

瘦人不胖的奥秘

每次部门聚餐的时候,赤兔老师总是位风云人物。上次去吃海鲜自助,他一个人吃了至少50只大虾,把负责点餐的服务生都吓着了。更加令人发指的是,赤兔老师有着一副与他惊人胃口极不相称的苗条身材。所以平日里,大家没事总琢磨,他怎么能吃,怎么就是不胖呢?

感到疑惑的并非只有我们。瑞典科学家弗莱迪克·尼斯多姆(Fredrik Nyström)就找了10位像赤兔老师这样的瘦子,他们都号称自己“从来没有节食过,却总也不会发胖”。尼斯多姆为此进行了一场为期4周实验,希望从中找到“瘦人不胖”的奥秘。

这个被英国广播公司(BBC)《地平线》栏目记录下来的实验,要求每人每天吃掉5000卡路里热量的食物。这个数字是一个50公斤体重的普通人每天所需热量的两倍多,相当于10个巨无霸汉堡或者43碗米饭。为了防止实验结果受到干扰,测试者还要戴上计步器,用来控制自己,每天行走不能超过5000步。

就在实验开始的第一天,一位卷发男生对着摄像头大声朗读自己完成的“任务”:两个巧克力面包,大量的糖果和牛奶,一个猪肉派,一个蛋黄酱比萨,一杯慕斯,一盒Ben & Jerry's冰激凌,两个汉堡,还有一些蔬菜……

“不过,我作弊了。”他停顿了一下,“我吐了一次,这实在太难了。”

结果,实验才进行到一半,就有两人申请退出,理由是无法忍受暴饮暴食。对此,尼斯多姆早有预料,他解释说,很多体型很瘦的人之所以不会发胖,是因为他们的身体本来就抗拒过量的食物。

人们对食物的态度,从幼时起就出现显著差别了。有的人,即使肚皮撑得滚圆,也总希望再往嘴里塞点东西;而另一些人,很容易就抗拒美味的诱惑。研究人员发现,这些人能够自发地实现节食,一部分原因是他们的胃部能够分泌一种激素,从而造成一种“吃饱了”的感觉。

至于剩下的8名大胃王——比如狂吃不胖的赤兔老师——他们还需要其他解释。

在实验结束后,有7名志愿者终于吃“胖”了:开始出现肚臍了,皮肤也松弛了,身上随便一捏就是块肥肉……除了一名亚洲男子。虽然他的体重增加了4.5公斤,但是各种测量指标显示,他的体型并没有太多变化。听到自己的腰围数据之后,他自己也疑惑地挠了挠头:“我也不知道我吃下去的东西都去哪儿了。”

波谱分析解释了人们的疑惑:他身体的脂肪比例没有显著增加,但肌肉却增加了。一方面,肌肉组织的体积小于脂肪组织,本身就不会影响体型;另一方面,肌肉组织要维持正常运转,需要进行高频率的新陈代谢,还会消耗掉大量的热量。

据此,尼斯多姆教授得出个结论,那些不胖的瘦人具有能够把摄入的多余热量转化为肌肉的特殊功能,而不是像其他人一样,转化成了脂肪。

听起来实在有点儿玄。这项富有争议的实验,并没有考虑肥胖的其他致因,比如吸收系统、肠胃功能、内分泌状况等。事实上,有关“瘦人不胖”的原因,至今还是科学家探索的奥秘之一。

这其中遗传是重要原因。基因专家弗森博士认为,回顾人类历史,绝大部分时间,饥饿造成的威胁要远大于肥胖。那些很容易发胖的人能够储存足够的脂肪,在饥饿的日子里生存下来并繁衍后代,从而延续那些“容易发胖”的基因。

为了应对食物匮乏所造成的不利状况,人类还进化出这样一套运转模式——哥伦比亚大学医学中心的一项研究表明,每当人体重下降10%或更多时,体内一种名叫瘦素的激素水平就会急剧下降,引发一连串的生理变化,促使体重回升。

