读书，一种良性生活方式

温儒敏

生活方式包括日常衣食住行以及闲暇时间的利用等方面的行为习惯。当读书成为一种习惯、一种享受、一种自觉的能持续的日常生活行为，如同喝水、吃饭、上班，以及娱乐、体育活动等是日常生活中不可或缺的部分，也就成为“生活方式”。当然，人各有志，有些人平时是不怎么读书的，有时间就玩手机、打牌、钓鱼、喝酒。各种打发时间的习惯都是生活方式，无可非议，但是从人的培养角度来看，绝大多数人都会认为读书是很重要的事情。让读书成为一种习惯、一种爱好，这就是“生活方式”。而读书是可以益智增慧、陶冶性情、促进人健全成长的，所以是“良性”的生活方式。

现代人绝大多数都离不开读书，但未必是他们不可或缺的生活方式，多数阅读都有明确的目的性，比如为了升职、炒股、理财、养生、交际、谋略，或者为了写文章发表，等等，这些阅读也许必要，但不见得都是良性的。比如为了考试的阅读，会令人感到枯燥无味，读起来辛苦、被动，一般不会自觉自愿经常习惯去做，不会成为带有某种享受意味的生活方式。

图片

其实，读书是个人的事情，读什么书怎么读，是根据自己的愿望、功用与兴趣来决定的。真正的爱书者，才会把读书看作像吃饭睡觉一样的生活方式，能享受到读书的乐趣。他们也有事功的阅读，但更乐于自由的阅读，或者说私密的阅读。所谓“雪夜围炉读禁书”就是“私密阅读”特有的享受吧，那真是读书的妙境。读书的确是“很个人”甚至私密的事情。现在语文教材安排整本书阅读，凡是上过中学的国人都读过一些基本的书，但要防止全部都只是读那些指定的书，而忽略个人的阅读选择和空间。

为什么说读书是良性的生活方式？因为读书可以益智，学习各种知识；读书需要思考，可以锻炼大脑，提升思维能力。新出台的语文课程标准和语文统编教材，都很重视读书，课标提出语文核心素养，要求在学习语言文字运用的同时，提升思维能力、审美能力和文化自信。而语文教学的主要途径就是读书，培养读书的兴趣、习惯与方法。也可以说，读书对于提升语言文字运用、思维、审美能力和文化自信等，都是最重要的途径。所以有读书的习惯，形成读书这一生活方式的人，终身都会不断通过读书去吸取知识，提升能力，涵养性情，所以说这是“良性”的生活方式，也是最廉价又可能收获最丰富的生活方式。

“自由阅读”激发兴趣、培养习惯

若要培养读书兴趣，还得从幼儿和小学低年级抓起。注意分级阅读，根据儿童不同年龄段的心智发展程度，从培养阅读趣味入手，由浅入深，有个大致的安排。幼儿还不识字，不要把识字作为读书的要求，因为上了小学，还得从零开始识字。幼儿的读书主要是亲子阅读，和大人一起读，也可以读一些绘本。幼儿和小学低年级应当以童话、传说、故事阅读为主。到高年级就可以增加经典的儿童文学与当代优秀的儿童文学。还可以适当增加一些科普读物、励志故事之类。《三国演义》《水浒传》《红楼梦》等，没有必要强求在小学阶段阅读，不要提前加码要求。现在许多学校与老师家长都给孩子阅读加码，要求过高过急，是不利于培养阅读兴趣的。小学阶段课外阅读主要读一些浅易有趣的古典诗文。其中诗是主要的，文可以少一些。

早期阅读最重要的是激发好奇心、求知欲，培养想象力。培养孩子喜欢阅读，感受阅读的乐趣。要让学生从小就把读书作为一种爱好和习惯，以后就是一种良性的生活方式，终身受益。

到了小学高年级和初中，还是要注重培养读书兴趣。要不要有个书单？现在有许多建议阅读的书单，但应当注意，不宜强求。

图片

既然读书是个人的事情，那么除了要求学生读一些基本的书，还应当容许他们自己选择阅读的书目，鼓励个性化的阅读。孩子也有他们的“私密”，应容许有阅读的自由，即使指定阅读范围，也还是要给他们一些选择的空间，容许读一些“闲书”。初中语文统编教材干脆把“哈利·波特”系列纳入推荐书目了，效果挺好，等于承认了孩子们可以读“闲书”——以前很多老师家长可能认为这类书是不该给孩子读的。其实像“哈利·波特”这类书非常贴近孩子，想象力超强，不说教而又有益，国人未必写得出来。孩子在奇特的想象世界中遨游，愈加爱上阅读了，兴趣也就培养起来了，有什么不好？如果全都为了思想灌输或者考试升学，把读书的范围和方法都框死了，完全忽视孩子读书的自由，不容许有“私密”的阅读爱好，那就难以培养起读书的兴趣，更谈不上培养良性的生活方式。

我很幸运小学时读了许多“闲书”，阅读面拓展了，自己的读书方法与习惯也逐渐形成了。这种自选动作的“私密阅读”，会极大地满足好奇心与想象力。语文学习基础，主要是靠课外自由阅读奠定的。这些年我在一些文章中反复强调一个观点：从小学开始就要养成读书的习惯，这样语文才学得好，过了初中再觉悟就晚了。

读书是涵养的过程，人工智能无法取代

有些人会说，你说的都对，问题是现在大人小孩都很忙，压力很大，哪有时间读书？人们都在抱怨工作忙，压力大，这是事实。但时间总是挤出来的，每天少看一小时手机，积少成多，读书的时间就足够多了。特别是中小学生，只要他们感兴趣的事，就总能有时间去做，乐此不疲。

