

放下手机打开书

■ 刘宇阳

中国是一个有着悠久阅读历史的国度。然而在当下，中国人却在被苦口婆心地“呼吁”阅读。近几年，政府、组织和媒体发布了越来越多的公益广告，劝勉国民多读书、读好书，但是貌似没有什么效果。就在不久前，首份中国城市阅读指数研究报告发布。报告显示，2014 年我国成年人人均阅读纸质书 4.56 本，比 2013 年的 4.77 本又有减少;而我们的邻国韩国是 11 本，日本 20 本，以色列则达到了 64 本。而在中国人的阅读方式上，纸质图书完败于手机。

中国人的图书阅读量，逐渐成为人们关注的话题。各类报道中刚开始出现中国人的阅读量与国外对比时，其差距之巨大，可以说是对国人的当头一棒，可惜这一棒没有将我们打醒，人均阅读量仍然不见增加。

关于 4.56 这个数字，不得不进行一下分析：首先，它是人均的本数;有阅读习惯的人，一年的读书本数肯定是高于这一数字的;平均下来后，一下被拉低到 4 本多，

这说明有相当数量的人群，是根本不读书的。

再看看我们的现实生活，很多居民区周围没有书店，很多家庭没有书房，很多卧室的床头没有书本……一切都被一种东西取代——手机。一部手机握在手，足以玩转一整天。移动互联网、社交媒体的兴起，令大批“手机族”趋之若鹜，人们阅读的内容变成了微博、微信中那短短几十字。当新鲜变成习惯，习惯变成依赖，我们有限的精力，就这样被大量消耗在快餐文化之中。在公共场合，如火车、地铁、候机大厅等，总是同样一种场景，人们都在拿着手机或者 iPad 来打发时间，如果发现有人拿着一本书在阅读，那么他很可能是个老外。

曾有一幅对比图生动地诠释了这一现状：一百年前一个侧卧于床榻抽着大烟的人和一個现在的躺在床上玩手机的人，其姿势、动作甚至神态都惊人的一致，除了手里拿的一个是烟枪一个是手机。十分惭愧的是，笔者也是在拿着手机刷微博时看到的这幅图。

不能不承认手机给人们带来的方便和

快捷，但是，终日沉溺于海量而肤浅的网络信息，抛开有“厚度”的书本，会使一个人变得浮躁，缺乏内涵，更甚者会让一个民族缺乏智慧和思想。

到底是什么原因，造成了这个庞大而悠久的民族不爱阅读了？这恐怕可以作为一个社会学的课题，也许一两篇博士论文也说不清。这里只列举一些个人想法，供大家一同来思考。

首先，中国人的文化水平与发达国家相比，还是偏低的。1840 年到 1945 年这一百多年间，在殖民者、侵略者的摧残下，中国人生存尚且难保，对于知识文化的追求早已成为奢望。随着建国后扫盲和义务教育的开展实施，这一状况正在改变。

第二，我们对孩子的教育方式，没有促成他们养成课外阅读的习惯。在考试中取得成功，几乎吸引了孩子所有精力。我国目前销售量较大的纸质书，多数都是教育辅导类图书，综合读物则占比较少，而这一比例在一些“阅读发达”国家正好反过来。

还有人说，中国人信奉实用主义，虽然这有些讽刺意味，然而可叹的是这确实

道出了一种现状，“天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往”，一切目的来得都很直接。这或许是因为社会发展中，物质发展过快，新鲜事物令人眼花缭乱，越来越有钱的中国人开始去买所有的好东西，奢侈品、名车、房子，当然还有手机、平板电脑这种电子产品。人们似乎已经无暇去拿起书本，做一些安静、舒缓的心灵活动。

日本管理学家大前研一著有《低智商社会》，他在讲述一段中国旅行见闻时如是说：城市遍街都是按摩店，而书店却寥寥无几，中国人均每天读书不足 15 分钟，人均阅读量只有日本的几十分之一，中国是典型的“低智商国家”，未来毫无希望成为发达国家！虽然这话听起来有些偏激甚至刺耳，但从中国人自己的角度反思，这足以拿来为我们自己敲响警钟。

一个不读书的人肯定是肤浅的，一个不读书的民族肯定是浅薄的。一个不读书的人肯定没有前途，一个不读书的民族肯定没有未来。手机碎片化的浅阅读不能代替深入的纸质阅读，或许笔者的声音有些微弱，但还是要呼吁：请放下手机打开书！

富人的自我控制

■ 陈凤兰

美国著名的数学家乔治·盖洛普说：“人们对历史上有些人物念念不忘，有时并非由于他们的政绩如何、战功多大、拥有多少财富，而只因为他们的某些性格上的细微特点。”财经作家吴晓波就调研过全球 30 位首富，发现他们在细微性格上极其相似：低调、坚硬、貌似不近人情，就像一枚硬币。换一个角度说，就是这些富人们对自己有着近乎固执的控制能力。

心理学家早就发现，一个人的自我控制能力与其人生成就似乎有着某种关联。1968 年，美国心理学家沃尔特·米歇尔在比英幼儿园主持了著名的“棉花糖实验”。实验开始时，每个孩子面前都摆着一块棉花糖。孩子们被告知，他们可以马上吃掉这块棉花糖，但是假如能等待一会儿（15

