

2018 我们应该关注这些“明星”

有这样一群发光发亮的“明星”，他们筚路蓝缕、呕心沥血，书写着华人的风采，为中国谱写着盛世华章，然而，他们中的很多人默默无闻，甚至为不少人所遗忘、一无所知。

2018，我们应该关注这些“明星”，这些悄无声息的时代英雄。

薛其坤：7-11量子院士

清华“明星校长”薛其坤，首届未来科学大奖“物质科学奖”的获得者，他率领团队首次发现量子反常霍尔效应，他也被誉为“诺奖”最近的院士。

这位拿奖拿到手软的院士多年早7出、晚11归，他说，“是对科学朴素的向往，让我走到现在”，在他看来，科学之美值得我们极致地去追求。

施一公：结构生物领军者

他身在海外，学成归来，放弃了普

林斯顿大学终身教授的优渥条件，毅然回到清华。他会带动一批国外科学家回国，这种效应被媒体称为“施一公效应”。2017年，他在《细胞》杂志连发3文，解析了剪接体分子结构，打开了分子结构的大门。

王艳丽：病毒DNA逮捕者

莫言女子不如男，巾帼不让须眉。当无数人对科学家进行解读之时，女性科学家往往处于弱势地位。而王艳丽，曾入选“中国青年女科学家”、HHMI国际研究学者名单，作为中科院生物物理研究所研究员，她研究的基因CRISPR系统可谓角色重大。

袁隆平：稻田守护者

2017年的10月，杂交水稻之父袁隆平又一次刷屏，平均亩产1149.02公斤的成绩，再创世界水稻单产的最新、

最高纪录。除此之外，在水稻育种上，他还带来另一项突破性技术，剔除镉元素，农作物将变得更纯净。简言之，他不仅解决了人类的“吃得饱”问题，还解决了人类的“吃得安全”这一大难题。

易志坚：沙漠变绿洲

内蒙古沙漠里，有片试验地，花海繁茂，绿意盎然，而在不久之前，那里还是一片荒芜的沙漠，黄沙漫漫，毫无生机。成功将这一沙漠变绿洲者，正是重庆交大一教授——易志坚。他带领团队，提取出一种植物性纤维黏合材料，用力学原理把沙变成土壤，让沙漠土壤化，这是科学的跨界，是领域的合作，是创新也是突破。

姚檀栋：青藏高原守护者

2017年4月19日，瑞典国王将2017年维加奖颁发给中国科学家姚

檀栋院士，有着“地理学诺贝尔奖”的维加奖，姚檀栋院士是首位获此殊荣的亚洲科学家。

7000米冰川，零下30摄氏度的冰山，他一直奋战在青藏高原，在茫茫冰山钻取冰芯，风雪呼号中，一个不慎脚下便是夺命的缝隙，他一坚持就坚持了30多年。

杨学明：“中国神光”

一束神“光”，自海风凛冽的辽东半岛升起。我国第一台大型自由电子激光科学研究用户装置——“大连光源”，发出了世界最强、最亮的极紫外自由电子激光脉冲。而这人探索微观世界的利器，就由杨学明主导负责，他按下这最快的“快门”，让分子、原子无处遁形，有望为分子拍部“电影”。摘自《光明日报》

