

曼德拉给新南非留下了什么

——读秦晖《南非的启示》

□ 潘启雯

清华大学人文社会科学学院历史系教授秦晖的《南非的启示》试图向读者传达出一个全面而又客观的曼德拉和“一个真实的新南非”。全书分别探讨曼德拉的政治遗产、南非民主转型的经验及新南非的问题与中国经验的可参照之处。

传记或纪实写作，最困难的莫过于“客观”。不少学者或作家常常会有一种被“撕裂”的痛感，秦晖也不例外。他在序言中坦言：“我当初关注曼德拉和南非民主化本来就是带着一种榜样情结的，曼德拉是我心中的英雄，新南非是英雄奋斗的成果。而介绍旧南非‘低人权下的经济增长奇迹’本来就是作为一面不人道且不可持续的镜子来促使人们反思的。”

其实，对于曼德拉，我们所知十分有限，并且大多属于传说。秦晖以对比的方式客观地指出，曼德拉是集道义与理智、勇气与宽容于一身的英雄式人物。英雄不是完人，但他给南非带来了希望。与甘地相比，曼德拉受到的迫害要更为严酷，他身陷囹圄27年，几乎等于甘地在印度从事政治活动的全部时间。

甘地自始至终是个非暴力主义者，而曼德拉作为非国大武装斗争战略的提出者和“民族之矛”的首任司令，不是在失败而是在胜利前提出反思并改奉“非暴力原则”，这无疑需要极大的理智与自我审视的勇气；既勇于反抗一个只准拥护的当局，又能宽容一个可以反对的对手。

秦晖对曼德拉1994年至1997年三年非国大主席任期的评价是：“既没有奇迹，也没有灾

难。”1997年，在曼德拉准备“交班”之际，南非经济天空飘来了“三片乌云”：第一，当年的厄尔尼诺现象严重影响了南非的农业，因大旱，主要粮食作物玉米可能要减产一半。第二，国际金价暴跌。而南非是世界最大产金国，黄金业是支柱产业，从业者达35万，出口值占南非总出口的30%，金价下跌对南非经济是沉重的一击。第三，全球性股市不景气，约翰内斯堡交易所指数从当年夏天到年底跌了15%。

更深层次的问题还在于，当时的南非社会仍有失业、治安、反对派活动三大隐患，一旦发作，后果将不仅影响经济而已。可贵的是，这些“隐患”都被曼德拉和他的继任者一一化解和克服了。诚如秦晖写到的那样：“南非的危机期待着‘奇迹’，而‘奇迹’产生于和解，像曼德

拉、德克勒克那样具有理智与和解精神的政治家，有之诚幸莫大焉”；另外，“南非‘奇迹’的原因就在于：人民相信政治家，而政治家表现了理智。或者说，尽管人民并不那么理智，但他们没有为难他们所信赖的理智者。这乍看起来，似乎平淡无奇，然而‘奇迹’之难得正是因为这不易做到”。

秦晖特别注意到南非和中国有相似的发展背景，这些背景与两国经济发展及高速增长时期之间的联系，从而深入到民主化前南非经济社会发展模式的演变以及与我们的对照，都颇为有现实意义。

《南非的启示》
秦晖 著
江苏文艺出版社

■ 新书导读



《双重悖论》
[美] 魏德安 著
中信出版社

该书深刻揭示中国腐败的根源和发展，深度剖析经济与腐败的关系，解答你对中国腐败问题的所有疑惑，颠覆你对腐败的理解。



《生命简思》
陶雪良 著
作家出版社

这些作品反映了作者对人生中的情感和生活的态度，也包括了他对命运的扑朔迷离和岁月的日出日落体忆和思索，是其个人生命的真实体验，也是时代氛围的具象写照。



《佩里戈尔的媒人》
[英] 朱莉娅·斯图亚特 著
上海人民出版社

《佩里戈尔的媒人》讲述了一个故事。在法国的佩里戈尔，有一座名叫“爱”的小村子。这里的居民惬意逍遥，人们耽于美酒和佳肴，村子里飘着豆焖肉的醇香。但是，爱村里却有一种恶疾四处横行，那就是孤独。

