

## Чтение о чтении

С тех пор как люди начали читать, они написали об этом множество книг. Чтение можно представить метадисциплиной, которая способна принести пользу каждому. Я разделил его на четыре основные темы: история чтения, наука о чтении, техника чтения и выбор книг для чтения.

История чтения включает в себя исследования об развитии книг, чтения и знаний. Наука о чтении — исследования в области когнитивистики, нейробиологии, психологии и лингвистики. Техника чтения изучает методы, способы обучения и литературную критику. В разделе о выборе книг для чтения рассказывается о библиографии, создании книжных коллекций и книговедении.

Я выбрал 12 наиболее важных книг, по три для каждого раздела.

### История чтения

#### **Книга 1: Introduction to Book History («Введение в историю книги»)\***

История книги, история чтения и история познания — три взаимосвязанных, но отличающихся понятия. История книги изучает, какие изменения произошли на протяжении ее жизненного цикла, от написания и публикации и до использования и обращения. Эта дисциплина включает в себя различные исследования: историю редактирования, печати, публикации, распространения, создания книжных коллекций и т. д. Историю чтения относят к исследованиям в той же области. Ученые, которые занимаются этой темой, разбираются, как

---

\* См. Finkelstein & McCleery, 2012.

менялись методы чтения и какие о нем возникали теории. Кроме того, они изучают историю чтения книг отдельных писателей, ученых или историю чтения в обществе в целом<sup>°</sup>. В поле зрения исследователей, которые занимаются историей знания, находятся история книг и чтения, а также вопросы приобретения, нововведений, классификации, продаж, распространения книг и связанные с этим институты. Однако тем все не ограничивается: дисциплина также включает в себя знания, связанные с популярной культурой и разговорным языком<sup>\*\*</sup>.

Introduction to Book History — довольно типичная книга, в которой рассказывается об истории западной книги. В ней семь глав, три из которых посвящены различным деятелям. Об истории книг также рассказывается в научно-популярных изданиях A History of the Book in 100 Books («История книги в 100 книгах») Родрика Кейва и Books: A Living History («Книги: живая история») Мартина Лайонса<sup>\*\*\*</sup>.

Дополнительную информацию об истории западной книги можно узнать из трудов The Coming of the Book («Пришествие печатной книги») Люсьена Фебвра и др., The Order of Books («Книжный порядок») Роджера Чартье, The Enlightenment and the Book («Просвещение и книга») Ричарда Шера, Shakespeare and the Book («Шекспир и книга») Дэвида Кастана и The Social Life of Books («Социальная жизнь книг») Эбигейл Уильямс<sup>\*\*\*\*</sup>.

Китайские ученые с древности изучают историю книги. Этой теме посвящены такие работы, как «История древних китайских книг» Цао Чжи, «Краткая история древней китайской книг» Ли Чжичжуна, «История китайских книг на бамбуковых дощечках

---

<sup>°</sup> См. Чжан Вэй, 2018.

<sup>\*\*</sup> См. Питер Берк, 2016.

<sup>\*\*\*</sup> A History of the Book in 100 Books см. Rodrick Kraft & Sarah Ayade, 2016; Books: A Living History см. Martin Lyons, 2017.

<sup>\*\*\*\*</sup> The Coming of the Book см. Lucien Febvre & Henri Jean-Martin, 2006; The Order of Books см. Roger Chartier, 2013; The Enlightenment and the Book см. Richard De Scheer, 2022; Shakespeare and the Book см. David Scott Kastan, 2012; The Social Life of Books см. Williams, 2021.

и шелке» Гэн Сянсиня, «Социальная история книги» Чжоу Шаоминя, а также «Десять лекций по истории китайской книги» под редакцией Сяо Дунфа\*.

## **Книга 2: «Всеобщая история чтения в Китае»\*\***

Это собрание книг по общей истории чтения под редакцией Ван Юйгуана. Оно состоит из девяти томов и десяти разделов. Первый том посвящен теоретическим основам исследования. Далее автор подробно рассматривает историю чтения в разных династиях, чему посвящены «История чтения в доциньскую эпоху и эпохи Цинь и Хань», «История чтения в эпоху династий Вэй, Цзинь, Северных и Южных династий», «История чтения в эпоху династий Суй, Тан, Пяти династий, Северная Сун и Южная Сун», «История чтения в эпоху династии Ляо, Западная Ся, государства Цзинь и династии Юань», «История чтения в эпоху династии Мин», «История чтения в эпоху династии Цин (Часть 1)», «История чтения в эпоху династии Цин (часть 2)», «История чтения в эпоху Китайской Республики» и, наконец, «Каталог и библиографический указатель». В этой книге содержится исчерпывающая информация о различных теориях, техниках чтения и биографиях известных читателей в хронологическом порядке.

Кроме того, ученые интересуются и историей издательского дела, и историей создания книжных коллекций. Эти темы упоминаются и в трудах по общей истории.

**История издательского дела.** Фундаментальный труд «Всеобщая история издательского дела в Китае», подготовленный и составленный специалистами Института книгоиздательства в Китае, состоит из восьми томов и девяти разделов: «История издательского дела в доциньскую эпоху и эпоху династии Хань», «История издательского дела

---

\* «История древних китайских книг» см. Цао Чжи, 2015; «Краткая история древней китайской книги» см. Ли Чжичжун, 2008; «История китайских книг на бамбуковых дощечках и шелке» см. Гэн Сянсинь, 2011; «Социальная история книги» см. Чжоу Шаомин, 2009; «Десять лекций по истории китайской книги» см. Сяо Дунфа, Ян Ху, 2015.

\*\* См. Ван Юйгуан, 2018.

в эпоху династий Вэй и Цзинь», «История издательского дела в эпоху Северных и Южных династий», «Северных и Южных династий в эпоху династии Суй, Тан и Пяти династиях», «Северных и Южных династий в эпоху династии Сун, Ляо, Западная Ся, государства Цзинь и династии Юань», «История издательского дела в эпоху династии Мин», «История издательского дела в эпоху династии Цин (часть 1)», «История издательского дела в эпоху династии Цин (часть 2)», «История издательского дела в эпоху Китайской Республики» и «История издательского дела в эпоху Китайской Народной Республики», а также краткая версия — «Краткий курс истории издательского дела в Китае»<sup>\*</sup>.

**История создания книжных коллекций.** Во «Всеобщую историю книжных коллекций в Китае», подготовленную Фу Сюаньцунем и Се Чжоухуа, входят два тома и восемь разделов, а именно: «Книжные коллекции в доциньскую эпоху», «Книжные коллекции в эпоху династий Цинь и Хань», «Книжные коллекции в эпоху династий Вэй, Цзинь, Северных и Южных династий», «Книжные коллекции в эпоху династий Суй, Тан и Пяти династий», «Книжные коллекции в эпоху династий Сун и Ляо», «Книжные коллекции в эпоху династии Западная Ся, государства Цзинь и династии Юань», «Книжные коллекции в эпоху династии Мин», «Книжные коллекции в эпоху династии Цин» и «Книжные коллекции в XX веке»<sup>\*\*</sup>.

### **Книга 3: Social History of Knowledge («Социальная история знания»)<sup>\*\*\*</sup>**

В этой книге историк Питер Бёрк исследует историю структурных изменений в европейской системе производства и распространения знаний на протяжении 300 лет, от изобретения Иоганном

---

<sup>\*</sup> «Общая история издательского дела в Китае» см. Институт книгоиздательства в Китае, 2008; «Краткий курс истории издательского дела» см. Китайский институт исследований прессы и книгоиздательского дела, 2013.

<sup>\*\*</sup> «Всеобщая история книжных коллекций в Китае» см. Фу Сюаньцун и Се Чжоухуа, 2001.

<sup>\*\*\*</sup> См. Burke, 2000.

