

书香润芳华 赋能“她”力量

——水韵沙澧读书会“文艺小方桌”活动侧记

■本报记者 孙震

3月8日，漯河日报社水韵沙澧读书会品牌活动“文艺小方桌”专题读书活动——“‘她’力量·阅见沙澧”在李雪书馆举办。近40名水韵沙澧读书会会员参加活动。

“我分享的主题是‘女性要活出高级感’。高级感并非是通过华美的服饰和珠宝刻意塑造的形象，也不是社交网络上经过滤镜美化的外表，更不是由消费能力带来的疏离感。它源自灵魂的充实、精神的自主。活出高级感的女性无论处于何种环境，都能展现出积极的生活态度以及岁月沉淀后的淡定自若。阅读，正是通往这种境界的途径……”郾城区作家协会副秘书长杨晓曦说。

深耕心理咨询领域多年、在报刊发表散文随笔60余篇的郎新华认为，最好的婚姻关系是共同成长。婚姻里最动人的永远不是情话，而是在对方脆弱时理解对方

的不易，给对方一把伞、一个拥抱。婚姻中的两人就像是两棵并肩生长的树，年轻时拼尽全力为对方遮风挡雨，中年时学会根系缠绕分享养分。

“我分享的主题是‘在书页间寻找婚姻的注脚’。二十八年风雨兼程，维系我们夫妻感情的不是银行账户的数字增长，而是共同搭建的精神阁楼：周末，他练大字，我写小楷；我看《红楼梦》，他读《道德经》。读书成了我们生活中不可缺少的内容和乐趣。我认为，书读得多了，就比较容易理解对方。”源汇区五一路小学教师程慧鸽分享了她和家人共同学习的点滴。

散文集《白菜素面》的作者张一曼分享：“幸福是一种主观感受，也是一种精神境界，不应该被任何外在规则所定义。在日复一日的生活里，在柴米油盐的烟火气中，处处都蕴藏着生命的诗意。我们要在精神与物质的平衡中找到属于自己的幸福密码，在生活的平凡中发现不平凡，在规则之外定义属于自己的幸福人生，活成自己喜欢的样子。”

“文艺小方桌”活动负责人、漯河日报社文艺副刊编辑陈思盈以《平衡 突破 绽



活动现场。

本报记者 李宜书 摄

放——小城女性的多维人生》为题，从女性面临的困境等方面，结合自身经历进行分享，并提出突破传统观念的束缚、突破地域限制等建议。她认为，女性可以在追求兴趣爱好的过程中体现自己的价值，获得成就感和满足感。这有助于增强女性自信心，继而提高生活质量。每一名能将生活过得很好的女性都拥有良好的亲子关系和朋友关系，并能使良好的家风得以传承。

此外，活动现场还设置了“人生之书”漂流卡、“她的剪影”摄影角、“漯河女儿”主题书展等。

在互动问答环节，与会者围绕夫妻关系、孩子教育、职场适应等问题与嘉宾展开讨论。参加活动的人员踊跃提问，嘉宾耐心解答，并结合自身经验给出了切实可行的建议。

当天，漯河日报社水韵沙澧读书会主办的“沙澧女子读书社”成立，旨在为女

性提供一个阅读、交流、成长的平台，通过读书活动提升女性文化素养、拓宽视野、增强自信，促进女性在家、职场和社会中的全面发展。读书社本年度计划围绕“书香润心 智慧同行”的主题开展多样化的读书活动，营造浓厚的阅读氛围，助力女性成长。通过阅读经典书籍、分享读书心得、开展主题讲座等形式，帮助女性在阅读中汲取智慧、提升自我修养、增强生活幸福感。

