



■运动是保持身体健康的最好方式，图为“2011秋季北京国际长走大会”在北京昌平举行，中国女排国家队名将薛明也参与其中。

### 解读“春捂”密语

“春天孩儿脸，一天变三变”。春天是气候多变的季节，虽然天气逐步回暖，但早晚依然比较寒冷，冷空气活动的次数也较为频繁，不时还会出现“倒春寒”的现象。过早脱去冬装，一旦冷空气来袭，可能会适应不了，身体的抵抗力也会下降，很容易着凉感冒，甚至发热。特别是亚健康体质、抵抗力差的人，要适当捂一捂，避免感冒诱发疾病，像哮喘、冠心病患者更应在春天多穿一些，以免旧病复发。“春捂”是我国传统医学总结的养生之道。冬春之际，由于冬天的“惯性”所致，人体血管还处在收缩状态，温度调节系统功能较低，尤其是以车代步及少在室外活动的人群，还是要慢慢减冬衣，才能适应忽冷忽热的天气变化。

传统中医认为，春天阳气升发，皮肤疏松。此时气温并不稳定，若遇春寒，将导致皮肤迅速密闭。忽开忽闭，体内调节功能一时难以转变，所以容易发生呼吸道传染病，还容易引起旧病复发。当代医学研究也证明，春天不注意防寒，易引起心血管疾病。统计资料显示，早春是一年中心肌梗死的发作高峰之一，这是春寒刺激心肌耗氧缺血指数上升而造成冠心病负荷加重的缘故。同时，又因冷空气使外表皮肤血管收缩，引起高血压患者血压突然升高，往往易引起脑血管痉挛而发生中风。

但“春捂”不能千篇一律，要根据个人的身体素质和健康状况来决定。如果春天的天气太热，还“捂”着棉衣或羽绒服，照样也会得病，最典型的表现就是“上火”。为此，有关专家认为，最低气温0℃以上的时候，就可以脱棉衣了，但换装或穿衣要采取“分层策略”的办法。所谓“分层策略”，是指春季脱棉衣应该循序渐进，即在外衣里面加一件易脱的夹衣，如夹克或夹衫等，既保暖，又方便。另外，在减少衣物的过程中，还应采取“下厚上薄”或重捂下身的方法，即在减少衣物的过程中，先减上面的衣物，再减下面的衣物，这是因为寒自下而生，所以脚和腿都要注意保暖。

### 感冒带来的健康隐患

感冒是一年四季较为常见的疾病，几乎覆盖所有年龄段的人群。因感冒多由病毒引起，且引起感冒的病毒有上百种，病毒与病毒之间可交叉感染，而不能交叉免疫，所以有的人可能会反复感冒。感冒的症状常常有发热、头痛、鼻塞、流涕、咳嗽等，特别需要提醒的是有些疾病初发时常常表现为感冒的症状，但实际上可能是比感冒严重得多的疾病。因此，千万不要忽视感冒。

#### 流感

最常见的感冒分为流感和普通感冒，流感容易与普通感冒相混淆。普通感冒由病毒或细菌引起，任何季节均可发病，特点是个体发病，不引起流行；流感是由流感病毒引起，特点是具有流行性，流感多在冬春季节发病，其症状较为典型，一发病即出现高烧，常在39℃以上，伴有肌肉酸痛、头痛、咽痛、乏力；而普通感冒则表现为鼻塞、流涕明显，也可能发烧，但体温不会太高。患者以对症治疗为主，切勿因为出现发烧就滥用抗菌素，否则会导致细菌耐药，对健康产生不利影响。

流感与普通感冒是不同的两种病，用药也有所不同。治疗流感的西药主要分三类：一是抗病毒药物；二是对症治疗药物，如解热镇痛类；三是抗菌治疗药物，如无继发细菌感染则无需抗菌治疗，许多治疗感冒、流感的中成药具有抗病毒、抗菌消炎、清热的作用，如清开灵、双黄连、清热解毒口服液等。接种流感疫苗是预防和控制流感的主要措施之一。可在流感流行季节前进行流感疫苗预防接种，每年10月、11月进行接种，免疫期可保持一年，可减少接种者感染的机会或者减轻流感症状。其他预防措施主要是保持室内空气流通、多饮水、多食新鲜蔬果等。一旦患病应及时就医。

## LINK

### “银医一卡通”让就医更轻松

中国工商银行北京分行近期与中国中医科学院广安门医院成功签署了“银医”合作协议。协议项下的“银医一卡通”一期项目投产以后，将首先为非医保患者带来便利的挂号、医疗结算服务，患者可以使用工行银行卡通过自助终端等渠道办理签约（解约）、预约挂号等手续。同时，实现患者持预约挂号使用的银行卡完成诊间费用的实时扣划，消除患者往返排队缴费的困扰。随着项目的不断推进，银医双方还将在二期项目实现对医保患者就诊费用的便利结算，全面覆盖医保、自费患者需求，并提供更具特色的医疗服务，使患者充分体验银医合作项目带来的金融医疗便利。

#### 流脑

流脑是由脑膜炎双球菌引起的化脓性脑膜炎，多发于春季，临床以高热、剧烈头痛、呕吐、皮肤瘀点和脑膜刺激征为主要特征。流脑由病原菌经呼吸道飞沫传染，人群普遍易感染，发病初期虽类似感冒，但病程长，且呈进行性加重。患病后应及时就治疗，患者须隔离、对症、抗菌治疗。接种流脑疫苗是预防流脑的主要措施之一，同时要注意开窗通风，流行期间应避免到公共场所。

#### 病毒性肝炎

病毒性肝炎是由多种肝炎病毒引起的，以肝脏炎症为主要病变的传染病。根据病原，目前将病毒性肝炎分为甲、乙、丙、丁、戊型五种，其许多临床表现相似。病毒性肝炎发病初期多有发热、食欲不振、倦怠乏力、头昏头痛等症状，与感冒症状很相似，其主要特点有病程长、厌油腻、有黄疸、肝区痛、肝脾肿大，实验室检查可见转氨酶增高等肝功能异常现象。急性病例多在2个—3个月内恢复，部分乙肝和丙肝病人病程迁延可转变为慢性肝炎。若患者感冒缠绵不愈，同时出现上述症状，应及时到医院确诊并治疗。

#### 过敏性鼻炎

过敏性鼻炎又称变应性鼻炎，发生于任何年龄，常有家族遗传史。过敏性鼻炎的四大典型症状为鼻塞、流涕、鼻痒、打喷嚏，这些症状与感冒的症状都很相似。但过敏性鼻炎是由过敏原引起的，需要用抗过敏的药物治，感冒是由病毒或细菌引起的，如果仅自行服用简单的感冒药物进行治疗，不但起不到治疗作用，还会延误正确的诊断和治疗，严重的还可并发气管哮喘、分泌性中耳炎、过敏性咽喉炎等。预防主要避免接触或吸入花粉、粉尘、螨尘等可疑的致敏原。

此外，流行性腮腺炎、麻疹、水痘、猩红热等都是春季易发的急性呼吸道传染病，其预防的主要措施是：加强肌体锻炼，提高自身免疫力，经常开窗通风换气，多饮水，食用新鲜蔬菜、水果，少去人群聚集的公共场所。

### 留心亚健康信号

随着天气越来越暖，很多人会感到困倦、疲乏、无精打采、昏昏欲睡，还有人出现失眠、头晕、工作精力不集中等现象，这就是人们常说的“春困”。“春困”是亚健康信号之一，提示身体出现了肺阴虚、肺燥热、湿痰、肝阳上亢、肾虚等不良病症。传统医学认为解决春困的关键是补充阳气。

很多人认为想睡觉是非常正常的事情，而忽略春困带来的严重后果。许多人发现自己莫名其妙地越睡越困，越睡越累，这些现象都属于睡眠质量下降，与缺乏运动有很大关系。因为，生活或工作中的心理疲劳，如不能通过体力消耗来平衡，疲劳感就会无法消除。不少人会认为多睡点就好了，其实事实并非如此，过多的睡眠可能降低大脑皮层的兴奋性，使之处于抑制状态，人会变得更加昏昏欲睡。因此，解困并不是补充睡眠，而应讲究科学，调节正常起居作息对解春困有一定帮助，要养成规律的生活作息，早睡早起，尽量保证每天8小时睡眠时间。

睡前适量运动有利于快速进入睡眠并保证优质睡眠。但要掌握一个原则，那就是以静心为主，尽量不要出汗，瑜伽是最好的选择。平时更需要加强锻炼，无论是爬山、骑车、打球，还是跑步，选择一两钟自己喜欢的运动，循序渐进地开始锻炼，以运动后自觉身体舒适、精神振作、睡眠良好等为主要指标。 ☞

# 电子银行安全专区

策划编辑\_钟亚超 责任编辑\_王淼

## ■安全工具

### U盾 (个人客户)

U盾是中国工商银行推出并获得国家专利的客户证书USBkey, 是工商银行为您提供的办理网上银行业务的高级别的安全工具。U盾是用于网上银行电子签名和数字认证的工具, 它内置微型智能卡处理器, 采用1024位非对称密钥算法对网上数据进行加密、解密和数字签名, 确保网上交易的保密性、真实性、完整性和不可否认性。

#### ■适用对象

U盾适用于工商银行个人网上银行所有客户, 特别适合于安全级别要求较高的客户。

#### ■特色优势

- 1.交易更安全:** 拥有U盾, 当您在办理网上银行业务时, 可以有效防范黑客、假网站、木马病毒等各种风险, 保障交易安全。
- 2.支付更方便:** 拥有U盾, 您可以轻松实现网上大额转账、汇款、缴费和购物。
- 3.功能更全面:** 拥有U盾, 您可以通过网上银行签订个人理财协议, 享受工商银行独具特色的理财服务。
- 4.服务更多样:** 您还可以将工商银行U盾与支付宝账号绑定, 利用U盾对登录支付宝的行为进行身份认证, 从而保障您支付宝账户的资金安全。

### 电子银行口令卡

电子银行口令卡是一张以矩阵形式印有若干字符串的卡片, 每个字符串对应一个唯一的坐标, 当您在使用工商银行电子银行相关功能时, 按系统指定的若干坐标, 将卡片上对应的字符串作为密码输入, 系统将校验密码字符的正确性, 以确保资金安全。

#### ■适用对象

工商银行个人网上银行、手机银行 (WAP) 客户, 特别适合对安全级别有一定要求, 但暂时不打算申请U盾的客户。

#### ■特色优势

- 1.电子银行口令卡可以有效地防止不法分子通过虚假网站、木马病毒、黑客攻击等手段窃取密码, 保障交易安全。
- 2.系统每次以随机方式指定若干坐标, 使您每次使用的密码都具有动态变化性和不可预知性。
- 3.操作简单、便于携带、成本低廉。

### 工银电子密码器

工银电子密码器是工商银行继U盾和电子口令卡之后推出的较高安全等级、适用范围更广的安全产品, 是一种成熟的基于动态密码技术的金融支付安全解决方案。客户在对外支付时, 操作页面将显示一串数字, 打开电子密码器并输入开机密码, 将页面显示的

数字输入电子密码器并按“确认”键, 电子密码器将显示一串临时密码, 将动态密码器显示的密码输入到操作页面即可完成支付。

#### ■使用对象

适用于工商银行个人网上银行所有客户, 已申领U盾的个人网银客户也可再申领一个动态密码器, 二者同时使用。客户可以通过工银个人网银“安全中心”切换认证方式, 既可以选择用U盾作为认证方式, 也可以选择动态密码器作为认证方式。

#### ■特色优势

开机密码保护; 无需安装驱动程序; 小巧轻薄, 便于携带; 密码绑定交易要素, 为每个交易产生专属的密码; 个人网银、手机银行、电话银行多渠道使用。

## ■辅助功能

### 预留信息验证

预留信息验证是工商银行为帮助您有效识别银行网站、防范不法分子利用假银行网站进行网上诈骗的一项服务。您可以在银行预先记录一段文字 (即“预留信息”), 当登录工商银行个人网上银行、手机银行 (WAP)、在购物网站上进行支付或在线签订委托缴费协议时, 网页上会自动显示您预留的信息, 以便您验证是否为真实的工商银行网站。

