

# 疫苗，以及疫苗的世俗投射

□ 禾刀

之，几乎每种新型病毒一出现，立即组织疫苗攻关总会成为全社会的“最大共识”。而现在人类寿命之所以相较于一个世纪前能够大幅增长，一个重要原因便是对传染病的治理有了重大突破，一大批被证实有效的疫苗研制成功并得到迅速推广。这也是中国家长们之所以对疫苗深信不疑的根本原因所在，当然也是中国式教育缺乏质疑精神的鲜明折射。

病毒与疫苗，如同矛和盾。没有病毒，便不会有疫苗。与其说疫苗克病毒，不如说二者相生。俗话说，水至清，则无鱼。当病毒基因无法彻底根除时，那么接受“包容”，乃至“改造发展”为人类基因的一部分便是不可回避的选择。就病毒与人类基因的关系，比斯在此引用了一位网友的文章《照料身体的微生物花园》指出，“我们的身体不是时刻准备消灭非我族类的战争机器，而是一个花园，在合适的条件下，我们和其他多种生命和谐共处。在身体的花园中，当我们内视时，看见的不是自

我，而是其他生命”。

许多人都有过谈病毒色变的经历，但比斯认为，病毒的恐怖性被夸大了，有的信息还被选择性屏蔽了。“《纽约时报》曾报道过，自行车导致事故远远多于任何其他消费产品”。现实却是，人们从来不会谈自行车色变，不会觉得自行车的风险就比病毒高，反倒对病毒总会生出习惯性恐惧。这些认知的误判，既有宣传夸大嫌疑，也因为病毒在人们印象中总是那般神秘而不可预测。

虽然疫苗可以抵御那些顽固的医学病毒，但在世俗“病毒”面前偶尔也会表现得无能为力。比斯引用“通向资本主义的道路在本质上是无人道的”，是想说明疫苗一旦陷入错综复杂的世俗利益之中，除了可能被一些权力用作武器外，还可能成为社会名利竞相追逐的筹码。比斯的调查表明，一些医学工作者出于背后利益原因，确曾选择性夸大疫苗危害，反之也不乏夸大疫苗效果的吹鼓手。更为可笑的

是，病毒还曾被人们戴上了“有色眼镜”，比如“19世纪，人们普遍认为天花是由污秽导致的疾病，换句话说，天花是专属于穷人的病”。结果表明，富人对于病毒并不天然免疫。

1885年，法国微生物学家、化学家路易·巴斯德成功研发出世界上第一支狂犬病疫苗，由此掀开了现代疫苗的研发大幕。虽然疫苗自诞生以来饱受世俗侵扰，但确为保护人类身体健康作出了卓越贡献。有人的地方就有世俗，如同疫苗所针对的病毒，当世俗不可避免，如何顺应世俗规律，最大限度发挥疫苗“正效益”，这是我们唯一能够努力的方向。我们也许可以称这些改造努力为“世俗疫苗”，当然起作用者未必是医疗体系，而应是我们社会的人文道德水平。

【免疫】  
【美】尤拉·比斯 著  
广西师范大学出版社

## 新书导读



《荣毅仁的传奇人生》  
庄寿仑 著  
中信出版集团

讲述了荣毅仁的生平事迹，笔墨着重在他如何创建并发展中信，并从民族工商业者的杰出代表转变为伟大的爱国主义战士、卓越的国家领导人。全书文字以八个专题编成八章记事，以老荣为主题记人物、叙事情、谈领悟、诉感情。

