

■原载《智慧株机》

土耳其的株洲“厂三代”

彦雨

在他乡

(一)

土耳其,安卡拉,地铁站台人山人海。

他像往常一样驻站服务。地铁来来回回,乘客熙熙攘攘。细心的他发现,一位土耳其老太太驻足月台有一段时间了,但没有上任何一辆车。他有些担心,径直上前用流利的土耳其语询问:“您好,我看您一直没有上车,有什么需要帮忙的吗?”

“我在等红色腰带的那种地铁!”老太太答道,“平时我坐飞机、坐船、坐汽车都会晕,坐那个车不晕。光线好、视野好,座椅也舒适……”

一阵感动涌上心头,他一脸骄傲地说:“谢谢您,那是我们中国中车造的。”

(二)

他叫宫毅,是中车株机公司的“厂三代”。刚进公司那会儿,他铆着一股劲儿,主动申请到城轨事业部当售后员工,想证明给人家看,厂三代,没掉队。

2011年,宫毅第一次出国,到土耳其当轻轨车“保育员”。从北京飞伊斯坦布尔,再转机伊兹密尔,跨越一万五千里,“门对门”超过30个小时。因为对异国他乡充满未知,宫毅连碗和筷子都带上了,辣椒、酸豆角塞满了28寸的行李箱。

不久,首列车运抵伊兹密尔海港。那天,宫毅身披工装如战士,迎风伫立在港口,为新来的列车“伙伴”接风洗尘,心中涌上一个强烈而朴实的信念:一定用心守护这个“伙伴”,服务好土耳其市场。

语言和文字成了宫毅的第一关。第一次下馆子,菜单看不懂,只能英语和手语艰难沟通;售后服务时,更是连蒙带猜,好几次闹了笑话。这可不,宫毅下决心要啃下土耳其这块硬骨头。

这天入夜已深,宫毅看完书正准备洗漱休息。突然,电话响起。段

方紧急通报车辆故障,亟待救援。平时还好,可这一天恰逢土国新年(相当于中国除夕),资源调配受限,段方只给出两个小时的处理时间。

宫毅和队长立即换上工作服,背上电脑和维修设备就出了门。路上空无一人,两人在漆黑的路上深一脚浅一脚地小跑前行。

刚进段,看到“伙伴”趴窝,宫毅一阵心疼,一言不发就钻地沟、爬车顶,咬着手电筒艰难摸索。零下二十几摄氏度,为了检修更敏感,他一度脱下防护手套。“赶紧戴上手套。”队长一边配合一边呵斥,宫毅却只用嘴里的手电筒点头示意。

“接线盒里全是水。队长,最近没有下雨,水从何处而来?”

“从车上通下来三根电缆与线盒相连,我推测水是从那里进入的。”队长边说边找,果然,一下子就找到漏水原因。

解决完问题,队长给段方去了电话。电话那头,宫毅隐约听到了“厉害”“真棒”的字眼。一种成就感油然而生,宫毅越发佩服队长,也越发想做出成绩。

宫毅努力涉猎更专业的书,不懂就查字典。几年下来,一本土耳其字典竟然被翻烂了。他的土耳其水平越来越越好,业务越发精通熟练,他不仅能用土耳其语跟客户授课交流,还收了30多名洋徒弟。

考虑到驻外时间和家庭,公司有意调宫毅回国,但接二连三的市场订单,新车接踵而至,宫毅谢绝了领导的关照,安慰视频那头的妻子:“咱说啥也得给厂一代长长脸不是?”

(三)

2020年,伊斯坦布尔地铁项目10列新车陆续抵达土耳其,因为车辆尚未竣工,一年半的时间,宫毅和同事们都只能在阴暗的隧道里工作。

见不到阳光,身边只有飞舞的粉尘、飞溅的焊花和隆隆的噪音,但

他心中信念坚定:一定让这些新“伙伴”奔驰在灿烂阳光下,绽放出最美的郁金香。

功夫不负有心人,线路终于要开通了!

