

17

青春年少时的智慧闲语

SEVENTEEN

十七岁的
Seventeen

苏军 编著

365

成长烦恼期的心情秘密



现代出版社

SEVENTEEN

十七岁
Seventeen
1999

365



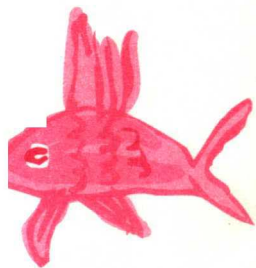


17

SEVENTEEN

十七岁的
Seventeen 365

苏军 编著



现代出版社

图书在版编目(CIP)数据

十七岁的 365/苏军编著. —北京:现代出版社, 2004
ISBN 7-80188-342-X

I. 十… II. 苏… III. 世界史-青少年读物 IV. K109

中国版本图书馆 CIP 数据(2004)第 046069 号

编 著	苏 军
责 任 编 辑	郑琳琳
出 版 发 行	现代出版社
地 址	北京市安定门外安华里 504 号
邮 政 编 码	100011
电 话	010-64267325 010-64240483(兼传真)
电 子 邮 箱	xiandai@cnpite.com.cn
印 刷	北京联华印刷厂
开 本	32 开
印 张	14.125
版 次	2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-80188-342-X
定 价	28.00 元

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载

January 1 月

在罗马传说中,有一位名叫雅努斯的守护神,生有前后两副脸,一副回顾过去,一副眺望未来。人们认为选择他的名字作为除旧迎新的第一个月月名,很有意义。

英语 1 月 January, 便是由这位守护神的拉丁文名字 Januarius 演变而来的。

一个好的开端,能为展开的岁月定准基线。

1月大
Jan.



今日事典



公元1年1月1日，传说为基督耶稣生日，公元纪年从该年该月该日开始计算。

1622年，罗马教皇采用1月1日取代3月25日为新年的开始日。

1912年，中华民国临时政府在南京成立，孙中山就任民国大总统。以就职之日为民国建元之始，改用阳历。

1804年，海地共和国宣告独立。这是世界上第一个黑人共和国。

1901年，澳大利亚联邦宣告成立，从此澳洲脱离英联邦独立。

1959年，古巴共和国正式成立，为古巴解放日。

1960年，喀麦隆法国托管区宣布独立，成立喀麦隆共和国。

1962年，西萨摩尼亚成为波利尼西亚群岛中第一个独立的主权国家。

1979年，中国与美国正式建立外交关系。

1999年，从零时起欧元正式启用，这是欧洲历史上最重要的事件之一。

晨光睿语



人必须认识自己。即使这无助于发现真理，至少将有助于规范自己的生活，没有别的比这更为正确的了。（帕斯卡尔）

心海启示



爱书不会输

新年第一天，新年新事，给你说一段很有意味的“绕口令”。新加坡有一家书店，把94个字整整齐齐排成大字报：“书是书，输是输；有书不会输，输的不是书；输了要认输，不要怪书；看书不会输，不看书就会输；怕输的人看见人家看书他也看书，看书的人喜欢别人看书，他一点也不怕输；怕输就不能无书；无书不怕输也会输；无书又怕输肯定输了又输。”“书”与“输”同音，但新年如以书为礼，别人不会以同音而不悦。对进入新年的你来说，与书做伴，让它给你带来新知、带来新天地、带来快乐，成为你一年中最亲近的朋友，是今年的幸福，这是新年的幸运，是来年的幸事。



新年的美丽，是因为你找到了终身的挚友——书。一年读上够用的书，这一年你就没白过。

科学视野



元旦的来历

元旦是新年的第一天，世界各国都把这一天作为传统的新年。据说，传说中三皇五帝之一的颧项，以农历正月为元，初一为旦。

辛亥革命后，我国把正月初一称做春节，公历1月1日叫新年，不称元旦。1949年9月27日，中国人民政治协商会议第一届全体会议通过使用“公元纪年法”，才又将公历1月1日正式定为元旦。“元”含有第一和开始之意，“旦”字表示第一轮红日从地面升起，用合成的“元旦”一词表示新年，万物更新，寄寓希望，催人进取。

元旦趣闻

沐浴元旦 阿根廷人认为水是最圣洁的。每年元旦，合家老少成群结队地到江河洗“新年浴”，并以鲜花揉搓全身，以示洗去污秽和霉气，换来吉祥和幸福。

涂粉元旦 巴基斯坦人元旦这一天，会携带着红粉出门，见到亲友

相互把红粉涂在额上，以示幸运吉祥。

爬高元旦 德国人元旦有个习惯，比赛爬高。选又直又高的树砍去树枝，小伙子顺着树干比赛爬高，以示步步高升。

烧发元旦 在朝鲜，元旦的黄昏，家家户户都要把一年里收集起来的脱落的头发全部烧掉。据说，烧头发可以使全家四季平安。

喷嚏元旦 保加利亚人元旦用餐时，谁打喷嚏谁准会给全家人带来幸福，家长将把“第一只羊、牛或马驹许给他，以祝愿他给全家人带来幸福。

揪耳元旦 巴西农村有一个独特的风俗习惯，人们在元旦见面时，一定要相互使劲揪住对方的耳朵。

校园酷语



书包——压力与动力未必成正比。

今月事典



1954年，法国为了防治麻风病，向世界有关国家提出倡议，决定

1月大 Jan.



