

古老的甲骨文有了新“活法”

圆圆的太阳，是“日”；弯弯的月亮，是“月”；三山耸立，是“山”……3000多年前，殷墟甲骨文传承下来的文字血脉，一直绵延。直到今天，人们使用的很多文字，都可以追溯到那一片片古老的甲骨。

甲骨文，刻于龟甲兽骨，主要用于占卜和记事。20年前，“一片甲骨惊天下”，沉睡多年的甲骨文开始走进人们视野。

“甲骨文是迄今为止中国发现的年代最早的成熟文字系统，是汉字的源头和中华优秀传统文化的根脉，值得倍加珍视、更好传承发展。”纪念甲骨文发现120周年，就是为了传承中华基因、坚定文化自信，深入挖掘其中的思想内涵和文化价值，促进以甲骨文为代表的中华优秀传统文化传承和发展。

11月1日，国家博物馆里，“证古泽今——甲骨文文化展”正在展出。观众们围着一片甲骨看得津津有味。这是3000多年前的商朝，妇好分娩，商王占卜的卜辞。甲骨文生动地记述着，商王亲自占卜，看妇好在哪个生时才会生男孩。

沉寂千年的历史瞬间鲜活起来。正是甲骨文，使商代成为有出土古文字记载可资考察的信史时代，印证了包括《史记》在内的

一系列文献的真实，把有文字记载的中华文明史向前推进了1000年，为研究源远流长的中华文明提供了真实可贵的第一手史料。

已知的四大古文字体系中，尼罗河流域古埃及的圣书字、两河流域的楔形文字、中美洲的玛雅文字，都在漫长的历史岁月中走向湮灭，唯有以殷墟甲骨文为代表的中国古文字体系，一脉相承，绵延发展。甲骨、篆、隶、草、行、楷……中国文字虽然有不同书体形式的变化，但以“六书”为特征的文字结构保留至今，成为今天世界上近1/5人口仍在使用的文字。

“甲骨文内容繁富，是重建中国上古史，寻绎中国思想之渊藪、中国精神之缘起、中国信仰之源头、中国传统文化特质与品格之由来、中国艺术美学之发轫的最真实的素材。”纪念甲骨文发现120周年座谈会上，中国社会科学院学部委员宋镇豪说。

早在新中国成立之初，甲骨文研究就受到党和国家的高度重视。进入新世纪，党和国家更是把甲骨文研究提高到与中华优秀传统文化体系构建相系的战略高度，聚焦于中华文明影响力，以及国家文化软实力的提升。

2017年，甲骨文成功入选“世界记忆名

录”，标志着世界对甲骨文重要文化价值及其历史意义的高度认可，促进了优秀传统文化在世界传播。

“认出一个字，奖励10万元？”前不久，中国文字博物馆的一则奖励公告在网上热转，不少人先是觉得“不可思议”，在弄明白是“释读甲骨文”后，又不得不感叹：“难，太难了！”

甲骨文发现120年来，先后出土甲骨15万片以上，整理出来的甲骨文单字约4500个，可其中被释读、能与现在使用汉字相对应的不到1500字，多是口、手、地等常用字。“从这些字可以看到，甲骨文不仅有象形、指事、会意等早期基本造字方法，还出现了大量形声字，也出现了假借字，为以后汉字的发展、成熟与完善奠定了坚实的基础。”中国文字博物馆陈列展示部副主任王双庆说。

与此同时，仍有3000多个甲骨文目前“无解”。到今天仍然没有破译的甲骨文，基本上都是硬骨头了，因此哪怕只是破译一个字也是一场“攻坚战”。南开大学历史学院教授朱彦民举例说：“比如殷商时期的灶具，今天的人见到实物可能也很难认出来，由这

些器物象形而来的文字就更难辨识了。”

“甲骨文大数据平台”使前沿科技和古代文物“亲密接触”，让甲骨学焕发新生机。近年来，在有关部门的支持下，国家社科基金重大委托项目“大数据、云平台支持下的甲骨文字释研研究”正式实施，教育部、国家语委牵头组织的甲骨文等古文字研究与专项工作启动，运用现代科技突破文字释读瓶颈，推动甲骨文研究进入了新阶段。

