

阅读，一座随身携带的避难所

文 / 瑰夏 拿铁 部分采访 / 黄瑞安

在2020年的世界读书日，有媒体和出版平台曾聚焦疫情期间的阅读情况做过一次统计。当时各平台的阅读数据表明，疫情期间，纸质书购买量和在线阅读时间都有所增长。

那时，突如其来的新冠肺炎疫情打破了原有的生活秩序，让工作一度按下“暂停键”，人们难免焦虑、不适。但越是困难时期，越需要精神力量。阅读，不仅在于打发时间，更是抚慰心灵，给大家带来慰藉、鼓舞和希望。

这个春天，就像穿越回两年前一样，上海再一次按下了“暂

停键”：有人陷入2+2+2……如《开端》一般的无限循环中，有人苦苦寻觅绿色“奢侈品”，有人在家一手工作一手带娃……生活都脱离了原有的轨道，内心有忙乱、焦虑和不安。但好在还有阅读，就像毛姆所写的——阅读是一座随身携带的避难所，“它是一项能随时开始也能随时搁下、能帮助你平复焦躁心情的活动”。

身边有不少朋友在居家期间“随时开始”着阅读活动，我们邀请其中几位来为大家推荐一些适应当下心境的书籍。看看他们如何在书页里，找到那朵野花。



封面图及本图 /twinkle store

有时候我会“强迫”自己去看书，把心静下来

Klara
出版社美术编辑



品致：最近疫情隔离期间在看什么书？

Klara：我的工作就是童书的美编，最近居家办公，我经常看日本一本叫《MOE》的绘本杂志，开拓工作的视野。这是一本很专业的杂志，通过它我可以了解到插画、卡通形象、绘本的最新动态，开拓视野。

另外，我还在看《夏宇诗集/Salsa》。夏宇是台湾女诗人，本名叫黄庆琦，有一个笔名叫李格弟。我最初是从陈珊妮、吴青峰的歌里了解到她的。她写的歌你一定听过！比如陈珊妮的《亲爱的你在烦恼些什么呢》。我很喜欢她文字里的细腻。

品致：看书的时段、氛围或心境是怎样的？

Klara：现代人是离不开手机的，每天会花许多时间在电子屏幕上。我有时候会“强迫”自己去看书，把心静下来。你的这次采访对我来说也是很好的提醒。

品致：能说说喜欢阅读的书籍类型或作家吗？

Klara：我喜欢看侦探小说，最爱的作家是阿加莎·克里斯蒂。

我不注重推理过程。我感兴趣的是人本身，因为人的软弱才会发生这样或者那样的事情。

阿加莎的小说里我最喜欢《万灵节之死》，最精彩的是人物之间关系的描写。两个字，精准！

品致：会推荐哪些适合疫情隔离时期看的书？

Klara：如果你有足够的勇气，我会推荐《房思琪的初恋乐园》。我一直不太敢轻易触碰这本书，直到最近才翻开，读得很慢，常常要放一放喘口气。作者林奕含写得越好，我就越惋惜，无法想象这是她短暂一生要面对的功课。但我还是想推荐这本书，或许能为大家对相关的女性和社会议题带来一些思考。

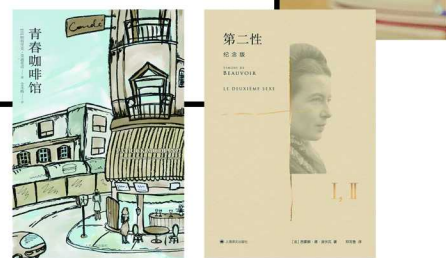
如果想要读轻松些的书籍，我会推荐高罗佩的《大唐狄公案》。高罗佩也是我非常喜欢的侦探小说家。他是荷兰汉学家，职业是外交官，曾经在南京、重庆生活过，妻子是一名中国人。他还会弹古琴，很有意思。读他的书，感觉可以接近那个时代的人。

