

文化传承，别只依赖综艺节目的虚火

◎李晓亮

作为央视首档全民参与的诗词节目，《中国诗词大会》近来颇为火爆。尤其是，来自上海的16岁高中生武亦姝以能够背诵2000首古诗词而引发广泛关注。有媒体报道，不少观众表示，自己的孩子看完节目后，自觉地开始背古诗词了。(晶报)

一个文化益智竞技节目，竟蓦然刮起一股诗词古文传统文化旋风，让不少人感到意外。一时风头无两，举国热议，当然是传播普及传统文化的契机。可是隐隐的不安，则也萦绕其间，它多大程度是社会心理内发驱动，而非如民谣赶场一样，只是偶然曝光，凑巧流行？毕竟，这股诗词风行和《成都》刷屏热潮，都源于电视综艺的观赏性竞技形式。

说到底，还是一个PK竞技节目借着文化的皮，圈了一众本身就缺文化的粉儿。就如前不久纽约布鲁克林一高中中文卷子，让网友大呼学了“假中

文”；网上热烈讨论过对联上下联、左右贴法一样。缺啥补啥，对未超出中学教材和课外读本选题范围，且免除音韵格律平仄讲究，大大弱化难度的诗文竞赛，无限神化，才短期助推诗词大会这类文化节目登上神坛。而这种舆情热度和大众本身对传统文化渴求度其实是错位割裂的。

古文传统中诗意栖居和现代生活间也有着透明的次元壁。一档节目能引起短期共振，或也未必能一击强行洞穿。传统诗文可以汲取无限文化养分修养身心，而不能只功利性作为时髦社交谈资。文化本就有个取精去糟的扬弃过程，臧否褒贬，应持论公允，不需过度美化，厚古薄今，或矫枉过正，觉今是而昨非。

知其然，更知所以然。一个简单的名字“星驰”，可能典出“雄州雾列，俊采星驰”，课文都学

过，但教材要求背诵从“时维九月，序属三秋”开始，你可能就忘了“豫章故郡，洪都新府”是开篇。

武亦姝的语文老师表示，不搞应试教育才能传承传统文化，也是这个道理吧。不利功利化工具机械化的以今律古，让其内蕴美感生生撕裂，不对文化竭泽而渔。可惜，上学时我们却常碰到这种尴尬：韩寒说自己文章入试题，自己却不会做。经典如鲁迅的“一棵是枣树，另一棵也是枣树”的阅读理解等等。

说回节目，好在现有一档儿童益智类节目《零零大冒险》，不再拿腔调拿孩子当弱智，颇像少儿版“诗词大会”。难度据说能秒杀成人。只要别太剑走偏锋，搞成诗文界奥数，那这样文化培育苗头，还是值得期许的。只是，文化话题若总是借电视甚至要到少儿节目，才能现象级刷一次屏，想想还是值得反思的。

对于南京小学生家长而言，新学期就有好消息。南京市政府年初承诺的一项惠民新政立马兑现，小学新学期第二周起实行“弹性离校”。6日公布的《关于进一步推进小学“弹性离校”工作指导意见》明确，凡正常放学后按时离校有困难的小学生，可延时离校，且家长不需要缴纳费用。

弹性离校

◎**华商报**：南京率先实行“弹性离校”由政府买单，通过给学校发放专项补助，让小学生享受到免费延时服务，可以说是公共服务的有益样本。相比之下，对于“弹性离校”，许多地方实行“自收自支”，一些学校为解决经费和人力不足的问题，向学生收取延时服务费。问题是，学校是事业单位，要收费必须首先取得收费行政许可，而收取延时服务费显然没有法律依据，当属乱收费之列，而且这也背离了义务教育的初衷。实行“弹性离校”，应成为义务教育的一种“标配”。不仅限于小学，在初中和幼儿园，也应该实行“弹性离校”。事实上，政府向学校提供“弹性离校”补助，等于是“花钱买服务”，教育部门及学校应该进一步扩大和完善服务设施，提高服务人员的道德素质和业务能力，多探索一些人性化的措施，不断提升服务质量和水平，对学生实行人文关怀，使他们在免费延时服务中，感受到父母般的关爱，体验到家一样的温暖。