120年后的今天，甲骨文越来越“时髦”。“开心”“吃货”“发红包”……一组会动的甲骨文表情包在微信上走红。“过去，对文字学这种高深学问的传播形式不够轻松，让人望而生畏。这组表情包注重活泼现代的设计语境，考虑到了对大众特别是年轻人的吸引力。”清华大学美术学院教授陈楠说。

在河南安阳举办国际学术研讨会，在国博举办甲骨文文化展，制作甲骨文专题纪录片……今年以来，甲骨文发现120周年系列纪念活动更是向社会宣传推广甲骨文，让刻在甲骨上的文字“活”了起来，让甲骨文从专业人员走向社会大众，从“象牙塔”走入展示柜，从冷门变得越来越受关注。

摘自《人民日报》

养生汇

哪些原因会导致膝关节炎

很多老年朋友都有不同程度的膝关节疼痛、僵硬等表现。导致膝关节炎发生发展的原因可归结于以下三点：

正常衰老 年龄是影响关节炎发生发展的最主要因素。遗传、性别、生活方式、心理环境等因素，都会影响关节炎的发生发展。女性在更年期后体内雌激素水平下降，容易发生骨量减少、骨质疏松，而骨质疏松和骨关节炎具有相关性。

异常受力 研究发现，肥胖女性膝关节关节炎的发病率是正常体重女性的4倍，而男性则为4.8倍，减肥能明显降低膝关节炎的发病率。

在蹲起、跑跳等活动时膝关节受力可以达到体重的6~8倍。一些特殊职业人员，如矿工、农民、建筑工人等重体力劳动者，军人、职业运动员或舞蹈演员等，由于膝关节长期持续处于高强度的受力状态，关节退变更早发生。

不良运动习惯也会引起关节异常受力。如运动前不充分热身、盲目增加负重强度、错误的跑步姿势等，或突然开始爬山、跑步、高强度徒步等运动，很容易导致骨关节炎发作。

意外创伤 日常活动中膝关节创伤很常见，小到不经意的肌肉软组织扭伤，大到严重的骨折脱位。关节创伤是引起关节退变提早发生的重要因素。

所以，当膝关节创伤发生后，应及时就医，轻度拉伤治疗后，可恢复到受伤前的活动状态。对于重度无法复原性的损伤，在今后的日常生活中应格外注意，尽量不做关节负重较大的活动。

摘自《健康咨询报》

得了糖尿病别忘查眼睛

数据显示，30岁以前诊断为Ⅰ型糖尿病的患者，10年后发生糖尿病视网膜病变的概率为50%，而30年后为90%；病程在10年以上的Ⅱ型糖尿病患者发生眼底病变的概率为50%以上，血糖控制不佳的情况下，这种现象尤为严重。随着糖尿病患者病程延长，糖尿病患病率、致盲率也随之升高。

糖尿病视网膜病变主要分为两个阶段，即非增殖型和增殖型视网膜病变。非增殖(背景)型糖尿病视网膜病变是糖尿病对视网膜产生影响早期阶段，也是Ⅱ型糖尿病患者最常见的视力受损原因。

由于视网膜病变的发生发展与糖尿病病情控制及病程长短密切相关，与全身其他系统的疾病，如高血压、肾脏疾病等也有一定的关系。因此，糖尿病视网膜病变治疗难度较大。

预防糖尿病视网膜病变应注意：
第一，控制好血糖、血压和血脂，严格戒烟，可降低糖尿病并发症的发生和发展，预防其对视网膜的有害影响。

第二，定期进行眼底检查，及时发现视网膜病变，选择合适的治疗时机是减少糖尿病视网膜病变视力丧失的关键。

针对不同类型的糖尿病应给予积极的内科治疗。糖尿病患者应每两至三个月检查一次糖化血红蛋白，以了解病情进展。此外，按照国际有关规定，Ⅰ型糖尿病患者应在发病5年后开始接受眼科常规检查，Ⅱ型糖尿病患者应在发现糖尿病的同时开始检查视网膜病变。没有视网膜病变的糖尿病患者要每年检查一次眼底。

