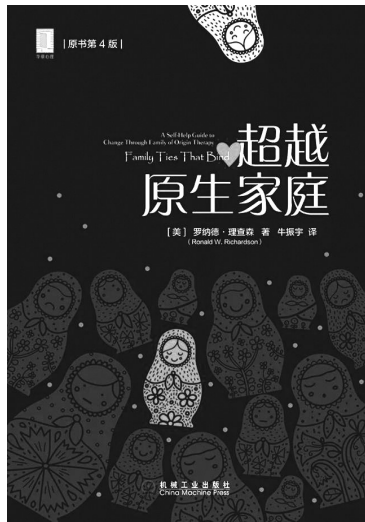


教育让接受命运变为定义命运

□ 闫 杨



漫长的过程。首先要弄清楚的一点是，尽管父母对我们产生了一定的影响，但我们会变成怎样的人却不一定由他们决定。如果我们将生活中的错误归咎于他

们，那么我们将失去醒来的机会。我们是自己生活的责任人，要为自己的生活拼尽全力。有了这种清晰的认识，我们就可能有机会去打破束缚，而不是赖在“过去”不愿离开，也不愿放弃。在心理学中，分离个体化是在精神上的成熟阶段，真正接受父母的局限性，停止责备和奢望，尽己之力，开拓新的人生。这一过程要求你看到你的父母是如何塑造自己的，要不断地发现自己成长中的痛苦，并努力与过去和解。只要愿意，我们就能够获得超越的力量。

青少年的心理健康问题不容忽视，其心理形态的形成是由原生家庭造成的。有人说，我们的基因、出身和家庭在99%的情况下已经决定了我们的人生成就的大小和幸福，这个说法是不合理的，超越原生家庭的办法就是重新解读人生。“人必须先经历一个破碎的自我，

只有这样，他才能成为一个完整的自己。人首先要形成完整的自我，才有了超越自己的条件。”从父母的阴影中解脱出来，这是一种超越了你所处的环境而被束缚。虽然改变了你父母和长辈对你的态度，但你可以换一种方式去理解，学会感激与原谅。重新整装出发，只有迈步前行，才能得到足够的快乐。

超越原生家庭，非常重要的一点，就是培养自己的竞争能力，竞争力是人类生存的核心素养，也是人类精神空间的体现。如果一个人所拥有的关系只局限于家庭关系，如果把自己限制在两个人中间，那他的精神世界就只有两个支点，非常狭窄，很难承受矛盾与冲突。但是倘若能在社会上与他人竞争，与他人合作，那将是截然不同的。在获得社会地位和物质财富的同时，他的精神世界也得到了极大扩展，等于有了精

神世界的第三个支点。三个支点共同组成了一个完整的空间，同时也具备了三角形的稳定性。因此，希望大家都能从家庭的束缚中走出来，到社会上去，在集体里发挥自己的活力，互相竞争，相互协作。毫无疑问，在这个世界上，成功者大多都能做到这一点。

教育可以超越原生家庭，也可以让接受命运变为定义命运。这本书涵盖了很多家庭心理学方面的内容，比如，在原生家庭中，父母所处的家庭环境是如何影响其行为的，并探讨了不同出生顺序和性别所造成的人格差异的成因。看完之后，我越发意识到成长是个破茧成蝶的过程，虽然有着沉重的枷锁，但只要不断探索，不断向前，所有的痛苦和不够自如的东西都会被剥离出来，被自觉地丢弃。对原生家庭的研究可以成为你成长过程中的一部分，但并非结果。理清前因后果之后，往前看，缓缓地越过这一步，就可以成为一个全新的人。我们不能决定自己的过去，但可以用新的体验来改变自己。一个人的成长受原生家庭与后天接受知识的影响，后者也就是教育。只要付出足够的努力，总有一天，一方会超过另一方，成为新的自己。

用世界的眼光看教育

——浅评王彬武《教育的理由》

□ 杨小英

试教育”的批判、学生“减负”的时代意义，都被给予了恰到好处的好处阐释与回应，读之如同邻家大哥，煮茶面谈，不急不缓，一字一句都透着冷静和睿智。在《给观念一个理由》一文中，通过对教育能不能投入产出思维衡量结果、该不该淡化实用功利的观念、能不能培养学生个性化发展、能不能避免过度竞争等问题，以设问的形式娓娓道来，看似波澜不惊，却触动人心，相信对于教育管理者、教师、学生和家