从进化角度来说,这一反应机制合情合理,但面对现代的肥胖问题却适得其反。在饥寒交迫的年代,人类需要消耗大量能量去获取食物;而现在你只需一个电话就可以招来取之不尽的食物。

看来,赤兔老师只吃不胖的“秘籍”,不是人人都能学来的。不如换个角度想想:如果你不是天生的瘦子,也许应该觉得自豪才对,就像弗森博士所说的,物竞天择,胖者生存。

摘自《中国青年报》

肥皂者,罚其所偷的肥皂洗澡,直到将肥皂用完。曾有一个小偷偷走了商店的一箱肥皂,案发后,小偷被关在浴室里洗了一个星期。

丈夫不在场生孩子为非法:23岁的英国妇女迈基乘坐飞机在卡塔尔首都迈哈机场降落时,生下了一个孩子。按照伊斯兰教规,丈夫不在场,妇女无权生孩子。卡塔尔宪法规定,此教规同样适用于在该国居住和逗留的外国人。所以,迈基所生的孩子被认为是非法的,警方欲将她逮捕,迈基只得向英国驻卡塔尔大使馆求救,英国使馆官员出面交涉,费了许多周折,才使迈基得以脱离困境,返回英国。

摘自《幽默与笑话》

世界法律趣闻

在瑞典的阿斯塔普市,法律规定任何人不准加班加工作。一天,一名警察发现有人从一家商店偷走了两台录音机,就立即追了上去。正当他紧追不舍之际,教堂大钟敲响了11下,警察便止步了。原来他到下班时间了再追就违反了法律,只好“望贼兴叹”。

英国一个叫高维甘比的小城市里,有一条独特的规定,新市长上任

时要过磅,并向市民公布体重。市长离任时也要称一下体重,如果身体瘦了,即使市长在任期内没有做出多少成绩,他也会得到市民称赞。因为该市的市民认为,市长是人民的公仆,应当鞠躬尽瘁地为市民服务,而不是养尊处优。为此,市长们往往上任前吃补增肥,离任前节食减肥。

亚利桑那州的莫哈维规定,偷

特别开心

乞者的光辉

那天,西安下了一整夜的雪。我走着去上班,穿过古老城门的桥时,我看到了城门外护城河的石桥上,有一个老人蹲在地上讨钱。他身上裹着厚厚的一件破棉袄,身体仍被寒风刮得瑟瑟发抖,他没有戴帽子,头上浮着一层薄薄的雪花,手边还放着一个拐棍。他的脸被冻得发黑,病人膏肓的样子。看着他,我心里忽然异常难过,这么冷的天,老人家还出来讨钱,想必真是难到了绝处吧。我的同情心被深深的激发了,我走到他的面前,掏了一张20元钱的钞票,放进了他那只有零钱毛

票的盆里。他的身体微微一抖,然后给我磕了一个响头。我转身准备离去。

就在这时,老人家忽然捡起那张20元钱的钞票,支着拐杖站了起来,往前边的桥头蹒跚地走去。我顺着他的身影看去。于是就看见另一个乞丐,那是一个七八岁的孩子,跪在地上,头深深地埋着,身上的衣服很单薄,浑身紧绷着抵抗着寒冷,每一阵风吹过,他的身体就抽筋似的抖动一下。老人家来到小乞丐的面前,将钱丢在了他的盆里,带着贵令的口气说:小娃子,这钱给你

了,你快回去吧,这么冷的天也跑出来讨,小心冻死,像我一样冻伤一条腿也就耽误你一辈子了,走吧……

小乞丐抬头看着老人,眼泪哗地流了一脸,然后弯下腰去,也磕了一个头,头磕在雪地里,留下了一个小坑,然后他卷起跪垫起身走了……

看着孩子的离去身影,老人满意地笑了,脸上居然有了慈祥的光泽。

这是我有生以来第一次看到一个乞丐向另一个乞丐施舍,虽然这只是借花献佛,但是却让我满心感动,因为他让我看到了一道人性的光芒,这道光芒足以温暖最寒冷的隆冬,这道真情告诉我一个可贵的信息,无论世间有多少寒冷,这个世上那最真挚的爱永远不会被艰苦贫困所湮灭。