图 / 受访者提供



疫情出不去，他们想在作家的文字中浏览或重温那些城市

陈和丰
建投书局文化顾问



品致：最近疫情隔离期间在看什么书？

陈和丰：最近在看的书分两类，一类是工作需要。我在建投书局做文化顾问的工作，不是说多有“文化”，而是做文化内容咨询与文化活动策划的工作。

我们团队会组织内部的读书会，上次共读的是《奈飞文化手册》，是为了共同探寻自身企业文化的发展与变革。在读书会上，大家谈读后感，也结合自己的工作谈实际困惑或解决方案。

另一类是我的私人爱好，我看书有很强的目的性，就是寻找答案。像我最近手头在看的《苏联解体亲历记》，就是因为我想了解俄乌战争背后的渊源而去寻找的书。

品致：看书的时段、氛围或心境是怎样的？

陈和丰：居家办公期间，我个人没有特意去规划看书的时间段，一般只要思考到一些问题了，就会自然开始翻书，然后就扎进去了，感觉时间很快过去了。

品致：会推荐哪些适合疫情隔离时期看的书？

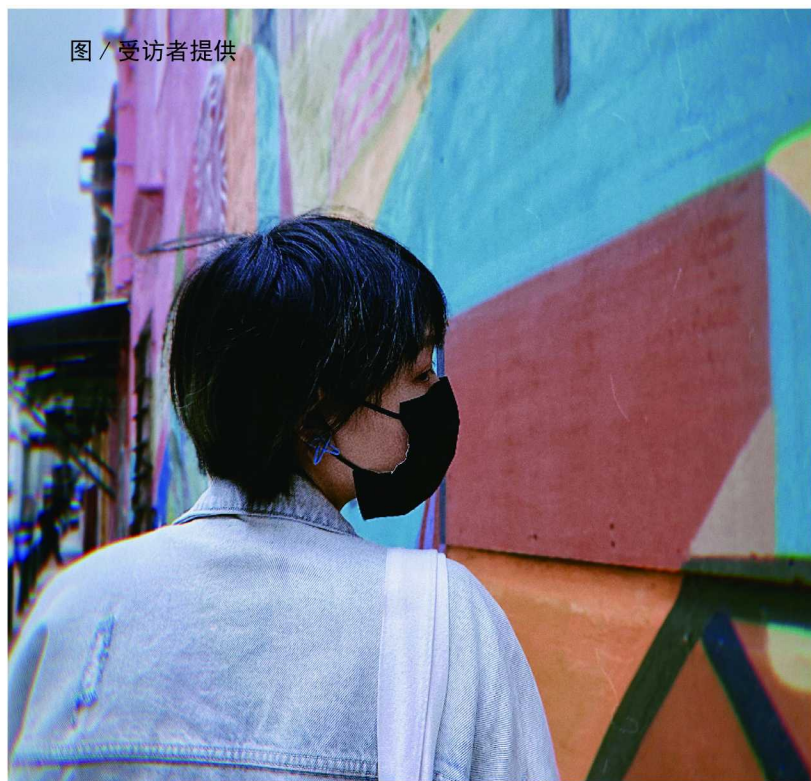
陈和丰：我们团队在前段时间策划了第九季建投读书会，主题是“城市之光”，分别选取了6座国际城市，邀请6位不同领域的学者来我们书店，分享和共读相关书籍。我和一些观众做过交流，他们告诉我，由于疫情出不去，他们就想在作家的文字中浏览或重温那些城市。

受此启发，我想推荐莫迪亚诺的《青春咖啡馆》，设置的场景是巴黎街头的咖啡馆，主题有关青春，有关人生。在疫情期间读这本书，会有这样一种感受：

作为人，都有落寞和孤寂，也都有寻找幸福和答案的心境。

我还想推荐波伏娃的《第二性》。我女朋友是谈伦理学的，关注女性权利的议题，她向我大力推荐这本书。我看后发现在这本写于70年多的书中的很多观点，在今天看来仍然很“新”，不仅女性要读，男性也应该读。

