

# 读书

副刊

主编:文天心  
责编:于晓琳  
执行:许晓彤  
美编:倪海连  
投稿邮箱  
read0451@163.com

## 书香心语

捧一卷好书,如同推开一扇通往广阔世界的门。在快节奏的当下,碎片化信息充斥着生活,指尖划过短视频、浏览零散资讯成为日常,静下心来完整读完一本书,反倒成了难得的享受。于我而言,人生中有三次深刻的心灵顿悟,都因阅读而起,书籍也在不同阶段为我解开心中困惑,重塑对生活的理解。

第一次心灵的顿悟,发生在懵懂的大学时光。彼时远离家乡,开始独立思考人生与人性,偶然捧起余华的《兄弟》,便彻底沉浸其中。书中李光头与宋钢这对异姓兄弟,在时代浪潮里相伴、分歧、渐行渐远,半生悲欢道尽了人情冷暖、命运无常。文字之下,是人性的复杂、世间的百态。从前的我看待世界非黑即白,总以为善恶有着绝对的界限,而《兄弟》让我懂得,人性从来都是立体多元的,生活也从不是简单的标准答案。它撕开现实的表象,让年少的我跳出象牙塔,学着用包容、客观的眼光看待身边人与事。这一次的阅读,是思想的第一次觉醒,让我初尝文字直击心灵的力量。

生活总有困顿迷茫之时,而书籍便是抚平焦虑、安放心灵的港湾。如果说大学时读《兄弟》是思想的启蒙,那么二十五岁的我读到《人生》,则是我走出人生低谷的精神解药。那一年,行业环境突变,我不幸遭遇裁员,突如其来变故打乱了原本安稳的生活。焦虑、迷茫、自我怀疑接踵而至,未来该何去何从,巨大的压力让我整日心神不宁。在情绪最低落的日子,我翻开了《人生》。书中高加林在理想与现实之间不断抉择,一路历经挫折、犯错、醒悟,起起落落的人生轨迹,像极了当时手足无措的自己。路遥在书中写道:“生活总是这样,不能叫人处处都满意。但我们还要热情地活下去。”短短一句话,瞬间抚平了我内心的躁动。我渐渐明白,人生本就充满变数,一帆风顺只是奢望,起落沉浮才是生活常态。于是,我不再沉溺于失意与抱怨,鼓起勇气重新面对前路。

岁月流转,我迎来了人生中又一次艰难抉择,而书籍也帮助我在困顿中重新找到前行的方向。在北京打拼多年,这座城市承载了我的青春、梦想与汗水,有广阔的发展平台,也有志同道合的伙伴。可日复一日的高强度奔波、高昂的生活成本,以及长久与家人分隔两地的孤单,不断拉扯着我的内心。一边是未完成的理想,一边是故乡安稳的生活与朝夕相伴的亲情,留京坚守还是返乡归家,两个选择各有得失,这让我陷入了长久的纠结。万般犹豫之际,我翻开了张嘉佳的《云边有个小卖部》。书中温柔勾勒出云边小镇的烟火日常,祖孙相伴的温情、邻里之间的善意、游子在外牵挂与回望,字字句句都戳中了心底最柔软的地方。主人公刘十三一路奔赴远方追逐梦想,历经挫折与失意,最终才懂得,故乡永远是漂泊者最坚实的后盾,亲人的陪伴才是人生最珍贵的财富。读完这本书,连日来的纠结开始消散。我不再偏执地去评判两条道路孰优孰劣,也不再为未知的前路惴惴不安。留在北京,是为梦想继续奔赴;回归故乡,是拥抱温暖与心安。人生本就没有完美的选择,遵从内心真正的渴求,认真走好脚下每一段路,便是最好的答案。

在漫长的阅读之旅中,我也慢慢改掉了浅尝辄止的陋习。从前读书只追情节,走马观花,读完却一无所获。如今我懂得,真正的阅读贵在静心品读、反复思索。遇到触动心灵的句子便摘抄记录,读到引人深思的观点便结合自身经历反思。如今,读书已然成为我生活中不可或缺的一部分。一卷在手,岁月安然。往后的日子里,我仍会坚守这份热爱,以书为友,以读为伴。在墨香中沉淀自我,在文字中奔赴远方,让书香浸润日常,让学识丰盈人生。愿我们都能与书相伴,在一次灵魂碰撞中,读懂生活、丰盈内心,最终遇见更好的自己。