## 你在线吗

□ 崔琦

互联网成为基础设施，数据成为生产资料，计算成为公共服务。移动互联网带来的真正影响，是人们的大部分时间都消耗在在线社会上了。

50多万年前关键词是光明与黑暗，50多年前的关键词是数字和模拟，而今天的关键词是在线与离线。

移动互联网是比传统互联网在线程度更深的互联网。手机操作系统一旦做到了在线就会带来绝佳的用户体验。苹果手机不仅淘汰了传统手机，而且带来了一个新的时代。

对于真正成熟的互联网来说，手机只是诸多的在线设备之一。慢慢地，每一个设备都会变成互联网的终端，不只是手机，手机只是“开始的开端”。

计算会利用互联网这一基础设施，让作为生产资料的数据产生价值。我把这种新经济形态称为计算经济。

每一个原子、每一个比特，一定都依附在在线系统上；离线系统的规则，一定不适用于在线系统；没有数据流动，一定不在线系统。

云、火、电、蒸汽机；互联网、云计算、数据、计算经济；腾讯、Facebook、谷歌、IBM、苹果、阿里巴巴……这就是王坚博士看到的被在线重构的商业世界，这还是他眼里即将到来的计算经济时代，这更是王坚任职阿里巴巴8年以来的智慧思考。

这不是一本书，而是你与阿里巴巴技术教父人物长达十几个小时的面对面聊天。王坚手里拿的不是“三板斧”，而是“绣花针”，他所描绘的是阿里巴巴技术图景的万里长卷。

作者以在线思维重新审视互联网，另辟蹊径，从根源上为我们解读了互联网、数据和云计算。他用20万字阐述了互联网、计算、数据在过去数十年为整个人类社会带来的进步，全面展望了即将到来的计算经济时代

他认为互联网正像电力一样给人类社会带来一场前所未有的革命，提出我们对待互联网的看法要像对待电能一样，互联网应该成为社会的基础设施之一。所有的产品只有连上互联网才能在这个时代发挥价值。

翻开这本书，我们与作者一起走进天马行空、奇思妙想的技术世界，那将是一个颠覆你认知，让你脑洞大开、恍若隔世的奇特经历。

（在线）  
王坚 著  
中信出版集团

## 在“大历史”视野中纵观古今

□ 林硕

《大历史：虚无与万物之间》这本书提供了一种看待过去的新视角，它试图建构整个时间的历史。它由一群美国当代优秀的历史学家共同发起，比尔·盖茨斥资1000万美元组建免费网络课程，最终由大卫·克里斯蒂安、辛西娅·斯托克斯·布朗和克雷格·本杰明三位知名历史学家定稿成书。

展读宇宙学的历史。亚里士多德的地心说、托勒密的地理学，曾经被当做理所当然，长期占据主流，但后来完败于哥白尼、开普勒和伽利略的天文发现。康德说宇宙存在着无限长的时间，但他解释不了恒星聚变的高温如何产生。牛顿的万有引力法则成了理解宇宙的关键，但进入20世纪之后遭遇了爱因斯坦的挑战。爱因斯坦的广义相对论有一个大谬，即认为宇宙是固定和永恒的。这个错误很快就被哈勃补救了，他通过自己的观察得出了宇宙是不断扩大，而且是朝着各个方向不断扩大的结论。霍金坚定地支持大爆炸理论，但是无法回答现在的宇宙在大爆炸发生之前到底是什么样的，还有发生这次大爆炸的原因是什么。

每一个“但”，就是一次历史的大转折，

代表一项实证研究成果，代表一次认识论的重要革新。大历史不会如同一条直线，我们常说要寻求历史的真相，如何从荒芜的时间荒野里挖掘真相？有赖于科学的发展，尤其是20世纪科学的蓬勃兴起，正可以用来印证过往之种种猜想。本书的框架设置了八道复杂性渐增的门槛：大爆炸、恒星、化学元素、行星、生命、智人、农业、人类世。跨入这些门槛的历史之钥，就掌握在科学手中。比如，同位素测定法计算出了地球的年龄，量子物理促使天文学成为了它的分支，地质和考古的大量发现让魏格纳的“大陆漂移说”含冤昭雪，曾经被批为荒诞不经的各种假设，经由科学的验证得以去伪存真，历史因此焕发青春而成为我们的现在以及未来。

