

广厦风尚人

GUANGSHA PEOPLE
FASHION
2012- 1 总第1期 创刊号



广厦控股集团有限公司主办

广厦控股集团有限公司报刊编辑部出版

1000块钱租下西溪湿地
我家的每周之星考评制度
与篮球谈一场恋爱
父母在不关机

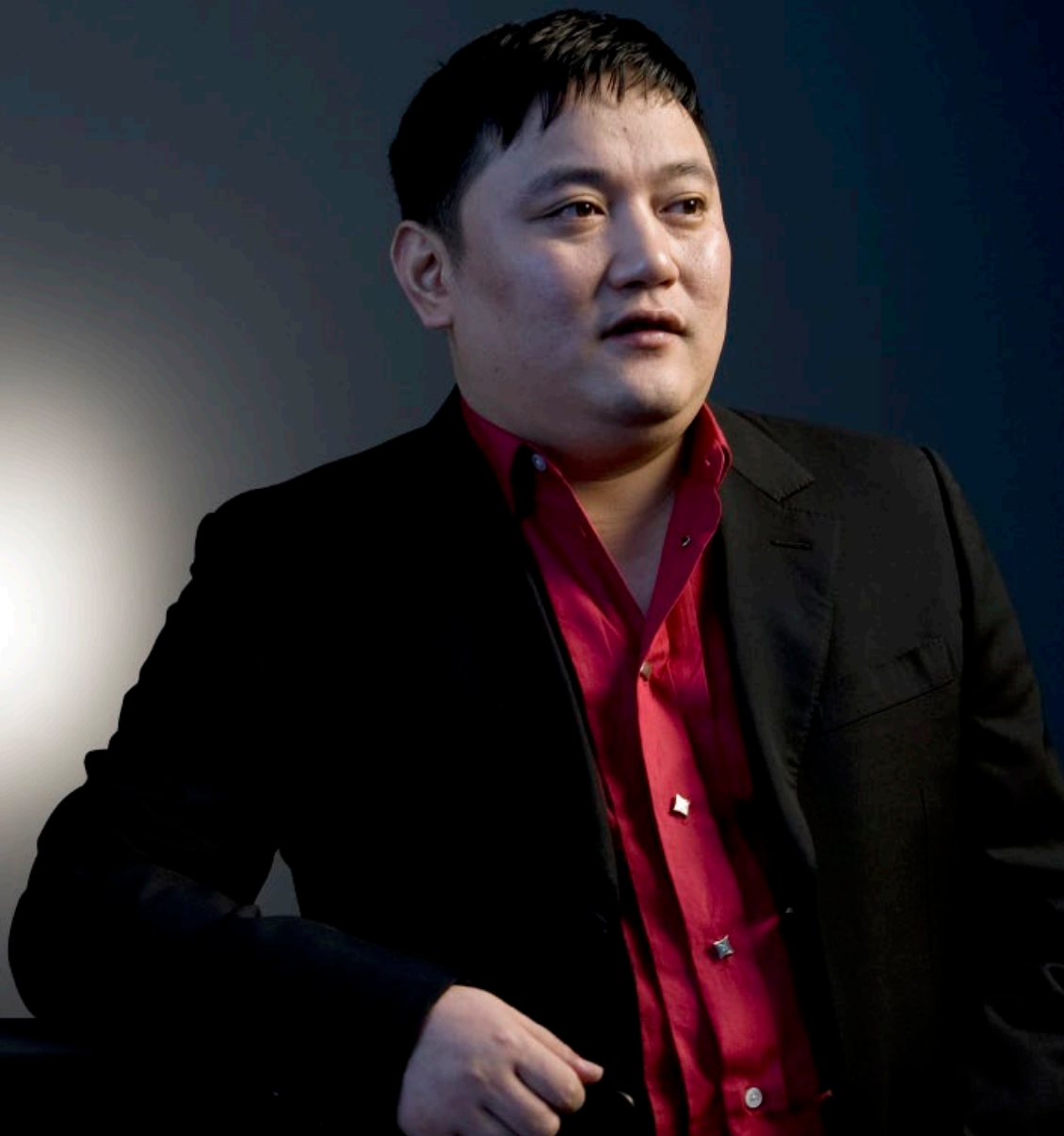
心如蓝天情似海

走进楼明

你会有一种如沐春风的感觉

你会为他的

大气、坚强的性格所感动



来到广厦

你一辈子都得登山

而且心中一定要有一座更高的山

它使你总往高出攀登

使你抬起头就看到前进的方向

广厦控股集团董事局荣誉主席





卷首语

广厦大家庭的温馨花园

《广厦人》杂志今天创刊了！这是广厦企业文化建设的一件大事，可喜可贺！

《广厦人》杂志生于广厦土地，长于广厦土地，必将茁壮于广厦土地，是广厦人的心灵花园，是广厦人分享欢乐、分享智慧、分享收获、分享友情、分享才艺的平台，是广厦员工自己的刊物。

《广厦人》杂志虽然只有薄薄的一卷，但可以为10万广厦儿女遮风挡雨，撑起一片蓝蓝的天，送上一缕清新的风，展开一片让心灵滑翔的连绵的绿意……

《广厦人》的创刊，是广厦走过28年奋斗历程，向又一个新的高度跨越的必然产物，是凝聚广厦人心，高扬楼忠福先生实业思想和企业核心价值观的主阵地，是广厦大家庭工作、学习、生活的温馨驿站，是广厦人相互交流所思所得与感悟的聊天室，是述说员工成长、振奋员工精神的冲锋号，是永远与我们携手向前的好伙伴、好朋友！

广厦创业28年来，始终倡导以人为本的思想，以人为本是楼忠福企业核心价值观的重要内容。尊重员工、善待员工、让员工与企业共同成长是广厦兴企立业的准则和价值取向。在新的历史时期，面对纷繁复杂的世界，我们更应该架起一座座沟通之桥、连心之桥、合力奋进之桥，共同打造和建设以和谐企业、幸福企业、创新企业、学习型企业为标志的活力广厦和阳光向上的企业文化。

中国民营企业成长、发展的历史告诉我们，民营企业要谋求更好的发展，需要发展方式的创新，在创新中找准突破口。同样，企业文化建设也应该有新观念、新方法，让员工更易于接受和参与，更易于沟通和认同，这就要求我们真正把《广厦人》杂志办进员工的心坎里去。

今天，伟大的时代在召唤着我们，春天的使命在激励着我们，更宏伟壮丽的事业在等待着我们，我衷心希望《广厦人》杂志秉承楼忠福企业核心价值观，把“广厦人写，写广厦人”作为自己的办刊宗旨，用可亲、可近、可读、可信、可乐的办刊方式，真正使《广厦人》成为广厦大家庭里一座和谐奋进、陶冶情操的温馨花园，为实现“双百广厦”宏伟目标作出贡献！

广厦控股集团董事局主席

楼明

广厦人

CONTENTS

目录



出品人：楼 明

Producer: Lou Ming

总顾问：王宝桐

General Counselor: Wang Baotong

总策划：周 简

General Planner: Zhou Jian

总编辑：许向前

Chief Editor: Xu Xiangqian

副总编辑：苏 君

Deputy Chief Editor: Su Jun

编辑主任：马 敏

Editor Head: Ma Min

责任编辑：吴 昊、李佳佳、汪燕东

Principal Editor: Wu Hao, Li Jiajia, Wang Yandong

视觉监制：吴 昊

Visual Director: Wu Hao

电话：0571-87969988转1915

Tel: 0571-87969988 Ext.1915

邮箱：120603942@qq.com

Email: 120603942@qq.com

地址：杭州市西湖区玉古路166号

Address: No.166, Yugu Road, Xihu District, Hangzhou

邮编：310013

P.C.: 310013

广厦控股集团有限公司主办

Sponsored by Guangsha Holding Group Co.,Ltd.

广厦控股集团有限公司报刊编辑部出版

Published by the Newspaper Editorial Department of

Guangsha Holding Group Co.,Ltd.

03 卷首语

06 封面人物

心如蓝天情似海

14 职场穿越

勤到深处有惊喜

跳蚤式生活其实并不美

“闷骚”是不是我的错？

“领导，我能吃得起苦！”

她们的路各不同

劳心 也是竞争力

23 心灵厨房

谁来打开你的“玻璃门”

写给三十而立的自己

绿珠子

祝旅途愉快



27 动感节拍

与篮球谈一场恋爱

35 温馨一家

我家的每周之星考评制度

最美的时光

1000块钱租下西溪湿地

天使的魔力

幸福的菌煲

屋顶菜园

51 听听读读

摇滚乐是女孩们最好的男朋友

以旅行的名义——想着法子看人家逛地球

与有情人做快乐事

春天，被一场重磅歌舞击倒

人间至味，只不过是一碗黄油拌饭

读着文字，慢慢就治愈了

纯真博物馆里弥漫而出的幸福

在音乐中阅读战争和平

59 出去走走

我在宋城品千古

路过惠州

老北京的年

与动物们的不期而遇

云南唱游印象

老友记主题咖啡店 现实中的“central perk”

72 私家频道

那些鲜艳的色彩们

开启我的快乐瑜伽之旅

魔术背后，你不知道的故事

“淘淘”，享受另一种购物乐趣

78 大眼无疆

韩国人的全民专业精神

民女的早晨

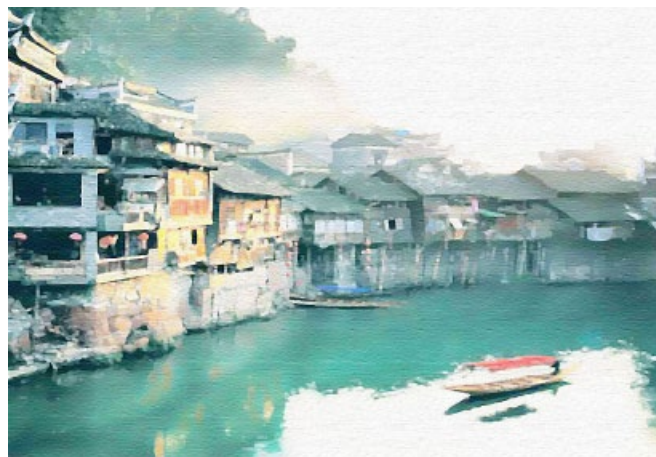
哈佛大学录取之道

父母在 不关机

一杯咖啡5000日元

83 视觉广厦

好好吃饭 好好工作



心如蓝天情似海

文 / 许向前 报刊编辑部

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

06





Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

走进楼明，你会有一种如沐春风的感觉，你会为他的大气、坚强的性格所感动，你会对他处事低调、内心充满创新和活力的精神世界所打动.....



在不少人眼里，广厦新掌门人、董事局主席楼明有些神秘。

这位静如处子，动如脱兔的新锐企业领袖，外表给人一种丰厚、少语、朴实和坚强的印象，有一种由内而外的英武之气。他不太在公开场合喜形于色，这种感觉让许多人对他充满了探询和好奇。

1973年出生的楼明，属虎。与其父亲——广厦创始人、广厦控股董事局荣誉主席楼忠福的行事风格不太一样。楼忠福属马，脾气性格快人快语，有与生俱来的大嗓门和君临天下的霸气，许多人被他充满哲理和智慧，又通俗易懂的话语所折服。而楼明内心传承了父亲的豪迈通达之外，具有自己特有的低调。沉稳和冷静的话语中带有70后特质的睿智的一面。有许多新派企业家可贵的那种平实、理性的特征。

马，披星戴月，驰骋万里，虎，不怒自威，有于无声处听惊雷的深长意味。然而，他们父子之间都有一个共同的秉性：认准目标永不放弃，诚实守信、宽厚待人，重情、重义，对关乎企业发展和社会进步的重大问题都有着超乎常人的直觉、判断力和使命感。是广厦员工值得追崇的带头人，是社会进步值得信赖的扛鼎者。

上尉警官楼明的醇厚大气

熟悉楼明的人，对他的评价第一个就是大气。楼明的大气，让许多跟他交往较多的部下、同事铁下一条心——不管广厦怎样，一辈子跟定楼明干到底。

有几年，楼明主抓广厦建筑业，有几个下属单位的项目经理由于管理不善，欠了成百上千万的债务，身家性命悬于一线，工地上工人的情绪相当波动。

楼明得知情况后，既痛惜这几位项目经理没有好好把工程做好，欠下了一屁股的债，有点恨铁不成钢的味道。但楼明从大处一想，这几个人固然一时不争气，但人的本质是没什么问题的，也有一定的能力。在这样的情况下，对一个站在悬崖边上的人来说，不闻不问也许这些人一辈子就垮了，拉一把或许会让他明白失败的原因，给他起死回生的机会，也为广厦留下可塑造的人才。另外，也可以避免企业更大的损失。

楼明力排众议，把他们欠下的钱还了，并约法三章，如果再出问题，就对不起自己，对不起广厦，更对不起员工了。楼明的宽以待人，感动了这些项目经理，也赢得了对方客户的尊敬，在各方的共同努力下，工程上去了，欠下的债也逐步还清了。对品行不端，出卖企业利益捞黑钱的人，他快速果断，决不姑息养奸。

许多人说起这位讲义气、重感情的领导人时，都非常佩服他，“跟楼明做事，心里踏实，如果做不好反而觉得对不起他了！”

楼明在武警部队当了近十年的兵，从班长、排长一直到连职干部，并被授予上尉警衔。

在部队里，楼明是战友们喜爱，领导欣赏的好兄弟、好警官。他对战友关心、很理解人，战友们都喜欢跟他在一起。战友们家庭有困难，只要跟他一说，他都会慷慨相助，还千方百计不让被助者心

里有负担，总是宽慰别人，“这点小事没事的，别挂在心上！”

在楼明看来，帮助别人就是他的本份。楼明心地善良，看不得别人有困难，帮了别人，他心里就轻松了。

在领导面前，楼明是个办事踏实，有带兵治军能力的优秀基层警官。在带兵中，楼明特别强调战术水平的提高。他认为，一个好兵，就应该是个拉得出、打得响，有真本领的合格战士。楼明不喜欢花拳绣腿式的空架子，在军事训练中，他常常是战友们眼里的训练标杆，练就了一身过硬的本领。

部队生活，也培养了楼明钢铁般的意志和浩然大气、耿直正气的胸襟。

有一年，一位退伍的战友，想自己创业搞土建工程，他向楼明借20万元钱。20万在当时的楼明眼里不是一笔小数目。当时，广厦还处在艰苦的创业阶段，资金本来就非常紧张。平时，楼明的生活也很朴素。还有人告诉楼明，这钱借出去，是很难收回来的！但楼明不这么想，他觉得战友有困难，肯定是没办法才开口的。不管怎样，这忙一定要帮。就这样，这位昔日绿色警营的战友，后来艰苦创业，发家致富。他说，楼明帮我的这个忙，我一辈子都忘不了！

楼明是个很讲情谊的人。他把“情谊”二字看的很重，这来源于父亲的教诲，也来源于他对“情谊”二字的深刻理解。他认为，自己有能力就要回报社会，回报所有需要帮助的人。

离开部队好多年，楼明还不忘曾经的橄榄绿，不忘曾经播撒过青春热血的绿色警营。转业后，当时，部队的文体娱乐设备、器材还比较缺乏，连续好多年，楼明与广厦员工一起，都会在“八一”到来前夕赶往部队，送上电脑，还有乐器、图书、录像机等等。这一送就是好多年。

战友换了一茬又一茬，军歌依然嘹亮，而上尉

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚



这位留过学、读过EMBA、有丰富企业管理经验的新锐领军者，常常会露出有些孩子气的、阳光灿烂的笑容。在他的笑容里没有杂质，就像他质朴无华的个人微博，就像春天里万里无云的蓝天：高远、透亮、纯净。风一样清新，海一样充满宽厚的力量。



警官楼明对老部队的一片真切的挚爱，成为战友们口口相传的美谈。

办学校、建医院，是楼忠福、楼明、楼江跃三位主席和广厦人回报家乡的公益事业。在三位的心里，办学校、办医院不是为了赚钱，而是圆自己作为家乡人的一份心愿。

楼忠福曾经说过，现在有些大学培养出来的学生，放到工地上就傻眼了，嘴巴上能讲几句，做起来就不行了，所以广厦要办一所社会急需，企业上手就能用，家长放心、安心的培养实用型人才的大厦。

这几年，广厦建设职业技术学院名声鹊起，跻身全国十大民办高校之列，各种荣誉接踵而来，毕业生一到企业就马上成了技术骨干，赢得了社会的广泛欢迎。

作为广厦学院的董事长，楼明经常到学院了解情况，他最关注的是我们培养的学生社会欢迎度、认可度高不高？家长满不满意？这三点做好了，学院的办院方针才对路子了。

在这位学院的董事长心里有一个明确的概念，广厦学院不是摇钱树，不是混一张文凭的名利场。每次到学院他都要叮嘱院领导，国家对困难学生的补贴政策一定要按规定执行。对困难学生费用该减免的一定减免，要让困难学生在这里学到真本领，千万千万不能耽误每一个学生。

楼明说，办学校风气很重要，好的院风就是一种文化、一种精神，这种好的文化可以让一个人终身受益。

楼明的磊落豁达，就这样体现在他处事做人的点点滴滴里。他不喜欢空洞的豪言壮语，他更习惯于从自己的善良大气的本性出发，用朴素的语言和行动实现他的普惠价值观。

这些年，楼明经常要到全国各地考察项目，洽谈投资意向。在确定项目时，他首先考虑的是要对所在的地方建设和经济发展做点贡献。

他不喜欢用所谓的请客送礼的潜规则。楼明认为，我们到一个地方去开辟市场，不能光想着自己赚钱，对当地社会经济发展不闻不问，这种单边思维是不利于企业长久发展的。

楼明说，一个企业，只有把目光放远，与所在的城市共谋发展、互惠互利，城市发展快了，反过来我们企业的口碑好了，机会也就更多了！楼明说，这个道理，我们每个搞企业的一定要明白，不能眼睛只盯着自己的碗里。

这几年，广厦的有序发展除了全体广厦人的辛勤劳动和努力拼搏外，离不开楼忠福、楼明两位领头人这种站得高、看得远的心胸和气魄。

董事局主席楼明的刚柔相济

楼明是个正直大气的人，更是一个刚柔相济、剑胆琴心的人。

在有些外人眼里，楼明是个“富二代”。其实，楼明除了与楼忠福的父子关系外，他更应该被认为是广厦创业的参与者、实践者和见证者。广厦许多重大关节点上，都留下了楼明虎虎有生气的身影和足迹。

从部队转业后，楼明被分配到公安部门工作。

公安部门在常人眼里是个求之不得的铁饭碗。楼明在部队锻炼10年，干好这份工作不是难事，前途也一定看好。但楼明没有按照这种惯常的逻辑去生活。他选择了帮助父亲一起去打拼。

楼明很尊敬父亲，一方面，他渴望从父辈那里学到一些创业治企的经验，另一方面希望自己能帮父亲一把。

在他眼里，父亲是个除了工作就是工作的人，好像一匹永不停息的战马，总有硝烟战火在召唤他。他希望能让父亲的担子轻一点。

开头进广厦那几年，正是广厦各方面困难众多的几年。一方面，广厦进入产业扩张期，工作千头万绪，任务相当繁重。另一方面，国际金融危机波



Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

12

浪袭来，考验着广厦领导者在极端复杂的形势下逆水行舟的驾驭能力。

就在这样的内外环境下，楼明先从“徒弟”做起，他先后出任董事局主席助理、广厦建设集团总经理、广厦舟山能源集团董事长，直至到广厦控股总裁。

从向父亲学习，向周围有经验的同志学习开始，楼明在职场上渐渐成熟起来。他的治企风格也逐渐明晰起来。他的沉着、稳健、踏实、创新的工作作风在广厦这艘航空母舰中发挥出越来越重要的作用。

在建筑业板块，楼明大刀阔斧，把相对分散的小公司聚拢成为有相当规模的集团军，对产权体系和管理机制进行改革，捏紧几个拳头规模化出击闯市场。

在我国首个民间资本进入石油中转储运的黄泽山项目初期工作中，楼明坐镇舟山，作了大量复杂繁琐的铺垫工作，与大家一起，为该项目最终获得国家发改委批复立项作出了突出的贡献。

2010年年中工作会议上，楼明出任广厦控股总裁，在这次被称为千岛湖会议的会后集体游湖观光中，有一个镜头让人们印象深刻：那天凉爽宜人，游艇在万顷碧波中卷起千重银色的浪花。楼明站在船头，英气的脸上写满沉着与坚毅。他久久地站在船头，浪花打在他钢铁国门般的身上，他全然不顾，依旧和大家笑谈着、凝视着远方。

楼明出任总裁伊始，就提出了“四个坚持”的执政理念。他把控制风险和稳中求进牢牢地贯彻到工作当中，使广厦在这几年始终进入良性发展的轨道。未来一个个宏大的理想正在他心中绘就中。

在楼明的心中装着一个大世界。这个大世界，一半是坚强、执着，一半是对社会、对员工、对亲人朋友的情深意长。

众所周知，楼明是个篮球爱好者。这让不少人以为是广厦组建浙江广厦男篮的原因。其实并非完全是这么一回事。

当年，广厦从某军区收购的这支球队的球员素质参差不齐，是全国男篮中的一支弱队。然而，篮球有广泛的群众基础，特别在江浙一带拥有广大的篮球爱好者，是群众喜闻乐见的体育项目。广厦收购这支球队除了提升企业美誉度外，更重要的想法是重振浙江篮球的江湖地位，给浙江乃至全国球迷增添一份健康向上的文化娱乐项目，让篮球文化扎下根，并推动中国篮球事业的发展。

楼氏父子向来一诺千金，这一利国利民的善举，广厦一直坚持到现在。而楼明要让球迷看上精彩的球赛的梦想也已经变成了球场上群情高涨的欢呼声和夜晚一个个小区里电视机前无数家庭击掌欢庆的快乐时光！

