

管窥天下事

吃的变迁与全民瘦身

李霞

光阴似箭,转眼又是寒冬。与冰天雪地的北国风光相比,英国四季气温相对平和。苏格兰高地已经开始雪花飘飘,但英格兰南部的海滨城市仍然保留着风和日丽的温柔。随着冬天到来,圣诞钟声也愈敲愈近了。扑朔迷离的各式彩灯把街道和店铺点缀得五颜六色。餐馆和酒店附近的空气弥漫着诱人的烧烤味道,这标志着节前人们扎堆聚餐和派对开始。

圣诞节普通版的菜式分为三道,开胃餐、正餐和餐后甜品。聚餐多在节前进行,参与者按各自的喜好预订好菜品,到了日子依次开吃就行了。

尽管许多餐馆酒店的圣诞菜单年年不变,但每年细节上都会有调整和惊喜。餐后的咖啡或茶饮是必备的,搭配的是英国传统的夹馅烤饼。我对这个卖相俊俏的小圆饼不感冒,总是请同事代劳享用。英国同事也有不喜欢的,甚至有人表示从小就对圣诞布丁(传统的圣诞甜品之一)深恶痛绝。这就如同老北京也不是人人都爱喝豆汁儿啃窝头的欧。

今年英国的圣诞节备受脱欧进程的困扰,由于大限将至,政客们要么整日焦头烂额,要么争得面红耳赤。普通百姓人家的生活仍一如既往地继续。之前鬼节的喧嚣、篝火节的烟花、感恩节的购物狂欢,好似圣诞节的前奏曲。人们一边忐忑于国家的未来,一边享受生活应有的淡定。

美食似乎是人类彼此沟通和交流的最好契机与媒介。不论东南西北、信仰教义,不同文化的阖家团圆都与美食紧密相连,圣诞节也不例外。除了置办礼物和感恩,尽情享受美酒佳肴是众人对节日的期许之一。同时,如何度过一个健康、理性和去物质化的圣诞节,是越来越多人思考的问题。

近30年来,英国的饮食文化变化很大。以前周末商店大都关门歇业,零星开门的小店也鲜有食品出售。街头巷尾的小酒馆是为数不多可以买到吃的地方。那时候的中国留学生,像是从美食大排档穿越到了薯条专业户。但得失之间自有取舍,也是诸多学子必经的成长心路。

因为周末超市不开门,要想改善生活,需要提前把食材准备好。那时廉价的大众美食虽然匮乏,但健康状况不错,大腿便便的多是上了年纪的长者。全民医疗服务也算周到,虽然去诊所看大夫需要电话预约,但有病求医从问诊到取药,有条不紊。

几年后,英国吃的文化逐渐改观。现在看来,不知是进步的表现还是悲喜参半?先是商店周末营业的数量与日俱增,不论百货还是餐饮,周末店门大开,欢迎光临。之后各种快餐品牌蜂拥而至,很快充盈英国的大街小巷。美国汉堡、印度咖喱、日本料理和中国自助餐等等,在迎合食客传统口味的同时,各尽所能地挑战人们的味蕾和极限。从那以后英国传统的小酒吧经营越来越惨淡,值得庆幸的是炸鱼和薯条仍备受大众宠爱,顽强地沿袭着岛国久远以来的味道。

前不久,英国有个与健康相关的电视节目,披露的调查结果很有趣。节目涉及的几个中小城市,中心区域数量最多的是各类餐饮店。

这个在英国极具普遍性的布局虽然方便了忙碌的工薪阶层,但负面的后果同样令人担忧。2018年英国政府的报告显示,英国各个年龄段的肥胖比例是欧洲其他国家的第一名。

在英国,近十年由于肥胖引起的疾病发病率逐年上升,本就已经不堪重负的医疗体系雪上加霜。仅II型糖尿病,每年消耗的资源就相当可观。情急之下,政府发出全民减肥的号召,动员大家科学饮食和加强锻炼,力图引导国民重新找回享受美食与健康生活的平衡。

科学界近年对肥胖的研究越来越多,各种数据表明,肥胖不仅是心血管疾病及糖尿病(II)的主要诱因,也是各类癌症的元凶之一。不由得联想到多年前家长们提出抵制麦当劳在中国城市泛滥的旧事,当时的初衷也是想保全孩子们吧?期盼他们不要踏上一条从小肥胖导致疾病缠身的困途。

许多年前初为人母时,收获了一句受益匪浅的老话——“要想小儿安,三分饥和寒”,意思是为了避免孩子生病,家长既不能给婴儿吃太饱也不能穿过硬。仔细想来,也许这个原则对所有年龄段都有益处。俗话说“病从口入”,既包括吃的内容,也涵盖进食的数量和时间。英文也有句时髦的老话,叫“You are what you eat”。虽然表述的方式不同,但阐述的道理是一样的。

在科技高度发达的今天,人们是否有必要重温这些简单而基本的饮食之道?
(http://blog.sciencenet.cn/u/李霞)

是有序科研好,还是无序科研优?

