

易读

2016年第2期

本期关注

跑吧

 东莞图书馆
DONGGUAN LIBRARY





卷首语

冯玲

2006年，中宣部、中央文明办等十一个部委联合发文《关于开展全民阅读活动的倡议书》，首倡“全民阅读”，中国图书馆学会专门设立了科普与阅读指导委员会（2009年更名为阅读推广委员会）并于4.23世界读书日期间在东莞召开成立大会，全国的图书馆阅读推广工作有了组织机构、交流平台和联动阵地。

十年推动，全民阅读势已燎原，2014年以来已经三次写入政府工作报告，全民阅读立法也已列入国家立法工作计划。图书馆的阅读推广更跑在前面，在组织建设上，今年4月阅读推广委员会在东莞召开换届大会，下属专业委员会由成立之初的5个、第二届的15个再进一步扩充到21个；在服务重心上，图书馆界将阅读推广作为自身的使命，推动其成为图书馆服务新的生长点；在覆盖层面上，阅读推广迅速从东部沿海走向全国，从公共图书馆发展到高校、中小学图书馆；在工作内容上，图书馆阅读推广实践活动丰富多彩，阅读品牌深入人心，馆员专业化水平不断提升，理论研究方兴未艾，阅读推广人培训广受好评。随着社会阅读意识和阅读环境的改变，政府、机构、企业、民间，各方力量的共同努力，图书馆的阅读推广将步入深化、提升的新阶段，一个学习型社会、一个观念中国，就在道路的那端。

跑的姿态，奋然向前，充满活力。跑的脚步，会留下一个又一个扎实的印迹：5公里、10公里、半程马拉松、全程马拉松……全民阅读之路上，图书馆人也将一如既往，以矫健有力的步伐，刷新记录，续写辉煌。

目录

■ 卷首语

■ 本期关注

都市里的长跑者 / 吴昕孺 / 4

跑…… / 陈蔚文 / 9

一个人的奔跑 / 小 海 / 13

■ 书目推荐

跑吧之书小辑 / 东 图 / 18

■ 阅读前沿

《农夫哲学》：在自然的怀抱里释放恐惧 / 张家鸿 / 24

《二手时间》：情感，也是一种历史 / 冯景光 / 27

《永续农耕》：稻田里的生活、艺术与未来 / 苏七七 / 30

《耶鲁文学小历史》：清新的纸上文学讲座 / 沈晓杰 / 32

《谁坑了中国企业》：用真实案例提醒“走出去”的人们 / 贾登荣 / 34

新书扫描 / 张宽路 / 37

■ 读书案例

广东城南诗社 / 钟少叶 张宽路 / 43

光影阅动·微拍电子书——以传播学、营销学理论为指导的阅读推广尝试 / 赵 靓 / 46

■ 读者来稿

从“多文为富”到“知识惠东莞” / 李东来 / 49

每个童年都孤独——读马克·李维《偷影子的人》有感 / 叶瑞芬 / 52

跨越半世纪的爱情史诗——读《霍乱时期的爱情》 / 邱向峰 / 55

残雪：文学女巫的内心孤独与愁苦及两性欲望 / 巴 陵 / 58

还与不还，决不讨要 / 李树德 / 61

都市里的长跑者

吴昕孺

跑，非人类所独有，有足者皆能。当然，足倘若过多，就只能爬了。但我相信，即便在爬行动物中，也有“跑”的概念存在，就像两足或四足动物的跑是“走”在速度与耐力上的延伸，爬行动物的“跑”同样可以是“爬”在速度与耐力上的延伸。走兽可能瞧不起爬虫的跑，那并不意味着爬虫就不会跑呀。所有生命都有自己的运动能力，藉此得以生存与壮大。所不同的是，人类之外其他动物的“跑”只是出于本能，捕食或迁徙，求偶或逃生；而人类，由于发明了强大的工具，除了逃生，捕食、迁徙和求偶，已进化到基本上不用“跑”了。

那“跑”用来干什么呢？用来锻炼身体的力，用来塑造形体的美，用来挑战自我的极限，用来磨练人生的意志，用来昭示坚持与拼搏的精神……在人类这里，跑由本能，演变成了一种文化。从这点来说，人的确是万物之灵。无论速度还是耐力，人在动物中充其量只能算中等偏上，为什么人类能进化到远远将其他动物抛在后面，成为天地之间仅次于上帝的主宰呢？乃因其灵性所致。灵性，启迪和指引着人类，达成由力向智的转变，从而实现对生命本能与丛林法则的超越。对于拥有汽车、高铁、飞机甚至运载火箭的人类来说，“跑”只能算是一种原始的位移，早已不是速度的范式。

当“跑”从生存的必然性中解放出来，它就开始在自由舒展的生命沃野上绽放光华——跑步——这是一个包孕着休闲与健身的词语，身体像花草一样摇摆和开放，里面是永不褪色的春天。这还不够。伴随着对极限的挑战，“跑”进而演化成一种玄秘的命运符号——奔跑——这是一个蕴含了跳跃与飞扬的词语，身体像鸟儿一般翱翔和旋舞，激荡着人类不依靠外力振翅远举的梦想。

中国的传说中，最早关于“跑”的故事是《山海经》里面的夸父追日。远古时代的夸父要和太阳赛跑，他喝干了黄河、渭水和北方的大泽，仍然没有追上，在湖南沅陵县的夸父山口渴而死。和太阳赛跑，连飞鸟、雄鹰都办不到吧，人类就是这样，他们不仅想飞，还想超越飞。五千年前的黄帝时代，谁会想到这能变成现实呢？现在，人类借助科技，早已将飞鸟抛在了身后。目前，世界上最快飞船的速度达到每秒三千多米，而太阳绕着银河系公转的速度是每秒250千米，差距依然巨大，但未见得就不可企及啊。《山海经》讥嘲夸父“不量力”，殊不知，这正是人类腾飞的根源所在。

由于渴望飞，所以“跑”往往是以悲剧的形式来呈现的。夸父不可能追上太阳，死后他的手杖化作一片桃林。“手杖”这个工具给我们提供了另一种信息：夸父并不是全程在跑的。真实情况可能是，跑到后来，他实在支持不住了，就弄了一根手杖撑着，边走边追，最终因干渴而身亡。那时的人们，还没有“万物生长靠太阳”的常识，农耕看天吃饭，对动辄制造干旱的太阳恨之入骨。夸父长途跋涉的悲壮，不可避免的挫败，让人明白：天（太阳）是不可战胜的。四千多年后，曹雪芹犹自在《红楼梦》中叹道：“灵秀幽微地，无可奈何天。”

对付太阳，跑是不行的，所以才有后来后羿射日的神话。神话其实是一种典型的自慰式话语。天上的太阳摘不下来，我就说它们本来有十个，被后羿射落九个，只留了一个在天上。后羿成为人类虚构的英雄。内心里，我无疑更钦佩夸父那种失败的英雄，他是一个真正的人。而后羿是人的膨胀，是人的变态，嫦娥受不了他是很自然的事。嫦娥是何等聪明的女子，她没有“跑”，她知道“跑”只会带来悲剧，所以她选择了“飞”。嫦娥飞天，就永远把后羿那样的男人钉在了耻辱柱上。嫦娥奔月，标志着中国人月亮崇拜的开始，应当算作中国古典文学的源头。

夸父之后，中国再没有“逐日者”了。那跨越五湖四海的壮健一跑，甚至奔忙于治水第一线的龙行虎步，慢慢退化为三步一跪、



五步一叩，退化为鹰式、蟹式、跳蚤式、蚂蚁式……公元前490年9月12日，在西方文明的发源地古希腊，却冒出了一个“跑”死的英雄。菲迪波德斯是一名年轻的传令兵。当时，兵强马壮的波斯侵略军不断向希腊腹地挺进，马拉松镇是首都雅典的门户，力保此镇才能挽救国家，否则波斯人将势如破竹。希腊军民同仇敌忾，在马拉松镇大败波斯。那时没有任何机械通信设备，为了让这一喜讯尽快传到首都，传令兵责无旁贷。菲迪波德斯刚走出战壕，身上伤痕累累，血迹斑斑。他二话没说，撒开双腿，一个人开始了长达42.195公里的浩浩长征。他一刻都没有停下来，而且始终保持着自己的最快速度。他跑到人们焦急地等待着消息的雅典广场，大喊一声：“我们胜利了！”随即倒在地上，停止了呼吸，脸上还露出青春纯真的笑容。

菲迪波德斯一跑惊天下。1896年，世界近代首届奥林匹克体育运动会在雅典举行，奥运会发起人顾拜旦男爵提议，就以当年菲迪波德斯跑过的那条路线作为一个竞赛项目，并命名为马拉松赛跑。从此，以42.195公里为标准距离的马拉松赛跑便风靡全球。目前，世界各地每年举办马拉松比赛近千个，既有久富盛名的波士顿、伦敦、柏林、芝加哥、纽约、东京六大赛事，还有像中国这样的新兴大国。仅2015年，中国就有56场马拉松比赛。马拉松比赛让长跑成为世界上影响最大、最为平民化的运动项目。

菲迪波德斯不仅是民族英雄，他成为了全世界的英雄，就像黄帝时期的夸父是世界的英雄一样。马拉松跑不仅挑战人类极限，还蕴含着为胜利而献身的象征意义。对于所有平民来说，这是人生最大的渴望和梦想。在没有战争的年代，或者说在现代战争不需要传令兵的年代，长跑成为一种英雄式的模拟和致敬，向远古的英雄，同时也是向自己。

我觉得不是一种巧合：马拉松运动的兴起和盛行，伴随着全球快速城市化的进程。很有影响的马拉松赛事几乎悉数落户城市。城市无疑提升了人类生活的质量，是人类改造自然的威力的体现。然

而，城市让人类兀然超拔于万物之上，他们在构筑自己理想王国的同时，也在为人类的未来设置陷阱。

19世纪末叶以来，越来越强大的人类使得“个人主义”日益凸显，谁都不甘平庸，不甘埋没，都希望比自己高大无数倍的高楼大厦屏蔽不了自己的丰姿，围困不了自我价值的实现。在动辄吞没数百万、上千万人口的大都会里，个人价值与尊严变得至高无上。这个时候，都市人自然会想起两千多年前的菲迪波德斯。被那场战争牵扯进去的有多少人啊，一将功成万骨枯，但那场战争只有三个人青史留名，其中两人是双方的统帅，达提斯和米尔迪亚德，而普通士兵菲迪波德斯以其义无反顾、喋血沙场的勇气，和超远距离的高速长跑，将自己宝贵的生命盛放在胜利的祭坛上，而得以不朽。这一份独一无二的“个人英雄主义”标本，立即倾倒了穿梭于城市大街小巷的芸芸众生。

我自幼体弱多病。读小学时，父亲规定我每天早晨必须去跑步。从家里跑到对面的罗岭桥，往返大约三四里路。我先是恋床，极不情愿；不久，乡村清晨的开阔、宁静与纯净，就深深地吸引了我。我从没觉得自己的家乡有如此漂亮！我爱上了晨跑，而且越跑越远，远到我的母亲到处跟村里的大人打招呼，嘱咐他们看着我，别掉到塘里，或者野猪口里了。读初中、高中、大学，大学毕业离校，我一直坚持不懈，并参加过湖南师大校运会的万米赛跑。那次，如果取得名次的选手都不在，我就是第一名。大学毕业两年后，我调到现在的单位，在长沙市最中心的兴汉门住了二十多年。置身于喧嚣吵闹、污染严重的闹市区，单位院子又只有不到六亩地，院外早晨五六点钟便人头攒动，车水马龙，实在再无跑步的兴致，便硬生生地掐断了这一光荣传统。倘若坚持至今，那现在的长沙国际马拉松赛，我或许还可奋蹄一搏呢。

我的朋友、著名作家薛忆沩，是名副其实的长跑王子。他每天至少要跑五公里。2000年薛忆沩在深圳大学任教时，他称沿着长长的深南大道独自奔跑为“放纵”。我在一封信中回答他：“你放纵

得很有道理，时间的精妙和身体的奥秘全被你窥探到了。”写作是异常寂寞的，我更清楚，薛忆沩是靠这样的“放纵”来对抗孤寂，培植自我，用健壮的身体辅助他增强自己的内心力量。在薛忆沩看来，长跑是一种身体的修行，而更为漫长的写作则是精神的修行。

当长跑成为一种修行的时候，它的本质就悄然发生了变化。在夸父和菲迪波德斯的时代，“跑”是为了赶快、加快、尽快，以快为过程，也以快为目标，是在人体极限范围内，对“走”的不断升级。而现在，我们惊讶地发现，“跑”是为了让自己慢下来，是一种身心的调节与休憩。因为，借助各种日新月异的交通工具，我们“跑”得太快了！“坐地日行八万里，巡天遥看一千河。”毛泽东如此富有想象力的诗句，短短几十年间就变成了现实。而且，“走”的概念也已大不同于以前，现在所谓的“走”大多不需要脚，而是用车代步：“走，去机场”“走，去高铁站”“走，我们打的士去”……这时候，“跑”就不是“走”的升级，而是对它的反叛。跑，必须脚踏实地，它是身体凭借自身力量产生的位移。人，只要自己身体的任何一部分，直接贴着大地，就一定会慢下来，他的身体就一定能听到大自然的声音，听到自己灵魂的倾诉。

东莞人买中文电子书读，2015年全国第二

2016年1月22日，亚马逊中国发布“Kindle2015年度电子书阅读行为报告”，在付费中文电子书阅读完成率城市榜中，榜单前十都是二三线城市的天下，武汉市的平均完成率最高，东莞市名列第二名，哈尔滨市排在第三，合肥、太原、济南、长春、郑州、宁波、苏州分列第四至第十。而北上广深等一线城市均无缘前十，其中北京名列第21位，上海第12位，广州第11位。亚马逊Kindle市场总监于洪分析，二三线城市更注重家庭、生活，生活节奏相对较为闲适，有更多时间实现“沉浸式阅读”。

——编选自搜狐网“文化新闻”

跑……

陈蔚文

关于跑，最先想到德国电影《罗拉快跑》中为拯救男友而奔跑的女孩罗拉，她要在20分钟内弄到十万马克，为此她飞街串巷，不停跑着，混同电子音乐和罗拉狂奔的脚步，让人似置身一场生死之战，速度里是满是青春的焦灼与不顾一切的爱的勇气！

