



### 手捧春天 “悦”读拉萨

# 第二届拉萨春日书会来啦

如果说每个月份都有一个主题,那四月,定属于书。

习近平总书记陕北农村插队时,听说马家沟有位青年手里有《浮士德》,走了30里地去借书,看完爱不释手,那位青年掂掂借着他还书。谈起往事,总书记笑着说:“我30里借书,他30里讨书。”

好书,就是这样让人甘愿奔赴。

“让我们的城市有一个书会。”将优质文化资源输送至基层,是拉萨市文旅局的重点工作方向之一。为此,在拉萨设立“书会”也被如期提上议事日程。这是对城市里爱书人的深情回应,是对坚守薄弱书店者的有力支持,更是为了让更多人领略书籍如同照亮前路明灯,为我们指引方向,带来心灵慰藉。

于是,在精心策划之下,四月的主题成为——书。春风传讯,书籍宛如等春雨的种子,静候与每一个热爱它的人相遇。

以“手捧春天,悦读拉萨”为口号,拉萨文旅品牌活动之第二届拉萨春日书会将以“书与城市空间”“书与城市历史”

“书与城市中的人”三个维度出发,讲述独属于拉萨的,与读书相连的故事。

在书中,无数的人们与无尽的远方,都与我们有缘。

## 活动亮点

以书会友,相聚在春日

- 开幕音乐演出
- “拉萨春日书会”文旅品牌活动标识发布
- “2025拉萨特色书店、图书馆及公共文化空间地图”发布
- 2025年首届“拉萨最美公共文化空间”评选活动启动

## 图书市集:

探寻“书式”拉萨

本次市集集结了:

- 图书类
- 创意文具类
- 教智阅读类
- 以尼木“三绝”为主的非遗类
- 文创类
- 饮品美食类
- 校园文学团体……

共30位摊主在宗角禄康公园和大家见面。

“书式”拉萨·春日图书市集

时间:4月19日至4月21日 10:30至17:00

地点:宗角禄康公园

## 主题展览:

邂逅书中宝“藏”

以西藏传统文化“大小五明”为纲,用图文、实物与互动,讲述作家故事,展现西藏文化底蕴:

书中宝“藏”——西藏自治区成立60年以来的“大小五明”体系重要创作者及其作品展览

时间:4月19日至4月21日

地点:宗角禄康公园中心亭

吾要(嘎玛·多吉次仁)书籍设计艺术展

时间:4月19日至4月23日 11:30至17:30

地点:西子咖啡(仙足岛店)

## 系列讲座:

聆听书的回响

嘉宾:

- 格桑(格桑小巫) 把生活过成诗,我们的日子就是艺术本身
- 阿若康巴·拉萨庄园
- 何贝莉 古建筑院作为公共文化空间

时间:4月22日 18:00至20:00

地点:阿若康巴·拉萨庄园

- 次仁罗布 文学与历史的边界

时间:4月23日 15:30至17:30

地点:阿若康巴·拉萨庄园

## 互动体验:

解锁阅读新乐趣

- “阅读电话亭”:录制你的读书故事
- “拉萨书店漂流计划”:打卡盖章藏盲盒
- “如果书也有MBTI”:测试你的阅读人格
- 无障碍阅读体验区:感受不一样的阅读方式
- 非遗体验区:体验西藏传统“文房四宝”
- “花与梦”绘本小屋:为孩子们打造的绘本童话世界

