

那些名門望族的家傳祖訓都是什麼？

俗話說“富貴無三輩”，說的是祖輩累積的財富很難一直延續着傳給子子孫孫。這當然說的是類似于“暴發戶”這樣沒有底蘊的家族，而真正的名門望族往往能延續幾代甚至幾十代。而“家訓”作為一個家族“底蘊”的重要組成部分，奠定了一個家族世界觀、價值觀的基調。

肯尼迪家族是逃荒到美國的愛爾蘭後裔，在老約瑟夫成為百萬富翁後，他們的四個兒子都步入政壇，二兒子約翰更是當選了美國總統。肯尼迪的家訓並不成體系，感覺更像是東拼西湊的“教育心得”。比如製作育兒日記、培養孩子遵守時間、向孩子講述父母的事業、讓孩子進入名牌大學以獲得良好人脈等，是典型的美式家訓。

作為曾經的世界首富，比爾·蓋茨家訓的第一條就是“如果留給孩子巨額資產，勢必阻礙他成為創意型人才”，這體現了蓋茨一生對創新精神的極端重視。蓋茨家訓還要求父母幫助孩子開創人脈網絡、保留缺點、結交志同道合的朋友；多看科幻小說和電影等。還有一條“

機會來臨時毫不猶豫地迎接挑戰”，充分體現了蓋茨的企業家精神。

也許是世界上最富有的羅斯柴爾德家族的家訓充分體現了猶太人“抱團”的性格和對金錢的態度。家訓要求重視兄弟間和睦與家族間團結的傳統；教育子女擁有正確的金錢觀；信息就等於金錢，世代相傳收集情報信息的傳統；警惕過于追求物質利益的思想傾向；猶太人之間互幫互助，世代保持捐贈的慈善傳統。

由於自身就出生於書香門第，印度詩壇傳奇泰戈爾的家訓即使放到今天也特別實用。他的家訓要求營造書香氣息濃厚的家庭氛圍，要求孩子們通過閱讀彌補在學校無法學到的知識。引導孩子們從小接觸音樂與美術，培養孩子多種才能；還要把錢包教給孩子，提早進行經濟教育；要通過接觸大自然來培養孩子們的想象力，開闊他們的眼界。

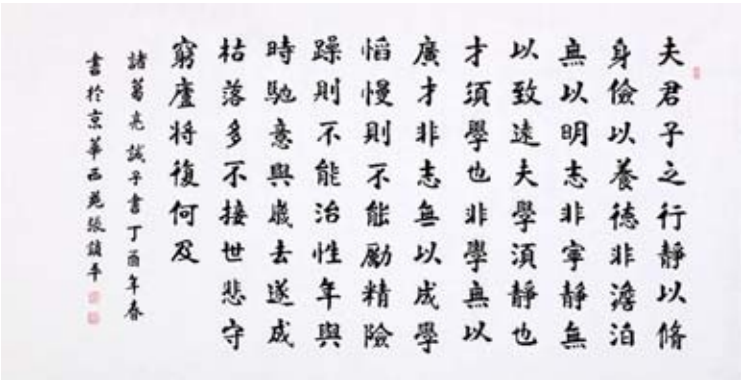
如果想把孩子培養成科學家，居里夫人的家訓也許有用。家訓中還闡述了很多夫妻、親子之間處事的一些原則，非常親切。首先，“夫妻平等”的原則是對子女的最好教育，母親的

啓蒙教育尤為重要，一家人要建立相互重視、相互依賴的關係。最重要的是絕不能為了“家族榮譽”而強迫子女成為科學家，也許順其自然才是最好的教育。

被稱為“萬世師表”的孔子對自己的後代也提出了很嚴格的家訓，經過時代的洗禮和歲月更遷，孔子家訓也不斷順應時代變革，在《論語》中都能找到其中的影子。家訓最重要的一條就是即使生活貧困，也絕不能抱怨自己所生存的環境，也必須傾注所有教育子女。另外，“三人行必有我師”和“不耻下問”的說法都在家訓中有所體現。

