和菊次郎一起踏上夏天之旅

暑期快要到了,这个夏天里,是在辅导班中度过,还是会经历一次难忘的旅行呢?也许是兼而有之。不过,对于电影《菊次郎的夏天》的主人公来说,等待他的是一段寻找母亲的旅程,其间发生一个个让人啼笑皆非的事件。《菊次郎的夏天》是导演北野武的清新温情力作,也是世界电影史上的经典,非常值得一看。

本报记者 穆静

惊奇冒险的旅途

放假对不少孩子来说是期盼已久的事情,可在小学三年级的正男来说,却意味着要在孤单中度过。一个人面对着饭桌吃饭;他想去踢球,可偌大的学校操场上只有他孤零零的身影;而当他找朋友去玩耍时,看到的是朋友由爸爸妈妈带着去海边玩。

正男跟婆婆一起住,他的爸爸去世。对于妈妈,正男没有什么印象,这位妈妈好像也从未回来过。婆婆出去工作了,正男收到一件快递,是他的妈妈寄来的,按照地址,正男只身踏上了寻找母亲之旅。

这个旅途仿佛注定就是不那么容易的,刚走出家门没几步,正男就被高年级的学生勒索钱,好在被邻居碰到为其解围。而因祸得福的是,邻居家那位中年大叔菊次郎答应与正男一起去寻找母亲。

刚开始,这位菊次郎大叔纯粹是在"帮倒忙",赌博花光了自己和正男所带的钱,一大一小两个人不得不一路搭顺风车到达目的地,其间遍尝人间冷暖。

而千辛万苦寻得的,却是母亲改嫁另组家庭。那一幕,简洁而隽永。电影没有到此结束,后来,菊次郎以及路途中碰到的胖子、光头、想要环游世界的老好人,都想要一起给正男一个快乐的暑假。于是他们扮野人、扮外星人,甚至因为池塘里没有水而正男想钓鱼,竟然跳进池塘扮起鱼来。从中,观众看到的是人与人之间的温情。

获得爱的方法是付出爱

一对天使的翅膀,在影片中多次出现。无论是片头围绕在孩子床边的天使,还是背着天使翅膀书包奔跑的正男,以及正男收到的名为"天使之铃"的幸运符……天使的翅膀,贯穿于影片始末。

菊次郎是男孩正男的保护神,在正男受到别人欺负时,他总是能及时地出现为其解围,想方设法让他开心。而另一方面,背着天使翅膀书包的正男,又何尝不是菊次郎的天使呢?他让这位中年男人的温情一点一点绽放。

在保护正男的旅途中,菊次郎仿佛看到了当年的自己,他也是父亲早逝,母亲改嫁。而途中他突然到养老院看望自己的母亲,远远看着并没有上去打招呼。他也许对母亲有着各种埋怨,可就是转身离开之际,仿佛一切都释怀了。

正男也由刚开始的阴郁,变得积极开朗。影片中一再出现正男的梦境,正反映了孩子的内心。刚开始的梦境是有些吓人的、不友善的。而后来,这个孩子的梦境已经充满着欢乐与些许幽默。而旅途中帮助正男的人,又何尝不感到快乐呢?让人摆脱阴郁、让人变得快乐的,正是人与人之间的温情。爱不只从父母身上获取,而给予别人爱和保护,不但能获取爱,更能获取内心的力量,也能让自己不再孤独。

影片的插曲也值得一提。久石让的那首钢琴曲《Summer》,清新明朗,如夏季里一股清泉。而每当夏天,不少店里会放起这首钢琴曲,你也许已经听过,虽然叫不上名字。

相关阅读

《菊次郎与佐纪》:"虎妈"的深沉母爱

《菊次郎的夏天》让不少人看到了付出爱会让人踏实和摆脱孤独。而北野武的书《菊次郎与佐纪》则给我们揭示了,父母对孩子的爱很多情况下并不是"轰轰烈烈",而是平淡如水,有时甚至是"恶语相加"。在《菊次郎与佐纪》中,北野武半认真半戏谑地介绍了他的童年和父母。

在北野武眼里,母亲是位"虎妈",他与母亲的关系也是书中着墨最多的。北野武说,这辈子和母亲的相处过程基本上是一种"折磨","仔细想来,我的人生似乎就是和母亲的抗争。"为督促儿子学习,母亲给北野武买来十本参考书,"稍微偷懒就一巴掌打过来,或者用扫把柄戳我"。

母亲仿佛视财如命,不那么关心儿子。当北野武成名后,这位母亲经常对儿子"狮子大张口","敲诈"起儿子来,经常以"零用钱没了,给我二十万"来要钱。在北野武眼里,母亲也变成了"人在穷困辛苦后,果然会视钱如命"。

后来北野武被警方逮捕时,她放话说:"要判刑的话,就判死刑吧!"发生摩托车意外时,她说"撞死就好了"。

而真相又是怎样的呢?当北野武大学退学后,没钱交房费,母亲偷偷找到北野武的住址,又偷偷地帮儿子交上房费。

母亲重病后,交给北野武一个小袋子,里面装着以北野武的名字开的存折。北野武这才知道,他给母亲的钱,母亲一毛也没花,都存着。母亲原来担心当艺人的他不知哪天会走下坡路,一直在为儿子的以后做打算。

