

《尼山重光》

◆作者:王晓喻 ◆原载于《时代报告·中国报告文学》2014年5期

似乎就在一夜之间,位于夫子洞以东、沂河与吴家河三角地带那既古香古色又极具现代韵味的建筑群轰然兀立,只见正面上嵌刻着叶选平题写的六个遒劲大字:“尼山圣源书院。”更让人不可思议的是,从里面传出来的铿锵有力的钟铃声,呼唤着当地百姓的真心,震颤着中国的文化自信,擦擦着“美美与共、世界大同”的地球梦。

世界“文明对话鼎”落成

转眼间,欢快的秋天吹着喜悦的呼哨姗姗而来。远处的尼山、颜母山像喝了一顿米黄酒,变得满脸通红,一片片、一岭岭都是金黄的颜色。一个专家平房小院里,一长坩堝豆秧顺势上爬把东墙遮了个严严实实,一嘟噜一嘟噜的豆角嫩绿嫩绿。搭起的瓜架上挂满了长长短短的带着刺刺街着小黄花的黄瓜。一个身材高大的老人经常匍匐在这里精心打理他的这些宝贝玩意。老人叫朱伯宜,是所在村退休的民办教师。退休在家没啥事,就找到陈洪夫来无偿打理一下这里的花花草草和瓜菜。

16



为往圣继绝学

为天下开太平

这天,安乐哲又来到书院。一进这平房小院,就迎面碰到老朱。老朱刚想擦擦手上的泥土,就被安乐哲一把紧紧握住,继而两人又热烈地拥抱起来。两个同样年龄的花白头,一个是世界顶级的著名教授,一个是中国农村的乡土教师,无论是一路的旅途劳顿,还是一身的泥土臭味,都全然不顾,感情是那样的炽烈与真挚。

安乐哲这次与熊玠教授等儒家学者到书院,是出席“百年儒学与东方文明复兴”国际学术研讨会的。就在此时,他决定在书院举办“儒学使者——尼山国际中华文化师资班”。这个班面向美国和西方大学中文系主任或教授以及国内有国学基础且英语好的博士,用英语讲论语,讲原汁原味的论语。为儒学走向世界培养“传道士”。许多老外冒着炎热的酷暑,一边捧着英汉大词典,一边抱着四书五经,一个月下来,这帮“传道士”就有了飞速的提高。可是,这个班的代价也是十分昂贵的,第一年,书院紧紧裤带就过去了。第二年人倒招起来了,可原有的合作方退出了,光靠书院一家自然是心有余而力不足。就在这

困难之际,天无绝人之路,这个培训项目被中国汉办看中,一下招安了,成为国家行为。

在书院大门口一侧,摆放着一尊巨大的铁鼎。它四四方方,高大威武,凝重大气,艺术架构横稳且具创力。以简约、凝重的风格,塑造微笑人面与和平鸽的形象。这是第二届世界尼山论坛为纪念联合国“世界文化多样性促进对话与发展日”10周年而专门制作的“文明对话鼎”。

2012年5月23日,第二届尼山论坛又在这儿播起了战鼓。这次主题为“和而不同与和谐世界:信仰·道德·尊重·友爱”。连续三天时间,来自20多个国家和地区、代表不同文明的近百名专家学者进行了54场对话和讨论,列席、旁听人员多达1.1万人次。

2013年9月27日,风格别致、大气磅礴的曲阜市孔子研究院儒学会堂国际会议厅里人头攒动。第六届世界儒学大会暨2013年度“孔子文化奖”颁奖仪式在举行。山东省人民政府副省长李季琦为安乐哲先生颁发2013年度“孔子文化奖”。主持人正以高亢的音调宣读组委会对安乐哲评奖辞:“中国文化的传播者、阐释者”。安乐哲多年来不遗余力地向西方推广中国典籍,翻译了《论语》、《老子》、《中庸》、《孙子兵法》等多部经典,构建了独到的中西比较哲学方法论体系,消解了以往西方学者对中国哲学的一些误读与隔阂。

这位1947年出生于加拿大、1978年获得伦敦大学哲学博士学位的美籍洋君子,激动万分,以儒家风范、用流利的汉语真诚告白:“我们与许多同道,献身于孔子儒学的传统历史与当代价值,对我们来说,没有比这项大奖再高的荣誉。”

“孔子文化奖”是文化部和山东省政府在2009年才共同设立的,每年颁发给在儒学研究和推广领域上做出重大贡献的一名个人和一个机构,杜维明和牟钟鉴都曾获得此殊荣,加上安乐哲,尼山圣源书院获此殊荣的占去半壁江山。

