

# 旅行所到处 青春恰自来

【科幻世界】

□ 沈仲亮

1613年5月19日，26岁的徐霞客决定开启一场说走就走的旅行。他从家乡浙江宁海出发，开始游历大山名川，足迹遍及如今的浙江、上海、陕西、河南、广东、湖北、云南、北京等19个省市，写下了60多万字、被称为明末社会百科全书的《徐霞客游记》。

400年后，徐霞客出发的这个日子，被命名为“中国旅游日”。

事实上，少年时期的徐霞客，就立下了“大丈夫当朝碧海而暮苍梧”的志向。早上还在碧海游览，晚上就转回到苍梧住宿，这种四处游历、增长见识的人生设想，又是何等的洒脱豪气。

纵观五千年中华文明史，这种游学传统始终绵延不绝。从孔子周游列国到司马迁壮游天下；从“博仙”李白“仗剑去国，辞亲远游”到“游圣”徐霞客“大丈夫当朝碧海而暮苍梧”；直至近代，康有为还大力提倡；吾国人不不可不读中国书，不可不游外国地，以互证而两较之。

先贤们都在追慕并践行着“读万卷书，行万里路”的千年文化传统，这也给后世的青少年树立了榜样。

旅行，教会青少年如何去发现美。一次美妙的旅行，慢下来、静下来、沉下来、松下来，既能从名山大川中领略到自然伟力，也能在历史天空下体会到文化魅力。

旅行，教会青少年如何去尊重与接纳。不做井底之蛙，看看外面的世界。每到一

陌生地域，学会尊重当地的风俗人情，理解并接纳与自己不同的人事物。

旅行，教会青少年如何树立健康的价值观、人生观、世界观。旅行能够帮助青少年了解国情、增长见识、丰富阅历、陶冶情操，培养学生的独立动手、创造性思考的能力，为其全面发展提供了广阔舞台。

除了形而上的价值、情操、文化等方面的熏陶，即使从学业角度来看，旅行也教会青少年从无字处读书、在行走中学习。旅行可以打通“课本世界”和“现实世界”的隔阂，是“知行合一”精神的重要体现。

可以说，旅行是中小学课堂教学的有益补充，是连接学校课堂与广阔自然和社会的桥梁，成为素质教育的重要内容。在旅途中，青少年能从自然、社会和生产生活中充分获取知识、应用知识、解决问题和提升能力，其突出亮点在于“旅行成为课堂，社会成为教材，世界成为老师”。

事实上，我们周边国家早已将旅行纳入到中小学生的日常教育教学活动中。1958年，日本就修订学校教育法施行规则，将“修学旅行”纳入小学、初中学习指导要领，并将其定位为“学校的例行活动”。

日本各地教育部门每年出台年度修学旅行的实施细则，具体包括实施旅行的学年、旅行天数、行程长短、所需费用以及随行教师的人数等。上个世纪80年代，韩国全国就将“毕业旅行”设置为必修课，



(视觉中国供图)

纳入学分管理体系，他们选择毕业旅行的地点也不仅限于国内。新加坡教育部要求所有公立学校都要定期带学生参加研学旅行，并且要求旅行与艺术、文化、科学、人格、体育和公民教育等课程相联系……

2016年，教育部、原国家旅游局等11部门联合印发《关于推进中小学生研学旅行的意见》，要求各地将研学旅行摆在更加重要的位置，强调将“研学旅行纳入中小学教育教学计划”，有力地推动了研学旅行的健康快速发展。

