



2014

DEC

人文学院团委、学生会
第七期

慢

slow
Produced
BY
Contact

孤独之驿

——谈日本电影《铁道员》

江松

慢

冯晖

动物国爱情

容浩

摄影:

无题

侯芊芊、黄锦阳、李兵

30

人文学院首届摄影比赛获奖作品展示

周文智、黄锦阳、刘婉蓉、冯雅宁

詹子懿、武琳悦、陈少强、邓俊杰

魏辰、武燕

前言:

慢/冯晖

01

专题:

慢/张玲瑜

02

唯慢合心/夏维兰

04

文学:

绘梦者/尹筱

05

初雪/罗藏尖措

11

动物国爱情/容浩

13

微观:

城市之缘/Lotus

16

人物专访:

慢步, 与生命中的美好, 相遇

18

影评:

Merry Christmas, Mr. Lawrence

/戴琳红

26

孤独之驿——谈日本电影《铁道员》

/江松

28

小编寄语:

慢梦

33

指导老师: 张冉妮、郑名芷、林深伟

策划指导: 张冉妮、江松

主 编: 吴颖、聂颖瑶、蒋竺君、区家杰

文字编辑: 李佳希、刘嘉雯、林达凯、刘卉珺

曲孟奇、任璐、苏建韬、谭静玲

严天月、姚鸿、张驰晨、郑子柠

封面设计: 姚鸿

制作团队: 人文学院团委、学生会宣编部

微信公众账号: 人文之家



微博: @暨大人文学院团委学生会

邮箱: rwxyxbb@163.com

“放下负累，
慢走慢看。”

人文学院副教授 冯晖

慢

其实，如我，人到中年，上有老下有小，要照顾老人要照料孩子，要买菜要做饭，要备课要科研，还要偶尔给每况愈下的身体锻炼的机会……一天才二十四小时，生活中哪能容得下一个“慢”字？于是，快、快、快，成了我的生活的主旋律。

那么，如你，才二十出头或许不到，没有家务没有牵挂，生活总可以“慢”下来了吧。不。你有学业，要竞争要上课要考试要出国深造，要恋爱也许还要进行恋爱后的疗伤……一晃，大四到了，要应聘要找工作……匆匆四年，又怎能放得下一个“慢”字？于是，急、急、急，也成了你的生活的素描本。

人称大学校园是象牙塔，你我——作为塔中的主体，都如此忙碌不堪，遑论塔外之人？

于是，触目所见，是成片成片的喧嚣。向大自然攫取，向社会攫取，向自我攫取……最终，都汇成向“成功”攫取，在喧嚣中向“成功”无休无止地进军。而这必然的结果，是使我们几乎迷失了自我。早上，在清冽的空气中睁开眼，涌现心头的，不是喜悦，而是焦躁；夜晚，在疲惫的状态下阖上眼，停驻心头的，不是宁静，仍是那不减丝毫的焦躁。

自被抛入到群体中，每个中国人要经历多少年的惶恐不安！拼读昏天黑地的高三时，你说：“等我考上大学就好了！”苦度煎熬不堪的大四时，你说：“等我考上硕士就好了！”一看硕士

的工资还低于住家保姆时，你说：“等我考上博士就好了！”做论文做得双眼红肿时，你说：“等我找到工作就好了！”终于找到工作了！你掐指一算，从小学一年级开始，你已在惶恐不安中度过了二十二年！

可是，找到工作，是否就真的“好”了呢？不。还有课题、职称等成堆成堆的压力等着你。

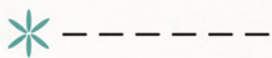
有文章在问：“为什么美国青春期的孩子最美，而中国青春期的孩子却最丑呢？”在压抑、扭曲、焦躁和惶恐中度过，总是向着无休止的“成功”奔跑，身心得不到片刻放松和安宁。这样的你我，能不丑吗？

既然“成功”是一件又一件事情的堆积，只有起点，没有尽头，是终其一辈子的事情，那我们是否可以稍微放慢一下脚步，让眼睛多一点左顾右盼，让生活多漫溢点阳光和诗意呢？

“我想有一个家，家前有土，土上可种植丝瓜，丝瓜沿竿而爬，迎光开出巨大黄花，花谢结果，累累棚上。我就坐在那黄泥土地上，看丝瓜身上一粒粒突起的青色疙瘩，慢看……”

这是龙应台在其文章里所表达的愿望，题目就是《慢看》。

天地悠悠，宇宙洪荒。追求无涯，成功无涯。但我生有涯，我心有涯。所以，放下负累，慢走慢看；回归自然，宁静致远。



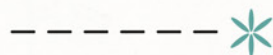
慢

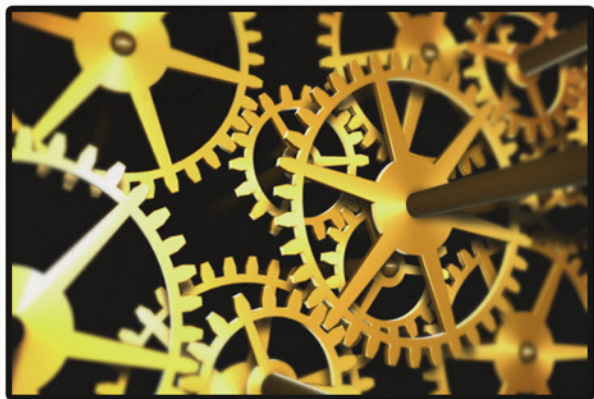
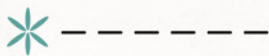
Slow

文|13汉语言文学张玲瑜

米兰·昆德拉讲过一个故事。一对夫妇开车去参加晚宴，驶过公路，发现在自己后方有辆车打着转向灯，不顾一切地寻求着一个超车的机会。妻子问道：“这些人如果看到一位老妇人当街被抢，恐怕只会退避三舍，谨慎非常。可是当他们手握方向盘时，怎么就不怕死了呢？”

为什么？丈夫想，大概应该这样解释：当摩托车骑手骑在摩托车上风驰电掣时，他只专注于速度飞跃的一瞬间。这一瞬间不属于过去，也不属于将来，它在持续的时间流之外。这是一种“出神”的状态。这种状态下，骑手是如此忘我，关于生活的一切问题在这一瞬与他无关。所以他无所畏惧，因为畏惧来自于未知，而未知在未来之中。解脱于未来的人无所畏惧。





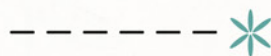
昆德拉认为，这种“出神”是技术革命的产物。与摩托车形成对照的是跑步者，他们迈出的每一步都依靠自己的身体而非机器，每一次都体会到自己的脚茧和喘息、体重和年纪，在运动中感受着自我的重量和生命的衰老。而当人类体会到机器所赋予的速度时，一切都天翻地覆了。此时，人的身体沉迷于一种纯粹的速度感之中，仅仅是速度本身就令人兴奋。

这大概是关于速度最独具匠心的比喻之一了。有趣的是，我们常用“快”与“慢”形容时间的速度，但这实际上是不真实的。事实是，时间的速度是绝对的，一秒钟就是一秒钟，不会更长也不会更短。而“快”与“慢”不是在形容时间，而是我们的感觉。心理学家米哈里·齐克森米哈里提出的“心流”理论，其中的表现之一即为“主观的时间感改变”，例如，长时间从事同样的工作而不觉时间流逝。当经历这样的体验时，我们在进程中浑然不觉，只有结束时才会感叹“时间过得得快”。这与昆德拉的“出神”多少有着异曲同工之妙。

“出神”是否真如昆德拉所说，只是技术革命的产物，尚且值得怀疑。但不可否认的是，当摩托骑手替了跑步者，流水线产品代替了手工品，工业设计的简洁代替了繁复铺张，技术确实使时间显得“快”了。“快”意味着更高的效率，却也意味着更多的遗忘。一个最平常的情境：当一个人在路上行走，如果他想要回想什么事，但一直想不起来，他便会机械地放慢脚步；而如果他想要忘记某事，就会不自觉地加快行走的步伐。昆德拉不无戏谑地将这种现象解释为“存在主义数学”的方程式：慢的程度与记忆的强度成正比，快的程度与遗忘的强度成正比。记忆是慢的，我们“怀旧”，又何尝不是在“怀慢”？“快”的装扮利落而精明；而“慢”关乎古老，关乎原始与蒙昧。

在“快”的时代，终极的追求是刺激。而“慢”的追求是体验。当来自十八世纪的骑士与二十世纪末的年轻人相遇，前者被一位精于“缓慢”之道的夫人玩弄于鼓掌，却依旧对昨晚的温存念念不忘；后者的狂欢多么眼花缭乱，热闹非凡，他却只想在清晨骑着摩托车离去——唯有这样，他才能忘掉这除了受挫的性欲之外空无一物的夜晚，忘掉一切，忘掉自己。“快”只活在当下，“慢”则回望着过去；“快”向着结局，“慢”却要求着一切的细节，例如光线、声音，甚至气味。纳博科夫曾经描述过这样一个意境：当你迈着大步迅速走过黑夜的城市，从中搜寻着对过去的幸福绚丽夺目的记忆时——一个女人的面孔会在多年单调无聊的生活的湮没下重新复活——在你狂热地前进时，突然一个过路人礼貌地使你停下，问你到某某街怎么走，这是一个普通的声音，但也是一个你再也不会听到的声音。这段模糊的文字正是对“慢”的瞬间侵入“快”的流动过程的形象比喻：“快”的节奏几乎成为一种惯性，而“慢”格格不入的打断令人猛然清醒。

