



当代最杰出的华人导演李安回台湾宣传新片《少年派的奇幻漂流》，在一次讲座中，他的老友陈文茜说了一段意味深长的话，“我觉得张爱玲的话要改写了，成名一定要趁晚……”这当然是从李安的经历得出的结论，李安到38岁才得到第一次拍片的机会，42岁在柏林得了金熊奖，之前他一直默默无闻地在纽约寻找他的电影梦，“除了端盘子，他干了所有纽约未成名的艺术家干过的事”，带孩子、做饭、写剧本、去片场扛大包……那时他是一个让岳父摇头叹息的百无一用的死“文艺男青年”。

网络时代“每个人都能当上15分钟的名人”，张爱玲有最凌厉的注脚：“出名要趁早呀！来得晚的话，快乐也不那么痛快……”是啊，姜子牙七十岁才当上国师，美食也咬不动了，美女也泡不成了，享受起生活来也没那么带劲了，但像邓波儿一样三四岁就名满天下，也不过落个浪然众人的结局。今天这里莺莺，明天那里燕燕，各种诱惑好要的事一并袭来，心浮气躁，久而久之，慢慢就会变成一个名利场上的棋子。当然这还算好的，暴得大名

的小孩最常见的结局是开始完全不知道为什么会这样的奇遇，然后终于确信是自己太牛逼，飘飘然不可一世，最后变成一个性格怪异看各种人都不顺眼的 LOSER(失败者)，若是你现在的见上世纪八十年代那些当时得令的名人，就会悚然

## 成名要趁晚

黄佟佟

心惊，这些性格古怪的老头老太太会是当年名满天下的安琪儿么？

记者是个势利的职业，在这个职业里你会深深感觉名气是这个世间最危险的一样东西，它是一袭金丝斗篷，金光灿烂之下拖着巨大的黑影，越是抖出泼天的金光，越是掀起满目阴沟里的风浪。亲眼见到我一个写书的朋友，好不容易靠一部改编电影火了，正准备大干一场的时候，原著找上门来，因为一个莫名其妙的署名权告他家赔一百万，可怜他写这书才赚了几万元，一时间报纸杂志纷纷出笼，名是出大发了，可是也整了个鸡毛鸭血，从此他对外可这事敬谢不敏。太过年轻的人成名就像太年轻的树被放进风里，根基未定，不被金光所

感，也难免被风浪所伤，死无葬身之地者大有人在。所谓盛名之累皆在于此。

基本上，对普通人而言，成名也就代表着高潮的到来，一山更比一山高的人不是没有，那是天才。对资质相对普通的人来说，如果真的要成名，成名晚比成名早要好，你看周华健28岁才唱红，任贤齐31岁才为人所知，都是圈中有名的人精，稳打稳扎直到如今，领略过名利场的根红顶白，没有那么多不切实际的幻想，行起事来就妥帖许多。就算跌下来，也摔得没那么疼。像李安那种真正的人中龙凤，有名到这样还那么谦逊皆因人生的前四十年一直“蹲得很低”，那么多年的人生经历都沉淀下来，最终长成了一棵质地细密的大树，从此风也吹不倒他，雨也吹不倒他，名利也再侵蚀不了他，终成一代大师。

台湾才女陈文茜感叹年少成名：“你以为是掌握了世界，谁知世界掌握了你的灵魂”。灵魂要被这个世界拿走，确实要老成一点才扛得住，陷上花开可以缓缓归矣的境界自然又会不同——成名也好，成事也罢，晚一点有晚一点的好，最重要的是真的不用那么急！

## 伦敦地铁一二三

史明

浑然一体，只是在门脸上方有地铁的标志。麻烦的是，有的出入口双休日也休息，关闭，使得乘客“近邻不如远亲”。

有的小站甚至难见工作人员，惟见自动售票机。只有大站才能看到制服员工，奥运期间又增加许多志愿者。

大站不仅上下双向都有自动滚梯，且常还为多部。而一些小站因

空间局促，没有滚梯，但却有大体积的双口电梯，一端上，一端下，乘客互不影响。有的站由于太小，楼梯都不能奢侈地展开，而是螺旋形盘桓，但下楼时目不转睛地盯着台阶，还真是眩晕。只有孩子们，贼开心。

