



原来如此

灵犬趣闻

中国有悠久的养狗历史。早在母系氏族公社时期,生活在黄河流域的原始人就已开始养狗。《周礼》设犬人官职,专司相犬牵犬以供祭祀。在与狗相处的漫长岁月里,人们熟悉了狗的生理特性,认为狗是有灵性的动物,有些部族甚至尊奉狗为图腾,从而形成了丰富的狗文化,其中不乏有趣的故事。

灵性之狗。西晋文学家陆机有条狗叫黄耳,聪明能听懂人话。陆机在京城洛阳做官带走了黄耳,陆机因久无家信,就戏问黄耳能否传信,并作书放入竹筒,系于狗颈,遣狗返家。狗沿驿道奔驰,饥时自己寻食,遇水则向行人摇尾乞怜,搭船而渡,历尽千辛万苦,终于返回吴县陆家,以竹筒示家人。家人看过信后,狗又作声似有所求,家人作答书放入竹筒,狗又奔返洛阳。古时交通不便,自洛至吴,人需50余天,而狗往返才半个月。唐朝诗人李贺的“犬书曾去洛”指的就是这件事。此后,陆家对黄耳更加宠爱。黄耳死后,陆家厚葬之,并立黄耳冢。

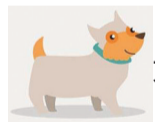
祥瑞之狗。在历代“祥瑞志”中,狗都被列为重要的祥瑞之物。在《古今图书集成》中就有许多以白狗为瑞祥和以献白狗为贵的记载。在民间传说也有“王者仁德则见白狗”的故事。狗是吉祥的象征,故以狗命名的不乏其人,如西汉桃阳侯刘狗,刘邦最喜欢的儿子刘如意别名“犬儿”,东汉梁冀有子名“胡狗”。除王侯外,大文学家司马相如小时叫“犬子”,晋代文学家陶渊明小名叫“溪狗”。国画大师齐白石对徐渭(号“青藤道人”),朱耷(号“雪个”),吴昌硕(号“缶庐”)三人的诗画艺术十分钦佩,大有“恨不生前三百年”的遗憾。他曾说,如果能与这三个人同世,他就给他们磨墨铺纸,如果他们不要他,他就“在门之外,俄而不去”。并写诗说:“青藤雪个远凡胎,岳老衰年别有才。我欲九泉为走狗,三家门下转轮来。”

有德之狗。民间传说狗有八德,即忠、

义、勇、猛、勤、善、美、劳。刘邦抓住了蒯通,问他当年为什么要游说韩信让他背叛,蒯通回答:“跖之狗吠尧,非尧不仁;狗固吠非其主也。”这个“吠非其主”,讲的就是狗的忠诚之德。《原化记》云:“饶州乐平百姓章华,元和初,常养一犬,每樵采入山,必随之。比舍有王者,往来犬辄吠逐。三年冬,王华同上山林采柴,犬亦随之。忽有一虎,榛中跳出搏王华,盘踞于地,然犹未伤,乃踞而坐。章华叫喝且走,虎又舍王华,来趁章华。既获,复坐之。时犬潜在深草,见华被擒,突出,跳上虎头,咋虎之鼻。虎不意其来,惊惧而走。二人皆僵仆在地,如沉醉者。其犬以鼻袭其主口取气,即吐出涎水。如此数四,其主稍苏。犬乃复以口袭王华之口,亦如前状。良久,王华能行,相引而起。犬伏作醉状,一夕而毙矣。”故事中的狗为救主而与虎搏斗,继而以鼻吸取章、王口中之噎气,终至毙命而活其主,谈来肝胆照人。

民俗之狗。我国许多民族有敬狗的习俗,这种习俗的产生大概有两种情况:一是狗为氏族首领,是一种图腾。如《后汉书》曰:“帝高辛氏有狗名盘瓠。时犬戎兵强,乃募得犬戎吴将军首者,赐予少女。盘瓠得之,于是少女随盘瓠升南山,产子男女十二,自相夫妻,后繁盛也。”养狗只为打猎撵山,看家护院,狗到老病时也不幸杀,等其自然死亡。二是狗盗谷种或者保存谷种有功。哈尼族有这样一个神话:远古的人类没有五谷,天神的女儿劝父把五谷种子传给人,天神不听。天神女儿为解救人间疾苦毅然将五谷传给了人,还教人做衣服,天神大怒,将女儿变成狗贬下人间。哈尼人于每年秋收后,都要煮上新米饭,举办“尝新米节”。吃饭时,第一碗新米饭要给家犬吃,以示崇敬。

