

# 舢板

■李伟立

舢板，上个世纪在博贺港随处可见的小船，如今已难觅踪迹，近来却总是不经意间溜进我的梦里。

舢板，亦叫舢舨，是结构最简单的小型木板船。无甲板，船体纤小，划动轻盈，民用军用皆可。查史料，明清水师中便有舢板编制，部分还装配火炮。《清会要事例》卷九三八“工部船政”载：“每舢板十只为一营，舢板炮船二十只为一营”。

我生在渔港，长在渔港，对舢板最是熟悉。博贺的舢板多为民用，是疍家人的日常工具。昔日港内渔船，无论吨位大小，必配一艘舢板——或载物资、送人员上下大船，或应急处理海上生产故障，少它不得。

与处地舢板不同，别处多以桨划，坐姿操作，上手容易；博贺港的舢板却靠橹摇动，一人便可执掌。别瞧摇橹人动作轻巧，这手艺绝非一沾手就能会，得反复练，摸透了要领，摇得自如了，才算真学会。橹是中国古代的精巧发明，高效的船舶推进工具，暗合流体力学原理，民间“一橹三桨”的说法，道尽它的省力与高效。

桨是在舢板两侧交替划水，橹则固定在船尾艇沿一侧，摇橹必是站着的，双脚一前一后支撑着身体，双手把握着橹头，也叫橹臂，用力来回摇动。寻常时一人摇橹便够，若载了重货或遇顶风顶浪，两人合力加劲，舢板便能破浪加速。

旧时舢板于渔船，是实打实的“左右手”。渔船泊在海湾，渔民上下岸，它是交通艇；鱼货卸船、物资登船，它是运输舟，缺了它，渔港的日子便转不顺畅。

舢板也能作游海、钓鱼之用。记起学生时代，我最爱和船上的朋友摇着舢板在海上漂。看舢板分开水波，两侧拉出两道细浪缓缓退去，心里头是说不出的爽快。只是摇橹的活儿从来轮不到我们，都是渔民朋友来执掌。有时玩得兴起，他们见我们好奇，故意左右大幅度摇橹，舢板晃得人站不稳，像要跌进海里，吓得胆小的女同学哇哇叫——当然是有惊无险，他们

手里的力道捏得准着呢。

我学摇舢板，是上世纪八十年代初。那时在县水产公司进出口部的收鱼船上做事，收鱼船泊在博贺港里，日日要用到舢板，每个员工都得学会摇橹，不然实在不便。

学摇橹不算难，折腾两三个小时便能上手。可摇舢板是力气活：风平浪静时，摇着橹让舢板慢悠悠飘，倒有几分浪漫诗意；一旦风急浪大，风浪扯着船往后拽，就得拼尽全力摇橹，才能让舢板往前挪半分，哪还有半分悠哉。

据说，最有情趣、也最富诗意的，是乘舢板去钓鱼。钓鱼得找合宜的海区，舢板便成了最好的脚力。在舢板上钓鱼，和在岸边全然不同——船随微波轻轻晃，海风轻轻吹来，浑身都爽利。钓友们都爱乘舢板钓鱼，图的是它灵活：这片海鱼少，便摇着橹换一片，钓场随心意换，悠哉乐哉。

我没真乘过舢板钓过鱼，说不出那具体的滋味，却能想象那画面：一艇一竿一钓人，波光裹着霞影，海天清透。烟波里，橹影晃得迷离，海风带着湿咸，染透钓客的衣衫。只是舢板上的钓鱼人，从无心欣赏景，只默默盯着钓线的浮标，偶尔拉一拉钓线，静静等着鱼儿上钩。

近十几年来，舢板渐渐从博贺古港悄悄隐退了。动力艇接过了它所有的活儿，甚至做得更好。机械化替代了人力，舢板便无可奈何地让出了海面，成了渔港人的历史记忆。

可谁也没法否认，过去的日子里，舢板是渔业生产的“刚需”，是渔民生活的“伙伴”，是博贺港抹不去的印记。它载着岁月的沧桑，载着古港的历史，也载着疍家人一代又一代的追求与希望。