英国交通是右舵左行，但不知为何，只有地

铁里的滚梯上却是相反，人们都站在右侧，着急的人走左侧，像我们这里一样。

换乘站多，换乘距离却都不长，有的甚至可以同台换乘，省时省力。

车票种类繁多，单程、双程、一日、多日及公交联票等，既不像北京两块钱随便坐，也不似上海简单分段计价。

显然不是降噪铁轨，列车通过时噪声很大。列车外形方正古板，显陈旧。车厢里也不宽敞，尤其其车顶两端呈45



度角梯形，大个子抬不起头。车厢走道也很狭窄，以至于即使中间有空座，有的人也懒得过去坐。不过，座位十分舒服，不是联体硬座，而是独立带扶手的沙发垫椅。但世间万物利弊相伴，扶手却苦了那些胖子，所以经常会看到胖人宁可站着。

车厢里没有大声喧哗的，更看不到争吵的。座位上的人，看书的最多，看报其次，玩手机的凤毛麟角。

有一张免费报，《参考消息》这么大，每天都是五六十版，每个站台都有，乘客自取。有的乘客看完放到座后的窗上，下一位接着看；有的出站时再放回报台上循环。

早晚高峰时段，也是人头攒动如过江之鲫，但列车间隔极短，在一旁掐了一下表，最短只有48秒。所以，不用站外限流不说，还看到，竟有不止一位推着婴儿车的母亲，第一辆上不去，第二辆或第三辆便从容推车上地铁……

历史的云烟终究散尽，名士的痕迹总会留下。这里既不是帝王将相的出生地，也不是樵檐灰飞烟灭的古战场，这里是儒风芳菲的名士之乡。始于周、名于宋、兴于明、盛于今的周铁，始终让人难以忘怀。

吴国太来了，她亲手种下护佑周铁千年的“菩提树”——古银杏，太湖水防古镇从此风调雨顺，感恩的周铁人亦多了一份向善之心。

岳飞来了，屯兵筑城，抵御金兵南侵，三子岳霖永远留在了周铁唐门，一支岳氏血脉也就从河南汤阴繁衍于荆溪大地。

蒋捷来了，竺山“听雨”，赋诗抒怀。“流光容易把人抛，红了樱桃，绿了芭蕉”、“白鸥问我泊孤舟，是身留，是心留？”然国破山河在，物是人已非。一部《竹山词》，多少忧国情。

陶行知来了，“捧着一颗心来，不带半根草去”。一座西桥工学团，启蒙了多少乡村学子；一首“迎接新西桥”新诗——“明天太湖之滨，更新更美好”，平添了周铁人淡然自乐！

吴冠中来了，下邳街儒芳里的“故乡小巷”煞然入画，传世名作由此诞生。王茂公桥庙会那攒动的人群中，孩提时代的一个万花筒，让大师晚年发出了“这是我最早抽象美的启

迪者吧！”的感叹。若不是久远的书香，哪来“双溪争艳，二杭同芳”明代进士杭济、杭准兄弟那刻苦读诗书的“我师

## 儒风芳菲名士乡

裴焕良

巷”？还有分水夏庄贾氏那高耸的门头，“耕读传家”四个字下弥散开来的朗朗书声，至今仍萦绕于耳。悠悠周铁情，人文气象新。

近代，中国留英硕士第一人曹梁厦言传身教，“一门子侄七博士”在乡里传为美谈。他在上海创办

大同大学（复旦、同济前身），琼瑶女士的先生平鑫涛在《大同大学百年寿庆》中写道：“我那些梦想，都在‘大同’萌芽，‘大同’又培养了我实践这些‘梦想’的决心和智慧”。

现代，周铁这块土地走出更多名士：二位院士，探科学，求真谛；三位全国党代表，聚合合力，策未来；四位全国人大代表，抒民意，商国是；六位全国政协委员，出诤言，献良策；十位大学校长，植桃李，育栋梁……条条溪流通太湖，为谁流向大海去。几多朝代更迭，多少名士去来。承传的是厚重文脉，浸透着竺西风韵。



