

我们这条弄堂,常被电视剧导演相中。因为弄堂宽敞,树木葱郁,虽位居市中心,却闹中取静,四层楼建筑,又有弯曲的石板楼梯,在上海已很少保留如此的建筑,所以先有《孽债》剧组借景,近日又有一剧组入驻,还租用房子和仓库摆放道具。导演很认真,招募了不少群众演员,为拍一个镜头往往要演员扮演十几遍才过场,拍摄了整三天,气氛不错,虽然有动静,大家也相安无事。

事情发生在第三天深夜。那一晚,月明风轻,将近子时,居民都已安睡,几个群众演员却在大声讲话,宁静的夜晚,声音嘈杂刺耳;他们还不停地搬弄道具,动作频频;邻家的窗户打开了,同他们打招呼,但不见效,而且声响似乎越来越大,不时有笨重的道具被搬拖的响动声。已经难以入眠了。突然间,邻家儿子穿了睡衣冲出

手袋是女人的忠实伴侣。在西方有句流行话叫“不带手袋不出门”。手袋被归在服饰类,每个女人至少有一个手袋,手袋是女人最私密的服饰之一。一个由心理学家等专业人士组成的小组在世界 17 个城市(包括上海)对“手袋现象”进行了调查和研究,他们在女人手袋中发现过 250 种物品,收集到 150 个关于手袋的故事。一份民意调查显示,女人们一生中平均约有 76 天的时间在她们的手袋里翻来翻去。

欧洲中世纪时期,手袋是男人和女人都用的器物,通常固定在腰带上,用布料或皮革做成。16 和 17 世纪时,男人的手袋变成了衣袋,缝在衣服里边;女人的手袋也躲入了裙子,甚至缝在衬裙上,裙子上有开缝,伸手可及。男人的手袋从此永远成了衣袋,女人的手袋虽然在裙子里躲藏了相当长的时间,但到了 18 世纪,女式方形低领口紧身胸衣成为时尚;18 世纪末,在(1795-1799 法兰西第一共和国)督政府时期风格的影响下,女式时装越来越趋紧身、越来越透明,手袋已无法在紧身胸衣和半透明裙子里隐藏了。1805 年前后,热衷于紧身胸衣的女士们决定恢复独立的手袋,同时出现了皮制手袋,并装上了提带和弹簧锁。至 19 世纪末,手袋终于成为了女子的专门服饰。

第一次世界大战后,真皮匮乏,手袋昂贵,很多著名的服饰公司不得不用棉布作为生产手袋的材料。20 世纪 20 年代,合成材料所占比例大为上升,与此同时,加拿大军队的军需袋上所用的拉锁也出现在上流社会的手袋上;信封式手袋、金属丝网舞厅手袋等纷纷“卷土重来”。从上世纪 30 年代末开始,手袋日渐大型化,背带和提带越来越长。

1976 年签订了“华盛顿物种保护协议”,根据协议规定,必须持有合法证书才能生产爬行动物皮革商品;于是,成立于 1972 年的国际爬行动物保护协会制定了物种保护标识,作为合法证书。爬行动物皮革手袋的生产明显受到限制,皮革制品厂于是研制了一种冲压法,将牛皮表面压成鳄鱼皮的皮纹,权充鳄鱼皮手袋。

经历了几个世纪的手袋现象竟然引起了一位心理学教授的极大兴趣,他对手袋和它们的主人作了 20 年研究,根据该教授的观察和研究,用大手袋的女人喜欢享受生活,有创意但比较冲动,生活中有点杂乱无章。喜欢小手袋的女人总是生活在梦幻世界里,她们的手袋里装满了渴望和期待,她们通常比较拘谨和被动,似乎总在盼望着会发生什么。爱用中等大小手袋的女人很可能是完美主义者,生活比较实在,穿着比较随便,愿意帮助别人处理事情,她们的手袋也许朴实无华,但里面有很多内袋,因为她们喜欢看见袋内“一清二楚”。

手袋在告诉我们:它的主人在什么年龄段、经济状况如何、喜欢做什么事情、什么东西对她很重要、她有何种风格……当然,男人也可以用手袋的。

有了好的心态,人就能放松,就能保证行动的准确和坚忍不拔的毅力。如此,结果就会早日到来。“干活”,干了才会“活”,越干越活;“出路”,出去才有“路”,越出去越有路。人的一生离不开“人”、“事”两字,如何做人,如何做事。如何做事又取决于如何做人,因此“人事”,人在前,事在后。一撇一捺写个人,一生一世学做人。

