

心灵深处

母亲的“棉花云”

□王秀兰

打我记事起,母亲每年都要种棉花。秋天里,满地棉花欢快地拥向她的怀抱,像极了天上飘的云朵。

母亲种棉有一套“五要”秘诀:把握时令、选好良种、育好秧苗、整好棉田、防治虫害。她从不藏私,总愿把这些经验与人分享。清明节前后,她便在菜园里开辟出一方苗床,翻土施肥,洒水晾晒,再用木板压出整齐的格子。待晴日,母亲将优良棉种如排兵布阵般点入格中,然后覆上地膜,一个简易温室便成了。

不过七日,种子在温室松软的土壤里,睁开睡眠惺忪的眼睛,轻轻舒展腰身,嫩绿的芽尖便顶破土层。初生叶片呈椭圆形,对称分布,如同一对蝴蝶的翅膀,甚是喜人。紧接着第二层也抽出心形的嫩叶,一片心叶连着一片心叶,绿意层叠,让人看着倍感温馨。

气温升高时,母亲便掀膜炼苗。她常说:“温室里的秧苗娇嫩,这活急不得,得像教孩子走路似的,慢慢来。”只见母亲连续几天,把地膜揭开一会儿,让秧苗得到晾晒,以锻炼秧苗的适应性。等秧苗坚韧度和适应性增强后,再揭掉地膜。移栽前几天,喷施一些保苗剂,将叶面喷湿,确保秧苗的成活率。父亲则忙着整地施肥,为移栽做准备。

等一切准备就绪,就到了移栽秧苗的时刻。嫩绿的棉苗连带着方格老土,被逐一移栽到大田里。移栽后的秧苗很快便恢复活力,青葱碧翠、生机盎然,长势喜人。

接下来棉花进入漫长的生长期。它们经过苗期、蕾期、花铃期、吐絮期,才到收获时节。不过母亲有的是耐心和时间,她经常出现在棉田里,忙活个不停,打杈修枝,喷药除虫。烈日下,汗水在她脸上肆意流淌,汗珠颗颗滑落,摔碎在泥

土里,瞬间消失无踪,可她却浑不在意。她把田间管理做到极致,像等待孩子长大般,静候着“云朵”慢慢绽放。

棉花不负期望,茁壮成长。终于,第一朵洁白的花儿绽开了,接着是第二朵、第三朵……转眼间,棉田便翻涌成花海。几天后,白花渐变成粉紫色,好像婴儿娇嫩的脸庞,让人喜不自禁。等红紫花儿枯萎成灰褐色,就进入到结铃期。那丝丝缕缕带着韧性的棉絮,悄无声息地在棉铃里积蓄力量,经过十几天的蛰伏,终于迎来了爆发。那些饱满的棉铃开始裂铃吐絮,在阳光下舒展成蓬松的云团,轻轻一拽,便温顺地落入掌心。

每天下午,母亲便挎着竹篮下田采棉,我也常常跟着帮忙。只见她指尖灵活地在“云朵”间翻飞,一朵朵棉絮被她从壳中揪出,投放进竹篮。不一会儿,竹篮就堆积成“雪山”。天快黑时,母亲为了赶工,把咧开大嘴的

棉花桃,连絮带壳捋了一箩筐回家。晚饭后,趁着皎洁的月色,母亲忙着揪棉絮,我和弟弟则在月光下笑闹玩耍,画面温馨而幸福。第二天一早,那满地的棉壳和鼓胀的麻袋诉说着母亲的辛劳。

晒棉是我的活儿。我喜欢躺在蓬松的棉絮上打滚儿,身上沾满阳光的味道。等晒够了,才会按照母亲的要求,耐心等到夕阳西下,把染了一身霞光的棉朵收拢进麻袋,但等母亲收工时运回家。

