

杜甫的《又呈吴郎》

杜甫有个晚辈姻亲叫吴南卿，在州府做参谋，杜甫称他为吴郎。有一年秋天，吴郎要在夔州住一段时间，杜甫就决定把夔州的瀼西草堂借给他住，自己则搬去邻近白帝城的茅屋，并以诗代信给吴郎留了一首《简吴郎司法》的信诗，诗的题目中“简”字是书信的意思。

瀼西草堂的门前有许多枣树，周围住着一些穷人。以往每到枣子成熟的季节，穷人们都会前来打枣，杜甫从来不干涉。但是，吴郎住在草堂以后，就在草堂周

围圈上篱笆，不让穷人来打枣。穷人本就十分落魄，又见吴郎插上篱笆，便跑去向杜甫诉苦说吴郎不可怜穷人，若不是因为常年战乱，他们也不至于穷到打枣子充饥的地步。

杜甫觉得吴郎插篱笆的做法的确不近人情，便决定给吴郎写信，劝告吴郎。而这次杜甫写的题目却没有写成“又简吴郎”，而是写成了“又呈吴郎”：“堂前扑枣任西邻，无食无儿一妇人。不为困穷宁有此？只缘恐惧转须亲。即防远客虽多事，便插

疏篱却甚真。已诉征求贫到骨，正思戎马泪盈巾。”吴郎本是杜甫的晚辈，理当用“简”，而杜甫却用了平辈和上级之间的“呈”字，整封题作写得很是委婉动情，不见半句对吴郎的指责，而是用自己对穷人的怜悯理解之心感化吴郎。当吴郎看到杜甫的信时，意识到自己的确太生气了，当即拆了草堂门前的篱笆，并亲切的邀请邻居们前来打枣。

（摘自《做人与处世》）



典藏故事

一个条件也不要

抗战时期，我国有一位病理学家是日本某医学院的毕业生，在北平任过医学院教授，技术水平很高，他的学生遍及冀中平原。当时，有人动员他参加革命队伍，他却提出了三个条件：一是要一匹马代替步行；二是不吃粗粮；三是来去自由。许多干部听后直摇头，觉得难以接受，甚至认为不可思议。

晋察冀军区司令员聂荣臻却不然，他完全同意这三个条件，非常欢迎这位病理学家参加革命队伍。他说：“一个好的医



传奇故事

一天，胡明回乡下老家探望母亲。

大舅说：“等会儿我去钓鳖，给你妈补身子，你想不想一块儿去？”胡明正想换换心情，当即点头说好。

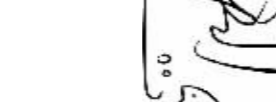
大舅拿着布兜，胡明提着小桶，出村进山，穿过一片树林，来到一条弯弯曲曲的小河边。大舅从布兜里掏取出几根线绳，每根都系上肠子，再把线绳另一端系在岸边的小树上。

在树荫下等了一个多钟头，大舅说：“时候差不多了，去看看。”走到河边，大舅解开绑在树上的线绳，慢慢往上拉，前面两根都是空的。拉第三根线绳时，

生参加革命队伍，成千上万的伤病员就会得救，就会重新走向战场消灭敌人。另外，我们这样做，不只是吸纳他一个人参加革命队伍，还会吸引更多的知识分子投身革命，为革命事业做出贡献。何况，他们参加革命队伍以后，认识会逐步发生变化，有可能这三个条件一条也不要了。”

聂荣臻表态后不久，这位病理学家参加了革命队伍，他的很多学生也随之而来。果然，过了一段时间，这位病理学家主动提出取消那三个条件。（摘自《换一种思维，等于换了一个人》人民出版社）

钓鳖



河水泛起一串串气泡。紧接着，一个碗口大的鳖被拉扯上岸，嘴里还死死咬着肠子呢。

“不用竿也不用钩，这是怎么钓的？”胡明问。“功夫全在这肠子上。这是山羊的小肠，又细又韧。把它煮熟晾干，放在香油里浸泡，它就变得又结实又柔软。鳖见了这香喷喷的肠子，会使劲往肚里吞。吞下去半截，还有半截再也吞不下了。咽不下咬