每年1月的最后一天为“国际麻风日”，开展有关麻风病防治知识和宣传活动。

法国同龄节

在法国维勒费朗舍市有一个象征全市居民团结和友谊的传统节日——同龄节。每年1月份最后一个星期日，凡当年年满20、30、40等整岁生日的男性公民要参加同龄节。那天一早，他们身着礼服，头戴礼帽，参加各种庆祝活动。各同龄组的人还分别派代表去慰问老人、探望病人，走访女同胞。同龄节起源于19世纪中期的抽签征兵制。

1月大
Jan.

2



今日事典



1959年,前苏联发射第一颗太阳系人造行星。

晨光睿语



什么是路?就是从没路的地方践踏出来的,从只有荆棘的地方开辟出来的。(鲁迅)

自测自悟



自信心训练三则

消除自卑感的关键是建立自信心,下面是几种自信心训练的辅助方法:

一、睡觉前,用1分钟时间对着镜子做出20种以上的表情动作,同时要认真观察自己,不难发现你还真有几表演才能。如果能够持之以恒,不仅能锻炼面部肌肉,保持积极心态,还会增强自信心。

二、常总结自己的优点,把它们列成一个单子,每隔一段时间再重新总结一下,把增加的优点补充在

单子上。自己看到渐增的优点,自信心随之也会提高。

三、如果你能把平时走路的速度提高到120步/分钟以上,你就会精神抖擞,信心百倍。

校园酷语



朋友——与你的友谊关系已经发展到了某种程度的人,由于这种友好但又不是很亲密的关系,使得他可以向你借钱而你却不好意思叫他还钱。

1月大
Jan.

3



今日事典



1923年,捷克斯洛伐克讽刺小说家《好兵帅克》的作者哈谢克逝世。这部作品描写一个普通士兵在第一次世界大战中的经历,揭露奥匈帝国统治者的无能,已被译成近三十种文字。

1981年,科技工作者测算意大利比萨斜塔,证明在1981年倾斜度只增加了0.73毫米,是15年内倾斜最慢的一年,过去每年平均增长1.36毫米。

晨光睿语



走自己的路,让人家去说吧!(但丁)

学习开窍



速读法要领

速读法是从文字中迅速吸取有用信息的一种读书方法。其要领是:

不出声——据观察,读出声所花的时间比速读要多5倍,速读时

不出声,不用动唇,把眼睛所看到的文字信息直接映入大脑,省去了发音器官这一环节,阅读速度也就加快了。

不指读——不用手指点,尽量扩大每次眼睛停留时看到的字数,把词义关系紧密的几个词联成一个较大的单词迅速扫描。

不回头看,不重复看——暂不理解的地方可以先跳过去,注意力高度集中。具体方法有:阅读时将舌尖顶住上腭,迫使自己不能动唇,不能出声,训练无声阅读;用一把尺或一张纸遮住上面读过的文字,逐步往下移,迫使眼睛不能回头重看;在一张纸上写一行行数字,然后快速移动,以扩大视觉广度。

校园酷语



教授——有一大教授突然停止授课,语重心长地对大家说:“如果坐在中间谈天的同学能像坐在后面玩牌的同学那样安静的话,那么前面睡觉的同学就不会受到干扰了。”

1月大
Jan.

4



今日事典



1981年,横跨长江的葛洲大坝合龙,这是我国水利建设史上举世瞩目的大事。

晨光睿语



只有能够继往开来,有助于今天生命福祉和未来生命福祉的生命,才是真正的人生。(阿·托尔斯泰)

心海启示



用自己的行动来“表白”

子羽是孔子的学生。他第一次拜见孔子时,给孔子其貌不扬的印象,孔子觉得长相这么丑的人会有什么才气呢?所以对他态度很冷淡,不愿尽心教他。子羽感到没趣,只好退而自学。他刻苦自励,终有所成。子羽以自己的具体行动改变了孔子对他的“第一印象”,怪不得孔子在两千多年前曾说过“以貌取人,失之子羽”,深为自己的“误差”后悔。

第一印象往往取自外表,往往凭自我感觉,印象容易走样。而用自

己的行动来不断表白,就有可能使自己的形象在别人印象中渐渐得到“校正”。

科学视野



记忆随锻炼而提高

人到了一定年龄,谁都会觉得容易忘事。事实果真如此吗?科学告诉我们:人的脑神经细胞的数量在出生时最多,约1000亿个,随着人的成长而逐渐减少,一天要减少几万个,大约1秒钟减少1个。如此看来记忆力下降似乎理所当然,而在1000亿个神经细胞中,实际参与记忆的只占百分之几,神经细胞减少的只是多余的部分而已。

最近的研究表明,掌管记忆中枢的神经细胞海马还能增殖,形似弯曲的黄瓜状。据说,伦敦市内约有2.4万余条街道,司机每次都能把必要的记忆区快速而准确地从脑里调出来。研究人员发现,司机的海马比普通人大一些,而且越是老资格的司机其海马越大,据说有30年经验的司机比年轻的司机要大3%。显然,记忆力随锻炼而提高,而且与年龄大小没有关系。

1月大
Jan.

