

书香沁人心脾 悅读精彩人生

# 格致书院

第181期

山西省科普作家协会 合办

## K 书虫故事

## 读书,把自己弄得好一点

我叫刘诗利,家住河南濮阳,农忙时在家种地,不忙的时候进城打工赚点钱。前些天收完麦子,我就到了北京,在马驹桥附近找活儿干。早上5时后,活儿多一些,7时以后就不好找了。绑钢筋、打混凝土、砌墙、凿地面,这些活儿我都干。没活儿或者下了工,我就到西单的北京图书大厦看看书。每次翻开书,都有一种轻松愉快的感觉,一次待上七八个小时,感觉不赖!

没想到,我在北京图书大厦听陈行甲新书分享会的视频火了。以前听说过陈行甲老师,现场看到海报,我就过去了。结果被编辑拍下视频,上传到网上,陈行甲老师现场还送给我他的签名书。我很兴奋,也觉得幸运。

视频在网上火了以后,有网友给我留言:“泼天的流量来了,你要珍惜。”我在想,自己为啥火了?像我这样喜欢去书店的人也很多,可能还是因为外貌上跟“读书人”有些反差,吸引了网友。大家关注这个事,说明大家对读书和知识是很重视的,都希望通过读书来提升自己,这真是好事!

读书,把自己弄得好一点,很多人都是这样子的。现在大家工作都很忙,好像很难抽出时间读书。但人是有一定主动性的,真想读的话,总能抽出时间。现在不光有纸质书,还有手机里的书、新闻、短视频,都能获得知识。像电焊、砌墙,工友们都可以查书、查视频,怎么量长度、怎么切、怎么绑,清楚得很。读书,提高了水平,才能把事情做好。

我今年58岁,孩子也要娶媳妇了。生活上他们能照顾自己,我的压力小多了。不过,活儿得干,还是有个事儿干着好。读书也“中”,不光能获取信息,还能休息放松,让人心情好嘞!

刘诗利

## K 读书之道

## 阅读是静水流深

人们关注的热点一定是有变化的,海面上的浪潮不断在涌动、在变化,这个浪头打过来,那个浪头就下去了。我觉得大众对阅读的热情,大多数时候是潜在海面之下的,而人们始终有一种对阅读、对文化的热爱,在海面之下静默不语,到了特定的时候,因为特定的原因,那个浪头来了,这种热爱和热情就被带出来,但它不会永远在潮头。

时代不同了,这个时代有太过丰富的信息来源,有太过丰富的娱乐方式、文化消费方式,所以对于今天的我们来说,阅读只可能是成百上千种消遣方式中的一种而已,大众的文化热情必然会分流。

互联网时代,电子产品对人们的生活方式、行为,已经产生了深层架构层面的影响。这种路径依赖性的控制,普通人是很难去跟它抗争的。试想想,今天的人们能离得开手机吗?在这种影响之下,纸质阅读是一个偏式微的趋势。但是,就像本文开头所写——在那片静默的大海深处,它是静默的,但它是一直存在的。

任何时候,我觉得阅读,尤其是纸质阅读,带给人们的那种宁静、那种抚慰、那种愉悦、那种深沉,是其他娱乐方式很难替代的。有点近似于参禅,或者茶道,它甚至更像是一种修行,它所能带给人们的这种独特感受,一定是有需要的。这个世界越是繁华和喧闹,人们越需要沉静、需要孤独。阅读是向内走,走向内心的。这个世界越外在,人们越需要内在的滋养,所以阅读的需求永远在那儿。

李潘

## K 阅读经典

## 疾病如何“塑造”文明

■ 张田勘

状况,如横跨欧、亚、非、美的疾病图谱,可以展现疾病传播与文明交流的深层关联。最后,人类在创造丰富的物质财富并让生活变得更为舒适和富足后,癌症、糖尿病等“文明病”也逐渐流行,凸显了工业化、城市化时代疾病与文明之间错综复杂的关系。

书中援引恩格斯《英国工人阶级状况》中的描述:1840年,英国利物浦的贵族、自由职业者等上等阶层的平均寿命是35岁,商人和水平较高的手工业者是22岁,工人、短工和一般雇佣劳动者只有15岁。

## 结核病的流行与遏制

结核病最能体现文明与疾病的复杂关系,这一古老的疾病在工业革命的催化下,成为影响人们健康和寿命的严重疾病。

结核病是结核杆菌引发的疾病,公元前5000年前后的史前时期人的骨化石中就有结核病的痕迹,在古埃及第二十一王朝(公元前1000年前后)的木乃伊身上也发现了脊柱结核。印度古文献中有佛陀时代关于结核病的记载,中国隋代的医书中也有推断为结核病的记载。

