

新民晚报

星期天夜光杯 / 夜光杯

老陈在我浙江朋友里面,算得上相当出彩的一位。孝悌仁厚,器识词章,都可以入谱,端的是一位方正君子,十几年前我们刚刚认识,他写短诗,一个字不用自撰,前两句《世说新语》里拿出来,后两句借鉴的现成大白话儿,浑然天成,有诗为证:一手执酒杯,一手执蟹螯。万般皆下品,惟有读书高。很能看得出此君的胸襟来,难怪写的文章,蟹也平添几分雅。

他是一个老饕,自家厨房重地,脱排油烟机边上,贴着毛笔写粗重浓黑十个字,叫“宁可居无竹,不可食无肉”,走进去的

人会觉得鞋底板微微有些发黏,大概瓷地砖被肆意挥洒久了,也饱吃油水汤汁的关系,抬脚的时候,有微微的“哒”一声轻响。

话说像老陈这一类现实和梦想结合得很好的人,有些名士做派,到了秋天,你叫他不吃螃蟹,也不能够。他在上海那会儿,是我们几个人里,薪水最高的,福利也厚,那年深秋就电话约我,说夜里来吃螃蟹,别人一概不叫,独独请上书法家林鹏程,因为气

味相投,都是好酒量,喝高兴了剧啸沉酣,两听其便。那时我在上海北郊有一小套房子,事先备好三五个菜,摒弃大荤,都整治些片啊丝啊小块小条,为了过酒方便,买好黄酒数斤,就等这两位贵客了。客至,拉开桌子,大家团坐在沙发上,看电视也便宜,风卷残云,前菜顷刻就空了,此时螃蟹刚好好出锅,白气散净,一尝之下,果然肥大香甜,胸中红黄块垒,脂玉横陈,初结结人骨铁硬,酒轮番烫上来,嘲骂一会儿千古兴亡之事,喝杯

我与漕溪北路595号结缘于上世纪90年代初。1987年,我从山东大学研究生毕业后到上海市委宣传部工作。1990年开始,领导安排我分管影视创作。自此以后,我经常上午在宣传部办公,下午就去上影厂。当时,我刚从学校毕业出来,书生气正浓,而上影厂从领导到艺术家也往往是不拘小节,碰到后经常是勾肩搭背、称兄道弟,外加递根香烟。记得当时我刚印了名片,那家印名片的广告公司不知什么原因将我的“文学硕士”错印成“文学项士”,结果屡被导演张建亚打趣。张导那时可是个牛人,拍了多部有影响的影片,而且影片风格独特,令人惊悚。

我至今仍清晰地记得,当年,上影厂办公室还在一个二层的筒子楼,里面采光不好,过道上整日灯光昏黄,夏天还有蚊子;而且,因为是天主教会的产业,该楼还不能装修改造,办公条件较艰苦。但是,虽然

市里免费发给本市每户家庭的健康课本,阅读情况如何?日前笔者带着这个问题在周围几个区做了一次调查,被访问的有200多人,结果有七成的市民说读过,但仍有三成市民没看过。

世界卫生组织一位官员曾说过:无知与疾病是孪生兄弟。而今在中国,癌症、心脑血管疾病、糖尿病患者这么多,有的疾病人数在世界还名列前茅,一个很重要的原因是我们的公民对健康知识知之甚少,故对疾病的防范能力相当差。应该说,市里向市民赠送健康课

酒,后来朱新建老师画面上经常题款“汉书下酒”,庶几就是这个状态。

老陈酒酣兴发,有点鲁智深喂禅和子吃狗肉肉

秋蟹谣

郁俊

豪气,把酒盅往地上一倾,对着害了半天馋病的拉布拉多犬说:你若有家,喝了这半杯残酒。我家小犬不晓得黄酒后劲的厉害,一低头,舔个干干净净。那还了得,狗的肠胃短,消化快,不多时酒入狗肠,化作疯癫醉,拉布拉多

多本来就属于运动犬,一天没事也能跑万米,何况喝了热酒,顿时发散开,在房间里上蹿下跳,叫嚣蹿突,从房门到阳台门,南北来去至少有几十个来回,终于精疲力竭,厥着舌头,先去痛饮凉水半盆,然后软倒在诸人脚底下,嘴里叼着



