

微镜头



集结号

健康新知

男性年轻时与母亲关系影响性心理

捷克布拉格查尔斯大学学者进行的调查发现,男性年轻时与母亲关系疏离或不佳,将影响日后他的性能力。两性专家萨斯曼表示,部分男性在性交时会出现抗拒亲密行为等心理问题,男性与母亲的关系对此类心理问题的形成影响最大。《性医学杂志》近日刊登了这一研究结果。

维生素 D 或有助于调节人体生物钟

在保持骨骼强壮的同时,维生素 D 或许还能帮助调节人体生物钟。来自墨西哥蒙特雷高等教育与技术学院的研究人员研究了阳光的好处,其中包括维生素 D 或许是维持体内生物周期节律的一种方式。研究人员在日前于旧金山举行的全球干细胞峰会上介绍了该成果。

大脑成像或可帮助预测未来

无创脑部扫描在人类大脑基础研究方面发挥了重要作用,但这些方法对人们日常生活的影响有限。研究人员在最近发表的一篇文章中指出,大脑成像能预测个体未来学习、犯罪及健康相关的行为,因而也许能用于个性化教育和临床治疗。该论文发表于 1 月 7 日的《神经元》杂志。

女性冬季更易患抑郁症且爱吃零食

根据 1 月 3 日发布的一项研究,进入冬令时女性患抑郁症的可能性比男性高 50%。坏消息还没完,该研究发现,女性在冬季更容易靠吃来缓解情绪,33% 的女性沉溺于额外的零食。行为心理学家亨明斯说,这很可能和女性对周期性变化更敏感有关,包括激素、生物及季节变化。

缺觉会让人意志力薄弱

研究人员发现,每晚睡眠时间少于 7 小时的人意志力薄弱的可能性要大得多。英国赫特福德郡大学心理学家理查德·怀斯曼教授称,疲倦会侵蚀自控力。怀斯曼教授推荐早睡并尝试晚上而非一大早起来锻炼。实验还表明,缺觉的人上班时会更偷懒或浪费更多时间浏览互联网。

“生死由天”的科学解释

俗话说“生死由天”,最新研究证明这句话并非毫无依据。挪威科学家发现,在太阳活动最活跃时期出生的人的平均寿命,较在太阳活跃度最低时出生的人短 5.2 年,而且女性受影响更严重。研究人员解释,这可能与紫外线引致叶酸降解有关。叶酸对 DNA 合成十分重要,强劲的紫外线会影响胎儿发育。

每个屌丝 都希望像马云一样逆袭

■雷军

我在乌镇参加了全球互联网峰会,在这个会议上有马云,也有苹果公司的高级副总裁。主持人抛出了一个问题,说:“雷军,你说你有一个目标,要用 5 到 10 年的时间,做成智能手机市场份额的全球第一。”我忙着头头,我的确说过。但是他没有问我,他去问苹果公司的高管,说:你怎么看?这个苹果公司的高管也很厉害,他说:“Easy to Say, Hard to Do”(说起来简单,做起来难)。在那一刻,我觉得很尴尬,主持人说:“雷军,你怎么想?”

冷静了一下,我说:“马云在阿里巴巴上市的那一刻,说过一句话,‘梦想还是要有的,万一实现了呢?’”讲完马云这句名言以后,我又补了一段话。我说四年多前“小米”刚刚创业,在中关村,十来个人,七八条枪,要去做手机,有谁相信我们能赢呢?

谁又想过这十来个人的小公司,用了不到 3 年时间,在这个市场里面杀到了全国第一,全球第三?当我们今天有这样的业绩,有这样的起跑线,我觉得我们总应该有一点点梦想,用 5 到 10 年时间杀到全球第一吧。对吗?原来我们排在 100 名开外。

梦想还是要有的,那四年前我梦想的动力来源于哪里呢?其实办“小米”对我来说是一个很难很难的事情,为什么呢?是因为我在此之前有幸参与了金山软件的创办,今天我依然是金山软件的董事长和大股东,而且我还有幸办过一个电子商务公司,叫卓越网,后来卖给了亚马逊,应该说我的人生也足够了。所以,在金山 IPO 之后我退休了,还干了三四年的投资,

而且做天使投资,业绩还不错,绝对能排上中国天使投资界的第一排。是什么样的动力使我下定决心去干这么累的一件事情呢?

