



DUZHE

点击下方访问 [读者阁](#) 获取更多杂志

[duzhege.cn](#)

读者[®]

■ 我们结婚了

■ 推车上的马拉松

■ 湘君

■ 临终推理



ISSN 1005-1805



读者微信



读者

2023 · 8

主办：读者出版传媒股份有限公司

总第781期 四月下



公元1616年，徐霞客来到黄山，天降大雪，哪里也去不了。到了初四这一天，徐霞客在黄山雪海中枯坐，让思想溜号了一整天。这一天徐霞客的日记只有一句话，却甚为精妙：

“初四日，兀坐听雪溜竟日。”

黄山的风光不可谓不好，雪松云海也不可谓不好看，有人说，这是天气的成全，我倒觉得这是徐霞客难得的好闲情。

人心似水，静才能澄澈。少年时，常读归有光的《项脊轩志》，其中有这样的句子：“借书满架，偃仰啸歌，冥然兀坐，万籁有声；而庭阶寂寂，小鸟时来啄食，人至不去。三五之夜，明月半墙，桂影斑驳，风移影动，珊珊可爱。”

这样的文字有静气。静气何其难得，人只有静下心来，姿态才能放低，万物美好才能如河水，潺潺流进心底，成全自己的一方水域。

“兀”字好看，好似地平线下一粒种子在扎根，也好像一个人坐在板凳上发呆的样子。发呆，的确是一件奢侈的事情，也许是“从前慢”，先贤们才有了发呆的时间和机会；也许是阴差阳错，一场风雪让人不得不发呆。

不管是徐霞客的兀坐，还是归有光的兀坐，都是静下来，风声、雨声、雪落声、鸟鸣声、脚步声、松枝声……万籁入耳来，化作心头的一池静水。

想起庄子，他有“心斋”和“坐忘”两种境界。个人觉得，心斋过于刻意古板，坐忘反倒自然讨喜。坐而忘忧，坐忘也就是兀坐吧。时光匆忙，人世慌张，我们总想着心思缜密如坚石，却忘了疏解如松风，适时让心思溜个号，也许欢喜才能来得出人意料。

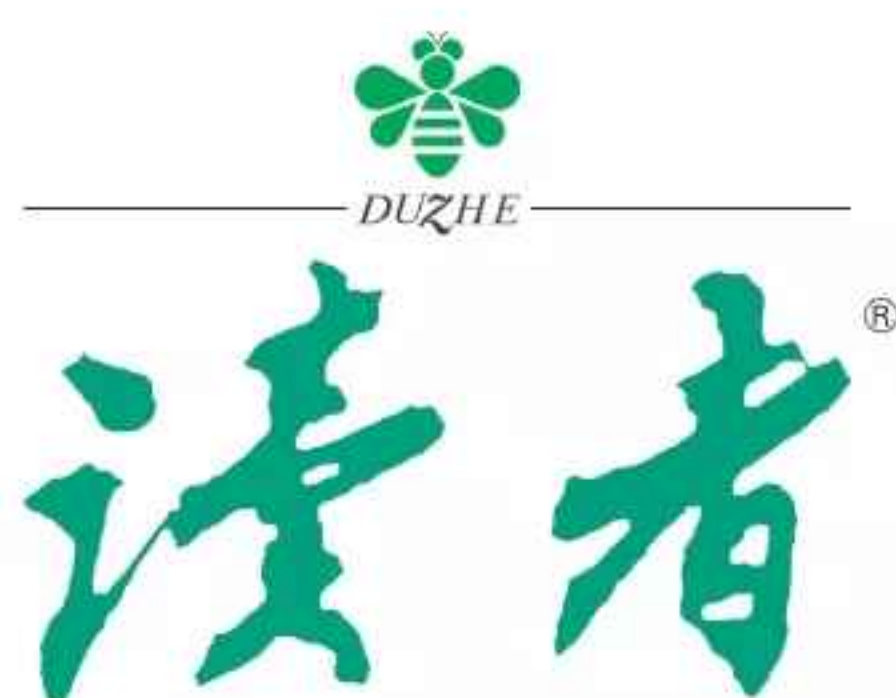
（从容摘自《思维与智慧·上半月》2023年第1期）

兀

坐

● 李丹崖





ISSN 1005-1805

CN 62-1118/Z

创刊于1981年

主管 读者出版传媒股份有限公司

主办 读者出版传媒股份有限公司

出版人 刘永升

编辑出版 读者杂志社

印刷 兰州新华印刷厂

出版日期 每月10日、25日

总发行 中国邮政集团公司报刊发行局

发行范围 国内公开发行

社长 总编辑 宁恢

常务副社长 侯润章

副社长 副总编辑 张涛 王祎

潘萍 陈天竺

编辑部

执行主编 李霞 贾真

美术总监 刘全镛

责任编辑 杨洁

编辑 韩维善 李永康

张妍

美术编辑 刘全镛

版权 尹莲 2130213

制版 祁国宏

电话 (0931) 2130196/2130198

经营部

发行总监 雷洋 2130168

发行经理

王燚 2130171 夏玉柱 2130125

颀慧雄 2130113 雷博 2130132

韩蕊 2130159 马国森 2130161

广告经理 伊宁 2130173

传真 (0931) 2130411

综合部

副主任 王丹 2130328

行政助理 姚宏霞 2130425

稿酬 叶丽琼 2130258

邮购 白熠峰 2130250

陈志明 2130329

目

2023年第8期(总第781期)

专题

新时代 新征程 新伟业

62 电影院里的光

西瓜季节

读者故事

56 四季

赵清西

文苑

1 兀坐

李丹崖

4 我们结婚了

多萝西·帕克

9 灌园日记

汪曾祺

33 重复

张定浩

50 正欲清谈逢客至

肖复兴

68 临终推理

希区柯克

72 面对花开

张子选

人物

10 活出自己的传奇

芥麦青青

60 我写，我在

范雨素

67 我的生活不合我的身

张新颖

杂谈

13 她的“红与黑”

李蕾

27 卡夫卡的钟摆

格非

30 ChatGPT 救了我的猫

崔颀

41 解悟人生

厉以宁

58 看见生活的甜

汤馨敏

71 书店时光

阿莉·史密斯

话题

14 一堂生命教育课

孟佩佩

22 识人的能力

吴军

24 在街头摆摊卖诗的年轻人

花飘白

人生

8 日子怎么过

王征宇

18 不再20岁的人，对20岁的人说

“ONE一个”老友

20 青春往事

南在南方

32 社交名单上的最后一名

舒予

38 推车上的马拉松

杨书源

44 母亲与文学

何焰

46 湘君

杨本芬

生活

28 如何让目标不再半途而废

李睿秋 Lachel

42 故事改变思维

岑嵘

生 活

- 43 一语救两家 丁时照
51 找到话匣子 克萝尔·弗来明
53 杠铃策略 陶瓷兔子
59 未来的遗物 尤 今
64 打底 草 予

文 明

- 19 先加茶还是先加牛奶 伊丽莎白·科里德-霍尔基特
34 “措大”的辛酸 老 猫
45 晷之铭 桂 涛
52 为什么流行曲大多诞生在夏天 张小羈
61 苏轼的写字姿势 刘 涛
65 撂地与画锅 郁喆隽
66 死亡的价值 袁 越

悦 读

- 17 言论
36 幽默与漫画
54 有一年 天 然

意 林

- 12 每个人都是重要的 李泽厚
26 谛听自然之音 森下典子
49 爱等量于自由 简 嫔
49 不经意间 蕾秋·乔伊斯
49 人生与音乐，皆为复调 菲利普·肯尼科特
59 书籍是巨大的锚 黄 成

点 滴

- 7 婚姻是一件小事 杨时暘
9 文章之意 胡竹峰
17 3010 运动 仲村和代 藤田皋月
21 马的秘密 傅 菲
23 教授介绍 宋桂奇
29 行动总比不行动好 埃克哈特·托利
35 迷死人的故事 郑培凯
64 回到种子 杨无锐
70 忧伤的刺鼠 范 晔

封 面

启示录之书架（绘画作品）

肖水辉

联系我们

电 话 (0931) 2130258
传 真 (0931) 2130422
文摘投稿 duzhe@duzhe.cn
美术投稿 duzhe.ms@duzhe.cn
原创投稿 ycjp@duzhe.cn
通信地址 甘肃省兰州市中央广场邮局
《读者》信箱 730030
社 址 甘肃省兰州市城关区
读者大道568号

品牌发展部

主 任 温 彬 2130321
副 主 任 李艳凌 2130278

新媒体部

北京读者天元文化传播有限公司
联系电话 4007631166
通联邮箱
duzhetianyuan@duzhe.com
电商总监 韩学斌
副 主 任 李秀娟 王玉柱
联系电话 4001005353

读者天猫旗舰店
读者抖音

读者读书会



读者京东旗舰店

“学习强国”学习平台

进入“订阅”频道，关注《读者》

定 价 9.00 元

广告发布登记号 62000004

本社常年法律顾问

上海市汇业（兰州）律师事务所
(0931) 4524528

本社所付作者的稿酬，已包括纸质、数字形态出版的及语音版《读者》杂志的稿酬。因各种原因，我社未能联系到的作者的稿酬已按相关规定交由中国文字著作权协会转付，敬请没有收到稿酬的作者与该协会联系领取。地址：北京市西城区珠市口西大街120号太丰惠中大厦1035室。邮编：100050，电话：010-65978917，传真：010-65978926，e-mail: wenzhuxie@126.com。



我们结婚了

◎〔美〕多萝西·帕克 ◎兰莹译

穿崭新蓝西装的年轻人终于设法把闪亮的行李箱挤进了卧铺车厢的小角落里。火车逢弯道跳跃，走直道颠簸，因此能保持身体平衡也成为值得称道的成就。年轻人全神贯注地将行李箱又推又提、又塞又挪。但就两个手提箱和一个帽

盒来说，花八分钟才把它们安置好也算是很久了。

他坐下来，对面坐着一个穿米色衣服的女孩。她看起来焕然一新，像刚剥了皮的鸡蛋一样。她的帽子、皮衣、连衣裙和手套光滑而挺括，明显都是新上身的。

她一直全神贯注地望着窗外。年轻人坐下时，她礼貌地自窗户那边转过身来，迎着他的目光，似有若无地露出笑脸。

“好吧！”年轻人说。

“嗯！”她说。

“哎呀，我们结婚了。”他说。

“我们结婚了，不是吗？”

“哎呀！”他说，“作为已婚的年长女士，你感觉怎样？”

“哦，现在问我还为时过早。我的意思是，天哪，我们结婚才三个小时，不是吗？”

年轻人仔细研究着手表，好像刚学会看表一样。“我们已经结婚——”他说，“准确地说，是两小时二十六分钟。”

“我的天哪，”她说，“我觉得好像比这要久。”

“不，”他说，“现在还不到六点半呢。”

“我根本不知道现在几点了，”她说，“一切都乱套了，我有点搞不清楚自己在哪里，也不知道所有这些是怎么回事。天哪，我真搞不清人们怎么能每天都做这件事。”

“做什么？”他问。

“结婚呀，”她说，“你想想，全世界所有的人，结起婚来若无其事。”

“哎呀，我们管不着全世界的人，”他说，“我的意思是——好吧，他们跟我们有什么关系呢？”

“我知道，”她说，“但我只是不由自主地想，所有的地方，每时每刻都有人在结婚，而且它——呃，从某种意义上来说是一件大事。他们怎么知道结婚后会发生什么事呢？”



“让他们自己去操心吧，”他说，“我们没有必要替他们担心。我们非常清楚接下来会发生什么。我是说——呃，我们都知道婚后的生活会很棒的，对不对？”

“哦，当然，”她说，“只是，你一想到那些人，就会不受控制地一路想下去。很多人结了婚，但婚后并不幸福。我想他们婚前也一定都对婚后的幸福生活充满信心。”

“行了行了，”他说，“我们刚开始度蜜月，不要总想着这些。看看我们——结婚了，事事顺利。比如说，婚礼都圆满结束了。”

“啊，婚礼很成功，对不对？”她说，“你真的喜欢我的面纱吗？”

“你当时看上去真漂亮，真漂亮。”

“哦，我真开心，”她说，“伊利和路易丝看上去很可爱，不是吗？我特别高兴，因为她们最终决定穿粉色的伴娘服。”

“听着，”他说，“我想告诉你一件事。当我站在那座古老的教堂里等你过来时，我看到了那两个伴娘，我暗自想：哟，我从来不知道路易丝能这么好看！”

“哦，真的吗？”她说，“有趣。当然大家都认为她的裙子和帽子很可爱，但有不少人认为她似乎有点憔悴。他们背后这样说她真是太刻薄了。我让他们别忘了路易丝已经不年轻了，有那种状态是很正常的。”

“哎呀，可她在婚礼上的确光彩照人，”他说，“天哪！”

“我真高兴你能这么想，”

她说，“我高兴得不得了。你觉得伊利看起来怎样？”

“哎呀，老实说我一眼都没看她。”他说。

“哦，真的吗？”她说，“哎呀，虽说我不该偏心地夸自己的妹妹，但你甚至都没看她，这让我心情很不好。你不喜欢我妹妹，我很难过。”

“我很喜欢她！”他说，“我非常爱伊利。我觉得她是个很棒的孩子。”“你喜不喜欢她无所谓！”她说，“迷上伊利的人多了。别自以为她会在乎！唯一的问题是，你不喜欢她会让我难过。我一直在想，我们度蜜月回来后住进公寓，你却不想让我的亲妹妹来家里看我。你永远不会想让我的家人过来，这太冷酷无情了。我知道你怎么想我家里人，别以为我没看出来！”

“哦，得了吧！”他说，“这从何说起？哎呀，你知道你家里人在我心里的地位。我认为你家老太太——我认为你妈妈很了不起。伊利和你爸爸也是。你为什么会说这种话？”

“嗯，”她说，“别当我傻。很多人结婚时认为未来会一帆风顺，结果因为不喜欢对方的家人而分手。这种情况我见得多了。”

“亲爱的，”他说，“到底是怎么回事？嗨，看哪，我们在度蜜月。你为什么要跟我吵架？啊，我猜你有点紧张。”

“我？”她说，“我有什么好紧张的？天哪，我不紧张。”

“我的意思是，有人说女孩一般会因为胡思乱想而紧张。我是说——好吧，就像你

说的，现在所有事都乱成一团，但之后一切都会好起来的。亲爱的，你看起来不太舒服。把帽子摘下来好不好？我们永远别吵架，好不好？”

“啊，抱歉我发脾气了，”她说，“真是可笑。先是一切都乱了套，接着我想到全世界的人，然后想到要远离这里，只有你陪伴。这跟我之前的生活完全不同。这对我来说是一件大事。你不会因为这些想法怪我，对吗？是的，我们永远、永远别吵架。我们不会像其他人一样，对吗？”

“我们绝对不会，我可以用生命打赌。”他说。

“我要把这顶该死的旧帽子摘下来，”她说，“帮我把它挂在架子上好吗，亲爱的？你喜欢它吗，甜心？”

“你戴着它时，它很好看。”他说。

“不，我的意思是，你真的喜欢它吗？”

“好吧，这么说吧，我知道这是新款或者类似的什么款，可能很棒。但我对时尚一无所知。不过我喜欢你戴过的那顶蓝帽子。哎呀，我喜欢那顶帽子。”

“哦，真的吗？”她说，“很好，你真体贴。婚后你对妻子说的第一件事就是你认为她挑帽子的品位很差。真好，不是吗？”

“亲爱的，我从来没有说过那样的话。我只是说——”

“你好像还不知道，这顶帽子要二十二美元。而那个你喜欢的、可怕的蓝色旧玩意儿只值三美元九十五美分。”



“我根本不在乎价格，”他说，“我只是说——我喜欢那顶蓝帽子。一旦我看习惯你的这顶帽子，我也会喜欢它的。只是它不太像你其他的帽子。”

“太糟了，”她说，“你没能娶一个对帽子的品位与你相同的女人。你为什么不娶路易丝？你认为她很漂亮。你会认可她选帽子的品位。你为什么不娶她呢？”

“啊，行了，亲爱的！”

“自从我们上了车，你就一直谈论路易丝。你为什么向她求婚呢？我肯定她会抓住这个机会，她的求婚者可没那么多。你没娶她真是太遗憾了。我相信你本可以更幸福的。”

“听着，宝贝，要这么说，那你怎么不嫁给乔·布鲁克斯呢？你要是嫁给他，他会把你想要的所有值二十二美元的帽子都买给你的！”

“哎呀，我不确定自己有没有后悔。乔·布鲁克斯不会等到我孤立无援时再来嘲笑我的品位。乔·布鲁克斯永远不会伤害我的感情。乔·布鲁克斯会一直喜欢我。我把话放这儿！”

“是，他太喜欢你了，喜欢到连结婚礼物都没送。他就是这样喜欢你的。”

“我碰巧知道他出差了，他一回来就会把我想要的任何东西送给我，让我装饰那套公寓。”

“听着，我不想在我们的公寓里看到他送的任何东西。他要是送给你，我就把它扔出窗外。话说回来，你怎么知道他现在在哪里、做什么呢？他一直在给你写信吗？”

“我的朋友可以和我通

信，我从没听说过这犯法。”

“哎呀，我想今后他不能再写了！”他说，“我可不会让一个穷光蛋旅行推销员老是给我妻子写信！”

“乔·布鲁克斯可不是穷光蛋旅行推销员！他挣了很多钱。”

“哦，是吗？你听谁说的？”

“他亲口告诉我的。”

“哦，我明白了。这是他亲口告诉你的。”

“你完全有权利谈论乔·布鲁克斯，”她说，“你和你的朋友路易丝都有权谈论他。你的话题总离不开她。”

“天哪！我跟路易丝能有什么关系？我还以为她是你的朋友呢，就是这样。因为你，我才注意到她。”

“今天你一直盯着她，就在我们结婚当天！你说自己站在教堂里时一直在想她。你满脑子都是路易丝。”

“听着，亲爱的，我不该那么说。男人们站在那里等婚礼开始时，谁知道他们脑子里会想些什么疯狂的事情呢？我告诉你是因为我还以为这能把逗笑呢。”

“我知道，我的脑子今天也有点儿乱。一切都那么奇怪，一切。所以我知道你的脑子也乱了套。但我觉得，你不停地说路易丝很漂亮是怀着恶意的，你是有意这么说的。”

“我做什么事都不会心怀恶意，也不会事先有预谋。我提起路易丝，是因为我以为这能让你笑一笑。”

“唉，这并没能让我笑。”她说。

“是的，现在我知道了。你当然不会因为这个笑。啊，宝贝，我们也该笑一笑了。这是我们的蜜月啊。我们到底怎么了？”

“我不知道。我们结婚了，我却觉得很奇怪，还觉得有点儿孤单。”

“你是知道的，亲爱的，我们还没有真正结合。我是说——好吧，以后就会大不一样。我的意思是，我们结婚还没多久。”

“是的。”她说。

“我们大约二十分钟后就到纽约了。然后我们可以吃晚饭，之后看看要做什么。你今晚有什么特别想做的事吗？”

“什么事？”她说。

“我的意思是说，你想去看演出吗？或者去别的什么地方？”

“啊，随你吧，我觉得人们一般不会在这天去看演出——我有几封信必须得写。”

“哦，你今晚要写信吗？”

“嗯，你看，我一直太兴奋，把所有的事搞得一团糟。我还没感谢过斯普拉格老太太送来的浆果汤匙，也没对麦克马斯特斯家送的书立做过任何表示。真是太不应该了。我今天晚上就得给他们写信。”

“你写完信以后，也许我可以给你拿一本杂志或一包花生。”

“什么？”

“我的意思是，好让你不觉得无聊。”

“真傻！我们不是结婚了吗？怎么会无聊！”

“我是想，到纽约后我们



可以直接去比特摩尔酒店，先放下行李，也许在房间里吃点东西，休息一下，然后想做什么就做什么。我是说——好吧，我们下了火车就直接过去吧。”

“哦，是的，好的。我很喜欢比特摩尔酒店。我就是喜欢它。爸爸、妈妈、伊利和我去过两次纽约，总是住在那儿，我非常喜欢它。我在那儿总是睡得很好。”

“哦，是吗？”他说。

“至少住高楼层时是这样。高楼层很安静。”

“我们明天晚上可能去看演出，而不是今晚，这样是不是更好？”

“是的，我想是的。”

他站起身来，花几秒钟找了一下平衡，然后走到对面坐在她身旁。

“你今晚真得写那些信吗？”他说。

“嗯，我想无论明天写还是今天写，他们收到信的时间应该是一样的。”

静谧笼罩车厢。平静的水面下，有情欲的暗流在深处温柔涌动。

“我们再也不吵架了，好吗？”他说。

“哦，好的。我们再也不吵了！我不知道自己怎么了。每时每刻都有人结婚，但他们关我什么事呢？有很多人的婚姻因为打架或别的原因毁掉了。我一想到他们就心烦意乱。哦，我不愿意和他们一样。我们不会落到他们那样的下场，对不对？”

“当然不会。”他说。

“我们不会搞得一地鸡

毛，”她说，“一切都会很美好。把我的帽子拿下来，好吗，甜心？我该戴上它了。谢谢。啊，你不喜欢它，真是遗憾。”

“我真的非常喜欢它！”他说。

“你说你不喜欢，说它太可怕了。”

“我从来没这么说过。你疯了。”

“好吧，我可能是疯了，”她说，“劳您指出。但你就是这么说的。这并不重要——小事罢了。但是，一想到我嫁的人认为我选帽子的品位差，我就觉得非常可笑。然后他还说我疯了。”

“行了，没人说过这种话。我喜欢那顶帽子。我越看越喜欢。”

“你刚才可不是这么说的。”

“亲爱的，到此为止，好吗？我喜欢这顶该死的帽子。我是说，我喜欢你的帽子。你



婚姻是一件小事

◎杨时暘

什么时候才适合结婚？当你觉得那是一件小事的时候。

传统语境中“人生大事”这个说法的宏大叙述，几乎把婚姻带来的变化夸张地演绎成

穿的戴的我都喜欢。你还想让我说什么？”

“嗯，我不希望你这样说。”

“我说我觉得它很棒。这是我的原话。”

“真的吗？你说的是实话吗？啊，我真高兴。要是你不喜欢我的帽子，我会难过的。这会——我不知道，这会是个糟糕的开始。”

“好啦，我爱死它了。就让这件事到此为止吧。啊，亲爱的，小羊羔，我们肯定会有个好的开始。看看我们，我们正在度蜜月。很快我们会像结婚好久的老夫老妻一样。我是说，再过几分钟我们就要到纽约了，接下来我们要去酒店，然后一切都会好起来的。我是说——看看我们哪！我们结婚啦！”

“是的，我们结婚啦，”她说，“不是吗？”



（擅飞行摘自中信出版集团《缝衣曲，1941》一书，李晓林图）

了一场变故，让人们婚姻充满不切实际的憧憬或者恐惧。

婚姻只是对生活状态的一种调整，而不是与过去彻底断掉联系，又重新植入崭新的系统。它无法把你从孤单中拯救出来，也无法把不够好的你变得更好。

婚姻不是必需品，不是生活完满的象征，不是爱情的坟墓，不是温柔的港湾，它就是一种人际关系，一件“人生小事”。



（半宽半影摘自豆瓣网，郑辛遥图）



翻译家朱生豪爱吃糖也爱看电影。有一次，他看了一场很扫兴的电影，不但连糖也不想买了，还很沮丧地吐出了心里的郁闷：“二三十家电影院连一张好片子都没有，日子怎么过啊？”

日子怎么过？几乎每个人都会面临这样的困惑。可爱的翻译家抛出问题，让我们看到他对精神世界有极高的追求，同时用行动给出了自己的答案。二十四岁的朱生豪爽快地接受了翻译莎士比亚全集的任务。完成《威尼斯商人》译文后，他迫不及待地与恋人宋清如分享：“把普通的东西翻到那地步，已经不容易。莎士比亚能译到这样，尤其难得，那样俏皮，那样幽默，我相信你一定没有见到过。”语气宛若“笑响点亮了四面风”。事实上，家境贫寒的朱生豪，常常连买糖的钱都没有，但因从事

这份“前无古人”的事业，总觉得日子被“快乐的梦想”填满。不但将穷日子过得有情有趣、有滋有味，还生产出滋养后人的精神财富。

小时候，我奶奶说过一句话：“年好过，月好过，日子难过。”人到中年，我觉得这句话特别有深意：年和月，是日子叠加起来的结果。只有把平凡甚至灰暗的每个日子，都涂抹得有声有色，月才好，年也好了。

一位医生朋友与我提起过他们医院的患者家属，一个中年女人。五年内，她的父母相继得了重病。挂号、手术、陪护……这样的流程

一年内女人走了八回，让之前没怎么去过医院的她几乎崩溃。这边父母需要照顾，那边孩子面临小升初，她又是单位的中层，每天都在负重前行。苦熬了一年，得癌症的母亲走了，她自己患上了带状疱疹、胃动力不足、中度抑郁等疾病。

女人意识到这些问题不仅仅是父母的疾病导致的，还有很多自己给自己的压力。比如，孩子每天的早饭她亲力亲为，工作事无巨细都要操心。她还

忘记关心自己的身体，总觉得自己体质很好，透支一下没关系。看着镜子里面容苍白、神色仓皇的自己，她觉得不能再把生活过得这样紧张和潦草了。往后的日子里，给父亲做

营养餐时，自己也来一份；把孩子送到提供三餐的学校，孩子吃完饭、完成家庭作业再回家。这样一来，每晚照顾父亲洗漱完之后，她还有时间读几页小说给父亲听，就像小时候父亲陪伴她一样。工作中，她也经常“示弱”，把机会留给年轻人，她的人缘反而越来越好。

女人的父亲得的是重症肾炎伴有心力衰竭，虽然经常住院，老人的心态却好了不少：“生了病就怕拖累孩子，现在看女儿吃得下、笑得欢，我的心情也轻松了很多。”

我的医生朋友，经常把这个女人当作榜样介绍给别的患者家属：“向她学习，这才是好好过日子该有的样子。”

（洛奇狮摘自《新民晚报》2023年2月12日，Cyan Lin图）



日子怎么过

◎王征宇



朱砂梅与百合

朱砂梅一半开在树上，一半开在瓶里。第一个原因是花的性格，其次才由于人性。这种花每一朵至少有三个星期可见生命，自然谢落之后是不计算在内的，只要一点点水，不把香，红，动，静，总之，它的蕊盛开了，决不肯死，而且它把所有力量倾注于盛开，能多久就多久。

有一种百合花呢，插下来时是一朵蕾儿，裹得那么紧，含着羞，于自己的美；随便搁在哪儿吧，也许出于怜惜，也许出于疏忽的偶然，你，在鬓边，过两天，你已经忘了这回事，但你的眼睛终会忽然在镜里为惊异注满光和黑——它开了，开得那么好！

荔枝

荔枝有鲜红的壳，招呼飞鸣的鸟，而鸟以为那一串串红只宜远处看看，颜色是吃不得的。它不知道那层壳是多么薄，它简直忘了它的嘴是尖的唉，于是果实转因此而自喜。孤宁和密合都是本能。而神又于万物身内分配得那么势均力敌，只要哪一方稍弱些，能够看到的便只一面：荔枝壳转黑了，它自己酿成一种隽永的酒味。来，再不来就晚了。

一枝荔枝剥了壳，放在画着收获的盘子里。一直，一直放着。

蝴蝶

我有两位朋友，各有嗜好，一位毕生搜集各色蝴蝶，另一位则搜集蝴蝶的卷须。每年春天，他们旅行一次。一位自西向东，一位自东向西，

灌园日记

●汪曾祺



某天，他们同时在我的画室里休息。春天真好，我的花在我的园里作我的画室的城。但他们在我的这里完全是一个旅客，怎么来，还是怎么走，不带去甚么。

蒲公英和蜜蜂

蒲公英的纤絮扬起，它飞，混和忧愁与快乐，一首歌，一个沉默。从自然领得我所需，我应有的，以我所有的给愿意接受的，于是我把自已又归还自然，于是没有不瞑目的死。

一夜醒来，我的园子成了荒冷的邱地。太多的太阳，太多的月亮，园墙显得一步一步向外移去，我呆了，只不住抚摸异常光滑的锄柄，我长久地想着，实在并未想着甚么，直到一只蜜蜂嚶然唤我如回忆，我醒了。

我起来（虽然我一直木立），虽然那么费力，我在看看我的井，我重新找到我的，和花的，饮和渴。

（嘉林秀摘自江苏凤凰文艺出版社《活着，得有点兴致》一书）

文章之意 ●胡竹峰

好文章有层寒意，好文章有层春意，好文章有层秋意。好文章还有古旧意、风雅意、恍惚意，一觉迷蒙，将醒未醒，似说梦话。好文章还有微微醉意。底色不一，有意就好，最怕文章无情。作者有意，读者才有意，仿佛冬夜醒来，被窝是暖的。暖暖的被窝是人情，其中消息如花半

开，又像与老友饮酒微醺。只是少年人血气未定，文章往往激越跌宕。中年脚步放慢，文字如缓缓花开。老来之后，纸上平安，人墨相宜就好。吴昌硕说是梅是篆了不问，缶老不问，我更无言。做且做，无须多言。文章就文章，画画就画画，无须多话。艺本茶饭余事，茶饭引，引出一片闲情，引出琴棋书画。

（投桃摘自湖南文艺出版社《惜字亭下》一书）



在戏剧界之外，陈薪伊的名字或许鲜为人知；但在业界，陈薪伊是一位令人仰望的人物。作为国家一级导演、“国家有突出贡献话剧艺术家”，她导演的作品涉及话剧、歌剧、京剧等多个剧种，14次荣获我国专业舞台艺术领域的政府最高奖——文华奖，她的代表作串联起了中国戏剧40多年的发展历程。

真正的桂冠从来都是荆棘织就的，令人于风雪险途中，历万难而得之。

人生如戏

1996年，陈薪伊导演了话剧《商鞅》。从奴隶到商君，从“会说话的牲口”到“大写的人”，商鞅的抗争精神代表着无数人“逆天改命”的顽强努力。20多年过去，《商鞅》仍是上海话剧艺术中心的保留剧目之一。

“我在商鞅身上注入了我的血液。我和商鞅一样不安分，不愿被命运戏弄。”但实际上，出生伊始，陈薪伊就成了一个“被命运戏弄的人”。

陈薪伊的父亲曾是国民党政府官员，生母因“不被允许的恋情”，在绝望中带着尚在腹中的小薪伊吞金自杀。幸运的是，她们被救了下来。陈薪伊出生不久，生母就离开了家。

养母的陪伴与教育，给了陈薪伊最初的艺术启蒙。她的养母毕业于河南第一所女子大学，经常给她读《红楼梦》和《洪波曲》，陈薪伊因此小小年纪就喜欢上了文学。

1951年，只有13岁的陈薪伊考上了西北戏曲研究院，开始

了自己的舞台生涯。最初，陈薪伊学习的是秦腔，她的扮相、身段都不错，奈何嗓音条件欠佳，这个短板让她信心尽失。当得知陕西省要组建话剧团时，她不禁欣喜若狂。后来，作为话剧演员的陈薪伊闯出了一番天地。

那时，她住在单位宿舍里。领导安排陈薪伊和一名带着孩子的女演员同住。朝夕相处几年后，陈薪伊意外发现，那名舍友竟然就是她的生母。“是不是无巧不成书？就是老天爷也

得给我安排一点戏剧性的人生，让我高兴高兴。”

在话剧表演道路上不断精进的陈薪伊，一心想去中央戏剧学院。“我去报名，科室主任

找我谈话，说我没有资格报名。我问为什么，他说，因为要查‘三代’，而我连‘一代’都过不去！”

梦想难以实现，“文革”时期的压力更让她苦不堪言。但她坎坷的人生，终究等到了阳光倾泻而下的那一天。1978年，朋友寄给陈薪伊一份中央戏剧学院的招生简章，上面写着8个大字：“不拘一格，择优录取。”

那一年，她已经40岁了，压着年龄限制的线，被中央戏剧学院“导演干部进修班”录取，开始了从演员转变为导演的历程。

她整天泡在中央戏剧学院的图书馆里埋头苦读，总是最后一个离开图书馆。毕业后，她放弃留校，回到陕西人民艺术剧院。丰富的演艺经历，让她的导演

活出自己的传奇

◎ 荠麦青青



陈薪伊

事业水到渠成。

陈薪伊回忆：“在陕西人民艺术剧院做导演的时候，最困难的就是没有舞台。一次演出前，我们去华山机械厂考察，我到现在还清楚地记得那个厂的名字，因为那个厂里居然有一个很漂亮的舞台。我一看到那个舞台，就忍不住哭了。副导演问我怎么了，我说，我们为什么无法拥有这样一个舞台呢？”

即便条件那样艰苦，也无法动摇陈薪伊将戏排演好的决心。

“戏剧是我的信仰”

从第一部戏开始，她就下决心要打造经典作品。作为导演，她希望用自己的视角和生命体验来解读剧本、呈现剧本。

1986年，陈薪伊导演的《奥赛罗》在中国第一届莎士比亚戏剧节上一举夺冠。同年，该剧在上海展演，场场爆满，一票难求，成为上海戏剧界多年未见的盛况。

自此，陈薪伊作为戏剧导演名声大噪。歌剧《赌命》《图兰朵》《巫山神女》，话剧《白居易在长安》《红楼梦》《雷雨》……超过150部作品经她的执导而焕发光彩。在陈薪伊看来，戏剧的本质就是在剧场中探索生命的意义，并用他人的生命来对照自己的生命。于她而言，戏剧是一种信仰。

为了给剧中人物留下沉甸甸的“生命档案”，她愿披肝沥胆、穷搜博采。为了排好《白居易在长安》，陈薪伊研究了全唐史，读了白居易几乎所有的诗。筹备《图兰朵》时，她反复阅读这部经典之作的4个译本，领悟到普契尼对人性的诠释是多么伟大，在此基础上，她增设了两个有助于观众理解主人公的人物。

陈薪伊接触过很多古代题材的戏剧，但她的思路绝不会停留在剧本上和“故纸堆”中。导戏之前，她总要到故事发生的地点与人物进行跨时空的对话，思接千载。

她曾去汉江边，追寻蔡伦的足迹，遥想他当年喝下毒药时的决绝；她曾到西夏王陵，念着李元昊的名字，在贺兰山下坐到残阳如血。

有一年，她执导京剧《贞观盛事》。剧中的主要人物除了“贞观之治”的开创者唐太宗，谏

臣魏徵同样颇具分量。排演前，陈薪伊独自去昭陵采风。昭陵埋葬着唐太宗李世民与文德皇后长孙氏，周围还有180余座陪葬墓，莽莽苍苍，气象庄严。但她找来找去，都没有找到魏徵的墓。

于是，她向当地派出所求助。所长骑着一辆老旧的三轮摩托车，载着她一路颠簸，驶向一个偏远的山头。直至入夜时分，她终于见到了一代名相的墓。那一刻，她泪如雨下：魏徵的墓建在山巅，与另一座山峰上的唐太宗陵墓遥遥相对。月华如水，映照古今。生前，他们君臣联手，共创大唐盛世；死后，他们依然站在同一个高度，彼此守望。

她对自己说：“我一定要创作一段二重唱，唱他们的君臣相得，唱盛唐的日月同辉！”《贞观盛事》上演后好评如潮，获得了中国京剧节金奖，成为“中国国家舞台艺术十大精品工程”之一。

她在戏里塑造过很多俊杰的形象，被问及原因，她的回答是“这个时代需要巨人”。锐意变法却惨遭屠戮的商鞅、开辟了“丝绸之路”的张骞、以身殉国的邓世昌、“中国肝脏外科之父”吴孟超、“敦煌的女儿”樊锦诗……这些被她生动地呈现出的“巨人”皆传递出撼动人心的力量，成为舞台上熠熠生辉的形象。

2022年7月，年度大戏《威尼斯商人》正在进行紧张的排练。置身于一群年轻人当中，头发花白的陈薪伊像一根定海神针。

她看上去和蔼可亲，但她视线所及之处，仿佛能卷起万千波澜。每个演员的举手投足、一颦一笑，都逃不过她的“火眼金睛”。鲍西亚的扮演者何卿谈到陈薪伊：“她不是那种只挂一个总导演名号，把事情都交给别人做的人。她每天都会在现场指导调度，剧本中的每一个标点符号都亲自去推敲。”

在导戏过程中，陈薪伊精益求精地斟酌着每一个字、每一句话，甚至连语气助词的声调，她都要一一指导。2020年排练《龙亭侯蔡伦》时，她亲自示范表演：“让天下人皆识蔡侯纸！让天下人皆识蔡侯纸……”高声言罢，她的眼泪应声而下。



为了专心导戏，她拒绝过很多诱惑，放弃了一些在世俗意义上很重要的东西。她说：“人生太短暂，而人的精力有限，我只能将时间花在最热爱的事情上。”

“生命真的很有意思”

60岁时，陈薪伊听说上海建成了全国第一座国际性现代化大剧院，于是毅然南下，落脚沪上。这几年，她成立的艺术中心好戏不断。

在陈薪伊导演的戏中，人们总是能从那些壮怀激烈的牺牲里，在浓稠如墨的悲怆里，看到那些无法泯灭的光亮。“最悲哀的事情就是当你处于逆境时，没有人为你说话，这是我自己有过很多次的生命体验。我认为，戏剧就应该挖掘人性中这些脆弱的东西。”