◎**北京青年报**：在实行“弹性离校”后，教育部门强调要面向所有有需求的学生家庭，以家长自愿报名、学生自主参加为前提，严禁以任何方式强制或变相强制学生参加，严禁以任何方式拒绝或推诿有困难学生参与；要坚持此项工作的“公益导向”，学生参与“弹性离校”期间一律实行免费，严禁任何单位和个人向学生家庭直接或变相收取任何费用，严禁任何单位和个人擅自“搭车”进行其他有偿服务。做到这些，关键在财政保障到位，以及在中小学建立家长委员会。类似于“一刀切”处理学生课后兴趣班的做法还有不少，比如禁止学校组织学生春游、秋游、跨省研学旅行等等，都属于“推责式”处理。期望更多地能结合实际，从恢复托管班、实行“弹性离校”开始，告别“推责式”教育管理和办学。

华西腔调

传统诗文本可以汲取无限文化养分修养身心，而不能只功利性作为时髦社交谈资。文化本就有个取精去糟的扬弃过程，臧否褒贬，应持论公允，不需过度美化，厚古薄今，或矫枉过正，觉今是而昨非。文化话题若总是借电视甚至要到少儿节目，才能现象级刷一次屏，想想还是值得反思的。

告小品“地域歧视”，有滥诉之嫌

◎蒋璟璟

2017年北京电视台春节联欢晚会小品《取钱》中骗子打电话时说的疑似是河南方言，引起网友热议。2月7日，西安一河南籍律师张华山以“地域歧视”和“侵犯河南人名誉权”为由提起诉讼，要求北京电视台和该小品编剧及演员，向所有河南人公开赔礼道歉并赔偿每人一元。对此，有市民认为，律师或有炒作之嫌。“难道说操京片子就是黑北京人了吗？作品只是作品，不能对号入座！”(华商报)

虽然节目方已经一再出面解释、道歉，但是小品《取钱》所引发的风波，时至今日仍旧未能平息。该消息一经曝出，便迅速成为网络冷嘲热讽的素材。这一轮戏谑调侃，颇能代表人心偏向；如果说，原作品中那几句“带口音”的台词，尚且令不少民众觉得有所不妥；那么，张律师此次来势汹汹的

起诉，则似乎正让整个事件的舆论走向发生逆转。

按照张律师的说法，小品《取钱》的过错主要在于两个层面，也即“地域歧视”和“侵犯名誉权”。在这两者中间，所谓“地域歧视”一说实则并不是法律概念，因而天然不能构成正当的诉讼理由。再者说，原作品到底有没有歧视，其实也很难说。按照常识，“地域歧视”必须是指对被歧视人造成了实质性损害。就此而言，郭冬临的小品，并没有针对特定群体发表任何直接的“负面评价”，更没有损害特定个体的利益、声誉，并不存在明显的恶意。

按照现有法律规定，“侵犯名誉权”的构成要件之一，就是“被侵害的对象应当是特定的人”，这专指是“特定环境、特定条件下的具体人”——说某某地方、某某省份的人被侵犯了名誉权，这在法

律语境里是难成立的。除此，要认定侵犯名誉权，还必须满足“侵权人的行为对受害人名誉造成严重损害”的条件——试问，郭冬临的小品，“严重”伤害谁了？

律师的身份，煞有介事的起诉，这一切看起来都有模有样。可是，考虑到这其中种种极其业余的说法、做法，我们终究会发现，这一事件从头到尾都与法律毫不沾边。在此事中，张华山律师既不具备诉讼主体资格，也没有合适的诉讼理由。更不用说，在完全未获得当事人推举、授权的前提下，他根本没有权力代表某地人发起“代表人诉讼”。

