

壹度书话

于烟火人生 见哲学真意

记者 吴璇

未经检视的人生不值得过，这是苏格拉底留给世人的灵魂叩问。可当我们真正开始检视人生，又该以何种姿态面对那些关于存在、选择与意义的终极问题？《经过检视的人生：从苏格拉底到尼采》这本由后浪出版公司出品、江苏凤凰文艺出版社出版的著作，以12位哲人的人生为蓝本，为我们展开了一场跨越两千年的思想探险。

打破滤镜：
不完美的哲人也最动人

提起哲学家，多数人脑海里浮现的总是深沉稳重、不近人间烟火的形象，可这本书却让我们看到，伟大的哲人也不过是被欲望、矛盾与挣扎包裹的普通人。

柏拉图为了打造“哲学王”，冒着声誉尽毁的风险远赴叙拉古，最终却铩羽而归；斯多葛学派的塞涅卡一生倡导简朴宁静，私下里却坐拥罗马帝国的巨额财富；极度理性的康德，终其一生都在琐碎日常中与疑病症苦苦纠缠……

作者詹姆斯·米勒以细腻的笔触，还原了12位哲人的真实人生现场：他们会犯错、会纠结、会在理想与现实的夹缝中挣扎。可正是这些不完美，让哲学变得有血有肉。当我们看到哲人与自己一样都在为“如何生活”而困惑，便会发现，哲学从来不是圣贤的专属，而是每个普通人都能触碰的生命思考。

书摘

燕窝与面子

中国的名贵食品有鱼翅、海参、人参、虫草等。本人最好奇的是中国人怎么会想到从燕子窝中取得食材，制成珍贵的滋补品。余听读博时跟我谈要到马来西亚研究燕窝，我就开玩笑说她得搞清楚：中国人看到燕子的窝，怎么会想到吃“燕窝”？这当然是个难题。人类会寻找各种食物，所以中国人知道吃鱼翅、海参这类海鲜和作为草药补品的人参、虫草比较容易理解，而以鸟窝为食品就不太容易明白了。既然燕窝不能直接取来煮食，很可能是有人在寻找自然药物时，无意中发现燕子造窝的过程中产生的东西可以做补品。清朝周亮工（1612—1672）的《闽小记》中有关于燕窝的记载：

褪去枯燥：
让哲学走进日常心灵

哲学书难读，似乎是公认的事实，本书却打破了这一刻板印象。书中作者摒弃了复杂的哲学术语，以生动的传记形式展开叙述。

这里没有晦涩的理论推导，只有一个个引人入胜的人生故事。从苏格拉底在雅典集市上与路人论辩，到卢梭在背叛中写下真诚的忏悔；从蒙田在随笔中探寻自我，到尼采在疯狂边缘拥抱太阳——作者将哲人的思想融入他们的人生经历，让我们在阅读故事的过程中，自然而然地触碰到哲学的内核。

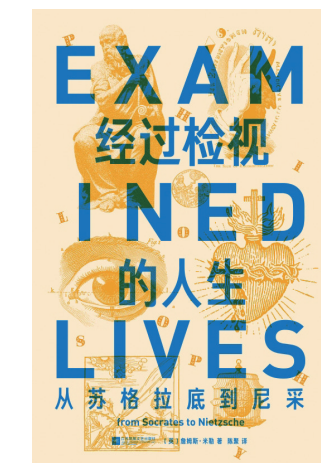
这本书更像一场深夜对谈，带我们走进哲人的生活，聊他们的痛苦、爱与孤独，聊他们如何在尘世挣扎中提炼智慧，让我们明白，哲学的本质，就是对“我们该如何生活”的永恒追问。

回归本质：哲学是身体力行的生活实践

如今，哲学似乎渐渐退入了学院的高墙，成为象牙塔里的专属学问。本书却告诉我们，哲学的最初模样，诞生于街头、牢房、战场与爱人的床榻。苏格拉底饮下毒酒前依旧谈笑风生，用生命践行自己的哲学主张；第欧根尼住在木桶里，以极简的生活诠释自由的真谛；爱默生漫步自然，在天地间找寻自我与世

