



名人专访

与2556岁的圣贤聊“心得”的于丹、向世界报道“开国大典”的李普、被世人鉴定为“艺德双馨”的徐邦达,以及成就中国文坛亮丽风景的铁凝、绿原、牛汗、肖复兴……一个个丰满灵动的人物脱颖而出。他们在两位资深记者的访问中袒露真情……

余玮 吴志菲 著 经济日报出版社友情推荐

向世界报道“开国大典”

1949年8月底,新华社特派记者李普奉命由武汉中南总分社调到北平总社,所接受的第一个任务便是与另一位新华社记者李千峰一起参加第一届政协会议和开国大典的报道。

“我和李千峰两个人基本上是每天轮流采写报道,10月1日,正好轮到我去采访”,李普笑言。那天,风和日丽,秋高气爽。上午8时,人民解放军的受阅部队已经到达指定地点。10时,30万群众陆续从四面八方汇集到了天安门广场,广场上已经是人山人海,到处都是热情的欢呼声、嘹亮的歌声,人们不断地打听:毛主席怎么还不上天安门呢?开国大典什么时候开始呀?

李普记得,“城楼上的贵宾们当时大都住在北京饭店和六国饭店,10月1日下午两点,先一起去中南海勤政殿,交待一遍流程,就来到天安门。毛主席是第一个沿台阶走上城楼的领导人,朱老总紧随其后,那时还没有电梯,大家纷纷走上了。”李普作为新华社特派记者登上了天安门城楼,当时女摄影家侯波抓拍的一张照片里,李普站在城楼中间靠东一点,左边是吴

晗,右边是张奚若。李普还记得那天大家的穿着非常整齐,“共产党员几乎都穿中山装,周总理穿着黑色的呢子中山装,满城楼就只有美髯公张澜穿长衫”,李普那天也穿了一件没有领子的灰色粗布中山装。穿着比较整齐,站的位置却不那么“整齐”,李普说,“我的后面站着邓小平、周恩来、刘伯承、吴玉章等,那时等级不森严,都是不整齐地站着,不讲谁前谁后”。

下午3点,典礼开始。当毛泽东走到麦克风前面宣读《中华人民共和国中央人民政府公告》的时候,为了及时拿到主席手里的公告,李普立刻移到他身后,“毛主席显得很平静,稿子没有任何抖动。那天城楼上也没有风,晴空万里,广场沸腾着欢呼和掌声”。读完公告后,毛泽东手按电钮,一幅巨大的五星红旗在天安门广场冉冉升起。

拿到主席宣读的公告后,李普并没有马上离开。因为,虽然领导人的讲话稿早就写好印发出来了,但还是需要他们的亲手稿,来核对每一处字词的微小改动。“那天11个最短的讲话中,陈毅老总的讲稿,只有5分钟”,李普说,“其中数宋庆龄的讲稿写得最精彩,她先用英文打

草稿,然后翻译成中文,她有自己特色,毫无八股气,生辣漂亮”。李普看见她的手稿上,有的字注上了拼音,因为她不大会讲普通话,整篇文章,都是用上海味道的普通话念的。

庆典活动结束后,已是华灯初上,人们都渐渐散去了。而李普还要赶写开国大典的新闻稿,这篇稿子新华社必须在当晚发出,以便第二天全国各报采用。

1949年10月2日《人民日报》第一版,登载了李普采写的报道开国大典的宣读《中华人民共和国中央人民政府公告》的时候,使这一面新国旗在新中国首都徐徐上升。”有些人觉得不解,写毛主席“亲自按动电钮”即可,为什么非要写“按动有电线通往广场中央国旗旗杆的电钮”呢?

原来,50多年前的中国百姓,还有不少人相信神灵,“本来那时社会上就流传着解放军能飞檐走壁、神仙保佑之类的神话。如果再亲眼见到毛主席远离旗杆竟能把国旗升起,那又不知道要编出多少带有传奇色彩的故事来”。因此,李普依照胡乔木的建议,在这句话上不嫌累赘、明白无误地告诉大家:电钮和旗杆之间是有电线相连的。



人物传记

本书是由中国著名经济学家吴敬琏孙女吴晓莲所著,从“家人”的角度,以真挚的感情、白描的写作手法、质朴的语言生动展现了一个名门家族的传奇故事和鲜为人知的家史。书中附带了大量珍贵老照片,通过这些老照片鲜活地再现了三代知识分子质朴的生活态度。

