品文荐书

让我们打开那片星空——鲍鹏山领读诸子百家

□鲍鹏山

书有四类:不必读;可读可不读;要读;必读。

第一类,是不值得花任何精力和时间读的书。这类书占到你所接触到的书的绝大部分。这些书大多跟一个特定的人没有关系,是一辈子都可以不读的。

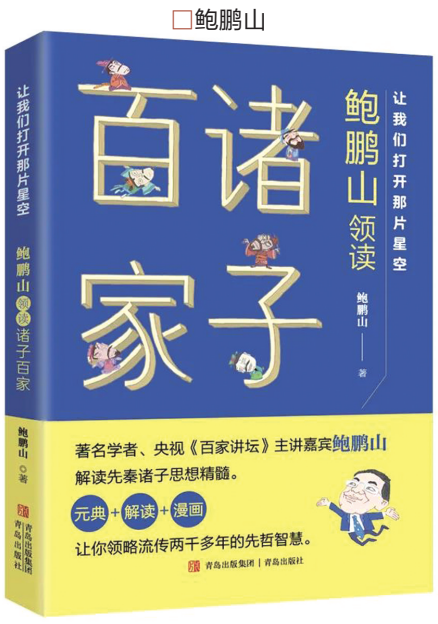
第二类书,可以读,可以不读。有些书是作者认真研究和深入思考的产物,读这些书等于与陌生的,但比我们有阅历、有智慧的人交流。但这样的书也多到一辈子也读不完,怎么办?看缘分。遇到了就读,错过了,也没有关系。

第三类书,是经典。经典有两种,一种叫专业经典,每个专业都有相应的专业经典,不读专业经典,称不上专业人士,专业经典是专业人士的必读书,但不是我们每个人的必读书。另外一种经典,叫人生经典,比如《史记》《水浒传》《红楼梦》等。读这样的人生经典,不是为了提高谋生技能,而是让我们的生命更美好,让我们对世界有一个整体认知。

第四类书,叫元典。这是比经典层次更高的书,是人类最早的、文化最具原创性的阶段出现的经典文本。在中国,儒家"四书"(《大学》《中庸》《论语》《孟子》)是元典;"五经"(《诗经》《尚书》《礼记》《周易》《春秋》)是元典;《老子》《庄子》《墨子》《荀子》《韩非子》是元典……诸如此类的著作,都是元典。它们是最能体现中华民族文化精髓的经典,是我们信仰的源头,也是我们言说的依据。

只有元典,才是区别于上述前三类的书,才是我们每个人的必读书。

元典里面有什么?元典里面有问题,而且是一些关乎人生、世界和个体生命的大问题。元典里面有关于这些问题的思考和建议。其实提出问题往往就已经包含了答案——因为问题的提出,就已经引导了我们思考的方向,引导了我们人生的方向。凡是伟大的著作,从来只告诉我们方向,而不提供能够一蹴而就的"方法"。孔子没有告诉我们方法,苏格拉底没有告诉我们方法。这些人类的先知,都只告诉我们方向。我们朝着这个方向走,自己去找方法。



元典带给我们的是格局,是万物能容。老子讲"不盈",就是不装满。不装满有两个办法:第一个就是不贪多,少装;第二个就是让容器不断变大,不断变空。道家的"不盈",在儒家就是"大"。《大学》教我们"大"起来,《中庸》教我们"大"起来,《论语》《孟子》教我们"大"起来,孔孟老庄,墨子荀子,他们的元典都是在教我们"大"起来。如今好多孩子,从幼儿园开始,人生的目标就是上一个好的小学,好的初中、高中,然后考一个好大学,找一份好工作;读书只读跟考试有关的,学习只学能加分的。但我说其实这是"实心症":在他们读书学习的过程中,每一步都走得特别"实",心胸不"大"不"空",即使将来上所好大学读个好专业,也还是会时常陷入"小我"的苦闷之中。所以,像《论语》这样给我们大的东西,给我们态度,给我们境界,给我们理想的元典要读。元典和元典的作者们,只讲大道理:告诉我们什么是好的人生,什么是好的社会,什么是好的政治;让我们成正派人,做正派事,追求正当目标;让我们对这个世界的理解更宽、更广、更深、更高,对人对己更包容,让我们变"大"变"空"。

