

我们为什么会有休息负罪感

“我是个中国人，我不能纯玩，我纯玩会有罪恶感，太快乐会倒霉的！”不久前，很多人被这句脱口秀台词击中了灵魂！

这句台词来自脱口秀演员张骏，起因是他很喜欢纽约这个城市，今年秋季，他要来哥大读硕士。朋友问他，喜欢纽约为什么不来旅居。于是，上面那句名台词诞生了。恐怕也只有信仰“努力一生”“卷才是真”的中国人，听完如此“辛苦”的一句话后，才会心一笑。

别说去逍遥自在地旅居了，就连最简单的休闲、旅行，我们也总是搞得格外“用力”。

小时候学校组织春游，回来要写游记作文，多少个“今天，阳光明媚”的开头齐刷刷摆在讲台上。

长大了旅游，流行“特种兵模式”：红眼航班、上午到达另一个城市开始citywalk、中午爬山、下午打卡景点，一路忙着拍照，晚上忙着修图发朋友圈。

等到成家有娃，旅游就彻底进化成“苦行僧团建”。大人白天陪玩跑断两条腿，晚上到宾馆催娃补作业。旅行结束回到家后，还



“灵感”一词来源于古希腊。柏拉图认为“诗人是神的代言人”，诗人的地位可以想象。

“灵感是诗人的主观世界与客观世界最愉快的邂逅”（艾青），这是概念。“长期积累，偶然得之”（周恩来），这是方法。

多看、多读、多思、多悟和多写，会吸引灵感敲响心灵的门扉。

“踏破铁鞋无觅处”（夏元鼎），“为伊消得人憔悴”（柳永），“众里寻他千百度”（辛弃疾）等，都是对灵感的捕捉。欧阳修的灵感来自“马上，枕上，厕上”。

德国汉学家顾彬，平时带着纸和笔，随时记下闪现的意念，当然他是从爱迪生、达芬奇那里学来的。

想写一组下雪的诗，就要走在雪中，让雪花落在手心，贴在脸上，钻进衣领，还要尝尝雪的味道。过不了多久，灵感突然降临，带来难以言表的兴奋。

（摘自《黄河文学》杨梓/文）

要给孩子布置两篇小作文。

上了岁数“用力”的角度更刁钻，老年人舍不得报纯玩团，于是低价团横空出世。结果就是，大爷大妈们五点起床、坐两小时大巴到某景区保健品养生店听销售忽悠、套路你掏钱。

我们的休闲旅游是打怪升级，层层闯关，满满都是任务清单。这不禁让我感叹对比明显的“摆烂式度假”：在影视作品里，我们经常看到大家子假期去某个海滩、度假村游玩，大人往海边一趟、晒太阳、喝鸡尾酒、看书；孩子们就在海边、宾馆的泳池、保龄球馆里各种玩耍。没有任务、没有副本，只有完全的“放空”和“躺平”。

就连本该轻松、惬意的旅游，我们都玩得如此沉重，遑论其他了。

为什么中国人的一生都难以松弛下来？

首先，我们价值观的底层设定，就是有用即正义、休息是羞耻。

几千年的勤勉叙事，让“有效”“产出”成了第一美德。“玩”被默认为“无用”，无用就容易被归入“浪费”。“人生在勤，不索何获？”“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随”……这些耳熟能详的大家之言也是文化里的“紧箍咒”，向子孙后代们灌输着休闲=懒散的规训。

我们的一生，几乎都在被各种“忙碌制度”操控。为了避免“黑发不知勤学早，白首方悔读书迟”，成年

在东亚人的基因里，我们会不自觉地把“松弛”和“浪费

七旬老父的“没事”