1927年3月，正在南京创办晓庄师范的教育家陶行知，某日黄昏与金陵大学校友邵仲香同住游览燕子矶。

前行的途中，人力车夫对陶行知说，今天走财运了。原来，他早上拉一位姑娘到燕子矶后，姑娘不但付了车费，而且把口袋里的钱全掏出来给了他，然后就默默地登上山去。车夫本想再拉这位姑娘回城的，可是他在公园门口等了一下午，也没见到姑娘出来。

陶行知也觉得很奇怪。第二天听到学生们都在议论，昨天有个女人从燕子矶上跳江了，陶行知的心情顿时沉重起来。他猜想，跳江的应该就是昨天把钱都给了人力车夫的那位姑娘。

沉思良久，陶行知叫工匠做了一块二尺半长、一尺多宽的木牌，正面写上“死不得”三个醒目大字，下面再题两行小字：“死有重于泰山，死有轻于鸿毛。与其为个人事投江而死，何如从事乡村教育，为中国四万万千万同胞努力而生。”

在木牌背面，陶行知又写了“想一想”三个大字，下面也题写两行小字：“人生为一大事来，当做一大事去。你年富力强，有国当救，有民当爱，岂可轻生？”第二天一早，陶行知来到燕子矶，把木牌牢牢地插在矶头最高处的石缝中。

自从木牌竖立后，燕子矶一带的居民常常看到有些面容悲戚、拭泪上山的单身男女，在木牌前徘徊很久以后，慢慢走下山来。这块“救命牌”几十年来究竟挽救了多少轻生者，已经无法统计。（摘自《人民政协报》）

名人故事

不断，又舍不得松口，只好乖乖被钓。”

“真傻，怎么就不知道松口？”“不是傻，是太贪。再说鳖了，很多人不也是这样。”胡明一怔，半天没吭声。

当天下午，胡明告别母亲和大舅，一路开车回家。进门直奔卧室，从床下取出密码箱，慢慢打开。箱子里整整齐齐码放着30捆崭新的百元钞票。这是30万元，几天前一个承包商送的。

胡明把密码箱带去单位，叫来那个承包商，让他把钱如数拿走。（摘自《检察日报》）

微型故事

接放了他呢？”王安期意味深长地说：“以鞭打一个书生来树立威信，恐怕不是达到社会太平的根本办法啊！”随后亲自给书生松了绑，并命令差役把他送回家。

王安期规定“夜不私行”是为了防止盗匪作案，而对学而归的书生，他没有死守教条一概而论。正是因为他抱着这种实事求是的态度，东海郡内的社会秩序很快得到了极大的改善。

（摘自《演讲与口才》）

陶行知立『救命牌』



名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

名人故事

老便秘 29.9元体验

国家专利 特价体验 活动仅限7天 国家专利产品改善胃肠道功能（润肠通便）

润通胶囊以玉米蜂花粉、炒决明子、芦荟为主要原料制成的保健食品。具有改善胃肠道（润肠通便）的功能，配方发明专利号：ZL200510109555.0。



体验价 **299元/10盒**



适宜体验人群:便秘者 不适宜人群:少年儿童、孕产妇、哺乳期妇女及慢性腹泻者

●京食健广审(文)第2018120342号 ●注意事项:不品不能代替药品 ●国食健字 G20100793 ●北京健都药业有限公司 ●规格:0.5g/粒×10粒/盒 ●每个家庭仅限2套

咨询热线

400-807-9993

●送货上门 ●货到付款 ●品质保证 ●30天退换货保障

“北京的闫先生今年40岁，前几年因为工作压力大，生活不规律等原因出现了很严重的脱发，这让他感到痛苦不已，也让他和同事面前很尴尬。犹豫再三之后，还是选择了植发。”近日，央视财经报道，目前我国脱发人群超2.5亿，平均每6人中就有1人脱发，日益壮大的脱发人群催生植发行业快速发展。