而尽管世界变得如此之快，还是有人愿意对“慢”怀有一份多情的温柔。毛姆的中国游记《罗曼司》描述了他在一艘中国客船上度过的夜晚，以及在这一夜，他是如何在平静的船中找到了“罗曼司”（Romance）。而当他去探索着“罗曼司”的源头，却遍寻不见，嘲笑自己“就像一个将蝴蝶剪成碎片，要找出它美在何处的人”。如果有人现在去做这样一个后见之明的剪碎蝴蝶的人，他便会看到，这正是殖民时代西方人对东方诸国浪漫化的幻想。当“快”的西方工业文明，发现了仍然如传说中一般未受理性启蒙的陌生而古老的土地，这难道不正是一种“慢”的体会吗？当他面对星斗的神话与写意的晚景，又如何不对此生出些许“罗曼司”呢？



唯慢合心

自然界的快与慢

看着花一朵朵地开，一瓣瓣地落下，慢慢地享受一朵花的悲喜。听着溪儿汨汨地流淌，缓缓地向前，虽无激流勇进的慷慨，却有高山流水的曼妙。仲夏夜之梦，嗅着稻香，听着蛙鸣，每一段夜曲都舒缓着夏夜的疲倦。不问愿不愿，只是静静的，慢慢着。

自然界的缓慢变化，总是美的所在。而那些骤然的变化，往往透露着不详。

火山喷发，顷刻之间。地震海啸，裹挟而来。它们的到来带来了巨大的能量，可我们却不能忽视它们带来的创伤。我们渴望快速，可我们也应该知道我们能否承担快的代价。

上山，带人生去流浪

拾阶而上，每一步都需要注入更大的信念去到达，每一步都走得更艰难，当然也更慢。慢的过程也许不算精彩，但一定精致。一份精致的山腰俯瞰，一段路的起转承合，一起上山的温柔陪伴，巨石下的夕

文 | 14法学夏维兰

阳被当做晚餐，填饱了肚子，又开始了夜的渲染。这一切静悄悄、慢吞吞地生根、发芽，直到结出了慢的果实。

每一次的上山下山，都像是人生。当你在走上坡路的时候，总是步履维艰，跋山涉水。当你的人生向上的时候，慢不是阻碍，反而是一种成全。东山再起是带着血泪的跋涉，虽风尘仆仆，一往无前。当你在走下坡路时，层林尽染，悠菊南山，尽收眼底，却也失去了一种曼妙。兵败滑铁卢只在一念间，那是快速的早产儿，带着畸形的速度与世长辞。



慢是爱情的驿站，等风起，等你来

慢慢地，半瓣花上谈恋爱，一粒沙里看世界。与一朵花的相处，就像是在谈一场恋爱。有花未开时的蛰伏，才会有花开的灿烂温柔。慢慢地了解，不因寂寞而急功近利，不为世俗而奋笔疾书，不为闪婚的风驰电掣。只是为了两颗心的慢慢靠近、贴合。两颗心的配合像是瓶子与水一样。一颗心包容，一颗心柔软，两颗心的契合。一切的预想需要时间的慢慢酝酿，需要两颗心的慢慢磨合。慢慢见人心。



绘梦者

文 | 忆法学 尹筱

直到我遇到了Amy，我的同桌，一个有点奇怪的女孩。

这座城市的星光有些生硬，冷得让人生畏，因为它并不是被星体反射的太阳光，只是LED灯的冷光。这个城市的日月、星辰、流云、霞光，都不过是经过缜密的科学计算再投影在那块巨大的人造幕布上显示出来的图画而已。

外人把这座城市称为科技城，事实上应该叫机械城。城市里的一切都是人造的，借由精密的仪器无休止的运转。在这里，人们的追求只有一个字——快。匆匆行走的路人永远不会疲惫，工厂生产机器的轰鸣声永远作响，人们不吃饭只靠维生素蛋白粉维持生命，就算吃饭也是挤牙膏时的管装食物，即使有着各种各样的味道，什么宫保鸡丁，什么鱼香肉丝。城市的草坪、行道树、景观园也都是人造绿植，不用浇水施肥就能制造源源不断的氧气。而人们的作息也因为人为控制的日出日落而改变，不用说，夜晚被缩得很短。整个城市就像一个巨大的齿轮，永不停歇地转动，甚至越转越快。

我叫Carol，生活在没有生机的这里。我的人生早已安排好好了，像这个城市的所有人一般，在学校念书，从小学到大学，毕业后进入工厂做工，等到老去再换到适合老人的工作，直到离去。我和我的同学并不觉得这样的生活有什么不妥，因为我们的父辈、祖辈统统都是这样度过一生的。快早就融入了我们的血液，镌刻在我们的基因中，永不磨灭。

学校的课程一直是连排的，各科老师轮番上阵，极快的语速考验着学生的速记能力。哦，对了，当我们还是小孩子的时候就被区分为学习速度快和学习速度慢的两种人，前一种进入学校，而后一种则进入研究机构，进行治疗与训练，直到可以适应这个城市的节奏为止。

我曾经无数次地看到当大家都在奋笔疾书的时候，Amy却在发呆，她什么都不做，只是专注地看着窗外。其实Amy并不是传统意义上的慢学生，她只是不想跟上这种节奏而已。而老师并没有联系校监将她送去研究机构。她只是安静地坐在最后一排，也许是因为她的市长父亲的缘故。

和Amy成为同桌，完全是因为教室没有空位了，而且由于Amy的古怪，我几乎从来都没有跟她说过话，其实我也没有时间跟她说话。



因此当她开口跟我说话时，我其实犹豫着要不要回应她，最后回应她是因为我觉得，作为一个男生，不回应女生，未免有些不礼貌。

那天和我从出生以来的任何一天都一样，又不一样。或者说，我的生命轨迹从那一天开始改变，而且是不可恢复的逆转。

当时我正在计算老师布置的题。我只有1分钟的时间做题，周围是笔尖触过白纸的沙沙声。忽然我听见Amy轻轻的说话声：“Carol，你看，外面的树上有个什么东西？”我顿了一会儿，还是顺着她指的方向看了过去，是一只麻雀。

我有些奇怪。这座城市除了人，就再也没有任何有生命的生物了，因为养它们很费时。可是这里却有一只麻雀，其实我也从来没见过，只是在书本上得知的。那只麻雀在树枝上跳来跳去，叽叽喳喳地叫着，过了一会，张开翅膀飞走了。

我不知道为什么我看到那只麻雀时会那么高兴，以至于忘记了我还在上课。当我沉浸在脑海中不断回放的麻雀的片段时，数学课已经被地理课替代，但是我却再也无法集中精力了。因为我在那一刻感受到前所未有的平静，那种轻松，那种自由迅速占据了我的心身，将思绪再次拉回到课堂让我觉得针扎般地难受。

说来也怪，从那天开始，几乎每隔一段时间，树上都会停一只鸟。除了麻雀，还有喜鹊，燕子，猫头鹰等等，那些我只在书本中见过的图画都活生生的出现在我的眼前，它们跃动着的身影让我感觉到充实。

我突然觉得我似乎与班上的人有了些不同之处，而Amy也在不知不觉间成了我的朋友。Amy还是习惯性的望着窗外，只是一旦发现鸟的踪影时，就会碰碰我的小臂，我便抬头随她一起看那些小鸟。



周五放学的时候，我正准备走，却被Amy扯住了衣角，虽然知道必须赶上车，但我还是停住了，我想坐下一班也来得及。

“有什么事吗？”我坐回了位子，转过头望着Amy。

“你可以送我回家吗？”Amy凝视着我，轻声说道。

我有些无奈，本想拒绝，可是看着Amy琥珀色眼睛中流露出的期待，我还是答应了她。

Amy的家有些远，那路公交车是我从来没坐过的，而且车上乘客只有我们俩，也许是因为太偏僻了吧。我有些担心没办法在日落前赶回家，会被下班回来的父母骂。

“到了。”Amy站在打开的车门前叫我。

我随即结束了沉思准备下车。

Amy的家是个独立的小院，不像城市里的人们都住的豆腐块似的公寓。小院周围似乎没有其他住户，红色的油漆木门与院墙相连，左右两边各有一排梧桐树。我开始以为这不过也是人造植物，可当我走近时，恰好一片叶子落了下来。我捡起来，仔细地观察，在手中把玩，惊讶的发现这是真正的梧桐。

门吱呀一声被Amy推开，我回过神来跟着她走了进去。

映入眼帘的是院子中间的一个立在地上的直径两尺多宽、立地四尺多高的瓷缸，白底绘着青花。我走上前去，发现缸里除了清水别无他物，我不禁有些疑惑。

“Carol，你在看什么？”Amy站在院子右侧的回廊上，转过身看着我，“跟我走。”