针对一个小品中的口音而起诉，可说是典型的滥诉。这类奇葩诉讼，极大浪费了公众注意力以及有限的司法资源，其除了制造喧嚣一时的谈资之外，别无意义。

朋友圈屏蔽父母，不妨平常心看待

◎孙昌俊

“好不容易学会用智能手机，春节加了女儿的微信，没想到她把我屏蔽了，想想也挺难受的。”2月8日，家住浙江宁波的刘阿姨向记者吐槽，女儿的朋友圈，连做美甲的小妹都能看，却把亲妈屏蔽了。记者做了个小调查，发现朋友圈内容对父母完全开放的女儿不到四成。(澎湃新闻)

朋友圈要不要对父母开放，其实是传统父母关系遭遇的新问题。以往在朋友圈等在线交流工具出现之前，父母与孩子之间的冲突与情感隔阂，往往会因为物理距离上的阻隔而被遮蔽和缓解。但在朋友圈时代，由于实现了即时化的交流，这一方面令父母与子女间的联系能够更高效，但另一方面，也增大了原有代际冲突、观念碰撞的可能性。于此现实下，子女朋友圈对父母屏蔽，未尝不是对彼此分歧的主动“管控”。

说到底，子女屏蔽的并非是父母的亲情，而只是规避可能导致双方冲突显性化或放大的那一部分内容。这包括，观念的代沟，生活方式的差异等等。换言之，屏蔽与否，关键还是在于子女是否真的能够与父母在朋友圈保持“朋友”式的互动。正如有网友所建议的，朋友圈的前两个字，是“朋友”。如果你觉得你和你父母是朋友，那你就不屏蔽；相反，如果你和你父母是传统的上下级亲情关系，你们很少有共同爱好共同语言，那你肯定想屏蔽了。而双方在观念上能否成为“朋友”，其实是朋友圈交往的基本法则，对其他群体也同样如此，而非专门针对父母。

更何况，一些屏蔽行为，本身恰恰就是出于善意的为父母着想。比如，受访者表示，朋友圈内容对父母进行分组管理，一个重要原因就是为了避免父母

担心，“父母可能担心或唠叨的内容，一般屏蔽”。这其实与不少人对父母“报喜不报忧”的传统习惯是一致的。子女能够主动去减少父母对自己不必要的担心，父母也未能不能理解这种善意的表达。

某种程度上，朋友圈正是对传统亲情界限的重新界定。传统的父母与子女的关系，在朋友圈的规则下，得以被重新把握与审视。比如，它或以一种子女主动的方式，让父母意识到，子女的成长其实必将同时伴随着对父母的疏离，这是为人父母在子女成长过程中所必须要接受的代价，若不能正视这一点，则可能反倒加大彼此之间的矛盾。当然，子女从中也有必要意识到，一味的屏蔽父母并不意味着原有的代沟就消除了，更为积极的做法，或是与父母有更多的主动沟通，帮助父母朝着“朋友”的方向发展。

五脏养生堂
028-86969013

这里是大型公益养生栏目《五脏养生堂》，这里有跨越千年的中医精纯，这里有贯通古今的养生精华，这里有让你一学就灵的健康妙招，从大病到小症，我们认真解答；从急症到慢病，我们见招拆招。健康就在《五脏养生堂》！



走低头弯腰拖着脚 诱发脑供血不足

中国古代常行“趋礼”，即地位低的人从地位高的人面前走过时，要低头、含胸、弯腰、拖着脚，以小步快走的方式表示礼敬。

当下，不少人的走路姿势与之类似，看似省劲却带来诸多隐患：脚掌拖着走，抬脚幅度过低，易造成关节、肌肉、足弓劳损；走路不摆臂易失去平衡而摔倒；头部前倾使颈部血管、神经受到压迫，易诱发脑供血不足。

