

博观而约取,厚积而薄发。——苏轼

7 打造宏村



◆书名:《人生》
◆作者:李志刚
◆出版社:时代文艺出版社

1984年,她女儿考大学的时候,黄怒波寄来了很多复习资料。女儿去北京读书,也是黄怒波接待、照顾的。他女儿当时男友的工作,也是黄怒波帮忙找的。2010年7月28日同学会的酒宴上,黄怒波与涂老师重聚,他动情地说:“当时我是社会最底层,如果没有老师的关怀,很可能走向社会的反面。我记得,初中时一次到同学家玩,他母亲问我,这是哪来的野孩子?我一辈子也忘不了这句话。”2008年7月,黄怒波回到了通贵,看到通贵的小孩上学条件比较差,决定捐款二百万元建通贵幼儿园,“这是我欠他们的”。

他让黄玉弟具体操办此事。黄玉弟到了通贵,当地官员说:反正是捐的,你们把二百万元给我们,我们来建学校,建完了交给你们。宁夏处于地震活跃区,按国家相关规定,震区学校要求防震八级、烈度六级以上。黄玉弟和他们一细谈,当地官员给的设计图纸远远达不到防震要求,他决定自己建。

黄玉弟决定自己建学校后,以后再找当地官员办事,没有人搭理了。“相关手续,都是我一个个单位跑,办下来的”。学校在建校过程中,需要将学校旁边的医院围墙上打个缺口,好施工。即使黄玉弟承诺帮对方还原,对方也不干,后来只好赔偿了医院十万元。“这事我都没敢告诉董事长,他知道了恐怕要气晕”。目前幼儿园已经投入使用,3月29日,我到幼儿园时,几百名儿童正在操场上高兴地玩游戏。

在中坤集团旗下的系列项目中,安徽黟县宏村是黄怒波最为得意的项目。1997年,中坤介入宏村项目,和当地政府签了三十年的经营权。2000年11月,宏村与黟县西递村一起被联合国教科文组织评为世界

提要:

涂老师深深记得,1976年黄怒波还在当知青的时候,在他家的平房外,在皎洁的月光下,黄怒波跟他说:“老师,你对我这么好,如果我黄怒波有出头之日,我一定会报答你。”涂老师说,黄怒波是这么说的,也是这么做的。

文化遗产。奇墅湖五星级大酒店和黟县梓路寺都是宏村的配套项目,杭徽高速(杭州到黄山)通车后,从杭州到黟县只需要三四个小时。由于紧靠富庶的长三角,每年有上百万人到宏村旅游、消费。

黄怒波在他的北京中坤大厦自豪地说:“宏村是我一手做的世界文化遗产。全世界没有人有这种成就,对吧?没有我就没有世界文化遗产宏村。”

宏村位于安徽省黄山西南麓,距黟县县城十一公里,始建于南宋,是皖南一座奇特的古村落,人工水系贯穿全村。1985年,当时在中宣部工作的黄怒波作为中央讲师团人员曾到过宏村,那时给他的印象就是“采菊东篱下,悠然见南山”,这个徽派古村子虽然很破旧,但是太美了。有人说,宏村如果没有黄怒波诗人的眼光和情怀,如果当初只是一个商人的眼光来看的话,就不可能选中那里了。

宏村旅游开发公司汪国平主任回忆,1997年他在景区上班,虽然宏村规划成旅游景区,但因时间久,再加上缺乏资金,无法整飭。当时宏村路面的青石板大部分损坏,有些房子年久失修,村里到处堆着垃圾,散发着腐坏的臭味。

1997年,当时的黟县副县长姓杨,早年与黄怒波认识,希望黄怒波来宏村投资个几十万。此前两年,黄怒波已经创办了中坤集团,并在宜昌、太原等地做房地产掘得人生中的第一桶金。

汪国平见到黄怒波时,觉得这人个子高,眯着小眼,挺和气的,和当地的大老板不一样,感觉像个学者,文质彬彬的,但又有说不出的威严感。接触几次后,他觉得黄怒波做事很爽快,说到做到。对以前交代的事,记忆力超强,下次一定会过问。



12 老少通吃——糖尿病

提要:

