

阅读好书,推开通往春天的“任意门”

本报记者 韩建慧

《春天的方程式》: 春天是道数学题

读书达人刘琦推荐了一本名为《春天的方程式》的儿童读物,这是他送给6岁女儿小茉莉的礼物。

作为一名喜欢诗歌,又对数学、科学也抱有浓厚兴趣的“理工男”,刘琦说自己很想好好培养孩子,最好从小抓起,让她在入学前就对科学世界产生兴趣。这本儿童绘本就是他精心挑选出来的。“它将诗歌、数学和科学融合在一起,文本别出心裁,也给孩子提供了一个看待春天的全新视角。”刘琦说。

“日常生活中,我们可能会觉得很难向孩子解释什么是科学,什么又是诗歌,但这本书里的内容就结合得很巧妙,它用一个个有趣的等式将万事万物予以关联,比如‘1朵蒲公英×1次呼吸=100个降落伞’,再比如‘溪流+融雪=快跑呀!’和孩子一起读的时候,会觉得既美妙又有趣。”刘琦说。

而最让他感兴趣的是,书中出现的场景都是春天常见的景象,从初春到仲春,再到晚春,既有科学启蒙的巧思,又不失文学想象的轻盈,为孩子打开了认知春天的新视窗。

《寂静的春天》: 春天是场保卫战

读书达人王嘉推荐的是美国作家蕾切尔·卡森出版于1962年的经典著作《寂静的春天》。他说,在这本书中你会发现,春天其实是一场保卫战。

为什么用这样严肃的词语来形容春天?王嘉说,因为这本书的内容是关于环保的。第二次世界大战之后,人类开始广泛

使用以DDT为代表的化学杀虫剂。它们在农药生产商的包装下看似无害,但是公众对真相一无所知。为此,蕾切尔·卡森写下了《寂静的春天》,在书中描述了一个可怕的景象:农药会通过食物链层层传递,破坏生态系统,并最终危害人类的健康,那时候的春天会变得寂静,虫鸟不再鸣叫,整个地球了无生趣。

王嘉告诉记者,这本书的出版曾引起了广泛的反响,甚至推动了国际社会对剧毒农药进行限制。它催生了现代环境保护运动,各种环境保护组织纷纷成立,联合国也于1972年6月12日在斯德哥尔摩召开了“人类环境大会”,并由各国签署了《人类环境宣言》,开始了环境保护事业。“一本书打响了一场战争,促使人类开始寻求一条与大自然和谐相处的道路,在春意盎然的季节重读这部生态启蒙之作,更能体会守护自然生机的深远意义。”他说。

《遥远的向日葵地》: 春天是场关于生存的搏斗

读书达人朱兰迪推荐《遥远的向日葵地》,这是青年女作家李娟的又一力作。她告诉记者,在阿勒泰戈壁,春天不是浪漫符号,而是生存搏斗的序章——解冻的泥沼困住牲畜,贫瘠土地亟待耕种。作家记录下母亲在乌伦古河南岸耕种葵花的艰辛:鹅喉羚啃食幼苗、干旱虫害轮番侵袭,与恶劣自然博弈中迸发顽强的生命力。

“向日葵地”在阿勒泰戈壁草原的乌伦古河南岸,是李娟母亲多年前承包耕种的一片贫瘠土地。李娟从“春天”开始的浪漫化叙事,详细记录了从开垦荒地、播种育苗,到遭遇鹅喉羚啃食、多次补种,再到接连遭受干旱、虫害等自然灾害侵袭的全过程。除了描述向日葵的种植

经历,还刻画了劳作在这里的形形色色的人物,如勤劳乐观、充满豪情直率的母亲,高龄多病却可爱的外婆,以及大狗丑丑、小狗赛虎等动物,描绘了他们朴素而迥异的生活细节。

在朱兰迪看来,这种粗粝真实的春日叙事,恰是献给大地的生存赞歌。

《遇见春天》: 董心里的春日幻旅

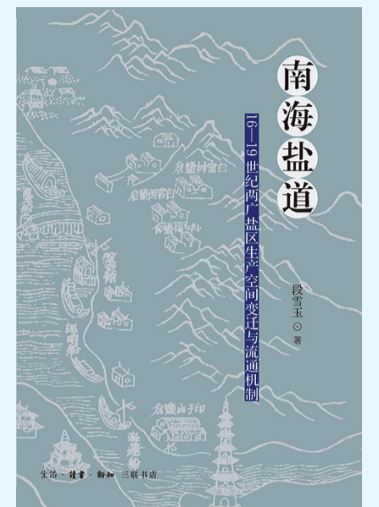
“小时候我们读儿歌,总会用春姑娘来形容春天。”读书达人马奉华说,在孩子的眼里,春天就是穿着花衣服的小姑娘,美丽且从容。这样美好的意象总能轻柔地抚慰着一代又一代的儿童。

