

西北师范大学教授舒跃育登《百家讲坛》 解读名人家书中的育人智慧

心理学视角解读千年家书
剖析家风育人智慧

“先贤们的家书，可不是泛黄的老古董，而是藏着治家秘方的‘活化石’！”舒跃育教授在节目中，以心理学为解剖刀，层层拆解郑玄、诸葛亮、王昶等历史名人的家书精髓。十集节目分别为《德行立志》《静俭立身》《知足常足》《清白家世》《戒满惧盈》《位不可恃》《济人为乐》《兼济天下》《安贫乐道》《崇俭戒奢》。在每一集中，舒教授将会以历史人物的成长故事为切入点，带领观众从其家书中了解和学习家风、家训，并就家书家风中的育人智慧及对现代家庭教育的启示作深入浅出的心理学解读。历史留给我们不仅是故事，更是可资借鉴的育人范式。

烽火中的叮咛最动人 笔墨间的家风可触摸

“兵戈之间，见财勿取，忍饥耐寒，方是吾家儿郎！”节目中，舒跃育

家书是传承家风的重要载体，历代名人家书中为人处世、持家教子的经验之谈有许多，为展现家书中承载的中华传统美德，7月25日，西北师范大学心理学院舒跃育教授带着他的《家书里的家风》，登陆央视《百家讲坛》，为全国观众奉上“家书+心理学”系列盛宴，让郑玄、范仲淹、欧阳修等先贤的笔墨，成为照亮当代家风建设的“智慧火炬”。



舒跃育

特意拈出欧阳修写给战乱中侄子的家书，字里行间的急切让观众仿佛看到先贤紧锁的眉头。比起抽象的道德说教，这种烽火中的真情流露更具穿透力——这正是家风传承的魔力：它不是冷冰冰的教条，而是长辈在具体生活场景中，用真心焐热的人生指南。

舒教授在解读中特别强调，家风从来不是虚无缥缈的口号。诸葛亮写《诫子书》时，或许没想到这封临终嘱托会成为后世学子的修身范本；范仲淹“布衣蔬食却接济邻里”的日常，

不经意间就把“先天下之忧而忧”的胸怀种进了家族血脉。这些藏在柴米油盐里的坚持，经过家书的笔墨沉淀，变成了可触可感的生活哲学，这也是为何千年前的叮咛至今仍能叩击人心。

舒教授认为，人文科学离不开人，把故事“复盘”到人的身上，把人放进时代的洪流中，这样能更好地从传统文化和历史名人传记中，理解其生平经历，读懂流传的经典。

在舒教授看来，这些先贤的智慧

对当代家庭尤其珍贵：当物质丰裕的今天，“崇俭戒奢”不是要大家过苦日子，而是教会人们抵御浮华诱惑的心理定力；“济人为乐”也不只是行善，更是在家族中种下“共情力”的种子。

当舒跃育教授用心理学的“透视镜”对准一封封家书，我们不仅看到了先贤的治家智慧，更找到了当代家庭建设的“参考答案”——原来穿越千年的家风力量，始终在笔尖流转，在血脉中传承。

奔流新闻·兰州晨报记者 纪敏

宁卧庄小学开展多项暑期实践活动

炎炎夏日，热情不减。为丰富学生暑期生活，宁卧庄小学组织学生开展了多样社会实践活动，四年级二班组织了一批小小志愿者，开展了一场主题为“‘童’心协力 净化家园”的社区卫生清扫志愿服务活动。二年级(2)班在暑假期间倡议并组织开展了“‘果’然有创意，乐享好‘食’光”创意水果拼盘实践活动。还有“变废为宝创意秀”的环保实践活动。

“童”心协力，净化家园

清晨，小志愿者们身着鲜艳的志愿马甲，在家长和社区工作人员的带领下，带着扫帚、簸箕、垃圾袋、抹布等工具，精神饱满地投入到劳动中。他们的身影活跃在社区的各个角落：有的仔细清扫着道路上的落叶、纸屑和烟头；有的认真擦拭着公共座椅、健身器材和宣传栏；有的弯腰钻进绿化带，捡拾隐藏的塑料袋、饮料瓶等白色垃圾；还有的合力将装满的垃圾袋运送到指定地点。虽然天气炎热，汗水很快浸湿了他们的衣衫，但孩子们的热情却丝毫未减。

他们不怕脏、不怕累，分工合作，默契配合，干得热火朝天。小手紧握扫把认真清扫，小眼睛仔细搜寻着每一处卫生死角。看到焕然一新的环境，孩子们的脸上洋溢着自豪和满足的笑容。“看到社区变干净了，我们很开心！”肖沐阳同学一边擦

汗一边说，“打扫卫生虽然有点累，但很有意义。以后我不仅自己会爱护环境，还要提醒家人和邻居不乱扔垃圾。”

