

性格的追问

王林峰

5岁时他随父母从西宁来到浙江宁波生活。小时候,父母常因生活琐事不断争吵,这让他很痛苦,总是一遍一遍地问妈妈,你和爸爸性格差异这么大为什么还走到一起,难道你们没有调和的余地?妈妈不能给他一个准确的答案。带着这个疑惑他用心读书,也是为了早日离开家。

中专毕业后,他身材瘦小,貌不惊人,不崇高,却真实。这时他意识到外表没有优势,要想立足于社会,必须多才多艺才行。在毕业后待业的两年里,他专业进修表演,报名参加市里一个演讲培训班,每天努力学习演讲艺术,信奉“大笑时学得最好,大悲时方有成长”。后又拜杂技团一位魔术师为师,潜心学习了一年的魔术技法。自感学有所成时,他就混迹于长安,后来又和一些草台班子闯荡各地,传道于大江南北。这时他以专业演讲者的身份行走江湖,激励人们好好生活天天向上,这些练就了他掌控大型场面的能力。

在演讲中,为了提高层次,他时不时地表演一个魔术。有种魔术,是将红蓝黄绿四块不同颜色的布,变成一整块彩色的布。这是他最喜欢的魔术。他的老师绝想不到,这个学生对魔术最大的心得,虽然没做成刘谦,可是他也见证了奇迹的一刻。在一次表演时,两个小女孩看了他的彩布,为喜欢哪种颜色争执起来,让他

灵感迸发,醍醐灌顶,就决定用这四种颜色对人的性格作一次定位。

他反复研究了人们喜欢的颜色,通过人们喜欢的颜色来推测人的性格。经过大量的对比,他总结出了喜欢每种颜色的性格特点,从此他看人是4种颜色:红蓝黄绿。红色的人追求快乐、急躁外露;蓝色的人思维周密,刻板悲观;黄色的人目标清晰,控制欲强;绿色的人乐于倾听,缺少原则。红色、黄色、蓝色、绿色正好能代表芸芸众生性格中的各个侧面。后来他把自己的理论定为性格色彩学。

他用他的研究成果,分析了父母性格,终于知道了父母吵架的问题所在。原来母亲是红色性格,容易急躁,身体一有不适情绪就很坏,经常为小事和父亲吵闹。而父亲则是蓝色性格,追求完美,严肃内敛。父亲无法理解红色性格人的情绪化,觉得母亲不讲理,于是总是板起面孔和她理论。这就是他们一直吵架的原因。后来父亲听了他一次讲课,才终于明白,其实他母亲当时需要的只是一个拥抱,一句安慰。了解了双方的性格特点,父母再也没有吵过架。

此后十年如一日,他阅人无数,接触三教九流的生活,研究性格色彩,学培训、咨询、公众演讲及写作。这也给他的事业带来了转机。

雅鲁在宁波成立分公司时,他辞去了银行的工作去应聘,以一敌百,

成功突围,当上了雅芳公司全球最年轻的销售培训执行者。

1996年,安利登陆中国,他又成为他们的职业演讲师。短短两年时间,他在全国为安利巡回做了200多场演讲,当时规模最大的一次演讲是在天津体育馆,听众有1万多人,他为安利建起了一支13000人的直销团队,这在当时殊为惊人。

2001年,他创建了国内最大的性格分析网站和性格色彩课堂。也因为其超凡的现场控制和感染力,经常与电视台、电台深度合作录制节目,并在多家杂志开辟专栏,被各类媒体广泛誉为“破译性格密码的魔术师”。

2010年江苏卫视推出了《非诚勿扰》这一适应现代节奏生活的大型交友节目,他被邀担任该节目的嘉宾主持。节目中他随时对男女嘉宾的性格进行分析,为他们提供了更确切的性格参考,让短时间内结识的男女朋友尽量对对方有更丰富的了解。他的快人快语,犀利分析给人留下了深刻印象,他的直指嘉宾内心,尖酸刻薄的评判,曾被冠之以“毒舌男”恶名。但从2010年3月14日起,《非诚勿扰》的收视率超过《快乐大本营》,成为国内收视率第一电视节目。他和孟非两个光头主持人都受到观众的广泛关注,他的名字叫乐嘉。