吴晓莲 著 当代中国出版社

能干的母亲

拿到法学学位之后,邓季惺和丈夫陈铭德一起把家迁回了南京。一到南京,邓季惺就开始为自己的家盖房子。这以后成为邓季惺的一个习惯,每次搬一个地方,她总是要先把家安置在自己盖的房子里。她偏好结构合理的西式花园楼房,而且总是在大书房后面设置一间小书房,也就是给孩子们儿童活动室,她总是尽一切可能给孩子们安排最好的生活条件和学习条件。另外,盖房也体现了她的善于经营。除了1933年在南京,后来1939年在重庆,1943年在成都都有她盖的房子,最后是解放后在北京盖的,也就是我出生时住的南长街那一幢。

1933年前后的南京,城西北原是一片荒地,新近成为国民政府首都的市政府把它规划成每户占地一亩左右的新住宅区。银行给贷款,鼓励一些人买地盖房。邓陈一家的房子在现在南京的北京西路,上下两层。有意选得大一些,一半自己居住,一半出租给别人。这幢房子当时还作为中国中产阶级的居住模式,接待过美国参观者。新婚燕尔的邓季惺和陈铭德为这幢房子取一个充满恩爱之意的、浪

漫的名字,叫“鹤庐”。

邓季惺管家就像管理企业一样,一切事情安排得井井有条,运作有序。精力旺盛的她不但亲自参与设计和选择家址,还亲自为家里雇了能干的保姆,为孩子们找最好的学校,又请来各方面的家教——从国文到游泳,面面俱到。家无后顾之忧,她便可以勇往直前地去她的职业女性、做她的社会改革家了。

我爸爸吴敬琏就是在这样一位母亲的爱护和“管理”下度过了他的幼年。

话说1933年底,吴敬琏快满四岁了,大姐吴敬媛七岁半,二姐吴敬瑜六岁。母亲邓季惺除了着手建筑自己家的房子外,她更迫不及待的就是要走出家门,为社会服务。她就职的第一个单位是国民政府司法部民法司,后又到刑法司工作。然而,在一个腐败的政府里任职,远不是像邓季惺这样有着鲜明独立个性和强烈社会改革抱负的人之最佳环境。她身在衙门,却不喜欢那种循规蹈矩的生活,更讨厌结交达官贵人,而是和一班知识妇女如李德全、曹孟君、谭惕吾、王枫等人一起,热衷于女权运动。她们成立了“南京妇女文化促进会”,创办了南京“第一托儿所”。

吴敬琏的母亲跟《新民

报》的关系一直是非常紧密的,不仅这份报纸是她前后两个丈夫的共同事业,两年后,她离开国民政府司法部,也与《新民报》的内容有关。当时《新民报》上刊登了对司法部不利的报道,邓季惺因此受到了部长批评,宁折不屈的邓季惺于是毅然辞去了司法部的工作。然后,她就在《新民报》同一座楼里的顶层挂起了“邓季惺大律师”的牌子,在南京和镇江两地做起律师来。

1937年7月1日,《新民报》社集资5万元正式成立“新民报股份有限公司”,成为中国报业史上第一个近于现代化的报业集团。甚至在50年后,邓季惺那早已成为经济学家的儿子吴敬琏还得就股份公司的体系向母亲请教。报社股份制在当时的中国无疑是超时代的。

报社实行股份制后,陈铭德任总经理,邓季惺任副总经理。从此,陈邓夫妇,一位是难得的人际高手,另一位是天才的理财专家;一位谦和大度,另一位精明干练;一位委曲求全,另一位刚直不阿;二人相辅相成,相得益彰,相映成趣。

1937年,吴敬琏和他的姐姐们暑假没过完,就不得不在战火烧到南京之前离开了。



都市小说

摄影记者杨一与艺术院校的卓敏偶遇,她有清澈的眼睛和柔韧的舞姿,戴一串水晶碧玺。仿佛是命运安排,频频相遇的杨一和卓敏相爱了,但是这个水晶般清透的姑娘却使杨一的人生发生了巨大的改变……不要轻易去爱一个人,爱有多深,伤有多重——你是我的爱人,你是我的敌人。

