

短视频偷走了很多人的爱好

胡波

最近,舆论掀起了对短视频平台的挞伐,不少自媒体账号转载《抖音,请放过孩子》一文,集中声讨抖音、快手等短视频平台内容对孩子成长的危害。

我在班级群里问,假如不看视频、不上网,还可以干些什么?同学们的答案包括“宿舍睡觉”“玩电脑单机大作战”“图书馆看书”“有次跑万达坐在免费的按摩椅上躺了一下午”“这学期打算把本地的公园都走一遍”……

我其实真正想问的是,还有没有其他兴趣和爱好。自互联网出现以来,人们就一直担心互联网逐渐偷走了我们的注意力。随着技术手段不断更新,新的娱乐方式层出不穷,人们与网络的关系越来越不可分割,更多的人不能自拔,一些短视频APP每日活跃用户数量巨大,还具有“个性化推荐”功能,能通过大数据分析,为用

户推送符合其喜好的内容,给用户带来一种极致的沉浸式体验。所以有人感叹,“短视频就像毒品一样让人欲罢不能”。

我总觉得,学生并非短视频内容的生产者,多数只是充当体验者和观赏者的话,把大部分业余时间和精力都用来浏览短视频,并不算是真正的兴趣爱好。这就有如过去没有互联网的时代,看电视不能当作一个人的兴趣爱好一样。与过去相比,今天用户的注意力主要是被电子产品带来的娱乐享受吸引住的,具有较强的被动性,而真正的爱好是一种发自内心、主动和持续的热情,并乐意把大部分时间和精力都投入其中,比如,玩乐器、钓鱼、绘画、书法、写作之类,让一个人忘我地沉浸其中,有着“自己跟自己玩”的境界。

当然,有些爱好是非功利的,纯粹为

了休闲,有些爱好也可以是功利的,可以和未来的职业选择挂钩,通过不断锤炼,掌握一些实用技能,以提升就业竞争力。美国两位畅销书作家丹尼尔·科伊尔和马尔科姆·格拉德韦尔分别在《一万小时天才理论》和《异类》两本书中提到了“一万小时定律”,其核心意思是,不管你做什么事情,只要坚持一万小时,基本上都可以成为该领域的专家。

这里的“一万小时”当然是虚指,要想成为某方面的专家,很多事情也未必非得坚持到一万个小时。《中国诗词大会》第三季总决赛里,杭州的外卖小哥雷海为夺得冠军。据报道,雷海为一天送餐50多单,一日三餐的进食时间加起来不超过半个小时,但哪怕工作再忙,他也会随身携带一本《唐诗三百首》,等餐的时候看上一首,外卖送到时就背会了。

这真是应了一句话,“比你优秀的人比你还努力,你有什么资格不去奋斗?”

任何花在兴趣和爱好上的时间,或为提升某种技能的投入,在一定的时刻会收到意想不到的回报。当然,这里所说的兴趣和爱好,绝不是纯粹为了打发时间而无所事事地观看短视频,而是带着一点深入研究的意味,在加强时间管理和自我约束力的条件下,对自己感兴趣的事情付出努力。

从这个意义上来说,短视频不仅偷走了很多人的时间,也偷走了很多人对兴趣爱好发现和坚持的能力。在校大学生有着相对充裕的时间,年轻的时候不为自己的热爱而奋斗,更待何时?当然,不被网络“绑架”,不仅个人需要主动“抗争”,也是学校教育不可逃避的责任。
摘自《中国青年报》

热点捕捉

使用婴儿车六个错误

推婴儿车坐电动扶梯 家长推婴儿车最好选择升降电梯,如果不是要坐电动扶梯,应一人抱孩子,另一人推车。

上下台阶连人带车一起搬 如果家长失手,容易导致大人孩子一起跌倒;若推车折叠装置失灵,宝宝可能被挤压在车内,造成呼吸不畅。如果没有升降电梯,家长应抱起孩子再上台阶。