从表演魔术到成立中国第一家性格研究机构,乐嘉走出了一条独特的成长之路。正如在一次节目中他对一位男嘉宾说的那样:“这个社会是个充满机会的社会,一个好奇心和坚持不懈的努力,没有抵达不了的地方。”这也正是他成功的原因吧!
摘自《当代青年·我赢》

些、形象好一点,以适应竞争、赢得竞争。而一个人外貌形象也好,内强素质也罢,没有捷径可走,唯有老老实实读书,才能充实自己,提升自己,才能丰富知识,增加营养,达到“强身健体”的目的。

读书的“好处”还有很多,相信每一个热爱读书的人都有切身感受。

首先,要乐于读书。生命有限,知识无穷。人生在世,要做的事情很多。然而,尽管如此,也要养成勤于读书、乐于读书的良好习惯。

其次,要善于读书。古人云:开卷有益。然而,今天看来不尽然。因此,要善于择书而购、择书而读。

再次,要巧于读书。要通过消化吸收,去粗存精,把前人、他人的知识内化成自己的智慧,并用以指导实践,推动工作。
摘自《解放日报》

为啥城市比乡村酷热

美国普渡大学近日公布了他们为期两年的研究结果:造成城市比乡村酷热的原因有好几种,首当其冲的便是“城市热岛效应”。其次,是城市“地表粗糙效应”。此外,城市中较高的大气污染水平,也会产生影响。

自1820年英国气象学家霍华德发现伦敦城市和郊区存在温差现象,并将此称之为“热岛效应”以来,学者们就不断发现,热岛效应不仅影响城市的生态环境,还对城市居民的健康产生威胁。

造成热岛效应的因素有很多。首先是在城市下垫面性质的改变:道路、广场、建筑物等城市下垫面都是由砂石、沥青、钢筋混凝土、人为烧制的砖瓦和金属构件等组成。研究表明,城市下垫面反射率比郊区小10%~15%,而吸收率却较绿地和湿地大,这使得城市地表能够吸收较多的太阳短波辐射和红外长波

辐射,表现出与岩石相类似的热特性,称为“城市建筑物岩石裸露化”现象。其次,城市大气污染一般要比周围郊区更重,市区内释放的二氧化碳等温室气体都能吸收地面的长波辐射并以逆辐射的形式投向地表,使地表增温。

研究者还发现,城市的建成率与建筑的几何形状,也会影响热岛效应的分布。城区中温度最高的区域往往与最深的城市街道相对应,即通常分布在市中心。

如果街道走向设计或几何形状不合理,则密不通风,风速小,热量不易散发,温室气体也难以迅速扩散,导致局部气温过高。从这个意义上讲,科学的城市规划与交通布局,将对缓解热岛效应具有重要意义。

研究城市热岛效应的形成原因,有助于人们更好地缓解与应对。在对2003年欧洲那场热浪的研究中,研究人员就发现,同时期,在

颈椎病的非医学因素

孙道荣

颈椎不适,朋友介绍了一位老郎中。闹市深巷寻得,望闻问切一番后,老先生忽然一声长叹,今颈椎病多矣,而致病原因知之者甚少。

愿闻其详。老先生将目光从窗外收回来,说,人多从医学角度寻找颈椎致病原因,而鲜有关注非医学因素,这恰是很多颈椎病病的病根所在啊。

今天的人,低头多了,抬头少了。多少人,只顾着脚下的路,却很少抬头仰望高空。一年之中,大部分人抬头看天的时间,不足一个小时,甚至很久压根就没有抬过头了。星空、白云、飞翔的鸟,那些高空中的景象,早已和梦想一样,成为久远的记忆。低头多了,于是,颈椎弯了。

今天的人,看近的多,望远的少了。信息化时代,咫尺天涯,一切仿佛都近在眼前,人们也更加乐意关注当下的事情,眼前的利益。我们身边,有多少人多久没有眺望过

地平线了?地平线的后面,那是我们曾经多么神往的地方啊。现在我们看到的,往往是城际线,太阳早已升到半空了,我们还被挡在高楼的影子里。我们的目光,被掖在了裤腰带里。近处看多了,于是,颈椎变形了。

今天的人,哈腰的时候多了,挺胸的时候少了。权贵面前,势力面前,诱惑面前,美色面前,利益面前,人们都习惯了弯下他们的腰杆,而忘却了他们的胸脯和他们的灵魂一样,本应该是高高地挺立的。哈腰多了,于是,颈椎曲了。

