

雨雪阻不断人们回家的决心 过年也是一种信仰

张春波

说到“信仰”这个词，它不仅与政治、宗教有关，也与我们的文化相连，是人类心灵的产物。年关将近，春运高潮，火车站、机场、码头涌动的人流与公路上车轮滚滚的摩托车返乡大军形成了一股势不可挡的力量。当“年”的方向指着家，漂泊便不再漂泊，忧伤便不再忧伤，寒风吹不散游子归家倔强的信念，雨雪阻不断人们执意回家的决心。或许，在每一个人的心灵深处：过年也是一种信仰。

岁岁年年，年年过年。传说过年，就是要躲过那头叫“年”的怪兽，它凶猛无比，头长尖角，长年潜藏海底，每到除夕，便爬上岸来吞食牲畜，伤害人命。又到一年除夕时，乡亲们忙着收拾东西准备逃往深山避害，这时候一位仙风道骨的白发老人进了村，并对一户人家说只要让他在其家住一晚，定能将“年”兽驱赶走。众人不信，反劝他上山躲避为好，但老人坚持要留下。最后

的结局想必大家都知道：当爆竹炸响，身披红袍的老人现身，最怕红色的“年”大惊失色，仓惶而逃。从此，年就是红色的，红红中国年，红包、红春联、红灯笼、红爆竹、中国结……红色是我们的春节色彩，它像“宗教”一般植入人心，渲染着我们过年的信仰。

家，意味着你有一个温馨的“窝”，有家就有守不够的岁月。然而，漂泊在外，“家只是用来想的”；可是当年关将近时，长长购票队伍里的每张脸都写满期盼：我想家！我想要回家！那一刻，无论是衣锦还乡，还是两手空空，春节就是一张车票，回家就是一种信仰。陪在父母身边才是年，在外打拼的喜悦与辛酸怎能比和二老相处的日子更精彩；一桌的团圆饭，一桌的乡音，一桌的亲情，尘世中已变得有些牵强的笑容此时也自然舒心地流露；“守岁围炉竟废眠”，透过那红红的炉火，童年的往事总是光影浮现。过年，家很

小，屋里人来人往，挤得满满当当，但它又很大，因为家是每个人心中的圣地，信仰的圣地。

过年，过的是一种文化。消费文化、商业文化的兴起，并不能完全代替传统文化的精神需求，何况春节文化从来没有出现过断层。过年的文化与习俗是岁月积淀、大浪淘沙的产物，有一个自然延续的历史过程，我们的任务就是传承。吃过腊八就是年：过小年，祭灶神，扫尘迎新，洗个年澡除晦气，打糕蒸馍贴福字，除夕守岁熬一宿，大年初一扭一扭……或许现代生活方式的改变，我们会享受新的过年文化，但旧的习俗仍会历久弥新，因为生活可以日新月异，唯有信仰，是永恒的。

有华人的地方，就会飘散出浓浓的中国年味。过年，是每一个炎黄子孙的精神家园，是维系中华民族的血脉，是我们最虔诚的精神文化信仰。

健康顾问

玉芝茶改善皮肤粗糙

气候寒冷干燥，老人的皮肤也变得更加干涩粗糙，特此推荐养颜茶饮方，名叫玉芝茶。具体做法：用人参、白术、甘菊、葛根、蔓荆子各2克，绿茶5克。用450毫升清水，煎煮上药至水沸后，用药液冲泡绿茶饮用。可加冰糖调味，冲饮至味淡。

黄花鱼头汤缓解鼻炎症状

冬季是鼻炎的高发季，很多鼻炎患者面对鼻痒、喷嚏手足失措，用药调理也不得章法，导致鼻炎长久不愈。

平时，急性鼻炎患者要注意多饮开水，饮食要清淡易消化。慢性鼻炎患者要注意锻炼身体，鼻塞时不宜强行擤鼻。而过敏性鼻炎患者则要尽量避免接触致敏原，不宜吃海鲜和高蛋白食物，平时可食用白萝卜和胡萝卜来缓解过敏鼻炎症状。鼻炎患者冬季要多吃水果，因为水果中含有丰富的维生素C和维生素E，可有效减缓鼻炎的不适感，并预防免疫功能衰退。

在这，为鼻炎患者推荐一个很好的食疗方子——黄花鱼头汤。

材料：黄花鱼头100克，大枣15克，黄花菜15克，白芷8克，苍耳子6克，白术8克，生姜、油、佐料各适量。

做法：将鱼头洗净，于锅内放油加热后把鱼头两面稍煎一下，取出备用。将鱼头、大枣（去核）、黄花菜、白术、苍耳子、白芷、生姜等放入砂锅中，加水500毫升，以文火炖煮2小时即可。弃药渣，饮汤，食肉。此为1日量，分2次食用。