旅行所到处，青春恰自来。

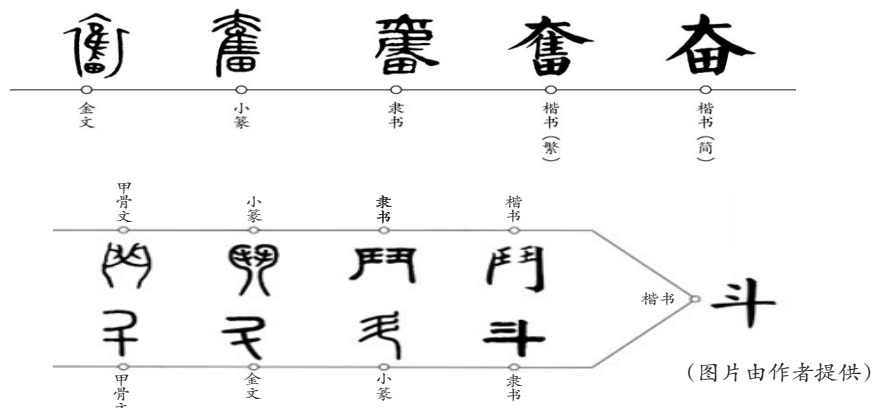
400多年前，徐霞客从宁海出发，开启了一段“驰骋数万里，踽踽三十年”的旅程。那不仅是一段曼妙的旅程，也是一卷自我实现的人生。

今天的青少年们，即使不能像徐霞客走那么多地方，但只要保持着对“诗和远方”的向往，就会激发出对生活、对世界一份滚烫的热爱。这是旅行的一个重要意义，也是设立“中国旅游日”的应有之义。因为，旅行的普及总是与时代进步、精神丰富、人文繁荣紧密相连。

(作者系法治网研究院副秘书长)

## 何为“奋斗”

□ 李英



(图片由作者提供)

“奋斗”“奋不顾身”“奋发有为”等。

再来说说“斗”，它是个象形字，像是两个披头散发的人揪在一起对打。后来字形逐渐变成“鬥”，又简化为“斗”。本义是对打，比如“坐山观虎斗”“搏斗”。引申为打仗、竞争、比赛等。

“鬥”的字形简化为“斗”引起了一个问题：本来就有“斗”这个字，甲骨文

像是带把的舀酒用的大勺子。后来引申为量器，可以用来舀粮食。一般是木头做的，底大、口小，容量是10升。比如“才高八斗”“为五斗米折腰”，都指的是这种斗。

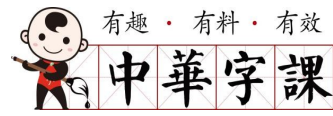
“斗”后来泛指跟酒斗形状差不多的器物，比如漏斗、烟斗。在夜空里，南边的六颗星和北方的七颗星，连起来都像

酒斗的形状，所以分别叫“南斗”“北斗”。因而“斗”又泛指星星，比如“满天星斗”。

我们在区分“斗”的两种来源时，其实也不难，毕竟两种意思相差甚远，读音也不一样，作为量器的时候读dǒu；表示对打、战斗的时候读 dòu。

毛主席曾说过：“与天奋斗，其乐无穷；与地奋斗，其乐无穷；与人奋斗，其乐无穷。”他为了寻求救国的良方，必须奋斗。现在虽然有一些年轻人嘴里喊着“躺平”，其实也不过是一种调侃——一边喊着“躺平”，一边爬起来努力工作。“人生万事须自为，跬步江山即寥廓。”每一个怀有理想的人，都不会停下奋斗的脚步，毕竟一切伟大成就都是接续奋斗的结果。

(作者系中国科普作家协会科学文艺委员会委员，文学博士，“三千字”品牌联合创始人)



## 小满未满满在适度

□ 李峥嵘

### 学有道

用心理学提高学习力



按照传统历法算法，2022年5月21日早上9点22分25秒，太阳到达黄经60度，“万物至此，小得盈满”。当此节气，大麦、冬小麦等夏收作物开始籽粒“灌浆”，但还没有完全饱满，故称为“小满”。

二十四节气有大暑小暑、大雪小雪，但却只有小满，没有大满。为什么？因为二十四节气除了概括太阳直射、物候变迁的规律，同时传递了传统的思想、文化，所以“小满”一词蕴含着一种生存智慧和境界追求——将满未满，恰到好处。

### 水满则溢，过犹不及

“小满”里蕴含着两个方面的意思，一个是尚有不足，一个是过犹不及。

小满不是圆满，知弱而图强，知不足而奋进。

何为过犹不及？这个成语来自《论语》。子贡问道于师：“颛孙师和卜商谁更好？”孔子说：“颛孙师有些过头，卜商常常达不到要求。”子贡说：“那不是颛孙师要好一些？”孔子说：“过犹不及。”