一支默默无闻的弱队，如今成了名声远扬CBA的强队。

楼明就是以这种情怀去看待和拥抱这个世界——让更多人分享、让更多人快乐。

作为一个财富英雄，楼明没有被这种光环吞没。他始终保持着朴实的作风和宽厚待人的厚道品性。

在家庭生活中，他从不让小孩有财富的优越感。每一次，他儿子到单位来，他都要让孩子叫叔叔、阿姨。上下学，也不让司机用好车去接送孩子。对孩子的教育夫妻俩没有刻意的特殊要求，只是希望他们锻炼好身体，尊重人、热心学校的公益事业，做一个意志坚强、品行端庄、热爱学习的好孩子。只要抽得出时间，楼明总要跟家人们在一起。

楼明对父母、对弟弟非常关心。经常叮嘱楼忠福荣誉主席身边的同志照顾好他父亲的生活。每当有重大事情，身为大哥楼明都会与弟弟楼江跃商量。

楼明对身边的工作人员宽厚体贴。有一次去北京人民大会堂出席一次重要的会议。快到人民大会堂，工作人员才猛然想起进场证忘在宾馆了。回去已经来不及了，工作人员十分内疚，而楼明却宽慰他们：不着急，我们再想想别的办法！直到最后通过其他办法辗转周折进了人民大会堂，楼明没说一句责怪的话。

平时出门办事，用饭时间到了，楼明总要提醒有关人员：司机安排到哪里？千万不能把他们忘了。

到外地出差，楼明常常会当起“导游”。向周围人员讲当地的地方文化、典故和风味特产。饭桌上，他会向大家介绍当地的特色菜，吩咐大家多吃

点、多吃点！仿佛就像一位颇具风范的邻家兄长。

除了工作需要，作为董事局主席的楼明下基层单位不喜欢讲排场，也不喜欢给下属单位增添麻烦。与工作人员在一起，他就更不讲究了，常常带大家在街边大排档吃就可以了。周围工作人员有时嫌不卫生，楼明一点也不在乎，和大家几瓶啤酒下去，吃得开开心心。

在大排档吃饭，经常有卖唱的、卖花的凑上前来，一起吃饭的人有时不耐烦，让他们赶紧走开，楼明往往劝阻别人：“人家也是谋生嘛，不要去拦他们！”

有一次，有个老太拦住楼明的车，上来兜售白兰花。楼明看着老人花白的白发和车来车往中奔走的样子，很是同情。他把老人篮子里所有的花都买了下来，跟老人说，走路注意安全，早点回家！

楼明对社会的爱、对弱势群体的尊重，同样体现在对员工的关心上。每次到工地，他总要去看看食堂和员工宿舍。他经常对基层领导说：员工的劳动保险等等一定要办好，一个也不能少！只要到广厦，广厦就要实心、实意照顾好员工。

他经常讲，办企业经济效益固然要讲，社会效益同样重要。他说，每个员工背后是一个家庭，每个家庭和谐了，我们办企业才有价值、才有意义！

就这样，楼明，这位39岁的当家人和广厦10万员工站在一起。

这位留过学、读过EMBA、有丰富企业管理经验的新锐领军者，常常会露出有些孩子气的、阳光灿烂的笑容。在他的笑容里没有杂质，就像他质朴无华的个人微博，就像春天里万里无云的蓝天：高远、透亮、纯净。风一样清新，海一样充满宽厚的力量。 



勤到深处有惊喜

记杭州市建设系统优秀外来者宋寅奖

文 / 马敏 报刊编辑部

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

14

湿冷落雨的一天，宋寅奖来公司找我，小个子，黑皮肤，皮鞋上沾满了泥土，显然是刚刚从工地出来。他身上有着超越年龄的成熟，自学校毕业经历了四个工程的锻炼，并且担任了其中两个项目的负责人，而且连续获得“杭州市职业技能带头人”“杭州市建设系统优秀外来者”称号。这位年轻的项目副经理在给杭州建工集团新进大学生，分享心得的时候说，“我自幼家境不好，没有任何社会关系，聪明的人也比我多很多，我惟有业精于勤，只能比人家吃苦比人家努力。”

2005年的夏天，宋寅奖大学毕业，进入杭建杭安公司。当时被安排在杭州丁香公寓实习施工，跟电气老师傅学习专业技术。刚好此工程进入最后扫尾阶段，所以有大量的清理工作，他除了学习电气施工管理知识外，其实更多时候是在做“杂

工”。安全要管，后勤也做，在尘土飞扬的工地，也与工人一起参与清扫，适逢项目后期抢工期，那个半年，几乎每天加班到10点，甚至通宵，双休日也不休息，吃住都在工地。

身为刚刚从象牙塔走出来的天之骄子，此时却窝在工地当一个小工，与小宋一起进来的另外几名大学生都相继不干了，觉得“埋没人才”学不到东西。只有他坚持下来，讲起那段经历，他坦白的说，“其实那时候，我也犹豫过，也打过退堂鼓，那时项目部的领导和师傅们给了我很大鼓励，我想我还是应该从一线踏踏实实做起，打好基础再说，于是就坚持下来了。”

塞翁失马，焉知非福。宋寅奖那时候虽然对自己的专业知识接触不多，可也让他迈入了一个更广阔的空间，就是项目的

综合管理，那个半年，虽然专业知识学的不多，但却使他了解了工地特点，熟悉了项目管理形式，掌握了各个流程。这些经验，都是他一天一天在工地实打实熬出来的，此时想来，那些都是踏向成功彼岸的过河石头。

马上到了2006年，宋寅奖就被派到良渚国际度假酒店项目，成为一名施工员。在这个工地，他参与与电气施工管理、项目招投标、材料财务管理、资料管理、安全后勤管理、质量管理小组活动等各方面管理工作。也是他如饥似渴的学习阶段，他认为“多做才能多学”，只要项目部有需要，不管什么岗位的工作，马上去落实和解决，如果白天做不完就晚上做。不懂就学，边学边干。自此，好学的宋寅奖一头沉浸在建筑这个行业里。

另外，他还开始参与QC质量攻关活动。这名“不单纯的施工员”，在毕业一年之后，就获得了QC质量攻关活动成果杭州市一等奖，浙江省二等奖。

宋寅奖自己也承认，那段时间真的很拼，大抵是因为年轻，并不觉得辛苦，他也坦言，现在恐怕那样没日没夜的干也是吃不消了。

宋寅奖从一个单纯的工程技术人员向统筹全局的管理者的转变过程可以说是水到渠成的，因为他平时十分注重对知识的积累，并且勤于思考，能够通过多种方法优化自己的知识结构，注意对最新的管理理念的学习，努力让自己的思维不陷窠臼。

2008年5月，一场比拼来临。也是宋寅奖职业生涯中全面提升的一个时刻，他加入至浙江物产大楼项目，在负责电气施工的同时，开始担任项目副经理。

此项目位于杭州武林广场闹市区，施工场地十分有限，所有的材料、设备都是晚上运进来。小至办理通行证等事情也要他分身乏术去处理。施工过程中也遇到很多难题，诸如铝箔复合风管、虹吸雨水系统、气体灭火、电缆穿刺线卡等建设部推荐的新技术、新工艺，以往没有施工经验。宋寅奖认真学习，带头实践，一把把这些“新武器”运用到项目上来。

在建筑施工管理中班组人员管理也是一项十分困难的事情。身为一名年轻的80后项目负责人，他尊重每一位工人，经常去宿舍和他们谈心，了解大



家的喜忧，有些年轻的工友都称他为“宋哥”。很多班长是从施工老师傅提拔上来，他们的管理意识不强，管理经验不足，小宋很谦虚很真诚的提出意见和改进措施，帮他们一起提高班组管理水平。所以这些曾经的师傅们对宋寅奖都心服口服的，服从他的管理，这个团队也很稳定，他们一场战役胜利一起加入下个战场。

在这个项目，也同样打出一套漂亮的“组合拳”：宋寅奖在抓施工质量进度、开展安全文明标化同时，对项目管理制度化进行了整理、对三合一管理体系在项目部中运行进行深入的实践。该项目先后完成建设部节能和安全大检查、节能减排竞赛、杭州创文明城市大检查、钱江新城各建设工程主要人员的参观学习、QC成果《提高VRV空调系统安装质量》荣获省优秀小组等。

他告诉我，他的偶像是他的顶头上司——项目经理陈建平，在陈经理带领下的良渚国际度假酒店和物产大楼项目，都获得了中国安装之星荣誉。当他站在领奖台的时候，就对那些在工地里灰头土脸忙碌的日子最好解释。这位称自己“有点笨，做事比较慢”的年轻人，就像他的QQ签名一样“凡事都有惊喜”，的确，人生处处充满惊喜，只要你一直坚持与努力。 

跳蚤式生活其实并不美

文 / 周晓林 控股人力资源部

职场的新生代——8090后，他们年轻，有活力，浑身上下干劲十足，是彰显个性的男生女生。对企业来说，他们已经是重要的组成部分，但是，他们对于自己的内心过分关注，自我表现的欲望过于强烈却使得他们显得过于年轻和稚嫩，与职场“游戏规则”有很深的代沟。

很多资深管理者认为，对于8090后，除了个性和无畏精神，他们非常需要一颗成熟的心，这样才能成为好的合作伙伴。

很多8090后坦言：不会为任何事情屈就自己的想法，做人、做事都一样。如果哪天自己觉得工作干得不开心，或许会辞职，不是不想奋斗，可自己总要找到自己奋斗的价值所在。就像TVB的一句经典的台词——做人呢，最终的是开心。

谁是BOSS?

反观企业中的管理者，在他们眼里，8090后太注重自我，更加需要甚至急于被认可，思想超前个性明显，他们做任何事都要有性格地做，不然宁愿不做。

但是，8090后也有值得赞赏的地方，就是在工作进行的过程中更愿意独立承担，只要告诉他们目标是什么，只要他们内心确实是愿意去做，一般不需要BOSS的监管，往往会积极主动完成工作，并且会在工作中加一些自己的创意。但问题是，工作的结果是不是BOSS要的，他们不管，工作的结果只是他们想要做出的结果。所以，在工作中，他们非常注重自己的个性和想法，特别随意。安排给8090后的工作，如果不是他们喜欢的，往往会效率非常非常低，能拖延多久就拖延多久，甚至直接为BOSS——为何让我做这种事情？为什么要这样做？BOSS的想法仿佛就是路边的一块石头——不值一提。

这令很多管理者都很尴尬，也很郁闷：究竟谁是BOSS？

8090后的到来，是会给组织注入新鲜的血液，但是久而久之，各位管理者就发现，管理他们要颇费心思，而且越是年纪大的管理者就越要花心思，因为原来的各项制度和规矩都在收到他们的挑战。有的时候，8090后的想法会有助于创新和破除成规，但是在他们强大的挑战攻势下，管理者要在心中画个大大的问号——原来的激励方法和管理方法如何才能奏效？

给80、90后的职场建议

合理规划职业生涯（定好位）

人的一生可能要工作三四十年，也会转换不同的职业，而8090后进入职场时间不长，谈不上长远的职业生涯规划，但可以做短期的职业规划。

首先，要通过各种场合拓宽同龄人的交际圈。因为大家都是职场的后起之辈，交流很轻松，明天或许就会成为合作伙伴，这种共同成长的经历是不可替代的。

其次，要用长远发展的眼光判断是跳槽还是留守。千万不要仅仅因为别的公司开出高一点的薪酬就跳槽，也不要仅仅纠结在短期的公司现有薪资福利上。别的公司会因为你是稍有经验而给你开出高一些的薪酬，但你身后排队的有更多的比你经验更加丰富的，最终你会变得不再有竞争力。应该在本职工作做好的基础上，在现有的、熟悉的职场环境中逐步尝试涉及管理、团队建设、策划、调研等方面的与管理相关的工作，哪怕只是一个三人小组的组长或者某个小项目的负责人。当你工作几年之后，发现自己还只是一个言听计从的执行者，没有自己话语权的小螺丝钉，那你就需要检讨：是因为之前没有把握好表现的机会，还是在这里工作不适合？到那时再做调整也为时不晚。

遵守职场游戏规则把工作做好（做好事）

中国目前存在的企业也不少，企业存在着、运营着，就说明企业的BOSS比我们厉害。所以，进入到企业工作的8090后，先要虚心学习，掌握本职工作要领，把最基本的事情做好，才能再寻求更大的突破。从公司的角度看，管理者的能力和经验都比8090后强，每当有分歧时，一定是按管理者的决定去做，这就是职场游戏规则。如果8090后对于管理者的决定有质疑，也要在对工作有充分了解之后，通过调研和数据来证明自己有更好的方案，只有这样，才能在职场中快速健康的成长和发展。 

“闷骚”是不是我的错？

文 / 晓琴 杭州建工某分公司

参加工作快五年了，我一直没有动弹，凭良心说，我对现在这个单位是忠诚的。不跳槽的原因不是能力问题，而是觉得现在这个单位习惯了，要离开也有些舍不得。但我心里一直有个困惑，老是打不开！

我是做项目前期工作的。这个工作一般由领导安排好任务，我只要完成交办的任务就行了。相对来说，是一个独立性较强的工作，与外界比较隔绝，有困难就自己设法解决。

我这个人生性内向，总想把工作做得尽可能好，总想给领导留下一个好的印象。其他就不必多说了，按现在的说法，是个“闷骚”型员工。

有一次，为了赶工期，我一个人下班关在办公室里，加班加点，连续十多天都是晚上十一二点才离开单位。我爸妈看到我脸色苍白的样子都心疼坏了！但我咬咬牙，还是坚持着提前两天完成了任务。

领导拿到我交上去的一大摞材料，应该说心里肯定是满意的，但嘴上没一句表扬或肯定的话。

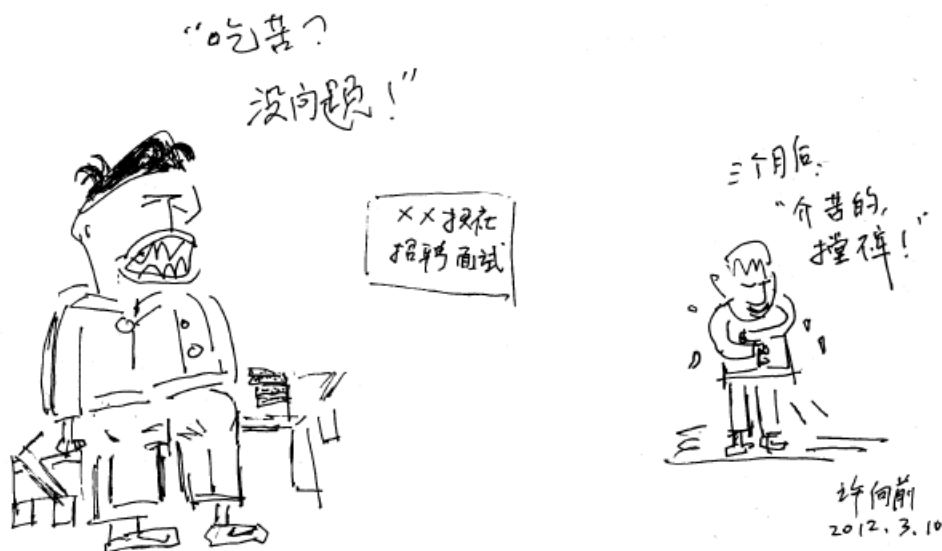
我知道，做工作不是为了得到领导表扬，但基本的认可总应该有的吧？有时，我也会暗自掉泪，在想是不是我太“闷骚”了，在领导眼里是可以忽略不计的人？

我是个女孩子，本来性格就比较脆弱，容易多想。有个死结我老是打不开。“闷骚”的我，为啥吃不开？为啥只能默默无闻地周而复始？这是我的问题，还是领导的问题？我真的怕自己有一天熬不住了，只有含泪悄悄的离开！

好想有人能为我出出点子，我的短板到底在哪里？“闷骚”是不是我的错？

【点评】文中女主人公的想法太简单了，以为只要关起门来做好自己的工作就能得到领导的认可。殊不知现在是一个越来越强调人际交往和互动的现代社会，仅仅凭自己的本事去做好本职工作，就想脱颖而出获得成功，已越来越不可能了。建议女主人公在以下几个方面进行改进：1、增加自信，不要老是觉得自己是个“隐形人”。2、加强沟通，不仅仅是工作上的沟通，有时候试着把自己心里话说出来，别太在意对方的反应。3、加强与部门其他同事的互动，现在已不是单打独斗的社会更强调的是团队作战，把自己融入到团队中。同时也对领导做个提醒，有时候员工往往没有奢求很多，只是希望能够得到的一个肯定的眼神或者是一句口头表扬，作为领导千万不要吝啬，有时精神鼓励能取得意想不到的效果。





“领导，我能吃得起苦！”

文 / 许向前 报刊编辑部

在我职场三十多年的生涯中，面试的应聘者少说也有一二百个。不管是怎样的应聘者，大都会说一句话：“领导，我能吃得起苦！”

“能吃得起苦”，这句话说说容易，做做难。真正做的和嘴上说说的，他们在职场的最后结果也大相径庭。有时想起来让人唏嘘再三、百感交集。说出来，相信对我们职场人士，特别是年轻人会有些启发的。

在我过去供职的一家报社的一次面试会，有件事让我印象深刻。当时，参加面试的有二十多人，只招五六个人。有个小伙子很会说，一上来就滔滔不绝。其中说得最多的一句话就是，“领导，我能吃得起苦！”他虽然讲得很高调，我们几位主试者还是决定让他进报社试一试。

因对“吃得苦”的员工，又具备一定的文化水平和技能知识，哪个单位会不热烈欢迎、大力提倡呢？

这位高调小伙先被安排去接热线，暂时锻炼一下。虽然接热线有点婆婆妈妈，其实静下心来正面去想，热线那头其实就是一个巨大的采访线索库，脑子灵光一点的、有新闻敏感性的人是很容易从啰里啰嗦的话语里，检出一条条鲜活的新闻来的。

一星期下来，高调小伙跑到主任办公室，说自己不适合这个工作，“我的特长是采访！”为

不埋没一代写手，我还是代他的主任同意他提前跑采访、做记者。我暗想，一旦真的埋没了一棵冉冉升起的采访明星，这不就是对中国新闻事业发展的失职和报社的巨大损失吗？

高调小伙一上手很来劲，似乎一夜之间人都变了一个，情绪饱满、红光满面，像打了雄鸡针或喝了大半斤北京二锅头一样亢奋。

有这种圣斗士一样的状态，哪个领导不喜欢！我们真的很期待高调小伙能写出一批像他的状态一样让读者亢奋的稿子。

开头几天，高调小伙确实跑得很勤快。但是稿子到编辑手里，问题就出来了，要么故事叙述矛盾百出，要么地点出错，姓名对不上，随便按一个“旁观者张师傅说，李师傅说。”主要事实依据都站不住脚。编辑还算耐心的，让他再跟当事人电话核实一下。高调小伙这下傻眼了，原来，他从来没有留采访对象电话的习惯，“采访了就采访了呀，留电话号码干啥？”对事实不清的稿件，报社当然不能发！我们还是把他当着采访经验不足来看待的，让他以后要把事实搞清楚再发稿，否则是要闯祸的，报社伤不起，读者也伤不起呀！

半个月下来，高调小伙只发了两篇豆腐干文章。那种圣斗士般的状态也没了。双脚像灌满了铅一样不愿动弹，整天苍白着脸，对着电脑发呆。他对旁边的同事说：“原来记者介个辛苦啊，有些内容何苦那么较真呢，真当太苦了！”

一个月后，高调小伙悄悄离开了报社，人间蒸发了。

“吃得起苦”，其实是职场上应有的心理素质和行动准则。做到了，勇敢去面对和实践了，人生的道路就是另一番景象了！

有个女孩也给我留下了很深的印象：为跟心爱的男友生活在杭州，她不顾父母的反对，从温州一家报社两眼一抹黑，闯到了杭州。先到一家小广告公司，后来辗转跑到报社，面荐自己想当一名记者，她也说：“领导，我能吃得起苦！”我们先让

她从当实习生开始。

这女孩真得很拼命，白天黑夜采访。人晒得摸黑铁塔，稿子从豆腐干开始，一个一个从她手里写出来。第二个月，她一个实习生的发稿量位居部门的第二位。

这样的业绩，哪有一个单位不正式录取的道理？第三个月，这位为情出走的女孩成了报社的正式记者。但她没有从此停步，依旧兢兢业业采访、写稿。二、三年后成了有20多个记者编辑的部门副主任，成了采访重要稿件的主力。在收获事业果实的同时，也收获了爱情，买了房，父母也理解了她。一个温州女孩子，短短三四年就过上了正儿八经的新杭州人生活。

“吃得起苦”应该是一种人生态度，应该是一个真正聪明的职场人的作派。它不应该是一种权宜之计。那种为了达到某种目的的短暂和投机取巧。

另外有个女孩，大致上应该算得上是这类人，为了进入单位，在半年内确实做得很辛苦、很卖力，甚至让我们感动。但半年后，人都都换了个样，工作态度和积极性打了对折，有些苦一点的活就能躲则躲了！以为身份有了，该吃安耽饭了。结果被无情的职场游戏淘汰了。

人，最大的可贵之处是一如既往，把践行承诺作为自己的职场价值观。顺风顺水时不张狂，逆境时不气馁、坚持住，靠业绩证明自己，在不如意中用练好本事为自己作准备。那种一时的热血沸腾和急功近利和换个马甲的投机取巧，都是职场中的不成熟，或小伎俩。

聪明的职场人明白这么一个生存道理：人在做，天在看。只要明白这一点，你一定会是个职场的王子和公主。

她们的路各不同

文 / 陈燕芳 建设集团

过年休假，难免各路同学亲朋小聚一番，一向不喜欢热闹的我选择宅在家中饱食终日，无所事事。正月初六一大早，同学梅电话过来，大意是，正儿八经的同学聚会已经多年没有参加了，小圈子里的聚会还是要应酬一下，免得自己太离群，于是相约无论如何都要碰个头，以示友谊天长地久。临出门前拿上一张没用完的美发卡，想着正好几个MM可以一起去洗个头。

