

# 自律学习 穿越人生盲点

## 湘湖时评



■本报评论员 王肖君

神舟十三号航天员王亚平写的一封信《用知识点亮浩瀚星空》，很能为五四青年节做一个注脚。当00后登上社会的舞台时，也许最需要思考的，就是王亚平提出的“学习”二字。

这来自一次散步偶遇的谈话，对象是杨利伟。

王亚平问：“当航天员最难的是什么？”杨利伟说了两个字：“学习。”

果不其然，王亚平入队后就系统学习了空气动力学、天文学、高等数学、航天医学等30多门课程，她书桌上的台灯从深夜12点前熄灭过。除了“硬核”专业知识，航天员还用文学和朗诵来排遣太空生活的孤寂。

王亚平提出的新学习观，我认为有两

个方面的含义。

一方面，学习就是要持续打磨自己的本事。特别是青年朋友，都不得不面对一个事实：淘汰区在大肆扩张，而舒适区再无舒适。只有坚持自我更新，才能适应变革的需求。另一方面，学习包含了青年人不断触及新的经验，并转化成能力，从而解放和迭代自己。

有人会问：谁青春不迷茫？现在，有的青年没有目标，急功近利，换工作比换衣服还勤快，满脑子都是暴富的空想，思想上空空荡荡，状态上昏昏噩噩。每天刷手机视频App，沉浸在大数据对你的迎合逗趣中不能自拔，甚至刷到凌晨两三点，硬是把一个曾经秒睡的青年变成有睡眠障碍的少白头。

短暂的迷茫并不妨碍，可悲的是长久的丢失自我。但如果青年的你，能从他人成功中获取经验，迭代自己，那人生就会有另外一个图景。

学习读书改变命运的事情，杭州著名财经作家吴晓波认为是真实不虚的。他原来是复旦大学新闻学毕业的，去新华社浙江分社应聘时，面试官非常惊讶一个文科生居然啃完了萨穆尔森的《经济学》，就让他去当了工业记者，于是有了后来。

萧山博物馆原馆长施加农也是一个例子。1971年年年初刚读完小学三年级后，施加农就被招收为绍剧戏曲演员。1989年被调入萧山文化馆从事文物工作，没有半点文物基础知识的他，靠着惊人的毅力完成

专业知识学习，最后成为浙江古陶瓷研究领域的专家。2023年起，施加农还将成为中国美术学院管理与教育学院的教授，开启人生的新里程。

无论是吴晓波还是施加农式的人物，他们都在持续不断自律学习中，用思想击败一时的生活困顿，把发生在过去和现在的所有一切，都凝结为生命绽放的秘密。

当下的青年面对的诱惑确实比以往多，老子说“反者道之动”，当他人沉迷时，你更应该走一条相反的路，不要被所谓的潮流裹挟。

今年是中国共产党青年团成立100周年，青春何谓？青春何为？不管生活的激流如何变化，保持自律学习的人，定会穿越人生的盲点和误区，收获带露的芬芳！

## 画中有话



### “三免”的哥

近日，杭州桐庐，出租车司机朱祖德荣获2022年全国五一劳动奖章。十几年来，他坚持为老人、孕妇和残疾人免费服务，又被称为“三免的哥”，经他服务的特殊对象已经数不胜数。让我们向奋斗在岗位上的劳动者们，致敬！

俞钦洋 画

## 一线声音

### 这样的“消费恐慌症”大可不必

每年2—5月是家电的淡季，但今年进入4月份以来，天猫上“冰柜”的搜索热度已经超过2021年的“双11”，“冰柜”近一周搜索热度同比增近190%，成为炙手可热的家用电器。百度指数也显示，近日冰柜搜索量有所攀升。

抢购冰柜的最直接动机无外乎在疫情风险下囤菜。就像海子在诗里说的：“从明天起，关心粮食和蔬菜。”受疫情影响，前段时间一些小区居民买菜难现象确实存在，但买不到菜、生活物资缺乏的问题，被人为扩大化，也加大了群众这方面的心理恐慌，助长了囤货自保的心理、行为。这种盲目跟风的“抢购”行动实在是既不可取也没有必要。

事实上，面对群众打通“保供最后一公里”的强烈呼声，各地纷纷采取针对性措施，确保批发端“进得来”，卖场“补得快”，群众买得好。据浙江省农业农村厅的统计数据，全省蔬菜产量充足，

