

我的农村大姑,专治“城市病”

大姑今年刚过60岁,她在那个去县城都还要坐车外加乘船一个多小时的小山坳里住了60年,山村里年轻人几乎走光了,其中也包括她的儿子儿媳,可她并没有想过离开。

山村确实很美,我曾在那儿采风几个月,在清晨远眺树林,可以看到树干笔直,似乎比棉纱般的薄云还要高,每棵树上都站着几只白得发亮的水鸟。身至此处才会懂,为何大姑舍不得离开。

今年年初,我身心抱恙需休养,和父母商量请大姑从农村到城里照顾我一段时间。对于大姑来说家人比家园更重要,她义无反顾地来了,还带着3个鼓鼓囊囊旧蛇皮袋的衣物和老家土特产。大姑就这样闯进了紧巴的大城市和我家的生活。

在家休养的日子是闲散,但久了并不好过。我像个已经“残血”的笨蛋玩家在怪物面前急忙按下了暂停键,虽然能喘口气,但并不知道该怎么重新“进入状态”。我身体还没好,想的全是怎么重启工作、学习,怎么追上那些不曾为我停下的截止日期。

就像人们经常说的“病久了人的脾气就变得古怪”,这种混杂烦躁、恐惧而又无力的情绪在病中其实很常见,它容易被激发,然后不由分说发泄在最亲近熟悉的身边人身上。每天陪我的大姑于是成了主要的“靶子”:大姑做一桌菜又咸又油——我丢筷走掉、对不起;老年手机闹铃响个不停——我被吵醒后破口大骂、对不起;焦虑情绪突然爆发——我的眼泪吓坏她、对不起……但大姑从来不在病人身上追求任何“合理解释”,她只会接纳我冒犯的言行而不发一言,最多不过走进房间默默流泪一会儿就会“刷新”自己、“忘记”冲突。每每等我狂风骤雨般的情绪平复,我都感恩地觉得,她好像大海。

太多影视剧作和身边故事都讲述过,当农村亲戚来到城市人家中、当老人和年轻人同住,会出现怎样的别扭和矛盾,各种生活习惯不合确实意料之中地出现,但大姑有自己的解决方法,也从不会刻意委屈自己。

离开了昼夜相依的土地和农活,大姑许多时候无事可做,但她会费心费力把土特产加工成半成品等一家人共享。周围没有其他亲友,她每天

都下楼遛弯,操着塑料普通话和其他阿姨半懂不懂地聊好几个小时……大姑“丝滑融入”了城市生活,至于种种孤独和不适,大姑“有,但不多”。

随着冰雪消融、春暖花开,我整体的状况也在坎坷中向好了。摸爬滚打一路,我感觉饮食和医药是重要的“方”,大姑的陪伴却是宝贵的“引”,她稳定的情绪和积极的生活态度,引导我离开所有如麻思绪,只专注于自己身心康复和豁达。因为我看着她明明语言不通、腿脚不便、文化程度低,但每天都能给自己发掘好玩的事情做,用饱满的状态填满对自己来说极为陌生的生活,那么我又怎么能甘愿缠绵病榻、被无用的焦虑和恐惧所桎梏。

相处久了,我越发觉得农村来的大姑是大城市的智者,我们远远低估了她。我想知道解法但无从说起,只好问她“怎么能每天都这么开心”,没想到她和我讲了很多。大姑是家里的老大,只上了一天学后就拿了一辈子锄头。她的一生围绕着土地和亲人,经历丰收也扛过农害,照顾过父亲、母亲、两任丈夫的病痛和离世,自己也曾在病床上几天几夜,思索过生前身后的。秧苗熟了落了又长,亲戚朋友婚丧嫁娶,大姑的内在好像早就和她的土地一样永远为他人提供营养和力量,自己岿然不动、沉默等待着别人的需要。

她强大稳定的精神内核,是60年风雨使然,也是她早早看清“亲人最重,人生除生死无大事”的结果。听至此处我惭愧汗颜,自诩有高学历、高眼界,我与身边那么多经历眼界相似的同学朋友“指点江山”时,屡屡谈及当下热门的原生家庭、结构性矛盾、PUA(引申为控制他人)或NPD(自恋型人格障碍)凡此种种,内里却缺乏对自己精神内核的回顾和对生活本质的回归和理解。

医生多次告诉我,病要“三分治七分养”,而在大姑来了之后,她以身作则,不知不觉中润养了我那“七分”的“城市病”。她很像肥沃的黑土地,只需雨水、无需化肥就能滋养秧苗,我们一家人都很感激她。大姑治好我的“城市病”后,就回到她的那片土地去了。现在的她,应该每天清晨都还能看到树枝上的许多水鸟。 陈之琪

久博金根人参牡蛎肽片厂价限时特惠

年终钜惠 厂价直供



人到老年之后,身体抵抗力下降了,容易出现腰酸腿软、食欲不振等问题。选择男性保健产品,要注重品质,更要关注安全。久博金根人参牡蛎肽片是正规产品;它采用现代科技技术将人参(人工种植5年以下)、枸杞子、玛咖粉、甘草、山药、牡蛎、维生素等提取浓缩汇聚而成。不含违禁成分,配方精良,易吸收,是中老年男性朋友滋补的理想选择。

限量销售 免费包邮

久博金根人参牡蛎肽片自上市以来深受广大男性朋友的青睐,是当下中老年男性朋友的优选膳食产品,为感谢广大读者的信赖和支持,现厂家联合生产商特举办久博金根人参牡蛎肽片年终钜惠活动,凡打进电话均可参与39.8元2盒的感恩回馈活动。原价49.9元/盒,现特惠价19.9元/盒,加2角钱再赠前列腺贴2盒(10贴/盒);活动数量有限,先到先得,全国保密发货,免费包邮到家,货到付款。

