

爱廉说

“三问”修身 坚守初心

贺鹏

我是谁、为了谁、依靠谁，这是廉政教育基地墙上的三问，每次想到这三问，我都会不自觉地反问自己：在这样一个充斥着金钱物欲、更多人追求“短平快”的时代，我要过什么样的人生？如何才能有意义？我们的价值在哪里？未来的路如何才能走好？人生就像穿衣扣扣子，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。

从小我就有一个军人的梦想，在青少年岁月中，这颗梦想的种子不断生根发芽，16岁那年我义无反顾地投身军营。在这里，我从懵懂少年成长为合格军人，真正意义上完成了自我塑造。在这里，年少轻狂的我，懂得了什么是青春与热血、什么是责任与担当，什么是全心全意为人民服务。如果说，人从呱呱坠地开始有了生命，那么，部队则让我拥有了第二次生命，这第二次生命是心灵上的成长，这是我人生成长道路上的“第一粒扣子”，也是第一次让我从心灵深处感知了人生的意义。

有段时间，我对未来的道路产生了迷茫，是部队政委的话让我深有感触。在一次主题教育会上，政委说了一件“小事”：一名战士想去机关发展，私下找人情、拉关系。他不仅没有接受好处然后“顺水推舟”，还打电话特意嘱咐营连从严把关。为避免今后再发生类似情况，他还推动立下规定：凡是推荐到机关工作的战士，除了以前规定的各项考核外，还要设立3个月的考察期，确保选人公正、用人公道。

政委说，党员干部要真正想明白“人生应该怎样”，特别是在知与行、荣与辱、进与退、得与失等问题上，要明是非、正言行。一个人，倘若有了“事业重如山，名利淡如水”的觉悟和心态，就不会无视党性和人格，就不会心态扭曲地为一己私利去投机钻营，就不会丧失人格、趋炎附势地去攀附关系。非常幸运，在人生观、价值观、世界观定型的关键时期，我能遇到这样清廉正直的榜样。让我这个从农村走出来的少年，明白堂堂正正做人、踏踏实实做事的重要性。就这样，我凭

着不懈努力与付出，走过12年的军旅生涯，从士兵、学员，成长到班长、区队长。收获了“全军优秀士官人才奖”“军区理论学习标兵”“三等功”等荣誉。

2019年，是我人生的第二次转折点。这一年，我从部队转业来到株洲市城管局市政维护中心。虽然工作环境、工作内容是完全陌生的，但我感受到，这里工作氛围与部队有很多相似之处，前辈们、同事们“以道路为伴、以桥梁为朋、以管道为友”，工作起来激情满满，对待名利、得失却又十分淡然。在这里，我时刻提醒自己不能忘记“对绝对忠诚，全心全意为人民服务”的初心，从零学起，从基层一线做起，不分春夏秋冬，不管刮风下雨，与市政战友一同在烈日下挥汗如雨，在雷电交加的雨夜里行色匆匆，在大雪纷飞的寒冬里热血沸腾。用汗水、奉献，助力城市的发展。

廉洁自律，无愧于心；忠诚履职，无愧于行。无论是在军队保家卫国，还是在地方服务群众，无论时代怎么变迁，无论身份怎么变化，“全心全意为人民服务”的宗旨永不改变。就像习总书记所说的“青年要把艰苦环境作为磨炼自己的机遇，把小事当成大事干，一步一个脚印往前走”。

怀抱梦想又脚踏实地，敢想敢为又善作善成。我们不妨时时、事事、处处打心“三问”，我是谁、为了谁、依靠谁。心中有信仰，眼里有光芒，脚下有力量。我相信，崇高的理想，坚定的信念，是一个人的元气、一个社会的元气，也是我们抵御风险挑战、战胜问题困难的优势所在、信心所在、力量所在。

征稿启事

“爱廉”说栏目，向社会广泛征集文艺作品（散文、随笔、纪实、评论、小说等）并择优刊登。栏目围绕“廉洁文化”主题，弘扬清风正气、厚植廉洁底蕴，内容包括但不限于讴歌廉洁人物与事迹、挖掘清廉家规家风家训背后的故事，以及与廉洁文化建设相关的健康向上、格调高雅、思想性和艺术性兼备的各类作品。字数以1000-1800字为宜，稿件请发送到47504706@qq.com。

