

如今，提起林書豪這個名字，人們就會津津樂道紐約尼克斯隊的五連勝，和林書豪從板凳球員一躍成為矚眼明星的傳奇故事。

林書豪成功了，有人說，林書豪的成功就是一個偉大的勵志故事。林書豪的成功不僅來源於他刻苦的努力，而且來源於他對夢想鍥而不捨的堅持。

雷媛媛

林書豪很小的時候就開始接觸籃球了，後來他被酷愛籃球的父親，帶到一個基督教青年會參加兒童籃球聯賽。他的父親深信成功來自於扎實的基礎，他為兒子制定了嚴格的家庭訓練制度：每周訓練三次，每次三十分鐘，風雨無阻。持之以恆的堅持訓練，讓打籃球的基礎技術在他的肌肉之中根深蒂固。

高一時，林書豪入選了校隊。然而，雖然擁有美國國籍，但政視和嘲諷一直在學校裡伴隨著林書豪。每當他走進籃球場的時候，就會有人不屑地說：「快回去吧，中國人，這裡是籃球場，沒你的事！」還有的人說：「看他那細長的亞洲人眼睛，能看得見籃板嗎？」……林書豪在接受美國《時代》周刊採訪時說：「所有你能想像的那些關於亞裔的謬論，我都聽過。」面對四面而來的歧視甚至辱罵，林書豪沒有退縮，也沒有回擊，他選擇了堅持訓練和打球，決心用成績來贏得尊重。



高中畢業後，林書豪被他夢想中的學府冷落後，他選擇了進入哈佛大學。哈佛籃球隊是一支不折不扣的弱旅，作為一個非選秀出身的球員，而且沒有特別出眾的技術特點，林書豪的籃球前景一度並不被看好。上個賽季，他獲得了勇士隊的一紙短約，雖然在有限的時間內有過驚艷的表現，依然在賽季末被橫掃出門。輾轉來到休斯頓火箭的林書豪，也並沒有獲得表現的機會。在漫長的等待，在被勇士放棄、被火箭裁掉的過程中，書豪也猶豫過，他思考過是否要去歐洲，是否要去中國。他隨時準備著提起自己的旅行包。他的堅持，幾乎到達了極限。隨著新秀喬治伯特的受傷，林書豪意外地在尼克斯隊獲得重新上崗的機會。憑著出色的表現，他終於完成了破繭成蝶的蛻變，成了熠熠生輝的明星。

林書豪有著被人嘲笑、在走向夢想的路上屢屢失敗，但是他從來沒想過放棄。是他對夢想鍥而不捨的堅持，當稍縱即逝的機會來臨時，讓他終於取得了夢寐以求的成功。

有一種成功叫堅持

澳洲「智慧相親」

盛小兵



在悉尼讀完工商管理專業後，我才發現拿到博士學位的自己，同時也成了一個「剩女」。畢業後，我順利進入了大型跨國公司出任業務代表，繁忙的工作讓愛情變得更加跟我遙不可及。每次回國，都被父母催著早點結婚——女人啊，年紀越大越滯銷！父母的耳提面命，讓我不厭其煩之餘，也有了一些惶恐，畢竟我也渴望有一個溫暖的家啊！

一天晚上，好友米雪兒神秘兮兮的拉我去市區的「藍調酒吧」。我問：「上個周六不是剛去過嗎？」「親愛的，你來了吧，這裡平常是酒吧，周末晚上就變成你想像不到的相親會所了。」剛踏入酒吧，就看到一對男女吵得不可開交，主持人叫停後，兩人又緊緊的擁抱在了一起，詭異的情形讓我目瞪口呆。

原來這是在澳洲最流行的「智慧相親」，大家拋開紳士淑女的形象，想說什麼就說什麼，光芒最耀眼的人就是贏家。這時，主持人突然面對著我們說：「有請我們最受歡迎的女孩——米雪兒！」原本羞澀的米雪兒立刻像換了一個人，站在台上的神態像極了撒切爾夫人，鋒芒畢露，對各種話題見解犀利，贏得了滿場掌聲。

