

封面书单·4月

从离别学习更好去爱 藉思念汲取生命的力量

《清明》

张勃著 天津人民出版社

“燕子来时新社，梨花落后清明。”在民俗研究专业学者张勃看来，清明节能成为大节，是一个文化选择的结果，也是一个“将生死并置”的节日，在万物复苏的时节去缅怀、去回望，会给人异常鲜明、深刻的感受。张勃综合运用史料遴选、典故辨析、民间传说、实物考证等阐释方式，追溯清明的历史源头，讲述其作为节日和节气的起源，探究近三千年的流变，详细介绍扫墓、踏青、秋千、蹴鞠等10种清明相关的节俗活动。全书精选近60幅高清古画，全彩再现悠远而明媚的清明，在盎然春意中勘破记忆与现实的界限，体悟中国人生之韵的传统时间美学。

《姥姥语录》

倪萍著 长江文艺出版社

“姥姥语录”在网上广为流传。这些话简单朴实却富有哲理，比如姥姥说：“天黑了，谁能拉着太阳不让他下山？你就得躺下。孩子，不怕，多黑的天到头了也得亮。”“孩子你记住，人说话，一半儿是用嘴说，一半儿是用心说。”“盼着盼着就有盼了，盼望嘛。”“自己不倒，啥都能过去；自己倒了，谁也扶不起你。”有读者评论说，“姥姥语录”治好了自己的精神内耗。在《姥姥语录》中，倪萍以真挚感人的文字，追忆自己与姥姥一起走过的有泪有笑、有滋有味的日子，分享姥姥那些看似平常却让人一生受用的生活大智慧。

《床前明月光》

敬一丹著 长江文艺出版社

敬一丹在妈妈患重病之后，一直陪伴在病床边。这是她工作后陪伴妈妈最长的一段时间，“其实这也是我和妈妈慢慢告别的过程”，所以这本书的副题是“为亲爱的妈妈送行”。在这本随笔集中，敬一丹细腻、深情地记录了在妈妈的病床边，对于生命、亲情的思索。诗意书名的背后，是敬一丹在直面生死、倾诉至亲离别之痛。在书中她写道：“逝者渐远，留给我们的一切都将保持着生命的温度。对生命的认识和体验会帮助我们获得心灵深处的宁静。擦去眼泪，我要在阳台上种花了，用我妈妈给我留的种子。”敬一丹说，在此过程中，她更清醒地认识了至亲和自己。

《姥爷，我们天上见》

蒋雯丽著 天津人民出版社

蒋雯丽曾经将自己童年与姥爷相伴生活的回忆，拍摄成电影《我们天上见》，深受好评。与此同时，她还专门写了一本书，就是《姥爷，我们天上见》。在这本书中，她回忆童年与姥爷相伴生活的点滴。姥爷的大气、诚实守信、友善、宽容都跃然纸上。姥爷用爱给了她幸福的童年，她想把这份爱传递出去。纵然世事维艰，我们依然用“爱”拥抱明天。

《天蓝色的彼岸》

亚历克斯·希勒著 吕良忠译 北京联合出版公司

一个人对生命最大的尊重，就是过好此生。生和死的话题总是太沉重，即便是成年人，似乎也无法好好面对告别和离开。《天蓝色的彼岸》这本童话风格的小说，带领我们体验了一场告别之旅。小男孩哈里因车祸去了另一个世界，可他还挂念着爸爸妈妈、姐姐和同学们，却又不知道如何传递心声，直到他碰到一个叫阿瑟的“幽灵”，阿瑟带着他溜回人间，向亲人和朋友告别，向他们表

达深深的歉意和爱……这本书透过充满哲思的语言，唤起了人们内心深处的美好情感，启迪了人们对生与死的深刻思索。

《安魂》

周大新著 作家出版社

小说以隔空对话的形式，表现了在“儿子”英年早逝之后，一个“父亲”的痛苦与悔恨。父亲在对话中回视自己的人生，发出痛彻心扉的忏悔。作者周大新敞开心扉，给读者呈现出一个严肃又庄重的思考：“我当初写《安魂》这本书的目的是安慰自己和孩子的灵魂，另外我也想探究一下，我们究竟怎么面对死亡这个问题。尽我可能地把它认识理解写出来。”

《樱花明年会再开》

宫内妇贵子著 彭懿、周龙梅译 长江少年儿童出版社

生命教育的意义是帮助孩子认识、珍惜、热爱生命。《樱花明年会再开》描写了美丽的樱花树与旅人熊之间一段凄美的故事。在寂寞山上，旅人熊与樱花树相遇，追问生命将到哪里去的深刻问题。樱花树回答旅人：“樱花跟人一样，踏上一段短暂的生命旅程，然后再回到生命的源头。”告别樱花后，旅人熊各处漂泊，并在多年以后，又一次与樱花树相会了，可这时的樱花树已经变成了风车。阅读有温度的文字，让孩子拥抱生命与希望。

《再见，莫格》

朱迪斯·克尔著 任溶溶译 接力出版社

《再见，莫格》是英国图画书作家朱迪斯·克尔继《老虎来喝下午茶》之后，用最深情的笔触创作的生命教育力作。创作时她已年近80岁，当时正值哥哥去世、长孙出生，她对生和死有了更多的思考。在迟暮之年创作的《再见，莫格》，在幽默与想象之余更增添了生命的厚重与温度。

《生命之书》

舍温·B·努兰著 林文斌、廖月娟、杜婷婷译 中信出版集团

《生命之书》是由努兰行医生涯和人生经验交织而成的记录与反省，带领读者开启一场探索生命的旅行。对医学智慧殿堂的探索越是深入，努兰越会感叹人体奥秘无穷，生发出一种对生命的敬畏。在作者身为临床医生的职业生涯里，见到了太多人体脆弱的一面，但同样也见证了人体各组织对抗疾病时所展现的强韧生命力。人的身体本身所发挥的保护作用与自我修复过程，也是决定治疗成效与战胜病魔的关键。

《悲伤的力量》

朱莉娅·塞缪尔著 黄茵译 广西师范大学出版社

面对并理解死亡带来的悲伤，以获得生活的意义与力量，是所有人的功课。本书从一位专业心理治疗师的角度，分案例讲述了其与失亲者交流的咨询过程。书中既讲述了如何调整自我，也解读了如何应对关系与周遭环境。要治愈悲伤，首先要允许自己感受伤痛。我们需要洞悉自己内心正在发生的变化，学会辨别自己的情感和动机，然后认识真实的自己。

华西都市报-封面新闻记者 张杰 实习生 刘珈汐