史鉴

左权的书夹板

张洁

左权，1905年生，醴陵人，1925年加入中国共产党，毕业于黄埔军校第一期。他是抗日战争中，中国共产党牺牲的最高级别将领。在醴陵革命烈士纪念馆里，珍藏着左权将军用过的两块书夹板，上面分别写着“勿忘五九国耻”“五月九日国仇”，落款“左纪传”。“左纪传”又是什么人呢？

原来“左纪传”是左权的原名。左权从小爱读书，因为家境贫寒，没有像样的书包，他就把两块木板四周打上孔，穿上绳子，把书放在木板中间，每天提着去上学。母亲在灯下纺麻织布，他就伴着母亲读书，煤油灯火的油烟尾巴拖得很长，橘黄色的光铺得满地都是，邻居们常说：“左家屋里的灯亮了，才是夜深了。”

左权的老师匡宜民，参加过黄兴、陈天华、宋教仁等在长沙组织的华兴会，后隐居乡野，以教育救国。1915年5月，袁世凯宣布接受“二十一条”部分要求后，举国震动。消息传遍醴陵城乡，6月的一天，匡宜民老师拖着沉重的脚步走上讲台，用粉笔在黑板上写下了“勿忘五九国耻”。悲哀和愤怒，如同烈火在左权心里熊熊燃烧。于是，他在书夹板上用毛笔写下了“勿忘五九国耻”“五月九日国仇”的字样。而这块书夹板，于2010年由左权将军研究专家王孝柏捐赠给醴陵革命烈士纪念馆。

1921年2月，左权考入醴陵县立中学（前身为濂江书院）。18岁那年，左权和同学成立了“社会问题研究社”，他们常向人们演说青岛问题、五九国耻等，宣传爱国主张。

1923年年底，左权离开家乡醴陵，一代名将的革命生涯从此开启。左权一生酷爱学习，即使在硝烟战火之中，他仍坚持学习、写作，毛泽东曾称赞他是“两杆子”（笔杆子和枪杆子）都硬的将才。1942年5月，日军对太行抗日根据地发动大扫荡，左权不幸壮烈牺牲。朱德总司令亲自题写了悼念诗：“名将以身殉国家，愿拼热血卫吾华；太行浩气传千古，留得清漳吐血花。”

荐书



瞭望周刊社 编著
新华出版社

内容简介：本书聚焦以习近平同志为核心的党中央治国理政中具有全局性、战略性、根本性的重大主题及地方实践，收录《瞭望》新闻周刊“治国理政纪事”专栏自2022年1月至2023年6月的文章60多篇及随文配图，对于读者系统了解以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴提供重要参考。



阎海军 著
北京大学出版社

内容简介：崖边是渭水流域的小村庄，地处中华农耕文明的发祥区域。千百年来，农民在这里因循节气气候，周而复始耕耘希望。作者以二十四节气及农事活动为经纬，用田野笔记的形式记录农业生产变迁。传统农耕人家的落谷有声、乡村熟人生活的图景，在本书中逐一展开。

学典

有所畏有所不畏

王洁

《史记》载：赵人蔺相如和氏璧去秦国换取城池，见秦王有诈，蔺相如“怒发冲冠”，宁可将脑袋与宝玉一起在柱子上撞碎也不要辱使命，最终“完璧归赵”。回国后，蔺相如被拜为上卿，位在廉颇之右。廉颇扬言“必辱之”，相如听说后，“望见廉颇，引车避匿”。

面对强秦，蔺相如理直气壮地争辩，将个人生死置之度外，是为“不畏”。可面对廉颇的挑衅，却一再退让，貌似有所“畏”。二者体现在同一个人身上，其实并不矛盾。蔺相如前面的“不畏”是勇者不惧，后面的“畏”是顾全大局，前后都是为了国家利益。司马迁对此赞叹道：“相如一奋其气，威信敌国，退而让路，名重泰山，其处智勇，可谓兼之矣！”

