



身边的阅读达人

冯艳平：读书让生活更快乐



爱读书的冯艳平。

■文/图 本报记者 朱 红

说起读书，冯艳平说她要感谢的是孩子。以前她读书全凭爱好，可以说是“好读书，不求甚解”。从成为妈妈那天起，她就开始阅读养育幼儿方面的书籍。“如果不知道怎么教育孩子，就和他一起读书。”近日，冯艳平接受记者采访时深有感触地说。

冯艳平是一名初中语文老师。2018年以来，她每年阅读的书籍都在60本左右，起初大多读的是文学类书籍。她喜欢的作家有张爱玲、迟子建、大冰、东野圭吾、克莱儿·麦克福尔……那时她总感觉很多书读过之后收获不大。困惑、反思后，她觉得走得快不如走得稳，于是放慢了脚步。“读书就像用竹篮子打水，看似没有打回一滴水，竹篮子却在一次次打水中被洗得干干净净……”一天，她在读到这句话时，突然醍醐灌顶。

她认为读书就是在涤荡自己的灵魂。这也是她在读书路上能够坚持下去的原因。

班里的孩子跟着她也沒少读书。课堂上，为培养孩子的阅读习惯，她总忍不住分享一些好的文章。带领学生诵读小说时，读到精彩之处，她故意戛然而止，以激发孩子们的想象力，让他们猜测故事的结局。家人也在她的带动下读起书来——后来，在装修房子的时候，她唯一的要求是家中必须装两个大书架。

随着龙凤胎儿女的慢慢长大，周末她总带孩子到书店读书。陪伴孩子的同时，冯艳平也有计划地阅读。孩子马上就要进入青春期了，她开始大量阅读心理学方面的书籍，如《幸福从接纳开始》《我的情绪我做主》《爱的五种语言》等。她说：“读书学习最先受益的是自己。”通过读书，她学到

了很多沟通技巧，最重要的是幸福感增强了。读书让她多了平静与包容、接纳和幸福。

曾有人问她：“孩子要上初中了，你是怎么做到不焦虑的？”她说：“每晚睡前读会儿书就可以了。”心情好的时候，坐在阳台上读书能让她快乐一天；心情不好的时候，她学习古人的智慧沉浸书海，书中的情节会吸引她、感情会打动她，一切都烟消云散，归于平静。

冯艳平说，一次，儿子生气的时候无处发泄，便随手拿起沙发上的书开始读，不一会儿竟哈哈大笑起来。后来儿子幽默地说：“书是灭火器，能灭掉心中的怒火，让我快乐起来。”

“努力不一定有收获，不努力一定没有收获。”生活如此，读书也是这样。冯艳平说，明白了这个道理，读书也就变得很有趣了。

读书感悟

让人耳目一新

——南豫见《包青天》读后

■马 文

最近读了南豫见的长篇历史小说《包青天》，耳目一新。

南豫见是个高产作家。他以前的作品大都是对近现代进行深刻反思。他在古稀之年突然推出一部笔触新颖的通俗历史小说，确有“吐作春风百种花，吹散瀛洲数峰雪”之雅境！

该小说成功塑造了包拯铁面无私、爱民如子、大义凛然的形象。从书中可以看出南豫见对创作艺术规律了如指掌，其在动笔之前已经意在笔先。据我了解，他为了收集创作素材，几乎看遍了有关包拯的作品和历史资料，深刻地挖掘了包拯所处的历史背景，又探讨了小说的立意，由衷及里、由此及彼，去粗取精、去伪存真，谋篇布局，不因袭他人之足迹而独辟蹊径，让包拯血肉丰满、活灵活现地展示在世人面前。他每天都与史料为伴。在包拯资料基本满足的情况下，他并未着急下笔，而是反复研究了多年：为什么那个时代能出现这样清明廉洁的人物？如何将包拯的真实面貌反映出来？当厚重的历史与社会现实发生交融和碰撞时，他由此生发了艺术构思，遂“激动不已、猛扑上去，紧紧抱住一个鲜活的形象不放”。于是，一位崭新的包青天向我们缓缓走来。