电影《重庆森林》中的“跑”则是种失恋疗法，主人公说，“每一个人都有失恋的时候，而我每一次失恋，我都会去跑步。因为跑步可以将你身体里面的水分蒸发掉，而让我不那么容易流泪。”

如果真对治疗失恋有效，校园跑道会堵得水泄不通吧，那是失恋频率最高的地方。不失恋，枉青春。

电影中的“跑”多少有些艺术的变形与夸张，村上春树的书《当我跑步时，我谈些什么》则是非虚构了。这一次，跑与文艺无关，映射出一个男人的意志。真没想到，作为一名狂热跑步爱好者的村上，跑了二十多年，参加了26次比赛，包括铁人三项。

从一家餐馆的老板突然转身为写作者，为了更专注地写小说，他盘掉效益不错的店，一意孤行，生活从此由“开”转为“闭”——若没有这份执念，大概他也不会跑上几十年。反过来说，没有多年长跑者的韧劲，他也不会一直写下去。

“我也许是主动地追求孤绝，对操我这种职业的人来说，尽管有程度上的差异，却是无法绕道回避的必经之路。这种孤绝之感会像瓶了中溢出的酸一样腐蚀人的心灵……唯其如此，我才必须不间断地，物理性地运动身体，有时甚至穷尽体力，来排除身体内部负荷的孤绝感……”

这是他执念跑步的一种动力——为孤绝地写作提供身体的保障。沉默地奔跑，对村上春树的精神健康来说，成了具有重要意义



的功课。

“写小说是不健康的营生这一主张，我基本赞同”，村上做了个比喻，“河豚身上有毒的同时又是最鲜美的部位”，他还说，所谓艺术行为，从最初缘起就内含不健康的，反社会的要素。要与这种危险，与不健全的灵魂对抗，那就更需要健康的体魄。

书中有数张村上跑步照片，黑瘦结实。一位充满专业精神的跑步者。他提前设计好自己的墓志铭，“村上春树，作家（兼跑者），1949-20XX，他至少是跑到了最后。”

我也从事着村上所说的“不健康的营生”——写作，在纸上的世界，一呆数年，常常混淆现实与虚拟的边界。而我也发现了，要平衡现实与虚拟，运动是最有效的方式之一。它直接、快速地改变人的身体与精神，用体温升高的方式把人带回到生活现实。

和村上不同的是，我选择的是室内运动，瑜伽。练习数年，每周三次的中午一个小时，既是最日常的活动，也是某种仪式，它使生活免于松散地沉溺，有了规律的朝向。

那间瑜伽室，和村上的跑道一样，承载着对“自我”的诉求。

但我远没有村上的铁人意志，常有各种借口停下，譬如节假日。一旦停下，在松散并饕餮的身体中，会涌起对那些瑜伽中午的怀念，安静的瑜伽室内，那方垫子上身体的辛苦以及疲惫后的满足。

大概所有能坚持跑步者，都已从一种肉身的运动去向了精神的领地。对他们，跑步不仅仅是跑步，还是其他的人生隐喻。

曾经也想坚持跑步，家就在公园近旁，可城市的雾霾和公园里络绎的人，使我这个在意他人目光者还是望而却步了。

如果想将一项运动坚持下去，不是“意念”那般简单，它须是合乎运动者的性格以及潜在需求，这项运动与人之间才能逐渐达成齿轮和皮带的契合，这其中有磨擦、对抗、损耗、助益……最后成

为运动者人格的一部分。

“如果你没有信仰，请把跑步当成信仰”，它无需成本，不用陪伴，找块空地就能让血液奔流起来，血流甚至能改变你对世界上一秒的看法。那是本源的身体表达，是摆脱凡冗节奏的最快方式，如村上说的，“目的明确，生气勃勃地活着”，还据说，一场马拉松，能让体验从出生到死亡的过程，每一次觉得自己到了忍耐极限时，步子却又向终点延伸了一步。每一次你以为自己要倒下时，却在咬牙中又一次起死回生——或许，这就是跑步的魅力，也是马拉松爱好者激增，进而促进“马拉松经济”的原因吧。

“只要跑着就很快乐”，有位西部的女诗人说，多年前因一场病，也因独身的寂寞她开始跑步，一跑数年。她住在一个场地空旷的小区，每晚准时下楼跑。

“不累吗”，朋友问她，“累，不过只要跑着就很快乐”。

她还说过类似句式，“只要爱着就很快乐”，女诗人历经几段感情，至今孑然一身，不过一直在跑，正如一直在爱，只是爱的对象从男性转向了更广阔的事物。她最近的微信是首诗，“我跑向自己/跑向反方向的火焰……”

跑，或是爱，都是由身体向精神延伸的觉知，“尽量有效地燃烧自己”，像村上春树说的，不想啤酒，也不要想太阳。把风忘掉。意识集中在把脚交互往前送，除此之外，一切都不要紧。

有一年，为参加单位的跑步活动，我临时去练了次跑。夜晚，从家出发，穿过树影斑驳的一座大院，先是感到吃力，关节里像有锈迹，随着奔跑与喘气，身体内部的对抗渐渐转化成协作，身体不断地腾空，吐纳中，感到身体的活力在苏醒，哦！竟然还能奔跑，多好！你想为这基本功能而雀跃，而庆幸。在荷尔蒙分泌日趋缓慢的日常，这仿佛是惟一令心脏瞬间加速的方式。在跑中，似乎接近了活着的核心——你和你的身体，温热地，在大地上运动，风从耳际吹过，某种惯常的引力正在脱离。



同时，一种想要喊停的惰性也在增长，中年的真相正在变得稀薄的空气中显现，体能的减缩在“跑”的考验下透出吃力。

在想要奔跑和想要停下两种力量的协同下，初秋的夜晚，我跑完了中年的一段路。

澳州新西兰之旅，印象最深的之一是跑步者。

这段旅程几乎由无尽的海湾、帆船、牧场、绿地、阳光与古树构建。还有沿途的跑步者——围绕圣玛丽亚大教堂、岩石区、海德公园的清晨跑步者，上午在墨尔本联邦广场的跑步者，沿着悉尼皇家植物园的跑步者，顶着正午烈日围绕悉尼歌剧院的跑步者，傍晚黄金海岸沙滩上的跑步者，夜晚在旅馆旁与公路边的跑步者……

似乎没有什么能阻止跑步者的步伐。一切现代建筑背景消退了，这些人像从远古密林中跑来，以矫健身姿进驻这个世界。

你为自己不是名跑步者而惭愧，遗憾。

生生不息的奔跑与阳光、大海、植物这些自然物一起，成为生活属性的一部分。那似乎才应是属人的生活，而非钢筋丛林间复杂的搏奕与各种无聊纠缠。

大海闪着蓝光。折射单纯与奥义的镜子。天地间，语言变得多余，惟有跑，才能表达与亘古的蓝的对应。时间也似语言一样多余。时间只由浪涛的颜色、树影的朝向及跑步者的步伐决定。

“我跑，故我在”，跑，是自外向内的过程：从表皮穿透，更深切地激荡内核，激荡血液、呼吸和心跳。它是调动身体的过程，更是调动热情的过程。初阳升起，星子划过，跑，近于永恒，引擎一般发动着身体。从年少到年老，跑过四季星辰，跑过渺小与确定，跑过心脏的墨迹未干，跑过这一生的浑浊与清澈……

直到跑向括弧里的微光。

一个人的奔跑

小海

我有时也会问自己，为什么跑步这件事就让我这个懒人做成了，还坚持下来了，想了想，最关键的一条：这是一个人的运动。

始于对身体的肯定

在对待身体方面，我们一方面努力回避难以逃脱的疾病、伤残、疼痛、死亡，因为它们导致感知能力的扭曲和我们的认知能力上的不足，甚至对存在论基础的身体构成消亡威胁；但同时，我们又往往忽视身体特性，中青年时对定期体检的不屑，对身体协调性和日常健身运动的漠视，等等。

在各类运动中，跑步对环境 and 身体这两方面的要求都很低。一旦爱上了跑步，不需要太多的条件，只要天气允许，在室外，只要有条路和有双跑鞋，独自一个人就可完成。从积极的方面看，虽说绝大多数的跑步者，都不是各级运动会的选手，不靠跑步谋生，可它确实能让身体体会到挑战自我实现自我的意味，是“一个人的奥运”。从消极方面看，周而复始的跑步也有点像无望地对一种境界的追求一样。现在你想排除干扰做一件单纯的事有时很难，但跑步完全是很单纯的一件小事，在跑步中无需也无力“运思”所谓的人生大事，而且一旦跑来步来，可以健体强身，可以忘忧，可以治疗失眠，不一而足。

在长期的运动中有时也会因精疲力竭或者路面不整而摔倒、擦伤，有时一次运动量过大膝盖也有损伤，可相对其他运动，它无疑还是成本最低，损害最小的。一件单纯的事给人的快乐完全可以抵消了其他的因素。只从这一点上说，跑步的人可能是有点“拧巴”，认死理，对于那些有宏大的目标者来说，我的跑步太渺小太

微不足道，单纯地做一件不求结果的事情是许多当代人不屑去做的傻瓜事，确又是一件美事。

有人建议我跑步时可以带上耳机一路上听听音乐，消解单调、重复的机械运动，我从来没有尝试过。实践告诉我，跑着跑着，做什么都不重要了，跑到最好的境界就是“忘我”或者是“物我两忘”。有时刚刚开跑时，我也会想一个人或一件事，甚至是很烦心的，但是一旦和跑步中艰难的时刻，比如跑马拉松相比，一切都会释然。许多努力过的事，都没有结果，就像跑步出不了成绩，你也不会整天萦绕于心，闷闷不乐，因为你知道，跑步已经是一种生活方式，甚至是一件有仪式感的事。在我，跑步的意义还在于，健康的身体是快乐的源泉，也是协调人生所有情感经验的中介。改善身体的感知能力，身体就不再是一个物理装置，一个由心奴役的机械构造。往大处说，身体是天地交流、进化，天人合一参与循环的整体，也是对追求高品质生活的意义的肯定。就像你一生中必须做的一件事一样，是宿命，因为你喜欢，你乐意承受，那么就变成了一种自虐式的精神享受。

想想二千多年前的先贤孔子对踏春裸游、且歌且舞地到大自然里去疯一把，也是举双手赞成的：“莫春者，春服既成。冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。夫子喟然叹曰：吾与点也！”（《论语·先进》）。我会将之视作孔老夫子和弟子们一次祭春的身体仪式。

确切地说，生命的仪式，是从对身体的肯定开始。

从运动的身体出发

长路漫漫，跑步对人的躯体各方面都好，最对不住最伤的就是膝盖了。膝盖是真正的“人体公仆”。如果松懈了一阵子，来一次长时间超大运动量的奔跑，膝盖的承重和负担是不可思议的，警示就是刺痛和酸疼，上下楼梯时呲牙咧嘴，感觉尤其厉害。

长年练习的长跑者体重都是相对偏轻的，减少脂肪好像是膝

盖对肚臍、腰腹的“命令”，跑步之后，加上素食为主，让我意料不到的是体重逐步下降，从最重时的75公斤降到最轻时的不足58公斤，减少每天2000米的游泳后，体重又回升并稳定在68公斤左右。

其实，真正跑起来的时候，我们并不将注意力集中在自己的身体上，而是将重点放在到达终点、达到目标上，让身体发挥最大的功效。假如你的注意力都倾注在跑步中的脚、膝盖、呼吸等等上面，反而达不到放松运动的好效果。就像我们儿时学骑自行车一样，你的注意力如果一直放在两只脚上，一准会摔跤，所以大人们会在一旁反复提醒：别去管脚，目视前方。我知道中国体操队的教练也是常常对平衡木上的弟子们说：越少想脚下，走得越稳。

我喜欢在户外阳光下跑步。所以我常常正午时外出跑步，太阳直射，我感觉有一种气息，沐浴天光下，和天地融通，与万物共荣，彼此交换信息和能量，你能嗅到周围树木和人群在阳光下散发出的勃勃生机，这也是吸引我跑步的一个原因。

冬天早起在户外，气温零度左右，地上有层薄薄的白霜，短衣短裳出门，手脚会冻得麻木，甚至跑步完后汗湿了前胸后背，手背时常还没有知觉。刚刚开始跑步一两千米的时候，鼻子里面不断地流着清鼻涕。可能正是因为有了这些跑步中所谓艰难的时刻，每次跑完设定的路程，呼吸平缓自由后，会产生巨大的“小小幸福”，或者说“卑微的成就”。

把身体当成一个创造性的自我塑造的实验场是跑步带来的始料未及的副产品，也是将完美主义降格为私人自我实现的积极行为。社会、政治等许多事情上我们无能为力，极端个人主义的身体训练总是力所能及。马克思认为在从猿到人的进化过程中，劳动起到了决定性的作用。在这里我把“劳动的身体”可以偷偷置换成“运动的主体”。这和尼采“权力的身体”、佛洛伊德“欲望的身体”形成了显明的对照。就是说，身体和身体意识是我们了解和发现源初世界，不断进化和完善的出发点。长跑是对身体和身体意识基础价值的重新体认、调控和肯定。一位雕塑家朋友看到我短打扮跑步的

样子，大加赞叹，他说健美运动员体型富有侵略性，激不起创作的欲望，倒是跑步、游泳后的自然匀称体型更能找到雕塑生活化的真实感觉。

在路上的长跑者

道路不同，跑步感受不同。塑胶跑道是最佳的跑步场地。新修的柏油路面也很养脚，平坦而稍有弹性，黑色发亮的路面配上路两侧的花和树，四季都有不同的景色，总是让跑步者莫名其妙的激动，不惜兴师动众驱车半小时之久，像赶一场盛会。市区道路严格讲不适合跑步，一是人行道和慢车道常常是合用的，步行道上又常有水泥桩、墩之类的汽车路障，路面时有破损或莫名的起伏，二是早晚会有溜狗的人和三三两两聚集了聊天的老人，时时得注意避让，还有越来越多的汽车和排放的尾气，加上每个路口都有红绿灯阻隔，影响跑步的节奏和情绪。

