

蓬勃读书会 阅读“新力量”

青岛民间公益读书会逐渐增多 有的用阅读相互陪伴、成长 有的以此对抗孤独、增加社交



最美四“阅”天 ——美妙“阅”会

“呦呦鹿鸣，食野之苹。我有嘉宾，鼓瑟吹笙。”千余年前古人们相聚一起热烈轻松的氛围，如今在一场场如火如荼举行的读书会中再现。一起读书、分享，一起探讨、交流，遍布青岛各地的民间公益读书会逐渐增多，成为大众阅读生活中不容忽视的力量。

他们有的在读书中致力于中华优秀传统文化推广，有的用阅读相互陪伴、成长，有的以此对抗孤独、增加社交……不同的主题或模式，丰富多样，但相同的是在以书会友中，“一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂”的坚持与力量，潜移默化的影响，收获成长的喜悦，与时俱进的改变，让我们走近不同的公益读书会与领读者，了解这股澎湃力量的精彩故事。



清心读书会现场，聚在一起的书友各个年龄段的都有。

故事/01 沐心国学沙龙 打造正能量的“蝴蝶效应”

“身有尘，清水可洗；心有尘，何者能沐？唯有经典——清水洗尘，经典沐心。”‘沐心国学’就是为了让国学经典的正能量照进每个人内心而存在。”2013年，中国石油大学(华东)教师宋伟与另外两位老师共同创办了青岛国学智慧沙龙，每周五晚上会举办讲座和读书活动，面向社会免费开放，至今已举办近300场。同时在更走心、多元地传播阅读与国学经典中，发展出了“经典沐心”的创意和模式——每天通过网络发布一段经典古文并配有释义、延展和音频，至今作者团队已坚持8年有余，发布2400多则，自发收看、收听的网友众多，大家互相转发，形成了一种每天学习国学经典的默契和习惯；教育部的“中国大学生在线”网站上开辟了《经典沐心》专栏，长期转载；很多学校、企业将“经典沐心”作为学习资料。《经典沐心》系列丛书作为“全国高校出版社主题出版项目”，得到了社会各界的充分肯定。沐心国学沙龙已成为青岛地区极具影响力的公益文化品牌，被西海岸新区授牌“中华优秀传统文化传播示范基地”。

“怎样才能让我们的人生更有意义？

最好的办法就是选择一个最有价值的方向，不断地积土成山，这是人生的输入和积累过程。但若想向社会输出价值，就需要把这些土和成泥巴，做成坯子，放到岁月的炉火里烘烤，将我们的积累做成有欣赏价值和使用价值的陶器。”十年间，宋伟从自己的输入与积累开始，影响和带动更多人一起，形成了较为稳定的公益国学传播团队，打造正能量的“蝴蝶效应”，通过读经典向社会源源不断地传播中华优秀传统文化。

他们在一次次读书会中谈《诗经里的植物之美》，讲《共享经济与中国文化》，论《中国古代家训中的教育智慧》……沐心国学沙龙线下读书会目前已举办近300场，听众达到3万人次以上。“还记得2013年的秋分夜，一个大雨滂沱的日子，我们在一个绘本馆举办第一场线下读书会，那天20多人冒雨前来，我们读《论语》，听民乐演奏、看汉服表演，很多人表示‘静下心来读读书，感觉太美好了’。”宋伟说，正是这种对精神生活、文化自信、自我提升的渴求，让大家聚集在一起，慢慢地有更多老师主动加入团队，积极为传播中华文化尽己所能；

也有越来越多的读者主动报名，一起阅读、思考、分享，让国学经典智慧润物无声地为我们的工作和生活提供丰富的、可借鉴的内容资源，更能建构强大的思想信仰和丰富的精神世界。

随后，宋伟在2015年开始编撰《经典沐心》，每天清晨通过网络不间断发布，至今已经积累2400余则。每则“清晨经典沐心”的内容包括：经典原文+译文+延展故事+水墨漫画配图+朗读音频，通过网络进行短文及音频发布，全国各地学习人员认数超10万+。“这项工作貌似简单，其实辛苦而艰难，在繁忙的教学工作、每周持续的公益国学沙龙工作以外，要拿出两三个小时专门进行准备。”宋伟告诉记者，但她最欣慰的是，能经常得到读者的反馈，“其中包括大量的大学生，也有年迈的长者，还有关心孩子教育的家长，更有为事业奔波的经营者，我们的国学阅读深受大家喜爱，并且由于资料丰富，涉及内容全面，已成为强大的国学实用资源库。”宋伟说，这些认可和鼓励，都坚定了她做好这项事业的信心和决心，走在梦想的路上，再累也是幸福的事。

2018年《经典沐心》系列丛书(共6卷)出版，许多读者反映，经过长时间的研读和熏陶，思维方式及行为习惯无形中都发生了积极的变化，可谓身心受益。“沐心国学”也在原有的读书会基础上，不断探索和建立多种方式，比如举办公益“国学与管理智慧论坛”，举办“公益读经导师培训班”，组织各类文化交流活动，通过国学漫画、汉服社、在喜马拉雅平台录制音频及视频课程、打造空中课堂每周吟诵与讲解等，不断探索国学经典生动化的传播方式。