辯論結束後，米雪兒被數十個男人圍住，讓旁人羨煞了眼。可能智慧相親的用意就是這樣，讓你既看到對方的智慧，也看到最真實的一面。之後，我便成了這裡的常客，雖然剛開始還不適應在眾人面前「嘸嘰嘰啦」，但熟悉之後，就覺得沒什麼了，甚至我開始忘記相親的目的，而是感恩認識了這麼多聰明的朋友。

一天晚上，辯論的題目是：婚姻是幸福的終點站嗎？我馬上站了起來：「如果把所有的幸福都押在婚姻上，那麼婚姻豈不是就超負荷運轉了！」只有婚姻才能讓幸福長久。一個叫卡迪爾的男人居然和我成了對手，他也是這裡的常客，而且風度翩翩，只是很少見到有他中意的對象。我們這番辯論鬥得昏天暗地，幾十個回合下來，卡迪爾敗给了我。辯論結束後，他向我走來：「你說得真好！」一口字正腔圓的普通話。你會說中文？——我驚訝地打量他。「我很喜歡中國文化。」卡迪爾向我眨了眨眼睛，彷彿是在暗示，他對來自中國的我很有興趣。

不久之後，我和卡迪爾便從只在相親聚會中見面的朋友，慢慢演變成私下吃飯看電影……很快，步調一致趣味相投的我們相愛了，他就像是一個救生圈，將我從「剩女」生涯中解救了出來，給了我一份期待很久的幸福和關愛。

美國六十三歲著名影星梅麗史翠普憑藉在影片《鐵娘子》中出色的演技，獲得第八十四屆奧斯卡「最佳女主角獎」，這是她第二次獲得奧斯卡「最佳女主角獎」，此前，一九八二年，在《索非的選擇》中成功扮演經歷納粹迫害的波蘭母親，獲「最佳女主角獎」。一九七九年，梅麗史翠普還以影片《克萊默夫婦》獲得奧斯卡「最佳女配角獎」。

一九四九年六月二十二日，梅麗史翠普出生於美國新澤西州一個叫薩米特的小鎮，讀過兩次大學，從瓦薩學院轉入耶魯大學，專修戲劇，演過不少莎劇，二十六歲才踏進電影界。她長得並不好看，身材很纖弱，雙腿粗短，鼻子硬突狹長，缺少「性感」，有人認為她不適合表現現代女性的灑脫不羈。

但梅麗史翠普高明之處就在於不失自己的本真，聰明而藝術地量體裁衣，按自身的條件去選角色，完全把角色融進自身，成了特定的具有個性的梅麗史翠普式人物。索非是奧斯維辛集中營歷經苦難的倖存者，又是個精神分裂症患者，戰爭結束後，生活在兩個愛她的男人之間，痛苦的經歷常使她心裡流血。梅麗史翠普把索非放進自己的性格之中，變成梅麗史翠普式的索非，把傷痛深深地埋藏在心底，但又不自覺地神經質流露，在懺悔中折磨自己，踮著腳走路，躲躲閃閃，講話常會突然中斷，手指痙攣插進頭髮，或不知所措地撕扯裙子，這些失常的神態深刻表達人物內心的痛苦。最美的還是她那雙眼睛，激動時眼珠泛紅，睫毛抖動，大理石雕像般的臉上沒有眼淚，給人視覺上的強烈震撼，肝腸寸斷，欲哭無淚。梅麗史翠普創造了她自己的索非，她成功了。

扮演鐵娘子撒切爾夫人，梅麗史翠普在倫敦把自己完全封閉起來，讓工作人員把食物放在房間門口，她說：「一天二十四小時，除了很短的睡眠，我做了大量的閱讀和分析。我有意體驗她是怎麼工作的，一樣的時間強度、一樣的熱忱。她做首相的十一年也是封閉的生活，我可堅持不了十一年。我甚至模仿她拿手提包的方式，包括训斥內閣成員的態度。」她走進女強人的內心，熟悉她的性格，模擬她的一舉一動。在影片中，她把自己和角色合二為一，爐火純青地表現出作為政治家的撒切爾夫人果斷鐵腕，又不失女性的溫婉柔腸，在角色中淋漓盡致地發揮自己的特點，達到角色和自己保持一致，創造了梅麗史翠普式的撒切爾夫人，使人們在銀幕上始終能認出她記住她。梅麗史翠普又成功了。

