



## 《三十年前的一次长跑比赛》

9

### 您是凤凰展翅

我们连载的2012年诺贝尔文学奖获得者莫言的这部小说,是莫言先生的一部中篇。本书围绕着一位民间体育奇人,生动地描绘了乡村体育比赛场景,通过体育这一独特视角,揭示了物质贫乏年代人们生命强力,追寻了中国刚健有为的思想文化传统。作品喜剧化的表达方式,使民间体育展示了神奇的魅力,表达了这样的主旨:体育是人们对抗苦难的生命之歌。

冠军已经是汪高潮了,但他还不罢休,他让人把横竿升到了一米九,跟操场边上的小杨树一般高了。他要在我们的沙坑里创造全省纪录了。我们都不错眼珠地盯着他。

他这次也认了真,退回去十几米,一个劲地活动腿和腰,然后他就像小旋风似的朝横竿刮过去。

他还是用俯卧式,像一只大壁虎似的,他把横竿超越了。他的身体将横竿碰了,但我们的横竿是放在钉子上的,轻易碰不下来,跳高架子晃了几下,没倒,横竿也没掉下来,就算过了。

一米九,跟操场边上的小杨树一般高!大家欢呼、跳跃,真心感到高兴。喊得最响、跳得最高的是朱老师,他这人一点都不忌妒。他上去就抓住了汪高潮的手,激动地说:“祝贺你,祝贺你!你创造了奇迹!”

汪高潮有点不好意思,说,其实我碰了竿,不算数的。朱老师说:“算算算,当然算,我们这几条件这样差,地面不平,器材也不合格,碰不下竿来就应该算数。”

汪高潮说,您跳得也相当不错,您的姿势很有意思。朱老师说:“您太客气了,汪同志,我们是土压五,您是勃朗宁,根本就不能相提并论。这么说吧,我们是老母鸡打滚,您是凤

凰展翅,能跟您同场比赛,是我们这些人的福气。”

运动会结束后,老师让我们写作文,我就写了那篇《记一次跳高比赛》,我在作文中,主要写了汪高潮,写汪高潮在农村的沙坑里打破了省纪录,对朱老师一个字也没提。现在回想起来,觉得很对不起他。

在上级领导的亲切关怀下,在农场右派、教职员工、贫下中农的共同努力下,我们的运动场扩建了,运动场旁边的观礼台也修好了,各种运动器材也买了回来。跳高不用往沙坑里跳了,可以跌在蒙着绿篷布的弹簧垫子上了。

乒乓球台也不再是露天的水泥台子而是安放在室内的木头台子了。台子是用大兴安岭的红松木制作的,上边涂着墨绿色的漆,中间还画了一条白漆线,周围还用白漆画上了白边,界限分明,绿漆和白漆都闪闪发光。

网子是用尼龙线编织,墨绿的丝网,上边是一道白边,两边用螺丝固定在台子上。

我们小王老师说,庄则栋和徐寅生等人打球也是用的这种牌子的球台,这就说明我们一下子就达到了国际先进水平。

因为中国的乒乓球运动是世界上

水平最高的,所以中国的乒乓球运动器材也就是世界上最好的。我们的比赛用球是“红双喜”,当时卖两毛四分钱一个,在我们心目中贵得要命。小王老师说国际比赛用的也是“红双喜”,这又说明我们的运动会在某些方面达到了国际先进水平。

朱老师打乒乓球的事不能不提。他是一个不折不扣的怪球手,我们学校的老师没有一个人能打过他。县里的冠军到我们学校打表演赛,当然没有人是他的对手(校长不让朱老师上场)。

冠军牛气十足,一会儿嫌我们学校的水咸,一会儿嫌我们学校的饭粗,最后还嫌我们学校的厕所有臭气。

气得我们校长这样的大好人都嘟哝:“啥呀,难道县里的厕所就没有臭气了吗?”

其实我们学校的厕所是个古典厕所,垒墙的砖头都是明朝的,厕所里那棵大杏树是民国时期种的,虽然算不上古树,但那颗杏核却是范二先生从曲阜孔林里那棵孔夫子亲手种植的老杏树下拣了一颗熟透了的大杏子里剥出来的。

明天请看:这事就当我不知道



## 《偏方治小病》

6

### 一杯桑枝酒,治好肩周炎

生活中,我常常被一些小病困扰。去医院,太贵太麻烦;扛过去,太难受太危险。医学专家刘永芬公开奉献最有效、最安全、最简单的常见病老偏方,内容涉及外科偏方、内科偏方、健康生活偏方、女人病偏方、OL常见病偏方、男人病偏方、老人常见病偏方、儿童常见病偏方、女人爱己偏方等,教你更好地爱护自己、爱护家人。

人面部的血管非常多,如果遇到小血管破裂引发出血不止的情况,就可在就诊前用干净的纱布或毛巾用力压住伤口,起到止血的作用。

#### 一杯桑枝酒,治好肩周炎

症状:肩周炎

经典老偏方:1.桑枝酒;2.姜芋泥

肩周炎是一种女性多于男性、老年多于青年的病症。中医学中,本病称为“漏肩风”“肩凝”等,属痹证范畴。多因年老体虚,风寒湿邪乘虚而入,致经脉痹阻;或跌仆损伤,淤血留内,气血不行,经筋作用失常而导致本病。

肩周炎是一种慢性病,常常让人痛苦不堪,那么,有什么好的偏方能治好肩周炎呢?下面给大家介绍两个偏方。

#### 偏方一,桑枝酒

中医认为,肩周炎多属于风寒湿痹,可以用药酒来防治,桑枝、桂枝泡白酒治肩周炎的效果很是神奇。具体的方法就是取桑枝、桂枝各15克,将其切成小段,然后泡在500毫升的优质白酒中(38度即可),再将其密封后置于阴凉处,每日摇晃3~5遍。7日后,泡好的桑枝酒即可饮用。饮用的方法是每次取泡好的药酒10~15毫升佐餐饮用,每日1~2次。