可见，“畏”与“不畏”既对立又统一。处理好“畏”与“不畏”的关系，做出正确的取舍，考验着为官者的道德操守和节气风骨。

为官治政当有所“畏”。隋朝袁孝甫为官五十余年，两袖清风。袁孝甫曾以太常少卿身份巡察各地，老友那郡派人送给他一些白绸作为礼物。袁孝甫退还并修书一封：“瓜田李下，古人所慎，多言可畏，譬之防川。”这是敬畏人言、敬畏民心。正如古人所言：“凡善怕者，必身有所正，言有所规，行有所止，偶有逾矩，亦不出大格。”

为官治政当有所“不畏”。明朝于谦在英宗兵败土木堡被瓦剌俘虏的危局下，力排南迁之议，坚请固守，亲自督战，率师列阵北京九门外，力捍京师，誓保社稷。这是不畏强敌、不畏艰难。正所谓：“疾风知劲草，板荡识诚臣”，危难关头、紧急时刻最能看出一个人的忠诚和担当。

为官治政，“畏”与“不畏”缺一不可，有所“畏”是心存敬畏、行有所止，“不敢肆而德以成”。有所“不畏”是事不避难、义不逃责，“既以身许国家，许知己，惟鞠躬尽瘁而已，他复何言”。

邓小平曾在《共产党要接受监督》一文中说：“一怕党，二怕群众，三怕民主党派，总是好一些。”他又说：“改革开放胆子要大一些，敢于试验。”彭德怀有三怕：“怕言过其实，怕出名，怕老百姓骂娘”，可对帝国主义又敢直言；几百年来，西方帝国主义列强在东方一个海岸上架起几门大炮，就能征服一块土地的历史一去不复返了。

知史可以鉴今。新时代的党员干部，当继承发扬老一辈革命家的人格风范，对党纪国法、对于中的权力、对肩上的责任、对人民群众，当心存敬畏，时刻自重自省自警自励。可面对困难和挑战，必须勇于担当、善作为，在原则问题上不含糊、不退让，“任何时候都要有不信邪、不怕鬼、不当软骨头的风骨、气节、胆魄”。

万物

责任编辑:朱洁 美术编辑:王玺

揭秘入选世遗的中国沙漠——

巴丹吉林沙漠有哪“五大怪”？

马志飞



当地时间7月26、27日，在印度新德里举行的第46届联合国教科文组织世界遗产委员会会议上，我国申报的巴丹吉林沙漠——沙山湖泊群、中国黄(渤)海候鸟栖息地(第二期)、“北京中轴线——中国理想都城秩序的杰作”被正式列入《世界遗产名录》。短短两天，我国新增三处世界遗产，令人激动和振奋。

说起沙漠，就会让人想到黄沙漫天、荒无人烟的恶劣环境。然而，巴丹吉林沙漠却与众不同，简单说来，至少存在五大怪现象。

奇峰耸立：“沙漠珠峰”的未解之谜

巴丹吉林沙漠地处阿拉善高原，属中国西北极干旱的温带荒漠地区，是中国第三大沙漠和第二大流动沙漠。其中，最为人称道的自然景观便是连绵起伏的沙丘，呈现出新月形、线形、星形、圆顶形和抛物线形等多种形态。在长期定向风的作用下，有些沙丘的位置渐渐固定下来，高度和规模逐渐增加，以至于从沙丘变成了高大雄伟的沙山。

必鲁图峰是其中最著名的一座沙山，海拔1617米，相对高度约500多米，它也是世界上相对高度最高的固定沙山之一，被誉为“沙漠珠峰”。

关于必鲁图峰以及巴丹吉林沙漠中众多高大沙山的成因，科学界至今仍有争论。一种观点认为，这些沙山是由常年刮吹的西南风携带沙粒在山前堆积而成，沙山表层沙子下20至30厘米处为湿土层，沙子孔隙里含有大量水分，使得沙丘湿度增大、固定性增强，久而久之形成了高大沙山。另一种说法则认为，巴丹吉林一带原本可能是丘陵地貌，沙化后沙粒直接覆盖在丘陵上，从而形成了高大的沙山。

