



与书为友的日子

□ 杨训波

于我而言,阅读是一种生活方式。与书为友,让我的生活充满了阳光和雨露,它让我平淡的生活变得充实而灵动起来。

进入中年之后,阅读成为生活的一部分,不论是在午休前,还是在夜晚睡觉前,我都会找一本文学书籍翻阅一番,当睡意袭来,将书随手一放,人便进入了梦乡。

我出生在南涧县无量山镇卫国村委会一个名叫花椒箐村的小村庄里。小时候,我读的书有限,记忆犹新的有两个细节,第一个细节是在放牛山上背诵唐诗和小学生作文优美词句,第二个细节是在白达小学老师的窗台上读到的一本外国小说,书名已忘记,讲的是一个外国人发明了一种隐身药水,吃了这种药水后,他就隐身起来干尽各种各样的坏事,最终被人识破。那是我的童年时光,当时,对我影响较大的不是书本,而是自然山水和星星月亮,它们开拓了我的视野,打开了一个山里娃对广阔世界的向往,这是我阅读的第一阶段。

高中阶段,我读的书大多来自朋友的介绍,开始读到外国名著,比如海涅的散文、荷尔德林的《诗化哲学》、马尔克斯《百年孤独》,也读了许多中国的新诗,比如海子、舒婷等人的诗,读完了三毛的散文,古老的武侠小说,这一时期,读书很杂,但相对单一,基本上都是文学书籍。这个阶段,读了一些书,开始写日记、学习诗歌和小说。这一时期对我影响较大的是与同学一起在南涧一中创办砺石文学社,开展文学活动,进行诗歌集体创作。购书也就从这一时期开始的,那些年,每到假期都要到建水。在建水古城,我最喜欢去的就是书店,每次前去,都要买上几本书回来。在汗牛充栋的书海里选购一本心仪之书,成为我阅读的重要组成部分。我觉得,选购一本书,恰似在茫茫人海中寻找一个朋友,买到一本好书,就像交到一个好朋友一般,那份喜悦只能意会,无法言说。

后来我在昆明师专上学,学校对面就有一个图书城,只要动了买书的念头,我就会跑到图书城里,人一旦置身里边便有了坐拥书城之感,挑选也变得异常地庄重起来,买到的书也因此而显得更加重要了。在我目前的藏书书中,绝大多数书籍都是在这一时期买到的。这一时期的阅读集中在国外的一些大师作品,比如卡夫卡、博尔赫斯、马尔克斯、加缪、歌德等等,这一时期读得最为集中的是文学、哲学、社科类,中国的孔孟、老庄思想就是这个时期接触

到的。这一时期对我影响较大的是接任学校的文学社,编印文学社的期刊、与高校同学举办文学沙龙。

参加工作后的阅读,可算作我阅读的第四个阶段。这一时期,我重读过去读过的一些文学著作之余,开始研读《史记》《三国志》《孔子》《庄子》《老子》《聊斋志异》等中国古典作品,文学书籍的阅读倾向于个别作家,比如福克纳、萨特、马尔克斯、博尔赫斯、乔伊斯、余华、刘亮程等。这一时期对我影响较大的是开始从事记者、编辑工作,开始参与州县作家协会一些活动。

纵观我的阅读史,有两点可以总结,一是阅读属于一种生活方式,它让我远离了许多生活的烦恼,将时间与空间压缩在一起,与世界各国的经典作家对话、体验各种不同的人生经验,读书让我对世界、对人生充满敬畏和热爱,也避免了我成为一个坏人。二是由读到写、由读者成为一个作者,这让我的人生宽度得到了拓展,不论是散文写作还是小说创作,让我有了书写人生经验的体验。书是世界上最便宜的商品,同时也是最无价的产品。如果要问,世界上什么东西最香,我个人的回答是书最香,要问世界上交什么朋友不怕交错,那也只能是书籍。因此,我们首先要交的朋友就是书,值得我们持续不断去坚持的活动就是读书。

