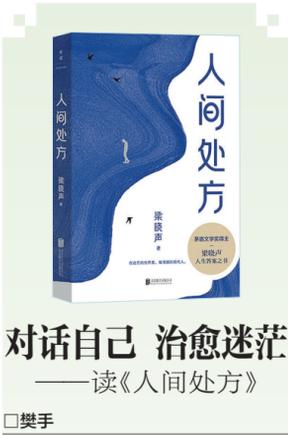


品味



对话自己 治愈迷茫
——读《人间处方》

樊手

人生就像一场漫长的旅途，我们在旅途中会遇到形形色色的人，经历各种各样的事。作家梁晓声通过自己经历过的世间的悲喜，洞悉当代人的痛苦与迷茫，对人生有了深刻的体悟和认知。读他的散文集《人间处方》，仿佛给我们开了一张真的药方，教会我们如何在迷茫的世界里，做清醒的现代人。

该书是梁晓声新编的散文集，是一本写给万千青年的人生答案之书，共收录24篇精美散文，勾勒出一幅关于理想、孤独、爱情和人生命运的全景图。

全书分4辑，漫谈24场世间百态，评说24个人生道理。作者与年轻人谈理想，论孤独，说爱情，聊人生。书的风格，温暖而妥帖、冷静而客观、真诚而有爱，为生活中有着诸多不顺心、迷茫、烦恼、焦虑的你我拨开层层认知理念里的迷雾，走出精神藩篱，重获自在人生。

在该书中，梁晓声以敏锐的观察力和厚重的自身阅历，对俗世人间芸芸众生的上下求索见微知著。说到爱情，他说现代人的爱情“掺入了太多的即兑功利”“变得越来越接近于生意”“爱情之所以不动人了，是那种似乎在冥冥中引导两颗心彼此找寻的宿命般的因果消弭了。”谈到理想，他说：“更多的时候漠而不吝是没有用的，倒不如从自己人生的‘节目单’上减去某些心所向的内容，这更能体现人生的理智，因为那些内容明摆着是不适合某些人的人生状况的。”论及孤独，他说：“学会与自己交谈，哪怕仅仅做这一件在别人看起来什么也没做的事，要有点儿离群索居的气质，要有点儿孤独的能力”。聊到关系，他说：“你不必说过多应酬的话，也不必参加过多的活动，先建立好和自我的关系，和世界的关系，和一本书的关系，和你养的小猫小狗的关系，和一盆花的关系。”

本书文字，初读像水一样平淡、简单、不起一丝波澜。然而，倘若咀嚼细品，就会发现如酒一般浓郁醇厚。《贵族的最高标准非其他，而是人道。凡在入道方面堪称榜样的人，都是高贵的人。》《人生和它的意义》又像良言在耳：“哪怕命运从一个人身上夺走了人生的意义，却难以完全夺走另外一部分，就是体现在爱我们也被我们所爱的人身上的那一部分。”从《人间》到《人间处方》，梁晓声紧紧把握时代脉搏，对症下药，开具“处方”。

人生的旅途中，我们不能只关注眼前的得失和荣辱，而要学会用长远的眼光看待未来。当我们以一颗平静的心态去面对生活中的一切时，才能真正正心享受生活，从中获得更多的成长和收获。《一个加班青年的明天》中，主人公张宏就如同我们中的大多数，从小城走来，背负着家庭的重担，不敢奢求明天，为了钱一味地透支自己。《大众的情绪》中，作者把人的嫉妒比喻成心里形成的积雨云，而文化正是驱除嫉妒的利器，但它却不能驱除一切人的嫉妒，正如风和阳光不能吹散天空中的每堆积雨云。《我的“人生经验”》里，作者分享了4个容易被忽视的经验：一类事尽量少做——面对有明确规定的规定，就不要心存侥幸，按规则行事；有些话尽量不说——在工作中要慎言慎行；某类人，要尽量包容——也许他们另有隐衷；一类事做了就不后悔——信直觉，漠然而过，内心不必有什么不安。若直觉使自己相信了，施与了，即使人人冷眼相对，亦当无悔。

