



人到中年笑看烦心事  
警惕套路拒绝冷暴力

晓 渔

《可怕的中年》



[英]贾森·黑兹利, 乔尔·莫里斯著 晏向阳译  
中信出版社

人到中年，上有老下有小，正是压力山大之时。中  
外似乎皆如此。这套由10本小册子组成的《可怕的中  
年》，正是从多侧面展现英国人眼中成年人生活的  
挣扎与无奈。其别具特色之处在于采用英式幽默来诠释  
成年人的世界。将成年人世界中看似鸡毛蒜皮的琐碎  
之事汇总起来，分别形成“如何搞砸约会”“如何假  
装没喝醉”“如何假装年轻”“如何假装好丈夫”“如何假  
装好妻子”“如何假装小众”“如何假装超脱”“如何躲  
掉烦心事”“如何假装好爸爸”“如何假装好妈妈”的小  
册子。

作者假想让20世纪战后英国普通家庭成员穿越  
到如今科技发达的21世纪，用更为单纯的眼光看待  
当下生活中诸多“怪象”。书中用特有的英式幽默调侃  
甚至讥讽成年世界的各种现实与纠结，看过之后不  
禁笑中带泪。插图均为有着百年历史的企鹅经典童  
书插图。

《隐性逻辑：教你快速切换思考方式》



[德]卡尔·诺顿著 张帆译  
九州出版社

在这个快节奏时代，很多人因缺乏套路而苦恼。  
为什么薪水涨了，依然要跳槽？为什么对象劈腿，却  
不选择分手？为什么经验越多，选择越困难？为什么聪明  
的大脑更易被套路？为什么我们如此相信小概率事件？

然而，比缺乏套路更糟糕的是迷信套路。很多人  
发现某种方法有效，就一窝蜂去模仿，而不是去思  
考方法背后的逻辑。本书是一本帮你搞懂各种套路  
背后逻辑的书。当一个人思考时，大脑通常采用熟悉  
的思考模本，并且很可能掉入思维陷阱之中。只有了  
解自己大脑思考的工作原理，以及熟悉各种思维陷阱，  
并正确运用思维工具，才可能正确和有效地进行思  
考。书中涵盖大量更优思维案例和解决方案，可  
帮助读者在关键时刻正确思考，做出更好的判断和  
选择。

《自由与爱之地：以色列记》



云也退著  
浙江大学出版社

这是一个对犹太文化情有独钟的自由作家记录的  
一趟31天非典型旅行。作者进入以色列基布兹农庄，  
与当地一人一起种地开荒，修舍砌墙，共同生活，甚至还  
取了以色列名字。

全书带着对以色列的阅读上路，记录下的不只是小  
村庄中的衣食起居，更是美妙的心灵旅程。作者在书中  
幽默地描绘与当地人一起的日常生活场景，包括采椰枣、  
葡萄、砌墙、修房子，还有随性的安息日集体舞蹈和  
灵性的羊奶交响曲，以及就地而坐的集体冥想仪式。  
值得关注的是，还将日常所见所闻，与历史和文学文本相  
对照，折射出以色列独特的人文。最终向读者传达出一种  
感悟：这里的土地既贫瘠又充满生机，这里的歷史既雄健又充满尴尬，这里的人既顽固又充满革新精神。

《冷暴力》



[法]玛丽·弗朗斯·伊里戈扬著 顾淑馨译  
后浪 | 江西人民出版社

这本新引入国内的图书是法国心理学家与被害人  
学专家伊里戈扬的代表作。书中首次提出“精神虐待”  
概念，指出精神虐待广泛存在于婚姻、家庭和职场中，  
施虐者披着亲密关系的外衣，通过拒绝直接沟通、言语  
歪曲、嘲笑、轻蔑、讽刺、否定人格等手段，欺凌、控制受  
虐者，摧毁其自尊，改变其思维方式，使这种关系持续。  
这类冷暴力现象不如身体暴力明显，只会让受虐者有  
苦说不出，一味检讨是不是自己做错了什么。

