



闲坐听广播

赵年珍

我小时候就是个勤快的人，这一点我妹妹也不得不承认，但她认为我的勤快中冒着傻气。譬如，老爸的衣衫脱线了，家里明明有缝纫机，且我俩都会鼓捣那玩意儿，但我一定要穿针引线，针脚绵密地缝它个十几二十分钟。当然，我不是随便什么时候都冒傻气，我做手工的时间一定挑在中午12点半至13点间，对的，这时候有广播可听。

“亲爱的听众朋友们，现在是广播连续剧时间……”主持人甜美的声音响起时，我已美滋滋地守在收音机边上。当然，还得找点不费脑子的事情做做，同时，绝对不要影响听觉。缝缝补补是最好不过的了。

妹妹也跟着听广播，但她不屑于做我的手工，说一会儿听好了她三两下就能缝好所有的脱线衣服，才不会像我这么没效率呢。但我的外公比较看好我，他觉得我比妹妹能静得下来，这是他后来不遗余力支持我读书，却建议母亲让妹妹学一门手艺的原因。事实证明，他老人家是有眼光的。30年过去了，妹妹的缝纫手艺炉火纯青，够她过上有滋有味的日子；我呢，也能靠昔日读有所得，过得悠闲清静。

三十年前，电视尚不普及，收音机倒是进了千家万户，午饭后无所消遣，藏书又几近于无，听广播真是最惬意的享受。为赶上时间点，我常常把母亲布置的本该在田间地头完成的活儿带到家里。譬如，八月下旬旱地有棉花可采摘了，而水田里晚季稻也正值分蘖期，需要及时除草防虫。水田劳作辛苦，自然是父母去做，旱田摘棉花的事，自然就分配给暑假赋闲的我和妹妹了。照常理，棉花盛开在枝头，顺手剥出，既干净又省力，可最大限度防止粘上枯叶给后期分蘖带来麻烦。可我不想这么干，我心里惦记着午间的广播连续剧呢。于是，怂恿妹妹跟我一道，趁露水未干，将棉花带壳一起摘下，尽量多摘，这样，我们午饭后就可以安心在家剥棉花了。当然，广播连续剧肯定在一边伺候着。

学生时代的暑假，基本都是这样休闲劳作两不误度过的。那时听过的广播剧，有些现在依然记得，像表现早期共产党人风骨的《石评梅与高君宇》，表现沙漠地质工作者艰辛的《天涯孤旅》，当然还有单田芳先生的《白眉大侠》、《隋唐演义》等等。

记得听完《天涯孤旅》后，对人性复杂深感困惑，若有所失，恰好那个暑假我收到师范录取通知书。第一次进大学图书馆，就按“题”索骥，找到这本小说。书已陈旧不堪，几乎被翻脱页，封面是用牛皮纸重新做的，上面用软笔工工整整写着“天涯孤旅”四个楷体字，墨已沁入毛了边的牛皮纸，透着岁月沧桑。这是我在大学读的第一本小说，以后一发不可收，古今中外囫圇吞枣不少。如果说那些阅读对我今天的工作生活产生了一些影响的话，多多少少要归功于广播。

时至今日，广播已转至车载，大多是上下班时间听路况天气信息，或者拥堵时听听娱乐段子，放松心情。但我还是愿意在午后闲坐时，扭开收音机，听一段广播，然后顺手剥一剥毛豆，挑一挑虾线，或者补补儿子的破袜子。我说过，我是个勤快的人。

厨房里的良药

陈惠琴

说到家备药箱，我想厨房就是最理想的药箱，因为其中就有许多常备良药。诸如油盐酱醋葱姜蒜等调料，其实也是很好的药物，只要利用得当，就能起到食到病除的良效。同样，厨房里的许多食物，也都有药理作用，可用于食疗。

过去常听母亲说，一次她头上（发际）生了湿气（湿疹），老是发痒难受，用了许多药都不见好转。后来听村里人说米醋磨锈铁可治此病，于是她就在把生锈的薄刀上倒上一点醋，用一枚锈铁钉的大头像磨墨一样磨一会儿，然后把那锈醋涂在患处。不想用了两三次后，那湿气竟好了。

1979年时，我的右大腿外侧不知怎么生起了皮癣，痒痒搔搔，越发越大，像贴着一块蛤蟆皮。我是天天涂药膏，就是不见好，心中真烦恼。后来我突然想起了母亲说过之方，于是试用米醋磨锈铁，搽上有点辣辣生疼之感，不想抹了三次痊愈了。至今三十多年了，再未复发。

