



高等职业教育“十三五”规划新形态教材

# 高职语文素养

● 主 编 马洪波 杜晨阳



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

高等职业教育“十三五”规划新形态教材

# 高职语文素养

主 编 马洪波 杜晨阳  
副主编 高翔娟 董克林  
主 审 闫玉喜



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

高职语文素养 / 马洪波, 杜晨阳主编. —北京: 北京理工大学出版社, 2017. 8

ISBN 978-7-5682-4662-0

I. ①高… II. ①马…②杜… III. ①大学语文课-高等教育-教材 IV. ①H19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 201799 号

---

---

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 /

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 / 16.5

字 数 / 395 千字

版 次 / 2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

定 价 / 35.00 元

责任编辑 / 张慧峰

文案编辑 / 张慧峰

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 李志强

---

# 前言



“立德、立功、立言”，古人提出的“三不朽”是对一个人品行与学识最高的要求，也是一个人一生努力的方向。中国知识分子自古就有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的情怀，一个民族的自信首先是文化自信，对此唯有“立身以立学为先，立学以读书为本”。经历了12年的母语教育，大学生需要在语文素养上全面提升自我，拓宽知识面，提高与人沟通及职场写作能力。本教材的编写是辽宁现代服务职业技术学院自2011年以来开展的大学语文素质教育的一个成果总结与理论提升，也是对本院曾经开设的“口语交际”“应用文写作”课程在学生中的一个延续。

本书力争提高学生的书籍阅读能力、职业所需要的口语表达与写作能力。全书共分4个项目，12个任务，4个项目分别开卷有益（5个任务：阅读有法、笔记有方、知史明智、品哲励志、文学感悟）；正音善言（2个任务：字正腔圆、明礼善言）、应用写作（3个任务：事务文书写作、公务文书写作、调研文书写作）、大学语文素养教育（2个任务：大学语文素养教育概述、大学语文素养教育的主要内容）。本书编写中以书籍的阅读方法为引导，进而介绍不同类别的书籍的分类及阅读方法，包括对哲学类、史学类、文学类作品按类别划分及阅读方法的指导，学生语言发音指导与沟通技巧与方法的指导，应用写作知识的指导。

本教材编写的特点如下：

## 一、突出理论引导与方法指导

学生语文素养的提高是一个不断积累的过程，在积累的过程中需要有一个正确的方法上的指导，学生在掌握正确的方法的基础上，会慢慢养成好的学习与阅读习惯。本教材既有对学生能力提升的理论指引也有方法上的指导。

## 二、注重提升学生职业文化能力

本教材在内容的安排上以阅读为基础，从而拓展到口语表达与应用文写作能力，让学生在夯实了文化基础的前提下，有针对性地提高职业文化能力。

## 三、教材配套考核内容

提升学生的语文素养，不单纯是理论与方法上的指导，同时配有考核的内容，建立学生考核档案，同时配有考核的题库与相关的样题，能让学生在考核中检验自己，并提高自己的能力。“大学生常用汉字训练题库”内容可通过本书封底二维码扫取。

本书的编写得到了辽宁现代服务职业技术学院领导与教师的大力支持，教务处处长闫玉喜担任本书的主审。本书由辽宁现代服务职业技术学院马洪波和杜晨阳两位副教授担任主编，辽宁现代服务职业技术学院高翔娟讲师和商丘职业技术学院董克林教授担任副主编。马

洪波负责全书的编写体例设计及统稿定稿工作，完成前言，项目一中任务一、任务二，项目二中任务二第一节、第二节，项目四的编写工作及参考文献的整理工作；杜晨阳负责项目一中任务三、任务四，项目三中任务一中第一节、任务二、任务三中第一节的编写工作；高翔娟负责项目一中任务五第二节和第三节，项目二中任务二第三节，项目三中任务一第二节和任务三中第二节的编写工作；董克林负责项目一中任务五第一节和项目二中任务一的编写工作。马洪波、杜晨阳和高翔娟老师共同完成“大学生常用汉字训练题库”的编写工作。同时，感谢辽宁现代服务职业技术学院张丹与李青两位老师在本书的编写过程中给予了资料搜集上的帮助。