长都有一定的启发和帮助。在正本溯源的同时，王彬武对于教育、教师的一些热点问题也给出了答案。例如：什么是教师的爱——师德；为什么教师要休寒暑假——权益；教育惩戒的能与不能——责任。从历史到当代，从国内到国外，这些设问和自问是对社会的回应，也是对教育政策落地实施的有力补充和解读。尤其是在法制逐步深入人心的今天，在规则中如何把握好惩戒的“度”，相信许多教师在实际教学中深深感受到处在“一步是天堂，一步是地狱”的两难境地，如何维护教育的尊严和尊重学生的人格，许多教师困惑不已。有人说社会在发泄对教师的不满，何尝不是对教育的顶层设计，对教育未达到内心理想化的抗拒，教师无疑成了“教育”的铲屎官、背锅侠。通过本书，相信

教师能够找到共鸣，找到一些解决困惑的答案，体会到教育的意义，从而有信心和勇气面对教育，有底气面对学生和家

长。满怀职业情怀，点亮职业生命之光。

作者涉猎之广令人佩服。通读全书，不难发现他的字里行间，处处散发着洞察思考的光芒，具有深邃的理论修养。他的每一个设问，每一个论点，在前人注脚的同时，其敏锐的眼光，常常能捕捉到时代发展对教育的影响。互联网、大数据、云计算、区块链，未来教育势不可挡，乔布斯、马斯克等科技前沿的创造者和发明者对未来的设想和架构逐步由梦想变为现实。给我印象最深的是当 ChatGPT 甫一问世，王彬武就有“教师该怎么办”之问，当时我记得很多教师并不知道这是个什么东西，它的出现能改变什么？但他看到了技术的革命，他义不容辞地给出了建议，那就是直面技术而不回避，拥抱技术而不被奴役，驾驭技术而不滥用，是态度，也是教师数字素养的体现。同样，《疫情、生命与成长》一文，王彬武先生给我们提供了一个不一样的面对反思教育、反思理性的典型情境，全文无一个教育字眼出现，却让人感受到这是一篇生命教育的好文章。

作者提到尼采关于教育的

观念虽然是片面的，但确是一种趋势，那就是如何摆脱教育的世俗化、功利化和片面化。这就牵涉到改革与评价的问题，作者以马志尼《论人的责任》为引，改革是社会的进步与品质的提升，本职是价值观念变革，是为教学提质增效，从而追逐教育的诗和远方。无一例外，作者是带着问题导向进行思考的，处处体现的是教育的人文主义精神，维护的是教育高贵的品质，是对教育的热爱。

闻道有先后，术业有专攻。让教育少些杂音，让教育回归本真，让教育人说教育的事，这才是一个社会的常态。正所谓大音希声，大象无形，让我们一起享受《教育的理由》给我们带来的认知洗礼。

近，收获丰硕。

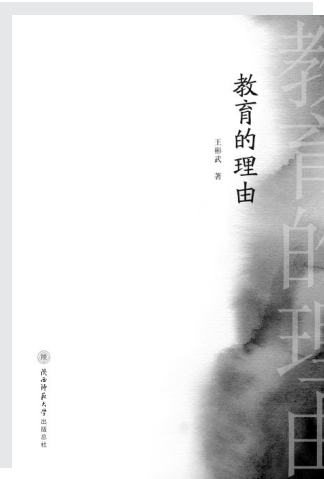
走进《海绵阅读法》，读者得到的不只是具体方法上的指引，书中传递的一些阅读理念亦耐人寻味。比如作者强调读书时一定要把自己摆进去，“市面上有那么多书，我为什么翻开了这本？”“我对这本书有什么期待？”“这本书能带给我什么？”追问的过程，其实决定了自己的阅读速度、阅读深度和关注的重点。再比如，针对一些人习惯于把阅读数量当成阅读成果的问题，作者反问，“读书的数量多，就等于收获多吗？”然后指出，阅读量中只有一部分能转化为思考量，思考量中只有一部分能转化为行动量，行动量中的有效部分才能转化为改变量，而这个改变量才是真正的阅读成果。如此分析人情入理，潜移默化中不断矫正我们的阅读认知。