# 赴一场足球之约

## 读《你好,世界杯2026》

□刘全祥

2026年夏天,足球正在北美大陆上演“世盛典”,当四十八支球队在十六座城市的绿茵场次第亮相,最早抵达国内球迷耳畔的声音也许并不是哨声,而是翻开新生代足球解说员王正坤撰写的纪实文学《你好,世界杯2026》书页的声响。

无论大力神杯最终花落谁家,2026世界杯注定与以往任何一届迥然有别。它首次将参赛球队由原来的三十二支扩充至四十八支,比赛场次从过去的六十四场增加到一百零四场,这是世界杯历史上规模最为庞大的一次盛会。美国、加拿大、墨西哥三个国家携手举办,从墨西哥城海拔两千多米的阿兹特克体育场,到世界上造价最高的纽约大都会人寿体育场,再到薄膜屋顶为全球最大同类结构的加拿大不列颠哥伦比亚体育场,一届世界杯赛事横跨整个北美大陆。这是一个地域范围更大的舞台,包括佛得角、约旦、乌兹别克斯坦等在内的更多国家首次登上这个舞台,它们如同足球世界版图新扩容的军团,期待被全世界所看见。面对这样一个参赛成员众多、比赛场次繁密、观赛人员海量的大型赛事,中国本土观众需要的,是一双能够看清整个比赛全貌的“眼睛”,是一册可以随时查询赛事信息的“足球地图”,这也正应了《你好,世界杯2026》一书的时代价值和现实意义。

《你好,世界杯2026》是一部全景观赛导引。该书将四十八支球队单独成篇,从解析各支球队的年龄结构,到预测每支球队的排兵布

阵;从阐释每支球队的独门绝技与核心战术,到陈述各支队伍的备战故事,从而引领读者跳出赛场画面,从另一个角度解读本届世界杯。这幅“世界杯地图”的设计者和绘制者,就是我国新生代足球解说员王正坤。王正坤曾多次解说英超、西甲、德甲、意甲等欧洲顶级足球联赛,2018年俄罗斯世界杯期间,他亲赴赛场实地进行报道。王正坤不是坐在书房里的足球理论研究者,而是经常置身欧洲各大联赛球场边的一线解说者,那种亲历的在场感,那种对赛场瞬息万变情况的敏锐与直觉,是坐在电视机前的普通观众难以替代的。更让人钦佩的是,王正坤为《你好,世界杯2026》一书倾注了大量心血,他追踪各大洲的每一场预选赛,记录每场比赛球员的伤病讯息,解析每支球队的初选名单。将近一年的时间,对于一个足球解说员来说,意味着无数个白日与夜晚的坚持与守候,意味着对大量比赛数据的甄别与比对,意味着对大量赛场笔记的梳理与修订,这绝非一项可以交由AI代劳的艰苦工作,这是一场用激情和热情浇灌的足球答卷。

足球比赛从来不是单纯的体育运动,它植根于现实土壤,折射着地域文化与社会结构。翻阅《你好,世界杯2026》,读者会发现它不仅只是数据的统计与罗列,更是对参赛队伍的洞察与预判。例如书中讲述法国队,作者不只是分析“姆巴佩很强”这一单项情节,而是深入阐述战术定位,运用表格和站位图回应球迷的关注和疑虑。再如书中讲述阿根廷队,作者将其获得三十八分、高居南美预选赛榜首的背后逻辑详尽说出,使读者对“潘帕斯雄鹰”再次充满期待。

《你好,世界杯2026》不仅拆解比赛战术和排兵布阵,还为每支球队留下了一个读完就想发朋友圈的故事。那些或暖心或悲情的故事,或许与一名球员的成功逆袭有关,或许与一个国家的殷殷期盼有关,或许与足球背后被时代遮蔽的喜悦哀

乐有关。正是这些鲜活生动的故事,让一本观赛指南有了温情和心跳。2026年世界杯还有一个难以规避的主题:巨星告别!无论是“小跳蚤”梅西,抑或“CR7”C罗,还是“魔笛”莫德里奇,这些跨时代的足球巨星,由于“年事已高”,极有可能在这个夏天上演谢幕大戏。巨星的告别演出,往往最令球迷心碎,也最让球迷珍惜。本书记录下那些在世界杯赛场上纵横驰骋的传奇名字,为他们,也为追随他们走过整个青春季的球迷们,留存了一份历史档案。

