



有专家说,如今人们在味觉上太过浮躁,总是追求短时间的刺激和享受,而忽略了食物本身固有的美味。人一旦太依赖重口味的食物,整个人就会变得很浮躁,会产生很多烦恼。吃得清淡,人的感觉、思维才会特别敏锐。

我觉得这样的说法非常有道理。长期以来,我们的所谓美食中,煎炒烹炸是不可少的烹饪

淡口味人生

方式,鱼肉海鲜是我们饕餮的目标,结果我们的味蕾越来越像一个在喧嚣浮躁中不知所措的人,忘记了回归原汁原味的路径,迷失而找不到最初的感觉。我们真的需要返璞归真了,做几样清淡小菜,品尝食物最本色的美味,让心也随之回归质朴。

吃清淡的食物,才能吃食物原本的味道。有个周末,我回到老家,小院里有母亲打理的一个小菜园。我在小菜园里就地取材,摘下西红柿、丝瓜、黄瓜、豆角等,开始准备小菜。西红柿洗净,切块,拌上少许白糖;黄瓜切成长条,不加任何调料;丝瓜选最嫩的,洗洗凉凉,调料要少放;豆角用开水焯过,素炒一下。让家人尝尝清淡的口味吧!餐桌上,大家吃得都很开心。蔬菜还留有清香,新鲜无比。爽口的味道,让人回味无穷。以前吃多了大鱼大肉,总觉得口干舌燥,心生浮躁,所以要拼命喝水。如今把清淡小菜吃下去,神清气爽,少了浮躁之气,感觉真的不错。

少吃浓味食物,多吃清淡食物,时间长了,会感到身体特别舒服。听专家说,吃清淡一些,皮肤也会变好,并且会让人感觉到生活少了浮躁之气,心情也会变好。

如果生活也讲究淡味,岂不是一大乐事?摒弃表面的奢侈,回归朴素的本质。

我周围有些人是“名牌控”,吃喝玩乐,总爱追求档次,讲究奢侈,攀比之风愈演愈烈,以至于形成了一个怪圈。有些人甚至借钱买名牌,打肿脸充胖子,把名牌显摆给别人看,自己却有苦难言。久而久之,人越来越浮躁,心也容易失衡。其实,与其勉为其难和人攀比,不如选择简单别致的普通服饰,穿出自己的风格就行。穿得舒服,穿得有特色,未尝不是一道风景。人不要给自己太大的压力,生活简单朴素就好。

别人有豪车,你只有自行车,照样可以把生活经营得有滋有味;和家人一起,骑着自行车,去乡下的田园走上一遭,吹吹清风,看看流云,赏赏花,享受大自然风情和天伦之乐,不也是一种享受吗?

你的爱人没有显赫的地位,但他会牵着你的手走遍万水千山;他没有大房子,但他会给你一盏温情的明灯;他没有珠宝首饰,但他会用心买些简单可爱的小礼物送给你……生活完全可以在素淡中品出别样的滋味。

淡口味生活,会让人心安静下来,不会在俗世的纷繁欲望中丢失了自己。你还是那个本真的你,心灵里有一个安适的家。

淡口味人生,是一种境界!

(王纯)



相亲

小刘去公园相亲,女方很活泼,他没招架住,结果没成功。朋友问他:“她为什么没看上你?”

他说:“我问她有什么爱好,她说爱唱歌。她唱‘给我一个空间,没有人走过’。我高兴地答:‘我可以为你开通几个QQ空间,绝对没人走过。’我说完了话,她扭头就走了。”

朋友说:“她是问你什么呀?”

他说:“女方问我能不能为她买房。”

造句

题目:成千上万

学生:今天我和我成千上万的女友一起逛了一下午的街。

老师批语:小子,瞧你吹的这牛。

题目:难过

学生:写这么长没得星的话真的会让我难过。

老师批语:没事的,你长得就这么难过了。

谁这么缺心眼啊

今早教导主任在晨会上用大喇叭喊道:你们哪位同学把自行车跟食堂门口送饭的三轮车锁一起了,请迅速解开!要不你们中午吃什么?

说错话

在沙发上边玩电脑边看电视,老公在书房玩电脑,公公婆婆在餐厅待着。

过一会儿我感觉老公过来坐我旁边沙发上了,并且边看电视边吃东西。

我头都没抬霸气十足地问了一句:“小贱人吃啥呢?”

问完一抬头,公公一脸茫然地看着我。

加油

朋友喜欢上一女孩,鼓足勇气把女孩约出来打算表白,就跟我借车去接她。

临时时我想给他打打气,就拍拍他肩膀对他说:“加油啊!”

