

首都企业家

CAPITAL ENTREPRENEURS CLUB

2014.10

总第 261 期

(内部资料 免费交流)

京内资准字 0110-L 0100

主办单位:  首都企业家俱乐部

 爱浪凯旋集团有限公司

吴敬琏：切中当前经济体制时弊

宋志平：混合所有制的核心是所有权到位

茂圣茶业创业歌——记广西梧州茂圣茶业有限公司董事长苏淑梅

苏淑梅，广西梧州茂圣茶业有限公司董事长
首都企业家俱乐部理事

广西梧州茂圣茶业有限公司 董事长苏淑梅



广西梧州茂圣茶业有限公司董事长、首都企业家俱乐部理事 苏淑梅



2014年10月20日，苏淑梅在广西梧州茂圣茶业有限公司成立十周年庆典上讲话。



2013年4月，苏淑梅在上海市杨浦区万达广场举办的茂圣六堡茶推广会现场。

苏淑梅，广西容县人，从事过文化、商业等多种行业，2004年创立广西梧州茂圣茶业有限公司，十年来，通过科技创新和质量保证，让传统的六堡茶走向国内外，成为中国黑茶的领军企业。

苏淑梅现为高级茶艺师，高级经济师，目前担任中国国际茶文化研究会和中国茶叶流通协会的常务理事，2014中国茶叶行业十大年度经济人物，梧州市茶业商会首任会长。

主要社会职务和荣誉：广西壮族自治区政协委员；广西侨商投资企业协会副会长；广西工商联女企业家协会常务副会长；梧州市政协常委；梧州市工商联副主席；全国三八红旗手；全国巾帼标兵；全国百强农产品经纪人；中国生态原产地品牌创新人物；中国侨界创新人才；广西优秀社会主义建设者；广西三八红旗手；广西五一巾帼标兵；广西优秀女企业家；梧州市首批杰出人才。



2014年10月20日，“2014中国茶业经济年会暨六堡茶博览会”在梧州文化展览中心举行，苏淑梅被评为“2014中国茶叶行业十大年度经济人物”，同时茂圣公司的产品荣获2014中国六堡茶推荐产品。



自治区农业厅厅长张明沛对全国政协副主席马彪说“茂圣六堡茶是最好喝的”。



国家农业部部长韩长赋在自治区政协副主席刘志勇的陪同下，到茂圣公司考察。



广西壮族自治区党委副书记危朝安，自治区政协副主席刘志勇到茂圣开展调研工作。



中共广西自治区党委常委、自治区常务副主席黄道伟关心茂圣公司发展。



国家审计署审计长刘家义、在梧州市市长朱学庆的陪同下到茂圣公司调查研究。



国家统计局原局长李德水（右）和全国侨联原副主席陈兰通（左）到茂圣公司考察。



中共梧州市市委书记黄俊华陪同中国工程院院士李德仁先生、朱宜莹教授到茂圣公司参观考察。



中国茶叶流通协会常务副会长王庆先生到茂圣公司考察。



广西梧州茂圣茶业有限公司

广西梧州茂圣茶业有限公司成立于2004年，以经营具有1500年历史的当地特产六堡茶为主。

10年来，公司坚持以科技创新推动企业工业化进程、以专利技术支撑企业独特性发展、以规范标准实施企业的品牌升级；通过采用传统工艺与现代科技相结合，建成了节能环保的现代化黑茶生产线，实现了六堡茶科学化、自动化、清洁化、标准化生产，保证了产品的质量和品质，通过种植、初加工、深加工和销售相结合的发展模式，六堡茶的销售范围逐年扩展，经济效益持续提升。

建立了自治区级的企业技术中心和六堡茶工程技术中心，在与国家植物功能成分利用工程技术研究中心及教育部、清华大学、北京大学等相关科技单位共同研究后，认定了六堡茶具有降脂减肥、调降血压、调控尿酸、保护肝脏、调理肠胃、美容抗衰、抵御辐射、抵抗炎症等八大保健养生功效。目前公司已经取得了3项国家发明专利（还有2项正在申报待批）、11项实用新型技术、13项外观设计专利；研究成果还分别荣获了中国杨凌农业高新科技成果博览会“后稷奖”和梧州市科学技术进步一等奖。

从2006年茂圣六堡茶在广州国际茶博会获得首块黑茶类金奖后，公司产品凭借其红、色，至今已先后在国家 and 评比活动中赢得了等奖和一项冠军茶的领

际茶博会获得首块黑茶类金奖后，公司产品凭借其红、色，至今已先后在国家 and 评比活动中赢得了等奖和一项冠军茶的领





公司以“传承百年精髓，追求卓越品质”为经营理念，始终把产品品质放在第一位，按照QS、ISO9001质量管理体系和ISO22000食品安全管理体系标准要求，对制茶的各个环节严格把关。公司用生态有机茶为原料生产的茶饼和组合包装茶，经国家权威部门和专家检测，各项技术指标均达到欧盟标准。广西梧州茂圣茶业有限公司也因此成功获得“2010年上海世博会特许专卖产品生产基地”资格，成为2010年上海世博会中国六堡茶唯一特许专卖产品。茂圣牌六堡茶走进上海世博馆，标志着茂圣六堡茶的品质可以与国内外茶叶媲美。



制茶技术被农业部、文化部、中国文联评为中国优秀农业非物质文化遗产。公司被定为广西首批旅游商品研发、生产、销售基地和工业旅游示范基地，2010年作为特许产品，挺进上海世博会，通过春茶节等活动，让六堡茶在首都北京落户经销。

目前，经浙江大学CARD中国农业品牌研究中心和中国农科院茶叶研究所权威发布：茂圣茶业有限公司的品牌价值评估为1.55亿元人民币。该公司目前具有3000多亩茶园，1000多棵古茶树，各类茶品销往国内外广大地区。



该公司董事长苏淑梅女士积极履行企业社会责任、热心社会公益事业，近年来，先后出资210万元用于扶贫济困、建设公路、妇女事业，受到社会各界好评。



茂圣企业精神

茂圣公司以“追求第一，崇尚品质；志存高远，志在领先；意诚心正，不昧苦乐；心存感激，回报社会”为企业宗旨，坚持“传承百年精髓，追求卓越品质”的企业理念，以“纯雅礼和，用茶道精神缔造事业；红浓陈醇，以茶经品质练达人生”为企业作风，致力于为广大客户提供高品质产品。



2014年10月20日是广西梧州茂圣茶业有限公司成立十周年大喜日子，同日茂圣中国六堡茶文化馆落成开馆。



黑茶中的圣金



2006年，在中国（广州）国际茶博会中，茂圣公司以9623六堡茶参加评选，一举夺冠，茂圣为六堡茶在国际茶博会上实现了金牌“零”的突破，也迎来了六堡茶于国际茶博会历史上新的时代。





实景拍摄



苏淑梅在中国进出口商品交易会上。



苏淑梅在2014年中国广西（匈牙利）商品博览会上。



茂圣茶业参加德国展会。

茶



【先进的生产技术保证了品质的稳定性】

标准化 | 自动化 | 科学化 | 无污染 | 高品质 | 有机茶

【传统工艺与现代化生产相结合标准化工艺流程】

① 选种 → ② 发酵 → ③ 分筛 → ④ 风选 → ⑤ 称量 → ⑥ 压装成型 → ⑦ 干燥 → ⑧ 精制

采用传统工艺与现代科技相结合，机械化、连续化、标准化、自动化全程茶叶不落地生产。在茶叶发酵过程中产生的有益菌——冠突散囊菌，长期饮用可提高免疫力，达到促进身体健康作用。

广西梧州茂圣六堡茶赋

首都企业家俱乐部 魏新志撰

苍梧县六堡乡，西接广西十万大山，此地三江交汇、秀耸青峦，又因常年云拂雾抱，得以茶事盛传，循地理区域冠名六堡茶也。

采摘时分，村妇乡姑，穿插于茶树之间，秀手纤纤，采叶撮尖，继而经渥堆、揉搓等传统工序，成品制为饼状、筒状、方砖状，亦有散装，再经马驮人贩，运出大山，流散至两广、港澳，亦经侨商至亚洲东南。

六堡茶，繁衍1500余年，属黑茶系列，色呈褐红，逾久弥香，虽产地偏远，但因其“红、浓、陈、醇”四绝，扬名于嘉庆年间。

多年来，六堡茶属古法种植，土法加工，作坊经营，故而产量有限，虽为名茶，却久藏深山。

2004年为振兴六堡茶，苏淑梅一马当先，把广西梧州茂圣茶业有限公司创办，十年来，励精图治，业绩斐然。

茂圣用心做茶、质量为先、扶持茶农、整合茶园、倾力品牌打造，推行良性发展，采纳高新技术，运用科技手段，借助地理优势，发展有机茶园，建成了科学化、自动化、清洁化、标准化生产线，既保证产品质量又节约物质资源。

2006年，首获国家黑茶金奖，后续28项金奖状元，入列全国优秀农业非物质文化遗产，获准使用国家地理保护标志专权，为广西名牌产品暨工业旅游示范。

六堡茶可降脂减肥、理胃保肝；调降血糖、控制尿酸；美容保健、抗衰消炎。

为推六堡茶，开讲座、搞商展、发新闻、办论坛，一路茶香结茶缘，落户首都北京城，畅销上海世博园，国内国外双推进，业务前景开新颜。

2014年，茂圣六堡茶，品牌评估1.55亿元！

六堡茶优雅散淡，六堡茶气定神闲，六堡茶回味久远；六堡茶可做礼品奉献，六堡茶可供对酌清谈，六堡茶可以收藏把玩。

请来茂圣，以茶结缘。

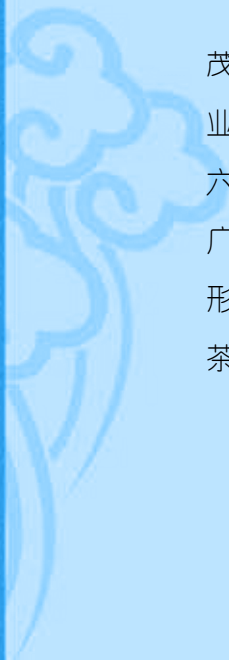
卷首语

J U N I O R S N E T J

金秋十月里，中国共产党十八届四中全会隆重召开。会议以全面推进依法治国为主题，与部署全面深化改革的三中全会恰如车之两轮、鸟之两翼，为推动全面建成小康社会提供了强大的动力，其重大意义和深远影响正在不断显现出来。

首都企业界衷心拥护四中全会，正在深入学习贯彻四中全会精神。本期多篇文章可作有关学习的参考。首都企业家俱乐部常务副理事长宋志平就国企改革提出见解，认为混合所有制改革的核心是所有权到位；中国石油天然气集团公司董事长周吉平谈到学习四中全会精神体会时强调，要加快构建依法治企的制度体系，把推进依法治企与全面深化改革有机结合；在谈到如何处理好政府和市场关系这一经济体制改革核心问题时，著名经济学家吴敬琏提出深化市场在资源配置中起决定性作用改革的5个概念：统一、开放、竞争、有序、市场体系；国民经济研究所所长、首都企业家俱乐部专家委员会成员樊纲主张，用制度规范人们行为和界定利益边界，鼓励每个人在明确的边界内追求利益最大化，从而使整个社会的利益也实现最大化。

广西梧州的特产六堡茶历史悠久，成立仅10年的广西梧州茂圣茶业有限公司依托高新技术，用现代化生产线生产黑茶，业绩斐然，在国内外评比中频获金奖，领军中国黑茶企业，其六堡茶制茶技术也被评为“中国优秀农业非物质文化遗产”。广西的山歌闻名遐迩，本期“企业家风采”栏目尝试以山歌的形式，描绘了苏淑梅这位女企业家艰苦创业的事迹以及六堡茶茶韵茶事。



CONTENTS

目录

首都企业家

■ 卷首语 Preface

专家论坛 Experts Forum

- 10 吴敬琏：切中当前经济体制时弊
11 樊 纲：负面清单管理市场 正面清单约束政府

企业家论坛 Entrepreneurs Forum

- 14 宋志平：混合所有制的核心是所有权到位
15 周吉平：努力建设法治央企与阳光央企

企业家风采 Entrepreneurs Mien

- 16 茂圣茶业创业歌
——记广西梧州茂圣茶业有限公司董事长苏淑梅

会员单位信息 Information of members

- 18 全力服务APEC 福田汽车再交400台车辆
18 城建集团四项工程入选“中国改革开放35年百项经典暨精品工程”
18 北京城建集团紧急援建塞拉利昂防控埃博拉实验室工程
18 首钢对APEC峰会期间各项工作做出部署
19 联想集团入选全球50大创新公司
19 北京自来水集团全力做好接纳“南水”进京准备
19 同仁堂集团就被假冒侵权事件提出维权诉求
19 中石油去年日赚3.5亿元
-

俱乐部文苑 Literature of the Club

- 20 往诗如烟——难忘当年演艺情
22 中国梦 桑榆情
26 吕常钦摄影作品选

张将军健康养生谈

- 30 张文台：以静养生,为修身健康之需（上）

王馆长谈科技 Alecture on Science and technology by Curator wang

- 32 王渝生：嫦娥揽月蛟龙捉鳖 天河超算天宫对接

春来茶座 Chun Lai Ca Loon

- 38 张春来：企业未来的秘密——创新

韩博士健康信箱 Dr. Hari s Health Maril box

- 40 你会坐会站会走会跑吗（上）

俱乐部通讯 Messages from the Club

- 42 首都企业家俱乐部原理事长秦文彩亲切看望俱乐部工作人员
43 首都企业家俱乐部特邀理事王渝生博士应邀为景山学校学生作报告
44 20位会员单位领导当选北京优秀企业家和北京优秀创业企业家
46 10月份俱乐部活动纪事
47 10月份俱乐部活动剪影