2020年6月，82岁的陈薪伊重新站上了舞台。她拿着准备了数夜的演讲稿，因为激动，双手微微颤抖。“我要用3部戏剧作品，抚慰经历过疫情的观众。要知道，疫病无法打败人类。莎士比亚出生那年，他的家乡就暴发了瘟疫，多年后，他又在‘瘟疫隔离期’写出了《李尔王》。”

她希望用戏剧重振人们的精神世界，从历史人物身上，从悲剧英雄身上，找到人类在战胜苦难时迸发出的生生不息的力量。她说：“作为导演，我的职责是用导演思维推动社会前进，用我导演的戏兼济天下。”

2021年，《商鞅》在曾经首演的剧场再次拉开

大幕，时隔25年，依然有人为商鞅落泪。谢幕时，精神矍铄的陈薪伊走上舞台。她声音洪亮，充满了底气：“人一定要珍视自己生命的力量，我刚刚做完癌症手术，想告诉大家要把握好自己的生命。”话音刚落，台下掌声雷动。

在几十年的戏剧生涯中，她导演了那么多悲情的大戏，但并不想将自己的生命基调定为“苦情”二字。

朋友得知陈薪伊身患癌症后，皆流露遗憾与惋惜之情，陈薪伊却一笑置之。她一生坎坷，却对一切遭遇安之若素，并愿意和年轻人分享自己的信念：“每个人的出生都不容易，千万不要辜负自己的生命。”

陈薪伊13岁登台，如今，70多年过去了，她几乎在舞台上安营扎寨了一辈子。她说，即便有一天自己再也没有力气执导了，也要到排练厅看着她的学生导戏。

她从来不觉得工作是一件苦差事，她在舞台上找到了最大的快乐与享受。谈及未来，她信心十足：“我计划怎么也得活过100岁。生命真的很有意思，希望你们与我一样，活出自己的传奇。”

一个人能活得如此恣肆飞扬、大开大合，

真是一件特别过瘾的事情。兴尽至此，在陈薪伊看来，任何时候离开这个世界都不遗憾。

（于清摘自《时代邮刊》第429期）



每个人都是重要的

◎李泽厚

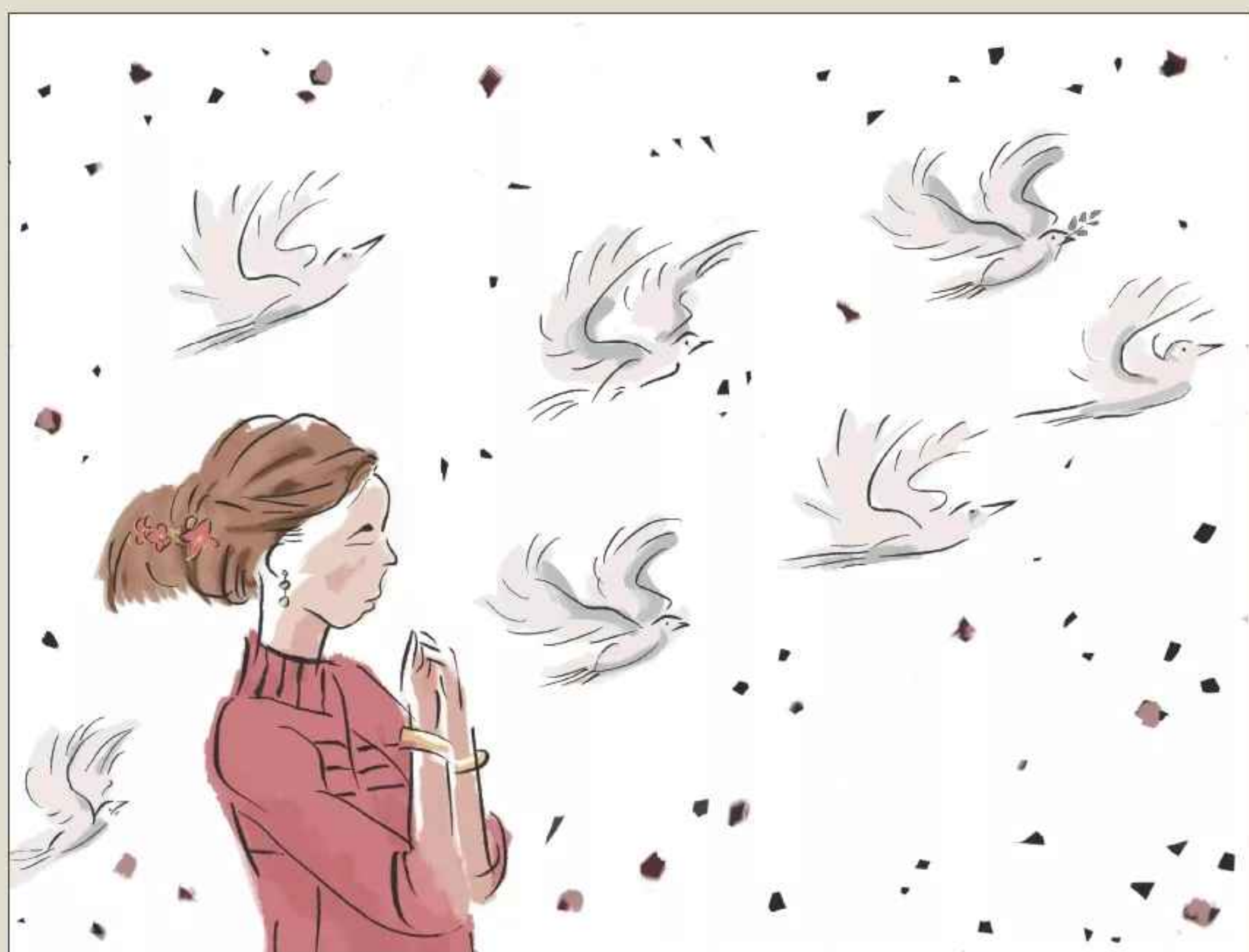
本来，人只能活一次，所以每个人都是重要的。千万个个体都应该取得自己的主体地位，而不是英雄主宰世界、帝王统治群氓。每个人都应该把握自己每时每刻的存在，去主动地选择、决定、行动和创造。并且，人要活着，就得奋斗。海明威的小说《老人与海》之所以扣人心弦，也正表

现了生的力量，即使是孤独的生、寂寞的死。所以没必要害怕死亡、悲剧的结尾……许多东西毁灭了，人物、事件消失了，没有时间了，实际却在人

们心里活着、延续着，占据了人的心理时间。

尼采论悲剧时曾认为，宇宙的可怕的毁灭性进程导致悲剧，但悲剧快感正在于生命之不可摧毁。悲剧实际是最深刻、最强大的生的颂歌。

（羽惊林摘自生活·读书·新知三联书店《美学四讲》一书，（英）约翰·霍尔克罗夫特图）



她的“红与黑”

●李 蕾

在小说《红与黑》第13章的引言中，司汤达写下了一句著名的话：“小说，人生旅途中的一面镜子。”《红与黑》就像镜子，人人都会从中发现自己的影子。对我来讲，这部小说更像一个人生意向，这源自央视主持人张越曾主持的一档节目《半边天》。

某期节目的嘉宾是一个来自河北的务工人员，她常年在广东，想要靠劳动赚到更多钱，改变自己的命运。27岁时，她在父母和乡亲眼里已经是一个“老姑娘”了，被疯狂催婚的她回到自己出生的村庄嫁人。

所有的嫁妆都是女孩用自己打工的钱置办的，那场婚礼在村里人看来办得非常体面和风光，这让她感到骄傲。在诸多陪嫁品里面，有一样东西非

常特别，那是一盏台灯。

张越问她：“你为什么要带一盏台灯？”女孩说：“我回到村庄里以后，就知道再也出不去了，将来我只会像我的父母一样，过着一眼望到头的日子。有了这盏台灯，我一个人在灯光下坐着，就会觉得自己还有一个小世界，而不是被完全禁锢在这块土地上的。”

女孩出嫁那天，穿了一件红黑条纹的毛衣。张越又问她：“你为什么不像别人那样，穿一件大红色的衣服呢？”女孩回答：“我知道一部很著名的小说《红与黑》，我没有读过，我觉得那就是我永远够不着的外面的世界。所以在结婚这一天，我选择穿这件衣服，这就是我的‘红与黑’。”

是的，并不是所有的人都拥有选择的机会，也不是所有

的人都可以通过努力改变命运。但是人总要有那么点不一样的盼头，就像这个女孩，她心中的“诗和远方”，就是“红与黑”。

《红与黑》这部旷世之作，在它诞生的年代，并不被人们接受。1830年，它第一次出版的时候，摆在书店里几乎无人问津。因为写得过于犀利和直白，小说中的观点、主人翁的命运根本不被当时的社会认可。

男主人公于连是一个俊俏的青年，他想改变自己的命运，竭尽全力要实现阶层跨越。但他的野心大于能力，总是妄想通过走捷径的方式来实现人生逆袭。当生活的泡沫破裂后，他无法接受自己被打回原形，再次过上一个小人物的生活，所以他最后选择了放弃生命。

每个人心中都有自己的“红”与“黑”。在《红与黑》中，有野心不是罪过，奋斗的意义当然不能被抹杀，于连身上有年轻的生命力和勤奋的精神，当然，也有沉重和邪恶的一面。

人性是复杂的，往往一半是海水，一半是火焰；一半是天使，一半是魔鬼。有虚荣心不是一种恶行，但为了满足虚荣心而犯下恶行是可耻的。人生有那么多岔路口，在“红”与“黑”的抉择面前，选择怎么走，会让人拥有截然不同的结局。无论我们走多远，都不能忘记当初为什么出发。

（逐浪摘自《女友》2023年第1期，连培伟图）



一堂生命教育课

●孟佩佩

2022年9月，刚进入同济大学的浦荷晶选到了一门“网红课”。

起初她是被课名“生命的省思——如何过好这一生”吸引的，没想到在课堂上，她与“孤独”对话，摆脱了“玩乐焦虑”，还在自己的“墓志铭”作业中认真写下了“埋葬在这里的人曾经很热烈地活过、爱过”。她说：“人生很辽阔，要好好地探索属于自己的生活。”

2023年，新学期还没开学，这门课程的240多个选课

名额再次被早早抢空。课程总负责人、同济大学心理健康教育与咨询中心教授姚玉红谈到，生命教育课直面困扰学生的生命议题，“虽然没有人能断言自己的人生就是标准的‘好人生’，但我们希望能陪伴学生一起去探索对生命的思考、敬畏、珍视和热爱”。

现实的困惑、挫折和问题

“你好，孤独！”“有时候我还挺害怕你的，你的存在让我觉得很难受。”“但有时候我

也挺喜欢你的，和你在一起，我可以有更多时间感受自己。”在一节“生命的孤独”主题课上，两名学生搭档进行角色扮演，一名学生扮演另一名学生的孤独过往，并尝试与其对话。

这是浦荷晶第一次直面孤独。

虽然她很清楚，进入大学后会面临学习环境、生活方式和人际关系等方面的角色转换和重新适应，但对于要经历的孤独，她觉得自己“不耐受”，并习惯将自己的感受隐藏起来。

这一次对话，浦荷晶和同学把内心并未整理过的情绪和思路说了出来。课后作业是体验孤独1~2小时，她能感受到自己的变化。“好好地看一本书、听一段音乐、看一场电影，都是在与孤独相处，是享受孤独的一种方式。孤独不是成长的代价，学会与孤独共处就是成长本身。”

“如果缺乏适当的引导，面对孤独等矛盾情境往往容易造成其他心理困扰，如抑郁、回避交往等。”姚玉红认为，大学生学习知识和培养能力固然重要，但对生命的真实观照同样不可忽略。在与学生的交流中，老师们发现，不少学生格外关注“如何活得好”，很多关于生命议题的困惑，也直接影响着他们的求学生涯和生活质量。

“我们希望通过开设课程，覆盖更多有心理辅导或心理素质提升需求的学生。”姚玉红希望这门课成为学生成长



的“陪伴”，学生可以在课堂上找到面临同样问题的伙伴，然后共同面对。

浙江大学大三学生留榕泽在选课系统上看到“自我探索与心理成长”课时，也被名字吸引了。“选课时并没有考虑自己的问题，但在课程中，我发现内心的疑惑正在不断地被解答。”

留榕泽说，因为高考时发挥稍有失常，他的自尊心“不太稳定”。在课堂上了解到自尊调节策略后，他学会了系统性地分析自己。“学会了坦然面对失败，却觉得谈自己的成功之处是在炫耀。其实成功和失败都不应回避，精准把握自己的优缺点后才能扬长补短，让内心变得强大。”他说。

这门课被浙江大学学生亲切地称为“浙大成长课”。整个学期的课程以虚拟同学“小兰”为故事主角，讲述她在大学校园里遇到的各种困境。“小兰”就像一面镜子，每个同学都可以在“小兰”身上找到和自己类似的困惑。

开课3年多以来，每年都有330余名学生选课。课程负责人、浙江大学心理健康教育与咨询中心副主任祝一虹在日常工作中发现，一部分大学生的心智并未完全成熟，她认为：“我们作为咨询师有专业优势，我们想把成长的理念汇聚在这门课中，依托理论，立足实践，多学科、多视角交叉教学，让同学们真正受益。”

更有力量地生活在当下

“当代大学生知识面广、

思维活跃，也想通了很多道理，甚至能够讲得头头是道。但在现实生活中遇到问题时，还是缺乏解决‘弯弯绕绕’的经验，尤其是那些以前没遇到的问题。”在姚玉红看来，大学生“知行合一”中的“行”，还需要老师进行适当的陪伴、点拨，为他们未来的人生打好基础。

同济大学的生命教育课堂上有一项“生命的消亡”主题实验，学生需要用一张纸代表自己预期的生命长度，通过不断对折、再对折进行假设：如果余下的生命只有40年、20年、10年、5年，甚至1年，你还想做什么？

学生给出的反应各不相同：当生命只剩最后1年时，有的说要退学去做各种各样自己喜欢的事情；有的说不会改变生活节奏，按照自己向往的生活去努力，才不会有遗憾……

姚玉红认为，课堂上出现的答案，恰恰可以鼓励学生互相学习，拓宽思路，看到生命中更多的可能性。“我们也希望在有限的课堂时空中，让学生在精心设计的情景模拟中，感悟多样化的生活体验。”

谈起生命，死亡是绕不开的一环，但在传统文化中，往往忌讳很多。2022年，网剧《三悦有了新工作》、电影《人生大事》等影视作品，在年轻人中引发广泛讨论。

《三悦有了新工作》的编剧游晓颖说：“1998年出生的三悦一开始不知死、不畏死，

看上去很‘丧’，其实是怕失败、怕受伤，用这种‘丧’包裹住了内心。进入殡仪馆工作后，从只看到自己的爱与恨，到可以见到众生的遭遇，理解了死亡的分量后，她的世界变得辽阔了。”三悦逐渐明白了生的价值和死的意义，学会勇敢直面生活中的困难，理解生命中的艰辛，进而学会珍惜当下。

这部剧也成了广州大学“生死学”课程的鲜活教材。广州大学马克思主义学院副教授胡宜安开设这门课程20多年了，他曾说：“从出生到死亡，生命一直是一件值得人敬畏的事情。”

作为生命教育的重要一环，死亡教育显得更为小众和神秘。不过，浦荷晶观察到，对于老师布置的“墓志铭”作业，身边的同学都在认真对待：“晚安，世界。”“当我合上我的双眼时，我发现我的一生都是有意义的。”她读了胡宜安的《现代生死学导论》，记下了一句话：“唯有愿意触及死亡的终极限制，才可能从中开拓出生命的尊严和价值。”

“浙大成长课”授课教师李娟在日常工作中发现，多数学生感受到生命的压力和沉重是源于“对自己不满意”“并未得到自己想得到的”“辛苦一生最后还是要消失”等负面情绪。她希望帮助学生看到自己在有限的生命中能够做些什么，学会与自己和解。于是在课堂上，他们毫不避讳地谈论丧失与哀伤、创伤与死亡等话题，以及这些主题中个人如何



受到家庭、学校、人际关系等的影响。

在特别设置的匿名群里，“披着马甲”的学生们可以畅所欲言，把平时说不出的话一股脑儿地说出来。“学生之间会产生共鸣：原来并不只是我感到害怕，原来不是我一个人感到无力。”李娟认为，“这样的共鸣产生了力量，他们回过头来看清楚问题后就不再害怕，会更有力量生活在当下。”

“成长不是一道思考题，而是实践题。”在“浙大成长课”授课教师刘艳看来，中学时代“拼学业”阶段很少谈及分离体验甚至死亡话题。“来到大学后，学生的这部分成长出现了空缺，心智上或许并没有成长到与知识层面相对应的高度，这就需要我们提供相应的环境条件，协助他们的人格深度成长，绕过了这个弯，就更有智慧了。”刘艳说。

结课时，每个学生会画一棵属于自己的“生命树”：土地、树根、树干、树枝和果实代表“我怎么来的”“当下拥有什么”“我的个人特质与能力”“我的目标和愿望”“成长过程中拥有的重要关系与资源”等。

“梳理之后，很多同学都说，他们从来没意识到原来自己拥有这么多。”李娟感慨地说。在她的办公室柜子里也贴有自己的“生命树”。“当我们拥有的都实实在在地呈现在眼前时，我们就有力量更好地去生活。”刘艳也谈道，“有负面情绪的学生，多是因为感受到自己与生活的联结越来越少

了。但这棵‘生命树’，恰恰是生命的引力，是把他们拉回来的引力。”

留榕泽至今还保留着曾经画的“生命树”，他写道：“人生如树，根越深入，树枝越向上伸向天空，生长的意义或许就在此，寻根逐梦，通过与自我、他人、家庭、社会的联系结出丰硕多彩的人生果实。”

种下一颗“种子”

在一次小组实践环节，有学生对刘艳说，“学业太累了，我们小组的目标就是想睡觉”。虽然内心惴惴不安，但刘艳还是让这一组学生实践了他们“躺平”的想法。没想到，在最后的小组分享环节，她为这一“躺平”小组打出了最高分。

“课程最看重学生的感受和心智的提升。”刘艳解释道。他们经历了没有任何目标的“躺”，反馈了自己对“躺平”的新认识：“‘躺平’为什么一定是‘不干了’‘摆烂了’等消极态度？在这样的‘放空’状态下，我也可以更近距离地感受自己，认识从前还未发现的自己。我允许自己的生命中有一部分这样的状态，这是一种别样的体验，一些从未有过的觉察冒了出来，我感觉更能接纳自己了。”

在她看来，“00后”学生尤其需要空间，而不是“一定要做什么”。“在安全的空间内，在包容、理解和信任下，他们依旧可以有序地发现生命的本质，探索到属于自己的生命道路。”刘艳说道。

生命教育就像在学生心中种下的一颗“种子”，当下并不一定能看到明显的收获，但可以静待花开。

让姚玉红高兴的是，在学生的结课作业中，她看到学生对自我的认知越来越清晰，也敢于面对负面情绪和挫折。她举例说，在“生命的传承”环节中，学生需要与家人进行半小时以上的访谈。有同学说：“这是我在青春期之后第一次跟家长谈话这么长时间，我的父母还蛮厉害的。”

也有人和姚玉红探讨，要不要把生命教育课程改为必修课。姚玉红认为选修课更加适合：“不能假想每一个学生一定需要某一门课，如果有学生需要，有想不通的问题，想谈谈人生，想了解心理状况，这门课就是他们的港湾。我更希望结课后，学生能够在未来的生活中慢慢回味，学会思考，学会应对，为他们的未来提前打一剂强心针。”

在一些大学校园里，生命教育仍处于相对缺失的状态。在姚玉红看来，大学生的实际需求一直存在，各所高校都可以以不同形式引导学生对生命进行思考和讨论。“教育也需要多样化，把同学们遇到的看似芝麻绿豆大的、琐碎的苦恼，或不值一提的挫折等，拉长到生命的整个背景线上去看，这对于价值观的引领和信念的确立等，都是很好的契机。”

（潘光贤摘自《中国青年报》2023年2月14日，王青图）



每个人都是独立的个体，
可以共情，但无须承担别人的
情绪。

——“善解人意”是否让
你背负了太多

但凡长相、身材、工作、
学历等让你 100% 满意的对
象，对方 100% 对你不满意。

——相亲时的“100% 定
律”

人与人的交往，本质是能
量的流动互换。

——情绪价值高的朋友，
是你重要的能量来源

我们不是在“度过”每一
天，而是用自己所拥有的东西
“填满”每一天。

——人生不是失去，而是
获得

理智的做法只有在做很小
的决定时才有效。至于改变人



言论

生的事情，你必须冒险。

——珍妮特·温特森《我
要快乐，不必正常》

人生值得一过，活着就是
胜利。

——著名翻译家杨苡如是
谈人生

时不时地逃离世界是很有
必要的，但前提是，有一种更

大的力量能够将你带回去。

——《人的疆域：卡内蒂
笔记 1942—1985》

你极目远望，其余的由心
去完成。

——语出 2020 年诺贝尔
文学奖得主露易丝·格丽克。
对生活保持好奇，保持热爱

在孤独中成形的事物，往
往也能被用来拯救孤独。

——孤独能让我们直抵事
物的核心

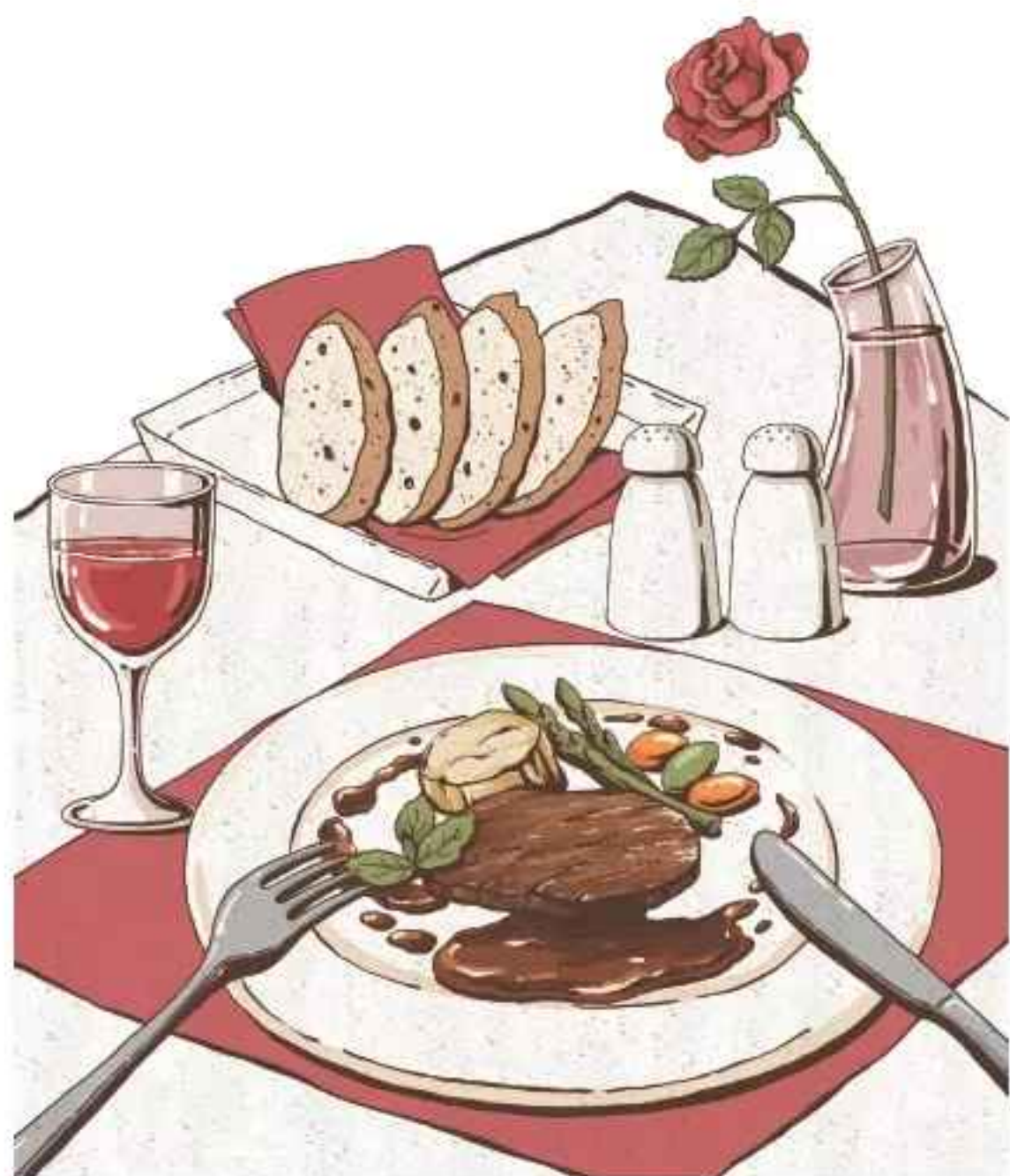
休息时感到罪恶；自我价
值感与生产力息息相关；面对
竞争不过你的人有优越感；认
为别人不过是达成目标的“棋
子”；沉迷于“被凝视状态下的
自我”；优先考虑财富增加
和个人成长。

——哲学家韩炳哲认为
“功绩社会”导致焦虑或抑郁
心理的 6 个迹象

3010 运动

◎〔日〕仲村和代
藤田皋月

◎张佳东 译



“3010 运动”始于日本
长野县松本市，“3010”指
的是聚会开始后的 30 分钟与
结束前的 10 分钟。当人们在餐
厅或酒店参加公司年终聚会、
婚礼等宴会时，由于和别人
专心致志地聊天或喝酒，最
后往往会不可避免地剩下食
物——相信许多人都有过这
样的经历。因此“3010 运
动”所倡导的理念是，至少
在宴席的开始和最后，集中
精力享受美食。

这一运动肇始于松本市
市长菅谷昭的一番话。在一

次宴会上，菅谷市长看到许
多食物都没有吃完，便不禁
说道：“真是太浪费了。今后
每次聚会，前 30 分钟大家都
要专心吃饭。”此后，松本市
政府呼吁和鼓励市民也这样
做，并把宴会的“最后 10 分
钟”也纳入了专心用餐的范围。

如今在互联网上搜索
“3010 运动”，可以看到它在
很多地方都引发了强烈反响，
不少人同样也在呼吁积极开
展这项运动。

（廖 泽摘自上海译文出
版社《大量废弃社会》一书）



西小麦（34岁，教师）

你已经20岁了，进入成年人的世界，那就疯狂起来。把梦想搞清楚一点，筑得再高一点。保持线性，一条路走到黑，在黑暗里找那闪光的出口，去感受、去爱，别转弯、别回头。怕什么？你才20岁。

匿名（38岁）

20岁像一张草稿，复制、替换、后退、删除、保存、取消，你不必在意面目全非，那是你自己的图谱。人生没有样本，也不需要样本。

肖睿（39岁，写小说的人）

1. 多交朋友，尤其是心地善良又志同道合能一块儿做事情的好朋友。这会是你一生的财富。

2. 不要提前消费。

3. 珍惜20岁时遇到的爱

情。

4. 老话很可能都是正确的。

5. 永远爱自己，懂得去爱爱你的人。

低分飘过的人生（41岁，手艺人）

你不可以忍受委屈，不可以忍受痛苦，不可以忍受不公

不再20岁的人， 对20岁的人说

●“ONE 一个”老友

平，不可以忍受别人胡乱发作的脾气，不可以忍受被轻视，不可以忍受一切正当的欲望。

大维（40岁，资深图书策划人）

在最宝贵的年华里，勇敢

去做那些会让自己的人生闪闪发光的事情。

蓝希（48岁，自由写作者）

在精力最旺盛的时候，培养阅读的习惯。这是一件会让你终身受益的事，在你最孤苦无依的时刻，它会成为一所随时随地都接纳你的房子。

享受上天和生命赐予你的美好的东西，不要抱怨你所遭受的不幸，因为最终它也会成为属于你的特殊财富。有了这些，你会比别人更强大、坚韧，你的性格也会更丰富，对人生，你会有独一无二的感受力。

从现在起，至少怀有一种理想，或定一个长远的目标，随时提醒自己要尽可能地接近、抵达并实现它。真正忠于自己内心的事情，我们只能独自去做。

徐小姐（56岁，当不成奶奶）

你可以不生孩子，但父母也可以对此不满，两不相干。要求父母全盘接受这些事情是没有道理的。不光是生孩子，很多事情都是这样。

老蔡（60岁，农作物修剪师）

最好不要使用智能手机。多读书是好的。

小太太（63岁，种香菜的好手）

我小时候，姥姥跟我讲，





先加茶还是先加牛奶

◎〔美〕伊丽莎白·科里德-霍尔基特 ◎尹楠译

20世纪20年代，缪丽尔·布里斯托尔参加了在英国剑桥举办的一次夏季午后茶话会。茶话会的座上宾是一群教授及他们的太太。在这样特别的场合，茶话会的主人先给布里斯托尔倒了一杯茶，然后加了一些牛奶。布里斯托尔却对此表示不满，她解释说自己喜欢“先加牛奶”，这样茶味更佳。尽管在座的其他人都表示怀疑，布里斯托尔却坚称自己能分辨出其中的差别。同为座上宾的罗纳德·艾尔默·费希尔此时冒出一个想法。

这位费希尔先生后来不仅晋爵为“费希尔爵士”，还凭借著名的《实验设计》一书成为现代经验统计学的奠基人之一。费希尔的想法就是，同时泡8杯茶，其中4杯先加牛奶，另外4杯则先倒入茶，如果这位女士能正确分辨其中的差别，那么就证明她是对的（侥幸全猜对的概率只有1/70）。费希尔与其他在座的宾客一样，认为布里斯托尔不会通过测试。换句话说，他们都认为布里斯托尔对于茶的敏锐判断是建立在错误的美感和味觉基础上，而非现实基础。可结果是，布里斯托尔正确地指出了每杯茶中茶与牛奶的添加顺序。

费希尔的这一实验后来进一步发展，改变

了统计学和现代科学（它成为测试“零假设”的基础）。不过在当时，如果一个人的喝茶习惯中没有植入有关身份地位以及与之相关的美学理念，这个实验未必可行。维多利亚时代以来，牛奶的添加顺序就一直是身份地位的象征，选择哪一种添加顺序暗示了一个人的阶级地位。

这一切都可以从餐具由何制作而成得出结论。

在维多利亚时代，如果先倒入热茶，质地较差的茶杯很容易开裂。先倒入牛奶则可以降低茶杯开裂的风险。然而，那些富人买得起精致的瓷器，能够承受茶的热度，所以后加牛奶就成为一个人经济地位得到提升的信号。事实上，茶和牛奶的添加顺序这样的实际问题，更多反映的是阶级而非口感问题。毕竟，那些拥有精致瓷器的人会用后加入牛奶这一行为，来展现这种奢侈的享受。正如表现那个时代风情的著名英剧《楼上，楼下》中的男家政服务人員所言：“我们这些楼下的人先加牛奶，那些楼上的人则后加牛奶。”

（紫微垣摘自海南出版社《微小的总和》一书）



小鸡得破壳才能活。现在看，就是你得“破坏”自己。

你只会做番茄炒蛋，那就试试茄子炒蛋怎么样。你只喜欢喝果汁，那就尝尝汽水是什么滋味。你学习英文没什么成就，那就试试重新认识一下汉字。

你得去试试看。

尹老五（77岁，退休教师）

年轻人要丰富自己的内心，只有3种方法：读万卷

书，行万里路，识万个人。为什么我们要读书？因为这是最便宜的方法。

廖女士（74岁，尹老五老伴，不爱出门，不爱看书）

人不一定要丰富自己的内心，简简单单也没有什么不好。

老谢（84岁，期待开春去钓鱼）

去做一些“危险”的事，你才知道什么是“安全”。知道什么是“安全”，才能学会

知足，越早越好。

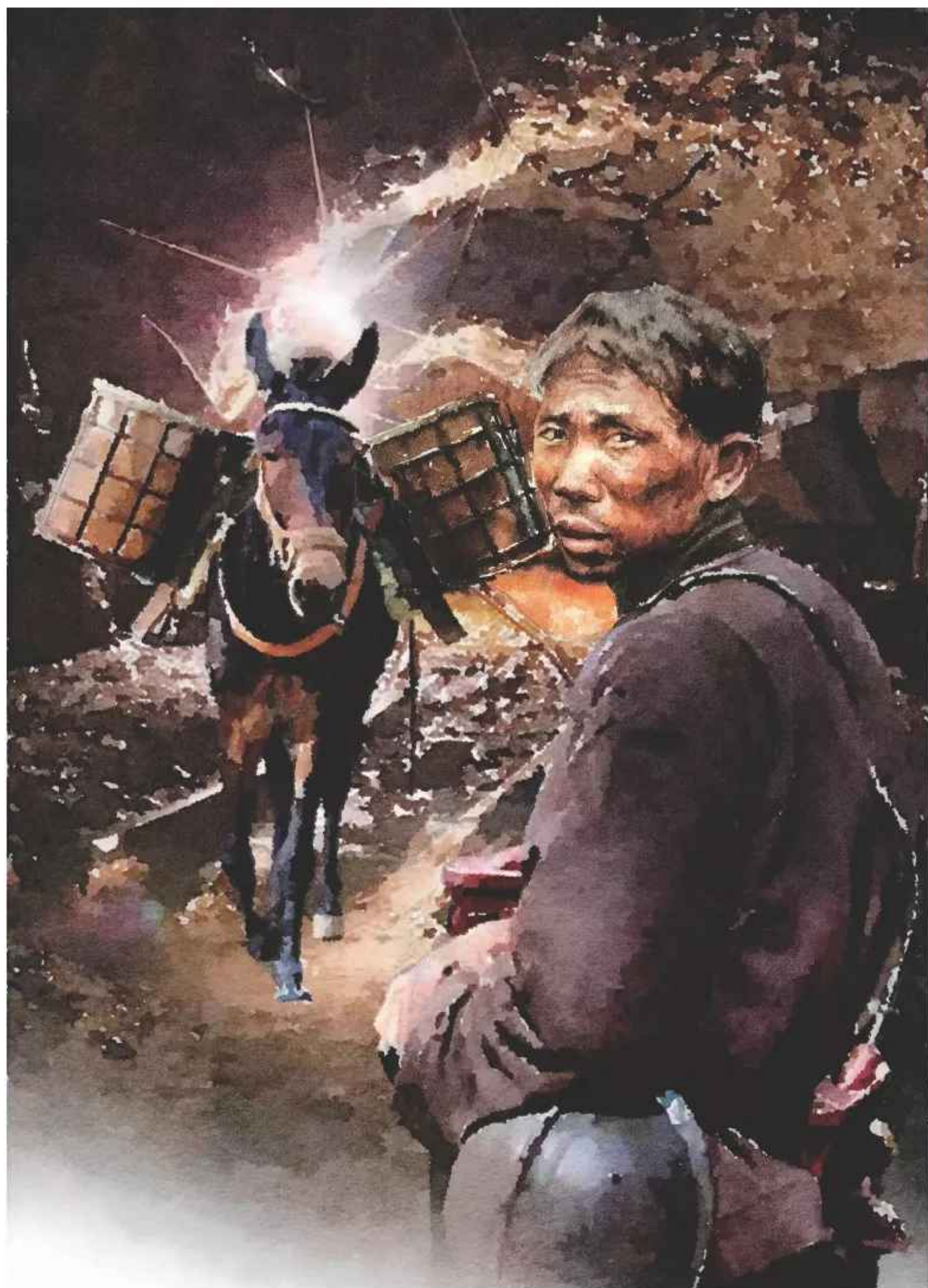
秋芬（87岁，一生都很好，只是嫁错了人）

少听那些只比你大一点点的人提出的关键人生建议。

李女士（98岁，对活到100岁很有信心）

向前走，不要总是回头看。总是回头看的话，人生就太快了。

（蕉下客摘自“ONE 一个”App，韩磊图）



20世纪90年代的一个夏天，我到山西晋城的一个地方下煤矿。此前我没做过这种活儿，也没见过煤，小三对我说：“只要有点力气就行了，你没考上大学，再不挣点钱，你想弄啥？”

我们以前叫他老三，他嫌不好听，说自己还小嘛，那就叫小三。

小三从16岁开始下煤矿，挣了不少钱，可他总觉得不够。他的对象艾海儿不想让他去，说是太危险了，要和他成亲。他说：“我还没有把楼房盖起来呢，我还没有把彩电买回来呢，我还没有买席梦思床呢。”艾海儿说：“我又不是图这些才看上你的。”小三说：“我喜欢你，我才下煤矿，我想让你吃好的、穿好的。”艾海儿笑了，脸有点红，很漂亮。小三说：“你的脸像苹果，我就爱吃苹果。”

小三就当着我的面和艾海儿起腻，他们以为我念书念傻了，不懂事。我说：“小三，要不我们今天不走了？”小三像是惊醒了一样地说：“我们走！咋不

走？”艾海儿悄悄地说：“那你腊月早点回来啊。”

我看见艾海儿的眼睛像一口迷人的井。

小三终于和艾海儿把话说完了。小三转身的那一刹那，艾海儿的眼泪就滚滚地落下了。

我说：“艾海儿哭了。”小三说：“不管她。”

