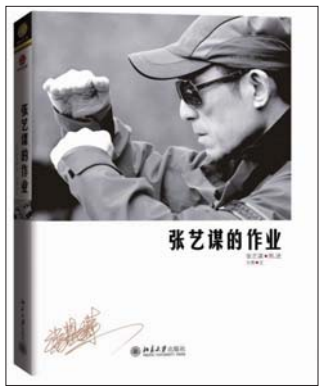
新书试读

4 四大才子



◆书名:《张艺谋的作业》
◆作者:张艺谋
◆图/述:方希文
◆出版社:北京大学出版社

提要:

和张艺谋同期进厂的有800名青工,但他式能刷标语,文能刻钢板,灵巧的黑板报也不在话下,加上还有照相的技术,逐渐和其他三位也同样有文体特长的男工脱颖而出,并称为国棉八厂四大才子。

这四个人在四五千人的厂里知名度很高。那时候的张艺谋,应该是城镇青年的优秀代表,纺织女工的梦中情人吧。其他三大才子各有所长。滑尔刚,美男子,魁梧高大,歌唱得好,擅长羽毛球。吉安庆和张艺谋有点像,除了不会照相,能画画,能写字儿。吉安庆从个别角度看起来像阿尔巴尼亚人——那会儿国人也没见过几个活的外国人,见得最多的白人就是阿尔巴尼亚电影里的男主角。吉安庆画的是正经油画、水粉,偏艺术气质,张艺谋擅长画人民铁拳打倒四人帮,画大专栏,偏工具气质,要在今天看,吉安庆的人气应该高于张艺谋,不过那时候,工具的价值也许更大一些。刘梦榛也擅长篮球,父亲是西北医学院皮肤科的教授,有这点渊源,刘梦榛也能看点儿病,在医务所工作。

这三大才子后来都成了张艺谋考电影学院时做人像摄影作品的模特,美男子滑尔刚牺牲色相扮演了被俘的英雄,吉安庆贡献了一只胳膊充当坏人的代表,还捐出了那时候特别流行的海魂衫做道具——纯洁的工业童话时代,工作和生活交际圈基本一致,工友之间的情谊,亲如兄弟,不分彼此。

张艺谋在较早的一次提起自己的过去曾经说过,自己是"国棉八厂四大才子之首",后来再次提到这段,停下挥舞的胳膊,改变了主意:"你可别说我是四大才子之首,要不人家三大才子该不高兴了。"

上世纪70年代的工厂,气氛和今天迥然不同,没有利润要求,没有竞争,一切按计划生产。工厂把人的吃喝拉撒睡全管遍了,还张罗各种文体活动,是政治要求,也能愉悦身心,保媒拉纤。张艺谋是车间的宣传员,这让他有更多的机会溜出生产第一线。

只要在车间里瞟见厂宣传科的人,张艺谋就暗喜。运气好,碰到咸阳市工厂组织的篮球赛,能训练三个月,发鞋、发衣服、发补贴。遇见系统内办大型展览的,那就是张艺谋的嘉年华。

大型展览的好处在于,张艺谋可以借此和系统内的美术专业人士厮混。有个叫杨庚绪的美院高材生,张艺谋心中有首歌,歌词大意是,跟着老杨办展览,那是傍大款。轻纺系统有大量的美术人才,他们集中在织布、纺纱、印染工艺室做图案设计,多是美院和工艺美院的大学生、美院附中毕业的高中生和中专生。"1966年以前的美院和附中毕业生水平非常高,"张艺谋说,"我也是跟着他们才长了见识。七四年七五年之后,我才开始真正开始接触油画、国画、水粉,以前只见到红卫兵大专栏,跟着美术专业人士偷偷看些名画,受了点儿熏染。"就算是业余的里头也藏龙卧虎,厂里有一个叫吴德功的,他摹过列维坦名画《深渊旁》,画得非常好,极有才华,张艺谋看了很震动。

氛围是重要的,张艺谋学画画是从努力争当工具开始的,跟着别人看了真正的美术作品,知道自己那两把刷子差太远。几年下来,这些人给张艺谋的提点,美学知识有了点基础。"一个工人,什么都是业余的,没有一个氛围的熏陶,你不能建立一个价值评价体系,这个画好不好,好在哪儿,你根本不懂。"

这段经历对张艺谋影响很深:"直到今天,我这半瓶子,其实都不算半瓶子,就一瓶底儿粗浅的美学知识,仍旧发挥着功用。坦白说,后来上北京电影学院,从专业上来讲,大学学的东西没有我在工厂跟那些人学的东西多,反倒是在工厂这些完全不知道未来用得上的学习,如饥似渴的学习,勤奋的反复磨练,更为扎实。"

31 眼疾:只吃肉会失明?

