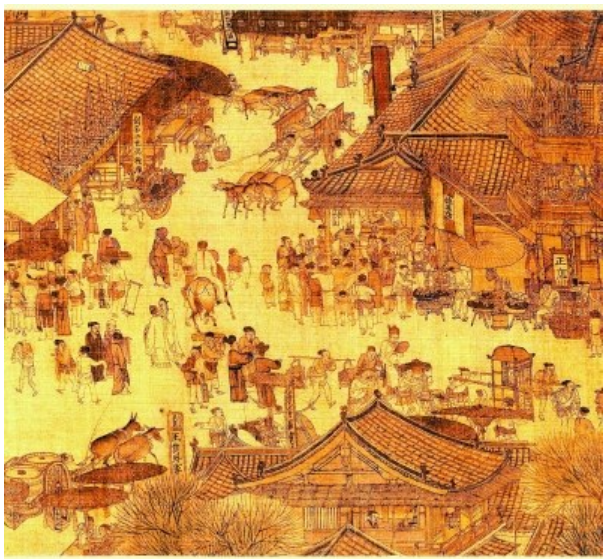


古代有“共享”出行工具吗

如今,随着共享单车的大流行,“共享”一词也跟着热了起来。其实,在中国古代,类似共享单车这种租赁模式的出行工具并不鲜见。车、轿、船乃至驴、马、牛等牲畜,都曾是含有“共享”意义的出行工具。

▶ 北宋张择端绘《清明上河图》(局部),画中出现了乘车、坐轿、骑驴等当时流行的各种出行方式



“共享车”,宋代已出现的“代步”工具

乘车出行先秦时已很普遍,楚国诗人屈原《离骚》中就有“回朕车以复路兮,及行迷之未远”的诗句。但最早的车多是官用,即所谓“公车”或“官车”。到战国时,民间用车才多了起来,如南方的楚国、北方的齐国,官民用车均多。

宋代时,像今天这样以“民用”、“代步”为特征的共享模式已开始出现,如南宋都城临安(今浙江杭州),便出现了专供市民阶层租用的“共享车”。据《马可·波罗游记》,马可·波罗到达13世纪

末的杭州时,看到“街车”往来驰骋。这种街车并不是使用者个人所有,而是车行的,“那些喜欢游乐的男女常常雇它代步。”

但宋朝民间更常见的“共享车”是轿子,轿子因用毛毡为篷而得名,在轿子未流行之前,男女结婚时,多租用这种车。宋丁昇之《婚礼新编校注·婚礼》“迎亲”条记载:新妇坐轿,前来自迎娶的新郎要站在车边,把车帘掀起来,即所谓“婿至妇轿车后之右,举簾以俟”。

“共享轿”,最受新娘青睐的出行工具

轿子出现于魏晋时期,是在辇车的基础上发明的,辇车去轮子就成了轿子,即古人所说的“人荷而行”。到唐宋时,乘轿出行已很普遍。

轿子在宋朝时亦称“檐子”,一般由2人、4人、8人抬着,8人抬的大型轿子,即所谓的“八抬大轿”,上档次,坐的人有面子。

“共享船”,湖边渡口的出行工具

唐朝时,租船游西湖便已十分兴盛,唐朝诗人白居易就曾租船夜游西湖并留下《湖上夜饮》诗:“郭外迎人月,湖边醒酒风。谁留使君饮?红烛在舟中。”

宋朝时最出名的“共享船”,也是临安西湖的游船。西湖的游船多为一种叫“瓜皮船”的小舟,北宋文人苏东坡曾两度到杭州做官,常乘瓜皮船游西湖,其名句“欲把西湖比西子,淡妆浓抹总相宜”就是一次久雨初晴后,坐瓜皮船

游西湖吟出来的。

古代“共享船”用得最多的地方是在渡口。南宋诗人杨万里《甯桥小渡》诗称:“桥坏仍泥滑,舟横隔水呼。岸头危径窄,轿子莫人扶。”诗中的“舟”,就是共享式的渡船。大型的渡船有专业的船工来撑,一般小船多为“自助”。河不宽时,河岸两边悬绳,过河时行人在船上扯拉着绳子过,有的地方因此称之为“扯船”。