在人民路口，正等红绿灯过对面去，一辆红色奥迪直冲过来，差点把我吓了一跳，车门一开，司机却冲我扬手，走近一看，同学娟带着同学兰正端坐车中朝我微笑，上了她们的车就直奔目的地。陆续中，各路人马杀到，尽管在座的各位绝大部分都已经拖家带口，这次上阵都清一色的单枪匹马，笑言为体恤某些同学的单身身份，实则为享受这难得的单独聚会。

尽管有多位已经多年不见，但每个人身上的特有的标签还是一眼即能认出，几年的朝夕同窗真不是白白过来的。几盏花茶过后，话渐渐的也多起来，话一多，不免互相比较窥视一番，无非是各自工作、情感，际遇。

同学娟是我们中间最不爱说话，也是学习成绩最不济的那一位，也常常是被老师和

男生忽略的，而这次开着奥迪的就是她。娟还是那样不善言辞，她慢慢开口，道来她的“发迹史”，高中毕业，在她亲戚的帮助下她进了一所师范大专英语专业，毕业之后也是在相关人士的热情指导之下，她进了一所重点初中教英语，不出两年，她的年薪就突破6位数。平时男生都注意不到的她，近年门口排起了相亲大队，最后她左挑右选，选中了一位家境殷实，在银行工作的青年才俊。现在两夫妻一人一辆车，她弱弱地表示，目前有两套房子，但实在觉得很没安全感，准备买第三套房子，你们觉得怎么样？我和同样是租房一族的梅一口茶噎在喉咙里半天没能咽下去。

一向以女强人自居的霞，仿佛也显得底气不足，她是日语专业重点大学毕业，毕业当年即起薪3000，比我等三流大学五流专业起薪800不知道档次高过几层去，颇为风光了几年。如今，饱受公司压榨，她身怀六甲，经常还做着空中飞人，享受高辐射、高噪音的各种待遇，有苦难言。“大城市生活水平高，存不下钱来，小城市又难找合适对口的工作，价值没办法体现。”身背巨额房贷尚在苦苦挣扎中。年终分配，因为她怀孕，最少的那一份归她，说好的升职，也因为怀孕泡汤，美其名曰：照顾孕妇，少担责任可





以少干点活。她咬牙切齿道：“准时下班就算少干活一次，行吗？”

相比之下，兰算是过得最舒适了。兰是典型的良家淑女，用她自己的话说是胸无大志，少女时代起就把大部分的心思都花在了自己身上，倒是出落得十分标致。其实论智商，她都在我们之上，但是她说她就是不喜欢读书，后来考上了普通本科，随便找了个单位做。经过几年的反复论证，她得偿所愿，嫁了个富二代，生了一个女儿，二胎正在备孕中，如今做了职场逃兵，每天在家相夫教子，其乐融融。

回头看梅，梅的条件也不差，身材高挑，学历也拿得出手，却依然待字闺中，曾经是学校的十佳歌手，征文蝉联三届的冠军得主，毕业时曾因摒弃公务员考试的种种黑暗，

而拒绝参加面试，毅然参加了当年的研究生考试。如今研究生毕业，本想能安稳进个事业单位，谁知道三年以后又是另外一番天地，当年随便她挑选的公务员岗位到如今早已挤破脑袋，事业单位也同样炙手可热，非门路不能进。多次徘徊受挫，选了个小单位“度此残生”，不求有功，但求无过。本来最受男生青睐的她，到如今竟然相亲破百，已经沦落到有二婚带孩男士表示愿意一见，“如今的男人，现实啊现实”。当年的校花，为她吟诗送花弹琴之人通通不见了，“因为他们现在都蹲守在一个稳定的饭碗前”。梅如此说。

几番推杯换盏间，日头已西下，娟表示请我们去小城新开的克利缇娜做美容SPA，晚上顺便夜宵。我将攥在手头的洗头卡悄悄揣回口袋……





劳心 也是竞争力

文 / 汪燕东 控股报刊编辑部

单说赵赵，你可能一下子对不上号，有可能还要想上半天。

赵旭萍，这是她的大名，是不是感觉很熟悉呢？对，是她，就是那个能半夜为你赶到公司盖章、在大会上被书记称呼为“老女人”的赵旭萍。她的“权力”很大，因为任何对外的事情，都要经过她手，盖章之后才能生效。

很好玩的一个人，闲的时候会很开心的谈谈她的儿子。

很幸福的一个人，情人节的时候会收到老公送的鲜花。

很劳心的一个人，你找她盖章的时候，他 wouldn't 不厌其烦的把需要走的流程一遍一遍讲解给你听，谁谁谁要签字啦，哪个领导要过目啦，法务部要审核啦等等，仔仔细细，不会因为一天有好几波人要盖章而有任何‘偷工减料’。

她总是怕你忘了什么，会事先打电话通知你要带上什么，什么细节不要忽略等等，事事如此。我想这也是为什么领导把公章交由她保管的原因，她很劳心、很仔细，做事认真，不出差错，领导放心。

2月25日，星期六，我值班。除此之外，这一天还是一年一度的档案管理员培训的日子，可一大早，我却在公司看到了赵旭萍，而且她来得比我还早。

按说做为档案管理员的她，此时应该前往培训才对，一问才知，原来是为“浙商文化博物馆”征集著名浙商捐献创业纪念物品来单位准备捐献的物品的，由于还要参加培训，所以来得特别早。

事情说起来很简单，就是把要捐献的、广厦创业早期的一些纪念物品提供材料。这些文件，现在都珍藏在总部展览馆柜子里，不但要取出备份，还要重新把柜子装好，所以她早早的把工程部的张蜜桃师傅也叫过来帮忙。很快，在大家的协助下，柜子被打开，她小心翼翼的把文件取出后一一备份，之后把柜子原样密封。整个过程前后加起来还不到一个小时。

其实这个事情周一也可以做，但她还是过来了，因为她记着，这些东西领导周一就要。

事情很小，谁都能做，谁都会做，但她会惦记着，并尽量把事情做好、做到位，这就很难得。

她常常和自己开玩笑，说自己是劳碌命，改不了的，但在当今社会，劳心劳碌其实是一种竞争力！



谁来打开你的“玻璃门”

文/戴晓姑 控股集团党办

每个人的心里都有一扇“门”，材料不同，款式各异。有人选择打开，有人选择关闭。

我所在的人群，80后，一批即将承担起生活重担的人群，生活在一个优劣并存的时代。这个时代，让我们的个性和技能有无限发展的空间，却又让我们背负了太沉重的自我。

生活从来都不易，只看我们如何选择。

记得有位外教给我们上课前，曾风趣地说过：“这么多年来，我遇到的学生基本有三种：一种是自身非常有灵气，也很努力，基本一学期下来就能通过自学达到专八的程度；第二种是缺乏天赋，但很努力，肯学肯问，不怕丢人，私下还自己“加餐”的学生；最后一种，也是我最害怕遇到的人，他们即没天赋，又不努力，虚弱得仿佛消耗他们一点能量是相当委屈的事情，每天上课就看着我，仿佛我能像哈利波特一样，拿着魔法棒向他们一指，口中念念有词，等到第二天，他们就奇迹般地说出一口地到流利的英语……”

的确，生活中，你会遇到不同的人，每个人也都有权利选择不同的生活方式。

“思考方式不同、感受、情绪会有不同。人生的转折就在这儿！你要怎样去想，往哪条路上走？任何时

候，我们都有选择！懂得为人生作选择，就是积极的。当你改变了思维，行为方式，生活就会不一样。”（摘自著名积极心理学讲师汪冰言论）

因为工作关系，接触过不少应届、非应届的80后，也长年跟老同学们谈论着80后应该怎样承担作为时代变迁中有效的沟通桥梁。作为时常徘徊在自由与责任之间的我们，比起我们的父辈，所缺少的，更多的是关于“生存的目的”的迷惘。在寻找社会认同感中所遭到的挫折，让尚未定型的我们无法像父辈一样找到一个坚固的社会意识“支点”。

作为个人，我很喜欢《家的N次方》里的栗子姐的处世态度：所有身边的人都有值得学习和讨教的地方，无所畏惧地与比自己强的人打交道，从他们身上学到自己需要“修炼”的素质，并欣赏生活所带来的乐趣，才是生命的旅途中让人振奋的地方。

身处这个时代，我们需要的，也许只是明知会受伤，却仍勇往直前的勇气；明知前路坎坷，却仍怀抱希望，坚定不移的魄力；明明眼见消极，却仍能感受到有爱有美有阳光的生活态度。

那扇“玻璃门”，不打开它的人，也许只是害怕受伤；而选择打开它的人，才能真正领略生活的精彩！

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

写给三十而立的自己

文 / 饶建平 广宏建设

“来，喝一杯，生日快乐！”当父亲用他那和蔼的声音说到，我一口气喝下了那杯欢快的烈酒。一瞬间，从幼儿时跟小朋友玩耍的情景、跟着小学老师去参加数学竞赛、中学时校园的打打闹闹、中专时的珠算比赛、大学时的CS夜战和奔向一千公里外的工作岗位，回到了06年的那场婚礼，紧接着便是小妞的出生等等……

妻子说我是个感性的人，所以才会选择跟我在一起生活。我自己也接受她这种评价，特别是在自己的30岁这年，感受更加深，情不自禁地梳理起那点点的辛酸和欢快。

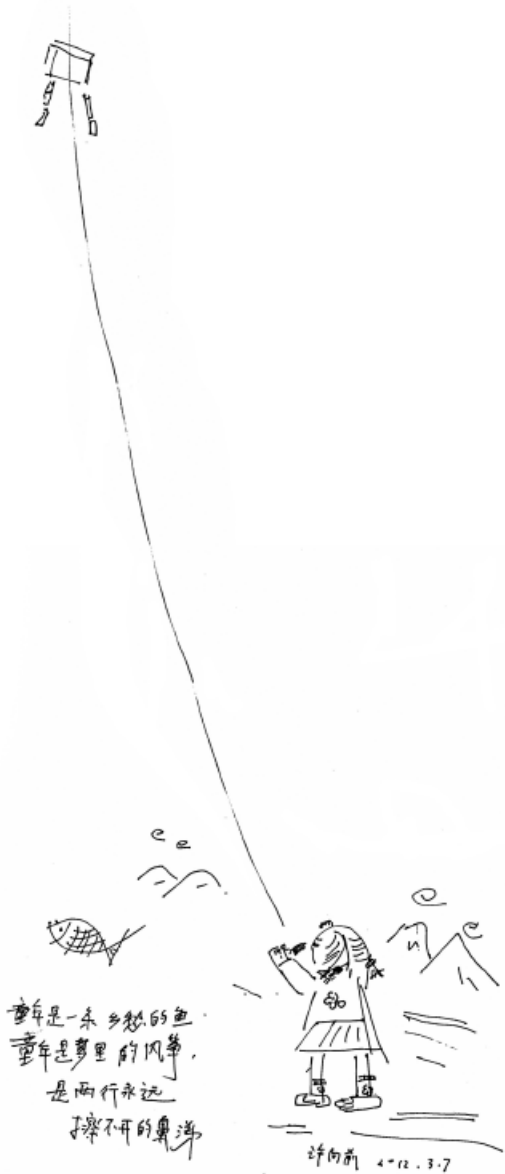
过去的三十年，其实都很简单、平凡。我的人生里程上，到这个点为止，没有经历过大的坎坷。我很幸运！如果说是上天关照我，那我还是相信自己、相信家人、相信老师、相信朋友、相信同事，是他们帮助我平平安安的走过了30年的历程。

人生短暂。我是个现实主义者，没有太多的奢想，只想和家人能和和睦睦的生活在一起。人生的前三十年是这样想的，后面的岁月，我也得这样想，必须这样想。虽说现在我国的平均寿命达70多岁，自己也想尽力达到这个标准，也想在这个地球上，多转几个地方、多看看、多瞧瞧。可即便是你活到100岁，甚至更高龄，在历史长河里也只是个过客，微不足道。所以我们要珍视现在的每一天、每一个人、每一件事，过去的没法弥补，30岁以后的日子，可以选择活得更精彩！

胖，这可能我30岁上的一个明显特征了。经常被人说胖，时间长了，也只能羞愧的解释，生活条件好，工作太轻松，生存没压力。看看身边的同龄人，没几个不是将军肚的，自己也逃脱不了这体形。体胖已然成为我们这代人的标致性特征，看看以前照片中，那青涩的我，再对着镜子比照自己，变化最明显的也只有体形。久违碰面的朋友或同学，见到我的第一感觉：那惊讶都写在脸上了呀！

除了胖，30岁的标志就是成熟了。作为一个80后，现在看着90后、00后们做的事，再想想自己以前也是那么过来的，只是现在作为过来人，已经不会去重复那些看着幼稚事情了。想想刚来公司时，为人的低眉首眼，处事的慌张，现在想来都觉得可笑。现在，十年过去了，十年的磨炼，对人对事，都有了自己的见解与想法。这或许就是成熟的体现吧，这十年，也是我人生中最为重要、最为荣耀的十年。

在我们的人生历程上，对相同的人事，在不同的年龄，不同的层次，都会有不同的解读。30岁的我，学会了用30年的积累和经验来分析、判断、处理工作上、生活上的各种问题。人生没有如果，回不到从前，所以，我们只能向前走。活到老，学到老吧，在生活中不断的磨练自己，锤炼自己，为了能有一个更美好的明天，更美好的三十年！





绿珠子

文 / 蒋珊莉 东金公司

人生相比岁月总是匆匆，太过珍惜以至于怎么过都觉得消磨，把年华消磨成五颜六色的记忆碎片，如同五颜六色的珠子，每一颗都不同。我常常是那个坐在那穿珠子的女孩，而那颗裹满泥土芳香的绿珠子，就该是我的童年。

我想我最留恋的就是我的童年，以田野的芬芳为背景，袅袅炊烟，那草，那被我夹进日记本的野花。那曾被放进用棉花做的小床里的青蛙，你现在在哪里？我曾经深信田野里的某一朵花蕊里会坐着一个拇指姑娘，也相信小树林子里除了我爱吃的野果，也住着矮人。我有在柳树刚吐芽的傍晚，去过村南的田野，飘着凉凉的细雨，满是桃树李树，鞋踩在泥里，脚印很深，我有采过好多蘑菇，妈妈把它们晾晒成干，我还在溪边的石堆上过家家，有在空心的杨树干上烤过年糕。我在门前的小溪里学会了游泳，我在村口的大溪里摸过螺蛳，抓过螃蟹，还捡到过一个鸭蛋，因为太兴奋，不小心摔碎在回来的路上……

妈妈曾经种了好多棉花，我每天放学带着弟弟妹妹去地里摘棉花，那时，谁又想到，20年后它变成了我嫁妆上包着锦缎的被褥。原来，它就是妈妈酿的女儿红，我能在我的被子里永远保存妈妈年轻时就有的念想。

我早已憧憬过我的晚年生活，应该是做一名农妇，接着地气，酿酒蓄碳，养花种菜，种两行秋葵，排三行辣椒，地里杂草除光，放养星星点点的马齿苋，荠菜，种上各式各样的药草，再养一株无花果。 🌿

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚



祝旅途愉快

文 / 童海鸿 明凯市政

Guangsha People
FASHION
广厦人·风尚

26

有人把人的一生比作是一次旅行，我深有同感。人生一世，就好比是一次搭车旅行，要经历无数次上车、下车。时常有事情发生，有时是意外惊喜，有时却是刻骨铭心的悲伤……

降生人世，我们就好像坐上了列车，开始了生命旅程。我们以为最先见到的那两个人——我们的父母，会在人生旅程中一直陪伴着我们。很遗憾，事实并非如此。他们会在前方的某个车站下车，留下我们，孤独无助。他们的情、他们的爱、他们不可替代的陪伴，再也无从找寻。

尽管如此，还会有其他人上车，他们当中的一些人将对我们有着特殊的意义：他们之中有我们的兄弟姐妹，有我们的亲朋好友

友，我们还将体验千古不朽的爱情故事。

坐同一班车的人当中，有的春风满面，在轻松地旅行；有的却愁肠百结，带着深深的追悔……；还有的在列车上忙忙碌碌、四处奔忙，随时准备帮助那些需要帮助的人……

有时候，对你来说情深义重的旅伴却坐到了另一节车厢，你只得远离他，继续你的旅程。当然，在旅途中，你也可以摇摇晃晃地穿过自己的车厢，去别的车厢找他……。可惜，你再也无法坐在他的身旁，因为这个位置已经让别人给占了……

没关系！人生旅程总是充满憧憬、挑战、失落和离别……，就是不能回头。因此，尽量使自己在旅途中愉快些吧！善待旅途中的自己，不要太过执著；善待旅途中遇见的所有旅客，找出他们身上的闪光点。

永远记住：在某一段旅程中，有人会犹豫彷徨，因为我们自己也会犹豫彷徨；我们要理解宽容他人，因为我们同样需要他人的理解和宽容。

旅行终归会有终点，尽管我们还有很多未了的心愿……。可是，生命之谜就在于：我们将在什么地方下车？坐在身旁的伴侣将在什么地方下车？我们的亲朋好友将在什么地方下车？我们无从知晓……

我时常这样想：到我该下车的时候，我会留恋吗？我想我还是会的。和我的伴侣分别，我会悲伤；和我的朋友分离，我会痛苦；让我的孩子孤独地前行，我会牵挂……

我执著地希望在我们大家都要到达的那个终点站，我们还会相聚……

我下车后，如果和我同行的旅客都还能记得我，想念我，我将感到快慰！

感谢你们，我生命旅程中的同行者。

祝你们旅途愉快、一路平安！



与篮球谈一场恋爱

文 / 苏君 控股报刊编辑部

她们青春涌动

给热血的赛场注入了亮丽的风景

她们热情如火

以赛场做舞台

舞出自我最灿烂的色彩

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

27

2009年9月初，浙江省首支全职业化篮球拉拉队——广厦篮球宝贝艺术团正式成立。经过三年的磨练，现在，这支广为人知的篮球宝贝团队，已经成为了广厦篮球耀眼的标志之一。

作为第一支将流行元素加入表演的啦啦队，广厦篮球宝贝们以激情澎湃的舞艺，征服了赛场内的每位球迷，同时也吸引了CBA官方和赛场外的各界的眼球。

“我们的服装，有时候是鲜明欢快的色调，这时我们要传达的是青春阳光的感觉；有时候走性感、野性的路子，就配上Lady Gaga的舞曲，一下子就把现场的气氛给带动起来了。”

无关篮球，抛开走光，他们是一群为跳舞走到一起，并打算继续走下去的人。她们舞动着曼妙舞姿，或清纯，或火辣，总有很多人的关注。







Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

30

与前几年相比，今年以来她们很少在各类节目中露面，问及此事，兔子解释说：“更多的时间是放到了艺人的培养上，因为篮球宝贝人员的变化相对比较频繁，基本上每个赛季都会有比较大的调整，这个时候就必须首先将重心放到新进人员的培训和舞蹈编排的熟练上来。到外面去做节目、出通告会很费时间。我们现在也调整了这点，原来是全队去的时候多，现在是个人去的比较多，这样既不会影响到排练，也能保持一定的出镜率。”

现在每周她们都有两次固定的合舞排练，每次在5个小时左右，平时每个宝贝则是根据自己的时间安排来练习基本动作。

这是一支有理想的团队，大家秉承着对舞蹈的追求，对篮球的热爱才走到一起，然后为着理想一起奋斗。她们的舞蹈都是女孩子们自己编的，“舞蹈就是我们的生活，因为心中那份热爱，大家才凑在一起，也许等跳不动的那天可以选择其他的工作，不过年轻的时候就要做自己想要做的工作。”兔子说，而这也是其他篮球宝贝的心声。



Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

31

“做我们这行如果做的够久，就一定会有一种心态，敢拼敢闯。不会去有那么多的想法——过几年年龄大了，不够漂亮了等等，上了那个表演的舞台就要有那份激情，如果想得特别多一定是退步的。因为在当下有这个资本做这个，如果退缩那一定不能成功。”

在杭州这样一个大城市里生存本身就有着很大的生活压力。谈及这一点，多数篮球宝贝都表示，家里的支持是最为重要的，没有家里的支持，想要将这样的理想坚持下来是非常困难的，“好在我们的父母都比较支持。不过她们也有要求，就是你一定要有一个‘成绩单’，要让他们至少知道我们在这些年里做出了什么，那么他们会接受我们这种尝试。因为女孩子嘛，需要让他们放心，包括做很多事情的时候也需要他们的认可和帮助。”

“在我们眼里，篮球宝贝要的就是活泼、阳光、健康。”所以，她们用肢体语言去表达活泼和阳光，不在意网上流传着的各种“走光”、“露骨”照片。她们也从刻意减肥，要的就是健康，“饭照吃，舞照跳，运动多了不会胖的。”兔子说道。



昵称：兔子
 星座：水瓶座
 职业：舞蹈艺人
 兴趣（爱好）：美甲、看电影、旅行啦
 喜欢的食物：辣的都喜欢
 喜欢的饭店：海底捞
 喜欢的男生类型：可爱、幽默、孝顺型，能动能静
 喜欢的明星（影视）：萧亚轩
 喜欢的球员：姚明
 爱逛的地方（淘衣）：一天不逛淘宝就发慌
 休闲方式：看电影，购物，旅行
 如何保持身材的秘诀：不喜欢刻意减肥，想吃就吃呗
 对杭州的印象：像一幅画
 不做宝贝之后的打算：经营自己的舞蹈培训工作室

作为广厦篮球宝贝团队资深的队员，兔子几乎经历这个团队建立以来所有的风雨。与其他队员相比，她显得更加成熟理性。然而对于舞蹈的热爱却让她做出了一件近乎于疯狂的事情——把这几年赚到的所有的积蓄都用来开了一个舞蹈培训馆。“我现在在拼，因为不知道将来会有什么样的变化，没有把握后面得到的一定是我想要的，也许将来会遇到关店、倒闭这样的事情，但总是要坚持我的梦想。”



