

重温银幕上的经典父亲形象

看完你会明白父亲的伟大

都说父亲的爱是大爱无言,伴随着时光的沉淀,愈加变得深邃和伟岸。在父亲节里,让我们陪家人一起重温那些银幕上经典的父亲形象。

《当幸福来敲门》

导演:加布里尔·穆奇诺 主演:威尔·史密斯、贾登·史密斯

克里斯·加纳用尽全部积蓄买下了高科技治疗仪,到处向医院推销,可是价格高昂,接受的人不多。就算他多努力都无法提供一个良好的生活环境给妻儿,妻子最终选择离开家。从此,他带着儿子克里斯托夫相依为命。克里斯好不容易争取回来一个股票投资公司实习的机

会,就算没有报酬,成功机会只有百分之五,他仍努力奋斗,儿子是他的力量。他看尽白眼,与儿子躲在地铁站里的公共厕所里,住在教堂的收容所里。他坚信,幸福明天就会来临。

这是一部根据真实故事改编的励志电影,一个贫穷的黑人如何挺过

难关,最终成为富豪。真正让人感动的是电影里的父爱,在那衣食无着的日子里,他是如何带着儿子渡过难关,而且还有自己的努力和乐观,让儿子明白,一定要相信自己的能力和前途,一定要努力拼搏。行动,就是最好的老师。告诉孩子如何过好自己的人生,才是最好的父亲。

