

有爱大声说出来 生活帮您来记录

来稿请至: yb@dzwww.com 来电请至: 96709

王煜:
7月12日是你的11岁生日, 祝品学兼优、舞姿婀娜的你健康快乐每一天!
舅舅、舅妈、妹妹

亲爱的老公:
今天是我们结婚二十周年纪念, 愿你天天幸福快乐, 愿我们相亲、相爱牵手一生。
老婆王琪

亲爱的郝佳女儿:
十八岁的生日寄语, 阳光带来了希望, 把未来点亮, 十八岁的灵动, 花一样的季节, 谱写着梦幻的篇章。愿女儿真诚、善良、自信、坚强, 祝愿我们的女儿, 生日快乐!
永远爱你的爸爸妈妈

老赵:
你是我们家的大树, 为我们遮蔽风风雨雨; 你是我们家的太阳, 为我们的生活带来光明。
今天又是你的生日, 我和儿子借生活传情送祝福, 愿你拥有365个美丽的日子, 衷心祝福你, 生日快乐!
爱你的全家

亲爱的牛牛:
今天是你的一周岁生日, 祝你生日快乐, 茁壮成长, 开开心心每一天!
姥爷、姥姥

伟华宝贝:
今天是你十一岁的生日。每年你的生日总因为暑假不能和同学一起过, 你总是感到有些遗憾! 爸爸妈妈想要告诉你, 珍惜好生命中的每一天, 那么每天都是属于你的“生日”。爸爸妈妈希望你九月的新学年里健康茁壮地成长, 学业上有新的突破!
爸爸妈妈

亲爱的杨新:
7月12日是你的生日, 在这茫茫人海中, 我们相识是缘, 相爱是分, 我们共同走过十年。在这十年中, 你没少为我、为儿子操心, 在这里我与儿子衷心祝你生日快乐, 在新的一年里, 心想事成, 越来越年轻, 万事如意。
爱你的老公和儿子

你对亲朋的真情、对师长的深情、对同事的友情……请大声说出来吧——“生活传情”将免费为你搭建一个平台, 成为你送给挚爱亲朋的永恒纪念。

话不在长, 有情就行; 事不在大, 有心就好。来稿请提前两天并一定注明传情日期, 字数不限。来稿请至: yb@dzwww.com; 来电请至: 96709。



○6月28日A8版《5. 填埋垃圾的余热一: 沼气发电》第三段第五行和第七行中的“四方电站”应为“十方电站”。

○6月29日A11版《再有一年垃圾填埋场就满了》其[前景]篇倒数第五行“项目将于2011年春节前建成投产”而在《垃圾焚烧发电厂有污染吗》第三行则成了“于2011年国庆节前投产”, 同一项目, 出现了两个投产时间, “春节”还是“国庆节”?

○6月30日A14版《黄绿色的皮肤上全是小疙瘩 身后还拖着一条四十多厘米长的尾巴》最后一段第一行“绿鬣蜥原产地中南美洲墨西哥至巴拉圭等国”, 此处的“位”应为“为”。

○6月30日A14版《黄绿色的皮肤上全是小疙瘩 身后还拖着一条四十多厘米长的尾巴》, 第一段说“6月28日, 有一只奇怪的动物闯进了华山镇洪家园村。夜色渐浓, 我们的这位主人公竟然掉进了农户家中的茅坑里, 狼狽不堪”, 第二段却说“2009年6月28日晚上10点多, 村民杨怀亮来到家中的茅厕里方便时, 突然见到了这位不速之客”, 究竟是2009年还是2010年? 第五段说“29日上午, 记者来到杨怀亮家中时, ……”第六段说“随后, 记者将这伙伙的照片传给动物园的专家。28日下午, 看过照片的专家说, 这种动物应该是绿鬣蜥”, 29日上午记者才拍照, 28日下午事件还没发生呢, 专家怎么能看到照片? 由于时间交代不清楚, 读者看后一头雾水。

本报谨就以上差错向读者致歉。同时, 也向为本报指出错误的热心读者周广清、陶玉山、陈立新、徐建军、刘学英表示衷心感谢。

任雨琪从未有偷看别人电话、翻看别人日记的习惯, 可今天, 她感觉这个电话如此执著, 担心有什么要紧的事情, 犹豫了一下, 然后从手机里拿出了手机。手机还在响着, 液晶屏幕上显示着“小云”两个字。

“小云? 小云是谁?”任雨琪顿时敏感起来。

还没等任雨琪说话, 电话里即刻传出一名女子嘶嘶力竭的声音: “董可山, 我知道你躲着不想见我, 你的目的达到了, 骗我流了产, 就想把我甩了, 我可告诉你, 没门……”

这句话不亚于一声炸雷, 任雨琪感觉脑袋“嗡”的一声, 一下涨了好几倍, 嗓子像塞了一块棉花团, 噎得喘不过气来。几分钟后, 任雨琪一下子明白过来, 大声地问: “你是谁?”

对方也显然很吃惊, 一时没了言语。过了一会, 对方反问道: “你是谁? 董可山呢?”

