

# 汤一介遗作《我们三代人》面世

□ 绳蕊

佛教史家、教育家，是中国现代学术史上少数几位能会通中西、接通华梵、熔铸古今的国学大师之一。作者细致地回顾了父亲的人品、操守、个性，以及他作为一代国学大师的学问成就。汤一介以纪实的笔法全面介绍了他的父亲、一代国学大师汤用彤与胡适、钱穆、熊十力、吴宓、傅斯年等人的交往，并客观讲述了汤用彤晚年的思想变化，而不为尊者讳。

对于自己，汤一介更以力持客观、自我解剖的态度讲述了自己的经历和学术生涯，将一生悲欢得失、在理想与现实之间的挣扎沉浮、始终孜孜以求的学术历程等完整地呈现出来。

汤先生自我剖析，秉笔直书，直面问题，首次用一万多字的篇幅讲述“梁效”事件的来龙去脉而不回避自己的责任。在书中他还披露了创办中国私立大学的梦想。汤一介生前一直想把中国文化书院办成一所综合性的私立大学，书中全面介绍了他担任中国文化书院院长期间为此所做的努力，以及梦想难以实现的遗

憾。另外，书中还完整呈现汤氏家训的原始手迹。汤氏家训“事不避难，义不逃责、素位而行、随遇而安”出自汤一介祖父汤霖的《颐园老人生日燕游图自序》中。汤家三代人格守家训，为中国传统文化的复兴作出了很多贡献。

中国比较文学的创始人，汤一介先生夫人乐黛云亲自为本书写序，她感慨谈到：“这本书最重要的价值首先在于它展示了一个知识分子真诚的对祖国和对祖国文化的热爱。作为在他身边共同生活了六十年的伴侣，我可以对他所说的每一句话、每一件事作忠实的见证。”

星云大师评价说：“汤教授常年致力传统文化的研究与保护，一生秉承‘事不避难，义不逃责’家训，创办中国文化书院，重启传统文化热潮，以八十高龄执掌《儒藏》整理工程，他毕生淡泊名利，热心文化教育，为这国家社会注入清流典范。”楼宇烈表示：“汤先生在改革开放以后，就全身心投入了中国传

统文化的复兴的事业中去。他担当主持了改革开放以来第一个文化书院，中国文化书院，可以说团结了当时很多还健在的老一辈的学者，应该说在八十年代是起了相当大的社会的影响和作用的。”

中国大百科全书出版社学术著作分社社长郭银星透露：“2014年汤一介先生生前开创的，以结合儒释道三家之力传承中国文化为宗旨的什刹海书院，秉承先生遗志，开启了编撰《什刹海书院导师口述史丛书》的重大学术工程。这是先生在世时即与书院领导共同策划的一项重点工作。先生离世后，这项工作陆续展开。《我们三代人》这部中国读书人的百年缩影，其历史价值会随着岁月的流逝历久弥新，其学术价值也定会随着一代代学人的深入体会而不断放大。”

《我们三代人》

汤一介 著

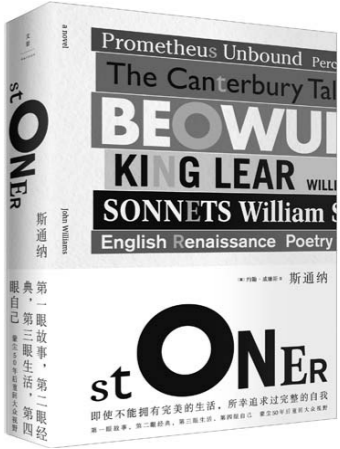
中国大百科全书出版社

## 新书导读



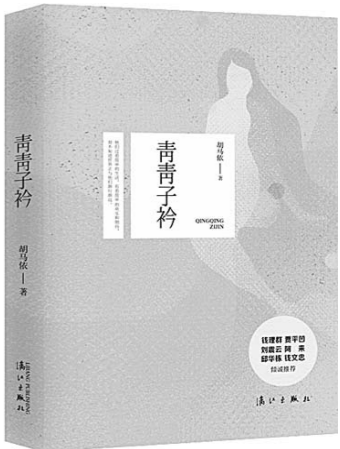
《苹果上的缺口》  
[美] 克里斯安·布伦南 著  
江苏凤凰文艺出版社

惊人的创造力、优秀的领导力、卓越的思维之下，乔布斯有很多故事并未流传开。为何不与生父相认，真的是担心自己的财产吗？他有极其离谱的现实概念，周围人很难应对他？他与妻子相识的故事是否属实？书中将打开诸如如此的多个问号。



