人间烟火

搬 家

刘 涛

国人过去是不怎么搬家的,开始频繁搬家是上个世纪90年代房产政策改革后的事。先是取消福利分房了,改为可以买卖的商品房;接着是大规模的城市改造,一些棚户区和危房拆迁;然后是外地人异地生活和大批农民进城务工或做小生意,搬家大潮终于汹涌起来。现如今,大大小小搬家公司和房屋中介成了一个新兴的产业,有许多人干此行竟然发了财。

我从结婚到现在,一共搬过四次家,当然每搬一次,条件就改善一些。我的一个亲戚,上世纪80年代中期原住房拆迁,他就带着老婆孩子在外租房住,三年内,远远近近地共搬了十几次家。

从小到大没搬过家的人也有。我现在住的地方,离我读中学的学校很近,周围同学也多。前些日子,我去市场买早餐,就碰到一位。一问,他还住在上学时住的那个大杂院里。他对我说:咱没本事,有本事的人都搬走了。想想也是,我的那些同学,中学毕业后大都进了工厂,倘若当时在工厂里没分到福利房,命运也没有什么大的改变,面对现在高得离谱的房价,他们哪能买得起?只能住在老一辈留下的老房子里。

“搬家”这个词,在市场经济条件下,似乎也有了炫耀的成分。某某人,只要宣布“我搬家了”,那指定是又换大房子或换好地段了。我经常碰到许久没见面的熟人,也经常问人家:还住那里?被问者一脸不屑,回答说:早搬了。然后,不用我再问,他也会主动告诉我他现在搬哪儿了,多大面积。这时的我,只有啧啧赞叹的份儿:好地角,好大的房子,不错不错……

我现在住的房子设施齐全,不大也不小。过去是三口人住,孩子成家外住后,现在就两人住了。但我还时不时产生搬家的念头。我想搬到远离市区的乡村去,在那里度过余生。现在想想陶渊明老前辈“采菊东篱下,悠然见南山”的境界,就羡慕得要死。当然,最高的境界是心灵搬家——身居闹市,心如止水。可那太难了,至少我还没有超脱到那个地步。

(作者系中国作家协会会员)

人间真情

水缸沉夏 瓜味悠长

黄淑美

流年匆匆,诸多童年旧事渐渐消散在时光里。唯独上世纪60年代末的盛夏,我家院落里那口大水缸,一缸自来水、一枚冰镇西瓜,始终鲜活如初,载着深沉父母的爱,久久萦绕于心。

我的童年,在青岛老沧口区郑州路质朴的小院中度过。彼时岁月清贫,没有多样的零食与解暑好物,院中那口厚重的陶制大水缸,便是我们整个夏天的清凉寄托。那个年代物资匮乏,西瓜是难得的稀罕美味,可父亲总惦记着家中儿女,时常在下班路上捎来夏日的甜意。

犹记一个燥热的傍晚,蝉鸣阵阵,暮色渐临。我照旧跑到宿舍街口上坡处等候父亲。远远望见他骑着自行车缓步走来,车后座鼓鼓囊囊绑着一个大布包,分量十足。在上坡处父亲跨下自行车,我连忙上前帮忙推车,满心都是好奇与期待。问及父亲包裹里是什么,父亲笑意温和,只让我回家再看。

回到家中,父亲解开绳索,搬下布包。一枚硕大修长的西瓜映入眼帘,青绿与白纹相间,品相极好,让年少的我满心欣喜。父亲用自来水将西瓜清洗两遍,唤我和哥哥一同将大西瓜放入水缸。西瓜入水先沉后浮,漾开一圈圈细碎的涟漪。不过片刻,饱满的瓜身又悠悠浮上水面,静静地浸在清冽清水中,模样格外诱人。

那个傍晚,我始终舍不得离开水缸边。隔一会儿,便会轻轻掀开厚重的木盖探头张望,一遍又一遍问母亲:“什么时候才能吃呀?”母亲温柔叮嘱,需冰镇一夜,次日食用才清甜爽口。那一晚,我心心念念都是水缸里的西瓜,闲暇便开木盖张望,指尖轻触微凉的瓜身,满是期盼。

次日傍晚,父亲下班归来,在院中摆开长桌,和哥哥一起捞出冰镇了一夜的西瓜。落刀清脆,瓜香四溢,红瓤黑籽,汁水饱满,整整切出两大盆。我们兄妹几人围坐桌前,尽情享用这份夏日馈赠。

小院晚风习习,阖家吃瓜闲谈,是我童年最温暖的夏日光景。

山東省老年國際旅行社 青岛报业传媒集团旗下公司 L-SD-CJ00232
0532-66988553 55715169 66988549

云 南
石林、滇池海埂大坝、洱海、金梭岛、龙宫景区、大理古城、新华民俗村、玉龙雪山景区、蓝月谷、丽江古城、束河古镇、黑龙潭公园双飞6日
独立成团满15人带全陪 专为爸妈设计 一价全含无自费
9月16/19/23日 3290元起

闽粤赣(福建 广东 江西)
天游峰景区、武夷山、平潭国际旅游岛、长江澳风车田沙滩、海坛古城旅游度假区、鼓浪屿、港仔后海滨、环岛路、南普陀寺、厦门大学、东山岛、南门湾、潮州古城、甲第巷、南澳大桥、青澳湾、南江土楼群、古田会议旧址、瑞金中央革命根据地纪念馆三省联游双卧10日
品质纯玩无购物
赠送土楼篝火晚会
9月14/18日2380元

