



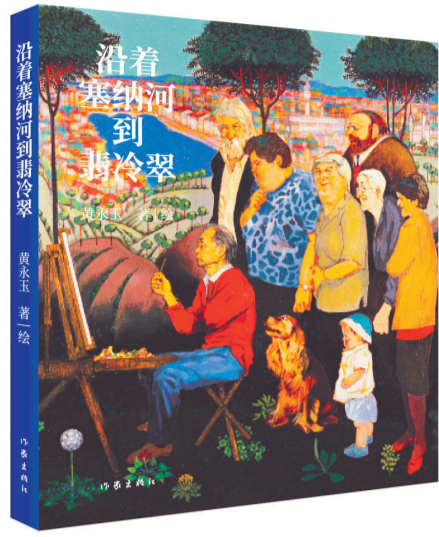
今年五六月间,又有几位熟悉的人密集地离开了这个世界。说是熟悉,不仅是面上的相识,更是对他们学识、情趣、文章的了解。我的书架上,或多或少,收存着他们的一些著作。常言“书比人寿长”,现实真真切切,此时我站在书房中,静静地注视着那些书,睹物生情,心中落寞而感伤。

5月26日,姜德明去世,终年94岁。姜先生是报人、藏书家,我对他的认知与亲近感,来自于他主编的“现代书话丛书”。这套书共两辑20册,收有鲁迅、周作人、郑振铎、阿英、巴金、唐弢、孙犁、黄裳、夏衍、曹聚仁、胡风、叶灵凤、陈原、姜德明、倪墨炎、胡从经的书话。我多次写文章,称赞它们是编辑的必读书,是我案上的常备之书。由此想到,沈昌文晚年清理书房,送我100箱书,其中就有几本“现代书话丛书”,而《姜德明书话》一册,却是姜先生签赠给徐淑卿的。徐女士是台湾出版人,她来大陆工作多年,我们早有业务上的往来。我在台湾出版《一面追风,一面追问》,她做责任编辑,书名就是她从我的文章中选定的。她的书怎么会跑到沈先生的书箱中呢?想一想,我记得淑卿曾经与沈先生共事多年,一定是她的书混入沈先生的书箱,沈先生送我书时带来了。其实还有一本吴兴文《藏书票风景——收藏卷》,是吴先生签赠给徐淑卿的,如今也出现在我的书架上,看来也是沈先生如上操作所致。

我的书架上还有一册姜先生的《书边草》,环衬上印有浙江人民出版社赠书印。上世纪80年代,国内许多出版社之间,有互相交换样书的约定,用于彼此的资料室建设。那时我刚进出版社工作,经常从资料室中借阅图书,此册大概是我借出未还。《书边草》中有1980年黄裳序言,当时黄先生来到北京姜德明家中做客,看到姜先生的藏书如此之丰富,想到自己的昔日收藏,不禁发出“如寻旧梦,如拾坠欢”的感叹。再有姜先生的《书衣百影》《书衣百影续编》,好看且难得。说到关于书籍装帧的书,我的书架上还有范用《雨雨书衣自选集》,张守义《装帧的话与画》,汪家明《难忘的与插图》,周立民《黄裳书影录》。张守义是

# 书房中的思念

俞晓群



装帧名家,他那一册书,由张中行作序言,也应该是沈昌文送给我的。张守义有一个爱好,即收藏民间各种灯具,自称“藏灯人”。他图书封面设计也以灯具多见,例如他设计的200本“中国思想家评传丛书”,还有《巴尔扎克全集》,封面上都有一盏灯。

6月13日,黄永玉走了,99岁。我作为出版人,只为黄先生出过一本书《太阳下的风景》,此事还要感谢黄先生口中的师哥周立民的引荐。其间,黄先生曾经两次请我去他的家中聊天、吃饭,留下的记忆大约四个:一是出版文字类著作,黄先生不肯做豪华装,他说此类书是让人读的,要平装,要廉价,要让更多的读者买得起。二是他看到我送给他的《冷冰川墨刻》,大赞冷冰川的画作,约冷先生来家中做客,还写诗曰《读冰川画——你的劳作简直像宋朝人》。今年4月,黄先生又约冷冰川见面,写诗曰《冰川素描》:“你每一页都厚的像字典。永远永远翻不完你的页数。你谁都不像。忌妒无从下口。你没惹谁谁谁都不怕。你没天敌,而你的天无边的大。”三是黄先生喜爱小动物,我去过他的两处住宅,小猫、小狗啊,跑来跑去。他指着身边的一只小猫笑着说:“它每天早晨会跳到我的身上,唤醒我起床。”吃饭时走来一只漂亮的小狗,温顺地蹲在那里。黄先生说,它是一只被