在《资治通鉴》里记载着一个《孙权劝学》的故事。起初,孙权对吕蒙说:“你现在当权掌管政事,不可以不学习!”吕蒙用军中事务繁多的理由来推托。孙权说:“我难道是想要你研究儒家经典成为传授经书的学官吗?只是应当粗略地阅读,了解历史罢了。你说军中事务繁多,谁能比得上我呢?我经常读书,自认为有很大的好处。”吕蒙于是就开始学习。有一次,鲁肃到寻阳时,和吕蒙论议国家大事,鲁肃惊讶地说:“你现在的才干和谋略,不再是以前那个吴县的阿蒙了!”吕蒙说:“与读书的人分别几天,就要用新的眼光来看待,兄长怎么认清事物这么晚啊!”于是鲁肃拜见吕蒙的母亲,与吕蒙结为朋友才分别。这便是“士别三日当刮目相待”的故事。

我们很多人就像吕蒙一样,经常找一些不读书的借口。借口是最好找的,但读书也是最容易开始的。有专家指出,简单的事情反复做,有益的事情重复做,这就是成功的法则,也是做人的法则。简单的事和有益的事,这两种事对每个人来说,相同的可能就是阅读这件事了。

悦读驿站



参加主题阅读活动人员齐声朗诵《书香中国》。(摄于8月28日)

当日上午,大理州2026年全民阅读“在大理爱上书香生活”暨“读懂最早叫云南的地方”主题活动在祥云县云南驿镇云南驿村李家小院举行。

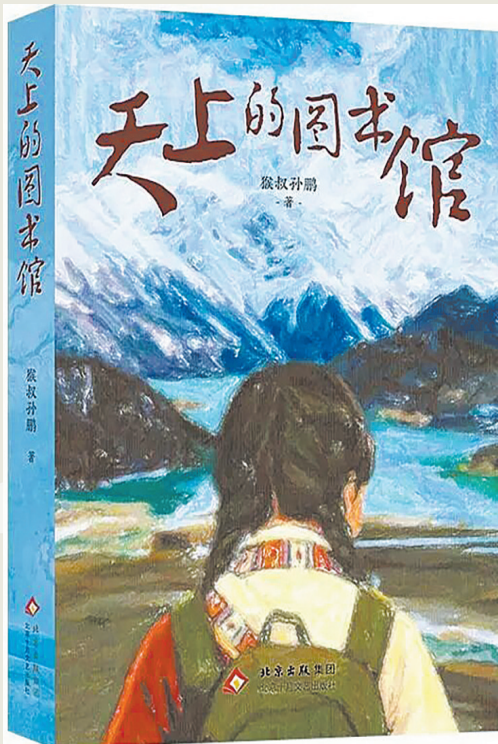
活动通过经典诵读、诗词赏读、文艺表演、全民阅读倡议、乡土故事分享及赠书等丰富多样的环节,以沉浸式、多元化的阅读形式,让书香走进乡村小院,为“在大理爱上生活”增添书香温度,引导全民阅读融入日常,持续擦亮大理书香文化品牌,赋能乡村振兴。 [通讯员 王松艳 摄]



坐落于南涧县南涧镇西山村的“清华乡村书院”。(摄于8月22日)

“清华乡村书院”是清华大学挂钩帮扶项目之一,建成于2023年9月,建筑面积513平方米,集清华服务平台、教育宣讲、书吧、研学、青少年教育实践、游客服务等功能于一体,书院紧邻土林景区,有田园景观、土林地质景观、水塘景观和传统村落景观可供旅游观光。 [通讯员 李文开 摄]