昵称：晓青
 星座：巨蟹座
 职业：舞蹈艺人
 兴趣（爱好）：看各种体育赛事
 喜欢的食物：除了不好吃的
 喜欢的饭店：好吃的都喜欢
 喜欢的男生类型：性格直爽、皮肤黑黑的、壮壮的
 喜欢的明星（影视）：碧昂斯
 喜欢的球员：霍华德、C罗、杜威、姜波
 爱逛的地方（淘衣）：很多
 休闲方式：看电影，打麻将
 如何保持身材的秘诀：跳舞，不吃夜宵
 对杭州的印象：空气很好，但太潮湿了
 不做宝贝之后的打算：目前没有

“我其实最喜爱的是足球，最想做的是足球宝贝，但是杭州没有足球宝贝，所以只好成了篮球宝贝。”——一个好强大的解释！在做篮球宝贝的同时，晓青还和男朋友一起打理着一家酒庄。谈及未来的规划，晓青准备继续深造，开阔眼界：“现在正在读MBA，不管将来做什么，都要有个扎实的基础。”



昵称：晓晓

星座：双鱼座

职业：学生

兴趣（爱好）：唱歌、跳舞、看电影、玩

喜欢的食物：巧克力、抹茶

喜欢的饭店：好吃的都喜欢

喜欢的男生类型：阳光、个高，一看就和我特别搭的那种

喜欢的明星（影视）：郑元畅、赵又廷、孙燕姿、蔡依琳

喜欢的球员：林志杰

爱逛的地方（淘衣）：只要有自己合适的

休闲方式：看电影、旅游、唱歌、疯玩

如何保持身材的秘诀：晚上少吃，仰卧起坐

对杭州的印象：四年大学回忆都在这里

不做宝贝之后的打算：影视、传媒行业

晓晓是一个喜欢尝试一切的女孩。“无论是在动作、节奏，一个赛季下来在舞蹈方面有了很大的提高，但更大的在其他方面都成长了很多。将来不管将来是留在杭州，回到家里，还是在别的地方，我都会继续坚持我这个追求。只要我能跳下去，我就会一直跳下去，因为你如果不坚持的话，你永远都不知道自己有多优秀。”

昵称：小猪

星座：摩羯座

职业：财务兼职设计师

兴趣（爱好）：唱歌、跳舞、美食、拍照

喜欢的食物：水果

喜欢的饭店：好吃的都喜欢

喜欢的男生类型：打扮干净的型男

喜欢的明星（影视）：罗志祥、阿信、碧昂斯

喜欢的球员：赛尔比、特鲁姆普、科比、保罗

爱逛的地方（淘衣）：很多

休闲方式：逛街、KTV、吃东西

如何保持身材的秘诀：不刻意控制饮食，运动

对杭州的印象：堵车严重的美丽城市

不做宝贝之后的打算：做好目前的本职工作

开心，是她做篮球宝贝的唯一理由。篮球宝贝与财务人员这两个无论是各个方面都截然不同的身份却完美的结合在这个女孩身上，忙得开心，累得开心。“有时候觉得累是累了点，但是在出完汗、跳完舞的那一瞬间，感觉却是最美好、最开心的。那种状态和激情是我在平时本职工作中完全不可能找到的。”





昵称：悠悠
 星座：天蝎座
 职业：学生
 兴趣（爱好）：跳舞、旅游
 喜欢的食物：对海鲜无法抗拒
 喜欢的饭店：沙县大酒店、麻辣烫自助餐、兰州拉面
 全球会所
 喜欢的男生类型：看着舒服、般配，疼我，性格差不多
 喜欢的球员：王子瑞
 爱逛的地方（淘衣）：走得到的地方都想去
 休闲方式：画画、旅游
 如何保持身材的秘诀：不照镜子，想象自己以前很瘦的样子
 对杭州的印象：家，养我这么多年
 不做宝贝之后的打算：继续跳舞，或者从事自己学的专业

悠悠是一个大二的学生，但是对舞蹈的热爱却从高中时代就已开始。“高考完最兴奋的事情就是我终于可以再去跳舞了。大学里有着相对空余的时间，从事这份工作一方面是我的兴趣所在，另一方面也是一个很好的社会实践。”



昵称：丹丹
 星座：双子座
 职业：学生
 兴趣（爱好）：唱歌、跳舞、画画
 喜欢的食物：吃货不挑食
 喜欢的饭店：全球连锁KFC
 喜欢的男生类型：简单、老实、偶尔犯二的
 喜欢的明星（影视）：炎亚纶
 喜欢的球员：王子瑞、金立鹏
 爱逛的地方（淘衣）：网上，因为比较懒
 休闲方式：KTV唱歌、和朋友喝下午茶聊天
 如何保持身材的秘诀：没有秘诀，想怎么吃就怎么吃
 对杭州的印象：很大，很堵
 不做宝贝之后的打算：当一个优秀的设计师或者美术老师

对舞蹈的热爱让丹丹选择了篮球宝贝，对知识的渴望让她选择出国继续深造。“马上就要大学毕业了，但是我觉得自己在舞蹈方面、生活方面和专业方面还都要继续再加强，两年的留学生活应该会对我有很大提高，如果可以的话，两年之后回来还是想跟大家一起，继续这份喜欢的工作。”

温馨一家

Warm Family



我家的每周之星考评制度

文 / 任晓冬 金华置业

我家的每周之星考评制度，创立于2005年，那时还未形成书面材料，只是写在黑板上，考评项目不丰富、组织不完善，效果也不好，仅坚持了几周时间。我儿子自幼生性顽皮，在小学低段时性情尤其暴躁，生活、学习习惯都很糟糕，但他又是个品德优秀、情感丰富、自尊自立、好学上进、可塑性强的孩子。

2007年冬，眼看着儿子一天天长大，劣根性依然如故，经过跟他妈妈的事先密谋，某日晚餐后，我组织了一次家庭会议，讨论是否重新实施每周之星考评制度，结果是一致同意（儿子的赞成虽然有奖品诱惑的成分，但也不能说不是上进心使然），并共同对制度进行了修订。经过几个月的施行，这个针对家庭全体成员日常德、言、行、体等方面管理的制度确实起到了非常好的教育和引导效果，儿子各方面在主观上都能严格要求自己，每次开会都态度端正、积极发言（有几次事先还准备了发言提纲）、遵守纪律，他感到对家里的事有平等的参与管理的权利，对爸爸、妈妈的言行也可发表意见和建议，这对提高他的自信、锻炼组织能力、提升语言表达能力都有好处，更别说对他的学习、生活和为人处事方面带来的积极影响了。

第一周考评综述

上周日召开评选动员大会后，在意料之中，本周儿子热情高涨，事事都想着争先，当然第一周是不能让他上每周之星的。本周爸爸获得首次每周之星荣誉称号。得红五星一个，亲吻二个，汽车挂件一个。

第二周考评综述

本周儿子在学习习惯上有所进步。在考评中，儿子在时间管理和锻炼身体两项上为自己据理力争，直至面红耳赤，甚至眼泪都在眼眶里打转了，我打心眼里为儿子对荣誉的珍惜和那份上进心感到欣慰，也为他的那份纯真暗笑。最后考评结果儿子因为得

到了重要的3分进步分而荣登每周之星宝座。礼物为KFC鳕鱼汉堡一个。

第五周考评综述

一、考评会议纪要：值周生儿子召集开会后首先点名，随后对爸爸和妈妈的上周表现进行简短评价，即进行逐项考评。考评结束后的自由发言中，儿子对妈妈勇于自我批评的精神进行了重点表扬。最后儿子公布考评结果、奖励办法，并宣布散会。二、考评结果：爸爸获每周之星殊荣。三、儿子的变化：1、本周在文明礼貌上有进步；2、在互帮互爱上，在爸爸生病且妈妈出差的重大困难面前，不仅自己解决了饥饱问题还为爸爸做了饭，得到一致好评；3、包干区整理主动性增强。四、本周感悟：每周都能看到儿子的进步，这是做父母最欣慰的。尤其是看到儿子主持会议和考评时的认真劲总让我们忍俊不禁，觉得儿子好可爱。儿啊，你可知我们的良苦用心？

第七周考评综述

一、考评会议纪要：儿子和妈妈，尤其是妈妈本周进步较大，爸爸因工作中的一个小小的失误被妈妈揪出后影响了不少分数，而且爸爸因一次不应有的暴跳如雷被儿子严肃指出也影响了身心健康的分数，加上放假期间鲜有身体锻炼，本周退步明显，沦为倒数第一。二、考评结果：儿子再获每周之星殊荣。三、儿子的变化：大了一岁，感觉真的懂了不少。文明礼貌和心态方面都有进步，考评时也未出现急躁甚至哭鼻子现象，显得沉稳、平和；尽管因放鞭炮时出了安全事故扣分不少，但分数依然能领先，每周之星当之无愧。在考评前还去妈妈那拉票，主动要求洗碗（平生第一次啊）。在考评中均能对给出的分数进行说明，而且解释很到位、在理，说明他并不是随意给我们一个分数。四、本周感悟。对儿子的人格、品德、心态、意志和习惯



最美的时光

文 / 蒋珊莉 东金公司

此时若问我最美的时光是什么，或许我会说“现在”，干了一通家务，清洁了厨房，拖了地，抹了灰，微汗，疲累，坐在这边喝白水，一边码字。我坚信运动和劳动都是让人放松愉悦的事情。

晚上原本要去上瑜伽课，却被小朋友耽搁，然后饭后他们去逛超市，我在家做清洁并煮了一大盆绿茶水等着小朋友回来洗澡。

当初的厨房，是我花了最多心思的地方，从风格布局设计到改图，到瓷砖的选购，再到装修，我偏执地认定白色，白的不近烟火，白的让人只想作摆设。但，我们家的厨房每天都开火，烹制各式美味佳肴。然后，有我不厌其烦的做清洁，每个角落，每一寸。我不屑别人说白色不耐脏，不耐岁月。倒似乎更期待它历经岁月后的味道，白的发黄，就如小禅沉迷的一种颜色——老绿。到那时，或许我会窃喜。或许依然一手抹布一手威猛先生兴致盎然。拥有的东西，总应该是一开始就喜欢的，就算旧了，但依然干净地陪伴着，多有成就感。若一开始就厌恶，不喜欢，怎能做到花心思去呵护。譬如爱人，若没有爱，怎可以同床共枕一辈子。

内心里，应该是很主妇情结的人，希望连家里的厨房都可以席地而坐，希望常有一尘不染的状态，但现实我有工作，有业余爱好，有个乱闹腾的小朋友，有家里诸位的不同习惯，我没有那么多时间和精力让每天都清爽洁净。但心中会保留这样的场景，大厨房，有吧台，男人坐在那喝茶看报，孩子在一边玩耍，我则很享受的做早餐。我想总有一天会是这样的。家，总会一点点变成想要的模样。只要爱着。

1000块钱租下西溪湿地

文 / 汪燕东 报刊编辑部

春风生钱塘，朝气满西溪。连续一个多月的阴雨，雾气始终笼罩着西溪湿地，使得烟雨江南的感觉在此愈发的浓烈。虽然是早春，嫩芽还没有蹦发出来，湿地的枝条甚至萧条的让人不忍去看，但探春的人们蜂拥而至的热情却未有丝毫减少。每逢周末，拖家带口的，像赶集似地从四处聚来，热闹非凡。

我喜欢这里，顺便租在这里，和湿地隔路为邻。

七楼的阁楼，严格来说，是八楼了，是我租住的地方。我花1000块钱租了个房间，带大露台的。

我很享受租住在这里的感觉。因为露台给了我一片仰望星空的天地。更重要的是，倚着露台，穿过建筑物之间的绿化带，可以每天看到西溪湿地。晚上，站在露台，能闻到从湿地吹过来的风，带着湿气。夜深的时候，能听到从西溪湿地飘过来的未知鸟类的叫声，带着欢快和满足。如果是夏天，湿地吹过来的风会略微带着一股鱼腥草的味道，很好闻哦。

湿地内有条福堤贯穿南北，将湿地分为东西两半。虽然游览西溪湿地是有偿的，但福堤却是免费对外开放。因此，这里几乎没有节假日的概念，尤其是在福堤的步行街，无论何时过来，都是游人如织。

过往福堤的游人，外地人居多，他们是来此品味江南的。这里不但风景如画，步行街的

江南美食更是不胜枚举，一块浓郁江南风的臭豆腐都能把他们美得直流哈达子，更不用说是自酿的青梅酒了。

人在画中行，还有美食相伴，游玩之余再带点江南特色丝绸、西湖龙井等回去孝敬家人，此等好事，夫复何求！难怪当年宋高宗游览之后直呼“西溪且留下”。

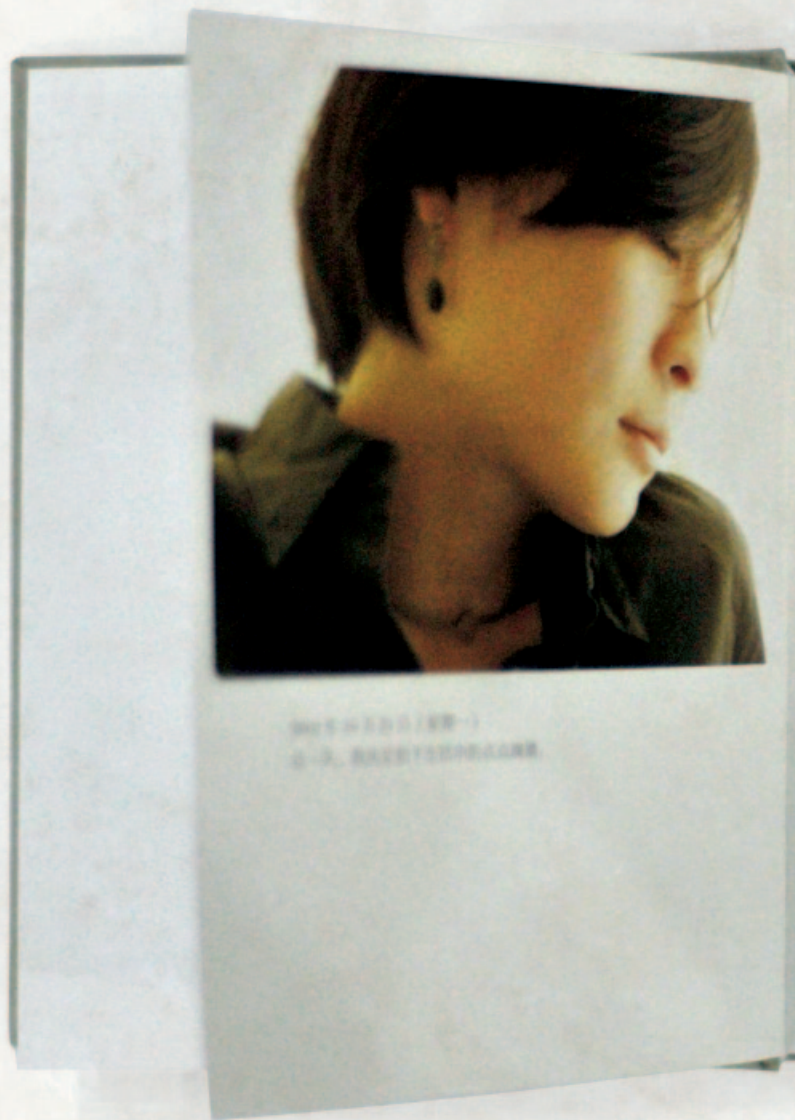
租的时间长了，慢慢的和本地土族混到了一块。还是经常去西溪湿地，但不再去福堤，而是转向湿地最东边的那一络未被圈进保护圈的湿地，那里是本地人的“地盘”。风景还是那个风景，但相比福堤的嘈杂，这里要宁静许多，少了游人的匆匆，多了份杭州人的悠闲。

在这里，你会看到不少静坐钓鱼的离休老人，一坐就是半天。我有时会站在边上看他们钓，一位老翁曾欢笑着告诉我说“我们钓的不是鱼，是寂寞！哈哈...”多么时髦风趣的老人。在这里，你会看到不少背靠背席地而坐的情侣，静静的坐着、轻声细语的聊着，充满甜蜜。在这里，你还会看到很多推着婴儿车的父母和来此看书的人，还有带着孩子来此摸虾米的。更有甚者，你还会看到问路人索要食物的松鼠，跟人交往的多了，它们根本就不怕你。

闲暇之余，我会情不自禁的走到这里来，来这里看看亲情、友情、爱情和人与动物之间的信任之情，抛开一切去享受这里的温馨。

天使的魔力

文 / 马敏 控股报刊编辑部



我和黄瓜妹爹两人和小魔女朝夕相处时间最长，故此，被魔力影响最多。

对“改变你的作息时间表”这种法术，简直就小儿科，自打黄瓜妹出生第一天起就能办到，她成为人类的第一天开始，就宣告我们俩的懒觉时间结束，白天大睡，晚上玩耍，不分场合不分时间必须吃喝拉撒。那时候每个睡意旺盛的隆冬清晨，看着怀里吃的心满意足的小人，我就披头散发的思考，这家伙肯定是上帝派来惩罚我之前那些无忧无虑与周公相会的美好时间的。

黄瓜妹法力无边，超过白娘子，把我从那个“手不能提，肩不能扛，丢三落四，闲着没事就悲春伤秋”的女青年，乾坤大逆转，成了如今右手超大购物袋，左手三十斤小孩，还能顺溜的爬

上六楼的女超人。

本人由于动手能力超弱，每次她幼儿园那种与家长一起完成的作业，就分分钟想崩溃，自从胜任幼儿园学生家长一年多之后，可喜可贺的荣升为手工达人，能把月饼盒制作成灯笼这种在以前对我来说几乎不能完成的任务。

她爹性格严谨内敛，可在黄瓜妹魔法棒的指挥下，竟也变得幼稚顽皮。只要是小朋友的电视时间，新闻节目、法制频道之类统统不可能出现在屏幕上，只有少儿频道，而且不能换台。她爹为拉近父女关系，紧跟幼儿界的喜好和动态，也陪着一起认真的看虹猫蓝兔叮当猫们。父女俩看完《新西游记》一边泡脚，一边谈论大师兄的武功，我家卫生间顿时有了欢乐的游乐场气氛。深



2002年12月21日(星期六)

圣诞节→圣诞老人→红鼻子! 拍下了这一精彩瞬间, 圣诞老人的“红鼻子驯鹿”。

深深地觉得,带小孩真会有一种魔力,会把男人变成稚趣横生的萌物。

黄瓜妹还逼迫其父成为芭比娃娃的粉丝,于是,这位父亲就学会了给芭比梳头发,穿裙子,还要扮演她们的爸爸、司机、哥哥等角色,更让她爹艳福不浅的是,掀开被窝,一看自己的枕头旁边躺着一群金发碧眼、身材超辣的美艳女郎。

各种不耐烦、坏脾气在女儿面前,不打针不吃药即可拔除痼疾,小嗲精跑过来甜甜的一声“爸爸”,前一秒还在生气的人,语调瞬间降低五格以上,并及时堆出一张笑脸。那些精美杂志上长篇大论的“拯救坏情绪”方法,都不及天使的微笑来的治愈。

小魔仙的到来,全家人都魔怔,爱购物的外公,很快熟悉她玩具的喜好以及衣服鞋子的尺码,逛街先直达商场婴童部。记得我小时候,父亲的爱威严而克制,有了黄瓜妹之后,祖孙俩的感情完全是“宝宝你想我吗,我很想你”这种令人惊诧的直白型。

虽然那些本来可以睡觉、读书、游玩的时间都她身上了,可是我觉得很有意义。午睡醒来,脑子空白,不知日月不知身在何处,可是发现一头如粉色小猪酣睡在一侧,顿时心中温暖万分。谢谢你的魔法,教会我如何爱,包括爱我自己的父母,懂得珍惜平易细微的幸福,使我变得宽阔、沉静和满足。



幸福的菌煲

文 / 每文 广宏建设

作为一枚家庭妇女，虽然不是整天围着锅台转，但对那三尺厨房还是有这某种特殊的情感的。你想想，现在人都开始注重养生，吃饱算什么？关键是要吃好，吃得顺口顺心才能体现出幸福的另一种品质。你爱美食吗？答：我很爱！因为我觉得爱美的人始终是爱生活的充满了朝气活力和蓬勃力量的人更何況是美食？这种想起来就口舌生津心情愉悦的美好东东！所以，经常地，我心甘情愿地被它俘虏着，满心欢喜地在三尺境地里为某道菜折腾来折腾去。

父亲重病手术后的第一个生日，我特意从网上找来很多新菜谱，请家人来家里给父亲过生日，第一次请那么多人来家里吃饭，我有些手忙脚乱，很多菜都是第一次做，虽然不怎么成功，但我看见父亲微笑着的温和的脸，洋溢着幸福，忽然很惭愧，这么多年了，我有多久没有给自己的父母亲做过饭呢？

过后父亲对我说，你那天做的那个菌煲很香，怎么弄的？我很高兴，又做了一次，老姐说，哇，我回家要做给儿子吃。我也回家做给桑吃，从此，这道菜成了桑每次学校回家点名要吃的菜。

为什么我喜欢做这道菜呢？关键在于它方便，味好，又有营养。做法也很简单，你只要去菜场买5-6种菇，比如：蟹味菇茶树菇秀珍菇平菇鸡腿菇蘑菇等等，看见什么就买什么吧，回家后去蒂洗净，在盐水中浸泡10分钟，再下油锅加蒜翻炒，等菇们服帖软塌了，加开水煮开，水的适量可以随自己喜好掌控，然后开慢火炖。我一般是开了就倒入电砂锅，开小火炖，两三小时不等，即可食用，最实惠的是吃不完第二天还可以下面条，那味道也是正宗得令人叫绝。

周末女儿回家，早起我就去菜场买菇，然后回家程序完了后放砂锅里慢慢炖着，没多少时间，砂锅里便



- ① 采购
- ② 盐水浸泡。别怕，看看这一大坨的，入锅后马上会把水逼出来
- ③ 焯几下
- ④ 出水了不是
- ⑤ 加开水
- ⑥ 开后放电砂锅慢炖
- ⑦ 三小时后
- ⑧ 记住菇们都不吃油，要少放油哦