适应路和适应人道理是一样的，一个跑步小组的成员从陌生到熟悉并定期约跑、经常交流，成员之间也像人和道路一样，需要彼此的理解、适应和信任。

我过去有高血压，吃了几年的降血压药物。我跑步和素食已经快两年了，测量后发现血压都在高血压的临界值以下了，所以就干脆停药了，刚开始还不放心，时常记得要去医务室量一量。我想，血压的下降跟生活方式的改变，如不抽烟少喝酒，每天花费大量时间在跑步路上是有关系的，感冒减少了，说明身体素质好多了，生命质量的改良会提高生活的质量。像我这样每天花这么多时间去运动（最多的时候要4小时左右）的人是极少的，一要有时间，二要有毅力。丢掉药罐、有益健康是在路上有说明力的理由和心理基础。

我有4、5双跑鞋，有李宁、耐克和阿迪达斯，视心情和跑步里程轮着穿，两双放单位，三双放家里。喜欢跑鞋就像孩子们喜欢心爱的玩具一样，而且对每一双鞋各有喜欢的理由。它们都被摆放

在醒目而重要的位置。对跑鞋的认识也是随着对跑步的痴迷而加深的，现在要是偶尔进超市店都有看看鞋子专柜的习惯。随着眼光的挑剔，一般的鞋子已看不上眼了，必须是专业的体育用品商店才会有我喜欢的鞋子。鞋子必须跟脚，轻便，抓地力强，一双新鞋子脚上一套，立马精神一爽，就像出厩的马驹儿，伸展踢踏着蹄子就想撒欢。如果能正好真真合脚的话（因为每个人的脚型都不一样）那就最好不过了。我的几双不同的跑鞋穿在脚上都有不同的感觉，“如人饮水，冷暖自知”这句话我认为可改成“如足适履，冷暖自知”。不是吗？有时候，一两个小时跑下来，不合适的鞋子会让你的脚趾磨出血泡，袜子会留下大块血斑。碰到一双心仪的鞋子你有舍不得穿的想法。对跑坏的鞋子，常常也不舍得马上扔掉，仿佛它们都有记忆似的，记录着跑过的那些路程和心境。我对运动袜一向不讲究，有时脚趾处有个洞也照穿不误。跑步之后，领队说要穿专门的跑步袜，他先带了几双给我试穿，原来也是从专业运动商店买来的，就是加厚了一点，在着力的部位作些处理，加点布衬或者垫子。穿鞋着袜是跑步中的装备问题，连技术性问题的边都搭不上，但其重要性却是不言而喻的。这一切都是为了让你在路上跑步时更有信心。

跑步（运动）和思想的关系一直有人在探究，它们之间能够同步并有同谋关系吗？运动并保持一种状态，使正能量和正信息在你生活中发挥一定的作用是毋庸置疑的，这种积极意义上的彼此作用也是肯定的。但在我这儿，跑步时刻的思想这样的概念我没有，长距离的跑步就是感觉自己像个机器人，只有一些零碎的念头和纷乱的思絮飘过，不作思考就难以有什么形而上思想，甚至就想着忘却思想和我执，巴望赶快到达终点线。一个单一的运动其实倒是可以让你忘忧和去除烦恼，因为你仅仅是一个机械运动着的人，一个在路上的人，这是在运动心理学之外可以讨论的问题。

跑吧之书小辑

东 图

跑步，是一项古老的运动，当今还是一种生活和休闲方式，在其身后还附着深厚的文化意蕴。因此，跑步不只是需要技术，还需要心理和精神的储备，但真正的跑者，却是需要精心准备和训练的。这里推荐的二十余种图书，既有跑步的技术指南，也有跑出来的人生思考和励志故事，供跑步爱好者阅览。

《跑步圣经》

（美）乔治·希恩，郭佳译，国际文化出版公司，2007年12月

东莞图书馆索书号：R161.1/23

作者讲述了由跑步带来的各种身体上的追求。他认为身体本身也有“思维”，这种思维“来源于运动又高于运动”，因为只有“运动的生命”才能保证我们精力充沛地去迎接每天的挑战。

《培养孩子从跑步开始》

（日）长泽宗太郎著，代芳芳译，中国电影出版社，2013年11月

东莞图书馆东坑分馆索书号：G822/1

本书不仅介绍了跑步一般的技术理论和训练方法，还论及家长同孩子交流的方法与建议，是一本亲子教育的励志读物。

《酷能跑步营：7天重塑跑步人生》

（美）埃里克·奥顿著，沈慧译，浙江人民出版社，2014年5月

东莞图书馆索书号：G822.02/1

作者用个人经验和训练的发展进程，用清晰、循序渐进的方式解释如何塑造完美的跑步身体，内容涵盖了跑姿、力量发展、心肺

训练和营养。

《奔跑的力量》

（美）里奇·罗尔著，毛大庆译，浙江人民出版社，2014年7月

东莞图书馆索书号：B848.4/4355

书中，作者向我们展示了奔跑的力量，为我们呈现了一场最完美、最真实的自我之战，一次寻找个人生活意义的生命之旅。

《跑步，该怎么跑？》

（美）尼可拉斯·罗曼诺夫、约翰·罗伯逊著，徐国峰译，新星出版社，2014年7月

东莞图书馆索书号：G822/6

本书先从理论的角度出发，解释了姿势跑步法的科学依据，然后重点讲述了姿势跑步法中“关键姿势”的要点与训练方法。为了确保锻炼者能正确掌握姿势跑步法，本书特别花了很大的篇幅讲了身体柔韧性和肌肉强度的训练。

《跑出巅峰》

（西班牙）基利安·霍尔内特著，米C译，中国华侨出版社，2014年7月

东莞图书馆大朗分馆索书号：B821-49/834

作者把比赛的过程写得那么的惊心动魄，让你跟着一起紧张起来。在那些耐力跑的漫长时间里，对心理素质的考验，却又非常的似曾相识。

《跑步时该如何呼吸》

（美）巴德·科茨、克莱尔·科瓦奇克著，沈慧译，浙江人民出版社，2014年7月

东莞图书馆索书号：G822/8

本书详细地解释了革命性呼吸法——韵律呼吸。运用韵律呼吸方法，你可以在不知不觉中加强对自身的探索与觉察，达到身心的和谐统一，尽情享受在路上奔跑的每一刻！

《跑步运动系统训练》

（美）乔·普里奥、帕崔克·米勒罗伊著，张滢译，人民邮电出版社，2015年2月

东莞图书馆索书号：G804.4/3

本书为跑者介绍了50个最有效的力量运动练习，每个都配有清晰分步描述和讲解，并附有全色解剖彩图，突出显示了运动中牵动的肌肉。

《跑步圣经：最全面的跑步训练计划》

（德）赫尔伯特·史迪凡尼著，毛方英等译，北京科学技术出版社，2015年3月

东莞图书馆石排分馆索书号：G822/3

本书包含逐周的训练计划、合理的饮食搭配指南、详细的步骤分解图，帮助读者速度、耐力、韧性和灵活性全方位提高，达成目标、超越自我。

《我在奔跑：从沙漠到北极》

（韩）安柄植著，千太阳译，台海出版社，2015年3月

东莞图书馆索书号：I312.655/7

本书记录了作者在世界各地奔跑，总长度为10000公里的故事。作者给我们讲述了跑步的魅力，参考各种极限比赛所经历的趣事，与世界极限马拉松选手共同分享的感受以及奔跑中的生活观察。

《全民跑步：跑步者的全身健身计划》

(美)麦吉尔等著,张坤译,水利水电出版社,2015年4月

东莞图书馆索书号:G822-64/1

这几乎是一部有关跑步的百科全书。书中提供了一种浅显易懂、易于学习的锻炼方式,介绍了跑步解剖学和心理学知识,并教授跑步者如何使编制跑步训练进度表以及补充能量的方法等。

《素食,跑步,修行》

(美)斯科特·尤雷克、史蒂夫·弗里德曼著,李颖琦译,南京大学出版社,2015年6月

东莞图书馆大岭山分馆索书号:R459.3/4

本书教你如何吃,如何跑,包括心灵跑步技巧、跑步实用指南、素食实用食谱等。

《跑步,成为最好的自己》

(美)本·戴维斯著,张彦艺译,四川人民出版社,2015年6月

东莞图书馆石排分馆索书号:G822/6

22岁那年,体重166公斤的本·戴维斯跌入了人生谷底。但他没有沉沦,走上自我救赎的道路,他选择了跑步。从此,这项简单的运动带他进入了新的生活旅程,他完成了一次次自我挑战,不断创造新的个人跑步纪录。

《跑步的197条守则》

(美)马克·里米著,苏妍如译,浙江人民出版社,2015年6月

东莞图书馆索书号:G822/11

这是一本最欢乐的跑步手册!从每位跑者都会困惑的“下雨天要不要跑步?”、“跑步时有屁怎么放?”到跑步劲曲推荐,再到独具特色的“尿尿坐标系”,每条守则短小精悍、却不乏幽默地解答了跑步中的所有困惑与烦恼。

《永不放弃：美国老爸与身残儿子的跑步人生》

（美）迪克·贺特、邓恩·耶格著，陈信宏译，译林出版社，2015年7月

东莞图书馆索书号：I712.55/396

这是一个真实的亲情故事。一次偶然的机会，脑瘫儿子瑞克和父亲迪克·贺特组队参加了一场跑步竞赛。随后，贺特父子一步步成为马拉松比赛正式选手，引起广泛关注。在父亲几十年如一日的关爱下，瑞克经过长期而艰苦的学习，从波士顿大学毕业，走上独立生活的道路。

《当我谈跑步时，我谈些什么》

（日）村上春树著，施小炜译，海南出版公司，2015年10月

东莞图书馆索书号：I313.65/103/3

“痛楚难以避免，而磨难可以选择。”每当村上长跑时，脑海里就反复出现这句话。积极地选择磨难，就是将人生的主动权握在自己手中。他将这些年来在路上一面奔跑，一面思索的东西集结成书，诚实地书写跑步，诚实地书写人生。

《路跑之王：跑步黄金时代的光荣与梦想》

（美）卡梅伦·斯特拉切著，宋辛译，浙江人民出版社，2016年1月

东莞图书馆索书号：K837.125.47

弗兰克·肖特、比尔·罗杰斯和艾伯托·萨拉查三代“路跑之王”在金钱尚未染指跑步界的年代不畏他人目光，坚持跑步梦想，为美国带来了长跑领域最辉煌的胜利，也在无意间引领了美国跑步运动的黄金时代。本书中，作者回顾和审视了那些令跑步爱好者们心潮澎湃的故事。

《跑酷运动入门》

周林清编著，金盾出版社，2014年6月

东莞图书馆索书号：G822.5/2

本书简要介绍了跑酷运动的起源、发展、内涵及运动特点、健身功能，重点讲解了跑酷运动的基本动作技能、身体素质和体能训练，并对跑酷运动的场地与装备要求，跑酷运动的安全问题和可能出现的损伤等进行了阐述。

《像恋爱一样去跑步》

吴栋著，鹭江出版社，2015年5月

东莞图书馆厚街分馆索书号：G822/2

这是一本专门写给跑步新手的跑步书。作者介绍了简爱跑姿五字诀、简爱饮食法、简爱生活法、简爱呼吸法及简爱音乐法，并在每个要点后做了视频指导。

《爱上跑步：越跑越健康》

陶绍明著，电子工业出版社，2015年7月

东莞图书馆索书号：G822/12

本书精选了前国家队马拉松教练陶绍明的跑步经验以及微博答疑，很好地解决了众多跑友的问题，明白如何跑步、如何训练、如何恢复，以及遇到伤病怎么处理。

《即刻奔跑》

洪子琪著，生活·读书·新知三联书店，2015年10月

东莞图书馆索书号：G822/14

10种慢跑人生，3阶科学训练，1张跑者的世界地图，52周属于你的跑步记录……为什么跑？怎么跑？到哪跑？帮你解决十万个为什么的跑步宝典！

在自然的怀抱里释放恐惧

张家鸿

如果你认为吉恩是一个守旧或复古主义者，那就大错特错了。“要想在农场上生龙活虎地干活儿干到老，那就别跟起初的我一样刻意回避机械的帮助”，这是吉恩的自我反省。他的仓库里，堆满了省力的器具，它们是他干活的好帮手，可以让吉恩更加长久地享受打理农场带来的快乐。

农夫的身份，给了吉恩亲近自然并获取精神财富的机会。因此，吉恩笔下关于自然界的点点滴滴，是困守书斋独守学院的文豪们写不出来的。《农夫哲学》中关于自然界生命伟力的描写，时不时地撞击着我的心，让我深受震撼。

“小苗子就跟装了弹簧似的，要蹦到太阳跟前去”，野蔷薇悄悄地把自己的地界“翻了两番”，灌木丛下的小树苗会“窸窸窣窣地后来者居上”，“赢得阳光，冲向云霄”。对即使是野蔷薇小树苗之类的平凡植物，人类也该葆有一份敬意。因为它们是顽强的。

《农夫哲学》可以看作农夫兼癌症患者吉恩的心情日记。在《无常的牧场》中，吉恩说：“我的花园是地球花



《农夫哲学：关于大自然与生死的沉思》

（美）吉恩·洛格斯登著

刘映希译

广西师范大学出版社

2016年3月

东莞图书馆索书号：

B712.59/65

园的一部分，所以它是永恒的；我是地球花园的一部分，所以我也永恒的一分子”。如此，面对死亡，就可以平静对待，冷静审视了。吉恩告诉我们一个非常朴素的真理：追随自然的脚步，与自然相互扶持，是获得永生意识、对抗死亡恐惧的精神根源。正如他自己感慨的：“死亡不是终点，也不是尽头，而是另一种开始。”他还说：“大自然从未完全死去，它只是在寒冷的时节减缓了生息。更新才是常态，死亡不是，死亡只是更新的第一步。”爱默生认为“自然是精神之象征”，这个经典的论断在吉恩的亲身经历与亲笔书写中得到了绝佳的诠释。大自然里的更新每时每刻都在发生，作为大自然的一分子，人不也一样吗？

