

■文/记者 童宇倩 通讯员 高飞飞 任杰君
图片由图书馆提供

数字化时代,萧山还有一群年轻人在跟纸质书“死磕”。他们,活跃在一年一度的长三角阅读马拉松大赛上。

长跑有马拉松赛事,阅读也有马拉松吗?当然有。不过,阅读马拉松不是边跑步边看书,而是需要参赛者在6小时内完成一本尚未上市的书稿的略读和通读,再通过测试,才算完成全部比赛。

近日,2024长三角阅读马拉松大赛在萧山图书馆二楼“开跑”。作为世界上规模最大的线下阅读赛事,长三角阅读马拉松大赛已连续举办7届,今年共有7000余位读者参赛。其中萧山图书馆赛区共有40名选手,他们平均年龄31.75岁,年龄最小的23岁,上演了一场个人专注与意志力的终极挑战。



赛场之外 她们仍热衷于纸质阅读

有趣的是,“读屏”时代,阅读马拉松大赛上的这群年轻人,在赛场之外更偏爱纸质阅读。

“95后”邵孙熠就是其中一位。她是一名幼儿园老师,今年第一次参加阅读马拉松大赛,就获得了萧山图书馆赛区二等奖。

“我喜欢纸质书,找个时间安静地读一本书,感觉很有趣。”读书时,邵孙熠常常做些笔记,尤其是读到让她触动的文字时,下意识就会摘抄下来。她还整理了一个小小的读书分享系列,时不时和朋友分享。对于一些晦涩难懂的书,读完一遍后,她会去小红书看看大家的评价,再结合自己的理解深入思考。“如果觉得这本书有意思,我可能还会再读一遍。”

对于邵孙熠而言,读书是一种静心的方式。“虽然我是个‘e人’,很喜欢出去和朋友聚会,但我也珍视独处的时光,这段时间让我能沉浸在书本中。这其实是从小培养的习惯,那时老师总是鼓励我们多读课外书,慢慢地,我自己也爱上了读书。”

如果要向大家推荐一本书,她的选择是《人间草木》,理由是,这本书简单轻松,贴近生活。细细读来,可以感受到汪老笔下的世界是饱满明亮的。如果在工作生活中略感疲惫,不妨读一读,会发现人间生动有趣。

跟邵孙熠一样,第二次参赛并担任队长的陈梦婷,也对纸质阅读有着偏爱。“纸质书可以让人安静下来,质感特别好,而且还能在书上做笔记,写下自己的感悟。”

三年前,陈梦婷和几个书友组建了一个五人读书小组,取名“破万卷队”,五个人一年计划读5本书。大家每天都会在群里聊聊最近读的书、感悟感想等。每隔两三个月,他们还会线下聚一次,找间茶馆,坐一下午深入讨论书中的内容,每次聚会大家都会排除万难来参加。

虽然工作忙碌,但陈梦婷始终保持着每天阅读的习惯。她利用通勤、午休等时间,每天都抽空读上至少一小时。她会看“樊登读书”推荐的书籍,也喜欢读历史人文类书籍。最近,她迷上了冯唐的作品,“今年我从萧山图书馆借了5本冯唐的书,他的《胜者心法:资治通鉴成事之道》比较适合我们职场人,通过一些历史小故事来阐述我们现在的一些场景,博古通今,还挺有启发性的。”

对于陈梦婷来说,读书不仅能开阔眼界,还能帮助她了解各种思想。“一本书虽然很



厚,我们不可能记住所有内容,但哪怕有那么一两段文字能够对我们产生影响,也是挺好的。”此外,读书还有慰藉心灵的效果,“当你心情不好,或感觉迷茫、找不到出口时,读书或许能为你带来答案。”

在长三角阅读马拉松大赛“长跑”3年的李孟静,也是纸质书的忠实粉丝。她喜欢边读书边拿着笔,遇到不懂的词语便查阅、记录,并写下自己的读书感悟。

随着年龄和生活阶段的变化,李孟静的阅读偏好也在不断调整。学生时代她喜欢文学和散文类作品,而工作后逐渐转向心理学、工具类和金融类书籍。最近一年,她更偏爱历史类书籍。

“有时候去博物馆,会激发对某个朝代的兴趣。学生时代学历史,可能只是为了应付考试,所以没有什么感觉,可听到博物馆讲解员生动地讲述某个朝代的故事后,就特别想深入了解。”李孟静最近正在读《激荡三百年》,探究魏晋南北朝的历史。她说,“十一”假期参观了湖南博物院和江西省博物馆,很多展出的文物与这段历史有关,进一步激发了她的兴趣。

