

至今为止合计安全行驶1800万公里 相当于绕地球450圈
累计排除机车在线故障千余件 防止各种机车事故近百件
参加央视《欢乐中国人》并成功晋级

一家三代火车司机 亲历速度与激情



张述明一家七口参加《欢乐中国人》(资料片)

本报记者 李琳 文/摄

在5日晚央视播出的《欢乐中国人》舞台上,来自我国最北客运乘务段——哈尔滨铁路局三棵树机务段的一家三代火车司机及其4位家人,共同演绎了一段情景剧,诠释了火车司机誓保列车安全的职业忠诚,回顾了火车从蒸汽时代向内燃、电力时代及高铁全面转型的发展过程,讲述了工作中经历的惊心动魄和温暖瞬间,感动了在场的点评嘉宾,成功晋级……

三棵树机务段宣传人李敏介绍,张述明、张光伟、郑海超三代火车司机至今为止开车57年,累计行程1800万公里,相当于祖孙三代安全绕地球450圈,累计排除机车在线故障千余件,防止各种机车事故近百件。为了解这一家三代火车司机的心路历程和难忘经历,记者9日来到三棵树机务段对他们进行了采访。

关键词:惊心动魄

新中国第一代火车司机张述明 当机立断避免蒸汽机车锅炉爆炸

人物档案:今年82岁的张述明老人,是从三棵树机务段退休的蒸汽机车司机,1953年参加工作,1959年因工作需要成为火车司机。作为新中国成立后第一代火车司机,他当年开着40公里/每小时的蒸汽机车,穿越莽莽林海。累计“跑车”10万小时,安全行驶600万公里。

难忘经历:因张述明老人年迈,他的儿子张光伟向记者介绍了老人当年经历的惊心动魄的一幕。

上世纪60年代末的一天,张述明当班提车,所提蒸汽机车上面的3个水泵中有一个水泵坏了(蒸汽机车的大致工作原理是填煤烧锅炉,水烧到一定温度产生蒸汽,蒸汽压力驱动火车运行,但水不能一直烧,需要水泵帮助循环,否则会使温度过高,水被烧干,导致锅炉爆炸),当时规定一个水泵坏了可以提车,维持运行。火车

是从哈尔滨到绥化的,出人意料的是,行至绥化前一站的泥河站时,张述明发现车上的另外两个水泵也不好使了,再烧下去很可能造成锅炉爆炸、车毁人亡(当时车上有很多旅客)。于是,来不及犹豫,为保证火车和旅客安全,作为司机的张述明当机立断,决定停车熄火,把锅炉内的煤全部扒出(这在当时是大事儿),给锅炉降温,摘下车头等待维修,后面的客车车厢让别的火车头先拉走,避免了一场事故的发生。

关键词:生死攸关

儿子张光伟开上内燃、电力机车 眼疾手快救下一车人 被跪送离开

人物档案:50岁的张光伟是张述明老人的儿子。1993年参加工作至今,累计“跑车”6万小时,安全行驶700万公里。如今,他正开着120公里/每小时的内燃机车及电力机车,跑在火车动力升级的“快车道”上。

难忘经历:张光伟向记者讲述了做火车司机以来最令他难忘的感人故事。2002年夏天的一个下午,他驾驶从哈尔滨到满洲里区间的旅客列车,当时的瞭望条件不是太好,列车迎着太阳运行在山路,快到卓山站之前,途经一曲线路段,刚拐过弯,他猛然看到一辆客车停在铁道上,此时火车距此客车约六七百米,车速约为80公里/小时。危急时刻,张光伟立即采取紧急制动措施,自己的身体都不自觉地向后使动,最后列车在距客车百余米处停下。此时,他看到从客车上陆续下来了20多人,客

车司机迅速组织乘客们将故障车推出了铁道线。之后,客车司机可能觉得特别感激,就往张师傅这边跑,因为不能耽误车上旅客太多时间,没等他跑到,张师傅就不得不开车前行了,客车司机当时就双膝跪地,目送着张师傅驾车离开。“火车开出一段距离后,我从后视镜看到,客车司机还跪在那里,双手合十,虽然没有语言上的交流,但我能体会到他在虔诚感谢我救了他和一车人的命。”说到这里,张师傅的声音有些颤抖,眼里噙着泪,记者的鼻子也不自觉地酸了……



年轻时的张述明(左四翻拍)



张光伟



郑海超(翻拍)