你会诧异这是一本历史书，原来科学与历史交汇而撞击出的火花竟然可以如此魅人。继续品读，澎湃的心情渐得平复，思辨的维度悄然升起。长久的漫无一物的摸索，后来有了文字，可以从书册的记载中窥见往昔，历史观的高下决定了认识的深刻程度。本书的内核契合威廉·麦克尼尔的全球史观和贾雷德·戴蒙德的

环境史学。这两位历史学家皆以宏大的历史视野著称，前者代表作《西方的兴起》，后者代表作《枪炮、病菌与钢铁》，均为里程碑意义的经典作品。本书聚焦那些与人类利益关系最大的重要事件，比如，农耕文明、行政机构、贸易网络、工业革命、全球化、科技革命，这种对更为宽广的网络范畴的关注与研究有利于超越传统史家所认可的诸如民族国家、地理、文化和种族界限，对历史发展的进程作出别具一格的描述，在大历史的视域中理解人类的整体经验。

历史演进所呈现出的图景，虽然常有波动往复，但大体上与宇宙、与生命演化的规律有很多相同之处。本书对科学在人类历史中所起作用的探索性认知构成了一个全面、系统而连续的过程，其目光一直透视到宇宙的起源与未知的尽头，探究人类与环境的奥妙关系，凿通古今的时空隧道，编织出这一部纵横交错、深邃美丽的《大历史》。

《大历史：虚无与万物之间》  
【美】大卫·克里斯蒂安等著  
北京联合出版公司

## 知识分子的坚守与选择

□ 夏学杰

钱理群在这本书里就是想诠释理想与现实的矛盾，看看他们是否做到了有所为有所不为，进而想找到中华文化传承中的夙骨。

废名通过“上书”提出全面的治国方略，赵树理为农民而写农民，王瑶立志成为第一流的学者……这些知识分子的作为，让人看到了责任与担当意识。“我若死，天地将为之变色，历史将为之改辙”，梁漱溟狂妄的背后是舍我其谁的胸怀，梁漱溟认为知识分子的职责是“士人立志为‘王者师’”。在他们人生选择上，我们可以依稀看到中国传统读书人的追求：“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”。

环境与入，理想与现实，妥协与坚守……书中选取的是一些不放弃理想与良知的知识分子，当然他们身上同样充满了罪与罚，只是他们在大部分时间里保留着做人的底线与追求，而不混于众。如钱理群写道：“在写交代时，王瑶还掌握一条原则：尽量不或少涉及他人，

《岁月沧桑》是学者钱理群教授沉思十年之作，描写了一代知识分子的命运，其核心是知识分子的“改造”与“坚守”。

钱理群选取几个有代表性又颇有知名度的文人作为研究对象，如沈从文、梁漱溟、赵树理、废名、王瑶、郭小川、邵燕祥等作家、学者，以他们在1949年至1970年这一时期的生命历程为观照对象，通过大量的新材料，深入他们在时代的大转型大变动中的投入、挫折、碰撞、困惑和坚守，透视其个人性格、理想与时代、社会之间的交流激荡，重现了那个年月的社会风云，个人命运遭际、幽隐，以及精神的尴尬与波澜，检讨了历史经验得失及其包含的启示。

“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”，这是古代大丈夫被寄予的理想，其实具体到千头万绪的人生实践当中，能够做到有所为而有所不为就已是相当不易了。在我看来，

即便是非讲不可，也绝不伤害他人。这样，王瑶也就在后入难以想象的空前的政治、精神压力下，守住了底线，在那迷乱、失范、疯狂的年代，王瑶始终保持了清醒”。

钱理群从这些作家的书信、著作、自传等文字中窥探他们的心路历程。他的研究是探寻式的，书中少有明确的判断。钱理群说，写出一个又一个的“难以作出简单、明确判断”的大时代里的个体生命，以激发“对历史，对人的命运、存在的追问，却又没有结论。”