透出香气来。这是最迷人的时候，你一边做着家务，一边闻着这丝丝的香味儿，幸福之情油然而生。或者，这个时候正一杯咖啡在手，闲适恬淡地依躺在沙发上，读着一本好书，又或是在干净的地板上赤脚从客厅到房间到阳光灿烂的阳台走来走去，身边围绕的尽是这迷人的菌香，想人生的快乐也无非是这样了吧，美食原来也是这样地令人心动的！

做多了便也生出花样来，比如，再加点排骨，放点豆腐，或者随自己喜好加食料，都可以。但我还是很喜欢那纯纯的菌味，咬一口，都满舌留香。

又周末了，桑给我打电话：

“妈妈，我想你了！”

“我也想你！”

“妈妈，我还想吃你做的菜。”

“好吧，回来给你做。”

“我想吃菌煲，特别特别想。”

“好吧好吧。”

“妈妈，我想起就要流口水了！”

一锅热气腾腾地菌煲端出来，桑大喊：妈妈，我爱死你啦！！



屋顶菜园

文 / 马敏 控股报刊编辑部

屋顶有个二十多方的露台，本打算养一些花花草草，可自打搬进来之后一直闲置，除了晒棉被似乎就无其他功能。有了宝宝之后，公公婆婆来我家住，他们闲不住，于是就有了这个由白色泡沫盒组成的迷你型屋顶菜园。

泡沫盒就是菜场海鲜摊上用来装鱼虾的那种四四方方的盒子。装好泥土，在这水泥森林般的城市泥土真不好找，费了老大劲，才在一个工地旁边找到这些适合植物生长的土壤。屋顶菜园打造好至今有五年了，种的最多是青菜、蒜和小葱，还有番茄、辣椒、香菜、黄瓜、丝瓜、空心菜等向上生长的蔬菜，因为毕竟泥土厚度有限，无法挑战土豆、番薯之类深藏不入的物种。

撒下种子没多久，有一天，推开露台玻璃移门，发现小青菜们都露出尖尖的嫩芽，番茄藤上也挂了几颗小小的绿色果实，辣椒长势更是把得头筹。烧晚饭的时候，婆婆让我去剪一段小葱，蹬蹬蹬上楼，咔嚓一刀，马上就成了一锅汤上的点睛之笔。这自给自足的生活方式好方便呀。接着，隔三差五的，饭桌上的就会端出一盘这样无污染、不施化肥和农药的水灵灵蔬菜。

夏天是这些植物最难熬的季节，屋顶实在太热，又不接地气，即使早晚浇水也马上蒸发光。刚好此时，菜园的管理员婆婆回老家，浇水的任务就光荣的交给了我，出门前给菜园子的成员们水喝的饱饱的，下班回来一看土已经发白、

干裂。我想了一个保湿的办法，找只大塑料袋装满水，拧紧，然后把这些大水袋卧在盒子里，但这个妙计不适用于青菜，茄子等，它们纵横交错，没有多余的空间给这降温恩物了。

高温天持续，丝瓜还没长开就夭折，南瓜已结出几个雏形的小瓜但也不幸遇难，娇弱的青菜香菜小葱们相继香消玉损。最爱吃的黄瓜由于得到精心呵护，年产量大概十根左右。收成差也阻挡不了继续耕耘的热情，秋风起，又在箱子里埋下希望的种子，冬天来临，届时在雪里扒出一棵棵深碧玉色的小青菜，炒熟之后，软糯微甜，无比期待。

去年开始，微型园子项目进行了扩建，规模从五个盒子扩展为现在的九个盒子，菜品也更加丰富。更是尝试了葡萄这种对水果领域的种植，遂又采购了许多竹竿和尼龙绳，在盒子上方搭建了一个架子，日后给婀娜妖娆的葡萄藤们攀爬。趁势，婆婆又买了长缸豆种上，这些杆子除了给葡萄提供游戏场所之外，顺带给它也提供一条蔓延之路。

夏日黄昏，余辉金黄，碧空透明，看着这满庭的绿叶扶疏，一阵微风，空气里若有若无的植物香气，顿觉此刻如此美好，搁置一切红尘中琐碎事宜，静静享受这最单纯直接的喜悦——在土地上种种收收，有播种既有收获。





控股报刊编辑部 吴昊

保安大哥和厨房的大姐他们是一对夫妻，这一天，刚好是忙碌的午饭前，大姐穿好围裙戴上袖套准备开工，我让他俩身穿工作服坐在公司食堂拍下这张照片。拍完后图中空荡荡的餐厅顿时就人声鼎沸了。



广福医院 朱小燕

2012年第一场雪后，天气格外的好，心情也大好，我和妈妈来到公园，摆一“展翅飞翔”之姿势，齐呼：新年，您好吗？那时候我还默默祝愿，妈妈你永远要这么年轻漂亮哦。



重庆一建 万均富

3月的春天，阳光明媚，和朋友来到动物园，好漂亮的郁金香，两个小宝宝拥抱在一起要爸爸为他们照相留影，妈妈看着相机逗着宝宝乐，好一幅和谐的画面。



广厦学院 董凌丹

去年某个夏末的傍晚，一家三口骑上单车，到野外烧个烤，在草地上晒晒久违了的太阳，瞧，我们这一家子的开心劲，也影响到你了。其实幸福的意义就是一家在一起的每一个时刻。



控股报刊编辑部 言妈

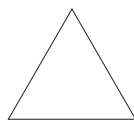
雨后初霁，小区的小朋友们都到小公园玩，图中的这位小宝贝和小伙伴滑了一通滑梯之后，忽然被树丛中出来觅食的流浪猫吸引。另外也演绎了娃看着远方，娘的视线却永远在她身上。





摇滚乐是女孩们最好的男朋友

文 摄/吴昊 控股报刊编辑部



《万能青年旅店》

表演者：万能青年旅店乐队

流派：摇滚

万能青年旅店乐队结束bootleg时代后终于跨上吉他，背上小号，带着他们的同名新专辑爬上了赶往全国巡演的火车。这列火车的车头在石家庄站停靠了太久的时间，当汽笛拉响的时刻，同行的动车和高铁已经驶出很远，像风一样带走了太多摇滚乐的心和科学知识。这帮认真的土鳖从排练室的窗子探出头抽烟的时候，才惊觉草地诗歌和迷幻噪音的时代早已一去不复还。八十年代姑娘的细小腿如今都缠着黑色的丝袜，套在一尘不染的细高跟皮鞋里在灯火晃眼的夜色大街上踩得蹬蹬作响。而以前一起玩摇滚乐的小伙子也带着墨镜裹着单薄的黑色皮衣，甩着喷喷香的长发，唱着莫名其妙的情歌。屈指可数的几家音像店里放着某某乐队的摇滚本事，连每首歌曲结束时的撇嘴都是惊人的一致。谈恋爱谈恋爱谈恋爱谈死丫的恋爱，耳边能听到的大致都是这样的。

他们的新专辑《万能青年旅店》就这样不合时宜地被摊开在各个城市的livehouse和音乐节现场。有些年轻人站在台下听，听得泪流满面，虽然他们不知道什么叫做“生活在经验里，直到大厦崩塌”，虽然他们不懂什么叫“卖掉武器、风暴和喉咙，换取饮食，背叛能让你获得自由”。但是那些令人心碎的旋律还是被IBANEZ JSM100和金属小号附上了教人落泪的咒语，仿佛推开一扇门，看见堆满酒瓶和电线缠绕的灯光深处，

有人在风暴边缘的无人地带拾起时代落下的碎片和废墟。这个世上从来没有谁赋予谁意志和力量，但是在时间经过的路上被时代遗弃和踩过的人的心脏大抵是一致的。这无异于恋爱经验一般，惺惺相惜，物我两忘。摇滚乐以独立的姿态展示出隐藏在大脑深处最后一根神经末梢的千变万化的愤怒与嘲笑，那些永远不能妥协的声音替代了情诗遮遮掩掩的余地，仿佛浪潮，带着袭卷的不留余地，拥抱了他们。如果要说到爱，差不多就是这样的。

莫名其妙地流泪，站在冰凉空气里迟迟不愿离去。号角响起，肩头有光涌动，被温暖击中。爱情不分昼夜，无论富贵贫穷。即便不合时宜，但似乎总有自认为不可动摇的骄傲和勇气。这跟摇滚乐很像。万青的这张专辑算不上完美，但是它的惊喜来自于音乐本身的态度和脱离于时代潮流的违和感。这是一种成熟的违和感，无可替代。最近网络上一直流传着关于各种高帅富的传说，爱情的标准不等同于你今后要选择怎样一种生活，要和怎么样的人并肩站在一起为舞台上的人流泪。即便总有一天当你再也无法用经验去判断一款音乐播放器的好坏，但是音乐本身带给你的感动是毋庸置疑和熟稔的。即便总有一天你要一个人生活下去，你也不会忘记摇滚乐，不会忘记那些沉默中的爱情。 

Guangsha People

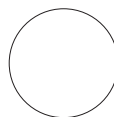
FASHION

广厦人·风尚



以旅行的名义——想着法子看人家逛地球

文 / 李依繁 控股文化宣传总部



《绕着地球去旅行》

作者: 徐铁人

出版社: 凤凰出版社

老生常谈的旅行书，老生常谈的书名，老生常谈的目的地。但是，却是不一样的体验。

我敢保证，你肯定没住过日本的胶囊公寓；你肯定没给美航班机打扫过厕所；你肯定不知道北京机场离首尔机场有多远；你肯定没过去新加坡的烂货市场；你想过巴厘岛的农家乐跟杭州的有什么不同吗；你肯定不知道巴黎的饺子多少钱一斤；你肯定没有走过德国火车站的“后门”；你肯定不知道罗马人为什么讨厌中国小店；你肯定没在荷兰公开贩毒的咖啡馆喝过咖啡……

咱也不是没什么见识，容易被人牵着鼻子跑的初级观光客，在旅行这件事上，咱也是个有追求的少数派——坚决不跟旅行团出行的少数派——只是这个少数派的数量在逐渐增大，显得我们不那么special而已。

而大量的旅行书，要么是旅游攻略、工具书，告诉你该花多少钱，住哪个旅店，游哪条街，怎么走。要么是风景名胜介绍，古往今来这里发生了什么，有多少历史，有多少美景，有多少数据，有多少无聊透顶的介绍。要么是体验式游记，告诉你他在某个地方做了什么，心情如何……说实话，你旅游，你心情如何，关我P事。

而这本书，实实在在告诉你这个地方是如何有趣，在这里会有多少故事。看得人心痒痒，恨不得马上订机票出发。仅仅

如此，就足以让我对这本旅行书留恋。

可惜可惜，我每天蜗居，我每天在同一个城市奔忙，我基本的生活就是两点一线——上班给老板打工，回家给老公打工。好不容易凑齐了年休假，还碍于签证、季节、地域、语言、攻略、钞票、身体的各种限制。好吧，咱出趟门也真不容易。

很早就关注徐铁人的博客，此人的人生，堪比我们的N个人生。照他自己的话说：徐铁人，做过模特、三轮车夫、餐厅服务员、中学老师、导游，写过专栏，现为演员、资深驴友及咖啡馆老板。看吧看吧，这其中任何一项，都可能是别人的一生。

照编辑的话说：资深地球公民徐铁人20年，游历52个国家，以人文关怀的视角，爆料你在旅游指南上看不到的各国人民的生活细节，“澳洲出租车的幸福生活”“非洲机场雷倒中国人的价格”“日本孩子每个月有多少零花钱”，给你还原一个真实的世界。旅行的意义或许应该是，以另一种身份，重新发现世界，重新认识自己。

有经历的男人是很有魅力的，况且是有经历还有精力还有余力写点小文字，拍点小照片，抒发点小情感的男人。

照电视里的那句听得耳朵起茧的话说：身未动，心已远。🌊



与有情人做快乐事

文 / 吴昊 控股报刊编辑部

电影《志明与春娇》
导演：彭浩翔
主演：杨千嬅、余文乐

周末经过c-store的时候买了包烟，车停在银泰楼下，很久没有一个人这样在街上走了。烟总能让我记起很多东西，包括人。当年彭浩翔的《志明与春娇》在香港上映之前，我就想一部以抽烟为切入口的爱情电影拍出来不知道会是怎样一番样子。后来在小咖啡店看完租来的DVD，彭导匠心独特，一个打火机在几个香港年轻人的手中递来递去，吞云吐雾之间，香港后巷的一段爱情故事被娓娓道出。

没什么离奇的情节，无非是一个化妆品柜台的小姐喜欢上了一个广告公司的年轻小伙子。爱情的由来无从可考，或许是两人之间的某一次闲聊，或许是抽出一根烟为对方点火的一瞬间，又可能是几条在雨夜未眠寒暄的温暖短信，爱情来得那么顺其自然回头去争论是谁先爱上了谁又觉得认真的有点好笑。如此毫无做作的电影实在太久没有看见，可是这样的感情有如在校课回家的楼道前拧亮一盏灯，有如在某个阳光灿烂的下午从图书馆的角落抽出一本心仪已久的书一般平凡而充满感动。生活总是有它卸下负担闪亮光芒的种种瞬间和细节，用电影的台词来讲“有些事并不一定要一夜间做完，反正又不赶时间”。不赶时间，欣欣然地爱一回，才是好事。

如果你是女孩子，会喜欢一个在买回冰淇淋的塑料袋里装满干冰，然后把干冰丢进马桶里看着整个卫生间云雾缭绕的男孩子么？这样的男生，不懂办公室的潜规则，没什么大的理想，知道香

港某年出现过ufo，喜欢在人多的聚会上发短信，唱歌的时候有点腼腆，睡觉的时候喜欢从背后抱着你睡，有点孩子气，有点熟男范儿，没什么坏心眼。像张志明这样干干净净的普通男生，与其说在两性关系中从来不会是占据上风的角色，不如说在这样一个快节奏的社会背景下根本就毫无卖点。可是就是这样一个人，让每个人在观影的时候都能迅速想起身边好像总会有这样男生，被女朋友劈腿除了一个人抽烟也不会整天抱怨对方的不是，真实得让人不得不去对号入座，外加一点令人心疼的惻隐之心。这样的男人，当你在纠结完不管是东京还是北京还是南京爱情故事之后，都会多多少少有点喜欢上。因为每个人都会长大的，眼泪流一回也就少一回了即便是一场再普通的恋爱之中，珍惜和诚实都是最会被需要的。

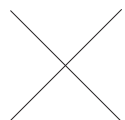
在街上走的时候，天又开始下雨，点了根烟。我想起在大学里喜欢过的一个女孩子，有点像余春娇，没有惊世容貌，笑起来的时候喜欢把手搭在你的肩上。我想如果回到初相识时，我会给她拍很多的照片，手洗出来用木夹子晾在阳台上吹干，陪她去吃饭煲仔饭和龙虾，带她去旅游，听她讲一些老掉牙的陈年往事，带她去看电影，在露天咖啡馆喝手冲咖啡，陪她去庙里烧香，去酒吧参加摇滚派对，帮她写采访稿，画一张简单易懂的公交站台分布图，给她开一个煲汤店，买一双里面有毛的保暖皮鞋。即使没有什么惊心动魄的情节发生也不会像现在这样一个人抽着烟在雨中漫步和假想。

Guangsha People
FASHION
广厦人·风尚



春天，被一场重磅歌舞击倒

文 / 每文 广宏建设



电影《芝加哥》

导演：罗伯·马歇尔

主演：芮妮·齐薇格 凯瑟琳·泽塔-琼斯

这样春光大好的日子里，没有电影是可耻的。就像那款浅绿色的帆布袋，没能搭上一件纯白的棉质衬衣一样，少了一些鲜亮和趣味，人生就多了几许焦躁不安。嗨！春天，本是骚动的季节啊，而内心的明媚总是开在各种电影剧情的最深处，那里，有我心甘情愿的臣服和春天的潮水，有我孜孜寻求的艺术天国，我总以为，这样的人生才是有声有色波澜起伏充满惊喜的。

最近特别看了《芝加哥》，之所以特别，是我总喜欢把好片子都特意留待这样的好天气看，好让我完全沉入佳境，充分地感受那片中的音画魅力。我不得不说这是部符合我视觉的重口味的片子。两个美丽风情而性感的女人，罗克西和薇玛凯莉，都因杀害欺骗自己的男人后被判了刑，在生与死的抉择中，色、名、利、欺骗、交易……一个黑暗的芝加哥粉墨登场了，在穿插着歌舞、爵士与故事情节的展现中，将上世纪20年代芝加哥社会金钱至上的丑陋面纷呈于前。20年代的芝加哥是浮华糜烂的，它是丑陋和黑暗的化身，是罪恶和荒诞的象征。

这就是芝加哥，在监狱里打电话，给钱，辩护，给钱，只要你给得起，就可以洗脱你罪证确凿的罪名。而把各种人命案玩弄于股掌之间的律师比利却可以为你制造假新闻，为你打造故事，粉饰你的过去和人生，让你博取众人同情的同时轰动媒体，最终，你无罪出狱，而他，则名利双收。芝加哥的规则，用比利的話說，就是“永远都有新鲜的血液”。反之，就如那匈牙利女

人，被一吊而终。

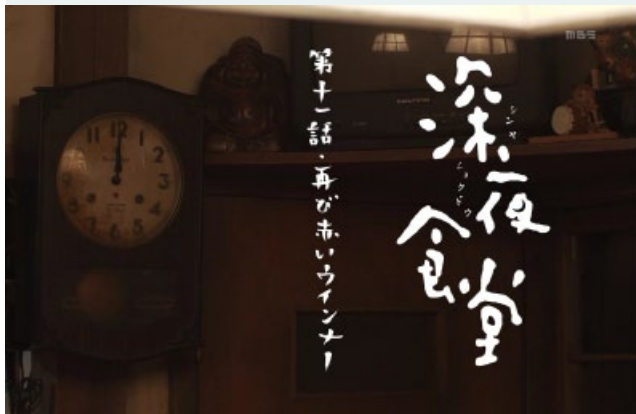
罗克西最后被无罪释放了，这不挺好的吗？这不挺美妙的吗？这不挺了不起的吗？这不挺有趣的吗？繁华落尽后，你还可以过现在的生活，或者，还可以过得更好。可当自由来临，人们为什么渴望的还是名利还是得不到的那些浮华？

好吧，我真的不是冲着什么讽刺性揭露性黑暗性的剧情而去，我其实完全是奔着片中的爵士歌舞而来而且被深深吸引。片中那精美的探戈秀，激情而放荡的爵士可谓登峰造极，丰富而奇特的道具、场景，真的好梦幻。开场的“All That Jazz”实在是精彩绝伦，我最喜欢的是“Cell Block Tango”（牢笼探戈）片段，真的是百看不厌！这部百老汇的著名音乐剧被罗伯·马歇尔搬上银幕后，不愧能获得六项奥斯卡大奖！

齐薇格和凯瑟琳·泽塔·琼斯，我喜欢剧中这两个美人儿的表演，天哪，那两双绝美而性感的长腿，人生得以拥有，夫复何求！

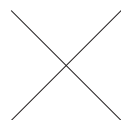
《芝加哥》上映十年了，十年后我们站在玛雅神话的边缘依旧兴致勃勃地甘愿被她击倒。一壶咖啡，一部心仪已久的好片子，就可以享受到一顿美味的电影大餐，这是人生最惬意之处。假如时光能够停留，我愿就在此刻，在滚烫的咖啡香气的氤氲间，在激情而放荡的爵士乐里，当然，还有跳动在窗台的点点的斑驳的春光……





人间至味，只不过是一碗黄油拌饭

文 / 孙璐 杭州建工



剧场《深夜食堂》

类型：日剧

主演：主演：小林薰 / 小田切让

最近我习惯了在睡前看一集日剧，《深夜食堂》，短短的二十五分钟，写尽了那些寂寞却又相同的人生，让人不愿独自面对天明。于是深夜里的一碗茶泡饭、一份烤香肠、一碟土豆沙拉就有了无穷力量。城市若大，人各自精彩，却不约而同的为一碗白饭红了眼眶……食物果然有天生的魔力，加上好时辰，填饱了剧中人的肚皮，却掏空了旁观者的心。

片头缓缓的音乐，似水流，似絮语，流淌在霓虹繁花如锦般映照下的东京，亦真亦幻，令人神往却又轻易地让人迷失。昏暗的小巷里，一家不起眼的小饭店，温暖的橙色灯火在每个夜晚如期点亮。来到这个小吃店的过客都有着不为人知的故事，包括这个脸上虽然带着一道刀疤却充满温情的老板。每个独立的小故事如同这支轻缓的吉他曲，没有刻意的煽情高潮，只是把每一种真实的温情娓娓道来。

很多时候，我们对一种吃食的哀情想念执着，其实，只是为着食物所负载的回忆和感情，我想，食物混合了爱才称得上美食。就像剧中的美食家再刁钻挑剔，对于能够勾起回忆的味道也是毫无抵抗。

感触很多，最能打动我的却是这一道最简单的黄油拌饭，步骤如下：

1. 把黄油埋进热腾腾的米饭里，用米饭的蒸汽蒸30秒；
2. 在融化的牛油上浇上酱油，“只要一点点、一点点……”
3. 搅拌均匀，可以开动啦。

做法很简单，也正是因为简单，温润的米香和黄油的浓郁才得以水乳交融，相得益彰，让人回忆起记忆中最平凡却又最原始的味道。大概感情也都是这么平淡的回味吧，或许是跟童年小伙伴分享过的棒棒糖，或许是跟隔壁那个男生一起吃过的热汤面，或许是生病时母亲端来的一碗白粥，又或许是外婆特别为你烧的糖年糕……留下爱的人也许已经渐渐走远，被爱过的人却一生都在怀念那份爱的味道。那么，你也有永远都不会忘记的那道料理吗？

有人说世界上最好吃的东西有两种，一种是极致华丽的珍馐美饌，另一种就是触手可得却触动灵魂的食物，鱼翅鲍鱼是片段，一碗白饭才是人生，奢欲太多，都比不上冬夜里一碗简单的热汤让人温暖……



