

# 古卷书声里的精神回响

## ——读吴尚之先生《中国古代读书故事》

□倪涛

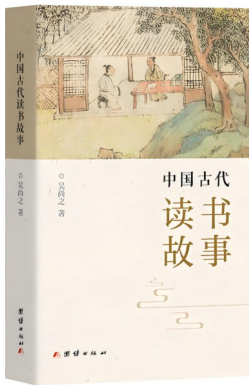
真正的阅读,是与古圣先贤的心灵对话,是知识转化为生命能量的过程。被算法裹挟的时代,让我们重新打开一本书。在青灯黄卷中,寻那份穿越千年的宁静与力量。

翻开吴尚之先生所著的《中国古代读书故事》,书页间仿佛飘来了穿越千年的古卷书声。

在当今这个信息如洪流般奔涌的时代,这本书宛如一泓清泉,使我们在追名逐利的喧嚣之中,寻觅到宁静的精神家园。作者运用严谨的考证与温润的笔触,把散落在历史长河中的读书典故,串联成璀璨的星河。不仅订正了讹误,更提炼出修身重德、知行合一等八种读书精神。在泛黄的书页之间,能够使人触摸到中华文明生生不息的文脉。

倪宽“带经而锄”的故事,让我忆起故乡田间的身影。这位西汉御史大夫,在耕种的间隙总是手不释卷。清晨,他背着农具前往田间,腰间别着用布帛裹着的《尚书》。正午歇脚时,他借着树荫逐字研读,即便汗水浸湿了衣衫也浑然不觉。将学问融入生活的这份定力,使他从一个农夫成为汉武帝的得力大臣。真正的读书,从不因环境的贫瘠而受到束缚。

比物质匮乏更严酷的,是乱世中的文化坚守。蔡文姬在匈奴毡帐背诵藏书,尤其动人。被掳漠北,她在寒风呼啸的帐中,借牛羊油脂微光,默诵《汉书》《诗经》。匈奴贵族嘲笑,幼童啼哭,都扰不了她。像守护火种的祭司,她把破碎的文明碎片,重新织成完整篇章。曹操派人索书时,她仅凭记忆默写四百余篇,竟无一处错



版本:团结出版社  
作者:吴尚之  
《中国古代读书故事》

皮绳磨断三次,指痕深深印在竹筒上。临终仍叹:“假我数年,我于《易》则彬彬矣。”

治学的虔诚,往往要用一生践行。司马光编《资治通鉴》时“研精极虑,穷竭所有”,像极了敦煌壁画里的抄经人。他在洛阳独乐园,把唐代史料长编截成四丈一卷,自定三日删定一卷。病中也不辍笔。暮年视力昏花,牙齿脱落,仍用颤抖的手写下《进资治通鉴表》:“臣之精力,尽于此书。”这种对真理的敬畏,与任末“削荆为笔”的执着,异曲同工。这位东汉学者,十四岁负笈远游。在深山削荆条为笔,取树汁当墨。夜里借星月微光读书,心得写满衣襟。同学被他的勤奋感动,纷纷用干净衣裳换他写满批注的旧衣。他们证明:真正的学问,要用生命丈量。

这些泛黄纸页上的剪影,经吴尚之先生着笔描绘,愈发清晰明朗。合上《中国古代读书故事》这本书,窗外蝉鸣忽然清亮。历史深处的读书身影,仿佛就坐在身边。他们的故事在说:真正的阅读,是与古圣先贤的心灵对话,是知识转化为生命能量的过程。被算法裹挟的时代,让我们重新打开一本书。在青灯黄卷中,寻那份穿越千年的宁静与力量。让古老的读书精神,在新时代绽放光芒。这,或许是吴尚之先生这部著作,留给我们最珍贵的礼物。

漏。这位乱世才女,用生命诠释了文化的韧性。这让我想起敦煌莫高窟的藏经洞。黄沙中沉睡千年的经卷,何尝不是另一种坚守?信息易逝的今天,我们更需要这种把知识内化为生命基因的定力。

古人对读书的虔诚,不只在逆境坚守,更在治学方法的极致追求。朱熹主张“循序渐进”,今日依旧闪耀。这位理学大师强调“未得乎前,则不敢求乎后”,如农人播种般从容。他教弟子读《论语》,先逐字吃透“学而时习之”,再延伸到“为政以德”的治国之道,抽丝剥茧般深入。自己编纂《四书章句集注》时,每日限定研读篇幅,蝇头小楷写批注,书页边缘都布满心得。这种慢下来的智慧,让人想起孔子“韦编三绝”的专注。这位儒家先师晚年读《易经》,把编竹筒的牛