母亲常说，父亲这辈子最擅长的，就是把“有事”说成“没事”。长大后我才懂得，父亲的每一个“没事”后面，都藏着没说出口的千言万语。

初三那年深秋，突然降温。我正在教室早读，看见父亲站在走廊上，怀里抱着我的红棉袄。我跑出去，问他冷不冷。他搓着冻得通红的手说：“没事，不冷。”后来

母亲才告诉我，那天父亲发了高烧，是吃了两片退烧药，硬撑着

来的，回到家就倒在了床上。去年寒冬的一次视频中，七旬老父亲走路有些蹒跚。我问：“腿又疼了？”父亲往镜头外挪了挪，摆摆手说：“没事，老毛病了。”小弟后来告诉我，父亲的关节炎严重到上下楼都要扶着墙，却死活不肯去医院，还说：“你姐在外地带孩子，别让她操心。”

这些轻描淡写的两个字后面，藏着我不想让我看见的叹息，是他偷偷咽下的所

有苦涩。

原来，“没事”是这个世界最温柔的谎言。最深沉的爱，往往以最轻描淡写的姿态呈现。

（摘自《燕赵老年报》黎月香/文）

夜雨中与家人围炉闲谈

光听着窗外夜色中时紧时疏的雨声，便满心都会贮足了诗。你会感受到往常的世俗喧嚣一时被浇灭，天上人间只剩下了被雨声统一的宁静，被雨声阻隔的寂寥。

在夜雨中与家人围炉闲谈，几乎都不会拌嘴，在夜雨中人人都悄然归位，死心塌地地在雨帘包围中默默端坐。

中专心攻读，身心会超常地熨帖，在夜雨中思念友人，会思念到立即寻笔写信，在夜雨中挑灯作文，文字也会变得滋润蕴藉。

（摘自《雨夜短文》余秋雨/文）



（摘自《黄河文学》杨梓/文）

海底采集“源火”现“水火相济”奇观

10月9日，第十五届全国运动会和全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会火种采集仪式在广州举行，来自南海1522米深处可燃冰的“源火”揭开神秘面纱。

此次盛会“源火”采集依托我国自主研发的“海马”号深海遥控潜水器，在超深水海底远程精准采集并引燃可燃冰，呈现“水火相济”奇观，创下全球体育运动史上首次在深海海底获取绿色“火种”的新纪录。

9月18日，“海马”号下潜至1522米海底，科研人员远控机械臂采集可燃冰及伴生气，利用船上光伏发电装置引燃甲烷气体。采集成



功后，科研人员放置永久基点定位标以作纪念。

“深海面对着极高的水压和低温、腐蚀、黑暗的恶劣环境。‘海马’号可以下潜到4500米，但4500米深海下的压力，相当于在小手指指甲盖上面有1吨多的压力。”

广州海洋地质调查局方法所副所长陈宗恒介绍，“源火”采集必须克服这些问题。比如，燃烧舱要抗压，能耐住海水的压力；为了记

录深海采火的过程，他们必须对专用相机进行耐压封装、远程精准遥控；因为涉及水压定位的难点，以及深海黑暗环境的影响，多潜水器第三视角的拍摄难度挑战也非常大。

2024年7月，科技攻关团队成立，先后攻克深海耐压性和密闭性难题，重点突破深海可燃冰原位收集技术、多通道气体流量精确控制技术、燃烧环境维持及燃烧产物处理技术等三大技术，利用“海马”号的“大脑”精确控制，实现在1500多米的深海采集“源火”。同时，团队自主研发超高清4K相机记录“源火”采集全过程。（摘自《科技日报》10.10 叶青/文）

有媒体报道，某餐饮店使用X光对其冷冻的大黄鱼去除鱼刺。这引发网友疑问：X光处理鱼刺会不会影响食物？

X光机领域专业人士孙先生表示，X光机设备一般提供给食品加工厂，主要做出口无刺鱼片使用。其原理是通过X射线穿透，形成影像，判断鱼片哪个位置有刺。此类设备是电离辐射，而不是放射性物质，因此生产出来的鱼片是可放心食用的。

国内不少食品加工厂用X光机检测去除异物。中国原子能科学研究院专家称，泡椒凤爪、牛肉干等常用辐照技术保鲜，辐射不会残留在食物上，也不会破坏营养成分。

（据极目新闻）

人工智能就是大语言模型？

大语言模型只是人工智能技术中的一种，二者并不等同。人工智能是一个非常广泛的研究领域，各种机器学习算法、图像识别、语音识别、机器人的行动策略优化以及自然语言处理等，都属于人工智能的研究范畴。大语言模型最初是人工智能在自然语言处理领域取得的突破性进展，如今在多模态技术的帮助下，大语言模型还能处理更多类型的信息，比如声音、图片甚至是视频等。它只是人工智能领域的一个分支，并不能直接和人工智能划等号。