据了解，这本书经过了12年探寻，才形成这套实用、完整、可复制的成熟方法论，也终于使作者从阅读“小白”发展为百万的全职读书人。既然作者将其阅读“秘笈”以极富性价比的方式呈现给我们，我们何妨照之而行？没准，凭了它，阅读真会带来所期望的改变。

随手拍

悦读

梅方明摄影



我非常欣赏这样一句话：“面对百年未有之变局，要用世界的眼光看中国，而不是用中国的眼光看世界，否则总觉得自己什么都是对的，别人什么都是错的。”近期读王彬武先生的新著《教育的理由》，视野之开阔，文笔之细腻，逻辑之严密，格局之宽广，读之让人豁然开朗，可谓是用世界的眼光看教育。

读王彬武《教育的理由》有种拨云见日的感觉。他旁征博引，与时俱进，以世界教育的发展为基，以拥书自雄的理论和素养为器，就新时代教育改革发展的热点、疑点、堵点给出了答案。例如教育的规律究竟是什么、教育发展与文化的桎梏，对于当下“应

像海绵那样吸取阅读精华

——读《海绵阅读法》

□ 周慧虹

方法的著述不胜枚举，这些著述，有的从理论层面讲道理，有的从实操环节谈心得，还有的结合个人经验分享一些小众化的技巧，凡此种种，说者头头是道，听者津津有味，及至落实到个人行动上，往往颇感无所适从。一言概之，或可曰“适配性较差”。

最近读到一本《海绵阅读法》，作者是一位职业读书人，她将自己这些年来读书、授课的实践感悟和盘托出，既有方法论的实用性，又有认识论的逻辑性；既有阅读提升的针对性，又有按图索骥的普适性。不得不说，在众多讲解阅读方法的著述中，这本书虽非“大家闺秀”，但它条分缕析、清晰明了，让人一见倾心，难怪出版不久即予加印，一举冲顶相关热销书榜。

有别于其他阅读方法类书籍，《海绵阅读法》直击大多数人的十大阅读痛点：读得慢、忘得快、输出吃力、笔记低效、不会独立思考、读不进去、没有知识体系、无法学以致用、不知道如何变现、难以养成读书习惯。围绕这些痛点，作者探索出“海绵阅读法”，意欲提升读者的七大能力，分别是高效做

读书笔记的能力、独立思考的能力、掌握阅读速度的能力、阅读不同书籍的能力、建立知识体系的能力、让读书有用的能力、长期持续稳定阅读的能力。这些能力既各自独立，又相互影响，就像风车的七片扇叶井井有条，把风能转化为动能，它们则把书籍的力量转化为成长的动能，帮助读者最大程度吸收一本书的精华，最大程度从阅读中获益。

有道是“不动笔墨不读书”，读书，很重要的一点就是得善于做笔记。读书笔记做得恰如其分，有助于读者深层次理解一本书，更好地驱遣书籍为己所用。《海绵阅读法》在引导读者做好读书笔记方面，凸显了独特的亮点，书中总结了三种层次的读书笔记。第一层是局部碎片化笔记，用到的工具是作者开发的万能读书笔记模板；第二层是全局概览笔记，用以把握一本书的整体脉络，用到的是思维导图笔记；第三层是结构化笔记，包括独立思考和个人见解，聚焦个人的收获和总结。这三个层次的笔记浑然一体，整套“规定动作”下来，不由得不对一本书知根知底，不由得不对阅读平添亲

我与书的故事

谈到书，我总有许多话要说。

上小学时，母亲慷慨地给我买了几本关于作文的杂志，书价要一元多钱。我如获至宝，躲在清静处酣畅淋漓地读了一下午。但这种机会不多，于是那几本薄册子被我翻翻常读，有些篇目甚至倒背如流。

有年暑假，同学把一本《安徒生童话》落在我家，我一股脑钻进书里，从艳阳高照到银汉闪烁，被书中形形色色的人物和光怪陆离的情节勾住了魂。怎奈家教严格，母亲让我次日一早便送回去……童年，我大抵是在比较贫瘠的读书生活中长大的，心里总埋怨书少。