在本书编写的过程中，参考、选取了相关书籍、报刊和网站文献中的部分资料。在此向资料的作者表示诚挚的谢意！

由于编者水平有限，不妥之处在所难免，恳请同行和广大读者不吝赐教。

编 者

# 目 录



|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 项目一 开卷有益                 | 1   |
| 任务一 阅读有法                 | 1   |
| 第一节 明其义，知其的——阅读概述        | 2   |
| 第二节 循其法，遵其律——阅读方法概述      | 7   |
| 第三节 养成习，选对式——阅读习惯的养成     | 14  |
| 任务二 笔记有方                 | 18  |
| 第一节 读其形，记其神——读书笔记概述      | 18  |
| 第二节 取其骨，择其要——读书笔记的书写方法   | 20  |
| 第三节 多其样，任其选——读书笔记的记录方式   | 27  |
| 任务三 知史明智                 | 35  |
| 第一节 历史书籍的类别              | 35  |
| 第二节 知史实，明事理——历史类书籍的阅读    | 40  |
| 第三节 见其人，观其程——传记类书籍的阅读    | 47  |
| 任务四 品哲励志                 | 49  |
| 第一节 哲学类书籍的分类             | 49  |
| 第二节 品人生，懂哲理——哲学类书籍的阅读    | 53  |
| 第三节 欣赏美，体悟情——美学及宗教类书籍的阅读 | 60  |
| 任务五 文学感悟                 | 62  |
| 第一节 文学类书籍的类别             | 62  |
| 第二节 观社会，识人性——小说的阅读       | 68  |
| 第三节 戏其言，诵其情——戏剧诗歌的阅读     | 80  |
| 项目二 正音善言                 | 97  |
| 任务一 字正腔圆                 | 97  |
| 第一节 语音基础知识概述             | 97  |
| 第二节 找对位，摆正型——声母韵母发音方法    | 103 |
| 第三节 准音高，顺其变——声调及语流音变发音方法 | 123 |
| 任务二 明礼善言                 | 144 |
| 第一节 明言形——沟通的类型           | 144 |
| 第二节 建言架——沟通能力培养          | 153 |
| 第三节 构言美——沟通策略培养          | 164 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 项目三 应用写作          | 182 |
| 任务一 事务文书写作        | 182 |
| 第一节 谋发展——计划       | 182 |
| 第二节 善回顾——总结       | 189 |
| 任务二 公务文书写作        | 198 |
| 第一节 知其情——通知       | 198 |
| 第二节 达其意——通报       | 208 |
| 第三节 求其旨——请示       | 216 |
| 第四节 互通达——函        | 220 |
| 任务三 调研文书写作        | 225 |
| 第一节 巧设计——调查问卷     | 225 |
| 第二节 解实事——调查报告     | 232 |
| 项目四 大学语文素养教育      | 244 |
| 任务一 大学语文素养教育概述    | 244 |
| 任务二 大学语文素养教育的主要内容 | 246 |
| 参考文献              | 256 |

## 项目一 开卷有益

“读万卷书，行万里路”，是一个人增长知识与见识的方式。只有“开卷有益”才能做到读万卷书。开卷也不是遇书即开，也要有所选择，读好书、好读书、书读好，才是真正的阅读。阅读要得法，阅读要有质量，阅读时要同时书写读书笔记，方能将阅读的书籍中的内容记录下来；阅读的同时要思考，阅读不是死读书，也不是读死书，要在思考中将书中的内容消化、吸收，才能真正将书中的知识转化成自己的思想。读书笔记的书写也有章可循。

### 任务一 阅读有法

“读”在清代陈昌治刻本《说文解字》中归在言部，“诵书也，从言卖声，徒谷切”。《辞海》中对“读”字有5个解释，其中有3个是和阅读有关：或“照文字念诵”，或“阅看，默读”，或“宣，外扬”。无论是默读还是念诵，都是将书中的知识内化到阅读者的心里，让阅读者或得到知识，或涤清心灵，或解开困惑。无声的书籍在人的一生中扮演着各种角色，给人以精神营养，输送给人精神食粮，伴人成长，催人进步。

中国古语“读万卷书，行万里路”，这是人们增长知识与见识的两种方法。人生的长度谁都无法把握，但能掌控人生的宽度。知识的积累是拓宽人生宽度的重要途径，读书习惯的养成是一个人积累知识的最佳方式。毛主席的“坐地日行八万里”，通过阅读就能达到。“读书破万卷，下笔如有神”，这是人们提高写作能力的重要途径。自古以来，读书是一个人成就自我的最佳途径。历数中国古圣先贤，每一位都是读书的“高人”：圣人孔子读《易经》而“韦编三绝”，唐宋散文八大家之一的苏轼立志“发奋识遍天下字，立志读尽人间书”，西汉的匡衡“凿壁偷光”，晋朝的孙康“囊萤映雪”，汉朝的朱买臣负薪读书，隋朝的李密挂角读书，三国东吴吕蒙“士别三日当刮目相看”也是读书的成效。世界文豪高尔基房中失火唯救“书籍”的故事令人敬佩。当阅读成为一种习惯，心灵也就有了栖息之地，灵魂也得到了净化与提升。

不但中国人认识到读书的益处，世界各国人对读书都非常重视，联合国教科文组织确定每年4月23日为“世界图书与版权日”，向全世界发出了“走向阅读社会”的召唤，要求社会成员人人读书，使图书成为生活的必需品，读书成为每个人日常生活不可或缺的一部分。

俄国诗人普希金曾说：“读书是最好的学习，追随伟大人物的思想，是富有趣味的事情

啊。”中国诗词中歌咏读书的诗句也很多，如：“半亩方塘一鉴开，天光月影共徘徊。问渠那得清如许，为有源头活水来。”（宋 朱熹《观书有感》）“读书患不多，思义患不明。患足已不学，既学患不行。”（唐 韩愈《劝学诗》）“读书切戒在慌忙，涵泳工夫兴味长。未晓不妨权放过，切身须要急思量。”（宋 陆九渊《读书》）“力学如力耕，勤惰尔自知。但使书种多，会有岁稔时。”（宋 刘过《书院》）一个民族的强大要靠知识，一个国家的富强要靠知识，知识的获得除了生活实践外就是来自于书籍。所谓站在巨人的肩膀上行走与思考，就是在前人已有的知识的基础上不断探索与前行。中国 5000 年的灿烂文明，最重要的就是中国文化以文字的方式保留了下来，今日的我们可以通过翻看古圣先贤的书籍来了解中国文化的渊源，通过翻看外国作品来认识外面的世界，通过书籍打通与世界交流的途径。现在是信息化时代，阅读不只是通过纸张这种媒介，电子书籍越来越多地被人们接受，不管是哪一种阅读的方式，阅读让人增长知识的目的与提高阅读者能力的阅读效果是不变的。