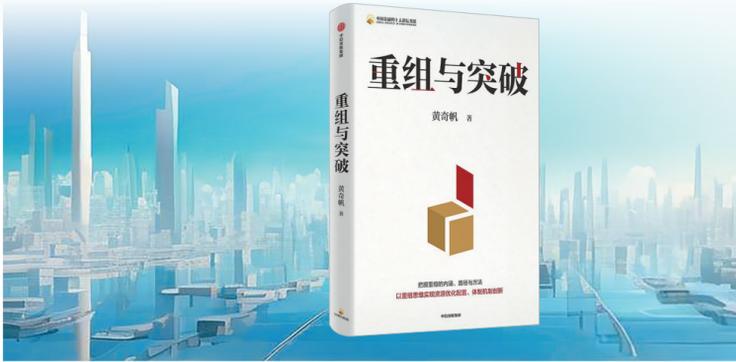
人活一世是一场修行，是要借助时间的伟大力量，用尽全力活出自己的光彩，哪怕走到生命的最后，也能坦然地告诉这世界，我来过。时代在变，困惑与迷惘是青年人绕不开的迷途，走好了可以少些弯路，走得不好要四面碰壁，健康的头脑显得十分重要。《何妨减之》里论及浮躁，他说：“要知晓自己适合做什么样的事，不要在无谓的事上花费精力”“将那些干扰我们心思的事情，一而再再而三地从我们人生的节目单上减去，减去，再减去。”一次和大学生互动，有人提问阅读的习惯对人究竟有什么好处，梁晓声回答：“阅读可以使人具有特别长期地抵抗寂寞的能力。”人的精神世界一旦丰盈，那将会是一生饱览不尽的风景。

这是一本能够对话自己、治愈迷茫的书，它用温情和智慧告诉我们：人生就像一杯清茶，淡而有味，只有将心态调整到最平静的状态，才能够真正品出其中滋味，从而找到内心的安定平静，指引我们找到通往幸福的路。

开卷有益

探索经济发展新思路

王代浩



“在工作过程中，在企业和地方发展中，我们总会遇到各种各样的困难、瓶颈乃至危机，如果能够运用重组的思维方法，逢凶化吉、摆脱困境，那无疑是一大幸事”。《重组与突破》这本书中，黄奇帆说，人生和事业在不断重组、不断解决难题的过程中跌宕起伏，会化育成生命的乐章，奏响重组的旋律。书中，他用深厚的经济理论功底和丰富的实践经验，以独特的视角和深入的洞察，探索经济发展的新思路，为读者揭示了经济发展中的关键问题和潜在机遇。

本书辑录了黄奇帆在重庆工作期间遇到难题时以“重组求突破”的思维与实践。在50余载的工作历程中，重庆市原市长黄奇帆参与、主导了一系列重组，从中他深刻领悟到重组的真谛与妙趣：其真谛在于资源优化配置、体制机制创新，妙趣在于“随心所欲不逾矩”“柳暗花明又一村”。

全书分两个部分：第一部分专讲企业的重组与管理，包括城市建设投融资平台类企业、资本运营投资类企业、金融企业等五大类企业。第二部分专讲行业的重组与管理，包括城市房地产业、工业产业、内陆加工贸易的转型、教育、金融、财政六大行业的重组与管理。

书中开篇强调“重组”这一概念的重要性——经济的发展并非一帆

风顺，而是在不断地调整和重组中实现突破。这种重组并非简单的资源重新配置，而是涉及产业结构、企业组织、金融体系等多个层面的深度变革。在调整资源配置方面，黄奇帆打出了一张“王牌”——通过成立渝富公司并开展一系列资产、债务、土地重组，先后处置和消化重庆包括金融机构在内的国企不良资产270多亿元，企业累计获得周转资金450亿元，实现转型升级。渝富公司的股权类净资产从10亿元持续增加到100亿元、400多亿元。

