○生活调色板　□舜铭／文　黄广／图

做个漂亮的老太太

现在说老，未免有些残酷，但一想到那迟早要来的事实，心下便坦然得不能再坦然了。前几天，与《良友》栏的编辑吕劲在电车上见到一位“黯淡无光”的老太太，她或许并不老，扶着把手站着，灰衣灰裤灰线帽，一身的灰，使那里的光线也暗了一截。更灰的是那张脸，呆滞木然，风霜无限。于是我心里顿生悲哀，人老了都得变成这幅模样么？难道无一例外？

无疑，老太太自认为她的打扮是“合乎时宜”的，不显山不露水，颇为“大众化”，若真给她一件花连衣裙穿了，她会躲在家中连孙子也不敢见。“三十丢红，四十丢绿”，是中国老人的传统心态，意为女人上了四十，便该将那些鲜艳之色让给年轻人。我的母亲曾经也是在穿着装扮上无一丝亮色的老太太，夏天是白，冬天是蓝，头发抿在耳后，几十年不改样式。到后来，因了脸上那些皱纹，竟连镜子也不敢照了。是的，脸上的皱纹无法抚平，手脚的迟缓亦是自然之规律，人与岁月竞走，永远是输家，但是，那穿着，那心态却全在自己，大自然是无扭转的啊！我对吕劲说，将来我要做个漂亮的老太太，尽管我长得挺一般。她说她也这么想。

报纸上常见智者们的文章，谈什么人不能光追求外在美，只有内在美才是主要的，言读书能充实人的内在气质，肚子里有货才能举止高雅……大道理无可批驳的正确，往往向别人谈这些道理的人，肚里真货自然不少，衣着也都讲究得体，很懂得内外在美的关系却又不鼓励人注重外表，他们在“漫不经心”中精致地打扮着自己，这些人活得挺高超。我好象突然灵醒了，几十年的内在充实竟让人忘掉了所依附的外壳，随着商品化大潮的冲击，中老年人的包装也该来个彻底的更新换代了。中老年人的成熟比小青年的清纯更具魅力，然而不重外表，鸡皮鹤发，水桶腰、萝卜腿，双眼浑沌，拖泥带水，即便学问满腹，又谈何魅力之有？所以，从穿着打扮到仪态修养必须从现在做起，从中年做起。

人老了是什么样子，决定在此刻。

遂去商店购置大红羽绒衣，决心从今往后面目一新，让人刮目相看。售货员很热情，话却说得不甚中听，他指着与我同去的女儿说：这件红的您女儿穿再合适没有啦！

我说是我穿。售货员讪讪地说：“……行，也行……”那表情却分明在笑我不知青春几何，故做老来风流状。

于是我悟出，漂亮老太太并不好做，眼下刚是中年，便已阻力重重，更何况将来。看来，不仅要冲破自己，更要冲破别人，得有那么股勇往直前的劲儿才行。我相信，我将来能做个漂亮的老太太。

○良友诊所　□李瑞定／文

警惕：春季易流行小儿肝炎

春季是肝炎的好发季节，小儿大脑发育尚未成熟，神经调节不够健全，大脑皮层下中枢极不稳定，消化和呼吸器官等尚未完善，对外界环境的适应性较差，所以春季需警惕小儿肝炎流行。

小儿肝炎在黄疸出现以前，可能有许多非特异性症状，例如发烧、上呼吸道症状、精神食欲差、呕吐、腹泻、腹痛等。但只要提高警惕还是完全可以避免误诊的。

其一，注意肝炎接触史。婴幼儿一般都在幼托机构，活动范围较小，故肝炎接触史大都较为明确。

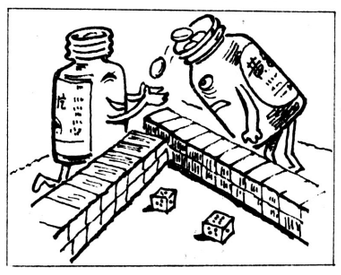
其二，及时检查。如果小儿肝脏由小变大，肝区叩打疼，则肝炎的可能性很大。

其三，仔细观察尿和大便颜色。由于小儿肝炎以黄疸型为多见，所以尿液可呈现茶色，大便颜色变浅。

其四，对高度怀疑患肝炎的小儿及时进行尿三胆和肝功能化验，以争取早诊断、早隔离、早治疗。

○多棱镜　□式武／文　双木／图

赌药



春节，去朋友家打麻将。

事先言好，决不赌钱，是随便玩玩的。牌桌支起，却见主人从柜中拉出几瓶药来，“哗”地倒在桌子上。黄的黄连素，红的红霉素，绿的三七片，白的安乃近。正惊讶间，主人已灵巧地将各色药片分作四堆，言总得有点刺激嘛，不赌钱赌药，反正都是过期的，权当筹码使用。红的十元，绿的五元，黄的一块，白的一毛……