用遮光布挡得严实 这样不仅会令婴儿车内空气流通变差、温度升高,家长也容易看不到宝宝的实时状态。

停车后不上锁 如果婴儿车停放的地方有一定坡度,家长又忘记踩下刹车装置,坐在车里的宝宝一动,婴儿车就会滑动。停放婴儿车务必踩下刹车装置或上锁。

不拉护挡、不系安全带 没有护挡和安全带的保护,宝宝在车里坐不稳,容易滑出去或卡住;大一些的孩子动作多,容易翻出车外。在颠簸路面,婴儿车会左右摇晃,容易令宝宝脊椎及身体受伤,更易摔落。宝宝乘坐婴儿车时,一定要拉好护挡和系好安全带。

把婴儿车当杂物筐 会给细菌、病毒可乘之机;在扶手上挂重物,容易使婴儿车往一侧倾斜。如果配有载物篮,要将其放在较低位置并靠近后轮。
摘自《大众卫生报》

孩子肚子疼怎么办

肚子痛是孩子常见的一种临床表现,引起孩子肚子痛的原因有许多,通常只要腹腔内的器官有任何的不舒服,孩子都会出现腹痛的情况。遇到一个腹痛的孩子,临床医生通过询问家长孩子腹痛的持续时间、腹痛的部位以及腹痛时孩子有否其他的表现(如呕吐、腹泻、发热等情况),基本可以判断出大概的情况。

常见儿童腹痛的原因有:①小儿腹泻;②小儿消化不良;③小儿炎症性肠病;④小儿阑尾炎;⑤小儿肠梗阻。前两种疾病潜伏期长,病情较轻的患儿经过内科治疗一段时间,病情就会好转;后两种疾病发病急、病情变化快,需要立即前往医院就诊治疗。

有些孩子突然肚子痛是因为大便积在肚子里造成的,孩子说不清。这时给孩子用一个开塞露,孩子通便后,肚子上就不痛了。这种情况很常见,只要家长平时关注孩子的饮食起居,一般是可以避免的。有些孩子的肚子痛是因为发烧引起的,孩子发高烧的时候会出现吃不下东西、腹痛等表现,吃了退烧药,烧退了肚子就不痛了。

小儿阑尾炎多见于较大的儿童,目前引起阑尾炎的病因还不明确。一般孩子如果出现阑尾炎的话,腹痛时间会持续几个小时以上,一开始是轻微的疼痛。典型的腹痛症状是肚子痛从上腹部转移到右下腹部,有些孩子除了肚子痛,还有吃不下东西、恶心、呕吐等情况,患儿不能说出他们所感觉的疼痛的确性质和部位。有些孩子肚子痛时往往喜欢面向右侧,有的则弯着腰、站不直,或吵着要父母抱,出现这些情况需要去医院检查,以明确孩子病因,对症治疗。
摘自《大众卫生报》

养生汇

冬日补肾食疗方

中医里的“肾”是一个庞杂的功能群体,涵盖了西医学中生殖系统、泌尿系统、内分泌系统的综合功能,可谓牵一发动全身。

“肾虚”在脑力方面的表现:记忆力减退,注意力不集中,精力不足,工作效率降低;在情志方面的表现:情绪常难以自控,头晕,易怒,烦躁,焦虑,抑郁等;在意志方面的表现:信心不足,缺乏自信,工作没热情,生活没激情,没有目标和方向;在泌尿方面的表现:尿频,起夜多,尿等待,小便清长等。此外,肾虚的症状还表现为身体早衰、容颜早衰等。以下推荐补肾食疗方,供对症选用。

猪肾粥 猪肾2枚,粳米50克,葱白、五香粉、生姜、盐适量。将猪肾洗净,去筋膜,切细,粳米淘洗干净,同人锅内煮成粥,将熟入葱、姜、盐及五香粉调之。做早餐食之,可补肾强腰。适用于老年人肾气不足引起的腰膝软弱疼痛、步履艰难、耳聋等症。

