

学习，得如泡一杯茶般循循渐进

■ 天飘寒雪

相信大家都有喝过茶，也动手泡过茶。关于泡茶的原理，你一定不会陌生：就是用一杯不值钱的白开水，跟一包值钱的茶叶放在一块，在一段时间以后，产生的结果是：茶叶不值钱了，水反倒变得值钱了。

我们回顾，在泡茶的过程中，水什么都没有做，它只是利用自己的温度，很平静地包围着茶叶，让茶叶慢慢地舒展开。水帮助茶叶，舒舒服服地享受被泡的过程，最终达到泡茶的目的，从而提升水自身的价值。

泡茶实现水自身价值的提升，还涉及到了很可怕的渗透：高温的水分子团充满了能量进入舒展开的茶叶，渗透进茶叶中，让茶叶的有益物质溶解到水中，你中有我，我中有你，彼此占有，浑然一体。

中国茶道，它和我们的学习成长一样，原理是具有一致性的。学习，它讲究的是体验和循



循渐进，即如何将知识内化到我们心里面去，从而改变我们行为的模式，提升我们的自信和气质，这是每一个学习者应该思考的重点。

我们想要将知识内化到心里面去，首先，我们必须提升自己的高度，我们的高度就是水的温度；同时，我们还要增大与关

联知识接触的面和频率，如同水只有不断地把茶叶完全包围起来，才能很好地完成泡茶的工作。最重要的是：要相信时间的力量，茶是泡出来的，泡茶是需要时间来完成，浸泡就是潜移默化的渗透。

有时候也在思考：为什么我们现在泡茶，它喝出来的口感越

来越差呢？

科技的迅猛发展，为我们泡茶也提供了许多方便，我们不再用去山下装山泉水，也不用拾柴生火，只需要装自来水插上电，水开了把茶叶放进去就可以了。现在，我们的学习条件也越来越好，已经告别寒窗苦读，还可以利用碎片化的时间，随时随地完成学习过程。所以，比起艰苦奋斗的那代人，我们的学习体验，也不再有那么深刻，学习效果因人而异。

总而言之，学习就如泡一杯茶般循循渐进。学习，它不是狂风暴雨，也不可能一蹴而就，而是要注重潜移默化的渗透，日积月累的沉淀。冰冻三尺，非一日之寒，要想知识内化至我们内心，实现拿来即用、下笔有神，必定是一个长期不断渗透的过程。

破茧成蝶

——观看第55届世乒赛随想

■ 梁景林

四月下旬，体育盛事不少，但作为乒乓球迷的我，毫无疑问更加关注在匈牙利布达佩斯举行的第55届世乒赛，其中刘诗雯（大家都爱称她“小枣”）：十年磨一剑、破茧成蝶，终于成为名副其实的世界冠军。但，这

一切，都是来自于她永不放弃的坚持和努力。

为此，笔者写一首床头诗，向她表示祝贺！也希望我们各位象她一样对待自己的事业：相信经过永不放弃的坚持和努力，一定能获得事业成功！

起点不错，梦想冠军奇迹。中途挫折，可是没有放弃。没有消沉，终把技术累积。十年磨剑，最后显示实力。成功登顶，就是典型励志。冠军迟到，但是没有缺席。继续苦练，需要再接再厉。稳定心态，更应保持气势。东京奥运，相信依然有戏。

当代青年困惑

■ 梧州基地 Jim

今天想推荐的是一档访谈节目《十三邀》。主持人许知远，毕业于北大计算机系，作家，主持人。许知远是著名的公共知识分子，他的文章中体现着一个知识分子对中国过去与未来的思考，充满忧患意识。《十三邀》是一档与常规访谈娱乐节目不同的访谈。百度百科上面的介绍是“一改传统访谈节目客观中立的态度，以许知远偏见的视角，带领观众在于13位“社会切片”的对话中，观察和理解这个世界。”我喜欢里面的“偏见视角”，每一期都是思想的碰撞，灵魂的拉锯。

这个节目的特殊性，在于节目的内容，节目嘉宾既有文化名人白先勇、西川，当代艺术家蔡国强，也有娱乐名人林志玲。看完一期下来，你根本不会去关心到底是谁采访谁，谁的价值观更正确，反而你是会跟随对话去思考去反思，因为好的内容总是让人心醉。我近期看过印象最深的是与诗人西川的对话，诗人，多么遥远的称呼，我们还有人读诗么？节目中让我近期一直在思考的问题是，现在这个超级娱乐化，大众文化略显粗鄙化的时代，年轻人到底该是个什么状况呢？

想想我们现在的处境，每天打开手机，娱乐新闻、流量明星真人秀、博眼球的搞笑视频，我们不得不承认，科技的进步使得我们的大众娱乐文化得以快速的繁荣发展。但过于娱乐化的时

代，真正的“思想匮乏”和“社会精神空洞”的问题也是我们该去考虑和面对的。过了一个世纪，我们还能留下什么给我们的后代？除了各种先进的科技，那就是过时的娱乐节目了，那将是一个多么冷冰冰的时代。也许是我杞人忧天了，但是，我总觉得我们当代年轻人该做些什么？

