



读书生活

Dushu yu shenghuo

「百姓大学堂」

演讲实录

Baixing daxuetang
yanjiang shilu

2007

王蒙题

黄山书社

读书与

江苏工业学院图书馆
藏书章

演讲实录

图书在版编目(CIP)数据

读书与生活 /《读书与生活》编委会编.—合肥:黄山书社,2008.6
(百姓大学堂演讲实录)

ISBN 978-7-80707-966-8

I.读… II.读… III.演讲-中国-当代-选集 IV.I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 091027 号

出版发行:黄山书社

地 址:合肥市政务文化新区圣泉路 1118 号出版传媒广场

经 销:新华书店

印 刷:合肥锐达印务有限责任公司

开 本:700×1000 1/16

印 张:22

字 数:280 千字

印 数:00001-6000

版 次:2008 年 6 月第 1 版

印 次:2008 年 6 月第 1 次印刷

定 价:38.00 元



中共泰州市委书记张雷欣然为本书作序

序

张雷

《读书与生活》的书名充满着哲理与思辨。人生，本来就是一本让人品味不尽的书；书，无非就是生活的结晶与观照。读书不仅是生活的需要，而且也是生活自身。很难想象在现代社会一个人可以生活在不读书的生活中。

近两年，去“百姓大学堂”听演讲成了许多泰州人生活的组成部分。站在“百



姓大学堂”讲台上的人,有个共同的特点就是他们读过很多书又写过很多书。像2007年来这里演讲的大作家王蒙、中医学家杨力、历史学家毛佩琦、军事理论家马骏、资深电视主持人赵忠祥等等。这些知识渊博、学富五车的方家名流讲其所读、述其所著,纵横千里、如数家珍,为泰州人开启了一扇扇智慧的明窗。我们发现不少听众已不满足于一听为快了,而是在听罢之后想方设法去购买各种相关的书籍来细探究竟、触类旁通。在大学堂的现场主办方为了更好地满足公众的这一需求,往往安排书店组织一些演讲嘉宾的作品同时发售,而每次都会见到在临时售书点前排起长长的“人龙”。这是令人欣慰的一个场景!因为尽管中华民族历来就有“读万卷书、行万里路”的优良传统,然而,在信息瞬间万变、知识空前爆炸的当今时代,国民的读书率却在下降。有一项调查表明,我国公民的读书习惯低于世界平均水平。

从大言之,读书事关民族的素质,从小处说,读书与人的生存质量息息相关。大家熟知犹太民族是一个酷爱读书的民族,因而也是一个自强不息、富有智慧的民族。据说在犹太人家里有两个特别有意思的“仪式”,一个是,当孩子还没懂事时,母亲就会翻开《圣经》滴一点蜂蜜在上面,然后叫小孩子去吻《圣经》上的蜂蜜,这个仪式的用意不言而喻:书本是甜的;另一个是,在犹太人的墓园里常常放有书本,这个仪式是为了告诉活着的人:逝去的亡灵在阅读的时候会更加安详。

西汉刘向所著《说苑》中有一则故事:晋平公问师旷:“吾年七十欲学,恐已暮矣!”师旷曰:“臣闻之: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。炳烛之



明,孰与昧行乎?”由此可见,在古代圣贤的心目中读书是一件贯穿人生始终的事情。人们常说,读书便是和许多高尚的人谈话,在书里我们能够获得人生的感悟、心灵的净化、境界的升华,犹如绵绵之春雨滋润着绿色,使我们的生命在悄然中格外丰腴。人的一生也难免风雨兼程、崎岖曲折,有书相伴,我们会更加从容,更加淡定,更加充满自信。所以古人强调说:“读一卷书即有一卷之益,读一日书必有一日之进。”如果“百姓大学堂”在给广大群众提供了现实的精神营养之外,又能为这个城市的阅读习惯和市民的学习之风注入动力与活力,我们是该更加为之击节叫好的。

