

## 阿桑奇否认和“电子珍珠港事件”有关 4

人物传记

【澳】安德鲁·富勒 著  
译林出版社友情推荐

## 【内容简介】

朱利安·阿桑奇，维基解密创始人，一个令美国政府及各国军政要员胆寒的人，他外表文静，内心却像深渊一样无法预测，被称为互联网上用键盘战斗的切·格瓦拉。他的祖先是中国人？他是强奸犯？他是为自由而战的斗士？他是世界上最危险的人？本书揭秘阿桑奇其人。

## 【上期回顾】

活跃于地下黑客世界的人们个个都有化名，阿桑奇的化名是“曼德克斯”。“曼德克斯”在闯入“北电”系统后，又设法侵入到位于美国新墨西哥州的洛斯阿拉莫斯国家核物理实验室的电脑系统。

阿桑奇发现美国军方的国家安全协调中心的“后门”后，声称这本该是美国计算机系统设施的安全保障，瞬间就“被我们完全掌控了”。进入系统后，他便可随意浏览来自世界各地，如“驻扎在希腊或其他国家的任意一个美军基地”“怀疑自己受到黑客攻击”的报告，因为只要遭受攻击，“都要报告到这台机器上”。其中最令阿桑奇感到不安的发现是，“美军居然有自己的电脑黑客”，这些属于军方的黑客们，利用国家安全协调中心，进行“目标攻击训练”。这在阿桑奇看来是极不可思议的一件事，因为，在他的内心深处，他从来都认为黑客就该是无政府主义者，而不应该为军方所用。

在此期间，1989年10月发生的一次无政府行为，简直可谓难以超越。这次行动传播的是具有澳大利亚特色的反核武信息。如同对美国打出了一拳重击，着实让美国人吓了一跳。

当时，连续不断的狂风暴雨让佛罗里达州肯尼迪航天中心所有的相关人员都甚为不安。几年前“挑战者”的失败和瞬间失去飞船上所有宇航员的痛苦经历，至今都令人挥之不去、记忆犹新。美国航空航天局当然不希望这样的灾难在发射“伽利略”号探测器时再次重演。几经推迟，天气总算晴了。驻扎在美国各地的数百名美国航空航天局的工作人员终于可以到岗为发射工作作最后的准备。但是，当他们打开各自的计算机时，却纷纷发现情况不妙，计算机出故障了。屏幕上显现的不是平常用来保护屏幕的美国航空航天局的专用徽标，取而代之的是一行粗鲁

的标语：“您的计算机已中蠕虫！”

美国航空航天局的工作人员当时对“蠕虫”一词一无所知，如果明白，他们自然就会怀疑到这行警告的原发之地。如果他们再看看屏幕的下方，就会看到：“你们常常都会宣称自己的使命是为了全人类的和平，但在实际行动中，却为战争作着准备。”对于紧接着其后的“Oilz”一词，由于他们不知道“中蠕虫”的定义，他们同样也不明白那个绰号为“Oilz”的澳大利亚“午夜石油”摇滚乐队，也就更不会了解乐队演唱的那些反核武、反军事的歌词。

紧接着，计算机就向自己的用户显示了一条立刻让他们接近歇斯底里的信息：所有机密和绝密文件都已被删除。操作人员每次按下命令键，以图重新夺回计算机的控制权时，屏幕上显示的都是“删除、删除、删除”。美国航空航天局网络安全负责人罗恩·滕卡迪焦头烂额地对付着一群惊慌失措的工作人员。这次“伽利略”号探测器的目的地是土星，由配备了核燃料钚的发动机带动，这不是第一次使用核燃料来给航天飞行增添额外的动力。尽管，此次发射的探测器比其他任何探测器都要飞得更远，直达外太空的边缘，但与以往相同的是，在旅程开始的时候还是需要首先近距离地绕地球飞行。

有人指出：“当时，我们面对的是配备了装有核燃料罐的航天飞机，它已经在发射台上，准备发射。如果这次航天飞机像上次‘挑战者’号那样爆炸，这些钚足以杀死全佛罗里达州的人。”不需要成为天才，人人都能明白“反核能杀手蠕虫”意味着什么。

最终，发射任务在热烈的掌声中总算是大功告成，控制中心更是大大地松了口气。当美国航空航天局的工作人员回到各自的办公桌时，大家发现所有的文件还都在，并没被删除，前面出现的那令人惊恐的一幕只是一个骗局。即便如此，滕卡迪说用“电子珍珠港事件”来描述当时的恐怖感是恰如其分，毫无夸张可言的。

美国航空航天局开始一步一步地清除计算机病毒并对病毒来源展开了调查。经过数日分析，他们找出并认定攻击源自法国。但是，法国安保总部的情报官员在对此案经过一番认真调查之后，对美方的结论没有认同。虽然，攻击者确实是经法国的网络登录美国航空航天局网络的，但真正的源头究竟在何处？几天以后，他们找到的答案是：加拿大北方电信公司。就是那家给澳大利亚电信公司提供硬件和基础设施的同一公司。

