

一位蘑菇狂人的治愈之旅

□禾刀

人生遭遇挫折在所难免，只要没有选择沉沦，一切皆可治愈，比如像《寻径林间：关于蘑菇和悲伤》作者龙·利特·伍恩所经历的那样：在遭遇丧夫之痛后，选择做一个说走就走、寻径林间的蘑菇狂人。

伍恩是挪威人类学家，丈夫的突然逝世令她一度迷失了生活方向，直到无意间发现了树林间奇妙的蘑菇世界。伍恩对真菌和户外世界有着令人难以置信的洞察，书中包含关于蘑菇的多样性、饮食文化及现有误区等知识，就像一部带有浓厚生活气息的蘑菇指南。

对许多在乡下有过生活经历的人来说，蘑菇二字算不上新鲜，春夏的雨后天，在田埂、山坡的草丛里偶尔会碰到一夜间突然冒出的蘑菇。乡间的蘑菇其实并不少，但真正被拿来食用的并不多。所谓见怪不怪，似乎也没人去深究那些蘑菇为什么没人吃，直到阅读本书时才似乎有了点答案——被人们视而不见的那些蘑菇大都颜色非常鲜艳，或许人们觉得蘑菇太过“香艳”有毒。当然或还有另一种可能，那就是这类蘑菇多与动物粪便相伴，人们采摘食用可能有失大雅吧。

在阅读本书时，特地去附近的菜市场转了转，发现那里有香菇、平菇、金针菇、茶树菇等不下十来种蘑菇，当然无一例外来自人工种植。蘑菇倒是家里日常的菜肴之一，做法很多，也挺招家人喜爱，只是从



《寻径林间：关于蘑菇和悲伤》
[挪威]龙·利特·伍恩 著
傅力 译
商务印书馆

来未曾设想过的，蘑菇有朝一日会被人视为治疗心理创伤的“神丹妙药”。伍恩的这种治愈，更像是将原来对丈夫的爱移情于蘑菇，从而找到了新的生活动力。

作为人类学家，本书中，伍恩把原本干涩的科普知识，巧妙地融入到自己的生活体验之中。她的文字充满灵动和生气，那些本不起眼的蘑菇经她雕琢，反倒像是她生活中不可或缺的一部分。

据报道，全世界目前发现的蘑菇有36000余种，具备医用价值的700余种，可食用的2000余种。伍恩从自身生活角度入手，小心翼翼地打开了一个不太为人所知的蘑菇世界。在这里，伍恩向读者展现了地表上最大的蘑菇——非洲的巨大蚁巢伞，菌盖可以长到一米多宽；

还有地表最大的真菌——美国俄勒冈州东部覆盖了4平方英里(约10平方千米)，年龄在2000—8000岁之间。蘑菇原来并非我们想象中那般不起眼。伍恩特别指出，蘑菇是一种非常特别的物种，除了不需要光照外，其生长过程中需要消耗氧气，释放二氧化碳，这一点与大多数植物恰恰相反。还有，许多菌类是药物的重要来源，比如青霉素。在这里，伍恩不止一次提到中国——在中国古代灵芝被视为治疗百病的“神药”，常常成为文学作品中以命相搏的珍品。

在伍恩看来，自从“恋”上蘑菇，每次寻找就像一次踏上神秘的探寻之旅。在伍恩生活的挪威，那里有着独特的蘑菇发烧友文化，伍恩自己后来也成为蘑菇认证协会的会员。每每有“菇友”发现一种与众不同的蘑菇后，喜悦之情溢于言表，也乐于分享寻找蘑菇的乐趣。为了找到特别的蘑菇，“菇友”们可谓使出浑身解数，比如用全球定位系统为自己独特的发现标记位置，有的不惜驱车数十公里只是为蘑菇浇水。

就人们对蘑菇是否有毒的疑虑，伍恩进行了重点解读。蘑菇确实并非总是想象中那般美好，打小时候起就从大人口中得知，有的蘑菇有毒，而几乎每年总能从新闻上看到有人因食用蘑菇中毒身亡的消息。历史上也不乏记录，如“公元54年，古罗马皇帝提比略·克劳迪阿斯被自己的妻子阿格里皮娜用蘑菇毒死了”。毒蘑菇的存在，

