

冀连梅教你安全用药

中国出版传媒商报讯 《冀连梅谈:中国人应该这样用药》近日由北京凤凰联动文化传媒有限公司策划、江苏科学技术出版社出版发行。在这本书中,专业药师冀连梅凭借自己在中美两国药房的实际工作经验,就当前中国人普遍存在的如滥用抗生素、滥输液等用药误区和国际上最新临床用药知识,进行了权威实用、通俗易懂的讲解。冀连梅是北京和睦家康复医院药房主任、中美双重认证职业药剂师,2000年毕业于中国协和医科大学,获药理学硕士学位。从业13年以来,曾任职于北京国际SOS救援中心、美国新

泽西沃尔玛连锁药房。工作之余,致力于通过网络、杂志、电视节目等渠道向公众普及安全、合理用药的知识。在这本书中,冀连梅说故事、讲知识,全面解析感冒、发烧、湿疹、腹泻、便秘、贫血等30多种常见疾病和近40种非处方药,为读者配备最安全、最有效的家庭小药箱,帮助读者走出用药误区,安全用药,合理用药。

据悉,该书还将根据国际最新临床用药证据不断升级修订,并逐步增加适应人群和适应症。作者也在其微博和微信中与读者互动,解答疑惑。

《冀连梅谈:中国人应该这样用药》冀连梅著/江苏科学技术出版社2013年12月版/38.00元



灵魂是用来流浪的

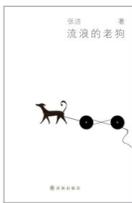
对于老舍,旅行的意义是一种对于人生诸多经验和见识的验证和温习。

○潘飞(书评人)

“灵魂是用来流浪的”,这是张洁一篇旧作的题目。大概再没有什么句子,会比一个作家曾经倾注心血的作品更有资格成为她生命的注脚。当年,69岁高龄的张洁,为了写这部小说,还特意登上秘鲁4300米的高原寻找原住地的居民,了解印加文化。近些年,年岁渐长的张洁老人,睽违文坛多日,淡出公众视野,并无巨著问世,但这并不表示她失去了创作的活力。就像在《流浪的老狗》一书的前言之中,张洁写道:“谁能说摄影不是另一种形态的小说?很多时候,一幅摄影就是一篇言之不尽的小说。”按照这样的思路逻辑,我想说,旅行、在路上、让灵魂一直处于流浪的状态,或许也是跟文学创作一样,内涵丰富的生命体验方式吧!

自比为“老狗”,是一种勇气、智慧、幽默、豁达,活到一定年岁后的大彻大悟,既是自我批判,也是自我肯定。特别是张洁认定“流浪”就是她最倾情钟爱的生活方式,这大概是她从小在战乱中总寄人篱下或逃难途中的童年记忆在成人世界里的映射吧。

拜读该书并写下此文时,正是2013年国庆长假,喜见脱离温饱之虞的国人多半选择旅游来作为放松心情、享受生活的度假方式。可是,屡屡看到媒体上报道的游客们动辄垃圾满地、一哄而上、伸向文物的“咸猪手”等不文明现象,甚至不懂礼节、规矩,被外国人斥为“土豪”,不由得开始感叹,越来越多的人确正在意识并体味到旅行带给自己的精神愉悦和享受,可是,他们并未将其上升到一种洗礼灵魂、提升境界的高度。换言之,如果把旅行比作一盘美味佳肴,恐怕一般人只闻到了香味,却没有尝出其中的丰富滋味——也许是寻找心之所依,也许是寻找魂之所系。“如今比萨到处是,高腔大嗓、惊得鸡飞狗跳、惹人频频侧目的某国人——哪国人?你懂的。”看到这段文字,不禁让人想起前几天新闻中国人在比萨斜塔前的草地上吃快餐的消息。国庆节出行的大部分人,都是V字手势拍照,或者走马观花,甚至去留下到



张洁

中国作家协会全国委员会委员,北京市作家协会名誉主席,美国文学艺术院荣誉院士,国际笔会中国分会会员。著有长篇小说《沉重的翅膀》(获第二届茅盾文学奖)、《无字》(获第六届国家图书奖、第六届茅盾文学奖)等,长篇散文《世界上最疼我的那个人去了》,以及《森林里的孩子》(获第一届全国优秀短篇小说奖)、《祖母绿》(获第三届全国优秀中篇小说奖)等。2012年出版《张洁文集》(11卷)。是我国第一个获得长篇、中篇、短篇小小说三项国家奖的作家,也是唯一两度获茅盾文学奖的作家。

