

## ■ 新书导读

《艺术史中的关键时刻》  
【美】李·切希尔 著  
北京联合出版公司

本书收录的50个关键时刻让我们得以一窥重要的艺术家、艺术运动或主题的核心特点，引领我们穿越时空，找到奠定艺术发展方向的人物和地点，追溯影响西方艺术发展进程的每个瞬间。

《写给永恒的恋人》  
曹又方 著  
上海三联书店

一部写人间爱情的随笔，春夏秋冬，四季轮转，成住坏空，眼波流动。文学的感性与哲学的思辨，使得整部作品超越了一般谈情说爱文字的格局，闪耀出动人的智慧之光。

《生活是甜蜜》  
李维菁 著  
上海人民出版社

将内里隐秘、幽暗的自身不确定性掏出来，剖解，重构，创造出一个宇宙。接纳与拥抱自身的有限性，是成为自己的第一步，作者已然是一个实践者，与创造者。



你想知道宇宙是由什么组成的吗？你想知道宇宙最终会如何吗？你想知道时间和空间从何而来吗？你想知道我们在宇宙中是否孤单吗？很遗憾！这本书不会告诉你任何答案。相反，这本书写的全都是宇宙中我们不知道的事情。

会回到起点。

如果你觉得维度可以弯曲成环状这个想法过于匪夷所思，那么你不是唯一这么想的人。就连最聪明的人也觉得这难以理解。事实上，说不定所有的空间维度都是环状的。就我们所熟悉的三个空间维度而言，这个环应该非常非常大——比观测可及的宇宙范围还要大。

假如这些维度非常小而且是环状的，只有少数特定的粒子可以进入，那事情就说得通了。在三维空间中的我们看来，物体在这些小的环形维度中的运动所引起的变化并不大。尽管如此，我们还是想办法寻找这些维度的。

这些更高的维度是否存在？我们是否生活在有三个以上空间维度的宇宙中？我们不知道。但是，从物理学上讲，宇宙是可能存在高维空间的。更令人兴奋的是，我们有可能发现它们。也会了解我们可能通过哪些途径揭开这个谜团，让自我感觉良好的四维物理学家对我们刮目相看。

《一想到还有95%的问题留给人类，我就放心了》

【巴拿马】豪尔赫·陈  
【美】丹尼尔·怀特森 合著  
北京联合出版公司

# 健康与幸福的处方

□ 胡艳丽

题，食物单一造成人们摄入营养的不均衡，人群和牲畜的聚集，又带来各种传染疾病。现代文明，貌似让我们拥有了足不出户就可以操纵世界的“超能力”，却是以我们身体不断弱化为代价，各种“文明病”在人群中泛滥成灾，心血管疾病、糖尿病、抑郁症、各种癌症，不胜枚举。

也许有人会说，文明使我们拥有了越来越长的寿命，但这并不等于说活得越长就越健康。确实，原始人类很多是在幼年时夭折，还有很多人因狩猎而丧生，但并没有证据表明，这些在草原山野间奔跑，吃着简单、多样食物的人类不曾拥有健康的体魄，那时的人类可是长时间追捕野生动物的好手。

有研究表明，造成人们体质下降的12大元凶分别是：高血压、吸烟、饮酒、油烟污染、水果摄入量较少、肥胖、高血糖、偏瘦、空气污染、缺乏活动、盐摄入量高、坚果和籽类食物摄入量低。作者指出，疾病并不是需要纠正的某种基因缺陷，而是一种损伤，或称之为“文

明的伤害”，这些疾患都是由我们不健康的生活方式带来的。

要想重拾健康，也并非不可能，我们的身体里有古老的野性基因，我们天生就有受损恢复能力。不妨向那些过着原生态生活的居民们学习，去顺应自然，感受与大自然之间的联系。在饮食方面，远离那些经过复杂“深”加工的食物，吃各种各样的食物，用丰富性代替单一性。在生活中，不妨放下那些扭曲身体、远超身体负荷的训练，重新走进大自然，以我们天然拥有的跑步技能去锻炼身体魄，或是以其他自然的运动方式去感知世界。对于入睡困难的人，作者在书中有个小建议，不妨放弃过于安静的封闭空间，像我们的祖先那样，在同伴的呢喃、动物的新声中入睡，因为这些声音正是周围安全，没有危险的信号，这些声音比催眠曲更适宜让人安睡。

