

大地书香·脚下长出远方

《人民日报》(2026年04月17日 第20版)

春风浩荡，大地书香。4月20日，首个“全民阅读活动周”将启幕。

因为“全民”，所以盛大；因为“首个”，所以汇聚目光；也因为数智浪潮惊涛拍岸，“阅读”这一古老的知识传递方式被焕新，并被寄予了穿越文明周期的厚望。看待今天的阅读，还有一种更直观的方式，就是在行走中用心感受洋溢着墨香、纸香以及时光的沉香，感受今天中国人无比丰饶的阅读场景和阅读姿态。

即日起，本报推出“大地书香”系列专版，一起走近书人书事，遍览全民阅读的动人风景。

——编者

从翻开第一页开始

任飞帆

在互联网飞速发展的今天，一个不容忽视的问题摆在面前：越来越多的人正在失去静下来读完一本书的耐心。当所有信息都被拆成了几分几秒的视频片段，我们的“文化体力”在指尖滑动中日渐消磨，理解长文本、进行深度思考的能力遭遇退化风险。这是《全民阅读促进条例》实施过程中面临的新语境和新挑战。

短视频是一把双刃剑。一方面，它是数字时代信息传播的重要载体，通过画面直接呈现，降低了知识获取的门槛。另一方面，它“代劳”了文字符号和大脑想象的连接，你不需要调动脑力去解码文字、构建场景，甚至不需要走心和深思，只管跟着剪辑的节奏走。短视频里总结的“三条心得”“五个技巧”，多是他人“咀嚼”后的

数智：数字化与智能化融合发展的技术形态。

文明周期：有一些研究者认为，地球上的生命并非简单的线性发展过程，而是可能经历了多次循环。

①摆出现象：阅读能力退化

②分析原因：短视频带来成见偏见

碎片化结论，让我们产生“知道很多”的错觉，但其实很可能是东一榔头西一棒子的“粗暴”结论，甚至是成见偏见。

当下社交媒体上的公共讨论，容易陷入情绪宣泄、非黑即白的站队，根源正是阅读能力退化带来的思辨缺失。人们习惯了短平快的简单结论，不愿接受复杂观点，更不会深究长文本里的逻辑转换，自然没办法形成辩证性、包容性的认识，而深度阅读恰恰能训练我们理解复杂问题的能力。当你能沉下心来完整地读一本书，慢慢梳理逻辑、辨别观点、独立判断，就获得了理性讨论的思辨能力。可以说，深度阅读是锻炼思维、丰盈精神最有效的途径，是任何碎片化信息都无法替代的能力。

这两年，“复健我们的阅读能力”成了社交媒体上的热点话题。复健阅读能力，从来不是否定新媒介、排斥新技术，而是要珍视人类长久以来传承文化、滋养精神的有效方式，在新的技术条件下攥紧人类思考的主动权。今天我们建设书香社会，制度保障、资源增量提供了更便利的环境和条件，但唤醒每个人内在的阅读自觉，重拾深度阅读能力才是关键所在。

最近，国外一项针对“年读百本”读者的调查显示：这些读者大多不是从小嗜读的天生“书虫”，也没有一目十行的快速阅读能力，他们只是把通勤、排队、等候的碎片时间都变成阅读的契机；他们以兴趣为动力，让读书回归愉悦本身，不强求记住所有内容，更在意阅读过程中的思考与沉浸，用几句笔记、一点感悟，完成与书籍的对话。

阅读习惯的养成，不在于宏大的阅读计划，或是赶进度似的硬读，甚至也不必焦虑速度快慢，每天几页、随手翻开，把零散时光聚成精神养分，浮躁心绪就会慢慢沉淀。

复健我们的阅读能力，从翻开第一页开始。

成见：对人或事物所抱的固定不变的看法（多指不好的）。

分析原因：社交媒体造成思辨缺失

③指明做法：复健阅读能力
复健：指康复训练。引申为重新训练以恢复某种生疏的能力。

攥：握。

④联系生活：利用碎片时间

⑤重申做法：翻开书本