

文物的生命在于融入大众生活

李思辉

彩陶瓶上,脸部“伸出”了舌头,并配文“略略略”;猪面纹彩陶壶上,眼睛“转”了起来,配文“容我想想”……近日,甘肃省博物馆推出的一组文物表情包在网上走红。博物馆负责人称,表情包是“让文物活起来”的举措之一,希望通过此举让大家更了解文物。

彩陶瓶、三彩瓶、铜博戏俑,这些历史久远的瓶瓶罐罐,与“小拳拳捶你胸口”等网络流行语原本风马牛不相及。甘肃省博物馆推出文物表情包,将严肃的文物和大众娱乐“混搭”在一起,勾画出一一种别致的画风,深受网民喜爱。这种看似“不着调”的搭配,实则非常用心,契合了文化审美上的冲突美。

在传统视角里,“冲突”两个字往往充满争议。一些人在艺术审美上过分强调匹配、协调、柔和,笼统地认为有冲突就不好。实际上,在一些主流美学学派中,“冲突美”一直备受推崇。尤其是现当代,“冲突美”在文学、绘画、电影等视觉艺术作品中非常常见。法国戏剧理论家布伦德尔言:“没有冲突就没有戏剧。”这句话一度被人们看作“戏剧定律”。梳理研究我们会发现,包括《赵氏孤儿》《雷雨》在内的很多中国戏剧、小说都饱含着浓郁的冲突美。

包括“文物表情包”在内的文物宣传推广,有的虽算不上正儿八经的文艺创作,但其创意和设计也需遵从审美规律。否则,难免给人暮气沉沉之感,提不起公

众的兴趣。“文物表情包”把庄重严肃的文物与俏皮的网络流行语“拉郎配”,二者在强烈的对冲中,达到了寓历史文化于网络流行语之中的“中和”。此前,网上很火爆的康熙“朕知道了”纸胶带、“雍正:感觉自己萌萌哒”的动态照片等,之所以迅速走红,也是因为“冲突”让静态的文物“活”了起来。

赞赏“文物表情包”的冲突美,并不意味着此类创意可以无的放矢。相反,它必须谨慎着手、小心为之。一是精心推敲文物与网络流行语的内在联系,确保二者实现顺畅融合,避免不搭调。二是拿捏好尺度,防止戏谑太过对文物的严肃性造成侵袭,产生违和感。文创作

品可以活一些,但文物毕竟相对传统严肃,在创作过程中必须把握严肃性与娱乐性之间的平衡,否则就可能弄巧成拙。

文物的生命在于融入大众生活。正如专家所言,让文物活起来,应有两个面向,一是面向博物馆自身,不断挖掘文物藏品文化内涵,让文化遗产满足人们的精神需求;二是面向公众,创新文化传播的表现形式和表达方式,让文物的故事以公众喜闻乐见的形式,深入人心,融入百姓文化生活。以合适的方式把历史久远的书画古玩、瓶瓶罐罐,从尘封中请出来,请到网络上,为人们所用所喜,唤醒的是文物的青春。

摘自《光明日报》

养生汇

水痘来袭莫慌张

水痘作为学校最常见的传染病之一,具有起病急、传播迅速、极易暴发流行等特点,常在托幼机构和中小学中引起暴发流行。

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性呼吸道传染病,以皮肤、黏膜上分批出现的斑疹、丘疹、疱疹和痂疹并伴有较轻的全身症状为特征,皮疹先发生于头皮、躯干受压部分,呈向心性分布。最开始为粉红色小斑疹,迅速变为米粒至豌豆大的圆形水疱,主要发生在胸、腹、背,病程平均14日。

儿童普遍易感水痘,10岁以下多见,但成人也可感染;水痘全年均可发生,发病高峰在3~5月。

水痘患者是唯一的传染源,自发病前1~2天直至皮疹干燥结痂期均有传染性,病毒可通过水痘患者咳嗽或打喷嚏在空气中传播,也可通过接触水痘患者的水疱液传播,还可通过接触最近被水痘患者的水疱液或黏膜分泌物污染的物品传播。