20世纪的中国戏剧

□ 祝丽 于增强

20世纪是中国历史上非常重要的时期，社会的动荡与思想的活跃，不亚于春秋战国。这个世纪的戏剧思想，无疑是这个世纪精神生活的重要记录。尤其重要的是，在这个世纪里，中国出现了一种新的戏剧样式——话剧，形成话剧与戏曲的冲突融合的重要趋势。20世纪中国戏剧理论批评不仅是这个世纪戏剧活动的见证，也是关于这个世纪戏剧活动的深度思考。

对20世纪中国戏剧理论批评史的研究，国内过往成果主要在个别理论家批评家、个别思潮流派的个案研究。但在研究对象与范围、观念与方法上又不同于20世纪中国戏剧理论批评史。周宁先生主编的《20世纪中国戏剧理论批评史》的出版，标志着这个研究领域开创性成果问世，也预示着随后更多更深入的研究，将在这个领域中展开。

《20世纪中国戏剧理论批评史》首次在世纪的“大历史”“长时段”意义上研究中国戏剧理论批评，可以发现宏观背景上连续性的重大问题，如现代中国国家戏剧意识、戏剧现代性中的戏曲的现代化与话剧的民族化问题，写实与写意问题等，揭示不同问题、论争、观点与理论出现或重复出现的“显义”与“隐义”，并试图在中国戏剧的“现代性焦虑与期望”的核心概念上解释这些问题的深层意义。与此同时，在宏观历史的问题背景与“现代性焦虑与期望”的前提概念下，对重要理论家的理论体系与批评实践进行深入探讨。

这部书稿在一些细节论断上充分显示了作者的理论见识。比如，19世纪末20世纪初的戏曲改良，核心问题是什么，对一个世纪的戏剧思想提出了什么问题、奠定了什么基础。19、20世纪之

交，西洋戏剧传入中国，从上海学生演剧开始，到春柳社、春阳社、通鉴学校、进化团、新民社，这些戏剧组织都试图将西洋戏剧引入中国，而他们引进西洋戏剧的动机，也不纯是艺术的，而是政治的。

从戏剧改良开始的现代戏剧观念，从一开始就注定了实用主义工具主义色彩。话剧要民族化，戏曲要现代化，话剧为什么必须民族化？戏曲为什么要现代化？问题不在艺术形式，而在社会政治需求。

艺术形式问题有社会根源，同时，社会问题也有艺术形式根源。以戏曲现代化与话剧民族化为目标的新中国戏剧运动，探索的成果是“样板戏”。样板戏不仅在艺术形式上尝试了戏曲的现代化和话剧的民族化，而且在社会效果上实现了戏曲的现代化和话剧的民族化的预定目标，不仅全国人民观看“样板戏”，还“人人学唱样板戏”，20世纪20年代令人焦虑的“大众化”问题，似乎在“样板戏”中得到解决。一般理论探索与批评论争，总与学术研究密不可分，而学术研究的学院特点又不完全等同于艺术理论批评。《20世纪中国戏剧理论批评史》较好地处理了二者的关系。

《20世纪中国戏剧理论批评史》出版了，为20世纪中国戏剧理论批评史勾勒出了大致的发展脉络与主要的问题，是一部具有学科奠基意义的著作。但对台湾与香港戏剧理论批评的论述不够充分，也不能不说是一个遗憾。

《20世纪中国戏剧理论批评史》
山东教育出版社

《千秋功业》是一部记述中华民族兴史的珍贵读物，这部书紧紧扭住中华民族伟大复兴这个主题，以史鉴今，体现了用民族精神教育人，用辉煌的成就感召人，用成功经验启迪人，用挫折教训警示人。