尽管，从未有人因蠕虫攻击扰乱计算机系统而遭到起诉，阿桑奇也公开承认了那次行动的发起者是墨尔本的黑客组织。但在“国际颠覆者”是否参与了该项行动的问题上，阿桑奇却含糊其词。另外，他还坚称没人知道蠕虫程序出自何人之手。

与此同时，阿桑奇在生活上也面临着前所未有的冲击，原因是他自己没能很好地平衡国际黑客与为人之父的角色。到1991年，他的妻子带上儿子离开了他。两人唇枪舌剑地分手，给阿桑奇带来的是沉重的打击。一时间，不知该如何面对生活的阿桑奇陷入了重度抑郁。他甚至对自己一贯引以为豪的计算机，也失去了兴趣。同样严重的是，他开始

变得对什么都无所谓，他的那些存储着用户列表、加过密的密码、电话号码等内容，犹如黑客图书馆的计算机磁盘散落一地。而在那个阶段，他很清楚联邦警察正对“国际颠覆者”组织的一举一动都进行着跟踪，他侵入澳大利亚国立大学的计算机系统查阅一封电子邮件时就发现了警方的这一行动。没有证据证明阿桑奇希望自己的行动被人发现，但他在现实生活中的一些行为和表现却正好与之相反。1991年10月29日，有人在阿桑奇的住所门口大声地敲门，那是澳大利亚联邦警察局的肯·戴伊，与他站在一起的是他的几名下属。

“我是肯·戴伊，我相信你早就在等着我的到来。”肯·戴伊说他已记不清阿桑奇当时是如何答复自己的。但阿桑奇说，当时自己的回答是：“作为一名警察，你是不是太矮了点？”

阿桑奇身上展现出的是黑客所特有的典型的双重性格。一方面，他需要如戴伊所描述的那样尽力地隐姓埋名，如同需要以“超低空飞行，来躲过雷达的监测”。但是，与此同时，阿桑奇却又需要得到黑客社会的承认，认可他是一位“顶级”高手，来满足自己的骄傲和自大情绪。明明知道澳大利亚联邦警察局正抓紧调查并步步紧逼，他仍然无法抗拒在电话上与其他黑客们谈论有关自己的新发现和斩获，他们通话中的每字每句当然都没逃脱澳大利亚联邦警察局的监听。

这种不管不顾的性格特点，充分预示了阿桑奇今后的行为和命运。

## 食物相克、以形补形都是饮食误区

11

健康养生

## 50个苹果和海鲜同食才可能生成砒霜

“饮食误区”并不是一个很深奥的话题，就像做错题目需要纠正一样，认清误区，改正就好。在这里要为大家揭示几类常见的饮食误区。

“食物相克”一说可谓由来已久，每个人都能道出一些五花八门的相克食谱，有人还将“相克”的食物图表挂在厨房提醒自己。在“食物相克”的食谱中，虾与维生素C同食等于吃砒霜的传言流传最广，也最骇人听闻，被称为“杀人食谱”。美味的海鲜和香甜的水果真的不能放在一起吃吗？

首先要分析一下海产品中所含的化学成分。多种海产品，如虾、蟹、牡蛎等，体内均含有化学元素砷，一般情况下含量很低，但日益严重的环境污染可能使这些动物体内砷的含量达到较高水平。虾体内所含砷的化学价（化学价是一种化学结构的表示方法）是五价，一般情况下，五价砷对人体是没有害处的。从理论上讲，高剂量的维生素C和五价砷经过复杂的化学反应，会转变为有毒的三价砷，即人们常说的“砒霜”，当三价砷达到一定剂量时，会导致人体中毒。

“高剂量的维生素C”的概念是一次性摄入维生素C超过500毫克——相当于50个中等大小的苹果所含维生素C的总和，或34个梨，或10个橙子，或生吃3斤以上的绿叶蔬菜。如果经过加热烹调过程，食物中的维生素C还会大打折扣。因此，要想让水果中的维生素C和海鲜中的五价砷发生反应产生“砒霜”，恐怕只有在实验室里，通过人为控制的

化学反应才能实现。

在吃海鲜的同时是可以食用水果或青菜的，只要水果数量不超过上述的量（恐怕也没有人能够超过），是没有任何危险性的。但是，如果在大量吃虾，特别是可能被严重污染的虾的时候，再一次性服用5片以上的维生素C药片（每片含维生素C100毫克），从理论上讲是有可能导致“砒霜”中毒的，事实上，这种情况几乎不可能发生。

未经医生允许，不要长期（超过2周）吃大剂量的维生素C药片。正常情况下，日服维生素C药片不宜超过4片，一次不宜超过2片。在某些特殊情况下，如感冒等，可在短期内适量增加维生素C的摄入，但从长远考虑，仍以平衡膳食为最好的营养来源。