杏林夜谈

由于受天气影响，冬季是心脑血管疾病，如高血压、心绞痛、心肌梗死、心力衰竭、脑出血、脑梗死等的发病或恶化的高峰期，然而，很多患者在冬季不知道怎样预防心脑血管疾病的复发或加重。为此，现将心脑血管疾病患者在冬季的注意事项介绍如下。

一、防寒保暖：天气一冷，血管收缩，血压升高，这无形中加重了心脑血管的负担，从而引发中风、心绞痛和心力衰竭等急症，故应注意防寒保暖。但居室温度最好保持在15℃~20℃之间。同时还应注意保持室内空气清新。冠心病患者冬季洗澡不宜过频；洗澡时除了要保暖外，还要保持空气流通，避免过度闷热；若在洗澡过程中出现头晕、眼花、恶心、心绞痛等征兆时，应立即离开浴室并躺下休息。另外，在每天临睡前，可用热水泡脚。

二、生活规律：平时要坚持早睡晚起，中午最好安排半小时以上的午睡。充足的睡眠能够增强机体免疫功能。过度体育活动和体力劳动都可使心脏负担加重，最终导致心绞痛甚至急性心肌梗死。

三、合理饮食：冬季气候干燥，故冠心病人在寒冷季节要多喝温开水。多进食一些容易消化吸收且富含营养的清淡食物，避免暴饮暴食。因为不少心肌梗死病例发生在进食高脂肪高热量的食物后，致血脂升高，血黏稠度增加；抽烟可使血液黏稠，血管狭窄，争夺供给心脏的氧气，加重心脏负担；大量喝酒会扩张血管，血流加速，加重心脑血管负担。

便秘在老年人中十分常见，临床上，因便秘时用力屏气而导致心梗的老年人也不少见。所以，要保持大便通畅，多喝水，多吃粗纤维食物，适当运动，同时可辅以腹部按摩等帮助排便。

四、适当锻炼：适当参加一些文体娱乐活动，如跳舞、散步、打太极拳等，以增强体质，娱乐身心，调和气血。此外，还可以用冷水洗脸、擦身，以提高机体对寒冷的适应能力。

五、调畅情志：保持心态平和和精神愉快，避免精神紧张、大喜大悲。

六、坚持治疗：患者在冬天应按时遵医嘱服药，切不可擅自减药或停药。心脑血管患者身边最好常备急救药物，如心痛定、硝酸甘油和麝香保心丸等，一旦遇上高血压或心绞痛发作（症状有头晕、头痛、心悸、胸闷、胸痛、呼吸困难、肢体麻木和走路不稳等）时，应立即停止所有活动，舌下含服心痛定或硝酸甘油、麝香保心丸等；同时立即告知家属，或拨打急救电话向医院求救。同时，患者还应加强血压、血脂与血糖的监测，必要时可在医生指导下调整治疗方案。（作者为上海市中医医院主任医师）



「忧郁症」(漫画)黑皮作

## 父亲取名的意义

采诗

中国传统的姓名文化中，有一项很重要的内容，即新生儿出生后，主要是由父亲为孩子取名的，而且它的意义非同寻常。《礼记·曲礼上》注文曰：“名子，父之责也。命之名，所以示之教也。”父亲为孩子取名的意义，就是教育的开始。这就是儒家的“谨始”教育。

父亲为孩子取名，不仅是一种重要的礼制，而且也是对孩子进行“谨始”教育，使他深明谨始的意义，即处身行事，一自开始，就得兢兢业业，不容稍有疏懈。陈宝箴为儿子一开始就取名三立，典出《左传·襄公二十四年》：“大上有立德，其次有立功，其次有立言”；严北溟的父亲为他取名北溟，典出《庄子·逍遥游》开篇两字，就是想让他日后成为研究中国古代哲学的行家。父亲的教育之始，往往表明父母对孩子的期望，取名的深层含义，或许昭示着孩子的远大前程。陈三立与严北溟，都能沿着父亲初始的教导方向，成就他们一生的辉煌事业。