有人说:“不可能!”也有人说:“不,可能!”增加了一个逗号,但其意义大不同。它使后面惊叹号的内容大大改观,不是惊叹于无所作为,

屋门,大声喝斥他们,但依然故我,儿子发火了,返身从家里操起一把菜刀冲下石梯,他母亲见状,吓得拼命抱住儿子大声哭喊,儿子气极,指着那帮群众演员大骂:“你们不让人睡觉!有种的不要逃,我和你单挑!”那帮被招募来的群众大都是外乡来沪打工者,哪见得了这般架势,吓得不敢吱声。整条弄

堂被吵醒了,大家纷纷出门指责,一户邻居摆放在屋外的花盆被踩碎多只,此时也找他们说理,那些群众演员自知理亏,闷声不响乖乖地回屋了。

第二天,里委支书和物业经理了解情况后,拿了水果上门慰问邻家儿子,但他母亲坚持拒收水果,只要讨个说法;他们又拿出钱要赔花盆,但邻居只要剧组拿

上期文章中我向大家介绍了隆哥教授短期禁食有利治癌的观点,我要补充作个说明的是:该法应用是大有讲究的。须有医生指导,病家不能盲目试用。以后我会具体论述。

今天讨论的是西医肿瘤学中关于肿瘤细胞休眠的相关问题。

对肿瘤细胞休眠的概念现在仍有争议,但多数意见是指肿瘤细胞在人体内长期存在而没有明显生长,但仍具有增殖潜能,临床上检测不到肿块及无症状的一种与状态。通俗而言,就是“活着但不动”之意,好像动物的冬眠。肿瘤休眠细胞的存在是恶性肿瘤难以根治的主因,也是导致复发和转移的根源。

肿瘤细胞休眠既可存在于癌前期,也可存在于既病经治疗取得临床痊愈后。医生追求的是后一种休眠状态,那么如何才能实现这种目标呢?

1971 年美国的佛克曼教授发现“肿瘤的生长和转移离不开肿瘤血管”,率先提出了“通过阻断肿瘤血管来扼制肿瘤”的新理论,于是肿瘤血管阻断疗法也就应运而生。

西医认为肿瘤的生长分为无血管期和血管期。肿瘤细胞形成之初,是没有血管与人体血管相连的。等长大到一定体积后,由于需要从人体汲取更多的营养,就会在相关因素的作用下长出血管,这就叫肿瘤的新生血管。也就是说,血管生成是癌细胞生长和转移的必要条件。没有血管的肿瘤是长不大的,而对人体造成危害的肿瘤都是在其生成了血管之后。肿瘤血管既是癌细胞汲取营养的通道,也是复发和转移的主要途径。而肿瘤血管抑制剂就是直

而是惊叹于不懈努力。创造机会的人是勇者,等待机会的人是常人,放弃机会的人是蠢者。人生最遗憾的不是过错,而是错过。

快乐余言短信

余惕君
过,在于轻易放弃了不该放弃的。只看眼前会失去未来,发现不了问题是最大的问题,没有危机感是最大的危机,满足现状是最大的陷阱。与其困难时再找退路,不如顺

几个花盆来,同样拒收钱款。这些行为使里委干部们也深受感动。剧组导演得知此事,生怕闹出命案,决定立即撤离。次日夜晚,弄堂一片安宁,事情总算有了圆满的结果。

电视剧导演借实景拍摄,是聪明之举,一来可省去搭台布阵的钱财,二来使剧情更真实,又增添了现场生活

气息;但这场“风波”的起因,虽是那些群众演员所为,实际上是导演平时缺乏严格要求,放弃了叮嘱的责任。群众演员们出自对剧组的感情,深夜还在劳作,但他们忘却了“扰民”所带来的后果。一旦发生“扰民”之事,暂时忍一忍可以,忍不住了必定会爆发,这就会影响和谐稳定的

接针对肿瘤血管的,它通过阻断癌细胞的营养通道而使肿瘤消退,还可防止肿瘤的复发和转移。

由上可知,只要使癌细胞休眠,对人体的危害也就缓解了。那么癌前期的休眠与治疗后休眠的原理是否相同呢?对此我

调降正气的新佐证(下)
——中医与肿瘤(十四)
张建国

未找到西医的解释。我体会前者是由癌细胞处在“胚胎”期因而力量薄弱所致,是自身的原因,与免疫力的强盛无关。而经治疗后的休眠是通过打击或抑制癌细胞使其数量减少以致力量薄弱而实现的,是被动的结果,也跟免疫力的强盛无关。因此,病前与病后的休眠,在本质上都是因为癌细胞的数量少而力量弱所致。所以设法使其虚弱就可通过有利于癌症的控制。