总量可以保障全省人民消费需求，并不存在蔬菜荒……更何况，青菜等叶菜的保质期很短，即便是存放在冰箱里也难以长期保鲜，如若盲目囤积过多，最终的结果也只能是浪费。

放眼各大商超菜市场，货架满满且价格稳定，充分说明渠道正常、供应链正常，有关方面在物资保障供应上做好了功课。积极应对疫情风险，未雨绸缪增量增加生活必需品的“超前部署”无可厚非，然而听到风就是雨，盲目跟风抢购囤积生活必需品，特别是原本供应充足的蔬菜，就属于反应过度。

囤菜原本的目的是缓解焦虑，但当行为与关注过度，反倒会成为加剧焦虑的环节之一。而为了囤菜去抢购冰柜，更是一种不理智、不健康的行为，这样的“消费恐慌症”实在大可不必，该好好治治。

(社会评论员 王胜平)

### 文明迎亚运 我们还有哪些差距

萧报4月16日、4月23日“影像”栏目连续两次曝光道路交通方面的不文明行为，笔者不禁为此叫好！萧报的舆论监督引发共鸣的同时也引起我的思索：文明迎亚运，我们还有哪些差距？

“当好东道主，文明迎亚运”的宣传标语随处可见，偏偏有人熟视无睹，不以为然，不文明行为屡见不鲜。

文明出行上还有差距：比如非机动车与机动车互相抢道；私家车停在人行道甚至盲道上；有人骑电动车一手把龙头一手抓手机。

生活细节上还有差距：随地吐痰，乱丢烟蒂，边吃瓜果边剥皮壳；高空抛物，特别是抛下烟蒂烧了人家晾晒的被子；用过的口罩有的挂在树上，有的挂在雕

塑上，还有的甚至被塞进阴沟洞里。

公共场所还有很多不文明现象：公园门口明明竖着禁车禁狗的告示牌，电动自行车照样进入和停放；遛狗不牵绳，还放任狗狗随处拉屎不清理……

种种不文明行为，既有碍环境整洁，也暴露了一些人素质低下，法制观念淡薄。众所周知，市民的文明素质高低关系到一个城市的整体形象。如何进一步提高文明素质，是需要长期关注和讨论的课题。我们可以借助亚运的东风，加大宣传教育，特别是从娃娃抓起，可以开展“文明萌娃”评比助推，也可以通过曝光不文明现象，来逐步改变公众认知，再者建立长效管理机制，最终让城市变得更美好。

(社会评论员 金阿根)

### “拼”与“不拼”先掂量你的身板

“拼吗？”

“拼。”

近日，演员出身的刘畊宏在抖音直播健身火遍全网，他采用“夫妻操”模式，教学健身动作，配上朗朗上口的口号，再加上《本草纲目》BGM，跳起很燃的燃脂健身操。

这档在家就可以跳的燃脂健身操为何获得无数网友好评呢？在我看来，原因有三。其一，疫情让许多人的生活进入停滞状态，在室内跟着视频健身的需求猛增。其二，各路健身主播来蹭亚运热点，全民健身各类视频涌动各大短视频App。其三，正所谓“四月不减肥，五月徒伤悲”，时节“膨胀”了减肥健身操的流量。

其实，对于健身类直播，跳前还需先掂量一下自己的小身板，是否受得了？

最近有报道，因为跳操有女性出现双腿严重酸胀入院治疗的，也有连跳3天腱子操后黄体破裂大量失血的健身事故。从这些情况来看，要做“刘畊宏女孩(男孩)”，也讲究循序渐进，别想着一次跟练三套操，非弄得筋疲力尽才罢休。

而且，健身的流派各不相同，在网络流行的风潮里，应该通过实践寻找适合自己的。在成为“刘畊宏女孩(男孩)”之前，首先要掌握健身基本知识，了解自己的身体状况，进而科学锻炼。最后最难的就是坚持，一曝十寒是健身路上的情绪绊脚石。与其短期跟风刘畊宏，不如借此机会培养健身兴趣，养成运动校正习惯，比如练了什么后感觉舒服，身体有改善，那就坚持，如果不舒服，就赶紧换条路走走，毕竟健康才是我们最终的目的。

(社会评论员 陈佳杰)

## 遏制网络暴力需多方联动形成合力



■社会评论员 张新华

助外卖员送菜的上海女子不堪网暴自杀，还有河北寻亲男孩刘学州事件，都是从温暖行动倒转为悲剧故事。这些受害者都在绝笔长文中控诉网暴的伤害。

网络上有非常多键盘侠，总要求别人是道德君子，自己却躲在网络背后污蔑他人。他们利用互联网的匿名性，抛弃了真实身份的约束，在网上大肆发表伤害性、侮辱性和煽动性的言论、图片、视频，导致被暴人因为受不了网络上的流言蜚语而做出极端行为。

