

# 浓浓邻里情 处处显温暖

俗话说:远水不解近渴,远亲不如近邻。

有一位好邻居为我们生活增添了不少方便,更是老人们居家生活的最佳“伴侣”,不管是昔日的家属大院还是如今的层层高楼,因为兴趣相投,因为相互帮助,邻里之间慢慢熟悉起来,让老人们走出家门,生活变得多姿多彩。

## 接触多了,邻居自然就熟了

荷塘区 三一歌雅郡 60岁 许冬梅

今年60岁的许冬梅生性开朗,可去年自单位筒子楼搬进自置新居后却变得沉默寡言,一时间与高楼内邻里之间几乎无来往,见面也多以互称“几号几零几”来打招呼,经常一个人坐公交车回到以前居住的地方和旧友们相聚,还时常对孩子们抱怨这新房住着闹心,没点人情味,“这里的人冷冰冰!”

而今,她熟悉的邻居可多了,有许多志趣相投的邻居一起唱歌一起跳舞,时常相互串门,甚至还发现同一幢楼里抬头不见低头见的另一位许阿姨竟然是她老家亲戚。

改变,源自丈夫突然的脑梗。去年12月份,许冬梅的孩子们都去上班了,送完孙子上幼儿园回到家,发现丈夫突然口眼歪斜应声倒地。一时间,许冬梅慌了神,都不知道该怎么办,只知道哭。正好,隔壁邻居王海军运动完身体回到家听到动静,赶紧敲门,帮忙打120叫救护车,并通知许冬梅的孩子们。幸好,在脑梗黄金抢救时间内,许冬梅的丈夫及时得到了治疗,2个月后基本康复。

“真的是远亲不如近邻! 如果那天没有邻居王海军的帮忙,我丈夫以后的日子只能在床上度过了。”许冬梅很感激邻居的帮忙,也庆幸自己摊上个好邻居。

慢慢地,她发现新小区的人都挺“可爱的”,爱旅游的会分享很多旅途故事,爱唱歌的会一起高唱一曲,爱做饭的经常做好吃的一起分享……“貌似没那么冷了! 其实不是这里没有人情味,而是不愿意融入进去。”

一来二往,楼上楼下,如今许冬梅成了楼栋长,家长里短她都管着,特别是刚搬进来的邻居,她会第一个去敲门打招呼:“如今不是邻里淡漠了,只是缺少接触的渠道。”



## 时间长了,邻居变成了“亲戚”

天元区佳美社区佳兆业 81岁 罗阿姨

5年前,在外打拼的儿女为独居在株的母亲、81岁的罗美林在佳兆业小区买了一套电梯房。罗美林身体不太好,经常腰痛,做事不太方便,是城市中的典型“空巢老人”。

隔壁邻居63岁的刘敏每天早晨去买菜会敲门叫一声:罗姐,你起来了? 吃完中饭到罗阿姨家门口问一声:罗姐,中饭吃了没? 晚饭后出去散步,问一声:罗姐,垃圾有没有要带下去? 虽然是简单的问候,但一声声问候罗美林觉得很温暖,家里也不再寂寞,“不然整天面对空荡荡的家,连个说话的人都没有。”

双休日刘敏会去超市采购一些日常用品,也会有罗美林最近需要的东西,“老人身体不好,没个人在身边,我就住隔壁自然要多照顾一下,都是邻居,谁还没个难处啊!”

刘敏看到罗美林家的地板湿了就拖一拖,衣服裤子没得穿了,到市场上买,买回来后按照罗美林的身高改好。尤其是今年年初罗美林腰痛住院回来,起居生活有些困难,刘敏主动照顾老人的一些日常生活。

4年前的一天,刘敏如往常一样出门买菜。刚一开门,刘敏发现对面邻居老人坐在地上,气喘吁吁,怕是不舒服了。刘敏赶忙上前询问,得知她腰疼得厉害,直接瘫坐在地上,儿女没在身边,也不知道找谁帮忙。刘敏听后有点自责,已是邻居几个月了,居然不知道对面的老人一直一个人居住,身体还不好。

从此,刘敏就多了个心,每天都要去问候一下,有时间还会去坐坐,聊聊天,“一个人住会很无聊。”

就这样,4年如一日,刘敏细心地帮助老人的生活。罗美林的生活里已经离不开刘敏,“就像亲姐妹一样!”