我没有高学历，没有专利技术在手，也没有特别突出的才能。我跟95%的普通人一样，只是为了生活。每天下班回家只想躺着，啥事不干，电视和手机并存。手机里的短视频2分钟换个主题，各种搞笑“妖孽”为博君一笑使出浑身解数，屏幕亮着的时候很开心；关掉屏幕的那一刻，除了空虚，你完全想不起前几个小时自己看过的任何内容。因为浅薄的内容走不进人心，安抚不了任何寂寞的灵魂。每个空虚的晚上你又会陷入浪费时间的愧疚感中，可是蒙头一睡，明日又是日复一日的“新开始”。几年过去了，你得到了什么？车子？房子？老婆孩子？你呢，你自己？每个人都是独立的个体，你自己本身又得到了什么呢？我总在想，由于自身的局限性，我能做些什么呢？还是若干年后也是那一拨尘土，随风而逝。我思前想后我既不能创造什么惊天气魄的大发明也带不了家乡的相亲发家致富，那只有读书了，完善自我，影响别人。我记得节目中诗人西川说，“我不明白现在的年轻人为什么不爱读书了，我当初

是偷着时间去看书，各种书，只要有内容我都看”。白先勇先生说“书是作者精神的浓缩，读者可以花小小的代价，几十块钱，就能买的，读到和学到的，我不明白，现在的年轻人怎么不爱读书了”。前几年流行说电子书籍淘汰纸质版书籍，但几年过后反观，纸质版书籍的没落并没有带来电子书籍的昌盛，阅读娱乐化并没有真正的实现。如果我们当代的年轻人都不爱读书了，文化传承从何而谈呢？

5月19日，11名同事结伴参加花都区北回归线25公里穿越徒步大会。一开局，队伍只用时1小时12分，就到达了距离起点6公里的补给站——榕树窝。这个开头非常的好！大家一路说说笑笑，我心里窃喜，不停地拍照，录像，开始构思如何为此次活动制作大片！

我们的队伍里，有一个大家重点关注的对象——学斌。他很年轻，只有23岁，身高1.7米，可体重却重达188斤，我们亲切地叫他小胖！虽然他曾经在公路徒步50公里的经历，但这一次，是在高温酷暑中登山穿越，和平地徒步有着天壤之别。

欢声笑语随着海拔的攀升减少了。此时，每个人都大汗淋漓，可小胖却没出多少汗，嘴唇有点发白，必须停下来休整。综合考量之后，大家决定分成两组。木箱一部6人为一组，先行出发。木箱二部3人和SFA的楚鑫，小胖为一组，待小胖状态好转再出发。我们跟随着小胖，以他身体能承受的速度前进。为了帮他减负，男队员帮他背包，还调侃他不是带了太多吃的背包才会那么重。遇到陡直的望不到尽头的下山台阶，就搀扶着他慢慢下。



咔嚓瞬间

浪漫珠江之夜

财务中心廖继辉
摄于广州珠江新城

来日与君再携手 任尔烈日雨雪风

■ 木工部 肖宇

太阳渐渐上升到了头顶，高温笼罩着整座山，身上的衣服湿透了又干，干了又再湿，豆大的汗珠一滚落到地上就快速地蒸发了。一路上有不少徒友都出了状况，擦伤、扭伤、抽筋、中暑……小胖总是主动上前询问并提供药品。原来在他重重的背包里，一大半都是户外常用药，他是一个飞不动的天使啊。我们分工协作，有人去护理受伤的徒友，有人去路边找车辆转移伤员，有人去采集山涧水补给……

水、运动饮料、食品都迅速地

消耗完了。小胖摊开手掌，掌心满是白色的盐粒。他的状态也越来越不好，刚开始大约1公里休息一次，后来几乎走几百米就要休息。6公里的山路，我们居然耗时4个小时，他心里很焦急，但又不舍得放弃，直到他的腿抽筋，疼得再也挪不动……经过商议，大家决定把他护送到最近的补给站，随工作人员先行下撤，其余4人继续前进。

在正午的暴晒中猛然加速2公里之后，另外一个昨晚没休息好的队员，也开始出现体温过高，心率过

快等不适，速度持续减慢。最后，我们这组不得不再次做出抉择，到达下一个补给站就全体下撤……我们的行程就此告终。值得欣慰的是，木箱一部的队员完成了全程25公里。全队11人都安全回到了营地。

这次徒步让我们深受教训。首先，对自身的体能和近期的身体状态要有正确的判断，并且量力而行；其次，对现场的环境和当天的气候做详细的分析，装备、补给要准备充分；再次，团队要根据队员体能差异，控制好整体前进的节奏，什么时候休整，要停留多久，什么时候补充能量，要更周详些。最后，一定要经常锻炼身体，拥有健康的体魄。

遗憾的美好之处就是让人更期待明天，最后，作一首打油诗来感怀这次活动：

灼灼烈日耀当空，
昂昂雄英志相通。
崎岖山关看不尽，
高歌漫道乐无穷。
知身空乏惜惜叹，
感怀君心暖暖拥。
来日与君再携手，
任尔烈日雨雪风。