我说：“她哭出声了。”小三说：“不管她。”

我说：“小三，你的心怎么这么硬啊。”小三说：“你以为我想当‘煤黑仔’？还不是想跟她有好日子过！”

我看见了高高的井架，看见井架上面的五彩的旗子，看见了黑黑的煤和煤一样黑的同伴，很新鲜。矿主像看牲口一样地看着我，说：“你的膀子太细了。”说着就在我的肩上用力一拍，拍得我差点倒下。矿主说：“有一点力，留下吧。”

在井下，我们和骡子一起干活。小三是炮工，做的是技术活儿，他打完炮就没事了，找个地方躺着，用矿灯照着艾海儿的照片傻乎乎地笑。我和工友用铁锨把煤铲到架子车上，再赶着骡子把煤拉到井下，倒在矿车上，然后，吊车把煤吊上地面。那是口竖井，我们在井下仰着头能看见一块圆圆的天，像说青蛙的那个成语。

井下是黑的，我们头上的矿灯是昏黄的，我一直想不通，为什么骡子能看见呢？小三说骡子也看不见，它们就像走夜路一样深一脚浅一脚的。它们习惯了。小三说，这些骡子下了井就生活在下面，实在干不了活儿了，它们才有机会上到地面去，就是想让它们活也活不了，阳光一照，它们的眼睛就瞎了。

小三偷偷地告诉我们，把食堂的馒头弄一些给骡子吃，它们力气大了跑得快一些，就能多出活儿。小三有时会帮我，那准是他又要求我代他给艾海儿写信了。

小三每次下井时总会弄来一些青草给骡子，骡子会舔他的手。他拍拍它们的

青春往事

● 南在南方



黑马有一双动人的眼睛。一双澄澈得让人伤感的眼睛。据说，马的眼睛可以感知北斗七星在移动。北斗七星出现在天幕，马就会抬头仰望。这是一个钓客说的。

钓客还说，马在夜间是不会迷路的，也不会惊慌，马一边跑一边仰望北斗七星，北斗七星在指引它。有一次打猎，夜间在山林跑得太远，钓客迷路了。林中没有路，四处荒草丛生。他对马说，回家吧，我迷路了，你带我回去。马嗖嗖地穿过树林，绕着

马的秘密

● 傅 菲



一个又一个山梁，把他带了回去。

马的大脑里有一张路径图，标记着所有走过的路。哪里是自己的出生地，哪里是自己的家，哪里有泉水，哪里有葱郁的野草，马都知道。在哪里受了难，挨了谁的鞭子，马也都知道，但马不记仇。马是宽容地活一辈子的动物。

你看到马的眼睛，就知道马有多善良。

（离萧天摘自长江文艺出版社《灵兽之语》一书）

头，不说话，任它们舔。我看见骡子的眼睛大大的，很温情，像艾海儿的眼睛。

秋天的时候，我们去了一趟晋城，小三在城里给艾海儿买了一件红艳艳的羊毛衫，从邮局寄了回去。小三在羊毛衫里夹了一封信，这次是他自己写的，只有一句话：“我的心，你晓得；你的心，我晓得。”

事情来得很突然。那天早上我们一起吃了饭，小三说他先下井去，把煤放下来，免得我们等活儿。事情就是在他一个人在井下时发生的。他被救上来时，我已经认不出他了。他脸上的皮肤烧花了，衣服烧着了贴在肉上。他的神智是清醒的，但是说不出话了。

我们送小三去了医院，矿主苦苦哀求我们保密。他说，无论花多大的代价，都要把小三治好。

两天后，小三醒过来，他依然不能说话，我喊他的名字，他的眼睛动了动，他的听力是好的。一个月之后，他能开口说话了，可他的声音变了。虽然大夫为他的脸植了皮，可我面前的小三再也不是原来那个小三了。小三说艾海儿一定认不出他了，她一定不会嫁给他了，他现在太丑了。

小三对矿主说，他要10万元的赔偿金，矿主想和他讲价钱，他说，井下发生了瓦斯爆炸。矿主知道这句话的厉害，马上答应给他钱。矿主让他写了一张条子，大意是就此了结，再不反悔。他写了。

后来我们一起去矿务局，小三说出了那天

井下发生的事。几天后，一群人来了，他们下井检查了一番，说井下太不安全，他们准备炸掉这个矿。在拉倒井架之前，小三说下面还有几头骡子。矿主灰着脸说，矿都没了，要那些骡子干什么？小三说，那都是生命。

小三最后一次下井，给每一头骡子的眼睛蒙上黑布，他怕光伤了它们的眼睛。他做这些时，所有人的眼睛和骡子的眼睛都是湿润的。每一头骡子都用舌头舔着他的手。

我和小三一起回家了。离家越近，小三越胆怯，最后他让我先回去，说他得先到艾海儿家那个村子看看她，要是她认不出他，他就准备这辈子单身了。

我没有回家，我悄悄地跟在他后面。我多想艾海儿一眼就认出小三，他太惨了……

他站在艾海儿的门前，他喊她的名字。艾海儿出来了，她就穿着他寄回的那件红毛衫。

他喊：“艾海儿！”

她看着他，显然，她没有认出他。

他又喊：“艾海儿！”

她看着他，她想，她一定在哪里见过他的。

他再喊：“艾海儿！”

艾海儿突然扑到他的面前，她解开了他的衣服，她失声地喊起来：“小三，你怎么成这样了？”小三穿着她一针一针织起来的毛衣。

只是一眨眼的工夫，他们就搂着，搂着，搂着……

（小 双摘自微信公众号“南在南方 me”，沈璐图）



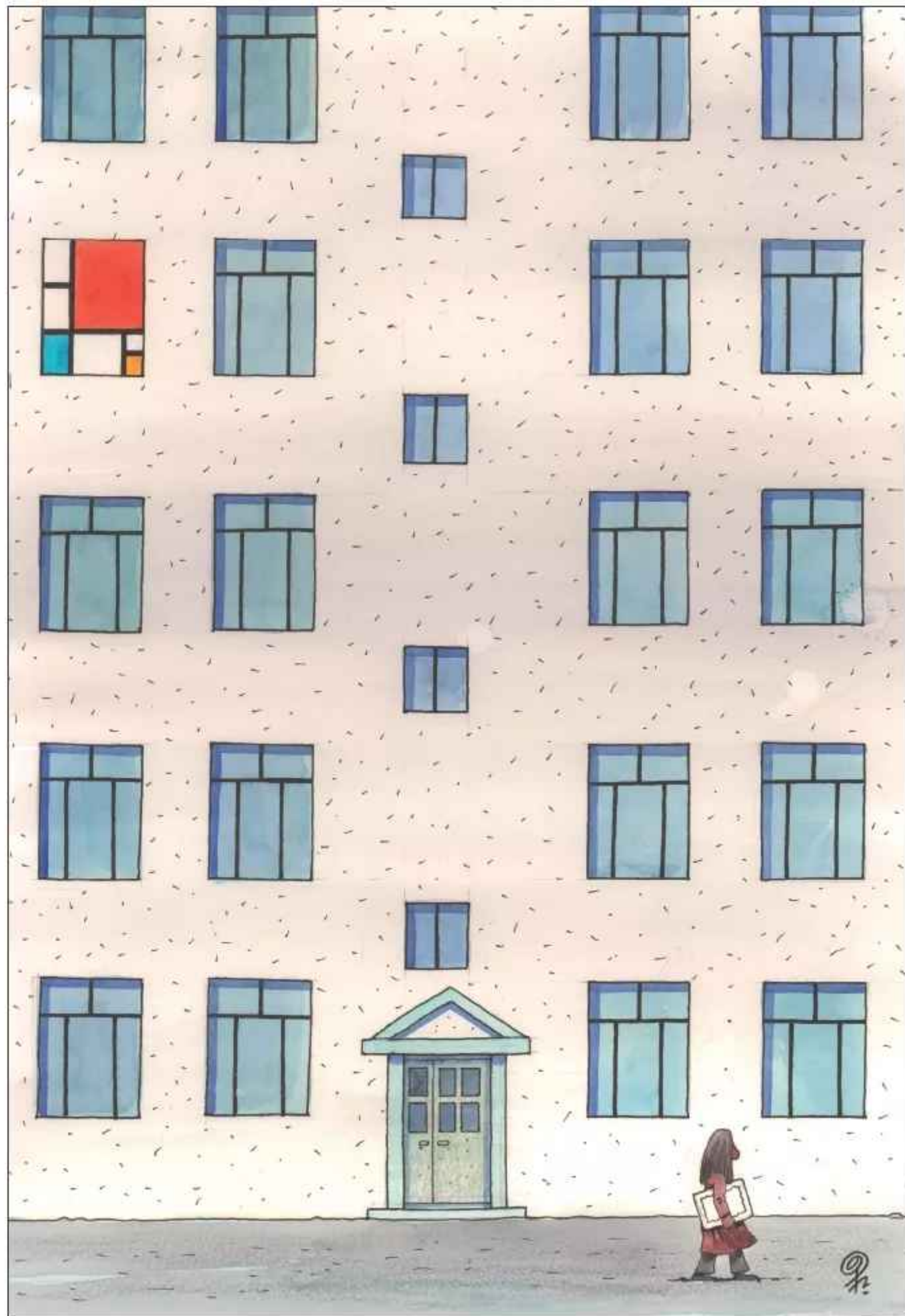
识人的能力在任何国家、任何时代都被看作一个人最基本的能力。今天很多人喜欢谈曾国藩，曾国藩最大的本事就是善于识人——他为晚清选用了一大批股肱之臣。据说，他只要对一个人多看几眼，就能把那人的性格特点讲个大概。实际上，通过观察一个人的行为举止和生活习惯，我们能够很好地了解他是一个什么样的人。

美国得克萨斯大学心理学副教授山姆·高斯林写过一本

《看人的艺术》。他发现，大多数人拥有的东西能够透露他们自身的信息，尤其是如下三类物品。

第一类是身份标签，就是可以用作身份标识的物品。

比如，在美国，人们通常会根据一个人开的车来判断其特征。这不是简单地说开豪车的人更有钱，而是说在同等价位的汽车中，选择开什么车和这个人的职业、生活习惯及思想的开放程度有关系。



识人的能力

●吴军

比如，价格在同一区间内的新车，美国人通常有以下5种选择：1. 买美国传统品牌汽车；2. 买日韩品牌汽车；3. 买越野车；4. 买皮卡，也就是小卡车；5. 买中低端的欧洲品牌汽车。

通常，选择美国传统品牌汽车的人，相较于选择日韩品牌汽车的人更保守，而后者通常比较

重视性价比，不那么在乎面子。

不过，买美国车或者日韩车的人，大多是把车作为代步工具，属于中规中矩之人。买越野车的人基本可以分为两类：年轻的和年长的。根据调查，买越野车的

年轻人大多比较爱玩，主要看中越野车在荒野中的动力性能。而年长的越野车买家，主要看中越野车车型高大的特点，他们追求在开车时坐得舒服，视野开阔。

美国还有很多人喜欢载货能力强的皮卡。其中，除了出于工作原因而购买的，大部分人是因为喜欢那种想玩就玩、想走就走的生活。特别是喜欢露营的人，通常会租一辆小房车，用皮卡拉着，自驾到各地游玩；或者拖上自己的小船，周末去水边游玩。

买欧洲品牌汽车的人比较小众，有个性。在美国，欧洲汽车要比其他产地同档次的汽车贵很多，保养费用也更高。因此，除非是坚持个性和喜好，否则美国人不会把这类汽车作为首选。

第二类是可以作为“情感调节器”的物品。

很多人会在宿舍里或者工位上摆放家人的照片或者具有特殊意义的纪念品。这些物品就属于情感调节器，能反映出主人的情感依托。

在美国，大约有8%的人会在钱包里放家人的照片。当然，如今更多的人是把家人的照片设置成手机壁纸。如果一个人有这样的行为，基本可以推断出他是一个从家庭获得情感慰藉的人。

第三类是会留下行为痕迹的物品。

《福尔摩斯探案集》里写过，福尔摩斯通过怀表发条处的磨损痕迹，推断出怀表的主人有酗酒的习惯。这样的情节设置有着统计学上的依据。比如，开车比较猛或者容易紧张的人，汽车的刹车片会磨损得比较厉害。

我开车时经常会注意前方车子的外观。据我观察，那些开车水平不高的人，车身通常刮蹭得



在西南联合大学自主编辑、发行的《联大八年》一书中，有一篇题为《教授介绍》的文章，对大师们分别进行了极具特色且生动有趣的介绍。例如：

汤用彤先生：联大哲学心理系主任，研究魏晋玄学。汤先生岁数并不太大，头发却已全白，胖胖的身材，走起路来，一歪一歪的。在家庭的重担之下，汤先生早在一九四二年就卖了皮氅，家里经常靠吃稀饭过活，然而对同学仍然教诲不倦，而且毫



无忧容，讲起书来毫不使人乏味。为人正直、诚恳而和蔼。在一次哲学系会上，他和金岳霖先生曾大骂以学问为进身之阶的文人。在学校附近，你常常可以看见汤先生和两名十岁左右读附

教授介绍

●宋桂奇

小的弟弟捉迷藏。

金岳霖先生：清华大学哲学系主任及创办人，他的《知识论》已经在国际上有了声誉。头发将近全白，至今独身未娶。金先生因为眼病，帽子终年不脱，一副眼镜一白一黑。金先生常常劝同学念哲学不必读哲学，多读读小说。

闻一多先生：清华大学中文系主任，是研究古代文学最有功夫和见解的一位。《楚辞》《诗经》《乐府》《庄子》，他都下过十年以上的功夫，有很多发现将

是不朽的。他的课最叫座，没有一门课不拥挤。

张景钺先生：北京大学生物系主任，植物学权威。头发早已斑白。大概很少有人见过这位老先生，他自从到昆明后，就整天在实验室里埋头研究各种植物。去年被聘赴美讲学。

较之通常简介里的姓名、性别等固定模式，《教授介绍》一文仅用百余字甚至几十字，即生动勾勒出大师的独特形象，凸显出他们的优秀品格。

（郭旺启摘自《团结报》2023年2月4日）

比较厉害，尤其是前后保险杠的四个角和侧面车门处。高斯林也举了一个很有趣的例子。比如，通过观察一个人扔掉的垃圾，能判断他是什么样的人。这是很有道理的，就像医生会通过检测患者身体的代谢物来了解患者的身体状况一样。

我们还可以通过一个人在互联网上的表现去了解他。比如，通过他转发的文章、微信朋友圈发布的内容、社交媒体上使用的头像和昵称，我们能大致判断他是什么样的人。

掌握了识人的基本方法，我们就可以做到“知人知面也知心”了。不过，被观察者有没有可能刻意把自己伪装起来呢？也许会，但很难。只要通过长期的观察，就能看到真相。比如，一个人平时很邋遢，可如果有客人要来，他可能会把家里收拾一下。但是，邋遢的人不会每天都收拾家，即便收拾，也只会收拾表面。如果你经常去他家，可以注意一下家具背面、桌子下面，就会发现问题。

除了花更多时间、更细致地观察，还可以

从多个维度来审视一个人的行为，看看是否有不一致的情况。当一个人坦然展现自己的时候，你从各个维度了解到的关于他的信息是具有一致性的。比如，一个真正爱看书的人，家里大概率会有书架，平时言谈中会提到最近看的书，可能还会有图书馆的借阅卡，路过书店时会进去看看……这些都是不同维度的信息，但具有一致性。刻意伪装的个人形象总是会露出马脚的，尤其在日常生活中，人总有放松的时候，那时就会显现出真实的自我。

不过，无论我们用什么方法来判断人，都是不可能完全准确的，只能说某些细节意味着某种可能性的概率更大。如果我们对一个人的了解程度本来可以打50分，那么通过留意他的行为举止和生活习惯，就有可能把对他的了解提高到70分。但我们不可能完全了解某一个人，因此，多观察，不要轻易评论，更不要轻易对人产生偏见。

（一米阳光摘自新星出版社《软能力》一书，毕力格图）



在街头摆摊卖诗的年轻人

●花瓢白

福建女孩隔花人辞掉工作，跑到西双版纳的夜市做“地摊诗人”。只要有人上前跟她聊天，并支付19.9元，她就可以即兴为对方写一首诗，但绝不改稿。

这在近年火爆的“地摊经济”中显得很特别——诗歌是世俗生活的奢侈品，因为它缥缈难寻；但它又是廉价品，有时候隔花人一晚上都未必能赚到一顿饭钱。

一个普通人，能不能做诗人

在学生时代，语文考卷上的诗歌默写和鉴赏，往往会被认为是“送分题”。可在成年之后，热爱诗歌的人少，写诗的人更少。

但隔花人偏偏把这个“毕业即丧失”的技能保持了下来。比如，她把自己对高考的回忆，写成了一首关于家长的《难题》：

高考那一天
全体家长在校门口罚站
我要考多少分
才有资格把爸爸领回家
她也在随处可见的快递车
或单调的楼宇照片上，用图片
软件添加自己即兴写的“打油

诗”。

因为写诗，隔花人在各大社交平台拥有一大批粉丝，被打上了“创作博主”等标签。但在现实中，这个女孩又过着普通的生活，绝非一个大众认知里的文艺青年：

她的卧室乱糟糟的，一张摇摇晃晃的床感觉随时都要塌。最爱背的一只麻布包像是随手缝的，上面歪歪扭扭地写着“不要枯萎”。

她是一个理科生，大学所学的专业也跟文学无关，而是法学下面的一个冷门分支：知识产权。

她的诗从不会出现在精美的笔记本上，随手抓过一张草稿纸就可以写，不讲究平仄，

不追求押韵。

她并不多愁善感，每天都很快活——她的前同事说，在办公室里经常看到她“沉浸在自己的世界里，不知道在乐呵啥”。

“隔花人”这个名字也取得随意。某天她看到一段《红楼梦》的脂批，把宝玉隔花观美人的一幕比作“隔花人远天涯近”，她觉得很符合当时自己的心境，就截取了前三个字作为笔名。

她也不怎么为人生做规划，包括到西双版纳摆摊卖诗，也是突发奇想——听表弟说那边有个好玩的夜市，就去了。

这是她第一次尝试出摊，出乎意料地吸引了很多人。

有一对即将举行婚礼的情侣，前来分享了他们的爱情故事，隔花人就送上一首诗作为贺礼。

这让她感到幸运。“在他们幸福人生的进程中，我的诗歌小小地参与了一下。它或许是一颗小小的星星，在那儿亮着就非常美好。”

她还吸引来一位流浪歌手。这位从山西一路南下的中

年大叔，提议用他的一首歌换她的一首诗。于是，在一首歌的演唱中，隔花人在明信片上快速写完了一首小诗，塞进流浪歌手的背包。

她很喜欢这样的不期而遇，“我们没有留联系方式，也不需要刻意地再见，但我们共享过这几平方米的摊位和那一刻的月亮”。

因为诗歌，隔花人意外收获了许多陌生人的善意。青年旅社的老板听说她是摆摊卖诗的，就对她说：“你为我们写一首诗，我给你免半个月的房费。”

旅社的厨师也招呼她一起吃饭，不收她的钱，并像家人一样嘱咐她：“我们吃什么你就吃什么，不要点外卖。”

在西双版纳的两个月里，隔花人卖出了近 50 首诗，足以让自己生活下去。

一直以来，隔花人都觉得家人对她厚爱有加。像很多小时候有文学梦的人一样，她上初中时也有过给杂志社投稿失败的经历——

有一次，她的稿件被退回到家里，碰巧被爷爷看见了。爷爷非但没有责怪她不好好学习，反而很高兴地鼓励她：“写诗是一件很好的事情。”

妈妈则常常是她的第一个读者。“如果说我现在还算有一点点才华，那一定是我妈妈给我的。”隔花人说。妈妈在隔花人四五岁时就教她写字，有意识地培养她的主见。

因此，隔花人也从不吝啬用文字来表达对家人的爱，她

写了一系列给家人的诗，家人之间也因她的诗歌有了更多互动。比如，妈妈看了她写给爸爸的那首诗后，留下了让隔花人哭笑不得的评论：“你说你爸爸是个‘工具人’，太抬举他了，你爸爸更像一块石头。”

一场“失败”的诗歌实验

然而，并非所有诗歌都能有所回响。

2022 年 7 月末，隔花人在秦皇岛做了另一个实验：在一个海边景点随机摆摊，只要有人愿意上前跟她聊天，她就



给对方免费写诗。

她想要测试，在一个并非商品交易的线下场景里，人们会不会为了诗歌主动建立连接，打破“社恐”的藩篱。

结果，大多数游人匆匆一瞥就离去了。偶尔有几个路人停下来端详，却都怯于上前一步。

隔花人就这样在海风中站了几个小时，直到夕阳隐入天际，夜幕降临，告示牌上的“请和我说话，我给你写诗”

也逐渐看不清。

“失落是人生的常态。”隔花人说。但她并没有觉得这个结局是不好的，“为什么不能接受一个没有人看的诗歌实验？我觉得这太好了，这就是生活的真相”。

而且，这次实验让她更加理解诗歌的本质：它是私人的、向内的，甚至是寂寞的。

在西双版纳摆摊时，隔花人会主动招呼路人来写诗。但现在，她想等到勇敢的陌生人。“这个‘勇敢’是指，你能否做一个‘唐突’的人。人们大多擦肩而过，最后能够主动搭讪、深入交流的人才会成为朋友。”

从这个意义上讲，隔花人觉得这是一场虽败犹荣的实验。她还为这个不圆满的结局写了一首题为《视角》的小诗：

我送你一朵花
你说它会枯萎
但我觉得枯萎也很好

但这一次实验，也有个小小的意外之喜：当隔花人在现场闲着没事时，就开始在自带的气球上写一些诗歌，然后绑在海边的一个舞台架子上。

这个举动没有吸引来成年人，但是招来了一群小孩子——他们不是为诗歌而来，是为了气球。

隔花人剪下气球送给孩子们，并觉得这是实验中最美好的一部分。“因为我，他们拥有了一个有气球的夜晚。气球在他们眼里比诗歌更重要。每个人对事物价值的衡量标准不一样，对吧？我们不能想当然



地觉得诗歌就比气球有意义。”

因为这些孩子的到来，一个极具诗性的时刻出现了：当隔花人问其中一个孩子，能不能看得懂气球上写了什么时，小孩回答：“天太黑了，我看不清。”

隔花人觉得这是一个特别有诗意的回答。“我太喜欢她了，她概述了这次实验的一个问题：诗歌本身就是在暗处的，你得主动把它放在光底下，或者从黑暗里把它带出来，它才能被看见。”隔花人说。

诗歌是接地气的

在现代教育中，我们背诵诗、剖析诗，但几乎不写诗。说自己长大后要做一个诗人，好像有些羞于启齿。

但隔花人觉得，诗歌没那么宏大和遥远，它是接地气的。从西双版纳回到北京后，隔花人一边工作，一边抽空继续做诗歌实验。

在她的认知中，诗歌可以以更多形式落在真实的生活里，一面墙、一道斑马线、一棵树，都可以成为诗歌的容

器，而不仅仅是书本。

为了证明这一点，隔花人最近在网上发起了“带着诗歌上街去”的实验。她觉得在我们的城市空间中，有很多留白之处是可以进行创作的。

“我不想诗歌被敬而远之，我希望它随处可见，也许就在我们生活中非常不起眼的角落，在那些我们所忽视的墙壁上、马路上，甚至一块镜子上。”隔花人说。

很多读者看到这个实验后觉得很有趣，也会给她发一些生活中的随手拍。这个接力赛把越来越多的街道连接在了一起。当诗歌变得通俗易懂，它就成为一座座沟通交流的桥梁，抵达人类内心深处那些不易察觉的共同情感。

隔花人甚至觉得看爸妈争吵也是充满诗意的。她说：“我不知道相爱的人走到最后是不是都要吵架，就得吆喝着说话对方才听得见。这很真实，诗意不一定是美好的，诗意有非常多的情绪。”

她也常常在一些旁人觉得很糟糕的时刻萌生灵感，比如她自己最喜欢的这首《宿

命》，就是在摔碎了一只心爱的杯子后写的：

摔碎的杯子说：

碰上岛屿

我怀中的海就洒了

隔花人觉得，如果说杯子里的水是它的海，那地面就是一个岛。杯子的一生也许就只能碰见一次岛屿，只能拥有一次翻涌的海浪，所以它要把“海”留在岛屿上。

这是杯子的宿命，也是隔花人的生活态度——面对一切糟糕的事物，总是能找出最美好的那一面。

至于卖诗这件事，隔花人一有空就会继续把摊子支起来。在她看来，摆摊卖诗可能会间断，但诗歌本身是不会间断的，它会长久地存活着。

给别人写诗的过程，对隔花人来说就像两座原本孤立的小岛碰在了一起。“宇宙是动荡的，我们都跟随着地壳运动。我们短暂地认识了一下，可能过几天也会告别，但随机抵达我的岛屿的人，我会非常欢迎他。”

（范艾伦摘自微信公众号“看风景的局外人”）

谛听自然之音

●〔日〕森下典子

◎夏淑怡 译

一滴滴雨声听得非常清楚，有如聆听打击乐般，低音大鼓，定音鼓，木琴，响葫芦等各种乐器的音色明晰可辨，还与远方群聚的雨声层层交叠，构成更盛大的音乐世界。

从未如此专心地听过雨声，觉得自己似乎正深入探索雨音密林的奥秘，心中怦然不已。我的耳朵也因此变得更加敏锐。

这一刻，往常紧张流程的出错、在意工作的表现、担心回家后还有不得不完成的事等，已不再困扰我。甚至觉得自己不更加努力不行、不获得别人的好评自我就没价值、害

怕别人看到自己弱点的恐惧与不安感，也全然消失。

身心完全自由地享受着温暖大雨的冲刷，一切的喜悦、快乐，皆有如孩童在雨中玩耍般欢欣鼓舞，即使视线因雨过大而不清楚也毫不在意。生平第一次拥有如此自由奔放的感觉。

（山河影摘自文化发展出版社《日日是好日》一书）



卡夫卡的钟摆

●格 非

有一次，我跟一位作家在学校里散步，走到树林边时看到一个女孩，她坐在一个石桌旁，一边读书，一边旁若无人地哈哈大笑。我们俩不由得停下脚步。作家问我：“你猜猜看，那位女孩在读一本什么书？”我说：“大概是漫画之类比较好玩的读物。”他当然也做了一些猜测。后来我们要离开时，他突然提议：“我们不妨去看看，她在读什么书，她又为什么笑。”我同意了。因为她的笑声非常夸张。

我们返回树林，问那个女孩：“请问你读的是什么书？我们想了解一下。”那个女孩把书合上给我们看封面，是卡夫卡的《审判》。我们俩当时很惊讶，觉得太不可思议了。联想到卡夫卡所描述的荒诞世界，再看到一个女孩读卡夫卡笑成那样，我确实感受到了荒诞。于是我又问她：“你觉得卡夫卡写得很好笑吗？”她说：“很好笑。你们读过吗？”我说：“读过，但是没觉得有多好笑。”她又确定地说：“很好笑的。”我问：“能不能举一个例子，说一说好笑在什么地方？”因为我们都认为，《审判》是一本严肃的书。

女孩说：“你看，开头就很好笑，K. 这个人在家里正准备吃早饭，进来两个人跟他说：‘你被捕了。’说完却没有忙着把他带走，而是坐下来把

他的早饭吃掉了。也就是说，他们本来是来执行公务的，却一本正经地坐下来，吃完了嫌疑人剩下的早饭。这个难道不好笑吗？”我们说：“这个倒也挺好玩的，但也不至于笑出来。”她又举例子说：“K. 去法院，试图推开一扇门寻找法官，但是那扇门推了半天也推不开，原来里面有一张床挡着。他把门再打开一点，床就露出来了，有个人正在床上睡觉。他要进法院，必须先经过一间卧室，需要把这张床挪开以后，才能进去。”

讲完这个细节，女孩说：“卡夫卡太伟大了！这是一般人能写出来的吗？”她还

举了一些例子，以至于后来我忽然怀疑，我是不配读卡夫卡的——成天愁眉苦脸的，觉得卡夫卡要告诉我们关于这个荒诞世界的伟大真理。可是这个女孩不一样，她是在享受卡夫卡的喜剧。

我曾参加过德国歌德学院组织的一个国际研讨会，这个会议是为了纪念卡夫卡 110 周年诞辰而举办的。会上，一位来自捷克的作家做了一场让我印象很深的演讲。她演讲的主题就是“卡夫卡的喜剧”。她说，卡夫卡在写作的时候，经常把他当天写完的作品朗读给他的朋友们听。几乎无一例外，那些朋友都笑倒在床上，笑得打滚。可是，今天的人在读卡夫卡的时候，会被过多的对卡夫卡的阐释所影响。

假如换一个没有那么多阅读经验的读者，不太关心社会的异化、悖论、荒谬的处境、绝望感，把它作为一个喜剧来读，是不是也可以？

（沙 漏摘自天津人民出版社《卡夫卡谈话录》一书，余 浩图）





如何让目标不再半途而废

●李睿秋 Lachel

设定一个有趣的起点

如果想在新年伊始设立目标，那就不要立太多的目标，可以把目标拆成小块，均匀地分摊到一年中的不同时期，并为它们设定一个有趣的起点。

比如，你想在新的一年里让自己拥有更健康的身体，那就可以试着把目标分解成三个：开始锻炼，均衡饮食，调整作息。

然后，把这三个目标分别设定到三个不同的时期。比如：

把开始锻炼的起点设定在元旦，告诉自己：“从新的一年开始，多活动，少久坐，让身体更灵活。”

把均衡饮食的起点设定在春分，告诉自己：“万物复苏，好好调整自己的饮食，让自己焕发生命力。”

把调整作息的起点设定在夏至，告诉自己：“早睡早起，沐浴更多的阳光，让身体跟大自然更好地连接起来。”

描绘有吸引力的愿景

去描绘你想达到的愿景，越具体越好。越具体、越详细，大脑就越容易对它“信以为真”，从而调整对它的价值判断。

比如，你想改造自己的旧房子，但觉得既麻烦又费钱，一直难以下定决心，拖了两三年。如何迈过这道坎？不妨多畅想一下自己的旧房子装修改造之后的结果：改造之后会是什么样子？我可以在改造后的房子里做些什么？现在的生活

一壶茶，坐在椅子上，惬意地晒太阳。

或者，是不是可以有一个小小的西式厨房？可以动手尝试不同的菜谱，做几份糕点、汤羹……

这可以不断地为你提供动力，让你在“长期耕耘”的道路上一步步向前迈进。

定性，而不是定量

从微小的行为开始，关注自己的行动，让行动慢慢成为习惯，而不是关注行动的结果，刻意去规定自己“要做什么”。

比如，你想培养读书的习惯，比起“每天至少要读半个小时书”来说，“每天洗完澡就拿起书读一下”和“每天起床后就读几页书”，是更好的选择。

你想培养学习的习惯，那比起“每天要做两页笔记”来说，“读书时要留意自己的想法”和“把自己想到的东西随时记录下来”，是更好的做法。

你想培养写作的习惯，那比起“每天要写一千字”来说，“每天把自己学到的内容，用自己的话写出来”是更好的做法。

它们的区别在于，前者关注的是结果，用是否实现结果来衡量我们是否成功；后者关



中有哪些问题和困扰，在房子改造后就不复存在了？

你可以浏览一些漂亮房屋的视频和图片，观看别人的房屋改造过程，一步步揣摩和勾勒自己心目中新家的样子。

你甚至可以做一个计划。改造之后是不是可以有一个小小的书房？可以关上门，在里面工作、学习；夏天开窗通风，看窗外的景色；冬天泡上



注的是行为，用是否采取行动来衡量。只要你去做了，哪怕结果未必令人满意，那也是好的，因为你又朝着自己想要的方向前进了一步。

良好的目标设定，应该是定性的，而不是定量的。它是指导自己生活的方向，而不是出题去刻意为难自己。有效的成长是，知道好的方向是什么、在哪里，并为自己设下“行动信条”，让自己朝这个方向前进。

用好“支持部落”的力量

许多想设定目标和计划的朋友会遇到一个问题：要不要把目标告诉别人呢？

我经常提的建议是，找几位跟你志同道合、能聊到一起的朋友，建一个群，每个人说一个简单的、想去改变或想养成的习惯，然后定期在群里互相交流、打气、监督。没有做到的人，可以接受小小的惩罚。

再进一步，你们还可以在群里交流和分享自己的成长，让每个人清晰地看到其他人的进步，从而形成持续性的动力。

如果你没有这样的朋友，那么加入一个线上或线下的社群，也是一个不错的选择。你可以报名参加一些小一点的、紧密一点的团体，通过培养与团体联系的紧密度，让你把“培养习惯”这件事放到更高的优先级上。

这就是一个“支持部落”。它可以成为你汲取力量、建立信心不竭的来源。

不要重复过去的失败

如果目标没达成，有这样两种可能：一是你设定的目标不够合理，跟你的生活和行为模式格格不入；二是你采取的方式有问题，它也许过于低效，也许缺乏反馈，也许过于复杂，使得你难以持续践行下去。

所以，不要重复设定相同的目标，你要做的，是问自己：为什么我设定的目标没有达成？目标的设定是合理且必要的吗？我采取了哪些有效的行动？遇到了什么问题？有哪些行动是需要调整和改进

的？

基于复盘的结果，再调整目标，把已经被验证有效的行动保留下来，去改进那些无效的、遇到问题的行动，让自己用新的方式达到新的目标。

不要重复过去的失败，你要做的，是从失败中更好地了解自己，明白自己的性格、喜好、习惯、行为模式，理解自己喜欢什么样的方式，有什么样的需求，适合什么样的行动。把过去的失败，变成自己升级的“技能点”。

（白泽摘自微信公众号“L先生说”，勾犇图）

行动总比不行动好

◎〔德〕埃克哈特·托利

◎曹植译

如果你发现你的“此时此地”变得无法忍受并且使你非常不开心，这时你有三个选择：从这种状况中离开，改变它，或者完全接受它。

如果你想对你的生命负责，你必须选择其中的一个，

同时必须当下就做出选择。然后，你应该接受你的选择所带来的后果。没有借口，没有消极的态度，没有复杂的念头，保持你内在空间的洁净。

行动总比不行动好，尤其是当你陷入不幸之中很久时。如果你所采取的行动是错误的，至少你会从中得到教训，在这种情况下，它就不再是错误的。如果仍然陷于其中，你就会一无所获。

是恐惧阻止你采取行动吗？承认恐惧，观察它，并将注意力集中在它身上，完全与它共存。这样做就切断了恐惧与思维之间的联系。千万别让恐惧入侵你的思维，请运用当下的力量，恐惧是不敢与它对抗的。

（晓晓竹摘自中信出版集团《当下的力量》一书）





一只猫从 18 楼消失了。

寻猫启事上写道：“我家的布偶猫失踪了，面向湖面的一扇门被风吹开，估计猫从阳台出去了……家人昼夜担心。”

这张寻猫启事被印了 3 份，两张贴在楼道和电梯里，一张贴在车库。寻猫启事上附了两张猫的照片。栗子，猫如其名，拥有栗色的毛发，从额头一直蔓延到蓬松的尾巴，它的腹部和腿是毛茸茸的白色，彩色图片还原了它蓝得通透的眼睛。

猫的主人是一对夫妻，住在 18 楼。女儿出国读书后，他们自称“空巢老人”，猫给予了他们情感的慰藉。

这件事发生在 2022 年世界杯热播的晚上，12 月 18 日，世界杯最后一场比赛，阿根廷对战法国。那时李晓娅和丈夫都发着烧，晕乎乎的。他们睡得比平时要早，没有留意阳台的门是不是被风吹开了。后来他们猜测，猫可能是从阳台上跳出去了。

李晓娅和丈夫尝试了许多方法找猫。

在业主群里发消息，张贴寻猫启事，一遍遍在小区内寻找……所有的犄角旮旯都找过了，他们甚至搜寻过车库的通风道。每天下楼散步的时间也变长了，寻找猫这件事填补了他们所有的空闲时间。但栗子毫无踪影。

搜寻两天无果，找到猫的希望逐渐消失。

作为互联网行业的从业者，李晓娅和丈夫一直关注着科技动态的前沿。微软于 2022 年 11 月推出的 ChatGPT，让她感到十分惊艳。作为曾经的程序员，她对 ChatGPT 写的代码给出很高的评价：“非常精练，非常漂亮。”

李晓娅敲击键盘输入：“家里的布偶猫栗子从 18 楼跳下去了，找不到它，很担心它在外边受了伤，又饿又冷。满脑子都是它平时在家撒娇和傻乎乎的样子，伤

心，难过……”

ChatGPT 回答：“我很抱歉听到你家里的猫栗子跑掉了，我能理解你的担心和焦虑。跳楼的猫经常会受到一些伤害，所以你会担心它受到了伤害。然而，有时候猫咪也会有一些意外的本领，它们可能会比我们想象的更加灵活和健康，所以即使它从 18 楼跳下去了，也可能没有受到太多伤害。”

