轮椅上的“时装女王”

现年 56 岁的杨萍在出生 6 个月时患上了小儿麻痹症，婚后，由于丈夫遭遇车祸，她欠下近 40 万元债务。面对巨额债务，杨萍坐在轮椅上不断打拼，经过 30 年努力，她不仅逆袭实现了自己“时装女王”的梦想，还先后帮助 39 个残障孩子插上翅膀，成为“有用的人”。

因病改变，“学霸”被迫当会计

杨萍 1962 年出生于山东青岛，6 个月时不幸患上小儿麻痹症，成为别人眼中的特殊人。于是，杨萍变得越来越内向，以至于不愿走出家门。不过，这也让她有了充裕的时间在家看书，拼命地学习。所以，杨萍的学习成绩在班里一直名列前茅，她也经常得到老师的表扬。

进入高中后，在所有学生参加的高考预选考试中，她考出了第三名的好成绩。但最终她还是由于身体的原因失去了读大学的机会。

不久，青岛国棉二厂招人，杨萍考了第一名。出人意料的是，她还是由于身体方面的原因未能如愿。无奈之下，杨萍听从妈妈的安排，去了一家裁缝店当会计。

身残志坚，“门外汉”获三个一等奖

由于从小喜欢裁裁剪剪，本来去裁缝店当会计的杨萍，竟然意外喜欢上了裁剪衣服。

1984 年，青岛纺织系统举行第一届服装设计大赛。妈妈的同事为了刺激一下给个梯子能上天的杨萍，便给她报了名。由于杨萍是非正式职工参赛，所以当时没有人看好她。那次比赛，根据参赛要求，杨萍用心做了 5 套服装。出人意料的是，不是科班出身、不会绘画、不会设计、没上过一天专业课的杨萍，竟然奇迹般的获得 3 个一等奖。

首次参赛就获得 3 个一等奖，杨萍重新燃起生活的希望。但当她参加完比赛，高高兴兴回到裁缝店上班时，却被师傅当面讽刺：“鸡窝飞出金凤凰，你还用来这里上班？”

从小就自尊心极强的杨萍万般无奈之下，只得离开了那家裁缝店。经过深思熟虑，杨萍想去青岛服装研究所的服装设计班学习，她把想法告诉父母后，他们很支持她的决定。

逆袭变身“时装女王”

杨萍学成后开起了自己的裁缝店，生意红火。

1986 年 11 月，杨萍结婚了。

2002 年 1 月 16 日，丈夫一场车祸打破了杨萍平静的生活。当晚手术费就花掉 4 万多元，再加上后续治疗，直到 2008 年还清债务后她才有勇气面对：除去姐姐和弟弟的 10 万元，整整借了朋友近 30 万元。

面对巨额借款，杨萍开始没日没夜地工作。从那时开始，无论什么脏活累活她都愿意接，接到货单就加班加点去完成。

一次接波兰甲壳虫的订单时，让杨萍没想到的是，对方首席设计师有一个明确的原则：绝不将设计交给不懂英文的人去做。好强的她硬是拿下这批货，从那以后，波兰甲壳虫在中国的所有订单全由杨萍做。

到 2008 年 4 月，通过 6 年时间，杨萍不仅还清了债务，还凭借高超的技术和惊人的速度，在服装界闯出了名气。

有一次，一家青岛外贸企业在做 VEROMODA 订单时，该公司的打版师几次出样客户都不满意。无奈，公司负责人只好上门向杨萍求助，意想不到的是，仅做了简单的沟通，杨萍打版的样衣竟一次性通过。这件事在行内广为流传，大家给她取名“杨一过”以称赞她的技术之高。如今，杨萍为阿玛尼、ZARA、H&M 以及意大利、英国、西班牙、美国等国的 40 多个品牌服装打版，变身成为轮椅上的“时装女王”。

不忘初心，让残障娃成“有用的人”

从最初的受人白眼到成为知名国际级打版师，杨萍知道自己就业的艰难，因此发誓：将来有了条件，一定要为残疾人就业提供帮助。

2003 年，残联给了她 2 万元扶持金，杨萍办起“杨萍制衣店”后，便很快兑现当初的承诺：招了 4 个聋哑人到店里。2006 年，杨萍注册资金 50 万元成立青岛雅时依工贸有限公司后，一下子招了 8 个聋哑人，并形成流水线。2010 年，杨萍又成立了同人和工贸有限公司，至今已经让 39 个残障孩子成功就业。

