

聊一聊:编辑们睡前最爱读的书(场景篇)

眼下,陪伴人们入睡的还是书籍吗?抑或完全变成了短视频、直播内容? 2023年世界读书日即将来临,编辑作为在“内容理解”层面颇具发言权的群体,或许可以成为引领大众阅读风向的一个通道。编辑们工作一天后,哪些书是心

之所向,特别想在睡前读一读呢?经典的、畅销的、小众的、跟孩子共读的……我们试着聚焦一个“小场景”,去追溯编辑们的阅读足迹。同时,去引导大众:阅读在我们的生活中,依然不可或缺。

睡前的阅读时光能够安定心灵,梳理情绪

■李小茶(蒲蒲兰文化美术编辑)

A1:最近放在枕边的书是陈志勇的《内城故事》,两年前逛书店时,我偶然被封面闪着微光的月亮虎与和它形成鲜明对比的孩子黑色剪影所吸引,买下了这本书。

这是一本由20多个充满奇异色彩的幻想故事所组成的书,有些故事很温暖,有些梦幻而宏大,还有一些隐隐带着讽刺,每篇故事都有非常壮丽和细腻的插图,我常常随意翻开一篇,任由这个故事里的气氛感染并笼罩我,并常常由此陷入一些幻想,这是非常有趣的体验。

我睡前阅读的场景并没有太强的仪式感,只是会关上卧室大灯,只留一盏暖光的床头灯,并钻到温暖的被窝里,一直读到困倦了,就带着沉浸在幻想中的心情

入睡,并期待能因此做一些有趣的梦。
A2:睡前的阅读时光对我来说,应该算是安定心灵,梳理情绪的一种方式。

说起睡前所阅读的书籍,感觉比起严肃的专业书籍或者情节比较刺激,容易停不下来的小说,我近年会格外注意选择更加“简单”和“天真”的书,以孩子的目光温和诚恳地看待世界的故事。比如奈良美智的《孤单的小狗》、冈田千晶的《红手套》或是金子美铃的诗集,都能在睡前抚平我内心的不安与焦虑,给我第二天继续努力的勇气。

A3:是的,深度阅读依然是我生活中不可或缺的一部分。我认为时不时反复阅读一本书,并就书中的内容结合自

己的经历进行思考与总结,像是用很长时间慢慢了解并结交一位朋友,在现在这个快节奏的社会是一件略微奢侈的事。人在阅读的过程中不只是简单地接收作者表达的观点,而是真正地使自己被影响、作出改变,成为更接近理想中的人。

除了睡前,我也会在上下班的地铁上,以及周末在家的闲暇时间翻开书进行阅读。阅读是一件带给我很多快乐,对我很重要的事情。



阅读给人很强的安全感

■杨晶蕾(上海古籍出版社编辑)

A1:睡前阅读习惯,我从学龄前保持到工作后;因从事出版,格外留心书籍的装帧布局。最近读起来最舒服的书是《古诗海》。小开本平装,轻便近人,砸到脸上也不会痛;柔软又有质感的装帧唤起从前初读《唐诗三百首》《千家诗》的惊喜和温度。虽然唐诗琳琅百宝,日常生活中往往萦绕心头,写作时常常也会引回忆,但有些诗句也难免生疏。随意翻开《古诗海·唐五代诗鉴赏》内页,陈子昂、宋之问跃入眼帘。“楼观沧海日,门听浙江潮”,

骆宾王续成《灵隐寺》的公案被聂世美先生以寥寥几行精

要概括,句意通讲更是举重若轻,把辞意背后的禅机括出。“辞藻清华,音调和婉”,不免又返卷吟诵一番。以人系诗,每首诗的赏析优美流利,配上床头灯光,有助睡前清心。闭目待眠时,犹能忆起钱塘江上风,心旷神怡。

A2:阅读对我而言并非不可替代的习惯。在所有碎片时间里,社交媒体占据一大半,但其中信息带来的情绪耗竭和空虚感往往促使我逃回严肃出版物的怀抱。人生经历尚短浅的我,近年来越发深感自己的傲慢和强自我,妨碍了心性的精纯。故而,近来有意减少文学阅读,更多地侧重纪实类非虚构,如上海译文出版社的《血殇》《梦魇》《凶年》等,都很不错。

