

奥运网络信息安全守护

绿盟科技奥运安保工作回顾

金色坝上，摄影天堂

塞罕坝国家森林公园自驾、摄影攻略

个人PSK组成之我见

户外篇

凤凰涅槃

从风动到NTA



金色坝上，摄影天堂

塞罕坝国家森林公园自驾、摄影攻略



主办：绿盟科技
策划：绿盟内刊编委会
地址：北京市海淀区北洼路4号益泰大厦三层
邮编：100089
电话：(010)6843 8880-8006
传真：(010)6872 8708
网址：www.nsfocus.com

2008/12 总第 003

Nsmagazine@nsfocus.com

绿盟+
NSFOCUS+

© 2008 绿盟科技

本刊图片与文字未经相关版权所有人书面批准，
一概不得以任何形式、方法转载或使用。本刊保留所有版权。

NSFOCUS+ 是绿盟科技的注册商标。

需要获取更多信息，请访问WWW.NSFOCUS.COM

▶▶ 目录 CONTENTS

专题 TOPIC	奥运网络信息安全守护		
	——绿盟科技奥运安保工作回顾	李晴山	2
	沙场点兵, 谁人斩敌将于马下		
	——申请加入应急专家组	刘添怡	7
	奥运, 记忆	韩永刚	9
时尚 FASHION	滑雪	顾茂林	11
	个人 PSK 组成之我见—户外篇	梁伟	13
	刀具	马志民	19
旅游 TRAVEL	秋游野三坡	江婷	21
	从香港到巴厘岛	顾礼	25
	金秋阿尔山	黄斌	27
视觉 VISION	金色坝上, 摄影天堂		
	——塞罕坝国家森林公园自驾、摄影攻略	王冠英	29
纪实 DOCUMENTARY	2008 马拉松	段志光	41
	凤凰涅槃: 从风动到 NTA	陈景妹	45
	绿盟科技第七期拓展训练	曲富平	49
博客 BLOG	拉萨映像	张端	52
	蹦极, 人生	刘丰	56
资讯 NEWS	绿盟科技综合信息概览		57

奥运网络信息安全守护

——绿盟科技奥运安保工作回顾

文 / 李晴山

国际奥委会主席雅克·罗格说：“如果没有信息技术的应用，奥运会就不可能成功举行。纵观历届奥运会，信息网络技术在其中所发挥的作用日益增强。尤其是进入21世纪以后，信息网络技术更是贯穿了奥运会的始终。”

北京奥运会已经正式落下帷幕，让国人自豪并欣喜的是，中国兑现了向世界和国人的承诺，呈现给全世界一次无与伦比而且安全保障有力的奥运盛会。整个奥运期间，绿盟科技在民族安全企业的崇高社会责任感驱动下，全力贯彻执行国家安全主管部门交办的多项奥运技术保障任务，为“网络不断、信息不瘫、赛事正常进行”的安全防护目标做出了不懈努力，圆满地完成了奥运安保技术保障工作。

迎接挑战

与以往相比，第29届北京奥运会和之后的北京残奥会是历史上参与国家最多、参赛运动员最多的一次，国际影响最大，对基础公共设施的安全要求级别也最高。同样，北京奥运会的信息系统也是有史以来最为庞大复杂

的，其数据处理需求也大大超过了往届奥运会。所以，确保北京奥运期间信息安全，对于民族安全企业来说，既是难能可贵的机遇，也是一场挑战。

北京奥运会前后面临的信息安全风险异常严峻。出现奥运会信息瘫痪，或是信息缺损的现象，对奥运信息安全来说都是不能容忍的；防止恐怖势力通过网络传播谣言信息造成社会秩序混乱，也是奥运安保中非常重头的任务；有关国计民生日常生活的公共基础设施，以及政府网络系统如果遭到破坏，对整个奥运赛事包括人民的生活都会产生很大的影响。在数以千万计的“涉奥”网络系统中，承载北京奥运会组织协调工作的奥组委管理网、奥运赛事新闻转播网，以及日常的交通、能源、电信、金融等重要基础设施信息系统都是这场奥运“信息安全保卫战”的重中之重。

方案部署

基于对以上风险的深刻意识，绿盟科技在一年前就开始着手规划、部署奥运安保工作。根据绿盟科技多年积累的经验分析，奥运期间最容易发生的事件有三大类型：首先是网

页篡改问题，这对提供互联网服务的企业来说是非常严重的恶性事件，而且这类事件相对会比较多；第二类事件是目前比较常见的DDoS攻击事件，后来证实这类攻击在奥运期间发生多起；第三类是针对Web应用的攻击，无论是SQL注入还是跨站脚本，发生的频率都会非常高。其攻击目标首先是金融客户，其次是运营商客户，再就是政府客户。越是系统高级的客户越是容易遭到攻击。

根据以上分析，绿盟科技的奥运安保工作重心落在三个方面：第一，保障奥运网站的基础设施畅通无阻；第二，协助奥组委、公安部、北京信息办等国家机关维护网络社会秩序的稳定；这是国内信息安全领军企业必须承担的责任；第三，全力做好政府、金融、电信、能源等客户的网络信息系统维护工作，作为奥运运行的重要环节的“涉奥”信息系统，同样不容出现任何差错。

在战略方案部署上，绿盟科技按照网络信息安全防护的特性和时间进程步步推进，分阶段制定了会前预检准备与会中安保应急方案。为了保证战略的精准实施，特别组建了

一支由 100 多位工程师和近 40 位专家组成，覆盖全国范围的应急值守队伍，负责在奥运期间提供 7 × 24 小时值守服务和应急响应。同时为“涉奥”行业专门配备了近百台奥运备机，以确保网络安防的正常运行，万无一失。

未雨绸缪

北京市委书记刘淇在 2007 年年底曾经向全体市民提问：“北京奥运，你准备好了吗？”为确保奥运信息安全，绿盟科技提前做好多方面的准备，以做到未雨绸缪。

奥运召开前，绿盟科技客户支持中心面向主要“涉奥”行业组织了多次用户设备安全巡检。在进行网络巡检之前，绿盟科技先在总部召开了所有分公司多名工程师参加的奥运特别培训，培训课程涉及到恶意代码、入侵分析、应急响应体系、路由器防拒绝服务技术等多个方面，使得安全巡检的一线工程师具备了做好安全巡检的技术规范、行为标准和扎实基础。

巡检工作开展过程中，绿盟科技多次参与了各运营商在网设备的现状论证，多次组织了设备状态巡检，同时对一些骨干网和关键网络进行了备机与 Bypass 准备，为客户提

供了全面的安全响应和支持。通过巡检，绿盟科技客户的网络安全状况得到了整体提升，更重要的是客户自身安全监管与处理意识和能力得到了加强。帮助客户建立安全能力是绿盟科技一直以来追求的重要目标。

2008 年 7 月 8 日，绿盟科技在香格里拉饭店举办了“绿色警戒，护卫奥运—网站安全防护研讨会”。通过这次活动，绿盟科技和各个“涉奥”行业主管信息网络的领导、业界专家一起，分享了绿盟科技在网站安全防护方面的一些思路、方法和经验。会后，绿盟科技立刻启动了“绿色警戒”网站安全检查活动。通过公司安全专家组为各行业的客户提供免费的网站远程安全检查工作，协助客户发现网站存在的安全隐患，为客户提供专业的安全防护、加固及修补建议，以最有效的工作方式协助客户做好奥运前期的准备。另外，绿盟科技客户支持中心还准备了各种应急事件处理指南以及处理工具，包括网页被篡改响应流程，windows、unix、ddos 响应流程文档和工具，发布给工程技术人员，以帮助他们快速有效地处理应急事件。与此同时，绿盟科技项目管理部对总部及所有分支机构的奥运应急

和值守项目进行了调查，包括项目名称、分支、值守人员、值守时间等，并对这些项目是否有在线设备以及备机情况进行了统计，以便总部值守人员快速确定某客户值守人员以及备机情况。尤其重点加强了对“涉奥”部门和重要公共基础设施单位的人力和设备配备。

从容应对

奥运安保值守工作开始后，绿盟科技值守人员按照方案部署，从容应对网络暗流，一次次出色地完成了值守和应急响应任务。

■ 8 月 10 日

某省政府门户网站主页内容部分被篡改。绿盟科技安全值守人员接到用户请求：希望帮助确定入侵方式及防护方法。安全值守人员通过 IIS 日志分析，判断为 SQL 注入攻击。经过实质性网站加固工作，问题很快得到解决。

■ 8 月 11 日

某省运营商报告其门户网站被攻击者挂马。安全值守人员通过绿盟科技冰之眼 Web 应用防火墙扫描，发现有两处挂马链接，问题随即得到解决。

■ 8 月 12 日

绿盟科技值守人员接到某公司电话称：服

服务器感染了网络僵尸病毒, 要求解决处理。绿盟科技的现场值守工程师通过架设绿盟科技的冰之眼网络入侵保护系统, 在网络中对服务器和可接入外网的终端进行了流量抓包分析、取证后, 找出了存在的问题和感染病毒的主机, 及时做了隔离和替换处理。

■ 8月13日

正在值守的绿盟科技工程师接到某证券公司电话, 在冰之眼入侵防护系统上发现有异常的日志。值守工程师通过抓包分析, 发现利用P2P的DDoS的攻击, 根据预案很快地解决了问题。

■ 8月17日

绿盟科技安全值守小组收到某银行安全处的反馈, 称黑洞发生牵引, 有告警。从抓包上看是PIM的攻击, 希望能够协助分析一下原因。绿盟科技安全值守人员通过备机做了系统测试, 找到问题根源, 顺利解决问题。

■ 8月19日

绿盟科技值守人员接到某银行电话称流量突增, 黑洞发生牵引。应急服务工程师星夜奔赴现场, 通过测试和抓包分析, 解决了存在的问题。

.....

从公司整体奥运值守结果来看, 在开幕前几天和奥运会中期曾出现过两个攻击高潮, 其它时间有类似攻击但频率不是很高。由于绿盟科技做好了充分的准备, 这些事件都被消灭在萌芽状态。

综合布防

奥运安保期间, 绿盟科技利用丰富的安全经验和自有的安全产品, 构成了整体解决部署方案, 彻底解决了攻击者利用操作系统、应用平台、业务代码的缺陷, 通过拒绝服务攻击、SQL注入、跨站脚本攻击等多种方式, 对国内奥运重要信息系统实施攻击的行为, 以及对交通、金融、电信、能源等“涉奥”重要公共事业设施进行攻击破坏的行为。

随着“僵尸”规模的发展, DDoS造成的海量攻击流量会给应用系统或是网络本身带来非常大的负载消耗, 从而使网络基础设施和应用系统的可用性大为降低。绿盟科技拥有自主知识产权的“黑洞”抗拒绝服务攻击系统能够及时发现背景流量中各种类型的攻击流量, 针对攻击类型迅速对攻击流量进行拦截, 保证正常流量的通过。奥运期间, “黑洞”



奥运安保技术保障单位



北京市信息办给绿盟科技的一封感谢信

抗拒绝服务攻击系统在众多电信运营商的抗拒绝服务攻击中部署，有效地抵御了一些集中爆发的 DDoS 攻击。

奥运期间，绿盟科技的冰之眼 Web 应用防火墙产品有效地防护了各类 Web 应用攻击，如蠕虫、黑客攻击、跨站脚本、网页盗链等。同时基于智能特征分析技术，提供了对 SQL 注入的有效防护，从而有效地遏制了网页被篡改的可能。

冰之眼安全审计系统通过网络数据的采集、分析、识别，实时动态监测通信内容、网络行为和网络流量，发现和捕获各种敏感信息、违规行为，实时报警响应，全面记录网络系统中的各种会话和事件，实现对网络信息的智能关联分析、评估及安全事件的准确、全程跟踪定位。它为奥运期间整体网络安全策略的制定提供了权威可靠的支持。

绿盟科技自主知识产权的新一代安全产品——冰之眼入侵检测/防护系统，通过在线部署，可以准确监测网络异常流量，自动对各类攻击性的流量，尤其是应用层的威胁进行实时阻断，而不是在监测到恶意流量的同时或之后才发出告警。它可以提供动态的、深度

的、主动的安全防御。

还有一直工作在奥运安保“幕后”的“漏洞管理专家”——极光远程安全评估系统，第一时间主动诊断安全漏洞并提供专业防护建议，让攻击者无机可乘。

奥运安保深度思考

经历了 20 余年发展的中国信息安全产业，虽然还存在很多不足，但为北京奥运成功举办提供了核心保障，发挥了极其重要的作用。

紧张有序的奥运安保工作结束了，绿盟科技在总结奥运安保工作中深深地意识到：奥运安保绝对不是单地去解决安全事件，而是帮助客户建立一种安全监管、安全应急处理能力。这种安全能力不仅仅是在奥运安保期间起作用，在其他重要事件当中，也应该起到同样的作用。绿盟科技一直提倡和帮助客户建立这种自我的安全能力。有了安全能力，新的威胁出现后可以得到及时的发现和防护，甚至可以监管和事后威慑。这或许是绿盟科技在奥运安保后，留给众多国内安全企业、政府和企事业单位应对未来重大事件的“深度思考”。

绿盟科技的体会是：

第一，网络安全行业领军企业一定要有社会责任感，绝对不能单纯追求利益，必须要承担起自己的社会责任。

第二，安全能力的建设要比产品销售和安全服务的销售更为重要。客户需要的是能力，一种适应能力。产品只是工具，而能力才是根本。

第三，谈到奥运安保一般都谈到“应急”。其实，奥运安保不应该是“应急”，而是必须尽早从技术、人力、能力上做规划。应急是对事件的处理救急，如果通过规划实施把应急事件压缩到尽可能少的程度，那才是最理想的安全状态。

作为第 29 届奥运会安全保卫工作协调小组技术保障单位，绿盟科技在奥组委、公安部、工业和信息化部等主管部门的指导下，凭借在入侵防范技术、异常流量分析检测与清洗、操作系统与应用安全、安全漏洞发掘技术、安全产品缺陷与检测、蠕虫及病毒原理与防范、漏洞库研究等领域的技术实力，通过安全专家们对收集到的国内外恶意代码、拒绝服务、Web 攻防及其它安全事件的信息实时



北京信息安全测评中心授予绿盟科技的一面锦旗



北京奥运会 残奥会信息网络安全保卫工作纪念奖牌

反应、周密分析，形成处理意见并第一时间完成现场或远程处置服务，确保了奥运信息系统和公共事业设施信息系统的畅通无阻。

北京奥运会不仅是体育健儿的演武场，也是高新科技的竞技台。作为面向国际市场的企业级网络安全解决方案供应商和国内信息安全界的领军企业，绿盟科技凭借专业的安全服务、优秀的安全解决方案，身体力行地贯彻“科技奥运”“绿色奥运”“人文奥运”三大主张，为2008年北京奥运会的成功举办贡献了自己的力量，为承担奥运信息安全防护的重任尽到了民族企业的社会责任。

沙场点兵，谁人斩敌将于马下？

一 申请加入应急专家组

文 / 刘添怡

日子真快啊！转眼就到了2008年，想想当初2001年国家申办奥运成功，尚在校园的我是多么的兴奋与欢快，为我们的国家我们的民族感到骄傲与自豪。中国人终于可以在自己的家门口看奥运会了。当时我就决定：一定要在工作后买上几张奥运篮球赛的门票！

但是，时隔7年的今日，我一张奥运门票也没有预定，甚至有人向我转让我梦寐以求的奥运篮球比赛的票我也没有买。这是为什么呢？是因为饱经沧桑远离了当年那份激情？还是过于吝惜买票的钱财？不，都不是！因为我是一名信息安全公司的从业人员，因为我是绿盟科技的一份子，因为我们的黑洞产品在这个历史时刻护卫着国家多个重要信息平台。在绿盟科技的这三年，公司培养了我的技术能力，也教会了我很多做人的道理。作为一个安全行业的从业人员，我的职业素养告诉我，每当国家有重大政治事件时，也正是安全事件的高发时期。尤其是在我们国家举办奥运会，各国的黑帽子和敌对势力一定会想方设法为我们制造麻烦。我相信在奥运期间，我们的国家、我们绿盟科技公司一定会



需要我们这些技术人员，来为我们的网络保驾护航。在绿盟科技这三年，我从一个技术人员开始一步一步支持项目，再进入黑洞产品组深入学习DDoS攻防原理，公司重大的客户项目我也参与了接近一半吧，包括近来的银行响应、国测应急预案的编写，还有以前的应急演练预案编写等，我也都参加了。现在，公司为奥运安保组织应急响应分组，我想申请参加。为此，我愿意离开产品市场经理岗位，回到开发中心做系统工程师。国家有难，公司有事，我们这些技术工程师不上谁上？

遥想当年，在我初入大学校园时，虽然专业是计算机，可当时我并不知道所学的这些东西都可以做什么用，由此在没有搞清楚这些东西之前我对那些课程怎么也学不下去，人生的光阴就这样在迷茫与偏执中虚度。沉迷

于电脑的我整日在网上游荡，正经的学业课程都耽误了，成绩科科飘红，险些被学校劝退。在这段困苦的岁月里，我认识了《黑客防线》杂志。从这个杂志上我知道了中美五一黑客大战，知道了计算机有很多安全问题需要解决。虽然我不知道这些东西是不是有出路的，不知道hacker与cracker怎么靠这些东西养家糊口，但是我从此迷恋上了这本杂志。因为我在这本书上第一次知道了绿盟科技。当时的《黑客防线》每期都会刊登一些“安全圈内人士”的访问，从那里我看到了袁哥、小四、w3，他们在访问中谈到被眼圈组织到一起建立了绿盟科技。这给了我莫大的信心，虽然我不知道绿盟科技到底是一家什么样的公司，也依然不知道将来我可以做什么，但我找到了方向，在不远的前方是一缕光明在等待着我的。在多年后，我才知道那个时候的绿盟也和我当时一样处境艰难，我想经过那些考验的同事们当年可能也和我一样坚信会有美好的未来吧。

一次我在网上东游西荡无所事事的时候，我的母亲过来问我：“儿子，你觉得你这么每

天上网,将来能靠这些东西生活么?”不得不
说,母亲永远是最敏感最关心孩子的,我整日
浑浑噩噩的自然会被母亲察觉,面对日渐苍
老但依然供养我上学的母亲我觉得惭愧,但
我想了想坚定的回答了一个字:“能!”如今当
我每年年底把我的工资单和年终奖金拿给她
时,总能看见她的笑容。做父母的总会把自己
儿子夸大一番拿去炫耀一下,虽然他们根本
不了解我的工作,也不会懂绿盟科技是做什
么的,但在他们的“宣传”下,我身边的人都
会说:“绿盟这个公司不错啊!”(或许可能是
那些毛绒玩具的作用)。

是绿盟科技让我找到了工作的乐趣和人
生努力的方向,是绿盟科技给了我很好的平台
让我可以学习发展。如今奥运盛事正处于公
司用人之际,我责无旁贷需要贡献自己的一
份力量!这是我申请加入的第一个原因。

我申请加入的另一个原因就是,我要和我
黑洞组的这些弟兄们并肩战斗,不离不弃。黑
洞组是公司里面最优秀、最具战斗力的团队。
在奥运会这个容易出现安全问题的时期,我们
的黑洞系列产品也应冲在最前面,到了这种
时候无论公司如何安排,怎样规定,我们的黑

洞产品团队都一定会承担大量工作的。我们
就是这样一只尖刀部队,就是这样一只虎贲
团,我们有责任在公司里担当起“专攻术业,
成就所托”这八个字。没有黑洞这个产品,可
能我一辈子也接触不到绿盟科技,没有黑洞
产品组这些弟兄的教导帮助,可能我到现在
还是一个技术门外汉。黑洞组从来都不怕困
难,公司资源不足我们就自己动手想办法搭
建模拟环境来实践方案;公司的知识传播体系
还不完善,我们四处求人去培训工程师;技术
人员暂时培养不起来,我们就自己上阵去做
事情……王伟、韩勇刚、崔云鹏哪个写的方案
少?哪个参与的投标少?欧怀谷、吴铁军、徐
祖钧甚至叶晓虎哪个没做过应急响应?我们
从未惧怕过什么。不论是X盾们群魔乱舞,还
是思科、华为咄咄逼人;不论是大客户严格苛
刻,还是应急响应的紧张激烈;不论是组内资
源匮乏,还是担负整个体系的支撑职责。外面
的竞争压力大我就想方设法打败他们;客户要
求高我们就精益求精;公司资源有限不能对我
们倾斜我们就默默地贡献我们百分之一百二
十的力量;不抱怨不气馁,我们就是这样的一
支铁血团队。怎么做才算是“专攻术业”,哪

样子才称得“成就所托”,我们黑洞产品组就
这样体现着这种愿景。虽然我现在已经转到
营销线了,但这两年多来在开发部的耳濡目
染,加上我参与了如此多的项目与应急,相信
我还不会在这么短的时间内把这些功夫丢掉。
甚至,我在客户处的工作经历和我的工程师
经历也能更好的帮我来承受这份压力,毕竟
应急响应不仅需要技术,也需要更广泛的知
识面与沟通能力。所以我愿意转回开发中心
来参与这次奥运的支撑。