此一游的墨宝,哪里知道,旅行,其实是放逐在城市生活里逐渐变得僵硬的灵魂。

《流浪的老狗》的文字间已经少见华丽的辞藻堆砌,也没有文艺青年那种故弄玄虚的煽情,张牙舞爪式的炫耀,反而有种那个年纪的人特有的,经过沉淀和提炼过的芳华,像白粥一样,清淡养胃。

对于70多岁的老者,旅行的意义,已不再是年轻人那种充满好奇意味的探索,相反,是一种对于人生诸多经验和见识的验证和温习。在她饱览人事的眼里,更容易去发现一些人心的美好,比如在旅途中帮助过她的异乡人,在她温婉的笔触的描述下,显得格外动人,这样的旅行,充满了脉脉温情,充盈着生命最真实最值得回味的故事,比美景本身更值得书写。

《流浪的老狗》张洁著/译林出版社2013年8月版/38.80元

关心八卦也有“崇高”的目的

心理学家的个人经历决定其个人思想,关心八卦由此有了“崇高”的目的。

○李荆广(书评人)

为什么读史?据说“读史使人明智”。的确,历史中蕴涵着无尽的智慧。然而,从历史中汲取智慧却是个看似容易,实则无比困难的任务。比如我这样的所谓学术青年,读了各种版本的心理学史和哲学史,貌似还是学术上一片迷茫。算了,我干脆承认吧,相对于高深莫测的心理学,心理学史其实很有趣、很八卦。这是我读心理学史的重要原因。

从这个角度讲,这本《心理学史——源起与流变》是本极好的书。作者介绍了每个心理学家的生平与经历,以及这些对其学术思想的影响。而且对一些关键八卦事件,有了极其生动的介绍。

我印象比较深刻的是奥尔波特与弗洛伊德会面的故事。奥尔波特见弗洛伊德时,讲了路上见到一个4岁小孩的情况——小孩跟他母亲说,他恐惧脏东西,而母亲则穿戴整齐、气度不凡。奥尔波特认为,小孩对脏物的恐惧可能与母亲的情况有较大的关联。而弗洛伊德则用“仁慈与治病救人的眼神”看着奥尔波特说:“这个小孩是你本人吗?”于是,奥尔波特无语了(“这真的不是我本人啊!”),只好转移话题,并从此决定离开这种猜测性过重的精神分析学。

诸如此类大大小小的八卦很多,比如华生老婆捉三三的故事(我实在看不出作者讲这个细节对我们理解华生的学术思想有任何帮助,他真的只是有一颗八卦的心),詹姆斯的莫名焦虑爆发(我猜测是突然地意义感缺乏),美国APS与APA两大心理学会的关系等等。

如上所述,该书最大的亮点,就是对心理学家的各种八卦。不过,又有一种观念认为,心理学家的个人经历决定其个人思想——这样我们关心八卦又有了“崇高”的目的。

接下来,我决定把格调抬高一些——读史可以避免我们“只见树木,不见森林”。当代心理学乃至整个科学的一个特点是过于专业化,从而导致不同领域、不同方法体系间缺乏沟通与了解。而读史,可以避免这种“专业化”带来的无知。



《心理学史——源起与流变》[美]莫顿·亨特著 寒川子、张积模译/陕西师范大学出版社2013年7月版/88.00元

特别推荐

当爱情邂逅美味

○高容幡

《恋上你的味儿》是陈保才穿梭于深、港等地,出入街边小店、私家小厨乃至火锅店、西餐厅,将工作生活之余的美食见闻以及由此产生的感触诉诸笔下,在美食这一微观视角下重新解读男女两性关系。该书涵盖了都市男女从独处到相亲、从暧昧到恋爱、最后为佳偶“洗手做羹汤”,直至从容品读人生,这样六种不同情感阶段的不同风情。

通篇都是在讲美食,全国各地的美食,包括那些不曾听过的、不曾尝过的,让我这个对美食原本没有多大的兴趣的素人也不禁想品尝一番。作者别出心裁地将爱情融入在美食中,如能从一碗普通的虫草面中品尝爱情中的细枝末节;能从一顿热烈的火锅中感受到两个人的气味相投;能从一个人的晚餐中拼出隽秀弥久的生活理念;能从一杯普通的葡萄酒中品出相思的绵长。