读着文字，慢慢就病愈了

文 / 郊区妇女 控股报刊编辑部



《厨房》

作者：（日本）吉本芭娜娜

出版社：上海译文出版社

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

56

本人是看完《厨房》之后，才真正成为吉本芭娜娜的脑残粉的，现在书架上有一格都是她的书了。

这是一本典型的细腻伤感、平淡温柔的日式治愈系小说，毫不纠结的就能轻松翻完。记得第一次看的时候是一个天色暗沉的周日下午，本打算，稍看几张然后睡个冗长的午觉。结果一不小心就阅读完了，抬头时竟然无法分辨自己究竟身在何处，一种温暖的感觉仿佛如脚底注入。喜欢里面变性人的妈妈，喜欢“爱就要说出来”爽快利落的表明心迹，喜欢书的结尾，是的，我是圆满结局控，

芭娜娜说：生命是一个疗伤的过程。她的所有作品几乎都是在提供一个疗伤的方案，比如用厨房，用温暖的感情，或者用一种正确向上的生活态度。这样那样的暗示，无非是力图告诉读者：无论如何，都还是有希望的。

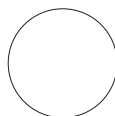
我最爱她的地方是，她的故事从来都是淡淡的，就算是生死离别，撕心裂肺，也能写得平平淡淡。只是后来相继看的书，个人认为都没有超过《厨房》的。





纯真博物馆里弥漫而出的幸福

文 / 马敏 控股报刊编辑部



《纯真博物馆》

作者：（土耳其）奥尔罕·帕慕克

出版社：上海人民出版社

奥尔罕·帕慕克很多可能不熟悉，但是这名土耳其作家他有一本很红的畅销书《我的名字叫红》，应该都有所耳闻。

此书很厚，有566页，无耐心者慎读。我也是差不多花了半年时间读完，好在此书没有多么惊心动魄的情节，也没有激烈到不可调和的矛盾，重新翻开，完全可以继续看下去，即使多进了几页，也不用担心会拉掉什么。此书的口吻是平易且和缓的，无非是在说着一抹遗憾，一个有关恋物癖的爱情故事。故事中的主人公，一个年近三十岁的男子，一个已有婚约的男子，一个身处1970年左右土耳其的男子，爱上了一个十八岁的姑娘。最后他终于鼓起勇气解除了婚约想要去追求那个女孩的时候，她却突然的从他的世界里消失了，于是作为一种追溯，他开始收集有关她的一切，她的发卡，耳坠，明信片。并将它

们一一陈列，便有了这么个纯真博物馆。

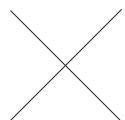
他苦苦地守候，在让读者都觉得凄凉处，表现出强大的毅力与宽容来，他觉得幸福。那种在旁人看来几乎自虐的方式，竟然是他所选择的幸福。我甚至也很俗气的思考“芙颂到底哪里好啦，值得他如此付出。”

书的最后一页，凯末尔说“让所有人知道，我的一生过得很幸福。”看到这一句，忽然觉得很庆幸一直读完它，即使得不到、不拥有，也要恬静安详地等待，从容地生活。 



在音乐中阅读战争和平

文 / 周景新 控股公司办公室



电影：《红河谷》、《黄河绝恋》、《紫日》

导演：冯小宁

战争，和平，对立的两个世界，在特定的时间里却相对共存。我观看了冯导“战争与和平”三部曲，战争的惨烈与和平的美好，在电影里得到了鲜明地对比和交织展现。而其中的音乐，以一种过耳不忘的优美旋律艺术地烘托了主题。

《红》中“雪儿达娃”，钢琴奏出的旋律舒缓而流畅，我们看到了青藏高原碧蓝的天，雪白的云，静澈的湖泊，翱翔的苍鹰，一个少女手捧水瓢，一歪头露出雪白的牙齿，红扑扑的脸蛋，纯净的眼睛……随着缓缓流淌出天高云阔的大气交响乐，人仿佛到了云端。一片和平安详的全景就此展现。

英国殖民者的入侵，打破了这个宁静高远的世界。各行各业的人拼尽全力保卫自己的家园。不幸被俘的头人女儿站在崖边，是那样平静，一曲沙哑嗓音的藏族歌曲最初看似对美丽家园的歌颂和赞美，对美好平静生活的留恋和怀念，随着更多藏民合声的加入，歌声变成了一种直冲云霄的回响，是人们对和平的祈求，更是对侵略者罪行的由衷控诉……

和《红》相比，《黄》的故事更引人入胜。因为有了长城，故事很悲壮；因为有了黄河，情节很绵长；因为有了爱，战争的硝烟中绽放生命的花朵；因为有了正义的信念，乌云绝不会覆盖蓝天。

主题曲“夕阳山顶”恰到好处地穿插出现，那悠扬醉人、凄美摇曳小提琴声，蔓延着一种震撼的情愫氛围，那婉转悠扬具

有穿透力的音符，仿佛是穿行在半空中绵绵不绝不断涌出的感动和共鸣，糅透我们的心扉，是连自己也无法说清楚的难以或忘的梦境，是心底那根柔情的弦在触动，而小提琴的演奏更是淋漓尽致，能带给我们一种强有力而震撼人心的温柔，我们需要的只是静静地聆听……

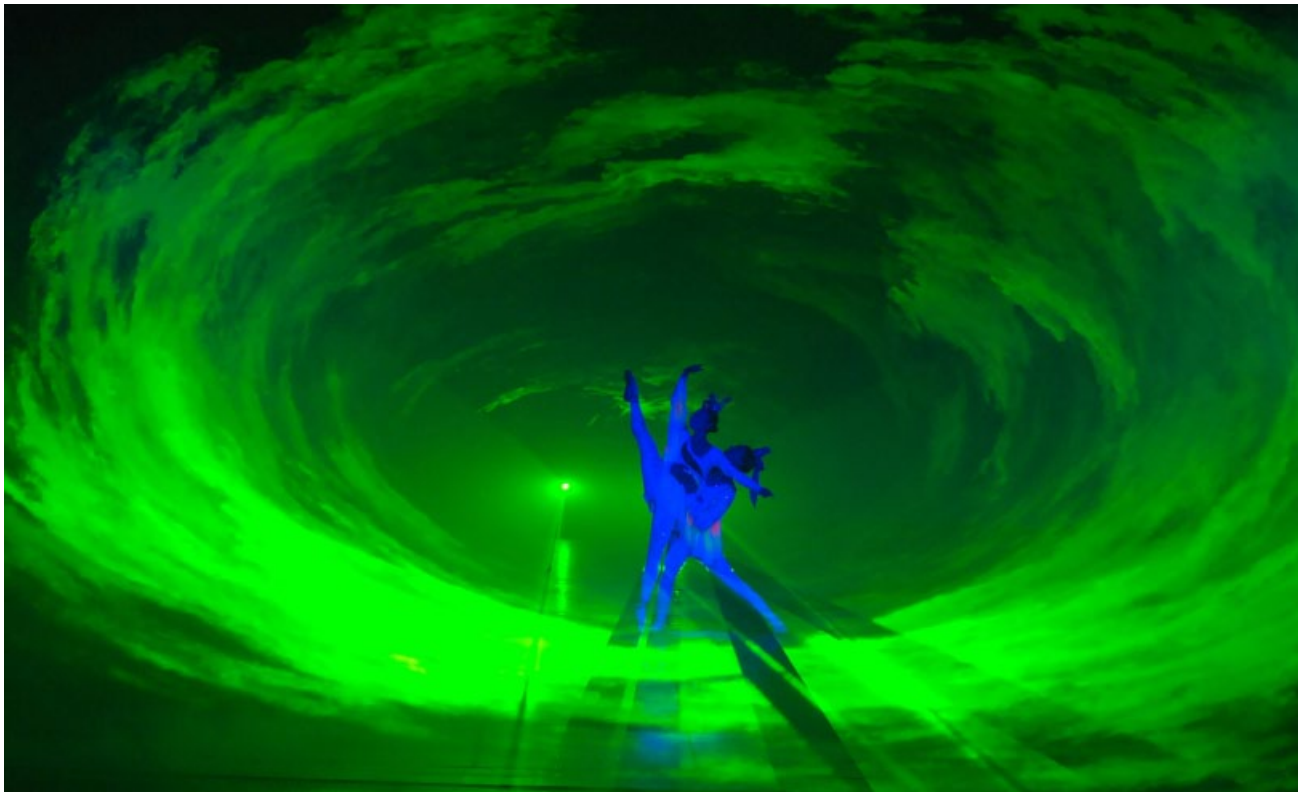
《紫》中第一声八音盒音乐响起的时候，三个不同国籍主角的面孔、神态在我们眼前一一掠过——中国农民充满了不解和愤怒，日本少女带着不安和狡黠，苏联女兵愤怒中有些无奈。三人在密林中多次斗争，也多次共患难，慢慢的，那种单纯的仇恨和怀疑变成了复杂的相知相怜。

一段轻灵而优美的八音盒，几声如扬琴般清脆的音乐，那种纯净的奏鸣本就属于日本少女，在日本军国主义的浓雾中，代表普通民众的女孩迷失了方向，直到她弱小的身体倒在日本人的枪下，她手中的八音盒娃娃被重重摔在了地上，那段八音盒的主旋律，柔弱的纯洁的声音逐渐停止，象征秋叶子生命的终结，象征她那份单纯信任的不复存在。

这段空灵的乐曲总透露着点点忧伤，继而弦乐的气势汹涌而来，将整个气氛推向高潮。或许是那段记忆的停止，停在日本军人滔天罪行后无法避免的下场。

日本军人一一扔掉了枪支。此时，落山的太阳红得发紫……哦，这就是“紫日”！





我在宋城品千古

文 / 周简 控股总部



早有耳闻，杭州宋城有一台大型歌舞剧《宋城千古情》，号称“世界三大秀之一”，加上前些年回家，偶尔看见的“给我一天，还你千年”堪称经典的宋城旅游广告，的确令人神往。龙年春节，终于得暇，欣然前往。在宋城景点内刻意复制的相对粗糙的仿古街走马观花，信步闲逛之后，认真专注的在宋城剧院观看了《宋城千古情》。不禁感叹，用最新科技LED显示屏打造出的3D舞台确实营造出了让人震撼、绚丽梦幻的舞台效果，同时，演员们专注、投入的敬业精神也着实让人敬佩。但笔者对节目的编排，高潮情节的烘托等方面，持有自己的不同看法。

《宋宫宴舞》一章中，编剧刻意营造了南宋时期四方辐辏、万物所聚的大国风范，人间天堂的杭城内一派国泰民安、歌舞升平的景象。在富丽堂皇的殿堂之上，高丽、波斯等国使者依次拜谒献舞，一时间笙歌管弦、众国同乐。然而，在民族特色鲜明、欢快奔放的高丽腰鼓舞，以及充满西域风情、妩媚妖娆的波斯舞蹈的映衬下，真正展现中华民族千年文化的歌舞形式，却表现得较为空洞、苍白。如没有华丽的服饰、绚丽的灯光，那么舞乐本身很难给观众留下深刻印象。从先秦到盛唐，绵延千年、泽被四海的中华传统诗词、曲赋、歌舞汪洋浩瀚、灿若星辰，如能在千古情的舞台上有一至两段精华展示，并结合当时南宋的时代背景、宫廷生活，不是更为完美、更显南宋风貌？既然是围绕“宋城千古情”作为主题，定不可偏离时代背景，南辕北辙。

在《西湖传说》一章中，“梁祝”的演艺形式较为新颖、富有创意。灯光营造出如梦似幻的时光隧道，梁山伯与祝英台翩翩起舞，凄清绝美。但在如此浩大、先进的演出平台之上，仅依靠舞台上的真人表演，显得动作与造型较为单薄、空洞。导演团队是否可以充分利用活动舞台的优势，通过对演出平台进行升降、远近、高低的调控，加大空间延伸感，使之更具艺术感染力、更能引起观众共鸣？

而在讲述《白娘子和许仙》的故事时，观众除了记得舞台中央荡漾开来的水面和观众席上淋漓而下的水帘以外，故事编排，人物动作缺乏连贯性，高潮情节没有完整表演，可能是因为演出时间的限制。但笔者认为，既然全剧突出的是一个“情”字，最好用四、五分钟时间，通过演员动作、舞美技术来深入演绎这段发生在西湖断桥边、雷峰塔下的千古佳话。

当然，作为一个旅游景点中的助兴演出，能有这样的水准当属不易。笔者也曾观摩过众多景点中所谓的“印象”系列，与他们一比较，《宋城千古情》也算经典。但要比肩世界名秀，是否更要缩小差距，趋于完美？杭州这座极富中国古典文明底蕴的城市，在业已举办世界休闲博览会、西湖成功申遗的背景下，需要的不仅仅是维护好这片云山秀水，更亟待打造出属于自己的精神产品和文化形象。

一池碧水、三面云山、丝绸锦绣、茶香氤氲，千年的文明在这个城市流淌而过，如何将这种吴越传承、江南灵秀表达与展现出来，体现出一个城市的文化自信，更考验着文化产业运营者更具品质的智慧。 



路过惠州

文 / 李健 陕西路桥



凌晨三点，带着疲倦踏上惠州的土地。

和其他地方一样，出站口挤满了拉客的出租车司机。我们走出老远，搭上一辆刚刚进站的出租赶往市区。第一个印象是马路很宽，路上经过东江大桥，著名的东江纵队就曾经战斗在东江流域的广大地方。

来之前查了有关惠州的资料。但是，实际到处也没有非常的特别。我们住在环城西二路的一间旅馆，院子毗邻惠州的名胜西湖景区。出了旅馆大门，沿街两边都是硕壮的细叶榕和木棉树。我是第一次看到木棉树，不禁想起舒婷的那首《致橡树》的诗歌“我愿是一株木棉/以树的形象/和你站在一起。”

街对过往前走一点有一个巷子，大概是叫做“湖西市场”吧，是有点类似西安建工路的农贸市场。大大小小的商铺和摊位沿街而立，最多见的商品是鱼干和梅菜。这里的梅菜很有名，是当地的特产。惠州梅菜不寒、不燥、不湿、不热，不仅可独成一味菜，又可以把作配料制成梅菜扣肉等菜肴，因此深受岭南、港澳、东南亚一带的青睐。

中午沿着惠州西湖走了一圈，回到旅馆的时候脚底生疼。这里的西湖也有一道苏堤，沿苏堤往里走，建有一座塔，也是北宋苏东坡的纪念馆所在。惠州之所以闻名，很大一部分要得益于苏东坡。据记载，北宋时候，苏东坡被贬谪惠州寓惠三年，在惠期间，他先后写下了160首诗词和几十篇散文、序跋。其诗文歌咏惠州风物，使惠州名扬四海。其中包括大家耳熟能详的那首《惠州绝句》：“罗浮山下四时春，卢橘杨梅次第新。日啖荔枝三百颗，不妨（辞）长作岭南人。”以苏轼对于荔枝的钟爱，如果在今天，一定会被冠以美食达人的称誉了。所谓“东坡到处有西湖”，正是是苏东坡成就了惠州西湖的盛名。

走在路边，脚下是散落的木棉花瓣；随手捡起一朵来，并没有怎么浓郁的香味，只是深深的瑰红色。在浓浓的树荫里，近观摇曳着

的湖水，远看玉塔微澜，这，便是“半城山色半城湖”的惠州了。

汕尾

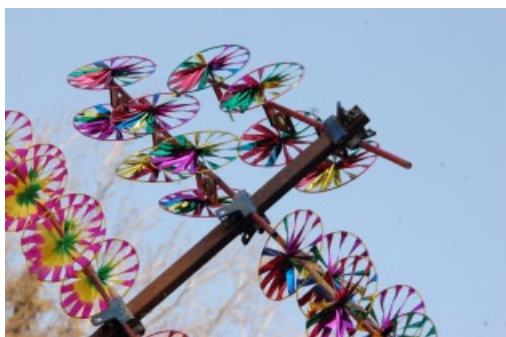
汕尾的地名并不是与汕头相对应，只是当地人称呼地名为“某尾”或者“某某尾”的一种习惯而已。汕尾有一条滨海大道，隔着这条大路一边是连接南海公海的海湾，一边是当地人十分尊崇的妈祖娘娘的庙。

妈祖在滨海各地老百姓的心里，有着无比崇高的地位。人们虔诚地膜拜妈祖祈求平安和福分。寺庙里坐着挂牌服务的卦师，为远近而来的信众解签。甚至于有人传说，汕尾之所以这些年来很少被台风袭击，也是因为此地有妈祖娘娘镇守。

而在路的另一面，在海水里摇晃着渔家的船只。现在的渔船都是柴油动力，我们在海滩上见到一位渔家大哥，想跟他攀谈几句，纠结的是我们说的他听不懂，他说的我们也搞不明白，结果他就自顾自地去修他的船了。但是他亲和的笑容里有着一种质朴而又洒脱的气质。我注意到他的脖颈上挂着保佑平安的玉，这让我强烈意识到出海捕鱼的种种艰难险阻。

中午在当地朋友引领下，我们来到距离妈祖庙不远海前街的排挡，品尝了汕尾当地最地道的海鲜。印象比较深的有三道菜，一个是扇贝，一个野生海虾，还有一个是红目连鱼，都是不曾尝到过的滋味；因为产自深海，很鲜，而且价格也很便宜。在排挡里我还看到了纷纷乱舞的海蛇，想想要吃掉这样的东西，真有些恐怖。

汕尾市内的出租车比较少，而且一律不打表，只好乘坐机动三轮和摩的。摩的师傅把车子开的飞快，载着我们两个人一路惊心动魄。办完事乘坐大巴离开汕尾，大巴司机也是一样全速前进，从深汕高速转到省道254公路上，像是要用力去追赶沿途那层峦叠嶂里越来越浓重的暮色。 🌊



老北京的年

文 摄 / 苏君 控股报刊编辑部

也许我们总是想不断地抓住些什么，可实际上我们一直在不停地失去……

春联、饺子、爆竹、压岁钱、庙会……

提起这些词，自然扯出了我们的传统节日：春节。

很多人都说，还是旧年过得有滋有味。寻找旧年情怀，大概也只能从旧东西里去寻访。也许正是想要去寻找这种旧年的情怀，2012年春节，我再次来到已经阔别15年的北京。

老北京人过年，从腊月初八家家户户泡腊八蒜就开始有了年味儿。民谣讲：“老太太，别心烦，过了腊八就是年。腊八粥，喝几天，哩哩啦啦二十三……”。腊月二十三又称“小年”，从这一天开始，北京人更加忙活了，要祭灶，扫房子，蒸馒头，置办年货，贴“福”字，贴年画，剪窗花，贴对联，贴门神，贴挂钱，一直忙活到除夕，开始过大年。

老北京人总是把“福”倒着贴在门里、衣柜、水缸上，寓意着福到了。贴春联也有许多讲究，一般百姓家贴红色春联，门楣上贴“横批”；内廷、王公府第一律用白宣纸镶红边；守制者（有父、母丧者）

则要用蓝纸；庙宇用黄纸。

过去大多数老北京人家都供有佛龛或神像，到了年三十最讲究的要摆上九堂大供：有成堂的蜜供，成堂的套饼，花糕的面鲜，成堂水果、花糕大小八件，年糕年夜饭，素饺子或蒸食，素炒菜或炸食。家境不好也要摆三堂或五堂供品。北京人过年讲究的就是吃喝玩乐，以吃为主。这些供品实际上也是为人准备的。北京人除夕晚上的年夜饭（又称团圆饭）是必不可少的，也是全年最丰盛的一次晚餐。除夕的年夜饭要荤素一起上，有冷荤、大件和清口菜。

非常郁闷的是，即便是提前了一个星期，除夕晚上我还是没有订到年夜饭，据说所有的酒店都是爆满。于是只好跑到三里屯找了家口碑不错的西餐厅，更让人意外的是偌大的西餐厅居然只有我们一桌客人，整个餐厅安静的似乎在地球的另一边。匆匆吃完这顿让人不知其味的饭回到了酒店，经过酒店餐厅时随意的撇了一眼，满座的客人中竟然有至少一半是老外！于是我彻底凌乱了……

初一到初五，北京人要串亲走友，相互拜年，请客送礼，逛庙会，逛厂甸。初一大早，我就来到了北京地坛公园。还没到门口，已经是人流车流挤作一团——这里是北京最大的春节庙会。

按照中国古时的讲究，天圆地方，地坛公园的整体布局正是按照这个规则修建。进了公园南门，沿着“田”字的型的通道两边已经铺满了各式各样的彩棚，吃喝玩乐，样样俱全。拉洋片、吹糖人、杂耍……浓郁的气息在这里弥漫。

北京人的春节习俗，实际是一种抹不去的民俗文化，它蕴涵着家人团聚的温馨，辞旧迎新的轻松和期望，这是一个充满了欢乐和美好理想的古老传统节日，已扎根于心目之中，所以才能延续至今，它还将世世代代延续下去，向后人向世界传播我们这个古老民族的文化信息！

小时候，最期盼的就是过年，最喜欢的就是过年时那种热闹的气氛，家里吃不完的糕点和长辈们的压岁钱，更难忘的是伙伴们一起疯玩的傻劲。

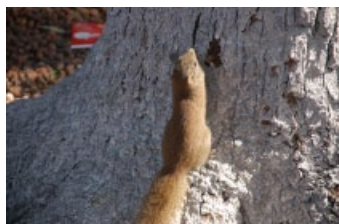
日子一年年过去，我们开始慢慢长大、成熟，这个世界变得越来越丰富多彩。但是我们总是在说，年味淡了，淡出人们记忆的何止是过年的形式，而是一种深入民族骨髓的传统文化。虽说有饭店可以订餐、有信息可以问候、有电视可以观看、有网络可以畅游，但难以感受到儿时那种急切的期待，浓烈的亲情，熟悉的乡音和纯真的快乐。

