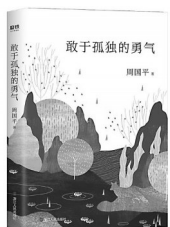




敢于孤独的勇气 无法完成的告别

《敢于孤独的勇气》



周国平著 浙江人民出版社

你一定曾在孤独的时刻扪心自问过:人生的幸福真的会眷顾于我吗?我寻求到了那个独一无二的自我吗?我们终此一生,意义是什么?我们要如何去爱人和被爱?我应该过一种怎样的生活?

我们在哲学典籍中找到答案,却又畏惧其艰深与晦涩,害怕它的深邃与虚无。我们有时候要的不止答案,更要一份共鸣与疗愈,但幸而我们有周国平,还有这一本全新毕生精华散文集——《敢于孤独的勇气》,它以融汇文学与哲学的美妙,带领我们去重新审视那些直面灵魂的问题,重新思考对于人生和生活的态度。

愿这本书能让你保持内心的丰富、敏感与活跃,认识自己的禀赋与价值,过简单而富足的生活,建立强大的灵魂世界。当你拥有敢于孤独的勇气,你便掌握了人生的真谛。

《当时忍住就好了》



[美]肯·林德纳著 钱峰译 江苏凤凰文艺出版社

我们是否经常有以下境况:因为心直口快,总是伤害无辜的亲近之人;总为同一种事情发火,总被同一种“杠精”激怒;忍不住答应同事的无理请求,结果吃力不讨好;面对各种事情的时限,吃喝玩乐,狂欢不止;时常被愤怒激得头昏脑胀,做下后悔的决定;关键时刻,大脑容易一片空白;遇事纠结不已,常骂自己是“马后炮”。

“忍住”是一种智慧的处世哲学,是既不让自己委屈,也不伤害他人的情商之道。

分寸感、自律、心理边界、人际交往,大多都与情商有关,低情商的“冲动”不如高情商的“克制”,当我们毫无原则地妥协时;当我们昏头涨脑地愤怒时;当我们毫无节制地拖延时,我们是否都有“当时忍住就好了”的感叹?

《遇见你之前》



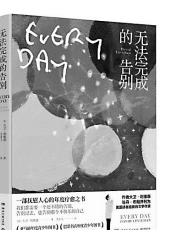
[英]乔乔·莫伊瑟著 苏心一译 广西科学技术出版社

限制了我们的可能性的,到底是他人,还是自己?这是一本探讨“选择”“尊严”“生死抉择”“存在价值”等的书,诉说着千万读者认可的生活与尊严;成长、陪伴、亲情、坚信、守护、转变、突破、值得、留恋与释然。

乔乔擅长塑造一个个平凡人物,巧妙地将我们一生中会遇到的绝大多数问题:爱情、婚姻、家庭、旅行、死亡、人生意义……放进这个故事中,我们每个人都能在书中看到自己的身影,你愿意亲自来自书中找寻这些人生问题的答案吗?

好好活着,带着我们的爱、希望与坚信。从平凡到闪耀,从单薄到繁复,从天真到沉稳,从轻浅到宽广……这是露·克拉克艰难又必然的成长,也是你经历过、正在经历、即将经历的绽放。