心脑血管病专家表示，

脑供血不足是指人脑某一局部的血液供应不足而引起脑功能的障碍。而脑供血不足临床主要表现为，头晕、肢体麻木、全身乏力、嗜睡、视物不清等。

专家建议，目前治疗脑供血不足，常用中成药物疗法。脑供血不足患者应坚持服用舒筋活络、温肾补血、调理五脏的中药膏，搭配益气健脾、养血安神的中药胶囊。

舒服的姿势伤你最深，可别再学“北京瘫”了！

在周末晚上，关上了手机，舒服窝在沙发里……其实，“舒服窝在沙发里”就是俗称的“北京瘫”。

不得不承认，“北京瘫”这个姿势确实很舒服。但生命君也不得不告诉一个真相：越舒服的姿势可能伤你越深。“北京瘫”这种半躺姿势最伤腰。腰椎之间有一块叫椎间盘的“弹簧片”，质软，被一个个纤维环包裹着，可以让脊柱弯曲。半卧位时，腰椎会因缺乏足够支撑，导致原有弧度被改变，让椎间盘所受重力不断增大，诱发椎间盘突出。

若长时间处于不正确的姿势，经常受压或拉伸，“弹簧片”外的纤维环可能破裂，里面的东西就会膨出，碰到神经，引起腰臀部及下肢疼痛、麻木，即为腰椎间盘突出症。

此外，健康专家表示，生活中，大家一定要注意避免走、站、坐、躺这4种“舒服姿势”，否则伤你最深。下面这4种姿势，据说80%的人都中招了，对照看看你是否在这其中。

站含胸驼背头前倾 会致颈腰椎骨质增生

含胸、驼背、头前倾、肩膀齐拉着，是常见的错误站姿，虽看似放松，却会压迫颈椎、胸椎以及椎体周围神经，导致颈椎骨质增生、椎间盘突出等。

那么，含胸、驼背、头前倾等错误站姿，导致了颈椎、腰椎骨质增生怎么办？

权威骨科专家表示，骨质增生的本

质是人体骨骼的一种“衰老”现象，是一种正常的生理现象。但是骨质增生造成了疼痛、肿胀、肢体功能障碍等症状，使人感到“不舒服”时，人们才把骨质增生作为疾病来看待。

目前所有的治疗骨质增生的方法，尤其是颈椎、腰椎骨质增生患者，相对

安全可靠的首选中成药物治疗。颈椎、腰椎患者应坚持服用舒筋活络、温肾补血、调理五脏的中药膏，搭配祛瘀活血、消肿止痛的外用药膏，不仅可以起到活血化瘀、行痹通络、抗炎镇痛等作用，而且能够缓解疼痛的症状。

坐跷二郎腿、“瘫”在椅子上 易患妇科疾病

有些人一坐下来就会跷起二郎腿，长此以往易造成骨盆倾斜，导致长短腿，还会影响腿部血液循环。

很多人坐椅子时喜欢伸直双腿，就像“瘫”在椅子上。此时，颈背部悬空、腰部塌陷，全身仅靠臀部和脖子支撑，肌肉、韧带长时间受到过度牵拉，整个

脊柱都很受伤。

女性跷二郎腿更容易患妇科病。因为，女性在跷二郎腿时私密处会受到压迫，再加上跷二郎腿会让下体温度升高，在不透气的情况下就会引发细菌的滋生，这样在会阴处形成温暖潮湿的环境，可引起致病菌大量繁殖，从而引起

外阴炎或者阴道炎。

久跷二郎腿，容易造成盆腔内气血循环不畅，引起附件发炎。妇科专家表示，临床实践证明，治疗外阴炎、阴道炎、附件炎，采取中成药物治疗效果良好，应坚持服用清热解毒、健脾除湿、通络活血的中成药。

健康态

传奇故事 197

葛洪不但位列中国古代十大名医之中，而且其五脏理论对后世医者影响深远，中国至今为止获得最高奖项的屠呦呦就是得益于葛洪的医学著作《肘后方》中的一句“青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之。”，葛洪一生，著书立传，在其他方面也颇有建树。今天小编给大家讲讲葛洪在《抱朴子》中的一些当时的重要见解。

鸭子未归责难邻居 枳实入药治愈胸痛

东晋年间，家住徐州之地一户吴姓人家，男主人名为吴平，心地善良，和蔼可亲，与周边邻里的关系相处十分融洽。而邻居孙姓人家的几只鸭子，平时经常光顾他家。每当如此，吴姓人家都会及时通知孙家将其赶回家里。不料，一天傍晚，孙姓人家的几只鸭子，还未回到家中，被焦急心态冲昏了头脑的孙家人来到吴家，没好气地说道：“你家的鸭子一只不少，怎么我家的鸭子失踪了呢？你们是不是故意不管我家的鸭子？”吴平听后，心里非常郁闷，由于脾气大，而顿时出现了胸痹、胸痛的症状。

