

岁末书单

□ 李牧



书不能一日不读,正如,饭不能一日不吃。虽然许多书,读过就忘了,正如好多饭,吃过也就忘了一样。但是,身体就是每一餐饭,逐渐逐渐造就的。

精神,也一样。

吃饭,有豪华餐厅,有陋巷排档,有大龙虾,有嗦面……只要和知己朋友在一起吃,就都不会忘。

读书,也一样。

倏忽之间,岁末又至。回首往昔,颇多感慨。

4月23日是世界读书日,那一天,《读书》开栏,至今已发八期。八位嘉宾应邀撰文,畅谈自己读书的过去和现在、感悟和心得,观点独到、内容醇厚、文字精彩。今逢岁末,忍不住手痒,写一小文,来说一说读书。

我一直以为,读书大概有两类,一类是为了“用”,读而求其用,要有实际的利益。所谓“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉,书中自有千钟粟”,书读好了,想要什么有什么,乃求取实际利益的捷径。这固然不错,但是,似乎成功的概率有点低,不是随便什么人都能实现的。故此,很多人读着读着,眼见前途无望,便

将书扔在一旁,忙其它去了。

另一类,就是为了“乐”,讲究一个开开心心、大喜悦。读书是生活,是生命的组成细胞;读书是谈心,和自己谈,和知己谈;读书是娱乐,一娱精神,二娱心情;读书如进食,山珍海味要吃,草根野菜要吃,大米白面更要吃,一日断粮,便觉得腹中空空,怅然若失。

我之读书,更多的是第二类,为了读书之“乐”。读书而不求甚解,读书而只求快乐开心。既然读书是为了开心愉快,那么读什么书、什么书好,就完全是个人的癖好和选择了,与书的高下深奥浅显并没有多大的关系。

多年前,《南方周末》有一个读书专栏,叫作《对我影响最大的十本书》,邀约各行各业的专家学者撰稿,介绍自己获益匪浅的十本书,以推介给广大读者。我按图索骥,读了许多很不错的书,深受其益。对这个专栏,非常感激,早动过心思,也完成一下这篇命题作文。

其实,喜欢读书的人,一生所读之书,不可计数,要推选出对自己影响最大的十本书,却也不是件很容易的事。有的人或许会想起很多,有的人一辈子就读一本书,比如武圣关羽,一部《春秋》,手不释卷;比如大宋宰相赵普,半部《论语》,已经觉得足够一生研读了。我经历简单,学养不足,不能与专家学者相提并论。但是说到读书,实是此生至爱,不敢讲有多少高见妙论,但要说起对自己影响最大的书,默想一下,一一浮现眼前,还是有这么几本的!

《春秋战国故事》,林汉达著。这分为两本小册子《春秋故事》和《战国故事》。大约在八九岁的时候,父亲带了这两本书给我。这两本书对我的影响之大,可谓深远。历史我一直读,对春秋战国最是喜欢,以至于四十年后,我也动笔写了春秋战国的人物故事。当然,后来我知道,《春秋战国故事》的内容都出自《史记》,自然对《史记》也是情有独钟,屡读屡新,常有心得。

《史记》。夸《史记》,最好的一句话,就是“史家之绝唱,无韵之离骚”。几十年间,《史记》读了无数遍,故事熟悉得如观掌纹,但是对这句评语,却也要在四十岁之后才略微有所理解。屈原写《离骚》与司马公著《史记》,皆情郁于中,不得不发。其文字有长短,其内容有薄厚,其情岂有二致!

《人生由我》。《史记》讲过往,言谈皆帝王将相,虽精彩,毕竟久远。《人生由我》则与我们近多了。《人生由我》是埃隆·马斯克的母亲梅耶·马斯克的个人传记。梅耶是世界有名的演

说家、营养师、超模、网红、作家等等,她早年婚姻不幸,好不容易离婚之后,人生开始绽放。一直到70多岁,还能够在T台上,作为超模展现自己的风采。她拉扯大的三个孩子,个个出类拔萃,在各自的领域颇有成就。对照70多岁的梅耶,想想好多人年过60一退休,世界好像就崩塌了。于我,这般的惶恐,也是时时来袭。梅耶的《人生由我》,实是解除恐慌的一剂良药,万万不可错过。