新书速递

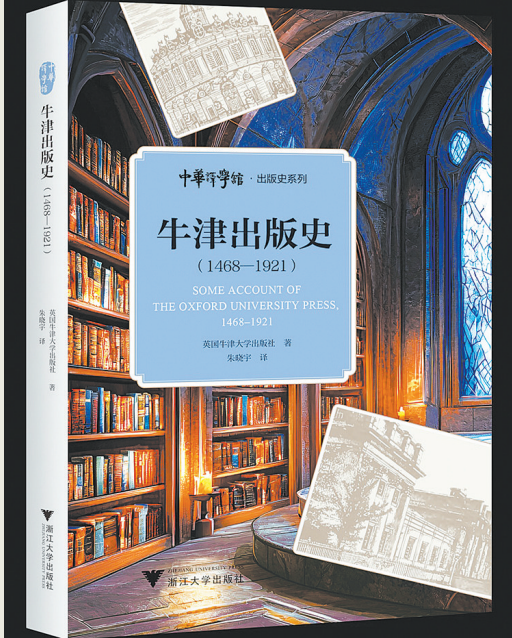


《天上的图书馆》

猴叔孙鹏 著

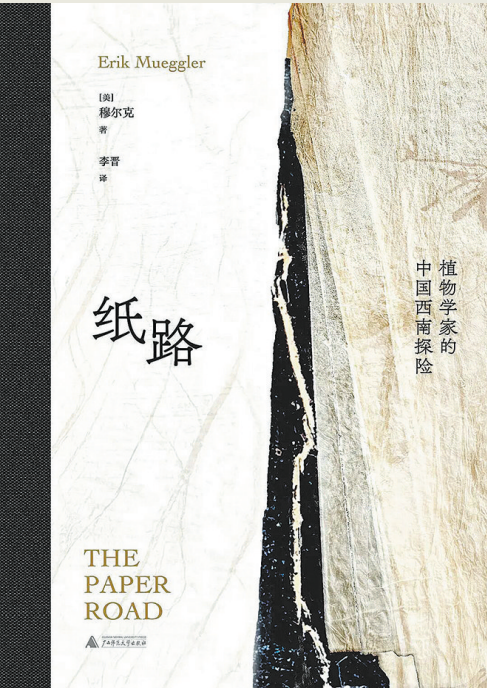
北京十月文艺出版社2026年6月第一版

这是由牛津大学出版社编著的一部社史,按时间顺序介绍了这家出版社如何从五百多年前印刷小册子开始,一步步跻身有着世界级影响力的大学出版社之列,详述其从1468年到1921年之间的历史,特别是图书策划、印刷以及发行等环节的具体发展过程,随着时代变迁怎样拓宽出版版图、在全球范围建立分社,还对这家出版社历史上推出的经典图书进行了回顾,从中可以了解到这座学术出版重镇是如何建成的。



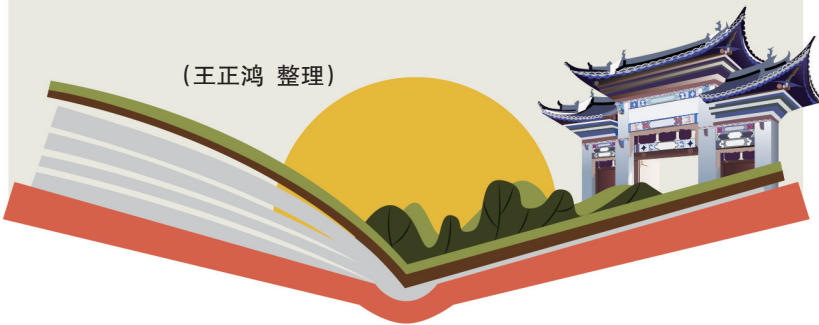
《牛津出版史(1468—1921)》
英国牛津大学出版社著 朱晓宇 译
浙江大学出版社2026年3月第一版

从1906年到1950年,英国爱丁堡皇家植物园的探险家、植物学家傅礼士和美籍奥地利植物学家洛克在中国西南进行植物考察活动,足迹遍及滇、甘、青、川等地。他们的名字和那些植物信息留在了植物学史中,而辅助他们采集植物、写采集签、制作标本、撰写报告的玉龙雪山下纳西人的事迹和名字则不为人知。这部作品兼具民族志的学术严谨和文学表达的可读性,在包含大量植物学知识的前提下,对于西南风土人情、东巴文化与中外合作考察中人与人的关系等方面也有书写。