也许多年以后,翻开《你好,世界杯2026》泛黄的书页,2026年夏天的世界杯仿佛就在昨日。从更久远角度来看,《你好,世界杯2026》事实上也是在向传统足球信息传播方式致敬。在短视频平台异常发达的今天,王正坤专心写作此书并以其与球迷对话,这本身就是一件饶有趣味的事情,他提醒人们有些热爱值得沉下去。绿茵场的喧嚣终会沉寂,美加墨世界杯终会落幕,但翻阅书页的声音,也许将陪伴人们走过下一个四年。



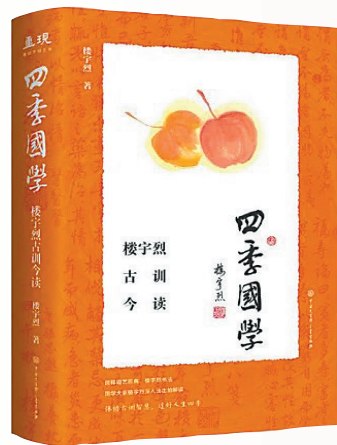
《你好,世界杯2026》王正坤  
北京时代华文书局2025年10月



## 品读四季古训 领悟国学真谛

### 读《四季国学:楼宇烈古训今读》

□刘小兵



《四季国学:楼宇烈古训今读》  
楼宇烈 中国大百科全书出版社 2026年4月

笔书法。而《四季国学:楼宇烈古训今读》,便是他十余年来的成果汇集。全书以时间为线,依照春夏秋冬四季编排,结构清晰规整,时序脉络自然流畅,让读者能顺着岁月的流转,逐字逐句品读古训,在季候更迭里体悟国学深意,于晨昏朝夕间涵养内心德行。

本书选材广博,包罗万象。从孔子、孟子、老子、庄子的儒家道义、道家哲思,到《史记》《淮南子》的史事箴言,再到千古流传的诗词名句、质朴通俗的民间谚语,皆有甄选收录。这些跨越千年的古训短句,句句凝练精粹,字字蕴含哲理。楼宇烈摒弃晦涩艰深的学术表达,以深入浅出、通俗直白的语言逐句解读。不刻意故弄玄虚,不堆砌繁复理论,力求把深奥的传统义理,转化为现代人能够读懂、能够践行的人生道理,既意味深长,又充满现实教益。

全书的核心,始终围绕着教育初心与精神修行展开。当下时代,急功近利几乎成了初学者的常态,他们往往过度追逐物质享受,步履匆匆,内心浮躁焦虑,常常忽略了精神世界的滋养与丰盈。楼宇烈正是敏锐地洞察到了这一点,为此,他在书中直言,人生不能只被物质裹挟,更要重视精神生活的丰盈。阐释中,他善于从浩瀚的国学典籍里汲取思想智慧,解读古人修身、静心、待人、处世的准则,告诫世人做人要守本心、知进退、懂知足、常自省。他说,儒家教人立身担当,扛得起人生责任;道家教人豁达通透,看得开世事得失;这些古训句句皆是劝勉,既是道德约束,也是做人做事的精神标杆,帮助人们在快节奏的生活里稳住本心,沉淀自我,守住内心的安宁与纯粹。

这本书兼具文字之美、书法之美与画作之美。书

中还专门收录了楼宇烈亲笔手写的古训书法作品,笔墨温润苍劲,字迹工整端正,一笔一画皆是文人风骨与国学底蕴。同时搭配名家的经典画作,画风简约淡雅,意境清幽致远。笔墨文字相映,书画意境相融,古训启迪心智,笔墨涵养气质,画作抚慰人心,让阅读不再是单纯的文字品读,更是一场沉浸式的文化熏陶与艺术享受。

本书篇幅精简,内容凝练,十分适合日常碎片化阅读。闲暇之余随手翻开,晨起读几句自省修身,暮时品几段静心安神,四季相伴,日日品读,潜移默化之中,便能修养心性,开阔胸襟,端正品行。它没有厚重的说教感,只有温和的指引与温柔的规劝,春风化雨间,便将传统文化的普世价值,悄然融于烟火生活的方方面面。

