



社科普及丛书  
胡波 主编

# 生活的文化 和 文化的生活

著 陈慧

挖掘有生命力的生活文化  
停止忙碌，再好好重新出发

贴近人心 / 浅显易懂 / 极富内涵  
温暖心灵的文化之旅

简单的  
生活文化  
是所有人  
都向往的  
幸福感

SPM 花方出版传媒 广东人民出版社

## 作者简介

陈 慧

暨南大学经济学系毕业后“误入”新闻行业，至今已从事记者工作20年。善于观察和思考生活中的文化现象，从中领悟人、事、物所蕴含的文化本质。



中山出版

ZHONGSHAN PUBLISHING

香山承文脉 好书读百年



社科普及丛书

胡波 主编

# 生活的文化和 文化的生活

陈慧 著

SPM

南方出版传媒  
广东人民出版社

· 广州 ·

图书在版编目（CIP）数据

生活的文化和文化的生活 / 陈慧著. — 广州 : 广东人民出版社, 2019.11  
(社科普及丛书)

ISBN 978-7-218-13907-4

I . ①生… II . ①陈… III . ①文化生活—通俗读物 IV . ①G241.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 243777 号

SHENGHUO DE WENHUA HE WENHUA DE SHENGHUO

生活的文化和文化的生活 陈慧著

版权所有 翻印必究

出版人：肖风华

责任编辑：李锐锋 冼惠仪

装帧设计：陈宝玉

封面设计：蓝美华

统 筹：广东人民出版社中山出版有限公司

执 行：王 忠

地 址：广东省中山市中山五路1号中山日报社8楼（邮编：528403）

电 话：（0760）89882926 （0760）89882925

出版发行：广东人民出版社

地 址：广东省广州市海珠区新港西路204号2号楼（邮编：510300）

电 话：（020）85716809（总编室）

传 真：（020）85716872

网 址：<http://www.gdpph.com>

印 刷：广东信源彩色印务有限公司

开 本：787mm × 1092mm 1/32

印 张：7.75 字 数：128千

版 次：2019年11月第1版

印 次：2019年11月第1次印刷

定 价：39.80元

如发现印装质量问题影响阅读，请与出版社（0760-89882925）联系调换。

售书热线：（0760）88367862 邮购：（0760）89882925

## “社科普及丛书”编委会

策 划 刘浩君 胡 波

主 编 胡 波

副主编 周 萍

编委会 卢曙光 韩延星 周 武 高露斯

陈凤娇 邹慧燕 柯丽莹 刘 彤

# 总序

| 胡波

自然科学和社会科学是人类探究自然、了解社会、认识自我的两把钥匙，也是人类社会文明进步的双重动力。自然科学是研究自然界各种物质和现象的科学，如物理学、化学、动物学、植物学、矿物学、医学和数学等，是人类认识自然、了解自然、改造自然和适应自然不可缺少的有效理论和科学方法；而社会科学是研究各种社会现象的科学，包括政治学、经济学、社会学、法律学、管理学、历史学、文艺学、美学、伦理学、文学等，是人类认识自己、认识他人、认识环境，尊重自己、尊重他人、尊重环境，进行双向交流、相互交往的有力工具。

众所周知的是，自然科学为人类创造了许多物质文明成果，解放了人类的手脚，也拓宽了人类的视野，丰富了人类的物质文化生活。尤其是18世纪工业革命以来，科学技术消除和控制了许多自然灾害，减少了疾病的蔓延，延长了人类的寿命，让人类生活得更舒适、更便利、更安全。但不可否认的是，自

然科学，特别是现代科技发展的后遗症与副作用，也给人类带来了许多比传统风险（风灾、水灾、旱灾、瘟疫、地震等）还要令人忧心的现代危情（环境污染、核扩散与辐射、废弃物、有毒物质等）。这些现代危情对人类来说，是一种无法预知又时刻存在的危害。但整体而言，自然科学的发展，不仅改变了自然界，拉近了人与自然之间的距离，减少了自然对于人类来说所具有的神秘感和陌生感，还直接或间接地改变了人类社会的生活环境和物质条件，影响了人类自身的生产方式和生活形态。不断发展的科学技术，在现代社会中日益成为社会变迁的一股重要推动力，在许多方面正改变着人类的生活方式和文化模式。机器人将逐渐取代传统工人的角色；银行自助提款机的功能也日益替代银行职员职能；交通网络和大众传播媒介的发展，使不同民族之间的距离大大缩小；工商业快速发展，加速了社会流动，改变了人们的价值观、世界观、人生观、行为模式和生活方式。这些由科技文明所带来的新趋势和新问题，固然需要自然科学去研究与应对，但社会科学对于人类社会变迁所造成的法律、伦理、道德等层面的影响和冲击，同样责无旁贷。社会科学理所当然地应该从政治、经济、社会、文化、教育等不同层面进行深入研究，为人类生存、生活和全面发展提供更多的知识、智力的支撑和思想、文化的引领。