智慧快餐

郑辛遥

中医的困惑:没有好药材,哪来好疗效。

我与漕溪北路595号



赵建中

“我和徐家汇的故事”征文

徐汇·中凯城市之光特约刊登

经济形势比较严峻,上影厂的创作仍然十分活跃。上影厂内临近四号门处有一幢八层楼的办公楼,又叫八大楼。我去上影厂审片的时候,经常看到有好多房间门上贴着某某导演工作室、某某剧组的标签,主创人员从里面进进出出。

那些年,由于上影厂有着良好的创作环境,国内著名导演如张艺谋、陈凯歌、周晓文等纷纷前来合作,上影连续拍摄了《活着》、《摇啊摇,摇到外婆桥》、《风月》、《二嫫》等力作。我恭逢其盛,也参与了对上述影片剧本与完成片的审查与修改。记得在我审查《摇啊摇,摇到外婆

桥》那天下午,张艺谋穿着黑色的、立领的皮茄克,笑容可掬地与我握手,非常谦和地听取我的审查意见,还与我拍了一张合影。张艺谋刚离开,我就从上影厂的分管制片的卓副总裁处得知,就在影片拍摄期间,巩俐哭着给他打来电话,说与张艺谋的爱情

已经走到尽头。2000年,上影厂再次受到全国电影观众的瞩目。反腐题材影片《生死抉择》在全国公映后引起巨大反响,创下了上影有史以来拷贝发行量、观众人次、电影票房的最高纪录,全国放映总票房收入达1.2亿元,并获中央领导高度评价。因为该片的成功,上影厂每位员工都程度不同地获得褒奖。当年,我为影片的拍摄与发行起草过多份呈报市委的报告,并撰写过影评。这些文字至今我还保留着,当年影片的创作策划之艰辛及送审时之历经波折的点点滴滴,也将成为我永恒的记忆。

真细读一下。这些知识应该说是相当有用的,对于市民开始健康的生活方式,不生病少生病和健康长寿起到很重要作用。

上海是国际大都市,正在为建设健康城市而努力。我们希望每个家庭把学习健康知识列入家庭重要议程,组织每个家庭成员学好、用好健康课本。俗话说:蝼蚁之穴可以溃千里长堤。健康课本是打开健康大门的金钥匙,也可以帮助我们堵住“蝼蚁之穴”,保住“长堤”。每个市民都应该投入到学习健康知识的热潮中来,让健康知识成为我们防范和战胜疾病的犀利武器!

拖鞋沉沉睡去,偶尔说句梦话,尾巴敲打地板三两下,这节拍控制的,合于桑林之舞,乃中经首之会。

夜深了,螃蟹和酒都告罄,这两位大名士乘着酒兴,先是做诗,绝也有,律也有,老陈摇头晃脑的,连古风都能吟出来,曹子建之类,委实要被我们小看。诗作罢,扯出宣纸一首一首写下来,喝了酒的字,和寻常不同,难怪傅抱石有一个章子,刻着“往往醉后”。最终告辞,大家都捉脚不住,只是要往一边上歪斜,相互搀扶,放声高歌《台北红玫瑰》而去。老陈说,哎呀今天实在是很有趣,人吃的东西,狗也吃了,还撒了一通酒疯,有趣有趣。我说其实啊,狗吃的东西,人也吃得。刚才你们来之前,我发觉小菜不够,开了几个炒香包,把里面的牛肉块拿出来,改刀和茭白块一块炒,味道也是很不错的来,否则单单螃蟹,如何吃得饱?

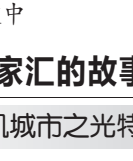


智慧快餐

郑辛遥

中医的困惑:没有好药材,哪来好疗效。

我与漕溪北路595号



赵建中

“我和徐家汇的故事”征文

徐汇·中凯城市之光特约刊登

经济形势比较严峻,上影厂的创作仍然十分活跃。上影厂内临近四号门处有一幢八层楼的办公楼,又叫八大楼。我去上影厂审片的时候,经常看到有好多房间门上贴着某某导演工作室、某某剧组的标签,主创人员从里面进进出出。

那些年,由于上影厂有着良好的创作环境,国内著名导演如张艺谋、陈凯歌、周晓文等纷纷前来合作,上影连续拍摄了《活着》、《摇啊摇,摇到外婆桥》、《风月》、《二嫫》等力作。我恭逢其盛,也参与了对上述影片剧本与完成片的审查与修改。记得在我审查《摇啊摇,摇到外婆

