

“苦小子”尚立斌： 从游戏职业玩家到 民营企业家的华丽转身



今天故事的主人翁8岁丧父，14岁离家，曾徘徊在命运的“边缘”，又神奇地成为游戏“大神”，最终通过自己的坚持成为小有名气的民营企业家，他就是中牟县世纪城时代广场董事长尚立斌。
中牟时报 谢鹏飞
通讯员 刘会勇 文/图

命运多舛 在网络上寻找存在感

尚立斌，今年29岁，家住中牟县刁家乡水沱寨村。7月27日，他向记者讲述了他曲折的20年。

1994年，父亲因触电意外身亡，这给刚满8岁的尚立斌一个沉重的打击。自那以后，他变得沉默寡言。

“当时就感觉没有家了，我逐渐变得内向、不善言语。在武汉工作的大舅看到我这个状况后，就让我随他一块去武汉，上中专学习个技术。”尚立斌回忆着过往的经历。

饭店服务生、看仓库、搬运工……在武汉的日子，尚立斌学会了让自己独立，也品尝到了生活的不易。

在武汉的日子，孤独的尚立斌迷上了网络，开始了自己的网游生涯。“打工的钱全都拿来上网了，每月25号发工资，下个月的15号就花得干干净净。有一回，离发工资还有10天，自己兜里就剩10块钱了，每天花一元钱买个包子，渴了就喝点自来水。”尚立斌说。

成为游戏职业玩家 追求极致成为“大神”

尚立斌主动去学技术，“修电脑、空调、冰箱，平面设计，啥都会；当时换工作很勤，就想找个能管吃管住的。”尚立斌回忆道。

2003年的一天，尚立斌在网上看到一个词语：“游戏职业玩家”。这既能玩游戏又能赚钱，还管吃住。那一刻，尚立斌高兴坏了，并暗暗发誓，要从这里改变人生。进入游戏工作室后，他从普通的员工到技术维护到最后自己成

立专业游戏工作室，这一干就是10年。

尚立斌不服输的性格在这个“小世界”展现得淋漓尽致，比如游戏里的3000多种怪物，每个怪物的数值、刷新时间、掉装备概率等，他全部记录下来并做详细分析。几乎每款游戏下来，他都会对其中的数据、概率进行计算，把所有数据精确到秒。他如愿以偿成为一名游戏“大神”。

回报家乡，建立世纪城大型广场

10年的坚持，尚立斌攒下了不少收入，10年的虚拟生活也让他起了做实业的念头。“中牟是我的家，赚到钱了就要回报家乡。”尚立斌说。

2015年尚立斌回到中牟，通过对市场的调查、数据的搜集等，决定投资大型商场。尚立斌四处奔波，学习、培训，再到北上广等一线城市考察。

“整个商场的每个角落，有多少块砖，什么物品摆放在哪里，我都清清楚楚地记得。”谈起记

忆最深的事情，尚立斌回忆道，在装修期间，为了把商场装修完美，每天和工人同吃同劳动。“只想把装修做到完美，给客户最好的体验。”

2016年1月30日商场开始试营业。看着自己的劳动果实，尚立斌心中感慨万千。他曾这样写道：“谢谢自己，在压力山大的时候，坚持了下来；谢谢自己，在绝望的时候重燃希望；谢谢自己，在遇到困难的时候没有放弃。”

河南省首部院线电影 在中牟县举行开机仪式

9月15日上午，河南省首部院线电影《末路英雄》在中牟县举行开机仪式，导演李炳渊、总负责人王国旗等电影主创人员出席，共同祝福开机大吉，电影大卖。

据了解，电影《末路英雄》由著

名演员潘长江、李炳渊领衔主演，主要讲述替身演员小东在事业历经坎坷之时，误打误撞牵涉进一桩离奇案件的故事。影片将于15号至26号在中牟县取景拍摄。

中牟时报 梁三喜
通讯员 笑东

郑州市“启元杯”中老年舞蹈大赛落幕 中牟县代表队荣获二等奖

9月10日，由中共郑州市委宣传部、郑州市文学艺术界联合会、郑州市文化广电新闻出版局和郑州市妇联共同主办的郑州市“启元杯”第二届中老年舞蹈大赛在郑州经济开发区文化艺术中心隆重开幕。

近日，舞蹈大赛圆满落幕。

来自郑州各县市区的23支队伍参赛，为大家奉献了新疆舞、朝鲜舞等精彩舞蹈。青年路街道办事处管道三公司社区舞蹈队表演的现代舞《做军鞋》荣获了二等奖，中牟县文化馆获得优秀组织奖。

中牟时报 王利正
通讯员 邵明敏 李梦雨

情系中秋节 爱驻敬老院

9月13日上午，中牟县慈善总会开展“情系中秋 关爱老人”慈善慰问敬老院活动，共慰问全县乡（镇、街道）敬老院13所、县光荣院1所，为院民241人共发放月饼273提、食用油241桶、大米241袋等慈善慰问品。

