

身体不适,一个人坐车去
医院。步履有些艰难,不再像
年轻时走路可以风风火火,意
气风发。

上了楼,挂号候诊,检查,
再等候结果,用了一个上午。
医院人来人往,川流不息。就
像世间各个角落的缩影,形形
色色的人出现。我静静地坐
着,有一种松弛的感觉。走过
几十年人生旅途,老去是常
态。世事纷繁,坦然对待是睿
智之举。

回家时已经是华灯初
上。儿子一年年成长,我一年
年老去。想起昨晚跟
儿子聊天,开玩笑说
他长大了,妈妈就老

人生需要陌生感

陌生感就是人的局
限。假设每个人都有自己
的小宇宙,这个小宇宙里有
他成长过程中建立的三观
和认知,那么这个小宇宙的
边界,就是他的局限所在。

大部分人躲在自己的
小宇宙里不愿意出来,那里
坚固、安全,使人自信;只有
极少数人乐意探出头来,像
看陌生人那样理性客观地
反观、审视自己,由此做出改变,
塑造一个全新的自我。

熟视无睹、屡见不鲜,都是
对理性、直觉的破坏。就像很多
导演对自己刚完成的电影充满
信心,结果一上映,却差评如
潮。原因可能是,成片中有一部
分剧情显得多余、拖沓,剪掉会
更好一些。影评人几乎都能看
出来。这样明显的赘余,导演却
没有剪掉,是导演的能力不如观
众或者影评人吗?

很明显,不是的。因为每
个镜头都是导演拍的,对于电
影所要表达的内容,他过于熟悉,
以至会放大每一个镜头,最后
发现每一部分内容都有表达的
必要性,他盯着局部,看到的也
是局部。影片上映后,观众是
带着陌生感去看的,并不清楚
他在哪个地方埋下了怎样的伏
笔,在哪个镜头的切换上做了
什么样的功夫。观众看的是节
奏、剧情,是这部电影的整体
性,因此对影片好坏的判断就
显得非常直接而清晰。

就像自恋的人,每天看自己
太熟悉了,觉得自己怎么看都
好看。只有那种从未照过镜子
、完全不知道自己长什么样
的人,突然看到自己照片那一
瞬间的判断,才是最准确的。
客观,在某种程度上,就是陌
生感。

(摘自《山居七年》张二冬/文)



老去又何妨

了,要被嫌弃了。儿子赶忙
说,老了也是漂亮妈妈。我
笑,心中颇为欣慰。

打开电脑,看资料,写文
章,看作业,有条不紊。学员
询问我写作的问题,跟我调侃
说:“老师,您的头像可真漂
亮,有古典美。”我满心欢喜
地说,我一个老太婆,还古典
美?那是照“骗”!屏幕那边
发来一串欢快的笑脸。瞬
间,我心情愉悦了几分。

微信有申请添加好友提
示,是外省一个杂志的编辑。
添加之后,编辑询问我一篇
文章的一些问题,然后说可否

做修改,然后刊发。心情顿
时又是一阵欢喜,答应下来。
真好,生活中会有烦扰之事,
也会有愉悦之事。两者并存
也未尝不可。

从前年轻,极少想过老
了如何,除了工作,就会和同
事去娱乐。婚后,为人妻,为
人母,又在工作家庭中过着
波澜不惊的日子。直到步入
中年时,才开始学习写作。那
时已经没有年轻时的张扬,也
想打破这么多年平淡的日子。
写作是一件长久的事情,我
一做就是十年。并且不负光
阴不负自己。

张爱玲说,出名要趁早。



滴水藏海

决定一个人的并不是
他所处的环境,而是他对
自身处境的解读。

——阿尔弗雷德·阿德勒
我们凭直觉可以避免
最差的东西,凭耐心和经
验才能得到最好的东
西。

——周国平
对于普通人来说,一
生最重要的功课就是学
会

总 要

在我八九岁时,与几个
被大人视为“坏孩子”的伙
伴们混迹在一起。有一次,
我们躲起来抽烟,母亲发现
后非常生气,拿起扫帚就要
打我,父亲及时制止了她。
他对母亲说,无论是好是
坏,孩子总要经历一次,这
样将来才不会好奇,才能
找到自己真正追求的东西。
从那以后,我再也没有抽
过烟,直到今天。