桥》那天下午,张艺谋穿着黑色的、立领的皮茄克,笑容可掬地与我握手,非常谦和地听取我的审查意见,还与我拍了一张合影。张艺谋刚离开,我就从上影厂的分管制片的卓副总裁处得知,就在影片拍摄期间,巩俐哭着给他打来电话,说与张艺谋的爱情

已经走到尽头。2000年,上影厂再次受到全国电影观众的瞩目。反腐题材影片《生死抉择》在全国公映后引起巨大反响,创下了上影有史以来拷贝发行量、观众人次、电影票房的最高纪录,全国放映总票房收入达1.2亿元,并获中央领导高度评价。因为该片的成功,上影厂每位员工都程度不同地获得褒奖。当年,我为影片的拍摄与发行起草过多份呈报市委的报告,并撰写过影评。这些文字至今我还保留着,当年影片的创作策划之艰辛及送审时之历经波折的点点滴滴,也将成为我永恒的记忆。

真细读一下。这些知识应该说是相当有用的,对于市民开始健康的生活方式,不生病少生病和健康长寿起到很重要作用。

上海是国际大都市,正在为建设健康城市而努力。我们希望每个家庭把学习健康知识列入家庭重要议程,组织每个家庭成员学好、用好健康课本。俗话说:蝼蚁之穴可以溃千里长堤。健康课本是打开健康大门的金钥匙,也可以帮助我们堵住“蝼蚁之穴”,保住“长堤”。每个市民都应该投入到学习健康知识的热潮中来,让健康知识成为我们防范和战胜疾病的犀利武器!

本周一条来自北欧的消息成了中国电影界和影迷们的大喜讯:挪威国家图书馆在诺尔兰郡拉纳市摩镇电影收藏中发现了一部中国无声电影的拷贝,并确认是1927年上海影戏公司出品的《盘丝洞》。鉴于上世纪20年代的国产影片目前存世极少,《盘丝洞》在国内已无胶片留存,远在挪威的新发现,无疑对我们了解早期中国影史增添了重要的例证。

《盘丝洞》1929年1月在挪威放映,片名翻译为《蜘蛛精》,也是第一部在当

地放映的中国电影。而它在上海本地的首映则早在1927年的2月2日,地点为北海路上有“国片之宫”美称的中央大戏院。《盘丝洞》的导演,也即上海影戏公司的创办人但杜宇,不仅在中国电影史而且在现代美术史上也占有一席之地,他国画和西画均有涉猎,并在商业艺术如月份牌画方面造诣很深,20年代上海诸多报刊刊载他绘制的封面和插图。与此同时,身处上海这个现代都会,但杜宇对“机械复制时代的艺术”——摄影和电影——也产生了浓厚的兴趣。据传,他因为和朋友集资一千元,从即将离沪回国的外国人手里购得一架“爱璐门(Ernemann)”牌电影摄影机,便立意创办一家电影制作机构。1922年1月,上海影戏公司的首部作品《海誓》公映,这也是中国本土创作的最早的故事长片之一。

由于资金规模小,上海影戏公司基本上是一间家庭电影公司,主要创作人员都是但杜宇的亲属或朋友。这一点,从《盘丝洞》的主创人员便能看出:该片摄影师

开,进入的空气对翼囊充气,产生浮力,飞行者可身体的动作掌控飞行高度和方向,使一部分垂直降落

翼装飞行是世界上众多极限运动中最为极限的一项,为了这项极限运动的诞生、表演和比赛,人类失去了许多优秀的高处跳伞(从悬崖、摩天楼、直升机等高处跳伞)运动员。高处跳伞的英文为base jump,所以有人风趣地称它音译为“背死跳伞”。

飞行者的主要装备是腋下和双腿间连膜的翼装,翼翅材料具有很大的韧性和张力,当飞行者腾空后,伸展四肢,翼膜便展

开,进入的空气对翼囊充气,产生浮力,飞行者可身体的动作掌控飞行高度和方向,使一部分垂直降落

翼装飞行是世界上众多极限运动中最为极限的一项,为了这项极限运动的诞生、表演和比赛,人类失去了许多优秀的高处跳伞(从悬崖、摩天楼、直升机等高处跳伞)运动员。高处跳伞的英文为base jump,所以有人风趣地称它音译为“背死跳伞”。

