



班主任的经验宝库



《当个不扫兴的班主任》

夏晓磊 著
出版社: 山东文艺出版社
出版时间: 2024年7月
ISBN: 9787532971732

翻开《当个不扫兴的班主任》，仿佛开启了一扇通往别样世界的大门。书中文章摒弃了晦涩、空洞的理论堆砌，而是将笔触聚焦于夏晓磊与学生日常相处中那些充满生机与活力的真实故事。字里行间，处处流淌着作者夏晓磊的教育智慧，对于身处教育一线、每日与学生“斗智斗勇”的教师而言，书中内容犹如一座经验宝库，具有极强的借鉴性。

小创意点燃班级活力。在传统模式里，家长会往往是班主任在台上滔滔不绝地讲，家长在台下安静聆听，最后再进行一对一的交流。夏晓磊却另辟蹊径，把黑板变成了学生的“吐槽板”和家长的“表白墙”，将家长会转变为一场学生、家长与老师深度互动的交流会。

在家长会前夕，夏晓磊组织学生以无记名的方式在黑板上写下最想说的话。当家长们踏入教室，映入眼帘的便是孩子们内心深处的真实需求。此时，夏晓磊顺势引导家长们一同探讨如何去爱这群正处于青春期、心思敏感而又渴望理解的孩子。面对黑板上孩子们直白的“控诉”，无需老师过多引导，家长们便开始自发地反思自己过往的教育方式是否得当。交流尾声，夏晓磊又擦去黑板上的内容，让家长们写下对孩子的话。

第二天，当学生们看到这些留言时，惊讶与感动溢于言表。夏晓磊趁热打铁，让学生们将看到留言后的心情记录下来。这一举措，不仅极大地激发了学生们的写作热情，锻炼了写作能力，更重要的是，让他们真切地感受到了父母深沉而内敛的爱。

这种一举多得的创意，在书中层出不穷，称其为班主任的创意“宝典”毫不为过。

小切口撬动大成长的杠杆。青春期的早恋问题，宛如横亘在中小学教育道路上的一座大山，考验着每一位老师的教育智慧与“手艺”。

在《一根头绳》的故事中，夏晓磊在课堂上偶然瞥见一名男生手上戴着根头绳，出于借用的想法询问男生，男生却支支吾吾、神态异常。凭借丰富的教育经验与敏锐的直觉，夏晓磊察觉到这根头绳背后可能隐藏着青春期孩子懵懂的情意。但她并未选择当场批评、指责学生，而是巧妙地采用迂回战术。

在一个炎热的午后，夏晓磊将班会课搬到了操场，让学生们进行中考体测项目800米跑。学生们瞬间发出阵阵抗议声，夏晓磊却耐心地向学生们阐明：中考体测800米是每个学生必须面对且完成的任务，不过此次班会课上的800米跑则是可选择性参与的。随后，夏晓磊贴心地准备了雪糕，并让学生们自主选择吃雪糕的时间：A.吃完雪糕再长跑；B.边吃雪糕边长跑；C.长跑后再慢慢品尝雪糕。在一番思考与比较中，学生们逐渐领悟到，面对生活中喜欢的事物和必须做的事情，应当先选择完成必须之事，然后再去享受喜欢之事。夏晓磊通过这样一堂小切口的班会课，巧妙地引导学生学生在“必须”和“喜欢”之间做出正确的判断，全程没有刻意地灌输大道理，却达到了润物细无声的教育效果。

同理心搭建心灵相通的桥梁。在现实的校园生活中，学生正值身心快速发展的时期，偶尔犯错在所难免。而夏晓磊总能独具慧眼，从这些看似平常的错误中敏锐地

捕捉到教育的契机，始终将教育的出发点锚定在学生的成长之上。

在《春天里的乒乒乓乓》一文中，九年级的学生们利用课间10分钟打乒乓球，因过于投入导致上课迟到，遭到数学老师的投诉。

面对这一情况，夏晓磊并未选择简单地禁止学生打乒乓球，而是反其道而行之，组织乒乓球爱好者举办了一场乒乓球比赛。她深知，九年级学生面临着中考的巨大压力，适当的体育运动能够有效释放压力、调节情绪。但同时，夏晓磊也明确规定，每天的乒乓球训练只能在课外活动时间于操场进行，且前提是必须保证各科作业均已高效完成。最终，这场乒乓球比赛不仅让学生们尽情释放了压力，还激发了他们合理安排时间、高效完成作业的积极性，达到了预期的教育目标。

