

第二届大学生阅读分享活动学生代表谈阅读体会 “典”亮青春 阅见未来

阅读滋养成长

■赖 娟(武汉大学历史学专业本科生)

说到读书对成长的影响,我觉得它就像空气和水,平常到容易被忽视,却又实实在渗透在成长的每个阶段。这份滋养,并非轰轰烈烈的瞬间改变,而是细水长流般的浸润与充盈。

在成长的不同阶段,阅读给予我不同的养分。小时候,那些色彩斑斓的绘本、有趣奇幻的故事,满足了我天马行空的好奇心,是我最初感知世界、理解情感的窗口。后来经典名著的阅读,则激起我内心更深层次的思考。不同于泛泛而读的“知道”,我沉下心来去理解、去追问、去和作者“对话”、碰撞思想。这种阅读带来的思考,远比刷题得来的分数更能支撑长远的

发展。同时,书籍也为我打开了望向更广阔世界的窗口,让我知道在小小的课堂之外,还有如此多元的文化、历史与人生可能。面对不同的问题和困惑,我们可以在不同类型的书中找到相应答案。我喜欢非虚构类作品,喜欢在纪实的文字中看见更加真实百态的生活真相,我也喜欢一些心理学书籍,通过这些作品的指引,学会寻找情绪波动的根源,学会安抚自己的内心,我也热爱自己的专业,喜欢在历史的沉浮中寻找不变的永恒。

有人说,“阅读是在生命的途中遇见高人”,这些“高人”是伟大的思想者,是精彩故事的讲述者,是不同生命经验的亲历

者。通过阅读,我们得以跨越时空的限制,与他们对话,汲取智慧,开阔眼界。阅读让我们得以活出更多姿态,体验千百种人生,理解万千种情感,从而更深刻地认识自己,让自己的单次生命旅程拥有更丰富的层次和更辽阔的维度。阅读也是一个持续不断的自我探索过程。翻阅书本的过程不只是向书本索取知识和获取心灵力量的过程,更是实现向内探索、自我滋养的过程,最终解锁自我认知新视角,找到持续阅读的动力和情绪调节的新方法。每一本触动心灵的书,都在帮助我们拼凑那个更完整、更真实的自我形象。

书页很轻,却能托举人生;生活或许沉重,却因阅读而盛得下诗与远方。阅读的滋养,润物无声,却力量深厚。在每一个阶段,我们都需要阅读的滋养,获得更丰盈、更有韧性的成长。

阅读塑造我成长

■于嗣平(北京邮电大学智能交互设计专业本科生)

从少年时母亲为我诵读的启蒙读物,到中学时代的经典名著,再到大学时期更加符合个人兴趣的文学作品,可以说,书香伴随我一路成长。

书之美,是鲜活的感官与情感体验。风檐展书读,书籍让我真切地“看”到海子的诗中“面朝大海,春暖花开”的希冀,“嗅”到《红楼梦》里大观园的幽香,“听”到余光中笔下敲打心扉的冷雨乡愁,“尝”到苏轼“人间有味是清欢”的淡泊纯粹。这种美,不仅愉悦心灵,更悄然滋养着我生活的感知力。它让我在平凡中发现诗意,于喧嚣中寻得宁静——这正是阅读帮助我享受当下的基础,由此建立起自己的精神家园。

如果说书之美是心灵的甘泉,那么书之智便是穿越迷雾的灯塔。古道照颜色,书籍让我不因过往。比如我在《苏东坡传》中,直面其贬谪黄州的困境,却也见证他豁达坚守的力量。书籍

还激发我们启迪未来的思考,无论是《人类简史》中梳理文明脉络,还是《创新者的解药》中点燃创新火花。这些智慧,是前人经验的沉淀,也是穿越时空的指引,帮助我们突破认知边界,理解复杂世界,在面对挑战时拥有更清晰的判断与创造力。

我想,阅读塑造成长,正是美与智慧的共同作用:美,充盈情感,敏锐感知,让我们扎根当下,品味生活;智,磨砺思想,明晰方向,赋予我们理解过去、开创未来的力量。它们如同鸟之双翼,让我们不困于过往、享受当下、启迪未来,共同推动个体精神的升华。罗曼·罗兰说:“从来没有一个人为了读书而读书,只有在书中读自己,在书中发现自己,或检查自己。”书卷多情似故人,当我们沉浸于书卷,与那些“似故人”的文字深情对话时,我们不仅在汲取知识,更是在智育和美育等多重维度上被一种更遥远、更深厚的精神气质所浸润和重塑。

我的成长——一场与书籍的同行

■陈 隽(中国人民大学金融学专业本科生)