《他们为什么要自杀？》里，吉恩说：“只要我在花园或树林里忙碌，或者听到我喜爱的音乐（尤其是自然音乐），那些让人泄气低落的情绪就会统统烟消云散。”进而，他有了一个念头，如果，“让他们多花点儿时间在园子里劳动，和大自然搭档生产粮食蔬果”，“周围还有林鸽、草地鹑和歌雀纵情歌唱”，是不是也会降低自杀的几率？在自然的怀抱里，一颗疲惫脆弱的心受了顽强生命的指引与召唤，是不是可以被唤起对生的渴望？吉恩认为，如果我们从小就知道死后真正的来生就在这个真实的世界里，也许我们就能从活着的当下得到足以安抚我们焦躁灵魂的慰藉和平静。亦如他前文所述的“恬静”。平静也好，恬静也罢，拥有这种心境的人，自杀的念想断然不会那么强烈。

在大自然面前，人类应有自知之明。人类不仅要学会谦卑，更不可以让心灵闭塞，唯有敞开心灵，吸纳自然的过人之处，才是人类能够长期在自然的怀抱里成长的根本。从对生的厌倦对死的渴求，到对生的满足与对死的释然，难道不是一种刻骨铭心的成长？大美自然教给人类的，是生命历程里的从容、淡定、平静。倘能懂得从自然寻求安慰，慌乱不已的现代人也就多了一个解放身心的窗口。工作之余的爬山、赏花、垂钓、野炊，不就是这样的追求吗？

如我一样，许多作家都喜欢用比喻，很喜欢把大自然描绘成

许多形象生动的喻体。比喻虽然生动，却没有洞穿大自然的实质。自然就是自然，是对人类来说，与生命同等重要的存在，甚至是先于生命的无所不包的存在。在人类面前，大自然是和蔼可亲、平易近人的母亲，他面对咄咄逼人、不可一世的人类，面对他们的过分举动，总是报以微笑，时而轻轻地拍拍脑袋，以示警醒；时而微微地耐心提醒，以示忠告。在自然的怀抱里，人类只是一个肆无忌惮蛮横无理的小孩。

年少时，花盆里的太阳花开了，有好伙伴来，我总乐意带他们去瞧瞧，带着炫耀的神采。这是花儿给我带来的骄傲。长大后，花草只是眼底或笔下的风景，徒有点缀的功能，也就渐渐失去了与大自然亲密接触的心境。我们自以为是人，就目中无物地高高在上。人类的文明之路越往前走，童心就越发集体无意识地逐渐消失，这是极为可怖的心灵空洞。《农夫哲学》虽不是真正意义上的儿童文学作品，却胜似儿童文学作品，他可以提醒读者回到那个与世无争，与自然同悲同喜的孩提时期。因为，在自然长者面前，我们就是一个不会玩弄心机、一派赤诚坦然的孩提时期。正如吉恩所言，人死了之后，“会回归大地老母亲的怀抱，变成腐殖质静静地沉睡”，进而会以这样或那样的形式永远地生活下去。

在《直面死亡》的末尾，吉恩总结道，“人应当学会珍惜当下的点点滴滴，这才是老少皆宜的幸福秘诀”。在最后一章《又一春》中更是给予读者意味深长的提醒，“不必分神忧心未来，我便能心无旁骛地面对此时此刻。‘现在’就是我的一切”。读到最后，我反问自己，农夫吉恩的哲学到底是什么呢？我以为，最要紧的是四个字：自适其适。在自然中找准自己的位置，用心于自己，贴心于自然，守住恬静，随岁月的流逝慢慢老去。如此这般，即可不畏惧早晚到来的死亡了吧？最起码，吉恩是这么想的也是这么做的。

情感，也是一种历史

冯景光

之前，我曾买过作者的两本书，一本《我是女兵，也是女人》，另外一本是《我还是想你，妈妈》，可是第一本只翻过一两下，就看不下去，第二本书的薄薄塑料包装纸至今还没有撕开。过于沉重，过于伤感。生活本已够无奈，悲摧，再也经不起这样的无法承受之重。想到书写南京大屠杀的张纯如，她自杀了，年仅三十六岁。

没想到这次约稿，又撞在她身上。书名《二手时间》，这“二手”两个字倒是引起我的兴趣。二手货，谁会喜欢，谁会喜欢穿别人穿过，用过的东西呢。作者说：“今天的所有想法和所有语言全都来自别人，仿佛是昨天被人穿过的衣服……所有人都在使用别人以前所知、所经历过的东西，所以说是二手时间。”她获得2015年度诺贝尔文学奖在颁奖礼上的发言中还说：“充满希望的年代被充满恐惧的年代所取代。这个时代在转身、倒退。我们生活在一个二手时代。”读到这些，心头一种莫名的颤动，我们的一手时代，在哪，又从何时消失。汉朝？唐朝？

过去我们称之为苏联老大哥的泥足



《二手时间》
（俄）S.A.阿列克谢耶维奇著
吕宁思译
中信出版社
2016年2月
东莞图书馆索书号：
I511.455/8



巨人，一下子倒下，崩塌，似乎谁都没有预料到，来得如此之快，快得让人措手不及。社会一下子陷入一片混乱，如同一辆过于超载的大客车忽然来一个急刹，车上的人莫不前倒后倾，惊慌失措。不同阶层，不同身份，不同职业，不同的生存状态之下，各自发出不一样的声音，往往充满着苦痛，伤感或愤怒，偶然迸发出一丝丝的兴奋。

一边读《二手时间》，一边联想起陀斯妥耶夫斯基的作品里的人与事，前者是个人的情感倾诉，后者是虚拟的小说，可两者不时，或时时出现极为相似的共同点，以致于现实与虚拟之间，有点分不清，虽说一样的地方，可毕竟时差近百年，但那种不顾后果的飞蛾扑火式的俄罗斯风格，还是一次又一次的历历在目，无论在人物的语言上，还是在事件上。同时，在俄罗斯大地上发生的一切，1991-2012年内的十二年内的描述，于我身上产生一种强烈的共鸣感，时空不同，可字里行间仿佛也是对于我们当下社会的一种贴切的概括与回顾。文字，确实具有影响力与震撼力，穿越时空，直指人心。

每每打开书本，白纸黑字，扑面而来的情感黑洞，缠绕不清的四代人：斯大林时代，赫鲁晓夫时代，勃列日涅夫时代和戈尔巴乔夫时代，四代不同的价值观，不同的世界观全都混杂在一起，如同强烈的化学反应般，相互作用，相互磨合，伴随着一次又一次的流血，再流血。扑面而来的真实，那种人性的丑陋不堪的真实，虽然之前在相关历史，相关小说如《好兵帅克》《玩笑》等当中有所过目，但在此书中读来，一种不寒而栗的感觉油然而生。真实，往往比残酷还要残酷，接受它，却需要不少勇气。

作者似乎有意省去那些在废墟上崛起的土豪或强盗，将目光一次又一次投射在小人物身上，在中产阶级身上，在女性身上，在那些伤感的事件上。然而，作者的意图相当宏伟，探讨何谓共产主义，社会主义，资本主义，理想与自由等等命题，作者精心挑选的人物似乎无不对上述抽象术词进行一次，又一次的阐述与注释。前

苏联的解体与资本主义的重建，可以引用大卫·克里斯蒂安著的《时间地图》中的叙述，来理解这种社会转型所带来心理变化的根本原因：仿佛是资本主义的结构迫使人们在他们的大脑安装新的软件。或者，用一个不大严格的比喻，仿佛是资本主义的结构把全新的动力和意义（或者说文化基因）注入到人们的头脑里去了。

我们同样经历过，同样在经历着这样的二手时间，从一无所有，到有新房，新车，新家庭，去吃喝玩乐，追求更多的享受，更高的生活要求。过去的事，谁会提起，谁会关注，一心一意，全心全意去赚更多，更多的钱，兑现更多，更多的快乐。贾平凹的浮世绘小说《废墟》，对这所谓的二手时间，也作出极为详细的描述。小说废墟二字，足以与《二手时间》当中提及的废墟相对应。人性。叔本华在暗笑，他的个体化原理，得到又一次空前的验证。弗洛伊德，亦然。本我，一直操纵着我们，左右着我们。爱因斯坦说及个体的社会性退化，全中。当我读到“斯大林是一个好人，就是活得太久了。”不禁失声笑了起来，想到昆德拉的《庆祝无意义》当中说及斯大林开的那个玩笑，那个别人从不当作玩笑的玩笑。《二手时间》书中写道：“历史只关心事实，而情感被排除在外。”但是我想：情感，何尝不是一种事实，一种有血有肉，有泪有痛的事实。情感，不应被历史排除在外，因为历史最终目的在于让我们认清事实的同时，更能在情感上得到升华。

灰色的天空，寒冷的冬日，读着这些黑色的文字，心里堵得慌，郁闷得狠，满肚子不快，浓重的黑暗，化不开，时光如水亦难以冲淡，仿佛越冲越深，越冲越艳。似乎这种黑色的文字，在心上一刀一刀割下一道又一道的血痕，让人记住，牢牢记住这些曾经，这些一而再，再而三出现的悲痛。或许可以用狄更斯在小说《双城记》开头的名句作结：这是一个最好的年代，这是一个最坏的年代。……在我们面前应有尽有，在我们面前一无所有。

稻田里的生活、艺术与未来

苏七七

小的时候，家在小县城的郊区，推开窗户，近处是几家菜地，远处是农田与溪流，再远处，是屏风一样的青山。大清早的上学路上，晨雾尚未褪尽，路边菜畦里空心菜常开着一两朵白色的旋花科小花。暑假去乡下的亲戚家，逢抢收抢种时，所有劳动力都下田干活，姑娘们的帽子象蝴蝶一样在田野里翩翩起舞。——成年后回忆起来，觉得这种童年有一种难以言喻的美好，它有一种本雅明所谓的“灵光”，然而我们迅速进入了“灵光消逝的时代”，生产与消费割裂，生活与自然剥离，我们追求着进步，同时，却在将自我放逐向一个破碎荒凉的未来。

但过于美好的回忆与过于容易的感伤都是无用的。左靖主编的《碧山》杂志书最近一期的主题是《永续农耕》，呈现的是传统农耕在现代社会的延续可能。这种延续根植于记忆，不论是个体的记忆还是集体无意识的记忆，同时成为一种身心的需求与追求。主动去追求这种延续的农耕参与者，他们无不受了现代教育，他们首先有理念的自觉，然



《永续农耕》
左靖编
中信出版社
2016年1月
东莞图书馆索书号：
G649.310.99/1/8

后把理念与各个层面的实践相结合，然后再完善这个产业链的上下游，使之能自洽并且良性地运转——它一边在生长，完善，一边产生影响，慢慢从边缘向主流渗透，从传统向未来辐射。“永续农耕”这个四个字，是以实践为基础的。

关于这个主题的几篇文章基本都是实践的记录，四川的《逆流返乡路》、台湾的《青松米手札》、法国的《羊先生与他的新乡村主义》、澳大利亚的《食物森林的筑与住》，在地球不同的地方发生的这些相近的举动，是全球同此凉热的生存处境促发的，如果一个人尚未被消费社会与大众传媒驯化，拒绝广告与超市的喂食，那么这个人总会不适，多出思考，多出行动。“学化学专业的羊先生曾经是一家化工厂实验室的实验员，几年后他辞去工作，成为一个地道的农民，过着他所追求的理想生活，用他的话说是‘我们一小群人只是在试着改变这个星球上的那么一个小角落’。”这是一个典型的叛逃者，他从化工厂逃向土地，与同道者尝试着建立新型的农业社区，他们从事有机农业时，不仅是选择职业，而且是选择一种生活方式。

选择这种生活方式的人是有共性的，人们也许会给他们贴上浪漫主义与理想主义的标签，但返乡务农不是归隐田园，这种生活方式绝不是牧歌式的，他们依然处在社会的产业链中，他们往往同时关注设计与教育。有机农产品包装往往有着独特的美感，他们的产品与理念通过美的方式在传递。他们有些人是还带着孩子返乡的，希望孩子们依然拥有一个有星星与泥土的童年，要比以前付出更多的勇气与行动。与大自然相联结的美，与爱，它们其实是必需品而不是奢侈品。“永续农耕”在理想主义的面貌下，深藏着古老与永恒的审美与情感动机，它在现实中的实践，既是现代社会的必然反动，同时有开枝散叶，向着不同领域发展的兼容性。

这本书中关于乡村里的建筑、手工业、艺术展的篇什，反映了以“乡村”为共同场景的各种可能，它们是广义的“乡建运动”的组成部分。稻田中的生活、艺术与未来，已经从一个“小角落”，慢慢向着许多人的共同愿景在发展吧。

清新的纸上文学讲座

沈晓杰

文学是生命中的重要组成部分，当一个人像鲁宾逊般被放逐流落孤岛，如果有本文学书籍相携相伴，至少能排遣孤寂，不会绝望厌生。而我们人生百年，阅历有限，大部分的知识也都是源自阅读文学作品。所以人类热爱文学。英国伦敦大学教授约翰·萨瑟兰所著的《耶鲁文学小历史》不光涵盖了文学的绝大多数领域，更是一部“阅读建议”，细细聆听萨瑟兰的纸上文学讲座，能帮助读者形成自己的见解，让文学在个体生命中熠熠生光。

在萨瑟兰的眼里，文学世界是现实生活的映射，“一个真实的内核包蕴在文学看似虚构的表象里”。文学作品又给我们带来灵感与启示，因为文学是“人类用自己至高至善的才智对所处世界的表达和传述”，一个个天才的作家，倾其所能赋予我们应对繁芜世事的心智和感知力，帮助处理日常生活中层出不穷的复杂问题。而且在阅读文学的过程中，阅读的快乐是难以言说的，那份精神的愉悦，是人最开心的时刻之一。我们享受文学的美妙，并借此了解自己，了解世界。



