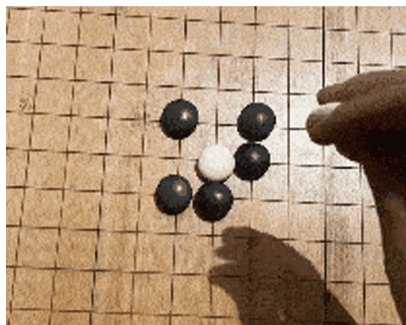


# 五百万网友围观下棋

棋理如人生,网友大呼“悟到了”



什么样的棋局,能引来五百万网友的围观?近日,B站UP主@臭蛋老师的围棋视频火了,他讲解的棋局并不高深,大部分都是围棋最基本的常识。不过当他将围棋解法引申到自己对人生的感悟时,网友们则绷不住了,甚至有网友称,“这个视频在我最迷茫的时候给我指引了方向”。这位UP主姓杨,今年25岁,目前在南京教围棋,记者联系上了杨老师,听他讲述自己网上谈棋的故事。

## 什么是“放下”? 一局棋五百万网友围观

在一条超过五百万网友围观的视频里,他用围棋最基础的规则给大家讲解,什么是“放下”。在围棋的规则中,一颗棋子往往有两种死法:第一种,当一颗白棋周围被对手的四颗黑棋堵住时,它就要被吃掉;另一种,它虽然没有被堵死,但已经被对方多颗黑棋围住,看似还有出路,但实际上略懂围棋的人都知道,这颗中间的白棋最终还是逃不掉被围死的命运。

在明知白棋必死的情况下,执黑的棋手往往不会再浪费两手棋去吃掉它,执白的棋手也不会浪费时间去挣扎。棋盘上看似白棋还活着,但棋手心中都会默认它已经不存在了。但如果一方执迷不悟,偏偏要分个胜负,最终只能浪费自己的棋子,并不能改变结局。讲到这里时,杨老师来了一句灵魂发问:“为什么你还在无意义的人和事上付出?为什

么非要追求一个句号?”瞬间弹幕刷起满屏的“我悟了,别说了”。简单的围棋规则,点醒了许多网友,“都说人生如棋,原来如此”“感谢大师,学到了”。

杨老师告诉记者,“做无意义的纠缠”是很多围棋初学者喜欢犯的毛病。“其实很多局的形势再简单不过,哪怕是初学者,旁观的时候都能一目了然,但当他们自己执棋时就容易陷进去,这就叫当局者迷。”

杨老师表示,初学者在围棋上犯的错误,也是他们会在现实生活中犯的错误,当自己棋艺得到提升后,心态也会变好。“我认为围棋不仅仅是一项竞技,更是一门艺术,棋盘上不仅仅是黑白两子,还能引发许多人生感悟。”

## 套路简单内涵不少 网友理解各不相同

围棋有一个别名叫“手谈”,意思是一种无言的交流。自古以来围棋的博弈就被认为包含着人生哲理。在下棋时,双方虽然不说话,但布局的思路、落子的力道、棋局的节奏,都能反映出一个人的性格与思想,有人认为,棋手间只需一盘对局,就能在无言中知己知彼。

杨老师告诉记者,自己在讲棋的同时,也会加入自己对生活的感悟。其实从第一期视频里,他就暗示大家,自己讲的不止是棋局本身。当时他示范了围棋中名为“征子”的技法,在对方必输的前提下,一方可以不用棋子围堵,故意留下一条生路,引诱对方投入更多棋子自救。此时若对方没意识到落入了陷阱,就会在绝路上越逃越远,最后在棋盘边缘,被“征”的棋子堵住最后一条生路,才发现自己要输掉的棋子,竟从一颗变成了一串。

杨老师以此告诉大家,有的人就是这样,明明知道你会失败,但就是喜欢吊着你一口气,让你失去更多东西。而此时最佳的选择是,放弃毫无意义的希望,重新开始。但在之后的视频中,杨老师讲解了破解“征”的方法,如果在

路上有一颗棋子接应,被“征”一方立即就可以重获新生,还能反杀对方。

这些在围棋中极其简单的套路,在评论区中网友悟出的道理也各不相同,“聪明人会及时止损,在其他地方打出优势”“所以说做事一定要留后手”“以前就是这样被别人牵着鼻子走的,一步被牵后面脱身就难了。”

也有网友发表了不同的意见,“人生和下棋不一样,有人追求的是体面和胜负,有人追求的是不留遗憾”“现实中你永远不知道下一步是不是死棋,正是未知性才让生命变得更加有意义”“我就是学不会体面地结束,我认为无论怎么样画上句号才算得上是真正的结束”。

## 成为不少网友的围棋启蒙老师 未来打算“硬核”教学

如今,杨老师在B站上的粉丝量超过三十万,还收到了超过三百万的点赞,不少网友因为他的视频对围棋产生了兴趣,杨老师成了他们的启蒙老师。一些资深棋友也能从视频中找到全新的角度。

杨老师在线下开的围棋课也挺火爆,据他介绍,“现在学的人越来越多,成年人来下棋,许多人不是为了赢而来,他们是想通过围棋来感悟这个世界;小朋友来下棋大多是因为兴趣,他们愿意花时间去钻研。”

