



# 一场穿越时光的文学之旅： 在《紫丁香》中重访都市与人心

王玉美/文

叶灵凤的短篇小说集《紫丁香》，以灵动笔触勾勒上世纪30年代都市的繁华喧嚣，用细腻心理描摹捕捉人们的复杂情感与精神世界。它既生动记录了一个时代的都市生活，也是中国现代文学中“现代派”风格的鲜明体现。叶灵凤以独特的文学语言，将彼时才子佳人的爱情故事与都市人的精神困境娓娓道来，让读者在字里行间感受那个时代的独特韵味与温度。

《紫丁香》最鲜明的特色，是对上世纪30年代都市图景的精准刻画。叶灵凤没有泛泛描绘都市轮廓，而是聚焦充满生活气息的细节，让都市形象立体鲜活。他写上海弄堂：“清晨，阳光透过梧桐树缝隙，在青石板路上洒下斑驳光影，卖早点的吆喝声从巷口传来，混着油条香气飘进窗棂”；写咖啡馆场景：“穿着西装的男子端着咖啡杯，眼神却飘向窗外，爵士乐在空气中流淌，与邻座女子的低声笑交织”。这些细节不仅还原了上世纪30年代都市生活场景，更传递出独特的时代氛围——既有都市的摩登活力，又藏着人们的疏离迷茫。在他的笔下，都市不再是冰冷建筑集合，而是充满情感与故事的空间。每一条街道、每一处角落都可能上演才子佳人的相遇与别离，让读者仿佛置身其中，亲历那个时代的都市生活。

作为运用“现代派”手法的作品，《紫丁香》对人物心理的深度挖掘令人称赞。叶灵凤摒弃传统小说侧重情节叙述的模式，将大量笔墨用于人物心理描写，通过内心独白、意识流等手法，展现人物复杂的情感状态与精神世界。描写才子佳人的爱情时，他不满足于讲述爱情的悲欢离合，还深入探究爱情背后人物的心理变化。比如某篇小说中，他写

一位青年才子对女子的爱慕，没有直接描写追求过程，而是通过大段内心独白，展现他从初见时的心动，到暗恋时的忐忑，再到表白被拒后的失落与挣扎。“看到她的那一刻，我的心跳突然漏了一拍，想要上前打招呼，脚步却像被钉在原地，脑海里反复浮现该说些什么，又怕自己的唐突惊扰了她”，这样的内心独白细腻真实，将人物的羞涩与不安刻画得入木三分。此外，他还善用新奇意象表现人物心理，用“破碎的镜子”比喻人物内心的迷茫，用“凋零的紫丁香”象征爱情的逝去。这些独特的表达方式让人物心理世界更加形象可感，也让作品更具艺术感染力。

《紫丁香》还生动呈现了上世纪30年代都市人的情感状态与精神困境，具有深刻的时代意义。在那个新旧观念碰撞、社会快速变迁的年代，都市中的才子佳人既享受着摩登生活，也面临着诸多困惑迷茫。叶灵凤通过他们的爱情故事，折射出当时人们的精神世界。有的人为追求爱情，勇敢冲破传统观念的束缚，却在现实阻碍下遍体鳞伤；有的人在都市繁华中迷失自我，将爱情视为游戏，最终陷入孤独空虚。他写一位女子在几段感情中周旋：“我以为爱情是都市里的霓虹，绚烂而短暂，可当所有灯光熄灭，只剩下我独自一人在黑暗中徘徊。”这句话不仅是对人物情感状态的写照，更反映出上世纪30年代部分都市人对爱情的迷茫与对精神归宿的渴望。叶灵凤没有评判这些人物的选择，而是以客观笔触呈现他们的经历与感受，让读者在了解那个时代爱情故事的同时，思考现代都市人共同面临的情感与精神问题。

从文学风格看，《紫丁香》的语言优美灵动，既有传统文学的典雅，又融入“现代派”的创新。叶灵凤的文字如清泉，在细腻描写中流淌着情感的温

度；同时，他打破传统语言规范，运用意识流手法让文字更具跳跃性与感染力。比如描写人物的意识流动时，他将过去的回忆、当下的感受与未来的憧憬交织在一起：“昨天与她在公园散步的场景还在眼前，此刻却坐在办公室里对着文件发呆，明天是否还能与她相见？这样的疑问在脑海里反复出现，搅得我心神不宁。”这种错乱而富有节奏感的叙述，让读者更能感受到人物内心的混乱与不安。