#### ■适用对象

工商银行个人网上银行客户、手机银行 (WAP) 客户。

#### ■特色优势

通过验证网上银行预留信息验证功能, 您可以有效识别假网站, 大大提高网上支付的安全性, 避免资金损失。

### 工银信使服务

工银信使是工商银行为网上银行注册客户提供的金融信息服务, 信息发布渠道为电子邮件、手机短信息或邮寄。您可通过信使服务定制所需要的财经信息、基金信息、股票信息、理财产品信息、账务信息、余额变动、重要提示、对账单、业务处理、汇款通知、登录短信提醒以及赠送信息等。您还可通过该功能进行信使服务查询、修改、终止、展期, 以及手机、邮箱、地址、缴费账号等信息的修改。

#### ■适用对象

具有及时掌握账户资金变动、获取银行金融信息需求的个人客户。

#### ■特色优势

- 1.方便快捷: 手机短信或电子邮件形式接收方便, 私密性好。
- 2.及时高效: 随时随地及时了解财经资讯, 轻松掌控私人的财务信息。
- 3.信息全面: 提供包括财经信息、账务信息、重要提示、赠送信息、余额变动提醒、对账单等信息提醒。

### VISA购物认证服务

所谓“VISA验证”服务 (Verified by Visa), 是指由工商银行与VISA国际组织联合为持卡人提供的实时在线支付安全验证服务。此项服务通过持卡人预留的保密信息和密码, 不仅可以验证境外网站的合法性, 还可验证持卡人身份, 有效降低了牡丹VISA双币贷记卡 (个人卡) 在网络上被冒用的风险。

#### ■购物流程

第一步, 客户在标识“Verified by Visa”或者“Verified by Visa VISA验证”的境外商户进行网上购物, 购物完毕使用VISA双币贷记卡付款时, 在输入信用卡卡号等必要数据之后, 商户将会自动确认客户使用的卡号是否已经开通工商银行VISA验证服务。

第二步, 如果尚未开通, 工商银行系统会引导客户进行自助开通。

第三步, 如果已经开通, 则弹出验证窗口, 客户检查自动显示的“保密信息”, 验证无误后, 可以输入支付密码并提交完成验证支付。

#### ■注意事项

- 1.验证过程中您需要确认“保密信息”是否与您预留的内容一致, 如果信息一致, 表示这是一家安全的网上商户。如果不一致, 请立即停止此次支付, 并尽快与工商银行客户服务中心联系。
- 2.如您在购物中忘记密码, 可以点击“忘记密码”按钮, 系统自动转到工商银行网上银行界面, 通过输入“提示信息”取回原来的支付密码。也可直接登陆工商银行网站, 在“个人网上银行登录”进行修改。
- 3.为了保障您的密码安全, 凡当天密码输入错误累计超过6次, 该账户将被锁定, 第二天自动解锁。

## ■防范方法

### 登录正确网址

中国工商银行官方网站地址为www.icbc.com.cn, 客户服务电话为95588, WAP地址为wap.icbc.com.cn。访问工商银行网站时请直接输入网址登录, 不要通过其他网址、号码或链接方式间接访问工商银行网站。工商银行绝对不会通过邮件、短信、电话等方式, 要求客户到指定的网页修改密码或进行身份验证, 如果您收到此类信息请不要相信。

在使用网上银行时, 请您留意以下几点:

- 1.访问工商银行网站时请直接输入网址登录, 并建议将工商银行网站地址添加到浏览器的“收藏夹”中, 不要采用超级链接方式间接访问工商银行网站。
- 2.小心识别虚假网站, 若有任何疑问, 请立即致电95588与客服联系。
- 3.在登录工商银行网站后, 请您仔细检查浏览器右下角状态栏上的挂锁图标对应的证书信息:  
颁发给: Mybank.icbc.com.cn  
颁发者: VeriSign Class 3 Extended Validation SSL SGC CA  
有效期: 检查安全证书是否在有效期内。

目前, 工商银行电话银行提供的缴费、支付功能, 必须拨打“95588”电话进入工商银行电话银行系统完成付款操作。请您在使用时特别注意, 不要使用经过其他电话号码连接后的“电话银行服务”, 不要轻信任何非正常渠道提供的电话银行服务。



## 确保电脑、电话、手机安全

您的计算机及软件有可能受到病毒及电脑黑客的威胁, 请您留意以下几点:

- 1.下载并安装由工商银行提供的用于保护客户端安全的控件, 保护您的卡号和密码不被窃取。
- 2.定期下载安装最新的操作系统和浏览器安全程序或补丁。
- 3.将您计算机中的hosts文件修改为只读。
- 4.安装个人防火墙, 可以防止黑客入侵您的计算机。
- 5.安装并及时更新杀毒软件, 养成定期更新杀毒软件的习惯, 防止新型病毒入侵。
- 6.不要开启不明来历的电子邮件。

## 保护账号密码、U盾和口令卡安全

作为工商银行电子银行的客户, 您应该是唯一知道您相关银行密码的人。一旦卡号和密码被他人窃取或猜出, 您的账户就有可能被盗用, 从而造成不必要的损失, 因此请您加强安全防范意识, 养成良好的电子银行交易习惯, 让不法分子无机可乘。

- 1.在任何时候及情况下, 不要将您的账号、密码告诉别人; 不要相信任何通过电子邮件、短信、电话等方式索要卡号和密码的行为。若有任何疑问, 请立即致电95588与客服联系。对于已经向不明人员或网站提供网上银行密码的, 要立即登录网上银行修改密码, 或到柜面进行密码重置。
- 2.选择不容易猜测的密码 ( 建议不要使用您的出生日期、电话号码、相同数字、连续数字和身份证号码中前几位或后几位等), 以免被有心人士猜中。
- 3.为您的电子银行设置专门的密码, 区别于您在其他场合中 ( 例如: 其他网上服务、ATM、存折和银行卡等) 使用的用户名和密码, 避免因某项密码的丢失而造成其他密码的泄漏。
- 4.将您的电子银行登录密码和用以对外转账的支付密码设置为不同的密码, 多重验证以保证您的资金安全。
5. 不要在计算机上保存您的密码, 不要将密码书写于纸张或卡片上, 而且最好能定期更改密码。
- 6.查看欢迎页面上的“上次登录时间” 和实际登录情况是否相符, 便于您及时发现异常情况。
- 7.保护好个人的卡号、密码、U盾和电子银行口令卡, 不要泄露给他人。

## 其他安全措施

请您留意以下几点:

- 1.不要在公共场所 ( 如网吧、公共图书馆等) 使用网上银行, 因为您无法知道这些计算机是否装有恶意的监测程序。
- 2.为您所使用的计算机设定密码, 以防止他人擅自盗用您的资料。
- 3.在每次使用网上银行后, 不要只关闭浏览器, 请点击页面右上角的“退出登录” 结束使用。
- 4.切勿向别人透露您的用户名、密码或任何个人身份识别资料。
- 5.妥善保存您的银行资料, 并仔细核查。若有任何疑问, 请立即通知客服。
- 6.如果您的个人资料有任何更改 ( 例如联系方式、地址等有变动), 请尽快通知工商银行。 ⑤

## 避免计算机、手机被他人使用

您应该清楚知道每一位与您共用计算机的人, 并严格限制任何未经授权的人士使用您的计算机。因为在公用计算机上使用网上银行, 可能会使您的账号和网上银行密码落入他人之手, 从而使网上账户被盗用。保护好自己的手机, 不要随意借给他人使用, 注意及时查杀手机病毒; 客户开通手机银行 (WAP) 后, 更换手机号码时需要同时变更手机银行 (WAP) 的注册手机号。

# The Result From Subtlety

那么细微的差别, 有的时候却能决定一个公司和一个人的成功和失败。必须要做到的, 就是不断提高效率, 多那么一点点的效率。此外, 还要不断地差异化, 找到属于自己的一亩三分地。

## 细微带来的结果

文\_王微 [土豆网CEO] 策划编辑\_陈方诗 责任编辑\_赵晓璐

小说《大卫·科波菲尔》有个角色——米可白先生, 他经常说, “年收入20英镑, 年支出19.996英镑, 结果=幸福。年收入20英镑, 年支出20.06英镑, 结果=悲惨。而加拉帕戈斯岛上的小雀鸟们幸福和悲惨的结果, 就是生与死。

已经环球航行将近5年的时候, 达尔文到了加拉帕戈斯岛上, 观察着各个小岛上的千姿百态的物种, 大有触动。20年后, 达尔文发表了进化论。加拉帕戈斯岛由几个小岛组成, 岛上只有两个季节, 雨季和旱季。雨季的时候, 岛上所有的雀鸟, 不论体型或者鸟嘴的大小, 大家都吃相似的果实——最不费气力的那些食物来源。在雨季, 适者生存的压力几乎不可见, 每一种鸟类都生活得很好。

但在严酷的旱季, 雨水停了, 最容易获得的那些坚果很快被吃光。雀鸟们只好开始吃那些越来越费力的果实, 随之而来的是适者生存的压力。

- 1.差异化: 不同类型的鸟, 因为体型的大小不同和鸟嘴的形状不同, 开始差异化, 他们开始吃不同类型的适合他们的果实。大个的雀鸟可以像钳子一样地咬碎一种坚果; 另一种雀鸟则钻到了仙人掌中。
- 2.效率: 两只同类的鸟, 即使鸟嘴的长度差别只有一毫米, 但其中一只就能以另外一只三倍的效率打开果壳。有一年, 整整一年没有下

过雨, 70%的雀鸟都死了, 剩下的都是大块头的鸟类。它们虽然需要比小块头的鸟多消耗1.5倍的能量, 但它们的效率是小块头的鸟的两倍。就这一点点的差别, 使它们存活下来。

那么, 到了来年又来年, 大块头的鸟经过不断地被选择, 后代的块头是不是会越来越大呢? 也不是。到了雨水丰沛的雨季, 小个头的幼鸟的生存效率又高过了大块头的鸟。因为它们存活的绝对数量和相对比例高。

在严酷的旱季, 效率和差异化, 让大块头的雀鸟们熬过去了。但是, 在富饶的雨季, 快速长大和大量存活, 出现了许多的小个头的雀鸟。小个头的雀鸟们密密麻麻地出现, 不需要耗费精力去长出一身的漂亮羽毛, 灰扑扑地, 它们只需要快速地繁殖。

当然, 如果不幸, 那一年的雨水意外地停了, 则所有年轻幼鸟可能就都一起死亡了。无论块头大小。达尔文说, “多么细微的差别, 决定着谁会活着, 谁会死去”

这就好像社会上的企业与人一样。那么细微的差别, 有的时候就决定着一个公司和一个人的成功和失败。必须要做到的, 就是不断提高效率, 多那么一点点的效率。此外, 还要不断地差异化, 找到属于自己的一亩三分地。 ⑤

# Cherish Life's Impulsion

试想, 在这样一个消费梦想的时代, 如果突然转身, 用心接住一个梦想, 用心放大一次冲动, 并用心呵护一回, 结果将会怎样?