他推荐的儿童文学《遇见春天》是日本作家原京子创作的绘本,这本书的主人公是两只小熊,它们在漫长的冬眠中苏醒过来,对春天充满了好奇。熊爸爸告诉它们春天的样子,于是两只小熊迫不及待地冲出家门去寻找。一路上,它们碰到了青蛙和睡鼠,可得到的答案都是春天还没到。就在它们满心疑惑时,一个穿着红、绿、黄相间衣服,身上散发着香甜气味的小姑娘闯入了它们的视线。小熊们惊喜地认为,这一定是春天,而善良的小女孩也热情地拿出美味的蛋挞与它们分享。

“孩子们跟着小熊完成认知启蒙”,马奉华说,“从想象到具象的认知过程,既保留童真视角,又暗合逻辑启蒙。当小熊把女孩认作春天时,我们看到的不仅是季节更迭,更是童心的诗意投射。”

春天是什么样的,本就没有固定的答案。在作家的笔下,它可以是诗歌中的灵魂低语,是环保警钟的刺耳声响,是成长路上的温柔陪伴,也可以是童话里的奇幻冒险。阅读这些书籍,便如同推开无数扇通往春天的大门,在文字构筑的春光里,遇见世界的千万种可能。

图书推荐



《南海盐道: 16—19世纪两广盐区生产空间变迁与流通机制》

段雪玉 著

生活·读书·新知三联书店

本书以两广盐区制度变迁书写广东盐业盐政区域史、经济史的历史轨迹,从明后期广东盐场新格局、清前期广东盐场制度调整、省河体系与潮桥体系、水客与埠商四个方面,对广东盐场制度、体系及其相关变迁进行了时间、空间上的梳理,结合对有关盐场、盐商、盐区等史料的分析,构建出一个可一窥两广盐区历史的动态变化图景。

(生活·读书·新知三联书店提供)



《暗影之城: 一个女人的喀布尔漫步》

【印】塔兰·N·汗 著 陈元飞 译

商务印书馆

自2001年塔利班政权被推翻后,阿富汗有一段难得的窗口期,援建力量得以进入阿富汗。印度女记者塔兰在这段和平时期内多次往返阿富汗首都喀布尔,用漫步的方式反复探索这座拥有3000多年历史的古老城市,体察它的过往与当下、社会与民生,进而思考冲突与和平如何塑造这座城市,如何让它跌跌撞撞地走到今天。塔兰借由深入的探访和细腻的文笔带领读者挖掘出喀布尔迭代的过去和那些被遗忘的记忆,在急剧变化的政治现实中捕捉那些相对稳定的文化与社会连接,在遗忘中打捞记忆,在暗影中寻觅光亮。

(转载自《北京日报》)



《两个太阳》

胡敏 著

天津人民出版社

这是一部以疾病和生死为主题,却洋溢着欢快调子的小小说。故事讲述了年轻的尿毒症女孩王霄为了活下去,决定和生命倒计时时的脑瘤患者黎大明假结婚。一开始,两人各有想法,一个想要肾,一个想解决自己死后父亲的养老问题。而对王霄来说,等肾就是盼“丈夫”快死,人生的悖论悲壮而凄烈。同一片天空,他们似乎注定一个升起,一个落下。但是这场“你死我才能活”的交易走到最后,王霄不愿再接受原有的结局,因为她发现了比生死更重要的东西。

(转载自《西安日报》)

关注中医药学现状、前途与命运的思考之作—— 国医叙事的浓厚能量

是传统医学,西医是现代医学,世界各国都曾有传统医学,而现在能够真正坚持下来的传统医学唯有中医——它在实践上主要依凭经验,理论上主要依凭哲学,尚有许多需要做出科学论证之处,因而影响了它更广泛的发展和承继。因此,李明春倾注莫大关注的,正是中医科学未来的前途,这也是引起全社会普遍重视的课题。小说主人公龚天缘是一位立志从理论到实际全面探索中医奥秘的医师,他的一些思索远超普通从业者。譬如,他所提出的到底“什么是病”的天问,已跨越中西医界限,追寻到人类医学的终极命题。又譬如,他开始研究的医学叙事与文学叙事之间的关系,也涉及观照中医原理的最新领域。所以,这个人物的塑造,本身便是一个不可忽视的事件,他会促使人们站在中医学面临的新起点上,重新思考有关这门医学的一切,以取得现代视角上的认知。

