

健康

照镜子太久易焦虑

照镜子固然可以审视自己的容貌举止是否得体,然而,照镜子时间如果太长,反而容易引起焦虑。

英国研究人员招募了一些志愿者,首先,让他们对着镜子观察 25 秒,并为自己的满意度打分;接着让这些志愿者再次盯着镜子至少观察 10 分钟,并再次评分。结果发现,随着照镜子时间的延长,人们的自我满意度反而下降。当对着镜子反复端详超过 10 分钟后,人们的焦虑感和烦躁感非常明显。

心理学家安德鲁·希尔等人表示,照一会儿镜子,有利于发现自身优点、增添自信。可如果老在镜子面前左看右看,人们容易发现自己身上不完美的地方,滋生焦虑、抑郁等情绪,进而影响自信心和判断力。



商业圈

京城下榻好去处

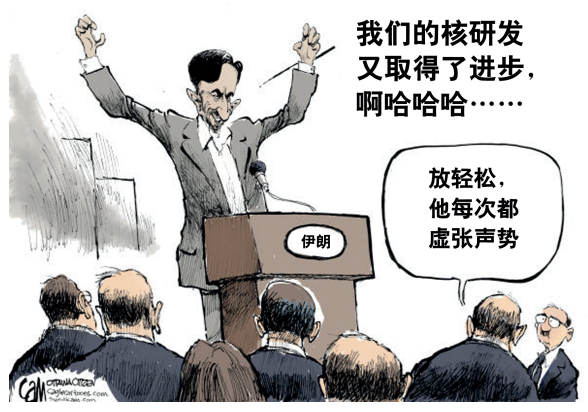
北京歌华开元大酒店是一家五星级豪华商务酒店,位于鼓楼外大街 19 号(010—62028888),一座白色的大楼在阳光的映衬下耀眼而夺目。酒店以浓厚的文化为底蕴,配以豪华设施,提供具有国际品质并富有东方文化特色的优质服务。



漫画

面对伊朗,谨慎乐观

伊朗军演和断油的消息使得紧张局势进一步升级。面对石油禁运制裁,伊朗表示要对核武问题提出“新建议”,以恢复同世界大国的谈判。负责外交政策的欧盟委员凯瑟琳·阿什顿表示,她对伊朗重返核谈判的前景持“谨慎乐观”态度。



漫画作者: CARDOW

热脸

尼克·胡哲



一出生便没有四肢的“海豹人”、“走”遍世界的励志演讲大师尼克·胡哲于情人节前夕(2月10日)步入婚姻殿堂,再一次向世人证明“人生不设限”。29岁的尼克在个人网页上这样表示:“这是继我的出生之后得到的一个莫大的祝福。”目前两人定居在美国加利福尼亚。

陈吉宁



清华大学迎来了新校长。48岁的陈吉宁接替67岁的顾秉林,担任清华大学第18任校长,也成为1949年以来清华史上最年轻的校长。陈吉宁本科和硕士就读于清华大学,24岁赴英读博,34岁回清华工作。他在就职演讲中称,“大学不仅是传授知识和技能的场所,更是培养人的思想、情感、意志、品质之所在,是铸造灵魂的地方”。

每周读图

生命的礼物

在器官捐献方面,美国 and 英国都是“选择性加入”制度:90%的英国人表示同意器官移植,不过只有30%的人签了字;美国总体器官捐献率是世界最高的。大多数欧盟国家都是推定同意的形式,即每个人都假定会成为器官捐赠者,除非他/她特意“选择性退出”。实际上,文化和能力比法律制度对器官捐献影响更大。