这个世界上或许并不缺少敏感细腻的人们,但真正能把这人间百味用文字记叙下来的人却是少之又少。一下午的时光,我就沉浸在美食与情感的交汇中,仿佛吃遍了这人间的所有美味,又仿佛经历了世间所有的情感。当我合起书本,看到封面上那句:当情感邂逅美食,当爱情遭遇味蕾,才豁然明白,爱情又何尝不是餐桌上的一道菜,有的人品出了甜蜜,有的人品出了苦涩,当你品懂了那道菜,或许你也就真正理解了爱的内涵。

《恋上你的味儿》陈保才著/东方出版社2013年11月版/32.00元



编辑荐书

《优势策略营销》[美]杰·亚伯拉罕著 伍文韬、陈书译/世界图书出版公司2013年10月版/58.00元

一位空调和暖气维修商每年为每位客户倒贴10美元测试费,为什么不不仅没有亏本,反而赢利250万美元?广告公司的老板公开分享“制作广告的25个绝招”,为什么没有增加竞争对手,反而增加了客户?为什么用“改变庭院景观,创造奇迹和欢乐的园艺魔法”这个广告标题代替“提供优质的园艺服务”,就可以让一家园艺公司年收益从50万美元飙升到100万美元?这都是亚伯拉罕在书中回答的问题。这位“世界上收费最高的营销顾问”把自己的营销秘籍和盘托出,从而得出一个结论:99%的利润来自1%的策略营销。

《长春的风花雪月》陈锐著/吉林文史出版社2013年9月版/50.00元

陈锐自1997年到长春读书,毕业后做了12年媒体记者和3年自由撰稿人。2004年,他开始用文字和镜头记录长春。10年间,共发表人文地理文章200余篇、100余万字,足迹遍布长春老城区,采访过数百位老长春人,拍摄过数千张长春消失和变化中的照片。继《一个人的长春地理》之后,陈锐又出版了城市地理散文集《长春的风花雪月》。全书约20万字,从夜色、街巷、屋檐、背影、公园、风物六个章节展开,讲述老长春的过去——一座“消失”的城,带领读者走进长春的历史。



打欠条走全国与道德的性价比

道德也是一种经济学,是从更长远的角度来衡量利害得失的一种经济学。

○紫逸(书评人)

2010年底,刘美松以诗人的热情和疯狂完成了一个心理实验,一场行为艺术——独自从深圳出发,不带一分钱(包括信用卡),通过打欠条的方式解决通过高速公路收费站、加油和住宿三大难题。最终,他用222张欠条完成百天28510公里行程,车行全国。一路上欠下的费用,大部分在旅途中他就已经让家人先后寄还,剩下的在他回到深圳后也已如数还清。

用了几乎3年时间,刘美松才将自己的行程记录整理成书。一上手就觉得这本《欠条》是如此厚重,600多页,怎么看都不符合时下畅销书的制作要求。也是,现实中的刘美松怎么说也是一家印刷厂的老板,“不差钱”,结果却做了“打欠条走全国”这种别人眼里纯属自虐的事,他出书,若冲着名利,代价就大了点。

不少网站将该书作为旅游类图书推荐,实在是小看了这本书。刘美松出版《欠条》实为记录与纪念——除了文字记录,还有众多当事人的照片、个人信息、联系方式、事发地点的现场照、手写的欠条、事后还钱的电子回执单,等等。书中呈现的是借钱双方的较量过程,是心理实验过程的纪实,是一路上作者的自我挑战的纠结与挣扎、通关的喜悦与得意,相比之下,一路留下的风景照倒像是旅途中的点缀与放松。看到这里,你还觉得这是“游记”吗?

实际上,刘美松为自己、为我们追问的是沉重的问题:在这个被认为是诚信缺失的社会,是否还有信任?虽然作者无意拷问人性和现实,只想用自己的行为推进社会的信任,然而他

一路走来的结果的确印证了社会的真实。我们看刘美松最后总结的数据:“行程实际时间577小时,沟通占用时间153.7小时,占行程时间的26.63%,平均每天沟通时间约92分钟。”难怪他在费尽口舌说服别人之后会有这样的想法:“如果将这些时间节约下来,可以做多少事情。”序者尤蕊洁也提到,从经济学的角度来看,信任是交易的基础之一,但是基于道德的信任,只是脆弱的乌托邦。

