

“给老师的读书会”系列②

如同一场马拉松

阅读也需要坚持长期主义

周群

成为《中国教育报》“给老师的读书会”领读者后，要做的第一件事就是选共读书。我想得最多的问题是，作为领读者，我能为教师们带来点儿什么。

我的领读被安排在暑期，共读时间长达21天。说实话，我生怕浪费教师们宝贵的休息时间，因此选书时我慎之又慎。该选什么样的共读书，我有自己的标准：我一直认为，只有与阅读者以及这个时代形成内在联系，一本书才真正有价值。在“百年未有之大变局”的大背景下，“双减”政策和新课标陆续出台，对教师提出了更高的要求。作为年轻时“摔过跟头”，且至今有30余年教龄的老教师，我懂得一个人的成长有多不容易；作为从未离开过教学岗位的一线教师，我了解教师们的工作有多辛苦、压力有多大。教改成败的关键在教师，作为北京景山学校教育改革的排头兵，我深知新一轮课改对教师们的要求有多高，挑战、机遇和压力并存，不做“升级版”的教师，培养国家需要的合格接班人就是一场空话……我回顾了个人成长经历，推己及人、换位思考，最终锁定“教师个人的全人发展问题”这一痛点问题。关于阅读，我有一句口头语：“天底下没有秘密可言，所有解开秘密的密钥都藏在书里。”现在我想，阅读也一定能带给教师解决个人成长问题的智慧、勇气和力量。

活成自己喜欢的样子

我一直认为，教育应该是“有温度”和“目中有人”的。“有温度”和“目中有人”并不单指学生，还应当包括教师。不仅要提升教师的专业能力和素养，更要关注这个群体中的每一个人作为完整意义上的人的发展；不仅要给目标、压力和推动力，更要帮助教师形成强大的内驱力，通过不懈的努力，最终实现自我价值。从这个意义上说，叶澜教授的文章中有三句话很打动我。她说——“教师在学生面前呈现的是其全部的人格，而不只是‘专业’。”“教师从事的是育人的事业，作为教师，首先要自己像人一样地活着，他才能对别人产生影响，一种使其成为人的影响。”“教师应该是一个追求持续发展的人。”

“作为教师，首先要自己像人一样地活着”，对这个表达，我简直不能更赞同了。老实讲，我不是很喜欢“教师就像蜡烛，燃烧自己，照亮学生”的比喻，教师的形象太卑微，情绪又太悲壮。我更喜欢有力量感的形容：教师像“太阳”，将爱的能量源源不断地输送给学生；教师必须是个强者，内心就藏着“小宇宙”，不仅有丰富的情感，更有坚定的信念，这样才能真正引领学生全面发展……要像“太阳”，胸怀“小宇宙”，首先就要像人一样，以生动、饱满的精神状态，活出质量，活出尊严，活成自

己喜欢的样子。

叶澜教授除了关注教师的全人发展，对未来教育等很多重大问题都有前瞻性的见解。通读叶澜教授的文集，我坚信这本书能给教师们带来的启迪更多。由此，我确定了共读书目：《变革中生成——叶澜教育报告集》是主打书；日本教师桥本武先生的《学习力就是生存力——百岁教师的人生寄语》以及他的学生黑岩祐治撰写的《全世界都想上的课》为主打书的辅助读物。在实际的共读过程中，我向教师们推荐阅读的书更多。我想，阅读既要有深度、高度，也要有领域方面的广度。教师们通过阅读不断地拾级而上，有了大视野，才能最终形成大格局。温度呢，就体现在共读时光中我对教师们真诚的关心中。于是，就有了每天清晨7点钟准时发布的导读视频。

伟大来自于认真、坚持

第一天，我提出了21天共读的目标：“今天我们一起阅读叶澜教授文集中的文章《教育的魅力，应从创造中寻找》。阅读反思的主题是‘关注我们自己作为整体的人是如何发展的’。请读友们在全人发展的角度（不仅是教师身份）反思自己的状态，建立这篇文章与自己个体生命的内在关联。21天的共读之旅中，我们将通过阅读以及不同内容的书写，串联起对自我的重新审视，为自己勾勒人生画像的同时，也更好地规划未来。”

第二天，我告诉教师们我作为领读者的定位：“领读不一定就是每一篇由领读者带着解读。作者的意思表达得明白明白的，认真读，静下心来思考，将作者的表达与自己的生命和现实建立关系，你就能发现阅读这些文章对于自己的意义。这个意义的挖掘是你的任务，生成的意义也属于你自己。你挖掘得越深入，态度越真诚，收获也会越大。我的职责有三：规划21天，全程陪伴各位老师读书；找到能激活大家思考的文本和支架，抛出思考的问题，制造思考空间；引导线上交流，建立良好的沟通机制。”