故事/02 “美悦读”读书会 关注和推动岛城女性阅读

《2023年全民阅读趋势白皮书》中提到：“以书会友”线上或线下社群化阅读模式，越来越受到青睐，一些专业读书社群，成为高知人群形成阅读圈子的偏好。“读书对每个人来说是灵魂的滋养，读书会对爱阅读的群体而言，又是珍贵的财富，读书会的发展也是细水长流的工作，很庆幸我们一直在坚持和进步。”青岛大学讲师、设计艺术学博士刘洋自2015年创立“美悦读”读书会，从自己每月阅读分享一本书开始，逐渐吸纳了十余位领读人，累计已分享了百余本经典书籍，通过线上领读和线下沙龙读书会的分享，带领更多女性朋友提升个人素养，增长生活美学知识等。她创办的康成女院作为青岛大学女性文化研究中心的社会实践基地，意在积累女性阅读的经验，并以此关注和推动岛城女性阅读。

刘洋从小就深受父亲的影响，非常喜欢读书。她回忆自己的读书历程，每个时间段喜欢读的书是不一样的，“中学的时候看小说多一些，大学阶段和刚开始工作时就关注专业类的书籍。现在到了一定的年龄之后，阅读方向又慢慢丰富，尤其会关注一些女性成长、心理等方面的书籍。”刘洋说，从女性的角度观察，一个女孩在青春期之后，会以很多女性作为成长的榜样，来自书中的女性人生故事，如姚木兰、郝思嘉、伊丽莎白·班纳特等，有人一生幸福，有人各种坎坷，有人勇敢大度，每个人的性格不同，人生道路不同，留给

读书人不同的人生启示。刘洋坦言自己读书“杂”，历史著作、美学书籍、流行畅销书等“不专”的书给了她宽度和广度，扩展了眼界与格局，“先要把书读‘厚’，每读一段，做笔记、查资料、写心得、摘抄佳句，所谓‘不动笔墨不读书’，边读边学；接下来，则要把书读‘薄’，自己归纳、分析、总结，一本书的中心思想、核心要义，都可以浓缩成精华。”刘洋撰写的《推动岛城女性阅读——康成女院阅读推广综述》发表在《青岛全民阅读发展报告》中，通过对女性阅读群体的调查了解，她选择以“美”为主题，引导女性以文学之美、艺术之美、生活之美、心灵之美为阅读取向，提倡“以美育引导美好生活，以美学滋养心灵成长的女性主题阅读”。

2022年底，“美悦读”读书会提前发布了2023年的全年领读书单，包括《中国人的生活美学》《中国艺术史》《季羡林谈人生》《非暴力沟通》《一句顶一万句》等12本，500人的读者群里大家纷纷表示“马上安排”，还纷纷报名对自己感兴趣的书进行领读。“独乐乐不如众乐乐，我觉得读书早已不只是一个人的幸福了。”刘洋感受到，“女性具有与人倾诉、分享、探讨的需求，这几年线上读书一直在进行，利用微信群每月督促，月底再针对该读者交流。这种持续阅读，比起一个人在家没有时间限制、没有互动的阅读更有完成的可能，半途而废或长时间搁置的情况大大减少了。”

故事/03 清心读书会 阅读带来陪伴分享成长

“陪伴、分享、成长，清心读书会以书为媒，共读经典，滋养心灵。此信息欢迎转发，期待线下相聚。”每个月，青岛清心读书会都会准时发布这样一则公益线下读书会的招募消息，短短时间内，二三十个报名名额就会被大家“抢走”。从2014年叶子老师与身边喜欢读书的人聚在一起开始，她也没有想到，读书这件事竟然成为坚持得最久的事，并且正在成为一种自觉追求，不断要求更好的追求。

4月21日晚，第九十七期清心读书会上，齐聚在一起的书友，各个年龄段的都有，不论职业、学历、性别……大家都是热爱学习、热爱读书的“同道中人”。“读书而无友，则孤陋而寡闻。自己在家一个人学习和一群人一起学习相比，效果肯定是不一样的。在读书会定期组织大家读书的过程中，能够倒逼大家多读、深读、细读。而且，三人行必有我师，从书友们身上，我们彼此学到很多。大家相聚在一起，共同阅读、共同成长，相互激励、相互感动。”现场一位书友告诉记者。

记者了解到，每次清心读书会的大体流程包括：每人一句话做自我介绍；轮流分享该主题的名著或书籍，分享收获与成长；书友们相互讨论，相互给予不同视角的反馈；最后每个人再总结感受和收获。“我们每次的读书会，参与者从60后到90后都有，男性女性也都有，主要看对