《耶鲁文学小历史》

（英）约翰·萨瑟兰

王君译

中信出版社

2016年1月

东莞图书馆索书号：I109/67

在全球化的浪潮下，文学也经历了全球化。文学在全世界的流行，没有疆界，让身处不同地域的读者都能品尝到各地文学的甘美。如果某种文学真的堪称伟大，即使它如拉克司内斯的作品一样深深扎根于如冰岛般的蕞尔小国，也会突破国家疆域的限制，“高高跃起，跨越国界而广为传播”。而像中国般的泱泱大国，过去由于意识形态和地缘政治的关系，世界难闻其文学的声音，但随着国际贸易的紧密交流，通讯系统的持续发展，“莫言”们不再沉默，不再仅仅对中国百姓讲述，更开始向全世界述说中国的故事。而像日本作家村上春树，已具备全球意识，他的写作，从世界各处汲取别家之长，然后为全球范围的读者书写。

既然作为一部“阅读建议”，萨瑟兰对当下的畅销书也持独特的视角。他认为大众流行文学不等同于粗糙文学，虽然大多文学性不高，但亦有经典作品，比如《悲惨世界》。这部流行小说中的杰出作品，在文学史上属于“优劣参半”的一类，但它“在本质上有能力不断演进，改进自身，像液体一样将自己融入时下不断变化的文学文化潮流中”，以这一点为评判标准，大多数的畅销书都实力不济。但阳春白雪、下里巴人各有擅长，低端文学的畅销能弥补高端文学的滞销，形成交叉补贴的现象，正如流行音乐对诗歌的普及一般，各有各的存在意义。

而文学奖项的颁发更为读者在这个文学百花齐放的竞争时代提供选择依据。尽管按照乔治·奥威尔的说法，“检验文学作品优秀与否的唯一的真正的标准是时间”，但当下快节奏的生活使人缺乏耐心，亟需一份类似畅销书榜单的具有指示性作用的权威颁奖名单。而由此衍生的文学庆典活动、节日也成为读者和作者交流的良好平台，读书会、读书俱乐部孕育而生，更好地促进文学的发展。

最后，在面临电子书的冲击下，纸书出版虽然呈现萎靡，但读者面对网络上、书店里琳琅满目的书籍日渐出现了选择性困难，感叹该如何选书？萨瑟兰的建议简单明了：人生有限，阅读经典，阅读那些经受住时间考验的传世作品。

用真实案例提醒“走出去”的人们

贾登荣

随着中国经济多年的高速发展，企业的不断成长壮大，国内需求的逐渐饱和，各种资源的后劲乏力，实施“走出去”战略，寻觅更多的商机，开拓更加广阔的市场，助力中国经济可持续发展，成为政府与企业的共识。于是，越来越多的中国国有、私营企业，开始把自己的生产、投资、开发、经营触角延伸到世界各国。然而，不少走出去的中国企业并没有想像的那么淘得满钵金，有的经营惨淡，有的举步维艰，有的折戟断翅，有的血本无归。那么，是什么原因导致这些走出去的中国企业一败涂地、狼狈不堪呢？由著名财经记者刘洪所著的这本《谁坑了中国企业》一书，向我们披露了其中的原由。这本书用大量生动具体的事例，把中国企业走出去后的现状进行了全方位的展示，这无疑为那些已经或者将要走出去分享世界经济发展成果的中国企业一个极好的警示，很好的提醒！

用事实说话，是《谁坑了中国企业》一书最大的特点。如果仅仅从书名看，这本书好像是一本充满学术味道的书，要从



《谁坑了中国企业》
刘洪著
四川人民出版社
2016年1月
东莞图书馆索书号：
F279.23/752

理论上去分析是“谁”“坑”害了中国企业。然而，打开这本书，从开篇的“中国淘金矿工加纳惊魂”，到结尾的“中投兵败华尔街”，仔细阅读书中的20篇文章才发现，这本书并没有什么高深的理论，也没有什么学术气息，作者完全是用一桩桩、一件件“铁的事实说话”。这些事实，有地点，有时间，有情节，有数据，有印证的人，有媒体的报道，有国内外的评论。通过这些直观的叙述，真实的呈现，让我们知道了中国企业走出去后的现状、面临的危机、遇到的挑战。事实胜于雄辩。事实远远胜过那些夸夸其谈的理论。这些真实的案例，起到了“此时无声胜有声”的作用，无疑会让人看到是“谁”在坑害中国企业，从而引起人们的思考，从而针对走出去中国企业遇到的问题，采取相应的弥补措施，克服短板，走出泥淖，驶上发展的通衢大道，谱写中国企业在世界各地健康发展的崭新篇章。

多角度、多维度透视走出去的中国企业面临的挑战，是《谁坑了中国企业》一书又一鲜明的特点。作为一个中国记者，作者并没有只是站在中国人的立场，去看待走出去的中国企业所面临的种种困难，甚至把责任完全推到国外的政府、民众身上，而是用普世的眼光，辩证的看待中国企业的窘境。如在“中国矿企开发缅甸铜矿风波”一文中，既用事实说明造成这一危机的背后有政治力量的博弈，也有故意对中国人的责难所致，同时，也有中国企业处理事情的不周全、不细致所致。这样徐徐道来的叙述，可以给更多的中国企业借鉴。在“中铁建泪洒沙特轻轨”、“中铝投资折戟蒙古国大漠”等文章中，作者都是高屋建瓴，来透视中国企业走出去后遇到难题的症结。大量的事实清醒地告诉人们，中国企业走出去之所以“水土不服”，既有对困难估计的不足，也有对别国法律的无知，还有自身对当地民众风俗的不尊重所致，还有对环境保护不够造成的，也有一些别有用心的人故意制造舆论诋毁的结果。这种实事求是的分析，既能让当事者心悦诚服，也是其它后继者的重要参考，避免发生重蹈覆辙的悲剧。

正视困难，但也让人们看到希望的曙光，坚定继续走出去的战略，是《谁坑了中国企业》一书让人感受到的又一特点。虽然《谁坑了中国企业》一书中讲述的，大多数都是中国企业在海外投资、经营失败的例子，但是，作者并没有说，中国企业从此就要退回国内，固守一隅。相反，作者也在一些文章中，让人们看到，中国企业在与世界强国企业竞争中，也有优势，也能取得一些成功。如在“高铁——中国制造走出去的急先锋”一文中，作者既举出中国企业在墨西哥项目上遇到的困境，同时，又介绍了中国企业在泰国、印尼等东南亚国家竞争中取得的成功来证明，中国企业，只要手中有制胜的法宝，也是可以在竞争中脱颖而出的，也是能够战胜对手取得成功的。这样的例子，在“联想蛇吞象并购的成与败”、“万达出海：‘红旗’与银幕”、“中石油在秘鲁的探索”等文章中，都有翔实的叙述。通过这些文章让我们看到，走出去的道路是曲折的，风险是巨大的，但前景也是光明的。只有我们不断总结走出去的教训，战胜自我，就能克服一个又一个的困难，就能跨越一个又一个的险滩，就能走出被人“坑”的陷阱，朝着成功的方向大踏步前进。

“吃一堑，长一智”。“前车之覆，后车之鉴”。中国古代的这些教诲，既浅显易懂，又充满深刻的哲理。失败并不可怕。正如打仗时一样，“胜败乃兵家常事”。关键是在遇到挫折，遇到失败以后，我们要善于总结教训，查找原因，找到“爬”起来再起步的方法。愿我们的企业经营者，都能读一读这本《谁坑了中国企业》，从别人失败的教训中找到成功的方法，从而坚定走出去的信心和勇气，到世界经济的大格局中去搏风击浪，一展雄姿，为中国企业赢得一席之地，为中国制造走出国门，为中国智慧走出国门，做出自己的贡献！我们有理由相信，“阳光总在风雨后”，经历过被“坑”的中国企业，明天一定会走向辉煌！

新书扫描

张宽路

供给侧抑制怎样破解？

争论两年多的“新常态”，终于找到病根了，在于供给侧抑制。吴敬琏等专家学者用《供给侧改革》一书权威解读中国经济。国外有人至今不认为中国是市场经济，理由是石油、煤炭、电力、电信、金融，乃至土地等众多基础性经济要素完全掌握在国有垄断企业手中。他们的观点也许不对，但中国太多国有“僵尸企业”消耗巨额投资，却不能创造相应的财富，确实是个现实经济问题，供给侧抑制怎样破解？来读读这本中国文史出版社的《供给侧改革》吧。

市场经济中的操纵与欺骗

大多数人觉得市场经济中不好骗人，敢骗我，我以后就永远不买你的了。实际上由于信息不对称的“买家没有卖家精”，导致一再出现“有买错的，没有卖错的”这种情况。美国两位诺贝尔经济学奖得主乔治·阿克洛夫、罗伯特·席勒就此展开深入研究，用《钓愚：操纵与欺骗的经济学》一书来揭示其中奥秘，历数了从汽车、房地产、烟酒、医药、金融等各行业广泛存在的“自由的欺骗”，这些“钓愚”行为，不仅让普通大众损失惨重，常常还带来“次贷危机”那种系统性风险，甚至导致经济崩溃。

谁应该是土地的主人？

“普天之下，莫非王土”，《诗经》里这句解释了中国古代土地所有制。然而英国学者安德罗·林克雷特以《世界土地所有制变迁史》一书带给我们全新的视角。从古到今，既有这种“莫非王土”的独裁所有制，也有国王、贵族、自耕农均衡的世袭土地私有

制，还有庄园主、农民、资本家自由买卖的土地私有制，更有苏联、朝鲜等社会主义土地国有制。有些地方生产了丰裕的粮食，有些地方却不断陷入饥荒，土地所有制就这么重要。不由得引人发问，土地到底应该归国王所有，还是归农民所有？

中国山寨经济的终结？

从达芬奇家具到味千拉面，中国经济就是一个巨无霸山寨，看不到创新的希望。然而美国学者雷小山用《山寨中国的终结：创造力、创新力与个人主义在亚洲的崛起》告诉我们，还有另外一个创新的中国。京东、腾讯、华为、去哪儿网、加多宝凉茶……这些企业有的创造了世界领先的购物模式，有的在技术研发之路上狂飚突进，有的让跨国巨头市场份额不断下降……展现出一个蒸蒸日上的中国。中国经济正从山寨阶段向中国创新阶段升级，未来的方向就是全球创新。

创新中国的全新机遇

唯有不断创新才能永保领先，奔驰汽车公司自卡尔·本次设计出内燃机以来，130多年间不断改进，同样的，还有波音飞机公司。这些技术巨头让后来者无法超越，甚至无法模仿。然而现在，打垮胶卷巨头柯达的是佳能、索尼的数码相机，打垮手机巨头诺基亚的是电脑起家的苹果公司。后来者完全不学习领先者，而是以全新技术替代原来的一切，这种积木式创新给中国全新的机遇，中国的快递服务已经遥遥领先。王煜全、薛兆丰两位合著的《全球风口：积木式创新与中国机遇》就这样为中国企业指明前途。

生活在故乡的外国人

1858年、1860年沙俄强占中国东北大片土地，祖居此地的中国人也就成了生活在故乡的外国人。中文对他们无甚记录。所幸俄罗斯学者聂丽·米兹、德米特里·安洽耙梳俄文文献，为我们奉上了

《中国人在海参崴：符拉迪沃斯托克的历史篇章（1870～1938）》一书。两位学者运用大量档案材料，包括报纸、杂志、游记，照片等，全景式介绍他们的民俗、医院、学校，从事的建筑、清洁等又累又脏的工作，为远东开发做出的贡献，直到1938年斯大林将他们全部赶回中国。作者还提到了曾经到访过符拉迪沃斯托克的中国重要革命人士。

十字路口的一九四三年

与1937、1945年相比，1943年的中国显得非常平凡，实际上中国的大历史走势在这一年早现端倪。美国学者周锡瑞在《1943：中国在十字路口》一书中描述了种种征兆，延安在整风，河南在饥荒，重庆在通货膨胀。国际地位上，中央政府收回了新疆，结束了欧美等国的领导裁判权，蒋介石参加了开罗会议。中国前途上，蒋介石写出了《中国之命运》，国内知识界激辩宪政与民主。三民主义宪政国家、社会主义国家、美国盟国、苏联盟国，中国还真是处在十字路口。

冷战中的苏联文化体制

1959年赫鲁晓夫访问美国好莱坞，面对一些美国女演员的中伤，强硬回击：苏联文化定会将好莱坞代表的大众文化扔到历史的垃圾箱。美国学者克里斯汀·罗思一艾在《莫斯科的黄金时代：苏联建立的传媒帝国如何在文化冷战中落败》一书中揭示，苏联做了充足准备，建设了歌剧院、电影院、电视台、电影制片厂等众多文化设施，电影、电视、广播节目制做正在蒸蒸日上。然而关注普通人生活的大众电影很快战胜了苏共宣传电影，苏联电影在70年代不断向好莱坞的敌方文化靠拢，呈现出一个完美的文化冷战失败案例。

祖国的“边缘人”

“边缘人”指滑落到群体边缘，无法融入社会主流的人。杨

奎松教授在《“边缘人”纪事：几个“问题”小人物的悲剧故事》一书中讲述了八个“四类分子”的人生经历。这八个小人物，有成功改造的旧警察，有身败名裂的团支书，有提心吊胆的大夫，有爱讲怪话的文化教员，有“特务嫌疑”的技师等各类人物，他们多数没有犯下现代法律规定的罪行，但因“祸从口出”等原因，都成了特定历史年代的生活在祖国的“边缘人”。他们的经历折射着那个时代政治生态对普通人命运的扭曲，提醒我们珍惜改革开放以来的大好局面。

芝加哥的“城中城”

1989年，23岁印度裔学生素德·文卡特斯开始在芝加哥大学读博士，为了深入了解美国城市的贫困问题，他走入芝加哥贫民窟罗伯特泰勒计划区，研究起这个“城中城”，经历近十年的黑帮生活，周旋在毒贩、牧师、社工等各种地下社会交际网中，取得第一手资料，写成《城中城：社会学家的街头发现》一书，向我们揭示了黑帮的社会救济功能，警察也是另一种“黑帮”，穷困人家另一套活命办法等社会现象，读完令人唏嘘，让人重新考虑政府出台的那些“扶贫”计划。