大美中国

紫禁城

气味，声音，光线，稍纵即逝。被时光切割的记忆，构成了我们的生活。而对于这座城市，我们几乎没有记忆。

因为从前，百姓不能进入这座城，它的记忆只属于皇帝。皇帝的记忆，不能说，别人也无从知道。那些想象中已经褪色的历史，如今依然清晰地封存在这个空间，散落的碎片里。

秦时明月，汉唐风度，在这明清的城里，我们生活中那些被称作历史的东西，可以被真实地触摸。

紫禁城，是一面镜子，天空，大地，记忆，未来，所有的地方，所有的时光，所有有情的生命，都刻在这一刻的映照中，被唤醒。

紫，是古人心目中的王者之星，紫微，来自天上。禁，是权利，来自于人，也施之于人。城，是这一片连绵殿宇，在大地上的辉煌建设。

太和门广场和它身后的太和殿广场，构成了紫禁城的重心。广场，在中国的传统里，叫作庭院。

庭院源于古人聚居的居住形式，在共同的空间里，一家人围绕的不单是安全，更是中国文化里相互关怀、照应和守望的伦理价值和亲情。一般来讲，家庭越大，院子也就越大，就像一棵大树一样，分枝抽条，开枝散叶，秩序分明。

皇帝以天下为自己的责任，以国为家，他所住的皇宫庭院也层层相依、紧紧相连，成为现在我们所见到的伟大宫殿。帝皇所在便是宫廷，在家为庭、在宫则廷。

传统民居中轴对称、院落重门的格局没有改变，放大的空间营造出超越民居的大格局。它不仅可以应付这个庞大家庭现实生活的需要，还处处殚精竭虑，把王朝的秩序和信仰纳入其中，让帝王的生活成为权力的展示和伦理的示范。

这里曾经是皇帝一个人的庭院，体现着天下一个人的权威。古代帝王以无限权力在他的家国内俯仰天下，就体现在这一个又一个巨大的空间里。

大不可测，多即无穷，在中国传统文化中，最高的状态是意会的境界。大，意味着多。多，意味着无穷无尽，无穷无尽就是空。既无穷莫测，故实则虚之。实则虚之，是中国人的文化密码，投射到每个人的心中。

摘自央视新闻微信号

生活新知

地球的夜晚越来越亮

林小春

德国、西班牙等国研究人员在新一期美国《科学进展》杂志上报告说，从2012年至2016年，地球夜间被人工灯光照亮的室外区域亮度和面积均以每年2.2%的速度增长，全球光污染问题正逐年加剧。

研究显示，南美洲、非洲和亚洲几乎所有地区的夜间照明都在增加，其中发展中国家增速最快。全球仅有少数几个国家光照水平保持稳定，其中包括美国等世界上夜间最亮的一些国家。受战争影响的叙利亚和也门的夜间亮度有所下降。

生态学家弗朗茨·赫尔克说，从进化角度看，夜间环境下的人工灯光是一种新的“压力源”，会破坏自然光照周期，影响整个生态系统。

摘自《中国科学报》

美文闲读

雪

杨瑞

雪，飘飘欲仙，轻盈婉转，似三月之柳絮，夏日之蝉翼，秋日蒲公英之私语，在冬日旷野寒天挥洒自如。带着春的梦想，夏的火热，秋的成熟，固化为冬的凝重。菱花剔透晶莹，集天地之气，万物之水，穿越千山暮霭，给我们带来惊喜。如玉般冰凉，如露般润润，如绒般痒痒，触摸你的面颊，你的纤手，你的黑发，你的痴心，携来一份天意之缘。

雪，清透明眸，倾尽温柔，纷纷扬扬，起舞翩翩。北风引方向，捧一杯雪花，放在手心，照出自己的影子，微小模糊。和自己对话，在冰点的温度里感受世界的温柔，把自己妆成菱透的模样，煽动着，飘飘飞

翔。万水归一，歌倾苍穹，莽莽原野，纯净无尘。如白雪公主的裙翼和眼眸，律动着生命的洒脱和美好追求。举目望去，那梅花的弱红，和着雪花的悠悠散淡，点亮沉闷的天空，给天空一份明丽的姿态和从容，用冰洁的心温润冬的寒风。

雪，圆融清寂，载着孩子们的梦想，在童话世界里游弋。堆一个雪人，带上孩子们对纯情的解读，让雪花拥有了天真烂漫，趣味横生的梦语。在万籁俱寂的冬夜，漫天飞舞的梨花，触摸天地生灵，似打动心灵的圆舞曲，扣动春的门扉，以姐妹之情唤醒春雨的热情。给我一丝温暖，我就能融入大地的怀抱，化成生