文艺小方桌

有空来坐坐

主办
水韵沙澧读书会

沙澧·她读

■王春红

漫步于文字的世界，作为女性读者，我总渴望从那些出自女人笔下的故事里窥见她们细腻、敏感和敏锐的觉察，寻找到生活和智慧的密码。

池莉是最早给我心灵触动的女作家。十多年前，我正深陷于生活的泥潭——工作陷入倦怠，孩子嗷嗷待哺，与爱人一言不合便唇枪舌剑，内心曾经坚定的信念渐渐崩塌。此时，我遇到了池莉的《熬至滴水成珠》。她以细腻的语言、热烈的情感将生活的点滴琐碎提炼成智慧的珍珠。书中记述她慢“熬”生活的过程，并提到：“少年意气，眼睛看见的都是‘大’；成年以后，才逐渐发现‘小’。”我突然发现，生活中太多的疲惫和无助来自于自己沉醉无法抵达的山

海，而忽略了生活的本真。我开始有意地观察和感受和风细雨和蛙鸣虫吟、阳光在树上留下的明暗色调以及阳台上晾晒的衣裳如何轻轻摆动勾勒出日子的轮廓、菜市场里讨价还价的妇人们如何在秤杆的起伏间称量生活……曾经年少热血的鸿鹄之志必须回归微小尘埃的当下，才能从生活的表层进入内核。赫尔岑说：“生活的最终目标，是生活本身。”所以，我何必总不安地期盼风雨之后的彩虹、破晓后的黎明、严冬尽头的春光？那固然是一种希望，但在泥沙般的生活里熬出智慧的珍珠也正是生活的最大意义。那一年，我在一遍又一遍的思索醒悟中理出生活的头绪，勇敢跳出舒适圈，给予自己做一名合格母亲的笃定和底气。

安妮宝贝的《眠空》来

在文字中照见自己

自日记、笔记和杂录，没有情节，可以从任何一页开始读。这看似轻松，但我读得很慢，因为那些充满灵性与禅意的语言需要时间去消化和领悟。面对生命、爱情、孤独等话题，她总能以简洁且深刻的文字穿透我的心灵。在多年断断续续的写作过程中，我时而感到心灵的充盈丰沛，时而又思想的虚空苍白之感。当看到她“写作或许是生命的修复”，我悄然泪下，一句话便道破了我寻而不得的意义。我总会在写一些只有自己才能理解的潦草文字后有酣畅淋漓之感，在忙乱到烈火烹油般时还想着快速找到纸和笔记下脑海中的闪念。当读到“记录让人保持清醒”，我才明白，从记录中回溯，可以看到自我构建和行进的过程，这让我不至于轻易迷

失。她的语言，在温婉细腻中带着清醒和理智，闪耀着一针见血的智慧光芒。

李筱懿是一个活得热烈且内心温婉的女子。在《在时光中盛开的女子》一书的封面上，她从容自信、优雅大方的笑容有极强的感染力，让人仿佛能闻到阳光的味道。这是一本充满正能量的书。李筱懿用生动而感人的故事讲述女性的成长与蜕变，从中可以看到女性的坚忍与力量。她教会都市女性如何把高跟鞋踩成战靴、把会议纪要写成十四行诗、在电子邮件的句子里藏进法式香颂的尾音……而她，则在经历了失业和婚姻的失败后，转身成为人生的斗士：每天清晨5点开始写作两个小时，创设“灵魂有香气的女子”自媒体系列，倡导阅读、养生等积极健康的女性

生活方式。正如她所言：“事物有时貌似一个障碍，但最终是一个礼物。”这样的女子，像沙漠玫瑰在水泥缝隙中倔强生长。她建议女人不要做一个橙子，把自己榨干了就被扔进垃圾桶。成为一棵橙子树吧，春华秋实，年年繁茂。阅历是她的年轮，时光是雕刻她的刀。”情绪枯萎时看看她笔下的故事，或许能重新汲取营养继续生长。

在女作家们写满生命体验的文字中，我总能不经意间照见生命的某个侧面——或许是母亲眼角的细纹，或许是少年时代的日记本锁扣，或许是寻常烟火里的一粥一饭。她们用不同的语法破解生活的密码，而我在她们的故事里照见自己、照见生活。无论身处何种境遇，我们都可以在心底种花，抵御世间荒芜，绽放出属于自己的美丽。