《紫丁香》不仅是一部记录时代的短篇小说集，

更是一部探索人性、情感与精神世界的文学佳作。叶灵凤以独特的“现代派”描写手法，为我们打开一扇了解上世纪30年代都市生活的窗口，让我们在感受那个时代独特魅力的同时，对爱情、人生与精神追求产生更深刻的思考。这部作品如同一朵盛开的紫丁香，在文学花园中散发着淡淡幽香，历经岁月沉淀，依然具有打动人心的力量。

## 追寻内心的故乡 ——读《风把故乡吹远》有感

汪丽红/文

“如果我们忘了在这个地方生活了多少年，锯开一棵树就行，院墙角或房后面的都可以，数数年轮就大致清楚了。树会记住许多事。”“树从不胡乱走动。几十年、上百年前的那棵榆树，还在老地方站着。”翻开刘亮程的《风把故乡吹远》，我们仿佛被一股来自西北戈壁的风裹挟着，穿过黄沙漫卷的田野，踏上布满裂痕的土路，重新走进名叫“黄沙梁”的村庄。它让我们在“被风吹远”的路上，重新找回内心的故乡。

在这部散文集里，风不是抽象的自然现象，而是贯穿始终的叙事者。它吹走了季节的轮回，吹老了村口的胡杨，把“故乡”这个沉甸甸的词，吹向了记忆的远方。从黄沙梁到菜籽沟，一个人和他的村庄满是故事：树杈上永不长大的孩子，站在村口不断张望的守村者……最终，每一个离开又归来的人，都会活成自己的故乡。刘亮程以近乎白描的笔触，细细铺陈故乡的草木、鸟兽、人事，没有刻意抒情，却让每一个字符都浸满对土地的眷恋，读来令人心头发热，又泛起一丝怅然。

在刘亮程眼中，故乡的一切都有灵魂。死去的牛会变成田埂上的草，飘落的树叶会回到树根的怀抱，连风都在传递着村庄的消

息。“一场一场的风在梁上停住。所有的雨水绕开村子，避开房顶和路，只在四周的戈壁，下在抽穗的苞谷田。”“树倒下的时候，我听见它叹了口气，它的年轮里藏着村里人的日子，砍了树，就像丢了一部分记忆。”这种“万物有灵”的视角，让故乡的生死不再沉重，而是变成一场温柔的轮回：离开的从未真正离开，消失的总会以另一种方式回来。

书中对故乡日常的“慢镜头”式书写令人动容。“一只八条腿的小虫，在我的手指上往前爬，爬得慢极了，走走停停，八只小爪踩上去痒痒的。”刘亮程蹲下来观察一只蜉蝣弄粪蛋，看它滚着一颗比自己大好几倍的粪蛋，在半坡上艰难跋涉。在静夜里，他倾听落雪的声音：“屋子里更暗了，我看不见雪。但我知道雪在落，漫天地落。落在房顶和柴垛上，落在扫干净的院子里，落在远远近近的路上。”这种对万物的共情与敬畏，让文字脱离单纯的记录，变成一场与故乡灵魂的对话。

“我留下的身体扛起你的铁锹。你没挖到头的一截水渠我得接着挖完，你垒剩的半堵墙我们还得垒下去……”“紧张的麦收结束了。同样的劳动，又在其他什么地方开始，这我能想得出来。我知道村庄周围的几块地。”刘亮程笔下，故乡是与自己“共生”的生命体。这种情感超越简单的乡愁，像是一种“生命的延续”——故乡不是已经消失的过

