

博观而约取,厚积而薄发。——苏轼

9 中坤的独裁者



◆书名:《人生》
◆作者:李志刚
◆出版社:时代文艺出版社

中坤高管们讨论寺庙的公共厕所建在什么时候,黄怒波虚指着材料:“你们不要讨论了,听我的,建在这里。”焦青回答:“这样太麻烦,需要重新把水泥打掉,安装水管……”黄怒波说:“别凑合,给我修好一点,别像个茅房似的。这个庙的一草一木都在我脑子里,我了如指掌,我说建在哪就哪。别唠叨了,过!”如连珠炮似的,黄怒波不断地重复:“这个问题别叨叨了,过!”他平均三四分钟处理一个问题。

在梓路寺开会时,中坤在黟县的工程部负责人赵伟手机响了,他赶紧手忙脚乱地摁断铃声。私下里,赵伟告诉我:“当时我连扔掉手机的心情都有,幸亏那是在寺庙,黄总又忙于吩咐工作,要在平常,肯定要骂我了。”在梓路寺主持房间,黄怒波眼睛一瞟,看到墙上有两颗钉子,立即板起脸问:“这是怎么回事?”主持解释说是当地县政协主席给他写的一幅字,原先挂在那里,后来撤下来了。黄怒波说:“佛门净地,可不能随便钉钉子。”主持连声说:“是、是、是……”

黄怒波发现寺庙大门右侧有个房间关着的,就追问怎么回事。员工解释说是建筑施工方怕材料被偷,把门锁起来了。黄怒波马上说:“下午给我解决,大白天寺庙的门不能关着,听见没有!”在奇墅湖,黄怒波眼尖,发现湖边有垃圾,立即厉声问:“怎么回事?”中坤集团副总裁姚勇面色有点难看,支支吾吾地回答不出来。黄怒波说:“你这里的保安不是没事干吗?叫他们来捡垃圾!”姚勇赶紧回身,小跑着挥手大声吆喝保安过来。

黄怒波如君王驾临一般,威风凛凛地巡视着他的领地。他的下属在他面前战战兢兢。他在谈工作的时候,像奥林巴斯神殿里的宙斯,挥舞着神杖,噼里啪啦的闪电围绕着他如蛇一般乱窜。黄怒波笑咪咪地告诉我,有

提要:

黄怒波身高一米九,和他说话需要仰着头。他即使坐着,也比人高出一截。在梓路寺主持的房间里,黄怒波听取黟县分公司管理层的汇报。他右手搭在椅背上,翘着腿,左手指着汇报材料指指点点。焦青则双腿并立,低头记笔记。

时候董事长办公室里的女孩眼巴巴地望着他,问:黄总,您的东西准备好了,您什么时候走啊?他在办公室的时候,她们安静得很,鸦雀无声,不敢大声说话。“我估计我一走,办公室该放鞭炮了。”他笑了起来。

黟县中坤工程部负责人赵伟的母亲与黄怒波是初中同学,她告诉黄怒波:“赵伟见你时,手都不知道该放哪里才好。”黄怒波说:“不应该呀,我对他们挺好的。哦,赵伟以前吃饭喜欢双臂合抱,倚靠在桌子上,这样不礼貌,我批评过他。”在他眼里,赵伟“挺内向的,话不多”,事实上赵伟私下和我们几个同龄人在一起时,有说有笑,非常活跃。

春节后黄怒波见黄玉弟干得累,就让他休息一段时间,多锻炼身体。结果黄玉弟到健身房锻炼,因为用力过猛,也是因为年龄大了,已57岁了,第二天腿得痛得不行。再到医院一查,发现骨质增生的问题。但他不敢告诉黄怒波,怕后者骂:“早叫你锻炼身体,让你休息都休不好。”