一天晚上从梦中醒来,我问了自己一个问题:我 40 岁了,在别人眼里功成名就,已经退休了,还干着人人都很羡慕的投资,我还有没有勇气去追寻我小时候的梦想?

我觉得岁数越大,谈梦想越难。大家现在都是最有梦想的时候,你们到了 40 岁的时候还有梦想吗?面对残酷的现实,还有几个能笑对今天,笑对明天呢?我当时问我自己,还有没有勇气去试一把。这么试下去风险很高,有可能身败名裂,有可能倾家荡产,而且更重要的是,我在别人眼里已经是一个成功者,我需要冒这么大的风险去做这么艰难的一件事情吗?其实我真的犹豫了半年时间。最后我觉得这种梦想激励我自己一定要去赌一把,只有这样做,我的人生才是圆满的,至少当我老了的时候,还可以很自豪地说:“我曾经有过梦想,我曾经去试过,哪怕输了。”

我 18 岁的那一年,无意之中在图书馆看了一本书,改变了我一生。那是 1987 年,我上大学一年级,那本书叫《硅谷之火》,讲述的是上世纪 70 年代末、80 年代初,硅谷的英雄创业的故事,其中主要的篇章就是讲乔布斯。我记得 90 年代比尔·盖茨很成功的时候,他讲“我不过是乔布斯第二”,乔布斯在 80 年代就已经如日中天。当时看了这本书,激动的心情久久难以平静。我在武汉大学的操场上,沿着 400 米的跑道走了一圈又一圈,走了好几个通宵,我怎么能塑造与众不同的人生?

我想得更多的是,在中国这个土壤

上,能不能像乔布斯一样办一家世界一流的公司?我觉得只有这样,你才无愧于你的人生,才会使你自己觉得人生是有价值、有意义、有追求的。梦想放到口头上是没有用的,怎么能够落到实际的学习和工作中?我当时给了自己第一个计划:两年修完大学所有的课程。我是当时武汉大学为数不多的双学位获得者,而且我绝大部分的成绩都是优秀,在全年级一百多人里排名第六。

有梦想是件简单的事情,关键是有梦想以后,你能不能把这个东西付诸实践,你怎么去实践,你怎么给自己设定一个又一个可行的目标?当然,有了这样的目标还不够,因为要成功不是一件简单的事情,需要你长时间的坚韧不拔,百折不挠。

我在 40 岁的时候,没有忘记 18 岁的梦想,我去试了。我经常跟很多年轻人交流梦想。我自己特别喜欢一句话,叫做“人因梦想而伟大”。只要你有梦想,你就变得与众不同。周星驰也讲过一句名言,叫“人没有梦想,和咸鱼有什么差别”。所以你关键要有梦想,有了梦想是你迈向成功的第一步,有了第一步以后,你一定要为自己的梦想去准备各种坚实的基础。

谈到梦想的实现,我最近还有一句话挺出名的,也是我抄来的,叫“站在风口上,猪都会飞”,听说过吗?就是说你要成功,要找台风口。我其实想表达两层的意思,第一,没有坚实的基础,没有勤奋是成功不了的;第二,有了勤奋,有了坚实的基础也不一定能成功。还需要什么呢?还需要台风口。还需要把握大的发展机遇,把这个机遇把握好,抓住这个机会,你才有机会成功。

菜;“干馏”,少舀汤头;“免红”,不放辣子……喂,你外地人吧?

“小面的小,不仅仅意味着简单,更代表着重庆人轻巧的生活态度。”美食大咖沈宏非的这句话说得准确。那种举重若轻,看淡一切的豁达,才是重庆性格。每天早晨,不管白丁还是鸿儒,无论土豪还是口丝,都齐刷刷地蹲在路边,或者倒背着领带,或者露半截嫩腰,面红耳赤地对着一碗面,吃得山响,深藏功名。

这种情景,唯重庆得见。所以,重庆小面异地生根很难,气场不对。北京已经开了不少家重庆小面馆了,我有个重庆籍同事,每次听到开业消息,都会第一个喊:“耶,我去!”但每次吃回来又都会说:“切,我去!”太难伺候了吧?重庆长大又流落到其他城市的人,总是这样。有人查阅过孟非在《非诚勿扰》中提到小面的次数,甚至要比社核心价值还要多。如果不是重庆人,哪个敢政治上如此不正确?