A3:阅读给人很强的安全感,是很重要的精神支持。公共交通通勤中,我习惯使用墨水屏手机阅读电子书。其中既有起点中文网的优秀长篇,也有社科文学类的出版著作。我读书从不追求仪式感,除了极度嘈杂的环境,地铁公交对我读书没有很大影响。新媒体的内容虽多,往往不能提供足够有趣的信息,就像薯片和辣条不合我的口味一样。



阅读是了解世界最重要的方式

■邢璐(中国工人出版社编辑)



A1:作为一名图书编辑,睡前的大部分时光,看的都是自己未成书的稿子。作为苦中

作乐的调剂,睡前一般会安排一本轻松的稿子,因为不想在一天结束时还要思考人生和哲学、世界和未来。

近期的睡前时光都是与我们“万川”品牌的新书《美好与生活:20世纪下半叶中国生活图鉴》相伴。这是一本图文并茂,图片选自20世纪下半叶的《人民画报》,是新中国的人民生活图景;文字则以词条形式,把几代中国人亲历的生活浓缩在每篇500字左右的词条阐释里。有些内容是我听父母说的或从电视剧里看到的,比如“北大荒”“工分”等;有些则能快速引发一段童年回忆,比如唱着“你可知Macao,不是我真姓”的那个不眠夜。这是一部民众生活史,也是一本未来备忘录。在短暂而珍贵的睡前时光里,让我穿越回20世纪,在那些火热的生活现场里,作一次选择性游历。

当了妈妈,晚上的时光通常是兵荒马乱的。睡前阅读时光是少有的安静,一盏昏黄的台灯,小儿酣睡在旁,不时掩卷会心一笑,是给职场妈妈一天劳累之后最大的犒赏。

A2:当了妈妈之后,少有时间是完全属于自己的。工作上耗费了太多精力,

育儿上耗费了太多耐心,一直在输出,世界在变动,很多疑惑来不及细想,就被生活裹挟着向前。睡前的阅读时光非常短暂,也不常有,但是如果读到让自己产生共鸣或醍醐灌顶的文字,就好像补充了一些能量,消灭了一点内心的不确定,在天亮的时候能够继续面对忙碌的生活。

这两年,女性主义成为了图书出版的热点,不管是作为一名编辑或是一名女性,我都非常关注女性主题的图书,比如《从零开始的女性主义》《盐镇》等。抱着能够帮助更多女性朋友的想法,我们也陆续推出《木兰结婚》《菁英妈妈想上班》(即将出版)等图书,探讨当代女性面临的各种难题。哪怕不能推动问题的解决,即使只有一位女性读者能够因为这些出版物而减少痛苦,解开疑惑,甚至改变命运,那么我认为,关于女性主义的出版热潮就是有价值的。

A3:我大概也面临衰老的问题,因为在获取信息或研究问题时,读图或看短视频的方式,我完全无法接受,因为多媒体有很多无效信息,甚至会对关键信息产生干扰,比如背景音乐、背景图片、设计元素等。逻辑完整、层次清晰、内容丰富的长篇文字带给人的思考,是各类新媒体无法完全取代的。我认为,对于长篇文字的深度阅读,仍然是人类了解世界、学习知识最为重要的方式。

除了我自己的工作、阅读外,最重要的阅读场景就是亲子共读。做童书的同仁们真的费了很多心思,我在看一些童书时,经常产生“我小时候要是看了这本书就好了”的想法。为了原创童书的发展,各位同仁加油啊!



不想成为“沙发土豆”,还是回归读书更让人心里踏实!临睡前不长的一段时光,还是想用来让自己大脑放松,而不是“放空”。

深度阅读对我来说,是一种大脑体操,睡前读书让我回归本心;其他时间的日常阅读,更多的是及时补充养料,保持对世界、对社会、对行业新兴事物的好奇心。当然还有个私心,作为大娃妈(即将成年那种大娃),我妄图通过阅读和孩子保持相同的语境,起码能听懂大娃天马行空的想法的一丢丢,就足矣!