他说：我是通过“知识分子精神史”的研究，为自己竖起精神标杆，以此要求和鼓励自己。那么，在钱理群心目中，知识分子应该具备什么样的品质呢？答案是：始终如一地探索真理、独立思考，对既定观念与体制提出质疑。

《岁月沧桑》  
钱理群 著  
东方出版中心

## 速读

# 如何化解我们内心的失望

□ 苏艺 整理

## 抑郁者都是忽视自己的无知者

每个抑郁者其实都是健康的，他们只是忽略了真实的自己。这算是悖论吗？不一定！我们每个人都有能力轻松地走出抑郁、悲伤、忧郁或悔恨。即使一切都显得事与愿违，我们仍拥有对抗抑郁的潜能。

短暂的抑郁是正常的，它不会引发疾病。对此存疑的人则认为正常生活应当时时刻刻都被波澜不惊。他们只要感觉到有一点点沮丧就会向你倾诉，告诉你所有的细枝末节，试着把你变得跟他们一样抑郁。

所有人都受到过这些忧郁分子的连番攻击。他们抱怨不断，像正常人维护健康一样维护着自己的抑郁情绪。

我们的朋友或家人中总有这样的人，他不遗余力地向你传达自己的悲观预言、抑郁或令人抑郁的精神状态。

他们对什么都不满意，对自己不满意，对家庭、工作以及不按他们意志运转的世界统统不满意。

他们让你们（我们）精疲力竭，忍无可忍，尤其是在不知该如何回应的时候，我们只能向他们表现出不快或急躁。

与其花费那么多精力来抱怨，还不如找到一种新的生活方式，理解自己的负面情绪。如果我们能对抑郁运用一些简单的小技巧，抑郁就不会在营扎寨，而这些技巧要靠严格的学习才能掌握。持续的抑郁不是厄运，也不是要用高强度治疗才能解决的疾病。

## 学会驯服自己的情绪

消极情绪不等于抑郁症之类的疾病，也不代表生理紊乱、思维错误或社交不适。

我不担心那些偶尔悲伤的人。他们拥有正常的“人类”生活，所以才会总遇到无可避免的难题和烦恼。我更担心的是那些总强调自己过得很好、从未有过疑虑或压力的人。

我会问自己：这些人究竟在隐藏什么？只有机器人或重病者才没有沮丧情绪。健康和“正常”的标志之一就是具备不严重且持续时间不长的抑郁情绪。当然，如果能学会尽快走出抑郁期，我们会拥有更好的健康。

1969年，戴高乐将军下台，法国文化部长安德烈·马尔罗说：“每个人都曾是戴高乐主义者，或者即将成为戴高乐主义者。”我不知道今天的人们还是不是戴高乐主义者，但是每个人都经历过，正在经历或者将要经历感觉不好的时刻……所有人都可以学会从抑郁中走出来，他们需要的仅仅是一种新的生活方式和合适的训练。

作为一名医生，我认为精神的健康并不意味着我们达到或处于一种理想状态，精神健康应当是一种隐藏在我們身上的能量，我们应该在摆脱重重障碍、生活中的变故、歧途、悔恨之后，最终找到它。

我们对大脑的探索也完全不同于发现未知大陆，不是只在上面插个旗子就了事了。我们应该学会一点一点地和自己的精神和睦相处，这中间会用到一些看似平常的疗法、放松体验、东方冥想，它们实施起来都很简单，却成效显著。可以治疗抑郁症的唯一途径就是“理智治

疗”，这包括纠正我们在自己身上犯下的错误，发现新的自我滋养方式，进行练习，反省及观察他人，赶走负面情绪。

我们需要远离那些真正让我们陷入危险的事物，从我们周围的环境、精神或饮食中找到能构筑健康的基石。

我们还可以将最新的实验研究成果投入到实践中，使用天然的抗抑郁药物，学会全身心地体验幸福时刻，回忆起幸福时刻，不借助药物或化学手段，激发出能够带来好心情的神经介质。你已经接受了一种饮食方式、一种生活方式、一种行动及保持心理健康的方式，你将要发现自己的精神健康，发掘能够克服或赶走不良情绪的能力。同身体健康一样，精神健康同样具有相关的预防性医学。但也需要认识其治疗原则，因为它们通常能揭示出一些道理。还需要学会将这些治疗准则付诸实践。

