

《海口百年骑楼》  
编著:政协海口市委员会  
出版社:南方出版社

行走在海口骑楼老街,仿佛推开一扇通往时光深处的门。连绵的骑楼静静矗立,以其独特的形貌勾勒出这座城市最具辨识度的轮廓。那些凌空跨越人行道的柱廊,不仅为行人遮蔽了热带的风雨与烈日,更承载着海口市百年积淀的生活智慧。“前店后厂、下店上宅”

的格局,至今仍延续着热闹的市井气息与深厚的商业传统。当海风轻轻拂过廊柱上精致的雕花,骑楼已不再只是砖石的构筑,它早已融入城市的血脉,成为记忆生根的土壤与情感归属的原乡。

《海口百年骑楼》一书的编撰,正是源于对这份珍贵遗产

# 一座城的记忆之廊

——评介《海口百年骑楼》

■ 冷 阳

的深切眷恋与理解渴望。在海口市政协的悉心组织下,我有幸作为执行主编,与许燕影女士等本土作家、学者及文化工作者一起,共同投入了长达一年的系统采访编写工作。我们穿行于老街的晨曦暮色之间,记录口述,勘察建筑,查阅典籍,并在反复研讨中梳理脉络,终将散落的记忆与沉睡的档案汇聚成册。

《海口百年骑楼》全书六章,从百年历史变迁到红色革命记忆,从南洋建筑风情到市井人文画卷,再从业态传承延伸至保护发展之路,如同一幅徐徐展开的长卷,为骑楼完成了一部有温度、有深度的立体传记。

作为国内规模最大、保存最完整的骑楼建筑群之一,海口骑楼的价值已获得国家层面的多重认可。从首批“中国历史文化名街”到“国家级旅游休闲街区”,再到“国家级夜间文旅消费集聚区”及国家AAAA级旅游景区,这一系列荣誉,正是其不可替代的文化地位与历

史分量的生动注脚。海口骑楼的珍贵,更在于它是一座依然呼吸着的“活态博物馆”,一处深厚的“城市文化基因库”。这里浓缩着市井的烟火气息与建筑的艺术精粹,交融着浓郁的南洋风情与深厚的儒佛底色,烙印着光荣的红色记忆与开放的海洋精神。琼剧的韵律在廊下萦回,老爸茶的闲适在桌边漫开,南洋侨胞的乡愁在砖瓦间沉淀,抗战岁月的烽火在记忆里长明。海口骑楼,因此成为联结海外琼侨与故土的精神坐标,也成为海口从滨海渔镇迈向现代都市直观而深沉的历史见证。它那兼容并蓄的建筑语言,正是这座城市面朝大海、拥抱南洋的开放胸襟在空间上的诗意表达。

骑楼的生命力,既深植于厚重的往昔,也绽放在可期的未来。如今,在持续的保护与更新中,老街正被温柔地唤醒。科学的修缮让历史风骨得以存续,深入的研究使文化记忆重焕光彩,而业态培育,则为

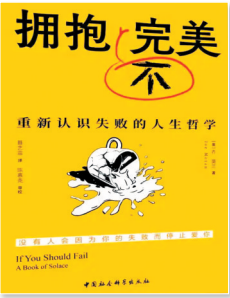
古老的街巷注入了当代的生机。所有这些努力,都共同指向一个清晰的愿景:让骑楼不仅成为历史的遗迹,更成为鲜活的生活现场、可持续的文化地标。

《海口百年骑楼》的出版,恰是这场文化传承接力中坚实的一棒。它凝聚了编写团队历时一年的热忱与匠心,系统梳理了骑楼作为物质实体与精神象征的双重价值。翻阅此书,读者不仅能领略骑楼的建筑之美、历史之厚,更能触摸到一座城市对自身来路的虔诚敬畏、对文化遗产的自觉担当,以及在守护中创新、在传承中发展的坚定步履。