炖猪腰 猪腰2个,杜仲15克,核桃肉30克。先将猪肾切开去肾盂洗净,与杜仲、核桃肉一起炖熟后,去杜仲、核桃肉。用猪肾蘸少许盐食之,可作佐餐。可补肾助阳,强腰益气。适用于肾气不足而致的腰痛乏力、畏寒肢凉、小便频数、视物不清、阳痿遗精等症。

金樱子膏 金樱子100克,蜂蜜200克。先将金樱子洗净,加水煮熟,两小时捞出后再加水煮,如此四次,榨汁。将四次汤合,继续煮熬蒸发,由稀转浓,加入蜂蜜拌匀,冷却后,去上沫即可。可补肾益精。适用于肾气亏虚引起的梦遗滑精、遗精白浊,小便不禁,女子带下,并伴有眩暈、失眠、盗汗等症者。
摘自《北京青年报》

滴水藏海

戴上眼罩 万众瞩目

大卫·奥格威被称为现代广告教父,他因一只眼罩而声名鹊起。

1951年,也就是他创办奥美广告公司的第三年,一家小制衣厂的老板登门寻求帮助,请他策划制作该制衣厂的衬衫广告。

这家叫海撒威的制衣厂坐落于美国缅因州的一个小镇,虽然已有116年的历史,但一直默默无闻。由于资金有限,请不起知名的大广告公司,所以,就找到了创业两年多还籍籍无名的奥美广告公司,也只能付3万美金的广告费。

尽管酬金不多,奥格威还是痛快地接下了这单生意,并立即着手策划。他一口气设计了18个方案,然后进行筛选,最后选择了其中之一。

广告拍摄这天清晨,下了一场小雨。雨停后,奥格威踩着阴湿的小路向摄影棚走去。他一边走还一边琢磨已经确定的方案,效果图不断在他脑海中浮现,他总感觉太平常,没有什么亮点。

走到一个药店,鬼使神差似地,他自己都不知道为什么走了进去,而且花1.5美元下意识地买了一个黑色眼罩。

奥格威来到摄影棚之后,拍摄正式开始。只见模特身着海撒威衬衫,摆出了左手攥拳撑腰的造型。

奥格威默默地注视着模特,突然,他走上前去,顺手从兜里掏出一副眼罩给模特戴上。瞬间,一个戴黑色眼罩的男人跃然而出,现场人员一阵惊呼:“哇!棒极了!”摄影师

立即按下了快门。

照片制作完后,以《穿海撒威衬衫的男人》为题,刊登在《纽约客》杂志上。照片上这个戴眼罩的绅士表现出的男人气概,充满了神秘感,激发了人们对狂野的想象力,短短几个月内风靡了全美国,海撒威衬衫开始流行。

区区一只眼罩,发挥了与众不同、独具特色的广告效应,使海撒威制衣厂一夜走红,而且连续25年魅力不减,畅销不衰。同样,也让奥格威一举成名,名扬全球。

一只眼罩,罩住了自己的眼,却吸引了别人的眼;罩住了一只眼,却让万众瞩目。这就是奥格威的独到之处,成功之处。

摘自《羊城晚报》

麦苗需要“压一压”

一组西安蓝田某景区村民临时把麦田开辟成停车场的图在微博热传。据了解,一般情况下麦田停车收费10元,一天停200辆车至少收入2000元。有网友看到这不乐意了,质疑农民的这种做法,还为麦田感到可惜。蓝田官方则用简单有力的话语回应了这些质疑:没在农村待过吧!

