

## 人间百味

### 已为您重新规划路线



丁维香

开车,开着导航。有时一个不注意,走错路口,偏离了导航设定的路线。这种时候,不要慌,因为导航会提示:“已为您重新规划路线。”即便是错得离谱,导航兜兜转转,只是可能要多花点时间或者是走一些不太好走的路,但最终还是会到达想去的地方。

走错路是难免的,然而又有什么要紧的呢?每条路上都有不一样的风景,很多时候“山重水复疑无路,柳暗花明又一村”,说不定会收获别样的惊喜。俗话说,条条大路通罗马。任何时候都要有坚定而明确的目标和另起一行的勇气!很喜欢导航里的那句“已为您重新规划路线”。

### 爱的滋润



草果

大爷说,别人都夸他老伴年轻漂亮,为什么呢?因为他年轻时就对爱人好,关心体贴疼爱她。对老婆好,老婆就显年轻、显漂亮。

大爷的话让我心中一动,说得真好!有爱的滋润,想永葆青春都很难。

### 见面三分情



李爱婷

孩子们共用一间美术教室,下课时,六年级退,一年级进。

教室没空调,实在热。去连廊乘个凉的空儿,六年级大女孩已经跟一年级小男生成了好朋友,击掌庆祝每周一遇,这也太好玩了。这让我想起一首闽南歌曲《见面三分情》,同学情也是情呀。没有感情的世界,太冷。

#### 本版投稿方式

邮箱 jhwbpq@163.com 或扫二维码(如下)。投稿时请附上微信名、头像图片和通联方式。



wei

周末傍晚,太阳渐渐落山,天空呈现一片蓝色,静谧而安静。那一刻,我惊喜万分,我知道自己邂逅了一天中最美的时刻——蓝调时刻。

蓝调时刻,是指日落后(或日出前)的一段时间,大约20分钟。这一时刻,太阳与地面的夹角在-4度到-6度之间,在天文学上,一般用晨昏蒙影或者曙暮光来描述这个时刻。而天空之所以有这样的变化,主要就是由于大气对于太阳辐射的散射作用,一般来说,可见光中波长较短的蓝紫光比较容易被大气散射,这也是我们平时晴天时看到天空呈现蓝色的原因。

## 蓝调时刻



蓝调时刻到来时,太阳已经位于地平线以下,天空逐渐由暖色调转变为冷色调蓝色,此时拍摄的照片蓝色饱和度较高,是不可多得的摄影时机。等到太阳落入地平线-6度以下,天空基本成为黑色,失去了与地

面的冷暖对比。

在我看来,蓝调时刻是比日出日落还要迷人的一个拍摄时刻,非常适合城市、建筑、人像、生活方式类的题材,很多摄影师都会使用一些App来确定某个地方的蓝调时刻。

## 单车的性价比

很古旧,那配置与手动挡汽车相似,已脱离了时代。价格可想而知。

正因圈刹,而不是碟刹,我也常被骑友不屑。不养眼不说、需用更大手劲不说,还遇上圈刹黏着车轮时,徒增许多阻力,却不易察觉。

我想升级更换碟刹的车时,又遇新的纠结。

刹车系统在迭代,变速系统也在迭代。老车是手动变速,而现在流行的是电子变速。

电子变速那轻压触感,让人着迷。电子变速又分有线电变、无线电变。无线电变的车,如见电缆入地的街道,简约流畅,谁见了都觉简洁明快,酣畅淋漓,难以拒绝。只是一套无线电变,需一万多,买台普通碳

纤维整车也这价。

摄影界有句话:单反穷三代。倒不是因为单反有多贵,而是贵在不断升级。自行车也如此。

如是骑行猛男,跨上凤凰、飞鸽牌二八杠也能把崔克、闪电这类高端自行车甩出几条街。只是我这水平,还得靠好利器整活。

碳车轻,很省力,能提升我的时速好几公里。但我又不是职业选手,一两万和十几万的碳纤车骑不出差别,就如小超市里的烟酒茶与奢侈品店的烟酒茶,我也分不出差别。

结论是,如果对卖价不太敏感,肯定越贵越好,最好拿下品牌车、无线变,好看又有排面。而像我这类人,买台个位万的碳车,性价比最合适。



姜平

与校友聊到自行车,他以为我的“汗血宝马”应值轿车价格。市面上单车确有十万、二十万的,甚至更高。

看我爱车用的是圈刹,



## 合适的才是最好的

要吃不消的,建议每次跑3~5公里足矣。”也有的说:“每次最多跑5公里,最好能坚持一年,这样身体才能适应。”

我听了这些合理的建议,每次跑5公里,一两个月后,感觉跑5公里不过瘾,但是又不敢多跑,怕过度锻炼引发潜在的伤害。后来和一名资深的马拉松运动爱好者交流时,他说:“我跑马拉松已经好多年了,体重由原来的200多斤降为现在的150斤,一般至

少跑10公里。我的经验是,根据自己的身体状况和感受来决定每次跑步的里程,只要身体没有任何不适,可以适当多跑些,如果有不适,马上停下来。”

哦,原来如此啊。“鞋子合不合适,只有脚最清楚。”每个人都是独一无二的,适合别人的未必适合自己。合理掌控运动量和运动的时间,选择适合自己的锻炼方式,才是行之有效的办法,那也是最好的选择。



美丽的坚持

今年三月初,我开始晨跑,时间长了,渐渐地喜欢上了跑步这项运动。现在,我一般每周跑5天,休息2天。跑多少千米合适呢?我作为跑步界的菜鸟,经常很谦虚地向那些资深跑步者请教。有的说:“作为初跑者,一开始不能跑很长的距离,膝盖

## 乐活人生

### 偶遇钉头果



蓝色咖喱粉

在人气超旺的临海紫阳老街瞎逛,看见有户人家门前有块小小的空地。老房子大多逼仄,难得有这么一块小空地。主人显然爱花,见缝插针地摆满了各色盆栽,又搭了高高的花架,有蔷薇和凌霄各从两侧攀援而上,在半空中交会纠缠,又倾泻而下,形成了一片粉色橙色交相辉映的小小花瀑。

我们欣赏赞叹了一番,刚想离去,却被旁边一小丛灌木上结的奇特果子吸引住眼光。这是种绿色的胖鼓鼓的果子,果皮上还长满了软刺,但这个胖,明显是虚胖,就是外面一层果皮,里面是空的。这时房子里出来位大爷,看我们饶有兴趣地盯着那果子看,还在七嘴八舌地讨论能不能吃。大爷笑眯眯地走过来向我们介绍:“这叫钉头果,你看它的软刺,像不像钉子锤进去?”我们又仔细看了看,忍不住都笑了,可别说,还真像!大爷接着说:“这果子不能吃,就是纯观赏,我是看着好玩种的,结果很多游客看见了都好奇。你们这么喜欢这果子,过两三个月再过来,我收了种子给你们留着,你们拿回去种就行了,挺好养的。”我们说估计到时来不了,大爷很遗憾,环视了一圈他心爱的花花草草,最后把目光落在他那郁郁葱葱的吊兰上,张罗着就要分一盆给我们带回去,我们忙笑着婉拒。

告别了热情的大爷,我们忍不住心生感慨,紫阳老街近两年之所以如此出圈,果然有其必然性,除了有深厚的历史底蕴、丰富的文化内涵外,更有那接地气的人间烟火味和浓浓的人情味儿。

又:回去查了下钉头果的介绍,原来又叫气球果、河豚果,都非常形象贴切。尤其是河豚果这名字,一条气鼓鼓的小河豚,炸开一身小软刺,活像这钉头果。

