

最是清欢枕边书

马 慧

究竟从什么时候开始喜欢上读书的，我已经记不太真切。只记得从喜欢读书起，躺着读书就成了我最大的习惯。每天晚上入睡之前和早上起床之后，第一时间就是找书，不拘于什么内容，只要读上几页，夜里便睡得安稳、踏实，早上起来后也觉得神清气爽。

为了让平凡的日子绽放光彩而日夜奔波，无论对于肉体还是灵魂，那种累，都是深层次的，是空有一腔热血却没有着力点的失落感，是拿到了一个前景看好的投资项目，推动却缓慢的无力感。每每苦闷无法排遣的时候，我就把自己关起来，躲进文字里。那些散发着墨香的文字，能够让我那伤痕累累的灵魂得到些许的慰藉。

于是，多少年来，除了本职工作，还有那些必要的应酬之外，不忙的时候，我就到自己所开的茶社走走，与朋友们谈谈心、说说话，晚上回去就只有看书了。坐着读，读累了就趴在床上读，或者干脆直接躺下来，用支架把书反扣在上面，仰望着看那

些倾泻而下的文字——当真是怎么惬意怎么读。要的就是这种慢时光之下的读书氛围。

每天起来，我都会赖一会儿床，拿过书，随意地翻看翻看，感觉到必要的铺垫做得差不多了才起床。于是，一天便思路清晰，干什么都觉得有底气，劲头也足。晚上回来，将自己疲惫的身体随意地扔在床上，拿过书，盖在脸上，淡淡的墨香很快就能让我把一切都遗忘，在驱散劳累的同时也将一天的烦恼、委屈统统带走，这个时候的辰光是最难得的，虽然累，心却安然。

这么多年来，不管我的生活发生了怎样的变化，读书始终都没有停止过。纵使再忙，枕边书始终没有缺失过，这种生活方式，已然成为一个永不破碎的梦。每每于夜深人静之时、将睡未睡之际，读几首喜欢的诗词、看两篇美妙的散文，就是最美的夜宵，入睡时心里暖和，一整夜睡得安然。

我是一个随心所欲的人，读书很杂，读历史，也读文学；读哲学，也读社

会科学。于字里行间回眸壮阔浩大的历史画卷，探寻中外成功者的奋斗足迹，在无数闪烁着勇敢、智慧、勤劳的星座中游弋，不禁感到自己的渺小，忽而又觉得自己明白了许多事理，增长了许多见识。许多迷惑不解的东西，都会在历史中豁然开朗；于名人传记中品味别人所经历的挫折和打击，从别人成功和失败的起落中感同身受，理解奋斗的价值、懂得梦想的珍贵，从而汲取执着追求的勇气和生活的智慧；于文学美文领略山川壮美、心路历程，以文字驱散云雾，让身心的疲惫在文字中消弭，眼看着自己的眼界和情操在读书的过程中渐渐开阔提升，那种成就感，真的无法言说。

读书，于我而言，已然成为和吃饭睡觉一样不可或缺的生活必要，而且其意义远远比生理的需求更有诗意得多，要知道，精神的补养是一种纯快乐的享受。于是，我从别人的文字里知道了沙漠驼影、雪山大海、深宫秘史、人情世故……读书渐久，经验渐丰，我

的心灵变得充实，眼界变得开阔、生活更加丰富多彩。

我想，人生就如同这天上的云，变幻不断，悄悄地、静静地游动着，而书籍里这些有灵性的文字，正躲在我们背后窥视我们的人生，看着我们不断成长、成熟、辉煌，甚至最终如秋叶般凋谢。无论是读书还是写作，都是为我们的人生之花施肥的过程，为的就是让我们在浮华的尘世间笃定走好自己路，能够在纷纷扰扰的大千世界里保持一份清醒和独立。尽管在读书中做到去伪求真、去芜存菁并不是一件容易的事，可做了，总比不做要好。

现在，我就窝在被窝里，手捧着书。无需刻意故作高雅，也不必在意外界的喧嚣是否让我显得格格不入，我就是我，乐得做回真实的自己。正如抚琴之人追求的并非让听者分析曲调的参差，也不是旋律的聚与散，渴望的只是路过之人静下心来聆听弦外纯洁的质地，将一颗心交回自然，返璞归真。

