

每期推荐



## 《自律的孩子更成功》

作者:朱凌



《战国策·触龙说赵太后》有云:“父母之爱子,当为之计深远。”在当代父母的教育过程中,怎样让孩子脱颖而出,成了父母们“为之计深远”的大问题。这“深远计”之一,就是为孩子培养一个自律的好习惯。

自律,是很多人一生都很难达成的“成就”,没有自律的习惯也是许多人庸庸碌碌过完一生的最大原因。所以,想让孩子变得更优秀,对孩子来说要有养成自律习惯的自觉,对家长来说要注重培养孩子的自律习惯。这本《自律的孩子更成功》选取作者身边真实的亲子教育案例,分为以身作则、立规矩、从小事做起、从现在做起、做好时间管理、给予足够的耐心、延迟满足、学会等待八个章节,涉及的内容既有关于孩子的也有关于父母的,从各个方面讲述了培养孩子养成自律习惯的好方法,对广大希望孩子拥有良好自律能力的父母来说,这本书值得一读。

## 以自律为基调 “富养”孩子

——读《自律的孩子更成功》

王立坤

又到开学季,又到辅导孩子写作业时。虽然各家的孩子都有不同,但成长的过程却大多相似。其实,每一个孩子都是一面镜子,映照出的,不是别人,恰恰是父母。通过无数例子可以发现,优秀的孩子都拥有极高的自律性,这提醒我们,对孩子真正的“富养”,是告诉他们自律的重要性和必要性。在这个认知下,读朱凌的《自律的孩子更成功》,更有一番深刻的感触。

父母是永不下岗的岗位,家长们也不是生来就是父母,做了父母后,随着孩子的成长,家长们会面临很多现实的问题。朱凌的《自律的孩子更成功》几乎是孩子成长问题的“小百科全书”:孩子做作业拖拉、不自觉;孩子爱看电视、玩手机、打游戏;孩子注意力不集中;孩子唯我独尊,没有规矩……这些问题或多或少都在我们的孩子身上出现过,但想要解决这些问题的父母们有时却没有很好的方法。好在专注于低龄儿童心智研究与品格养成的朱凌在本书从专业的角度给出了上述问题的答案。

《自律的孩子更成功》的“硬核”之处在于,用生动形象的案例和场景加以深入浅出地分析,立足于实际生活,用八章内容“掰开了揉碎了”与读者探讨培养孩子自律习惯的八个高效方法,即以身作则、立规矩、从小事做起、从现在做起、做好时间管理、给予足够的耐心、延迟满足、学会等待。实践这八个方法的最终目的,是让自律成为孩子的一种习惯,孩子会因此受益终身,家长也会因阅读本书而受益匪浅。

“文章合为时而著”,这本书因为举例多来源于生活,所以相比其它晦涩艰深的书籍来说更接地气。作者也是家长,懂孩子、懂家长,更懂得如何有效解决教育问题,直击家庭教育的痛点,查找“病灶”后“对症下药”解除“病根”,操作性很强。本书的另外一个突出特点,是不武断、有底线,善于分析孩子的特点和需要,也给出了“自律有反复,家长需谨慎”的忠告,强调家长要用耐心和陪伴,让孩子告别“假自律”,帮助孩子养成真正的自律习惯。

身为家长,读过本书后更多的感慨是,作为家长要以身作则。例如武艺姝,她的父亲每天都主动关掉手机陪伴她读书、成长。我们在赞叹“别人家孩子”的同时,也应该反思一下作为家长的我们是否给了孩子足够的陪伴时间。其实,那些闪闪发光的孩子身后,有着许多默默付出的父母,这,也是本书给读者的一大启示。

读罢本书,你会明白:所有的成功,无不始于努力,赢在自律。真正的自律,是一种素质、一种信仰、一种自省自爱,是陪伴孩子一生的重要财富。帮助孩子养成真正的自律,恰恰是对孩子的一种最高级的“富养”。