本书意在指导受虐者认清自己的处境，跳出这一  
恶性循环。

宋 庄

评论家丁晓原说，期待建构近30年中国报告文  
学的优秀作家有许多，但其作品真正具有文体史  
意义的或创作参与了文体建设的报告文学作家并不  
多。李鸣生是其中不可或缺的一位，他的写作对报告  
文学文体具有典型意义。

“报告文学最能体现现实主义精神”

李鸣生，曾写作《飞向太空港》《澳星风险发射》  
《走出地球村》《中国“长征号”》《远征三万六》《千古  
一梦》《发射将军》，被誉为“航天七部曲”。他用创作  
书写了新中国航天的历史。被业内誉为既是航天的  
壮美诗史，也是国史。

“报告文学最能体现现实主义精神”的一种创  
作，最能体现作家人格与良知、风骨与气质，同时也是  
最具风险的一种创作。在文学这个大家族中，几乎  
找不到任何一种文体能像报告文学这样最公开、最  
直接地面对社会的挑战，现实的挑战，同时也面对作  
家自身的挑战。”李鸣生说。

《李鸣生文集》选录了作者1990~2010年期间创  
作的主要作品，共16卷约600万字。每卷以出版时间  
先后为序：《飞向太空港》《战将徐海东》《澳星风  
险发射》《走出地球村》《远征三万六》《中国863》《中国  
机器人之父》《全球寻找“北京人”》《与大家聊天》《中  
国长征号》《震中在人心》《千古一梦》《发射将军》《后  
30多年的写作，如此持续长久地在航天领域挖  
掘一口深井，最大的收获是什么？

李鸣生说，一是获得新的看问题的角度，改变了  
自己过去仰望人生和世界的姿势。对待人生和世界，除了  
现实社会角度，还有自然科学角度。或者说不能只站在地上仰望，还可置身太空俯视。其  
好处是，既合乎人理，又顺天意，让人变得更理性，更  
清醒，也更坦然。二是科学家们淡泊名利、无畏权  
势、追求真理、超然物外的人生境界和特有的人格  
魅力及精神品格，让自己的灵魂和精神得到净化，  
获得升华。其三，李鸣生切身感到，作为自然之子  
的人，在宇宙面前实在是渺小至极。每当他的目光  
和思维伸向浩瀚宇宙，便会感到自然的规律带给人

地震时代》《谁是中国的上帝》《良知，作家的饭碗》。  
除两卷为中短篇纪实、小说集和随笔、文论集外，其  
余14卷均为非虚构纪实长卷。作品曾获三届鲁迅文  
学奖、三届国家“五个一工程”奖、三届全国优秀报告  
文学奖、《当代》文学奖、徐迟优秀报告文学奖等20  
余项。

李鸣生在年轻时曾深感体裁选择的痛苦与困  
惑。他写过话剧、诗歌、小说、影视剧本，后写报告文  
学，现在又想写别的，甚至有时妄想自创一种文体；  
但最终选择了报告文学。报告文学就是选择的艺术，  
选择本身就是作家思想、文化和审美眼光的体现。不  
同场合，李鸣生多次谈到自己与航天题材的缘分。

置身太空俯瞰世界的视角

30多年的写作，如此持续长久地在航天领域挖  
掘一口深井，最大的收获是什么？

李鸣生说，一是获得新的看问题的角度，改变了  
自己过去仰望人生和世界的姿势。对待人生和世界，除了  
现实社会角度，还有自然科学角度。或者说不能只站在地上仰望，还可置身太空俯视。其  
好处是，既合乎人理，又顺天意，让人变得更理性，更  
清醒，也更坦然。二是科学家们淡泊名利、无畏权  
势、追求真理、超然物外的人生境界和特有的人格  
魅力及精神品格，让自己的灵魂和精神得到净化，  
获得升华。其三，李鸣生切身感到，作为自然之子  
的人，在宇宙面前实在是渺小至极。每当他的目光  
和思维伸向浩瀚宇宙，便会感到自然的规律带给人

