



书香之城·文化乐山

边读边写

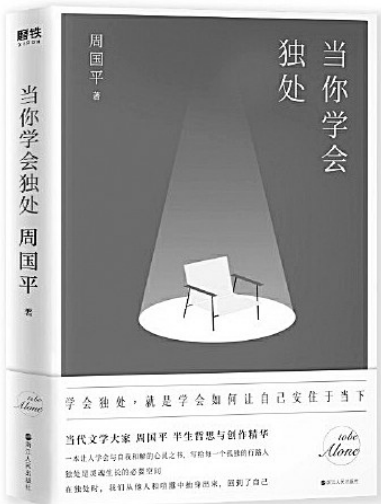
书人书事

幸福独处
安于当下
——读《当你学会独处》
陈凤珠

每当我人生迷茫举棋不定的时候，就会翻开周国平的《当你学会独处》。周国平说：“学会独处，就是学会如何让自己安住于当下。”这本书像深夜灯光下与我侃侃而谈的智者，让我明白，独处是一种成长，对生活有着美好的意义。

独处时养心，自主自立，得精彩人生。周国平在书中说：“有些痛苦是无法分担的。知心朋友的关爱至多只能转移你对痛苦的注意力，不能改变痛苦的实质。”我非常喜欢的一个女明星，一度抑郁爆胖，期间靠和朋友聊天度过忧郁期，但症状没有改变。她静下心来独处，消化情绪，戒掉药物依赖，规整身心的凌乱。她逐渐走出低迷，慢慢感悟到遭受人生考验的时候，只有沉下心独立思考，自我负责才能真的走过每一个难关。在独处中心智清醒，人生之路才能行稳致远。

独处时学习，蕴育美好的性格，掌握命运的方向。“性格无所谓好坏，好坏仅在于人对自己性格的使用。”随意的性格吸引随意的结果，认真睿智的性格吸引美好的人生。欧阳娜娜唯美的大提琴独奏背后，是她从小每天八小时不间断地练习。当突破不了瓶颈的时候，她还是会坚持，一边哭泣一边拉琴，直练到双手的皮肤慢慢长出厚厚的一层茧，她依旧天天待在琴房里直到突破自己。这样坚韧执着的性格，让她成了舞台上熠熠发光的大提琴演奏家。



《当你学会独处》封面 本文作者供图

独处时创造，认知自己的天赋和热情，创造喜爱的人生。周国平在书中说：“快乐的工作能力是，发现和创造的喜悦，智力的运用和得胜，心灵能力的生长。”在生活中，做自己真正喜欢做的事情，热情努力创造，实现自我价值，是一件幸福的事。俞敏洪视教育为他的天赋和热爱，疫情期间的教育事业大规模缩减。他在低谷中独处调整心态后跨行业创业，以新的模式让企业发展生生不息。在独处中，滋养创造的灵感与能力，静静耕耘，默默收获。

每读一遍周国平的文字，我的心就像清风拂过山冈一般，清欢澄净。余生漫漫，每个人一生就是陪伴你自己最长的人，于独处中回到自己，安于当下，把握现在，学会享受孤单，学会一个人独处，便是人生美好通透的一种活法。

《当你学会独处》：周国平/著 浙江人民出版社出版



《在深渊里仰望星空》封面 本文作者供图

《在深渊里仰望星空》用三十六个故事，打破了我对魏晋时期的刻板印象。印象最深是曹丕：在“建安三曹”中，论政治成就，曹丕比不上父亲曹操；论文学成就，又比不上弟弟曹植；更因为“七步诗”的故事而在历史上留下了“相煎何太急”的恶名。但曹丕还是给我们留下了《典论》和国号“魏”字，回看这段历史，他的努力让我感动。

曹丕自觉天赋良好，也已经为此付出很多。但弟弟曹植言出为论，下笔成章，这是曹丕求而不得的能力。曹植的才华，强烈地映照出曹丕的“平庸”，曹丕对自己深感失望。虽然比才华总是输，但他对文学没有放弃。他经常和文友切磋诗赋，整理文章，咬紧牙关继续写下去，于是留下著作《典论》。他的坚持，为中国文学批评史立下了重要的里程碑。

当身处逆境的时候，他砥砺前行，终留国号。中平四年，曹丕出生，曹操起名“丕”，也就是伟大的意思。但是曹丕升职的经历一点也不伟大，实在窝火。想要的队员，荀彧、刘振、刑颢，曹操统统都给了曹植。想做点实事，也没给机会。曹丕常年在“想要”和“得到”之间的裂缝里生存，夜不能寐。身处谷底，但他没有放弃，在失望里自我克制、不骄不躁，努力做一个踏实可靠的儿子。他留在邺城，平定魏国叛乱，处理日常事务，镇守大后方。建安二十年，曹操在才华与可靠中间，终于作出了选择，立曹丕为太子。曹丕身处深渊，但绝不放弃，终于到达山顶。