摘自《文汇报》

缺牙不补的四大危害

随着生活水平的提高，人们越来越重视自己的牙齿，但还是有些人认为缺一两颗牙没关系或者人老了迟早是要掉牙的，等所有牙齿掉光了再镶牙也不迟。这些观念都是错误的，缺牙不补，危害很多。

面容苍老 牙齿对维持面部的外观有很重要的作用。前牙缺失会让人看起来缺少年轻活力，使人更显衰老。当多数或全部牙齿缺失以后，面部失去支持而向内凹陷，嘴唇也会不再丰满，面部皱褶增多，鼻唇沟加深，口角下陷，面容会呈现明显的衰老。

胃肠受累 牙齿缺失以后，首先是咀嚼功能变差，其影响程度与缺牙的部位及数量有关。前牙缺失会影响进食食物，后牙缺失会影响磨碎食物。咀嚼功能降低以后，未经充分研磨、捣碎的食物将直接进入胃肠道，大大增加消化系统的负担，还会影响到营养成分的吸收。长期如此，可引发消化系统疾病。

余牙遭殃 牙齿缺失后，咀嚼的任务就落到了其他牙齿身上，同时由于缺牙空隙的存在，邻近的牙齿也失去了约束和依靠，这都会大大增加余牙的负担。若长时间不修复，可能会造成相邻牙齿的倾斜，以及与其咬合的牙齿的伸长等，进一步加重对剩余牙齿的损害。当余留牙齿数量较少时，由于它们承担了过大的咬合力，将会造成牙槽骨快速丧失，出现牙齿松动甚至脱落。

发音不清 牙齿缺失，特别是前牙缺失，会造成发音不清，“说话漏风”，对患者的交际活动产生较大影响，甚至会影响到患者的心理健康。

因此，牙齿缺失以后，应尽早修复。摘自《现代保健报》

滴水藏海

这是一则跨越40年、连接内地和香港的温情故事。

1979年11月的一天，浙江嵊县(今嵊州)人民医院来了一名病人，他口吐鲜血，身边没有亲人。住了一个星期，他出院了。时间一年年过去，医院搬了地方，谁都不记得了。

直到2008年3月，这名被救者、香港商人王耀春托人给医院送来50万元的捐款。50万元存银行，如今利息也有15万元，而当年帮忙送钱的港商詹耀良回忆说，钱不多，但老人的心意很诚。

又十多年过去了，2019年秋天，嵊州市人民医院迎来了百年院庆。该医院以港商王耀春的名字命名，评选出了首届“最美嵊医人王耀春奖”，以激励医务工作者。

40年了，温情还在流动。回看过去，这事无疑是“一种善意遇上了另一种善意”：当年，港商王耀春神志不清、病情凶险，若没有医

用善回应善

务人员的鼎力相助，后果难料。而在王耀春看来，当时涉事医院医疗设备虽不够先进，但医护人员医德和服务精神一流。

医生救人是本分，而医护人员无微不至的照顾，在本分之外，更是情分。不管是十多位医护人员把食堂配发的豆浆送给他喝，还是经常为他买稀粥等软食，放到物质匮乏的年代，都格外让人感动。

一饭之恩尚能让人记忆终生，物质贫乏时期的给予，自然会激发出更多的感恩。王耀春的回馈，就是“一思还一思”的情感反应。

“投我以桃，报之以李”，诗经里古老的诗句穿越千年，仍然被国人所践行。涉事医院又予以回馈，用那笔善款设置“最美嵊医人王耀春奖”予以致敬，就是“报之以李”。

王耀春受惠于医院并知恩

文化中国

古诗中的数字意趣

和气势。《孔雀东南飞》“十三能织素，十四学裁衣。十五弹箜篌，十六诵诗书。十七为君妇……”以连续的数字排比节奏写成成长过程，刻画一个自小能干开朗、多才多艺的刘兰芝。