的震撼。

写了30多年报告文学，李鸣生几乎每部作品都  
有独特性，令人震撼。尤其7部航天题材力作，构成  
绝无仅有的航天系列。对文本应有的创新精神一直  
贯穿在其写作中。他试图希望自己每部作品都有所  
变化。考虑最多也最难的是写作的思维方式和理念  
问题，即面对航天这个全新题材，用一种什么样的思  
维去观照、审视，用什么样的艺术手法去挖掘、提  
炼与众不同的新主题。

李鸣生是继徐迟之后又一位关注高科技的报告  
文学作家。如果说徐迟的《地质之光》《哥德巴赫猜  
想》《生命之树长绿》是精致的诗，而李鸣生的《飞向  
太空港》《千古一梦》等作品则是一种史诗的创作。即  
便是《发射将军》这样的人物报告文学，也注意将个人  
史与国史在叙事上的有机融合，体现出别有意味的  
史性。

作品伟大源于思想伟大

李鸣生在写作中始终秉持“思想决定作品的高  
度和品质”。

文化学者勒希说过，知识分子是以思想为生活  
的人。其实报告文学某种意义上说，就是知识分子  
的作品。报告文学是最具思想风骨或者说最讲究  
思想的文学。“什么是思想？就是不断地提出问题  
和解答问题。作家如果停止了对历史与现实的质  
疑与发问，便停止了思想，也等于停止了生命”，他  
说，中国不缺作家，缺的是思想家，像鲁迅那样的

思想家。只有诞生了大思想家，才可能出现大作家。  
放眼古今中外，留下来的经典作品，作者无一不是大  
思想家，“因为思想的力量才是最伟大的，既可扭转乾坤，还能穿越时空。真正优秀的作家尤  
其是报告文学作家，首先应该是思想家；思想是报告  
文学能继续活下去的唯一理由，也是当今报告文学  
的救命稻草”。

李鸣生的作品之所以具有广泛影响力，不仅因  
为揭秘性，更在于视野宏阔，人物塑造生动，并与国  
家历史发展相呼应，具有感人至深的艺术魅力。“大  
题材、大视野、大构架、大叙事、大主题、大气象”，有  
评论以一连贯的“大”概括他的作品风格。那么，这些  
“大”来自什么？

李鸣生觉得，一是来自题材本身。比如中国航  
天，题材重大，题旨宏阔，内容丰富，穿越古今，横  
跨中外，是一部史诗性的大历史，属世界性题材。  
所以“航天七部曲”其实不限于航天，表达的主题  
和内容有较大的包容性，直接表现或间接折射的是  
中国的政治、军事、外交、科技、人文等重大矛盾与  
问题，事关民族乃至人类的昨天、今天和明天。这  
就决定了他必须把作品放在世界文化的背景下，放  
在远古、现在、未来的时间轴上，放在天、地、人的  
空间上来加以构建。唯有“大写”，方能完成。二是  
需要作者有大胸怀。作品大小与作家的眼光、胸  
怀、思想有关。当然这种大，不是形式上的大，也不是  
大而无当的大，更不是假大空的大，而是合情合理的大，有血有肉的大，实实在在的大，与作品长  
短和字数无关。

《青岛市全民阅读状况调查报告》首次发布

本报讯（记者杨明清）青岛全民阅读研究院近日  
首次发布《青岛市全民阅读状况调查报告》。此次调查  
由全民阅读研究院与中国新闻出版研究院国民阅读研究  
与促进中心联合开展，主要采取全市范围内入户问卷调  
查方式，采用四套问卷，对青岛市四个不同年龄段人群  
进行访问，其中18岁以下特别做了三个年龄段的划分。  
最终形成的样本可推及全市803.82万城乡居民。