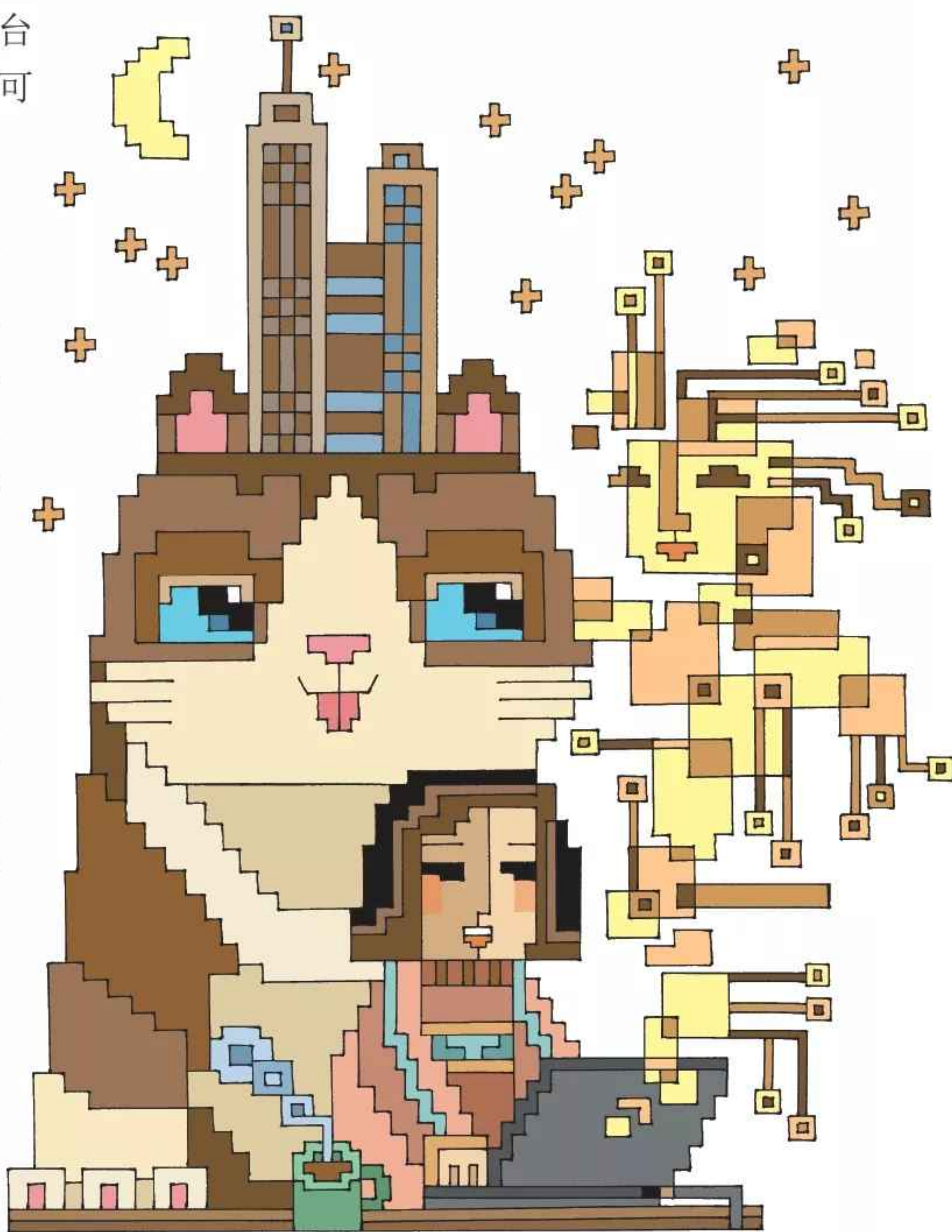
和 ChatGPT 聊天没有心理负担，不需要考虑它的情绪，不需要考虑它对这个话题是否感兴趣，不需要考虑彼此在同一件事情上有没有分歧，比如“爱猫”这件事。总而言之，和人交流时会有的顾虑都不存在。

ChatGPT 给予了李晓娅足够的理解和安慰，李晓娅形容 ChatGPT “像朋友一样”。聊猫时，ChatGPT 会顺着李晓娅的习惯，称它为栗子。

ChatGPT 说：“如果你真的很担心栗子在外面受冻，可以把它的猫窝或者毛毯放在你家门

ChatGPT 救了我的猫

◎ 崔 頔





外，希望栗子能够找到它们。你也可以尝试给周围的人发布寻找信息，看看是否有人看到了栗子。希望栗子能尽快回到家里。”

只有体会过猫给予的爱，才能真正体会失去猫的痛苦。女儿去美国读研后，李晓娅和丈夫在一只黏人的猫身上感受到了“被需要”的幸福。每天早晨，栗子会守在他们的房间门口；工作时，栗子一声不响地趴在他们身边；吃饭时，栗子就跳到椅子上，看着他们吃。李晓娅做瑜伽，它就在她身边跑来跑去，来来回回故意蹭她的腿。

猫丢了之后，在李晓娅那里的痛苦如同“一个孩子走丢了，还不知道死活”，但在没养过猫的人那里，“可能是一件很小的事儿”。

她和丈夫也常常彼此安慰：“希望栗子在我们看不见的地方不要受苦。”半年前，栗子也离家出走过一次，25层高的楼，李晓娅的丈夫来来回回爬了3天，一层一层地找。最后，是邻居把它送了回来。栗子溜出去后，看到邻居打开的门缝，钻进了别人的家。

她向 ChatGPT 描述自己的困惑：“这些事情我都做了，发布了寻猫启事，在一楼留了食物和水，在楼栋周围撒上它熟悉味道的猫砂。我怎样才能找到它呢？”

关于如何找到猫，ChatGPT 列了7个步骤：

第一步，尽量多地搜寻栗子的踪迹，看它是否留下了自己的气味或者痕迹。你可以在你家附近的树上、草丛中、垃圾桶旁等地方找找。

第二步，可以把栗子的照片和你的联系方式发布到社区平台或者在周围的公共场所张贴启事，让更多人看到。

.....

第七步，不要放弃，尽管可能会很难，但要相信栗子会回来。

故事并没有止于人工智能安慰伤心的人类。按照 ChatGPT 给出的方法去找，一丝线索出现了。

楼下的一棵桂花树上，挂着一丛猫毛。

说来也巧，物业的监控没有覆盖这一片区域。一楼有一户业主，在自家阳台安装了私人监控。物业联系了业主，拿到当晚的监控记录。晚上的视频太模糊了，物业把视频投放在电视上放

大后仔细看，才勉强看到一个影子在蠕动。

李晓娅和丈夫拼凑出栗子消失的场景：栗子从门缝钻到阳台，坐在阳台的最边缘，有飞虫飞过，它一高兴，扑了过去，随后在高空失去平衡，从阳台坠落。18楼的高度给了它足够的缓冲时间，让它准确找到树枝的落点，最后精准降落在一棵两层楼高的桂花树上，而富有弹性的树枝也帮它抵消了大部分的冲击力，让它得以生还。

这一段模糊不清的视频，最终提供了一个令人兴奋的结论——栗子没有死。

在漫长的7天之后，李晓娅终于和栗子奇迹般地相遇。

那天晚上7点，李晓娅吃完晚饭，去一楼换新的猫砂、猫粮（同样遵从 ChatGPT 的建议）。刚出电梯口，她就看到有什么东西从楼道外的玻璃门口一闪而过。“栗子，栗子。”李晓娅呼唤它的名字。没过一会儿，栗子从旁边的草丛里犹豫地探出小脑袋，认出是李晓娅，猛地扑到她的怀中，“嗷嗷”地叫着，满腹委屈的样子。

在猫失而复得的过程中，李晓娅说，ChatGPT 不仅给她带来了足够的理解和安慰，也给出了具体的方案。当被问及是否觉得 ChatGPT 真的有可以理解人性的一面时，这个关注互联网领域近30年的人回答：“它在人性方面真的看不出来是人工智能。作为工具，任何资料它都能找到，我已经不感到惊讶了。ChatGPT 之所以让人惊讶，是因为它基于海量的数据，以一个人类的思考方式把内容呈现出来。”

“它对你的安慰也是被训练出来的？”

“我不知道它是怎么被训练的。如果跟它聊天，没能得到一种情感支持，我是不愿意继续聊下去的，我直接用搜索的方式找资料就好了。之所以愿意聊下去，多多少少是因为感情上有这种互动支撑着。”

李晓娅拍了一张照片。画面中，她在和 ChatGPT 聊天，一只猫懒散地趴在她的电脑桌旁。

（墨丘利摘自微信公众号“谷雨实验室-腾讯新闻”，肖文津图）





社交名单上的最后一名

◎舒予

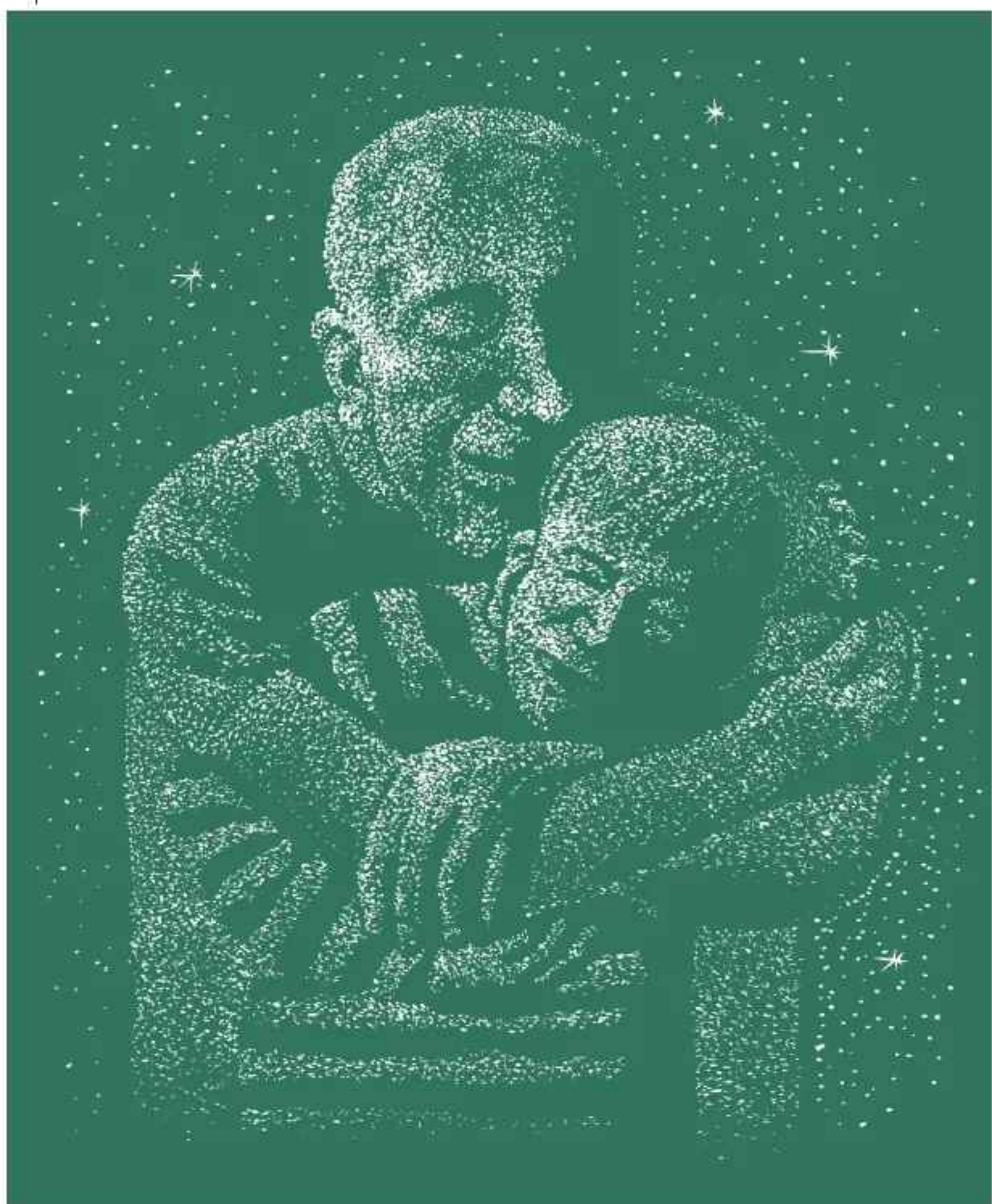
大卫·吉尔莫是加拿大的一名影评人。在辅导儿子杰西学习拉丁语的一个下午，他忽然意识到，儿子是那么不在乎上学这件事：“我注意到他没有记笔记，没有课本，什么都没有，面前只有一张皱巴巴的纸，上面有几行关于古罗马执政官的话需要翻译。”

当终于了解儿子在学校是如何混日子之后，他也意识到，如果自己因为这些向儿子发火、引发冲突，或许会失去儿子。于是，大卫告诉杰西，如果他不想上学，可以不去，但有一个条件：杰西每周要和他一起看三部电影，影片由他来选。这是大卫希望杰西在辍学后继续接受的教育。

在父子俩的这个“电影俱乐部”里，大卫将他们要看的电影分成了几个单元：寻找影片中的“伟大瞬间”，可以是电影中的一个场景、一段对话或一段影像，它们能够让人在观看时情不自禁地身体前倾，心怦怦直跳；享受“心虚的愉悦”，学习如何欣赏庸俗电影；“被埋藏的宝藏电影”；发现“了不起的喜剧”……

电影的确在大卫和杰西相处的过程中承担起了教育的功能。它是大卫向杰西表达自己

情感的一种方式。大卫曾经想要以低价买入邻居家的房子，这样可以离他的前妻、杰西的妈妈更近。因此，他让杰西找来混混朋友，在其他人来邻居家看房时做出一些干扰行为。邻居看穿了大卫的心思，十分愤怒，最终也没有让大卫如愿。杰西安慰大卫：“希望和



家人生活在一起并没有错。”

大卫知道自己的做法是错误的，同时他想让杰西从不同的角度看待这件事。他说：“我就像电影《偷自行车的人》里的那个主角。我把必要性当成挡箭牌，假装那样做是正确的。”当他们看完电影，大卫偷偷地向四周张望，确认邻居不在屋子外面。“现在每当我

走到门廊上，都会往四周看，生怕那个家伙会出现。这就是犯错误的代价，这是真正的代价。”

大卫用电影向杰西展示了人生的各种可能性，一部电影或许就会呈现一种人生选择，甚至会展现多种结局。当杰西宣布辞去餐馆的工作，打算离开家和朋友从事音乐创作时，身为父亲的大卫又开始担心起来。但他自我安慰道：

“好吧，他都十九岁了，顺其自然吧。至少他知道导演迈克尔·柯蒂斯为《卡萨布兰卡》拍过两个结局，以防悲伤的结局不受欢迎。这有助于他理解世界是怎么回事，至少不能说他还毫无准备就被我送了出去。”

这对父子的故事被写成一本名为《曾经少年》的书。这本书温情

动人的地方，除了大卫别具一格的教育方式，还有他细腻、温柔的父亲形象。这是一个以父亲的视角讲述的故事，书中有很多关于父亲的心理描写，这些描写让人体会到一个父亲心思细腻的一面。

比如，将儿子从骗子手中救下来之后：

“好好地扶持了他、保护



我们仿佛有足够的时间
可以支配

可以一直重复
很多简单的事。

你可以用小小的手指不
停划过

长满象形文字的天空，
向我一一打听

万物的名，和他们正在
做的事，

而我要打起精神，当作
是第一次

和你谈论他们；你可以
毫不留情地

翻完一本书如草率过完
一生，

随后又来到第一页，看
着我，

而我要鼓足勇气



重 复

◎张定浩

相信即将读给你听的，
是一场崭新的征程。

你可以一次次邀请我

做同样的游戏，
一次次藏在同一块窗帘
后面，

而我要假装
再也找不到你，
你一次次尖叫，大笑，
而我有点恍惚，仿佛稍
不留神，

就真的有可能找不到
你，

因为你在时间之外，
你做的每件事情，就像
蜂鸟扑扇羽翼。

而我要小心地，不惊动
你。

（色 余摘自华东师范大学出版社《我喜爱一切不彻底的事物》一书，〔加拿大〕罗伯特·冈索维斯图）

了他，恪尽职守。事实上，我为事态的发展而暗自高兴。过了某个年龄以后，你就没机会再为自己的孩子做那么多了，你的精力已经不再旺盛，没有能力再应付这些事了。”

看到儿子的背影时：

“他的内心是否充满阳光？我想知道。这个步伐轻快的大男孩，我了解他真实的内心吗？”

没想到儿子真的能坚持做洗盘子的工作时：

“正如人们经常对自己的子女所做的那样，我再次错看了他。你会认为自己比其他人更了解他，这么多年来上上下下楼梯，给他掖好被子，看他开心、难过、担忧——然而你其实并没有那么了解他。说到底，他总有些地方是你永远无

法想象的。”

看着儿子走向他的朋友，准备一起远行时：

“我只想把他拖上五秒或二十秒，这样如果有什么坏事要发生的话，他就可以错过——几步路、几秒钟，就因为这么一点点时间，他可以逃过一劫。”

终于有一天，大卫意识到杰西或许不再需要电影俱乐部了，“某种程度上也不再需要

我已经到了这样的年龄，每次走过森林，都担心自己也许要和小时候的我在“自己的树下”相逢，而同时又好像在期待这相逢。

——大江健三郎《在自己的树下》

我了”。他很失落：

“他不再是那个爸爸的乖儿子。你可能早就时不时地意识到这一天会到来，然而突然间，这一天真的来了。”

即便如此，父亲总是慷慨的：“我情愿做他社交名单上的最后一名。成为当他所有朋友都没空时才能和他一起吃饭的父亲，我也是开心的。”

（入 凌摘自微信公众号“1天1本书”，陈 曦图）

任何人都无法预见哪一天是赠给他的，这天哪些琐碎小事——或是临河宅墙上映出的粼粼波光，或是一片随风飞舞的枫叶——会使他永远铭记心头。

——纳博科夫《菲雅尔塔的春天》



在古代，贫穷失意的读书人有个称号，叫“措大”。大概是说，这些人都是办大事儿的，可就是没什么见识。反正是个讽刺人的说法。有一天，宋太祖赵匡胤和宰相赵普吵架，生气地说：“我到哪儿去找桑维翰那样的名臣来当宰相啊？”桑维翰是后晋石敬瑭的人，赵普能瞧得起吗？赵普立刻说：“就是桑维翰在这儿，陛下也不用。桑维翰爱钱啊。”

赵匡胤说：“用人要用其长，护其短。措大眼孔小，见过啥世面啊？给他十万贯，就把他屋子给塞破了。”瞧，这就是措大最有名的段子。

苏东坡写过段子，专门挤对措大。说某天两个措大聊天言志，甲说：“我平生不足，就是吃饭和睡觉。他日我要发达了，一定吃饱了就睡，睡醒了再吃。”乙说：“我和你可不一样，我必须吃了又吃，哪儿有时间睡啊？”

苏东坡写穷书生的段子不止一条。他还讲过，一个穷书生进了官库，却不认识钱。这就奇怪了，再穷也应该认识钱啊。那书生解释：“我知道这是钱，只是——它们为什么没用纸裹着啊？”原来书生的钱向来就少，没见过成串的，都是几个铜板拿纸一包。苏东坡由此引申，说看到陶渊明写文章有“幼稚盈室，瓶无储粟”一句，原来还真有道理。他说，就算瓶子里装满了粮食，那能有多少啊？还是缺粮啊。看来陶渊明穷得可以，只见过瓶子装的粮食。

这些段子，看上去倒像苏东坡在自嘲。因为他自己也不阔，甚至受穷乃至断顿。他屡遭贬官，薪水有限，家里人口又多，能省则省，要不怎么能亲自去东坡种菜呢？《湖海新闻夷坚续志》中讲，苏东坡被贬到齐安时，每月收入只有四千五百文，平均一天只能花一百五十文。他就把每月的钱按一百五十文一串分成三十串，挂在房梁上，每天用叉子挑下一串来用，然后把叉子藏起来。他还备下个竹筒当零钱罐，若有用不完的钱，丢在竹筒里，攒多了，

就用这钱请客。

因为挨过饿，身为美食家的苏东坡几乎什么都能吃下去。流传比较广的一则故事是陆游写的。他说苏东坡南贬海南，半道上遇到同样南贬的弟弟苏辙。哥俩儿在路边买了面条吃，味道实在不好。苏辙长叹一声，把筷子放下了。苏东坡已经呼噜呼噜全吃光了，看着苏辙，慢慢地说：“九三郎（苏辙的小名），这玩意儿，你还想咀嚼？”说完哈哈大笑。

陆游在《老学庵笔记》中还写，宋朝有位著名的和尚名叫饶德操，诗写得特别好。饶德操年轻的时候，也是位措大，所以有“旧时饶措大，今日壁头陀”之说。饶措大潦倒不得志的时候，经常把自己灌得酩酊大醉，睡过去几天不醒。要是他喝完了酒还没睡着，周围邻居就倒霉了，他总

“措大”的辛酸

●老 猫





读古书，时常读到一些匪夷所思的逸事，也不知是该信，还是不该信。作者言之凿凿，并非胡诌，千载之下，作为读者，也不好以“姑妄听之”的态度对待。于是，疑惑总是吊在心里，想弄个明白。

《世说新语·容止》记何晏（平叔）是美男子：“美姿仪，面至白。魏明帝疑其傅粉，正夏月，与热汤饼。既啖，大汗出，以朱衣自拭，色转皎然。”白面书生白到令魏明帝怀疑他搽了粉，夏天给他一碗热汤面，让他吃得满脸大汗，擦干净后，证明脸的确很白。这还不怎么奇怪。

记潘岳（安仁）：“安仁至美，每行，老姬以果掷之，满车。”这是“掷果潘郎”的典故，说美男子引得妇人把果子扔上车，以示对他的爱慕。余嘉锡指出，《语林》所记明说是“老姬”，《晋书》才改成“妇人”。因此，掷果潘郎，原本指老年妇人爱怜小儿，是后人误会了。

迷死人的故事

◎郑培凯

记卫玠（洗马），不但说他小时候被誉为“璧人”，后来“从豫章至下都，人久闻其名，观者如堵墙。玠先有羸疾，体不堪劳，遂成病而死。时人谓‘看杀卫玠’”。是说美男子上街，万人空巷，其风靡之景观，不亚于现代的国际明星出街。可惜，这个美男子不耐看，被人看死了。

这些传说中的美男子，可以拥有这么大的魔力，真是令人难以置信。

人难以置信。

还有一个更为匪夷所思的故事，出自叶绍袁的《天寥年谱别记》一书。书中写他认识的王遂东先生，“修长玉立，李青莲仙骨，故非凡品”。王先生在西安府某邑任县令时，“年二十余，有何平叔、卫洗马之姿。县前左右街出入所必经也。一民家妇，少年美色，居楼上窥之，动情非朝夕矣。一日，正对镜，先生过，妇故以沐发水向舆泼之，官袍为湿。先生怒，停舆呼之，妇冉冉自楼下出，至前俯伏，谢云：‘不知。’先生睹其丽质，怒已消，令之起，则妇已肠断为情死矣。千古一佳话也”。这样的佳话，能相信吗？

不过，想到今日的歌迷影迷见到明星，有奋不顾身者，有精神崩溃者，抚今追昔，也不敢说那不是“佳话”。

（海蓉摘自广西师范大学出版社《迷死人的故事》一书，王原图）



是爬到房顶上坐着，连唱带哭，不折腾到天亮不下来。还有一次，可能是喝得太多了，他直接投河了——汴梁城中的汴河，幸亏被船家救起，才侥幸捡回一条命。

他为什么要投汴河呢？看了《湖海新闻夷坚续志》才知道，穷书生跳汴河竟是一个“传统”。从很远的地方进京赶考的书生们，因为穷，只能带单程的路费，考上则罢，要是考不上，根本没钱回家，也没钱在汴梁住下去，只能跳汴河。

北宋宣和年间（1119—1125），四川眉州的两个书生师骥、杨师锡来到汴梁。他们一起读书，一起住，一起考试。放榜那天，杨师锡中

了，却迟迟不见师骥的名字。这时候，只剩下第一名还没有公布，师骥绝望得要跳河。杨师锡拉住他说：“跳河不急这一会儿，等第一名宣布了，不是你，你再跳。万一你考中第一了呢？”

还真被杨师锡说中了，第一名正是师骥。师骥拉着杨师锡的手，说：“兄弟，是你救了我一命啊。咱们得世代缔结姻缘。”两个人后来都做了官，两家也真的通婚了。

想一想，不论面对何种境遇，乐观的态度比什么都重要。

（若子摘自译林出版社《风月有痕》一书，王进城图）



使点劲

逛商场去得太早了，我推了推门，还没开。保安对我说：“使点劲。”我又使劲推了推。保安又说：“使点劲。”我费了好大劲还是没推开，却突然反应过来，他说的是“十点进”。

拉花

大学刚毕业那会儿，被朋友带着去相亲，两男两女于咖啡厅落座。昏暗的灯光下，没怎么喝过咖啡的我把咖啡上面的拉花看成杯盖，还用两个手指捏了捏，想提起来……

靠脸吃饭

老妈喜滋滋地跑回家：“姑娘啊，你完全可以靠脸吃饭。”

女儿：“就我这样，能靠脸吃饭？”

老妈：“我今天在路上被一个小伙子撞了。我说，他要是做我女婿，这事就算了；如果不行，就赔我一千块钱。”

女儿：“结果呢？”

老妈：“我把你的照片给他一看，他立马掏出了一千块钱。”

加戏

女友要我配合她在电梯口拍一段小视频，假装不认识她，和她搭讪，夸她漂亮。我站在电梯里，举着手机刚准备说台词，只见一个小哥，主动跟女友搭讪，还加了她的微信……我默默地拍摄，心想：怎么加戏了也没人通知我？

幽默与漫画



慢点开

大雨倾盆而下，我打车回到宾馆。下车后，发现手机忘拿了。顾不得大雨，我狂奔着追出租车，并大喊：“师傅，停车——”

跑出去100多米后，我发现我的左手正握着手机。但此时，司机师傅已停下车并问我：“怎么了？”

我站在大雨中对师傅喊：“雨大，您慢点儿开车啊。”

哪个级别

班主任给学生成绩排名的方式很有特色，是根据职业离地面高度划分的。考得好是“航天员”级别，接着是“飞行员”“建筑工人”，等等。

考完后，阿明问班主任：“这次考试，我是哪个级别啊？”

班主任查看分数后说：“潜水员级别。”

不敢开门

昨天晚上和几个哥们儿出

去喝酒，喝到晚上12点才散。

早上，哥们儿来电话了：“昨天回去那么晚，嫂子没收拾你吧？”

我回答：“说什么呢，她能收拾我？我回来以后，她连家门都没敢开！”

替你着想

小周逛街时遇到上中学的表弟，只见表弟和女生手拉着手，非常甜蜜。看到小周，表弟有些尴尬：“哥，你可千万别告诉我妈！”小周笑着说：“别怕，我不会告诉小姨的。”

表弟说道：“我是替你着想。要是我妈知道了，你妈肯定也就知道了，又会埋怨你年纪不小了还没有对象。”

买包子

我经常点一家包子店的外卖当早餐。

这天我又买了，觉得包子不太好吃，就给老板留言：“老板，今天的包子没有昨天的好吃。”

一会儿，老板回复我：“不可能啊，这就是昨天的包子。”

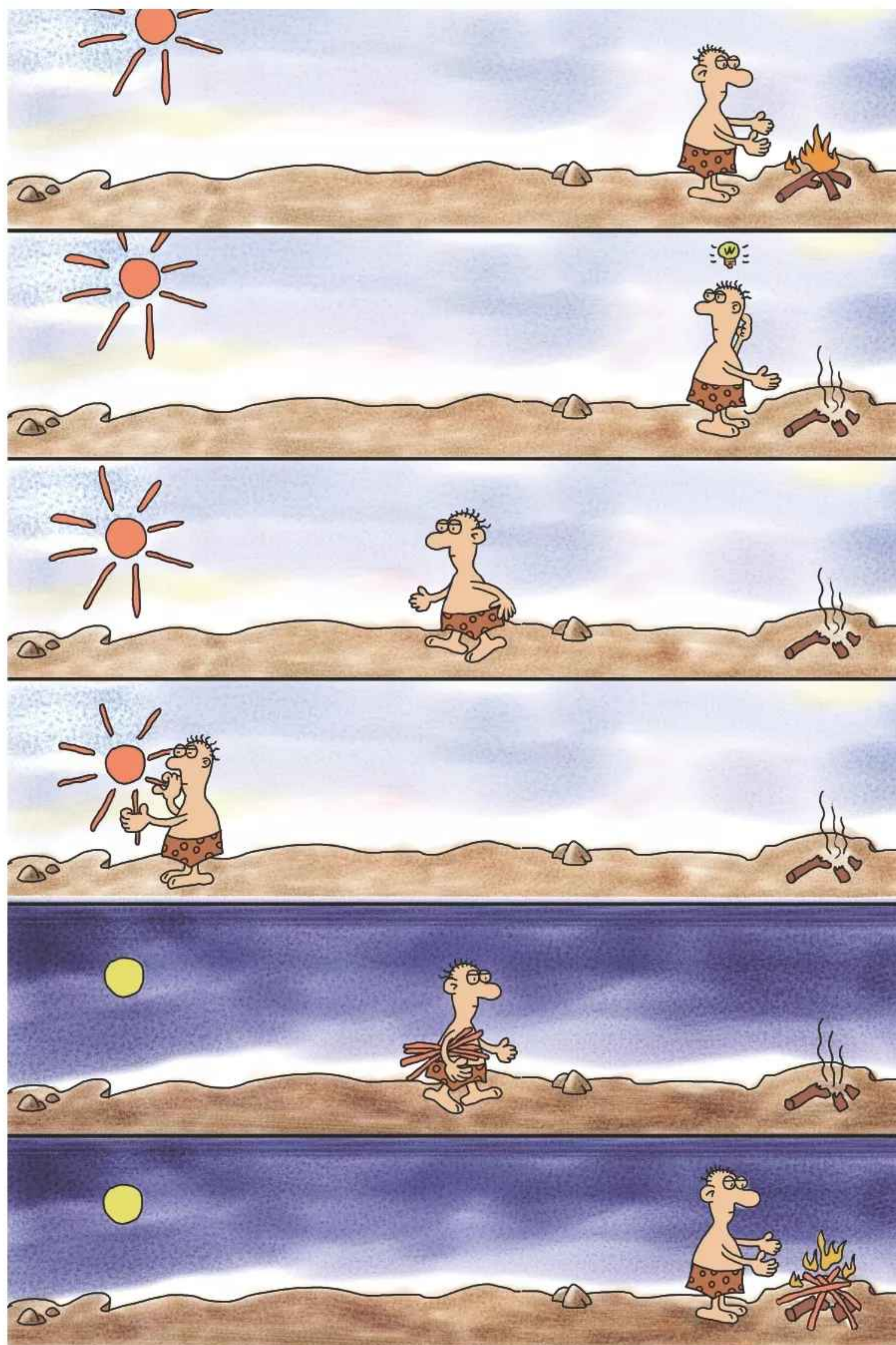
隐瞒

患者：“大夫，你们是不是有什么事瞒着我，我是不是不行了？”

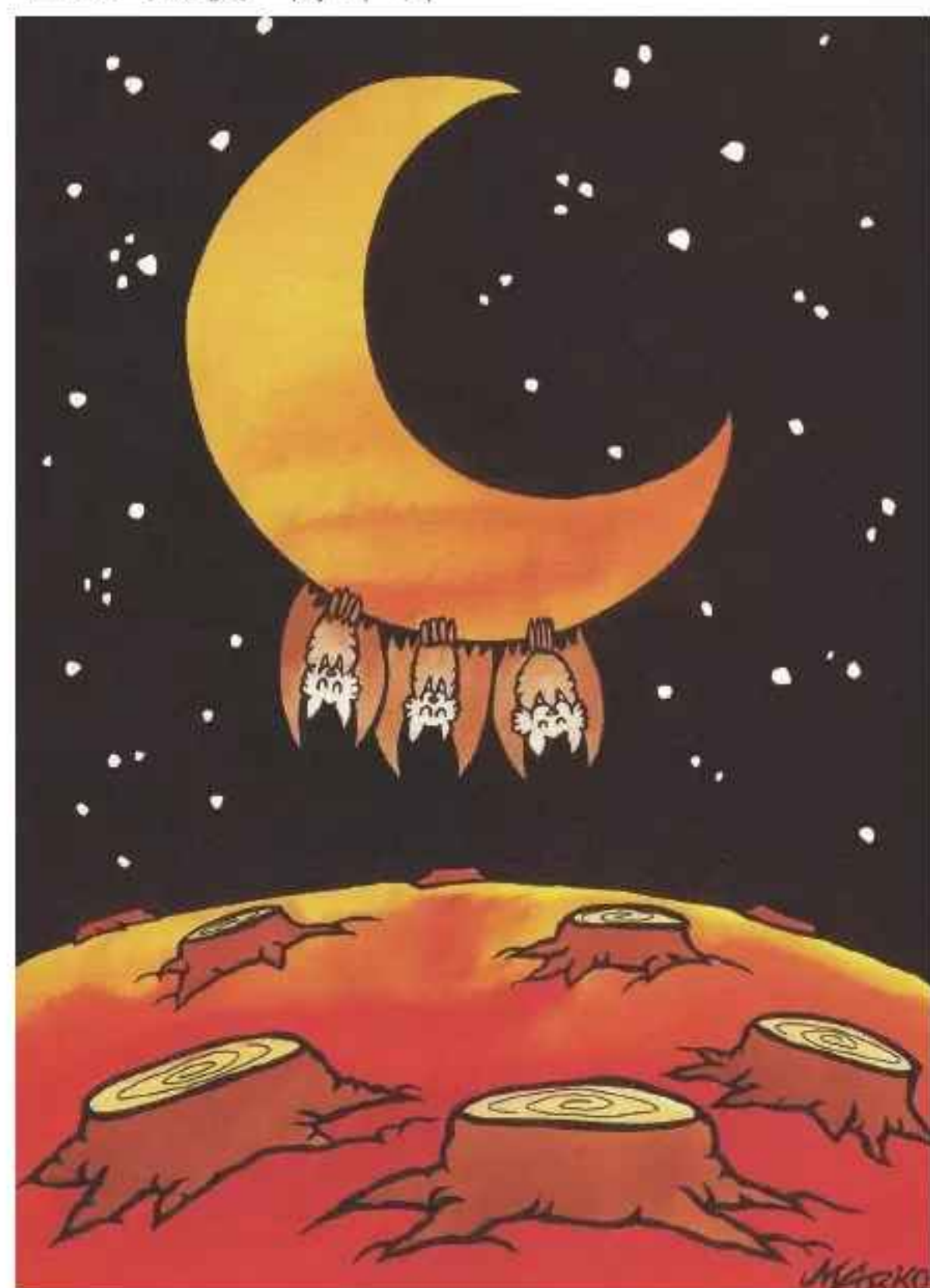
医生：“没有啊，你为什么这么想？”

患者：“我昨天在看电视，护士问我怎么还看上连续剧了。”

