



无微不至



每次给别人写信,写贺卡,总是会写上这一句——“祝你身体健康”。大家看了都觉得这是自然不过的一句话。因为自然不过,慢慢就成了一种形式,对它不太在意——身体健康本来就是生活的一部分,本来就是自己身上应该拥有的一部分啊。

即使看到身边的人被病痛折磨,或者因为病痛离开了人世,总觉得那是别人的事情,在为别人惋惜的时候,还是觉得这距离自己非常遥远。直到有一天,自己突然倒下来了,躺在床上,体验到被病痛折磨的那种痛楚的时候,才明白,原来健康并不是必然的,健康是需要自己经营的。

随着年龄的增长,我已经体会到自己的体力在开始

慢慢地下降,首先是不能够像以前那样熬夜了,一次熬夜,接下来的好多天精神都会萎靡不振。虽然连续工作的时候,依然可以保持旺盛的精力,但是一旦停了下来,人立即就会变得好像一根稻草,风轻轻一吹,就倒下来。和别人聊天的时候,我偶尔也会感叹年岁不饶人,但是心里面并没有认输,能够撑着的时候,一直用力地撑着。

一天,去看一个很出名的老中医。以前自己是非常健康,但是有过往的经验是,如果有小毛小病,熬一熬,两三天也就过去了。但是在朋友的坚持下,加上确实对自己的健康信心不足,那天我终于把手伸到了老中医的面前。老中医说,你的身体不太好。我有一点点不服

祝你身体健康

气,因为从小到大,我没有生过什么大病,工作起来,和同事比较,我觉得还是自己最有精力。老中医笑着说,这叫透支。

其实身体就好像一部提款机,如果提款卡里面的存款取完了,可以透支,但是必须支付利息,比如要停下手头的工作,或者必须在病床上度过一段时间,这些都是为透支支付的成本,如果太严重,当自己连这点点利息也支付不起的时候,那离破产就不远了。如果身体真的破产了,后悔也来不及了。

我今天写这些不是危言耸听,而是希望以自己的经历和感悟来提醒大家,告诉大家健康的重要性。人可以很顽强,但是千万不要和自己的身体过不去。如果没有

健康,很多我们想做的事情,是没有办法去做的。很多时候,停下来休息一下,或者放慢一点点脚步,我们反而能够走得更加的长远。

我也是现在才明白这个道理的,或者说,我很早就明白,只是到了现在,万不得已,才很不情愿地去支付我因为透支而拖欠的那点点利息。其实健康也可以投入,比如保持好的生活方式,多锻炼,不要毫无顾忌地让自己的身体过于劳累,这样的话,透支的机会,就会变得小一些。

祝大家身体健康,也祝我自己身体健康。

周丘露薇:1997年加入凤凰卫视。2003年,她是首位进入巴格达的华人女记者,被誉为战地玫瑰。现为凤凰卫视采访总监。

我的“触电”经历



初露端倪



都说“演戏的是疯子”,这话一点不假。上周我第一次现场零距离观看话剧彩排,震动很大。这部剧的导演和编剧是在话剧界里很有名的张广天,他的戏很有张力,也很辛辣,看起来挺过瘾的。北京的话剧赫赫有名,我的朋友来到北京都会要我带他们去看话剧。北京的话剧也很多,几乎每个周末都有新剧上演,可能这就是北京的“文化氛围”吧!话剧我看过很多场,有被感动的,有被逗笑的,但是还是以看不懂的居多。

其实,我自己也有过“触电”的经历!说“触电”有点夸张,不是真的演电影、电视剧,只是在特别节目中客串了回小角色。去年“十一”,《今日说法》栏目每天推出一个由央视主持人友情客串的悬疑情景剧,请现场观众猜案件的真正元凶。我们那一场的演员是刘芳菲(青歌赛主持人)、侯丰(法制频道主持人)和我。剧情很简单:我们三个是一个公司的职员,芳菲饰演的角色遭到我和侯丰的嫉妒。这时,芳菲不断地接到骚扰电话和诽谤谣言,怀疑是我和侯丰所为,其实是侯丰干的,但我在剧中要表演得让大家误以为真凶是我。事实证明,导演把这个角色给我是个失败的决定,因为现场观众一眼就识破了我“拙劣”的表演,没有一个人猜是我干的。哈哈!