在农村待过的都知道,麦子在冬春之际需要碾压。我们小时候,看到长辈们在冬天用牛拉碌碌碾压麦子。寒假放风筝,大人们允许我们在麦田里放。风儿呼呼地吹,看着那些色彩斑斓的蝴蝶风筝,麦田里慢慢升上蓝天,我们就在麦田里跑啊,跳啊。麦苗踩在脚下软绵绵的,特舒服。

原来,麦子需要碾压是有科学

道理的。麦子秋播以后,借着一点儿暑气,扎下一点根须,长出不高的麦苗,到了冬天就需要进行适当的碾压。碾压麦苗的作用有好多。一方面,苗期碾压后,地上部生长受到抑制,促进分蘖生长,使分蘖发生得早而多,麦苗还会长得健壮。这样既增加有效分蘖,又使其基部节间变粗、变短,有利于其生长。另一方面,地下部加强了土壤毛细管的作用,根系得到充分生长,根系发达,起到蹲苗壮秆作用,从而提高了抗倒能力。再者,碾压时压碎土块,弥合土壤裂缝,使根系与土壤紧密结合,减少土壤中的空隙,有保水、保肥、保墒、防冻的作用。还有,碾压后麦苗幼穗分化的时间延长,有利于形成大穗,增加粒数。总之,压青苗是提墒防旱、简单易行、

增产显著的一项有效措施。

但压苗也要把握时机,小麦拔节后应停止压苗,以免折断茎秆。另外,压苗也应根据实际情况:如果冬雨水稀少,土壤松软,坷垃多,苗长得旺,就得压;如果麦地硬实,苗长得弱,或者已受冻,就不能压。可以说,西安蓝田某景区的村民把麦田开辟成临时停车场,既方便游客,又增加了收入,还完成了碾压麦苗的任务,这是一举多得的事,是聪明之举!

而麦苗生长的原理,似乎也适用于我们的人生——整天无事一身轻,梦想天上掉馅饼,难免蹉跎岁月游戏人生;适当给自己定个小目标,承受点压力,才能使我們更深深地扎下根去,从而获得好收成。
摘自《今晚报》

文化中国

人类会不会爱上机器人

在伊拉克格达以北大约60公里,有一个美军的塔吉军事基地,那里有一个埋葬和纪念多功能遥控机器人的坟墓。墓中埋葬的机器人名叫“拆弹者”,长相类似玩具卡车,有四个轮子和一个长长的机械臂。在伊拉克服役期间,它是冲在队伍前面搜寻敌人埋下的炸弹,拯救了许多士兵的生命。2013年,在一次爆炸中,“拆弹者”被炸毁,它的零件被一同执勤的士兵仔细收集起来,然后就像一位牺牲的战友一样,在21响礼炮声中荣誉下葬。

哀悼逝去的军用机器人同伴并不是个案,因为人类往往会为一同经历过创伤的同伴产生强烈的情感联结。

感情上接受长得与鞋盒差不多的机器人,听起来有些怪异,但细想并非不可能。人们过刺的想象力

天生就倾向于把一切物体会人格化,也总会不自觉地与共事的机器建立感情。一些研究人员认为,如果机器人表现得像是有生命、有思维的生物,这种最简单的模仿也会促使我们对其产生同情,即便我们不知道这都是人造产物。机器人很容易在朝夕相处中获得人的同理之心。

随着第四次工业革命的展开,越来越多的机器人被投入到人类的各种工作场合中,人们发现机器人可以是重要的盟友,作为同伴或者同事可以信赖。这种可靠的伙伴自然值得奖励,不但会被倾注感情,也会得到尊重,甚至应该享有和人类类似的权利。

或许是因为现实生活中的机器相对比较简单,没有人会因为坏掉的电冰箱或过时的DVD播放器而感到难过。然而,社交机器人的

出现却改变了这种状况。随着科技的发展,今后的机器人可能会像人一样感受到痛苦。

欧盟近期在探讨,是否该把那些拥有人工智能的、技术最复杂的机器人当成“电子人”,并赋予一定的人权。以保守形象示人的沙特阿拉伯率先迈出了重要的一步,2017年10月,机器人索菲娅被沙特阿拉伯王国授予了公民身份,这是有史以来第一次机器人被给予这样的待遇。索菲娅进行了预先编程,让她可以向身边的人学习,表达情感,表达善意或同情,是索菲娅努力向人类学习的部分能力。

