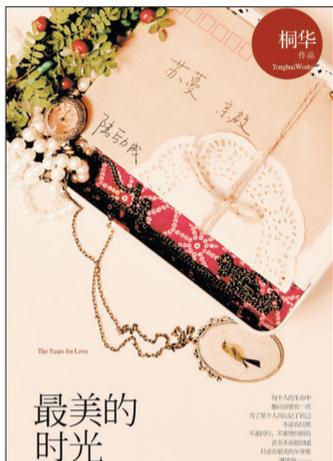


02

相亲遇上暗恋的他

感人的浪漫虐心的纠结



我哼着小曲刚坐进计程车，“麻辣烫”的电话就打了过来。我很有先见之明地将手机离耳朵远一些，那一串刺耳的骂声让旁边司机师傅的手都颤了几下。我本来打算等她骂累了再解释，但为了保全自己的小命，便果断地打断了她的骂声：“我妈逼我去相亲，如果我不去，她就和我断绝母女关系。”

“麻辣烫”沉默了。作为大龄剩女，她被她娘逼迫相亲的次数比我还多，只不过她性格刚烈，很少投降，所以她们母女俩闹得几乎要反目成仇了。

过了一会儿，她蔫蔫地说：“那你去相亲吧！我去逛街。”

“不用，我就去坐一会儿。你去洗头或者做面膜，我们50分钟后见。”

“麻辣烫”心领神会地笑道：“你今天一定很另类！”

“很哥特，很玄幻，很希区柯克。”我现在的样子，包管我妈站我面前都认不出来我是谁。

“好，我先去美甲，等会儿我们在美容院见。你要是再放我鸽子，我就卸掉你的脑袋！”

“是，是，是！”

我的相亲活动触动了“麻辣烫”对自己悲惨世界的怨恨，正事说完，她仍不肯挂电话：“你说我老妈，从我上中学到大学再到工作，一直都教育我要以学业为重，不要胡思乱想，要好好学习，天天向上。我跟小男生多说一句话，她就能盘问我一个小时。她还教育我裙子不能太短，衣服不能太透，不许穿吊带装，不许穿露脐装，恨不得在我脸上刻上‘男人勿近’。为什么我一过25岁，她就突然换了态度，每天不问我工作如何，光问我有没有认识有发展前途的男生，有没有人追求我。我回答的‘NO’多了，她就说我穿衣服没有女孩子气。她以为招蜂引蝶那么容易。她前25年都不教我这方面的东西，也不准我学，我怎么

会？古代妓女上岗前都还要老鸨调教几年呢……”

司机师傅的手又颤了几下，为安全考虑，我只好赶紧把电话挂了。

15分钟后，我和陈阿姨在咖啡馆碰头，陈阿姨看到我，脸色变化与莫奈的油画很像。我很淡定地坐下来，还没要咖啡，先把烟灰缸放在自己的右手边，手袋里烟、打火机都准备好了，只等那位“海草”同学一出场，我的表演活动就开始。

离约定时间还有30秒，老同学仍没到，我看着表想，看起来他也不积极呀！如果他迟到，我就可以理直气壮地走人。正想着，陈阿姨激动地说：“到了，他到了！”

我一面将手探进包里摸烟，一面顺着陈阿姨的目光看向玻璃窗外。一刹那，我像被魔棒点中一般静止不动了。窗内的世界变成了黑白定格的默片，玻璃窗外却阳光灿烂，樱花纷飞。

他的身材依旧修长挺拔，他的眉目也如我梦中的英俊男人。

他徐徐穿过洒满阳光的街道，仿佛穿过7年的光阴，向我走来，在他身后纷飞的是樱花，坠落的是我的心。

我脑子里电闪雷鸣，面部表情却麻木不仁，如一只木偶，由着陈阿姨摆布。

他是如何介绍自己的，我是如何跟他握手的，他如何坐到我对面，我如何送走陈阿姨，我一概不知道，只知道这个我暗恋了11年的人，这个我追着上高中、考大学的人，这个我以为已经从我的生命中永远消失的人，这个我白日里永远不会去想、晚上却无数次梦到的人，竟然再次出现在我的眼前。

我用了10分钟怀疑这件事情的真实性，以为这仍然是自己的春梦，最后不惜狠狠地掐了自己的大腿一把，确认的确不是在做梦。

我又用了10分钟消化这件事情的真实性，对脑子里的轰鸣声不停地喊“停”。

当脑袋终于不再轰鸣时，我再用10分钟狂喜，还不敢表露出来，只能暗想着自己双手叉腰，仰天大笑的样子。哈哈，他也来相亲！单身，他也是单身！

来来，我是一个菠萝，菠萝菠萝……来来，我是一个芒果，果果果果……

我的水果草裙小舞曲还没跳完，便从咖啡匙上看到自己的形象。啊……惊天动地！惨绝人寰！

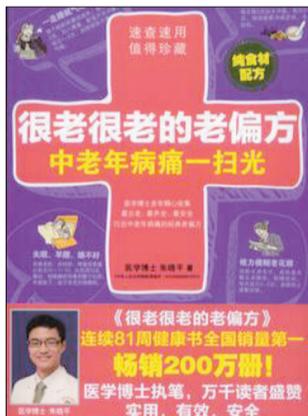
我内心充满了不可置信的怨恨，恨不能当场掐死自己。

我盯着小小的咖啡匙里的那个小小的我发呆……

(摘自《最美的时光》桐华 著)