摘自《金点子生意》

的极限和底线,绷得过紧,势必折断。

朋友情也曾是个十分要强的人。她经营一家大型超市,事必躬亲,常常累得人仰马翻,心情烦躁。直到有一天,四岁的女儿哭着对她说:“你不是我妈妈。”她大惊失色,忙问为什么?女儿答:“小朋友的妈妈,都陪小朋友玩,你从来没有陪我玩过。”

情的心,像被一把锐器划过,尖利地疼。那天,她放下手头的一切工作,带女儿去逛公园,陪女儿去吃必胜客,她们一直玩到很晚才回家。月亮升起来了,皎洁圆亮,她和女儿头挨头地在一起看月亮。女儿摸着她的脸,稚嫩的声音,把她的心泡软。女儿说:“妈妈,你的脸像月亮,我好喜欢呀。”倩的眼睛湿了,那一刻,她忽然明白了,她想要的生活是什么。钱永远赚不完的,而与女儿的相守,每一分每一秒,都是难能可贵不可再生的。

此后,倩放缓了前行的脚步,主动与自己达成和解。她告诉我,现在她每天都去幼儿园接女儿。当她牵着女儿的小手,从一棵一棵的梧桐树下走过,从一朵一朵的美人蕉旁走过,小麻雀们排着队在树上燕窝,她嗅到了幸福的味道,热烈的,花香般的。摘自《现代妇女》

无数人看到却没发现

奶牛,多么普通的牲畜。从南到北,从东到西,从古至今,地球上无数的人经常看到它,却没有发现在它身上存在着一个简单的不能再简单的规律:总是自觉不自觉地头朝北,尾朝南。

著名网络搜索引擎谷歌有一项功能,就是能够查询地球任意角落的卫星图像。借助这项功能,科学家们分析了处于全球308处地方的8510头奶牛的生活规律,发现它们

都有第六感,能感知地球南北方位,而且不论什么风向和时辰,总是面朝北站立。这一发现确实让科学家们惊讶不已。虽然奶牛以提前几小时预知下雨的能力而闻名,但它们的导航本领却被人们忽视了。

这一关于奶牛地球磁场感应能力的重要发现发表在去年8月26日出版的《美国国家科学院学报》上。要知道,几千年来,数以亿计的人们

解读你的10个梦境

扑朔迷离的梦境总是让人难以捉摸。印度临床心理学家阿努吉·辛哈为大家解读了10个最常见的梦境。

1.开车出现麻烦

梦境回放:这是个年龄段的人,甚至不会驾驶的人都会做的梦。在梦境中,你可能会发现汽车刹车失灵,或方向盘不受控制,抑或是车子根本没油。你还可能梦到自己闯了红灯,开下悬崖,或者撞倒人或物。

解梦:交通工具代表我们的人生道路。在生活中不如意的事情超出你的掌控能力时,或者人生发生巨大变化时。车子不受控制或者缺乏零件,说明你对目前的问题抱有妥协的态度。

2.考试失败

梦境回放:考试正在进行,你抓耳挠腮,一道题目也不会。在某些情况下,你会发现自己根本没有好好复习,或者没有凳子可坐。在另外的情况下,你发现自己根本读不懂题目在说什么,十分抓狂,抑或在考试开始后很长一段时间才赶到考场,错过了机会。

解梦:这种梦表明你的郁闷和沮丧。也许目前你正在接受生活的考验,而你并没有做好面对挑战的准备,你担心自己辜负别人的期望。梦里的考试内容无关紧要,关键是你的考试感受。