《庄子》。无论过往,还是现在,人终归要寻求精神的落脚点,那么《庄子》须常备在心中。《庄子》是精神的汪洋大海,无边无际,沉静与怒涛同在,变幻与不变一体。《庄子》一书,最爱《逍遥游》,开篇便是“北冥有鱼,其名为鲲,鲲之大,不知其几千里也,化而为鸟,其名为鹏,鹏之背,不知其几万里也。怒而飞,其翼如垂天之云……”,这镜像,这境界,这气魄,五千年上下,为此唯一也!通篇逍遥游,以前读,以为是鄙夷小而推崇大,讥笑燕雀而仰望鲲鹏。最近读,便觉得,小大一也,有无一也。有名无名之间,有功无功之间,能自适随心意,则燕雀鲲鹏,宇宙草芥,无有异同,逍遥自在其中!

《牧羊少年的奇幻之旅》。《逍遥游》宏大壮阔,仰之弥高,望之弥远,难免会迷失其中,不能自拔,此时,不妨读读《牧羊少年的奇幻之旅》。这本小书,两小时就可读完。然而要领悟其间的奥秘,却是各人有各人的缘法。有的人,一瞬间恍然大悟,哈哈大笑;有的人需要用一生去体悟。牧羊少年圣地亚哥,为了一个梦,越过浩瀚的沙漠,终于梦想成真!“生活对追随自己天命的人真的很慷慨。”极力推荐大家看,谁少年的时候,没有个梦呢!

《文学回忆录》。是啊,梦,是少年人的特权,文学梦是最美妙的梦之一,喜欢这个梦,一定要读《文学回忆录》——木心先生的讲课记录。中外古今文学,有无数大家讲过,各有千秋。然而,木心先生的这几十堂课,独树一帜,傲然不群,通篇没有套话、废话、假话、空话、大话,真知灼见随处可见,令人时时有茅塞顿开之感,拨云见日之悟,非常非常值得再四细读。木心先生晚年定居乌镇,乌镇有木心纪念馆,颇值一观。

《罗马帝国衰亡史》《希腊罗马名人传》。少年人有梦,也要有血性,因此,推荐读读《罗马帝国衰亡史》和《希腊罗马名人传》,前者是爱德华·吉本的巨著,后者出自普鲁塔克之手,都是席代岳翻译的。席代岳做过军人,我想,要将这两部巨著翻译好,还真需要有军人背景

的人来做。否则,怎么能表达出罗马希腊阳光灿烂、自由奔放、热血沸腾的味道呢。这两部书最好是交叉来看,互相印证,如此读来方有味道。更要找很多这一时期的影视剧、小说、剧本来看,如此这般,才会发现,自己眼前展开的,是何等壮观巍峨的一幅画卷!

人要成长,梦要实现,最重要的是行动,以及怎么行动。那么《思考,快与慢》《心流》《自控力》诸书,建议都看看,皆为心理学的最新研究成果。《思考,快与慢》可以了解自己的思维模式,《心流》提供了获得平安喜悦的方法和途径,《自控力》可以教会如何学着努力做到。

《力量训练基础》。光读书,不健身,人生有缺陷,欲健身,则必备《力量训练基础》。此书历久弥新,自2005年出版,2016年引进国内,全球再版十几次,可见其受欢迎程度,健身者不得不读。本书讲的是杠铃的几种训练模式:卧推、深蹲、硬拉、推举和力量翻。如同武功秘籍,有此书,在理论上,健身已足可入门并不断升级,剩下的就是按图索骥,认真练习,逐渐进步。如果再配合《囚徒健身》三部曲,则健身一事,对于我等业余者来讲,知识方面几乎可圆满了。

《陶庵梦忆》。本书放在最后,做特别推荐。作者张岱前半生养尊处优、生活奢华,后半生避居山林、簞食瓢饮,穷得有上顿没下顿。可是,对这种判若天壤的处境,他甘之若饴,淡然处之。他预先写了墓志铭,看好墓地,然后继续读书写字。这本《陶庵梦忆》,就是他前半生浮华之点点滴滴。举凡美女、婴童、精舍、鲜衣、骏马、华灯、烟火、梨园、古董、花鸟、山水、茶酒等等,都能在书中找到。想想看,他写这些的时候,穷困潦倒,肚子饿得咕咕叫,落笔却是金碧繁华,字里行间偏还不带半分寒酸气,这份豁达、这份贵族气,着实令人再三抚掌赞叹。

