

莊勇

賠了夫人又折兵



網戀，顧名思義是指通過互聯網社交工具建立的戀愛關係。現時代不少青年人鍾情於這種戀愛關係，是社會發展、技術進步和心理需求共同作用的結果。目前，許多青年人的生活軌跡局限於「公司-家」或「學校-宿舍」，現實中結識異性的機會有限，加上在快節奏的生活中，加班和高壓讓年輕人缺乏時間和精力去進行傳統的線下相親或長時間的線下追求，而這一代青年人伴隨互聯網長大，網絡娛樂、網購、線上辦公已是常態，將戀愛關係移至線上，對他們而言是自然而然的選擇。

網戀打破了時空限制，足不出戶即可結識全國乃至全球的志趣相投者，能以隨時隨地溝通；文字交流提供緩衝時間，減少面對面互動的羞怯與尷尬。再者就是網戀情侶前期不需要承擔線下約會的高昂餐飲、娛樂和出行成本，因而吸引了不少青年人迷上這種戀愛形式。

然而，世間萬物大多具有兩面性，正如俗語所說「有其利必有其弊」。任何選擇在帶來好處的同時，也往往會伴隨相應的代價和風險。網戀固然打破了地理位置的限制，但它同時也存在著無法全面瞭解對方真實情況的風險。通過文字、語音或視頻交流，容易美化對方。此外，對方真實身份難核實，存在情感或金錢受騙的隱患。

一名女醫生的女助理因建立虛假網上賬戶，冒充一名男子，誘使其女上司墮入「愛情騙局」，最近被國調局逮捕。嫌疑人知道女上司正因感情受挫而傷心，因此建立一名男子的虛假賬戶，誘使女上司愛上這個虛構人物。

之後，嫌疑人開始向女上司索取金錢，騙局持續超過一年。直至女醫生把該男子的照片展示給一名朋友後，因後者恰

好認識照片中的男子，這個作案手法才被揭穿。她們致電這名男子，女醫生才證實那個賬戶是假的。受騙女醫生於是向國調局提出投訴，國調局探員隨後前往嫌疑人住所，當探員撥打虛假賬戶所使用的電話號碼時，嫌疑人的手機隨即響起，國調局探員隨即將其拘捕。

受騙女醫生與嫌疑人的戀愛關係已持續一年多，她即使工作再繁忙，雙方都同時住在菲律賓，其實早就應該約出來見面，彼此方能算是正式認識。這時，如果嫌疑人一直找借口推三推四，女醫生就應該起疑心，並最終拆穿這個騙局，她也不至於被嫌疑人騙走那麼多錢。

受騙女醫生是失戀後，才通過網上認識其「男友」，那個時候，她才剛結束一段戀情，對交往異性之事應該審慎，更不要通過社交媒體，隨便認識異性朋友。嫌疑人是趁著其女上司感情受挫，而迅速建立虛假賬戶引她上鉤，這說明她平時對受騙女醫生的私生活瞭如指掌。所謂防人之心不可無，我們與工作上的助理或下屬之間，必須保持一段距離，尤其不能讓對方知道自己的隱私，以防後患。

為慎重起見，我們所交的網友不管是普通朋友還是情侶關係，如果是住在同一個城市，交往了一段時間，彼此應該約出來互相認識一下，才能清楚瞭解對方的背景。此外，為了自身安全，第一次最好不要單獨見面，應該多約幾個同伴一起出來。

還有一點要注意的，就是網友若是經常向我們索取金錢，無論是基於什麼理由，對方必定有問題，這樣的網友不值得我們深交，最好趁早結束與對方交往，以免受騙。像受害女醫生，所愛上的男人原來是一個虛假人物，可真是賠了夫人又折兵。大家必須謹慎，以免墮入這類「愛情騙局」！