在丰富的狗文化中,远不止这些故事。然而,不论褒与贬,关于狗的故事,一直都在不同的地域、不同的人群间传承,而且还在继续演绎新的故事。



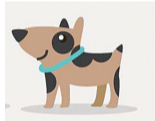
大千世界

雍正为爱犬定做衣服

雍正非常喜欢狗,其中他最喜欢的两条狗的名字分别叫“造化”和“百福”。

雍正亲自为他的爱犬设计制作服装。他曾为“造化”设计过一种老虎式套头衫,做好后,他又认为套头衫没安耳朵,“造化”穿上后,耳朵只能窝在衣服里,非常不舒服,命人在虎式套头衫上再加上两个耳朵。他还为“百福”设计过一件麒麟式套头衫,做好后,雍正又不太满意,命人在麒麟套头衫上再加上眼睛、舌头。这样一来,“百福狗”的眼睛从麒麟眼中露出来,俨然一个活生生的麒麟。此外,雍正还多次下令制作了许多虎皮狗衣、猪皮狗衣、豹皮狗衣等,每件狗衣都经过狗试穿后,由他亲自认真察看,不容许丝毫马虎,稍有不妥,就必须返工。比如有的狗衣做了皮托掌,雍正帝认为不好,就要拆去或重新做一个漂亮的换上。

雍正帝不仅亲自定做狗衣,还亲自为狗定做狗笼、狗窝、狗垫等各种用具。雍正的爱犬穿有好衣,居有安乐窝,真可称得上是“百福”和“造化”了。



成语故事

狗恶酒酸

原意是卖酒的人家因看门狗凶恶导致酒卖不出而变酸了。典出战国末期著名思想家、法家代表人物韩非子的《韩非子·外储说右上》:在宋国某地,有一个做酒卖酒的人,他做的酒质量上乘,店铺门前高悬酒幌,伙计对客人的态度也很好,而且给的量很足,待客恭敬,童叟无欺,但就是不知何故酒卖不出去,时间一长都变质发酸了。店主感到十分奇怪,就向附近一位叫杨倩的老人请教,杨倩告诉店主:你家的酒虽然很好,但你家中有一条恶犬,见来人就狂吠乱咬,因此客人都不敢前来买酒了,这就是你家的酒变酸卖不掉的原因。



历史典故

军犬助战

《五代史·张敬达传》记载:石敬瑭的军队和契丹兵围困后唐将领张敬达时,不仅用绳索系铃铛,而且在四面有狗埋伏。后唐军想在夜晚突围,结果是狗叫铃响报警,致使后唐军无一突围。最终后唐军兵败,张敬达殉唐。这种用犬制胜的战例,不仅我国有,外国也有。苏联卫国战争期间,苏军曾采用军犬炸坦克的方法消灭德军坦克。1941年8月,苏军建立了4个反坦克军犬连,每连有126条军犬。这些军犬是由苏军中央军犬学校训练的。作战时,把军犬配备在敌坦克威胁最大的方面。发现敌坦克时,引导员迅速将炸药固定在军犬背上,把简易引信插入炸药的点火索中,打开保险钩,抓着项带,准备放犬。当敌坦克接近阵地时,引导员拔出引信,将军犬放出。军犬毫无畏惧地奔向敌坦克,钻到它的底下,顷刻之间,坦克在强烈的爆炸声中被击毁。在整个卫国战争中,苏军用军犬摧毁德军300多辆坦克及许多有生力量。

(摘自北京日报)

●好书推荐

《天堑:西藏和平解放纪实》卢一萍 著 现代出版社 2017年12月

○推荐理由:这是一部庄严而宏大的长篇纪实文学作品。它在深入挖掘史料的基础上,以时间为经、事件为纬,展现了一段尘封已久的西藏解放史,揭秘了诸多扑朔迷离的历史细节,热情地讴歌了“老西藏精神”。该书资料翔实,态度严谨,文笔流畅,是一部充满正能量的主旋律作品。