天籁之音：“鸣沙王国”的奇妙乐章

在甘肃敦煌有一片因发出嗡嗡响而被

称为“鸣沙山”的沙丘区，而在巴丹吉林沙漠，这种现象也十分常见，许多沙丘在特定条件下能够发出奇妙的声音，被称为“世界鸣沙王国”。

巴丹吉林沙漠的鸣沙山相对高度在200至500米之间，有的发出声响如丝竹管弦悠扬动听，有的则如雷鸣般震撼人心，如果你站在高耸的沙丘之巅，轻轻下滑便能听到那来自大自然的天籁之音。

沙丘上的沙子为什么会“鸣叫”呢？科学界至今尚未有统一的解释。有一种说法认为，由于沙漠气候干燥，缺少水分，当沙丘上的沙粒因风力或人为因素而滑动时，干涩的沙子（主要为石英颗粒）之间的孔隙会不断变化，空气在孔隙中快速进出，产生振动并发出声音；另一种说法是，沙子之间相互摩擦产生的静电会激发空气振动并产生声音；还有一种说法是，沙山之间沟壑纵横，沙峰起伏，形成了天然共鸣箱，如同一个巨大的音箱，沙子之间摩擦产生的声响经过共鸣箱的放大作用，形成了巨大回响。

湖泊密布：“漠北江南”的自然奇迹

在巴丹吉林沙漠这片看似荒芜的沙海中，却奇迹般地分布着众多湖泊，形成了“漠北江南”的独特景观。据不完全统计，巴丹吉林沙漠中共有湖泊140多个，其中常年有水的湖泊达74个。这些湖泊大小不一，形态各异，有的如镜面般平静，有的则碧波荡漾。

巴丹吉林沙漠深居内陆，远离海洋，降水稀少，而且蒸发旺盛，在如此干旱的环境下为什么会形成星罗棋布的湖泊呢？这些湖泊的水来自于地下水。地质学家研究发现，巴丹吉林沙漠中有一条规模较大的断裂带——阿尔金山断裂带，由多条长达数百千米的断裂组合而成，全长超过1600千米。由于断裂带岩层破碎，具有良好的导水性，高山上的冰雪融水通过地下水补给通道，源源不断地流向巴丹吉

林沙漠，最终在低洼处汇聚成湖。

在炎热的夏季，巴丹吉林沙漠中的湖泊相对于沙丘而言是一个冷源。但到了冬季，这里的湖泊不结冰，湖泊区地表温度明显高于其他地区，对局地气温能起到一定的调节作用，表现出奇特的“暖岛效应”。

到了夏季，湖泊的蒸发愈发旺盛，导致盐度越来越高，许多生物因无法适应而死亡，但能够适应高盐环境的藻类以及藻类为食的卤虫大量繁殖，导致湖水呈现出迷人的粉红色。例如，被当地人称之为“红海子”的达格图湖。由于湖泊通常以粉红色为主色调，并夹杂其他颜色（如沉淀的白色盐分等），而且会随季节和水量的变化而变化，也被誉为“玫瑰湖”。

神泉涌流：沙漠腹地的生命之源

巴丹吉林沙漠中的湖泊大多为咸水湖，这是气候干旱，湖水蒸发强烈，盐分逐渐积累所致。然而，在这片以粉红色为主色调，并夹杂着其他颜色（如沉淀的白色盐分等），而且会随季节和水量的变化而变化，也被誉为“玫瑰湖”。

据新闻媒体报道，巴丹吉林沙漠的东南陆分布着不少涌泉形成的淡水小湖，这些水域平均水深3米，对发展渔业生产十分有利，1979年当地人在这里建立了渔场，收获颇丰。例如，进入巴丹吉林沙漠的门户——巴丹湖，就是一个罕见的淡水湖，湖中盛产鱼类，当地人经常组织渔业增殖放流活动，也为保护水生生物多样性，改善水域生态环境起到了重要作用。

巴丹吉林沙漠中之所以会有淡水湖，应归功于汨汨清泉。它们通常隐匿在我们难以察觉的湖底，日夜不停地向湖泊中注入清澈甘甜的淡水，从而保持湖泊盐度平衡。有时，它们也会冒出湖面。音德日图湖（又称“庙海子”）中有一块仅3平方米左右的孤石，石上有