发生水痘后,第一时间要将患者居家隔离,并报告学校或托幼机构,直至患者疱疹结痂,痂皮干燥后方可结束隔离。隔离患者后就要对患者日常生活、活动场所进行消毒,推荐含氯或含溴消毒剂(84消毒液等)。由于水痘是呼吸道传染病,室内通风很重要。

水痘最有效的预防手段是接种水痘疫苗,12月龄和4周岁分别接种1剂,共2剂。

摘自《上海大众卫生报》

小细节伤药效

滴完眼药没按眼角 如果滴完眼药水只是“闭目养神”,没有注意按压内眼角,会让眼药水通过鼻泪管进入口腔,未被真正吸收利用。滴眼药水时应将下眼皮拉开呈袋状,将药水滴入其中,立即闭眼,然后按压内眼角2分钟。

药物贴片剪开用 一些贴片剂会通过特殊的结构缓慢释放药效,擅自剪开药贴会破坏其结构,影响药贴向皮肤输送药物的机理,导致药物快速释放。

用完喷雾剂吸鼻子 一些患者用完喷雾剂后觉得不舒服,会马上吸鼻子,这会把喷雾剂吸进喉咙,从而影响药效。正确使用喷雾剂时最好将其喷在鼻内壁上,而不是直接喷入鼻腔。

用完滴耳剂不平躺 不少患者用完滴耳剂会马上起身做其他事情。这会 Let 药液提前流出,无法进入耳道深处,影响药效。建议滴完滴耳液后头偏向一侧躺1~2分钟。

用完吸入剂不闭气 许多患者使用吸入剂时,吸完气后不注意闭气,导致只有很少的药物到达肺部。一般来说,要在开始吸气时按下吸入器,吸气5秒后屏住呼吸10秒,给药物足够的时间抵达肺部。

用完止痛凝胶不按摩 涂完止痛凝胶后若没有按摩,会让药物无法充分吸收,影响疗效。建议在肌肉扭伤24小时后涂药,之后轻柔按摩,促进血液循环,让药物充分吸收。
摘自《家庭保健报》

血液病因“追凶”

近年来,因为搬入新装修的新居不久,便有家人患上血液疾病的新闻报道频频见诸报端,甲醛俨然成为导致白血病的罪魁祸首。

甲醛的主要危害表现为对皮肤黏膜的刺激作用。大于0.08mg/m³的甲醛浓度可引起眼红、眼痒、咽喉不适或疼痛、声音嘶哑、喷嚏、胸闷、气喘、皮炎等刺激症状。其次,可表现为急性中毒,主要表现为咽喉烧灼痛、呼吸困难、肺水肿、过敏性紫癜、过敏性皮炎、肝转氨酶升高、黄疸等。另外,长期、低浓度接触甲醛,会引起头痛、头晕、乏力、感觉障碍、免疫力降低,并可出现嗜睡、记忆力减退或神经衰弱、精神抑郁。

那么,还有哪些凶手会导致血液疾病呢?有研究证实,苯可损害骨髓,使红细胞、白细胞、血小板数量减少,并导致染色体畸变,从而导致白血病,甚至出现再生障碍性贫血。生活中接触到的苯类化合物主要来自于装修用的涂料、木器漆、胶黏剂、染发剂及各种有机溶剂,还可来自燃料和烟叶的燃烧。

此外,还有一个导致血液病的隐形“杀手”——电离辐射。长期接触过量的电离辐射会诱发血液系统疾病。在日本原子弹爆炸区及周边地区的居民,数十年后白血病、骨髓增生异常综合征等血液病的发病率都高于其他地区。日常生活中可能接触到的电离辐射主要来自医疗设备或土壤或建材中释放的放射性气体氡。

因此,减少与苯以及电离辐射的接触,是预防血液肿瘤的有效方法之一。建议大家尽量避免或减少使用含苯类化合物的涂料、油漆,减少美甲、染发的频率,不吸烟,尤其要远离二手烟。新装修的房屋要放置一段时间再入住,入住后还需要经常开窗通风。

