

开卷有益

自然消亡与重生的牧歌

——李娟作品《秋天》读后感

□ 吕巧

文章以山里有片林子烧起来了为开头，没有对秋天过度渲染。在生活面前，没有人去伤怀秋，或是注意或是在意这片土地上纯粹自然循环的秋。只有李娟，在那片广袤无垠的土地上，寂静地走着。“我拎条袋子，揣把刀子就出门了。我一般会去河边树林里的那片草地上拔草，拔蒲公英呀、野苜蓿什么的。河在身边宽阔地流淌，秋天的河是水最蓝、水量最小的时候。水位远远地从河岸退下去，可以看到河边白桦树下被河水淘空了的根部积满落叶。那些树根优美复杂地盘绕着，高高地裸出地面，里面有没有迷宫？我总觉得里面会突然钻出一只有美丽皮毛的、不会咬人的小动物，一路小跑着到河边喝水，然后抬起头冲着对岸孤独地张望……”

她与草木为伴，与自己为伴。这种感受，我很多年前有过。上小学、中学时，我每个假期都会去农村外婆家住上一至两周。表姐表妹各自忙农活和家务，我在村里游荡，在田埂晒太阳、背书。我在与我完全不同的生活环境中度过一天又一天。看月亮由月牙变成银盘，再变成月牙儿；暑假漫长，在外婆家呆的时间也长。村里四处有水沟，每条沟的水都是流动的、清澈的。我坐在沟边，将双脚伸进水里，脚趾抵在光洁的石子上，水流冲过脚背、脚肚子时的清凉和酥麻滑滑。午觉醒来，从外婆屋子的窗户伸出手去，就能摘到被太阳光染红的水蜜桃。无论过去多少年，我都会记得那段在农村度过的、看似无趣却又从大自然中撷取到无穷乐趣的时光。



和孩子们一起阅读的快乐时光

□ 张品良

学年结束，学生的期末检测成绩出来了，在整个年级里成绩遥遥领先的依然是班里那些爱阅读的同学。于是，眼前又浮现出他们手捧书本，津津有味地阅读课外书的情景来。

我爱阅读，喜欢享受阅读带来的快乐。只要一有空，我就会拿起书来阅读。教学中，我用多种方法鼓励孩子们进行阅读。每到新学期开学，接手一个新的班级，开学第一件事就是向学生们说本学期要做阅读的事情，让学生明白今后的学习活动我们将围绕阅读展开。

和孩子们共读一本书，在阅读中共享阅读的快乐。和孩子们同读的这本书是我自己亲手选的，书里文章要文字优美易懂，不晦涩，里面的故事有温度且充满正能量，孩子阅读后在成长路上得到多方面的启迪。像梅子涵老师的《绿光芒》，格日勒其木格·黑鹤的《驯鹿六季》，彭学军的《你是我的妹》，林海音的《城南旧事》等这些作品，篇幅相对简短且每一章节有一个相对完整的故事情节，适合全班共读，这些书是我的首选。选好书后，每天都挤出15分钟左右的时间和大家一起阅读。我觉得全班共读是要讲究仪式感的。共读的时间到了，同学们就会端坐在凳子上，做好认真倾听的准备。我小心地从提包里拿出书来，轻轻翻开书页，清了清嗓子，然后开始大声地朗读起来。这时教室里只有我一个人朗读的声音，孩子们的表情随着主人公命运的变化而变化着。当读到主人公处在逆境做事顺利时，孩子们会眉开眼笑，我念到高兴处，孩子们会发出哈哈大笑；当主人公身处逆境，命运坎坷时，孩子们随着眉头紧蹙，替主人公难过……

当读完一章或一个部分的时候，我会停下来和孩子们进行讨论，美其名曰：“聊书”。我告诉孩子们这里的讨论，没有对错之分，只要把想到的表达出来就是正确答案。阅读只有

“每年秋天的时候，总会发生那么一两次火灾。大概是因为森林的渴望太巨大太强烈了吧？当它经过如此繁盛的夏季后，前来迎接的却是秋天——消沉和寂静的秋天。于是它就燃烧了。”像是自然的意愿，又仿佛是生命的消亡与重生。

“这时候山里已经没什么人了，牧业全转移到了额尔齐斯河以南的春秋牧场和冬牧场。山里的第一场大雪也下了，再有一个月就封山了。”秋天像是一个给在阿勒泰生存的人和牛羊一个过渡与缓冲，秋天的降临，草原上发生着人与自然生存方式的深刻转换。在阿勒泰广袤的土地上，李娟为我们描绘了一场在消亡中孕育重生、在寂静里爆发生命的秋之交响。