## 记者手记

中国人一向看重邻里关系,自古就有“远亲不如近邻”的说法。但近几十年,随着住房商品化、生活节奏加快、休闲方式逐步增多,似乎邻里间日渐疏远。特别是让住在商品房里的老人感到很多不适应,南来北往的住户,夹杂着各种方言,生活习惯也不尽相同,常常让老人不愿意打开家门,迎接新朋友。

天元区泰山路街道文家冲社区作为一个成立不到3年的社区,通过“党建领航·三社联动”、打造“相亲相爱一家人”共治众享社区自治服务项目,为探索新型的邻里关系,一直在不断地尝试,逐渐营造出“幸福文家冲·邻里一家亲”的和谐社区氛围。他们为打开邻里之间的那扇门,经常组织活动,百家宴、中秋节游园活动,端午节包粽子比赛……社区相关负责人表示,现在在家的老人多了,他们有力的会互相帮助、互相照顾。体力好的老人帮助体力弱的老人做点事,比如照顾孩子、打扫卫生;有文化的老人积极辅导青少年学习,用自己的行为去影响教育帮助他们,多为社会做好事;当自己有困难时,也会得到邻居的帮助。

邻里之间的相处也算是一门学问,特别是老人家。老年人在和邻居打交道的同时要注意以下几点:首先,要尊重邻居,不管邻居的社会地位、工作职业、经济状况、生活习惯、年龄大小如何,都要一视同仁、平等对待;其次,邻里之间要互相信任,不要猜疑。无端猜疑往往会引起邻里间的矛盾,也给自己带来烦恼和苦闷;日常生活中,有许多公用设施(如过道、庭院等),要注意礼让,切忌挤占抢用,即使对方不小心有不当之处,也不要斤斤计较。

(刘白/文)

如果如果你想受人尊敬,那么首要的一点就是你得尊敬你自己。——陀思妥耶夫斯基

## 名人名言

随处传播你的爱心,就从对你的家人开始,多一分关爱给你的孩子,你的另一半,然后你的邻居……让每个接近你的人都有如沐春风的感觉。给别人一个关怀的眼神,一个灿烂的微笑,一个温暖的拥抱。

——泰瑞莎修女

爱是不会老的,它留着的是永恒的火焰和不灭的光辉,世界的存在就以它为养料。

——左拉

无言的纯洁的天真,往往比说话更能打动人心。

——莎士比亚

最美好的东西是看不到、摸不到的,但可以用心感觉。

——海伦·凯勒

如果你想受人尊敬,那么首要的一点就是你得尊敬你自己。

——陀思妥耶夫斯基

## 娱乐天地答案

- 1-5: ABABB
- 6-10: BBACC
- 11-15: BDABB
- 16-20: DABDD
- 21-25: CABCB
- 26-30: BDBCC
- 31-35: BAADB

## 娱乐天地

# 中国的传统文化知识,你能答对多少?(下)

吃年糕的习俗与谁有关? 甲骨文最早是在哪种物品上发现的?《十面埋伏》和《高山流水》哪一首是琵琶曲……这些基本的文学常识,是咱们老祖宗留下来的宝贵遗产。可其中具体的指代,你知道多少呢? 试着来答一答吧。