通过对国内外众多经济案例的深入剖析，作者让我们清晰地看到了重组在推动经济发展、提升产业竞争力方面所发挥的关键作用。经过三轮重组，重庆市商业银行更名为重庆银行，成为在国内乃至全球有影响力的银行。重庆银行的年报显示，2009—2011年，净利润从

8.76亿元增长到14.63亿元，主要经营指标增幅均保持在20%左右。2013年11月6日，重庆银行在港交所挂牌上市，成为3年来在港上市的第一家中资银行，也是西南地区首家上市的城市商业银行，超额认购7.81倍，受到各路投资者的青睐。

“重组”二字意义非凡。“千里为重”，意指空间的转换和历史的遥远；“组”字的偏旁指“丝绳”，“且”部为“加力”，寓意抓住主干，理清乱麻。两个字组合起来，就是站在历史和战略的高度，发挥聪明才智，抓住问题主线，对事物的构成要素重新进行排列组合，形成最优解决方案。重庆市国企改革以重组为主，兼顾发展。机电集团、化医集团、重庆商社重组大体都走过三步：债务的重组，组织结构的重组，推进整体上市。企业重组带来了三个变化：规模和质量同步提升，国有资产形

成“四三三”分布格局，资产向优秀企业集中。

作者对供给侧结构性改革也有着深刻理解，提出了独到见解。供给侧结构性改革是解决当前经济发展中深层次矛盾的关键举措，通过去产能、去库存、去杠杆、降成本、补短板等具体措施，实现经济结构的优化和发展质量的提升。在区域经济发展方面，提出要加强区域协调发展，推动城市群的建设，实现区域之间的优势互补和协同发展；在科技创新方面，强调要加大研发投入，加强知识产权保护，培育创新型企业，提高自主创新能力；在国际贸易方面，认为要积极参与全球经济治理，推动贸易和投资自由化便利化，拓展国际市场空间。

书中运用丰富的实例和数据，深入浅出地阐述了经济发展的内在规律和逻辑。让读者不仅能够了解到具体的经济现象和问题，更能学会从宏观和微观两个层面去思考和分折经济问题，提高自己的经济素养和决策能力，是一部具有重要理论价值和实践指导意义的著作。它为我们理解当前经济形势、把握经济发展趋势提供了有力的工具，也为政府部门、企业界和广大读者提供了宝贵的启示和借鉴，并让我们相信，只要勇于创新、敢于重组，就一定能够在经济发展的道路上实现新的突破，迎来更加美好的未来。

北疆图卷

让历史人物活起来



高宇

每个地区都有历史名人，历史名人都有精彩故事，这些故事或可歌，或可泣，或劝谏，或励志。

然而，把这些历史人物故事编纂成册，能成系统地留给后世和后人阅读的并不多，尤其是县市及以下区域的。

所以，看到《托克托历史人物故事》这本书，不由眼前一亮。托克托这个名字始于明朝嘉靖中期，距今不到500年。但如果提到云中，那就一下子跳到战国时期，直接追溯到2300多年前。如果再说到

海生不浪(应当是海生不拉)文化，那可就要追溯到五六千年以前了。

云中郡是战国时期赵武灵王开始设置的，治所就在如今的托克托县境内。秦朝和汉朝沿袭了这一设置，治所或许有变化。之后多次废弃又多次建立。秦汉时期，云中开始兴盛，虽然地处塞外，却是古代西北的重要城镇，成为各民族相互争夺的地方。到了隋唐时期，其地位更加显著，官府在军、政、文、教等方面有很多建设，史籍典籍中记载很多。至明清时期，托克托背负着云中的荣光重新出现在世人面前。托克托境内的河口镇是黄河上中游的分界点，地理位置优越。明朝开发西部，内地的物资转运输送到西北，黄河航运的好处更加明显。河口镇由此成为重要的水旱码头，下连晋冀地区，上通呼和浩特、包头地区，远至库伦(如今蒙古国的乌兰巴托)。船只首尾相接，店铺林立，商人聚集，各行各业兴旺发达。等到1909年平绥铁路(即京张铁路)开通运行后，黄河航运逐渐没落，河口镇也渐渐淡出了人们的视线。