上百个细小的泉眼，日夜不停地涌出泉水，被当地人称为“神泉”。

怪石林立：风力创作的“自然雕塑”

在巴丹吉林沙漠西北边缘的戈壁中，分布着许多各种形态的奇石，当地人称之为“海森楚鲁”，在蒙古语中意为“像锅一样的石头”。当你走进这片怪石林，仿佛置身于一个巨大的天然雕塑公园，大大小小的石头有的像巨大的蘑菇，有的像俏皮可爱的猴子，有的像张牙舞爪的野马，还有的像展翅翱翔的雄鹰……每当大风吹过，受石壁阻挡而导致风声发生变化，音调高低不一，更为怪石林增添了几分神秘气氛。其实，海森楚鲁怪石林属于典型的风蚀地貌，即由风力对地表岩石的破坏而形成的地貌。

海森楚鲁怪石的形成是一个复杂而漫长的自然过程。据专家考证，这里的石头属于花岗岩，是由岩浆在地壳深处冷却凝固后形成的火成岩，随着地壳运动，最终暴露于地表。此后，在强烈的风力作用下，变为如今这副千奇百怪的模样。

还有学者认为，盐类结晶也对怪石的形成起到了重要的辅助作用，称之为盐风化作用。岩石表面的盐分随着水分渗入裂隙中，后来在干燥条件下结晶形成盐类颗粒，而结晶过程中产生的体积膨胀会对岩石表面颗粒产生压力，从而导致岩石破裂或脱落，最终形成坑坑洼洼的风化穴。

除了上述之外，巴丹吉林沙漠还以其独特的沙漠环境哺育了许多动植物，形成了独特的生物多样性。更令人瞩目的是，沙漠中的曼德拉山岩画群犹如一处深藏不露的宝藏，承载着深厚的文化与历史内涵，静静地诉说着过往的辉煌与沧桑。如今，它以世界遗产的崭新身份展现在世人面前，吸引更多的人亲身感受沙漠奇观的震撼与美丽。

（来源于“科普中国”微信公众号）

环球科学



中国科研团队：下午5点后禁食可保护肝脏

近日，北京大学和首都医科大学的研究团队发现，为期4周的限时进食可改善代谢相关脂肪性肝病患者的肝功能。

研究显示，19名代谢相关脂肪性肝病患者采用了10小时限时进食方案：早上7点至下午5点间进食，其余14个小时禁食。4周后，他们的肝功能得到改善。进一步分析显示，10小时限时进食令患者肠道中的短链脂肪酸丰度增加，该肠道微生物可能通过其代谢物 2-羟基-4-甲基戊酸抑制肠道 HIF-2α-神经酰胺通路，从而改善患者肝功能。（据《细胞代谢》杂志）

安第斯山脉冰川退缩到11700年来最低水平

热带冰川更易受到气候变化影响，近几十年来，热带冰川迅速退缩，但与全新世历史时期相比，如今热带冰川的退缩情况尚不清楚。近日，发表在《科学》上的一项研究发现，热带冰川退缩的速度超乎人们想象，安第斯山脉冰川的覆盖面积已经缩小到11700年来的最小规模。

为了解过去一万多年间安第斯山脉冰川的分布范围，研究团队采集了安第斯山脉的基岩样本，这些基岩都是近期冰川融化后才显露出来的。当基岩暴露于宇宙辐射时，铍-10和碳-14的浓度会在基岩表面积累。因此通过检测基岩表面这两种同位素的浓度，就可以推算基岩样本暴露于外界的时间。

研究发现，在采集的18个基岩样本中，铍-10和碳-14的浓度都接近于0，这说明从11700年前全新世开始以来，这些基岩一直被冰川所覆盖。而如今，由于冰川退缩速度加快，安第斯山脉冰川的面积比过去11700年的任何时候都要小。研究者表示，目前冰川的规模也表明，全球变暖的速度已经远超过去，世界已正式进入人类世。（据“领研网”）