金振奎

在讨论这一话题之前,首先要对两种模式进行定义。无序科研是指没有组织的科研,研究方向和目标不固定,科研人员自由发展,各自为战。有序科研则是指有组织的科研,有长期坚持的研究方向,有明确要攻克的目标,并有固定的研究团队。

目前,我国高校和科研院所的科研多为无序科研。科研人员自由选择,拿到什么课题就研究什么,但结果并不成功,鲜有核心技术问世。但相反的是,欧美国家的教授们却能在无序科研模式下,沿着一个方向长期研究下去,且取得不少重要成果。

有序科研似乎更能获得突破,因为目标明确,能够集中优势兵力形成合力,长期攻关。比如,美国的第一颗原子弹就是加州大学伯克利分校奥本海默教授领导的攻关团队研制出来的;我国的“两弹一星”以及屠呦呦获诺贝尔奖的科研成果也是通过这种科研模式攻克的。

鉴于此,我国的科研不能照搬国外高校的科研模式,要走自己的路。当前,我国绝大部分科研人员分布在校和科研院所中,如果研究成果都能发表,恐怕有价值的并不多。我国多数公司又不愿投资科研,因为周期长,风险高,只想做挣钱容易挣钱快的事,因此富而不强,无核心技术。而国外的科研

主力分布在公司,并不是高校里,他们对科研投入巨大,进行的都是有序科研,其研究成果都保密。

此外,我们的核心技术少还与“科研以论文为导向”有关。其实,绝大部分论文的价值是不大的。“发表的多无用,有用的多保密”,就是对论文价值的基本判断。诺贝尔奖获得者本庶佑说,“我认为《自然》《科学》这些杂志上的观点九成是不正确的,10年后就会知道只有一成是真的”。基于不靠谱指标的评价,其结果必然也不靠谱。科研的目的应该是解决实际问题,而不是为了发论文和拿奖。

笔者认为,如果要将我国的科技水平搞上去,需以有序科研为主,科研成果评价需以价值和贡献为标准,而不是以论文为导向。各高校和科研院所所规划研究方向,集中优势兵力,长期坚持,直至突破。

国家也要改变科研经费分配政策,给予高校和科研院所固定的、长期的科研经费支持,无须科研人员自己找饭吃。否则,科研人员能拿多少课题就尽可能拿多少,但课题太多、太忙时,又未必能静下心来做学问。同时,也要改变评价方式,鼓励有序科研。

当然,少部分人可进行无序科研,自由发挥。两种模式可以并存,分类评价。

回想这么多年、这么多人、这么多经费,



出大成果的保障条件都具备了,可为什么没有产出多少重大成果?我们科研大而不强,是否与我们富而不强的企业犯的是同一种病?

我国1964年,第一颗原子弹;1967年,第一颗氢弹;1964年,第一颗导弹;1970年,第一艘核潜艇;1971年,第一颗卫星;1972年,研制出青蒿素,获诺贝尔奖……在那个科研人员科研经费都极度匮乏的年代,我们却取得了一个个辉煌成就,为什么?或许那个时候没有以论文为导向,没有那么多诱人的“帽子”。灵感和奇思妙想,并不能通过名利刺激出

来,也不能通过频繁的考核评价催生出来。通过加班加点的确可以提高产量,但灵感和奇思妙想不是靠压力或加班就能产生的,这是科研与工程的区别,这也是科研的特点。

要让科研人员静下心来搞研究,就不能有太多的诱惑,当然也要消除他们的后顾之忧,在待遇和科研经费方面给予充分保障。对他们的考核评价不仅要合理,而且不能太频繁。考核评价一仅过度,就会起到干扰和阻碍作用。“无为而治”也是一条大道理。
(http://blog.sciencenet.cn/u/hongxingshan)

观点

做科研有“四大快事”

文双春

现代人读书做事可谓是不见兔子不撒鹰,下手之前非得搞明白有什么用或有什么好处不可。例如,不时有纠结于要不要读研的学生及家长“请教”笔者,读研做研究究竟有什么用或有什么好处?