“没什么。”我回过神来，跟在了Amy身后。

走廊尽头是半月形的门洞，仿佛有光透过来，那光柔和而明亮，似乎不像是那些人造光源。我顺着光跟着Amy穿过门洞，惊讶的发现面前是一座巨大的玻璃房子，各种各样的植物摆满了整个房间，那些深深浅浅的绿色拥挤的似乎要溢出来。

我像是被什么吸引住了，不由自主迈开脚向玻璃房门走过去。房子中央是一棵巨大的娑罗树，伸展着好似扇子的大叶子。树下的画架静静地立在那里，有一幅只画了一半的海芋。

“是你画的？”我试探着问Amy，我从没有画过画，因为我根本没有时间去画。在那个争分夺秒的世界里，画画是一种浪费时间的行为。

“不是，”Amy摩挲着画纸，有些遗憾，

“Carol，你想画吗？”

Amy拿起放在画架上的笔递给我。



我有些犹豫地接过了笔。仿佛有某种魔力牵引着我调色、涂抹，我似乎忘了一切，眼里只有对面花台上摆放着的那盆海芋，线条自我的笔下流畅而出，我不知道为何自己对画画如此熟练。

醉心于眼前这幅画的我忘了时间，也根本不想去在意时间。不知道过了多久，我听到了Amy叫我的声音。

“Carol，过来。”我顺着声音望去，只见Amy半蹲在一盆玉簪花前，专注地盯着一片叶子，我好奇的凑了过去，只见一只背着圆螺型外壳的长着两只触角的不知名动物在那片叶子上缓慢地移动，速度之慢让你根本无法确定它是否真的在前进。

“这是什么？”我从来没有在书上见过这样的生物。

“这是蜗牛，大概是速度最慢的生物了吧。”Amy的指尖轻轻地碰了一下那只动物，它便将整个身子都缩回了壳里。

“是因为它太慢了，所以这城市就不让人知道它的存在么？”我疑惑地问Amy。

“这个城市又有什么存在呢？”Amy反问我。的确，这个城市似乎除了快，什么都没有呢。

“哎呀，不行，我得回家了，爸爸妈妈要下班了。”我并不知道我究竟待了多久，但我想如果不在父母到家之前赶回去，也许会被骂的，不过爸妈好像也没时间骂我，因为他们连跟我说话的时间都很紧张。

“Carol，画还没有画完。”Amy指着那幅没有被画完的画，有些难过。

“我明天接着来画。”我一面跑出房子一面与Amy挥手告别。

远远的好像听见了一声不长不短的叹息。

说来也怪，那天我回到家过了一个多小时父母才回来，但我明明记得自己在Amy家待了很久的。不过第二天我履行了对Amy的诺言，完成了那幅画，本想着不再去时却因为书落在了那里，第三天又去了，发现了另一幅没有完成的画……

大约过了一个礼拜，当我似乎习惯了去Amy家画画时，Amy却没有来。我有些奇怪，可是班里的人似乎跟她都不熟，而且就算是了解情况大概也没时间告诉我吧。

我就这样无聊的度过了一天。不知道为什么，自从去过Amy家之后我就开始越来越讨厌学校，甚至开始讨厌这个城市了。我不知道这样的生活什么才能结束，一想到将来要去工厂，我就头痛。

好不容易撑到了放学，我准备自己去Amy家看看时，却被老师留住了，在办公室等着心急火燎赶回来的父母。老师开始批评我上课不专心，而且总是莫名其妙地跟空气说话。





原本低着头不以为意的我愕然了，对着空气说话？我明明是在跟Amy聊天啊，这究竟是什么回事？我忍不住大声喊了出来，整个房间顿时沉默下来。

可是当我看录像的画面时，却怎么都找不到Amy的身影，我内心所有的疑惑驱使我不顾一切地跑出了学校，停在公交站牌前。

但令我没有想到的是我等了很久都没有等到一直坐的613，当我仔细看了一眼站牌时，赫然发现根本就没有这趟车。

我顾不得多想，凭着记忆一路跑着想要去Amy家问个清楚。

当我气喘吁吁正准备推开那扇红漆木门时，门缓缓地开了，背后站着个与我差不多同龄的女孩，女孩的左眼泛着灰蓝的光，右眼泛着金黄的光，黑色直发垂在脑后。

“Amy？”我试探性的叫她，女孩只是眨了眼，注视着我，我突然意识到她不是Amy，Amy有着琥珀色的瞳孔，Amy是亚麻色的短短的卷发。

“你来了，Carol，Amy在等你。”女孩平静的回应，我很好奇她为什么会知道我的名字，可是当我看到站在青花瓷缸后面的Amy时，我觉得这已经不重要了。

“Amy，你究竟是谁？”我双手扶着瓷缸，急切地询问。

“Carol，你会知道的。”在我还来不及反应的时候，Amy拉住我的胳膊跳进了面前的水缸。我以为自己会撞得头破血流，忍不住闭上了眼。

我似乎感受到水流轻轻地拂过我的身体……我睁开了眼，发现自己正飘浮在溪水上，四下张望，却没有发现Amy的身影。我站起身，走到岸边，看到有一家三口在附近野餐，父亲在溪边钓鱼，母亲在树下铺餐布，还有个约莫十多岁的小男孩在一旁画画。

在这个城市还有这么悠闲的人，还真是少见。可是当我踩在松软的草坪上，当我嗅到自然的香气时，我突然意识到这也许不是我所生活的那座城市。我走过去想要和那个家庭打招呼，可当我看到那个父亲的脸时，我愣住了，那是我的父亲，虽然是年轻时的模样。而那个母亲也是我年轻时的母亲。不用想，那个男孩应该是小时候的我。

“记得这是哪里吗？”似乎是个女孩的声音，我以为是Amy，转过头才发现是那个黑发女孩。

我根本想不起来这里是哪里，没有任何与此相关的记忆，我只能摇头回应。

“你不是一直在问Amy是谁吗？你看。”女孩指着我的“家庭”，看样子父亲好像是钓起了什么，正在招呼“我”去看，“我”好像十分高兴，欢呼着跑向母亲，拿了个瓶子又回到了父亲身边。

瓶子里是一尾小小的红色鲤鱼，有着琥珀色的眼睛。

“那是琥珀，就是你所说的Amy，我叫琉璃，你好，Carol。”

女孩伸出手，想要和我握手。





Amy, 琥珀, 鱼。这三个词语不断的在我的脑子里乱窜,我感到一片混乱,转过身想要逃离这里。

“Carol,你等一下。”琉璃在我身后追我,我只是加快了速度,我想要逃离,逃离这混乱的一切。

“Carol,你站住。”琉璃用力拉住了我的胳膊,我停住了脚步,茫然的蹲坐着,双手环住头。

“Carol,我现在说的每一句话都是真的,不管你信不信。”琉璃坐在了我的身旁,语气中透着些许无奈。

“这座城市原本是再正常不过的城市,人们该工作的时候工作,该休息的时候休息,轻松快乐的生活着。”

“后来这个城市最聪明的发明家——Dr.E 研制了一种药物,可以使人忘记追求闲暇,只知道追求效率。博士打算毁了这种药,可是还是被别有用心的人拿到了。”

“为了追逐效率所带来的利益,药物被喷洒在空气中通过人们的呼吸进入到人体,很快大脑就自行屏蔽了所有有关闲暇休息的信息,于是这座城市就成了现在这个样子。”

“博士不知道怎么破解它,十分苦恼,后来他发现有些人受到的影响很小,可是每当他想要找到这些人时,却发现他们都被集中到所谓的研究机构加大用量了。”

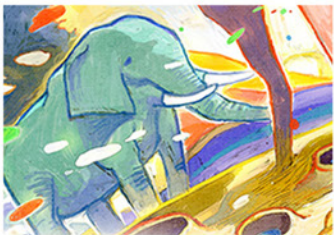
“直到他找到了你,喷洒药物的那天你在你园艺师父亲的工作室里画画,所以基本上没受到什么影响,他将你伪装成‘普通人’,让你‘正常’地生活。”

“琥珀是那条红色鲤鱼,你养了它两年,它是你的玩伴,你们感情很深,博士用全息影像技术为它构造了人类女孩的形象,设定了时间作为你记忆的触发点。”

琉璃不再说话,只是静静地坐在我身旁。我不知道该说些什么,可是我感觉无数画面在我脑海里不断地回放,有小时候的我,有年轻时的父亲母亲,有Amy,不,琥珀,还有别的人,大家的脸上都挂着笑容,享受着缓慢而悠长的闲暇时光。

“可是我能做什么呢?”