日期定在中国农历大年初一,总统将亲临现场剪彩……宫毅觉得这是自己收到的最好的新年礼物。

“显示屏正常、信号灯正常、对讲系统正常……”宫毅和同事们仔细检查完,已是凌晨1点。

顶着寒风回到住处,儿子正打来视频电话,家人们正整齐地坐在电视机前看春晚。

他微笑着打招呼,掐断视频后,眼睛却不自觉湿润了。年老的父母、辛劳的妻子、懂事的孩子。这些年,宫毅自认为亏欠家人太多。

想起上次回家,儿子把中秋月饼“存”在冰箱半年。宫毅瞄到保质期,已过期3个月,却还是笑着吃掉了。“我不能辜负他的一片心意……”宫毅心想,“可我代表着中国,代表着中车,代表着我们的国际化事业。”他暗暗告诉自己,一定要坚持下去。

那晚,宫毅怀着思念和歉意入睡。

第二天,天还没亮透,他就来到了现场准备。看着心爱的列车“伙伴”平稳运行,还被总统点赞是“土耳其最快的地铁列车”,宫毅感觉心头一热,有一种说不出的满足感。

正准备离开,一句洪亮的“Nasilsin”应声入耳。宫毅看到总统微笑着对自己招手,竟是邀请自己合影。

正了正身上的中车工装,宫毅自信又大方地走向前……

热闹散去,宫毅又像往常一样继续工作。今天他要早点下班,去土耳其邻居家里参加聚会。

敲门进去,宫毅发现邻居正在包饺子,还做了自己教的中国菜。年味在烟火气息中弥漫开来,大家一起有说有笑,亲如一家……

标题里的“云上”,指株洲炎陵的云上大院,这里在二十世纪六七十年代是一个农场。这里书写着一代知青激情燃烧的岁月,就是在十余年前,通往大院农场也没有一条像样的公路。当地的党政干部要到这里调查工作,得用一辆吉普车绕着泥泞的盘山路上山,这个时候得系紧安全带,免得肠胃随着车子颠簸翻江倒海,让人晕车晕得想吐。这里留下了最美扶贫书记黄诗燕的足迹,通电、修公路、打造出品牌级的旅游景点,几代炎陵的党政干部和群众,使璞玉一般的云上大院,焕发出美玉一般的光彩。

我在此停留的时间较为短暂,先不说铁瓦仙、东坑飞瀑那样雄奇的景观,也不说那里最绚烂最有名的高山杜鹃,且说说云上的夏花吧。

云上大院的海拔在560米至1880米间,夏天的温度比城区要低10℃,因而云上的夏花有许多是城区春末夏初就开过的花,给人春季的感觉,适合避暑,所以这里夏天开民宿的农民很多。许多游客全家来此避暑,一住就是一个星期。这时间又是卖黄桃、梨子、红薯的好季节,常常有农民用工具车装着满车的桃子、梨儿、薯儿卖给游客。

云上的夏花分野生和家养的两种,碍于见识的局限,且罗列我所亲眼看到的那些花。野生的有凌霄花、圆锥绣球花、千屈菜、月见草、二色金鸡菊、双色金光菊、粉花绣线菊等;家养的花栽在农家住宅的前面和菜地里,有格桑花、大丽花、向日葵、卷丹花、葛蒲花、木槿花、绣球花、美人蕉、醉蝶花和各类蔬菜藤蔓花,夏花绚烂,品种很丰富。在路上,或农家住宅、民宿旁边,以及一些小山坡、菜地里,到处是这样美丽的花,有一种朴素清新之美。虽然不如百里杜鹃那样气势辉煌,却是另一种大院之美。大院的凌霄花开在公路边的山崖之上,如同给山崖披上了一袭橘红色艳丽的袍,又让人想到歌曲《鲜花》中的一句歌词:“一路芬芳,满山崖。”

圆锥绣球比家养绣球的株形要高大,是灌木或小乔木,长得高的变成了树,聚伞花序成尖塔形圆锥状,故此得名。白色的四瓣花在云上大院随处可见,其叶比较家养绣球要小、薄且嫩些,花瓣和花团也略小些。

