



作者:(美)  
 卡瑞尔·麦克布莱德  
 机械工业出版社  
 2015年9月出版

## 母爱的羁绊

【内容简介】▷▷

爱来自父母,令人悲哀的是,伤害也往往来自父母,而这爱与伤害,总会被孩子继承下来。

【作者简介】▷▷

卡瑞尔·麦克布莱德,美国注册婚姻和家庭治疗学家,已有28年的心理咨询实践经验,是治疗家庭问题方面的专家。近十几年里,麦克布莱德博士主

### 爱到深处成伤害

毋庸置疑,世界上最伟大最无私的就是母爱。母亲为了我们的成长,甘愿付出自己的一切,这在中国母亲身上表现得尤为明显。但我们也应该看到,并不是所有的母亲都会成为我们称颂的对象,一些母亲不健康不科学的育儿方式,甚至会给予子女带来终身的伤害。美国心理治疗师卡瑞尔·麦克布莱德在临床治疗中发现数十位女性都有如下症状:过于敏感,优柔寡断,自我意识过度强烈,对自己缺乏信任等。她们常常觉得生活中缺乏某种重要的东西,以致自我形象遭到扭曲,生命也被不安全感所笼罩。

经过多年研究,麦克布莱德发现这些症状根源是母亲的自恋。她们在情感上过度的贫乏和强烈的自我专注,使得她们无法为自己的女儿提供无条件的爱和情感支持。这种扭曲的爱作为一种痛苦的遗产,代代相传。对自恋及它在母女关系中的呈现了解得越多,麦克布莱德越觉得有责任去帮助那些母亲有自恋倾向的人们建立自我理解、自信和自爱。她在最新出版的《母爱的羁绊》一书中指出,自恋母亲会将子女视为自我的反映和延伸,而不是具有独特个性的他者。由于自恋型的母亲经常告

作者找到一个独特的角度来考察母女关系中复杂的心理状态,读来平实、温暖却又发人深省,书中例举了大

量女儿们的心声,令人心生同情。在帮助她们重塑健康人生的同时,还会起到激励作用。

■ 彭忠富

要从事有关自恋家长对孩子影响的研究,已经成功解决了许多此类案例。麦克布莱德博士还在创伤、性虐待、家庭暴力、离婚、重组家庭、婚姻和家庭治疗

诉你她希望你成为怎样的人,而不是让你肯定自己的天性,你便逐渐丧失了自我。这是一本专写拥有自恋型母亲的女儿在长大成人后面临的心理问题及其如何治愈的书。本书分为三部分,一是对母亲自恋作出解释;二是展示这一问题影响,它的各个方面,及其后果如何在女儿的生活方式中尽显无遗;三是提供治愈的途径。当你接受并承认,你有一个自恋母亲,她伤害了你时,你就开始康复了。康复包括三个步骤:一是理解问题所在,对其作出诊断,收集问题产生的背景信息。二是你要对问题带来的相关情感体验进行处理,体验情感意味着要谈论创伤,是从身体里释放伤痛的唯一方法。三是用全新的眼光来看待事物,并逐渐摆脱自恋母亲留下的创伤带来的影响。此时你为自己所做的决定,和感觉自己是受害者时完全不同。你开始发现自己的真实感受、价值观和信念。你找到了真实自我,使它能够通过自己的方式发挥作用。

为了子女不输在起跑线上,中国父母起早贪黑,拼命挣钱,就算砸锅卖铁,也要供子女读书,上各种特长班。条



### 精彩评论

件稍微好些的,则将孩子送到国外去留学深造,以图子女将来在职场中成为人上人。子女的人生道路,做父母的早就给他们规划好了。我们一代代人就这么周而复始地生活着,似乎没有什么值得责难的地方。爱来自父母,令人悲哀的是,伤害也往往来自父母,而这爱与伤害,总会被孩子继承下来,甚至一代代传下去。而我们必须终止这种育儿方式的代际传递,否则贻害无穷。本书的目的就是解释母亲自恋的动态影响,并不去指责自恋母亲的前提下,提供克服这些影响的方法。康复来自理解和爱,而非指责。一旦我们理解了母亲所面对的那些导致她们无力爱我们的困难,接下来就能开始改善我们自己的生活,最终目标是了解自己、对自己负责,进而获得康复。

