

惬意莫过于读书时分

邵天骏

记得有位读书人曾经说过：如果时光是营造惬意空间的一个标尺，那么惬意莫过于最佳的读书时分。人生旅途漫漫，沿途难免遭遇种种诱惑，吸引，甚至关乎根本利益的取舍。若不能心静如水，心有所依，便不容易在浮躁的世界里安顿好自己。此时，读书似乎就显得有点“奢侈”了。

其实，读书从来不是一件可有可无、能够视而不见的事。读与不读，是一道清晰的分水岭，往往能从一个人的举止、观念与行为中体现出来。对我而言，不读书的日子如同天天“遭罪”，早已到了不堪忍受的地步。有书为伴的阳光，才是最惬意的时光，那是任何他物都无法取代的，就像吃饭与睡觉，各有所需，谁也不能代替谁。否则，生命便会缺了些什么，平添许多空洞与怅惘。

惬意的元素或许并不难寻，甚至周遭俯拾即是。但我始终认为，最深的惬意莫过于读书时分，这并非只是一句空话。每当我从容地捧起一本书，不论是《红楼梦》《水浒传》，还是《基督山伯爵》《乱世佳人》，泡上一壶香茗，全神贯注地阅读起来，那种感觉实在美妙。惬意，原来可以来自书中魅力的慷慨“馈赠”，也可以是书里乾坤的万般“神奇”。这让我对书产生了深深的依恋，愿将书安放心中，一路相伴，没有尽头。

金山山的阳光洒进窗内，书房霎时明亮起来。我倚在舒适的沙发上，手捧一本厚厚的书。时间悄然流淌，我却浑然不觉，

待抬起头，天色已渐渐暗下。整个下午，我沉浸在书的世界里不忍离去，甚至忘却了窗外所有的斑斓色彩。我时而细细品读，随手记下几笔；时而任思绪飘远，眼前不断浮现出与书中情境相得益彰的“风景画”——它们时而在我心中泛起点点涟漪，时而又彻底打开我的心扉。这样的时刻，我常常深深沉醉。

读书时的思考，让周围的环境不再重要。在家时，书房是我难得的静谧之地，唯有书与我相伴。关上房门，便进入一个梦幻般的读书世界。那种感觉，让我仿佛置身书海，如饥似渴地汲取书中的养分，让每一本读过的书，都成为指引我人生的“航标灯”。

而或出远门，乘坐公交、地铁或轮渡时，即便交通工具里嘈杂声不断，也几乎影响不了我的读书兴致。许是习惯了这样的环境，几年下来，我竟通读了不少名著，有的甚至读了两三遍。这时，惬意便是我真切切的感受，没有什么比这更动人了。读书时分，书香轻拂、书影缭绕，书中的万千风景，给了我莫大的慰藉，让快乐日见充盈心间。

我读过的书里，中外名著都在关注之

列，名家大师的作品更是总想先睹为快。有时身边没有想要的书，我便想尽办法寻觅。一是去书店“淘宝”，这是最好的选择——书在手，便能永久珍藏，免得日后想看时，只能徒叹“无可奈何”。再就是去图书馆借阅，为此我多年前就办好了借阅读证，并不充分地予以利用。虽说跑一趟图书馆并不容易，好在如今不少书都能就近归还，省了不少麻烦。

记得有一次，我借了本颇受欢迎的书，自己刚读完一遍，还没来得及读第二遍，就有朋友来借。我想着好书能被更多人读到，也是件美事，便欣然应允。谁知这本书在朋友间传看了许久，等回到我手上时，早已过了归还日期。我只好再跑一趟图书馆，办理重新借阅的手续。这件事让我深有感触：一本好书，从不用担心没有读者，也从不用担心不受欢迎。书的品质，才是最关键的。这或许是我读书路上收获的一点小启示。

这些年，我读过的书不算少。许多书只读一两遍远远不够，有的得反复咀嚼，才能品出越来越浓的韵味，让人愈发爱不释手。因此，我读书时总会认真做笔记，写下自己的感悟，为日后的精读积累素材。等

