



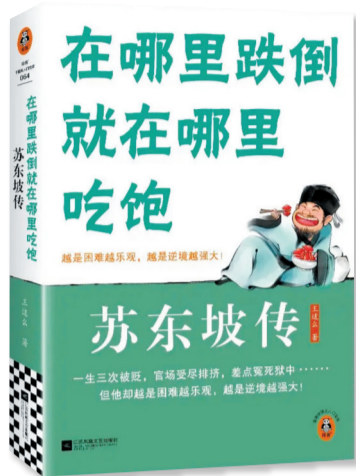
YUE DU



以美食为舟，渡人生苦海

——读《苏东坡传：在哪里跌倒就在哪里吃饱》有感

■ 裴金超



出版社：江苏凤凰文艺出版社
作者：王这么
《苏东坡传：在哪里跌倒就在哪里吃饱》

在历史的长河中，有这样一位杰出的文人，他凭借卓越的诗词歌赋才华而青史留名，虽怀揣崇高的政治抱负却屡遭贬谪。然而，他豁达乐观的生活态度却成为了后世敬仰的典范。更令人称奇的是，他对美食有着独到的见解与非凡的创造力，堪称独步天下——他，便是苏东坡。

王这么的新作《苏东坡传：在哪里跌倒就在哪里吃饱》以吃为独特切入点，循着他为官、游历的足迹，全方位无死角地还原了苏东坡66年的人生历程。这本书不仅让我们看到历史人物不再是遥不可及的符号，也让我们看到了他除了美食造诣之外，那令人钦佩的乐

观心态。在他的世界里，没有自怨自艾与郁郁寡欢，他属于抗压性超强，遇强则强。被贬，被排挤，被冤枉，越是逆境越强大。对于那些对历史不太了解的读者来说，这本书无疑是一个很好的入门选择。

王这么本名王芳芳，我对王这么最初的了解还是她的《大好河山可骑驴》，那部书也使她入选2016亚马逊中国年度新锐作家榜，她是一个兼具考据癖与有趣灵魂的作者，其所著的《苏东坡传：在哪里跌倒就在哪里吃饱》，以一种前所未有的视角，将这位千古风流人物的家族篇、科举篇、仕途篇、思想篇到生活篇，五大篇章与美食的热爱巧妙融合，为我们呈

现了一个既真实又充满趣味性的苏东坡形象。书中，无论是苏东坡的生平事迹，还是其诗词创作的历史背景，都经过了细致入微的考证，确保了内容的真实性与准确性。然而，王这么并未止步于枯燥的历史堆砌，而是巧妙地将这些史实融入了一个个生动有趣的故事之中，使得整本书读起来既像是一部严谨的历史文献，又仿佛是一本引人入胜的小说。

书的开篇就写道“眉山生三苏，草木尽皆枯。”这则民间流传的歌谣，虽无科学依据，却巧妙地映射出苏氏家族在当地乃至整个中国文学史上的非凡地位。眉山，这片钟灵毓秀之地，仿佛真的因孕育了苏洵、苏轼、苏辙三位大儒而耗尽了灵气，直至苏轼离世，才重焕生机。

“学会文武艺，货与帝王家。”在古代，每一位学子的梦想都是走向仕途之路，但是苏轼的仕途之路却十分坎坷，他这一生被贬三次，在官场受尽排挤，差点死在狱中，但是他却屡次在绝境中重获新生。

苏东坡不仅是一个浪漫的诗人，更是一个热爱生活、懂得享受的美食家，书中更是详细介绍了一道道美食的背后故事。44岁时，因“乌台诗案”被贬黄州，他穷得无米下锅，只能自己开荒种地，挖野菜。当时

宋朝的富贵人家不屑于吃猪肉，穷人家又不知道怎么烹饪才好吃，于是，经过苏东坡多次试验，才有了如今的“东坡肉”。在《猪肉颂》中写道：“净洗铛，少著水，柴火罨烟焰不起。待他自熟莫催他，火候足时他自美。”这不仅是对烹饪猪肉的秘诀，更是他对待人生困境的态度——不急不躁，只要火候足，终将迎来美好的时刻。59岁时，苏东坡因新旧党争被贬惠州，疾病缠身，爱侣去世，但他却将人生磨难化为动力，四处奔走为百姓筹资造桥，还苦中作乐，发明了羊蝎子的吃法。在吃到美味的荔枝后，他更是痛快地说道：“日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人。”这种在逆境中依然能够找到生活乐趣的精神，令人动容。

62岁被贬儋州，那时苏东坡心情低落到了极点，甚至备好了棺材，不料又吃到了美味的生蚝，顿觉人生值得。他开创书院，教出海南史上第一位进士，成为海南文化的拓荒者。在儋州的这段时光，苏东坡用豁达的心态自嘲地写下一生注脚：“问汝平生功业，黄州惠州儋州。”