此次志愿活动不仅美化了社区环境，为居民营造了更整洁、舒适的生活空间，更是一次生动的社会实践和劳动教育课。通过亲身体验，小志愿者深刻体会到了环卫工人的辛劳，增强了他们爱护环境、珍惜劳动成果的意识，也用实际行动践行了“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，展现了新时代少先队员的良好风貌。

“变废为宝创意秀”增强环保意识

近日，宁卧庄小学以“变废为宝创意秀”为主题开展了一场别开生面的环保实践活动。此次活动旨在增强学生的环保意识，培养创新思维和动手能力，通过创意改造将废旧物品转化为实用或艺术性作品，传递绿色生活理念。活动中，学生

们以班级为单位，利用废旧纸箱、塑料瓶、手提袋等材料，制作出各式各样的创意作品。有的班级将废弃纸箱改造成迷你书架，有的用塑料瓶拼接成花盆，有的用纸杯制作了小型分类回收垃圾桶，还有学生用手提袋制作抽纸袋，充分展现了想象力与团队协作精神。环保教育是学生成长的重要一课，孩子们能将节约资源、循环利用的理念融入日常生活。此次活动不仅让学生体验到变废为宝的乐趣，更在校园内掀起了一股绿色风尚。

“果”然有创意，乐享好“食”光

二年级(2)班在暑假期间组织开展了“‘果’然有创意，乐享好‘食’光”创意水果拼盘实践活动。孩子们利用家中常见的新鲜水果，发挥无限创意，动手制作精美的水果拼盘，在方寸餐盘间挥洒想象力，体验劳动的乐趣与创造的成就感。

这次实践将“创意工坊”搬进了每个孩子的家庭厨房。孩子们化身为“居家小厨神”和“水果艺术家”，在家长的陪伴与指导下，开启了一段妙趣横生的水果创意之旅。孩子们充分利用家中现有的水果，西瓜、苹果、香蕉、葡萄、橙子、猕猴桃、草莓、蓝莓……这些色彩缤纷、形态各异的天然“颜料”和“积木”，成为他们创作的基石。一颗葡萄可以是眼睛，一片橙子化身太阳，香蕉船、草莓花、猕猴桃草坪……生活中常见的水果在孩子们充满童真的构思下焕发出全新的生命力。活动充满了浓浓的亲子温情。

孩子们全情投入，专注地清洗、切割、拼摆、装饰。一双双稚嫩的小手，创造出令人惊叹的作品。在创作过程中，孩子们不仅认识了更多水果的营养价值，也通过亲手操作，体会到“一粥一饭，当思来之不易”。

奔流新闻·兰州晨报记者 纪敏

郑重声明

甘肃盛荣建筑工程有限公司郑重声明：

我公司下属项目部以下叁枚印章即日起作废：“甘肃盛荣建筑工程有限公司兰州新区亿鑫冷链物流园13#库项目部章”“甘肃盛荣建筑工程有限公司渭源县渭康药业项目部章”“甘肃盛荣建筑工程有限公司陇西中渊综合楼项目部章”自2025年8月1日起，上述印章停止使用，任何以该印章对外签订的经济合同、文件及一切经济活动均属无效，我公司不承担由此产生的一切法律责任。

特此声明

注销公告

兰州市西固区育才幼儿园，统一社会信用代码：5262010409956781T，拟向登记机关申请注销登记，清算组由法人张小燕等人组成，请债权债务人于本公告见报之日起45日内向本单位清算组申请债权债务。

地址：兰州市西固区陈坪街道西固东路166号

电话：13893488746

注销公告

兰州市西固区金贝贝幼儿园，统一社会信用代码52620104057561907，拟向登记机关申请注销登记，清算组由法人孙瑞等人组成，请债权债务人于本公告见报之日起45日内向本单位清算组申请债权债务。

地址：兰州市西固区新城镇河口南站94号

电话：13893659890

家政清洗



专业刷房子

铲墙皮，刷墙保，刮腻子，刷乳胶漆，旧房翻新，拆除，贴砖，吊顶，水电暖维修。施工中家具防护，搬挪一条龙服务。完工后免费搞卫生。收费合理，满意后付款，24h热线13919334259

王琼妇联家政

二十二年诚信经营 口碑铸就品牌
保姆、月嫂、做饭工、育婴师、催乳师
临夏路83号(派出所楼上)1015室 8460554 微信号13909401872

门窗制品



安装维修各种手动、电动卷闸门、防火卷闸门、玻璃门及彩钢厂房制作(专业正规)
15682811123

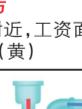
招聘求职



物业公司招聘

维修班人员3名，工作地点广武门附近，工资面议。
联系电话：18919150598(黄)

专业疏通



专修楼顶卫生间漏水 17726971761

挂失兰州冉天工贸有限公司(统一社会信用代码：91620103773442943D)预留在中国银行七里河支行公章一枚。

提示：省、市级行政审批和政务服务办理事项规定：《兰州晨报》为各类证件挂失、遗失声明、公告类信息指定刊登媒体！