余生，不将就，不放弃

吴沛

的风景；只有好好善待自己，才能更好地善待他人善待这个世界。

渐渐懂得，喧嚣过后就是无尽的空虚，嘈杂之后就是无穷的落寞。唯有让心灵安静下来，唯有与自己倾心独处，静中生慧，静中坐禅，才能洗去风尘涤除污秽，才能更好地供养出笃然的灵魂，明心才见性，修心才养性。

守一窗风月，蘸一池淡墨，敞开心扉，任漾动的思绪于指端翩跹起舞，任袅袅清风送走白云悠悠，任灵魂游走于唐风宋雨里，二十四桥明月夜，夜夜逍遥，南朝四百八十寺任皈依，心田修篱种菊，兀自澹澹，兀自芬芳，孤独中觅得温暖，静寂中寻得清欢，幸甚至哉。

命蓬勃的力量，撩动月色清寂的夜空。一片一片小小的花朵，能组方能成圆，能聚集能分散，屈伸有度，冷热圆融，让人不禁感叹其灵性！

雪，厚厚，给大地以温暖。疏松，飘散每个角落。同样的姿态，同样的心胸，同样的经历，公平对待大地每一寸肌肤。不偏袒高山仰止，不鄙视谷底低沉，以同样的触角和宽厚拥抱你。看啊，山覆白头翁更美，谷淀深刻意更幽，野出蜡像绵长久，塔耸白帽冠红檐。一切意蕴天成，恩泽普众！

尤物如此，怎能不爱！

摘自北大清华讲座微信号

无论岁月如何辗转，不管光阴如何凄凉，心底深处对温暖与美好的初心不变，骨子里对真爱真情的守望与坚定不减。沿着走过的斑驳残痕，细细梳理，慢慢品悟，那些隐没在时光深处的暖，那些珍藏在心间低层的爱，一直都在。

人，总要有些向往，总要有些雅趣，总要有所坚持，当走过人生的四季，待到夕阳西下，终于可以给自己画上一个完整的句点，终究不枉红尘路上走一回，终归不负光阴的恩泽与岁月的馈赠。

一辈子太短，生命太珍贵，要去做自己热爱的事。余生，不将就，不放弃……

摘自《百草园》

大千世界

异域温泉风情多

刘星彤

匈牙利黑维兹温泉湖

黑维兹温泉湖距匈牙利首都布达佩斯约200公里。作为欧洲最大、世界第二大的温泉湖，黑维兹温泉湖隶属匈牙利西南部的黑维兹温泉小镇，湖面积4.4公顷，水深2米至38米不等，温泉湖周围的公园属于匈牙利国家自然保护区，环境优美。温泉湖中的温泉每28小时自动更换一次，水温也会随四季而变化——冬季26℃左右，夏季35℃左右。由于大部分湖水较深，在此泡温泉需套上救生圈，双腿悬空的自由漂浮感，就像在温泉中开怀畅泳，给人更多的趣味和新鲜感。

新西兰罗托鲁瓦火山温泉

新西兰北岛的罗托鲁瓦，是一个处在环太平洋火山带、火山高原上的城市。凭借得天独厚环境，游客可在此感受沸腾的泥浆、喷涌的间歇泉

英国巴斯温泉

历史文化小镇巴斯距伦敦不到100英里，因温泉而闻名于世。巴斯保留着浓浓的古罗马时代印记。巴斯小镇的罗马浴场在公元1世纪由古罗马人开凿，至今仍保持原貌。走过桑拿池、大浴室以及精美的石雕，泡在2000年前的石头池子里，在热气升腾中享受一场至尊级别的豪华沐浴，恍惚间就会有时光倒流的错觉。