“不问而告谓之傲,问一而告二谓之囋。”老文姑且囋一下。

古人说:“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉。”从水涨船高的门槛看,今人读研甚至读博可能才相当于古人眼中的读书。所以与时俱进看,特别是在创新的当下,把“书”改成“研”或许更合适。

你非要眼见为实,可以到任何一所大学,特别是想“一流”想疯了的大学生瞄一瞄:黄金拿得多的,屋子住得大的,一些优秀人才的孩子入托上学问题帮解决,甚至吃喝拉撒睡都要负责。这些都是读得好研、做得好研带来的最实实在在的好处。

但在正宗读研做研的人看来,这些好处还算不上什么。读研做研还有许多非经历过读研做研的人享受不到,也想象不到的独特好处。当然,不可否认,其他行当也有许多读研做研的人享受不到也想象不到的好处。

古人说,人生有“四喜”或“四大快事”：“久旱逢甘雨,他乡遇故知,洞房花烛夜,金榜题名时。”毋庸置疑,通常除了极少数幸运儿,

人很难“四喜”俱全,纵使俱全,也很难重复享有,例如后两喜,一般一生只有一次吧。

读研做研就不一样了,不仅有常人皆有的“四喜”,更有常人不能享受到的“四大快事”,而且,这“四大快事”不仅可全部享有,还可重复享受,想享受就可享受。

久旱逢甘雨。科学研究始于想法或问题。为一个好的想法或问题,科研人员特别是入道不久的研究生,或寻寻觅觅、冷冷清清、上下求索,或迷途茫茫、凄凄惨惨戚戚像乞丐一样追着导师讨要。无论是亲自上下求索发现了,还是与导师讨到了想法或问题,对研究生来说,都像一个长久没开工、正在等米下锅的施工队突然搅到了一个可挣钱的活儿,那感觉,自然犹如久旱逢甘雨。

随着读研进步或毕业,研究生具备了独立发现问题和解决问题的能力。但即使这样,人也常有才思枯竭感,特别是随着自身学术境界的提高,平庸的问题看不上,非凡的想法又非信手拈来,才思枯竭感往往更强烈。有朝一日,灵光闪现,脑海中突然有了个令人激动人心的想法,恰似“那人却在灯火阑珊处”,那感觉,最是“久旱逢甘雨”。

洞房花烛夜。笔者曾把科研人员分成三类或三种境界,其中最高境界就是像牛顿、诺贝尔等伟大的科学家一样把科学当“老婆”,

一生一世、一心一意只爱一件事,沉迷其中,陶醉其中,死心塌地,死不悔改。

科研人员有了新想法,相当于有了个新“老婆”,他们的“洞房”是实验室或工作室。科研人员有了想法或问题后,迫切需要实现想法或解决问题,到哪儿去实现或解决?只有入“洞房”,而且,多数情况下,一次“洞房”,无数个秉烛夜战,没日没夜、昏天黑地地干开,直至干出结果。

这种经历虽然看似非人,但的确可享受到非入此“洞房”而享受不到的“洞中方一日,世上已千年”的神仙般感觉。

最可贵的是,绝大多数常人一生只有一次“洞房花烛夜”,但研究生只要爱上科学,一生可能有无数个令人激动人心的科学想法,从而让你可以享有无数次“洞房”和“洞房花烛夜”。

金榜题名时。“昔日龌龊不足夸,今朝放荡思无涯。春风得意马蹄疾,一日看尽长安花。”

今天,无论是考上世界名校,还是谋取到世人仰慕的好职位,都很难让人有古人登科后的美妙感觉了;让人还有如此美妙感觉的,可能唯有研究生看到自己“为消得人憔悴”的研究结果发表在万众瞩目的学术期刊上。

有人说,作为科研工作者,这辈子自己的名字能上《科学》或《自然》,死也足矣!有研究

生导师说,学生多出一篇好文章,他就多活一年。这些虽都是玩笑话,但足以说明科研人员的成果发表到顶级杂志上时,获得的快感绝不亚于古人金榜题名时。

他乡遇故知。爱因斯坦说:“对于一个毕生努力追求一点真理的人来说,如果他看到有别人真正理解并欣赏自己的工作,那就是最美好的回报了。”

如果说科研人员的故乡是象牙塔,是学术圈,那么象牙塔或学术圈外的社会或世界就是他乡。科研人员看到自己的研究成果在影响社会、改变世界,例如,做基础研究,看到自己的工作被他人学习、引用并赞赏;做应用研究,看到有人,特别是人手一套在享受你的成果或产品,那感觉,绝对胜似甚至胜过他乡遇故知。