作者在书中指出，健康与幸福并不仅仅与自己有关，还与我们同他人的联系、对周围环境的感知有关。与他人建立友好、信任的关

系，在团队中获得归属感，更容易令身体放松、心情愉悦，保持良好的精神状态。这种需求，并非凭空捏造，而是源自我们古老的部落生活记忆，那时我们需要紧密的依靠彼此，高效合作，才能在竞争激烈的环境中生存下去，这是我们进化路上能够战胜其他物种的特殊能力之一。今天的我们，仍然需要彼此的连接与信任，才能走得更远。

身体知道我们所有的需求，遗传基因保存着我们进化的密码，健康与幸福虽然不存在万能处方，但顺着我们进化的路径，让身体自然律动，告别那些不健康的生活方式，告别那些不健康的食物，告别那些不健康心态，再次敞开心胸，感受与大自然的联系，建立与他人的连接，健康与幸福其实也并不是那么难的事儿。

《医生最想让你做的事》  
【美】约翰·瑞迪 理查德·曼宁 著  
浙江人民出版社

## 每个吻里都藏着历史

□ 林頔

期，接吻开始出现在故事、传说和其他流行语写作中。它作为悖逆文化规范的表现，也是自由恋爱的象征，登上了文化的舞台。随着宫廷爱情、骑士文学、罗曼史、《罗密欧与朱丽叶》等戏剧的推动，接吻上升成为爱情的崇高礼仪，在20世纪的大众文化里，吻进一步纯洁化。而在另外一些场合，吻又常常被先锋人士演绎为激进的反主流的象征。

作者对吻的历史的这番梳理与阐释，难免有许多主观的成分。不过，没有必要纠结作者的推论有无漏洞。这类社会学研究的目的并非为了还原历史，而是从历史与现实的各种情境里推理社会运动的某种轨迹。

人类婚姻史学者玛丽莲·亚隆有两部作品，叫《法国人如何发明爱情》《太太的历史》。前一部与《吻的历史》主旨很类似，两位学者不约而同地把吻、把爱情的起始定于12世纪时阿贝拉尔和爱洛漪丝的故事。男方被阉割，女方遁入修道院。爱情遭到世俗的摧残，爱情也

在反抗中萌芽，吻是催化剂。后一部，审视女人在历史的家庭中扮演的角色，从生育机器、联姻工具，直到为了爱情而结合，这个历程也和吻的历史接近。两位学者本质的相同点，在于他们共同的女性主义思想，这是他们的写作核心。为何如此强调吻和爱情是被“发明”的呢？因为，历史构建了人们的经验、约束和期望，经过审视的吻和爱情，所表露的诡谲繁复，正是多姿多彩的现代大众文化思潮的折射。

《吻的历史》不是枯燥地着力于理论研究的论著。这部作品饶有趣味，作者选取了很多材料，神话仪式中的歌、名人的吻、艺术品的吻、老照片里的吻、歌曲里的吻、影视剧里的吻……每一个吻，背后都有一段经典的故事，让人着迷，让人沉醉。

《吻的历史》  
【加】马塞尔·达内西 著  
浙江大学出版社

## 亲爱的小孩

□ 乔欢

绕着南希的选择性沉默，故事层层展开。妈妈凯特琳无微不至地关心着两个儿女，但她的粗心不时让生活陷入恼人的无序。爸爸帕特里克斯有条不紊，却有着极强的控制欲。姑姑伊娃曾和姑父米克灵魂相依，她为爱放弃了生育权利，但中年丧夫后，无儿无女的她心灵空洞，虽富贵无比，却只能和蜜蜂甜蜜两只巴哥小狗孤单过日子……故事就是在这片矛盾中拉开序幕，但结局却出人意料，温暖甜蜜！