我采访焦青时,刚开始他顾左右言其他,不着边际。因为采访时间只有一小时,之后他有个重要谈判。我急了,就说:“焦总,黄总说让您放心大胆地说,说真话就是了。”焦青这才放开起来。黄怒波告诉我,焦青和他吃饭时,都是双腿并立,毕恭毕敬。“这种公司文化不太好。”他说。黄怒波交代的事吩咐下来,焦青感觉“像屁股上挂了一串鞭炮一样,逼得你往前冲”。黄怒波若吩咐了事给他,有时五分钟后会打个电话询问这个事落实没有,一盯到底。“你没有退路,让你今天干完你就必须干完。”焦青说。

黄玉弟说:“他很急躁,有一种恨铁不成钢的情绪。如果他跟你说话,你能顺着他的意思说,那他还基本上跟你多对几句;如果你偏离了他的想法,马上就给你打回来。”



提要:

陆明阳到南州,徐学谦心里是很不平衡的,原来他们都在一个水平线上,陆明阳到南州这么一干,情势就大不一样了,再怎么着人家也做过诸侯,他后悔自己没有抢先一步,要不然……

要抖起精神来,我就怕你沉在往事里醒不过来,人不能被往事拖住啊。”说完这句,徐学谦默了默,忽然想起陆明阳和李西岳刚刚合手演的那出戏,很有兴致地问:“听说明阳和西岳出手很猛啊,有人撞枪口上了?”

“撞得很重,鼻青脸肿,标本一样贴了出来。”于佑安如实回答。“你怎么看?”徐学谦笑咪咪地望着自己的学弟,目光里分明含着别的意味。“该撞,又不是早市。”于佑安想也没想便答。徐学谦哈哈大笑,拍了下自己的大腿说:“妙,早市这个比喻你用得妙。”“明阳书记和西岳部长是有点跟前任不一样。”于佑安被徐学谦笑糊涂了,急忙补充一句。“说说,怎么个不一样?”虽是老同学,徐学谦说话还是有种居高临下的强势味,没办法,办公厅里的人,连笑都有股公办味儿。

14 治疗绝症

提要:

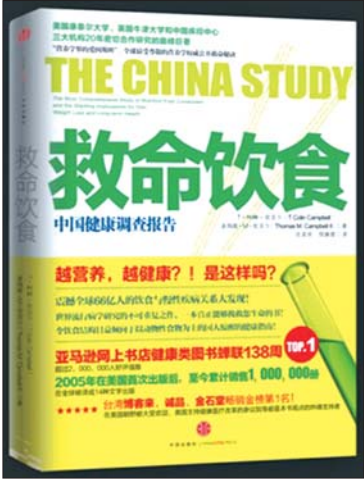
研究都是观察的结果,而这些观察得来的关联,就算再怎么常见,仍有可能只是巧合,进而掩盖了环境(包括饮食)与疾病真正的因果关系。但是,有些研究成立了对照组,或以介入性方式进行,这类研究是让已罹患Ⅰ型或Ⅱ型糖尿病的患者,或是有轻微糖尿病症状者改变饮食习惯。

詹姆斯·安德森医生是当今饮食与糖尿病研究的权威,曾经仅靠着饮食,便收集到很引人注目研究果。他曾在医院进行过一项研究,是检验高纤维、高碳水化合物、低脂的饮食,对25名Ⅰ型糖尿病与25名Ⅱ型糖尿病病患的影响。这50名病患体重皆未超重,而且全都倚赖注射胰岛素来控制血糖浓度。

研究中的实验饮食以植物性饮食为主,肉类为少许冷肉片。他先让病人听从美国糖尿病协会建议,采取传统美式饮食,一周后再切换到为期3周的“素食”饮食。之后,安德森医生测量病人的血糖值、胆固醇浓度、体重与医疗需求,结果令人印象深刻。

Ⅰ型糖尿病病患无法制造胰岛素,似乎改变饮食也无法解决他们的困境。但事实上,3周后,他们对胰岛素药物治疗的需求竟降低了40%,而血糖值也大幅改善,就连胆固醇浓度也减少了30%!