如果说成长是一场漫长的修行,那书籍便是我最亲密的同伴,我们一起编织了这段独一无二的生命旅程。

我很感谢书籍,它是我生活中最好的解压剂。作为在应试教育环境中成长的一名学生,坦白地说,面临的升学压力是相当大的,在很多个为了成绩而忧心的日子,是阅读让我疲惫的心灵得到片刻的放松——汪曾祺的《人间草木》让我领略到生活中的小美好,史铁生的《我与地坛》让我体会了生命的顽强与不屈。

书籍是我成长中一扇至关重要的

窗口。透过这扇窗,我得以窥见过去,看见广阔而精彩的世界。正是阅读,让历史在我眼中不再是枯燥年代和冰冷事件的罗列,而是那些鲜活个体的心跳与温度:我可以看见孙少安在黄土地上的跌宕命运,可以看见乡村教师如何在一个贫乏的年代背负起启蒙的使命,看见历史转折中的一个个人物,理解我们的前辈是从哪里来,又是如何走到了今天。同时,也正是因为书籍,我的视线不再受限于教室的四壁、城市的轮廓。它带我去领略异域的风情,感受不同文化的呼吸;它让我理

解远方的苦难与欢欣,体会人类共同的情感与梦想。这扇窗,极大拓展了我认知的疆域,让我明白自己所处的位置只是广袤时空中的一个点,让我得以连接古今,拥抱世界,成为一个精神上更加丰盈和自由的人。

书籍对我的意义,是双重而深刻的滋养。它让我学会在压力下保持从容,在挫折中坚守希望。当我在现实的泥泞中跋涉时,它是温柔的抚慰者,是力量的补给站,让我疲惫的心灵得以喘息,重获前行的勇气。而当我的目光望向远方时,它又是最神奇的瞭望塔、最博学的向导,引领我走向超越自身经验的无垠天地。这份由阅读带来的双重馈赠是我成长路上最珍贵的财富。

以书为斧,劈开内心冰封大海

■朱梓轩(中南林业科技大学工业设计专业本科生)

卡夫卡说过,“一本书必须是一把斧头,劈开我们内心冰封的海洋。”这一生中,我们的内心不会满足于吃饭睡觉等基本的生存需求,内心若太过空虚,就会欲求不满。只有通过劳动、阅读、音乐和艺术才可以得以充盈。倘若我们的内心像那冰封的大海,劳动就像太阳,使坚冰慢慢融化。而阅读一本书就像挥动一柄利斧劈向寒冰,使我们的内心波涛汹涌。

每一次阅读都使我感受到书籍在向我的身体传递活力,向我的大脑传输来自“新世界”的喜悦。每一次阅读都是一次全新的体验,我充满好奇,不尽地汲取。我们大可不必为阅读带来的激情与冲动所困扰,它同样可以给予我们云淡

风轻的从容。阅读书籍,从中获得那些语言无法传达的东西,那些令古今中外的读者着迷的美好。

我觉得,无论读小说、散文还是传记,无须去刻意背诵,我们的思想就会自然而然地达到新的高度,我们也会向着内心的“完美”更进一步。即使如此,许多人还是沉迷于当下快节奏信息洪流的裹挟,花了眼不说,还无法获得真正的充实感,就像吃不饱的汉子,一碗又一碗地要着吃食,最后肚子大大,里面空空。内心的冰封不但没有解冻,反而越来越厚。而读书会让我们感受到充盈,充实的感觉又给我们带来愉悦。这种愉悦是令我们真正享受的东西。

以书为舟,驶向精神的彼岸

■尚 玥(中国传媒大学播音与主持艺术专业本科生)

我投稿的读书心得是《沿着“北纬四十度”重新出发》。来参会前,我就在“北纬四十度”的内蒙古自治区乌兰察布市卓资县支教,实地感悟《北纬四十度》这一历史散文集的魅力。但在目睹了数字化浪潮对“北纬四十度”孩子们的裹挟和裹挟后,在注意到一些孩子滑动屏幕的频率多于翻动书页后,我不禁思考,在信息爆炸的互联网时代,读书能给我们带来什么?