Гутенбергом печатного станка и до успешного выхода в свет «Энциклопедии» Дени Дидро. Вы можете прочитать продолжение этой книги под названием «Социальная история знаний (вторая часть)»<sup>\*</sup>.

Автор книги — блестящий эрудит. В конце своей книги «Поли-мат» он приводит перечень из 500 всесторонне одаренных интеллектуалов, который можно рассматривать как список мудрецов<sup>\*\*</sup>.

#### **Книга 4: The Oxford Handbook of Reading («Оксфордский справочник по чтению»)<sup>\*\*\*</sup>**

Редакторами сборника с результатами различных исследований выступили два ведущих деятеля в области науки о чтении — Александр Поласек и Ребекка Тремейн. В нем собраны самые важные сведения, полученные в этой дисциплине. В книге пять частей: «Введение», «Идентификация слов», «Чтение предложений и текстов», «Обучение чтению и правописанию» и «Техники обучения чтению». В создании книги приняли участие 45 ученых, которые написали 30 глав, охватывающих множество актуальных тем в области исследования чтения. В основном представлены достижения европейских и американских специалистов. Китайский исследователь Ли Синшань написал главу «Роль слов в чтении для китайцев».

Если в «Оксфордском справочнике по чтению» рассказывает о фундаментальных исследованиях в области чтения, то серия Handbook of Reading Research («Справочник по исследованиям в области чтения») под редакцией Дэвида Пирсона, еще одного лидера в этой области, посвящен прикладным вопросам, связанным с практическим применением чтения. Пятое издание этой книги вышло в 2020 году<sup>\*\*\*\*</sup>.

---

<sup>\*</sup> См. Burke, 2012.

<sup>\*\*</sup> см. Burk, 2020.

<sup>\*\*\*</sup> См. Pollatsek & Treiman, 2015.

<sup>\*\*\*\*</sup> См. Barr et al., 2016 Kamil et al., 2000, 2010 Moje et al., 2020 Pearson et al., 2016).

## Книга 5: «Психология чтения»<sup>\*</sup>

Поскольку китайский совершенно не похож на другие языки, выгоды, сделанные в ходе научных исследований чтения в Европе и Америке, нельзя применять для изучения чтения на китайском. Первыми исследователями чтения в Китае были Шэнь Юцянь и Лю Тинфан, а основателями отдельной дисциплины стали Чжан Биинь, Шэнь Дэли и Пэн Даньлин. Книга «Психология чтения», опубликованная Чжан Биюнем в 1992 году, — первая монография по психологии чтения в Китае. Изданное в 2001 году «Исследование движений глаз студентов в процессе чтения на китайском языке» Шэнь Дэли стало новым шагом в этой области. В 1997 году вышел сборник «Когнитивные исследования в Китае» под редакцией Пэн Даньлина, в котором были представлены научные работы ведущих исследователей\*\*.

Я бы хотел немного отклониться от темы и рассказать о том, как сам более 20 лет назад участвовал в научно-исследовательском проекте под руководством Го Дэцзюня. Он был первопроходцем в исследованиях в области психологии мотивации и эмоций в Китае и горячим приверженцем теории самодетерминации. Так случилось, что близким другом моего научного руководителя был Чжан Биинь. Свою первую монографию я посвятил чтению и считаю это провидением и подарком судьбы.

В 1980–1990-х годах большой вклад в изучение чтения внесли Гао Шанжэнь, Мо Лэй Бай Сюэцзюнь. В 1986 году была опубликована книга Гао Шанжэня «Психология каллиграфии», которая заложила основы новой исследовательской отрасли. Предложенная система психотерапии с помощью каллиграфии привлекла внимание ученых. В опубликованном в 2009 году «Исследовании процесса обработки информации при чтении текста» Мо Лэй подробно

---

<sup>\*</sup> См. Бай Сюэцзюнь, Ян Голи и др., 2017.

<sup>\*\*</sup> «Психология чтения» см. Чжан Биюнь, 1992; «Исследование движений глаз студентов в процессе чтения на китайском языке» см. Шэнь Дэли, 2001; «Когнитивные исследования в Китае» см. Пэн Даньлин, 1997.

рассматривались достижения западных коллег в области понимания текста. Кроме того, в этой книге автор представил теорию дуального процесса во время чтения текста, разработанную командой ученых под его руководством\*.

В 2014 году была опубликована книга «Психология чтения», написанная Бай Сюэцзюнем и Яном Голи в соавторстве с другими учеными. Она представляет собой обзор исследований за последние 20 лет.

### **Книга 6: Children's Literacy Development («Развитие грамотности у детей»)\*\***

Это классическая работа Кэтрин Макбрайд, лидера в исследованиях развития чтения. В книге рассказывается о том, как дети учатся читать. Интересно, что автор проводила исследования в сотрудничестве с учеными разных стран. Она долгое время преподавала в Гонконге, поэтому многое из того, что она излагает, имеет отношение и к китайским читателям. Книга Кэтрин Макбрайд включена в «Международную серию исследований детского чтения». В ней также вышел четырехтомный труд «Мир детского чтения» под редакцией Ли Вэньлина и Шу Хуа. В нем рассматриваются последние достижения в исследованиях чтения у детей младшего возраста. Также я хотел бы порекомендовать вам книгу *Overcoming Dyslexia* («Преодоление дислексии») Салли Шайвиц\*\*\*.

Если вас интересует эта тема, вы также можете прочесть «Из лабиринта: понимание и развитие дислексии» Мэн Сянчжи, «Комплексный и эффективный метод обучения чтению детей младшего возраста» Се Сицзиня, «Исследование развития и обучения чтению в раннем возрасте» и «Исследование чтения

---

\* «Психология каллиграфии» см. Гао Шанжэнь, 1986; «Исследование процесса обработки информации при чтении текста» см. Мо Лэй и др., 2009.

\*\* См. McBride, 2015.

\*\*\* «Мир детского чтения» см. Ли Вэньлин и Шу Хуа, 2016; *Overcoming Dyslexia* см. Shaywitz, 2019.

и развития грамотности китайских детей» Чжоу Цзина, а также Raising Kids Who Read (Растим читающих детей») Дэниела Уилленгема\*.

## Техники чтения

### Книга 7: «Как читать»\*\*

Древние китайские ученые уделяли особое внимание методикам чтения. Историк Сан Бин приводит выдержки из их сочинений, начиная от периода Вёсен и Осеней и Сражающихся царств и заканчивая эпохой Китайской Республики. Если вы хотите больше узнать об этом, вам обязательно нужно прочитать его книгу. Сан Бин написал длинное предисловие под названием «Популярные методы чтения в древности», в котором обстоятельно рассказал о различных техниках (советую непременно изучить примечания). Он считает себя учеником Янь Гэнвана и руководствуется принципами, изложенными в его труде «Три книги об изучении истории». Кроме того, я советую вам ознакомиться с книгами «Методы и законы научной деятельности» Сан Бина, «Жизнеописания знаменитых ученых: методы и примеры» под редакцией Ло Чжитяня и «Способы мышления и научные достижения современных читателей» Ло Чжитяня\*\*\*.

---

\* «Из лабиринта: понимание развития дислексии» см. Мэн Сянчжи, 2018; «Комплексный и эффективный метод обучения чтению детей младшего возраста» см. Се Сицзинь, 2018; «Исследование развития и обучения чтению в раннем возрасте» см. Чжоу Цзин, 2007; «Исследование чтения и развитие грамотности у китайских детей» см. Чжоу Цзин, 2020; Raising Kids Who Read см. Willingham, 2015.

\*\* См. Сан Бин и др., 2014.

\*\*\* «Три книги об изучении истории» см. Янь Гэнван, 2016; «Методы и законы научной деятельности» см. Сан Бин, 2014; обсуждение книги Сан Бина «Метод чтения» см. Лю Дашэн, 2019. «Жизнеописания знаменитых ученых: методы и примеры» см. Ло Чжитянь, 2022; «Способы мышления и научные достижения современных читателей» см. Ло Чжитянь, 2009.