千屈菜总长在水边,别名水柳,杨柳的枝条往下垂,而千屈菜的花枝往上伸展,如同一丛丛紫色的舞者,对人有种诱惑,但人又不能走近,只能远看。

月见草开黄色的花,花朵单瓣,花形似一只只小铃铛,因花茎高低不同,远看一大丛一大丛的月见草,好像从上至下都挂满了铃铛形的花,凑近闻,有清香。

这两种花颜色相同,花中间红褐色,外围的花瓣金黄色,双色金光菊比二色金光菊的花朵要大一两倍,都属草本植物,在草丛中特别亮眼,采摘下来泡茶喝,茶景都会随之高光起来。

农家菜地里的花,区别于以上自由野生的花,野花可以漫山遍野,菜地的花则如一个个方块队,因为经过了人工的安排,花儿大多开在属于自己的阵营中。

向日葵是一个方阵,几十上百个向日葵昂首向阳打开,也是葵花朵朵的欢欣景象。想到近日媒体报道的一位美国农民,

云上的夏花

欧阳光宇



云上大院里盛开的卷丹花 欧阳光宇 摄

种下120万株向日葵,作为送给妻子的金婚礼物,看到图片,感受到的是满满的灿烂与温馨。

向日葵前边的方阵是卷丹花,这花很有特点,花瓣向外卷曲,花形似倒挂金钟,花枝也有一米多高,花的色彩是棕红融合橙红,然后在这个底色上布满了棕褐色的斑点,因而这花又叫虎皮百合,顶上的花和花之下的根茎都可以吃,人拍摄时,要小心卷丹浓厚的红褐色花粉沾上衣裳。

菜地里的卷丹花是作为食用作物栽种的,而花开时又特别讨喜,颜值、寓意和食用价值都可拉满。听说卷丹比较皮实,好打理,人这时就会想,回家是不是要种好一盆卷丹花呢?

云上的夏花,不止以上的描述,品类还有很多,当然,也美得让人目不暇接。

诗歌

赤脚

王海

我的大脚趾又钻出布鞋
那时正长个子,在洁白花丛中奔跑
由上往下
朝坡下的田野扑去
陡峭加速了脚趾的冲击
到达终点几乎是瞬间的事
又一双布鞋被力量冲破
我躺在青色的软绵绵向上
天很蓝
漂亮得洒脱
我打算一生赤脚

万物

责任编辑:朱洁 美术编辑:邱鹏

关注

“预制菜进校园”登上热搜!

常吃预制菜,对身体有多大伤害?

开开心心出门吃饭,结果餐厅提供的却不是现做菜品,而是预制菜……你能接受吗?近年来,因为方便快捷,预制菜逐渐进入大众视野。不过,有关它的争议也不少。前段时间,由于“预制菜进校园”一事就引起了广泛的讨论,多地家长在各大平台上都表达了担忧。

什么是预制菜?

预制菜也叫料理包,就是将可食用原料经过预加工制成半成品或成品产品,根据需求配以各种辅料,可能会使用食品添加剂,具有保质期长、食用方便等特点。

从类型上看,预制菜一般分为4类:即食食品、即热食品、即煮食品、即配食品。比如我们平时开袋即食的豆干、鸡胸肉,就属于即食食品;需要用热水浸泡后或者加热后才能吃的方便面,就属于即热食品;经过简单烹调就能出锅的鱼香肉丝、梅菜扣肉等,就属于即煮食品;按照分量分装的净菜、净肉、辅料等的小炒菜组合,就属于即配食品。而我们平时点的外卖大多数都是用即煮食品做成的,等待时间短,送餐快。

预制菜的优缺点

受大多数人欢迎的预制菜,并非因为快捷就能十全十美了,有优点的同时也存在瑕疵之处。

优点:

1. 预制菜和一般家庭做菜的区别就在于,免去了买菜、洗菜、切菜等程序,不需要花太多的时间准备食物和烹调,省去了很多的精力,十分便捷。
2. 对于餐饮经营者来说,预制菜还能更大程度地节约人力、空间和成本,而且出餐快,食客无需等待过长时间,尤其是对于外卖来说。