主办单位：首都企业家俱乐部
爱浪凯旋集团有限公司

主 编：董玉麟
总 监：胡智荣
副 主 编：魏新志 杨文增
编 委：罗刘清 王丽君
周俊英 朱永洁

摄 影：马 励 牛士伟
美 编：李 波

发行部主任：于冬平
京内资准字：0113-L0100号

编辑部地址：北京市东城区和平里
南街5区18号龙绍衡
大厦4层

邮 编：100013
电 话：(010)64420152
(010)64420136

传 真：(010)64420154
网 站：www.chinacec.com

电子信箱：chinacec@sina.com

印 刷：北京新越翔达彩色印刷有限公司

出版日期：2014年11月5日

切中当前经济体制时弊

——市场起决定作用有五项要求

国务院发展研究中心研究员 首都企业家俱乐部专家委员会成员 吴敬琏



经济体制改革的核心问题是处理好政府和市场的关系，要解决好市场起决定作用还是政府起决定作用的问题。要紧紧围绕使市场在资源配置中起决定性作用深化经济体制改革，而建设统一开放、竞争有序的市场体系，是使市场在资源配置中起决定性作用的基础。这当中有5个概念非常重要。

其一，统一。过去由于政府在资源配置中起主导作用，而政府依靠条条块块进行管理，在某种程度上切断了市场和经济之间的联系。本世纪初，很多经济活动市场中进行，但市场不是统一的，是条块切割、碎片化的。经济学认为，市场规模越大，效率越高，建立统一市场必须消除条块分割。

其二，开放。过去市场不是对所有市场主体开放，而是分等级的，“国企在政策中，集体企业在附则里，民营经济虽然存在但往往被看成异类”。要建立所有主体平等对待、平等获取生产要素、一体开放的市场。

其三，竞争。这是市场的灵魂，由于行政权力的干预和各种有行政背景的垄断的出现，市场缺乏足够的竞争性。往往和权力的关系不同，市场中不同主体的力量就不同。因此要建立竞争性的市场。

其四，有序。市场有各种权力的干预，是无序的，缺乏法制，不是在统一的规则基础上进行相关活动。有序的市场就是把体系建立在规则、法制的基础上。

其五，市场体系。从上世纪80年代开始，对市场的理解往往局限在商品市场，而资本市场等不对所有主体开放，这就要围绕要求，进行各项改革。

这5项要求切中中国当前经济体制时弊，要围绕上述要求推进改革，加快形成企业自主经营、公平竞争，消费者自由选择、自主消费，商品要素自由流动、平等交换的现代市场体系。

（本文转自10月20日《北京日报》）

负面清单管理市场 正面清单约束政府

国民经济研究所所长，首都企业家俱乐部专家委员会成员 樊纲



制度是强制执行的人与人之间关系的行为规范。制度的作用是尽可能明确地界定不同个人之间的利益边界（产权），规范人们的行为，尽可能地减少一些人损害另一些人利益的事情。这样，每个人都在明确的边界内最大限度地发挥创造性，追求利益最大化，整个社会的利益也就实现了最大化。从制度的角度理解法治原则，就是用“负面清单”管理市场，用“正面清单”约束政府。

制度是一种公共品

好的制度从本质上说必须不具有任何排他性，要被所有在这一制度下生活的人“消费”，并且是强制性地“消费”。制度之所以是一种公共品，原因还在于在那些存在外部性的领域，制度就特别重要。在私人物品生产和交易的领域，由于个人利益比较容易界定，市场竞争与定价机制可以较充分地发挥作用，个人趋利避害的行为本身就可以实现资源的有效配置，制度的约束就显得不那么重要。而在存在外部性的公共品的消费中，制度的约束就至关重要。比如发生环境污染的场合，个人成本与社会成本会发生偏离，产权界定与保护的制度，立法与执法的机制，就必须发挥作用，否则污染会越来越严重。公权之所以要严加规范，就是因为它会关系到许多人的利益，关系到公共服务的提供。金融系统的监管、食品的检疫、公共卫生的监督，都是同理。

市场经济本身是一套以产权界定与产权保护为基础的制度，但市场经济的法则主要适用于私人物品的生产与交换。而在现实中，我们每天消费的还有大量公共品，在那些外部性较大、信息不对称较严重的领域，“市场失灵”的问题就会发生，就需要有其他的制度来加以规范。经济越发展，人们消费的公共品越多，收入差距、环境污染、公共卫生、经济波动这些问题就越显著，就越需要有相关的制度来加以保障。

正因如此，发展到今天的现代市场经济制度，就

不仅是有些人所理解的只是私有产权保护与定价机制这些基础性的制度，而是还要加上公共服务、社会保障、行业监管、宏观调控、环境保护等一系列有关公共品的制度，它是所有与私人物品和公共物品相关的各种制度的一个大的集合。

在市场化改革初期，人们针对计划经济的弊端，较强调与私人品生产与交换相关的市场制度，不太关注与公共品相关的制度。市场经济发展到今天，那些对有效经济制度的狭隘理解，显然不符合时代要求。

从制度角度理解法治原则

一个社会所生产的产品，分为私人物品与公共物品两种。所谓私人物品，是指那些外部性较小、消费具有排他性、利益边界比较容易界定从而比较容易定价的物品，比如我喝了这瓶水你就不能再喝、我用了这个电脑你就不能再用。这种物品基本上可以用市场的办法加以交易，制度也应该鼓励千百万人发挥创新力，创造出越来越多的私人物品，在追求更大的私人收益的过程中，提高人们的收入，使人们享受更大的福利。对于提供私人物品的个人与企业，制度应该“敞开口子”，让人们去发挥、去竞争、去创新，只有发现创新的产品会有负面的社会外部性时，对其他人的利益造成一定的损害时，才对其加以适当的规范与限制，也就是纳入监管的范围。

这就涉及“法治第一原则”，即对于企业和市场而言，凡是原来制度没有禁止的事情，都是可以做的，做了是不犯法的。只有这样，人们才可以发挥创造力，创造出前所未有、前所未闻的东西来，经济才能发展。如果个人和企业只能做制度规定可以做的事，原来制定制度的人都知道这件事可做了，还谈什么创新？事事都要政府审批了才能做，一定是不会有创新。只有制度允许做的事才是可做的事，一定不是一个鼓励创新的制度，因此也就一定不是一个有效率的制度。

用现在大家熟悉的话说，就是用“负面清单管理市场”：凡是制度或法律没有规定不可以做的，都是可以做的。人们事后可以发现有些新的产品或新的经济活动是有负的外部性的，也就是会对交易双方之外的人产生不利影响，比如污染了环境或导致金融风险，从而立法对其加以一定的限制。但在新的法律生效之前，个人和企业的行为并不违法，不应受到惩罚。只有这样，千百万人的创造力才能大大地发挥出来（尽管我们可以从道德上教育或劝说大家应该在创新时就考虑到对别人可能产生的不利影响）。

另一种产品称为公共产品，其特点是因为其消费的不排他，利益界定比较困难，定价成本太高，导致无法用市场交易的办法加以提供，只能通过某种公共财政的方法由某个公共机构向大众提供。比如一个路灯，你也可以从它下面走过，我也可以从它下面走过，都能获益，但是一旦让我为此付费，我就会说我眼睛好不需要，所以不该付费，出现所谓“搭便车”或“败德”问题。要想搞清楚个人究竟从这个路灯上获得了多少好处、要付多少比例的费用，是件麻烦的事情。所以这时，一个交易成本较低的办法，就是不做个体的区分，按照同一比例向所有人征税，由一个公共机构来加以提供。国防、外交、消防、环保、食品安全、贫困救济等，都属于这类情况。这就是政府一类的公共机构产生与存在的经济学原理。它们的职责从经济学的逻辑上说就是提供公共物品。

但是这时就出现了一个问题：公共物品的供给，本身具有垄断性，因为不能在一条路上安两排路灯，一个国家不可能需要两套国防体系。这种公共权利的垄断性，导致了一种危险，就是政府权力可能因其垄断性而无限扩张，必须加以约束。如何约束？需要在宪法层面对政府权力加以限定。因此，对于政府职权而言，必须是“正面清单”管理：只有法律规定可以做的事，才是可做的；法律没有规定可做的事，是不可以随便“创新”的，不可以让权力随意膨胀。

总之，对于一个社会而言，制度具有双重性：对于私权而言，要用“负面清单”管理，凡是没有规定不可以做的，都是可做的，以发挥大家好的创造力；而对于公权而言，要用“正面清单”约束，凡是没有规定你可以做的，都是不可以做的，不可“创新”地扩大政府的审批与干涉。

个人、企业、市场要有约束，政府也要有约束，各有各的职责，这是不需要争论的问题。问题在于，我们旧体制的一个根本性的弊端，是把事情搞反了：个人和企业不可以做政府不知道的事，而政府可以任意做它想做的事。

制度为什么重要

制度为什么重要，从根本上说，就是它可以节省交易成本；用比较通俗的话说，就是减少麻烦。如果制度是可信的，也就是说，如果有人不按制度办事，违反了法律，是会受到惩罚，那么人们就可以对别人如何行事有一个比较可靠的预期。即使出了问题，有制度可循，有法律可依，就没有什么争议，处理起来比较简单方便。

好的制度的一个标准，就是它是不是明确而清晰地界定了各方的权利与责任，是不是涵盖了可能发生各种问题，是不是有一个简单明了的处理问题的程序。而在这里，我们也可以看到，好的制度的形成一定是一个不断发展、不断修订的过程，因为最初人们不可能预见到可能发生的所有利益冲突，只有在实践中不断“出事”的过程中，才能发现原来制度的缺陷，才能不断地改进，不断地使制度趋于缜密，做到“法网恢恢，疏而不漏”。

但这时就出现了另一方面的问题：制度越发达，往往就越复杂，法律条文就越多，弄到一般人都记不住、搞不懂的程度，必须花钱聘用法律专家（也就是

律师）来搞清楚相关的规章制度，来处理各种利益关系。而因为制度的复杂，法律程序就复杂，往往需要好多人参与，费时费力费钱后不过是解决一个小问题。但如果仔细分析下来，在规章制度基本合理的情况下，只要打官司的成本低于旷日持久扯皮扯不清时各方所要花费的时间与精力成本的总和，这个社会为这个制度支付这个打官司的成本，就是合算的。制度的重要，首先就在于可以减少扯皮。

这也给我们提供了一个发展制度、改革制度、完善制度的思路：既然制度的作用在于节省扯皮的成本，制度的发展方向就是进一步降低这些成本，而不是搞出各种繁文缛节，加大大家的成本。节省了成本，就是提高了效率，经济增长就会快一些。另一方面，即增加产出的方面，制度的重要性就在于可以提供正确的激励，使人们发挥创新能力，追求更大的新利益。比如，保护产权（包括知识产权）的制度，就可以使人们为了追求自身利益的最大化而不断创新，以获得创新的超额利润或额外收入，经济中的商业模式和科学技术，就会不断创新，生产力不断提高，经济增长和经济发展就有了持久的动力。正是在这个意义上，现代增长理论和发展经济学已经把最近几十年来制度经济学研究的成果吸收进来，把制度改进定义为决定经济增长的第四个要素。另外三个要素是：资源、劳动和知识（有知识和技术附着的资源就演化为“资本”，受过教育的劳动者就成为“人力资本”）。

体制改革之所以可以促进增长，可以提供“红利”，就是因为它可以节省成本、提高效率、鼓励创新。中国这几十年的发展经历，为制度的作用提供了最生动的佐证。

（本文节选自作者即将出版的新书《制度改变中国》，转自10月27日《中国证券报》）

混合所有制的核心 是所有权到位

首都企业家俱乐部常务副理事长 中国建材集团公司董事长 宋志平



在近日举办的“国企改革进行时——共识与务实”论坛上，我依据长期的实践摸索和日益积累的企业管理经验，将国企改革等看起来庞大而又复杂的问题简单化，用通俗易懂的方式就国有经济的实现形式、投资公司、混合所有制等方面的问题谈了自己的见解。

在国有经济的实现形式方面，我认为，国有经济主要可以分为两部分：一类是公益的，都要靠国有企业实现；另一类是竞争类，国有经济要靠混合所有制的股权、要靠获益来实现。保障是国有企业要完成的任务，在混合所有制经济里国有经济的内容就是要保值增值和得到股权收益。

关于投资公司，我认为，投资公司和资本运营公

司很难分开。投资也要运营，运营也要投资，而大部分肯定最后变成投资公司。我建议，可以把若干个公司打捆，同时进行产融结合、提高功能，同时按照投资公司的架构来进行组织再造。

在混合所有制方面，我认为，核心是所有权到位，中国的股份公司并没有完全成功的原因，是因为戴了国有控股上市公司的帽子，只是解决了从市场募集资金而已，并没有把机制引入企业。我建议，在混合所有制条件下，民营、外资和国企都是同台竞争，应坚持公平原则，不要赋予其他的东西，既不要额外的优惠，也不要给任何额外的限制，这才叫真正的混合所有制。

努力建设法治央企 与阳光央企

中国石油天然气集团公司董事长 周吉平



党的十八届四中全会为国有企业加强依法治企指明了方向，要进一步提高对依法治企重要性的认识，认识到依法治企不仅是关乎国有资产安全和国家法规的权威性，而且深刻影响着国内外及社会各界对企业自身、对整个国有企业的评价与认识，要加快构建依法治企的制度体系，制定完善的符合中央要求、符合中国石油实际的依法治企的制度体系，把推进依法治企和全面深化改革工作有机结合，并把合规管理作为推进依法治企的重要载体。

要突出重点领域和关键环节，进一步强化全员法制教育，扭住交易领域、商务活动等焦点、难点，加强新的安全生产法、环境保护法学习与宣传贯彻。

加强对各级领导干部、关键部门和要害岗位人员履职行为过程的监督管理，确保依法治企见到实效。

领导干部要带头落实全会精神，严守政治纪律和政治规矩，各级领导干部在推进依法治企方面要带头依法办事，带头遵守法律法规，带头遵守党内法规，带头遵守企业规章制度，不断提高运用法治思维和法治方式深化改革、推动发展、化解矛盾、维护稳定的能力，扎扎实实地把依法治企的各项任务落到实处，要坚持依法履行职责，科学民主决策，严格按照国家法律法规和公司各项规章制度办事，要严守政治纪律和政治规矩的红线，不能拿政治纪律和政治规矩当儿戏。