“你能画画。”



“画画？”

“把你记得的美好的悠闲时光画出来，做成梦境给城市里的人。”

· 五 ·

我依然在这个城市生活着，它还是那样的追求快，冷漠而疲惫，人们依旧像高速旋转的陀螺一样紧绷着神经。琉璃走了，因为还有另一座城市在等着她。琥珀，或者说Amy再也不存在了，因为她只是一个影像，虽然有着关于我的记忆。

我逃离了学校，借用全息影像技术构造了一个我生活在别人的眼中，追求着所谓的效率。而真正的我生活在那个玻璃房子里，将记忆中的画面用画笔描摹，再利用博士留下来的技术为人们制造梦境。

虽然不知道这样做有什么意义，但我想它终归会有那么一点用，让疲于奔波的人听到自己内心的声音，记起曾经拥有过的悠闲时光，就那样什么都不做，慢慢地看着一段时光流走，看日出日落，赏花开花谢，发自本心的生活。

在玻璃房子里，我会花无数个下午什么都不做，只为看一只蜗牛如何从叶根爬向叶尾，因为我记得Amy对我说过，蜗牛的慢也是一种幸福。

前几天回到城市，远远的看着挟裹着向前的人群中有一个人停住了脚步，就那样安静地站着，沉思，然后扔掉了手中的公文包，走向了相反的方向。我想他应该是想起了什么。

我是绘梦者卡罗，在无数个夜晚为快节奏的生活拨缓时针。



初雪

文11汉语言文学罗藏尖措

东方敞开鱼肚白，那杯茉莉花茶中，发出清香的热气。

窗外，正是“片片柳絮因风起”吗？哦，那是雪，今年的初雪。看啊，它霸占了整个世界，包括我的灵魂。它鬼魅地在笑，地上、楼顶、树梢，都是顽皮的它。它让这个年岁疯狂、喧嚣的世界变得沉稳了些，它让因人类活动而肮脏的地面重新白皙了些。它终于不让傲慢的天空高高在上，不让天地分庭抗礼。

我几个快步，抄起毛绒围巾，走出朱门。

门推开的一刹那，飘逸的雪花拥了进来，不断轻轻亲吻我的脸颊不断迷离我的眼。“千山鸟飞绝，万径人踪灭”，此时正是这般静谧空灵，安逸空旷，不是车水马龙，也不会遇见动心的人，只是孑然一身，“吵……吵”地行走在白色的沉默里。不知前方是平坦还是有被雪埋平而无法被人察觉的坑。

前方，也许是平平坦坦，任我一马平川；也许是高低起伏，崎岖蜿蜒，举步维艰。

窃喜，感触到，在雪中行走，多么像生活。没有预先的成功，也没有预先的失败，你在蜗行摸索里穿行，而前方，还得自己一步一步脚踏实地地去征程。





二

“落尽琼花天不惜，封他梅蕊玉无香。”琼花，冰清玉洁。烂漫地飘荡在人间，在最辉煌的时刻，尽情地去舞动，去自由，无艳丽的光泽，除了白，只有白。一有阳光的照耀，她便悄然离世，不留一丝痕迹，来去匆匆，是他的秉性，不祈求天地的怜悯，不与他物争艳斗香。

我想，白雪易散易消，正如爱情的患得患失。起初的“犹自多情，学雪随风转”，到在灯红酒绿的城市繁华里“过尽征鸿，暮景烟深浅”，轻吟：“莫辞醉，此花不与群花比”而“弃捐篋笥中，恩情中道绝。”

三

想起故乡的雪，那是从来不曾温柔过的。

在风里，如飞驰而来的一把把冰箭刺向脸，痛得两腮泛红。雪下白了山头，下得庭院内冰渍广布，来访的人不敢大步行走，蹑手蹑脚的。而这些憨厚的顽童，乐得合不拢嘴，学着滑雪。屡次摔倒，骨头阵阵酸痛，还是不死心，这便是最初的执着的斗志。

故乡的下雪天，闲情浓郁。

茶壶在铁炉上冒着热气，期间几个妇女凑在一起，轻轻梳理过冬用的羊绒。孩子们一阵大笑，一阵尖叫，看着电视里色彩斑斓走动的画。正午，一股葱花面的清香缓缓飘来，还有绿油油的香葱撒在面里，用滚烫的油浇上去那“嗤——”的一声。

还有玩雪的人。这一团雪球越滚越大，渐渐变成一座比人高的小山，再把它塑成雪人。这些无高档玩具的小人儿和雪人对话，打闹，又冲它傻笑。最后回家时，抬起红彤彤的小手，对这雪人几拳下去，口喊：看你做坏事！意在表现自己是位见义勇为的英雄，或是位行侠仗义的武林高手。英雄梦终于在初雪里实现。

四

一场梦幻一场雪。来日，又会有一群人在田间山头或街头巷间为生计而四处奔波劳苦，世界是那般激情过火，车水马龙，乌烟瘴气。

就在幻觉里，有一群人向我招手，我若是怕受伤挫败便可以循着他们已拓的脚步。

我倔强地挥手，因为我喜欢一切新的东西，我喜欢在初雪里行走，行走在前无任何印记而平整光洁的初雪里。

一个人，走几步，回头望，走几步，对初雪顶礼膜拜！



动物国爱情

作者：容浩

● 一只蝴蝶的来信

她说，祝福我吧，如果你不能来，就自己和自己喝一杯。
反正大家，都不能来。
她说其实再好的梦，也都难以分享。

八月九日，下着南方雨。
在一个小城，她终于和一只蜜蜂，结了婚。

● 蝉公子

这恐怕是世间最直接最热烈的邀约，金银加身的公子们，挤在一起，撕心裂肺地叫喊，求偶。

一棵皂荚树跟另一棵皂荚树说，有点太吵了。


另一棵皂荚树说，我来念书中的一段话吧：

“不要吵了，世俗未必那么俗，所谓必须，用泛泛之命未必能真的悟透。那只奇女子，未必不懂得昂贵的将来也终会成为廉价的昨天。”

● 一只偏执的鸟

很多事情并不科学，少时它的心中只有白雪，如今那里却只有乌鸦。

他说偏执是一种病，爱也是一种病。



● 妈妈也曾爱过呢

狐狸妈妈说，某某狐狸嫁了一个修车工，某某狐狸和男友租住在一个小房子里，某某某狐狸更惨，爱它但它爱它，它爱它而它已经很幸福……

狐狸妈妈说，这小小世界，多少人到死，都只是一个傻瓜。

晚上小狐狸给貉写信说：“妈妈也曾热烈地爱过呢，她竟说那样的话。时光真可怕，它轻易就埋葬了一个人的初心。”

● 问题

熊太太说这件衣服好看吧，熊先生说好看。


熊太太说刚才那件呢，熊先生说也好看。

熊太太说熊先生没诚意。两只熊就吵了起来。

后来熊先生说那两件都买吧，熊太太说你蠢死了根本不是这个问题。

● 飞

老蜻蜓临终之前握着另一只老蜻蜓的手说：谢谢你，谢谢你千里迢迢来看我。来，让我们一起，飞一次……



● 那些年

竹子上刻着一行字：“我们一起很快乐，我们并没有做错什么。”

小猕猴每次从那里经过，都会鼻子发酸，眼角湿润。

● 悲喜剧

小狐狸对小貉说：“如果可以，我们就拥抱，如果不可以，我们就说说往事。”

小貉说：“你记不记得前年你演过一个童话……”

小狐狸顿时十分沮丧。

小貉接着说：“从那时候起，我就爱上了你。”

小狐狸听了激动地要过来拥抱。

小貉却用手推着狐狸，把脸贴了过来，递上泪水和它的嘴唇。



● 森林医生啄木鸟

啄木鸟先生在那年夏天写了四个童话，其中有一个叫《啄木鸟妻子童年的梦》。因妻子生前对它说过：我在童年时就梦见过你，嫁给我我觉得我比所有的啄木鸟都幸福。

在啄木鸟的童话里，亡妻化作一颗树种，被种在森林南面的高坡上。

啄木鸟在书的最后一页说：“除了是森林医生，我还是一只啄木鸟，但最重要的是，我是那棵树的先生。”



● 爱情的黄金时代

吃完月饼，就是八月十六了。

蚂蚁张小强握着蚂蚁刘月媚的手说：看，今晚的月亮多好，明年的这个时候，我们就在老家树上住着，你喜欢哪张树叶，我就给你哪张树叶。

刘月媚没有说话，她用嘴把糖轻轻地送进张小强的嘴里。

有一些心事，刘月媚也没有说。

后来他俩又去吃雪条。从小巷拐到大路，路边有巨大的电影海报，第八代导演北北的新片正在上映：《爱情的黄金时代》。



● 大龄喜鹊

鸟们说它有些古怪，喜欢独自一人站在树顶，伸展每一根羽毛。它喜欢唱歌，总不停地唱，仿佛要把树木的阴影都唱亮。

它跟我说，这个星球上的每一只喜鹊都是孤独的，只是大部分喜鹊都不懂孤独是什么东西。而谈到爱情，大龄喜鹊说：结婚不是唯一的结局，爱情我懂，我去过玻璃厂，我去过银杏街，我的这颗心，也曾深深地爱过。

