

血气者人之神，不可不谨养也。
——《素问玄机原病式》

每个母亲都是好演员

□ 蔡源霞

晚饭后去楼下散步，走了一阵子累了，便到休闲椅上歇会儿，却不想竟听到旁边有人在通电话：“你放心，我身体好着呢，这会儿正在楼下玩呢。”

仅一句话，便能猜出这是一位母亲，母亲们的口头禅往往都是“我身体好着呢”。

那位母亲挂断电话，一旁的老伴便埋怨：“怎么就不能回家再接？你刚打了退烧针，别又病得更重了。”那位母亲笑道：“哪那么矫情，接个电话就病得更重啦？回家接别把儿子急坏了。”那虚弱的

声音和刚才通话时完全是两个样子。

我听着，心里一堵，想起上周回家，母亲拉着我说，脚痛，腰痛，头也很晕。母亲中风很多年了，现在年近七十，却像个小孩似地依赖我，偶尔还会告状，说父亲烧的菜不好吃。去年曾经有段时间，为着母亲的话，我每天都回去做饭，把母亲乐得不行，最后是父亲心疼我自己家里有一堆事，每天还要跑回娘家，勒令我一周回家一次才作罢。

想起小时候，母亲在我眼里是无所不能的，父亲在城里工作，她一个人料理

一整个家。家里虽然孩子多，可却从来不缺什么，偶尔还会买回一些水果给我们吃，但她自己从来都不吃，不吃水果，不吃鱼肉，连最好吃的点心都不爱吃。那时候在我的心里，觉得母亲是个嘴刁的人，后来才知道，是母亲的演技太好，总让我们信以为真。

现在，母亲不演了，她总是很真实表达自己的愿望，她想吃肉。我说不能吃，会再一次中风的。母亲嘀咕着：“连肉都不让吃，没意思。”我给母亲买的鞋不合适，她会细细地告诉我，这鞋太窄，你要

给我买宽一点的。我总是尽量满足母亲所有的愿望，可我希望她能够像别的母亲那样，再给我演演戏，那样至少她是清醒的，她心里是有爱的。

每个母亲都是个好演员，因为心里有爱，因为有着自己从来没有意识到的坚强，因为时刻明白自己是个母亲。所以作为儿女的我们，实在是应该看到那演技背后的母爱，在母亲还能够演的时候，多给予一些回馈，当有一天母亲再也不演戏的时候，或许即便我们呆在她们身边，她们便再也感受不到了。

敲开心门

□ 钱浩宇

搬家以后，陌生的环境让我不能适应。

那天，我带着旅游时买来的玫瑰鱼挨家拜访。按对门的门铃，半天才听见有人问：“找谁？”我说：“我是你对门邻居，来认认门……”里面的人说：“把脸往前凑凑，让我看看。”我只好照办，把脸凑到门上的小孔前。

里面的人说：“嗯，看起来不太像坏人。”说了半天话，但门一直没开。我只好失望地上楼，敲其他邻居的门。

很想跟邻居们解释，我不是吃饱撑了没事干，也不是上门推销的业务员，我就是你们的新邻居，来认认门，混个脸熟。希望以后彼此之间，有事多帮忙。但是，这些话，我竟然总也没机会说出口。我的心，彻底凉了。

母亲从乡下来看我，惊奇于邻居之间的不相来往，叹息道：“谁家有事，所有的人都来帮忙，多有人情味儿。”我说，现在，人与人之间就这样，没有办法。母亲问，你尝试过与他们沟通吗？我说，试过了，没用。你给他们送东西，他们都以为你心怀不轨，有什么坏心眼呢！母亲说，我试试。我说，你别去了，何必去碰钉子？

母亲不听，硬是去按了对门的门铃。对门的人问：“谁啊？”母亲说：“我是你的对门邻居。来认认门。玫瑰鱼很新鲜，请你尝尝。”对门的人说：“谢谢啊，只是无功不受禄。好东西你留着自个吃吧。”我站在母亲身后，朝母亲做鬼脸。母亲答应着，四下一看，看见他家放在门边的一袋垃圾，就提起来，帮他们倒掉了。

没想到，晚上，对门的门“哗”地一下敞开了，对门全家人笑盈盈地敲开我家的门，向母亲道谢。那一袋消失的垃圾，感动了他们。他们拿来自家做的红烧肉，请我们吃。母亲拿出玫瑰鱼，请他们品尝。两家人，融洽得仿佛一家人。

这个场面，深深地感动了我。原来，敲开心门，只要你肯付出真诚，就可以。

母亲勤快惯了，她那顺手提走的垃圾，却于不经意间打动了邻居的心。

我终于明白，不是邻居们冷漠。我们如果肯真心为邻居着想，那么，敲开对方的心门，其实就是一件很容易的事。



我喂你 刘军/摄影

生活感悟

做优雅的“三养女人”

□ 李素珍

一天，朋友问我，你是“三瓶女人”，还是“三养女人”？“三瓶女人”指的是年纪轻轻是花瓶、人到中年是醋瓶、人老色衰是药瓶的女人。“三养女人”指的是修养、涵养和保养都不错的女人。