“共享畜”,最早的“共享”出行工具

古人租借“共享”牲畜更早。如东汉开国皇帝刘秀,当年读书时便与同学凑钱买驴出租。此事见于《东观汉记》:“(刘秀)随其叔父在萧,入小学。后之长安,受《尚书》于中大夫卢江许子威。资用乏,与同舍生韩子合钱买驴,令从者馗,以给诸公费。”

马和牛在中国使用很早,而驴、骡是在汉朝时才引入的,但民间骑驴最

多。因为驴比马廉价,唐朝时民间就有养驴出租的。宋王钦若等人编修的《册府元龟》记载,开元二十九年(公元741年),京兆府上奏:“两京之间,多有百姓馗驴,俗谓之‘馗驴’,往来甚速,有同骑。”清顾炎武则在《日知录》中称:“尝考驴之为物,至汉而名,至孝武而得充上林,至孝灵而贵幸。”

(摘自《北京晚报》)

康熙亲自指挥救火

康熙皇帝,是中国历史上执政时间最长的帝王。他十分重视防火工作,还曾在北京亲自指挥过一次救火行动。

康熙十八年(公元1679年)十二月初三日紫禁城发生了一次重大火灾,导致太和殿被烧毁。这是由于御膳房几个太监用火不慎造成的。对此,康熙非常震惊,亲下罪己诏,认为这是上天的“致警”,警告自己要更加勤政谨慎,他说:“朕躬膺天眷,统御寰区,夙夜祗承,罔敢怠忽,期于阴阳顺序,中外攸宁,共享升平之化。”

康熙二十三年(公元1684年)三月初十,北京正阳门外的居民区突然发生了一场大火。起火点就在皇宫边上,被康熙看到了。正是因为有了紫禁城的那次大火教训,康熙对火情很重视,几次派人前往查看,都回禀说:“该城及司坊巡捕等官,并无一人在者,亦无一救火之人。”既然该管事的不去管,他这个皇帝就不得不管了。于是他立即派出内大臣、侍卫前去扑救,可是火势凶猛,要扑灭很难。康熙着急,他竟出了紫禁城,登上正阳门箭楼,手执龙旗,亲自指挥内务府官员和侍卫们灭火。可火势仍然不减,于是他又传旨,调来一百多名“防火步军”携带灭火喇叭赶到火场扑救。最后,经过激烈扑救,才终于将大火扑灭。(摘自《北京青年报》)

唐朝交通肇事最高判“流放”

公元762年,也就是唐太宗李豫即位那年的6月,在西域重要的中西陆路交通枢纽高昌城,发生了一起严重的交通事故。高昌城市民史拂八岁的儿子金儿和曹没冒八岁的女儿想在商人张游鹤的店铺前玩耍时,被一辆拉土坯的牛车撞伤,两个孩子腰部以下全部骨折,生命危在旦夕。

肇事人是“行客”靳嗔奴的“年工”,30岁的年轻男子康失芬。“行客”就是来高昌做生意的外地人,“年工”就是雇佣一年的长工。事情发生后,史拂和曹没冒分别向官府提交了呈词,陈述了孩子被牛车轧伤的经过,向官府提出了处理的要求,也就是把雇主靳嗔奴告上了法庭。案件是一个叫“舒”的法官处理的。

在案件调查中,舒先是询问肇事人康失芬,康失芬说牛车是借来的,自己驾驶技术不过关,在牛奔跑的时候,自己“力所不逮”,以致酿成大祸。法官舒问康失芬有什么打算时,康失芬表示“情愿保辜,将医药看待。如不差身死,请求准法科断”。态度还算可以。就是先请求保外为伤者治疗,如果受伤的人不幸身亡,再按法律处罚自己。也就是流放三千里。

按照唐朝法律《唐律疏议》卷二十六之规定:“诸于城内街巷及人众中,无故走车马者笞五十,以故杀人者减斗杀伤一等。”斗杀伤就是故意杀人,最高刑是死刑,比它减一等,就是长流三千里。这是唐代五刑之一的流刑中的最高等级。一般还有附加刑——三年“居作”,就是三年佩戴枷锁劳动。

(摘自《中国青年网》)

荐书

毛泽东与1949年后的中国

陈冠任编著,中共党史出版社出版的《治国录:毛泽东与1949年后的中国》,以详实的史料、独到的视角和生动的故事,展现了一代伟人毛泽东的治国智慧和独特贡献。本书从一个侧面反映了1949年至1976年期间新中国成长的非凡历程,有助于读者更深刻、更科学地认识新中国的历史,从而澄清误解,树立正确历史观。

