

开卷有益

# 张望镜头下的禅意



《乐观》张望摄影作品

本《禅意摄影教程——前期拍摄篇》中的一句话。

毕业于中国美术学院张望，有二十多年的时间，醉心于禅意摄影实践，经年累月深入寺院，远离人间烟火。他和每一位潜心修行的人一样，自觉融入寺院生活。

他从来不曾把自己和寺院分别成摄影师和被拍摄对象。所以，他不会要求谁配合摆姿势，也不会故意在什么地方人为布置场景，他不想为了拍摄刻意而为。打光、摆拍、拗造型这样的摄影常用词，他并不常用。在寺院的晨钟暮鼓中，在僧侣的普佛、坐禅、诵经、修习、劳作时，张望不打扰、不冲撞、不惊动，只是悄悄地存在。

他安静地蛰伏、追踪、守候，等待一个人走来或是过去，静观一次花开或者花落，守望一个日月轮回；捕捉一缕天光、一束清辉、一柱烛光、一剪灯火；追逐着无处不在却又稍纵即逝的禅意。

张望的拍摄，本身就是一种修行。他的照片，不止是“竹径通幽处，禅房花木深”，或是“山光悦鸟性，潭影空人心”的静谧画面，除了古佛青灯的清幽，更有春夏秋冬、松竹梅兰、琴棋书画的生机。一花

一世界，一叶一菩提。那种铅华洗尽，浑然天成，一切都自然得恰似天意。美得至纯至真。

在斩获中国摄影最高成就奖“金像奖”、国际摄影“奥赛”中国专题组冠军等近百项国内外奖项，并受邀在联合国总部及世界三大洲举办了十六次巡展，先后被聘为“奥赛”国际摄影评委、中国摄影金像奖评委之后，他创办了张望禅意摄影学院，创立禅意摄影在线教学体系，创设禅意摄影季赛，开创全国范围的“禅意摄影研修班”模式，在《今日头条》开设“张望禅意摄影专栏”。

由张望任总策展人的首届“中国禅意摄影大展”，禅意摄影作为摄影民族化的创新与探索成果，首次向外界亮相，在国内外观众面前一展风采。一幅幅清雅、空灵、和谐，透着东方之美意境的展览作品吸引了大批观众驻足观赏。大赛评选出来的作品，以及张望本人的部分经典摄影作品被编入《中国禅意摄影作品集》(第1辑)，禅文化之美在镜头下展现得淋漓尽致。

张望还把自己的拍摄经历、故事、心路历程以及感悟写成了教材，由中宣部五洲出版社与张

望禅意摄影学院联合推出的《禅意摄影教程——前期拍摄篇》就是其中之一。该书从取舍、主体、意境入手，诠释构图要点；让神奇、随性、含蓄，体现光影特点；以单纯、和谐、清雅，营造色调氛围；由速度、景深、主客，构造虚实意境；于季节、天气、晨昏，选择适宜时机；用特技、完善、营造，激发提升创意。

在一个心烦意乱、情绪低落的日子，我从书架上取下张望送我的这本书，不是要学摄影，而是想从他那那些禅意、摄心、摄心、摄心、摄心的精美照片中，汲取一点生命的力量。《梵净》《乐观》《心灯》《天阙》《澄境》等一幅幅充满着禅境之美的摄影作品，富有含蓄朦胧美、空灵美、寂静美、非理性美、荒寒美、简淡美、幽远美等多层次、全方位、立体化的美，能够感受到作者对宇宙世界的洞察、对自然万物的体验，以及对生命灵魂的关照。细细回味其中的奥妙和美好，心生共鸣，物我两忘。

我想说，这不仅是一本教你禅意摄影理念和技巧的教科书，更是一本开智悟理的好书。可以疗伤止痛，慰藉心灵。

书事

## 以书为媒 共铸团队精神

德华集团连续15年举办春季读书会

本报讯 记者程雪 通讯员王海霞报道 春日读书正当时。日前，德华集团第15届春季读书会如期举行。此次读书会主题为“团队凝聚力”和“亮剑精神”。该集团省外企业采用视频连线的方式同步参加读书会。

企业要“亮”什么“剑”？如何“亮剑”？德华集团请来行动学习业绩倍增教练、情境化管理学院创办人林俞丞老师主讲。林俞丞以丰富的经历、生动的案例，诠释了团队精神的内涵、作用和打造团队凝聚力的方法等，给德华人勾勒出了一幅“高凝聚力团队的画像”。