《读书与生活》将2007年12位嘉宾的精彩演讲原汁原味地加以整理,结集出版,闪烁着真知灼见,凝聚着思想精华。凭借文字,我们可以穿越时空的阻隔,与名家名流促膝交谈,从而解疑释惑、明辨迷津、开启心门。我的愿望不仅是通过这本书记录“百姓大学堂”一年来的精彩并让我们随时重温,更希望因此有更多的人把学习和阅读融入自己的日常生活,让我们的城市和家庭飘洒出更多的书香、文气。

我相信这样的判断:一个民族一旦拥有了对知识、对阅读的追求和渴望,这个民族就会充满智慧和希望。

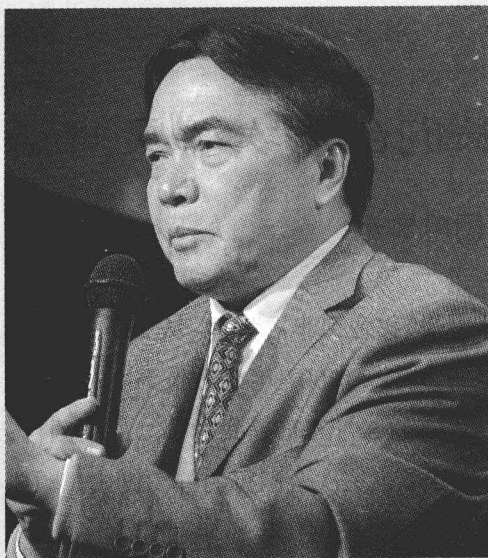
2008年5月



听名家演讲 品人生百味……

目 录

序 / 张雷	001
与青少年和家长们的一次心灵对话 / 陶宏开	002
阴阳平衡 健康一生 / 杨力	042
培育独生子女的健康人格 / 孙云晓	076
股市经济与家庭理财 / 李志林	104
形体梳理 寻找美丽 / 马妮	126
家庭教育的学问与艺术 / 蔡笑晚	154
给小偷一个不偷你的理由 / 王大伟	176
善待自然 共创和谐 / 赵忠祥	208
传奇皇帝朱元璋 / 毛佩琦	228
以党的十七大精神为指导	
把泰州建设得更加美好 / 朱龙生	258
读书与生活 / 王蒙	292
“跟随意识”的建立和名将的素质 / 马骏	314
后记	343



Hu Tao

1946 年出生，湖北武汉人，1968 年毕业于华中师大。现任华中师大特聘教授，共青团中央首位“青少年网络文明爱心大使”。

「百姓大学堂」演讲实录

他，是一位美籍华人。当青少年上网成瘾成了社会之痛、家庭之痛，使不少青少年身陷其中不能自拔的时候，陶宏开教授毅然放弃在美国的优厚生活，回到祖国兴起声势浩大的“挽救上网成瘾者运动”。当那些被常人视为无可救药、身心严重扭曲的孩子面对这位“网瘾克星”时，犹如醍醐灌顶、大梦初醒，一一走上了人生正途。



与青少年和家长们的一次心灵对话

□陶宏开



与青少年和家长们的一次心灵对话
BAIXING DAXUE TANG YANJIANG SHILU

读书与生活

今天是我第一次来到江苏泰州,我感到非常荣幸。从2004年9月开始,我开始了全国行,第一次全国行从2004年9月份到2005年元月份;从2005年1月份到2006年的8月4日是我的第二次全国行;2006年8月10日在人民大会堂开了第三次全国行的首发仪式,顺便也首发了我的两本书:《回来吧,孩子》、《破网重生》。我们走过了27个省、直辖市、自治区的97个城市,泰州是我们来到的第98个城市。