绿盟是我的梦,黑洞组有我的魂,希望
公司领导们可以批准我的这次申请,让我参
与到奥运安保应急响应组中来。

奥运，记忆

文、摄影 / 韩永刚

北京奥运会已经过去了一段时间。这届被罗格评价为“无与伦比”的奥运会，近来似乎被铺天盖地的金融危机的消息有所冲淡，但对于每个亲历过奥运的中国人，我想对奥运的记忆都会是独特的，是无法忘怀而珍藏于心底的。

记得奥运开幕式当天，我还出差在外。下午首都机场就封港了，为此我乘早班航班赶回北京，我可不想错过家门口的盛事。在飞机上，已经充分感受到了奥运的气息，特别是奥运问题抢答活动，给枯燥的旅行带来了许多乐趣。记得第一道问题问的就是北京奥运会是什么时候申办成功的。这个时间我记得很清楚，2001年7月13日。思绪突然回到了7年之前，那天晚上对我和我的大学同学们，都是不寻常的。当时奥运会申办过程正在做电视直播，而我们所有的同学也都聚在一起，进行着学生时代的最后一次聚会。当萨马兰奇宣布北京申奥成功的时候，所有同学都欢呼着拥在一起，好像还有人抑制不住自己的兴奋，砸了东西。那天以后，同学们都离开校园，四散到各地，开始了自己人生的奋斗。一晃七年，时间过得真快。



当我回过神来，题已经被别人抢答完了，一个747飞机模型也被人高兴地领走了，哈哈。七年间，当初的同学们不断向前冲着，和北京一样不停地努力。当在这座城市中的时候，已经能够感受到它迅速的变化，那么让人兴奋。而我离开一段时间后会发现，似乎需要重新认识这熟悉的城市，因为变化是那么的巨大。很多时候，我们都认为北京已经是世界上知名的城市，中国的开放程度也会令众

多的外国人对我们充满好感。但真正接触到了才发现，更多的外国人对中国是那么的陌生。于是，不论是在国外学习的时候，还是参加展会，我都不会忘记与人交流之后，向他们发出善意的邀请，邀请他们08年来看看中国，看看北京。2008年，正是一个让世界了解中国的最好时机。

这次奥运会很幸运，买到了一些赛事的门票，进入了向往已久的水立方，见识了NBA

规格的五棵松篮球馆，也有机会回到自己母校边上的羽毛球馆加油助威。其实不论是自己喜欢的项目，还是陌生的项目，能够坐在体育馆里，和来自世界各地的朋友们一起鼓掌加油，就是最大的快乐。奥运会对于普通人，更像是一个大Party，感受快乐最重要。不论身边坐着的是来自海外的公司合作伙伴，还是在检票口与素不相识的瑞典小伙子聊天，还有奥林匹克公园中川流不息的人们，所有人脸上写着的都是快乐。

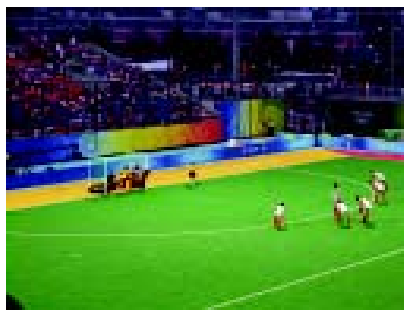
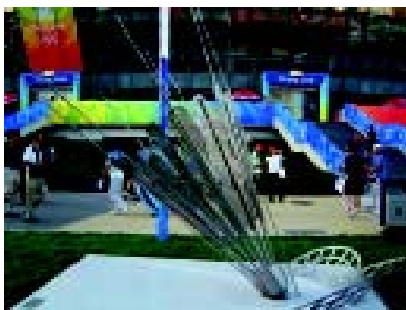
我也有幸在体育馆里见证了两次国旗的升起。我原来以为，在那样的气氛里，和成千

上万的人一起仰视国旗的升起，一定是异常激动的。而我却没有，心情反而出乎意料的平静。那时候，我心里感受到的，是对中国实力增强的一种自信，这种自信使我越发感到平静。国家的进步确实让我感到自豪，能够生在这样的年代，是我们的荣幸。

更令我自豪的是，公司在奥运期间，承担了网络安全的保障任务。众多一线同事，在这两周多的时间里夜以继日，为奥运期间关键部门的网络保障，默默做着努力。当初添怡同学主动要求参加值守的请战书着实让我感叹一番，那些都是发自肺腑的心愿。每次经

过同事们24小时远程值守的机房时，我都在心中为他们加油，感谢他们为公司，为北京奥运所做的一切努力。作为中国的信息安全企业，我们愿意在关键时刻尽自己的所能。

16天的时间，有着太多的记忆，快乐、友谊、紧张、欢呼、瞩目、责任、信心……各种不同的感受交织在一起，是一份快乐而弥足珍贵的回忆。奥运会的最大意义，就在于敞开心胸让世界认识我们，了解我们。奥运之后，我们应该能够从中得到更多的信心。继续努力走出去，是我下面又一个7年最大的心愿。



滑雪

文 / 顾茂林

雪季快到了,喜爱滑雪的朋友都在翘首期待,未曾滑过雪的朋友是不是也想跃跃欲试呢?下面我想就滑雪前的准备工作做一下简单介绍,特别是针对那些初学滑雪的朋友们。

1. 装备篇

1) 雪板、雪杖

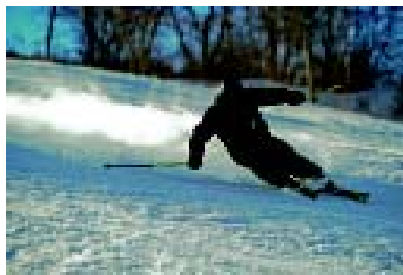
对滑雪板的选择,初学的男士可选用160厘米长的雪板,女士可选用150厘米长的雪板。滑雪杖长度等于你的身高减去55厘米比较合适,待技术有所提高后再换短一些的雪杖。小回转的雪杖的长度一般是身高减去60厘米,大回转的雪杖一般是身高减去55厘米,初学者可以按大回转的雪杖来选择。雪杖上一般都标有长短数据。

2) 滑雪鞋

滑雪鞋的选择很重要,既要舒适,又要合脚,脚趾在鞋中可以自由活动,但是脚掌、脚背、脚弓和脚跟则应被紧紧裹住。对于初学者来说,雪鞋的强度在50-70之间较为合适。中、高级者可以选择强度较大如超过100度的雪鞋。强度大的雪鞋舒适性相对差,但是对力量的传递会更好一些,一般供运动员或高级滑雪者使用。

3) 滑雪镜

滑雪镜的选择应是全封闭的,外观类似



潜水镜,但不把鼻子扣在内;外框由软塑料制成,能紧贴面部,防止进风;镜面由镀有防雾、防紫外线涂层的有色材料制成;外框上粘有用透气海绵做的透气孔。戴眼镜的滑雪者应选择镜框厚一点的滑雪镜,以便能把眼镜罩住。如果赶上早晨或者下午,还有阴天的时候,雪场的能见度差,你需要选择带增光的雪镜。

4) 滑雪服

雪服一般分外衣,中衣,和贴身衣服。初学滑雪,会经常摔倒在雪地上,因此外衣应该是防水的面料,以保暖和防潮湿,裤长应使人蹲下后裤脚到达脚踝部位。同时要戴上保暖的手套和绒线帽。滑雪时上衣要宽松舒适,向上伸直手臂时衣袖应长于手腕,袖口为缩口并可调节松紧,领口应是直立的高领开口,以

防风雪。中衣一般是坎肩或者夹层,用来保暖。贴身内衣最好不要用吸水性强的棉织品,可贴身穿一件带网眼的尼龙背心,或排汗能力强的抓绒内衣。如果贴身衣服是棉质的,出了汗无法及时排汗,一阵凉风出过来,浑身会发凉。如果是在北京周边的雪场滑雪,雪服不易过厚,如果你想去东北类似亚布力雪场,或者张家口的万龙滑雪场,你需要考虑选择保温性能好一点的雪服,或者增加保暖的中衣。

现在,随着滑雪人口的逐年增加,滑雪装备市场也越来越火,人们可以有更大选择的空间。目前,在北京除了主要大商场都推出了滑雪装备专柜之外,也出现了很多滑雪装备专卖店。在北京的瓷器口体育运动商城,已经形成了规模化的市场,世界主要雪具装备商的产品都可以在这里看到,这里也可以找到二手的滑雪装备。

2. 技术篇

1) 滑雪晋级

滑雪的技术程度分为初级、中级和高级。初学者要从学习步行和基本姿势开始,进而

学习简单滑降、方向转换等；中级可作斜滑降、不平地滑降等动作；高级以回转技术为主，如卡宾式回转、回旋回转、雪板平行回转、连续小回转等等。为了安全滑雪并享受滑雪带给我们的刺激与快乐，需要从入门开始学习正确的滑雪方法。正确的滑雪方法能够提高你滑行中的安全系数。

穿戴好滑雪装备后，初学者不可操之过急，首先要用一段时间学会走路、爬坡和掌握平衡。然后按直线滑降-犁式转弯-半犁式转弯-犁式、半犁式摆动转弯的顺序依次学习，直到熟练掌握这些，滑雪才算入门了。雪场一般为初学者提供免费的入门教练，大家一定要充分利用这个机会，在教练的引导下在雪道上迈出第一步！

2) 几种适合初学者的练习方法：

■ 直线滑降

直线滑降是将两只滑雪板保持平衡，向坡下直线滑行，滑行呈加速状态，练习中要保持身体重心，不摔倒。练习直线滑降时一定要在初级道且人少的地方练习，开始从5米处，然后是10米处，20米处，向下滑行，一定要循序渐进。

■ 犁式滑降

犁式滑降是将两只雪板后部向外推出，呈内八字状，用两只雪板的内刃卡住雪面向下直线滑行。雪板八字角度的大小，决定阻力的大小和滑行的快慢。这种练习主要是将滑降中的加速运动控制为匀速或减速运动，此技术可用于减速和停止。

■ 半犁式滑降

半犁式滑降是将一只雪板保持直线滑降姿态，另一只呈犁式滑降姿态。滑行中两脚不断变换姿势，但身体重心始终要放在呈直线滑降姿态的脚上。这种练习主要是为学习转弯技术打基础。

■ 犁式转弯

犁式转弯是先呈犁式滑降姿态，向右转，重心放左脚；向左转，重心放右脚。转弯中，承担体重的雪板为主动板，另一只为从动板。这种练习是利用雪板的内刃实现转弯。两只雪板交替成为主动板时，即为犁式连续转弯。

■ 半犁式连续转弯

半犁式连续转弯是把半犁式滑降中呈半犁式滑降的那只雪板当主动板，即可实现转弯。犁式、半犁式摆动转弯难度较大。即在这

两种转弯过程中的后半段，将从动板移至与主动板平行的位置。

■ 推荐

A. 滑雪教学视频网站 <http://www.tudou.com/home/mgu64> 该网站主要发布滑雪教学视频，有丰富的学习资料，适合初级到高级滑雪爱好者。大部分视频资料都是经过我本人翻译并编制的。

B. 滑雪指南 <http://bbs.sanfo.com/dispbbs.asp?boardID=75&ID=97399&page=1> 《高山滑雪-成为高手的指南：从第一次到一生》，作者：John Mukavitz（美国），翻译：常识（绿野）。这本书里讲述了由初学到高级滑雪者晋级过程的技术介绍和注意事项等等，是滑雪爱好者无偿翻译的，且非常有价值的一本书。

个人 PSK 组成之我见——户外篇

文 / 梁伟

前言

你想过，有一天在野外出游时自己被困山间却无能为力吗？

你想过，有一天在野外出游时发现别人发来的求救信号却因无此意识而错过救人一命的机会吗？

汶川大地震，让很多人对“自救”和“求救”有了一个新的认识，但却因从未接触过类似的教育和没有相关的装备而无法实现。

其实，自救和求救的方法极多，如果只以“保住性命”为前提的话，我们往往只需一些简单的准备即可实现。

何为 PSK

PSK是personal survival kit的缩写，也就是个人求生工具包的意思。也就是说，将一些常用的救生物品放在一起，包装至一个特殊的盒子或袋子中，在遇险时通过使用这些物品做到维持生命、召唤救援等作用。

PSK根据使用地点不同，其内部填充的物品自然也是不同的。本文针对户外常见问题提出，日后若有时间的话还将写出《城市篇》。

户外 PSK 组成之我见

有过户外游玩或探险的人都知道，在一般情况下，外出是需要一些负重的。因此，户外PSK较城市PSK应该更小、少且便携。所以一般在户外的PSK，我个人建议是以腰包的形式出现，这样在正常负重或是扎营后离开营地收集物资的时候，都能做到随身携带。

好的，既然已经确定PSK的形式，那么下面就围绕着这个话题分步讨论。

■ 腰包的选择及携带

对于腰包的选择，首先不要太大，当然，至于到底选择多大的腰包，在下面介绍完装入腰包的物品后，自然会有一个结论。

对于腰包的材质，其防潮、防水性能要好，但是否要选择完全长时间浸泡在水中无漏水就取决于你要去的地方了。

对于防水要求不高的，推荐使用烤地瓜(CORDURA)面料的腰包。在我所接触的腰包中，这种面料相对一些军用面料更廉价但也足够结实。一般来说，800D烤地瓜的腰包，足够应付常见情况。对于特殊环境，可考虑1000D尼龙，但相对价格也较高。

对于腰包的携带方式，我们都知道腰包

当然是要挂在腰上的（这似乎是废话）。但是腰包也分两种，一种是腰带式的，即有快挂扣直接扣在腰上；另一种则是挂式的，即需要挂在腰带上。对于户外，选择挂式腰包较好。但一般建议同时选择一条可快拆的外腰带，将腰包挂在外腰带上。这样既结实，又不影响运动。在需要的时候还可以快速取下（注：如果一定要选择腰带式的腰包，那么必须要选择扣具质量好的，通常军用级别的好扣具其承重能力能轻松超过50公斤；而一般摊货来说，能承受5公斤就不错了）。

最后，说一下关于腰包中口袋数量的选择。一般腰包都是主袋一分为二，副袋则是放一些零钱、钥匙之类的快取袋。这种腰包并不太适合装入PSK。后面我们会看到，实际上我们腰包中的PSK物品数量可能不少，但其体积都不大，这样一股脑地装进主袋中，难免发生碰撞。如果碰撞严重再加上选择了质量不过硬的物品，则可能会发生损坏。因此尽量选择一些军转民用的腰包，这些腰包都会有较多的口袋，还有一些可利用的MOLLE系统（关于MOLLE系统的介绍，参考文章结尾处）。

■ 腰包品牌推荐

当然，玩户外的同事很多，关于骨头鸟（始祖鸟）、GREGORY、OZARK这类常见户外品牌我就不再多说了。

这里说说几款国内能见得到的军转民的腰包，如：MAGFORCE，台湾产。在国外有少数产品作为MAXPEDITION贴牌销售（其实都是MAGFORCE产）。MAGFORCE这个牌子主要在亚洲使用，当然，国内也有个MAXGEAR，属于苏州产MAGFORCE，是MAGFORCE在国内授权生产的。在MAXGEAR之前，也同样有苏州产MAGFORCE，不过和台湾共用一个牌子而已。对于这种苏版，区分点在于包内的商标和拉链系统是否为YKK。

国内SC论坛上一些人还仿制了MAGFORCE，生产了叫MAGGEAR的产品。这一线的早期产品仿制MAGFORCE，目前自己研发一些有特色的产品，整体质量一般，和MAGFORCE没得比。不过同类产品的价格一般只有MAGFORCE的三分之一，MAGGEAR目前使用的都是800D烤地瓜面料，而MAGFORCE一般都是1000D尼龙。

还有一些较流行的牌子就是幽灵等产品了。这些产品虽然也是在香港注册的厂家，但实际上就是内地的厂子。质量一般，但相对MAGGEAR，个人认为还是有一定优势的。

如果Money充足，强烈建议考虑EAGLE、BLACKHAWK的原品。这两种包具的质量远高于前面介绍的那些，而且，最关键的是这两家主要是军用战术产品，作为PSK包较为合适。

■ 火源

如果真的一不小心要在孤立无援的情况下过夜，怎么生火呢？总不能钻木取火吧？

其实，现在打火棒很多，但大部分都需要有用于引燃的火绒或是细棉花，所以我推荐一种美军使用的“金属镁+打火棒”的取火装备。

使用前，只要用小刀刮一些镁屑下来，然后打火的时候对准镁屑即可引燃。当然，这需要大量的提前练习，如果真是随随便便碰一下就打着火的话，那这种取火设备也就太不安全了。

■ 光源

关于手电的文章里我说过（见下期），在

野外建议使用显色性好、色温低的照明设备。而现在是PSK，属特殊情况，一般灯泡寿命短，不适合长时间照明。所以PSK中最好使用LED，如果考虑色温的话，就带一支之前我推荐的暖白LED。

而供电电池最好选择使用一节AA电池（即我们常说的5号电池）。这样即使在佩戴手电的同时，再佩戴三四节AA电池，也不会感觉到腰包有多么沉重。当然，如果有条件，可以使用一节CR123A供电的手电。同时带上三四节CR123A，总体重量也不会比AA重。而且锂电手电最大的好处就是高亮够亮、低亮时间长，LED使用锂电也能达到更好的效果。

■ 求救用具

这里的求救工具应该是包括手电的，我们至少要知道使用手电怎么打出SOS的求救信号。

在野外活动中，了解SOS的摩斯码应该属基本常识。SOS的摩斯码是：···- - -···。即：三短、三长、三短。用手电的时候，调整至低亮即可（一般不要低于20流明）。用手捂住灯头，快速晃动三次，休息2秒，再慢慢晃

动三次（每次晃动之间的间隔时间不大于1秒），休息2秒，再快速晃动三次，这样就是SOS信号了。当然，现在很多多档调光手电也是自带SOS功能的，这样就更省事了，只要调整至SOS档即可。

除了手电能作为求生工具，还有两种容易搞到的东西：爆音哨和求生镜。

爆音哨不同于一般的哨子，只要较小的



图 1

肺活量就可以吹出很大的声音。通过爆音哨吸引人的注意力，再配合手电进行SOS求救，这是一般使用的方法，当然，在此之前你要确认确实有人在搜寻你。

求生镜是个很有意思的东西，看起来像一面镜子，实际上是塑料做的。中间有个圆孔，使用条件有限制，就是在天气好且太阳光充足的条件下。镜子面向太阳，眼睛对准中间

的孔，通过中间的孔寻找到要求救的目标（比如：船只、直升机等）。然后不断地调整，当从中间的孔看到目标的同时能看到光点，就说明已经将太阳光准确的反射到求救目标上了。

值得注意的是：在国外，是不能随意使用求生镜照射直升机的。如果那是搜寻直升机还好，如果是警用直升机的话，对于那里面坐的人来说，当他们被反光镜照射之后的第一



图 2

反应是可能有人在使用狙击步枪瞄准他们而不是有人在求生——他们的训练课程即是如此。

（图1：左至右依次是求生镜、1AA手电和取火棒）

■ 多功能刀具

说到多功能刀具，很多人第一个想到的可能是VICTORINOX瑞士军刀。而实际上，它并不是唯一的选择。甚至可以说，在同等体

积下，它可能都不是最好的选择。

这里推荐两款，一个是简单实用的WENGER军刀（目前已经被VICTORINOX收购），另一个是维氏德军和多功能工具的老大哥——LEATHERMAN。

（图2：上，WENGER德军；下LEATHERMAN WAVE）

WENGER德军的主工具是刀，而



图 3

LEATHERMAN WAVE主工具是钳，而刀则是作为辅助放在侧面。从这一点上来讲，使用LEATHERMAN做削切的时候，可能不如WENGER用的那么顺手。

WENGER上的主要工具有：主刀、去鳞刀（很多人认为这是木锯，实际上把它放在木头上你就知道了，根本锯不动）、起子、开罐器、螺丝刀等（图3）。

LEATHERMAN的就比较多了,WENGER有的它都有,除此以外,还有:钳子、木锯(大家看到没有,去鳞下面的那个才是真正的木锯)、锉刀、剪子、改锥(大小各一套)等。(图4)

如果是我,我会带上LEATHERMAN,再挂上一把直刀在腰上(直刀在后面会介绍)。

■ 救援绳

如果有攀岩爱好者的话,他们看到救援绳后就会犯难,因为登山用的绳子太粗、太重了。可我这里要推荐的是550伞绳。

550伞绳的名字由来是因为其承重能达到550磅,应付一般情况是足够了。如果真是掉在洞穴里,人家来救的时候自然会带绳子,所以无需为那时候的事情考虑。

550伞绳目前的价格大概在6、7块钱一米。如果带的话,最好能带长度10米左右,在受伤、捕捉猎物的时候也用得到。

■ 除了腰包之外的一水壶

我认为除了腰包之外可选择的外挂系统很多,这些外挂往往是由于功能性和体积问题而无法一起装入腰包中的物品,其中,必不可少的应该就是装满了水的水壶了。

天知道你会不会像电影里演的那样,只是去找几根木头来做柴火就掉进了几千年前的古代坑穴?如果仅仅是被困山间的话,我们有上百种方法来取得满足自己身体的水分。但如果真是掉入坑穴的话,谁又能肯定在七天内就会有救援来到?而你又肯定自己能坚持人类的渴水极限呢?

