



群山在呼唤

——读《夏日走过山间》有感

赵乔/文

1869年夏，美国人约翰·缪尔受一位牧场主雇佣，带领两千多只羊，穿越内华达山脉，行经约塞米蒂山谷与布拉迪峡谷。他一边放牧，一边细致考察沿途的动植物分布、气候变化与冰川遗迹，并将所见所感如实记录于日记中。《夏日走过山间》不仅凝聚了他长期野外考察的实践经验与渊博学识，更展现出卓越的表达能力和一位自然主义者的赤子之心，被誉为“荒野朝圣者的心灵史诗”。

缪尔以诗人般的笔触描绘自然。他敏锐的观察力使他常能捕捉到常人忽略的细节，并揭示大自然错综复杂的美。书中，他这样描写一株偶然发现的百合：“通体洁白，仅花瓣根部染着一抹淡紫。这冰晶般纯净的花朵，犹如花中仙子，每现身一次，就更添一分圣洁。”既写其形，又传其神，让植物在文字间焕发生命力。

他的笔也投向山间的动物：溪边吃草的熊、安静渡河的鹿、欢鸣的青蛙、以尾为帆御风而行的松鼠。在与羊群的朝夕相处中，他惊异于母羊与幼崽之间充满人性的呼唤与回应。而缪尔最深沉的热情，始终留给他所置身的那片广阔天地。他写道，约塞米蒂溪“以从容、优雅而自信的姿态奔涌于狭窄沟壑，吟唱着最后的山之歌，迎向自己的命运……它滑过池塘边缘，顺坡加速，最终怀着庄严的信念纵身跃下悬崖，在空中自由坠落”。这溪流，喻示着生命的雄伟与坚韧。星星如“夜空中绽放的百合”，云朵是“天空旷野里生长的植物”——万物在他笔下皆具灵性。

缪尔调动所有感官，与自然建立深刻的情感联结，体悟万物的精神特质，呈现出一个宏阔、自由、宁静的生命世界。字里行间洋溢着无法抑制的兴奋与探索的渴望：“我们已成为自然的一部分。”“我仿佛被融化、吸收，生命的脉搏跃向未知……这才是真正的自由，一种实质的永生。”读这些文字，我仿佛也沐浴在那诗性的光芒中，想象山风充盈每一个毛孔，血肉之躯与树木、溪流、空气一同在阳光下震颤。我借此从纷杂资讯中抽身，重新触摸与万物同频的生命节奏。正如缪尔所言：“走向外界，实际上是

走向内心。”

作为科学工作者，缪尔始终坚持严谨而精准地观测与记录。他留意羊群行为随生长阶段的变化，记录羊圈外的空气、山间的星月，不敷衍任何细节，并基于经验做出合理推断。例如六月六日的日记中，他明确记录已抵达山脉第二平台高原，指出在海拔2500英尺处植被显著变化，“眼前出现大片以西黄松为主的针叶林”，下午经过的草坪中“偶见挺拔的兰伯氏松，松果长约15至20英寸”。行程与数据皆清晰具体，体现出他长期野外实践的功力。

他的观察从不浮于表面，而是深入生命的肌理。写银冷杉，先交代其高海拔、寒气候、瘠土壤的生存环境，再描摹其“树皮浅淡光滑”及阳光穿过树冠的光影、风声掠过枝叶的声响，继而分析其与红柳、松树共生的群落结构，以及它作为鸟类、松鼠栖息地的生态功能。他多维呈现山地的原始地

貌与季节更迭，折射出人与自然共处的关系。“我唯一的愿望，是谦卑地追随、学习并沉浸于自然所启示的一切。”缪尔一再提醒我们应重新梳理与自然的关系，学会敬畏。

书中也贯穿着对生态破坏与物种灭绝的批判。他指出，人类常愚蠢地将自然视为可征服的领地：伐木者挥刀砍向“地球的肺”，进行“暴力掠夺”，导致巨杉等珍稀树种濒危；猎人自负能轻易猎杀熊类；养羊人唯利是图，眼中只剩羊毛，“却忽视其他更重要的事物”。人类的贪婪无止境，若不加以节制，终将撕裂与自然的精神纽带。“荒野的神秘与壮美，必被人类的贪欲吞噬。”缪尔以冷静而克制的笔调，为生态危机敲响警钟——没有血淋淋的控诉，却更显一位普通公民的道义与良知。