无论身处何地，苏东坡都能以乐观豁达的心态面对困境，能在逆境中找到生活的乐趣，并用美食和文字来慰藉自

己的心灵，展现着“在哪里跌倒就在哪里吃饱”的人生哲学。

书中不仅活灵活现地描绘了苏东坡作为“美食达人”的风采，还淋漓尽致地展现了他作为“脱口秀达人”的另一面。譬如，一日，苏东坡前去探访一位友人。时值友人午睡未醒，苏东坡便耐心地在在一旁等候。待友人终于醒来，苏东坡指着友人饲养的一只乌龟，诙谐地说道：“这只乌龟倒是挺普通的。不过，我听说在唐庄宗时期，有人曾进贡过一种极为罕见的‘六目龟’，它六只眼睡一觉，能抵别人睡三觉。”友人听后，哭笑不得，甚至有了想要打苏东坡的冲动。

在这部引人入胜的作品中，还巧妙地將一些鲜为人知的历史片段穿插其间。例如，苏东坡与痔疮的抗争历程，苏东坡参与创立的中国历史上首个具有现代雏形的“公立医院”——安乐坊等。

王这么在这部著作中细腻描绘了苏东坡一生所到之处邂逅的种种美食。这些美食不仅治愈了当时的他，也温暖了千年后的我们。尽管苏东坡的一生充满了曲折与坎坷，但他总能以美食为舟，以乐观豁达为帆，勇敢地驶过人生的惊涛骇浪，将苦海之旅化作一场舌尖上的盛宴。

当故宫的砖缝里长出新故事

——读《故宫还可以这么看》

■ 王婉若



《故宫还可以这么看》
作者：果美侠 杨婉丽
姜倩倩 赵嘉慧
出版社：机械工业出版社

你有没有想过，故宫的每一块地砖下都埋着一个秘密？《故宫还可以这么看》就像个拿着洛阳铲的“历史挖宝人”，果美侠等四位作者不满足于让你看故宫的“门面”，偏要带着你在紫禁历史、建筑、文物、中西交流的地层里，挖出那些被忽略的“文化矿脉”——100个内容单元、437个趣味看点，把故宫从“旅游景点”变成了一座随时能触发惊喜的“历史盲盒博物馆”，每一次翻开，都是和600年时光的一场奇遇。

它最绝的是把“人”的气息重新注回故宫的砖瓦间。讲雍正，不讲他的“冷面”标签，反而曝光他的“汉服穿搭日记”，那组扮渔翁、装文人的画像，活脱脱是帝王的“cosplay私藏相册”；聊建筑屋脊兽，不是让你死记硬背“龙、凤、狮子”的顺序，而是给每只瑞兽安排“职场身份”：龙是“皇权部门总监”，凤是“公关部吉祥物”，狮子是“安保组组长”……这些脑洞大开的解读，让冰冷的宫殿突然有了体温，原来故宫里的一砖一瓦、一帝一兽，都藏着自己的“人设剧本”。

更绝的是书中那些“压箱底”的私货。泛黄的老照片里，民国职

员骑着自行车运送文物，车把上还绑着文物清单；档案里记着故宫文物抗战时南迁的细节，某件瓷器在运输途中碎了个角，修复师熬了三夜才补好……甚至连“故宫猫”都有专属篇章，那些在红墙下打盹的宫猫，族谱能追溯到清朝，它们早已成了故宫活态文化的“原住民”。这些内容像一把钥匙，打开了故宫“高大上”外壳下的“平民记忆”——原来这座宫殿的历史，从来不是只有帝王将相的独角戏，更多的是普通人的坚守与温度。

建筑构造篇里，作者还会带你解锁“故宫的隐藏设计”。比如太和殿的“金砖”，不是真的用金子做的，而是苏州工匠用特殊工艺烧制的方砖，敲起来能发出金石之声，书中附上的老照片里，能看到工匠

们给金砖“打蜡”的场景；还有故宫的排水系统，那些不起眼的“螭首”不仅是装饰，更是排水口，下雨时千龙吐水的奇观，藏着古人“上善若水”的智慧。这些细节解读，让建筑不再是静止的标本，而是古人智慧与匠心的“活证明”。

文物篇更是把“考古式玩梗”做到了极致。一只青花瓷瓶，被形容成“古代社交达人”，坐着海上丝绸之路的“商船”，从景德镇一路“打卡”到欧洲宫廷；乾隆的“窑母”大瓶，成了“明清跨界联名的顶流”；就连宫廷里的炼丹工具，也被调侃成“皇家养生黑科技”。用这种解读不是对文物的亵渎，而是用年轻人的语言，给文物贴上“潮流标签”——原来古董也能“破圈”，也能和我们玩“次元壁破裂”的梗。