去，而是融入血脉的记忆，是风里传来的一声鸡鸣、地上熟悉的脚印。哪怕人在远方，只要想起这些细节，故乡就会在心里“重新长出庄稼”。

“风把故乡吹远”既是物理意义上的离别（作者离开村庄，去往城市），也是心理意义上的距离（故乡在时代变迁中慢慢改变）。但刘亮程笔下的“风”并非只有“吹散”的力量，更有“承载”的意义：风会把故乡的麦香吹到城市的窗口，把村里的狗叫声吹进他的梦里，把父亲的咳嗽声吹到他的耳边。“我走得越远，风里的故乡就越清晰，风就像一根线，一头拴着我，一头拴着故乡的土坯房。”“风”成了连接故乡与远方的纽带：离别不是终点，风会带着故乡的牵挂，永远跟在身后。

此书看似写刘亮程的故乡，实则写的是每一个现代人的“精神困境”。如今，我们都像“被风吹远”的人，在陌生的城市忙着追逐逐名利，慢慢忘了自己从哪里来。我们总在寻找“诗和远方”，却忘了故乡才是最初的“诗”；我们总在抱怨“没有归属感”，却忘了故乡的土坯房、老槐树，才是最安稳的“归宿”。事实上，故乡不只是地理意义上的“老家”，更是精神上的“根”。只要心里装着故乡的记忆，无论走多远，我们都不会迷失方向。

## 成长， 是一场克服天性的修炼 ——读《认知觉醒》有感

岳雅雯/文

你是否有过这样的经历：面对未知，内心焦虑；遭遇困境，茫然无措；投入工作，难以专注？不必苛责自己，这些其实是人类天性的自然反应。《认知觉醒》这本书，恰似暗夜中的明灯，指引我们认识、直面甚至超越这些天性。阅读这本书的过程，对我而言，正是一次深刻的自我觉察之旅。

作者周岭在书中，先介绍了大脑结构、潜意识与元认知等基础概念，帮助我们建立清晰的自我认知框架；接着深入讲解专注力、学习力、行动力与情绪力的训练方法；最后提出一条朴素实用的成长路径——“五字实践法”。全书融合心理学、神经科学等多学科视角，旁征博引，深入浅出，读来令人耳目一新，也让我对自身行为有了全新的理解。

书中指出，人类大脑按进化顺序可分为：本能脑、情绪脑与理智脑。本能脑与情绪脑遵循本性，寻求即时满足，主导我们生活中的大部分决策。它们受挫时，容易引发焦虑。理智脑虽具备远见与规划能力，但因进化历程短，力量薄弱，常在与前两者的争斗中落败。这让我豁然开朗，明白了为何我们常常“懂得许多道理，却仍过不好这一生”。原来，真正的成长，是克服天性的过程，只有不断训练理智脑，使其强大，才能提高自控力。

如何训练理智脑？作者汲取多部经典著作精华，提出具体可行的方法。例如，提升学习力，需游走在“舒适区边缘”，在容易与困难的拉伸区间刻意练习；通过“输出”巩固“输入”，结合及时反馈实现深度学习；收集触动自己的知识点，关联“触动碎片”，构建个人认知体系。此外，采用“番茄工作法”等时间管理工具，有助于维持专注与休息的动态平衡。这些方法让我意识到，成长并非空谈理论，而在于日常的扎实实践。

全书最令我印象深刻的是作者提出的“五字实践法”——早、冥、读、写、跑。这五项活动分别对应身体管理、专注力训练、知识输入、思维整理与能量补给，构成一套低门槛、高效益的个人成长系统，为我提供了清晰的行动指南。

早起与运动，是身体的修行。我认识到，充足睡眠对认知能力影响深远，《我们为什么要睡觉》一书详细阐述了睡眠对记忆巩固与情绪调节的关键作用。规律运动不仅能强健体魄，更能直接提升大脑活跃度，有效缓解压力。

阅读与写作，是思维的淬炼。阅读是“输入”，浩瀚书海凝聚着无限智慧结晶，翻开书本，可学习行业经验，收获人生启示。写作是“输出”过程，可通过记录、表述乃至讲授，验证与巩固“输入”，即“费曼学习法”，此方法让我意识到“输出”对于学习的重要性。