本来借债还钱天经地义,然而曾几何时,即便诉诸法律和制度,居然也可能是件无可奈何的事情。就像如今流行“底线”一词,底线本不值得赞赏,因为那不是什么高尚的事。只要涉及人的具体行为,就必定对它有下线的规定。你可以无限上升,直至成就高深大德,但不可无限下沉,突破底线。

我们大多数人,相信或多或少都尝到过诚信缺失、见利忘义、道德沦丧的苦果。从这个意义上说,道德也是一种经济学,是从更长远的角度来衡量利害得失的一种经济学。

毕竟人的很多动机不是为了利益的最大化,人的需求是多面向的,就像刘美松,以一己之力和近乎自虐的方式试图推进社会的诚信,而他最后能够完成独驾中国的计划,更是说明了这一点。“很多欠条欠的是金钱,而金钱之外更多的是人情、信任、友谊。以金钱为开始,又与金钱无关。”刘美松这样总结。这过程煎熬的旅程,结果是温暖的。



《欠条》刘美松著/广西师范大学出版社2013年8月版/90.00元

这个时代的快意与缠绵

我们都还努力活着。我们的生活仍然是庞大的、激情的,有阳光照射的。

○文踪(书评人)

“湘辣三人帮”我早有耳闻,是魏剑美、周湘华、刘诚龙三个湖南籍杂文家组建的杂文方阵。湖南是个出蛮子和土匪的地方,当然也出革命家和思想家。即便如黄永玉这样的艺术大师吧,七老八十的人了,你看他的眼神中也还明显透露着执拗与霸道——这是不是湘人好食辣椒之故呢?

摆在眼前的“湘辣三人帮文丛——致我们的时代”,分别是周湘华的《四十说惑》、刘诚龙的《非常弱音》、魏剑美的《非常魏道》,三位湘人组团的杂文阵营凸显了其独特的魅力与风采,同时也折射出复杂而丰富的生活。

是堂堂正正地做人,还是放下身段做猪?《非常魏道》中有一篇《一头幸福的猪》中说:“猪不用早请示晚汇报,不用学文件,不用万人签名,不用看别的猪的脸色,不用学习什么什么精神。”我想到的是,如此看来索性钻进雾霾做一头猪算了——这是著名作家魏剑美继畅销书《空城》后,本年度奉献给读者的又一力作。他的每一粒文字都好像锃亮的钢珠,嘎嘣作响,读魏剑美的文章,真乃快意恩仇,人生一大乐事。

刘诚龙是我神交已久的好友,从《暗权力》、《暗权术》到《暗风流》,再到今天这本新书《非常弱音》,他的文章,演尽官场百态,写真人物千姿。我们透过他文字的照妖镜看到那些扭曲的面孔,那些溢着馋涎,挂着讨好与巴结的卑贱的嘴脸。他的文章看似“弱音”,但往往四两拨千斤,刚柔相济,行云流水。读他的文章是一种享受,他善于嬉笑怒骂,假痴假癫,原本以为事情已经了结,不想一个转弯,山重水复之后又入佳境。

周湘华算是新交,关注她的文章,还是从“湘辣三人帮”成立时开始



的,“怀侠骨义胆气魄,写痛快淋漓文章”,忠于内心,见证时代——这种说法深合我心,因而心向往之,常常流连于“三人帮”的博客。做为“辣帮”的女掌门,周湘华《四十说惑》让人耳目一新,她以一种杂糅杂文、散文、随笔、时评等跨文体的写作方式,对喧哗时代各个层次的人物及现象加以评判。例如《活在缺乏经典爱情的年代》,在“爱情”这最为美好的词汇上,如今长的是“效率”与“速度”,是物质至上的毒瘤,因此“最让现代人羡慕的,就是能气定神闲、地老天荒地进行一场经典的爱情。”情感、人心、文化,她都有细致深刻的解读,更有一些叙事怀人的文字,读来让人情难自已,心髓皆痛。

无论是剑走偏锋的魏剑美,单刀直入的周湘华,还是招式多变的刘诚龙,他们都是这个时代最为需要的“锋语者”和“辣语者”。庸常的人生中,看看思想的刀光剑影,平淡的菜肴里,加道提神醒脑的劲辣,不能不说是一种别样的风味,别样的体验,别样的感悟。是的,无论颓废纠结,还是积极向上,好在我们都还努力活着,我们的生活仍然是庞大的、激情的,有阳光照射的。

“湘辣三人帮杂文随笔文丛:致我们的时代”周湘华、刘诚龙、魏剑美著/中国广播电视出版社2013年11月版/26.00元(册)