

# 亚洲的减贫奇迹

□ 禾刀

来又有了中国经济的快速发展，近年来印度的经济发展也颇为抢眼。这些地区的快速发展，覆盖了传统贫困人口地区。这也意味着，亚洲减贫工作取得的巨大成就，首先得益于经济的持续快速增长。

从整个亚洲看，经济的发展往往又有赖于稳定的社会环境。或者可以这样说，稳定的社会环境和持续的经济增长是构成各国减贫工作持续向好基本面的两大重要条件。反过来，一个处于动荡之中的国家不可能实现经济持续发展，而一个经济持续萎靡的国家也不可能在减贫方面有什么建树。从这层意义上讲，减贫效果也是一个国家和平与健康发展的折射。

学者们对1.25美元的贫困线不乏诟病，主因是这一标准并不能真正反映各地的贫困现实“1.25美元的贫困线低估了贫困人口面临的最低成本，已经不太合适”。1.25美元本来就是货

币换算的结果，这意味难以普遍反映到每一个国家货币的购买力。再加上贫困的内涵本就相当“丰富”，许多时候不仅仅表现在收入低，还表现在社会保障能力薄弱、教育成本高企、上升通道狭窄等。正是因为这些因素的层层掣肘，一些国家的贫困族群固化的背后是阶层的固化，一代穷，代代穷。

减贫的脆弱性是学者们高度关注的焦点问题。导致脆弱性的原因很多，如极端气候、疾病、农作物病害、牲畜病症、交通落后，大的方面还有战争、经济不景气的大环境等等。针对这些因素，本书对症下药，即增强宏观经济的稳定性、减少通货膨胀、确保产权、改善运输和通信条件以及创造稳定的政治环境；创造有利的环境以促进私人降低风险的活动；通过公共卫生运动促进免疫和卫生；通过市政工程项目以及在某些情况下稳定价格……

稍加揣摩不难发现，这些举措其实不外乎两个方面，一个是稳定的社会环境，包括政治和经济稳定两个方面，再一个则是增强社会保障的兜底能力，以确保贫困群体不致出现“自由落体运动”，坠入看不到任何“翻身”希望、万劫不复的极度贫困深渊。

贫困是收入不平等的综合体现。可以肯定的是，减贫工作越到最后关头越是艰难，各种脆弱性因素越是集中交织，越需要提高扶贫工作精准性，有时甚至不仅仅是提高收入那么简单，有时如何设法改变贫困群众千百年沿袭下来的生活习惯，这或许是精准扶贫工作中的重要难题之一，同时也是亚洲未来减贫工作的重要考量。

《亚洲的减贫奇迹》  
【以色列】雅克·希伯尔 万广华 主编  
社会科学文献出版社



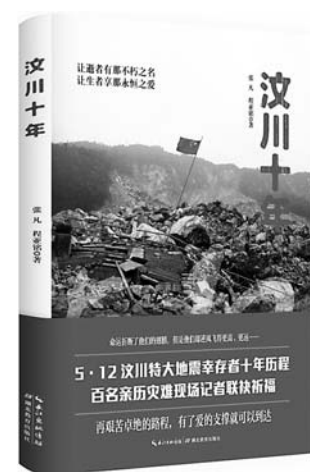
《极度调查》  
李斌 主编  
红旗出版社

本书围绕重大问题，通过深度调查乃至“极度调查”看中国，揭秘庄股魅影、高铁社会、电商江湖、经济黑马、中医之窘、贫困角落、教育天井……



《海边兔子有所思》  
张炜 著  
长江文艺出版社

这部新作被称为“思虑绵密的静书”，其中收录了他近两年来关于写作、关于阅读、关于故乡、关于人生的思考，张炜以好奇的眼光，带给我们感受来自整个世界的善良。



《汶川十年》  
程亚铭 著  
湖北教育出版社

记者10年跟踪采访5·12汶川特大地震60余名幸存下来的特殊群体，再现这些孩子10年成长的历程，分享他们生活的点滴。



梵高一生坎坷，从年少到自杀身亡，从割耳到抑郁受创，37年不断挣扎，人生曲折。他却把饱受折磨的人生痛苦转化成了醉人的美丽。从向日葵、自画像、星空到麦田群鸦……让我们从他的画中读懂他的心事。

色，夜晚的天空闪烁着星辰与月亮的光华，闪耀着璀璨的宝石的光。天空下面，一段低沉的白云依靠着起伏的丘陵的棱线。山脉是紫蓝色的，上面流动着一条一条白色的月光。最下方是安静的村落，低矮的屋宇，偶然亮着几盏未眠的灯火。人间灯火稀疏寥落，远不如天穹上的繁星那么灿烂明亮。一座教堂的尖塔高高地指向天空。有人考证，从圣·瑞米精神病院院院的窗口望出去，并没有一座教堂。这座教堂像北方荷兰的建筑，是病房中梵高在失眠的夜晚，重回自己童年的故乡了吗？