中國流傳最

廣的“家訓”應該是諸葛亮《誠子書》中的“非淡泊無以明志，非寧靜無以致遠”。而最著名的家教名著則當屬清朝朱柏廬的《朱子家訓》，“黎明即起，灑掃庭除……”許多人都耳熟能詳。《朱子家訓》是以家庭道德為主的啓蒙教材，精闢地闡明瞭修身齊家之道，所以有些人誤以為這是儒家理學大師朱熹的家訓。



中國人為什麼有“虛歲”

中國新年就要到了，中國人歲數長一歲與元旦沒有關係，甚至與生日關係也不大。而是過年長一歲。

過了年又長一歲，有人突然問你今年多少歲了？你真能一下說準嗎？

中國人說到年齡時常常使用一個詞叫作“虛歲”。在全世界，或許只有中國人有兩個年齡，一個周歲，一個虛歲。“周歲”是咋回事，可能一般人還能說得清楚，而虛歲如何“虛”，卻是件讓人容易迷惑的事情。

什么是虛歲？虛歲是與實歲（現在統稱作周歲）相對的一種記歲方法。顧名思義，“虛”是虛假之意，“實”則是真實之意。虛歲是中國傳統計算年齡的方法，是以過年為標準，是一種捨小求大的概算方法。

在古代，虛歲是唯一的記歲方法。舉例來說，某人生於陰曆五月，那么出生之時，就是一歲，然後到了來年春節，就算作兩歲，以後以此類推。這樣的話，出生於年末的人，虛歲就會比較大。比如，一個1990年3月15日出生的人，在1991年除夕之前，他都被認為是一歲，一到新年，他就被認為是兩歲了。這樣，這個人在2000年新年過後到3月15日之前的這段時間里，周歲計為九歲，而虛歲則計為十一歲，兩者會有兩年的誤差。再舉個極端的例子，生於除夕（年三十）的嬰兒，出生那天是一歲，第二天是大年初一，就變成兩歲，所以這種人的虛歲往往比實際年齡大兩歲。

周歲和虛歲的關係

虛歲只和過年有關，周歲只和生日有關。在過年到生日期間，虛歲=周歲+2（即虛兩歲）；在生日到過年期間，虛歲=周歲+1（即虛一歲）。
虛歲的計算方式：
虛歲從一算起，逢新年長一歲，遵農曆（陰曆）。
周歲的計算方式：
周歲從零算起，逢生日長一歲，遵洋歷（陽曆）。
看完你明白自己多少歲了嗎？
生辰屬相與虛歲

與生辰密切相關的是屬相。屬相是中國古人創立的一種用十二種動物形象為代表，記錄人的出生年份的記歲方法。

每一個人都會有一個固定不變的屬相。子鼠醜牛寅虎卯兔，辰龍巳蛇午馬未羊，申猴酉雞戌狗亥豬，我們注意到，這種記歲方法有一些特點：首先它是以年為單位的，每一年對應一個屬相，不計月日和時辰；其次，沒有空缺位置，沒有零的概念，每一個人不論你的生命在一年中佔有多大的時間份額，哪怕只有一天，也必定有一個屬相。虛歲就是這種記歲方法導致的結果。

比如，一女嬰出生在2020年1月24日，農曆年三十晚上10點，屬豬，另一個男嬰出生在2020年1月25日，大年初一凌晨1點，屬鼠，這個生肖為鼠的男嬰就比這個生肖為豬的女嬰小一歲，哪怕只晚3個小時。

新年有增歲的意義，其實就隱含在過新年的各種具體活動之中。自古以來，全國各地都有着相同的過年習慣，其實質就是要拜年。拜年是什么？傳統文化中的拜年，是在家族或宗族的親戚之間串門走動，拜見老年的親戚，給老人送禮、磕頭、祝福；同時接受孩子們的新年問候，給孩子壓歲錢。為什麼有這種活動？就是因為這一天被當作每一個人的生日。新年有一副經典對聯，叫做“天增歲月人增壽，春滿乾坤福滿門”，最能反映新年增歲的意義。