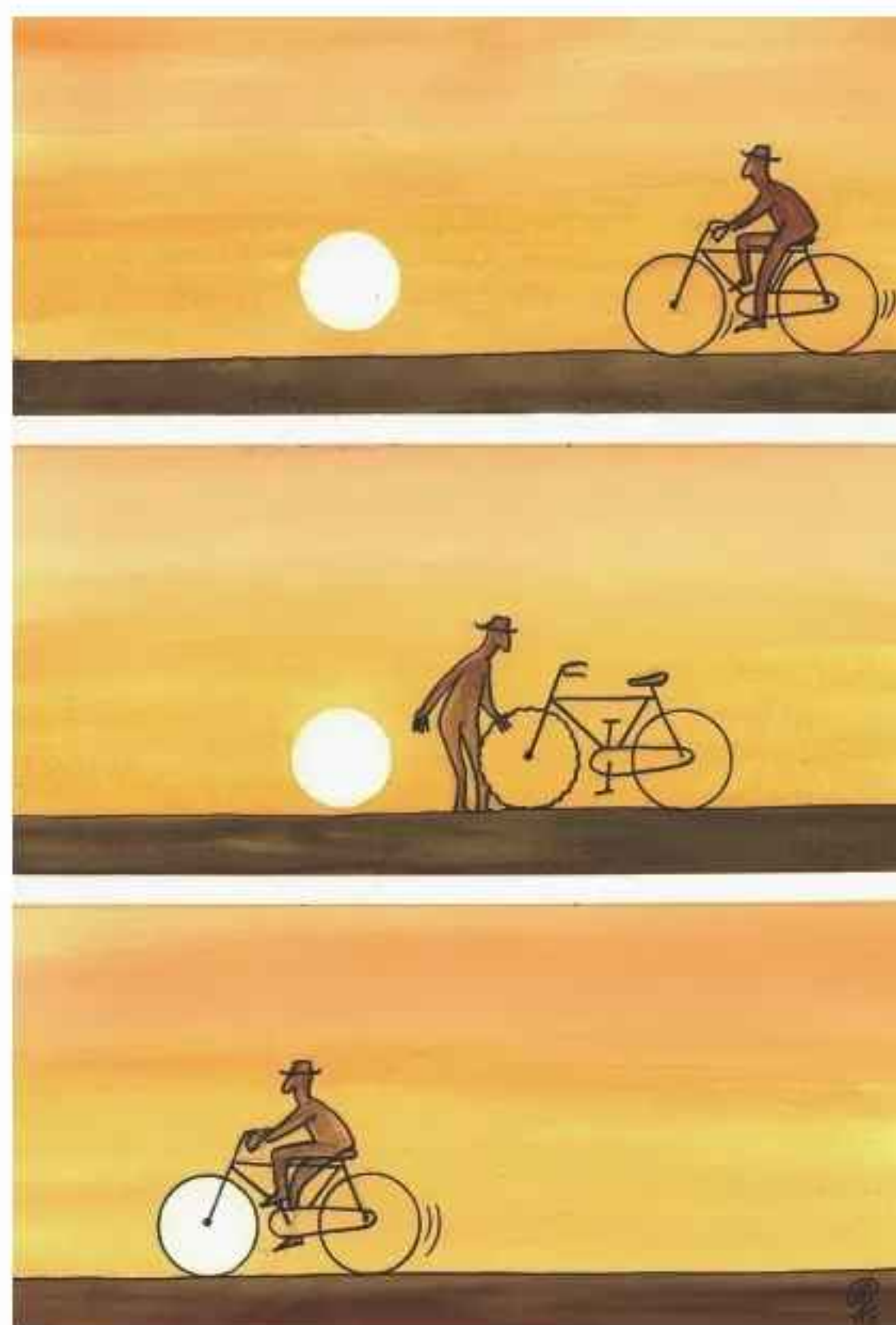
（棕榈树、星河光尘、无极乌龙等摘）



白天·黑夜 高晔利



栖身之地 [秘鲁] 雷蒙斯



就地取材 毕力格



天狗食月 [塞尔维亚] 博尔科维奇

太阳和月亮



降落伞 [塞尔维亚] 斯塔博



划过夜空 [德] 拉尔夫



14岁的小柏看起来有些酷。他戴着头盔，走路时只有前脚掌触地，很像航天员在太空中漫步。

小柏是一名重度脑瘫患儿。过去7年，他的父亲罗书坚用三轮手推车推着他跑了55场马拉松。在不跑马拉松的日子里，46岁的罗书坚是浙江金华一个汽车工业小镇的快递员。父亲上班时，小柏就留在10平方米房间里，出神地望着循环播放的动画片，墙角摆着两张蹦床。这是父亲为他打造的“康复室”。

生活就像一场马拉松，却远比马拉松漫长。烦琐的生活中，一个家庭如何养育一名14岁却没有生活自理能力的孩子，问题千头万绪。

第55次起跑

2022年的秋天，罗书坚推着小柏，在杭州又完成了一次21公里的半程马拉松。

这是罗书坚第55次在马拉松的起跑线上出现。父子俩的行头似乎属于两个季节：小柏穿着厚羽绒服，几乎看不到裸露的皮肤；而罗书坚穿着运动背心、短裤，不足1.6米的身躯短小精悍，手臂、腿部有清晰饱满的肌肉线条，这是练



罗书坚推着小柏参加马拉松比赛

推车上的马拉松

◎杨书源

马拉松7年对这位父亲的馈赠。

一同“出征”的还有小柏的那辆黑色小推车。这是两年前罗书坚花8000多元买的。小推车的减震效果好，安全系数高。

检录前的10多分钟，罗书坚把平板电脑支在手推车支架上，给小柏播放动画片，屏幕上鲜艳的颜色能缓解小柏的焦躁；手推车外插着一面国旗，只要罗书坚跑起来，国旗会随风起舞，小柏也会兴奋地望着国旗拍手。13岁的小柏身高1.3米，四肢纤细软弱，体重只有15公斤出头。

7年前，也是在杭州，罗书坚决心起跑。他发现，小柏如果整日困在家里就会烦躁、发脾气，一旦能出去透口气，见见人群和汽车，他就会兴奋、开朗。2015年杭州马拉松开赛日，天下着小雨，罗书坚带着6岁的小柏参加了7公里的迷你马拉松。跑步时，他看到小柏在推车内身体起伏，呼叫、鼓掌。他意识到，小柏很享受在人群里飞快穿梭的感觉。

“既然小柏喜欢，那就试试吧！”那时罗书坚刚做出一个艰难的决定：因为小柏新发癫痫，要放弃康复训练，

在小柏有限的生命里，尽量做能让他开心的事情。

带着脑瘫的孩子跑马拉松，不是没有先例。罗书坚在网上看到过美国迪克·霍伊特父子的故事。1977年，迪克第一次推着脑瘫的儿子参加跑步筹款活动。跑完后，儿子说：“我今生第一次感觉自己不是残疾人，我感到很快乐！”后来，迪克父子跑了上千场马拉松，成了传奇。

罗书坚不想成为传奇，他只想让小柏开心。从此，在浙江金华做快递员的罗书坚开始不断调班外出，带着小柏去参加国内其他城市举办的马拉松



比赛。

加速的理由

许多跑友认识这对父子，他们会在赛道上和罗书坚打招呼。

但罗书坚总在赛道上闷头跑，很少和跑友互动。“我很担心会有好心的选手，看我吃力时来帮我一起推小柏的车，如果掌握不好方向，容易撞到别人。”他解释道。

推着推车跑马拉松，不是一件容易的事。更何况，7年前的罗书坚毫无运动基础。

10多年来，他每天早晨7点出门，开着面包车去15公里外的仓库装货，再去工业区送货。送货期间，他要在50多栋楼宇间穿梭派件、揽件，工作时间长达12个小时。在这样的状态下训练跑马拉松，能挤出的只有清晨的时间。家附近有一座山，罗书坚每天4点30分起床，5点上山晨跑。后来他又购置了骑行台和自行车，一有空就上骑行台训练提速，增强心肺功能。等到自觉跑得“像模像样”了，他开始在天气好时带着小柏一起跑，以习惯推车奔跑的感觉。

“小柏的状态和跑步的人是一样的，他会有出发时的兴奋期，也会有能量消耗很大的瓶颈期……如果我跑得太慢，小柏的体能耗尽后，情绪就会很差，所以我必须尽可能快地到达终点……”为小柏而训练提速，对罗书坚来说是最重要的目标。

父子俩第一次参加全程马拉松是在无锡，用时5小时

30分。后来，罗书坚相继参加了20多场全程马拉松，最好成绩是3小时28分。这对于资深的参赛选手，都算是不错的成绩了。

“有没有想过自己单独参加一场马拉松，或许表现会更好？”记者问。

“从来没有！”罗书坚的表情忽然变得严肃，解释道，在马拉松赛道上，自己和小柏必须同时出现，“这是我参加马拉松的全部意义。”

他说起和小柏在其他城市跑马拉松的经历：“最难忘的就是成都马拉松，小柏看到大熊猫时很兴奋，还有泰山马拉松，我带着家人去泰山看日出……”

父亲的选择

全程马拉松在跑到最后1/4赛程时，常常会遇到最难熬的瓶颈期，人会感觉精疲力竭。

这种时刻，罗书坚经历过，却没放弃。2019年，他带小柏参加铁人三项，距离终点还有5公里时，自行车爆胎了，他推着车和小柏走完了最后这段路程。

但是，面对小柏的病情，是否放弃治疗一直是困扰这个家庭的问题。

小柏出生后15分钟都没有哭出声音——这次严重窒息对小柏的大脑造成了永久性的损伤。小柏在重症监护室待了30天，被接回家后整天哭闹。罗书坚把小柏带到杭州检查，颅脑CT显示小柏的大脑损伤程度严重。夫妻俩咨询了10

多位专家，只有一位专家说：“如果积极地做康复训练，有可能实现生活自理。”

一般孩子学爬、学走，都是自然习得的，但小柏本能的姿势只有平躺。康复师建议小柏做腹爬训练。每次小柏在学爬时，需要3个人分别辅助他的头、手、脚。学会爬以后，小柏还得学蹲，罗书坚用站立架绑着小柏的身体，训练他弯腰捡东西，每天早、中、晚各训练一次……

在小柏出生818天时，他忽然踉跄了几步，接下来几天，孩子走的步数越来越多：小柏学会了走路！罗书坚夫妻俩相拥而泣。

但很快命运又给这家人泼了一盆冷水——小柏两岁半时，忽然每天早上起来都会哭很久。康复师提醒罗书坚，小柏可能出现了癫痫。

对脑瘫患儿来说，癫痫每发作一次，都会对大脑造成不可逆的损伤。小柏学会的一点点生存技能，很快又被癫痫卷走了。

罗书坚依旧没被打倒。他托朋友辗转找到了一种控制癫痫的自费进口药。小柏一个月吃一盒，癫痫控制得很不错。但每年的药费，成了这个家庭的又一笔大额支出。

为了贴补家用，罗书坚试过所有身边能做的兼职：有段时间，他每天凌晨4点起床，在村里扫村路；他还卖过保险；这两年，他又做起了水果的线上代理销售。

2022年，原本在家照顾小柏的妈妈张艳君也不得不工



作了。白天照顾小柏的任务落到了爷爷奶奶身上。此前的一个傍晚，小柏在爷爷奶奶做家务时，忽然趑趄着冲出院子。半个村子的人出动，一个多小时后才找到小柏。

那件事之后，罗书坚决定改造小柏从小待到大的康复室，“我想让他在里头待得住”。罗书坚用柔软的木质合成材料铺设在原本的水泥地上。康复室挨着客厅的那面墙，有一大半面积是透明玻璃，方便家里人随时留意小柏在房间里的举动。

因为家庭负担重，家人曾提议罗书坚减少跑马拉松的次数。但罗书坚不同意：“这些钱是花得最值的。”

罗书坚知道，在生活的重压下，如果没有“跑马拉松”这个目标，带着小柏出远门会变得奢侈。跑马拉松就像一条纽带，把自己和小柏牢牢系在一起。

外面的世界

罗书坚到达终点后，缓缓地弯下腰，把胸前的完赛奖牌放在小柏眼前，对小柏说：“我们跑完了！”1小时49分27秒，对他而言，“属于不好不坏的成绩”。

但小柏的眼神，没有聚焦在罗书坚眼前的奖牌上。他的头倾斜向上，嘴巴微张，沉浸在自己的世界里。很快，小柏因为一上午的劳顿睡着了。罗书坚想让小柏好好休息，便给小柏盖上自己的衣服，推着手推车，避开兴奋的人群和呼喊声，找了一个安静的角落停

下。

在马拉松赛场以外的时间，罗书坚会把小推车收起来——他想鼓励小柏在户外走路，姿势再怪也不要紧。

其实，每次父子俩出门，最让罗书坚难受的不是别人回头多看小柏一眼，而是别的孩子在扎堆玩，小柏只能坐在一旁好奇又渴望地看着，不知道该怎么融入他们。

罗书坚遇到过不少脑瘫孩子的家长，有些想等孩子把走路姿势练得更自然些再出门；还有些更极端，因为孩子的病而羞于见人，从城市搬到了“与世隔绝”的地方。罗书坚却反其道而行之，要做那个站在所有人面前的人。

“跑马拉松时，小柏和我都站出来了，大家才会意识到还有这样的家庭存在。小柏的同龄人才会意识到，他们身边还有这样的小孩。”罗书坚知道，“看见”这一步很重要。

这几年，罗书坚一直在当地组织脑瘫患儿家庭的线上线下活动：每年孤独症日、儿童节，他都会招呼这些家庭参加公益跑、游园会……他发现这些有相似问题的孩子每次聚在一起，依靠肢体语言和眼神就能相处融洽。原本沉默话少的罗书坚渐渐成了大家的主心骨。

刘云姝有时会来参加活动，她是当地一家民办残疾人托养机构的负责人。和罗书坚的经历相似，她20岁的儿子小天患有唐氏综合征。

刘云姝很理解罗书坚的坚

持：“出去跑一趟马拉松，小柏不一定能发生什么改变。但让小柏一直待在家里，他不仅没有好转的可能，还会变得更差。”

几个月前，一家康复训练机构为小柏做了视频回访。主管康复治疗师刘合建看到小柏的真实状态后，发现自己能做的已经非常有限。

这个结果，在罗书坚的预料之中。几年前他查阅资料时就了解到，像小柏这样基本没有自理能力的孩子，在全国200多万6岁以下的脑瘫患儿中，占5%左右。命运选中小柏成为“弱势孩子里最弱势的那一小群”。

但听说罗书坚带着小柏跑马拉松，刘合建感到惊喜和敬佩：“这或许是父亲能为小柏做的最大努力。”

根据刘合建的临床经验，像小柏这种大脑受损比较严重的孩子，单从某项身体功能的训练和突破来说，收效甚微。“如果他能在社交活动中体会到开心和参与感，那他的生命质量也会得到很好的提升。”刘合建介绍，目前最新的智力障碍儿童康复标准中，孩子的社会生活参与度已经成为重要指标。

2023年春节后，罗书坚的微信朋友圈又多了一个他自创的新定位：金华·小柏的春天。他和小柏的新年第一站选了深圳马拉松。这对父子来说，这不过是一次再寻常不过的远行。

（鸟呼鲁摘自《解放日报》2023年2月5日）



尽管我平时在文章和诗词中，总以乐观和豁达的态度来勉励自己，但伤感有时也不免流露出来。现在还有什么可以伤感的？多半是叹息岁月流逝得太快。我是在1979年以后才有较多的时间静下心来写作，并把以往的读书心得和所积累的资料整理成书。而在1979年，我已年近半百。

1984年10月，我曾回到母校金陵中学。我是1948年冬季高中毕业的，距此时已经36年。在母校，我写下这首《七绝》：

春意临窗破晓天，
无忧无虑绿茵前。
不知世事如迷雾，
解悟人生已晚年。

的确，像迷雾一样的世事，岂是一个十几岁的中学生所能了解的？

我原籍江苏仪征，出生在南京，湖南长沙则是我的第二故乡。1951年夏天，我在长沙参加高考，考取了北京大学经济系。

回想当年参加高考时，我住在岳麓山下，考场设在河东。我从河西要乘两次渡船，才能到达城里，因为在橘子洲要登一次岸，走一段路，换船再过湘江。如

今湘江的两边都是高楼了，湘江大桥从橘子洲上跨过，但昔日的情景依然留在记忆之中。而我的心情也非往年可比，20世纪50年代初是“少年气盛未知愁”，而到了80年代末，随着历经风雨，对人生已经有所解悟。时光纵已流逝，但岁月留下的痕迹是抹不掉的。

解悟人生

——◎厉以宁——

对时光流逝太快的伤感，有时也在所难免，但这种伤感在更多的场合会被前进路上所遇到的新问题冲淡。新问题的出现催人思考，催人寻找解决的办法。哪里顾得上为流逝的

岁月而伤感呢？

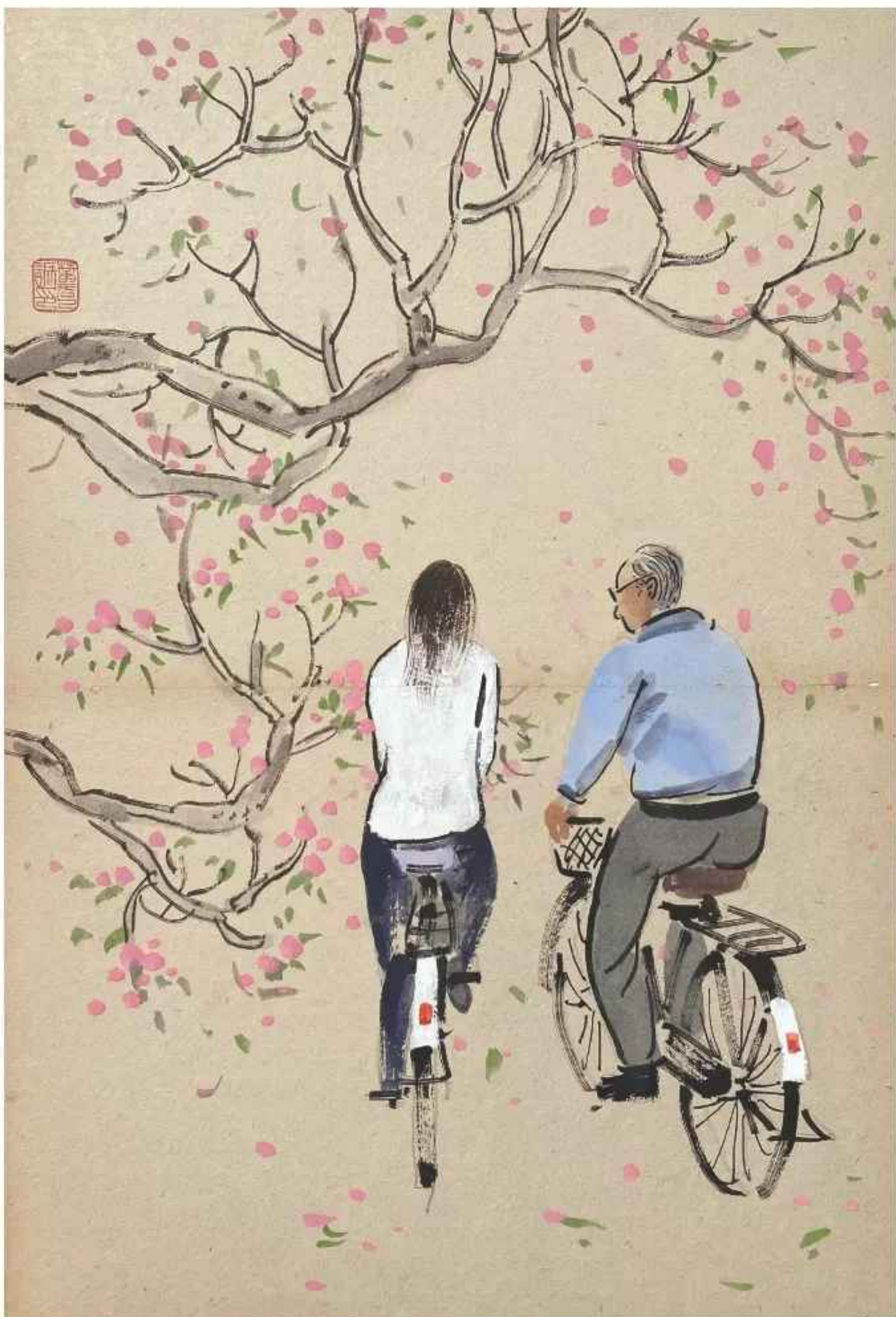
解悟人生，重在一个“悟”字。只要对人生有所解悟，就会更加理解大自然的规律。日出日落，潮涨潮落，花开花谢，谁能违背这一自然规律？山景总须横侧看，世界这么大，海洋这样广阔，此处日出，彼处不正日落吗？此处涨潮，彼处不正退潮吗？至于花开花谢，就更常见了。记得1989年冬天，我和妻子何玉春一起骑车去青龙桥，路旁梅树成行，既开花，又落花，花开和花飞并在。当时我特意填了一首《蝶恋花》：

久在瑶池台上住，
散落人间，
不怕尘缘误。
一片清香霜后树，
为消寂寞应留步。

郊外寻春郊外雾，
春尚无踪，
塞下风如故。
疑是堆堆残雪处，
飞花沾满多情路。

花开也是花飞日，
月亏且作月盈时。这就是人生，这就是我对人生的解悟。

（疏竹影萧摘自北京大学出版社《山景总须横侧看：厉以宁散文集》一书，董克诚图）





故事改变思维

● 岑 嵘

我有个老邻居，为人非常精明。当听到一些老年人上当受骗的事情时，他觉得那些事绝不会发生在自己身上。但是有一次，他花了好几千元买回一堆无用的保健品，事后自己都觉得不可思议。

他说，那天他参加了一个短途旅行团，结果被带到某家公司。接待他们的据说是这家公司的创始人，创始人动情地讲述了自己艰苦创业的故事，以及当公司面临生存危机时自己如何坚定地选择了坚守诚信……最后这个创始人当场表示，要用史无前例的优惠价格来回馈社会。当这些感人至深的故事讲完后，所有人都愉快地掏了钱。

当阅读一些容易给人留下深刻印象的文章时，我们会发现一个特点，这些文章不管讲什么，都会有一个让人难忘的故事。故事的作用远远超过我们的想象。诺贝尔经济学奖得主乔治·阿克洛夫说：“人类的心智构造决定了我们在叙述一系列具有内在逻辑和动态变化的事件时，可以将其看成一个统一的整体。因此，人类之所以产生动机，是因为我们经历了一些故事，这些故事给了我们启示并为动机勾勒出蓝本。”

人类的思维模式是以故事为基础的，以至故事如此重要。有一个实验，一组志愿者成为一起模拟谋杀案的陪审团成员。和其他审判一样，控辩双方要分别陈述自己的观点，然后受试者分析这些观点，做出被告是否有罪的判断。

刚开始，有 63% 的人认为被告有罪。然后实验稍加改变，这次控方可以讲一个故事，而辩方只能利用证人来反驳控方的指控。控方揭示的事实和之前的完全相同，只是事实的呈现形式发生了变化。

控方按照故事情节，有条不紊地叙述事件的过程，你可以想象这个情节就像电影《律政先锋》一样，控方检察官滔滔不绝地讲述着故事，而辩方只能依靠证人和证词对故事中的事实进行反驳。尽管所有的事实并没有发生改变，但这次认为被告有罪的陪审员比例已上升至 78%。

现在让我们交换双方的角色。辩方成为讲故事的一方，而控方只能依赖证人来陈述观点。一切都扭转了，认为被告有罪的陪审员仅有 31%。

这个实验向我们揭示了惊人的一幕：仅仅因为故事的叙述者不同，认为一个人一级谋杀罪成立的陪审员比例就发生了近 50% 的变化。

故事还很容易扭曲我们对事物概率的认识。假如你想购买一辆车，权威的调查报告显示这款车的故障率很



西晋时，尚书令乐广有五儿一女，他的女儿嫁给成都王司马颖为妻。成都王的哥哥长沙王当时正在京都洛阳掌管朝政，权势熏天。成都王于是起兵讨伐，图谋取代哥哥，操纵朝廷。

长沙王司马乂平素亲近小人，疏远君子。凡是在朝居官的，人人忧惧，个个小心。尚书令乐广在朝中素有威望，加之又是成都王的岳父，一帮小人就在长沙王司马乂跟前说他的坏话。长沙王于是生出杀机，便追查乐广和女婿司马颖有无勾结，并当面查问乐广。乐广神色自若，从容地回答说：“岂以五男易一女？”意思是难道我会因为一个女儿而让五个儿子去送命吗？长沙王“由是释然，无复疑虑”。从此，长沙王心中的一块石头落了地，不再怀疑乐广，消除了顾虑。

乐广真会说话，抓住核心要害，一语消融杀机。同样是

一语救两家

丁时照



这句话，后来还挽救了另外一家人的性命。

谢景重的女儿嫁给王孝伯的儿子，两位亲家翁的关系非常好。谢景重在太傅司马道子那里当官，他的亲家王孝伯起兵讨伐太傅司马道子，不久战败身亡。太傅司马道子杀气腾腾地对谢景重说：“你的亲家谋反，听说是你给他出的主意？”谢景重听后毫无惧色，从容地回答说：“尚书令乐广说过一句话，‘岂以五男易一女’？”太傅认为他回答得非常好，便举起酒杯敬他说：“回答得实在妙！实在妙！”

这两件事均见于《世说新语》，虽然其人其事早已消散在历史的深处，但抓住关键，一语破的的方式很值得回味。言简意赅，既能消除误会，也能除难消灾，还能得到对方的欣赏，会说话是真本事。

（平林月摘自广西师范大学出版社《字里人间》一书）

低，质量表现堪称优秀。刚好你的表弟就开着这款车，于是你向他询问车的质量如何，他给你讲了一个故事：在他去见某个重要客户的时候，忽然刹车出现了问题，车直接撞到了前面卡车的后挡板上。不但这个订单泡了汤，汽车的冲击力还使他的肋骨骨折。听完这个故事，你还想买这辆车吗？

接下来的实验来自医学领域。在这个实验中，首先告知参与者某种药物治疗的效果，既往病例有 30%~90% 的治愈率，这叫作基础比例信息。同时，参与者还会听到一个关于治疗的故事。

在积极版本的故事中，一个名叫帕特的病人使用该药物治疗后效果良好，身体的肿瘤消除了。医生确信疾病不会复发。经过一个月的后续治疗，帕特基本恢复了健康。

还有一个消极版本的故事：帕特使用该药

物治疗后效果不理想，肿瘤没有完全消除，疾病复发了。经过一个月的治疗，帕特不仅丧失了行走能力，还失明了。

理性的参与者应该以药物的治愈率来考量是否选择这种治疗，然而故事改变了人们的思维。当被告知药物有 90% 的治愈率后，听到积极故事的人有 88% 愿意接受该药物治疗，而得知消极故事的人只有 39% 愿意接受该药物治疗。

另外，当被告知药物的治愈率为 30% 时，得知消极故事的人，只有 7% 愿意接受该药物治疗，而听了积极故事的人，仍然有 78% 愿意接受该药物治疗。

故事的力量如此强大，以至实验参与者完全忘记了基础比例信息。

（洛 嵩摘自《今晚报》2023 年 2 月 11 日，杨树山图）



作家谈波说，自己第一次怀疑文学是在2021年。

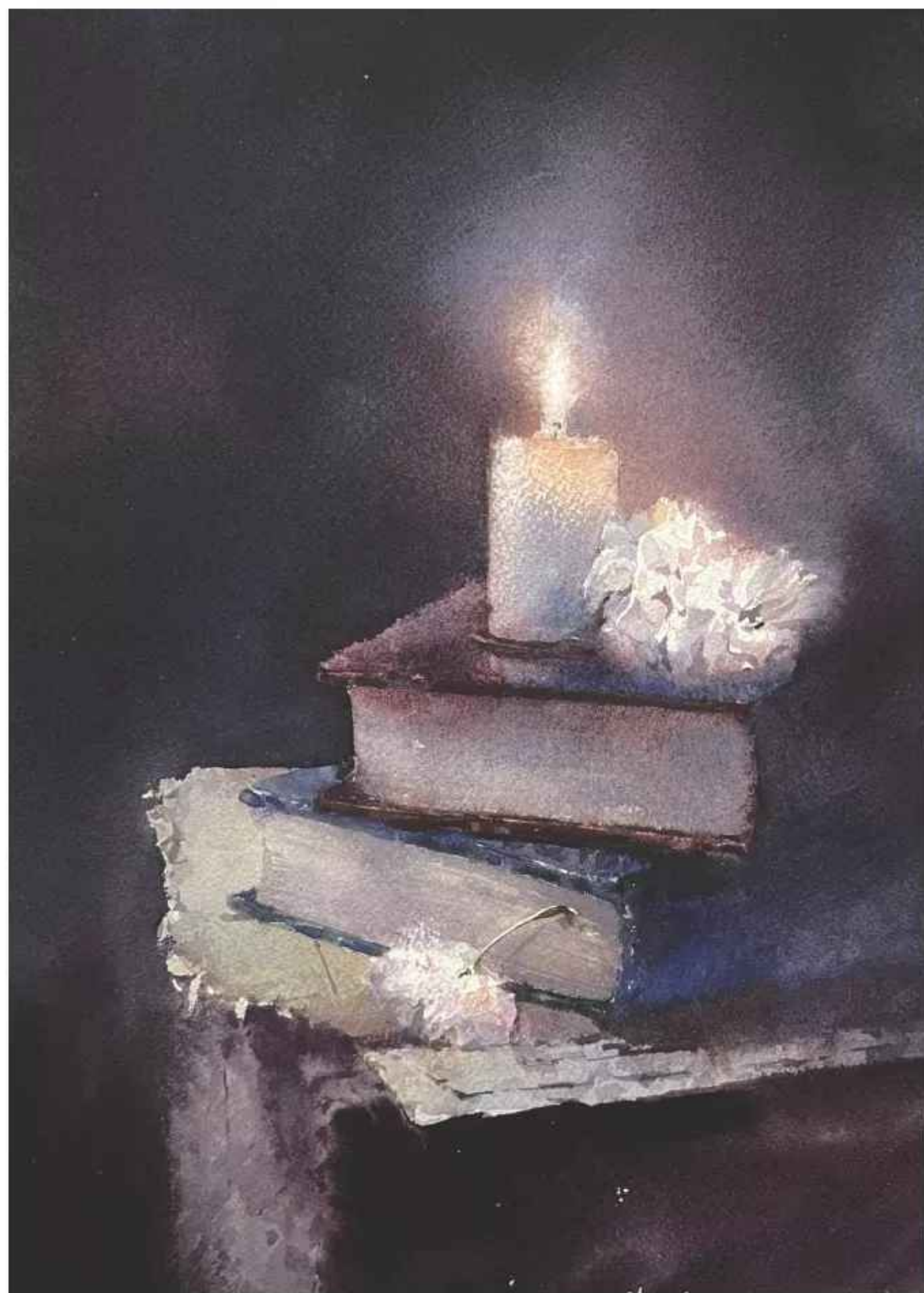
2021年年初，谈波的母亲因为罹患多种癌症，连续两次住院。因为疫情防控政策要求，每个病人只能由一名家属陪护，又因为担心母亲随时会离世，觉得她临终时最希望看到的应该是自己的儿子，所以那个陪护的人只能是谈波。

40多天里，谈波照料母亲的一切，包括辅助母亲大小便和帮母亲洗澡。而处于临终状态的母亲，会突然神志不清，不再认识人。

床前床后，母亲的每一次痛苦都被谈波看在眼里。57岁的谈波，也在学习从中年走向老年。

谈波说道：“几乎两个月，我连一点文学的边都没想。我那时真的怀疑自己，我这么喜欢文学，这么喜欢小说，这么喜欢写作，从年轻一直到现在，为文学投入这么多时间，投入这么多生命，为什么在最紧要的关头，我竟然会把它忘掉呢？”

忆及母亲临终的那段时间，谈波说：“文学一点忙都



母亲与文学

◎何 焰

帮不了，一点用处也没有。”他宁愿去尝试偏方，看心灵鸡汤，说“那种假话”骗母亲，也骗骗自己。甚至有时候他恨不得跪地祈祷，让母亲再多活一点时间。这些似乎都比文学有用。

母亲去世之后，谈波化用二手玫瑰乐队的歌词来戏谑自己：“大哥你写小说，写它有啥用啊？”谈波还是想不明白文学，但他想明白了母亲。

他这样理解母亲的去世：母亲大概是太不忍心了，才说“算了，别再折磨你了”，决定以去世来结束儿子的这种身心痛苦。“陪护的那40多天，是

母亲给儿子的一个让他付出的机会，好让他日后想起来可以缓解一点点母亲离去的痛苦。”在谈波看来，母亲到最后都在付出，连去世的时间点都在为儿子着想。

而人类的韧性，自然也会体现在谈波身上。正如他所说，“不管多大的痛苦，只要经历时间，都会过去”。

但是，谈波也说：“痛苦也是因人而异的。像我这样的人，痛苦可能会长久地留在心里。”

文学的感受还是慢慢回来了。2022年3

月10日，在母亲去世快满一周年时，谈波突然想起了母亲生前讲过的一个故事，那个故事只讲了一半。

谈波在小说里把故事续下去了，续得特别温暖。那篇小说叫《“娘啊，爱呀娘！”》。

它的完成，很大程度上缓解了谈波的丧母之痛。

现在的谈波已经与文学和解了。他说道：“那段时间，或许不是我不需要文学，而是文学把我彻底地让给了我的母亲。”

（上弦摘自《南风窗》2022年第25期，本刊节选，马明圆图）



英国和美国的老建筑多，留存下来的日晷也多。一般来说，园中若有晷，晷上必有铭。公园里、大学内、教堂外，细看那些水渍、锈迹斑驳的石晷、铜晷，晷面上的铭文是数百年前人们对于“时间”的态度：

有警示时光如梭的，如“时光如影，稍纵难寻”“时光一去，永不复回”。

有洞悉生命难永恒的，如“视吾之影，知汝之命”“你我皆为尘与影”“生命是一个泡泡”“应视每日为汝生命中的最后一日”。

有感悟时间伟大的，如“时间是真理之父”“时间，你无法拥有它，也不会失去它”。

有深谙生命之道的，如“阳光为每个生命而灿烂”“黑暗过后，光总会来”“即使是最闪亮的日子，也有阴影”。

有幽默隽永的，如“我只在晴天才灵验”“太阳一下山，人们便对我不闻不问”“让别人去讲述那些暴风雨的故事吧，我只记录晴朗的日子”。

在国内，日晷上也能找到铭文，但不如国外那么常见。最知名的是清华大学里那块刻有“行胜于言”的日晷——这是1920

晷之铭

● 桂涛

届学生毕业时献给母校的，这4个字从此成为清华倡导的校风。

此外，我在朋友那里见过他珍藏的一块巴掌大的明代青铜日晷残片，上面除了标有刻度和十二地支，还有一笔一画刻下的四字铭文“顺天之道”，十分少见。将这样的信息通过日晷流传下去，在当时不知是天文官员还是皇帝本人的意思。

日晷被人类作为计时工具使用，几千年来多出现在东西方的宫廷、官府、宗庙、学校、大宅院，从来没有“飞入寻常百姓家”。作为石制、铜制时钟，日晷总是与权力、力量相联系。学堂外安置日晷，象征知识的力量。拉丁语中，“知识”与“光”就源于同一个词根，获取知识，就拥有了光明，也就获得了力量。

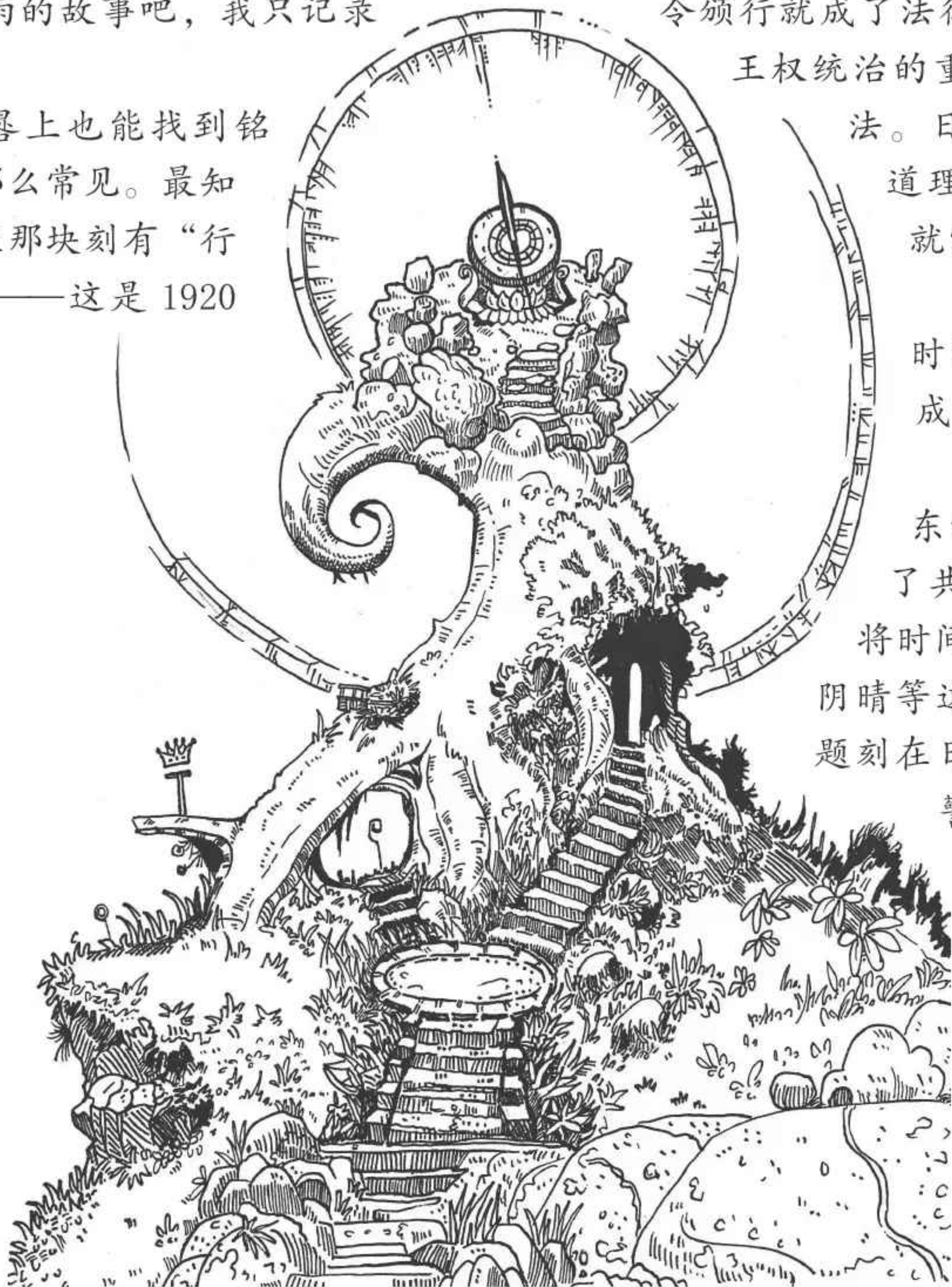
皇帝在宫殿前摆放日晷，象征自己拥有向万民授时的权力。历代中外顺天而治的皇帝都把制定和颁布历法视为皇权的象征，历法经诏令颁行就成了法律。地方政权遵从中央王权统治的重要标志，就是遵奉历法。

