

知行合一 腳踏實地

近日，我閱讀了《習近平的七年知青歲月》一書。這本書以採訪實錄形式及平視的角度，介紹習近平主席在陝北延川縣文安驛鎮梁家河村插隊的七年知青生活，多角度地還原出青年習近平的鮮活形象。



青年讀書薈 >>>



歡迎投稿 qingniandushuhui@gmail.com

楊田



香港華菁會副秘書長

那段時間，習近平的生活條件非常艱辛，他住在有跳蚤的窯洞、吃着難以果腹的粗糧、從事高強度的勞動。但即使在這種條件下，他仍然勤奮好學，夜以繼日，達到廢寢忘食的地步。對此，書中有多處描述：

幾本書同時看 對比分析討論

「近平吃過晚飯後總是拿起書本，開始學習。他怕影響我睡覺，就把燈移到一旁，用身體擋住光線。他看書常常到非常晚。有時候，我半夜醒來，發現近平還在看書，就問『近平，你怎麼

還不睡呀？』他總是說『再看一會兒。』」

「在窯洞裏的時候，近平就在炕桌上、炕沿上寫字。天氣暖和的時候，他就搬一塊石頭，坐在石頭上，趴在磨盤上寫。」

習近平學習，有幾個特點，一是善於從不同側面去了解和分析問題。他看書經常是幾本書同時看，有所對比，有所分析，不但比較幾種說法的異同，也推敲作者為什麼是這麼說。二是善於思考，習近平讀書後，常常和朋友探討書中觀點。比如五四運動的成因，

他和朋友討論了內部和外部多個側面的原因。

習近平的學習，不局限於書本，工作上需要什麼，他就學什麼，群眾需要什麼，他就學什麼。這一點，在他到四川學習辦沼氣的過程中，得到很好的體現。

當時，習近平擔任梁家河大隊黨支部書記，為了解決農村的燒柴問題、做飯問題和點燈問題，他們一行人去了四川五個地區17個縣，歷時40多天。他們每見一個沼氣池必下去，到每一個地方必問得非常清楚，而不是只在外面看看

、拿手電筒照照裏面就結束。他們每天學習之後，都會一起討論當天所得，梳理待解決的問題。為了實現沼氣技術在延川縣的落地，他們抓住兩個重點：一邊把四川的師傅請到延川縣，另一邊帶着當地核心的沼氣製作工具，帶不走的，就請隨行的工匠現場學做。

積跬步至千里 積小流成江海

習近平學以致用，解決一個個困難。辦沼氣的成果，就是使得延川縣三個月用三個月的時間，實現了85%—90%的沼氣化。其中，習近平村子裏的沼氣池

，是陝西第一口沼氣池。

除了修沼氣外，在擔任梁家河大隊黨支部書記的八個月內，習近平還為群眾幹了很多實事，比如打壩、修梯田、辦夜校、修公廁，這些事項提升了當地公共服務水準，改善了群眾的生活品質。這些實踐，也鍛煉了習近平的管治能力，提升了大家對他的認可度。

由此，我體會到習近平的領導力來自刻苦學習、積極思考、知行合一、腳踏實地辦好每一件事。不積跬步，無以至千里，不積小流，無以成江海，說的就是這個道理。

細胞治療是科學 不是科幻



生物科技產業是21世紀創始新最為活躍、影響最為深遠的新興產業。基因治療和細胞治療，獲譽為可「引領醫學發展的未來」，將對我們的健康生活帶來顛覆性的影響。北科生物創始人胡祥（圖右）為我（圖左）上了一回科普課，了解細胞治療為什麼是科學而不是科幻。北科生物是全球細胞治療領域規模潛力最大的公司之一，也處於內地最頂尖細胞治療公司之列。

從最早的中草藥時代，至20世紀的藥物治療時代，到現在進入21世紀運用人體自身細胞治療的時代，醫療發展就是逐步從群體治療走向個體治療。巨大的疾病治療潛力及其治愈癌症的可能性，使細胞療法為世人寄予厚望。