● 世界的尽头

小狐狸和小貉坐在一大截木头上，小狐狸指着空中烟花说：烟花再美，也没有远方美。我一生都要奔跑，我要到世界的尽头。

小貉说，我要跟随你到世界的尽头。

多年以后，病中的小狐狸抚摸着小貉的手说，我们这一辈子，连省城都没有去过，还说去世界的尽头。

小貉指了指自己说：这就是世界，这就是世界的尽头。

容浩，男，1979年出生于广东阳春，2002年毕业于武汉体育学院。1997年开始发表文学作品，散见于《诗刊》《星星》《绿风》《诗林》《诗潮》《中西诗歌》《作品》《汉诗》《白诗歌》《北京文学》《散文诗》《散文诗世界》《当代小说》等刊物，作品入选《中国年度散文诗》《中国散文诗精选》《中国微型小说年选》《中国当代诗库》等选本，获全国高校散文诗大赛一等奖、湖北省高校一二九诗赛一等奖等多个诗歌奖项。曾出席散文诗杂志社第七届全国散文诗笔会。系广东省作家协会会员、珠海市作协理事。



By Lotus

城市之缘

一、布宜诺斯艾利斯

提到城市，观众最先还是想到布宜诺斯艾利斯，那个一直梗在我心尖上的地方。

我是个看电影从来看不到重点和主旨的人，总是注意到一些奇奇怪怪的东西：看《泰坦尼克号》时看到一对老夫妻互相拥抱，看《2012》时琢磨着怎么所有美国大片里都有自由女神，看《春光乍泄》的时候，看到布宜诺斯艾利斯。

午夜梦回的时候，总是想起布宜诺斯艾利斯：那些斑驳的背景，令人心驰神往的没有目的的出租车，还有时光渐老后凋零的纸醉金迷……仿佛找不到出口。而王家卫的电影总给我一种压抑得沉重的感觉，尤其是《春光乍泄》：一段不被承认的爱情，两个不知所云的人，还有一个绝望的城市。当这些元素通通杂糅在一起的时候就成了一种光怪陆离的质感，有的一些什么压抑着，无以名状。

曾经有人问王家卫：为什么要去一个那么遥远的城市拍一部纯中国的电影？王家卫说——他那样说，我还记得的。

“因为，我想不到世界上还有比那更遥远的地方。布宜诺斯艾利斯，那里，是天涯。”

只有在天涯，才会有无所顾忌的感情，沉默的浮光升起又落下，天边渐远。

从此喜欢上布宜诺斯艾利斯。

那天看某个频道的节目，做了一个关于布宜诺斯艾利斯的专题片：画面很灰暗，那座高高的直耸入云的塔始终贯穿屏幕中央，天气阴沉沉的，人们沉默着，有浓妆艳抹的女郎坐在巷口神情冷漠；画外音是一个低沉的男声，使人难以自拔，是关于这个布宜诺斯艾利斯的梦。

上地理课的时候地理老师告诉我布宜诺斯艾利斯是阿根廷的首都，一瞬间的愣怔然后是不可思议。之前我也只知道它在南美，却万万没有想到在阿根廷；提起阿根廷我只能想到狂欢的人群、激情四射的足球之类的，从未想过如此热情的一个国家会催生出一个孤独至老的城市。这也许就像北半球明明是陆半球而北极却是汪洋一片，南半球明明是水半球而南极却是茫茫冰原一样，神奇又无法释义。

最热情的国家衍生出最孤独的城市，只能再次佩服王家卫。滋生在繁华的最深处，才听得见孤独的声音。

于是又想到《春光乍泄》里的最后一个镜头：梁朝伟站在街口侧身，没有转头；路灯下，载着张国荣的车渐行渐远，昏暗的车后座，那个寂寞举烟的手势。

从此承认，布宜诺斯艾利斯，是天涯。

二、巴黎

Paris，法国的梦都。

提起它，便总是能想起精致的香水和昂贵的服装，还有我桌前挂着的，亲戚从法国带回来的温柔的丝巾，总是在夏季的时候恍惚的飘摇。

巴黎是浪漫的，它的电影也是，处处都是那种热烈而又童话的气息，就好比《红磨坊》，经典的巴黎风格：高贵的公主与平民相爱，邪恶的公爵受到应有的惩罚……过程浪漫而充满激情，结局是所有人都爱看的大团圆，整个电影就像一部安徒生书写的浪漫童话。而巴黎，则完完全全成了一个巨大的关于爱的舞台，那些朦胧的夜景、在漆黑的天幕下华丽的烟火、还有男女主角在艾菲尔铁塔下的深情拥抱……这是巴黎的风情，是巴黎自诞生起就具有的妩媚。

巴黎的市中心不是香榭丽舍，而是神秘的罗曼蒂克——Romantic，是用晚霞烤成的地方，形状是彩虹的样子，会有轻流浅动的浮光环绕着它低低吟唱。它会渐慢贻尽你所有的感官知觉——Romantic，爱与欲望的起点和终点。

一直认为巴黎容纳了所有人类最纯粹的情感，没有金钱和利益，没有复杂的人际关系，最单纯的眼神和真正的不经意相遇，然后相爱和不朽，如此的，难以名状。

这样的巴黎，单纯得像个长不大的孩子，固执地做着关于爱情的梦。梦里有公主和王子幸福地生活，还有老夫老妻看时光荏苒微笑拥抱；有目光凌厉、历经沧桑、身穿克什米尔昂贵风衣的法国男人，也有长发碧眼、微笑得体、周身香奈儿黑白小西服的法国女人……这是巴黎给我们的印象，也是它所具有的最浪漫的本质。如果说布宜诺斯艾利斯的灵魂是寂寞，那么巴黎的灵魂就是Romantic，巴黎的时间始终停留在天地初开的那一刻——懵懵懂懂的智慧初生，还没有学会复杂的人心。

只是爱上巴黎，爱它精致的风气爱他单纯的梦境，也愈是爱它不能表达的那些忧伤。梦想着有一天能去巴黎——在香榭丽舍大街的中心广场上，看随风而憩的白鸽。

巴黎，风中长眠。

我不是个拥有敏锐直觉的人，也并没有周围人所讲的那些奇特的眼光，只是喜欢城市，喜欢一座城市的特质。

那是一首歌，以灵魂谱章。

布宜诺斯艾利斯，以及巴黎，我总是能梦见它们，在最不经意的时候。这也许就是爱，没有时间，没有地点，没有起因经过，于是也就没有结果。

我与城市，缘分一场，并且虔诚。



慢步，

与生命中的美好，

相遇

导语

他们隐于芸芸众生，却从未被湮没；他们生于快节奏的时代，却从不会乱了脚步。平静，闲适，自在，是他们的标志。慢赏年华，慢看人生。他们用自身告诉我们，囫囵吞枣方是对生命最大的浪掷。听，他们娓娓道来的故事，窥见，当中的宁静安好。

执棋观心， 慢踱纵横



Q: 请问可以简单地介绍一下你习棋的经历以及对下棋的感悟吗?

A: 我在小学的时候参加了围棋班，开始学习下棋，在家里，父亲也教我下棋，于是慢慢培养了对下棋的兴趣。我最喜欢的是围棋，因为围棋最能锻炼思维能力。我对下棋的感悟是要攻守兼备，万事周密，这与日常生活中的道理相通，做事情要做好多方面的准备，以应对各种情况，这样才会把事情做得更好。

Q: 你觉得你们纵横棋社的氛围对你有什么影响呢?

A: 棋社没有太多“阶级”之分，无论是部长还是其他管理都很自然地融入棋事之中，不会让社员有什么压力。大家平常聚在一起下棋、讨论，整个氛围轻松愉悦，在此氛围下，下棋就成了一件更为有趣的事。之前我有一段时间非常沉迷于围棋之中，进入棋社以后，我在各方面都努力地向大家学习，学会在下棋和学习间取得平衡。



人物简介：莫正匡，纵横棋社成员。自小习棋，让他对生活有了另外一番看法，让我们一起走进他与围棋的生活。

Q: 加入棋社后有没有遇到过什么困难?你是如何解决的呢?

A: 有。我觉得教学对我来说是一件很困难的事。棋社中如果有人想学习下棋，我们就要去教学。但是教授他人比自己学习下棋要困难得多，所以我们像老师一样地备课，准备很多相关的知识，让想学棋的人更快、更好地接受。

Q: 下棋在我们眼里是一件比较耗费时间的的事情，你是怎么看的呢?