新中国成立以来，托克托县发生了翻天覆地的变化。虽然和内地的

市县相比还有很大差距，但是几千年积淀下来的文教土壤，孕育了一代又一代杰出人物，托克托人的历史在续写并伸向未来。

云中，云中郡，脱胎，托克托，这些名字在史籍中虽然时时出现，但是因为时间久远，史籍中记载的内容有的简略有的详细，其中关于云中的记载更是片言只语，零零碎碎，历史考证极其困难，想探明历史的全貌更是难上加难。

然而，凡事有好有坏。残缺的历史给编写历史故事的人无限空间和自由。因为历史故事只需依照史料的线索，寻着隐约的迹象进行补充充实，用合理的想象，从看到的一点去描绘出有血有肉的全貌，展现鲜活的场景，所谓故事本来就是故事。

那么，有没有人能够静下心来，在浩如烟海的经史子集中搜集挑选，把与云中——托克托相关的遗孑断简找寻出来，然后再精心编排演绎成书呢。

有，就是这本由远方出版社出版、杨利民先生编著的《托克托历史人物故事》。

翻开《托克托历史人物故事》这

本书，从先秦到清代，帝王将相、文人墨客、异人侠士、豪商巨贾、平民名流，或多或少与云中(托克托)有着千丝万缕的联系。全书按照历史朝代顺序，自春秋战国时期开始，将帝王将相、历史人物等一一讲述，并将历史人物与人文地理环境、风土人情和历史事件巧妙地串联起来，既有真实历史人物故事的讲述，又有传说中经典故事的再现，从不同角度展现了云中(托克托)历史文化底蕴之深厚与军事地理要塞之雄壮。

据悉，《托克托历史人物故事》2021年出版第一册后，截至2024年7月，已经出到了第三册，总计近50万字。

风从草原走过，吹散多少传说。如今，杨利民把这些被吹散的恰似珍珠的传说又一颗粒捡回来，并且串成故事，呈现在人们的面前，既是对托克托历史人物的挖掘、活化，更是对丰富内蒙古文化底蕴、讲好内蒙古故事、宣传推介内蒙古具有深远的现实意义。

(本文史料部分参考了北京大学出版社杨明生先生为《托克托历史人物故事》一书所作的序言，在此声明并衷心致谢)

引月相送 以古阅今

高宇

热爱生活、积极向上的乐观精神。上阙望月问天，追求理想，情感豪迈奔放，下阙对月思人，情感真挚，令人动容。

浪漫的月亮俏皮可爱。“花间一壶酒，独酌无相亲。举杯邀明月，对影成三人。月既不解饮，影随我身。暂伴月将身，行乐及春。我歌月徘徊，我舞影零乱。醒时同交欢，醉后各分散。永结无情游，相期邈云汉。”李白手提一壶美酒，在花丛间徜徉，自斟自酌，看见天边的月亮，举起酒杯，邀请明月和身边的影子组局共饮。他说，明月当然不会喝酒，身影也只是随着

我凌乱，我只好和他们暂时结成酒伴，在美好的月光里及时行乐，醒时一起快乐，醉后各自分散。他还说，

我愿与他们永远结下友谊，相约在缥缈的银河边。诗人运用丰富奇特的想象，以独白的形式，自立自破，在俏皮中表达着由于仕途失意而产生的一种孤寂情怀，同时又善于自我排遣，体现出旷世不羁的豪放个性。