人遗弃的流浪狗,它的情绪刚刚好转过。四是2019年6月6日,我去万荷堂拜见黄先生,离开时他的家人对我说:“黄先生请您致意沈昌文先生,希望他方便时来家中做客。”后来疫情猖獗,两年后沈先生90岁,不幸离世。如今黄先生也离开了,留下一个再难实现的邀约。

我收存黄先生的书不少,最多的是李辉编写,有《传奇黄永玉》《黄永玉的文学行当》《黄永玉:走在世界上》,还有《黄永玉全集》。说到难忘,首先是巴金故居编“黄永玉作品系列”,形式为五组明信片,包括《出恭十二景》《沿着塞纳河到翡冷翠》《文学作品集插图》《水浒人物》《十二生肖》。编者尽收黄先生画笔下的幽默,其中以“出恭”一组最让人捧腹。我最初见到此画是在“海上文库”中,林行止《说来话儿长》,黄先生作序文,还附上《出恭十二景》,图文并茂,都是文坛画坛的顶尖高手。再想到黄先生兔年的“兔票”形象,构思超然界外,如今都成绝笔绝笔绝笔了。其次是周毅《沿着无愁河到凤凰》,难忘她的风姿与文字,难忘她在书中写道:“黄永玉说沈从文像手里捏了几个烧红的手榴弹,一声不吭。我看到黄永玉与凤凰的手里也都捏着烧红的手榴弹。无意瞥见,令人如临悬崖深谷,也一声不吭。”再次是《永玉六记》,尤其是难忘《罐斋杂记》序言《动物短句相关的事》中,那段“笑脸的故事”,寥寥数语,读起来让人如此震惊,如此恐怖。

近年黄先生签赠我两本书,一是诗集《见笑集》,书装打破了简约的限定,封面用亮黄色布面,切口也涂上亮黄色,还送一个亮黄色的布袋子。小书拿在手上,实在让人喜爱。再一是画册《水浒人物及其他》,厚厚一大本,画得好,装帧好,材料好,题句更是妙不可言,难怪黄裳夸黄永玉题画水浒人物“片铁杀人”。由此想到黄裳为《沿着塞纳河到翡冷翠》所作序言,他引用黄永玉后记中一段父亲与八九岁女儿的对话:女儿说:“爸爸,你别自杀,我没进过孤儿院啊!怎么办?爸爸!”父亲拍拍她的头说:“不会的!孩子!”我还想到陈子善编《爱黄裳》,书中有黄永玉序言以及妙文《黄裳浅识》。此时再读,另有一种离愁别绪涌上心头。

# 好文不繁

介子平

人贵饱学,文贵简练,删裁繁重,务在简要。行人莫问当年事,情绪太多,语言有限,片言只字,形神毕现,自古好文不枝不蔓。知堂《本色》一文便说“写文章没有别的诀窍,只有一字曰简单”。一清二白,三红四绿,当然除此传家之宝,尚有其他诀窍,简单只是其中之一窍。

所谓人间烟火,除了情意,别无他有。卖烧饼、清沽工、修鞋匠之类的民生即景,大师习学家常文,多为没有写作腔的写作。一松一竹,山鸟山花,看似随俗,实则不俗。王国维《人间词话》说:“大家之作,其言情也必沁人心脾,

其写景也必豁人耳目。其辞脱口而出,无一矫揉装束之态,以其所见者真,所知者深也。持此以衡古今之作者,百不失一。”如此高蹈,何以为之,蔡登论书,“先散怀抱,任情恣性,然后书之”,方有心以境,以神写形之能,写文章何不然?谋文章者,首在格局,有大格局者,不在小细节。

张爱玲《谈看书》中道出了一条办法:“含蓄最大的功能是让读者自己下结论,像密点印象派国画,整幅只用红蓝黄三原色密点,留给读者的眼睛去调和,特别鲜亮有光彩。”好文字具有情感