《夏日走过山间》不仅是一次地理意义上的行走，更是一场心灵的回乡之旅。它让我们看见万物有灵，听见群山呼唤，也提醒我们：唯有谦卑与敬畏，才能重建人与天地之间神圣的联结。

大地书写的生命史诗

——读《缙缙与决绝》有感

邹强/文

电视剧《生万物》热播时，我忍不住翻起了原著。荧幕上是故事，原著《缙缙与决绝》书页里却是泥土与命运的沉重交织。

故事始于1927年浙蒙山区的天牛庙村。村里最有钱的宁学祥，大女儿绣绣出嫁前被土匪绑架。土匪索要天价赎金，这当爹的舍不得卖地赎人，竟让二女儿顶替姐姐出嫁。绣绣自己逃了回来，此时亲事已黄，最后只能嫁给腿有残疾的封大脚。这一事件，如巨石落水，激起四代人几十年的爱恨波澜。

土地，是这本书真正的主角，是所有人命运的轴心。它既养育人，又束缚人；既给予，又渴望收回。在一次次制度更迭与人性考验中，每个人都与土地深刻塑造、扭转，甚至撕裂。合上书后我才明白：作者写的不仅是土地，更是人被土地所困、所爱、所重塑的命运史诗。

封大脚痴爱土地。他疼惜土地，如同疼惜自己的孩子，给每块地都起了名字，“镰刀把”“算盘子”“破蓑衣”……那不是地，是他的命。为了开垦出“圆环地”，他没日没夜地劳作，绣绣头胎孩子累死了，他也没停手。在他眼里，土地是能传代的宝贝，比什么都可靠。后来合作社收地，他攥着一把土死活不松手——那不只是泥土，更是他整个的命根子。读至此处，我深深地被这种近乎执念的依恋所震撼。

绣绣则因土地而受苦。昨日还是富家小姐，一夜之间成了“土匪婆”，遭亲爹嫌弃、外人指点。可她偏不认命，嫁给封大脚后，什么农活都学，什么苦都吃，成了丈夫最得力的帮手。别人嚼舌根，她不还嘴，只凭一口气硬撑着。最让我难忘的是，她哥宁可金要活埋干部，她想都没想就往坑里跳——那么瘦弱的一个人，不知哪来的那么大力气。她的挣扎与坚韧，让我看到土地之上人性的光辉。

宁学祥为土地舍弃亲人，一辈子把土地看得比什么都重，连亲生闺女都能舍。到老时，地没了，家散了，只剩下他一个人对着空屋子发呆。你说他坏吗？倒也不是，只是被土地捆住了魂，看不见人情冷暖了。他的悲剧让我我不禁反思：人若被物所役，终将失去最珍贵的部分。

铁头借土地之变而变形。从外面回来后，他像变了个人，带头举报乡亲，成了“农民领袖”，吃上了官饭。可他夜里睡不着，老听见有人在他窗外哭。土地制度变来变去，人跟着变，有的变好了，有的却丢了魂。他的迷失，又何尝不是时代洪流中无数小人物的缩影？

书中写的土地变迁，如同一把刀子，剖开了人的里外。从土匪横行的年代，到合作社、包产到户，每一次土地制度变化，都是对人性的考验。封大脚说过一句话：“地还是那块地，人怎么就变了呢？”这句话问得人心酸，也道出了土地与人性之间复杂的关系。

合上书那几天，我总忍不住想：地对人来说到底是什么？是命，是根，也是一辈子甩不开的枷锁。如今进城的进城、上楼的上楼，还有几个人真正下过力、淌过汗，懂得摸起来滚烫的土腥气？我们是不是也该偶尔回头，看看那些还在土里弯腰的人，听听他们的喘气和叹息？这本书让我重新思考人与土地之间那种既亲密又紧张的关系。

《缙缙与决绝》不只是讲人和土地的故事，它写的是人如何被时代裹挟、如何挣扎、如何认命。书中一次次土地转手、一回回制度更改，都化作了老百姓实实在在的泪和汗。当封大脚为一垄地说出“能把爹的坟往西挪三尺”时，我突然明白，这早已不是对土地的爱——是人被逼得变了形。读罢全书，这种被扭曲的深情最令我唏嘘。