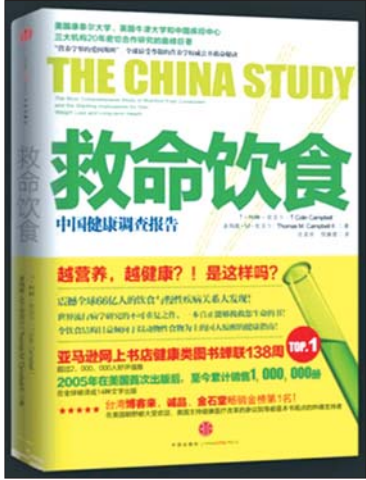
最常见的糖尿病类型,是Ⅱ型糖尿病,它常会伴随肥胖发生。由于美国人的体重持续增加,罹患糖尿病的比例也失控般地往上蹿升。最近有份报纸为了说明糖尿病盛行之势,还提到有个15岁的女孩罹患成人型糖尿病,体重160公斤的她一天得注射三次胰岛素。

1990~1998年间,美国的糖尿病发生率提高了33%,有8%的成年人罹患糖尿病,而年轻病患则超过15万人,这表示美国糖尿病病患多达1600万名。但最可怕

的数字还在后头:1/3的人不知道自己罹患糖尿病!那么,究竟什么是糖尿病呢?几乎所有的糖尿病病例,都是Ⅰ型或Ⅱ型。Ⅰ型是青少年糖尿病,发病的多是孩童或青少年,占有病例的5%到10%。Ⅱ型糖尿病占总病例的90%~95%,通常发生在40岁以上的成年人。不过,现在儿童患者中,却有45%属于Ⅱ型糖尿病,因此以年龄来区分糖尿病的方式已不再使用,只简单分为Ⅰ型与Ⅱ型。

两种糖尿病的起因都是葡萄糖代谢功能失常。正常的新陈代谢程序应为:吃东西食物经过消化之后,碳水化合物分解成简单的糖类,主要是葡萄糖葡萄糖(血糖)进入血液,胰脏分泌的胰岛素负责把血糖送到全身胰岛素就好像接待员,帮血糖开不同的门,让它进入不同的细胞发挥各种功能。有些葡萄糖会变成短期能量,供细胞立即使用,有些则储存为长期能量(脂肪),供日后使用。

一旦罹患糖尿病,上述的新陈代谢过程便失灵了。Ⅰ型糖尿病患者胰脏中负责制造胰岛素的细胞坏死了,因此无法制造



◆书名:《救命饮食》
◆作者:T·柯林·坎贝尔等
◆出版社:中信出版社

非学无以广才,非志无以成学——诸葛亮

树声都在主席台,陆明阳板着面孔,神色颇为严肃,车树声双手抱着杯子,比平时威严不少,脸上是让人揣摩不透的表情。于佑安耿耿四周,见参会者神情全都肃然,心里禁不住起了寒意。

李西岳先讲了一通很原则的话,大意就是南州曾经发生过令人痛心的事,一届班子毁在了腐败上,跑官卖官,伸手要官,这些丑恶现象屡禁不止,极大地损伤了干部队伍的积极性,也给南州党风廉建设带来了挑战,市委、市政府有决心刹住这股歪风,给逆风而上者以严厉打击,将南州各项工作尽快引向正轨。李西岳说完,纪委书记代表市委宣读了一项决定,这决定就是在上午的会议上做出的。

华国锐果然中弹了!作为重点,华国锐送给李西岳的一幅名画和十万元现金被摆到大会主席台上,还有三名副处级领导送到省城陆明阳家里的礼金及物品也一一被拎到了会场,华国锐被当场撤职,三名副处级领导中的两名被调离原工作岗位,一名背了处分。

会场寂静无声,谁也没想到陆明阳和李西岳会来这一手!接下来车树声跟陆明阳讲什么,于佑安一句也没听进去,脑子里反复闪着华国锐和杨丽娟的影子,老华啊老华,这就是你跑动的结果!

会议还没结束,杨丽娟的电话就

足够的胰岛素。这是因为人体受到自身攻击,因此Ⅰ型糖尿病也可以视为自身免疫疾病。Ⅱ型糖尿病患者仍会制造胰岛素,但是胰岛素却无法发挥功用,这叫做“胰岛素抵抗”,也就是当胰岛素发布命令分配血糖之时,身体不予理会。一旦胰岛素失效了,血糖当然就无法正常代谢。

我们可以把身体想象成一个拥有巨大停车场的机场,每单位血糖看成一个单独的旅客。进食之后,血糖水平升高。在我们类比的这个例子中,这就意味着有很多旅客到达了机场。旅客开车到停车场后泊车,然后走到机场巴士的车站,等机场巴士把他们带到停机坪。随着血糖水平升高到生理极限,所有的旅客都拥堵在机场巴士车站这个地方。机场巴士在这个模型中代表着胰岛素,患糖尿病意味着机场巴士系统出了问题。