中华民族复兴史，是一部历史长卷。这部长卷内容丰富，博大精深，军事、政治、经济、文化、自然、外交等无所不有，展示了中国共产党人的坚贞不屈，展示了中华儿女的大智大勇，展示了中国人民的无穷智慧。今天，作为中华民族的后辈们，认真读一读这部书，静心思考回味这部书，珍惜和传承这部书，是非常有意义的。

中华民族复兴史，彰显出一系列震撼人心的重大事件，展示出众多感人至深的传奇故事。无数革命先辈和仁人志士为了中华民族的独立和解放，为了国家的繁荣和富强，他们历经磨难，终得真经。这真经就是中国特色社会主义道路。回眸他们的铿锵足迹，缅怀他们的不朽业绩，必将

为我们未来发展进步注入不竭的动力。

这部书有三个突出特点。一是突出了历史的系统性和连贯性。作者把中国百年来各个时期、各个阶段的历史系统地串起来表述，使读者对百年来的历史有一个系统的回顾和了解，从整体上把握中华民族复兴的道路是怎样走过来的，探索这条道路是多么的艰难，多么的不容易。

二是突出了中华民族的自强不息精神和中国共产党人的丰功伟绩。翻开这部书，会使读者感受到，百年的风雨洗礼，百年的岁月峥嵘，百年的艰辛历程，百年的沧桑巨变，无数革命先辈和民族精英赴汤蹈火、出生入死、英勇抗争、锐意进取、艰苦奋斗、顽强拼搏，创造出一个又一个的人间奇迹，留下了许多感人的传奇故事。这其中，既有历史巨人，也有普通群众；既有有名的英雄，也有无名的英雄；既有血战沙场的勇士，也有隐蔽战线上的斗士；既有战争年代的风云人物，也

民族复兴的历史长卷

□ 逢先知

为我们未来发展进步注入不竭的动力。

这部书有三个突出特点。一是突出了历史的系统性和连贯性。作者把中国百年来各个时期、各个阶段的历史系统地串起来表述，使读者对百年来的历史有一个系统的回顾和了解，从整体上把握中华民族复兴的道路是怎样走过来的，探索这条道路是多么的艰难，多么的不容易。

二是突出了中华民族的自强不息精神和中国共产党人的丰功伟绩。翻开这部书，会使读者感受到，百年的风雨洗礼，百年的岁月峥嵘，百年的艰辛历程，百年的沧桑巨变，无数革命先辈和民族精英赴汤蹈火、出生入死、英勇抗争、锐意进取、艰苦奋斗、顽强拼搏，创造出一个又一个的人间奇迹，留下了许多感人的传奇故事。这其中，既有历史巨人，也有普通群众；既有有名的英雄，也有无名的英雄；既有血战沙场的勇士，也有隐蔽战线上的斗士；既有战争年代的风云人物，也

我的父亲罗家伦

□ 禾刀

此观之，我更愿意从大学教育角度审视罗家伦的这一“健将”特征。

提起清华大学，我们很容易想到梅贻琦，尤其是他那句“所谓大学者，非谓有大楼之谓也，有大师之谓也”至今仍醍醐灌顶。“研究清华校史多年的苏云峰教授曾经指出：‘现在很多人只知道梅贻琦是清华大学的功臣，而不知道罗家伦的奋斗成果与经验，实为梅氏的成就铺下了一条康庄大道。’”

众所周知，清华大学原本只是1911年清政府利用美国退还的部分庚子赔款所建留美预备学校，隶属于外交部。1928年罗家伦出任清华学校首任校长后，他着重做了两个方面的工作，一是让清华大学脱离外交部，回到教育行业的本来轨道；二是“招兵买马”，同时淘汰不合格的教职员工。这两头哪头都不轻松，前者涉及多方特别是强势单位的利益，用今天的话说就