《陈土豆的红灯笼》谢华良 著 吉林出版集团股份有限公司 2017年6月

○推荐理由:这是一本以乡村留守儿童为女主角的儿童小说。作者用充满爱、理解与关怀的情感塑造了一个普通的乡村少年形象——陈土豆,他“留守”着千百年来中国民间最美好的道德传统。真实细腻的心理描写,鲜活饱满的人物形象,平凡曲折故事情节,让作品散发着迷人的色彩,充盈着美好的希望。

《哲学起步》邓晓芒 著 商务印书馆 2017年11月

●推荐理由:本书是邓晓芒先生构建个性化哲学体系的尝试。它以“人的本质”为起点,以“自我意识的本质”为过渡,以“自由的本质”为归宿,中西互镜,史哲相彰,抽丝剥茧,穷幽极微,对哲学根本问题进行了古典而现代、朴素又深入的系统思考。该书语言简明流畅,论证旁征博引,分析鞭辟入里,为关注哲学的读者,既提供了初学起步的门径,也提供了一窥堂奥的方法。

春节过后儿女陆续离家 老人谨防“心病”上身

春节过后子女陆续离家,投入紧张的工作学习中,家中留下父母独守“空巢”,很多老人难以适应冷清。心理专家表示,如果处理不好,特别的节日也会成一些老人诱发心理病的“导火线”。因此,节后老年人的心理调适尤为重要,老年人一定要注意调节和控制情绪,避免情绪急剧变化,伤心又伤身。

现象:节后孤独伤身又伤心

“孩子没回来的时候总盼着,干什么都很起劲,但回来没几天就要走了,心里明白孩子们是在忙事业,要支持她(他)们,可是一想到她(他)们要走了,就觉得心里空落落的,晚上也睡不着觉……”现实中,很多老人都有类似的感受。

春节结束,回家过年的人们回到单位,开始投入到忙碌的工作中。但对于老年人来讲,节日过后,儿女都走了,喜悦、愉快的气氛陡然消失,没有了儿女们的欢声笑语,没有了孙辈们的“吵吵闹闹”,一切又都恢复了平静,这前后巨大的反差,容易使老人产生严重失落感,甚至导致抑郁症的发生。

省直中医院医生说,情绪变化还必须警惕心脑血管疾病。众所周知,老年人群中尤其是患高血压、心脏病、脑血管疾病的“老病号”,在情绪变化太快的时候,更容易导致心跳加快,血压升高,而诱发心脑血管疾病。

药方:子女常问候+老人勤与人和交流户外活动

心理专家表示,因为老人们经历了一个喧闹的、欢乐的那种高潮之后,然后一下子回落到这个孤独的宁静的生活,这种心理落差对老年人造成一定的心理冲击,所以通常也有显示在节后,老年人的抑郁、焦虑甚至是疑病症都会有一定程度的提高,这也是在经历了繁华落差之后产生的一些心理反应。实际上,很多老年人因为去医院麻烦、担心乱花钱,往往选择独自承受。

专家们建议,治疗这种“心病”主要从两个方面入手。首先是子女方面,多给父母打电话,提醒爸爸妈妈照顾自己,这种提醒可以让父母感觉到自己对孩子很重要,会产生一种自己很重要被珍视的感觉,弥补那种心理落差。

其次是老年人自己方面。老人们节后也应学会关爱自己,寻找合适的消遣方式调整好心态,做到老有所乐。如今,很多社区都开展了“夕阳红”活动,还有很多老人自发性的组织了广场舞等活动,老年朋友可以多走出家门,跟其他老人一起参加一些娱乐活动,聊聊天、散散步等。

如果有病史的老人,要更加注意加强防范,按时服药,注意保暖,多饮水,避免劳累、情绪激动、高盐高脂饮食。如发现有头晕、头痛、胸闷、心悸、肢体麻木等不适症状时及时到医院就医。



春节过后,老人饮食调整须及时

每年春节都是“节日病”高发时段。大鱼大肉、暴饮暴食,难免会让人年后感觉身体不适。春节后,老人们该如何饮食?尤其是体质虚弱的老年人,该如何健康饮食?