我们开展这个活动以后,受到全国各地数百个邀请函,我们很震惊,我们没想到网瘾问题这么严重,这么普遍。很多记者问我,陶教授,现在你知名度这么高,你有什么感觉吗?你们知道我怎么回答?我说:“很痛苦”。我知名度越高,越说明网瘾的严重性,我并不感到自豪,我希望现在没人邀请我去做活动,这说明网瘾不那么严重了。但事实上是,邀请函还在继续寄到我的办公室。这次来到江苏泰州,我看到泰州市宣传部的领导很重视这个问题。其实我这个人,不太喜欢玩,1984我年到美国去,没有去过很多地方,这次因为帮助别人戒网瘾而走遍了中华大地,看到祖国建设真是日新月异,我感到很高兴。1984年我到美国去的时候,当时中国的面貌还是很落后的。我记得我在美国,第一次开车上高速公路的时候,非常有感触,觉得高速公路太伟大了,太便捷了。当时我很感叹,我说我们中国哪年才会有这种高速公路啊。你看,1984年到现在不过20多年,中国高速公路已经非常发达了,而且条件非常好,很多地方高速公路修的质量,估计比国外还好一些。今天我们早晨起来的时候,坐车到泰州市走了一圈,说实话,如果不是有中文字



的话,我完全以为是美国一个什么新兴的城市,真的,我一点都不夸张,中国的建设的确是走进了新时代,我感到非常自豪。我记得我在美国的时候,还是2000年的时候,看春节联欢晚会,有一个叫张也的歌手唱了一首歌,叫《走进新时代》,当时我很喜欢,就觉得特别好听,但是那时没有真切的感受。这次全国行,看到祖国的长城内外,大江南北,形势非常好,的确是走进了新时代,我感到非常的振奋,下面,我把这首歌再唱一下,我们再来感受一下我们的新时代,好不好?

(掌声)

(陶老师走到钢琴前,自弹自唱《走进新时代》)

(掌声)

“网瘾”让孩子失去了理性,甚至走上了犯罪道路,这其中的一个重要原因是家长的教育方法出了问题。

陶宏开:好,谢谢。这首歌我已经唱了很多次,今天我把这首歌唱一下,我是有一个问题要问大家。您可能也听了很多次这首歌,但有没有想过,什么是新时代?为什么我们把这个时代叫做新时代?它新在什么地方?我想看看我们泰州市青少年如何来回答这个问题。再问一遍,什么是新时代?我们的时代为什么叫做新时代?它新在哪里?请举手发言,这是个很好的机会。(不少听众举手)很好,有请这位,请志愿者将麦克风给他。(掌声)

听众:大家好,我是来自江苏省泰州中学高二(9)班的一名学生。

陶宏开:欢迎你。

听众:根据我的理解,十一届三中全会以后,就是我国进行改革开放以来的这段时期,我理解这段时期就是新时代。

陶宏开:OK,那是不是因为开了十一届三中全会,说这个时代就是新时代,就是新时期呢?一个时代的标志,它发展的主要标志到底是什么?你们知道么?

听众:我觉得应该是整体水平的发展。



陶宏开:什么水平的发展?能不能展开讲一讲。

听众:整体水平的发展包括经济、政治的、文化的水平都应该有很大的发展,那才叫新时代。

陶宏开:说得很好。好!(掌声)谢谢你,思路很清楚,表达能力很强,是个不错的孩子。好,这是一种看法。还有没有同学有不同的看法?我们这个时代为什么叫做新时代?它新在哪里?是不是开了全会以后就是新时代呢?那么新时代的标志到底在哪里?好的,请这位来说,大家鼓励一下。(掌声)

听众:大家好,我是来自江苏省口岸中学高二(5)班的同学,我认为新时代它的主题是围绕知识和信息的传播,我认为新时代最主要的一个特点就是信息传播更快了,就是借助网络技术,所以我认为,新时代主要体现在日新月异的信息传播和科学技术。

