

去菲斯，去拉巴特

曹雷文摄



▲ 走进菲斯老城门 ▼ 菲斯城的工匠



走在这座昔日摩洛哥的首都宽广的现代化大街上，怎么也想不到，城市里还包容了一座在十二世纪就极为繁荣的老城。去菲斯，就是想见识这座当今世上难得见到的保存着八百年前传统和生活方式的城中城。菲斯老城的城门里外贴满了彩色的用手工一点点镶嵌起来的马赛克拼花，这是阿拉伯大型建筑上传统的装饰。城门内外，一步之遥，却仿佛穿越时空，从21世纪走进了中世纪——丝绸之路上的重镇。

走进菲斯老城，最害怕的一件事就是迷路！老城里有四千多条大街小巷，所谓“大街”的宽度是：只要有一头毛驴走过，行人都得靠边贴墙站；小巷只能侧身走一人，往上看只有一线天。有的小路你会以为是居民家里的过道，可走进，上几个台阶，却又是另一条街。要是迷了路，语言又不通，走到天黑也不一定走得出去。

我们的老向导在老城住了几十年，没这点经历，没法带你逛老城。这个有三百座大小清真寺的老城里分成很多片，每片沿街的店铺经营同类商品，比如：皮革街、布料服装街、传统灯具街、婚礼用品街等等，染坊、铜器、食品、陶瓷用品都有各自的区域。而且，这一切都是传统手工作坊的产品，就像几百年前一样！逛这样的老街比逛巴黎“老佛爷”有趣多了，如果有机会住在老城的旅店里，足足可以在这里逛上三四天。

从1981年起，菲斯老城就是受保护的世界文化遗产了；城中很多景点，世界教科文组织还单独立项进行保护。那里面有世界上第一所大学，比牛津、剑桥还要早许多年，今天仍有两千余名学生；有昔日的王宫；有几百年的老清真寺，百姓们至今还在那里面做祈祷。那里的人们珍爱自己的历史和古老的遗产，他们没有去破坏，没有拆迁。也还有许多富翁仍住在那些门庭看上去逼仄里面却富丽堂皇的老屋里。如今，那里成了全世界人的宝地，每天会迎来无数各国游客。

筑垒村也是令人难忘的。筑垒村——这在荒漠中用红土夯垒成的房屋、城墙、碉堡依山而建。不知它已经经历了多少岁月的风霜。有的说，12世纪，把海盐运往沙漠的骆驼商队，就把这里当作歇脚点；也有的说，几百年前这里是“沙盗”（沙漠中的强盗）的老窝。我在这里第一次听说“沙盗”的故事，据说，他们像海盗潜水一样，有着埋在沙堆里还能呼吸的本领，骆驼商队走在沙漠里，他们会呼啦一下从沙里钻出来，把商队团团围住……简直像神话故事一样。1987年，这里正式被列为世界文化遗产而加以保护。其实，它的身影，我们并不陌生，在很多英美的大片里，细心的观众都能看到它，从1962年获得奥斯卡七项大奖的《阿拉伯的劳伦斯》到《基督最后的诱惑》，以及脍炙人口的《木乃伊》《尼罗河的宝藏》《情陷撒哈拉》《亚历山大大帝》等十来部大片都在这里拍摄过外景。筑垒村口不远有一个不高的土包，看着有点眼熟，啊，那不就是《角斗士》影片里出现过的那个没有尖顶的山包吗！这里的居民可有点福了！离这里不远的瓦尔扎扎特，就是一座电影城。半个世纪以来，这里留下了无数影片的场景和道具，它们似乎还在对来到这里的游客讲述着电影里的故事。夕阳把蓝天上的云彩映照得像飞天的火凤凰，也许，这正是拍摄某个故事需要的场景吧？我们赶紧把镜头转向天空……在我们就餐的瓦尔扎扎特的西餐馆里，悬挂着许多电影海报，还有西方大明星的照片和签名。里面有我喜爱的演员，也有我爱看的影片。我

又一次地“随影而行”了。摩洛哥历史上做过都城的城市有四个，都留下很多故事。它们是：马拉喀什、菲斯、梅克内斯（很遗憾，这次没来得及去）和拉巴特。拉巴特，这个公元前8世纪就建起居民点的大西洋边的小城，曾两次成为首都，第一次是在12世纪，第二次就是一战结束，摩洛哥成为法国殖民地以后直至现在。在首次建都之前，罗马人曾在这里建城，所以拉巴特至今还保存着古罗马的遗迹——舍拉废墟。说起舍拉废墟，故事又来了：这里是世上稀有的埃及艳后克里奥佩屈拉后裔留下的古迹和苏丹王遗迹混在一起的历史遗址；古罗马的浴室边是苏丹王室的墓地；罗马城墙上的砖石砌进了清真寺的建筑；半截罗马神话中的女神雕像面对着废弃了的宣礼塔……如今，被保护的遗迹成了鸛鸟的安乐窝，它们占据了废墟所有的制高点，映着蓝天，迎着阳光、傲然屹立，煞是好看！当然，到了首都，就会去看看王宫——统治者的宫殿。王宫只能看外围，但是我们却听到了老国王——铁腕的哈桑二世不止一次被暗杀的故事，而且有一回兵变的故事还有三个版本，都被说得有鼻子有眼的，简直可以直接搬上银幕，准是卖座大片。不过，在王宫门口，那些守卫的士兵，有穿蓝衣戴绿贝雷帽的；有穿红衣戴蓝帽的；有穿黑衣戴大盖帽的；还有穿迷彩服的，站成一堆。导游说，那都是来自不同部门的警察和士兵，一起站岗，这少有的景象倒是我们亲眼所见。拉巴特有一个声名在外的一律蓝白色建筑墙面的渔村，却有堡垒似的围墙和大门，还有个很气派的名字：乌达雅堡。那可是个有来头有故事的村舍。摩洛哥是个百姓喜爱足球运动的国家，正在筹备世界杯赛，而这个渔村还有个世界“最昂贵”的小小足球场，那也是个奇特的故事。