《轻断食》

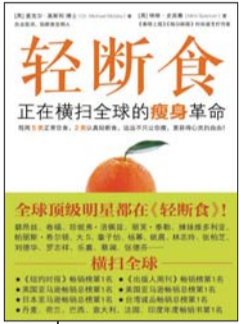
◆作者:(英)迈克尔·莫斯利 咪咪·史宾赛 著 ◆出版社:广东科技出版社

“断食是健康瘦身的秘密。”这个秘密曾广泛流传在佛教僧侣、瑜伽行者之中。这些人身材精瘦,精力超然,活得也很长寿。2012年,迈克尔·莫斯利博士将保守了数千年的断食经验与当代科学相结合,发明了针对现代人的全新减肥方法:轻断食。轻断食只是要你回归最自然的饮食状态:每周5天正常饮食,只需2天稍加控制,就能坐享减肥奇迹!轻断食不仅改变饮食习惯,也改造你的心智,最终超越减肥,变成你的生活方式。

远离癌症

在一份2008年发表的研究报告中,瓦尔特跟同事揭示了断食能“保护正常细胞对抗高剂量的化学疗法,但癌细胞则不受保护”。之后的另一份研究报告,则显示断食提高了多种癌症的化疗成效。跟许多研究一样,他们的实验对象是老鼠。但在应用,并没有逃过一位行政法官的法眼,她的名字是诺拉·昆恩,她在《洛杉矶时报》上关注到对此项研究的相关报道。

11



每周五天正常饮食两天稍加控制

坐享减肥奇迹

我去洛杉矶见诺拉。诺拉初次发现异常是在一个早晨,她摸到乳房的皮肤下有一颗核桃大的肿块。据她的说法,当她沉溺在那是囊肿的幻想之后,她去看医生。医生切下肿块,交给病理学家化验。

“你生命的真实样貌,总是被病理学检测出来。”她这样告诉我。病理报告出炉后,上面说她有侵袭性乳腺癌。她做完了放射疗程,即将开始化学疗程,这时她在报纸上看到瓦尔特的老鼠实验报道。

她向瓦尔特求救,但瓦尔特拒绝了,因为他没有做过人体实验。他不知道在化疗前夕断食的安全性,绝对不能鼓励诺拉这样的人尝试断食。

诺拉没有气馁,自己找资料,决定在第一次化疗的前、中、后断食七天半。我在完全健康的情况下断食四天就觉得很难了,我很讶异她竟然办到了,但诺拉说也没那么难,是靠自己没骨气。她的试验结果如下。

“进行第一次化疗后,我不太觉得恶心,却掉了头发,我还以为断食没效果。”第二次,她没有断食,只有中度恶心。“我心想,只为了免除中度恶心就断食七天半,实在不划算。我不断食了。”所以,第三次化疗的时候她没有断食。事后,她觉得自己错了。“我很不舒服。我没办法用言语形容那有多难受。我很虚弱,觉得自己被下毒了,我不能起身。我觉得很像在果冻里走路。实在惨到极点。”

消化道的细胞跟发根细胞一样需要不时替换,所以生长速度很快。

化学治疗可能会杀死这些细胞,这是化疗导致病人严重不适的一个原因。

到了第四次化疗的时候,诺拉决定再度断食。这一次轻松多了,恢复的状况良好。目前她没有复发癌症。

诺拉相信自己从断食中受益,但很难确定断食对她的帮助到底有多大,因为她没有参与严谨的医疗实验。不过,瓦尔特跟他在南加州大学的同事确实研究了她的经历以及其他十位也决定断食的癌症病患。他们全部报告在化疗后的不适减轻,较少出现严重的症状。包括诺拉在内的大部分人,血液检验也有起了色。例如,白细胞及血小板在断食时的复原速度,比没断食的时候快。

但诺拉为什么自己断食?为什么不在妥善的医疗监督下断食呢?她说:“我由衷同意假如你要做跟我一样的疯狂事,确实应该要有医生的监督。但我要上哪找医生?医生们根本不会听我的话。”

诺拉的个人经历可能出差错,所以我不建议这种不符合常规的做法。但是,她的经历及其他九位癌症病人的相似经历的确启发了更多的研究计划。例如,瓦尔特跟同事最近完成了一项临床实验的第一阶段,研究在化疗前后进行断食的安全性,结果是安全的。下一个阶段是评估断食能不能带来可测量的有益变化。世界上至少有十家医院正在进行临床实验,或已答应参与。

断食的时间不论长短,都能降低IGF-1的浓度,进而降低多种癌症的风险。但还有什么证据显示间歇式断食可减少癌症风险?前文的创世纪乳腺癌预防中心的蜜雪儿·哈维博士已经研究这个课题一段时间了。

一份最近的研究是间歇式断食能不能减少妇女的乳腺癌风险。在这项研究中,她将一百零七位女性志愿者拆成两组。一组要摄取健康的地中海式饮食,但每天热量必须是1500大卡左右。另一组每周的总热量跟第一组差不多,但摄取的方式不一样。她们每星期中有两天只能摄取650大卡。六个月后,间歇式断食的那一组减轻的体重较多,平均在5.79~6.49公斤,空腹胰岛素及胰岛素抵抗降得更多,炎症蛋白浓度也显著下降。这三个指标都显示,罹患乳腺癌的风险下降了。