时间:4月19日至4月21日

地点:宗角禄康公园中心亭

## 新书发布:

打开了解林周的新窗口

“溯源先声 流韵后世”——林周县文化丛书发布会

时间:4月23日 10:30至13:00

地点:拉萨市图书馆

## 其他活动:

• 第100期“西图讲坛”  
时间:2025年4月23日  
地点:西藏自治区图书馆

• “阅读引领未来”读书会(2期)  
时间:2025年4月  
地点:西藏自治区图书馆

• 阿佳讲故事“读书快乐”主题故事会  
时间:2025年4月

• 西图之旅(3期)  
时间:2025年4月中旬至4月底  
地点:西藏自治区图书馆

• 流动图书馆进赛康警务站暨捐书活动  
时间:2025年4月23日  
地点:赛康警务站

• 数字资源进校园阅读推广活动  
活动时间:4月  
地点:拉萨市第四高级中学

# 不羨从前慢,莫失滋味长

胡妍妍

“睡听晚衙无一事,徐徐,读尽床头几卷书”。这是900多年前苏轼描述的静谧而悠长的读书时刻。

相比于“从前慢”,今天生活节奏快、压力大,“无一事”很难,“徐徐”不易,“读尽几卷书”成了奢侈。真的只是时间问题吗?回想一下,谁还没有过睡前躺在床上刷短视频刷到深夜的懊恼?未必是没有时间读书,而是有限的时间被更多样、更时尚、更有快感的文娱方式所争夺。

在这场争夺战中,读书日益碎片化、即时化、实用化,一些深层次的变化也在悄然发生。

你有没有意识到,今天的阅读很容易受社交生活的牵引:听说了一本书,就去搜索一本书、“梗概”一本书,然后就可以谈论一本书,完成这个闭环,也就等于读了一本书。

你是否也感觉到,阅读会越来越轻易地中途放弃:中小学教育里对“整本书阅读”的提倡几乎成为共识,而成年人对完整文本已失去耐心,在这个看电影都要开倍速的时代,很少再有一本书被你翻得卷了边。

又或者,你是否也有一个庞大的收藏夹?出于变革时代的本领恐慌和知识恐慌,我们对“新知”充满贪婪的渴求,可是面对互联网上形形色色的推荐书单,又习惯了“已收藏”“码住再说”,那些标注了“想读”而永远未读的书,也标注着求知欲与求知力之间的落差。

有那么多的途径可以帮我们通往书,但我们离书的距离未必更近,书的滋味也未必被我们感受到更多。

所以,才有关于“亲自读书”的讨论。想象一下亲自烹饪、亲自品尝、亲自到访、亲自观赏,你应该体会过那种“亲自”的快乐。一本纸质书如同一座建筑,捧在手里翻阅,能够感知不同内容在建筑中的不同方位,感受结构的用心与逻辑的起伏。随着捏在一手的书页越来越厚,捏在另一手的所剩不多,对时间的流逝有了更具象的体认。

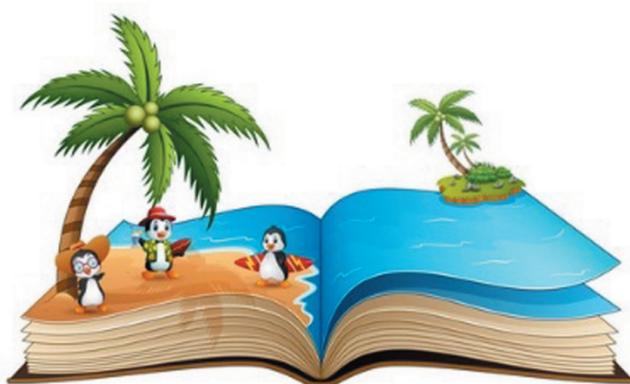
所以,才有针对“二手读者”的反省。互联网上便捷可得的书籍书评、短视频“几分钟读一本书”的轻松拆解,人工智能能对图书精华的贴心提炼……在种种“代劳”中,读书很容易就东鳞西爪,不求甚解到不求甚读,渐渐看“粗”了眼。算法影响下,人们也更加热衷于追逐干货与金句,高度浓缩的知识仙丹或许有,但未修过炼过的脾胃,能否消受得了呢?