诗人和艺术家企图将他们生活中的烦恼变成盛开的鲜花，把作品同我们分享。这与医学研究、心灵与感官的充实、幻想、修行以及宗教一样，会陪伴着我们找寻健康，要想获得完满的幸福，这些条件缺一不可。

我们需要一些忧虑与不满才能够进步、改变，以及质疑。但想要利用好你自己的忧虑，还需要有足够的能量和自信，有将忧虑转化成激励行动的动力。如果法国诗人夏尔·波德莱尔没有经历过抑郁，他怎么可能创作出这首诗？

听哈，哦，我的痛苦，则这样吵闹。  
你要的暗夜，它来了；它就在此。

——《沉思》

## 抑郁是一种忘记

当钢琴家弗拉基米尔·霍洛维茨陷入忧郁时，他会卧床不起，丧失弹钢琴的能力。在1935年、1939年以及1953年期间，他完全停止了演奏。所有的创作者、音乐家或平凡人都会经历不同的精神状态。他们在经历了沉寂期、质疑期之后在自己身上找到了强有力的声音、创造性以及让自己渡过难关的能力。对于那些讲不出话或不知如何开口的人，沉寂期让他们集中精力，获得灵感或体味痛苦。

弗拉基米尔·霍洛维茨找回了自己的天赋和好心情。日常的抑郁完全没有那么严重。既然没有失去什么，当然也不需要找回什么。我认为，只要记住我们所拥有的、我们的价值以及我们的目标就可以了。抑郁不是一种缺失，而是一种忘记，一种忽视。这是一种判断失误，它让我们遗忘了三类事情：

忘记了自己的欲望  
最容易被忽视的是那些最简单、最有趣、最好笑的欲望，从休闲娱乐到性，从无意义的琐事到毫无缘由的傻笑。但对于最为严重的忧郁或明显的抑郁症，就不只是忘记欲望这么简单了，患者会放弃生活必需的需求，如饥饿或睡眠。

忘记了自己的优点  
抑郁让人忘记自己的身体和智力优势，忘记自己的魅力，忘记自己结交朋友以及恋爱的能力。重度忧郁者会忽视他们的价值，甚至质疑自己是否值得获得相应的报酬。我确实见过一些重度忧郁者让他们的上司给自己减薪水，因为他们觉得自己的工作不值得获得那么多的报酬。我可以告诉那些认为自己应该被加薪的人，这种合理的不满其实是健康的标志！

忘记了自己的行动和精力  
表面上看，忧郁会带来一种迟钝、懒惰、



《落差：如何化解我们内心的失望》  
【德】于尔根·奥斯特哈默 著  
社会科学文献出版社

缺乏活力、疲惫的感觉。我们忘记了行动的积极作用。忧郁或严重的抑郁只能让人们看到错误、没完成任务，而不是取得进展和正在准备中的工作。

每次遇到抑郁的人，我都会让他们质疑自己的错误，质疑身边人对他的看法。

他们会先告诉我自己缺少了什么，错过了什么，本该做而没做的事，后悔做过的事。他们未来并不比过去有价值。他们开始犹豫不前。他们相信的或者他们尝试相信的是真的吗？我观察他们，在他们身上找到他们没有发觉的优点。在很短的时间内，他们就可以重新找回自认为已经逝去的才华、魅力、精力。他们身上其实蕴藏着更多的愉悦、希望和可能性，他们只是不敢承认罢了。所以他们需要作出一点调整，改变思维方式，寻找其他的情绪。

《落差：如何化解我们内心的失望》  
【法】米歇尔·勒苏瓦耶 著  
江苏凤凰文艺出版社