5



今日事典



1895年,德国物理学家伦琴宣布发现X射线。

1969年,前苏联向金星发射一艘不载人的宇宙飞船,并预计它在4个月后到达金星。

晨光睿语



一个人追求的目标越高,他的才力就发展得越快,对社会就越有益;我确信这也是一个真理。(高尔基)

成长天空



喝鸡汤:治感冒

长期以来,人们相信饮用任何热的汤水都有助于缓解感冒症状,但近来科学家研究证明,热鸡汤功效特别卓著。在一项探索清除鼻涕的方法的调查中,医生们比较了小口饮鸡汤、热水和冷水的效果。结果,鸡汤是最见效的,鸡汤具有一种减充血剂的作用。因此,感冒了或预防感冒,喝鸡汤没错。

校园酷语



节约一点——父亲:萍萍,你看你的作文,怎么省略号只有5个点?

萍萍:爸爸,你平时不是经常教育我,要节约一点吗?

1月大
Jan.



今日事典



1884年，奥地利生物学家、遗传学的奠基人孟德尔逝世。

晨光睿语



一切伟大的行动和一切伟大的思想都拥有一个微不足道的开始。
(阿尔贝·加缪)

心海启示



“放弃”与“争取”同样重要

学了3年小提琴的女孩，终于放弃了当职业小提琴手的愿望，仅仅把学琴当做丰富自身生活和陶冶情操的业余爱好。这初看起来有些可惜，但却是一种明智的选择。她明白，按自身的条件，再努力充其量也只能是二流的，相反她在创造发明上独有天赋。

其实，放弃，同样也是争取的一个组成部分。放弃，从表面上看是失去，但从长远看又是获得。在放弃的同时，又滋生了再生的机会，创造了

转折的契机。多少年来，我们一直习惯于唱“争取歌”，以致让自己不堪负担。现在才明白，并不是任何一件事都是可以靠争取而成功的。失去条件和可能的争取，是幻想中的“大哥大”，难以拨通导向成功的“线路”，顶多只是“虚拟”。在青春旅途中，同时驾驭人生列车的“争取”与“放弃”两个轮子，实在重要。

科学视野



轶事记忆法

人的记忆大致可分为5个种类，成人所擅长的是轶事记忆。轶事记忆是指与自己在何时何地所经历的事情相关的记忆。与此相对应，意思记忆是指诸如美国的第一位总统是华盛顿、富士山的高度是3776米等与己无关的抽象性的记忆，即知识性的东西。

15岁之前考试前通宵达旦地突击死记硬背有一定效果。经常听人说初中时成绩还很好的，一升高中成绩就降下来了。其实这不是记忆力下降了，而是因为没有注意到人长大后所擅长的记忆类型发生了变化，照旧采用死记硬背的办法就不灵了。如何轶事记忆？比方说，你



要记住初次相识的对方的名字时，如果是在茶馆见面的，可以把当时喝的什么茶、对方的表情、动作及茶馆的摆设等等编成一件轶事来记忆。



1月大
Jan.

7



晨光睿语



被人走得最多的路肯定是最安全的；但别指望会在这样的路上碰到很多猎物。(纪德)

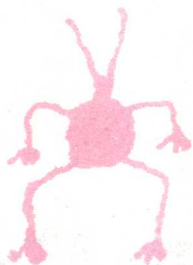
自测自悟



小课开小差

只要你留心观察一下，就会发现班级里有些同学成绩上不去，不是因为他们比别人笨，智商低，一个重要原因就是上课开小差。有人做过调查，上课经常不专心的同学中有 84% 属成绩比较差的；另有 16% 的同学或因理解力强，或因接受课外辅导而未影响成绩，但如果这 16% 的同学能够专心听课的话，他们掌握的知识就会更加牢固。

我们不妨算一笔账：以每天上 6 节课计算，每周 5 天是 30 节，一学期以 20 周计算共 600 节。显然上课是学校学习生活的重心，上课不专心听讲是极大的浪费。



1月大
Jan.



今日事典



1642年,意大利天文学家伽利略逝世,终年78岁。他为后人留下了时钟、望远镜和众多的科学著作。

晨光睿语



使人伟大或渺小,皆在其人志。(席勒)

科学视野



联合记忆法

研究表明,单个记忆不如两个以上共同记忆来得容易。与人初次相识的时候,首先在头脑中浮现的是与对方同姓的熟人的面容,即使不是熟人,利用演艺界明星或体育明星也可以,把对方与这些人结合起来记忆,下次见到时就能很快想起对方的名字,这是因为人的大脑具有将两件以上事情联系起来更容易记忆的特性。

校园酷语



博物馆——专门接受老年人人为
房客公寓楼。

