

# 穿越迷雾 抵达彼岸

## ——读读这些与“瘟疫”题材有关的书籍

编者按

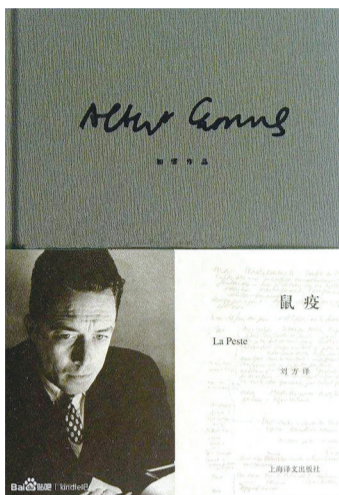
对每一个中国人来说,2020春节至今,惊慌、漫长。这个时候,阅读或许能帮助你安定下来,少出门,不聚会,多宅在家,以书明目,定心凝神。大家无法和一线的医护人员、工作人员一起对抗新型冠状病毒,但能做的是听话,是安静,是等待。让我们在阅读中,回望人类与“瘟疫”的斗争,穿越历史的时空,抵达灵魂的彼岸,等待最后的胜利……

### 1. 《鼠疫》:直面荒诞的勇气

**作者:**[法]加缪 著  
**简介:**每逢疫情,总有人提起《鼠疫》。这部小说极致地展现了极度的痛苦,完全的黑暗——“每个人身上都带有鼠疫,世界上没有人是清白的”。鼠疫凸显了人类社会的荒诞,但却表达了人们持续地与鼠疫的对抗,就像推着石头上山西西弗斯。和加缪另一部经典《局外人》不同。很多读者认为,《局外人》的主人公默尔索面对亲人甚至自己的死亡时,都是自始至终的局外人角色,而《鼠疫》中的人物——里厄医生,在荒诞世界中是积极的,有情感的,更是能给人们带来希望的。在这场与鼠疫的抗争中,里厄医生一

直奔忙碌,每天工作20个小时,无法照顾生病的妻子。他恪守医生的职业操守,始终坚持维护人类生命和健康的职责,不为名利的自我牺牲。他忘我的精神感动了周围的人,也让更多的人投入到与鼠疫的斗争之中。他说:“我对英雄主义和圣人之道都不感兴趣。我所感兴趣的是做一个真正的人。”

《鼠疫》里,我们读到一个更加积极的加缪,如同书里的一句话:“要有直面荒诞的勇气,又要有平衡矛盾之毅力;要有反抗超越之举,又要有将爱内化为主体的精神之境界,从而达到主体精神与外在世界的和谐。”



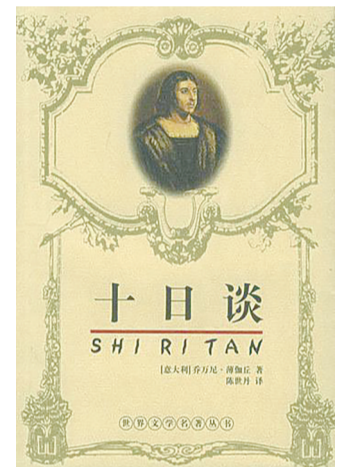
### 2. 《十日谈》:面对疫情,我们能做什么?

**作者:**[意]卜伽丘 著  
**简介:**1348年,鼠疫肆虐欧洲,文艺复兴时期的文学三杰之一卜伽丘,亲历过自己家乡佛罗伦萨的恐怖黑死病疫情,那次疫情将佛罗伦萨变得近乎“屠城”,死了80%的人。卜伽丘为了记下人类这场灾难,他以这场瘟疫为背景,历时5年,写下了《十日谈》。

个体、基督教、犹太教等宗教派别下的各种人。这些插科打诨、粗鄙玩笑式的故事,不仅令读者久久难以忘却,更给世人带来温暖和力量。

书中故事更给当时禁欲主义神学以迎头痛击,如:“一个修士犯下应遭严惩的罪孽,直言不讳地指责住持行为同样不检,因而逃脱了惩罚。”而故事背后的哲学思辨,在当时恶劣的生存状态和压抑的精神状态下,展示了抗争的姿态,也给后世读者战胜人生的勇气。