## 呵护生命里的冲动

文\_明清石 [特约撰稿人] 策划编辑\_钟亚超 责任编辑\_黄敏

有一项调查, 在美国, 一批成功的、年龄在50岁左右的人被问到一个问题: 如果能回到25岁, 你最希望听到什么样的忠告。最多的三个回答是: 一、不要被世俗教条蒙蔽, 追随你的心和梦想; 二、关注你的家庭和你爱的人; 三、享受人生体验和珍惜快乐时光。这是过来人在回望中的答案, 更因为他们如今的地位和事业, 让这样的答案颇具意味。

联想自己一路走来, 我们不是变得勇敢, 而是越来越有顾虑, 越来越害怕失去。难得的由心而发的冲动, 也仅仅是昙花一现, 甚至在消失的时候连一丝遗憾都没有。生活和工作中, 我们都已习惯了这样自产自销的激情。即便是有时听到了自己内心的声音, 也不再有共鸣, 更谈不上呵护和实现。其实, 生活中, 最需要的就是呵护那份来自内心的冲动。多让它停留一点时间, 多给自己一份行动的力量。或许, 冲动就会成行动, 无论怎样, 这份体验将会使自己的生命更为丰富。

国内名校有一个标语: “这里有舞台, 有梦你就来。”很有感染力的一句话, 不仅鼓舞人心, 更把每个人的内心照得通亮。在我看来, 还有一层意义: 告诉每一个来这里求学的人, 在这个舞台上, 你的想法可以得到更好的呵护。

有人这样评论当下的社会: “大人缺乏信仰, 孩子缺乏梦想。”著名哲学家李泽厚12年前写了一本书叫《世纪新梦》, 开篇第一段这样写道: 人只能活一次, 于是活像一个梦。究竟是庄周梦蝴蝶还是蝴蝶梦庄周, 梦的后面到底是什么, 好像是说不清的谜。但梦醒了无路可走的痛苦, 却是人间情感的真实。不仅中国如此, 而且处在世纪末的世界, 似乎也有此问题。

梦醒了无路可走, 着实悲观了点。12年过去了, 不是无路可走, 而是有太多的路, 让原先的冲动多了一份模糊。随手而来的选择, 让那份内心的冲动少得冷酷。我们不经意间消费着我们的冲动, 对曾经让我们热血沸腾的想法, 忘了擦亮, 忘了呵护。

记得小时候, 每次在田野上空看到有飞鸟掠过, 都会情不自禁地比划着双臂, 做出飞翔的动作。那一刻, 内心有太多的冲动。几十年过去了, 冲动捡一路, 也丢一路。可是每一次的冲动想法, 都好若生命中的驿站, 并让自己卯足了劲地过上几天。

试想, 在这样一个消费梦想的时代, 如果突然转身, 用心接住一个梦想, 用心放大一次冲动, 并用心呵护一回, 结果将会怎样? ⑤

# Emotional Attitude Is More Important Than Skills

在投资过程中, 我们的情感常常会给我们的理性思考能力设置一些陷阱, 因此任何投资者都不可能做到一贯正确。

## 情感态度远比技巧重要

文\_姚斌 [特约撰稿人] 策划编辑\_于丹 责任编辑\_赵晓璐

投资大师伯纳德·巴鲁克一度认为, 在股票市场中, 任何形势的相关事实来到我们面前时, 都是透过一道人类情感的帷幕。驱动股票价格上涨或下跌的因素, 是人类对经济力量或不断变化的事件做出的种种反应。因此, “我们需要解决的问题是, 如何保持恰到好处的冒险精神和试验态度, 同时又不至于自我愚弄, 以致将自己变成了傻瓜。”当然, “主要障碍还在于能否让我们从深陷其中的情感中摆脱出来。”

巴鲁克自述道, 1929年股票市场狂飙期间, 有个乞丐突然叫住他, 告诉他有一个很好的内部消息, 而这个乞丐过去曾经得到过巴鲁克的施舍。巴鲁克说, 要是连乞丐、擦鞋童、理发师和美容师之类的人也能告诉你如何发财, 这时候就要提醒自己了, 因为再也没有比相信毫无付出就能有所收获更加危险的幻想。实际上许多人也清楚地知道这一点: 看穿其他人的行为动机, 表现得仿佛是个天眼通, 结果对于自己的错误却完全无视。确实, 生活中我们做出的许多重要的决策中, 金融决策是最具情感色彩的, 也是最不符合逻辑的。

因此, 必须研究人性, 巴鲁克经常在当时几乎所有华尔街人物都光顾的华尔道夫酒店观察来来往往的人群, 研究人性。巴鲁克认为, 一个优秀的投资者应该在“用钱做成任何事之前就能清楚他会做成什么”。这句话反过来也就是沃伦·巴菲特说过的, 风险来自于不知道自己在做什么。比如, 许多人总会卖出已经获利的股票, 因为好股票通常跌幅最小, 或者已经产生利润, 那么抛出在心理上就容易接受, 而手握一只坏股票, 有可能已经遭受重大损失, 于是心

里想着守住股票好让已造成的损失弥补回来。巴鲁克认为, 正确的做法应该是, 卖出坏股票, 继续持有好股票。股票价格高是因为它是好股票, 而价格低则是因为它的价值令人怀疑。

巴鲁克也曾经因为不熟悉咖啡交易而损失惨重。他说, 损失带来的痛苦尚在其次, 关键在于信心遭到重大的打击。于是他狠下决心, 对于自己不了解的东西绝不再冒重大风险。巴鲁克总结道, 事情常常就是这样, “我们因渴望实现某个目的而忘乎所以, 结果便忽视了实现这一目的的可行性。在这种情形下, 关于某件事情你了解得越多——你拥有的内部信息越多, 你可能越发相信自己可以智胜供求法则。”早年巴鲁克在大学时代, 曾经聆听一位经济学教授关于供求法则的课程, 这位教授说: “当价格上升时, 会出现两个过程——产量增加、消费下降, 结果, 价格会逐渐回落。如果价格降得太低, 又有两个过程产生——人们不愿意继续亏本生产, 从而导致产量减少; 另一个过程便是消费增加。二者的合力往往会建立起正常的供求平衡。”但是巴鲁克也只是在10年之后, 因为记住了这些话, 才变得富有了。可见, 不受情感影响地去寻找事实的工作有多么重要, 而且又多么困难。

投资过程中, 我们的情感常常会给我们的理性思考能力设置一些陷阱, 因此任何投资者都不可能做到一贯正确。实际上, 要是某个投资者在一半的时间里做到正确无误, 他就已经达到很不错的水平了。巴鲁克年轻的时候, 听到一个人说, “卖出一部分股票, 直到能睡着。”他认为这实在是难能可贵的智慧之语。我们如果忧心忡忡, 那是潜意识在不断给我们发送警告。因此, 最智慧的做法就是卖出股票直到不再为此忧心忡忡为止。这种将自己持有的股票转为现金离开股票市场的做法, 不乏明智。⑥



# "with" And "beyond" In The Domestic Gold Market

现代的黄金交易市场是一个全球化的交易市场, 投资者自由选择最佳的交易市场进行交易。  
市场交易量越大, 说明市场的交易平台越合理, 交易产品越健全, 参与者的水平越高。

## 国内黄金市场的“随”与“越”

文\_任亚敏 [特约撰稿人] 策划编辑\_于丹 责任编辑\_王淼

2011年中国黄金产量达到361吨, 比上年增加20吨, 增幅6%, 再创历史新高, 连续五年居世界第一。2011年中国境内黄金消费750吨, 居世界第二位。按照正常的逻辑, 握有世界第一的产量和世界第二的销量, 中国应该拥有黄金的全球定价权。但实际情况却是中国只是世界黄金市场的一个跟随者, 造成目前这种现象的原因, 除了历史遗留问题和其他问题外, 主要是中国的黄金市场对外与国际市场分离, 对内仍无法满足人们的需求。

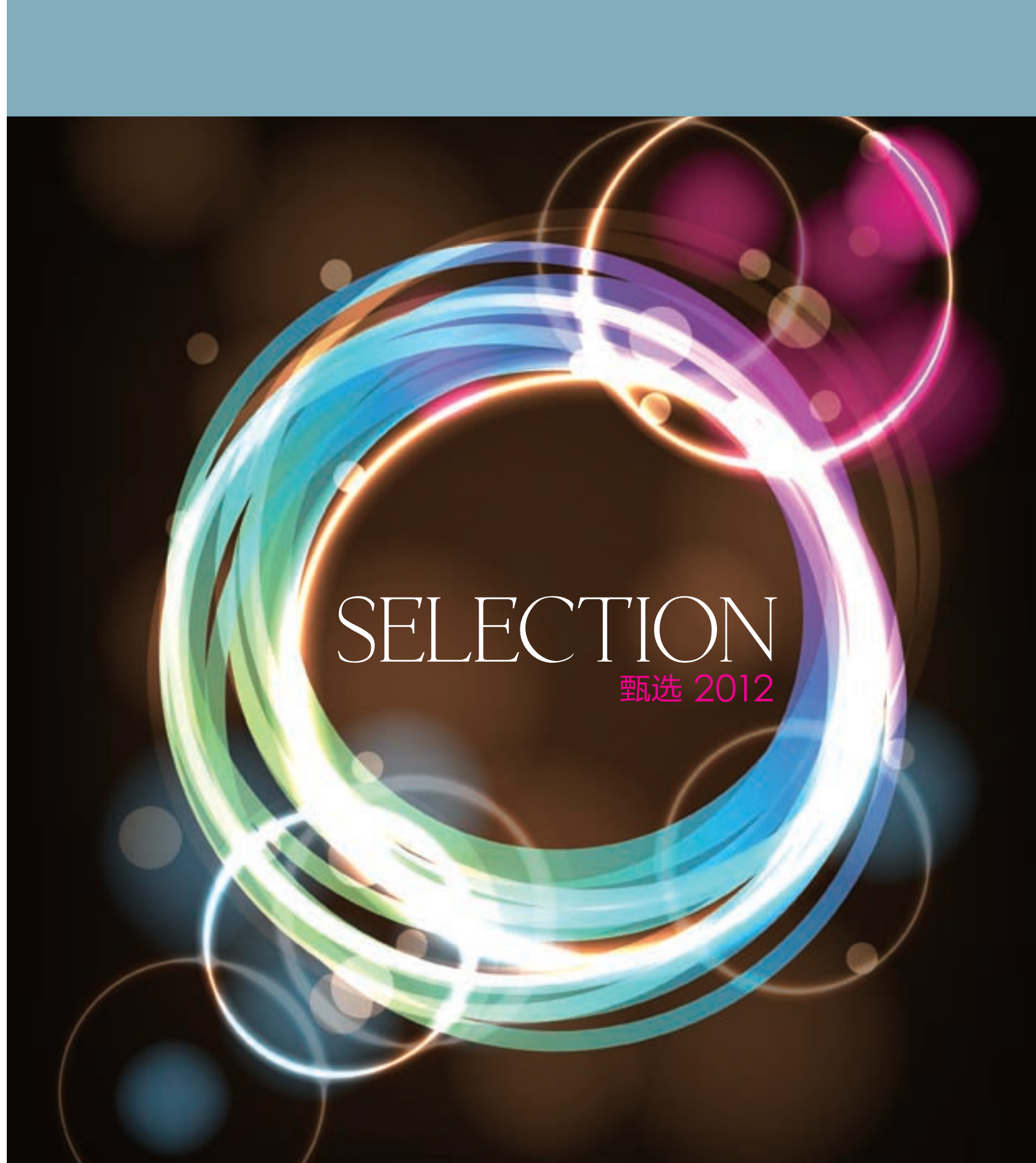
现代的黄金交易市场是一个全球化的交易市场, 投资者自由选择最佳的交易市场进行交易。市场交易量越大, 说明市场的交易平台越合理, 交易产品越健全, 参与者的水平越高。伦敦市场是全球最大的黄金交易市场, 美国的COMEX黄金期货市场排在第二, 而我国的整体交易量占到伦敦市场的10%左右。

作为全球最大的黄金交易市场, 伦敦市场采用柜台交易体系。柜台市场黄金为机构中的关键力量, 为伦敦黄金市场提供流动性和稳定性。伦敦黄金市场大部分交易是在双方授信的基础上交易, 交易通过额度授信进行, 不需要资本金与黄金。我国上海黄金交易所是经国务院批准的黄金交易的交易所, 标准黄金交易通过交易所的集中竞价方式进行, 实行价格优先、时间优先撮合成交, 就交易模式本身而言, 并无优劣好坏之分, 对于一个封闭的市场, 竞价