这样的书,才是我们每个人的必读书,需要我们反复地读,不断地读。读书不是把书打开,而是把我们自己打开,让书的能量灌注进来;读书的最终目标,不是去理解书,而是通过书理解自己,理解世界。我们读元典,不是要把元典读懂,而是通过元典,把自己把世界读懂,能明白我们应该是什么样的人,我们应该有什么样的人生,什么样的人生才是值得我们去过的。这样的书,写在数千年前,为什么跟现在的我们有这样的联系?因为它们本来就是为我们所有人的人生而写的。元典本来就是讲人生的,而我们的人生,需要有元典的守护。

打动万千宝妈的畅销书——

《学会爱自己》十年精选纪念版来啦

我们先做个小测试:请在5秒内说出你最爱的5个人。

倒计时开始,5、4、3、2、1,时间到。

你是不是忘记说你自己了?

确实如此,我们会在很多时候对别人体贴、关心、宽容,却忘了爱自己。

爱自己的能力不是与生俱来,而是在不断被爱的经历和体验中习得的。

我们作为父母,在教育孩子的道路上,一定要教孩子学会爱自己,因为只有懂得爱自己,才能拥有幸福的人生。那么,如何教孩子爱自己呢?

亲子共读《学会爱自己(十年精选)》,和孩子一起上好人生成长课,保护身体、强大心灵:如何防范性骚扰?如何勇敢地说"不"?如何明确人际边界?如何建立良好的同伴关系?如何合理排解负面情绪?……书中有作者或者亲子教育专家"写给家长的话",提供实用而专业的建议指导,帮助父母了解孩子的成长困惑,走进孩子的心灵世界,正确地爱孩子。

未成年人防性侵是近年来社会关注的热点问题,相关案件也呈现出家庭成员性侵案曝光量上升、网络性侵形势严峻等新特点。如何跟孩子讨论这个敏感的话题呢?

《不要随便摸我》曾获本杰明·富兰克林亲子教养类奖,适合家庭和学校对孩子进行性保护教育。在这本书中,作者通过妈妈和孩子的睡前对话,以一问一答和实际举例的方式,很具体地教给孩子避免遭受性侵害的方法——识别不恰当的触摸;大声、明确地说"不",要对方住手;当对方碰触自己、让自己感觉不舒服时,一定要赶快离开;即使真的发生了什么事,也不是自己的错;还有,一定要告诉父母。

《不要随便保守秘密》对遭遇性侵犯的孩子的心理进行了描写,引导孩子认识到:不是所有的秘密都要保守,有的秘密一定要说出来;不要让自己陷于苦恼中,应该向信任的人求助。

此外,孩子必须得接受大人表示喜爱的"亲亲"和"抱抱"吗?如果不喜欢,那么说"不"对孩子来说是个难题。《不要随便亲我》中的小女孩莱娜想出了一个好主意。快来看看她是如何表达真实的想法,勇敢地向大人说"不"的吧!至于什么时候、什么情况下可以说"不",《不要随便顺从别人》中的小男孩莱奥和小熊"阿不"一起讨论过哦。

《学会爱自己(十年精选)》除了传达"自我保护"的理念外,还涉及心理健康教育方面,分为"自我认识""情绪管理"和"人际交往"三个板块。

《不要随便对待自己》中,小主人公用散文诗般的语言,自信乐观地讲述如何善待自己、做自己的主人:了解自己的身体,觉察身体的感觉,听懂心灵说的话,观察和调节自己的情绪,对未来充满期待。