到想要再深入研读时，这些笔记就显出了优势，至少能帮我从泛读顺利过渡到精读。安享书中的斑斓风韵，我眼前仿佛浮现出一棵嫩绿的小树苗，慢慢长大，直到枝繁叶茂，硕果累累。读书亦是如此，从最初的沉浸其中，到后来的收获满满，我积累了不少感悟。回味书中的精彩纷呈，或流连陶醉，或惊喜雀跃，惬意便在心底四处弥散。一书在手，疲劳全消；一书润心，感悟良多。

日常生活中，我的所求其实并不算多。一日三餐可以简单，却绝不能没有好书相伴。读书的过程本身就是一种享受。比起大鱼大肉，我更愿选择以书为伴。也因此，读书成了我重要的爱好，而那些读过的书，不仅陪伴我没有虚度光阴，也让我写的写作有了新的突破。看来，惬意莫过于读书时分，这真是我心底最真切去感受，这份热爱，始终无怨无悔。

对于惬意的理解，因人而异，通常有着多种多样的“版本”。这本身无可厚非。尽管每个人的想法不同，追求并不一致，对生活意义的理解也各有千秋，但对我而言，惬意早已与读书时分紧密相连，有着千丝万缕的联系。别的享受可以精简，日常生活也能尽可能简单，唯独对书籍的渴望，是万万不能少的。于是，原本静止中的惬意景象，渐渐晕染成鲜活生动的动画。每日沉浸在这般充满诗意的氛围里，我自是快乐无比，充满感激。

在《植物学家》的镜头里，看见离别与生长

徐一平

4月20日，我去看了景一导演的《植物学家》。流水、植物标本、溪流中随波逐流的纸片，还有那匹会说话的黑马，这些意象背后，似乎都藏着未被道破的隐喻。

少年阿尔辛用一双懂懂非懂的眼睛，观察着眼前的世界：家族悠长的历史渊源与传说，不同民族之间、体和民礼的相处，还有与小同伴的友谊，共同勾勒出中亚边陲我国边民之间的朴实与和谐。

当江南丝竹的悠扬旋律在边陲小村落响起，美玉优美的舞姿，给阿尔辛留下了难以忘怀的美好印象。他内心的独白——“美玉是汉族……那又怎样？”——紧接着是一抹会心的微笑。因而当得知美玉即将离开小村庄前往上海时，阿尔辛的心里很是不舍。

告别美玉的那一幕，昏暗的镜头里，阿尔辛奋力奔跑着，影像渐渐模糊……而哥哥的离开，只是从北京打工归来后又一次短暂的告别，相对而言，阿尔辛似乎更能坦然接受。不舍，是内心丰富情感的含蓄表达。同样，是离去，美玉与哥

哥在他的情感天平上，终究有着霄壤之别。

影片中多处呈现连绵起伏、覆盖着绿植与丰饶牧草的山坡，针叶林与阔叶林交错的广袤原始森林，还有那清澈见底、时而湍急时而平缓、蜿蜒流淌的溪流，这些空镜头如油画般舒展，既给人诗意的美感，也带来强烈的视觉享受。

暑假将尽时，小伙伴骑着棕色大马上山坡，对正在采集植物样本的阿尔辛说：“不要拔草了，草原是妈妈的头发，拔了会让妈妈头疼的。”朴素的口语里，满是牧民后代对赖以生存的草原，那份发自内心的真挚热爱。

其实在观影的前两天，我在指挥大师指挥诺让巴黎管弦乐团演出的中场休息时，巧遇了电影学者、文艺评论家兼纪录片导演孙孟晋老师。他告诉我，《植物学家》的导演景一是一位年轻的90后，这部电影拍得很好，里面藏着不少有意思的细节。而在影院，我也的确真切感受到了景一导演的用心。比如那句磁性的台词：“上海好是好，就是太偏僻了”；再比如——叶障

目”的寓言，巧妙化作美玉与阿尔辛寻找“隐身树叶”的天真对话——想来这就是孙老师口中“有意思的东西”。值得一提的，是影片的配乐，出自伊明音乐大师裴曼·雅茨达尼安之手。景一用朴素、平实又洗练的镜头语言叙事，看似低调，实则内里涌动着饱满的情感张力，如同音色单纯却善于抒情的弦乐，添上了富有光泽的木管声部，瞬间让人心中涌起温暖充实又明丽的感动。

