



链滴

人非草木，常食五谷，亦有百病

作者: [xiaodaojava](#)

原文链接: <https://ld246.com/article/1578620520872>

来源网站: [链滴](#)

许可协议: [署名-相同方式共享 4.0 国际 \(CC BY-SA 4.0\)](#)



此文写在重感冒期间，头晕乎乎，眼睛也红肿的很难受。

平时没事时还没啥，忙也就忙了，每天伴着夜幕和朝阳，时而感叹着生活的充实。每天早晚各来一套五戏，畅想着自己也能活个八九十岁，无疾而终多好。但感冒还是来了。

来得也不是很突然，现在回想起来，还是有些前兆的。以前感冒的时候看的很开，年轻，几杯热水下肚就好了。这次就很慌了，特别是今年看了这么多程序员猝死的报道，真害怕自己也就步了后尘。

人非草木

非但人非草木，草木也并非草木，但看这世间万物，总是有始有终，如钢铁长城，历经风吹日晒，墙体也是有残破。哪有什么万古长青，都是血肉之躯，都会被岁月磨砺。

水滴终会石穿，我们总是去赞叹水滴的坚持，现在我们也应该去看看石头的承受上限，如雪崩时没有一片花是无辜的，石穿时，又有哪滴水滴是无辜的呢。与坚石相比，我们人类的身体应该是更为脆弱了，生病之时以前做的那些事，也没有一个是无辜的。

常食五谷

同是血肉之躯，我们有个好处就是，我们可以主动的去吃食物以补充自身能量，恢复身体机能，我觉得我现吃的特养生，早餐一碗粥，一个鸡蛋，然后两个包子。中午晚上都荤素搭配，有蔬菜，也有肉，尽量两天安排个鱼。一天下来，手里的热水没断过。虽然比较费钱，还是身体最重要。从吃饭还衍生出了食疗，其实也不道理。

亦有百病

说是常在河边走，哪能不湿鞋，这活在人世间，哪能不生病。与吃饭只能从口入不一样，身体各个方面，哪个面没照顾好，都有可能生病，病不仅仅是从口入，也可能从脚入，从手入，从头顶入，还有各种天灾人祸等。人生啊，真得是太难了。身体是自己的，命是自己的，别的都是别人的。

结语

我要闭目养神了,大家也多注意身体.