如今虽难再见舢板的身影，它却没从渔民的记忆里淡去。站在桥头望过去，那一片波光里，那一抹霞色中，我总还能看见它——悠悠地从海这边过来，又悠悠地往海那边而去……

## 保健养生

# 身上发痒一查竟是肝癌

## 这些肝脏求救信号很多老年人忽视

在生活中，身上发痒再常见不过了，尤其是冬季、春季。皮肤干了容易痒，过敏了也容易痒，抹点润肤露，或吃点抗过敏药，很多人就缓解了。

但如果这种瘙痒，挥之不去，甚至越演越烈，你就要警惕了：这可能不是皮肤在“闹脾气”，而是你身体里最“沉默”的器官——肝脏，发出“求救信号”。

2025年，据央视新闻报道，河南郑州的李先生（化名）遭遇了一场离奇的“过敏”。起初只是双腿发痒，他以为是春季过敏，便自行去药店买了抗过敏药。可没想到，痒感非但没消停，反而蔓延到了上半身。就这么断断续续吃了两个多月药，症状却越来越重，最终他去了医院。

然而，检查结果却让他和家人如遭晴天霹雳。导致他全身瘙痒的元凶，根本不是过敏，而是——肝癌。

接诊的河南中医药大学第一附属医院脾胃肝胆病科主任医师马素平介绍，彩超检查显示，（李先生）肝脏顶部有一个19×21毫米的占位性病变。随后又做了CT平扫和增强、核磁共振的平扫和增强，都进一步印证了是原发性肝癌。

医生提醒，因为肝脏没有痛觉神经，即便肝细胞已损伤严重，身体仍然没有明显感觉。如果皮肤出现瘙痒、发黄，个别部位出现蜘蛛痣、出血点，都是异常信号，可能是肝脏在“求救”。

很多癌症都不痛不痒，为什么肝癌会身上发痒？据专家介绍，皮肤瘙痒与肝癌的关联需谨慎看待，根据临床经验，皮肤瘙痒更常见于胆管炎、胰头癌等胆管系统疾病，或过敏等非肝脏问题。当胆汁排泄受阻时，胆汁中的胆汁酸盐可能进入血液，刺激神经末梢引发瘙痒。

除了皮肤瘙痒，身体出现这4种表现都是肝脏“求救信号”：蜘蛛痣，通常表现为在皮肤表面出现红色、紫

色或蓝色的小血管瘤；消化不良、胃口不好，肝功能受损后，消化系统可能会出现异常，导致消化不良、腹胀等症状；莫名的出血症状，肝脏是人体合成凝血因子的场所，功能受损会严重影响凝血因子的合成，所以如果突然出现口腔牙龈出血、皮肤出血点、消化道出血，的确可能是肝功能受损的表现；皮肤异常发黄，肝脏是排毒的关键器官，当肝功能受损时，体内胆红素积聚可能导致皮肤发黄，尤其是眼白和皮肤表面可能呈现蜡黄色。

据专家表示，长期熬夜、盲目用药、长期饮酒、饮食油腻、摄入霉变食物等习惯都容易诱发肝癌。

呵护肝脏，从这4件小事做起：

### 1、多吃“呵护”肝脏的食物

肝脏喜欢的食物主要包括富含抗氧化剂的食物，如绿叶蔬菜、十字花科蔬菜和浆果类。这些食物能够帮助肝脏解毒，减少自由基对肝脏细胞的损害。此外，高蛋白食物如鱼、鸡、豆腐等，可以为肝脏提供修复所需的营养。

### 2、规律运动给肝脏“减负”

运动能消耗体内多余的脂肪，有效预防和改善脂肪肝，让肝脏不至于被厚厚的油脂包裹。无论是快走、慢跑、游泳还是骑行，每周坚持3~5次，每次30分钟以上，让身体微微出汗，就是在帮助肝脏“减负”。

### 3、早睡就是最好“护肝药”

尽量在每晚11点前入睡。规律的睡眠是肝脏自我修复和再生的黄金时间，比任何补品都管用。长期睡眠不足可能会影响肝脏的代谢功能，增加患肝脏疾病的风险。

### 4、累了多“伸伸懒腰”

累的时候“伸伸懒腰”，这是最不费力的养肝法。伸懒腰能舒展身体、宽胸理气，让心情也跟着轻松起来。下次累了，站起来，伸个懒腰，就当是给肝脏“疏通”一下。

## 小说连载

32

# 网恋

■叶进雄

车子在城市中穿行，徐薇望着窗外林立的高楼和车水马龙，心头滋味复杂。这座城市曾承载过她奋斗的梦想，也见证了她的跌落深渊的至暗时刻。如今重获自由，她知道自己无法立刻回归往日的生活轨迹，那些伤痕需要时间愈合，更重要的是，她需要一片能让她真正“喘息”，能让她靠自己的双手从头再来的土壤。