不少鸡汤文中,反复宣称真爱的基础是平等。感情本来就是一件很复杂的事,人和机器人之间的感情更是难以预测。

摘自《瞭望东方周刊》

生活新知

马赛克为什么要打在眼睛上

不知道你有没有留意过,马赛克基本上只打在两个部位:敏感部位、眼睛。尤其是眼睛,为什么只选择打在这里,而不是面部其他位置呢?

首先,眼睛是面部的关键性特征部位。眼睛的一个小动作就可以传递人体诸多情绪。其次,眼睛大小保持相对稳定。有人说小孩子的大眼睛会随着年龄的增加越长越小。其实这个说法是错误的。因为眼睛是我们人体非常奇怪的一个器官,它的大小变化一直

较小。比如婴儿的眼球有16~17毫米,到了成人也不过22.5~23毫米,基本上过了13岁,我们的眼睛大小就不再变了。

正是因为眼睛既具有明显的多样信息,又可以维持相对稳定,所以人们在判断他人样貌时,通常会选择眼睛作为一个判断标准。一旦把眼睛遮住了,我们就很难认出这个人了。这也是马赛克打在眼睛上的原因。

假如一个人闭上了眼睛,我们

可以认出来他吗?答案是肯定的。但如果给整个眼部打上了马赛克,那么我们就不能识别这个人了。由此可见,人类对人脸的识别,更多的是依赖于眼部的信息,而非眼球的内容。马赛克之所以打在眼睛上,是因为人的眼睛是人面部具有分辨特征的重要部位,模糊掉这个部位就会让人们难以识别对方。但是,这个识别主要是眼睛这个总体部位,而非眼球。

摘自《羊城晚报》

名流故事

倪瓒的精神洁癖

欧阳中石

中国古代的文人画中,有一位画家的作品格外引人注目。他的作品很容易辨别:以山水画居多,鲜有色色,画面极其“干净”,一眼望去很“空”。

只需看一眼,你便能深切地体会到何谓“画如其人”。无论是用松、柏、樟、楠、槐、榆这六种品行高洁的树传达自己对于君子之风之追慕,还是画中不容人进入的小窗,都是一种“孤芳自赏”。

这位画家,便是元代的倪瓒。

倪瓒的腔调

倪瓒并不是民间故事和传奇奇谈的主角,但在艺术史上,他却光芒万丈。

倪瓒的画通常都是竖长条的立轴山水画,画面也很简单,远山近树,山色很淡,树也不多,只有稀疏几棵,并且杳无人迹。整个画面,空白处比着墨处多,也没什么墨气淋漓的渲染,多是以枯笔淡淡拖出形象。

别的山水画家总爱在画面中布置几点如豆的人,以表示山水水可行可游,倪瓒绝不会这样做。他的画里万径人踪灭,毫无人间烟火气。

中国画讲究的皴擦点染,在他的画中也很难找得到。

倪瓒自己的说法是“逸笔草草,不求形似,聊以自娱”,至于像不像、美不美,他根本就不在乎。

这种狂傲傲慢又漫不经心的腔调,正是文人画的腔调。

当时,文人画家的重点并不在“画家”,而在“文人”。对于他们当中的许多人来说,在朝为官才是主业,绘画只是闲暇修心的余事。而且,比起诗词文章,画画的地位要低得多,所以,他们绘画只是为了寄兴,追求一份洒脱劲儿——画什么、怎么写,全凭自己高兴。也因此,文人总是有意贬低职业画家。对他们来说,用画卖钱是一件庸俗到不可想象的事。因为要卖画挣钱,就得照顾雇主的情绪,自然没这么自由洒脱。

