

九九归医

烟瘾再大的中国人,也会因为疾病的突然出现而马上成功戒烟。

抽烟的“抽”,找抽的“抽”

● 佟彤

我们报社的新闻部主任曾是个拿着烟和打火机四处“找抽”的人,因为“复吸”多次也“怒己不争”多次。上周,他对一个斯文有加的戒烟文章大呼过瘾,于是就有了这个有些“找抽”的标题。怕此言一出,犯了众怒,我特意找出了下面的事实:

很多难以戒烟或戒后又“找抽”的人以为:只要每天少抽,或拣焦油含量低的烟抽,会相对安全。事实上,流行病学的调查发现,香烟里除了焦油以外,还有40多种致癌物质。更重要的是,有人专门对吸高焦油、中焦油、低焦油的人做过化验,结果发现,他们尿里的代谢物质的水平其实是一致的。更加糟糕的是,抽低焦油烟的人以为,香烟毒性已减,而且这种烟的尼古丁含量也低,这会促使他抽得



Homer/漫画

更深,危害反而加剧。

其实,抽烟的人不是不知道“抽烟有害健康”,而是他们更看重抽了一辈子烟仍旧无疾、长寿的个例。包括女性,虽然目前已经证实,抽烟的女人比不抽烟的女人卵巢早衰三年左右。但他们还是把目光投

向了那些抽烟并没有影响寿命,没有影响面容的硕果仅存者,这种侥幸就是他们在任何环境中都要“找抽”的依据。

这种情况在国人对糖尿病的认识上也同样存在:虽然糖尿病的发病率在中老年以上人群中,几乎占了

五分之一,但仍没能说服国人减糖减油的饮食习惯,他们总觉得:人家西方人吃的糖、油不比中国人多吗?

还是来看基因的证据吧:中国人属于黄种蒙古人种,拥有一种特殊的“节俭基因”,即便是同样的运动,拥有这种基因的人会比其他人“节能”。这种“节俭基因”是人类在进化中,为保障贫困人群在营养不足的条件生存繁衍逐渐形成的。现在的情况是,基因作用尚存,但生活已今非昔比,被基因节省下来的能量便留存在体内,这就成了糖尿病发生的基石。

这就生出一个问题,如果你是嗜糖者或者“找抽”者,你怎么知道你有没有糖尿病或者癌症的“易患基因”?凭你那未知质量的基因,怎么敢效长寿、长青人之“馨”?

其实,戒烟成功者中,凭借药物戒成的,只有15%。所以,中国控烟办的副主任姜垣一直说:戒烟的成败关键在决心。她的依据是:烟瘾再大的中国人,也会因为疾病的突然出现而马上成功戒烟。

我以前有个同事,早上醒来一睁眼就要点上一支烟。按照尼古丁代谢规律,凡在清晨醒来的5分钟内必须吸第一支烟的,就可以诊断为严重的“尼古丁依赖”了,从理论上讲,这种人很难戒烟。

有一次,我们单位体检,他被怀疑“膀胱癌”,突如其来噩耗让他马上放弃了经年难改的恶习,根本没用任何辅助措施,他在当天就戒烟成功……其实,抽烟就是种自找的灾难,完全可以,也只能靠“找抽”者主观终止。

夜夜倾城 怕老婆,就像在公司里与上司虚与委蛇。

心中有术 走路不能轻点吗?说了多少次?找打架是吗?

