

读史能够修身、治国、增强人的自身素养。那么，究竟怎样才能读好历史？读史最忌讳的又有哪些？如何读史才能做到“究天人之际，通古今之变”？近日，历史学家阎崇年应邀做客国学讲座，细述读史与修心的关联——

读好历史的秘诀在于与“修心”结合

■文/本报记者 许珂 图/本报记者 王瞿



阎崇年

克罗齐说：“一切历史都是当代史”；梁启超说：“史者何？记述人类社会赓续活动之体相，按其总成绩，求得其因果关系，以为现代人活动之资鉴也”；毛泽东说：“读史可以明智，这是先人早就说过的。”

“一个人不仅要会读书，还要将‘读史’与‘修心’相结合，读史能够修身、治国、增强人的自身素养。”近日，已经80多岁高龄的历史学家阎崇年应邀做客国学讲座，以《读史与修心》为主题，向大家讲述历史上文人读史的态度，细述读史与修心的关联。

人学习是为了自己，修心修身，修炼自己；而当今的学习是为了功利。当前，有不少人读书是为了功名利禄，找个好工作，而忽略了读书是为了修心修身、陶冶自己的良知。第二是读书为了家庭。小孩子的爱好都是大人熏陶的，家长爱书，就会影响全家人。清朝有个张英，耕读世家，考了举人、进士、翰林，直到南书房、大学士，他的儿子张廷玉做了四个部的尚书，孙子重孙子六代人，出了两个宰相、四个帝师、二十六个进士。第三是读书为了社会，如今，每天都有大量的信息发生，要想工作做好，必须读书。第四就是为天下。要有一颗为天下的心，只有读书你的意境才能广阔，正如宋朝张载所说，为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。这也就是《大学》里说的修身，齐家，治国，平天下。

既然读史重要，那么究竟怎样才能读好历史呢？

阎崇年表示，读史最忌讳四点，一忌不选择，因为人的生命是有限的，真正能读书的时间并不多。他建议，经、史、子、集，经的部分选学一本，选字数最少的《大学》，1753字。史书要选人名作名篇，可以从列传开始，可以从老子开始。至于当代作品，可以读诺贝尔奖的，如莫言、爱丽丝·芒罗。二是忌不定时。一般人读书有随意性，一曝十寒，要细水长流。如，清朝的康熙皇帝每天就坚持读书和学习。他自己曾说过，“朕在宫中，日理万机之余，唯有读书而已。”意思是，他可以做到手不释卷——上午读书、下午读书、晚上读书。三是忌不消化。有人读书不消化，死读书，读书死，一无所成。四是忌不践行。有些人读书不少，就是不做。宁做实事一件，也不要空话连篇。

读书要将“读史”与“读心”相结合

“要想读好书，就必须要将‘读史’和‘读心’结合起来。”在讲述的过程中，阎崇年引经据典告诉大家，“读心”中的“心”就是心香、心学、心悟和心行。

我们常说书香门第、书香家庭、书香城市。那么，这个书香城市的细胞是什么呢？阎崇年说，就是每一个人的心香。如，儒家讲心仁，佛家讲心善，耶稣讲心爱。他们有一个共同点，就是心香。怎么算心香？心香就是心要香、心要善、心要仁，心要爱。



“读书，不仅仅只是读文字，而是要透过文字净化、修炼我们的心灵。”阎崇年举例道，明朝洪熙皇帝的张皇后，她读书有个特点，就是将“和”、“香”结合起来。历史上相传，张皇后特别会处理公婆、夫妻、叔嫂、母子、祖孙、娘家、官和、君臣、老百姓关系。她公公是永乐皇帝，她婆婆是相府的金小姐（徐达的女儿）。永乐皇帝一直不喜欢张皇后的“先生”，可由于儿媳太孝顺、太贤惠保住了其“先生”皇储的地位。又如，张皇后很会处理跟老百姓的关系。她从北京到十三陵去祭祖，走到路上，她跟她儿子说，我们找个老百姓家歇一歇，吃顿饭。就到了村里头了。宫里头带的御食啊，她说不行不想吃。吃什么呢？就吃老百姓家饭。就在老百姓家吃。吃完了，儿子肯定觉得口味不如宫里头好，她就告诉她儿子，说老百姓今天做给你的饭啊，是他们最好的食物。你吃饭的时候，要想老百姓的生活有多苦。回来的时候，换了一个村，还在那里吃饭。吃完饭还要带点农家的饭，让你时不时尝尝农家的饭。临走，还给当地老百姓一点银子。所以，老百姓很喜欢她。

第二个是“心学”。读书不仅仅只是读文字，而是要学其精髓。如，我们现在老说传统文化，其有优秀的，也有糟粕的。学传统文化就像吃饭一样，有营养的东西，精华的东西吸收了，把糟粕的东西排除。范仲淹《岳阳楼记》最后两句话：“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐。”这是中华传统文化的精华，读书要跟这个精华结合起来。

