

人性化是智慧城市的灵魂

□ 涂启智

历史性力量融合，以发挥最大的效应造福人类至关重要。智慧城市建设已被多个国家放入发展战略规划。智慧城市建设是信息化建设的大势所趋，也将成为拉动经济增长的强大引擎。

安东尼·汤森的《智慧城市》，除了从管理技术层面诠释智慧城市，更是通篇贯穿强烈人本城市理念。作者指出，互联网与信息化是智慧城市的动力支撑，而人性化是智慧城市的灵魂。在书中作者更是以摩尔多瓦为例，指明了智慧城市的建设路径。摩尔多瓦坐落于罗马尼亚和乌克兰的群山之中，是一个狭小的内陆国家，曾经一度沦为欧洲最穷的国家，在十年前摩尔多瓦的经济趋于瘫痪，1/4的青壮年远走他乡。然而短短几年时间，在世界银行的帮助下，摩尔多瓦借助智慧城市建设不仅使经济极

大复苏，而且也使国家走上民主自由道路。作者认为，智慧城市不仅在于科技于社会生产生活中的广泛运用，也不仅在于科技给生活带来的空前便利，更在于市民公共参与意识与能力，“对于一位市长来说，智慧城市关乎参与和民主”。用美国城市规划专家简·雅各布斯所言“只有在所有人都参与建设的前提下，城市才能为所有人提供一些东西。”作者强调，智慧城市必须具备包容性。城市尤其是各大中型城市，既有户籍人口，更有大量外来流动人口，流动人口中又有许多人长年生活居住于城市，相比内地偏远农村的“熟人社会”，城市无疑属于“陌生人社会”，大家来自世界四面八方，有不同生活经历、不同生活习惯甚至不同意识形态与宗教信仰，每个人或每类人

群在追求各自自由同时，更须涵养包容胸怀，与他人和谐共处。在城市与形形色色人们打交道，没有容忍便没有自由，“容忍比自由更重要”。智慧城市还是具有温度和充满温情的城市，彰显容纳穷人或边缘人的气度，尽力帮助穷人找到改善生活的机会。

智慧城市理念，对世界特别是中国发展绿色经济具有重要战略意义。智慧城市需要智慧经营。智慧城市最关键的还是政府机关摆脱文书盛行的官僚体制，提供政务工作信息化水平，自觉运用前沿科技的政府，才有能力主导智慧城市实践。

《智慧城市》
(美)安东尼·汤森 著
中信出版社

宋朝何以灭亡？

□ 叶雷

文化，上至皇帝，下至贫民，都重视文化，宋朝是中国封建王朝的巅峰，陈寅恪就曾说过：“华夏民族之文化，历数千载之演进，造极于赵宋之世”。尤其是宋词代表了文化艺术的俗世化，实质上就相当于今天的流行歌曲，传唱于田野，创造了深入生活内质的诗意，生出了精致的风雅。所以，西方学者认为，宋代是中国的“文艺复兴”时代，唐朝是中世纪结束，宋代是近代化开端。

中国封建社会比欧洲早950年，有人说人类最早的资本主义社会萌芽出现在中国1000年前的宋朝，如果宋朝不被灭亡，中国极可能成为第一个资本主义国家。

这种假设实际上是不可能的，厉以宁在《资本主义的起源：比较经济史研究》一书中，就给出了答案，封建社会可分为刚性体制和弹性体制，资本主义可分为原生型的资本主义和非原生型的资本主义，封建社会成功向资本主义社会过

渡的关键，在于体制外的异己力量。而岳飞的悲剧，实际上说明，当时的宋朝，在弹性体制之下，基本上还没有体制外的异己力量，没有“内忧”。

在人类历史上，以文抗暴，死路一条，以暴抗暴，又没完没了。如宋朝的灭亡一样，野蛮文明摧毁先进文明的事件，并不是少数。表面上，文明精细而有序，野蛮非理性和破坏、文明真的很脆弱。实质上，野蛮，是不可能战胜文明的，野蛮所能摧毁的，只不过是文明的物质外壳。宋朝被灭亡，元朝真正入主中原也只有89年。文明，如果要抵御野蛮的威胁，只有在文明的基础上依赖另一种更高级度的野蛮。文明发达的宋朝之所以被灭亡，重文轻武，与不注重更高级度的野蛮是密不可分的。