Если вам интересно, какими методиками пользовались сами ученые в Древнем Китае, рекомендую «Метод чтения Чжу-цзы» Чжу Си, «Ответы и вопросы о библиографии» Чжан Чжидун в соавторстве с Фань Сицзэном, «Научные методы Цзэн Гофаня» Ху Чжэфу, «Руководство по чтению» Лян Цичао и «Как читать древние книги» Ху Хуайчэня. Также стоит обратиться к труду «Как читать классику», подготовленному организацией «Новости чтения в Китае». Эта книга составлена из статей 39 экспертов, включая Ван Нина, Пэн Линя, Сунь Циньшаня и др., которые рассказывают о том, как следует читать 50 классических произведений китайской литературы. Кажется бы, исследования древности — спокойная и мирная область, но порой между экспертами случаются ожесточенные споры. Например, если говорить о «Чжуан-цзы», то большой популярностью пользуется «Современный перевод и примечания к “Чжуан-цзы”» Чэнь Гуина, однако, по словам Чжан Цицуня, эта книга «совершенно бессмысленна и безынтересна»<sup>\*</sup>.

Если вы хотите узнать о методах чтения, которые используют современные ученые, советую обратиться к книгам «Чтение и образование» Ху Ши, «Как я читаю книги» Ван Юньбу, «О чтении» Чжу Гуанцяня, «Как мы читаем» Фань Шоукана, а также «Ученые Пекинского университета рассказывают о чтении» Сяо Дунфа<sup>\*\*</sup>.

### **Книга 8: «Как читать книги»<sup>\*\*\*</sup>**

На Западе самая известная книга о чтении — «Как читать книги» Мортимера Адлера. Она была написана в 1940 году, но до сих пор пользуется популярностью. Также на эту тему вы можете прочитать

---

<sup>\*</sup> «Метод чтения Чжу-цзы» см. Чжу Си, 2016; «Ответы и вопросы по библиографии» см. Чжан Чжидун, 2018; «Научные методы Цзэн Гофаня» см. Ху Чжэфу, 2015; «Руководство по чтению» см. Лян Цичао, 2010; «Как читать древние книги» см. Ху Хуайчэнь, 2012; «Как читать классику» см. Ван Нин и др., 2018.

<sup>\*\*</sup> «Чтение и образование» см. Ху Ши, 2013; «Как я читаю книги» см. Ван Юньбу, 2005; «О чтении» см. Чжу Гуанцянь, 2012; «Ученые Пекинского университета рассказывают о чтении» см. Сяо Дунфа, 2002.

<sup>\*\*\*</sup> См. Мортимер Адлер, 2022.

The Power of Reading («Сила чтения») Стивена Крашена, The Reading Strategies Book («Стратегии чтения») Дженнифер Серравалло и How to Read Texts («Как читать тексты») Нила Маккоу\*.

Самая известная монография по обучению чтению в Китае — «Толкование чтения» Е Шэнтао. Большинство статей в ней были написаны до 1949 года, однако они не утратили своего значения и сегодня. Также советую прочитать «Рассуждения о языке и литературе» Лу Шусяна\*\*.

### **Книга 9: «Западный канон»\*\*\***

В этой книге, опубликованной в 1994 году, Гарольд Блум рассказывает о 26 великих писателях, от Шекспира до Беккета. В конце находится «Библиографический список классики», в котором приводятся произведения других писателей. В своих высокоинтеллектуальных работах, включая критические сочинения о поэзии, художественной литературы и драмы, Гарольд Блум установил новый высокий стандарт литературоведческих исследований. Он настаивал на том, чтобы литература оставалась литературой, и отказывался от обсуждения политики, этики, религии, морали и других вопросов, которые не имеют к ней прямого отношения.

Книга ABC of Reading («Азбука чтения») Эзры Паунда представляет собой образец западной литературной критики, автор которой использует оригинальный метод обучения, чтобы помочь читателям улучшить свой вкус\*\*\*\*. Также я советую вам прочитать How to Read Literature («Как читать литературу») Терри Иглтона, The Pleasures of Reading («Удовольствия от чтения») Роберта Альтера, How to Read World Literature («Как читать мировую литературу») Дэвида Дамроша, How Fiction Works («Как устроена литература») Джеймса Вуда. Кроме

---

\* The Power of Reading см. Krashen, 2004; The Reading Strategies Book см. Serravallo, 2023; How to Read Texts см. McCaw, 2017.

\*\* «Толкование чтения» см. Е Шэнтао, 2012; «Рассуждения о языке и литературе» Лу Шусян, 2008.

\*\*\* См. Гарольд Блум, 2019.

\*\*\*\* См. Ezra Pound, 1934.

того, вам могут быть интересны книги «Как читать романы как профессор» и «Искусство чтения. Как понимать книги» Томаса Фостера<sup>\*</sup>.

Китайские авторы написали много прекрасных литературно-критических работ. Я рекомендую вам познакомиться со сборниками статей о древних литературных текстах, которые можно найти в «Беседах о древней культуре» под редакцией Ван Шуйчжао, а также «Новых беседах о древней культуре» под редакцией Юй Цзукун<sup>\*\*</sup>. Там вас ждет много интересной информации о техниках чтения, а также ценные комментарии. О китайской классической поэзии можно прочитать в книгах «Вдохновение китайской классической поэзии» Гу Суй и «Семнадцать лекций о поэзии Тан и Сун» Е Цзяина. Если вас интересует современная китайская поэзия, прочитайте «Стихи и песни» Чжан Динхао. Обзор современной китайской литературы можно найти в книгах «Код романа» Ма Юаня и «Класс литературы» Ван Аньи. Если вы хотите узнать больше, обратитесь к разделу «Литературное понимание человеческой природы» в главе «Тысяча книг обо всем на свете»<sup>\*\*\*</sup>.

### Выбор книг для чтения

#### Книга 10: «Библиографический анализ»<sup>\*\*\*\*</sup>

Юй Цзяси писал в начале своей книги: «Библиография имеет очень большое значение. Первыми библиографическими текстами были предисловия к сборникам стихов и книгам». Древние ученые считали этот

---

<sup>\*</sup> How to Read Literature см. Eagleton, 2013; The Pleasures of Reading см. Alter, 1996; How to Read World Literature см. Damrosch, 2017; How Fiction Works см. Wood, 2008; «Как читать романы как профессор», «Искусство чтения. Как понимать книги» см. Фостер, 2008, 2015.

<sup>\*\*</sup> «Беседы о древней культуре» см. Ван Шуйчжао, 2007; «Новые беседы о древней культуре» см. Юй Цзукун, 2013.

<sup>\*\*\*</sup> «Вдохновение китайской классической поэзии» см. Гу Суй, 2012; «Семнадцать лекций по поэзии Тан и Сун» см. Е Цзяин, 2015; «Стихи и песни» см. Чжан Дихао, 2018; «Код романа» см. Ма Юань, 2009; «Класс литературы» см. Ван Аньи, 2012.

<sup>\*\*\*\*</sup> См. Юй Цзяси, 2010)

вопрос очень важным. К сожалению, наши современники мало интересуются книжными каталогами и оглавлениями. Я всегда говорил, что самый быстрый способ изучить любой предмет или область — это найти список литературы и прочитать самые важные издания, упомянутые в нем. В Китае есть много замечательных библиографов, среди которых самыми значительными учеными XX века считаются Юй Цзяси и Чжан Шуньхуэй. К наиболее известным книгам Юй Цзяси относятся “Библиографические исследования” и “Подробное исследование библиографии четырех разделов”. Специалисты высоко отзываются о работах Чжан Шуньхуэя “Китайская филология” и “Комментарии и библиографические списки четырех разделов”. В “Сборнике китайских редких книг” Ван Чунминя упомянуто более 4400 древних редких изданий. Кроме того, вы можете обратиться к “Классической библиографии” и “Жизнеописанию замечательных людей в хронологическом порядке за последние триста лет” Лай Синься<sup>\*</sup>.