新官帽试验效果出奇的好，官员们戴上它，别说交头接耳，就是想挨近点都大大困难，从此，朝堂上再也没有不守规矩的现象出现。

官服以文冠花的颜色区分等级

宋高宗时，胡仔纂集的《苕溪渔隐丛》后集，卷第三十五记载：上库录云“贡士学院，其地栖广勇故营也，有文冠花一株，花初开白，次绿次绯次紫，故名文冠花。花枯经年，及更为学院，花再生。今栏槛当道，尤为茂盛”。

名流故事

父亲的严厉

莫言

20世纪60年代，父亲40多岁，正是脾气最大、心情最不好的时候。在我们兄弟的记忆中，他似乎永远板着脸。不管我们是处于怎样狂妄喜悦的状态，只要被父亲的目光一扫，顿时就浑身发抖，手足无措，大气也不敢再出一声了。

父亲的严厉，在我们山东高密东北乡都是有名的。我十几岁的时候，经常撒野忘形，每当此时，只要有人在我身后低沉地说一声“你爹来了”，我就会打一个寒战，脖子紧缩，目光盯着自己的脚尖，半天才能回过神来。村里的人都不解地问：“你们弟兄几个怕你们的爹怎么怕成这个样子？”是啊，我们为什么怕父亲怕成这个样子？父亲打我们吗？不，他从来没有打过我们。他骂我们吗？也不。“那你们为什么那样怕他呢？”是啊，我们也弄不明白原因。

我们弟兄长大成人后，经常在一起探讨这个问题，但谁也说不清楚。其实，不但我们弟兄几个怕父亲，连我们的那些姑姑、婶婶也怕我父亲。我姑姑说，她们在一起说笑时，只要听到我父亲咳嗽一声，便都噤声敛容。用我大姐的话说

就是：“你爹身上有瘆人毛。”

如今，我父亲是村子里最慈祥 and 善的老人，与我们记忆中的他判若两人。其实，自从有了孙子辈后，他的威风就没有了。用我母亲的话说就是：“虎老了，不威人了。”我大哥在外地工作，他的孩子我父母没有帮助带，但我二哥的女儿、儿子，我的女儿，都是在我父亲的背上长大的。我女儿上大学时，见了爷爷还要钻到我怀里撒娇。她能想象出当年的爷爷咳嗽一声，就能让爸爸战战兢兢、大气不敢出吗？

后来，母亲私下里对我们兄弟说：“你爹早就后悔了，说那些年搞阶级斗争，咱家是中农，是人家贫下中农的团结对象，他在外边混事，忍气吞声，夹着尾巴做人，生怕孩子在外边闯了祸，所以对你们没个好脸。”母亲当然没说父亲要我们原谅的话，但我们听出了这个意思。但高密东北乡的许多人说，我们家族之所以出了一群大学生、研究生，全仗着我父亲的严厉。如果没有父亲的严厉，我会成为一个什么样子的人，还真是不好说。

摘自《写给父亲的信》

熊十力的名利观

肖复兴

1946年，熊十力的学生徐复观将他的《读经示要》一书送给蒋介石，蒋介石立刻送给熊十力法币两百万元，助其办学。熊十力很生气，责怪徐复观私自送书给蒋，拒收这笔款项。后来，架不住徐复观反复劝说，熊十力勉强收下了，但马上将赠款转给了南京一所学堂。

1956年，熊十力的《原儒》一书出版，得稿费六千元人民币。这在当时不是一笔小数目，他拿一级教授最高的工资，每月也只有345元。六千元，相当于他一年半的工资总额，在北京可以买一套相当不错的四合院了。但他觉得当时国家经济困难，他不要这笔稿费。后来，在朋友们的反复劝说下，他表示只拿一半三千元。

