

“看不惯”杂议

曹建民

一日与某友闲聊，谈及当前人们的衣着打扮时，友人责之“奇装异服”。问其有何标准，答曰：“让人看不惯。”

我由此想到了鲁迅先生笔下的阿Q，此君就有“看不惯”的毛病。比如，谁剪掉长辫子，他便大骂“洋鬼子”；他想“娶媳妇”，可嫌人家脚大，至死都是光棍一条……为何？阿Q“看不惯”。倘若他出现在今天，那一定会气得扭着自己的脖子不可，如今哪里还寻得着他看惯了的“长辫子”、“小金莲”呢？

诚然，把友人与阿Q相提并论，似有不恭。可我总觉得友人与阿Q的“看不惯”时代虽异，却有一些相通之处。通在哪里？守旧便是。

其实衣着服饰，本无固定的标准。如今服饰的绚丽多彩，是社会进步的反映。它恰如生活中的一面镜子，反映着社会的物质与精神文明。原始人兽皮树叶裹

体，在现代人中也是看不惯的。那是社会还没有发展到“全毛”、“涤纶”的时代。再说，“吃饭穿衣量家当”，现在人们手头有钱了，讲吃讲穿，穿的时兴漂亮一些，也兆示着民富国强。如果提倡“新三年，旧三年，缝缝补补又三年”，又谈何消费、发展、进步？

当前，全国经济出现了腾飞，城乡一派生机，人们对衣着打扮日渐讲究，这是件大好事，理应拍手称快才是。如果这也“看不惯”，那也“看不惯”，动辄斥之为“奇装异服”的话，那只有闭着眼睛生活了。

如何才能看得惯？答曰：看，不仅要用眼，更要用心。看广些，看深些，看远些。

奉劝“看不惯”者，从守旧中走出来罢。



木耳真假识别

我国是黑木耳的故乡。

木耳不仅由于佐菜烩汤香甜鲜嫩，堪称餐桌上的佳肴珍品；而且含有较高的碳水化合物、蛋白质、脂肪、纤维素以及铁、钙、磷和多种维生素，对人体有润肺生津、滋阴补胃、益气活血、补脑强身的功效。鉴别木耳优劣的方法主要有：

看 质量好的木耳大而薄，朵面乌黑光润，朵背略呈灰色；掺假的木耳朵厚，朵片往往粘在一起。

摸 质量好的木耳手摸干燥，分量轻；掺假的木耳手摸有潮湿感，分量较重。

尝 质量好的木耳，嘴尝清香无怪味，掺假的木耳，嘴尝若带咸味，说明被盐水泡过；如有甜味，则说明木耳用糖稀拌过；如有涩味，说明木耳被明矾水泡过。这些掺假的木耳，份量有的较正常木耳重一倍以上，质量也较差。

(吴正祥 辑)

镇静的艺术

镇静是人类关系中的理智、深沉和责任心。

镇静是宽宏大度，愿意听别人讲述，也愿意自己诉说。镇静是性。它保持镇定的情绪，不因琐事而光火；它避免莽撞和冲动的决定。

镇静使我们失误的时候敢于正视错误，并有承担责任的勇气和谦

让。镇静是智慧。

镇静是洞察力。镇静是远见卓识的眼光。它热望为公众的权益而放弃自己的私利。

镇静是人类灵魂和思想的火花，是挚诚和热情的扩展，用理解和爱的纽带把人们联系在一起。

镇静是人类潜在的伟力。

(哲 思编译)

“馄饨”小考

馄饨，又名“馄饨”，是用很薄的面片包馅而成，形如耳朵。广东叫云吞，四川叫抄手，是人们喜欢吃的一种经济食品。它最早起源于汉朝。据汉代杨雄《方言》记载：“饼谓之饨，……或谓之馄。”说明当时已经

有了一种类似我们现在馄饨的食品。《齐民要术》中记有“水引馄饨法”，这无异就是我们今天吃的这种馄饨了。馄饨之所以得名，据《资暇录》讲是“以其浑沌之形”的缘故。

(魏克勇)



猪身上有三样东西不能吃

猪身上有三样东西不能吃。甲状腺：位于喉头附近的气管下部，呈深红棕色，俗称“栗子肉”。肾上腺：位于猪腰两侧各一只呈红棕色，俗称“小腰子”。病变淋巴结：正常颜色为灰白色或淡黄色，如充血、出血、肿胀、炎症等；说明已成病变组织。这三种东西含有激素或微生物，误食后发生急性中毒，危害很大，应予切除、丢弃。(山人)