### **Книга 11: La Bibliothèque idéale («Идеальная библиотека»)\*\***

В предисловии главный редактор книги Пьер Бонсенн утверждает: «Радость неукротимого любопытства сменяется потребностью упорядоченности, и библиотеки, частные или общественные, являются воплощением этого стремления». Его труд представляет собой подборку специальных книжных списков французского журнала Lire. Они разделены на 49 тем по 49 книг в каждой, причем книги делятся на три уровня в зависимости от их ценности: 10, 25 и 49 лучших. Всего здесь упоминается 2401 книга. Если вас интересует западная литература, вы также можете обратиться к трудам Lifetime Reading Plan («План

---

<sup>\*</sup> «Подробное исследование библиографии четырех разделов» см. Юй Цзяси, 2008; «Китайская филология» см. Чжан Шуньхуэй, 2019; «Комментарии и библиографические списки четырех разделов» см. Чжан Шуньхуэй, 2005; «Сборник китайских редких книг» см. Ван Чунминь, 1983; «Классическая библиография» см. Лай Синься, 2013; «Жизнеописание замечательных людей в хронологическом порядке за последние триста лет» см. Лай Синься, 2010; если вас интересует западная библиография, см. Ло Лили, 2002.

<sup>\*\*</sup> См. Boncenne, 1988

чтения на всю жизнь») Клифтона Фадимана или Great Books of the Western World («Великие книги западного мира») под редакцией Мортимера Адлера, автора известного руководства «Как читать книги»<sup>\*</sup>.

В западной издательской индустрии существует категория под названием «книжная серия». Наиболее известными из них являются серии из 50, 501 и 1001 книги. Например: «50 великих книг по психологии», 501 Must-Read Books («501 книга, которые вы должны прочитать»), 1001 Books You Must Read Before You Die («1001 книга, которые нужно прочитать за свою жизнь») или 1001 Children's Books You Must Read Before You Grow Up («1001 детская книга, которые нужно прочитать, пока не вырастешь»)\*\*.

### **Книга 12: A Gentle Madness («Легкое безумие»)\*\***

Книга Николаса Басбейнса был опубликован в 1995 году. Это настоящий шедевр среди трудов по библиографии, в котором излагаются множество интересных фактов и увлекательных историй. Также я советую вам прочитать его же Among the Gently Mad («Среди слегка безумных»)\*\*.

Если вас интересуют книги о западной библиографии, вы можете прочитать The Amenities of Book-Collecting («Преимущества коллекционирования книг») Эдварда Ньютона и Pure Pleasure («Чистое наслаждение») Джона Кэри. Также вам могут быть интересны серии «Маленький книжный червь» издательства Commercial Press, в которую вошли книги Adventures Among Books («Приключения в море книг») Эндрю Лэнга и «Книжный червь» Бартона Вуда Карри\*\*\*\*.

---

<sup>\*</sup> Lifetime Reading Plan см. Fadiman, 1960; Great Books of the Western World см. Hutchins & Adler, 1963.

<sup>\*\*</sup> «50 великих книг по психологии» см. Том Батлер-Боуден, 2021; 501 Must-Read Books см. Isaacson, 2007; 1001 Books You Must Read Before You Die см. Voxall, 2018; 1001 Children's Books You Must Read Before You Grow Up см. Eccleshare, 2009.

<sup>\*\*\*</sup> См. Basbanes, 1999.

<sup>\*\*\*\*</sup> См. Basbanes, 2003.

<sup>\*\*\*\*\*</sup> The Amenities of Book-Collecting см. Edward Newton, 2019; Pure Pleasure см. John Carey, 2000; Adventures Among Books см. Andrew Lang, 1999; «Книжный червь» см. Бартон Вуд Карри, 2020.

Если вы хотите больше узнать о библиографии в Китае, обратитесь к книгам «О книгах в Храме знаний» Чжоу Цзожэня, «Размышления о книгах» Чжэн Чжэньдо, «Записки о книгах» Лян Шицю, «Читая заметки» Е Линфэна, «Беседы о книгах» Хуан Чана и «Подул свежий ветер» Дун Цяо. Если вас интересуют книжные серии, советуем обратить внимание на «Шанхайскую библиотеку» издательства «Шанхайский книжный магазин» («Шанхай вэньку»), в которой изданы книги Лу Хао, Шэнь Чанвэня, Лу Даняня и многих других авторов\*.

---

\* «О книгах в Храме знаний» см. Чжоу Цзожэнь, 2016; «Размышления о книгах» см. Чжэн Чжэньдо, 2005; «Заметки о книгах» см. Лян Шицю, 2007; «Читая заметки» см. Е Линфэн, 2022b, 2022a; «Беседы о книгах» см. Хуан Чан, 2019; «Подул свежий ветер» см. Дун Цяо, 2012.

# Благодарность

Это моя первая книга. На самом деле я не новичок в издательском деле и участвовал в публикации десятков книг, которые выходили в CITIC Press («Чжунсинь чубайшэ»), но в основном выступал в роли редактора или переводчика. Книга «Закономерности жизни», вышедшая в 2019-м, представляет собой не цельное сочинение, а сборник моих статей, опубликованных за два десятилетия.

Последние годы студенты не раз спрашивали меня: «Учитель Ян, где можно прочитать о вашей системе? С какой книги мне лучше начать?» Когда мне задавали этот вопрос, я смущенно отвечал: «Я еще только работаю над своей книгой». Дело не в том, что я ленился. Для меня читать и писать так же естественно, как есть, пить и спать. Я занимаюсь этим каждый день. В чем же дело? Проблема в системе. Я написал план книги, в которой хотел изложить свое представление о даосизме, науке и культуре\*. Считаю, что не следует торопиться издавать книгу, если мировоззрение еще не сформировалось окончательно. В возрасте 30 с чем-то лет я заключил договор с издательством. Рукопись была почти готова, но, перечитав ее, я остался недоволен и решил отказаться от публикации. Тогда я установил для себя правило, которое постороннему человеку может показаться странным: опубликовать свою книгу не раньше, чем мне исполнится 40 лет. Для меня

---

\* С моей точки зрения, даосизм — это вера или учение о том, как найти свое место и жить, подчиняясь воле неба; наука — это знание или учение о том, как изменить мир и управлять им; культура — это знание о том, как очистить дух и воспитать характер, то есть учение о самосовершенствовании.

книги священны, особенно когда речь идет о тех, что отражают мировоззрение автора.

Мой сороковой день рождения наступил очень скоро. Три основные системы, которые я пытался создать, становились все совершеннее. Я был вполне доволен системой культуры, в основании которой находилось когнитивное письмо, и системой науки, представленной наукой о жизненном развитии, четырьмя основными видами анализа и четырьмя основными методами исследования. Наконец я смог собрать накопленные за эти годы знания в книгу. В ней я рассказал о четырех методах чтения. Как говорят, ночь темнее всего перед рассветом. Это значит, если в какой-то области вы разбираетесь лучше, чем окружающие, оценить это смогут немногие. Даже ваши родственники и друзья не знают, как далеко простираются ваши знания.

Я хочу сказать спасибо своим ученикам. Спасибо всем, кто поддерживал меня в те дни. Я сумел написать и опубликовать эту книгу благодаря участникам четырех читательских курсов, которые я проводил в 2020, 2021 и 2022 годах: «Знания и изменения», «Жизненный капитал», «Учителя человечности» и «Карточный метод». Также меня поддерживали члены основанного мной читательского клуба «Академия “Спокойные люди”».