图 / 受访者提供



看书的习惯已经没有了，要把它慢慢捡起来



品致：最近疫情隔离期间在看什么书？

土豆：前段时间参加了一个图书交换活动：选一本自己喜欢的书按照邮寄规则寄给一个陌生人，然后等待着某一天，收到一位陌生人寄来的书。我寄出去的是麦家的《风声》，那是我大学时就看过的书，感觉很精彩。

最近虽然我在北京，但由于室友从上海出差回来，所以我们也在家居家隔离了一段时间，生活慢下来，我把《人生海海》放在床头，希望自己上床后少玩手机，每晚看一会书就睡觉。

《人生海海》2019年刚出版的时候我就关注了，之前还看过电子版的开头，但一直没有静下心来，

品致：看书的时段、氛围或心境是怎样的？

土豆：平时没有整片的时间看书，我的工作性质决定了一听到手机响，就

不由自主地拿起手机处理事情。

时间都是碎片化的，有时即使没有事情，还是天天拿着手机，工作、生活都和手机深度捆绑着。我非常想要戒掉这种状态。长久以来，看书的习惯已经没有了，我想要把它慢慢捡起来。

品致：能说说喜欢阅读的书籍类型或作家吗？

土豆：或许是读的专业或从事影视宣传工作的关系，我比较喜欢看电影之后看原作，像麦家的书。我喜欢故事情节强的作品，更容易读，更容易专注。

品致：会推荐哪些适合疫情隔离时期看的书？

土豆：我想推荐余华的《活着》和伊坂幸太郎的《金色梦乡》，这两本书都拍成了电影。《活着》里“富贵”的人生坎坷、跌宕，不受个人控制；而《金色梦乡》却充满了很多奇迹般的情节，看起来让人很开心，觉得生活还是很美好的。两本书反差很大，在疫情中可以在书中感受不同的人生。

图 / 受访者提供



最近看到一句话：绿码行千里路，红码读万卷书



薛中超

青年书法家、会贤精舍主理人

品致：最近疫情隔离期间在看什么书？

薛中超：我最近在看南怀瑾的《金刚经说什么》，因为正在临王羲之行书集字的《金刚经》。写到某一段的时候，我会去看看书里相关的段落，因为书写不是单纯地抄，而是要有理解在里面。另外我还在翻一套上海书画出版社早期的《书法》杂志，上世纪八九十年代的。它的印刷和设计，我觉得是超越当时其他杂志的。比如颜真卿的《祭侄文稿》，它做了一个长条的夹页，可以拉出来看。

品致：看书的时段、氛围或心境是怎样的？

薛中超：一种是需要的时候，在工作上碰到问题的时候作为工具书。比如前些日子我在整理从汉代到东晋的碑帖，就会去翻翻荣宝斋的《中国书法全集》里的相关篇目。还有就是空下来的时候，比如这段时间，中午我会在工作室里看看书。

品致：能说说喜欢阅读的书籍类型或作家吗？

薛中超：文化历史类的书籍看得比较多，最近还在看江晓原的《中国古代技术文化》，

因为之前看了《如果国会说话》，《二十八宿圆盘 圭表》那集里面提到我国古代的星象仪在那个时候已经达到很高的水准，对这方面的内容很感兴趣。

品致：会推荐哪些适合疫情隔离时期看的书？

薛中超：最近看到一句话：“绿码行千里路，红码读万卷书。”哈哈。推荐浙江文艺出版社的《孩子们的诗》，这部书精选了来自全国各地3-13岁小朋友写的七十多首诗。**孩子们的语言很纯净，非常有想象力，为我们切换了一个新的思考角度。**

再推荐一本丰子恺的《护生画集》，这部集子由丰子恺从弘一法师50岁起，每十年作一集，画幅数量与弘一法师年龄同长。其中，第一、二集的文字由弘一法师书写。两人的书与画就像两种乐器，搭配得很和谐，看起来很有趣。喜欢中国文化的朋友，我还会推荐北大朱良志教授的《中国美学十五讲》和日本汉学家白川静子的《汉字的世界》，会为我们看字、看画、看中国建筑带来一些启发。