以书为友，将读与思串联起来；以书为媒，为德华集团职工创造文化平台。据悉，春节期间，德华集团送给了每位职

工一份特别的新年礼物——《华为的团队精神》。这本书解读了华为团队“忠诚、勇敢、团结、服从”的核心精神，以及不断追求卓越的企业特质。在春季读书会的分享环节，德华集团总经理翁天方结合本职工作畅谈了自己的感悟。

15年来，德华集团一直坚持“学习文化”的传承，团队精神的打造，而读书会正是有力载体。春季读书会是在新的起点吹响号角，号召集团各公司各部门重新“亮剑”，用“责任意识、创新意识、执行意识”培育团队文化，并在“团队文化建设、学习能力培育、制度体系运行、廉政文化建设”等四个方面强化认知，更好凝聚人心，促进企业又好又快发展。

阅读生活

## 春风作伴好读书

河流

就我而言，春天是一个阅读的最佳季节。每每到这个季节，我便喜欢清晨窝在被子里，或是周末早餐后猫在书房或者阳台上读书。如午后没有特别安排也喜欢坐在小区河畔的靠椅上，一边沐浴着午后温暖的阳光，一边喝着浓浓相宜的清茶，一边开始我那段最温馨，最自在，也最充实的阅读时光。

清代学者张潮在其《幽梦影》中说：“读经宜冬，其神专也；读史宜夏，其时久也；读诸子宜秋，其别致也；读诸集宜春，其机畅也。”显然，他对于一年四季怎么读书、如何读、读什么是有自己独到见解的。

当然，也有人会不认同，难道读书也非要弄出个具体规定来？我认为不可以这样理解，在我们阅读的过程中，无论冬宜“经”还是夏宜“史”，抑或是秋读“诸子”还是春读百家“诸集”，都要遵循自然法则。古时讲究阴阳八卦，四季轮回，而今天我们所理解的便是要注意方式方法。自然界都有自己发展规律，不同的季节读不同的书也许更容易让人理解，让人得益。只是我们没有去认真研究罢了。

就我而言，“经”与“史”的阅读相对较少，更多的是喜欢信手拈来的百家“诸集”。因为我不是学者也不是什么名家，

大多都是根据工作和学习需要去进行有选择的阅读。平时我也喜欢涂涂鸭，无非是兴趣来时画几笔，充其量爱好而已。我想我这样的选择也许是对的。谁能说“经”或“史”就没有一点“诸子”或是“诸集”，谁又能讲名义上的“诸集”之中就没有一点或“经”或“史”或“诸子”的成分？

筋相通，脉相连。就阅读而言，张潮在他《幽梦影》中还有一个绝妙的比喻：“少年读书如月中望月，中年读书如台上玩月，皆因阅历之浅深所得之浅深耳。”细细品味，我们不难发现，同是一轮月亮，不同阶段的人会有着不同的看法和结果。从中我们多少可以悟到：由于每个人的年龄和阅历的不同，在其少、中、老三个不同人生阶段中观月的方式与地点有千差万别，尽管其“窥、望、玩”月的情景和收获虽大相径庭，但其结果也会因各自对事物的认知角度和存在的差异亦不尽相同。前者仅可观其表象，中者只能略知大概，而惟独越往后者则越居高台之上，眼界更开阔，更能深得精髓。

因此，通过实践，我们至少可以悟到这样一个事实：春天是最好的阅读季节。无论什么书在春天里阅读，都有可能得到最佳或是最好的效果。

最美书店

## 杭州天目里茑屋书店：每一本书都是 一种生活方式的延伸



杭州天目里城市综合体



日本网红书店——茑屋书店2020年10月18日落户杭州天目里城市综合体并对外开放，成为杭州又一网红打卡地。

杭州天目里城市综合体茑屋书店占据了其中三栋楼里每一栋的一楼和地下一层。一楼三块区域分别是咖啡吧、美术艺术图书、摄影时尚图书，地下一层主要包含建筑装饰、设计、工作人生、人文、旅游、文学等版块。

这里有大量日本品牌文创和日文原版书籍。店内还陈列着稀有的艺术书籍杂志和艺术作品，比如源自日本闻名世界的金属餐具品牌「SUS gallery」的餐具等，价格也是不菲，比如，一只金属小碗2500元人民币。

“每一本书、每一件商品，都是一种生活方式的延伸。”据店员介绍，这里的服务员都有相关专业背景，比如美术区域，服务员是从相关从业领域招募的，有美院毕业生，如果对艺术书有任何疑问或想咨询的，都可以找他们帮助，他们会用自己的专业背景知识帮助你，如果自己解决不了，会去请教相关专业人士。

