

人民网评 >>

陈航直

# 移动互联网时代呼唤深阅读

近日,《2022国民专注力洞察报告》出炉,其中提到,当代人的连续专注时长已从2000年的12秒下降到了如今的8秒,引发了关于阅读专注力的关注和讨论。

随着移动互联网的发展,手机占用了我们大量的时间和精力,人们通过公众号、短视频、消息推送等途径获取信息,通过社交软件、办公软件处理工作,通过购物软件、支付软件安顿生活,在不同界面间进行着注意力的转换。面对手机屏幕,我们在不断地浅阅读中消耗着精力,使得注意力日渐碎片化。久而久之,专注思考、自我反思的能力也在不知不觉间慢慢消磨,持续的专注力俨然变成一种“稀缺品”。

诚然,浅阅读作为一种获取信息和知识的方式,对于解决工作和生活中遇到的小问题颇有助益,尤其是在获取一般知识、掌握特定技巧、方便日常生活等方面,非常高效、实用。但同时,也应注意避免将注意力和时间淹没在浩如烟海、应接不暇的各类信息中。做时间的主人,就是要对自己的注意力进行合理分配,多挤出一些时间,深入阅读、专注思考、躬身审视。

深阅读作为个人行为,较少受外界干扰。在这种投入、忘我的阅读状态下,人们得以从生活的压力中短暂抽离出来,注意力从外在世界向内在世界转移,主动、持续、专注地吸纳养分。在这一过程中,人成为自己

的主宰,掌握了自我发展的主动权,在“心与物游”的状态中,丰富自我、愉悦自我、提升自我,借此实现人格的塑造与完善。

深阅读不必过多在乎结果,也不用在乎花了多少时间、读了几部大部头的经典著作,它更多是一种心灵的享受。川端康成在《雪国》中有一句话:“孤独驱散了哀愁,蕴含着一种豪放的意志。”某种程度上,读书是孤独的,能让我们暂且抛开外面世界的精彩,专注于内心的平静;但它又是激越的,总能搅动我们的神经,获得智性顿悟或审美升华。陈晓明在《守望剩余的文学性》一书中说:“阅读伟大的作品,必然是伟大心灵的相互撞击,至少也是激情的相互交

流。”世界很大,但在深阅读的时候,只有“我”和书在对话,没有生活中遇到的烦心事。或许有些平庸的我们,也能在这个过程中叩问那些伟大的灵魂,不断地向上向好。

在当下快节奏生活中,阻碍我们进行深阅读的一大原因是时间。即使只有碎片化的时间,只要能够坚持深阅读,以日拱一卒的精神形成习惯,就能从文本中感受到情感和思想的共鸣,收获人生与学问的洞见。

实际上,浅阅读与深阅读并行不悖、相互促进。希望人们都能抽出那么三两夜晚,或是周末午后,放下手机,翻开书本,当一个自在的读者,享受那种“读书不觉已春深”的美好。  
据人民网

有话直说 >>

老穆

## 小区绿地变“菜园” 管理“篱笆”要扎紧

平城区境湖园小区居民反映,有住户在小区绿化带里种菜,起初只占一小块,后来面积越扩越大,绿化带变成“菜园”,这种现象已有几年了,而且愈演愈烈。(《大同晚报》5月24日)

本来,一片片公共绿地让小区充满生机,改善了人居环境,可少数居民为了自己方便,竟将公共绿地当作自家的“开心农场”,太没规矩了。

其实不光境湖园,这种情况在别的小区也有,甚至多年延续,业主颇有怨言并多次反映,却不见改进。近几年,《大同晚报》就不止一次披露过此类问题,至今居民仍然不时爆料,说明问题并不鲜见且长期得不到解决。

小区绿地是公共资源的一部分,全体业主共有共享,个别业主将其当作自家的“一亩三分地”,只管自己方便,只图个人痛快,明显侵害了其他业主的权益,损害了公共环境,有悖公德和规章。

绿地变“菜园”,表面看似似乎是一小块菜地那么简单,实则是关乎社区和谐、宜居乐居、社会安定的民生问题。

毁绿损绿,私自种菜,此风绝不可涨,必须扎紧管理“篱笆”。对于存在此类问题的居民小区,有关部门必须引起重视,严格排查,认真解决。



**幽默一刀**  
郑鸣/画 穆亮/诗

### “画饼”APP

看新闻可以赚现金,刷视频可以拿红包,购物可以获高额返利,甚至聊天打字、走路跑步也可以赚钱……近年来,一些手机App通过夸大宣传,吸引大量用户下载安装。

新华社记者调查发现,不少此类App承诺的高额回报往往无法兑现,其鼓励用户“拉人头”发展下线的模式,涉嫌触碰传销红线,引发公众质疑。

看似“白捡”,其实套路满满。一旦相信这些App的“画饼”,用户很可能钱没赚到,反把自己赔了进去。对于此类故意挖坑的“赚钱”App一定要多些警惕性,不能被“躺赚”噱头迷了眼。