书香润万家 奋进新时代

“全民阅读·书香漯河”推荐书目

《可能的生活》
阿袁 著

《可能的生活》精选著名作家阿袁近年来创作的3部优秀中篇小说。这是阿袁对人性与生活的用心探索。作者以细腻的笔触勾勒出人物在平凡生活中的喜怒哀乐，通过对日常细节的捕捉，展现生活的复杂与温暖。阿袁的文字质朴而有力量，让读者在平凡故事中看到自己的影子、感受到生活的多种可能。这是一部能引发共鸣的作品，值得一读。



《人鱼之间》
张天翼 著

《人鱼之间》是张天翼以童话重构为基底创作的短篇小说集，通过重新诠释经典童话，展现了爱情、婚姻、家庭等主题的复杂性与多样性。书中的故事充满奇幻色彩。张天翼的文字灵动而深情，赋予了传统童话新的生命力，展现了女性的独立与勇气。整部作品如同一场梦幻与现实交织的舞会，让读者在童话的外壳下感受到人性的温度与力量。



《蘸火记》
牛余和 著

《蘸火记》是牛余和以章丘铁匠造枪抗战为背景创作的长篇小说，以锻造工艺中的“蘸火”为喻，生动展现了抗日战争时期青年们在战火中的成长与淬炼。牛余和的笔触细腻而富有张力，语言风格雅正厚重，叙事节奏张弛有度。《蘸火记》不仅是一部抗战题材的文学作品，更是一首赞歌，颂扬了那个时代的英雄气概与家国情怀。



《世事家常》
陈源斌 著

《世事家常》是陈源斌的长篇新作，以何家四代人的生活变迁为线索，跨越六十年，展现时代风云与人间烟火。小说采用白描手法，语言平实却充满韵味，通过对话推动叙事，串联起一众市井人物的悲喜人生，情节跌宕起伏，人物鲜活立体。作者将家庭伦理与社会现实紧密结合，探讨了法律、亲情、人性等多重主题，具有深刻的社会意义。



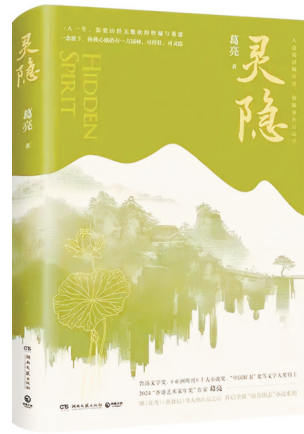
《现在开始失去》
牛健哲 著

《现在开始失去》是牛健哲的首部短篇小说集，收录了包括同名小说在内的11篇作品。这些故事以荒诞的笔触勾勒出现代人内心的孤独与冷漠，通过寓言式的叙述展现了人们在生活中、情感和精神世界中的困境与挣扎。小说集以冷静而富有哲思的笔法探讨了现代社会人与人之间的疏离感，以及在面对失去时的无奈与自我安慰。



《灵隐》
葛亮 著

《灵隐》是葛亮继《北鸢》《燕食记》之后的又一力作，以独特的双线叙事结构讲述了南华大学教授连粤名及其女儿连思睿在粤港百年风云中的命运沉浮。小说以真实事件为蓝本，通过父女两代人的故事，探讨了执念与放下、和解与告别等深刻主题。葛亮的文笔细腻，语言风格兼具古典韵味与现代质感，将粤港的文化精髓融入其中，使作品充满了地域特色和生活气息。



以深情笔触呈现故乡风物

——王剑散文集《时光帖》新书分享会侧记

验高中举行。市文联、市文艺评论家协会、漯河实验高中相关负责人及50余名文学爱好者齐聚一堂，围绕《时光帖》的创作初心、阅读感受等展开热烈讨论。

王剑，作家、文艺评论家，中国文艺评论家协会会员、中国散文学会会员，市文艺评论家协会副主席、秘书长。其作品散见《人民文学》《莽原》《奔流》等，著有诗集《溅在思绪里的泥巴》、散文集《时光帖》《履痕犹在》、文学评论集《冷火焰》。