我说，平心而论，我绝对不是“三瓶女人”。但是，离“三养女人”的标准，我也尚有差距。在我心里，朋友才是一位真正的“三养女人”。她一向注重自身修养，无论走到哪里，身边都带着至少一本书，有空儿就翻两页。她说，给心灵“加餐”很重要。她脾气极好，从来不跟人发火。夫妻之间，起了冲突。无论心里再委屈，她从来不会狂喊离婚或赌气回娘家。她说，人一发脾气，情绪就会失控。她一向注重保养，常去健身，爬山，跳民族舞，练瑜伽。

我向看齐，读书不再一目

十行，会一边读一边思考，心得颇多。以前我跟老公吵架，嗓门特别大，而且一生气，就对他狂喊：“咱们离婚！”现在不同了。他发火，我就出门，在小区花园里静坐一会儿。花香袭人，能够很快平复我的心绪。过一会儿回到家中，老公火早消了，晚饭已摆好。看见我进门，他大喜过望，说：“我以为你又跑回娘家了呢！”我说：“一点小事而已，何必把战火烧到娘家呢！”说着，平静地坐下吃饭。饭后，他抢着洗碗，我则优雅地为他泡好一杯咖啡，香气扑鼻。

说到保养，我有三大心得。爱上素食，身体轻盈，这是一。家里有车不常开，时常步行上下班，这是二。健身不去健身房，小区院内、办公室、家里，随时随地可以健身，这是三。不断地向“三养女人”的境界靠拢，我的人生很美丽。

生活百科

有些花树含毒 种植需要注意

□ 阿牛

许多喜欢花卉树木的人会适时自选一些树种和花卉进行种植，以增加生活情趣，并美化环境。但非所有的花树都有益无害，如下面这些花树就含有毒素，会对您和您的家人的健康带来威胁，在种植时应加以注意。

一品红：又名圣诞花，最顶层的叶是火红色、红色或白色，甚是诱人。但这种花全株有毒，茎叶里的白色汁液会刺激皮肤，可能会使皮肤红肿，引起过敏反应，如果误食茎叶，会呕吐、腹痛，甚至中毒死亡。

黄花杜鹃：有毒植物，植物体各部分含有闹羊花毒素和马醉木毒素等成分，误食令人腹泻、呕吐或痉挛。当羊食时往往踉跄而死亡，所以黄花杜鹃也被称为闹羊花。

夹竹桃：著名观赏植物，花色有红色和白色两种。夹竹桃的枝、叶及皮层中均含有夹竹桃甙，误食几克重的干物质就能引起中毒。

含羞草：含羞草的体内含有含羞草碱，过多的接触会引起人的毛发脱落、眉毛稀疏。

郁金香：郁金香的花和叶中含生理作用类似西发丁碱的有毒生物碱，和它接触过久会使人头昏脑胀，并会使人的毛发脱落。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有含饴弄孙的快慰，有生活中发现的小窍门，有自家萌宠的可爱照片，如果您想与我们分享，可投稿至电子邮箱：120267128@qq.com。

彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告

第15178期中奖号码：720

奖级	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
直选	/	1040	78
组选3	/	346	0
组选6	/	173	217

排列三本省投注总额：392028元

全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告

第15178期中奖号码：72015

奖级	全国中奖注数	本省中奖注数(注)	每注奖金(元)
直选	38	/	100000

排列五全国投注总额：7850458元

中国福利彩票“乐透型15选5”玩法第2015178期中奖号码：03、06、07、10、15

奖等	六省市中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
特别奖	0	0	0
一等奖	199	32	1462
二等奖	7829	1433	10

六省市投注总额：875516元，安徽投注总额：157526元
奖池奖金：3678370元

中国福利彩票3D玩法

第2015178期中奖号码：141

奖级	全国中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
单选	6860	137	1040
组选三	10389	173	346
组选六	0	0	173

全国投注总额：40267172元，安徽投注总额：983234元

中国福利彩票“东方6+1”玩法

第2015076期

中奖号码：基本号码3 3 9 6 5 6生肖码：猪

奖级	华东中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	0	0	10000
四等奖	37	1	500
五等奖	732	60	50
六等奖	16188	1301	5

六省市投注总额：889544元，安徽投注总额：76622元
奖池奖金：57191974元

全国联网电脑体育彩票“超级大乐透”

第15076期

中奖号码：03、19、21、31、34+05、12

奖等	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
一等奖	3	1000000	/
一等奖(追加)	1	6000000	/
二等奖	35	249391	/
二等奖(追加)	10	149634	/
三等奖	567	5854	/
三等奖(追加)	187	3512	/
四等奖	19007	200	/
四等奖(追加)	6240	100	/
五等奖	398219	10	/
五等奖(追加)	131775	5	/
六等奖	4208728	5	/

全国投注总额：177379432元 下期奖池：1407154321.54元

“安徽风采”电脑福利彩票25选5玩法开奖公告

第2015178期

中奖号码：02、11、13、15、18

奖级	中奖注数	每注奖金(元)	各等奖奖金总额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	12	100	1200
三等奖	171	10	1710

本期投注总额：10020元，奖池奖金：2000元