飞行者的主要装备是腋下和双腿间连膜的翼装,翼翅材料具有很大的韧性和张力,当飞行者腾空后,伸展四肢,翼膜便展

开,进入的空气对翼囊充气,产生浮力,飞行者可身体的动作掌控飞行高度和方向,使一部分垂直降落

翼装飞行是世界上众多极限运动中最为极限的一项,为了这项极限运动的诞生、表演和比赛,人类失去了许多优秀的高处跳伞(从悬崖、摩天楼、直升机等高处跳伞)运动员。高处跳伞的英文为base jump,所以有人风趣地称它音译为“背死跳伞”。

飞行者的主要装备是腋下和双腿间连膜的翼装,翼翅材料具有很大的韧性和张力,当飞行者腾空后,伸展四肢,翼膜便展

一部《盘丝洞》见证影史

汤惟杰

明珠;演白衣大士的贺蓉珠(又名佩蓉)是但氏的外甥女;而小道童的扮演者但二春,则为但杜宇的侄曾孙。

《盘丝洞》甫一问世,便在上海造成“万人空巷”的景况,票房空前的火爆,南洋地区也争相订购拷贝(该片演职员表中列有专门的字幕“翻译”一人,可见拍摄时就考虑到海外发行)。据但杜宇的好友郑逸梅先生所记,这部片子令上海影戏公司盈利高达五万元,这在当时并不多见,而这番获利也让但杜宇能够大规模地扩建位于闸北的公司摄影场,添置了汽车和其它用具和道具,并开始筹划投拍下一部古装大片《杨贵妃》。

《盘丝洞》的热映,印证了1927年前后上海电影的“《西游记》热”和古装神怪片的潮流。在那段时间,明星公司出品的《车迟国唐僧斗法》,天一公司的《金钱豹》、《女儿国》、《铁扇公主》、《莲花洞》,大中国的《黑风山》、《无底洞》、《红孩儿》、《闹天宫》,长城公司的《火焰山》,合群公司的《猪八戒大闹流沙河》等,均取材自古典长篇名著《西游记》。此外《封神榜》等神怪小说也成为制片公司改编的热门题材……

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

瓦朗坦,为了探索翼装飞行,索恩比瓦朗坦早20年被死神召唤;而瓦朗坦则孜孜不倦地在研究最合适

极限之极限

——话说翼装飞行

运动转换为水平运动,进行无动力飞行。最后再借助降落伞在降落点着陆。属于装备的还有一顶特殊头盔,头盔配有2个GPS定位仪,眼镜右下角的小显示器可显示飞行速度和滑翔比,另外用声音向

飞行者报导是否偏离航道。今天,飞行者的最大降落速度可达50千米/小时,前进速度为200千米/小时(滑翔比1.4)。

二十世纪初,人们已经开始尝试用人工翼翅来控制自由降落。在第一批先驱者中,最有名的是法国人克莱姆·索恩和莱奥·

三言两语记

徐弘毅

有时一无所知或一知半解,会让你一无所获或一事无成,尤其在你自我感觉特好之时。知人,知情,知理,知道,知深,知潜,知进,知退,才是成事、成功之道。

微笑的能与量,从不微小。

组场、主场,或应邀出场等等,包括也能救场、补场特别是圆场。地场可有主、客之分,角色也有主、次之别,在场都应发挥到位,确保圆满收场。

真细读一下。这些知识应该说是相当有用的,对于市民开始健康的生活方式,不生病少生病和健康长寿起到很重要作用。

上海是国际大都市,正在为建设健康城市而努力。我们希望每个家庭把学习健康知识列入家庭重要议程,组织每个家庭成员学好、用好健康课本。俗话说:蝼蚁之穴可以溃千里长堤。健康课本是打开健康大门的金钥匙,也可以帮助我们堵住“蝼蚁之穴”,保住“长堤”。每个市民都应该投入到学习健康知识的热潮中来,让健康知识成为我们防范和战胜疾病的犀利武器!