Я хотел бы поблагодарить всех коллег, в том числе бывших, а также волонтеров, принимавших участие в моих проектах, особенно Се Пэна, Хэ Мяо и Ши Бэйяня, которые помогали мне расшифровывать стенограммы черновиков. Ло Юаньлун, Ли Гоцзюнь и Чжэн Сисюань вместе со мной проверяли литературные и исторические документы, а Лань Лин, Пу Су, Ли Жэньчун, Чэнь Цзиньдэнь, Ян Люи редактировали и корректировали рукопись.

Хочу сказать спасибо Чжу Хун, Лю Шуцзюаню и Чжоу Цзяцуй из издательства CITIC («Чжунсинь чабаньшэ»), с которыми мы в конце 2019 года обсуждали тему книги в кафе «Пионовый сад» в районе Хайдянь в Пекине. Вскоре после этого разразилась пандемия новой коронавирусной инфекции. Она продлилась три года, и этого времени было вполне достаточно, чтобы закончить рукопись.

Конечно, я хочу также поблагодарить свою семью. Когда я начал писать книгу, у меня родилась дочь. Когда рукопись была закончена, она уже ходила в детский сад. Спасибо моей милой маленькой девочке за бесконечное веселье и вдохновение, которое она мне дарит. Получается, что эта книга росла вместе с ней. Пройдут годы, и она сможет ее прочитать. Если благодаря опыту отца ей удастся избежать затруднений, связанных с чтением, как же я буду счастлив! Будет чудесно, если мои рекомендации помогут ей найти любимого автора. В жизни невозможно избежать неприятностей, больших или маленьких, но, если рядом есть книга, ты будешь чувствовать себя увереннее.

Читаете вы или пишете, главное — делать это постоянно. Наша жизнь на 90% состоит из разочарований и проблем. Чем старше мы становимся, тем больше у нас поводов для огорчений. В такие моменты самое лучшее, что мы можем сделать, — это взять в руки книгу.

# Моя личная читательская история

## 1

Мой дедушка скончался 20 лет назад. Порой я думаю о том, что, если бы он дожил до сегодняшнего дня, он бы, наверное, гордился старшим внуком, потому что я могу рассказать о нем в собственной книге.

Я родился в 1980 году в красивом маленьком городке на юге провинции Хунань. Это отдаленный и бедный район, и, возможно, потому народные обычаи здесь суровы, нередко случаются драки, а чтение у местных жителей не в почете. Если бы я больше походил на своих сверстников, то наверняка поступил бы в университет, но вряд ли любил бы читать так сильно, как сейчас.

К счастью, у меня был дедушка. Он родился в 1925 году. В молодости он работал рулевым на небольшой лодке и объездил всю страну, прямо как лодочник из книги Шэнь Цунвэня. Дедушка перевозил людей и товары с одного конца реки Сянцзян к другому. В отличие от других лодочников, в минуты отдыха дедушка часто читал: он любил «Аналекты» Конфуция, «Исторические записки» Сыма Цяня, «Повествование о династиях Суй и Тан» и «Трое храбрых, пятеро справедливых».

Позже мой дедушка вернулся домой, чтобы поселиться там и зарабатывать на жизнь земледелием. Городок, где он жил, в конце династии Мин дал пристанище великому конфуцианцу Ван Чуаньшаню. «Осеннее небо в Южном княжестве серебристо-серое. Горы мерцают в лучах заходящего солнца», — так он описывал прекрасные пейзажи

этой местности<sup>\*</sup>. За три года, что он прожил в том городке, Ван Чуаньшань написал «Желтую книгу», в которой превозносил подвиги Желтого императора и вдохновлял «потомков Яня и Хуана»<sup>\*\*</sup> сражаться под знаменами первых китайских правителей.

Возможно, именно это помогло дедушке сохранить любовь к чтению после возвращения в родной город. Жизнь была трудной, однако они с бабушкой родили шесть дочерей и одного сына. Они выбивались из сил, чтобы воспитать детей и свести концы с концами, но, если у дедушки выдавалась свободная минутка, он с радостью открывал книгу.

Я видел, что чтение доставляет ему больше удовольствия, чем преподавателям и важным чиновникам. Он обращался к книге не для того, чтобы написать свою, не для того, чтобы добиться успеха, и не для того, чтобы кого-то поучать или наставлять. Ему просто нравилось читать. В городке на юге Хунани жил простой фермер, у которого не было высокообразованных друзей. Он работал с рассвета и до заката, а когда наступал час отдыха, он читал. Для него это было столь же естественно, как работать в поле, есть или пить.

Только много лет спустя я осознал, что мало кто из людей способен испытывать такое чистое и неподдельное удовольствие от чтения.

## 2

В младенчестве меня отдали на попечение бабушки и дедушки по материнской линии, и я жил с ними, пока мне не исполнилось шесть лет. Я был старшим из внуков, и, возможно, поэтому дедушка меня выделял. Летом, когда мы сидели в тенистом дворике, он усаживал

---

<sup>\*</sup> Цит. по «Любуясь дождем в горах Яншань в начале осени», из книги «Полное собрание сочинений Ван Чуаньшаня», см. Ван Фучжи, 2011. Подробнее см. Сяо Лицзянь и Линь Синьхуа, 2019.

<sup>\*\*</sup> Самоназвание китайцев, Янь и Хуан — легендарные императоры. *Прим. пер.*

меня к себе на колени и рассказывал разные истории: о длинной реке Сян, о призраках, о трех властителей и пяти императорах, о жизненных передарьях, молодом свободолюбивом парне и добросердечной девушке из Хунани... Истории сменяли друг друга, и дедушка, похоже, не особенно заботился о том, способен ли его маленький пухлый внук их уразуметь.

Зимой, когда с неба падал снег, мы грелись у огня в доме. Дедушка доставал старинные книги, по которым учил меня читать, и пел детские песенки. Иногда я не понимал отдельные слова, но они, словно семена, попадали в мое сердце, чтобы однажды расцвести и принести плоды.

Когда мне исполнилось шесть лет, я вернулся из деревни в уездный город и поступил в начальную школу. Благодаря дедушке я рано научился читать и писать. Подражая ему, я взялся за древние книги еще в младших классах. Родители порой выгоняли меня на улицу, чтобы я поиграл с другими детьми, но я быстро возвращался через заднюю дверь и снова открывал книгу.

На каникулах я возвращался в деревню к дедушке и помогал ему по хозяйству. В 1995 году, летом, я написал несколько стихотворений в поле и назвал этот небольшой цикл «Летние песни». Его опубликовали в журнале «Молодежная литература и искусство». С тех пор я сочинил множество стихов, которые были напечатаны в разных журналах, и даже получил несколько поэтических премий. Тогда же раскрылся мой талант к математике, и я занял первое место на олимпиаде по этому предмету.

Благодаря успехам в поэзии и математике меня перевели в лучшую среднюю школу провинции Хунань. Следующие три года я читал все подряд, отступив от продуманной системы обучения дедушки. Ребенком вместе с ним я изучал древние книги, например «Аналекты» и «Ши цзин», но, переехав в город, стал интересоваться современной литературой. Я учился в школе-интернате и приезжал домой раз в два-три месяца. На выходных у меня было много времени, и я пропадал в городской библиотеке. Тогда я познакомился с творчеством Диккенса, Кафки, Платона и Борхеса, которые стали моими лучшими друзьями. И конечно, я с радостью погружался в миры Моэма, Азимова и Желязны.

Думаю, до 18 лет процесс чтения не был для меня полностью осмысленным. Только поступив в университет, я стал относиться к этому занятию более серьезно. Школа, в которой я тогда учился, находилась рядом с Национальной библиотекой (в то время она называлась Пекинской библиотекой). В 1998 году я поступил на факультет психологии и еще на первом курсе стал постоянным посетителем Национальной библиотеки Китая. В течение четырех лет обучения в университете я также занимался там самообразованием. Тогда сложилась моя методика чтения: сначала я читал каталог, затем составлял список литературы, выбирал наиболее значительные книги и, наконец, писал научную работу или статью.