关键词:技术过硬

外孙郑海超 成“新生代”高铁司机 发现机车故障 处理得当 获嘉奖

人物档案:34岁的郑海超是张述明老人的外孙。他告诉记者,妈妈是负责火车司机待乘的管理员,加上姥爷和舅舅的影响,他对火车司机这个职业一直非常向往,于是考取了技校学习火车驾驶。目前,郑海超是我国最北的高寒高铁、时速300公里的哈齐高铁的司机。2004年参加工作的他,已累计安全行驶500万公里。

难忘经历:郑海超说,三四年前的某一天,当时他承担着北京到哈尔滨区段的牵引任务,驾车行至龙家营至秦皇岛区段,从龙家营驶出后,此时机车主段应该是断开的,可他发现主段不闭合,整列车的牵引丢失了,车走不了。之后,主段虽然闭合了,牵引还是给不上,使用惰力运行无法将车开至秦皇岛停车。当时他只有两种选择,自救或请求救援,在与车上机械师几次处理未果后,他在距分相区段之前三百米处选择了停车,因为如果停到分相区段就得等待救援车才能走,会挡道,耽误很长时间,影响整个线路的运行秩序。在通知乘务人员对故障进行处理后,最终有一组牵引可以用上了,郑海超就利用这一组的牵引将车开到了秦皇岛停车,再进一步处理。因为这次处理得当,他获得了单位的嘉奖。

据该段运用一车间党总支部书记霍连勇介绍,只有技术过硬、安全性高的优秀司机才会被安排到开高铁的岗位上。

郑海超说,他们三代人开过铁路全部主力车型,而且都是客运火车司机,因为工作原因,家里人难得坐在一起,可每次见面聊的话题依然以火车和安全为主,大家相互交流经验。只要是为了工作,全家人都全力支持,无论节假日加班还是春节在外“值乘”,家人从无怨言。姥爷张述明经常教导他,要多学习,按章开车,不能马虎,因为身后是旅客的安危,责任重大。

尽管时代变了,车型变了,但对这一家三代人来讲,不变的是他们对铁路客运机车安全的坚守。



资料片

一生多病的曾国藩,历经惊涛骇浪,终于在同治十一年(1872)走完人生的最后一程,享年62岁。这个寿数,在今天看来也许并不算高,但在一百多年前,这已经超过了当时国人的平均寿命。正是因为这个原因,曾国藩的养生治心之道也成为人们关注的热点,尤其是在健康问题越来越成为人们的关注点的今天,他的养生治心之道有哪些值得我们借鉴或思考的呢?

治身与治心并重

“治心以广大二字为药,治身以不药二字为药。”在养生问题上,曾国藩有这样一句经典的总结。他力图做到身心并治、口体兼防,要旨是养生以治心为主,以不药二字为准。他曾在家书中指出了具体的治心与治身之法,“治心之道,先去其毒,阳恶曰忿,阴恶曰欲。治身之道,必防其患,刚恶曰暴,柔恶曰慢。治口之道,二才交衡,曰慎言语,曰节饮食。凡此数端,其药维何?”“不药”二字始终贯穿他的一生。治心的关键在去忿去欲,治身关键在去暴去慢,治口之道在慎言节食。

曾国藩本人患有牛皮癣、耳鸣、失眠、眼疾等多种常见慢性病,但他不到万不得已不会去吃药。他的两个儿子曾纪泽、曾纪鸿体弱多病,然而,他仍然告诫他们不要随便吃药。同治五年四月十日,曾国藩给两个儿子写信,“尔虽体弱多病,然只宜清静调养,不宜妄施攻治。庄生云:‘闻在宥天下,不闻治天下也。’东坡取此二语,以为养生之法。尔熟于小学,试取‘在宥’二字之训治体味一寻,则知庄、苏皆有顺其自然之意。”

所谓“在宥”,是指自在宽容。这是庄子无为而化的思想,曾国藩以此来教育孩子养生在养

心,养心在于自在宽容,即他所说的“广大”。相反,随意吃药则是违背了自然规律,是“妄施攻伐”,从外部干预身体内部。他又用苏东坡的诗来进一步阐明其理:“东坡《游罗浮》诗云,‘小儿少年有奇志,中宵起坐存黄庭。’下一‘存’字,正合庄子‘在宥’二字之意。盖苏氏兄弟父子皆讲养生,窃取黄老微旨,故称其子为有奇志。以尔之聪明,岂不能窥透此旨?余教尔从眠食二端用功,看似粗浅,却得自然之妙。尔以后不粗服药,自然日就壮健矣。”