我没想到过新疆，而李娟《秋天》里的人物对话让新疆本土语言形象化，每句话附加的“嘛”字，仿佛听到小商店里，顾客与店主，一个在拒绝，一个在极力促成生意，这种生活化的直白交流显得十分有趣。

总体感觉，李娟的《秋天》所表达与抒发的，超越了季节本身，成为一曲对生命循环的深沉礼赞。在阿勒泰的辽阔天地间，消亡与新生并非对立的两极，而是自然法则在时光中的优美舞蹈。她以朴素而饱含诗意的笔触提醒我们：生命在每一次消逝里，其实都在悄然酝酿着一场蓬勃的萌发。这样的秋天，是大地在沉寂中积蓄力量的庄严仪式，亦是对生命韧性、与循环本质最透彻的洞察与最温柔的颂唱。李娟眼里的秋天，是消亡，也是新生；是结束，亦是开始；当世界在深秋褪去华裳，她让我们听见了生命在静默中重新积聚的磅礴心跳。

让孩子们说起来，讨论起来，和作者产生共鸣才能把书读深读透。有时还让学生写一写。如我和学生共读彭学军的《你是我的妹》这本书的时候，故事里的阿桃给我和妹送来又大又红的桃子，我吃桃的描写“放进嘴里轻咬一口，脆生生的，甜滋滋的……”我就让孩子们写一写自己最爱吃的一种零食，让孩子们在仿写中感受到文字带来的快乐。读林海音的《城南旧事》，让学生根据文中人物描写给文中的人物作人物档案。于是孩子们根据文字描写画人物肖像，人物肖像下面再配一段文字解说，孩子们又在文字中走了一个来回，学习人物描写的方法。

同一棵树，找不到一片完全相同的树叶。班级里的每个孩子阅读兴趣也不一样。有的爱读军事类的书，有的爱读科普类的书，有的爱读历史类的书，有的钟情于纯文学类的书。因此，除同一时间同一地点共读一本书外，更多的时间是让学生利用“边角时间”进行自由阅读。所谓的边角时间就是一节课中剩下来的三五分钟的零碎时间。如作业课上，有的同学做作业的速度很快，我就把剩下的时间奖励给他们读课外书，等最后所有同学做完作业，看到的是教室里许多同学手捧着书本，在津津有味看书的情景。

“读书破万卷，下笔如有神。”杜甫诠释了阅读带来的快乐。通过大量的阅读，孩子们在课堂上发言自信了，作文也一次次比一次写得优秀了，有几篇作文我帮他们投到《学生新报》上，居然发表了。当初孩子们认为那些优秀的作文只有城里的孩子才能写出来，至于发表的事他们根本想都不敢想，现在自己居然做到了。孩子们看到自己的作文发表了，心里比吃了蜜还要甜。看着孩子们通过阅读发生的变化，我不禁想：阅读真好，它让孩子实现了梦想。



8月8日，鹤庆县第三届文化艺术周系列活动——“书香鹤阳·艺韵银都”诵读会在新华石寨子举行，县图书馆全体工作人员、诵读爱好者等参加了活动。

诵读会以极具本土特色的田埂调表演拉开序幕。随后，《荷塘月色》（节选）的诗意吟诵将观众带入水墨意境，《鹤庆银》《素净的蓝》等原创作品则通过声情并茂的演绎，展现白族银都的独特魅力，《我喜欢出发》以昂扬的基调激发大家的热情，《爸爸是个超级变色龙》以童趣视角传递亲情温度，经典篇目《匆匆》《红岩》的诵读更引发观众强烈共鸣。《银雕水润的鹤庆》把诵读会拉向了高潮，让大家在文字中感受到了家乡的美好。活动上还有现场互动环节，邀请现场观众参与朗诵。

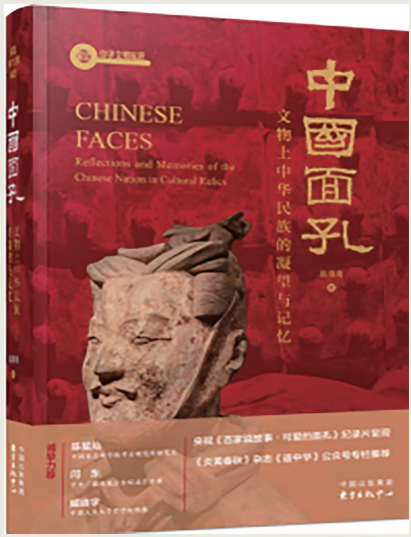
通讯员 寸春蕾 摄

新书速递



《白居易十讲》
莫砺锋 著
凤凰出版社2025年7月第一版

本书聚焦“面孔特写”，使那些被忽视的面部细节、目光方向、表情痕迹和饰物肌理成为图像叙事的中心。通过高清影像与场景复原，放大文物上的泪痕、皱纹、战伤，让冰冷的陶俑、铜像展露情感温度，展现中华民族的喜怒哀乐与精神底色。