雷虹 摄影报道

经典重读

赫尔曼·梅尔维尔代表作《白鲸》：

## 至今令人震撼的自然史诗

刘文华

智者从中见智。

如果你足不出户就想去环球旅行，去领略大自然的奇观或去海洋探险的话，那么，读读《白鲸》吧。《白鲸》是美国作家赫尔曼·梅尔维尔的代表作。它最早出版于1851年，但直到20世纪的二三十年代，才被人读懂并开始被誉为美国文学史上的大自然史诗巨著。一个多世纪过去了，你如今再翻开它，仍不免要被书中所张扬的英雄主义和大自然情势所震撼。那里，人与鱼、船与风浪、天空与海洋组成一个有机的整体，互为对立又互为依附，共同演绎一曲惊天动地的慷慨悲歌。

追问并探究人与自然和谐共生的奥秘是文学永恒的主题。在这部洋洋洒洒60万字的皇皇巨著里，你居然找不到一个哪怕作为配角存在的女性。这在把男女友爱写得又拙劣又泛滥的当下，该是怎样的一种不管不顾，又是怎样的一种特立独行！这不是在告诉我们，当人对于生态环境的破坏达到极致，世界就有可能失衡，要么只剩下男性，要么只剩下女性。这究竟是当仁者，还是危言耸听，自有后人从中见仁，

反围剿反迫害的征程，白鲸莫比·迪克身上的白的指意，此时就尤为丰富，尤为不必言了。所谓大巧若拙，于无声处布惊雷，真的需要我们在阅读中用心感悟和体会。我们甚至可以把这个故事故事理解成美国历史上那场为争取平等和自由而爆发的南北战争的雏形或缩影。

水手魁魁格本是一个部落酋长的儿子，一位世袭了三十余代的王储，却放着王位不去继承，只身来到捕鲸船上当起一名最低等的船员。他想学点本领和技术造福自己的家乡和人民，却处处受到所谓文明人的蔑视和盘剥。但他无怨无悔，依然执着于理想目标的终极实现而忍辱负重，并不计前嫌，凭着部落人特有的勇敢和强悍，多次救人与船只于危难之中。所以，文明与野性，进化与原始，孰是孰非，同样需要读者从中见仁见智。

里再吐出来，俨然猫捉老鼠。它神出鬼没，富于力量和智慧，无论谁与它交手，不是腿断臂残，就是船毁人亡，以至于更多的捕鲸船都绕着它走，避之惟恐不及。就是这样一条雄霸海洋上的大白鲸把亚哈船长折磨得耿耿不已、走火入魔，辗转穿越大西洋、太平洋、印度洋，逢人就打听见到白鲸莫比·迪克没有，及至在接近赤道的热带海域终于与它狭路相逢时，又先后两次被它打得人仰马翻，水手们也伤亡惨重，溃不成军。大副斯巴克再也忍不住了，力谏亚哈放弃白鲸，可亚哈还壮怀激烈地说：“有的人死在退潮里，有的人死在浅水滩里，而我注定要死在巨浪之中。”于是，人扑向鲸，鲸扑向人，一场罕见的鲸人大战反反复复数回合后，终于在鱼死网破中结束了。

如果说亚哈船长的死多了些宿命的成分，让人扼腕喟叹的话，那么水手塔斯蒂哥的行为就更让人触目惊心了。当人鲸交锋，大船也被它撕咬得残破不堪的时候，不仅风狂浪急鱼等为它助战，连天空中的苍鹰也投入了战斗，充满神秘意味地啄烂并叼走了主桅杆上的风信旗。旗帜什么

时候都是人的信仰、心脏和灵魂，所以和白鲸激战的亚哈船长虽已自顾不暇，仍然指令水手塔斯蒂哥再去钉一面风信旗。那会儿，白鲸撞毁的大船业已危在旦夕，正在汪洋大海中迅速下沉，塔斯蒂哥却不管不顾，毅然操起锤子与旗子攀上了风雨飘摇的主桅。一条载重千吨的大船终于沉没了，在海上激起一片巨大的海浪。高高的主桅杆和主桅杆上的塔斯蒂哥显然是最后没人水面的，他在沉没的过程中一刻也没有停止钉旗。即使他人也整个儿沉下去了，你竟然还能看到漩涡的正中他仍努力地伸出一条黑红的手臂，挥舞着锤子，一下一下地钉风信旗。这是怎样的一种豪情和精神啊，又是怎样一种打不败的力量和气势啊，以至于亚哈船长喃喃自语：“我不再企望太阳，我只望着你，听你的钟声；我为你感到骄傲，塔斯蒂哥，你是我们永远不会沉没的裴那德号，永远不会腐朽的龙骨。”