隆哥的禁食法是通过饿身体而间接地使癌细胞虚弱,肿瘤血管阻断疗法则是直接饿死癌细胞,都是通过饥饿以使癌细胞虚弱而衰退的方法。可见只要能使癌细胞虚弱的治法都是好方法。

血管阻断疗法的应用固然明显提高了治癌的整体疗效,但为何仍不能藉此而治愈癌症呢?我体会原因在于:它的作用只是减阻了癌细胞局部的营养水平,而没能做到使它的养料源头,即人体的营养水平的整体下降。虽然西医也已认识到了肿瘤休眠状态的诱导与维护跟人体的内环境是密切相关的,但限于它的天生短处,要想在技术上做到既使人体营养水平下降而又不会出现破坏性作用,至少在目前

利时开拓出路。笨鸟可先飞,但飞之前先要辨别路径;鸟应先出头,但应选择一个枪射不到的角度,或是在枪响之前就飞出射程。凡事“先谋后动”,两军相遇“智”者胜。

只看大事,会忽略小事;只看小事,会看不见大事。责任心是金,有了责任心,不因事大而难为,不因事小而不为,不因事多而忘为,不因事杂而错为。

成功的程度取决于信念的强度。考场、官场、职场、情场、赛场……人生无数场,根本在“气场”。

大局。我想,拍摄电视剧除了丰富和满足人民群众的精神文化需要外,更长远的目标应是维护社会和谐稳定的大好局面。实际上,老百姓是通情达理的,记得《孽债》剧组到了晚上基本不再拍摄,演员轻手轻脚,生怕惊醒已经入睡的居民,这是个好的传统。

随着电视剧借景拍摄的需要,一些符合剧情需求的弄堂会有更多的承担,但导演和演员也应明确自己必须承担的责任,上海世博会的主题是“城市,让生活更美好”,电视剧组自然也希望民众生活得更美好,那么,应当明白“不扰民”作为拍摄的宗旨之一,才能真正地体现这一美好的愿望。

举一反三,由这件事联想开去,不限于剧组,其他为民服务的部门也可以从中悟得相应的启示吧!

是困难的。而临床早已确证的是,对任何顽病采用不顾人只及病的任何疗法都是唯有治本之效的。

西医讲的癌细胞所需的营养,包括了血液、氧气等营养成分,这些分属于中医的气血阴阳。但我体会它在热毒性质的癌症中则主要表现为以气和阳为主的正气。所以不仅癌细胞的营养关乎正气,而且肿瘤血管的生成、增生、修复及其血流的是否丰富,都跟人体体质的是否火热以及正气水平的是否强盛密切相关。因为中医认为,气有余便是火,气阳能生血,血得热则行且速。

那么人体的何种状态会使得癌细胞的营养丰富或者贫弱呢?癌细胞长在人的身上,自然人的营养丰富甚至过多就会使癌细胞的生长旺盛。反之则相反。这跟草木生长与土壤中营养的关系是一样的。而营养多的人则大多正气水平偏高或亢盛。虽然正气强不是生癌的必然因

著名男中音歌唱家刘秉义,是我国歌坛的一棵常青树。他年近八旬,从参加枪林弹雨中的志愿军文工团开始,从艺已一个甲子,但至今仍活跃在祖国天南海北的舞台上。他的代表作《我为祖国献石油》久唱不衰,石油工人更以此为豪。

上世纪 50 年代末,为了冲破帝国主义的经济封锁和苏联的背信弃义,以王进喜为代表的中国石油工人在我国东北条件艰苦的大庆油田做建设,上演了惊天地、泣鬼神的动人一幕。

为了学习、弘扬“铁人精神”,1961 年底,沈阳音乐学院院长李劫夫亲率学校作曲系全体师生,去大庆油田下生活。在冰天雪地里与石油工人同劳动、共生活,从而创作一批真实反映他们精神面貌的音乐作品。