而且,另外一点也很重要,一旦被困在无法轻易获取水源的地方,从那个时候开始,就应该开始计算水壶里的水如何分配—即使你很确信在附近有你的朋友在,也应该如此。

关于水壶,一定要选购结实的。而我个人推荐两种我使用过的、而且也是最喜欢的品牌,就是NALGENE和CAMELBAK。我现在使用的是CAMELBAK 750ML的,摔过很多次,完全没有问题。而CAMELBAK的水嘴设计也是相当棒的,CAMELBAK做的水壶、水袋也应该算是世界上顶级之一了。当然,还有SIGG,也是相当不错的选择。不过我没用过,所以也不好评论。至于NIKKO的水壶,有人怀疑可能是贴牌货,质量不好说(右上图:CAMELBAK水壶,就不照自己的了,外挂摔的不好看了)。



关于水壶的佩戴,很多人不爱把将近1公斤的水带在身上就是因为太重,而水壶的佩戴方式和我推荐的腰包一样,选择一条结实的外腰带,外挂腰上。而水壶最好装在带有MOLLE系统的水壶袋中,这样在一定的晃动程度下,也不会显得那么难受。

■ 除了腰包之外的一刀具

当然,在大多数时候,携带直刀是受到管制的,搞不好没到目的地就被JCSS叫去喝茶。所以我也没有把它放在腰包之内,而是拿出来单说。是否需要冒险携带,完全看去的地方是否真的需要配备如此周全。

如果除了携带小型多功能刀,确实需要选择一把大一些的刀具的话(当然,整理介绍的是日常使用的小型直刀而非开山刀),我做

以下建议:

结构:全龙骨穿心(也可以理解为全龙骨贴片)。即:刀是由刀身至刀柄完全为一体且基本等宽,手柄的加工是通过贴片的方式将木料贴在刀柄上,这样,刀柄的强度是有所保证的。

长度:不要超过25CM,野外刀具如果长度在25-35CM是一个比较尴尬的情况,这样

60以上,那么在野外出现卷刃、蹦刃后就很难处理。而且,处理硬度过高,还易折断,这在野外都是让人相当难受的,所以选择硬度在55-58之间即可。

打磨方式:现在流行大凹磨,省材料、减重量。但相对其刀腹部分的强度也有所下降,如果是极幼开封的话,保准刃儿蹦得更快。因此,我们只需要选择普通的平磨或甚至凸磨

骨穿心直刀,长度23CM左右,但不能野外使用,因为其选择的花纹钢中含碳较高,容易生锈)

■ MOLLE系统简单介绍

先看图7

背包上那些由布条留下空隙,还有腰包上那两条带子,就组成了MOLLE必须的两个部分。



图4



图5



图6

的长度,做精细切割不容易掌控,而作开路劈砍又用不上力量。

钢材:这一点不针对国内常见的摊货(我们常称为阳江货)。现在国际上流行的高级钢材除了大马士革以外,就是S30V、154CM、ATS-34等等,以及一些高级粉末钢。但选择野外刀具的时候,他们不一定是首选。如,S30V经过良好的热处理后,硬度如果达到了

的刀具即可。

刃形:不要使用S刃。什么叫S刃?就是刃的打磨形状像S一样,这样的在野外不好处理。最好选择刀腹稍宽于刀柄的,这样较好发力。不过相对的,如果做一些精细的切割工作,可能就不太好控制。因此,具体的选择形状还要看野外的主要工作。

(图5、图6:一把国内刀匠制作的全龙

通过MOLLE系统,可以把腰包快速、简单的挂到背包上,通过这样无限组合的方式,可以把一个简单的小背包做成万能背包—在背包的MOLLE上挂无数个外挂配件。

当然,配合MOLLE的还有一个小工具,就是将纵向转为横向的MOLLE工具—当然,横向转为纵向也可以,如后图8:

那两个东西挂上后,就可以横向佩挂

MOLLE 配件了。

(PS, 贴图里是黑鹰的 MOLLE 转换系统, 不建议购买, 太贵了, 要不是别人送我, 我绝对不会买的)

后记

这篇文章完成后, 我在想, 如果遇到野兽怎么办? 如果遇到坏人怎么办? 一要是我肯定跟丫死磕, 虽然目前身体肥硕, 但3年截拳道和1年泰拳的底子还有。

不过……一般人, 咋办?

算了, 加个喷子吧。

当然, 喷子只是当我们不得不面对野兽或坏人的攻击时才使用的, 所以尽量不要没事儿找事儿。

这里推荐国产RY大号喷子, 当然, 有钱

的话国外的品牌也很多, 不过RY是我自己亲身测试过的, 所以我比较放心。

简述一下我自己的测试: 无人的地方, 喷出不到1秒, 然后立刻跑掉。大概半分钟后, 我把喷子的出气口放在离鼻子不到5CM的地方, 深吸一口气。10秒不到的时间, 开始感觉满脸像被辣椒水泼了一样, 而且口腔里有一种被粘稠且辛辣的液体包裹的感觉。呼吸也有些困难, 然后马上去洗脸、漱口(我没有买RY配套的缓解剂, 因为RY买的早, 那时候还没缓解剂卖), 稍稍感觉舒服一些。但是还是感觉口腔里很不舒服, 这时候大概已经过去2分钟, 半个小时以后, 吃了一些冰才感觉好些。几个小时后, 口腔里的异常感才完全消失, 这都是我要介绍的RY大号喷雾剂所致(如图9)

我相信, 对付一般的攻击来说, 一只RY喷子足够了。但是, 需要注意的一点, 一只大号RY喷的持续喷射时间只有不到20秒(依稀这样记得)。

好了, PSK基本上全了, 就到这里吧。



图7

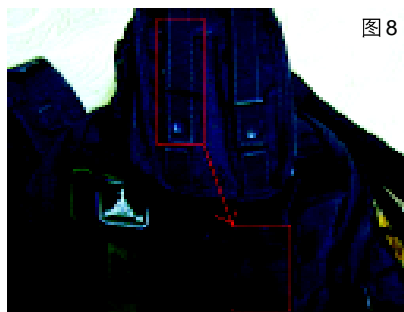


图8



图9

刀具

文、摄影 / 马志民

一直以来，以为 Jeep 的刀具都是由 Master Cutlery 公司出品，直到最近偶然发现了几款由 Kershaw 出品的 Jeep 刀具，并且收藏了其中的一款。

俺虽然喜欢刀具，但大多只是看看，偶尔买一些自己喜欢的刀具。我买刀子的原因很简单，就是喜欢，很少深究刀子的出身、功能。对于 Kershaw 这个牌子，听说过，但不是很了解。在网上 Google 了一下，最多的介绍

就是一句话：“座落于美国奥勒冈州的 KERSHAW 刀具公司在过去 22 年中广为全世界人们所接受使用”，更为具体的介绍就没有什么了。此番还真仔细查了一下 Kershaw 的老底。

Kershaw 刀具的正式公司名称为 KAI USA。最早的历史可以追溯到 1908 年，那时它的名称叫做 Endo 制造厂，直到 1974 年才正式启用 Kershaw 的名字，原因是它的创办人变成了 Pete Kershaw。在历史上的 1974



年，还有一件有意思的事，那就是 Jeep 公司正式推出 Cherokee 越野车。从某种意义上来说，Kershaw 和 Jeep Cherokee 是同龄人，在 N 年之后推出的 Kershaw Jeep 刀真的是一种完美组合。1977 年，Kershaw 成为日本 KAI 集团的全资子公司。因此，说 Kershaw 是美国厂家不完全正确，它的根源在日本。KAI 集团下共有 3 个品牌的刀具：传统的 Kershaw 刀具，旬系列刀具（以厨房用刀为主），Zero Tolerance 系列刀具（以格斗刀为主）。

Kershaw 的工厂主厂在 Tualatin, Oregon，还有一个工厂在中国广东。

而关于 Jeep，就不用我多说了，大家知道的都比人多。

在 Kershaw 出品的 Jeep 刀具中，最出



名的是两款刀,分别为“Leek”与“Scallion”,中文的意思是“韭菜和葱”,名字很有意思。Leek的尺寸要大一些。这两款刀在铝制刀把上分别印了Haystock Rock 和Rubicon Trail 图案。Rubicon Trail 是越野爱好者一定知道的越野圣地,而Haystock Rock 则是美国的一处海岸风景。

把这样自然的风景图案刻于Jeep刀之上,体现了Jeep的一贯生活哲学:勇于冒险,接触大自然。对于这两款刀,Jeep使用的名字是Haystock Rock 和Rubicon Trail,我想这更符合Jeep的风格。

下面来说说收的这把Haystock Rock 刀,它的英文全称是Kershaw Jeep Leek Knife, Haystock Rock, KE-1660JEEP。此刀由Kershaw 当家设计师Ken Onion 设计,产地美国。刃材440A,刃长3英寸。柄材6061-T6 航空铝材,柄长4英寸。打开后全长7英寸,重量88克,非常轻巧。

刀柄为磨砂式图案,宽幅的Haystock Rock 图案刚好展示在刀柄上。Jeep 的Logo 位于刀柄末端,暗灰色,毫不张扬,但却是Jeep 无疑。



关于此刀的更多信息,我曾给Kershaw 公司发邮件询问,但直到现在也没得到回复。看来Kershaw 的售后服务一般。从刀身上可以看出此刀产于05年5月,其它的就不得而知了。

打开时单手就可以出刀。首先将位于刀柄背部的尾端的安全锁推至于刀柄末端,此时,只需以单手将刀刃尾部的拇指轻轻下压,随即就是寒光一闪。锐利的刀刃迅速地弹现在眼前。出刀动作干净利落,看来Speedsafe 确实不是浪得虚名。刀刃不长,3英寸,但寒气逼人。刀刃的一面刻有Kershaw 以及设计师Ken Onion 的大名。Ken Onion, 海军机械军士出身,以追求和设计完美刀具为理想和职业。刀刃的另一面刻有Jeep 以及型号。

磨砂的刀柄,非常便于把握,而且防滑。

刀背顶端有防滑齿轮设计,一防滑,二来出刀时更加有力。刀刃和刀柄的配重合理,握在手中非常顺畅。收刀时,用大拇指将握柄中间的安全卡推往左边即可轻松收合刀刃。再将安全锁锁上,可以确保刀子始终处于闭合状态,防止由于重力或其他原因突然开启。

不锈钢的背夹可以拆卸更换,并可以做180度角度调整。佩带、使用非常方便。

Jeep 的高端刀具少之甚少,而Jeep 和Kershaw 的组合更是罕见。这款限量刀具在05年推出即受Jeep 迷的追捧,而目前在美国市场上已很难找到新品出售。在国内,即使是Jeep 的用品都少得可怜,就更不必说Jeep 刀具了。因此,此刀的收藏价值极大。

仅以此文献给喜欢Jeep 和刀具的朋友。

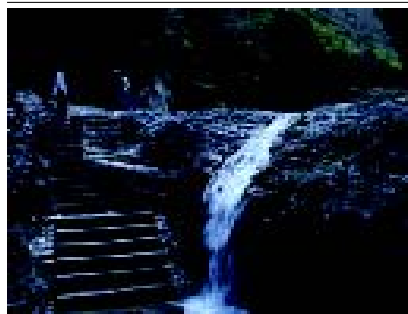
秋游野三坡

文 / 江婷 摄影 / 孙惟皓等

正值秋高气爽佳季，经过短期而周密的计划，北京分公司一行人，携亲带眷，周末浩浩荡荡前往距北京数百里之外的“野三坡”。话说这“野三坡”，乃位于京都与河北省交界处涑水河畔，隶属于河北是也。

插播一段小故事：当年燕王朱棣巡游至涑水河畔，见一松鼠朝他拱手施礼，大悦，便免了当地的赋税。于是乎，此地的居民世代享受此项优惠政策。时过境迁，康熙年间，皇帝西行至此，当时的媒体不够发达，当地人不认识皇上的模样，竟不让通过。圣上大为恼火，免税的待遇，从此就别再享受了，又批语八字：穷山恶水，野夫刁民。于是这地从此沾了野味儿。现代地质学家考证，此地由南向北呈三个地质带，形成三个台阶，称“三坡”，于是得名“野三坡”。

言归正传，我们的游记正式登场。



一. 出行篇

周六清晨，我们沐浴着清晨的寒风早于正常上班时间1个半小时来到了公司。英勇的男同事们忙上忙下扛着我们“粮草”（饮料等物品）折腾了半个小时，所谓出兵远征得粮草先行啊！终于，万事俱备，我们兵分两车，踏着阳光大道，出发！

随着车程不断地增加，本是欢声笑语的

车厢终于不堪太久的旅途，慢慢沉寂下来。忽然，吴刚的宝宝大哭。众人皆惊，何故？原来是宝宝已不习惯“尿不湿”了，非要寻求正规途径方可如厕，如此，车厢又开始了一阵喧闹。车子渐行渐远，窗外的风景也在逐渐的变化，沿路是一些光秃而陡峭的山，也能看到一些清清小河，路过了五渡、九渡……中午时分，我们终于抵达野三坡的清泉山宾馆。

旅途劳顿，饥肠辘辘，听得导游一声“歇会儿去餐厅用餐”，大伙儿的速度能赶上工程师的应急响应。顷刻间，简陋的农家餐厅已经聚满了我们的人马。刚上的一大盆馒头很快就被消灭完了，最后连菜也不够吃……付峥狂想是否可以再加个菜，结果未遂，看门口居然有可爱诱人的“冰糖葫芦”。于是乎，付峥请客，一群眼明手快的人吃到了午后甜点。

二. 百里峡篇

饭毕，我们的第一站是闻名遐迩的百里峡。说起百里峡，这可是12亿年前的海底世界！想象我们就像一群小鱼在12亿年前的海底游走吧，不过，那时应该是冰川时代吧？岂不是要冻死？！果不其然，走过一段平缓的山中峡道，越往深处，就越感到冷风阵阵。这里石山林立，层峦叠嶂，鳞次栉比，即而又是峰回路转，经常是“山重水复疑无路”。地壳的岩层，从断裂带边缘缓慢上升，经过数亿年的生长、风化、地壳运动、雨水侵蚀，表层形

成了土层，披上了淡淡的绿装，深秋依然能见到少许青翠。巨石挨着巨石，悬崖峭壁，雄险惊心，窄涧幽谷，天光一线，真有一种“双崖依天立，万仞从地劈”的意境。据说这里还曾是古战场，遥想那个烽火连三月的时代，行军至此，若遭遇埋伏，绝对是有100%全军覆没的危险。

一路有老虎嘴、一线天、金线悬针、回首观音、水帘洞、擎天柱等景点，全都是天然生成，让人不得不慨叹大自然的鬼斧神工。用刘凯同学的话说：“刚好有个机会可以补上自

然科学这门课”。

一行人有说有笑，三五成群，行至一扶摇直上的栈道。上下2800级台阶，美其名曰“环保栈道”。上此栈道绝非易事，妇孺们自然需要特别保护，所以让他们坐缆车上去，我们的大队人马则开始在栈道上苦行。走了一段后，发现真是高估了自己的能力，更可恶的是那些台阶的垂直度。增加了不少的难度，且当锻炼身体吧，看到身强体壮的都上来了，大家互相鼓励着。付峥采用的战术是“跑一段，坐一段”；周磊才叫一个逍遥，看着我们很辛苦地奋力往上爬，他觉得很奇怪，自言自语道：“慢慢走嘛，又不是比赛。”；黄斌扛着相机，对着满脸疲惫不堪的我们不停地拍啊拍……我们的一世英名和光辉形象就这样毁于一旦了！两个小孩算是最英勇的了，何财发家不到8岁的公子和刘好胜家不到7岁的公子竟然跑得比大人还快！之前还感到寒意逼人，现在已是汗流浹背……终于到了山顶。大有俯视众生的快感。大家都小小豪迈了一把。见大家如此劳累，吕总在达了指令：走不动的都可以坐缆车。我们几个一看台阶，数字已是500+，觉得也应该没多少了吧，那就接着走下去吧！



继续豪迈一下!当看到个数时,我们都发现自己错了,原来后面还有台阶呀……

经过一番苦战,终于又回到了平地,大家互相慰藉一番继续前行。这时再见到清潭流水,青草绿树,真有一番惬意!终于不用爬山了……我们于傍晚时分首战告捷。

晚上的饭菜量增加了不少,大家都吃得很尽兴,更让大伙儿期待的是晚上还有传说中的烤全羊。

三.篝火阑珊篇

篝火升起,火光映照着围坐的我们,大家聚拢在这团火边,确实温暖不少。歌声响起,付秀斌的一曲《向天再借五百年》真是让满座皆惊。不知何时拿来了一批烟花,孩子们拿着烟花玩得很开心,大人们也快乐得像个孩子。在不知名的某某的某某歌中,围坐火堆的一群人喝着啤酒聊得很high。孙惟皓当起了“调酒师”(用啤酒对洋酒),准备了很多“汽水炸弹”给不知其所以然的人喝,恶作剧了很多人……等等,烤全羊还没出现,火势渐小,又加了两次柴火。终于吃到了姗姗来迟的烤全羊,但大伙儿吃得还不过瘾,于是吕总请客200串羊肉串,吃饱喝足睡觉去也……



四.龙门天关篇

次日,太阳照常升起,但秋风着实萧瑟。按行程应去龙门天关——九瀑十九潭。少许人被凛冽的秋风吓到了,犹豫要不要上,但终被大家的士气感染,还是同去。结果发现还要爬!!!于是,如我之流的少许人本着保重身体的原则,决定还是原地休息吧,最后竟干脆“堕落”到回到车上去小憩……买上不少山里的坚果——核桃、杏仁,在车里啃了起来……英勇的将士们相继归来,如此这般,又

把一处景点摆平了。

五.拒马河乐园篇

午饭后,我们将启程前往拒马河乐园。即将离开此地,赶紧趁机多看几眼这里的碧水蓝天,毕竟,相比北京的灰蒙蒙,这里还是要清爽清新得多。发现大家都同有此感,一大群人在餐厅旁的水边“流连忘返”着……

到达拒马河乐园,蹦极项目甚为引人。我军竟有一名女将出征,大伙儿唏嘘一阵,静待观看她的飒爽英姿。少顷,忽见某女郎(特别批注:不是谋女郎)从天而降了,像弹簧或是秋千似的在空中上下左右位移了5分钟左右,然后降落水中接应的船上,此胆着实让大家佩服了两三番。

好景依旧,游人倦返。车上,众人热烈欢迎蹦极“女强人”的凯旋而归,她此时说了句肺腑之言:确实挺吓人的!车子发动,开启了我们返京的旅程。

4点多我们抵京,此次愉快的旅游胜利落下帷幕!标志着北京分公司2008年又多了精彩的一笔,具有划时代的意义啊!