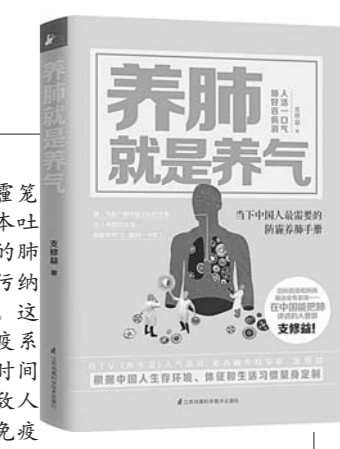
《斯通纳》  
[美] 约翰·威廉斯 著  
上海人民出版社

这是个惊人的现象，一本50年前出版的小说，成名竟在50年后。一部蕴含着真诚、激情与紧凑力量的小说，探究了历史洪流所忽视的人性之间的冲突、溃败与幸存，重新唤起思考每个个体独特存在的意义。



《青青子衿》  
胡马依 著  
漓江出版社

作品以海南、西安为背景，叙述了四对不同阶层青年男女不甘平庸的生活，坚硬的现实，脆弱的人性，困惑丛生的情感，如影随形的挫败，在一个广阔的视野上展开了当代社会生活的丰富性、复杂性。



雾霾笼罩，原本吐故纳新的故纳新之地。这时，免疫系统第一时间暴露在敌人面前，免疫力消耗很大，人极易生病。本书结合大量临床案例，详细介绍了养肺法，旨在让人日常轻松养肺、防治肺病。

胶粒子，它能直接进入并黏附在人体上下呼吸道和肺叶中，引起鼻炎、支气管炎等病症。处在这样的环境中，自身抵抗力较弱的人群，一两天内可能就会得上呼吸道感染、哮喘、过敏等疾患，或使原来的疾患加重。

● 油烟，女性患肺病的罪魁祸首

很多女性朋友，在日常炒菜的过程中吸入了大量的油烟，在吸入油烟的同时也吸入了大量的致癌物。现代研究表明，厨房中的油烟气体含有一氧化碳、二氧化碳、氮氧化物以及具有强烈致癌性的苯并芘等许多对人体有严重危害的物质。

● 生气致肺病

相信很多人都有过这样的体验：生气时，会感觉身体非常难受；而心情好时，会感觉神清气爽，身体非常舒服。其实，只要我们细心观察就会发现，凡是那些长寿的人，都是什么事都看得开，不怎么生气、总是乐呵呵的人；而因癌早逝的人往往是一些容易想不开、爱钻牛角尖、喜欢生气的人。医学领域也普遍认同生气容易导致癌症这一观点。

总之，肺病是一种“气”出来的病。

《养肺就是养气》

支修益 著

江苏凤凰科学技术出版社

## 看到动物 照见自己

□ 胡艳丽

界知名的动物心理行为学家，寻访各种有心理障碍的动物和它们的饲养者。原来，如奥利弗般有自杀倾向的动物并非孤例。这世间还有自杀的鲸鱼、患有依恋障碍的大象、产后抑郁的黑猩猩，以及各种患有拔毛病的鸟儿和哺乳动物……

在这本劳蕾尔·布赖特曼所著的《动物也疯狂》中满是忧伤的故事，那么多动物除了“先天”原因外，还因各种创伤而患上了多种精神疾病，而这幕后的推手大部分是人类。比如在临产期被逼继续干活的大象，眼睁睁地看着自己刚出生的孩子滚下山坡夭折；还有那些被以保护之名安置在动物园、水族馆，远离了种群的动物，主人在患精神疾病的概率成倍增长；一些动物在主人的长期驯养下产生了强烈的依恋情感，却又不得不面对分离……这些都是导致它们抑郁、自残甚至是自杀的原因。

2012年，一群杰出的科学家跨学科共同发布了《剑桥宣言——关于意识》，提出动物的趋同进化令很多动物具备了体验情感的能力，它们也会喜悦、悲伤、生气、忧惧。

动物和人一样，会希冀母爱，受了委屈会伤心，长时间遭受不平等对待情感会受伤，把

## 坠落之愕

□ 林硕

的空缺，不得不对父母感到内疚。

弗洛伊德说，人很难摆脱童年的影响，但马修必须要从蚕茧般的重重捆绑中挣脱出来。如果他肯放松对内心的叩问，就可以一径向着更幽邃的深处坠落，黑暗往往对容易受伤者是一种很好的保护，而他在精神世界如此凋残零乱的情况下，依然不放弃向着微茫的光亮处摸索行走。这让人感动，生而为人，精神可以如此脆弱，同时又可以如此坚强。

作者通过两种方式让马修实现救赎。一种是追寻往事，复原当年的场景，不再逃避，在永远的纪念里学会放手。另一种方式是写作。马修总以为自己被监视，对于精神病人来说，与他人的互动对他们是一种威胁，文字比语言更可靠，更容易抵达内心，而通过马修的自我

剖析我们可以更清楚地进入他的世界。事实上，在文学史上，有许多大作家，比如陀思妥耶夫斯基、海明威、卡夫卡都曾饱受精神疾病的困扰，他们力图以文学实现突围。伍尔夫就说过：“我可以肯定地告诉你，疯癫是一种了不起的经历，不应对它嗤之以鼻；在疯癫的熔岩中，我仍能找到许多可供我写作的东西。那时所有的一切都以它们的最终形式喷薄而出，不像神志正常时那样，只是滴滴涓流。”