嫁夫嫁不嫁灰太狼

● 叶倾城

女友教我一句话:娶妻当娶美羊羊,嫁夫当嫁灰太郎。

几乎没看过这部动画片,只知道灰太郎就像格格巫、汤姆猫一样,值得同情,自始至终没吃上羊肉汤。女友教育我:错,灰太郎和它们有质的不同:一,如果它喝上汤,它会给太太红太狼吃肉——女友几乎是沉醉地说:多么伟大的情怀呀;二,它正如所有成功人士一样,深爱同时也深怕老婆……

我眉毛都不动一下:“别扯淡了。”

我朋友圈中,有一位,是著名怕老婆的。在他家吃饭,他老婆跟训三孙子一样,数落他两个钟点:卫生纸用完了,作为马桶的最后任使用者,他居然不知道换;看电视,太太在一边叙述上下三千年的爱恨情仇(那是一出穿越戏),他在看股票报告,完全春风过驴耳;她兴冲冲逛一下午淘宝,待他回家,把最重要的两款鞋让他帮忙参考——他只一脸模糊:“就是……就是那种看上去很正常的鞋呀,鞋嘛都差不多……”

她控诉得生猛热烈,所有人都听得出那“言若如憾心实喜之”。他只管笑眯眯给她夹菜:“猪蹄里面有胶原蛋白,对美容好。”被他们的恩爱震得神魂颠倒的小妹妹们发出嗷嗷尖叫:“新好男人



呀。”他气定神闲,飞一个眼风给我——我和他认识太多了,连他家小三,我都很熟。

当年刚认识他,一起坐慢车在中国南部缓缓看花。突然有急事要回家,连滚带爬去订票处,人家一口咬定没有,除非“订票费贵点儿……150。”他直接拍钱。事后教育我:“可以花钱,可以被骗,可以受气,但就是不能费事。时间精力比这些都宝贵。”面对妻子,他的想法显然也一样。他不在乎摧眉折腰、胁肩谄笑,只要省事省心。

他懒得花时间跟婚姻搏斗,因为他有更重要的事可做:追求功名利禄,财色兼收。就像灰太狼,它要抓羊。选择“怕老婆”,就像在公司里与上司虚与委蛇,只是一种姿态,不是爱、尊重或者服从。

可以嫁灰太狼,如果你爱他,但,千万别因为他怕老婆:一,你没有尖牙利齿,也不曾身穿火红的裘皮大衣,你的名字不叫红太狼,你更不是穿貂皮的维纳斯;二,他也许,有不怕的一天。

暴力的暗示

● 唐山

“为感谢您长期的支持与关爱……”乍一看这条短信,几乎跳起来,自问从没长期支持过谁,就算对别人关爱,也远不到要别人发短信感谢的地步。

原来,这是中国移动年底搞活动,作为老用户,我幸运地得到30元的电子充值卡。

白给我钱花,当然高兴,但说长期支持与关爱“中国移动公司”,那实在是栽赃。买手机时,根本就没有选择余地:公司就那么两家,话费都是人家说了算,信号不好只能怪自己……但,人总要用手机,我只能接受。没想到,几年后,这就成了我“长期的支

持与关爱”的证明。

把无奈的选择,划归“关爱”,这,大概要算语言暴力。

我每天都过的那条街,正在拆迁,大喇叭天天在疯狂地喊叫,商家们甩卖着各种假冒伪劣。离奇的是它的广告词:“尊敬的顾客,为了满足你们的需求……”原来为了满足你们的需求,于是,这噪音也显得格外理直气壮。

这,要算是行为暴力了。

这几天,北京下了两场大雪,儿时最喜欢从墙头把雪抓下来,那里雪厚,便于团雪球。然而,今天已没有这样的浪漫了,小区的院墙上,栽满了碎玻璃

碴,看到墙头上白皑皑的积雪,几乎诱发了童年时的冲动。幸好,理性及时提醒我:如果不想付出血的代价,最好别这么做。

这,要算是环境暴力了。其实,仔细想想,身边这样的暴力暗示太多了,从“此处严禁停车”,到“严禁践踏青草”,甚至厕所也“严禁在池外便溺”,晚上,和儿子一起看动画片,看着一群貌似忠厚的羊们,一次次将灰太狼折磨得死去活来……

正当我沉浸在这暴力暗示的氛围之中,楼上的拖鞋声又不合时宜地响了起来,再也按捺不住的我开始咆哮:走路不能轻点吗?说了多少次?找打架是吗?