关于童话北欧的游记

北欧，安徒生的祖国，圣诞老人的故乡，人烟出奇稀少，天空无比纯净，简直就是世界尽头的冰雪仙境。北欧之旅，如果只关注到这些，就太out了。英国作家迈克尔·布斯在《北欧，冰与火之地的寻真之旅》一书中全面介绍了北欧，美食有丹麦培根肉、挪威黄油、瑞典的索马里比萨饼，历史文化有维京人、斯德哥尔摩综合症，服饰有丹麦贝蒂娜鞋店、挪威紧腰宽裙，还有大黄蜂、大龙虾等其他奇奇怪怪的东西，总之，北欧这个幸福感最高的地方就是“地球人中的奇特例外”。

什么是“丝竹管弦”？

“钟鸣鼎食”、“禅钟梵音”、“击缶而歌”、“悲歌击筑”、“鼓瑟吹笙”、“画堂檀板秋拍碎”、“紫箫声转香风回”、“胡笳十八拍”……这些看起来很美、说的到底是什么？学者苏泓月的《古乐之美》一书为我们详细解说。书中栩栩如生的文字让这些古代乐器“穿越数千年的空间，带着古战场或宫廷雅士或街巷平民的气息”扑面而来。该书以真实的考古材料、丰富的历史文献为基础，全面讲述中国古代乐器与音乐，还有60件乐器的中国传统线描画配图，详尽扎实，应有尽有。

那些年少时代的歌

年少时代总有几首歌让我们终生难忘。专栏作家韩松落用《老灵魂》来描述这些年少时光的老歌和老歌手，探寻70年代至今一代代少年偶像的下落。全书用近百篇文章讲述了罗大佑、郑智化、李宗盛、齐豫、张艾嘉、张琼瑶、张清芳、艾敬、张楚、金德哲、森田童子、中岛美雪、Nick Cave等人的故事，甚至有萨顶顶的前世今生。还有那些传唱已久的歌曲——比如《野玫瑰》的传奇，以及《未央歌》《青青的野葡萄》是怎么成型的。读本书感觉时光倒流，回味起青春时代的老灵魂。

老记者的临终善言

“人之将死，其言也善”，由萧乾夫人文洁若亲自审定的萧乾晚年随笔集《文章皆岁月》确实这样。这位传奇式的二战记者，著述颇多的翻译家、小说家，晚年的回忆和反思，却是一部不折不扣的“忏悔录”，看书中各篇的篇名：“八十自省”“老唐，我对不住你”“我眼中的文武相声”“在十字架的阴影下”“改正之后”……处处透露出“本应更好”的懊悔。但萧乾毕竟是文笔优秀的大记者，懊悔不是简单的“以头抢地”，而是希望炎黄子孙走好“不折腾”的康庄大道。善人善言，值得细看。

中国文坛掌门的身世浮沉

周扬、夏衍、沙汀、何其芳、陈荒煤、许觉民、冯牧、巴金，他们都曾书生作吏，当过中国文坛“掌门人”，亲历了解放后文艺与政治之间的种种纠结。严平的著作《潮起潮落：新中国文坛沉思录》讲的正是这八位的人生故事。由于作者曾经的秘书身份，得以了解到很多极具史料价值的人物故事，使作者讲述这八位的晚年心路历程有着独特优势。面对往事，很多人持“给少不更事的‘红卫兵’留点脸面，给‘革命群众’留点脸面，也给我们自己留点脸面”的态度，因而本书更值得一读。

读书读傻了

孟子说“尽信书，则不如无书”，“读书读傻了”到底是书的责任，还是人的责任？徐贲的《统治与教育：从国民到公民》一书给出了全新的解答。徐先生考察了从斯巴达、罗马帝国、文艺复兴，到美国建国初期、德国纳粹、东德……等各式各样的教育，发现民主与专制政体会形成两种完全不同的教育。民主制度的教育帮着人民变得更智慧，更有自我治理的能力，而专制制度的教育则训练人民服从国王、依赖国王，讨厌人民开动脑筋，因而导致了民主国家不一定发达，但发达国家必定民主的局面。

生命尽头该做些什么？

患癌很不幸，因为生命到了尽头，但它也提醒当事人调整自己的人生航向。李开复在《向死而生：我修的死亡学分》中回顾自己17个月的抗癌经历，从获知噩耗开始，到病中觉悟到亲情、感恩，再到关注公益，乐助有缘人，到达到一种全新的身心平衡，注意均衡营养，规律作息，适度锻炼，热爱亲人。书中真实、客观地披露了在治疗及休整过程中一些鲜为人知的故事，情真实切，文字优美。让人深感，其实我们大家都应该这么生活，而不是等到患病那一天才开始。

广东城南诗社

钟少叶 张宽路

广东城南诗社的成立

1921年，中华民国十年，天津诗坛三杰“南开教父”严修、直隶河北高等工业学堂监督赵元礼、光绪戊戌进士王守恂，与天津大书法家赵元礼等倡建诗社，因其“集合地址界乎昔日天津城基之南”而名城南诗社。诗社两星期一聚，先后入社者当不止150人，至1937年天津沦陷为止，诗社共活动16年。

城南诗社精英有高僧弘一法师、教育家章士钊先生、诗人陈中岳、书法家赵幼梅、李盛铎、周肇祥、梁鸿志、郭宗熙、王揖唐、吕均等，可谓“人人握灵蛇之珠，家家抱荆山之玉”。诗社以研究文学、提倡气节为宗旨，复兴中华文化，成果彰著。

为引导国人，使城南诗社的精神得以延续，2015年农历五月五日，原燕堂诗社诗人钟真希先生、儒商钟少叶先生倡导重新发起“广东城南诗社”。复建后的广东城南诗社以“继承中国诗词文化传统、弘扬中华人文精神”为宗旨，以“独立之精神，自由之思想”为口号，引导国人关注民生，品鉴历史，开创未来。附录总则如下：

第一条 本诗社定名为广东城南诗社。

第二条 本诗社以继承中国诗词文化传统、弘扬中华人文精神为宗旨，致力于中国传统诗词的学习创作与普及。

第三条 本诗社接受国家社团管理机关的业务指导和监督管理，严格遵守国家法律法规和社会公德。

复兴以来，已有社员106位，囊括各路精英，促进了诗词与文化及其他艺术的交流与融合。诗社迅速发展壮大。

广东城南诗社的人才培养

诗社导师阵容强大，精通诗词的有：社长、古典诗词学家钟真希，中国诗歌学会会员桓熔，国学哲人、非主流诗人阿摩，曾任北京香山观天院祭酒的诗歌隐士黑天；绘画美术方面有：诗社副社长、国美艺术人文学院退休教授吴常建，中国国家画院画家、中国艺术研究院中国画院画家、中华人民共和国文化部特聘画家张九州；书法篆刻方面有：曾获湖北省书法最高奖“黄鹤奖”的万里，师从张大千第三代传人杨晓光的篆刻家仲龙，金石家大钊，东莞市硬笔书法协会会员张新华；音乐方面有：亚太杰出女性联合会艺术团团长，中国蒙古族音乐研究会副秘书长了尘，曾获广东省风采大赛一等奖等奖项的“章蓉古筝音乐工作室”创办人章蓉；其他在传统文化方面有所专长的有：暨南大学艺术学院教授谢光辉；灵隐寺期刊《狮子吼》主编文卿；中国传统文化研究院导师、坤媛书院创始人、中国易经女学第一人林泽勇；东莞市慧韬书院院长史幼波；东莞汉服社副社长、宋代点茶师瑛瑛；诗人摄影家、山东省摄影家协会会员鲁华；日本草月流一级花道师简越洋；佛汉拳第七代传人陈俊堂；旅行家、广东城南诗社佛学、儒学课老师谭锦泉。

开设的课程有：古典诗词课、书画、佛学、茶艺等传统艺术课程，并将传统艺术结合现代文化，延伸出新课程，如：皮雕、摄影、旅行、空间设计等等，藉此提高社员的艺术鉴赏及写作水平，增强人文素养，形成一股全民诗书的新风气。

广东城南诗社的阅读活动

广东城南诗社创立至今已开办72期公益讲座，组织了50多场诗词创作、研究和交流讲座，发行32期艺术交流社刊、计有：《城南诗·语》《城南·词话》《城南诗社·诗与摄影系列》《城南诗社·诗的形而上系列》《城南旧事·2015回顾篇系列》《城南·草月》等，共组织发表482首社员诗词，创立订阅号。诗社计划每年定期组织学诗月、文学交流会、文学或摄影采风、名师讲座、朗诵会、诗人

节等文化活动。此外，还承担了20多场对外的诗词学术咨询，培养了60多名诗词后备力量。

在其它方面已举办的讲座有：宗教哲学方面，黎敬严“六祖慧能的故事”、泽勇维摩“阳明心学”、罗明道长“从道家玄学的角度论中国古代名人的成败”、无界道长“《道德经》的形而上学”、吴常建、卿安“两宋的士大夫精神及人文意识”、谭锦泉“唯识释义—玄奘法师与唯识学”、吴常建名师见面会之“唯物唯心”；诗词美学方面，黎敬严“新诗的艺术价值”、卿安“片刻春梦—南宋诗意山水”、泽勇维摩“诗经发现女子的美丽世界”、钟真希老师诗的形而上系列讲座“归静”、吴常建老师美学公益大讲座“育人”；书法绘画方面，卿安“倒大江湖—浙派画风初探”、“二十世纪世界文学思潮与中国绘画”、万里先生“书之狂草”、万里“天下三大行书”；其它方面，叩冰“茶之味”、谭锦泉“旅行与人文”、鲁华系列讲座“角度产生美”、“审美与构图”、“光与影、黑与白”、“动与静”。

除此以外，还有一些诗会活动：诗会之《为自己读一首诗》、叩冰老师茶席会之《惜缘》、东莞图书馆读书节《泼墨书法表演》、《苏绣表演》，《城南诗社乙未年中秋诗会》、《东莞图书馆·城南新年诗歌会》。

诗社还与多家东莞知名文化机构建立文化联盟，计有：中国道家养生协会广东分会、东莞图书馆、慧韬书院、兰馨书院、宣和画社、无界艺术生活馆、晋禾香道、坤媛书院、东莞艺展酒店艺术馆、东莞行知旅行社、惜缘阁私人会馆等机构。

诗社在实践中确立了“与时代同行，与思想同在”的理念，号召有志国人传递和实践诗学的教育真谛，复兴中华文化。

光影阅动·微拍电子书

——以传播学、营销学理论为指导的阅读推广尝试

赵 靓

随着移动数字阅读技术的发展,当下大学生获取信息、积累知识的方式正在由传统的被动接受转化为主动探索,此变化直接推动了图书馆服务工作中“用户生成内容”(User Generated Content, UGC)¹模式的形成。借助这一特点,四川大学图书馆分别于2014年11月和2015年3月,设计推出了“光影阅动·微拍电子书”两季活动。

在“微拍电子书”中推行UGC模式,即邀请读者直接参与到阅读推广活动的内容生产中来,读者不再仅仅是传统阅读推广的被推广对象,而是转身成为阅读推广的主人,成为内容的生产者、传播者、浏览者和下载者。“微拍电子书”鼓励读者借助手机、DV、美拍等工具,自由创作录制60秒阅读推荐创意视频,内容包括好书推荐、阅读方式和体验的分享等;活动主办方则通过线上、线下征稿与评奖方式,促使读者将其拍摄完成的阅读推广微视频于微博、微信、优酷等社交平台上分享传播。举办“光影阅动·微拍电子书”活动,旨在利用90后读者群喜爱的新媒体、新技术,吸引其眼球,激发其兴趣,进而满足其越来越多样化、互动化、可视化的阅读需求。

1.UGC是基于互联网知识共享、协同创作、自由开放之精神的新型信息组织模式。简单来说,用户在互联网平台上发布的任何形式的文字、图片、音频和视频都将成为该网站或应用的组成内容。

在“光影阅动·微拍电子书”开展阶段，活动组尝试引入国际营销学AIDA法则，对环节进行科学化设置。AIDA模型由欧洲著名推销专家Heinz M. Goldmann于1958年所著的《怎样赢得顾客》（How to win customers）一书中首次概括提出，能够通过A（attention）、I（interest）、D（desire）、A（action）四个阶段，集中受众注意，引起其兴趣，激发其欲望，最终促使其参与行动。

第一阶段Attention，吸引读者关注。活动宣传包括线上微博、微信推送，线下立体海报、书签和文化T恤等。活动组化身导演组，于全校征集演员，参与宣传片制作。第一季的《你值得拥有》、第二季的《十二星座如何看书》，吸引了很多读者参演和围观。

第二阶段Interest，挖掘读者兴趣。活动组邀请校长谢和平院士、川大首届“卓越名师奖”获奖得主谢谦教授、川大“最受学生喜爱的教师”王红教授等进行专访，作为“意见领袖”以点带面，带动为期一周的校园随机采访，点燃更多读者热情。

第三阶段Desire，激发读者欲望。当不少读者跃跃欲试时，活动组趁热打铁，为想要参加却不会拍摄剪辑视频的同学进行讲座，使他们在学会技能的同时，收获信心和勇气。

第四阶段Action，促成读者行动。师生们纷纷拿起设备，完成拍摄、进行投稿，活动组评选出优秀作品于线上、线下展播。学生们创意无限，他们用相声、双簧、朗诵、漫画、木偶戏等方式，推荐了近百部等中外文作品。活动组依据投稿作品时间、质量等评选“参与奖”和“优秀奖”，附加电子资源链接，于校内校外、线上线下平台推广展播，实现阅读指导和好书推荐目的。

经过团队共同努力，微拍活动组前后推出宣传海报7张、立体海报1套、书签1套、宣传片4部、推荐样片2部，举办技能讲座2场。活动共征集投稿104份，投稿参与人数167人次，在阅读推广方面显出推荐书目丰富多元，推荐形式新颖活泼，推荐人群贴近学生

等特色。微拍活动期间，现场询问人次达1000余人；校内采访师生60余人；报名讲座29人，观看微拍作品展近5万人。四川大学图书馆官方微博更新微拍相关消息32次，新浪微博“微拍电子书”话题阅读量115.8万人次，微博互动讨论186条；四川大学及图书馆官方微信发布活动信息和推送25条，总的阅读量为4942次。