清代文学评论家袁枚曾指出：“作史三长：才、学、识，缺一不可。”世事洞明皆学问，人情练达即文章。南豫见的这部历史小说足以证明他驾驭史学的深厚功底。

读此书时，我先粗读一遍，再细细品味琢磨，每次都有不同收获。此外，我还认真研究了《包青天》的写作方法、人物塑造和创作技巧，对自己写作水平的提升也有裨益。《包青天》具有影视剧改编潜质，笔者建议将其改编成影视作品，更好地塑造包拯形象。

文艺小方桌
公益讲座预告

■主讲人：市文物考古研究所副所长 赵永胜

■主讲题目：《与漯河相关的历史人物故事》

■内容要点：历史上，漯河这片沃土出现了一大批清官贤令、志士乡贤。从本期起，文艺小方桌邀请我市知名专家学者对这些历史名人进行系列讲述。欢迎参加。

■活动时间：2024年6月22日（星期六）上午9点整

■活动地点：李雪书馆二楼（市区人民路与泰山路交叉口东100米路北）

■报名电话：13783065109

■报名微信：siying_289169909

文艺小方桌
有空来坐坐主办
水韵沙漫读书会

遇见更好的自己

——《静下来，一切都会变好》读后

■朱世华

平凡的生活中，一本好书就如同一位智者，让我们找到一处宁静的角落。我遇到的这本书是《静下来，一切都会变好》。

《静下来，一切都会变好》就像一股清泉，滋润我干涸的心田。这本书如同一位哲人，从静心的角度出发，讲述了如何在快节奏的生活中保持内心的平静。它告诉我，静心不是逃避，而是面对；不是放弃，而是选择。在繁忙的生活中，我们需要学会适时地停下脚步，静下心来倾听内心的声音、感受生活的美好。

阅读这本书的时候，我仿佛置身于一个宁静的世外桃源。作者用细腻的笔触和丰富的感情将我带入一个个生动的故事。这些故事让我深刻体会到“静”的价值和意义。比如，书中描述了一个年轻人在职场遭遇挫折后并没有选择逃避或放弃，而是选择静下心来思考自己的过去和未来。他通过静心思考逐渐找到了人生方向。这个故事让我明白，在面对困境时，我们不能逃避，要勇敢面对。

作者还巧妙地运用各种情境和场



景，展示了静心在不同状态下的重要性。当愤怒如烈火燃烧时，静心如同一场及时雨，能让我们冷静地面对问题、避免冲动，能让我们学会和风细雨地化解矛盾、避免冲突；当疲惫如潮水般涌

来时，静心则如同一剂良药，能让我们缓解疲惫、积蓄能量，能让我们在失落时找到一丝慰藉、充满信心；当取得些成绩得意忘形时，静心如同一面镜子，能让我们看清自己、保持谦逊；当失意沮丧时，静心则如同一盏明灯，照亮我们前行的道路。

除了职场中的故事，书中还涉及许多关于家庭、情感、健康等方面的内容。作者用敏锐的洞察力和细腻的情感展示了如何在这些方面实现内心的平静。在家庭生活中，我们要学会沟通和理解，尊重彼此的感受和需求，营造和谐美满的家庭氛围；在情感世界里，我们要学会放下包袱，珍惜眼前人，爱护真挚而美好的感情；在科学养生上，我们要保持良好的作息和饮食习惯，拥有健康而强壮的身体。这些建议不仅具有实用性，还能让我们更加关注身边的人和事，发现生活中的美好和温暖。

“静心，你会发现生活的另一面正阳光灿烂、繁花似锦。”这句话宛如一道光，瞬间照亮了我的内心。让我们学会静心，让心灵归于宁静，在繁忙的生活中找到属于自己的宁静之地，倾听内心的声音。

我的读书故事

与书同行

■陈 聪

年少时的梦，像一朵永不凋零的花。记忆中，小时候每个月最快乐的事情，就是和妹妹一起去两里路以外的镇上买一本叫《海燕》的杂志。我们常常是早上就去，蹲在人家的书摊旁，把手在衣服上擦上好几遍，蹑手蹑脚地取下那白色的木夹子，摩挲着光滑的封面，如饥似渴地把能翻的书都翻上一遍。太阳越升越高了，我们还是舍不得离开。偷偷地瞥了摊主一眼，看他脸上的表情还是温和的，我心想：那就再读会儿吧！快中午了，我们恋恋不舍地向家的方向走去。怀揣着心爱的《海燕》，我觉得心里有一团火在燃烧。