今天的人,点头的多,摇头的少了。开会的时候,对领导的讲话,皆点头如小鸡啄米,很少能看到有人摇头,更难得听到反对的声音;讨论的时候,对专家的发言,无不俯首称是,鲜有不同的意见;表决的时候,你点头,我也点头,众皆点头,蔚为壮观。当点头成为一个全民的习惯性动作,于是,颈椎也不可避免地

拥有更多绿地的伦敦只造成了约600人的死亡,而在巴黎,这一数字却高达4867人。这说明,温度的差异与绿化面积有关。根据模拟计算的结果,植被覆盖每增长一个百分点,巴黎夏季正午的表面温度就下降0.2℃。

植物是最好的隔热材料,而屋顶绿化,则是寸土寸金的大城市中增加绿化面积的最好办法。在下午两点时,裸露屋顶表面温度可高达70℃以上,而屋顶绿化后的屋面温度只有29℃,温差高达40℃以上。国外科学研究表明:当一个城市屋顶绿化总量达到城市建筑70%时,夏天的气温将下降5℃~10℃,热岛效应可基本消除。

因而,欧洲把屋顶绿化作为降解城市热岛效应的最常用和最有效的办法。近20年来,德国通过立法强制推广屋顶绿化,使一些污染严重的城市,生态环境发生了巨大改善,并基本消除了热岛效应。

而我国内屋顶绿化发展仍未引起重视,主要障碍是经费不足与理念的落后。

摘自《新闻周刊》

习惯性下垂了。

今天的人,东倒西歪的时候多了,挺拔威仪的时候少了。很多人,坐没坐相,站没站相,睡没睡相,走没走相,吃没吃相。懒散,颓废,萎靡不振是常态。没有纪律,不被约束,放任自流,于是,颈椎也跟着扭曲,变形。

老先生摇摇头,无奈地感叹,还有很多非医学因素,导致人们的颈椎越来越硬,越来越僵化,也越来越脆弱。今天的人,静的时候多了,动的时候少了;动心思的多了,动身子的少了;身上的赘肉多了,骨头见不着了;枕头越来越高,梦越来越矮了;床越来越软了,心思越来越硬了;脾气越来越大了,骨气越来越少了;忍气吞声的时候多了,扬眉吐气的时候少了……这些,都是导致颈椎畸形的因素。

听老郎中所言,如醍醐灌顶,惊问良策。

老先生将目光幽幽地投向窗外,人流、车流,滚滚向前,叹曰:颈椎乃人的顶梁柱,岂可小觑?岂能玩呢?岂敢不正?予颈椎顽疾,必先正情怀,壮元气,扩胸襟,一言以蔽之,无他,六字耳:挺胸抬头,望远。

挺胸、抬头、望远,这不也应该

是人生的境界吗? **摘自《今晚报》**

ZHENGZHOU DAILY

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

非常男女

一场与感情无关的初恋

古保祥

从小楼的二层下来,我的心仍然一片荒芜,父亲被举报入了狱,母亲又不知去了何方,从此我17岁的天空里再无阳光,只有阴霾。

当时我也清楚父亲是犯了严重的经济错误,而举报他的人就是父亲最熟知的人,可是这与我何干?难道会替他复仇吗?我的双手无力且孤单,就像自己的身体一样的单薄脆弱,我甚至忘记了自己的年纪,忘记了自己明年都要面对可怕的高考。

我请假在家里,想长期如斯。我每天的生活简单却无聊,我甚至想到了轻生,没有亲人的日子里,我宁愿自己就是自己最亲的人。

我下了小楼,却无意中看见一个男孩子,大大的眼睛,正在楼梯上左右徘徊的样子,我不爱搭理人,只留给他一个背影,但我却记住了他的眼睛,迷人且性感。

我开始关注这个男孩子,他每天与我一块儿下楼,背上背着个大书包,与我不同的是,我向右边拐弯,而他则拐向了左边,左边也许是有他的学校吧。

他大约和我一般的年龄,我曾经跟着他到达了他的目的地,那个市里十分普通的高中,我还知道他上高三,明年与我一起高考。

所有的一切,原本与我无关,可现在,却又关联起来。

本来我不愿意上学的,但为了见到他,我宁愿故意买个破绽,在早上七点左右准时与他一起下楼,然后在无尽的凝望中,一个向左,一个向右。

因为有了他,我一个人的天空中开始开出彩虹,我将他当成了我的初恋,因为在此之前,我生命的天空中

没有掠过一个男孩子的身影,捉襟见肘。

终于有一天,我打破了僵局,那是一个雨天,我将钥匙落在学校里,正望着大雨踌躇,他试探着问我,需要帮忙吗?

