

几年前,我曾经写过一篇小文章《半个文盲》。我承认,在这个技术手段越来越发达的时代,我落伍了,已经沦落为半个文盲。我不会玩手机,只会在手机上发个信息、打打电话,直到去年才学会了网上付款。因为刚学会,有新鲜感,也觉得便捷,便跃跃欲试,学习着在网上买东西。第一次买的是苹果,手机屏上商家展示的红富士苹果,其色泽像春天的阳光一样,柔和,亮眼,而且个头大,如同双胞胎。收到货后却傻眼了。那些所谓的苹果,个头只有鸡蛋那么大,色泽如一个久病患者的脸,黯淡无光。



滴水藏海

一个人最危险的敌人是他自己的口舌。

——马克·吐温

有三样东西有助于缓解生命的辛劳:希望、睡眠和笑。

——康德

一定要爱着点什么,恰似草木对光阴的钟情。

——汪曾祺

勇气,并不是闪闪发光的英雄主义,它包含怯懦,就像心中也有不爱的时刻。

——这来回摇摆的踱步、斑驳的杂质,才是真相

累点低。

——“累点低”和“没福硬享”是一枚硬币的两面,都是用戏谑调侃的语言,勾勒年轻人关注自身感受、追求幸福生活的自觉行动

所谓一见钟情,其实是一场重逢,是对早已存在于我们内心的某种感觉的回应。

——大卫·冯金诺斯

不要因渴望未得之物而忽视已有之物。

——你现在拥有的,曾经也是你所希望得到的

(摘自《今晚报》)

行为心理学家埃利斯给了我们三种最常见的病态思维模式。

第一种是“恐怖化”

我们总喜欢把一件事想得特别严重。当我从大学辞职的时候,我爸妈特别担忧,说将来我老了,万一需要钱怎么办,还是得有人每个月给我发点钱才行。

这种过度的担忧会导致很多人待在一个不适合他的地方,工作得不愉快,但他就是要留在这儿,因为他恐惧。

大家可以做一个实验,在

上当记

光泽。我把纸箱中的苹果全部倒出来,纸箱下层全是伤痕累累的烂果子。第一次上了当,总不甘心,我相信,好商家多的是。于是,就有了第二次上当,第三次上当……

最近一次上当是买书。下单买了一本历史书,打开一看,和介绍的内容大相径庭,不过是一本中学生读物。我给经常帮我代买文学经典的作家朋友打电话,诉说了我买的是一本什么样的书。作家朋友说,你在网上就不能轻易买书,还说那里卖的书,大都没必要

看。这一次上当,彻底断了我在网上买东西的念头。交了四次学费,学会了在网上下单买东西,学到手的“本事”却再不敢施展了,我其实是学而无用,就像某些读了四年大学的学生。于是,就有了第二次上当,第三次上当……

我自己之所以几次上当,不只是别人拿当给你上,而是自己心甘情愿地去上当。自己已经明白,那是坑,却偏偏要去跳。在现实生活中,不是骗子太猖狂,而是“甘愿”受骗的傻瓜太多了。一个人要认清现实,要改变自己的认知,非经过生活的多次捶打不可。生活就是如此残酷。

(摘自《今晚报》冯积岐/文)

那些正在赚大钱的人,生怕别人知道自己在赚钱,他们从不声张。

而那些到处宣扬自己在赚大钱的人,往往都是打着带你赚钱的名义收割你。

为什么开赌场的人往往自己不赌博?

为什么教人炒股的往往自己不炒股?