但澄亭,是但杜宇的侄孙;饰演蜘蛛精的,是但杜宇新婚不久的妻子,上海滩著名的“F.F女士”殷

明珠;演白衣大士的贺蓉珠(又名佩蓉)是但氏的外甥女;而小道童的扮演者但二春,则为但杜宇的侄曾孙。

《盘丝洞》甫一问世,便在上海造成“万人空巷”的景况,票房空前的火爆,南洋地区也争相订购拷贝(该片演职员表中列有专门的字幕“翻译”一人,可见拍摄时就考虑到海外发行)。据但杜宇的好友郑逸梅先生所记,这部片子令上海影戏公司盈利高达五万元,这在当时并不多见,而这番获利也让但杜宇能够大规模地扩建位于闸北的公司摄影场,添置了汽车和其它用具和道具,并开始筹划投拍下一部古装大片《杨贵妃》。

《盘丝洞》的热映,印证了1927年前后上海电影的“《西游记》热”和古装神怪片的潮流。在那段时间,明星公司出品的《车迟国唐僧斗法》,天一公司的《金钱豹》、《女儿国》、《铁扇公主》、《莲花洞》,大中国的《黑风山》、《无底洞》、《红孩儿》、《闹天宫》,长城公司的《火焰山》,合群公司的《猪八戒大闹流沙河》等,均取材自古典长篇名著《西游记》。此外《封神榜》等神怪小说也成为制片公司改编的热门题材……

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

瓦朗坦,为了探索翼装飞行,索恩比瓦朗坦早20年被死神召唤;而瓦朗坦则孜孜不倦地在研究最合适

瓦朗坦毅然辞去军职,提出退役。1950年4月,他用新姿势首次试跳,发现还有问题。第二次试跳时终于有了突破,把降落速度减小到150千米/小时,为水平飞行创造了良好条件。法国新闻界纷纷在头版刊登他的照片和事迹,称他为“一位新的人民英雄”。1954年,他创造了打开降落伞前在空中飞行5千米的成绩。荣誉持续了2年,在一次飞行表演中,瓦朗坦不幸丧生。

翼装飞行被喻为空中F1,有人说它是一种与死神相伴的极限运动。向自我挑战、体现勇敢精神、发挥身心最大潜能、享受从中获得的成就感和幸福感,这也许是对参与翼装飞行的最好解释。

然而新的发现必须在实践中检验,法国空军严禁瓦朗坦进行试验;于是

从小就觉得井是一样很神秘的东西,这种感觉基本来自影视作品,但相信很多人还是能说出它的好来。

比如,以前家里没冰箱的,到了夏天,买回的西瓜用井水来冰,一样美味透心凉。小时候去外婆家,穿过弄堂时,总会见到有两三个刚放学的小朋友围着一口井,在井盖上摊开作业本,认真地写着算着。他们或是家里太小太挤,或是忘带钥匙而爸爸妈妈还没下班回家,能这样安静做作业的孩子都是难得而自觉的。

最近一次看井,是在江苏丹阳。早就耳闻在丹阳市的延陵镇九里村有六口奇怪的井。当地人叫作“沸井”,因为它们常年沸腾,还沸腾了1600年以上。这么稀奇好玩的井一定要亲眼瞧一瞧。眼前的这六口沸井相距尺许排列,稍远看去,井栏古朴典雅,神韵别具;走近细瞧,井内水面翻腾鼎沸,滚浪有声。井水三清三浊,三口清井井水清澈透明,三口浊井井水一个呈淡黄色,一个呈黑色,另一个呈淡褐色。这奇特的景观令连我在内的游人稀奇不已。这还不算,更神奇的是这沸井水居然连味道也五花八门,有啤酒味、汽水味、苏打水味,据说喝了这井水能清眼明目。有说“黄山归来不看岳,九寨归来不看水、九里归来不看泉”,这次我算是领教了。

真细读一下。这些知识应该说是相当有用的,对于市民开始健康的生活方式,不生病少生病和健康长寿起到很重要作用。

上海是国际大都市,正在为建设健康城市而努力。我们希望每个家庭把学习健康知识列入家庭重要议程,组织每个家庭成员学好、用好健康课本。俗话说:蝼蚁之穴可以溃千里长堤。健康课本是打开健康大门的金钥匙,也可以帮助我们堵住“蝼蚁之穴”,保住“长堤”。每个市民都应该投入到学习健康知识的热潮中来,让健康知识成为我们防范和战胜疾病的犀利武器!