撮合还有其独特的设定价格优势。但是对于黄金这样的全球化市场, 在我国能够融入伦敦黄金交易体系并拥有一定的影响力之前, 自我定价就是顾影自怜。上海黄金交易所的竞价撮合变成伦敦金价的竞猜游戏, 在与国际市场渐行渐远的同时, 也无法实现价格发现, 参与国际竞争, 争夺黄金定价权的基本目标。

伦敦黄金市场产品种类丰富, 包括黄金实物、黄金租赁、即期、远期、延期、掉期、期权及彼此之间的各种组合及变种。上海黄金交易所主要有实物和延期两个品种。单单从产品种类的数量上讲, 我们处于伦敦市场1919年的阶段。很显然, 伦敦100年前的水准无论从哪个角度来说, 都无法满足中国市场今天的需求。与统购统配相比, 我们前进了一大步; 与满足中国人对黄金的市场需求相比, 我们才刚起步。伦敦黄金市场的实物黄金交易占整体交易量较少, 根据LBMA的统计, 近年来实物交割在全年交易量的5%左右。这也反映了伦敦市场为满足各种市场需求而创造的多品种黄金产品的优势。

中国人一直有“爱金藏金”的传统, 上世纪30年代上海就曾是远东的黄金交易中心。近年来随着收入和消费水平的提高, 国内居民对黄金的市场需求日趋多元化, 一个较为封闭的市场就能满足市场需求的历史阶段已经不复存在。为满足人们的需求, 发展多层次、多品种的黄金交易市场是大势所趋。④







# THE LAST DREAMLIKE WINTER SCENERY IN THE WORLD

## 全球最后的梦幻冬景

文、图\_武亚明 白英 策划编辑\_于丹 责任编辑\_左淑

冬季是一个充满太多故事的季节，不论是国外的冰天雪地，还是国内的大河湿地，都是人们留恋与向往的地方，漫天飞舞的雪花、银装素裹的森林、千里冰封的河流、形状各异的瀑布、晶莹剔透的冰挂，仿佛让人们进入了人间仙境，尽情享受这大自然所呈现的冬季盛宴。

### 世界奇观冰瀑布

跨入2012新年，冬雪依然是加拿大的主题，世界第一大瀑布：尼亚加拉大瀑布(Niagara Falls)，处处“银装素裹”，展现了一个纯净洁白的银色世界。冬日瀑布上的城市尼亚加拉，千里冰封，万里雪飘，冰雾梦幻，一显“山舞银蛇，原驰蜡象，欲与天公试比高”的豪情。

漫天飞舞的雪花、银装素裹的森林、千里冰封的河流、形状各异的瀑布、晶莹剔透的冰挂，仿佛让人们进入了人间仙境，尽情享受这大自然所呈现的冬季盛宴。



### 世外桃源冬奥村

对生活在大城市的人来说，朴实安静的小镇也许是放松的最佳出行点。美国纽约州东北部的普莱西德湖(Lake Placid)小镇的“冬奥之旅”，让人们仿佛进入一个银装素裹的童话世界。普莱西德湖一个只有2900多人的幽静山区小镇，曾因举办过1932年和1980年两届冬季奥林匹克运动会而闻名于世。普莱西德湖既是镇名又是湖名，又为“宁静湖”之意。

**看点：**冬日的普莱西德湖犹如一面天然明镜，发出熠熠的光芒，雪花是这里永远的主题。环绕着普莱西德湖与米勒湖形成了这个山峦起伏、景色秀丽的宁静小镇。白雪皑皑，铺遍峰峦，森林、雪野、山峦、湖泊、小镇、木屋，超凡脱俗。恍惚间，远处山峦下的木屋宛若童话世界的小窝，勾勒出清秀的轮廓。屋前湖面冰层上，覆盖着厚厚的积雪，蜿蜒的河水融化了，缓缓流向无尽婉约的丛林深处。清晨，眺望湖边五彩斑斓的木屋，屋顶上的白雪及屋檐下的冰渍在晨光照射下呈现出淡淡的紫，围成院落的木栅栏在淡紫色的雪地上拉出长长的影子，袅袅升起的炊烟在这冰天雪地的童话世界里格外温暖。寂静的山林、冰湖，就像是一幅幅静默的水墨画展现在你面前。

**交通：**北京、上海多个航班可飞抵美国纽约或波士顿，再转美国国内航班约50分钟直达普莱西德机场。从纽约驾车到普莱西德470公里，从波士顿驾车到普莱西德490公里，都很便利。

**住宿：**小镇拥有让来自世界各地滑雪者住宿的各类宾馆、别墅或度假屋。

**饮食：**国际赛事的举办使这里汇集了各国餐饮，既有美式甜品、烤肉、奶油培果、三明治、海鲜、汤类，也有日式海鲜、寿司、素食，还有意大利披萨、意式多梭饭，间或尝尝墨西哥香烤烤肉Q饼、香辣牛扒和希腊烤羊肉卷也是不错的选择。





## LINK

### 送给驴友的礼物：逸贷信用卡

逸贷信用卡是中国工商银行发行的一款面向大众、链接商户，可直接用于消费的信用卡产品，也是国内首张专用消费分期信用卡。其优势为：持卡人可以在工行指定商户直接使用逸贷信用卡进行刷卡消费，分期付款，无需再到银行办理审批手续；全国各地（含港澳）5万家商户均可使用，商户类型覆盖电器卖场、大型百货、奢侈品和珠宝工艺品、旅行社、教育培训、汽车4S店、家居卖场等，可以全方位满足持卡人的消费需求；免收年费长达三年，分期付款实行贷款基准利率，优于现有分期付款市场收费水平，减少持卡人的费用支出；分期付款期数由您自主选择，最长可达36期，分期灵活，金额、时间可自主掌握。



### 黄河湿地天鹅美

磅礴奔涌的黄河在转了个“几”字形大弯后，被“万里黄河第一坝”的三门峡水库大坝拦腰阻截，陡然平静下来，在地处晋、秦、豫三省黄河金三角地带的平陆县形成一个浩渺宽阔而波澜不惊的湖面，孕育了一片神奇的湿地。在山西省运城市平陆县的黄河岸边，就有一片叫三湾的水域，每年有数千只天鹅来这里过冬。

**看点：**看着那宽阔的湖面，朦胧的晨雾，感受着难以言状的空寂。美丽的白天鹅，静静地停留在这一片美丽、幽静的湖面之上，湖水中的几个干枯的小树，轻轻地点染着这一分的静谧。间或出现了几只黑天鹅，时而在水面上追逐游弋，时而展翅盘旋，给这白

色的世界添了几丝生趣。远远的镜头里，天鹅宛如凌波仙子般，娇俏的影子倒映在如镜子一般的湖面，在水里摇曳着。薄薄的晨雾中，三湾湿地这块孕育华夏文明的地方，演绎着现代的童话，到处充溢着一片静谧和神话的色彩。

**交通：**天鹅观赏点位于平陆县西南6公里的张村镇三湾村，天鹅湖还与三门峡市隔河相望。火车、飞机可到达运城，然后换乘汽车到平陆。如果自驾，可以从运三高速公路平陆口下，行至三门峡黄河大桥，左手处有一条向西的路，顺路六七公里就能到平陆县三湾村。

**住宿：**山西平陆县城、河南三门峡市都有各种档次的宾馆可供住宿。



### 壶口瀑布竞风流

壶口瀑布在山西临汾市吉县西南25公里。这里两岸夹山，河底石岩上冲刷成一巨沟，滚滚黄水奔流至此，倒悬倾注，若奔马直入河沟，震声数里可闻。冬天壶口冰封，夹在两山中间的黄河，似比往日温顺不少，暖暖的太阳照在山坡，壶口瀑布换上了一派银装玉砌的景象，河水不是很大，但足以让人震撼，飞来之水像一条腾飞的巨龙，穿行在黄土高原的秦晋大峡谷中。

**看点：**风卷千层浪，迎来万丈虹。站在湿滑的岸边向北放眼望去，壶口瀑布壮观景象一收眼底。大浪卷着水泡，奔腾咆哮，以翻江倒海之势，飞流而下。滚滚黄河翻腾着咆哮着跌落下去，浪花飞溅，激起的

水雾冲上天空，化为一道美丽的彩虹，如虹桥横跨瀑布之上。冰挂是冬季壶口的另外一大奇观，河道两侧的平台和崖壁上，被厚厚的白色冰层所覆盖，河中翻滚的巨浪，显示出一幅北国特有的自然风光。瀑布周围的石壁上，都挂满了长短不一、粗细不等的冰滴溜，错落有致、晶莹剔透、形态各异，冰台冰挂伴激流，如入仙境。

**交通：**吉县距太原352公里，有吉太公路可通，沿途观赏陕北黄土高原的美景。

**住宿：**在壶口景区两岸有不同档次宾馆酒店，有名的酒店有壶口瀑布酒店、壶口商务宾馆、黄河壶口成盛源大酒店等。⑧



# THE CLASSIC “SPEED” ON THE HOLLYWOOD SCREEN

时间过去了八年, 我们在《钢铁侠》中看到了小罗伯特·唐尼所驾驶的奥迪R8已经从概念的雏形走下了工业生产线。在极富超前意识的好莱坞, 奥迪R8无疑是一个把幻想变为现实的典型案例。

## 好莱坞银幕上的“极速”经典

文\_冯玉娜 策划编辑\_于丹 责任编辑\_王淼

大投资大制作的好莱坞大片奢华刺激, 有着浓重的时尚商业气息。暴力、犯罪、枪火、爆炸、飙车等场面吸引观众的眼球, 冲击着人们的视觉神经, 而这其中, 汽车这个时尚元素被越来越多的好莱坞大片引用其中引领潮流, 扮演着越来越重要的角色。



### 奥迪R8: 超凡霸气, 引领前卫

奥迪R8概念跑车极富金属质感和现代魅力, 它是高科技元素的集大成者, 彰显着未来汽车的设计理念。早在2004年由威尔史密斯主演的影片《机器公敌》中我们就曾领略过奥迪R8超前审美的魅影, 而时间过去了八年, 我们在《钢铁侠》中看到了小罗伯特·唐尼所驾驶的奥迪R8已经从概念的雏形走下了工业生产线。在极富超前意识的好莱坞, 奥迪R8无疑是一个把幻想变为现实的典型案例。

奥迪R8超级跑车拥有无比迷人的驾控感, 在奥迪品牌的运动车型中堪称翘楚。奥迪R8装置420马力V8 FSI发动机、全时四轮驱动系统和奥迪全铝车身空间框架结构, 赋予了它无比出众的超凡动力表现。

只需轻轻一瞥, 奥迪R8超级跑车的非凡特性就一目了然。它车身宽广伟岸, 紧贴路面, 雄浑醒目的车身尾部犹如强悍的肌肉, 仿佛一名随时蓄势待发的运动健将。

在整个充满动感的车身内部, 以驾驶员为中心的驾驶舱结构为主导概念, 它将驾驶员、仪表盘和高中控台融为一体。中控台上部的仪表盘微微向驾驶员倾斜, 平底的方向盘具有典型的奥迪运动车型风格, 并且便于驾驶员出入, 功能决定形式, 奥迪R8超级跑车的设计始终贯彻这一理念。







### 宝马Z8: 旗帜跑车, 经典座驾

宝马Z8是一辆任何人见了都会爱不释手的超级跑车。Z8的外型极具艺术性的美感,修长的发动机盖秉承了宝马一贯的经典造型,更为重要的是宝马Z8被英国名气最大的间谍詹姆·斯邦德选中,成为了影片《黑日危机》中的一大亮点。

宝马Z8把人们对宝马507的追念和激情变成了现实,然而和507一样,这款车是稀世珍品,狂热的车迷们并非都有机会向它致敬。格调不凡做工精美,空间大小适中,座椅调节与空间布置灵活实用。宝马车的内饰一向让人挑不出什么毛病,Z8也不例外,方向盘上的快捷按钮提高了驾驶时的便利和安全性。Z8的手自一体设计非常有意思,一个镀铬的圆包围着白色的挡位显示盘,活像一个玩具,给车内风格增添了许多活力。