1. 少量多餐,以点心补充营养

老年人由于咀嚼及吞咽能力都比较差,往往一餐吃不了多少东西,而且进食时间又拖得很长。为了让老年人每天都能摄取足够的热量及营养,营养师建议,不妨让老年人一天分五六餐进食。

2. 以豆制品取代部分动物蛋白质

老年人必须限制肉类的摄入量,一部分的蛋白质来源应该以豆类及豆制品(如豆腐、豆浆)取代。老年人的饮食内容里,每餐正餐至少要包含170克质量好的

3. 补充维生素B

近年来的研究逐渐显示,维生素B与老人易罹患的心血管疾病、肾脏病、白内障、脑部功能退化(认知、记忆力)及精神健康等都有相当密切的关联。无论生病、服药或是手术过后,都会造成维生素B大量流失,因此对于患病的老年人来说,需要特别注意

4. 少加盐、味精、酱油,善用其他调味方法

味觉不敏感的老年人吃东西时常觉得索然无味,食物一端上来就猛加盐,很容易吃过量的钠,埋下高血压的隐患。可以多利用一些具有浓烈味道的蔬菜,例如香菜、香菇、洋葱,用来炒蛋或是煮汤、煮粥。利用白醋、水果

5. 少吃辛辣食物

虽然辛辣香料能引起食欲,但是老年人吃多了这类食物,容易造成体内水分、电解质不平衡,

食,在三次正餐之间另外准备一些简便的点心,像低脂牛奶泡饼干(或营养麦片)、低脂牛奶燕麦片,或是豆花、豆浆,也可以将切小块的水果或水果泥拌酸奶食用。

蛋白质(如瘦肉、鱼肉、蛋、豆腐等),素食者要由豆类及各种坚果类(花生、核桃、杏仁、腰果等)食物中获取优质蛋白质。

补充维生素B。没有精加工的谷类及坚果中都含有丰富的维生素B,所以在为老年人准备三餐时,不妨加一些糙米、胚芽等和白米一起煮成稀饭,或者也可以将少量坚果放进搅拌机里打成碎粉,加到燕麦里一起煮成燕麦粥。

醋、柠檬汁、橙汁或是菠萝等各种果酸味,也可以变化食物的味道。一些中药材,尤其像气味浓厚的当归、肉桂、五香、八角或者香甜的枸杞、红枣等取代盐或酱油,丰富的味道有助勾起老年人的食欲。

出现口干舌燥、火气大、睡不好等症状,所以少吃为宜。

▲老年人应经常和邻里或者朋友参加社会活动,保持好心情。图为荷塘区一社区活动室内,老人们在下象棋。(资料图)

流感还在继续 老年人如何防治?

今年冬天最火的一个词就是“流感”,据中国疾病预防控制中心公布的数据显示,目前我国还处于季节性流感的流行高峰,并且还有可能会继续流行一段时间。老年人是流感高危人群,我们应该怎么防?

根据国家卫生计生委及时更新了流行性感冒的诊疗方案,方案中明确指出了“年龄≥65岁的老年人”是重症病例的高危人群之一。预防本次流感,这类人群可以怎样做?

1. 接种疫苗。在流感季节来临前,接种流感疫苗是最有效的预防办法。由于流感病毒一直在变异,且疫苗起到的保护作用通常在6-12个月,所以需要每年接种流感疫苗。

2. 做好呼吸道保护。流感的传播途径主要是通过打喷嚏和咳嗽等飞沫等,一般建议,外出到人员密集、空气污浊的场所或是去医院时最好佩戴口罩。

3. 保持良好的呼吸道卫生习惯。在咳嗽或打喷嚏的时候,最好是用手帕、纸巾或者是肘部捂住口鼻,别用手直接捂住口鼻,因为这样会让手部沾染呼吸道分泌物。

4. 注意个人卫生习惯。记住勤洗手,最好用洗手液或肥皂、香皂,流动水清洗。尤其是外出包括到医院等公共场所后,饭前便后、触摸眼睛、鼻或口腔前后要洗手。

5. 通风换气。在做好保暖、空气质量良好的情况下,保证居室每天至少通风一次,且在30分钟以上,保持空气新鲜;人员密集、空气污浊的场所少去。

6. 注意保暖。根据天气变化来增减衣物,适度饮水,避免喉咙黏膜干燥;此外均衡饮食、适量运动、充分休息、保证睡眠,增强免疫力。需要提醒的是,一旦出现流感样症状的患者有过接触,尽量避免用手接触自己的眼睛、口和鼻;同时立即洗手,用肥皂或香皂,流水冲洗,保证揉搓时间。一旦出现流感样症状,患者应保证充分休息,多饮水,清淡饮食,吃些易于消化和富有营养;若有持续高热或咳嗽等加重症状,要及时就医,去医院一定要佩戴口罩以防交叉感染。

(本报综合)