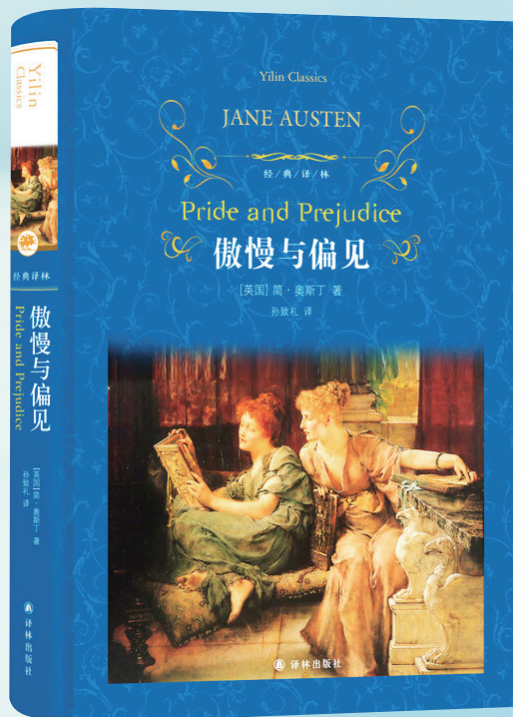




“我读过的一本好书”征文选登



跨越偏见 看见爱情真相 ——《傲慢与偏见》读后感

□薛蔚芳

在英国女小说家简·奥斯汀创作的长篇小说《傲慢与偏见》中，仪表堂堂、家境富裕的达西初次登场时的冷漠，被简·奥斯汀用“骄傲到令人讨厌”来形容。但细读之下，达西的傲慢更像一种防御——一个继承万镑家产的青年，用疏离感掩盖对虚伪社交的厌倦。当他拒绝与舞会上“不够格”的陌生人交谈时，这种傲慢与当代人用社交媒体标签筛选交友对象的行径何其相似？

我们嘲笑达西，却鲜少承认自己也在筑造类似的围墙。直到伊丽莎白·班纳特用一句“你的傲慢并不能为你增光”击碎他的外壳，达西才会低头注视真实的世界。这一情节让我顿悟：傲慢从不是强者的勋章，而是恐惧的遮羞布。

奥斯汀笔下的《傲慢与偏见》，实则是人性迷宫的两面镜子。达西初入麦里顿舞会时挺拔如松的冷漠姿态，与其说是贵族的骄矜，不如说是社交恐惧症患者的保护壳。而伊丽莎白对达西“拆散姐姐姻缘”的控诉，恰如现代网络时代我们依据碎片信息作出的武断评判。当伊丽莎白在罗辛斯庄园读到达西的信件时，那些字母仿佛化作手术刀，剖开了她思维中偏见的茧房。这个场景警示着我们：认知迭代需要勇气与坦诚。

小说描写了小镇班纳特五个待字闺中的千金，班纳特太太整天操心着为女儿们物色未来的丈夫。夏洛特与柯林斯“保险柜式婚姻”的窒息感，莉迪亚与威克汉姆“荷尔蒙式私奔”的荒诞性，与伊丽莎白、达西“灵魂共振型婚姻”形成尖锐对比。奥斯汀借班纳特太太的市侩嘴脸发出的实则是女性经济依附困境的沉重叹息。伊丽莎白那句“除非真正敬重对方，除非真正认为对方值得爱，否则绝不结婚”的宣言，是对物化婚姻的最优雅反抗。

当伊丽莎白触摸达西妹妹的钢琴，当达西为莉迪亚丑闻奔走善后，两个骄傲的灵魂终于学会低头审视自己。这种双向救赎让我想起瑞士心理学家荣格的论断：你所遇之人，皆是你自己；你生命里出现的一切人，都是你内在的投射。达西学会用温暖融化阶级的坚冰，伊丽莎白则领悟到智慧不在于永不犯错，而在于有勇气修正偏见。这何尝不是每个人必修的情感课程？奥斯汀留给我们的启示愈发清晰：真正的爱情不是算法计算出的最优解，而是两个人在相互了解的过程中，不断打破偏见、克服傲慢，最终达到的心灵契合。这种跨越两百多年的智慧，也是我们这个时代需要的精神养分。

医学就藏在 生活细节之中

——《那些年我们追过的影视剧里的医学知识》读后感

□冯梓枫

当我读到夏乐敏医生所著的《那些年我们追过的影视剧里的医学知识》时，我才恍然发现，那些我曾为之欢笑、流泪、紧张不已的剧情背后，竟然隐藏着一个如此庞大而严谨的医学世界。这不仅是一本书，更是一把钥匙，为我们这些非医学专业的年轻人打开了一扇通往生命科学殿堂的大门，让我忍不住想向大家推荐。

首先，这本书的切入点极其巧妙，完美契合了我们的兴趣点。它从《勇闯夺命岛》《我不是药神》《梅艳芳》《老炮儿》等我们耳熟能详的影视作品入手，将其中或显或隐的医学元素作为引子。这种“蹭热点”的方式毫无说教之感，反而像一位博学的朋友，在你最熟悉的领域和你聊天，瞬间消除了专业知识的高门槛和距离感。你会惊讶地发现，原来追剧也能涨知识，而且是最硬核的医学知识。更重要的是，它成功地在我们的感性观剧体验中，注入了理性的科学思维。

书中不仅揭示了影视剧里常见的医学谬误——比如心电图呈直线时，正确的急救步骤不是电除颤，更从正面对各类疾病进行了深入浅出的科普。从爱情悲剧谈到抑郁症的识别与关怀，从犯罪片里的毒药剖析到日常的蘑菇中毒防范，它教会我们的不是死记硬背的条文，而是一种科学的思维方式：不盲从、不恐慌，学会辨别真伪，用知识武装自己。

对于我们而言，这本书更是一本及时的健康启蒙读物。它谈论的很多问题恰恰是我们需要关注和面对的：如何正确看待心理压力？熬夜和不良饮食习惯到底在如何侵蚀我们的身体？……书中关于围绝经期抑郁、痛风、颈椎病等内容的解读，也让我们能更好地理解父母的健康状况，承担起家庭关怀的责任。

总之，《那些年我们追过的影视剧里的医学知识》是一本兼具趣味性、知识性和实用性的优秀科普读物。它如同一位充满智慧的导师，用最亲切的方式告诉我们，医学并非遥不可及的专业壁垒，它就蕴藏在我们日常的文化消费和生活细节之中。阅读它，不会让你立刻成为医生，但它一定会让你成为一个更懂健康、更热爱生命、更富科学精神的“明白人”。我真诚地将这本书推荐给大家，愿我们在追梦的路上，也能守护好自己和所爱之人的健康。