不过孟非任性,在南京开了一家小面馆。同为主播的杨畅娃就没那么强的气场,继续“在成都大街上寻找重庆小面”。哦,这话听上去多么文艺,多么昆德拉啊。工夫不负街嘴嘴,小面找到了,就在成都,不过是在一家重庆人开遍全国的足浴连锁店里。“确实正宗,”畅娃解释说,“清一色都是重庆师傅。”

这真是个圆满而又带些喜感故事结尾,畅娃终于找到了味觉的归属,但同时,每次只要周遭有人提到“洗脚”两个汉字,伴随一声巴甫洛夫霹雳,畅娃都会诡异地吞咽一大包口水。

公司的外面是地狱?

■ 沈大成

别人为什么要上班?我又为什么要上班?大家已经上班上了这么久,社会也已经不停地发展了这么久,它到底要发展到什么程度,最终要造福谁?可不可以现在就停下来休息几年,把已经创造出来的所有甘甜的劳动果实吃掉,然后再去上班?

每个人都会想这些问题,大多数人,天一亮还是要去各自的公司上班。公司在韩剧《未生》里被定义为:战场。在那里,弱者遭欺凌受耻笑,女性被歧视异类被排挤,强大的异类则要被彻底消灭。但是《未生》(《未生》的主线就是四名新职员在战场般的新世界中生存下来的故事。电视剧由尹胎镐创作的同名漫画改编。中的一个商社 man 奉劝道,即使在不公平的战场上,人也要努力,要去赢,“在它把你挤出去前,不要放弃,因为公司的外面是地狱”。生存不易的道理被韩国人可怖地形容表述出来。

对于主人公张格莱来说,战场的凶险程度还要再升级。他从小投身于围棋,在放弃围棋后 26 岁的“高龄”时,以高中学历跨入强手林立的贸易公司,成为一名最弱的上班族。他穿着去世的爸爸留下来的肥大可笑的西装,既不懂外语也不会用复印机,一筹莫展,随便站在哪里都是一个废物挡了别人的路。他就好像是一颗围棋子,有一天醒来发现被摆在了象棋棋盘上,从今而后要和其他象棋子战斗,要使用他一无所知的新世界的规则,而且绝不能输。

现在努力还来得及吗?答案是不来不及,努力无论什么时候都来不及。迟迟不肯出力的人,来不及;像张格莱这样面对冷酷现实、遥望远处目标的人,也来不及。他只有不眠不休,加倍勤力地学习,而当一个人非常努力追逐什么时,就会酿出一种感人的悲剧气氛,即使他最后获得了某种形式的胜利。做出超人努力最后下赢象棋的围棋选手张克莱,他的经历悲欢交集,非常动人。不止是张克莱,和他同期的其他三个新进员工也在努力,《未生》的主线就是关于他们四名新职员在战场般的新世界中生存下来的故事。电视剧由尹胎镐创作的同名漫画改编,由于剧的热播,漫画《未生》销量也迅猛突破 200 万册,成为韩国 2014 年度最畅销书籍,可见你死我活的职场故事是很有感染力,很有缘的。

在天堂,人们相互有情,那只是一种基础的浪漫。更生动的浪漫是,在一个堪称险恶的环境中,你强我也很强,我们认出了对方,相互欣赏,结为同伴。《未生》就刻画出了这样的群像。吴次长,脑后总有一小簇倔强的卷毛,在台台意气风发高声歌唱俄罗斯歌曲《难驯的野马》,心里爱下属爱得甜,嘴里却说着强硬的话。金代理,在作战时可以放心把后背交给给他,既能严谨地对付外人,也能敞开心扉对待自己人。夏代理,能够被感化的大男子主义者,一旦认可了女同事的实力,对待她的心情就很温柔,虽然嘴脸始终很凶恶……这些人不会仅仅出于怜悯就善待谁,想要和他们做同事要拿出一点本事来征服他们,然后就能和他们一对一地发展出感情线。这感情和爱情无关,但浪漫程度不输于爱情,是靠忠诚和信任结成的深厚情谊,它让职场上的奋斗不再是冰冷的,而是多情的、有意思的、热血燃烧的。