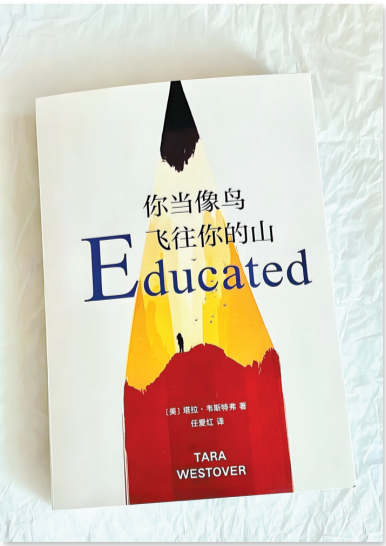
中西交流篇则撕开了“西方单向输出”的老皇历。清宫画师把西方透视法偷偷“植入”中国工笔画，让《乾隆南巡图》有了“电影长镜头”的质感；英国使节送的望远镜，最后成了某位嫔妃的“后宫观景神器”……就像书中那枚中西合璧的铜镜，一面刻着中国瑞兽，一面雕着西方神话，它本身就是文明对话的“现场直播”。

合上书的瞬间，我突然想去故宫的角落“扫盲”——不是去挤三大殿的人流，而是去找找“雍正的cosplay画像是不是真的那么放飞”“那只‘社交达人’青花瓷瓶会不会在展柜里对我wink”。《故宫还可以这么看》最妙的，从不是给你塞多少知识点，而是在你心里装了个“故宫雷达”。从此再看故宫，红墙

你终将活成你渴望的模样

——读《你当像鸟飞往你的山》

■ 尹慧媛



《你当像鸟飞往你的山》
作者：塔拉·韦斯特弗[美]
译者：任爱红
出版社：兰登书屋

“我深怕自己本非美玉，故不敢加以刻苦琢磨，却又半信自己是块美玉，故又不肯庸庸碌碌，与瓦砾为伍。”初读这段话时，我心头一震——这何尝不是曾经那个在理想与现实间徘徊的我？

那时的我，害怕努力付诸东流，于是不敢全力以赴；又隐隐觉得自己或许不凡，不甘就此沉沦。直到在图书馆的书架间遇见了《你当像鸟飞往你的山》。起初是被它诗意的书名所吸引，读完后才发觉，它不只是一本书，更是一束光，照进我犹疑不决的生命里。

比尔·盖茨曾评价道：“每个人都会喜欢这本书，它甚至比你听说的还要好。”而我而言，塔拉的故事更像一根细刺，轻轻扎进心底最柔软的角度——不剧烈疼痛，却让人无法忽视它的存在。

落——不剧烈疼痛，却让人无法忽视它的存在。

这是一个关于教育如何唤醒灵魂的故事故事，更是一场思想与命运的博弈。究竟是什么的力量，能让一个女性在接连不断的伤害与否定中，一次次完成自我的破碎与重建？塔拉用她的生命历程给出了答案。

作为家中七个孩子最小的女儿，塔拉在父亲的绝对掌控下成长。患有严重精神疾病的父亲不允许孩子们接受正常的教育，他们只能在家帮做废料分类工作，即使生病受伤也不能就医。在这般封闭的环境中，年幼的塔拉从未质疑过父亲定下的规则。直到独立旅行的四哥泰勒毅然走出大山。看到哥哥的改变，塔拉开始思索：人生是

否还有另一种可能？

最打动我的，不是塔拉最终进入哈佛、剑桥的辉煌成就，而是她在无数次自我怀疑中依然选择前行的勇气。多少次，她在学术世界的成就与对家庭的负罪感之间痛苦徘徊；多少次，她几乎要放弃来之不易的新生，回到熟悉却压抑的过去。这种挣扎如此真实，映照出每个试图突破命运枷锁的人都曾经历的内心煎熬。

正如心理学家荣格曾说：“没有一种觉醒是不带着痛苦的。”重塑自我注定是一场艰难的蜕变，如同动物蜕皮，伴随着疼痛与新生。但唯有勇敢直面这份痛苦，才能抵达内心真正向往的那座山。

从十七岁之前从未踏入过教室，到通过自学叩开高等学府的大门，塔

拉用知识的力量一点点拆解又重建了自己的世界。在这个崇尚自我提升的时代，她的故事犹如一味清醒剂：教育的终极意义不在于阶层跨越，而在于获得思想的自由；成长最珍贵的收获不是外在光环，而是建立独立而完整的自我认同。