习近平总书记曾指出：“读书是一个长期的需要付出辛劳的过程，不能心浮气躁、浅尝辄止，而应当先易后难、由浅入深，循序渐进、水滴石穿。”读书已经成了总书记的一种生活方式。读史使人明智，读诗让人怡情，“读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气”。

## 第一节 明其义，知其的——阅读概述

### 一、阅读的重要意义

人的一生是不断学习的过程，在这一过程中读书能使人增长知识、开阔视野、交流情感。在阅读中体味百态人生，在阅读中体会人生的多彩。读书带给人的不但是知识的积累，更多的是性情的滋养与丰富。当一个人灵魂失去了归属地，就成了“行走的僵尸”。当一个人拥有了丰富的精神世界，在面对困惑时，能找到打开困惑的“钥匙”；在面对不幸时，能以坦然的心态应对；在面临重大选择时，能头脑清醒地去作出最优的决定。每个人都要经历生老病死，当面对亲人的逝去时，读《庄子》能从庄子在自己妻子去世时“击盆歌咏”的故事中认识到，在面对自然规律时，死也是一种重生。中国自古以来就是一个尊师重道的国度，孔子开设学堂，所收学生不受阶层限制，开启了中国大众教育的先河，也让百姓认识到了读书带给人的益处。自古以来中国文字中就有很多词语形容读书的好处：“腹有诗书气自华”，“学富五车”，“熟读唐诗三百首，不会吟诗也会吟”。

中国作为礼仪之邦也是与重视教育与读书密不可分的。孔子对自己儿子的教诲是“不学诗无以言，不学礼无以立”。

龙应台在她与儿子的书信集《亲爱的安德烈》里写道：“孩子，我要求你读书用功，不是因为我要你跟别人比成绩，而是因为，我希望你将来会拥有选择的权利，选择有意义、有时间的工作，而不是被迫谋生。当你的工作在你心中有意义，你就有成就感。当你的工作给你时间，不剥夺你的生活，你就有尊严。成就感和尊严，给你快乐。”

书籍是人类获取知识的重要的渠道。多读书、读好书、好读书，对读书人来说，不但能增加自身的书卷气，也能让自己在困顿时不迷茫，在成功时不骄奢。涵养静气是一个人提高自身素质的重要途径。正如莎士比亚所说：“生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没

有书籍，就好像鸟儿没有翅膀。”

### （一）读书能使人增长知识

许慎在《说文解字》序中对书的解释为“箸于竹帛谓之书”，《辞海》中对“书籍”的解释为“装订成册的著作”。能装订成册的或写在竹帛之上的文字，记载的都是前人的知识精华。一位先哲说过：“不读书的人，天和地都是狭小的，他充其量只能活上一辈子；多读书的人，天和地都是广阔的，他能活上三辈子——过去、现在和将来。”在书籍中我们可以穿越到古代，可以畅想未来的世界。书籍让人类变得越来越文明，人们在阅读中增长了知识，开拓了眼界。读历史类作品能了解人类的发展历程，读文学类作品能从作品中品味百态人生，读哲学类作品能启智发思，读自然科学书籍能让我们在规律中提高生活质量。正如我们读司马迁的《史记》，不但能了解帝王将相的人生轨迹，还能从中悟出历史在前进中的规律。我们在读《老子》时能体悟到“上善若水，水利万物而不争”的人生哲理。是读书让人类走出了荒蛮，步入了文明。

### （二）读书能颐养人的性情

性情，指本性，人的禀赋和气质。孟子认为“人之初，性本善”，荀子认为“人之初，性本恶”，其实“性善说”与“性恶说”的本质都是指出人要向善。自人类从混沌状态中解脱出来后，人就在不断地在实践中积累经验，在经验中总结知识，用知识来武装自己，来丰富头脑。读书是一个人获得精神食粮的最佳方式。

读书，让人视野开阔，头脑冷静，正像深水表面，总是波澜不惊。读书能使人做到每临大事有静气，处理问题从容不迫，举重若轻；正气在身，淡泊名利，无欲则刚，无欲则静，心态平静，心有定力，不为进退滋扰，宠辱泰然不惊。多读书的人，情怀开阔，境界高远，心无挂碍，思无羁绊，心态平和。多读书的人，谈吐风趣，举止得体，情趣高雅，自有生活的品位。读书是与高尚的灵魂沟通，与优雅的品德对话，读书不仅是高雅的休闲，倘若细细品味的话，还可以让思想有一点余香，情绪有一点缱绻，当然，灵魂也就在阅读中逐渐变得高尚优雅了起来，使之心灵更纯洁、更美丽。