生活中的梅麗史翠普視觀溫柔，不喜歡拋頭露面，常用手擋住鎂光燈射來的光，不注意恭維拍馬，她始終過著普通人的生活，她的第一任丈夫約翰·凱澤爾也是個演員，一起拍《獵鹿人》之後，凱澤爾就因癌症去世，梅麗史翠普在經受沉重打擊之後，重新振作起來，再度幸福地牽手雕塑家唐·根默，在南斯拉夫拍《索非的選擇》時，一個星期六，請假飛回紐約，因為她的丈夫唐·根默在藝術館舉行雕塑展覽開幕式。她有四個孩子，從不讓孩子在公共場合曝光，希望他們能像所有普通孩子一樣成長，快樂自由，她拍完電影就回家做飯，和家人團聚。三十多年來，她的家庭穩定，不像有的明星那樣，經常傳出一些緋聞。她曾經風趣地對人說：「要是你不生活在普通人中間，失去了普通人的感情，那你只好演明星、皇帝、皇后了。」一次她漫步紐約街頭，一位熱愛她的影迷走到她的跟前說：「你就是我的姐姐。」

「3·15」由來余文

「3·15」國際消費者權益日之際，各地消協都在舉辦相關活動，以維護消費者權益。它是怎麼來的？消費者權益保護運動起源於歐洲，興起於二戰後各發達資本主義國家。一九六〇年，國際消費者聯盟組織（CI）成立，至今世界已有三百多個消費者組織加入。

一九六二年三月十五日，當時的美國總統約翰·肯尼迪在美國國會發表《關於保護消費者利益的總統特別咨文》，首次提出了著名的消費者「四項權利」：有權獲得安全保障；有權獲得正確資料；有權自由決定選擇；有權提出消費意見。這四項權利也逐漸為世界各國消費者組織公認，並作為最基本的工作目標。一九八三年，國際消費者聯盟組織確定每年的三月十五日為「國際消費者權益日」。中國消費者協會於一九八七年九月加入CI後，每年便有「3·15」維權活動。

世界性的保護消費者權益活動也受到聯合國的重視。CI的代表已成為聯合國有關組織機構的顧問或聯絡員。一九八五年四月九日，第三十屆聯合國大會一致通過了《保護消費者準則》，使全球「3·15」與消費者保護運動進入了一個更加蓬勃發展的階段。

文 史 叢 譚



《紅樓夢》中，曹雪芹寫了不少官員，其中的賈政，雖然不是《紅樓夢》中的主要人物，但卻是書中的重要人物之一，至少可以說是一個不可或缺的人物。書中寫他自幼酷喜讀書，為人端方正直，謙恭仁厚，為官能以儒家正統之道律己，不貪污受賄，「州縣饋送，一概不受」；在家則嚴責兒子賈寶玉讀書，堅信古人「不嚴不能成器」的原則，希望通過嚴加訓誡，使兒子成大器，立大業，達到維持賈府詩禮傳家、光宗耀祖的目的。與賈府「文」字輩其他人相比，他不像賈敬那樣，一味好道，只知煉丹求神；也不像賈赦那樣，一味好色，為非作歹。故而表面看，他是賈府第三代最正統、最正派的君子，有較好的聲譽。《紅樓夢》中寫了賈政任上述職務期間的幾件事：

一是推薦賈雨村任職應天府知府。賈雨村在大比之期會了進士，選入外班擔任知府，因貪酷和恃才得罪上司被革職後，擔任過林黛玉的老師。他得知林家和賈家的親戚關係後，託林黛玉的父親林如海給賈政寫了一封信要求幫助找個職位。賈政和賈雨村根本沒有見過面，他收到妹夫林如海的信後，立即在京為之奔走，「竭力內中協助」，經「題奏」，為賈雨村謀得了金陵應天府知府這一重要職務。賈雨村為官為人，「生性狡猾，擅纂禮儀，且沽清正之名，而暗結虎狼之屬，致使地方多事，民命不堪」，雖在官場中一度春風得意，但最後還是扛了枷鎖丟了官。賈政保舉他，有徇私情，薦人不察之過。