陶宏开:鼓励一下,说得很好。(掌声)他说得很对,我们这个时代,之所以称作新时代,就“新”在它是个信息时代,这位同学说得非常清楚,电脑和网络把我们带进了信息时代,一个社会的发展,是以什么为标志呢?以生产力进步为标志的。原始社会,是以什么生产工具为标志啊?是石器。奴隶社会呢?青铜器。封建社会呢?铁器。近代社会呢?机器工业生产。那么我们知道新时代就是以电脑网络为标志的。没有电脑,没有网络,就没有信息时代,也就没有新时代。很多人误解,陶老师是戒网专家,就是不要我们上网,那是彻底地胡说八道。我是1984年应邀到美国密西根大学去做访问学者的,因为我本科学的是英文,我研究生读的是历史。他们邀请我去做中美文化教育比较研究,但是1984年8月24日我飞到美国后,感到非常的惊讶,因为我就好像文盲,我一下飞机啊,从机场到我去的美国办公室,从每个超市,到每个普通的家庭都是电脑化,那时候中国还没有什么电脑。我那时候对电脑简直是一无所知,非常非常地失落。我想如果我要在美国求生存、求发展,那我必须要懂电脑,所以我放下所谓学者的身份,放下了对文化



教育的研究,去报名当学生,学什么?电脑。我在学电脑的时候,很多这边的孩子还没有出生。正是因为我对电脑网络的重视,所以才有今天。那么我还想说明一个问题,在座的孩子们,我对电脑网络的重视,和现在中国很多青少年对电脑的重视,是一样的吗?嗯?这个孩子,请你讲一下,你考虑一下这个问题,你对电脑网络重视吗?

听众:可以说我也是十分喜欢上网的,但是我绝不喜欢上网玩无聊的游戏。

陶宏开:为什么?

听众:因为我觉得这很浪费时间,听他们说,玩无聊的游戏要用很多钱的,我家里也并不十分宽裕。

陶宏开:好,接下来,我马上给你 1000 块钱。(笑声)OK? 那么现在你有钱了,你去吗?

听众:我不会去的。

陶宏开:为什么?

听众:现在我们还年轻,我们的时间应该用在学习上。

陶宏开:好,如果现在你大学毕业了,博士毕业了,你会玩网络游戏吗?

听众:我不会。

陶宏开:为什么?

听众:因为我的志向并不是当一个网络游戏高手,我有我自己的理想。

陶宏开:OK,那我很相信你发自内心的话。我也很喜欢这个孩子,那么你所看到的,中国目前一些青少年的现状,他们对网络的重视,和我们是一样的吗?

听众:我想是很不一样的。

陶宏开:为什么?

听众:至少在我们学校里有一些同学,有时老师为了讲课,拖一两



分钟,他们就在底下说烦死了烦死了,怎么还不下课。中午一下课,他们就飞一般地直奔网吧。我觉得这是很不理智的,把大量的时间都浪费在这上面,很不好。

陶宏开:你已经感受到了,很多同学,他们对电脑网络的兴趣超过了对学习的兴趣,是这样吗?

听众:是的,有些同学经常是一个晚上都泡在网吧里面,第二天上课从早睡到晚,到了晚上再去上网。这样恶性循环,到最后身体也垮掉了,学习也垮掉了。

陶宏开:好,看来你还是很关注这个问题。你过去有没有感到一种忧虑,他们这样下去,怎么可能学习好,怎么可能真正与时俱进呢?你觉得他们是与时俱进吗?

听众:我觉得他们只是在倒退,尽管时代发展了,工具也发展了,他们玩电脑游戏的水平也更高了,但是他们的学习成绩肯定是要下降的,他们也许连高考的资格都拿不到。

陶宏开:鼓励一下,说得非常好,很有道理。(掌声)刚才说的与时俱进,这个词也是我回国以后听到的最多的成语,我想再问问大家,什么叫与时俱进?与时俱进这四个字,到底哪个字最重要?请大家举手发言。你认为与时俱进这四个字哪个字最重要?为什么?我们讨论一下。与时俱进这四个字,到底哪个字最重要?为什么?刚才孩子们的发言非常好,质量很高。看别的孩子还有没有,好,这位。谢谢。(掌声)

听众:我觉得应该是“俱”字。

陶宏开:为什么?