2017 年 7 月，杨萍带领孩子们参加了在山东淄博市举办的全国 10 省市特奥会，这些孩子取得了 7 金 8 银 7 铜的好成绩。

（摘自《家庭》2018.6）

雷军的 5%和王石的 25%

4 月 25 日，雷军在母校武汉大学公布了小米董事会的一项决议：小米的硬件综合税后净利率不超过 5%，超过 5%的部分，小米将用合理的方式返还给用户。此言一出，举世皆惊。因为智能手机整体利润率还维持在一个比较高的水准，苹果达到了 35%，三星在 15%左右，国产手机低一点，平均净利率大约为 10%。

大家都追求利润率，小米为什么反其道而行之？雷军的解释是，小米要做“与众不同的伟大公司”。有小米投资人表示，利润率不超过 5%，是小米“控制利润、克制贪婪”价值观最重要的体现。去年雷军曾表白心迹：“小米永生永世不会以利润为中心”，有人觉得小米卖得便宜“拿出去丢人”，但雷军说自己从来没有一丝动摇。

这个解释貌似说得通。在决定企业前进方向的各种因素之中，价值观的地位和作用越来越重要。阿里更是高扬着价值观大旗，“因为相信，所以看见”。

蚂蚁金服一位新来的高管，踌躇满志地提出一项产品计划，这项计划从各个方面都无懈可击，钱景光明。这时候一位同事提出了问题：这个产品对社会有什么价值，有什么好处呢？

那位新高管一下就懵了：社会？关社会什么事？我们在商言商，为什么要考虑社会价值？但就是因为他答不出来，这个完美的产品计划被否决了。因为追求社会价值是阿里的价值观之一，价值观通不过，在阿里就是一票否决。

苏格兰哲学家、经济学家大卫·休谟曾经指出：尽管人是由利益支配的，但利益本身以及人的所有事物，都是由观念支配的。经济学家张维迎在《理念的力量》中表达了一种观点：“人作为理性存在物最重要的是目标理性，也就是说我们究竟应该追求什么，而不应该追求什么。”所谓目标理性，也就是价值观。

王石曾经说过一句著名的话：“万科超过 25%的利润不做。”这不是出于价值观，而是利益权衡。在将万科利润率一刀切到 25%之前，王石将万科 1984 年到 1992 年的贸易记录整理了一遍，发现结果是赔钱超过赚钱。王石由此意识到，“市场不可能（持续）暴利，暴利是一定要惩罚你的。”

理解了王石的 25%，也许有助于理解雷军的 5%。

利润率降价未必是坏事，沃尔玛利润率很低，照样雄踞 500 强，最重要的是把握市场的趋势，做出最有利于企业发展的决策，哪怕这个决策得暂时忍受眼前利益的损失。雷军的 5%没准真的会将小米带向伟大之路——王石 25%一刀切之后，万科在短短几年间，成长为中国最大的房企，这是最好的榜样。

（摘自《中国企业家》2018 年 4 月号 马钺/文）

俄小伙中国开淘宝店专挣『老外』的钱

学好中文，不怕失业

阿尔乔姆 1990 年出生于俄罗斯最寒冷的地区西伯利亚，2008 年，阿尔乔姆考入西伯利亚联邦大学，在选择专业时，他希望有一天能去看看中国功夫和长城，怀揣着这个梦想，阿尔乔姆在专业选择表的“国际关系学”这一栏，郑重落了笔，关于语种他也毫不犹豫地选了中文。“学好中文，不怕失业”的观点，已经变成了时下俄罗斯人的信条。

大学期间，因为所选的专业，让阿尔乔姆有了更好的理由去中国走一走。靠着父亲给的信用卡，阿尔乔姆大学生活的第二个暑假，2010 年 7 月 6 日，终于踏上了中国的土地。

中国行，改变人生轨迹

第一次在中国的旅行，阿尔乔姆花了整整 3 个月的时间，从黑河到素有“北国明珠”之称的小兴安岭，再搭乘火车去上海。

阿尔乔姆把自己一路旅行拍摄的照片整理后，配上文字发在了俄罗斯最大的社交网站 VK 网站上。原本是一次简单的分享，可让阿尔乔姆没想到的是，一帧帧精美的照片下边，评论盖起了高楼，点赞和转发的次数在一天之内甚至超过了 2 万次。

凭着在网站的高度活跃，很快便有广告商找到了阿尔乔姆，请求在他的账号下边植入广告。

靠着在网站的知名度带来的收入，阿尔乔姆迅速还清了信用卡。大学 4 年，他又先后 2 次来到中国，每次都留恋不舍。终于，2012 年，阿尔乔姆大学毕业后，他毫不犹豫搭乘飞机去了东莞，并成功应聘到了一家俄罗斯企业，从事中俄贸易的对接业务。