《意识的河流》

庭的影响下,萨克斯投身于医学,他是英国皇家内科医师协会会员,曾任纽约大学医学院的神经科学教授。萨克斯在他漫长的临床生涯中仔细收集了多种神经系统异常案例,他用纪实文学的形式,充满人文关怀的笔触,将脑神经病人的临床案例,写成一个个深刻感人的故事。萨克斯著有《错把妻子当帽子》《脑袋里装了2000出歌剧的人》《火星上的人类学家》《苏醒》等书籍。相对于保守的医学写作而言,萨克斯笔下从来都是一个鲜活的人物,而不是神经科学病例数据,故而他被赞为难得一见的“神经文学家”,被《纽约时报》誉为“医学界的桂冠诗人”。可以说,他赋予了神经科学以人文气息。

《意识的河流》一书的篇目可谓绝妙,10篇随笔交叉纵横,一切都指向了创造性——科学发展的活水源头。对自然好奇了一辈子的萨克斯从幼时起对达尔文就有极大的关注,并不止于《物种起源》,他更关注达尔文在一切的开始,在科学的幽微之处,达尔文如何通过运用他极强的好奇心与观察力拷问兰花,并提出生物演化的假设。萨克斯在《达尔文与花的秘密》中谈及:“知道自己生物学意义上的独一无二,知道自己的远古传承,知道我和其他所有生命形式的亲缘关系,这令我满怀欣喜。这种体验让我扎根,让我感觉自然世界是我的家园,让我怀有一份生物学上的意义感,无关我在文化世界、人类世界里扮演何种角色。尽管动物的生活比植物的复杂得多,人类的生活又比动物的复杂得多,我还是将这种生物学的意义感回溯到达尔文顿悟花的意义,回溯到我在伦敦的花园里自行摸索的原理。”

奥利弗·萨克斯于1933年出生于英国伦敦的一个医学世家,他的母亲是一名外科医生,他的父亲是一名全科医生。在家

书,未尝少废,目不交睫,手不停披,苦思冥想写出的文字,总不忍大刀阔斧地删繁就简,遂越发丰腴肥硕。赋者,铺也,流弊多端,韩柳等人对此已有认识,遂弃四六而古文,以古人之规矩,开自己之生面,诗运文运由此新。写作到一定程度,与人到一定年纪一样,热闹已无多,自会变得寡言,大事淡然,小事释然。

以一二三分之淡,稀释六七八分之浓,这个世界需要简约,若事事繁复,难免让人感到窒息。简约容得下繁复,无意义容得下有意义,反之则不然。同样,这个世界还需要短文、简文。

6月19日,吴兴文去世,终年66岁。吴先生是台湾出版家,他比我小一岁,他的早早离去,让人十分感伤。记得1996年由沈昌文陪同,他来到沈阳作藏书票讲座。那是我们初次见面,吴先生送给我他的著作《票趣——藏书票闲话》,不久我为他出版《藏书票世界》,这也是他在大陆出版的第一本书,我们也成为一生的好朋友。初始印象,吴先生为人坦诚,做事认真,豪侠无忌,个性张扬,为两岸文化交流做了很多好事情。他自己一生出版过十余部著作,如《票趣——藏书票闲话》《藏书票世界》《我的藏书票世界》《我的藏书票之旅》《图说藏书票》《比亚兹莱的异色世界》《书痴闲话》《书缘琐记》。这些书我的书架上都有,而且都是吴先生的签赠本。

2009年我进京工作,几年后请吴先生来海豚出版社做特邀总编辑,发掘台湾图书资源。他曾经策划出版两个系列的图书,一是影印古代典籍,如《百部丛书增编》;再一是主编一套“海豚启蒙丛书”,收入十余部图书如《狂流》《春申旧闻》《春申续闻》《春申旧闻续》《民初名人的爱情》《右任文存》《台湾早期史纲》《康熙大帝》《从异乡人到失落的一代》《三十年文坛沧桑录》。2015年,海豚出版社为吴先生出版《书缘琐记》。此书封面用白布印上威廉·莫里斯的花布图案,款式是吴先生自己选定的。他在送我的题签中写道:“晓群兄,再续《藏书票世界》,更上一层楼。有威廉·莫里斯加持,如虎添翼。”不久台湾远景出版公司又出版《书缘琐记》的繁体字版。