《千里走单骑》

导演:张艺谋 主演:高仓健、邱林

很久以来,高仓健饰演的父亲与儿子不沟通甚至不说话。直到儿子病危,他决定去云南帮儿子圆梦,于是,有了这一趟千里走单骑。一个老派的日本硬汉在风景秀

丽的云南,一路行来,寻找着失落的感情。最终,在找寻过程中,他对儿子健一的内心世界有了很深的理解,产生了强烈的共鸣。他完成了与儿子在精神世界上的彼此沟通,

即使此时儿子已经在日本过世。

不要懒于打破隔阂,因为生命没有你想像得那么长,父子之间的鸿沟也没有你想像得那么深,只要有心,只要珍惜,不伸手,也可以拥抱。

《海洋天堂》

导演:薛晓路 主演:李连杰、文章

王心诚与儿子大福相依为命。大福从小患有孤独症,无法独立生活。大福的妈妈在大福年幼时因承受不了儿子患病的打击自杀。王心

诚被确诊患晚期癌症,如何安置大福成了他的心头大事。王心诚为了不让大福感到孤独,他拖着病重的身体,背着自制的龟壳扮成海

龟,陪着大福游泳。他告诉大福自己将会变成海龟,一直陪伴在他身边。

《那山·那人·那狗》

导演:霍建起 主演:滕汝骏、刘烨、陈好、赵秀丽

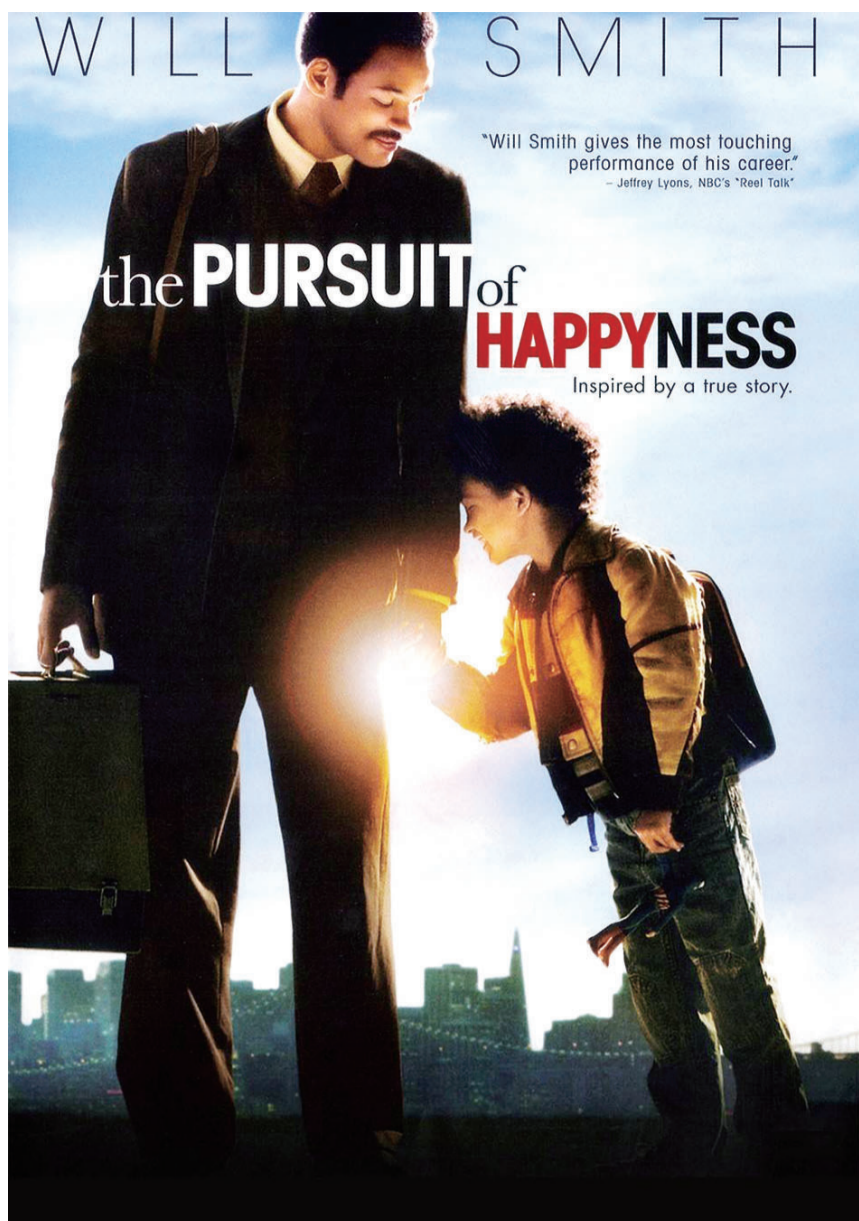
上世纪80年代初期,即将退休的乡邮员父亲领着接班上任第一天的儿子走最后一趟邮路。

一路跋山涉水,一路风土人情,一路山林田野,一路回忆满满,两代人之间的隔阂和不理解徐徐展开又

慢慢消散。父亲有腿疾不能着凉,儿子就背着过河。儿子满心盘算着村里人的老话,儿子背地动爹了,就算是长成了,全然不知背后的父亲已经是泪流满面。

儿时,爸爸的肩膀是最高大的

地方,骑在他的脖子看得更远,贪玩归来安心地睡在他的后背上。可是,总有一天你们之间必然会发生置换,因为你的臂膀已经足以支撑他的重量。



《七号房的礼物》

导演:李焯庆 主演:柳承龙、朴信惠

只有6岁儿童智商的智障男子李龙久和可爱的女儿艺胜相依为命,生活虽然简单清贫,却充满幸福。某天,执着为女儿买美少女战士书包的龙久意外卷入一起幼童诱拐奸杀案,而死者竟是警察局长的女儿。龙久懵懂无知,搞不

清状况,昏头昏脑就被投入监狱。在7号牢房中,聚集着几位无恶不作、大坏蛋,他们甚至不惜冒险将艺胜带入牢房与父亲相会。

《岁月神偷》

导演:罗启锐 主演:吴君如、任达华

上世纪60年代的香港,风云变幻。一面要忍受港英政府的压制,一面又受到内地运动的波及,更要面对不时登陆的台风暴雨。老字号的永利街就处在这样一个风暴的旋涡中心。

鞋匠罗先生一家四口在街尾以做鞋为生。罗先生做得一手好鞋,在那个混乱的年代仅能养家糊口;罗太太为人辛辣直率,人称“侠盗罗嫂”。大儿子罗进一16岁,品学兼优,是运动会的冠军,全家人的希望,也是永利街的骄傲;小儿子罗进二8岁,在父母溺爱之下,天性顽劣,是出了名的小顽童。一家人艰难度日,也算其乐融融。