举其间之《湖心亭看雪》为例,寥寥百余字,却令数百年之后的我,为之神往。崇祯五年十二月,余往西湖。大雪三日,湖中人鸟声俱绝。是日更定矣,余拏一小舟,拥毳衣炉火,独往湖心亭看雪。雾凇沆砀,天与云、与山、与水,上下一白。湖上影子,惟长堤一痕、湖心亭一点、与余舟一芥、舟中人两三粒而已。到亭上,有两人铺毡对坐,一童子烧酒,炉正沸。见余大喜,曰:“湖中焉得更有此人?”拉余同饮。余强饮三大白而别。问其姓氏,是金陵人,客此。及下船,舟子喃喃曰:“莫说相公痴,更有痴似相公者。”

我每每读到这里,大爱之,不能释手。

读书是种娱乐

□ 王雅妮

来说,它们更像是学习,不是我理解中的阅读。它们的目的性更强,而我偏重于休闲娱乐。无目的的阅读当然不可取,但目的性太强,就会缺少一些乐趣。

读书在我看来就是种娱乐。娱乐是每个人都需要的,能够让人轻松的,快乐的度过空闲时间的一种活动方式。人感到无聊往往是因为没有可做的事情来打发时间。读书就是我用来自消遣时间的一种方式。比如周末的时候,常常用来刷手机视频、逛街、玩游戏等娱乐活动,时间不知不觉中流失掉了,但也让我丧失了思考的能力。这样的纯玩会让我觉得头昏脑涨、腰酸酸痛,像干了重活似的疲惫不堪,最重要的是心里也并不意味着快乐,每到深夜甚

至会焦虑、低落,带来一种无法入眠的罪恶感,而读书却让我得以安定。

当思维在书中徜徉,脑神经碰撞出“噼里啪啦”的火花,那种愉悦感、通透感,是溢于言表的。通过文字可以和很多有趣的人进行对话。读各种历史书,去看看以前人们的生活环境,了解那时人们的心理活动;读各种名人的传记,去对比我们与他们的差异所在,寻找我们能学习到的方向;看各种能让我们学到东西的书,希望能从中获得一些方向和思路。

不要把读书看得高深莫测,只把读书当成一种休闲方式吧,每天手执自己喜爱的书本阅读,尽兴地品味其中的万千世界,生活会因此变得丰盛而饱满。

幸运的爱书人

□ 孟柯好

年灿烂文化历史……这时候,我才体会到外公为什么要坚持读书了,“粗缯大布裹生涯,腹有诗书气自华”,精神的丰盈才能让人的内心强大宁静。

读书有助于形成自己的信念。虽然这些东西通过交友、旅行、看电影……也可以达到,但终不及书籍对人的影响深刻。什么是自己的信念呢?我的理解就是从内而外散发的一种坦然自如的气质。我从小到大都敏感内向,每去到一个新环境都觉得浑身不自在,跟人除了日常打招呼外基本就不讲话,没办法加入两人以上的聊天,要是不在乎也就罢了,偏偏又很希望大家能主动接纳自己,于是整个人都过得很拧巴,既想融入集体又害怕自己说话没趣不被大家喜欢。

而有了自己的信念之后,就知道做自己就好了,新环境能融入便好,不能融入也不觉得不自在,自己开心就顺着大家的风格一起玩一会儿,自己不愿意就专注做自己的事情,不会再有什么“不参与聊天大家会不会觉得我孤僻难相处”之类的念头。读书让我更专注于自己的精神世界,而不是被外界的干扰搅得惶惶不可终日。

读书最初可能只是为了消遣,哪怕是抱着

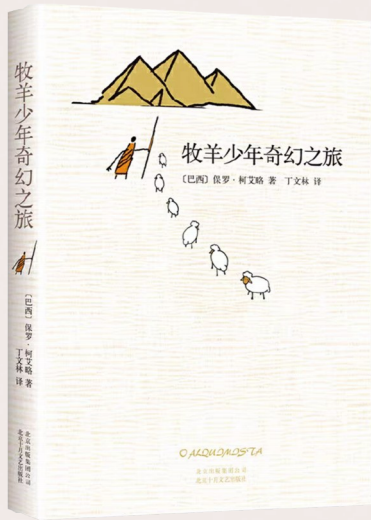
喜欢读书这一点,得归功于家里从小营造的读书的氛围。

在没有智能手机的时期,电视、电脑也被大人们管控着不允许小孩子多玩,外公的书柜便是我能接触到的最大的世界。小时候常和外公住在一起,各类书籍触手可及,外公爱书,更爱读书,家里整整两面墙的书柜里,各类书籍摆的满满当当。自从退休后,外公每天的生活内容,除了锻炼身体和简单的家务活之外,其余的时间就是读书了。