知性熟女的“晒旺”人生

再度见到于霞飞，已经是她获得“2013中国杰出爱心女企业家”称号之后了。50开外的于霞飞一如既往地保持着恬淡素雅的气度，与来访者并肩而坐后便闲聊起来。从上世纪末起，她致力于人体必需微量元素系列保健品的研发和推广，开创了崭新的人生蓝图。她的职业生涯见证着中国保健品市场的风云变幻，她的个人奋斗历程对于初出茅庐的职场菜鸟和身陷职场困顿的白领族启示良多。

职业选择

于霞飞生于上世纪五十年代末的上海，少女时期完成学业后从事了三年医学工作，职业起点在此埋下伏笔。八十年代初，她移居香港，就像现在的新上海人一般，开启了她新香港人的生活篇章。她在香港一直从事国际贸易工作。可见，改行、跨界，这些职场热词早在三十年前就已经有践行者。回顾这段经历，于霞飞谦称，因为赶上了改革开放和一些机缘巧合成就了自己的事业。而2000年，已回到上海的于霞飞创办了四通纳米技术港有限公司，则源于她对营养健康事业的选择和眼光。她从日本“一杯牛奶拯救一个民族”中获得启发，立志做出中国人自己的营养剂。经过廿年辗转，她又回到与健康寿命相关的事上来。

坚守专业

彼时的营养保健品行业鱼龙混杂，良莠不齐，特别是低层次重复生产，几乎摧毁了整个行业。但是老百姓有病才求医，无病时对自己保健有着非常强烈的需求。如何扭转保健品在消费者心中的负面形象，为大众提供真正安全可靠的营养剂，于霞飞看在眼里，急在心里，当时她已瞄准研发成功的红色单质硒（纳米

硒）的知识产权，果断买下后便紧锣密鼓地组建上海四通纳米技术港有限公司。她深知保健品行业是朝阳产业，即便处于行业低迷期，也应把握时机积极投入。

“晒旺纳米硒，调节免疫，延缓衰老”于霞飞如此评价晒旺纳米硒营养剂。而短短一句话，凝聚着营养学家、生物学家、生命科学家的心血和智慧。研究证明，硒是动物和人体中一些抗氧化酶（谷胱甘肽过氧化物酶）和硒-P蛋白的重要组成部分，因此可以调节人体免疫力。然而，硒的营养剂量和中毒剂量比较接近，经过多年研究，反复开展毒性试验，证实晒旺纳米硒比有机硒、无机硒更安全。晒旺纳米硒营养剂用于口服，规避毒性，提高生物利用率，方便人们补硒。于霞飞历数为发表的一篇篇科研论著，每一篇文献的背后都是一次次科学实验对晒旺纳米硒营养剂的有力佐证。

于霞飞用自己的经历告诉年轻人，认准了职业方向，一旦遇到挫折困难，不轻言放弃，坚守专业发展之路，才能收获累累硕果。“不甘寂寞、急于求成的人不适合从事科学研究，保健品的研发亦然，从业者一定要沉得住气，静下心来。”于霞飞忠告正寻求职业发展的年轻人。她认为，保健品作为一个专业性



上海四通纳米技术港有限公司总经理 于霞飞（左）

很强的行业，需要的是富有创新精神的专业人才，有医学、营养学、生物学背景的人士更适合。而一味想通过制售保健品赚快钱，短期或许有利可图，但不可持续。

家庭支持

外表端淑的于霞飞，内心却是不屈不挠的，奋斗不止是她的信条，用现在的话来说，也是一名标准“女汉子”。而她将此归功于埋头苦干不服输的家族基因，对于家族和家庭，于霞飞很是感慨。她承认，现实生活中要

平衡好工作与家庭的关系，确实很难。由于一直忙于工作，平时疏于对一双儿女的关心，好在儿女虽然对母亲有怨言，但是都很乖巧懂事，学业和工作没让妈妈操心。于霞飞的建议是，现代女性要力争兼顾家庭与工作，言传身教是教育孩子最有效的法宝，比时时刻刻守在孩子身边说教唠叨更有用。孩子对父母的观察是相当敏锐的，他（她）能感受双亲的辛劳，知晓不给人添乱。凡是事业上的些许成果和收获，都离不开家人的鼓励和家庭的支持。所以，于霞飞的结论

是，每一个事业成功女性的背后都有一个默默付出的家庭。

创新挑战

手上握有可靠的产品，怎样让更多的人受益？于霞飞善于运用网络营销工具，产品推广呈现线上线下多元化布局。天猫、京东都有晒旺纳米硒的网店，专卖店形式的实体店有两家，另外，在药店都设有专柜，脚踏实地的营销推广更是吸引了基金等投资者的青睐。而随着互联网日益深入日常生活，连老年消费者购买产品后也会上网再查询核实一番。对此，她敏锐地感觉到全新的挑战就在身边。

保健品的消费群体普遍老龄化，而事实是保健养生不容须臾等待，应从年轻时打下扎实的身体基础，而不应等年老了花钱买健康。因此，于霞飞面临的挑战是，让越来越多的年轻人更新保健理念，接受和落实良好的生活行为与习惯。过度疲劳、饮食不当、加班熬夜等必要的情况下，再通过补充营养剂来恢复体力，回归健康。

规范、奋进、坚守、创新，于霞飞的做事准则。事实也证明，这八个字是职场必备，而每一个职场成功者的故事都像打鸡血，敦促你我努力工作，让生活更美好。