《中国面孔 文物上中华民族的凝望与记忆》
翁淮南著
东方出版中心2025年7月第一版

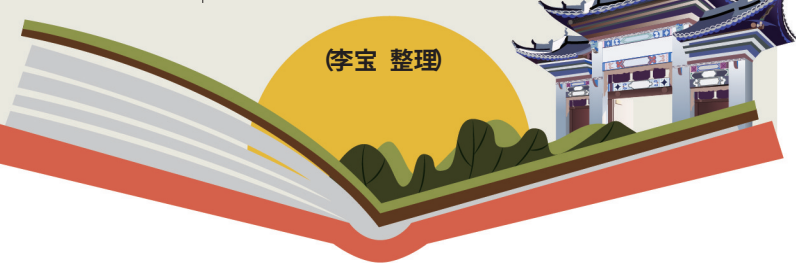


《走向三国 汉末群雄割据史（190—220）》
单敏捷著
中华书局2025年5月第一版

本书提供了超越演义叙事的深度解读，展现了传统史学的力度与魅力。它告诉我们：三国不是天命所归的浪漫传奇，而是制度裂变与权力重组的必然产物。群雄割据的表象之下，秦汉四百年积累的政治智慧仍在悄然运转。



《宁夏寻宝记》
京鼎动漫 著/绘
二十一世纪出版社2025年5月第一版



东方香草—紫苏

□ 杨艳玲

久居山中，看惯了山间景致，便萌生出探寻山外美景的念头。然而，一旦离开，便难以再回到往昔。每到这时，记忆如潮水般汹涌袭来，不由自主地开始追忆故乡的每条道路、每一栋房屋，乃至每一株本草。紫苏，就这样悄然打开了记忆的大门。尤其是当手中《本草纲目》里的紫苏映入眼帘时，我蓦然想起，紫苏的花语乃是“平凡”。

从河姆渡遗址出土的碳化种子，到《楚辞》中象征美人的香草；从敦煌壁画里胡商的药囊，到都市白领养生的茶盏，紫苏一直延续着中医文化的传奇。紫苏在《本草纲目》里称为“苏”，《本草纲目》中记载：“苏味辛，性温，无毒，主下气，除寒中，其子尤良。”紫苏作为一年生草本植物，春季生长迅猛，初夏枝繁叶茂，秋季果实成熟，冬季则迅速凋零。据说西晋文学家潘安容貌俊美、才华出众，且用情专一。其妻子离世后，他写下“往再冬春谢，寒暑忽流易”的诗句，由此建立了紫苏与时间的象征联系，“往苒”一词也因此而被赋予了独特的人文内涵。

紫苏在中国的种植与应用已有近两千年历史，它是传统的药食两用植物，也是我国首批公布的药食同源中药材之一。紫苏的应用极为广泛，尤其在解鱼蟹之毒方面功效显著。相传东汉末年，九九重阳节当日，华佗携徒弟到镇上酒铺饮酒，见几个少年比赛吃蟹。华佗深知螃蟹性寒，多食易致病，便上前劝阻，然而少年不听，酒铺老板也未加理会。一个时辰后，这些少年突然额头冒汗、手捧肚子在地上翻滚喊痛。华佗出门采摘了一些紫叶草，让老板熬汤给少年们服用，少年们服药后腹痛顿消。原来，华佗曾见一只水獭捕到一条大鱼后全部吞食，因食之过量而难受翻滚，后爬到岸边，吃了些紫苏叶便恢复如常。此传说在《本草纲目》中得到印证：“食蟹中毒，紫苏煮汁饮二升。”

近期，一款宋代紫苏饮在网络上迅速走红，其制作过程令人惊艳，众多博主和达人纷纷复刻这款宋代饮品。宋代堪称紫苏饮的鼎盛时期。据《广群芳谱》记载，宋仁宗翰林院评选天下饮品，紫苏熟水力压群芳，荣膺“宋代第一网红饮品”。宋代诗人方回亦有诗云：“未妨无暑药，熟水紫苏香。”杨万里则赞曰：“紫苏炊子最清新，一啜能消万斛尘。”可以想象，在汴京的茶肆中，那氤氲的香气引得文人墨客竞相品鉴。这杯千年前的“网红饮料”，不仅能消暑解渴，还具有“宽胸导滞”、治疗风寒感冒的功效，堪称古代版的功能性饮品。

《本草纲目》记载：“紫苏解肌发表，散风寒，行气宽中，消痰利肺，和血温中止痛，定喘安胎，解鱼蟹毒，治蛇犬伤。时珍以叶生食作羹，杀一切鱼肉毒。”紫苏在食疗中应用广泛，在古代常作为食品调料使用。在烧烤店，可见用紫苏叶包裹着焦香的五花肉食用的场景；在越南河粉里，切碎的紫苏增添了一抹清香。这抹紫色以不同的方式滋养着人间烟火。