“水满则溢，月满则亏；自满则败，自矜则愚。”这是古人对自然现象的观察，又比喻为人处世的姿态。古人早就关注到聚散、浮沉、荣辱、用藏、泰否这些相对立的观念之间的可转化性。“烈火烹油，鲜花着锦，必是衰败之相。”事物盛到极点就会衰落，因此为人要保有余地，掌握分寸，始终留有转圜空间。这种哲学思想，追求的是中正平和、谦逊谨慎。

解决不足和不及的问题，都需要保持空杯心态。《老子》形容有修为的人“涣兮若冰之将释，敦兮其若朴，旷兮其若谷”，行动洒脱好像冰块正在消融的冰，纯朴厚道好像没有经过加工的原料，旷达像深而宽广的山谷。由此诞生了一个成语——虚怀若谷。还有，“海不辞水，故能成其大；山不辞土石，故能成其高……土不厌学，故能成其圣。”

### 小满未满满与达克效应

为人、求学需要自信，但过于自信就走向了自满、自负，导致衰败。我国的传统智慧暗合了现代心理学的达克效应——这是一种认知偏差，能力不足的人有一种虚幻的自我优越感，往往高估自己；而能力高者会低估自己，都无法对他人和自己做出客观判断。

达克效应是一条起伏的曲线，刚开始，初出茅庐、见识有限，容易年少轻狂，所谓“无知者无畏”“无知比知识更容易让人产生自信”。

《庄子》里有一个比喻说：“井蛙不可以语于海者，拘于虚也；夏虫不可以语于冰者，笃于时也。”这句话形象地概括了人的认知受阅历和经验的局限。幸好，人不是青蛙、虫子，人能随着见识的增长，看到了山外有山、人外有人，认识到了自己的无知，又容易陷入自我怀疑的“绝望低谷”。

人若客观反思，懂得敬畏，进一步提升自己，自信就会上升，拥有“行到水穷处，坐看云起时”的从容不迫。正如欧阳

修所写的经典小满诗：“夜莺啼绿柳，皓月醒长空。最爱牵头麦，迎风笑落红。”保持一个正确的认知，才能不断成长，积蓄待发。

### 打破固有思维，接收多元信息

年轻人朝气蓬勃、充满活力，拥有最宝贵的特质——追求进步。青少年如何在保有青春活力的同时，能够不断地持续学习和进步？当今社会，互联网提供了前所未有的学习方式和海量信息，但要注意打破信息茧房和回音谷效应。

回音谷效应是指封闭系统里原有的观点和信息不断得到放大和加强。信息茧房是指人们关注的信息领域会习惯性地被自己的兴趣所引导，久而久之就像是被桎梏在蚕茧一样的房子里。这就是经过选择性理解和选择性记忆，强化固有的思维，最后走向极端。

因此，我们更要保持小满的心态，敞开心扉接受和承认自己的不足，要认识到个人的认知是基于原有的知识和阅历，是有局限性的，应主动接收多元化的信息，兼收并蓄。小满未满满，终身成长。

(作者系亲子作家、金牌阅读推广人)

## 在“自然课堂”开展生物多样性保护教育

□ 康丽娜

5月22日，我们将迎来生物多样性日。今年生物多样性日主题是“为所有生命构建共同的未来”。生物多样性是人类物质生活的基础，也是精神生活的源泉。

生物多样性就是指生物及其生存环境的多种多样，是地球上生命经过几十亿年发展进化的结果，包括人类在内的所有生命存在的基础，也是维持自然界生态平衡的基础。生物多样性包含3个层面：物种多样性、基因多样性和生态系统多样性。人类一日三餐涉及的粮食、鱼肉、蔬菜、水果是最直观的物种多样性的体现，世界各地的不同特征的人群是基因多样性的体现，维持地球生命支持系统并为生物提供生存环境的海洋、森林、草原、荒漠、江河、湖泊、湿地等是生态系统多样性的体现。

