



一选手划着南瓜沿河顺流而下

南瓜还可以这样玩?!

划南瓜一直是一个季节性运动,近期随着一波渴望创造记录的选手加入这项运动,划南瓜又开始风靡起来。想成为划南瓜冠军要怎么做才行呢?

非正式世界纪录 近14小时划行42公里左右

今年10月,明尼苏达州的Rick Swenson划着一个400多公斤的南瓜从北达科他州的红河开启了划南瓜之旅。他原本计划乘坐南瓜行驶16公里,此前几乎没有划行的经验。在旅途中,他收到一条短信,得知了华盛顿的一个女子创造新纪录的消息,划行了近27公里,于是他迫不得已延长了自己的行程。乘坐一个挖空的南瓜划行了近14小时,行驶距离42公里左右,创下了乘坐南瓜划行最长距离的非正式世界纪录。



一选手展示自己为打破划南瓜记录而专门制作的T恤,T恤上印着“要划,要么死”的字样。



一选手划着一个南瓜,试图避开陶顿河中的一个浮筒。

不过,按照目前的形势,他也不知道自己的记录能够维持多久。“说不定这个周末就有人把我的记录打破了”,他说道。

斯温森将提交申请吉尼斯记录

在旅程中,划行者一般坐在挖空的南瓜里(有些是他们花了几个月的时间种出来的),一桨一桨地划向自己选择的目的地,通常速度最快不超过每小时3公里。Swenson今年春天开始栽种南瓜,这个南瓜每天

可长20余公斤,最终长到近500公斤。他在一家种子公司工作,以种植巨型南瓜为娱乐,偶尔还会把南瓜放到车里开出去展览,获取大家的关注。

“我最担心的是南瓜可能会像海绵一样吸水,最后沉入水中”,Swenson说道,划南瓜的诀窍是在水上保持好平衡。而一名来自华盛顿的女性划南瓜选手说:“整个旅程都是未知的,把一个南瓜放在水上划行,你无法知道究竟能否成功,但这份努力是值得的。”

今年9月,马萨诸塞州的Todd Sandstrum在陶顿河上划行了近13公里。一位吉尼斯工作人员表示,目前还没有人获得“乘坐南瓜划行最长距离”的记录头衔,吉尼斯官方处理相关证据至少需要12周时间。Swenson将于11月提交自己的申请。“我的目标是今年之内保持这个记录,估计明年就会有人创造新纪录了”,Swenson说道。

关于划南瓜

在这波划南瓜耐力测试运动风靡之前,南瓜主要被用作速度竞赛的“船舶”。

在加拿大的新斯科舍省,“温莎划南瓜竞赛”于1999年首次举办,主要由竞赛和接力赛组成。新英格兰和太平洋西北地区每年也会举办类似的水上活动。

根据吉尼斯记录,2013年,一个名为Dmitri Galitzine的英国人获得了“100米划南瓜竞赛”的最快记录,用时刚过2分钟。

对于渴望创造划南瓜距离记录的选手来说,南瓜的品种并不重要,无论是长颈南瓜还是冬南瓜都无所谓,但必须遵守规则:选手只能靠桨和南瓜划行,不能使用发动机,不能对南瓜做改装。可以使用记录位置坐标的仪器和拍摄照片、视频的设备。此外,Swenson还带了一组成员跟随他划行,还带了一些吵闹的陌生人作为见证者,这些也都是吉尼斯官方的要求。

在正式踏上旅程之前,选手们通常会在较小的水域里测试南瓜。在旅途中,选手们会遇到岩石、枯木等障碍,偶尔还会遭遇不规则水流的困扰。最坏的情况是,南瓜的底部可能会进水。

等待来亲吻

别在时光里,丢掉你的真

我们总是感叹时光是一把利刃,倒不是心疼那简单的一分一秒,而是那些消失在分分秒秒中的我们曾经珍视的自我。如果可以,希望我们仍能护住过往的纯真,别丢掉。

《别丢掉》

别丢掉

这一把过往的热情,
现在流水似的,
轻轻

在幽冷的山泉底,

在黑夜,在松林,

叹息似的渺茫,

你仍要保存着那真!

一样是明月,

一样是隔山灯火,

满天的星,只有人不见,

梦似的挂起,

你向黑夜要回

那一句话——你仍得相信

山谷中留着

有那回音!

作者简介:林徽因,著名建筑师、诗人、作家,虽然很多时候,人们想起林徽因,更多的会把她和徐志摩、梁思成的情感故事连上线,但是,能写出如此美丽诗句的女子,是不需要借助男人来被世人记住的。

每日一图

我要搭顺风车



加拿大的瓦布斯克国家公园是世界上最大的北极熊哺育洞穴地区,摄影师Daisy Gilardini拍到了让人忍俊不禁的一幕。“2015年2月,我前往瓦布斯克国家公园拍摄新出生的北极熊第一次走出洞穴的画面。在零下40°C到零下45°C的环境里等了几天后,我们终于发现一只母熊带着两只幼崽,其中一只挂在妈妈的屁股上,强烈要求搭顺风车。”

摄影: Daisy Gilardinil

干了这碗“鸡汤”,就算没男友寒冷秋季也能取暖

寒风瑟瑟的秋季,每当夜晚一个人加班之后孤独地走在路上的时候,看到身旁卿卿我我的情侣都觉得心里像被刺了一万次一样的难过……再加上这寒冷的季节,莫名的忧伤自然就光顾了!与其看着别人家满处秀恩爱打得火热,不如自己亲自动手,干了这碗“鸡汤”也能取暖。先来教你制作一个鸡肉汤,对于肉食主义者来说绝对不能错过!话不多说,先来教你制作方法!

西西里鸡肉汤

先准备好鸡肉、胡萝卜片、土豆丁、青椒块、香芹块、洋葱末和菜叶末。

把鸡肉煮熟,用叉子将其划成丝状。将意面放入锅中,再把事先准备好的食材放入锅中并且加入鸡汤。

煮上20分钟即可,出锅后加入少许黑胡椒味道更好!

聊心机

社交恐惧症是病 最好的药在这里

社交恐惧症又名社交焦虑症,是一种对任何社交或公开场合感到强烈恐惧或忧虑的精神疾病。在跟人进行交际的时候,你是否有一种不敢面对他人的感觉,就连说话时都不敢看对方的眼睛,告诉你,你很有可能患了社交恐惧症。

可以通过以下三点检测:

一、会因为害怕在别人面前觉得害羞或不好意思而不和他人说话或不愿意做某些事情。

二、不愿意成为别人注意的焦点。

三、你害怕别人觉得你愚笨或担心看起来很差。

如果以上三点中你有两点的情形的话,就有可能患了社交恐惧症;如果这些情形已经让你想躲在家里,不愿意和任何陌生人接触,你可能就需要接受咨询或

治疗了。

如果已经确定自己确实是患了社交恐惧症,那如何才能有效治疗呢?

1. 社交情景的模拟演练,或许你认为这样做很傻,但为了克服社交恐惧症,平日应多创造与他人交流的机会,进行演练,久而久之,效果会很明显。

2. 眼睛是心灵的窗户,在与人沟通交流时,眼神的交流有时比语言更重要。

3. 平时多对着镜子微笑,树立起对自己的信心。

4. 远离那些消极的朋友,多和积极阳光的人在一起,也会让你远离社交恐惧症。

5. 不用太在意自己的紧张反应,由于紧张得不到注意和强化,紧张反应就会随着时间的推移而逐渐消退。