历史转折中的人和事

20世纪中国革命和建设的历史大潮中,特别是在遵义会议前后和十一届三中全会前后两次伟大历史转折的年代里,涌现出的领袖和杰出人物,他们为振兴中华民族建立了不朽功勋,他们的高风亮节、聪明才智是中国人民取之不尽用之不竭的精神财富。从人物切入,是认识历史、接受经验、掌握规律的最为便捷的途径。程中原和夏杏珍著、四川人民出版社出版的《历史转折中的人和事》,重点记叙、评述了毛泽东、邓小平、陈云、张闻天和华国锋

一碗汤——鸡蛋花陈皮饮

春夏之交湿气重,鸡蛋花陈皮饮可预防中暑。鸡蛋花陈皮饮:鸡蛋花3克,陈皮2克,生姜2片。上述用料一同放入砂锅,加清水1000毫升,大火煮沸3分钟,即可饮用。此汤饮具有清热祛湿的功效,尤其适合湿热痰多的人群

说说吧

您或许有专属的养生窍门,您或许有坚持许多年的养生习惯……这些都可以拿来分享,说不定您的一个养生秘诀真的帮助到了别人,分享的快乐在于此!来,说说吧!

从今天起,株洲晚报生活周刊将开设《说说吧》栏目,我们将免费刊登您的养生心得体会或者养生高招,欢迎分享民间智慧。您可以将文字发送邮件至:274639224@qq.com,或者加入QQ群:



群名称:养生分享
群号:826080931

立夏养生,从“生”到“长” 谨记“八个一”

立夏,夏季的第一个节气,标志着自然万物“生”到“长”的一个转折,没有夏的成长,就不会有秋收冬藏!

立夏养生,谨记“八个一”,身体健康,少生病!

一颗蛋——鸡蛋

鸡蛋性平、补气虚,不伤脾胃,一般都适合,所以,哪怕是有高血压等慢性病的人,立夏吃鸡蛋也是有益健康的。每天吃一个到两个。另外,就鸡蛋营养的吸收和消化率来讲,煮、蒸蛋为100%,嫩炸为98%,炒蛋为97%,荷包蛋为92.5%,油炸为81.1%,生吃为30%~50%。

一种瓜——苦瓜

进入夏天后,吃点苦瓜可以清热。苦瓜中含有丰富的生物碱、氨基酸、苦味素、矿物质,具有消暑、退热、除烦、提神、降脂和健胃功能,尤其对肥胖或患有糖尿病的人来说,尤甚。

一种菜——莴苣

夏天天热,多有气集于体内,吃莴苣可以帮助你通气,把体内废气放出去。中医认为,莴苣利五脏,通经络,开利胸膈,壮筋骨,去口臭,使牙齿变白,使眼睛明亮。不仅如此,凡是身体虚弱,齿缝间时常出血,或鼻部干燥鼻血,均可用莴苣茎切片,煮熟,加酱油或盐拌食,以治疗和减少出血情况。

一碗汤——鸡蛋花陈皮饮

春夏之交湿气重,鸡蛋花陈皮饮可预防中暑。鸡蛋花陈皮饮:鸡蛋花3克,陈皮2克,生姜2片。上述用料一同放入砂锅,加清水1000毫升,大火煮沸3分钟,即可饮用。此汤饮具有清热祛湿的功效,尤其适合湿热痰多的人群

饮用。但平素大便稀溏、舌边有齿痕、肺寒咳嗽、虚寒感冒、寒湿型大便溏泻的人群不宜食用。

一种豆——红豆

中医说,红为火,可以入心、补气补血。红豆被明代医学家李时珍称为“心之谷”。它既能清心火,也能补心血,有助降血脂、降血压、改善心脏活动功能等功效,同时又富含铁质,能行气补血,非常适合心血不足的女性食用。

一碗粥——五谷杂粮粥

五谷杂粮粥以五谷为基础,同时适当地加入红枣、花生、薏米、枸杞等食材,能补中益气、滋阴润肺,健脾开胃。适用于气阴两虚、厌食乏力、盗汗等症状。

一杯茶——蒲公英桂花绿茶

绿茶,对防衰老、防癌、抗癌、杀菌、消炎等具有特殊效果。蒲公英被称为“最好的下火草”,又被称为“天然的抗生素”,善清肝热,对于肝中郁热所见的急躁易怒、口苦口干口臭、咽喉疼痛、小便短赤等有效。桂花香味清新迷人,安心宁神,还有止咳化痰、养生润肺之功效。三者搭配在一起泡水,养生效果翻倍。

