

如何再次拿起书

[美] 艾伦·雅各布斯 著

(Alan Jacobs)

魏瑞莉 译

The Pleasures
of
Reading
in
an Age of
Distraction

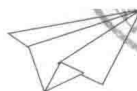
中信出版集团

如何 再次 拿起书

【美】艾伦·雅各布斯 著

(Alan Jacobs)

魏瑞莉 译



中信出版集团 | 北京

图书在版编目 (CIP) 数据

如何再次拿起书 / (美) 艾伦·雅各布斯著; 魏瑞
莉译. -- 北京: 中信出版社, 2019.1

书名原文: The Pleasures of Reading in an Age
of Distraction

ISBN 978-7-5086-8365-2

I. ①如… II. ①艾… ②魏… III. ①读书方法
IV. ① G792

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 285542 号

The Pleasures of Reading in an Age of Distraction

Alan Jacobs

Copyright © 2011 by ALAN JACOBS

This edition arranged with C. Fletcher & Company, LLC through Andrew Nurnberg
Associates International Limited.

Simplified Chinese translation copyright ©2019 by CITIC Press Corporation

ALL RIGHTS RESERVED

本书仅限中国大陆地区发行销售

如何再次拿起书

著 者: [美] 艾伦·雅各布斯

译 者: 魏瑞莉

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

承 印 者: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 787mm×1092mm 1/32

印 张: 6.5 字 数: 136 千字

版 次: 2019 年 1 月第 1 版

印 次: 2019 年 1 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2018-0363

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-8365-2

定 价: 45.00 元

版权所有·侵权必究

如有印刷、装订问题, 本公司负责调换。

服务热线: 400-600-8099

投稿邮箱: author@citicpub.com

那些讨厌看书，或者对阅读毫无兴趣的人，也许会觉得这本书索然无味。但是如果有谁曾体验过阅读带来的种种乐趣（愉悦、智慧、快乐）——即使这已是很久以前的事情，这本书就是为你们而写的。

我们还能拿起书吗 /	001
可以帮我开一份书单吗 /	016
当我们阅读时，大脑在做什么 /	036
书荒了怎么办 /	046
从你最喜欢的作家那里模仿阅读 /	060
请拿着笔读书 /	070
电子书也是书 /	087
从“读完了”到“读懂了” /	092
手机的诱惑 /	109
废寝忘食 /	118
为什么有些人不读诗 /	125
不同的书，区别对待 /	135
你为什么没办法看完整本书 /	142
你不可能读完所有的书 /	146
嘘——别说话 /	159
重读是浪费时间吗 /	171
这本书很好，但我不喜欢 /	182
阅读需要独处，也需要社交 /	185
不期而遇 /	193
当你第一次拿起书 /	197

我们还能拿起书吗

有一次我正在书房阅读时，我十几岁的儿子走进来，歪着头看了看我手里的书。那是莫提默·艾德勒¹和查尔斯·范多伦²的经典之作《如何阅读一本书》。“哦，老天，”他说，“去年老师要求我们读了这本书。也许我从中学到了一些阅读技巧，不过在那之后，我就再也不想看书了。”

1940年，莫提默·艾德勒出版了《如何阅读一本书》，后来他说完全没想到这本书会迅速走红，并且常销不衰。虽然在某些方面艾德勒的阅读品味很“精英派”——他相信有些书是伟大的、最值得阅读的，这些书籍激励了他的一生——但是《如何阅读一本书》极好地继承了美国的平民主义传统，因为整本书背后隐藏的理念是：要想具备熟练阅读

1 莫提默·艾德勒（Mortimer J. Adler, 1902—2001）：美国哲学家、作家、著名编辑。——译者注

2 查尔斯·范多伦（Charles van Doren, 1926—）：美国作家、编辑，编辑修改了艾德勒于1940年出版的《如何阅读一本书》，该书1972年出版的新版由两人共同署名。——译者注

