

作家村上龍寫過一個關於“蛋包飯”的故事：一名日本女歌手在巴拉圭演出時，對一家日本飯店非常着迷。原來這家飯店提供蛋包飯，而女歌手對蛋包飯這種食物有着幾近偏執的喜好。

最後女歌手說出瞭如此偏愛的原因。她小時候家里沒什麼錢，一家人很少在外面吃飯。但有個例外，星期天她和家人會去逛百貨公司，那里有一個食堂，並且老闆是他父親的朋友，於是家人就會去這家食堂吃飯。每次吃飯，她總是點蛋包飯，只要是她點的，老闆就會為她在上面插一面小旗子，但其他人點，就不會有小旗子。

這就是女歌手愛吃蛋包飯的原因，只要吃到它，她就想起這些美好的回憶。

美國康奈爾大學的學者布萊恩·萬辛克也說過一個有趣的故事。

“二戰”結束後，那些從太平洋地區回來的老兵對米飯等亞洲食物表現得頗為奇怪。他們回到美國後，要么喜歡，要么討厭亞洲菜。這兩種截然不同的態度，到底是什么原因造成的呢？

布萊恩的研究團隊重點調查了老兵俱樂部 261 名在太平洋戰爭中服役於陸軍、海軍和

食物是記憶的開關

海軍陸戰隊的老兵，他們在戰爭期間，都吃過不少亞洲食物。

在這些太平洋戰爭老兵中，有 56% 的人喜歡吃亞洲菜，至今仍經常吃。但是布萊恩發現，他們從出身到學歷並沒有什麼共同特徵。

經過多次仔細詢問，布萊恩終於在那些討厭吃亞洲菜的老兵身上找到了答案。

這些老兵在出身、學歷等方面，同樣是形形色色的，但是他們有一個共同點——都參加了頻繁、激烈而殘酷的近距離戰鬥。結果，他們在那里吃過的當地食物會帶來焦慮感和不適感，即便半個多世紀過去，一想到當地食物，還是會讓他們聯想起殘酷、血腥的太平洋戰爭。

相反，再回頭看那些喜歡吃亞洲菜的士兵的情況，他們不是參加過硫磺島戰役的海軍陸戰隊成員，也不是參加過瓜島戰役的步兵，他們是機修人員、文職人員等非前線作戰人員，他們回國時不會有太大的心理陰影，所以不會討厭那些食物的味道。

原來，關於戰爭的殘酷回憶才是那些老兵不喜歡這些食物的原因。

食物像一把鑰匙，會打開那些已經被塵封

的記憶，不論它們是美好的、殘酷的，還是平淡的。之所以會產生這樣的現象，是和我們大腦運作的方式有關，大腦不只存儲信息，還存儲信息發生時的情景。在你尚未察覺時，你的大腦已經下意识地存儲了很多對周邊的感受和印象。

假設你小時候每逢暑假會去看外婆，外婆家邊上有家冷飲店的香草冰淇淋特別好吃，而外婆總是買給你吃。於是，當你長大後，只要嘗到這種香草口味的冰淇淋，你就會想起外婆。在我們的大腦皮層里，存儲了一系列和事件有關的場景：暑假的烈日和微風、冷飲店的招牌、制冰機的“嗡嗡”聲、冰淇淋和果汁的口味，一旦某個記憶被喚起，信息就會按照當時被存儲的順序重新過一遍大腦。所以當你成年後嘗到香草冰淇淋時，你就會把少年時代暑假發生的事



情——你和外婆相處的點點滴滴，重新回憶起來。

因此，我們吃到某種食物時，會想起曾經在吃這些食物時的心情和場景。在讓人愉快溫馨或者令人厭惡的場景中進食，都會影響我們對食物的評價，同時這些記憶可能會終生伴隨着我們。

作者：岑 嶸

互聯網上，還能說清道理嗎？(下)



結構性的愚蠢

不久前，美國社會心理學學者喬納森·海特在《大西洋月刊》上發表了一篇流傳極廣的封面文章，探討了為什麼本該促進交流的社交媒體，卻讓美國人陷入無止境的爭吵。他認為，美國過去 10 年社會矛盾的激化、階級鴻溝的擴大，以及民主和共和兩黨及其擁護者之間尖銳的對立狀態，讓人們彷彿生活在巴別塔已經倒塌的廢墟之中，而社交媒體的崛起和壯大則是罪魁禍首。