在我们的社会里,还有许多女性生活在母爱的羁绊里,她们内心有伤害,有阻碍,但不知从何而来,读这本书,可以获得自我医治和成长,从母爱的羁绊里解放自己。如果你希望你赚的钱是为孩子上大学用的,而不是看心理医生用的,那么强烈推荐做了母亲的人都看看这本书。

在我们的社会里,还有许多女性生活在母爱的羁绊里,她们内心有伤害,有阻碍,但不知从何而来,读这本书,可以获得自我医治和成长,从母爱的羁绊里解放自己。如果你希望你赚的钱是为孩子上大学用的,而不是看心理医生用的,那么强烈推荐做了母亲的人都看看这本书。

在我们的社会里,还有许多女性生活在母爱的羁绊里,她们内心有伤害,有阻碍,但不知从何而来,读这本书,可以获得自我医治和成长,从母爱的羁绊里解放自己。如果你希望你赚的钱是为孩子上大学用的,而不是看心理医生用的,那么强烈推荐做了母亲的人都看看这本书。



作者:林帝浣  
 北京联合出版公司  
 2015年8月出版

## 我想给你拍张照

【内容简介】▷▷

每个人都在拍照,每天都有海量的照片被产生和被遗忘,却少有人问:我们为什么拍照?应该拍什么样的照片?拍照,能让你看到真正的自己。

要拍有情感温度的照片——人文旅游摄影师、专栏作家林帝浣避开那些热门的旅游景点,选择一条少有人走的路,深入大地旅行,为每一个有故事的陌生人拍照,每张照片背后都散发着情感的温度。

著名人文摄影师、旅行作家林帝浣十多年的行走与摄影,沉淀成21篇旅行随笔和100余幅精彩摄影,告诉我们如何“给你拍张照”。

【作者简介】▷▷

林帝浣,广东湛江人,中山大学教师,人文旅行摄影师,专栏作家,画家。中国摄影家协会会员、国务院新闻办图片库签约摄影师。《中国摄影报》2012摄影影响力年度人物,蚂蜂窝旅行网2013年度旅行摄影家。著有《时光映画》《中国最值得拍摄的50个绝美小镇》《广州经典游》等。

我们为什么拍照?

每个人都在拍照,单反或手机,微博或朋友圈,每天都有海量的照片在被产生和被遗忘。

然而我们为什么要拍照呢?

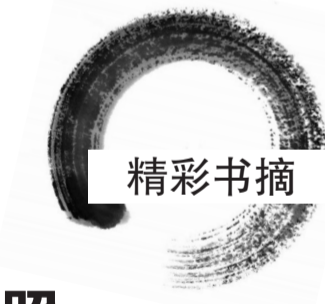
从有念头买一部相机开始,经过艰苦的各种评测比较,问过许多行家,选机型,选镜头,一番折腾之后,相机终于到手。然而你会发现,你所面临的摄影问题才刚刚开始。

很多人新鲜劲头过去之后,很快会把相机束之高阁。另一些继续希望精修摄影技术的,则会慢慢产生困惑,拍出来的照片没多少人看,身边也缺乏真正喜爱痴迷摄影的人,不知道怎样拍才是正确的,怎样的照片才算好照片。

照片是什么?我们为什么拍照?

对大多数人来说,拍拍家人,拍拍正在成长的孩子,拍拍准备吃的食物,拍拍上班路上正在开花的树,拍拍旅行中与景区招牌的合照,只是记录生活中一些好的瞬间,并不太在意拍摄技术什么的。这种态度相当正确,因为摄影最本质的功能,就是记录真实。

在战争片里,战士贴身口袋里那家人或爱人的照片,是最珍贵的物品;钱包里的那张合照,也会是你看得最多的照片。这样的照片,其价值已经不再是拍得好不好的问题,而是人生信仰、信念的一



### 精彩书摘

部分。

从本质上来说,这样的拍摄,比拍些不知所云展示摄影技巧的照片,会有意义得多,因为这是你生活的记录,人生回忆最直接的载体。

如果你不满足于此,希望在摄影上再进一步,就会发现很多问题开始困扰你。玩摄影的人很多,都渴望得到专业的认同,各类官方和非官方的机构也热衷于办无数比赛和展览,人们也趋之若鹜。

能拿大奖的人还是少数,但中国还有遍地开花的摄影节和网上的无数摄影论坛、微博,可以展示作品,寂寞的玩摄影的人开始自动抱团,形成无数小圈子,拍的作品互相赞扬一番,约定地方喝酒聚会。然而这一切,其实都和摄影本身无关了。

