

惜时读书

今天阅读一则清代才子袁枚《随园诗话》中真实故事。小古文很浅显,人皆能识,但是道理却很深邃,内涵很丰富。

根据我个人的理解,大致做个翻译。

清代才子袁枚酷爱读书,但家贫常常不能如愿。每当经过书店,都如饥似渴地翻阅,看到价钱贵买不起的好书,夜里就会梦见。为此曾经写诗:“私塾太远为经过书市而发愁,家里太穷只能在梦中去买书。”等到我为官以后,买书千万本,反而没有时间去读它们了。如同少时牙齿好的时候,没有美食,想吃,吃不到。等有了山珍海味,却没有了好胃口,牙齿也掉了,也没有了食欲。

由此,我也有一些自己的感悟。

买书必读。买书是一种冲动,购书有乐趣,买了必读。过去舍不得想买就买,现在买书自由了,光买不读,就变成了收书贩,书商收



书增值赢利,我不能装着读书人,浪费了资源。

惜时而读。时光易逝,时不我待,明日何其多,明天真不多。五十知天命,我已差不多走过了三分之二的历程,惜时读书,读书不等待,该读时就读。现在眼到口到,说不定哪一天,视力下降,老眼昏花,就只能听书而已。

读而有获。读书不追求速度,不像赶产品一样抢交期,哪怕如蜗牛、如蚂蚁、如乌龟。读书不贪多,细嚼慢咽,不伤脾胃。坚持捧读,四时不辍。读之识之,思而记之,只言片语,读书之乐也。

陈玉金



浙江老年报“诗文·浙里养俱乐部”是艺术交流的天地,书友、画友们在这里展示作品,互相欣赏和点评,结交志趣相投的朋友。

扫描二维码,加管理員为好友后,发送“诗文”两字,视为您授权本社可以免费使用您投稿的所有作品。

原创作品一经录用,将获相应积分,今后本社通知时,可兑换俱乐部福利,福利内容由本社决定。



雨天观荷

荷花雨湿亮银珠,
水映婷婷照镜湖。
鲜艳情开妍自放,
娇红意惬子相呼。
莲蓬俯仰朝天笑,
伞叶依微满目苏。
藕出青枝千粒籽,
一塘绮梦绘新图。

李燮焱

芹川古村行吟

黛瓦砖墙岁月藏,
石桥卧影阅沧桑。
樟垂古径千重翠,
溪抱山村九曲长。
晃荡禾苗承雨露,
悠扬牧笛绕青冈。
何须远涉桃源路,
枕得炊烟梦也香。

许超英

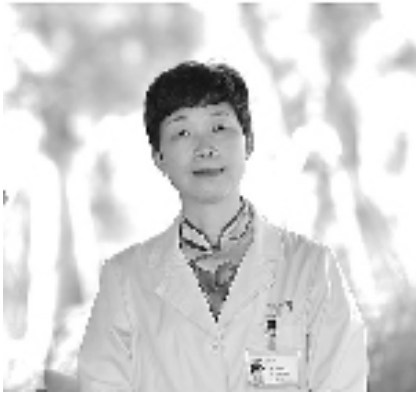
这两种肿瘤中年女性高发

中医肿瘤专家孙彩珍:中西医综合施治是科学之道

乳腺肿瘤是女性健康的一大杀手,40至60岁年龄段高发。中年女性健康的另一大杀手是卵巢肿瘤。由于它隐藏较深,大多数女性发现时已到晚期,给治疗带来更大困难。杭州种福堂(艾克)中医医院院长孙彩珍告诉记者,在她接诊过的乳腺肿瘤和卵巢肿瘤的患者中,50岁左右的中年女性占了一半以上。

预防乳腺肿瘤 需早筛和自检

2002年6月,40岁的汪女士被查出右乳肿瘤中期,手术切除后化疗做到第五次时,发现肝内多发转移,无法手术。医生调整化疗方案,但肝内肿块依然在增大。2003年4月,汪女士找到孙彩珍院长,开始



孙彩珍

吃中药,这一吃就是12年。2015年11月,她感觉身体恢复了,肝内肿块也没有增大,便停了中药。不料,半年多后,肝内肿块增大。2016年7月,她再次找到了孙彩珍院长。现在,她吃中药已20多年。七八十岁,是不是就完全告别乳腺肿瘤了?不一定。2023年8月,76岁的徐女士在体检中查出双乳结节,术后的病理显示右乳为浸润性导管肿瘤。2024年1月,她查出甲状腺结节,锁骨上淋巴结

转移,医生建议化疗。因为吃不消,她便找到孙彩珍院长吃中药。半年过去,徐女士生活起居饮食都正常,身体情况稳定。孙彩珍说,80%的乳腺肿瘤患者可以摸到乳腺肿块,女性朋友要注重早期筛查和自我检查。

为何发现卵巢肿瘤时 往往已到晚期

2019年,49岁的陆女士感觉常常尿频尿急,去医院检查,被确诊为左卵巢肿瘤晚期。医生为她做了肿瘤切除术,同时摘除了子宫,建议术后做八次化疗。手术后第八天,她就向孙彩珍咨询。孙彩珍说,化疗跟中药不冲突,可以同时进行。4年过去,如今的陆女士坚持吃中药。孙彩珍说,卵巢比较小,位置又比较隐蔽,里面有小肿瘤摸不到,也不易被查出来,等到有不适感了,往往已到晚期。

提倡中西医综合施治

孙彩珍认为,中西医综合施治是肿瘤治疗的科学之道。她独创的孙氏中医疗法概括起来就是八个字:“解郁、通络、软坚、排毒”。她说,乳腺恶性肿瘤大部分跟女性体内的激素水平有关,所以激素依赖性的肿瘤病人要遵医嘱服用内分泌药物,一般要服五年到十年,这期间中药可以一起吃,以减轻内分泌药的副作用。

每周二、四全天,孙彩珍院长在杭州种福堂中医医院坐诊;每周一、三、六全天,在杭州艾克中医肿瘤门诊部坐诊。今天起至7月1日,孙彩珍院长拿出30个免费专家号送给本报读者。有需要者,请拨打本版左上方电话预约。

记者 徐小翔