越劇《紅樓夢》中賈政一角

（徐天紅扮演，一九六二年）

敢於離鄉背井、遠渡重洋移居此地者需要有冒險精神，上述三分之二屬外向型的數字，似乎符合實際，也引起我的一些遐想。

一位幼年時從愛沙尼亞移民美國的教授對我說，我們這些移民美國的人的進取心和冒險精神，平均要比在故國的同胞強，此語與上述理論不謀而合。想當年，歐洲各國到美國來的，冒險精神大體上比較強。中國最初來美國的勞工，多廣東人；近年多福建人。而內地如甘肅青海，雖然物質條件極為艱苦，但冒險精神要差得多。如果一個國家或社會的多數人內向，會傾向於鼓勵內向。從我所接觸的人來看，生而屬於內向者，很難改變為外向，而生而為外向者可能受社會等條件的影響，變得內向、收斂。

我接觸的中國和美國的學生，也有在性格上有很大差距的感覺。美國的研究生課程，尤其是研討班性質的課，教授只要準備好問題，因為課堂裡你

南北火腿說風味



宣威火腿的「烏金豬」，背膘肥厚，肉質細膩，每年秋收前後，豬農都會用精製飼料，混以當地盛產的甘肅豬鬃養。入冬後，農戶就開始屠豬醃肉，先將豬體上的血水擠乾，搓上適量的鹽，放入盆中醃一段時間，待鹽水滲透後，就將之取出燻乾或風乾。見其表面略呈綠色時，就在三個不同部位試針，達到「三針香」，即為合格成品。最後，將火腿儲存在乾燥、通風和低溫的地窖內，經過至少四年時間，才可以運出銷售。要製作宣威火腿，必須低溫醃肉，適宜氣候，尤其每年霜降後到次年立春之前，是製作火腿的最佳季節。宣威火腿內含特佳，也與醃製用的食鹽有關。所用的鹽為取自遠處的滇西南黑井之鹽，含鈣量不多不少，用以製火腿，色澤特別好。

廚家對火腿的用法，因食法不同而有不同的選材，一般做蜜汁方以雲腿——宣威火腿為佳，取其肉質軟糯，入口不鹹，色澤紅白分明，但若論燉煮，則「一百搭王」金華火腿便是捨此無他。金華火腿鹹香味濃，香氣復郁，當主料角風頭大動，作為綠葉反角而具絕佳的調味作用。金華火腿一般用煮若用來入饌，則宜配海鮮、菜蔬等淡食材，否則不但不能發揮其獨特的鹹香味，更會蓋過原材料的鮮味。

金華火腿和宣威火腿產地、風格、烹調法均有所不同，卻都能為中菜添上獨特色香味。

一句我一句，發言踴躍。我就想這樣的教授倒是容易當。反觀自己在國內向研究生講課，需要把每一堂課的內容全部準備好，寫出詳細的教案；我只是自問自答，因為幾乎沒有學生會提出問題。回憶在美國讀書時，可能是語言困難，我的班上六、七個中國學生也和在中國時差不多，極少參與課堂討論。只有一次耐克公司球鞋的案例中提到他們的新款式在鞋腳跟有閃光裝置，一位中國女生站起來說：「這有點荒唐，不是以後還會在鞋子裡面安一個冷卻裝置。」這位女生是個相當外向型的，畢業後自己創業開一家公司，而其餘的中國同學幾乎清一色地在大公司或公立機構謀職，但求有一份穩定的收入。我相信亞洲人（至少是中國人）確實比較「內向」，在海外的華人就不一定了；但比起洋人來，我們還是相對地內向一些。歷次的政治運動，還確實提高了中國知識分子中的「內向程度」。內向者與外向者，可以相互補拙，也難截然劃分。