“苦读难，悟读更难。所以说，读书第三个是‘心悟’。我们读文学，读历史学，读艺术，都应该能够悟出其中的真谛成为一个新的境界。”阎崇年表示，读书的关键在于悟。达摩强调悟，面壁十年，干什么呢？就是悟，悟佛经那个道理。他最后悟出来了——开创了禅宗学派。

第四个就是“心行”。读书，不是为了作秀，不是给别人看，而是为了自己用。比如，中国儒学在先秦的时候，重点是仁；第二个阶段到了汉朝——西汉东汉统一，就上升到国家的一个学问，叫经学；再到宋朝就变成理学，到明朝就发展为心学（王阳明的心学）。明末清初，思想家顾炎武提出了“经世致用”，就是讲实。

“惟学惟悟，知行知止。”最后，阎崇年送出八个字与现场观众共勉，这句话的意思是“当行不行的时候，失去机会；不当行而行的时候，轻者摔跟头，重者有牢狱之灾，再重者就有可能掉脑袋。当止不止，大概要出问题。”

诗话衡阳



《衡州》

■陈孚

千里山逢十里平，巍楼突兀见澄清。作者简介：陈孚（1259—1309）元代学者。字刚中，号勿庵，浙江临海县太平乡石唐里（今白水洋镇松里）人。曾任国史院编修、礼部郎中，官依岫嵯而建，生活在这里，如同生活在美丽的图画里面那样。

诗歌大意：衡阳虽是群山中的一片平地，却也高楼林立。衡阳任国史院编修、礼部郎中，官依岫嵯而建，生活在这里，如同生活在美丽的图画里面那样。

国学热评



重视国学的资政意义

■张城

国学是中华传统文化的精华，具有历久弥新的研究和学术价值。领导干部应从国学中汲取经验与智慧，不断提升治国理政的能力与水平。

格物穷理。“欲知大道，必先为史”，格物穷理的一个重要维度就是从历史深处汲取智慧。治理国家和社会，今天遇到的很多事情都可以在历史上找到影子，历史上发生过的很多事情也都可以作为今天的镜鉴。要了解中国特色社会主义道路的来龙去脉，就需要深入了解我国的历史传承和文化传统；要治理好今天的中国，就需要对我国古代治国理政的探索和智慧进行积极总结。

知行合一。学国学、读经典，不是为了读书而读书，更不是读死书、死读书。只有坚持知行合一，才能将书本知识化为实践智慧。领导干部带头学国学，知行合一，表里合一，可以有效推动政治生态的净化。《党章》明确规定，党的干部要“加强道德修养，讲党性、重品行、作表率”，《党章》中两个先锋队队的论述，也与儒家君子德行一脉相承，“关键少数”可谓先锋队中的先锋。

经世致用。即儒家倡导的“修身齐家治国平天下”。实行这一方针的目的，就是要把积极进取、致用为上的儒家学说确立为治国理政的主导思想。正是由于儒学作为中国传统文化的主干，充分发挥了治国理政、开物成务的实践功能，才不仅成就了它对文明发展不断作出重大贡献，而且保证了它不断从社会实践中吸取养分，不断丰富和发展。学国学、读经典，不仅仅是为了自身得益，更是为了伟大的事业。

（据《学习时报》）

国学荐书



《国史大纲》



《国史大纲》是中国近代历史学家钱穆所撰写的一本通史性论著，著于抗日战争时期。钱穆当时任北京大学历史系教授，在战火纷飞中随国立西南联合大学辗转大半个中国。在云南昆明岩泉寺，钱穆开始将主要精力放在中国通史的考证与写作之上。当时生活的窘困、物资的紧缺以及内忧外患的状况都使钱穆将对国命运的思考贯穿于全书始末。钱穆指出，研究中国历史的第一要务，在于能在国家民族内部自身求得其独特精神之所在。

《中国近百年政治史》



《中国近百年政治史》由李剑农成名作《最近三十年中国政治史》及补写的篇章合刊于1942年。在取材与叙事方面颇具特色，长期受到海内外学术界重视，为政治学史之经典著作。该书所述，起自鸦片战争，止于北伐战争，将这近百年来的中国政治变化分为三个阶段。第一个段落为鸦片战争到甲午战争，这是列强入侵、新思想酝酿的时代，第二个段落为戊戌变法到辛亥革命，这是革命势力不断发展、满清王朝最终覆灭的时代，第三个段落为中华民国成立到北伐战争，这是革命势力与清残余的军阀势力斗争的时代。