两本书对李孟静的人生产生了深远影响。一本是《被讨厌的勇气》,这本书让原本容易自卑、内耗的她学会了自我接纳;另一本是工具类书籍《认知觉醒》,里面的一些观点改变了她对孩子教育的看法,“书中提到,每个人的知识面都有边界,超出这个边界不必勉强自己。只要在现有边界内逐步扩展就可以了。”

对于那些想要培养阅读习惯却不知如何开始的读者,李孟静觉得,不要把读书当作一项任务,先从自己感兴趣的书入手,无论是小说、工具书还是历史书都可以。“循序渐进地给自己设定一些小目标,比如一个季度读一本书,或者半年读一本书,慢慢培养习惯。最重要的是顺其自然,享受阅读过程,而不是把它变成负担。”

当阅读遇上马拉松 将会擦出怎样的火花

在萧山『长跑』3年

十名读者来到现场,参与长达4小时的读书挑战赛。2022年,萧山图书馆第一次参与举办长三角阅读马拉松大赛,自此每年都接力“长跑”。

随着赛事普及,近年来,萧山图书馆赛区阅读马拉松的报名情况也越来越火爆。从2022年到2024年,报名人数从30人增加到110人,参与人数从4支队伍20人增加到8支队伍40人。和跑步马拉松一样,阅读马拉松也讲中签率,今年萧山图书馆赛区平均中签率约为36%。考虑到市民的参赛热情,明年还计划增加参赛名额。

通过大赛平台,萧山读者展示了阅读实力。在今年长三角阅读马拉松中,萧山图书馆赛区的李孟静、邵孙熠和陈梦婷三位选手包揽了当届个人赛成绩前三名。

“成绩并非阅读者参与的唯一目标,单个的阅读者通过阅读马拉松比赛联合起来,将阅读从私人领域带入公共空间,向社会集中展示阅读的力量并推广阅读的行为,才是数以万计的读者参与阅读马拉松的意义所在。”萧山图书馆相关负责人表示。

立足长三角阅读马拉松基础,萧山图书馆也通过举办形式多样的阅读活动,积极营造全民阅读的浓厚氛围。

一方面,图书馆精心策划品牌阅读活动,如永兴书话、“美好岁月 书香为伴”巡展活动、“台上台下”亲子绘本阅读活动、“湘湖书院”传统文化公益课堂、“小白鲨”暑期公益培训营、“了不起的匠人”手作沙龙等,深受读者喜爱;另一方面,借助图书馆分馆、永兴书房等阵地,通过展览、阅读推广、文化沙龙等形式,吸引越来越多的读者走进图书馆,爱上阅读,享受阅读带来的乐趣。

以不久前出炉的暑期阅读报告为例,暑假期间萧山图书馆共计到馆人数37万人次,图书借阅数38万次,信息下载量17万人次,读者活动3万场次,成为名副其实的“人气王”。

萧山赛区热情不减 参赛人数再创新高

今年,是长三角阅读马拉松大赛在萧山“开跑”的第3年。

比赛日上午10点,阅读马拉松正式开始。萧山图书馆赛区内,来自各行各业、不同年龄的选手打开比赛用书,投入紧张的阅读中。

今年比赛用书《中国科技100个伟大瞬间》是一本雅俗共赏、老少皆宜的科普书籍,它聚焦我国科技工作者在诸多领域所取得的100项最有代表性的伟大成就,深入浅出地介绍了相关的前沿科技、科学知识以及背后的故事,兼具科普性与趣味性,同时展现了伟大的科学精神,该书尚未正式出版。

记者在现场看到,40名选手共分成8组,5人一组,基本以年轻人为主。据统计,此次参加比赛的选手30岁以下(含30岁)有18人,占比45%;30—40岁(含40岁)有14人,占比35%;40岁以上有8人;在男女比例上,80%是女生。

他们中,有的是同事、朋友,也有的素未谋面,有第一次参与的“新人”,也有坚持多年参赛的老面孔。面对新书海量信息,大家熟练运用多种读书方法,如画思维导图、在笔记本上认真摘抄重点、采用各色便签标记等,携手完成这场考验阅读速度和质量的挑战。

“团体赛的设置,不仅契合通过比赛促进阅读社交的初衷,还为参赛者创造了一个结识更多阅读爱好者的机会。”萧山图书馆相关负责人表示,赛后有些选手也会把比赛用书留给自己的朋友,让更多人加入阅读队伍中。“我们的目的是通过阅读马拉松比赛,深入推进全民阅读,让阅读成为一种社会风尚。”

事实上,萧山开启阅读长跑的起点,还得往前推。2021年,为庆祝中国共产党成立100周年,结合党史学习教育,萧山图书馆举办了“迎风飘扬的红色”阅读马拉松挑战赛,拉开了“长跑”的序幕。活动吸引了数