3.错过时机

梦境回放:你急匆匆地去赶火车、飞机或其他交通工具,但是却晚了一点点时间。或者你要参加一次重要的演出,到场时却发现早已开始了。

解梦:这种梦代表着一种自我发现的情感历程。当你面对重要的抉择而犹豫不决时,常会做这样的梦。

4.机器失灵

梦境回放:你想操作某些机器,却意外地遇到障碍。比如,电话无法正常拨号或无法接通。互联网中断且再也无法连接。

解梦:这样的梦说明你的想法脱离了现实生活,或者你的身体或精神状态欠佳。如果不知道该如何与某个陌生人交往,你也会做这样的梦。

5.迷路或坠入陷阱

梦境回放:陌生的森林、建筑或街道,让你找不到回家的路,或者你落入陷阱,被别人活埋,不知什么原因,你却动弹不得。

解梦:当现实生活中的问题让你手足无措时,此类的梦就会出现。这样的梦通常伴随着你的恐惧和沮丧。

6.裸体去上班

梦境回放:你梦见自己穿着睡衣去上班,或者有时竟然梦到自己裸体出现在了同事面前。你感到尴尬、羞愧,有时会夹杂着一丝骄傲和

ZHENGZHOU DAILY

编辑 郑大芝 电话 67655582 E-mail:zzwbwh1616@sina.com

聪明的警官

杰瑞是一个聪明的警官,无论遇到什么难题,总能迎刃而解。

故事一:有一天,三位女士为了芝麻大的事,大吵大闹来到警察局。她们你一言我一语,谁也不肯让谁先说,吵得几乎把房顶都要掀翻,连局长都没有办法。杰瑞说了句:“请你们中间年纪最大的一位先说吧。”话音刚落,屋子里顿时鸦雀

无声。

故事二:某日,一名男子试图制造一件轰动全国的新闻。他爬上纽约国际贸易中心大楼,往楼顶上一站,做出要跳下去的样子。很快,楼下围满了人,包括警察、医生和记者。局长和警长轮番喊话,并试图营救,那名男子却大声喊道:“别过来啊,谁要是过来,我就跳下去。”

花蚊子的网恋

不像我,只会搞网络,都快成呆子了。”黑蜘蛛叹道。

“你搞网络工作的才厉害呢。只听人家说上网上网,我还从没上过网呢。”

“网络很简单,来,我来给你讲讲。”

只一会儿工夫,花蚊子就被黑蜘蛛的博学多才征服了。

花蚊子跟黑蜘蛛相恋了。

一个小时的恋爱期,黑蜘蛛一刻没离开自己的网络。花蚊子被黑蜘蛛的敬业精神所打动,决定嫁给它。嫁给这样的俊杰,过日子踏实!

婚期定在来日早上人们都上班后,因为那个时间段出入比较安全。

花蚊子回去的时候,黑蜘蛛咽了口唾沫,直勾勾地注目礼,依依不舍地叮嘱道:“一定要把所有的亲戚朋友邻居都请到,明天,我请我的好朋友屎壳螂现场表演杂技滚尿球,请萤火虫跳灯笼舞。我要办一个隆重的婚礼,要让全楼所有的朋友都羡慕你!”

花蚊子满怀即将做新娘娘的喜悦,飞走了。

听说花蚊子要结婚了,全楼的蚊子沸腾了。众蚊子都很羡慕:“听说小花花时髦搞网恋,找了个网络工程师,这不以后就可以天天上网了吗!多时尚前卫的生活啊!婚礼肯定很排场,明天一定要去看看。”

第二天,花蚊子的七大姑八大

经常见到奶牛但却没有发现这个简单的规律,至少没有流传和记载下来。

知道了这一发现,对于我们来说,意义并不小。

如果今后在野外迷失了方向,没带指南针不要紧,只要身边有奶牛,那就不用惊慌。只要看一看奶牛的头朝向哪一边,就知道哪边是北边。

如果你有一家奶牛场,当初建设它的时候没有尊重奶牛头朝北的规律,那么一定要及早地纠正。其中道理很简单,奶牛头不朝北,就会无形中不自在、烦躁,而烦躁自然会影响牛奶的产量和质量。

