

在法国人民心目中,巴士底狱是法国封建专制统治的象征。1789年7月14日,巴黎人民攻占了巴士底狱,揭开了法国大革命的序幕。1880年6月,法国将7月14日攻占巴士底狱这一天定为法国国庆节。

人们普遍忽略的问题

巴士底狱暴动解放了多少犯人

巴士底狱暴动肇始于1789年7月14日。不久,巴黎街头开始售卖关于巴士底狱囚徒惨相的雕版图画,画中的他们戴着镣铐,干瘦如柴。从此,它错误地成为人们对巴士底监狱的普遍认识。

巴士底狱遗址位于巴黎市区东部、塞纳河右岸,是一座建于13世纪的军事城堡,后来改建为监狱,18世纪时它已经有几百年历史了。路易十六时期,它羁押那些犯有谋反罪的囚徒。伏尔泰是这座监狱中著名的囚徒之一。

从一幅油画描绘的令人振奋的场景中,你可能会想,有几百名骄傲的革命者挥舞着三色旗,拥向街道。实际上,在围攻巴士底监狱时,那里只关押着7个犯人。

巴士底狱暴动那天,狱中的7个犯人是:4个造反派、1个伯爵(因性行为不检点被逮捕)和两个精神病人。

攻占巴士底狱的过程中,大约有100人死亡,其中包括监狱的典狱长,他的头被穿于矛上在巴黎游街。

巴士底狱看守实际十分松懈,士兵们可能会因病而解除定期巡逻。监狱条件对大多数囚犯来说还不错,囚犯有着宽松的探访时

间,并能为来访者提供住宿。

画家吉恩·弗拉戈纳尔有一幅关于1785年某个访问日的素描,画面显示时尚的贵妇人与囚犯一起在后院中散步。狱中的囚犯可以获得不错的津贴,有足够的烟草和酒,他们还被允许饲养宠物。

吉恩·弗郎索瓦·马蒙泰尔,1759~1760年被关押在巴士底监狱中,他写道:“葡萄酒虽然不是很好,但还算爽口。没有甜味,在监狱中当然不可能所有东西都应有尽有。总体上说,我认为这个监狱的犯人吃的还不错。”

路易十六在日记中对巴士底狱暴动那天是这样记录的:“没什么。”

他这句话是指那天打猎游戏中的收获。

在法国人民心目中,巴士底狱是法国封建专制统治的象征。1789年7月14日,巴黎人民攻占了巴士底狱,揭开了法国大革命的序幕。1880年6月,法国将7月14日攻占巴士底狱这一天定为法国国庆节。

一杯茶和一杯咖啡哪个含有更多的咖啡因

同等重量的干茶叶和咖啡干相比,干茶叶含有更多的咖啡因。一杯普通的咖啡,其咖啡因含量是一杯普通茶水的3倍,因为炮制这样一杯咖啡需要更

多的咖啡豆。

咖啡和茶水中咖啡因的含量取决于多种因素。一般来说,水的温度越高,从咖啡豆和茶叶中释放出的咖啡因就越多,因此蒸汽加压煮出的浓咖啡要比常压下煮出的咖啡的咖啡因含量高;咖啡因的含量和泡茶(或者咖啡)的时间也有关系,通常,泡茶(或煮咖啡)的时间越长,咖啡因的含量就越高。

咖啡豆(或茶叶)的品种、产地、咖啡豆烘烤方法(或茶叶的采摘部分)对咖啡因的含量也同样具有重要影响。

咖啡豆烘烤的颜色越黑,咖啡因含量越低。对茶叶来说,茶树的尖梢叶子的咖啡因含量要比下面大叶子的咖啡因含量高得多。

地球上大部分的氧气是由什么制造的

藻类经光合作用释放出氧气。它们的氧气净释放量比所有的树木和其他陆生植物加起来的总和还多。

其实,氧气是藻类进行光合作用的代谢废物。蓝绿藻和光合性蓝绿藻(旧称蓝绿藻)是地球上已知最早的生命形式,它们的化石已有三四亿年的历史。

藻类属于植物还是细菌?这个问题曾困扰了人们很久。现在,人们已经确信,藻类属于细菌类,原核

生物。

这要提到一种藻类——螺旋藻,每英亩螺旋藻的蛋白质产量是每英亩大豆的20倍。螺旋藻中,含有70%的蛋白质、5%的脂肪,以及多种维生素和矿物质,并且不含胆固醇,因此螺旋藻制剂日益受到人们的欢迎。