《袁腾飞讲两宋风云》
袁腾飞 著
民主与建设出版社

流动的光影声色

□ 潘飞

我特别喜欢罗展凤在《明胡旋律里的灰暗人性：〈野狼犬〉》一文里用到的一个词：煽惑者。用此词来描绘电影音乐的角色和功用，真是再恰当不过了。试想，若没有这些音乐的辅助和陪伴，任你画面再精致，情节再跌宕起伏，电影的魅力自然会削减很多。电影音乐的煽动力，如中国民间红白喜事仪式上专门陪着别人哭嫁、哭泣的那群职业人，调动各种技巧，或呼天抢地，或撕心裂肺，总之，不把现场欢喜，悲伤的情绪，膨胀、升华、点燃到极点，绝不罢手。电影音乐的功用，也是如此，不把观众逗得情欲膨胀，泪流满面，失魂落魄，魂飞魄散，大气不敢喘……就算不得好音乐。从这个角度来说，电影音乐真是整部电影作品的“最佳配角”。

当然，罗展凤在此书中的数篇影评也是极具煽惑力的。比如，谈及《十诫》《马太受难曲》《流浪艺人》《潜行者》等作品的原声音乐时，罗展凤就上升到了哲学、宗教析分的高度，更以音乐学、艺术学、美学、哲学、文学等多学科的跨文本方式，展开了庄重的严肃书写，颇见功力和虔诚之心。看得出来，罗展凤具备极强的内省的能力，以及孩童般的想象力，文字之间，透露出纯情的情怀和细腻的感情体味。

这些经典大作，倒不像今日的影片有专门谱写的原声音乐，而是多采用贝多芬、巴赫等已有的经典曲目，可是罗展凤却善于将其与电影文本结合起来加以解读，更有一种别具独运的匠心。看得出来，罗展凤具备极强的内省的能力，以及孩童般的想象力，文字之间，透露出纯情的情怀和细腻的感情体味，所以才能将这些经典之作的内涵进一步扩充和延长。

在罗展凤的妙笔之下，这种有趣的桥接，跨越了时空，引发了人们的无尽思考——数年前先人的音乐作品，是如何与后人的电影作品产生奇妙的化学反应，这些先出世的音乐是如何与后来诞生的电影作品水乳交融的？

《流动的光影声色》让我们越发懂得：这些电影音乐既是“画外音”，更是“画中情”，是影片中可以调用的所有元素的最好的伴侣，如肝胆相照的挚友，须臾不离。它们像一个煽惑者，添油加醋，巧舌如簧，要么说出了影片本身未能尽言的弦外之音，要么让影片本身的各种言语表达得更加轰隆共鸣，振聋发聩。

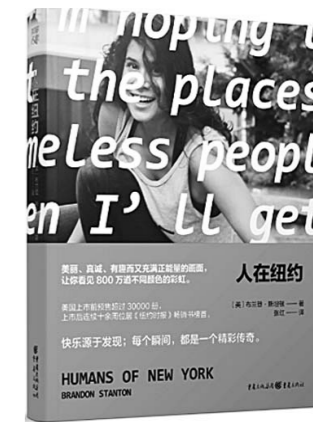
《流动的光影声色》
罗展凤 著
广西师范大学出版社

新书导读



《家风正，子孙兴》
赵忠心 著
北京理工大学出版社

家风跟生物一样，是可以遗传的，由上一代传给下一代，一代一代不间断地传递、延续。家风好不好，直接决定了这个家庭或者这个家族能否兴旺，以及对外的社会形象。家风是一种无言的教育，它对孩子的影响是全方位的，孩子的世界观、人生观、道德素养、为人处事及生活习惯等，每个方面都会打上家风的烙印。



