



## 知可为,方有为

诸葛亮说:“谋事在人,成事在天,不可强也!”这里的“谋事在人”指的是所做的事不要超出个人能力范围。对应一句俗语就是:没有金刚钻,别揽瓷器活。再通俗一点:找适合自己的事情做,不要好高骛远。

《吴越春秋·勾践阴谋外传》有言:“道出于天,事在于人。人之所习,无有不神。”后世据此典故引申出成语“事在人为”,这里的“事在人为”讲的是事情成败取决于人的主观努力,按照正确的方法去学习实践,就能够掌握好一项技艺,把事情做好。

这样一看,“谋事在人”与“事在人为”好像有点“拧

巴”,其实不然。

我所居住的小区对面有一个大型果蔬市场,每天顾客如云。前些年,在小区入口边上新开了一家超市,主营商品也是果蔬,人们不禁为那个年轻的老板担起心来,面对强大的竞争对手,他能坚持多久?然而几年下来,这家超市并没有倒闭,我们也了解到,这只是他多家连锁店中的其中之一。他的制胜法宝是建立庞大的微信营销网络,凡进店扫码入群者,都会获得赠品。然后,他每天都往群里发特价商品广告,又不断吸引顾客加入。结果,附近小区的居民都到他这里购物了。

“谋事在人”讲的是人自身的天赋和能力是否适合去做一

件事,“事在人为”看的是同等条件下你有没有好的办法把事情做好。就拿上面开超市的老板来说,他擅长经营,还积累了丰富的营销经验,所以他开起超市得心应手。在经营中,他又有好的办法和营销手段,最终战胜了强大的对手而站稳脚跟。相反,如果让他去干一件与自己能力不匹配的事,他可能会一败涂地。

能力不足,往往是不快乐的根源。用承载能力为五吨的卡车去装十吨的货,车肯定不堪重负。人亦如此。

谋事在人,知可为;事在人为,方有为。有能力,又有方法,定会把事情做得至臻至美。(摘自《广州日报》鞠志杰/文)

20岁的时候,我很害怕坐飞机,以至于出差都很费劲。直到有一次,一位当过飞行员的前辈刚好坐我邻座,他教我“遇到颠簸的时候闭上眼、深呼吸,想象自己的手正握着操纵杆,假装每一次变化都是你控制的结果”。从那以后,我“恐飞”的毛病就好了。

对此,我有一个不怎么科学的解释:如果我们只是忙于应付各种未知,就很容易精神涣散,心有余而力不足。其实在很多情况下,我们不是被变化打败了,而是被不知道将会有什么变化吓住了。而那些有经验的人知道,哪怕只是“假装”自己有控制权,我们的感受都会好很多。我很感激学到了这个“生活小窍门”。(摘自微信公众号“罗辑思维”脱不花/文)

## 滴水藏海

永远不会有人理解你,认识到这点就是自由。

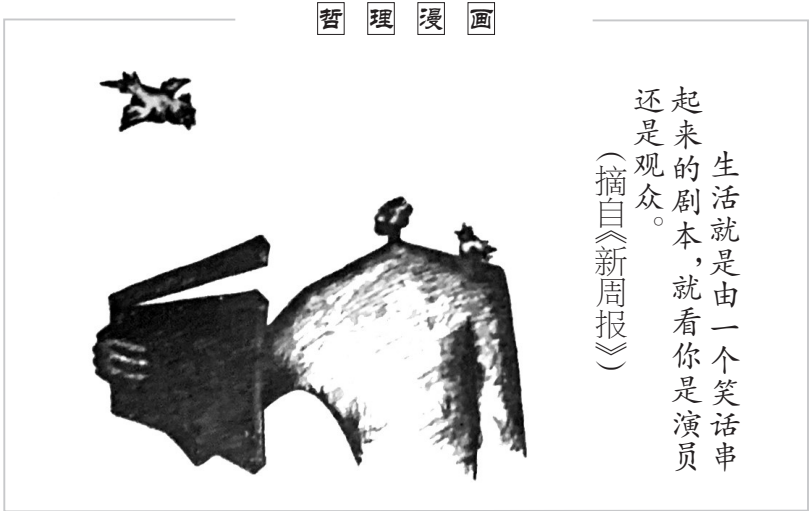
——拜伦·凯蒂  
乖巧、懂事、听话……这些词是一种巧妙的规训,是占了你的便宜之后还要引导你继续服从。  
——利他性的词汇根本不能被称作赞美