Национальная библиотека располагает самой большой коллекцией книг в Китае. Даже если вас интересует только психология, вы найдете огромное количество трудов по этой теме. Однако то, что вы ищете, может оказаться совсем не там, где вы рассчитываете это найти. Например, книга по психологии может стоять на полке в отделе информатики. Как быстро определить и найти нужную? **Сначала прочитайте каталог.** В то время я чаще всего обращался к каталогу Национальной библиотеки и в совершенстве овладел навыками поиска.

Библиотечный каталог находится в распоряжении всех читателей. Неважно, о каких источниках информации идет речь, о личных или общедоступных; самый быстрый способ овладеть знаниями — это **составить список справочной литературы.** Осенью 2000 года я три месяца усердно работал в Национальной библиотеке и подготовил список из более 2000 китайских и английских произведений, связанных с киберпсихологией, которая в то время еще только зарождалась. Я назвал его «Справочные ресурсы для исследователей киберпсихологии» и в феврале следующего года опубликовал в интернете, чтобы им пользовались и другие исследователи.

Этот способ может показаться трудным и скучным. Однако после того, как я закончил работу, я стал лучше понимать научный контекст и усвоил ключевые понятия киберпсихологии. Кроме того,

я понял, какие книги будут чаще всего упоминаться исследователями. Так я усвоил другой важный навык: научился **внимательно читать ключевые книги**.

Одной из работ, которые я штудировал в то время, была Psychology and the Internet («Психология и интернет») Джейн Гакенбах\*, написанная в соавторстве с канадским социологом Барри Веллманом. Они представили результаты исследований по объединению компьютерных сетей с социальными.

Меня это заинтересовало, и я обнаружил, что в то время в интернете почти не проводилось исследований с анализом китайских и зарубежных социальных сетей. Вот почему я решил прочитать на эту тему все, что смогу найти, и затем попытаться **самостоятельно что-нибудь написать**. Начиная с 2000 года я опубликовал более десяти научных работ, одна из которых получила специальный приз на первом конкурсе научных исследований в Пекине «Кубок вызова». Кроме того, я выступил с докладом на ежегодной конференции китайской социальной психологии. Мои статьи на эту тему выходили в различных сборниках под редакцией известных деятелей в области образования и психологии. Счастливым было время: я чувствовал, что мои интеллектуальные потребности полностью удовлетворены. Борхес представлял рай как библиотеку. Для меня раем была Национальная библиотека.

## 4

За четыре года самостоятельного обучения в Национальной библиотеке — с 1998 по 2002 год — я заложил прочный фундамент для научной деятельности. Я довольно рано начал публиковать статьи и познакомился с известными учеными. Казалось, что меня ожидает научная карьера.

Однако вышло по-другому. В то время интернет в Китае бурно развивался, и, поскольку я занимался темой киберпсихологии,

---

\* См. Gackenbach, 2006.

я постоянно искал и изучал в нем информацию. Постепенно у меня стали появляться мысли основать собственное дело. Фактически я вступил на предпринимательский путь еще на первом курсе университета. После окончания учебы я работал консультантом по стратегии и кадрам в консалтинговой компании, а также вместе с друзьями руководил компанией по разработке психометрического программного обеспечения.

В 2004 году в бизнесе наступил первый поворотный момент. После трагического инцидента с Ма Цзяцзюэ<sup>\*</sup> многие осознали, как важны психометрические показатели. Компании начали в огромных количествах закупать наше психометрическое программное обеспечение и сопутствующие услуги. Статьи о нашей компании стали появляться на первых страницах средств массовой информации. В то время наиболее популярным новостным сайтом в Китае был портал Sina. Как-то вечером я гостил у программиста нашей компании, с которым мы вместе работали над кодом. Я просматривал новости и случайно увидел название своей компании. Тогда я понял, что нас ждет большой успех.

Я решил уволиться из консалтинговой фирмы и полностью посвятить себя собственному бизнесу. Вдохновившись фразой из «Аналектов»<sup>\*\*</sup>, мы решили дать компании новое название — «Аньжэнь» («Спокойные люди»). Я руководил командой по разработке психометрического программного обеспечения. Мы получили множество крупных контрактов. Коммерческие компании, школы, вооруженные силы, больницы, управление юстиции, пожарная служба и тюремная администрация — все они используют разработанное нами психометрическое программное обеспечение. Наша компания стала популярной и заработала хорошую репутацию. За этот период я выступил переводчиком, редактором и соредактором множества книг и даже приобрел относительную известность.

---

<sup>\*</sup> Ма Цзяцзюэ убил четырех своих университетских соседей по комнате в феврале 2004 года, якобы потому, что они обвинили его в жульничестве в карточной игре. *Прим. пер.*

<sup>\*\*</sup> Автор имеет в виду фразу «Совершенствуй себя, чтобы принести спокойствие народу» (глава 14, параграф 45).

Все шло хорошо, пока в 2008 году в уезде Вэньчуань провинции Сычуань не произошло землетрясение. Мне тогда было 28 лет.

Я основал организацию психологической самопомощи и собрал тысячи добровольцев-психологов, чтобы они помогли пострадавшим. Всего за семь дней я написал и опубликовал «Руководство по психологической самопомощи после стихийного бедствия» и пожертвовал 70 000 экземпляров жертвам землетрясения.

## 5

Я совершенно не ожидал, что Сычуаньское землетрясение повлияет на развитие моей карьеры. Столкнувшись с ужасной катастрофой, я глубоко задумался о том, зачем пришел в этот мир.

Поскольку я изучал психологию, то знал, что это типичное последствие пережитой катастрофы — посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Поскольку я помогал выжившим восстановиться после катастрофы, переживания оставили серьезный отпечаток и на моей психике, хоть он и не перешел в стадию болезни.

В то время мне предстояло принять важное решение. У меня было несколько вариантов. Я мог продолжить управлять компанией или уехать учиться за границу, однако после долгих размышлений выбрал другой путь: я решил уйти из бизнеса и в уединении заняться самосовершенствованием и самообразованием. Этому я посвятил четыре года.

Я снова вернулся в родной городок на юге провинции Хунань, у подножия горы Хэншань. Я наслаждался, любясь прекрасными горными пейзажами и читая книги своего земляка, великого мудреца Ван Чуаньшаня.

Если с 1998 по 2002 год я разрабатывал свою методику чтения и оттачивал базовые навыки молодого ученого, то с 2009 по 2013 год я сосредоточился на чтении и посвятил себя научной работе. За эти четыре года я пытался объять необъятное, изучая поэзию и математику, психологию и информатику, китайскую классическую культуру и современную науку.

В годы уединения я постоянно спрашивал себя: в чем смысл моего существования? Что останется после меня? Постепенно я пришел к мысли, что моя миссия — вдохнуть новую жизнь в даосизм, науку и культуру.

Даосизм — это учение или знание о том, как устроить свою жизнь.

Наука — это учение или знание о том, как использовать окружающий мир и управлять им.

Культура — это учение или знание о том, как очистить сердце и воспитать дух, то есть стать совершеннее.

**Новый даосизм**, который я пытаюсь построить, отличается от учения о духовном самосовершенствовании китайского философа Янмина, проповедника неоконфуцианства во времена династий Сун и Мин. Он основан на новых данных, полученных когнитивной наукой, философией разума, китайской школой психологии и психологией действия, связанных с современной системой научного дискурса. **Новая система науки**, которую я стремился создать, — это новая формация элитной системы образования, построенная на фундаменте современной науки и традиционной культуры. Что касается **новой культурной традиции**, то я вдохновлялся сочинениями историка и писателя Хань Юя, яркого представителя тунчэнской школы, а также классическим стилем западных писателей и ученых — Виктора Тернера, Стивена Пинкера и других интеллектуалов, которые выступали за то, чтобы книги были написаны простым и ясным языком.