中国自古就有读书的习惯，《礼记·文王世子》中指出：“秋学礼，执礼者诏之；冬读书，典书者诏之。”在以农耕为主的社会中，冬天是一年四季中最清闲的季节，如此清闲的时光唯有读书能让人活得充实。读书的目的不是为了考取功名，不是为了出人头地。读书会在不知不觉中影响一个人的思想，正如欧洲的谚语：“读好书就是同许多高尚的人谈话。”“一个爱书的人，他必定不致缺少一个忠实的朋友，一个良好的导师，一个可爱的伴侣，一个悠婉的安慰者。”（伊萨克·巴罗）读书带给人的是精神上的享受，读书带给人的快乐正如清朝袁枚在《遣怀杂诗》中所言：“书味在胸中，甘于饮陈酒。”读书是一个人净心的过程，能让一个人在精神上保持“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”的境界。

### （三）读书使人意志坚定

马克思唯物主义哲学指出：“矛盾无处不在，处处有矛盾，时时有矛盾。”人作为社会的主宰，在社会上生存自然也会遇到挫折，人生也会有低谷，有逆境，面对痛苦、面对疾病、面对死亡。在种种境况之下，有的人会一蹶不振，有的人会“东山再起”，这和一个人的意志力有关，更和一个人的精神境界有关。读书是接受前人文化，沟通当下信息的最有效的工具。可以通过读书获取前人成功的处理事情的方式。书，是前人智慧的结晶，是智者真

知灼见的积累。书中讲述着一个个鲜活的历史故事，记载着无数宝贵的历史经验和深刻的历史教训。只有借助前人的肩膀，才能使人站得更高，望得更远。学习经验，吸取教训，书便能使人心智聪慧不轻信，满怀自信不盲从。著名杂文家陈四益在回答中央电视台《东方书城》节目主持人巴丹关于读书问题的提问时说：“许多事情，过去有过；许多问题，前人想过；许多办法，曾经用过；许多错误，屡屡犯过。多读书，就会更多地懂得先前的事情，使自己不至于轻信，不至于盲从。”中国自古对一个人最高的要求就是要达到“立德、立言、立功”，被称为“三不朽”理论。要想达到这“三不朽”需要大量的阅读与思考及在实践中不断地应用知识，总结知识，也就是达到“知行合一”。

#### （四）读书能带给人快乐

读书是一件很私密的事，与旁人无关，与读者的心境与思想密不可分。读书是一种人生享乐的方式。如李清照与丈夫赵明诚读书的故事，则能充分体会到读书是一种人生的享乐。李清照在《金石录》后续中自叙二人读书的生活：“余性偶强记，每饭罢坐归来堂，烹茶堆指积书史，言某事在某书某卷第几页第几行，以中否决胜负，为饮茶先后。中即举杯大笑，至茶倾覆杯中，反不得饮而起，甘心老是乡矣！故虽处忧患困穷，而志不屈。……收藏既富，于是几案罗列，枕席枕籍，竟会心谋，目往神授，乐在神色狗马之上……”为求功名与文凭的读书未得读书真味道，为求职位读书未解读书的真快乐，读书带给人的是一种精神上的享受与愉悦。

读书是一种品质，读书是一种责任，读书是一种情怀，读书是一种境界。“展一卷书，神与之交，气与之合，魄附其上，而魂游其中，至掩卷仍如梦如冥，大汗淋漓，口存余香，乐至醍醐灌顶，物我两忘。”读书，不仅可以使我们摆脱愚昧，洗去心灵的尘埃，走向文明，读书更加赋予人才识与智慧，给人以信念与力量，是通向成功、走向快乐的阶梯。我们没有理由懈怠自己疏远读书之心。让我们静心用心读书，提升自身的素质，净化灵魂，驱心魔，斩恶魔，戒浮躁，祛贪欲，让蓝天更蓝，让自然更绿，让社会更优，让人心更纯，让世界更美。

## 二、读书的作用

### （一）读书是推动历史进步的内推力

社会的进步，历史的发展与知识息息相关，培根说“知识就是力量”，而这力量在历史的发展上起到了不可替代的作用。纵观人类社会发展史，人类社会的每一次大的变革与进步都是与知识的大爆发密切相关，尤其是纸张的发明，让知识以书籍的方式流传下来。作为世界四大文明古国之一的中国，之所以 5000 年的文明源远流长，就是因为将先人的智慧以书籍的形式保存下来了。我们现在可以翻看先秦时期作品，我们可以在当下研读诸子百家的作品，对于现在的我们可谓是一直“站在巨人的肩膀上”在学习。多份知识就多一份解决困难的能力。人类的这种求进取的决心也是推动历史和社会进步的动力。

### （二）读书是一个民族发展的动力

作为现在公认的当今年阅读量最多的国度以色列，一个犹太人聚集的地方。这个民族是一个重视读书的国家，从孩子刚出生起，送给孩子的第一个礼物就是书籍，还很用心地在书籍上涂上蜂蜜，让孩子通过舔舐蜂蜜而培养孩子读书的好习惯。在这种氛围中培养出了很多