摘自《健康报》

滴水藏海

谁会在乎

文艺复兴时期,教皇最倚重的教堂总建筑师布拉曼特非常嫉妒米开朗基罗的才华,挑拨教皇令米开朗基罗暂时放下擅长的雕塑工作,改在西斯廷教堂的天花板上绘制圣经故事。

米开朗基罗被迫接受了任务。按教皇的想法,他只需画12个先知和圣徒,最多3个月就可交工了,但米开朗基罗觉得这样太缺乏艺术感染力,虽然是在不太情愿的情况下接受的工作,但要做就要做好。自

一天,一个朋友特意从外地来看他,一见面就惊呆了,只有30多岁的他,憔悴不堪,就像一个病怏怏的老人,朋友心疼地说道:你这简直是玩命啊!你已经画了这么长时间了,到底什么时候才能完工啊?

有一对夫妇,在结婚的当天晚上,丈夫就拿出两张纸,将其中的一张递给妻子,说道:“这是我们两个的分工,我应该干些什么,你应该干些什么,这上面都写得清清楚楚,如果我们两个都能自觉地完成各自的分工,我们就会减少很多不必要的争吵,我们的婚姻一定会更加幸福美满。”

每一天,丈夫都会督促妻子完成属于她的任务。为了家庭的和睦,妻子也努力地做着分派给自己的家务。她为他熨衣服,给他准备一日三餐,打扫每个房间,她渐渐地感到,每一项家务都是那么繁重和

1508年开始,在接下来的长达4年半的时间里,他在18米高的脚手架上,仰躺着画出了栩栩如生、令人震撼的343个人物。数任助手都忍受不了他的严格和苛刻而离开了他,迫使他独自一人面对这项巨大工程。

干燥,隐隐觉得自己是一个不幸的女人,虽然她努力遵守着他制订的全部规则,却从不认为自己曾享受过婚姻的幸福。

几年后,丈夫意外去世了。过了一段时间,女人和另外一个男人坠入了爱河,很快就结婚成立了家庭。新丈夫从不要求她做任何事情,更不要说给她分配满满一张纸的任务列表了。不仅如此,他还竭尽全力,做每一件他能做的事情,全心全意地呵护她,疼爱她,千方百计使她幸福。

沉浸在幸福中的女人,也想方设法给丈夫以家庭的温暖,她为他

他说,其实已经完工了,只剩下一些细节需要完善,顶多半年就够了。“细节?半年?”朋友惊讶道:“从地面到20米高的天花板上看,你说的细节没人能看到,又有谁会在乎它是否足够完美呢?”米开朗基罗毫不犹豫地答道:“我在乎!”

画在天花板上的《创世纪》成就了西斯廷教堂,使它从此声名远播,同时也成就了米开朗基罗,使他成为与达芬奇、拉斐尔齐名的三大绘画大师之一。摘自《讽刺与幽默》

爱的付出

熨衣服,给他精心地准备一日三餐,将房间的角落落落都打扫得干干净净,她在做这些事情时,没有感到一点劳累和乏味,而是充满了温馨和喜悦。

这一天,她在清理阁楼的时候,在一个抽屉里发现了一片褶皱的纸张,那是第一任丈夫写给她的家务列表,女人回想起了以前的日子,她忽然意识到,她现在所做的家务和过去一样,甚至比过去还多,为什么以前觉得悲苦不堪,现在却倍感幸福呢?女人想了一会就想明白了:过去是为了履行义务,现在却是爱的付出。
摘自《新民晚报》

文化中国

故宫三大殿院内为何不种树

去故宫游玩时,心细的人会发现宫内有这么一个细节很有意思,那就是故宫三大殿即太和殿、中和殿、保和殿院内并没有种植任何的树木。关于三大殿院内不种树的原因,传得比较多的说法有两个。

第一个说法是为了保护皇帝的安全,以免有贼人藏于树间而不利于皇帝。这个说法与清朝时期一次农民起义有很大关系。据史料记载,1813年,北京宛平庄家庄人林清率领军起义军冲向东、西华门。其中东路的起义军受阻失利,西路的起义军攻入西华门,杀到隆宗门。这个时候,隆宗门已经关闭,起义军便爬上宫墙