《不要随便改变自己》里,那条鲨鱼心血来潮想让人类喜欢自己而各种"折腾",最后还是回到海里威风凛凛地生活,那样才是真正的自己。这个故事告诉孩子:不因为羡慕、嫉妒别人而小看自己、盲从他人,寻找自己真正喜欢的生存方式,找到自己的"内在生命力"。

《不要随便否定自己》中,小羊的转变其实是心态的转变,因为他的耳朵其实并没有发生变化。这个充满哲理的小故事告诉我们心态的重要性。当看待自己的视角不同,你的整个世界也会跟着发生改变。

《不要随便小看自己》帮助不自信的孩子发现自己的长处,培养自尊,树立自信,体会发挥长处去帮助他人的快乐。

《不要随便羡慕别人》中,人类的小孩觉得自己太平凡,羡慕有着盔甲一样厚皮的犀牛,而犀牛却羡慕轻巧的兔子,兔子羡慕遨游大海的鲸鱼……如此反复后竟然羡慕的还是人类的小孩。"不要随便羡慕别人",这个道理既是说给孩子的,也是说给大人的。别人看上去的光鲜亮丽,可能只是表面。当你羡慕别人时,不妨数一数自己拥有的。

《不要随便放弃梦想》告诉孩子:每个人都像一粒种子,拥有长成参天大树的潜能。

人的情绪其实反映了自己的需求和外在世界的关系,当环境不符合主体需要时,就会产生负面情绪(如愤怒、悲伤、失望等)。愤怒是需要合理宣泄的,一味压抑可能会积压更多的负面情绪。

《不要随便发脾气》中的小主人公因为扔东西伤害到朋友猫咪而反思了自己发脾气的方式,选择了用打沙袋来宣泄情绪。此外,与好友或家人倾诉、做自己喜欢的事情、独处整理心情等都有助于排解负面情绪。《不要随便压抑自己》侧重讲对愤怒的压抑是什么感觉以及会产生什么影响,帮助孩子学会处理压抑的情绪。

《不要随便悲伤》中,小粉象的好朋友斑点象要搬家了,两个好朋友不得不依依惜别。小粉象沉浸在悲伤之中无法自拔。通过猫头鹰的启迪,他尝试着哭泣、倾诉和寻找新的朋友。小粉象不再悲伤,并找到了新的伙伴。当然,他在心里给斑点象永远留了一个位置。每个孩子都有一天要面对跟亲友离别的痛苦,让小粉象陪着孩子一起走出旧的悲伤,面对以后的新生活吧!

《不要随便害怕》用一个充满想象力的故事告诉孩子:"内心的勇气"是克服恐惧的"法宝"。

孩子之间发生矛盾很正常,但是矛盾不应该导致欺负与排挤。《不要随便欺负我》中,强者欺负弱者的事情连环发生,错误的思想和行为不断传递,聪明的猴子妈妈和勇敢的小猴子成了错误行为的终结者和拒绝无理要求的倡导者,先前的错误行为得到了一一纠正,正能量得到传递。这个故事启发孩子要直面问题,寻求帮助,学会保护自己。

《不要随便命令我》除了教孩子学会说"不",同时告诉他们不能让友情变为敲诈的借口。真正的好朋友是可以自在相处的,强迫、命令、欺负、排挤行为都是不对的。

《不要随便排挤别人》里的老师用"边缘人"的游戏巧妙地教育了孩子们,消除了班里的欺负和排挤的行为。书后有"写给父母的话",指导家长可以为孩子做些什么。

《学会爱自己》自第一辑出版已经有十年了,现在仍然在当当网童书榜榜单前列。之所以畅销多年,受到很多家庭喜爱,是因为这套书自身的品质,有着精美的图画和精彩的故事,更是因为这套书蕴含着对孩子满满的爱,有文字作者对孩子的爱,有图画作者对孩子的爱,有编辑人员对孩子的爱,有父母和老师对孩子的爱……这些"爱"汇集起来,成为一份沉甸甸的期待:孩子,请学会爱自己!