后来,堂哥买了游
戏机,我也想买一台。母
亲担心影响我的学习,坚
决反对,但父亲却站出来
支持我,给我也买了一台。
他说,孩子迟早都要玩
的,一旦玩过了,兴
趣自然就会减
少,心也会回

(摘自《今晚报》周牧
辰/文)



我没想要写出名,只是
爱好,所以没有趁早。从
中年到如今的老年。老
去的我过得并不乏味,
更不枯燥,读书,写
作,教学。老去又何妨
呢?不虛度就可以。

闺蜜与我同岁,她真
正地享受生活。她说,
老又怎么样,我开心得
很。每天,她约朋友喝
早茶,每年在外旅游一
次。亲手打理家中小
院的花圃,花开时就拍
照发朋友圈,约我们去
喝她亲手制作的花
茶、吃花饼……

是啊,老去又何妨,
生活还要继续,快乐也
会在延续。
(摘自《燕赵都市报》
何小琼/文)

2009年,曾经火爆一
时的达美乐比萨连锁店
濒临倒闭。公司的销售
额一落千丈,股价也跌
到了历史最低点。屋
漏偏逢连夜雨,公司
制作的比萨这时也
在全美美食大赛中
位列最后一名。

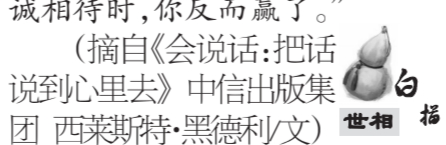
管理人员不得不迅
速采取措施,否则公
司将面临破产。于
是,他们采取了一个
非常规的做法。达
美乐进行了一系列
广告公关活动,坦
荡地承认了自己的
失误:公司以前
做的比萨太难吃
了。

在一则电视广告
中,达美乐则引用
了顾客的各种差
评。比如,有人吐
槽达美乐比萨的
底饼就像硬纸板
一样,是“最难
吃的比萨,没有
之一”,“完美
地避开了跟好吃
有关的一切”。
在广告中,顾
客们这些扎心
的差评都被打
印出来,并用
画框装裱后,
挂在了达美
乐办公室的
墙上。

这时,画外音宣
布达美乐将推
出比萨新品,并
恳求顾客再
给它一次机
会。

达美乐的首席
执行官事后承
认,自己在决
定推出这则
广告时忐忑
极了。因为这
则广告很有
可能适得其
反,带来难
以预料的后
果。幸好事
遂人愿,这
次危机公关
最终被誉
为餐饮史
上最不可思
议的扭转
乾坤之作。
第二年,达
美乐的产品
销售业绩
增长了接
近14%,股
价也上涨
了130%。
这家公司
把赌注都
压在了诚
信上,终于
获得了丰
厚的回
报。就像
摩根·士
丹利公
司的分析师
约翰·格
拉斯所
观察到的:
“人们已
经太习惯
听广告里
说的假
话了,当
你以诚
相待时,
你反而
赢了。”

(摘自《会说话:把话
说到心里去》中信出版
集团 西菜斯特·黑德
利/文)



当你以诚相待时

了;能大能小,万事
摇直上。据澎湃新闻
王家春(绘)

接受自己。

——荣格
世界先爱了我,我
不得不爱它。

——汪曾祺
圆满不是建立在完
整之上,而是建立
在对缺失的接纳
之间。

——世界的模
样,取决于你凝
视它的角度
(选自《读者》)

学习上。果不其然,
我便玩腻了,对游
戏失去了兴趣。

初三那年,中考
“一模”考试我失
败了,按照那个
成绩,连高中都
上不了。母亲
非常焦虑,不停
责备我。父亲
却安慰地说,
人总要经历
失败,只有经
历过失败,才
不会那么害
怕失败,其
实是一件
好事。

人到中年,回
想起父亲的
“总要”,我
很感慨:人
这一生总要
去见不同
的人,面对
不同的事,
遇到各
种各样的
情况,人
不可能
只活在
一种状
态中。既
然如此,
早一些
去经历
未尝不
是一件
好事。