过去母亲还常说，一次她得了肠炎，看看医生吃吃药老是不好，每天肚子痛。后听人说炒盐肉可治肠炎，她就买来近一斤猪肉，切成约2两一块的大小，用一调羹盐炒爆后放入肉块同炒几下，使盐粒粘遍肉块即可，冷却后腌一两天，然后切片，架在饭锅里煮熟后当小菜食用，吃了一两次这肠炎就好了，肚子泻痛全消，可真灵光。

母亲还告诉我一些良方妙药，那就是用乌贼骨刷牙，不但可以消炎止血，还有美白牙齿的作用。再说这乌贼骨过去家家厨房里都有，洗乌贼时剥出后随手放在灶头上。找不到乌贼骨时，取一粒

花生米嚼碎当牙膏使用，也能美白牙齿。说到这花生米，要是胃痛时，只需每晨嚼食六粒花生米，一周后就能使症状改善。去年秋天同学玉仙来电，说近期胃痛，难受。我授她此方，半月后她又来电说这样吃是好了呀。

我偶有腹泻，母亲常给我吃山粉糊，或嚼食一两只烧酒杨梅，这都有很好的止泻作用。当然，冲饮一些葡萄糖，或者一撮糖、一撮盐，早上冲服，也都可止泻，不必打针吃药。故我每有腹泻总用食疗，屡试屡愈，得益匪浅。

母亲有气管炎，每次咳嗽时她总用鸡蛋冲自磨的豆浆喝，说是很有良效的。数年前的六月份，我大女儿得了感冒，接连咳嗽了十多天，因怀孕也不敢吃药。来家时我嘱咐她每晨用鲜鸡蛋一只冲豆浆喝，可治咳嗽。一周后她回复说早就好了，只吃三天就不咳了，真比吃药灵光多了。如此食疗带滋补，自然好得快了。当然，用霜冻萝卜或梨炖冰糖，也可治咳的。

民谚有“冬吃萝卜夏吃姜，不用医生开药方；三片生姜一根葱，管你伤风不伤风”等。用姜汤治风寒，那是人所皆知的，但得记住用时，否则适得其反。这是因为：早上的生姜暖胃肠，晚上的生姜似刀枪。类似之说还有：早上三片姜，胜过喝参汤；早上的盐汤似参汤，晚上的盐汤似砒霜……

把厨房当药箱，就有取之不尽的食疗良药。如不小心被烫伤，可用酱油涂抹患处。牙痛塞粒花椒，可止痛。打开鸡蛋时，用蛋壳内剩余蛋清涂抹皮肤，可治老年斑。坚持用淘米水洗脸，脸就会变得白嫩洁净。食疗胜药疗，不胜枚举。

厨房也是家备良药箱，虽然效果可能因人而异。

扫除情结

应爱青

每个人的爱好千奇百怪，我喜欢宅在家里搞卫生，做扫除。这个爱好几十年未曾改变。

年少时，母亲劳作辛苦繁忙，为了减轻母亲的辛苦，早早学会做家务，洗衣服烧饭擦地板，割草喂猪赶鸡鸭。结婚成家后，小家虽小，但洁净整齐。那时候，孩子小，又要上班又要带孩子，每次扫除都是见缝插针，要么趁孩子睡着时，要么趁孩子跟着他爸去楼下玩，短短一小时，我基本把68平方米的小家全部搞定。这可能源于我的习惯，我一般不喜欢把要洗的衣物堆积几天，不喜欢把几餐的碗筷堆放水槽里，不喜欢把干净的衣物放得满沙发、满床头都是，随手洗好，随手放好。辛苦劳累了一天，回到家里清清爽爽，歇得心情舒畅。

生活是芝麻开花节节高。钟点工应时而生。我周围的亲戚朋友、同学同事，大多数都叫了钟点工来家里打扫卫生。今年过春节前夕，我因椎间盘突出，躺在床上半月都动弹不了，只好叫了一回钟点工。也因为这次钟点工的打扫，断了我以后叫钟点工的念头。不是钟点工不勤劳，而是我自己的想法奇异罢了。钟点工来扫除，你要安排好时间陪着。钟点工按她的工作流程是能打扫干净，但是她不会因季节给你更换色彩；她一块抹布从头擦到脚，嫌不够卫生；因此按自己的心思打扫最称心。

生活是空了些，孩子上大学去了。除了工作以外，有更多的时间来打扫了。我很享受打扫卫生的时光。我会开着电脑，放着我喜欢听的音乐和歌曲；我会动一下脑筋，改变中规中矩的摆设，让旧物换新貌，把看厌倦的插花换个新位置，把褪色的



