

# 38 请接收这份春日书单, 祝愿你—— 有暖有爱, 笃定成长

◆ 英格丽

烟花三月, 草长莺飞。今天是妇女节, 今年的节日因新冠肺炎疫情而与以往不同。你, 是战斗在一线的医务人员; 你, 是照顾家人的妻子或女儿; 你, 是和神兽斗智斗勇的妈妈; 你, 是写字楼里忙碌的职场人; 你, 是独自备考的女孩……  
经此一疫, 你是一名战士, 为国, 为民, 为家。与此同时, 请你珍重, 给自己一点时间小憩。这份春日书单, 送给你, 沐浴春风里, 和家人, 和闺蜜, 和自己。祝愿未来的你, 有爱, 有温暖, 有光, 有成长。

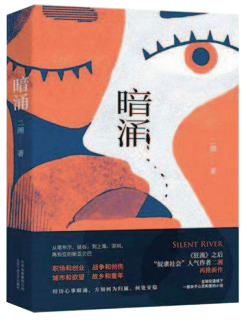
## 《天授之子》: 日式之美, 川端康成自传书写



《天授之子》为川端康成的自传体小说集, 收录《故园》《东海道》《感伤之塔》《天授之子》四篇小品。  
川端康成从两岁到十四岁期间, 父母、姐姐、祖父母相继去世, 他一生中萦绕着“天涯孤儿”的情结。《故园》中, 以迎接养女为契机, 作者回顾了自己孤独的少年时期; 《东海道》则缅怀故人的上京之旅, 探讨艺术与永恒的关系; 《天授之子》中, 描写与养女之间的父女之情, 记述了战后日本笔会的活动。这是一卷饱蘸爱怜的白描图, 于平淡中见真情……《天授之子》是窥探川端康成灵魂深处的珍贵作品。

川端康成(1899-1972)是日本新感觉派作家, 著名小说家。一生创作小说百多篇, 中短篇多于长篇。作品富抒情性, 追求人生升华的美。代表作有《伊豆的舞女》《雪国》《千羽鹤》等。“他叙事技巧高超, 以非凡的敏锐表现了日本人的精神特质。”

## 《暗涌》: 迷失找寻, 方知何为归属安稳



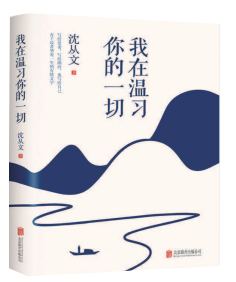
《暗涌》是二湘继《狂流》之后的新作, 是其“命运交响曲”系列的第二部, 作者依然将海外留学、工作和生活背景融入写作。因为是切身经历, 所以细节逼真、观感真实。  
“《暗涌》讲述时间的流逝, 讲述我们当下的这个时代, 讲述我们精神的焦虑, 也讲述我们内心不断的迷失和不断的找寻。”这是二湘的创作意图。

小说以辗转于国外的主人公吴贵林的人生际遇为主线, 阿富汗喀布尔, 美国硅谷, 中国上海、深圳, 埃塞俄比亚的斯亚贝巴都有他驻留的痕迹, 求学、邂逅爱

情、职场(外企软件行业)竞争, 痛失所爱、自我放逐、故人重逢。作者关注个人遭遇与战争、经济环境等大议题的碰撞, 失误之痛、爱之欢喜, 人生的起伏在变幻莫测的环境下更显得扑朔迷离, 下一刻命运不知将人挟向何处, 故事在平静的表象下暗流涌动。

文学评论家张莉认为, 所谓的全球化视野其实在作家的骨子里。她来到那个城市, 和那里面的风土文化融为一体, 才是真正具有全球化的写作方式, 这在她的作品里面特别突出。

## 《我在温习你的一切》: 有情文字, 沈从文的湘行书简



沈从文在阔别湘西多年之后, 告别妻子张兆和, 独自踏上了回乡的旅程。这是他生命中至关重要的一次旅程, 他在途中深情温习妻子的种种美好, 温习湘西的大好景致, 也温习那个已经远去的自我。他给妻子写了一封封书信, 用真诚而谦卑的姿态, 道尽了对妻子的爱与思念; 他创作了一篇篇优美的散文, 以生动而饱含深情的笔调, 向世人描摹出了湘西风景的秀美, 以及健康人性的自然美。湘西之行, 让沈从文在这种对爱、对湘西、对自我的温习中, 迸发了对人生更温存的体会、更深沉的认知。