听众:因为“俱”是代表共同的,大家一起前进。

陶宏开:说得非常好,他觉得“俱”是共同的,在一起前进。鼓励一下,回答的很好。谢谢。(掌声)

但是并不表示我同意他的观点。你们的看法呢?与时俱进到底哪个字最重要?为什么?还有其他观点吗?好,哪位同学补充一下。(掌



声)

听众:我认为是“时”字最重要。

陶宏开:为什么?

听众:因为“时”是时代的意思,我们应该与时代一起进步,一起发展。

陶宏开:谢谢,很好。你多大了?

听众:我 17 岁。

陶宏开:17 岁,很好很好。谈得很深刻,他认为是“时”字,时代的意思,与时代俱进。与时俱进,到底哪个字最重要?已经有两个答案了,鼓励一下,很踊跃,很好。

听众:我觉得是“进”字最重要。

陶宏开:为什么呢?

听众:因为人类从古老到现在,从猿人到现在,都是一种进步的状态。所以我觉得,尽管是紧跟时代步伐,但是你还是在进步,人始终是在进步的,没有进步,那就相当于倒退吧?

陶宏开:很好很好,那我再举个例子,我回来以来,看到有些孩子很“进”了,染着金头发,穿着漏洞的裤子,听着 MP3,唱着“老鼠爱大米”,然后去打游戏。这是“进”吗?他觉得是很“进”了。他还嘲笑我,什么也不懂。然后进去打游戏,打的呱呱叫。

听众:事情总有多种方面吧。与时俱进,虽然总体上是在不断地发展,但是也有糟粕也有精华,我觉得你所说的那方面是社会发展中所存在的一种叫负面的东西,他们这样追求,可能只是对新事物的一种好奇,这种也不能说是进步吧,只是盲目的一种追求。

陶宏开:说得非常好,再鼓励一下,很好,这个女孩子在提问下,还能很冷静的回答问题,回答得非常到位,水平也很高。谢谢你。(掌声)

我谈谈个人的看法,与时俱进,四个字是缺一不可的,它是一个整体。但具体讲起来,我同意第二个孩子的观点,“时”字最重要,为什么



呢？每一个时代，都有时代的主流、支流、漩涡，我们关键要看清什么是这个时代的主流，我们根据主流往前走，那才是真正的与时俱进。如果你走到一边去了，别人在用电脑网络做高科技的发展，而我们到网吧里去打游戏，然后旷课、辍学、欺骗父母、偷钱、抢钱、犯罪，那是对社会的一种破坏。

同样一个事物，每一个事物有两面性，那么电脑网络，给我们带来了包罗万象的信息，把我们带进了信息时代，这是一个很美好的东西，很可惜，也有某些方面的负面影响，导致了我国成千上万的青少年上网成瘾，导致了成千上万的父母痛不欲生，这是我完全没有想到的，我在美国生活工作了18年，我的主要工作也就是面对青少年，在美国的时候，每一天，我说的每一天，包括每一个周末，每一个节假日，都有父母带孩子来找我解决问题。现在回想起来，从来没有一个是因为网瘾而过来的，所以在我回国之前，我真的不知道，什么叫网吧，什么叫网游，什么叫网瘾，的确不知道。你们可想而知，电脑网络是美国发明的，美国电脑网络是最发达的，但是我在美国18年，不知道网吧，网吧肯定会有，但绝不是像我国大面积的，我在美国生活了18年，没有听过网吧。因为我是美国公民，每年要回美国去纳税。每年4月15日是纳税的最后一天，2006年4月12日我在美国纳税，我在纽约终于看到了一家网吧。我在美国纽约什么地方看见网吧呢？在唐人街看到了一家网吧。我呆了，我在美国18年没有看到网吧。我2月份回来的，这次去我真的是看到了网吧。看屏幕上打出来了（多媒体课件显示唐人街网吧），你看两个中国字“网吧”，还有照片，而且是简写的。这明显是中国人出口到美国去的。这个网吧是简写的，我们又把网吧从中国出口到美国了。我进去一看，全是华人。这个网吧呢，不仅把中国内地的青少年毒害了，而且还把到美国去的中国青少年也毒害了。