本文纯属实情,如有雷同,纯属偶然。文中提及皆为实名,还希望无有得罪之处。

附上众同事的经典总结:

陈绍良同学:

打油诗一

绿盟英才真是多，周末齐聚野三坡。

吃罢玩罢极限罢，舒经活络回到家。

打油诗二

绿盟英才真是强，个个要做英雄郎。

众将齐聚巅峰顶，苍穹寰宇震八方。

刘凯同学:

舒筋活骨，神游百里峡观山；虎目圆睁，赏龙门天关望瀑。挑战极限，飞十渡，拒马跳崖。想睡好觉，坐长途大巴。

徐贵敏同学:

绿盟员工真是牛，周末齐去登山头。健步直上云霄顶，方显英雄真本色。

顾益同学:

从野三坡回来，才发现公司福利多么好！除了有旅游，还有如此好的工作餐！

齐芳同学:

野三坡之行，增加了与大家沟通交流的机会，拉近了与大家的距离，身心得到了放松，收获不小！

易鑫同学:

脚步虽然沉重，却无法阻挡我向山顶迈进的决心。

胡峰同学:

没对比就不知道差距——公司的饭菜还是可以滴！

刘敬帅同学:

野三坡，好山坡，我喜欢！！

从香港到巴厘岛

文、摄影 / 顾礼

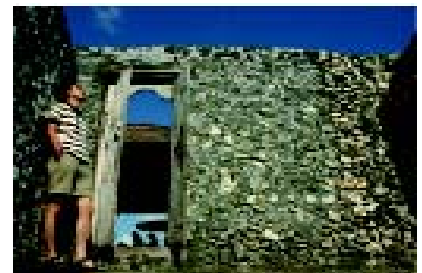
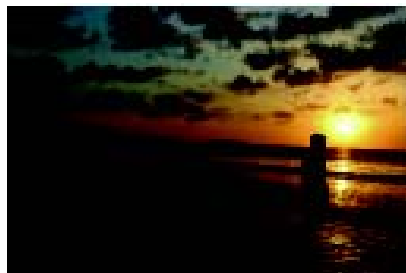
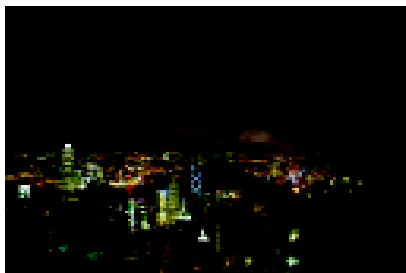
想到国庆出行的人比较多一些，加上我到绿盟后的年假已经累积超过一个月了，于是决定9月初去巴厘岛。我们自己提前到香港逗留了三天，观光和shopping，然后和重庆的旅行团在香港机场会合，5小时后到达雅加达转机，2小时后到达BaLi。

香港的三天时间安排比较满，太平山凌霄阁夜景、兰桂坊、海洋公园、太古城、置业、

基于此原因，香港是高度法制的社会。我遇到的几乎所有香港人都非常热情，商业意识和敬业精神都很不错。在太古，BALLY的营业顾问陈楚儿接待非常热情，折扣也很好，离开时还递上名片，希望下次惠顾。国内的营业顾问在职业素质和推销自己方面还有待提高，香港的服务行业确实有很多地方值得我们借鉴和学习。当然也有例外，我们就碰到一个态

和海洋公园之间选择了后者。由于不是节日，人很少，180元的通票，包括沿海索道、海洋动物表演和所有娱乐项目。极速体验和过山车我都分别坐了4次，超值，所以一定不要节假日出游，这是我多年的经验。

巴厘岛位于印度尼西亚群岛的中南部，西隔巴厘海峡，与爪哇岛相邻，东与龙目岛相邻。面积5620平方公里，人口300万，是印



时代、海港城，铜锣湾小店。

从太平山顶打车下来，到兰桂坊，只需50港币，夜晚的兰桂坊，外国人比中国人多，有坐在小店中窃窃私语的，有三五成群手拿一杯东西站在路边高谈阔论的。斜斜的小街、霓虹的灯箱、不同肤色的面孔、多元的文化、开放的氛围，时尚和传统完美的融合，这是香港的真实写照。英国是全球法制最健全的国家，

度非常恶劣的TAXI司机，我们下车后依据发票上的投诉电话和车牌号，电话投诉，服务中心非常重视，详细问了具体情况，并问我们是否要起诉该司机，如果愿意的话，请我们到警局录一下口供。如果不是当时我们行程比较满，着急赶回酒店退房后去机场，我还真想去湾仔警局体验一下香港法制的程度。

此次同行没有孩子，所以我们在迪斯尼

尼三大旅游景区之一，这里有5个离岛，9个县治区，省会为登巴萨(Denpasar)，是岛上最大城市。语言主要有印度尼西亚国语Bahasa Indonesia，此外还有巴厘语、爪哇语及梵语等。

巴厘岛有“花之岛”、“诗之岛”、“天堂岛”等美称，以典型的海滨自然风光和独特的风土人情而闻名。这里沙滩细洁、绿树成荫，岛



上一年四季鲜花盛开，空气清新，有如人间仙境。在这里所有与水有关的休闲活动都可以找得到。巴厘岛又是一座艺术之岛，风格独特的传统绘画和雕刻为西方当代艺术家提供了无数灵感，也吸引了众多收藏家前来淘宝。巴厘岛还是一座享乐之岛，传统 SPA 令人身心愉悦，“巴厘岛式”的私人别墅服务意味着无可言喻的极致奢华。

海神庙 (Tanah Lot) 是巴厘岛最重要的印度教庙宇之一，始建于 16 世纪。该庙坐落在海边一块巨大的岩石上，每逢潮涨之时，岩石被海水包围，整座寺庙与陆地隔绝，孤绝地

矗立在海水中；只在落潮时才与陆地相连。巨岩下方与对岸岩壁，有一小穴发现几条有毒的海蛇，据说是此庙之守护神，防止恶灵与其它入侵者。传说此庙之肇建和尚在该庙初成之时忽逢巨浪，庙宇岌岌可危，于是和尚解下身上腰带抛入海中，腰带顿时化为两条海蛇，终于镇住风浪。此后海蛇也成为此庙的守护神。对岸陆地崖边有小亭可以眺望日落景色，为巴厘岛之一大胜景。

乌鲁瓦图断崖位于巴厘岛最南端。它的背后有一段凄美的爱情悲剧。传说当地有对门户不当的青年男女相恋，女方的父亲是村长，因此两人的爱情得不到任何祝福，在绝望之下双双投海殉情。为此地平添了离奇色彩。

巴厘岛有名的美食当算是烤乳猪 (Babi Guling) 了。用香蕉叶、药草和香料以文火烹煮烘烤，全身金黄油亮，皮薄肉嫩，香气四溢。



由远及近，那香味简直让人手脚都酥软了。平放在一张蕉叶之上，耳朵上插着鲜花。下有古朴的桌布，上有美丽的华盖。“巴厘”的本意即是“贡品”。人人都怀有一颗感恩之心。我们在品尝美味的时候也不由被这种氛围影响了！

除此，还有乌布脏鸭 (Tepi Sawah)，辛辣鸡 (Ayam Pepes)，辛辣鱼 (Ikan Pepes) 和炸鸡 (Ayam Goreng) 也尤为出名。

总体来讲，巴厘岛给我的感觉，没有预期的那么好，也可能还有心情的原因。巴厘岛自然景观一般，文化氛围几乎没有，水上项目和其它度假地雷同，我还是比较喜欢法国，既有巴黎也有普罗旺斯，借用许文强的话讲：“我想去法国，去找程程”。

金秋阿尔山

如果你决定要出发，那么旅行中最困难的部分已经结束。那么，出发吧！——托尼·惠勒《当我们旅行》

文 / 黄斌



2008年国庆节跟同伴在内蒙古东北部画了个圈。十天的时间途径乌兰浩特-阿尔山-满洲里-海拉尔-额尔古纳-鄂伦春。游历了成吉思汗祠庙、阿尔山森林公园、满洲里国门、呼伦湖、金帐汗、莫尔格勒河天下第一曲水、额尔古纳湿地、黑山头、哈萨尔古堡、恩河蓝莓之乡、室韦俄罗斯民族乡、临江屯中俄界河、莫尔道嘎国家森林公园、根河鄂温克敖乡、布苏里军事基地、嘎仙洞、鄂伦春旗博物馆、海拉尔抗战遗址博物馆等地。

1. 费用

1500-2000元，包括单人包车+用餐+住宿+门票费用，AA制。（不含往返火车飞机票）

2. 住宿

当地的家庭旅馆，一般不超过30元/人日。

3. 交通

全程包小面，能坐7人。

4. 装备

登山鞋或旅游鞋，羽绒服，冲锋衣裤，抓绒衣裤，排汗速干内衣裤2套，抓绒帽，遮阳帽，抓绒手套，袜子3双，30-50L背包，头灯，墨镜，拖鞋，1-2L保温水壶。

5. 药品

感冒药、退烧药、止泻药、去痛片、维生素、安眠药、消炎药、胃药等。

6. 旅行中有难度的地方

- 决定出行（第一步是最难的，你要突破假期、钱、交通等障碍，你必须是个有魄力的人）
- 对吃饭、住宿的适应能力（能吃苦，少抱怨）
- 每天能够早起（只有很少的人能做到）
- 让自己开心同时也让别人开心（旅行者的义务）
- 对待冲突的解决能力……

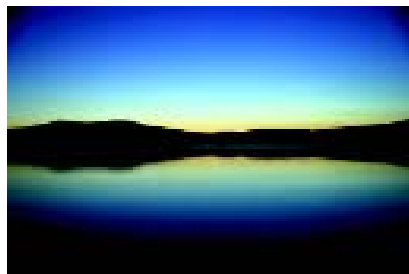
D1, 9月27日, 北京-乌兰浩特

2189次火车, 15:30北京出发, 次日10:21到乌兰浩特。

票价:132(硬座) 219(软座) 247(硬卧)

D2, 9月28日, 乌兰浩特-阿尔山

乌兰浩特火车站附近联系小面。一般包车时间越长, 价钱会越便宜, 我们谈的价钱是每天400块钱, 包括了包车费、油费、停车费等所有费用, 包车10天。



当天在乌兰浩特游览成吉思汗的祠庙, 午餐后赴阿尔山市, 沿途欣赏科尔沁草原与大兴安岭过渡带的自然风光, 途经南兴安隧道时祭拜大兴安岭最高的敖包。约5小时到达阿尔山。

D3, D4, D5, 9月29、30日, 10月1日, 阿尔山火山温泉国家地质公园-阿尔山国家森林公园-好森沟国家森林公园-诺门罕战争遗迹-南兴安隧道堡垒-花炮台日军军事要塞

这3天都在阿尔山晃悠。还有杜鹃湖、三

潭峡、石塘林、玫瑰峰等景点。观赏秋色的最佳时间应该在9月10-20日左右。

D6, 10月2日, 阿尔山-东旗-呼伦湖-西旗-满洲里

从阿尔山乘车约四个多小时到达呼伦湖(达赉湖)。呼伦湖是中国第5大淡水湖, 十月份, 天气已经很凉, 湖边一片萧瑟。路上有个乌兰泡, 鸟类乐园, 最佳季节是6-8月。晚上到达满洲里。

晚饭到三道街找了家西餐厅品尝俄式大餐, 苏泊汤、土豆泥、俄式面包片, 俄罗斯肉串个特大, 晚上步行街上夜市热闹繁华。

D7, 10月3日, 游览满洲里

早饭后奔套娃广场, 到国门参观。剩下的时间逛满洲里当地的俄罗斯商品市场。旺泉市场主要售卖各类俄罗斯货物, 吃穿用的, 工艺品、玩具、烟酒一应俱全。

D8, 10月4日, 满洲里-海拉尔-金帐汗蒙古部落/莫尔格勒河(“中国第一曲水”)—额尔古纳市—黑山头—恩和俄罗斯民族乡—室韦(额尔古纳河)

额尔古纳用中餐后穿越呼伦贝尔大草原腹地, 观赏白桦原始森林风光, 一路原始森林、根河草原湿地过渡带。抵黑山头口岸乘船游中苏界河(一河观两国), 观对岸俄罗斯村



庄风光, 游根河湿地。抵达室韦后访问俄罗斯家庭, 体验华俄后裔生活; 参观边防哨所外观, 观中俄第一座永久性大铁桥, 俯瞰对面俄罗斯村庄, 观俄方哨所, 111号界碑留影。

D9, 10月5日, 室韦-莫尔道嘎-鄂伦春

赴冯小刚《夜宴》拍摄基地, 大兴安岭的腹地—莫尔道嘎国家原始森林公园, 抵后游览大兴安岭自然生态展示园, 走红豆坡、堰松幽静、猎人之路, 看一目九岭, 听林海松涛。午餐后观九曲松峰、白桦林, 激流河大桥拍摄。参观鄂伦春民族博物馆, 体验鄂温克民族风情。

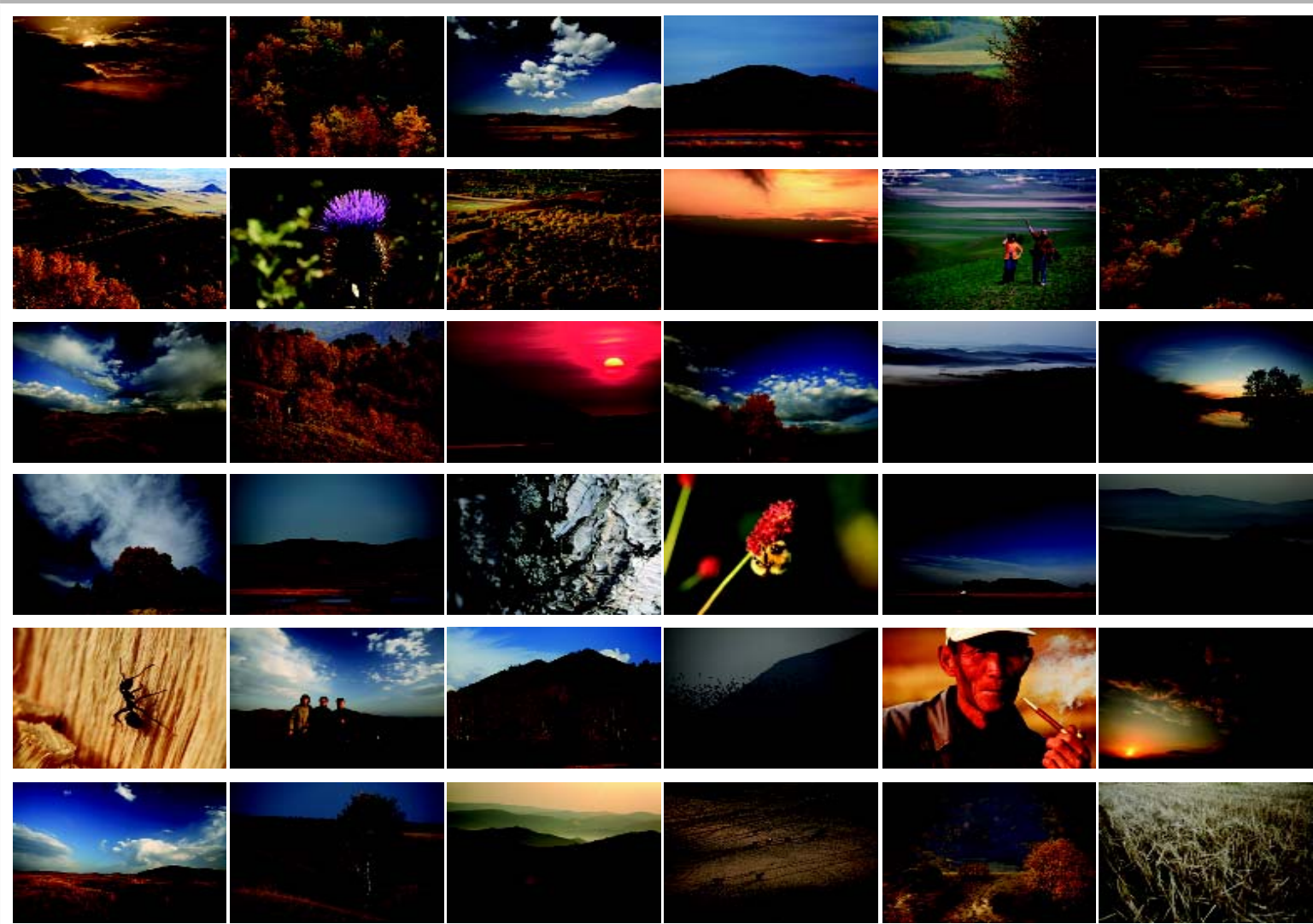
D10, 10月6日, 鄂伦春-海拉尔

早上游鲜卑人的发源地嘎仙洞, 学习鲜卑民族文化。下午到海拉尔, 观侵华日军海拉尔要塞遗址——世界反法西斯战争海拉尔纪念馆。(晚上返京)

金色坝上，摄影天堂

—塞罕坝国家森林公园自驾、摄影攻略

文、摄影 / 王冠英



由于汽车和数码相机的普及，旅游+摄影的休闲方式越来越为人们所喜爱；谨以此文献给有共同爱好的朋友

■坝上可是一个少见的、常常引发歧义的名词。爱玩的朋友都知道坝上，但有的说在内蒙某地某地，要这样这样走；有的却说在河北某地某地，要那样那样去。版本众多而风马牛不相及...



围场坝上是所谓“摄影的天堂”

木兰围场

木兰围场是清代皇帝(从康熙开始)每年例行“木兰秋狩”的皇家狩猎场。

木兰是满语“哨鹿”的意思。(士兵带上伪装，吹起木哨，模仿鹿鸣，诱杀野兽。记得电影《火烧圆明园》中有相应的情节与画面)

塞罕坝

塞罕坝是木兰围场的精华部分，蒙语的意思是“美丽的高岭”。现为国家级森林公园。

坝上的秋天是金色的，而金秋的坝上正是传说中“摄影的天堂”。出于对摄影的热爱，出于对金色传说的向往，于是有了一个决定——要在最好的季节去拍摄最好的坝上。

一、定义坝上：

从地理概念上讲，坝上是一个宽泛的统称，主要是指从张家口以北100多公里处至承德以北100多公里处的广大地区。(因该地区地处华北平原与内蒙古高原交界，地形陡然升高成阶梯状，俗称“坝上”。)

从旅游概念上讲，坝上又具体变成了张北坝上、沽源坝上、丰宁坝上、围场坝上等多个距离相当遥远且风貌不尽相同的旅游目的地。其间有的号称“骑马的天堂”，有的号称“避暑的天堂”，有的号称“自驾的天堂”，有的号称“摄影的天堂”。

怀着好奇的心情开始准备功课；并先后三次利用周末时间，与朋友们自驾上坝去考察所有的“天堂”。过程艰辛而精彩，结论有趣而简单：最东边的围场坝上，集森林、草原、湖泊、湿地、丘陵、沙漠等丰富的地形、地貌于一体，在云霞的掩映下、在牧群的来去间、在四季的轮回里，能为镜头提供无限的创作可能，是名副其实的“摄影的天堂”。而最西边的张北坝上，别具天苍苍、野茫茫的苍凉气质——的的确确是“骑马的天堂”。至于中间其它坝上的风貌，则更趋向于二者之间。

二、定义围场坝上：

围场坝上正是清代的木兰围场，今天变成了塞罕坝国家森林公园。塞罕坝国家森林公园地处河北与内蒙交界(大部分在内蒙)，行政区划上讲，其河北界属围场县，其内蒙界属克什克腾旗；地理上讲，又地处乌兰布统草原。先别嫌乱，上述这些名词会频繁的出现在当地各种路牌、界碑、公路地桩、旅游广告牌上。若初次驾车而来，又没做足功课，都会犯晕。(一般来说无论是向当地人问路，还是看道路标牌，一定要将关键词具体锁定在“塞罕坝国家森林公园”上，否则因名称差异而跑了冤枉路可实在不值)。

三、定义最佳拍摄时间：

简单的来讲，坝上一年四季都适合摄影。但要想拍摄“金色的坝上”，每年最佳的拍摄时间通常只出现在中秋节前后的一个星期。

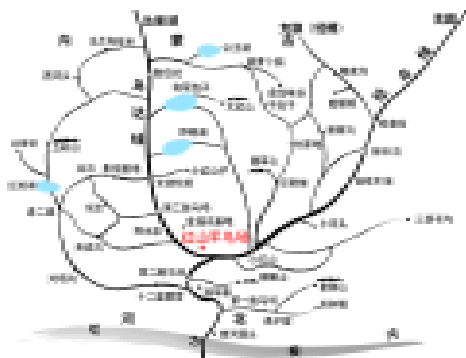
那时候，漫山遍野的白桦树叶会神奇的变成金黄色。之后数日，内蒙古高原上吹起的西北



每年中秋节前后，漫山遍野的白桦树叶会神奇的变成金黄色。各地的摄影爱好者也会云集于此，拍摄金色的坝上。

红山军马场

红山军马场隶属北京军区，是当代军马的繁殖和训练基地。由于军马的需求量日益减少，红山军马场对于旅游者的意义而言，通常只是一个代表地理位置的名词。



风会迅速的刮走黄叶，留下光秃秃的世界，继而就会下雪（坝上的秋天很短）。

也就是说，一年之中能拍到金色坝上的时间是短暂且无常的（霜降决定叶子变黄，刮风决定叶子落地，而二者出现的准确时间只有上帝知道），以至于每年都会有大批的摄影爱好者迢迢而来，却抱憾而归：来早了——叶子还绿；来晚了——“光杆儿世界”。

当地人也常会向摄影爱好者说起类似的故事：某某摄影大师乘兴踏上金秋坝上，当日四处踩点儿、激情勃发，准备创绝世佳作，谁想一夜西风……大师只得黯然离去。

也许很多事情就是要靠点儿运气的。

我们将拍摄时间定于2008年9月16日—2008年9月21日，那是中秋节后的一个星期。

四、拍摄营地：

塞罕坝国家森林公园的面积有两千多平方公里，适于拍摄的景点非常之多，但它们基本上都分布在红山军马场周围；所以摄影爱好者们通常会把红山军马场作为在坝上拍摄和生活的大本营。与之对应的是，在那里打着“摄影之家”招牌的大小宾馆的确随处可见。（事实上红山军马场也是当地能够提供最佳食宿条件的地方）