身处乱世，他坚持做好眼下的事情，终留名声。战乱蔓延，瘟疫横行，百姓食不果腹。曹丕为了尽快让百姓过上好日子，减轻赋税、鼓励民生，由此下达的一些列措施使国民生计很快恢复。他说：“自古及今，未有不亡之国，亦无不掘之墓也。”登基第三年，他颁布了一道《终制》，对自己的陵墓做了一番安排，嘱咐一切从简，不要给百姓增加负担。不懊悔过去，不幻想将来，坚持把当下的每一件事情努力到极致，就是曹丕对自己最好的交代。

曹丕遇到逆境时会失望、会难过，但他通过不断努力，终于走出深渊，攀上山巅。愿你我即使深陷深渊，也能像曹丕一样仰望星空。

《在深渊里仰望星空》：北溟鱼/著 湖南人民出版社出版

书市纵横

“说书”助推阅读和纸媒发展

关育兵

“当时转做直播，我担心的不是肚里有货倒不出，而是我的言行会不会损害品牌形象，我热爱《读者》，不希望因为我的口无遮拦让它受到一丝丝伤害。”担任《读者》杂志编辑近20年，陈妮娜从“幕后”走到“台前”，成为“说书人”，在直播间讲述杂志背后的故事。

（据8月29日中新网）

网络的发展，尤其是移动互联网的发展，推动了电子阅读的兴起，这对纸媒是很大的挑战，也在重构着人们的阅读版图。但电子阅读的发展，并不能完全取代纸质阅读。莫说一些人留恋纸质阅读的墨香，纸张翻动的灵动，对视力更好的保护，纸质阅读所传达的编辑语言、视觉感受，也同样是电子阅读难以具备的。

文质兼美，这个词语可能更适合纸媒。这里的文质兼美，不仅是指文章的思想内容和表达形式，还指编辑所呈现出来的每一页、每本书所带给读者的整体视觉效果。“每做一期杂志，都如‘生了一个孩子’般珍视它。”其所强调的，是编辑对每篇文章、每本杂志的再创作。这样的再创作，是电子阅读难以具备的。

提一个小的细节，比如插图。相较于电子媒介，纸媒所讲究的，是慢工出细活。为文章配插图，让文章和插图形成一个整体，提高其整体表现力，就是追求效率的电子阅读往往难以做到的。不只如此，插图安排在什么位置，占多大空间等等，这里面都会有编辑的妙思在里面，目的自然是更好地服务读者。而且，大多数原创插图，尤

其是优秀的插图，也体现出创作者对文章的理解，本身就是艺术品。

事实上，纸质阅读的这些“用心”，也在影响着电子阅读。现在，许多网络书籍，虽然少插图，但大多也会和纸质媒介一样，做一个漂亮的封面，以此来吸引读者。很重要的一个原因，就在于封面可以传递给读者除文字以外更多的信息。

纸质阅读的这些精细，除了带给读者直接的感受之外，如何更多地被读者感知？很重要的一种方式，就是直播。借助新媒体，更好地传递纸质读物的“用心”，帮助读者更深入地理解纸媒的妙思与匠心。“做直播就是在讲杂志的‘说明书’，告诉大家它好在哪儿？为什么好？”这才能让读者知悉纸媒背后更多人的共同努力。

很多时候，人们愿意读一本杂志、读一本书，都离不开这样的“说书人”或“推荐者”。听了《百家讲坛》，购买相关图书的有之；看了影视作品，购买原作的有之；网络作品走红，带动纸质书畅销的亦有之。通过直播，交流阅读与写作，分享“编辑部的故事”与职业体验、人生感悟等，对于推动读者阅读，对于杂志、图书的销售，都是大有裨益的。

出版融合发展是趋势，纸媒与电子阅读、新媒体融合也是趋势。在直播间，从杂志中有趣的文章开始讲起，讲到社会现实，又落到能触动人心的观点上，不仅能够以此让网友们了解、接受、喜爱杂志，反过来，网友们的留言、粉丝的反馈，也同样有利于杂志的改进和发展。这对于杂志、纸媒的发展都是极为有利的。

欢迎乐山本土作者赐稿
电子邮箱：313487468@qq.com