《万历十五年》



《万历十五年》是三联书店出版的一部明史研究专著，作者是黄仁宇。1587年的历史事件也是以后掀起波澜的机缘。换一个视角来解读历史，世界变得更立体。1587年，在西欧历史上为西班牙舰队全部出动征英的前一年。当年，在明朝发生了若干为历史学家所易于忽视的事件。这些事件，表面上看来似未端小，但实际上却是以发生大事的结，也是将在以后掀起波澜的机缘。其间关系因果，恰为历史的重点。

国学教育

今天，读古诗文究竟有什么用？

中国传统文化最重要的载体就是经典古诗文，学习古诗文的意义在于文化素养的提升，它给了我们思路上的启发、文学上的享受、想象上的惊奇

今天，我们读古诗文究竟有什么用？教了70年古典文学、今年业已92岁高龄的叶嘉莹先生一言以蔽之：“诗，让我们的心灵不死。”她在《与古诗交朋友》一书中这样写道：“诸位小朋友，我相信你们都是喜欢多结交一些好朋友的，我现在就要给你们介绍一位非常可爱的老朋友，那就是中国的古诗。”以“朋友”喻古诗，可见她对母语的亲近，对传统文化的珍惜，对古典的礼赞。

经典古诗文是中国传统文化最重要的载体

在中国传统文化中，老师和家长从小就会传授孩子“修身、齐家、治国、平天下”（《礼记·大学》）的思想。“穷则独善其身，达则兼济天下”（《孟子·尽心章句上》）、“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”（范仲淹《岳阳楼记》）等古代经典诗文，表现了历代知识分子把报国为民作为最高理想。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”（屈原《离骚》），追求人生的价值，实现人生的理想，要的就是这种求索精神。“安得广厦千万

间，大庇天下寒士俱欢颜”（杜甫《茅屋为秋风所破歌》）的广阔胸怀，“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”（林则徐《赴戍登程口占示家人》）的勇敢担当，都深深烙下先辈们胸怀天下的精神品格。

古往今来，无论历代教育制度发生怎样的变化，也无论时光如何飞逝，传统文化的脉都不应该断，这是维系教育的根本。而中国传统文化最重要的载体就是经典古诗文，如果不能认真研读，如何渡过传统之河、到达现代化的彼岸呢？

中国古代的诗文，尤其是古典诗词，较之外国和中国现代的诗歌经典，也许少了一点理性精神，却更多一些直觉的、自然的美感。

中国生来就是诗的国度。诗言志，诗是在前面的。诗歌是和心灵非常接近的一个文体。《诗经》是我国最早的诗歌总集。“关关雉鸣，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。”这是《诗经》开宗明义的第一首。读起来，好像前言不搭后语，前两句和后两句有什么关系？可它就是中国人心里有关爱情的诗。人遭遇了爱情，自然语无伦次，心里想的变成语言，怎么

说，总觉得没说好、没说对，再变成文字，自然不知如何是好。这才是最真切和最真情的。这就是诗，中国人血液里的文字。

“后皇嘉树，橘徕服兮。受命不迁，生南国兮。”屈原一首《橘颂》，开楚辞之新天地。其后逾千年，古典诗词不断凝聚民族思想与文化精神。赋兴于汉，诗兴于唐，词盛于宋，曲盛于元，古典诗词一脉相承，成为中国乃至世界的文化长城，见证并构建了人类文明的重要一阙，对日本、韩国以及世界上许多国家的文化演进、文明进步都有直接而深远的影响。

学习古诗文的意义在于提升文化素养

中国传统文化，就是由历代读书人对经典不断的背诵、涵咏、贯通而发展传承下来的。

过去读书人都有记诵经典的“童子功”。人的记忆有一个规律：年龄越小，记得越快，忘记得越慢；年龄越大，记得越慢，忘得越快。综观中国的大师级人物，几乎没有一个不是小时候就大量背诵经典者。曹雪芹对各种诗词典故的运用信手拈来、天

衣无缝；苏东坡晚年依然能背诵《汉书》；苏步青能背《左传》；陈寅恪更是可以全文背诵《十三经》。有这样“童子功”的人，学习能力特别强，并因此受用终生。

其实，记诵、创作古典诗词是一项陶冶性情的审美活动，并不只是为了“用”。复旦大学张新颖教授在《无能文学的力量》一书中写道：“某种意义上，文学、文学研究是‘无能’的，又是有‘力量’的，而这种‘力量’又正与这种‘无能’紧密相连……”可见，文学的作用就在于它的“无能”的力量，在于它的“无用之用”。

今天，我们学习古诗文的意义，在于文化素养的提升。虽说几首诗歌改变不了生活中的缺失，学习《论语》治不了国，学《老子》更不可能解决当下存在的各种问题，但是它给了我们思路上的启发、文学上的享受、想象上的惊奇。

经典古诗文的魅力与作用，不仅存在于过去，而且指向现在与未来。中国古典诗词的活力还在与时俱进、不断展现，永远感染着读者，给人启迪。（据《解放日报》）