随着粉丝的基数越来越多，阿尔乔姆的账号关注度一下在 VK 排名前三，这样的飘红数据，立刻引起了俄罗斯很多中小商家的注意，他们抛来了连串的问题：“怎么和中国人做生意？”“如何找到靠谱的中国工厂？”……

跨国当店主，专做老外生意

看清了隐藏在自己身边的巨大商机后，阿尔乔姆干脆辞职创办了俄罗斯驻中国咨询公司。没想到，许多俄罗斯企业通过他在中国进行生产，再把成品卖回俄罗斯。阿尔乔姆一下变成了在亚欧板块两头飞的生意人。

在 2014 年以前，阿尔乔姆的 VK 账号上有 4 万多的铁粉，他定做了 200 件“网红”T 恤试水，结果，一个多月后，T 恤全部卖光了，不但赚到了钱，还不断接到要求再购的请求。

初战告捷，这让阿尔乔姆一下诞生了创办文化品牌的想法。

质量是赢得口碑的首要条件，再融合“有趣”这个元素，店铺很快火爆起来。文化衫、冰箱贴、马克杯、护照夹，阿尔乔姆都大胆进行了改良。

一晃，3 年过去了，阿尔乔姆已经成了一个皇冠店主。2017 年的春节前夕，阿尔乔姆的客服业务剧增，原因是他脑洞大开推出的限量版“中国春节大礼包”，从传统的剪纸、红包、春联，到让人忍俊不禁的“多喝热水”马克杯、“吃饭了吗”筷子套装……店铺里摆满了为“留守老外”量身定制的入门级过年装备。

火爆的春节过后，在中国迎来 2018 年的阿尔乔姆坚定了在中国发展下去的决心。谁都没有想到，10 年前那个“任性”学中文的俄罗斯男孩，现在不仅跨国当起了老板，业务范围也从最开始的自媒体，一路扩展到商业咨询和创意淘宝店。

打开俄罗斯的福布斯富豪排行榜，不是石油大亨，就是天然气大佬。但在中国不一样，阿尔乔姆坚信，在中国，只要你肯努力，就能白手起家。（摘自《知音·海外版》2018.6 下半月版）

菊粉（益生元）+6 大益生菌种 +5 大复合消化酶
增加肠道有益菌！
美国原装进口复合益生菌
1 天 1 片 每天仅需 3.3 元
★美国原装原瓶进口，拥有完整的海关检验检疫报告、海关进出口证件；
★每片富含大量活性益生菌，并同时含有 6 种人体主要益生菌（嗜热链球菌、两歧双歧杆菌、植物乳杆菌、嗜酸乳杆菌、保加利亚乳杆菌、鼠李糖乳杆菌）和 5 大消化酶（α－淀粉酶、蛋白酶、乳糖酶、脂肪酶、纤维素酶），特别添加菊粉（益生元）及 B 族维生素，利于益生菌的繁殖和增量；
★采用国际双层包埋活菌技术，保障菌种的活性，直达肠道。
麦弗逊品牌荣登央视网商城之际，原价 498 元／瓶的麦弗逊复合益生菌，现品牌体验价 198／瓶（60 粒），1 天 1 片，每月仅合 99 元，活动仅 7 天。
99元/月 活动仅 7 天
原价：498 元／瓶
产品名称：麦弗逊复合益生菌膳食食品
报关单号：011820171000014809
规格：36 克（0.6 克×60 片）
夕阳GO乐购
咨询热线免长途费
400-807-9993
400-602-0212
• 送货上门 • 货到付款
• 品质保证 • 30 天退换保障
福建康是美生物科技有限公司
本品不能代替药品
广告

退休市长当农夫

李豆罗在农田中（资料图片）

李豆罗的人生，只有两种角色。20 岁之前，他是个农民。20 岁之后，他走入官场，从大队支书干起，一路成长为省会城市的市长。63 岁卸任南昌市人大常委会主任后，李豆罗回到家乡，又当起农民。

老有所乐

如今，69 岁的李豆罗欣然自得于做一名农夫。他会自己下田插秧，也会牵上耕牛犁地。

当了农民之后，李豆罗告诫自己“放下架子、不顾面子、低下身子”。不久前，他的当年司机来农庄探望老领导，李豆罗亲自驾车，带着司机兜了好几圈。李豆罗说，过去我是领导，你帮我开车，现在你是游客，我是导游，自然要为你开车。