計算實例

出生年月：1983年5月20日

农历：四月初八

农历生日：2017年5月3日

周岁算法：2017-1983=34（过完生日）、2017-1983-1=33（未过完生日）

虚岁算法：2017-1983+1=35

團隊為什麼會使人懶惰



馬克西米利安·林格爾曼是一位法國工程師。1913年，他對馬拉車的效率進行調查。他發現：兩匹馬一起拉一駕馬車，效率並非是一匹馬的效率的兩倍。這一結果令他意外，遂將調查延伸到人類。他讓許多人一起拉一根繩子，測量每個人釋放出的力量。他發現兩個人一起拉一根繩子，平均每人會投入其力量的93%，如果是3個人一起拉，每人投入85%，8個人一起拉時就只剩下49%了。

科學界稱這一效應為社會性懈怠。它之所以會出現，是因為在團隊中個人的效率無法直接看到，而是與團隊融合在一起的。划槳手身上存在社會性懈怠，而接力賽運動員身上卻沒有，因為接力賽時每個人的貢獻是顯而易見的。社會性懈怠是一種理性行為：假如使出一半力就行，又不會引起注意，為什麼要使出全力呢？一句話，社會性懈怠是一種我們讓自己虧欠所有人的欺騙形式。這一欺騙大多不是故意的，而是不知不覺間發生的——就像馬拉車一樣。

一同拉一根繩子的人越多，個人的貢獻率就越低，這並不令人吃驚。令人吃驚的是它沒有降為零。為什麼不是完全懈怠？因為零效率會引起注意。我們能細膩地感覺到，懈怠到什么程度不會被看出來。

社會性懈怠不僅出現在體能效率方面，我們在精神上也會懈怠，比如開會的時候。團隊越大，我們個人參與的程度就

越低——一定大小的團隊，當效率達到一定水平時，就不會繼續下降了。此時一支團隊有20人還是100人，再也無關緊要，因為每個成員已達到了最大的懶惰度。

可是，團隊的效率比個人的效率高，這種流行多年的觀點又是從何而來？也許來自日本。

30年前，日本人用他們的產品征服了全球市場。

企業老闆們仔細研究這場工業奇迹，發現日本工廠是以團隊為單位的。於是人們複製了這一模式，但成功無法複製。在日本很管用的東西，在美國和歐洲就不一定有用。在日本，如果團隊由儘可能多的各種專業人員組成會更好。這很有意思，因為在這種團隊里個人的效率可以歸功于這些專家。

社會性懈怠的效果很有趣。在團隊里我們不僅會降低自己的效率，還會減輕我們的責任。誰也不想對差成績負責。紐倫堡的納粹審判就是一個鮮明的例子，每個董事會或管理團隊里都較少有提出異議的人員。大家都躲在團隊決議背後，專業術語稱之為責任擴散效應。

出于同樣的原因，團隊有甘冒比個人更大風險的傾向，人們稱這一效應為風險分攤。事實證明，團隊討論會導致做出比人們獨自做決定時更冒險的決定。因為大家都會想：“一旦出事，不是我一個人承擔責任。”因此，在涉及巨額資金的公司和養老保險機構的戰略團隊里，風險分攤的想法無疑是危險的。

所以結論是：人們在團隊里的行為不同于單獨一人的時候（否則就不存在團隊了），但是，可以通過儘可能彰顯個人效率，來緩解團隊的弊病。
（[德]羅爾夫·多貝里 朱劉華翻譯）