只一句话,我进了他的小屋里,从此,有一份叫做爱的东西在心里荡漾起来。

这样的爱有些一发而不可收,我简直是疯狂地喜欢上了他,虽然有些始料不及,却又如此地合情合理。

我们相约一起考上北大,在某个花园里再相逢,我知道,他这样与我约定,只不过是為了我的前途,他不想破坏一个女孩子的伟大理想。

这份约定过后,从此,我再也没有见到他,他如一只黄鹤,杳无音信。

但我记得了那份约定,我开始发奋图强,看书累时便会想起他的容颜,他的话语会时刻响在我的耳畔,让我自强不息,从此不再低头做人。

那一年的秋天,我顺利地进入了北大,我的成绩一直在班里是佼佼者,加上我所在的学校又是全市的重点中学。我却没有遇到他,当时我傻眼了,怎么可能呢,他所在的那所学校以前根本没有考上北大的纪录,他这是在故意欺骗我。

我泪水涟涟,放假回家时,痴痴痴痴地去找他,却没有结果,小屋一直锁着,人去楼空,问房东时才知晓,这是一个男孩子租下的房子,现在退租了,他的租期只有一年时间,一年时间,正好是他与我相处的整个时光。

我挖空心思找他,却一直没有效果,我要感谢他,没有他,我是不可能如愿以偿地考上北大的,无论他是出于何意,他都是我的初恋。

两年时光,飘然而逝,父亲服刑的日子过了一半,而在这个时候,我却跌入了爱的海洋里。

一个大大咧咧的男孩子,酒后说愿意陪我走这一生,我稀里糊涂地当真了,就像当初拿那个“他”当真一样的当真,我是个容易被感动的女孩子,一点爱恨情愁便可以搅动我内心深处无边无际的波澜。

从此,我的生活多了一个他,他像个跟屁虫似的跟着我,直到有一天,他将我送进了他精心编制的爱的花轿里,而那一年,父亲正好出狱。

婚后不久,偶尔去一个打字部里复印材料,接待我的是一个高挑的男孩子,多么熟悉的身影,我惊呆了,竟然是他,那个送给我一段美好初恋的男孩。

他单纯得要命,见到是我,便想躲开,我一把抓住了他,我要质问他当初那样做的理由,如果他说不出来,我便会信誓旦旦地送给他一记耳光算做结局。

我的父亲,是你父亲的死对头,你父亲的人狱,与我的父亲有关。

他说话时的神态没有丝毫的自信。

我知道你孤身一人,便想着帮你,我故意租的房子,住了下来,害怕你寻短见,我喜欢你,可是,我却没有文化,我拼了命地补课,可时间太晚了,我没有考上大学,失了约,就是这些,我的父亲也入了狱。

他的眼角溢满了泪水,双手不知道停在何方?

一周后,我在我男友的公司给他找了份工作,他不停地鞠躬致谢,他的背影远离时,我的眼角潮湿一片。

泪眼蒙眬里,那个雨天,一个男孩子与一个女孩子相约下了楼,一个拐向了左边,一个拐向了右边。

摘自《知识窗》

儿,打着响指,尽情观赏沿路的景色,一脸满足。

此时,伞于他们是多余的。很多时候,决定我们开心与否的,不是周身的环境,而是控制自己情绪的能力。

摘自《文苑》

同甘比共苦更重要

夫妻双方中一方取得成绩时,另一方是适时夸赞还是表现出不关心的漠然,将直接决定夫妻关系的走向。美国心理学家埃特·阿伦表示:“当有美好的事情降临到爱人头上时,正是增进夫妻关系的一个绝佳时机。即便你们之间有些危机,也要抓住这个机会称赞配偶,并与其分享成功的喜悦。”研究人员发现,当一个男人失意时,女人不要一味地帮他抚平创伤,这样做有时会伤害他的自尊心,而应在他取得成