茂圣茶业创业歌

——记广西梧州茂圣茶业有限公司董事长苏淑梅

本刊记者 魏新志



广西是山歌之乡，我愿借用这一形式唱一唱驰名中外的六堡茶和广西梧州茂圣茶业有限公司董事长、首都企业家俱乐部理事苏淑梅女士。

事情想好就要干，
不管别人怎样说。

(黑红两色字体分别代表两方歌手)

序歌

哎！
唱山歌，唱山歌，
我唱山歌谁来和，
广西梧州山水好，
名优产品是什么？

哎！
唱山歌，唱山歌，
你唱山歌我来和，
茂圣茶业名气大，
六堡黑茶最好喝！

六堡古镇茶话多，
红浓陈醇四大说，
该茶还有几个宝，
请你给我说一说。

能消滞来能清热，
能生津来能解渴，

能除疲劳能去脂，
提神暖胃性温和。

自古六堡茶出色，
藏在深山不离窝，
过去依赖小作坊，
如今到了啥规模？

欣逢广西大发展，
梧州也在闹改革，
有识之士苏淑梅，
劳苦功高了不得！

主歌

生在广西容县城，
从小就爱把茶喝，
家庭氛围作熏陶，
言商崇武好性格。

从小思维很独特，
聪明好学爱拼搏，

经营服装开影院，
又销百货与摩托，
也曾上街卖女鞋，
货真价好交易多。

样样生意做得好，
心情愉快乐呵呵，
天命之年想隐退，
开个茶馆自个儿喝。

梧州自古茶有名，
当年却在走下坡，
眼见茶园多破败，
老树枯干影萧缩。

苏总心如滚油泼，
商海易帜动干戈，
筹集资金五十万，
敲响茂圣开业锣。

招聘几位打工人，
租赁几间旧房舍，
年产不足二十吨，

艰苦创业靠执着。

踏遍茶村收茶货，
情系茶农暖心窝，
从种植，到收获，
加工销售紧结合。

要想畅销需货好，
卫生标准必严格，
自行研究发酵罐，
传统科技相结合。

零农残，零添加，
零污染，零突破，
产品质量响当当，
随时随地迎检测。

为保茶叶质量好，
有机茶园多建设，
为让产量有提高，
扩充茶林上规模。

经年陈放茶质好，
传统酿造留特色。
茶红蕴含槟榔香，
汤浓犹如翠琥珀。

零六年逢新机遇，
宝石节上紧吆喝，
首闯广州茶博会，
黑茶金奖唾手得。

北京先建办事处，
展卖茶品供观摩，
老舍茶馆设专柜，
京桂强强搞融合。

指定产品获唯一，
昂首挺胸进世博，
六堡茶品货琳琅，
四方客来交易多。

两广市场稳稳坐，
港澳营销再开拓，
信誉守住东南亚，

精品销向好几国。

扎扎实实做生意，
步步为营稳稳挪，
为让六堡茶兴旺，
苏总常年苦奔波。

跑展会、勤观摩，
开论坛、作演说，
走南闯北不辞劳，
马不停蹄又出国。

好马应当配好鞍，
好茶要有好包裹，
壮家铜鼓入包装，
民族特色有风格。

建立茶业文化馆，
成立茶叶研究所，
制作工艺入“非遗”，
国家专利三次得。

女中豪杰苏淑梅，
人人敬佩伸拇指，
身为茂圣董事长，
又是“皇后”好阿婆。

全国三八红旗手，
广西社会建设者，
百强农业经纪人，
全国、广西双巾帼。

政协、侨联、工商联，
参政议政尽职责。
企协、商会、茶联盟，
大事小事也执着。

苏总常怀慈善心，
乐于公益好品德，
慷慨捐赠二百万，
受益茶农三千多。

茂圣公司事业旺，
苍梧业胜又开锣，
公司、基地加农户，

协同发展三结合。

现有茶园一万亩，
经年茶树上千棵，
品牌价值一亿五，
货真价实作依托。

锦旗获赠多少面，
金牌摘取二十多，
茂圣醇茶香万里，
六堡品牌放光泽。

尾 歌

哎！
什么生长坡连坡？
什么山顶棵连棵？
什么多的采不尽？
什么往返如穿梭？

哎！
六堡茶林坡连坡，
千年茶树棵连棵，
新茶多的采不尽，
货车往返如穿梭，

哎！
什么产品一盒盒？
什么产品一坨坨？
什么产品一篓篓？
什么产品一擦擦？

哎！
茂圣茶叶一盒盒，
茂圣茶饼一坨坨，
茂圣茶礼一篓篓，
茂圣茶品一擦擦。

(合)
梧州三江波连波，
六堡黑茶多又多，
茂圣茶业雄心大，
要让产品遍中国。

全力服务APEC 福田汽车再交400台车辆

9月24日，2014年亚太经合组织（APEC）领导人会议周官方指定用车交车仪式在福田汽车总部举行，福田汽车向APEC筹委会交付包括蒙派克S、欧辉客车等在内的400辆汽车。该批车辆和前期服务于APEC第三次高官会议的55辆福田汽车将服务于11月份召开的2014年APEC领导人会议。

福田汽车总经理王金玉表示，福田汽车作为全球最大的商用车品牌，特别是作为北京市的自主品牌，非常荣幸地成为2014亚太经合组织会议官方指定用车，针对本次会议，福田汽车将一如既往地承担企业公民责任、通过高科技的产品、卓越的品质、全程无忧的服务，做好各国高官、记者及参会人员的服务保障工作，全面落实北京市委、市政府提出的“北京服务”品牌的各项要求。

（据9月30日《福田汽车新闻》）

城建集团四项工程入选“中国改革开放35年百项经典暨精品工程”

由中国建筑协会会同全国13家行业建设协会共同组织开展的“中国改革开放35年百项经典暨精品工程”评选活动近日结束，北京城建集团总公司承担建设的4项工程入选，分别为：国家体育场工程、国家博物馆工程、北京地铁八通线、五号线工程和首都国际机场3号航站楼工程。

（据北京城建集团总公司网站）

北京城建集团紧急援建塞拉利昂防控埃博拉实验室工程

10月20日晚，刘延东副总理主持召开紧急会议，决定实施中国援助塞拉利昂防控埃博拉实验室项目，北京市委、市政府将这一光荣而艰巨的任务交付北京城建集团完成。北京城建高度重视，成立了集团党政主要负责同志参加的领导小组，组建了临时党组织和工程指挥机构。10月26日，第一批先遣队进入现场并立即开展先期工作，目前已完成了实地考察和场地布置，为11月初全面开工做好了保障准备。

（据北京城建集团总公司网站）

首钢对APEC峰会期间各项工作做出部署

首钢总公司高度重视APEC峰会期间安全、环保和生产等工作，认真履行大型国企责任，早谋划、早部署、早实施，按照国家、北京市及各级地方政府要求，参照奥运会期间采取的安全生产、限制污染物排放及减产（限产）等一系列措施，制定下发了《2014年APEC峰会期间首钢总公司安全、环保、生产、检修工作方案》，从严控制，高标准要求，下最大决心，尽最大努力，全力以赴地做好APEC峰会期间的各项工作。

（据首钢总公司网站）

联想集团入选全球50大创新公司

经著名的波士顿咨询公司（BCG）对全球1500多名知名公司高管的调查、分析、评定，2014年最具创新能力的全球50大公司名单揭晓，联想集团位列第23位，为4家入选的中国公司之首，另三家公司分别是小米、腾讯和华为。

（据联想集团网站）

北京自来水集团全力做好接纳“南水”进京准备

北京市自来水集团郭公庄水厂一期工程9月26日至30日进行了联合调试和试水运行，已经具备了通水条件，正在静候“南水”的到来。

南水进京后，郭公庄水厂处理原水量将由少到多，逐步增加，日供水量能力最终将达到50万立方米，使城区日供水量从322万立方米增加到372万立方米，可大大缓解北京中心城区特别是城南地区供水需要压力，为首都快速发展提供可靠的供水保证。

（据北京市自来水集团网站）

同仁堂集团就被假冒侵权事件提出维权诉求

2014年10月11日，国家食品药品监督管理总局在其官方网站发布化妆品监督抽查结果，通报了8批不符合规定的化妆品，其中有表示生产企业为“北京市同仁堂化妆品有限公司”的“美白祛斑回春套装”产品。此后，部分新闻媒体以“同仁堂美白套装汞超标被要求永久停售”为题进行了报道和转载，引起了舆论广泛关注，给同仁堂品牌造成了不良影响。对此，同仁堂集团向全社会发布声明：同仁堂系统没有“北京市同仁堂化妆品有限公司”机构和“美白祛斑回春套装”产品，并对假冒同仁堂名义的侵权行为向政府有关部门举报，请求予以调查处理。

（据同仁堂集团网站）

中石油去年日赚9.5亿元

中国石油天然气集团公司近日公布了2013年业绩：去年实现营收22581.24亿元，同比增加2.9%，实现净利润1295.99亿元，同比增长12.4%。

年报显示：中石油的勘探与生产业务去年实现利润1896.98亿元，虽然同比降低11.7%，但仍然是中石油最重要的盈利贡献业务板块；天然气和管道业务方面实现利润288.88亿元，比上年增加309.98亿元。

年报同时显示，在销售业务方面，由于受国际经济增长乏力、国内经济增速放缓和成品油需求不旺等因素影响，中石油去年实现经营利润75.62亿元，比上年同期降低53.9%。

（据《人民网》）

往诗如烟

魏新志，1952年出生于天津，1969年参加内蒙古生产建设兵团，1978年进入电信部门，先后担任北京市电信管理局党办主任、宣传部长、维护中心党委书记。

当选北京市西城区第12、13、14届人大代表；西城区人民政府第5、6、7届特邀监察员；西城区2011年度公益人物；荣获2006—2010年度首都文明建设奖；曾任全国八届文代会代表；全国优秀产业文化工作者。现任中国文联产业工作委员会委员、中国书法家协会鉴定评估委员会委员。

2012年退休，2013年受聘为首都企业家俱乐部会刊部主任。



魏新志热爱文学创作，40多年来创作了近千首诗歌，本刊辟《往诗如烟》专栏，每期选发一首诗歌并请作者讲述一段相关的创作故事。

难忘当年演艺情

建国65周年之夜。我流连在天安门广场，心中哼唱着1972年创作的这首欢庆国庆的歌词，也想起了当年在内蒙古生产建设兵团第19团毛泽东思想文艺宣传队时的往事：

1969年冬天，为适应形势宣传，团政治处从各个连队抽调了30多名知青，组成了一个文艺宣传机构，不久接受了排演革命现代京剧《智取威虎山》的任务，一群几乎从来就没有听过京剧的孩子们，要在两个月的时间内，整版大套地排好这出革命样板戏，现在看来，简直就是天方夜谭，但在那个“一不怕苦、二不怕死”的年代，一群娃娃愣是在宣传股股长崔钦和内蒙古京剧团两名下放演员的精心指导下，日夜兼程地从头做起，一句台词不减、一个动作不改、一个唱腔不动、一个道具不少地闪亮登台了，很快就在当地引起了轰动。

从此，一个小小的不见经传的文化小团队，竟然出了一批文艺骨干，卢立夫进了战友文工团，担任了《长征组歌》的领唱，后来担任了广州军区文工团团长；郭丽丽被战友文工团京剧团接收，在《不准出生的人》中，担任女一号的B角；冯双白先是在中国艺术研究院话剧所做副所长，后来升任中国舞蹈家协会分党组书记、副主席；任秀芳考进了首都师范大学音乐系，成为了专业独唱演员；张俊明成为北京电视台《大城小事》的签约演员并频繁出境；柴喜新在内蒙古电视台教授国标舞蹈；宋茂林加入了中央民族歌剧舞剧院，骆兆祥成为痴迷诗歌朗诵的社区名人，其余的团员们都成为了所在单位的文艺骨干。

1972年国庆前夕，团首长要求宣传队排演一场节目，开场歌舞要以庆祝国庆23周年为主题，我当时担任文书兼做一些文艺创作，奉命完成了开场歌词并由张家笑、胡景新、卢振华连夜谱曲，我至今还深深地佩服他们的音乐才能，创作了那样既优美抒情又蓬勃雄壮的曲子，可惜我只会哼唱，不会记谱，只能把写于42年前的歌词抄录给大家了。

庆祝建国23周年歌词

魏新志

(序歌)

天安门广场鲜花朵朵，
国庆的夜晚礼花灼灼，

(第一段)

鲜红的五星国旗，
你映红群山江河，
你拂绿莽原沙漠，
你唤起八亿神州，
为胜利纵情高歌。

祖国，

亲爱的祖国，

23年艰苦奋斗，

23年朝气蓬勃。

(第二段)

雄壮的中国国歌，
你弘扬中华品德，
你振奋民族性格，
你撼动千古华夏，
为理想勇敢争夺。

祖国，

亲爱的祖国，

23年前赴后继，

23年从容不迫。

(尾声)

无限风光，

前途壮阔，

毛泽东的光芒照耀着祖国！



中国梦 桑榆情

——庆祝国庆65周年石化机关老年书画作品选

本刊讯 为庆祝建国65周年，由中国石化集团公司离退休管理部主办，首都企业家俱乐部协办，中国石化机关老同志欣雅书画苑承办的《“同抒晚霞情·共铸中国梦”书画艺术作品展》9月26日上午在石化老干部活动中心开幕，共展出书法、美术作品及工艺制作作品100余幅（件）。

