

故宫的古树名木

作为皇家宫殿，故宫要突出建筑的雄伟庄严，所以故宫中轴线上的主要宫殿建筑前后左右是不种树的，甚至连灌木、杂草也不允许生长。由此，故宫内的树木多集中在花园中，如御花园、宁寿宫、乾隆花园及慈宁宫等。

据统计，故宫现存古树名木482株，其紫禁城区域内448株，大高玄殿区域内34株。在482株古树名木中，一级古树名木有14株，二级古树368株。这些古树名木在故宫御花园内有111株，多为明代所植，一些名木传承明清两代。

故宫内的古树名木特点是品种多，有侧柏、桧柏、油松、白皮松、国槐、银杏等，还有古楸木、紫藤萝等灌木。“人”字形树在御花园内有几处，在北京中轴线上，位于钦安殿天一门香炉前的“人”字形树最著名，由一棵松树和一棵柏树枝杈相交在一起，两棵树干呈现“人”字形，左阳右阴，象征男女恩爱、夫妻生活和谐美满。2005年4



故宫、景山的古树名木

《北京中轴线》李建平著 华文出版社2024年4月出版

北京中轴线凝聚了古都北京近千年历史发展，是北京人文历史、道德教化、风俗民情乃至社会发展的一条命脉。本书作者李建平先生长年从事北京历史文化研究，曾在央视百家讲坛主讲“北京中轴线”。书中深入浅出地介绍了北京中轴线历史文化精髓。

月，中国国民党前主席连战携夫人参观故宫御花园时，专门在“人”字形树下合影，象征夫妻恩爱、白头偕老。

清乾隆皇帝最喜欢的书斋雅室——绛雪轩，因屋前原有的五株海棠在春天时花开、花落，犹如降下深红色的雪而得名。乾隆皇帝曾专门要求宫监收集落花埋葬，培育树根。现在，海棠树已消失，取而代之的是太平花，与花坛中的牡丹一起象征着富贵吉祥。

景山的五株名木

据统计，景山公园现有古树名木八百余株。其中有五株特别著名的古树名木，分别是“槐中槐”“虬龙柏”“二将军柏”“蝴蝶槐”和“殉国槐”。

“槐中槐”位于景山北部永恩殿山门西侧，是一株有着千

年历史的老槐树，也是北京中轴线上最古老的名木之一。据考证，“槐中槐”生长历史有1200多年，其主干早已枯朽，苍老的树皮已经褶皱，脱皮干裂，支撑其生命的是在朽空、开裂的树干中又生出一株小槐树，形成老槐树怀抱小槐树的景观。由此，这棵古槐亦被称为“槐中槐”“母子槐”。

“虬龙柏”位于景山后山中路山坡上。“虬龙”是头上有角的小龙，传说在嘉靖皇帝身边有一只御猫，为狮子猫，通体白色，被赐名“霜眉”，与皇帝形影不离。这只御猫死后，皇帝很伤心，命人将其葬在万岁山（今景山）山后一棵柏树下，坟称“虬龙冢”，并刻有墓碑。现在，墓碑已无存，只有古柏树还在。

“二将军柏”位于景山公园偏东北方位，北面有观德殿、关



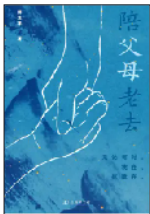
溥仪（中）与亲友在连理柏前。据说，清康熙皇帝非常重视儿臣的教育培养，在观德殿前原是一片空场，康熙皇帝多次在这里观看皇子的骑射比赛，有时还亲自示范。在骑射之余，康熙皇帝曾给关帝庙题写“忠义”匾额，并将拴马的两株古柏命名为“二将军柏”。

