

特邀主持



赵翼如
资深编辑、记者。现供职于江苏省作家协会，一级作家。著有《倾斜的风景》《有一种毒药叫“成功”》等，曾获冰心散文奖。

内在定力

有个数据显示，在切掉一根手指和放弃手机间选择，三分之一的青少年“宁切一指”——放弃手机如同“截肢”。

暑假，朋友从芬兰回来，说芬兰教育以国际视野闻名，不少学生最常见的休闲活动，是阅读。气质，展现在深度阅读的品位中。

在《百家讲坛》讲授“视觉文化的来临”的学者周宪，给《行者》发来他新的思考：过度注意力模式的流行，是否意味着这个时代出现了某种文化病症？

不确定时代，人类重要的文化遗产，是内在定力。

媒体日前热播林青霞获赠数亿豪宅。我们收到她的近作，却是用文字安顿自己——冷观窗外，体味张爱玲婚约上那四个字“岁月静好”。

静水深流。好的长篇经典，沉下去，可读得满心清凉。“深读，读出一个自己来。”

《行者》为文学周刊，每周一见报（4个版）。期待您品读之后的“回声”，并欢迎投稿。
邮箱：xdcbxingzhe@126.com

《行者》刊登的稿件，江苏省内媒体严禁转载，省外媒体如需转载，需经本报同意，并在刊登时注明出处。

窗外的风景

文/林青霞

搬进新屋将近五个月，从来没有打开房间的窗户，好好看看窗外的景色。或许是刚搬进来的时候正值严冬，看见窗外的枯枝和正在施工一团凌乱的道路，很是惆怅，索性紧闭窗帘眼不见为净。前两天朋友来参观我的房间，拉开窗帘，突然发现枯树的末梢长出了新芽，好像发现了新大陆，原本还以为那是棵枯死的树。我雀跃地跟家人分享我看到的情景，他们并不如我这般惊讶，都说：“是啊！春天到了。”

是啊，春天到了，新芽绽放，枯树开花了。我看到生命，感觉到希望，立刻拉开落地窗。凉风吹衣，嫩芽的清香更随风拂面，不觉深深地吸了几口气，空气清凉甜美，就这单纯的呼吸已是无穷的愉快。

窗外的景色无时无刻不在变化，那青青的小树叶从树梢慢慢往

树干方向延伸，愈来愈密，愈来愈密，几乎布满了枝头，好像一顶大花伞。风吹树摇，小鸟们也飞上了枝头，偶尔看到一辆红色货车从枝叶的缝隙中穿过，树后修建的路面本来杂乱无章，现已接近完工，清理得干干净净，那条公路宽大弯曲，看起来像在自然的景色中划上一个大S，将来通车的话，看着各种款式、各种颜色的车子从我窗前划过，窗外的风景将会变得更有声有色有动感。

现在每天起床第一件事就是拉开窗帘，欣赏窗外的风景。今日又与往日不同，不在雾霾的笼罩下，一幢幢耸立的大厦中居然看到一湾维多利亚港，远处一座翠绿的大山横卧其中，更远处，隐隐见到层层叠叠的高楼，像极了海市蜃楼。之前眼里只见到近处那巨大的枯枝和杂乱的公

路，其他什么也看不到，所以见山不是山，见水不是水，现在见山是山见水是水了，原来心念一转，豁然开朗。

到黄昏，有如火柴盒叠起来的大楼灯光一盏一盏地亮起。望着渐次增多的灯火，心想，灯下必有不少故事，这能写多少篇小说啊！金圣华、白先勇和章诒和经常鼓励我写小说，那天我和金问白老师，小说应该从何着手，他说先要有人物和故事，那就好了。小时候爱幻想，性格敏感，像林黛玉一样，没事就哭，很容易受到伤害，年龄渐长，经历的事多了，几乎没了幻想没了梦，也刻意让自己神经线变粗，免得因太敏感而受苦。如果要写小说的话，势必要找回那敏感的神神经线，多幻想、多做几个梦了。

董桥说光是窗外的风景就可写

六百字，写到这里差不多六百多字了，接下来可以写什么呢？日出？日落？雨景？夜景？还是写写小鸟吧。以前有人访问我来世投胎想成为什么，我想都没想就说做一只只会唱歌的小鸟。看着窗外鸟儿们吱吱喳喳快乐地穿梭在满布嫩叶的枝桠上，只稍一停又飞走了，小翅膀上下飞快地舞动，身子笔直地往前冲，飞得又快又远，转瞬就隐没在眼前的景色里。它们快乐的鸟语是否向窗里人传递春的信息？

夜幕低垂，太阳已去，橙黄的月亮高挂在树梢上，无风无雨，仿佛一切都静止了，张爱玲婚约上那四个字“岁月静好”浮现在我脑中，桌上时钟的秒针在耳边滴答滴答……



不确定时代·南京大学
摄/马康

回声

好的副刊是普通读者的大餐，何尝不是作家们的福利。上次泰州作家一起聚会，都不约而同地提到了《行者》。微信时代，让人牵挂的报纸不多。而《行者》的每个版面都像是可以看到不同风景的房间。第

作为一名身在基层的作协会员，能在一片商业味、娱乐气的报刊丛林中，阅读到充满“文艺范”的专栏，非常愉快，感受到了一种既往精神气质的回归。在互联网世界，个性不断凸显的时代，我们