长大一些，我经常穿梭在县城仅有的几家书店，老板都认得我了，知道我爱书，便从不驱离。故此，我攒的零花钱全都买了关于历史、文学之类的书，对它们颇多爱怜……偶尔，我会叫上大人一起去，大谈特谈某本书的好，转而佯怒怨愤中羞涩，大人多半会帮我“消怨解恨”。

上高中时，我常在一家名为“贝塔斯曼书友会”的地方买书。书友会每半月会寄小册子，定期举办图书促销活动。为多得几本书，我常常把列好的书目细算组合，力求每一分钱都不乱花。汇款之后，我几乎每天甚至一天几趟地跑去邮局，询问我的包裹是否到了。没到则失魂落魄，到了则心花怒放，总之“为书消得人憔悴”。

在大学里读书时，我面对图书馆的书山书海，只取一瓢——还以历史、文学阅读为主。室友约定每月都读一本书，以备“夜谈会”之用。每晚十点熄灯后，一人发起话题，有的长篇大论，有的一语中的，谈到宇宙洪荒，谈到睡梦犹思，谈到天荒地老。第二天，室友们个个晚起，在一室怨声中争抢着解手洗漱，慌乱之间奔往教室。不过，杨宽、王仲华、陈寅恪、范文澜、翦伯赞、钱穆等历史大家都是那时才熟识而乐道的。

由于爱书，我养成了每到一城市一定要逛书店的习惯。记得2010年秋，我前往黑龙江建三江领略北大荒的万顷稻田。午饭后，我在一书店发现了一柜陈年旧物，直觉告诉我那里定藏着宝贝。果然，我发现这些书多是五六十年代知青们开垦北大荒时读过的书，一本《钢铁是怎样炼成的》扉页上写着：“了解了生活，懂得了人生。张某某一九六八年八月”。恍惚间，我仿佛遇见了那峥嵘岁月里的热血青年，感受着他们的青

春与梦想。得知那些书论斤称卖，我当即挑选了二十余本。忙乎，我长舒了一口气，饱吸着淡淡的书香，无限美好。最后，我手提肩负着这些书，扛上火车，踏上归途，带着一路悠长的“怨言”回家去。

总而言之，因为爱书，我与它便有了许多道不尽的恩怨。我的生活映在书中，书同样映衬着我的生活。

“怨”书

□ 鱼亚强

时光推移，我家的藏书多了许多，虽然经历各种“洗礼”，数量还是可观。原先集中摆放，一排一排的，很有个小图书馆的模样。后来添了进口，书挤占了人的地盘，于是我把它们化整为零，分散在各个房间里。正如家人埋怨的：书是人写的，人比书有灵气，人比书更应该得到阳光、空气和推窗得见的好景致。诸如《山海经》《诗经》《论语》《鬼谷子》……它们遥远又飘渺，神秘而无用，被我置之何处，也不得而知了。但是，我想起它们曾给我快乐，且如今还在我身边，就会心中一暖，继而一笑。

就这样，书在我家随处可见，客厅茶几下、床头小柜上、阳台边角处都有书，想读书时，随手即来。“闭户遍读家藏书”谓为人生一乐，那我就是“又乐又悲”。“悲”在于偶尔我忽然想读一本书时，却怎么也寻不见。这未免使我怨起来：“这扫人兴味的玩意儿！”最近几年工作日渐繁忙，读书兴味也减，即使看得见的书也无暇去读。虽如此，我却暗得了“书呆子”的公认美名，但心里暗自窃喜着“尘世负了爱书人”。

乙未年，我岳父离世。岳母整理遗物时，赠予了我一套书封破损、书页卷皱的《四世同堂》。她含着泪说：“这本书，你爸生前常读。他爱你，就给你了。”接过那套书，接过亲人的遗物，我更坚定了多读书的志愿。《四世同堂》——多么通俗美好而意味深长的书名呵！我不禁自己、怨书！我偶患就社不断理还乱了呢？这个问题的答案，或许一生无解。

有个成语是怨声载道，形容一路怨愤之声不断。回忆我的读书生涯也是“怨声载道”：旧藏在书中，为了寻道寻道，我一头栽进了书里；一边埋怨它，一边依恋它……