首都企业家诗书画院院长郑焕明出席了开幕活动并为展览书写了大幅榜书“健康是宝”。

此前，郑焕明还与俱乐部诗书画院副院长魏新志、罗崇耕、副秘书长靳玉斌为全部展品进行了评选。本刊选登部分展出作品。

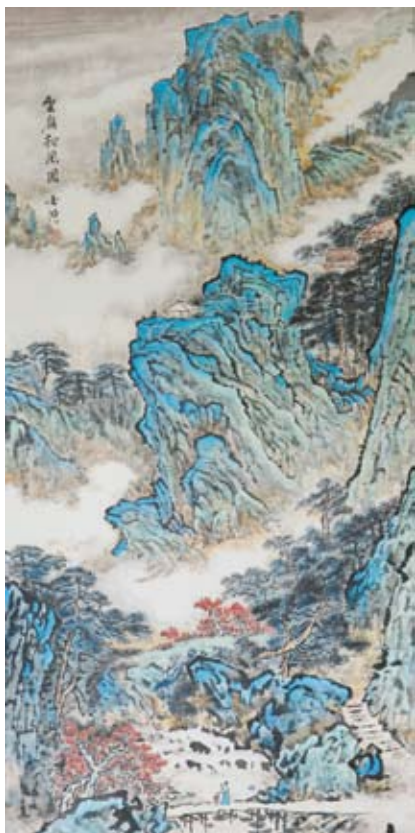


思（国画）——吴约林



剑阁行旅图（国画）——李树清





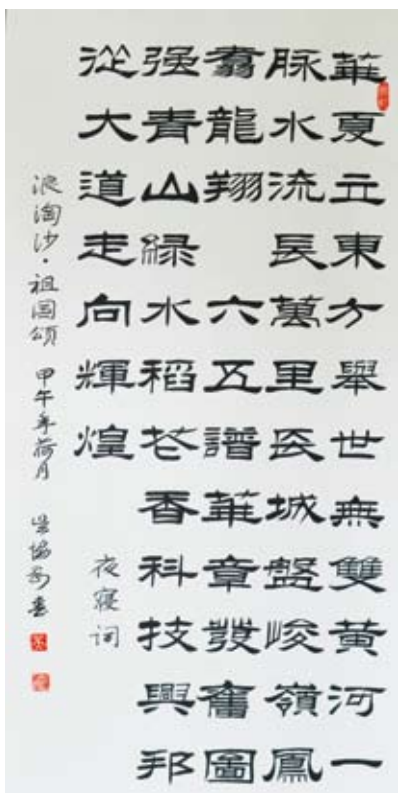
云岭松风图（国画）——周嘉漪



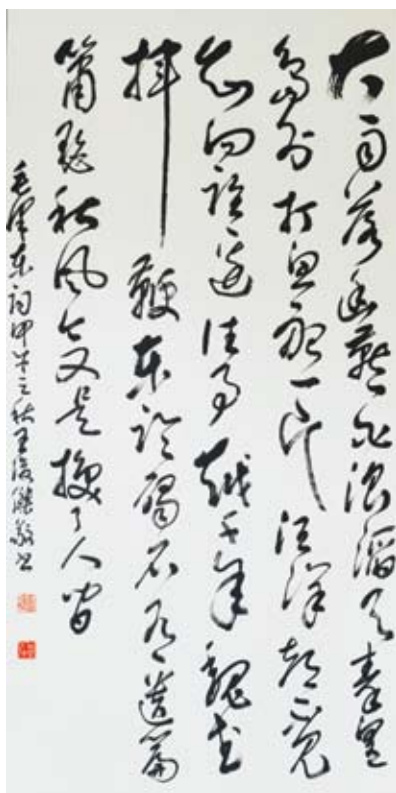
春回大地（国画）——赵熙君



溪山清韵（国画）——张莹



浪淘沙·祖国颂(隶书)——吴协刚



毛泽东诗·浪淘沙(草书)——王俊杰



腾飞（国画）——王崇廉



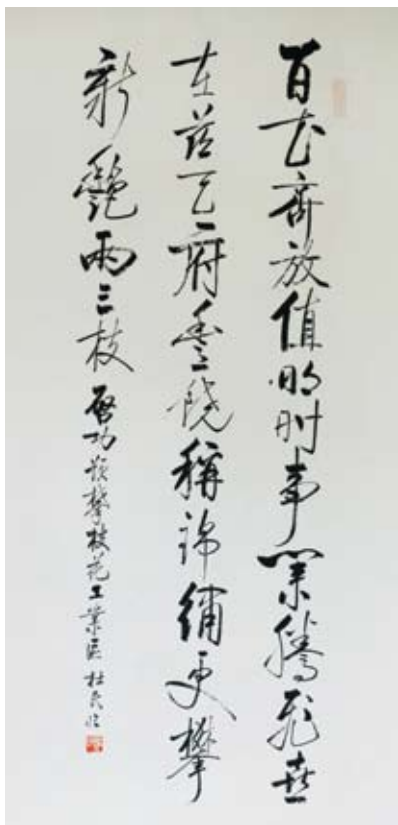
坐看云起云落 (国画)——孙育芬



秋 (国画) ——潘志刚



扶摇直上九万里 (国画) —胡延秀



临启功：颂攀枝花工业区
(行书) ——杜民



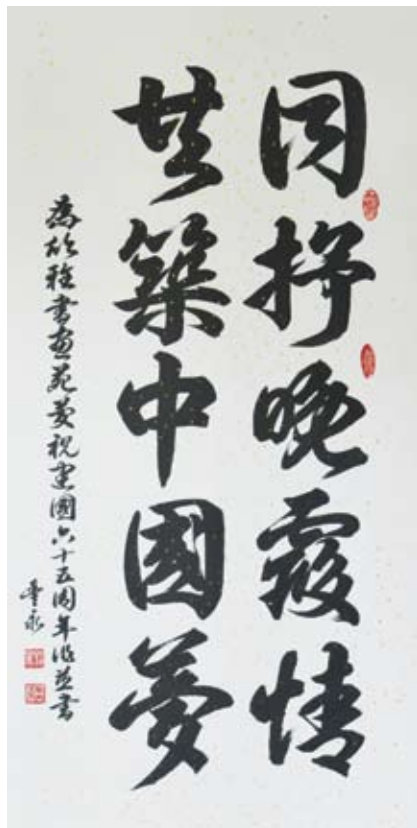
李白诗句 (篆书) ——陈文法



秋山观瀑 (国画) ——党彩珍



吉利图（国画）——郝进芝



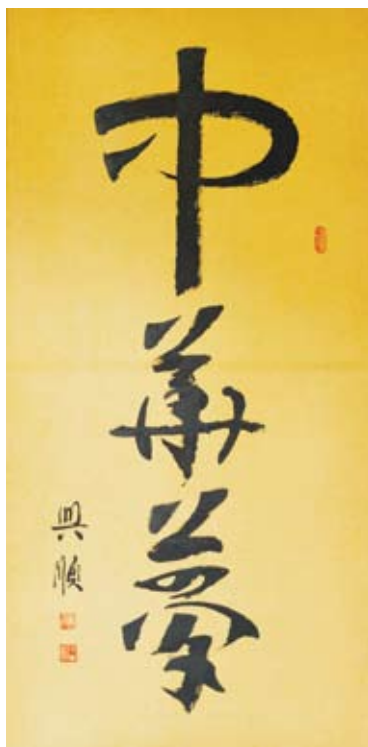
同抒晚霞情（行书）——郭丰永



咏梅（国画）——冯洵武



寿字图（国画）——丁亚丽



中华梦（行书）——傅兴顺



上德若谷 大象无形
（行书）——白荣光



吕常钦摄影作品选

吕常钦，1945年生，原北京燕山石油化工有限公司副总经理、北京东方石油化工有限公司总经理、党委书记、北京化二股份公司董事长。

吕常钦使用相机留下生活的记忆已有50年，退休之后，开始系统学习摄影，并把摄影作为生活的一部分。有部分作品在报刊发表。现为北京燕山石化离退休人员摄影协会顾问。



《摩梭天地》



《梦幻植物园》



《因果》



《战争与和平》



《日落额尔齐斯河》



《炊烟》



《寻梦香格里拉》



《月牙泉》



《泸沽湖情人滩》



《凌风》



《秋色》



《玉龙倒映黑龙潭》



《喜庆有余》



《飞天》



《稻城》



《鸣沙山驼队》



《悉尼港海湾大桥》



《开普敦印象》



《乐园》



《远眺悉尼》



编者按：中国人民解放军总后勤部原政委、首都企业家俱乐部顾问张文台上将，素有“军中儒将”之称，在政治工作、领导艺术、人生修养、企业管理、生态文明建设、健康养生及诗词书法等领域均有深厚的理论功底和丰富的实践经验，涉猎广泛，著述颇丰。

中央文献出版社于2014年1月出版了7卷本《张文台文丛》，其中的《健康养生卷》集中体现了张将军对健康养生的哲学思考和独到感悟，以此为蓝本的各地演讲亦广受欢迎。经商作者同意，本刊摘编书中主要内容，辟“张将军健康养生谈”专栏于年内分12期刊出，以飨读者。愿读者能从张将军的养生之道中获益，身心健康地生活。

张将军健康养生十论之十 以静养生，为修身健康之需（上）

中国传统养生法提倡“静养为摄生之首”。《黄帝内经》指出：“得神者昌，失神者亡。”深刻指出了“神”是一切生命存亡之根本。故古今善养生者无不善于养神。何以养神？《素问·痹论》说：“静则神藏，躁则消亡。”《素问·至真要大论》指出：“清静则生化治，躁动则苛疾起。”《韩非子·解老》曰：“圣人之用神也静，静则少费。”这些论述均表明，以静养神，既可促进人体生理功能的正常化，有益于健康，又能少耗神气，抗病祛邪。

“淡泊明志，宁静致远”的养生哲理

说到“以静养生”的典范，不能不提到诸葛亮。在国人的心目中，诸葛亮神机妙算，是智慧的化身。人们在他崇敬之余，也在琢磨诸葛亮为什么那么足智多谋。实际上，诸葛亮也并非“神”，而曾是一位躬耕的布衣。读《诸葛亮全集》，令人豁然开朗，原来诸葛亮精于修性养生，而他的修性养生思想深寓在其论军事谋略和治军著作当中。《戒子篇》便是研究诸葛亮修性养生的一把钥匙。其中有两句千古传颂的名言：“淡泊明志，宁静致远”，更道出了诸葛亮的养生玄机。

宁静致远。诸葛亮《戒子篇》讲：“君子之行，静以养生，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”《戒子篇》既是教子，也是诸葛亮修性养生的经验总结。“淡泊明志”、“宁静致远”成了有识之士修性养生的格言及座右铭。诸葛亮修性养生并未讲具体修炼功法和操作之术，而是从修性养生理论高度上进行论述。要解“淡泊明志，宁静致远”，必须倒过来解，先解“宁静致远”方能入门深化。为什么呢？老子在

《道德经》中讲：“致虚极，守静笃”，“清静为天下正”。“宁静致远”，“宁静”绝不能孤立静止地理解。吕纯阳著《百字碑》讲：“动静知宗祖。”世界上一切事物静是相对的，运动是绝对的。静极而动，阴极而阳，无极而太及。静到极点才能找到生命的本源，回归生命的根本，这是修性养生修道的必然规律，一切生命都在相对的动静中成长。

诸葛亮在《戒子篇》中开宗明义地讲：“夫君子之行，静以养身”，在《举措第七》中讲：“夫治国犹如治身，治身之道，务在养神……养神求生。”诸葛亮把“静以养生”、“务在养神”浓缩到“静”与“神”两个字上。如再明确一点讲，即落实到人生，并强化人的实践行动和精神上理解。这就是深化到“静”与“动”的辩证哲理的高度上认识。道教有一部《清静经》讲：“人能清静，天下贵之。人神将静，而心扰之，人心将静，而欲牵之。常能遗其欲而心自静，澄其心而神自清，与会其道……是为得道。”诸葛亮所讲的“宁静致远”就是要达到“气合其真”，“神依形生，精依气盈，不凋不残，松柏青青。”

淡泊明志。从历史文选中考查，“淡泊”出自《淮南子·主术训》。诸葛亮对“淡泊”也作过讲解：“见利不贪，见色不淫。”诸葛亮讲：“淡泊明志”与儒家所讲“格物致知”有异曲同工之妙。宋朝政治家、历史学家、文学家司马光在《资治通鉴》中将“格物”解为“格杀”，真是别有洞天。人生活在世界上，无时无刻都有“七情”、“六欲”之诱惑。这是产生贪痴和烦恼的根源，如一个人不能抗拒“物欲”诱惑，就不能做到“六根”清净。“六根”即眼、耳、鼻、舌、身、意。

“六根”不清净就放不下“万缘”，“万缘”即“物欲”。“物欲”不“格杀”，清静光明、觉性不能显现。儒家学说讲：“格物致知”，首先是“格物”，即“格杀”“物欲”。《通书》讲：“无欲则静虚动直。”

诸葛亮所论“淡泊明志”、“宁静致远”最可贵的闪光点是落实到人的行动中去。诸葛亮修性养生并非是单纯为了延长寿命，享享清福，他是一位深知在躬行实践中充分发挥人的主观能动性的哲学智圣。

入静，现代人亟需的沉淀过程

古人云：“养生重在养心。”“养心乃养生之道”。若要养好这颗“心”，不妨先从以下几方面入手：

心宽。“心宽”乃“宽容大度”。为人宽厚，待人宽容，对生活中的小事“大肚能容”，且能“让他三尺又何妨”，则会减少许多烦恼与困惑。

心善。心地善良者，大多豁达大度。按英国作家毛姆的说法，心善往往超过美丽，甚至胜过爱情。心善者，乐于助人；真心的人，德高才有望重，大善才有大美。这样的人，谁不景仰。

心怡。怡者乐也。人生在世，必须乐观向上，不可消极厌世，悲观失望。在遭遇痛苦之时，精神总是快乐的。这样的人坚信，没有比脚更长的路，没有比人更高的山。他们不以一时之得意而自得其志，更不以一时之失意而自堕其志，从而咬定青山，坚韧不拔。

心诚。待人做事须真诚、讲究诚信。倘若每天你提防我、我警惕你，互不信任、互相猜忌，你的精神将经受多大折磨？只要以诚待人，以心换心，就是人人为我，我为人人。

心静。静是安静、平静、宁静、清静。人若能真做到心静如水。则可积蓄生命能量。寂静能育良种，人静可致高远。心浮气躁，出不了成绩，干不了大事。

心纯。纯者真也。纯粹、纯真、纯净，一个人的“心纯”，是没有杂念，更没有邪念，如同出水沾露的月季芙蓉，犹如不沾纤尘的秋水文章，这样的“好心”才是真是的，其外表也必定是美丽的。