然而，随着植发越来越受追捧，植发产业鱼龙混杂，一些误区也伴随而生，迷惑民众视线，干扰我们做出正确的判断。

误区一 植发越密越好 “植发并非越密越好。因为可供移植的后枕部毛囊数量有限，每次移植的数量多，可供移植的次数就少了。”另外，也要顾及脱发部位周围的毛发密度，尽量使移植生长而出的毛发与周围一样，过于密集

近些年，越来越多的家长开始关心孩子的体态问题，比如高低肩、歪头、驼背……其实这些最后都可以归因为八个字：坐没坐相，站没站相。因为平时的站姿和坐姿不规范才导致了体态问题，但是体态问题的根本原因又在哪儿呢？

问题只有一个毛病——脊柱变形。所谓脊柱自然变形一般包括脊柱自然曲度消失和脊柱侧弯两部分。脊柱自然曲度消失，在体态方面最典型的临床表现则为驼背，它是由胸椎后突所引起的形态改变。而脊柱侧弯是指脊柱的三维畸形。简单说，正常人的脊柱从背后看是一条直线，躯干两侧对称。而脊柱侧弯患者的脊柱不是一条直线。在脊柱侧弯非常严重时，才可以看得出来不是一条直线，有一些很轻微症状，家长一般看不出来。所以大家让孩子自然站立，两手自然下垂交叉，慢慢弯腰，家长站在背后观察在孩子弯腰的过程中，脊柱两侧是否对称，如果出现两侧一高一低的情况，基本可以判定脊柱有不同程度的问题。

如果脊柱侧弯及时发现、治疗，会发展成非常严重的畸形，同时引起许多并发症，如心肺功能提前衰竭、丧失行动能力、影响女性胸部发育、未来的生育能力，以及脊椎的其他并发症，甚至影响寿命。

很多家长都会有疑问，为什么孩子会出现这些体态问题？其中很常见的一个因素就是沙发。

回忆一下，一般孩子坐沙发的前5分钟都会很端正，5分钟之后不是就东倒西歪了？甚至还跷二郎腿？这些姿势维持久了，体态能不出现问题吗？沙发太软了，对身体缺乏足够的支撑。同理，睡太软的床也会如此。

家长不要忽略了孩子成长中脊柱发育这个大问题。如果脊柱出现了问题不及时纠正、治疗，很有可能会遗害终生。

（摘自《科普时报》）

走出误区 科学植发

或稀疏都会影响美观。”首都医科大学附属北京友谊医院医学美容中心副主任医师陈凤超告诉记者。

正常情况下，1平方厘米的皮肤大约包含150毛囊单位，约400~500根毛发。皮肤中的毛囊也会存在生长期、休眠期等不同的状态，只有生长期的毛囊才会长出我们能肉眼可见的毛发。因此，植发时也应顾及到每位植发者受区的毛囊生长状态和密度，一次性植发数量应“适可而止”。

误区二 植发可以“一劳永逸” 记者了解到，植发只是改变了毛囊的生长部位。如果脱发的根本原因没有解决，如疾病尚未调理好，仍保持熬夜、作息不规律等不良生活作息，植发之后，还是有可能导致脱发。

吃素拉低下一代智商 现在流行的素食主义会拉低下一代的智商吗？据英国《每日邮报》8月30日报道，公共卫生营养学家德比希尔博士在英国医学杂志《营养、预防与健康》上发表文章称，长期吃素可能会造成胆碱缺乏，而胆碱正是大脑发育和运转所必需的一种营养素，尤其是处于育龄期的妇女，如果胆碱摄

失重环境杀死八成癌细胞

据“德国之声”8月30日报道，澳大利亚研究人员发现，在失重一天之后，超过80%的癌细胞便已经死亡。这一试验结果印证了德国研究人员此前在2017年的类似发现。研究人员计划将癌细胞送上国际空间站，进行下一步研究。

“我们无法研制出治疗癌症的万能药，因为每个人的癌症种

类不同，机体反应也不同，”悉尼科技大学研究员约书亚·周表示，“但我希望知道：这些癌症之间是否存在一些共性？”他们将来自身体4处部位——乳房、卵巢、肺和鼻子的不同癌细胞置于微重力状况下，发现这些癌细胞在24小时内的死亡率达到80%至90%。（摘自《环球时报》9.2）