但澄亭,是但杜宇的侄孙;饰演蜘蛛精的,是但杜宇新婚不久的妻子,上海滩著名的“F.F女士”殷

明珠;演白衣大士的贺蓉珠(又名佩蓉)是但氏的外甥女;而小道童的扮演者但二春,则为但杜宇的侄曾孙。

《盘丝洞》甫一问世,便在上海造成“万人空巷”的景况,票房空前的火爆,南洋地区也争相订购拷贝(该片演职员表中列有专门的字幕“翻译”一人,可见拍摄时就考虑到海外发行)。据但杜宇的好友郑逸梅先生所记,这部片子令上海影戏公司盈利高达五万元,这在当时并不多见,而这番获利也让但杜宇能够大规模地扩建位于闸北的公司摄影场,添置了汽车和其它用具和道具,并开始筹划投拍下一部古装大片《杨贵妃》。

《盘丝洞》的热映,印证了1927年前后上海电影的“《西游记》热”和古装神怪片的潮流。在那段时间,明星公司出品的《车迟国唐僧斗法》,天一公司的《金钱豹》、《女儿国》、《铁扇公主》、《莲花洞》,大中国的《黑风山》、《无底洞》、《红孩儿》、《闹天宫》,长城公司的《火焰山》,合群公司的《猪八戒大闹流沙河》等,均取材自古典长篇名著《西游记》。此外《封神榜》等神怪小说也成为制片公司改编的热门题材……

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

兴奋、热闹而芜杂,也许是描述1920年代中后期的上海乃至中国电影业景象的合适词汇。随着《盘丝洞》拷贝的“出土”,影迷们有望在不久的将来得以在银幕上亲睹中国早期影史的代表性作品,这将是一个激动人心的时刻。

瓦朗坦,为了探索翼装飞行,索恩比瓦朗坦早20年被死神召唤;而瓦朗坦则孜孜不倦地在研究最合适

瓦朗坦毅然辞去军职,提出退役。1950年4月,他用新姿势首次试跳,发现还有问题。第二次试跳时终于有了突破,把降落速度减小到150千米/小时,为水平飞行创造了良好条件。法国新闻界纷纷在头版刊登他的照片和事迹,称他为“一位新的人民英雄”。1954年,他创造了打开降落伞前在空中飞行5千米的成绩。荣誉持续了2年,在一次飞行表演中,瓦朗坦不幸丧生。

翼装飞行被喻为空中F1,有人说它是一种与死神相伴的极限运动。向自我挑战、体现勇敢精神、发挥身心最大潜能、享受从中获得的成就感和幸福感,这也许是对参与翼装飞行的最好解释。

然而新的发现必须在实践中检验,法国空军严禁瓦朗坦进行试验;于是

从小就觉得井是一样很神秘的东西,这种感觉基本来自影视作品,但相信很多人还是能说出它的好来。

比如,以前家里没冰箱的,到了夏天,买回的西瓜用井水来冰,一样美味透心凉。小时候去外婆家,穿过弄堂时,总会见到有两三个刚放学的小朋友围着一口井,在井盖上摊开作业本,认真地写着算着。他们或是家里太小太挤,或是忘带钥匙而爸爸妈妈还没下班回家,能这样安静做作业的孩子都是难得而自觉的。

最近一次看井,是在江苏丹阳。早就耳闻在丹阳市的延陵镇九里村有六口奇怪的井。当地人叫作“沸井”,因为它们常年沸腾,还沸腾了1600年以上。这么稀奇好玩的井一定要亲眼瞧一瞧。眼前的这六口沸井相距尺许排列,稍远看去,井栏古朴典雅,神韵别具;走近细瞧,井内水面翻腾鼎沸,滚浪有声。井水三清三浊,三口清井井水清澈透明,三口浊井井水一个呈淡黄色,一个呈黑色,另一个呈淡褐色。这奇特的景观令连我在内的游人稀奇不已。这还不算,更神奇的是这沸井水居然连味道也五花八门,有啤酒味、汽水味、苏打水味,据说喝了这井水能清眼明目。有说“黄山归来不看岳,九寨归来不看水、九里归来不看泉”,这次我算是领教了。

真细读一下。这些知识应该说是相当有用的,对于市民开始健康的生活方式,不生病少生病和健康长寿起到很重要作用。

上海是国际大都市,正在为建设健康城市而努力。我们希望每个家庭把学习健康知识列入家庭重要议程,组织每个家庭成员学好、用好健康课本。俗话说:蝼蚁之穴可以溃千里长堤。健康课本是打开健康大门的金钥匙,也可以帮助我们堵住“蝼蚁之穴”,保住“长堤”。每个市民都应该投入到学习健康知识的热潮中来,让健康知识成为我们防范和战胜疾病的犀利武器!