1、舞狮是我国优秀的民间艺术,有南狮和北狮之分,其中狮头以刘备、关羽、张飞等三国人物的戏曲脸谱来打造的是?  
A、南狮 B、北狮

2、文人对各种植物有自己的偏爱,陶渊明喜爱菊花,北宋文豪苏东坡则说过:宁可食无肉,不可( )?  
A、居无松 B、居无竹 C、居无梅 D、居无菊

3、下列哪一项与李白的诗歌、张旭的草书并称唐朝文宗御封的“三绝”?  
A、裴曼的剑舞 B、公孙大娘的舞蹈 C、吴道子的画

4、天干地支纪年始于汉代,请问这种纪年是以哪一天为起点的?  
A、除夕 B、正月初一 C、立春 D、春分

5、《齐民要术》是关于什么的书?  
A、君主如何统治国家的著作 B、农业生产和农事活动的著作

6、孔子为什么“三月不知肉滋味”?  
A、读到一本好书 B、听到一段好乐曲

7、《康熙字典》成书于哪个朝代?  
A、秦朝 B、清朝

8、风筝最初是用来做什么的?  
A、通报消息 B、娱乐健身

9、“鼎”的最初用途是什么?  
A、祭祀用礼器 B、地位象征物 C、烹煮器具

10、如果你想到图书馆借阅寓言性质的书,在下列书籍中应优先选择哪一本?  
A、《史记》 B、《论语》 C、《庄子》

11、“三更半夜”中的“三更”指的是几点?  
A、21点至23点 B、23点至凌晨1点 C、凌晨1点至3点

12、明朝永乐年间,从西洋归来的郑和船队带回了一只西方异域兽“麒麟”,就是现在我们所知的?  
A、狮子 B、金钱豹 C、河马 D、长颈鹿

13、下列古代名曲哪一首是琵琶曲?  
A、十面埋伏 B、高山流水

14、“老吾老以及人之老”是中华民族的传统美德,这句话是谁最早提出的?  
A、孔子 B、孟子

15、成语“咫尺天涯”中“咫”、“尺”都是古代计量单位,其中“咫”和“尺”哪个更长?  
A、咫 B、尺

16、草书、行书、楷书、隶书四种字体当中哪一种是其余三种的起源?  
A、草书 B、行书 C、楷书

17、吃年糕的习俗与下列哪位历史人物有关?  
A、伍子胥 B、范蠡 C、屈原

18、甲骨文最早是在哪种物品上发现的?  
A、青铜器 B、药材 C、墓碑 D、竹筒

19、以下哪个字不含“黑色”的意思?  
A、玄 B、皂 C、青 D、苍

20、《三国演义》中有关羽“单刀赴会”的故事,历史上也确有“单刀赴会”一事,赴会的是?  
A、赵云 B、张飞 C、周瑜 D、鲁肃

21、以下几位历史人物,谁在家排行老大?  
A、孔子 B、诸葛亮 C、班固 D、程颐

22、“双簧”是我国一门独特的曲艺艺术,它得名于?  
A、初演的两个人都姓黄 B、表演者使用的乐器叫做簧 C、表演者巧舌如簧

23、在白族姑娘的头饰上,蕴含着完美熟悉的词语,它指什么?  
A、阴晴圆缺 B、风花雪月 C、梅兰竹菊 D、春夏秋冬

24、我国很早就有了穿木屐的相关史书记载,下面的鞋就是东晋时谢灵运发明的“谢公屐”,它当时的用途是什么?  
A、舞鞋 B、上朝穿的朝鞋 C、登山鞋

25、《论语》中认为“为仁之本”的是?  
A、忠义 B、孝悌

26、“七月流火,九月授衣”,其中“七月流火”指的是?  
A、天气炎热似火 B、天气渐渐转凉 C、流星异常出现

27、“实事求是”一词出自哪部典籍?  
A、《左传》 B、《战国策》 C、《史记》 D、《汉书》

28、秦始皇统一中国后,将全国文字统一成了下面哪一种?  
A、楷书 B、小篆 C、鸟虫文 D、行书

29、宣纸得名于什么?  
A、用途 B、材质 C、产地 D、使用人群

30、下面哪个是农历五月的别称?  
A、杏月 B、桃月 C、榴月 D、荷月

31、古代有很多姓氏都来源于官职,司马的职能是什么?  
A、农耕 B、军政 C、养马 D、水利

32、旗袍是具有中国特色的女性服饰。下列哪一项描述是正确的?  
A、左襟压右襟 B、右襟压左襟

33、下列植物中,不应当出现在《岁寒三友图》中的是?  
A、菊 B、梅 C、竹

34、古琴最初只有五根弦,代表着金、木、水、火、土。后来又增加了两根弦,这两根弦代表?  
A、天、地 B、南、北 C、阴、阳 D、文、武

35、“楚河”和“汉界”在今天的哪个省?  
A、湖北 B、河南 C、河北 D、湖南

## 新知

### 细胞编程可主动“调节开关”

这一发现开启了一个全新领域,可以对细胞进行编程,用以治疗各种目前无法安全有效地接受治疗的虚弱病人。

以创伤性脑损伤(TBI)为例子。当大脑发生创伤性损伤时,身体会表现出严重的炎症。虽然炎症是身体自我愈合的重要过程之一,但在TBI中,某些炎症可能远远超过正常水平,比如使大脑永久性受损。尽管医生可以通过药物来控制这种情况,但它们往往会因为导致炎症骤降到过低水平,从而阻碍了大脑的正常愈合。对于TBI,身体自身的防御和现代医学都不能做到“恰到好处”。

这时,“智能”细胞可以打开和关闭相关的蛋白质,并构建能够动态调节细胞活动的线路。当包含遗传编码传感器的“电路”检测到正常细胞活动中断时,“智能”细胞会迅速作出反应,直到细胞活动恢复正常——这个过程类似于恒温器持续感应环境温度,并指示系统关开来保持所需温度。

当然,“智能”细胞这种技术能提供帮助的对象远不止TBI这一种。专家认为,它还有望用于治疗目前无法治愈的各种疾病,从癌症到尚无治疗方法的自身免疫性疾病等。