故事已矣，而实质永存。正如你掩上书卷，仍挥之不去它对人文历史的反思，对生存环境的忧虑。《白鲸》饱满，丰沛，举一反三，发人深省。

王珍

“生活中处处有禅意。凡是运用相应的摄影技能，表现出清静、

悦读

## 《笑林广记》：段子体的鼻祖

姚崎峰

当下，很多人喜欢轻阅读，有一种文体大行其道，谓段子体。段子体，在网络发达的新媒体时代层出不穷，相对而言，其行文风格，简洁明快不失幽默。最近翻到这本《笑林广记》，给沉闷的新春增添了一些快乐。在我有限的见识里，私以为它是段子体的祖宗未尝不可。

据说，它的本初在宋代就已经问世了，经元明清几代不断完善，广为流传，深受劳动人民的喜爱，可以说是一部通俗易懂的民间笑话总集了。

清代乾隆四十六年(1718)刻本内容齐全，共有十二卷，总计近千个笑话故事，语言风趣幽默，简练，文字普遍不长，几十字到几百字而已。《笑林广记》擅于构思，生动再现了封建社会的民间风俗、人情世故、世态炎凉、官场腐败等，极具讽刺意味，随意读来有如一个个电影镜头掠过眼前，不知不觉会心一笑而沉思片刻。往往结尾多有包袱，如当下的小说或微型小说，具有一定的文学价值。有人如此评价：如果《红楼梦》让你从头哭到尾，那么，《笑林广记》会使你从头笑到终。

信手拈来几则，与读者共乐：父子扛酒一坛，路滑跌翻，其父大怒，子乃伏地痛饮，抬头谓父曰：“快些来么，难道你还要等甚来？”

酒坛翻了，覆酒难收，可惜是可惜，但也没有什么更好的法子，好在儿子聪明，伏地痛饮，多少挽回了一些损失，父亲只会痛

骂，儿子的一句俏皮话无疑也缓解了父亲的窘态，恐怕也能打消其多半的心头之气，反而抱之一笑了。

有势利者，每出逢冠盖，必引避。同行者问其故，答曰：“舍亲。”如如屡屡，同行者厌之。偶逢一乞丐，亦效其引避，曰：“舍亲。”问：“为何有此舍亲？”曰：“但是好的，都被你认去了。”

此段讲了一个好虚荣攀附者的心态，每每出门见了当官的路过就避到一边，别人问他为何，答是我的亲戚。久而久之，其行为被同行者所厌。并以此还治其人之身，自讨没趣。在现实生活中，确有这样的人，对于当下仍有一定的警示作用。

类似的段子俯拾皆是。有人说，吃了好蛋，就想知道下蛋的好鸡。《笑林广记》由“游戏主人”纂辑，不知真名实姓。事实上其内容也并非一人一世的创作，说白了，是悠长的历史中，由广大的劳动人民共同创作的，是劳动者智慧的结晶。

当然，作为纂辑者，自有其艺术的再加工创作的水准，从而形成了一个个具有一定风格与特色的文学形式。关于“游戏主人”，序文中有一段话可作注解：主人秉异，赋偶俊英奇，不屑作小儒矜盛态，弱冠即有志四方，足迹遍海内。故其闻见，日益广而谱练……

在我看来，白话版《笑林广记》，因其文字并不深奥晦涩，它通俗易懂，适合古文初学者赏析理解，便也增加了阅读过程中的兴趣。也可作为孩童浅显古文入门教材。

一周一本电子书·浙江省职工书屋

## 《我是卫荷 无奋斗不青春》



卫荷 著 华文出版社



长按识别在线阅读

本书真实、详细地讲述了作者卫荷的成长经历：从叛逆女孩到武大学霸，留学纽约，实习联合国；从一个来自贵州的少数民族女孩到美国亚洲小姐；从害怕舞台的胆怯姑娘到一名中英双语主持人；从田径运动员到联合

国交响乐团小提琴独奏演奏员；从初创公司公共事务负责人到加入国际性非政府组织……

一年之计在于春，这本励志的自述，将为正在摩拳擦掌、为未来做准备的你注入奋斗的精神养分。