因知识而取得成就的人，如爱因斯坦、贝多芬等。中国作为一个文明古国，自古就有很多刻苦读书的例子，如“头悬梁”“锥刺股”“凿壁偷光”等。如果苏秦没有“锥刺股”的读书精神，苏秦岂能挂六国帅印？是读书能让李斯成为秦始皇的左膀右臂，是读书能让吕蒙“识别三日，当刮目相看”。我们伟大的领袖毛泽东主席在战争年代身边也不离《资治通鉴》等书籍。

阅读尤其是阅读本民族的文字，也是一个国家文化自信的体现。热爱自己的祖国，喜爱本民族的文字，徜徉在民族文字的海洋里，去体味先人的生活，聆听前人的忠告，汲取成功的经验，为当下与未来打好知识的基础。民族文化是一脉相承的，在传承中有继承、有创新，正如庄子在《庄子·养生主》说道：“指穷于为薪，火传也，不知其尽也。”成玄英疏：“穷，尽也。薪，柴樵也。为，前也。言人然火用手前之能尽然火之理者，前薪虽尽，后薪以续，前后相继，故火不灭也。”

### （三）读书是一个人完善自我的方式

读书使人明智，脚步不能丈量的地方，文字可以；眼睛到不了的地方，文字可以。你读过的书其实早已融进你的骨血，只要一个触动点，就会喷薄而出。就算最终跌入烦琐，洗尽铅华，同样的工作，却有不一样的心境；同样的家庭，却有不一样的情调；同样的后代，却有不一样的素养。拓宽灵魂的广度和宽度，能在跌宕起伏的生活中拥有处变不惊的内心。正如现在比较流行的一句话：“你现在的的气质里，藏着你走过的路，读过的书，爱过的人。”读书，是为了成为一个有温度、懂情趣、会思考的人。

读书能让一个人提高自己的境界，有学识的人，能把苦日子过得精致。如梁实秋能将漏风漏雨的雅舍看成是人间天堂般的所在地。晚年的李白尽管屡遭贬谪，但他所写的诗篇中，字里行间仍流露出昂扬志气。他不坠青云之志，尽管在人生的低潮时期，也不放弃理想；身被放逐，却不曾放逐自我的气节和心智。那种“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”（《梦游天姥吟留别》）的傲气，“仰天长笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”（《南陵别儿童入京》）的自信，以及“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”（《行路难三首·其一》）的霸气，让人读之奋起，读之而意气风发。

读书多了，就可以多角度看待事物。既能做到宽以待人，也能做到宽以待己，不钻牛角尖，也不跟自己过不去。毕淑敏在她的《让美好现在发生》一书中谈到“我是怎样度过人生的低潮期的”这个问题时写道：“多读书，看一些传记。一来增长知识，顺带还可瞧瞧别人倒霉的时候是怎么挺过去的。”是书籍里的人物让我们充分理解了俄国小说家托尔斯泰在写《安娜·卡列尼娜》时说过的一句话：“幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭各有各的不幸。”从小说人物的经历中去体味人生，对我们的生活也有很好的指导意义。除此还能从作品中得到精神的鼓舞，如我们在阅读路遥的《平凡的世界》时，会被孙少平为了梦想不断追求的精神而鼓舞，在自己的梦想实现的路途中不放弃，勇于追求。在读美国女作家玛格丽特·米切尔《飘》时，会被女主人公斯佳丽那句“不管怎么说，明天又是新的一天”对生活充满了希望而感动。

### （四）读书是一个人永葆青春的良方

曾国藩说：“人之气质，由于天生，本难改变，唯读书则可以变其气质。”三毛也曾说过：“读书多了，容颜自然改变，许多时候，自己可能以为许多看过的书籍都成过眼烟云，

其实它们仍是潜在气质里、在谈吐上，当然也可能显露在生活和文字中。”很多人都希望青春永存，但从自然法则的规律上，人都要经历由青春到衰老的过程，但内心的青春却是可以自己掌控的。多读书，自然胸中有丘壑，可以开阔眼界，沉淀思想，提升涵养和气质，让灵魂充满香气。阅读就是让你从里往外改变心性和气质。一个人的美好，是来自内心的淡泊宁静，来自身体和精神的双重保养。

### （五）读书是一个人修心宁静的过程

西汉初年刘安在《淮南子：主术训》中写道：“人主之居也，如日月之明也。天下之所同侧目而视，侧耳而听，延颈举踵而望也。是故非澹泊（同：淡泊）无以明德，非宁静无以致远，非宽大无以兼覆，非慈厚无以怀众，非平正无以制断。”诸葛亮 54 岁时写给他 8 岁儿子诸葛瞻的一段话收录在《诫子书》中：“夫君子之行，静以修身，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。夫学须静也，才须学也，非学无以广才，非志无以成学。淫漫则不能励精，险躁则不能治性。年与时驰，意与日去，遂成枯落，多不接世，悲守穷庐，将复何及！”意思就是说：心里如果有杂念，就不能达到成功的境界。想要成功就要心无旁骛地专心做一件事情。如何才能让自己修炼到心无杂念地去做事情，唯有读书，能让人心静，能让心净。老子的《道德经》第十六章写道：“致虚极，守静笃；万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容，容乃公，公乃全，全乃天，天乃道，道乃久，没身不殆。”此章就是告诉世人要懂得顺其自然，不必刻意强求。现实生活中，总是会遇到复杂的、变化的情况，于是就百般思量、殚精竭虑，与其如此，不如历尽了人事之后，顺其自然，也许就会柳暗花明。能达到如此境界的人，需要用知识来武装自己的头脑，正如清代学者金缨《格言联璧·学问》说道：“古今来许多世家，无非积德；天地间第一人品，还是读书。读书即未成名，究竟人高品雅，修德不期获报，自然梦稳心安，为善最乐。读书最佳。”苏轼在被贬黄州时，仍能写出“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生”这样的诗句来，得益于他的满腹经纶，因为饱读史书的东坡先生，本就以“达则兼济天下，穷则独善其身”为人生的信条。