高难度文本的能力，你并不一定要支付高额的学费去接受大学教育；相反，你只需要一点儿指导——读一本传授阅读技巧和策略的书，然后从这里起步，按照自己的方式成为一个博学之人，让自己有能力去攀登人类精神财富的大山。而面对这座大山，艾德勒谦称他也不过刚刚从山脚起步。艾德勒的建议是，阅读的训练过程就像查尔斯·阿特拉斯的“动感压力”健身项目¹一样，目的是为一般的美国人提供一个实际可行的方案，激发他们自身的进取精神。（《如何阅读一本书》中有一些劝勉的章节跟查尔斯·阿特拉斯的言论非常相似：“你只能依靠你自己的大脑，对眼前的文字反复加工，只有这样，你才可以从‘只能看懂一小部分’的状态逐步上升到‘能看懂一大部分’的状态。”这段表述跟查尔斯·阿特拉斯的“动感压力”健身法有异曲同工之妙，因为后者也强调健身要循序渐进，而不是用沉重的健身器材来“压出一块又一块肌肉”。）过去很少有美国人能上大学，而能够进入那些注重发展文学和艺术的大学的美国人更是少之又少。因此，在那个时代，为了提升自信，人们极其渴望得到艾德勒

1 查尔斯·阿特拉斯（Charles Atlas，1892—1972）：意大利裔美国健身专家。“动感压力”是阿特拉斯自创的一套运动课程，分为12课和1节终生课程，配以照片指导，并鼓励练习者交流提问。——编者注

的指导。

30年之后，美国的社会结构发生了极大的变化，因此艾德勒邀请查尔斯·范多伦帮他修改这本阅读指导手册。多亏美国政府在“二战”后通过了议案，决定为众多退役士兵支付大学学费，这大大提高了美国的大学生人口比例。有人可能会以为在这种情况下，艾德勒的指导大概就不那么有价值了。但是，艾德勒对此反驳说，大学只是致力于传播既成事实，却忽略了对这些事实内容的理解，因此，美国人上大学的比例升高，并不意味着他们的阅读能力也随之提高了。而且，1940年后，人们的生活中出现了一件新事物：电视机。美国人的注意力变得更加分散，更加缺乏引导，阅读活动逐渐退出了人们的日常生活，甚至被视为反常举动，因此艾德勒认为他的书会历久弥新。

艾德勒的这些看法当然是正确的。不过，要是当时他能预知美国在之后30年中的变化，他会说些什么呢？看到现在我们身边有这么多令人分散注意力的新事物，或许他也会非常失落地放弃阅读事业了。毕竟，在1972年，美国人能收看的电视台基本上不超过四个，仅有的几台电脑还都是庞然大物，被锁在大学或为数不多的大公司的地下室里。

众多精英人士纷纷表达了担忧和感慨，但这并不能说明阅读正在走向衰落。在美国，仍有数以百万的人沉迷于读书，

这一点从几百家大型连锁书店的存在就可以得到证明（尽管这些书店也正在努力维持生计），从图书销售网站亚马逊的巨大成功就可以得到证明，从奥普拉读书会的发展壮大就可以得到证明，还有全美教育协会最近一项关于美国民众阅读习惯的调查也表明，文学作品和其他长篇作品的阅读量出现了令人惊奇的增长¹。

再来看看这个：2008年1月，苹果公司的总裁史蒂夫·乔布斯接受了《纽约时报》记者的采访。采访中，乔布斯最关注的当然是苹果新产品的发布，不过他也乐意谈谈自己对其他事物的看法，比如说，亚马逊当时新推出的电子书阅读器。“且不说这个产品本身的好坏，事实摆在眼前，那就是人们根本不看书了。”他说，“去年美国有40%的人只看了一本书或者连一本也没看完。这个产品的研发概念从一开始就是错的，因为人们根本不看书了。”