让人们对蘑菇心存恐惧。而在伍恩看来，蘑菇并非人们想象中那般恐怖，只要掌握识别知识，许多蘑菇完全可以变成我们的美味佳肴。

为此，伍恩帮读者消除蘑菇恐慌症。她指出，有的蘑菇虽然有毒，但经过烹饪后也会失去毒性。也并非所有色泽鲜艳的蘑菇都有毒，当然也并非所有的白色肥壮蘑菇均可食用，“毒”名鼎鼎的鳞柄白鹅膏就秀色可餐。不过，对蘑菇是否可以食用存在国别文化认知差异，大紫蘑菇在挪威被授予食用的“三星最高等级”，而在法国却被建议不要食用；“小而漂亮的紫蜡蘑，在挪威是可以吃的，但瑞典人认为它含有砷而拒绝食用”。

最后，伍恩分享了一些蘑菇美食的做法，在我们的生活中，越来越多的蘑菇加入了食谱的行列，但不得不说的是，走上餐桌的蘑菇大都来自人工种植。作为一位蘑菇狂人，伍恩对蘑菇的“生存环境”表示出深深的忧虑，“由于人们猖獗地砍伐树木和暴力地使用推土机，珍贵的采集点遭到了破坏”，“菇友”们每每分享到这样的信息，虽然有些失望，但在伍恩看来，“与志同道合的灵魂分享你的失望是一种治愈，因为他们明白这是一种多么大的损失”。

伍恩在书中不止一次袒露，是蘑菇帮她治愈了失夫之痛的心理创伤。与其说蘑菇是一剂心理妙药，不如说是伍恩对蘑菇乃至生态的热爱，帮她驱走了心头的雾霾。

听从内心的召唤

□郑世彦

有本书里引用了这样一段话：正如荣格所断言的：“神经症的暴发不仅仅是偶然的。一般来说，这是最关键的时刻。它通常是要求新的心理调整、新的适应的时刻。”这意味着我们的心灵组织了这场危机，制造了这种痛苦，因为伤害已经造成，改变必须发生。

当看到这段话时，我便寻找它出自哪本书。当得知这本书没有中文版时，我便联系出版社。当手上还有其他稿件时，我便寻找小伙伴一起来翻译这本书。几经努力，终于找到了合适的出版机构，再经过日夜锤炼，翻译、审校和编辑的工作也得以完成，因而《中年之路：人格的第二次成型》此刻能与大家见面。

在这个过程中，我不知道是我在努力寻找这本书，还是这本书通过各种方法找到了我。

不可否认，我的人生走到了中年，且经历了一些痛苦，我想理解这是怎么回事，是不是人人如此，我想在这本书中寻找答案。但换个角度来看，这段话潜藏在书中，等着被人发现；而这本书又借由这段话伺机

而出，它在等待和召唤一个有缘人。

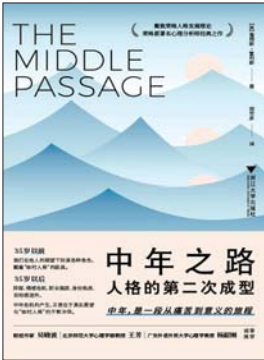
不管怎么说，这本书的出现可谓恰逢其时。人到中年，必须经历一场转变。

在成年早期，或者说，在第一个成年期(12—40岁左右)，我们的人格不过是对外界的反应的集合。我们还不完全了解这个世界，我们学习的是身边大人的态度和行为，我们被要求成为这样或那样的人。到了第二个成年期，我们才有了点闲暇和空余，自我才有了些力量，可以琢磨着如何“成为我自己”。

成为我自己，这是心灵发展的目标。在荣格看来，心灵是一个实体，有其自身的目标，那便是求得圆满。对一个人来说，便是尽量实现完整性。一个前半生依赖性强的人，后半生需要学习自力更生。一个控制性强的人，后半生则需要学会顺其自然。如果我们没有意识到这一点，心灵就会轻轻敲击我们；如果我们还是毫无意识，心灵就会用板砖拍打我们。

所以说，如果我们不是一直保持有意识的状态，如果我们不是一直在积极地改变自我，在中年时期，内在压力的不断累积就会引发一场心灵的危机。危机是一种警告，危机也是一种召唤，召唤我们走向更远的旅程。正如本书作者詹姆斯·霍利斯所说：“我们的心灵组织了这场危机，制造了这种痛苦，因为伤害已经造成，改变必须发生。”

但愿每个人都能经历这场危机。除非你一直在经历调整和更新，否则，心灵就会以危机的形式，逼迫你不断扩展自己的边界，发展出那些被压抑的人格侧面，直到你成为一个完整的人！