## 6

Если новый даосизм и культурная традиция, на мой взгляд, нуждаются только в описании и объяснении, то наука неотделима от достижений современной информатики, нейробиологии и когнитивистики. Чтобы ее изменить, требуется помощь единомышленников. Поэтому в 35 лет я начал новый бизнес.

Пользуясь репутацией, заработанной во времена компании «Аньжэнь», мне удалось привлечь инвестиции. На ее базе были

созданы подразделения «Айбэйжуй» («Жемчужина мудрости») для детей от 0 до 6 лет, «Байфэн данао» («100%-й мозг») для детей и подростков от 3 до 18 лет, «Кайчжи сюэтан» («Храм знаний») для людей от 18 до 48 лет и «Айиньфа» («Седые волосы») для людей от 48 до 88 лет. Все они имели общую цель: способствовать тому, чтобы люди разного возраста с помощью нейробиологии и когнитивистики могли улучшить свою жизнь.

Чтение и сочинительство для меня — лучший отдых после напряженной работы. С 2015 года я веду научно-популярную колонку о мозге и когнитивной науке в еженедельнике «Цайсинь». На данный момент я опубликовал более ста статей, многие из которых представляют собой размышления о чтении<sup>\*</sup>. Я также написал предисловия к китайским переводам более 20 бестселлеров, включая книги «Поток», «Эмоции» и «Преднамеренная практика».

Начиная с 2016 года я ежегодно просматриваю свои заметки о чтении за прошедший год, пишу на их основе статью и выкладываю в интернет для всех интересующихся. Как правило, она привлекает внимание множества читателей<sup>\*\*</sup>.

В «Заметках о чтении в 2016 году» я писал: «За 2016 год я купил 423 обычные книги и более 1000 электронных на Amazon; также я приобрел 202 обычные книги на JD.com и более 100 книг в Европе, Америке и Японии; наконец, более 30 книг подарили мне издатели, учителя и друзья». В том году я рекомендовал читателям более 70 книг, в том числе такие издания, как *Consilience: The Unity of Knowledge* («Совпадение. Единство знания») Эдварда Уилсона, «Садовник и плотник» Элисон Гопник, «Полное собрание стихов Хай Цзы», «Шесть прогулок в литературных лесах» Умберто Эко и «Сердце китайской классической литературы».

В «Заметках о чтении в 2017 году» я писал: «В 2017 году я приобрел 1124 обычные книги и 2301 электронную. Кроме того, более 300

---

<sup>\*</sup> «Колонка о мозге» см.: URL: <http://www.weekly.caixin.com/xz/>.

<sup>\*\*</sup> Мои статьи на основе заметок о чтении можно прочитать на моем личном сайте [yangzhiping.com](http://yangzhiping.com), а также на странице в социальной сети WeChat (@ 心智工具箱).

книг я получил в подарок от учителей, друзей и издателей. Я составил список тех, что, на мой взгляд, стоят того, чтобы вы их прочитали». В том году я рекомендовал 49 книг, в том числе «Различение» Пьера Бурдьё, «Когнитивное развитие» Жана Пиаже, «Записки Чжан Цзычжэна», «Познание сложного» Греггара Николаса и Ильи Пригожина и «Истоки человеческого общения» Майкла Томаселло.

В «Заметках о чтении в 2018 году» я писал: «В 2018 году я усердно учился. В этом году я купил 1370 обычных и 1642 электронных книги на Amazon, 92 книги на JD.com и 100 книг получил от издателей». В том году я рекомендовал 57 книг, включая сборник стихотворений Ду Фу, «Письма к Вере» Владимира Набокова, «Я — странная петля» Дугласа Хофштадтера, «Антология древней и современной японской поэзии» и «Девять лекций по социологии образования».

Я опубликовал сотни списков книг в соцсети Douban, в личном блоге, с помощью Zotero, на официальном аккаунте в WeChat и других каналах. Если говорить о Douban, то список «Хакер мозга» скачали 9110 человек, «Канон мудрости» — 7993 человека, а «В поисках талантливых и мудрых людей» — 4780 человек. Эти перечни можно считать наброском главы 11 («Тысяча книг обо всем на свете»)\*.

## 7

Одному хорошо, а вместе лучше. Помимо написания отзывов на книги, рецензий и предисловий, заметок и списков, я основал два читательских клуба: **книжный клуб «Кайчжи» («Открытый разум»)** и **академию «Аньжэнь» («Спокойные люди»)**.

В ноябре 2014 года я создал группу в WeChat под названием «Книжный клуб “Кайчжи”» и пригласил присоединиться к нему преподавателей и друзей. Вскоре его участниками стали сотни молодых ученых и исследователей.

---

\* Эти списки книг опубликованы на моей странице в Douban (ID: ouyangzhiping).

В 2015 году я решил проводить в «Кайчжи» дискуссии и опубликовал сборник лекций «Охотники за временем», который получил премию «Книга года» социальной сети Douban. С 2015 года я также читаю лекции для других любителей книг на конференции «Открытый разум». Записи моих выступлений за три года были опубликованы в книге «Когнитивная шкала»<sup>\*</sup>.

В 2018 году я распустил группу книжного клуба «Кайчжи» в WeChat и основал читательский клуб с закрытым доступом под названием «Академия “Аньжэнь”», где стал писать свои заметки о прочитанных книгах. За последние четыре года я опубликовал в этой группе более 5000 постов о прочитанных книгах или личных впечатлениях, написал сотни списков и упомянул тысячи книг<sup>\*\*</sup>.

Если вы много читаете, то часто задаете себе вопрос, почему такая замечательная книга до сих пор не опубликована в вашей стране. Почему на рынке так много плохих книг, а хорошую днем с огнем не сыщешь?

С этими мыслями в 2015 году я начал работать в качестве приглашенного редактора в издательствах CITIC Press («Чжансин чубаньшэ»), Electronic Industry Press («Дяньцзы гунъе чубаньшэ») и Machinery Industry Press («Цзисе гунъе чубаньшэ»). Я подготовил к выходу десятки лучших книг по когнитивистике, нейробиологии и психологии. Также я способствовал публикации десятков замечательных трудов в компаниях «Библиотека “Открытый разум”»<sup>\*\*\*</sup> и «Библиотека “Айбэйжуй”»<sup>\*\*\*\*</sup>. Я был главным редактором серий «Новая профессия», «Новая логика» и «Новая наука о воспитании».

---

<sup>\*</sup> «Охотники за временем» см. Ян Чжипин, 2016; «Когнитивная шкала» см. Ян Чжипин, 2019.

<sup>\*\*</sup> В настоящее время материалы «Академии “Аньжэнь”» в основном публикуются в приложении «Чжиши синцю» («Планета знаний»).

<sup>\*\*\*</sup> Список книг, опубликованных издательством «Кайчжи вэньку», см.: URL: <http://book.douban.com/series/29022>.

<sup>\*\*\*\*</sup> Список книг, опубликованных издательством «Айбэйжуй вэньку», см.: URL: <http://www.book.douban.com/series/41800>.

Самое большая радость для приглашенного редактора — видеть, как благодаря его усилиям вышла хорошая книга, важная работа ученого или дебютная повесть молодого писателя, и иметь возможность первым их прочитать.

## 8

В 2018 году я начал читать новый курс под названием «Анализ информации». Это один из четырех основных видов анализа новой научной системы. Помимо него, есть еще анализ поведения, анализ аргументов и анализ решений. Все это относится к базовым навыкам работников умственного труда. Для курса я разработал уникальную систему знаний, основанную на когнитивистике и данных наукометрии и информатики. Здесь я впервые рассказал о таких методах чтения, как выборочное и структурное. В 2019-м я собрал команду для запуска курса «Метод карточек». В том же году мы официально представили его широкой публике\*.

