

悦读

版主:jojo QQ群:57676670 邮箱:xdkbwyb@126.com



书店活动

先锋书店举办 纪念乔布斯图片展

即日起至11月2日,先锋书店将举办乔布斯大型图片展,展出包括乔布斯青年时期的壮怀激烈和夫妻二人的相知相守等大量珍贵照片。此外,先锋书店还将在本周六、周日下午3:00放映电影《乔布斯传》...

快报记者 应嘉轩

图书销售排行榜

Table with 2 columns: 书名, 作者. Lists books like '乔布斯传', '随遇而安', '舍与得的人生经营课', etc.

于丹开讲“慢生活”

5年前,于丹登上《百家讲坛》讲《论语》,短短一周时间就成为了一位文化明星。5年后的今天,她又将“人生的幸福感”这一命题融入到新书《于丹趣品人生》里,告诉我们应该以什么样的方式去生活,才能渐渐地靠近幸福。之所以要“趣品”,是因为于丹觉得,现在的人都“走得太快了,需要停一停脚步”。

借琴酒茶找回自我

《于丹趣品人生》选择与百姓更贴近的茶酒等寻常事为载体,但传达的依然是中国五千年思想精髓。“讲完《论语》《庄子》等先秦思想精华之后,我一直希望用人们喜闻乐见的方式将古代的思想精华传承下来,而载体必须是中式、低成本的,并能体现日常生活中的仪式感。”于丹说,今天很多人觉得匆忙,



觉得心不静,是因为缺少一种仪式的寄托。其实,日常生活中的喝茶、饮酒、听琴或多或少都有一些仪式感。然而现在的喝茶已经不是一种雅趣。那些说自己喝的是百年普洱的人,是在炫富,不是真正的品茶。“喝茶是让人

如归山林、沐浴自然,我之所以写这本书,是希望大家重新认识喝茶、饮酒、听琴的意义,于其中品味一种闲适的生活。”

白岩松:逃离忙与盲

白岩松特地以《做一些无用的事》为题,为《于丹趣品人生》作序。他针对都市人群的现状,对于丹这样评价道:“倒退很多年,她(于丹)做这件事也许会被人笑话,大教授竟说些无用的事,可今天,面对茶、酒、琴,说历史照当下,却真的该成为教授应做的大事。好的知识分子,应该永远在忧心忡忡中为更好的世态人心做推动。忙与盲是当下的一种病,做些无用的事,是其中有益的一点儿药方。于丹这件事,做得有用,既反省自己,也提醒众人。”

实习生 成梦静 快报记者 应嘉轩

孟京辉:从先锋到新锐



继《先锋戏剧档案》之后,著名实验戏剧导演孟京辉推出新作《新锐戏剧档案》,编选过去十年中国当代戏剧最具实验性、创造力的先锋档案。全书收录顾孟、何雨繁、黄盈、康赫、李建军、李凝、裴魁山、邵泽辉、赵川、赵淼等十位导演的作品,包括剧本、剧照、排练资料、演出说明书以及导演笔记、观众评论等等现场性、原初性资料。读者翻看本书,有纸上观剧的冲击与愉悦,更有深入把握一部戏生成过程的挑战。

值得一提的是,本书的制作形式也采取了与主题相称的新锐与突破。全书整体采用以纱布覆盖半完成精装书的形式,在线性时间之外,还另外给出了六个目录,以提供七种观看与进入书中四十二部剧作的不同方式。在不同阅读视角的转换中,读者当能明了新一代戏剧创作人的丰富性。七种乃至读者可以自行发现的更多种阅读方式,也象征了这一代戏剧人的创作尚在途中,远未完成。

快报记者 应嘉轩

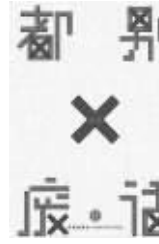
阅览室

应嘉轩 整理



《辛亥革命》 作者:王兴东 陈宝光 重庆出版社 定价:32.00元

本书是辛亥革命一百周年纪念电影剧组独家授权的小说完整版,真实展现了辛亥革命波澜壮阔的史诗场面,生动刻画了孙中山、黄兴、徐宗汉等历史风云人物。



《都别废话》 作者:黄蓓 中信出版社 定价:28.00元

一部杂文集,作者想更理性更深刻地分析爱情和两性关系,其作品对城市、建筑、男人、女人、艺术、音乐和游走都有一定的深入了解和体察,涉猎甚广。



《金融办》 作者:卢汉文 江苏人民出版社 定价:32.00元

讲述货币魔力下的为官智慧与玄机,这里集中了全部的商业热词:上市、融资、放贷、典当,讲透金融官场上的陷阱与风云,让读者了解金融办与上市公司的纠葛。

(阅览室信息由凤凰国际书城提供)