两年后，他发布了新产品——苹果平板电脑，并且强调了该产品与苹果公司新开发的网上书店之间的联系，以及这

1 “美国国家艺术基金会的研究报告《阅读势头见长》记录了美国近代文学史上出现的重大转折点。调查结果显示，20多年来，美国成人群体的文学阅读量第一次出现了增长。在持续几十年的下降趋势后，此次面向全美人口所做的广泛调查所涉及的各个年龄群体的阅读量实际上都出现了明显的增长。”这份报告所依据的各项调查都是在2008年进行的。——原注

一产品在阅读报纸、杂志——当然了，还有书籍方面的卓越性能。我并不认为在2008年到2010年间，会自发地出现一大批苹果公司的潜在读者客户。

我跟很多读者面对面地谈过，也收到过很多读者的来信：我书籍的读者们经常会给我发邮件或写信，而他们的教育背景、人生经历千差万别。就在几周前，我收到了三位读者的来信，他们读了我写的C. S. 刘易斯¹的传记：一封是一个加拿大的大学生发来的邮件，她在自己的博客上发表了一篇很长的文章，谈论对那本书的一些看法；一封是一个佛罗里达的高中生打印出来，然后寄给我的，是她对那本书满满一页的评论（总体来说她喜欢这本书，不过觉得有些章节难以理解）；还有一封是一位纽约的老妇人寄来的很长的手写信，她半个世纪前曾经跟刘易斯通过信，所以想向我描述一下当时的情况。当然，这些交流都很有限，但是在与读者更加充分地交流后，我发现，尽管他们兴致颇高，却常常缺乏信心：他们不知道自己阅读时的注意力

1 C. S. 刘易斯 (Clive Staples Lewis, 1898—1963): 爱尔兰裔英国知名作家及神学家。1950年，刘易斯出版了奇幻小说《狮子、女巫和魔衣柜》，此后的6年里，他继续以故事中的纳尼亚王国为主题，每年出版一本小说，共同组成了奇幻文学巨著《纳尼亚传奇》。他被誉为“最伟大的牛津人”，也是20世纪最具领导地位的作家兼思想家之一。——译者注

集中程度、谨慎程度和洞察力是否符合要求。

这种不确定的感觉在每代人身上都有，只不过呈现方式不同。我尤其好奇的是被如今社会称为“最愚蠢的一代”的年轻人。不断有人声称，对同时存在的多种刺激物的沉溺使这些年轻人无法专注于某一事物，因此他们也就没有能力阅读那些大部头著作。有些年轻人对这种指责不屑一顾，但是大部分年轻人都或多或少地相信这是真的。在无数次被人指责没有能力阅读后，他们就懒得再做尝试了。这不只是十几岁、二十几岁的少年或青年的想法，我遇到过一些40多岁甚至更年长的人也怀有这种心态。他们当中的很多人说，自己以前会读书，不过因为习惯了在线阅读，注意力只能短暂集中，这让他们再也无法静下心，坐下来看完一本书了。他们坐立不安，时不时地打开手机，查看有没有新邮件，或是刷刷微博。正因如此，尼古拉斯·卡尔¹才会写道：

最近几年来，我一直有一种不舒服的感觉，觉得某些人或某些东西正在鼓弄我的大脑，重塑中枢

1 尼古拉斯·卡尔（Nicholas Carr，1959—）：美国科技作家，原《哈佛商业评论》执行主编，成名作为《IT不再重要》。作品《浅薄》入选了亚马逊畅销书百强，于2010年底在中国出版，此书引发了“互联网是否让人类变得越来越浅薄”的热烈讨论。——译者注

神经系统，重组我的记忆。我的思考能力没有消逝（这一点我能感觉到），但它正在变化。我现在的思考方式已经与过去截然不同。当我阅读时，这种感觉最为强烈。全神贯注于一本书或一篇很长的文章，曾经是易如反掌的事，我的大脑能够专注于叙述的演进或论点的转折，我还曾一连数个小时徜徉在长长的诗行里。但如今情况变了。往往在阅读两三页后，我的注意力就会开始转移。我变得焦虑不安，失去了思路，并开始寻找其他事情来做。我感觉自己一直在努力将自己任性的大脑拽回到书本上，过去甘甜如饴的阅读事业已变成一场战斗。