生活里有些人整日喋喋不休，看起来似乎精力充沛，但他们也常常脸黄气虚，无精打采。说话并不是简单的嘴巴运动，而是神经、呼吸等系统复杂的生理、心理活动过程。闲话过度对大脑和神经系统是个沉重的负担，会消耗人体大量能量，连续说话甚至比中等体力劳动更累人。少说话多保持沉默，可使人精神放松，改变体内生理生化状态，使呼吸与心跳变慢，肌肉紧张程度和耗氧量下降，同时降低血脂。研究发现，静默时人会

产生“意识的变形”，从而降低自身血压。

以静养生是最好的补品

“以静养生”是中国传统养生学的根本指导思想。

“以静养生”的理论认为，保持精神状态的宁静祥和，维护身体健康是第一位的事情，体育运动与滋补品等是第二位的事情。20世纪以前的中国人，几乎都是用“以静养生”的理论来指导自己的养生实践。几千年来，奉行“以静养生”的中国人，大都取得了健康长寿的养生效果。

历代善于养生的文人雅士认为，一个人如果保持恬淡、宁静、乐观、豁达，就能心情轻松，延年益寿。

“莫言名与利，名利是身仇”，这句话就是提倡以静养生。东晋诗人陶渊明推崇以静养生，他在《结庐在人境》有诗云：“结庐在人境，而无车马喧。问君何能尔？心远地自偏。采菊东篱下，悠然见南山。山气日夕佳，飞鸟相与还。此中有真意，欲辨已忘言。”这是一首以静养生的诗歌，境与意会，物与心融，实乃妙不可言。苏东坡熟谙以静养生之道，极力推崇静坐养生之法，他在海南儋县建一“息轩”，并题诗云：“无事此静坐，一日是两日。若活七十年，便是百四十。”南朝道家代表之一陶弘景对“静养”之术也有类似总结。他认为，时常保持精神宁静祥和，对养生是十分重要的事情。在《养性延命录》中，他写道：“真人曰，虽常服药物，不知养性之术，亦难以长生也。”修养心性的功夫就是陶弘景所讲的养性之术。道家的这些论述明确指出了修养自己的心性，使之能不受或少受外界各种不良因素的干扰，就能以一种豁达开朗、宁静祥和的心态去面对生活，而这种良好的精神状态则能产生长寿效果。

医学研究发现，“以静养生”是健康长寿很重要的一条。卫生部首席健康教育专家洪昭光教授说，他在北京调查了很多高龄健康老人，这些老人的健康长寿并不是吃得多好或钱有多少。他们当中，有的早睡早起，有的晚睡晚起，有的不吃肉，有的专吃肥肉，有的不抽烟，有的爱抽烟，有的爱喝浓茶，有的不喝茶，生活方式五花八门，但有一点是共同的，他们心地善良、性格随和、心胸开阔，没有一个是心胸狭隘、脾气暴躁、鼠肚鸡肠、钻牛角尖之人。用一句话概括，这些高寿老人都是心态平和之人。从中国传统养生学角度来看，可以认为，这些健康老人都是自觉或不自觉地奉行“以静养生”之人。

要实现“以静养生”，首先要改变自己的人生观，使自己能够从一个较超越的角度来看待人生的得失、恩怨，能够认识到名利得失、恩恩怨怨都是身外之物，身外之事与自己生命的健康长寿相比是微不足道的。



王渝生，中国科学院理学博士、教授、博士生导师，国家教育咨询委员会委员，中国关爱协会副理事长兼秘书长。十届全国政协委员、教科文卫体委员会委员，中国科技馆研究员、原馆长、党委书记，中国民间组织国际交流促进会原副会长。首都企业家俱乐部特邀理事。

编者按：本刊从去年第一期起，连载王渝生教授的《中华科技百年》，很受读者欢迎。今年继续连载其后半部分，至年底结束，届时将奉献给读者一部完整的110余年中华科技发展简史。

嫦娥揽月蛟龙捉鳖 天河超算天宫对接

——中华科技百年（二十二）2009—2011年

概述

2009—2011年，我国在航天方面，嫦娥二号成功发射，天宫一号与神舟八号交会对接。在深海探测方面，中国深海载人潜水相继突破3700米和5000米。千万亿次超级计算机“天河一号”计算速度世界第一，量子计算研究也获重大突破。水稻基因育种技术有突破性进展，超级杂交稻大面积亩产突破900公斤。甲型H1N1流感疫苗全球首次获批生产，发现大脑神经网络形成新机制和致癌蛋白作用新机制。总而言之，在空间技术、计算机技术、生命科学和生物技术等前沿科学和高新技术方面，取得了丰硕的成果。

第一个南极内陆科学考察站建成

我国于2009年1月27日在南极内陆冰盖的最高点冰穹A地区建成南极昆仑站，中国将有计划地在南极内陆开展冰川学、天文学、地质学、地球物理学、大气科学、空间物理学等领域的科学研究。中国昆仑站登陆南极冰盖最高点，成为人类南极科考史上的又一个里程碑，是中国为人类探索南极奥秘做出的又一个重大贡献。



第一个南极内陆科学考察站开站仪式

上海同步辐射光源建成

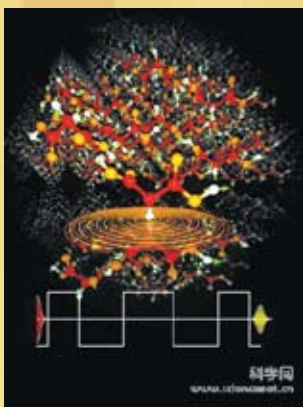
2009年，中国迄今为止投资最大的国家重大科技基础设施建设项目——上海同步辐射光源建成，总投资约12亿元。上海



上海同步辐射光源

光源能量位居世界第四，是目前世界上性能最好的中能光源之一。在上海光源建设国际评估会上，来自11个国家的34位权威专家对该项目给予高度评价：上海光源主要性能指标达到世界一流水平，是一项了不起的成就。该光源首批7条光束线和实验站向用户试开放以来，已经取得一批重要科研成果。

量子计算研究获重大突破



量子计算研究获重大突破

中国科技大学教授杜江峰领导的研究小组和香港中文大学教授刘仁保合作，通过电子自旋共振实验技术，在国际上首次通过固态体系实验实现了最优动力学解耦，极大地提高了电子自旋相干时间。

甲型H1N1流感疫苗全球首次获批生产

2009年9月3日，北京科兴生物制品有限公司生产的甲型H1N1流感疫苗获得国家食品药品监督管理局颁发的药品批准文号，这也是全球首支获得生产批号的甲型H1N1流感疫苗。



甲型H1N1流感疫苗

千万亿次超级计算机“天河一号”问世

国防科学技术大学研制的“天河一号”，峰值性能达每秒1206万亿次双精度浮点运算，综合技术水平进入世界前列，标志着中国成为继美国之后，世

界上第二个能够研制千万亿次超级计算机的国家。2009年11月18日，国际TOP500组



首台千万亿次超级计算机“天河一号”

织正式发布世界超级计算机500强排名榜，“天河一号”排名全球第五、亚洲第一。

研制出大容量钠硫储能电池

2009年，中国科学院上海硅酸盐研究所通过和上海市电力公司合作，成功研制具有自主知识产权的容量为650Ah的钠硫储能单体电池，使中国成为继日本之后世界上第二个掌握大容量钠硫单体电池核心技术的国家。现已建成2兆瓦大容量钠硫单体电池中试生产示范线。

发现世界上最早的带羽毛恐龙

2009年，沈阳师范大学古生物研究所课题组在辽



世界上最早的带羽毛恐龙

宁省建昌县玲珑塔地区，发现了迄今已知世界上最早的、长有羽毛的恐龙——“赫氏近鸟龙”。该化石距今约1.6亿年，较之以往热河生物群中最早的“带羽毛恐龙”——中华龙鸟的时代要早约2000万—3000万年，较之以往所知世界上最早的鸟类要早约几百万至1000万年。《自然》杂志发表了这一成果，认为此研究成果代表着鸟类起源研究的一个新的、国际性的重大突破。

成功实现太阳能冶炼高纯硅

2009年，世界上第一根太阳能冶炼的单晶硅由中

国科技大学、中科院理论物理所陈应天等专家制成，这是中国光伏发电技术领域的一项重大创新，使高效廉价冶炼高纯硅成为现实。

万吨级煤制乙二醇成功实现工业化示范

2009年，中国科学院福建物质结构研究所与江苏丹化集团、上海金煤化工新技术有限公司联手合作，成功开发了“万吨级CO气相催化合成草酸酯和草酸酯催化加氢合成乙二醇”（“煤制乙二醇”）成套技术，是一项拥有完全自主知识产权的世界首创技术。在内蒙古通辽市建设的全球首套年产20万吨煤制乙二醇示范装置，成为国内最大的乙二醇生产企业，实现部分替代进口。

“大熊猫基因组”发表

由深圳华大基因研究院发起，中国科学院昆明动物研究所、中国科学院动物研究所、成都大熊猫繁育研究基地和中国

保护大熊猫研究中心参与的合作研究成果《大熊猫基因组测序和组装》，2010年1月21日以封面故事形式在《自然》上发表。研究表明，大熊猫有21对染色体，基因组大小为2.4G，重复序列含量36%，基因2万多个。这是全球第一个完全使用新一代合成法测序技术完成的基因组序列图。这一成果将成为基因组绘图的国际标准。



中国发表“大熊猫基因组”图谱

全球第一个完全使用新一代合成法测序技术完成的基因组序列图。这一成果将成为基因组绘图的国际标准。

水稻基因育种技术获突破性进展

《自然·遗传学》杂志2010年5月23日报道，中国科学院遗传与发育生物学研究所李家洋院士和中国农业科学院中国水稻研究所钱前研究员等组成的科研团队，在水稻分蘖分子调控机理方面取得突破性进展，成功克隆了一个可帮助水稻增产的关键基因，这种基因产生变

异后可使水稻分蘖数减少，穗粒数和千粒重增加，同时茎秆变得粗壮，增加了抗倒伏能力。研究团队将基因分析技术与传统作物种植方法相结合，培育出了改良稻米品种，可使水稻产量提高10%。这是中国科学家在揭示水稻高产的分子奥秘上迈出的重要一步。

中国深海载人潜水突破3700米

经过约100家科研机构和企业6年努力，中国第一台自行设计、自主集成研制的“蛟龙号”深海载人潜水器，2010年5月31日至7月18日，在南海进行了3000米级海上试验，最大下潜深度达到3759米。这标志着我国成为继美、法、俄、日之后第五个掌握3500米以上大深度载人深潜技术的国家。“蛟龙号”载人深潜器在世界上同类型的载人潜水器中具有最大设计下潜深度——7000米，这意味着该潜水器可在占世界海洋面积99.8%的广阔海域使用，代表着深海高技术领域的最前沿。

实验快堆实现首次临界

由中国原子能科学研究院自主研发的中国第一座快中子反应堆——中国实验快堆在2010年7月21日上午9点50分实现首次临界。这一成果标志着我国第四代先进核能系统技术实现了重大突破，我国由此成为世界上少数几个掌握快堆研发技术的国家之一。中国实验快堆热功率为65兆瓦，电功率20兆瓦。其形成的核燃料闭合式循环，可使铀资源利用率提高至60%以上，也可使核废料产生量得到最大程度的降低，实现放射性废物最小化。

嫦娥二号成功发射

嫦娥二号2010年10月1日18时59分57秒在西昌卫星发射中心成功升空。作为中国探月工程二期的技术先导星，嫦娥二号的主要任务是为嫦娥三号实现月面软着陆开展部分关键技术



中国嫦娥二号成功发射

试验,并继续进行月球科学探测和研究。10月9日,在顺利完成了第三次近月制动后,嫦娥二号卫星成功进入100公里环月工作轨道,按计划开展了各项科学试验与在轨测试,之后降低轨道对月面虹湾地区进行了成像。虹湾地区位于月球北纬43度左右、西经31度左右,东西长约300公里,南北长约100公里,是嫦娥三号预选着陆区。10月28日,分辨率达1.3米的月面虹湾影像图的传回,标志着嫦娥二号任务所确定的工程目标全部实现。

京沪高铁全线铺通

2010年11月15日,举世瞩目的京沪高速铁路全线铺通。随后,京沪高铁全力推进以牵引供电、通信、信



京沪高铁全线铺通仪式

号、电力“四电集成”施工和站房建设为主的站后工程施工,并展开全线联调联试,使北京至上海实现4小时到达。京沪高铁是世界上一次建成线路里程最长、技术标准最高的高速铁路,全长1318公里,最高时速380公里,设计时速350公里。12月3日,在京沪高铁枣庄至蚌埠间的先导段联调联试和综合试验中,由中国南车集团研制的“和谐号”380A新一代高速动车组在上午11时28分最高时速达到486.1公里。中国高铁再次刷新世界铁路运营试验最高速。

“天河一号”成为全球最快超级计算机

2010年11月17日,国际超级计算机TOP500组织正式发布第36届世界超级计算机500强排名榜。由国防科技大学研制、安装在国家超级计算天津中心的“天河

一号”超级计算机系统,以峰值速度4700万亿次、持续速度2566万亿次每秒浮点运算的优异性能位居世界第一,取得了我国自主研发超级计算机综合技术水平进入世界领先行列的历史性突破。“天河一号”采用了自主研发的高速互连芯片,使得CPU之间的通信速度大幅提升。中央处理器也首次部分采用自主研发的“飞腾—1000”芯片。操作系列软件也是自主研发的“麒麟操作系统”。

中国揭示致癌蛋白作用新机制

武汉大学生命科学院教授张翼和付向东联合研究组发现,PTB蛋白不仅能直接抑制靶基因的可变剪接,还能直接促进靶基因的可变剪接。该发现打破了已写入教科书的、认为PTB蛋白是抑制蛋白的定论。该研究成果在2010年《细胞》杂志子刊《分子细胞》上作为封面论文发表。评论文章指出,这一研究成果对基因转录后调控研究领域具有引领作用,对理解PTB蛋白的致癌机制和推动抗癌药物开发具有重要意义。