读师范的第一个寒假，我借到了《平凡的世界》第一部。那是一本破烂得近乎让人不忍直视的书。我用胶布把破烂处一一粘好。这一读，便再也放不下了。它像一块磁石，让我的脉搏与作者的脉搏一起跳动。我喜欢书中的少安、秀莲、少平、润叶，他们像我身边的人一样可亲可爱。一遍遍，我与喜爱的人物同呼吸、共命运，一起笑、一起哭。我的心在宁静的暗夜数次回到梦中的双水村、原西村。书中的一字一句仿佛把我拉到了那个时代，体会着生活的艰苦、农民的质朴和爱情的纯粹。那个假期，我热切盼望着开学，

几乎是数着日子望眼欲穿。

这本书中有段话让我感受很深：“生活总是美好的，生命在其间又是如此短促；既然活着，就应该好好地活。思念早逝的亲人，应该更珍惜自己生命的每个时刻。精神上的消沉无异于自杀。像往日一样，正常地投入生活吧！即使是痛苦，也应该看作是人的正常情感；甚至它是我们人生幸福的一个不可欠缺的部分呢！”这段话时时激励着我，在我学习消沉时、工作受挫时、人生低迷时给予我力量。正是这破烂的书，让我第一次领略了长篇小说的魅力。随后，我或买或借，去读我梦寐以求的书籍。我喜欢上了每一部茅盾文学奖作品，每读一部，眼前便展现出一片新的天地。

师范三年，学校的图书馆是我经常去的地方。忆起午后阅览室里那“沙沙”的翻书声，回看一本本摘抄本、一篇篇稚嫩真挚的随笔，我有一种嘴角上扬的幸福。真的，青葱岁月里，只要打开一本书读，一个美好的世界就会在眼前展开。在书中，我们可以见识不同的人、看到不同的生活、得到一些不同的生命感悟。

褪去年轻时的青涩，先为人师，后为人母。我特别感谢自己读过的书，可以让我让学生在课堂上思想碰撞，可以和他们聊文学、聊生活、谈

感悟，每一次课堂上收获的幸福和惊喜都令我深深感动。

每个暑假，送完孩子去艺术班，我总会走进书店，在书海中遨游。那些读过的、想读的书，看一看、翻一翻就觉得心安。甚至，有时我会莫名地对一本书的封面感兴趣，因为它时刻提醒我走在这美好的人间。

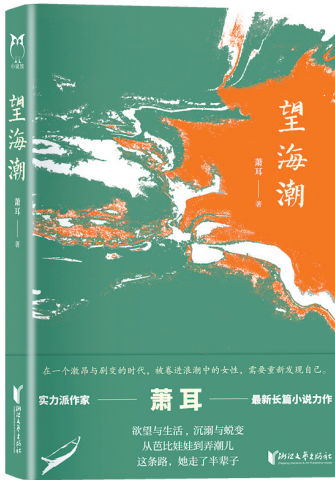
每年的世界读书日，我总要盘点一下这些年读过的书。随着年龄的增长，我发现有很多书明明读过，却只留下了一个书名的印象。那些在读的过程中觉得受益匪浅的内容，不知不觉已经被遗忘了。曾经有人问：大部分读过的书最后都会忘掉，那读书的意义何在？这个问题有一个最好的答案：小的时候我吃了很多东西，其中的大部分我已记不清是什么，但我知道，它们已经成了我现在的骨和肉。

我一直喜欢三毛的这句话：读书多了，容颜自然改变。许多时候，自己可能以为看过的许多书籍都成了过眼云烟，不复记忆，其实它们仍是潜在的。在气质里，在谈吐上，在胸襟的无涯，当然也可能显露在生活和文字里。