## 三、读书的目的

### （一）功利性的读书

“书中自有黄金屋、书中自有颜如玉、书中自有千钟粟”，中国封建社会提倡“学而优则仕”，读书的目的是为了考取功名。此种带有功利性的读书让很多读书人吃得“十年寒窗苦”就为一朝“皇榜中状元”，取得功名“衣锦还乡”。如《儒林外史》里高中后发疯的范进，《孔乙己》中那个数茴香豆的孔乙己，都是功利性科举考试的产物。

“万般皆下品，唯有读书高”，“学成文武艺，货与帝王家”，这是中国封建社会里读书人的认识，读书是平民阶层改变命运的唯一出路，而读书唯一的买家是皇帝，读书取得功名，是为皇帝一人效力，是为皇家“卖命”。这种“有所为”的读书，是将读书作为一种工具，只能在知识上有所增长，但在为“仁”上却效果甚微。

当下也有些人在学生时代为了考上大学而拼命学习，而一旦大学录取通知书到手就不再努力，这种“功利性”读书，不能提高一个人精神境界，也与我国人才培养的目的相悖。为了文凭而读书，文凭到手就远离了书籍，此种读书也可称为功利性的读书。这种读书的目

的会让一个人在今后的工作中缺少创新能力，缺乏与时俱进的精神，工作的成效也就可见一斑了。像中国古代的伤仲永，如果其父不为了炫耀孩子的才华，也不至于在虚荣的“软刀”下，扼杀了一个孩子的天分与才华。

## （二）追求高尚人格的读书

儒家的代表人物之一曾子曾说：“吾日三省吾身；为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”这是曾子对自己的要求，也是他追求高尚人格的写照。“不为五斗米折腰”的五柳先生，“安得摧眉折腰事权贵”的李白，在文学史上都是赫赫有名的人物，他们读书的目的不是为了求得功名，是为了提升自我的人格。饱读诗书才能出口成章、下笔有神。苏轼在被贬时仍能豁达地写出“也无风雨也无晴”，欧阳修写出了“立身以立学为先，立学以读书为本”，袁枚能做到“寒夜读书忘却眠，锦衾香烬炉无烟”。

## （三）求知识、为做人的读书

胡适在《怎样读书》一文中提出“读书是求智识、为做人”。这也是读书的真正目的所在。江问渔在《对于读书问题的我见》一文中指出：“为学做人而读书。”他认为要做人，要做一个好人要具备三个条件：一是优良的品性，二是丰富的知识，三是应变的才能。将这三方面完备起来，方能融会贯通，才能成为一个好人；若三样没有，便成了古人说的“不为圣贤，便为禽兽了”。要做一个好人，要从读书入手，其目的就是为借读书的作用，来增加知识锻炼才能，矫正品性。现在出现很多有丰富知识但遇事无应对方法的人，就是“只知为求知识而读书，不是为学做人而读书”的缘故。孔子说“食无求饱，居无求安”，又说“士志于道，而耻恶衣恶食者，未足与议也”。欧洲有一位哲学家曾说过：“我宁愿做一个终身穷苦的苏格拉底，不愿做一头快乐的猪。”范仲淹提出“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”。只有将读书作为人生一大乐事，作为人生求做好人的标准，才能体味到读书带给人的不只是知识的积累，还有人格的修养。那么，是要做个像秦桧那样的读书人，还是要做个像辛弃疾的读书人呢？是要做个像“王师北定中原日，家祭无忘告乃翁”的陆游式的读书人，还是要做个像徐悲鸿“人不可有傲气，但不可无傲骨”的读书人呢？

## 第二节 循其法，遵其律——阅读方法概述

“书犹药也，善读之可以医愚。”可有人会有这样的困惑：用等量的时间读书，为何别人学识渊博，我却学识浅陋？别人能旁征博引，我却只能照本宣科？究其原因，前者得法，后者不得法，久而久之，双方差距不断拉大，就会判若云泥。读书方法因人而异，但正确的适合自己的读书方法能让阅读者在享受到读书的乐趣的同时，同时又增长了知识，颐养了性情。读书方法不当，就会适得其反，用了很大的工夫，但成效不佳。在读书方法上有一些禁忌的地方，希望能给阅读者给以提示。

