

Reading program

# 爱上读书

## ——我的阅读档案

Let us fall in love with reading

让阅读成为一种习惯

主编◎蔡碧柳



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

# 爱上读书

## ——我的阅读档案

主 编 蔡碧柳

参 编 黎 莹 邝希恩 石会鹏 周 珍

胡小明 王明东 王 玲 莫惠金

张黎黎 冯 琳



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

## 内容提要

本书较系统地介绍了读书并记录阅读笔记的方式。全书以时间为单位,以一学期为一个大周期,以四周为一个小周期,引导学生阅读书籍并记录阅读笔记。每周阅读记由“读书格言”“每周书单”“阅读摘抄”“阅读感悟”“相关链接”“每周观察”等模块组成,便于学生记录阅读笔记,提高学生阅读兴趣,培养学生阅读能力。

本书既可供普通中职院校相关专业学生使用,也可作为文学爱好者阅读书籍的阅读记录。

## 图书在版编目(CIP)数据

爱上读书:我的阅读档案 / 蔡碧柳主编. -- 上海:上海交通大学出版社, 2017  
ISBN 978-7-313-16502-2

I. ①爱… II. ①蔡… III. ①读书方法 IV.  
①G792

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第006462号

## 爱上读书——我的阅读档案

主 编: 蔡碧柳

出版发行: 上海交通大学出版社

地 址: 上海市番禺路951号

邮政编码: 200030

电 话: 021-64071208

出 版 人: 郑益慧

印 制: 北京市科星印刷有限责任公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 9.25 字 数: 119千字

版 次: 2017年1月第1版

印 次: 2017年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-313-16502-2/G

定 价: 28.00元

版权所有 侵权必究

告读者: 如发现本书有印装质量问题请与发行部联系

联系电话: 010-62137141



好书就如同良师益友。读书可以帮学生开拓视野，不再局限于生活中的一隅，可以无拘无束地畅游古今中外，学识遍布四海。同时，随着读书范围的扩大，学生也会形成广博的心胸，树立远大的理想、信念。为拓展中职学生阅读水平，提高中职学生的语文读写能力与综合技能，我们特编写了此书。

整体而言，本书具有以下特点：

(1) 在整体结构上，以一学期为一个大周期，学生可在老师的指导下制订“学期阅读计划”，并对每周的阅读情况进行“自我评价”；此外，以四周为一时间单位，一周一个阅读记，让学生记录阅读笔记。每一时间单位开始时以“名家读书之论”“名家阅读之法”导入，使学生感受名家的阅读经验，学习阅读方法。书的结尾，为学生推荐阅读书目，不仅包含教育部指定的必读名著书目，还包括外国文学、现当代小说及散文等广受好评的时文美篇，还有与专业相关的书籍杂志，增强学生对阅读的兴趣，拓宽学生知识面。

(2) 在阅读记体例上，坚持形式为内容服务。每个阅读记中都由“读书格言”“每周书单”引出每周阅读计划。其次，“我的阅读记录”中又包含“阅读摘抄”和“阅读感悟”，让学生随时记录自己的阅读感想。最后，“相关链接”“每周观察”等模块加强学生对此次阅读的理解，将书中内容与生活实际相结合，从而拓宽学生知识面，提升自我价值。

阅读使文字具有了永恒的价值，它比图像更空灵，比记忆更清晰，比冥想

更深邃。通过本书的阅读记，学生也有了一套自己的阅读档案，使学生可以随时回首过去，回味书籍。同时，也有效地促进了学生对阅读的热爱，有助于学生养成良好的阅读习惯。

在编写本书的过程中，我们参考了大量的书籍资料。在此，我们向参考过的书籍资料的作者表示诚挚的谢意！由于编写时间仓促，编者水平有限，书中疏漏与不当之处在所难免，敬请广大读者批评指正。