“我们常说人生如棋,落子无悔。在我看来一盘棋就如同一部电影一样,从布局到收官,会有跌宕起伏,会有很多冲突,能够非常精彩,这也是为什么古今不少棋局被人拿出来反复欣赏的原因。”

杨老师把自己定义为视频创作者,“我想用围棋分享自己的想法和理解,我希望的是视频发出后,能引发大家的讨论和思考。”目前,杨老师讲解的围棋大多停留在基础规则上,未来他打算做一些更“硬核”的内容,照顾一下棋艺好的粉丝,也让自己的视频更丰富。

(来源:《扬子晚报》)



## @微语录

@罗翔:真正的榜样不在舞台上,它在于我们的内心,也就是我们与生俱来的道德良知。

@王世民:在你的价值未有效建立之前,不要浪费精力在圈子上,若自身没有交换价值,一切社交都是无效的。

@箐南:逢人就诉苦的毛病要改,没多少人可以与你感同身受,更没人喜欢接受别人的情绪。总需要一个人度过一些难熬的日子,面对一些不顺心的事,这个过程很多人称之为成长。

@李思园:仪式感就是使某一天与其他日子不同,使某一时刻与其他时刻不同。当日子清苦而平淡时,仪式感能让你心怀期望,消除困顿;当日子奢华而浓烈时,仪式感能让你心有所定,化解沉迷。

@葛婉仪:命运就像是一个循环,等我们都痛苦久了,它还会赐予花朵,只要我们坚持到那一天。(来源:新浪微博)

## @微趣图



金毛:“带娃累,带别人的娃更累。”(来源:新浪微博)

## @微笑话

@HowardSu:我昨天做了日行一善的事情,我骑车路过鼓楼看到一对情侣在拍婚纱照,我不知道哪里不对对着他们大喊了一声“祝你们幸福”,两人看了我一眼笑得特别灿烂,都被拍下来了。我特别有成就感,回家一看原来是T恤衫里外穿反了……

@笑话啊:一回家,看见爸爸一个人在厨房,我问道:“爸,我妈呢?”爸爸很不满地说:“怎么你每次就是妈、妈、妈,有什么事不能和爸说吗?”我说:“哦,学校要交五十元资料费。”爸爸说:“你妈去你姨那儿聊天了。快走,别妨碍我做饭!”

@冷笑话精选:收到货后,发现卖家给我发的衣服不对,于是我质问他:“老板,我买了一件白色短袖,你怎么给我发来一件黑色的?”卖家很淡定地回复:“是这样的,我发现您所在的地区买白色的人偏多,为了防止您出门撞衫,特意给您发了一件黑色的。”(来源:新浪微博)

# 你做的这9件事 正在破坏免疫力

呼吸道疾病横行,自身免疫力就是最好的防护服。盘点9件破坏免疫力的事,快来自查,看看您有没有做过。

## 睡眠不足

睡眠不足会让您更容易感染病毒或病菌,而且一旦感染,您可能需要更长的时间才能康复。这是因为您的身体无法制造出足够多的抗感染细胞和抗体,因为只有睡眠时,身体才会释放某些有助于免疫系统的蛋白质。

## 焦虑

只要有焦虑的想法,就会在短短30分钟内削弱免疫反应。持续的压力会造成更大的伤害,使您更难抵御流感、疱疹、带状疱疹和其他病毒。

## 缺乏维生素D

强健的骨骼和健康的血细胞都需要维生素D,此外,维生素D还有助于增强免疫系统。鸡蛋、多脂鱼以及牛奶和谷物等食品中都含有维生素D。阳光是另一个重要来源。在夏天,通常每周

2-3次,每次在手、脸和胳膊上晒5-15分钟就够了。在冬天,需要的时间更长一些。

## 高脂食物吃太多

油脂会阻碍白细胞与病菌的斗争。长期高脂肪饮食会破坏肠道中有助于免疫反应的细菌平衡。要选择不加糖的低脂奶制品,以及海鲜、火鸡和鸡肉等瘦肉蛋白,或者切去明显脂肪的瘦牛肉。

## 很少户外活动

阳光可以激发免疫系统中被称为T细胞的免疫细胞,帮助抵抗感染。户外活动还能带来其他好处,比如树林中的许多植物会产生植物杀菌剂和其他物质,呼吸到这些物质可能会增强免疫功能。

## 吸烟

香烟、咀嚼烟草或任何其他来源的尼古丁都会削弱人体抵抗病菌的能力。电子烟也会,而且,除尼古丁外,电子烟液体中的其他化学物质也会抑制

免疫反应。

## 过量饮酒

只要过量饮酒一次,就会使身体抵抗病菌的能力减弱长达24小时。长期过量饮酒会削弱身体的自我修复能力,从而增加患肝病、肺炎、肺结核和某些癌症等疾病的风险。

## 悲伤

有证据表明,悲伤,尤其是持续很长时间的悲伤,会抑制人体的免疫力。这种影响可能会持续6个月,如果悲伤很深或无法缓解,则可能会持续更长时间。

## 缺乏运动

经常进行有氧运动有助于人体抵抗由病毒和细菌引起的疾病,这是因为运动能帮助血液更有效地在体内流动,这意味着抗菌物质能到达它们需要到达的地方。

(来源:《北京青年报》)