我们的大本营选在红山军马场的天马宾馆。

五、拍摄计划：

每天的拍摄由两个时段组成

- 1、早晨5点以前出发拍摄日出，9点以后返回宾馆休整。
- 2、下午3点以后再次外出拍摄，日落后返回宾馆。

每次拍摄的过程简单而充实：

- 1、驾车——在草原公路上驾车疾驰，奔赴拍摄地。
- 2、负重——背负摄影器材登山、涉水，寻找最佳机位。
- 3、创作——架设相机，纪录美好瞬间。

我想这真的是一种集体力、脑力活动于一身，溶自我与自然于一体的修身养性的好方法。



六、关于器材：

■ 摄影器材

- | | |
|------------------|--------------|
| ① 赛浮图双肩背摄影包 | ⑨ RS-80N3快门线 |
| ② 佳能 EOS5D 机身 | ⑩ 高森测光表 |
| ③ EF100-400L(大白) | ⑪ 备用电池 |
| ④ EF16-35L II | ⑫ 偏振镜 |
| ⑤ EF50/1.4 | ⑬ CF 卡 |
| ⑥ EF100/2.8 微距 | ⑭ 微型手电 |
| ⑦ 金钟碳素三脚架+竖立云台 | ⑮ 遮光罩 |
| ⑧ 金钟碳素独脚架+捷特云台 | ⑯ 干燥剂 |

总重量 12 公斤

需要特别指出的是：长焦镜头在坝上会非常有用武之地。（这恐怕和初学者的概念不大相同：他们通常会认为长焦不适合拍风景。）

■ 汽车：

福克斯 2.0L 运动型，两厢、跑车红

特点：WRC 冠军血统、加速凌厉、尤善弯道。

关于轿车是否适于在坝上驾驶的争议在网上由来已久：

个人认为越野车固然通过性良好，但轿车在公路行驶上优势明显（事实上绝大部分的路途都是公路）。只要车况良好、车技过关、小心驾驶同样无碍。（记得要带上工兵铲和真诚的笑脸，以备万一陷车后的自助与求助。）

更重要的是：坝上实在是太大了，没必要勉强轿车去走只有越野车才能走的路，好风景有的是。



焦距20mm F8 1/15秒 ISO-50 光圈优先 曝光补偿-1

侧逆光很适合表现晨雾，并能够恰当的勾勒出丘陵和树木的轮廓，天上的云彩和草地也显得很有层次。不过它同样能让自动对焦系统不知所措，由于使用的是广角镜头，我选择用“超焦距”的方法解决。



焦距100mm F8 1/60秒 ISO-50 光圈优先 曝光补偿-1

蛤蟆坝是我认为最容易拍出好片子的地方之一，更神的是当地有些老乡都能指给你在什么地方能拍到侧逆光。长焦镜头是必要的，它能让你轻易拍到海对面——侧逆光下的、勾着金边的树木和羊群。



七、拍摄流水账

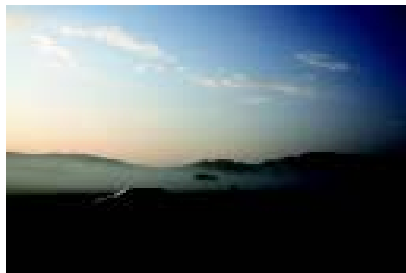
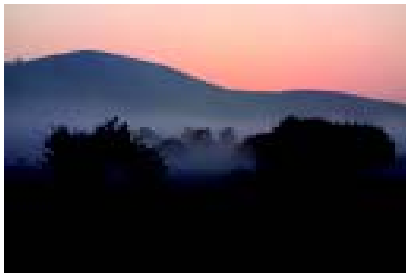
■ Day1 北京—塞罕坝

上午十点从西四环出发，入怀柔上111国道。该路线以险峻著称，一路上重峦叠嶂、坡陡沟深，残破的长城隐现于云雾之间。在历史上，这些天然险阻和人工工事构成了拱卫京城的重要屏障，以至于强悍的北方游牧民族也从未想过要在此处突破。而即便是今天的

门、过界河，于下午六点钟胜利到达红山军马场的天马宾馆。（其实上坝的路线有很多，比较经典的有：京承高速—承德—围场—塞罕坝，该路线路况最好，到达时间最短。八达岭高速—沙城—赤城—沽源—多伦—塞罕坝，该路线坡度最缓，沿途风光最多样，但路线远，到达时间最长。）

■ Day 2 北沟—蛤蟆坝

经放亮，浓重的雾团似乎被阳光稀释，随微风化做千丝万缕，象水一样贴着地面起伏飘荡，节奏舒缓而连绵不绝；远山、烟树、草原随光影流动而时隐时现，此时此景只能用宛若仙境来形容了。再定睛一看，已经是北沟了，要找的山头早已错过。这时车身下似乎有异响，下车一看，原来是发动机护板螺丝松落，护板一边拖在地上了。那就开始摄影吧，真怕雾会



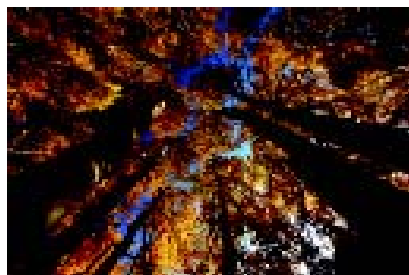
国道，也尽是些陡坡、急弯、S弯。当然应付这些也正是福克斯的长项。喇叭沟门过后山势渐缓，但面对一路的满目苍翠，心中不禁暗想：坝上的叶子黄了吗？下午一点到达丰宁县城，吃过午饭稍事休整，继续沿111国道北上，至牌楼折向御道口。进入御道口牧场后，心情终于放松下来，灿烂的夕阳下我看到了金色的白桦树。停好车，和同来的好友用相机简单的“感叹”了一番。继而沿御克线入塞罕坝西

不到零晨五点，已驾福克斯驶上黑暗而寂静的乌达线。有趣的是晨雾越来越重，甚至开始成团儿的砸向风挡，沙沙的声音清晰入耳，雨刷器也要打开了。这时低温警示灯亮了，车外气温已接近0摄氏度。本来雪亮的灯光似乎被浓雾吞噬了，能见度只有几十米，而雾团儿砸上来的瞬间能见度几乎为零。拐下主路，颠簸着驶向影视基地，我要寻找熟悉的山头，准备爬上去一看究竟。不知不觉天空已

忽然散了…雾的确散的很快，从容而坚决，不到半个小时，北沟褪去了神秘的面纱，一切就象什么都没发生过一样。这时，一辆沪字牌照的福特翼虎不紧不慢的开过来，车主是一位从上海开车过来的摄影师，人家手持之物乃是风光摄影中至尊级的神兵利器—林好夫617+施耐德72mm（成长于数码时代的摄友们只怕无人能识）。可惜，他来晚了一步。

下午驶上刚刚铺就的经乌线，乌黑的柏

油路、黄色的标志线劈向无尽的草原与丘陵，金色的白桦树掩映出斑斓的光影，红色的福克斯一掠而过。这时的驾驶不仅仅是一种到达目的的手段更是一种独特的欣赏方式，而这种行云流水般的韵律大概是摄影不擅表现的吧。桦木沟检查站过后驶上沙石路，几经辗转到达蛤蟆坝，课题为蛤蟆坝的“招牌菜”——一牧归，这可是摄影极擅表现的。

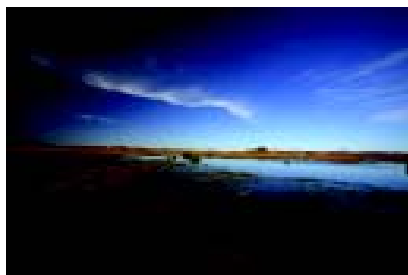


■ Day 3 影视基地—将军泡子

昨天的晨雾太令人着迷了，一路奔向昨日错过的山头，想找回失去的从前。但见太阳慢悠悠的升起，照亮大地的每一个角落，远处的丘陵、近处的树木拖起长长的影子。看来老天可没这么想过。那就做听话的好孩子吧，因为这光线同样适合摄影。

下午直奔将军泡子，那里也是著名的乌兰布统古战场。康熙的舅舅佟国纲将军在镇

压葛尔丹叛军的大会战中牺牲于此，战场边的小湖因此得名。蒙语中乌兰的意思是红色，布统的意思是坛子。放眼望去，果真有座样子就象“翻倒的酒坛”的赭红色小山，远远谈不上雄伟，但由于周围是大片的草原、湖水，使它成为绝对突兀的地标。出了停车场，开始负重行军，强烈的阳光照过来，无处躲藏，虽只穿了件背心，但依然汗流满面。当地的老乡反

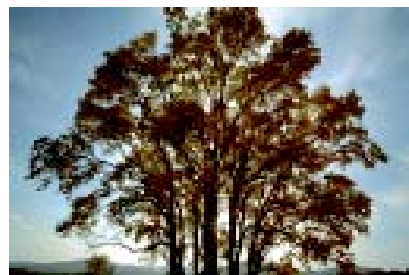


复劝我骑马，但我认为边走边拍正是我想要的。由于没有大朵的白云和适当的前景，大广角镜头只能表现单一的空旷；长焦镜头倒可以把丘陵、牧群、野鸭、湖水、芦苇从容的组成各种画面……不知不觉，已走到泡子的另一边，太阳迅速的落山，余晖被更迅速的吞噬，同来的伙伴不在身边，游人也不知那里去了，我被独自落在了将军泡子，更象被落在了时空的背后——夜空暗蓝，大地旷远，天鹅座张开双

翼横贯苍穹，勺形北斗静静压住朦胧远山。地平线上的灯光隐现无常，灰白色的飞蓬一滚即过，萧瑟西风夹带哨音袭掠脚下，刺骨的寒意直逼发根……好一个乌兰布统古战场！

■ Day 4 三拐子沟

头天晚上和当地人聊天，知道早晨天气不会好，所以睡了个懒觉，要知道连日征战，起早贪黑，真的很累，好好休整一下还真有必



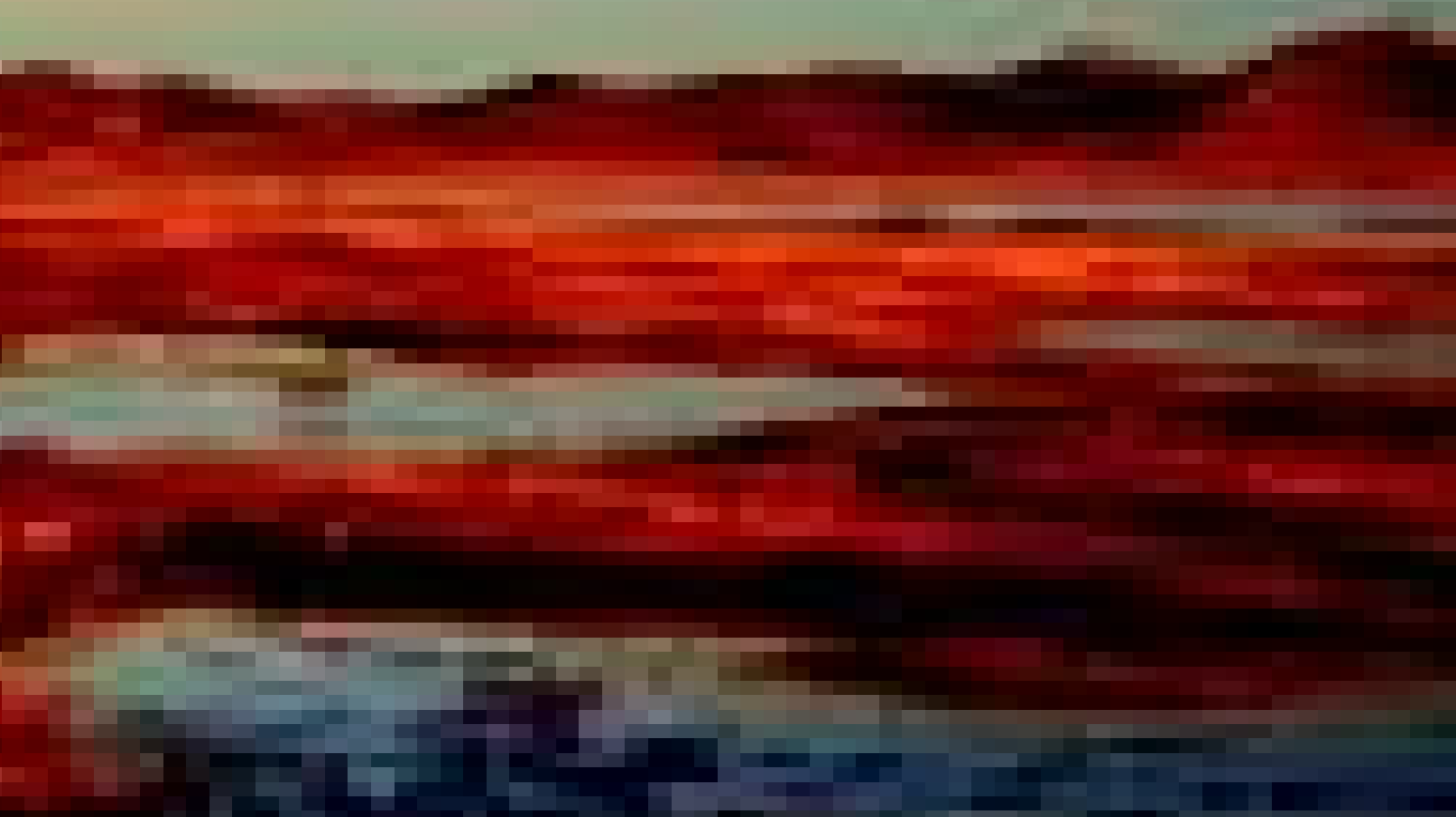
要。下午三点再次出征经乌线，过小红山上土路下三拐子沟。但时隔不久，福克斯再次为沙地及烂路所阻。我等只得卸下装备开始负重与拍摄。

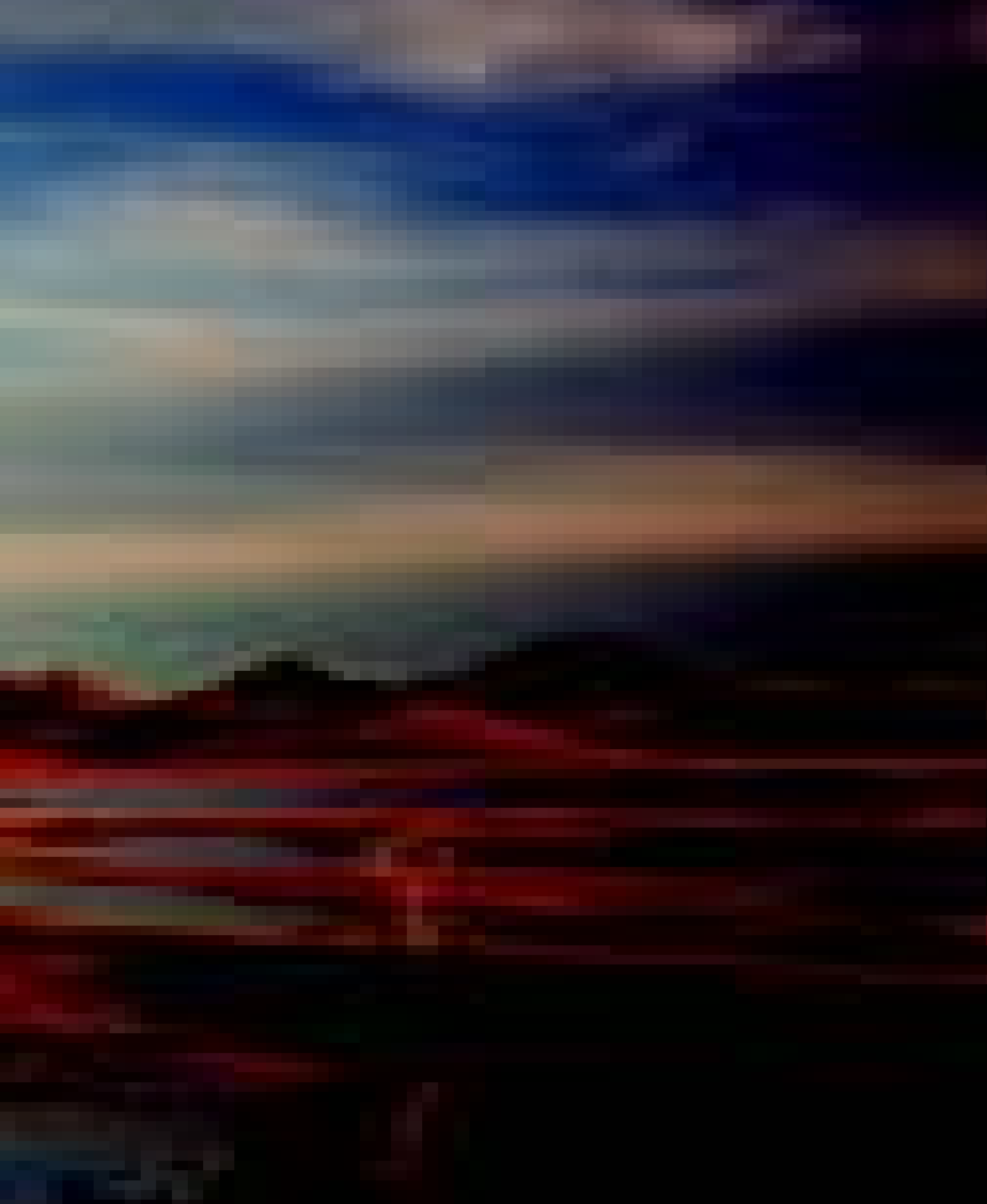
紧张的气息也在悄悄弥漫，从上午开始，各种大、中型旅行车、吉普车、小轿车不断驶入红山军马场，原本冷清的宾馆全都一下子热闹起来；我们住的天马宾馆本来有非常大的院子，一直空空荡荡，但晚上回来后，车子多

焦距 50mm F8 1/30 秒 ISO-50 光圈优先 曝光补偿 -1

标准镜头具有小巧、便宜等优点，如果光圈收到 f8 以下，它的光学素质甚至不会输给任何昂贵的顶级镜头。也许是它本身的视角太平凡了吧，更需要我们能主动发现不平凡的事物。

在落日前的乌兰布统古战场，摄友们或乘吉普或乘马车，从一旁飞驰而过；他们急着赶去拍摄落日的沙丘，而被眼前那棵落光了叶子的白桦吸引，在残阳的斜射下、在萧瑟的秋风里，它质朴的气质和色彩似乎正是古战场的点睛之笔。





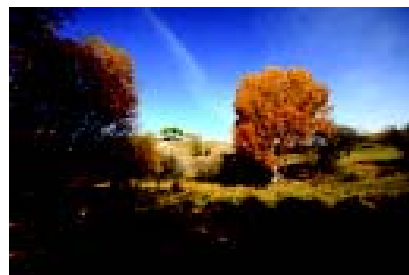
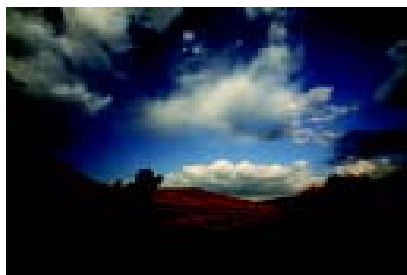
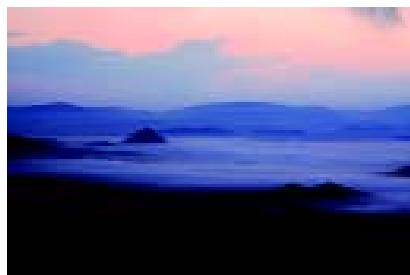
得就象进了沃尔玛的停车场。因为周末到了，而这个周末是最接近所谓“最佳拍摄时间”的休息日了。来自五湖四海的这么多的摄影爱好者，汇聚在这么小的地方，难怪当地有这样的玩笑说法：在秋天的坝上，一片树叶落地的过程中会砸到两个以上的摄影师。而明天好像是个了不起的大日子，各路豪杰摩拳擦掌，把酒论剑，真有点武侠小说的感觉——“武林

的是，要知道当时的气温是 -2°C ，早先一定更冷。停好车，负重登山开始了，背着大包小包的摄影爱好者们象蚂蚁搬家一样沿山脊蜿蜒而行……喘着粗气，挤上山顶，放眼四望，嘿！哪里是什么大雾，简直就是壮观的云海！各路豪杰也各施兵刃，长枪短炮架满阵地（事实上从长焦镜头望出去，几乎每个高地都被占领了）。不过，看得出高手还是少数。很

桦木沟段本是秋季拍摄白桦的理想地点，而灿烂的阳光加之云影的掩映，那里已是一片金色的海洋，继革同学放下豪言：“不用构图，只管按下快门”。也难怪，蓝天白云、金色白桦、辽阔草原似乎无论怎样组合都是美丽的。