8/11/26（二）

高俊仁

不必談癌色變



生活裡常有這樣的觀感：身邊患癌的親友越來越多，不少人歸咎於環境惡化、飲食雜亂。這種認知有失全面，看待癌症高發，更需客觀辯證。

人們覺得「癌症越來越多」，並非單純致病誘因增多，更多是時代發展帶來的認知偏差。其一，過去大眾健康認知薄弱，老人身體不適多歸為「年老體衰」，許多癌症致死病例被當作壽終正寢，病因從未深究。其二，以往檢測技術有限，早期隱匿病灶難以發現，大量癌症無法確診。其三，從前經濟條件有限，疑難重症無力醫治，不少病例悄然落幕。正是這些時代差異，造成了如今「癌症遍地」的主觀錯覺。

跳出片面觀感，更要打破「談癌色變」的心態誤區。早年醫學統計顯示：癌症患者的結局大致分為三類。三分之一患者敗給心魔——確診後惶恐崩潰，終日被負面情緒消耗；三分之一源於過度治療——盲目選用激進方案，徒增身體損耗；真正因癌症病情惡化走向終點的，僅佔三分之一。可見，心態與治療選擇，往往比病症本身更決定最終結局。

放下恐慌後，倘若不幸患病，更要規避常見的認知與行動誤區。

一是切忌陷入反覆檢查的內耗。精準影像結合病理分析，足以明確病情。但部分患者無法接受患病事實，輾轉各地重複檢查，遲遲不肯啟動規範治療，既耗費身心與財力，更錯失最佳治療窗口。

二是不要諱疾忌醫、刻意隱瞞。因畏懼他人議論而封閉自我，只會加重心理負擔、延誤治療時機，還會主動隔絕親友的關懷與外界的幫扶。獨自扛起所有重壓，只會讓抗癌之路愈發艱難。

三乃無需盲目追捧大牌專家、扎堆頂尖醫院。如今抗癌診療體系日趨成熟，手術、放化療、免疫、靶向等治療方案已實現標準化、普及化，各地三甲醫院完全有能力開展常規癌症治療。理性選擇就近就醫、堅持規範治療，便是最優方案。

規避誤區後，更要以理性心態、科學行動直面病魔。

首先，放平心態，坦然接納。多數人確診後都會糾結「為何偏偏是我」。實則癌症面前人人平等，致病原因無外乎三類：難以規避的遺傳因素、長期不良生活習慣的累積，或是外界特殊環境影響。有因才有果，與其怨天尤人，不如卸下心理包袱。心態安穩，便是抵禦病痛的第一道防線。

其次，調養體魄，做到能吃會睡。手術、化療、放療等治療手段都會損耗身體機能，補充營養是抗癌的核心一環。食補不必追求珍饈美饌，雞肉、牛肉可補益氣血，海參、鯽魚有助於提升白細胞。治療期間無需過度忌口，保證足量進食，築牢免疫根基；同時規律作息，靜心休養、積蓄體力。

最後，做好長期抗癌的準備。抗癌絕非一次手術、幾次治療便能一勞永逸。多數患者術後需堅持多療程輔助治療，三至六個療程是常態；重症患者採取保守治療，往往需要一兩年甚至更久的時間，歷經數十次診療。無數案例證明，經過長期科學干預，多數病灶會逐步穩定、鈣化，最終實現臨床康復。不急不躁、穩紮穩打，方能靜待轉機。

世人談癌色變，本質源於認知盲區。如今醫學技術不斷迭代更新，癌症篩查愈發精準，治療方案也日趨完善。破除內心恐懼，摒棄錯誤做法，以從容的心態、科學的方式、長久的堅持直面病痛，便是最好的抗癌良方。人生起落本是常態，不必被一個「癌」字擊潰。不慌不懼、積極治療、樂觀生活，終能衝破陰霾，守住生活的暖陽。

林榮林

跨代孝女林培鈴



孝，是藏在煙火日常裡的堅守，是跨越輩分、不求回報的溫情。在南安市柳城鎮祥堂村，普通農家婦女林培鈴，用日復一日的悉心照料，詮釋著新時代孝道的真諦，成為鄰里交口稱讚的