分钟）再吃，那么就能得到第二块棉花糖。结果,有些孩子马上把糖吃掉了,有些等了一会儿也吃掉了，有些等待了足够长的时间,得到了第二块棉花糖。这项实验最初的目的,只是研究孩子在什么年龄会发展出某种自控能力。然而在 18 年、30 年、41 年之后,研究小组都获得了一致的发现:当年“能够等待更长时间”的孩子,在后来的人生发展、事业成就上都出乎意料地超越了那些“迫不及待”的孩子,也许这就是自我控制力强大的衍生作用。

一位著名企业家曾经在事业发展得风生水起时犯过男人常会犯的错误,他想与结发妻子离婚,原因是大字不识的妻子对他的事业没有任何帮助,自己对她的感情越来越淡薄.可是理性睿智的企业家在离婚前做了一个调查,他挑选了 100 对有代表性的夫妻,有工人、医生、干部,有老师,也有老板，

他一一询问他们对自己生活的满意度,最终他发现,这 100 对夫妻中没有一对夫妻对自己的家庭是完全满意的,没有一个家庭是绝对幸福的。于是,他放弃了离婚的念头,决定培养与妻子的感情,经营好自己的家庭。在上世纪 80 年代，这样一个资产千万的董事长能够如此自我约束情感欲望,坚守一份平静如水的婚姻,着实令人敬佩。

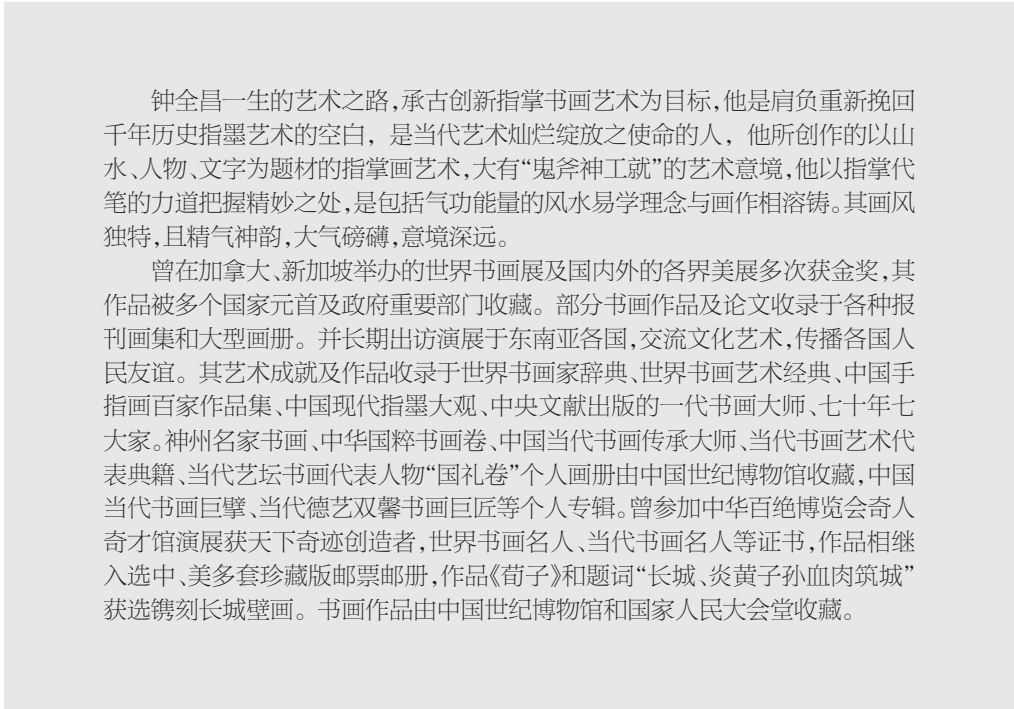
而著名的股神巴菲特对于财富的消费欲望，更是吝啬到令常人难以想象的地步。刚结婚时，巴菲特夫妇租房子居住在偏僻的郊区。等到巴菲特的公司开始盈利时，他们才花 300 万美元在市中心买了一座灰色小楼。结婚 47 年后，他的财产高达 620 亿美元，一跃成为世界首富，但他还居住在这座始建于 1921 年的灰色小楼里。巴菲特的人生座右铭就是“节俭”，他不追求大豪宅，对新款手机、电脑、汽车也没多大

兴趣，更不要说私人岛屿和社会地位这些虚幻的东西。他会将几百亿的财富捐出去，但生活中却极力约束开支，连手机费、上网费、房地产税、房屋修缮费等等都会尽量控制并减少。

德国经济学家马克斯·韦伯说：“贪婪和控制是新时代企业家要面临的抉择。”而自我控制却是唯一的答案,因为“只有超乎寻常的坚强性格才能使这样一个新型的企业家不至于丧失适度的自我控制,才能使他免遭道德上和经济上的毁灭。”对于婚姻如此,对于金钱如此,对于所有的人生欲望都是如此,自我控制是所有富人在时代高标里保持长青的终极武器。