## 吃“腰子”补肾？小心不育！

小时候家里吃鸡的时候，妈妈总把鸡心留给我，说吃了长心眼儿。人们总说“以形补形”有没有道理呢，我感觉有些还是有用的。

所谓以形补形实际是没有科学道理的，部分补充有效，与“形”无关，实际是其中营养素的作用。以治疗贫血为例，吃动物血确实可以补血，同时还可补铁。但这不是所谓“以形补形”。猪血、鸭血为比较常见的动物血，它们富含蛋白质、锌、铁、维生素B2以及食用价值较高的三价铁等营养成分，很容易被人体消化吸收，从而起到补血、补铁的功效。

关于所谓“核桃补脑”，也并非跟形状有关系，更主要的是核桃中的营养素起到了作用。核桃仁中含有丰富的营养素，每100克核桃仁含蛋白质15~20克，脂肪60~70克，碳水化合物约10克，并含有人体必

需的钙、磷、铁等多种微量元素和矿物质，以及胡萝卜素、核黄素等多种维生素。核桃中所含脂肪的主要成分是亚油酸甘油酯，食后不但不会使胆固醇升高，还能减少肠道对胆固醇的吸收，这些对维护全身及大脑组织健康是有益的。

被称为“腰花”的猪肾，被很多人认为是“壮阳”的食物。不少男性钟情于在烧烤时来上几串“腰子”，认为能够以形补形。

现在就要郑重提醒大家，吃多了“腰子”小心不育。猪、牛、羊等的肾脏里面均含有不同数量的重金属镉，镉对人体组织和器官的危害是多方面的，尤其是对肾脏、肝脏和生殖功能的危害，不仅会造成精子的数目减少，还可能会因镉对染色体的伤害，造成受精卵不易着床，影响受孕。

## 蛋白粉就那么神奇吗

邻居有位阿姨，孩子孝顺，给买了几罐蛋白粉，说能“强身健体”“补钙壮骨”“增强免疫力”“摆脱亚健康”。于是阿姨喝粥也放一勺蛋白粉，喝奶也放一勺，恨不得炒菜都加一勺。这蛋白粉用起来真方便，但问题是这一勺又一勺，我们需要那么多蛋白粉吗？这蛋白粉全都能吸收吗？多少能转化成人体所需？多少又会成为人体的负担呢？

首先，可以明确指出，正常饮食的健康人是不需要额外补充蛋白粉的。健康成人所需的蛋白质为每日50~70克，这些数量的蛋白质是完全可以正常饮食来满足的。每日进食适量的主食（男性6两以上，女性5两以上），1~2袋鲜牛奶或等量的酸奶、豆浆，1个鸡蛋，3两瘦肉和2~3两豆类制品，就足以补充健

康人每日所需的全部蛋白质。

一罐400克的蛋白粉要卖二三百块，那么如此昂贵的蛋白粉究竟是什么东西呢？其实，它是提纯了的大豆蛋白、酪蛋白、乳清蛋白的粉剂或上述几种蛋白组合体构成的粉剂。

一些蛋白粉的消费者或是怀着美好的愿望或是受到广告的鼓动，赋予了蛋白粉太多的“超能力”，产生了一些误区。

## 误区1：靠蛋白粉减肥

在一些减肥爱好者中间，有一种“高蛋白减肥法”曾经流传很广。这种减肥法的核心是，只吃蛋白粉等蛋白质食物，不吃脂肪和糖类。这样的结果是，蛋白质过量，必需的脂肪酸、维生素、矿物质和膳食纤维等严重缺乏。长此以往，会引发贫血和营养不良。结果很可能是减肥未果身先伤。

## 误区2：靠蛋白粉长个、长智力

一些家长认为蛋白粉是好东西，多吃可以帮助孩子长个子、长智力。其实，孩子的身高和智力发育是受多种因素影响的。蛋白粉所能提供的蛋白质，只是整体营养的一部分。它既不能够，也不应该替代其他营养素。相反，大量进食蛋白粉，可能会对孩子稚嫩的肾脏和肝脏造成无形的、严重的负担。

## 误区3：靠蛋白粉增强免疫力

“罗马不是一天建成的。”抵抗力的建立和维护是一个复杂的系统工程。它依赖机体自身的调控，适宜的能量摄入，合理而完整的营养素构成。显然，单靠蛋白粉是远远不够的。不仅不够，如果不好好吃饭而单纯依赖蛋白粉，只会使抵抗力受到损害。（完）

于康 著  
四川科学技术出版社友情推荐

## 【内容简介】

不吃主食能减肥？面的热量比米饭要高，所以北方人更健壮？舒化奶、脱脂奶、高钙奶、早餐奶，这些牛奶有什么区别，每天都喝了对吗？家有糖尿病人、高血脂患者、痛风患者，应该怎么安排他们的饮食？柴米油盐酱醋茶，每天围着这些打转，却不知道到底怎么吃才是正确的。这本书由北京协和医院营养科主任医师、教授于康倾力打造，可谓是他20年医学营养健康工作的全面总结。到底怎么吃，一起来看看。

## 【上期回顾】

糖尿病患者总以为要控糖，却不知道也要控盐；南瓜并不是降糖食物，过量食用会加重病情。