他在离婚协议书上歪歪扭扭地写上了自己的名字。

“这下，你如愿以偿了吧！”他有些生气又有些可怜的样子说。

一股复杂的感情涌向我的心头。离婚，是我十几年来盼望的事情，离了婚，我应该感到高兴。不知怎么搞的，此时此刻，却有一种酸楚楚的感觉。

我两眼无神地望着他，不知该说什么好。

他喃喃地说：“冰箱、彩电你留下。”

我感到有些惊奇，离婚协议书上写得清清楚楚的，冰箱、彩电归他，孩子归我，他怎么……

我疑惑不解地望着他。

他两眼湿润地说：“一个离过婚的女人，带着一个孩子，也真不容易。”停了一会，他嗓子有些哽咽地说：“一个男人，到哪都能凑合。”

我的鼻子有些发酸，嗓子也好象被什么东西堵住了，想说话却说不出来。

一瞬间，仿佛一切都变了，他在我的心目中变得好起来了。奇怪，为什么过去从来没有这种感觉，哪怕只是短暂的一瞬间。呵！人的感情真是琢磨不透。

他有些痛苦地说：“我走了，你多保重”。

望着他的背影，我有些后悔，泪水从我的眼眶中顺着脸颊滚了下来。

酸性食物不宜过量

有人以为自己常常感觉疲倦，是因为睡眠时间不足、用脑过度和体力劳动造成的。殊不知许多时候，它是偏食酸性食物带来的后果。

酸性食物不是指一般的“酸味”食物，而是指含有磷、硫、氯等元素、会在体内形成酸性的食物。

人体在正常状态下，血液为弱碱性。血液中不论酸性过多还是碱性过多，都会引起身体不适。人们每天都在大量食用酸性食品，每天所吃的主食米和面就属酸性食物。副食中的肉类、鱼类、贝类、虾、鸡蛋、花生、紫菜，还有啤酒、白糖都属酸性食物。血液酸性化称为“酸性体质”，酸性体质的人常有一种特殊的疲倦感，开始时有慢性症状，诸如手脚发凉、容易感冒、皮肤脆弱、伤口不易愈合等。酸性体质严重时会直接影响脑和神经功能，从而引起记忆力减退、思维能力下降、神经衰弱等症状。

人们每天都不可避免地大量食用酸性食物，这并不可怕，问题在于如何吃一定量的碱性食物去中和酸性，以使我们的头脑保持清醒和活跃。

哪些食物属于碱性呢？我们日常食用的蔬菜、水果、豆类、海藻类、茶、咖啡、牛奶都属于碱性食品。

值得强调的是随着生活水平的普遍提高，许多人认为每天大鱼大肉最有益于身体，殊不知因此形成了酸性体质，反倒使大脑疲倦、记忆力下降。

多食桔子得怪病

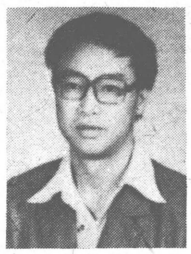
张宝成

桔子吃得太多会得一种怪病，周身皮肤呈橙黄色，尤以手掌脚掌更明显，这种病称皮肤橙黄病，一些过多进食胡萝卜、番茄、菠菜、南瓜或玉米的人，也有可能发生此病。这是由于这些果蔬中含有的胡萝卜素（叶红质）进入血液，而肝脏又不能把多余的胡萝卜素转化为维A，皮肤内的胡萝卜素含量明显增多所致。