“我是谁? 你说我是谁? 我是董可山的老婆, 你是谁?”任雨琪厉声说道。

“我……我也是董可山的老婆!”对方针锋相对。

“你, 你不要脸!”任雨琪再也经受不住这份突如其来的打击, 将手机一下子扔在茶几上。手机像个淘气的孩子, 在茶几上翻了几个跟头, 差点掉到了地上。

任雨琪感觉自己的骨髓仿佛被抽空了一样, 浑身软绵无力, 也一下子瘫倒在沙发上, 捂着脸伤心地哭了。

这一切, 董可山还蒙在鼓里。他乐呵呵洗完澡, 嘴里哼着小调, 穿着背心、裤头, 头上还带着湿漉漉的水气, 从洗手间出来。

看到任雨琪在沙发上哭, 董可山还不知道眼前发生了什么, 韭菜叶似的小眼睛狡黠地眨了一下, 问: “怎么了, 雨琪?”

“怎么了? 你还有脸问。我问你, 小云是谁?”任雨琪擦了一把眼泪。

“小云?”听到“小云”两个字, 董可山的心里“咯噔”一下, 一眼看到了茶几上的手机, 明白了八九



在一次同学聚会上, 陆海波看到了自己在高中时代暗恋过的女同学任雨琪。岁月在每个人身上都或多或少留下了痕迹, 但曾经深藏心灵深处的情感却历久弥香。面对生活中的各种诱惑, 少年时的那份纯真情怀在物质与美色面前却是如此不堪一击……

分。但他仍假装不知, 试探地问: “小云? 小云是谁, 我根本不认识这个人。”

“董可山, 你别装了, 要想人不知, 除非己莫为, 你自己做的事自己还不知道?”

“老婆, 你说说我越糊涂, 我以前是做对对不起你的事, 可杀人不过头点地, 我早就改邪归正了, 什么小云、小云, 我真不明白你在说什么?”董可山翻着白眼说。

任雨琪见董可山还在狡辩, 气得有些说不出话来, 她把心头的怒火使劲往下压了压, 一字一句地说: “董可山, 我看你是不见棺材不落泪, 那我就让你听个明白。刚才有个叫小云的打来电话, 说你躲着不想见她, 说你骗她流了产, 这些你怎么解释?”

“这个贱货! 这个婊子! 你打什么电话?”董可山终于知道了任雨琪发火的原因, 心里狠狠地骂着田云, 嘴巴张了张, 想说话没说出来。

明天请看: 你当我是白痴啊

她这一瞎猜, 弄得全家人心惶惶的。她爱人赶忙联系大医院, 准备给她做进一步检查。我听说这事以后也吓了一跳, 建议她爱人先向那个老中医求证。

老中医一听, 哈哈大笑说: “哪是什么胃癌呀, 就是最常见的脾胃虚而已。我在这都没给她开药, 让她多喝点粥, 饮食规律点就能调养过来。”

末了, 他还意味深长地加了一句: “疑心生百病啊。”

知道自己真的没事, 她这才舒了一口气。跟我说: “都是医生那句话惹的祸, 没病就没病吧, 说什么不好, 非得说‘想吃点什么就吃点什么’, 害我虚惊一场。”

我简直哭笑不得: “你还赖人家, 在中医来讲, 调养脾胃就是要通过吃点什么吃的东西来补, 因为‘胃以喜为补’。”

中医认为, 五味对五脏, 即苦入心、辣入肺、酸入肝、咸入肾、甜入脾。您近期特想吃哪种味道, 就能反映出内脏的虚实来。比方说您最近特想吃酸的东西, 像话梅、山楂、酸梅

汤这一类的东西, 就可能是因为您肝火太旺。酸味能入肝, 有收敛的效果。

您如果肾虚了, 元气不足, 干什么都没劲。咸入肾, 这时您就会本能地想吃点咸的东西来调动肾气。

“原来是这样。我最近就特爱吃甜的东西, 总担心发胖, 又控制不住, 原来是脾想吃了, 那我就多买点糖去。”

我赶忙拦住她: “甘甜的味道是可以补脾, 但一定要适度, 否则过犹不及。吃太多糖, 糖分超过脾胃的吸收范围就会化成湿浊, 引起内分泌紊乱。”

这下她又没了主意, “那我怎么知道该吃多少才正好呢?”

“别着急呀, 这里面学问大着呢。除了五味入五脏, 五色也入五脏, 红入心、青入肝、白入肺、黑入肾、黄入脾。黄色的东西可以养脾, 像你脾虚就可以多吃一些黄色食物。我教你个‘黄金粥’来养脾健胃。”

“黄金粥”就是用小米、玉米、南瓜、大枣来煮粥。小米是适合老人、病人、产妇的滋补品, 可见它最补虚。玉米调和脾胃, 南瓜补中益气, 大枣补血养气、调和五脏。这几样除了大枣, 其余都是黄色, 各有补益的特点, 而且都针对脾胃, 做成粥食又是脾胃最喜欢的方式。没有一样是药, 但配合到一起就是最好的脾胃滋补品。当年我妈妈身体瘦弱, 脾胃不和, 我奶奶就是用这个“黄金粥”帮她调养过来的。

同事坚持喝了一个月。有一天早上, 她老公说她最近脸色红润多了。她一照镜子才发现, 气色真的好起来了, 这才想起来, 近几天胃口变好了, 中午也没再犯困。她惊喜地给我打电话, 说食物会比吃药都好使, 还问我是不是可以一直吃下去。

明天请看: “黄金粥”补养脾胃



为什么有的人一敲经络, 一用食疗就见效, 您却不见身体好转?

为什么有的人一用书中的方法, 身体立马就见效, 您用了不仅不见好, 身体反而差了?

在这本书中, 您能找到最佳的答案!