“蝴蝶槐”位于今景山公园东门（山左里门）内与通向观德殿道路交会口东北处。蝴蝶槐

的叶子与普通槐树叶子不同，像蝴蝶翅膀，五叶一组长在叶柄上，叶子小但很茂盛，故也称“五叶槐”。

“殉国槐”位于今景山公园山体东侧，可以说是中国最有故事的老槐树。明崇祯十七年（1644）李自成率领农民起义军打到北京城。夏历三月十九日夜，整个北京城火光冲天，喊杀声阵阵，崇祯皇帝见大势已去，从皇宫来到景山，与太监王承恩相对自缢身亡。清初顺治皇帝将此处槐树定为“罪槐”，并用铁链子锁住。1900年八国联军进北京，这个铁链子被当作文物偷走。民国时期景山开放后，因“罪槐”的枝杈向东南伸出，像人歪长着的脖子，也被俗称为“歪脖树”。1971年老槐树被移除。1981年公园管理处将景山南坡一棵碗口粗的槐树移栽至此，替代被移除的“歪脖树”。到1996年，公园管理处又将东城区建国门内北顺城街6号居民院内一棵胸径50厘米的百年老槐树移来，代替了由园内南坡移来的槐树，作为历史上此处曾有古槐树的见证。

老了以后，保持体面真的很难



《陪父母老去》解玉军著 商务印书馆 2024年5月出版
如何理解老去？父母的老去是一个永恒而典型的话题，步入老龄化社会，更需要我们来审视这一过程。本书架设了一道沟通父母和子女的桥梁，作者用自身的经历让子女懂得老年失能后的种种困顿，亦让父母理解子女所面对的压力。

老了以后，要保持自己的体面真的很难。这个体面分为两个层次，一个是外表。一个是内在。多年前我朋友的婆婆糖尿病后期，送的养老院不大好。为了方便管理，把不能自理的老人，不管男女，都集中在一个房间里伺候。都垫尿垫和穿纸尿裤，裤子也不穿，护工穿梭其间，帘子拉得也不好。我朋友跟我说起，直摇头：“你没法想象这种羞辱。”

内在的体面丧失，是指失能之后的失智。另一个朋友的母亲以前是个文雅有礼的人，老来性情大变，骂走了好多保姆。爸妈住的养老院有个当过县长的老爷子，前几年他能自己走动的时候，经常打人，护工换了又换。他中气充足，骂人的时候每个字都像石头一样砸人。男护工一边要跟他解释，一边要防他摔倒，一边还要呵斥他，然而谁也盖不过他的声音。你料不到他下一句就是：“不要丢下我！我不想死……”声音变为哀求。

内在的体面没有了的时候，外在的体面早就没有了。内在的体面还在，但是无力保有外在的体面的时候，人就得清醒地面对失能和羞辱，这个时候最是痛苦。

上周，妈妈的牙又掉了一个，送她去医院，得用我的那辆旧车，因为矮，她勉强能上。得找她一直用的大夫，因为别人她不信，别人也不肯这样给她修修

补补。梅大夫看了妈妈的牙，觉得下一步还会继续掉，现在的牙套勉强用着，等整体结构全改变了、不能用了再全换。为了让她少跑一趟，加急给她现场做出来。为了妈妈摘戴方便，梅大夫现场演示了摘戴方法，让我全程录下来，回去给护工学习，帮助摘戴——是的，妈妈已经虚弱到不能自行摘戴假牙了。

在我看来没有什么的一套动作，她的两手不能配合好，力度也不够，自己就是摘不下来。回了养老院，护工看了视频，操作得很好，我就放心了，并没有天天打电话再去问。结果是护工第二天回家休假，换了别人，爸妈又不知道让新护工去找老护工要视频学习，这三天时间，摘戴得乱七八糟，妈妈受了不少罪，嘴唇里面都磨破了……

这种失能，特别让人绝望。就像那次我给妈妈买了个耳机，她自己无法摘戴一样，假牙也无法摘戴。我的绝望，是他们僵化到求助无门，走投无路的思维。她的绝望，是觉得在医院等待那两个小时，漫长劳累到无法忍受；是零下一度的晴天，因为整个冬天都在28度的室内没有出门而感受到不能承受的寒冷；是只有我在眼前的时候，她轻轻地问的那句：“你说我这样，活着有什么意思？”