《无法完成的告别》



[美]大卫·利维森著 李亚飞译 湖南文艺出版社

一段不停切换人生的奇异之旅,以故事之名,抚慰人心的伤痕。我们都需要一个说得过去的告别,告别过去,也告别那个不快乐的自己。

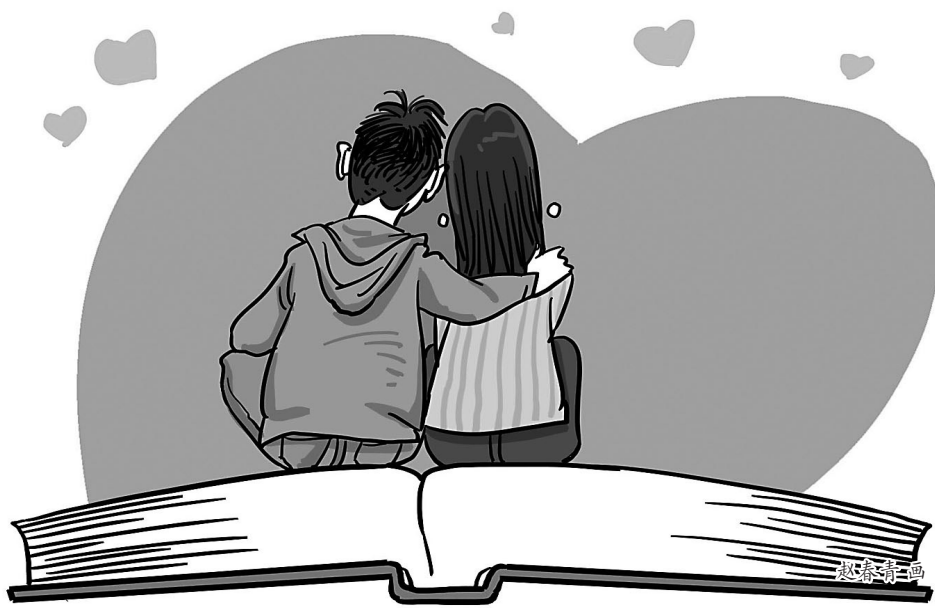
他有一个秘密,每天早上起来,他的灵魂都会栖息在不同的身体上。每一天,他都拥有不同的样貌,享受着来不及说再见的种种人生。时间更迭,他习惯了这样的生活,直到遇见她。从此以后,他无所事事的人生开始有了目标,他意识到,自己需要一个归属。

然而时间从来不肯为他停留,每天醒来,他都会变成她认识的人。为了她,他开始想要违抗命运的安排……

这是一个让人笑中带泪的故事,作者用一种新颖的形式表现出迷失在生活中的年轻人,并且借助这个故事告诉我们找到真正的自己的重要性。(晓阳)

从读一本书开始的社交,不仅让人们看到了阅读带来的多种可能,也易造成阅读“竞技场”里的人设塑造焦虑——

当阅读成为一种社交方式



本报记者 王维砚

新年伊始,抱着怀疑和期待,读书博主小羊加入了一个叫做“一周CP共读”的小程序。

点开小程序选择一本书,填写年龄、性别、星座、所在城市等基本资料和对阅读伙伴的期待,系统就会匹配一位读友和你一起读书。

在一周时间里,完成阅读任务才能解锁对方的信息,每天可以传递3次“小纸条”分享阅读体验,当共读结束,由双方决定是否互加微信,把读友拉入自己的人际网络。

正是类似这样有陪伴感和交流感的线上共读体验,让小羊的阅读习惯从kindle跳转到了移动端。在过去的2018年里,她的阅读量达到了250本,这其中有1/3都是通过带有社交属性的线上阅读完成的。她还在自己的公众号上发起了“月读赢家”的线上共读活动,和小伙伴们一起挑战有阅读难度的好书。

和小羊一样,越来越多的读者正被线上社交阅读“圈粉”。而从读一本书开始的社交,不仅让人们看到了阅读带来的多种可能性,也发现在硬币的背面,放大社交属性后,用阅读塑造虚拟人格的焦虑。

把读书当作打开方式的社交

每天挤地铁、等公交的通勤时段,都是线上阅读爱好者晓黎阅读的“黄金时段”。在她的认知里,不管是通过同城用户互借进行陌生人社交的支付宝“读书圈”,还是依靠微信用户链进行熟人社交的“微信读书”,都是在打造一种类似“线上读书会”的社交圈。

了解朋友的读书情况,给朋友的阅读时长点赞,和喜欢同一本书的陌生人一起在线阅读,通过一本书开始的社交,不仅让她觉得有了陪伴感,而且打开方式自然而然。

这也是“一周CP共读”的产品经理周欣设计这款小程序的初衷。他想提供一种阅读场景,把用户从网络游戏、刷短视频这种“越玩越空虚”的过程中“拉”出来,用伴读的方式填充时光,缓解孤独和焦虑。