这本书,犹如一把精心打磨的钥匙,为我们开启了理解骑楼百年历程的大门。当阳光再次漫过这些静默的廊柱,骑楼老街的故事仍在时光中不断续写。而《海口百年骑楼》所做的,便是以文字与图像,让这段故事被清晰聆听,被郑重铭记,并在未来的岁月长河中,流淌不息。

完成,比完美更重要

——读乔·莫兰《拥抱不完美》有感



《拥抱不完美》  
作者:乔·莫兰[英]  
出版社:中国社会科学出版社

生活中,我们是否经常听到这样的话,“这件事情我还没有准备好,等我准备好了再去办。”“这件事情万一失败了怎么办?”这些话语可能来自别人,也可能出自自己,好多机会就这样在徘徊和犹豫之间溜走了。

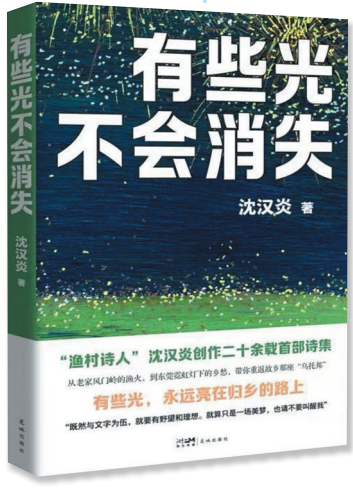
《拥抱不完美》是英国作家乔·莫兰的著作。这本书没有堆砌晦涩的理论,而是通过数十个真实案例,拆解人们对“完美”的执念根源,提供了与不完美共处、以“完成”推动成长的实用方法,为深陷完美主义困境的人点亮了一盏明灯,打开了一扇门。

书中最具启发性的,是对完美主义本质的剖析。乔·莫兰指出,很多人将完美主义等同于“追求卓越”,实则二者天差地别——完美主义者往往因恐惧不完美而拒绝行动,而追求卓越者会在完成的基础上持续精进。书中分享了一位设计师的经历:她曾因执着于设计稿的“绝对完美”,连续3个月修改同一方案,始终不提交,最终被新人超越。太追求完美,不敢行动怎么办?乔·莫兰给出的答案是:先把“不完美的成果”交出去,让“完成”打破恐惧的闭环。乔·莫兰写道:“完美主义就像一层厚厚的茧,看似保护我们不受伤,实则困住了我们成长的可能,而‘完成’就是破茧的第一缕阳光。”道理深入浅出,非常利于我们理解和运用。

现实中,我们总被“要么不做,要么做到最好”的想法绑架,却忽略了“完成”本身就是一种重要的成长。就像书中那些突破自我的案例主人公,他们并非摆脱了不完美,而是学会了与不完美同行,用“完成”积累经验,用实践迭代优化。

《拥抱不完美》告诉我们,人生从不是追求“零瑕疵”的竞赛,而是一段在不完美中不断前行的旅程。所谓完美,从来不是出发的前提,而是持续行动后的结果。我们不必因害怕失败而驻足,也不必因成果有缺憾而自责。接纳不完美,优先完成每一件事,让每一次“完成”都成为通往更好的阶梯,才能在岁月的沉淀中,收获属于自己的精彩。

(岳慧杰)



《有些光不会消失》  
作者:沈汉炎  
出版社:广东花城出版社

后为自己煮的一碗面里,藏在某次摔倒后,扶你起来的那双陌生的手里。“故里渔灯心上驻,人间何处不桃源”,就像凤门岭的渔火,就算海面起了大雾,也总会有一盏,在记忆的港口等你——因为那是从生命里长出来的光,根扎得很深,风刮不跑,雨浇不灭。“月华如水漫阶冷,心有微光彻夜明”,原来有些光,真的不会消失。

## 心灯不灭 光照永在

——评沈汉炎诗歌集《有些光不会消失》

■ 王建强

在奔波中,弄丢了那束光?