文艺复兴时期,意大利率先进入城市化,在工业化和城市化的推进下,意大利和欧洲的结核病发病率不断上升。该病逐渐成为一种常见病,并且通过文艺作品记载和体现出来。意大利画家波提切利的名画《维纳斯的诞生》中的模特是西蒙内塔·韦斯普奇,于16岁时尚未消瘦,人们看到画中的维纳斯有严重的溜肩、细长的脖颈、凹陷的脸颊,实际这些都是结核病的表征。

而且,结核病首先在上流社会流行,被称为“国王病”,当时有一种针对结核性颈部淋巴结炎的被称为“御触”的迷信疗法。1533年,英国都铎王朝的爱德华六世因罹患结核病去世,年仅25岁。法国路易十五宠爱的情妇蓬巴杜夫人、拿破仑之子莱希·施塔德公爵都死于结核病。在圣赫勒拿岛上对拿破仑的尸检也证实其左肺有个穿孔,疑为肺结核。

这些人要么尊养处优,要么有着较好的生活工作条件,为何会患结核病?原因在于,上流阶层在封闭的城堡、宫廷内进行的沙龙舞会等群体社交生活,适合于结核病的传播和蔓延。不过,这些人的患病只是结核病的前史,19世纪工业革命才让结核病走到历史舞台中央,表现为结核病的发展与工业革命并驾齐驱。

工业革命让大量农村人口进入城市打工,但是令人窒息的工厂、潮湿的工地、苛

刻的工作、肮脏拥挤的居住环境和营养不良的饮食,让工人对结核杆菌的传播毫无抵抗之力。结核病的温床不只是繁重的劳动、不洁的居住环境和粗劣的食物,还有巨大的心理压力。过去他们过惯了虽然贫困但还算舒服的乡村生活,到了城市,满眼都是劳苦、肮脏和绝望,尽管能多挣一些钱,但生理和心理积攒了巨大压力,加上与本来就有结核病的一些城市居民接触,这使他们的身体成为结核病传播的温床。

因此,在城市化和工业化之下,结核病在工人群体中迅速蔓延,发展成19世纪西欧社会最严重的致死性疾病。

1865年法国医生维勒明通过实验发现人的结核病可以传染给兔子,1882年科赫分离出结核杆菌,证明结核病是一种典型的传染病。于是,防治传染病的文明兴起,公共卫生的名词出现,《劳动法》《工厂法》《公共卫生法》等一系列法律出台,政府主导铺设新的下水道、修整街道,贫民窟随之减少,社会流弊一个个被革除,结核病和其他疾病也得到遏制。这些都体现出了疾病与文明互为因果的关系。

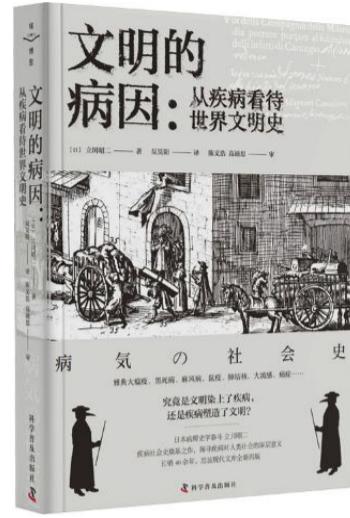
## 卫生政策与疾病传播

另一种极易传播的疾病——霍乱让人们意识到卫生政策问题。

霍乱是由霍乱弧菌感染引起的急性消化系统传染病,霍乱弧菌经口进入人体,随粪便排到环境中,再经过饮水和食物进入人体,进行人际传播。1817年~1823年的霍乱在印度发生并传播到世界各地,后来有6次世界大流行,人们采用隔离来应对,然而也引发了暴乱和抗争。

日本的情况极为典型。日本历史上发生霍乱时,把病人送到隔离病房进行隔离。但出现了警员借着消毒、隔离的名义不分青红皂白闯进百姓家里胡作非为,以及禁止贩卖食物导致物价飞涨等情况,针对霍乱防疫的抗议运动逐渐升级为暴动事件,日本后世称为“霍乱一揆”(一揆意为民乱)。1879年,明治十二年的霍乱大疫情时期,霍乱一揆在日本各地频发,一年竟有24次。

梅毒在跨国传播和文明交流中也很突出,书中对其传播做了详尽分析,同时做了一个简洁而意味深长的归纳:梅毒从美洲传到欧洲,欧洲又把清教徒送到美洲殖民,某种意义上也算是“礼尚往来”了。其中的深意,也许要通过1620年“五月花号”移民北美并建立美利坚合众国来理解。