当然,作品更大的成功在于对主人公形象的独特刻画。龚天缘是个心无旁骛、继承了家族八百年世医传承的青年才俊,在四川老家开办的天缘堂诊所业绩不凡,收治病家讲究的“三不”——别人能医治的不医,别人没医治过的不医,与自己无医缘的不医,尽揽“死人活儿”,却屡次将绝望病人从生死线上挽救回来,致使诊所声望鼎盛。而他并不以此为满足,还要遵从祖宗定下的游学规矩,前往各地遍寻名医,拜师学艺,充实自己,也是为寻求中医药的突围。小说以天缘前往滇南白家、关东朱家、沪上吴家、洛阳史家的游学经

历为主线,逐渐展现出他不俗的性格与人品、医术与胸襟。一方面,他不大肯把赚钱放在眼里,只愿诚心求教,而各地大师的后人们,多已放弃祖训,或者见异思迁,或者妄自尊大,或者实利至上,反而不如他从祖辈那里获得真传;另一方面,他沿途行医、悬壶济世、学费自理,常显露高人一筹的技艺,深孚众望,受到多地挽留或被邀请加盟;再一方面,他又恪守传统医风,谦虚礼让,不肯掠人之美,不愿使人为难,做到与同行们和睦相处、摒弃嫌隙、共谋进取。最后,经过游学和博采众长,他也意识到,自己过去引以为荣的行医方略,如“三不”等,还是显出格局偏小,需要对病人采取来者不拒的结缘态度,于是迈入了一个新的职业境界。总之,作者通过他的经历,较为理想地塑造出一个为国的振兴和发展带来新的希望和前景的年轻人形象。生活中是否有这个年轻人呢?大概还没有出现,正因为没有,才有创作的必要。

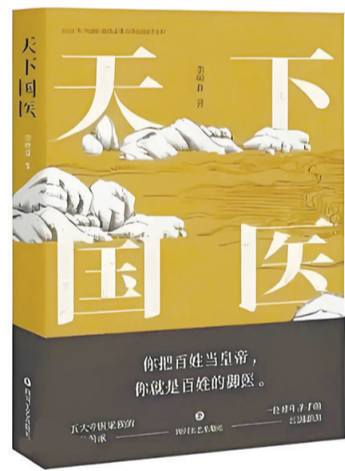
写中医和写西医不同,西医流程写起来较为枯燥,而中医诊疗状况形象直观,常常带有神韵,这使小说对天缘的技艺写照生动画传。书里写,天缘初到云南时,白家安排他在药房坐诊,门前贴出醒目广告,却门可罗雀,不得已白薇为他拉来一帮无病可看的闺蜜助阵。天缘一望舌苔,便看出一名“假小子”怀孕两月,使对方无话可说。检查过一位健壮的蓝姑娘后,他委婉以妇科为由劝她到大医院照个片子,后蓝姑娘真被查出绝症,又使他后悔不已。

刻画一个人物,自然不能只涉及他的职业,小说也通过天缘的私人生活显现出他对爱情的忠诚。他在大学里与同样泡在图书馆里的同学柳梦相恋,柳梦毕业后回家便与他断绝音讯,他却无法释怀。此后,又有两个姑娘爱上他。天缘并非看不上这两位女子,只是由于惦念柳梦而不肯改弦更张,因此作品里始终有扯不断理还乱的情感纠葛,增加了许多阅读趣味,也表现出天缘心志专一的品质。当天缘得知,原来柳梦家里几代姑娘都活不过30岁,她也已经患上痼疾,消瘦不堪时,他更下定决心为她治疗,使她病情有了好转迹象。此时,柳梦的胳膊已如干柴棍一般,但他仍然深爱着这个干柴棍一般的姑娘。作品中的爱情描写既令人感动不已,也不曾脱离医学主题,而是将中医托寄的中国传统文化精神更充分地彰显出来。

《天下国医》的好读,还在于作者笔下不时带出的风趣幽默。比如他写白薇生气天缘是个爱江山不爱美人的主儿,说“估计哪天若是他那中医药需要女人做药引,他肯定毫不犹豫大义灭亲,把白薇扔进药罐给煎了”,令人忍俊不禁。一部小说,不是光为写好人物、故事和主题,叙述中、细节里、语言上同样要有耐读之处,方能使读者感到充分享受。