照见自我：在哲人的人生中寻找自己的答案

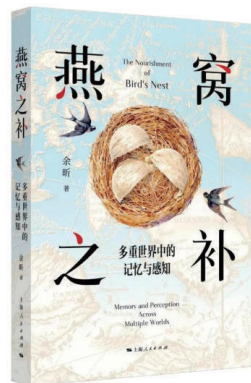
这本写给困惑者的生活指南，适合每一个曾在深夜问自己“我是谁”“我该如何生活”的普通人。作者选取的12位哲人，跨越了从古希腊到19世纪的漫长时光，涵盖了不同的哲学流派。他们的人生选择各异，却有着共同的追求：以哲学为尺，丈量生命的厚度。阅读这本书，我们不仅能读到



界的联结。这些哲人从未将哲学束之高阁，而是把它当作一种生活方式，用一生的行动去回答“人究竟该如何自处”。

书中没有给出关于人生的标准答案，却让我们看到了12种直面生命的勇气：有人以理性为舟，有人以赤诚为灯，有人在坚守中求索，有人在突破中前行。

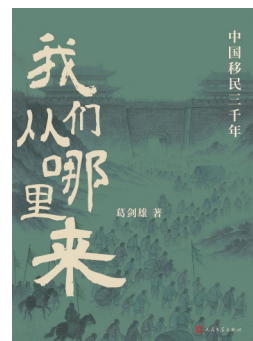
哲人的生活趣事，更能在他们的人生经历中照见自我。当我们看到苏格拉底一生坚守追问，便会思考自己是否在忙碌中迷失了方向。它不会告诉我们该走哪条路，却会赋予我们选择的力量，让我们在检视哲人生平的同时，学会检视自己的人生，在思考与探索中，找到属于自己的生活答案。



士才舍得购买。名贵的燕窝是一种身份区隔，也是高级礼品。如作者所述，“重要的不是燕窝是否真的有效，甚至它的真假也无关紧要；人们更关注的是它对社会关系和地位的‘补益’——进食燕窝这一行为本身，便代表了社会地位与‘面子’”。

（摘自《燕窝之补：多重世界中的记忆与感知》，余昕著，上海人民出版社）

新书架

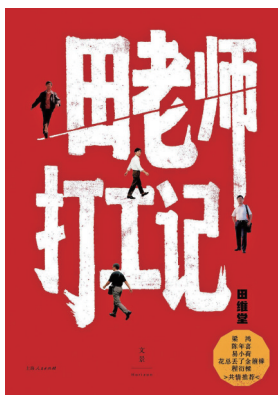


《我们从哪里来》

作者：葛剑雄

出版：人民文学出版社

一部聚焦中国数千年人口迁徙历史的随笔集。葛剑雄教授以其深厚的学养，选取了历史上具有代表性的迁移案例，从微观家庭到宏观族群，深入剖析了驱使人口迁移的复杂动因。



《田老师打工记》

作者：田维堂

出版：上海人民出版社

教师田老师为体验生活、跳出舒适圈，利用假期尝试多种社会岗位的故事。在打工过程中，亲历人间冷暖，与形形色色的陌生人打交道，从社会这本无字之书汲取教育养分，最终对人生价值与教育真谛有了全新感悟。



《诗经里的草木鸟兽鱼虫》

作者：[日] 细井徇 绘 / 骆玉明 导读

出版：湖南文艺出版社

复旦大学骆玉明教授倾情导读，收录《诗经》名物研究大家细井徇196幅珍贵彩绘手稿。跟随古人，跨越遥远的时间，融入山光水色，走近草木鸟兽鱼虫，远离世俗纷扰，感受自然淳朴之美。

记者 王敏 整理

本版图片均为资料图片