总第 5694 期 本版摄影 龚国荣
投稿邮箱: essay@cnnb.com.cn

三江

台布染个新颜色，把老公阳台上种的鲜花摆在玄关，把沙发靠垫从欧式换成田园风格……然后坐在休闲椅上，品一杯绿茶，拍几张照片，晒一晒美图，看几集韩剧，写几句“家住虞波江，悠悠兰花香，清新巧模样，芳菲与君享”的打油诗在朋友圈发一下。

工作的琐碎和烦恼也会困扰我。我常常一边打扫一边给自己“洗涤”。今天领导批评了，不要感到委屈，说明领导很真诚，让我改进，那我肯定还有进步的空间。昨天，手下的核对不仔细，漏了一张检查单，不要指责他，自己静下来细想，是不是制订的流程不完善？核对的时间有空隙？一个人在沉默中品味人生的彷徨，将懊恼交给遗忘，让宁静过滤烦恼。在打扫卫生的几个小时里，随着灰尘去尽，心也走出迷雾。人生不完美，曲折亦风景。失望不要怕，有梦想就好。房子不在豪华，有温暖就好。爱人不比挣钱多少，有爱就好。孩子不比学习多好，健康就好。人活一辈子不容易，感觉幸福就好。

我爱扫除。每一次扫除，收拾了家，也整理好了心情。



水均益看世界

益往直前

70

这个新闻官跟梅德韦杰夫的总统府新闻局局长私交不错，经过他强力推荐，梅德韦杰夫同意了接受我们采访，当然也还像普京那样，要求我们去莫斯科采访。

2011年4月7日，我们来到莫斯科，驱车前往采访地点。有意思的是，这次采访不在克里姆林宫，梅德韦杰夫提出，要在位于莫斯科西郊的戈尔基总统官邸接受采访。

在俄罗斯和苏联时期都有这种传统，总统在哪儿办公，哪儿就会升起一面总统旗。这面旗就像消息树一样，莫斯科人很容易知道，总统在不在克里姆林宫里。无论是普京、梅德韦杰夫还是叶利钦，都有一些乡间别墅可以办公，总统在哪儿，那个地方就叫总统府。

我在克里姆林宫采访过普京三次，当听说梅德韦杰夫要在一个“别院”接受采访时，不由得浮想联翩。

据说梅德韦杰夫就是普京的傀儡和影子，他当总统这几年还是普京说了算，所以他现在事事都想跟普京不一样，那阵子很少在克里姆林宫办公，就待在那个戈尔基总统官邸。

我采访过几百位各国政要，那些叱咤风云的总统，有时也会像小孩过家家一样攀比，哪怕对待记者采访也是如此。在我采访美国总统克林顿一年之后，突然接到英国大使馆的点名邀请，说：“我们的首相布莱尔希望接受你的采访，我们希望这个采访比克林顿的更好，在形式上要有别于他甚至超过他。”

这种情况我经常遇到，同一国的总统和总理，现任领导人和前任领导人，都会在接受采访上暗中较劲。当听说梅德韦杰夫要在他自己独属的地方接受采访，我心想：看样子梅德韦杰夫希望摆脱普京傀儡形象的传言得到印证了！

对比之下，确实有很多端倪。我数次采访普京，都不是一对一的独家专访，而是两三家媒体联合采访。普京可能是日理万机排不过来，干脆就把中方的几家媒体一勺烩了。也可能是他喜欢排场，特别喜欢搞大型活动，比如执政时曾面对全国网友交流，亲自接热线电话，一接就4个钟头，这可能就是他传递信息的方式。所以，梅德韦杰夫答应我一一对一独家专访，也

我有点沾沾自喜，不管他出发点是什么，对我而言都是难得的机会。

戈尔基总统官邸是园林般的度假胜地。出了莫斯科城，在一条乡间小道上走半个小时，穿过曲径通幽的半山腰，再通过一条两边种着高大白桦林的大路，进入一片很隐蔽的庄园。几道安检过后，我们被带到一栋三层小楼里，在一个雅致的休息间里休息，喝咖啡、吃点心。

梅德韦杰夫是1965年生人，比普京年龄小，属于年轻的新生代。他手下的总统班底也比较年轻，细节上的安排也比较周到。休息间里有电视，可以看新闻，还可以看到梅德韦杰夫在总统府里面正式公开的活动。我们在等待的时候，看到他正在会见我的老朋友——约旦国王阿卜杜拉二世。

正所谓“一朝天子一朝臣”，一个总统身边团队的精神风貌和行为方式，与他的理念和喜好有直接关系。和普京的团队相比，梅德韦杰夫身边的人显得更有亲和力，年轻人更多，女性更多，懂英语的人更多，脸上的笑容也更多。而普京那边，则是彪形大汉更多，不苟言笑的人更多，办起事来比较刻板，没得商量。这是我近距离采访梅普二人的体会。

责编 胡晓新 校对 应雄伟