原来,爱不只是温馨体贴的语言。有时,"虎妈"的"恶语相向"中,又何尝不是藏着浓浓的爱呢……

(本报记者 穆静)

夏日养生课

牢记10个时刻 让身体不再缺水

俗话说"水乃生命之源",高温来袭,人体出汗增多,饮水也成为了炎炎夏季重要的"养生课"。

据生命时报报道,中国健康教育中心专家沈雁英表示,身体缺水和许多常见疾病息息相关,缺水会从头到脚伤害你,并列举了几类缺水会导致的疾病,即大脑萎缩、便秘、尿路感染、皮肤病、心脑血管疾病和糖尿病等。此外,如果缺水,体内新陈代谢容易发生异常,加上其他不良生活习惯,一些慢性病容易找上门来。另外,肥胖、肾脏疾病、过敏以及一些精神类疾病也都与缺水有关。

如何判断自己身体是否缺水呢?据生命时报报道,综合美国"福克斯新闻网"总结出了身体缺水的十大信号:口腔干燥、舌头肿胀、小便深黄、便秘、皮肤缺乏弹性、心悸、肌肉痉挛、头晕疲惫、感觉过热、没有眼泪等。

从健康角度来说,人体在某些时刻最需要水,若此时能及时补水,才有利于保证水分平衡。黑龙江省健康管理学会委员徐伟,总结出以下十个最该喝水的时刻。

1.早上起床后

人体水分每晚约流失450毫升,早晨起床后会处于一种生理性缺水的状态。在尚未进食之前,空腹喝下一杯晾温的白开水是最好不过的了,这样能使血液得到迅速稀释,改善夜间脱水。如果条件允许,可以加一片新鲜柠檬,能起到清除宿便、排除毒素的功效。

2.晚上睡觉前

睡前不能喝太多水,否则频繁起夜会影响睡眠,但也不能不喝水,应该抿两口再睡觉。因为当人熟睡时,体内水分丢失,造成血液中的水分减少,血液黏稠度变高。临睡前适当喝点水,可以缓解该现象,从而降低发生脑血栓的风险。此外,老年人睡前最好在床边常备一杯水,感觉口渴需马上喝几口。

3.下班离开办公室前

上班族常常会因忙碌的八小时工作而忽略了饮水,建议这些人养成下班前喝几口水的习惯。因为,长期饮水不足,膀胱和肾都会受到损害,容易引起腰酸背痛,影响工作效率。此时不需要喝太多,一纸杯的量就足够了,否则容易在下班路上"尿急"。

4.吃咸了后

吃太咸会导致高血压、唾液分泌减少、口腔黏膜水肿等。如果吃咸了,首先要做的就是多喝水,最好是凉白开或柠檬水,尽量不要喝含糖的饮料或者酸奶,糖分反而会加重口渴感。淡豆浆90%以上都是水分,并且含有丰富的钾,可促进钠排出,也是一种很好的选择。

5.饭后半小时

饭后不要立刻喝水,否则会冲淡、稀释唾液和胃液,使蛋白酶的活性减弱,影响消化吸收。建议一般人饭后半小时饮水,200毫升左右。喝时要小口小口地喝,否则频繁、大量饮水容易烧心。容易烧心的人宜在饭后2—3小时,每间隔20—30分钟喝3—4小口。

6.开空调半小时后

空调房内空气干燥,容易造成人体水分流失,鼻腔等处黏膜过干,甚至引发支气管炎。因此,在空调房逗留超过半小时以后,就要及时补充水分,白开水、矿泉水、柠檬水等即可,水温以40℃左右为宜。

7.洗澡后

洗完澡,很多人常常觉得渴,端起一杯水一饮而尽。殊不知,洗热水澡后,身体受热血管扩张,血流量增加,心脏跳动会比平时快些,喝太快会对健康不利,尤其是老人,应该小口慢速喝下一杯温水。

8.便秘时

缺乏水分是便秘的原因之一。便秘的人可以适当多喝点水,一定要大口大口地喝,吞咽动作快一些,这样水就能尽快到达肠道,刺激肠蠕动,促进排便。在补充水分的同时,还可以吃些韭菜、芹菜、苹果等富含膳食纤维的果蔬,缓解便秘的效果更佳。

9.发烧时

人在发高烧时,会以出汗的形式散热,以致消耗大量水分,严重的会引起脱水。因此,发烧期间及时补水十分重要。可以少量多次地喝温开水或温葡萄糖水,大概每半小时喝一次。喝点小米粥、绿豆汤也是不错的选择。

10.心情烦躁时

肾上腺素通常被称为"痛苦激素",当一个人痛苦烦躁时,肾上腺素就会飙升,它如同其他身体毒素一样,可以随着水分排出体外。因此,在心情烦躁时,不妨倒一杯温开水,坐在座位上慢条斯理地把它喝完,心情会因此放松许多。

(摘自《人民网》)