摘自《杂文报》

自由感。

解梦:这类梦说明你向不信任的人泄露了太多个人隐私,而你却有点后悔。但如果在梦中你骄傲于自己的裸露,根本没有感到难堪,那说明你的精神获得了一点小自由。

7.疾病和死亡

梦境回放:名人、家人、朋友,甚至你自己突然死亡了。

解梦:这样的梦说明你的情感受到深深地伤害,你的心灵害怕受伤。或者你可能意识到自己所爱的人身体状况不好,你非常害怕失去他(她)。

8.被追赶

梦境回放:被追赶的梦通常是噩梦。追赶你的可能是怪物、野兽或者疯子。就算你惊醒后,仍然心有余悸。

解梦:这样的梦多由压力所致。逃跑是人逃避灾难的本能反应,这样的梦境表示你克服恐惧和压力的方式不是别的而是逃避。

9.牙齿脱落

梦境回放:你轻轻地碰了碰牙齿,它们却一个个脱落。

解梦:表面上,此梦表示你非常担心被人忽视。在更深的层次上说明你非常害怕权力的丧失。

10.跌落悬崖

梦境回放:有关坠落的梦极其常见。在下落的过程中,你会感到非常害怕,背部肌肉收缩,然后突然惊醒。你梦到的通常状况是溺水或跌落悬崖。

解梦:下落时你害怕对局面失去控制。做这种梦的人在现实生活中缺乏安全保障和有力支持。

摘自《青年参考》

僵持片刻后,杰瑞带了一名医生走上前,只说了一句话,那名男子便默默地下楼了。杰瑞说的是:“我不是来抓你的,是这位医生要我来看看你,你死后,愿不愿意把尸体捐赠给医院?”

故事三:星期日,在闹市区的一个路口,有一位持不同政见者正在发表演讲:“如今的政治腐败透顶,我们应把众议院和参议院统统烧掉。”行人越聚越多,堵塞了交通,警察赶到时,秩序大乱,无从下手。杰瑞大叫一声:“同意烧参议院的站到左边,同意烧众议院的站到右边。”只听“刷”的一声,人群顿时分开,道路顿时畅通。摘自《智慧与幽默》

姨接到婚礼通知,纷纷从各小区赶来,还带了不少看热闹。与本楼的邻居朋友会合后,一大群蚊子浩浩荡荡地向着楼下飞去了。

花蚊子飞在最前面,老远看到黑蜘蛛正趴在网上在迎亲,就满怀喜悦扑向了它。角落光线暗,看不太清,众蚊子也在花蚊子的带领下呼啦啦地拼命往里飞,希望占个好位置,一会儿好看杂技表演。没想到,黑暗里完全是蛛网,蚊子们全上网了!

花蚊子终于扑到了传说中的网络上去了。这个网的感觉不太好,黏黏的,扑上去以后,竟下不来了。花蚊子使劲挣扎,越挣扎粘得越紧。这时,花蚊子发现亲戚朋友的处境也一样,也全被网粘住了。花蚊子突然有点害怕,大声呼叫黑蜘蛛:“黑哥,快帮帮我,你的网络粘得我不能动弹。”

这时,好多蜘蛛扯着蛛丝从天而降,纷纷爬向网络上粘着的蚊子们。蚊子们一开始没反应过来,还以为是在杂技表演“空中飞人”开始了呢,再一看,不对啊,像是来收获猎物的。救命啊!蚊子们拼命挣扎起来,可惜已经晚了。

黑蜘蛛一边迫不及待地爬向花蚊子,一边得意洋洋地自言自语:有网络能缠住,真有傻瓜自投罗网啊!

花蚊子看着越爬越近的黑蜘蛛,用纤细的声音绝望地问:“在被你吃掉之前,最后问你一句,你爱过我吗?”

黑蜘蛛吭哧一口咬掉了花蚊子的一条腿,边大口吃着道:“爱情诚可贵,网恋价更高,若为吃饱饭,两者皆可抛。”摘自《幽默小品》