日晷展示着一个朴素的道理：谁能定义时间，谁就掌握了权力。

因此，象征权力的授时器具上应该刻什么，也成了一个有趣的问题。

从日晷上的铭文看，东西方的君主贤哲们达成了共识。他们不约而同地将时间、生命、天道、光影、阴晴等这些权力难以掌控的主题刻在日晷上，警示世人，也警示自己。他们深知，天行有常，不为尧存，不为桀亡。任你是国王还是乞丐，在自然法则面前一律平等。

（赤纬摘自《环球》2023年第2期，陈玉菲图）





1

在共大读书时，一日，经过学校食堂，我看见一个不认识的女生坐在门口。视线接触的那一刻，我怔怔地看着她，她也怔怔地看着我，好像彼此之间产生了一种吸引力。

那是我第一次见到湘君。她穿得并不招眼，黑色洋布衬衫、灰色裤子，细眉长眼，扎着两条短短的辫子，随意地坐在那儿，两条长腿惬意地往前伸着。浑身上下都透着一股与众不同的气质。

第二天，她居然走进我们师范班的教室，原来她是新来的同学，比正常开学晚到了些日子。

她总是那样松弛洒脱的模样，但人很安静，几乎不主动说话。她会吹口哨，课间也不怎么出去，常常坐在课桌前自顾自地吹着口哨。有时快上课了，老师还没进来，教室里一片喧嚷，突然她开始吹起口哨，悠扬之声一响，大家顿时鸦雀无声。她的口哨就有这么大的魔力。

熟识之后，我还知道她花鼓戏唱得好，一曲《刘海砍樵》，唱得不知多地道、多活泼。我快被她迷住了。

湘君经常收到从武汉大学寄来的信，一周至少一封。其他人都难得有信，她却常收到信，信封上还有“武汉大学”的字样，真是让人羡慕不已。然而，湘君根本不看，拆都不拆，收到信就随手丢在床上。

这太让人奇怪了。这对写信的人也不公平啊。我实在忍

不住，一日问她为什么不读信。她从床上拾起信，递给我：“那你替我念吧。”

我惊呆了。然而她硬要我给她念信：“念吧念吧，我懒得看，你念给我听。”

好奇心战胜了我的迟疑，我接过信。“最亲爱的妻子——”我念道，信居然是她丈夫写来的！她就比我大两岁，却已经结婚了！我压制住惊讶，继续念，“知道你已离

开家乡，去江西求学，换个环境也好。我一直没有等到你的音信，这让我很难过。我对不起你，只能等我毕业了，加倍地报答、呵护你，让你过上幸福的生活……”

下面的缠绵话我不好意思念出口了，把信递给她：“不念了，你自己看。”

她不看，把信胡乱一折塞进信封，打开抽屉扔进去——那儿已经堆积了不少来自武汉

湘君

● 杨本芬





大学的信。

真是难以理解啊。

武汉大学的信息三四天必有一封，绵绵不断。某一天我对她说：“不管你怎么想，好歹给人家回封信嘛，你这样不理不睬太残忍了。”

她回到宿舍就写了一封回信：“辜立平同学，来信收到，我一切都好，无须挂念。”

我对这个叫辜立平的武汉大学学生产生了同情，决定给他出个主意，以结束这种无望的局面。地址是很容易获得的，信封上就有。

“辜立平同学，我是湘君的同班同学，也是她的室友和老乡。我觉得你和湘君有太多误会，你想办法来趟学校，和湘君好好沟通一下，以免你们的婚姻出现危机。”

我没署名，只是做了个多管闲事的人。

辜立平始终没有来，只是来信越发勤了，由三四天一封变成两天一封，湘君依然不看。

2

开学一个月后，由班主任带队，我们去一个叫青铜岭的深山砍毛竹。好几十里山路，一条宽阔的大河伴随始终。水是从山上流下来的，我们要爬上山，砍倒一根根粗大的毛竹，运下山。再扎成竹排，推进河中，让河水把毛竹运到下游。

我和湘君负责给大家做饭和洗衣。

一日，下着密密麻麻的雨，我和湘君坐在屋檐下，看

着细雨像一块纱布罩下来，把大地、山谷、树木笼罩成一片。湘君忽然转脸看着我说：“你是什么原因来共大的？”

我说：“我正在湖南读着中专，学校忽然停办了。家里房子倒塌了，我无家可归。幸亏这所学校收留了我。我想好好读书，毕业后有一份工作，能够自食其力，还能帮助两个弟弟上学。”

她点点头。此时，我积压许久的好奇心喷薄而出：“你能告诉我，你为什么来共大吗？”

“我被大学开除了，又不想回老家让人指指点点，就来这里了。”她语气平静，却有一种惊人的坦率。我的头脑感到非常混乱：被开除？“开除”这样的字眼怎么会跟这么美好的湘君联系在一起？她做了什么事情导致被开除？

我就这么问了。

“我怀了辜立平的孩子。”还是那种惊人的坦率。

“你们是夫妻，夫妻有孩子也不算犯错误呀。”我憋着胆子说出我的看法。

“我们没有结婚。”

“可他信上写的是‘亲爱的妻子’……”

“这只是他单方面的想法，大概表示一定会娶我为妻吧……”她淡淡地笑着，笑容中带着一丝嘲讽的意味。

湘君与辜立平是一条街上斜对面的邻居。他们俩同岁，小时一起玩，一起读小学，初中、高中都在同一个学校同一个班，是真正的青梅竹马。双方父母都认为他们是顺理成章

的一对，他们自己也这么认为。湘君漂亮，气质出众。辜立平也不赖，清秀，个子也高。

“我原先很爱他的。眼里全是他，对别的男的看都不看一眼的……”

“后来呢？”我托着腮听入了迷。我对爱情一窍不通，但听上去湘君与辜立平的爱情很美，青梅竹马，两情相悦。

“高中毕业，我们都考上了武汉大学——说好不分开，报的大学都是同一所。大一的寒假，为了节省路费，我们都留在学校没有回家。武汉的冬天，很冷……”

那个冬天，他们偷尝了禁果。寒假过去，湘君发现自己怀孕了。

他们俩抱着侥幸心理，像鸵鸟把头埋在沙里：“不会吧？”直到湘君肚子微微隆起，他们俩才惊慌失措。无论怎样都是没有退路的，横竖瞒不了校方，两个人面临被开除的局面。

辜立平来找湘君。他痛哭流涕，甚至跪在她面前，请求湘君不要说出他的名字。他发誓毕业后一定会去找她、娶她。

湘君按他说的做了。但在他跪下的那一刻，她心中的爱情消失了。

3

在共大，教我们体育的简左邦老师三十出头，高高的个子，一头乌黑浓密的头发。他是体育科班出身，教各班的体育，还组织了男女篮球队。我



和湘君都是女队的成员。我个头矮，但灵活，跑得快；湘君接球稳，投篮准，动作优美，总是赢得一阵阵喝彩。田径课，湘君翻越一米五的横杆轻而易举，跳远也身手矫健。简老师看着这样的学生，眼中全是赞赏。

湘君也感觉到了，上体育课便越发快乐，发挥得也越发好。一次长跑比赛，她遥遥领先，得了第一名，开心地大声笑着，为后面的人鼓劲，与初入校时沉郁的她判若两人。简老师有时邀请班上同学去他家玩。他没结婚，单身宿舍陈设简单，干净整洁。门口放了个泥巴炉子，炉子上搁了一只擦得雪亮的钢精锅。

一次，我和湘君一起走，路遇简老师，简老师看着湘君说：“晚上来我这里吃兔子肉。”

我感到很纳闷，简老师怎么只叫湘君没叫我呢？脸上便有些挂不住。后来，湘君再叫我去简老师那里玩，我就不肯去了。

校园里的日子过一天少一天。还剩最后一个学期就要毕业了，按计划，我们将得到一份工作，各奔前程。

一日，共大党委书记召开全校师生大会，主题是要大家如实填写家庭情况。一周以后，下放农村的师生名单贴出来了，我的名字是第一个。下放的老师有四个，其中一个简老师。

名单旁边还有一条开除通告，开除的对象是湘君。

我对美好生活的幻想像肥

皂泡一样破碎了。我没去想湘君此刻的处境，也没有心思去找她问个究竟。我已经自顾不暇、心力交瘁。趁宿舍没人，我简单收拾一下行李，当晚便悄悄离开了学校。

4

转眼就到了二十世纪八十年代初。一日，我正在汽车运输公司仓库上班，同事说有人找我。起身出门，我见到的是一个体形粗壮、面色黧黑的农村妇女。

她怔怔地看着我，我怔怔地看着她。突然我反应过来：“是湘君啊！”和同事打过招呼，我揽着湘君，把她带到我家里。我们手拉手坐在沙发上。

“你后来去了哪里？一点消息也没有，晓得我有多想你哦！”我说。

那一次，我知道了分别后湘君的全部经历。

她被学校开除，是因为有了简老师的孩子。两次被开除，一切何其相似！不同的是，这次简老师挺身而出，承揽了所有的过错——虽然并没有改变湘君被开除的命运。

我是头天夜里离开学校的，湘君和简老师则是次日清晨离开的。他们乘早班车去了简老师的乡下老家。没有人知道，当然更没有人送行。

“家公家婆说我是城里人，什么事都不让我插手。左邦对我更是疼爱有加。我本来性格慵懒，一家人惯得我十指不沾阳春水。但我对那陌生的地方依然感到惶恐，幸好左邦

在我身边，才让我觉得有了依靠。”

生活是真苦，吃餐荤腥都要计划又计划。简老师为了让她过上好日子，披星戴月地耘田、种菜、砍柴。农闲时去县城建筑队做苦力，拖红砖、拖河砂，补贴生活。

结婚第七个月，湘君生下了女儿。她什么都做不来，带孩子也是靠婆婆帮忙。不过一家人依然宠着她。接下来，她又连续生了三个孩子，共有两儿两女。简左邦是家中的顶梁柱，没日没夜地干活。曾经炽热的感情被生活的辛苦取代，日复一日，湘君逐渐忘记了这日子里她在盼望什么。

5

然后，简左邦生病了。

简左邦长期劳累，营养又跟不上，有段时间，他没有一点精气神，人总是软软的。湘君发现他的脸色越来越不对，一点点失去了血色。人也越来越没力气，站着就想坐，坐下就想躺。

医生只望了一眼他的脸色，就说他得了肝炎。

全家人都慌了。所有的钱都用来给简左邦治病，湘君还让她家里寄过两次钱。猪也卖掉了，能借钱的地方都借遍了。

慢慢地，肝硬化、肝腹水接踵而至，简左邦的肚子肿得如一个待产的孕妇。抽掉积水没多久又会肿起来，没有什么回天之术了，他们把他接回家。

“左邦整天躺在床上，紧闭双眼。白天黑夜我都陪着



爱等量于自由

●简 嫔

如果是最美的一个男子，我会爱。不需要以允诺偿还允诺，以泪眼辉映泪眼的爱法。只是去爱，没有目的，没有未来，不必起誓，不必结盟。爱可以实现，但不在人世的尘土上。爱等量于自由。

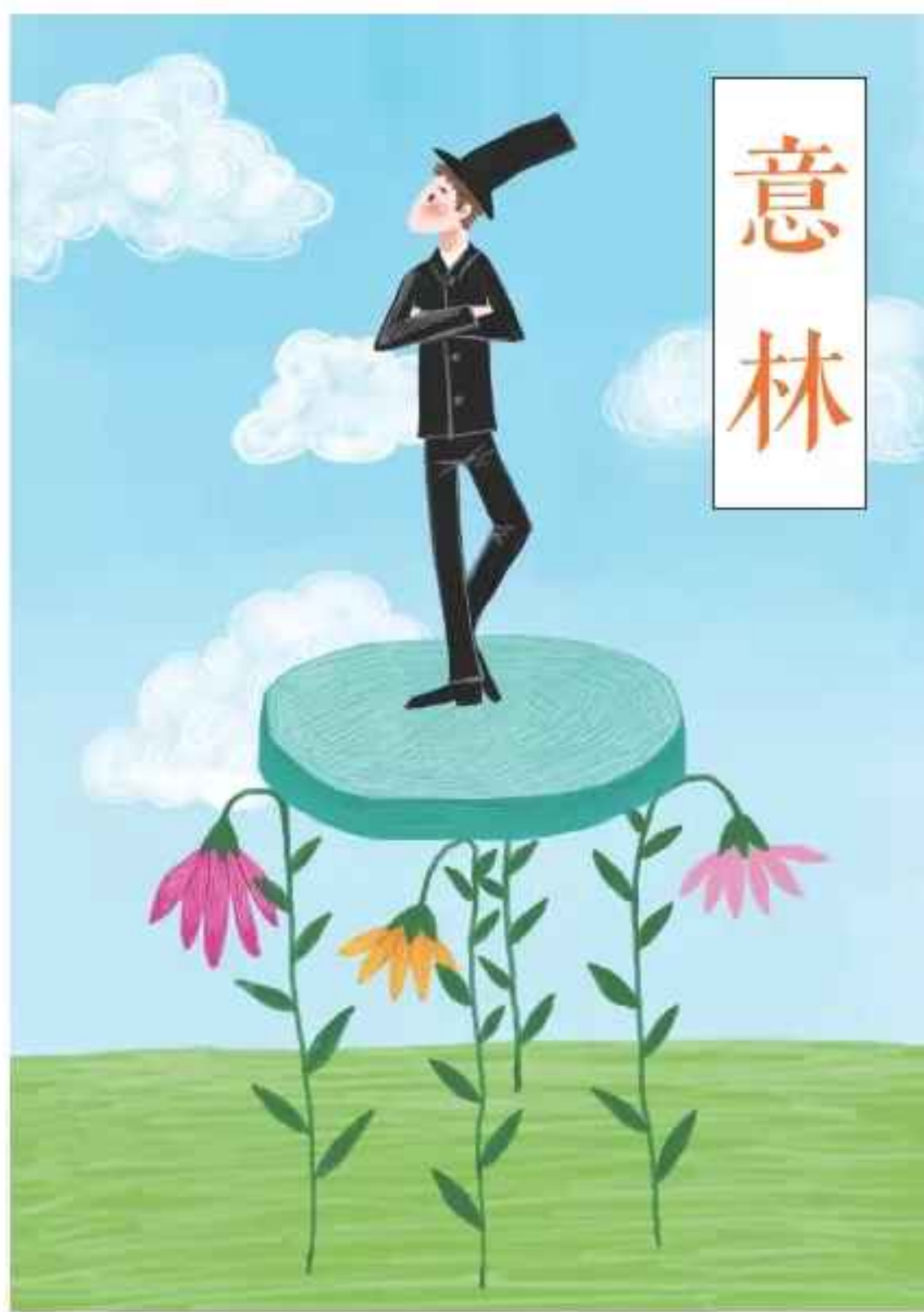
（林见鹿摘自九州出版社《私房书》一书）

不经意间

●〔英〕蕾秋·乔伊斯

◎焦晓菊 译

生活中那些大事不会显山露水，它们在平静而平常的时刻出现，通过一个电话，一封信，在我们毫不在意的时候出



现，无缘无故、毫无征兆地出现，那也是它们让我们不知所措的原因。而我们需要用一辈子，漫长的一辈子，来接受事物的不和谐性，接受无关紧要的一刻会与至关重要的一刻比肩而立，并成为同一件事情的

一部分。

（松 林摘自北京联合出版公司《时间停止的那一天》一书）

人生与音乐，皆为复调

●〔美〕菲利普·肯尼科特

◎王知夏 译

我们为什么需要文学和艺术？它们是我们用来储存意义的仓库，以抵御伤痛、失去、死亡，以及人类与生俱来的孤独。

音乐和文学，不一定会在当下让我们愉悦，却成为我们“放在某处”的东西，可以留住并长存，而日常经验则永远办不到。

（右 右摘自北京联合出版公司《复调：巴赫与生命之恸》一书）

他，安抚他。他的皮肤干黄，没有一点弹性，如一块树皮。除了隆起的肚子，其他地方都是皮包骨头。他年轻时生龙活虎，如今怎么会这样？他是为我累病的，还要累死吗？我不敢往下想……

“一日，左邦精神好点，抓住我的手，目光好温柔。他轻轻说：‘湘君，不用怕，已经这样了，就这样吧。我这一生值得，因为我们在一起了，不容易啊……’他最后那声叹息，真长……”

我的喉咙被无形的东西堵住了。我不敢看她的脸，那张泪水浸泡下的农妇的脸。我也无法安慰她，只是更紧地揽着她。

“要是左邦不和我结婚，可能不会死那么早，他太累

了。他才四十八岁啊！他还跟我说，万一他死了，让我去一趟共大，看能否作为曾经教师的遗孀领点补助……”

“简老师肯定希望你过得好。我记得上体育课时，简老师看你的眼神就不一样。我没想到你们在谈恋爱，但现在我知道那时你们是幸福的。”

湘君渐渐平静下来，我们的嘴角都第一次露出笑意，驱散了一点悲伤的气氛。嗨，青春往事，我面前风霜满面的农妇就是那曾经健美洒脱、吹着口哨的湘君。

“那时你还小，我也不知怎么跟你说。我跟简老师讲了我和辜立平的事，他觉得我太无辜了。于我，他是从一个知音变成了一个爱人。”

“孩子们都好吗？”

“两个儿子都很顽劣，读完初中后在家务农。家里情况也很困难。”

她说自己这次来就是想去共大找领导，看是否可以按照简老师的提示领到一点儿补助。

“可是共大早就撤销了呀！你到哪儿找去？”我着急了。

她怔住了。片刻之后，她突然大笑起来，笑声越来越骇人。我有些不知所措。幸亏一会儿后，这怪异的笑声终止了。

数月后，我收到她的来信，只是简单的几句感谢的话。

又是四十多年过去了，不知湘君是否还在人世。

（北极星序摘自《广州文艺》2023年第2期，本刊节选，李 晨图）



“正欲清谈逢客至，偶思小饮报花开。”这是陆放翁的一联诗。很多年前，在一家客厅的中堂对联读到它（后

查《剑南诗稿》，句为“正欲清言闻客至，偶思小饮报花开”），很喜欢，一下子便记住，至今未忘。

偶思小饮报花开，是想象中的境界，正要举杯小酌，花就开了，哪能这么巧？这不过是文学蒙太奇的笔法，诗意的渲染而已。但是，正在想能有个人一起聊天的时候，这个人如期而至，或不期而至，这种情形尽管不常有，总还是会出现。老话“说曹操，曹操到”，也有这层意思，只是没有这句诗雅致。而且，说曹操，可能只是一时说起，并没有想和曹操交谈的意思。

正欲清谈逢客至，这样的情景，是生活中温馨的时刻，是人生难得的际遇。

读高一那年，学校图书馆的高老师，突然来到我家。上小学以来，没有一位老师到我家来家访，高老师是第一位。

正欲清谈逢客至

◎肖复兴

学生去图书馆借书，填写书单，由高老师找好，从窗口借给学生。高老师允许我进入图书馆挑书，是破天荒的事情。由此，我对高老师感到亲切，她比我姐姐大一岁，我常想和她说说心里话，没想到她突然出现在我家的時候，我竟然说不出什么话了。

高老师知道我爱看书，特意到我家来看我。她不是我的班主任，没有家访的任务。当然，这也不是家访。家访不会让我感到那样亲切。

在窄小的家里，她看到我仅有的几本书，塞在一个只有两层的小破鞋箱上，委屈地挤在墙角。她当时并没有说什么。五十多年过后，几年前，我见到她，她才又对我说起这件事。我知道日后她破例打开图书馆的仓库，让我进里面挑书；我去北大荒前，从她手里借的好几本书再未归还，都和这个小破鞋箱有关。

父亲去世后，我从北大荒回到北京，待业在家，整天憋在小屋里。母亲说我跟糗大酱一样，都快糗出蛆了，劝我出去走走，找人聊聊天。

找谁呢？大多数同学还在全国各地的乡下插队。白天，大人上班，小孩上学，大院格外清静，我家更是门可罗雀。

一天，一个小姑娘来我家，她是邻居家的小孩，叫小洁，六岁，还没有上学。她把一本精装的书递给我，我打开一看，里面夹的都是花花绿绿的玻璃糖纸。她从书里拿出几张不同颜色的玻璃糖纸，对我说：“你把糖纸放在眼睛上，能看到不同颜色的太阳！”然后问我：“好玩吧？”我知道，她是想和我一起玩儿，一起说说话。

我问她：“你怎么有这么多糖纸呀？”她一仰头，说：“攒的呀！我爸妈过年给我买了好多糖。吃完糖，我就把糖纸夹在这本书里了。”说着，她让我看她的这些宝贝，书里面好多书页之间夹着一张或两张玻璃糖纸，每张糖纸的颜色和图案都不一样，花团锦簇，非常好看。我一页一页认真地翻，从头看到尾。

好多天，她都跑到我家，和我一起翻这本书，还不住地指着糖纸问我：“这种糖你吃过



找到话匣子

◎[加拿大]克萝尔·弗来明

◎袁 婧译

在谈话这条高速公路上，闲聊就像入口匝道。

进入高速公路的时候，需要通过一个入口匝道，这是一个相对安全的区域，你可以在此处加速，随后并入车流。你不可能在高速公路上一下子赶上别人的车速，就如同不可能与一个陌生人迅速展开深刻而有趣的对谈。

“上匝道”的概念可以帮助你理解这种随意的谈话——无目的的玩笑与仪式性的聊天——在这个过程中不断寻找双方都感兴趣的话题。这种看似空洞的聊天，实际上是微妙的社交试探。

闲聊不需要你做充分的准备，拿起稿子滔滔不绝地背

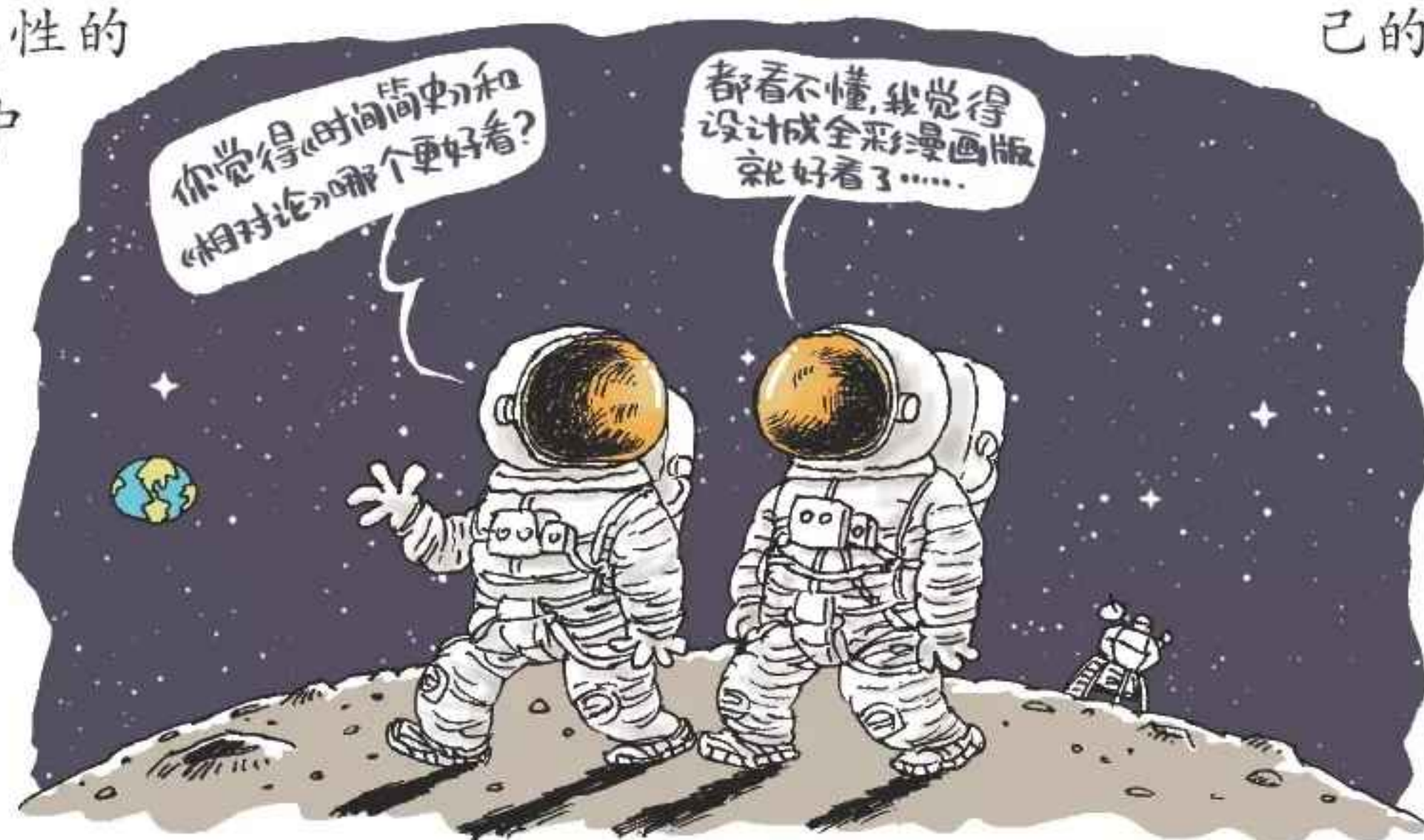
诵，而是需要轻松灵活，对谈话过程中出现的新鲜事物、新鲜观点做出反应。谈话开始时，每次讲话不要超过1分钟，如果对方转换了话题，记得放下自己的话题，投入新话题。倾听时，既要注意内容，也要注意情绪。愿意转换话题，沉下心来倾听别人讲话，这样才能发现你们有什么共同之处。

为了让聊天能够继续，你

需要投入精力、释放善意、分享信息，推动谈话进行下去。闲聊就是这样运作起来的。你需要踩下油门——抛出一个轻松的话题——让车轮转起来。就像在网球比赛中，打截击球要遵循一定的规则，需要双方配合；你需要以一种特定的方式将球击回，使对方再次击球。

虽然这样打不能直接得分，但是你可以观察对方的球风和技巧（截击球不能达到直接得分的目的，但打这样的球并非毫无目的）。同样地，在闲聊的过程中，你需要发表自己的看法，对方才有机会回应。闲聊正像是截击球，是一种安全而稳妥的试探，给双方一个热身的机会。

（秒差距摘自广东旅游出版社《“没话找话”指南》一书，小黑孩图）



吗？”我逗她，摇头说：“没吃过。”她就说：“等下次我妈再给我买，我拿一块给你尝尝。”

几年后，我搬家离开大院前，小洁跑到我家，要把这本夹满糖纸的书送给我。我连忙推辞。她却很坚决：“我爸妈总给我买糖，我的玻璃糖纸多的是！再说，我看出来了，你喜欢这本书里的诗。”说完，她俏皮地冲我一笑。

这是一本诗集，书名叫《祖国颂》。

父亲是某日清早到前门楼子后面的小花园里打太极拳，一个跟头倒下，突然走的。那时，我在北大荒，弟弟在青海，姐姐在内蒙古，家里只有母亲一个人，孤苦伶仃，束手无策，正想找个人商量一下怎么办理父亲的后事，焦急万分。就这么巧，老朱恰逢其时地出现在我的家里。

老朱是我的中学同学，我们一起到北大荒同一个生产队。他休探亲假回了北京，假期

结束，已买好第二天回北大荒的火车票，临行到我家来，本是想问问我家里要不要给我带东西，没想到面对的是我母亲泪花汪汪的老眼。老朱安慰我母亲之后，立刻到火车站退了票，回来帮助我母亲料理我父亲的后事，一直到我从北大荒赶回北京。

是的，这一次，不是我在家里正欲清谈而恰逢客至，是我的母亲，是比清谈更需要有人到来的鼎力相助。那一天，老朱如同从天而降般突然出现在我母亲的面前，现在回想起来，简直比书中或电影里的巧合还要不可思议。但是，就是这样：一触即发之际，才更能显示客至时情感的含义；雪中送炭，才让人感到客至时价值的分量；心有灵犀，才是放翁这句诗“正欲清谈逢客至”的灵魂所在。

（卧龙城主摘自人民文学出版社《肖复兴散文》一书，张伯陶图）



为什么流行曲大多诞生在夏天

◎张小羈

为什么四季之中，夏天可以有这样的礼遇，流行歌曲专门为它而作？每年夏天大量蹦出来的这些流行歌曲又是怎么制作出来的？

如果你留意最近几年的流行歌，会发现每年夏天都至少有一首具有代表性的、脍炙人口的歌曲，这首歌就是当年夏天在大街小巷的音响中与一众歌曲厮杀完毕后的最终胜出者。

在这样一个融合了假期、爱情和海风等欢愉元素的季节流行起来的歌曲，很容易与其他流行歌曲区分开来，与夏天特有的热烈氛围相呼应，形成自己的体系。

根据流媒体音乐平台 Spotify 的调查分析，夏季推出的流行歌曲以欢快激昂的大调为主，节奏多为 4/4 拍，听起来活力四射，特别让人有随之起舞的冲动；自由活泼，有一种“被风吹过的夏天”的清新感觉。

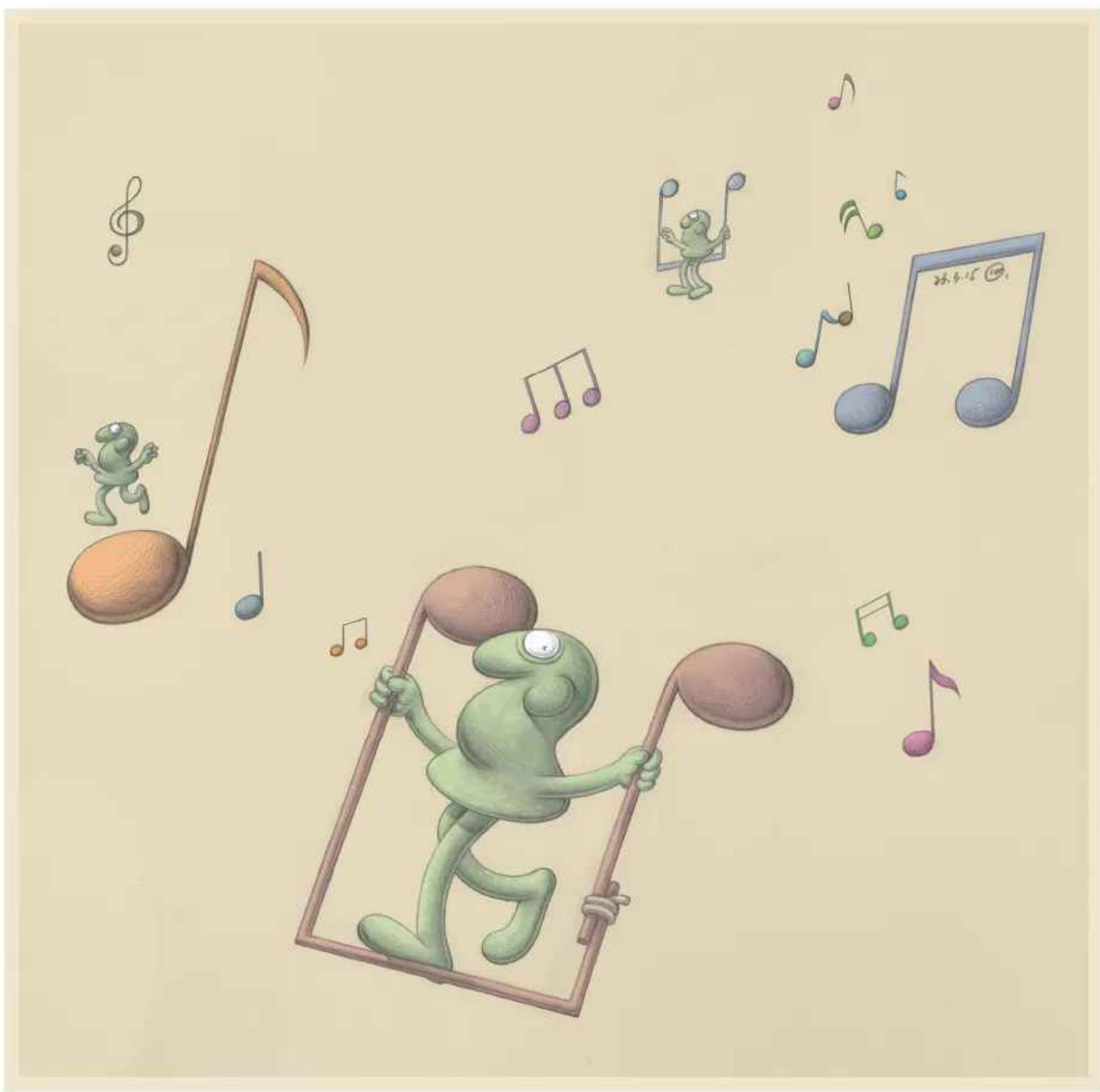
而近年来，因为这样的歌曲越来越受欢迎，一到夏天，音乐公司也密切关注着流行歌曲的动向。各类排行榜在 5 月就已经开始统计和发布，摩拳擦掌地准备记录接下来这几个月的歌曲拼杀过程。电台也在紧锣密鼓地张罗，计划播哪些歌曲，发布哪些备受关注的新闻。

唱片公司更是注重夏季新歌的制作——近年来，10 首最热门的夏季新歌中，有 8 首在 4 月份或者更早的时间就推出了。

但是，瞅准夏天推出特定风格的歌曲，这个概念是怎么形成的呢？

事实上，季节性大热歌曲的雏形在唱片业刚开始形成的时候就有了。1914 年，一首爵士乐 *By the Beautiful Sea*（《在美丽的海边》）

在当年夏天十分流行，并成为了一种标准——此后，主题是在海风中嬉戏游玩的歌曲总会周期性地出现。而我们现在说的夏季流行歌曲要追溯到 20 世纪 50 年代中期，那时体积较小的晶体管收音机开始普及，青少年也逐渐成为收音机的主要消费人群。到了 60 年代，包括“海滩男孩”在内的当红歌唱组合在创作歌曲时，敏锐地捕捉住了青春、自由和浪漫的气氛。从那



时候起，电台和音乐产业逐渐开始重视夏季流行曲这一音乐现象。

人们之所以对这些歌曲异常着迷，除歌曲中的气氛感染人之外，夏日流行曲总能让人们回忆起一段青春往事。可以说，每一代人都有一首伴随自己走过大好青春时光的歌曲。

时至今日，被广为传唱的夏日流行曲早就不是艺术家们灵感迸发、偶然创作而成，更多的是唱片公司在套接近标准化的流程中制造

哈佛商学院教授克莱顿·克里斯坦森在《你要如何衡量你的人生》一书中说：人对自己一生的规划，无非是周密战略和应急战略结合的产物，关键是要走出去，并行动起来，一直到你明白应该将自己的聪明才智、兴趣和重点放在哪里。当你真正找到了适合自己的事情，再将应急战略转化成周密战略。

考研究生是周密战略，一个从天而降的实习机会则是应急战略。取得工作考评的A+是周密战略，一个轮岗的机会则是应急战略。一个人的成长，不能够只依靠前辈的经验和父母的劝告，也不能够只按照自己预想的轨迹进行。生活太复杂了，在想明白很多问题之前，你已经被命运推着走出了门。

不要拒绝意外，因为意外是你与世界互相试探的机



杠铃策略

●陶瓷兔子

会。你要走出去，去感知、尝试、体验，才能明白自己跟这个世界的合拍之处在哪里，而这些，不是仅仅凭借坚持“周密计划”就可以达到的结果。

那么，让我们进入下一个问题：如果我接受所有的“意外”，那我会不会因为在尝试上花费太多时间，而成为一个一事无成的人？

提出这个问题的人，叫

纳西姆·尼古拉斯·塔勒布，他是“黑天鹅理论”的集大成者。在写完《黑天鹅》一书之后，他又在《反脆弱》一书中提出了对抗“黑天鹅”影响的方法。“杠铃策略”则是其中很重要的原则。它的原意是同时采取两种极端行动，以健身为例，杠铃策略提倡在极限运动之后毫不费力地散步，而不是一直保持中等水平的运动量。

我们将这个理论融入周密战略和应急战略中，可以得出这样的结论：在大多数的时间或精力投入中，采用能够抵御负面风险的周密战略，维持并改善自己既定的选择；同时，拿出较小的一部分时间或精力，接纳突发的应急战略，进行大胆的探索 and 尝试。

（杨子江摘自微信公众号“兔子和七天的桃花源”）

出来的。

有趣的是，在互联网普及的今天，虽然人们可以在网上方便快捷地接触到海量的、各种流派的音乐，但大家对流行歌曲的喜好是空前的。试听和购买量最多的歌曲都与流行歌曲排行榜上的歌曲相一致，而这些歌曲其实是通过类似工厂流水线的方式制作出来的。专辑的音乐制作人准备好和弦进程、歌曲节拍，以及电脑合成的各种乐器的电子音色，而负责写歌词的作词作者要在录音棚里构思出基本的旋律、歌词，还有歌曲中各种出彩的“钩子”——它们让歌曲更容易被人记住。