跨代孝女。

嫁入李家多年，林培鈴始終秉持淳樸家風，溫柔賢惠、勤懇持家。家中高齡奶奶年過九旬，年歲老邁，體弱多病，生活不能自理，衣食住行、起居作息都需要專人貼身照料。本該由老人子女承擔的贍養重任，卻面臨諸多難處：老人的兒子、兒媳都已年近八旬，常年飽受高血壓、風濕病等慢性病困擾，自身體弱多病，尚且需要旁人照料，根本無力侍奉高齡老母。

家庭的重擔接踵而至，可家中無人能替她分擔。林培鈴的丈夫常年在外經營茶店，無暇顧及家裡；大伯一家定居雲南，常年在外奔波謀生，極少歸家。萬般無奈之下，照顧九旬奶奶的全部責任，沉甸甸落在了孫媳林培鈴的肩。面對這份特殊的重擔，她從未抱怨、從不推諉，坦然扛起跨代贍養的責任，數年如一日悉心守護老人。

沒有驚天動地的壯舉，林培鈴的孝心，藏在日復一日的瑣碎小事中。每日天剛微亮，她便早早起床，第一件事就是來到老人房間，幫老人穿衣洗漱、整理床鋪。三餐時節，她細心調配軟爛適口的飯菜，耐心餵飯餵水，兼顧老人的飲食營養。老人行動不便，常年臥床久坐，她定時為老人翻身按摩、擦拭身體，清洗衣物被褥，杜絕褥瘡滋生，讓老人始終保持乾淨清爽。

閒暇之餘，她會坐在老人床邊陪老人閒話家常，傾聽老人念叨舊事，排解老人的孤單寂寥。老人身體稍有不適，她第一時間細心照料、及時問診買藥，日夜悉心陪護。春夏秋冬、寒來暑往，日復一日的重複與堅守，枯燥且辛苦，可林培鈴始終溫柔耐心，從未有過半分懈怠與厭煩。

奶奶安然離世後，公婆身體狀況稍有好轉，二人相互扶持，基本能夠生活自理。為維繫家庭生計，林培鈴帶著子女追隨丈夫來到泉州經營茶店。縱然身離家

鄉，她心中的孝心從未褪色，更沒有放下照料公婆的責任。平日裡生意繁忙，只要稍有閒暇，她便會專程趕回祥堂村，探望陪伴公婆，細心置辦家中生活用品，妥善安排好老人的日常起居，讓二老安心度日。

最令人動容的是她棄職盡孝的暖心之舉。一次，婆婆身患疾病需來泉州做手術，本以為可以直接手術，醫生卻要求先住院觀察、消炎清洗半個多月，方可進行手術。那段時間，婆婆寄居在林培鈴的茶店，每日往返醫院清洗護理的重擔，全部落在了她的身上。彼時，林培鈴剛剛成功應聘入職源和堂，這份工作待遇優厚、穩定體面，是旁人艷羨的好機會。但為了專心照料生病的婆婆，兼顧老人的身體恢復與心理慰藉，她毫不猶豫忍痛捨棄來之不易的工作，全程貼身陪護、悉心照料，毫無怨言。

在她心中，事業機遇可以再有，而親人的安康與陪伴，卻是無可替代的珍寶，對此她從未有過半分懊悔。

不止特殊時刻的傾力付出，平日裡公婆但凡前來泉州小住，林培鈴都事事盡心、處處周全。她深知老人初到異地容易拘謹不習慣，不僅在飲食起居上細緻打理、貼心照料，更時刻留意老人的情緒心情，耐心陪伴寬慰、細心呵護關懷，想方設法消解老人的陌生感與疏離感，讓公婆身處異鄉亦能感受到家的溫暖與安穩。

真心的付出，人人看得見。她數十年如一日的孝行與擔當，深深打動了公婆，更贏得了全村鄰里的一致稱道。她用最樸素的行動，傳承著尊老敬老的傳統美德，彰顯著平凡人的善良與擔當。憑借感人至深的跨代孝行與至誠善心，林培鈴被泉州市孝道學會評為首屆「金霞杯」孝道獎，以平凡善舉收穫不凡榮譽，讓孝心被看見、被傳頌。