记得每到中秋节前夕，母亲总会买一个紫苏大饼。我家位于永平县城，家门口便是当时县城最热闹的新华街。县城里最有名的当数紫苏五仁大饼，约十八寸大小。轻轻掰一块咬一口，紫苏的清香便在齿间萦绕，酥脆的外皮与香甜的馅料相得益彰，令人回味无穷。可惜，离开老家后，便再也无缘品尝到紫苏五仁大饼。如今回到老家，也难觅制作这种传统紫苏月饼的人。后来品尝过洱源、巍山和南涧的紫苏月饼，却发现无论是用料还是手艺，都与记忆中那浓烈清香的紫苏月饼有所差距。此后，我也尝过一些广式紫苏月饼和苏式苏籽月饼。然而，于我而言，无论是添加了苏籽还是紫苏叶的月饼，都缺少了几分“乡愁”的味道。这种味觉记忆，或许被我人为地贴上了思乡的标签，所以再美味的月饼也总觉得逊色几分。

令人诧异的是，不知从何时起，紫苏在年轻人中悄然走红。当代年轻人的养生方式犹如一场“极限拉扯”，他们一边熬夜，一边养生。在他们的养生花茶中，一款紫苏红茶因其制作简便而备受追捧。经过全发酵的紫苏红茶，性质温和，如同冬日暖阳，对脾胃极为友好。

中医认为紫苏属纯阳草，能温阳散寒、调理气血、补益阳气。但单纯晒干的紫苏味道一般，若制成紫苏红茶，则成为一款具有“花香、果香、紫苏香”的全发酵茶。我也曾尝试自制紫苏红茶，方法简单，制作过程极具治愈感。到市场购买了两把紫苏，将紫苏叶用清水洗净后均匀摊开晾干，进行萎凋。次日，开始轻轻顺时针揉捻紫苏叶，待有轻微紫苏汁水渗出时，逐渐加大力度继续揉捻，其间不断抖散叶片，再持续揉捻约15至20分钟后，盖上湿布发酵3个小时，然后可选择在太阳下晒干，也可用烤箱或空气炸锅烘烤。取一小撮晒干的紫苏红茶，注入热水，金黄色的茶汤瞬间散发出口香气，浅尝一口，紫苏的香甜就在舌尖萦绕，甜度适中，清爽可口，醇厚绵长，此时紫苏浓烈的味道已化为清新之味，是夏日解暑升阳的佳品。

在大理这片神奇的土地上，紫苏随处可见，它如同其花语“平凡”一般，生长于田间地头、菜园之中。这株平凡的紫色药草，恰似中医文化本身，扎根于泥土，扎根于农家，却散发着治病救人、为百姓生活增添美好的永恒魅力。在长期的生活实践中，母亲和小镇上的其他居民一样，对紫苏的运用得心应手。紫苏叶发汗、解表、散寒的作用较为缓和，家中若有人患风寒感冒，母亲便会从菜园采摘紫苏叶煮水，若病情较重，还会加入生姜、藿香一同煮水，喝下后钻进被窝发汗，一般的胃肠型感冒次日症状便会减轻。

无论是陆游“紫苏新叶满筠笼”的诗意，还是苏轼“紫苏煎水送人参”的雅趣，都诉说着紫苏与人间烟火的深度交融。随处可见的紫苏，在与本草相伴的岁月里，人们观察它、利用它、转化它，不断汲取“居有草，食有药”的生存智慧。



我以为，读书不一定非要有目的，而且最好是没有任何目的，读书本身就是目的。读书本身带来内心的满足，好比一次精神上的漫游，在别人看来，游山玩水跑了一天，什么价值都没有，但对我来说，过程本身就是最大的价值，那是不能用功利标准来衡量的。

总的说来，我们这一辈受到的教育承接的是西方的传统，而不是中国的传统。可是现在我跟年轻的同志们谈起，还是说：‘你们还是得学古文。’毕竟中国的文化五千年，总有四千九百五十年它的载体都是古文，除非你不要这四千九百五十年，否则你要继承这个历史文化的话，就得非学古文不可。

而且我还向那些青年同志们说：你们中文一定要学好，即便将来你出国不回来了，你做了外国人，可是你的优势就在于你有中国文化的基础，把自己的优势给放弃了挺可惜的。传统文化是融化在你的血液里面，渗透在你的骨髓里边的，这是你天然的优势所在，所以一定要学好。别跟外国人一比，英语比不上他，你对中国文化又不懂，那是不行的。

——何兆武《上学记》

(李宝 整理)