秋后,母亲把收获的棉花送到棉花坊,脱籽、弹絮,再把棉籽榨成油。这些活要忙活一整天,母亲也不烦躁,她年年如此,辛苦坚持着,保障我们衣食无忧。

如今我才懂得,那些洁白的“云朵”里,裹着母亲多少辛劳与智慧。它们不仅温暖了我的童年,也照亮了我的人生之路。

母亲的棉花,是最质朴的爱,是最温暖的云。



春日时节,一枝寒梅初绽,一只冠鱼狗静栖于花枝旁。它黑白斑驳的羽衣与傲立枝头的粉梅相映成趣,在朦胧的背景中,勾勒出一幅充满野趣的自然画卷。
刘建华 摄

文化漫谈

说“癖好”

□刘效仁

南宋辛弃疾词曰:“叹人生,不如意事,十常八九”。在文人笔下常常人生苦短。人有七情,喜、怒、忧、思、悲、恐、惊。喜只占了1/7。

好在人类有智慧,让“喜”居首位,就是要快乐地生活。如何才能开心、快乐,不妨养成一两个好的癖好。用梁启超的话说,“凡人必常常生活于趣味之中,生活才有价值。”好的癖好和趣味,可以怡情养性、拓展胸襟。明代文学家袁宏道直言:“余观世上语言无味面目可憎之人,皆无癖之人耳。”形成可憎面目,多是心中有解不开的结。若是懂得换个思路,苦中也有乐,苦也可转为乐。喜上眉梢,其面目不只悦人,亦悦己。

人各有性格,癖好当然也五花八门。这些癖好,只要能让生活更充实,或怡情,或养性,或健体,都值得拥有。北宋书法家米芾爱石成癖,初到地方上任时,见衙署中有一块奇石,竟对石而拜。清代画家郑板桥好兰竹,“专画兰竹,五十余年,不画他物”。据说,魏晋名士嵇康癖好锻铁,光着膀子挥锤,挥汗如雨却乐在其中——在劳动中锻炼体魄,享受一下劳动的乐趣,确实很好。东晋的陶渊明则爱种田,“带月荷锄归”。不为五斗米折腰,却为多收一二斗而弯腰折背,面朝黄土背朝天,其实也不错。

我也有一癖,就是好读书。我爱读杂书、吃杂粮。捧起来即读,偶尔也写篇读后感。其实论好读书,要向魏晋的杜预学习。《晋书·杜预传》载,武帝曾谓预曰:卿有何癖?对曰:臣有

《左传》癖。一部《左传》杜预读得透彻,还写了部《春秋左氏经传集解》,作为“读后感”可谓厚重,算真正的读有所成。

当领导干部,可不可以有癖好?回答是肯定的。公务操劳,劳心劳力。如果有闲得空,不妨侍花草、写诗画画,以癖好休闲,以休闲养精神。身心得到放松了,工作起来劲头或许会更足。唐代白居易爱写诗,一生创作近3000首诗。许多诗章写民生疾苦,如《卖炭翁》《观刈麦》《杜陵叟》等。从这些诗中可以看出他的接地气、有情怀、有担当。《旧唐书》评价其“在杭州、苏州,皆有惠政,民到于今思之”。

不过,领导干部毕竟以公务为主,以工作为要,如果把癖好当成正业做,把公务当成副业干,甚至

借着癖好搞点交易,不仅怡不了情,反会害己害人。看到一则消息。中国人保原副总裁于泽癖好养信鸽,最多时养了400多羽。日常时,常站在楼顶观察鸽子飞行,察看并认真记录翅膀振动频率、盘旋高度——若哪只鸽子飞得吃力了,则单独调整训练计划。有一只鸽子曾得过全国赛的“综合季军”,另一只鸽子竟拍出200万元天价。可悲的是,“雅好”沦为利益输送的管道,清雅的鸽子翅膀下,藏着权钱交易的黑影。去年底,于泽因涉嫌严重违纪违法,接受组织调查。

癖好有益于,人也应有有益于社会。倘若癖好使人变得无益于社会、有愧于天地伦理,那么癖好也便成了“癖坏”。这种癖好,万万要不得!