（据中国新闻网）

鱼有“耳朵”吗

近年来，纸质收银小票（常见于餐馆等服务场所）是否含有害化学物质引发诸多讨论，值得关注。

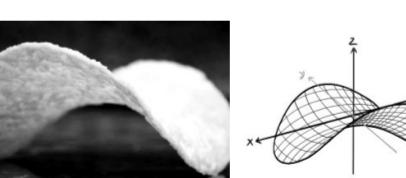
许多新媒体网红和健康专家指出，纸质小票常含双酚A(BPA)，它是已知的内分泌“干扰物”，可通过皮肤吸收，影响生殖健康、激素平衡，甚至增加患癌风险。若在国外，收到的纸质小票确实多含BPA，不过近年来它正逐步被双酚S(BPS)取代。

但BPS是否更安全尚无定论。研究发现，BPS能“模拟”雌激素，带来类似BPA的潜在健康风险。动物实验表明，孕鼠摄入与人类日常暴露量相当的BPS后，后代生育能力下降。国内一项针对1841名孕妇的研究显示，尿液中BPS含量最高者，妊娠糖尿病风险飙升至68%。美国加州已将BPS列为男女生殖“毒性”物质，其他研究也证明其与肥胖、胰岛素抵抗和血管病变有关。

日常生活中，BPA和BPS虽可通过皮肤吸收，但并非瞬间完成，短时间接触风险较低，做好防护即可。零售业从业者可佩戴丁腈手套，普通消费者应尽量减少接触时间，避免小票“粉尘”沾染皮肤、衣物，尤其别让孩子接触。勤洗手是最有效的防护，但别用“免洗”洗手液，以防加速吸收。通常，选择电子小票是明智之举，既保护自己，也减少收银员风险。

总之，偶尔接触纸质小票问题不大，但长期、频繁接触需警惕。随着研究深入，未来有望出现更安全的替代材料和方法。

鱼的听觉很敏锐，许



多鱼能发出有力叫声，几公里外都能听到。人耳能听到20至18000赫兹的声音，鱼类听觉高限虽比人低，只能听到13000赫兹，但低限更低，能听到13赫兹的低声，还有侧线能感知人耳听不到的声音。

鱼靠内耳里的石灰质耳石倾听动静，外界有动静时，内耳淋巴震荡，刺激耳石感觉细胞，再经神经传到大脑。而且，耳石体积随鱼年龄增长而增大，形状类似鱼鳞年轮，生物学家可用它推算鱼的年龄和寿命。（据中山大学海洋科学公众号）

薯片怎么和马鞍扯上了关系

目前，市面上的薯片虽然品牌五花八门，但是却有一个共同点：

薯片形状大都是圆形，其中最经典的便是马鞍面形状。这是偶然吗？并不是，小小的薯片，背后也蕴含着科学原理。

品客薯片是宝洁60年代产品，其形状在数学微积分里叫双曲抛物面，也叫马鞍面，有两条抛物线，能承受拉扯和挤压，在压力、拉力间形成巧妙平衡，所以异常稳固，还能不借助胶水搭出圆环。而乐事薯片只有一条抛物线和一条直线，结构稍逊，不过碎了会很对

泛。在建筑中直线是最简单最原始的形状，它不需要折损，不用减少它的承受力。相对很多其它曲面而言，双曲抛物面的屋顶大大节省了资源成本，且其形状不同于一般的平面型建筑，集美观与实用于一体。因此，在建筑上就有专门的双曲抛物面的施工工法。

在建筑上，将马鞍面运用到极致的是菲利克斯·坎德拉(Felix Candela)。由马鞍面所形成的飘逸的屋面，是他的建筑作品的典型标签。（综合澎湃新闻、中国科技大学公众号）