《文明的病因:从疾病看待世界文明史》, [日]立川昭二著,吴昊阳译,科学普及出版社2025年3月出版

疾病对于个人来说是生死大事,对于社会来说,也是“文明”的大事,文明“创造”了疾病,疾病又反过来“塑造”了文明。这是日本病理史学者立川昭二在其著作《文明的病因:从疾病看待世界文明史》中提出的主要观点。

作者论证的事实基础是,人类历史上的麻风病、瘟疫、梅毒、肺结核、大流感、霍乱、癌症等,既是影响全球的大灾难,又是全球历史的转折点,并对所处的国家和时代产生了重大影响,因此必然会催化和塑造世界文明。

## 疾病与文明错综复杂的关系

如果说文明是人类所创造的物质和精神财富的总和,以及人们普遍认同的人与人、人与社会、人与自然之间的关系准则,那么人类在经历疾病、研究疾病、防治疾病等方面也体现了对文明的塑造和推动。

本书提到疾病与文明的关系有几种。

首先,对疾病的认知可以获得防治的有效方式和技术,从而挽救生命,促进健康和延长寿命,这也是文明的基本要义之一。

其次,通过制定疾病的防治策略和手段,可以反思哪些方法更有利尊重人权和促进社会和谐与进步。再次,通过梳理历史的纵向关系和观察各种文明在疾病大流行时的

变化,可以更好地理解文明的塑造和推动。

## 热爱可抵岁月漫长

——读武江波散文集《涂川寄情》有感

作家罗曼·罗兰说:人最可贵之处在于看透生活的本质后,依然热爱生活。而从《涂川寄情》作者武江波身上,正体现了这种执着与热爱。

熟悉的人都知道,年过七旬的武江波曾在政府部门任职,退休后投身文化事业,担任晋中文促会主办的《文化晋中》杂志主编。干一行爱一行,精力充沛的他从此将编稿、写稿当作他的主业。

十数年光阴,他从自小生活的榆次出发,写身边熟悉的人和事,点滴之中寻找乐趣,为地域研究留下了不少文史资料,展开了一幅晋商故里的风情画卷。

作为晋中中华文化促进会的常务副主席、秘书长,武江波常常出现在晋中乃至山西的各种文化活动中,不时充当组织者和主持人,他总是精神抖擞、不知疲倦,常常自己开车前往,谁能想到一个年逾古稀、身患重病的老者思维活跃、谈吐自如,出手很快、创作频频。

榆次,古称涂水、魏榆、中都等。涂川即榆次古称,无疑,作为《榆次往事》的姊妹篇,《涂川寄情》也延续了《榆次往事》的体例,书中内容也纳入晋川历历、芳草萋萋和往事悠悠三个篇章。

他写的是榆次之历史人文,却不限于写榆次,写晋东南、写晋南,写身边熟悉的人,也写一面之缘的人,他身上少有老年人的偏执,少有为官者的傲慢,更没有对地域历史研究的狭隘思想……

许多“老干体”的写作者常常以回忆录为主,描述过往事件时难以做到客观公正,缺少起码的反思精神和自省能力。不是公允地思考那时那地的历史条件和思想局限,而是一味夸张自身或贬低他人,难免会有失偏颇、引发争论,失去写作的意义。还有一些民间历史爱好者,抱着狭隘

的历史观,对地域文化研究时以偏概全、一叶障目、夸大其实、不求甚解,结果自然是一家之言、漏洞百出,陷入自娱自乐的文字游戏中。

历史是由人书写,受到时代和风潮影响,后来者无法完全看清真相,只能在历史遗存和典籍中抽丝剥茧,根据蛛丝马迹,梳理判断印证思考,方能接近真相、厘清关系。民间热心历史的研究者应当心存敬畏、站位高远,面对自己眼前的真相,应当多问几个为什么,多存疑、多求证,以严谨谦卑态度,以宽容豁达心态,负责任地、真诚地去书写和记录。

诚然,我们当下的生活也是历史的一部分。和武江波一样众多写作者的作品,也是地域文化的一部分,是后来者研究的重要文献资料。比如,《拔开迷雾定故城》一文,作者从山西大学讲师段彬的一次历史讲座写起,文中娓娓道来,总结听讲座的心得,把榆次城的来龙去脉写个清楚明白;面对90后的青年才俊,武江波谦逊认真,不摆架子,这是他的为人修养,亦是他的为文之道。《情洒八岭山寨》《桥头村往昔与今日》《后沟春深》等文章,都如一张张画满高地沟壑的图纸,拼凑出榆次不同层面的面貌和轮廓。