绩时,兴高采烈地鼓励他。当然,如果你的另一半陷入困境,明确表示需要你的支持时,一定要毫不犹豫地帮助对方。

女人好色一生

女人好色贯穿于其整个人生,而男人好色就是那一段健康的时光。男人少年时遭遇,老年时遭遇,只有在青壮年时期,为讨得异性的喜欢,社会的尊重而修边幅而已。

女人一生都很重视自己的形象,重视漂亮的外观。她们对漂亮

女人幸福的四大公式

杨澜

如何寻找幸福?自己对幸福的理解就是如下这四大幸福公式——加减乘除。

简单的加减乘除四则运算公式,却能概括出对幸福的另类感受,在我们抱怨人生不公、工作不顺、感情不畅的同时,试着用这个公式来一番加减乘除,也许你会更容易快乐和幸福,并能分享自己的幸福,传

递自己的幸福……
幸福=当下的快乐+未来的快乐

乐
人生多变,你既不能只顾自己及时快乐,而忘了未来的未雨绸缪,也不能为了实现未来的目标,而从现在就开始做苦行僧,应该让两者适当相加,使自己更容易幸福。

幸福=正面情绪-负面情绪

疼爱

莫小米

他反复地对我提起一个事实:我已经将前妻的墓做了双穴,有一天我会躺在她的身边。

你今年几岁?

五十岁。

有必要吗?男人五十很走俏,你能保证不会遇到新的恋情?

他不答,开始讲他的故事。

他和前妻是同一家厂的工人,她是职校分来的学生,特漂亮,厂里的单身族都“蠢蠢欲动”。他是她师傅,上班下班,他看紧了,为了保护她不受骚扰。

在他俩的婚礼上,那些单身小子都借着酒劲骂他,哼哼,保护她,

衣服、化妆品、各种首饰的热爱,贯穿其一生。而这些喜欢,看似是爱美之心,其实,仍是对色的欣赏和追求。由此转化而来的是对男人的欣赏和追求,也更加挑剔和持久。

丈夫常道歉妻子好健康

和妻子说“对不起”可能会让男人觉得很没面子,却有利于妻子的心脏健康。据报道,美国科研人员对290名男性和590名女性进行一项测试。试验人员先是通过言语激怒受试者,几分钟后再对其道歉。通过测量舒张压发现,女性的舒张压回归正常的速度加快了20%,而舒张压持续升高,可能会增加心脏病或中风的危险。专家认为,对受到伤害的女人说声抱歉,有利于她的心脏健康。
摘自《特别关注》

我们需要不断培养自己正面的情绪,尽量减少负面的情绪,虽然人生不可能尽是如意之事,但仍需努力平衡,使自己更积极地对待生活。

幸福=个人快乐×分享人群
人生的乘法就是要学会将自己的快乐与亲人和朋友分享,让这个幸福感扩散,带给更多的人快乐和积极的态度。

幸福=个人能力÷参考预期
运用除法运算则是我们需将自己的能力作出评估,对未来的预期目标进行平衡,莫要强迫自己,适当地降低标准,才会使自己更加快乐。
摘自《北京晚报》

她,为她做一切。在她痛不欲生漫无尽头的200多天里,他停掉一切工作、生活,时时刻刻守在她身边,做完事情,他就握住她的手,紧紧抱着她,将她的疼痛传递过来。最后她死在他的怀里时,甚至有些窒息,不痛了。

陪床的日子,他与她,就像过了一生,没有之前,没有以后。

他为前妻操办后事,悼词是他拟的,墓地是他选的。现在,逢年过节他仍然一次不落地到老太太家去侍奉孝敬,他说,我是她家永远的老女婿。

刚刚拒绝了一位向他示好的女人。有人说他傻:你和她都离了,你还为她守什么啊?

他说要是我当初没有背弃过爱,那么现在送走了她,或许可以开始新生活;可是恰恰相反,我曾经把爱弄丢了,现在才刚刚找回来,怎么舍得转身离去?
摘自《女士》

在雨中

解建周

细雨霏霏。

两个人在雨中行走,手里各拿了一把伞却没有撑开。其中一个像是

遇到烦心的事了,一脸怒火,也许他想借助这凉凉雨丝将之浇灭吧。另一个好似有了开心之事,哼着小曲