3. 食品安全相对更有保障:相对于餐饮门店,正规厂家生产的预制菜在食材方面会更加安全可靠。

2022年4月27日,全国首部《预制菜质量安全评价规范》团体标准在南京正式发

布,从食品原料采购、制作加工、包装要求、保质期及最佳品尝期、贮存、配送等环节进行规范,还鼓励食品原料可溯源。

2022年6月17日世界中餐业联合会预制菜专业委员会成立大会在淮安市召开,并制定了《世界中餐业联合会预制菜专业委员会工作条例》。这让预制菜市场逐渐变得更加规范起来,食材原料的安全性更高。

缺点:

1. 对于家庭来讲,如果预制菜成为每天三餐的主要选择,将会让家庭缺少和家人一起买菜、择菜、洗菜的烟火气,体会不到完整的烹调仪式感。
2. 预制菜的口味都是统一的,是根据调查后大多数人的口味喜好来预制好的,不能实现口味私人化,无法满足不同人的口味需求。

3. 口感上不如新鲜出锅的菜香,毕竟它的原料已经被加热处理过一次了,而食客买到手以后还要经过二次加热,口感上会受到影响。
4. 很多预制菜都是经过冷冻保存的,在冷冻的过程中水分凝结的冰晶也会在一定程度上改变食物的口感和质地。

5. 预制菜在口味上可能不及新鲜菜肴,有人对市售现炒鱼香肉丝和料理包鱼香肉丝的风味做了研究,结果显示二者在整体上的“鱼香”风味相似,但也存在一定的差异,含硫含氮及其他杂环化合物对鱼香肉丝中“鱼香”和“肉”香气具有重要贡献,料理包的鱼香肉丝中杂环化合物种类虽然多于市售菜肴,但含量均较低,导致一些特定的风味物质难以形成,致使料理包中的肉香及发酵香气低于市售菜肴。

6. 预制菜的营养较为单一,大多数预制菜为荤食,即便有蔬菜,种类也有一定的限制。

长期食用的最大问题

预制菜虽然方便快捷,但仍然不建议长期三餐都吃预制菜,主要存在以下3个

问题:

1. 营养不良:因为食材种类的限制,导致预制菜的营养较为单一,虽说碳水化合物、蛋白质以及脂肪很好保证,但对于维生素、矿物质以及生物活性成分却较难有更多的保留。

2. 可能会长胖:很多预制菜为了迎合大众的口味以及为了更长的保存期,脂肪含量较高,热量不低。
3. 增加慢性病风险:饮食经常脂肪摄入过量,会增加患高血脂的风险;而盐摄入超标,则会增加患高血压的风险。

以水煮牛肉为例,钠含量高达1110毫克/100克,换算成盐为2.7克食盐。即便人均吃150克,摄入的盐也有4克了。而《中国居民膳食指南》建议,每人每天盐摄入量不超过5克,一餐就吃了4克,全天下来盐很容易超标。

如果要吃,如何均衡营养?

即便常吃预制菜可能对健康不利,但对于时间紧张的上班族来说,预制菜确实是工作之时填饱肚子的刚需。如何才能兼顾“吃饱”和“营养”呢?

1. 注意荤素搭配:点餐的时候尽量选择有肉有菜的菜肴,特别是有绿叶菜的,或者直接叮嘱商家单独一份绿叶菜。实在不行就点个一荤一素,和同事一起吃。
2. 避免多油的烹调方式:尽量避免点溜肉段、水煮鱼、锅包肉、干扁豆角等菜肴,这类菜都是油盐的重灾区。

3. 自带蔬菜和杂粮:对于平时经常点外卖的小伙伴,建议自行带些方便的蔬菜,比如生菜、黄瓜、圣女果、紫甘蓝、胡萝卜,这些都可以清洗干净后直接生吃。还可以带烤红薯、煮玉米、燕麦片做一部分主食,增加粗粮摄入。

4. 看营养成分表:如果是自己买带包装的预熟菜,一定要看好营养成分表上的脂肪和钠含量,选择二者相对低一点的。晚餐将脂肪控制在10克以内,钠控制在800毫克以内。

新知

晚上不关灯会怎么样?