(摘自《今晚报》周
牧辰/文)

走进古树神奇世界

国家一级保护植物。这一
在西双版纳的发现,证明
了我国有真正的热带雨
林。热带雨林林冠层高
度一般在40至50米左
右。望天树要花百年以
上的时间,才能“突出
重围”,长成70米以
上的巨树,是雨林中的
“巨人”。科研人员还
在望天树上发现种类
和数量繁多的动物
和微生物,古树支
撑起一个生机勃勃
的生态系统,它的
生长也记录了千
百年来降水和温
度等环境信息。
景迈山凭借着总
计2.8万亩古
茶林,成为全球
首个茶主题世
界文化遗产之
后,也被列入
亚洲遗产可
持续发展优
秀案例。

在这里,林茶共生、人地
和谐的独特文
化景观已经
延续了千
年。被蜘蛛、
小鸟保护的
茶树,也滋
养出了螃蟹
脚、石斛等
中药材。在
相互竞争又
相互依赖的
生态智慧下,
不过多人工
干预破坏自
然的平衡,是

树龄500年以上的,实
行一级保护;树
龄300年以上
不满500年
的,实行二级
保护;树龄
100年以上
不满300年
的,实行三
级保护。
云南:古茶
树支撑生机
勃勃的生态
系统
龙脑香科植
物望天树是

有研究发现,在海洋
热浪摧毁鲸鱼
的食物后,它
们的叫声明
显减少。这
表明,鲸鱼
的歌声可以
作为气候变
化对海洋生
态系统影响
的“晴雨表”。

瑞安和他的团
队结合美国
国家海洋和
大气管理局
长期监测的
数据,分析
了磷虾、凤
尾鱼等鲸
鱼猎物的数
量,并将其
与2015年
至2021年
间在该保
护区记录
的鲸鱼歌
声的音量
进行匹配。
此外,研究
人员还通
过采集鲸
鱼皮肤样
本,验证在
猎物丰富
或稀缺的
年份,鲸
鱼饮食和
食物。

蒙特雷湾水
族馆研究所
的生物海洋
学家约翰·
瑞安表示:
“鲸鱼对生
态系统变化
极为敏感,
我们可以通过
它

研究发现,硫
帮助黄金到
达地球表面。
金矿通常存
在于火山活
动密集的地
方。科学家
很早就知道
这种闪闪发
光的物质是
在岩浆——
即为喷发的
火山提供
“燃料”的
熔岩的帮助
下到达那里
的。但黄金
是一种来自
地幔(位于
地表之下
很深处)的
致密金属,
那么,它是
如何上升到
地球表面并
形成金矿的?

这个问题一直
困扰着科学
家,美国《国
家科学院学
报》最近发
表的一篇分
析报告提
供了一种解
释。这项研
究由一个国
际研究者团
队开展,他
们开发了一
个热力学模
型,可以预
测黄金为什
么会随火山
活动向上
喷涌。

这种活动发
生在深海俯
冲带,地壳
板块在那里
相互碰撞。
当一个板
块在其邻近
的致密金属
下面滑动
时,火山活
动可以将岩
浆从地幔
——即位于
地球炙热
的核心与地
壳之间的地
质层向上
推。通常,
黄金被禁锢
在地幔

黄金为何会随着火山活动到达地表

内。不过,科
学家们早就
怀疑,硫——
这种元素可
以与金形成
很强的化学
键——使得
金可以随着
岩浆被运
送到地表。
这个新的热
力学模型以
定量方式
预测在上述
俯冲带内
发生的事。
研究人员
发现,地幔
中的硫可以
与金结合,
生成一种
稳定的络
合物,它可
以通过岩
浆把大量
的金从地
幔向上运
输到地壳。
这些研究
者在报告
中称,这种
所谓的硫
化金络合

物“可以充
当某种极为
高效的黄金
运输和压缩
剂”,其从
地幔中萃
取出的黄金
高达其他
不存在这
种液体的
区域的黄
金萃取量
的100倍。
密歇根大
学地球和
环境科学
教授、该
报告联合
作者亚当·
西蒙在一
份新闻稿
中说:“导
致火山喷
发的过程
与形成金
矿的过程
属于同一
类型。我
们现在发
表的这个
热力学模
型首次揭
示了硫化
金络合物
的存在,而
我们以前
并不知道
其在这种
条件下存
在。”
(摘自《参
考消息》)