对于大多世人追逐的名与利，熊十力有自己的见解和操守。他说过这样一段有意思的话：“所谓功名富贵者，世人

以之为乐也。世人之乐，志学者不以为乐也；不以为乐，则其不得之也，固不以为苦也。且世人之所谓乐，则心有所逐而生者也；既有所逐，则苦必随之。乐利者逐于利，则疲精散神于营谋之中，而患得失之心生，虽得利而无片刻之安矣。乐名者逐于名，则徘徊周旋于人心风会迎合之中，而毁誉之情俱。虽得名，亦无自得之意矣。又且逐之者，必不能久；不能久，则失之而苦盖甚。”

这段话，熊十力好像是针对今人而特意说的一样。名与利的追逐者，因为有了追逐，苦便随之而来。志学者本来就没想起追逐名利，不以为乐，便也不以为苦，而求得神清思澈，心地干净。只是如今熊十力所能做到的“神思弗乱”，已让位于他所说的“逐”而纷乱如麻。不仅止于名与利，还有权与色，不知不觉就奔向物欲之渊。摘自《今晚报》

儿时记忆

阳光堆在犁铧上

晓寒

犁铧是沿着墙角进入我的生活的，祖父说，它的年龄不知比我大了多少倍。只有到了翻耕的季节，土地脉动才把它召回，加入到村庄的烟火中来。祖父把它摞倒在饱满的河水里，拿一把稻草慢慢擦拭，事实上，它已经够干净了。但祖父还是擦得很用心，反复地擦，反复地洗，连一条小缝隙都不放过。祖父认为收拾得一尘不染之后，背回来放到屋里，让太阳慢慢把它晒干。祖父拿起他那把发黑的长烟杆，装一袋烟点燃，边��碌地吸着，边围着犁铧转圈，不时用手抚摸一下，嘴里念叨着，真是一张好犁，又吃泥，又扯不断。

到第二天，祖父出去翻地，牛在前面走着，祖父和犁铧走在后面。外边到处能听到赶牛的吆喝声，一张又一张犁铧插进村庄的泥土里，泥巴翻起来的那个空隙，阳光正好打在劳作的犁铧上，透过浅水折射回来，周围的路面上屋顶山上有数不清的光斑在游荡，像是村庄里的一个个游戏。

翻耕一干就是十几天，那时候，祖父还是生龙活虎的，好几块地，一天就能翻完，泥吃得深，翻得整齐，没有人能比过他。

养生汇

牛黄解毒片不可滥用

徐佳佳

很多人一旦感觉上火就要服牛黄解毒片清火。其实，解毒片也“有毒”。

由于个人体质不同，服用牛黄解毒片后可能出现一些不良反应，如皮肤瘙痒、皮疹或伴有发热、局部皮肤水肿、肝功能异常等情况。对于有神经系统、心血管系统病史的患者以及敏感体质者，服用牛黄解毒片后更易发生不良反应。此外，有些患者为了解决便秘问题而长期服用此药，或为了尽快起效而擅自加大剂量服用，这都可能致致神中毒。

牛黄解毒片中的“雄黄”是含砷化合物，雄黄只有一部分能从尿液中排出，如果长期、大量服用，可能造成蓄积中毒。患者可表现为毛发脱落，皮肤角化、变黑，胸闷，心悸，肝脏受损以及神经感觉

异常等。一旦出现这些症状，要及时去医院检查。

牛黄解毒片含有牛黄、雄黄、石膏、大黄、黄芩、桔梗、冰片和甘草，属于典型的苦寒类药物，这类药物只适用于实火上攻所致的咽喉肿痛、牙龈肿痛、口舌生疮、目赤肿痛等症。如果是虚火上炎的患者服用此药就会导致身体更加虚弱，症状更明显。而脾胃虚寒、大便稀溏的患者则应禁用。

服用牛黄解毒片还应注意“中病即止”，即上火的症状一旦消退，则立即停药，无须巩固疗效。此外，如果您正在服用四环素类、亚铁类、异烟肼、苯巴比妥等西药，应注意与牛黄解毒片至少间隔2~3小时服用，以减少相互作用。

摘自《健康咨询报》