跟着沈汉炎的笔触继续走,看见他在都市的缝隙里捡拾生活的碎片。作为记者,他的文字带着冷静的观察,却又藏着滚烫的体温——就像他写凌晨三点的菜市场,小贩的吆喝里混着露水的凉,却能熬出一锅热粥的暖。“晓市灯寒人语碎,炊烟一缕胜封侯”,四十载光阴,从凤门岭到东莞,从“锦灰成堆”到“穿越如梦”,他像个考古者,一点点拼凑着自己的轨迹。我看着书页上的文字,视线渐渐模糊,那些加班到深夜的疲惫,那些被客户否定的委屈,那些在出租屋里对着天花板发呆的漫漫长夜,突然和书中的文字重叠。“尘途碌碌功名薄,客舍萧萧月影孤”,我鼻尖发酸,原来不止我一个人在漂泊里挣扎,不止我一个人在深夜里舔舐伤口。可越是拼凑,我心中的疑惑越重:当故乡变成记忆里的“乌托邦”,当漂泊的脚步踏碎了旧时月色,那些曾经照亮过生命的光,真的还在吗?我甚至合上书不敢再

往下翻,怕翻到最后,只剩下一片熄灭后的灰烬。怕那点支撑我走下去的念想,也被现实戳破。读到“暗夜舔伤”这四个字时,心猛地一揪,像是被一只无形的手攥住。“暗夜独吞千斛泪,霓虹空照一身霜”,城市的光再亮,也照不透异乡人的孤独,就像渔网再密,也拦不住溜走的鱼。那些被生活按在地上摩擦的时刻,那些在深夜里突然惊醒的乡愁,难道不是把光一点点掐灭的手?我趴在桌上,肩膀微微耸动,眼泪毫无征兆地砸在书页上。原来我不是坚强,只是习惯了伪装;原来我不是不怕,只是不敢承认自己的迷茫。

可书页继续翻动,光竟以另一种方式冒了出来:是母亲晾晒的咸鱼干,在阳台上泛着琥珀色的光,“檐下鱼风干琥珀,慈亲低语暖行囊”;是采访时遇到的环卫工,扫帚划过路面的沙沙声里,藏着比朝阳更早的光,“带扫尘埃迎晓日,心藏星火照寒塘”;是回到凤门岭时,老房子的墙缝里钻出的野草,在夕阳

下闪着倔强的光,“破壁犹生青蔓草,残阳不改旧时妆”。沈汉炎说“光照永在”,原来不是说光永远亮着,而是说它会换一种模样——就像渔火变成了母亲电话里的叮咛,霓虹里藏着自己写下的诗行。我怔怔地看着那些文字,眼泪还挂在睫毛上,嘴角却慢慢扬起。原来,光从未消失,它只是换了一身衣裳,藏在了生活的每一个角落。

合上书时,窗外的路灯依旧亮着,此刻竟不觉得刺眼了,也突然明白,有些光从来不会消失。“渔火霓虹皆过客,心灯一盏照平生”,它们可能会从渔火变成台灯下的稿纸,从星空变成地铁里的一本书,从母亲的呼唤变成自己对生活的热忱。就像沈汉炎埋下的“生存密码”:流动的时代里,真正的光不在别处,在每一个穿越暗夜时,依然愿意为自己点一盏灯的心里。

想起扉页的问句:“你生命里那束不灭的光,会藏在哪首诗里?”或许不必找,它可能藏在你给远方父母发的一句“晚安”里,藏在加班

## 给自己一个“出格”的栖息所

——读《偶尔出格:治愈自己的39种方式》

■ 邢 凯

尔出格:治愈自己的39种方式》这本书就犹如一道光,照进了我们过于规整的生活当中,它以39个温暖又实用的方式,轻轻地告诉我们,偶尔的出格并不是叛逆,而是一种必要的自我救赎。

