

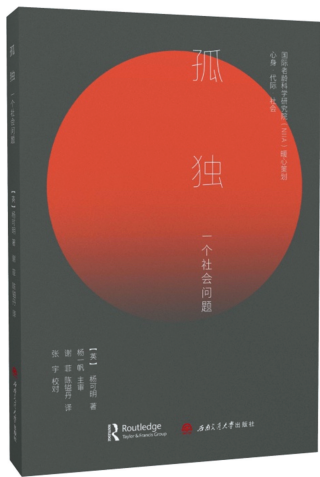
如何化解孤独感？ “孤独”专著给你答案

孤独，是一个心理状态，也是社会现象。关于孤独的文学阐述或者倾诉文章，并不少见。但是用社会学的学术研究方法，以调查数据为支撑，将“孤独”作为一个社会问题，较为科学地、全面地进行分析的著作却比较罕见。

近日，由国际老龄科学研究院策划，哥伦比亚大学社会学博士、杜伦大学社会学副教授杨可明写的《孤独：一个社会问题》，由西南交通大学出版社引进出版。这本书运用科学的方法，对孤独这个概念的准确含义、产生的原因、不同群体孤独的表现进行了探讨，并提供孤独的自我治愈和他人治愈的方法，可称之为了一本“孤独”专著。

全书带着温情辨析孤独

该书作者杨可明从孤独的定义切入，在权威数据调查和分析的基础上，先后论述了不同个体（老年、青少年）的孤独、社会性孤独、不同群体的孤



《孤独：一个社会问题》

独、不同阶层的孤独等孤独现象。书中探讨的很多问题，可以延伸至政治哲学、伦理学、心理学等相关领域，具有较强的开放性。书在结尾部分，还给出了化解或应对孤独问题的方式，使得全书在保有学术性的前提下，带着浓浓的温情。

孤独是否是一个问题？孤独是什么？孤独有多盛行？作者分析这些问题后指出，关于孤独的社会研究不足，孤独也并非只是老年群体的问题，孤独也包括家庭中的孤独，霸凌与儿童中的孤独，排外、歧视和在成年人中的孤独，移民群体的孤独……作者还辨析了独自一人、孤独和独处的区别和联系。

为每个“孤独”的人而写

杨可明在书中透露，这本关于孤独的书，内容与他亲身经历也有关系。在他记忆中，从小学开始，孤独感就如一位常客出现在生活中，并且孤独的频率、持续时长、强度毫无规律可言。尽管可能没有刻意使用“孤独”这一词去描述特定时刻的此类感受，但是，“孤独的确实笼罩在放学时没有其他孩子和我一起嬉闹着回家，回家后发现屋里空无一人，课堂上只有我一个人能答上非常烧脑的问题，没有人和我持相同意见，以及从一个国家

漂泊到另一个国家，申请工作被拒的时候，或是觉得全世界都不理解自己的时候……孤独的清单，我可以无止境地列下去。”

纵然感到孤独带来的痛苦，但此前杨可明未将其视为一个严肃的问题。直到攻读社会学专业后受到启发，方知研究者有义务从整个社会的角度和利益出发研究这些经验和感受。尤其是当他了解到黛安娜王妃、伯特兰·罗素等名人都非常孤独、至少有时非常孤独时，他开始意识到孤独不是个人或者自己的小问题。“我发现，在这世界，成百上千万的人都有着孤独的感觉，这种感觉弥漫在留学生、照顾宝宝的母亲、包括那些独居或是住在养老院的老人中。个人经验确实直接地帮助我解决了一些问题，但这书的内容在很多方面都超过了上述提及的范围，此书也是为了每一个孤独的人和每一位关心他的人而写。”

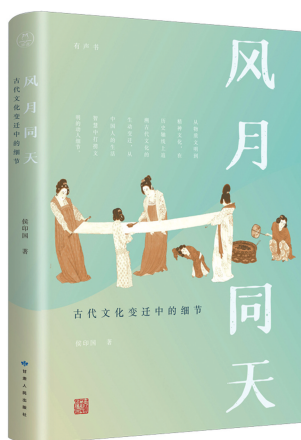
封面新闻记者 张杰

《风月同天》揭示文明的动人细节

中华文明的起源，并非一地一端，而是“八方雄起”，这些如群星一样的文明，经过交融合流，最终都依附于同一个主流，形成我们独特的文明。

中华文化漫长的演变过程经历着纵横两个尺度的文化交融，横向是各类外来思潮的影响，甘肃人民出版社出版的《风月同天：古代文化变迁中的细节》一书，将关注的重点瞄准中华文化纵向演变的历程，即中国古代文化变迁中的文化融合与碰撞问题，从物质文明到精神文化，在一条历史轴线上追溯古代文化的生动变迁，从中国人的生活智慧中打捞文明的动人细节。