门前后的树是在辛亥革命以后才种下的),所要达到的目的就是让众大臣在去朝拜皇帝时,自进入天安门,走在冰冷、威严、空旷的御道上,感受到高伟建筑带给自己的巨大压力,待走进太和门看到宽阔、空旷的广场与高耸在三重台基上的巍峨大殿,众大臣的这种精神压力便会达到顶点,继而更加臣服于皇帝。而如果宫殿庭院内绿树成荫,则会给人带来一种轻松、舒畅的感觉,这会 Let 众大臣对皇家的仰视有所降低,在很大程度上破坏皇家所塑造的这种威严感。

摘自《老北京趣闻与传说》

生活新知

这些“养生食品”要慎买

不少人会在网上买一些“养生食品”,但它们并没有传说中那么神奇的功效。

黑蒜 传说黑蒜是纯天然发酵的健康食品,有些人甚至声称它能治病养生。其实,传统的黑蒜加工方式是利用高温和高压条件,大约经历2到3个月“发酵”而成。在发酵过程中,一部分大蒜多糖被降解,转化为果糖、葡萄糖和蔗糖等,尤其是果糖含量明显上升。黑蒜相对新鲜大蒜,多酚类物质增加3到5倍,整体抗氧化能力提高了10倍以上。不过目前中国官方机构尚未批准任何一款以黑蒜为主要原料的保健品。

黑糖 被宣称为天然健康食品的黑糖被认为有美容、养生的功效。黑糖实际上也是一种蔗糖,和红糖的区别,首先是黑糖的制作工艺更加复杂,熬炼时间更长,火候更足;其次是黑糖比一般红糖颜色要深,这是因为甘蔗含有多酚类物质;最后是黑糖有

焦香味,红糖没有焦香味。专家认为,同为蔗糖,黑糖在功效上和普通红糖无异,黑糖可以被理解为是红糖的高级版本。

海参 海参是一种海洋棘皮动物,其价值在于蛋白质。不过它的蛋白质含量虽然很高,但质量并不高。相对于海参,鸡蛋才是更符合人体氨基酸模式的食物,所以鸡蛋是一个完美的蛋白质来源。

酵素 酵素是酶在日本和台湾地区的别称,指具有生物催化功能的高分子物质。由于酶具有专一性,一种酶只能对特定的化学反应有催化作用。对于市售酵素,人们并不清楚里面具体是哪一种酶,也不知道它起着什么作用。另一方面,酵素也无法催化人体的生理活动。人体自身就有控制酶产生、分解的完整机制,一般不需要补充酵素。

黑枸杞 商家称黑枸杞有补血安神、改善睡眠、延缓衰老、改善血液

循环、养肝明目甚至预防癌症等功效。实际上,相对于常见的红枸杞,黑枸杞只是花青素含量高一些而已。日常的紫黑色食物,如葡萄、茄子、紫薯、桑葚都含有花青素。

蛋白粉 蛋白粉分为几种,一种是动物蛋白,即酪蛋白或乳清蛋白,另一种是从大豆中提取的大豆蛋白,还有一种是这几种蛋白混合型的。不管哪种,作用都是给人提供蛋白质。靠吃蛋白粉来补充的情况只适用于真正缺乏蛋白质的人群,比如饮食中蛋白质长期不足的老人和孩子、外科手术之后、受创伤、肿瘤化疗或化疗的人等。健康成人完全可以通过正常饮食来满足蛋白质的需求。

富氧水 所谓的富氧水只是经过一些技术手段增加了水中氧气的含量,到底对人体有多大好处,没有权威证据证明。而氧气是把双刃剑,过度呼吸对人体并无好处。

摘自《法制晚报》

名流故事

老舍是个“画儿迷”

张瑞田

陈丹青对鲁迅的美术修养褒奖有嘉。在他的眼睛里,鲁迅几近美术界的行家里手。可是,对鲁迅同时代的作家或晚一辈作家的美术眼光却不看好,甚至说茅盾、巴金、曹禺、老舍等人不懂画。