《人在纽约》
【美】布兰登·斯坦顿 著
重庆出版社

作者每天行走、拍摄于纽约街头，汇集了上万张照片，从中精选了四百余张，成为本书。那些来自于被拍摄对象未加修饰的言语，反映出了人物的内心世界，是本书的画龙点睛之笔。



《曼哈顿的小红帽》
【西班牙】卡门·马丁·盖特 著
漓江出版社

这是一部美妙的童话故事，讲述生活在纽约布鲁克林的小姑娘萨拉·艾伦的一次曼哈顿神奇之旅。这本写给孩子，也写给成年人的小说，是西班牙语世界的《小王子》。



《瑜伽之路》
人们瑜伽的解释有着太多的误读。瑜伽是身与心、心与自然的连接，就在于日常生活中。

容得下别人，首先要能包容自己。以往的过错、过失，长期压抑，就会把不满的情绪向外宣泄。包容不是纵容。不是纵容你逃避责任，也不是纵容你做一些有损生命的事。包容只是让你善待自己。如果生活在满腹牢骚、吃喝嫖赌、百无禁忌的人群中，没有能力改变环境，那就回避；遇有不喜欢的话，马上换题；不喜欢的人，马上撤离。包容别人更要保护好自己。没人能把他没有的给予别人，你没钱就不能给人钱，你没力量和智慧就没办法帮助别人。自我完善后才有足够的能量，强大的吸引力会让属于你的向你靠近，所有的善美、富足将源源不断地向你涌来，周围的环境也会因你而改变。

做到包容很简单，不需要特意做什么。只要放下批判，首先有一颗感恩的心去理解周遭的一切；愿意将所有的伤害当成最严厉的老师，给那些伤害你的人留下反思的时间；停止无限循环的愤怒，回到内心安宁。

《瑜伽之路》
刘宏伟 著
当代中国出版社

包容自己

们完全忽略时，不知不觉地就慢慢消失了。

不抱怨说明你长大了

面对冲突先观察自己的反应，注意那些“不公平”或是“都是别人的错”之类的论断。抱怨不能解决问题。一切摩擦都是由于距离过近导致的碰撞，只要退一步，保持些距离，让自己平静下来，再去思考我能做些什么，就可能解决问题。生气时忍耐三刻，就会消气；等上三天，所有不愉快的事情就会烟消云散；等上三年，你现在认为很重要的事情，有可能都早已忘记了。有些事情都是一时想不开，才把一件事看得很重要。看似很重要的事情，过几个月或几年后根本就没什么重要。

任何时候你不能宽恕，只说明你还不够强大，别人有错误，一定说明自己也存在错误；不原谅别人就是不原谅自己，或者不想承认自己的错误。这个世界冥顽不化的敌人往往是自己。

生活的不幸

认识生命中遇到的灾难、冲突、坎坷、不幸，才能得到上天给予的祝福。你把祝福拒之门外、当作烦恼，才会成为烦恼。你想象出来的烦恼会不断地敲击你闭锁的心门，直到你崩溃。《易经》中最令人满意的就是雷火交加的丰卦。它喻义着雷和火碰撞后，毁灭陈腐，为大地带来新生，使万物欣欣向荣。当你看到过去如何控制现在、改变未来，就能无视眼前的冲突，辨别是非，认识大体。生活中的不如意、负面的情绪，不过是不好的习惯、不健康的心理状态反射出的一些虚幻错觉。

包容自己

这个世界会好吗

□ 晓坤

腰包鼓了，人情味却淡了；物质生活富裕了，精神生活却贫乏了。天不蓝了，水不清了，纯真的年代真的一去不复返了吗？

《这个世界还会好吗？》，作者十几个人，都是些出了名的想法不羁言论尖锐之士。

评事论理时功底深厚，思想的深度也跟一般人不可同日而语，常常直戳社会痛点。

过去的日子并不怎么好，因为穷。那时候衣食住行都是问题。但是，自从我们好过了以后，就不断地有一些爱忆往昔的人，他们当中比较流行的一种论调就是，穷的时候，会有一种别样的、令人难忘的情怀。其实情怀都是由穷转富之后才建立起来的，你穷的时候基本上不太可能有什么情怀的，你认为现在你眼中的印度人情怀么？阿富汗人么？当你连饭都吃不上的时候，你甚至连情欲都不会有。很多时候，就如同行尸走肉，而你现在所回忆起来的那些快乐，只不过是你在你有血有肉的时候，带着一种站着说话不腰疼的艺术眼光。

所以，看到最后，为什么这些平时极富棱角的“叛逆者”在这时候都像乖孩子一样认为过去不如现在好了？只因那是事实。即便这事实在当中的确会有一些不尽如人意之处，但那又是常理，你没法要求什么都好，否则我们就无可进步了。马克思主义一直都说，矛盾总会存在的。因此，确切来讲，“这个世界还会好吗？”不是一个反问句，而是一个疑问句。而此书价值，正如作者们这回表现出来的思想格局一般，颇有道高一丈之势，它不在于翘首期盼的放肆，而在措手不及的颠覆。