細胞長出識別腫瘤抗體

今年八月，全球最大的製藥公司之一諾華（Novartis），推出的CAR-T細胞免疫療法，突破性地獲得了美國食品藥品監督管理局FDA的批准，引起了很大轟動，也開啓了細胞治療加速審批的步伐。10月底，又獲批准了一項，標誌我們進入了一個新的醫療創新時代。

美國前總統奧巴馬2016年在最後一次國

情咨文中頒布「腫瘤登月計劃」，宣稱要成為第一個治愈腫瘤的國家。現在看來，這不是遙不可及的目標。

諾華團隊提出了一個非常好的細胞治療的例子，叫「基因修飾」的細胞治療。一般來說，我們每天都有突變的細胞產生，甚至每天都有可能有癌細胞產生，但是我們為什麼不會得腫瘤呢？原因是我們的免疫系統可以高效把它清除。至於癌症病人，其免疫細胞不能識別癌細胞，所以不能把它清除掉。

這時候我們可以做的一件事情，就是讓T細胞的細胞膜表面長出能識別腫瘤特異性抗原的抗體，就能重新識別腫瘤。一旦我們把這種改造過的細胞打回到病人體內後，這個細胞第一能識別腫瘤，同時它一旦發現腫瘤細胞，就能高效地繁殖，從一個變成一萬個，高效清除腫瘤。這就是把我們人體兩個自然的「武器」結合在一起，一個叫T細胞，借助它的細胞膜的作用，另外一個叫作抗體，借助它對抗原的識別，把它組合到一起就變成了一個超級的「殺生物劑」。

儲存細胞用於未來抗老

在臨床研究階段，我們看到，傳統治療已經宣告無效的病人接受一次性CAR-T治療，其完全緩解率高達近90%。為什麼有些

人治不好呢？最重要的原因是年齡。當這些病人的年齡太大，雖然細胞療法解決了它識別腫瘤的問題，但因細胞年齡大，殺傷活性下降，療效就沒那麼好。假設這些病人在10年、20年前把他們的免疫細胞通過抽血存儲起來、製備好，就可以改變需要使用時的療效。

而且幹細胞和再生醫學治療的機理在不同的疾病裏面都有共性。全世界已經批准了



有13個幹細胞治療。以前我們對幹細胞臨床治療有誤解，以為只能通過骨髓造血幹細胞移植來治療白血病，但沒想到要重建整個造血系統，它實際上是一種細胞替代。同一種幹細胞還能用於治療急性心肌梗塞，關節軟骨損傷，潰瘍性結腸炎等。

所以整天說今天的醫學技術發展有多快，對於普通人來說，其中一個受益的方式就是趁還年輕時，先把自己的細胞給儲存起來和製備成有修復能力的細胞，因為我們現在意識到，原來治療疾病，甚至未來的抗衰老，都可用我們自己的細胞作為種子、作為原料。

監管不應是產業攔路虎

由於幹細胞治療技術療效明顯，又有巨大的市場需求，巨大的潛在利益吸引了很多人加入這個行業，但在監管沒有明確什麼是「好」、什麼是「優」的標準，進入門檻低的情況下，催生出「非理性繁榮」，出現「一放就亂」的情形，但出現問題後監管又採取了全面叫停臨床應用，導致科研成果轉化明顯滯後，出現「一管就死」的情形。

胡祥曾經說過：監管不應該是產業發展的攔路虎。每次與做前沿科技的創業者對話，都深感他們的不易。一家一窮二白的民營

于盈



鳳凰衛視全球商界領袖訪談「領航者」節目製作人、主持人

企業，在21世紀前沿的生物醫藥研究領域做到了國際先進水平，也是全球臨床應用案例和資料最多的企業，實屬不易。

在國際上屢創醫學奇跡，在內地卻備受質疑。由於我國的機制體制，不能適應醫療健康產業新技術的發展，前沿科技企業反倒要面對監管的壓制，既得利益集團的阻撓、認知滯後和大眾輿論環境等多方面的挑戰。即使經歷產業「寒冬」、歷經重重困難，胡祥也從未想過要放棄，在這條路上走就是12年！胡祥的夢想和目標就是用最新的生命科學的技術和知識去解除病人的痛苦，拯救生命，大幅提高我們生活的品質和延長壽命。在交談中能感覺到胡祥對終於等到生命科學、醫學革命時代到來的興奮！中國也正是因為有這樣的一批開拓者、領航者，才會帶來源源不斷的創新動力！