于是，牌桌上，红黄绿白药片随着骰子跳跃，随着“东南西北”风翻滚，你仨我俩，色彩斑斓，传递频繁。四圈打下来，我大赢，挣得四绿五黄。

药片自是无法带走，哈哈一笑罢了。笑过之后涩从心头起，这些药大约是再不能重新入瓶了，虽是过期，也来之不易，赌药比赌钱更为残活，钱尚是自己的，药片却是公家的，属公费医疗之列。再说，大过年的赢了那么些药，也真让人心里堵得慌。

○两代人　□高裕忠／文

我陪父亲下象棋

父亲年前退了休，儿女们都以为他能安安静静休息下来。可不知咋的，他才享了几天“清福”，仿佛老了许多。

也难怪，父亲退休前也曾是个百人之上的官儿。在位时，整日忙忙碌碌，紧紧张张，几乎无甚闲暇。而今由快节奏突然“煞车”，既难摆脱“惯性”、又无法摆脱孤独的缠绕。

自古知父莫若子。见父亲整日郁郁寡欢，闷闷不乐的样子，做儿子的哪能不知父亲的心事。也就是说，眼下最要紧的是要分散父亲的注意力，尽可能叫他不要过多地怀念过去，而引其多想未来。父亲以往几乎没有什么业余爱好，除看点书报，就是喜欢下两盘象棋。当然，棋下得怎样，连刚会走车马炮的小弟都训他是“臭棋篓子”。这天回家，我与他拉了几句闲话，便觉味寡，于是提议摆上一盘。战端刚开，我便架上“当头炮”，接着摆起了“河沿车”，后兵分三路，齐头并进，直杀得他只有招架，更无还手，还几次悔棋，硬从我手中要回了被吃掉的车马。就这样不几下，他那“帅”就窒息“宫”中。

“人老了，就是不行了。”父亲输了第一盘，开始喃喃自语。这时我才感动，父亲对下棋输赢也当了真，他竟把“输”当成了“无用”来看待。真是人上了年岁，对什么都敏感。我这“偏将”怎能对“老帅”如此无礼呢？

打这后，我似乎明白了些什么。以后每逢父子对弈，我从不出拿手好棋“当头炮”，而是按步上马、挪车推卒。有时他走漏了棋，我吃了还得叫他拿回去；本来一步可“将军”、我却转弯抹角走废棋，使他赢得了步路，连连得胜。由此，他时常津津乐道：“看来我脑子不钝。”我也“溜须”附和几句，他甚为高兴，还动不动打电话约我对弈几盘。情绪吗，当然随之好转。最近，还当上了某公司只管内务，不拿实权的顾问。

下象棋是个娱乐，娱乐就图个高兴，畅快。我陪父亲下棋，宁败多胜少，道理很简单，那就是谁叫你是他的儿子呢？

○衣食住行　□卢瑞征／摘

风味豆腐菜

朱沙豆腐

原料：豆腐3块、熟咸鸭蛋2个、黄油（或猪油）50克、咖哩粉10克、黄瓜丁25克、白醋、盐、芥末汁、胡椒粉各适量。

作法：1、将熟鸭蛋蛋白用细线绳割切丁；蛋黄与豆腐一同碾碎成泥。

2、炒勺内放黄油，烧至五成热时，放咖哩粉煸炒，出香味后放入蛋黄豆腐泥、黄瓜丁、白醋、盐、芥末汁、胡椒粉、蛋白丁煸炒均匀出勺。

特点：色泽艳丽、咸辣爽口，容易消化。

美人豆腐

原料：豆腐250克、鸡蛋2个、面粉50克，牛奶500克、高汤500克、盐、淀粉、豆腐粉、胡椒粉、味精、核桃仁各适量。

作法：1将豆腐碾碎，打入鸡蛋，加盐、淀粉、豆腐粉、胡椒粉、味精搅匀，作成20个大丸子，每个丸子中包一个核桃仁。2、炒锅放素油烧至六成热，投入丸子炸呈黄色，捞出。3、炒锅留少许油，炒面粉至起沙，呈微黄色，出香味时，将250克滚开的牛奶冲入，用力搅匀，成洁白光亮的稠糊，再放入另一半牛奶。继续搅匀，放入高汤，煮沸，放盐，味精，最后将豆腐丸子放入，即离火。