在这样的环境中,闲时随手拿起一本书读就是很正常的事情了,小孩子的注意力总是被书中曲折的故事吸引,课余时间读小说、读人物传记,情绪随着书中人物的经历跌宕,我为《背影》里的父亲感动过,为《活着》里富贵贵儿子的死而心酸流泪过,也在被窝里抱着《悲伤逆流成河》眉头紧皱着,随着跌宕起伏的情节纠结着久久不能平静。打开书就像进入了另一个世界,能看到多样的人生。

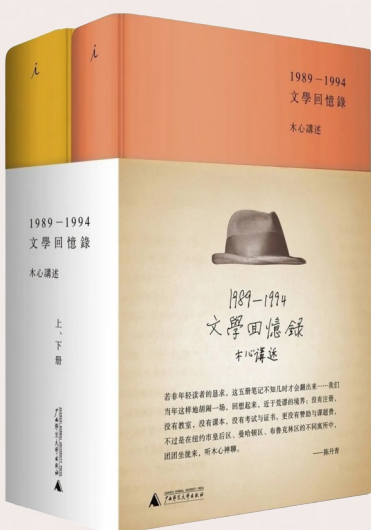
不知不觉间我也喜欢上了读书,每天晚上睡前读一会书已成为我的习惯,也成为我忙碌一天最享受的时刻,读着各种世间百态,读着各种才情飞扬,读着各种伟大的思想,读着各个升华的灵魂,读着各种人间仙境,读着几千

好书推荐



《牧羊少年奇幻之旅》
保罗·科埃略 著

推荐理由:讲述了牧羊少年圣地亚哥,为了实现梦想,不惜卖掉羊群,历经各种磨难和考验,到非洲寻宝的故事。作者保罗·柯艾略将自己的成长心路历程写在牧羊少年寻宝的故事中,这则充满哲理的冒险神话寓言让人再次相信了梦想的力量。



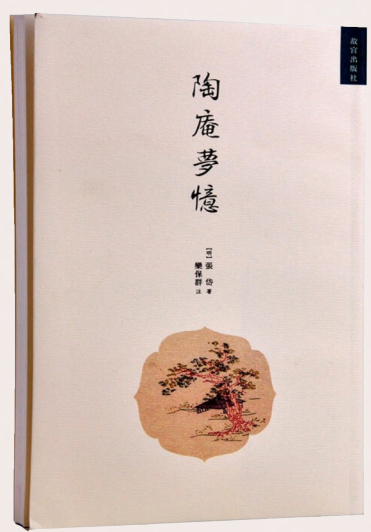
《文学回忆录》
木心 口述/陈丹青 笔录

推荐理由:本书为木心在纽约为一群留美的中国艺术家讲述“世界文学史”,整整5年时间,本书就是当时听课的画家陈丹青的笔记。诚如木心所最早时设想的那样,这是他自己的“文学回忆录”,是一部“荒诞小说”。这是木心留给世界的礼物,文学的福音书。



《心流》
米哈里·契克森米哈赖 著

推荐理由:本书系统阐述了心流理论,进入心流状态的条件,从日常生活、休闲娱乐、工作、人际关系等各方面,阐述如何进入心流状态。对心理学爱好者和研究者来说,此书是理解积极心理学等领域不可或缺的理论素材;对大众读者来说,这更是一本提升幸福感和效率的行动指南。



《陶庵梦忆》
张岱 著

推荐理由:作者张岱追忆前半生繁华靡丽的生活,品茗、赏花、观鸟、访古、宴饮、雅集,何等的潇洒闲散。在朝代更迭带来的巨大的幻灭感里,张岱出入文字间,由文字重归往昔繁华,“偶拈一则,如游旧径,如见故人”,不由得出无限感慨。



(第九期)



读书的最初可能只是为了消遣,哪怕是抱着娱乐的心态去看,但一旦养成习惯,就会不由自主地想从书中汲取更多东西,慢慢形成自己的知识库。