

务外遗内,是学者大忌。务外,就是一味地顾及外在形象、形式,为博得他人的赞誉和追随。荀子说:“外重物而不内忧者,无之有也。”(《荀子·正名篇》)就是说,只重视外在物质而不关心内心忧虑的人,是不存在的。

过于重视外物就会遗失内在的清静、安闲和纯洁。人的心像明镜一样,充满着光明,只因外在的污染而变暗、变脏。是什么污染了心灵呢?纵情于声色,热衷于财货,嗜好于权势,追随于名誉。于是,我们贪心,我们虚伪,我们胆怯,我们偏激。

如何重获光明呢?

diy, do it yourself的缩写,意思是,自己动手做。diy如今很时尚。大商场有很多的diy作坊,花花绿绿的零件、玩具,家长带着孩子在

曾经去拜访一位台球馆老板,员工说他在工场劳作。

一会儿他擦着汗出来,笑说:“我的台球桌都是进口的,时间一长,弹性难免差了,我在给台球桌加裤边,老钢箍的外面再加一条不锈钢条,桌边不发软,弹性就大了。”

问为啥不请木工做?他说,自己做,最省心省力。

他是55岁学的木匠,之前,样样做过。

在部队当兵时,做过巨型塑像,塑得像模像样。基础在哪?小时候生活在农村,玩过泥巴。

复员了,分到煤矿铁路管理处,不久显露文艺才华,进了文艺小分队。从部队演到工矿,跑遍浙江杭嘉湖10个县。报幕、独唱、合唱,拉二胡、手风琴,说相声,打快板,跳舞蹈,乃至搬道具搭布景……样样拿得起。哪学的?自学的。后来他又当了三年电工。

他说,现在不论家里还是台球馆,除了电梯、空调还不会修,其他都没问题。

有这双会干活的手,啥都不怕,雕塑、招牌、灯箱、广告、牌匾、元宵彩灯……要什么给你做出来什么,还包你满意。

开台球馆,新员工进来,只看到一个人在埋头干活,干完电工干木工,不知道他就是老板。一天,新员工上班吃东西,他看到说了几句,那姑娘说:“大伯,你不是老板,自己事情做好就是了,管我做什么?”

他常说:“动脑琢磨、动手干活是多么快乐的事,多么有成就感的事,是最光彩的事。”

(摘自《新周报》莫小米/文)

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

光明的心

有了成绩不必高兴得太早,受到打击不必悲伤得太快。淡泊寡欲一点,可以养神;眼界放宽一点,可以养志;谦卑低调一点,可以养情;坦荡放下一点,可以养心。

我们的心一直光明,从未消失,只不过少了擦拭,被灰尘遮蔽了光亮。就像拨云见日一样,太阳一直在,不过是被云彩挡住了光芒。而内省,就是拨云见日的那只手。

一个人的功夫应该下在不被人知道的时间和地点,努力读书、认真思考,不被功名所惑。如无必要,公众场合尽

量少讲话,或多听别人讲话,既可以获得尊重又能从中学到本领。如此就可以充盈内心和真知了。

人生当知外在的美好,更要知内里的重要。没有内里的安闲,必有外在的忙乱。

一再追寻广博之人大多没有精湛的功夫,这又是学者的一个软肋:博而寡要。很像一个孩子只追求名次,而从来不去培育道德一样。到最后会被广博的缤纷和炫目弄得偏离方向,从而找不到来时的路。

做一个内心安静、内在喜悦、内里真诚、内涵丰富的人,才会走得更远,收获更多,格局更广,境界更高!

(摘自《今晚报》张建云/文)



子,最后,你苦心经营的圈子,总会成为束缚你的篱笆。(据小林漫画微信公众号/文)

滴水藏海

家人之间的爱没办法非黑即白,相互依存就是同时损耗又修补着。

——《俗女养成记》江鹅

泰然相向,生命之高下并不决定于绵长或短暂,更在于丰美和深邃。

——毕淑敏

一个心地干净、思路清

晰,没有多余情绪和妄念的人,是会带给人安全感的。因为他不伤人,也不自伤。

——林语堂

生活中有件重要的事情,就是挖掘和管理自己的能量。

——尼采

(摘自《新周报》)

与不喜欢的人相处

M? 是她的性格问题,还是我自己内心的偏见在作祟?