安静地体整几天后，徐薇拨通了父母的电话。那头传来母亲喜极而泣的声音，反复念叨着：“没事了，回来就好，回来就好。”父亲在电话里说着：“老徐家的丫头是清白的，回来看看。”

父母亲切的话语瞬间熨帖了徐薇心底深处的不安。

再次见到王志义，是在他安静雅致的律所办公室。阳光透过玻璃幕墙洒进来，映照着桌面上摊开的几张资料。

“感觉怎么样？身体和精神都恢复些了吗？”王志义关切地问。

“好多了，谢谢王律师。”徐薇坐得笔直，眼神却透露出深思熟虑后的决定，“王律师，我想好了，我打算回老家去。”

“回老家？”王志义有些意外，但随即理解地点点头，“也好，换个环境，远离这些纷扰，更适合休养和开始新生活。那你想做什么？”

“我想创业。”徐薇的语气坚定起来，“我的家乡山河村，山清水秀，环境特别好。我留意过一些资料，觉得发展特色种养业，也许是个出路。我想……种沉香树，还有养鸬鹚。”

“沉香？鸬鹚？”王志义挑眉，这两个项目都带着显著的乡土特色和一定挑战性。

“对。”徐薇拿出手机，点开早就整理好的信息页面，“云河那边的气候、水土，文献记载和实际情况都表明非常适合沉香树生长。沉香价值高，但周期长，我有耐心等。而鸬鹚，就是我们当地一种土鸭品种，会凫水，吃水草小鱼虾，肉质细嫩，油脂含量低，在有机健康食品越来越受欢迎的今天，是个前景不错的绿色项目。我想把这两者结合起来，用沉香树林下空地养鸭，形成一个小型生态循环。”

她条理清晰地阐述着自己的初步构思，此刻的她，不再是那个在狱中茫然无措的女工，而是一个经过深思熟虑、准备

破茧重生的创业者。

王志义静静地听着，眼中流露出赞赏的光芒。这份规划，不仅体现出了徐薇的踏实肯干，更展现了她独立思考和寻找出路的能力，以及对故土资源的了解和珍视。

“这个想法很有特色，接地气！”王志义给予肯定，“不过启动资金、技术、政策、土地流转这些，都是实际问题。”

“我知道。”徐薇坦诚地说，“我这些年还有一点积蓄，可以做启动资金。技术我可以学，我可以去参加农业技术培训，去请教农科院的专家，也可以从小的规模一点点摸索实践。政策方面，回乡创业好像有扶持，我想去问问乡政府。土地……我家山后还有一块自留林地和一片靠河的荒滩，我打算先用自家的地起步。”

“很务实的想法。”王志义沉吟片刻，果断地说，“徐薇，这个项目，我以个人名义投资，做你的合伙人，占小股就行，算是我送你新生活的启动助力。”他从

抽屉里拿出一张银行卡递给徐薇，“这笔钱，先解决你前期土地整理、购买种苗鸭雏、基本设施的费用。不够的部分，我们可以再想办法。我帮你联系几个农业科技领域的朋友，提供技术咨询。至于政策方面，我有个同学在县委，可以帮你了解清楚流程和扶持政策。”

“王律师！这……我怎么承受得起！”徐薇震惊又感动。

“不是恩惠，是投资。”王志义微笑着拍拍桌上的资料，“我看好你这个人，也看好你这个项目。好好干，就当是让我也体验一把投资乡村振兴项目的感受，密码我发你微信。”

就这样，在王志义这位亦师亦友的“贵人”扶持下，徐薇回乡创业的蓝图有了实际的支撑。

几天后的一个早晨，徐薇踏上了归乡的路途。当她风尘仆仆地站在云河村口那棵熟悉的老樟树下时，已是傍晚。

夕阳的金辉洒在宁静的村庄上，青石板路蜿蜒曲折，白墙灰瓦的农舍炊烟袅袅，远处连绵起伏的青山环绕，一条清澈见底的小河如玉带般穿过村落，发出淙淙的声响。熟悉的泥土气息、草木的清香、牛粪特有的混合气味，扑面而来，带着无比的踏实感。