如此看来，精神疾病或许是坠落，也是重生。《坠落之愕》荣获2014英国国家图书奖等多项大奖。

《坠落之愕》

[英] 南森·法勒

重庆出版社

## 肺，最不能受“气”

□ 志萍 整理

低盐、低糖、低脂、低胆固醇。想要养护好肺，更应该如此。同时饮食也应注意高蛋白、高纤维、高维生素。

● 适量运动

除了饮食营养均衡，适量的运动也有助于中老年人肺部的养护。比如说经常进行胸部的牵拉、挤压运动，可以促进气体的交换，同时增加肺活量。对健康人来说，适量运动可以增强心肺功能，同时，对患有支气管炎、肺气肿等慢性肺部疾病的患者来说也有一定的养护作用。

● 定期体检

中老年人有个特点，要么查不出来问题，一查出来就是大问题。尤其是肺癌患者，肺癌一般都有一个潜伏期，等查出来了就痛苦不已。最好是养成每年都体检的习惯。

● 戒烟

中老年人中经常吸烟的人很多，他们在年轻时，并没有吸烟有害健康这个意识，所以烟瘾一般都是那个时候种下的。我们的肺是需要大量的新鲜空气的，如果不想受肺病的折磨，就一定要把烟给戒了。另外，要注意自己的居住环境里一定不能大量的灰尘，要保持空气的流通，给肺一个良好的外界环境。

### 花太香也伤肺

人们常说花香沁人心肺，的确，春天里，百花齐放，色彩斑斓，不仅能够让人身心愉悦，而且偶尔嗅到那淡淡的花香，还能够让人心旷神怡，身心舒适。

花香虽然美好，但是也不是适合所有人。以丁香花为例，丁香的香味很容易引起气喘，能够使人心慌意乱，记忆力减退。而百合花、夜来香的香味能够导致人长时间处在兴奋的状态，使人失眠。另外，有很多人对着香过敏，不能与花长期接触。

大量的花卉在晚上吸收卧室中的氧气，释放出二氧化碳，很容易造成人体缺氧，而心肺一旦缺了氧，肯定会造成一定的损伤。

现在，很多人都喜欢在家里种上几盆观赏性花卉盆栽，不仅能够装饰家居，还能够修身养性。家里老人和小孩儿多，而这两类人群却是最容易受到感染的，所以在家里一定要注意。在选择盆栽的时候，要选择绿植，即便是鲜花，也要选择不太香的鲜花。

### 免疫力要靠肺健康

免疫系统是人体健康和生命的保障。如果免疫功能不好，无法有效地清除突变细胞，日积月累，就会使人患上重病。免疫系统功能低下导致各种疾病，主要表现在呼吸道，慢支便是免疫功能低下导致的典型疾病。要预防呼吸系统疾病，最根本的是提高人体的免疫力。

每年的秋冬季节都是对免疫力低下人群的健康的一次重大考验。这是因为大多数免疫力低下的人都患有不同程度的慢支、哮喘、糖尿病等慢性疾病，一旦感染流感，非常容易诱发和加重慢性疾病的病情，并极易导致肺炎、心肌炎等并发症。

同时，呼吸道感染性疾病极易转成慢性，其发病机理复杂，反复发作难治愈。就拿慢支、哮喘来说，目前临床上多使用抗生素、激素类药物治疗，只能缓解一时的急性症状，但此类药物带来的副作用却进一步破坏了人体的免疫系统，使患者抵御疾病的能力降低，长此以往形成恶性循环，造成慢性呼吸道疾病久治不愈。

总体来说，呼吸道与免疫力的关系是非常密切的。免疫力低就会容易感冒、咳嗽等影响呼吸道的疾病，而如果呼吸道本身就有问题的话，那个人的免疫力也就会受到一定的影响。

## 速读

### 《想象另一种可能》

李淼 著

鹭江出版社

### 《我们三代人》

汤一介 著

中国大百科全书出版社

### 《坠落之愕》

[英] 南森·法勒

重庆出版社

### 《斯通纳》

[美] 约翰·威廉斯 著

上海人民出版社

### 《青青子衿》

胡马依 著

漓江出版社

### 《苹果上的缺口》

[美] 克里斯安·布伦南 著

江苏凤凰文艺出版社

### 《养肺就是养气》

支修益 著

江苏凤凰科学技术出版社

### 《想象另一种可能》

李淼 著

鹭江出版社

### 《我们三代人》

汤一介 著

中国大百科全书出版社

### 《坠落之愕》

[英] 南森·法勒

重庆出版社

### 《斯通纳》

[美] 约翰·威廉斯 著

上海人民出版社

### 《青青子衿》

胡马依 著

漓江出版社

### 《苹果上的缺口》

[美] 克里斯安·布伦南 著

江苏凤凰文艺出版社

### 《养肺就是养气》

支修益 著

江苏凤凰科学技术出版社