为什么桑枝酒有治疗肩周炎的功效呢?是因为此药酒中的桑枝性味苦、平,有祛风湿、利关节、行水气等功效。

桂枝性味辛、甘、温,可温经通脉、助阳化气、散寒止痛。桂枝中所含的桂皮醛、桂皮酸钠等有效成分,可以扩张血管、提高痛阈、抗菌、抗病毒。白酒具有温经散寒、通络活血的功效,而且是一味药引,用白酒泡桑枝、桂枝,可以增强它们的功效,引药性直达病所,所以对肩周炎疗效甚好。

#### 偏方二,姜芋泥

除了上面说的桑枝酒,还有一个效果也很好的治疗肩周炎的偏方。肩周炎发作时,可外敷姜芋泥来缓解病痛。生姜中的辛辣成分可使肩周血管扩张充血,改善肩关节血氧供应,还可松弛肩周肌肉,减轻肩周肌紧张;芋头中的有效成分可缓解肩关节的红肿热痛,有利于炎症消退。这样做不仅可治肩周炎,还能预防。

具体的方法是将芋头100克去皮、捣成泥状,姜50克洗净捣烂榨汁,姜汁放入芋头泥中,再加少许面粉(可减少生姜及芋头对皮肤的刺激性),搅拌均匀成糊状,摊在干净纱布上敷于患处,并用保鲜膜覆盖固定即可。每天2次,一般3~5天见效,若出现皮肤发痒则应停用。皮肤敏感者可在患处涂一层油再敷。

对于肩周炎这类慢性病,一定要坚持才能打败它,另外,平时也要适当做些体育运动,增强体质,提高免疫力。身体好了,疾病自然就跑了。

#### 自制粗盐包,赶走老寒腿

症状:老寒腿

经典老偏方:1.粗盐包;2.花椒水

“老寒腿”是大众对膝关节炎的俗称,属于中医痹证范畴。

明天请看:透骨草醋汁,专治足跟痛



## 《重生手记》

8

### 它竟“没有长大”

本书的作者凌志军,现为人民日报社高级编辑、资深记者,也是畅销书作家。凌志军先生的这本书,读来惊心动魄。他以自己死里逃生的人生劫难,为所有人提供了极为宝贵的生命体验。通过这本书,你不但能得到关于疾病与痛楚的翔实资料,更能够从苦海沧桑、挣扎奋斗中,看到人的精神力量与英勇不屈,看到危难中的清醒与智慧,看到骨肉情谊与赤诚爱情,是如何汇集起来共同创造了奇迹。

现在到了我生病以来的最艰难的时刻,也是最难过的关口:我们必须决定,要不要走上医生给我们指明的路。

我呢?我该怎么办?要不要让医生锯开我的脑袋?这真是我迄今为止的生命中最困难的决定。我们似乎别无选择。我们没有理由拒绝医生提出的治疗方案,周围的朋友也一再催我们当机立断。医生还在督促,说是“不要耽误最佳的治疗时机”。所谓“最佳治疗时机”,就是不能再等那肿瘤滋长哪怕一分一毫。

可是我们仍然不能完全相信医生的预见。因为我们意外地发现,脑瘤没有像医生预言的那样迅速长大!

最新的“核磁共振”检验报告上面写着,我的颅内肿物“约2.2厘米×1.9厘米”,而前一次检查的结果是“2.5厘米×2.3厘米”。

两次检查间隔17天,从“2.5”到“2.2”,这变化相当细微,我却近乎偏执地相信它意义重大。我对自己说,也许我的死期没有那样迫在眉睫,我的

病情也并非没有转圜之机。

“能不能证明它正在缩小?”我拖着那一沓胶片小心地问医生。

“不能!”医生的回答很干脆,看着我的眼神里明显露出这是一个外行人的问题。他们从专业的角度来看,认为这种变化不能说明什么问题,至少不具有任何医学意义。他们解释说,核磁共振仪器是依据断层扫描的规则工作,每一断层间隔为0.5毫米。每一次扫描不可能在绝对相同的断层上。由于病灶本身是个不规则的球状体,所以不同的断面完全可能让影像直径出现几毫米的差别。

医生把这种现象解释为仪器的技术误差。这在科学上来说无懈可击,也让我又开始怀疑自己是否讳疾忌医。

就在这左右两难的纠结中,我朦朦胧胧地感到其中有些东西被忽视了。

“但是,”我顽固地寻找着问题的焦点,“能不能证明它在过去两周没有长大?”

“应该是没有长大!”医生这次回答得也很痛快。

我眩晕的大脑忽然更快地旋转起来,里面浮现出一个外行人的逻辑:如果医生的预言不差——颅内肿瘤属于恶性并将迅速长大,不可逆转,三个月内威胁脑干神经,导致死亡,那么,17天之后的这次跟踪检查应当显示它更大了呀!

可现在,它竟“没有长大”!

既然它“没有长大”,那么,根据同样的逻辑,也就有可能不是恶性肿瘤了?!

我知道这不足以成为推翻医生诊断的根据,但我竟看到了希望。或者说,它给了我一点幻想,就像漆黑夜空中隐约闪烁的一颗星辰。

然而还有更重要的。我自己的身体正在发出微弱但却清晰的信号。与两周前相比,目前我的种种不适——头疼、眩晕、视觉模糊、眼球震颤、重影、畏光、失去平衡,总之,所有与颅内病变相关的症状,并没有更严重。这与最新一次检查结果互相吻合。

明天请看:西医治好还是中医好