冥想，是专注力的训练。无论是从传统禅修还是现代心理学角度，冥想都被证实能安顿心神、减轻焦虑，提升当下的专注力与定力。这一点令我深受触动，决心尝试。

《认知觉醒》并非提供捷径与速成之法，而是引导我们重新审视思维与行为模式，在认知上觉醒，在行动中修炼。读完这本书，我深感收获良多。愿我们阅读此书后，能构建自己的知识体系，提升认知层级，找到合适的成长路径，最终走向清晰坚定的人生进阶之路。

## 于文字间，握住时光的暖 ——读《好时光悄悄溜走》有感

徐晟/文

“好时光仿佛一场场冬日的妖娆霜花，盛开与消逝总在刹那之间。”迟子建在《好时光悄悄溜走》序言中的这句话，如一缕轻柔的风，撩动读者心底最柔软角落，让我忍不住跟随她的笔触，走进这本书，一同探寻那些被岁月悄然珍藏的好时光。

这本散文集分为四辑，收录了迟子建在各题材领域的代表性作品。阅读过程中，我感受到书中既有对故乡风物的深情怀念——山丁子树、扫帚梅、罌粟花，还有庭院里叽叽喳喳的鸡群，都承载着她对童年家园的无限眷恋；也有对往昔岁月的追忆——父亲做的迎新灯、母亲雨雪中送来的伞，以及与爱人携手买花的温馨瞬间，这些琐碎又温暖的片段，构成了她生命中最珍贵的记忆；还有对自然美景的细腻描摹——大兴安岭的森林、河流、动物，以及四季更替的奇妙风光，尽显大自然的神奇与美丽；更有对人情世故的深刻慨叹、对历史文化的探寻思考，以及对人生意义的不懈追寻。这些内容层层展开，让我沉浸其中。

读这本书，于我而言，就像聆听一位老友娓娓讲述她的故事。迟子建用细腻质朴的笔触，将生活中的点滴化作动人文字。在《灯祭》中，父亲做的灯成为她心中永恒的温暖象征。每年过年，那盏灯都会亮起，照亮她回家的路，也照亮她对父亲的思念。即便父亲已离去，那盏灯依然守着她，“虽灭犹燃”。这让我忆起自己的童年，每到夜晚，母亲总会点上一盏昏黄的油灯，在微弱的灯光下给我讲故事、缝补衣服。那盏灯虽不如现在的电灯明亮，却充满温暖与爱意。如今母亲已不在人世，但那盏灯永远留在我心中，成为我对童年最美好的回忆。

书中对自然的描写令我深深陶醉。迟子建笔下的大兴安岭，是一个生机勃勃的世界。春天，满山满坡的达紫香花红得比朝霞还绚丽；夏天，森林里的都柿、马林果等野果子相继成熟，散发诱人的香气；秋天，蘑菇如森林的星星般密密生长在腐殖质丰富的林地上；冬天，雪花铺天盖地，远山近山皆苍茫。她对自然的热爱与敬畏之情溢于言表，让我不禁对大自然生出更深的敬意。记得小时候，我生活在农村，每到夏天就和小

伙伴们去田野捉蚂蚱、采野花，与大自然亲密接触，感受它的呼吸与脉搏。然而，随着年龄增长，我渐渐远离农村，也很少有机会感受大自然的美好。读着迟子建的文字，我仿佛回到充满童趣的时代，重新感受大自然的魅力。这份共鸣，尤为珍贵。

书中对亲情的刻画十分触动我心。迟子建用平实的语言，讲述与家人相处的点点滴滴。父亲的和蔼可亲、母亲的勤劳善良、爱人的温柔体贴，都让她感受到家的温暖。在她笔下，亲情没有惊天动地的大事，满是日常生活中的小确幸。这种朴实无华的真情，让我屡屡动容。

《好时光悄悄溜走》是一本值得细细品味的书，它让我们在忙碌的生活中停下脚步，回首那些被遗忘的好时光。迟子建用文字告诉我们，生活中虽有苦难和挫折，但也有温暖与希望。我们应以平和、乐观的心态面对生活中的种种，珍惜身边的每一个人和每一件事。好时光虽会悄悄溜走，但它留下的美好回忆，会永远陪伴我们，成为生命中最宝贵的财富。合上书页，我心中满是暖意与感激。