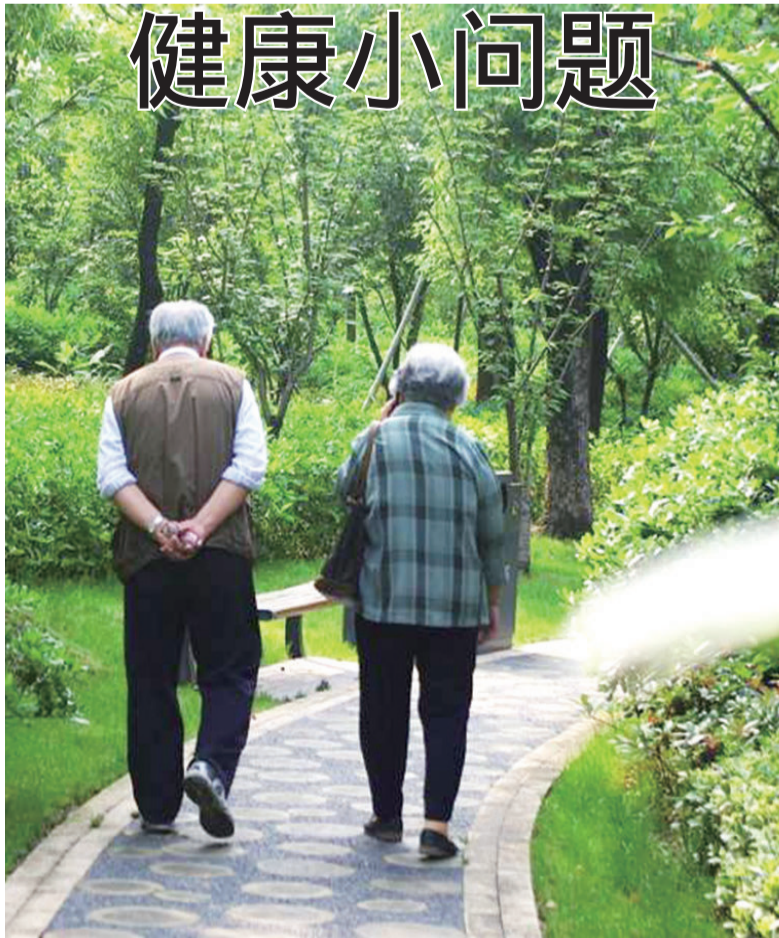
然而大儿子与富家小姐芳菲之间一段纯美的初恋、一场扫荡整个香港的飓风暴雨、更有一场潜伏已久的噩梦,让这个普通家庭的平安幸福在一夜之间陡生变故、支离破碎。面对岁月这个最大的神偷,顽强不屈的人该如何去抵抗?

影片细腻的人物塑造,平实的情感把控,以无比自然的叙事手法在不经意间打动人心,悲情的渲染是那般质朴,岁月或能偷走我们的时间,却永远无法拿走人与人之间的亲情。

(杨微微整理)

一问一答也有大发现

父亲那些不可忽视的健康小问题



都说父爱如山,殊不知,他已不再年轻,曾经强健、威武的父亲也在慢慢衰老。父亲节之际,作为儿女,也要多关心父亲身体健康,有些病症或许就在不经意的交谈中被发现。一旦父亲身体出现一些危险信号,就要督促他及早到医院检查。

是否吃得好

你的父亲可能是单位的中坚力量,应酬总少不了,也许他已经将腹泻、便秘、腹痛习以为常,但每次你问,他总是那句:没事,多年的老毛病了,不打紧。

预防消化不良,有几个注意事项。一忌饭后饮水:饭后马上饮水会稀释胃液,削弱胃液的消化能力,容易引发胃肠道疾病。尤其是汽水,会产生二氧化碳,容易增加胃内压,导致急性胃扩张。二忌饭后洗澡:饭后马上洗澡,体表血流量就会增加,胃肠道的血流量会相应减少,从而使肠胃的消化功能减弱,引起消化不良。三忌不良饮食习惯:饮食不规律、过快、过饱,容易酿成肠胃食积、胃炎、胃溃疡、急性胃溃疡、胃穿孔等疾病。