Ⅰ型糖尿病的情况相当于机场中没有巴士,旅客得不到疏散,而且这个系统中唯一已知的巴士生产厂家——“胰腺公司”——被关闭停产了。而在Ⅱ型糖尿病的模式中,机场有巴士,但是其工作效率有问题。无论属于哪种情况,旅客都不能到达停机坪。而在这两种情况下,血糖就会上升到危险的程度。其实,诊断出糖尿病,就是患者被观察到血糖浓度过高,或是“溢出”到尿液里去了。

若葡萄糖代谢失调,长期下来会出现什么健康危机?以下是从美国疾病控制中心的报告中所撷取的摘要:糖尿病并发症心脏病,死于心脏病的风险为2~4倍;中风的风险为2~4倍;糖尿病患者超过七成有高血压;糖尿病是成人失明的主因;糖尿病是导致末期肾病的主因,1999年美国有超过10万名糖尿病患者接受洗肾与换肾;60%~70%的糖尿病患者有轻到中度的神经系统受损;60%的下肢截肢是因为糖尿病;增加牙周病的概率与严重度,甚至牙齿脱落;容易罹患其他疾病,死亡现代的药物与手术都无法治疗糖尿病,目前的药物顶多让糖尿病患维持正常的生活能力,但仍无法根治疾病。

因此,糖尿病患者得一辈子吃药治疗,也因此耗费许多金钱。美国每年花在糖尿病的金额高达1300亿美元。然而,要根除糖尿病是有可能的,而且可能性非常高——饮食对糖尿病的影响非常深远,正确的饮食不仅能预防糖尿病,甚至能起治疗之效。

打来了,幸亏于佑安将手机调到了静音上,他琢磨着该给杨丽娟回条短信,在手机上触摸半天,手指竟颤抖得输不出一个字。直挨到会议结束,回到办公室,却又不知该跟杨丽娟说什么。

方卓娅及时打来了电话,问到底怎么回事?于佑安说什么怎么回事?方卓娅很有情绪地说:“你还瞞啊,人家在医院都当新闻发言人了,小人得志,跑官的又不是华局一个,怎么把他当典型,欺负人也不能这样啊。”

于佑安生怕被人听到似的,压低声音说:“这事后说去说不好,人家是人家,你管好自己的嘴。”方卓娅哼了一声,又道:“我是替丽娟打抱不平,谁想送啊,还不是这帮王八蛋逼的,不收人家的钱退就不就行了,做这种样子给谁看。”方卓娅骂了句脏话,愤愤不平道:“踩着别人的尸体往上爬,不是东西。”

听妻子越说越不像话,于佑安慌忙将电话压了。下班回到家中,杨丽娟坐在他家沙发上,正捂着鼻子嘤嘤地哭。见他进来,方卓娅说:“佑安你给评理,跑省城送礼的难道就老华一个?姓梁的那王八蛋指不定送了多少呢,要不然他老婆会那么开心?还有,不是说一直要查他吗,怎么越查他越滋润?拿软柿子捏,这伙王八蛋还让人活不活!”

华国锐像一块巨石,砸在了南州浑浊的水里,一时在南州掀起不少波澜,有人惊,有人疑。于佑安除了再次庆幸外,剩下的就是茫然。

8 撞枪口上了



◆书名:《跑动》
◆作者:许开祯
◆出版社:中国画报出版社

“你没事吧?”于佑安忽然把心揪紧了,华国锐的语气很反常。“怎么,你于大局长也盼着我出事?”华国锐突然扔过来一句比刀子还冰凉的话,于佑安气得当下就把电话压了。过了一会儿,心情平静下来,正准备给杨丽娟打

提要:

情况果然糟糕,上午九点,于佑安得到确切消息,市委那边召开紧急会议,议题虽然没透露,但听打电话者的口气,一定不是什么好事。再跟华国锐联系,华国锐那部手机也关了,于佑安做着种种猜想。

电话,办公室主任杜育武进来了,磨蹭了一会儿,悄声道:“有人跑官跑出了事,撞枪口上了。”

“有那么严重?”“刚才路上遇见组织部一位老科长,听他口气像是很严重。”于佑安哦了一声,没再往下问,心里竟然怪怪地涌上一层兴奋感,又一想这样太卑鄙,抹了把头发说:“你去找一下明阳书记上次会上的讲话。”杜育武嗯了一声出去了,于佑安一屁股坐椅子上,难道撞枪口上的是华国锐?于佑安心里忽一会儿高兴,诅咒着那些跑官的人,心想统统撤了职才好。忽一會兒又害怕,千万别殃及老华啊……

下午两点半,华国锐还没回到南州,市委通知的大会已经召开了。会议由李西岳主持,书记陆明阳和市长车