首座超导变电站建成

2011年4月19日,由中国科学院电工研究所承担研制的中国首座超导变电站在甘肃白银市正式投入电网运行。这也是世界首座超导变电站,标志着我国在国际上率先实现完整超导变电站系统的运行。这个变电站的运行电压等级为10.5千伏,集成了超导储能系统、超导限流器、超导变压器和三相交流高温超导电缆等多种新型超导电力装置,可大幅改善电网安全性



首座超导变电站

和供电质量,有效降低系统损耗,减少占地面积。这

座超导变电站，在核心、关键技术上获得了近70项完全自主知识产权。

发现大脑神经网络形成新机制

2011年复旦大学脑科学研究院马兰教授研究团队经3年多研究，发现一种在体内广泛存在的蛋白激酶GRK5，在神经发育和可塑性中有关键作用。这一发现揭示了GRK5在神经系统中的功能，以及调节神经元形态和可塑性的新机制，也给神经元发育异常引起的孤独症和唐氏综合征等疾病的治疗和药物研发提供了新的思路。这一发现刊登在美国《细胞生物学杂志》上，被选为研究亮点和封面论文，并被国际医学和生物论文评价系统“Faculty of 1000”选为“必读”论文，《科学》杂志子刊《科学·信号传导》撰文予以重点介绍。

世界最大激光快速制造装备问世

2011年，华中科技大学史玉升科研团队研制成功工业级的 1.2×1.2 米、基于粉末床的激光烧结快速制造装备，这是世界上最大成形空间的此类装备，超过德国和美国的同类产品，使我国在快速制造领域达到世界领先水平，有200多家国内外用户购买和使用这项技术及装备。我国一些铸造企业应用该技术后，将复杂铸件的交货期由传统的3个月左右缩短到10天左右。该技术被欧洲空客公司等单位选中，用于辅助航空航天大型钛合金整体结构件的快速制造。

发现人肝癌预后判断和治疗新靶标

2011年，美国《癌细胞》杂志发表了中国工程院院士、医学免疫学国家重点实验室主任曹雪涛课题组及其合作者的研究论文，报道了其通过深度测序技术进行人正常肝脏、病毒性肝炎肝脏、肝硬化肝脏和人肝癌microRNA组学分析，发现了microRNA-199表达高低与肝癌患者预后密切相关，证明



发现人肝癌预后判断和治疗新靶标

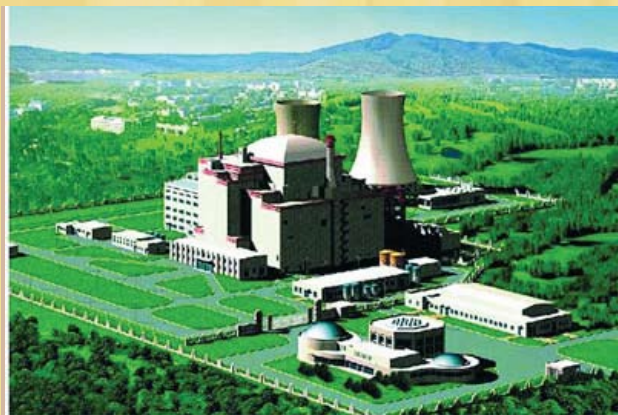
microRNA-199能靶向抑制促肝癌激酶分子PAK4而显著抑制肝癌生长，从而为肝癌的预防判断提供了新的潜在靶标，为肝癌生物治疗提出了新方法。

首座超深水钻井平台在上海交付

中国船舶工业集团公司上海外高桥造船有限公司为中国海洋石油总公司建造的“海洋石油981”3000米超深水半潜式钻井平台，2011年5月23日在上海命名交付。这座钻井平台是当今世界最先进的第六代超深水半潜式钻井装备，是中国实施南海深水海洋石油开发战略的重点配套项目。该钻井平台投资额60亿元，将用于南海深水油田的勘探钻井、生产钻井、完井和修井作业，最大作业水深3000米，最大钻井深度12000米，总长约114米，宽90米，高137.8米。平台配置了目前世界上最先进的DP3动力定位系统和卫星导航系统。

首座快堆成功实现并网发电

由中国核工业集团公司组织，中国原子能科学研究院具体实施，我国第一个由快中子引起核裂变反应的中国实验快堆2011年7月21日10时成功实现并网发电，

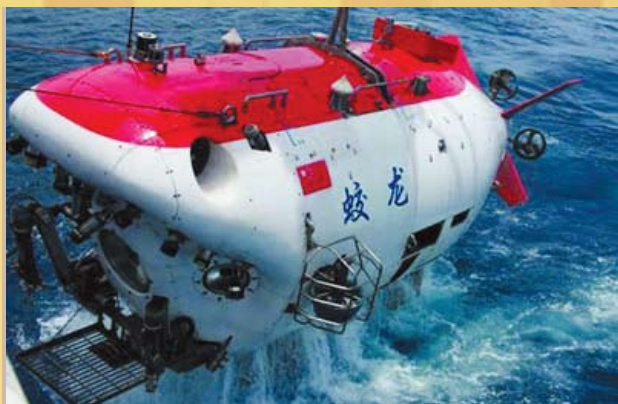


中国实验快堆

电，标志着我国在占领核能技术制高点，建立可持续发展的先进核能系统上跨出了重要的一步。该堆采用先进的池式结构，核热功率65兆瓦，实验发电功率20兆瓦，是目前世界上为数不多的大功率、具备发电功能的实验快堆，其主要系统设置和参数选择与大型快堆电站相同。

“蛟龙”号载人潜水突破5000米

2011年7月26日上午，“蛟龙”号在第二次下潜试验中，共有来自13个单位的96名科研人员参加了本次



“蛟龙”号载人潜水器

海试任务，有8人完成15人次下潜，下潜深度分别为4027、5057、5188、5184和5180米。潜水器在海底完成多次坐底试验，并在中国大洋协会多金属结核勘探合同区开展海底照相、摄像、海底地形地貌测量、海洋环境参数测量、海底定点取样等作业试验与应用，完成了各项试验任务。“蛟龙”号载人潜水器5000米级海试成功，是我国海洋科技发展的一个里程碑，标志着我国具备了到达全球70%以上海洋深处进行作业的能力。

超级杂交稻亩产突破900公斤

杂交水稻之父袁隆平院士指导的超级稻第三期目标亩产900公斤高产攻关获得成功。试验田位于湖南省邵阳市隆回县羊古坳乡雷峰村，18块试验田共107.9



湖南邵阳超级杂交稻试验田

亩。2011年9月18日，这片由袁隆平研制的“Y两优2号”百亩超级杂交稻试验田正式进行收割、验收。农业部委派的专家组按照严格的测产验收规程，测得隆回县羊古坳乡雷峰村百亩片亩产达到926.6公斤。杂交

水稻大面积亩产900公斤，使中国杂交水稻超高产研究保持世界领先地位。

天宫一号与神舟八号交会对接

2011年11月3日1时36分，神舟八号与天宫一号在太空成功实现首次交会对接。从接触到最后锁紧，它们用了8分钟。对接机构完成锁紧后，天宫一号姿态启控，建立起组合体飞行模式，开始组合体运行，进行一系列相关科学试验。11月14日20时，在北京航天飞



天宫一号与神舟八号成功实现交会对接

行控制中心的精确控制下，天宫一号与神舟八号成功进行了第二次交会对接。这次对接进一步考核检验了交会对接测量设备和对接机构的功能与性能，获取了相关数据，达到了预期目的。11月17日19时32分，神舟八号飞船降落干内蒙古四子王旗主着陆场。天宫一号与神舟八号交会对接任务取得圆满成功。继美俄之后，中国成为世界上第三个掌握完整的太空对接技术的国家。

深部探测专项开启地学新时代

深部探测技术与实验研究专项集中了国内118个机构、1000多位科学家和技术专家联合攻关，取得了一系列重大发现。该专项计划实现覆盖大陆的大地电磁探测阵列网。同时，初步建立起适应中国大陆地质地貌条件的深部精细结构探测技术体系，并按照国际标准建立了一个覆盖全国的地球化学基准网，在国际上首次建立了一套81个指标（含78种元素）的地壳全元素精确分析系统。我国首台自主研发和生产的1万米超深科学钻探装备2011年12月20日在成都竣工出厂，标志着深部探测专项取得又一个里程碑式进展。

企业未来的秘密——创新

在一个健康的经济体系中，实体经济必然是这个经济体系的基础。我们无法想象一个经济社会当中，仅有银行家和服务人员而没有产业工人会是什么样的景象。今天，当相当一部分企业家将眼光投向新金融、网络经济等领域时，其实仅仅是再次证实了，在平均利润率一定的情况下，资本会由低利润的部门向高利润部门流动的定理。然而，大部分人看到的是结果，而没有注意到这个定理的一个重要前题，那就是“社会平均利润率一定”。只有将这个前题与结果统一起来，我们才能理解：为什么在资本主义经济高度发达的美国，今天制造业所创造的财富依然占据了其经济总量的3/4，而华尔街的金融家们为什么会成为大银行的高管或成为大银行的服务提供商而不是选择自己开办银行。决定这些的是经济运行的规律而不是社会的集体意愿。

在党的十八届四中全会之后，我的好朋友著名经济学家曹和平教授认为，四中全会的决定为中国经济新常态每年约带来8000亿元的超额红利，这是因为，公共社会中的自然人、法人及企业都可获得平等竞争的机会，核心竞争能力的提升将是未来企业发展的重要保障。



虽然，实体经济依然是社会经济的基础，但这种实体经济已远远不等同于以往的实体经济，比如说工厂，在我们企业家的眼中依然用高大的围墙来保护的，企业家的思想、眼光也紧紧放在这个围墙之内，但是，在美国的实体经济中，传统制造业仅占1/3席，而2/3席是由分销及零售承担，也就是说，现在意义上的工厂正在逐步打破围墙的限制，在一个相对更加广阔的空间里发挥经济引擎的作用。

最近几年来，跨界经营理念逐渐受到热捧，但我认为，中国企业的跨界经营仅是资本逐利的一种浅薄的表现及风险转移的表现，仅是一种简单的产业叠加模式，虽然，这种模式在一定时期内会对企业的发展有所帮助，但并不利于企业核心竞争力的打造与可持续的提升。我在构想“新青年”经济理论期间提出，实体经济的产业叠加模式应当以发展要素的叠加与未来市场资源的叠加统一为核心。这一观点得到了许多专家学者的认同及支持，这也成为我们团队解构新青年经济理论的重要理论基础。

我们提出“新青年”经济是在一定的物质结构资本基础上，通过一定的社会组织形式及社会管理模式，将蕴藏于高龄人群中的智慧、技能及科技创新能力及高龄人群针对于自身健康、参与、保障要求所必须的文化物质需求转化为经济运行的重要推动力，并成为推动经济发展的决定性因素的一个宏观与微观相结合的经济发展阶段。这一概念中包含着4个重要的要素：即组织、市场、劳动力、资本形式。

我们提出的“新青年”概念是“新青年”一个群体概念而不是一个个体概念。它是指由已退出原有工作岗位的人口当中，有较高知识水平，管理能力和社会活动能力的，主动自愿加入“新青年”智慧健康创业颐仰文化体系的人群所构成的，具有积极向上的生

活信仰，乐观健康的生活态度，以及希望通过一定的社会活动来积极创业，实现自身价值的群体。“新青年”群体是通过一定的社会组织形式，以自由自愿为原则进行汇聚组合，形成各种资源的聚合补充，进而形成创业动力的新兴的社会群体。我们通过对上海、北京、沈阳及河北省、山东省所进行的社会调研表明，约34.4%的60岁以上人口希望重新回归社会，参与社会。在这部分人口中，已参加就业的人口同业从业率最高的是技术型人才高达100%，其次是社会管理人员为90.9%。而已就业人口占意愿就业人口的比例仅为32.2%。也就是说，在这个群体当中，有着庞大的劳动力要素资源，这部分资源将在未来10年之后成为稀缺生产要素资源。

而目前，我国城市老人中有42.8%的人拥有存款。2005年每年老年人的离退休金、再就业收入、亲朋好友的资助可达3000亿元至4000亿元。此外，随着经济的发展，老年人的收入将呈不断增长之势。有关专家预测，仅退休金一项到2010年就将增加到8300亿元，2020年为2.8万亿元，2030年为7.3万亿元。由于缺乏投资渠道，目前，中国老龄群体所持有的养老金及养老储备金大部分是以闲散的形式存在，尚不足以满足群体对于颐养服务品质不断提升的需求。部分老人，为使其持有的资金保值增值，参与非法集资，非法放贷等以期获得较高的收益，一旦投资失败，往往会给社会带来极大的负面影响。未来中国的现代化农业体系建立及城镇化发展的融资需求巨大。据国研中心测算，每增加一个城市人口需要投资9万元，即城镇化率每提高一个百分点，相关的投资就可能超过1万亿元。而2011年我国预算收入中地方本级收入为5.24万亿，仅靠政府当期收入推进城镇化是无法完成的任务。未来的城镇化发展，不但建构起新兴的消费市场，同时也构建起巨大的资本需求市场，通过一定的金融技术渠道，吸引老龄群体持有的闲散资金以低风险运作模式进入到这一市场，不但有力地支持未来中国农业现代化建设及城镇化改造，同时也为老龄群体闲散的养老资金寻找到一个新的保值与增值渠道，确保其对未来的养老需求。

综上所述可以看出，“新青年”经济并不是一种简单的产业叠加形式，其首先是将“新青年”人口的劳动力要素及资本要素进行了叠加，从而形成经济生产体系中的两大要素市场的统一和合并，成为推动这一经济体系运行的重要动力。



张春来，生于1952年，河北唐山人。工程师，唐山曙光实业集团有限公司董事长兼总裁，民建会员，河北省人民政府参事、河北省工商联副主席、中国光彩事业促进会理事，河北省民营企业协会会长，首都企业家俱乐部副理事长。1992年被中央统战部评为全国优秀民营企业家和全国十佳民营企业家。张春来不仅能“干”，而且善“聊”，他“聊”出的许多观点在经济文化界引起强烈反响，并被广泛讨论。征得本人同意，本刊延续“春来茶座”专栏，请张总为企业界再聊聊他的许多独到见解。