刊头设计／袁贵琦

本版编辑／吕劲

○今春流行榜

·发艺新造型·

飘然形象设计工作室／创意

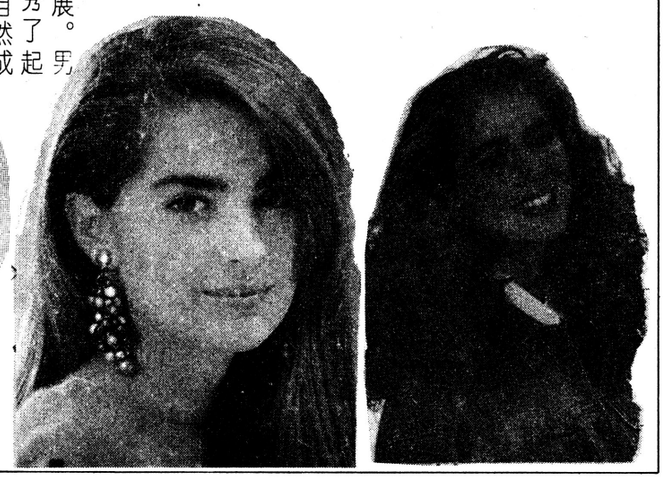
今春的女士少了一分不成熟的造做，多了一份返朴归真中的妩媚。这一款清爽的直短发，刘海打成碎发，露出清秀的眉目，纯朴、靓净中更显活泼的时代感，将是春夏少女衷爱的新造型。

上班族的女性是秀气、灵气、朝气的集合体。玲珑的身姿、俏丽的面庞，再配上这一款动感强烈、层次分明、赏心悦目的齐耳卷发，您就拥有了鲜艳纷繁的花季！

梦中情人应该永远有一头卷曲、蓬松的长发，不做刘海的大卷轻烫的自然效果，是今春浪漫系列的重要环节。

怀旧气息的恬然，随风荡动的飘逸，尽显于电烫直板发的丝丝缕缕中。或者将直发焗成棕麻色，使它直得不一般！

春机勃发，万物舒展。男士的头发在阳刚之中秀了起来。轻微电发后，头发自然成型，易于梳理。紧张的工作、激烈的竞争中，让这两款发型为青春向上的您添一份洒脱、随意和轻松中的自信。



赴东南亚旅游、商务考察欢迎您下榻

泰国曼谷迎宾皇宫大酒店

Welcome Palace Hotel Bangkok Thailand

本酒店位于泰王国首都曼谷市中心，是泰国著名的大酒店之一。酒店有客房500套，床位1000多张。房间色调淡雅、豪华舒适。中央空调、闭路电视（中文台）、音响、程控电话、冰箱、地毯、豪华卧具、高级卫生洁具等设备齐全，舒适方便。酒店设有不同风格的中餐厅、印度餐厅、伊朗餐厅、夜总会、俱乐部、迪斯科酒吧以及24小时服务的咖啡厅。酒店设有商务中心、高级写字楼、桑拿浴、按摩房和购物中心等配套设施。

为适应接待中国宾客的需要，本酒店特别加强了对员工的中文培训。本酒店全体员工恭候您的光临并为您提供尽善尽美的服务。　（凡持本广告下榻本酒店，可享受七折优惠）

地址：30Narec Road, Bangrak, Bangkok 10500, Thailand

Tel. 2373030—2373083　Telex. 21063

WELLPAL TH　Fax. 2373083

总经理：郭新华　　经理：余新齐

西安代理机构：西安市人民银行金融工会　电话：775131、772645转1504　地址：西安市西大街378号（市人民银行内）　联系人：刘军　张全利

国宝之光（连载）

荏苒　晓寒　方美

6、病源于气

祖国医学是先人们遗留下来的伟大文化宝库，宝库里蕴藏着极其丰富的宝藏。从古至今，有多少个有识之士挖掘过它，开垦过它，热望把幸福送到人间。

来辉武静坐斗室，在桔黄灯光下游历在苍苍茫茫的医学瀚海之中。他的目光在那黄旧的书页间粘连着，思想在书页之间奔驰着。

那是为深度昏厥假死的楚太子虢施行针砭术，起死回生的扁鹊吗？他问扁鹊：你三次提醒蔡桓公身有疾病要及时诊治。他不听劝告，终于病入膏肓。你断生死如神，这是为啥？扁鹊说：“人有阴阳。阴阳失调，藏气不足，谓之不治也。”

那是在书案前著书，思想与儒、墨三足鼎立的庄周吗？他问庄周，您妻子老死了，您为啥不哭，反其踞鼓盆而歌呢？岂不怪哉？庄子不答，而桌上的书中却说，“人之生，气之聚也。聚则为生，散则为气……故曰通天下一气耳。”