本文所說的火腿，並非在國外被稱之為「火腿」，而國人談來既無豬肉之肌理，也無豬肉之口感的西式火腿。中國火腿，特指著名的金華火腿或宣威火腿。因金華遠在宣威的北端，有人又將金華火腿稱為「北腿」，而宣威火腿自然成了「南腿」角色。令人奇怪的是，凡事喜爭強好勝的國人，在金華火腿和宣威火腿各人心頭愛上一題上倒是少有爭拗，而是難得地顯出自白表態，孰為人上之選。固然也是，南北兩腿不過就是融入地方風味的火腿而已。金華火腿是醃製過後，再風乾的豬腿，原產於浙江金華，宋朝被列為貢品。製金華火腿，味道甘香。金華火腿「取豬後腿，六七十斤的壯豬是首選。經過醃漬、洗滌、風乾、上架及發酵等工序，足要一年時間。金華火腿才誕生。舊時為添醇香味，每缸醃火腿內必要加入一隻醃狗腿。

浙江金華火腿相傳起源於北宋，北宋抗金名將宗澤戰勝而還，鄉親爭送豬腿讓其帶回開封慰勞將士，因路途遙遠，便撒鹽醃製風乾以便攜帶。醃製而成的豬腿色紅似火，稱為火腿。清時亦被列為貢品。金華出產的「兩頭烏」豬火腿，香味濃烈，便於貯存和攜帶。

雲南宣威火腿，以產地宣威縣而名。肥肉白乳白色，骨頭略現桃紅。其品質優良，足以代表雲南火腿，故常稱為「雲腿」。雖然金華火腿比宣威火腿名氣要大，但宣威火腿的成本價，卻遠比金華火腿貴三成以上。

內向與外向

楊繼良



人們的行為習性，可大致分為內向與外向兩種類型。外向型者喜歡與人相處、善於與人交往、組成團隊協力工作。內向型的則比較謹慎、善於分析問題、着眼於長遠利益而不急於求成，思想家 and 科學家多屬內向型。外向者的衣著重在顯示自己的身份，內向者則重在舒適實用；前者喜歡在工作時聽音樂，後者則覺得這樣會分心。兩種性格的分類，是大家都知道的。最近一位心理學教授寫了一篇有關這個問題的短文，除了敘述兩種類型者的習性差別外，還選在美國人之間，屬於內向型的佔三分之一以上，他們比較喜歡外向型的人；兩種性格在相當程度上決定於基因或遺傳，其中有百分之四十取決於生物學因素；美國與亞非國家相比，外向型的比例顯然高許多。美國是一個移民國家，

是製作火腿的最佳季節。宣威火腿內含特佳，也與醃製用的食鹽有關。所用的鹽為取自遠處的滇西南黑井之鹽，含鈣量不多不少，用以製火腿，色澤特別好。

廚家對火腿的用法，因食法不同而有不同的選材，一般做蜜汁方以雲腿——宣威火腿為佳，取其肉質軟糯，入口不鹹，色澤紅白分明，但若論燉煮，則「一百搭王」金華火腿便是捨此無他。金華火腿鹹香味濃，香氣復郁，當主料角風頭大動，作為綠葉反角而具絕佳的調味作用。金華火腿一般用煮若用來入饌，則宜配海鮮、菜蔬等淡食材，否則不但不能發揮其獨特的鹹香味，更會蓋過原材料的鮮味。

金華火腿和宣威火腿產地、風格、烹調法均有所不同，卻都能為中菜添上獨特色香味。



本真梅麗史翠普

王誦詩

美國六十三歲著名影星梅麗史翠普憑藉在影片《鐵娘子》中出色的演技，獲得第八十四屆奧斯卡「最佳女主角獎」，這是她第二次獲得奧斯卡「最佳女主角獎」，此前，一九八二年，在《索非的選擇》中成功扮演經歷納粹迫害的波蘭母親，獲「最佳女主角獎」。一九七九年，梅麗史翠普還以影片《克萊默夫婦》獲得奧斯卡「最佳女配角獎」。

一九四九年六月二十二日，梅麗史翠普出生於美國新澤西州一個叫薩米特的小鎮，讀過兩次大學，從瓦薩學院轉入耶魯大學，專修戲劇，演過不少莎劇，二十六歲才踏進電影界。她長得並不好看，身材很纖弱，雙腿粗短，鼻子硬突狹長，缺少「性感」，有人認為她不適合表現現代女性的灑脫不羈。