■ Day6 五彩山、大峡谷

五彩山在功课准备阶段就是个引人注目的名词，前两次探路也都来过——不算高、苍



大会”要开始啦！我们也有生力军的加入，刘继革、花金亮、李钠于下班后立即动身，终于在后半夜赶到。

■ Day 5 影视基地—小红山至桦木沟沿线

天随人愿，神秘的大雾又出现了。但凌晨五点的乌达线却车水马龙，黑暗中强行军开始了，各路人马都知道要抢时间，占领制高点。而赶到山脚下时，却见黑乎乎的山头上手电、头灯的亮光星星点点——来得更早的有

多爱好者喜欢将三脚架高高的支在四面受风的山尖，架超级大炮于前，昂首挺立于后，董存瑞式的英雄造型与灿烂的朝霞相辉映；不太利于拍摄，但非常利于被别人拍。而真正的高手会选择蜷缩在山尖之下，尽量降低三脚架高度和感光指数，打开反光镜预升设置并使用快门线。最终的画质会说明一切。

下午，天气出奇的好；大朵大朵的白云象舰队一样游弋在万里长空。经乌线小红山至

翠一片与鲜亮的名称太不相符了。答案一定就在秋天，在继革同学的坚持下，我们将五彩山作为这次拍摄的终点。早晨沿乌达线入夹皮沟，经“老二连”驶向五彩山（说实话，这一线的路况更适合越野车行驶，驾驶轿车需要有熟练的技巧和知难而退的勇气）。这些天晚上确实很冷，道路两边的植被都发生了明显的色彩变化，于是五彩山也终于顺理成章的盛装出现了，明黄、暗红、赭石、墨绿、绛

紫…就象画册里的图片。我们平静的接受了这一切,因为在我们的印象里,秋天的坝上本就应该是五彩的。

十一点后,开始返程。午后开始下雨,老天赐予了我们这么多,想来他也该累了。

八、其它:

1、当地早晚温差巨大,拍日出的时候气温会在零摄氏度左右,而午后的气温与北京相仿——着背心短裤也无妨。要准备好相应的衣物。

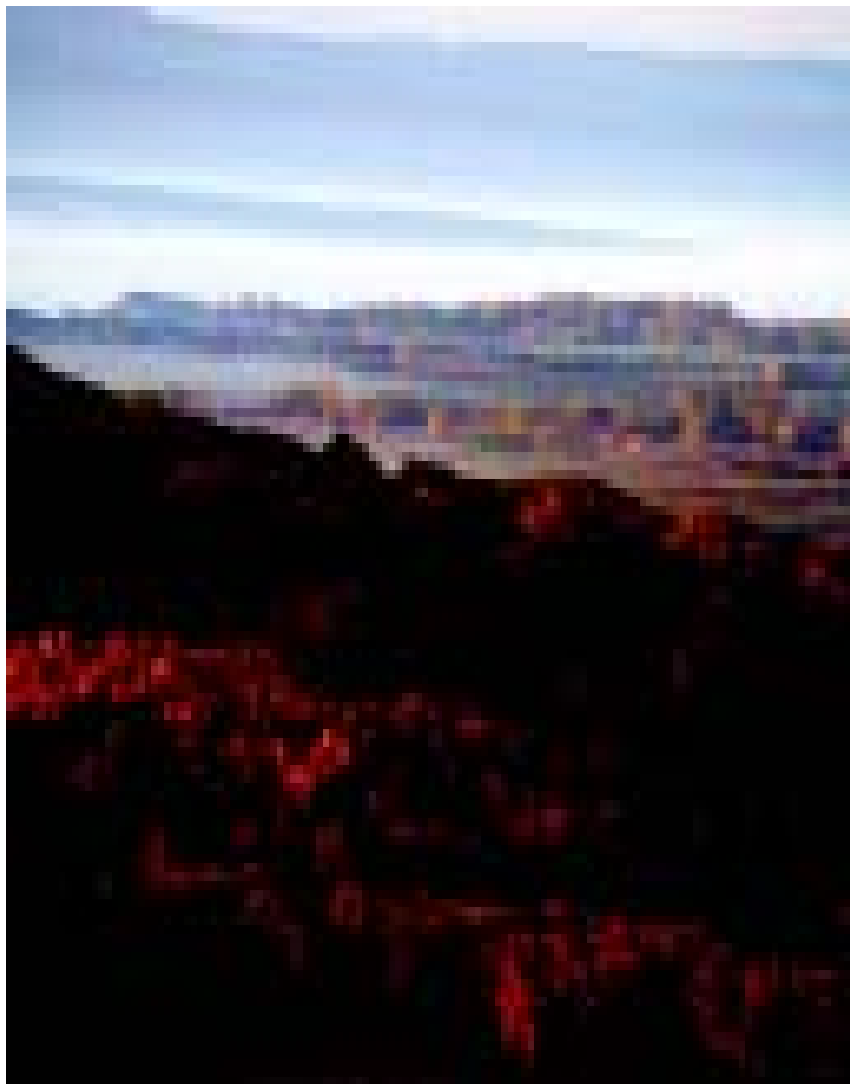
2、即使是最好的宾馆,住宿条件也很一般,勉强接近三星标准。

3、不要浪费时间去寻找什么特色美食,这里的特色是美景。(如果非按习惯性思维去品尝什么内蒙烤全羊之类的东西,通常只会让你记住“后悔”俩字儿怎么写。)

4、当地的蚊子擅长隔着衣服叮人,普通的驱蚊花露水对那些家伙无效。

5、当地旅游管理有待提高,景区乱收费、乱罚款可是挺有名的。要注意多向“老驴”、“老色”及善良的当地人请教。

最后,非常感谢段志光、刘继革以及所有曾经一同上坝探路的兄弟,精彩的历程和迷人的风景能与朋友一路分享是无比快乐的。



焦距400mm F9 1/10秒 ISO-50 光圈优先 曝光补偿-1



焦距400mm F8 1/40秒 ISO-50 光圈优先

光补偿-1.3

超长镜头能够超越人类的视距，它视角窄而空间感紧缩。在城市中它的作用通常只相当于望远镜——拍一拍无法接近的目标；但在广袤的坝上，它独特的味道不仅在于能拍到远处，更重要的是它能将彼此距离遥远的景物压进同一画面（广角镜头则会表现出强烈的近大远小）。



焦距 400mm F8 1/60 秒 ISO-50 光圈优先

曝光补偿-1

常有朋友问：为什么拍风光总选择清晨或傍晚的光线？其实主要是由于这时候的太阳照射角度较低，大地上任何一点凹凸都会被强调出来。受光面、侧光面、背光面以及高光和阴影的过渡与衔接自然而鲜明，于是色彩、层次、质感也就变得丰富起来。



焦距 16mm F11 1/50 秒 ISO-50 光圈优先

曝光补偿-2

大广角镜头可以收纳眼前的一切，并夸张前后空间关系，安排好前景、中景、远景会获得内容丰富而极具冲击力的画面。配合“超焦距”的方法，可以快速的构图取景。如果喜欢高饱和度的色彩别忘了使用偏振镜。

2008 马拉松

文 / 段志光 等 摄影 / 黄一玲 等

2008 年，公司再次组织强大阵容参加北京秋季马拉松赛

2008 年，北京秋季马拉松赛，绿盟科技报名的有 99 人。

其中报全程 38 人，4 人跑完全程：

- 刘继革 3 小时 28 分
- 沈继业 3 小时 45 分
- 王卫东 4 小时 26 分
- 黄国忠 4 小时 37 分

剩余 34 人完成了部分赛程：



北京分公司	吕 韬	13KM
北京分公司	杜岷峰	5KM
北京分公司	杨仲南	10KM
北京分公司	牟秋梅	10KM
北京分公司	孙惟皓	10KM
成都分公司	肖 波	28KM
昆明办事处	张 敏	10KM
成都分公司	韦其昭	10KM
成都分公司	刘杰伟	10KM
成都分公司	陈星辛	10KM
成都分公司	霍 震	10KM
成都分公司	梁 靖	17KM

成都分公司	黎 阳	10KM
成都分公司	李登科	10KM
广州分公司	张 彦	10KM
广州分公司	淡卫华	25KM
福州办事处	卫红军	5KM
南宁办事处	何超频	21KM
上海分公司	顾宏羚	25KM
上海分公司	张广军	22KM
南京办事处	王基霞	16KM
长春办事处	王立秋	6KM
郑州办事处	杜怀军	12KM
合肥办事处	王亚杰	12KM

西安分公司	范 挺	21KM
乌鲁木齐办事处	丁新荣	13KM
兰州办事处	王 君	13KM
总部	白 方	10KM
总部	郭晓鹏	13KM
总部	李 路	21KM
总部	刘 多	22KM
总部	吴云坤	21KM
总部	陈文峰	11KM
总部	段志光	10KM

A. 十公里男子 42 人:

李群、花金亮、陈星霖、夏巍、陶智、刘玮、陈坤鹏、董明武、万慧星、祝国鑫、徐一丁、白方、蒲新宇、樊志甲、王豪、韩英武、孙建鹏、张海龙、牛亚超、孙志华、程利军、梁伟杰、范敦球、孙平、徐晓阳、周博、陈学理、张永利、陈珂、韩永刚、王宝忱、蔡锦森、李守刚、蒋辉柏、杨仲南、孙惟皓、陈程、李钠、陈绍良、胡靖、谢君、纪胜龙

B. 十公里女子 19 人:

宋艳秋、费轶文、姚兰、李文瑾、李彩红、王杨、赵旭、王婧、刘丰、倪颖、杨燕文、王艳、江婷、王俊、牟秋梅、郭芬、方悦、祝捷、牛旭花(家属)

马拉松:千万次的问?—刘继革

有两个问题被人问了千百次!

绿盟科技为什么组织参加马拉松?

你为什么要跑马拉松?

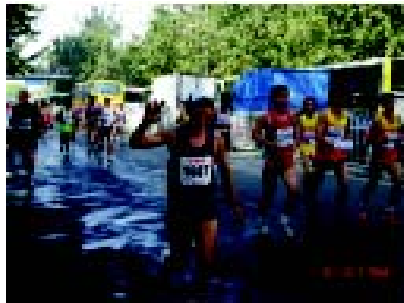
本人非官方通告:

绿盟科技是网络安全界著名企业,“巨人背后的专家”是我们共同的梦想,是我们共同奋斗的目标。为了这个永恒的目标,我们有

精纯的技术和非凡智慧还远远不够。我们还需要有锐意进取、坚忍不拔、挑战自我、超越极限、坚持不懈、永不放弃的马拉松精神。

为了同一个梦想、为了同一个目标,2008年10月19日,绿盟科技的旗帜又一次高高飘扬在天安门广场,长安街上,飘扬在奥体中心,飘扬在马拉松的赛道上。

我们将永远追随绿盟的旗帜,完成我们为之自豪的目标,跑完我们人生的马拉松。在路上——永不止步!

**第一次体验马拉松?**

什么是坚持不懈、永不放弃的马拉松精神?什么是马拉松的魅力?每次跑马拉松,每次的感受都不同,每个人的感想都不同,可第一次总是最难忘!下面让我们听一下几位第一次跑马拉松同事的心声,一起感受一下马拉松。

花金亮:前三年,每年的马拉松赛我都负责拍照片。今年在某些人的强迫、怂恿外加鼓励下,我终于也体验了一把。说实话,上学的时候喜欢短跑,但最怵的就是每年的长跑越野赛。当时的距离大概是20公里,那种痛苦的经历让我后来一直对长跑敬而远之。

今年,其实练习的次数也不多,最远跑到玲珑塔,感觉似乎并不是很难。反而感觉到跑步能够明显改善自己的亚健康状态。我想,今年的马拉松对我来说,它仅仅是个开始。而对很多今年第一次跑马拉松的同事来说,一定也会考虑自己明年马拉松赛的目标……

纪胜龙:第一次报名马拉松,第一次跑了10公里,我跑下来……真的,我跑下来了!1小时25分钟,据悉,比几位常锻炼的前辈还快,啊,真的假的?哈哈!可喜的是一路下来没停留过,腰不酸、背不痛、腿不抽筋、气不喘,10公里处看到我们的拉拉队时才知道已经到了,来了个100米冲刺。明年半程见了!

梁靖:今年是我第一次参加马拉松,由于之前几乎从来没有一次性跑步超过1500米(从我的体型就可以得出结论),因此一直认为马拉

松是极限运动中的极品。但没有想到这次我居然跑了17Km，整个过程“惊天地，泣鬼神”。一路下来，没有想到自己能坚持跑17Km，但个人感觉通过一定的训练，未来跑个半程问题不大。

樊志甲:挑战开始了，晚上基本没休息好。8点20分，终于出发了。真是人潮汹涌啊！开始很慢，大家走到了天安门。好不容易能迈腿跑一两步，基本上就是快速走……，终于可以跑起来了。公司同事都在大约10米以内，跟着旗帜跑。在三公里处轮换到了我拿旗，跑了一会就看不到公司的人了，好不容易遇到一个同事，说是前面有咱们的人，就举着旗往前跑了。可是跑的过程中始终没有见到同事啊，前面的同事跑的太快了！看到8公里的标识，感觉到希望了，加紧两步，到了！！看到拉拉队了！那个亲切啊！上去什么都不说，先吃香蕉！从来没有感觉香蕉这么好吃过！没想到自己这么顺利的跑过了。以前大学体育最害怕就是1000米了，跑完了基本就剩下半条命了！周日跑完，没什么感觉，星期一，下楼时候腿有点疼；星期二，没事了！

黄国忠:人生的第一次总是那么让人难忘，马



拉松更是如此。

■ 先说教训：

- 1). 赛前训练不可马虎。即使我这样的野路子也得讲究些方法，比如提前过肌肉关。这次就教训深刻，平时感觉良好，关键场合腿不争气，要不成绩肯定能更好。
- 2). 鞋子要选好。尽管我买了多威的专业马拉松鞋，但只磨合了一个月，后来听wangweidong同学说要磨合一年才行，难怪我的两个脚的第三个脚指甲分别有很深的血印，跑时还担心指甲掉了，后来发现没那么严重。

3). 跑前休息很重要。前一天一定要睡好，否则肯定影响体力。

4). 要跑全程，凡士林等不可小看。回来发现没涂到的地方有血痕了，不过跑的时候感觉不到。

■ 再说体会：

1). 目标很重要。比如赛前是否想跑完还是跑半程？过程中10公里、半程、25公里、35公里、38公里、终点等分别是我的阶段目标，事实证明有了可达到的阶段目标才能一步步去接近最终目标。

2). 坚持跑。即使是慢跑也不要停下。我后半程跑得狼狈，很多关没挺住，结果歇了几次，走了几段，但感觉再次起跑的时候依然痛苦，所以感觉休息并不能减轻肌肉的疼痛。

肖波:10月19日的马拉松，我应该是保持了较为轻松的心情。之前确定的目标就是我已经有的把握的10公里。（没有受总部兄弟们的干扰）。确定身体的限度是不影响第二天的一个重要商务会面。在一个风和日丽的早晨，宽敞繁华的大道上，充满热情的助威声中，我很快且轻松的过了10公里。再过了半程，时间也才是2小时20分。我基本就是抱着玩的心

情在跑了。实际上我对线路不很熟悉,在看到拐上知春路后,我开始有些兴奋。我在北京最后的工作地点是希格玛大厦,我想怎么样也要跑到这曾经战斗过的地方吧!这时脚上水泡应该是已经出来了,非常的刺痛。想脱了鞋跑,问了救护人员还是打消了这念头。25公里处得到了公司补给站的补充。同时获知我是公司第五个过站运动员。因为我总是空腹跑,这时倒不觉得饿,反而是吃了香蕉后加强了排泄的要求,腹部倒是痛了起来。在28公里处我上了热情的收容车,这车上的志愿者真不错,体谅大家不容易,在离终点3公里地方,开门让我们还愿意尝试冲过终点的人下车。我一瘸一拐的又折腾了30分钟,象征性的冲过了奥体终点线。应该说通过跑,感到马拉松的全程应该也不难,一般人坚持锻炼应该基本也能在关闸前到达。锻炼确是一个长期的事,如果坚持,对自己、对家庭都是件好事。我儿子在看到我围着操场跑的时候,相信对他的人生一定是有帮助的!

(根据公司BBS帖子整理)

2008年马拉松比赛后记—王卫东

10月19日,是开心和骄傲的一天。



A. 成绩轻松提高20分钟

虽然比去年快了很多,比赛过程反而比去年轻松很多,伤痛的感觉也明显没有去年强烈。自信的感觉贯穿整个比赛过程。

去年观众给我加油,我还多少有点怨恨的心理,30多公里的时候,老子都快走不动了,还加油催命。今年每当遇到观众加油,我都会自信的挥挥手,表示一下感谢。

B. 一路享受比赛的过程

去年也许因为太紧张,没时间感受比赛的气氛。今年边跑边想,马拉松比赛真是长跑爱好者的盛会,路边的观众很热情,也很幽默。有人在路边喊了一句:跑不动,走也行。跑步的人中马上回应了一句:走不动,爬也行。

C. 意外的荣幸

刚进入终点,就听光光在看台上喊我,让

我打着公司的大旗向终点冲刺。后来才知道,这个过程还被拍成了纪录片,看来有机会“名垂绿史”。

D. 经验分享

1). 一双好的跑鞋很重要,继革帮我买的跑鞋鞋底缓冲很好,膝盖的伤痛感觉明显比去年小。

2). 平时训练要认真。

3). 准备工作要做好。剪指甲、抹凡士林油、带上点巧克力、赛前清空排泄物,按压肚脐左右两侧的天枢穴,三横指宽处,有利加速排泄。

4). 比赛时气温如果高,就手持海绵,随时擦汗,兼具敷适量凉水于面部的功能,有利降温。

■ 鸣谢

1. 感谢在25公里和35公里处提供食品和饮料的同事,今年没觉得饿,全靠他们的香蕉了。35公里的饮料也很及时,那里刚好没有饮料站。

2. 感谢小花和守刚耐心等候和热情鼓励。

3. 感谢LOG 临阵放“水”,给了我勇夺第三的机会,呵呵。

凤凰涅槃：从风动到 NTA

文 / 陈景妹

传说中有一种鸟，集梧桐枝自焚，在烈火中获得新生，是曰凤凰。在冲天烈焰中，复生的凤凰腾空而起，长鸣直上九重，其羽更丰，其音更清，其神更髓！那一声声长鸣，是解脱的欢愉，是重生的欣喜，也是对未来的召唤……

浴火重生

放下电话，我不禁欢呼起来：“NTA 终于在 A 省移动中标了！……”

随之，办公室沸腾了，大家都喜上眉梢。

历史性的时间定格在 2008 年 6 月 5 日下午 5 点。连日来的研发沉闷也似乎被一扫而空。

确实不容易啊！从产品发布到现在，NTA 已经在多个地方进行试用。然而由于项目周期都比较长，之前还没有一个销售单子。A 省移动的中标，意味着我们的 NTA 终于“开胡”了，咋能不高兴呢？

义无反顾

屈指算来，我入司已经三年多了，时间虽说不算太长，但经历的事情也不算太少了。记得在 NTA 产品上市评审会上，我们自己说 NTA 开发花了 8 个月。沈总却说花了三年，他从风动立项开始算了。从风动到 NTA，确实是花了整整三年时间。三年，不管是对一个人，还是对一个产品来说，也许都应该是一个



值得总结的时候了。我是 2005 年 3 月份，女生节那天（就是妇女节前一天）入职的。入职没几天，就碰上了风动的需求评审会。那时“风动”并不叫“风动”，还没起名，“风动”这个名字还是后来沈总起的。那个评审会，给我印象最深的是沈总指出“一个产品要进入一

个行业，门槛是不会低的”。对于这句话，那时我只是记着了，后来才逐步有了深刻的认识。风动的最终结果，大家都已经是知道了的。失败的原因很多，对于个人来说，除了失败，更重要的是从失败中得到的教训，正可谓“前事不忘，后事之师”。

2006 年 9 月底，风动 V1.0 封版。封版时我们开了一个开发总结会。各人都做了自己的总结，而给我印象最深的还是沈总最后说的那句意味深长的话：“你们的试用期结束了。”

2006 年 10 月，风动组解散，我和张磊进入黑洞组。最初的工作是做 DataCenter。第一个版本的 DataCenter 的开发，除了满足客户集中管理和集中监控的需要外，还有一个目的也是为 NTA 的开发练兵和预演吧。从个人发展的角度看，我应当感谢公司，先给了我一个长达 1 年半的风动开发的“试用期”；然后，又得到了一个作为 DataCenter 产品负责人的项目管理的机会“练手”。

市场是不等人的。用户对流量分析的需求并不会由于风动的解散和NTA的尚未诞生而停止。风动解散前曾经有一个政府网站的销售项目；在NTA发布前，我们利用原风动参加了几个测试项目，还中了某省电力的标。诚然，也很遗憾的错过了不少机会。大家翘首盼望 NTA 的面世。