宝马Z8的基本设计具备经典跑车的特点:细长的前部、短促的车尾、经典而舒适的驾驶室。车轮罩柔和的曲线通过宽阔的车门延伸至短而充满力量感的车身后端。前轮罩与车门之间的排风口是典型的宝马风格。从正面看去,Z8宽大的双肾形散热器护栅和玻璃罩下紧凑的卤素前灯都突显了其纯正的宝马血统。

无须赘言,宝马Z8全部采用了现代顶尖的汽车技术,所以在人们意料之中的是,它将装备性能卓越的V8运动型发动机,这款发动机因装备新型宝马M5而盛名远播。此动力单元在最初就是针对两种不同概念的汽车而开发的。其排量达5升,发动机6600转/分钟时,最大输出功率达到400马力(294千瓦),最大扭矩为500牛·米(369磅·英尺),可以保证在任何发动机转速下都拥有充足的动力储备。



# LINK

## 牡丹中油卡 一卡行天下

牡丹中油信用卡是由中国工商银行和中石油公司联手打造的国内第一张可在加油站使用的全国性联名卡。该卡除具有牡丹双币借记卡的一切功能外,还享有多项增值服务,助您惬意享受驾车乐趣。其增值服务包括:具有人民币和美元双账户,全球通用;循环信用,超长免息还款期;境外消费,人民币自动购汇还款;本异地存款实时更新可用额度;本异地存款免手续费;本行本地取现免手续费;POS消费密码可选;电话挂失即时生效;账户余额变动,即时短信提醒;电子对账单,随时随地掌握账务交易信息;消费积分兑换年费、国航里程以及众多精美礼品;年终结算清单,家庭理财助手。

### 阿斯顿·马丁: 激情007系列

阿斯顿·马丁跑车一直位于世界顶级跑车的行列,优雅的外形、修长的线条、考究的内饰和独特的着色工艺都为阿斯顿·马丁带来了万千宠爱。众所周之,007系列影片中邦德的御用座驾一直是宝马和阿斯顿·马丁两家公司的争夺焦点。终于,在“邦德20”《择日而亡》中阿斯顿·马丁战胜了宝马夺回了赞助权。皮尔斯·布鲁斯南独特的气质再配上那部来自英伦三岛且可以隐形的阿斯顿·马丁跑车可谓是“人车合一”,电影中的阿斯顿·马丁V12 Vanquish还装备有9mm机关枪,5枚寻热导弹,两把猎枪与一具弹射座椅,让人叹为观止。

由于采用了特殊的制造方式和材料,V12 Vanquish是阿斯顿·马丁有史以来制造的最先进的汽车。阿斯顿·马丁采用了一种特殊的粘接铝材,并利用一种类似于轻型飞机所用的制造系统手工装配汽车。该

车征服采用V12发动机作动力,输出功率为460马力,最高车速不低于305.9公里/时。汽车0—96.6公里/时加速时间4.5秒,0—161公里/时加速时间不到10秒。通过采用先进的设计技术与材料,V12 Vanquish减轻了重量,提高了刚度和强度,性能十分优异。与第二代V12阿斯顿·马丁发动机所装的电传控制节气门系统相配合,通过指端控制的一级方程式指尖操纵式换挡杆,使换挡可以在250毫秒内飞速完成,比一眨眼的时间还短。

阿斯顿·马丁不仅提供三部标准的Vanquish产品车,还建造了四部带有特殊装备的特技Vanquish汽车,包括可从发动机盖通风孔探出的机关枪、5枚寻热导弹,以及一对从散热器格栅前面使用的猎枪,这些汽车都是四轮驱动并采用八缸发动机。⑤



# THE SWEET COLOR MOVES THE CHARMING SPRING

## 果糖绚色 魅动春弦



文\_瑶晓 策划编辑\_张姝 责任编辑\_张中英

当春携着她特有的温煦，潮一样地涌来时，怎能不令人欣喜。春，绝对是一帧浸染着生命之色的画布。新绿、嫩绿、鲜绿、翠绿，满眼的绿色明媚着我们的视线。而铺在这满眼绿色之中的，便是那星星般闪动的一点点红、一点点黄、一点点蓝、一点点紫，它们惊喜着我们的目光，也撼动着我们的心。春天的色彩到底意味着什么？不如一起跟随春的脚步，来解读春之颜色密码。



图/Getty Images



### 红：视觉冲击

红色为春天带来了热烈、冲动，它是强有力的色彩，它能使肌肉的机能和血液循环加快。除了具有较佳的视觉效果之外，红色更被用来表现活力。喜欢红色的人通常激情四溢、精力充沛、善于理财，在时尚的氛围中能够显得性感非常，魅力十足。

如果你喜欢红色，那么不如来一起看看Dolce&Gabbana2012年春夏女装推出的配饰。它描绘出一部虚拟电影，故事背景座落于意大利的南部小镇，每事每物都洋溢一派意大利欢愉氛围：大街小巷的特色街灯、芳香味美的地中海佳肴、餐桌上的拼花图案。蕃茄、茄子、节瓜、洋葱和辣椒印花为服饰添彩，意粉、车厘茄、洋葱及迷你圣母像化身成手链配饰，进一步张扬了红色的迷人魅力，仿佛绽放夜空的烟花，给你带来不一样的视觉盛宴。



图/CFP

### LINK

#### 周大福牡丹信用卡，悦享璀璨购物季

周大福牡丹信用卡是中国工商银行与周大福珠宝联合推出的国内首款珠宝首饰类信用卡产品，享有多项珠宝首饰品类优惠及特色服务，可参与兑换周大福牡丹信用卡专属积分礼品。即日起至2012年12月31日，消费者在香港、澳门所有周大福分店购物时如持周大福牡丹信用卡，可享受珠宝镶嵌、素金类首饰9折及F类手工费5折优惠（不可与其他优惠、特价货品、减价期间、企业礼品客订、金会标会、免息分期或礼券付款同时使用）。



图/东方IC



### 橙：浪漫风暴

橙色是欢快活泼的光辉色彩，是最温暖的颜色，通常能使人联想到丰硕的果实，是富足、快乐而幸福的颜色。喜欢橙色的人通常喜欢户外活动，非常热爱大自然并且渴望与自然浑然一体，若在林中漫步会感觉到重生的力量。

如果你喜欢的是橙色，不妨来看一下Bottega Veneta的橙色手包吧。Bottega Veneta的形象总是脱俗清雅，总是那么浪漫。表面的内敛克制暗藏着高超手工与用心设计的概念，色彩上绝不是大路的shocking color，而是暗暗地配合主题与季度的咖啡、橙及黄等暖色调。制作上以手工逐层上色，为大小皮具带来鲜明而自然的色泽形成独特的风格，在柔和却又鲜明的用色对比下，为你塑造出略带性感的新形象和不一样的浪漫情调。





图/东方IC

## 黄：醒神明媚

黄色是骄傲的色彩，它有激励和增强活力的作用，能够增加清晰度，便于交流，并以机智著称。它的灿烂有着太阳般的光辉，象征着财富和权利，也象征着照亮黑暗的智慧之光。在生机盎然的春天里，如此璀璨的颜色会不会令你欣喜呢？

REDValentino精心设计的全新早春系列，以怀旧为主题，并以花卉作设计焦点，配搭质料轻盈飘逸的布料，加上招牌的蝴蝶结装饰，发挥点睛效果，为新作抹上一层浪漫又华丽的气氛。以鲜黄及杏色为主调、碎花图案遍布的手袋之上，便绽放着醒神明媚的春色，令你的可爱与型格同时兼备。



图/东方IC

## 蓝：狂野味道

蓝色是博大的象征，天空和大海都呈蔚蓝色，它是永恒的代言，也是最冷的色彩。纯净的蓝表现出一种美丽、文静、理智、安祥与洁净。蓝色与其他颜色搭配会有不同的效果：蓝色与白色相配，表现出明朗与清爽；蓝色与黄色相配，对比度大，较为明快；大块蓝色一般不与绿色相配，它们只能互相渗入，变成蓝绿色、湖蓝色或青色。

喜欢蓝色的你可以来看一下Valentino的早春系列。这一系列的设计主题从花卉图案出发，首次推出以牛仔布制成的手袋系列，袋身及手挽均缀以铆钉装饰，倍添狂野味道。当中有刺绣及印花图案，配搭温和清丽的用色，营造柔和高雅的娴熟美态，为你打造雍容华贵的气派。



## 绿：低调奢华

绿色是一种中立颜色，它美丽而优雅，象征着生机勃勃的生命。它宽容而大度，几乎能容纳所有的颜色。喜欢绿色的人乐意去帮助每一个人，喜欢隐藏自己的思想，对未来有着美好的规划。当然，喜欢绿色的人也非常容易成为别人最好的朋友。喜欢绿色的你是否是这样的呢？

或许这款绿宝石戒指会非常适合一向崇尚低调的你吧。如湖水一般通透清澈的绿宝石绽放在周遭的小钻中间，闪烁着迷人的光，为你带来无处不在的低调奢华。



图/CFP

## 青：魔幻诗意

青色是一种底色，清脆而不张扬，伶俐而不圆滑，清爽而不单调。它是中国特色的一种颜色，在中国古代社会中具有极其重要的意义，象征着坚强、希望、古朴和庄重。我国传统的器物 and 服饰常常采用青色。

如果你是青色控，那么不如跟随着Van Cleef & Arpels的脚步，去装扮你独有的春天吧。花园中的景与物向来都是Van Cleef & Arpels的灵感，尤其是蝴蝶。Papillons系列以多变的表达手法将蝴蝶的形态展现得淋漓尽致，透过镶嵌钻石及青色宝石的铺排，令其更栩栩如生，细腻的曲线勾勒出蝴蝶神秘而美丽的蜕变过程，为之注入永恒的生命力与灵气，让你深切体会到自然界的魔幻诗意。



图/CFP

## 紫：神秘能量

紫色是非知觉的颜色，它美丽而又神秘，给人深刻的印象，既富有威胁性，又富有鼓舞性。喜欢紫色的人总在努力做得比现在更好，无论是在信仰、情感或是精神方面。

2012年，CHOUETTE“Hello Kitty”新年系列钻石腕表为喜爱紫色的你带来了一款新的礼品。全新系列一如紫色的神秘，内藏顶尖美国TESLAR®晶片科技，能发出独特的7-9赫兹频率，强化人体内的天然能量电磁场，感受等同打坐或冥想时的平静感。神秘的紫色能量，能帮助你更从容面对生活和工作压力。⑤



# SHARE NAPA'S BEAUTIFUL MOMENT

一部《云中漫步》使纳帕在一夜之间成为全球酒客和游客注目的焦点，以至每到周末，著名的29号公路上便排满了涌去纳帕度假品酒的车辆。

## 分享纳帕的“美丽时刻”

文、图\_方军 策划编辑\_钟亚超 责任编辑\_赵晓璐

每当想起电影《云中漫步》(A Walk In The Clouds)里，帅哥基努·里维斯与美女阿妮塔·桑切兹或在云雾漫山的葡萄园中穿行，或在熊熊篝火旁挥舞着透明羽翼起舞为葡萄驱寒，或在桶里踩葡萄欢庆采摘季的丰收……这些美妙浪漫的场景，不由让人对美国加利福尼亚州纳帕(Napa)——这个与意大利托斯卡纳、法国普罗旺斯一样的美丽葡萄酒之乡，趋之神往。



### 美国葡萄酒的象征

纳帕谷(Napa Valley)，位于加州旧金山市以北89公里，驱车也就一小时车程。这个长约48公里，宽1.6公里至4.8公里的狭长谷地，虽然葡萄栽培的面积只占整个加州的1/10，产量也仅占加州的4%，但产值却占到了1/3，其在高档精品葡萄酒发展历程里的特殊贡献，使其当之无愧地成为加州及美国葡萄酒的中心。如今，纳帕谷的葡萄酒已作为美国葡萄酒的象征，以朝气蓬勃、充满活力的新世界葡萄酒文化吸引着世界各地喜爱葡萄酒的人们。