此外,还要嘱咐父亲坚持锻炼身体。每天坚持1小时左右的适量运动,不仅有助于克服不良情绪,而且可帮助消化系统维持正常功能,这就是为何健身者中,腹胀的比例比同龄人要低得多的一大原因。

最近睡眠如何

虽然老人的睡眠时间普遍较少,且多半易惊醒、多梦,但如果关注了睡眠要则,同样能睡个好觉。可以看看老人用的卧具是否恰当。尽量不要使用软

垫,最好能睡木板床,以免造成老人关节的不适。晚上临睡前不要大量喝水,这易引起膀胱充盈而增加起夜次数。

如果发现老人在白天有昏昏欲睡的现象,记得要注意他的血压是否偏高?如果老人出现晚上睡眠质量差、时间特别少,要帮助他排除心脏、胃肠不适、神经衰弱等病症。

最近小便次数多吗

如果老人有明显的尿频现象,要注意他是否有前列腺炎或前列腺肥大。前列腺是男性身体最脆弱的部位之一,前列腺炎也是男性的高发疾病。随着年龄增长,90%的男性都会出现前列腺肥大,即腺瘤。

50岁以上发生膀胱癌的比例,会随着年龄的增大而增长。白天少喝水或憋尿,都会直接影响膀胱内尿液的浓度,给细菌在膀胱内的繁殖创造条件,会增添导致膀胱癌发生的几率。

不做“有痔男”

痔疮是小病,但如果不放在心上,痔疮长期不治就会引发肛瘘、肛裂等其他肛肠疾病,较严重者会导致诱发心脑血管疾病,尤其是老年患者。

在日常生活中,要做到生活规律化,每天定时排便,保持大便通畅。饮食以清淡为主,避免辛辣刺激性食物,多吃蔬菜水果,如西瓜、香蕉、番茄等,都有润肠的作用。夏季适当饮用盐开水,避免汗液排泄过多。

此外,适当的运动可以降低静脉压,加强心脑血管系统的机能,消除便秘,增强肌肉的力量。提肛运动是最简便、有效的方法:全身放松,臀部及大腿

用力加紧,配合吸气,将肛门向上收提,稍闭一下气,然后呼气,全身放松。

呵护心脏健康

有医学杂志指出,男性比女性易得心脏病,原因是男性比女性食用的脂肪更多,压力更大和不良生活习惯更多等。预防心脏病,要少吃高含胆固醇食品。胆固醇会抑制一个保护心脏和血管的关键蛋白质的活性,造成动脉粥样硬化,大大增加患心脏病和中风的风险。每天适度运动,可使患心脏病的几率减少30%,快走的效果最好。吸烟者患心脏病的比例是不吸烟者的两倍。适量饮酒对心脏有好处,但饮酒过度同样会引发心脏病。盛怒之下引发的心脏病案例很多,要合理宣泄不良情绪,轻松、愉快工作和生活,会大大降低心脏病产生的概率。

最近体检情况如何

男性一过40岁,许多病就如影随形地来了,你必须及时知道父亲是否得了糖尿病、高血压和高胆固醇。即使他的健康良好,也要继续问一些重要数据,如胆固醇、血压、血脂、血糖等,任何可能潜藏危险的数据都不要忽视,然后交给医生分析,了解父亲的健康状况。

如果你的父亲已经一年多没去医院体检了,那你就失职了,赶快带着父亲去医院做一次全面的检查!

作为儿女,你应该和父亲还有更深层次的交谈,对于父亲身体出现的各种不舒适的状况,你最好寻求医生的帮助,不妨带着他去医院体检吧。平时,多在家陪陪父亲,多谈心也是对他最大的关爱。

(杨微微整理)