（选自《延安日报》）

序和跋



《他们仁》：刘黎琼著；译林出版社出版。

作为一名植物分类学家，我有时会问到植物分类学研究有什么用。在我看来，答案不言自明：每一个植物物

千万次俯身，只为一次破土的答案

孙 航

种都是地球故事的讲述者，而分类学家就是那个忠实的记录者。

多年来，我在山川湖泽间穿梭，探寻植物的奥秘。当我翻开这本《他们仁》，看到故事里的菌物学家（“外公”）痴迷于菌物研究，四方奔走的一生，仿佛又回到了那些充满挑战与惊喜的野外科考岁月，不由感慨万千。野外科考时，我们常戏称自己是“野人”，我们也常怀“野心”，希望探尽物种的奥秘。这本《他们仁》就将我们的这点痴心和执念，以及这种为穷究科学奥秘忘我钻研的劲头展现给读者。

科学研究的道路漫长而崎岖，充

满了无数的艰辛和挑战，同时也充满了无尽的乐趣和惊喜。科学考察不是浪漫的探险小说，而是需要一群人用生命去书写的严谨契约，但我们无怨无悔，乐在其中。科技突破常如晨曦般炫目耀眼，让世人为之激动，但突破前暗夜里一次次的尝试鲜为人知。我们科研人员深有体会，只有耐得住千万遍重复的寂寞，经得起一次次从头再来的考验，才能收获成功的喜悦。或许这也就是科学精神的真谛——既要仰望星空的好奇，也要有俯身泥土的耐心，更要在千万次重复观察后依然有求索未知的勇气。

合上这本书，《他们仁》中三位科学家的人生经历在眼前一一闪现，我深为感动，科学家精神竟能在儿童文学的世界里以如此鲜活的态度得以描述、展现和传承。在科研之余，我也积极投身于科普工作，常感慨于孩子们的奇思妙想，他们有那么饱满的热情、那么新奇的想象、那么热切的渴望。我坚信，热爱和好奇是开启世界奥秘最重要的钥匙。希望孩子们在阅读本书的过程中，真切地感受到科学家的精神力量，领会到科学的真谛，在心中埋下科学的种子。未来的某一天，这颗种子定会生根发芽，成长壮大。（选自《人民日报》）

历史与未来的精神对话

——读《天地立人》

邓 勤

源、龚自珍、林则徐等近代智识者的进步思想以及袁隆平、钱伟长、屠呦呦等当代科学家的巨大贡献。通过对众多人物的书写，探索了人立于天地之间的价值与意义，强调进步思想与崇高理想是每个时代的追求。

在徐迅雷出版的人物随笔集《天地立人》中，历史人物与当代先锋在书页间交错，构成了一幅波澜壮阔的精神长卷。本书包括“思想之天”“广袤之地”等五辑，以“立人”为魂，通过对鲁迅、袁隆平等百余人的书写，将个体命运置于时代洪流中，展现了人类对真理、自由与尊严的永恒追求。书中既有思想者的深邃思辨，也有科学家的严谨探索；既有民间使者的温情传递，也有文艺家的精神翱翔，共同构建起一个跨越时空的精神谱系。

在“思想之天”章节中，作者将笔触

伸向那些为时代启蒙的先行者。魏源“师夷长技以制夷”的远见，打破了天朝上国的迷梦；龚自珍“不拘一格降人才”的呐喊，直指封建桎梏的要害；林则徐的外交檄文，虽显稚嫩却开启了近代中国的觉醒之路。这些思想者如同划破夜空的闪电，照亮了中国近代的艰难历程。

在“广袤之地”章节，作者聚焦于科学家群体，展现了他们在实验室与田间地头的坚守。袁隆平的“种子的力量”不仅改变了中国粮食生产格局，更以“愿天下人都有饱饭吃”的情怀普惠全球。屠呦呦在青蒿素研究中“以身试药”的勇气，体现了科学家的担当与执着。这些科学家的故事证明，真正的科学精神必然饱含人文关怀。

