



世界读书日:推动全民阅读 共建书香乌兰察布

06版



青少年女足在内蒙古自治区第十六届中学生运动会上大放光彩



●开幕式上运动员们朝气蓬勃,意气风发

刘佳鑫 摄

06版



楼道杂物堆成“山” 居民心堵该咋办?

最新进展:多部门联合清理楼道杂物,畅通居民“生命通道”

07版



在阅读中抵达“诗和远方”

赵宇

第29个“世界读书日”来临之际,《2023年上海市阅读状况调查》公布。调查结果显示,2023年,上海市民的综合阅读率(综合阅读,含纸质阅读、电子书阅读、有声阅读以及视频阅读)达97.49%,与2022年(96.83%)、2021年(95.85%)相比稳定上升。在阅读数量上,2023年上海市民年平均阅读量为12.37本,持续保持较高水平。作为国际文化大都市,上海交出的这份全民阅读答卷,展现了近年来向好的国民阅读态势。

然而,这些数据又让人想到此前不久发布的《中国网络视听发展研究报告(2024)》。报告称,2023年移动互联网用户人均单日使用时长为435分钟,其中,短视频应用的人均单日使用时长达151分钟。有人据此进行计算:若将

每天看短视频的151分钟用于读书,以阅读速度每小时一万字计,每8天便能读完一本20万字的书籍,一年的阅读量将达到数十本。在文化生活方式发生深刻变革的当下,这样的设想纵然不切实际,但不可否认,人们深度阅读的习惯依然有待加强。

近年来,随着移动设备的普及和网络技术的发展,人们越来越习惯于从社交媒体、网络视听应用等平台获取信息,形成了多元的阅读生态。与传统的纸质阅读相比,互联网时代的碎片化阅读有其优势:丰富的信息能随时随地快速获得,实现了知识的广泛涉猎,从而使每个个体以更多维的视角观察世界;通过对内容的切割和解构,较高的知识门槛不再成为障碍,晦涩的理论和著作也能变得“亲民”,实现

了全民共享。

在生活节奏日益加快的现代社会,“短平快”的文化消费模式也迎合了人们放松身心、舒缓情绪的诉求;享受美食时,选择一部“下饭剧”作为佐餐良伴,从而获得“双倍的快乐”;通勤路上,埋头看手机成为最常见的消遣;结束了一天工作,暂且抛开繁杂之事,刷上一两个小时的短视频或社交媒体……

新媒体技术拓展了大众文化生活空间,然而对电子媒介的过度依赖又让人们陷入某些困境:对知识追求片面了解,对碎片化信息投入过多时间,注意力持续时间缩短,理性思考的能力减弱、感知过载加剧焦虑情绪……因此,在泛娱乐化时代,我们尤其需要深度阅读的精神滋养。

作为一种高效的阅读方式,深度阅读获取的是完整的知识网络和逻辑框架,从而实现知识内化。更重要的是,这一过程需要协调多种复杂的大脑认知功能,有助于训练批判性思维、逻辑思维,提高专注力、洞察力、判断力、共情力等能力——它让我们在多元庞杂的信息源面前仍然具备独立思考的能力。就深度阅读而言,无论从视觉生理因素还是阅读认知来看,读书都有“读屏”不可替代的优势。

在被信息环绕的当下,读书的另一个重要意义在于,让人们暂时离开纷繁的电子产品和喧嚣的网络世界,在安静阅读中实现心灵的沉静。经由阅读,进入一个广袤的世界,学立身之技、识天地之大、拥独立之思,从而适应快速变化的外部环境,也收获内心的从容与丰盛。

无论时代如何变化,阅读永远是人们心目中最优雅的姿态。北京的一位图书编辑六年来每天上下班时拍摄在地铁上读书的乘客,把两千多张照片上传至网络相册,传递了“阅读可以随时随地进行”的讯息;在上海,“小而美”的城市书房遍布于大街小巷,每当华灯初上,许多年轻人来到这些阅读空间,开启了属于自己的夜读时光,为这座城市增添了一道美丽的风景;一个平凡的女孩写下坚持阅读如何改变自己生活的故事,文章阅读量迅速突破10万+,引发众多网友留言共勉……

愿更多的人在“读屏”时代不忘读书——读书或许不能即刻给人带来密集的快乐,其过程有时还含着一点艰涩,然而它终有回甘,余味悠长,让我们在一片澄澈中抵达“诗和远方”。