说到藏书票,我的书架上还有几册相关的书,一是子安《藏书票的爱》,很漂亮,属于“蜜蜂文库”,我还存有蔡家园《书之书》,廖伟棠《野蛮夜歌》。二是子安《西方藏书票》,是子安先生签赠给沈昌文的书,也随着沈先生的书箱来到我的书架上。三是贾俊学《衣带书香——藏书票与版权票收藏》,应该也是沈先生的存书,书中附有许多名人题词影印件,沈先生赠言题在一张白纸上,他写道:“不懂藏书票,可是喜欢藏书票;没有收藏过一张藏书票,因此只能勤读贾俊学的藏书票。沈昌文2004.3。”

# 心灵复原 重新出发

李海卉

现在,生活节奏越来越快,人们每天会面对各种有形的、无形的挑战。面对生活,你可曾对某一个阶段或某一个时刻的自己失望过吗?压力变大,难免会积累一些心理问题。

在哲学家伊壁鸠鲁看来,人最重要的是要获得一种冷静、平和的心态。伊壁鸠鲁认为,情绪困扰是可控的,可以通过走出欲望受挫和焦虑未来的双重困境来实现。那我们如何实现?如何走出内心的困境?心理学可以让我们洞悉自己,并帮助我们治愈内心的不安。

我们要如何找回灿烂的自己?《别再想歪了》一书作者针对我们日常生活与自我认知中常见的“歪”,给了巧妙的案例展示,书中历数了人们在生活中60种常见的认知偏差,给出解决之道,并运用逻辑学、认知科学和社会心理学等多个视角进行深度剖析,将“歪”拨正。

当你消极失落的时候,你会只看到事情不好的一面;相反,当你积极快乐时,你会看到并记住事情好的一面。我们往往会根据自己当时的心情来记忆、回忆和判断事情,这种情况被称为“情绪一致性效应”。

这种现象不仅限于糟糕的情绪,快乐的情绪也会循环。但不难想象,“消极情绪”的循环会给人们带来更严重的问题。诸多研究表明,与积极情绪相比,消极方向的“情绪一致性效应”发生的可能性相对较小。如果意识到自己很失落,那你不要有意识地“调整心态”,不要因为追求完美而苛责自己,更不要因此而脱离社交生活,不必过度自我反省,不妨花点时间做你喜欢的事情。

有时,我们越想摆脱焦虑反而越焦虑,这是为什么呢?专门治疗各类焦虑的加拿大临床心理学家戴维·A.卡布奈尔在《焦虑的时候,就焦虑好了》一书中讲道:“焦虑是人类生存的常态之一,每个人都会有焦虑的想法。人们没有办法控制焦虑,也没有办法去消除它。唯一能改变的是应对焦虑的方式。”这本书没有教给我们消灭焦虑情绪的解决办法——“因为无法消灭”——而是教我们通过改变应对焦虑的方法,与它共存,从而最大限度地减少焦虑对我们生活的消极影响。

我们常常在无所事事的时候更容易焦虑,忙碌起来反而感觉不到它。忙起来不但时间过得快,焦虑消散得也快。卡布奈尔建议,我们在出现焦虑时采取相反的策略:去做其他的事,让焦虑自己消散。书中一直在强调:焦虑只是想法,行动才会带来感受。陷入焦虑时,我们所面临的——“停在焦虑的内心世界更好,还是面对现实生活更好?”——这就是想法与感受的选择。大多数人的焦虑不是对未来不确定的担忧,而是焦虑自己无法停止焦虑这件事。

心理学家告诉我们,焦虑是反直觉的,越想停止焦虑结果就会越糟。所以,反其道而行之是更好的应对方式。承认焦虑、顺应焦虑,给它时间和空间,这样,焦虑反倒无法对我们产生不良影响了。

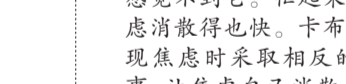
生命中总会经历失望与失去,这是不可避免的人生课题。在那些艰难和不那么美丽的时刻,当心灵无法承受疼痛,当失去或痛苦袭向你的每一次努力,当愿望最终不能以我们认可的形式实现,慰藉便是我们心灵寻求的东西。