大豆含有丰富的蛋白质，营养价值高，既可以被做成豆腐、豆皮等豆制品，也能被榨成油用于烹饪。除了可以被食用外，大豆还可以做成纤维，加工成纺织品。大豆蛋白纤维属于再生植物蛋白纤维类，目前已经被实际应用。

除了牛奶纤维、玉米纤维、彩棉之外，大豆蛋白纤维也是目前的“生态纺织纤维”之一。作为大豆蛋白纤维的主要原料，大豆粕不仅数量大且具有可再生性，不会造成资源过度开发。另外，大豆蛋白纤维在生产过程中，辅料、助剂均是对环境无害的物质，并未生成有毒的废料，提纯蛋白质后留下的残渣还能作为饲料，故其制程工艺完全符合环保要求。

大豆蛋白纤维的生产工艺步骤较多，需以大豆榨过油之后剩余的豆粕作为原料，通过生物工程技术提取出球蛋白，加以各类功能性助剂，改变蛋白质空间结构。在特定条件下与氨基、羟基等高分子接枝、共聚、共混，制成稳定的纺丝液。再通过湿法纺丝生成大豆蛋白纤维。此时的大豆蛋白纤维中，蛋白质与高聚合物的共聚程度不高，故具有一定的水溶性，再通过化学处理后便能形成性能稳定的纤维。

《中华本草》记载“纹股蓝，清热；解毒。”草纹股蓝一般都生在山地丘陵地带，我国湖南、湖北、云南、广西等省都有生长，但是生长在陕西平利县巴山北麓的纹股蓝，因富含人体

人体几乎所有皮肤里都遍布毛囊，医师为何单单“瞄”向后枕部？原因在于，后枕部头皮被认为是“优势供区”，具有雄激素抗性，其毛囊被种植入雄激素敏感的秃发区域后仍可保持供区原有毛囊的遗传特性，因此常被作为植发的“发源”。（摘自《科技日报》）

流言:长时间特别是夜晚玩手机会造成眼部黄斑疾病，导致黄斑变性，如同患上了“眼癌”，完全无药可治，最终可能导致失明。

真相:黄斑变性的病理机制主要为黄斑区结构的衰老性改变，通常是高龄退化的自然结果，即：随着年龄增加，视网膜组织退化、变薄，引起黄斑功能下降。诱发黄斑变性的原因有很多，包括遗传、年龄、眼部炎症、高血糖、高血脂、高血压、吸烟、长期从事户外工作、眼睛暴露在强光下等，这些因素与在黑暗中看手机并无直接关系。

此外，将黄斑变性称为“眼癌”也不准确。所谓“眼癌”，是指生长在眼部的恶性肿瘤，一般为遗传或由于自身基因突变引发。不过，过度玩手机确实会带来许多的副作用，因此需要引起公众关注。（摘自《现代健康报》）

玩手机会导致黄斑变性和失明？ 类不足，很可能会导致下一代智商低下。胆碱可以从肉类、肝脏及鸡蛋中获得，如果自身摄入不足，就需要额外补充。

研究表明，全英国目前有10%的家庭有间歇性素食者，5%的家庭为完全素食者。越来越多的证据显示出胆碱的重要性，但这一营养素长期为素食者所忽略。

（摘自《环球时报》9.2）

大豆也能“织”衣服



大豆蛋白纤维在物理、化学以及机械性能方面都表现较好。与植物纤维素纤维、动物蛋白纤维相比，大豆蛋白纤维在大部分性能上都占据优势。其单纤细度细，密度小，在

触感上表现为羊绒般的柔软、蓬松，保暖效果优良，悬垂性好，抗皱性甚至要优于真丝，容易清洗，也很容易晾干。而与羊毛、蚕丝、棉纤维相比，大豆蛋白纤维强力更高，在外力作用下不容易变形，沸水收缩率低，故尺寸稳定性好。