以“微拍”作为四川大学图书馆服务工作的缩影和尝试，图书馆近年一直都很注重将新媒体、新技术引入阅读指导和推广，希望读者不仅爱上“读书”，更有能力“读媒”，在活动中享受多元阅读的乐趣，养成终身阅读的习惯。通过一系列推广活动，四川大学图书馆的数字资源使用率逐年提升，数字阅读已融入川大学生的日常学习与生活。自2006年起，四川大学图书馆依托“大学生读书节”和“读者服务宣传周”两大平台，连续10年举办“品百年老馆，读万卷藏书”系列阅读推广，先后举办大小活动175项，2015年被中国图书馆学会命名为“全民阅读示范基地”。“光影阅动·微拍电子书”案例亦凭借其在原创性和专业性方面的优势，于2015年10月荣获由教育部高校图工委主办的首届全国高校图书馆阅读推广案例大赛一等奖。

比利时的露天图书馆

比利时第三大城市根特市有一个由意大利艺术家Massimo Bartolini创设的露天图书馆。12排长龙般的绿色书架排放在一个葡萄园内，向读者提供英、法、德、荷兰语等许多种图书。藏书



大部分来自根特和安特卫普的公共图书馆，也有很多爱心人士捐赠，共有数十万册。读书时还能欣赏花香鸟语，甚至草地小憩，因而读者络绎不绝，犹如赶集。

从“多文为富” 到“知识惠东莞”

李东来

前段时间有报道称，东莞连续4年成为全国最富庶的地级城市。不管发布信息的机构权威性和评审标准的科学性如何，东莞是全国较富庶的城市且排序在前列当属无疑。这是值得高兴和自豪的事情。改革开放30多年来，东莞人勤奋刻苦、勇于追求、善抓机遇、敢为人先，追寻着自己的梦想，将一个县乡农村变成了现代化的都市，其经济发展、城乡建设的成就有目共睹。东莞像一个快速成长、充满活力的青年，用汗水、智慧、胆气铸造着新的身躯。其实，在经济成就的巨大光环下，人们常常忽视了隐含在发展背后的东莞文化动因。一个自觉走向成熟的青年绝不是四肢发达、头脑简单的，而必然是一个头脑发达、四肢灵活、均衡协调的。回顾历程，东莞占尽改革开放以来的天时、地利、人和，富有智慧，其历史人文积淀和文化诉求始终发挥着或隐或显的作用。

何谓富裕？东莞人有自己的认识。早在1930年代，建设东莞图书馆的前身——东莞博物图书馆的时候，当时的县长题词“多文为富”。这是借用《礼记》里的用语，对东莞发展追求的描述。富裕是要有“文”相伴、相生的，富裕体现在文化设施建设上，富裕还应让更多的人具有人文精神的涵养和风范。东莞历来具有重文崇文的传统。走在历史文化名村茶

多文为富

山南社的古村落民居间，从众多祠堂、进士碑、以及资政府邸等等遗存，可以感受到这种传统。看看东莞的容氏、伦氏等家族诗书传家，容庚的金石学、张荫麟的史学、伦明的四库续修等具有的鼎立功业，可以感受到这种传统。翻阅历史文献，东莞明伦堂历时久长、资产雄厚、运营有方，傲视其他地区，从其兴文助教、襄赞后学的众多实例中，可以感受到这种传统。富裕绝不仅仅是单纯的物质富裕，而应是物质和精神的共同富裕，而丰富、充盈的精神世界则较多地由文化和知识展现出来。

进入新世纪以来，东莞在创造了丰厚扎实的物质基础之上，更加注重人文的相伴扶持。建设与制造业名城、生态绿城相伴的文化新城，继而文化名城，图书馆之城就是文化新城的重要组成部分。在建设新图书馆的过程中，2004年我们专请国家图书馆馆长任继愈先生为东莞图书馆题词。先生题写了：“知识惠东莞”。妙甚，精当绝伦！从“多文为富”到“知识惠东莞”，两个题词核心思想脉络是一致的，而任先生题词的时代感、能动性、确指度及语词简洁创新更胜一筹。这不仅是先生对东莞图书馆的希望，也是先生对东莞未来城市发展追求的期盼和祝福。

重视文化、重视知识，就是重视人。一座城市以文化和知识为城基，拥有更多的文化建设和文化人才，才是城市发展程度和富裕的标志，才有良性持续的未来发展。图书馆在历史上的状态可以从一个侧面折射出时代发展水平。亚历山大大帝征服世界，在其鼎盛

賀東莞圖書館新館

知識惠東莞

任繼愈題



期建设了规模恢宏的埃及亚历山大图书馆。英国工业革命后，面对社会城市化转变和产业工人素质提升的问题和需求，在1850年左右诞生了世界上首部公共图书馆法和首个公共图书馆。美国在19世纪末20世纪初进入鼎盛期时，也纷纷建设图书馆，具有代表性的是当时的波士顿公共图书馆和美国国会图书馆。这是社会富有文明的一种标识。当我们谈论台北时，除了101大楼，会有相当多的人，对台湾的诚品书店津津乐道，感慨其为知识学人点灯，开设24小时服务，成为台北的文化标识。而在东莞，2005年也出现了大陆最早的24小时图书自助借还服务，这是东莞文化追求和发展的一种佐证。

现代的东莞人，既重视产业，也重视文化，常自觉地将两者结合起来。东莞的藏茶规模在全国位居前列，仓储、集散、经营等具有产业基础，相应组织成立了茶文化促进会，在东莞图书馆举办展览等活动。东莞有唯美陶瓷，也有中国建筑陶瓷博物馆。东莞有动漫博览会和众多的动漫衍生品企业，也有全国第一家漫画图书馆，汇集的漫画文献最多并编辑出版《漫画文献总览》。在东莞，既有产业的思路 and 基础，又有文化的带动与融合，贯通其间的是知识的充实和人的追求。

当今人类知识在高速增值发展，知识更新、创新的能动作用越来越强。新时期东莞将创新驱动发展走在前列作为战略目标，而创新的东莞需要知识的涵养、培植，需要用知识来充实这个城市，用知识生产来丰富这个城市，用知识创造来推动这个城市。创新必以知识为基、以文化为本，才能构建出新的生长极，才能实现走在前列。

“知识惠东莞”，先生十年前的题词，不也正是对今日东莞和明日东莞的昭示和指引吗？

2016年4月16日，恰是任继愈先生百年诞辰。仅以此文纪念。

每个童年都孤独

——读马克·李维《偷影子的人》有感

叶瑞芬

一个老是受班上同学欺负的瘦弱小男孩，童年的时光，只能是“拼命等着”他暗恋的女同学垂怜他一眼，每天“在绝望中等待长大。”这份自卑你童年时是否也曾拥有过？笔者就曾有，那种自知力量微薄的无力感总是令人沮丧。

每个人的童年几乎都有过孤独，那么，要改变现状，我们能做什么呢？“有没有什么事是你拿手的呢？”忘年交好朋友、学校的警卫员伊凡向小主人公提问。我想，这也是向我们每一个读者提问。我又或者你，究竟有什么事是拿手的呢？这个本事也许可以让“我”能当上学霸，让“我”成为一个拥有亲人热爱的宠儿，又或者能赢得心上人的倾心相待。这种本事它究竟该长个什么样子呢？是能歌善舞？能言善辩？能写会算？还是，洞察别人心事于无形，就如偷别人的影子一样？

为了探寻文中主人公的名字，我把书的正文翻完了又翻，但发觉是徒劳的。最后在序言里找到了答案，马克·李维在序言中是这么说的：“《偷影子的人》这本小说的主人公没有名字，就连他所居住的城市也没有名称。”这让我有点失落，却也有点惊喜。李维接着说：“一个人物和一整座城市在我的笔下诞生，却从来不需要知道其名称。我希望每个人都能从这个故事中找到一部分自己童年的影子，能回想起那些曾经的梦想和希望，那些被镌刻在我们记忆深处的时刻，那些造就了我们的性格，影响了我们未来的瞬间。”是啊，正因为主人公是没有名字的，所以才有可能是你，也有可能是我，而不是他。

好吧，现在言归正传。我们没有名字的主人公拥有了一项惊人的超能力，就是偷别人的影子，这个本领让他赢得了他曾经向往的许多美好，学业、事业、友谊、亲情和爱情。但接受自己有这种能力的过程却也是纠结和漫长的，犹如锦衣夜行，小主人公需要找人分享或者分担这个秘密。试想，当某天你的名下突然出现了许多根本不该属于你的财物，你会否恐惧？会否忧虑？

在我上小学二年级的时候，有一天，我到了课室打开书包，突然发现自己的书包里面多出了两支从来没见过的圆珠笔。一整个上午，我的内心充满了担忧，不知要不要上交给老师，总是觉得别的同学发现后会把我当作小偷。怀着惊疑和恐惧，我惶惶不安地度过了一个上午。也不是没有想过是否父母放进我书包的，但记忆中他们从不曾碰过我的书包，两个弟弟已足够令他们倾注全部的关爱，自觉自己一直都是被忽略被边缘化的。直到中午我忐忑地告诉父母这件奇怪的事的时候，他们才轻描淡写地告诉我，那是他们见我铅笔盒从来只有一支圆珠笔才特意放进去的。

然而我们的小主人公却没有我当初那么幸运，因为当他心里怀着巨大的秘密之时，却无人可以倾诉。因为他曾经亲爱的爸爸却在这个时候离开了家庭，从他的童年甚至他的生命里，彻底消失，留下幼小的他和妈妈相依为命。他伤心并且自责着，认为自己是个没有用处的能让爸爸愿意留下来的人。因为爸爸的离去，他必须要承担起小城人窥探别人不幸的热衷，以及家里妈妈骤然“无力发出音节”带来的沉重。

作为家里唯一的男人，妈妈需要他，所以他知道自己应该坚强，还要变得强大。也是从这天开始，那个偷影子的本领连同其他个人的隐秘的苦痛，一并成为他生命中难以与人分享的秘密。也是从此，这种本领成为他的独家记忆。他用这个本领去救了伊凡一命，去帮助自己去理解别人，去帮助那些或强大或弱小的身边人，也终于理解了母亲对他的爱，还有，他久久未能释怀的父亲对他的爱。



那个默默地站在远处看着他领奖，每年圣诞节前坚持寄信给他却被母亲全部截留的父亲；那个疲于舟车劳顿，却还是坚持经常到城里去看他，就算已经身染沉疴，却宁愿选择善意地欺骗儿子自己正外出旅行，最终孤独地走向死亡的母亲……人世间多少缺乏沟通而导致的误会，造成的遗憾往往是无法挽回的——父母亲满以为让无力改变现状的自己消失在儿子的世界，就可以让儿子获得专心学业事业的力量；儿子为了医治母亲的病而选择从医却未能帮母亲免除疾病的折磨……成年后的主人公运用他的超能力跟母亲的影子对话，用换位思考，代入了父母的心路，终于让困扰自己半生的疑团得以解开。

“青少年时期，我们总梦想着离开父母的一天，而改天，却换成父母离开我们了。于是我们就只能梦想着，能否有一时刻，重新变回寄居父母屋檐下的孩子，能抱抱他们，不害羞地告诉他们，我们爱他们，为了让自己安心而紧紧依偎在他们身边。”您陪我长大我陪您变老，这么简单的要求，然而我们当中又有多少人能顺顺当当地做得到？

爱，只有在理解之下，才能发放出灼灼光华。（作者现供职于东莞市南城街道办）

中国两本图书获2016“世界最美的书”称号

2月15日上海市新闻出版局宣布，“世界最美的书”组委会德国图书艺术基金会在莱比锡评选出14件2016“世界最美的书”，中国两本图书获奖，其中《订单——方圆故事》一书获金奖，《学而不厌》获铜奖。这是继2004年《梅兰芳(藏)戏曲史料图画集》之后，中国图书再度获得“世界最美的书”金奖。

书籍设计师李瑾设计的《订单》一书，用一张张被时光染黄的书籍采购订单和出版社之间的往来信件，讲述了中国西安一家有着33年历史的私营美术书店的故事。整本书趣味盎然，又折射出中国出版业的变迁。该书由广西美术出版社出版。《学而不厌》由江苏凤凰美术出版社出版，曲闵民、蒋茜设计。该书以宣纸与中国书画共同呈现出传统文化之美。

跨越半世纪的爱情史诗

——读《霍乱时期的爱情》

邱向峰

尽管《百年孤独》这部魔幻现实主义作品让马尔克斯获得了诺贝尔文学奖，但我更偏爱他在获得诺奖后完成的另一部长篇《霍乱时期的爱情》，因为它更贴近生活，更贴近现实，更接“地气”。在这部跨越半个多世纪的爱情史诗中，他对爱情这一题材进行了尽可能丰富的细腻挖掘与精致描写，使得小说几乎涵盖了爱的诸般形式和态度：暗恋、初恋、失恋、单恋、婚外恋、黄昏恋、老少恋；忠贞、隐秘、粗暴、羞怯、放荡、转瞬即逝、生死相依……在这部写给全世界的“情书”中，琐屑与高尚、变幻与永恒、平淡与传奇、肉欲与灵欲、理智与激情完美地结合在一起，让“爱情”这一最恒久话题变得极为丰厚与庞杂，这既是爱情的魅力，也是小说伟大独异之处。

马尔克斯获得诺奖后，人们一度对他能否写出更好的作品既满怀期待，又信心不足。让人们欣喜的是，他没有在这个最高评价之上坐享其成，很快推出这部让所有熟悉他风格的读者意外的作品——一本纯粹的爱情小说。小说讲述的三角恋整体风格上显得过于传统，尽管还保留着过去的叙事笔调。这能成功吗？事实证明，它同样堪称经典。这正显示了马尔克斯在不同风格间转换的游刃有余，正是他的大家风范。他曾勇敢地告诉全世界：“我认为描写爱情的小说和任何其它小说一样，都是极有价值的。”这也证明了某种冷静的洞视与清醒的自信，或许只有在年龄的帮助下（完成小说时马尔克斯已58岁）才能实现。