结果他表情复杂地看了我一眼就走了。

晚上他回来,发现油被加满了……

哥们儿,我真不是这意思!

(据《广州日报》)



做事不可迟缓,言谈不可杂乱,思想不可游移,灵魂不可完全倾注于自身,或者过分焦躁不安,生活中不可始终忙碌不止。

——奥勒留《沉思录》

一个人跟寂寞是两回事。一个人可以不寂寞,假如你乐在其中,享受宁静和独处的话。两个人也可以很寂寞,当你们无法沟通,无法欣赏彼此存在的价值,无法分享爱与关怀时。

——素黑《一个人不要怕》

一个人若是只为自己努力,毕竟太寂寞了。若是有一个你在乎的人在看着,那才不枉此生。

——张小娴《远处的一双眼睛》

性是肉体生活,遵循快乐原则。爱情是精神生活,遵循理想原则。婚姻是社会生活,遵循现实原则。这是三个完全不同的东西,婚姻的困难在于,如何在同一个异性身上把三者统一起来。

——周国平《婚姻与爱情》

(据大洋网)

渔具也幽默

余跃军

探鱼器:我是钓鱼界有名的大“侦探”,我的头脑是用高科技武装的。

钓竿:我身材修长,长相漂亮,无论在何处现身,都是一道美丽的风景。

支架:架子不大,却很受人“抬举”,我是钓友坚定的支持者。

钓线:只要我在“线”,就会年年有鱼。

渔线轮:忙忙碌碌,为的是让有“线”的空间释放出无限的乐趣。

鱼钩:在水下作业,我钓起的不只是鱼,还有钓友的一份期盼。

浮漂:我虽然很“轻浮”,但很受关注,能在第一时间给主人提供好消息。

鱼饵:我是“水货”,很受鱼儿的欢迎,味道好。

鱼护:我是鱼儿的临时之家,面积不大,但能给短时间内离水的鱼一种回家的感觉。

钓箱:我是钓友的后勤仓库,搞好服务保障是我“箱”情愿的事,无怨无悔。

裸婚的幸福生活

(据腾讯网)



婚后,我和老公就一直租住在这栋出租房,要大的出租房。



房间只有十几平方米,完全没有装修;虽然不是南北通透,但好在有两个窗户,所以房间还算阳光充足;只是临街有点吵!



每次大采购之后都会发愁……



因为没有带什么大件家具,也为了省钱,每次搬家都是我们自己一题题搬完的!

白吃的法宝

中午下班后,我正要去单位食堂吃饭,同事小翟拦住我,笑嘻嘻地说要请我吃海鲜。我心想:小翟发啥财了,要不怎么会请客呢。

出了我们单位门口,西行不到200米,来到一家海鲜馆子。进去找了个亮堂的位子,小翟叫来服务员,叽里呱啦一口气点了好几份海鲜,什么蒜蓉蒸鲜鲍鱼、白扒鱼翅、蟹肉燕窝……我不禁惊讶地张大了嘴巴,小翟这家伙是不是疯了,怎么净拣贵的点呀,这一桌估计没五六百下不来!

“嗨!”小翟笑呵呵地说,“菜都上齐了,郝哥,咱开吃吧!”我打个哈哈,举起筷子,眼瞅着小翟说,

“真吃啦,我可没带钱。”说罢,我和小翟便开始风卷残云般地吃起来。酒足饭饱,就见醉醺醺的小翟,偷偷朝四周瞅瞅,手伸进裤兜,拿出一样东西,迅速放进剩菜盘里。我瞪大眼睛,仔细一看:竟然是一根两寸长的头发!

就见小翟“啪”地一拍桌子,大声嚷嚷说:“服务员,叫你们老板过来!”很快,文质彬彬的老板过来,满脸堆笑说:“先生,您有什么需要?”

“什么需要?你看这是什么?”小翟说着从盘子里拽出那根令人恶心的头发,“说吧,这顿饭是买单还是让我到卫生监督部门投诉你们!”



我满以为老板会赶紧赔礼道歉,没想到他冷笑一声,朝厨房方向大喊一声:“厨子们!都给我出来!”他话音刚落,就见三四个厨师快步走出来,纷纷问:“老板,有事吗?”“把帽子都给我摘了!想跟我

玩这手,你还嫩点!”店老板说完,面露得意之色。

等厨子们摘下高高的帽子,我和小翟惊得目瞪口呆:强中自有强中手,这几个厨子竟然都是清一色的光头! (王文)