另外,除了看书,这两年开始听书,各种碎片时间,打开手机上的听书APP,听几部平时没时间看的书,也是一种保持良好精神状态的良方!最近在听《百年孤独》有声书,遥想多年前上大学时啃此书,啃到最后只记住书中有个吃土的女孩,现在知道她的名字是“丽贝卡”。

- 聊一聊,最近您在睡前读过的书吧。是什么机缘、什么时间与这本书相遇?阅读的过程和大脑体验是怎样的?有什么样的感悟?阅读的场景是怎样的?有仪式感吗?
- 睡前阅读时光之于您,是怎样的存在?从您的人生经历看,近年会格外倾心或留意哪方面的书籍?
- 当下,很多时空都被新媒体占据。阅读(深度的那种)对于您来说,是否依然是生活中不可或缺的一部分?原因是什么?除了睡前,还会在什么情境下翻开书阅读呢?

策划的灵感从阅读中获得

■刘文蕾(机械工业出版社生活图书分社副社长)



A1:最近在读林曦的《书法课》。因为决定和孩子一起重新开始学书法,就想起了很久之前就关注的林曦,于是找来她的书看。我常常觉得,我们要找的书,其实也在找我们。人和书因为各种机缘双向奔赴。正如《走进魔法店》中的一句话:“当学生准备好了,老师自然就会出现。”《书法课》提到书法是一种“不速成的养成”,强调根基不够强大时,不可“早早求得结果的呈现”。这个观点让我及时收回急切的期待,转而去打牢一笔一画的基本功。而做书的基本功,也是一样的道理,全在平时广泛阅读的功夫。

好书如约而至,阅读时不禁咂摸、赞叹,偶尔拍着大腿忍不住读出声来,有时候直呼“说出了我的心声”。那种人书相映的感觉,真的就像遇到了良师益友。

孩子写作业,我就在旁边读书。从主观上说,我很享受读自己中意的书。从客观上看,这样安静地坐在旁边读书好像也能让孩子更安心地学习,没准还可以让她侧面体会到阅读有魔法。至于她是否受到感染,那都是自然而然的事情,不必苛求。

A2:我很珍视睡前的时光,感觉整个世界都静下来了。夜晚,人也容易把伸出去的触角慢慢收回来,去书里稍作休息。近年来一直关注亲子教育和身心成长类图书,主要还是因为这些图书与我的生活、工作比较相关,另外就是关注古圣先贤写就的典籍。这部分的功课要慢慢补上来。《论语》《庄子》《道德经》《诗经》……面对之前望而生畏的典籍,先轻松地开始,再不断深入。

开卷有益,策划的灵感也会在阅读

过程中不期而至。比如之前读《曾国藩人生修炼日课》,其日日不断的精进,让人印象深刻。由此,我们想到了如何优化与孩子的每日共处时光,于是与一土学校共同策划了可以玩起来的《亲子日课》(预计5月份上市)一书。

编辑工作是一份精神劳动,除了埋头审稿,还要策划、组织、创意、设计……每天工作下来,比较耗神。想要做畅销书,更是需要有较强的心力来支撑。这样说来,睡前阅读还能够让我们收摄身心、精神内守,从好书里获得滋养。

A3:在我的概念里,深度阅读非纸质书不可。有时候也会下载很多电子书,只作为大概的浏览和了解。听书也比较少,更愿意拿起一本书来看。

我对阅读的理解深受一个作者——邹锦华的影响。她一直倡导要把“好书读进生活里”,每日读两页书,写50个字的心得,算是培养阅读的微小习惯。受她影响,我的阅读量大大提升,也在慢慢体会阅读如何潜移默化地影响我的思维、我的选择以及我的心性。博多·舍费尔说:“你读过的那么多好书难道还不足以改变你的生活吗?”

从2021年5月开始,我在一个妈妈社群坚持做了一年的读书日签分享,大大受益。每日读书有所得,就记录下来分享出去。有时候很忙,但是为了分享有价值的内容又不得不读书,于是用输出带动输入,促使自己不断阅读。阅读就是这样,越读就越觉得自己读得太少,懂得太少,世界广袤,人极渺小。忍不住掉书袋或者好为人师的时候,总是会在心里拽自己一把。

除了睡前阅读,我也喜欢在通勤的地铁上读。大概是我的大脑唤醒水平较高,轰隆隆的声音反而成了我的“白噪音”,不过有时候也会错过站。除此之外,我还喜欢带孩子去一些小而美的书店阅读:“走,咱们去书店喝下午茶!”各自选一本书,整个下午“嗖”地一下就过去了。(下转第27版)