在疫情侵袭的当下,与其整日面对网上的刷屏言论,不如静下心来思考与感受,去记录,去传递。



### 3. 《霍乱时期的爱情》:爱情最终成为胜利者

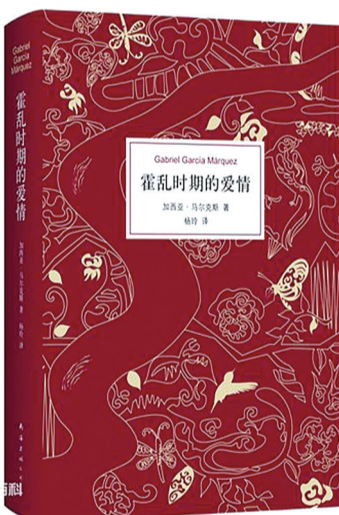
**作者:**[哥]加西亚·马尔克斯 著  
**简介:**本书名虽然叫《霍乱时期的爱情》,但关于霍乱的描写在书中并未占用太多篇幅。小说写一个男人和一个女人之间的爱情。他们在二十岁的时候没能结婚,因为太年轻了;经过各种人生曲折之后,到了八十岁,他们还是没能结婚,因为太老了。故事时间跨度从19世纪80年代一直延续到20世纪30年代,战争和霍乱威胁着拉美人民的生命,而人为的破坏加剧了人与自然的对立。就是在这样一个伤心惨目的人间地狱,爱情,无数的爱情,各种各样奇怪的爱情,如同热带苦夏的荒草,在城市的大街小巷,房后屋角,在每个男女的心底轰轰烈烈地疯长……

时期的爱情》里,他鼓励正在面临着困苦、濒临幻灭的拉丁美洲能够珍惜当下,获得重生的机会……

全书结尾的部分意味深长:船夫看了看费尔明娜·达萨,在她睫毛上看到初霜的闪光。然后,他又看了看弗洛伦蒂诺·阿里萨,看到的是他那不可战胜的决心和勇敢无畏的爱。

这份迟来的顿悟使他吓了一跳,原来是生命,而非死亡,才是没有止境的。“见鬼,那您认为我们这样来来回回的究竟走到什么时候?”他问。

在五十二年七月零一天以来的日日夜夜,弗洛伦蒂诺·阿里萨一直准备好了答案。“一生一世。”他说。



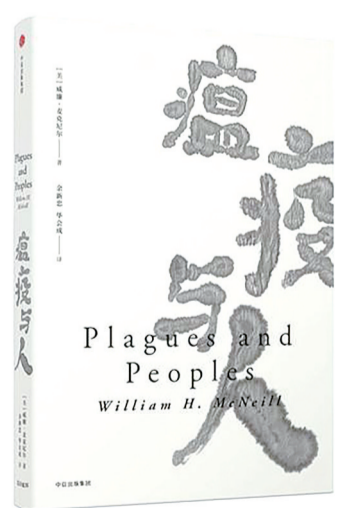
### 4. 《瘟疫与人》:瘟疫对人来说意味着什么?

**作者:**[美]威廉·麦克尼尔 著  
**简介:**瘟疫,在很长一段时间里,都被当成是一幕幕历史大戏的配角,是重大历史事件的背景。但在《瘟疫与人》一书中,瘟疫成为故事的主角,成为决定世界格局、国家形态以及文化样貌的关键因素。作为把疫病纳入历史诠释范围的开山之作,一代历史学家威廉·麦克尼尔以编年的手法,将生态、人口与政治、文化整合起来,讲述3000年来传染病塑造人类与社会的历史进程,堪称一部论点精彩、挑战性极高的学术经典。

为何成为欧亚大陆的梦魇?佛教和基督教为何可以快速发展?为什么中国人驯化长江流域比驯化黄河流域要晚一千年?等问题都可以在书中得出新的解释。

书籍探讨的核心问题:瘟疫对人来说,到底意味着什么?对于今天的我们依然有着重要的启发。因为无论是SARS、埃博拉疫情、鼠疫、中东呼吸综合征,还是当下的新型冠状病毒,它们都在提醒着我们,地球的主宰者或许不是人类。

正如作者所说:“技术和知识,尽管深刻改变了人类的大部分疫病经历,但就本质上看,仍然没有也从来不会,把人类从它自始至终所处的生态龛中解脱出来。”



### 5. 《血疫:埃博拉的故事》:人类如何和自然相处?

**作者:**[美]理查德·普雷斯顿 著  
**简介:**与《瘟疫与人》的宏大叙事不同,《血疫》集中讲述埃博拉病毒的故事。被称为“病毒界的撒旦”的埃博拉病毒,是一种极为凶险的病毒。近期肆虐的新型冠状病毒肺炎死亡率在2%左右,埃博拉的平均死亡率约为50%。

埃博拉本来是一条河的名字,1976年一种病毒在河流附近的村庄传播蔓延便被命名为埃博拉。1980年,来自热带雨林的致命病毒,又在法国人夏尔·莫内体内通过一个航班的距离抵达了文明世界。