《星空》安慰了精神疾病中饱受心灵痛苦的梵高，好像整个繁华的星辰都到病房的窗前来与他对话。一株黑色的丝柏像火焰般燃烧向天空，像是梵高自己抑郁的生命纠缠焦虑，向无限宽广的天空呐喊。他在心灵的剧痛里呐喊，迸出泪水，点点泪光撒成漫天繁星，成为苦难人间永恒的救赎。

《蒋勋谈梵高：燃烧的靈魂》  
蒋勋 著  
北京联合出版公司

## 心灵断舍离

□ 彭忠富

佛，是修行完美的人。不能成佛，就用佛学观点来指导我们的生活。譬如禅宗所讲的本来面目，要求我们放下以自我为中心的执着，心无所住、念无所系，如此才能得到大解脱。

日本僧人草雉龙瞬以不谈论“属于宗教的佛教”为方针，将佛教宣扬为“有助于改善生活的方法”。他提倡将实用性的佛教本质运用于工作、人际关系和生活中的各个方面。草雉龙瞬所提倡的佛系生活，就是一种生活态度和方式，是一种看淡一切的活法。

“佛系”作为一种文化现象，在时下中备受追捧，如今已衍生出“佛系青年”“佛系恋人”等一系列热词。譬如通常的佛系恋人分手之后一般会说声拜拜然后大步走开，提倡相濡以沫不如相忘于江湖。

可见，佛系生活作为一种人生观，也有它的积极意义，至少能让我们迅速地悲痛中解脱出来。现代社会竞争激烈，压力、焦虑、苦闷甚至抑郁经常困扰着我们，如果我们能用佛系思考法的观点来坦然处之，必定能减少很多烦恼。

因此，我们不妨看看草雉龙瞬所著的《佛系：如何成为一个快乐的人》。本书包括《佛系人生：抵达“圆满人生”的思考法》等六章，介绍了风行日本、台湾的“佛系快乐思考法”，传授“清·简·行”的健康生活理念。清，指清理内心多余的烦恼，感受“被欲望所驱使，感到不快乐”和“享受快乐”的两种心理状态；简，指简洁理性的正面思考，放下多余的执念、妄想，将合理的欲望转化为能量；行，指践行重视快乐的生活方式，以“慈悲、喜舍”之心与世界相处，享受当下的圆满。

佛系快乐思考法，这是与渡边淳一、松浦弥太郎不谋而合的幸福新主张。本书的特色在于，通过“原始佛教”来学习这些解除烦恼的“佛陀思考法”。作者将充满智慧的佛陀名言翻译成简单易懂的现代文字，并加以生动的解说来指导我们的为人处世等。作者认为，“过度在意他人看法”的真正原因不在于“承认欲”，承认欲引发了妄想。过多的妄想就会变成胡思乱想。

作者告诫我们，佛系是三分调侃、七分从容的自我消解，是心灵的断舍离；佛系不是逃避，是一种钝感力，云淡风轻。

《佛系》  
【日】草雉龙瞬 著  
江苏凤凰文艺出版社

## 速读

# 在爱之火焰中感受梵高

□ 李雪 整理

1890年5月，梵高从法国南方的精神病疗养院转到巴黎北部的奥维小镇。他在奥维除了接受嘉舍医生的治疗，大部分时间便一个人走到野外去写生。

奥维附近有大大片片的麦田，7月是麦子结穗的季节，金黄的麦田中飞来成群乌鸦，抢食麦粒。农民为了吓唬乌鸦，常常使用一种鞭炮枪。梵高7月27日就是以这种枪射入自己心脏的下方。

一百厘米长的画面，五十厘米高，接近于东方的长卷。在西方油画里比较少有这种横长的构图。大片的麦田在面前展开，金黄的麦浪用褐、黄、白色颜料，大笔触堆挤。麦穗翻飞，真的如同海浪，汹涌澎湃，激荡着，纠缠着，好像解不开的宿命。深褐色的斑驳泥土是一条盘旋在麦田间的路，路的两旁有青绿色的草。低低矮矮的天空，压得人喘不过气。

梵高在以《星空》为主题的画作中，天空的蓝是透明的，闪烁着希望。《麦田群鸦》的天空里压着沉重化解不开的黑色，一片乌云笼罩下来，笔触烦躁焦虑，一种狂乱慌张的失序，仿佛已无路可走。连白色的云团也纠结了起来，失去了舒卷自如的悠闲。

枪声响了！麦田里“嘎！”“嘎！”飞起一片凄厉的叫声。乌鸦一只一只飞起，黑色的，好像绝望地找着出路，一直飞到天际，飞到沉郁黑暗的天空中去。这张画像一种恶兆，一种宿命的恶兆，乌鸦的啼叫，天空的乌云，麦浪的惊悚颤抖。梵高用每一件作品的剖白自己的生命，也用最后的画诉说绝望与死亡。