因为他们看透了赚钱的本质:要赚那些想发财的人的钱。

当别人都去淘金的时候,你要做的不是加入淘金大军,而是去修建一条能更快速通往淘金地的道路。

当大家都去直播的时候,你要做的不是跟风,而是办个直播培训班,或者去卖直播设备。

这才是赚钱的本质。

(摘自《人间清醒:底层逻辑和顶层认知》浙江人民出版社 水木然/文)

赚钱的本质



欣闻 / 绘
据澎湃新闻·观察
惊累和世界温柔,都喜
和善,都是有
你的
人
闻

快乐的能力

标坚定向前。事业大的有大目标,事业小的有小目标,脚踏实地,务实勤劳,才是根本。

其实一个人一生最应学会的是,无论遇到多大的风雨,都拥有让自己快乐的能力。

怎么不断调整情绪让自己快乐呢?首先是不计得失,不抱怨,积极乐观,开心过好每一天。大事化小,小事化了,允许一切发生。苏东坡,多次被贬,在边远之地,他写诗、钻研美食,活得有滋有味。

其次是有方向有目标。人生更多的价值在于生命的体验,无论经历了多少坎坷、磨难,但

人生最应具备的能力。
再次,有追求有爱好,这样笑声才会更多。一个泥瓦

工爱好书法,他可以用特制笔蘸水泥写出飘逸的字,令人叫绝。在我事业最艰苦的时候,我通过读书和诗歌创作自我疗愈;穿行于广州各大街小巷,我又做起了销售,开创了新的生活。学会倾诉,与人拉家常,也是一种爱好。走出办公室,走出家门,到广阔的大自然中感受阳光的沐浴,也是分外赏心悦目的。

总之,人生就是在得与失之中度过。如果失去了,就当是新的开始,快速调整自己,找到新的方向和目标,让自己动起来,快乐起来,这才是人生最应具备的能力。

(摘自《广州日报》杨兵/文)

远离三种病态思维模式

纸上写一件你近期最担心的事,团成一个纸团儿,扔在一个盒子里。第二天,又想起一件事,你可以再写一个纸团儿扔在盒子里。过一段时间,打开这个盒子,看看你写的纸条。一个一个看下去,你会发现,盒子里的那些东西,有90%以上的状况压根儿就没有发生过。

所有的事情,让它自然地来,自然地去。

第二种是“应该化”
事情发生之后,很多人总

觉得自己应该做得更好。比如,父母认为子女应该按他们想要的生活方式去生活,甚至威胁,你要是不听我的,我就死给你看。一个“应该化”的人,会给予周围的人造成特别大的压力。他总是先对自己提出“应该化”的理由,等他不折腾自己了,他就开始给别人提应该怎么做了。

这三种常见的病态思维模式,会使你在生活中总感觉到痛苦。(摘自《读书是一辈子的事》中国友谊出版公司 樊登/文)

第三种是“合理化”

这是一种弱反应,比如,不去感觉,只是试图否认一些事情,即使是对我们自己。比如,让情绪走向另一个极端,不允许自己产生任何反应。在很严重的事情面前欺骗自己,这种回避和否认并不是一个解决问题的办法。回避的问题依然存在,绝对会再一次浮现出来。

使用纳米光刻系统制作一把“提琴”大约需要3个小时。完成的作品在芯片上不过是一粒尘埃大小,只有通过显微镜才能详细观察。

责编:杨海英 版式:张璨 校对:付康松 文革

千湖沙漠·沙漠与湖泊的共同奇迹

在南美洲东海岸,有一片广袤的白色陆地映入眼帘,其上沙丘绵延,宛如巨幅床单在阳光下翩翩起舞。这里,便是被誉为“马拉尼昂的床单”的拉克依斯马拉赫塞斯沙漠,因其独特的湖泊景观,被人们亲切地称为“千湖沙漠”。

在千湖沙漠的探险之旅中,你会发现许多有趣的自然现象。首先,这里的沙丘呈现出明显的弧形,最高者可达40米,且两坡不对称,一面坡度平缓,另一面则陡峭异常。根据地理常识,我们可以判断出盛行风为东北风,正是它长期吹蚀,塑造了这些独特的沙丘。更令人惊奇的是,这些沙丘和湖泊都在不断移动。当地放牧的村