虽然如此，吴平忍着疼痛，要求家人一起帮助孙家出去找鸭子。很快，吴家人帮助找到了鸭子。此刻，孙家人已深知误会吴家，并帮忙求医问药。最终，孙家人帮忙找到了葛洪。葛洪给吴平详细检查后，开出治卒患胸痹痛方：枳实、桂等分，捣末，橘皮汤下寸匕，日三服。服用十日后，吴平痊愈。最终，吴孙两家结成了世交。

葛洪® 祝您远离慢性病 晚年健康有福气

传统中医理论《黄帝内经》认为，百病之源五脏为根，肾主骨、心主血、脾主运化、肺主呼吸、肝主疏泄，各种慢性病都由五脏虚弱受损而引起。五脏同调是解决中老年人慢性病的好方法。

葛洪牌桂龙药膏，药材好，药量多，迅速吸收，分入五脏，

祝风湿骨痛、慢性腰腿痛的朋友，腰腿不疼，能活动。

祝失眠多梦的朋友，晚上睡的香，白天精力旺。

祝心悸气短、头晕耳鸣的朋友，不为心脑血管担忧。

祝尿频、尿急、肾虚的朋友，远离肾虚困扰。

葛洪® 相伴 晚年有福

广西邦琪琪药业集团有限公司 桂药广审（文）第2016100153号
请仔细阅读说明书并按照说明书使用或在医师指导下购买和使用
【禁忌】 孕妇及小儿忌用；【注意事项】忌辛辣、生冷、油腻食物；其余内容详见说明书。

这里有专业全天的陪伴
这里有医师一对一指导
养生知识天天都更新
食疗药方条条管大用
扫描二维码关注五脏健康道

抢购热线: 028-65320987

葛洪桂龙药膏经销地址： 市区药房：德之佳药房、福利大药房、海王星辰药房、华安堂药房、同吉康药房(北大门大桥北)、贝尔康大药房、康鑫药房(龙潭寺华冠路店)、华夏药房、科创大药房(四马桥横街)、瑞人堂(水碾河路)、德仁堂药房、美善大药房、红鞭堂康源药房、同善堂药房、康美佳药房(肖家河沿)、海天药房、大华药房、华博大药房(簇桥簇桥北路)、御民堂大药房(青羊宫对面)、大德康药房(陕西街店)、立创健康药房、瑞康大药房、成都大药房、金牛区益生康药房(高家梁市)、诚康药房(沙河沿)、平心堂药房(中顺医院旁)、兰兰药房(九里堤南路)、成都同仁堂、神康堂药房(大慈寺旁)、美信药房(莲花中路) 区县药房：东升镇仁和堂(教育局对面)、龙泉民医药店(驿马桥旁)、十陵境元生大药房(东方家园后)、新津：寿善堂药房(新民街)、金山角药房(武阳西路)、温江：万华大药房、常春大药房(温中桥对面)、崇州：蓉城百姓连锁、大邑：命源大药房(川西医院斜对面)、邛崃：利康大药房(南街街店)、新都：永昌大药房(新中路)郫县：宁丰堂连锁店、涪州各堂连锁、郫县合和堂(郫县豆瓣厂旁)、都江堰：华康大药房(蒲阳路)、卫康各连锁、青白江：长青药店(政府北路)、金堂：长安药房(幸福路店)、蒲江县：康福莱大药房(致远路) 三级医院：绵阳：德阳康民大药房(西南20号)、太极绵阳大中药业、绵阳大成药房连锁 乐山：健为百姓缘大药房、金都大药房(柏杨中路医院斜对面)、市中区嘉禾大药房、绵阳：安康药业连锁、天天平价连锁、达州市：九九医药超市(二马路)、攀枝花：鑫华仁药房