那是141岁才告别出诊看病、采药之途的药王孙思邈吗？药王走秦岭、上太白、攀峨嵋，终生不仕，甘为布衣解痛治疾。来辉武崇敬他，早已把“天地有可消之灾，形体有可愈之病”、“人命至重，有贵千金”等至理名言，铭刻在心。

那是身背药囊，手拿药锄，穿梭于五台崇山密林间采药的李时珍吗？他采集的是普通草药，一剂能使患者回春。

5000年古国的文明史上，诞生了多少位医药先哲？莽苍苍的医学之海，涌现出多少个医药学派？雷公、岐伯、仓公、华佗……是哪一位先贤为来辉武指点迷津？张仲景说，张从正说，朱震亨说，张介宾说……是哪一派学说为来辉武阐释病因学中的疑惑？他知道，悠久的中医药临床实践中，每一学派都有其疗人治世的功德和魅力。哪一位医圣都是在寂寞的岁月中期盼后人发展他们的思想，造福子孙后代。

灯光依旧晕黄，斗室寂静得出奇。来辉武灵魂深处却不再磕磕绊绊。他忽而百年，忽而千年，与古人交谈，与今人商榷。他的思想在阴阳、气血、经脉、脏腑间自由地翱翔。此时此刻，人世间所有的烦恼、嘈杂、纷争都被执着追求的洪流冲涮到隘谷险峡之外。在天地的混沌与明朗间，在漫天雷电的欢腾与狂舞中，他却安祥地又一遍精读《内经》。“百病皆生于气”，这振聋发馈的6个字如一道闪电在混沌的天地间划过，突然雨过天晴，豁然开朗。

《内经·素问》说：“天复地载，万物悉备，莫贵于人，人以天地之气生，四时之流成”。

《内经·灵枢》说：“上焦开发，宣五谷味，熏肤充身泽毛，若雾露之溉，是谓气……真气者，所受于天，与谷气并而充身者也”。

来辉武研读这部仅“气”一词，就频频出现2952处的《内经》。一次次地由表入里，由此及彼，去粗取精，去伪存真，一次又一次地拓宽对气的生理与病理的认识深度和广度，从《内经》中的病症、机理剖析中，汲取营养，开拓自己的思维。

宇宙皆由气生，人是个信息开放的系统结构。人的生命是气在不断地运动。气在人体中沿经络运行不息，循环往复，促进人体的新陈代谢。气是人体内能的原动力。气分阴阳，可消可长，可升可降。气的运动是人生命之源。气机不畅，若有丝毫臃塞，则脏腑失和，气血不调，必百病丛生。气又分为正、邪两气。人体的抗病能力和机体生存的物质基础及正常活动为正气。一切致病基因皆为邪气。邪气所凑，正气必虚，正气存内，邪不可干。

他大声朗读孙思邈的话：“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救众灵之苦”。“不得问其贫贱富贵，长幼妍蚩，怨亲善友，华夷愚智，普通一等，皆如至亲之想。亦不得瞻前顾后，自虑吉凶，护惜身命，见彼苦恼，若已有之，身心凄怆，勿避险峡。昼夜寒暑，饥渴疲劳，一心赴救，无作功夫形迹之心，如此可谓苍生大医。”1989年初，来辉武郑重地写下了弃政从医的辞职报告。

一个青年共产党员提出要辞职，不坐铁交椅，不端铁饭碗，不愿吃“皇粮”，这虽算不上叛逆不道，却叫很多人不能理解。这消息一传出，就象他那四层楼的小房子起了火，液化气罐爆炸了似的，一传十，十传百。现代化的传播媒介也比不上人际之间信息传递的神速。商业局大院从干部到工人，从领导到群众。从职工到家属，到处议论纷纷。有善意的不解，有同情的担心，有友好的惋惜，也有无知的嘲弄，恶意的诽谤。凡此种种，唾沫星子淹死人。1986年，他在户县曾被排挤受到了种种议论的压力，旧观念的冲击，流言蜚语的暗伤……他从痛苦与孤独中挣脱出来，从中华民族的文化精萃中汲取了营养，精神深处得到升华和净化。对小官大官升官降官，他一笑了之。当干部、拿工资、天经地义。干部终身制，这是传统制度，多年规矩，在人的头脑中根深蒂固。谁敢动，谁敢碰？他却一脚把金筷子银碗踢掉了。咋能叫人不纳闷？叫人不疑惑？　（七）（广告）

1992年9月来辉武教授应邀赴日本访问、考察、讲学。图为在东京第五次中日经济技术研究交流会上讲话。

本报社址：西安市莲湖路143号　邮政编码：710003　广告经营许可证：陕工商广字01—018号　办公室、广告部电话：710619　编报部电话：777708　记者部电话：772227转　群工部电话：775728转　陕西日报印刷厂代印