**读书可戒躁**

**①刚刚过去的世界读书日，一如往年，又引发一番愧疚、反思乃至片刻的警醒，也难免有人援引数据，说明国人阅读率与西人之差距悬殊云云。然此日一过，依然故我。**

**②常听人说的借口是“忙”。古人也很忙，但人家琢磨出个“三上”——马上、枕上、厕上。尽管有好事者论证，此“三上”都不健康，但至少说明，读书在古人那里，已是一种习惯。如果说“老黄历”不堪一翻，再看看国外。有常出国者慨叹，在某国上班早高峰的地铁里，为生计奔波的青年人手一本书，把整个世界读得一片安静。其实，“忙”很多时候会变成“盲”与“茫”，刚刚关上电脑，顺手拿起手机，刷了一会微博，忽然想起一直追的电视剧更新了，还有一档综艺节目没看，反正这个时代不缺少娱乐元素，足可以把时间填得满满当当。  
 ③也有理由是“读书无用”。时代飞速向前，要想不被抛下，必须全力奔跑，无形压力让“成功”焦虑蔓延开来，成名要趁早、赚钱要趁早，“30岁还不成功，你就没希望了”，“40岁不赚够4000万，就不要来见我了”等各类说法可为佐证。“颜如玉”和“黄金屋”只是一种传说，“书籍是人类进步的阶梯”，但却未必是我成功的阶梯。此类拿功利主义套读书的做法，让人们变得短视，要么干脆不读书，读也要读“有用”的书，于是图书市场“虚火”，各类成功学、营销学、厚黑学、养生学书籍层出不穷，人们捧读各类“圣经” “宝典” “红宝书”，在知识中寻找改变命运的路径。  
 ④用娱乐把时间填满，结果可能还是空虚;靠读几本书便要成功起来，也许只是缘木求鱼。两种理由，一言以蔽之，浮躁。我们常说时代浮躁，但于个人，浮躁却是万万要不得的。“心浮则气必躁，气躁则神难凝”，或可再加上一句，神不凝则万事难成。  
 ⑤浮对之以沉，躁对之以静，真正的阅读，正可用来获得一种沉静的心态。古人把读书比作磨剑，“十年磨一剑”，磨的应该就包括心性。苏东坡的读书方法叫“八面受敌”法，概其要，就是把书本当“敌人”，每次只集中精力，“消灭”一面之敌，反复研读，自可威风八面——智慧如苏子，读书亦只能用慢功夫和“笨方法”。  
 ⑥总之，读书可戒躁。是的，一本书就是一扇开启心灵的大门……  
 (原载《人民日报》，有删改)**