



《规训与惩罚》 生活在圆形 监狱里的人们

世纪相交之际，我国曾掀起过一场福柯热。90年代，福柯的作品开始被引入国内，迅速占领了知识分子们的书桌。其中，《规训与惩罚》被福柯本人称为“我的第一部著作”，书中的“规训”“全景敞视”等概念与理论，至今仍引起讨论与研究。

这本书的逻辑非常清晰，福柯用两个震撼的场景开篇。1757年，刺客达米安被公开处决，福柯详细描写了处决的血腥过程，以此得出古典时期的惩罚是针对肉体的一场公开的表演，而国王需通过酷刑来巩固权力地位。

与之形成对比的是第二个场景。80年后，巴黎少年犯监管所的作息表上详细地列出起床、劳动、进餐、学习、工作、祷告，精确到分钟。这是现代的惩罚，针对思想，是一种隐蔽的改造技术。它不再展示暴力，而是通过严格的纪律把人训练成守规矩的人。

于是，福柯提出了本书的核心问题：我们为什么从“公开处决犯人”变成了“把犯人关起来”？为什么短短几十年间，惩罚的方式发生了如此剧变？真的是因为人道主义进步吗？

他的回答是：不，这是一场权力的策略转型。公开酷刑容易引发群众同情犯人、反抗君主，风险太高。更重要的是，新兴的资本主义社会需要的是被驯服而有用的身体。

福柯用英国哲学家边沁设计的“圆形监狱”作为全书最核心的意象。所谓圆形监狱，由一圈环形囚室和中央的一座瞭望塔组成。每个囚室都有两扇窗户，一扇对着塔，一扇对着外面，光线让囚犯的身影清晰可见。塔里的人可以随时看到每个囚犯，但囚犯不知道此刻是否被看。于是囚犯只能假设自己时刻被监视，从而自觉地约束行为。

福柯写的不是简单的刑罚进步史，而是揭示这场变化背后隐藏的权力革命，讲述一种全新的、更隐蔽的统治方式如何诞生，并且渗透到社会的每个角落。在学校、工厂、医院、办公室，我们每个人都活在这样的结构里。权力不再需要拿着鞭子的主人，因为我们学会了自我监视。你工作时不敢摸鱼，不是因为老板站在身后，而是你心里有个声音告诉你“这样不对”。这就是规训的终极效果。

融媒记者 俞舒梦



《七里香》 夏日气味里的 青春回声

2004年发行的《七里香》常被认为是周杰伦创作生涯中最具“青春质感”的一张专辑。它既延续了周杰伦早期作品中鲜明的个人风格，也在旋律表达与情绪叙事上显得更加成熟。与一些强调宏大主题的专辑不同，《七里香》更像是一幅缓缓展开的青春画卷，通过细腻的旋律和生活化的歌词，将少年时期的情感与记忆一点点铺陈出来，让听众在音乐中找到属于自己的青春片段。

从整体音乐风格来看，这张专辑呈现出明显的清新气质。周杰伦将R&B、流行、轻摇滚等元素自然融合，在编曲上加入木吉他、钢琴等更具温度感的乐器，使旋律显得轻快而柔和。这样的音乐质感，与专辑所表达的青春主题相互呼应，也让整张作品带上了一种仿佛夏日微风般的轻盈感。与此同时，歌曲节奏并不刻意张扬，而是更注重旋律线条与情绪氛围的营造，使听众在不知不觉中被带入一种温柔而略带怀旧的音乐空间。

在这样的音乐基调之下，专辑中的歌词表达也显得格外细腻。许多歌曲通过自然景象和生活细节来承载情感，比如风、雨、街道、落叶等意象，让爱情与青春显得具体而真实。这种“以景写情”的方式，不仅增强了歌词的画面感，也使情绪表达更加含蓄而富有诗意。正因为如此，《七里香》里的爱情并不夸张，而更像是青春时期悄悄萌生的心动与惆怅，在平凡场景中缓缓流露出来。

在整张专辑中，同名主打《七里香》无疑是最具代表性的作品之一。歌曲以清新的木吉他开场，旋律轻快而富有节奏感，营造出一种明亮的夏日氛围。歌词中“窗外的麻雀，在电线杆上多嘴，你一寸寸靠近我，我一点一点靠近你”等生活化画面，将少年时期的暗恋描绘得细腻而生动。而“雨下整夜，我的爱溢出就像雨水”这样的句子，则用自然景象来比喻情感，让浪漫显得格外诗意。整首歌既轻盈又温柔，仿佛一段带着花香的青春记忆。