我开始告诉自己:我感受到的不舒服就是不舒服,我感受到的不友好就是不友好。

——要承认自己的感受,用不着过度反思自己

每个人都不可能避免是井底之蛙,但是我们可以时常换个井看看。

——有了对世界多样性的敬畏,有了对自己局限性的认知,接受不同角度的观点就少了一些障碍,“换井观天”的意愿就会强很多  
(摘自《新周报》)



为什么会对一个人极度成瘾? 间歇性奖励是一种非常有效的控制手段。

昨天他很冷淡,对你百般挑剔,今天又拉着你一起看电影。争执时他毫不留情地打压你,但不久之后又送了很贵的礼物给你。

在间歇性奖励中,我们很难意识到这段背叛关

## 间歇性奖励

系的危险性,因为关系中的“奖励”给了我们对方开脱的理由。

间歇性奖励会对我们的神经生物机制产生激励作用,尤其是当奖励不可预测时,多巴胺和血清素等让我们产生欣快感的激素将大量产生。

## 总是不好意思的人

她知别人红包里装的是两百,自己再以同数礼尚往来? 怎好意思! 哪有这样走人情的,人来一盒酥,便去人一盒酥,人送两束帛,也还人两束帛? 到底磨不开脸面,实在不好意思。老人家相信,太精准太公平的人情,就没人情味儿了。于是,她咬咬牙添上一笔,以三百之数奉还别人。

正月一过,小算盘一拨,老人家发现,为了自己的不好意思,凭空多支千元朝上。她的钱,来自儿女孝敬,她知儿女不易,心中好生懊恼,自责多日。

我想不起自己是从什么时候开始画画的了,只记得那时候我可以一个人画很久。小时候,我特别喜欢看1987年版的《红楼梦》,看完之后,我对一个女孩子走路的背影很感兴趣,就画了一下午那个背影,可能有上百张。

接触水墨画,源于一位长辈送了我一本张大千先生的画集,那种艺术形式我很喜欢。其实,在生宣纸上用水墨画画,对小孩来说是蛮难的一件事。一开始,一点墨,会洇成一片,然后慢慢熟悉它,掌握一些规律和节奏,可以用它来进行表达,那个过程给了我很大的快乐。

我存着最早的一张画,大概是六七岁时画的。一张黑白的水墨,天上是夕阳还是月亮我已经不记得了,下面还有两棵树。我一直把那张画放在画室的书架上,提醒自己,永远都要记得,它带给我的那种快乐。对我来说,在画画这件事上,这是最重要的。

(摘自《无用之美》林曦/文)

这种欣快感如此令人着迷,以至于这段关系中的其他负面因素被全然忽略。就像赌博一样,如果没有赢钱的机会,我们也不会把钱币投入老虎机中,而获得回报的希望足以让我们成瘾。

有毒的关系也是如此。  
(摘自《煤气灯操纵》阿梅利亚·凯利/文)

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

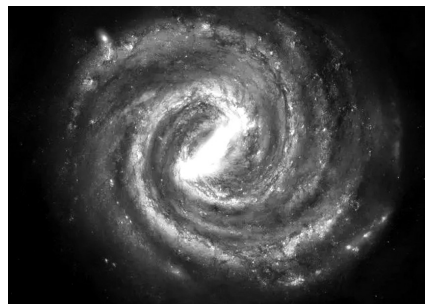
要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

要记得的一件事

## 太阳为何不“撞车”



当我们在地球上感受岁月静好的时候,地球其实一直在载着我们围绕着太阳公转,其速度大约为每秒30公里。

太阳也不是固定不动的,它也一直“带领”着太阳系中的众多天体在银河系中高速运动,其速度约为每秒230公里。

现在假设有两颗与太阳体积一样大、速度一样快的恒星,它们之间的距离为5.5光年。在这种情况下,如果我们将这两颗恒星缩小到足球那么大,那么在同等比例缩小之

总的来讲,主要有两个原因。

第一个原因是,银河系所占的空间实在是太大了,以至于即使几千亿颗恒星分布在其中也显得极为稀疏。有多稀疏呢? 根据科学家的估算,银河系中的恒星平均密度大约为每立方光年0.006颗。换句话说讲就是,在银河系之中,恒星之间的平均距离大约有5.5光年。

这样说吧,1光年大约是9.46万亿公里,太阳的直径约为139.2万公里,而足球的标准直径是22.1厘米。

而银河系中的恒星数量约为2000亿至4000亿颗,太阳只不过是其中之一。那么问题就来了,银河系有几千亿颗恒星,太阳在其中飞驰,为何没有“撞车”呢?