古诗常用数字与多个名词性词语组成生动可感的图景，以构成辽阔状物抒情。邵雍《山村咏怀》“一去二三里，烟村四五家。亭台六七座，八九十枝花。”用数字罗列把“烟村”妙家”“亭台”“鲜花”等独立风景巧妙合成一幅清新淡雅的田园图，表达了诗人对大自然的热爱。数字运用意达声谐，浑然天成。

古诗常用数字前后搭配构成句式匀整、音调和谐的对偶。杜甫《绝句》“两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船。”“两个”和“一行”并列，“万里”与“千秋”对举，构成两组相映成趣的数字对偶。柳上黄鹂一只过于孤单，几只稍嫌吵闹，惟有“两个”才能体现双栖双宿相向和鸣的无边快乐！”“一行”写出了青天白鹭高翔，联成一线的优美意境。“千秋”言时间之久，“万里”言空间之遥。“千秋”“万里”拓展了想象的时空，于尺幅

之中绘出无限风光，增强了诗歌意境的厚度和立体感，让人于短短诗句中感受到自然的壮阔美丽和生命的渺小卑微。两组对偶自然天成，朗朗上口。

数字铺垫，以助逆转。郑板桥《咏雪》“一片两片三四片，五六七八九十片，千片万片无数片，飞入梅花总不见。”前三句堆砌数字，从一至十至千乃至无数，稍嫌啰嗦。若顺势写就将成败笔。好在作者出其不意将笔锋一转，写雪花飞入梅林融入梅花，消失不见。逆转后的诗意和前文构成一幅完整画面，形成一种苍茫深远的意境。第四句逆转是点睛之笔，读之使人宛如置身大雪纷飞的广袤天地。全诗先铺后转化腐朽为神奇，收到一种峰回路转、柳暗花明的功效，使构思显得奇特而精致。

数字顶针，首尾蝉联。萧衍《芳树》“绿枝始摇曳，芳生非一叶。一叶度春风，芳芳自相接”，描写树木变绿散发充满树梢的芳香。数词“一叶”上递下接，使前后两句首尾蝉联，形成数字顶针，细针密线地揭示了诗人赏玩芳树时领悟到的人生哲理：一叶之芳不如众叶之芳，个体力量不如群体力量。摘自《中华读书报》

树是如何“睡觉”的

高度浮动范围为10厘米。入夜以后，白桦树的叶片逐渐下垂，直到日出前数小时达到最低点，在日出后数小时又恢复到“正常”高度。

还是查尔斯·达尔文最先注意到叶片与茎干的夜间节律性运动，他明确提出这就是植物的“睡眠运动”。他推测，植物叶片到了晚上合拢睡觉应该都是为了抵御夜间的寒冷气温。除此之外，植物“按时起床”还能充分进行光合作用，吸引更多的授粉昆虫。

当树木患有疾病或进入衰老期后，“睡眠”也会像人类一样“辗转反侧”。比如“睡眠周期”相对延长，比

年轻的树木更不容易“自然睡醒”。如果年轻树木的树冠在12个小时内完成一次下垂——伸长周期，老树需要的时间更久。

最后，树还会像动物一样冬眠。德国慕尼黑理工大学的研究人员通过研究36种欧洲常见树木与灌木后发现，山毛榉、橡树等树木需要靠冬眠来躲避严寒，等到气温回升再发芽开始生长。但随着气候变化，暖冬天气越来越多，山毛榉和橡树的“生物钟”接收到了错误的信息，从而有提早发芽，以至于被冻死在早春的低温中。

摘自光明网

名流故事

铁凝：讴歌美好的灵魂

1983年第2期的《十月》杂志，发表了作家铁凝创作的第一部中篇小说《没有纽扣的红衬衫》，迅即在文坛内外引发热烈反响。小说表达了作者对于学校与家庭教育的细致观察与独特思考，塑造了16岁女中学生安然的鲜明形象，她的身上既带有时代的痕迹，也闪烁着未来的光芒。人们不仅喜欢这篇小说，也喜欢小说中敢干挑战陈规的主人公，使得她穿着的那件“没有纽扣的红衬衫”风靡一时，成了一种时装，满大街穿着红衬衫的少女构成了那个时代一道亮丽的风景。今天，小说中所反映的20世纪80年代新一辈人的理想与追求、希望与欢乐、独立与奋斗仍在激励着当代青年。