(摘自《人民日报》)

科学新知

“中国天眼”找到快速射电暴起源关键证据

□记者胡喆 欧东衢

这是来自遥远宇宙的问候——2007年,人类首次发现快速射电暴。那时起,一个谜题始终待解:这个宇宙中最神秘的射电爆发现象之一,持续时间仅数毫秒,能在瞬间释放相当于太阳一整周辐射总和的巨大能量,究竟源自哪里?

近日,由中国科学院紫金山天文台牵头,联合中国科学院国家天文台等国内外多家研究机构组成的研究团队在贵州平塘宣布,利用我国500米口径球面射电望远镜(“中国天眼”FAST)首次捕捉到重复快速射电暴(FRB)的法拉第旋转量(RM)发生剧烈跃变并随后回落的详细演化过程,为“快速射电暴起源于双星系统”的假说提供了关键观测证据。相关研究成果已在《科学》杂志发表。

国家天文台专家介绍,双星系统是指两个天体在引力作用下相互吸引、彼此环绕公共质心运行的系统,被誉为天文学研究的“金矿”。科学界普遍推测快速射电暴的起源天体可能处于双星系统中,但缺乏直接观测证据支撑这一猜想。

紫金山天文台副台长、论文通讯作者吴雪峰介绍,利用“中国天眼”的超高灵敏度优势,研究团队对重复快速射电暴FRB 20220529开展了2年多的持续监测,通过模型比对与物理分析发现FRB 20220529应起源于双星系统中。

“此次FAST捕捉到的法拉第旋转量20倍飙升与快速回落,清晰揭示了致密磁化等离子体云穿过观测视线的过程,这与双星系统中伴星的剧烈活动高度契合,为我们破解快速射电暴起源之谜迈出了重要一步。”中国科学院院士、紫金山天文台研究员史生才说。

作为我国自主设计建造并运行的世界最大单口径射电望远镜,FAST自投入使用以来,已在纳赫兹引力波探测、脉冲星搜寻、快速射电暴研究、中性氢观测等多个前沿领域持续产出成果。

在高处俯瞰群山怀抱中的“中国天眼”,宛如绿色海洋里一颗耀眼的明珠。从建设初期的筚路蓝缕,到如今取得的累累硕果,中国射电天文事业的发展轨迹,正是我国加快实现高水平科技自立自强的生动缩影。

FAST运行和发展中心副主任孙京海介绍,FAST正稳步推进升级规划,将在周边建设数十台中等口径天线,构建以FAST为核心的巨型综合孔径阵列,弥补单口径望远镜在空间分辨率上的局限,提升观测灵敏度。

“升级完成后,FAST将成为功能更加强大的‘宇宙超级探针’,为科学家深入理解一系列天体物理核心谜题提供观测支撑,推动我国射电天文学研究向更高水平、更深层次迈进。”孙京海说。

(据新华社电)

家庭教育

培养青少年一生受益的习惯

□李晓阳

青少年阅读,是全民阅读的种子。很难想象一个人,在中小学课堂上从未感受过语言文字的魅力,走上社会后愿意选择与书为伴。作为一名语文老师,我认为在互联网背景下做好青少年阅读推广,要解决好四个底层问题:为什么读,读什么,怎么读,以及读得怎么样。

“为什么读”解决意义、价值的问题。多明白一份意义,就多一份行动。很多学生读不进去《红楼梦》。我讲课的时候会聚焦贾宝玉的困境——在爱情中选择灵魂还是现实,在人生中追随内心还是家族。当孩子们发现,这份数百年前的青春迷惘竟与自己如此相通时,贾宝玉就不再只是名著里的人物,而一下子变成身边的朋友了。有了心动的感觉,就会重视阅读了。