回到最开始的问题:人为什么要工作?好像还是无法回答。但既然命定要工作,要作战,就请尽量以成为职场中的强者为目标,这样做除了获得金钱和地位,还能得到别的强者的认可,和他们发展出浪漫的关系,感受到人和人交汇时的深情厚谊,这是工作的福利。

别动重庆人的小面

■ 陈晓卿

重庆和成都永远是娇嗔的一对冤家。作为人口大省的省会,成都在有生之年,眼睁睁看着自己的二弟变成了直辖市,心中难免五味杂陈。

然而在饮食方面,成都从来没有失去自己的优越感。在天府之国吃东西,你经常可以听到这样的话:“重庆菜基础不错,但味道重,那是劳动人民吃的嘛。”或者说:“川菜包括了渝菜,不到成都,渝菜难登大雅之堂。”类似的意见基本可以概括为,重庆菜下河帮偏民间,成都才是官府菜,要讲究细致得多。但只有一点,成都网友和重庆网友在互射地区级语言导弹的时候,前者大都会哑火,那就是面。

小面,重庆人对面条的统称。它是重庆的城市名片,重庆人甚至可以忍辱负重地接受发端于此的火锅“成渝各有特色”,但绝不能忍受别人对重庆地区风味面条评头论足。小面可以说是重庆美食汪洋中,最神圣不可分割的岛屿,任何质疑都只能招致一整屏合力的痛打。

《舌尖上的中国》有个美食向导叫杨畅娃,重庆生人,现在是四川台的主播。畅娃喜欢吃苍蝇馆子,但她最经常说的一句话是“成都什么都好吃,就是没有像样的面”。作为生活在成都的重庆人,有两大难题摆在她的面前,第一件是如何在生活里找到称心的男友,第二件是如何在成都找到可口的小面。对于前者,畅娃会说,“不急,人家还小嘛!”而对于后

者,她恨不得天天回重庆。

有次和美食大咖石光华一起吃饭,石老师有些按捺不住,教育她说,“其实成都担担面、甜水面、渣渣面……很丰富的哦!”畅娃不服:“繁文缛节太多,不像小面个性鲜明,最重要的是,小面本身的柔软度和韧度,那绝不是成都的面食可以相比的。”席间另外一位仁兄看不下去,说:“谁说成都面食不行?我认识一个成都老板,腿有点跛,就在重庆开面馆,很有名……”畅娃立即打断他:“你确认他的腿不是因为面做得不好被打跛的?重庆人脾气很爆的。”

重庆人对小面的感情丝毫不逊于他们对火锅的感情,以至于听不得关于小面的任何吐槽。重庆作家曾磊这样描写重庆的早晨:“随手一抓,一把水面,几根青菜,三两分钟煮毕,五六分钟下肚,小面之小,莫过于此。”就技术含量来说,小面几乎可以简化为调料+面条,面条是碱水面(水叶子),调料无外乎葱、姜、蒜、辣椒、芽菜、香菜、榨菜、花生、芝麻酱……都是大路货。然而,重庆人就在这最简单的面点烹饪上费尽了心思。

纸媒曾经评选出所谓“重庆小面 50 强”,每家面馆几乎都有自己的绝招。或是在水面的硬度上,或是在辣椒的烘焙上,或是在荤素油的配比上……只有重庆人才能挑剔出其中的差别。和这些相比,我更佩服的是煮面过程中,老板游刃有余的语言中控系统,所有针对厨房的指令都短促和精准,听上去像土匪的暗语。“提黄”,口感要硬点儿;“多青”,多加青

企业人生

木棉花下喜结良缘(上)

■周安才

1987 年 3 月的一天,单位从山西搬到四川攀枝花担负修建攀钢巴关河弃渣专用铁路,老周所在的中铁 15 局 3 处 2 段 5 队住在大水井(原修建成昆铁路的铁道兵 5 师 25 团驻地),担负新庄隧道开挖任务。攀枝花市位于四川省西南部的金沙江与雅鲁江交汇处。东邻凉山州会理县,南邻云南省永仁县,西临云南省华坪县、宁蒗彝族自治县,北与凉山州德昌县、盐源县接壤。南北长 139.2 公里,东西宽 116.5 公里。攀枝花市属南亚热带立体气候,具有夏季长、温度日变化大,四季不分明,气候干燥、降雨集中,日照多,太阳辐射强,气候垂直差异显著等特征。