是“历史遗留问题”。后者涉及复杂的人际关系，甚至因为涉及辞退外教问题而有可能影响外交关系。

然而，就是面临这样两项看似不可能完成的任务，罗家伦一方面充分利用官场经验和个人智慧，另一方面借助舆论力量，经过艰难博弈，终遂心愿。自罗家伦起，清华逐渐摘掉“国外大学预科基地”的头衔，并逐步建立相对完善的学科，特别是师资力量和教学条件均得到较大发展。这些自然为后来的梅贻琦奠定了坚实的基础。我们在追寻罗家伦投身大学教育事业足迹的同时，有必要躬身自省：在物质远较百年前发达的今天，我们大学教育战线上是否也会涌现出这样不畏困难和重重阻力的“健将”呢？

《我的父亲罗家伦》
罗久芳 著
商务印书馆

■ 速读

内啡肽：掌控你的身体和情绪

□ 永正 整理

当一个人在危机中颤抖，紧张或出汗时，一系列的生化反应正在他体内进行。人会从身体上感觉恐惧或紧张，是因为我们的身体里充满了会促使各种不同的感觉产生的化学物质。一个人无论是感到极度恐慌还是仅有一点紧张感，都跟他体内的化学作用有关。

内啡肽效应

一个人身体上的愉悦感来自内啡肽的释放，内啡肽是人体自然生成的一种作用类似吗啡和鸦片的生物化学合成物激素。首先，你的身体会少量地、局部性地分泌内啡肽这种“天然鸦片”；其后，它们会充满你的全身，带来愉悦感。

当你成功修好了下水管，内啡肽的小小释放会让你感到满足和愉悦；当你闭上双眼，心里想着那些你热爱的事物——地点、人物、活动、动物、气味、颜色等任何东西都可以——你会注意到心里有愉悦感产生，这也是内啡肽作用的结果。

要想让身体处于长期的镇定和安全状态，就要让体内持续健康地流动这种鸦片似的荷尔蒙。

激发“内啡肽”

实验证明，小猴子在被从母亲身边带走后，一生都会处于焦虑中，它们的神经系统和内分泌系统被不安感冻结，而那些从小被很好呵护的猴子则能获得满足感且达到心理平衡。

你的首要工作就是管理好自己体内的化学作用。要做到这点，就必须清楚自身以前所经历的作用。你的烦恼积聚在哪里？虽然你可能没有意识到，但你体内的每个细胞确实都带有过往的恐惧和创伤的化学记忆。当你被吓到或惹恼时，你的身体会本能地进入一种“进攻-防御”模式。当你准备采取一些补救措施时，你的肌肉会变得紧绷。除非你将那种紧张感和肾上腺素完全耗尽，然后完全进入放松状态，否则你的身体细胞仍会保存恐惧的记忆。

观察一下受惊的猫或狗，它们一定会在某一时刻浑身战栗——这会让肾上腺素耗尽并将紧张释放。然后，它们会伸个大大的懒腰并轻松地走开，在又一个懒腰之后，它们会蜷成一团完全放松下来。动物的本能让它们能够“卸载”体内有关恐惧的化学反应。

你可能不会在每次害怕过后像狗那样战栗，然后伸个懒腰再团成一团，所以引发恐惧的化学物质仍留存于你的细胞中，不断骚扰你，有时会在你体内深处咆哮低吼。这为新的焦虑、恼怒和愤怒的孕育提供了肥沃的土壤。这是个糟糕的恶性循环。如果你身上已经聚集了过去的紧张感，下一次有危机发生时，你可能会再次经历过往的那种紧张情绪，因为这些东西一直在那儿，随时等待再次被触发。你一定清楚，当这种情绪达到最糟糕的状态时，偏执者和有被害妄想的人就会在潜意识中重構自己的现实感。比如一位母亲，她等待孩子时总会讲些八卦，这些八卦都些让人感到不安的闲言碎语。她总是从阴谋论或受迫害者的角度去传播这些消息，并指责他们是恶毒的人。她其实是陷入了自身的恐惧情绪的恶性循环中无法自拔。

对安全感的获取来说，把体内存储的会起

到消极作用的化学物质溶解、中和并转化是非常重要的。你得从充满酸楚痛苦的情绪中走出来，让自己徜徉在放松的暖流中。如果你的身体能产生“天然鸦片”并流遍全身，那你以前的创伤就能被彻底治愈，在这种状态下你不是不能感觉紧张、焦虑和恐惧的。