A: 其实真的比较耗时间，如果你在比赛，一天可能只下两场棋，一场六个小时，对体力和精力都是巨大的考验。花时间下棋要看你觉得值不值得，我觉得是值得的，我对下棋的坚持就如同有人坚持看书、有人坚持打球一样，有益处并且感兴趣。下棋就像修行一样，即使他人不理解，坚持下来也一定会有所收获。

心态

Q：你觉得下棋的时候，要保持怎样的心态？下棋的时候如果被紧急事件打断，重新开始的时候你会如何调整自己的心态？下棋时候的先手后手，又会对你的心态产生怎样的影响呢？

A：不要紧张，慢慢想，这是很重要的。如果被紧急事件打断了，那就要重新再想一次，从将要下的第一步开始，一步一步想下去。至于先手后手，其实我棋力说好也不是很好，先手的话对我是很有优势的，如果我后手就会有些紧张。

影响

Q：下棋对你的生活与心态有什么影响吗？

A：更加平心静气，淡然处事。人生如棋。虽然我不太明白，但是下棋是一步一步走下去，人生也是这样，走错没关系但是要及时补救。

调整

Q：如果你和一个水平不高的对手下棋，他用了很长时间才能下出一步棋并且对战局无益，这时候你会感到有些浮躁吗？平时下棋的过程中会有让你烦躁的时候吗？

A：不会，我会指点一下他。大家的棋力不同，下棋水平有差别，但爱好下棋就是好事，谁一开始就水平很高呢？每一个人都有水平提升的过程，既然我比他水平高一点，自然要指点一下，下棋就是要这样共同进步。我在下错棋的时候确实会烦躁，下棋主要是看计算力，有时候状态不好，计算力也就不好，所以有些烦躁。

理解

Q：请谈谈你对下棋中的“慢”与生活中的“慢”的理解。

A：下棋慢的话你自然就想的更多，会走得好一点、正确一点。我觉得人生也是这样，你决定是否前进时必须思考，思考足了才能够迈步。

品味蛋糕 在慢中享受生活



简介：小林，小叶，相爱十年，共同经营着一间私人蛋糕店——“715icake”，以蛋糕店之名纪念相爱的日子，以蛋糕之名挚爱相爱的十年。原本生活在平行世界的两个人，因为蛋糕而有了交集，把做蛋糕作为共同的梦想，从此爱情的味道甜了一分，生活的节奏慢了一拍，然而，幸福，却多了一点，又一点。

Q：请问你们做蛋糕的灵感来源是什么？

A：每一款蛋糕都有自己的故事在里面，而灵感来源基本上都可以归为生活。比如榴莲芝士蛋糕，小叶曾说过她想吃榴莲芝士蛋糕。有一次我和她吵了一架，吵完架以后我为了哄她开心，就自己静下心，用不同的配方尝试了二三十次才成功，也因此有了榴莲芝士蛋糕的诞生。又比如玫瑰蛋糕，某次我为了清洗我养的玫瑰花，不小心把整盆水倒在了玫瑰花上，看到玫瑰花漂浮在水面上，灵感也就随之而出。

Q：做蛋糕是否改变了你呢？

A：改变了。因为做蛋糕，我从一个叛逆的高中生蜕变成一个成熟的男人。在做蛋糕的过程中，获得了很多灵感，也使自己内心平静了下来，对人生也有了更多的感悟。

Q：曾经是否想过以做蛋糕作为职业？
真正进入糕点行业的契机是什么？

A：我之前是学美术的，高中毕业后我就出来工作了，但当时还不是糕点师傅。后来我一个朋友建议我学做糕点。在学做蛋糕的三年里我一直在思考以后的路该怎么走，最终决定以做蛋糕作为职业。其实做蛋糕和美术是共通的，都需要灵感与美感。这些都要从慢生活中汲取，慢慢地思考，慢慢地感悟。

Q：创业过程中是否有过困难？

A：大的小的都有，但是我们互相支持、鼓励，都坚持了下来。其实无论做什么行业，都会有困难。在克服困难的过程中都会收获小小的成就，慢慢地积少成多。回头再看看，当年的辛酸都已成为过去。

节奏



Q: 你们生活的城市珠海与你们的生活节奏相符吗?

A: 我是土生土长的珠海人。上海深圳广州武汉我都去过,但那里的生活节奏太快了。我当时为了见客户,每天都要赶公交车,步伐慢了就赶不上,生活根本慢不下来。相较而言,我还是很享受珠海的生活,生活节奏不会太快,又是自主创业,做的是内心想做的工作,这让我很享受。

收获



Q: 有从做蛋糕这个工作中收获到什么吗?

A: 收入,但是这个还是排在第二位。最重要的是亲情、爱情和友情。我从小生活在珠海,爱人家人都在这里。人活在世上,我认为最重要的就是亲情、爱情、友情。留在珠海做蛋糕,就可以和他们朝夕相伴。这样既可以做我想做的,又可以得到心灵上的满足。

平衡



Q: 你们一天的工作安排是什么?如何把握工作与生活的平衡的呢?

A: 我们每天早上九点开始工作,为了保证蛋糕的新鲜,我们需要当天制作,并且当天销售。至于工作与生活的平衡问题,在订单较少时,通过散步,看看别人的蛋糕来平衡,当订单较多时,就会较难把握了。现在的生活虽然忙碌,但仍不算太快,因为做蛋糕是需要灵感的,所以需要一些空间,需要静下来,静下来想想每天需要干什么。我们需要一些时间去缓冲当天的工作和当天研发的一些产品。

心得



Q: 能否请你谈谈你对于慢生活的看法与心得?

A: 我认为慢生活是针对不同年龄段来说的,在人生的不同阶段,生活节奏的快慢应该是不同的。年轻时生活节奏就该快,这样才有利于成长。比如读书时代就应当努力奋斗,为以后的生活打下基础。出来工作以后,就要面对这个现实社会。这个社会是很残酷的,你必须加快步伐向前走,不然就会跟不上别人的节奏,就会被淘汰。但是三四十岁以后,生活就需要慢下来,慢慢地思考,慢慢地感悟,慢慢地欣赏人生的美景。

记者: 张弛晨(2014级文化产业管理专业)
姚鸿(2014级行政管理专业)
郑子柠(2014级文化产业管理专业)

在慢中 领悟人生



简介：宋力，瑜伽老师、篮球队教练，现就职于暨南大学体育部。目前正学习高尔夫球。她学习瑜伽多年，曾跟随禅学老师修禅，对于瑜伽深有一番自己的领悟。慢享生活，聆听世界，宋力老师用瑜伽，读懂世界。

Q：请问老师您初次接触瑜伽是什么时候？为什么会选择学习瑜伽？在学习过程中，有因遇到困难而想放弃的时候吗？

A：开始学习瑜伽大约是五年前，出于养生的目的。当时膝关节由于多年的运动而有损伤，无法进行激烈运动。后来听闻瑜伽有缓冲作用，于是便开始学习。在学习过程中自然遇到过困难，但由于特别喜爱瑜伽，便没有把困难看得太重，也就一直坚持下来了。

Q：听说你曾跟随禅学老师学习，那么您如何看待禅和瑜伽之间的关系？

A：其实那是一位瑜伽老师。当时学习完瑜伽之后跟随他进行了一期禅的修学。禅与瑜伽，两者是十分相似的，它们都强调静息，对于减压、缓解焦虑症等方面有很大帮助。两者相辅相成，学习禅能帮助人们更好地领悟瑜伽的本质，同样学习瑜伽也能够增进自身对禅的了解。当时接连修习瑜伽和禅让我对它们有更深的理解。

变化

Q: 学习瑜伽给您带来了什么变化? 其中最大的收获是什么?

A: 一方面是身体的。瑜伽使我膝关节的疼痛完全痊愈,让我能够继续自己喜爱的运动,这是让我十分欣喜的一个收获。另一方面是心态上的,它还让我学会了淡然面对世事。以前对一些事情比较执着,但如今学会了看开,看淡;在待人接物上变得更为平静,不会鲁莽行事;做决定前,会先深呼吸冷静下来,认真思索。这些改变对我来说都是很大的收获。

节奏

Q: 现在的大学生比较喜欢像篮球这样的快节奏运动,那您是怎么看待的?您也曾经是这样吗?

A: 年轻的时候总是无法慢下来。我也是这般。在大学期间,我还没有关于慢节奏的概念。但随着年月流逝,却慢慢爱上了它。其实很多瑜伽的成功人士也是这般,年龄增长,也随之慢慢爱上了慢节奏。年轻人喜欢短时间大出汗,而学习瑜伽的时候汗是慢慢出来的。所以很多年轻人更偏向于篮球等户外活动。这并不是一件坏事,但慢节奏也能有大效用。瑜伽老师以及篮球队教练的双重身份让我明白,快慢是相辅相成,共同存在的。就如瑜伽能够保护关节和韧带,让快运动生涯得以延长。快慢之间,不是对立,而是共存。这也是我一直努力灌输给大学生的一个理念。

看法

Q: 现在许多学生都是为了塑造身材而学习瑜伽,对此您有什么看法吗?

A: 这并不是一件坏事,但我会在教学过程中让他们在塑造身材之外,学习到更多的东西,特别是瑜伽的“慢理念”。瑜伽的作用是让人回归自然。学习瑜伽并不是说一次的学习结束就是终结,而是需要用余生继续练习,最终达到归为自然的状态。瑜伽中的“慢理念”其实是贯穿了我们的整个生活。可以说我们一生都在练习瑜伽。

意义

Q: 您觉得瑜伽这一种缓慢的有氧运动对当今高压力快节奏的生活有什么意义?