小说《亲爱的小孩》不仅故事情节环环相扣，让人流连，而且语言生动，读来很有画面感，生动的语言不仅展示了作者深厚的文字功底，也体现了译者活灵活现的翻译水平。

《亲爱的小孩》是一本温情的小说，既有对沉默小孩的关爱，也有对失爱之人的灵魂拯

救，每个人在故事都能找到自己的影子。孩子们让父母的生活变得与正常秩序脱轨，但他们也是送给父母的神奇礼物，赋予一本正经的成年人以完整的人生体验，当怀抱这些温情的小家伙时，再坚硬的心也会被柔情融化……

“你一直在舍弃的，也许是生命里最珍贵的东西。”很开心作者用这个暖心的故事向我们传达这种微妙的情感体验。冬日的午后，有此好书相伴，有温暖的阳光抚慰，我的亲爱的小孩也正围绕在我身旁，他一边兴奋地大叫“妈妈快看我”，一边随着音乐开心地起舞，还有什么比这更珍贵更幸福的时刻呢？

《亲爱的小孩》  
【英】露西·狄伦 著  
江苏凤凰文艺出版社

## 文案变现

□ 于浩

电商时代，顾客要了解一个产品，首先接触的就是文案。一个好的文案，可以提高商家的销售额。我是一个刚入职的文案新人，写出的文案经常被老板毙掉。原因有两个：第一是写文案的效率很低，常常到截稿时，才勉强写出一份交上去；第二是有的顾客看不懂我写的文案。带着这两问题我翻开了这本《文案变现》。

“说什么：找到文案创作目标；对谁说：找到文案沟通对象；在哪说：找到文案表现方式；怎么说：找到文案创作方法。”这是《文案变现》作者叶小鱼在自序里给出的一个文案写作思路。我这才意识到自己写文案时，是想到哪里就写到哪里，因此写出的文案很糟糕。按照书中这个思路，我就可以按部就班地写文案，大大提高了效率。

“我刚开始撰写文案的时候恨不得把文字写出花来，堆砌形容词，运用谐音，甚至自造词汇，不过总被老板批评，因为这些文案都存在一个共同的问题：别人看不懂。”作者在第二章的第一小节《为什么你的文案费尽心思却没效果》里这样说道。这一点我蛮有同感的！因为我写文案时就抱着“抓人眼球”的想法，用了很多生僻字，有时写得跟诗一样。可那一点也没用！老板说我写的文案虽然很有诗意，但顾客看不懂，既然连看都看不懂，那还怎能有效果呢？想到这里，我决定以后的文案要写得实在一点，最起码要让顾客能够看懂。

别的文案教材我也有，但那上面都是一些专业理论，讲得晦涩难懂，实例也比较少，所以学习起来很吃力！《文案变现》却不同，里面不仅有四十多个实战图例，还有一百多个案例分析，让我既明白了反面案例的不足，又让我学习到优秀案例的长处，再加上有了“写出有效文案的四个黄金步骤”的指导，写出的文案肯定不会太差。

“去做！如果你足够努力，一定能写出提高产品销量的爆款文案，并且会从文案新人一步步成长为文案达人！”

《文案变现》  
叶小鱼 著  
东方出版中心

## ■ 速读

# 关于暗物质，我们知道什么？

□ 馨宇 整理

种弱作用组成了电磁作用。

强核力：这是在原子核内把质子和中子黏在一起的力。没有了它，原子核内带有正电荷的质子会互相排斥，最后四散而逃。

### 暗物质如何相互作用？

需要注意的一个重点是，我们这是在描述这几个力。在某种程度上，物理学和植物学相似。我们目前还不知道这些力为什么会存在。到目前为止，我们能够用这四种力解释粒子物理中的每个实验。

那么，为什么暗物质这么暗呢？好吧，暗物质有质量，所以它有引力。但是关于它的作用，我们能够确定的信息也只有这些了。目前，我们认为它不参与电磁作用，不会反射或者发出光线，因此我们很难直接看到它。暗物质似乎也没有弱核力和强核力。

除了某种我们还未发现的新作用，任何机制都不能使暗物质与望远镜、探测器，还有我们的身体接触。这使它非常难以研究。

在已知物体相互作用的四种基本力中，我们唯一确定与暗物质相关的只有引力。这就是暗物质中“物质”两个字的来源。暗物质是物质，它有质量，所以它有引力。

### 暗能量可能是什么？

暗能量到底是什么？我们还不知道。我们知道它是一种力，当前它正在使宇宙膨胀，把宇宙里所有要紧的东西向外推。此时此刻，它推着我，推着你，推着我们知道的所有东西互相远离。不过，我们还不知道它是什么。