李承鹏 著 作家出版社友情推荐

谎言

很漂亮的一个早晨,只有云,没有风,只有太阳沉静地挂在天边,颜色深情,慈悲无限。我推着卓敏在医院的长廊慢慢地走,四五个充满力量的男人走过来,我的心往下一沉,俯身亲了亲她,主动向他们走过去,那个面相和善的中年人问:“你叫杨一?”我点头,低声问:“能不能给我二十分钟,把她推回病房,相信我。”抬起头,一只手腕已被冰冷铐上。

卓敏从轮椅上站起来了,惊讶地看着我被铐着走过来,经过她时,我故作镇定地对她笑笑。我突然意识到什么,匆忙把未被铐上那只手腕上的水晶递给她,而她苍白如纸,像一根野草跌倒在轮椅上。

我已铁窗里整整待了三个月。我唯一后悔的是,没有想到警察来得这么快,我不应该让卓敏看见我狼狈的样子,我应该是一个好人的形象,那天走廊上的情景对她身心的伤害实在太大了。

铁门的小窥视孔被掀开,警察厉声喊着我的号码:“有人来看你,动作快点。”

走在监狱悠长灰涩的走廊时我一直在想:是是她来了。她胖了没有,她脸色红润多了吧,我想好了,见她时我一定要说清楚——“我

真的没有杀人。”

拐弯时,透过缝隙我依稀看见一个纤细女孩的身影,我的心中如有鼓点猛撞,我快步走进那间房子,失望像漏勺一样漏走所有的想像……是燕子,她旁边是齐帅,拿着两条香烟。

他们告诉我,她的病情恢复得惊人的好,医院已把“地中海贫血症”列为头等攻关课题并取得重大突破,今天正是给她采取新的脊髓移植手术的时间,“但手术很复杂,前后一共要进行两次,时间需要三个月左右吧,加上康复时间,半年后你就能看到比以前更漂亮的她了。”我敏锐地看着齐帅和燕子的眼睛,发现他们充满真诚和喜悦。

“对了,这是她进手术室前托我带给你的字条。”燕子把一张字条亮给我看,我熟悉的字体,由于狱警不准随便当面递交字条,所以燕子就帮我念出这一段字:

杨一,我从来就不相信你会杀人,我要把身体养得好好,我一定在外面乖乖等你,我们一起带着宝宝散步,生儿育女,我答应你,我们就要两个女儿,加一个儿子。

我如获至宝,隔着玻璃窗吻着那张字条,吻着字条上一个一个的字,燕子哭了,我却笑了,我说:“告诉她,我有充分的证据还自己的清

白。”我还让燕子转告卓敏,让她把那串水晶“消磁”,等我出来好戴。

一个月过去了,我不再孤独,天天看着狱警转交给我的那张字条,背诵着字条上的那些字,我甚至数清楚了,连标点符号,一共七十三个字符。直到法院判我有期徒刑一年,缓刑,以保外就医名义,释放。我出来那天,正是盛夏,我从铁门慢慢走出来,听见身后“咣啷”一阵巨响,恍如隔世。

现在是2006年7月的某一天,我拿着一张精心制作的贴有照片的卡片,举在一个人的眼前,面带微笑地问:“请问,见过这个人吗?”

“唔……没见过,这人哪儿转来的?”

“好的,不打扰了,这是我的手机,如果您见到这个人能通知我吗,我是杂志社的,太谢谢了。”这样的情况我已碰到很多次了,但我一定要面带微笑,一个微小的表情就可能影响结果,我不放过哪怕一点蛛丝马迹,我以杂志记者身份寻找了北京大小所有的医院,我调查了几乎能调查到的医科所,我把范围扩大到了附近的城市,我甚至上网搜索。卓敏失踪了,我准确地说她早就失踪了。齐帅和燕子合伙给我编造了一个弥天大谎!