如何触发“天然鸦片”

触发自己的身体产生“天然鸦片”是一件非常简单的事，任何让你觉得开心的事都能刺激它的产生。

要把体内消极作用的化学物质溶解、中和并转化，就得先把自己从酸楚痛苦的情绪中解脱出来，也就是说，你需要把积蓄在体内的坏情绪“扫地出门”。科学家认为，适当的户外活动，能很大程度上改善心情，提高注意力、缓解压力、排解坏情绪。你只需要5到10分钟，就可以清空自己。你可以尝试：1.走出房间，找到一片绿色的空间。2.用随身听播放一首你最喜欢的歌曲，在公园里慢跑。3.做些简单的伸展活动。

从身体里抽离自己

人类的神经系统和心理活动是非常复杂的。不管你表面上是什么样子，内心一定有一段相对独特、丰富，通常也是充满痛苦的过往。不管你是谁，不管你的年龄、地位如何，都会有难以控制的情绪和反应，某类人和某类

行为会让你不由自主地产生反应。人们潜意识里的记忆可以追溯到很久之前。

当你在夜晚走在一条又长又窄的小径上时，如果突然看到远处有个人影，你一定会不由自主地心生恐惧。但真正激发这种恐惧感的并不是那个人影，而是你自己的思想。或许当你走近时，会发现那里其实什么东西也没有。

当这种感觉达到极致时，你会成为它的囚徒，受制于自我设想，会因为根本不存在的危险或威胁而惴惴不安。因为你过往的经历，你可能在看待所有事物时都带着焦虑感。你会无意识地将内心的焦虑投射到周围的世界中，投射到你的工作、家庭、社会关系、外貌以及其他你所拥有的东西上。如果上述事物中有一样出了问题，你就会觉得不安，觉得一切都不公，你的内心会充满痛苦。

这是一种拥有强大威力的模式。这种潜意识里关于过去伤害的记忆、你身体的化学作用、你的情绪和思想状态合起来会让你陷入一种痛苦的生活方式。

在佛教中，对如何管理这些东西有一条明确而有效的建议：“所有人都会经历苦难，问题不在于苦难本身，而是你自身的思想态度。”

头脑和身体的联系在此会发挥非常强大的作用。紧张的头脑会让身体产生有负面影响的化学反应；而对周围保持敏锐的观察则会让这种化学反应停下来，为你带回和谐的感觉。

掌握开启自我观察的按钮是一项技能，它帮助你在受到刺激时停下来并抽离自己。从本质上讲，这跟打开电视或CD机一样简单，但需要你纪律性和意志力——不让自己被自己的本能反应和情绪俘虏，而是保持一个清醒的头脑。

是的，你现在可能浑身充满愤怒、不耐



现实生活中，有些人总是敏感、心理承受力差，甚至在人际交往中产生障碍，而有些人看起来却是“刀枪不入”，到底是什么影响了他们在人际交往中的感受呢？当代英国最负盛名的心灵教育专家威廉·布魯姆博士认为，人们在与世界打交道的过程中所产生的不同情态，是由人的内心是否强大，是否具有足够多的安全感所致。

烦、嫉妒、压抑、恐惧、消极，但如果你能停一下——从10开始倒数——然后看看自己正变成什么样子，你就会立即感觉事情又回到自己的掌控中了。学会观察并管理自己能让你获得真实的力量。这样你就能在头脑和身体的化学作用间建立起一个良性循环。

这并不是要让你忽视身边的危险信号，也不是要让你忽略自身的反应和痛苦，而是说，你应该对这些有着完全清醒的认识，要做到坚守自我，要能作出明确、积极的决定——不做消极状态的奴隶，而要成为自己生命和感觉的掌控者。有了这种明智的决定，你才能健康地生活，并让自己获得解脱。

《为什么你总容易受伤, 有人却百毒不侵?》
[英] 威廉·布鲁姆 著
同心出版社