看新闻可以赚现金,刷视频可以拿红包,购物可以获高额返利,甚至聊天打字、走路跑步也可以赚钱……近年来,一些手机App通过夸大宣传,吸引大量用户下载安装。

新华社记者调查发现,不少此类App承诺的高额回报往往无法兑现,其鼓励用户“拉人头”发展下线的模式,涉嫌触碰传销红线,引发公众质疑。

看似“白捡”,其实套路满满。一旦相信这些App的“画饼”,用户很可能钱没赚到,反把自己赔了进去。对于此类故意挖坑的“赚钱”App一定要多些警惕性,不能被“躺赚”噱头迷了眼。

有感而发 >>

魏冬妮

## 莫让冲动“冲”散幸福

从司法战线退休的老党员李彩云,在平城区婚姻家庭矛盾纠纷调解中心工作期间,利用自己的专业优势,为当事人提供针对性、个性化的调解服务,该中心自去年12月成立以来,已成功化解婚姻矛盾278起。(《大同晚报》5月25日)

“多说一句话,挽救一个家。”我们为调解中心和调解员的爱心、热心、耐心所感动,与此同时,也为一些冲动“闹掰”的夫妻而忧心。

婚姻不是“过家家”,离婚不能当儿戏。虽说夫妻感情破裂应当主张走出不幸福的婚姻,但在现实中,有相当一部分夫妻只因一时冲动、情绪失控而闹离婚,如果双方能够冷静下来,也许婚姻不至于破裂。去年起,民政部对婚姻登记程序进行调整,在离婚程序中增加冷静期,为冲动离婚的夫妻设定一个缓冲期,让双方在情绪缓和的状态下理性处理“裂痕”。

冷静,是挽救部分婚姻关系的一剂良药,平城区婚姻家庭矛盾纠纷调解中心为问题婚姻提供了一个“修补”场所,通过调解员有针对性的调解服务,不仅能够及时缓和双方情绪,更能通过调解找到彼此心结,让夫妻敞开心扉,携手共建美好生活,将婚姻驶上正常轨道。

美满婚姻各不相同,但无不坚守互敬、宽容与责任,有情人终成眷属,莫让冲动“冲”散幸福。

一针见血 >>

熊志

## 交友平台岂能为色情交易大开方便之门

给女主播刷了近1000元的礼物后,竟被对方“拉黑”了,人财两空,而此前两人约定刷完礼物后线下见面。这是某社交平台上一名用户近期的遭遇。据新闻报道,随着交友软件风靡一时,用户在享受交友乐趣的同时,也频频陷入性骚扰、性交易以及各类骗局。

为了吸引用户,一些交友软件打擦边球,放纵一些低俗、色情内容,为色情交易提供便利。比如,有的软件打着交友的旗号,举办各种恋爱派对,聊天室中经常会出现带有黄色内容的语音;再比如,有的交友软件主打“看脸社交”,用户可以兴趣匹配,真正以交友为目的的却寥寥无几,打招呼的内容多数是“可以出来约吗”“多少钞票”……互联网社交平台理应为用户提供健康向上的网络环境,这些交友平台却藏污纳垢,色情内容充斥其间,这说到底

还是主体责任严重缺失导致的结果。

还有一些色情交易或者“杀猪盘”之类的诈骗,往往以交友软件为“获客”渠道,等到建立联系后,会转移到第三方平台进行交易、诈骗。这其中,平台未必是有意为之,扮演的却是间接的“帮凶”角色。

交友平台既然公开运营,就得合法合规,把好用户和内容审核的关卡。最简单的莫过于,对平台上这些赤裸裸的色情聊天话术,从技术上进行屏蔽,这没有任何困难。有的软件一边明确“禁止发布色情暗示、挑逗性的所有信息”,一边没有任何屏蔽过滤手段,本质上还是不作为。

交友平台对色情内容睁一只眼闭一只眼,说到底,还是通过提供色情、软色情的交友需求吸引用户,增加流量。

所以,从净化网络风气的角度看,要敦促交友软件合规运营,就得加大监管力度,不定

期开展网络环境治理行动,对那些存在色情内容、交易的软件,施以严格的惩罚措施。唯有提高平台违法违规的代价,才能倒逼其加强对网络色情等行为的治理。

这些交友平台也应该意识到,放纵色情信息、交易,虽然能短暂地带来流量,但这样的生意既上不了台面,也不可能持久。倘若把关不严而让用户受骗,最终引发各种投诉和纠纷,平台不仅面临被处罚的风险,还会折损口碑,名声扫地。

打击色情行为,需要监管发力,更需要平台自觉,在色情信息内容屏蔽、实名制注册等各个环节,投入更大的治理力度。

当然,守护清朗健康的网络风气,也离不开广大用户的配合。网上交友,尤其是带着色情诱导的交友行为暗藏巨大风险,网友要时刻保持清醒和警惕,别被一时的欲望和冲动迷惑。  
据光明网