

墨香沁心 书韵传情

——《同兴轩随笔》文学沙龙侧记

10月17日,青岛市南区图书馆内书香氤氲,青岛作家侯修圃新作《同兴轩随笔》文学沙龙在此举行。活动由竹韵文学社与市南区图书馆联合主办,部分文坛名家与十几位文学爱好者齐聚一堂,共赴这场关于文字与生命的对话。

85岁的侯修圃曾担任青岛市南区教体局局长,是中国散文协会会员。自1965年发表首篇作品以来,他坚持业余创作六十余载,出版作品14部,逾300万字,斩获中国当代散文奖等40余项荣誉。原《青岛日报》科教部主任、作家杨春贤,军旅作家梁青平、作家徐坤、诗人锦河等多位名家悉数到场,为沙龙注入厚重底蕴。侯修圃现场分享了创作心得。在《同兴轩随笔》中,母亲纳鞋底的剪影、老街斑驳的砖墙、市井巷陌的烟火气,皆成为他笔下鲜活的文学意象。与此同时,侯修圃将新书赠予文学社社员及市南图书馆,以“文字共享”践行文学初心。

名家视角 解构文学真谛

在名家对话环节,作家杨春贤认为,情感是文学的永恒主题,若缺乏情感滋养的作品,则注定不会感人,“而情感滋养则是侯修圃散文创作的

青岛市博物馆“文物顶流”③

龙山文化黄玉牙璧

龙山文化黄玉牙璧,直径16.4厘米,内径6.5厘米,厚1厘米。此件黄玉牙璧,无论从尺寸、玉料还是雕琢工艺而言,都为不可多得的珍品。

四牙璧,较为罕见,应是三牙璧的一种变体。由黄玉制作,取材硕大,质地细腻,富有光泽。

平面近方形,呈片状,其中一角残缺。牙璧中部为一圆形孔,穿孔大且规整。四牙宽大,以逆时针方向旋转。四牙中心镂雕神鸟,头部为三角形,呈展翅飞翔状;边缘镂雕为凤鸟形态,身躯弯折,外部出脊,眼睛用打洼的方法制成圆眼,嘴呈勾形。表面用阴刻线勾勒神鸟和



凤鸟的轮廓。

关于其用途,清代收藏家吴大澂认为此种器型就是《舜典》中记载的“璇玑”,是天文仪器中的配件。1977年,考古学者对胶县三里河遗址进行发掘,发现这种玉器出土时多在死者胸部,推断可能是一种衣饰或装饰品。1983年,考古学家夏鼐先生发表《商代玉器的分类、定名和用途》,认为这种玉器源自仰韶文化的三联璧和山东大汶口文化的玉璧,并称其为“牙璧”,其用途可能是带有礼仪或宗教意义的装饰品。

《云开马兰花》首演一周年庆典举行



本报讯 马兰花开又一年。10月16日,青岛海诺正德善康乐中心内气氛热烈,大型情景剧《云开马兰花》首演一周年庆典在此举行。青岛市文联、青岛市文化和旅游局等单位的相关负责人,青岛市老艺术家协会、青岛海之声文化艺术中心等团体的艺术家和剧组全体演员100余人出席活动。

回首2024年10月16日,《云开马兰花》在青岛市老艺术家协会的主办下成功首演。该剧生动再现了青岛科技工作者隐姓埋名、投身中国第一颗原子弹研制的感人场

景,演出震撼青岛、传遍全国,让“两弹一星”精神在山海间久久回响。

一周年庆典中,剧组演员满怀激情,表演了该剧中《惊天大业》《筑梦沙场》《家国情怀》《云开马兰》和《今生无悔》五场中的精彩片段,向“两弹一星”的核武老人、所有英雄以及剧组全体演职人员致敬。

自2023年推出“爱在这片海”文化品牌以来,青岛市老艺术家协会连续三年积极运作,成果丰硕。一大批退休老艺术家用创作演出讲述青岛故事、传递爱的力量。(记者 岳硕)

绘 / 所 / 有 / 人 / 的 / 健 / 康 / 建 / 议

“讲文明 树新风”公益广告

SHI YONG GONG KUAI WEN MING YONG CAN JIAN KANG SHENG HUO

使用公筷 文明用餐 健康生活



青岛市精神文明建设委员会办公室

如何帮毛囊“恢复活力”

发现白发,很多人会忍不住拔掉,但这会损伤毛囊,甚至致其坏死。正确做法是“保护毛囊+针对性改善”,部分白发有机会转黑。具体如下:

判断白发能否转黑:看毛囊里的色素干细胞是否还能工作。白发刚长出,根部有淡淡黑色,说明色素干细胞活性下降但未完全坏死;根部完全变白且持续半年以上,则色素干细胞可能“消失”,头发难自然变黑。

帮色素干细胞“重启”:补对营养,如每天吃1把坚果、1份瘦肉/动物肝脏、1杯牛奶;缓解压力,每天做10分钟放松训练或运动;保护毛囊,每年染烫不超过2次,间隔至少3个月,洗头水温控制在38℃左右,避免过度抓挠。疾病导致的白发,要先治疗原发病。

白发处理:短期可用剪刀剪掉(贴近头皮1至2厘米);长期不妨接受这一现象,过度焦虑会加速白发生长;避免轻信“快速转黑”产品,以防刺激头皮、加重毛囊损伤。