健康指南

身体就像宫殿,精细,协调,充满了秘密。本书如同一册游览图,指引你在迷宫漫步。承上启下的腰部,远比想象中更重要和复杂。本书的作者是医学专家,他们将告诉你,健康之计在于腰,肥胖的要害不是体重而是腰围,管住腰围也就控制了体重。

【美】迈克尔·罗伊森 等著 译林出版社友情推荐

腹内储存的压力

评估压力水平的最佳方法是:看看你的腹部脂肪有多少。你的腰围越大,压力就越大。

在肠道高速公路,脂肪车辆的车库——网膜的外观很像挂在衣架上的袜子(胃部是衣架),但是其具体形态取决于人体储存的热量多少。对于体内网膜脂肪含量极少的人而言,腹部上就像是挂着尼龙袜——轻薄透明,上面有一些经纬线组成的网格。但是,对于体内网膜脂肪含量丰富的人而言,“衣架”上面好像挂了冬装棉裤一样——脂肪小球十分肥大,根本没有什么网状结构或网眼。

你的车库是否客满(腹部聚集了丰富脂肪),遗传因素肯定有着决定性的作用。但是,你的生活方式——从压力的角度看——往往在决定腹部脂肪的多寡方面发挥着更大、更主要的作用。

回顾人类进化发展的历史,我们总结原始人类面对的压力有两种。第一类是即时发生的压力(换言之,这种压力犹如步步紧逼、迎面而来的凶猛饿虎)。面对搏斗与逃跑的生死抉择,你的身体会分泌出去肾上腺素这种神经递质,从而加快心率、呼吸和百米冲刺的速度,以

便迅速逃过山洞。化险为夷后,你脑子里想的只是在篝火上烤些植物块茎,以解腹中饥饿。这是因为你的身体在承受急性压力时抑制缩氨酸NPY的分泌。(由此可知,运动可以抑制食欲,因为你的身体可以察觉到你身处急性压力之下,并随之作出相应的反应。)因此,高强度的即时压力对你的腰围有益:可以让你的食欲减退,加速机体的新陈代谢。

早期人类面临的第二类压力是在干旱和饥荒中的慢性挣扎。与三四十秒的虎口脱险截然不同,我们的祖先还需担心自身的长期生存,他们的身体必须应对慢性压力的问题。当面对大自然带来饥荒的时候,他们努力摄入尽可能多的热量,身体的新陈代谢机能可以相应地调到油门的低速挡,配合人类保存能量。我们现代人虽然不用被动地应付那样的饥荒,但也会经历现代意义下的慢性压力,这种压力会让我们的本能地努力寻找热量补充,紧接着也会调低自身的新陈代谢速度。

早期人类面临的第二类压力是在干旱和饥荒中的慢性挣扎。与三四十秒的虎口脱险截然不同,我们的祖先还需担心自身的长期生存,他们的身体必须应对慢性压力的问题。当面对大自然带来饥荒的时候,他们努力摄入尽可能多的热量,身体的新陈代谢机能可以相应地调到油门的低速挡,配合人类保存能量。我们现代人虽然不用被动地应付那样的饥荒,但也会经历现代意义下的慢性压力,这种压力会让我们的本能地努力寻找热量补充,紧接着也会调低自身的新陈代谢速度。

YOU提醒!我们的身体在食物可能不足的情况下同样会做出储存多余能量的本能应急反应。这些多余热量储存在人体的腹部脂肪库网膜内,未雨绸缪,以防食物匮乏。人体的肝脏能够直接利用这种网膜脂肪,肝脏是身体能量流通的中继站,这与紧紧贴附在大腿后侧的脂肪纤维不同。

人们处于压力之下时,身体会以皮质醇的形式,将大量的类固醇释放到血液中。在急性情况下(被老虎追逐或遭遇车祸时),类固醇只会短暂逗留在体内。但是,如果你处于慢性压力之下(干旱或冗长的工作),你的身体就需要想办法处理这样高浓度的皮质醇。因此,人体的网膜会负责清除皮质醇类固醇。网膜具有的受体细胞能够绑定皮质醇,将其析出血液。类固醇提高了网膜储存脂肪的能力,因此你的腹部脂肪(以及相应的腰围)就成了你应对压力真正能力的等价指标。不过也许你的大脑提供的正是与此完全不同的信息。吸收类固醇会使你的网膜产生对胰岛素的抗拒,让体内的糖分四处游荡,没有被相关细胞吸收并恰当地利用,于是你的身体会陷入代谢混乱。

并非所有的脂肪都是紧贴皮下的。它也深入人体肌肉以下。网膜垂挂在胃部外侧,就像晾在衣架上的袜子。当人体储存脂肪时,网膜包裹在脂肪的周围,给我们带来令人讨厌的啤酒肚。