由生物多样性组成的大自然为人类提供了生存的环境、心灵的归属和思想的寄托，还有知识的宝库。

随着科技的进步，人类对生物多样性

的利用拓展到了更广阔的领域。青霉素和青蒿素的发现、水稻杂交技术的应用推广等，使人们的生存和生活质量得到大幅提升。有赖于大自然的馈赠，先贤们为人类社会的进步贡献了丰硕的成果，这些成果支撑着人类从洪荒走到了文明，也将支撑人类走向未来。青少年是未来世界的主人，因此，在其成长阶段加强生物多样性保护教育，对构建人与自然的生命共同体和生态文明建设意义重大。

随着人们对生物多样性和自然认识的加深，其在儿童教育中发挥的积极作用得到了广泛的关注和认可。随之，“自然教育”这一理念逐渐走入公众视野。自然教育指的是以生物多样性和自然环境为基础，以推动人与自然和谐共生为核心，以参与和体验为主要方式，引导孩子们认知生物多样性，欣赏、理解、认同、尊重自然，最终实现自觉保护自然，达到人与自然和谐共生的目的。在

自然教育实践过程中，青少年不仅可以户外课堂加强对生物、环境以及生态系统的认知和理解，提升科学素养、培养保护意识与艺术感知力，也可以通过户外拓展运动加强探索精神、社会责任感与协作能力的培养，与大自然的亲密接触也有助于青少年增强情绪调节力，释放成长过程中的负面情绪。

自然教育相关实践在日本和欧美一些国家起步较早，发展已相对成熟。我国大部分地区的自然教育实践起步于21世纪初，在政府部门的鼓励和社会组织的共同努力下，现在已经呈现出蓬勃发展的态势——一系列开创性的自然教育项目在北京、上海、杭州、厦门、昆明等城市展开试点，受到了青少年和家长的广泛认可。

虽然我国的自然教育事业仍处于发展初期，但我国作为世界上生物多样性资源最丰富的国家之一，作为具有悠久历史和辽阔疆域的文明古国，有着发展自然教育

的天然优势。截至2016年，我们拥有国家级自然保护区446处、地方级自然保护区2294处，是开展自然教育的重要资源保障；传统中华文化的“天人合一”“道法自然”等哲学思想与新时代的生态文明理念深入人心，为自然教育的发展提供了文化深底蕴；2019年4月1日，国家林业和草原局印发了《关于充分发挥各类自然保护区社会功能大力开展自然教育工作的通知》，提出要着力建设有中国特色的自然教育体系，这是第一个由国家政府机构发布的全国自然教育文件，为自然教育的开展提供了政策保障。

生物多样性是自然界得以维系的基石，而教育是人类社会进步的基石，人类与自然本是生命共同体，用教育保护自然、保护生物多样性，是人类社会迈向生态文明的重要实践。

(作者系蓝智海洋生态技术研究中心研究员)

3213年7月5日上午，“渔翁号”邮轮在太平洋海域凭空消失了！要知道，这艘船是当今世界上最大的核能邮轮，以第17代核电池原子循环新能源作为动力，船体长达937米，宽253米，吃水87.3米，排水量210万吨。此邮轮性能稳定，应变能力极强，且自救设施齐全，沉没的可能性几乎为零，更别提瞬间消失在海面，那简直就像说笑话一般。可事实偏偏就让你笑不起来，这艘庞然大物确实在一眨眼的功夫里消失得无影无踪，连同它运载的900万辆无人三栖核能轿车，还有70名船员全都瞬间湮没在波涛汹涌的大洋里。

南纬10度，西经167度——接到打捞任务的我们立马精准检测到了“渔翁号”消失时的位置。我们“瀚海救援队”一直以营救世界各地商船“快、准、稳”而闻名遐迩，这次也不例外。任务下达后，27艘打捞飞船立刻起航，利用多维度自由切换技术，以最快的速度到达事故现场。到达后，接着开启变身模式，3秒钟后，飞船摇身一变，成了27艘轻型隐形潜艇，如同一只只高速飞翔又急转直下的海鸟一般，一头扎进海里。