河南-少林寺、龙门石窟、老君山、黄河三峡、桃花岛景、云台山、万仙山、郭亮村、红旗渠、殷墟博物馆(新馆)、第44届菊花展、开封府、清明上河园双高纯玩7日.....9月14/17日 2380元起
川西-猫鼻梁观景台、双桥沟、甲居藏寨、墨石公园、塔公草原、勒通古镇、长青春科尔寺、兔子山、尊胜塔林、亚丁景区、扎灌崩、仙乃日、卓玛拉措神湖、夏诺多吉神山、仲堆民俗村、折多山、康定情歌景区、泸定桥双卧11日.....9月19日 2999元
甘肃 青海 内蒙古-私家牧场体验、祁连山大草原、天桥山、扁都口、黑城遗址、大漠胡杨林、居延海日出、额济纳胡杨林景区、张掖冰沟丹霞双飞6日.....9月15/20/25日 4480元
北京-天坛公园、前门大街、八达岭长城、奥林匹克公园、鸟巢、水立方、国家速滑馆、军事博物馆、天安门广场、毛主席纪念堂、故宫博物院、恭王府、什刹海、颐和园、清华大学外景双高4日
.....9月10/14/19/21日1980元
广西-百魔洞、古龙山大峡谷、鹅泉景区、长寿村、德天跨国瀑布、北海银滩纯玩双飞6日.....9月16/19/22日 2399元起
哈尔滨-中央大街、索菲亚教堂、太阳岛风景区、金上京历史博物馆、三五非物质文化遗产博览馆、平山皇家鹿苑、民俗博物馆、百年收藏馆、哈尔滨市博物馆、中华巴洛克历史街区吃住康养一体化 长者轻松慢旅行7日.....9月18日 2399元

斯里兰卡-尼甘布鱼市、圣玛丽教堂、丹布勒石窟寺、亚洲象迁徙生态园、狮子岩、香料园、佛牙寺、康提湖、宝石博物馆、美瑞沙出海观鲸、网红椰林、加勒古堡、欣赏高跷渔夫、船游红树林、海龟孵育中心、海上列车、国会大厦、科伦坡莲花电视塔四飞8日入住兰卡段网评五星酒店 升级2晚海滨网评五星酒店
.....9月10/13/17/20日4999元
老挝-塔銮、香昆寺万佛公园、万象射击俱乐部展示厅、蓝色系泻湖、南松河长尾船、光西瀑布、普西山、僧侣布施、皇宫博物馆、乘船畅游湄公河、非遗文化村、凯旋门、总理府、西蒙寺四飞7日.....9月11/13/15/17日1980元起
东西欧+巴尔干-阿姆斯特丹王宫、水坝广场、皇帝运河、协和广场、埃菲尔铁塔、凯旋门、香榭丽舍大道、卢浮宫、卢森堡大公国、新天鹅堡、高天鹅堡、琉森湖、八角型塔楼、何维克街、罗马斗兽场、君士坦丁凯旋门、古罗马废墟、乔托钟楼、佛罗伦萨市政广场、圣马可广场、叹息桥、普烈舍伦广场、市政厅、圣母升天大教堂、拉丁桥、铁匠街、中国驻南斯拉夫联盟使馆遗址、卡莱梅格丹城堡、马加什教堂、斯洛伐克国家歌剧院、金色大厅15国17日中国国航北京直飞全程含餐.....10月24/28日11999元起
北欧(丹麦 芬兰 挪威 瑞典)+波尔沃+冰岛-赫尔辛基之眼、南码头露天市场、托宁湖、哈帕音乐厅、珍珠楼、塞里雅兰瀑布、斯科加瀑布、钻石冰沙滩、黑沙滩、黄金瀑布、辛格维利尔国家公园、大裂缝、小美人鱼雕像、新港码头、哥本哈根自由纪念碑、吉菲昂喷泉、阿美林堡宫、古斯塔夫二世广场、挪威王宫、斗兽场电影博物馆、维纳恩湖、斯德哥尔摩老城区、斯德哥尔摩皇宫、波尔沃古镇、乌斯彭基大教堂、颂歌图书馆5国11日吉祥航空宽体客机 内陆加飞不走回头路 多点联运就近录指纹.....11月5/12/19/26日15999元
韩国-青瓦台、景福宫、明洞步行街、涂鸦秀、新罗免税店、南山韩屋村/益善洞、广藏广场、清溪川、战争纪念馆、三八线、普罗旺斯小镇双船5日
.....9月13/20/27日2680元

地址:青岛市市北区镇江北路81号八一商务楼2楼282室 ★★★另有多条线路供您选择,可拨打上方电话咨询★★★

养生健康

腿冒青筋别大意

不少人会发现腿上长出像蜘蛛的血丝、如同小蚯蚓的青筋,这大概率是下肢静脉曲张,它的发病率很高,每10个人中就有1个。

下肢静脉曲张由静脉高压引发,随病情进展会逐步加重:早期仅为毛细血管扩张,伴随轻微酸胀易被忽视,后续会依次出现曲张静脉团、水肿、皮肤色素沉着变硬,严重时会反复出现破溃溃疡,也就是俗称的“老烂腿”,甚至有致残风险。长期站立、久坐、肥胖、长期咳嗽便秘导致腹压高、妊娠期/更年期女性、爱穿高跟鞋、有烟酒等不良习惯的人群属于高发群体。

该病确诊后可先采取保守治疗:避免久站久坐,休息时抬高下肢,穿戴适配的医用弹力袜,超重者积极减重,严重者可遵医嘱通过手术、激光、射频消融等方式干预。