一天,李劫夫的得意弟子、青年教师秦咏诚中午在职工食堂就餐,偶尔看到黑板报上刊登了油田工人薛柱国满怀豪情写就的一首十二行的短诗《我为祖国献石油》,字里行间无不渗透着不屈的奉献精神。秦咏诚被短诗深深感染而激动不已,马上放下手中的碗筷,拿出随身所带的创作本,仅用了十几分钟就一气呵成了传世经典《我为祖国献石油》。

翌年初春,刚从中央音乐学院毕业留校当教师的刘秉义,在《歌曲》杂志上看到了《我为祖国献石油》这首歌曲,顿觉眼前一亮:此歌不仅形象生动、朗朗上口,而且旋律很美、易唱易记。刘秉义旋即找来学校的一位手风琴老师试唱,效果奇佳。打那后,无论下工



英雄!为什么不是英雄呢?当我看到首次报道的吴斌事迹时,我脑子的第一反应是:英雄,和平时期的邱少云!在老人跌倒该不该扶都要争论的今天,吴斌的了不起需加上 n 次方!

英雄·必答题
(牛博士对马姐说)
戴逸如文并图
英雄,和平时期的邱少云!在老人跌倒该不该扶都要争论的今天,吴斌的了不起需加上 n 次方!吴斌很快获得“见义勇为勇士”称号,令人欣慰。有称之为平民英雄的,不妥。英雄何须冠以平民?难道英雄还要用官员与平民来拉开档次?从容不迫面对死神,指挥若定,吴斌呵,不输给久经沙场的将军!一个极其平凡的吴斌牺牲了,他的死,却真正当得起永垂不朽四个字!

当然,最美教师张莉丽也是英雄啦,她是和平时期活着的黄继光!曾经有两句诗广泛流传:“卑鄙是卑鄙者的通行证,高尚是高尚者的墓志铭”。其中,浸透了悲愤。张莉丽是当今社会的一道考题:卑鄙真的是卑鄙者升官发财的通行证吗?高尚真的只能是高尚者的墓志铭吗?能不能让英雄不仅有身后的光荣,还有活着的尊严?能不能让英雄活得舒适舒心,活得阳光灿烂?这是社会必答题,是我们每个人的必答题!

素,但却是癌细胞和癌症形成后加速发展,以及临床治愈后是否复发、转移,及其复发、转移时间早晚的重要因素。所以不论从我的理论看,还是从西医的一些新观点及临床措施的印证来看,在适当、可控、可逆的前提下把人体的正气水平(包括偏高、亢盛或者正常的)调降至治疗所需的水平是明显有利于控制肿瘤的。这不仅仅是治疗的需要,而且正是中医的长处。

尽管肿瘤细胞休眠之说提出已久,但被我接触并引入中医的时间简短,故仍将其作为我亢气助邪论的新的佐证。

为石油工人纵情高歌
李定国
厂、去农村,还是上剧场,《我为祖国献石油》是刘秉义的必唱歌曲,受到人民群众的热烈欢迎。1963 年初,中央人民广播电台录制了由中央乐团管弦乐队伴奏下,刘秉义演唱的《我为祖国献石油》向全国播送,同时在“每周一歌”节目中教唱此歌。从此,《我为祖国献石油》走进了千家万户,它激昂的旋律也融入了亿万人民的心田。

不久,刘秉义接到大庆油田的演出盛邀,兴奋得好几晚夜不能寐。在大庆,刘秉义同工人一样,住的是干打垒。他还参加了一次井架整体搬家的工作,深感石油工人的艰辛。在大庆的多场演出中,刘秉义都爬上高高的井架,在结满冰、滑溜溜的井台钢板上,迎着漫天的风雪,在手风琴伴奏下,面对黑压压的工人师傅放声高歌:“锦绣河山美如画,祖国建设跨骏马……”在零下 30 摄氏度的严寒中,工人们齐声和唱:“天不怕,地不怕……”这种无坚不摧的力量和豪迈的英雄气概,使刘秉义热血沸腾,心灵受到极大的震撼。

在以后的岁月里,刘秉义唱着《我为祖国献石油》踏遍了祖国所有的大小油田,他也与石油工人结下了不解之缘。

上世纪 80 年代初,港台流行歌曲在大陆风靡一时,但刘秉义每次演出的保留曲目,还是《我为祖国献石油》。说来也奇,在当时中国创作歌曲不被看好的状况下,刘秉义的这首歌却能赢得满场的喝彩,总要返场再唱一遍。我想:这就是经典的魅力所在。