人生有限,最难得的是“故知”永在。如果几十年、几百年乃至几千年后,地球人还在像学或用牛顿、爱因斯坦等搞出来的那些东西一样,在学或用他/她搞出来的那些破玩意儿,此种“他乡遇故知”当数人生最大“快事”。

也许有人说,此等最大“快事”千年也未必能等到一回。说得没错,但人们常说,重要的是过程,而不是结果。追求最大“快事”的过程,本身就是最大“快事”。
(http://blog.sciencenet.cn/u/SoSoliton)

何时重回“因兴趣搞科研”时代

夏香根

自从1986年初在《科学通报》上跟着导师发表第一篇科研论文起,我已经有近33年的论文发表史了,并且其间从未间断,所以自认为对发表科研论文有一些看法。

上世纪80年代初,我读研究生的第一年,导师给了我一些论文读,有一篇是1983年的IEEE TASSP(TSP的前身)上黄煦涛先生关于信号外推的论文,里面提出了两个猜测。

我当时对证明猜测特别感兴趣,那时根本没有想到为了毕业或者得什么奖之类而去研究。随后,我们也在IEEE TASSP上发表

了两篇论文,与黄先生的两个猜测有关。

上世纪80年代初期和中期,至少是我做科研时,完全只是感兴趣并无其他任何杂念。仅仅30年的时间,科研人员对待的科研的态度已发生了很大的变化。

再说一个自己最近的体验。今年暑期,在机场候机时,我在手机上写了一点关于研究生基础教育的感想并发表在朋友圈,当时就有朋友建议我去科学网上开博客,将文章发表在博客上。

我采纳了这个建议。通过这几个月对科

学网上博文体验,发现这是一个很不错的平台,也像我们的科研人员发表自己的科研论文也像在博客里发博文一样,那有多好呀!以自己真正的兴趣而为,发表的都是“原创成果”。

这两天,朋友圈里正流传着日本某著名科学家痛说至少有90%的《自然》和《科学》论文上的结果不可信。众所周知,这两个期刊可是在理工科里很高等级的期刊。在这两个刊物上每发一篇论文都会受到新闻媒体的关注并加以报道。但如果这位科学家说的不假,那全世界的科研人员在期刊上发表论文的意义又何在?

作为一名老科研人员,我也常常思考类似的问题:怎么样让发表的论文真正有意义、真正只为兴趣?

经过对博客的观察发现,我忽然有新想法,即建立一个类似科学网这样的统一的电子平台。这个平台需要由科技部、教育部、国家自然科学基金委等部委联系建立,让全国(乃至于全世界)的科研人员以真实姓名建立自己的博客(也可类似于arXiv),每个人(通讯作者)在自己的博客上上传自己的论文。

在系统里,设置好上传时间的标记,方便其他人引用。相同的思想以最早发出的博文为原创。平台上,可以以现有一级、二级、三级等学科分类,使得作者们能把论文上传到合适的领域。同时,平台做好搜索功能,让读者能快速检索到想要的文章。

再做一个手机的App,在手机上可随时

显示上传论文(像滚动新闻一样)。当读者对某个题目感兴趣时,App自动地追踪到类似题目的所有上传的论文,这样读者就很容易浏览到相关的文章。类似于arXiv里上传的论文,博客里的论文也可以投其他地方发表。

如果需要的话,国家或者学会对每个子领域,如通信系统,可以设立专家委员会,对上传的论文可以加以评论,像期刊和会议论文的评审。优秀论文可以像科学网一样加精推荐等等。

当然,读者也可以留言评论,专家们可以定时地审阅别人的评论。每隔一段时间,学会或者国家组织会议,让评价高的博主报告他们的成果。我想,这样真正好的成果才能脱颖而出。

为了全国一致,专家委员会最好是在本领域里的所有科学院和工程院院士引领下设置,再邀请其他专家加入,专家委员会的库可以大一些,如正规研究型大学或研究所的教授或研究员即可。

当然开始时需要政府的资金支持,我认为这样的支持是值得的。也许在不久的将来,博客论文会胜过期刊论文,还最终会胜过IEEE、《科学》和《自然》等期刊。

当然,怎么样对博客论文作合适的评价还需更进一步研讨和实践。

总之,很希望能再看到上世纪80年代及更早的科研人员对做科研真正的热情和无私。
(http://blog.sciencenet.cn/u/larryxia)