与一般意义的解甲归田不同，回到家乡的李豆罗还想着干一番事。他按照徽派建筑风格，通过整旧如旧、“穿衣戴帽”的办法，对原有村落实施了改造。

李豆罗还把自己对于乡村的美好理想寄托在这里。村民介绍说，村里五十年没有划龙舟了，李豆罗回来后，把这项传统恢复了。每年清明，还会组织村民集体祭祖。春节开大会，由村民投票选出好父子、好婆媳，在会上公开表彰。

江苏华西村的负责人曾来西湖李家做客，听见粉墙黛瓦之间鸡鸣犬吠之声不绝于耳，感叹说：“这里有正儿八经的农家味。”

（摘自《廉政瞭望》龙在宇/文）

德国老人『出租』自己找乐趣

德国柏林市福利部门几年前推出了一项“爷爷奶奶出租”计划，旨在让寂寞在家的退休老人帮助年轻父母照顾孩子。这种做法既让老人摆脱了心灵上的孤寂，又为那些忙得不可开交的年轻父母解了燃眉之急。

我在德国居住期间，邻居 63 岁的米娅就是一位“出租奶奶”。退休后，她担心老待在家里看电视会得老年痴呆症，便加入了出租自己的行列。每天下午 3 点，她准时前往幼儿园接“孙女”艾米丽回家，然后一边给孩子做些小点心，一边给孩子讲故事，有时还和孩子一起到公园散步、做游戏，让孩子享受到奶奶的关爱。一天下午，我看到艾米丽跑到了米娅面前，亲昵地搂住米娅撒娇。米娅抱起艾米丽，在她粉嫩的小脸上用力亲了一下，两个人一起开心地笑了起来。看起来，她们真的就像祖孙二人一样。

米娅每天和孩子在一起，自己感觉开心了很多，还得到了一份成就感和满足感。更重要的是，她感到身边有个孙女是件特别幸福的事情。现在，米娅和艾米丽母女越来越像一家人，艾米丽母女已经离不开亲切又慈祥的米娅了，为此她们签订了长期合同。

在德国，许多老年人品尝到了“被出租”的乐趣，他们和雇主的孩子相处得非常融洽，亲如一家。尤其是一些“丁克族”的父母，通过做“爷爷奶奶出租”才体验到成为祖父母的喜悦，享受到了天伦之乐。他们觉得虽然退休了，但还能被社会和周围的人所需要，内心十分满足，也重新拾回了自信和快乐。

（摘自《当代健康报》陈慰/文）

域外老人

快乐摇摆 释放激情

45 岁那年，陈玲唯一的女儿去美国留学了。孩子走后大约有两三个月，她被家里的空旷冷清搞得心绪不宁。她的同事张悦力劝她跟自己一起去学摇摆舞。

陈玲迅速爱上了这种舞蹈。

学舞过程中，陈玲逐渐发现自己风趣开朗的一面。摇摆舞充满了收放自如的智慧。因此，从 17 岁到 70 岁，都可以跳得兴致盎然。

陈玲的第一个舞伴是一位白发老绅士，他 66 岁，有时穿着背带裤，有时穿着不属于这个年纪的板鞋来。他的理想是再练上几年，等孙子结婚时搞一个摇摆舞派对，他要第一个和孙媳妇跳舞！陈玲被他的理想逗乐了：“孙媳妇不会跳摇摆舞怎么办？还有，你这么受欢迎，你老伴儿嫉妒怎么办？”

老先生一本正经地说：“老伴儿干吗要嫉妒？我在这里学会了，回家教她，她到时一定抢着跟大孙子跳！至于孙媳妇么，更应该学会这种快活的舞蹈。你想，现在的年轻人，压力那么大，双休日都要加班，要是啥情绪都憋在心里，会憋出事儿来的。跳舞就是晃荡晃荡心里头那个魔瓶，把坏情绪都释放掉。”

很快，陈玲变得更加外向、乐观。

（摘自《扬子晚报》明前茶/文）

时尚中年

为家族留下无价宝

谁能想到，已经 85 岁的老人能熟练地在电脑上打字，把照片传输到电脑中，还会用 PS 软件修图。

胡耿寰学习这些技能的动力，源自他准备出版的那本《清介堂胡氏脉源胜迹考》图册。这本书有 45 万字、672 页、2700 多张图片，是胡老用了十余年的时间编写完成的。