有一天，我在家里，电话响了，我拿起来，是一个母亲的求助电话。她说：“陶教授吗？”我说：“是”。她说：“教授，我是从多伦多打来的，加



拿大的多伦多。”我说：“你有什么事吗？”她说：“据说你是戒网瘾专家。我的女儿今年15岁，网瘾很严重，我想向你求助。”我说：“你那么远，我怎么能帮助你呢。”她说：“我这里的华人孩子网瘾也很多，你能来一趟吗，我们付费。”我说：“国内我还做不过来，跑那么远去，我从美国回来，还回到加拿大？”她暑假就把女儿带到国内来找我了，15岁的女孩子，长得非常漂亮。在电话里，她告诉我说，她的女儿网瘾非常严重了，已经不上学了。有一天，这个女孩子又不上学了，爸爸、妈妈很着急，一边一个地劝她，孩子啊，你看我们到加拿大来就是为了你啊，这里有好的学习环境，你不上学，我们来加拿大干什么啊，我们在国内条件非常好，在这里爸爸、妈妈去打工，供你上学你不上学。两个人劝，女孩听不进去，她找她的网友。（You see, my parents want me go to school.）什么意思啊？孩子们翻译一下，对，你看看，父母叫我去上课呢。她的网友跟她回过来了（Never listen to your parents.），翻译一下，什么意思啊？“永远不要听爸爸、妈妈的话”（They are always wrong.）“他们从来都是错的”（We are free.），“我们是自由的”，（We don't listen to them.）“我们不必要听他们的话”。你看，父母气晕了。她的爸爸、妈妈劝她上学，她的网友叫她不要听父母的话，她父亲一生气就把网线拽了，一抢把孩子头上划了一个血印子，女孩马上打“911”，警察来了，看到孩子弄伤了，就把她的父母弄到警察局，罚款3000加元，社区劳动60个小时。父母没招了，现在把女儿带回来了。我记得，她回来之前，可能还在路上，她爸爸给我打个电话，他说：“陶老师啊，我是那个女孩子的父亲。”他哭起来了，他说：“我能问一个问题吗？”我说：“你问吧。”他说：“我们以前在国内条件非常好，为了孩子移民到加拿大，就得从头做起，供孩子读书，我们这么辛苦，我们给了孩子一切一切，孩子不但不感激，还恨我们，这到底是因为什么？”

你叫我怎么回答？他做父母，为了孩子牺牲了一切，牺牲了国内的好工作，牺牲了国内优越条件，就把孩子移民到加拿大，给了孩子健康



的更好的成长环境,现在孩子不但不感激,还恨他。我说:“你能给孩子一切吗?”他说:“我给孩子一切的一切。”我说:“你能给孩子你认为该给的一切,很多地方应该给的你没有给到,所以孩子会恨你。那什么是一切?她要的你还没给到的呢?那就是我们现在和孩子情感沟通问题。”

好,那女孩的外公和舅舅暑假到我家,把她也带到我家。她一看到我,反感极了。把眼睛一转,哼!一个大耳环,长发飘飘。哼!——她的
那个动作,就是给我一个信息,哼,根本不理你。我对她和她的家人说,
“这样好不好,我们尊重孩子的隐私,如果我们的问题,涉及到你的隐私的话,你可以拒绝回答,我不会生气的,好吗”。

我说:“你叫什么?”

“利萨。”

“多大了?”

“15岁。”

“我不说你,你这个习惯上网……”

“我错啦?”

“没,我没说你错,我也上网,可你为什么后来不愿意上学了呢?”

“上学干什么?”

“那你如果不上学的话,你将来怎么办?”

“我有钱,我有很多钱。”

我说:“有钱就能买到幸福吗?就能买到快乐吗?”

“我不需要快乐。”

“那你需要什么?”

“我需要悲伤!”(听众笑)

她需要悲伤。我说:“好,这是你的选择,你有权选择悲伤,但是为什么你要上网呢?”

“怎么了?”