螺旋藻类有助于增强人体免疫力,特别是可以增加人体内蛋白质干扰素分泌量,而蛋白质干扰素是天然存在的抗病毒蛋白质,它可以干扰第二次病毒感染的。在正常细胞血液中,干扰素蛋白质是检测不出来的,或者说是不易检出,但干扰素基因是每个人都有的。一经病毒或干扰素诱导剂的刺激,基本上每个人都能产生一定量的干扰素,它是人体内对抗病毒和肿瘤细胞的第一道防线。

早在数百年前,螺旋藻的营养价值和医用价值已被阿兹特克人、撒哈拉以南的非洲人发现,它也是火烈鸟的食物之一(一只火烈鸟每天大约吸食500克螺旋藻。螺旋藻中除含有大量蛋白质外,还含有一种特殊的叶红素。火烈鸟浑身的粉红色,就是这种色素作用的结果)。

种植藻类的长远意义在于,它们对土地要求不高,用咸淡水灌溉即可。而且它们不会造成土壤侵蚀,也不需要使用肥料和杀虫剂。最为重要的是,它净化大气的作用是其他任何植物都无法比拟的。

摘自《趣谈:200个人们普遍忽略的问题》

她妻子的娘家更近,她能得到更多情感上的支持。癌症没有改变他的性情,他仍然开朗、幽默,喜欢拿癌症开玩笑。他将所有的时间都用来陪伴妻子和孩子。他带儿子和海豚一起游泳,这样他就永远不会忘记。他为每个孩子写下不同的人的建议,比如“如果我只能给你三个字的建议,我会说,‘说实话’。如果还可以加个限制,那就是‘永远’”。他为2岁的小女儿克洛艾留下的话是:“如果将来有一个男人喜欢你,不要管他说了什么,只看他做了什么”。她长大的过程中不会有父亲的记忆,但他希望她知道,她的父亲是世界上第一个爱她的男人。

每天,他都在小区内骑自行车1个小时锻炼身体,只有这1个小时他不能与孩子在一起,他就一边骑车一边与《华尔街日报》的杰弗里·查斯洛通电话,谈他的讲座、生活、梦想和家庭,由杰弗里整理成文。53个小时的交谈后,他们出了一本书,就叫《最后一课》,很快爬上了《纽约时报》书评版的畅销书排行榜,被翻译成30多种文字。

化疗和放疗延长了他的生命,也导致了心脏充血和肾脏衰竭,他越来越虚弱,但6个月后他还活着。2008年3月13日,他出现在美国国会的一次听证会上,化疗使他的脸有些水肿,但头发没有掉,看上去仍然不像是个病人。他代表胰腺癌行动组织发言,要求国会拨款1.7亿美元,寻找胰腺癌的治愈方案。过去30年,胰腺癌在医学上没有任何进展,关于这种疾病的起因人们一无所知,也没有任何办法可以预防胰腺癌。2/3的患者在70岁以上,但他才46岁,他从不抽烟,也不喝酒,每天锻炼,饮食得当。他拿出自己的全家福,指着妻子说,“这是我的遗孀,这是一个你不会习惯的词。这个世界上没有多少疾病,是你在患上之后就知必死无疑的”。

2007年,他被ABC新闻网评为“年度人物”,《时代》周刊将他列入影响世界的100人,卡耐基·梅隆大学所在的城市匹兹堡将11月9日定为“兰迪·鲍什日”。他收到了一份布什的来信,感谢他提升了数百万美国人的灵魂,“您的努力反映了美国人灵魂中最好的一面”。

兰迪只有一个童年梦想没有实现——没能成为职业橄榄球运动员。匹茨堡职业橄榄球队教练听了他的演讲后,特别请他参加球队训练,帮助他圆了一个未完成的童年梦想。

一位网友说得好:“他没有选择47岁死去,但他真正生活过了。”