今天出门终于没忘了买报纸看《行者》，但拿到家就被保姆拿

我在盐城教语文，平时以摩挲旧书为乐，随手写下几笔书评文字，聊以自娱，多半草草杯盘，不成名色，却也不以为意，《世说新语》里王子猷在四望皎然的夜里访友，到门前却不入，那是得乘兴往返的意思。

可我到底是俗人，处于超然和不能忘情之间，内心总希望文

一版的雍容，第二版的从容，第三版的烟火气，第四版的书卷气，就这么巧妙地组合在一起，成了人间美味。好作品在编者的手中，成了吸睛的“聚餐”，《行者》，让生活有了不一样的星期一。

——泰州读者 庞余亮

憎恨千篇一律的八卦和“商业范”。多则不善，太盛不美，行者是快报的一个另类WIFI点，我们这些有一片内心空间的人，自动与它链接，便把自己的阅读兴趣牢牢地联结在《现代快报》之上。

——盐城读者 陶林

去看，我只好先尽她浏览了。晚上再仔细阅读。

——南京读者 钱静

字在报刊上明媒正娶。谢谢《现代快报》赵翼如女士不拘一格刊登随笔，和名家散文同处一版，叨陪榜末，受之惶恐。虽是豆腐干一篇小文，但洗手做羹汤的诚意却是发自肺腑，而我一时跌宕自喜的文字也因报纸飞入千家万户而有了相知遍天下的可能。不胜感激。

——80后读者 张锐

不读长篇与过度注意力

文/周宪

上了年纪的人一定记得，改革开放后电视作为一个新玩意对公众产生多么大的影响。那个小盒子里居然蹦出那么多人和事，电视改变了世界，也改变了我们。随着中国经济发展和技术进步，电视越来越成为寻常百姓的基本消遣，一个人从小到大了看了如许多的电视节目，观赏的期待会提得很高，古今中外啥都想看。文革时期八亿人看八个样板戏，没的选是个遗憾！但如今，选择太多却也是另一种麻烦。每每打开电视机，上百个频道可供选择，看什么成为一个问题！

有了无线遥控器，选台简化为轻轻一按，但轻松地选台却另有焦虑，坐在电视机前不停地变换频道，总是期待有更好的节目在下一个频道出现，视觉欲望无限，选台亦无限，结果是选了半天啥也没看。其实，“选台的综合征”并不限于看电视，而是广泛存在于网络、手机、旅游、购物等日常行为中。当代认知科学研究发现，新的媒介技术催生了新的媒体一代，这一代人不同于前人，他们有一种特殊的注意力，称之为“过度注意力的模式”，它受制于贪婪的视觉欲望，恨不得将天底下所有好看好玩的东西囊括于眼前。

有研究发现，过度注意力是当代青年人普遍的认知模式。根据美国学者海尔斯的分析，过度注意力模式有四大特点：迅速转移焦点，着迷于多样信息，渴望高强度刺激，对单一刻板的工作无法忍受。以此标准来看，电视“选台综合征”可谓是典型案例，当然还有很多“非典”行为，诸如网上冲浪、手机刷屏等等。过度注意力看起来什么都关注，其实正好相反，最终它是什么都不在意，因为这一认知模式无法持久地、深入地关注某个事物，颇有点像狗熊掰苞米，掰一个扔一个。反观过去，传统生活和文化所培育的乃是另一种相反的注意事项——深度注意力，其特点是长时间地关注单一事物，俗话说的“甘坐冷板凳”“十年磨一剑”，大约是对这种注意力模式的形象描述。遗憾的是，深度注意力模式如今不时髦了，媒体一代与前人之

间存在着一个清晰的“认知代沟”，也即是从深度注意力向过度注意力的转变。在地铁里，在电梯上，在办公室，在教室，在图书馆，“低头一族”们不时地进行屏幕刷新和点击，这就强化了过度注意力模式及其行为方式。其后果之一是，沉溺于海量信息无可避免带来认知的碎片化，资讯的过度接触必将导致信息冗余，无所不看的结果是等于没看，无所不知的状态是未有深解的认知平面化。

诚然，过度注意力也有其明显的长处，它拓展了人们的视野，扩大了人们对事物间关系的理解，使人摆脱了单调乏味的认知情境。但相较于其长处，它的短处似应引起我们足够的重视。有人以略带夸张的语言描述了过度注意力的潜在危机，它“是不完整、破碎的注意力。过度注意力破坏了正常注意力，令人们的注意力无法集中。……它生产出无意识、无良知的大脑。注意力的涣散打那时起就埋下了病根”。更严重的问题还在于，根据一些神经心理学的研究，过度注意力不但导致了新的认知行为模式的出现，而且还会导致我们的大脑生理结构的改变。

过度注意力模式流行的一个直接结果，乃是对长篇经典阅读的冷漠。几年前一家大学出版社对3千多位读者做了一项“死活读不下去的图书”的网络调查，书单一出炉，真的让人匪夷所思。前十名中《红楼梦》居然高居榜首，《三国演义》、《水浒传》、《西游记》未能幸免，外国文学名著《百年孤独》、《追忆似水年华》、《尤利西斯》、《瓦尔登湖》等也都赫然在列。这从另一个层面印证了过度注意力模式研究的一项发现，即媒体一代热衷于看影视等视觉样式，却不愿意花时间和精力去静静地默读长篇。这一代人对视觉刺激的偏爱远胜于文字魅力，因为较之于看电影或电视，读书显然更加枯燥乏味。

至此，一个难题摆在我们面前：过度注意力模式的流行是否意味着这个时代出现了某种文化病症呢？