

# “人间好景皆输眼 世上闲愁不到眉”

□ 李英



快到“五一”假期了，暮春时节，风日晴和，正适宜出门看风景。

风景与天气的关系极为密切，虽然有的景点在下雨天也别有一番趣味，比如西湖就是“水光潋滟晴方好，山色空蒙雨亦奇”，但大部分景点都是在晴天更美，而在阴天便会打折。

我曾看到一位博主抱怨，自己来到心仪已久的北京，去了很多久负盛名的景点，但是感觉很一般，完全不符合心理预期，我看了他拍的照片，全都是阴沉沉的，缺少一个重要元素——太阳。太阳意味着什么？意味着蔚蓝色的天空作为幕布，灿烂的阳光作为补光灯，景点的“美貌”直接提升了一个度，连人的心情都会变得更好。

我说的这些，其实古人早就发现了，而且把它藏在了“景”这个字里。我们把它拆开：上面是“日”，表示太阳；下面是“京”，代表读音。“景”的本义是日光。范仲淹的《岳阳楼记》写道：“至若春和景明，波澜不惊，上下天光，一碧万顷。”这里的“春和景明”，指的是春风和煦，阳光明媚。“景”在这里就表示阳光，而不是景色。

那“景”是怎么从日光引申为景色



“景”的配图和流变（作者供图）



AI制图

的呢？其实“京”除了代表读音，也有高楼的意思。我们想象一下画面：灿烂的阳光照耀着亭台楼阁，呈现在我们眼前的是不是难得的美景？在明媚的阳光下，我们登上高大的建筑，美丽的景色是不是一览无余？

我们常说“景色”，除了日光，“色”也特别重要。春天有哪些色彩？迎春、连翘、金钟花、蒲公英，为春天描画了漫山遍野的黄；桃花、樱花、海棠花，为春天涂抹了深深浅浅的粉；紫丁香、紫花地丁、紫藤，为春天增添了动人心魄的紫。在阳光的映照下，色彩会变得更加明丽，景色也就更美。夏天是“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”，荷叶的绿与荷花的红，对比鲜明。秋天是“晴空一鹤排云上，便引诗情到碧霄”，晴空的蓝与鹤的白，相映成趣。冬天是“须晴日，看红装素裹，分外妖娆”，是光与色的完美结合、互相映衬。

日光和颜色赋予了“景色”静态的美，如果动起来呢？平静的河面，一阵微风吹过，河水波光粼粼，河边的柳树枝条摇曳，岸边的野花轻轻摆动，一瞬间，周遭的一切都活起来了。这便是“风”魔法，只需轻轻一挥，便把眼前的美景从“鲜明”变成了“鲜活”，从“景色”变成了“风景”。

“景”本是日光的意思，如果我们将“景”替换成“光”，就造出了“风光”。“毕竟西湖六月中，风光不与四时同”，风与光交织出美的乐章。

我们用眼睛观看风景，如果用“观”字，就造出了“观光”“观景”“景观”等词语。

有日光，必然有影子，所以“景”这个字既表示日光，也表示影子。后来，东晋葛洪给“景”增加了表示阴影的三撇，造出了“影”，从而把“景”和“影”的意义区分开了。葛洪这个名字有点儿

耳熟？对，就是那位曾给过我国首位获得科学类诺贝尔奖的科学家屠呦呦灵感的东晋时期道士、炼丹家，他的主要作品有《抱朴子》《肘后备急方》等。正是《肘后备急方》中记载的“青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之”，在屠呦呦提取青蒿素时启发了她。

“景”字下面的“京”有高楼的意思，因此“景”引申为高大。北京有一座“景山”，意为高大的山，它位于南北中轴线上，是明清两代北京城内的制高点。清代词人纳兰性德曾在《景山》一诗中称其“削成千仞势，高出九重城”。如今登上景山公园的万春亭，可以俯瞰整个故宫。

北京还有个地方，叫“石景山”，跟“景山”不是一回事。石景山的命名有两种说法：一是说它是由石灰岩构成的山体，怪石嶙峋，自成一景，因此取名“石景山”；二是说明代万历皇帝游览此处，见一古柏立于巨石夹缝间，盘根错节，甚为奇妙。一老僧称，此柏已近两千岁，人食用其籽可祛病消灾、延年益寿。皇帝大奇，写下“灵根古柏”四字，老僧请人将其镌刻于崖壁之上，遂成山石间一景，故名“石景山”。因此“石景山”之“景”，乃景色、风景之意。