功效：扶正祛邪，通窍消炎，适用于体虚易复发者。

明矾泡水赶走汗脚

中医认为，脚汗多因湿热蕴蒸导致，临床治疗可用苦参、枯矾等中药泡脚，或者再加一点桂枝。外用也可以选用蜀椒研成末调敷，当然最好在医生指导下进行。在家操作，也可以试试明矾水泡洗脚：取一小块明矾约5克左右，放入泡脚水中，待溶解后泡脚15分钟，连续泡一周，可缓解汗脚及脚臭问题。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有舍给弄孙的快感，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：shdx_2016@163.com。



贺新春 粤梅/图

不放弃，我们是强者

包洪玲

曾经，她夫妻恩爱，儿子懂事。羡慕了左邻右舍的人，她也心满意足。

可是，世事难料，丈夫忽然在外面有了女人，迅速果断地和她离婚，只留给她少量的钱财头也不回地走了。

接着，那年，她儿子遭遇了车祸。

车祸不但夺去了儿子的双腿，也夺去了儿子的笑容。年少的他从醒来的第一眼看见自己截去的双腿，到现在，不哭、不闹、目光呆滞。

她的心情可想而知，背地里难过得哭过很多次。每每看见和儿子年龄相仿的孩子满脸含笑健步行走或奔跑时，她更能体会儿子的苦闷与绝望！所以，弱小的她常常会用尽全力把儿子抱进轮椅，为此常常是累得满头大汗。快速地擦一下额头，她就一脸阳光地推着儿子出来散步，边散步边用愉悦的声音讲笑话给儿子听。常常是逗乐了一路跟着的小孩，儿子却表情冷漠、两眼茫然。

她看得肝肠寸断，脸上却依然挂满笑容，接着又费劲脑汁地讲下一个笑话。

这天，外面下起了蒙蒙小雨。她望着雨幕踌躇着。最终，她还是给儿子穿上了雨披，戴了雨帽，又全力把儿子抱进了轮椅，走了出去。

一路上，她依然讲笑话，儿子置若罔闻。

忽然，她看见了几只小鸟在雨里飞翔，羽毛已经有些湿，却还在努力地飞着。

她高兴地喊儿子看，因为儿子最喜欢小鸟。果不其然，儿子终于抬起了头，望向天空。然后，从嘴里蹦出几个字：“鸟。飞翔！”然后，流泪不止。

她喜极而泣！因为儿子终于开了口！

她说：“儿子，你羡慕鸟吗？羡慕它们能展翅飞翔？”

儿子没说话，泪流得更凶。

她也转望小鸟，幽幽地说：“儿子，知道吗？飞翔对于鸟来说不是人们想像的那么有趣，它们是为了生存在拼搏。其实，很多人的一生，都有这样那样的不如意。我们很多时候，无法改变命运，但，能选择坚强，勇敢面对。孩子，你呢？”

儿子若有所思地看着她，之后抱着她嚎啕大哭。哭完，说了一句话：“妈，我也会面对一切的。”

几年以后，儿子靠着顽强地意志，不但学会生活自理，还拿了大学文凭，现在开了一家网店，日子过得很充实。

她则利用一些时间，做起了手工刺绣，当获得好评后，有经商意识的她回去就开了厂子，她当厂长，张罗着附近的人一起参与赚钱，现在已经在这一行做得小有成就，好评如潮。

是啊，在生命这条长河中，有的人锦衣玉食、金屋华堂。有的人是历尽沧桑，饱经磨难。关键是在我们遇到挫折时，是低头从此消沉，还是昂头积极向前？因为生命都只有一次，就因为只有这一次，我们更应该好好珍惜，不轻言放弃，因为我们是强者。你说我说的对么？

生活百科

美元汇率走低出境游更划算

近期，美元、菲律宾比索、越南盾、新西兰元、日元和瑞郎等货币对人民币汇率持续走低，将使中国游客到这些国家和地区旅游更加实惠。进入2018年，全球头号储备货币美元持续贬值。相较去年同期，现在去美国旅游相当于打了9.3折。驴妈妈旅游网数据显示，包括美国、墨西哥、巴拿马、关岛在内的美元流通国家和地区，春节预订人次同比增长超过3倍。（摘编自《昆明日报》）

阳台还能种“鸡蛋”

在阳台种韭菜、小葱、小番茄不稀奇，现在流行种“鸡蛋”。鸡蛋也能“种”吗？这种能种在阳台的“鸡蛋”名叫金银茄，原产非洲。其植株能生长到40~50厘米，果实未成熟时为椭圆形，长约5厘米，成熟后便成金黄色，皮比普通茄子硬。

金银茄果实在未成熟时可以食用，口感鲜嫩像鸽子蛋，可凉拌或炒吃，营养丰富。但成熟后，口感较老，只能观赏了。

金银茄的种子在网上就可以买到，一包不到20元，60粒左右。它正常生长温度在20℃~25℃，发芽温度在30℃左右，一般7~15天可发芽。