### 一、读书的忌讳

#### 一忌择“不善”书而读之

这里的“不善”包括两个方面，一是指内容，一是指所选之书非应选之书。读书的第一步是要选择读什么书籍。菲尔丁曾说：“不好的书也像不好的朋友一样可能会把你戕害。”

在阅读前要对读书籍进行取舍，内容健康积极向上的书籍带给人的是知识力量，能指引阅读者前进的方向，反之内容淫秽、思想消极的书籍会腐蚀阅读者的精神，甚至会让阅读者迈入死亡之谷。儒家思想提出“择其善者而从之，其不善者而改之”，用在读书上就是“择其善者而读之，其不善者而弃之”，方能让阅读者从书中汲取营养，收获真知识。

书籍的选择还要考虑是否是此阶段需要读书，因为一个人的精力是有限的，阅读书籍也要分为急需阅读和暂缓阅读，如果现在急需阅读的书籍没有优先阅读会影响工作效率，降低工作质量，如此的选择书籍也隶属于择“不善者”而读的行列。

## 二忌饥不择食囫圇吞枣不知消化

有人觉得自己需要读书就随意选本书开读，不明其因地进行读书无异于“不辨菽麦”。还有人读书不能做到灵活应用，孙中山先生曾说过“学古人而不为古人戚”，“用古人而不为古人奴”，“取二三诗文务求滚瓜，铭三五散句唯求烂熟，生吞活剥，断章取义，开口必曰之乎，凡言必谓者也，皮囊外曰文化人，内实盗娼之属，无非丑婆娘施了亮艳脂粉，益丑而又可怖也！”读书不是为了装门面，不能急功近利，如此读书不如不读书。“只尚空谈不知实务”的读书人是不明读书真谛的人。

## 三忌虎头蛇尾半途而废

读书忌讳只翻看开头或翻过半本。未看完全书就不能领会阅读书籍的真正内涵。有的书籍在写作的时候是欲扬先抑，结尾部分往往是最精彩的部分，但虎头蛇尾地阅读，就不能体会到其中的意味了。如以下作品的结尾就意义深刻。

《双城记》（查尔斯·狄更斯）：我今日所做之事远比我往日的所作所为更好，更好；我今日将享受的安息远比我所知的一切更好，更好。

《百年孤独》（加西亚·马尔克斯）：这手稿上所写的事情过去不曾，将来也永远不会重复，因为命中注定要100年处于孤独的世家，绝不会有出现在世上的第二次机会。

《茶花女》（小仲马）：我不是邪恶的鼓吹者，但不论我在什么地方，只要听到高尚的人不幸哀鸣，我都会为他应声呼吁。我再说一遍，玛格丽特的故事非常特殊，要是司空见惯，就没有必要写它了。

《荆棘鸟》（考琳·麦卡洛）：鸟儿胸前带着荆棘，它遵循着一个不可改变的法则，它被不知其名的东西刺穿身体，被驱赶着，歌唱着死去。在那荆棘刺进的一瞬，它没有意识到死之将临。它只是唱着、唱着，直到生命耗尽，再也唱不出一个音符。但是，当我们把荆棘扎进胸膛时，我们是知道的。我们是明明白白的。然而，我们却依然要这样做。我们依然把荆棘扎进胸膛。

《呼啸山庄》（艾米莉·勃朗特）：我在那温和的天空下面，在这三块墓碑前流连。瞅着飞蛾在石南丛和蓝铃花中飞舞，听着柔风在草间吹动，我纳闷有谁会想象到那平静的土地下面的长眠者竟会有并不平静的睡眠。

《追风筝的人》（卡勒德·胡赛尼）：我追。一个成年人在一群尖叫的孩子中奔跑。但我不在乎。我追，风拂过我的脸庞，我唇上挂着一个像潘杰希尔峡谷那样大大的微笑。我追。

《浮士德》（歌德）：万象皆俄顷，无非是幻影；事凡不充分，至此开始发生；事凡无可名，至此始果行；永恒之女性，引导我们飞升。

《复活》（列夫·托尔斯泰）：从这天晚上起，聂赫留朵夫开始了一种全新的生活，不仅

因为他进入了一个新的生活境界，还因为从这时起他所遭遇的一切，对他来说都具有一种跟以前截然不同的意义。至于他生活中的这个新阶段将怎样结束，将来自会明白。

《小王子》（圣埃克苏佩里）：如果这时，有个小孩子向你走来，如果他笑着，有金黄色的头发，如果挡你问他问题时他不回答，你一定会猜得出他是谁。那就请你们帮个忙，不要让我这么忧伤：赶快写信告诉我，他又回来了……

《飘》（玛格丽特·米切尔）：毕竟，明天又是另外的一天呢。

《基度山伯爵》（大仲马）：人类的一切智慧是包含在这四个字里面的：“等待”和“希望”！

《老人与海》（海明威）：在大路另一头老人的窝棚里，他又睡着了。他依旧脸朝下躺着，孩子坐在他身边，守着他。老人正梦见狮子。

《情人》（玛格丽特·杜拉斯）：他对她说，和过去一样，他依然爱她，至死不渝。

《瓦尔登湖》（亨利·梭罗）：使我们失去视觉的那种光明，对于我们是黑暗。只有我们睁开眼睛醒过来的那一天，天才亮了。天亮的日子多着呢。太阳不过是一个晓星。

《麦田里的守望者》（塞林格）：我只知道我很想念我所谈到的每一个人。甚至老斯特拉德莱塔和阿克莱，比方说。我觉得我甚至也想念那个混账毛里斯里。说来好笑。你千万别跟任何人谈任何事情。你只要一谈起，就会想念起每一个人来。