《慰藉之书》的作者是英国当代诗人、哲学家大卫·惠特,他在书中聚焦了人生的52个关键词。孤独、美、诚实、感激、疼痛、勇气、命运、拒绝、心碎、拖延、天赋、害羞……这些关键词刻画了人生的模样,你怎样理解它们,就度过怎样的人生。

大卫·惠特特将失望称为变革之生,衡量勇气的标准正是看是否愿意接受失望,是否愿意直面而不是回避它。人生中的某一阶段也可以说是历经风雨后的松弛、真实与冒险之旅。”同年8月,萨克斯病逝于纽约。萨克斯诚如他自己所言,保持着孩童般求索的激情直到生命的最后一刻。



《焦虑的时候,就焦虑好了》



《意识的河流》

# 穿越包罗万象的时间之河

胡书明

博尔赫斯说:“时间是构成我的实体。时间是带我涌向前的河流,但我就是河流。”神经科学家奥利弗·萨克斯带领读者在《意识的河流》一书中溯源而上,探索心智的起源。如博尔赫斯所说,我们的运动、我们的行动在时间中延伸,一如我们的感知、思想,还有意识的过程。我们寓居于时间之中,我们组织时间,我们也是时间的造物。《意识的河流》一书的名字就由此而来。

奥利弗·萨克斯是一位经验丰富的神经医学专家,收集过多种神经系统异常案例。他也是具有哲学与文学气质的科学家,《纽约时报》称他为“医学界的桂冠诗人”。他既关心物质也关心心灵,从不将二者区分开来,而是向学科的边界敞开思维,在科学、文学和艺术等范畴之间游刃有余。

《意识的河流》是奥利弗·萨克斯临终前的随笔集,探讨了演化、植物学、化学、医学、神经科学和艺术,还有关于速度和时间感知、记忆和创造性的研究与沉思。这些文章反映出他敏锐的洞察力和深刻的同情心。通过这本《意识的河流》,读者可以开启另一种看待神经系统的视角,体会更为人性化的医学关怀。医学是一场穿越。穿越生命,穿越生活,同时穿越命运。奥利弗·萨克斯以医学视角去穿越生命的各个阶段,从文学角度去展现生命的波澜。

奥利弗·萨克斯对客观世界的科学问题和观念充满好奇,也对人类经验的特异性饱含深情。当固守单一学科无法令人满意地解释现象时,他会向创造性敞开思维。他在科学、文学和艺术等范畴之间穿梭不是为了彰显博学,而是只有这样融会贯通,才能让他真正走向对人、对整个生命

最大的谜团。而他对人类心智的好奇,对记忆、速度与知觉等独立谜题的探究也可以是解开意识之谜的一种探索。他在临床治疗上的贡献之一即是使用左旋多巴治疗行动冻结的患者。在本书第二篇《速度》之中有提到,包括对20世纪初高发的嗜睡性脑炎等病症的叙述。电影《小丑》主角亚瑟患有图雷特综合征,这种神经症导致意识的流动速度发生改变,这种意识的特殊性,混杂了经验和时间的印记。

针对意识的谜团,古往今来有许多哲人提出过自己的见解,柏格森将意识类比为电影机制,威廉·詹姆斯认为西洋镜(连续影像)可以隐喻有意识的大脑。这也奠定了从威廉·詹姆斯时代以来,人们普遍认同的连续性意识。奥利弗·萨克斯描述的是时刻变动的意识,其中的每一个感知,每一个场景,都是我们自己塑造的。关于意识如何连续存在,萨克斯也解释道:“它不仅仅是感知时刻,单纯的生理性时刻——尽管这些是一切的基础——还是本质上个性化的时刻,构成了我们的存在本身。”“时时刻刻的集合”构成了我们的全部,它们涌流融入彼此,一如博尔赫斯的河流。我们细小的神经元中闪烁着微弱的光火,一次次的累积铸造成我们的意识,属于我们自身的世界。在这种形态中铸就的时刻都包含着我们的爱恨,成为我们理解世界、理解生命的基石。

2015年,奥利弗·萨克斯在《纽约时报》上刊发文章《我这一生》,他写道:“最重要的是,能够在这个美丽的星球上成为一具富有感情的生命体,成为一种能够思考的动物,于我,这本身就是巨大的荣誉和冒险之旅。”同年8月,萨克斯病逝于纽约。萨克斯诚如他自己所言,保持着孩童般求索的激情直到生命的最后一刻。