在这个过程中,我恍然大悟到一个深刻的道理:在这个多元的世界里,每个人都是独一无二的存在,各自的性格、观念、行为方式都受到他们的成长环境、教育背景等多种因素的影响。令我们不喜欢的人,并不一定是有问题的人,而可能是我们自身视角的局限和偏见的产物。为了让自己在公司里不再莫名难熬,我决定尝试接纳M。我开始有意识地观察她的言行举止,试图从她的角度去理解她的行为动机。我发现,M虽然言辞犀利,但她对工作充满热情,对待同事也真诚。她的直接,往往是为了所谓的效率,而不是出于恶意或挑衅。

在这个世界上,没有绝对的对与错、好与坏,只有不同的视角和选择。当我们能够以更加开放和包容的心态去面对这些差异时,我们的世界将会变得更加宽广和美好。最终,我们会发现,与这个世界和解的过程,其实就是与自己和解的过程。而在这个过程中,我们终将遇见更加完整、成熟的自己。

(摘自《新民晚报》陈小玉/文)

心海航

心海航

心海航

心海航

中学时做英语阅读题,老师常常说一个诀窍:遇到不会的单词直接跳过,不影响你阅读上下文。

一开始我掌握不好这个方法,总是会忍不住在难词和长句上停留,结果后来往往是耽误了太多时间,甚至没办法写完试卷。

后来掌握了这个窍门,发现跳过那些生涩的词,文章一样能读懂80%。甚至还能留出更多时间,让自己去做擅长的题目。

现在想起来,这个方法真是和人生里的好多事如出一辙。

有些解不开的矛盾,没想通的烦恼、乱糟糟的关系,有时候是不必多做停留的,我们可以有“跳过”这个选项。

它不是说一开始就下定决心,要把那些“生难词”从生命中删掉。而是先试着自己往前走,然后等再回头的时候,或许就会忽然发现——我已经明白那个词的用意了。

或者说,那个词已经没有搞懂,对我来说都已经不重要了。

我想起小时候经常听到爸妈说:“摔倒了就要马上爬起来。”

但这两年我却越来越觉得,这句话应该要有一个补充——摔倒之后的关键动作,除了马上爬起来,还有继续走下去。

(摘自《北京青年报》姓氏乔/文)

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

有些道理,藏在中学试卷里

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

DNA证据改写庞贝古城“故事”



一次火山喷发掩埋了古罗马庞贝古城,随后庞贝居民最后的绝望时刻被大地封存了千百年。

后来的人们从遇难者遗体的石膏模型中“看出”一些故事,比如有一位母亲在临死前抱着孩子,又如另外两名女子在生命最后一刻抱在一起。

但新的脱氧核糖核酸(DNA)证据表明,事情并非表面看起来那样——过去那些

流行的解释其实是在用现代人的眼光看待古人的世界。

德国马克斯·普朗克进化人类学研究所学者阿莉萨·米特尼克说:“对于以这些个体(庞贝遇难者)之间的关系为基础而构建起来的一些故事,我们能够进行反驳或者质疑了。这就为这些人曾经的身份提供了不同的解释。”

米特尼克及其同事发现,被视为母亲的那个遇难者其实是一名男子,而且他与旁边的小孩没有亲缘关系。另外两名抱在一起的遇难者中(这两人被长期视为一对姐妹或者母女),至少有一人是男性。此次研究成果发表在11月7日出版的美国《当代生物学》杂志上。

此次科研团队还包括了

美国哈佛大学和意大利佛罗伦萨大学的科学家。科研团队依靠的是保存了近两千年的人类遗传物质。维苏威火山于公元79年喷发并摧毁了庞贝城之后,埋在泥土和灰烬中的遇难者遗体最终腐烂消失,只留下一些骨骼碎片,于是在遗体原本的位置留出空洞。到19世纪末,人们通过填充空洞,制成了石膏像。

科研人员重点研究了14件正在被修复的石膏像,从石膏像所包含的骨骼遗骸碎片中提取出DNA。科学家希望能够确定遇难者的性别、世系和彼此间的遗传关系。

被称为“金手镯之家”的一处房址的相关遗骸为科研团队带来多个意外发现。人

们就是在“金手镯之家”发现了那位抱孩子的“母亲”。其佩戴的一件精巧首饰正是“金手镯之家”这一名称的由来。这件文物也强化了所谓“受害者是女性”的印象。在附近遇难的另一位成年人和另一名儿童在过去被认为是同一个小家庭的另外两名成员。