全国统一 400-1167-599
订购电话

生产许可证:SC113441058100475 广告



61岁何赛飞:如今一切刚刚好

近日,央华版话剧《日出》创排分享暨发布会在京举行。一袭红色披肩,搭配玫瑰点缀的长裙,何赛飞笑容洋溢亮相现场。发布会后,她接受专访时表示,每一个演员饰演的陈白露都是独一无二的,自己在表演中尽可能去接近原著,带领观众对人生有更多的思考。

从电影《大红灯笼高高挂》中的“梅珊”,到电视剧《大宅门》中的“杨九红”,越剧演员出身的何赛飞从影30余年,塑造过不少经历复杂、执着追求的悲情人物。去年斩获金鸡奖最佳女主角奖,是她首次出演电影女主角。“演员都希望得到认可,我曾经得过百花奖最佳女配角奖,这些我觉得是很珍贵的,从不同的角度证明自己的表演是值得大家关注和喜欢的。不管领奖以前,还是领奖以后,我都一如既往地工作,热爱我的表演艺术,勤勤恳恳去做。”何赛飞说。

不惧年龄跨度 演绎青春陈白露

《日出》是何赛飞近年来第三部参演的话剧。诠释曹禺剧中女主角陈白露,如何演绎出二十多岁复杂而矛盾的时代女性?“年龄没有问题。话剧是舞台的艺术,不像影视是镜头的艺术。你让我去拍个电影演陈白露,那完全不可能对吧?”何赛飞表示,话剧的舞台可以借助演员的动作、声音等各方面去完成,可以接近这个

“东方居里夫人”登上封面

“世界物理女王”“东方居里夫人”……她把自己的一生献给了物理学。她与东南大学有着不解的一世情缘,她就是——吴健雄。

12月1日,由美国物理学会等十几个科学学会成员组成的美国物理科学协会,在其核心期刊《今日物理》的封面刊登了一篇题为《吴健雄在粒子物理学中的开创性实验》的文章。副标题写道:“这位卓越的华裔美国物理学家领导了突破性的实验,证明了量子纠缠和宇称不守恒的存在。许多物理学界人士认为:吴健雄在她的一生中应当获得更多的荣誉。”同时,《今日物理》编辑部将吴健雄的照片选为《今日物理》2024年年底刊的封面人物。

1912年5月31日,吴健雄出生于江苏省苏州太仓浏河镇的书香世家,受父亲和家庭影响,吴健雄从小就对科学感兴趣。1930年,吴健雄被保送到国立中央大学(东南大学前身)数学系。一年后,一直以居里夫人为典范的吴健雄出于对物理学的喜爱,从数学系转入物理

角色。饰演陈白露,她对这次创作机会非常珍惜,也非常看重,“陈白露是一个非常饱满的人物,有这样的创作机会非常宝贵。陈白露是有文化的女子,她还要跟社会上众多形形色色的人相处,有着自己的生活、生存之道。在表演中如何把握这种状态是给我的挑战,因为这是一个非常复杂的社会关系,我需要设身处地理解她、成为她。”

很多观众对陈白露的形象十分熟悉,像陈数、陈好等演员也饰演过陈白露。对此,何赛飞并不会担心观众会作比较。“要比较也是非常自然的事,他们有自己的艺术欣赏视角。表演艺术,有讨论的话题也是繁荣的基础之一。你看了以后没有话题怎么可能?不同人演,观众肯定会有不同看法,我演绎出来之后,希望给观众带来的感受是尽可能接近原著。”

得奖以后更“来劲儿”

何赛飞夺得金鸡奖最佳女主角奖后认为,“演员不像别的职业,有一定局限性,什么样的演员适合演什么样的人物。看到剧本之后,自己可以对角色不断挖掘探索,才觉得是真正的合适。”她强调,不是说因为得了一个奖以后就有信心了,没有得奖就没信心。没得奖的话,有创作机会也是可以的,得了奖以后就更“来劲儿”了。“在不同的年龄,我对自己有着不同的定位,不会有焦虑,每一个阶段都希望有创作的机会。”何赛飞说,年轻时想演经历丰富的角色,年龄还不到,如今一切刚刚好。 祁裕

理系。1936年,吴健雄离开家乡远赴美国留学。在美留学期间,吴健雄得到“原子弹之父”奥本海默的赏识。当年,年轻的杨振宁在和李政道探索出“宇称不守恒定律”之后,委托了著名实验物理学家吴健雄去验证。1956年至1957年,她以雄辩的实验数据验证了“宇称不守恒”理论,打破了爱因斯坦提出的“宇称守恒定律”,并获1978年沃尔夫奖。

吴健雄卓越的成就得到了世界的认可。1958年当选为美国科学院院士。1975年,因在β衰变研究领域的突出贡献,她获美国最高科学荣誉——国家科学勋章。1990年5月,由中国科学院紫金山天文台发现的编号为“2752”的小行星被命名为“吴健雄星”。

1973年,吴健雄首次回到祖国内大陆时便来到母校东南大学,之后她又多次回校与校方共商发展大计。1988年,母校复更名为东南大学,吴健雄、袁家骝伉俪闻讯后十分欣喜,欣然题词“母校的新气象和新精神给我们很深的印象”。1997年,吴健雄去世。 东大