人类的照明设备越来越发达,人造光就将漆黑的夜晚变成了不夜之地。这给我们带来了安全感、丰富的夜生活,但对于许多动物来说,不符合自然昼夜节律的光亮,让它们遭受了许多生存问题。

袋鼠:迟来的宝宝

尤金袋鼠是先污染受害者之夜晚的人造光会让她们推迟分娩,让新生儿错过食物最充沛的时节。

日照长度是尤金袋鼠的生殖激活信号,决定了它们什么时候生孩子。尤金袋鼠有“胚胎滞育”的现象,它们的怀孕过程可以中途暂停。正常情况下,尤金袋鼠在交配后,受精卵会先停止分裂。直到南半球夏至日之后,夜晚开始变长,袋鼠妈妈体内的褪黑素会因黑暗时间延长而分泌增加,刺激胚胎继续发育,最终在第二年初诞下袋鼠宝宝。

澳大利亚西部的花园岛是尤金袋鼠的栖息地之一,这里的森林澳大利亚国防部占领为海军基地,只有岛屿最北部的丛林免受人类活动与人造光源的干扰。科学家们对生活在海军基地附近和北部丛林的袋鼠分别进行观测,发现人造光源影响了袋鼠的生殖激活,生活在海军基地附近的袋鼠妈妈,分娩时间都推迟了。

萤火虫:难以找到另一半

萤火虫是一种利用光信号进行性交流的昆虫。欧洲普通萤火虫的雌虫没有翅膀,她们通过腹部发出绿光,

静候雄性根据光亮找到自己。在大自然的黑暗环境中,雌虫通常等待一个晚上就有雄虫前来提亲。交配成功后,雌虫就会停止发光。

科学家发现,当暴露在人造白光环境时,雌虫发光的时间要长得多,有时甚至长达15个晚上——这说明,她们迟迟没有成功交配。

当雌性萤火虫遇到人造白光环境时,它们不得不用头罩遮住复眼。头罩就像是它们的墨镜,可以减少它们看到的强光;但墨镜一戴,也就更难以看到雌虫的荧光了。

如果有越来越多的光源干扰萤火虫的栖息地,它们的繁殖能力就会不断降低。

迁徙的鸟:迷失在明亮的夜晚

对于在夜间迁徙或捕猎的鸟,月光和星光就是它们天然的导航。然而,当人造光点亮黑夜,它们就可能混入人造光和自然光,从而偏离航向,迷失在城市危险的高楼大厦中。每年,数以百万计的鸟类都因与照明建筑物相撞而死亡。

而且,在夜间迁徙时鸣叫的鸟,比不鸣叫的鸟更容易撞上建筑物。当它们迷失方向时,它们会更频繁地鸣叫,这将吸引更多的鸟群成员,造成更多的碰撞。

就算没有与建筑物相撞,迷失方向的鸟儿也可能被逼迫着陆。落地的鸟儿可能无法再次起飞,也很容易被捕食、被车辆撞击碾压,或因饥饿脱水而死亡。

(来源于“果壳自然”公众号)

科学辟谣

谣言一:

晚上吃生姜等同于吃砒霜

晚上姜汤降砒霜说法太夸张,适量吃不要紧,大量食用可能影响睡眠。

生姜富含辣椒素挥发油、纤维素等营养成分,并且含有多种氨基酸、维生素、微量元素。姜辣素具有良好的清除自由基的作用,姜烯、姜酮等有明显的抑制呕吐作用,因此姜不仅是调味料,其对人体也有益处。

不过,姜辣素对人的心脏和血管有刺激作用,能使心跳加速、血管扩张。如果晚上吃太多,可能会让人感到精神兴奋,从而影响睡眠。但是,并不会严重到“晚上吃姜等于吃砒霜”的程度,所以大家不必过于担忧,晚餐少量食用影响不大,不过量就好。

谣言二:

近视度数较低就可以不常戴眼镜

真性近视的人,如果不及早戴眼镜,眼睛容易长时间处于视物不清的状态,这会加重疲劳,进而导致近视度数快速增长。所以患上真性近视之后,应该及时戴眼镜。

近视主要由不良用眼习惯造成,建议大家日常生活中尽量避免长时间直视光源平面,比如手机、电脑屏幕等;防止过度用眼,比如每隔一个小时左右就远眺放松10分钟;每天进行户外活动,预防和延缓近视进展;保持充足睡眠,多吃有益于视力健康的膳食。

(来源于“科学辟谣”平台、中国新闻网)