《纸路:植物学家的中国西南探险》
[美]穆尔克 著 李晋 译
广西师范大学出版社2026年6月第一版

(王正鸿 整理)



大医精诚孙思邈

□ 江蓝

说到孙思邈,最初的印象来自历史课本里:写了《千金方》,医学贡献巨大。开始认真真认识他,已是初老之年。可能是某个词条的关系,经常提到的那个词把他从茫茫人海推给了我,只记得那天我看他的事迹看得泪流满面。我不是那个时候生病的孩子,我是那个时候母亲重病的孩子。

我有一架子书,却没有一本是关于他的。那天立马就去了书店,找了大半天还是没有找到关于他的书,好心店员告诉我不妨网上看看。淘书之行一波三折,从物流信息显示到见到书,花了几天时间,《大医精诚孙思邈传》终于到手。

没有选择大名鼎鼎的《千金方》,不是因为我不懂药典,而是因为令我动容的是那个一生都在诠释“大医精诚”的老人。《大医精诚孙思邈传》为中国历史文化名人传记系列丛书之一,罗先明原创纪实传记。

初读传记,看他也想走进仕途,最终因情势开始寻师行医,之后一生致力于此。一辈子攒下五千三百多个方子,他把妇幼药方放在最前面,因已儿时“汤药之资,罄尽家产”,所以,贵药尽量寻“便替”,给平民留活路,人命千金。在百岁之年,又给自己的心血之作加“翼”,修正补充药方。真的是“青衿之岁,高尚兹典;白首之年,未尝释卷”!

或许,我们应该感谢他那段儿时的不得志,可能朝堂上少了一个风云人物,但是医药史上多了一个王者。又或许,远离朝堂才得以活了那么久,治病救人,疗疾皇室贵胄的同时,从未放弃民间行医。作者在续篇各种佐证,孙思邈是人不是神,活了一百四十一岁。

书中记载了晚年孙思邈总结的读书心得:“凡欲为大医,必须诵《素问》《甲乙》《黄帝内经》《明堂流注》及十二经脉、三部九候、五脏六腑、表里孔穴、本草药对,张仲景、王叔和、阮河南、范东阳、张苗、靳邵等诸部经方。又须妙解阴阳禄命、诸家相法,及灼龟五兆、《周易》六壬,并须精熟,如此乃得为大医。若不尔者,如无目夜游,动致颠殒”。他之体会,欲为大医光是熟读医书不够,尚须旁通其他经典:读五经方知仁义之道,读三史知有古今之事,读诸子睹事则不能默而识之,读《内经》则知有慈悲喜舍之德,读《庄》《老》才能任真体运则吉凶拘忌触涂而生。至于五行休王、七耀天文,并须探赜。“若能具而学之,则于医道无所滞碍,尽善尽美矣。”读毕心得,我一字不舍得删地抄录了下来,仿佛看见那个研药百年、行医万里、握弃名利、由技进乎道、返虚入浑、积功成神的孙思邈美髯飘飘迎面而来。

他说医道是“至精至微之事”,要求医者“博极医源,精勤不倦”,面对患者需“皆如至亲之想”“普同一等”,并做到“澄神内视”,甚至面对险恶危难“一心赴救”“无作功夫行迹之心”。大医精诚至今仍被奉为主臬,医学不仅是技术,更是仁术。先有大慈恻隐之心,愿普救生灵之苦,不仅需要从业者深思,也值得我们所有人学习。

