

在移动互联网浪潮席卷下，媒介形态日益丰富，资讯从不足变得过剩，人们的浏览行为越来越多，真正有价值的阅读却越来越少。公众所缺的不再是内容资源，而是阅读的一份宁静与耐心——要知道，传统阅读的过程，既是追随作者的笔触，其实也是在思索中与另一个自己对话。

新媒体时代，如何静下心来做一个幸福的“读书人”？本期我们请两位泉城文化名人帮你支支招。

# 阅读的美好 你错过多少？

——本土文化名人眼中的“碎片化阅读”时代

□王海臣

苏葵：阅读是习惯，与“碎片化”无关



苏葵：知名作家，山东工艺美术学院教授

的饭局中，等等），它们丰富和拓展了我的阅读领域，并不会占据我习惯中固定的读书时间。”

应试教育下也要培养读书少年

苏教授认为，读书习惯早在孩子小时候就应该养成。现在多数人没有读书习惯，多半是源于从小在应试教育的高压下，就迫于应付各种考试各种学习班，一些家长只关注孩子的成绩，甚至为了确保成绩禁止孩子读课外书，很少有家长注意培养孩子的读书习惯。

在大学里，苏教授的学生中就有不止一两人告诉她，自己小时候很喜欢看书，但是自从上初中后，家长禁止阅读任何课外书……结果上了大学，老师要求他们读一些课外书时，有的学生甚至发现自己已经有了严重的阅读障碍症！

至于如何找到读书的乐趣，培养读书习惯，苏葵提倡以兴趣为先。先读自己喜欢的类型的书，养成读书的习惯后，再尽量多读经典著作——在众多经典中选择自己喜欢的类型。毕竟，经典之作是经过时间和众多读者筛选过的。

读书是门槛最低的幸福

苏葵认为，读书是件很幸福的事儿，可能是成本最低、性价比最高的幸事。“一旦陷入喜欢读的小说里，可以忘却所有的病痛、不公、挫折和坎坷。”她说，“读书让我体验了现实生活中未曾体验过的情感和遭遇，读书让我用一辈子的时间活了几辈子的人生……读书还使我变得更明理，更豁达，更坦然。”阅读对于苏葵来说，就像吃饭睡觉一样，是生活中必不可少的内容。

魏新：碎片阅读与系统阅读相辅相成

互联网时代仍是“内容为王”

谈到读书，《百家讲坛》最年轻的主讲人魏新绝对有发言权。魏新是典型的读书人，同时也是书籍内容的生产者，比如长篇小說《我将青春付给了你》、《命运教我变魔术》、《东汉那些事儿》、《水浒十一年》，文化随笔《历史教会我们的爱与痛》、《来自星皇的古人》等。

其实对于魏新而言，新媒体也好，碎片化也好，他都抱有一种平和接受的态度，不过度推崇也不过分批判，不论图书、杂志还是微信公众号或者是APP，都是一种媒体的形式，新媒体也只是媒体形式的一种。对他而言比起发布平台，优质的原创内容更为重要，而再小的微信公众号也是一个可以随时对接全国读者资源的传播平台，这对内容生产者来说是更大的挑战。大浪淘沙，唯有优质的内容才能换来高效广泛的传播。

实体书+电子产品 让阅读更高效

谈及如何看待碎片化阅读和系统化阅读，魏新认为不仅没有冲突而且还是相辅相成的。手机相对方便，随时可以阅读，爱读书的人也不会因为有了手机就放弃了书籍的阅读，这样的搭配让阅读可以随时随地更为有效和方便的进行，何乐不为？“近几年爱读书的人越来越多，完全没必要把读书认为是什么‘高大上’的事情，更非是小众人群的爱好，读书是一种兴趣，喜欢读书就多读些，不喜欢也没必要强求，细碎的时间阅读些微信公众号上优质的内容也能很好，毕竟长期的阅读就会有好处，但不要带着功利目的去读，毕竟你不可能在短时间内通过读书得到太多知识和能力。”他认为，读书习惯的养成需要一代又一代人在经济、素质、文化等方面的综合积累，当大多数人满足了自己物质的基本需求，才会有精神上的追求。



魏新：知名作家、文化学者



LINK

明星“文艺咖”的私家书单

娱乐圈以爱读书著称的人没几个，但个个形象气质佳，真应了那句“腹有诗书气自华”。无论汪涵、李健、蔡康永，都是娱乐圈中的异类，守得住繁华，也享得了孤独。他们用爆表的魅力指数和长盛不衰的观众缘儿告诉我们：这年头，要想招人稀罕，还得多读书！

汪涵书单>>

主持人汪涵藏书丰富，还在长沙开了一间公益书屋叫“培荣书屋”。他讲究学以致用，在很多场合都能引经据典，赢得了观众的赞赏。汪涵抗拒网络，排斥微博，甚至连邮件也要助手打印出来看。他认为那样人会被电脑控制，不是他所能信赖的生活，他更喜欢从书本中寻找慰藉。汪涵曾在多个公开场合提到过自己的藏书，网友们发现，他推荐的书都透着一种历史老师和老学究的气质。

亨利·戴维·梭罗《瓦尔登湖》  
罗素《西方哲学史》  
易中天《易中天中华史》  
先秦古籍《山海经》  
周国平《风中的纸屑》  
周国平《人与永恒》  
蒋方舟《我承认我不曾历经沧桑》  
马一浮《泰和宜山会语》

李健书单>>

被称为“音乐诗人”的李健，读书众多且品位不俗，甚至他的经典曲目也是从阅读中获得灵感。参加《我是歌手》比赛时，歌手李健拿一本诗集垫凳子，演唱结束后又随手带走，他带的那本书是莱昂纳德·科恩所著《渴望之书》，旋即这位“男神”爱看的书被网友进行搜索，甚至连他以前的书单也被罗列出来。

莱昂纳德·科恩《渴望之书》  
米洛拉德·帕维奇《哈扎尔辞典》  
木心/陈丹青《文学回忆录》  
木心《伪所罗门书》  
茨维塔耶娃《茨维塔耶娃文集》  
豪·路·博尔赫斯《博尔赫斯全集》  
茨威格《人类的群星闪耀时》  
列夫·托尔斯泰《安娜·卡列尼娜》  
西蒙·沙玛《风景与记忆》  
伊利亚·爱伦堡《人·岁月·生活》  
辛波斯卡《万物静默如谜》  
辛波斯卡《我曾这样寂寞生活》  
盐野米松《留住手艺》  
雷蒙德·卡佛《大教堂》  
北岛《时间的玫瑰》  
余华《灵魂饭》  
蒋勋《汉字书法之美》  
村上春树《眠》  
村上春树《1Q84》

蔡康永书单>>

在台湾主持界，蔡康永算是一个另类，与其他综艺主持人“嘴贱”犀利的主持方式不同，蔡康永用他独有的人文素养和贴心的表达方式，在主持风格上独树一帜，深受两岸观众喜爱。蔡康永总是被小S既认真又调侃地称为“读书人”，其实在进入娱乐圈之前，蔡康永就已经在文化圈摸爬滚打多年。

黄永玉《比我老的老头》  
柯莱恩《不断幸福论》  
陈子衿《不理睬太阳的向日葵》  
池田晶子《14岁开始的哲学》  
吉田战车《传染》  
渡边容子《别告诉左手》  
菲力普·普曼《黑暗元素三部曲》  
谢尔·希尔弗斯坦《失落的一角》  
强纳森·列瑟《布鲁克林孤儿》  
布莱柏雷《华氏451度》  
亚图罗·库可尼《西元3000年影响世界的100人》