后,它们之间的距离就大约为8260公里,而它们的运动速度则会缩小至大约每秒0.0365毫米。

想象一下,两个相距8260公里的足球,分别以每秒0.0365毫米的速度随机运动,它们“撞车”的概率有多低?

但这还没完,因为第二个原因会让这个概率进一步降低。

这个原因就是:在银河系内,恒星的运动表现为一种有序而规律的状态,绝大多数恒星的运动并不是随机的,而是遵循着一种相对稳定的轨道围绕着银河系中心运行,进而使得银河系作为一个整体呈现出旋转的特性。

正是因为以上两种原因,太阳才没有与别的恒星“撞车”。

(摘自《天下奇闻》)

## 为什么有人总迷路

科学家发现,在迷路这个问题上,尽管很容易证明人们的导航能力存在差异,但要解释其原因却很难。近日的一项研究表明,在某种程度上,人们的导航能力是由成长经历决定的。影响人们表现的主要因素是遗传学家所说的“非共享环境”,即每个人在生活中积累的独特经历。一些文化因素也与定向能力有关。来自北欧国家的人

往往在导航能力方面略胜一筹,这可能是因为将越野跑和导航结合的定向运动在这些国家很受欢迎。平均而言,农村居民的导航能力比城市居民好一些。而在大城市居民中,那些街道网络比较混乱的城市(如欧洲城市的老城区)的居民比芝加哥等城市(街道形成比较规则的网格)的居民表现要好。

(摘自《科技日报》)

## 冻不死的木蛙

木蛙在北美随处可见,是生活在北极地区的唯一一种两栖动物。酷寒的极地气候常常使冬季夜晚的温度降至-9℃至-18℃的低温,但木蛙却冻不死,随气温下降它把自己冻成一块冰。等到天气回暖,木蛙体内外的冰块逐渐融化,几个小时后就恢复活蹦乱跳的行动能力。

研究人员利用核磁共振对冷冻和解冻过程中的木蛙进行成像,发现它们身体的结冰过程从边缘的肢体部位开始,以特定方向逐渐蔓延至体内,整个过程持续4个多小时。当气温降到0℃以下,在10分钟内,木蛙的皮肤组织开始结冰;3小时后,动脉和静脉血管冰冻,心脏和大脑停止运作,但肝脏依然保持着未冻结的状态,不过体积大大缩小;

而解冻的过程完全相反。当外界温度恢复到0℃以上时,木蛙的内脏首先解冻,再向全身各部位蔓延开去;到52分钟时,肝脏成为最先完全解冻的器官,不过体积尚未能恢复到原始状态;慢慢地,木蛙四肢的肌肉组织也开始解冻;3小时后,心脏完全恢复运作,血液再次灌注到血管和肝脏之中。

科学家发现,在木蛙的耐冻特性中,肝脏发挥着重要作用。每年的夏季和秋季,它们的肝脏就会储备大量的肝糖原。等到了冬季环境温度开

多年来,人们注意到关于非洲大象的一个有趣现象:当一头大象朝着象群“喊话”,有时候象群成员全都作出回应,但有时候只有一名成员回应,而其他成员“就跟没听见似的”。

《自然·生态学与进化》的一项研究显示,非洲大象很可能互相“直呼其名”,而象群社会结构越复杂,家族规模越庞大,大象们互相交流时需要用到“名字”的情形就越多。

美国康奈尔大学行为生态学家米基·帕多带领的团队展开这项研究,对肯尼亚桑布鲁国家公园100多头大象的叫声进行录音和技术分析,初步推断大象在彼此交流时有时候只是冲着象群“泛泛喊话”,有时候却类似于指名道姓“专门对着某头大象喊话”,而象群成员会根据是否听到自己“名字”作出恰当反应。

“要以这种方式交流,大象们需要学习把特定声音与特定大象挂钩,然后发出这种声音以吸引特定大象的注意。这涉及复杂的学习能力以及对社会关系的理解能力。”帕多说,“大象们对单个个体喊话,这凸显了对动物而言社会纽带非常重要,尤其是维持各种不同的社会纽带非常重要。”

(据新华社讯)



始降低时,肝脏会快速分解肝糖原,在体内产生大量葡萄糖,并通过提高心率的方式,尽可能地让葡萄糖以最快的速度分布全身。不同器官和组织对葡萄糖的摄取能力不同,大脑和腹部等核心器官内的葡萄糖浓度高于骨骼肌(横纹肌的一种,附着在骨骼上的肌肉)或皮肤等外周组织。对细胞而言,葡萄糖是一种很好的冷冻保护剂。这就相当于在器官周围安上了一个大冰窑,保护了器官的完好功能。

(摘自《科学24小时》)