《巴黎圣母院》（维克多·雨果）：可以断定，这具尸骨生前那个人是自己来到这里，并且死在这儿的。人们要将他从他所接抱的那具骨骼分离开时，他霎时化为了尘土。

#### 四忌浅尝辄止、望文生义

俗话说“人生得一知己足矣”，这知己之交也不是一日之功就能对其“掏心掏肺”的，是经过时间的磨砺，经过近距离的相处，而最终确定之。读书与交友也是有个异曲同工之妙，读一本书就是和智者在交谈，与勇者在战斗。如果阅读仅仅流于表面，没有深入“海底”，怎知“海底”世界的奇幻迷离呢？

读书还要学会使用工具书，工具书是帮助我们更好地理解字义，解释词句的帮手。对于书中的疑点难处，读者应当细想穷究，单纯以己意去揣摩、揆度，就很可能差之毫厘、谬以千里。在没有一个准确的解释前提下，按自己的理解去阅读，在自己望文生义的阅读中，不但背离了作者的初衷，也曲解了作品的真意。

#### 五忌全盘照收、盲目模仿

孟子说：“尽信书则不如无书。”每部作品的写作都有个或作者感同身受的经历，或作者采风的现实生活的原版人物，正如俄国作家列夫·托尔斯泰说过：“幸福的家庭大体是相同的，不幸的家庭各有各的不幸。”阅读者在阅读作品时，也要做到“知人论世”，要分析写作背景，不能将作品中的故事照搬现实生活，或模仿作品中的人物。每个人的存在恰如叶子一样，世界上没有完全相同的两片树叶，每个人的存在都是独一无二的。所以，阅读作品只是从作品中学会做人的道理，学做事的方法，但在现实生活中，还要具体问题具体分析，自己通过分析得到恰当的解决方法，不能做书籍的“留声机”。生活不能复制，人生更不能雷同。

#### 六忌读而不思不用

读书的目的是为了增长见识，丰富知识，要将书中的内容运用到实际生活中有指导作

用,才算是得到了读书的真谛。有人读书光注重量的积累,而不去寻求质的指导意义。读书要边读边思,就像我们读古书,书中的时代背景与当下的时代环境有很大的差异,那我们为什么还要读呢?因为书中有很多道理是经过前代人的实践总结出来的,对当下的人们还有一定的指导意义。所以我们在读书的时候要边读边思,思考书中内容,这对当下的生活与工作有指导作用。

### 七忌单纯地读,不动笔墨

整理和综合的思想,就会永久留在脑中,将阅读时产生的碎片式话语记录下来,经过一番思考,就能形成自己的观点与思想。天下能过目不忘的,除了金庸笔下的“郭蓉”之母外,大多人都不具备这个能力,而将书中的精彩片段能够用笔墨记录下来,那么,看似片段的思想,积累多了,就会融化在自己的思想中,并形成自己的观点。

### 八忌用心太专一,限制思维

有人对某个作家特别喜欢,非这个作家的作品不读。其实,每个作家在创作中都会或多或少带着个人成长的印迹,也不可避免存在着知识与见识的局限性,作家自我的色彩越浓烈,其局限性就越明显。而每个人的成长都不能复制,读者与作家的成长时代不同,社会发展的状况不一样,就需要读者能多涉猎其他作家的作品,才能看到一个多彩的世界。

### 九忌朝三暮四、一曝十寒

法国思想家、文学家萨特曾在《文字生涯》中告语:“每日必写一行。”读书也需要养成一个好的习惯,要日日读才能将读书形成一个习惯,最后将读书成为自己生命中第一部分,就像中央电视台主持人董卿因主持《中国诗词大会》而再次红遍大江南北。在对她的采访时,她说:“读书就像吃饭一样,成为生活的一部分,一日不读书就觉得生活中缺少了什么。”所以说,读书不能今日兴致高就读一读,明天没有兴致了就放下不读,如此的读书方法永远养不成读书的习惯,也不会真正体会到读书的乐趣。

## 二、名家读书方法介绍

读书有法方得其果,历史上有很多文化学者对读书方法进行过或系统或经验性介绍。

### (一) 孔子:学而时习,知类通达

孔子的读书法可以概括为:好学乐学、由博返约、学而时习、学思结合、温故知新、学行结合、举一反三、一以贯之、述而不作。

没弄清作者的意思前,自己不主观发挥和附会。默而识之。一以贯之,举一反三,知类通达。

### (二) 孟子:“自求自得”读书法

孟子读书方法论的精义如下。

- (1) 自求自得,依靠自己的求知欲,努力去获得。
- (2) 专心有恒。
- (3) 盈科后进,即循序渐进。
- (4) 重思存疑。
- (5) 以意逆志,就是“以古人之意求古人之志,乃就诗论诗”。