《涂川寄情》书中,人物通讯的篇幅较多,有诗人作家,有寻常草根,有老友新朋,有书评小记,有感悟思念。林林总总,包罗万象,从繁杂众多的人物事件中,仿佛可以大约看清作者的人际交往、生活场景、脾气性情,一个生动的、包容的、涉猎丰富的人,不以老幼而论,不以男女为界,不以贫富区分,能够看到一个水一般流动自在、水一般清澈豁达的个体。这本书是个体生命的体验,是个体对生活的全情投入,是对世界无限的爱的写照。

爱出者爱返,福来者福往。一个爱生活、爱身边人的人,必定会被人爱、被人看到他的光芒。在三个篇章之外,《涂川寄情》末尾,专门列了文友雅评、诗文友赠两个附录。二三十篇评论、诗文是对作者前一本书《榆次往事》的评价,也是对作者为人文学的致敬。

我给《榆次往事》写的书评《写给岁月的一封长信》忝列首篇。3年过去了,仍记忆深刻,那是一封写给岁月的长信,洋洋洒洒30万言,能读到作者对生活的爱,能读到他的神情眷恋,能感受到他用情至深,满腔热忱。一段岁月被他不遗余力,写成了可以参考的地方文献,写成了家乡地貌风物的小集,写成了文化人的情怀、一个老人坚韧而勤奋的风骨。

再次捧读他的《榆次往事》姊妹篇《涂川寄情》,内心五味杂陈、百感交集。身边不乏勤奋写作的人,不乏为文学痴迷到老人,而与身染重病的武江波而言,他却是用心血在创作,与生命在赛跑。

生而为人,总有烦恼和不如意,生老病死,欢喜苦痛如同命运的绳索无法挣脱,但既然如此,何不顺其自然,何不坦然接纳,以热爱之心,去过好当下每一天,爱好每一刻,和喜欢的人在一起,做喜欢的事情,日子便是好日子,人生便无所惧。

我想,以作者的良好心态和超强生命力,下一部书或可取名《榆记忆》吧。期待他持续发力,著书立说,书名或会改变,但本质上,他一直写的是自己的生活,遇到的人和事情,追忆到的过往和热爱。生命原本可以这样,以热爱的样子去过,平凡但足以动人。

热爱,可抵岁月漫长。诚哉斯言!

周俊芳

## K 格致书架



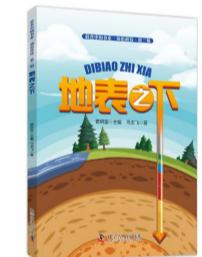
《种下一颗光:一起面对辅助生殖治疗中的那些难题》,唐荣欣著,浙江科学技术出版社2025年6月出版

本书是生殖科医生助孕手记,也是直击不孕不育难题的医学科普书,更是关于生命、希望与爱的暖心记录。作者有30年临床经验,她将专业的医学知识融入动人的叙事中,记录了20多个试管婴儿助孕的真实故事。本书特邀插画师绘制全彩治愈系插画,为读者带来安慰、勇气和力量。



《天宫之镜:月球启示录》, [美]丽贝卡·博伊尔著,李桂杨译,南方出版社2025年5月出版

本书深入剖析了地球与月球的物理关系及其生物学影响,拉开了地月关系的壮阔帷幕,揭示了月球对人类自身的塑造力量,并精辟诠释了月球在人类自我认知长河中所扮演的文化角色。它让我们凝视环形山中的岁月刻痕,见证人类叩问苍穹的永恒浪漫。



《地表之下》,翟明国主编,马志飞著,科学普及出版社2025年8月出版

书中涵盖地球结构、地质探测方法、各国深地探测计划、地球深部探测的应用等,通过循序渐进的方式,从基础认知到技术方法再到实际应用,让读者逐步理解复杂的地质知识。同时通过大量实际案例,整合国内外前沿科技信息,形成全面且有条理的知识体系,帮助读者构建对地球深部探测的完整认知。



《听上去简单却很难回答的问题》,胡军霞著,北京日报出版社2019年1月出版

这是一本用趣味科普破解生活谜题的书。作者精选“猴子能否超光速穿越时空”“菠萝为何‘咬’人”等看似日常却充满科学玄机的问题,以“问题+故事+原理”的框架,结合数学、物理、生物和心理学知识,配以原创插图与幽默对话,展开跨界解析。



《直面临终时刻:医院安宁疗护中的妥协与调和》,陆杰华、戚政烨著,上海人民出版社2025年6月出版

本书作者深入中国医院安宁疗护一线,通过大量深度访谈、参与式观察和细腻的个案分析,生动呈现了患者、家属与医护人员共同面临的复杂困境,也深刻揭示了安宁疗护在中医语境下的独特困难:它常常处于医疗体系的边缘,资源的匮乏、传统死亡观念的忌讳、家庭决策模式的复杂性,以及制度保障的不完善,共同构成了推广的阻力。