埃博拉的第三次爆发是全书的重头戏,美国华盛顿附近的一家动物公司引进的食猴猴中发生了大量死亡事件,经检测,确认是由埃博拉病毒导致的。美国官方迅速封锁猴舍,处理了里面的所有猴子,几位工作人员感染病毒。值得庆幸的是,这次的病毒对人类没有什么伤害。

斯蒂芬·金的推荐语:“《血疫》的第一章,是我这辈子读过最可怕的。”是的,作者仅用文字,便让我们对埃博拉不寒而栗。而这一事件中,人们应对它时的反应和做法,同样值得我们思考。

正如作者所说,“埃博拉和其他雨林病原体的显现,无疑是热带生物圈遭到破坏的自然结果”,“从一定意义上说,地球正在启动对人类的免疫反应”。人类如何与自然相处?这是人类尚未回答好的问题。



### 6. 《世纪的哭泣:艾滋病的故事》:人类还没战胜艾滋病,该做什么?

**作者:**[美]兰迪·希尔茨 著  
**简介:**比起在短时间内爆发、造成大面积恐慌的埃博拉病毒不同,艾滋病的传播是悄无声息的。在美国,它不仅是一种单纯的疾病,还与政治、权力产生了密不可分的关系。

本书1987年首次出版,以700多页的篇幅,讲了一个故事:艾滋病,为什么会在美国流行?为什么在这场灾难中,时间就是生命?

作为一部广泛而全面的新闻调查巨著,本书以时间为脉络,详细地讲述了人类免疫缺陷病毒(HIV)和获得性免疫综合征(AIDS)在美国从发现到扩散的故事,并展现了影响艾滋病的事件及人物,尤其是政府部门、医疗及研究机构、同性恋组织、媒体中的个体。

在大量事实刻画人类的懦弱、绝望、自私、贪婪的同时,作者也以精彩的细节呈现了人类在死亡危机时的勇气、进取、无私、悲悯。

兰迪·希尔茨是第一批意识到艾滋病问题的美国记者之一,也是全职报道艾滋病的首位记者。作者亦是一位同性恋者,在把稿件交给出版商的当天,被告知艾滋病病毒呈阳性。1994年,他死于艾滋病并发症。

本书的原标题为“and the band played on”——疾病肆虐时,乐队仍在继续。人类还没有战胜艾滋病,还需要筹集资金、提高认识、消除偏见、加强教育。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

枪炮和病菌,作为先进文明入侵落后文明时的武器,一显一隐。枪炮很好理解,拥有火炮的侵略者,而病菌形成的攻击力可能不那么直观。病菌从偶然地由动物身上转移到人类,转化为人类之间能够长期传播的疾病,要经过4个演化阶段,环环相扣,最终成为一种隐形武器……

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。



### 7. 《枪炮、病菌与钢铁》:那些由动物转移给人类的隐形武器

**作者:**[美]贾雷德·戴蒙德 著  
**简介:**新型冠状病毒肺炎已确认与野生动物有关,而以吃货自居的人类一直以来都在承受着来自动物用细菌和病毒回馈的惩罚。

在《枪炮、病菌与钢铁》中,作者感慨:“整个近代史上的人类杀手是天花、流感、肺结核、疟疾、麻疹和霍乱。他们都是从动物的疾病演化而来的传染病,虽然奇怪的是,引起我们人类流行疾病的大多数病菌如今几乎只局限在人类中流行。”

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

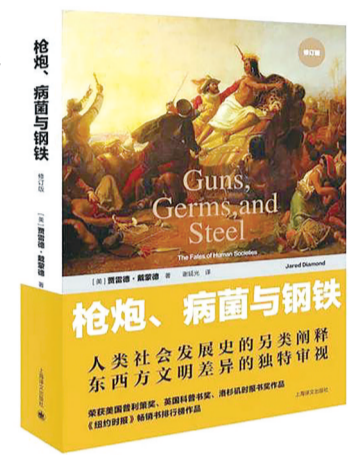
本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。

本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展,它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因,也是一部真正关于全世界各民族的历史。



### 8. 《薄世宁医学通识讲义》:教会你像医生那样思考

**作者:**薄世宁 著  
**简介:**生病时,每个人心中都会焦虑、恐慌,面对医生就难免紧张,不知道该怎么描述自己的疼痛的部位,也说不清是哪一种类型的疼痛,医生给出治疗方案后又开始怀疑,这种方案究竟是不是最优的,回家后又想起来一堆想问没有问的问题……

对于医学体系认知的缺乏,让去医院成了最让人头疼的事。这本书将会是你的第一本零基础医学通识书,通过病例展开讨论,告诉你关于癌症、冠心病、衰老、脑死亡...的事实,无论对于你自己还是家人的健康观,都将有颠覆式的影响。

下次再面对常见的疾病和问题时,就能清楚地知道如何和医生交流、共同

治疗方案,有效地解决病痛。例如,聪明的患者会用五个核心问题梳理出知情所需要沟通的基本内容:

我真正需要做这个检查、治疗或者手术吗?  
有什么风险或者不足之处?  
可能会有什么副作用?  
还有其他更简单、更安全的选择吗?