利用年前大掃除培養孩子生活好習慣

近日，Facebook 創始人扎克伯格在一次家庭專訪中，分享了自己家的家務情況，他說家中的家務誰都會做，就算是兩個女兒也不例外。

比如讓她們打掃自己的房間，整理自己的物品，甚至是學着做飯等。視頻中，他的兩個女兒，踩着凳子，圍着圍裙，在阿姨的指導下，一起學做飯。

說到做家務，扎克伯格夫婦一致認為：她們要承擔自己的責任，首先要在做家務中承擔自己的責任。

中國公安大學李玫瑰教授在參加一次論壇時說：父母從小要給孩子植入分享家務的概念，哪怕是讓孩子幫着拿一雙拖鞋，倒一杯水，都能從小引導孩子成為一個會照顧父母的人。

其實讓孩子做家務，對孩子的成長來說非常有益。兒童心理學家曾說，孩子做家務有利于大腦的發育，所以我們可以趁這次年前的大掃除，帶孩子一起做家務，讓孩子在做家務的時候，大腦得到更好發育。教孩子對物品進行取捨

教孩子做家務的第一步，就是要先教孩子對物品進行取捨，比如孩子的玩具、書本等一些物品，特別是壞掉的筆、無法用的塗改液、橡皮擦，都可和孩子一起將這些物品扔掉。慢慢多次整理後，孩子也學會了取捨，慢慢

等孩子長大以後，再培養孩子對家中物品的取捨。

教孩子對物品的取捨，不僅是在教孩子做家務，更多的是教孩子學會果斷處理問題，不拖泥帶水。教孩子對物品進行歸類

做家務，不僅要學會取捨，更要學會對物品進行歸類。但是歸類雖看起來簡單，其實是個腦力活，因為如何歸類，全靠大腦的支配。比如孩子的書，是根據種類歸類還是年級歸類還是用途歸類，都很重要。那么，如何教會孩子進行歸類呢？

首先要教會孩子如何區分種類，比如按照種類歸類，可以教孩子將英語、數學等不同的書分門別類整理，有必要可以貼便簽做標識。



不僅要教孩子對自己的學習用具歸類，更要教孩子對自己的衣服歸類。曾在網上看到一位媽媽，她先和女兒對衣服按照季節進行了區分，做好了季節歸類，她們開始將夏季和春秋的衣服用收納袋裝起來，做了收納，然後對冬天的衣服，進一步進行區分。通過多次這樣的歸類整理，讓孩子慢慢學會歸類的方法。

新年前大掃除，我們可以在做家務的時候教孩子學習歸類，之後讓孩子自己去歸類整理，這樣收拾出來的房間，不僅整潔更會看起來寬敞。一旦學會對物品進行歸類，那么孩子做事就會變得越來越有條理，邏輯也更清晰。

因為做家務和做其他事是一樣的，家務中的歸類整理是在大腦中進行的，其實無形中就是鍛煉大腦的過程，之後孩子在做事的時候，也會更有章有節。教孩子學會合理整理物品

很多時候，家長總是不願意讓孩子做家務，覺得孩子做家務就是在搗亂，其實並非孩子搗亂，而是孩子不會做，特別是面對整理物品。

比如在做家務的時候，孩子幫我們一起整理物品，孩子拿起物品隨意塞，他們覺得一個地方乾淨就好了，可是卻將另一個地方弄亂，如果我們教會孩子合理整理物品，就不會出現這樣的情況。

比如常用的筆、本子可以放在隨手可拿的地方，不常用的放在不礙事的地方。

做家務，就是鍛煉大腦，因為需要我們在大腦中對他們進行區分安排，最終收拾整齊。

哈佛大學曾做過一項研究，他們最終發現：在孩子的成長過程中，家務勞動與孩子的動作技能、認知能力的發展以及責任感的培養有着密不可分的關係。

所以趁着大掃除，帶着孩子一起做家務吧！讓孩子的大腦得到鍛煉的同時，培養孩子的責任感，讓孩子明白父母的辛苦，從而懂得理解和體諒父母，成為一個感恩的孩子！