“我写散文很随性。上大学时我主要写诗，后来又开始写评论。写了十年的评论，我的眼界拓宽了、思考深入了、落笔的角度也与众不同了。之后，我陆续创作了百余篇关于乡愁的作品，才有了散文集《时光帖》。”分享会上，王剑讲述自己在写作道路上从一名文学爱好者成长为知名作家的思路历程，并分享自己

的写作经验以及《时光帖》出版背后的故事。

王剑认为，好的散文要具有四个要素：真、智、趣、美。真，即真诚，是情感之美；智，即智慧，是新知识、新见解；趣，即趣味，是容易产生共鸣的幽默与轻松；美，即风貌和文采，是作品的语言姿态。

《时光帖》分为“乡籁”“表情”“回望”“风物”“散板”五辑，共17万多字。整部作品以乡土、亲情为核心主题，通过细腻的笔触和深沉的情感展现了浓浓的乡愁与人文关怀。

市文艺评论家协会主席王海东说，通过阅读《时光帖》，感受到了王剑对河南乡土的深情。《时光帖》收录了王剑创作的76篇散文作品，是一部传承河南乡土文化和地域风情的散文集。作者用真诚的文笔和鲜活的素材书写了中原大地、沙澧大地的历史

文化、时代变迁和风土人情，呈现了大美中原、大美漯河及现代河南人的精神风貌，渗透着王剑的深情，是一部值得每个人去细细品读的优秀作品。

“全书通过生动的细节、诗化的语言和深邃的哲思，将个体记忆升华为集体文化记忆，在乡情与亲情的交织中完成了对传统价值的致敬与重构。”市文艺评论家协会副主席吴继红说。

市文艺评论家协会副主席陈全义表示，《时光帖》不仅是一本散文集，更是一次与作者心灵的对话之旅。它带领读者在喧嚣的世界中寻得一片宁静的精神家园，让我们在忙碌的生活中停下脚步，重新审视时光的意义，值得每一位热爱生活、热爱文学的读者反复品味。

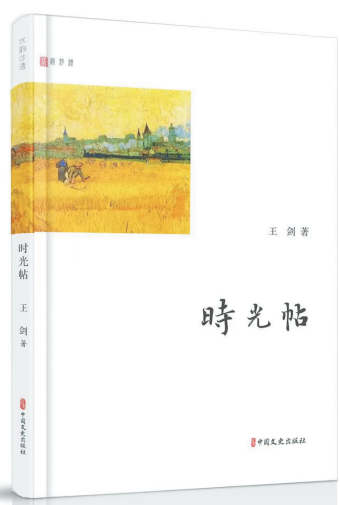
市文艺评论家协会副主席王学儒则认为，《时光帖》以一事、一物、一景等描摹多彩的乡

事，让读者感受到作者埋在心底的浓浓乡情、对家乡无尽的怀想以及语言之外的爱恋情丝。

伴着优美的音乐，漯河广播电视台资深播音员尚丽朗读了《时光帖》收录的散文《一碗姜汤》。

市文艺评论家协会理事温暖媛分享了《时光帖》的阅读感悟：“这本书是一封充满乡情、亲情的邀请函——邀请读者与作者共同见证生活里的温情时光，同时也带给我们更多启迪。”

“通过阅读《时光帖》，我感受到了王剑对生活的细心观察及对人生的思考。其作品语言优美、代入感强，用小事情诉说了人生大哲理。”市文联党组书记、主席陈向丽表示，市文艺评论家协会要多举办新书分享活动，抓好人才队伍培育，加大优秀作品推介力度，通过优秀作品讴歌时代、讴歌生活。



■本报记者 孙震

近日，市文艺评论家协会、漯河实验高中、漯河日报社水韵沙澧读书会主办的王剑散文集《时光帖》新书分享会在漯河实