百善孝為先，大愛藏平凡。林培鈴以孫媳之身，擔跨代盡孝之責，少年侍祖、年長敬親，始終以溫柔赤誠之心善待長輩，把瑣碎日常釀成脈脈溫情。她的故事沒有轟轟烈烈的壯舉，卻有著潤物無聲的溫暖力量，讓傳承千年的傳統孝道在新時代落地生根、代代相傳，讓孝善之風吹遍鄉野鄉間，浸潤人心。

黃振宇

夏聘竹夫人 冬納湯婆子



一鄰居過來串門，見竹床上放有一件打磨光滑的青竹皮條編製品，呈圓柱形，長約一米。鄰居問這未曾見過的竹具是做什麼用的？我答曰：此乃另娶的一房夫人，晚上抱著睡覺用的。鄰居聽後笑得前仰後合，邊笑邊說俺老不正經，還引陸游詩云：「瓶瓿重招麴道士，床空新聘竹夫人？」如今已是電器化時代，這物件確實少見，堪稱稀罕物。此物乃夏日暑熱時，仿古人之舉，取用竹製器具，天然消暑降溫的神器。

夏有竹夫人，冬有湯婆子，這是古時流傳甚廣的民間俗語，也是生活日常用品。蘇軾曾有首贈炙人口的打油詩《於潛僧綠筠軒》：「寧可食無肉，不可居無竹。無肉令人瘦，無竹令人俗。」可見竹與居家生活密切難分，雅俗通用。文人墨客喜竹、愛竹、贊竹，且以竹製器，早在商周時期就已廣泛應用。古往今來，不少人都折服於竹製器具的魅力，皆以文房陳設竹製器具為雅。古代科技不發達，沒電、沒空調、風扇之類，便取用天然材質為酷熱難當的暑季消暑降溫。首選的是以竹為材的手工竹器，如竹簾、竹扇、竹墊、竹枕等納涼神器，以及各式各樣的傢俱製品，還有農耕生產生活所用的竹籬筐、竹扁擔、竹斗篷、斗笠等。

簣簣最早記載見於漢代楊孚《異

物誌》：「簣簣生水邊，長數丈，圍一尺五六寸，一節相去六七尺，或相去一丈。」其竹竿高大、竹壁厚、節間特別長，多長在水邊。竹質輕，韌性好，即如今的粉單竹這類大叢生竹。唐·陸龜蒙有句「截得簣簣冷似龍，翠光橫在暑天中」，正是用來做竹製品的原料竹材。

夏有竹夫人，又稱青奴、竹夾膝。此物由竹篾編成中空長筒，週身鏤空。中空內部可適量存放些田間地頭採來的芳香類植物，用於提神醒腦、解暑熱之乏神倦怠，或靜心安神、解暑熱心煩火盛，亦可清涼解暑、驅蚊避邪，如薄荷、艾草、藿香、茉莉花、石菖蒲、到手香、香茅草、側柏葉等中草藥。利用竹性寒涼，導熱係數低，對外界溫度變化反應較慢，因此夏季可保持低於環境溫度的觸感。中空且渾身佈滿網眼，通過鏤空通風的原理來緩解燥熱，起到納涼作用。置於眠床之上或攔臂憩膝，暑夜可抱臥、夾在腿間納涼，是夏日荷花開時節的涼抱枕。秋風一至，梧桐葉落，氣候轉冷，便束之高閣。

冬有湯婆子，黃庭堅《戲詠暖足瓶》云：「千金買腳婆，夜夜睡天明。」此為金屬打製的熱水袋，是傳統冬日取暖器具，別名有腳婆、湯嬭、錫夫人、湯括子、燙壺。湯，古漢語指熱水；婆子，是擬人叫法，形容它整夜相伴暖被窩。蘇軾曾贈友人「暖腳銅缶」，就是湯婆子。