攀枝花与其他城市不一样。座座高楼依山而盖,百里钢城沿江而建,城市地名稀奇古怪。枣子坪、瓜子坪、南瓜坪、弄弄坪、清香坪、马家田、大花地、大水井、乌龟井、朱家包、螺蛳嘴、宝鼎山、密地桥等等地名难以忘记。

这次由北到南的又一次大搬迁,让老周切实体会到了“走南闯北修铁路,四海为家住帐篷”的艰辛。也真正理解了叶剑英元帅当年为铁道兵的题词:“逢山开路,遇水架桥,铁道兵前无险阻”的含义。此时,“铁道兵志在四方”那首铿锵有力、饱含深情的歌曲又回荡在了他的耳际。“背上那个行装,扛起那个枪,雄壮的那个队伍浩浩荡荡。同志呀,你要问我们哪里去呀?我们要到祖国最需要的地方。离别了天山千里雪,但见呀东海万顷浪;才听塞外牛羊叫,又闻江南稻花香。同志们哪,迈开大步啊朝前走啊,铁道兵战士志在四方……”

从寒冷北方来到了火热南方,老周站在汹涌奔流的金沙江畔,看着热情似火的木棉花,亲吻着百里钢城的现代化建设,胸中涌动着满怀的激情。他在《攀枝花喜迎筑路工》诗中这样写到:“含露的早晨/攀枝花早早的和姊妹们/穿着时髦的新装/在安祥、恬静的山岚/翘首眺望。钢厂在伴奏/金沙江在歌唱/季风在不断轻舞荡漾/一朵朵温馨的笑颜/排着整齐的队列/挤满了都市的街旁;欢迎,欢

迎,欢迎你们啊——/当代的筑路工人……”于是,筑路工人把汽笛的嘱托/绿色的使命和男子汉的粗犷/铸成了赤诚的石渣/铺在了钢厂的脚下/织成了一条彩带通向远方。”

就在这一年,老周实现了人生的第一个转折。5 月的一天下午,段部要在全段公开选聘一名广播员。要求条件:能歌、善舞、会写、绘画;具体工作:早中晚放广播,日常工作搞宣传。选聘方法:段领导和所有管理人员组成考评组现场打分,择优选聘。当时全段有近 30 名同志报名应聘,老周以一颗平常心也报了名。在选聘中,老周唱歌、跳舞、写作,都得了高分,唯独画画是他的弱项。但不能弃权呀,在考画画时,他灵机一动,在大大的墨板上用粉笔画了一只老鼠,特别是老鼠的尾巴,画得特有灵性,打动了在场的所有领导和所有评委,最后也得了最高分。最终,老周闯关夺隘、力压群雄,被成功选聘。过后,段工委主任百思不解问老周:“参加选聘的同志在画画时都画的是山、水、花、人物、景物等等,你怎么想起要画一只老鼠?而且画得这么有灵性!”老周答到:主任,我不瞒你

说,我真的就不会画画。但在考试中我画老鼠,那是因为我小的时候,老家的表哥会画画,我经常看到他在画老鼠,所以我就记下了如何画老鼠的头、嘴、眼、耳、身、爪和尾巴,我也没有想到为什么今天第一次就画得这么成功,谢谢领导们的夸奖……

老周在这次的角逐中为什么能成功?答案似乎已找到:那就是坚持坚持,再坚持,无论遇到多大的困难,走自己认准的路,让别人去说吧!

环境的改变、工作的改变、人生的改变,老周如鱼得水。在学习道路上,在本职工作中,是信心百倍、豪情万丈。经常有散文、诗歌、消息、通讯在《攀枝花日报》、《攀钢报》、《四川工人日报》、《铁道建筑报》刊登和在攀枝花市人民广播电台播出。1988 年,他在各种报刊(台)发表不同题材、长短不等稿件达 70 余篇,被《攀枝花日报》、《攀钢报》和市广播电台聘为“特约记者”,被局党委和处党委评为“新闻宣传先进个人”。

(待续)