站在这样辽阔展开的天空下，站在这样无边无际展开的大地前，受尽精神之苦的生命为自己唱了挽歌！

## 向日葵

《麦田群鸦》创作于1890年7月，常常被认为是梵高最后的作品。

## 大地赤子的歌

□ 董国艳

情感的自然升华及文化担当意识的自然体现，也使《地气》的文化内涵更为深厚。作者是新中国一步步变得强大的亲历者见证了改革开放的全过程，真切地领悟到个人、家庭、故乡的命运与国家的命运是紧密相连的，只有国强才能富民。

所以作者在对个人、家庭、故乡的吟唱中时刻不忘表现中国人民自强不息、奋斗不止的精神及中华民族如雄狮一般崛起的豪迈，这无疑提升了文章的美学价值与现实意义。《祖孙四代求学梦》《自行车》《家讯》等篇章将个人家庭的生命轨迹、命运历程与时代发展的大潮流、新中国成长发展的足迹结合起来，用个人的成长记录国家日新月异巨变，表达作者对国家与时代的感激与感恩。作者用火热的激情与激昂的文字生动地讲叙了中国的发展故事、人民的可爱可敬，显现了作者心中所蕴含的坚贞爱国主义思想和高尚的传统道德修养。这种“小我”中有“大我”，既有个体生命的横切面也有亿万中国人民剪影的写作，丰富了文本的内容，深化了文章的内涵，扩大了文章

《地气》  
厉彦林 著  
人民出版社

## 幸福从驾驭愤怒开始

□ 邓勤

不可理喻。在发怒的一瞬间，你被愤怒控制，成了它的奴隶。伯纳德·金告诫我们，即使很愤怒，也要保持智商在线，淡定化解所有不公、辜负、误解和责难。伯纳德·金最新出版的《情商大师》包括《探索愤怒产生的工具》等十四章，将教会你如何发现并控制愤怒的诱因。它不仅帮助你战胜破坏性愤怒，同时也为训练健康愤怒作了前期准备。你能学会如何减少愤怒的频率，如何辨别那些会诱发愤怒的需求和渴望，以及如何通过与他人相处来实现这些需求和渴望。

当你认为某些人或某些情况危及你最重要的需求和渴望时，愤怒就产生了。当你察觉到东西对你的身心健康、利益或你爱的人产生威胁时，你就会防御性地集中注意力在导致你愤怒的因素上，试图消除这些真正的或想象出来的威胁。生气时的感受、想法和生理反应相互作用，让愤怒这种身心体验充满紧张感。你或许为了缓解这种紧张感，产生冲动的想法，或做出冲动

的事。愤怒这种让人难受的身心理验，可以分为非健康愤怒和健康愤怒。作者认为运用正念呼吸法与自我同情，可以克服消极愤怒。

本书是作者多年对愤怒研究的结晶，它对于克服长期频繁激烈的愤怒尤其有效。克服破坏性愤怒的关键，在于如何识别并控制引发你愤怒的内在心理因素。它不仅帮助你克服破坏性愤怒的威胁，还能帮助你学会适当而健康地发泄怒气。你能够洞察自己内心未满足的需要和欲望，正确引导自己的愤怒，学会和别人真正融洽相处，从而以更为健康的方式满足你的这些内在需求和欲望。

作者解释了愤怒、自我憎恨、自我欺骗等许多负面情绪的核心问题。幸福是种美妙的内心体验，如果我们不能驾驭愤怒，幸福就会与我们渐行渐远。

《情商大师》  
【美】伯纳德·金 著  
北京联合出版有限公司

## 星空

1888年到阿尔之后，梵高就对夜晚的星空发生了兴趣，尝试画了一些以星空为主题的画作。

也许是因为偏远的农村，灯光比较少，星辰的光特别明显，也许是因为靠近地中海的南方，空气洁净，夏夜的星辰也特别华丽。梵高仿佛在学习与遥远的星辰对话。

但是，他最华丽的这幅《星空》却1889年在圣·瑞米精神病院时期创作的作品。很少人在这件作品前不被天空的繁星震动。右上方一弯新月，很装饰性的金黄新月，围绕一圈浅黄的月晕。一颗一颗星星，高高高低，远远近近，布满蓝色的天空。梵高用拉长的点描笔触书写他与满天繁星对话的狂喜。

他听到了星辰流转的声音！他听到了云舒卷回旋的声音！他把宇宙静静移动的运行转变成如此华美庄严的乐章，像最圣洁的宗教的颂歌。天空是深蓝、浅紫、草绿、金黄、铅白……各种色彩华丽的丰富组合。夜晚的天空并不是单一的黑