## 秋日好读书

孙邦明

有人说,读书消夏,能拭去凡尘,祛除烦躁。其实我以为,秋凉更是读书时。

秋日凉爽,晨露晶莹剔透,鸟鸣清脆悦耳。踏上一辆单车,穿过城市的绿茵,寻一处桂香馥郁的书屋,坐于一隅徜徉在书海之中。你可以随意地读《诗经》的古韵,读艾青的豪迈,读郁达夫的忧郁,读老舍的清淡,读萧红的乡情,读汪曾祺的素雅,读诸多古今名家未读尽兴之作,与之私语。旁若无人,心无旁骛,读圣贤之书,让夏之燥热归于沉静,让紧绷的神经得以舒展,让狭隘的眼界开阔升华。览中外名家的诗书史志,浩如烟海,随手一本,随意一读,定能让你受益匪浅,豁然开朗。

秋日飞雨,打开窗扉,放入秋的使者,嗅一嗅自然的味道,赏秋景之风韵。草木青翠,榴红妖娆,空气清新,携心儿一起融入安然之中。双休日里最惬意的事,莫过于窝居阳台,偏居一角,静享一个人在雨中的漫读时光。无飞来之声的惊扰,无散养之犬的狂吠,无天真孩童之嘻吵,专心看贤人的荣辱不惊,用心品哲人的高洁品格,细心赏高人的生活智慧。缓踱凝思,细雨霏霏,润物无声,岁月静好,人生不老。

秋日佳韵,出门走走,携一本散发墨香的书卷,或于公园亭榭,或于草坪花池,或旁依丹桂,任柔阳挥洒,融化自我在大好河山之中,与书为伴,与秋同乐,乐在其中。倦了,可对不知名花草发呆;累了,可赏鱼儿游戏水草;累了,也可与蹒跚的孩童任性对话,回忆儿时天真,得一刻能丢下世俗繁芜的清爽,返璞归真于善净纯。

秋高气爽,万物丰硕,是再好不过的季节了。有人说,年轻好读书。然读书不在于年岁,也不在于时间,而最在于心静。于秋日放松心情,手捧书卷,迎窗而读,向心而阅,涵养自我之精神世界。“心专才能绣得花,心静才能织得麻。”静读诗书,方可吃得透,悟得深,长进得快,方可“欲穷千里目,更上一层楼”,从而视野格局大成,仁爱之心永留。



## 梁启超的“五要”读书法

任万杰

梁启超,中国近代思想家、政治家、教育家、史学家、文学家。他一生著述丰富,在读书上很有见地,今天重温他的读书之道,对我们依然颇有裨益。

一要养成爱读书的习惯。梁启超认为,打算做专门学者固然要如此,从事其它职业也是这样。一个人无论他的工作是在工厂里、公司里、议院里……做完一天的工作出来之后,随时立刻可以得着愉快的伴侣,莫过于书籍,莫便于书籍。养成读书习惯,才能尝着读书趣味,这种习惯必须在学生时代养成,如果在学校中不养成主动读书的习惯,这个人简直是自己剥夺自己终身的幸福。

二要养成每日所读之书分两类。因为我们一面要养成读书心细的习惯,一面要养成读书眼快的习惯。心不细则毫无所得,等于白读;眼不快则时间不够用,不能博搜资料。具体到一部书,也可以分为泛读和精读两种。在《中国历史研究法补编》一书中,梁启超提出“读史的方式,可以说有两种:一种是鸟瞰式,一种是解剖式。”他对这两种方式同样重视:“单有鸟瞰,没有解剖,不能有圆满的结果;单有解剖,没有鸟瞰,亦不能得良好的途径。二者不可偏废。”