我们总是在忙碌着所有我们以为重要的东西。潮流、时尚、便捷成为了我们衡量一切的标准，我们对传统嗤之以鼻。过年，似乎也成为了一次例行的度假。

我们好像懂得了很多，更想得到更多，可却再也没有了那种期盼和喜悦，那种简单的快乐离我们越来越远。

也许我们总是想不断地抓住些什么，可实际上我们一直在不停地失去……





与动物们不期而遇

文 摄 / 项德金 控股企业管理部

业余时间，我喜欢背着相机到处走走，记录下生活中许多美丽的瞬间，而拍动物就是我这个业余摄影爱好者的一大乐趣。

苏堤的树上，一只只松鼠串上跳下，向人们显示它们卓越的轻功；冬日阳光的西湖里，游泳健将一鹅、鸭们或下水觅食，或给自己挠痒痒，或驻足栖息，或畅游水面；鸽子、麻雀们各自在地上捡食游客们喂给的鸟食；栖息在柳枝上的白鸽正振翅欲飞，落在地上的白鸽向人们展示着它的洁白和美丽；厦门鼓浪屿海面上翱翔的海燕，看上去活象美国最新式的战头机……在充满现代文明和和谐的都市里生活着的动物们无疑是幸运的。

生活是美丽的，快乐的，生活在杭州的人们更充分享受着大自然的美丽、和谐。这和谐不仅来自于杭州的美丽，更来自于人类和动物天使们的和谐相处。在杭州生活多年的我是很幸运的，因为我时刻享受着这种美丽与和谐，爱好摄影的我，拿起自己的单反相机，尽情地记录着各个精彩的瞬间、美丽的画面，抒发着自己热爱生活、热爱杭州、热爱西湖的情怀。

用相机捕捉动物们的精彩瞬间有着别样的乐趣。如松鼠的可爱之处，不仅在于它高超的攀爬技巧，还在于它走走停停，东张西望，而我则选择了它从地上树根处向上的瞬间；鸽子是和平使者，是与人最亲近的鸟类，我选择了鸽子与麻雀同台捡食和鸽落枝头，振翅欲飞的场景，展示在西湖景区各种动物各平共处的画面；西湖孤山边上浅水里栖息游玩的的鸭、鹅们也是西湖的一道风景，以见底的清澈湖水为背景，数只鸭、鹅休闲的场景，展示西湖不仅是人类的天堂，也是动物们的休闲乐园；在厦门鼓浪屿拍摄飞翔中的海燕时，我捕捉到了海燕正面完全舒展翅膀和侧面向前疾飞的镜头，不仅展现了海燕的形体美，也展示了海燕疾飞时全身高度投入的状态。 

云南唱游印象

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚



Guangsha People

FASHION

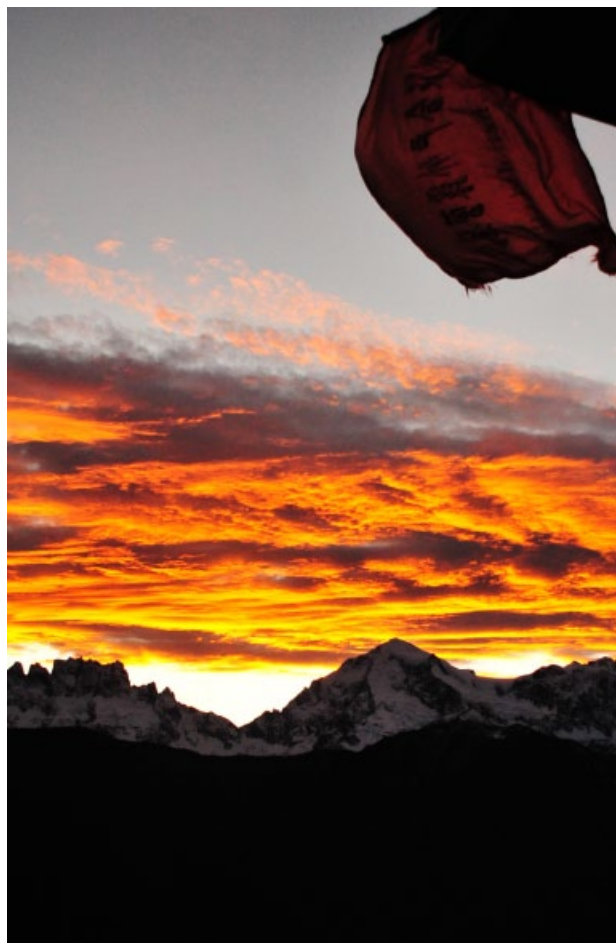
广厦人 · 风尚

66

也许在每个人的心中都会有一个云南，弥漫着云雾和七彩的光芒。它可能是印在丽江水车的倒影中，刻在大理古城的青砖上，和香格里拉的每朵白云一起漂浮，与泸沽湖畔的星空一起呼吸闪烁，或者是跟着杨丽萍的孔雀舞一起摆动。而我的云南印象是连绵起伏的雪山，它静默在天地间，像一位仁者在希望与幻灭共生的人世上闭目养神。

在滇藏交界的梅里雪山因为拥有被称为藏传佛教四大

神山之一的卡瓦格博峰而闻名于世。它的具体所在是位于云南一个名不见经传的小镇德钦边上。到达德钦之前，刚从香格里拉的星空下苏醒，就被塞进一辆充斥着酥油味的面包车里，一路颠簸着进了山。山路时而绵延在头顶，时而又惊现在脚下的深渊之中。旅途带来的倦意时常袭来，但眼睛却为车窗外的景色所着迷。高低起伏的山脊仿佛印象派画中的线条，粗犷奔放。而因雨水冲刷带来滑坡的红色山体被纵横的



沟壑划开成各种色块，不断撞进我的眼睛，仿佛电影预告片，在各种剪辑的交接处暗示着真相所带来的高潮会有多么跌宕起伏，摄人心魄。

卡瓦格博峰的现身仿佛是在瞬间，它来得如此突然和炙热。当车上的人开始惊呼和雀跃之时，我透过猛烈摇晃的车窗目睹了它的真身。它如同一把尖刀的刀锋，矗立在浓密的云层之下，又仿佛割开了天空的咽喉，带走了我瞬间全部的听觉，即便只剩下无限的仰望也不足以看尽它全部的美。这种惊心动魄的美就如同被你深爱的人一把揽入怀中，除了满溢的幸福，你竟然忘记了语言和泪水，忘记了世界的存在。

深冬云南之旅，如果不去和热情洋溢的雨林撞个满怀，行走于苍茫雪山的脚下或者徜徉在喇嘛虔诚的转山转水途中，竟能领略到另一番神秘的肃杀之美。那种美同样是色彩浓烈，少了五彩斑斓的温文婉柔，多出浓重深刻有如刻刀入木三分般的缄默铺陈。那是山的襁褓，是个人情感的故里。所有的骄傲浮躁、沾沾自喜在这面前都变得羞愧难当，仿佛要低到尘埃中去一般。

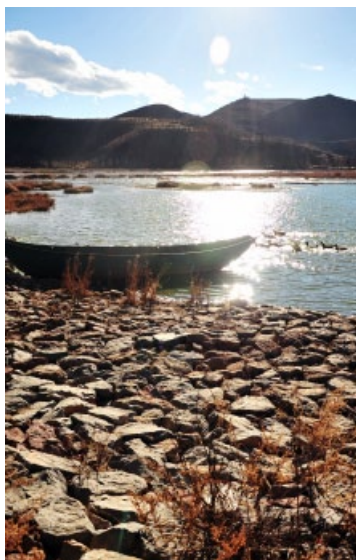
鲜少看见有人在如此雄伟壮阔的风景里高谈阔论，人们



深冬云南之旅，如果不去和热情洋溢的雨林撞个满怀，行走在苍茫雪山的脚下或者徜徉在喇嘛虔诚的转山转水途中，竟能领略到另一番神秘的肃杀之美。

只是静默——喇嘛或者转动经轮的行者饱含热泪地俯身長跪。那是神灵居住的地方，是天堂。我竟然忘记了在金沙江畔徒步的疲劳，仿佛看不够那些巨石垒出的秘密，仿佛听不够江水滔滔的倾诉。从感情上我似乎还没有准备好要和那些粗线条的山川江河达成一个关于柔美云南的一致，却已经迫不及待地跳进了山的盘坐、水的奔赴之中。因为这般跳脱记忆的真实，竟让我自由得如同林间跳跃的小鹿，圈点涂抹属于自己的云南印象。

回到香格里拉的那天，最后去了被誉为小布达拉宫的松赞林寺。转湖的喜悦不能言说，天高云阔，内心已然被天人合一的理想所荡涤。当漫步于寺庙宫殿的石阶上时，聆听宗教密语的各种传说，转身看见一个红袍加身的僧人凭栏远眺。我不知道他眼见的风景和我看见的有着多少异样，只是这当下的心境我竟能体会出几分。如果这一秒的感动能被保存千年，那么我看见的那颗沙里有一个天堂。 





老友记主题咖啡店 现实中的“central perk”

文 / 李佳佳 摄 / 吴昊 控股报刊编辑部

“有人想去喝点咖啡吗？”

“去哪喝啊？”

当瑞秋和钱德勒说完这句对白，《老友记》全剧在此最终落下帷幕。

这样的对白，相信许多看过《老友记》的美剧迷们一定不陌生。对白中他们要去的地点，就是《老友记》虚构出的一家位于美国纽约市格林威治村的“central perk”中央咖啡馆，也是剧中六位主角闲谈喝咖啡消磨时光的主要场所。

看到文三路307号老友记主题咖啡店门前的“central perk”字样，即刻把我拉回了美剧《老友记》里的情节：住在纽约的六个好朋友，在“central perk”中央咖啡馆里相识相知，一幕幕诙谐搞笑的剧情在此上演。剧中的每一集的开场，总会出现“central perk”的特写。

这部曾风靡世界各地的美国幽默情景剧从1994年开始，连续播出了10年，也是美国历史

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚



上甚至是全球范围最成功、影响力最大的电视剧之一。讲述的是住在纽约的六个好朋友：瑞秋·格林、罗斯·盖勒、莫妮卡·盖勒、钱德勒·宾、菲比·布菲、乔伊·崔比安尼，从相识到后来一起经历了10年的生活中发生的故事。

剧中人物在“central perk”里，因为情感、原则、利益、地位等问题产生矛盾、闹出一连串笑话，但亲情、友情、爱情也在这里升华，美国普通人生活一面展现。

美剧迷一定不愿意错过这样的真实场景：坐在central perk中央咖啡馆内的那张长沙发上，想象着剧中人物罗斯、瑞秋、莫妮卡和钱德勒之间的对话时刻。

在老友咖啡馆内，一样的橙色沙发、一样的桌椅、一样的咖啡吧台，摆放的位置都与剧中一模一样，甚至连沙发前的电视和背景墙上的涂鸦，都原样恢复了剧中场景。此刻，你就是老友记中的男女主角！吧台点餐的黑板上，用粉笔写着当天的菜单，一切都依照剧情还原，剧中的莫妮卡是一名厨艺了得的厨师，菜单上还特别设计了莫妮卡甜点，美剧迷们可以亲口品尝一下莫妮卡的厨艺水平。

沿着楼梯上楼，拐角处的整面墙上绘制了剧中时常出现的纽约大



楼全景。二楼尽头处，还特别原样制作了剧中人物莫妮卡、钱德勒和乔伊的家：懒人椅，足球桌，更有莫妮卡的厨房，莫妮卡在剧中烹制小饼干的场景又现眼前。

莫妮卡和钱德勒的房间，成了附近许多公司的开会聚餐地，坐在莫妮卡房间的沙发上，享受下午茶。偶尔学着美剧里的美式发音，拿腔拿调的模仿两句剧中对白，恍若又回到了老友记时光。

老板Leah是留美回国的美女，也是个地道的美剧迷，为了圆梦，辞去了原本不错的工作，在文二路307号上开出了这家特别的咖啡馆。

“北京等地已先后开出了老友记咖啡馆，而杭州的老友记风格与其他城市的取景略有不同。把剧情中的场景直接搬到了现实，让那些酷爱老友记的人都能过把瘾。” Leah说，那些钟爱老友记的美剧迷们，不论年龄老少，带着怀旧的心情，时常光顾。

老友咖啡馆里的故事比真实版《老友记》更

令老板Leah惊讶甚至感动，有老友记迷第一次走进莫妮卡的房间双眼湿润，久久不愿离去；有客人选择在情人节当天模仿钱德勒向莫妮卡求婚的场景，有客人要求免费为老友记打工，更有客人连续一个月天天光顾……可见美剧迷们爱屋及乌，对《老友记》的痴迷程度。

Leah会对每一个客人说：“不要认为这家店是我的，central perk属于每个喜欢她的人，重要的是她的存在，让来的人都觉得自己是主人才能体会到friends的生活理念，来central perk，就像来自自己的家”。

虽然算不上是忠实的老友记迷，但却被细致逼真的装修和老板的真诚和良苦用心打动了。回家后，即刻在网上把《老友记》翻出来再次细细品味了一遍，熟悉的场景，熟悉的剧情，唯独那个年代的独特生活方式已渐行渐远，但凭记忆，依旧值得回味。

那些鲜艳的色彩们

文 / 马敏 控股总部报刊编辑部

近来收拾衣橱，把自己吓一跳，为什么，因为我发现自己的衣柜里也有很多五彩缤纷闪闪发亮的衣衫。

我记得我是多么憎恨那些妖娆多姿的色彩，可以自主买衣服的时候，差不多也是接受亦舒小说洗礼的年纪，女主角统统穿小圆领白衬衣和蓝布裙、卡其裤以及平底鞋。所以，我衣服永远是黑白灰，至多还有蓝色。可是这些粉色亮红嫩黄都从哪里的，这些女里女气的衣服都是自己一件一件买回来。更令人脸红的是，还有几件闪耀着熠熠生辉的亮片装，它们暗藏在衣柜深处，散发着战无不胜的光芒。

原来过了30岁的女人都会爱鲜亮的色彩，我也毫无例外。可事实是，这些靓丽的颜色确实会令你看上去气色大好。年轻时候如大多数姑娘一样青春洋溢还有一张红苹果的脸，即使一块抹布披挂着也好看，彼时是人衬衣裳，而如今人老珠黄，须靠衣服来提色。有时候前晚没睡好，憔悴不堪，扯来一件咸菜绿的衣服套上，分分钟显得面如菜色，像个要饭似的。埋头翻箱倒柜，换上一件橘黄和桃红撞色的T恤，顿时形象分挽救了不少，至少看着像一名“还有残余青春的妇女”。

看来，倒不是品位变了，而是岁月逼迫你改变。

年过三十，除了那些灰扑扑的颜色欺负你，其实就连普通的白衫色也要慎重。如白雪般纯净的颜色，同样清澈的眼神和水蜜桃般饱满剔透的肤色与之相称。二十出头的时候，有好几件款式不同的白色棉麻的松身白衬衣，每天换着穿，然后跳进一条蓝色细腿牛仔褲里面就可以出门了。这几年，总觉得穿着稍嫌平淡了一点，以为是款型不适，或者质地不佳。当我读到《胭脂》里面说，十几岁的少女，穿一件六块半的男士白汗衫看起来也舒服惬意。才惊觉是因年华无情。

当然也有肤白貌美、气质超然的女郎把一件普通白衬衫穿的惊心动魄的美丽。我等普通群众只好收起那些平凡寡淡的衣物，开始寻找那些能令你看起来年轻五岁、并能提亮观看度的绫罗绸缎们。

对自己开始喜欢蕾丝、蓬蓬裙也毫不意外，心理书说这叫女人的后青春期恐惧症，可能女人在青春快逝去的时候，会重拾，或者叫珍惜这些少女时代的东西。这些之前非常抵抗这些花哨的装束，现在甘之如饴的接受。随着岁月增长，对事对人都更加宽厚和从容，穿衣打扮这件事也不会制定那么条条框框，穿的英俊帅气也好，温婉娴淑也罢都不用那么认真，其他迫不得已的情况的已经那么多了，那么穿什么就看心情好了。

现在如果路上看到一个穿粉色蕾丝裙，但脸上有斑，还有踪迹可循的皱纹的女人，我不会毒舌地评价她装嫩，而是心怀敬意，欣赏她的勇气。👍



开启我的快乐瑜伽之旅

文 / 李国珍 摄 / 吴昊 模特 / 李国珍 股份公司

因为一次瑜伽体验，爱上了瑜伽。

第一次的瑜伽体验课让我记忆犹新。记得第一次上课，换好瑜伽服，匆忙走进教室，突然发现教练是个男生。因为去得晚，留给我们的只有教练眼皮底下的位置，最前排的正中两个。教练对新学员要了解些基本情况，问了一些问题：最近有没有练啊，在哪儿练啊，身体状况如何啊，我们一一作答。这个老师长得一身健壮的体魄，却有着—双柔和的眼睛。

接着瑜伽开始了。—开始是静思冥想，时间意想不到的长，我忍不住睁开眼看看四周，大家都是纹丝不动，只好继续，心里忍不住地偷笑。而后就是各种瑜伽动作，犹如白鹤展翅，金鸡独立，各种姿态，各个动作有着神奇功效：增强腹肌，去除腹部多余脂肪，增强肾脏功能，又有增强记忆力等等。很诱人。只是虽是基础瑜伽，却也劳其筋骨，加上我的平衡力实在有点差，很多动作都是东倒西歪，勉强为之。教练却在—旁不时地柔柔说道，没关系，觉得有难度，可以不用做，休息一下。我只不甘示弱，总是尽力展示。虽然动作可能笨拙的可笑，总算—节课就要结束。到了最后的瑜伽休息术。在黑暗中，耳边响起具有瑜伽特色腔调的唱诵，“请大家随着我的节奏，放松各个部位：大脚趾，另外四个脚趾，脚背，脚踝，小腿，膝盖，膝盖窝，大腿背部……”直至头皮。我差点真的进入睡眠状态了。最末集体再做扣牙动作，据说具有健齿功效。我只听得身边—阵扣牙声，与我—起的同伴还特起劲。笑得我浑身打颤，幸好躺着。

这就是第一次的体验课，我的快乐瑜伽之旅从此开始。

清晨醒来，睁开双眼，先来个瑜伽舒展，唤醒下身体，轻松起床后，打开CD，听着水木年华充满青春激昂的歌，新的一天就这样开始了。 



魔术背后，你不知道的故事

文 / 邢笑嫻 摄 / 吴昊 股份公司

第一次接触魔术，还是因为偶然在台湾综艺节目上看到一个女孩子在节目里表演近景魔术，节目里女孩甜美的外表和神奇的魔术效果让人眼前一亮。刚好那时正在为年底年会上表演什么犯愁，这下心里就有了主意了。厌倦了唱歌、跳舞。我，为什么不可以也表演魔术呢？

决定了要表演魔术，对这个行业完全不了解的我，辗转问了好久，终于联系上一个真正的业内魔术师。我告诉他我要在一个月內排出一套完整的魔术表演，问他OK不OK？他说行。当时执着的我就直接杀过去了，没有去深想后面会遇到的问题，只是觉得我有兴趣，我要做好它，我的魔术师之旅就此开始。

师傅教我的第一套节目，是在前年的公司年会上表演的，操练了半个月的时间。晚上别人都下班了，我就躲在办公室里练我的魔术。在这个过程当中，我发现了很多好玩的东西，那些在电视里看到的魔术，我知道了它们背后的秘密。可是，师傅说魔术师的职业道德是不可以揭秘魔术的，因为很多魔术是魔术师很辛苦花好几个月构思，再花很久的时间做道具，才能展现给大家精彩的演出效果。而更重要的是，魔术本身的魅力在于它带给观众震撼、神奇的视觉效果。

记得第一次上台之前，紧张的人浑身发抖。尽管在后台师傅一再告诉我别紧张，只要按照平时练习的做，一定会有掌声。可是我还是心惊胆颤的不知道怎么镇定下来。直到背景音乐响起，直到我走到舞台中间，我终于明白我不需要再紧张，因为这就是我的舞台。而台下的观众，即使只有一秒，我就能让他们感到好奇。然后，我就可以看到一些东西，非常特别，你不知道，就是他们的表情……

而在今年年会上，我和师傅提出了想要有一套专业点的魔术节目。于是，我开始学习手法。而效果最好的往往是最难的。人们总希望看到魔术师变





出活物来，比如出鸽子。我当时在练习的时候，常常会担心鸽子受伤或者不听话之类的。可是没想到师傅的鸽子都很乖，都是经过专业训练的。我只要练习完一次，我就摸摸它们的头，亲下它们，说些表扬它们的话。师傅说你对它们好，它们才会对你好，对待道具也是一样的道理。

在练习的过程中，常常是一个动作要不停的重复练很多遍。所谓手法，其实就是快和准。需要魔术师不停的反复练习动作，这真的是很枯燥乏味的体力活。因为某个动作练到手指都练破了总是练不好，很气馁，很想放弃。这时候师傅总是会对我说，短时间内要出来一套节目还要敢于上台表演已经很好了，专业魔术师一秒钟的一个动作就最少要练上一个月。坚持是一种品质，没有不劳而获的故事，有的是积累和沉淀。当我真的在演出当天表演的时候，真心觉得如果不是之

前的辛苦练习，今天在舞台上我就不可能应付自如，也不可能得到观众的掌声。

最后，推荐一本关于魔术的非常精彩的电影给大家：克里斯托弗·诺兰执导的《致命魔术》，它很好的诠释了魔术的真谛：牺牲和奉献。看完电影后你就会明白每一项伟大魔术的完成，都与三个过程密不可分：一为“验证”，魔术师展示了看似平常、实则已经动过手脚的表演道具；二为“转移”，魔术师手中看似普通的事物，瞬间变得与众不同，这个时候，如果你想找魔术背后的秘密……那几乎是不可能的，这也是为什么还会有第三步；三为“蒙蔽”，这也是魔术中最关键的环节，是魔术师利用技巧进行掩饰的过程，一旦达成某种平衡，就会产生那种前所未见、让你无比震惊的现象——也就是魔术。🔮