其实，最初了解加州纳帕谷的多是葡萄酒爱好者和发烧友，因为这里出产了品质绝佳的葡萄酒。一部《云中漫步》使纳帕在一夜之间成为全球酒客和游客注目的焦点，以至每到周末，著名的29号公路上便排满了涌去纳帕度假品酒的车辆。公路两旁就是连绵不断的葡萄园和近三百家风格情调迥然不同的酒庄，一些19世纪时期的欧式酒庄建筑衬映着宽阔的草坪、花丛、葡萄廊道和粗大的橡树、枫林，使得每个酒庄都成为一个景观。几乎所有酒庄都提供试饮，有些免费，有些收费，一杯便宜的两三美元，贵的则二三十美元。一个酒庄里的桌台坐着三四个国家的游客，大家一边午餐，一边交流各自的杯酒人生。

不过，相对于美国东海岸16世纪就开始的葡萄种植与酿造的历史，纳帕以至加州则略显稍晚。伴随19世纪淘金热的扩展，美国葡萄酒重心也开始向西移，而气候、土壤都为葡萄种植和酿酒提供了完美

环境的加州，也逐渐成为美国葡萄酒的“黄金之地”。1823年，一位名叫George Yount的人和一些先驱们在此种植了纳帕山谷中第一批葡萄树，但这些葡萄所酿造的酒仅能供给自家饮用。1836年，他们在此盖了第一栋房子，成了纳帕酒谷的先鋒者。而纳帕真正的辉煌崛起是在近二三十年，尤其在1976年巴黎一场全部以法国评判的盲品品酒会上，纳帕以卡本纳·苏维翁(Cabernet Sauvignon)葡萄酿制的纳帕葡萄酒，一举击败法国顶级葡萄酒而震惊全球葡萄酒界，由此开辟了以加州葡萄酒为代表的“新世界”，并开始与以波尔多为代表的“旧世界”开始平分秋色。这些成就，完全得益于纳帕谷所拥有的得天独厚的气候水土条件，以及酿酒师们对葡萄酒酿酒技术的执著追求。

纳帕谷东西两面有瓦卡(Vaca)和梅亚卡玛斯(Mayacamas)山脉围绕，北端靠近海伦娜山(Mountain Helena)，午后从南部圣保罗湾(San Pablo)吹来的凉爽的风和海雾的影响，使葡萄成熟的缓慢且均衡。这里的葡萄园面积有16000公顷，土质多样，有粘土、沙砾和火山喷发岩，从北到南温差可以达到15℃。特殊的气候和土壤的多样性造就不同的特质，从而赋予葡萄酒酒体丰富的口感。纳帕谷出产的莎当妮白葡萄酒味道丰富，润滑而又口味多样，而卡本纳·苏维翁浓郁饱满，口感丰富华丽，更具陈年潜质的风格，受到全世界葡萄酒爱好者的追捧。

### 品酒手记

#### ROBERT MONDAVI WINERY 罗伯特·蒙大维酒庄珍藏卡本纳苏维翁

产区: Napa Valley  
年份: 1993  
葡萄: 91% Cabernet Sauvignon、6% Merlo、3% Cabernet Franc  
度数: 13.5%

**观:** 石榴红。

**闻:** 15分钟醒酒后入杯，闻起来仍很“新”，黑醋栗浆果味非常明显。等到45分钟时，与开瓶的“横冲直撞”相比，酒体开始缓和，果香十足，层次复杂，具有甘草、红豆沙、奶油等味。

**品:** 这支酒应该算是代表了美国酒的深度、精致和优雅。酒体入口饱满强劲，浓郁而柔顺，单宁细腻，层次复杂，特别是回味悠长，口腔里充满奶香和甘草香气。

**小贴士:** 蒙大维酒庄始建于1966年，座落在加州纳帕山谷中心地带的橡木镇。创始人罗伯特·蒙大维(Robert Mon-davi)被誉为纳帕葡萄酒的大使和加州葡萄酒的教父，他通过研究、改进葡萄种植和酿酒术，大大提高了品质，一手建立起了加州葡萄酒的全球声誉。

1976年巴黎品酒会上，美国葡萄酒在蒙大维及同行的带领下于盲品测试中脱颖而出，建立了世界声誉。1979年，与木桐庄的罗思柴尔德家族合作的OpusOne项目，成为蒙大维跻身顶尖葡萄酒家族的重要一步。现在，蒙大维在纳帕谷拥有两个葡萄园，总面积达到380公顷，每个葡萄园均拥有自己的风土特色以对应生长不同的葡萄，长相思和赤霞珠占庄园的大部分。酒庄酿造手法以传统为主，采用人手采摘和橡木桶陈酿。

《葡萄酒与烈酒》(Wine and Spirits)杂志在25周年纪念册里对蒙大维酒庄曾做出高度评价：“世界最好的酒庄之一”、“美国最好的纳帕谷葡萄酒酿酒商”。同一期的杂志里写到：“蒙大维酒庄是美国顶级赤霞珠葡萄酒酿酒商之一。”







## HARLAN ESTATE 贺兰酒庄

**产区:** Napa Valley  
**年份:** 2003  
**葡萄:** Cabernet Sauvignon、Cabernet Franc、Merlot、Petit Verdot  
**度数:** 14.5%

**观:** 宝石红  
**闻:** 有黑醋栗果香、蓝莓、松露和动物皮毛的味道。  
**品:** 入口口感醇厚柔顺，在中后段表现出来的单宁强劲饱满，在舌头上磨砾，层次明显，显示该酒的陈年潜力。封杯3个小时后（开瓶5小时），烟丝、甘草，咖啡，巧克力香气不断涌现出来，柔滑的单宁撑起的架构均衡，尾韵悠长。看来，此酒不仅是“声名在外”，其内在表现果然也可圈可点。但现在饮用仍太年轻，相信如果给它“时间”，会有更多酝酿而出的惊喜。

**小贴士:** 虽然历史只有短短20多年，但贺兰酒庄却被誉为加州最杰出的酒庄之一，这是因为酒庄主人Harlan先生慧眼识珠，曾聘请许多世界一流的葡萄种植师、酿酒师帮忙，再加上优良的土地种植条件，令贺兰酒庄的酒在世界葡萄酒评分中能达到95分以上，被酒友们称为加州顶级膜拜酒。贺兰酒庄有24块地（93公顷），为保证高质量，每年非常低产仅800箱，非常珍稀，价格自然也不菲。世界头号评酒师罗伯特·帕克曾给予贺兰葡萄酒最高的评价：它的品质相当于修道院红颜容庄园、白马古堡和木桐罗斯柴尔德庄园同类型的葡萄酒。在一次顶级葡萄酒盲品中，1991年的贺兰得分可与1990年的拉图、1990年的玛歌和1990年的柏图斯相媲美……



## RUBICON ESTATECASK CABERNET 罗宾汉酒庄原生赤霞珠红

**产区:** Rutherford Napa  
**年份:** 2005  
**葡萄:** 100%Cabernet Sauvignon  
**度数:** 14.5%

**观:** 深宝石红  
**闻:** 混合了成熟水果和迷人香料的味道，还伴有可可、香草和烤面包的香气缤纷呈现。  
**品:** 酒体强劲厚重，单宁突出但还算精致，口腔充满浓郁的果味，如余味回甘，可继续陈年8年—10年后再饮用。1949年，约翰·丹尼尔创立了这款原生赤霞珠，在此之后的几十年它一直被誉为纳帕谷最受追捧的赤霞珠。有意思的是，这款酒的酒标是一片纯粹的美国橡木板，这个纯手工制作的标签是葡萄酒行业中最昂贵的标签之一。  
**小贴士:** 始建于1880年的罗宾汉酒庄（Rubicon Estate）是加州最古老、最令人骄傲的酒庄。1975年，刚刚拍完《教父》的导演弗朗西斯与埃莉诺柯波拉购买了这座酒庄，并于2006年更名为罗宾汉酒庄。从地理和历史角度讲，酒庄所处的卢瑟福位于纳帕谷的中心地带，而罗宾汉酒庄恰恰在拥有优雅、复杂风土特征的卢瑟福德地区的心脏。  
从1991年开始，罗宾汉酒庄就在首席酿酒师Scott McLeod的领导下酿造极具风土特色的葡萄酒，并力求至臻完美。2009年，Scott McLeod被世界权威杂志《葡萄酒爱好者》评为年度最佳酿酒师；2004年份被《葡萄酒爱好者》评为93分；2005年份被《葡萄酒爱好者》评为90分；2006年份被《品醇客》评为四星，被《葡萄酒爱好者》评为90分。🍷

# THE FLOATING SUBTLE FRAGRANCE

## 暗香浮动

策划编辑\_钟亚超 责任编辑\_左淑

闻香识女人，每位有品位的女性生活中都少不了香水，香水是精美典雅的象征，也是女人灵魂的标志，更是一种无形的性感名片，无论走到哪里都能彰显出独特的品味…每个女性都应该好好关爱自己，一瓶贴心又凸显品位的香水，是犒劳自己的最佳选择。

### 甜美型

#### ●迪奥花漾甜心淡香水

**产品编号:** GHFF2011231  
**市场价:** ¥550.00  
**工行价:** ¥550.00

| 分期付款:   |       |
|---------|-------|
| 每期价格(元) | 期数(月) |
| 550.00  | 1     |

1947年，Christian Dior先生创办了他的时装屋，并于同年推出了第一款香水——迪奥小姐淡香水，自她诞生的那一天起，就注定成为传奇。2005年，充满魅力、让人心情愉悦的迪奥甜心香水诞生，延续了迪奥小姐淡香水的传统。2008年，花香四溢的迪奥花漾甜心淡香水璀璨登场，沁香怡人，翻开了迪奥小姐系列传奇的全新篇章。

**前调:** 迪奥花漾甜心淡香水的前调来自西西里岛的柑橘，她带来的是甜中带酸的愉悦新鲜感。

**中调:** 明润的牡丹花香，盛情释放。纤美的牡丹花，起源于中国，被誉为“花中之王”，她是谨慎、谦逊和不朽的标志。

**后调:** 融合了西普香风格的广藿香以及温和的白麝香。

#### ●阿玛尼新寄情女士香水

**产品编号:** GHFF2011208  
**市场价:** ¥720.00  
**工行价:** ¥648.00

| 分期付款:   |       |
|---------|-------|
| 每期价格(元) | 期数(月) |
| 111.17  | 6     |
| 219.33  | 3     |
| 648.00  | 1     |

优雅、低调、奢华是阿玛尼的代名词。阿玛尼新寄情女士香水是一首对自然生态的赞美之诗，也是一个关于水的故事。她穿越海岸而来，带着自然与水的气息，帮你逃离到纯粹而原始的自然之中。

**前调:** 碎薄荷叶在明亮而充满活力的柠檬香下形成了强烈且充满能量的气息。

**中调:** 植物的水润感带来水晶般通透的花香调，水生茉莉洋溢着格外清新的活力，一种强烈的地中海感受始终贯穿于整款香水的架构中。

**后调:** 雪松混合着琥珀气息，带来全新、温暖、柔和的木质感受。





### ●阿玛尼曼尼女性香水

产品编号: GHFF2011216

市场价: ¥680.00

工行价: ¥612.00

分期付款:

| 每期价格(元) | 期数(月) |
|---------|-------|
| 105.00  | 6     |
| 207.00  | 3     |
| 612.00  | 1     |

