

古人将誓言系在腰间 闪耀至今

山无陵，江水为竭，冬雷震震，夏雨雪，天地合，乃敢与君绝。七夕，牛郎织女鹊桥相会，人们对爱情的美好期盼，寄托于天际的一次相遇。在古代，爱人不在身旁，如何表达爱，寄予相思呢？答案是——带钩。

带钩起源于春秋用来系腰带的日常挂钩，被古人安放了足够多的想象力。今天，要介绍的这枚银带钩，藏着迷人的秘密。它出土于西汉江都王刘非的第十二号陪葬墓，主人是他的妃子淳于婴儿，他们的约定刻在这带钩隐秘的地方，被淳于婴儿生生世世珍藏。

在公历纪元开始前带入墓葬，公元后的2009年，他们互道过的誓言被世人发现——长毋相忘。

它像兵符一样，自中间一分为二，两个半扇的内壁，分别以阴阳文刻有“长毋相忘”的四字吉祥语动人的情话，安全地隐在沟深之间。

看来这誓言不想昭告天下，也不会时常被提起，这是只属于它主人的情深意切，不求万人之上的国王独宠一人，只求两人之间的私语常系腰间。



人们常把对美好生活的向往与情感的渴望直接表达，比如一束花、一条朋友圈、一件贵重的礼物。含蓄的表达往往不易被察觉，也容易被误解，让人觉得这是漠不关心。

这对爱人，将深情藏于平常无奇的带钩之中，阴阳文交错重合，好似唇齿之间的绵绵爱恋。

七夕节，可以爱得深沉、爱得低调。

文物在它出现的年代只是宫廷用具或是飘落在寻常百姓家的普通器皿，时间赋予它们特

殊意义，将历史印刻其中，将情感藏身其间。

回头想想，当我们与它穿越历史相见，这何尝不是一次“牛郎与织女”的鹊桥相会。它们经历烽火硝烟，长埋于地下，等待爱它的人，发现、发掘、珍藏。

确切说这是考古工作者与文物的相知相遇，这或许也是钟芳蓉执着于北大考古专业的原因。她们之间的情感，有时不足为外人道……

文/记者 穆宇

拯救“发际线”

据说人在梳头发时，“薅”掉100根以内都是正常现象，我数了数，这天早上伴随梳齿从头上溜走的头发，共有103根。应了我妈那句“名言”：家里到处都是您的头发，除了你的头上。

不知从什么时候起，脱发成为我的苦恼。脱着脱着，发际线逐渐上移，头顶也愈发稀疏。理发店的Tony总是不经意间给我“致命”一击：

“你可以烫一下。”他抓抓我的头发。

“可是会炸起来，显头大。”

“你想多了，发量少炸不起来。”继续抓抓。

“……”

这不仅是我的苦恼，也是当代年轻人的共有问题。它不再是程序员的“特有标志”，它不分男女……如何防脱发，成为大家生活中的一件“大事”。随处可见的植发广告、销量可观的无硅油洗发水、各式各样的假头套，仿佛在诉说着：头发，它曾经来过。

众所周知，脱发是多种因素的作用，有遗传型、有脂溢型、束缚型、压力型、减肥不当等。我们听得最多的就是：熬夜、压力大。

研究表明，熬夜时我们的大脑皮层一直处在兴奋状态，难以受到抑制。大脑皮层越兴奋，从身体各个部位输送过来的血

液和营养物质就越向脑部集中，而其他部分就有可能出现供血不足的情况。如果头皮毛囊经常处于一个供血不足的状态之中，营养不够，那么时间一久，头发可能就会慢慢变枯、变黄、变脆。

而压力大时人体释放多种激素会影响B族维生素的吸收，影响头发色素沉淀。压力综合征会导致秃头症——人体免疫系统错误攻击头皮细胞，造成头发大片脱落。

以下是我找到的“拯救”发际线小Tip：

入睡指南：

一、设置闹钟提醒“该睡觉啦”，强制自己进入睡眠，时间一长生物钟就慢慢正常了。

二、睡前关手机。最好是自动关机那种，不再玩游戏，不再看新闻头条，不再继续刷朋友圈，把精彩留到第二天。

如何缓解精神压力：

一、运动。深呼吸、散步、瑜伽、各种各样的运动都可以带来身心的放松。

二、冥想。闭上眼睛，尽量想象一些美好的景物，尽量不要去思考烦恼。

三、各个击破。如果自己的压力真的大到让人头大，可以把自己的压力写下来，你会发现，只要各个击破，其实压力很容易缓解。

关于脱发的原因、防脱发的方法，我只说了一小部分，道理都懂，执行起来还需要强大的意志力。但也不必惊慌，按照自己的节奏一步步来，不要让脱发成为我们最大的压力。

文/记者 杨雪寒