现在的孩子作业太多，没有时间读书，的确是个问题，所以现在要“双减”。不过可以设想，即使不布置作业，孩子就有时间读书吗？不见得。孩子嘛，精力无限，兴趣就是动力。没有兴趣，做什么都是拖延症；有兴趣，就聚精会神有的是时间。

帮助孩子养成读书习惯，包括有计划做事，不拖延，不得过且过，是很重要的。现在的孩子面临激烈的竞争，压力大，但他们还是比父辈幸福多了。我不赞成“九斤老太”的说法。无论如何现在社会发展了，绝大多数孩子不存在温饱问题，而我们的童年和少年基本上是在饥饿中度过的。若要比较，那时物质匮乏，没有现在这么多机会和诱惑，比较单纯，读书也就有较多的时间和自由。

时代不同，每一代都有每一代的苦恼。时间永远都是不够的，有理想抱负的孩子，他们还是会挤出时间读书，有自己的目标、计划，加上毅力，就能读更多的书。

人工智能、信息技术发达，媒介遍布，获取知识的途径越来越多，各种信息爆炸式增长，这个时代，读书的必要性到底在哪里？

图片

人工智能和信息技术的发展，极大地改变了信息传播的方式，获取信息和知识的途径多了，非常便捷，这是我们以前想都不敢想的事。我们要迎接并且适应信息时代的到来。但可以肯定，信息时代仍然需要读书。

人的成长进步，除了实践，很大程度上要通过读书去实现，需要逐渐去积累、建构自己的思维能力以及对世界的体验和认识，这一过程，任何信息技术不可能完全取代。比如一个孩子从小读过甚至背诵过一些古诗文，对于古诗文有些感性的了解，同时也有自己对于古代文化生活的某些认识，这对于民族认同以及传统文化的继承是很有必要的。

我们不能因为现在网上什么都有，随便一点开，就可以知道唐诗宋词的许多知识，就认为根本不用从小自己去读古诗文了。道理就这样明显，个人在阅读中成长，在阅读中不断提升自己，这有一个过程，不能一蹴而就，信息技术不可能取代个人的读书。

信息技术可以帮助学习，为读书提供方便，但取代不了个人的读书学习过程。我说过“读书养性”，这是涵养的过程，涉及心理、性情、性格的形成。机器人可以告诉你梨子的味道是酸甜的，但到底怎么样的酸甜，还得自己吃过才能体味。

信息时代的阅读很方便，但要注意，可能有利有弊，不能完全取代传统的阅读方式。纸质阅读和数字化的阅读可以并存，既读书，也读网。不同的人，尤其中老年与青少年，对读书还是读网，可能爱好与侧重都不同。但无论如何，如果读网全部取代读书，那就可能失去很多读书的乐趣了。一般而言，读网比较适合“浅阅读”，了解新闻、信息，也是上网比较方便。但读纸质书更适合“深阅读”。要想读经典，最好还是读纸质书。因为上网阅读往往会受到其他推送信息的干扰，使这种本该“深阅读”的思维与感受变“浅”。

传统的纸质书阅读本身就是一个审美过程，装帧、开本、版式、纸张，都可能含有独特的美学意蕴，令人玩味不尽。我们常说的“书卷气”恐怕在网络和电子设备上是得不到的。无论现代信息科技如何发达，不能也不应当完全取代传统的阅读。信息时代既要适应和利用网络阅读，又要警惕和尽可能防止网络阅读带来的弊害。读书的重要性当然可以从提升国民素质等方面去理解，但说到底是个人的事，是一种良性生活方式。

整本书阅读，功夫在课外

现在的语文教学比较重视读书，而且提倡整本书阅读。对于整本书阅读，教师究竟要怎样教，学生究竟要怎样学？

整本书阅读要列入教学计划，但这是很特别的课型，特别在课内讲得少，主要是课外阅读，是学生自主性阅读。我不太主张名著阅读（整本书阅读）课程化。当然课内可以安排一些内容，比如初中的做法就是简要介绍某一本书的基本情况，激发读的兴趣，重点放在提示读这一类书的基本方法。但整本书阅读主要是课外阅读，课内有些讲授，也主要是关于名著的基本情况，激发学生阅读兴味，并提示“读这一类书的方法”。比如，怎样读长篇小说，怎样读社科著作，怎样读传记，怎样读历史，都应当在基本方法上有所交代。让学生知道不同的书是有不一样的读法的，有时还需要“签订阅读契约”——比如读小说，主要是借某一角度来打量生活，激发想象，而不能像读历史那样去“坐实”；读社科论作，要关注核心概念和要解决的问题，要梳理逻辑思路，就不能像读小说那样放开想象；等等。总之，目标是让学生学会“读某一类书的方法”。当然，前提还是完整地读书，主要的功夫是在课外。

图片

有一点我觉得要注意：若要学生喜欢上整本书阅读，就不能太多干预，应当导向自由阅读、个性化阅读。如果“课程化”太明显，要求太多，学生还没有读，可能兴趣就减半了。如果搞得很功利，处处指向写作，甚至和考试挂钩，那就更是煞风景，败坏阅读兴味。我看社会上有些跟进新教材的名著导读一类读物，安排了很多阅读计划和规定动作，比如如何写笔记、如何做旁批、如何写读书心得之类，甚至时间都规定好了，这就会限制读书的自由，减损读书的乐趣。

整本书阅读的教学效果好不好，要看学生是否爱上读书，自己找更多的书来读，而且多是整本书阅读。所以，不要管得太死，宁可实行目标管理，开头有个提示和引导，结尾布置一点儿小结之类，那就很好了。

（根据北京大学教授温儒敏在第十届读书论坛上所作主题报告整理）