欧洲营养学杂志》上的论文称,在长跑比赛中,运动员用含碳水化合物的甜味或苦味饮料漱口,或能提升比赛成绩。

除此之外,运动员在长跑时呼吸频率加快,大量气体交换会导致口腔干燥。漱口能够使运动员的口腔保持湿润状态,缓解干燥不适。

运动员在“跑马”过程中,除了用水漱口外,还需要及时补充水分。比赛时,运动员身体热量增加,需通过汗液蒸发来散热降温。但大量出汗会导致体液流失,引起脱水。及时饮水是防止脱水的有效手段之一。(摘自《科技日报》)

莫与小人争长短

汉朝窦婴得势,不仅因为他是汉景帝之母窦太后的堂侄,更因为他在平定七国之乱时有功。将领灌夫的升迁同样是靠军功,所以窦婴失势时,他愿意与之为亲近,而看不惯以丞相田蚡(汉武帝舅舅)为首的裙带关系发迹的小人。

为了缓和窦婴和田蚡的矛盾,灌夫拉下脸去拜访田蚡,田蚡假意答应要与灌夫一起看望窦婴。窦婴的夫人连夜打扫房舍,还准备了丰盛的菜肴,天没亮就派人在门口恭候,可直到晌午也不见田蚡的踪影。灌夫亲自去请,结果田蚡还在睡觉,又在去窦府的路上故意磨蹭,惹得灌夫满肚子气。

次年田蚡娶妻,窦婴觉得这是和解的机会,就强拉灌夫去道贺。田蚡敬酒时,众人离席伏地回礼;而窦婴敬酒时,大多数人仅稍稍欠身,态度简慢。灌夫极为不满,强行向田蚡敬酒,田蚡不受,灌夫就要起酒疯,指桑骂槐地让田蚡难堪。田蚡命人扣押了灌夫,弹劾他骂座不敬。汉武帝本不想杀灌夫,但经不起太后绝食相逼,只好让御史审理此案。在田蚡的授意下,灌夫被灭族,窦婴被斩首。田蚡因做亏心事而得了病,经常产生灌夫、窦婴之魂向其索命的幻觉,不久也死了。

(摘自《百家讲坛》)



典藏故事

陶易/文)