想到用阅读对抗孤独,因为周欣真正体会过孤

独。在外地读大学时,脱离了家乡熟悉的环境,他深感孤独;大学毕业后去了陌生的城市工作,同事都已有了家庭、伴侣和圈子,他再次陷入孤独。

“我们并不是缺少认识的人,缺少的是愿意去懂你的人。”面对孤独感,他也尝试过使用社交软件,但是发现越玩越孤独,最终他还是选择了阅读。

他曾经通过线上共读,跟有好感的女生一起读书,有了书的内容作话题支撑,交流变得顺理成章,避免了很多“尬聊”,“一本书是一段关系很好的开始”。

“不看颜值、不看学历,撕下物质标签,用感受和文字去探求对方的内心。”周欣在产品推介中如是表达。在他看来,通过读书交友和使用社交软件相比,并不是高效率的事情,但是却能给社交软件里的弱势群体提供一种交友机会,“他们不善于自我包装,但是内心敏感丰富,渴望被了解。”

共读体验中的“彩虹”效应

大学时,周欣曾经看过一部电影叫做《怦然心

动》,直到现在他还被韩寒的那句影评“斯人若彩虹,遇上方知有”感动。他希望能有更多人通过在线共读,遇到如彩虹般的人。截至目前,共有2万多人参加过“一周CP共读”。

“这时读书已不再是唯一目的,以书为媒,以书为介,新的人际关系得以建立。这也意味着,图书的共享方式从一本书在不同人手中传递的‘分段阅读’,进阶为不同人同时阅读一本书的‘共时阅读’。”北京城市学院副教授范松楠如是解读。

而在周欣眼中,共读伙伴某种程度上是一个“树洞”,“人们有情绪宣泄的需求,但是也有安全感的需求,有些话跟陌生人讲才不会感到尴尬。”他相信,愿意选择共读产品进行阅读的人,是经过层层筛选的用户,彼此很容易产生认同感和信任感。

最近,一个真实发生的共读故事让周欣再次确认,自己看上去有点“理想主义”的想法其实有着现实意义和价值。

一位重度抑郁症患者,不久前刚刚离开了热爱的岗位,在以药物对抗沮丧的日子里,他开始了共读。他向读书伙伴吐露了自己的遭遇,而恰巧对方

阅读是为了将来更文明

冷荞麦

春节期间,故人相聚喝茶,不经意间说起了读书,然后一位守护第三代的抛出了问题,说是其督促幼童读书,谁知某天小家伙忿忿:“你们都不看书,为什么老让我看!”整得老革命一时语塞。

如何探寻引导的良策?听着茶桌上的高谈阔论,没做过研究,也不掌握第二手实验依据,俺唯有缄口不言。

直觉而言,我不太主张强力强迫的阅读行为,真要想“勾引”小同学翻书,兴趣、好奇心挖掘可能比较容易见到成效。然而,书卷之所以吸引人,长辈在先的好尚,示例必然是必不可少的一环,不管怎么说,现在已经不是上世纪五六十年代的光景了,对后生有阅读要求的家长应该没有文盲了吧?就是不知道有多少长辈能以身作则。

说到这里我想到了另外的一件事。新近有一家图书网络销售巨头发布数据说,2018年度,童书继续畅销,无论是销售占比,还是图书品类,都领跑

市场,据该商家统计,过去的一年,童书在图书整体销售中的比重超过四分之一,年销售册数达6.2亿册。

的确是让人振奋的数据,只是,非常重视读书的家长队伍里,估计有很多人更热衷的不是自己读书,就像前面带来问题的朋友一样,对自己亲自看书的要求显然没有对孩子的期许那么迫切,这一现象在生活的日常生活中很容易见到。别的不说,针对最新的,关于2017~2018年度“北京市居民年度纸质图书阅读量为人均11.74本”的说法,我听过很多受过高等教育的人,几乎是一致地有所保留——这个数据我信,但很多被读书的不信。从中我们也许可以窥见,众多对孩童读书期许甚高的人,可能对自己的阅读行为并没有严格的要求。

数据样本如何就不去深究了,就望于成龙的急迫心理来说,为下一代买书自然理所应当,可如果不协同孩童一起来亲自示范,比如营造共同阅读的家庭生态什么的,恐怕“为什么老让我看”就是不容易厘清的问题。