A: 瑜伽对于现在的人们是十分有意义的。当前,快节奏的生活给人们带来了很大的压力,让人们陷入焦虑,变得急躁、狂躁、暴躁。在这种情况下,学习瑜伽显得尤为重要。瑜伽不仅能够减压,同时还能让人回归自然,回归慢节奏。就如建造大厦,慢慢来,建成稳固的基底,才能确保万丈高楼站得住脚。特别在接人待物方面,命令他人做事,和他人愿意为自己做事,无疑后者更让人心动,但这必须经过时间的累积,不可着急。总而言之,瑜伽能够调节我们的生活节奏,让我们练习一种沉稳的心态,回归自然。

记者: 任璐 (2014级法学专业)

谭静玲 (2014级汉语言文学专业)



结束语

一呼一吸，于瑜伽中参透人生；精工细作，用蛋糕宣告慢生活中的精致；执子慢落，于黑白间看尽纵横捭阖。在这个讲求效率的年代，总有着些夜阑独醒的人，用慢，写韶光动人。人生若白纸，细细雕琢，一笔一画，方得工笔倾城。愿他们在这匆忙的时代里，能坚守自己最初的速度，慢走慢看，慢赏年华……



我们的 小确幸



文化产业管理

- 1、异地一年半，在一起将近四年，还是每天互道晚安，对未来坚信无疑。
- 2、一次意外的调课带来一个空闲的下午，享受一场阳光下暖洋洋的酣眠。
- 3、和我爱的人一起平凡地生活在这个世界上。



中文

- 1、去孤儿院给孩子辅导功课，临走前一小女孩轻轻地说：“我多希望你是我的姐姐。”
- 2、跟喜欢的人说生日快乐，他高兴地说：“终于等到你这句了。”
- 3、每天晚上爬到床上后，懒得下床拿东西，总有美丽舍友帮我找来找去后递上来。



- 1、“睡了吗？”“刚上床。”“高数不会做诶。”“等我下床找草稿本。”
- 2、他把我挽着他的手握在手里，握着握着变成十指相扣的时候。
- 3、年轻就去闯，闯累了，家就在这。

行政管理

广告

- 1、做任何事都是和你一起。
- 2、生病很不舒服的时候无意打开宿舍门发现门口放着小天使送的药~!
- 3、吃到一桌子的海鲜：炭烧龙虾、大闸蟹、蒜蓉扇贝、椒盐虾菇……幸福感满满~



- 1、被太阳晒过的被子，晚上睡觉能闻到阳光的味道。
- 2、凡心所向，素履以往；生如逆旅，一苇以航。
- 3、每天醒来，发现自己还活着，四肢健在，耳聪目明。



Merry Christmas Mr. Lawrence

文 | 戴琳红

《圣诞快乐，劳伦斯先生》是一部背景设置在二战时期的电影，影片着重表现了在战争背景下日本军国法西斯主义下的武士道精神和西方人本主义的人文精神的冲突。值得一提的是，本片还是日本人拍的，这样赤裸裸地直面自己民族——可以说是一种信仰的阴暗面，还是很令人敬佩的。

片子有两条主线，一是坂本龙一饰演的世野井和大卫鲍威饰演的杰克之间的关系发展。世野井在军事法庭上遇见被审判的杰克，可以说是一见倾心，马上被杰克身上耀眼的光彩所吸引。杰克自由的灵魂就仿佛世野井内心求而不得的光亮一样让人痴迷。笔者想起《了不起的盖茨比》中，盖茨比也是这样一次又一次站在湖边望着对岸那一点可望而不可即的朦胧绿光。于是他马上替杰克保证，为他求情，最后甚至把他作为战俘带回了他的军营。

随着剧情的推进，世野井的痴迷简直要溢出屏幕，身边人纷纷察觉。可是二人所在阵营的对立，思想观念上的冲突以及军营中的恐同心态都使他的感情只能成为一种水中花，镜中月。而此刻杰克对世野井更多地表现出一种蔑视，蔑视日本的变态的武士道精神，蔑视他们对人性的粗暴残忍。在一次冲突中，杰克在世野井面前恶狠狠地吃掉了一朵花，并告诉他：

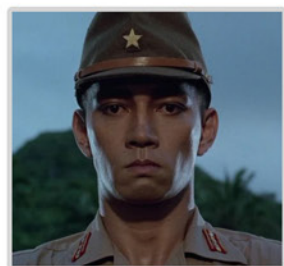
“我是你的邪恶的欲念之一。”这里的邪恶当然不作字面意思理解。杰克是在嘲笑世野井，嘲笑他身为日本军官，却还喜欢一个男人；不仅喜欢一个男人，还向往那个男人的所具有的精神气质。有人说，世野井爱杰克就像爱理想中的自己一样，而这个理想中的形象恰恰背离了他所背负的政治意义。被一语揭破的世野井沉默不语，但他还是舍不得杀杰克。

原著中说世野井和杰克两个人就像两只小鸟那样

他想要告诉世野井：
“你也是个人，可以去爱和
被爱，每个人都有爱与被爱
的权利，战争不能抹去这一
切，武士道精神就是个狗
屁。”



互相欣赏对方漂亮的羽毛，这在最后的高潮中体现得比较明显。世野井拿起刀要了结违背自己命令的英国军官，杰克突然上前阻止了他，被推倒在地后又站起来，给了世野井两个贴面吻。这两个吻意义极其重大，对世野井而言，在众人面前被一个同性亲吻，羞耻，震惊（虽然是他喜欢的，也许还有一点点高兴），罪恶感极大，感觉自己被冒犯了，自己的文化，民族精神被冒犯了；而对杰克来讲，这可能是一种救赎的心态，他想要告诉世野井：“你也是个人，可以去爱和被爱，每个人都有爱与被爱的权利，战争不能抹去这一切，武士道精神就是个狗屁。”所以也有人认为杰克这一吻有嘲讽的意味在。不过原著的书名是《种子与播种者》，以及结合世野井的结局第二条线来看，这部电影还是救赎的意味更浓重一点。



电影中世野井是战后被处死了的，但是小说中他没有死。他割下了杰克的一束金发，并将其供奉在自己故乡的神社中，以及后来他寄给劳伦斯一首诗：

In the spring,
Obeying the August spirits
I went to fight the enemy
In the fall,
Returning I beg spirits,
To receive also the enemy

由此可见那颗种子应该是在世野井心中萌芽了的。

第二条线是北武野（就是那个很有名的导演）饰演的上原和汤姆·康蒂饰演的劳伦斯先生之间关系的发展。上原一出场是个冷酷无情的日本军人形象，而劳伦斯是一个英国俘虏。在一个圣诞夜劳伦斯和杰克被下令处死，但是已经被影响的上原假装喝醉了酒释放了他们，并对劳伦斯说了“圣诞快乐，劳伦斯先生”。影片结局，二战结束，身份调转。劳伦斯去看望成为战俘的上原，两人谈及那个圣诞夜。劳伦斯说：“那时你醉了（多亏你醉了才能善良的放过我们）。”上原说：“我能一直醉下去吗？”意味深长。劳伦斯离开时，上原叫住了他，开口道：“Merry Christmas, Mr. Lawrence.”

世野井也好，上原也好，在结束的部分我们看到的已是两个全然不同的人了。杰克所播下的种子终于开花结果，残酷野蛮的战争似乎已经随之而去。影片不仅反武士道，还反战。它积极的传达出一种爱与和平的意识，希望人们感受到鲜花超过枪炮，爱超过强权。（但结合今天日本的安倍之所作所为，不得不还说蛮讽刺的。）



文 | 12 汉语言文学 | 江松

孤独之驿

——谈日本电影《铁道员》

1987年4月1日，日本国有铁路正式完成民营化，统一的国铁集团划分为七个地方民营公司，日本铁路产业就这样自豪地踏入市场浪潮。由降旗康男执导的《铁道员》正是在这样的背景下催生出的电影作品。电影《铁道员》改编自同名小说，讲述了一位将自己的一生赋予铁道事业的铁道员佐藤乙松的爱恨故事，描述了属于乙松先生自己的孤独与幸福。由于北海道幌舞线沿线煤业经济的衰退，民营化的铁路札幌公司出于对商业运营成本与运输密度的考量，决定废止该线路。而幌舞线幌舞站的站长佐藤乙松，也面临着退休。

所谓乙松先生的孤独，指的也就是他铁道员的职业性格。电影中，导演强化了小说中乙松因亲人离世而产生的痛苦以及其铁道员身份这两者间的矛盾冲突，就是旨在表现乙松性格中的孤独，甚至可以说是孤傲。小女儿因风寒夭折，妻子因病早逝，而乙松没有因此留下一滴眼泪。“身为一名铁道员，怎么可以因为私事而掉眼泪呢？”在女儿去世的夜晚，乙松仍要忍着悲痛在站长日志上写下“今日无异常”。

这种超无的描写，正是至悲的最好表现。而乙松生活中的伴侣仿佛只有一班班的KIHA12形柴联车，只有夜深人静之时他才打开自己思念与悔恨的心门。甚至不能有悲伤作伴，只能只身面对孤独的自我与世界。

这种孤独感的得以呈现，除了剧情上的安排，还要归功于男主演高仓健。高仓健如同深沉冷酷的男性角色的代名词。比如在张艺谋导演的《千里走单骑》中，高仓健就饰演了一个沉默寡言但又情感敏锐的父亲角色。这似乎又与《铁道员》中的雪子父亲形象有着异曲同工之妙。《千里走单骑》中的健一父亲能够选择逃避，能够选择付出，而《铁道员》中的父亲却没有一次机会，能像健一父亲一样选择任性。所以，高仓健采取弱化孤僻感而强调人物的隐忍个性的方式，比如在得知妻子静枝怀孕后，虽然要在上班时刻专心工作，但是在静枝的撒娇下，仍然拥抱了她，虽然依旧深沉，但仍表达了自己的爱怜与喜悦。高仓健就是这样用一种相对人世的孤独来阐释乙松的人物形象。