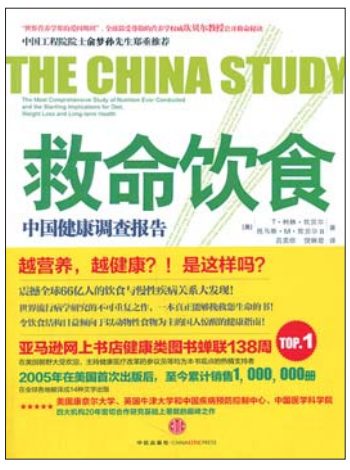
提要:

视力好的人通常会认为看得清楚是理所当然的事。其实,我们看待自己的眼睛,并不像是身体的一个器官,反而比较像是对待一种技术设备,而我们也都愿意相信,激光手术是维护眼睛健康的最佳疗法。

然而,过去数十年以来的研究都显示,这种所谓的"技术",其实会受到我们所吃食物的影响,也就是说,三餐对数百万美国老年人罹患的白内障和黄斑变性有着特定的影响。是的,没错!我现在要告诉你们,如果只吃动物性食物,不吃植物性食物,可能会双目失明。

黄斑变性是造成65岁以上老人出现不可逆性失明的主要原因。超过1600万美国人罹患这种疾病,许多人后来都失明了。顾名思义,这种眼疾跟黄斑(又称视网膜斑)受损有关。黄斑是眼睛中的"生化交叉口",也就是进入其中的光线能量会转变成神经讯号,而黄斑位居中心位置,因此对于视觉成形很有帮助。黄斑周围有脂肪酸,会与外部进入的光线作用,产生低量的高活性自由基。这些自由基能够破坏黄斑在内的周围组织,不过幸好这些自由基的伤害可通过蔬果中的抗氧化剂抑制住。

10年前出版的两份研究都提供了可靠证据,表示食物能有效防止黄斑变性,而两项研究皆由知名机构的研究团队所做,具有相当高的说服力。其中一项研究是评估饮食,另一项则评估血液中的营养物,两者的研究结果均表示,由黄斑变性所引起的失明病例中,多达70%-88%的病例可通过正确饮食预防。



◆书名:《救命饮食》
◆作者:T·柯林·坎贝尔等
◆出版社:中信出版社

在评估饮食摄取的研究中,研究人员比较了356名55-80岁的重度黄斑变性患者(实验组),与520名患其他眼疾的患者(对照组),而这项研究由5家眼科医疗中心共同合作。研究人员发现,摄取较多胡萝卜素者,罹患黄斑变性的频率较低。胡萝卜素是广泛存在于有色蔬果中的一类抗氧化剂,摄取最多胡萝卜素的人比摄取最少的人,得黄斑变性的概率少43%。

不只胡萝卜素,另外5种植物性食物在经过测量后,也都跟罹患黄斑变性的概率较低有关,这些食物包括西兰花、胡萝卜、菠菜或羽衣甘蓝、冬南瓜和红薯,其中以菠菜或羽衣甘蓝的保护作用最高。若人们每周吃5次以上这些绿色蔬菜,罹病概率会比一个月吃不到一次的人减少88%。唯一未提供保护功效的蔬菜是卷心菜、花椰菜、抱子甘蓝,是6组蔬菜中颜色最浅的。

研究人员也检视了在这些食物中能摄取到的5种胡萝卜素,对于黄斑变性是否具有潜在保护功效,结果除了一种外,其他4种都显示出显著的保护功效,特别是在深绿色的叶类蔬菜中蕴涵的胡萝卜素最有效。反观一些维生素补充剂,像维生素A、C、E含量极少,或是根本没有功效。总归一句话,研究发现,只要吃对食物,就能减少黄斑变性概率达88%。

此时你可能会想知道"我要从何处摄取到这些胡萝卜素呢?"。

绿色叶菜、胡萝卜和柑橘类水果都是很好的摄取来源。但这里有个问题,就是这些食物含有的成百甚至上千种胡萝卜素中,只有十多种的生物功效经过研究证实,确定能够清除和减少体内自由基的破坏,然而个别胡萝卜素的功效会因饮食和生活形态的不同而出现巨大差异。正因为这些差异,想要预测个别胡萝卜素会产生是好是坏的效果才是不可能的。而将这些营养素拿来制成补充剂的逻辑,可就太不实际和肤浅了,因为这种做法忽略了大自然的机能。以纯天然的方式,从深色蔬果中摄取这些胡萝卜素要安全多了。

非学无以广才,非志无以成学——诸葛亮

28 及时改变策略很重要

◆书名:《跑动》
◆作者:许开祯
◆出版社:中国画报出版社

提要:

"主任别开玩笑了,莫名其妙挨了一通批,我这心都不知往哪放了。""是莫名其妙吗?"徐学谦收住笑,一本正经问。"主任的意思是?"徐学谦顿了一会儿,道:"我说老同学,怎么现在越来越不会干工作,是不是在文化部门待傻了?"