这一天共读的篇目是《论教师职业内在的尊严与欢乐》，我也围绕这个话题和教师们分享了自己的人生感悟和思考：

“他人的人生不可复制，每个人都要走自己的路。但是从个体经历中提炼出来的有益部分却一定是可以借鉴的，人生的大智慧更是如此。”

“有很多人都有‘把手一烂牌打成一手好牌’的经历。故事的桥段不一样，但架构和性质没本质的区别——你几乎能提炼出相同的要素来。我尊重每一个努力活着，且活出生命尊严的人。”

“怎么理解创造？这一点要追问自己，要界定清楚。现阶段我给自己定的目标和原则是‘因为有我的创造，这个社会变得更好’。”

“在我没有勇气和能力‘打怪’的时候，我会抱怨命运不公平。我有能力‘打怪’了，也就不在乎公平和不公平了。没精力，也没时间，因为我还得打‘下一只怪’呢。”

共读进行到三四天，教师们最“上头”的时候过去了，打卡

的队伍开始减员。共读群里有教师说，减员现象符合“二八定律”，很正常。因为按照这个定律，能坚持21天共读的一定是少数。教师们是在安慰我，但我并不是这么认为。说到底，共读减员最重要的原因其实是教师们的内驱力不足。面对这样的动态“学情”，该如何进一步激发教师们的内驱力？我立刻调整了每日早晨的导读内容。于是第五天，我与教师们分享了夏惊鸣的文章《一切伟大都来自认真、坚持、做透》。

我还推心置腹地跟教师们谈心：

“21天打卡是个隐喻，我们的人生和做理想的教育都要坚持长期主义。”

“其实，人生有什么样的起点真不是多大的事。用长期主义引领个人的成长，这个‘长期’是要用来把自己变强的。要点就是坚持、踏实、刻苦。普通人的人生不存在什么开挂模式，‘打铁还需自身硬’，讲实力才是硬道理。想要成为什么样的人，首先取决于自己。”

“阅读，真正重要的还是自己的所得。打卡的证书，每天分享的老师们反思文字的汇总……这些都是参考，是外力。个人发展更需要内驱力。眼下我陪伴大家读书，21天后我们各自养成读书的习惯，又清楚努力的方向，知道具体该做什么，就能够独立地做出改变；坚持下去，慢慢地就会具有叶澜教授说的内生力以及‘独立的创造力’了。”

也正是从这一天起，每天清晨的导读视频到了末尾，我都会以这样的话做总结：“阅读是一场马拉松，同样需要坚持长期主义。今天是共读第××天，老师们加油！”

一群人共攀一座高峰

我不光是向教师们提倡阅读要坚持长期主义的理念，还在这个点位上持续跟进、深化理念：

有个漫画讲“假如七年能学会一个本领，人就有11辈子”，我认为，“每个人都有‘11辈子’，唯有热爱可抵岁月漫长。”

“教师也需要让阅读真实发生；先思考，再输出。”

什么是教学反思？“教学反思就是教师运用元认知能力反思自己的教育教学，发现问题，寻找解决问题的策略，总结经验，摸索规律，从而不断改进教学的行为。”

怎样反思？“需要我们教师自身具备元认知能力。”

“要思考反思的下一步是什么，当下的反思能否直接带来并指导你采取行动。”

“反思的下一步还是反思，正所谓‘谋定而动’。反思需要深化，提防浅尝辄止，提防脑袋里堆积新的名词而‘消化不良’，提防只知道‘标签’，提防只会说假话、大话、空话，提防头脑发热导致乱无章法的盲动。”

“要学会不断追问，‘一竿子插到底’。”

“学习一思考一行动，要做终身学习者，也要做真正的行动派。”“不论是知识体系，还是认知体系，都要构建和不断进步。”

反思后如何行动？“我们景山学校培养教师的模式是：把日常的教育教学工作、教改试验、教育科研三者紧密结合起来，以

‘三位一体’的模式发展自我。”“要抛开面子问题，发现自己的长板和短板；要避免‘木桶效应’，补短板，增长板。”“要反思自己身上有没有叶澜教授所形容的中国教育‘赛’‘晒’‘争’‘浮’‘躁’‘糟’这六种‘病’。”

教育教学方面怎样做到长期主义？“要认真、坚持、做透，保持定力，‘沉下去’，理性思考。”“重新审视、理清自己的教学观念、教学主张和教学行为。”“要实现教育理想，前提是要弄清楚理想的教育是什么样的。”“一要追问，二要向自己寻求答案。所有的问题都要细化，经得起追问，有充足的理据。”