在“缤纷之史”部分，徐迅雷通过中外人物的对照，展现了文明交流的深层力量。郑和下西洋的壮举，不仅是航海

技术的胜利，更是和平交流的典范；小岛康誉40年如一日保护新疆文化遗产，用行动诠释了“大爱无疆”的真谛。这些故事揭示了一个真理：文明的进步从来不是单向的征服，而是双向的滋养。特别值得一提的是“五星出东方利中国”彩锦护臂的发现。这件汉代文物的出土，不仅是考古学的重大突破，更成为中日文化合作的象征。这种民间外交的力量，在当前国际局势动荡的背景下，更显珍贵。

本书的价值，在于它构建了一个跨越时空的精神坐标系。书中的人物既是历史的见证者，也是未来的预言者。作者以杂文家的敏锐与学者的严谨，将个体命运与时代脉搏交织，展现了“立人”精神在不同历史阶段的表现形式。这种书写不仅是对过去的致敬，更是对未来的启示。（选自《银川日报》）



《天地立人》：徐迅雷著；广西师范大学出版社出版。

本书是徐迅雷的一部人物随笔集，收录作者近年来在各媒体平台上发表的人物随笔。这些文章叙述了王安石、郑和等历史人物的开拓性事迹，魏

乐读

读书与读人

程应峰

我们所处的世界，人，多如牛毛；书，亦多如牛毛。人与书之间的机缘，亦是如此。一本好书，读了，如沐甘霖，不舍放下。一本无足轻重的书，读了，味同嚼蜡，完全可以随时合上，不再打开。

一个人，于茫茫人海中，与另一个人相遇，如果你对遇到的人感觉还不错，这种机缘也许会继续下去；如果那个人让你感觉错乱，你完全可以挥别这份“机缘”。

书页之间，承载着著书人的思想和灵魂。读书，就是读写字的人，好

人和好书，都会让你沐浴在生命的阳光里，有所顿悟。

书，有用还是无用，因人而异。闲时读书，不妨“乱读”，有“乱读”，才有娴熟的放弃，精到的取舍。闲适的读书之人，未必一开读就有目的。太强的目的在先，就缺少读书的乐趣了。开放式阅读，会学到更多的知识，获得更多的技能，会为一个人的学业或工作带来益处，真正有利于一个人可持续发展的，往往不是与自身专业有关的那些书，而是那些看似和个人发展无关紧要的书。正因为如

此，博览群书才显得尤其重要。

真正有心的读书人，都有一顆“拜读”之心。所谓“拜读”，就是怀着朝圣般的心境阅读。高尔基言：“书籍是人类进步的阶梯。”也就是说，没有书的记载和累积，人类活动就会举步不前。古人云：“腹有诗书气自华”。所谓“气自华”，就是一个人在深厚文化的熏陶下，无需刻意，就能展现出内在魅力和独特风采。一个人，只有不断地从书本之中汲取前人的知识、智慧和力量，才有超越“圣贤”的可能。对于那些融合着千百年

思想文化的圣贤之书，静心“拜读”，实为善举。

伟大的作品都是极有思想、极有见地的，它们征服着时间和空间，左右着人类发达的大脑。假若世界上没有书，精神会失去家园，思想会失去阳光，生命会失去活力，世界会失去和谐。书，作为生命的补充，是值得人们常存“拜读”之心的。常存“拜读”之心，才能平静诚实；常存“拜读”之心，才会懂得敬畏；常存“拜读”之心，才有积极乐观的心态。

愿读书，爱读书之人，学会选择性地去读书，自然有选择的理由。但一个人若为读书而读书，被读书所累，僵化呆滞，绝不会有什么造诣。读，而后能用，才算是对书的征服；读，而后有为，才是常存“拜读”之心的最好回报。（选自《精神文明报》）