这片海域深不见底，越往下越显暗沉，在下降到离海面1300米时就看不到任何光线了。我们打开探照灯，看到一头大白鲨从潜艇附近游过。这里鱼的种类和数量已经明显下降，直到深潜到2000多米时，才从强烈的灯光下看到几条黑龙鱼的身影。

队长从总指挥台发布通知：共振波勘测器已经探到邮轮所在位置——深度为11007米，请快速下沉到目标附近。

我们全速下降，5分钟后潜艇全部到达那个位置。然而令我们大吃一惊的是，迎接大家的不是“渔翁号”，而是一片灯火通明的建筑群。这个建筑群就建立在海底方圆几百公里的岩石上，上面的建筑五花八门，样式各异，有亭台楼阁、洋房花园，甚至还有桥梁公路，每个地方都散发着光芒，但不知这光是从哪里发出来的。就在我们惊诧莫名时，从里面飞驰出来几辆超炫的跑车，速度非常快，并且没有任何声音，到达我们潜艇跟前戛然而停，竟然没有搅动起任何水波气泡。

车里走下来几个鱼人，他们个头不高，1米5左右，浑身长有鳞片，但具备人的脑袋、四肢，就连五官都和人类的一模一样。这几个鱼人下来后，飞车立刻变成闪闪发亮的风车自动贴在主人身上。我们被眼前的一幕吓坏了，队长紧急下达指令：此不明生物科技发达，恐遭袭击，立刻返航。可我们发现，这时的潜艇已不受指挥，整个系统已经瞬间瘫痪，很可能这群鱼人控制了所有潜艇。

这时，几个鱼人一同举起了右手，示意我们下来。下去？开玩笑，此时的海压足以把坦克压扁，我们不是上赶着被压成肉饼吗？就在大家惊恐万分时，27艘潜艇的舱门却被打开了。我们突然觉得自己的身体被注入了一股暖流，在海水里呼吸竟然比在陆地上还要顺畅，丝毫感觉不到海压带来的窒息感。队长通过联络器告诉我们：“还是出去为好，现在已经被他们控制，尽量不要激怒这些人。”

我们只好从潜艇里走了出去，鱼人这时打了个响指，从建筑群里飞出来70辆“跑车”，随后下来70个人，这些人并非鱼人，而是真正的人类。

“我们都是‘渔翁号’邮轮的船员，”其中一个模样像船长的人说，“你们不必担心了，船没事，这些鱼人不会伤害咱们，他们只是利用磁场将‘渔翁号’暂时吸到海底进行研究。”队长问：“他们也是人类？”

“是，比我们要早的人类，听鱼人说以前海底是大陆，现在的大陆是以前的海底，每隔几万年都会循环沉浮，他们只不过因为科技发达在大陆沉没瞬间适应了海底生活，才幸存下来。”

“既然他们的科技这么发达，为什么还要研究咱们的邮轮？”

“并不是要学习我们的技术，而是想提高我们的科技水平。这些飞车就是他们赠送的，希望你们带回去能够研制生产。还有邮轮上装载的三栖核能轿车，也在他们的帮助下研制成五栖了，既能入地，还能耐火。”

正说着，几个鱼人已经将27辆飞车开到了我们面前，示意送给我们。我们迫不及待坐上去绕着海底开了一圈，回到原地时却发现建筑群不见了，连那方圆几百公里的岩石地面也消失得无影无踪，一艘巨大的邮轮却赫然停放在那里。

“这就是‘渔翁号’，已经被他们改造成了更高科技的巨轮。而那个岩石地面是可以移动的海底自造大陆，随时都能变换位置，鱼人已经驾驶着它到别的地方去了。”船长一边说着，一边将手里的按钮轻轻一按，“渔翁号”邮轮缓缓向海平面上浮去。我们也抛下那些潜艇，驾驶着鱼人赠送的“跑车”，随同那70位船员向海平面飞去。有了这些高科技的“跑车”，以后的救援效率将会提高何止百倍。

(作者系科幻小说家、山东省作家协会会员)

深

海

□ 李永斌

寻

踪