摘自《三联生活周刊》

母女

吴冠中

有一家报刊登载了一幅彩色照片,极清晰,拍摄的是两个老妇人面对面的侧面头像。

因其十分苍老,肌肉紧缩,骨骼突出,近似刀斧劈凿的雕刻,或简直就是两个树桩。

老妇的嘴角微微张开,是微笑,是对话,说不准。

文字注明是母女二人,母107岁,女92岁。

曾在广西朔朔见一山峦,据说是尼姑斗嘴。

我对导游者在自然山岩中附加种种故事与称谓感到庸俗,因偏离,误导了审美。

今看到这二位老妇倒确是真正的山峦与岩

石之感,她们已成了永恒的化石,母女石,人间景点。

母女相差不过十五六岁,十几二十年时间的长河里几乎不显差异,短促的人生至晚年彼此的形态便趋于同貌。

老人老到很老,大家相仿了,因肌肉脂肪之类渐耗尽,而各人的头骨差异并不大。

智者的头骨是否与众不同,由科学去探究,但智慧之人毕竟要消逝,惟智慧留下的文化结晶是永恒的,远胜“尼姑斗嘴”、“猴子望太平”、“睡美人”等等山岩天长地久。

摘自《文汇报》

生为现代人,我们的生涯规划,常常赶不上时代的变化,也赶不上我们观念的变化,但是又有什么关系呢?只要你懂得投资自己,让自己每个月都有点进步,你会为自己感到骄傲,也会对未来继续有信心。

投资自己

吴淡如

没完成,可是已经是一位通过特考的“外交官”了,“无心插柳”地变成了一个女强人。怎么说呢?她最有趣的地方,就是会为了爱情什么都做。

根据我们的“常识”,一个为了爱情什么都做的女人,往往会被人爱的男人贬得很惨,尊严受损的程度往往超过她得到的感激。

但瑞真稍有不同,因为她还相当爱自己,所以她的“什么都做”,很良性地偏向于提升到“什么都可以努力”的层面。

家境普通的她从小蛮用功的,念的都是明星学校,因为她自小早熟,明白“不是有钱人家出身,高学历比房地产证更能当好嫁妆”,所以非得有漂亮学历不可。她并不是日文系毕业的,几年前,已经拿到职业口译的资格,每小时兼职工资高过万元,是因为她交了一个日本男友的关系。为了这个日本男友,她曾鼓足了劲考上公费留学到日本念研究生,拿到硕士后,虽然几经考虑没有和男友进结婚礼堂,但她的日文已好到让日本人误以为她是同胞。

她对于美术史的研究也很有一套,说穿了也还是因为有个男友是美术史

学者,为了要跟男友能够沟通,她的知识比本科出身的还强。

为了想要钓个科技新贵或企业家第二代,她也勤于出国旅游,每次还都狠狠地帮自己买商务舱以上,她说:“当然只有在商务舱或头等舱才能遇到有钱男子吧。”这个念头虽未实现,因为每次坐在她旁边的都是有钱的欧吉桑,素来有礼貌的她也交了一些可以给她案子接的忘年之交,也把世界上著名的旅游地点都玩遍了。

为了把旅费捞回来,她还写了一本跟环游世界有关的书。就算没有大卖,也玩出了成绩来。不久前通过“外交官”考试,也不过是因为她临时起的意,认为自己当“外交官夫人”一定很称心有面子。朋友们都笑瑞真歪打正着。一心追求爱情,没想到却成全了自己,是瑞真最好的写照。

她与一心为了爱却导致不幸的女人最大的不同,应该在在于她很爱自己,还有她在误打误撞间,为了爱情“投资自己的一切”,而不是“牺牲自己的一切”吧。

一个懂得不断投资自己的人,往往能够享受到超乎“我的志愿”的甜美

果实。我一直相信,只有成长才是一个人唯一的希望,投资自己的人,才懂得成长。不一定立下什么崇高的志愿,只要人生不断地有学习有进步,不知不觉,我们就得到老天爷给我们的“优良学生奖状”和奖品。虽然,奖品内容和我们预期的往往迥然不同。

当然,我们也可以看到周遭有这样的例子:本来胸怀大志,几十年人生没有任何的收获和长进,徒然给亲朋好友添麻烦。这样的人问题在于,有了志愿后,常常没有规划;有了规划后,又没有原则;有了原则后,又没有行动力;有了行动力,又不能持续。结果,就变成了“小人常立志”(另一句是“君子立志长”),总没办法为自己带来成就感。

生为现代人,我们的生涯规划,常常赶不上时代的变化,也赶不上我们观念的变化,但是又有什么关系呢?只要你懂得投资自己,让自己每个月都有点进步,你会为自己感到骄傲,也会对未来继续有信心。

摘自《广州日报》

名流故事

妻子的爱

李宁

人!