村民们与古
茶树之间的
默契。
江西婺源:
500岁古
樟树“上
演”生命
传奇



所谓散生古
树,不同于
成片群状
生长的古
树,它是在
周围环境中
没有同种
树木相伴
、独树一帜
的珍贵古
树。全国
散生古树
数量较多
的树种有
樟树、柏
树、银杏
、松树、
国槐等。
其中,樟
树是我国
长江中下
游常见的
树种,更
是江西省
的省树。
樟树有一
种特殊味
道,可以驱
虫。它身
上还常寄
生一种“
接骨草”,
是骨科良
药。在江
西婺源
岭脚村,
有这样一
棵被称为
“树坚强”
的古樟。

江西婺源藏
着一棵已
经500岁
的古樟树,
早年因雷
电

袭击,树干
被烧成“
黑炭”,
树心全
空!整棵
古树仅靠
最外层的
树皮,支
撑着10
多米高
的躯干。
你以为
它会从
此枯萎
吗?不!
树皮下
的韧皮
部和形
成层,就
像给树
干装了
“营养
快线”,
顽强的
劲头让
它重生
新枝,
被村民
称为“
树坚强”!

广西阳朔:
打开古
榕树根
系世界

树干能为
古树输送
营养,树
根则是
古树的
“地下
生命
线”。在
桂林阳
朔,一棵
上千岁
的古榕
树,树冠
覆盖面
积达1700
多平方
米,入选
全国“
双百”
古树。
古树千
年不倒
的奥秘,
就藏在
根系里。
它们是
树木的
“生命
之源”,
吸收水
分养分,
支撑庞
大树冠。
在广西
桂林阳
朔,有一
棵距今
1500多
年的古
榕树,是
当地的
“明星
树”。这
几天,林
业专家
正在对
榕树根
系进行
定期“
体检”。
像古榕
树一样,
整个广
西有超
过15万
株古树,
每一棵
都承载
着独特
的价值。
(据央视
新闻客
户端)

蜜蜂为何
能在花中
准确无误
地找到每
一朵花
的蜜源?
首先,蜜
蜂拥有一
套天生的
导航系
统,这是
它们与生
俱来的
天赋。它
们的复
眼可以
捕捉到
丰富的
视觉信
息,包括
花朵的
颜色、
形状和
排列方
式。而它
们体内
的“太阳
罗盘”
——偏
振光感
知系
统则能
让它们
感知太
阳的方
位,利用
太阳的
位置进
行定位。
其次,蜜
蜂在采
蜜过程
中,会不
断收集
花朵的
气味信
息,这些
信息通
过蜜蜂
的触角
感知后,
会被储
存在它
们的大
脑中。当
蜜蜂再
次遇到
相似的气
味时,它
们就能
迅速回
忆起之
前的采
蜜经验,
从而找
到蜜源。
(摘自《百
科知识》
2025.03A)

准
确无误
地找到
每一朵
花的蜜
源?首
先,蜜
蜂拥有
一套天
生的导
航系
统,这
是它们
与生俱
来的天
赋。它
们的复
眼可以
捕捉到
丰富的
视觉信
息,包
括花朵
的颜色
、形状
和排列
方式。而
它们体
内的“
太阳罗
盘”——
偏振光
感知系
统则能
让它们
感知太
阳的方
位,利
用太阳
的位置
进行定
位。其
次,蜜
蜂在采
蜜过程
中,会
不断收
集花朵
的气味
信息,这
些信息
通过蜜
蜂的触
角感知
后,会被
储存在
它们的
大脑中。
当蜜蜂
再次遇
到相似
的气味
时,它们
就能迅
速回忆
起之前
的采蜜
经验,从
而找到
蜜源。
(摘自《百
科知识》
2025.03A)