以江为场景，以月为主体，一幅幽美邈远、惆怅迷离的春江月夜图在《春江花月夜》中，仿佛从文字走向了画布。初读就觉得惊艳，世间怎么会有如此精妙的诗篇，相见恨晚。“江天一色无纤尘，皎皎空中孤月轮”，眼前恍若一轮皎洁的月亮孤独地挂在夜空，滟滟波浪在千里江面上闪烁，江花灿烂，江天一色，月华如水。“春江潮水连海平，海上明月共潮生。滟滟随波千万里，何处春江无月明。江流宛转绕芳甸，月照花林皆似霰。空里流霜不觉飞，汀上白沙看不见。”作者张若虚，诗一样的名字，也是一位富有灵性的诗人，写出如此美妙绝伦的诗篇，语言自然隽永，韵律宛转悠扬，为历代文人墨客吟唱咏诵。

月亮，真的是诗人的宠儿。他们赋予月亮动感，视月亮为灵魂的寄托。当明月与诗词结伴，就不仅是诗人笔下美丽夜晚的点缀，更是情感、思念和理想的寄托，成就的篇篇佳句成为中华优秀传统文化中不可或缺的一部分，对当今社会依然具有重要的意义，千古流传，涤荡灵魂。

书架



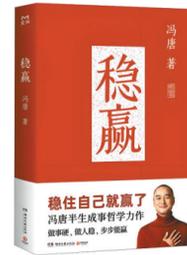
《中国现代化的文化基因》
出版社：中华书局
作者：彭璐璐 肖伟光

内容简介：本书围绕中华优秀传统文化中“生生不息”的仁道理念、“民为邦本”的政治传统、“形神兼备”的生命观念、“天人合一”的生态哲学、“亲仁善邻”的交往之道等核心理念，诠释中国现代化的文化基因，阐明中国式现代化基本特征与中华优秀传统文化一脉相承的关系。入选2024年4月“中国好书”推荐书目。



《学习力跃迁：像AI一样迭代自己》
出版社：机械工业出版社
作者：田俊国

内容简介：本书系统讲述了人工智能背景下自然学习方式的转变与应对之策，从人工智能对传统学习方式的挑战入手，逐章深入剖析了学习的本质、学习力的提升方法以及“书、人、事、众、己”对话的重要性。作者提出了ACCP循环模型，强调了社会学习的重要性，并探讨了加速学习的五大因子。通过系统的讲解和实用的方法，旨在指导读者在人工智能时代更有效地学习与成长，提升个人学习力，以适应当今复杂多变的社会环境。



《稳赢》
出版社：湖南文艺出版社
作者：冯唐

内容简介：冯唐半生成事哲学新作，稳住自己就赢了。本书用54篇全新文章，讲透步步稳赢的秘诀：用好脑力、体力、心力，则万事可成。用好脑力——“用好智慧，人间稳赢”，读书行路，良师益友扶持，持续思考创造；用好体力——“肉身不坏，抵御一切妖邪气”，管好肉身、能量、精力、情绪，成事不殆；管理好心力——“身历百千劫，还是一颗活泼心”，气定则心定，心定则事成，心力越强，赢得越稳。



《寓医于食：中国人的饮食智慧》
出版社：人民卫生出版社
编著：赵霖、鲍善芬

内容简介：本书从神农尝百草讲起，对中国饮食文化进行梳理，将古人的食医文化与现代医学研究进展巧妙结合，将民族的文化自信与百姓的餐桌结合，并丰富了其内涵，以帮助人们增强防病和抗病能力。全书既有情感共鸣，又有接地气的阐述，内容丰富，观点有依据。涵盖古人的饮食理念、农耕文明奠定了百姓的膳食基础、护佑国人健康的发酵食品、中餐“养助益充循自探”的生态理念、古代与现代科学相结合的探索等7个部分，共计百余个话题，是一本适合家庭收藏阅读的食医文化读本。

(本版图片除作者提供外均来自网络)