《中年之路：人格的第二次成型》
[美]詹姆斯·霍利斯 著
郑世彦 译
蓝狮子 | 浙江大学出版社

左手喝咖啡，右手将进酒

□仇士鹏

作为书籍的宝库，图书馆和作家有着天然的血脉联系。博尔赫斯曾在图书馆里加冕为“拉丁美洲小说之父”，而在纽约市皇后区公共图书馆，他的忠实读者张宗子也在文学的天堂中留下了自己的名字。

旅美作家是他身上鲜明的标签。张宗子在上世纪80年代自费赴美留学，曾在纽约侨报工作十多年，任编译和编辑，而后进入图书馆工作。旅美经历馈赠张宗子以丰富的写作素材，这反映在了他的文字中。他在《时光的忧伤：张宗子自选集》一书中解读詹姆斯·乔伊斯的《死者》；在叶芝对女性的神化和颂扬中品味其对茅德·冈“甘愿沉溺”的爱；在英国维多利亚时代的绘画里看见自己一如既往的幼稚梦想……他会反复地听施特劳斯的《最后四首歌》，让耳朵在里赫特、古列尔斯、巴克豪斯等艺术家倾情演奏的不同风味的琴声中流浪，西方文明的基因已深深嵌入他文字的染色体系。

但正所谓，独在异乡为异客，张宗子对生活了多年的纽约，情感上始终夹杂着“客”的色彩。在《关于纽约的几个片



《时光的忧伤：张宗子自选集》
张宗子 著
纯粹 | 广西师范大学出版社

段》中，他用“格格不入”作为最后一章的题目。自由女神像、哥伦布圆环、第五大道的夜晚，在他的眼中，要么是丑陋的，要么是令人失望至极的，他产生不了眷恋与爱屋及乌的情愫，相反，他把自己对纽约的印象形容为“无动于衷”。

我想，这份疏离感的根源，在于他心中对中国传统文化的虔诚与热爱。张宗子曾为他的另一本书自序，题目是《传统是无限的自由》。中国传统文化中的豁达、宁静和浪漫给予他极大的滋养，让他的文字总是缱绻着浓淡相宜的书卷气。他写

沈从文，写苏东坡，写杜甫，也写《儒林外史》中的马二先生游西湖，民间传说中的依鬼、夜叉。在《一辣解千愁》中，他说：“我的热爱从不狂乱和痴迷……它淡然，随和，若有若无，时隐时现，简单但却持久，宁静但却固执。”这份骨子里的优雅和从容，不正是五千年的中华文明最深厚的福祉吗？张宗子说，与庄子对话是他一生的消遣。如此，也就不难理解对另一种自由(自由女神像)糟糕的印象了。

不过，在张宗子的笔下，中西文化并不是油水分离般完全对立的，它们统一于张宗子思想的脉动中，在灵感迸发时便信手拈来，于是道教和禅宗的白云悠悠地飘过了纽约林肯中心和时报广场。在《昔游》里，张宗子从李白杜甫的遇合写到伍迪·艾伦的《午夜巴黎》，又回到高适李白杜甫身上，写天才、稳健派和苦吟派的区分，继而联想到天才的贝多芬和严谨刚正的勃拉姆斯，正像是李白与杜甫。最后，又从勃拉姆斯脾气、性格的古怪想到孔子与温伯雪子相见后，不发一言的典故，因为“至情至性之人，必有世俗难解之所为”。张宗子在这本自选集的序言里说，读诗和写诗的经历让

他的思维和文字都变得天马行空、无拘无束。在他跳动的思绪间，东西方的文化底蕴各抽出一条线，共同织成双色的魔毯，带领读者穿越了时间，跨越了地域，真正领略到了文学中“以游无穷者”的自由。

除了仰观宇宙之大，张宗子也俯察品类之盛。他在书中写道：“人把理想和情感寄托于世上的微小事物，这事物因此从自然中超脱出来，进入人类的文化和审美世界。”作家的自觉让张宗子追随着灵魂深处的触动，成了这些将个人美好情感客观化的人中的一员。他写葡萄、写腊梅，写忍冬，写郁金香，在一件件微小的事物里，抵达了远超想象力和文字表现力的辽阔世界。这是唐诗宋词教会他的魔法吧，在比兴之间，完成了对人和人的关系、人和世界的关系的观照。

张宗子在《虎耳草》中写道：“花的背后，是一个仿佛出自楚辞或者南朝民歌中的理想人物，长发素足，倏然而至，倏然而逝。”那么，喝着咖啡，吃着松饼，读着《芬尼根的守灵夜》的张宗子，和一张口，衔住一枚刺槐花骨朵的张宗子，各是什么形象呢？

应当都是宁静、安适、自在，透露着隐隐约约的超然吧。