詩中詩峰上峰 孤篇橫掃全唐



一曲春江花月夜，人生代代無窮已。在經過三百多年的魏晉南北朝之後，華夏大地迎來了大唐盛世，這盛世也留下了一位千年後依然讓我們念念不忘的詩人，這就是張若虛。

張若虛的一生只留存了兩首詩，可其一首《春江花月夜》為後世公認「孤篇橫掃全唐之作」，在千年後的天地間依舊如明月般照耀着我們。

五主題交織如交響樂章

整首詩在春、江、花、月、夜這五個主題中錯落重疊，伸縮變化，把人引進了一個渾然忘我的境界，構築了一個闊達的人生意境。五個不同的元素交織錯落，又茲外有音自成一章，共同組成了一篇華美又深遠的交響樂章，因而聞一多先生評價其為「詩中的詩，頂峰上的頂峰」。

春江潮水連海平，海上明月共

潮生。灩灩隨波千萬里，何處春江無月明！江流婉轉繞芳甸，月照花林皆似霰；空裏流霜不覺飛，汀上白沙看不見。江天一色無纖塵，皎皎空中孤月輪。江畔何人初見月？江月何年初照人？人生代代無窮已，江月年年望相似。不知江月待何人，但見長江送流水。白雲一片去悠悠，青楓浦上不勝愁。誰家今夜扁舟子？何處相相思月樓？可憐樓上月徘徊，應照離人妝鏡臺。玉戶簾中捲不去，搗衣砧上拂還來。此時相望不相聞，願逐月華流照君。鴻雁長飛光不度，魚龍潛躍水成文。昨夜閒潭夢落花，可憐春半不還家。江水流春去欲盡，江潭落月復西斜。斜月沉沉藏海霧，碣石瀟湘無限路。不知乘月幾人歸，落月搖情滿江樹。

這詩中，春江、江流、江天、江畔、江月、江潭、江樹這紛繁的形與景，和着明月、孤月、江月、初月、落月、月樓、月華、月明複雜的光與色，並通過與春、夜、花

尤娜

香港尚青文社成員

、人的巧妙結合，構成了一幅色美情濃斑斑迷離的春江夜月圖。

無論是初月的明媚、高月的皎潔還是斜月與落月的迷離纏綿，抑或抬頭看到那一抹月色的徘徊、鏡中月的清影、砧上月的流照，無一不打上情感的烙印。自《詩經》至張若虛，其間上千年的時間，沒人把一輪江月寫得如此淒美多情，把一輪明月寫到如此清雅且奪人心魄，真真是曠世之作。聞一多先生曾給這首詩以極高的酣暢淋漓的評價：「在這種詩面前，一切的讚嘆是饒舌，幾乎是褻瀆。這是詩中的詩，頂峰上的頂峰。從這邊回頭一望，連劉希夷都是過程了，不用說盧照鄰和駱賓王，更是過程的過程。」（待續）

玻璃杯總會跌在地上



《巴士驚魂》（巴西電影：Última Parada 174）這譯名不夠傳神。故事裏有兩個桑德羅。主角桑德羅是個毒販，小時候媽媽被劫匪殺死，獨個兒在街頭長大，從流浪兒做到小混混。第二個桑德羅命運際遇相若，在媽媽懷抱裏被搶走，由黑幫老大養大。

命運讓他倆碰上了，成了好朋友，還一起販毒、搶劫。然後，主角想安定下來，卻發現沒可能。犯案時逃脫了，沒想犯罪時卻陰差陽錯成了罪犯。對於主角桑德羅，命運就是個惡意的玩笑。