书中收录了沈从文写给妻子的13封家书, 文字炽热而又弥漫着水汽, 尺素之上, 真诚袒露内心深处的柔软与温情, 堪称20世纪抒情文学的典范之作。本书也是沈从文一曲献给故乡湘西的恋歌。

## 《世故的尽头 天真的起点》: 回归初心, 余光中散文精选



本书精选余光中先生50年散文精华, 包括名篇《听听那冷雨》《逍遥游》《假如我有九条命》《我的四个假想敌》《记忆像铁轨一样长》等。  
余光中的文字悠远、辽阔、深沉, 且兼有中国古典文学与外国现代文学之精神, 创作手法新颖灵活, 比喻奇特, 描写精雕细刻, 抒情细腻缠绵, 一唱三叹, 含蓄隽永, 意味深长, 韵律优美, 节奏感强。读他的文章, 既能得到美的享受, 也能开阔眼界, 悟透许多人生道理。这是一本让人回归初心的文艺之书。  
生命是纯净的火焰, 世故燃尽, 唯留一片天真。愿你不惧时间不惧忧伤, 在生命里从容漫步, 在时光中畅快漂泊。

## 《华年锦瑟谁与度》: 华丽素朴, 女性视角诠释情与爱

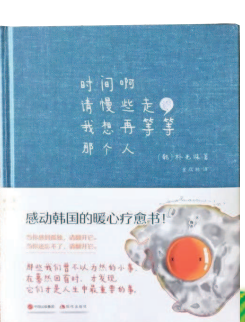


《华年锦瑟谁与度: 杨雨讲诗里的爱与情》一书依作者在中央电视台《百家讲坛》所做讲座的讲稿整理润色而成。

爱情以其纯洁和神圣, 让诗人着迷, 让世俗痴狂, 所以描述爱情的诗歌, 往往是动人而又最能反映人性的。古典诗词中对诸如游子思妇、青年男女热恋、婚姻破裂等爱与情, 都有真实、精彩的描写, 活跃在诗中的男女各色人物的形象也极为鲜活而生动。

央视《百家讲坛》颇受观众喜爱的主讲人杨雨教授以女性的细腻, 从独特的视角, 倾情讲述中国古代最美的爱情诗, 以华丽的文字、朴素的情怀, 在超越现实与空间的美妙境界里, 让读者深切感受古代爱情诗里的爱恨情仇。

## 《时间啊请慢些走, 我想再等等那个人》: 漫画文字, 暖心疗愈的晚安曲



《时间啊请慢些走, 我想再等等那个人》是韩国畅销书作家朴光洙的暖心疗愈枕边书, 也是献给那些故作坚强的大人们的一首抚慰内心的“晚安曲”。  
书中, 朴光洙用自己风格鲜明的漫画和温柔又犀利的文字, 把平凡生活点滴融入到了每一部作品中。他将人到中年后对自我、对世人、对亲情、对爱情、对往事的反思与心得娓娓道来, 仿佛一只温柔的大手拂去你身上的尘土, 拍拍你的肩膀, 使内心的涟漪重归平静, 重新思考自己的人生。  
献给你, 上有老下有幼、压力山大、焦虑失眠的人, 负面情绪找不到出口的人……看看光洙漫画和文字, 他说——  
烧酒配一块辣白菜, 也没关系; 只要能跟聊得来的朋友共饮就好。  
乡间小路, 没关系; 只要路边开着一朵小花就好。  
梦想微不足道, 没关系; 只要幸福足够大就好。  
所有一切都没关系; 只要好好去爱你所拥有的就好。……  
人们常常为限量版、限定版的商品而疯狂。明明是一样的东西, 也愿意花更多的钱去拥有。可你有没有想过, 地球上的每一个人, 都是限量版、限定版。别说数十个、数千个, 根本就是世上独一无二的唯一存在。  
你绝对值得自我肯定。因为世上绝无仅有的珍贵的存在正是我们自己啊!