一份眠——子午觉

到了夏天,心阳最为旺盛,功能最强,当气温升高后,人们极易烦躁不安,好发脾气。“春夏养阳”,养阳重在“养心”。

午饭后,人的身体为保证食物的消化吸收,全身大部分血液流向消化系统,大脑的血液相对减少,故有昏昏欲睡感。通过子午觉来进行调节,补偿夜间睡眠不足,能使人的大脑和身体各个系统都得到放松和休息。

(摘自《生命时报》)

老年养生话喝粥

袁楚湘 80岁 天元区老二中宿舍

从古到今,食粥养生极为盛行。早在西周,粥就被列为王公大臣“六饮”之一。南宋诗人陆游一生视粥为养生妙品,有诗云:“世人个个学长寿,不悟长寿命在目前。我得宛丘平易法,只将食粥致神仙。”我坚持喝粥多年,粥已经是我生活中的佳品。

降火喝碗绿豆粥,补血喝碗红糖粥还有营养丰富的五谷杂粮粥、味道鲜美的鱼片粥、温补的粥白糖莲心粥、桂花赤豆粥等等,不同的粥功效不同。我平时最喜欢喝白米粥,健脾胃、提高免疫力。

白米粥熬好后,上面浮着一层细腻、黏稠、形如膏油的物质,中医里叫做“米油”,俗称粥油。用来熬粥后,很大一部分营养进入汤中,其中尤以粥油中最为丰富,是米汤的精华,滋补力强。老年人不同程度存在着肾精不足的问题,如果常喝粥油,可以起到补益肾精、益寿延年的效果;产妇、患有慢性胃肠炎的人经常会感到元气不足,喝粥油能补益元气、增长体力,促进身体早日康复。

进食太少也会惹来脂肪肝

研究发现,不仅暴饮暴食会伤肝,营养不良也会导致脂肪肝。

首先,进食太少使机体无法获得足够的葡萄糖和燃烧各种脂肪时所需的氧化酶类,这时机体不得不动调贮存在身体其他部位的脂肪、蛋白质来转化为葡萄糖,而这些脂肪、蛋白质是要通过肝脏来转化的,这就让大量脂肪趁机进入了肝脏。

其次,脂代谢所需的脂蛋白的合成离不开胆碱、蛋白质和必需脂肪酸,摄食过多,营养不良,就不能合成脂蛋白,从而会影响肝脏的脂代谢,导致脂肪大量沉积在肝脏,形成脂肪肝。

(摘自《燕赵老人报》)

周一偏方

周一偏方:生姜碎治便秘

生姜切碎取少许放在肚脐上,然后,滴上2滴白酒,再用伤湿止痛膏贴上,一般12小时揭下。一天一次。提醒大家:舒服的时候就停止,不舒服的时候再贴上。

(摘自百度百科)

周一穴

护心穴:内关



取穴方法:正坐或仰卧,仰掌,在前臂掌侧,从近手腕之横皱纹的中央,往上约三指宽。

主治:心痛,心悸,胸痛,胃痛,呕吐,孕吐,晕车、手臂疼痛;呃逆,健忘,失眠,癫狂,痫证,郁证,眩晕,中风,偏瘫,哮喘,偏头痛,热病,产后血晕,肘臂挛痛。心绞痛,心律不齐,神经衰弱,精神分裂症,癔病,无脉症等。

保健养生:心痛、心悸、胸痛是老年人常见疾病。经常按摩内关穴,可以保护心脏,宁心安神、理气止痛,还可以治疗晕车、晕船等,对怀孕前3个月恶心、呕吐的妊娠反应疗效也很好。内关穴还是治疗心血管病第一要穴。内关穴可以助眠,调节自律神经,打嗝、解除疲劳,改善胸痛、心悸、盗汗,舒缓腹胀感,缓解头晕等。按摩内关穴时,可沿着手腕上下方向或用硬币侧滚滚动按摩,每天按揉半小时。(摘自百度百科)