如何才能做成一件事、拥有创造的力量？“一定要创造出独一无二且对自己和他人有长期价值的东西。”

“我们不仅要学习榜样，从榜样身上获得力量，更要自身具备力量。想清楚‘我期待自己成为什么样的人’，我们离热气腾腾、‘活色生香’的生活味道与生命气质有多远。”

共读的21天里，我们还共同探讨了什么是理想的教育，未来教育需要怎样的学生和教师，如何运用好“未来教育定义权”，以及“‘百年未有之大变局’的大背景下，需要教师具备怎样的时代精神”等诸多问题。之所以会和教师们讨论看似宏大的问题，是因为在我的内心深处，始终记着陆游的诗句——“位卑未敢忘忧国”。不理解这些重大问题的意义，就无法真正投入新时代的教育改革中，也无法实现自我的升级。

我的工作一直很忙，暑期也不例外。领读期间，正赶上我去贵州参加全国青少年科普科幻教育大会。不管是忙到三更半夜还是黎明即起，我都坚持用心用情地准备每一天的领读视频。渐渐地，教师们的内驱力被激发出来。很多教师都反馈说他们很爱听我的导读，还养成了新的作息习惯：晨起听导读，上午读书、做笔记，晚上写打卡反思。一天中花四五个小时读书者大有人在。用教师们的说法形容就是“周老师又温柔又坚决，你那么用心地准备导读视频，我们都不好意思懈怠”。大家“不好意思”的结果，就是两个共读群老师们“日产反思文字总量”一直保持在15万字左右，而且反思都非常深刻、有质量。从我这个领读者的视角来看，21天阅读，就好像是一群人在共攀一座高峰。前半程大家相对吃力，但坚持下来了，就渐入了佳境。作为领读者，陪着大家一路走过来，我见证了教师们的进步：通过阅读，他们攀登到新的高度，视野日渐开阔，思维一天比一天活跃；他们能够以极其坦诚的态度面对自我，对待自己的问题自我批评毫不留情；他们互相学习，逐渐融合成一个学习型的大家庭；他们对未来有了更多的憧憬，也有了前行的动力……这些可喜的变化，让我再一次感受到阅读的力量。

这段共读的经历回顾到最后，还是要用文中讲过的话做结尾：“21天打卡是个隐喻，我们的人生和做理想的教育都要坚持长期主义。阅读是一场马拉松，同样需要坚持长期主义。”（作者系北京景山学校特级教师）

寻找读书带头人

——中国教育报邀您推荐“推动读书人物”



阅读是人类获取知识、增长智慧的重要方式，是一个国家、一个民族精神发育、文明传承的重要途径。在大兴读书之风的当下，越来越多的优秀教师、推广人用阅读为学生点亮心灯，越来越多的校长致力于为师生产造书香校园，越来越多的教育行政管理者倡导阅读、支持阅读行动。中国教育报2022年度“推动读书人物”盘点活动即日启动，现面向全国读者征集积极参与阅读推广并取得一定成效的“推动读书人物”。

清代著名戏曲家、大文人李渔，在家乡建了一座亭子，取名曰“且停亭”，还给这个亭子拟了一副对联：

名乎利乎道路奔波休碌碌，
来者往者溪山清静且停停。

多么幸运，在这个假期，我遇见了这样一座“且停亭”，让我能静下来去阅读，去反思，去领悟，去重识，进而重塑自己。

周群老师的领读群，就是我意外邂逅的那座“且停亭”。这当然不是一个具体的地方，甚至不是具体的一段光阴。而是一次驻足，一回反思，一时顿悟，一次重建，跟着她走过一座座“且停亭”，领略到教育的智慧、教育的情怀、教育的未来。

在“且停亭”里且停停，让自己的思想和灵魂跟上奔跑的步伐。

且停停，且读且思且提升

今年暑期，气温格外地热。多荣幸在最热的日子里，有周群老师清凉的领读，于是每天都浸润在书香里，去烦，去躁，去掉迷茫。

“阅读是我必需的生活。”这些年来我一直以此引以为豪，但周老师的领读颠覆了我以往的阅读认识。原来阅读不是想读就读，想咋样读就咋样读。没有方法、没有策略、没有目标地读，就是“乱读”，乱读也许会有所得，也许会充实自己，但不会将阅读所得形成自己的精神内涵、思维品质和专业理论体系。

“且停亭”里且停停，让我跳出了阅读的“舒适区”。避难就易是人的本性，困难和容易之间，我总是习惯选择后者。跟着周老师阅读的这些日子，我勇敢地去往阅读的“伸长区”，懂得了没有难度的阅读，是无效的阅读。只读“有用”的书，会让人的思维和格局变得狭隘。于是尝试努力去做一个“荤素不忌”的跨学科阅读者，跳出舒适区，才能“野蛮”生长。不逼自己跳出舒适区，看再多的书，也难有长进。从此，我不惧跨界阅读的苦，因为那是去看精彩世界的路。