编 者

2017 年 1 月



## 上 卷

我的阅读档案——个人名片 / 3

我的学期阅读计划及阅读评价表 / 4

名家读书之论——莫言谈读书：《读书杂谈》 / 5

名家阅读之法——弗朗西斯·培根读书名言及方法 / 6

第一周阅读记 / 8

第二周阅读记 / 10

第三周阅读记 / 12

第四周阅读记 / 14

名家读书之论——毕淑敏谈读书：《读书使人优美》 / 16

名家阅读之法——梁启超阅读方法 / 17

第五周阅读记 / 19

第六周阅读记 / 21

第七周阅读记 / 23

第八周阅读记 / 25

名家读书之论——周国平谈读书：《我读书的“三不”主义》 / 27

名家阅读之法——鲁迅阅读方法 / 29

第九周阅读记 / 30

第十周阅读记 / 32



第十一周阅读记 / 34

第十二周阅读记 / 36

名家读书之论——余秋雨谈读书：《好的读书人应该不断“扔书”》 / 38

名家阅读之法——毛姆阅读方法 / 40

第十三周阅读记 / 41

第十四周阅读记 / 43

第十五周阅读记 / 45

第十六周阅读记 / 47

名家读书之论——柯灵谈读书：《我说读书》 / 49

名家阅读之法——爱因斯坦阅读方法 / 50

第十七周阅读记 / 52

第十八周阅读记 / 54

第十九周阅读记 / 56

第二十周阅读记 / 58

## 下 卷

我的阅读档案——个人名片 / 63

我的学期阅读计划及阅读评价表 / 64

名家读书之论——冰心谈读书：《忆读书》 / 65

第一周阅读记 / 68

第二周阅读记 / 70

第三周阅读记 / 72

第四周阅读记 / 74

名家读书之论——冯友兰谈读书：《我的读书经验》 / 76

第五周阅读记 / 79





第六周阅读记 / 81

第七周阅读记 / 83

第八周阅读记 / 85

名家阅读之法——斯蒂夫·艾伦谈怎样欣赏名著 / 87

第九周阅读记 / 90

第十周阅读记 / 92

第十一周阅读记 / 94

第十二周阅读记 / 96

名家读书之论——周而复谈读书：《忠实的伴侣》 / 98

名家阅读之法——名人读书经验谈 / 99

第十三周阅读记 / 101

第十四周阅读记 / 103

第十五周阅读记 / 105

第十六周阅读记 / 107

名家读书之论——俞平伯谈读书：《读书的意义》 / 109

第十七周阅读记 / 111

第十八周阅读记 / 113

第十九周阅读记 / 115

第二十周阅读记 / 117

一、教育部指定初高中学生必读的名著书目 / 119

二、文学类推荐书目 / 120

三、专业类推荐书目 / 132

四、数字化阅读交流平台推荐 / 136



让  
阅  
读  
成  
为  
一  
种  
习  
惯

III



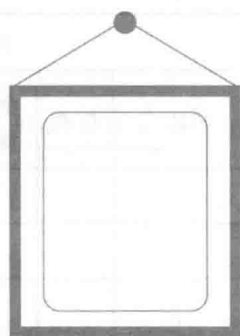
上  
卷



## 我的阅读档案——个人名片

姓名 (name) \_\_\_\_\_

班级 (class) \_\_\_\_\_ 部 \_\_\_\_\_ 班 \_\_\_\_\_

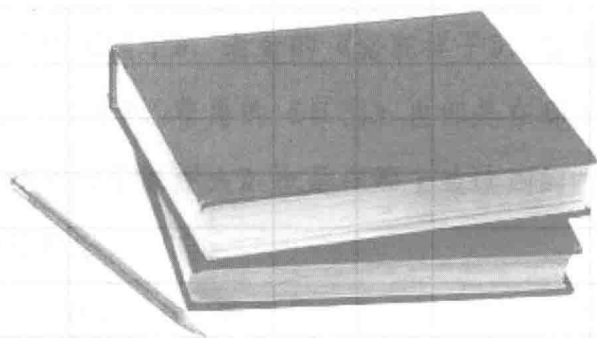


爱好 (hobby) \_\_\_\_\_

理想职业 (ideal career) \_\_\_\_\_

我的座右铭 (my motto) \_\_\_\_\_

最喜欢的书 (favorite book) \_\_\_\_\_



## 我的学期阅读计划及阅读评价表

(20 — 20 学年第 学期)

姓名:

学号:

班级:

[illegible]



## 名家读书之论

### 莫言谈读书

#### 莫言简介：

莫言，原名管谟业，1955年2月17日生，祖籍山东高密，是第一个获得诺贝尔文学奖的中国籍作家。他在20世纪80年代以一系列乡土作品一举成名，作品中充满着“怀乡”以及“怨乡”的复杂情感，被归类为“寻根文学”作家。代表作品有《红高粱》《檀香刑》《丰乳肥臀》《生死疲劳》《蛙》《酒国》等。

### 读书杂谈

莫言

我的读书生活，起始于少年时期。那时中国的乡村普遍贫困，能借到的书很少，自家拥有的书更少。我把班主任老师那几本书和周围十几个村子里的书借读完后，就反反复复地读我大哥留在家里的那一箱子中学课本。数理化看不懂，读语文、历史、地理、生物。读得遍数最多的自然是语文。那时中学的语文教材分成《汉语》和《文学》两种。《汉语》是古文、语法，《文学》则是古今中外的文学名著的节选。那几册《文学》课本，极大地开阔了我的文学视野。普希金的《渔夫与金鱼的故事》是在那上边读到的，安徒生的《卖火柴的小女孩》也是在那上边读到的。茅盾的《林家铺子》、老舍的《骆驼祥子》、鲁迅的《从百草园到三味书屋》、郭沫若的《屈原》、曹禺的《日出》也都是在那上边读到的。还有我们河北的徐光耀老师的《平原烈火》也是在那上边读到的。读了很多遍，过了许多年，书中的情节都牢记不忘。