别有一种韵致

《没有纽扣的红衬衫》一发表，即刻引起广泛的反响。《小说月报》《中篇小说选刊》《新华文摘》《作品与争鸣》相继转载了这篇小说。不少报刊很快组织发表了评论文章。小说发表仅一个月后，中国作家协会主办的《文艺报》就在“新作短评”栏目中推介了这篇小说。小说在文章中称：“在我国新时期文学的人物画廊里，这部中篇小说的主人公安然是相当年轻的一个。”“这里，没有被扭曲被压抑的畸形心理和表现，一切都很简单、自然、透明，虽然还显得幼稚，却是美好与真诚的。”

《没有纽扣的红衬衫》的社会反响持续了好几年，这当然离不开它被改编为电影的缘故。四川峨眉电影制片厂的年轻女导演陆小雅无意中在《十月》杂志上读到这篇小小说，觉得小说传达出的情绪与自己当时的心境特别相通，便专程到河北保定找铁凝商量，要把小说改编成电影。铁凝爽快地答应了。陆小雅从读小说时就认定了这不是单纯地写中学生的作品，因而她要拍的绝不仅是一部给中学生看的青春片，而且是一部给成年人看的电影，她要向观众们提出一个问题：“我们的民族需要什么样的后代？”

电影取名为《红衣少女》，1985年在全国上映，获得第5届中国电影金鸡奖最佳故事片奖和第8届大众电影百花奖最佳故事片奖。

许多女中学生把影片中安然的形象作为自己效仿的对象，安然穿的红上衣也成为当时流行的一种时装配式，被命名为了“安然服”——没有纽扣、背后带一根拉链的大红衬衫。拍电影时，剧组设计了好多种时样，但都不是铁凝想象的效果。直到有一天，饰演安然的邹倚天穿着妈妈做的红衬衫出现在铁凝面前，铁凝眼睛一亮，马上把式样定了下来。

童真美和时代色彩

小说中的女中学生安然给人感觉非常真实。人们也许奇怪，铁凝又没有当过中学老师，怎么这么熟悉中学生呢？其实，这个人物形象就是铁凝以自己的妹妹为模特儿塑造的。铁凝的妹妹比她小六岁，当时正是一名高中生。铁凝最初给小说起的题目是《神圣的十六岁》，后来还是与妹妹共同商定了这个充满色彩的标题：《没有纽扣的红衬衫》。铁凝和妹妹是一对好姐妹。她作为姐姐，对妹妹有着强烈的保护意识。小说中的安静就是这

样一位好姐妹。安静还是孩子的时候，就知道要保护好自己的妹妹，她长大后以此为荣。

在《没有纽扣的红衬衫》中，小说虚构的世界和现实的世界往往在铁凝的思绪中浑然不分。比方说，她在小说中写安静寄居在外婆家，后来妈妈又把妹妹安然送过来。这些描写几乎直接搬用了铁凝和妹妹小时候的经历。她在《铁凝日记》中为妹妹儿时的一张照片写下了这样的说明：“拍此照一年前我们在保定分手，一年后我们又在北京相聚了。我们刚见面时，她头上沾着妈妈们集体宿舍草铺上的草籽，跟北京外婆这个四合院显得很不协调。”而《没有纽扣的红衬衫》中的安然就是这样出现在安静面前的：“记得那是一个下雪天，她穿着一身辨不出颜色的棉衣，穿着一双紧挤着脚的单鞋，焦黄的头发上沾着干校草铺上的草籽儿，脸蛋儿叫野地里的风给吹得粗糙、通红。她就那样跟在妈妈身后走进了外婆的四合院院落，扑进了我的怀里。”