自然科学和社会科学虽然在研究领域、研究方法上有所不同，但都和人类社会的生存和发展有关，都与解决人类所面临的困难和挑战有关。社会科学是以“人”为中心，研究人与人之间，人与群体之间，人与社会、国家之间互动的知识领域，探究人类文化与其周围环境之间的关系的科学。人类在社会中生存和发展，必须了解与其生活层面有关的知识 and 经验，方能很好地顺应环境和改善生活，提升生命的价值，让人生更有意义。但是长期以来，人们对社会科学理论的认识和了解比较浮浅，对社会科学知识的掌握和运用极其简单，在思想和行动上表现出典型的实用主义或工具理性。尤其是经济建设过程中，重物质轻精神、重科技轻人文、重自然科学轻社会科学的现象更加突出，其结果是，在经济快速增长和科技高度发达的同时，也产生了生态环境恶化、贫富差距拉大、伦理道德滑坡、腐败案件高发和精神信仰缺失等现象，甚至有不少人成为物质的奴隶，精神的侏儒。因此，以人为中心，探讨人类生活层面的知识领域，以及探究人类文化与其周围环境之间关系的社会科学，就必将为当今社会提供认识自己、认识他人、改造社会的钥匙。自然科学以自然物质为中心，研究人类在物质生活环境上的问题；社会科学以人为中心，处理人类精神层面的事务。两者对于人类社会而言都是不可或缺的，尤其是在所谓“后工业社会”

与“后现代文化”的 21 世纪，寻求社会科学与自然科学之间的平衡，矫正往昔“轻人文重理工”的偏颇现象，对于构建人类社会的“新文明体系”具有重大的意义。<sup>①</sup>正如有的学者所说：“全部社会科学，要解决的就是一个问题，即个体认识自己、认识他人、认识环境，尊重自己、尊重他人、尊重环境，然后进行相互间的交流、交换、交往、交易等问题。简而言之，分清各自的利益，学习有效、互利的原则与技术，是公民的必修课。”<sup>②</sup>但是，社会科学的理论、方法、知识、经验，并不为大众所掌握和运用，其传播和普及的对象与范围都十分有限，往往停留在学者的圈子内，终止于社会精英的层面上。孙中山先生曾认为，无论是在古代中国还是当代社会，始终是“知难行易”，而不是“知易行难”，强调认识比行动更难但更重要。<sup>③</sup>马克思在《〈黑格尔法哲学批判〉导言》中指出：“批判的武器当然不能代替武器的批判，物质力量只能用物质力量来摧毁；但是理论一经掌握群众，也会变成物质力量。理论只要说服人，

---

① 沙依仁等著：《社会科学是什么》，世界图书出版公司北京公司，2006年，第27—28页。

② 沙依仁等著：《社会科学是什么》，世界图书出版公司北京公司，2006年，简体版序，第2页。

③ 《孙中山选集》，人民出版社，1981年，第159页。

就能掌握群众；而理论只要彻底，就能说服人。所谓彻底，就是抓住事物的根本。但人的根本就是人本身。”<sup>①</sup>因此，将社会科学的“知识”转化为“常识”，“经验”积淀为“理性”，“理论”转变为“智慧”，“方法”转化为“思维”，理所当然地成为社会科学普及的宗旨和要务。2014年9月1日起施行的《广东省社会科学普及条例》就明确指出：“社会科学普及工作应当坚持政府领导、社会支持、公众参与、资源共享、服务大众、法制保障的原则”，“社会科学普及是指采取公众易于理解、接受和参与的方式，普及社会科学知识、传播科学思想、倡导科学方法、弘扬科学精神和人文精神的活动”。社会科学普及工作，今天已是各级党委政府的重要工作之一。

中山市社会科学界联合会长期以来坚持以人为本，围绕市委市政府的中心工作，关注社会，聚焦民生，面向未来，在做好党委政府的智囊团和思想库的同时，积极主动地采取多种形式，大力普及社会科学知识，传播思想文化，弘扬科学理性和人文精神。经过不断努力，中山不仅涌现了大批具有广泛影响的社科普及专家和知名学者，也出版了一大批社科普及读物，如《中山史话》《凡人孙中山》《新三字经与社会主义核心价值观

---

<sup>①</sup> 《马克思恩格斯选集》（第一卷），人民出版社，1972年，第9页。

值观》《血脉相承：中山非物质文化遗产探究》《艺文与修身》《修身与修行》等既有地方特色又颇具中国气派的科普书籍，甚至借助南国书香节中山书展这个大平台，单独设立社科普及展区，开展形式多样的社科普及活动，产生了较大的反响。但是，社科普及活动仍然缺乏针对性和趣味性，社科普及读物也少了地方色彩而多了学究气息，社科普及的效果并不令人满意。