三要做到有些内容熟读成诵。梁启超在自

己所读的很多书中标有“希望熟读成诵”字样,他认为需要熟读成诵的内容有两种:一种是最有价值的文学作品;另一种是有益身心的格言。

四要不动笔墨不读书。梁启超做学问讲究方法,读书学习亦如是。他提倡读书要做笔记,在《国学入门书要目及其读法》中明确提出:“若问读书方法,我想向诸君上一个条陈:这方法是极陈旧的、极笨极麻烦的,然而实在是极必要的。什么方法呢?是抄录或笔记。”

五要心态端正地读书学习。在《中国历史研究法》里,梁启超提出了两件无论是读书学习还是做学问都应该注意的事情:一是“不要为因袭的传统思想所蔽。”这是说不要迷信古人,不要盲从权威。只有做到这一点,我们才有可能提出新问题,阐述新见解,发明新思想,而不至于在先哲面前望而却步,畏缩不前。另一件要注意的事是“不要为自己的成见所蔽”,梁启超很严肃地认识到了这个问题,他自己做学问时就竭力避免,这从他的学术名著《中国近三百年学术史》中不难发现。在此书中,他基本上公允地评价了自清以来近三百年的学者,尽管有些人的学术、风格他可能并不赞同。



## 嗜书成性的名人

刘超

很多有成就的人,都与书结下了不解之缘,他们嗜书成性,爱书成癖,为书痴狂。

曲波“挖书”:

当代文学名著《林海雪原》的作者曲波,12岁时读《说岳全传》,对书中的秦桧非常痛恨。他一怒之下,将书中所有的“秦桧”二字都用刀子挖掉,却把书页背面的字也给挖掉了,他怕父亲责怪,赶紧向父亲解释。父亲并没有责怪他,而是又买了一套《说岳全传》给他,以示嘉许。

鲁迅“补书”:

鲁迅先生从少年时代起就养成了爱护图书的好习惯。每次看书,他总是先洗手,一旦发现书脏了,就小心将之擦干净。他还学会了补书的本领,备有小刀、锥子之类的工具,如发现书有破损,便立即修补,使之面目一新。

余光中“玩书”:

书是用来读的,而台湾诗人、散文家余光中,在阅读之外还要对书“欣赏把玩”。所谓读,即读书的内容;所谓玩,即玩书的外表装帧、插图之类。一般人买书,多视其内容来决定取舍;而余光中先生,看到精美华丽抑或装帧考究的书籍便一见倾心,也顾不得内容是怎样的。他曾经这样来形容自己“欣赏把玩”书籍的情形:“资深的书呆子通常有一种不可救药的毛病。他们坐在书桌前,并不一定要读哪一本书,或研究哪一个问题,只是喜欢这本摸摸,那本翻翻,相相封面,看看插图和目录,并且嗅嗅(尤其是新的书)怪好闻的纸香和油墨味。就这样,一个昂贵的下午用完了。”

华罗庚“猜书”:

华罗庚拿到一本书时,首先要对着书名思

考片刻,然后闭目静思,猜想书会分为几章几节去写,斟酌完毕再打开书。如果作者的思路与自己猜想的一致,他就不读了。华罗庚这种“猜读法”,不仅节省了时间,而且培养了自己的思维力和想象力。

郑所南“沉书”:

宋代著名学者郑所南把文天祥抗元、张世杰崖山保卫战等重大历史事件记载下来,写成《心史》一书。为避过元兵的焚毁,他把书稿装进铁匣里,外加密封,沉入苏州承天寺的古井里。明崇祯十一年(1638年),因久旱井枯,乡民掘井时意外发现书稿,使这部沉埋多年、绝无仅有的著作重见天日。

刘绍棠“敬书”:

作家刘绍棠爱藏书,他家中的书10个书柜也装不下。他说:“其实我这些书没有一本贵重的,只是不忍定时清理,卖‘破烂儿’换酒喝,我出身于文盲世家,我家没有文化的老人视书为圣物,教育我自幼敬惜字纸。”

王亚南“绑读”:

我国《资本论》第一个完整三卷中文全译本的译者之一、经济学家王亚南,1933年在由红海向欧洲驶去的船上,因遇风浪,大船颠簸得叫人无法站稳,他便请服务员将他绑在椅子上,聚精会神地读书。

闻一多“醉书”:

诗人闻一多新婚那天,亲朋好友一大早就前来贺喜。可好久不见新郎出来,大家都以为他更衣打扮去了。直到迎亲的花轿快到家门口时,人们才在书房里找到他。他仍穿着那件旧袍,手里捧着一本书,兴味正浓。家人都说这个大喜时刻不能让他看书,因为他一看书就“醉”。

## 读书朋友圈

孟祥海

## 也谈重读

重读是一种重要的读书方法。苏轼说:“旧书不厌百回读,熟读深思子自知。”阿根廷作家博尔赫斯说:“我一贯主张要反复阅读,我以为反复阅读比只看一遍更重要,当然,反复阅读必须以初读为前提。”当然,重读也因人而异,但笔者以为,至少有以下几类书是需要重读的。

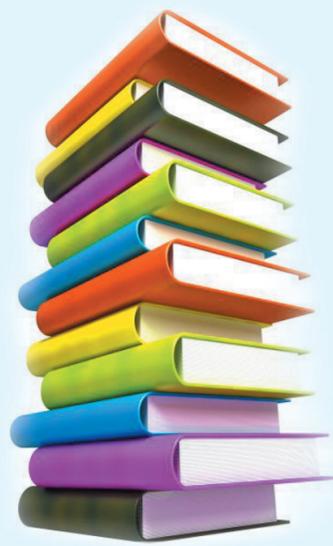
经典名著必须重读。经典名著都是经过岁月沉淀的、被世人广泛认可的、可以体现民族精神的书籍。如我国的古典、现代文学名著及世界文学名著等,这些书籍就需要重读。只有在不断的重读中,才能逐渐加深对一个国家的传统文化和民族精神内涵的领悟。

时代精品必须重读。如要了解民国以来的中国文学发展和社会状况,就需重读鲁迅的作品。作家胡竹峰说:“鲁迅的深刻与伟大,有厚重的传统文化作为底蕴,现代作家只有他一个人能常读常新,温故知新。”可谓是其读书经验之谈。若想体会民国人的生活情趣,读周作人的文章是最好的选择。胡竹峰说:“他最了不起的地方是从容展示了一个中年男人心性之平和、安详、家常、世俗,以及节制地谴责和愉快地放松。”在我看来,读懂了周氏兄弟的文字,大抵也就读懂了中国当时的文学状况与发展历程。当然,选择读一个时代的代表作,必须要读经过历史沉淀并被人们广泛认可的作品,否则,也就没有重读的必要了。

专业书籍必须重读。在某种程度上讲,专业书籍是一个人一辈子安身立命的工具,是一个人生存发展的基础,这类书籍不仅要重读,更要与时俱进。当下专业知识更新得太快,只有不断吸收最前沿的知识,不断扩展专业外延,才能跟上时代的步伐。

真正的读书人大都注重重读。博尔赫斯说:“我一生的书不很多,大部分时间都在重读。所以我更喜欢重读。”而他一生反复重读的几本书目,也不过《一千零一夜》《堂吉珂德》等寥寥几本;然而就是在不断重读这几本书的过程中,他获得了“作家中的考古学家”之美誉。

读书是很私人化的一件事,但不管怎么说,好书是值得读再读的。宁可少读十本普通书,也要下功夫读通一本,这也是被许多人所接收的一种读书方法。



## 《读书廊》版面 征稿启事

本报《读书廊》版面开设有《每期推荐》《书香为伴》《读书朋友圈》等栏目,如果您最近读了一本好书有精彩的心得,或者在阅读方面有自己的独到的方法和见解,请发文章至本报邮箱(jswmtl@163.com)。

要求:字数不限,观点明确。请在文末标明您的姓名、地址、邮编,请在邮件主题中注明《读书廊》收,期待您的来稿。