书评

打开《山海经》这把"折扇"

□李仁甫

著名学者朱大可先生对《山海经》颇有研究,他说,《山海经》中"西四十五里,曰松果之山……又西六十里,曰太华之山……又西八十里,曰小华之山……"之类的叙述是"折扇式"的,其中"又"作为褶皱的标记,掩藏起"西四十五里"或"西六十里"的内部缝隙,让《山海经》犹如一把折扇被仔细收起。

是啊,这把"折扇"不知"仔细收起"了多少不为人知的秘密,多少难以还原的细节,多少失传已久的故事!而这些秘密、细节、故事,莫非就是历史老人对后世人们"文学想象力"的一种有意考验?

就拿《山海经》的首卷《南山经》的开头来说吧。

南山经之首曰鹊山。其首曰招摇之山,临于西海之上,多桂,多金、玉。有草焉,其状如韭而青华,其名曰祝余,食之不饥。有木焉,其状如穀而黑理,其华四照,其名曰迷穀,佩之不迷。有兽焉,其状如禺而白耳,伏行人走,其名曰狌狌,食之善走……

正如朱大可先生所指出的,这些句与句之间折叠着的秘密、细节和故事该有多少啊!这需要后世的阅读者有多么大胆而丰富的想象力才能打开一道道"褶皱"啊!

令人欣喜的是,现在竟然还真有这么一个能够打开《山海经》"折扇"的人。这个人就是台湾著名儿童文学作家邹敦怜女士。与文化学者用文献和考古资料打开《山海经》不同的是,她用一个作家别具一格的想象力来打开它。这套《山海经里的故事》很好地还原了那个遥远年代的奇山异水,复活了那片广袤土地上神异的动植物,演绎了一个个人与人之间、人与珍禽异兽之间和谐共处的传奇故事。

这套书共有三本:《南山先生的药铺子》《南山先生的不传秘方》《南山先生的逍遥游》。每一本都是作者想象力的产物。作者虚构了两个主要人物——南山先生和他的徒弟"小难"。小难是故事的讲述者和见证人,作者通过这个十几岁小男孩的视角,向我们展示了《山海经》里的奇闻异录。而南山先生的医者形象本身就是一个绝妙的视角,作者通过这位开药铺子的"仁医",把高高低低的山系山峰、远远近近的官员百姓、林林总总的植物和动物巧妙地结合在一起,建构起一个复杂而神秘的世界。

在这个神秘的世界中,南山先生用"大医精诚"的理念,向我们展示了中医药文化的博大精深。他既传授行医之道,也传授做人之道,甚至还传授生活之道。他认为"天地万物生生不息、环环相扣,这其中蕴藏着许多奇妙的规律,就看人们会不会巧妙运用了";也常常告诫徒弟对待动物要执"无差别心",因为"鸟兽依照它们的天性生长,原本就是不善不恶,自过自的生活的"。总之,南山先生是一个充满东方智慧的人物,在他身上积淀着中华优秀传统文化的基因。

联系当下比较流行的"整本书阅读",可以说《山海经里的故事》是一套非常适合孩子阅读的书,它既可以"立德树人",让孩子在不知不觉中濡染优秀的中国传统文化,又可以提升孩子的语文素养——尤其是丰富"文学想象力"。

现实的世界是有限度的,而想象的世界是无涯际的。今天的孩子比以往任何时候都更需要滋养对未来的想象。《山海经》的"折扇",随着作家邹敦怜的想象力在渐次打开。在阅读《山海经里的故事》这套书的过程中,我们不仅能观赏别人的"想象力",而且自己的想象力也会被激发出来!

那么,就让我们一同走进《山海经里的故事》,步入那片瑰丽奇幻的时空吧。