17 防治风寒感冒、尿急尿频的偏方

偏方能治病不妨试一试



用生姜水刮痧，速治风寒感冒

症状：发热头痛等。

偏方：将生姜榨汁后按1:1与温开水混合。在颈椎旁的皮肤上涂点儿生姜水，然后用一个硬币在皮肤上用力刮，刮的方向与脊柱平行，从上往下用力刮三四下，至局部皮肤变红、变紫为止。颈部刮完，再刮胸背部，即胸椎两旁的肌肉区。

人到老年，抵抗力会变差。我隔壁曾住过一位老伯，他很容易患

感冒。有一次他感冒，吃了两片药，睡了半天，还是头痛得厉害，而且背部肌肉发紧。他又吃了三片药，不一会儿胃就痛了起来，他吃了两片胃药，胃痛才缓解。

我听他说完症状，又检查了一下，发现他患了风寒感冒，便让他脱下上衣，给他做刮痧治疗。

刮痧前，我先切了几片姜，榨了些生姜汁，用温开水以1:1的比例混合，然后涂少量姜水在老伯的颈椎脊椎两旁的皮肤上，也就是中医所讲的膀胱经所过区域。再用硬币沿与脊柱平行的方向，从上往下用力刮三四下，至皮肤发红、变紫为止。刮完颈部后，再刮胸背部，即胸椎两旁的肌肉区，同样是竖向刮，刮到皮肤发红、变紫为止。

等我刮完，老伯立即觉得没那么痛了，发紧的背部肌肉也松弛下来。我又在他胸背部沿着一条条肋骨多刮了几下，他说很舒服。我告诉他，虽然症状缓解了，但还是要注意休息。我让他回去喝杯热水，早点儿上床睡觉。第二天我出门时碰见老伯，他说感冒彻底好了。

感冒患者之所以感到身体会发热、头痛、身懒、全身酸痛，是因为感冒时体内的前列腺素水平明显升高。市面上大部分感冒药是降低前列腺素水平的。大量研究表明，刮痧通过刺激人体的穴位，也能起到

降低体内前列腺素含量的效果。

此外，感冒时患者怕冷、背紧，是因为此时皮肤下血管收缩，肌肉收缩痉挛，而刮痧时能够直接使皮肤下的血管扩张开来，同时令肌肉迅速放松，其起效速度往往是感冒药望尘莫及的。

其实，刮痧用普通温水或润滑油也可以，不过加上生姜水效果会更好。生姜具有解表散寒、抗炎、止痛的作用，用生姜水在背部刮痧，能达到解表祛风散寒的目的。

但要注意，刮痧一定要适度。如果只是像挠痒痒一样，刮不出痧斑，效果就不明显。

尿急尿频，用缩泉丸

症状：尿急尿频。

偏方：市面上购买中成药缩泉丸，按说明书服用。或取乌药、益智仁、山药各10克，加3碗水煎至1碗药汁服用，每日1剂，1个月为1个疗程。

对不少老年人来说，尿急尿频的确是伤脑筋的事情。3年前，70岁的罗大爷就发现自己小便次数频繁了。尤其天气不好，气温较低时，几乎每隔一个小时就要上一次洗手间。一晚上他要起来好几次，气温越低，小便次数越多。

罗大爷去医院检查后，排除了

前列腺增生、糖尿病、肾衰竭等疾病，最后还是确定不了病因。

我给罗大爷摸脉，发现其肾脉很虚弱。他说他还经常有腰部酸软疼痛、膝关节怕冷等症状，这些都说明他肾虚。

我给他开了一个偏方：乌药、益智仁、山药各10克，加3碗水煎至1碗药汁，每日1剂，1个月为1个疗程。或将这3种药等份研成细末，每次5克，用水冲服，每日1次，1个月为1个疗程。

这个方子叫缩泉丸，最早记载于宋代陈自明撰写的《妇人良方》，其功效就是补肾缩尿。

中医认为，肾主水，人体的排尿功能与其相关。肾气充足，温煦膀胱，人体水液就会正常代谢。若肾阳不足，中气下陷，膀胱失约，就会导致膀胱功能失调，从而引起多尿。

方中乌药温肾散寒，益智仁温补肾阳，配以山药，能补肾固精，温肾缩尿。服用本方，能使肾虚得补，精气益固，寒气温散，遗尿自止，效果较好。

老年人肾阳虚可能与肾上腺萎缩有密切关系，而缩泉丸能够改善肾上腺萎缩的症状。

罗大爷按照这个方子连服了1个月就有了效果。我让他再服1个疗程，其尿急尿频问题基本解决了。

(摘自《很老很老的老偏方 中老年病痛一扫光》朱晓平 著)