赵德发写得真实，写得狠辣。他不光写土地怎么养人，还写土地怎么“吃人”。那些为土地生、为土地死、为土地疯的人，一个个从书里走出来，站在我面前，让我无法假装看不见。他的笔触冷峻而慈悲，让我看到土地背后那些沉默的苦难与坚韧。

这本书像一口深井，照得见人，照得见心，也照得见命运。越往下看，越凉，越深，越见人心。它不声不响地诉说：不管世道怎么变，土地是我们立身的根，但更深的根在心里——那点善，那点念想，那点不肯低头的劲儿。合上这本书，我仿佛听见大地深处传来的叹息与呐喊，它们交织成一部属于中国人的生命史诗。

★注销公告★

温岭市城南镇敬老院依据《事业单位登记管理暂行条例》，经举办单位同意，拟向事业单位登记管理机关申请注销登记，现已成立清算组。请债权人自2025年9月10日起90日内向本单位清算组申报债权。

特此公告。

温岭市城南镇人民政府
2025年9月10日

胡霜/文

“微习惯是一种非常微小的积极行为。”“它是简单到不可能失败的自我管理法则。”

“微小而稳定的改变能带来巨大效果。”这些理念均出自《微习惯》。这本书是美国作家斯蒂芬·盖斯的经典著作。他以为自己从缺乏自律的普通人转变为高效能人士的经历为基础，提出了微习惯这一独特的自我管理方法。微习惯的核心理念是：通过设定极小的目标，让习惯养成变得简单且易于坚持，从而实现长期的自我提升。

其实，有关习惯养成策略的书籍并不少见，但《微习惯》却给我带来了真实有效的影响和改变。阅读时，我时不时感叹：“噢，原来这么简单！”“我似乎能做到。”不自觉地给自己正向暗示，急于尝试的冲动，让我与这本书建立了非同寻常的情感联系。我从将信将疑，到期望尝试，再到在尝试中见效，逐步成就自己的能量场。

书中，盖斯讲述了微习惯养成的方法和

星火亦可燎原

——读《微习惯》有感

策略。“微习惯”的本质，是將你想要培养的习惯大幅缩减成一个极其简单、毫无负担的版本——把“每天做100个俯卧撑”缩减成每天做1个；把“每天写3000字”缩减成每天写50字；把“始终保持积极思考”缩减成每天想两件好事。它的魔力在于“微”，小到不会让你产生任何压力和抗拒心理，小到在任何状态下都能轻松完成。

作者还分析了传统方法失败的原因。我们过去习惯设定宏大的目标，如每天跑步5公里，这本质上是用一次性的巨大能量输出冲击一个长期系统，结果往往意志力耗尽、挫败感累积。有时，我们还会把大部分能量浪费在“做与不做的纠结”“失败后的自我批评”上，而非行动本身。

而微习惯的策略恰恰相反，它不是消耗能量的过程，而是创造和积蓄能量的过程。我觉得微习惯的独特之处在于：轻松启动，零耗能；提升自我效能感，积累自信；超额完成，产生能量盈余；形成正向循环，强化自我能量场。

可见，成就自己的能量场并非遥不可

及，其实就是通过无数个微小的、确定的成功，为自己构建一个稳定、积极、自我激励的心理环境。在这样一个环境中，没有内耗，只有行动；没有自我怀疑，只有自我信任。

我庆幸自己正在逐步拥有自在自供的能量场。那些一小步一小步养成的习惯，正在不断重塑自我、优化自我。每天，我把运动、读书、写作等微习惯融入日常生活中。如每天记录生活这个微习惯，就悄然改变着我、影响着我。每天记录生活，让我始终保持一颗细腻敏感的心，在看似重复单调的日子里，发现烟火中的点点暖与爱；在与自己对话中，照见自我，反思自我。一年多来，我坚持进行生活记录，写日常小文，字数累计有十多万。这样一个微习惯，不仅积累字数、思想和成长，更是一种自我认知的提升、生活状态的改善、生命能量的积攒。