最后他十分悲痛地总结道：“我想念以前的大脑。”（在本书后面的章节中，我会详细分析卡尔所处的这种非常具有代表性的尴尬境地。）

当然，所有人都能阅读，那些从来没读过书的人可以通过学习来获得阅读能力，而那些丢掉阅读习惯的人也可以再

次培养这种习惯¹。大脑具有令人惊奇的可塑性，不过训练大脑需要恒心和耐心。我明白，我这番“你能做到”的积极论调与艾德勒和查尔斯·阿特拉斯的言论并无二致，更不用说巴拉克·奥巴马和巴布工程师²了。但是美国人自学的传统不容小觑，尤其是将之与时俱进地应用于阅读活动时，效果更是不同凡响。艾德勒和范多伦书中那套阅读方法（“如果这本书属于第一种类型，请使用第三套阅读方法”）和强烈的法规式语气，其实并不太适合现代人的思维方式。

-
- 1 值得注意的是，尽管存在着我之前提到过的种种担忧，但是大多数人仍对阅读颇有好感，而且根据西北大学社会学家的一组研究报告，人们都满心希望以后能增加阅读量：“90%的人相信阅读是‘有效利用时间的方式’。他们觉得自己本该读得更多，因为几乎没有人认为阅读‘是一件难事’。他们期待着以后能多读些书。当被问到‘你觉得未来的几个月到几年内，你的阅读量是会增加、减少还是保持不变？’时，45%的受访者认为会增加，3%的受访者认为会减少，还有51%的受访者认为会保持不变。人们尤其希望阅读更多具有教育意义或能够改善生活的书，比如说非虚构类的文学作品、报纸，还有《圣经》。”一项英国的调查表明，人们确实相信他们的阅读量增加了。“尽管阅读一事面临着来自各类新媒体的挑战，而且人们的休闲方式也越来越多，但是几乎没有人觉得他们的阅读量比5年前有所减少。大部分受访者（约占80%）都认为自己的阅读量没有变化或有所增加。”——原注
- 2 巴布工程师：英国著名卡通节目《巴布工程师》的主人公，带领小伙伴们建造美好的城市。他们的口号是：“我们一定要行！”——编者注

艾德勒和范多伦是非常严格的督促者。他们的书中频繁出现的一个词是“责任”，而这个词的承担者基本上就是他们的读者。他们提醒我们，这本书可是很“实用”的，能够实现一些特定的目标，而且“在这一点上，这本实用书的读者们负有特别的责任”，如果“这本实用书的读者认可它提出的目标，并且认为书中推荐的那些方法是正确有效的”，那么他或者她就必须遵从这本书的指示。要是没有尽到这份责任的话，我们就会非常担心艾德勒和范多伦会如何处置自己。

在《如何阅读一本书》中有一段很奇怪的话。艾德勒和范多伦谈论了关于“权威书籍”的阅读，他们所说的“权威书籍”并不只是宗教教义、经典，还包括那些在某个特定团体内拥有绝对权威的书。在讨论这类阅读活动的时候，艾德勒和范多伦再次打出了“读者的责任”这一旗号，并做了大肆渲染：

一本权威书的读者有责任搞清楚这本书的意思，并在某种“真正意义”上认为它说得对。要是读者自己做不到，他就有责任求助于有能力做到这一点的人。这个人可以是神父或祭司，也可以是

团队中的上级，或者是这位读者的教授。在任何情况下，读者都应该接受别人提供的理解方案。本质上，读者不能随心所欲地阅读，但是作为回报，他得到了一种满足感，这是在阅读其他书时可能永远也无法获得的感受。