В 2020-м я запустил годовой курс «Знания и изменения», посвященный четырем основным когнитивным функциям человека: познанию, эмоциям, мотивации и действию. На нем я более подробно изложил свою методологию: рассказал о методах выборочного, структурного и тематического чтения, а также о методе карточек.

Участники курса должны были каждый квартал читать по одному учебнику, одной научной работе и одному научно-популярному произведению, используя метод внимательного чтения. В первой четверти, посвященной изучению когнитивной психологии, я выбрал три книги: *Cognitive Psychology and Its Implications* («Когнитивная психология и ее применение»), «Рациональное мышление» Кита Становича и «Думай медленно... решай быстро» Даниэля Канемана.

---

\*Подробнее об этих курсах вы можете прочитать на моем сайте или на официальной странице в «Вэйсинь» (WeChat @凯智学堂).

Почему я решил построить обучение таким образом? Если читать только научно-популярные книги, вам будет сложно понять научные исследования. Если начать с учебника, вы сможете быстрее усвоить основные понятия когнитивной психологии. Но если читать только учебники, вы не узнаете о новейших исследованиях. Вот почему так важно знакомиться с работами, которые представляют передний край науки.

Я был удивлен, что этот курс стал настолько популярным. Как только мы объявили о запуске, на него записались тысячи студентов. Тогда я решил запустить еще два курса в том же формате — «Жизненный капитал» и «Учителя человечности». На первом мы обсудили четыре главных жизненных капитала: социальный, культурный, психологический и профессиональный. На втором — изучали работы шести знаменитых психологов: Фрейда, Эриксона, Скиннера, Бандуры, Роджерса и Келли.

В процессе обучения мне в голову пришла идея написать книгу, которую вы сейчас читаете. В начале 2020-го я набросал примерный план, но завершил работу над рукописью только к концу 2022 года.

Приступая к ней, я сначала проанализировал издания по этой теме, которые имелись на рынке, и обнаружил, что у всех них есть серьезные недостатки: отсутствие единой системы, объединяющей даосизм, обучение и искусство. Обычно эти области не связаны и даже оторваны друг от друга. В некоторых книгах захватывающе рассказывается о личном опыте чтения, но при внимательном рассмотрении оказывается, что они не соответствуют принципам нейробиологии и когнитивистики. Другие содержат исчерпывающий обзор последних достижений науки о чтении, но обычные читатели не смогут использовать их в собственных целях. Из этих книг бывает сложно понять, как именно нужно читать. Кроме того, некоторые авторы слишком большое значение придают утилитарной стороне чтения. Знакомство с их работами не только не способствует повышению интереса к книгам, но и, напротив, отбивает всякое желание к ним прикасаться. Читая подобные сочинения, я не раз задавался вопросом: а любит ли сам автор читать?

Поэтому я решил написать книгу о методологии чтения в XXI веке, попытавшись объединить в единую систему даосизм, обучение и искусство. В начале работы я связывал с этой книгой некоторые ожидания.

**Я мечтал о том, чтобы моя книга вдохновляла людей читать больше.** Если вы хотите приобрести новые знания, вам нужно читать хорошие книги, знакомиться с выдающимися учеными и писателями и стремиться к большему. Я надеюсь, что более 3000 хороших книг и более 1000 интеллектуалов, представленных в этой книге, помогут вам задуматься об окружающем мире и вдохновят на свершения. Я также надеюсь, что введение в китайскую библиографию и список «Знания обо всем на свете» позволят вам увидеть два способа поиска истины: разделяй и властвуй, объединяй и управляй. В главе 3 мы говорили об истине, добре и красоте. Пусть эти размышления помогут вам отринуть себялюбие и слиться с великой природой, историей и Вселенной.

**Я хотел, чтобы моя книга обобщила данные новейших исследований.** Я работаю в области нейробиологии и когнитивистики уже более 20 лет и наблюдал быстрый прогресс науки о чтении в таких сферах, как особенности чтения у китайцев, ситуационная модель и теория необходимых трудностей, о которых я рассказывал в главе 2. Однако многие люди не знают о последних достижениях науки, не говоря уже о том, чтобы применять их на практике.

**Я надеялся, что моя книга будет направлять и вдохновлять читателей.** Она родилась на основании практических знаний и умений, которые включают не только мой опыт, но и опыт тысяч студентов, принимавших участие в моих занятиях. Я получил от чтения много пользы и хочу, чтобы все люди читали правильнее, больше и быстрее.

После того как книга вышла в свет, она уже больше не принадлежит автору. Оправдались ли мои ожидания? Наверное, право судить об этом я должен предоставить вам, читателям. Пожалуйста, напишите мне, что вы думаете о ней: [y@anrenmind.com](mailto:y@anrenmind.com).

До 18 лет я только учился читать правильно. Я любил чтение, но не стремился к глубокому пониманию. Следующие четыре года, с 18 до 22 лет, моя методология чтения более-менее сформировалась, а процесс стал более осмысленным. За последующие 10 лет я полностью преобразовал и усовершенствовал свои читательские привычки. Потребовалось еще 7 лет, чтобы мой метод окончательно созрел и я почувствовал, что могу передать его другим людям.

Я читал, писал статьи, переводил, коллекционировал и издавал книги; сначала я читал один, а потом стал создавать книжные клубы и рассказывать людям о чтении и разных техниках. Сначала я был читателем, потом автором, переводчиком, коллекционером книг, издателем и, наконец, стал директором академии.

Видите, сколько новых возможностей подарило мне чтение!

Чему я научился за 40 лет, которые ему посвятил? Если суммировать мой опыт в одном предложении, я бы, наверное, сказал, что чтение — это личное дело каждого. Мы все должны стремиться к самосовершенствованию. Как говорят в Китае, нельзя ругать свое и завидовать чужому.

**Когда вы читаете, не думайте о том, что вы потратите и что получите взамен.** Чтение само по себе лучшая награда. Если вы будете читать по 30 минут в день, записывать мысли и впечатления на пяти-шести карточках, то за год вы накопите тысячи карточек о прочитанном и почувствуете, что ваша жизнь стала более полноценной.

**Читая, не нужно ставить рекорды.** Вовсе не обязательно штудировать книгу от корки до корки. Даже если вы читаете классику, но она вам не интересна, отложите ее в сторону. Если у вас мало времени, прочитайте хотя бы пару глав. Это вполне нормально. Гораздо хуже, если из-за перфекционизма вы вообще откажетесь от чтения. Если вы пропустите день, вам будет не о чем говорить. Если пропустите три — вам будет не о чем думать.

**Читая, не нужно сравнивать себя с другими.** Читать нужно не для того, чтобы хвастаться знаниями. Чем больше люди читают,

тем больше понимают, насколько их знания поверхностны. Чтение — это не соревнование. Не нужно каждый день выкладывать отчеты о прочитанном в социальные сети, чтобы не отставать от друзей. Никому не интересно, сколько слов и страниц вы прочитали. Чтение больше похоже на инстинктивное действие, такое же естественное, как употребление пищи или дыхание.

Чтение — это гонка на длинную дистанцию. Посвятить чтению час-другой легко, а систематически читать каждый день в течение десяти-двадцати лет куда тяжелее. Чтобы пробежать длинную дистанцию, нужно составить план, приобрести подходящую экипировку и усердно тренироваться. С чтением то же самое.

Если вы тренируетесь бегать в команде, у вас есть единомышленники, но, в конце концов, все зависит только от вас. То же самое можно сказать о чтении. Как говорится, вода камень точит, и со временем вы начнете читать быстрее и эффективнее; мир, который открывается вам благодаря чтению, станет больше и интереснее.

Если вам удалось пробежать длинную дистанцию, то в награду вы получите дозу дофамина. Если вы посвятили долгие годы чтению, то будете наслаждаться новыми знаниями и эмоциями.

С нетерпением жду, когда вы присоединитесь ко мне в этой гонке!