对外政策的失误，更加速了金朝的灭亡。金世宗时期，金军每年对蒙古草原实施残酷的“减丁”政策，整个蒙古草原对金朝“怨入骨髓”。成吉思汗统一蒙古后，顺势而起，如金太祖当年反辽一样举兵抗金，而金朝自身统治阶级内斗，外交上又“昏招”频出，军事上早已丧失开国时的锐气，一触即溃。尽管有爱国将领取得局部胜利，哀宗皇帝奋力救亡，却终究回天乏术，落得“力竭乃毙”的结局。

本书还记载了一个插曲：金亡后，一个叫张天纲的金朝大臣作为俘虏被押到南宋，他对侮辱他的南宋大臣说：“国之兴亡，何代无之。我金之亡，比汝二帝(徽宗、钦宗)何如？”这一问，恰似历史的黑色幽默。

金朝凭借武力抗击暴政而兴，又因暴力压迫被人民和蒙宋联军而亡，这短短100年的兴亡史无疑是人类长达数千年文明史的一个缩影。合上手上的书卷，忽然想起一段歌词，竟和本书不谋而合：

“忆记否曾在河雪中冲身，命令红日带兵远行。风沙猛未似声威猛，汗水也曾泡浸斗争。戴上谁在凛然举印，地下曾跪数千百人。威风了，末了消失了，无憾也是遗憾。满了百年月，清辉三三打，不知当年相映照，是快乐与仇恨？旧事无论愁谁忘去，也见凡事有起有沉。兵车歇便教史书揭，又再涌几度风云。”

人道是“无风不起浪，事出必有因”。你的“取舍”，决定人生的结局——是流芳百世还是遗臭万年，是平安幸福还是身败名裂，答案就在你的抉择中。

佛说“放下即舍却”。放下下名利地位，如何清醒与解脱？若将权钱色作为人生的唯一追求，便是最大骗局。如此“迷失”，苦果自酿。要而言之：取舍不当，必有灾殃；取舍得当，人生圆满。

(上接第3版)因此反抗不断，但由于南宋王朝偏安妥协，屈膝求和，使得金朝能在中原地区立国、发展，甚至由于世宗、章宗两朝皇帝的努力出现了“大定明昌之治”，但金朝作为掠夺者的角色并未有本质改变，社会矛盾也从未从根本上解决，中原花花世界的暖风逐渐吹散了女真统治者英勇勇敢的品质，整个金朝统治集团走向腐败和享乐，曾经的雄师劲旅，如同行将就木的老人。

非淡泊无以明志，非宁静无以致远。

诸葛葛亮

讀書樂之友

顾廷龙题

“读书乐之友”联谊会主办 总第二一七期 网址:www.mflib.net

二〇二六年四月三十日 第2期 主编:王巍

黄浦区明复图书馆开展全民阅读活动周暨2026公共图书馆服务宣传周系列活动



春光正好，书香为伴。4月20至4月26日，是全民阅读活动周，是公共图书馆服务宣传周，第31个“世界读书日”。不负春日好时光，黄浦区明复图书馆在此期间精心策划了一系列面向各年龄段的阅读推广活动，吸引众多读者走进图书馆，感受阅读的魅力。

以书为伴 “悦”读人生 “423世界读书日”当天，本馆“明复声音”系列活动结合全民阅读周，推出“淮海路，是上海人的品质之路”主题讲座，特邀著名海派作家马尚龙携最新力作《淮海路上》与读者见面。马尚龙通过“淮海路是上海人民的淮海路”这一主题展开，提出淮海路所凝练的，正是上海人的品质。他结合新书创作，从历史沿革、城市空间与日常生活切入，梳理了从霞飞路到淮海路的发展脉络，向读者们呈现了这条道路在上海城市变迁中的重要地位。围绕“品质”这一关键词，他进一步解读了淮海路上体现的三大品质：既有以公寓为代表的物象品质，也有多元文化交汇形成的海派生活品质，更有落实于普通人日常中的市井品质。以淮海路为主轴的淮海路文化，承载着老上海的城市记忆，它渗透着，又散发于上海市民的生活气息和修养品质。阅读淮海路，某种意义上，也是在阅读上海人民自身。丰富的史料辅以生动的讲述，本场活动带领读者在阅读中读懂上海城市精神与品格，理解了文化符号承载城市记忆的独特内涵。