如果说《七里香》展现的是青春爱情的明亮一面，那么《借口》则呈现出另一种更为内敛的情绪。歌曲以钢琴和舒缓的节奏为主线，氛围略显忧伤，讲述恋人之间渐渐疏远时的无奈与矛盾。

翻着我们的照片，想念若隐若现的歌词，将回忆中的复杂情绪表现得格外克制。相比直接的情感宣泄，这首歌更像是一种平静的自我叙述，也体现了周杰伦在情感表达上的细腻层次。

正是在这些不同情绪的交织中，《七里香》逐渐构成了一幅完整的青春图景。它既有心动时的轻快，也有回忆中的惆怅；既有清新的旋律，也有温柔的叙事。多年之后再回头聆听，这张专辑依然能够唤起人们对青春岁月的记忆。或许正是这种真实而细腻的情感表达，让《七里香》在华语流行音乐中始终保有独特的位置，也让它成为许多人青春记忆里那一阵难以散去的夏日气味。



融媒记者 桂荣超

MITTY THE SECRET LIFE OF WALTER

白日梦想家



《白日梦想家》 生活的意义 在于真实出发

(注：有剧透)

2013年上映的《白日梦想家》改编自詹姆斯·瑟伯发表的短篇小说《沃尔特·米蒂的神秘生活》，讲述沃尔特·米蒂穿行在现实和自己的白日梦里，最终踏上一场真正的人生大冒险，并与暗恋对象谢丽尔展开一场绝妙浪漫之旅的故事。

影片主人公沃尔特·米蒂是《生活》杂志的底片冲印员。他性格内向、木讷，面对新上司的嘲讽只会沉默，甚至连在线约会网站的个人资料都因“没有值得一提的事”而无法完善，生活乏善可陈。当现实无力承载渴望，沃尔特便遁入白日梦。这些天马行空的幻想，成为他情绪宣泄的出口，也是他未被磨灭的自我意识的最后栖息地。

事情转折源于一张遗失的25号底片，这是知名摄影师肖恩指定用作《生活》最后一期封面的作品。为了保住工作，更为了证明自己，沃尔特踏上寻找肖恩的冒险之旅。从格陵兰的直升机上纵身跃入大海，从鲨鱼口中死里逃生，在冰岛公路上飞驰滑板，目睹火山喷发，最终登上喜马拉雅山脉。这些曾经只存在于幻想中的场景，如今被他一一亲历。旅途中，他的衣着也从灰黑、冷色调逐渐转为鲜明的红色、暖色调，象征着他的心态由压抑走向热烈、由退缩走向主动的变化。

沃尔特的蜕变，离不开几位“引路人”的推动。摄影师肖恩是自由与专注的化身。他在即将喷发的火山口按下快门，却在雪豹出现时放下相机：“如果我很喜欢某个时刻，我不想让相机让我分心，我只想沉浸在其中。”这句话成为全片的哲学注脚：生活不是为了记录，而是为了体验。谢丽尔则以温柔的方式扮演着另一个引路人。她随口唱出的大卫·鲍伊《Space Oddity》（太空怪客），成为驱使沃尔特跳上直升机的内心召唤。而沃尔特的母亲，这个看似边缘的角色，却在关键时刻保存了被沃尔特丢弃的钱包，让25号底片最终失而复得。

影片最富戏剧性的反转，在于那张苦苦追寻的25号底片的内容——它并非壮丽的山河，也非稀有的雪豹，而是沃尔特自己在工作大楼下专注查看底片的黑白肖像。肖恩用这种方式告诉沃尔特，也告诉每一个观众：最美的风景，是认真生活的人本身。

当沃尔特最终将底片交回，坦然接受失业，牵着谢丽尔的手走过街头，发现最后一期《生活》杂志封面竟是自己的照片。那时他终于明白：生活的意义不在于抵达远方，而在于每一次真实的出发；不在于幻想中的英雄壮举，而在于平凡岗位上的默默坚守。

融媒记者 郑旭华