而在电影中，最吸引人的地方，也即整部电影一般时态下的主要线索，就是去世的雪子的魂灵借幼年、少女、高中生三个形象呈现在乙松面前。从无神论的角度讲，这也是乙松临终前最后的精神映像，不过相信这是女儿偿还父亲未能带给他的幸福也未尝不可。女儿的现身带给父亲内心世界的温暖，与精神压力上的



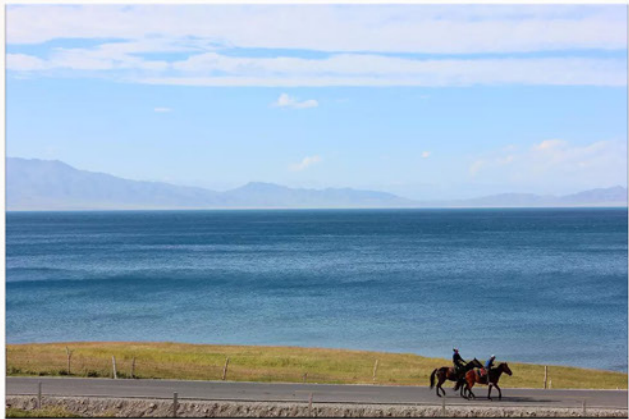
释放。最后，在乙松得知真相以后，他虽然心情复杂，却仍旧在站长日志上写下了“今日无异常”的五个字。在电影中，导演特别对日志上的这一栏进行了特写处理。与之前仙次说他写字僵硬不同，这一晚乙松的书体流畅又带着一些力道。可见，两个姐姐的形象不单单代表了乙松对已故女儿和妻子的思念，也暗示了乙松在自己即将退休，幌舞线即将停运之际的一种释然与解脱，在最后的时刻对自己铁道员生涯给予的认可。

马尔克斯说，“我们毕竟不是生来就享受孤独的。”万物存在的尺度都由时间进行丈量，孤独也不例外。在历史的车轮下，情怀与执着似乎变得渺小，就算是令人骄傲的新干线，也总有一天只能成为铁道博物馆中的展品，让人们从淘汰的悲怆中获得快感。更何况一名铁道员，如果不能真正的享受被时间赐予的这份孤独，也很难发掘到幸福了。在日本，这部电影的名字被读作“ぽっぽや（poppoya）”。

“poppo”是蒸汽机车拉响汽笛的拟声词，就算在蒸汽机车早已被淘汰的90年代，以乙松和仙次为代表的铁道员，也始终情愿保守着曾经感动自己的回忆，也就真的可谓是唯有孤独永恒了。



侯翠翠



14广告黄锦阳



李兵



首届摄影大赛获奖作品

一等奖



12广告武燕



12广告周文智



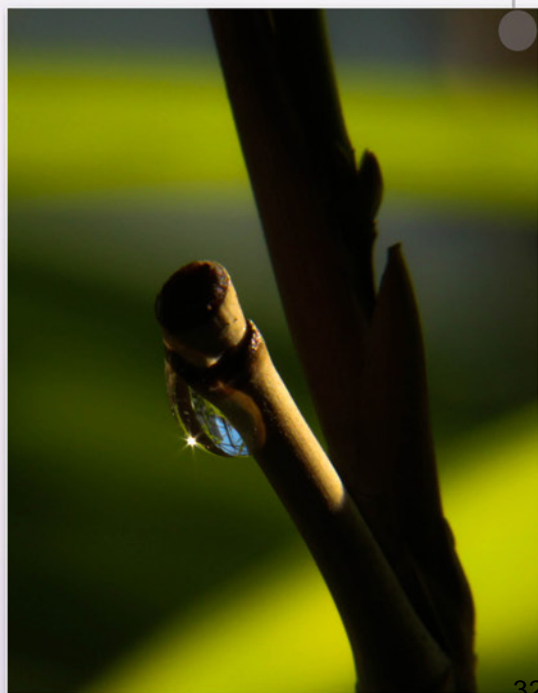
12广告冯雅宁

二等奖



经济学院刘宛蓉

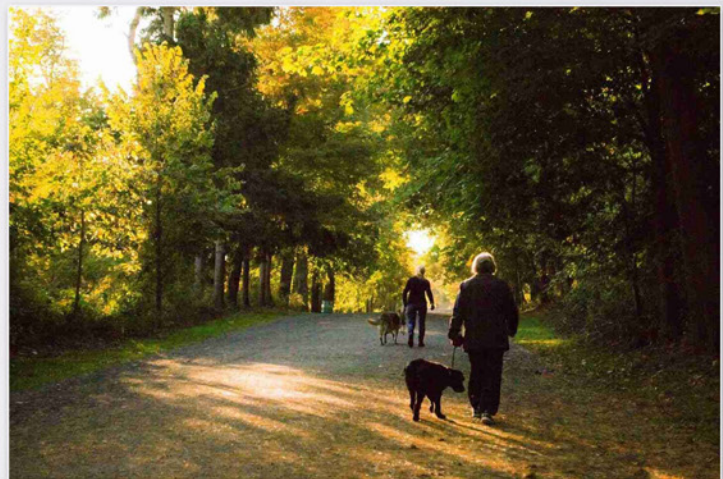
14广告黄锦阳





13文管陈少强

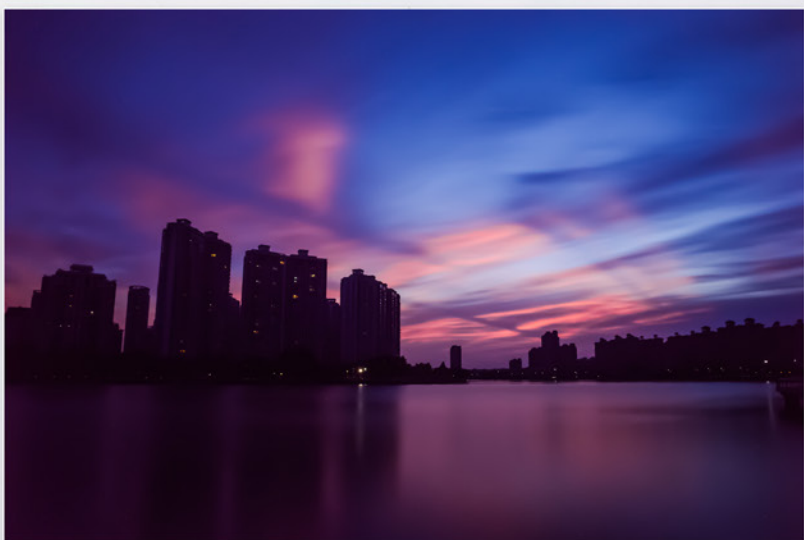
三等奖



13新闻与传播学院武琳悦



12汉语言文学魏辰



邓俊杰



国际关系学院詹子懿

慢·梦

刚下完雨的夜晚，湿淋淋的空气带着寒意涌进房间，感到属于珠海的冬天似乎是来了。这个时候我大概该用手边的杯子泡一杯茶，茶香四溢，用热气让时间流动的模糊些，然后慢慢地说些感慨的话。慢，我们希望慢下来，希望从快节奏的生活中解脱，希望把时间浪费在落日的黄昏细数枯叶，或者在月辉下和情人说完一个季节的情话。

慢，能慢吗，敲下这些字的时候只听到闹钟滴答时间紧迫；慢，要慢吗，难道不思进取，预留失败？

我们写的是梦。

因为向往悠闲，于是加倍努力地提高能力以完成任务；因为憧憬轻松，于是工作不停赶进度。每个人心里都提着一口气，每个人都盼望杀青时的庆祝，每个人心里，都有宁静而遥远的梦。

这是第七期《触点》，也是我们参与的第一本《触点》。尽管我们才刚刚上手，要修改的地方太多时间却不多，但我们每个人都全力以赴昼夜苦思，只为了到你们手中时，这是一本带着感动与感慨的、宁静又亲切的刊物。

于是享受夜晚的冰冷，内心如此火热；于是享受雨的湿意，湿意也是诗意；于是大口地喝着凉水，强迫自己清醒；于是手指在键盘跳跃，倾泻现在真实的心情。这是慢带给我们的清醒和爱，让我们像对待初生婴儿般对待我们这一期的《触点》。带着些许不安和大量的期待，我们盼望着你们也同样热爱。

感谢一路走来大家对我们的支持与陪伴，为着这份暖意，我们不断努力，欢迎对杂志提出各种建议。《触点》杂志将长期征稿，文体不限，字数不限，期待你的文字，填充我们的世界。请投稿至：rwxyxbb@163.com

慢

杂志长期征稿 期待你更好的作品

微博: @暨大人文学院团委学生会

邮箱: rwxyxbb@163.com

微信公众平台: 人文之家

暨南大学人文学院团委、学生会
暨南大学人文学院、宣编部



人文关怀, 你我同在