《时间啊请慢些走, 我想再等等那个人》是韩国畅销书作家朴光洙的暖心疗愈枕边书, 也是献给那些故作坚强的大人们的一首抚慰内心的“晚安曲”。

书中, 朴光洙用自己风格鲜明的漫画和温柔又犀利的文字, 把平凡生活点滴融入到了每一部作品中。他将人到中年后对自我、对世人、对亲情、对爱情、对往事的反思与心得娓娓道来, 仿佛一只温柔的大手拂去你身上的尘土, 拍拍你的肩膀, 使内心的涟漪重归平静, 重新思考自己的人生。

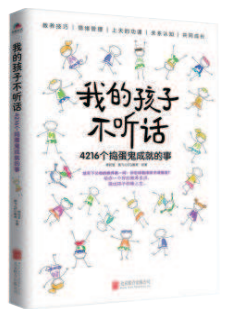
献给你, 上有老下有幼、压力山大、焦虑失眠的人, 负面情绪找不到出口的人……看看光洙漫画和文字, 他说——

烧酒配一块辣白菜, 也没关系; 只要能跟聊得来的朋友共饮就好。  
乡间小路, 没关系; 只要路边开着一朵小花就好。  
梦想微不足道, 没关系; 只要幸福足够大就好。  
所有一切都没关系; 只要好好去爱你所拥有的就好。……

人们常常为限量版、限定版的商品而疯狂。明明是一样的东西, 也愿意花更多的钱去拥有。可你有没有想过, 地球上的每一个人, 都是限量版、限定版。别说数十个、数千个, 根本就是世上独一无二的唯一存在。

你绝对值得自我肯定。因为世上绝无仅有的珍贵的存在正是我们自己啊!

## 《我的孩子不听话》: 情绪教养, 帮家长走出恶性循环



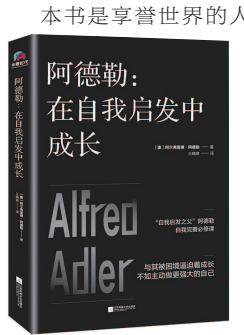
《我的孩子不听话: 4216个捣蛋鬼成就的事》是一本关于情绪教养的书。

你是否正在为孩子的情绪问题而疯狂? 孩子不听话, 爱挑战你的耐心, 凡事喜欢和你对着干, 得理不饶人, 逃避问题, 发脾气, 情绪化, 固执极端……以上问题的解决方法这本书里都有涉及。

这本书从孩子的视角看待其行, 告诉家长怎么和

闹情绪的孩子沟通以及孩子究竟在想什么, 帮助你快速从孩子的情绪中找到关键点, 更快地和孩子建立起良性沟通, 教父母走出“我一直说, 他一直不听”的恶性循环, 重新树立自信心, 从情绪掌控、人际关系培养、自控力培养、自我管理等方面入手, 为家长如何应对孩子的各种日常行为, 引导孩子健康成长给出了中肯而实际的意见。

## 《阿德勒: 在自我启发中成长》: 主动成长, 创造自己的命运



本书是享誉世界的人本主义心理学先驱阿德勒作品的精华汇编, 重在强调阿德勒学说中“自我启发”的观点。与弗洛伊德的“宿命论”不同, 阿德勒认为意识是人格的中心, 人是有意识的个体。创造能力在人的一生中发挥至关重要的作用, 决定人生方向的是人的潜力和欲望。因此人们可以在不断自我启发中, 充分发挥自主性与创造性, 参与创造自己的命运, 决定自己的生活风格。

这本书通过对人们进行“自我启发”的原因、重要性及方法的探讨, 启发读者修正潜意识中的“人格程序”的方法, 打开思维模式中“自我启发”的奥秘, 启动自身强大的内驱力, 发挥潜能, 积极地融入社会, 不再被时间拖着前行, 用一颗无畏、强大的心去面对生命中所有的不如意。

很多时候, 情绪看似不起眼, 却对生活产生不小的影响。主动成长意味着我们要学会主动面对生活中的种种事情, 比如学会化解深重的悲伤。