9月13日下午，中牟县慈善总会联合郑州广路市政有限公司联合开展“情系中秋节 爱驻敬老院”慈善慰问活动。为中

牟县光荣院老人们送去了节日的祝福以及水果、豆奶、月饼、大肉等慈善慰问品。郑州广路市政有限公司总经理宋杰说，能为这些老人尽一点微薄之力是我们应该做的，今后我们将继续把关爱老人行动长久延续下去，为社会担当起自己应有的责任。

中牟时报 王利正
通讯员 张鹏倩 王冰

加油向未来 科技一起嗨

近日，新圃街小学多功能厅里热闹非凡。全校三千余名师生有序进入多功能厅参观创客作品展。

“这个瓶子真漂亮，是怎么做成的？”一个低年级的小朋友好奇地问展台前的小讲解员。“这是利用废旧瓶子，用水粉打底，然后在上作画。”讲解员弯下腰耐心讲解。每个展台前的小讲解员都热情地向观众们推介自己的社团。很多学生参观结束后，围着社团老师咨询报名情况。

目前学校开发的创客校本课程主要有：乐高积木、玩转科学、百变瓶子等。这些社团依托美术课、科学课、劳动与技术课等课程，让孩子们在“做中学、做中悟”，强化学生的动手能力。

学校依托创客教育活动，鼓励孩子们充分发挥想象空间，并将想象付诸行动，人人敢想，人人敢做，人人争当小创客。

中牟时报 李淑娟
通讯员 孙田飞

在古代，茶即是药。在《神农本草经》中就有“神农尝遍百草，日遇七十二毒，得茶而解之”的记载。可见，茶的起源应该是作为药用的。很多历史古籍和古医书都有不少关于茶叶的药用价值和饮茶健身的论述。陆羽的《茶经》中说：“茶之为用，味至寒，为饮最宜，精行俭德之人，若热渴凝闷、脑疼目涩、四肢烦、百节不舒、聊四五啜，与醍醐甘露抗衡也。”《本草纲目》说：“茶苦而寒，最能降火又兼解酒食之毒，使人神思清爽，不昏不睡，此茶之功也。”

茶与五行

《茶经》开篇第一句就说茶是我国“南方”的“嘉木”，理所当然，茶首先属木。陆羽将“五行”纳入“煎茶”的茶道中，他认为金木水火土相结合才能煮出好茶。煎茶用的风炉，属金；炉立于土地上，属土；炉中沸水，属水；炉下木炭，属木；用碳生火，属火。这五行相生相克，阴阳调和，从而达到茶“祛百疾”的养生目的。

现代制茶工艺中，采摘下的茶青（属木），经炙热铁锅（属金）“杀青”，揉捻后慢火（属火）烘焙成干茶。“金”克“木”，又被“火”克，性质大变，从而制成成品茶。冲泡茶叶所需的沸水（属水），茶具（属土），也属五行之列。中医认为一个人的五行平衡停匀，生克得当，即可强身健体，命运亨通。茶叶经过反复生克、攻伐、合化、博取，兼容了阴阳五行的精华灵气，这正是茶叶诸多养生功效的根源所在。

中医与茶疗



中医“茶疗”的发展

陆羽则集合前人有关茶的文献之大成，编写出《茶经》一书，此书不仅内容丰富、承前启后，而且奠定了茶在整个中华历史中的重要地位，使人们在茶叶有药效认识的同时，也认识到茶已成为中华文化基因的一部分。

至宋代茶业飞速发展，中医茶疗的使用方法和运用范围逐渐扩大，如《太平惠民和剂局方》即列有药茶专篇。其中的槐芽茶方、上萝叶茶方、皂荚芽茶方、石楠芽茶方中不再专注于茶的本草药效研究，而是将重点转向了茶的制作工艺及服法在方剂中的运用，这使得中医茶疗在历史上迈出了新的一步。与此同时，随着唐宋时期社会文明高度发达、各种思想融会贯通，以儒释道三家与茶相结合所产生的茶道文化应运而生。茶道文化在形成、发展过程中，又与中医调神养生的理论和实践相

成良性互动，经过岁月沉淀后，确立了以茶为中心的茶道养生方法。

20世纪后期以来，由于西方文化思想全面引入中国，中华传统文化遭受强烈冲击，中医也经历了一个由中西融通逐渐变到中西结合的理念更新过程。中医茶疗在这种背景之下，步入到一个全新的开拓创新时期。在药理及生化等新型科学实验方法的积极推动下，人们对茶叶的药用有效成分及其功效有了更为深入的了解。研究出茶叶中含有的450多种化学成分，其中又以茶多酚、生物碱、茶多糖、茶色素、维生素、氨基酸、矿物质元素等为主要成分。

这种全新的视角给中医茶疗带来了新的治疗方式，随着中药炮制技术的不断改进，人们更是设计出袋泡茶、速溶茶、浓缩茶及罐装茶等更为简便的饮茶方式，使得人们越来越乐于接受中医茶疗，丰富了和发展了中医茶疗养生的内涵。 外一科 宋永磊