毫无疑问，小说触及了学校的教育目标、价值观念、行为标准等，具有直接的社会意义。而这种社会意义最容易引起人们的关注和议论。谢望新在评论《没有纽扣的红衬衫》时，主要就是人物形象的社会意义来立论的，他说：“她们对传统的某些做人标准、价值观念、道德信条提出了挑战，她们更愿意正视现实，按照现实时代的发展信息来塑造自己的形象，确立立世做人的准则。因而，脱俗(世俗、流俗和庸俗习气)，独立不羁，不随波逐流，不投机取巧，讲信用，重情义，求实(重价值)而不图虚假(重名利)，保持人格的尊严和完整，是她们的特质。”

讴歌美好的灵魂

《没有纽扣的红衬衫》一发表就让人感到耳目一新，它不同于当时的大部分小说侧重于从社会层面进行宏大叙事，而是把目光聚焦于家庭、校园中的日常生活。小说第一句话就是：“我和我妹妹喜欢在逛商店的时候聊天。”不仅“逛商店”还“聊天”，铁凝把两个最具日常性的生活情景重叠在一起，就像在入口处为读者设置了一个温柔的陷阱，读者掉进这个陷阱里，一下子就放弃了思想的沉重包袱。我们不要忘记了，直至20世纪80年代中期，文学仍在承担着思想解放的精神责任，但铁凝的这篇小说仿佛在对话者们说，休息一下吧，让我们逛商店去，让我们聊聊吧。小说的这种姿态给人们带来一种久违了的轻松和开心。

铁凝在这篇小说中的突破之举在当时是引人注目的。著名词人流沙河也写过小说，他看完《没有纽扣的红衬衫》之后特别惊喜，觉得铁凝的小说写法是一种很陌生的写法，完全颠覆了他心目中多少年来固定的关于小说的定义。雷达也探讨了铁凝在小说叙述上的突破，将其概括为关注“平凡中的奇异”。他说：“小说没有故事可言，全是细节砌成的，除了平淡还是平淡，可是它像吸铁石一样地能够吸引你。作者找到了适合于她的创作个性和生活积蓄的空间。这就是，寻求生活中真善美的存在，讴歌美好的灵魂。”

摘自《光明日报》

史海钩沉

古代官员也要报告个人事项

闻丧不报，擅自离任者，降二级调用。

年度考核须报告所犯过错误 古代对官员实行考课制度，依据法令和行政规则，在一定年限内，对各级官吏进行考核。唐代规定，“凡应考之官，皆具录当年功过行能，本司及本州长官对众读，议其优劣，定位九等考第”。宋代规定，受考核的京朝官将本人考课期间言行行政，进行回读与检讨，如犯有错误必须悉记，不得规避漏写。负责考核的官员进行核对，如发现漏写，受考核的官员要受相应处分。

离开工作岗位须请假批 古代的请假制度规定，官员不能正常上下班或因公离境必须请假批。元代规定官员有病有事不能上班，均需请假。请假的报告称为“曹状”。如果未上班又不报“曹状”，就要罚俸或给予行政处分。清代规定官员必须居守岗位，不得擅离职守。各省官员因公离境必须履行严格的报批手续，若谎报公离境，会受到相应之处分。官员必须正常朝参(京官)或公座(外官)，不得迟值或早散。官员若有应早散值情况，应将具体情况及缘由告知管门太监，管门太监随时登记，以备查核，官员无故散值过早起，罚俸六个月。

从以上可以看出，我国古代对官员的管理有一些比较严格的制度，对官员须报告的事项有明确规定，且规定的内容较为具体详细，对执行的情况还要进行考核检查，对不遵守规定的还要给予相应处罚，这对我们今天加强干部管理监督有借鉴之处。

摘自《中国纪检监察报》

家中遇有尊长之丧须报告 古代实行丁忧之制，规定官员遇有父母等尊长之丧，须暂停公职而在家居丧守制。清代规定，官员家中有此丧，必须及时报告。官员匿丧不报的，革职处理，不准援赦。革职丁忧迟延者，罚俸一年；漏报紧要字样者(如继母、嫡母、生母、慈母之类，是否漏报之亲属，古代亲属称谓十分复杂)，罚俸六个月。官员也不能为了规避苦缺、远缺等目的捏报丁忧，违者革职。