"主任批评得对,我是有点傻,傻得都不知道脚往哪迈了,主任还是提个醒吧。"于佑安拉着哭腔道。"早上市府的丁秀才给我打电话,说你在文化部门改制的事上打盹睡觉,人家谢副市长急你不急,这不行啊佑安,你知道这事是谁抓的吗?""谁?"于佑安本能地问了一声。徐学谦那边没有急着说,于佑安颤着声音又问:"请主任明示,这件事我真是睡着了,到现在也还没醒过来。"

"我就说嘛,你佑安好歹也算个聪明人,怎么现在变得如此迟钝如此没有灵性了呢?不会是心里只有申遗,其他事不管不顾了吧?"于佑安说跟申遗无关,真的无关。徐学谦笑道:"佑安啊,别老是一根筋,很多事都要跟上,明白不?""明白、明白,主任批评得对。"于佑安连声检讨,徐学谦又数落几句,道:"这事是浩波同志亲自抓的,明白了吧?"

宋浩波?于佑安差点惊出一身汗来,文化部门改制居然能惊动常务副省长宋浩波!"还有,"徐学谦接着道,"我怎么听说,你跟秀文副市长关系别别扭扭的,不拿她当回事是不?"于佑安连说不是。徐学谦没有客气,直截了当说:"别不承认,你心里那点小九九,我能不清楚?佑安啊,你在政治上不应该这么不成熟吧,甭以为你去了趟北京,西岳那条线能不能抓住还是两码事呢,跟主管领导关系搞不好,我看你这个文化局长当得也差不多了。"

"主任……"于佑安的心快掉到谷底了,一早上连着挨批,批得他晕头转向,心里一点底都没了。好在徐学谦也没想保留,继续道:"问你件事,最近南州炒得沸沸扬扬的这件事,你怎么看?"于佑安斟酌了下,吃不准地问:"主任是说梁积平?"

"不是他还能有谁,说说吧,你心里有什么想法?"于佑安一时没了词,徐学谦怎么会想起问这个?梁积平提升副市长,南州众说纷纭,压根辨不清哪是真哪是假。他想说那是胡扯淡,又怕徐学谦骂他没正形,只好道:"南州这边都在传,可能积平局长真的要升了吧。"

徐学谦听他这样一说,叹气道:"想不到你也这么想,佑安啊,情况可能很复杂,远不是你看到听到的这些,记住一句话,任何时候,自己都要有判断力,不管梁积平升不升,都不能影响你的工作情绪,还有,你要尽快修复跟谢副市长的关系,我这里给你提前透个信,如果不出意外,她可能很快要升常委了。"

于佑安心里再次惊起波澜,谢秀文要升常委,怪不得最近如此反常!挂了电话,于佑安就不是刚才从陆明阳办公室出来的那个于佑安了。关于梁积平这档子事,这些天实实在在烦住了他,说法很多,各不一致。有说梁积平本来已经卷入前部长王卓群和书记巩达诚案,无奈他能量大得惊人,在他手里得过不少好处的地产商周万胜更是手眼通天,在奋力摆平那件事的同时,梁积平又跟省委组织部长谭帅武搭上了关系。

谭帅武很赏识梁积平,省委组织部前段日子也确实派员到南州摸过底,梁积平升任副市长的消息正是这么传出来的。还有一说,省里确实有调走谢秀文的意思,不过安排的单位不好,文化厅副主任,谢秀文不满意。谢秀文原来就在文化厅,下面当了一趟副市长,心想怎么也该安排一个好点的单位,比如财政厅或者省委宣传部,既然是回原单位,还是原职,回去有什么意思?后来又听说是梁积平上蹿下跳,想让她腾位子,谢秀文越发不干了,较上劲要在南州干出一番名堂。

传言纷纷扬扬,于佑安心里也是纷纷扬扬,直到接了这个电话,于佑安才清楚,自己是被传言搞乱了。妈的,原来是这么回事!他恨恨地骂了句自己,又自嘲地笑笑,徐学谦批评得对,自己真是失去嗅觉和判断力了。

杜育武敲门进来,手里拿一份材料,说是刚才王林德和考古所李所长送来的。于佑安扫了一眼,材料上面三个大字瞬间激怒了他:请愿书!"谁让他们搞这个?!"于佑安怒狠狠瞪住杜育武,气不打一处来地质问道。