反观自己在处理类似问题时，往往只是单纯地批评学生不遵守班级规定，却从未真正深入理解他们行为背后的深层需求。结果，一次次的批评不仅未能解决问题，反而加剧了师生之间的对立情绪，让自己在不知不觉中成为学生眼中那个“扫兴”的老师。夏晓磊的分享，教会我在今后遇到类似情况时，如何以同理心去理解学生，用恰当的方式处理问题，从而达到最佳的教育效果。

《当个不扫兴的班主任》为广大班主任提供了丰富多样、切实可行的班级管理方法与策略，倘若我们能够将书中的方法巧妙运用到实际工作中，定能与学生建立起和谐融洽的关系，成为学生成长道路上温暖而明亮的引路人。

书页间的自我

杨晓杰

我向来以为，读书不过是消磨时光的法子罢了。然而近来，却发觉其中别有洞天，竟能于字里行间，遇见一个未曾谋面的自己。

书斋里积尘的旧书，排着队似的站在架上，向来少有人问津。我每每经过，它们便显出几分寂寞的神情来。一日，我心血来潮，随手抽出一本，拂去封面上的灰尘，原是《红楼梦》。翻开第一页，便见“满纸荒唐言，一把辛酸泪”之句，不觉怔住了。那字里行间，分明有一个影子在晃动，仔细看去，竟与我几分相似。

自此，我便常常与书为伴。书中的世界，起初是模糊的，后来却渐渐清晰起来。

我读《阿Q正传》，见阿Q被赵太爷打了嘴巴，却以“儿子打老子”自慰，不禁失笑。笑着笑着，忽觉脊背发凉——我平日受了委屈，不也常寻些牵强的理由自我安慰吗？书中的阿Q，分明照出了我的影子。

书页翻动间，我遇见了许多“自己”。读《老人与海》，见老渔夫圣地亚哥与鲨鱼搏斗，虽败犹荣，便想起自己半途而废的种种计划，冷汗涔涔；读《瓦尔登湖》，梭罗独居湖畔的俭朴生活，映照出我被物欲缠绕的窘态；读《论语》，“吾日三省吾身”一句，更叫我无地自容——我曾有过这般自省的意识？

这些“自己”，有的令我钦佩，有的使我惭愧，更多的则是让我惊诧：原来人可以这样活着！书中的世界，竟是一面奇特的镜子，照出了我未曾发现的面目。我原以为读书是看别人的故事，殊不知是在字里行间寻找自我的碎片。

读书愈多，愈觉自己的渺小。先前总以为自己颇有见识，及至读了几遍《史记》，方知何为“究天人之际，通古今之变”；自以为文笔尚可，读几本名家经典，顿觉自己的笔墨不过是涂鸦而已。这种渺小感起初令人沮丧，后来却成了前进的动力——既然知道不足，便有努力的方向了。

书中的智慧，常常在不经意间点醒我。一日，为琐事烦忧，随手翻开《庄子》，“井蛙不可以语于海者，拘于虚也”一句跃入眼帘，顿时豁然开朗——我所忧虑的，不过是井中之天罢了。又一日，因得失耿耿于怀，读到范仲淹“不以物喜，不以己悲”，如醍醐灌顶。这些句子平日也见过，偏在特定时刻读到，才有拨云见日之效。可见读书不仅需要眼睛，还需要时机。

最奇妙的是，同一本书，不同时期读来，竟能遇见不同的“自己”。少时读《水浒传》，只觉梁山好汉快意恩仇，痛快淋漓；工作后再读，却看出许多无奈与悲凉。鲁迅的文章，上学时觉得艰涩难懂，如今读来，恍然大悟。书还是那本书，变的是读书的人。原来在书页间遇见的，始终是不同阶段的自己。

读书日久，我发现自己也在悄然改变。遇事不再急躁，因为书中告诉我“欲速则不达”；待人多了宽容，因记得“己所不欲，勿施于人”；面对困境，会想起“天将降大任于是人也”的勉励。这些改变非一朝一夕之功，而是无数个与书中“自己”对话的积累。