如何开展社科普及工作，有效地服务社会，逐步提高大众的人文素养，也就成为广大社科工作者必须回答的问题。为此，中山市社会科学界联合会在市委市政府的关怀和领导下，组织社科专家，结合地方历史文化、经济社会的特色和社科的专业特点，融知识性、趣味性和专业性、系统性于一体，编辑出版“社科普及丛书”，力求在全面介绍政治学、经济学、社会学、文化学、历史学、哲学、伦理学、民俗学、地理学和法学等社科基础知识和理论方法的同时，客观全面和深入浅出地讲述中山地方历史文化和人文精神，力求通过系列丛书的编辑出版，使其逐渐进学校、进机关、进企业、进社区，力求达到理论宣传、思想传播、文化交流、信息传递、知识共享的多重目的。为好书找读者，为读者写好书，讲好中国故事，传播社科新知，引领时代风尚，推动社会进步，这就是“社科普及丛书”编写的方向和目标。

# 目 录

生 活 的 文 化 和 文 化 的 生 活

· 第一章 ·

## 无处不在的生活，无所不在的文化

到底什么才是文化 · 1

我只是文化的“搬运工” · 7

## · 第二章 ·

**静静过有文化的生活**

- 审美：人类头脑中的“倒三角形” · 11
- 语言：祖先的秘匙 · 18
- 文物：为何旅游都要下车看庙 · 25
- 非遗：不做没有新鲜血液的僵尸 · 33
- 匠人：时间打磨匠人，匠人趟过时间 · 41
- 阅读：真人阅读轻松？你的阅读方法错了 · 49
- 节日：仪式是文化传承的管道 · 57
- 书信：浓缩思念的“最温柔的文学” · 65
- 卡通与漫画：成人残酷世界里的温柔庇护所 · 73
- 博物馆：人类文明的自省之地 · 81
- 写作：我思故我在，我笔写我心 · 89
- 打工文学：流水线上的兵马俑 · 98
- 流浪地球：多元文化的冲突碰撞 · 106

## · 第三章 ·

**生活中的文化：细嚼、慢咽、轻嗅**

香道茶道琴雅道，我自求我道 · 117

百年人生，过眼云烟 · 125

舌尖：人间烟火盛，世态百味丰 · 134

穷游：穷的是“游”不是“心” · 143

陋室：斯是陋室，惟吾德馨 · 152

“存盘”一座城市的集体记忆 · 160

乡愁：故乡成了熟悉的陌生人 · 168

又骗我去读幼儿园 · 176

年轻人怀念的不是味道，而是父母的呵护 · 185

彭宇“碰撞”雷锋，文化跟不上社会急流 · 192

城市与自然，何日握手言欢 · 200

是谁在诱惑我们买买买 · 208

浸泡在中医药文化里的生活 · 215

解构美，才能重生美 · 223

## 第一章

# 无处不在的生活，无所不在的文化

在这本书里，我谈论的仅是自己在文化中感受到的生活与文化之美。以闲谈的文字，与读者分享我这些年遇到的文化之美，就如我在广式茶楼里与亲友喝着早茶闲聊。

来，让我们一起在书中“饮杯茶，食个包，吹下水”。

## 到底什么才是文化

我是一个每天码字挣工资的记者，但我从来不认为自己是一个文化人。我是一个记者，工作中也常常接触到许多文化艺术工作者。我觉得自己只是记录下他们的所做所想，把这些文化内容编译成方块字，进行传播。我做的工作，充其量只是一个文化的搬运工，与文化相去甚远。

直至有一天，出版社编辑邀我写一本关于文化的书。此时，

我才发现自己甚至无法用一句话概括出“什么是文化”。于是我急切地乱翻书本、查资料，想看看大家是如何概括“文化”的。我发现古往今来，无数文化人为文化下过定义。要真正理解这些定义中的“文化”，着实需要一定的“文化”，否则还真的难以消化。

从广义来说，文化是人类在社会历史发展过程中所创造的物质财富和精神财富的总和。从狭义来说，文化指社会的意识形态，以及与之相适应的制度和组织机构。<sup>①</sup>

文化特指意识形态所创造的精神财富，文化是凝结在物质之中又游离于物质之外，能够被传承的宗教、信仰、风俗习惯、道德情操、学术思想、文学艺术、科学技术、各种制度等。（百度百科）

文化是一个复杂的总体，包括知识、信仰、艺术、道德、法律、风俗，以及人类在社会里所得一切的能力与习惯。<sup>②</sup>

文者圣说之理，化者育明之归。凡是离开本源取向、本源明承的理和论都不可称名文化。文化的核心是道德；文化精髓是哲学；文化的本质就是教导人做人的文化；文化是生命，生

---

① 《辞海》编辑委员会：《辞海》，上海辞书出版社，1989年。

② [英]爱德华·泰勒著，连树声译：《原始文化》，中译本，上海文艺出版社，1992年。