盘点了如此多的“景”，生活中可谓处处皆景。宋代邵雍在《清风短吟》中写道：“人间好景皆输眼，世上闲愁不到眉”，意思是人世间的风景都映入眼帘，世上所有的忧愁都不上眉头。

“五一”正是好时节，让我们暂时离开繁杂的工作，抛却不必要的烦恼，一起出门看看风景，感受美好的阳光、色彩、微风。

（作者系中国科普作家协会科学文艺专业委员会委员、文学博士）

## 有兴趣爱好就是“没出息”吗

□ 曹大刚

大耳叔叔：  
您好！

我从小小学就爱跟着妈妈学做饭，小学高年级时可以独立煮粥、炒菜，甚至包包子和饺子。父母和很多亲戚都吃过我做的饭菜，对我的厨艺赞不绝口。但是，自从上了初中后，父母就不愿意让我进厨房做饭了，他们觉得做饭没出息。爸妈希望我能把所有时间一门心思用在学习上，拼出个高分，考重点高中再考上重点大学，将来找个好工作。我现在很困惑，做饭真的是一件那么没出息的事情吗？可我真的很享受做饭带来的放松和成就感。

冠冠

冠冠同学：  
你好！

感谢你的信任，我眼前仿佛出现了一个系着围裙、在灶台前认真忙碌的小小身影。你知道吗？能独立煮粥炒菜、包包子、包饺子，这可不是每个同龄人都能做到的，你很棒。你的这份热爱和坚持，本身就是一种闪闪发光的技能呀。

大耳叔叔特别理解你现在的困惑。明明是自己喜欢的事情，怎么突然就变成了“浪费时间”“没出息”呢？爸爸妈妈希望你能专心学习，将来有个好前途，把花在兴趣爱好上的时间转化成学习的时间，他们的内心透着淡淡的焦虑，但是他们可能忽略了一个重要的事实——生活本身就是最好的课堂，而你在厨房里也会学到很多知识。

我们一起想想当你在厨房里：调配食材比例时，你在运用数学思维；观察食物变化时，你在探索科学原理；掌握火候时，你在培养专注力；创新菜式时，你在激发创造力。这些都是书本上学不到的宝贵能力。

哈佛大学就做过研究，发现会做家务的孩子长大后更容易成功。爱因斯坦

曾说：“我热爱烹饪，因为这是人的一项生存技能，它和科学研究一样，都需要创造力和耐心。”在普林斯顿工作时，他经常为同事们下厨，与同事们一起品尝美食，交流美食。他认为烹饪的过程特别放松，能够缓解压力，从而更有助于科学思考。

冠冠同学，叔叔建议你尝试和爸爸妈妈沟通。首先，告诉他们做饭让你感到快乐和放松，让自己很有成就感，不会影响学习成绩。其次，承诺会合理安排时间，比如只在周末或者预设好每次下厨房的时间。最后，你下厨时也邀请爸爸妈妈一起帮厨，一家人在松弛的状态下，一起交流，把做饭变成温馨的亲子时光。

叔叔想告诉你：坚持你所热爱的，这份热爱终将会以特别的方式回报你。你在厨房里培养的耐心、创造力和责任感，将来都会成为幸福人生的重要因素。

我相信，那个在灶台前认真忙碌的你，和坐在书桌前专注学习的你，都闪闪发光。人生的精彩之处，就在于我们既能追逐梦想，也能享受生活带来的每一份小确幸。加油！

### 案例反思

破解孩子学习与家务这一困境，家长可以建立“学习—劳动”的动态平衡机制：将周末的烹饪时间转化为亲子互动时段，在揉面团时讨论发酵中的生物知识，在掌控火候时理解能量转换原理。教育的终极目的是造就“完整的生活者”。哈佛大学追踪研究发现，那些童年持续参与家务的毕业生，其职业成就与生活满意度很高。当一些家长还在焦虑做饭会耽误刷题时，很多地方已在倡导“厨房即课堂”的理念，不少地方的学校也开设包括烹制在内的劳动课，因为会调和五味的孩子，才更懂得平衡人生的复杂方程式。

（作者系中国科普作家协会会员、高级心理学教师）

青春的路上一个人独自行走，是否有很多心思无人倾诉，很多想法无人理解？那就给大耳叔叔写信 3548004514@qq.com，我愿意成为你的朋友！