《这个世界还会好吗？》
李泽厚 等
九州出版社



速读

瑜伽新概念

□ 丽铮 整理

哪一种病是可以根治的，所有病只能缓解。古人云：“夫唯病病，是以不病。圣人不病，以其病病。”把疾病视为敌人，只能徒增烦恼。疾病就像孙悟空头上的金箍，稍稍离本性一点，就会用疼痛提醒你需要调整身心。只有温和的力量会抚平内心，让身、心、灵得到彻底的治疗。古人云：“天将救之，以慈卫之。”所以，听人劝者活百年，固执的人老得快。不遵守自然规律会死得早。疾病不过是给人的一个温馨提示，提醒人不要自以为是，要遵守自然规律。

记录生活

瑜伽是远古时代的修行者把每件对生命有益的事情记录下来，编辑而成的智慧。养成记录的习惯，记下你的思想和感觉，记下你对妒忌、羡慕、虚荣、好色、性欲等的各种反应，就能了解你的心理健康状况，及时觉察到自己不良的思维习惯。如果平时生病时能记下最初的身体状态、后续治疗康复的全部过程，以后再遇到相同的病症，自己就能知道怎样预防与治疗。

现在许多人每天忙忙碌碌，总是认为时间不够用，因此无法有规律地生活，无法得到充分的休息。但休息不好的后果，就是工作效率降低，甚至导致疾病。所以，对于休息，没有任何借口，必须合理安排作息时间，让身体得到充分放松。实际上，我们每天的时间并不是不够用，而是因为闲话说得太多，闲事做得太多，闲心操得太多。每天吃淡点，心淡点，凡事看淡点，就能有足够的时间安排生活。

生活中的冲突

无论是语言上还是肢体上的冲突，都不是为了得到对方的尊重与赞同，或者合作与帮助而已。如果你了解对方的意图，尊重对方，

能保持温和的态度，进行协商，就可以最大限度地避免冲突。

尊重别人，庄严的是自己。若能展示你的力量，同时又能保持和气，与人交谈能给予别人足够的尊重，那么，即使一个疯子，也会很快地平静下来。冲突常常滑稽到只为争一口气。气不顺，拿别人撒气，受到了抵抗，为了出这口恶气，为了讨要一个说法，内在的矛盾就发展成外在的冲突。

冲突由心生、由口出。情绪不好很容易出口伤人。“病从口入，祸从口出。”正面冲突最直接的原因，还是言语不当。想让自己的不听话的孩子立刻服从，就要让他听到从来没听过的最温柔而肯定的语气，因为最温柔的气最有力量。

活得憋屈是你的心小

情绪是生命的一部分，是人的元气。喜、怒、悲、思、恐都是人的本性生命之气，缺一不可。互相调和才能保持身体健康，使得心灵宁静。所以，当人过于生气、恐惧、悲伤时，稍不谨慎就会大病一场。

情绪常常低落的人往往都是那些喜怒无常的人。若是哪种情绪过度或失控，就会大伤元气。保持情绪安稳内心才会平和。

认识你自己

我们依靠什么而存在？是我们的肉体吗？不，是我们的意识。物质身体只是意识的载体，以气态、液态、固态的形式呈现。物质身体是受意识支配的，意识发出一个指令，指挥物质身体做出相应的反应。比如意识发出冷的指令，身体的毛细血管会收缩。我们的意识是自然意识的一部分，它来自于大自然。我们的意识集中于我们的肉体，意识与肉体同步，不超前，也不滞后，就是身心合一。我们的意识服从于自然意识，与自然意识同步，就是天人合一。身心合一、天人合一都是通过呼吸实现的，当呼吸平稳、绵长，就是达到了合一的状态。而瑜伽所追求的终极目标，就是意识与身体、意识与自然的同步，即身与心、心与自然的和谐。

真实的瑜伽

关于瑜伽，流传着许许多多的传奇故事，更有着瑜伽医治百病、延年益寿的说法。但是，若只是练瑜伽而不懂真实的瑜伽，不但医不了病，反会损害身心。盲目练习瑜伽包括：只练体式，不注意饮食；只注重饮食，不注意休息；虽知劳逸结合，却不关注污染的环境；你言行举止、生活习惯的某一项失去平衡。如果这样练瑜伽，不但不会健体强身，反而会损害身体健康。瑜伽不仅只是体式呼吸，更是全然的冥想觉知。瑜伽的状态是在工作中、学习中、吃饭睡眠中，每时每刻与你所接触的万事万物和谐地在一起。

与疾病共处

瑜伽还有接纳的意思，接纳生活中的一切苦与痛。活着不可能没有疾病，实际上，没有