拍摄前,我拿到了剧本。导演最初还给我安排了一些搞笑的剧情。比如,让我说几句兰州的方言,有的地方故意傻傻地笑笑。可惜,现场摄

像机一亮,我只会说普通话,而他们临时教我的“兰州方言”都变成我的母语——东北话了。我记得特别清楚的一个细节是,芳菲接到一个包裹,我为了装好人,拦住她大喊:“别动!万里面有炸弹呢!”就这句话,我足足拍了十遍!因为,当你说台词时,表达应该夸张一些。比如可以把“炸弹”的“弹”字拉长、加重。可我却总把“炸”字说得过重,每拍完一遍大家都说,“怎么听着就是别扭,还找不出哪有问题。最后,导演只好把我的戏分大大缩水,我规规矩矩地完成导演当初的构想完全颠覆。导演无奈地说:“哎,新闻主播就是注意形象,放不开啊!”其实不是我注意形象,而是实在没天分啊!

再回来说看话剧彩排的感受。我还是第一次现场观摩彩排,最直接的印象是,演员漂不漂亮实在是太不重要了,外表美丽与否只会在那亮相时起到“打眼”的作用,但是表演起来,你的爆发力、张力、感染力才是吸引观众最重要的因素。我对一位中戏毕业的女演员印象深刻,她外表极其普通,但是她的台词极棒,每一句都深入我心。她站在哪就不知不觉地把观众的目光都吸引到哪,真难想象,她小小的身体中会爆发出那么大的感染力。如果说主持人这个职业与演员有什么相通点的话,我认为,最终赢得观众的一定是主持人的魅力,而不是什么外在的东西。

王瑞端:2001年中央电视台“荣事达”杯主持人大赛优胜奖。2003年至今,在中央电视台国际频道主持《中国新闻》。



东方在线



世界杯结束了。基本上世界杯离我们的生活很远,毕竟大多数人不是球迷,深夜看球的人里,其实有一部分是看热闹的。作为一项疯狂挥发男性荷尔蒙的激烈运动,足球和酒精、美女、绯闻等联系在一起,不免多了一些桃色,但那些在中国的深夜,守在电视机前看球的人,多半有点专业体育的娱乐精神。

7月1日凌晨,东方在线在鼓楼广场搞了个大型活动,升国旗,慰问牺牲公安干警的家属。活动在凌晨四点钟就开始了,彼时,意大利对乌克兰的1/4决赛鏖战尤酣。黎明前最黑暗的时候,鼓楼广场散落着的塑料袋和果皮杂物,证明这里曾被看电视直播的人们疯狂占领过。

没错,回到6月30日的

深夜,因为第二天一大早就有要举行活动,所以东方在线的同志们连夜调试音响,晚上九点多多的时候,体育频道《豪门盛宴》开始,鼓楼广场已经人声鼎沸,光着膀子的男人们和穿着睡衣的女人们已经来到花坛旁边,观看大屏幕。这边我们的音乐一响,就有几个热心市民围观过去,纷纷质问这是在做什么?有个情绪急躁的小伙子,手舞足蹈地说,“你们这是在扰民!”我们不敢冒观众之怒,所以只好窝在黑暗的角落紧张地调试音响。

等到了德国和阿根廷的比赛开始时,整个鼓楼广场成为了声音的海洋。在高处望去,林林总总、密密麻麻,全部是来看球的人们。快进球的时候,万声齐鸣,我们的

与世界杯为邻

音响师也停下手中的活儿,冲到空地上瞄两眼,结果被我们连声呵斥。调试好音响之后,上半场已经结束。

第二天,阿德之战又成了传媒讨论的热点,各大媒体都用尽极其华丽的词汇和句子来描述这场比赛,包括德国的胜之不武和阿根廷的悲情谢幕。但之于大多数的普通人而言,这里面所包含的郁结、激情、悲伤、狂热,他们终究是感悟不到的,球星他们不认识,比赛他们看不懂,也许他们只需要知道一个结果,谁输谁赢,一目了然。

可他们依然还痴迷地注视着球赛,因为即使他们再怎么关心足球,他们也会知道世界上最强大的球队是哪几支,所以当阿根廷挥手告别、巴西黯然转身、英格兰泪

如雨下时,他们知道,世界杯走向巅峰对决的时刻,也必然是不走运的“列强”离开的时候。极度的欢笑和泪水之后,悲喜两重天里蕴藏的,必定是精彩绝伦的战斗。

所以这是不是一个规律?愈是绚烂至极,就愈是可能阑珊落寞。

几家欢乐几家愁,这样的情绪波动,不是人人都可以承受的。所以我不是一个执着的球迷,所以,就算我知道,德国和意大利的比赛在7月5日凌晨三点钟,我依然还是错过。睡眠,还是足球,这的确是个两难的问题,但选择任何一个,都没错。