本版为文娱爱好者特别制作,逢周二、周三、周四、周五分别见报“乐弹”“影视”“悦读”“藏品”版。

Advertisement for HDMTZZ Hair Foliicle Transplantation Institute. Includes text: '新生毛发种植研究院', '新生TDDP毛发种植体系', '全面升级钜惠 金秋好礼豪放', and '五大步骤成就的植发体系 影视巨星植发臻品'.

别让孩子的身高 停长在 13—14岁

相关链接:小姑娘才13岁,身高1.56米,体重64公斤,身高1.80米的爸爸和1.65米的妈妈感觉宝贝女儿可能出了问题,带她到医院检查。结果显示,孩子的骨骺完全闭合,也就是说,她的骨骼已经停止发育,不能再长高了。父母非常懊悔。原来,女儿从小就特别胖,不到10岁就来了月经。对于这些蛛丝马迹,他们始终未当回事。

15岁的男孩,身高只有1.61米,到中考体检时妈妈才发现儿子比同学矮了10几厘米。妈妈回忆,孩子从小就比同班同学矮小,但因为自己和孩子爸爸都很高,所以就未当回事,想着“早长晚长都是长”,总有一天孩子会长高的。直到中考体检时孩子妈妈才发现儿子比同龄人矮小10厘米左右,到医院检查,确诊为体内生长因子分泌不足,致使骨龄偏小,发育不足。检测显示,孩子骨龄只有12.9岁。

其实,无论是早熟还是缓长引起的身高问题,专家说只要拍张骨龄片就能查出症结。

两个因素 决定孩子生长高矮快慢

专家指出,影响孩子长高的两个决定因素是:一骨骺未闭合,就是骨龄还没达到成年期,这时才有长高空间;二体内生长素分泌充足、活性强。中科院生命科学研究所以前表明,人体自身大脑垂体前叶分泌的生长素IGF-1的分泌量及活性。它直接刺激成骨细胞增殖,加速骨骼生长。生长素分泌充足、稳定,孩子就长得高。自身生长素分泌不足或是活性不够的孩子,如果从体外直接补充中科院最新

标准身高系数表

Table with 6 columns: 年龄(岁), 平均身高(cm), 年增长幅度(cm) for Male and Female. Shows growth data from age 1 to 20.

研制成功的生长因子,即使面对遗传等因素的困扰,也能实现在相对短的时间里多长高的目标。

人体骨骼的生长发育情况通过骨龄检测可看得一清二楚。专家提醒,8—18岁的青少年应定期检测骨龄,了解骨骺闭合情况,早发现早调整,不要等骨骺线闭合才着急。

两类缓长 孩子应尽早求治

①十一二岁猛长一截后,开始缓长:这样的孩子往往发育较早,骨龄偏大,生长周期短,骨骺提前闭合而停长,使孩子长不足、长不好。

②无明显蹿个,一直缓长:这类孩子体内生长素分泌不足,骨龄受损,抑制身高潜力发挥,致使年长幅不达标,比同龄孩子矮小,导致孩子将来身高不理想。专家指出,很多家长往往等到孩子彻底不长了才想起去检查治疗,此时孩子的骨骺已经闭合,再

长高的空间往往很小。因此一旦发现孩子年长幅低于3厘米就应尽早到专业机构检查。

据悉,该助长活动已在全国开展了9年,活动深受家长们欢迎,10月29日—30日中国青少年成长指导中心南京分部将举行专家现场一对一指导活动,届时可免费测定骨龄,专家还将详细介绍中科院的相关成果运用,科学预测身高。家长可通过025-86633955,86633965进行咨询预约报名。 活动人群:全市8—18岁的青少年朋友需在家长陪同下检测。 地址:南京市汉中中路8号金陵新天地10楼1011室(地铁1号线德基广场新街口站19-21出口) 活动官网:www.chnqsn.com