在保定当兵时，我曾兼任单位的图书管理员，管理着三千多册图书。这也是一个比较疯狂的读书时期。三千多册书中，文学类图书约占三分之一，其他均是



让阅读成为一种习惯

5





哲学、政治、历史读物。读完了文学类图书，就读哲学、历史，像黑格尔的《逻辑学》和马克思的《资本论》也都是那时读过的。虽然读不太懂，但他们那种绕来绕去、摇曳多姿的句子，给我留下了深刻印象，也许还影响了我的文风。

我上学时不是个好学生，但读书几近成痴的名声流播很远。我家门槛上有一道光滑的豁口，就是我们三兄弟少时踩着门槛，借着挂在门框上那盏油灯的微弱光芒读书时踩出来的。那时我额前的头发永远是打着卷的，因为夜晚就着灯火读书，被燎了。

读书的最好时期，当然是少年，那时心无旁骛，读得快也记得牢。但很可惜，我少年时，有时间读书但没书读，现在的孩子们，有许多的书，但没有时间读。青年时期当然也是读书的好时光，但面对着浩如烟海的书，如何选择，也是一大难题。比较常见的说法是读经典，这当然是对的，但也不妨做些另类的尝试，那就是，少读一些经典，多读一些很少有人读过的冷门书，甚至稀奇古怪的书，这对于从事文学创作的人，也许更有用处。

我现在的读书质量和速度已经大不如前，但即便如此，也还是每日捧读不辍。古人云：“少而好学，如日出之阳；壮而好学，如日中之光；老而好学，如炳烛之明。”书如灯光，引导着我，也温暖着我，尽管我母亲曾经对我说过：“饿死不吃嗟来食，冻死不烤灯头火。”但暗夜里的一灯之火，总还是能带给我们些许温暖，也许还能引发熊熊烈火，照亮我们未曾去过的世界。



## 名家阅读之法

弗朗西斯·培根读书名言及方法

培根简介：

弗朗西斯·培根（1561—1626），英国文艺复兴时期最重要的散文作





家、哲学家。他不但在文学、哲学上多有建树，在自然科学领域里，也取得了重大成就。

## 培根读书方法

1. 读书能给人乐趣、文雅和能力。
2. 读书不是为着要辩驳，也不是要盲目信从，更不是去找寻谈话的资料，而是要去权衡和思考。
3. 有些书只需浅尝，有些书可以狼吞，有些书要细嚼慢咽，逐步消化。
4. 读书使人渊博，辩论使人机敏，写作使人精细。
5. 读书可以铲除一切心理上的障碍，正如适当的运动能够矫治身体上某些疾病一般。
6. 阅读使人充实；会谈使人敏捷；写作与笔记使人精确。史鉴使人明智；诗歌使人巧慧；数学使人精细；博物使人深沉；伦理使人庄重；逻辑与修辞使人善辩。
7. 读书补天然之不足，经验补读书之不足。读书足以怡情，足以博采，足以长才。
8. 有些书可供一尝，有些书可以吞下，有不多的几部书则应咀嚼消化。
9. 读书在于造就完全的人格。
10. 书籍是横渡时间大海的航船。





【经典诵读】晨对午，夏对冬。下偏对高春。青春对白昼，古柏对苍松。——《笠翁对韵》

## 第一周阅读记

时间： 月 日至 月 日

### 【读书格言】

【每周书单】课文《我的母亲》，作者：老舍（1899—1966），原名舒庆春，字舍予，现当代著名作家。相关作品推荐：《骆驼祥子》《四世同堂》《茶馆》《老张的哲学》等。

|        |    |    |    |      |    |
|--------|----|----|----|------|----|
| 我的阅读记录 | 时间 | 书名 | 作者 | 阅读页数 | 备注 |
|        | 周一 |    |    |      |    |
|        | 周二 |    |    |      |    |
|        | 周三 |    |    |      |    |
|        | 周四 |    |    |      |    |
|        | 周五 |    |    |      |    |
|        | 周六 |    |    |      |    |
|        | 周日 |    |    |      |    |

阅读摘抄：

阅读感悟：



阅读是一种最美的姿态





续表

|                                                                                                                                           |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>阅读摘抄:</b>                                                                                                                              | <b>阅读感悟:</b> |
| <b>【相关链接】</b> （填写和本周阅读书籍相关的信息，如作者、人物、影视……）                                                                                                |              |
| <b>【每周观察】</b> （时事新闻、专业动态、校园风物、个人成长、身边大事小情……）                                                                                              |              |
| <b>【趣味语文】</b><br>填人名，补足歇后语。<br>(     ) 借东风——巧用天时      (     ) 借荆州——有借无还<br>(     ) 上梁山——官逼民反      (     ) 打宋江——过后赔礼<br>(     ) 照镜子——里外不是人 |              |

自我评价:

教师评价:



让阅读成为一种习惯