今天的我们,固然回不到“从前慢”了,而且完全可以享受传统阅读和数字阅读并行不悖带来的更多可能,但无论哪种方式,通往书籍的最后一步总要自己走,“放手”去读、“沉潜”去读的滋味莫莫忘。它是沉入文字的海底,被更健康广阔的心智包裹时的温暖;是在小径分叉的一个个路口,停下来思索、琢磨时的充实;也是被一本书深刻而剧烈地打动时,心里要叫出声来的喜悦。它甚至可以是一种“逆流而上”,是如作家王蒙所说的“攻读”“加码读书”,跟攻城一样,抱着一种作战的英勇,把全身心紧张起来去读,去跟书较劲儿。

读书本就是漫长的过程,它可能未必那么高效,也不保证每一次阅读都有愉悦。但就在无数次的出入往返中,在深一脚浅一脚的摸索中,读书的意味远不止获取信息与知识,它与时间同行,印证着“如切如磋、如琢如磨”的古老智慧,无声无息地涵养着人的素养、情操与胸襟。因此,人们才会说,一个人的书架上藏着他自己,你读的书决定了你是谁。

人文学者陈平原在谈及人工智能时代的阅读时,重申了古人的“为人之学”与“为己之学”之分。前者是功利性的,将读书做学问视作敲门砖;后者是自我教育与自我养成,是作为一种生活方式的读书。“在一个科技进步越来越快,生活越来越便捷的时代,全民阅读很可能是‘为己之学’”“若问今后的文学教育最要紧的是什么,我以为首先是感动自己、愉悦自己、充实自己”。

今天,无论是传统的纸质阅读,还是新兴的数字阅读,都可以“守住我们的内核和素养”,回到更完整的文本,回到更持续的时间河流,回到那些真正萦绕你心间、兜兜转转绕不过去的关切。在生活的潮水与信息的洪流中,多一些这样的沉潜,安静地打开一本书,专注地听一听你心中的沉念吧。(据人民网)



## 读书的门道

张凡

“为学之道,莫先于穷理;穷理之要,必在于读书。”读书让人保持思想活力,得到智慧启发,滋养浩然之气。但读书也有门道,若能得其法,方不致“入宝山而空返”。

习近平总书记指出:“要发扬‘挤’和‘钻’的精神,多读书、读好书,从书本中汲取智慧和营养。”“挤”和“钻”,就是读书的重要方法。

在浙江工作期间,习近平同志曾到一社区调研,座谈会上的讲话令社区干部顾荣根深感钦佩。“习书记工作那么忙,还能有时间学习?”当得知习近平同志无论是在办公室还是调研途中,无论是夜宿农家还是出访期间,一有空就会捧起书本,翻阅材料,顾荣根大受触动。他拿出之前争当技术骨干的那股子劲头钻研理论,两个月后习近平同志再次来社区召开座谈会时,顾荣根第一个发言谈体会。

现代社会,生活节奏加快,一些人感叹“没有时间读书”,一些人习惯于浅阅读、碎片化阅读,对大部头、经典著作望而却步。我国古人把读书称为“攻书”,蕴含的正是“钻研研透”的方法。毛泽东同志曾生动比喻:“忙可以‘挤’,这是个办法;看不懂也有个办法,叫做‘钻’,如木匠钻木头一样地‘钻’进去……非把这东西搞通不可”。读书需要付出辛劳,不能心浮气躁、浅尝辄止,利用好点滴时间,拿出“攻书到底”的劲头,坚持不懈、悉心钻研,读懂弄通吃透,才能让书本知识真正为我所有。

善读书,要做到“知”与“行”的统一。冯其庸先生在《史记》时,对项羽乌江自刎的情节存疑,于是他几次去安徽定远、乌江实地考察,写出了《项羽不死于乌江考》;读《三藏法师传》时,对玄奘归国的路径存疑,于是他76岁再登高原,成功找到玄奘取经东归的人境处。

古人讲“读万卷书,行万里路”。读书与实践的结合,一方面是证之于实践,给书本上的知识“挤挤水”,得到知识“干货”,实现去伪存真;另一方面是用之于实践,把书本知识转化为能力,在实践中有所创造,达到学以致用、学用相长的目的。