電影裏有個串場的東西——玻璃杯。第一次出現在酒吧，小桑德羅（主角）不慎碰碎一個玻璃杯，進去的時候發現媽媽被殺了，快樂童年隨之結束。

第二次出現在主角認為要成為家園之處。主角遇上了另一個桑德羅的媽媽瑪麗莎，認錯成其兒子。另一方面，主角又遇上了少年時的

女友，又為「貴人」社工熱心幫忙，看來成家的幸福畫面將可成真。主角帶着女友跟媽媽吃飯，這時候又將一個玻璃杯碰跌落地。他愣住了，是因為害怕。杯子沒碎，眼前的幸福開始出現裂縫。他失去了愛情，因為女友不屬於他一個人；失去了社會的幫助，因為他的饒舌歌手的天分沒有為人理解；也失去了「媽媽」，因為他覺得自己不獲信任。

為什麼總會打碎「杯子」？這是電影的核心。我覺得是他的性格



《巴士驚魂》，為當年巴西賣座電影，資料圖片

虎哥

：急躁和多疑所致。他不獲信任時，選擇憤怒而非溝通。他需要的幸福太直接了，可是這樣的直接在人與人現實相處之間是不存在的。這也是他可憐的地方。

主角性格形成，源自生活。他自小睡在街頭，隨時被趕甚至開槍打死。他對幸福急躁的渴望，源自冰冷的現實，沒人疼錫，只能自生自滅。他只有被環境推着走。他拿着槍走上巴士，並不是搶劫，卻被人視為劫匪。電影開頭也是一場巴士搶劫，開頭結尾雖都有人害怕，但也有人麻木，這也是社會階級的分野。活在貧民窟裏的人不會怕，因實在見太多。玻璃杯是一個很合適的比喻，易碎是特質，摔在地上還是放在桌上，人往往徒嘆奈何。

香港實踐「跨代屋」三大難處

吳子倫

城市智庫成員、「就是敢言」計劃成員

早前，安老事務委員會主席林正財提出了長幼共享房屋的建議，讓青年每月付出一定時數與長者互動，以換取以相宜租金租住單位。

工時長 地不足？



有報道指出，「跨代屋」的做法在荷蘭已推行多年。此舉既可以紓緩青年人無法負擔高昂租金的問題，也能讓他們從長者身上學習人生道理；同時，長者在青年的陪伴下能減少身體及心理健康問題，減低醫療需求壓力，青年、長者、社

會三方均有所得益。可是，在香港實行「跨代屋」政策並不容易，筆者歸納出三大難處。

首先，青年沒有足夠時間陪伴長者。香港是全球工時最長城市，根據2016年瑞銀的調查，香港人每周平均工時為50.11小時，較全球平均工時長38%。有政黨的研究更發現，接近一成青年受訪者每周工作超過60小時。在五天工作的情況下，青年每天平均要工作10到12小時，加上花在交通上的時間，青年根本沒可能抽空跟長者互動，甚至可能因為下班時間太晚而影響長者作息。

其次，居所私人空間不足。根據劍橋大學的

調查，荷蘭家庭的平均居住面積為115.5平方米。反觀香港，則只有約36.6平方米。香港的居住面積不足荷蘭的三分之一。要在土地供應短缺的香港提高人均居住面積並非易事。當私人空間太小，因生活習慣差異而引發的摩擦將會加劇，久而久之將影響雙方關係。

相見好 同住難？

最後，長者及青年可能互相嫌棄。根據一家社企早年的調查，青年普遍認為長者的社交能力差及難以溝通。青年或許不願跟長者互動。從長

者的角度，他們亦可能不理解青年的文化及想法，而不想跟青年相處。要是雙方均不願意交流，這完全失去了「跨代屋」的原意。

正所謂「相見好，同住難」。同輩居於同一屋簷下都會出現很多問題，更何況是年齡相差那麼遠的兩批人呢？要是政府希望推動「跨代屋」，必先進行一個詳細調查，設法解決上述問題，避免吃力不討好。