他認為，關鍵的轉變發生在 2009 年。這一年，臉書（2021 年，更名為“Meta”）推出了“點贊”按鈕，從此每個人都可以用拇指輕輕一點，來表示認可或者否定另一個人。推特在同年推出了轉發功能，一個人的憤怒與不滿可以在轉瞬之間傳播給成千上萬的人。據稱，為推特研發出“轉推”按鈕的工程師事後非常後悔，他說該功能堪比“給了 4 歲孩子一把上膛的武器”。

在“點贊”按鈕之後，臉書再一次修改了算法，開始按熱門程度——而不是原來的按時間順序——對內容進行重新排序。研究顯示，網民最樂於分享的，恰恰是那些情緒激烈的內容。

之後，全世界各個社交媒體紛紛效

仿——點贊、分享、熱搜。在隨後呼嘯而至的移動互聯網中，社交媒體成為每一部手機的標配。再之後，主流媒體半自願半被脅迫地捲入其中，全世界的新聞議程設置隨之發生劇變。由此，社交媒體也終於從自我展示的平台變成一個可在全球範圍之內、可在瞬息之間，散播情緒（尤其是道德義憤）的機器。

喬納森·海特指出，在這樣的機器面前，質疑變得非常困難。哪怕掌握了足夠的證據，很多人也會因為擔心被“網暴”而選擇不發聲。這是一件非常諷刺的事情——互聯網曾經自詡給予那些沒有聲音的人以聲音，但現在最安全的方法是做一個沒有聲音的人。但是，在這個複雜的世界里，要真正理解任何一件事情，都勢必要依賴多重視角的對質和直言不諱的爭論。在質疑聲消失之後，海特悲嘆，美國陷入“結構性的愚蠢”。

在前文中，我一直用“他們”來形容“網暴”者。這也許並不公平。是的，我們並沒有像他們一樣，跑到別人的帖子下去說污言穢語，去攻擊陌生人，去隨意曝光他人的隱私，甚至威脅他人的人身安全。但是，在一個建立在持續的自我展示與觀察基礎之上的世界里，被認可、被接納的渴望有多強烈，被拒絕、被排斥、被羞辱的恐懼就有多深。我們同樣活在“後真相時代”，同樣受制於“信息繭房”，同樣每天在情緒的過山車中起起伏伏，也同樣渴望在人前呈現自己的善良、忠誠和正義感。在這些事關網絡生存環境的深層心理需求方面，我們與“網暴”者並無本質區別。

更重要的是，真相到底是什么？我們如何確保自己瞭解真相？如果我們對這個世界的的基本事實都無法達成共識，我們面對的甚至不再

是同一個事實，那么，我們如何確保道德生活的基礎是建立在對錯的判斷之上，而不是在被接納與被拒絕的取捨之間？

每個人都可能作惡

在一組很有趣的實驗里，美國心理學家羅伊·F. 鮑邁斯特讓實驗對象回想別人曾經對他們做的最糟糕的事情，描述發生了什麼、作為受害者有何感受等。然後，他讓實驗對象回想他們對別人做過的最可怕的事情。

他發現，實驗對象對這兩件事情的描述是完全不同的。當你是受害者時，你視之為可怕的非正義，而且它對你的影響是長久的。但當你描述自己對別人做過的壞事時，你總是有各種不得已的理由。比如你是被迫的，你處在某

些巨大的壓力之下，而且，事情沒有受害者說的那么嚴重。

所以，鮑邁斯特說，理解邪惡的第一步，是意識到我們每個人都有可能作惡。事實上，歷史上很多邪惡的事情是普通人做出來的——為了錢，為了權力，或者為了挽回受傷的自尊，甚至為了追求某種看似高尚的理想主義。與其篤定地說，我絕對不會幹這種事情，不如試試問自己，在什麼情況下，我可能做出這種事情。

在“網暴”事件中，無論暴戾冷酷的“網暴”者，還是被千夫所指的受害者，他們絕大部分在現實生活中只是普通人。而作為“沉默的大多數”，我們是否也應該問問自己，在什麼情況下，我也可能做出這種事情？我是否已經無意中為其貢獻了一點“綿薄之力”，通過一次不置可否的轉發，一句幸災樂禍的評論？