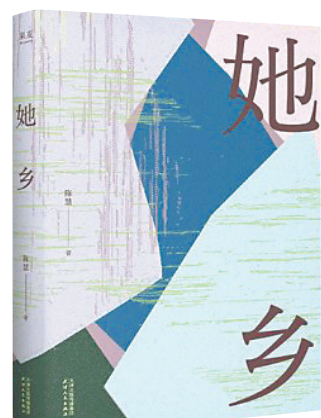
从人文教化的层面而言,这本亦文亦画的国学读本,宛若一盏清心的明灯,给人精神上的提振,时时警醒世人,不忘初心、崇德向善。它注重学以致用,让古老智慧贴合现实人生,教会我们平和处世、踏实做人、淡泊养心。它让传统的国学不再是象牙塔里的深奥典籍,而是引导人们向善向上的精神指南。

品读四季古训,领悟国学真谛。《四季国学:楼宇烈古训今读》,既是一本通俗好读的国学入门读物,也是一本修身养性、安放内心的人生箴言集。楼宇烈以一生治学沉淀,将千古古训化作人间良方,让传统文化更加温润可亲。愿我们都能以四季为序,与古训相伴,在国学文字里涵养心灵,在平凡烟火里守一份从容,做一个纯粹的人,做一个品德高尚的人,不负光阴,不负这大好年华。

## 烟火人间里的女性微光

### 读《她乡》

□侯楮



《她乡》陈慧  
天津人民出版社 2025年7月

《她乡》是“菜场女作家”陈慧以市井烟火为基础,以村镇女性为核心,创作的村镇女性故事集。作为长期扎根基层、以菜场摊贩身份写作的作家,陈慧凭借亲历者、观察者与同情者的三重身份,写下朴素的女性力量,记录了女性的坚韧与尊严。可以说,《她乡》是一部平民视角的女性生存实录,为乡村叙事与女性书写开辟了新的路径。

陈慧自2006年以来,就在乡镇菜场摆摊谋生,2010年开始利用闲暇时间提笔写作。虽然没有专业训练,也缺乏良好的创作环境,但是她仍然凭借自己的坚持与努力,陆续出版《世间的小儿女》《在菜场,在人间》《去有花

的地方》等多部作品,她以真实人物为素材,把柴米油盐、人情冷暖写进字里行间。《她乡》是她的第五部作品,也是她首部聚焦女性群体的作品。

《她乡》清晰地分为“她们”与“我们”两个部分,17篇女性故事照见庞大的女性群体,以及她们的生存面貌。“她们”篇里,有的女性为家庭操劳一生;有的在婚姻与生计中苦苦挣扎。数十位女性,各有各的难处,但她们的印象深刻,她们没有传奇经历,大多被生活磨平了棱角,却依然勇敢地生活里扛出一片天地。“我们”篇则转向陈慧自身与身边人的生命体验,讲述个人身世、异乡生活、摆摊日常,还有女性之间互帮互助的故事。

对比作者之前聚焦市井人情与人间百态的创作,《她乡》无论在主题上还是格局上都有明显的突破,把关注点对准长期不被重视的基层女性,很好地填补了乡土女性非虚构写作的空白。全书不渲染痛苦,也不贩卖焦虑,也不走苦难叙事的悲情路线,让人物回归生活的本真。陈慧还巧妙地将“异乡”与“女性”结合起来,把个人漂泊升华为群体的精神共鸣。

在写作特色上,《她乡》秉承“活着就写、写即生活”的质朴风格,充满生活质感。陈慧善于运用白描的手法捕捉生活细节,无论是菜场的喧嚣还是邻里的闲谈,无论是婆媳的相处还是田间的劳作,都鲜活地跃然纸上。叙事风格上,采用片段式、速写式的写法,以人为中心,陈慧笔下的每一个形象,都血肉丰满。《她乡》以江苏平原乡村与浙江小镇为空间载体,充满江南乡镇的风土人情、地域烟火气,这种温柔的笔触,让我们看到,那些被认为普通的女人们,早就在生活的扁担两头,托起一方天地。

陈慧以“我即她们”的心态走进人物,把自己的人生经历与笔下女性的命运相融,她理解“她们”的无奈,从旁观“她们”的故事,到亲历“我们”的故事,她从不站在道德的高地上评判,更没有所谓的文人优越感,而是以平等的姿态尊重每一个生命,让更多普通的女性通过《她乡》被看见、被尊重。

这位在菜场摆摊二十年的女作家,用沾着泥土的笔尖,写下无名女性的生命之光。用真实与朴素的文字告诉我们,伟大的女性不一定都在传奇故事中,也在日复一日、对生活的坚守里。平凡生命自有光芒,普通女性亦有力量,每一个认真生活的人,都值得被书写。



请关注“黑龙江日报”APP  
文旅频道·读书专栏