韩博士健康信箱



韩小红



韩小红，原解放军总医院（301医院）肿瘤内科医师，2001年毕业于德国 Heidelberg（海德堡）大学，获医学博士学位。现任慈铭健康体检管理集团总裁。中央统战部党外知识分子建言献策小组医卫组联络员、欧美同学会常务理事、北京市政协委员、北京市工商联常委、北京市健康保障协会会长、卫生部《健康体检服务管理办法》专家委员会委员、中国医师协会医师健康管理与健康保险专业委员会委员、首都企业家俱乐部常务理事。

走近私人医生之十八

你会坐会站会走会跑吗（上）

问：为什么坐姿站姿走姿跑姿如此重要？

答：2014年7月26日，在广东佛山，一场别开生面的相亲大会在岭南天地鲤鱼广场举行。广东百名空军、武警军官在相亲现场集体做起俯卧撑，形成了一个俯卧撑的强大气场，赢得众女青年与组织者的爱戴与尊敬。这种体现军人风采与男性阳刚之气的集体俯卧撑，揭示了作为男性军人为什么坐姿站姿走姿跑姿如此挺拔威武的秘密之一。作为训练核心肌肉群与全身肌肉必须天天练，俯卧撑在军人正确坐姿站姿走姿跑姿与耐力爆发力的训练中有着不可替代的重要作用。

有一个军人，他曾经是一位优秀的海军陆战队排长，因为远在山村的妻子重病瘫痪在床，痛别军旅生涯。每天一早，他用推土机似的双臂，从炕上将妻子“铲”到椅子上，将炕上换上洗干净的被褥，然后伺候妻子吃喝拉撒，背妻子去晒太阳。当妻子午睡时，他在腿上绑上沙袋，开始他每天风雨无阻的十公里急行军，中间还要泅渡一个500米的水库。他的坐姿站姿走姿跑姿如此刚强伟岸。他说，没有好身体好骨架怎么能护理好妻子，没有好身材好军姿怎么对得起心底千丝万缕的特种兵生涯的牵挂。

举这个军人的故事，是想说正确坐姿站姿走姿跑姿如此重要，甚至关系到我们的生命轨迹与生存质量。

一个人的坐姿站姿走姿跑姿是一个人的名片，一个国家军人的坐姿站姿走姿跑姿是一个国家的名片。中国军人的仪仗队、军乐队、国庆阅兵方队、雄伟茁壮整齐挺拔，在全世界有目共睹首屈一指。中国13亿人要像我们的军人一样，训练结实我们的核心肌肉群与全身肌肉，包裹起我们日益健壮的骨骼，挺起我们过去尚未充分挺起的脊梁与胸脯，在每分每秒的意念中植根正确坐姿站姿走姿跑姿的信心与决心。因为，正是这种正确坐姿站姿走姿跑姿的集合，凝炼着一个民族一个国家的精气神。

在“走近私人医生之十四—将身体练成一棵树”之中，我们曾经说过，“玉树临风”、“行如风，站如松，卧如弓，坐如钟”是中国人

对形体素养的高标准严要求，是中国几千年来积淀的养生文化健身文化的形体标准的结晶。展肩收腹挺胸夹背提臀，在自然放松之中微微紧绷挺拔，“站有站相，坐有坐相，走有走相，跑有跑相”说起来容易，做到位却很难很难。坐姿站姿走姿跑姿是一根绳上拴着的4个蚂蚱，牵一姿而动全身。

问：正确的坐姿站姿走姿跑姿怎样训练？（上）

答：首先强调正确的坐姿站姿走姿跑姿必须经过严格艰苦的训练，是付诸一生的不懈追求，而不是短平快的心血来潮与应景之作。

一个人正确的坐姿：应是上身挺直即挺腰展肩收腹，下颌微收，两下肢并拢。如有条件，应使膝关节略高出髋部。如坐在有靠背的椅子上，则应在上述姿势的基础上尽量将腰背紧贴椅背，这样腰骶部的肌肉就会有一种向上生长的挺拔感并且不会有疲劳感。坐20-30分钟后，应起立活动一下，松弛下肢。坐没有靠背的凳子，应将双手十指岔开抵住膝盖，找到一种核心肌肉群支撑腰背部的挺腰展肩收腹的躯体椅背感。腰肌劳损、腰椎间盘突出症患者不宜坐低于20厘米的矮凳，切忌窝在一团。应尽量选择坐有靠背的椅子，这样可以承担躯体的部分重量，减少腰背劳损的机会。

在一些社交礼仪场合，要求臀部占所坐椅面的2/3，两手可自然放于腿上或椅子的扶手上。可改变双腿位置，形成优雅的坐姿。如双腿平行斜放，两脚前后相触，或两脚呈小八字形等。如要架腿，最好后于别人交叠双腿，女性必须特别注意双膝并拢，切忌双腿岔开，应避免跷二郎腿。无论男女无论哪种坐姿，都必须保证腰背挺直。

正确的坐姿还有一个充分必要条件，要训练呼吸的节奏，像打坐一样静静地深呼吸，将深呼吸与正确坐姿融为一体。在北美、欧洲、日本，十分提倡静坐，边听音乐边静坐冥想与深层放松30分钟，静坐成为击退涣散的思考、增强专注力并提高学习效率的心灵营养，成为远离世俗尘嚣、释放内心困惑疲倦并获得内心平静新动力的自然疗法养生时尚。即使是在喧闹的环境与枯燥的会场，只要有正确坐姿意念的身心训练，会瞬间找到正确坐姿的主心骨，并不受外界干扰。这种正确坐姿的功夫须用心体会，分秒递进地训练。当年黄埔军校的学员面试之一就是“坐如钟”的坐姿，这些学员许多后来成为了将军，即使在家中，“坐如钟”的坐姿也一如既往。试想如果让这些将军去敲电脑，他们的姿势能不正确么。可以说，关键正确的坐姿是融化在血液与细胞中的终身信念与习惯。

在正确的坐姿之中，所有的客观条件如桌子、椅子、电脑距离等都是为正确的坐姿所统帅所服务的。过去我们往往陷在一个个细节与具体姿势的纠正之中，其实信念与主心骨化为意念的执行力是最重要的。这种执行力最终化为一种心平气和与生俱来般的正确坐姿定力。

一个人正确的站姿：挺胸、展肩、收腹、提臀。从正面看，全身笔直、精神饱满，两眼正视前方，两肩平齐，双臂微微靠后于裤缝两侧自然下垂，手指自然弯曲，或双手轻松自然地

在体前交叉相握，两腿肌肉收紧直立，膝部放松之中微微绷紧，双脚跟并拢。女性站立时，脚跟相靠，脚尖可分开约45-60度，呈“V”型；男性站立时，双脚可略为分开，但不能超过肩宽。双脚尖张开后，双肩尽量后张后展且下沉，身体重心落于两腿正中与骨盆，顺势将重心支撑在脚掌脚弓上。从侧面看，应双眼平视，下颌微微收紧，呈展肩挺胸收腹腰背挺直状，手中指贴裤缝，整个形体庄重挺拔自信。站累时，脚可向后撤半步，身体重心移至后脚，但上体必须保持正直。女性男性或单独或组合在公众面前及舞台上亮相时，两脚可呈丁字步站立，这会显得更加优美自信，更加强调人物的形象感。

特别重要的是，优秀的站姿能深深体会到经过训练的核心肌肉群与全身肌肉对脊柱暨全身每一块骨头的包裹感与力度感，能深深体会到人类对抗地球引力从爬行到直立的艰辛进化历程。正确的站姿，不仅体现了人作为灵长类高等动物的唯美唯健，也是人类脊柱从拱形进化为直立状态下的4个生理弯曲两个大S的重要必要的健康需求。

可是，在我们的周围，错误站姿却比比皆是。典型的错误站姿是松腹含胸，全身每一块肌肉都随之松懈，像一块推倒的多米诺骨牌，带动了一系列错误姿势：有的一个肩高一个肩低，有的两腿交叉而站还不时抖动，有的一支脚尖无所事事地不停地划来划去，有的两脚分叉分得太开显得不雅，有的伸不直膝关节，边站边不停地摇摆身子，有的或与他人勾肩搭背地站着或交腿斜靠在马路旁的树干、招牌、墙壁、栏杆上。

这些错误站姿的关键是造成了站立重心的偏移，给4个生理弯

曲两个大S的这一重要健康生理需求埋下深深隐患，还给我们民族的形象减分。

正确的站姿必须经过严格的训练并将这种训练意念融化一生。上世纪50年代初，首任南京军事学院院长刘伯承狠抓学员站姿训练，每次他训话，他自己站着，要求学员们也站着，有时一训话就是一两个小时。

当时入学学员都是团以上干部，有些战争年代负过伤，盛夏的

南京，挥汗如雨，有的腿部负过伤的学员，站着站着就晕倒了。正是这种我们军队军姿训练的优秀传统诞生了中国特色的中学生大学生新生军训的惯例。非常可惜的是，这些经过严格站姿与拔正步训练的中学生大学生将这种训练意念融化一生的少而又少。这和我们核心肌肉群与全身肌肉的训练没有形成常态与习惯密切相关。

正确优美的站姿，提升人的气质神态与意志气魄，呼吸的调整也同样重要，要找到一种气息与意念下沉的胸有成竹的定力。站姿训练有三个方法：之一，五点靠墙即背墙站立，脚跟、小腿、臀部、双肩和头部靠着墙壁，以训练整个身体的控制能力。每次坚持15-30分钟，养成习惯，也可以到室外广场上、道路旁及人员众多的地方带微笑练习站立。之二，双腿夹纸即站立者在两大腿间夹上一张纸，保持纸不松、不掉，以严格训练腿部的控制能力，每次起码坚持10分钟。之三，头上顶书即站立者按要领站好后，在头上顶一本书，努力保持书在头上的稳定性，以训练头部的控制能力。

正确优美的站姿是一项艰苦长期的训练。如配合各种形体训练会锦上添花。

纵观芸芸众生，除军人、模特、空服、舞者、礼仪者、武者、运动员等特殊从业者，鲜见坐姿站姿优秀者。在微信汹涌社交跃跃逐车追房真假奢侈品漫天飞舞的“小时代”，是该静下心来，修围一个真正属于自己的心灵，修炼一个真正属于自己的健康身体，这必须从正确的坐姿站姿走姿跑姿的严格训练开始。

敬请关注：下一期《韩博士健康信箱》——《你会坐会站会走会跑吗》（下）。



背景链接

慈铭奥亚健康管理医院首创“深度体检”健康理念，建构深度体检及后续医疗绿色通道。将健康养生养护融入到全面生命健康管理服务体系之中，特设九大医学中心：深度体检中心、中医医学中心、口腔医学中心、心理医学中心、营养医学中心、运动医学中心、抗衰老生命医学中心、国际会诊中心、自然疗法中心。由私人医生从身体、心理、社会三方面制定个性化深度体检方案，并依据体检结果开出终生动态健康处方。



慈铭奥亚健康管理医院

会所地址：北京市朝阳区北苑路91号院（慈铭大厦） www.cimingaoya.com
健康顾问：窦青 13426163820 010-59658858

首都企业家俱乐部原理事长秦文彩 亲切看望俱乐部工作人员

10月27日上午，年近九旬的俱乐部第二任理事长、现任俱乐部顾问、中国海洋石油总公司原总经理秦文彩专程来到俱乐部驻地龙绍衡大厦，亲切看望俱乐部全体工作人员并举行座谈。

秦老作为俱乐部的创始人之一，近30年来，始终指导、关注着俱乐部的成长发展，在俱乐部倡导并形成了良好的议事规则和工作作风，特别是在担任俱乐部理事长的11年间，主持过很多俱乐部的重要活动。

近年来，秦老主要通过每一期的《首都企业家》杂志了解俱乐部的工作情况，也经常以电话的形式与俱乐部工作人员保持着密切的联系。

秦老是中国石油战线的杰出人士，是中国海洋石油事业发展的亲力亲为者，近年来，虽值耄耋之年，却精神矍铄，勤于笔耕，已经撰写和主持出版了《中国海·世纪之旅》、《山海之间》、《心系蓝江》等三部石油题材的著作。

与俱乐部工作人员座谈时，在回顾了很多俱乐部的往事，秦老语重心长地勉励俱乐部工作人员，要保持良好传统，要时刻想着企业、想着企业家，充分发挥好桥梁纽带作用，努力为企业和企业家服务。



秦文彩在座谈会上讲话。



董玉麟陪同秦文彩参观俱乐部橱窗。



秦文彩与俱乐部工作人员座谈。

首都企业家俱乐部特邀理事王渝生博士 应邀为景山学校学生作报告

10月16日下午，首都企业家俱乐部常务副主任董玉麟陪同俱乐部特邀理事、国家教育咨询委员会委员、中国科技馆原馆长王渝生博士应景山学校校长范禄燕邀请，出席“景山学校第28届科学节”，王馆长为全校学生作了题为“中国梦·科学梦”的报告。报告会开始前，董玉麟、王渝生会见校长范禄燕、党总支书记陈茹珊和副校长邱悦等校领导。



王馆长在作报告（左起）：王渝生、董玉麟、范禄燕。



王渝生与范禄燕等领导合影(左起)：陈茹珊、董玉麟、王渝生、范禄燕、邱悦。



报告会主会场。



同学们在现场向王馆长提问。

20位会员单位领导当选 北京优秀企业家和北京优秀创业企业家

10月20日上午，由北京企业联合会、北京市企业家协会、首都企业家俱乐部等9家北京地区工商企业界社团组织联合举办的“2013—2014年度北京优秀企业家表彰大会”在北京国际会议中心举行。俱乐部常务副主任董玉麟出席了大会。会上表彰了42名北京优秀企业家和41名北京优秀创业企业家。其中，首都企业家俱乐部会员单位（含二级单位）领导20人榜上有名，占比近1/4，他们是：