你是不是富人并不重要，重要的是在这样一个物欲横流的世界里，你有没有超越他人的自我控制约束能力，有了这个性格特质，那么你离成功也就不远了。

重点推荐投资名家名作——钟全昌



钟全昌一生的艺术之路,承古创新指掌书画艺术为目标,他是肩负重新挽回千年历史指墨艺术的空白，是当代艺术灿烂绽放之使命的人，他所创作的以山水、人物、文字为题材的指掌画艺术,大有“鬼斧神工就”的艺术意境,他以指掌代笔的力道把握精妙之处,是包括气功能量的风水易学理念与画作相溶铸。其画风独特,且精气神韵,大气磅礴,意境深远。

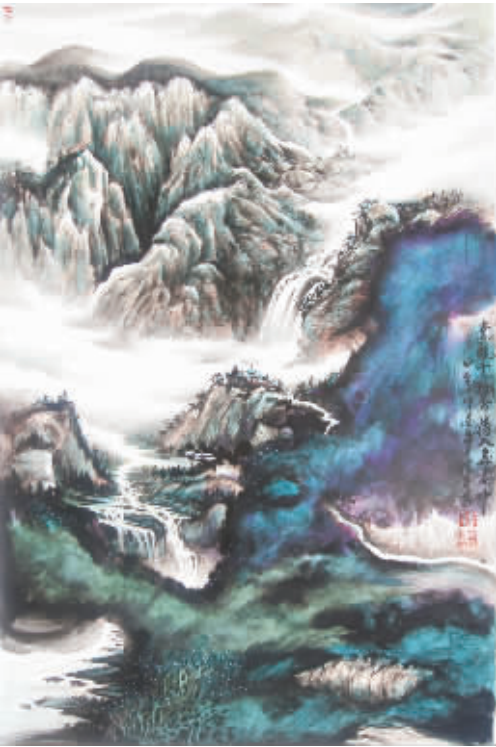
曾在加拿大、新加坡举办的世界书画展及国内外的各界美展多次获金奖,其作品被多个国家元首及政府重要部门收藏。部分书画作品及论文收录于各种报刊画集和大型画册。并长期出访演展于东南亚各国,交流文化艺术,传播各国人民友谊。其艺术成就及作品收录于世界书画家辞典、世界书画艺术经典、中国手指画百家作品集、中国现代指墨大观、中央文献出版的一代书画大师、七十年七大家。神州名家书画、中国国粹书画卷、中国当代书画传承大师、当代书画艺术代表典籍、当代艺坛书画代表人物“国礼卷”个人画册由中国世纪博物馆收藏,中国当代书画巨擘、当代德艺双馨书画巨匠等个人专辑。曾参加中华百绝博览会奇人奇才馆展演获天下奇迹创造者,世界书画名人、当代书画名人等证书,作品相继入选中、美多套珍藏版邮票邮册,作品《荀子》和题词“长城、炎黄子孙血肉筑城”获选镌刻长城壁画。书画作品由中国世纪博物馆和国家人民大会堂收藏。



《龙的传人》规格:0.88M×0.6M



《松鹤图》规格:1.68M×0.98M



《意飘云雾外 诗入画图中》

集结号

电视连续剧《悬崖》经典语录

- ◆轻视对手的人，一定会付出代价。要知道在这场博弈里,没有弱者。
- ◆女人都这样，一过了三十就像那没了闸的滑车，一下子就冲到谷底了,想拦都拦不住。
- ◆当歌曲和传说缄默时，只有建筑在说话。
- ◆所有的错误都是从这些小错误开始的。
- ◆谨慎是一种习惯,要慢慢养成。
- ◆在谢幕以前你我都得站着睡觉,像马一样,就是对面有只苍蝇神经都得绷紧。
- ◆小心是对的,小心永远没有错,还是小心为妙,我们没有资本犯错误。
- ◆邻居家死了只老鼠，如果它是撑死的，他家是地主。如果它是饿死的,那他家是穷光蛋!如果是狗咬死的呢？那他家的猫受贿了。
- ◆纪律就是纪律，老天爷总是会惩罚那些不守规矩的人。
- ◆在秘密战斗中牺牲并不是值得骄傲的事,想牺牲想做烈士很容易,困难的是我们不牺牲。
- ◆唱高调谁都会，但高调换不来胜利。

- ◆其实我们都不是小人，没有必要拿别人的死来建立我们的功。你不要相信任何巧合,你只有不相信偶然,才会发现漏洞。
- ◆不要相信另一个聪明人对你的赞美,他会从内心嘲笑你的。
- ◆常带三分饥与寒，饱食终日会让人变得愚蠢。
- ◆不要在背后议论长官，我们想到的他都能想到。
- ◆真诚的友谊、纯真的爱情，在酷刑和死刑面前都很廉价，人人都有过不去的坎儿。
- ◆这生活一点也不高尚，高尚的人早就成了烈士。
- ◆不要抱怨也不要烦，生存才是第一位的。
- ◆人身上有煞气，鬼神都得让道。