尽管大豆蛋白纤维有诸多优点，但也有需要改善和解决的问题。如大豆蛋白纤维形成的织物极易起毛球，影响观感和舒适度，这也是限制大豆蛋白纤维进一步市场化的重要因素。（据新华社9.3讯）

“女媧神草”免费喝 来电就送

陕西平利绞股蓝研究所全新研究成果“女媧神草”富硒绞股蓝茶，500名体验官全国招募

它俗称“长生不老仙草”！它，1986年，被列为待开发“名贵中药材”名单！它，2004年获批成为国家地理标志保护中药材！它，就是绞股蓝！

《中华本草》记载“绞股蓝，清热；解毒。”草绞股蓝一般都生在山地丘陵地带，我国湖南、湖北、云南、广西等省都有生长，但是生长在陕西平利县巴山北麓的绞股蓝，因富含人体

相关链接

“拆西墙补东墙” 高质毛囊资源宝贵

“毛发移植实际上是毛囊的移植，类似于‘拆西墙补东墙’，而人的后枕部位毛囊数量是有限的。”陈凤超表示。

人体几乎所有皮肤里都遍布毛囊，医师为何单单“瞄”向后枕部？原因在于，后枕部头皮被认为是“优势供区”，具有雄激素抗性，其毛囊被种植入雄激素敏感的秃发区域后仍可保持供区原有毛囊的遗传特性，因此常被作为植发的“发源”。（摘自《科技日报》）

流言:长时间特别是夜晚玩手机会造成眼部黄斑疾病，导致黄斑变性，如同患上了“眼癌”，完全无药可治，最终可能导致失明。

真相:黄斑变性的病理机制主要为黄斑区结构的衰老性改变，通常是高龄退化的自然结果，即：随着年龄增加，视网膜组织退化、变薄，引起黄斑功能下降。诱发黄斑变性的原因有很多，包括遗传、年龄、眼部炎症、高血糖、高血脂、高血压、吸烟、长期从事户外工作、眼睛暴露在强光下等，这些因素与在黑暗中看手机并无直接关系。

此外，将黄斑变性称为“眼癌”也不准确。所谓“眼癌”，是指生长在眼部的恶性肿瘤，一般为遗传或由于自身基因突变引发。不过，过度玩手机确实会带来许多的副作用，因此需要引起公众关注。（摘自《现代健康报》）

玩手机会导致黄斑变性和失明？ 类不同，机体反应也不同，”悉尼科技大学研究员约书亚·周表示，“但我希望知道：这些癌症之间是否存在一些共性？”他们将来自身体4处部位——乳房、卵巢、肺和鼻子的不同癌细胞置于微重力状况下，发现这些癌细胞在24小时内的死亡率达到80%至90%。（摘自《环球时报》9.2）

（摘自《环球时报》9.2）

触感上表现为羊绒般的柔软、蓬松，保暖效果优良，悬垂性好，抗皱性甚至要优于真丝，容易清洗，也很容易晾干。而与羊毛、蚕丝、棉纤维相比，大豆蛋白纤维强力更高，在外力作用下不容易变形，沸水收缩率低，故尺寸稳定性好。

尽管大豆蛋白纤维有诸多优点，但也有需要改善和解决的问题。如大豆蛋白纤维形成的织物极易起毛球，影响观感和舒适度，这也是限制大豆蛋白纤维进一步市场化的重要因素。（据新华社9.3讯）

“女媧神草”免费喝 来电就送

陕西平利绞股蓝研究所全新研究成果“女媧神草”富硒绞股蓝茶，500名体验官全国招募

它俗称“长生不老仙草”！它，1986年，被列为待开发“名贵中药材”名单！它，2004年获批成为国家地理标志保护中药材！它，就是绞股蓝！

《中华本草》记载“绞股蓝，清热；解毒。”草绞股蓝一般都生在山地丘陵地带，我国湖南、湖北、云南、广西等省都有生长，但是生长在陕西平利县巴山北麓的绞股蓝，因富含人体

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告

湖北康维生物医药科技有限公司 许可证编号:SC10642011200231 广告