茅盾、巴金、曹禺似乎不懂画,但老舍不然,老舍是一个十足的画儿迷。我曾与舒乙谈老舍,最愿意谈的是他的戏剧,还有,就是老舍对画的那份热心。

翻《老舍全集》,能看到许多篇谈画的文章,如《观画偶感》《观画》《沫若抱石两先生书画展捧词》等,文字朴实,直观而细心地表达自己对画家、对画的见解。

老舍不愿意炫耀自己的多擅与才能。他极其认真地说,自己不懂画,只是喜欢看画。喜欢看画的人一开始可以不懂画,久而久之,就一定懂画了。老舍的夫人胡絮青说得更明白:“他自己作画水平不及一个幼儿园的孩子,却偏偏有一双鉴赏家的眼力……家里常常画家如云,墙上好画常换,满壁生辉。”

“家里常常画家如云,墙上好画常换”,说中了老舍懂画的道理。与画家谈画,可以从未知到有知,“墙上好画常换”,说明了老舍藏画的眼力和实力。

有三张画,在老舍的一生中起到了重要作用,即《王羲之爱鹅》《舞剑图》和《列女图》。老舍在少年时代,看到了父亲钟爱的画《王羲之爱鹅》。这是一幅行画,不过,画中的人物和故事让他知道了中国一位伟大的书法家和生活中的美。《舞剑图》是老舍与同学合作编印的体操教本,时间是1921年。合作者叫颜伯龙,后来成为中国赫赫有名的画家。《列女图》是东晋画家顾恺之的作品,被英国人抢去,陈列于大英博物馆。1929年,老舍到英国任教,他看到《列女图》很震惊,遂下了定义:“每一笔都像刀刻”“画得硬”“举世钦敬的杰作”。不懂画,能说出如此内行的评语吗?

关心现实,是老舍作为作家的责任。这种情怀也影响到他对美术作品的品评。在《观画》一文中,我们看到老舍对李可染的评价:“今天,他几乎没有一笔不是极大胆的,可是也没有一笔不是‘指挥若定’了的。他的

梅贻琦的“看竹”之好

在清华大学的百年历史上,梅贻琦与叶企孙、潘光旦、陈寅恪一起被列为四大哲人,他更长时期担任校长一职,后又主持西南联大校政。同梁启超、胡适、老舍等文化人一样,梅贻琦也喜欢打麻将,不过,在他的口中,打麻将往往被以“看竹”代替,有时也说“手谈”。

梅贻琦对“看竹”的喜欢程度,从他1941年的几则日记中可见一斑。如1月24日日记写道:“晚为秦大钧夫妇,与三孩至其家便饭。饭后与秦、徐行敬及杨君看竹四圈。小负。”3月2日,在友人午餐后,又“看竹四周,六点始出,经潘家稍停返寓。”3月5日,因家中访客甚多,梅贻琦白天未出门,等傍晚至联大批阅公文,六点随蒋梦麟往冈头村,合请

摘自《北京晚报》

大千世界

懒可能是大脑开启“节能模式”

向往运动的人或许都有过同样的经历——无论是游泳还是瑜伽,跑步还是器械,兴致勃勃地办理了全年的健身卡,到头来使用的次数却屈指可数。一想到要运动,各种借口轮番上阵,“想动”只是某个瞬间,“不想动”却是常态。尽管企业文化总在鼓励我们积极运动,然而实际上,人们的积极性却总是无法被调动起来。

一项新的研究为我们的“懒惰”提供了看似合理的解释,它告诉我们懒惰其实是大脑的选择。来自加拿大不列颠哥伦比亚大学的科学家表示,当人们试图进行身体活动时,必须调动额外的大脑资源,所以人们会在潜意识中选择“节能模式”,而拒绝食用中蛋白质长期不足的老人和孩子、外科手术之后、受创伤、肿瘤化疗或化疗的人等。健康成人完全可以通过正常饮食来满足蛋白质的需求。

富氧水 所谓的富氧水只是经过一些技术手段增加了水中氧气的含量,到底对人体有多大好处,没有权威证据证明。而氧气是把双刃剑,过度呼吸对人体并无好处。

摘自《法制晚报》

画已完全是他自己的了,而且绝不叫观者不放心。他的山水,我以为,不如人物好。山水,经过多少代的名家苦心创造,到今天恐怕谁也不容易一下子就跳出老圈子里去。可染兄很想跳出老圈子去,不论在用笔上,意境上,着色上,构图上,他都想创造,不事摹仿。可是,他只做到了一部分,因为他的意境还是中国田园诗的淡泊幽静,他没有敢尝试把‘新诗’画在纸上。在这点上,他的胆子虽大,可是还比不上赵望云。凭可染兄的天才与工力,假若他肯试验‘新诗’,我相信他必会赶上望云去。”