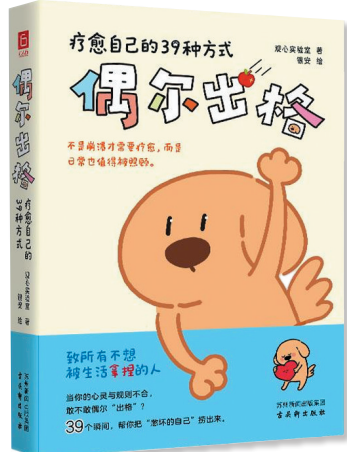
《偶尔出格》最迷人的地方在于,它并不是让我们去彻底地摧毁生活,而是希望我们能在生活的秩序中找到一些缝隙,在里面为自己创造一个可以自由呼吸的小天地,书里那些“出格”的行为其实都是作者自己精心设计的一场自我疗愈的仪式,帮助我们在累的时候重新找回自己。

书里写的“凌晨四点起来,去看一座睡着的城市”这个场景让我很向往,作者不是简单地讲“早睡早起身体好”,而是把那种在万籁俱寂的

凌晨,一个人走在空荡荡的街道上的感觉写得很细致。没有白天的人来人往,只有自己的脚步声和呼吸声,好像整个世界都是自己的,这种打破平常作息的一点点“出格”,变成了跟自己深入交流的美好时光。读到这儿,我也好像感受到了那种安静带来的治愈。

另外一个令我印象深刻的策略就是“在雨天不打伞”,在一个我们总是想避开所有不舒服的文化环境下,作者邀请大家做一次全然接受,让雨水落在头发上、脸上,感受那份凉意与清醒,并不是折磨自己,而是短暂地离开“一定要保持干燥”这条规矩,重新找回对于大自然的感受,对于身体的感受,这份小小的反抗背后藏着一份对于生命原初感受的追求。

《偶尔出格》最让我感动的地方,就是它对“负面情绪”的重新诠释,书中第17种方式“为自己准备一个情绪发泄之夜”,完全刷新了我对情绪管理的看法。作者没有让我们一味地压抑或者积极思考,而是很大大方地邀请我们准备一个晚上,关掉手机,播放心碎的音乐,可以尽情地哭,对着枕头大喊,这看起来很“堕落”,但其实这是情绪的健康释放。读到这里,我就想到了自己那些强撑着坚强的夜晚,也终于明白真正的坚强并不是从不崩溃,而是偶尔也可以给自己一个“出格”的栖息所。书里还有很多这样的充满智慧又贴近生活的疗愈方式,比如“工作会议上偷偷画画”“故意迷路去探索陌生街区”“吃一顿毫无营养但让自己开心的零食大餐”……这些行



《偶尔出格:治愈自己的39种方式》  
作者:观心实验室  
出版社:古吴轩出版社

高效运转的现代社会,我们似乎总是被许多无形的规则所束缚着,工作日里必须精神抖擞、情绪稳定,生活也必须井井有条。当我们在生活中渐渐感到窒息的时候,《偶

内容简介:

《数字混合战——数字技术如何冲击和重塑全球秩序》是“数字文明丛书·数字力三部曲”之一,深入探讨了数字技术对全球秩序的冲击与重塑,同时探讨半导体、5G、人工智能等领域的技术博弈对全球产业链与创新生态的深远影响。

《40堂生死课》  
作者:胡宜安  
出版社:天地出版社



内容简介:

《40堂生死课:大大方方聊生死》从生、老、病、死四个维度,以生死互观的视角系统探讨生死问题,讲述了疾病、衰老、尊严、临终心理、安宁护理、居丧体验、自杀预防等生死课题。每一个看似沉重的话题,都是人生旅途中无法绕行的站点,也都为重新审视生命的意义提供了一个落脚点。我们谈论死亡,是为了更好地生活,而不是提心吊胆地生存。所谓岁月静好,并非生活中没有风浪,万事顺遂,而是能够直面苦难与挑战。