米特尼克表示,DNA证据显示上述四人都是男性,彼此间没有亲缘关系。这就明确告诉世人“长期以来围绕这几个人的故事”是错误的。

科研人员还证实,庞贝居民来自不同地方,但主要是东地中海移民的后代——这就彰显了罗马帝国时期人口迁移和文化交流的宏观模式。

(摘自《参考消息》)

猫比人类幼儿更擅长语言理解

一项简单的测试表明,猫似乎比蹒跚学步的孩子更擅长语言理解。这项研究报告发表在《科学报告》杂志上。报告表明,猫在图片和单词之间建立联系的速度比人类幼儿快四倍左右。

为验证这一点,日本麻布大学的高木佐保和她的团队对31只成年猫进行了一个简单的语言测试。这个测试原本是用以研究幼儿的语言识别能力的。研究人员给这些猫看了两段时长9秒的短片,每个画面都配有猫主人重复说出的单词。画面包括一个红色的太阳和一个蓝色的独角兽。画面被重复播放,直到猫开始感到厌倦,对屏幕的注意力下降50%。

经过短暂的休息后,画面再次重复播放,但这一次,画面和所搭配的单词进行了对调。出现太阳的画面时,配音是“独角兽”,出现独角兽的画面时,配音是“太阳”。

高木说:“在画面和单词调换的情况下,一些猫甚至会放大瞳孔盯着屏幕。看到它们如此认真地参与实验,真是太可爱了。”

实验表明,猫只需要两次、每次9秒的时间就能学会这些组合,比蹒跚学步的孩子要快很多,后者至少需要4次、每次20秒的时间才能建立联系。

但是,这个结果也无需过度解读。西拉库萨博士表示:“这是成年动物和幼年人类的一次比较。而且,这属于人类对另外一个完全不同的物种的自身解读。”(据新华社讯)

最短的街道

酒店门口大的地方,正好是麦凯酒店的正门。如今,麦凯酒店依旧屹立不倒并在发展壮大,而且依然是埃比尼泽街道上唯一的建筑、唯一的地址。

虽然这条街道起源于1887年,但直到2006年10月28日,吉尼斯世界纪录总编辑Craig Glenday来到威克镇检验后才正式将这条街确认为世界上最短的街道。

埃比尼泽街就此正式诞生了,整条街道只有一个

英国有一条世界上最短的街道,只有约2.05米长,只要走几步就能逛完整条街。

这条街道就是位于苏格兰凯斯威克的埃比尼泽街,至今仍保持着世界最短街道的吉尼斯世界纪录,比原纪录的拥有者英国兰开夏郡埃菲尔街的5.18米短得多。

埃比尼泽街上只有一个地址,也只有一个建筑,就是街道创建之初就存在

兰花种子有多少小

品种繁多而著称的植物家族,其成员多达2.6万余种,构成了地球上第二大开花植物群体。但令人惊讶的是,这么多

种兰花,无论高大还是矮小,它们的种子全都很小,简直像商量好的一样。

兰花种子究竟小到什么程度?想象一下,一粒比沙粒还要小得多的种子,轻盈地飘荡在空中,这就是很多兰花种子的真实写照。即便是兰花家族中“体形”最大的种子,长度也不过6毫米。世界上最小的种子就来自一种兰科植物——斑叶兰,它的种子小如尘埃,只有在显微镜下才能看清楚。最小的斑叶兰种子长约0.01毫米,体积仅为我们平时吃的盐粒的质量总和只有0.025克,这和10粒芝麻种子质量的总和差不多。

在自然界中,资源的争夺异常激烈,为了生存和繁衍,兰花便演化出了生产海量微小种子的生存策略。事实上,这一策略是以牺牲种子内部的胚胎和胚乳部分为代价的,这样可以显著减小种子的体积与质量。这种牺牲看似简单,实则精妙,因为兰花能够以极低的能量成本生产出大量的种子。

微小种子的生产策略,使得兰花可以产出更多的后代。据统计,在不如一颗桃核大的兰花蒴果里,包含的种子数量可能有数百万粒之多。要知道,采取这种“种海战术”,即便成功率不高,但庞大的基数总能确保有种子生根发芽。通过这种方式,兰花不仅能确保其种群的延续,还能有效占领新的生态位。

(摘自《大自然探索》11期)

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航

心海航