它们大多由机器制造出来——有章可循的节拍、循环和合成音。再加上自动调谐程序校正音准，最终成形的歌曲几乎没有瑕疵。

通过这种标准化流程制作出来的歌曲也很容易闹出两首歌高度相似的乌龙。2009年，碧昂斯和凯丽·克拉克森同时推出新歌，前者的 *Halo*（《光环》）在4月上榜，后者的 *Already Gone*（《爱已成往事》）在8月上榜。两首歌都是基于同一段主旋律创作的，但两位歌手并不知情。出现这种状况的主要原因是这段乐曲的制作人将其同时发给了不止一位词曲作者。

在这种情况下，夏日流行曲渐渐成了满大街传唱的“口水歌”。每年夏天，流行曲的厮杀再激烈，到了下一年的夏天又是“长江后浪推前浪”了。这年头，流行音乐也是快消品。

（格里历摘自《深圳青年》2022年第11期，刘宏图）



有一年

● 天 然

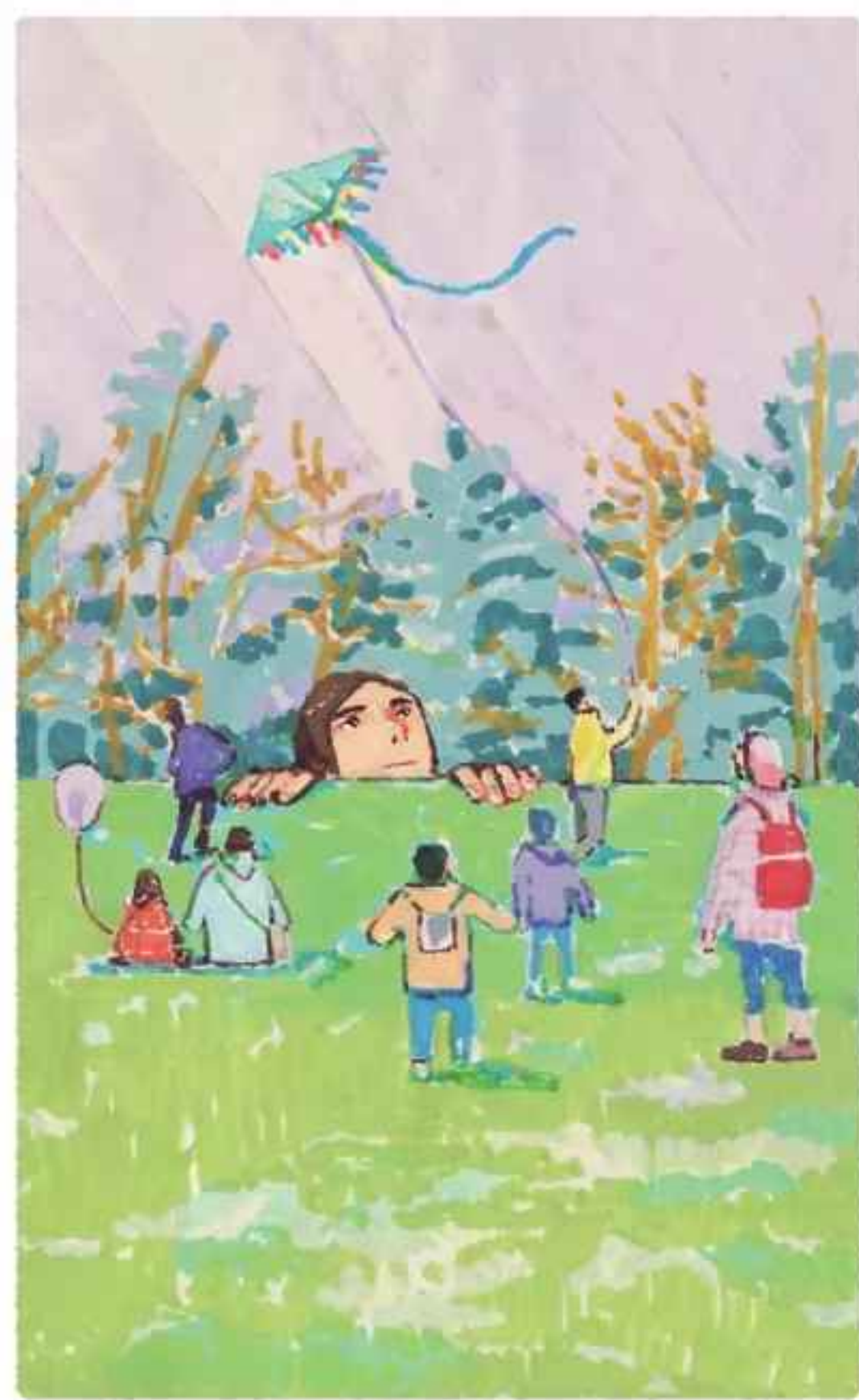
(选自湖南文艺出版社《有一年》一书)



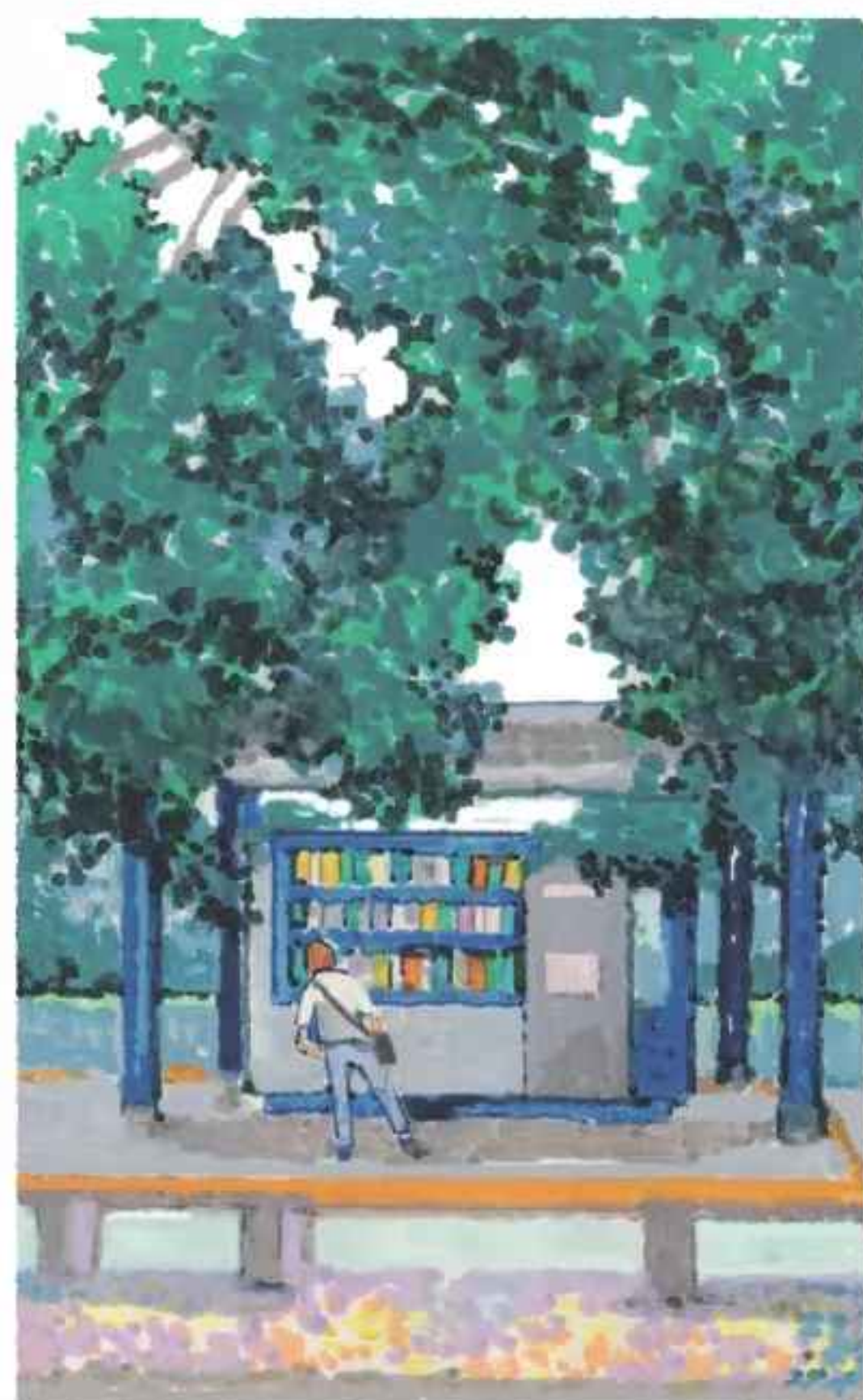
二月二十二日 我、你和他，同处一条长河



二月二十四日 等我们老了，也去海边『钓』起太阳



四月九日 晃着腿，读着书，吹着风，大盆栽里的摆件们懒洋洋



九月二十日

有些很重要的书，不能落入人类的手中



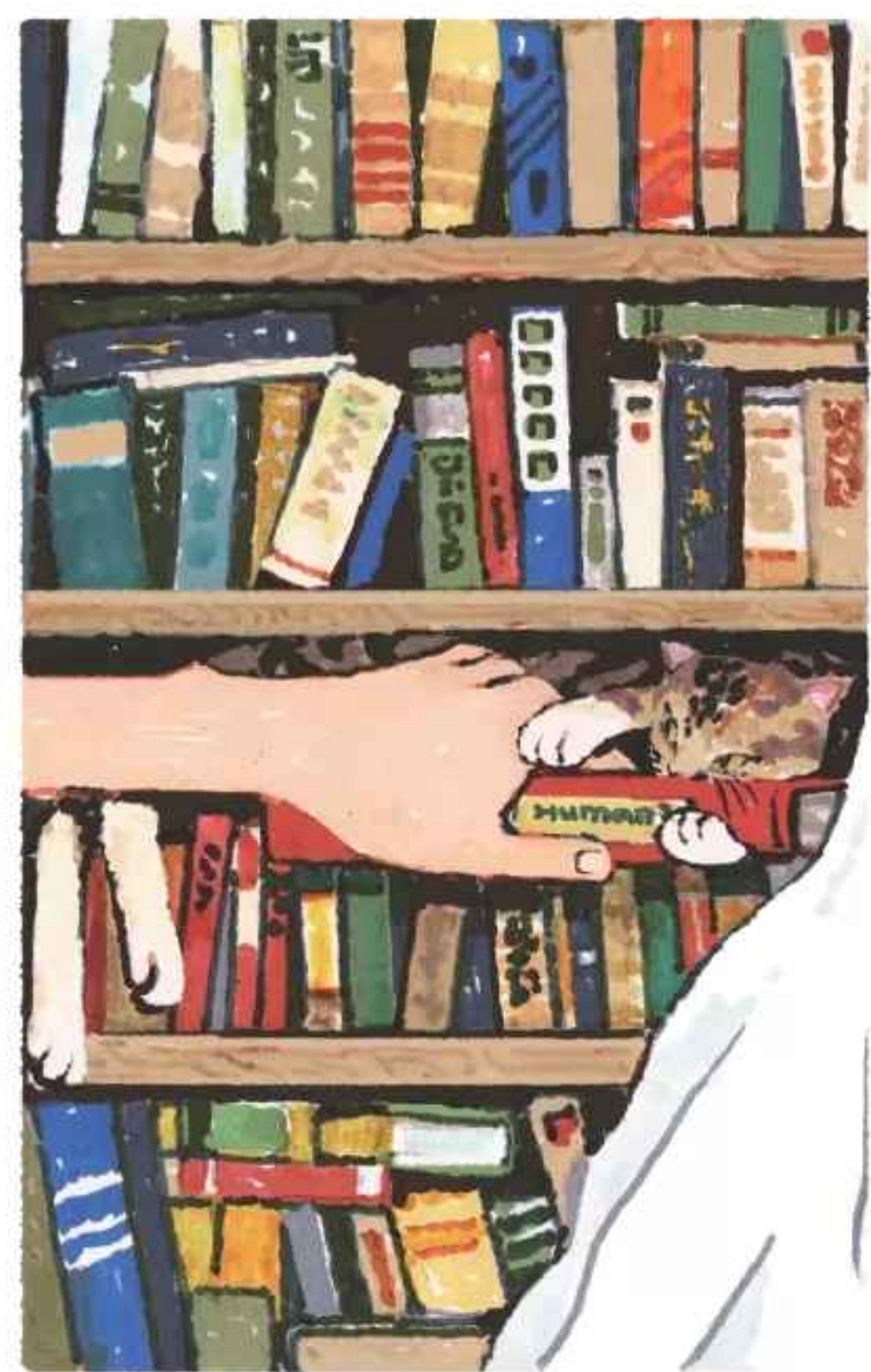
十月二十九日

饭后



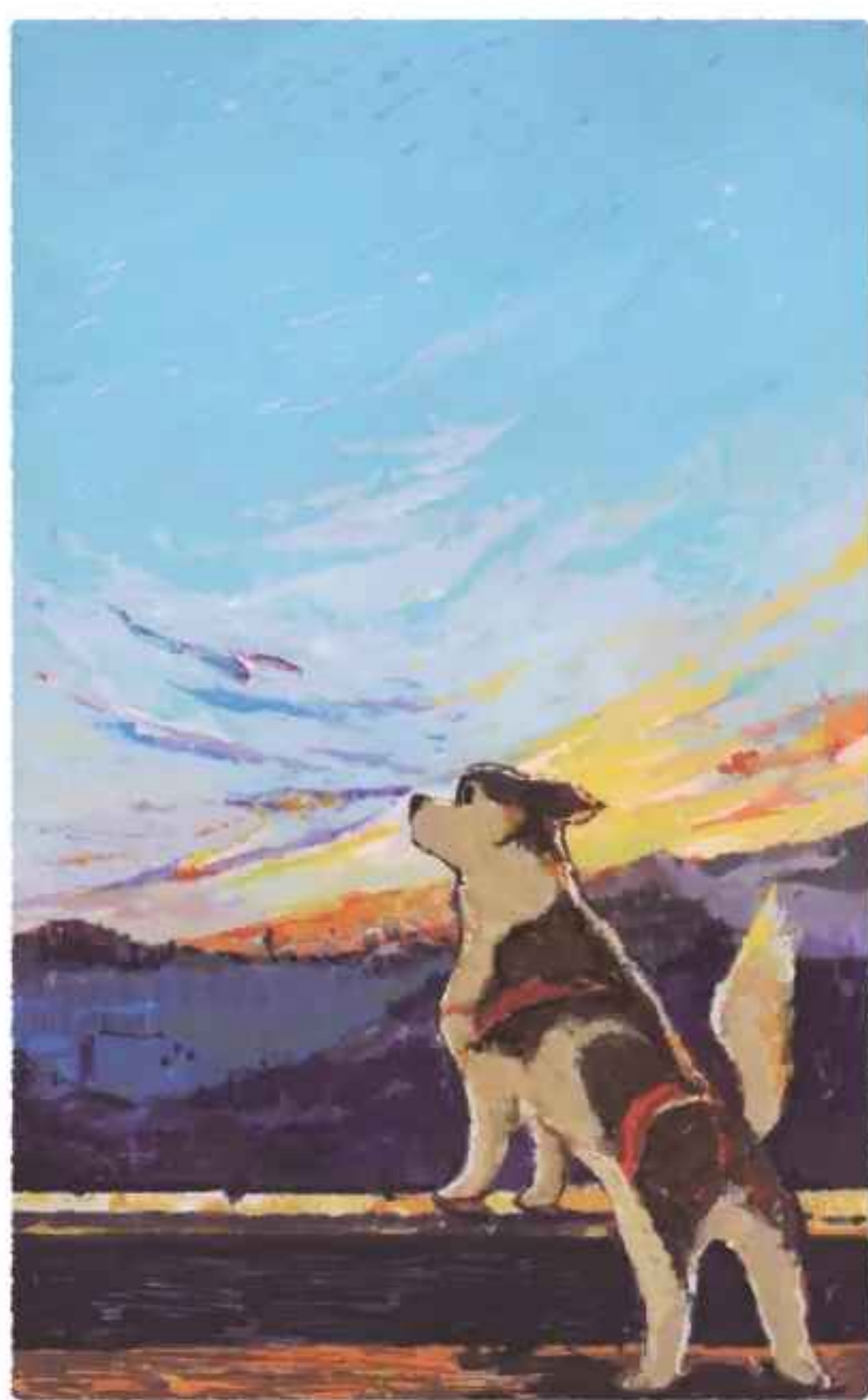
十二月七日

初雪中拓下金色的脚印



四月二十三日

普通小狗喜欢看我们，诗人小狗则沉浸于仰望天空



五月一日

迎春风直上，与五月齐飞



七月十五日

城市的边边角角，泄漏了调皮的颜色





四季院里迎春花开的时候，小迎住进了病房，认识了那个与众不同的小护士湾湾。

大家都说湾湾嗓门儿大，心眼儿粗，虎背熊腰力气壮，唯独笑起来时眉眼弯弯的样子温柔些，怎么能当好一名贴心的护士姐姐呢？小迎偏和湾湾护士合得来，去哪里玩儿都拉着湾湾，憋在心里的悄悄话只会和湾湾讲。看两个人每天又笑又闹，好不欢快，小杨主任便索性让湾湾当小迎的专属护士。

小迎初到医院，拘谨了几天，可爱玩儿的心总是关不住的。小迎趴在窗边往楼下望一

四季

●赵清西

眼，悄悄苏醒的小院子里，黄澄澄一片，粉雾雾一团。小迎拉着湾湾下楼，撒欢儿地跑来跑去，瞧到这儿有一簇花骨朵儿，瞄到那儿有一片葱葱的绿芽，一阵阵惊叫与欢笑吹拂过每一点绿意。小迎抓着湾湾的手，蹦啊，跳啊，笑得合不拢嘴，湾湾也乐得欢快，明亮的双眸被挤成两道弯弯的月牙儿，小船般四处荡漾着。

柔柔的春风暖了起来，小迎脱下了御寒的外套。湾湾拿来自己上学时摆弄的相机，让小迎端着去拍照，美其名曰要带着小迎去“格物”。小迎欣然接受了这一新鲜事物，挂着

相机跑来跑去，拍那一抹鲜艳的朝霞，拍那几朵奇形怪状的云，拍那雪白花瓣掩着的金黄花蕊，拍尖叫着大笑的湾湾，拍紧皱眉头的小杨主任……

时光流转，花开花谢，天空中挂起了夏日专属的火红骄阳，院子里浓郁的绿被炙烤得“汗流浹背”。走廊冰凉的金属座椅上，小迎也是满身汗珠。刚还在治疗床上痛苦呻吟的人儿，任别人怎么劝都摇着头，坚决不肯坐轮椅。湾湾只好扶着小迎回病房。刚慢吞吞地挪动了几步，小迎便颤抖不止，冷汗连连，却依旧倔强地撑着湾湾的胳膊迈开下一步，再下一步……

蝉鸣一声赛过一声高，小虫把全部生命都注入了这激昂的歌声。小迎倚着湾湾从树下慢慢踱过，蝉鸣寂静片刻又轰然炸响。小迎眯起眼睛抬起头，随即瞪大了眼睛，举起相机，镜头框住棕黑树干上一个浅黄的、反射着明亮阳光的透明壳体。那是一只蝉蜕下的外壳，那曾是保护柔软躯体的温床，也是证明另一段生命轨迹诞生的勋章，是生命力狂涌之时的瞬间定格。小迎盯着那薄薄的蝉蜕，久久未动。

不经意间，再抬头看，浓郁的绿盖变成了橙黄相间的灿烂烟火，一个个树冠绽放在朗朗秋日。小杨主任坚决不允许小迎再耍小孩子脾气，小迎坐着一声不吭，用沉默对抗。湾湾急得满头大汗，却也只能用臂膀围着连站都站不起来就想走路的小迎。小迎靠着墙，扶着上面的扶手，一步一步拖着



自己往前挪动，豆大的水珠溅落在地板上，拍出朵朵水花。细看之下，满额的细汗未洒，小迎的眼眶已悄然泛红。她被湾湾强拽着坐下休息。小迎贴在椅背上，双手紧紧抠住椅边，冷汗就像正当季的韭菜，割掉一茬再长一茬，怎么也擦不完。无声的泪珠再度滚落，小迎抬手揉了揉脸，依旧不动声色地靠着椅背。湾湾看过不少病人在化疗室里哀声呼号，这个独一无二的女孩，让她有些手足无措。

看着窗外的秋景，小迎想起了桂花，桂花也许已经开了。她推开窗户，一阵风吹来，送来了楼下的桂花香，熟悉的香味沁人心脾。小迎不禁想象着那一颗颗小金粒，“啪”的一声打开拳头，如同四射的阳光般，香气四散。小迎跟湾湾撒娇，湾湾找小杨主任求情。小杨主任大喝一声：“不行！”可她被湾湾可怜兮兮的眼神盯得如坐针毡，语气软下来，“她想看你就去院子里折一枝给她呗！”“不行！小迎要看桂花树！”小杨主任妥协了。小迎被裹得严严实实，脚抬不起，腰弯不下，被湾湾搀着，一步一顿地走到桂花树下。一颗颗金色的桂花粒蜷缩在枝丫里，涌出一片浓郁的香。冷风吹来，枯黄的柳叶扑棱棱飞过，小迎顺势抓住几片，塞进了衣兜。

中午，趁湾湾午休，小迎慢吞吞地摸到湾湾床前，从兜里掏出两片细细的柳叶，小心翼翼地盖在湾湾的眉毛上。小迎压着笑声，仍笑得浑身发

颤，好不容易稳住手，拍下了一个有着动人“柳眉”的湾湾，定格了这个秋天的记忆。

天渐渐冷了，小杨主任对小迎下了禁令，不能随意走动。湾湾最先坐不住了，她几乎“搜刮”了整个医院，把同事桌上养的那些花里胡哨的多肉，活力四射的绿萝、吊兰等植物通通借过来，全部搬进了小迎的病房。第二天，小杨主任把家里一株最宝贝的四季菊也搬了进来，小迎的病房顿时生机勃勃。小迎坐在床上道谢，笑得眉眼弯弯，眼眸亮得好似小太阳，闪闪发光。湾湾满足地看着小迎的笑颜，笑着笑着，脸上那两个小月牙儿竟慢慢找不到了……湾湾顶着通红的眼眶跑回了值班室。

时至深冬，大团大团的雪花自空中砸落，寒风呜咽徘徊。湾湾每天来拉窗帘，打热水，不管到得多早，总能看见小迎弯着眉眼冲自己笑。湾湾心里清楚，小迎已经疼到睡不好觉了。日渐增加的医疗设备几乎盖住了床上的小小身体，小迎的笑容被遮在了呼吸面罩的下面。

三九严寒过去了，天气在不经意间开始回暖，虽然数据显示小迎的病情依旧不太乐观，但看到她的精神逐渐饱满，大家都默默松了口气。湾湾看到小迎的眼睛在向自己说话，她自然知道小迎想干什么，可她惦念着小迎的病情，心中纠结。

这天下了一场大雪，很美。没有风，雪花落得很慢，静静地，悄悄地，一片一片覆

盖了地面。小杨主任叹了口气，同意了湾湾的再一次请求。她们推开一个个沉重的仪器，把小迎扶起来。湾湾耐心地给小迎套上一件件厚衣服，披上围巾，戴上帽子。倔强的小迎没有力气挣扎，她被抱到了轮椅上。湾湾推着她出了病房。

她们在医院的走廊里，小迎仰起小小的脑袋看着一片片纷飞的雪白的花儿，描摹出天地万物的轮廓。湾湾轻笑一声，小迎抬头一看，湾湾的眉眼间飘落了一片雪白，倏忽化为透明的水珠。一些雪花偷偷飘进来，在地上堆积起一层薄薄的雪被。

湾湾见小迎看得欢喜，便拽下小迎的一只手套，牵着她的手，接住一片雪花。“看呀，冬天的雪，多漂亮的花儿。”小小的雪花轻轻飘进掌心，精致的六边形，每个棱角都生着如蘑菇菌丝般纤细柔软的雪白触角，未及端详得更清楚些，它便化成了冰凉的水珠，顺着掌纹滑下。小迎打了个寒战，那冰凉的触感，仿佛滴在她的心尖，带来了整个冬天的惊喜。小迎从来没有看见过这么美丽的雪花，动人心魄。

小迎歪了歪脑袋，靠在湾湾的肩膀上。水珠砸在地面上，润湿了薄薄的“雪被”，那是湾湾的眼泪。两个人静静地看着空中那一片雪白，谁都没有再说话……

(刘璇图)





晚上8点，我在校门外等她。雨忽然下起来，越下越大，哗啦啦地拍打着学校门口的顶棚，本来干爽的地面，一时半刻便水流成河。我准备打电话让她先避一下雨，她却已经出来了。

她是守约的孩子，怕我在外面等久了，便急匆匆地跑出来。她也是周全的孩子，在雨季总是随身带着伞。但是这雨实在太大了，从教室到学校门口这短短的一段路，她的运动鞋已经进水了。

我把伞偏向她，她马上推了过来：“我的鞋子已经湿了，就不管它了。妈妈，你不要把鞋子踩湿了，会冷的。”

到家后，我的鞋里仍然干爽，她的袜子全部湿透了。她的双脚冷得像冰，在热水里泡了好一会儿才缓过来。

我应该会一直记得这个细节吧。记得一个春寒料峭的雨夜，女儿穿着湿透的鞋子，把雨伞推向我这边。

在我的写作课上，班长宋丹写过一篇文章，描述她女儿上小学时，有一次她去学校给女儿送饭，将车停在离校门口三四百米的地方，正准备下车，突然下起了雨。她在车里找了半天，摸到一把伞，慌慌张张地冲下车，把伞和饭一起

递给在屋檐下翘首以盼的女儿，让她赶快回教室趁热吃。谁知女儿一直磨蹭着不走，反而奔了过来：“妈妈，这雨不知道下到什么时候，我把你送到车上再回去吧！”小小的女儿撑着伞，把猫着腰的她送回车里。关上车门的瞬间，她的

们会抱怨、会挑剔、会觉得理所当然的准备，他们却流露出意料之外的爱和关怀，瞬间将我们击中，于是艰辛尽洗，余生可期。

前些日子，一个朋友向我倾诉，说孩子成绩不好，她很着急。

我问：“除了成绩，孩子其他方面怎么样？身体好吗？心情好吗？喜欢上学吗？”她说：“其他都很好，吃嘛嘛香，倒下就入睡，脾气好，取快递、跑腿这些体力活全是他干。人缘也好，班上同学都喜欢跟他玩。他很喜欢上学，每天都去得很早，就是成绩让人恼火！”

“那你有没有想过，万一他成绩好了，其他的却不那么好了怎么办？比如学习的压力大了，睡眠可能变差，脾气可能变坏——你是想要一个这样的孩子呢，还是更喜欢现在这个虽然成绩不怎么样，但是健康又开心的孩子？”我又问她。

她想了想，说：“这么一想，我觉得他现在的状态挺好的。我应该看到他的好，不应该只盯着他不够好的地方。”

这个孩子，成绩也许有一天会提高，也许不会。但那又怎么样呢？他仍然是个好孩子，有一天站在别的赛场上，



看见生活的甜

◎汤馨敏

泪几乎掉下来——女儿本可以急匆匆地去吃饭，甚至还可以抱怨妈妈到晚了，但是女儿没有，女儿心里惦记着：妈妈怎么回去？妈妈会不会被淋湿？

每个妈妈都有这样的时刻吧？当我们与生活苦苦缠斗，当我们在不同的门外等着性情各异的孩子，当我们做好了

年届七十的阿秋，决定出售居住多年的三层住宅，和夫婿搬到仅有三个房间的公寓去。

别人都觉得阿秋的决定有些突兀，可深思熟虑后阿秋却冷静地告诉我，她是在为“移居到天堂”做准备工作。

阿秋回忆，她的老父独居洋楼多年，五年前撒手尘寰，留下满坑满谷的遗物。她花了足足大半年时间整理这些遗物，许多有纪念价值而没有实际用途的东西，不舍得丢，留着又找不到空间储存；她就坐在那一堆堆“宝物”当中，在取与舍之间不断地琢磨，痛苦不堪。

有过这种切身的体验，阿秋不愿意让她的一双儿女在未来也承接这个沉重的“包袱”。所以，未雨绸缪，自行处理“未来的遗物”。阿秋表示，由面积宽敞的住宅迁往空间狭小的公寓，主要是想借此机会进行大刀阔斧的“割爱”——一切全凭自己的意愿处理，不必顾及

任何人的感受。

历时半年，阿秋终于把一切处理停当，如释重负。

这天，坐在布置简约的公寓里，阿秋的心境好似山泉般澄亮明净，她欢喜地说道：“人生，其实简单。为人儿女时，不要拖累父母；为人父母时，不要拖累儿女。到了古来稀之龄，努力保持身心健康，让生活极致简化。当最后的约会来临时，挥一挥衣袖，不带走一片云彩。”

（月亮狗摘自《羊城晚报》2023年2月12日）

未来的遗物

●尤 今



书籍是巨大的锚

●黄 成

如果你热爱一个地方，那么，你会愿意在那里放上几本喜欢的书，最好是复本。这样，不管在哪里，你都有属于自己的小宇宙。

如果你热爱一座城市，愿意在那座城市终老，那么，你会愿意，在这座城市的某个角落，打造一个属于自己的房间，并且，用书籍装满它。

反之亦然。当你一心想要逃离一个地方，首先，你会搬走之前带来的书，哪怕最终只能妥协。当你感到书房是巨大的负担，那是因为

你觉得自己因此而无法在一座城市里自由流动。

书籍是巨大的锚。而你的整个人生，就是一艘大船。你需要巨大的锚，来稳定自己的坐标，抵挡狂风和暴雨的来袭；你需要巨大的锚，来保持内心的静谧。

但是，一旦抛下这巨大的锚，你会发现，要收起它，是多么困难。

（层林染摘自浙江大学出版社《书籍的隐喻》一书）

他的温厚自会呈现它的价值。站在他的角度来看，现阶段比成绩更重要的事，是妈妈对他这个人的爱，而不是对学习成绩和一切外物的爱。他感受到爱，内心深处就会生出安全感

和价值感，生出扎实的力量，才有持续绽放的可能。

我们要看见孩子的好，看见生活的甜，这是世间的甘露。

看见是不容易的。它需要一颗澄澈的、没有杂质的心。

你看见了这短暂的安慰，也就能循着这丝丝缕缕、络绎不绝的希望，穿越漆黑的长夜和无尽的荒凉。

（赫 罗摘自微信公众号“汤馨敏”，雨 柰图）



●范雨素

我从来不觉得自己是个作家，我觉得自己是撞大运了。我属于那种从农村出来的普通女性，懵懂、惊惶、倔强、坚韧。20岁时，我刚到北京，那时候整个人是混沌的，什么也不懂，有一种天然的自卑感，觉得自己不如城里人。

我这一辈子都糊里糊涂地活着，麻木地赚点儿钱，养活自己和孩子。2012年春节，我和孩子在一块儿看春节联欢晚会，其中有一个小品叫《荆轲刺秦》。第二天，我跟孩子说，根据这个小品我能写一部小说，你看你舅爷爷是不是跟项羽一模一样。孩子说，是啊，舅爷爷简直跟项羽一模一样。

2014年，我参加了文学小组，开始写一部科幻小说。等到2017年，我凭借《我是范雨素》成名，仍然没有写完这部小说。成名后，我辞掉了月薪6000元的育儿嫂工作，每天上午去做家政工，下午和晚上读书、写作。

忽然间我给自己定了一个目标——要写好这部小说，不管能不能出版，能否赚到钱，我都要做好这件事。虽然每天箪食瓢饮，吃得特别差，住得也特别差，但因为有了目标，就有盼头，有精神头了。

我们都知道生存是第一位的，为什么还要做这些风花雪月的事？我觉得这跟人的生命有限是有关系的。我们文学小组有个家政工朋友叫施洪丽，有一次去参观曹雪芹纪念馆，看到两棵古老的槐树，她感慨道：“这世界上的一切生命都是会消逝的，什么能让它们留下来呢？大概只有曹雪芹笔下那样的文字吧。”

我很清楚，我写小说，若弄不好，几年的时间都会白扔，也赚不到一分钱，那也没关系，扔就扔了。电影《寻梦环游记》里说，人



我写，我在

的死亡有3次，一次是呼吸停止，一次是葬礼，最后是你爱的人都离世或者把你遗忘了。但如果一个人有了文字，有限的生命就进入到无限的时空中了。

文学小组开办到今天，有好几百人参加。像北京这样的城市，免费的文学讲座非常多，但有时候我是不好意思进去的。我们的文学小组在皮村工友之家，不是什么冠冕堂皇的地方，甚至看起来破破烂烂的，谁都能推门而入。我们有一个微信公众号，有一本文学期刊，还有一间屋子当教室，这些跟工友的气质很吻合。大家觉得，这里真是一个好地方。

文学小组的老师都来自知名学府。张慧瑜老师坚持至今已有7年。在我和工友眼中，他做我们的老师是一件只有奉献，没有收获的事。因为有的工友要生存，连晚上上课的时间都挤不出来。在这种看不到成果的劳动中，慧瑜老师仍默默地奉献。这个世界因为有了这些奉献的人，而变幻出诗意的篇章。

我的工友们大都写自己的故事或者亲身经历的事情。我们写作的意义是什么？写作不会为我们带来名和利。有的人说，写作使我们被



范雨素(右二)参加皮村文学小组活动



苏轼的写字姿势

●刘 涛

苏轼传世墨迹大抵是小行书，天真烂漫。当时士大夫对其书法有非议，《山谷题跋·跋东坡水陆赞》中就有“左秀而右枯”，“作戈多成病笔”。“苏门学士”黄庭坚见过苏轼写字，认为是他“腕著而笔卧”所致。

“腕著”是手腕枕于桌面，这样枕腕作书，支点在腕，以指运笔，适宜写小字和径寸的字。写左边笔画部件，运指余地大，易得笔势。写斜捺，尤其戈笔，向下引笔受阻于“腕著”，不免横斜或短促，故“多成病笔”。但是，这也造就了苏字的特征：笔势左放右敛，姿态多横斜。所谓“笔卧”，指笔管倾斜而非直立。

李之仪曾入苏轼定州幕府，亦见苏轼写字之情形：“每属词，研墨几如糊，方染笔，又握笔近下，而行之迟，然未尝停辍，涣涣如流水，逡巡盈纸。或思未尽，有续至十余纸不已。”“握笔近下”指握笔位置靠近笔头，乃“腕著”的标配，宜写小字，可收运笔稳便之效。

黄庭坚还说过“东坡不善双钩悬腕”。苏轼执笔“不善双钩”，可见是“单钩”。其“腕著而笔卧”，正是单钩斜执笔的特点。我们知道，古人早先是单钩斜执笔，姿势如现代人握钢笔写字；中唐以后通行双钩直执笔，姿势如现代人握毛笔写



字。苏轼当年单钩斜执笔，未必知道此乃古法执笔。

苏轼对执笔有自己的见解，“把笔无定法，要使虚而宽”，而且服膺欧阳修所告“当使指运而腕不知”一语。

（洛 希摘自《读书》2023年第2期）

看见，使我们受到尊重；有的人说，写作使我和别人不一样了，使我在平凡的生活中有了非凡。每个阅读的人，都能提起笔来写作，文学梦是我们每个人心中隐秘的愿望。你具备了写作能力，你具备了表达能力，你被别人看见了，那你就不再处在阴暗的角落里，就没有人敢忽视你了。有一次，一个家政工跟我说，她写的一篇文章在微信公众号上发表了，她高兴得一夜没睡觉。她的文章被发表了，人生经历被看见了，哪怕发表在很小的微信公众号上，对她也是一种认可。

当然，我要感谢今天这个时代。如果没有互联网，我们就不会被那么多人看见。莫迪亚诺说，我们都是海滩人，沙子只把我们的脚印保留几秒钟。村上春树说，经过一段岁月之后，再以旅行者的身份去拜访一个曾作为居民生活过的场所，是一件相当不错的事。在那

里，你好多年的人生被切割下来，好好保存着，就像退潮后的沙滩上一串长长的脚印，十分清晰。苏东坡说，人生到处知何似，应似飞鸿踏雪泥。有个日本政治家说，活着，就要在地球上踩出一个个大大的脚印。

虽然科技日新月异，但能把信息保存得最长久的方式，还是古老的文字。我们写下文字，就是把海滩上的脚印做成了一件大地上的田园石刻，做成了一件与大地同样永恒的雕塑，它使我们的精神生命永恒。著述和繁衍是仅有的能对抗死亡的两种方式。

感谢万物互联的时代，使历史不再是帝王将相的家史，每个普通人都能写作，都能留下自己的文字，都能被看见。

我写，故我在！

（子午线摘自北京十月文艺出版社《久别重逢》一书）



电影院中，口述志愿者为视障观众讲解剧情

电影院的银幕上正在播放电影。帅帅坐在银幕旁边，手攥麦克风，显得有些紧张。他要把电影中的画面，用自己的语言描述出来。

电影中有一幕，一个人向另一个人开了一枪。帅帅对这一幕很熟悉，连子弹打在人胳膊上的位置都记得，但他还是不小心脱口而出：“开了两枪。”