2013—2014年北京优秀企业家（14名）

首钢总公司副总经理，首钢京唐公司党委书记、总经理 王毅

北京城建北方建设有限责任公司董事长 王东升

北京建工新型建材有限责任公司总经理 左玉龙

北京城建房地产开发公司总经理 史赞

北京城建安装集团有限公司董事长、总经理 张西灵

北京银行董事长 阎冰竹

北京嘉源置业投资有限公司董事长兼总经理 胡陆军

北京首商集团股份有限公司总经理 祖国丹

北京光华纺织集团有限公司董事长 程庆宝

北京市自来水集团有限责任公司董事长 崔君乐



神华销售集团华北能源贸易有限公司总经理 梁建兵

北京海纳川汽车零部件股份有限公司董事长 韩永贵

北京城建五建设集团有限公司董事长、党委书记 廖安国

北京建工集团有限责任公司董事长、总经理 戴彬彬

2013—2014北京优秀创业企业家（6名）

北京老舍茶馆有限公司董事长 尹智君

北京奥凯立科技发展股份有限公司董事长 卢甲举

中汇国际保险经纪股份有限公司董事长 牟宝喜

北京中和珍贝科技有限公司董事长 邱淦清

北京城建十六集团建筑工程有限责任公司董事长、党委书记 张锁全

北京市第三建筑工程有限公司总经理 常永春





1 10月7日下午，国务院发展研究中心研究员高恒教授来访俱乐部。

2 10月9日下午，俱乐部特邀理事、宋庆龄基金会秘书长李宁来访俱乐部。

3 10月10日下午，俱乐部顾问、全国侨联原副主席陈兰通来访俱乐部。

4 10月11日下午，董玉麟和俱乐部办公室主任孙桂华在俱乐部接待来访的北京市女企业家协会会长吴秀萍，交流协会工作。

5 10月15日上午，俱乐部荣誉理事杨丽坤和张红飏来访俱乐部。

6 10月15日上午，俱乐部会员单位中诚鼎立国际拍卖（北京）有限公司总裁秦立俊来访俱乐部。

7 10月15日下午，俱乐部会员单位北京广都建设投资有限公司董事长张爱东来访俱乐部。

8 10月16日下午，董玉麟同俱乐部特邀理事、国家教育咨询委员会委员、中国科技馆原馆长王渝生博士应邀出席景山学校第28届科学节，王馆长为该校3000多名学生作了《中国梦·科学梦》的报告，受到热烈欢迎。

9 10月17日上午，董玉麟与俱乐部工作人员魏新志、周俊英到北京华丽建材装饰有限公司，会见该公司董事长刘殿举和总经理刘长礼等，商谈合作事宜。

10 10月17日下午，俱乐部副理事长、金五星集团董事长杨志刚等来访俱乐部，与俱乐部工作人员座谈。

11 10月18日上午，董玉麟会见俱乐部常务副理事长张家仁，汇报俱乐部工作。

12 10月20日上午，董玉麟等出席北京企业联合会在北京会议中心召开的“2013—2014年北京优秀企业家表彰

大会”。大会由北京企业联合会会长李岩岭主持，会上表彰了42名北京优秀企业家和41名北京优秀创业企业家。这项活动是北京企业联合会牵头，首都企业家俱乐部等北京地区9家企业界社团组织联合开展的，已持续表彰了十一批北京优秀企业家。

13 10月20日下午，德州市经济合作局局长乔方红和副局长孙风光来访俱乐部。

14 10月21日下午，北京华丽建材装饰有限公司董事长刘殿举和书法家巩法根等来访俱乐部。

15 10月22日上午，俱乐部会员单位河北太行鸿鹄投资集团副董事长苏赢来访俱乐部。

16 10月23日下午，俱乐部会员单位燕山石化集团公司原党委书记王玉英等来访俱乐部。

17 10月24日上午，应董玉麟邀请，俱乐部顾问、原中顾委常务副秘书长黎虹和苏采青、陈开臻、贺德树、田正慧、徐斌等中国人民大学党史系1965届老同学来访俱乐部，并与工作人员进行交流。

18 10月27日上午，俱乐部原理事长、现任顾问、中国海洋石油总公司原总经理秦文彩来访俱乐部与工作人员座谈。

19 10月27日下午，董玉麟分别拜会俱乐部理事长阎三忠、常务副理事长张家仁，汇报俱乐部近期工作。

20 10月28日下午，董玉麟拜访中国工程院院士、北京大学第一医院泌尿外科专家郭应禄教授。

21 10月29日上午，董玉麟陪同中国投资协会储能产业投资促进中心常务副主任温笑峰等去会员单位北汽福田汽车股份有限公司，会见党委副书记赵景光等领导，谈合作事宜。



10月份俱乐部活动剪影

首都企业家俱乐部
THE CHINA CAPITAL ENTREPRENEURS' CLUB



10月27日下午，董玉麟会见俱乐部理事长阎三忠（左），汇报俱乐部近期工作。



10月18日上午、27日下午，董玉麟先后两次会见俱乐部常务副理事长张家仁（左），汇报俱乐部工作。



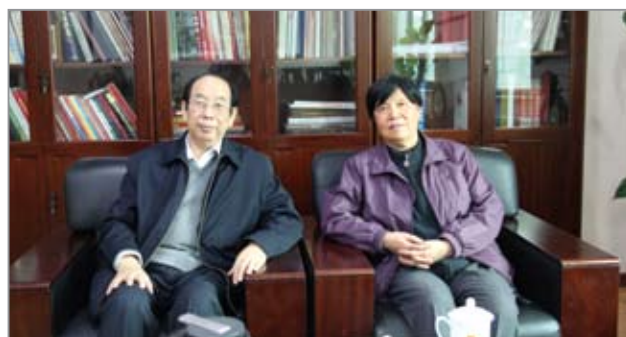
10月10日下午，俱乐部顾问、全国侨联原副主席陈兰通（右）来访俱乐部。



10月28日下午，董玉麟拜访中国工程院院士、北京大学第一医院泌尿外科专家郭应禄教授（右）。



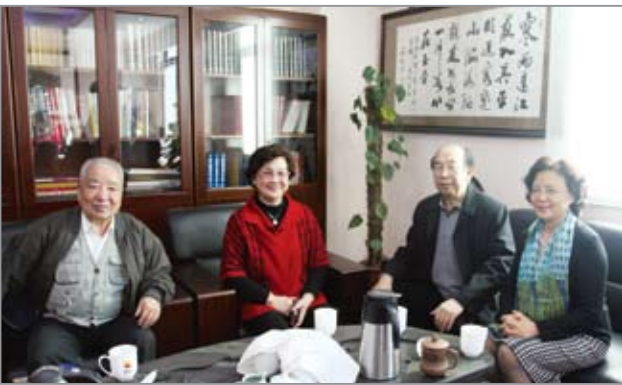
10月9日下午，俱乐部特邀理事、宋庆龄基金会秘书长李宁（中）来访俱乐部。



10月23日下午，俱乐部会员单位燕山石化集团公司原党委书记王玉英（右）来访俱乐部。



10月24日上午，应董玉麟邀请，俱乐部顾问、原中顾委常务副秘书长黎虹及其夫人苏采青等中国人民大学党史系1965届老同学来访俱乐部，并与工作人员交流。（左起）：田正慧、陈开臻、黎虹、苏采青、徐斌、贺德树、董玉麟。



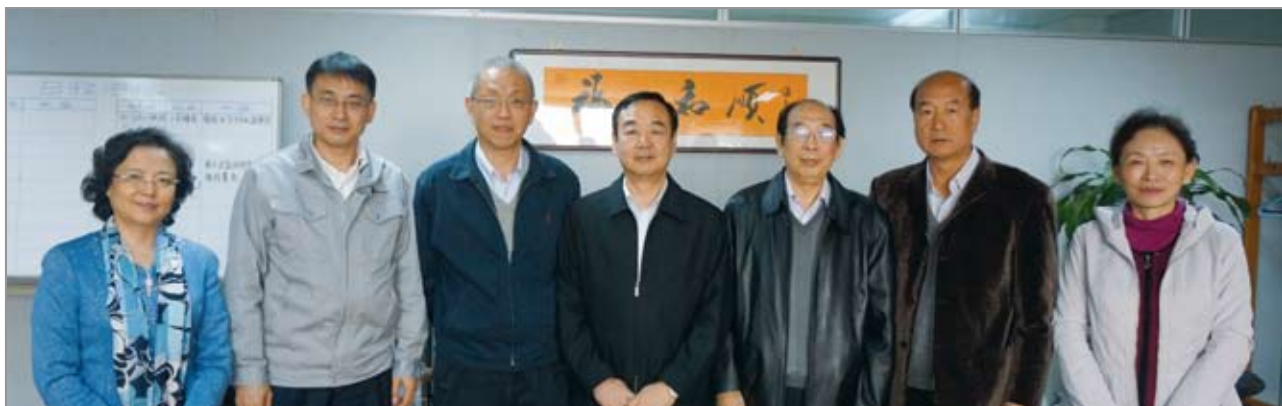
10月15日上午，俱乐部荣誉理事杨丽坤（左二）和张红飏（左一）来访俱乐部。



10月15日上午，俱乐部会员单位中诚鼎立国际拍卖（北京）有限公司总裁秦立俊（中）来访俱乐部。



10月17日下午，俱乐部副理事长、金五星集团董事长杨志刚（前排中）等来访俱乐部，与俱乐部工作人员座谈。



10月29日上午，董玉麟陪同中国投资协会储能产业投资促进中心常务副主任温笑峰等赴会员单位北汽福田汽车股份有限公司，会见党委副书记赵景光等领导。（左起）：孙桂华、陈小江、温笑峰、赵景光、董玉麟、徐金波、温笑倩。



10月11日下午，董玉麟和俱乐部办公室主任孙桂华、副主任罗刘清在俱乐部接待来访的北京市女企业家协会会长吴秀萍（左二），交流协会工作。



10月22日上午，俱乐部会员单位河北太行鸿鹄投资集团副董事长苏赢（中）来访俱乐部。



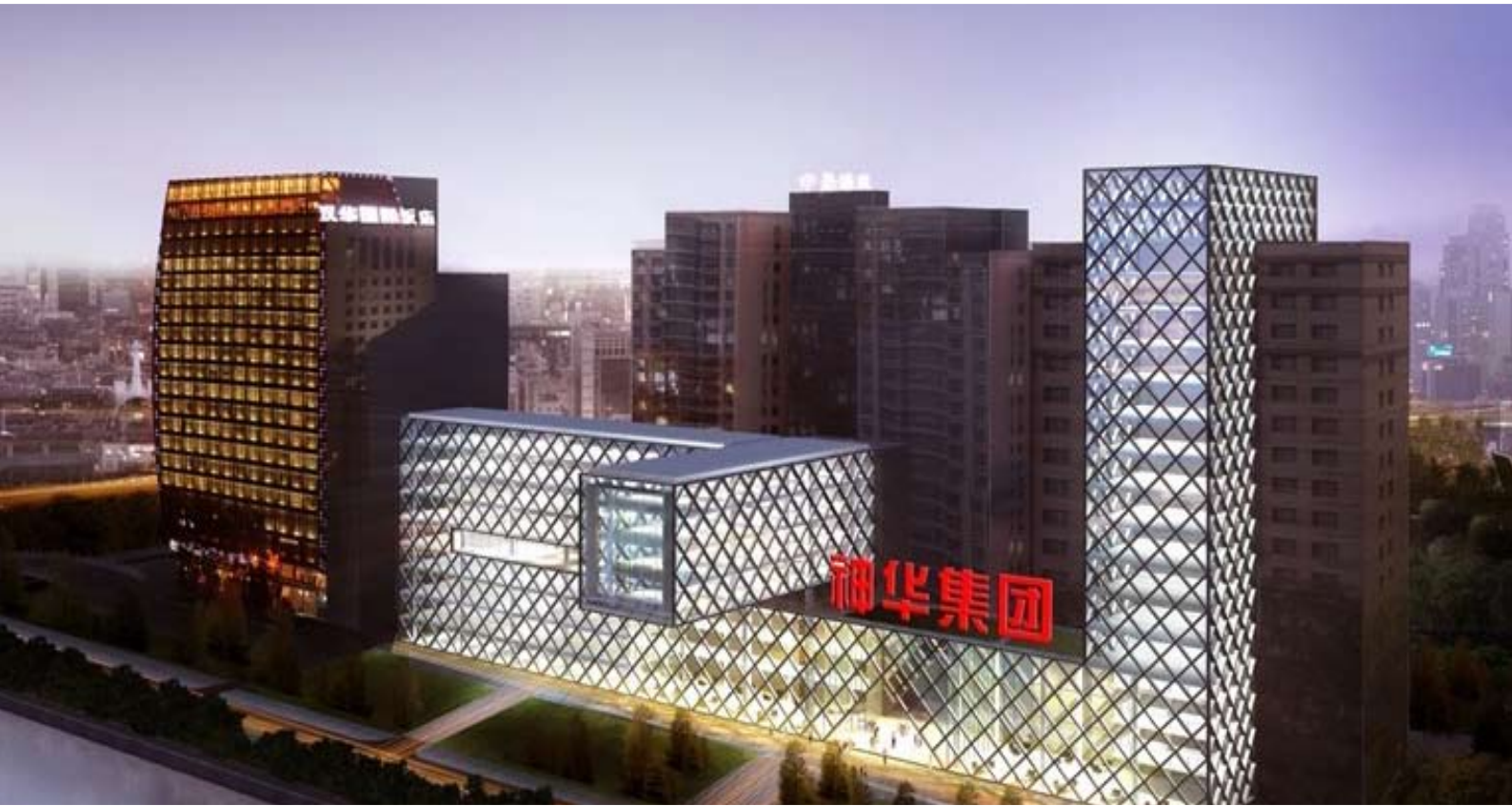
10月20日下午，德州市经济合作局局长乔方红（左二）和副局长孙风光（左一）来访俱乐部。



10月15日下午，俱乐部会员单位北京广都建设投资有限公司董事长张爱东（左）来访俱乐部。



10月21日下午，北京华丽建材装饰有限公司董事长刘殿举（右三）和书法家巩法根（右五）等来访俱乐部。



中国神华集团