一旦发病应多饮水，以增加排尿，一般数天便可自行消退，如经久不退或有其它不适，应上医院诊疗。

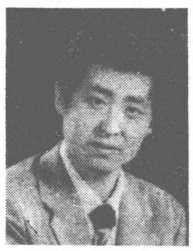
“鱼屋”的乐趣

户县中医医院　徐广民



五年前，省医院一位同学送我四条小金鱼，为了不辜负她的好意，我特地买了一个玻璃鱼盆，还买了几本养金鱼的小册子。可不知为什么，不到两个月，这些鱼先后都死了。一次，送鱼的同学问我鱼长得咋样，我谎说很好，私下里赶紧到街上去买了四条和同学所送相似的金鱼，放到鱼盆里，准备她来了有个交待。同学没有来，但我养鱼爱好却由此引发了。每当工作之余，看到鱼缸里那些缓缓游梭的金鱼，圆圆的腮和嘴一鼓一吞，好一幅恬淡悠闲，自由自在的样子，心里就涌上一种奇妙的轻松慰悦之感。大前年春节，一尾鱼竟在水草上摆起子来，我忙不迭地翻资料，向金鱼场的师傅请教，煮鸡蛋黄，捞鱼虫，换水，手脚不停。那些小鱼苗儿终于象鱼妈妈一样穿梭遨游起来，我心里甭提有多高兴！同学见我如此痴迷，旋又送我一条叫“美洲虎”的鱼，谁想放入缸内只一夜工夫竟把几条金鱼的尾巴咬得支离破碎。我赶紧把它单独喂养，奇怪，这鱼不吃鱼食，却专捕落入水面活着的小虫子，真是老虎一样的生性！现在，我的书房里成了鱼的天地，摆满了大大小小形状各异的鱼缸，朋友们戏谑地称之为“鱼屋”，这“鱼屋”给我的生活增添了无限的乐趣。

更　正



编辑同志：

看了贵报8月11日第三版《我的业余生活》栏目《收藏古币》一文，您们略删去一些，显得效果更好些，我向您们表示感谢。

但还有二点美中不足，希望能够更正：

其一：我原寄稿时没有寄照片，而我的文章上角却挂了别人照片。

其二：我的名子“林”字应为“琳”。

宝鸡电力设备厂　刘绪琳

祸起须臾之不忍

成国银

时常从法制报以及其它报刊上看到，有的青年因争舞伴互不忍让，拔刀搏击，流血负伤，双双锒铛入狱；有的青年因失恋不能制怒而失智，将女友及其母亲戕害，而自取灭亡；有的小俩口因家庭琐事发生口角，欲争雌雄，斗气好胜，砸烂高档家具，等等。

这类悲剧，在我们日常生活中屡见不鲜。有的人，一遇丁点鸡毛蒜皮的小事，也会象公鸡斗架一般，互不忍让，鲁莽行事，酿成恶果。

古人常用“莫大之祸，起于须臾之不忍”，“少不忍，致大灾”，“忍得一时之气，免生百日之忧”，“制怒”，“慎思”等作座右铭，颇值我们借鉴。

我们人与人之间，应大事莫糊涂，坚持原则，但小事也不能过于计较。生活中，彼此之间的矛盾和冲突是不可避免的，如果我们都能做到无理不取闹，有理让三分，那么许多悲剧就不会发生了。

玉米主食花样

周易山

一、蔬菜发糕　和面时用约七份玉米面、三份白面，加适量的快速发酵粉和蔬菜丝。可以用大白菜、大头菜、胡萝卜、大萝卜等，可换着样用。先把菜切成丝，撒些细盐，略腌片刻，掺入面粉中。把和好的面做成圆饼形放蒸锅中蒸熟。

二、玉米软饼　玉米面用鸡蛋液与水调成稀糊，可根据爱好酌量加糖或盐在糊内。饼铛（平底锅也可）烧热，放些素油，油热后用羹匙取玉米糊一匙倒在铛中，可同时做五六个，盖上铛盖。烙好一面，翻身烙另一面。

三、二面面条　白面及玉米面各半，加水和匀，要稍硬些。切成面条，用白水煮熟后浇上各种卤汁或放进鲜汤中食用。

四、金银卷　白面加发酵粉用水和好后擀成一张大片。先撒些细盐，再抹一薄层油。然后把用水和好的玉米面铺在白面上，把金银面卷成筒状，用刀切成数段，入蒸锅中蒸熟。

蚂蚁与蚜虫

聂周勇

我在房前栽了点辣椒苗，绿油油、活脱脱的。正当我欢心时，它却遭到了蚜虫的严重侵害。于是，我便想起了蚜虫的天敌——七星瓢虫。我下功夫捉了几只，放进地里，想来个「以虫治虫」。