一夏一冬，兩相呼應：炎夏擁竹夫人，寒夜抱湯婆子。長夜漫漫，安然入眠。

黃志專

一鑒天池



說到「天池」，很多人或許認為「只應天上有」。

其實，在大地之上，山野之間，不乏「天池」之勝跡。其他的，就不說，單說紫雲山中的「天池」，就足以打破自己所有的認知，詮釋天池別樣的風姿。

這一鑒天池，體量不大，約摸四五十平米，天然形制。整個天池，狀若一塊大鐵碗，朝天敞開著。池壁四周，都是堅硬的火山岩石，鐵銹色澤，巖面粗糲，沙螺貝殼，鑲嵌其間，清晰可見。石皮之上，寸草不生，了無生機。唯獨天池之外的山土坡地，才有幾撮碧綠盎然的鹹草，時時搖曳生命的

風華。

說來奇怪，這池中之水，沒有外來之山泉活水的補充，卻是一汪「活水體」，歷經千年風雨歲月，從未乾涸枯竭，真是不可思議，令人歎為觀止。

我站在天池邊上，靜靜地凝視一汪池水，才真切地知道並感受到什麼叫「天光雲影共徘徊」。澄澈的池水，就像一面明鏡，容納萬象，映見萬物：藍天、白雲、星河、明月、太陽，還有飛蟲、機影、風雷與閃電……所有的，但凡路過這裡，都被這一池靜水溫柔收納，默默留存。

池水，看起來是靜的，也是動的。一陣陣山風穿過山林，徐徐吹來，拂過水面，池面便漾起層層漣漪。一圈圈波紋，緩緩舒

展，悠悠蕩蕩，婉轉婀娜，溫柔了整座山間歲月。要是雨天，雨珠滴落，這池面便濺起水花，丁丁點點，迷迷濛濛，白白茫茫，就像給這天池披上一件乳白色的輕紗，分外嫵媚動人。

不過，一方山水，總有傳說相伴相生。紫雲山中這一鑒天池，自然也不例外。古早時候，一位茶郎以茶為生，常年在這片山野林間開墾茶園，種植茶葉，尤以梅占為主，整天勤懇耕耘，過著日出而作、日入而息生活。他老實本分，心性純良，勤勉赤誠。山中仙女一見便鍾情，心生愛慕，動起凡塵俗念，悄然與茶郎相伴。不久，便以山為媒，以茶為證，準備共同締結一段美麗姻緣。怎奈俗塵與仙界，終有別異。天意難遂良緣，情深終究難抵人生宿命。一對有情人被無情拆散，難成眷屬，締結百年之好合，仙女「泣涕零如雨」，灑落山間，化作一泓清池，永不枯竭。

哎，一池碧水，盛滿繾綣相思，藏盡人間溫柔與萬般遺憾。

人生一世都是夢，唯有山水最真誠。傳說再怎麼淒美動人，終歸是「傳說」，不足以聊以慰藉人生之起落。唯有這一鑒天池，一往情深，最為友好，最有深情厚誼，亙古未變初心。一直靜臥在紫雲群山之間，朝迎旭日，暮攬星河，歷經寒暑之交臂，四季安然，化作紫雲山一口最為炯炯、最為晶亮的眼眸，長久守望一方鄉土山川。

登山尋勝，臨池靜心，自有一番別樣心境。踏遍紫雲山一峰、二峰之後，來到天池之畔佇立靜觀，一汪碧水，清澈透亮，山色清幽，心頭塵煩，即刻隨風散去，不復存留。眼中山河明朗，不再渾濁迷茫；腳下步履輕盈，不再沉重困頓。

一山藏勝境，一池瀟塵心。覽雲山之蒼翠，觀天池之澄明，沐清風之悠然，賞山水之清歡。目之所及皆美景，心之所感皆安寧。

壯哉紫雲，大美天池！山水澄亮，風月溫柔。

一鑒天池，照見山河，亦澄澈我心。