食在江湖

有了干辣椒,谁都能成为名厨。

一辣遮百丑

● 沧桑

家常菜中,醋熘白菜算是最平庸的一个,然而,过去餐馆招呼子,考的多是这道菜。为何?因为它太难做出彩儿来。

真正的醋熘白菜,刀工极考究,辅以醋熘之道,不放糖,也是佳肴。切成鱼鳞片状的白菜帮,截面大,纤维充分暴露,能将醋的酸意完全吸收,再加上白菜本身的甜,从而将“淡而有味”四个字,阐释得妙不可言。这,绝非每个厨子都能达到的境界。

如今,餐馆中吃到的醋熘白菜,多成辣口。其实,这道菜最忌辣,白菜本

味含蓄,只有醋熘才能将其充分释放出来,且白菜重在温补,加了辣椒,食后易上火,尽失其本意。

然而,时下的风尚是喜辣的,不起眼的醋熘白菜又怎能免俗?加了辣椒,炒出的白菜和土豆已无分别,在辣味的掩护下,厨道的境界不重要了,一道菜不再需要灵魂,食客们要的只是刺激,只是咬合瞬间产生的那份快感。

一辣遮百丑。有了干辣椒,谁都能成为名厨,而所谓功力、讲究、规范、个性等,都变得不重要了。一

道菜,蜕变成流水线上的产品,厨师不再需要和它产生交流,不再需要情感与理解的付出。对于厨师们来说,醋熘白菜不过是谋生的工具,而非追求。

有时,我会这么想:在现代化的喧嚣下,连我们自己都会变得毫无个性和同一化,那么,一道菜的命运可想而知。

坐在每天早班的地铁中,看着拥挤的人流,心中想念的是一盘不辣的醋熘白菜,或者,在这个城市中,再也找不到原汁原味的醋熘白菜了吧?

晒在边上

签名档

▶刷牙是一件悲喜交加的事情,因为一手拿着杯具(悲剧),一手拿着洗具(喜剧)。 早已离开

▶幸福就是,寻常的日子依旧;幸福就是,寻常的人儿依旧。 阿薇

▶又帅又有车的,那是象棋;有钱又有房的,那是银行;有责任心又有正义感的,那是奥特曼;又帅又有车有钱又有房有责任心又有正义感的,是在银行里面下象棋的奥特曼。 蓝牙

▶旅行就是从自己活腻的地方到别人活腻的地方去。 阿薰

段子

美发店里

美发师:您看看你的发型还需要修改吗?

顾客:不对……不对……,我要的是头发中分,对……对……像《赤壁》里的周瑜,不要像诸葛亮。

手机尾号 8975 读者/荐

往事

▶话说上中生物课讲到DNA、试管婴儿的时候,我正暗恋我们班一男生。在学了这些生物知识以后,我受到了极大的鼓舞,偷偷去揪了一根他的头发,放在装胶卷的小圆筒盒里珍藏。我当时的想法就是,我会一辈子只喜欢这个人,即使将来我和他没能有缘成为夫妻,我还能用他头发里的DNA生一个我和他的孩子…… Starmoon

▶鄙人出生于理科教师家庭。老爹当年教物理,老妈原来教化学。于是鄙人高中上的理科,本科选了化工。因为一家人都是理科出身,所以拿个锥形瓶用酒精灯加热黄酒这种事情是见惯不怪的,并且,经常会有这样的对话:

1.时间:高中
事件:我煮豆浆沸锅了。
我妈说:你就不能水浴加热吗???

2.时间:大学本科放假
事件:我在家倒了点饮料,总会洒出来,于是找了一根吸管引流。

我说:哇,原来用玻璃棒引流真的很科学啊。
我妈:你以为那些科学家都是傻子? Titan

欢迎读者记录、提供、推荐生活中的幽默片段。
短信通道 13910257409
信箱 shafatudou@vip.sina.com,编辑将择“幽”刊发,短信恕不一一回复。