过去我总以为，《礼记》所载先民命名的礼法、规则、方法，大概是春秋时代，或为东周时代甚至西周时代命名文化的总结，可是待我真正读懂了我国最古老的散文著作《尚书》，才觉得自己过去的想法太幼稚了。请看：

《尚书·益稷》：“禹曰：……启呱呱而泣，予弗子，惟荒度土功。”《史记·夏本纪》正义云：“禹辛日娶，至甲四日，往理水，及生启，不入门，我不得名子，以故能成水土之功”。“予弗子”，就是“我不得名子”，“名子”，意思就是为儿子取名。禹的儿子启出生的时候，恰好父亲禹在外治水，未能回家专门为儿子取名，而深感遗憾，并重重地写下一笔，是表明疚疚的心情。由此亦可知，“父为子女名”的习俗之重要，早在夏朝初期，已非常时兴，并且一直在中国命名文化史中占着主导地位。

中国姓名文化之博大精深，由此亦可窥见沧海之一粟。

## 宠物狗死亡后咋处理？

祝天泽

不久前，朋友的一条白毛狗不幸去世，朋友联系了几个火葬场想将其火化，但多数都不愿意接受，有一家竟提出要手，买来一堆干木头，将死狗置于其上，点了一把火。谁知火化时，死狗的焦臭味充斥小区天空，其味难闻，引得邻居们纷纷报警。民警赶来制止了这种自己火化的行为。

日前笔者参加了这么一个座谈会，听许多环卫工人会上抱怨：一些居民家中狗死亡后随意掩埋，有的埋在树底下，有的埋在道路旁，有的往垃圾箱里一扔。这样极易传播疾病，污染环境。他们希望居民们对死亡的狗不要到处乱扔乱埋，以选择居民们为好。

在国外如法国、新加坡已立法规定，宠物尸体必须火化。在英国宠物火化场数量达到三百二十家。在中国香港，如果宠物主人违规乱扔乱埋宠物尸体，最高会受到二点五万港元和入狱六个月的处罚。

对于如何处置死亡的宠物狗，上海市人大通过的养犬条例中并未提及。因此增加对死亡狗处置的规定，进一步完善养犬条例，应提上议事日程。

上海有家养犬数十万只，每年因疾病、年老而死亡的狗有数千只至上万只，如何处置它们，应尽快出台统一规范的方法。否则死狗到处乱扔乱埋，随意处置，既影响环境卫生还影响人们的健康，有时候旧的风俗也会死灰复燃。因此笔者建议，尽快建立本市独立的狗尸体火化场，家庭养的狗死亡后或流浪狗死亡后，统一送到那里火化。狗的骨灰可由狗主人领回保管，也可交火化场统一处理，在植树节时作为肥料全部施入土壤之中，让其为地球和人类作点贡献。

宠物狗死亡后咋处理？各种耳闻的情况可谓五花八门。上个月，我家一位亲戚养的贵宾狗年老死亡，亲戚很痛心，用木头制作了一个狗棺材，将死狗装入，在自家后面的树林里挖了个坑，将其土葬。在掩埋之地，还竖立了一块碑：贵宾狗小罗之墓。

我朋友的一条白毛狗不幸去世，朋友联系了几个火葬场想将其火化，但多数都不愿意接受，有一家竟提出要手，买来一堆干木头，将死狗置于其上，点了一把火。谁知火化时，死狗的焦臭味充斥小区天空，其味难闻，引得邻居们纷纷报警。民警赶来制止了这种自己火化的行为。



植树人领回保管，也可交火化场统一处理，在植树节时作为肥料全部施入土壤之中，让其为地球和人类作点贡献。



胡文明 百密一疏 (三字安保用品) 昨日谜面：七成难提拔 (四字历史名词) 谜底：三分归晋 (注：用反扣法，解释为“三成人可以晋升”)