广西阳朔:
打开古
榕树根
系世界

树干能为
古树输送
营养,树
根则是
古树的
“地下
生命
线”。在
桂林阳
朔,一棵
上千岁
的古榕
树,树冠
覆盖面
积达1700
多平方
米,入选
全国“
双百”
古树。
古树千
年不倒
的奥秘,
就藏在
根系里。
它们是
树木的
“生命
之源”,
吸收水
分养分,
支撑庞
大树冠。
在广西
桂林阳
朔,有一
棵距今
1500多
年的古
榕树,是
当地的
“明星
树”。这
几天,林
业专家
正在对
榕树根
系进行
定期“
体检”。
像古榕
树一样,
整个广
西有超
过15万
株古树,
每一棵
都承载
着独特
的价值。
(据央视
新闻客
户端)

蜜蜂为何
能在花中
准确无误
地找到每
一朵花
的蜜源?
首先,蜜
蜂拥有一
套天生
的导航
系统,这
是它们
与生俱
来的天
赋。它
们的复
眼可以
捕捉到
丰富的
视觉信
息,包
括花朵
的颜色
、形状
和排列
方式。而
它们体
内的“
太阳罗
盘”——
偏振光
感知系
统则能
让它们
感知太
阳的方
位,利
用太阳
的位置
进行定
位。其
次,蜜
蜂在采
蜜过程
中,会
不断收
集花朵
的气味
信息,这
些信息
通过蜜
蜂的触
角感知
后,会被
储存在
它们的
大脑中。
当蜜蜂
再次遇
到相似
的气味
时,它们
就能迅
速回忆
起之前
的采蜜
经验,从
而找到
蜜源。
(摘自《百
科知识》
2025.03A)

广西阳朔:
打开古
榕树根
系世界

树干能为
古树输送
营养,树
根则是
古树的
“地下
生命
线”。在
桂林阳
朔,一棵
上千岁
的古榕
树,树冠
覆盖面
积达1700
多平方
米,入选
全国“
双百”
古树。
古树千
年不倒
的奥秘,
就藏在
根系里。
它们是
树木的
“生命
之源”,
吸收水
分养分,
支撑庞
大树冠。
在广西
桂林阳
朔,有一
棵距今
1500多
年的古
榕树,是
当地的
“明星
树”。这
几天,林
业专家
正在对
榕树根
系进行
定期“
体检”。
像古榕
树一样,
整个广
西有超
过15万
株古树,
每一棵
都承载
着独特
的价值。
(据央视
新闻客
户端)

有研究发现,在海洋
热浪摧毁鲸鱼
的食物后,它
们的叫声明
显减少。这
表明,鲸鱼
的歌声可以
作为气候变
化对海洋生
态系统影响
的“晴雨表”。

瑞安和他的团
队结合美国
国家海洋和
大气管理局
长期监测的
数据,分析
了磷虾、凤
尾鱼等鲸
鱼猎物的数
量,并将其
与2015年
至2021年
间在该保
护区记录
的鲸鱼歌
声的音量
进行匹配。
此外,研究
人员还通
过采集鲸
鱼皮肤样
本,验证在
猎物丰富
或稀缺的
年份,鲸
鱼饮食和
食物。

蒙特雷湾水
族馆研究所
的生物海洋
学家约翰·
瑞安表示:
“鲸鱼对生
态系统变化
极为敏感,
我们可以通过
它

研究发现,硫
帮助黄金到
达地球表面。
金矿通常存
在于火山活
动密集的地
方。科学家
很早就知道
这种闪闪发
光的物质是
在岩浆——
即为喷发的
火山提供
“燃料”的
熔岩的帮助
下到达那里
的。但黄金
是一种来自
地幔(位于
地表之下
很深处)的
致密金属,
那么,它是
如何上升到
地球表面并
形成金矿的?

这个问题一直
困扰着科学
家,美国《国
家科学院学
报》最近发
表的一篇分
析报告提
供了一种解
释。这项研
究由一个国
际研究者团
队开展,他
们开发了一
个热力学模
型,可以预
测黄金为什
么会随火山
活动向上
喷涌。

这种活动发
生在深海俯
冲带,地壳
板块在那里
相互碰撞。
当一个板
块在其邻近
的致密金属
下面滑动
时,火山活
动可以将岩
浆从地幔
——即位于
地球炙热
的核心与地
壳之间的地
质层向上
推。通常,
黄金被禁锢
在地幔