与书同行 “阅”享成长 在深受亲子家庭喜爱的“城市美育系列——阅读建筑 以美育人”文旅融合探访活动中，十余组亲子家庭汇聚上海邮政博物馆，在百年历史建筑中感受海派文化底蘊。步入被誉为“远东第一大厅”的邮政营业厅，一楼中庭展区的大清邮政马车，1917年引进的首辆邮运汽车及“行动邮车”等模型，清晰勾勒出从马路驿路到现代邮运的演变轨迹。小读者们仿佛置身上世纪二、三十年代，直观感受到邮政服务的时代变迁。大家依次参观了二楼主展厅的四大展区，在珍贵邮政文物前驻足聆听讲解，了解上海邮政事业的百年历程。主讲老师推荐了《外国建筑历史图说》一书，鼓励小读者从建筑美学角度拓展阅读视野。活动中，孩子们还观赏了博

物馆的巴洛克风格塔楼以及象征交通、通信与邮政使命的主题雕塑，在沉浸式演绎中，赋予书籍持久的生命力。演读会还特别链接“天问”“蛟龙”等当代科技成就，张洁老师与读者展开互动交流，深入浅出地梳理了基础科学、航空航天、国防科技、核科学等四大领域的传承脉络。本次活动既是本馆深化全民阅读、建设书香社会的生动实践，也是长三角阅读推广的创新探索，在书香中致敬国之栋梁，在阅读里汲取不断前行的温暖与力量。



在4月24日的阅读活动中，上海古籍出版社副编审毛慈为读者深度解读了汉代珍贵藏书背后的文化价值与历史内涵。她围绕南昌西汉海昏侯墓中出土的5200余枚简牍展开详细讲解，重点梳理了简牍的丰富门类。这批简牍涵盖六经艺经、诸子百家、诗赋文学、数学方技等，全面反映了汉代的主流学术思想与文化风尚。除儒家经典外，她还介绍了简牍中的实用与文学类文献：大量医方、养生文献，记录了汉代的医药诊疗与养生理念，展现了当时的医学发展水平；还有诗赋、祝文、六博口诀等内容，既反映了汉代的文学创作风貌，也还原了刘贺的日常文化生活。读者们从中学到了海昏侯墓出土简牍的文献价值与学术意义，更真切地感受到汉代藏书文化的厚重底蘊。

为展示上海市古籍保护工作成就，彰显上海在守护中华文化脉中的责任与担当，由上海市文化和旅游局、上海市图书馆行业协会主办，上海图书馆(上海市古籍保护中心)、黄浦区明复图书馆承办的“上海市古籍保护工作成果展”正式开幕。本次展览以图文并茂的形式，系统呈现近年来全市各古籍收藏单位在存藏、修复、数字化、整理出版、活化利用和人才培养等方面的丰硕成果，生动展现新时期本市古籍保护工作的壮丽画卷。

展览时间：2026年4月23日至5月24日 9:00-17:00(周一、三、五、六、日)，周二13:00-17:00，周四闭馆

展览地点：黄浦区明复图书馆明复楼三楼展厅(宣传辅导部、特色文献部供稿)

故事，用真挚的声音诠释先贤风骨，以文字的力量传递榜样精神，在沉浸式演绎中，赋予书籍持久的生命力。演读会还特别链接“天问”“蛟龙”等当代科技成就，张洁老师与读者展开互动交流，深入浅出地梳理了基础科学、航空航天、国防科技、核科学等四大领域的传承脉络。本次活动既是本馆深化全民阅读、建设书香社会的生动实践，也是长三角阅读推广的创新探索，在书香中致敬国之栋梁，在阅读里汲取不断前行的温暖与力量。