《天下国医》是一部能量浓厚的作品。这能量来自厚积薄发,来自李明春平常的生命体验,也来自他长期不懈的独立思考,他的创作是经得住时间检验的。

(转载自《北京日报》)



书名:《天下国医》
作者:李明春
出版社:四川文艺出版社
出版时间:2024年10月

李明春新作《天下国医》是一部有关国医叙事的长篇小说。书里大部分内容离不开中医生涯,包括开业、经营、望诊、闻诊、问诊、切诊、开方、针灸、推拿、正骨等种种情节细节,专业性颇强,写起来一点不能含糊,一处不能出错,局外人很难驾驭。而作者并不从医,竟能够将所有业内门道描绘得细致入微、具体生动,且获得专门医学机构的完全认可,算得上一种耀目成就。对于文学作品来说,专业内容是一种硬核内容,是考验作家能否书写“他人的生活”的重要一关,在这方面,李明春的表现异常出色。

不仅如此,这也是一部关注中医药学现状、前途与命运的深沉思考之作。中医

如何增加生活中的“稳定感”

你是否经常感到自己很难静下心来专注处理眼前的工作?经常感到焦虑迷茫,觉得生活正在失去控制……世界充满着不确定性,我们总是会遇到一些,即便拼尽全力,仍然无法把控的事。

针对这些问题日本中央大学商学院客座教授、经济评论家胜间和代专门写了一本《稳定感》,书中她从事工作、金钱、健康、人际关系、家务、娱乐这6大主题出发,详细地说明了她是如何开始从日常的生活和工作中逐步建立生活秩序的。

在彻底管理自己的工作和生活后,作为自由职业者的她:全面提升工作效率,每天只需要完成2到3项喜欢的工作;运用科学的方式管理资产,稳步增加收入,告别金钱焦虑;每天只需花费极少的时间和精力在做饭和家务上;在满足自身日常娱乐需求的同时构建良好的人际关系网。

在她的观念中,面对工作,要将工作时

间和工作量安排得张弛有度,要自己控制,过于完美和过于强迫自己,换来的只是工作时间和工作量的翻倍增长;面对金钱,要将支出控制在收入的70%到80%以内,其余作为储备资金每月要核对账单,确保每一笔钱都用在必需的事物上;面对健康,要设置闹钟,提醒自己每小时站起来运动运动,外出就餐则要提前知道餐厅使用的食材和烹饪方法,适度适量控制饮食;面对人际,要学习利他心态,以扩大交际网为目的,不斤斤计较,以团体的形式维持人际关系网;面对家务,当天的家务当天完成,用亲自烹饪来控制美食的摄入,学会控制油量控制火候控制调料比例;面对娱乐,定期参加有意义的娱乐活动,结交新朋友,获得新想法,投入地享受和朋友们相处的时光。

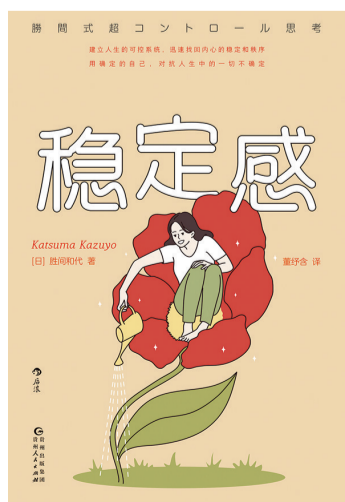
然而在生活中,我们所遭遇的变故、挫折和失败,很可能是时机不对,或者没有

合适的资源,甚至可能是你不清楚用哪种方法比较合适罢了。当无法成功时,先不要急着反省,而是先分析自己究竟哪些没有做到,问题的原因在哪儿,然后思考如何将这次的缺憾补上。先抱着“眼下还做不到,所以暂且保留”的心态,等待或者继续尝试。

《稳定感》就是针对现代人这一痛点,详细展开人们生活的各个面向,将建立秩序、提升效率、稳固生活、娱乐健康、构建良好的人际关系网等问题,放在自我控制的维度下,为人们提供一种全新的思路,重新掌握自己的生活,增加幸福的稳定感。

希望读者在日常生活中,注重为自己打造一个充盈的精神空间,即便在忙乱、慌张、情绪低谷和局面失控的时候,也能保持内心的秩序,以此来沉淀能量,赢回对生活的“稳定感”。

(转载自《北京晚报》)



书名:《稳定感》
作者:【日】胜间和代
译者:董纾含
出版社:贵州人民出版社
出版时间:2024年3月