东方:南京电视台著名主持人。曾获全国城市电视台十佳节目主持人称号。现主持南京电视台“东方在线”栏目。

海虹医药电子交易中心有限公司 为发展医药电子商务事业 诚聘

海虹医药电子交易中心有限公司是海虹企业(控股)股份有限公司(深市上市公司,股票代码 000503)于2005年投资成立的全资子公司,其经营范围为海虹控股当前重点投资的医药电子商务业务,其目标是构建覆盖全国的药品电子交易市场。公司于2006年4月取得了国家颁发的《互联网药品交易服务资格证书》,于2006年6月在南京投资建立了药品电子交易中心。

海虹控股创立于1986年,是中国著名的综合性企业集团之一,医药电子商务作为其核心业务之一,目前已在全国28个省市开展业务并设立省级子公司,承办集中采购项目约600余次,服务企业超过10000家;作为医药电子商务行业的先行者,公司在业务模式方面不断进行创新,目前已发展到全面网上交易采购。

为更好地服务于广大的生产企业和医疗机构,海虹控股将在华东地区地区整合已有网络、技术和人才资源,建立完善系统的互联网药品交易中心和管理体系,在该管理体系下将根据业务分工的不同设立相对独立的公司进行有机运作,现诚邀一批有志于从事医药电子商务的优秀专业人才加入我们的队伍。

华东区总部

- ◆ 副总裁/总裁助理(1名/2名)
职责:协助直接领导以及在授权范围内独立开展华东区范围内的工作。
- ◆ 规划发展部经理/规划经理(1名/3名)
职责:设计行业电子商务模式,制定新业务开发和市场拓展规划及总体执行方案。
- ◆ 总经理办公室主任/秘书(1名/4名)
职责:负责上传下达工作,及各部门间工作协调和突发事件处理工作。
- ◆ 企业服务部总经理/副总经理/总经理助理/区域商务经理(1名/1名/2名/5名)
职责:负责厂商服务团队的业务指导和管理。

应聘要求:

- 1、应聘经理以上职位的,需本科及以上学历,相同岗位三年工作经验,医学药学专业优先考虑,出色的团队建设和管理能力,善于自我激励,能承受较大的工作压力。
 - 2、应聘其他职位的人员,需大专及以上学历,有相关专业岗位资格证书优先考虑,具有相关岗位工作经验和高度的工作热情及敬业精神,良好的团队合作精神和沟通协调能力。
 - 3、以上招聘职位工作地点以南京为主,辐射华东地区,详细职责及岗位要求,请登陆 www.51job.com 南京频道查询;欲了解公司情况可登陆 <http://www.emedexchange.com>
- 有意应聘者请将个人简历、身份证复印件、一寸彩色免冠相片及各类资格证书复印件以邮件或信件方式发至如下(请注明应聘职位及意向工作地点):
- 地址:南京市板仓街9号B区5号楼 人力资源部 邮编:210042 邮箱: jswh@staff.emedchina.net

- ◆ 商务管理部经理/商务经理/职员(1名/5名/10名)
职责:负责药品采购项目的方案制定和实施工作。
- ◆ 数据管理部经理/数据审核员/资料管理员(1名/10名/4名)
职责:负责数据接收、审核、整理、录入、统计分析及管理。
- ◆ 结算管理部经理/会计(1名/4名)
职责:负责参与网上结算支付的业务模式开发、商务拓展和日常结算业务处理。
- ◆ 技术服务部经理/技术支持/美工/强弱电工(1名/2名/2名/3名)
职责:交易平台运行维护,公司局域网管理及优化,办公设备管理和维护。
- ◆ 人力资源部总监/经理(1名/1名)
职责:制定适合公司发展的人力资源规划、管理策略、机制和作业流程,负责员工招聘、培训、考核等工作。

- ◆ 行政部经理/前台接待(1名/2名)
职责:负责交易中心全面行政后勤管理工作/负责来宾的咨询接待,展示厅功能介绍和解说工作。
- ◆ 呼叫中心经理/后台座席员/交易大厅座席员(1名/5名/10名)
职责:负责呼叫中心的后台话务接听和转接工作,以及交易大厅客户接待工作。
- ◆ 公共关系部经理/副经理/职员(1名/1名/5名)
职责:负责代表公司对外进行政府、媒体及大客户关系开发和维护,并负责对外活动的策划工作。
- ◆ 医院服务部总经理/副总经理/项目经理/职员(1名/1名/5名/10名)
职责:负责医院客户开发,与医院建立良好合作关系,为医院信息化建设提供解决方案。

- ◆ 采购管理部经理/职员(1名/3名)
职责:负责项目采购期间的医院交易支持和配送体系服务支持工作。

所属各单位

- ◆ 技术公司 java 程序员/Delphi 程序员(10名/10名)
职责:负责交易平台程序开发和系统设计。
- ◆ 企业服务公司总经理/客户主管/客户助理(1名/3名/10名)
职责:与医药企业建立良好协作关系,发展合作企业客户。

诚聘