该书涉及的主题，包括与人们生活相关的饮食（火锅、月饼、螃蟹）、服饰（秋裤）、社会生活（厕所、垃圾、快递、追星、阅兵、抗疫）到节庆（春节、清



《风月同天：古代文化变迁中的细节》

明节）、习俗、信仰（灶神、哪吒、玉兔）等。不同于那种宏大的叙事，作者着眼于古人的生活日常，选择从文化变

迁的细节来观照历史，这种边缘文化史，为思考当下社会文化碰撞提供了一个别样的切口。

该书作者侯印国是一位严谨的文化学者，主要从事文献学和文化传播学的教学和研究，出版有《清代私家书目研究》等文献学、文化传播学专著，另有整理和主编的著作《东京梦华录》、教材《国学通识》等，曾获中国古文献学奖一等奖、中国目录学会优秀论文奖等国内外学术大奖，在《扬子晚报》等媒体开设有学术随笔专栏《侯教授的文化简史》。

翻开《风月同天：古代文化变迁中的细节》，在轻松阅读中，可以学到有趣又生动的历史冷知识，了解到与人们日常生活息息相关的饮食、服饰、节庆风俗、休闲娱乐等背后的历史变迁

与文化拓展。此外，书中搭配了百余张高清图，图文相映，随书附赠配乐有声书，听读随心。

该书虽落笔于一些古代生活的小细节，但作家安意如认为，“它并不是琐细的，相反，它根脉深长，世人难以尽窥玄妙，喝破本来面目。生活是文化的承载，文化是生活的根源，两者如花照水，如水映月，皆可归于中华文化本身的山川异域，风月同天。”

“《风月同天》是一本足可玩味的时光指南。”浙江大学教授杜骏飞说，“它讲述的是古人的衣食住行、日常生活、风俗仪式，却令读者感到心灵旅行的意义。我一直以为，‘风月同天’，远不只是‘山川异域’里的关怀，更是人的精神能‘来往千载’的证明。”

封面新闻记者 王卉

这本《史记》告别晦涩难懂

“以铜为镜，可以正衣冠；以人为镜，可以明得失；以史为镜，可以知兴替。知道我们的生命缘起何处，知道我们的脚步迈向何方。‘炎黄子孙’这个名字千年不改，万年不变！”央视大型文化类节目《典籍里的中国》中的这段话，回答了这样一个问题：人为什么要读《史记》？

有人说，读懂《史记》，也就读懂了人性。有人说，不读《史记》百三篇，阅尽群书也枉然。也有人说《史记》是一部“错题集”，能帮你找到人生成功的路径，从小学习《史记》，会从中学到大智慧。为此，针对青少年群体，广东人民出版社推出了《史记·青少年版》丛书。

语文考试中很多文言文阅读题、材料解析题，都出自《史记》。比如小



《史记·青少年版》

学课文《将相和》《田忌赛马》《西门豹治邺》，初高中教材中的《管鲍之交》

《周亚夫军细柳》《陈涉世家》《鸿门宴》等。《史记》深受高考出题者的青睐。从1952年开始，每年高考必考的知识点中都含有《史记》的内容。

就是这样一部杰作，却让很多人望而却步，因为《史记》原文晦涩难懂。《史记·青少年版》，则解决了这个难题。

首先，由青年历史学者把关，还原《史记》原貌。这套共八本的丛书，是由著名青年历史学者、南开大学历史学院副院长王昊教授和历史学博士、天津社会科学院副研究员王建明教授共同编著，参考权威版本，吸收最新研究成果，对原文的通假字及不当简化的字词，都附注了对应的通行字；生僻字注音，配备注释解析及故事相关典故、人物延展，可以轻松无

障碍阅读。

其次，这套书中包含了近百张蕴含古风古韵的历史图片，如周文王像、项羽像、孔子杏坛讲学图、信陵君战退秦师图等；包含百余位著名历史人物的故事，如武王伐纣、霸王自刎乌江、陈胜吴广起义、张骞凿空西域等；包含200余个知识点，覆盖了中小学语文教材，囊括了文言文常考篇目，并选择近几年阅读理解习题中频繁出现的典型篇章加以解读。

当然，读《史记》并不仅仅是为了应付考试。因为历史是人们参透人情的一盏灯塔。以《史记》看世俗人心，三千年未曾大变。读历史人物、故事，就是洞悉世事、通晓人情的一条捷径。

封面新闻记者 王卉 图据出版社