于世界读书日当天举办的“绘本故事：《书中花园》”线上活动，带领小读者共赴书香之约，在想象的花园中播撒阅读的种子。受邀老师介绍了世界读书日的由来与意义，鼓励小读者以绘本为窗，走进文学世界，让阅读融入日常生活。在《书中花园》绘本导读过程中，老师通过生动讲述，引导孩子们走进这个充满想象力与神奇巨龙的想象世界。老师还推荐了经典绘本《吃书的孩子》，倡导亲子共读，以书为纽带温暖陪伴。孩子们在随后的“妙趣猜书”互动游戏中，通过emoji符号猜书名，现场气氛热烈。最后的“书香手作”：扇形书灯环节为本次读书日活动画上圆满的句号，小读者动手制作了独一无二的书灯，将书香融入创意，点亮对阅读的热爱。



为展示上海市古籍保护工作成就，彰显上海在守护中华文化脉中的责任与担当，由上海市文化和旅游局、上海市图书馆行业协会主办，上海图书馆(上海市古籍保护中心)、黄浦区明复图书馆承办的“上海市古籍保护工作成果展”正式开幕。本次展览以图文并茂的形式，系统呈现近年来全市各古籍收藏单位在存藏、修复、数字化、整理出版、活化利用和人才培养等方面的丰硕成果，生动展现新时期本市古籍保护工作的壮丽画卷。

展览时间：2026年4月23日至5月24日 9:00-17:00(周一、三、五、六、日)，周二13:00-17:00，周四闭馆

展览地点：黄浦区明复图书馆明复楼三楼展厅(宣传辅导部、特色文献部供稿)



黄浦区明复图书馆携手4家分馆，开启2026(第十二届)亲子朗读声音档案大征集(黄浦区明复图书馆赛区)通道，将通过亲子朗读训练营、绘本故事会、亲子录制体验等形式，打造可听、可感、可参与的沉浸式亲子阅读新模式，邀约广大家庭以声为媒，共品书香、乐享阅读。

参与办法：参与对象：3-12岁少儿家庭 活动时间：即日起至2026年8月31日 活动要求：1.围绕“小小声音，世界听见”活动主题，选择中国历史、世界遗产、城市非遗、成长启蒙等类型的适龄童书，需保证朗读的故事完整，可适当修改使其更口语化。

2.朗读形式为亲子共读，可由父母一方与孩子共读，也可全家分角色朗读，特殊儿童家庭可根据实际情况适配参与形式。

3.鼓励以中文为主、多语种为辅的朗读形式，外语朗读需附中文字翻译文本或字幕。

4.录制过程保持环境安静，尽量避免翻书声、杂音等干扰，无需添加背景音乐。

5.投稿作品可为音频或视频，总时长控制在6分钟以内；音频格式为MP3或WAV，视频格式为MP4。

6.请确保朗读的书目为正版图书。

7.参与活动即表明同意提交的音视频作品授权主办单位所有，主办单位有权在相关公益活动和宣传中使用，无需另付稿酬。

8.本次活动最终解释权归主办方所有。

作品格式：1.朗读的开头统一格式为：“小朋友，欢迎来到上海少年儿童图书馆！现在是‘亲子朗读魔法时间’啦。今天由X岁的XX和XX(如：5岁的辰辰和辰辰的妈妈)一起来为你讲一个故事，故事的名字叫《XX》，作者XXX/文，XXX/图，XXX出版社出版。” 2.朗读的结尾统一格式为：“好了，故事讲完了。请你和你的爸爸妈妈也来参加亲子朗读，也给大家讲一个故事吧！等你哦！” 投稿方式：1.扫描下方二维码，即可下载报名表格。

2026(第十二届)亲子朗读声音档案大征集启动



2.将朗读音视频与书的封面照、家庭亲子照片(1M以上)打包发送至邮箱 mftsgsdsl@163.com (“明复图书馆少儿活动”首字母),邮件标题和压缩文件名命名为“2026亲子朗读-姓名-作品名”。 3.邮件正文中需注明：孩子姓名、年龄、昵称以及联系方式，便于后续入选百强，制作奖状使用。例：6岁的糖糖和糖爸、糖妈(孩子真实姓名：XXX) 联系方式：XXXXXXXXXXXXX。 奖项设置：本次活动设参与奖 咨询电话：64370835*818 (特色文献部供稿)