放下手机,拿起一本书,追寻的是自我,是自律,是自由。“大数据懂我”其实是误解。精心设计的算法,刻意的逢迎和讨好,会不断放大、刺激和扭曲我们的偏好,让我们在点赞、收藏中迷失自我。而书本不迎合偏好,你翻与不翻,它就在那里,没有用户画像、没有精准营销、没有算法迭代。正如哥德所说,“读一本好书,就是和许多高尚的人谈话”,这种谈话没有

套路,无关流量,是对“我是谁”的重新发现,是对心灵自由的勇敢追求。我相信,当习惯于主动选择和捧起一本书时,我们才真正掌握了认知的主动权,在纷繁世界中守住了真实的自我。

掩上书本,放空一刻钟,难得的是沉默,是沉思,是沉淀。网络上动辄“10万+”的爆文,的确高度凝练了信息,转发评论加弹幕,给我们带来了前所未有的参与感,但这种快餐式阅读、碎片化吸收、即时性表达,也会让我们染上“浮躁症”,忘却了沉默也是一种力量。“旧书不厌百回读,熟读深思子自知。”那些需要反复咀嚼的文字,那些读完后萦绕心头的困惑,恰恰是深度思考的开端。当我们远离屏幕后的陷阱、克制立刻表达的冲动,让书中的智慧在脑海里沉淀,就像蚌壳孕育珍珠,最终会转化成内在的持

久的修为。这种沉淀不是停滞,而是能使人更有力量地成长。而掩上书本后的静默时刻,就藏着比任何即时反馈都珍贵的成长密码。

进入互联网时代,有人预言“世界是平的”,但现实却是,偏见的高墙被筑起,相同的观点在墙内抱团,不同的观点在墙间厮杀,透过喧嚣的网络,人们并未看到真实的世界,而走出信息茧房的重要路径,就在书页之间。我们会遇见与自己截然不同的灵魂,会听到真诚不做作的表达,进而使我们换位思考,开放胸襟,求同存异。当我们能欣赏与自己相悖的观点,理解不同文化的思维方式,才算真正触摸到世界的复杂与真实。常言说,“腹有诗书气自华”,这里的“华”,我理解,就是诗书带来的坦荡真诚与兼容并蓄。

在算法编织的网络中,读书让我们心灵栖息;在浮躁的信息流里,读书教我们沉静思考;在偏见的壁垒外,读书为我们打开天窗。既然数字化浪潮不可抗拒,就让我们以书为舟,稳稳驶向更辽阔的精神彼岸。

我们为什么读书?

■董 睿(中山大学哲学专业本科生)

上大学以来我有个习惯,每次回家都要整理一下我的旧书。那天我翻出来一个很旧的箱子,打开一看是小学读的书。我是农村孩子,上幼儿园时读书机会很少。直到我来到城市上小学,才开始接触不同类型的书,并对阅读产生了极大的兴趣。当我翻开那箱旧书,看着那些再熟悉不过的书名,《草房子》《狼王梦》的内容一点点浮现在眼前,一并出现的还有小时候那些

无忧无虑的,不需要考虑太多,满是童真的时光。过去的日子虽已过去,但那些美好的瞬间,在阅读中被留存。

或许大家会问,那些记忆只是停留在过去的阅读中,现在回味又有什么意义呢?其实,正因为那时候和阅读共存的是美好的记忆,我们才会保留阅读的习惯。美好内化在阅读的习惯中,伴随我们直到现在,每次阅读所汲取的力量其实是很久

以前就积累形成的。

在我看来,阅读犹如空气,从儿时翻开第一本书的美好时光开始,接续到长大之后的岁月,在这个过程中,它悄无声息地塑造着我们。无论世界如何变化,阅读始终是我们理解自身的一扇窗——我们共同成长。当我们一次次翻开书,那些字里行间藏着的东西不会立刻回报我们,但总有一天会帮我们看清自己,也认识这个世界。这些从阅读中获得的真正有价值的东西,会实实在在地长在我们心里,比奖杯来得更坚实,也比荣誉更长久。

读书,就像慢慢认识一个朋友

■宋伟哲(长春人文学院数字媒体技术专业本科生)

我不是从小就爱读书的人,高中时还偷偷把课本里夹着的小说藏进床底。那时候总觉得,做题都来不及,哪有工夫读闲书。真正开始把书当成朋友,是在大一上学期。第一次离开家,和室友闹矛盾,社团面试又接连碰壁,整个人丧得不行。在图书馆瞎逛时翻到梁晓声的《人世间》,看周秉昆在光字片胡同里为柴米油盐奔波,在生活褶皱里笨拙地守护家人,突然觉得自己那点烦恼没那么难熬了。后来每次想不通事,就翻开这本“老朋友”,慢慢明白:普通人的日子都是在磕磕绊绊里学着承担,心里得有点念想。

手机里的阅读软件存了不少“新朋友”,公众号推送每天能刷几十条。但和这些“快餐式朋友”打照面,刷完就忘,脑子反而更乱;捧本翻旧了的书,像和老朋友聊天,字里行间有熟悉的温度,遇到共鸣的句子折个角,像和朋友击掌,这种踏实感是走马观花给不了的。好多人说“静不下心”,其实我有时也会这样。专业课忙的时候,连看篇散文都觉得分心。我的笨办法是