作者：陳 賽

小到不可言喻

哲學的對象是宇宙的全體。由宇宙的觀點看起來，所謂人世間，可以說小到不可言喻了。

有一個故事說，美國有一個飛行家，坐着飛機飛到地心引力以外的地方，看見了一個神仙，他就問：“某城在什麼地方？”那神仙說：“不知道。”他又問：“美國在什麼地方？”神仙答：“沒有聽說過。”他又問：“地球在什麼地方？”神仙還說：“不知道。”最後他問：“太陽系在什麼地方？”神仙說：“等着，我給你查一查。”說完，拿來一張圖，只見上面有個小點，旁邊寫着“太陽系”三個字，飛行家這才知道太陽系在宇宙中也不過是一個小點，何況小而又小的某城呢？

從宇宙的觀點看，人世間的成敗禍福，皆無須

在意。能有這種眼界者，即如《莊子》上所說：“死生無變于己，而況利害之端乎？”如果人人能夠如此，世界上爭權奪利的悲劇，或者可以少上演幾次吧！

我們要有這種眼界，不但可以做事，更能做事。如人做事恐怕失敗，愈怕失敗，他愈會失敗。如他能視成功失敗為無關緊要之事，他成功的希望，還可更大一些。

作者：馮友蘭



讓兒童站在舞臺中央

重視兒童，是一個社會、一個國家文明進步的標誌。兒童是國家的未來，是世界的未來。

社會中的所有規則都是成年人制定的，兒童在多數情況下沒有發言權、表決權、決策權。

意大利兒童教育家蒙台梭利說：“所有人都關注兒童的未來，但是恰恰沒有人關心兒童的現在。”“成年人的幸福是與他在兒童時期所過的生活緊密相連的。”童年生活會影響一個人的一生。

兒童身上保有的最珍貴的品質——好奇好問，純潔天真，無憂無慮，活潑好動，不懼權威，也是人類最寶貴的品質。成年人是否能夠勇于探索，真誠待人，樂觀開朗，樂於行動，勇敢堅毅，與他們在兒童時期這些品質是不是得到呵護有很大關係。

有這樣一個真實的教育片段。有一天，幼兒園的老師問小朋友們：“花兒為什麼會開？”

第一個小朋友說：“她睡醒了，她想看看太陽。”

第二個小朋友說：“她一伸懶腰，就把花骨朵頂開了！”

第三個小朋友說：“她想和小朋友們比一比，看誰穿得最漂亮。”

突然，有一個小朋友問老師：“老師，你覺得呢？”

老師想了想說：“花朵特別懂事，她知道

小朋友們都喜歡她，就仰起她的小臉笑了！”聽到這兒，全班同學都笑了。只有老師知道，她原來的答案是：“花開了，是因為春天來了。”

孩子們極富想象力、創造力且帶有感情色彩的句子，與老師原先準備的那個一成不變的答案，形成了鮮明的對比！

課堂教學，就是要保護這種差異性，讓孩子多方面、多角度、多起點、多層次、多原則、多結果地思考問題；培養孩子敏銳的洞察力，讓孩子將事物之間的相似性、特殊性聯繫起來。

一言以蔽之，就是要激發學生的創新意識。而所有的一切，都需要我們有這樣一個觀念：讓兒童站在舞臺的中央。

二

我們所有人，包括兒童，都需要思考：在生命面前，個人、集體，乃至於全社會的“所為”與“應



為”到底是什么？今天的兒童會成為未來的醫生、老師、公務員、企業員工……不同的人會如何對待人生，如何理解責任，這些都涉及生命教育。

教育應該以生命教育為原點，重歸生命教育的本體——向內審視生命的本質，讓生命回歸自身價值；向外建構教育的場域，築造生命的精神家園。教育的本質就是幫助一個人從自然人變成社會人，拓展生命的長度、寬度和高度，幫助每個人成為更好的自己。

首先，延長每個人的生命長度，體現在個體生命的安全與健康兩個方面，是生命發展的基石，而愛護生命永遠是第一要義。因此，我們要教導孩子安全知識與技能，讓他們瞭解社會安全、遊戲安全、運動安全、交通安全、野外安全等常識，防止和應對校園暴力、疾病傳染及其他意外；重視身體健康、心理健康和兩性健