“读什么”很重要。现在不是没有书,是书太多了,对初读者来说,特别需要高质量、对胃口的推荐。举个例子,很多中学推荐杨伯峻的《论语译注》,这个版本很经典、很学术,但面对青少年,我更愿意推荐鲍鹏山的《论语》导读。它不止于注释,还跟读者讲清楚孔子的话是在什么

情形下,针对什么事说的,对当下的我们有什么意义。更多时候,“适合”“对路”才能把人和书连接起来。

第三件事,读书是有方法和技巧的。越会读,就越喜欢读;越喜欢读,就会回过头来琢磨怎么去读。我曾学金圣叹的批注法教孩子读《儒林外史》。他从觉得“没意思”,到读得兴致勃勃,也学着金圣叹的样子点评、批读、圈画。有了方法和技巧,就有了乐趣和心得,就会主动去读书。

最关键的是“读得怎么样”。很多活动止于倡导,缺的是效果闭环。我建议,可用设计“健身软件”的思维来打造激励系统。例如,举办“48小时跨媒介叙事共创营”,让阅读成果转化为广播剧、插画等生动作品;再如征集“写给书中人的一句话”,以低门槛的参与激发情感共鸣。让每一次阅读都被看见、被回应,习惯才能真正养成。

纸质书阅读,需要静下来、读进去,才会有感觉,回味无穷;手机短视频则是即时的、爽感的、“上头”的,对注意力的争夺是碾压式的。越是在这种情况下,越要重视养成阅读的底层能力,在关键环节下足功夫,培养青少年一生受益的习惯。

(摘自《人民日报》)

书林撷英

《嬗变:乡村中国》



雷明 王钰晴著
清华大学出版社出版。
本书围绕如何实现乡村振兴这一主题,从治理、组织、文化、人才等角度立体展望中国乡村未来发展之路。

《遗落的鲸灵:长江瑰宝白鱀豚》



王丁 杨光主编
江苏凤凰科学技术出版社出版。
本书系统介绍了珍稀物种白鱀豚的形态特征、生活场景和文化内涵,以小见大阐释长江生物多样性对生态保护的重要意义。

健康之友

坚持轻度运动即可预防阿尔茨海默病

在预防阿尔茨海默病方面,每走一步都有益。一项新研究发现,对于大脑已开始出现该疾病的分子迹象但尚未表现出认知问题的老年人而言,每天仅需行走3000至5000步就有助于延缓智力衰退。

美国哈佛大学医学院、澳大利亚墨尔本大学等机构的研究人员在英国《自然·医学》杂志上发表论文说,每日3000至5000步这一运动量平均可延缓认知衰退3年;而情况相似但每日步数达到5000至

7500步的群体,认知衰退更是平均延缓了7年。此次研究结果表明,即使少量运动也能带来益处,这可能为久坐的老年群体提供一个更易实现的目标。

研究团队对参与“哈佛衰老脑研究”项目的296名受试者进行了定期测试。所有受试者在研究初期均无认知障碍迹象。在长达14年的研究期间,团队通过认知测试和脑部扫描对50至90岁的受试者进行周期性评估,并要求他们佩戴计步器记录每日

步数。阿尔茨海默病高风险人群的大脑通常会出现贝塔淀粉样蛋白和tau蛋白两种蛋白质的异常堆积。贝塔淀粉样蛋白水平会首先上升,随后tau蛋白水平上升。

结果显示,与久坐不动的参与者相比,研究初始时大脑中贝塔淀粉样蛋白水平高(患病风险大)的受试者,每日步行3000至7500步可使认知衰退平均延缓3至7年。脑部扫描发现,一定强度的

运动并不能直接减缓贝塔淀粉样蛋白的堆积,而是特异性地对抗更具破坏性的tau蛋白积聚,从而延缓认知衰退。

研究人员提示,同时具有低运动量和高贝塔淀粉样蛋白水平的人群面临的认知衰退风险最高,这类人最可能随着时间推移出现认知能力下降,因此是需要干预、避免久坐的重要目标群体,可以通过适度的日常锻炼来减缓病情进展。

(据新华社电)