《微习惯》如一位人生导师，教我以最小行动开启改变。亲爱的读者，你也不妨选择那个“小到不可思议的第一步”，温柔而坚定地迈出去。你的能量场，正等待被你亲手点亮。

历史的侧影

——读《同怀：鲁迅与中国共产党人》有感

郑凌红/文

天上有宝——日、月、星、辰。通过一本书，我试图以个体状态链接遥远的过去，怀揣敬意走进火红年代，感悟伟人思想碰撞，领略时代风云激荡。

红色，是中国人骨子里流淌的颜色。《同怀：鲁迅与中国共产党人》一书，壮我胸怀。作家阎晶明不仅透过不寻常的视角呈现鲁迅更广阔的一生，也通过时代洪流对传统认知中的中国共产党人作了新的解读。

历史给了国人以鲜明的态度和正解。中国共产党人不仅有风骨，也有文化情怀。他们惜才爱才，与“大先生”鲁迅的那些过往，尽管有时只是点滴片段，但整体的连贯与时代性，重现出一幅真实、曲折而充满活力的中国图景。

这幅景，是一个重要的历史侧影。用作者的话说，鲁迅之为鲁迅，在于任何一个话题都可以继续深说，从小切口打开大世界。作为“鲁迅研究”系列的新作，本书以深厚文学功底、严谨考据与清新笔调，将历史、评论与叙事有机统一。

书名“同怀”，取自鲁迅赠瞿秋白联语中的词语。人类是可食用回忆的动物——有的回忆扎实沉重，有的热腾腾滚烫，有的微酸却闪着光。阎晶明这本书，属于后者。

从历史维度读一本书，既需宏大视野，也需独特坐标。本书从“鲁迅与中国共产党人”这一视角切入，陈独秀、李大钊、毛泽东、周恩来、陈赓、瞿秋白、方志敏等交替出现。他们与鲁迅的交往或交集，既有“神交”之境界，又有“同怀”之相知。

鲁迅同毛泽东、周恩来并无现实交往，却曾通过冯雪峰转赠书籍；与方志敏也未曾见面，方志敏在狱中将书稿托送鲁迅，

是出于文学上的敬仰与信任；而与瞿秋白关系最为密切——“人生得一知己足矣，斯世当以同怀视之”，这样的表达在鲁迅笔下实属罕见。

对鲁迅的研究可超越时光。他与一些政治人物的关系虽属冷门，却是理解其与时代的重要侧面。20世纪上半叶的中国风雷激荡，无数志士在复杂环境中叩问国家命运，鲁迅正是其中无法绕过的高峰。

阎晶明从鲁迅与七位中国共产党人的关系中，提出问题、阐释现象、给出答案：与陈独秀是“深刻的理解与同情”，与李大钊是“同一战线的伙伴”，与周恩来是“亲缘之上的神交”，与瞿秋白是“未见已亲密”，与陈赓是“文学家聆听军事家”，与方志敏是“因文学而信任”，与毛泽东则是“时空相隔的对话”……这些不但是对鲁迅研究与党史研究的重要补充，也让我们窥见鲁迅对中国革命的态度与文学努力。

1940年，毛泽东在《新民主主义论》中指出：“鲁迅是中国文化革命的主将，他不但是伟大的文学家，而且是伟大的思想家和伟大的革命家。”

《同怀》展现出鲁迅的多面与整体：他

是不追求“纯文学”的文学家，相信“文艺是国民精神所发的火光，同时也是引导国民精神的前途的灯火”；他是不主张“无畏牺牲”的革命家，从青年实践到革命观演变，体现出现实策略与“人间清醒”；他也是没有“哲学体系”的思想家，却始终有一以贯之的坚持。阎晶明评价其为“中国最早具有成熟存在主义哲学思想的人”。

纸张寿于金石！毛泽东、周恩来都曾多次表达鲁迅精神与著作对其的深刻影响。历史进程之中，文学始终以一种无声却磅礴的力量，穿透时代，启迪人心。

读完《同怀》，我深深感受到：鲁迅与中国共产党人之间的交往，不仅是历史洪流中一道不可忽略的侧影，更是一种精神与信念的彼此照亮。他们之间或神交、或同怀、或信任、或共鸣的关系，在我心中逐渐连成一条清晰而温暖的精神脉络。透过书页，我仿佛目睹那一代人在动荡岁月中如何以笔为剑、以心燃灯，既书写文学，也投身历史。

合上书卷，余味悠长。他们如星火相隔，却共同照亮了一个时代的漫漫长夜——而这，正是“同怀”真正的重量。