一件小事,记在最后。那天我找完书赶到医院,在重症病房外,有位刚刚忙碌结束“全副武装”的护士跑过来问我:“老师,你还记得我吗?”我花了几分钟,透过那双慈中带笑的眼睛,终于想起了他是谁。那个我刚毕业于幼儿园带过一年的小孩,已经工作了。我是感动的,他没有因为种种顾虑放弃和我相认,当下感受就是此子纯真善良。那天是随处都能感受到似药王风采的一天,那天也是得到药王及众医家之功庇佑的一天。

开卷有益



一个湖养活很多人

——读《洱海笔记》后感

□ 郑敏霞

长篇散文《洱海笔记》是云南青年作家北雁花了一年的时光徒步环绕洱海一周,探访历史深处的洱海和现实中的洱海,再耗时两年,用细腻的笔触,把美丽的洱海风光、丰饶的洱海风物、醇厚的洱海风情呈现给读者的自然文学著作。这是环洱海流域一部具体而微的百科全书,是一个孩子写给母亲的抒情诗,是对洱海母亲的深情告白,是饱蘸心血的生态忧思录,是洱海生态保护及生态文明的别样范本。

翻开带着墨香的扉页,一幅精美的油画跃然纸上,高原水乡洱海的鱼水文化气息扑面而来。而我始终相信,美好的作品如涓涓细流,滋养每位热爱阅读的读者的心灵;美好的作品如点点星光,照亮每个热爱创作的作者的道路。《洱海笔记》主题深刻,情感真挚,文笔细腻,在阅读中让人生发共鸣。

作家以徒步时间为经,以行走足迹为纬。全书以日记体形式,环绕洱海沿岸村落,遍访苍山十八溪及弥苴河、永安江等洱海源流,行走在鹿卧山、小普陀、金梭岛和双廊古镇,寻访珠海阁、浩然阁、青索桥等各种遗迹,历时十个满月,跨越四个季节,了解洱海的现状入手,寻访洱海的历史足迹。作者的笔下,有杨升庵、李元阳、杨琮等先哲的行迹,也有当代人民与洱海鱼水相依的深厚情结,作为一个外地读者,我对洱海沿岸的民风民情有了深刻的印象,同时,也能从作家的字里行间感受到了生态文明建设的重要意义。

作家以历史名著为筋,以民俗风情为络。全书共二十九章节,以行走的地理为线,结合所见与所闻,作家查阅了《大理府志》《大理县志稿》《大理市白族村名考》《大理市海东镇白族村考》《南诏德化碑》《双廊白族文化研究》等大量历史,同时,又有《寂静的春天》《醒来的森林》《遥远的房屋》《一平方英寸的寂静》《瓦尔登湖》《沙乡年鉴》等自然文学经典,对于一个热爱阅读的读者,这样的心理默契让人心里充满了愉悦。而我感兴趣的是漂来寺、望夫云、上关花等各种故事传说,体验沿途的村落风情,寻访散落的各种古迹。作家通过细腻的文笔、细致的观察、亲切的走访、灵魂的拷问,把自然风光、乡土地情、传统文化等编织成一本有关洱海文学的“本草纲目”,展现给读者。

以“生态保护”为镜,以“美丽风光”为情。洱海是大理各族人民的“母亲湖”,是大理四千年文明的摇篮,然而,随着工业文明时代的到来,特别是近年来经济的快速发展和人类活动的影响,洱海生态保护面临着系列的问题。字里行间,我们同样读到作家对生态文明的呼吁,也契合了时代的主题。我们欣喜地看到,2022年《洱海笔记》被云南省委宣传部列入滇版精品出版工程,2023年2月由云南教育出版社正式出版发行;随后在2023年昆明市全民阅读大会暨第十一届“书香昆明”全民阅读系列活动,荣获“云南好书佳作奖”;2024年末,此书还获得了第十三届全国少数民族文学创作骏马奖;近日,在第二版新书即将付印之际,此书又获得了第十届云南文学奖特别荣誉奖。虽然荣誉不能代表这本书的所有精彩,但同时也似乎在告诉我们它的价值所在。由衷希望北雁能在时光的历练中创作出属于那片神奇土地的更好作品。