报告显示，2016年青岛市成年居民的图书阅读率  
为62.7%，数字化阅读方式的接触率为80.7%；各媒介  
综合阅读率为89.0%，均高于全国平均水平。而其中，  
数字化阅读方式的接触率，较全国平均水平高出12.5  
个百分点，凸显出数字媒介迅猛发展带来的阅读方式转  
变。这些数字媒介包括网络在线阅读、手机阅读、电子  
阅读器阅读、光盘阅读、平板电脑阅读等不同载体，也  
从一个侧面反映了青岛人走在前列的数字化阅读水  
平。而通过对各类数字化阅读载体的接触情况分析  
还发现：2016年青岛市成年居民中，有80.2%的人接触  
过网络在线阅读，比全国平均数高出24.9个百分点。

“公益电子阅览室”在青海启动

本报讯（记者邢生祥 通讯员马忠）近日，由中国  
志愿服务基金会委托青海回族撒拉族救助会承办、爱心  
人士王远之先生捐助的“公益电子阅览室”项目在青  
海省海东市循化县积石镇新建村金星留守儿童学校启动。

据介绍，该项目总投资18万元，配套安装30台品  
牌台式电脑，配套电脑桌椅30套及相关配套设施。相  
关负责人表示，该项目的实施将进一步提升该校教育  
与教学硬件水平，极大丰富和改善学校师生特别是留  
守儿童的精神文化生活。

《中国通史》大字本新书发行

本报讯（记者杨召奎）日前，由华夏出版社主办的  
“汲取治国理政的历史智慧高端论坛暨中国通史大字  
本新书发布会”在北京举行。

据介绍，五卷本《中国通史》大字本的前身精装本  
于2016年5月面世，由中国社会科学院历史研究所撰  
稿，荣获第四届中国出版政府奖提名奖，入选2016年  
度国家新闻出版广电总局大众喜爱的50种图书。

一年来，华夏出版社和安徽教育出版社陆续收到  
出版《中国通史》大字本的呼声。为此，两家出版社特地  
为广大机关干部、事业单位和社会团体推出开本更大、  
价格更低、更适合阅读的大字平装本。该版本出版之  
前，积极接受学者和读者的宝贵意见，对个别地方进行  
了修订，增加了中国历史大事年表。

浪漫的相遇

——读帕蒂古丽系列散文集有感

初次知晓作家帕蒂古丽源于第十一届少数民族  
文学骏马奖，她的散文集《神秘的故乡》深深地吸引  
了我。作者以一个长期生活在江南的维吾尔族人视  
角回望故土，用自己的亲身经历诉说着民族的神秘、  
爱与痛，美丽而揪心。

缘分向来是神秘而又不可捉摸的，今年三月我  
前往宁波采访城市少数民族工作，竟然在宁波余姚  
跟这位巅峰锋芒的文坛新锐有了一面之缘。

未见之前，我对帕蒂古丽极其好奇，好奇这位身上  
有着多民族文化烙印的女子如何确认和寻找自己的精  
神家园。

古丽的老家大梁坡是个多元民族共居的村庄。她  
父亲是来自新疆喀什的维吾尔族，母亲是来自甘肃  
天水的汉族，近邻多是哈萨克族，而她自幼读的则是  
汉族学校，自小在多语言环境下长大，1996年后便  
与丈夫一起回到他位于南方的老家宁波余姚。

在她的散文《大梁坡的气味》里，我发现了一些很  
有意思的生活景象。比如来自江苏太湖之滨的南方人  
蒋氏夫妇，硬是用南方人酷爱的鱼腥改造了大西北的  
羊膻。原来到处飘着羊膻味的大梁坡，一下子就变成了  
羊膻味和鱼腥味混合的村庄。诸如这样的例子还有很  
多，古丽将一个偏僻贫瘠却友善和谐的“故乡”呈现在  
我们面前。洋洋洒洒的文字细腻地勾勒出多民族与汉  
族的相处之道，传递出民族团结融合的自然顺畅与友好  
和谐。