这段话中的“田园诗”和“新诗”是什么关系,值得我们思考。

吕千秋是老舍话剧剧本《归去来兮》中的一个人物形象,是视艺术为生命的画家。日寇的侵略,坎坷的生活,让他意识到自己的薄弱,几笔丹青何尝能够让我们得到尊严?于是,在一个早晨,他奔赴抗日前线,描绘硝烟弥漫的战场,刻画英勇的战士。吕千秋,就是老舍心目中的画家。

在为冯玉祥泰山石刻所作的序言中,老舍说:“从历史中的事实与艺术家的心理,我得到一些答案:原来世上的名山大川都是给三种人预备着的。头一种是帝王……第二种是权臣富豪……他们用绘画或诗文讽赞山川之美,一面是要表示自家已探得大自然的秘密,亦是天才,颠了不起;另一方面是要鼓吹太平,山河无恙;贵族与富豪既囊括江山,文人们怎可不知此中消息?桥头溪畔那一二老翁正是诗人画家自己的写照,夫子自道也。于是山川成为私有,艺术也就成了一种玩意儿。”老舍反对“艺术成为玩艺儿”,他一直以高度的社会责任感写作。

“变而不幻,新而不怪”“功绩不是在画了鱼、虾、螃蟹,而是在于他画出了前无古人的鱼、虾、螃蟹”。这是老舍眼中的齐白石。在我看来,老舍的价值不在于他论述了多少画家,藏了多少好画,而在于他如何从中国现代作家的视角看中国画和中国画家。

当下,“画儿迷”如过江之鲫,官人、富人、名人罗列其中,他们不会像老舍这样看画,因为他们大多都是“财迷”,对画的感情隔了一层难以穿透的屏障。基于此,老舍的意义更非同寻常。
摘自《百礼斋闲记》

友人,饭后“看竹”,至夜里十二点以后才结束。因夜已深,梅贻琦所性留宿在蒋家,于第二天午前又与蒋太太等“看竹”,饭后连续十二圈。这次,梅贻琦小负,在座只有一人大胜。

读梅贻琦“看竹”日记可知,打麻将除作为他应酬时的举动外,更重要的是其忙里偷闲的情致所为。至于他“看竹”的“战绩”,由其日记可依稀看到那个熟悉的字眼:小负。综合来看,他胜少负多,胜也多为“小胜”,像“共打十六圈,余竟全胜,获190元,十一点半归”,这样的记载还是不多。乃至有人统计梅先生某两年间的输赢,说有三分之二概率为输,共输去1600多碗阳春面。

摘自《北京晚报》

脑行为的研究者在实验中,用电极记录来回顾志愿者们大脑中发生的事情。结果显示,虽然从表面上看,志愿者们通常会更快地转向“活跃”的图片、“远离”“懒散”的图片,但大脑活动的脑电图读数却有不同的显示结果——当志愿者们远离“懒散”的图片时,大脑会消耗更多能量,同时也更耗费力气。

“懒得动”的心情我们都能理解,可是站在科学的角度上看,大脑“节能模式”究竟是怎么回事呢?“脑电”是一种需要耗能的生理现象,所以神经心理学中,会采用“给予受试者不同刺激后再测量其脑电”的方法,来研究人们对刺激的反应。”华南理工大学神经学专家王键教授解释道,其实除了脑电之外,神经元还有很多生理过程需要耗能,例如合成并分泌神经递质。所以如果单纯通过分析脑电,而得出“因节能而拒绝运动”的结论,会稍微有些片面。

人类的大脑是极其复杂的,所以“脑电”这个相对简单的参数,也无法被作为意识层面的唯一标准。所以,如果不小心又“懒惰”了,“大脑节能”只能帮你承担部分责任。

摘自《广州日报》