不妨一试

△蒸鸡蛋时，蛋中加上少许开水搅拌，这样不论蒸多久，蒸熟的蛋不会产生老化现象，食之鲜嫩可口。

△生肉用浸过醋的湿布包起来，一昼夜可保持新鲜不变质。

△炖牛肉或老母鸡时，放几粒风仙花籽或三、四只山楂，可加快熟烂速度。

△海带煮得越久，越会发硬。只要在锅里放几滴食醋，就可使海带一煮就软，食之鲜嫩可口。

△将有裂缝的鸡蛋放在刚沸的盐水里煮，则蛋白、蛋黄不会流出来。(孔学 荐)

漫话“行如风”

董天恩

耗热量每分钟约达4卡路里，因此是有益于青春健美的。近几年的研究证明，慢吞吞地迈大步，一步一摆地走，不仅无益，而且对神经系统的反应和适应能力方面，还有一些小小的损害。

快行时不要把双手插在衣兜或袖口里，这样会妨碍身体平衡，减慢行走速度。正确的快走姿势是身体略向前倾斜，双臂自然下垂，协调地前后摆动于

身体两侧，全身重量着力于脚掌前部。步态要均匀、沉稳而有节律，落地重力要一致。要显得精神抖擞，自己感觉欢畅、带劲，别人看着觉得是矫健、轻松，充满青春活力。

我国著名的妇产科专家林巧稚大夫，由于从年轻时起就坚持快步行走，几十年如一日，在她年过六旬时，仍能“健步如飞”。为工作、为生活、为身体，青年人请把你的脚步加快一些吧。

(请作者函告地址)

迪斯科舞病

夜幕降临，华灯初放。紧张工作了一天的青年们，带上自己的舞伴，走进舞厅，伴随着电子琴的乐曲，翩翩起舞。此刻，人们的精神上有一种异常的轻松和满意，跳舞的确有利于消除工作带来的疲劳。

但是，由于迪斯科舞的流行，在狂欢的青少年中，

已出现了多例的迪斯科舞病。据英国医师联合会的调查证明，迪斯科舞的音乐节奏感急速，跳这种舞时必须随节拍快速伸缩和扭动脖子，因而容易拉裂脊髓神经组织，导致下肢和胳膊的动作迟钝甚至失去知觉。另外，由于筋部动

日本人选择服装的标准

在日本读卖新闻社最近进行的社会调查中，当问到“以什么标准选购新衣”时，有大约百分之三十九的男女回答是：先看服装的设计，其后是花色。首先考虑价格的人占百分之三十。关心服装面料和做工的人占百分之二十。

追求“名牌产品”的人很少，有百分之七十四的人都说不计较是哪里生产的产品。对于“流行式样”的态度，只有百分之三的人盲目追求，一见就买。多数人并不在乎“流行式样”是什么，而只是看是否适合自己穿。既不盲目名牌所诱惑，又不紧赶时髦，完全根据个人的“个性主张”来决定。

在选购衣物上日本人现在表现的异常冷静。(山人)

脉的扭动频繁，也容易造成脑部缺血。如果，“啪啪”地捻动手指伴舞，还容易导致指关节炎。(张益民)



设计

董凤山

拔胡须害处多

童庆武

笔者最近接待了几位青年工人，因用手拔胡须引起毛囊炎要求治疗。其中有的上嘴唇和下颌红肿得很厉害，

连开口说话都很困难。人到一定的年龄长胡须本是正常的生理现象。特别是在青春发育期，由于内分泌旺盛，

在两腮和上下嘴唇周围均胡须密集。按说胡子长了，影响美观和卫生，可用刮胡刀或请理发师刮掉。但有的人却相反，随便动手乱拔。先是两根三根，继而拔

光。久之养成了拔胡子的不良习惯，稍有空隙就拔起来。君不知，每一根胡子均深深扎根于皮下的毛囊之中，拔一根就使毛囊细胞受到一次破坏，拔得越多破坏就越大，结果导致毛囊炎、水肿出血、感染化脓。不仅没有起到禁止胡子不再生长的作用，反而在炎症消失后，留下了不可弥补的伤痕，更加影响美观。劝君引以为戒，不要动手拔胡子。



铜川市东风建材厂工会干部周昆宁，三十多年来利用业余时间收藏、研究古代货币。最近，他将收藏的一千多种古钱币捐献给国家。这是他在为《钱币之友》撰稿。王雪峰摄



香 (木刻) 徐凯