马尔克斯在谈创作意图时说：“大多数的爱情故事都是凄凉的，总是来个悲剧收场。而我所写的这部小说里，那一对情侣是



事事顺遂，他们是完完全全的快乐。在我看来，快乐是目前已经不时兴的感情。我却要尝试把快乐重新推动起来，使之风行起来，成为人类的一个典范。”西班牙语“霍乱”（cólera）不仅指一种疾病，还形容一种狂暴的、强烈的、极端的情绪。书名既指19世纪末20世纪初南美洲霍乱蔓延的情形，又指一种不可抑制的爱情。因此“霍乱时期”的爱情，是充满了战争、瘟疫、偏见和虚伪的世界里的爱情，在这样的氛围里，对真爱的追求尽管经受了漫长的等待、无止境的思念、一次又一次的遭拒绝、老迈重逢时的无奈与尴尬等一系列考验，但透过马尔克斯式的孤独绝望以及难以言传的迟暮感伤后，我们还是依然能感受到他那种博大悲悯的情怀。尤其是小说结尾，幸福地以船上的“一生一世”的爱情誓言结束，让我们感受到了爱的正能量与坚守的可贵。

小说虽以阿里萨和费尔米纳之间持续了半个世纪的爱情为主线，但还是不失时机地将其他多种爱情磨练成珠，点缀于主线之中。几乎是出现在作品中的每个人物都有爱的因子在弥漫：阿莫乌尔的隐蔽的爱情、乌尔比诺和林奇小姐之间羞涩短暂的爱、阿里萨的露水之情……虽形态各异，但“真挚火热”的情感内核都是一样。

众所周知，爱情和生老病死一样，是和每个人最密切相关的主线。马尔克斯的高明在于，他用于打破阅读与书写惰性的，不是故作惊人语和花哨的出位，而是戳穿幻相，让直指人心的真实本身浮现。他借此思考情爱心理、性爱心理以及老年人心理。不仅让我们明了爱情的多种可能性；还在于虽涉言不多，即能轻易呈现爱情的诸般特色。这得益于马尔克斯透视爱情及人性的犀利眼光——由于这种眼光，作家用三言两语就切中了诸种爱情的“要害”。此种本领在描绘费尔米纳与阿里萨、费尔米纳与乌尔比诺的爱情时尤其发挥得淋漓尽致，令人唏嘘。

其中，最感动人的当属这种对爱的等待与坚持。在阿里萨终偿所愿后，作家为世人描述了坚守与等待半个世纪的结果。那是一系

列细节构缀而成，费尔米纳为阿里萨灌肠、清洗假牙，在他衰老的背部拔火罐，这些散发出老人身上特有的衰朽味道的细节描写，依然保有动人心魄的力量，渗透出让读者心悸的力量。爱能使人满足人与世界结合的需要，同时还能使人获得完整感和个性感。当爱的双方放下界限，使得精神相拥，那么得到的便是使心神欢愉的快乐与充实。让人不禁想起唐诗：两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮。只要有真爱，半世纪甚至更久都可等待。

有人质疑，费尔米纳与乌尔比诺之间如溪水般平静、迟缓却偶有跌宕的生活，是不是爱情？在我看来，这种很日常、很现实的感情也是爱情。在爱情与婚姻的叠合、交错中，作家认为“夫妻生活的症结在于学会控制反感。”爱，是为了促进自我和他人心智成熟而具有的一种自我完善的意愿。要完善这种意愿，要想让它细水长流，就必须做出相当的努力乃至学习。小说中两人的爱情虽被作家安排在这个模式下，但并未进入自觉状态，远未达到作家所希望的那种境界。怪不得马尔克斯曾满脸严肃地说：“世界上没有比爱更艰难的事情了。”

马尔克斯笔下的“爱情”虽不是许多习见爱情小说所写的结构精巧、好事多磨的爱情故事，但他以从容不迫的叙事笔调和精准丰富的细节定义了种种不可思议的爱情，以及人们借助爱情对凡俗生活的抵抗。他的一双眼睛既有俯视功能，又具显微功能，二者相反相成，使他得以潜入变幻多姿的人性深海，寻找爱情和幸福的真义。尽管马尔克斯离我们远去，但是他留下的这部爱情史诗却是常读常新，尤其是主人公历经半个多世纪的羁绊与考验，依然走到一起，让爱情这种纯粹的感情熠熠生辉。这也为在当今物欲社会里是否有真爱、真爱是否需要坚持，提供了一份多么有益的启示与反思。（作者为安徽省合肥市疾病预防控制中心干部）

残雪：文学女巫的内心孤独与愁苦及两性欲望

巴陵

残雪最新的长篇小说《黑暗地母的礼物》运用了实验小说的新方法，深度关注两性欲望：既不要完全在压抑中让欲望死掉，又不能没有约束。她自己称是“至今为止最好读的小说”，“高层次、低层次的人都可以读”。

《黑暗地母的礼物》名字诡异，故事发生在坟山旁边的五里渠小学，讲述许校长与教职员工的爱情故事及学生与老师间的情感纠葛，用魔幻现实主义展现人物曲折幽微的心灵宇宙，故事扑朔迷离，形成一个变幻莫测的文字迷宫。

小说塑造了煤永老师、小蔓、雨田、张丹织、云伯、沙门等一系列性格鲜明的小人物，每个角色对自身处境的辨认和灵魂的拷问力度很大，通过这些新奇人物的对话和故事告诉读者：读书是件非常重要的事情。小说直接取用康德、海德格尔等人名和意象作为材料与人物融为一体，不同的人物形态映衬出不同的精神层面，颇具玩味。作者对故乡做了深层次的隐喻，充斥着浓郁的现实情怀，着重表现人物及其生活与内在精神状态。故事内核隐藏着一个无边的黑暗，等待读者去发掘和挖掘。行文逻辑清晰，局部宛如梦魇，想给读者深层的关怀。让每个人意识到自己的存在，用理性来监督自己，意识到自我的参与。

《黑暗地母的礼物》以五里渠小学为背景和焦点，用大时代的小事情从一片普通树叶的构造去感受出整个宇宙的图型。故事以五里渠小学为圆心，以五里渠小学老师及活动范围为半径编制成一个故事网络，那些故事和事件进行有意的错开和紧密的编制，把原

本一条直线没有起伏的故事编造得弯弯曲曲、歪歪扭扭，让读者觉得莫名其妙，甚至稀里糊涂，这种扭曲和变态激发读者的好奇，作者却通过独特的人物对话来泄露他们深层的个性和矛盾。又通过各种琐事的叙述将长久以来被人割裂的世界重新粘合成一个整体，来集体表演他们的宇宙性。

《黑暗地母的礼物》的人物既住在现实生活里又退居在自我的精神小屋里，他们的精神有割裂感，生存有现实性，却游移在生命意识之外，而他们的内心深处充满着恐惧和身心孤独及独身愁苦，揭露了他们的神经质、敏感和病态等。

内心充满颤栗的恐惧感。《黑暗地母的礼物》里的小说人物，他们的内心世界无时无刻都存在着极度的恐惧感和强迫感，有的时候也许是他们心灵的向往和心底里的追求，在面对恐惧时还是会感觉到难以接受。煤永老师的女婿、小蔓的丈夫雨田他向往监狱的生活和非洲的丛林与野兽，在面对监狱生活的时候他感觉到了恐惧带来的“舒服”和刺激，在深入非洲腹地面对陌生国土和野兽带来的恐惧，他的心灵没有惊慌失措，却觉得难以承受、喘不过气，甚至觉得马上会死掉。在他的内心深处还在牵挂他的妻子小蔓，还在想如果能够死在小蔓的怀里或者死时小蔓能够看到他就好，其实他在心底里求救，希望小蔓能够解救他，松开脖子上的绳索。

凉到心底深处的灵魂孤独。《黑暗地母的礼物》里很多人的孤独是无法温暖和融化的，因为他们温暖的对象无法确定或者确定了也需要中间有隔离，却起不到温暖的作用。张丹织女士觉得自己身心很孤独，与连小伙在一起追求肉体的快感和体验他的沧桑，肉体的温度无法温暖张丹织的身心，最终还是只能离开连小伙另寻新欢。又觉得煤永老师可以温暖她的身心，最后认识到那只是一种冲动。又觉得许校长可以温暖她的身心，许校长却是她父母亲的好朋友，伦理道德这道防线给她设置了巨大的鸿沟。煤永老师常常感觉到自己身心孤独，无法向女儿女婿表述，只能一个人苦苦忍受，最多能够与古平老师做个一起坐坐的朋友，却无法深交更无法依偎。

小蔓的丈夫雨田可以温暖她的身心，她却有时需要与丈夫保持一定的距离来维持夫妻关系。雨田在坐牢的那段时间里，她为了减轻自己身心的孤独到码头去做苦力，把自己的身体交给体力劳作，让自己每天筋疲力尽，就没有时间再去折腾自己。

压抑身心的欲火来独身。独身也许是一种病，应该属于心灵深处的疾病，无法用医药来治疗和拯救的。古平老师就是独身的代名词，也是独身这种心灵疾病的具体表现之一。他的病情主要表现在自己追求和对向往的爱情带有柏拉图式的空想和无限的幻想，对主动赠与的爱情又无端的躲避和推让。他梦寐以求的那个城里女人只见过她一面，还不知道她对自己有没有感觉，他在心底里已经爱上了她，疯狂的执着的爱着那个无法再见面的女人。他为了控制自己的欲火和愁苦，他学会孵化小鸡，让小鸡来激化自己的情感，甚至去学习乐器，希望有朝一日能为她表演。对追求自己的荣姑，他认为她是疯子、有病。荣姑深夜去看他，想借着夜色接近他，他反而把她吓跑。许校长自从妻子去世以后就不再结婚，长期是谈恋爱、换女朋友，这也是独身的另外一种病症的表现：放不下最初的，又接纳不了现在的。在不停的换女朋友的时候追求肉体舒畅，又受尽心灵熬煎，在内心深处不停的反思和批判，又忍不住要去接触身边那些女性，给那些女性留下极其神秘的召唤感，甚至吸引身边女性为其献身和苦苦追求他，只有两人发生性关系之后才能明白，那是愁苦的开始。许校长在安排工作之后，躲在办公室里“睡觉”，才能静静的个人反思，深刻的揭露自己丑陋的灵魂和猥琐的心灵。

《黑暗地母的礼物》写出了人类精神世界的黑暗与荒诞，这黑暗具有丰富性和灵动性，作者并提出了一个乌托邦式的解决方案。

（作者为湖南省长沙市图书编辑和策划人）

还与不还，决不讨要

李树德

莎士比亚在《哈姆雷特》中说：“不要借钱给别人，你不仅可能失去本金，也可能失去朋友。”有人把莎翁的这句名言中的“钱”改为“书”，就成了“不要借书给别人，你不仅可能失去书籍，也可能失去朋友。”这句话仍然很实际。

我就经历过这样的一件事情。我有一位同事，姑且称之为某甲，我们关系一直不错，相互串门、聊天，在教学上也常互相切磋。一次他到我家，在我的书橱里看到一本林语堂翻译的《浮生六记》（沈复原著），那也不是什么稀罕的书，是个大路货，现在从网上也能够买到。我是因为要写一篇研究林语堂翻译技巧的论文，才买了这本书，书中有我使用时圈圈点点的痕迹。我们聊到翻译理论和技巧时，我提到林语堂翻译的《浮生六记》中的一些巧妙之处。我拿出那本书，给同事看，他翻了翻，就说：“能借给我吗？我读一读，说不定也能写点东西。”这样，我就把林译《浮生六记》借给了这位某甲同事。

转眼书借出两年多了，某甲一直也没有还，因为我也没有再使用，所以一直也没有讨要，我天真地认为，什么时候用，就可以讨回来。一天，我的另一位同事某乙来我家中，对我说：他最近在写一篇翻译方面的论文，从网上搜到我曾经写过一篇评论林语堂翻译的技巧的论文，想借我的林译《浮生六记》参考一下。但我告诉他，那本书我借给某甲了，等我要回来再借给他。

这正是讨回那本林译《浮生六记》的契机。第二天，我到某甲的办公室找他，把某乙找我借《浮生六记》的事情告诉他，他没有接我的话茬。我只好直截了当地说：“你借的我那本《浮生六记》如果看完就还给我，我再借给某乙。”某甲听了我的话，瞪了我几秒钟，反问道：“我什么时候借过你的书？”我情知不妙，他可能

忘了，得提醒一下。我便慢慢地讲两年多以前的什么时候、什么情况下借的书。他没等我讲完，就斩钉截铁地说：“没有的事，我是去你家串过门，但从来没有从你那儿借过任何东西。”我一时语塞，不知如何是好。某甲倒很体贴，给了我一个台阶：“你可能记错人了，你回去再想想。”我只好借坡下驴，悻悻地离开某甲办公室。我有写日记的习惯，回来查两年前的日记，果然有某甲借《浮生六记》一书的记载。但我不能拿我的日记作证据，再去讨书，如果他还不承认，我们的关系就会搞僵。也不是什么重要的东西，就此作罢吧。

真是无巧不成书。几天后我因事到同事某丙家中，他的书桌上放着一本林译《浮生六记》，我眼睛一亮，心跳也加快了。我拿起那本书，翻了翻。啊，就是我的那本，里面还有我点点划划的地方。我装作漫不经心地样子说：“林语堂的翻译，别具一格，有自己独到之处。”说了这句铺垫的话，我接着问：“你从哪里买的这本书？”某丙说：“这本书不是我的，是从某甲那儿借的。”我接着他的话，问道：“借了多长时间了？”回答：“借了两年多了，也该还了。”我明白了，某甲从我那里借了书，他甚至看都没看，就转借出去了。某丙看我问的蹊跷，就问我：“怎么了？”我真想把我与某甲前两天发生的事情告诉他，但话到嘴边又咽了回去，我用其他的话岔开了。

接下来，该怎么办，经过考虑，我决定，把在某丙家发现了我那本书，某丙说是从他那儿借来的这件事，原原本本地告诉了某甲。此后两天的上午，我离开办公室外出，没有锁门，回来后，发现我的办公桌上摆着那本林语堂翻译的《浮生六记》。至今我也不知道，是谁把书放在那儿的，更奇怪的是，与这本书有关系的另外两个人，谁也没有向我提起这本书。但是我与这两位同事的关系，从此变得生分了。

这件事后，我给自己定了规矩：第一，书尽量不外借；第二，一旦借出，还与不还，决不讨要。（作者为廊坊师范学院教授）