我退役以后,健力宝集团创始人李经纬邀我加入健力宝。当时,很多亲友听说企业要用我的名字作商业开发,都劝我谨慎;永妍却感觉这是条不错的路子,鼓励我说:“‘李宁’牌其实早就有了,吊环、鞍马项目上不都有你名字命名的动作吗?你那么喜欢挑战,怎么不为其他退役的人闯一条新路呢?”她的话真的打消了我很多顾虑。1989年5月,我加入健力宝。

1993年7月1日,我和相恋多年的永妍在健力宝山庄招待所举行了婚礼。婚姻的幸福更让我在事业上迎来好运,1994年底,我先后成立了李宁体育用品公司和李宁集团,并担任董事长兼总经理。当时为了管理,我从亲友中物色了一些人进入管理层,妻子也参与了管理工作。然而,1997年的亚洲金融危机,让我清醒地认识到家族企业模式的种种弊端。我和公司高层决定

张丰毅男人本色

从未中断。和许多旨在作秀的明星运动队不同,“梦舟”的要求只有一条:来这里就是打球的。他们甚至“开除”过一个队员,罪名是“主动和记者搭讪”。说起“梦舟”队,张丰毅就像打开话匣子,乐得合不拢嘴:“运动让人愉快,你要快乐,就去运动。干我们这行,你如果有个好身体,能多塑造多少人物啊。每次打完球,大家再一起吃个饭,聊聊天,然后愉快地分手。”至于打球中的其他乐子,数不胜数。

方子哥体型较富态,1950年出生,在“梦舟”队里,算年纪大的。有次打

推行股改方案,在一定程度上削弱家族成员的权力,但很快在公司内部引起了一场“高管危机”。这一回,又是深明大义的妻子为我解了围;她率先退出公司管理层,不再持有股份;随后,家庭成员在她的带动下纷纷离去。公司因此正式走上股份制重组之路。

妻子带给我的感动远不止这些,1999年5月18日早晨7时,37岁的她为我生了个3200克重的儿子!而在事业上,李宁集团也已成为国内最大的体育用品产业公司。去年的第一次企业颁奖典礼上,坐在我身旁的妻子突然对我说:“李宁集团的成长,也是李宁的成长!”这句话听起来普通的话却让我慨叹良久,因为一路上陪伴和见证我成长的人不正是她吗?

谈到这次成为北京奥运会开幕式的主火炬手,我不禁又想到妻子那份宁静的爱。因为一个多月以来,我都是瞒着家人进行准备的,关于担任主火炬

手以及如何点燃火炬塔的许多事情,我没向妻子透露一点风声,我一直以为,这个“终结悬念”只有到点火那一刻妻子才会知道。谁知,点火仪式开始前一个多小时,在开幕式现场,我收到了妻子的短信:“我为你自豪!你一定一定会成功!”直到这时,我才明白,通过朝夕相处,妻子其实已看出“悬念”端倪;但她不闻不问,是怕我分心和因“保密协议”而为难,而她牵挂于我的又何尝不是份“保密的爱”呢?

当我在8月9日凌晨2时回到家里时,一场由妻子精心准备的庆功聚会早已等待着我。我的第一个动作就是给妻子一个拥抱,然后坐在沙发上睡着,儿子抱到床上,随之,我邀功似的问妻子:“我刚才表现怎么样?”妻子仍然沉浸在激动中,兴奋地说:“实在是太精彩了!不过在电视上看你怎么胖了?”“那是因为衣服太多。包括钢丝护具在内,我整整穿着四层呢!”我俩的对话在场的亲友都逗乐了……

摘自《家庭》

什么要盖他?”孙松说:“我这不是防守吗?”张丰毅不瞪眼,说:“方子哥上篮不能盖。”孙松很虚心,连声道:“知道了,知道了。”比赛继续进行。没一会儿,又是方子哥拿球,只见他抱着球就往里面冲,孙松本来在篮下,见方子哥来,“嗖”一下溜没了。方子哥进球了!张丰毅把孙松叫过来问:“你为什么不防?”孙松一脸无辜,说:“不是你说不能防吗?”张丰毅急了,说:“不防你也不能跑啊,你得站在那儿!”孙松说:“队长,你看我这样理解对不对,方老师上篮,我必须装着在防守,但又不能真防,是不是?”张丰毅说:“这就对了。”孙松想了想说:“队长,这个劲儿有点难拿。”

摘自《大众电影》