但梅麗史翠普高明之處就在於不失自己的本真，聰明而藝術地量體裁衣，按自身的條件去選角色，完全把角色融進自身，成了特定的具有個性的梅麗史翠普式人物。索非是奧斯維辛集中營歷經苦難的倖存者，又是個精神分裂症患者，戰爭結束後，生活在兩個愛她的男人之間，痛苦的經歷常使她心裡流血。梅麗史翠普把索非放進自己的性格之中，變成梅麗史翠普式的索非，把傷痛深深地埋藏在心底，但又不自覺地神經質流露，在懺悔中折磨自己，踮著腳走路，躲躲閃閃，講話常會突然中斷，手指痙攣插進頭髮，或不知所措地撕扯裙子，這些失常的神態深刻表達人物內心的痛苦。最美的還是她那雙眼睛，激動時眼珠泛紅，睫毛抖動，大理石雕像般的臉上沒有眼淚，給人視覺上的強烈震撼，肝腸寸斷，欲哭無淚。梅麗史翠普創造了她自己的索非，她成功了。

扮演鐵娘子撒切爾夫人，梅麗史翠普在倫敦把自己完全封閉起來，讓工作人員把食物放在房間門口，她說：「一天二十四小時，除了很短的睡眠，我做了大量的閱讀和分析。我有意體驗她是怎麼工作的，一樣的時間強度、一樣的熱忱。她做首相的十一年也是封閉的生活，我可堅持不了十一年。我甚至模仿她拿手提包的方式，包括训斥內閣成員的態度。」她走進女強人的內心，熟悉她的性格，模擬她的一舉一動。在影片中，她把自己和角色合二為一，爐火純青地表現出作為政治家的撒切爾夫人果斷鐵腕，又不失女性的溫婉柔腸，在角色中淋漓盡致地發揮自己的特點，達到角色和自己保持一致，創造了梅麗史翠普式的撒切爾夫人，使人們在銀幕上始終能認出她記住她。梅麗史翠普又成功了。

生活中的梅麗史翠普視觀溫柔，不喜歡拋頭露面，常用手擋住鎂光燈射來的光，不注意恭維拍馬，她始終過著普通人的生活，她的第一任丈夫約翰·凱澤爾也是個演員，一起拍《獵鹿人》之後，凱澤爾就因癌症去世，梅麗史翠普在經受沉重打擊之後，重新振作起來，再度幸福地牽手雕塑家唐·根默，在南斯拉夫拍《索非的選擇》時，一個星期六，請假飛回紐約，因為她的丈夫唐·根默在藝術館舉行雕塑展覽開幕式。她有四個孩子，從不讓孩子在公共場合曝光，希望他們能像所有普通孩子一樣成長，快樂自由，她拍完電影就回家做飯，和家人團聚。三十多年來，她的家庭穩定，不像有的明星那樣，經常傳出一些緋聞。她曾經風趣地對人說：「要是你不生活在普通人中間，失去了普通人的感情，那你只好演明星、皇帝、皇后了。」一次她漫步紐約街頭，一位熱愛她的影迷走到她的跟前說：「你就是我的姐姐。」

「3·15」由來余文

「3·15」國際消費者權益日之際，各地消協都在舉辦相關活動，以維護消費者權益。它是怎麼來的？消費者權益保護運動起源於歐洲，興起於二戰後各發達資本主義國家。一九六〇年，國際消費者聯盟組織（CI）成立，至今世界已有三百多個消費者組織加入。

一九六二年三月十五日，當時的美國總統約翰·肯尼迪在美國國會發表《關於保護消費者利益的總統特別咨文》，首次提出了著名的消費者「四項權利」：有權獲得安全保障；有權獲得正確資料；有權自由決定選擇；有權提出消費意見。這四項權利也逐漸為世界各國消費者組織公認，並作為最基本的工作目標。一九八三年，國際消費者聯盟組織確定每年的三月十五日為「國際消費者權益日」。中國消費者協會於一九八七年九月加入CI後，每年便有「3·15」維權活動。

世界性的保護消費者權益活動也受到聯合國的重視。CI的代表已成為聯合國有關組織機構的顧問或聯絡員。一九八五年四月九日，第三十屆聯合國大會一致通過了《保護消費者準則》，使全球「3·15」與消費者保護運動進入了一個更加蓬勃發展的階段。