主题的兴趣和关注，比如今年2月份的‘谈读书与践行’主题中，涉及热议话题ChatGPT，人工智能的学习和生成能力等，就吸引了很多年轻人和男士，对AI时代如何读书、如何让读书落地转化为实际生产力，并为人生幸福助力，大家共同探讨、分享经验。”叶子老师告诉记者，每期读书会结束后，还会及时复盘，写一写收获，很多人写道，“喜欢读书会，是因为这里完全公益，同时又能关注到每个人，让每个人都有机会和时间发表自己的看法，享受当下读书分享、思想碰撞的快乐，发现另一个自我，并获得成长，这是一种崭新的生活方式。”在这里，书成了媒介，让每个人发现自我，也让不同的人汇聚在一起，相互推动。

“不知不觉，清心读书会已经走过了9年，每月一期的读书会更多的是陪伴和分享，如何实现共同的成长是我们一直在探寻的。去年，我们开始了《论语》的共学，终于找到了这条成长之路。”叶子老师告诉记者，通过学习《论语》，书友们慢慢理解经典中蕴含的真理及所要传达的博大精深的信息，通过对文字本身进行追根溯源，通过对似乎耳熟能详却又有很多误读误解的语句进行正本清源，以及通过实践中的感悟与体悟，“孝悌之道”“仁人君子”等这些说法不再仅仅是文字，而成为可以指引学修的“导航仪”。

【观察】 8小时以外，从社交到收获

很多加入读书社的成员告诉记者，“在日常生活中，我们常是躲在现实身份之后的那个人，比如职员、父母、儿女……在这些标签下，我们总要适应、妥协并改变。或许只有在阅读时，我们才会拥有一个更独立、更强大、也更确定的自我。”读书会，显然是一种经济投入最小、精神回报最大的休闲社交方式。

随着自媒体的发展，不忘初心、坚持自身纯粹性的民间读书不但没有销声匿迹，反而不断呈现出多样化的趋势。记者采访中会发现，这些读书会也在积极观察，并利用环境变化和社会发展潮流不断地自我调整、自我成长。

不仅有主题明确、专业性强、由专家学者领读的读书会品牌，也有针对特定人群、风格清晰的读书会，还有相对自由开放的读书会等，这些如火如荼的读书会力量，在助推全民阅读中发挥着光和热。加入“圈子化”读书，不论是自我成长的“刚需”，还是寻求社交分享的兴趣热爱，给读者带来不同的参与体验，同时又通过读书满足自身发展和提升的需要。

“我觉得城市中的很多人，尤其是青年人，有很多都是孤独的，下班之后也没有事情可干，他希望和别人表达自己，认识新的朋友。”行途部落创始人Peter在2016年创建了一个青年人的社群，其中有很多社团，如读书社、英语角、跑团、篮球社等，为年轻人提供平台，可以打发时间、找到朋友、学到知识，也可以传递正能量。“加入读书社，感觉变化很大，认识了更多人，通过读书交流，对自己和其他人的思想、思考方式有了一个全新的了解，这种社交渠道对每个人都有好处，仿佛打开了一片新天地。”

人的精神发育史，应该是他本人的阅读史；而一个民族的精神境界，在很大程度上取决于全民族的阅读水平。今天，建设创新型国家和学习型社会的时代任务，比以往任何时候都需要营造一个书香浓郁的社会，阅读作为推进社会发展的力量是不可取代的。在这个过程中，很庆幸看到，从校园到社会，从年轻人到社区退休的老人，大家越来越多地沉浸在读书会的书香中，彼此收获成长和传递温暖。

【建议】 发挥民间阅读的更大价值

采访中不少读书会组织者提到，稳定发展后的读书会，由于社交群的高黏度，成员之间的高信任度，其商机也是很多人关心的话题。但多数读书会秉承公益初心，纯粹阅读的理念，让这种美的生活方式能得到更多人的支持。

经常参加读书会也接触过会员制读书会的王女士告诉记者：“如果读书会能帮助自己提升自身素质，或者能为读者提供专业、高品质的精神内容，在收费合理的情况下，也愿意参加。但是如果只是为了拉会员走收费模式，在读书上没有特色，我相信这种读书会很快就会被淘汰。”

同时不少读书会都面临一个没有固定场地的问题，多数依赖书店、学校、企业或社区友情提供的场所。刘洋和许多女性朋友在“美悦读”读书沙龙中获益，她希望能够借助各级妇联和文化部门积极参与，有组织地发

动高校等学术机构的资源优势，提高全社会对女性阅读的关注度，利用社区文化场所和社会文化空间，以多增设线下读书会的场地、培育导读人员等方式进行广泛推广。

更多的读书会组织者也提到，全民阅读是否真正接地气，是否能深入到每一个社区和家庭，还有很多空间可为。政府从上到下推动全民阅读，再加上民间阅读自下而上地融入和结合，肯定能将全民阅读提升市民精神文化素养的作用发挥得更好。目前来看，读书会比较多样化，无论是商业模式还是公益性特质的，都有其自身独特的定位，可以共存。为了发挥民间阅读的最大价值，可以增进民间读书会的联合，大家可以互换资源，多沟通取经，抱团取暖，促进民间读书会与地方政府、企业、社区的对接，也让分散的民间读书会更专业化。