民表示,他们虽然生活在这一片土地上,却永远也记不住这些沙丘的样子,因为每过一年,它们都会发生巨大的变化,甚至改变位置。

其次,你会看到无数个湖泊交叉分布在沙丘之间,

它们大小不一,最长的有100米左右,但深度通常不足3米。这是一片热带草原气候区,每年的1月至6月为雨季,降水丰富,新的湖泊不断涌现,水量充沛时甚至会相连成片。

千湖沙漠不仅奇特的地

理景观吸引人,还孕育着多样化的生物,如著名的南美牙鱼。当雨季来临,它们便在湖泊中畅游;而到了旱季,这些鱼类会在潮湿的泥沙中挖洞休眠,静待来年的湖水



“它开始主动捕食了!”6月4日清晨,湖南省邵阳市新宁县崀山朱鹮保护站救护员刘叙勇兴奋地告诉同事,前几日刚救护回来的海南鵟,终于开始自行啄食泥鳅。这意味着这只“世界上最神秘的鸟”正在逐步康复。

6月2日傍晚,新宁县水庙镇村民郑洪如往常一样在鸭棚清点家禽。当手电筒光束扫过水面时,一只长有黑色冠羽的大鸟映入眼帘,初步确认该鸟为海南鵟。于是,他马上拨打了森林公安电话,一场跨部门的生命救援由此拉开帷幕。目前该鸟体征平稳,状态良好,显示出较强的生命力。

据悉,海南鵟是中国特有的鹭科涉禽,昼伏夜出、行踪隐秘,全球野生种群数量仅有1000只,比大熊猫更稀少。它们栖息环境要求极高,极少被人类目击,因而被称为“世界上最神秘的鸟”。

“海南鵟其实是崀山的‘老朋友’。”据新宁县林业部门记载,自2003年首次监测到海南鵟以来,该区域已4次记录其踪迹。

(摘自《三湘都市报》6.6)

“现在70岁认知能力相当于过去50岁”

据英国《每日电讯报》网站6月6日报道,国际货币基金组织(IMF)的研究人员在最近一份关于全球老龄化后果的报告显示,平均而言,如今50岁以上的老人比以往任何时候的同年龄段人口都更聪明,也就是说具备更高的认知能力。

该研究基于41个发达经济体和新兴市场经济体的数据。

这份新报告的两位主要作者说:“在认知能力方面,现在70多岁的人确实相当于过去50多岁的人:

NanoFrazor的纳米雕刻机。它采用热扫描探针光刻技术,利用加热的针尖状探头在纳米尺度上“书写”出高度精确的图案。

为了制作这把“提琴”,团队首先在一个小芯片上涂了两层凝胶状的抗蚀剂,然后将这个涂有抗蚀剂的芯片置于雕刻机之下。加热探头可将“提琴”图案烧刻到表面层。图案蚀刻完成后,将暴露于底层的抗蚀剂溶解,就留下了提琴形状的空腔。最后,团队在芯片上沉积了一层薄薄的铂,用丙酮冲洗掉多余的材料,就得到了这把完整的“提琴”。

使用纳米光刻系统制作一把“提琴”大约需要3个小时。完成的作品在芯片上不过是一粒尘埃大小,只有通过显微镜才能详细观察。

(摘自《科技日报》)

金矿开采正吸干亚马孙雨林

源的地区,土地几乎不可能自然再生。

科学家们研究了秘鲁东南部马德雷德迪奥斯地区的两个废弃矿场。

这两个主要由小企业运营的矿场使用的是挖泥船,需要用大量的水来抽吸河床和溪流底部的沉积物和砂砾,以获得黄金颗粒。

研究员称这些工具为“水炮”。其作用是,冲走富含黏土和养分的表层土壤。当地地貌因而变成干涸的池塘,有些甚至如足球场一般大,周围是高达7米的沙丘。

研究团队发现,采矿废料就像筛子一样,水分在其中的渗透速度远超在原始森

林土壤中的渗透速度:水分在前者中每天可渗透约15米,相比之下,在后者中每天仅能渗透0.074米。这导致土壤含水量降低,温度升高。再加上森林遭砍伐后缺少树荫,新根系几乎无法存活。

不过,在靠近干涸池塘边缘的地区和低洼地带,土壤含水量较高,温度较低,因此自然再生效果较好。

研究团队发现,从1980年到2017年,小规模采矿活动已导致该地区超过950平方公里的热带雨林遭到破坏,而且采矿规模持续扩大,使生物多样性和原住民领地面临威胁。

(摘自《参考消息》)