然而，被暴者一旦出事，他们选择玩消失，过段时间后摇身一变，换件“马甲”又出现在网络上施暴，着实可恨。这一件件网络暴力事件，不仅破坏了正常的舆论生态，更可能会酿成不可挽回的悲剧。

冰冻三尺，非一日之寒，破冰之功，非一春之重。遏制网络暴力行为事关你我、责任重大。架起遏制网络暴力的“防火墙”和“高压线”还需多管齐下，需要多方发力、形成合力，需要在网暴形成前的整

个环节都守土尽责。

一方面，社交平台通过建立完善监测识别、实时保护、干预处置、溯源追责、宣传曝光等措施，加大对危害网络安全的不法分子的账号处置处罚力度，全方位堵上网络暴力的漏洞，进行全链条治理。

另一方面，司法机关要擦亮“法治利剑”，从严惩网络诽谤、侮辱、侵犯公民个人信息等严重危害社会秩序、侵犯公民权利的犯罪行为，全力打击网络暴力，避免网暴者“按键伤人”。

同时，相关部门要加强宣传，让广大网民担当起维护网络文明与道德的使命，引导广大网民严格遵守法律法规，尊重社会公德和伦理道德，共同抵制网络暴力行为，坚决防止网民遭受网络暴力侵害。

唯有此，才能打赢网络暴力的“保卫战”；才能对键盘侠形成有效震慑；才能让网暴行为无处遁形、无机可乘。从而对社会风气形成正确引导，以更好保障网民合法权益、维护清朗网络空间。

## 既要温暖人心 也要防范市场野心



■社会评论员 金迪

等社会需要，设立居住权。其在养老住房保障、平衡婚姻财产关系、调和继承关系矛盾等多个方面均有适用空间，可以满足弱势群体对房屋的需求，具有扶助、赡养、关怀的性质，化解矛盾，化解尴尬，化解人走茶凉的世纪难题。如雇佣关系下的保姆和雇主，经长年累月的照顾和相处，产生一种类似亲情的纽带关系。雇主去世，子女处置房产，部分保姆无所适从，无家可归，这非原雇主本意，也非法律所鼓励和引导的和谐社会的发展方向。

但居住权在解决社会热点问题的同时，风险点也很突出。会给购房一方造成了买了房子一辈子住不进去的法律后果。房屋交易是一个家庭、一个家族一辈子、几辈子的努力和奋斗，一旦发生这样的事情，造成的损失惨不忍睹。

作为购房方，要树立查询居住权的法律防范意识，房产中介要尽严格审查义

务，不但要对不动产证的真伪进行审查，更要对明面上的居住权和潜在人群的潜在居住意向，通过察言观色，告知法律后果、设置高额违约金等方式切实保障好群众买房切身利益，让居住权成为和谐社会的亮点和底色。

作为房屋产权人，要慎重考虑设立居住权，综合本人身体健康情况、生活照顾情况、子女赡养等情况，出于善意、养老、继承等动机考虑设立居住权，不得以此作为手段恶意对抗经济纠纷、法院强制执行，并在房屋交易前主动告知居住权人和购房方，不得恶意隐瞒真实情况。

法律设立居住权是好事，是社会进步，社会文明的法律产物，但也是一面双刃剑，要用好这一法律武器，给和谐社会添砖加瓦，不使之走歪走偏，更不能成为逃避法律执行、逃避法律义务的手段和漏洞，我们全社会要共同监督，共同努力。

### 社区服务讲究用真心换民心

“反映了这么久的积水小路终于重新弄好了，再也不用小心翼翼地踏着小石板出行，孩子们上下学方便了很多！”家住北干街道新安小区的居民在业主交流群中称赞道。

群众身边每一件琐碎的小事都是实实在在的大事。绿茵园社区采取“两条腿走路”灵活多样的工作方法，功夫不负有心人，终将这一事关民生问题的“关键小事”得以顺利解决。

不可否认，有的社区囿于人力、物力和财力等客观因素，有些棘手问题一时难以解决这是实情，并非懒政怠政。绿茵园社区治理积水，因地制宜采取了两

种解决方案，一方面向街道等有关部门反映问题并组织现场勘察，另一方面则辅助相关单位多次向区综合行政执法局反映情况，共商应对良策。本来悬而未决的老大难，在多方支持下迎刃而解。有了这种啃“硬骨头”的精神何愁办不成事。只要心中有群众，常思群众疾苦，便能倾力为民解忧。

可见，社区作为服务人民群众的“最后一公里”，接地气，深知基层群众的疾苦，将其“急难愁盼”用心、用情、用力地解决好，唯有这样，才能不断提升居民的获得感、幸福感和安全感，赢得民心。

(社会评论员 肖桃清)

## 既要温暖人心 也要防范市场野心