不断追求

不管怎么说，NTA是幸运的。其幸运，在于有比较强大的黑洞组做后盾。黑洞组多年

形成的工程经验及市场基础，使得NTA要获得这方面的支持，要比弱小的风动容易得多。而公司流程制度与产品组的组成上，也比从前有了比较大的进步。

经历了典型的失败项目，也就了解了很多容易导致项目失败的环节。NTA 开发，我们从一开始就在需求、设计上，力求避免重蹈风动覆辙，特别在性能方面做了很多考虑。

“格物致知”，这是在跟晓虎讨论一个很小的技术细节问题时，而我没认真做检验时

晓虎说的一个词。小小的事件对我却是一种震动。不是由于晓虎的“词语丰富”，而是体会到这个词后面的精神，这是黑洞人所共有的精神。也许这正是黑洞能够取得成功的一个重要原因吧。

调研，不管是技术调研还是市场调研，都是至关重要的。记得去年有很长的一段时间，我常常在深夜，在晓虎的 gtalk 远程指导下，找各种相关论文和相似产品资料来看。而 NTA更是在正式立项前有一个技术预研与原型机开发的阶段。

NTA 的诞生，背后站着许多英雄人物。

风云榜

王卫东：王卫东其多年来对流量分析产品的研究，为 NTA 的研发积累了不少资料，尤其是算法与需求。

丁思捷：数学出身的丁思捷，成功地把理论上的动态基线检测算法，转换成了工程使用的动态基线算法，打破了原风动开发时认为的“动态基线算法无法实现”的说法。

乐艳辉：初出茅庐的乐艳辉，短短的时间内完成了连晓虎都认为“太难了”的路由分析部分的开发。



张磊与美工组:张磊与美工组的通力配合做出来的界面,使得竞争对手的界面在咱们NTA面前相形见绌。

吴铁军:吴铁军对CT600/CT1000的开发,弥补了NTA在数据来源上的不足。

刘添怡:添怡对NTA在路由分析的研发指导,还有基于自身对客户需求的了解提出不少点子,使NTA收益匪浅。

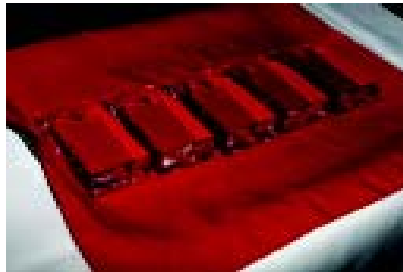
郭良:郭良对新的硬件平台的选型研究,使NTA一直悬着的硬件选型工作终于得以落地,NTA终于有了高性能的硬件平台支撑。

刘志旭:志旭为我们提供了许多系统级的支持,很多问题在他的帮助下迎刃而解。

何玉洁和鲁红梅:NTA的诞生过程,更离不开测试组何玉洁和鲁红梅的辛勤工作。测试组是产品质量的一道屏障,许许多多的臭虫在他们面前显形,无处藏身。

前方将士:前方同事对使用DataCenter的很多宝贵的意见,也被应用于NTA上。

其他:还有李晓霏的文档,生产中心的硬件支撑,各级领导以及很多无法在文中一一列举的同事在NTA的研发与产品化过程中提供的帮助与支持。



执着精神

2008年1月28日,NTA V4.5(第一个发布版本,版本号沿用黑洞现有版本号)上市评审会召开,上市时间定在了大年三十的好日子。经历了春节的长假,2008年3月6日,内部发布会召开。那时候,我也许还没有很清楚的认识到:一个产品的发布,只是产品发展所迈出的第一步,未来的挑战会更大更严峻。

公司内部的测试环境毕竟非常有限。产品发布前,我们开始了实验局。产品发布后,各地的测试项目接踵而来。我也就开始了天天“挨骂”的日子。最典型的挨骂流程就是:工程人员先打电话把我骂一通,然后打电话跟王卫东说一通,再升级就是打电话跟晓虎说;然后王卫东再打电话把我骂一通,然后晓虎再找我问怎么回事。搞得我有那么一段时

间听到电话响就心里发怵。不过从另一方面来看,“挨骂”电话多,表示人家确实用了咱产品,也是一件好事吧。

产品的信心来源于产品的质量。

从发布之日起,我们就开始了对NTA的性能和稳定性方面持续不断的改进,同时开始了NTA产品化功能方面的增强。

经过产品组的不懈努力,前进道路上的坑被我们一个个填平,荆棘也被我们一刀刀地斩除。

现在,我们产品的性能已经可以满足运营商骨干网流量分析的要求,稳定性方面也得到大大增强,除人为因素停止外系统可以持续运行。强大的自定义条件监控功能,灵活的自定义告警功能,体贴的预定义报表及报表组合输出功能……种种新功能的加入,更贴近用户的需求,满足用户的需要。而syslog, snmp get/trap, email告警等新功能的加入,满足了用户在网管方面的需求。

NTA终于确立了自己的亮点,比竞争对手更强的亮点。

曾经有arbor设备而却束之高阁的某用户,试用了咱们的NTA后认为NTA很符合他

们的流量监控与分析需求，已经打报告要求购买。而前段时间又从SNK那传出好消息，说某领导对NTA很感兴趣，认为比NTG更强大，想要全省推广。SNK可是当时“骂”NTA最凶的人啊！

感谢他及其他人的“骂声”，正是在这些“骂声”中，NTA逐渐长大，NTA变得更好。

感谢前线的分支同事，正是他们的努力，使NTA经历了许多项目的考验；特别感谢办事处销售及工程人员，为NTA带来了第一个销售单子。

对我来说，最遗憾的事情是某某网通流量分析项目的失败。销售及产品组都为此付出了很多努力，最终却失之交臂。但同时，这个项目测试也是对NTA产品的一个洗礼，暴露了不少问题也有了很大改进，与此同时还从中获得了用户需求的第一手资料，收获可谓不大。

从失败中走出，我相信以后类似的遗憾不会再出现。

凤凰涅槃，浴火重生。NTA“骂声”渐止，“赞声”渐多。未来的路还很长，还有很多工作需要去做。我相信，在大家共同努

力下，NTA产品会做得越来越好，单子越来越多，销量越来越高。

最后，以一个刚刚发生的QQ对话结束本文。

某分支工程师 20:53:36：今晚过去做在线用户的防护，明天给省公司做演示，然后设备测试下线

cjmm 20:54:01：用户那里有什么反馈吗？

某分支工程师20:54:45：用户觉得还可以，到时候有一些建议，会体现在测试报告里面，都是些小建议

某分支工程师21:15:34：好的，谢谢你们的支持

cjmm 21:15:54：不客气，多给我们搞点单子，哈哈

某分支工程师21:16:18：嗯，某某电信的项目也快了

某分支工程师21:16:34：这个网通，争取在奥运期间确定，呵呵

某分支工程师21:16:48：还有就是移动下周上线测试呢

某分支工程师 21:42:10：这个流量分

析，还是很有市场的前景的，多多完善

cjmm 21:42:34：嗯。我们会不断完善的：)

编后：

陈景妹感悟

很大的收获就是深刻的认识到了性能问题对于一个产品的重要性。

市场是不等人的。

小小的事件对我却是一种震动。不是由于晓虎的“词语丰富”，而是体会到这个词后面的精神，这是黑洞人所共有的精神。

NTA的诞生，背后站着许多英雄人物。

一个产品的发布，只是产品发展所迈出的第一步，未来的挑战会更大更严峻。

产品的信心来源于产品的质量。

经过产品组的不懈努力，前进道路上的坑被我们一个个地填平，荆棘也被我们一刀刀地斩除。

NTA终于确立了自己的亮点，比竞争对手更强的亮点。

从失败中走出，我相信以后类似的遗憾不会再出现。

绿盟科技第七期拓展训练

——个人总结报告

文 / 曲富平

一、收获与体会

其实本来去年我就应该参加拓展训练的, 只是当时脚踝受伤, 没有参加。再加上第五期拓展训练同事们的负面反应(比如环境艰苦、半夜可能被折腾起来紧急集合、急行军等等), 心里其实是抵触这次拓展训练的。不过逃也逃不掉, 只能硬着头皮上了, 反正大家都一样。



务。一个例子是七巧板游戏, 一些组的目标是“使用五种颜色的板拼出指定图形1-6”。比较高效的方法是先找出五种颜色的7块板, 可以用这些板依次拼出1-6, 其间不需要更换板, 只需换图, 从而提高了效率。另一个例子是驿站传书。我们的队伍发明了带有确认功能的并行传递方法, 大大提高了传输效率, 同时也降低了出错率, 最后轻松的获得了第一名。这

短, 把整体的能量发挥到最大。比如最后的求生墙, 4米的高度、30分钟的时间限制, 肯定不是普通人个人能搞定的, 这时需要发挥团队的作用, 同时也要发挥个人的特长。身体结实的人当人梯; 胳膊有力的人先上; “腹肌男”作为最后一个; 其它人发挥保护和协调作用。最后我们以28分钟的成绩漂亮的完成了任务。



经过两天半的拓展, 效果大大出乎我的意料, 现逐条总结如下(排名不分先后):

1. 关于思考与总结

常言道, 思先于行。在确定目标之后, 应该经过一番思考, 采取适当的方法, 有步骤地向目标前进, 而不能不假思索的横冲直撞。实现过程中的好思路、好方法, 也应及时总结并反映到后面的行动中, 有助于高效的完成任

充分说明, 聪明的方法能够事半功倍, 而低头不看方向只能事倍功半。

2. 关于团队精神

Teamwork这个词已经成为了工作/学习中的标准词汇, 但口头上的重复并不一定代表理解, 也不代表能真正的应用。作为团队中的每一个成员, 都有自己的优点和缺点。而作为一个团体, 就应该互相查漏补缺、取长补短

3. 关于挑战自我

俗话说, 初生牛犊不怕虎。小时候的我们天不怕地不怕, 可随着年龄的增长, 这个也不能做, 那个也有危险。碰到困难的任务, 第一个想法: 这个太没谱了, 我搞不定吧。很少参加竞技比赛的人这种想法尤其强烈。其实每个人的先天条件都有差异, 而且不一定能够靠努力来弥补与别人的差距。但如果以自己

作为竞争目标, 获得提高还是没有问题的。这次拓展训练的高空项目就让很多同事挑战了一把自我。虽然在高空腿是抖的, 声音是颤的, 但是下来以后还是很有成就感: “看, 我今天做了以前不敢做的事!” “原来做起来比想像的要容易!”

4. 关于思维定势与创新

由于教育的问题和人生的阅历, 我们在

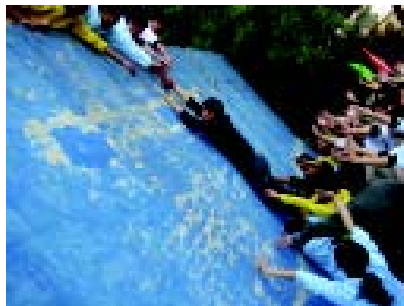
的, 但由于思维定势, 浪费了很多人力和资源。同样, 在最后的团队总结时, 大家设计的图案发生了严重的撞车, 三个队的设计都是“手托地球”, 说明我们的思维已经僵化, 缺乏创新。虽然不能强求我们达到乔布斯的水平, 但没有创新, 就没有发展的动力, 也就丧失了新兴的市场。我们应该在这方面有所加强。

5. 关于鼓励

培训时也讲过, 适当的鼓励有利于改进工作效果, 促进上下级关系, 确实如此。

6. 关于沟通交流

沟通交流是与 Teamwork 一样的标准词汇, 也是现代人生存的一项基本技能。沟通交流, 有助于自己了解别人, 也有助于别人了解自己。没有交流, 就无法取长补短, 就无法发挥团队的力量。拓展训练里的很多团队项目



很多问题上形成了思维定势, 丧失了创新性。再次以七巧板为例子, 教练开始时宣布“不能把任务拿给别人看”, 因此我们就下意识的认为“不能把任务告诉别人”。虽然这里边有一定的文字游戏成分, 但我们还是错失了打“擦边球”的机会——不能给别人看不代表不能给别人说。其实七巧板项目里六个组只有两项任务, 如果事先知晓, 快速完成是很容易

挑战自我是一个艰苦的过程, 如果有周边的人能够给予鼓励, 往往会产生强大的动力。在挑战“攀爬圆木”的项目中, 前三组都没有成功完成。轮到队长所在的第四组, 眼看已经胜利在望, 只差一层, 但小组两人已经体力不支, 缺乏后劲。其它队友齐声高唱队歌, 按队长自己的话“顿时感觉全身都是力气”, 终于胜利爬到了最后一格。前不久人力资源

结束后, 教练都留下一部分时间让我们自由交流。通过交流, 你会发现每个人都会有不同的想法, 这其实是向大家展示自己能力的舞台, 也是一个向别人学习的好机会。

7. 关于学习竞争对手

三人行, 必有我师焉。竞争对手和我们一样有共同的目标, 当我们遇到困难或者做的不好的时候, 不妨观察一下竞争对手是怎么

做的。取其精华，弃其糟粕，说不定能做得更好。一个例子就是“鼓颠球”的游戏。一开始我们队伍没有掌握好方法，成绩总是不够理想，因此我们暂时放弃，改练别的项目。后来发现旁边的悍马队确实“彪悍”，成绩不俗，我们这才意识到，这个游戏其实不如想像的困难，照葫芦画瓢训练一番，果然成绩有大幅提高，虽然最后比赛没有发挥好，但确实从别人那里学了一手。

8. 关于标准、执行与反馈

标准是人们总结出来的统一性方法，如果大家能够严格执行，就能提高效率、减少人力和资源的浪费。标准是执行的前提，执行是标准的实现方式，同时还要有反馈来确保执行的正确性。仍以“驿站传书”作为例子，我们需要事先约定好数字用什么表示、符号用什么表示、确认正确怎么表示、并行传输如何实现等等，此即为标准。实际比赛的时候严格按照标准来实现，此即为执行。不过第四轮比赛的时候，我们小组的成员出了差错，导致传书错误，这也从侧面体现出强力执行的重要性，否则标准也就名存实亡了。



9. 关于人性化

这次拓展训练人性化做得很好：

- a. 吃，种类丰富，营养搭配合理，卫生也有保证；
- b. 穿，有统一的外套，对天气变化也事先发通知让大家做好了准备；
- c. 住，两人一个标准间，比较舒适；
- d. 行，运动量相对不大，大家都可以接受；
- e. 人为关怀，公司的同事准备了急用药品，解除大家后顾之忧。

虽然拓展了两天，大家都比较累，但是心情愉快，也不会出现之前担心的那种“抵触情绪”。有了好的口碑，以后的拓展活动也更容易开展。

10. 关于同事人际关系的建立

由于工作部门的关系，平常接触的其他部门同事不多，而且对同事的了解基本上都是技术层面的，只有对参加英语角的一些同事有立体的了解（兴趣爱好、业余生活、人生观、世界观等等）。通过两天多的共同生活（共同完成项目、夜晚和室友卧谈），又对更多的同事有了进一步的认识。这对于共同兴趣的培养和改善工作关系都有不小的促进。

二、意见建议

1. 拓展的节奏比较紧凑，早晨6:45集合，晚上10:00多才回去，晚上再聊聊天，基本上每个人都睡眠不足，建议节奏稍微放缓。
2. 有些拓展项目在电视上见过，因此训练效果就大打折扣。
3. 拓展设备稍显陈旧。爬的圆木有不少碎屑和裂缝，造成我的胳膊多处划伤；生存墙做人梯的时候，虽然把人给架上去，但是噼里啪啦掉下来一堆墙皮。
4. 园子里的花花草草比较多，因此蜜蜂、蚊子、臭大姐也比较多，建议以后发点驱虫的花露水之类，避免出现被虫子蜇咬的情况。

拉萨映象

文、摄影 / 张端

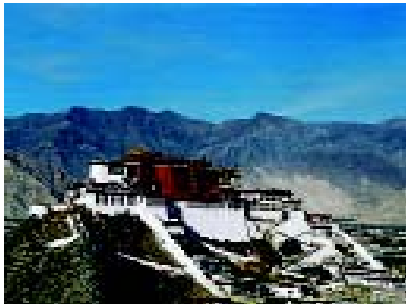
(一) 缓慢

拉萨是一个慢半拍的城市，究其原因却是一个综合性的结果。首先当然是青藏高原闻名世界的高海拔带来的所谓高原反应，让人的动作不由自主地慢了下来。高海拔的缺氧毋庸置疑的会造成一些生理上的不适，比如轻微的头疼、失眠，扫地也像是一种剧烈运动。但是让人痛苦的症状在时间和程度上都

大西藏的感觉，宗教如是、风景如是、高反也如是。试想到如此美丽神秘的地方，必然要付出相等的代价，怎么能轻而易举的就触摸呢？第二，从高原下来的人们，不好意思直接夸耀自己的勇敢和气魄，只好通过夸大西藏的恶劣环境来从侧面衬托自己高大威猛的形象。所以，对向往西藏的朋友，我的观点是只要身体健康想来就来，越早越好。等你一拖再

要求；可能这里机会大于竞争，所以人们不必为了一份工作而争得头破血流。总之，对于有任何一技之长的人，在拉萨都能轻松地找到一份合适的工作。拉萨其实是一个很小的城市，没有拥堵的交通，也不用花一两个小时在上班的路上，加之每天六个半小时的上班时

间，所以一切事情都可以慢条斯理地来处理。拉萨的慢也和人流的组成结构有关。这



是比较轻微的，绝大部分人都会很快地适应（我属于完全免疫的那种，不论是3700的拉萨还是4700的纳木错），所以来到拉萨你到处都可以看到满街飞跑的小孩和年过花甲的老人。我不知道何时人们开始对高原反应的妖魔化，夸大和误解高反的效应。后来慢慢的觉得原因有两个方面。第一，没有去过西藏的人由于充满了对神秘高原的向往，往往会夸

拖，到了拉萨的天空不再蔚蓝，云朵不再雪白，湖水不再清澈，信仰不再坚定的时候，一切都只能靠想象了。

言归正传，拉萨的慢也体现在生活和工作的节奏上。很多从内地上来打工的人都告诉我，拉萨挣钱比内地容易得多。可能这里还不够发达，企业管理还没有象国际都市那样严格和规范，对于考勤和业绩也没有苛刻的

是一个典型的旅游城市，在旺季的时候，到处都汹涌着世界各地来的游人，宾馆再贵都有人住，床位再多都不够用。游客都是悠闲的，没有谁会在八角街匆忙地追赶自己的行程。到了淡季，游人如潮水般的退去，整个世界安静了。宾馆空着大量的床位，很多旅游相关的人士纷纷返回内地，布达拉宫也不用排长队预约了。八角街琳琅满目的旅游纪念品慢慢

变成了生活日用品，因为牧区来朝拜的藏族同胞越来越多了。布达拉宫、大昭寺门口出现了大量磕长头的人们，他们用身体的长度丈量着理想和现实的距离，坚定的信仰和漫长的时间是他们最宝贵的财富。拉萨也有很多常驻人口，一种是在固定单位工作的人员，还有一种是为了来拉萨而来拉萨的人。工作不是他们的目的，只是他们在拉萨停留的一种



手段。他们有的是向往这片神奇的土地，有的是为了升华自己的灵魂，有的是为了给受伤的心疗伤。这些人给拉萨注入了一丝浪漫、流浪和酸楚的复杂元素。这也是一群慢节奏的人，他们在寻找心灵的方向，这是一场虚无和漫长的探索。

拉萨虽然缓慢，但是可以让人的身心都得以平静，这也是很多人不愿离开的原因。

(二) 矛盾

拉萨是一个矛盾的城市。这里的矛盾毫不影响构建和谐社会的伟大方针，反而恰恰是和谐和包容的体现。这是现代和传统、无神和信仰的矛盾。

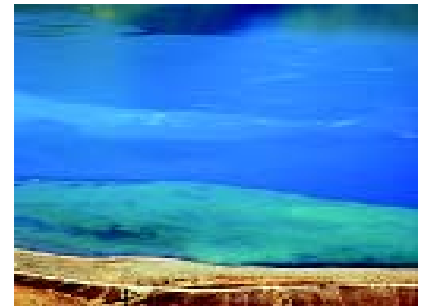
拉萨有两条最著名的路：北京路和八角街。一条是本地人生活的中心，一条是旅游者的圣地。走在北京路上，这里除了天更蓝一



些，云更白一些，阳光更热烈一些，你感受不到拉萨和其它内地中型城市的差别。马路旁的橱窗里摆着琳琅满目的商品，ONLY、VERO MODA、Jack Jones各种时尚的专卖店鳞次栉比。如果拉萨都是这个样子，我想它也许会成为中国最不具魅力的城市。

幸运的是，拉萨还有布达拉宫、大昭寺和八角街，还有保存了千百年的历史、文化和

信仰。走过大半个中国，只有这片神奇的高原依旧如此的传统，仿佛是一片与世隔绝的净土，宁静致远。八角街上，藏族同胞们穿着传统的藏式服装，手摇着转经轮，顺时针地沿着大昭寺缓行。身旁时而有磕长头的信徒，一步一步，五体投地。（磕长头先取立正姿势，口中念念有词，多为诵六字真言“唵嘛呢叭咪吽”，一边双手合十，高举过头，然后行一步；