“见缝插针”:早课前在食堂坐10分钟,读段汪曾祺写的吃食;实验报告写累了,翻两页漫画书换换脑子。其实不用逼自己非得“沉浸式阅读”,能在碎片时间里抓住一点文字的温度,也算没辜负那些好书。

有人担心人工智能会让读书不重要,我倒觉得相反。AI能帮我们快速找到“新朋友”,但怎么聊出自己的想法,怎么把他们的话听进心里,还得靠自己。就像重读李娟的《阿勒泰的角落》,AI能总结出“描写草原质朴生活”,但只有自己捧着书时,才会为“风把羊吹得歪歪倒倒,像一丛丛移动的荆棘”突出声,才会记得“旷野里既孤独又自由的感觉——这种和书交心的感觉,难以替代。

对我来说,读书最神奇的地方,是它让你知道自己并不孤单。你感到纠结与迷茫的,早有人在书里写过;你没机会经历的人生,能在文字里体验。就像现在,虽然我们坐在这里聊读书,但说不定某个时刻,我们会因为同一本书里的某句话,突然产生一种跨越时空的共鸣——我想,这就是读书最珍贵的意义。

技术热潮下的冷思考

■李昊祖(河北师范大学汉语言文学专业本科生)

人工智能体建立之初,不过是会说话的搜索引擎而已,提供的信息价值不高,甚至会出现学术性谬误。但伴随AI技术的迅猛发展,我们发现AI竟然是具有学习能力的,会通过交流训练,不断带给我们“惊喜”。但这种“惊喜”可能并没有那么美好。

美国学者马克·波斯特提出“第二媒介时代”的概念。由少数精英主导自上而下、单向传播的“第一媒介时代”已经一去不返,随着AI技术发展,我们似乎马上要进入“第三媒介时代”。这一系列变化带给我们便利的同时,也导致了内容生产与传播错位,带来过度传播的自我预期,文学公共性的尺度与限度不断受到冲击。

西渡曾说:“伟大的诗人与其说代表了一个民族的可能性,不如说他代表了一个民族的不可能性。”换句话说,伟大的诗人是民族的例外。博尔赫斯曾经以莎士比亚、雨果、普希金为例来说明这种例外。早在古希腊时期,阿里斯托芬就在剧本《蛙》中借助埃斯库罗斯之口提出“教训孩子的是老师,教训成人的是诗人。”以诗歌为代表的文学,重要性可见一斑。正如我最为景仰的诗评家陈超先生所倡导的“生命诗学”一样:文学应当是积极的创作,不是催眠,而是唤醒。如果依赖AI传承经典、发现经典、塑造经典,那么这个时代一定是缺乏创新活力的。我们必须呼唤当代的例外、先锋者和破局者。

人工智能时代我们应怎样读书?

■朱禹同(山东大学中国现当代文学专业研究生)

AI时代,技术的每一次提速,都可能把“人找知识”偷换成“知识找人”。如果我们没有通过原始阅读建立起自己的审美与判断力,就会在“数据幻觉”面前沦为轻信者,自愿把脑髓“托管”给服务器。柏拉图说,读书像竹篮打水,水留不住,篮子却被洗净。读书首先是给灵魂“打水”,让自己保持澄明;更是给自己“打预防针”,防止被算法牵着鼻子走。那么,我们应怎样读书?

“慢”——细读。山东大学文学院每学期的双周读书会,大家围坐,一句一句啃经典作品。诺贝尔文学奖、茅盾文学奖、《收获》文学榜作品都在我们的阅读范围内。《喧哗与骚动》第一句的时态为什么错乱?莫言《檀香刑》的猫腔如何与民间酷刑构成复调?这些无法一键生成答案,却让文字在口腔里慢慢发酵。慢,是抵抗

即时报偿的姿态。

“吵”——共读。同一本书,10个同学有10把“手术刀”。有人用后殖民视角解剖奈保尔,有人用女性主义重读张爱玲。观点对冲、组合,最后形成一张不属于任何一个人的巨幅蓝图。现场有呼吸、皱眉、拍桌子,那是人们思想的体温,而AI可以模拟讨论,却无法替代那样生动的景象。

“重读”——复读。博尔赫斯说,重读比初读更重要,因为重读时“你已经不是原来的你”。AI的摘要永远只能提供“那一次”的你所需要的信息,而经典在等待“每一次”的你。

泛读是AI最得意的功用,诸如微信读书的“AI问书”、NotionAI的脑图,能在3分钟内把《追忆似水年华》7卷本的人物关系梳理成一张可缩放的星系图。省下的时间,