《驰向黑夜的女人》

◆作者:叶兆言 ◆出版社:江苏文艺出版社

36 春兰决定去东北



明德的旧同事有许多都去了台湾,潘文娟和李雪梅的丈夫双双战死,结果她们只能拖儿带女仓皇离去。李雪梅走的时候特别凄惨,身上早已没了官太太的嚣张,流着眼泪与蔡秀英告别,说这一去,不知道多少年以后才能回来。南京房价在过去几年里反反复无常,国民党刚还都那阵,租金高得一般人都承受不了,到了后来,树倒猢猻散,好一似食尽鸟投林,就算是一栋漂亮的小洋楼,也不值几个钱。

在春兰和欣慰的记忆里,上大学的那些年,她们经历了无数次游行,动不动就在新街口集会。人民解放军进入南京以前,大都是一些表示抗议的游行示威,反饥饿反内战,反对国民党特务统治,反对新闻审查,要求民主。这以后,便是一次又一次的庆祝,欢迎解放军入城,新街口的盛大阅

兵,欢庆宁沪杭解放,五十万军民游行庆祝开国。最出乎意料的是玄武湖中秋五日大联欢,由于事先准备不足,大量市民携带月饼自鼓楼涌向玄武门,致使玄武门人口过于拥挤,结果人流践踏造成多起死伤。

春兰和欣慰挤在各自学校的游行队伍中,有几次只是擦肩而过,大家远远地挥挥手算是招呼。欣慰的情绪很高昂,她和明德的关系已经公开,恋爱中的女人总会显得特别快乐,加上她从来不知道掩饰,让春兰一想到心里就酸酸的,倒不是说有些嫉妒,而是觉得无限的伤感。自从欣慰与明德确立了关系,春兰便失去了一位最贴心的好朋友,见面机会越来越少,想想读中学的那些年头,她们几乎天天在一起。

国立中央大学立刻改名为国立南京大学,第二年,国立两字也

索性去掉了。南京不再是首善之都,与中央有关的这两个字基本上都改了,中央博物院改名为南京博物院,中央图书馆更名为南京图书馆,中央医院改名为华东军区医院,中央饭店由军队接收,索性将名字取消了,成为部队干部的宿舍。只有一个与老百姓密切相关的中央商场没变,仍然还用着旧称呼,直到“文革”才改名为人民商场。欣慰所在的中央大学不仅改了名,连学校的地址都要改,要与金陵大学合并,这样一来,欣慰与春兰又变成同一个学校的学生,不过她们却没机会再在一起了,因为春兰已经准备继续读大学四年级,她报名参加去东北的工作团。

春兰决定去东北,一方面是那边急需她这样的外语人才,另一方面,也是为了摆脱罗福庠的纠缠。罗福庠是一名来自延安抗

大的干部,是市教育部门的一位领导,已经差不多有四十岁,很偶然的一次机会与春兰认识了,一见钟情地就看上了她。当时,像罗福庠这样来自解放区的老革命,又是共产党内的知识分子,很容易受到年轻女性爱戴。

春兰对他很有几分好感,虽然岁数相差有些悬殊,可是对于春兰这样的知识女性来说,似乎也不是什么大问题。成功男人的年龄都不会太小,汇文女中出来的女学生,有很多人也都嫁给了那些岁数显然比她们大的男人。问题是罗福庠结过婚,他是因为反对包办婚姻才参加革命的,出来以后就没有再与家里的媳妇和孩子联系过。春兰的父亲冷致忱坚决反对她这桩婚事,春兰自己也很犹豫,她实在是不愿意一结婚就当后妈。罗福庠对她明确表示,没有一点感情的糟糠之妻肯定是不

要了,离婚绝对不成问题,然而儿子却必须接过来抚养,这孩子已经十多岁了,再不接到城里来接受教育,他会完全变成一个乡巴佬。

罗福庠的魅力在于说什么都能够理直气壮,而且他长得非常英俊,皮肤黝黑,瘦瘦高高的个子,身上所透露出的那份成熟,那种成功者的自信,对春兰来说是一种不小的诱惑。

长期以来,冷致忱对女儿的关心不足,继母的冷漠,让春兰在内心深处总会感到自卑。与罗福庠在一起的时候,她偶尔也会产生那种小鸟依人的感觉,仿佛有了靠山,同时又有点不太放心,隐隐地觉得这座高山靠不住。罗福庠似乎从来也没有觉得春兰可能会拒绝,他跟她谈话,公私基本上是不分的,完全就像领导和群众在说事,就像上级对下级交待问题。