

开卷品书香 阅读悦人生

他们推荐的书你读过吗？

4月23日，又是一年“世界读书日”。今年你已读了几本书？哪本书给你留下深刻印象？

阅读，收容不安，隔离外界，与孤独作抵抗，捍卫心灵的秩序。他们在阅读中，感知生命的鲜明有趣和岁月的变化无常，触摸时代流动的脉搏。他们，开卷品书香；他们，阅读悦人生。爱读书的他们，向你推荐一本书。

品读故事 感受世间温情



丁玲 推荐：《文城》

本报讯(全媒体记者 刘惠子 文/图)“在生活中感觉疲惫、困顿时，静下心来读会书，是最好的放松。”从事媒体运营工作的丁玲，推荐余华的新作《文城》。

读书于丁玲而言是一种生活习惯。2021年底，她花三天时间读完了小说《文城》。她表示，因为日常工作忙碌、家庭琐事繁多，已经很久没有这样迅速地阅读一本长篇小说，也很久没有因为故事情节而潸然泪下。

“看完整本小说，我脑海里出现三个关键词。”丁玲说，一个是爱情。男主人公林祥福把小美当成整个世界，不过问她从哪里来，执着地娶了她，哪怕她携款出走，也没有怨恨。当她再一次抛弃了他和孩子时，他放下一切满世界找她，不计较后果，也不去想能不能找到，寻找成了他对爱情最后的执念。

一个是故乡。对很多人来说，无论走得有多远，故乡是永远存在的。所以林祥福在预料到危险之前，给远方在家乡的管家写了封信，让他们来接他，“落叶归根，人故归乡”几个字写了又删，却一语成谶。

还有一个是命运。在余华的小说里，人是渺小的，但在下一刻来临之前，不会因为最终可能徒劳无获而懈怠，他们在追寻、在奋斗、在努力，从没想过放弃。

“《文城》再一次证明了余华是个会说故事的人。在他的笔下，每一段平淡的人生都有血有泪，遥远又现实。”丁玲说，推荐余华的小说，是因为作者笔下的故事感人，文字中的黑色幽默道出生命的脆弱与柔韧。品着别人的故事，感受人世间的真善美与温情，对个人来说，是对现实生活很好的调剂。

陪伴阅读 享受亲子乐趣

欧文 推荐：
《三只山羊嘎啦嘎啦》

本报讯(全媒体记者 程呈 文/图)图多字少、绘制精美的绘本深受幼儿们喜爱，被称为孩子伸向书架的第一本书。安庆市图书馆少儿分馆绘本老师欧文推荐阅读绘本《三只山羊嘎啦嘎啦》。

该绘本改编自一个挪威民间故事，讲述了体型大小不同、名字都叫嘎啦嘎啦的三只山羊与山怪斗智斗勇，最终战胜山怪吃到青草的故事。“该故事历史悠久，在世界各地广泛流传，深受孩子们喜爱。咱们图书馆有个小读者，阅读这本书不少于50次。”欧文介绍说，“这本绘本还有一定教育意义，通过故事，告诉孩子们遇到危险要沉着冷静，用智慧与勇气去战胜一切。”

欧文原是一名英语老师，女儿出生后，他给女儿进

行绘本启蒙，慢慢地同孩子们一样，也爱上了绘本里的世界，成为了高级亲子阅读指导师。

“行为习惯、语言学习、情感认知……绘本类型多样，不但能让孩子们养成良好阅读习惯，还能学到很多知识。每晚睡前给孩子们读10至20分钟绘本，还是一种高质量亲子陪伴。”欧文说。

绘本是简单念给孩子听吗？其实不然。欧文说，家长要学会站在孩子角度思考和发现，讲绘本先看图，多用孩子的口吻讲述，让孩子有代入感，并声情并茂地演绎，充分调动孩子们的想象力，让绘本内容“活”起来。“家长要注意的是，不要让孩子把阅读当成一项任务，而是一种爱好，享受阅读带来的快乐。”

汲取智慧 做出人生改变



方迪 推荐：《断舍离》

本报讯(全媒体记者 方芳 文/图)从业近二十年的方迪是一名教育工作者，闲暇时广泛阅读书籍。谈到对自己影响较大的一本书，方迪说：“山下英子所著的《断舍离》对我产生了积极影响，并且这种影响一直延续到现在，在工作和生活中为我指明方向。”

“这本书主要通过有形物品的断舍离，上升到对无形的精神、内心层面的断舍离，让人学会逐步清理自己的生活空间，重新获得愉悦，几个小时就能读完。”方迪表示，在接触这本书之前，他最不善于“清空”自己。工作中面对很多任务习惯拖拉而不自知；生活中总是舍不得丢弃家里的杂物，以至越积越多，造成空间拥挤，还带来烦恼。

“两年前阅读《断舍离》后，我被书中‘做物质的减法，精神的加法’‘摆脱过剩执念，减轻心灵负重’等表述打动，于是决心从‘断舍离’开始改变自己。”方迪说。

扔掉了七八捆并不需要的杂物，看着空出来的地方，方迪顿时有种清新的感觉。后来，他又慢慢给工作分出轻重缓急，给每天的任务列出清单，并且量力而为，不再给自己徒增压力和切实际的烦恼。

“渐渐的，我感觉自己的工作和生活变得更有条理和目标，对人生也渐渐有了新的感悟和收获，不时给自己‘减负清零’，以最佳的状态迎接每一天的工作和生活。”方迪深有感触地说。

启发生活 收获朴素幸福

钱玉明 推荐：
《每天幸福一点点》

本报讯(全媒体记者 徐志远 文/图)钱玉明是安庆十七中的一名初中语文老师，从事教学工作33年，2016年到大观区重点办工作。他向大家推荐《每天幸福一点点》，想借这本书告诉大家幸福是平凡的、朴素的，其实，它就在我们身边。

钱玉明平时喜欢阅读纸质书，一年阅读30本左右，热衷看文史、哲学类书籍。在所看过的书籍中，他对《每天幸福一点点》这本书情有独钟，深受启发。

钱玉明说，“这本书分三篇，以崭新独特的视角，从人生、成长、生命、亲情、友情、爱情、善良、宽容等不同角度讲述了人的一生什么是幸福以及如何获取幸福，告诉我们人生幸福的意义所在，教会我们发现幸福、感受幸福、创造幸福、传播幸福。”

“《每天幸福一点点》我花了两个星期看完，读了这本书后，我如醍醐灌顶，茅塞顿开，深深体会到幸福就像晨光中的迷雾，看似朦胧却又清晰，看似虚无却又真实。”钱玉明说：“只要我们不曾忽略自身的心情与感受，就可以获得幸福的感动，幸福源于感恩的心。”

从事教师工作时，钱玉明要求自己学生每个月阅读一本课外书，他说，“阅读达到一定的质和量时，他们的幸福感会大大提升。”

钱玉明认为，无论在哪个工作岗位，只要自己能恪尽职守，忙碌并快乐着就是一种幸福。“我们要时刻保持感激，只有感激才能珍惜，珍惜才能满足，满足才能幸福。”钱玉明说，乐观生活，幸福就会相伴左右；懂得知足，幸福自然不期而至。