看到别人老去，到自己老了的时候，能不能有预案，过得体面一点？没有答案。

每7名学生中就有1名与欺凌有关



《校园欺凌——我们了解什么，我们能做什么？》

[挪]丹·奥维尤斯著 张文新译 中信出版社2024年4月出版

书中详细介绍了作者在1983年至1992年10年间所开展的有关欺凌的调查和干预项目，这些工作是由挪威政府主导的全国反欺凌运动的一部分。通过此项调查和干预项目的施行，作者给出了有关欺凌的科学定义，让人们看到了欺凌的更多真相。本书作者系已故著名心理学家、挪威卑尔根大学教授，被誉为“校园欺凌研究之父”的丹·奥维尤斯。

在全国反欺凌运动中，挪威所有中小学都受邀进行了问卷调查，估计约85%的适龄学生最终参与了调查。为了进一步分析，我从大约830所学校中选择代表性样本，从其中715所学校获得了有效数据，包括来自挪威各地的约1.3万名学生。这些样本占该年龄段学生（约8-16岁；一年级学生没有参加，因为他们没有足够的读写能力完成问卷）总人数的将近四分之一。这组数据很好地估测了在不同性质的学校、不同的年级以及男生和女生群体中，欺凌问题的发生频率。

为了更详细地了解欺凌问题的相关机制以及干预项目可能产生的影响，我还在卑尔根（挪威最大的三个城市：奥斯陆、卑尔根和特隆赫姆）开展了一项特别研究。这项研究（后文简称卑尔根研究）的对象包括28所小学和14所初中的2500名男女生，他们来自四个连续的年级（4-7年级，年龄10-15岁不等）；此外，我们还收集了三四百名教师、校长和约1000名家长的数据资料。在两年半的时间里，我们分别在几个时间节点完成了数据收集。

根据全国范围的调查，

我们可以估算出大约有84000名学生，即挪威中小学生的总数的15%（1983-1984学年共有568000名在校生），会“不时”或更频繁地卷入欺凌事件，成为欺凌者或受欺凌者（截至1983年秋）。这个比例也意味着全国每7名学生中就有1人经历或参与过欺凌，其中，约52000名学生（9%）是受欺凌者，41000名学生（7%）会时不时地欺凌他人。约9000名学生既是受欺凌者又是欺凌者（占挪威中小学生的总数的1.6%，占受欺凌者总数的17%）。

在计算上面的百分比时，我将“时不时”作为一个分界点：如果一个学生称自己会“时不时”乃至更频繁地受到欺凌或欺凌他人，那么他就会被界定为受欺凌者或欺凌者。

卑尔根研究的分析数据表明，把“时不时”作为分界点是有充分理由的。但是，我们也有必要估算那些曾被卷入更严重欺凌事件的学生人数。我们发现，在挪威，大约有略多于3%的学生（即18000人），受欺凌的频率达到了“大约一周一次”或更高；而欺凌他人的



学生比例略低于2%，即10000人。

依照上述分界点，只有1000名学生既是欺凌者又是受欺凌者（占全国学生总数的0.2%、受欺凌学生总数的6%）。因此，挪威的中小学共有约27000名学生（5%）作为受欺凌者或欺凌者被卷入了严重的欺凌事件——大约每20名学生中就有1人。

对大约90个班级的相应教师进行的平行教师提名表明，报告的结果并未夸大欺凌问题的发生频率。

在这样的背景下，欺凌现象可以说在挪威学校中相当普遍，是一个影响到了众多学生的严重问题。来自其他国家，如瑞典、芬兰、英国、美国、加拿大、荷兰、日本、爱尔兰、西班牙和澳大利亚的数据表明，欺凌问题在挪威以外的国家和地区同样存在，具有相近甚至更高的发生频率。