如果我什么都不做会怎么样?……

薄世宁是北医三院ICU副主任医师,一线工作近20年,这本书在普及医学基本知识的同时,也深刻探讨医学的本质、医生的角色、以及生命的意义。不需要太多医学专业基础,就能教会你像医生那样思考,让自己和家人受益终生。



### 9. 《我们为什么还没有死掉:免疫系统漫游指南》:向免疫系统致敬

**作者:**[澳]伊丹·本-巴拉克 著  
**简介:**我们的免疫系统是如何协同起来抵御各种病毒和细菌的入侵,保护我们脆弱的身体暴露在这个随处都有细菌、病毒、寄生虫企图入侵的环境中的?

面对这次来势汹汹的新型冠状病毒,我们不禁发问,这种紧急关头,我们的免疫系统究竟在干嘛?我们如何跟数百万细菌日以继夜地战斗?我们的免疫系统是从哪里来的?病毒、细菌在不断

演化,未来的抗药性之战应该怎么打?

是时候通过这本严肃又风趣的小书了解这群战士了。这虽然不是一本健康指南,作者甚至提出所谓增强免疫力的药物广告收的都是智商税,但书中所展示的复杂而神奇的免疫系统的组成要素,专业的免疫学知识和充满画面感的免疫系统工作机制,都能让我们更加了解自己,在当下人人自危的气氛中,这场免疫系统漫游更是必不可少。

向免疫系统致敬。



### 10. 《病毒星球》:重新理解病毒与人类的关系

**作者:**[美]卡尔·齐默 著  
**简介:**知己知彼,方能百战百胜。了解人类的免疫系统,来看看病毒。病毒是自然创造的冷血杀手,这毫无疑问,比起令人人大惊失色的癌症,过去这些年,中国平均每年有上万人死于流感引发的呼吸系统疾病,更别说甲流、埃博拉、SARS,这些令人措手不及的病毒。

细究起来,早在人类出现之前,病毒就占领了这颗星球。但病毒真的是敌人吗?

病毒在我们的DNA里留下了丰富的信息,人类DNA片段中8%来自病毒,病毒对大量生命体的生存进行了调节,包括动物、植物和微生物,连这个词汇创造之初词也是被赋予了“毁灭”和“创造”两层意思。

当人类自诩主宰地球之时,这本书能让我们清醒一点,不仅重新理解病毒与人类的关系,更认识人类在万物中的位置。

病毒在我们的DNA里留下了丰富的信息,人类DNA片段中8%来自病毒,病毒对大量生命体的生存进行了调节,包括动物、植物和微生物,连这个词汇创造之初词也是被赋予了“毁灭”和“创造”两层意思。

当人类自诩主宰地球之时,这本书能让我们清醒一点,不仅重新理解病毒与人类的关系,更认识人类在万物中的位置。

当人类自诩主宰地球之时,这本书能让我们清醒一点,不仅重新理解病毒与人类的关系,更认识人类在万物中的位置。

当人类自诩主宰地球之时,这本书能让我们清醒一点,不仅重新理解病毒与人类的关系,更认识人类在万物中的位置。

当人类自诩主宰地球之时,这本书能让我们清醒一点,不仅重新理解病毒与人类的关系,更认识人类在万物中的位置。

当人类自诩主宰地球之时,这本书能让我们清醒一点,不仅重新理解病毒与人类的关系,更认识人类在万物中的位置。



### 11. 《悲伤的力量》:尊重并且理解悲伤

**作者:**[英]朱莉娅·塞缪尔 著  
**简介:**在这场灾难中,有子女失去父母,有父母失去了子女。面对每日更新的数据,我们深知,那不是数字,而是人。

中国有“节哀”的文化,但这其实已把“痛苦”预设成了一种需要逃避的东西。悲伤不是可以靠斗争去克服的东西,死亡带来的悲伤也被深深误解。如果我们在悲伤的失亲者面前手足无措,不知道如何安慰或帮助他们,那《悲伤

的力量》这本书或许会给人们一些启示。

在《悲伤的力量》一书中,作者茱莉娅·塞缪尔通过15个动人的案例,让每一个普通人能藉此更接近死亡,更了解失去配偶、父母、子女、手足,甚至面对自己的死亡时,可能会产生的情绪反应。作者带我们走近有关悲伤的禁忌与迷思,让我们尊重并理解悲伤的过程。读完《悲伤的力量》,我们对生命与爱会有更深刻的体认与感悟。