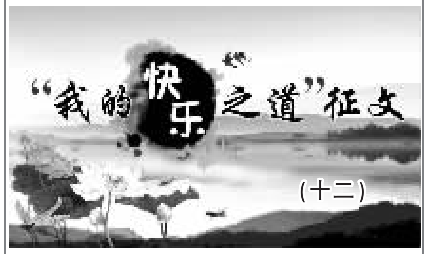
从近到远，从家到族，带着相机摄影记录，查阅文献资料……胡老先生开启了一个浩大工程。他从追溯祖先脉源开始，对墓地、碑刻、祖居地、宗族里的能人志士进行考察、考证和走访，拍照片、写文字，记录下宗族的发展变迁。“有时候要爬到深山上去找墓和碑”。胡老先生到陕西黄陵县拜谒过黄帝陵，还专程到河南淮阳寻访。为了查阅到更详细的资料，胡老先生无数次跑到北京、上海、安庆等地的图书馆，查阅、复制地方志及多种宗谱资料。

胡老先生 70 多岁开始练习摄影、学习电脑，比较熟练地掌握了电脑文字输入编写，照片修图。有些古墓碑已有几百年历史，具有很高的文物价值，很多碑文已经模糊，他就用电脑，结合查阅宗谱资料，辨认和复原。有时一张图片要花七八天的时间才能修复完成。他这些年用坏的电脑就有四五台。

今年上半年，胡老先生的作品终于正式完成，族人看了书稿，评价都很高。

（摘自《北京晚报》叶晓彦/文）

老有所为



阅读多益

湖南省益阳市 夏扬

古人云：“开卷有益”，我以为的确如此，尤其要多读经典书籍及报刊。在此，我情不自禁地写几条阅读有益的感想。

阅读能提高我的工作能力。我是一名高中语文教师，几乎天天跟书本打交道，一年四季大部分时间与学生朝夕相处。要给学生一杯水，自己须有一桶水。教师应博学有专，须克服工作中的种种困难，迎难而上。在阅读中，我知道了：“语文课如何上得有魅力”“教师要学会拿笔杆”“如何管理班级”“怎样转化后进生”等等。通过阅读修身，使我的教学和管理工作得心应手、游刃有余。

阅读能医愚。西汉文学家刘向曰：“书犹药也，善读之可以医愚。”在阅读中，我深知我喜爱的香喷喷的腊肉腊鱼里有亚硝酸盐，这是一种致癌物；炒煮的红萝卜不要放醋；不要用铝制品装菜……等等。在阅读中，我“脑洞”大开：见义要巧为，勿蛮干，不硬碰硬，解决问题要讲究计谋等等。

阅读有益身体健康。不知何因，我一看书报，烦恼苦闷的情绪就好了。记得有一次，我不幸患了小感冒，吃了药也未愈，心情烦躁。我只好拿书报阅读，不知不觉痛苦减小了。

阅读充实了我的生活。我不喜欢打牌小赌，不喜欢跳舞闲逛，不喜欢抽烟喝酒，而我最滋滋有味的是读书阅报。我每年要自掏腰包，拿出两千余元订阅多种报刊，《文萃报》一直是我的首选，还订了《人民日报》《读者》《小说选刊》《散文选刊》等等。以上报刊每次来临，我皆惜书如命，要洗净手，脏手不能翻书报，再忙我也要挤时阅读，佳文反复品味、研读，乃至收藏。阅读，使我看到了更广阔壮观的世界。

看书做操 男人不怕老
300 本《强性健肾保健操》书籍 免费发放
男性 35 岁就开始逐渐步入衰老，50 岁以后衰老急速加快，会明显感觉到体力下降易疲劳、尿频尿急、起夜次数增多等衰老状况，身体器官也同时衰老萎缩，各种慢性疾病接踵而来。
该书图文并茂，通俗易懂，生动深入的剖析了男性生理结构特点，普及男性健康常识，并整理出一套操作简便、易学的强性健肾手法，通过关联穴位的按摩刺激促进血液流动及神经传导，每天坚持做操十分钟左右，对身体大有益处。这本书是中老年男性优选的健康读本。
为向广大中老年男性朋友普及生理健康常识，推广科学健康的强身长寿方法，本书特拿出 300 本免费赠送给有需要的中老年男性朋友阅读。如果幸运，读者还有机会免费获赠训练器一台。
郑重承诺：本书为免费赠阅，也不收取任何邮费，完全免费！ 数量有限，赠完即止！
领书热线 400-650-7009
ISBN 978-7-80689-493-4 珠海出版社
广告