清越馨香的香氛, 滴滴飘着摩洛哥月桂、绿柑橘、粉胡椒的气息, 充满女性味道的花香; 性感的柏树、檀木、琥珀和麝香, 调制成一款时尚的香水, 性感中不失优雅。

**前调:** 摩洛哥月桂, 它非凡的芬芳, 彰显出温暖欢快、真实坚定的格调, 与西西里绿色柑橘所带来的现代感相得益彰, 这非同寻常的二重奏因黑加仑果的加入而更显协调。

**中调:** 柔和淡雅, 清澈明晰, 感性的木兰让你在不经意间已容光焕发。

**后调:** 让人倍感抚慰的白檀香、香草和白麝香, 以及维吉尼亚雪松, 都唤起了前调中摩洛哥月桂的芬芳, 这些让整个香水拥有了独特而无法模仿的标记。

## 成熟型

### ●迪奥真我香水

产品编号: GHFF2011233

市场价: ¥660.00

工行价: ¥660.00

分期付款:

| 每期价格(元) | 期数(月) |
|---------|-------|
| 113.33  | 6     |
| 223.33  | 3     |
| 660.00  | 1     |

迪奥真我香水以花果香调为主, 清新愉悦, 体现女性独立自我主的风格。它结合花果香调, 以纯粹的花香, 明亮感性的香调赞颂着女性的魅力, 就如同她优雅高贵的金色之躯, 由内而外散发出极致的女人味。

**前调:** 收获于意大利南部的卡不利亚香柠檬, 通过冷轧取果实的果皮获得香柠檬精油, 带给香水一种出挑的清甜味道。

**中调:** 原产地为土耳其和保加利亚的大马士革玫瑰, 被用于制成香精油和纯香。

**后调:** 茉莉花是世界上香水提炼中最常用到的香料, 时而狂野奔放, 时而又像朝露一般纯洁。

### ●兰蔻珍爱香水

产品编号: GHFF2011137

市场价: ¥610.00

工行价: ¥549.00

分期付款:

| 每期价格(元) | 期数(月) |
|---------|-------|
| 549.00  | 1     |



### ●兰蔻璀璨香水

产品编号: GHFF2011141

市场价: ¥610.00

工行价: ¥610.00

分期付款:

| 每期价格(元) | 期数(月) |
|---------|-------|
| 53.08   | 12    |
| 70.44   | 9     |
| 104.67  | 6     |
| 206.33  | 3     |
| 610.00  | 1     |

兰蔻最新创作的珍稀香氛, 重新诠释了法国高级香水的真谛, 倾力展现女性特质中至情至性的动人一面。洋溢着现代气息, 比例完美的瓶身上, 轮廓分明的垂直剖面倒映着梦幻迷离的魅惑光影, 大胆新锐的风格与创意淋漓尽致。

**前味:** 桃花、佛手柑、梨子、粉红胡椒、水蜜桃、紫罗兰。

**中味:** 茉莉、土耳其玫瑰。

**后味:** 雪松、麝香。



珍爱香水的花香调, 略带东方调的痕迹, 可以完美地相衬于每一个女人的肌肤之上。带着不能言说的神秘魅力, 和身体肌肤混然成一体, 散发出让人难以忘怀的感性。

**前调:** 桃、杏花。

**中调:** 玫瑰精油、鸢尾花、铃兰。

**后调:** 檀香、琥珀、向日葵、麝香、香草、玫瑰精油。Ⓜ

# BE THE CEO OF YOUR OWN LIFE

## 请做自己生活的CEO

文\_杨吉 策划编辑\_于丹 责任编辑\_黄敏

工作是一个橡胶球, 你把它丢在地上, 它还会弹回来。但是另外四个——家庭、健康、朋友和精神是玻璃球, 如果你把其中任何一个丢在地上, 它们将不可避免地磨损、产生印痕, 甚至支离破碎。

做自己的CEO——这是管理学大师汤姆·彼得斯较早时候提出的, 他在《你就是品牌》一书中曾写道: “与年龄无关, 与职位无关, 与我们偶然进入的行业无关, 我们每一个人都必须认识到塑造品牌的重要性。我们是我们自己的公司——Me公司——的执行总裁。为了在今天的竞争中生存, 我们最重要的任务就是推销自我这个品牌。”

为了追求卓越、做得更好, 彼得斯建议人们要成为行业专家、成为业内活跃分子、提高表达技巧、注意外在形象等。在他看来, 做好自己的CEO贵在“用心经营”, 即把传统管理所需的思考力、决策力、领导力、执行力实施在自己身上, 像运营企业一样“运营”自己。在这里, 彼得斯贯穿的始终是商业逻辑, 相对于幸福感、成就感或舒适感而言, 他更关注一个人的生产、效率、收益以及他的核心竞争力。

现在, 埃伦·厄恩斯特·科塞克和布伦达·A·劳沙一道也提出了“做自己的CEO”, 但他们倡导的却与彼得斯截然不同。他们说, 每个人都有比他们想象中更多的选择来实现工作与生活的完美结合, 从今天开始, 不仅要成为工作上的CEO, 更要成为自己生活的CEO。作为工作与生活平衡问题的专家, 他们通过调查发现, 很多管理者、职场人士即使表面上看起来事业顺利、春风得意, 但背地里却时常悲伤、无奈、绝望、恐惧、无助、遗憾和愤怒, 甚至有无法摆脱的空虚感和罪恶感。另一方面, 无论是公众还是媒体, 都大肆追捧和宣传创业精英、财富英雄, 似乎事业成就才决定人的一生。于是, 每个人都自觉或不自觉地为五斗米折腰, 都忙于功名利禄的追逐, 从而忽略了自己其实是一个有血有肉有灵魂有情绪的人。在这样的情况下, 所谓的“管理以人为本”就是一句空洞无物的口号, 一个拿来自我安慰的理由。

传统观念认为, 工作与生活就是一种零和游戏, 鱼与熊掌不可兼得, 只能选其一, 不能兼顾两头。但事实证明, 这是错误的, 而且大错特错。当前, 有不少企业已经开始注重人性化管理, 在肯定工作专注投入的同时, 也不忘树立劳逸结合的价值观的。



作者: 埃伦·厄恩斯特·科塞克等  
出版社: 中国人民大学出版社  
分类: 职场心理

实践上有了转变, 理论上必须有所突破。早在30年前, 法国枫丹白露欧洲管理学院教授费尔南多·巴图洛美和保罗·埃文斯就曾通过对2000多名高层管理人员和很多家庭的调查, 找到了潜在消极情绪的根源, 并讨论了组织应采取什么样的措施才能帮助个人协调私人 and 职业生涯, 以最大限度减少阻碍。而埃伦·厄恩斯特·科塞克和布伦达·A·劳沙将如何平衡工作与生活的议题则上升到“风格模式”的高度。在《做自己的CEO》一书中, 他们归纳了几种角色模型: 融合者、反应者、优先者、受俘者、工作狂, 以及品质时间管理者。不同的风格在面对工作与生活的协调时表现是不同的。此外, 科塞克和劳沙还提出了一些有效管理个人生活和工作的解决方案, 如自我监控、确立承诺、设想替代方案、创造适当的环境、试验等等。

尽管在今天这个一切都是快、快、快的世界, 找到工作和生活的平衡点已不是一件容易的事——要知道, 工作投入的大小多少与生活品质的高低优劣息息相关, 但即便如此, 我们应当明确工作的存在是为了生活, 它的价值在于更好地配合生活, 而不是相反。这就像可口可乐前首席执行官布莱恩·迪森所说的: “工作是一个橡胶球, 你把它丢在地上, 它还会弹回来。但是另外四个——家庭、健康、朋友和精神是玻璃球, 如果你把其中任何一个丢在地上, 它们将不可避免地磨损、产生印痕, 甚至支离破碎, 它们永远都不会复原。你必须懂得那些, 并且致力于你生活中的平衡。”Ⓜ



## 经典推荐

### ■《心理画——绘画心理分析图典》

作者: 李洪伟、吴迪  
出版社: 湖南人民出版社  
分类: 心理分析



- ◎中国第一部图典形式的绘画心理分析书
- ◎这是一本能看到人的潜意识
- ◎一种直接“用”的读心术
- ◎探知他人最隐秘的心灵，发现未知的自己

本书是中国第一部图典形式的绘画心理分析著作，图文对照，方便查找，可操作性极强。本书图例均以大量真实的中国案例为基础，所有释义均符合中国人的心理特点。

绘画是把人看不见、摸不着的情绪以图像化的形式表达出来的一种方法，它是表达我们潜意识的直接工具，因为人们在画画时，会把自己的性格倾向、心理需要、心理问题投射到图画中。通过绘画分析可以确定一个人的情绪和人格特征、内心现实，而且还能看出绘画者的人生经历。早在18世纪，欧洲的医生就开始把病人绘画作为一种诊断精神疾病的方法来使用，现代绘画心理分析已经成为艺术治疗的一种最重要的技术。

本书在传统的线条绘画心理分析技术之上，开创了色彩分析技术，在技术和理论上都进行了创新。

### ■《这才是思维》

作者: 爱德华·德博诺  
出版社: 万卷出版公司  
分类: 思维训练

“卓越，但还不够。”这是本书出现频率最高的话，也一语道破人类思维停滞僵化的原因。本书建立起了新的思维观念，爱德华·德博诺在肯定人类思维成就的基础上，对影响思维进一步发展的23个因素做出了反思，并提出了一些建议，提醒人们要在已有思维的基础上，加强创造性思维、设计性思维和感性思维等。

在社会历史发展的进程中，人类取得了卓越的成就，但这并不意味着人类的思维就是完美的。本书分别从个人、社会、教育、管理、知识和思维本身等七个方面分析了思维的现状，提出了可操作性极强的改进建议及具体方法。毕竟，在信息经济时代，我们必须依靠自己的创意才能生存。

### ■《十二夜》

作者: 马克斯·克鲁泽  
出版社: 新世界出版社  
分类: 世界文化

三个年轻人，贝蕾妮克、罗曼和斯蒂芬因为偶然的机 会，来到进化公园，并遇见了神秘而富有智慧的向导塞内克斯，随即便开始了他们奇妙的旅程。他们亲历了宇宙的诞生、人的演化、人类文明的发展。他们乘船前往英国，参观伊丽莎白女王时代的伦敦剧院，亲历第一次气球飞行；他们认识了启蒙主义者狄德罗、伏尔泰和卢梭；伫立在安放歌德遗体的床前；讨论拿破仑的远征和工业革命。当他们来到近代，见到了玛丽·居里，成了原子弹研究和人类征服宇宙的见证人。

作品以轻松有趣的小说和游记形式，铺陈了西方五千年文化发展的重要成就，让读者身临其境地触摸西方文化“进化”的第一现场：古希腊、罗马、中世纪、文艺复兴、启蒙运动等，通过深入西方文化核心，对读者了解西方文化观念、世界文化多元化、扩大视野，积极地面对全球化、国际化大有裨益。