当我们学会领导自己时,每个平凡的日子都会生长出接近理想的力量。

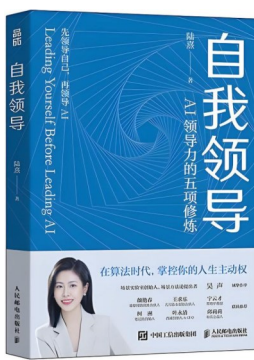
# 驾驭自我,方能领航人生

读书笔记

在这个强调个体价值的时代,如何掌控人生方向、突破自身局限,成为许多人追寻的答案。《自我领导》一书以简洁有力的笔触,为读者提供了一套系统的自我管理成长方案。它跳出传统领导力书籍的框架,将焦点从“领导他人”转向“驾驭自我”,用清晰的逻辑和可操作的方法,揭示了个体实现高效能与持续成长的核心路径。

全书的核心价值,在于重新定义“自我领导”的内涵。它并非指身居高位的权力掌控,而是个体对自身思想、情绪与行为的主动调控能力。作者通过心理学与管理学的交叉视角,指出自我领导的本质是“建立内在秩序”:当一个人能清晰认知自我、合理规划行动、有效应对干扰时,便已具备引领人生的基础。这种定义打破了“领导力只属于少数人”的偏见,让每个普通人都能找到实践的起点。

书中最具实用性的,是对自我领导具体策略的拆解。作者将其分为三个递进层次:认知校准、行动管理与韧性培养。认知校准强调“自我观察”的重要性——如同书中案例里的设计师李明,通过每日10分钟记录工作状态,他发现在早晨专注力最强,由此调整工作安排,效率提升近40%。这种



版本:人民邮电出版社  
作者:陆熹  
《自我领导》

可控因素有哪些?下次如何改进?)最终找到了成功路径。这种将挫折转化为养分的能力,正是长期自我领导的核心支撑。

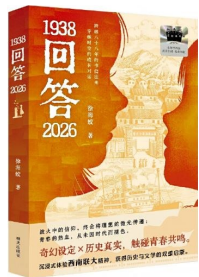
阅读此书的过程,更像是一场自我对话的实践。它没有要求读者强行改变性格,而是引导人在接纳自我的基础上优化行为。比如书中提到的“情绪标签法”,让我开始在愤怒或焦虑时暂停行动,先标注情绪来源,这种简单的自我觉察,竟显著减少了冲动决策带来的后悔。

《自我领导》的价值,在于它证明了卓越并非少数人的天赋,而是可通过系统方法培养的能力。它不承诺速成,却提供了可持续的成长框架:从认知自我到管理行动,再到锤炼韧性,每个环节都有清晰的逻辑与步骤。无论是职场新人想突破瓶颈,还是管理者希望提升效能,都能从中找到适配的方法。

归根结底,人生的航向终究要靠自己掌控。这本书最动人的启示在于:当我们学会领导自己时,每个平凡的日子都会生长出接近理想的力量。这或许就是它给予读者最珍贵的礼物——不是遥不可及的成功学,而是脚踏实地掌控人生的勇气与方法。

媿说

## 新书推介



版本:明天出版社  
作者:徐海蛟  
《1938 回答 2026》

## 两代人的困惑与热血

初二女生闻小秋的生活,被一封来自1938年的神秘来信打破。信中,西南联大学生梅姝描绘着战火纷飞的昆明、翠湖的波光,以及联大师生在轰炸警报中坚持读书的身影。而闻小秋的回信,则用2026年的科技与日常——高铁、AI、外卖,为梅姝展开一幅未来图景。两个女孩的对话,不仅跨越时空,更串联起两代人的困惑与热血:一个在战火中寻找尊严,一个在题海中追问意义……

周明

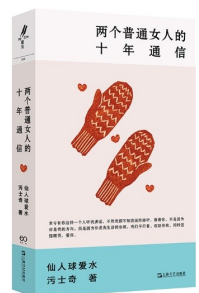


版本:上海文艺出版社  
作者:鲍尔吉·原野  
《图瓦大地》

## 重塑时间与空间

我越来越想念图瓦,图瓦人虽把纯朴的笑容送给你,像满抱的鲜花,他们其实是庄重的。面对天空、大地、河流、粮食,他们活得小心翼翼。农民除了种地时碰土地,剩下的什么都不碰,包括地上的落叶也不去扫。人在这里安分守己并十分满足。看图瓦人的表情,他们像想着遥远的事情,譬如来生。又像什么都没想,脸上因此宁静。

凌俊



版本:上海文艺出版社  
作者:仙人球爱水、污士奇  
《两个普通女人的十年通信》

## 为自己静立一秒

这十年里,眼泪没有变成珍珠,但时间也没有完全被辜负。人不能拥有时间,同时还明白它当下的意义和解法。只因为无法拥有的同时还失去,愚钝的我们无法清晰比较这两者之间的差别。我们只得继续走,甚至没有更多精力去探讨这些拥有或失去的意义,幸而我们留下了这些文字。人生洪流里,能为自己静立一秒,看看过去,看看自己,也是有意义的。

小平