对于文人画家来说,比在朝为官更令人向往、更有格调的是成为隐士。归隐南山堪称文人们的终极梦想。倪瓒正是这样一个为文人所艳羡的隐者。

倪瓒的弟弟张士信也想要附庸风雅,便向倪瓒索画。当然不是白家,他送了绘画的白绢,也送了重金,但却惹怒了倪瓒——张士信的行为无异于把倪瓒看成了卖画赚钱的画师。傲慢孤高的倪瓒大怒,辍画退钱。事情虽然暂告一段,梁子却结下了。

有一天,倪瓒到太湖泛舟游玩,恰好遇到了张士信,张士信瞅准机会把倪瓒痛打了一顿。倪瓒被打得皮开肉绽奄奄一息,却一声不吭,连呻吟都没有。事后有人问他为何不吭声,他的回答是:“一出声便俗。”

这样的回答让人无语可说。洁癖到了这样的程度,唯让人觉得可叹可敬可敬。

倪瓒的画,以及他本人超脱放达毫不在乎的态度。很受文人追捧。在他们看来,倪瓒才是文人真品格、真实性情的代言人。

许多艺术家都受到了倪瓒极简画风的影响,后世还有许多人极力学习他的清逸画风,却没有一个人能够达到他的这份“干净”,更别说过超他了。因为,他们都没有倪瓒的“毛病”。
摘自《青年博览》

马克·吐温:五美元的奢侈品

美国作家马克·吐温年轻时曾在一艘轮船上做水手。这天,马克·吐温看到一个小伙子站在甲板上唉声叹气,便好奇地上前询问缘由。原来,小伙子是一个富商家的仆人,马上就是富商的生日了,小伙子想要送给富商一件生日礼物,可惜他只有5美元,根本买不到能拿出手的礼物。

“要不我买一颗假钻石吧!”小伙子突然兴奋地说,“我认识一个做仿钻的商人,他的仿钻很闪亮,可以当作衣物上的饰品。”

马克·吐温却连连摇头,他问小伙子,富商有什么爱好。小伙子

说,富商最喜欢的是放风筝。

马克·吐温说:“就用5美元买一个风筝送给他。”小伙子不解:买一个风筝只需要几美分,5美元买一个风筝是不是太贵了?

马克·吐温说:“要的就是这种效果!你想想,同样是5美元,如果买一颗仿钻,肯定非常廉价,但如果买一个风筝,那就非常高档,简直就是风筝里的奢侈品。你是想买一件廉价的礼物,还是买一件奢侈品呢?”

很多时候,礼物的贵贱并不在于价格本身,而在于是否超过了对方的心理预期。
摘自《哲思》

大千世界

植物被骂不会枯萎

前不久,国外一段有关植物的视频在国内流传甚广:两盆同样的植物,在同样的环境条件下,对一盆进行赞美,对另一盆进行辱骂,结果,30天后受到赞美的植物枝繁叶茂,而那盆被辱骂的植物则变枯萎了。

如此看来,植物似乎和人一样是有情绪感应的。但事实上,这个视频是一家瑞典公司海外分部与广告代理商合作制作的一个营销宣传视频,旨在支持该公司的“拒绝欺凌”的活动。也就是说,其实这只是一则广告。

几年前,央视的探索频道在节目里做过一个关于环境声音和植物

生长关系的实验。在名为“谈话有助于植物生长?”的试验中,同一种植物被放置在7个温室中,每个温室的光、温等环境因素相同,但分别播放不同风格的环境声音——其中两组播放赞美的话语,两组播放责备批评,还有两组分别播放古典音乐和强烈的重金属风格音乐,还有一个对照组什么声音也没有。试验结果表明,不管环境声音是友好还是愤怒,植物的生长似乎并没有受到任何影响。

其实,无论是否对植物说话,无论是赞美还是辱骂,植物都不会和人一样有反应。

摘自《工人日报》