把摄影玩成艺术的人,通常会忽略一点:照片和艺术品最大的不同之处,是传播性。一张好的照片,如果不是被广泛传播,那么它的价值是相当低的;但如果没有迎合比赛的所谓艺术性,未能拿得大奖,又不能传播,这是一个两难的问题。

对此,我能做出的判断是,从心出发。能坚持你自己真正喜欢的,不要动摇,对于摄影来说,最难。

对于一个摄影者而言,一张照片或者一组照片红起来,并不能证明你是一个好摄影师。



### 周周读

## 《章太炎全集》(二)出版 促进章学研究持续深入

由上海人民出版社推出的《章太炎全集》(第二辑)日前正式出版发行。这是继2014年《章太炎全集》(第一辑)出版后,章太炎著作整理工程的又一重大成果。

在日前由上海人民出版社与浙江杭州市余杭区人民政府联合主办的《章太炎全集》(第二辑)出版座谈会上,与会学者高度评价《章太炎全集》编辑出版工作。据悉,第二辑共四种五册,包括章念驰编校的《演讲集》(上下)、马勇整理的《译文集》、王宁主持整理的《说文解字授课笔记》和虞云国、马勇整理的《荀子微言》《太史公古文尚书说》等多种著作在内的一册专著。与会者认为,从难度上来说,第二辑的整理出版较第一辑难度更大,面临的是全新的情况。比如章太炎曾先后在各地数百次演讲,涉及地域广、时间长,其后人章念驰历时数年细心搜索,翻阅查询晚清至民国的报纸,搜得130多篇,相当不易。

据悉,备受关注的《书信集》等将在第三辑出版。上海人民出版社计划在共计20册的《章太炎全集》2016年全部出版后,陆续推出自选本、注释本等,以及有关章太炎的研究著作,逐步成为章太炎研究出版重镇,促进章学研究持续深入。

## 《图说元初一》出版

### 唤起客家人的乡愁记忆

由闽西客家联谊会、龙岩市文学艺术界联合会、龙岩市民间文艺家协会精心策划、打造的大型客家启蒙读物《图说元初一》,近日由中国言实出版社正式出版发行。

据悉,客家启蒙读物《元初一》由清康熙年间武平籍举人林宝树创作,以诗歌的韵文形式,真实记录客家人一年到头的生活、习俗、风情情况,反映客家人尊崇自然、信仰、礼俗的人文追求,刊刻以来风行闽粤赣边客家地区300多年。

《图说元初一》由龙岩市文联主席王永昌主编。该书图文并茂,点评亲切、注音准确、注释规范,受到有关专家、学者好评和中国言实出版社郑重推荐。

“从策划起,出版发行《图说元初一》就被列入全市古村落保护项目之一,编创团队创新思路、潜心创作,不仅收录客家方言表述的原文,配以图画、注音、注释、点评等,还收录有关专家、学者的研究成果,旨在重现客家地区自古沿袭的生活风尚,唤起客家人的乡愁记忆。”该书执行主编、龙岩市民间文艺家协会主席钟德彪介绍说。

钟德彪表示,下一步将利用元旦、春节期间这个时间节点,许多外出打工、创业的年轻人都要回到家乡,我们可以为他们了解客家文化,记住客家乡愁提供更多阅读的方便。

## 《匿名》首发

### 叙事特色、思辨意味显著

《匿名》是王安忆继短篇小说《天香》发表四年后又一部极具叙事特色和思辨意味的长篇佳作,也是王安忆文学创作四十周年之际又一次全新探索。

小说分为上下两部,故事发生的背景“林窟”——这个丰富而混杂,曾经一度繁荣今天却已然消亡的小文明社会并非来自王安忆的凭空捏造,早在她2012年发表的短篇小说《林窟》和散文《括苍山,楠溪江》中已初见雏形,而人物原型则脱胎于她在上世纪80年代中期听闻的一个大学教授失踪的故事。

这部小说对于王安忆个人来讲,是一个非常新鲜的写作机会,写的过程中常常有一种恍惚感。她坦承,写完《匿名》后再让自己写以前那种小说,似乎很难下笔了。王安忆无意于将《匿名》写成一个具有悬疑探案特色的类型小说,也无意于让故事的主人公上演一出当代版的鲁宾逊荒岛求生记。

《匿名》是一部王安忆刷新了新高度的作品,评论家认为“需要反复读”,读来处处有惊喜,不光是思想性,文字中生活的质感也扑面而来。

(本版稿件除署名外均据新华社)