且停停，且学且伴且温暖

在此次团队阅读中，还有另外的收获——遇见了许多优秀的同行者。阅读之初，因为陌生，大家都鲜有交流。只是偶尔在评论区点个赞，留一句鼓励的话。后来，大家互相阅读打卡日记，透过文字彼此拉近了距离。不同的观点开始碰撞，精彩的见解开始分享，由衷的欣赏开始互送……于是，每天的打卡日记写得越来越上心和走心了。因为有读者说：

“小令老师您好，昨天看您分享阅读经验，非常受益。以后多向您学习。”

“您好，老师，我是周老师读书群里的，您的文章我都读了，受益匪浅。冒昧加您微信。向您学习。”

“看你的文字是一种享受。”“每一篇我都细细品读，每一篇都是经典之作，用心之作。”

“好好好文，每一篇都这样走心。”“感觉很多我想说却不知道怎么说，你都写到了。看来即便解剖自己也需要强大的文字功底和阅读积淀。”

“小令老师，您真是我的偶像，一直在学习您的文章，太赞了！”

……

线上进行的一次次有热度、有高度的真诚交流，消除了来自天南海北教师们之间的生疏，大家快速相融，共同研讨，共同提升。我发现，读友们皆是越优秀越好学之士，因为优秀者更能看见自己的不足，在前行的路上才会主动去结识“高人”，去结伴同行。即便走得步履蹒跚，但

征集要求如下：
一、确保推荐材料真实有效。
二、推荐材料内容包括：
1.被推荐者姓名、单位、联系方式（手机号+微信号+常用邮箱）。
2.事迹介绍：包括被推荐者阅读主张、阅读推广事迹简介、阅读推广持续时间、推广效果及影响力等。（3000字内，Word文档，提供被推荐者个人照1张、开展活动照片3至5张）
3.推荐人（或推荐单位联系人）姓名、手机号、微信号、邮箱。
4.自荐材料需加盖单位公章。
请使用电子邮件报送材料，邮件主题处请注明“读书人物推荐”，发送至dushuzhoukan@163.com。材料提交截止至2022年11月8日。

致力于发现推动读书先进典型的中国教育报年度“推动读书人物”盘点活动自2004年开展以来，发现并推出一大批推动读书的典型，他们立足于一间教室、一所学校、一个区域，传播“乐读”的理念，培育“好读”的种子，用智慧、勇气与行动诠释着推动读书的意义，为全民阅读的愿景贡献着不容忽视的力量。

本报读书周刊、移动传播中心 启

共读感悟

『且停亭』处且停停

高永春

我们都对教育心生敬畏和热情。

且停停，且思且悟且从容

“做教育，做真教育，做有情怀的教育。”这不仅是阅读了周老师领读的几本书、拓展资料后我从“文中人”身上所悟到的，更是从每天用心、用情、用智慧领读的周老师身上悟到的。

优秀教师除了具备丰实的学科知识，还有教育情怀。“情怀是一种爱，情怀是一种执着，情怀是一种奉献。”教育必须要有信仰，这是周老师身上具备的最朴素的品质。她不仅自己做好教师，还影响更多的教师去做好教师——做个好教师，做个不误人子弟的教师，做个学生喜欢的教师。如今有多少教育者还敢说“我是个好老师，我是从没做过误人子弟事的老师，我是一个学生喜欢的老师”？教育信仰不是一个美丽的图腾，它是需要接地气的。

白岩松在《幸福了吗？》一书中写道：“在墨西哥，有一个离我们很远却又很近的寓言。一群人急匆匆地赶路，突然，一个人停了下来。旁边的人很奇怪：为什么不走了？停下的人一笑：走得太快，灵魂落在了后面，我要等等它。是啊，我们都走得太快。然而，谁又打算停下来等一等呢？如果走得太远，会不会忘了当初为什么出发？”教育也是如此，有时候我们走得很快，忘了自己当初为什么上路，有时候我们走得浑浑噩噩，忘了教育的初心是什么。周老师从没有一本正经地和我们说“初心”，说“师德”，但是，她的一言一行，都在践行初心，都在展现最美师德。她让我明白：一个教育工作者，要时刻不忘停下教育的脚步，回顾总结，反思自我，有时候走得太快，走得太远，方向错了一切都是白搭。

教育的路上，且停停时，且停停。停，是为更好地反思自己，重塑自己，然后再明确方向，坚定前行。

（作者系甘肃省金昌市第六小学教师）