苏东坡一生历尽曲折,然而,他却能笑对这一切,故而得养生之道。曾国藩也希望孩子们以苏东坡为榜样,不要轻易吃药,只要心存自在宽裕,自然就能健壮。

同样,他对几个弟弟也是以“不药”二字相劝。九弟曾国荃赴南京前线,一度“肝病已深,痛疾已成,逢人辄怒,遇事辄忧”。同治三年四月十三日,曾国藩写信对他讲,“此病非药饵所能为力,必须将万事看空,毋恼毋怒,乃可渐渐减轻。蝮蛇螫手,则壮士断其手,所以全生也。吾兄弟欲全其生,亦当视恼怒如蝮蛇,去之不可不勇,至嘔至嘔!”曾国藩认为,肝火上蹿,血不养肝,此断非药所能为,必须放心静养,不可怀忿怒气。

在民国骑自行车 除了上牌还得缴养路费

储文静

“铃铃铃”,黄昏时分的湖南长沙中山路,穿着休闲西服的年轻先生和身着短款裙子的时髦女士们,骑着自行车(又称脚踏车)在平坦的柏油路上如风般驰骋而过,一路洒下欢声笑语,引来路人艳羡。

这是81年前长沙街头一景。仅1935年这一年,长沙市的自行车进口数量已经达到213辆。

自1896年湖南进口第一辆自行车起,这种时速13公里,载重达100—250公斤的交通工具,给当时的社会带来了巨大的震撼,它第一次让普通人感受到了空前的、如风一般的出行自由。

曾国藩一生多病 以“不药”为养生之“药”

刘绪义

养生与为学并进

曾国藩养生治心之二法,是养生与为学并进。同治十年十二月五日,曾国藩正式提出“养生六事”,他说:“吾见家中后辈,体皆虚弱,读书不甚长进,曾以养生六事励儿辈:一曰饭后干步,一曰将睡洗脚,一曰胸无恼怒,一曰静坐有常时,一曰习射有常时,一曰黎明吃白饭一碗,不沾点菜。此皆闻诸老人,累试毫无流弊者,今亦望家中诸侄试行之。”又说,“养生与为学,二者兼营并进,则志强而身不弱,或是家中振兴之象。”

所谓“养生六事”无一事与营养有关,饭后干步、习射有常属运动保健,临睡洗脚属活气血,胸无恼怒、静坐有

常都属于治心,只吃白米饭而不吃菜,其实就是减轻胃肠消化的负担。

然而,曾国藩认为,这六事还不够,只是养生的一个方面,另一个重要方面是为学而强志。也就是通过读书来“养我浩然之气”。一个人心中坦然,精神愉快,自然身体康泰,这是长寿的最好秘诀之一,也是古人总结出来的普遍适用的养生经验。

纪泽、纪鸿自小体质较弱,曾国藩并没有为他们延请名医,反而是劝他们多读并多临摹颜字《郭家庙》、柳字《琅琊碑》和《玄秘塔》,通过读帖和临摹,以书法丰腴的墨气、坚韧的骨力,充实人的生命之气。同时还告诫他

养身与养家一体

曾国藩的养生治心三法,是养身与养家一体。现代人讲,家庭是一个人的港湾。曾国藩所谓的以全身家,以家养生。

曾国藩说:“身体虽弱,却不宜过于爱惜,每日做事愈多,则夜间临睡愈快活。若过于爱惜精神,将会奄奄无气,绝难成事。”越是懒惰,病痛越是找上身来,越是勤快,病痛越是上不了身。所以,曾国藩告诫家人不要过于爱惜身体,要动静适宜,以静养气,但“静是劳中之静”,不是用手啥也不干。在他看来,勤于家务就是一种很好的养生锻炼方法,手动则心灵,脚动则脑活,气血和畅。而且,一个人在家务中可以体味为家付出的快乐和亲

则病不缠身,这恐怕就是曾国藩所谓的以全身家,以家养生。

情;在种花草、读书写字中感受家的闲适;在善待亲朋、关心友邻中感受人世的温暖,这些都构成一个人良好的心理与精神状态。人不可能只活在自己的世界中,有奉献有付出,有互动有交流才能达成一种内心和谐的健康状态。居家不能怕苦,不能怕烦,“精神愈用愈出,智慧愈苦愈明”“养活一团春意思”,保持一种饱满的热情与自然平和的心态,是养生的关键。

曾国藩的养生治心之道并没有特别的大道理,但事事都切中现代人的弊端,值得我们好好反思和借鉴。

摘自《天津日报》



资料片

元以上2元以下罚金。自行车车主搬离原址,应在5日内向市政府工务局报告,违者处1元以上2元以下罚金。

那时的自行车和汽车一样,是有牌照的。已经领了牌照却没有挂上自行车的,不能上路行驶,违者罚款。不仅有牌照,还有“驾照”。《南京陆上交通管理规则》规定,所有车辆行驶时都必须携带行车“驾照”以备查验,摘自人民网