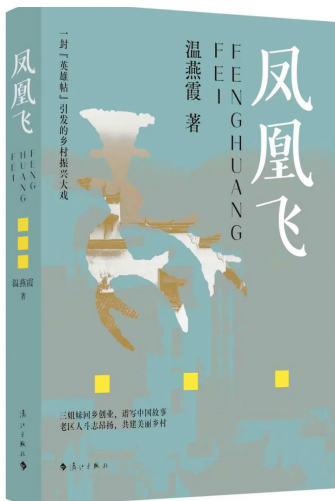
与书同行，便可拥有一个精神富足的小宇宙，给人带来无尽的慰藉与愉悦；与书同行，便能在岁月里绽放成自己喜欢的模样，一步一个春天。

书香润万家 奋进新时代

“全民阅读·书香漯河”推荐书目

《望海潮》
萧 耳 著

《望海潮》是实力派作家萧耳的最新长篇小说力作。小说由上卷《朵小姐》、下卷《去海边》和番外《蟋蟀记》组成，讲述了出生于浙江三门农村的女主人公何朵朵一路成长的故事。这是一部女性从迷失自我到重建自我的个人精神成长史，也是一幅地方百姓生活图景的呈现。所谓“望海潮”，就是只有经历风暴后，才能获得生活的饱满与宁静。

《凤凰飞》
温燕霞 著

《凤凰飞》讲述了老区人民在党和政府的领导下，立足农业资源多样性优势，培育特色产业，改善人居环境，建设宜居宜业美丽乡村的故事，塑造了一批背景不同、性格迥异的人物形象，生动地展示了乡村大地上的喜怒哀乐和勃勃生机。年关将至，凤凰村“两委”和驻村工作队广发“英雄帖”，号召在外打拼的家乡儿女回村参与建设。柳家三姐妹和严庆瑞、严亚宁、张孝哲等人积极响应，纷纷投身开发热潮。这些人在各自的人生轨道面临着不同的生活难题，却在乡村振兴的共同舞台上相互帮衬、携手并进。日复一日，他们不仅获得了物质上的回报，感情也找到了归宿。

《草木志》
老 藤 著

《草木志》是著名作家老藤创作的一部现实主义题材的长篇小说。本书围绕由清代驿站演变而来的村庄——墟里村的振兴发展，讲述了“我”、邵震天等人在乡村振兴战略引导下带领村民因地制宜发展产业的故事。他们大力推动中华优秀传统文化中驿站文化的创造性转化、创新性发展，打造“驿路·遇见”文旅融合项目，终于让该村发生翻天覆地的变化并走上了富裕之路。小说具有浓郁的东北边陲地域特色，在深厚的乡土文学传统中探求艺术新质、更新叙事经验，体现出中华民族守正不守旧、尊古不复古的进取精神。

《深蓝》
杨少衡 著

这是著名作家杨少衡潜心多年创作的长篇小说力作。全书以悬疑推理的叙述方式精彩讲述了祖孙两代共产党人接力建设国家的奋斗故事：祖父庄翔深入敌营，潜伏多年，出生入死，只为获取情报，守护新中国的和平与稳定；孙辈庄承章心有信仰，不计个人得失，只为民族复兴大业，助力新时代发展建设。百年变局风起云涌，人生命运跌宕起伏。深蓝海水下蕴含着暗流奔涌的历史秘密，也藏着推动海洋产业发展的蓬勃力量。

作品紧扣理想信仰，还原历史现场，用扣人心弦的情节和老到精深的笔力写出了中国共产党人的无私奉献与绝对忠诚，讴歌了中华儿女在民族复兴路上的担当精神与家国情怀。

《霍林河的女人》
瞿 研 著

霍林河畔，一块从未被书写过的处女地，贫瘠而荒凉。然而，在这片土地上却孕育着一个关于坚持、选择和爱的故事。作者从20世纪90年代末起笔，以胡来平为主人公、其他三个姑娘为衬托，通过描述其家庭变化、个人磨难、情感经历、村庄变迁，展现出乡村女性在逆境中的坚强与勇敢、对美好生活的执着追求。同时，也表达了霍林河畔人民对盐碱地改良、建设新时代新农村的坚持和勇气。这部作品东北气息浓郁、视角独特、人物众多，情节一波三折、扣人心弦。它不仅仅是一部小说，也是吉林西部人民真实生活的写照，更是一部展现中国农村巨变和乡村振兴的叙事长诗。

本版组稿：孙建磊 陈思盈