别忘了,糖尿病之所以危险,是因为它能引起许多并发症,因此借由改善胆固醇浓度而降低并发症的风险也很重要。Ⅱ型糖尿病比Ⅰ型“可治疗”,因为患者胰脏的损害情形不那么严重。因此,Ⅱ型糖尿病患者吃了高纤低脂的饮食后,结果更显著。25名Ⅱ型糖尿病患者当中,有24名不必再接受胰岛素药



◆书名:《救命饮食》
◆作者:T·柯林·坎贝尔等
◆出版社:中信出版社

非学无以广才,非志无以成学——诸葛亮

“他们在重塑南州形象,对己对人,要求都分外严格,南州需要这样的领导。”“是吗?”徐学谦脸上的笑不自然起来,借着喝水,巧妙地掩饰了过去。一是他不想听到这样的话,二来于佑安这话有点假,假的东西是会倒人胃口的。徐学谦将话题转到了别处,海阔天空地聊起来。这一聊,于佑安就得到一个十分重要的消息,组织部长李西岳最近要去北京,说是给一位很重要的人物看病。

“西岳同志刚去南州不久,加上这位病人有点特殊,他怕是不会声张,也怪你们南州的干部,太过热情,消息一走漏,指不定就会把北京城热闹翻。”徐学谦笑了笑,又道,“这消息你知道就行,没必要跟别人提起。”于佑安很感激地说了声是,心里同时纳闷,是什么样的病人呢,怎么搞得这么神秘?徐学谦似乎看出了于佑安的心思,进一步道:“病人叫苏萍,她有个女儿好像叫章惠,我知道的就这么多。”

于佑安心里一震,两眼同时放出光来。章惠?徐学谦刻意强调这个人,一定有什么用意,指不定……马上点头道:“谢谢主任指点,我就这回去作准备。”徐学谦这才说:“有时候明攻并不是最好的,太招眼的事谁都怕,做啥事都要讲究策略,迂回一点反倒安全。”于佑安深领其会道:“主任说得对,这些天我也在思考,华国锐裁的这跟斗,对我启发很大。”徐学谦笑而不语,该说的他都说了,至于

于佑安怎么理解,怎么往下做,那就是于佑安的事,他不能包办到底。

从省城回来后,于佑安赶紧跟金光耀联系,金光耀听说李西岳要去北京,惊讶道:“不可能吧,部长去北京是件大事,我怎么从未听说?再说,部里的人也都不知道。”于佑安坦然一笑,看来徐学谦说得对,李西岳要瞒过所有人。他略一思忖,道:“看来你这秘书当得也官僚,部长的行踪都掌握不了。”金光耀假装豪爽道:“为领导服务是咱秘书的天职,局长将来也这样,有需要兄弟做灯泡的时候,只管吭声,兄弟累死也心甘。”

第二天下午,金光耀兴冲冲找上门来,进门就说:“还是局长消息灵通啊,这么严实的消息也让你打探到了。”“怎么,真的要去了?”于佑安兴奋起来。“不但要去,可能在北京还得停留一段时间。”金光耀说。“怎么讲?”

“部长这次把神秘玩大了,我是通过章惠一位最要好的朋友打听到的,章惠母亲要做心脏搭桥手术,省里市里的医院都不放心,是部长提议去北京的。”

“太好了,时间定没,坐飞机还是坐火车?”于佑安几步从板桌后面跨过来,站在了金光耀面前。见他心急,金光耀笑道:“至于这么激动吗,这可不像你于大局长的风格。”一句话说得于佑安又退回到板桌后面,心里也怪自己乱失分寸。金光耀这才道:“坐不了飞机,老人家身体不允许,只能委屈部长大人也坐火车,票已订好,下周二晚上七点四十。同去的还有你的下属章山,钱晓通那小子等在北京。”

10 掌握领导行踪



◆书名:《跑动》
◆作者:许开祯
◆出版社:中国画报出版社

“他能看到就不错了,你还指望他能采纳?”徐学谦又说,“不敢。”于佑安嘟囔了一声。他也觉自己愚蠢,怎么到现在还想入非非呢?幼稚!报告他是通过金光耀递上去的,金光耀让他别急,可他还是按捺不住地要急。“好了,不说这些了,关键