4月23日是世界读书日,而每一天都是读书时。选择适合自己的读书方法,不畏难、不怕苦,日积月累地坚持,必会积少成多、积沙成塔,实现学有所得、学有所成。

善读书,要把“薄”与“厚”的

(据《人民日报》)

## 书香伴流年

□黄志专

后来,看到同学揣着缺角的小人书,或是卷了边的《西游记》,我喉咙里像被什么堵住似的,一直吞咽着唾液。实在忍不住时,便索性向人借过来看看。可借书时,免不了被人一再叮嘱:“有借有还,再借不难。”人家还特意拿着铅笔在扉页上把这八个字描得粗粗的。哎,有什么办法呢?谁让自己对书这般痴迷呢?

书,借回来后,我就一头栽进书页中去。虽然很多内容看得不大懂,却也硬着头皮,走马观花看起来。有时在上课时间看,有时在课堂偷偷摸摸看,好几次差点被老师没收。要是被没收,很有可能就拿不回来。一旦那样,书就还不了,自己就成了不守信用的人。所幸,我一直没被没收过书,只是偶尔领受到前方飞来的一截粉笔头的提醒。

等到读初中、高中,接触的书渐渐多了起来,但大多是到学校图书馆借阅的,手头的书仍以课本为主。走上工作岗位之后,不仅有教科书、备课用书,我还订阅了不少杂志,它们成了我日常生活的陪伴。或许是因为小时候读书的稀缺,对书的渴望在心底扎了根,我对书有一种难以割舍的喜爱。无论什么书,只要有文字,我都视若珍宝,从不肯

随意丢弃,一直精心珍藏着。即便是小学的语文课本,连同试卷,至今仍存放在家里。

数十年来,但凡出门归来,我带回来的大多是书。这些书,有的是自购的,有的是文友相赠的。闲暇之时,翻阅这些签赠的书籍,扉页上写着“某某雅正”等字眼,像是冬日里递来的烤红薯,字字冒着热气,温暖着我的心窝。

日子久了,我带回的书越来越多,摆满书橱。很多时候,没来得及整理,随意摆放,家里变得拥挤。座椅、沙发扶手,厅头橱柜,甚至连床头,都成了书的领地。有时连个坐的地方都被书占据。要是有客人大驾光临,我就临时把书稍微挪一挪,腾出个位置,让客人坐下,有时我还自嘲说“书中自有待客椅”。

不过,平日里,大多是我一个人独守房间,日夜与书为伴。坐在书堆中,探寻文字背后的故事,仿佛与作者剪灯夜谈,消磨着寂寞时光。书的温暖、文字的温情,也随之而来。虽然这么如饥似渴地读书,并没有从书中获得“黄金屋”,也未曾遇见“颜如玉”,没有得到“千钟粟”,但我怡然自得。我一直认同“世间数百年旧家无非积善,天下第一等好事还是读书”这句至理名言,并将之书写装裱后悬挂在墙壁上。

如今站在书堆中,满屋弥漫着书香,总会想起那个曾经攥着旧课本的野孩子。或许正是当年的如饥似渴,才成就了今日的沉醉痴迷。虽未读尽架上所有的书,但偶尔抽出一册,便如同与故人重逢,心中满是温暖。每每沉浸在字里行间,那些文字就散发出浓浓的暖意,细细地熨帖着这颗在俗尘中历经沧桑的心。

书暖心窝,这何尝不是一种人生享受呢?



书籍熨帖人心,是我平生感受最真切的暖。

童年时光,最缺的就是书籍。除了烂烂的语文、算术书,在我眼前几乎找不到其他读物。要说还能看到的,就是报纸。那时报纸只有大队干部或是小队长才有,每有遇到,

我就像“饿虎咬到烫芋”,全然顾不得旁人的眼光,蹲在土墙根下,饥不择食地看起来。尽管有很多字还不认识,但油墨的芬芳,连同方块字构建的美感与端庄,深深吸引着我。直叫我看得不知所以,日头西斜,看得蝉鸣停歇,周围一片静寂无声。