闻名不如见面，褪去之前的好奇，我所见到的帕蒂  
古丽，就是一个民族文化交流的使者，自由地在江南和  
新疆穿梭。她汲取南方的文化营养，同时又能回到故  
乡，见到过去天天想念的东西，再把自己的回忆，把维

吾尔族人的故事讲给大家听。她的生活经历、文学作品  
都凸显出亲密无间、血浓于水的民族间情谊。

作为一个离开新疆长期在江南生活的维吾尔族人，  
她的作品无一不在执着思考着一样事情——民族融合  
和文化融合。

不可否认，“互联网+”的多元化时代背景下，少  
数民族的生活方式中已经越来越多地融入了其他文化  
元素。民族交往与融合并不一定意味着去证明彼  
此相似，而应该试着去相互理解，承认并尊重“你”  
和“我”的差异。我们所能发现的差别越大，眼光也就  
越开阔，能使大家生活在一种相互理解的氛围之中。

就像帕蒂古丽在《被语言争夺的舌头》里提到的，  
“多种语言，一个人的交流范围可以成千上万倍地扩  
大，这不是吃亏了，而是占有了一种优势。语言是精神得以前行的路径，可以带你走出去，让思想走  
得更远”。在汉语里，这叫出路。出路对于一个人是  
何等的重要，几乎是存亡攸关的大事情。”我更愿意  
将她提到的“语言”理解为“文化”，文化与文化的碰  
撞融合，犹如一场浪漫的相遇，彼此间相识、相爱、相  
知，这是多么美好又值得期待！

（作者康梦婷 单位：民族画报）

《中国通史》大字本新书发行

涉“最”图书广告语被“盲打”折射出什么

王 瑜

当职业打假人盯上图书出版业之后，出现一些  
戏剧效果。

9月12日，《读库》官方微博吐槽：公司一套低幼  
儿书《小小自然书》，因推广文案中一句“最质朴的大  
千世界给最初的你”，被职业举报人认为涉虚假宣  
传违法举报至工商局。

这条微博还提及在工商局碰见一位同行，因不断  
举报的一本字典书名中有“最新版”字样，被职业打  
假人举报，称“比窦娥还冤”。

类似现象自2015年新广告法正式生效以来日益显  
现。据北京青年报报道，近日《中国国家地理》杂志社  
出版的《科学大爆炸》儿童科普书因“科学是送孩子最  
好的礼物”的推介语中使用“最好”也惹来麻烦。而译林  
公司出版的卡尔维诺《意大利童话》被举报的原因更  
让人“啼笑皆非”，只因拥有国内中

文版独家版权的译林在该书宣传文案中标注“独家  
版权”四个字。

无怪乎不少出版机构呼吁提高打假人或者举报  
者的“文字理解能力”。

一切皆源于新修订《广告法》第9条规定，广  
告不得使用“国家级”“最高级”“最佳”等绝对用  
语的争议一直没有停止。争议同时，却带来一个新的  
“商机”。一些人甚至职业打假人利用合法程序举  
报至工商局，等待被举报公司联系，趁机提出“和解”  
价码。还有些则直接在被举报公司网页或邮箱中留下  
联系方式，坐等公司上门“私了”。不少出版机构因不  
堪其扰而“就范”，为了省去那些繁琐漫长的回应及申  
诉说明的时间和精力成本，最终选择“花钱消灾”与举报人  
“私下和解”。这不得不说是另一种无奈之举。

自从2015年新广告法实施后，围绕绝对化用  
语的争议一直没有停止。争议同时，却带来一个新的  
“商机”。一些人甚至职业打假人利用合法程序举  
报至工商局，等待被举报公司联系，趁机提出“和解”  
价码。还有些则直接在被举报公司网页或邮箱中留下  
联系方式，坐等公司上门“私了”。不少出版机构因不  
堪其扰而“就范”，为了省去那些繁琐漫长的回应及申  
诉说明的时间和精力成本，最终选择“花钱消灾”与举报人  
“私下和解”。这不得不说是另一种无奈之举。

虽如此，客观来看