“海淘”，享受另一种购物乐趣

文 / 李佳佳 摄 / 吴昊 模特 / 张之娇 控股报刊编辑部

我的房间可以用半个“淘宝仓库”来形容，因为网购的便利，选择多，我偏爱在网上淘衣、淘包、淘鞋，还有各种美食。

每当收到大箱小箱的网购“战利品”，有如意外收到的一份神秘礼物，怀揣着兴奋和好奇之心开启，当确认货品完好后，心满意足的收入囊中。

我的网购经验级别日渐升高，“淘瘾”也日渐加深，我开始尝试“翻墙”去国外网站“海淘”。在这些国外购物网站里，各类国外产品齐全，有种“淘深似海，踏入海淘就会深陷其中”的感觉。

第一次上美国的iherb“海淘”，那些品种多样的国外产品即刻吸引了我。但心里不免有些忐忑，担心“海淘”可能因语言不通买错产品，或产品质量与图片不符；千里迢迢从国外运送至国内，会不会中途受损丢失呢？

没想到iherb的页面上设有多国语言界面，只要点击进入中文界面，所有产品名都用中文显示。印象中的国外购物网站产品不多，且大都是密密麻麻的英文，暗自惊叹，现在的国外网站已做到如此水准。

网站上的产品分类也非常齐全，中文产品名称一目了然，保健品、洗护美容品、食品、健身产品、婴儿用品、甚至还有宠物用品。更让我兴奋的是，几乎所有产品都有折扣，价格实惠，有些曾在国外购买过，但回国后一直没有机会再买的产品也在网上找到了，立马让我怦然心动。

很快在网上拍下了我要的东西，大约10天左右，网购的产品就到货了。当我打开箱子发现所有的物品都完好无损，产品质量非常好，我悬着的心终于放下了。第一次“海淘”如此顺利，心中暗喜，“海淘”并非我想象中那么难。

几次的试水，越来越得心应手。不止iherb，我还逛了其他的一些国外网站，这些国外购物网站不但能淘到许多大牌的“便宜货”，也能省去代购可能带来的仿品或次货问题，保证产品质量。

整个购买过程也很方便，连我这样初入淘海的菜鸟，也能很快上手：注册用户，选择产品，每个产品都会显示快递的重量，方便邮费的计算，用中文填写完整的送货地址，然后使用国际信用卡支付，完成。

这些常逛的“海淘”网站上，如iherb可以淘到国外品牌的鱼油、蜂胶、维生素等保健品，母婴用品，大牌的衣服、鞋包、化妆品、护肤品等。甚至一些在国内受到热捧的国外中档品牌，COACH的包包，UGG等，国外购物网站上与国内的差价非常大。特别是美国（第一大网上鞋店）6pm上，时常能淘到比国内同一品牌鞋子便宜三分之一的价格。

母婴产品在国外网购网站上很受欢迎。自国内奶粉事件出现后，身边许多准妈妈们选择去网上购买国外奶粉，而“海淘”省去了国内淘宝网站上一些进口奶粉的品质不确定性，价格也更实惠。

隔三差五我就会流连于这些国外购物网站，看到有趣好玩的国外产品，偶有内心纠结，但仍忍不住会下单，家里也因此堆满了许多一时用不上的闲置物品。

我会把我的海外网购经推荐给身边的亲戚好友，爱美控们，会嚷着要求我帮忙代购护肤品；还有那些吃货们，也会在我推荐的国外网站上购买进口食品；当我把“海淘”淘来的保健品送给家人时，他们会开心又诧异的询问，究竟从哪儿买的？

网购不只满足了我的购物欲，更与身边人分享我的那些“战利品”，让他们从中获得健康和快乐！

快乐有时候很简单，生活需要自己找寻调味剂，也许只是某一种小兴趣，亦或是某种独特的生活方式，都可能成为生活的一抹调味。而我的另一种生活乐趣在于享受新的网购体验——“海淘”，畅游在“海淘”世界里，体会海外淘宝挑选物品的目不暇接，等待货到时的满心期待，还有收货时的那份内心满足感。



整理一些“海淘”小窍门:

找到可信赖的国外购物网站，主要是品牌官网和综合性购物网站。部分网站有中文显示。如果外语不好，可以下载有翻译功能的浏览器或插件。

准备具有国际支付功能的双币信用卡，VISA、MasterCard等。可以选择直邮，也可以注册转运公司，如AAE、百通等，遍布美国、加拿大、英国、日本等多个国家。注册后，转运公司会给你一个国外当地的“仓库地址”，你可以先将所购商品送至该仓库，由他们代收后再转寄回你国内的地址。 

部分常用的海淘网站推荐:

◎美国最常使用的母婴类产品网站

www.iherb.com www.vitacost.com

www.drugstore.com

www.diapers.com

◎美国的“淘宝”

www.amazon.com

◎美国网站

www.6pm.com

适合买衣服和鞋子等

◎德国网站

www.Windeln.com

被网友称作买欧洲奶粉最便宜的网站

◎英国网站

www.feelunique.com

适合买欧系的化妆品

Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚



韩国人的全民专业精神

文 / 刘欣

韩国是个多山国家，登山算是韩国人的全民运动。但是，韩国的山绝大多数都不太高。首尔周边的北汉山等大多只有海拔七八百米，市区还有南山等几座海拔两三百米的小山。这些中国人眼里的小山包，韩国人爬起来一点儿都不含糊。山路上的韩国人，几乎都是从头到脚一身专业装备：头戴遮阳帽，身穿专用登山服，脚蹬高帮登山靴，戴着防滑手套，拿着登山杖，有些人连求生哨、对讲机都用上了。

除了登山，在别的体育运动和休闲活动中，韩国人也是认真劲儿十足。去骑车，必定要头盔、骑行服、水袋、骑行鞋，全身披挂；去游泳，绝不会在游泳池里悠闲玩水，而是默默地游来游去，或者交流动作要领。更夸张的是，所有泳姿都学会还不够，还得会跳台出发、水中转体等。总之，一切向专业运动员看齐。棒球、足球、高尔夫球等其他运动无不如此。

也许在旁人看来，韩国人的这种做法太夸张，然而，正是这种认真劲儿，让韩国成为不折不扣的亚洲体育强国。在征服全球14座8000米以上山峰的25位登山运动员中，有4位来自韩国，3位来自中国。韩国高尔夫球高手的实力，就连老虎伍兹也不敢小觑。足球场上的韩国人，更是凭借“疯狂”的跑动、顽强的意志，成为亚洲足坛的领军者。

韩国人的认真在工作中也体现得淋漓尽致，无论做什么，都要全力以赴，不会有半点懈怠。有一次，我家里换窗帘，一位四五十岁的韩国大叔上门，测量、安装了半天，我觉得已经相当满意了，便付钱道谢。但是，他左看右看，总觉得不满意，最后，又全部拆下来重新安装，直到自己满意为止，出门时，还顺手把我家那不大灵活的门锁修好了。

2011年年初，一家韩国高档时装公司举行了一次“召回商品销毁仪式”，总经理和员工一起剪掉了总价值约合420万元人民币的崭新女装。这批衣服的质量有微小瑕疵，在没有任何消费者投诉的情况下，厂家主动召回并将其销毁。无独有偶，韩国另一家大型成衣制造商最近宣布，召回一千多件男装夹克，原因是夹克袖子上有一处并不显眼的英文单词拼写错误，“影响品牌形象”。

正是这种高度负责的敬业精神，成就了三星、LG、现代等一批韩国大企业，也使韩国从战争废墟中迅速崛起，成为与欧美强国比肩的发达经济体之一。 

民女的早晨

文 / 蓝鱼



9点上班，我6点起床，路上花掉40分钟，剩下的时间，就是我的女王时光。

闹钟是我的爱物，光动能，根据广播报时自动校准，SRS立体声闹铃，可以下载自己喜欢的音乐当个性闹铃。最近设置的是老版《倩女幽魂》原声大碟中的女声吟唱。优雅的古筝配上清丽无歌词的浅吟低唱，在这样渐响式的音乐中醒来，有种神清气爽的感觉。

拿两片面包塞进吐司机，往煎蛋器里磕一枚鸡蛋，刷牙之后躺在44度热水的浴缸里，德生收音机像个殷勤的老管家一样向我播报财经要闻，泡上10分钟，皮肤开始微微发热，从里而外地透出红色，肠胃开始蠕动，提示我它们已经苏醒。

在脸上抹一层醒肤补水面膜后裹着浴袍回到餐厅，松脆的吐司已经弹出，单面煎的太阳蛋也等着我的宠幸，一个苹果一个香蕉切成块，淋上酸奶一搅拌，就是现成的水果沙拉。花20分钟将这顿简约不简单的早餐吃完，电视里的《凤凰早班车》是我早餐的开胃小菜。

我会花10分钟用卷发棒卷出蓬松的花式发型，30分钟给自己来一个精致的妆容，10分钟搭配好今天要穿的衣服鞋子首饰和包包。每次出门时，时钟恰好指向8点。

8点10分登上公司的通勤车时，很多同事都还是睡眠惺忪，有的因为来不及吃早餐，还在座位上啃面包。这是常态，但常态不见得就受待见。偶尔听到男同事们说闲话，八卦的话题往往离不开那些一大早不修边幅的女同事。

我曾经有过一份很失败的职业，那时候大学刚毕业，啥都不懂，以为只要在单位兢兢业业就是好员工。干活儿很卖力，缺点是喜欢赖床，不到最后时限舍不得起身，赶急赶忙洗漱、风风火火出门、掐着点打卡、空着肚子干活。以防不测，我甚

至在办公室准备了一套洗漱用品，预防赖床过头了也不至于蓬头垢面。

虽然我事情不比谁干得少，但评价却始终不高。好几次上班后在洗手间刷牙都被主管瞧见，然后被叫去谈话，跟我讲考勤纪律问题。我很不服气，因为我只是把别人喝咖啡的时间拿来刷牙而已，值得如此大动干戈吗？结果是，当公司需要裁员时，我成了首批入围者。主管递给我补发的三个月薪水时，语重心长地建议我调整一下我的作息时

间。在家赋闲时，我看了《与女王一起生活》，介绍的是伊丽莎白女王在白金汉宫的日子。我一直觉得她应该是全世界最幸福的女人，但看完这本书，其中的一件事情让我很意外——虽贵为女王，她却没有睡到自然醒的待遇，实际上，她每天早上5点半就会被女仆叫醒，因为她7点半就得开始一天的接见与应酬工作。这2个小时里她要做什么呢？无非是吃早餐喝茶换衣服听BBC以及读《赛马邮报》，在我看来，这些事儿花不了半小时就能干完。

女王对该书作者霍伊这么说：女人最难看的时候就是刚起床的模样，当别人哈欠连天的时候，我精神抖擞，那我就是最吸引目光的女人。

抱着向女王学习的精神，换了新工作后，我开始调整自己的作息时

间，上公交车时，我展现的是神清气爽；到了办公室，我看起来斗志昂扬。虽然在业绩上我并不比别人高，但老板看我的眼神却明显透露出赞赏。他不止一次说我就像一个时刻准备战斗的优秀战士。

我将9点上班6点起床的习惯就此固定，每天早上，就像赴一个与自己的约会，为自己做一顿早餐，给自己一个精心的打扮，充满自信地出门，迎接别人的欣赏与赞赏——我还是上班族，但我每天早晨都有140分钟的女王时光！



哈佛大学录取之道

文 / 董月玲 李斐然

今年34岁的马振翼在台湾出生，小学即到美国留学，大学读的是加州大学伯克利分校，毕业后在华尔街干过，还当过高中老师，后来自己创业，为高中生升大学提供咨询及考试培训服务，深谙美国大学录取之道。

“跟大陆学生谈话，我最头痛的是，他们没有自己的想法。”马振翼说。“差不多”、“马马虎虎”、“还行吧”，这些孩子回答问题时，大多三言两语，翻来覆去就那么几句，交谈起来特别费劲。

有天，一个从银川来的男孩，让马振翼眼前一亮。

这个男孩姓杨，他在北京见到马振翼时，已经高中毕业快一年了，没有上大学。小杨长相普通，但给人的印象很阳光，善于表达，“聊他的经历，让人感觉很有趣、很兴奋”。他是从农村出来的，7岁之前，都生活在一处沙漠里。在他的童年记忆里，天空常常是黄色的。

跟绝大多数天天备考的高中生不同，小杨花了很多精力，忙乎一件喜欢的事：做NGO（非政府组织）。

“我很看不惯地方上一些公益组织的腐败做法。他们把公益当成生意做，挂羊头、卖狗肉，以慈善的名义捞钱，践踏人们的爱心。”接着，他讲了不少让马振翼大开眼界的故事。

“可贵的是，他看不惯一些公益组织的行为，但他并不只是发发牢骚，而是自己想去做，去改变，亲手创办一家NGO。”在中国，谁想注册一家NGO，可不是件容易事，何况还是个高中生。

小杨的另一段经历，也让马振翼很感兴趣。高中毕业后，小杨一个人去了西藏，在牧区与藏民生活了半年。“人生就好像旅行，重要的不是你去了哪里，而是在旅行的过

程中，你都遇见了什么人，他们给你带来了怎样的快乐。”

小杨这么认为。

马振翼问小杨，去美国上大学，最想读什么专业？他回答说：中国经济改革30年了，东部沿海地区的人受益最大。而西部，几亿人像是被忽略了。他的故乡，现在依旧落后、贫穷。

“我常常有种无力和受困的感觉。如果能去美国上学，最想读的是经济学。我希望能学到好的知识和理论，将来回到家乡，改变那里。”

这番问答让马振翼很满意。“你们问，美国一流大学，有什么录取标准？这还真没有一个定律。如果硬要套的话，可以这样说：他们要的是将来可以影响世界的人，是具有这种潜力的人。”

“在这个20岁的年轻人身上，我看到了这种潜力。影响世界，先看你是否影响了周围的环境，你都做过什么。在美国，高中4年什么都不做，天天关起门啃书本的人，肯定不行，一定进不了哈佛的。”

“试想，一个说自己有领袖才能的人，却从来没做过领导；一个说自己勇敢的孩子，却从来没冒过险；一个说自己很有创新精神的学生，却从未尝试自己想干的事，那人家怎么能信你呢？”

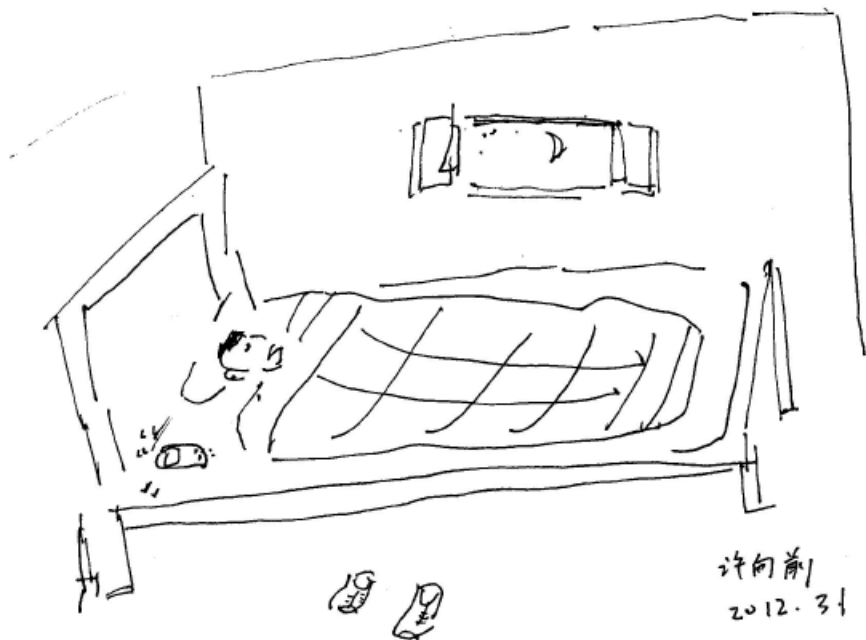
小杨的考试成绩并不理想，SAT（相当于国内的高考）分数满分是2400分，他只考了2000多点儿。

哈佛对小杨的面试谈话结束时，面试官笑着对他说：“假如你被录取的话，你将是哈佛有史以来，录取分数最低的华人学生。”

最终，哈佛的经济系录取了他，并给了全额奖学金。 

父母在不关机

文 / 刘诚龙



我有下班关手机的习惯。有时，狐朋狗友吆喝着打麻将，三缺一；有时，领导半夜三更交代任务。这样，时间就归属他人，不爽。我是一个睡意重的人，若不睡够8小时，浑身都软趴趴的，没有精神。前些日子，我与同事老徐一起出差，俩人同寝。老徐不喜欢熬夜，晚饭后，到外面散散步，回到房间，看看电视，就洗洗睡了。

老徐的生活习惯与我差不多，但有一点让我难受，晚上，他不关手机。有时，刚刚熄灯睡了，就有电话打来，喊他去玩麻将；或是到了子夜，铃声猛响，有朋友喊他去吃夜宵。

睡眠正酣，听见老徐含恼带怒在那里骂娘，原来是连连有骚扰电话，又害得我一夜无眠。第一夜，忍忍算了；第二夜，再忍忍也算了。等到第三天，我对老徐说：“老兄，晚上，你把手机关了吧，影响休息。”

老徐说：“老弟，手机不能关啊，我家里老母亲都80岁了，身板还硬朗，只是老年人了，要是夜里起床摔倒，或是突然生病，她打我电话打不通，那可糟了。”我说：“你在外地，即使那些事情发生，你也赶不回去啊！”

老徐说：“我能接电话，对老人而言，也是安慰，电话通了，老母亲感觉我就在她身边，她就踏实一些。我也可以想办法，比如联系邻居，或是联系医院去急救。现在，交通方便，我可以马上回去。很多病症，时间就是生命，早一分钟，就多一分安全把握。总不能因为有人打扰你，你就连父母的事都不管吧。被扰事小，父母事大。”

父母在，不关机。听了老徐一席话，从此，我夜里也不关机了，手机24小时都开着，保持电话畅通状态。📞



一杯咖啡5000日元

文 / 荣立敏

5000日元一杯的咖啡只不过是一个吸引的幌子，店内还有许多普通价格的咖啡和其他饮料，而这些正是该店真正的赚钱来源。

日本人森元二郎开了一家咖啡店，这家咖啡店创造了一个世界之最，店内的一杯咖啡卖到5000日元。这个令人喘不过气的价格推出后，一下子就传开了。

很多人无法相信这是真的，有的人认为这是明摆着咖啡店欺骗敲诈顾客。但同样令人难以置信的是，卖价如此昂贵，老板却赚不到钱，这是因为这杯咖啡成本太高。首先，装咖啡的杯子是法国制造的，极其名贵，每个咖啡杯价值4000日元，而当顾客用完咖啡后，这个咖啡杯将被包装好随送顾客。其次，每杯咖啡由名师现场精心调制而成，名师工薪很高，而咖啡用料独特、原料费很高。再者，这个店的服务极尽殷勤、周到，在豪华如宫殿般的咖啡店内，许多打扮成古代宫女模样的服务员侍候在旁，顾客身临其间，飘飘然恍若万人之上的帝王一般。

出于对这杯昂贵的咖啡的好奇，顾客竟蜂拥而至，而这些好奇的顾客来过一次，往往就很难忘却店内奢华的气氛，不但自己下次还会光临，更会向亲友义务宣传，引来更多的顾客。

也许人们会怀疑，5000日元一杯咖啡，经常去喝岂不要喝成穷光蛋？这正是奥妙所在。5000日元一杯的咖啡只不过是一个吸引的幌子，店内还有许多普通价格的咖啡和其他饮料，而这些正是该店真正的赚钱来源。大多数顾客喝的都是普通的咖啡和饮料，如果他们都喝那杯世界之最的咖啡，森元二郎也会成穷光蛋，因为那杯咖啡并不赚钱。 

好好吃饭，好好工作

文 摄 / 吴昊 报刊编辑部



Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚



Guangsha People

FASHION

广厦人·风尚

84

舒国治在他的《穷中谈吃》中有言，“中国之吃，恒与记忆相佐，颇赖一种叫回味的东西。”我后来慢慢领会所谓家常小菜最为可口，莫如是凭借味蕾所最能抵达的记忆深处，撩起近似于人情冷暖、五味混杂的一番深情。那天去听公司同事演讲，谈起公司食堂的改革和菜肴颇为赞誉。我进广厦五年有余，中午若无外出基本食堂解决，竟一时间想不出其中各种赞誉有加的美味在那些人口中有着如此大的魅力。揣着刨根问底的心情，拿起相机绕进公司食堂一通狂拍，之后在人潮散去的食堂打了一份饭仔细品尝，当年初入广厦那番愣头青的情景原来还藏在番茄炒鸡蛋、小葱炒藕片之中。



有点昏暗潮湿的公司厨房本来是不适合拍照片的，经我半天说解，厨房各位师傅才回过神来，其中有位师傅憨笑着吼了一声，“是公司杂志要拍照片，这回是不是要给我们登封面那！”我不知该怎么解释，端起相机捕捉他们工作的每个瞬间。那些平日里打菜端着架子，抱着一篮子的碗碟走得风风火火的大师傅们在镜头前竟然变得腼腆得不行。有几位着急忙乎地去冲刷地板



上的腻子，生怕被拍了去。真是群可爱的人，就连掂勺的师傅也掂得精神百倍。“哎呀，摘菜有什么好拍的！”有位大姐嗔笑着扭过头去，大姐你有所不知若非你把藕断创的如此细腻干净，我们广厦的同事又怎么吃得到如此新鲜可口的小葱炒藕片呢！

原来味觉真是一种神奇的东西，它能让我不经意间回想起过往的甜苦，能让我在忽视了另一群人的辛苦劳作时突然感觉到珍惜。🏠



下一期《广厦人·风尚》封面人物是你，是他，是我吗？敬请期待。

广厦人写 · 写广厦人

广厦人.风尚



杂志主要栏目

《卷首语》/《封面人物》/《职场穿越》/《心灵厨房》/《温馨一家》/《动感节拍》/《听听读读》
《出去走走》/《私家频道》/《大眼无疆》/《视觉广厦》

广厦控股集团主办 广厦控股集团报刊编辑部出版

联系电话：0571-87969988转1915 来稿邮箱：120603942@qq.com