当我们像塔拉一样，敢于质疑被赋予的一切，才有机会真正拥有自己的人生。或许，我们每个人都需要在破碎与重建之间，找到那条独一无二的路。这条路注定布满荆棘，但每一个走过的人都会懂得——所有的伤痛与挣扎都值得。因为最终，我们要飞往的不是他人的期待，而是内心真实的召唤。

《平凡的世界》中的话恰如其分：“一个人一生中总有个觉悟时期，而这个觉悟时期的早晚，决定了这个人一生的命运。”人生的每个阶段难免遭遇困顿与迷茫。当你翻开《你当像鸟飞往你的山》，会发觉曾经的沉重不过轻如鸿毛。前方，还有更广阔的天地等待我们去探索，更重要的使命等待我们去完成——因为每个人心中，都有一座值得飞往的高山。

寻常家信 一生暖

——读《傅雷家书》



《傅雷家书》
作者：傅雷 朱梅馥 傅聪著
傅敏编
出版社：译林出版社

夜晚，在灯下翻《傅雷家书》，没有跌宕的故事，只有一页页寻常家信，却读得眼眶发暖。那些跨越山海的文字，不是严厉的教诲，是父亲趴在书桌前，把对儿子的牵挂、担忧与期许，一字一句揉进纸里。

傅雷给傅聪的信，从不是“要考多少分”“要成多大名”。他会叮嘱“天气冷了，务必多穿件衣服”“别光顾着练琴，记得多吃蔬菜”，琐碎得像邻居家的父亲；也会和傅聪聊肖邦的曲子该怎么弹，聊莫扎特的灵魂有多纯净，甚至坦诚自己年轻时的莽撞，说“儿子变成朋友，是世界上最幸福的事”。没有居高临下的“家长权威”，只有平等的交流，他是父亲，也是能和儿子聊艺术、聊人生的知己。

这让我想起现在的家庭教育，我们习惯了问“作业写完了吗”“这次考了第几名”，却少了一句“今天在学校开心吗”；习惯了用物质奖励换成绩，却忘了坐下来听孩子说一句“我最近喜欢上了画画”。傅雷的智慧，恰恰在于他懂得“教育不是管，是陪”。他关注傅聪的琴技，更在意他的心境；怕他因成功而骄傲，怕他因挫折而消沉，会写信说“别怕犯错，爸爸也曾摔过跟头”，用自己的经历给孩子撑伞。

读得越多，越明白这些家书的重量。傅聪在海外的孤独、对艺术的迷茫，都在父亲的信里找到了答案；而傅雷对儿子的思念、对生活的热爱，也通过文字传递给了远方的孩子。这哪里是信？这是父子间的“心灵桥梁”，是把“爱”写得具体可感的模样，不是口号，是“记得加衣”的叮嘱；不是要求，是“我懂你的不易”的共情。

合上书，窗外的风很轻。忽然想给女儿打个电话，聊聊家长里短。《傅雷家书》教给我们的，从不是“如何养出优秀的孩子”，而是“如何用真心对待家人”。在快节奏的今天，我们或许没有时间写一封长信，但至少可以慢下来，听听家人的声音，问问他们的心事。毕竟，最好的教育，从来都藏在这些带着温度的日常里；最好的亲情，从来都需要用心去“读”，用心去守。

文字会泛黄，但叮咛不会。（覃哲胜）

《世界在前进》

作者：伊·拉斯洛[匈牙利]

译者：舒苏乐

出版社：人民文学出版社



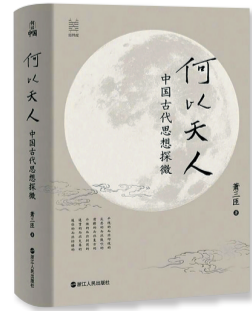
内容简介：

《世界在前进》是2025年诺贝尔文学奖获得者拉斯洛写作生涯中的第二部短篇小说集。这是一部有意打破传统、挑战语言极限的实验性短篇集，共收录21个极具想象力的短篇故事，包含了在9·11事件之后思考世界走向的沉思者、身世成谜的俄罗斯宇航员、濒临崩溃的瀑布痴迷翻译家、逃入异现实的葡萄牙童工……是部充满哲学意味的短篇集。

《何以天人：中国古代思想探微》

作者：萧三匝

出版社：浙江人民出版社



内容简介：

《何以天人：中国古代思想探微》对中国历史上具有代表性的思想家进行“鸟瞰式”述评，既简述生平，也剖析思想，同时考察不同时代思想文化演变的内外逻辑。书中紧扣“天人关系”这一主题，以时间为主线，从周易易讲起，继而谈儒、墨、道、法等先秦诸子，随后进入秦、汉、唐、宋直至明清，深入浅出，新见迭出，精彩纷呈。