一声枪响。过了几秒，他用余光扫过观影席，下面坐着

40多位视障观众。不出意外，他们中的一些人面露疑惑，等待着第二声枪响的来临。

“搞砸了。”帅帅为自己的口误心生懊恼。但电影没有暂停，一段对白结束后，他还要集中精力接着描述电影画面。他没有时间沉浸在懊恼中。

做口述志愿者的一年里，帅帅一共讲了7部电影。很长一段时间里，每到周六，他就会前往云南昆明一家名叫“心灯”的盲人电影院，接待四处而来的视障观众。

视障人群如何看电影？帅帅觉得，视障观众与普通观众在观影时最大的区别，就在于多了一位像他这样的口述者。他们的任务是在不影响电影原本的音效及台词的情况下，为观众描述电影的画面。

在一些视频平台上，也能找到提前录好口述内容的“无

电影院里的光

●西瓜季节

障碍电影”，但是数量比较少。心灯电影院采取的方式是实时口述。对口述者来说，这就像一场长达几小时的“现场直播”，他们需要在把握电影节奏的同时，尽可能地提升观众的体验感。

口述者在很大程度上影响着视障观众的观影体验。对主要通过听觉获取信息的视障人群而言，电影演员能把台词说清楚是一件非常重要的事。所以，做一名称职的口述者，对帅帅来说也极为重要。

在拿起麦克风进行口述之

前，帅帅会先给电影里每一处需要解说的画面写“逐字稿”。一个片段写完，再将其重播一遍，对着画面念一遍稿子，判断口述内容的时长是否合适。一部时长2个小时的电影，顺一遍要花8个小时，最终写好的“逐字稿”字数过万。

同为口述志愿者的赵戳儿，则擅长使用视频播放软件的“后退15秒”键，在口头上一遍遍地打磨自己的语言。一些视障观众可能不太理解不同的颜色到底是什么样的，所以，在一部电影做准备时，赵戳儿挨个儿把“金色的阳光”改成“阳光”，对“镶了一条金边”的描述也做了处理。

一周内，赵戳儿把电影《归来》看了近30遍。最后，她的嗓子哑了，口述的肌肉记忆也形成了。

尽管如此，电影的口述现场还是会发生意外情况。

有一次，帅帅看电影看入迷了，忘了开口描述画面。电影都切换了好几个画面，他才回过神来，所幸自己的失职没有影响观众对剧情的理解。

赵戳儿第一次讲《归来》时差点哭出声。电影讲了陆焉识在离家多年后，和早已因病失忆的妻子重逢的故事。影片里，妻子终于认出陆焉识，她抬起手，放在正在弹钢琴的丈夫的肩膀上，琴声戛然而止。赵戳儿形容这个动作时，用了两句“轻轻地”，一声比一声轻柔，仿佛两片羽毛从空中飘落到草坪上——就像陆焉识和

妻子，两个人终于在大地上重逢。

她留意到坐在前排的一位老爷爷，身体前倾，一动不动。他睁着眼，泪水却止不住地从眼眶中溢出。这部影片打动了她，或者让他想起了往事。

赵戳儿被这一幕惹得要啜泣。她强忍着泪水，继续往下讲。但她心里清楚，在听觉灵敏的视障朋友们面前，她声音里的情绪波动，怕是早就被听出来了。

“盲人朋友们大老远地跑来，一周就看这么一场电影，总不能让他们失望吧。”赵戳儿说。

来看电影的观众年龄大多在50岁以上。有人坐十几站的公交车来看电影，还有人跨县、跨区，坐几个小时的客运班车来看电影，看完又急匆匆地赶回去。

对习惯了打开购票软件，就能在方圆几公里内定位好几家影院的普通观众来说，花这么大的代价看一场电影似乎有些难以理解。尤其是在网上可以收听无障碍电影的情况下，他们为什么愿意花费时间跑这么远的路程，聚集在这里？

在帅帅最喜欢看到的场景中，这个问题得到了解答。

电影开场前，视障观众被带进电影院，需要找个位置坐下。但大多数时候，他们不会随便找个座位，而是会接过志愿者递来的麦克风，大声喊出想找的那个人的名字。接着，就会在某一排座位中蹦出同样响亮的一声：“我在这儿！你

过来！”

和相熟的朋友坐在一起后，他们会拥抱一下，聊聊家常，说一说过去一周发生的事。大家都特别开心。有人还会特意提前到场，就为了能和朋友多聊一会儿。

“这个场景让我想起小时候上幼儿园的感觉。”帅帅笑着说，“小朋友在家休息了一个周末后，周一又能回到幼儿园，见到自己的好朋友。又能抱在一起，说说笑笑，把周末发生的趣事跟对方讲一遍。”

这样的“幼儿园时刻”，我们每个人都经历过。只是，对视障朋友们来说，这样的“幼儿园”很难得。

把电影院当作一个“幼儿园”，他们在这里找到朋友，也缔结了紧密的关系。

帅帅还记得，他讲电影《我的姐姐》时，坐在前排的一对姐弟手挽着手，泪如雨下。

姐姐58岁，戴上眼镜能勉强视物，56岁的弟弟是全盲。每个周六，姐姐会搀扶着弟弟一起来电影院。他们总是坐在最靠近银幕的位置。

他们并不是有血缘关系的姐弟，而是几年前在电影院结识后，才成为彼此依靠与帮衬的亲人。他们俩都独居，家也离得不远，姐姐常去给行动不便的弟弟做饭，或带着他出门逛街。除了看电影，他们还共同参加了合唱团，每周都会演出，生活很充实。

帅帅还提到他尊敬并喜欢的一位奶奶。奶奶74岁了，总是穿着一身旗袍，戴着墨

镜，一个人出门坐公交车，也会一个人默默地坐在电影院的最后一排。

帅帅去过一次奶奶的家。独居的奶奶招呼他坐下，利落地拿起水壶烧水，倒茶，又径直走到厨房切菜，准备做饭。厨房里，不同的调料瓶在瓶盖上有触感上的区分，灶台旁还放着一个抽屉柜，里面装着密封包装的米、面等，奶奶伸手一摸，便能取到。

她那么娴熟、自在，就像这个房间里的“国王”，房间里的每一件家具、每一个器皿，仿佛都心甘情愿地听她指挥，为她服务。

后来帅帅才知道，奶奶年轻时是一名舞蹈演员。之后她生了一场病，病好了，眼睛却看不见了。但她没有一蹶不振。全盲以后，她照样参加残联举办的舞蹈演出，参加歌唱比赛，还去看电影。在外地的女儿想接她一起生活，她拒绝了，说她能照顾好自己。

这样体面又有尊严的生活，呈现出一种“本该如此”的状态：无论是谁，都可以选择陪伴，或享受独处，都可以感受电影的美好，体验更丰富的娱乐生活。

在奶奶的客厅里，装饰不多的墙上贴着一张照片，照片中是奶奶年轻时候舞动的身姿。

应该是奶奶自己贴的吧，帅帅猜想，因为照片贴歪了。但是没关系，照片上的她，还是很美，很美。

（亦高吟摘自微信公众号“我要WhatYouNeed”）



回到种子

● 杨无锐

我读大学时，正赶上拉美文学流行的余波。半为猎奇半为虚荣，读了好多所谓“魔幻现实主义”的小说。当时受到的情感和智性的冲击，至今记得。比如，一部精巧的短篇《回到种子》，作者是古巴人卡彭铁尔。

小说没什么情节。开篇，又老又病的庄园主马尔西亚在庭院游荡，沉默着，任由工人拆除他的家。没怎么浪费笔墨，魔幻就来了：时间开始倒流。垂死的马尔西亚回到往昔岁月，每次过完生日就小一岁。衰朽到丧失情欲的马尔西亚重新变成欢场老手，然后，回到羞涩的初恋：“那时的羞涩是真诚的羞涩。”再然后，初次嗅到女人气味的马尔西亚向牧师忏悔，痛哭流涕。家具在生长，立柜大得像房子，扶手椅已经高不可攀，在大理石浴缸里洗澡，马尔西亚再也不必屈腿了。马尔西亚终于回到初生的时候，留在身上的，只剩饥渴、疼痛、寒冷、炎热，他只是混沌一团的感觉。紧接着他失去了名字，视觉、味觉、嗅觉消失，他回到一个湿润、漆黑、柔软、沉寂的地方，那是马尔西亚成为人的源头。

逆转的时间，仍旧没停下来。小鸟回到蛋



壳，小鱼变成鱼卵，树根收回树叶，大地把所有从土地中出来的东西吸吮回去。衣柜、床、桌子，回到森林。钉子、铜器、锁、钥匙，回到熔炉。一切都在变形，回到初始的形态。泥土回到了泥土，住宅回到了荒地……一切都回到了最初的种子。

“回到种子”，很长一段时间，我被这个念头俘获了。我不停地想象倒着活会怎样，整个世界的时间顺序颠倒过来又会怎样。

（枫林晚摘自天津人民出版社《其实不识字》一书，〔日〕杉本早苗图）

每次去花市，我总会好奇：为什么花市的花木一律光鲜照人？或是花气袭人，馨香缭绕；或是青葱欲滴，枝繁叶茂；或是花开正好，争奇斗艳。买回家，却面目全非，变成另一副模样。

香气开始隐约，不深嗅，无法察觉。绿意也褪了几分，有些闷闷不乐似的。正在开花的植物，至多维持当下的繁盛，渐渐连花带苞都凋谢了，一场花事匆匆结束。

除了自己莳花弄草的本领一塌糊涂，仔细想想，多多少少另有他因。

其实，花市里的欣欣向荣，是相互打底的。好比茉莉香气阵阵，那一团清香，是来自一丛茉莉的不遗余力。独独搬回一株两株，实在势单力薄，此时，却要它们兑现在花市的那团清香，实在强人所难。至于那些怒放的花，也有意无意地，借了其他花朵的美丽。有了眼花缭乱打底，

打底

● 草予

领回的一两盆孤芳，不论多么卖力，也难以给出同样的惊喜。

美丽给美丽背书，生长为生长打底。所以，身处花园或森林，人们对自然的敬畏感会油然而生。自然，就这样给人以壮大的力量。

寻常的早晨，蓝天白云平平无奇，风刮斜了树冠，一遍又一遍。池边水廊，几个身材苗条的女郎，正在练瑜伽。跑步的人，三三两两地经过。说也奇怪，看着他们健身，睡眠惺忪的我，身体跟着醒来，筋骨也似放松了。

最初叫醒自己的，是一阵又一阵的鸟鸣。欢快的鸟鸣，为一整天的轻松明快打了底。一个平淡的早晨，摇身一变，成为一段珍贵的晨光。

（桃紫摘自微信公众号“草予”）



相声最初是街头艺术。“街头”不仅指发生的场地和空间，还奠定了相声的一些基本形式和内部逻辑。其中一些手法在剧场中已经看不到了。街头卖艺者要用三个手指捏着白色的沙在空地上画出一个圈来，俗称“画锅”。顾名思义，这个圈象征着卖艺人的饭锅，他们卖艺以换饭吃。老早的艺人还要“白沙撒字”，即一边唱太平歌词，一边用白沙在地上写出福、寿、虎等双钩字，以此来吸引和招揽观众。如今去剧场看相声演出的人都是先行买了票才能进场的，因而艺人就不需要“画锅”了。

如果街头观众太少，还要有“托儿”来聚拢人气，这就形成了“才来”一说——几个艺人假装是街头偶遇，相互打个招呼，高声问一句“才来啊”。这样南腔北调地来几下，街头路过的人出于看热闹的心理，就会逐渐围拢过来。

人们都知道相声有四门基本功——说、学、逗、唱，还要看包袱的质量，但归根结底，在街头表演的人还得有一门看

家本领，那就是要钱。但钱不能称“钱”，而称“杵门子”。要想让路人“抛杵”（给钱）可不是一件容易的事情，毕竟绝大部分人都想白看。艺人一般用“拴马桩”或“使纲口”

撂地与画锅

◎郁喆隽

留住观众，以免“起堂”（观众走了）。有的卖艺人装可怜，贬低自己，比如说自己肚子饿，通过让听众产生同情来要钱。也有些卖艺人会利用大众心理，说一些不好听的话。

例如，看到有人转身想走时，卖艺人就说：“您若看完扭脸就走，给人群撞个大窟窿，拆了我的生意，那可是奔丧心急，想抢孝帽子戴。”听众碍于面子不得不硬着头皮听下去。久而久之，生存逻辑使得艺人坚信，纲口越硬，杵门子就“海”（多）。

相声如此接地气，和它偶然而无奈的“出身”不无关系。咸丰皇帝驾崩后，官府规定百日之内不能动乐演戏，不少戏院被迫关闭。一个名叫朱绍文的戏剧艺人迫于生计，不得不改行到天桥一带“撂地”说相声，没想到却由此创立了一种独特的表演形式。

其实无论是哪个行业，都有各自的“纲口”，只是表现不同、雅俗有别罢了。现如今网上各种直播、播客、视频日志等，虽然没发生在街头，但各种“撂地”与“画锅”的话术（点赞、刷礼物、打赏、带货云云）却着实“复兴”了。就此而言，主播们都是“街头艺术家”。

（朔望月摘自《书城》2023年第2期，宋晓军图）





1995年，美国和加拿大的动物保护组织联合开展了一个特殊的环保项目，将14头灰狼放归美国黄石公园。这个项目在当时引起了很多动物爱好者的不解，但大家很快就被结果震惊了。由于灰狼的捕猎，黄石公园内的驯鹿种群数量迅速下降，空旷地带的植被首先恢复了生机。灌木结出的浆果把昆虫和鸟吸引过来，河狸也随着林地的恢复而重新回到了黄石公园。河狸筑起的堤坝在公园里形成了很多池塘，于是海獭、麝鼠和鳄鱼也纷纷回来了。

灰狼还大肆捕杀曾经遍布黄石公园的郊狼，让兔子和田鼠这两种郊狼的主要食物大量繁殖起来。于是，以这两种小型哺乳动物为食的老鹰、赤狐、美洲獾和黄鼠狼也纷纷回到这里，极大地丰富了黄石公园的生物多样性。

这个故事是生态保护的经典案例，其中的道理也不难理解。20世纪初期的两位生态学家正是根据类似这样的案例，总结出了洛特卡-沃尔泰拉方程，用来描述掠食者和猎物之间的动态关系。但这个方程把种群中的所有动物不加区别地看待，这个做法招来了荷兰生态学家安德烈·代·鲁斯的反对。他认为这样的处理方式违反了达尔文进化论，该理论假定任何生物种群内部必然存在一定程度的多样性，而这才是自然选择能够起作用的根本原因。对大多数动物种群来说，个体之间最大的区别不是基因，

而是它们各自所处的不同的生命周期。

鲁斯的理论在挪威塔克瓦顿湖的生态修复实验中得到了验证。这个湖原来盛产褐鳟，但因为当地渔民的滥捕而濒临灭绝。鲁斯提出的解决方案竟然是通过人工捕捞来减少褐鳟的捕食对象北极红点鲑的种群数量。这是为什么呢？

原来，当褐鳟种群数量急剧下降时，北极红点鲑的数量迎来了暴涨。越来越多的鲑鱼竞争有限的食物，导致鲑鱼的体重和健康状况均大幅下降，幼鱼需要更长的时间才能发育成熟，于是鲑鱼种群中的幼鱼占比越来越低，而幼鱼才是褐鳟的主要捕食对象。通过人工捕杀成年北极红点鲑，其幼鱼的数量大增，褐鳟的食物多了起来，种群数量很快恢复到了往昔的水平。与此同时，北极红点鲑的健康状况也得到了明显的改善，双方达到了一个新的平衡点。

维持一定的死亡率是保障一个种群整体健康水平的关键，一只动物从受精卵发育到成年是一个漫长的过程，需要从自然界获取大量的资源。有限的大自然不可能让每一个受精卵都发育成健康的个体，死亡是解决这个问题的途径之一。而生物也正是通过死亡来淘汰差的基因或者基因组合，从而让自己不断进化的。🌿

（雅可比摘自《三联生活周刊》2023年第1期）

死亡的价值

◎袁越

我的生活不合我的身

◎张新颖

作家雷蒙德·卡佛曾说：“所有我写的小说都与我自己的生活有关。”而他自己的生活，温和的说法是：“我的生活不合我的身。”

卡佛写过一篇极短的小说《约瑟夫的房子》，讲的是一个戒了酒的老男人魏斯，租下一套房子，打电话请求已分开的妻子一起来住：“埃德娜，从这儿的前窗，你就能看见海，能闻见空气里的咸味。”那年夏天，这一对经历了很多事的夫妻又在一起消磨他们安静的日子。

有一天，房主约瑟夫说，他女儿要来住这套房子。魏斯走进屋，把帽子和手套扔在地毯上，然后一屁股坐在一把大椅子上。“约瑟夫的椅子，我突然想到。而且也是约瑟夫的地毯。”

卡佛的小说写的大多是这样的人。卡佛说：“在美国生活里最绝望也最庞大的下层土壤中，我生活了很长一段时间。”

1938年，卡佛出生在俄勒冈州西北部的小城克拉茨卡尼。父亲是个锯木工人兼酒鬼，母亲做饭馆招待和零售推销员。卡佛高中毕业后就到锯木厂工作，20岁就有了一个四口之家，却居无定所。之后的20多年里，卡佛带着家人从一个城市辗转到另一个城市，做一个又一个临时工：加油工，清洁工，看门人，替人摘郁金香，在医院当守夜人兼擦地板，等等。

卡佛一生只写短篇小说和诗歌，还写过一些散文，是因为他不得不写那些能够“一坐下来就写，快速地写，并能写完的短东西”。

这样不安定的状态并没有使卡佛放弃写作，但长期以来，写作没有给他的生活带来一点点改善。他没有停止写作，同时也没有停止酗酒。

他常常写到酗酒，写到酗酒给生活带来的一团糟，写到试图从酗酒中挣扎出来的努力。1974年，他不得不因为酗酒辞掉好不容易得到的工作。1976年，他又不得不把房子卖掉，以付清因酗酒产生的住院费。

1980年，他终于有了稳定的大学教职。1981年，他的小说《当我们谈论爱情时，我们在谈论什么》出版，后来被奉为极简主义文学的典范。1983年，他获得美国文学艺术院

颁发的“施特劳斯津贴”，从此专职写作。



1988年，卡佛去世，安稳写作的日子他只享受了5年。他的遗稿中有一篇《柴火》，似乎写得“积极了一些”。故事里的梅耶在戒酒所待了28天，给妻子写了一封很长的信，“没准是他这辈子写的最重要的一封信”，希望有一天妻子会原谅自己。房主有一卡车的木头要锯成柴火，梅耶提出自己来干这活。木头全部被锯完的那天，梅耶打算离开。晚上他打开窗，看着窗外的月光和白雪覆盖的山巅，看着黑暗中的那堆锯末，车库门洞里那些码好的木头。他听了一会儿河水的声音，房主曾经告诉他，那是全国流速最快的一条河。他让窗户敞着，能听到河水冲出山谷流进大海的声音。

（历书极摘自上海文艺出版社《不任性的灵魂》一书，陆凡图）



临终推理

●〔美〕希区柯克

◎王 强译

围墙高过八尺，墙头布满了锯齿形的碎玻璃片。沿着围墙种植的高塔一样的木棉树，正在风中摇曳。

马斯特的屋子，坐落在围墙圈定区域的正中央。屋子四周，环绕着一大片碧绿的草坪。

这是一个雨夜。就在这里，发生了一桩谋杀案。

整幢三层楼的别墅里，只有马斯特一个人。他的女管家玛格丽特今天休假，其他人也都走了。其实，马斯特并不在乎独处，只是一个人生活有点儿不方便。

他很早就吃完了晚饭。现

在，他离开客厅，穿过走廊，来到了宽敞干净的厨房，准备泡茶。玛格丽特想得很周到，把水壶留在炉灶上，免得他找不到。马斯特打开壶盖，放入一些高级茶叶，加上水，再把水壶放到炉灶上。然后，他轻轻关掉屋里的灯，穿过走廊，向书房走去。

书房的门一打开，角落里就传来一阵低沉的犬吠声。灯一亮，一只硕大的德国牧羊犬歪着头，坐了起来。一看是主人，又缓缓地躺下去，接着打盹儿了。马斯特对着它笑了笑。

这只名叫“上校”的牧羊犬从小跟着他，已有十二个年头了，一直忠心耿耿。现在虽然总在打盹，但它仍然很警觉。能让马斯特信任的人不多，所以，他对自己的安全很是上心。

每天晚上，马斯特和太太准备休息时，都会开启别墅的警卫系统，以防不速之客闯入。他有很大一笔财产，身体也很健康。这些，都是他五十年来不断努力的结果。

外面刮着大风，雨水打在裹于夜色中的玻璃窗上。一整天了，雨没有停歇。马斯特觉得有些烦闷，就走到窗前，把窗帘打开。窗玻璃上现出他健壮的身影，一副威风凛凛又骄傲自负的样子。然后，红色的窗帘由两边再次合拢，遮住了他的身影，好像真正的舞台剧最后一幕的情形。

马斯特坐在书房里的一张大书桌旁，正无聊地把玩着金质刀柄的拆信刀。这时，别墅另一头传来一阵微弱而细碎的吱吱声。一定是风吹草动的结果。因此，马斯特对它丝毫未加理会。

兀自沉思了一会儿，马斯特决定利用这段时间去做点儿什么。只见他把拆信刀丢在桌上，站起身来，朝橡木书架走了过去。

马斯特用力将书架往里推了一厘米多一点儿，再向右一移，只见书架顺着墙壁后面的轨道滑进去了。紧接着，一道有些像保险箱一般坚实的大铁



门出现在眼前。马斯特用尽全力，将铁门旋转起来。然后，他的身子隐没在保险箱中。

马斯特置身的地下室宽约六尺，深达八尺。两侧贴墙放置有不少架子和保险柜。他拉开右侧档案柜的一个抽屉，翻看着案卷。几分钟过去了，就在他翻到夏季那一部分档案时，上面传来了茶水烧开的声音。茶壶的尖叫声突然让他有些毛骨悚然，他嘴里嘟囔着，把文件放好。正要转身走出去，突然看到书房掠过一个人影。想必来人刚刚是在用茶壶发出的声音分散他的注意力。

就要到达地下室出口时，马斯特惊恐地发现，铁门正在闭合。无论他怎么用力地阻止和大声喊叫，铁门还是严丝合缝地关上了。顿时，地下室里漆黑一片。有生之年，马斯特从未如此惊慌过。

今晚，无人会来别墅。明天最早到来的应该是玛格丽特。马斯特确信，这个人把他关在地下室内，就是要置他于死地。从目前的情况来看，空气很快就会耗尽，他只有死路一条。他从未想过，竟然会有这样的事情发生。

最初的绝望过后，马斯特逐渐平静下来。他估计，自己只能存活三至六个小时。之后，他会被活活闷死在黑暗中。他真希望自己当初在地下室里安装了照明设备。他摸黑找到一个角落，背靠书架坐了下来。他知道，现在能做的就是保持镇静，让呼吸变得均匀，最大限度地享用氧气。

一个钟头过去了，又一个

钟头过去了，马斯特隐约感到，自己的呼吸渐渐变得不那么顺畅了。此刻，他只想知道一件事：究竟是谁想杀了他？

为了抗衡这愈加深重的恐惧感，马斯特开始认真思考起这个问题。因此，很多人在他脑海中纷纷浮现。诚然，生意场上，他一向秉持着冷酷无情的行事风格。但是，在他猜想的嫌疑人中，又找不到非要置他于死地的理由。

突然，马斯特想到一件事，然后，不禁得意地笑起来。有一个发现，能够有效缩小嫌疑人的范围。任何人要进书房来把地下室的暗门关上，都得从“上校”身边经过。这就意味着，凶手一定是“上校”熟悉的人。循此思路，马斯特在脑海中列了一个人物名单。

太太——丽达。对，她动机充分——钱及自由。她比马斯特年轻二十岁，身材苗条诱人。前一阵儿，他风闻丽达有一些不安分的举动。两天前，他亲自送丽达上了飞机，到纽约探望她姐姐——一位时髦、成功的百老汇演员。不出意外，丽达现在应该远在千里之外。

弟弟——查理。他是艺术家。这很奇怪，是吗？兄弟俩，一个是钢铁制造商，一个是山水画家——差别真是太大了！查理在绘画上虽然很有造诣，但卖画所得的钱却不足以糊口。信托基金每月的补助，只够他维持生活。金钱，就是动机。查理知道，按家族遗嘱，兄长去世后，家产才能由

其他兄弟依次继承，此前只能领取生活费。这么说来，查理有充分的理由置他于死地。不过，马斯特和查理相处得很好。至少，他很清楚弟弟是什么样的人。马斯特确信，他搞艺术的弟弟不可能是凶手。今天早晨，马斯特还打电话约查理一起吃午饭，但查理婉言谢绝了。查理兴奋地告诉马斯特，公路旁有一大片向日葵，他想要在它们被建筑商拔除前完成一幅画。查理总是这样，一看到美景，就忍不住要画下来。不过，查理答应，画不成的话，就会打电话过来。

第三个嫌疑人就是洛克了。他是马斯特的助手，公司的副经理。马斯特不在时，他全权负责公司的财务。此时，洛克应该在圣路易市与一家棉纺公司谈判。他跟丽达一样，根本不在城里。

马斯特确信，除了这三个人，应该没有其他人了。凶手到底是他们三个中的哪一个呢？这时，他感到呼吸越来越困难。他知道自己越来越少，思考也就变得更加专心致志。

丽达早晨打来过长途电话。从她姐姐那里乘飞机回来，完全有时间完成任务，并在尸体（我的尸体）僵硬前离开。马斯特记得，早晨的电话中，他和丽达的姐姐说过话。这说明，丽达的确身在纽约。从纽约赶回来，要乘直达飞机，且需要一天时间。说她们姐妹合谋杀害他，简直毫无理由。如果丽达一整天都不在，她姐姐一定会发现的。其实，



在他死后，丽达所得的遗产还不如现在拥有的财产多。因此，嫌疑人不该是丽达。

他又想到了此刻应该在圣路易市忙于公司事务的洛克。几小时前，他们通过电话。洛克答应他，价格核定后，会带上所有资料来向他请示。他们约定晚上九点再联系一次。洛克是个很守信用的人。马斯特看了看腕表，现在是八点五十二分。假如九点整电话铃响起，就排除了洛克的嫌疑。洛克若是凶手，何必再打电话呢？问题是，地下室里能听到电话铃声吗？应该可以。马斯特猜想，凶手很可能想让人觉得这是一起意外事件，外面的书架一定没有被推回原位，声音应该能够透过铁门传过来的。

再有五分钟就到九点了。马斯特站起来，慢慢地走到门口，将耳朵紧贴在门上。九点时若铃声不响，凶手就一定是洛克。如果响了——突然，一阵微弱的电话铃声传进了马斯特的耳朵。九点差一分！没错，一定是洛克！他提前一分钟拨的电话。

马斯特退回到原来的位置，呼吸明显变得艰难。他极力不去想它。如果他捶打铁门，会不会引起外面人的注意呢？躺在地上，他听不到任何风声；推开书架，也感觉不到墙壁传来任何凉意。外面的声音很难传进来，他居然指望有人听到他微弱的声音。根本不会有人进来，除了玛格丽特回来取她遗落的东西。

马斯特又将耳朵贴在铁门

上。这个时候，不知雨是否停了。他将身子往旁边一倒，却忘了铁柜摆放在那里，结果撞得头晕眼花。对了，一整天都在下雨，查理却说要到马路边去画向日葵。这根本不可能。查理还说过，画不成的话会打电话来的。不过，他得承认，弟弟可能刚睡醒，可能忘了说过的话。可洛克在圣路易市，丽达在纽约，凶手应该就是查理了。

想到这里，他心情平静了一些，对自己也很满意。他就要死了。在这种心境下，他甚至觉得可以原谅查理——谋财

忧伤的刺鼠

● 范 晔

刺鼠是一种让人很难理解的动物。

以前，他们总爱紧紧簇拥在一起，是那样紧，以至于身上的刺深深地扎进彼此的身体。别人认为这是取暖的需要。

直到一天被问道：“你们这样不疼吗？”

刺鼠愣了，他们终于意识到给对方带来的伤害。每一只刺鼠都非常羞愧，就慌慌张张地跑开了。

所以今天刺鼠都单独生活。只有在某个醒来就会被忘记的梦里，有些刺鼠会唤起遥远的回忆。那时候他们一直以为疼痛是温暖的一部分。

（心香一瓣摘自上海人民出版社《时间熊，镜子虎和看不见的小猫》一书）

害命，真不值得。跟查理在一起，他打小就处处占上风。从衬衫口袋里拿出圆珠笔，他把打火机打着了火，虽然知道此举会加速自己的死亡。果然，呼吸更加困难了。他从文件上撕下一张纸，左手举着打火机，右手打开圆珠笔。只花了三十秒，马斯特在纸的反面写上查理的名字，以及“我看见他靠近这扇门”“这是有预谋的”。后面的几个字，也会让查理死在一间黑屋里的。他吃力地签上名字。

这时，打火机的火焰渐渐小了。最后，他再次被黑暗完全吞噬。

“你看到书架被推开，就打电话报警了？”警长耐心地问玛格丽特。

玛格丽特点点头。

地下室的铁门已经打开。警察拍完照，验尸官宣布了马斯特的死亡。

玛格丽特不停地哭泣，看着人们把马斯特的尸体抬上救护车。

大家都出去了，包括“上校”。它今天早上还没有活动呢！

“上校”在草地上打滚。虽然没有以前敏捷了，但它仍然很快活。它想叫主人去把发出刺耳声音的茶壶关掉，于是跳起来去撞击铁门。因为用力过猛，碰伤了右后脚。此时，它看上去有点儿跛。

屋里，警长问玛格丽特：“谁是查理？”

（鹿十三摘自中央编译出版社《希区柯克悬念故事集》一书，李小光图）



过去几年中，我时不时地会在一周中抽出几个小时去当地的二手书店做志愿者，帮忙卖书。

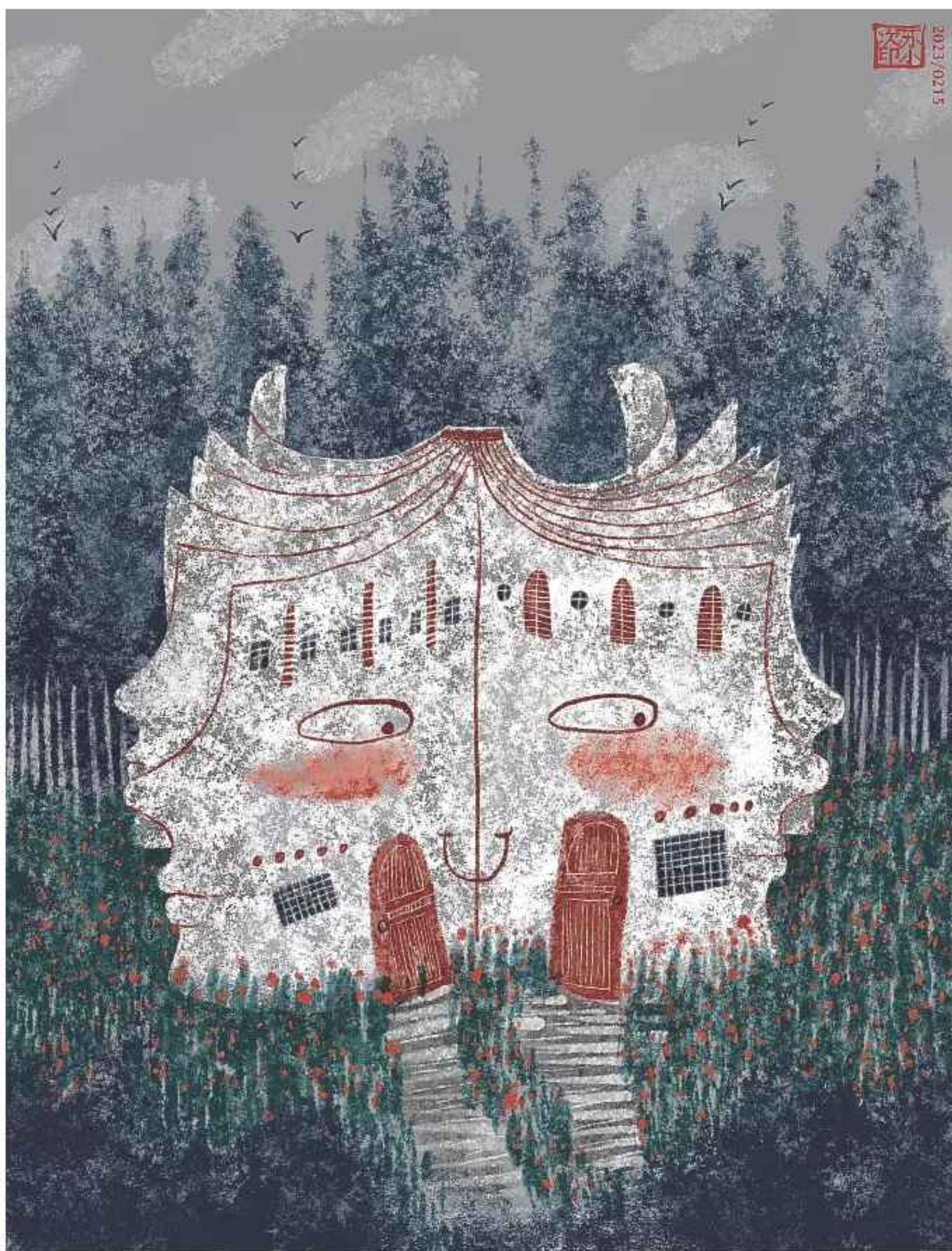
我住在英格兰南部的一个大学城，人们把书捐过来，有时是七八本装在一个塑料袋里，有时是一面包车的书，有时是某个人书房里的全部藏书，背后都是有趣的故事。这些书五花八门，无意间也反映出捐书人自己的生活。

打开这本《萨德勒之井的芭蕾舞者》，即使出版已有60年，它的封面仍然是明亮的橙色，首页是玛歌·芳婷的黑白照片。封底上原来的标价是6先令（现售价2英镑）。

扉页上有用蓝墨水工整书写的儿童的笔迹：“1954年圣诞，克里斯多弗送给卡罗琳。”书里还夹着一张明信片，正面画了一只神气活现的虎斑猫。背面是成人的笔迹：

“亲爱的卡罗琳，请把你想要的东西列个清单给我，那样我就可以给你挑一样生日礼物。满满的爱。吻你。妈妈。我觉得你送给爸爸的礼物很可爱。”

打开这本《塞尼诺·塞尼尼的绘画艺术之书》，里面夹着一张公交车票，上面写着：“单程，1936年7月20日，查塔姆地区公交车公司。”



书店时光

● [英] 阿莉·史密斯

◎ 彭 伦译

打开这本埃德娜·圣文森特·米莱的美国首版诗集《雪中的雄鹿》，里面夹着一张名片，上面写着“卡森伯格小姐钢琴课”和一个纽约皇后区的地址。

人们通过这种看似琐碎的细节把自己留在书里：画面是树或者野生动物的香烟卡片；药房的收据；歌剧、音乐会、话剧的演出票；各个年代的火车、电车、公交车的车票；在不同地点拍摄的照片，很久以前已经离世的宠物照片和度假的照片。现在，每当我要向这

家书店捐书时，都会翻一下书，确保插在书里的东西不是我要保留的。

书店里很安静，适合浏览，有进来避雨的过路人，有喜爱这个地方的常客，他们知道这里选的书上架及时得出奇——你会毫不意外地听到某人大声惊呼：“这就是我一直在找的书！”还有偶尔进来的混混，比如我在收银台

那里的时候，一个微醉的男人跟我攀谈了一会儿，他临走时说：“我本来打算在这里偷点东西的，但既然你是苏格兰人，我就不偷了。”

那天他可能偷走的有这些书：

一本莱昂纳德·伍尔夫的小说《播种》，里面有签名，“莱昂纳德赠伊丽莎白，1962年圣诞”（是写这本书的莱昂纳德吗？）。

有阿克塞尔·蒙特的《圣米歇尔的故事》，是阿克塞尔签了名送给阿斯特女士的。

有一本破破烂烂的书，阿妮塔·卢斯的《像我这样的女孩》，有人在第一页潦草地写下一行蟹爬一样的字：“这本书有些部分写得很悲伤。”

（坐标系摘自人民文学出版社《世界在书店中》一书，本刊节选，苏小次图）



被我注视良久的
那朵花，开了

花开如谁或什么，落英缤纷地去了很久

又踮着双脚，静悄悄地孑然归来

有时，我看自己，恍似别人，于另一番命运中

在等另外的花开，怀着一种美丽到随时准备弃置的内心

花开亦如爱人，破颜微笑的过程

因入眼而入心，由动心而动容

一枝两枝、三朵四朵、五瓣六瓣

一年一季的花开啊，竟熟悉得有些陌生

况且，偶有暗香不期而至
如冷兵器时代，直奔命门而来的凌厉暗器

按说，花高一寸则风矮半截；而半亩棉田中

却也不乏新生的蕾铃，扯紧风声，护住自己青涩的初衷

花之上，有鹰借晴天朗日晒自己静静的飞翔

花之下，有马将自己隔世的骨殖，驮入深度酣眠的今生

有人说，花开似禅

看得，说不得

而我，

好像见过一尊彩塑菩萨

面对花开，半蹲下来

（木 深摘自四川文艺出版社《藏地诗篇》一书）



诗笺

面对花开

●张子选