如今站在书架前，那些书不再寂寞了。它们像一群老朋友，随时准备与我交谈。每一本书都是一扇门，通向一个可能的世界，也通向自我的某个角落。我渐渐明白，所谓“遇见更好的自己”，不是在书中寻找一个完美的榜样，而是在阅读中不断发现自己的不足，并在这种发现中获得成长的力量。

合上书页，窗外的阳光正好。书中的世界与眼前的世界，因为阅读而有了联系。我知道，在接下来的日子里，还会有无数个“自己”在书页间等我。“他们”或许令我惭愧，或许使我振奋，但最终引我走向更好的自己。这大概就是读书的真谛罢了。

一杯茶倒映出的历史

胡胜盼

《中国人的茶事》是一本在视觉上就令人赏心悦目的中国茶史，也是一堂有趣生动的茶文化通识课。作者戴明华，是中国人民大学艺术学硕士、“博物馆有得聊”品牌创始人、文化学者。他以博物馆里的茶文物为切入点，阅读茶著作，走访茶山，以独特的角度捋出了一条中国茶事的脉络。这本书从茶的小历史入手，窥探了因茶而来的大世相，由唐之前的茶，到唐茶陆羽成圣，及至宋茶的烟火气、明茶的返璞归真，最终归结于清人的“赌书消得泼茶香”。书卷流转，茶香氤氲，在作者笔下，茶不再是一种简单的饮品，而是历史的参与者和记录者。读完《中国人的茶事》，一张完整的中国茶文化图谱在脑海里逐渐变得清晰明朗。

书以朝代轴，依托文物史料，讲述生动的中国茶史。和其他茶类书籍相比，《中国人的茶事》并没有拘束于晦涩的茶类专业讲解，而是将笔墨放在历史长河中，讲述从唐之前到清代期间茶与人碰撞的浪漫故事。作者在自序中写道：“虽然中国人的茶事里并不乏大人物，茶与历朝国事都息息相关，茶也曾掀起时代的风浪，但我们在历代茶事中看到更多的是活生生的小人物：种植茶树的茶农、制茶的茶工、写茶书的文人……就

算是那些被写进史书的所谓大人物，我们关心的也是他们端起茶杯的日常。”的确，没有了人，茶不过是一片树叶落在了水里。有了人，茶才有了生命，有了文化，有了道义。

古人品茶，亦如品人。陆羽为人坦荡，待人亦诚，视功名如浮云，他以茶与世间对话，留下了千古《茶经》。唐代诗人卢仝之所以赢得“茶仙”的美名，并非单单在于他爱茶、懂茶。他的《走笔谢孟谏议寄新茶》，固然文采飞扬，但是后人更加敬仰他的格局。他借茶抨击朝廷的贡茶制度，对茶农抱以深深同情。正如作者所说，卢仝的格局“在亿万苍生”。

一杯清茶，倒映出的是一部中国人的“小”历史，也是一个“大”故事。唐煮茶，宋点茶，明后泡茶。顺着一脉茶香，在《中国人的茶事》里，见历史、见众生、见自己。且看宋朝的“爱茶天团”：蔡襄有《茶录》；欧阳修有《大明水记》和《浮槎山水记》；苏轼深于品尝各种茶，讲究烹茶用水和茶具，还亲自设计了一款提梁石铫，黄庭坚则是家乡“双井茶”的推广大使。

小小一盞茶，承载的是一个民族的文化底蕴。书中说：“我们寻找茶的历史，有时是在博物馆，有时则在故纸堆。”讲茶的故事，免不了提到文人墨客的诗词、各种博物馆所

藏器具和馆藏字画。作者依托丰富的茶书典籍、人物故事、古典诗词、传世茶画，从先秦至清代，捕捉中国茶的高光时刻，详述历朝制茶、饮茶、品茶的变迁，也以自己的慧眼独具精心挑选，收录传世茶画、饮茶器物图近150幅，令人赏心悦目。品赏《调琴啜茗图》《清明上河图》《文会图》《品茶图》《事茗图》《赵孟頫写经换茶图》等名画，我们惊讶于古人对茶精益求精的追求，也惊讶于茶这一饮品丰富而深邃的内涵。