我从这段话的开头几句中读出了一种对“权威书籍”的怀疑态度，不过最后一句（“他得到了一种满足感，这是在阅读其他书时可能永远也无法获得的感受。”）让我有些惆怅，看起来艾德勒和范多伦并不是很介意动用这套权威。这种态度在他们强调《如何阅读一本书》的读者的责任时，体现得更加明显。

若说《如何阅读一本书》的很多读者喜欢这种腔调的话，我并不会感到意外：正是这种言辞激烈的语句帮助读者增强了毅力、强化了决心。（乔治·奥威尔¹曾经写过他的一位小学同学的故事，那位同学有一次考得很糟，考试结束后，他满怀懊悔地希望考前能被人用藤条打一顿，这样他就会更

1 乔治·奥威尔（George Orwell，1903—1950）：英国

小说家、散文家。——译者注

努力地复习了。)毕竟,在那些希望阅读更多书的人中,有一大部分人把阅读当作了一种提升自我的途径,多亏了他们,《如何阅读一本书》才会不断被重印至今。为了增加自己的知识储备,你当然可以读书,关于这一点,我在后面的章节里会具体谈到,但我想先谈谈其他问题。请暂时忘记正确的阅读方式,先问问自己为什么要阅读。首先,且最重要的原因是,读书能带来极大的乐趣,阅读是人类的一大乐事,而那种“动感压力”健身法式的阅读则完全忽略了这一点。

莫提默·艾德勒的合著者查尔斯·范多伦可能已经意识到了,在《如何阅读一本书》中,有些章节太过强调“责任”,因此在1985年,他出版了《阅读的乐趣——鼎力推荐189位世界顶级作家及其著作》。这本书的封面上印有艾德勒的评价,还有著名编辑克里夫顿·费迪曼¹的评论:“范多伦先生是少有的真正善于读书的人,他读书没有什么特定目的,纯粹是为了乐趣。他的作品激励着我们既深入又愉悦地发掘那些好书中无限多变的领域。”尽管这里强调了乐趣、激情和愉悦,但“读者的责任”这一符咒却很难消退,这一点在费迪曼自己的书中也有体现——《一生的读书计划》,这里

1 克里夫顿·费迪曼(Clifton Fadiman, 1904—1999):美国作家、编辑、电视和电台节目主持人,其作品《一生的读书计划》已在中国出版。——译者注

的关键词是“计划”¹。实际上，不管范多伦的导读多么富有激情，《阅读的乐趣》中仍然充斥着跟费迪曼一样行文富有条理的权威作家的名字，还有全书结尾处的那份“十年阅读计划”，其内容和选文顺序都“绝不仅仅是建议性质的”。现在，范多伦可能已经赢得了一些平民的支持，因为他在《阅读的乐趣》2008年的修订版中，加入了J.K. 罗琳²，甚至是卡尔·希尔森³的名字——不过这两位作家最终能够入选这样一个本质上极富指导性、权威性的名单，还是有点儿奇怪的。

这种自我帮助、自我提升的阅读模式似乎深深地植根于美国文化中：即使是极为体贴和仁爱的评论家迈克尔·德达⁴，在其著作《畅游书海》中也难抵诱惑地列出了一份包含16本著作的重要书单，并声称如果读者能认认真真地看完这些书，“你基本上可以了解世界上所有的文学作品”。真的是这样吗？“了解世界上所有的文学作品”，只要我读完这16本

1 1960年，费迪曼出版了这本书，当时的书名是“克里夫顿·费迪曼一生的阅读计划”。——原注

2 J.K. 罗琳 (Joanne Kathleen Rowling, 1965—)：系列小说《哈利·波特》的作者。——译者注

3 卡尔·希尔森 (Carl Hiaasen, 1953—)：美国小说家、专栏作家，其代表作《脱衣舞娘》《我爱猫头鹰》都曾被改编为同名电影。——译者注

4 迈克尔·德达 (Michael Dirda, 1948—)：美国书评家，1993年获得普利策新闻奖。——译者注