## 中国工商银行财富管理中心通讯地址一览

| 地区  | 财富管理中心名称        | 财富管理中心地址               | 联系电话                  |
|-----|-----------------|------------------------|-----------------------|
| 北京  | 长安复外财富管理中心      | 北京市西城区复外大街A2号东配楼       | 010-68569290          |
|     | 朝阳财富管理中心        | 北京市朝阳区朝外大街1号           | 010-65993635          |
|     | 崇文新世界财富管理中心     | 北京市崇文区东打磨厂街2号          | 010-67081795          |
|     | 翠微路公主坟财富管理中心    | 北京市海淀区翠微路乙3号           | 010-68217668          |
|     | 地安门鼓楼财富管理中心     | 北京市西城区地外大街31号          | 010-64035269          |
|     | 东长安街财富管理中心      | 北京市东城区东方广场W3座一层        | 010-85181078          |
|     | 东城营业部财富管理中心     | 北京市东城区东四十条24号          | 010-64056518          |
|     | 方庄芳群园财富管理中心     | 北京市丰台区方庄蒲芳路32号         | 010-87637842          |
|     | 房山良乡财富管理中心      | 北京市房山区良乡西路北大街32号       | 010-89350770          |
|     | 丰台万丰路财富管理中心     | 北京市丰台区万丰路西局欣园北区5号楼     | 010-83674301          |
|     | 海淀大钟寺东路财富管理中心   | 北京市海淀区大钟寺东路9号          | 010-82116797          |
|     | 海淀西区财富管理中心      | 北京市海淀区北四环西路65号         | 010-82886190          |
|     | 和平里和平街财富管理中心    | 北京市朝阳区和平街10区5号楼        | 010-64212777          |
|     | 怀柔营业部财富管理中心     | 北京市怀柔区商业街23号           | 010-69645044          |
|     | 金融街复兴门财富管理中心    | 北京市西城区金融大街甲29号         | 010-66006155          |
|     | 九龙山西大望路财富管理中心   | 北京市朝阳区西大望路59院风度柏林小区2-1 | 010-58620298          |
|     | 开发区宏达北路财富管理中心   | 北京市经济技术开发区宏达北路12号      | 010-67889664/67880432 |
|     | 密云营业部财富管理中心     | 北京市密云县鼓楼南大街7号          | 010-69067176          |
|     | 南礼士路阜成路财富管理中心   | 北京市海淀区首体南路38号创景大厦1层    | 010-58892911/58892922 |
|     | 商务中心区财富管理中心     | 北京市朝阳区建国路110号          | 010-65665558转8103     |
|     | 石景山游乐场财富管理中心    | 北京市海淀区建西苑南里10-5        | 010-58971042          |
|     | 顺义营业部财富管理中心     | 北京市顺义区仓上街1号            | 010-69466578          |
|     | 通州运河上园财富管理中心    | 北京市通州区故城东路56号          | 010-60561107          |
|     | 望京广顺财富管理中心      | 北京市朝阳区广顺北大街33号院福码大厦一层  | 010-84722636          |
|     | 西客站青塔财富管理中心     | 北京市丰台区青塔西路5号           | 010-68678297          |
|     | 新街口财富管理中心       | 北京市西城区西直门内大街143号       | 010-62252595          |
|     | 宣武广安门财富管理中心     | 北京市宣武区广外南滨河路3号         | 010-63284630          |
|     | 亚运村财富管理中心       | 北京市朝阳区慧忠北里407号楼        | 010-64863524          |
|     | 延庆营业部财富管理中心     | 北京市延庆县延庆东大街37号         | 010-69142461          |
|     | 分行营业部财富管理中心     | 北京市西城区复兴门南大街2号天银大厦B座   | 010-66410642/66410640 |
|     | 中关村东升路财富管理中心    | 北京市海淀区学院路30号方兴大厦一层     | 010-62318815          |
|     | 珠市口南纬路财富管理中心    | 北京市宣武区太平街甲6号           | 010-59361315          |
| 天津  | 国信财富管理中心        | 天津市河西区滨水道宾泰公寓1门        | 022-28450061转8688     |
|     | 十一经路支行财富管理中心    | 天津市河东区十一经路河东金融大厦       | 022-24124672          |
|     | 开发区财富管理中心       | 天津市开发区第二大街27号          | 022-66209104          |
| 河北  | 世纪财富管理中心        | 河北省石家庄市中山西路188号        | 0311-66001350         |
|     | 分行营业部长安财富管理中心   | 河北省石家庄市中山东路180号        | 0311-86038049         |
|     | 分行营业部桥西财富管理中心   | 河北省石家庄市中山西路123号        | 0311-87024331         |
| 山西  | 大同分行财富管理中心      | 山西省大同新建西路44号           | 0352-2036071          |
|     | 晋中分行财富管理中心      | 山西省晋中市榆次区文苑街419号       | 0354-6248602          |
| 内蒙古 | 分行营业部财富管理中心     | 内蒙古自治区呼和浩特市新华大街27号     | 0471-6603795          |
| 辽宁  | 抚顺银河湾财富管理中心     | 辽宁省抚顺市顺城区银河湾小区         | 0413-3880585          |
| 吉林  | 分行营业部人民广场财富管理中心 | 吉林省长春市人民大街2303号        | 0431-88961851         |
|     | 分行营业部自由大路财富管理中心 | 吉林省长春市同志街2521号         | 0431-85096037         |
| 黑龙江 | 营业部中央大街支行财富管理中心 | 黑龙江省哈尔滨市道里区中央大街218号    | 0451-84668771         |
|     | 营业部和兴支行财富管理中心   | 黑龙江省哈尔滨市南岗区和兴路108号     | 0451-86301373         |
|     | 营业部雷锋支行财富管理中心   | 黑龙江省哈尔滨市南岗区果戈里大街125号   | 0451-82621789         |
|     | 营业部大直支行财富管理中心   | 黑龙江省哈尔滨市南岗区阿什河街56号     | 0451-53643389         |
|     | 佳木斯分行财富管理中心     | 黑龙江省佳木斯市中山路131号        | 0454-8661770          |
|     | 大庆龙南支行财富管理中心    | 黑龙江省大庆市让胡路区昆仑大街66号     | 0459-5961148          |
| 上海  | 鞍山财富管理中心        | 上海市控江路1698号            | 021-65021918          |
|     | 漕河泾财富管理中心       | 上海市宜山路900号B座底楼         | 021-54234230          |
|     | 长寿路财富管理中心       | 上海市长寿路235号             | 021-62665074          |
|     | 崇明营业厅财富管理中心     | 上海市城桥镇南门路158号          | 021-69693006          |
|     | 大华财富管理中心        | 上海市华灵路688号             | 021-66391277          |



|    |                |                    |                        |
|----|----------------|--------------------|------------------------|
| 上海 | 分行第二营业部财富管理中心  | 上海市浦东大道9号          | 021-58885888转1142      |
|    | 分行营业部财富管理中心    | 上海市中山东一路24号        | 021-63298336           |
|    | 奉贤财富管理中心       | 上海市南桥镇南中路48号       | 021-57102795           |
|    | 古北新区财富管理中心     | 上海市古北新区黄金城道918号    | 021-62083348           |
|    | 虹桥财富管理中心       | 上海市娄山关路83号         | 021-62097999           |
|    | 华山路财富管理中心      | 上海市肇嘉浜路1065        | 021-64645539           |
|    | 嘉定财富管理中心       | 上海市嘉定区清河路151号      | 021-59523864           |
|    | 金山石化财富管理中心     | 上海市石化卫零路558号       | 021-57961237           |
|    | 金钟财富管理中心       | 上海市淮海中路98号         | 021-53858068转8117      |
|    | 静安寺财富管理中心      | 上海市愚园路315号         | 021-62493195           |
|    | 马戏城财富管理中心      | 上海市共和新路2401号       | 021-56039788           |
|    | 南汇财富管理中心       | 上海市惠南镇城南路258号      | 021-58016790           |
|    | 浦东财富管理中心       | 上海市浦东南路2024号       | 021-58753076           |
|    | 浦东开发区金桥财富管理中心  | 上海市金桥路1391号        | 021-58994006           |
|    | 青浦财富管理中心       | 上海市青浦区城中东路485号     | 021-59738579           |
|    | 人民广场财富管理中心     | 上海市南京西路377号        | 021-63598353           |
|    | 四平财富管理中心       | 上海市四平路311号         | 021-65214421           |
|    | 松江财富管理中心       | 上海市中山二路201号        | 021-57728591           |
|    | 外滩营业厅财富管理中心    | 上海市中山东二路11号        | 021-63218140           |
|    | 斜桥财富管理中心       | 上海市陆家浜路1058号       | 021-63185507           |
|    | 莘庄财富管理中心       | 上海市莘松路288号         | 021-64889900-232       |
| 江苏 | 徐汇徐家汇财富管理中心    | 上海市广元西路8号          | 021-64071287           |
|    | 延安西路财富管理中心     | 上海市延安西路895号        | 021-62252200转2010      |
|    | 张江财富管理中心       | 上海市张江路639号         | 021-50797260           |
|    | 国际机场营业厅财富管理中心  | 上海市海天五路速航路口        | 021-68341116           |
|    | 常州分行财富管理中心     | 江苏省常州市延陵中路680号     | 0519-88179507          |
|    | 分行营业部山西路财富管理中心 | 江苏省南京市中山北路143号     | 025-83279920           |
|    | 分行营业部新街口财富管理中心 | 江苏省南京市汉中中路95号      | 025-84780916           |
|    | 无锡分行财富管理中心     | 江苏省无锡市五爱路30号       | 0510-82227128          |
|    | 无锡分行江阴财富管理中心   | 江苏省江阴市澄江西路30号      | 0510-86806863          |
|    | 镇江分行财富管理中心     | 江苏省镇江市解放路308号      | 0511-85038065          |
| 浙江 | 常熟财富管理中心       | 江苏省常熟市海虞北路23号      | 0512-52876950          |
|    | 道前财富管理中心       | 江苏省苏州市人民路1008号     | 0512-65810588          |
|    | 新区财富管理中心       | 江苏省苏州市狮山路189号      | 0512-66325918          |
|    | 园区财富管理中心       | 江苏省苏州市苏华路1号        | 0512-67628519          |
|    | 丽水青田财富管理中心     | 浙江省青田县鹤城镇圣旨街1号     | 0578-6838518           |
|    | 分行营业部白马财富管理中心  | 浙江省杭州市环城北路298号     | 0571-85069978          |
|    | 分行营业部财富管理中心    | 浙江省杭州市庆春路90号       | 0571-87227394          |
|    | 分行营业部城东财富管理中心  | 浙江省杭州市新塘路17号采荷嘉业大厦 | 0571-86036185          |
|    | 分行营业部城站财富管理中心  | 浙江省杭州市解放路20号       | 0571-87171052          |
|    | 分行营业部高新财富管理中心  | 浙江省杭州市文二路391号      | 0571-89961201          |
|    | 分行营业部解放路财富管理中心 | 浙江省杭州市解放路223号      | 0571-87925398          |
|    | 分行营业部金城路财富管理中心 | 浙江省杭州市金城路928号      | 0571-83899793          |
|    | 分行营业部西湖财富管理中心  | 浙江省杭州市延安路300号      | 0571-87781886          |
|    | 分行营业部延中财富管理中心  | 浙江省杭州市延安路316号      | 0571-87077931          |
|    | 分行营业部羊坝头财富管理中心 | 浙江省杭州市中山中路261号     | 0571-87132833/87132855 |
|    | 湖州分行红旗路财富管理中心  | 浙江省湖州市红旗路48号       | 0572-2027086           |
|    | 嘉兴分行嘉禾财富管理中心   | 浙江省嘉兴市中山西路1575号    | 0573-82095282          |
|    | 金华分行东阳财富管理中心   | 浙江省东阳市人民路88号       | 0579-86650086          |
|    | 金华分行梅园财富管理中心   | 浙江省义乌市稠州中路369号     | 0579-85322351          |
|    | 衢州分行坊门街财富管理中心  | 浙江省衢州市坊门街38号       | 0570-3055401           |
|    | 绍兴分行财富管理中心     | 浙江省绍兴市解放南路655号     | 0575-88008888          |
|    | 绍兴财富管理中心       | 浙江省绍兴市柯桥鉴湖路29号     | 0575-84128505          |
|    | 绍兴分行诸暨财富管理中心   | 浙江省诸暨市暨阳路158号      | 0575-87111888          |
|    | 台州分行温岭财富管理中心   | 浙江省温岭市太平街道万寿路2号    | 0576-86206580          |
| 安徽 | 温州分行瑞安财富管理中心   | 浙江省瑞安市万松路74号       | 0577-65611365          |
|    | 温州分行营业部财富管理中心  | 浙江省温州市人民东路2号工行大楼   | 0577-88815367          |
|    | 舟山分行解放路财富管理中心  | 浙江省舟山市定海区解放西路26号   | 0580-2022809           |
| 安徽 | 分行营业部财富管理中心    | 安徽省合肥市长江中路419号     | 0551-2852926           |
| 福建 | 闽都财富管理中心       | 福建省福州市古田路108号      | 0591-83359217          |