读书亦如品茶，喝的是一种心境，品的是人生真谛。苏轼写：“雪沫乳花浮午盏，蓼茸蒿笋试春盘。人间有味是清欢。”戴明华则回应：“中国茶事如同一颗凝聚时光的露珠，凝结的是时人日常的生活，反映着时代的倒影。一杯茶，倒映着一个时期的风貌，折射出一代人的精神底色。”

一杯茶，“牛饮”可解渴，慢品能怡情。“喝茶不一定会令人长寿，书画也好，茶酒也罢，重要的是要过不纠结的人生。”虽然每个人对茶叶的选择各异，咖啡、奶茶也在当下年轻人中异军突起，但由茶叶浸泡出的这种清透飘香、微苦回甘的茶汤，却是典型的中式味道，是一种流淌在中国人血液中、印刻在乡愁里的滋味。



《中国人的茶事》

戴明华 著
出版社: 湖南人民出版社
出版时间: 2023年7月
ISBN: 9787556130696

草木深处见天地



《人间百草》

田炳信 著
出版社: 广西师范大学出版社
出版时间: 2024年12月
ISBN: 9787559874115

孔子主张“多识鸟兽草木之名”，希望通过广泛认知自然万物来增长知识、拓宽视野。《人间百草》就是一部对文学经典和药典典籍的诠释性作品，描述劳动人民在生产实践中积累的自然知识、技术知识、历史地理知识和人生智慧。作者田炳信认为：“一棵草是一部文字史，一棵草蕴藏着哲学史，一棵草构建一部宗教史，一棵草支撑起一部《诗经》的寄思。”

这本书以《本草纲目》中决明子等大量草药为引，结合“神农尝百草”的传说，讲述《尔雅》《诗经》《黄帝内经》中的文史哲知识，从训诂学的角度，描绘古人生产生活的场景及先辈对饮食、社会和生老病死的体悟，辅以大量人文知识，笔法诗意活泼。譬如在《国老甘草》一文中，作者将甘草的“调和之道”与狄仁杰的为官哲学并置。武则天称狄仁杰为“国老”，而陶弘景谓甘草“调和众药有功”，两者在“居中之道”上达成奇妙共鸣。这种跨时空对话冲破了学科知识的界限，使本草学不再是冰冷的药石罗列，而

成为解读中国文化精神的“密码本”。

书中对“藜藿”与“决明”的考据堪称文字考古的典范。作者从《尔雅》《说文解字》等典籍出发，梳理出“藜藿”演变为“邂逅”的轨迹，揭示出汉语词汇演变背后的文化心理。更妙的是，他将“决明”之“决”与玉缺、缺口等意象相连，指出其“疏浚补缺”的文字基因，最终指向三星堆青铜人像的“纵目”崇拜，完成了从文字到文物的立体阐释。这种考据并非学术炫技，而是为了印证“一棵草是一部文字史”的论断。

田炳信的笔触并未止步于历史回溯，而是直指现代文明困境。在《急性子》一文中，作者展现了草木世界的生存智慧。“急性子”俗称凤仙花，其种子在成熟时会突然弹射，这种“急”不仅是植物繁衍的本能，更隐喻着中医药效的迅捷。书中写道：“急性子，名字和药性保持得非常同步，也便算是急了个点上。”这种将植物特性与人文精神相勾连的笔法，贯穿全书始终。作者感叹道，当“急性子”的弹射成为植物的生存策

略，现代人却在“急”中丧失了“缓”的智慧。这种对比构成了对工业文明的深刻反思。

这是一场跨越千年的草木美学对话。书中“雪落芦苇”的意象尤为动人。作者将帕斯卡尔的哲学命题与汪元量的诗词意境相融合，在芦苇的摇曳中看到“颓态之美”与“一季生机”的辩证统一。这种草木智慧恰为破解现代性焦虑提供了答案——在变动不居中保持生命韧性。书中随处可见的蒙太奇手法令人叫绝。“急性子”的弹射与“高速公路上的游牧民族”形成时空叠印，“雪落芦苇”的冬日图景与《敕勒川》的诗意吟诵构成视听交响。这种多维度叙事打破了传统科普读物的桎梏，创造出独特的阅读体验。

本书的文学价值还在于其独特的叙事结构。作者以“甘草”连接起狄仁杰的处事智慧与陶弘景的药石之道，用各类神话传说串联起中医学的发展脉络。这种“草木为经，文化为纬”的叙事，使全书呈现出宏大的格局，值得一读。

彭忠富