双手继续合十，移至面前，再行一步；双手合十移至胸前，迈第三步时，双手自胸前移开，与地面平行前伸，掌心朝下俯地，膝盖先着地，后全身俯地，额头轻叩地面。再站起，重新开始。

在此过程中，口与手并用，六字真言诵念之声连续不断。）这种仪式无论出现在世界的哪个地方，我想都会有无数人驻足围观，只有在拉萨人们才会如此习以为常，如此平淡从容。

围着大昭寺的转经叫做小转经。在拉萨还有大转经,需要围着布达拉宫、小昭寺、大昭寺转一圈,此时,现代和传统碰撞到了一起。江苏路是大转经的必经之路,那里有最能体现当代科技的电脑市场。玻璃墙内陈列着最新的科技产物,店员漠视着转经的人们;而转经的藏民或摇转经轮、或磕长头,口中念念有词,完全不理睬周围的事物。这是两个没有



交集的世界。

周末到哲蚌寺游玩,看到了几个藏族的年轻人,打扮的及其嘻哈。矛盾的是,他们双手合十在胸前,虔诚地在一个个佛像前顶礼膜拜。外来的文化正在逐步地侵蚀着这片最后的净土,我的心里也充满了矛盾。一方是让西藏享受科技和文明的果实,紧跟世界的脚步;一方是保留这最纯真的传统和文化,不仅

仅是建筑和街道,更重要的是人的心灵。

寒冷的深夜,我坐在玛吉阿米二楼,靠在有着百年历史乌黑沉重的藏式长椅上喝着暖暖的咖啡,看着冰冷窗外昏暗路灯下沿着八角街一步一个长头缓慢前进的朝拜者的背影。恍惚中我仿佛坐上了时间机器回到了拉萨的过去,不知道我和他们哪一个才是真实的存在。那一刻,那种矛盾的感觉强烈的无以



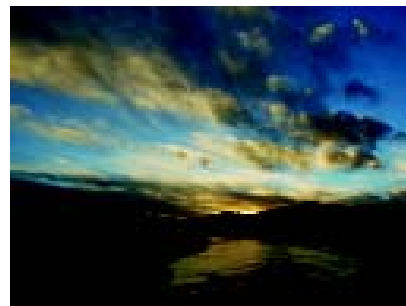
复加。

(三) 艳遇

西藏是一个神奇的地方,在这片最接近天空的地方,在壮美山河的感召下,人心灵的枷锁会变得非常的脆弱。以往那些压抑的、隐藏的、克制的本色和激情,会在这里释放和迸发。许多在公司里唯唯诺诺、在朋友圈里沉默寡言人,在这里往往会发生翻天覆地的变化。

象我如此内向的一个人,也曾在甘丹寺后的山顶上振臂狂呼、无所顾忌。

释放激情,将心灵和天地融为一体的美好感受,让人终生难以忘记。但是激情释放的副作用也很明显。据说拉萨是一个催化情感的绝佳地点,也是艳遇的高发区之一。有人形容只要在玛吉阿米喝上半天咖啡就不会空手而归,可惜我已经心有所属,没有尝试。一日,



在拉萨的出租车上听着电台广播,当天的主题就是艳遇。男女主持人极尽无耻之能事地夸耀着自己的资本和艳遇的经历,听得我消化系统险些暴动。突然,男主持话锋一转说道,在字典里面艳遇的解释是:指一切和美好事物的偶遇。我一听之下如醍醐灌顶,顿时觉得以往那些YY和情色的想法对“艳遇”一词是如此的衰淡。男人往往会把这些带着擦边

球性质的词汇,向着狭隘的方向去考虑,而忽略了其更加广阔的内涵。

我不禁想起了在这里的一次次艳遇。巍峨的布达拉宫、动情的大昭寺、白雪皑皑的念青唐古拉山,最后我的思维停留在了纳木错。我和纳木错之间的纠葛很难说是艳遇还是苦恋。前前后后去了三次,这个美丽的圣湖却一直没有对我揭开神秘的面纱,让我看到她最美丽的容颜。

纳木错不论是在照片中,还是在想象里都是那种湛蓝的天空、蔚蓝的湖水,高耸的雪山和一朵朵白云组成的一幅天堂般的美景。很不幸的是,当我第一次踏足纳木错的湖边时,阴暗的天空、浓浓的雾气把它藏得如同深闺中的少女一般,无法一睹真容。没有蓝天、没有白云、没有雪山,只有清澈的湖水和雾气。回来后被拉萨的朋友笑话,在这个天天都是艳阳高照的地方,我居然遇到了难得的阴天。也许美丽的东西不能太容易得到,也许老天要给我一点点考验,所以我暗下决心不能放弃。

时过半年,在经历了几乎一个通宵的割接后,我强忍睡意,坐上了去当雄的客车。我



没有跟团、没有在拉萨包车,而是根据无数驴友的攻略先到当雄,然后在当地同其它游客合包一辆越野车直到纳木错。天气很好,心情很好,因为我准备在那里待上两天,我相信西藏的天气不可能连续出现两天的阴天。车到当雄,在去纳木错的丁字路口上真的停着很多待租的越野车,我仿佛看到了幸运女神在向我招手。但是我忽略了圣湖神奇的一面,她仍然没有满意对我的考验。包车一般需要四个人,我忘记了那时是十月的淡季。我一个人坐在路沿边,在烈日下足足等了三个小时。没有看到一个背包的游客,只看到了一辆辆从拉萨直奔纳木错的越野车在我面前扬长而去。心情跌到了谷底,一怒之下,我又乘上了返回拉萨的客车。花了9个小时,却连纳木错的边都没有看到。拉萨的朋友已经把此当作了笑

柄,每当他们想刺激我的时候,就会以纳木错开始话题。我无语。

这次我到了拉萨,纳木错之痒又开始侵袭我的意志。4月的纳木错还没有开湖,即使去了也无法看到湖水的样子,只有厚厚的冰面。明知如此,我仍然无法抗拒地再一次前往那心目中的圣湖。一切都很完美,蓝天、雪山和一望无际的冰面。虽然缺少了湛蓝的湖水,但是冰封的纳木错却多了一份苍凉和冷漠。这是另一面的圣湖,这是不为人知的纳木错。尤其是天空中那低低的、凝重的白云在湖面上不停变幻着,更为纳木错增添了无比的气势和神秘。

三去纳木错,我看到了她的忧郁,看到了她的冰冷,但却没有看到她明媚的笑容。也许这也是一种另类的幸运吧,让我在麻木于西藏的山山水水后,还能拥有一点点心痛和牵挂,也拥有了再上高原的理由和动力。

我期待艳遇纳木错的每一面。

蹦极，人生

文 / 刘丰 摄影 / 孙惟皓

蹦极跳起源于南太平洋岛瓦努阿图的一种成年仪式。几百年前瓦努阿图男人们必须经受住高空悬跳的考验，才能算是到了成年。而今天，凡是完成蹦极跳的人都能够拿到“勇敢者证书”。

10月26日随同公司一起组织出游，亲身体验十渡的蹦极后，我才真正明白蹦极的确是勇敢者的游戏。



当我穿过羊肠小道走向蹦极台时，我的内心充满兴奋与渴望，甚至非常激动，狂想着那种接近死亡的恐惧与兴奋。然而当我站在55米高的蹦极跳台往下望时，我倒吸了一口凉气。从下往上看感觉没有那么多高，但当你真正站在跳台时，那个高度让人眩晕！侧面是坚硬无比的石崖，脚下是深不可测的湖水，生平第一次我体会到什么叫害怕。

工作人员给我称了体重，用胶布在腰上

帮把我衣服绑紧，然后要求我把鞋带反绑在脚踝后。接着，把一端固定的一根长长的橡皮绳绑在踝关节处。之后，我站在跳台上，双脚伸出一些，两臂伸开，双腿并拢，工作人员问我：“准备好了么？”。我点点头，只见工作人员将绳子往下一甩，我的心一紧……

几秒钟后，我被推下去了~，贴近死亡的感觉，恐惧在于整个过程完全清醒，能明显



感觉头部压力越来越大，心脏负荷也难以承受。当到达最低点时，橡皮绳再次弹起，我被拉起，又落下。蹦极最恐怖、最惊险且最刺激的地方也就在此。“享受”着这种未知，不知自己的高度，也不知下一次自由下落是什么时候。这样反复几次直到橡皮绳的弹性消失为止。当我被“解救”下来，一种“喜获重生”的感觉油然而生。

岸边，看到公司同事们关切的眼神，听

到大家关心的话语，我的心里暖暖的，十分感动！在空中，当我尝试刺激的蹦极并因快速的高空坠落使我感觉仿佛掉入无底洞，整个心脏要跳出的时候，我感到一丝恐惧；可就在这时，北分全体员工的加油呐喊声给我带来了巨大的鼓舞，套用现在流行的话语 此时，我不是一个人在战斗！

蹦极是人生一次难忘的经历。但对我来



说，难忘的不仅是当时的紧张刺激，更难忘的是来自绿盟北京分公司大家庭般的关怀。激动的心情已经平复，暖暖的感动却深深地留在心底……

注：感谢吕总的关怀，感谢杨仲南与我分享经验，感谢孙惟皓拍摄的精美相片，感谢蒋辉柏拍摄的MV，感谢倪颖和王婧一直在身边陪伴我，感谢每一位同事朋友的鼓励和支持，谢谢大家！

绿盟科技综合信息概览

孙玉院士、屈延文教授莅临绿盟科技参观指导

9月2日下午，中国工程院孙玉院士、中国信息产业商会信息安全产业分会常务副理事长屈延文教授莅临绿盟科技参观指导。沈总代表公司欢迎孙玉院士、屈延文教授的到来，并详细介绍了公司成立背景、行业地位、技术优势等方面的情况。行业技术部总监陈珂就公司产品、服务、研发等方面的建设做了进一步的详细介绍。

孙玉院士、屈延文教授在认真听取了沈总、陈珂的介绍后表示对绿盟科技有了更全面的了解，并对绿盟多年来在漏洞研究方面的工作及所取得的成果给予了高度的评价。



孙玉院士还特别勉励说，绿盟科技长期以来参与了众多通信行业安全方面的建设工作，



积累了丰厚的行业经验，为中国通信行业安全的发展做出了贡献。希望绿盟在今后能够精益求精，提供更多好的产品 and 解决方案，特别是在抗拒拒绝服务攻击、流量清洗方面，发挥自己企业的长足优势，做精做强，为中国通信行业安全和发展做出更大的贡献。

公司奥运安保工作受到主管部门表彰

日前，第29届奥运会安保协调小组网络安全指挥部在京召开表彰大会，对刚刚结束的北京奥运会、北京残奥会的网络安全保卫工作进行了总结和表彰。公司总裁、奥组委技术部网络安全特聘专家沈继业出席了会议。

表彰大会上，公安部副部长张新枫发表了重要讲话。演讲中，张部长肯定了参与网络安全保卫的单位和专家的积极努力和工作，并为

在网络安保工作中表现突出的企业颁发了纪念奖牌。沈总代表公司接受了“2008年北京奥运会、残奥会信息安全保卫工作纪念”奖牌。

绿盟科技参加CNCERT/CC应急服务支撑单位表彰大会

9月26日，CNCERT/CC应急服务支撑单位表彰大会在国家计算机应急协调处理中心(CNCERT/CC)多功能厅召开。各应急服



务支撑单位均派代表参加了会议。

会上周勇林副处长介绍了奥运期间各单位的网络安全保障工作情况。在奥运期间，绿盟科技提供漏洞信息72条、网站被攻击信息84条。黄澄清副主任赞扬了各支撑单位在奥运期间的工作，他提到应急协调机制不断成熟、应急服务不断规范、行业用户对网络安全

服务的需求逐渐增大。也希望各支撑单位不断总结,与CNCERT/CC在更广泛的领域密切合作,为用户和国家做出更大的贡献。

马蕾副主任还宣读了个人表彰名单。绿盟科技共有八名员工获得奖项,其中一等奖1名,二等奖2名,三等奖5名。于旻作为优秀个人代表发表获奖感言,他的热情洋溢的讲话博得了大家热烈的掌声。

CNCERT/CC领导莅临绿盟科技参观指导

11月13日,国家计算机网络应急技术处理协调中心(CNCERT/CC)黄澄清主任、云晓春总工程师、孙蔚敏处长一行莅临绿盟科技参观指导。

沈总代表绿盟科技欢迎黄澄清主任、云晓春总工程师、孙蔚敏处长的到来。在交流会上,公司向CNCERT/CC领导详细、深入、系统、全面地介绍了绿盟科技多年积累的、领先行业的、最具核心竞争力的技术成果,围绕绿盟在漏洞挖掘、漏洞分析、协议分析、攻防研究、合规与服务、前沿技术研究六大方面从理论基础、成果、应用的角度,高度展示了绿盟科技深厚的技术实力,得到了CNCERT/



CC领导的认可。

黄澄清主任在认真听完报告后表示:“绿盟科技是一家很有特点的公司,在国内同行业内具有很强的优势。中心(CNCERT/CC)这几年的发展和网络安全企业的发展分不开。国家机构有国家机构的优势,企业也有企业的优势,企业更敏锐,对市场、动态的把握更快一些。所以中心也希望在以后能和企业进一步加强合作,优势互补,取长补短,双方更好的合作发展,更好地承担国家责任。”沈总代表绿盟向黄主任表达了感谢,并强调双方在今后多沟通,加强合作,绿盟也会积极配合中心(CNCERT/CC)的工作,为国家承担更多企业应尽的责任。

此次CNCERT/CC核心领导一同到绿盟参观交流,增进了双方的沟通,促进了CNCERT/CC对绿盟科技更多的了解与认

可,为双方今后的合作奠定了良好的基础。

公司正式启动云安全计划——全面掌控互联网安全

10月7日,公司宣布正式启动云安全计划。公司将因此成为国内第一家进入云计算和云安全领域的网络安全厂商。

绿盟云安全计划包含具备多种能力类型的安全云,目的是通过对互联网进行大规模集中分析和汇总,发现其中的恶意网站,然后同步更新至绿盟中心服务器群,并最终应用到客户关键应用以及部署的安全产品中,从而达到更有效地应对当前快速多变的安全威胁。

公司云安全计划还包括适用于异常流量清洗的安全云,这种模式已经在多个运营商骨干网和城域网得到了广泛的部署,此次推出的检测恶意网站的安全云将会与异常流量清洗安全云相结合,从应用及内容安全层面提升用户的安全体验。

公司未来将持续增加在云安全相关领域的技术和资源投入,同时在全球范围内大规模部署中心服务器群,并在2009年推出包括

内容安全监管、异常行为审计、应用安全交付等多种计算能力的云模式，实现从局域网安全防护向大范围网络环境安全治理的根本转变。

“百城互动讲座”正式启动

8月底，“绿盟科技信息安全解决方案成功案例——百城互动讲座”活动正式启动。本次活动通过讲座和互动交流的形式，分析中小企业面临的常见安全问题，分享典型的成功案例与解决方案，从而给出适合参会企业的最佳网络安全解决方案。



本次“百城互动讲座”将通过覆盖东北、华北、华南、华东、华中、西北、西南近百个大中城市，为近3000家中小企业客户提供新颖实用的网络安全体验，让客户切身感受到专业网络安全技术带来的实用价值。

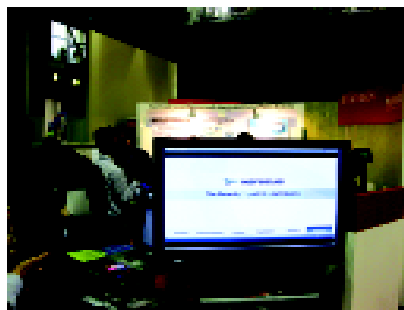
上海分公司“绿盟科技队”荣获羽毛球赛亚军

为期两天的“华商时代·美津浓杯”羽毛球公开赛于9月20、21日在上海市闵行体育馆举行，1000多名业余“羽林高手”挥拍上阵，一试身手，在此上演了一场激情四射的羽



毛球大赛。上海分公司组建“绿盟科技队”参加了此次比赛，经过两天的激烈角逐，“绿盟科技队”取得了男子团体亚军的骄人成绩。

公司参加新加坡电信展会



2008年9月，由新加坡电信（SingTel）

主办的新加坡电信Singtel I.Luminate展会在新加坡国际会展中心隆重召开。Singtel I.Luminate 展会是新加坡电信公司举办的由 Singtel 供应商 / 合作伙伴参展，面向 Sintel 用户的封闭式专业展会。作为面向国际市场的企业级网络安全解决方案供应商，绿盟科技携手作为此次展会金牌赞助商的新加坡合作伙伴在展会上精彩亮相，同时展出了业界领先的 IPS 入侵防护、远程安全评估、WEB 应用防火墙、内容安全管理等安全产品与解决方案。展会期间，绿盟科技参会人员与新加坡电信及其广泛企业客户进行了积极的业务沟通，展示了公司在安全领域的雄厚实力。

奥运值守表彰纪念

在公司总部10月份的例会上，李路副总裁代表公司就奥运安保的应急工作做了总结。从奥运安保的各方面需求、产品应急准备、服务应急准备、应急组织工作、回顾与展望几个层面对公司参与奥运安保应急工作做了细致的阐述和深入的分析总结。

公司参与奥运安保得到了多家主管机构的表彰和认可，得到了客户的信赖。荣誉的后



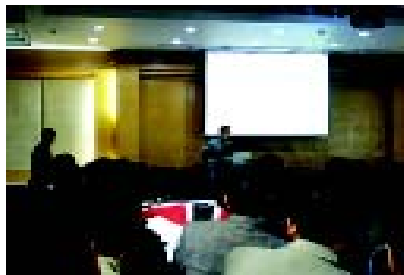
面是责任。为了确保奥运赛事的正常进行,公司包括总部在内的80名员工,两个人一组、三班轮岗,以惊人的毅力、精湛的技术、专业的服务和对客户对工作尽职尽责的崇高精神投入到奥运7X24小时的值守中。他们是公司最可爱的人!作为表彰,沈总代表公司为他们一一颁发了装潢精美的奥运闭幕式纪念车票奖品一份,以表达公司对他们工作的感谢和认可!

信用定级站高一步 消防演习走进一步

11月4日,公司总部11月份例会在益泰大厦9层召开。

会上,信息管理部罗爱国首先就总部个人安全信用体系的定级考试情况,向大家做了总结汇报。考试只是一种形式,个人安全信用定级旨在评测员工的个人安全技能和意识

水平,了解和促进公司的整体安全水平。鉴于近期发现总部的个别同事仍然在工作时间下载P2P,罗爱国强调:为保证公司业务的运营正常,公司将严格杜绝P2P下载。另外提示,如果公司内部员工发现公司安全隐患后,不要在公司BBS上上传播、发布,要遵循公司的安全管理制度,通过走正式的汇报和处理流程来妥善解决。



时值“11.9消防日”来临之际,办公室段志光针对物业大厦拟举办消防演习的事情做了工作动员和部署,通知公司总部全体员工参与11月12日上午9:15举办的消防演习。通过演习“防患于未然”,加强对消防概念和消防知识的了解,并在日常工作中保持高度的警惕和重视。

例会最后,沈总就10月份的经营情况做了通报。宣布公司“绩效产出系数”将于近期

在公司内网挂网发布,届时,大家通过登陆系统,可以清楚地了解到自己的绩效情况,找出差距,做好本职工作。

绿盟科技成功举办第七期拓展训练

2008年10月11、12日,怀柔雁柏山庄,绿盟科技第七期拓展训练营的59名成员度过了充实而难忘的两天。在这短短的两天里,从陌生到熟悉,从生疏到默契,从距离到信任,简单的文字很难真正表达出个人在突破和成长时的那份欣喜与感动。

此次拓展,许多同事表示受益匪浅,意犹未尽,有苦有甜有失败有成功。但我们拥有了一群能在最困难的时刻拉住双手共同成长的队友,那种默契与信任即便是回到原有的生活工作中,也要一直铭记于心,应用于行。



THE EXPERT BEHIND GIANTS

巨人背后的专家

长期以来，绿盟科技致力于网络安全技术的研究，为政府、电信、金融、能源等行业提供优质的安全产品与服务。在这些巨人的背后，他们是倍受信赖的专家。

“个人数码设备和信息家电的安全问题在未来三五年内会越来越突出，但是大多数人尚未意识到这个问题。”

于 畅

绿盟科技研究部 高级研究员



NSFOCUS

www.nsfocus.com



NSFOCUS

公司总部：北京市海淀区北洼路4号益泰大厦三层 010-68438880

服务热线：400-818-6868 值班热线：13321167330（非工作时间） 技术支持传真：010-68437328

技术支持网站：<http://support.nsfocus.com> 技术支持邮箱：support@nsfocus.com

www.nsfocus.com



THE EXPERT BEHIND GIANTS 巨人背后的专家