谁料，瓢虫还没能接近蚜虫，就遭到一群蚂蚁的凶猛围攻，直到瓢虫被迫逃走。

为了解开迷津，我仔细观察起来。只见哪株辣椒苗的茎叶上有蚜虫，哪里就有川流不息的蚂蚁群。有的蚂蚁正伸出它们的小黑手，殷勤地轻拍着蚜虫的屁股，显露出一副十分恭顺的样子。恐怕是蚂蚁的温顺服贴感动了蚜虫，被拍打的蚜虫便不时地翘起尾巴，挤出一丁点儿分泌物，此时蚂蚁便一头栽下去美食起来。啊，原来如此！为了能得到那一点点分泌物，蚂蚁就扮演了既是奴才，又是帮凶的角色。后来又听人讲，蚂蚁为讨好蚜虫还远不止这些，蚜虫处于危险时，蚂蚁便把蚜虫转移到安全的地方。当一株庄稼被遭蹋完了之后，蚂蚁会背着蚜虫到另一株，甚至于另一块田地里去。到了冬天，蚂蚁还把蚜虫的卵搬到它的洞穴去过冬，第二年再送回庄稼地里来。

钓鱼三窍

下列几种天气易钓鱼：

一、春回大地。是鱼类最活泼的时候，追逐交尾，因而轻易受诱上钩。

二、黄梅季节。气压低，鱼闷气，纷纷游上来，此时几乎钩无虚放。

三、夏晨阴雨。清晨为最理想的时候，傍晚也可以。

四、雨过天晴。雨后暑气全消、凉爽宜人，鱼儿争先恐后出动觅食，此时垂钓，必满载而归。

（二）、选地。

一、旷地无鱼。河塘空旷之地，鱼类不聚，应选择草丛、树根、木枝、岩石等附近下钩，如遇上述处所水源较深，易钓获大鱼。

二、静处多鱼。人多吵杂之处，有鱼也是小鱼，应选人稀僻静之处。

（三）、相水。

水略混浊，在一、二尺下隐见石头水草是最理想的放钓之处。有浪花、水中时时冒泡者，必有鱼游动。而河水清澈、鱼类警觉，见人影、竿影映现而逃。另外，静水如平镜，必无鱼踪。

硬靠

李长安

我们单位是建筑施工企业，流动性很强。今年在山东省又揽到济南到青岛的高速公路修建任务。

从陕西到山东路途遥远，谁家没有三长两短。为了解决一线职工的后顾之忧，队长想出一条妙计：只要是出差在外的职工，其家属的生活困难和生病就医将受到优待。这条不成文的规定宣布以后，受到大家的一致赞同，鼓舞了一线职工的士气。

至此，单位成立了一个青年义务服务队，张家没有煤烧了，服务队的同志马上将煤送到张家；李家没米吃了，打了声招呼，服务队的同志们立即去粮店为李家购回粮食。青年义务服务队对一线职工家属的服务做到热情周到。

也有少数职工家属对此表示淡漠。

在山东助勤的小王回家休息期满，头天离家返回山东，第二天王妻向队长提出买煤买米的要求。队长纳闷地说：昨天小王不是……没等队长说完，王妻抢着说：“不是有个义务服务队吗！”

西安市健身保健品厂
热情为用户服务

我厂生产的建申牌“三痹热宝”，主治由风、寒、湿三痹所引起的关节炎、肩周炎、腰腿痛多种常见多发病的新型特效药物治疗袋，见效快、治愈率高，无任何毒副作用。轻者5—10袋，重病10—30袋，即可治愈。对适应症治疗无效的，退药退款　（持发票按厂价退）。

“寿世健身袋”适应于寒性胃腹冷痛、消化不良、腰痛、长期腹泻，男女性功能低下，气血两虚的四肢无力，长期感冒，妇女痛经、月经不调、宫冷不孕及男子精子数量少而致的不育症．一袋即可见明显效果．

以上产品我厂长年办理邮购。“三痹热宝”5袋起邮，含邮费16元；“寿世健身袋”1袋起邮，精装含邮费38元，简装含邮费32元。单位集体购买者，价格优惠8%。

联系地址：西安市西关西新民巷副10号　联系人：邮购科
电话：43135 741718　电挂：8311　邮码：710082