当前流行的观点是，暗能量来自空的空间的能量——没错，空的空间。当我们说什么东西是空的时，我们的意思是那里面没有“东

西”。说得专业一点，我们认为东西是空的反面。星系之间有些空间没有物质粒子，甚至没有暗物质。现在，请考虑这个情况：如果这个空的、没有物质的空间有能量(比如一缕红光或者嗡嗡一样的声波)，如果这就是事实，这个能量就能提供一个引力效应，把宇宙向外推。

听起来有点荒唐，却有着令人意外的合理性。事实上，在量子力学里，真空能量的存在很自然。根据量子力学，小物体(比如粒子)和大物体(比如人和腌菜)的世界运行规则很不一样。微粒可以做到腌菜做不到的事，比如拥有不确定的位置，比如穿过不可逾越的障碍，比如在被观测和不被观测的情况下呈现不同的样子。还有，根据量子物理，粒子可以在本来空的空间里从能量中突然出现然后又退回去。

量子力学给了我们不同的世界，相对论使我们放弃了绝对空间和时间的想法。既然如此，我们为什么不能接受看起来空的空间实际上充满了可以把宇宙推开的真空能量呢？

暗能量还有其他解释，比如渗透到空间中的新型力或者特殊场(就像电磁场那样的场)。这些作用场中有一些在概念上随时间变化，以解释宇宙的加速膨胀为何开始于50亿年前。这类理论有许多不同的版本，它们的共同点是很难验证。毕竟，这些作用场中有一些不与我们的粒子相互作用，我们很难探测它们。有些作用场可能会有新的特征粒子(就像希格斯场有希格斯粒子)，但是那些粒子质量非常大，远超我们目前能测量的范围。那到底有多大呢？它们比我们以前见过的粒子都重，但是没有你家猫重。

这类理论都处于发展初期，它们仅仅是最早的原型理论，引导科学家发现更好的解释，直到我们最终了解宇宙中的大多数数量。通过比较，暗能量使暗物质看起来简单而且易于理解——至少我们知道它是物质。毫不夸张地说，暗能量可能是任何东西。如果500年后的科学家回过头来看今天的我们，我们当前关于暗

### 关于暗物质

暗物质肯定是存在的，而且它很奇怪，和我们所熟悉的东西不太一样。关于暗物质，我们知道：它有质量。它不可见。它喜欢和星系待在一起。普通物质碰不到它。

关于暗物质，我们还知道一点，那就是它并非躲在远处。暗物质倾向于聚集在一起，形成一个大质量团块，并且飘浮在宇宙空间中，和星系在一起。这意味着，此时此刻你很可能就待在暗物质中。而就在你看书时，暗物质很可能正在穿过书和你。但是，如果它就在我们周围，为什么它还是个谜？为什么我们无法看见和触摸到暗物质？一件东西明明就在那里，我们却看不到。

研究暗物质非常困难，因为我们和它没有多少相互作用。我们看不见它(所以它“暗”)，但是我们知道它有质量(所以它是“物质”)。为了解释这一切，我们先回顾一下普通的物质是如何相互作用的。

物质的相互作用有四种主要方式：

(万有)引力：如果两个东西有质量，那么它们就会对彼此有这种吸引力。

电磁力：如果两个粒子带有电荷，那么这两个粒子之间就会产生电磁力。这种力可以让它们相互吸引，也可以让它们相互排斥，这取决于两个电荷的电性。

实际上，你每天都会在生活中感受到这种力。你用手按住这本书，这本书并不会被压垮，你的手也不会穿过纸张，因为书的分子通过电磁力的作用紧密结合在了一起，同时会排斥你的手。

弱核力：这种力在很多方面和电磁力相似，但它弱得多。比如，中微子就是通过这种力与其他粒子(微弱地)相互作用的。在能量非常高时，这种很弱的力会变得像电磁力一样强。事实上，这一点已经得到了证实，就是这