新书推荐

《稷下先生》

陈歆耕 著



先秦诸子百家学术，是中华文明的源头，也是中国思想文化绽放的第一个高峰期。从春秋至战国初期，齐国创办稷下学宫，广纳天下贤才，将诸子之学推向巅峰，形成了百家黉黉、云蒸霞蔚的学术气象。先后有两位圣人级大儒孟子、荀子至稷下学宫游学、授徒、问政，并为构建人类高级政治文明形态进放智慧。本书从各种子书、史籍中，缀合、勾画了稷下智者们的言谈、举止，具体而全面地展示了稷下学宫的智慧生活。

《住进森林里的日子》

燕子 著



本书用童话般生动的语言，形象地描绘了作者在乡村的森林木屋中生活的点滴以及内心世界的细腻变化。作者从木屋中汲取灵感，将个人经历、情感和思考融入其中，形成了一种独有的诗意生活态度。阅读本书你会发现：人类在自然中可以学会与自己和解，在时光流逝中可以找到永恒的意义，从而构建出更为丰盈的精神世界。

书评

笔尖跃动的诗意芭蕾

蒋正治

魅力。这种对传统习俗的深情追忆，饱含着作者对故乡无尽的眷恋与思念。

对亲情的描写亦感人肺腑。在《父爱如山》中，作者通过一系列生活细节的记述，彰显了父爱的深沉与伟大。通过《贤明的姥爷》《有师如玉》等篇章，深情回忆姥爷、老师等故人，以质朴的语言和真挚的情感，寄托了对亲人恩师的深切怀念。

洞察生活、启迪心灵的思想，是本书的另一亮点。《笔尖上的芭蕾》在展现生活细节的同时，也蕴含着作者对生活的深刻洞察与冷静思考，给我们带来心灵的启迪。比如，在《想象那场花事》中，通过对迎春花在春寒里绽放的描绘，表现了其不畏艰难、顽强生长的生命力，提醒人们在面对艰难险阻时，学习迎春花乐观坚韧的态度。作者在描写家乡的野花和城市的花开时，流露了对自然的热爱和对生活的感悟，启迪人们珍惜身边的美好，用心去感受平凡的生活。

作者对生活的态度始终是积极乐观的。在《背馍上学那四年》中，他将痛苦的经历视为成长的磨砺，表现出在艰苦环境中锐意进取的态度和坚韧不拔的意志。《陇东场活》详细描绘了收麦、捆扎、运输、扬场等陇东地区的夏收农事环节，再现了农人面对自然挑战时的坚韧与乐观，传递出豁达乐观的生活哲学，让读者在阅读中感受到一种昂扬的力量。

本书的语言清新雅致、质朴自然。作者善于运用比喻、拟人等修辞手法，使文字富有画面感和节奏感。同时，在表达情感时，不刻意雕琢，以平实的语言直抒胸臆，使得文章在优雅中透射朴素，在诗意中蕴含真情，如同一杯醇厚的美酒，越品越有韵味。

总之，散文集《笔尖上的芭蕾》以真挚的情感、深刻的思想、优美的语言，向读者展现了一个充满诗意与哲思的世界。（选自《甘肃日报》）



《笔尖上的芭蕾》：巴陵锋著；山东教育出版社出版。

巴陵锋的散文集《笔尖上的芭蕾》选题多元、文笔细腻、涉笔成趣，内容涵盖往事追忆、童年趣事、旅游见闻、采风创作，亦不乏红色叙事、非遗述写等诸多题材。

深沉细腻、触动人心的情感，是该书的特色之一。文学本质为情感的艺术，白居易曾言：“感人心者，莫先乎情。”好的文学作品往往凭借真情实感打动读者。作者在字里行间倾注了大量真挚情感，极易引发读者的心灵共鸣。

在《桑树颠的童年》一文中，作者在重现童年快乐时光的同时，融入对家乡变迁的感慨，赋予文章浓烈的乡愁滋味。在《療瘡》里，作者对陇东地区独特的民俗活动“療瘡”进行生动描写，呈现出人们于火光中欢聚、嬉戏的热闹场景，洋溢着浓郁的乡土气息与质朴民俗。在《过了腊八就是年》《周祖故里话年俗》等篇章中，对赶年集、贴春联、放鞭炮，尤其对腊八节“冻腊八圪儿”等传统习俗的刻画，生动地展示了家乡古风犹存的独特