就经验来看,虽然那些父母辈文化水平不高(或者自己不读书),而后来者走强的景象我们并不

陌生——有很多这样的现实案例。就算进一步,如今再以此来开解也不是不可以,但实际上书香门第的更上层楼,也不尽然如道理所言那么可靠。

然而,这样的论调不过是老生常谈。问题的关键不在这里。以现实的读书欲求来看,撇开表面上靓丽的数据,读书到底意欲何为?应该说这才是问题的关键。

有情怀的读书理论通常是排斥功利诉求的,一般而言,此类阅读行为所指,总是和素质修养、品行人格,甚至是颜值、贵贱之类无厘头的概念纠缠在一起,就像很多人深以为然“读书使人高贵”云云。读书不是使人平等么——刚跟我“高贵”意指仅仅是文明而没有等级的意味,还真不知道,但几乎没有人去质疑。实际上这也近于功利诉求。

在另一面,出于前程的考量,会是更真实的读书目的吗?就像被“不要输在起跑线上”论调所蛊惑的那样。如果是,本也无可厚非,毕竟,实际,实在的目标取向,像好学校、好成绩策略没什么错,问题是,这样的谋划不大可能解答学童的疑惑——要是人家只想当足球运动员呢?而一些时候,倘若自家龙子确

能有所“悟”,真就被规训成了竞争大侠,也未必就是好事。

情怀也好,功利也罢,当然可以起到一定的劝诫意义。不过,我以为阅读这种事,还是不要太过于“目标的具体化”比较好,如果不得不给出一个指引,不妨将眼界放得辽远一些,虚化一些,这样,就小同学关于读书的疑问,或许才能给出恰当的答案:阅读是为了将来更文明。

若真惦记明天更好,哪怕也只是盼望自家的后生明天更好,显然阅读更是一种责任,少年儿童也许不明白其中的道理,但成年人应该了解的,对吧?那么,您觉得谁该负责前行呢?是您,还是小同学呢?抑或二者都是……



浙江诸暨打造“城市书网”

本报讯(记者李刚毅 邹偶然)春节刚过,走进诸暨,面积60~300平方米不等的实体读吧、书吧、书房,走十几分钟就能遇上一个,面向市民免费开放,无人值守,自助服务。诸暨市委宣传部分副部长俞燕说:“以15分钟公共图书馆服务圈”为原则,目前在城区已开张了15家上百平方米的“浣江书房自助图书馆”,实行统一标识、统一编号,与图书馆借借通还、资源共享。

除了实体的城市阅读书房建设,诸暨还大力加强数字化图书馆建设。拓展图书馆网站、微信公众号、微博等数字化平台,在浣江书房和乡镇图书分馆全面普及电子书借阅机。由此,一个以“中心馆+浣江书房自助图书馆+乡镇图书分馆+浣江书吧+漂流书亭+数字图书馆+职工书屋”为主要模式的、覆盖全市、层次分明、由点及面的“城市书网”大局初步形成。

据统计,全市的各种阅读服务数据呈快速增长的态势:图书馆总服务人次达到110.5万,到馆总人次从2017年的29.5万增加到2018年的43.2万,年增长率为46%;借还图书总册次从2017年的39.1万增加到61.4万,年增长率为57%。

威海加冕全国“阅读之都”

本报讯(记者杨明清 通讯员夏丽萍)1月初,阿里本地生活服务公司发布《2018年阿里本地生活数据》显示:山东威海人去书店购书的频次达到了全国平均频次的5倍,堪称“阅读之都”。

数据统计,威海市去年在中心城区公共阅读空间(包括市图书馆、城市书房、共享书吧、流动图书馆车)借书的女性读者占比达到了64%,是男性读者的近1.8倍;成年人阅读年龄层分布中,60后至80后读者最多,90后借书量相对较少。“这可能与部分90后读者喜欢自己买书,或者选择阅读电子书有关。”这名工作人员说。

据悉,威海市图书馆自2018年12月26日开馆后,前来读书的威海市民更是迅速增加,非周末在1000人次左右,周末和节假日有7000人次左右,是老馆的近3倍。